

봄철 질병의 원인

황사 및 꽃가루로 인한 질환 대처법

황사는 해마다 3~5월에 중국 북부의 황토지대에서 미세한 모래먼지가 바람을 타고 한반도로 날아오는 현상으로 최근에는 중국의 빠른 산업화에 따라 중금속 물질 등이 다량 함유돼 있는 경우가 많아 건강에 큰 위협이 되고 있다.

알레르기성 결막염

황사와 봄철의 건조한 공기는 자극성 결막염과 알레르기성 결막염을 일으키기 쉽다. 알레르기성 비염과 동시에 나타나는 결막염으로, 특히 눈이 가렵고 눈물이 많이 나며 빨강게 충혈되고 눈에 뭔가 들어간 것 같은 이물감을 느끼는 것이 주요 증상이다. 눈을 비비면 끈끈한 분비물이 나오고 증세가 심할 경우 흰자위가 부풀어 오르기도 한다. 이때는 외출을 삼가는 것이 상책이다. 부득이 외출해야 할 경우 보호안경을 끼고, 귀가 후에는 미지근한 물로 눈과 코속을 깨끗이 씻어낸다.

알레르기성 비염

재채기가 계속되고 맑은 콧물이 흐르거나 코막힘 등이 주요 증상이다. 증상이 심하면 항히스타민제를 사용해 콧물이나 코막힘을 줄일 수 있으나, 졸립거나 입이 마르는 부작용이 따른다. 코점막 충혈을 완화하기 위해 혈관수축제를 콧속에 뿌리기도 한다. 크로몰린 소디움을 미리 코에 뿌려주면 예방할 수 있다.

기관지 천식

우선 공기중의 황사가 폐로 들어가면 기도(氣道) 점막을 자극해 정상적인 사람도 호흡이 곤란해지고 목이 아프다. 특히 기관지가 약한 천식환자나 폐결핵 환자가 황사에 노출되면 호흡이 아주 곤란해지는 등 위험한 상태에 빠질 수도 있다. 천식의 증상은 기침을 갑자기 심하게 연속적으로 하면서 숨이 차고 숨쉴 때마다 쉼쉼거리는 소리가 난다.

꽃가루 알레르기

꽃가루는 알레르기 결막염, 비염 및 천식 등의 원인이 된다.

알레르기 결막염의 경우 비염과 함께 나타나고 가려움증 때문에 고생하게 되며, 알레르기 비염은 점액성 콧물, 재채기, 가려움증 등이 나타난다. 또 알레르기 천식은 기침, 가슴 답답함, 호흡곤란 등의 증세를 보인다. 알레르기 질환의 예방은 원인물질을 피하는 것이 가장 좋은 방법이지만 증상이 심하면 전문의와 상의해 약물치료와 면역치료요법 등을 사용해야 한다.

이처럼, 황사 및 꽃가루로 인해 각종 눈병, 호흡기 질환은 물론 피부질환도 크게 늘어나고 있어 특히 어린이나 노약자의 경우 고통을 받게 된다. 따라서 가급적 외출을 삼가고, 외출 시에 황사 및 꽃가루 노출되지 않도록 긴 소매 옷을 입고, 귀가 후에는 반드시 손과 발 등을 깨끗이 씻도록 전문의들은 권고하고 있다. 