알레르기 체질의 원인과 치료

홍 천 수 · 연세의대 세브란스병원 알레르기클리닉

알레르기 체질이란 알레르기성 질환이 발병되기 쉬운 신체상태를 뜻하는 것으로 이해되지만, 이 말은 의학용어로 사용되고 있는 단어는 아니다.

알레르기성 질환으로는, 눈의 충혈, 눈 가려움증, 눈물, 눈부심, 결막 부어오름의 증상을 보이는 알레르기성 결막염, 재채기, 물같이 맑은 콧물, 코막힘, 입천장 가려움증의 증상을 보이는 알레르기성 비염, 기관지에는 심한 기침과 가래, 숨찬 증상, 가슴 속의 색색소리를 주로 호소하는 기관지 천식 또는 알레르기성 기관지염, 피부에는 발적, 팽진 및 가려움증이 동반되는 두드러기, 아토피 피부염이 있다.

그 외에도 병명을 붙이기 어렵지만 눈 · 코 · 목 · 입 · 귀 · 얼굴 및 피부에 불편감을 동반하는 증상이 있으며, 벌독에 의한 전신성 쇼크, 약물 알레르기 반응, 구토, 복통, 설사 등의 위장관 알레르기성 질환이 있다.

한편 알레르기성 질환을 일으키는 원인은 공기 속에 소량이 있어 숨쉴 때 흡입되어 반응을 일으키는 물질로써, 실내 공기 중에는 집먼지 진드기, 바퀴, 고양이털, 곰팡이 포자가 있으며 실외 공기중에 있는 원인물질로는 꽃가루, 곰팡이 포자 및 하루살이, 나방 등의 곤충충체가 관여한다. 먹어서 체내로 들어오는 음식물 중에는 조개류 · 생선 · 우유 · 땅콩 · 계란 등이 알레르기성 질환의 원인으로 많이 관여하는 것으로 알려져 있다. 음식물 중에는 밀가루와 메밀가루처럼 먹어서 뿐 아니라 공기 중의 분진상태인 것을 흡입함으로도 알레르기 증상을 나타내는 식품도 있다.

그 외에도 직업적으로 접촉하는 각종 화학물질이 알레르기 증상의 원인이 될 수 있다. 알레르기 반응을 일으키는 원인 물질 중 흡입성 항원이 알레르기성 질환의 원인으로 더 많이 관여하며 이 중 집먼지 진드기가 전 세계적으로 가장 중요한 원인으로 지목받고 있다.

알레르기성 질환이 발생되기 위해서는 먼저 원인물질에 폭로됨으로써 알레르기 반응을 일으키는데 관여하는 면역글로부린 E를 만들고 이 면역글로부린 E가 우리 몸 전신에 있는 비반세포에 붙게 되며 이런 상태에서 다시 동일한 원인물질이 우리 몸으로 들어오면 비반세포와 접촉하여 이때 이 비반세포로부터 히스타민 및 여러 반응성 물질을 분비한다. 그러므로 반응이 일어난 장소에 따라 여러 모양의 알레르기 증상이 일어나게 된다.

알레르기성 질환이 발생하기 위해서는 선천적으로 면역글로부린 E를 잘 만드는 유전적 소인과 원인 항원이 많이 있는 후천적인 환경적 요인이 동시에 필요하다. 즉 선천적으로 면역기능 저하 상태로 태어난 어린이라도 철저히 관리된 무균실에서 기르면 정상적인 생활 발육이 가능하고, 또 일란성 쌍둥이를 출생 직후부터 서로 다른 환경에서 기르면 알레르기성 질환의 발병률에 차이가 있다고 보고되고 있다.

알레르기 체질인지 아닌지를 알아내기 위해서는 알레르기 피부시험을 시행하면 간단하게 확인할 수 있다. 집먼지 진드기 · 쑥 꽃가루 · 고

양이털 · 바퀴 등 몇 가지의 흔한 알레르기 원인물질로 알레르기 피부시험을 시행하고, 하나 이상의 항원에 강한 반응을 나타내면 이런 사람은 그 물질에 대하여 특이 면역 글로부린 E를 가지고 있다고 판단한다.

알레르기성 질환이 잘 발생하는 알레르기 체질자로 발전되는데는 출생 후 첫 1년 간이 매우 중요한 영향을 미친다고 한다. 즉 이 기간 동안에 상기도 감염증을 자주 앓거나 담배연기를 간접흡연하거나 첫 3~6개월간 우유를 섭취하거나 집먼지 진드기 항원량이 높은 곳에서 출생 후 첫 1년을 보낸 경우에 알레르기성 체질자로 발전할 가능성이 매우 높다.

그외에도 대기 중 오존 농도가 높아지면 호흡기 알레르기 질환의 발병률이 높아지며, 또 자동차 배기가스 중 검뎅이 즉 디젤엔진에서 발생되는 미립자에 의한 오염이 높아지면 꽃가루에 대한 감작률이 증가되는 것으로 보고되고 있다.

결국 알레르기 체질은 소질을 가진 태아-양측 부모가 모두 알레르기성 질환이 있는 태아, 첫째 아기가 아토피 질환인 부부가 둘째 아기를 임신한 경우-가 태어난 후 후천적으로 만들어지는 것이므로 일찍부터 관심을 가지고 양육하면 알레르기 체질로 되는 확률을 많이 감소시킬 수 있다.

즉 튼튼하고 영양이 좋은 아기를 출산하여 상기도 바이러스 감염증에 걸리지 않도록 하고 모유를 먹여서 아기의 위장을 튼튼히 하며, 우유 · 계란 · 땅콩 등 알레르기성 식품에 조기 폭로되는 것을 방지한다. 또 집먼지 진드기가 자라지 않도록 이부자리 관리를 철저히 해 출생 후 첫 1년 동안 집먼지 진드기 항원에 노출되지 않도록 하고, 부모들이 실내에서는 금연하여 자녀들의 간접 흡연을 줄여주도록 하며, 고양이 · 개 등 애완동물을 가까이 않도록 하는 것이 큰 도움이 된다고 보고되고 있다.

한편 높은 농도의 집먼지 진드기에 지속적으로 폭로되면 어른들도 감작되어 알레르기성 질환으로 발병될 수 있으므로 집먼지 진드기의 박멸대책을 세워야 할 것이다. 여러 가지 방법이 제시되고 있으나 우리 나라 생활습관에 맞는 효과적인 방법이 아직 소개되지 않고 있다. 현재까지 알려진 가장 좋은 방법은 이불 · 요 및 베개의 호청을 자주 삶도록 하고 그 내용물은 잘 말리며 또 먼지를 잘 털어내도록 하는 것이다.

한편 20세기에 들어 알레르기성 질환이 많이 발생하게 된 이유로 산업화를 통한 대기오염 특히 오존 및 디젤엔진의 매연이 주범인 것으로 지목하고 있다. 우리 나라도 점차 알레르기 체질자 및 알레르기성 질환자의 수가 급격히 증가하는 상황인바, 개인적으로도 많은 노력을 기울여야 하겠지만 사회적으로 또 국가적인 차원에서도 장기적인 대책수립이 필요할 것이라 생각된다.

일반적으로 알레르기성 질환의 치료로 원인 회피, 증상에 대한 약물요법 및 면역기능조절 방법인 면역요법이 있으며, 이 삼자가 잘 조화될 때 만족할 만한 치료 효과를 기대할 수 있다. 증상에 대한 대증요법은 나타난 부위에 따라 사용하는 약물에 차이가 있을 것이며, 면역요법은 약물사용이 부적합하거나 효과가 없거나 치료에도 불구하고 점차 병이 진행되는 양상이면 적절히 선택하여 알레르기 전문의의 지도하에 치료받을 수 있다.

결국 가장 중요한 치료 원칙은 확실한 원인을 규명해 적절히 회피토록 하고 회피할 수 없는 항원이면 알레르기 반응이 일어나지 않도록 면역반응을 조절하는 면역요법으로 치료할 수 있다.