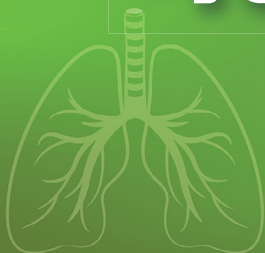




알레르기질환 시리즈 2

# 학동기소아천식 올바로 알기



표지

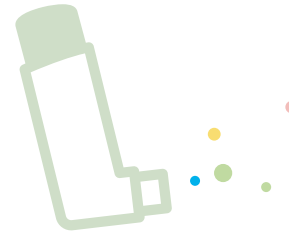


질병관리청  
KDCA



부산광역시  
아토피·천식 교육정보센터

표지|뒤|면



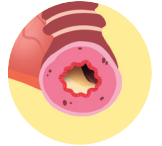
알레르기질환 시리즈 2



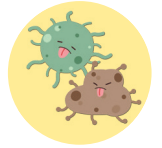
속표지

# Contents

1. 천식의 이해 ..... 4



2. 천식 유발 및 악화인자 이해 ..... 6



3. 천식발작의 이해 ..... 8



4. 천식발작 시의 올바른 대처법 ..... 10



5. 천식관리의 단계적 지침 ..... 12



6. 천식 치료의 목표 및 치료 방법 ... 12



## 1. 천식의 이해

천식은 기관지의 만성적인 알레르기 염증질환입니다.

천식은 평소에도 기관지에 염증이 존재하므로 정상인에게와는 아무렇지도 않은 가벼운 자극에도 쉽게 기도가 좁아지게 되어 숨쉴 때 쌉쌉거리는 소리(천명)와 함께 기침, 가슴이 답답함, 호흡곤란 등의 증상이 나타나게 됩니다.

### 천식환자와 정상인의 기관지 차이



정상인의 기관지



천식환자의 기관지

## 2. 천식 유발 및 악화인자 이해

### 유발물질

#### 흡입성 항원물질

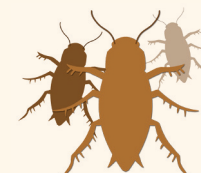
##### 실내 항원



집먼지진드기



반려동물의 털과 비듬

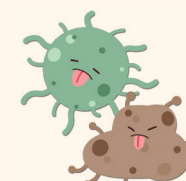


바퀴

##### 실외 항원



꽃가루



곰팡이

#### 비흡입성 항원물질

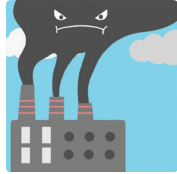


약물 등

## 악화인자



담배연기  
(직접 및 간접 흡연)



대기오염



비염, 부비동염,  
위식도 역류 등의 질환



호흡기 감염



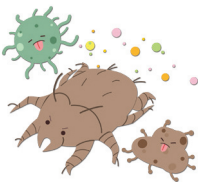
음식  
(아황산염 함유 음식)



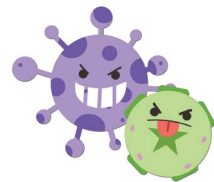
저체중 출산



약물  
(베타차단제, 비스테로이드성  
진통소염제)



원인 항원



인플루엔자, 감기 등  
바이러스 상기도 감염



흡입성 자극물질  
(대기오염, 찬 공기, 자극성 가스, 기후변화)



운동 및 과도호흡

## 3. 천식발작의 이해

천식 환자는 평상시 증상 조절이 잘 되어 있더라도 여러 가지 자극에 의해서 갑자기 숨이 찰 수 있으며, 심한 경우에는 호흡 마비로 응급실 이송 도중 사망할 수도 있습니다.

따라서 아래와 같은 심한 천식발작의 증후가 있을 때는 신속한 치료가 필요하며 우선적으로 집이나 학교에서부터 치료가 시작되어야 합니다.



## 천식 증상이 갑자기 악화되는 천식발작의 경우 다음과 같은 징후를 보입니다.

- 앉아 있거나 천천히 걸어도 호흡이 곤란하다.
- 속효성 기관지 확장제로 치료해도 좋아지지 않는다.
- 밤에 기침이 나고 숨이 차서 잠들기 어렵다.
- 호흡과 맥박이 빨라진다.
- 입술, 혀, 손끝과 발끝이 파래진다.
- 식은 땀이 나고 정신이 몽롱해진다.
- 평소에 하던 활동을 계속하기 어렵다.

## 4. 천식발작 시의 올바른 대처법

### 1. 안정을 취한다

편하게 숨쉴 수 있는 자세를 취하고 천천히 깊게 숨을 쉬도록 합니다.

### 2. 증상 완화제를 투여한다

속효성 기관지 확장제를 정량식 분무기나 연무기(네불라이저)를 사용하여 흡입시켜야 하며 효과가 없으면 20분 간격으로 2회 반복할 수 있습니다.

### 3. 증상이 호전되지 않으면 응급실로 간다

병원으로 이송하는 도중이라도 증상이 호전되지 않으면 속효성 기관지 확장제는 반복 흡입합니다.

### 천식환자 응급상황 대처요령



의자에 편하게 앉기



증상완화제로  
응급처치하기



119 신고 후  
응급처치 반복하기

**다음과 같은 경우에는 반드시 병원으로 가야 합니다.**

- 이전에 심한 발작으로 중환자실에 입원했던 경우
- 호흡 곤란이 심하고 입술이나 손끝이 파래지는 경우
- 속효성 기관지 확장제를 투여해도 반응이 없는 경우
- 속효성 기관지 확장제 투여 후에도 최대호기유속치가 예측치의 60%미만일 때



병원에 도착 후 의사에게 발작이 일어나기 전의 증상, 의심되는 약화 요인, 발작이 일어났을 때의 상황, 학교에서 사용한 약제의 용량과 횟수 등을 자세히 설명한다.

## 5. 천식관리의 단계적 지침

학교에서는 천식 학생의 관리를 위해 자체적인 정책과 절차를 개발하여 업무에 참고할 수 있습니다.

- 모든 보건교사를 포함한 교직원들이 천식을 이해한다.
- 천식 학생의 학부모는 자녀에 대한 정보를 제공한다.
- 천식 기록카드를 작성하여 보관한다.
- 천식발작 응급상황 대처법의 포스터를 비치한다.
- 천식 관련 기구 사용법을 숙지한다.
- 천식 증상을 예방하는 방법을 숙지한다.

## 6. 천식 치료의 목표 및 치료 방법

### 천식 치료의 목표

치료의 목표는 증상을 완화시키고 재발과 악화를 예방하여 가능한 한 정상 폐기능을 유지시키면서 정상적으로 일상생활을 유지할 수 있도록 하는 것입니다.

### 천식 치료의 방법

천식의 원인과 자극물질을 주위에서 제거하는 환경요법, 급성 천식증상을 해소하는 완화제나 지속성 천식을 조절하기 위해 조절제를 투여하는 약물요법, 원인 물질에 대한 면역력을 키우는 면역요법 등이 있으며, 반드시 전문의의 지시에 따라 진단과 치료를 받아야 합니다.





## 학동기소아천식 올바른 알기

### 감수

대한 소아알레르기 호흡기학회

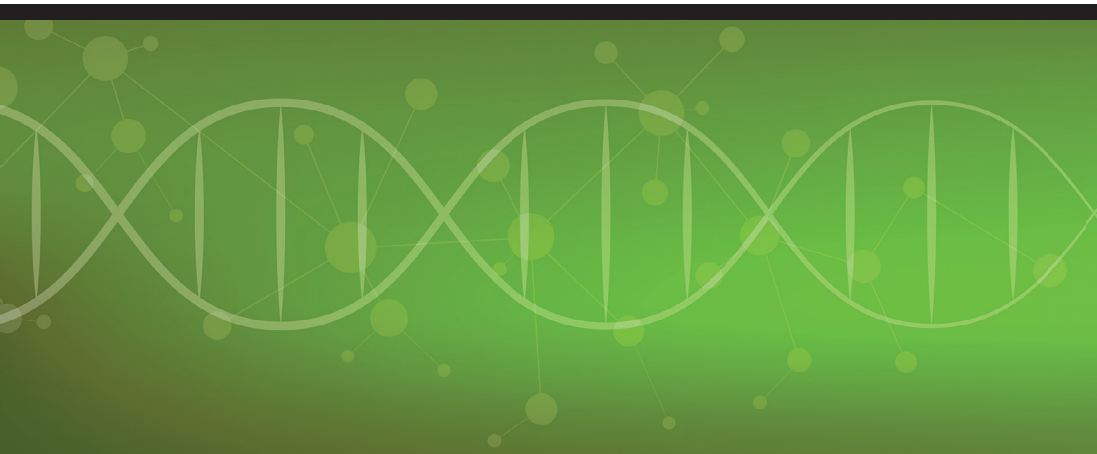
대한이비인후과학회

대한천식알레르기학회

대한피부과학회

한국천식알레르기협회





본 자료는 사전동의 없이 수정하거나 삭제하여 사용할 수 없습니다.

두|표지|