



# 여름철 급성 감염성 장염

계절의 여왕 5월이 다 가고 본격적인 여름철로 접어들었다. 지구 온난화 현상 등 최근의 기상이변 때문인지 올해의 봄은 더욱 짧았던 것 같다. 이제 한낮의 기온은 월드컵 열기만큼이나 달아오른다. 물신 풍기는 향긋한 잔디와 짙어지는 숲의 푸른 냄새는 5월의 꽃향기를 방불케 한다. 이토록 싱그러운 신록과 더불어 성하의 고지를 향한 계절의 발걸음은 점점 가속화되고 있다.

그에 따라 음식물을 통한 소화기 계통의 시달림을 받을 수 있는 위험은 높아진다. 무더위와 함께 각종 급성 장염 병원균이 우리 주변에 도사리고 있기 때문이다.

## 급성장염이란 무엇이며 왜 악어나는 것인가?

급성장염은 장 점막의 급성염증을 말한다. 어떤 형태든 입을 통하여 외부의 부적절한 물질이 소화기 내로 투입됨으로써 장내에 병변을 일으키는 현상이다.

급성장염은 그 원인에 따라 감염성장염과 단순성장염으로 구분할 수 있다. 감염성장염이란 각종 세균이나 바이러스의 감염에 의하여 발생하는 것을 말하고 단순성장염은 너무 차거나 매운 자극성 음식물을 과다히 섭취하거나 식품 혹은 약물에 의한 알레르기 등으로 유발되는 장염이다. 여기에서는 감염성장염에 한하여 선별적으로 알아보고자 한다.

감염성장염은 세균 또는 세균에 의한 독소 등이 장으로 들어감으로써 발생한다. 여름철이면 온도와 습도가 높아짐에 따라 세균의 활동에 좋은 환경이 되기 때문에 장염에 감염될 위험이 높아진다. 특히 면역력이 약한 어린이나 노약자의 경우 이러한 위험은 상대적으로 높다.

## 감염성장염의 종류

감염성장염은 바이러스성장염과 세균성장염 등으로 구분되며 특히 어린이들에게 주로 발생하는 장염은 대부분이 바이러스성이다. 가장 잘 알려진 것은 로타바이러스에 의한 가성클레라이다. 세균성장염으로는 이질, 장티브스, 식중독 등이 있다. 로타바이러스에 의한 장염과 이

질 장티브스 등은 전염성 질환이므로 환자가 발생할 경우 철저한 방역을 필요로 한다. 세균성 식중독에 의한 장염은 전염성은 없지만 세균에 오염된 음식의 철저한 배제를 요하는 질환이다. 원인균으로는 살모넬라가 가장 흔한 것이며 그 외에 장염비브리오균, 황색포도상구균, 병원성대장균(O-157), 캄필로박터, 리스테리아균 등 다양하다. 여기서는 주요한 것 몇 가지에 한하여 소개코자 한다.

### 1. 로타바이러스

로타바이러스에 의한 장염은 주로 어린아이들에게서 많이 발생하며 이에 감염되면 처음에는 열이 나고 심하면 열성경련을 일으킬 수 있다. 감염 초기에는 감기 증세와 유사하여 오진하기 쉽다.

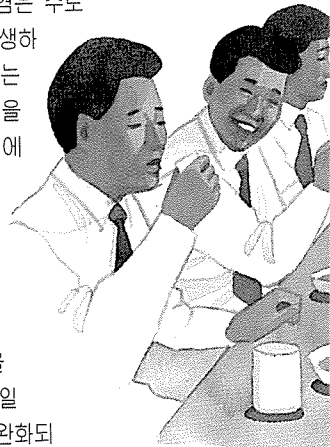
그러나 차츰 구토와 설사를 동반하게 된다. 심한 경우에는 먹은 것을 전부 토하고 물이나 약을 먹이기도 어렵게 된다. 2-3일 정도 지나면 토하는 것이 완화된 뒤 설사를 하게 된다. 약 1주일 정도면 차츰 좋아진다.

이는 전염성이 강하므로 바이러스가 묻어있는 손을 입에 넣거나 음식을 만지거나 하는 것은 절대 금물이다. 손을 자주 씻고 청결히 해야 한다. 감염된 어린이는 유아원 등의 집단생활에 참여하지 않도록 한다.

최근 수차 보도된 바 있는 일산 등지의 산후조리원 신생아 사망사고가 바로 이 로타바이러스가 원인이었음이 밝혀진 바 있다.

### 2. 세균성이질

세균성이질은 급성 염증성장염으로 감염력이 비교적 강한 전염성질환이다. 한동안 그 발생이 드물었으나 최



근에는 학교급식 등에 의해 집단적 발생보고가 잦아졌다. 주요 증세로는 고열과 구역질, 경련성 복통, 배변 후 불편감 등이다. 혈액, 점액, 고름이 섞인 대변이 특징적이다. 환자는 격리치료가 바람직하고 항생제로 치료가 가능하다. 아직 유용한 백신은 개발되지 않았다.

입을 통하여 전염되는 질현인 만큼 로타바이러스에서와 마찬가지로 손을 청결히 하고 음식에 세균이 감염되지 않도록 철저한 예방을 요한다.

### 3. 살모넬라증

살모넬라는 장염을 일으키는 대표적인 세균으로 오염된 육류, 낙농품, 계란 등의 식품을 섭취함으로써 감염되는 식중독이다. 이러한 음식을 섭취한 후 12-24시간이 지나면 증상이 나타난다.

심한 복통과 구토, 발열, 오한 등이 동반되며 설사의 경우 혈변과 점액변이 섞여 나오기도 한다. 증상이 악화되는 경우 경련이나 의식 장애를 일으키기도 하며 사망에 이르는 경우도 있다.

### 4. 장염비브리오

장염비브리오균은 가까운 바다의 어패류에 붙어서 번식한다. 장염비브리오균이 붙어사는 가자미, 문어, 오징어 등 생선류나 조개류를 날로 먹거나 덜 익은 상태로 먹을 경우 48시간 내에 중독성 장염 증상이 나타나게 된다. 주

로 더운 절에 발생하므로 여름에는 가급적 생선이나 조개류 같은 것을 날것으로 먹지 않는 것이 바람직하다.

주요 증세로는 복통과 발열, 오한 및 구토와 함께 설사를 동반한다. 혈변과 점액변이 섞여 나오기 때문에 세균성 이질과 혼동하기 쉽다. 5-6일 정도 지나면 치유되지만 심하면 사망에 이르기도 한다.

### 5. 병원성 대장균

O-157로 알려진 병원성 대장균에 의한 장염은 최근 일본 등지에서 집단적으로 많은 환자가 발생된 바 있다. 주요 증세로 설사와 복통, 경련, 의식장애를 일으킨다.

햄버거, 우유, 요구르트, 치즈, 상추 등 다양한 식품이 원인식품인 것으로 밝혀지고 있다. 잠복기간은 48일이다.


### 6. 황색포도상구균

포도송이 모양의 황색포도상 구균은 장마철에 식중독에 의한 장염을 일으키는 대표적인 세균이다. 주로 요리하는 사람 손의 상처를 통해서 음식물에 감염되며 여름철에는 빠른 속도로 증식하여 독소를 생성한다.

이러한 식품을 섭취할 경우 1-6시간 이내에 심한 복통과 구토 및 설사 등의 증세를 나타낸다.

### 급성장염의 예방관리

세균성장염은 어떤 형태로든 입을 통하여 세균 또는 세균에 의한 독소가 소화기 내에 유입됨으로써 발생하는 것이기 때문에 철저한 청결과 식품위생으로 이를 예방할 수 있다.

- 손을 항상 청결히 한다. 특히 음식을 만질 때나 외출하고 돌아온 후에는 반드시 비누로 손을 깨끗이 씻는다.
  - 냉장고를 과신하지 말아야 한다. 냉장고는 식품을 신선하게 보존할 수 있지만 절대 안전한 것은 아니다. 적정온도 유지관리에 유의한다.
  - 냉장고의 온도는 섭씨 5도를 넘지 않도록 유지한다.
  - 육류나 생선 두부 등 여름철에 신선도가 떨어지기 쉬운 식품은 구입 후 지체없이 냉장고에 보관토록 한다.
  - 한번 해동시킨 냉동식품은 다시 냉동시키지 않는다. 신선도가 떨어지고 세균에 오염될 위험이 높다.
  - 변질 가능한 음식물은 너무 오래 보관하지 않는다.
  - 먹던 음식을 장기간 반복적으로 냉장고에 보관하지 않는다.
  - 냉장고에 너무 많은 음식을 보관하지 않는다.
  - 행주는 매일 삶아 잘 말려서 사용한다.
  - 도마는 목재제품 보다 플라스틱 제품을 사용하고 식기와 함께 항상 깨끗이 씻어 물기를 닦아낸다.
  - 행주는 자주 삶거나 소독하여 잘 말려서 사용한다.
  - 여름철에는 생선이나 조개류 같은 것을 날것으로 먹지 않는다.
  - 상한 것 같은 의심이 드는 음식은 맛보는 것도 금물이다. 가차없이 버리도록 한다.
  - 음식은 잘 익혀서 먹고 물은 끓여서 마신다.
  - 도시락은 준비한지 4시간 이내에 먹도록 한다. 
- 홍문식(한국장애인복지진흥회 연구개발팀장·보건학박사)