

# 봄철 알레르기 질환

김정아 / 홍명호\_ 고려대구로병원 가정의학과

## 들어가며

봄이 왔다. 피어나는 꽃들을 찾아 가족들의 나들이가 증가하는 계절이다. 그러나 이렇게 만물이 소생하는 봄철은 알레르기를 가진 환자에게는 괴로운 계절이 될 수도 있다. 봄철 알레르기는 특히 오리나무, 소나무, 자작나무 등의 나무 꽃가루에 의한 알레르기가 많은데, 이러한 알레르기는 면역 기전의 일종인 항원 항체간 반응 중 비정상적인 과민 반응을 뜻하는 것으로 알레르기의 어원을 살펴보면 그리스어 "Allos"에서 파생된 "변형된 반응"이라는 뜻이다. 알레르기는 부위별로 다른 증상을 보인다. 꽃가루 등이 우리 몸에 들어오면 면역 기관에서는 이를 항원으로 인식하여 항체의 일종인 IgE를 생산해내고 동일한 항원이 재차 체내로 들어오면 일련의 반응이 일어나 세포 내의 히스타민, 류코트리엔을 비롯한 많은 화학 매개체들이 유리되어 알레르기 반응이 일어나게 된다.

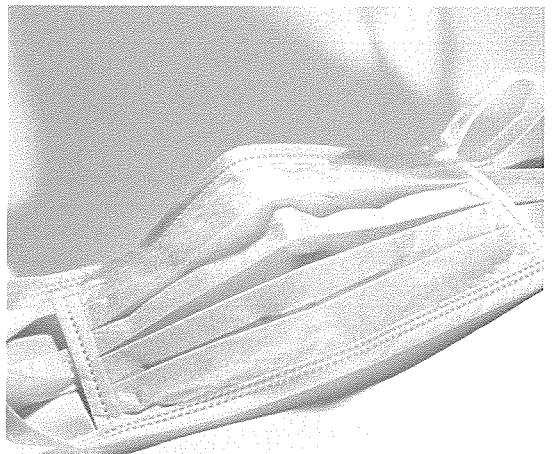
## 알레르기성 비염

알레르기성 비염은 알레르기의 원인인 꽃가루같은 알레르겐에 코의 점막이 노출되면 수분 이내 코가 가렵고, 맑은 물 같은 콧물이 심하게 나온다. 이러한 알

레르기 반응은 급성 반응으로 끝나지 않고 약 50%의 사람에게서 알레르기 항원에 노출 된지 3~12시간이 지나면 후기 반응을 일으켜 코가 막히고 콧물이 코 뒤의 목구멍으로 흘러 내리고 부비동에 압박감을 호소하게 된다. 모든 증상은 알레르겐에 대한 노출시기와 관련되어 있으며 비슷한 증상을 가진 가족력이 있는 경우가 많다. 코점막은 창백하지만 습하며 결막은 충혈되고 부어 있다. 알레르기성 비염은 이차적으로 세균에 감염되면 부비동염과 중이염을 유발할 수 있는데 이러한 이차 감염은 봄철 알레르기성 비염의 경우에는 그리 흔하지는 않다. 증상이 있는 계절 동안에 점막은 이미 부풀고 충혈이 있어 꽃가루 뿐 아니라 잠재적 과민성이 있는 여러 다른 항원에 대해서도 민감한 반응을 보이게 된다.

## 호흡기

기관지 천식이 있는 환자의 경우 꽃가루에 대한 알레르기 반응으로 숨찬 증세가 더욱 심해질 수 있다. 알레르기 항원은 몇 분 이내에 기도 반응성을 증가시켜 몇 주일간 지속되며 항원의 농도가 충분히 높을 경우에는 단 한번의 노출로도 매일같이 오랫동안 급성 기도 폐쇄가 발생할 수 있다. 일단 감작(感作)이 일어나면 환자는 매우 예민한 반응을 보이게 되어 아주 적은 양의 항원에 의해서도 병세가 아주 심하게 악화된다. 알레르기성 천식은 주로 소아와 청년층에서 흔하고 알레르기 항원에 노출되면 수 분 내에 즉각 반응으로 기관지 수축을 일으킨 후 바로 해소되지



만 30~50%의 환자에서는 이차적인 기관지 수축이 6~10시간 후에 발생한다. 천식의 증상에는 호흡곤란, 기침, 천명의 3대 증상이 나타나며 환자들은 대부분 마른 기침과 흉부 압박감을 느낀다.

### 결막염

봄철에 꽃가루가 날려서 눈으로 들어가면 결막에 염증이 생기는 알레르기성 결막염이 생길 수 있는데 이는 4월호에 자세히 기술하였으므로 이를 참조하도록 하자.



### 피부

봄에는 황사현상 등으로 먼지가 날리고 여러 가지 꽃가루 등의 알레르기 물질도 많아 피부가 더러워지기 쉬우므로 외출 후에는 피부를 청결히 하는 것이 좋다. 계절에 따른 호흡기성 알레르기 질환을 가진 사람은 봄철에 꽃가루에 의해 피부가 빨갛게 변하며 가려워지고 두드러기가 나는 경우도 있다. 두드러기는 염증에 의한 피부 상층부의 부종 때문에 피부가 일시적으로 부풀어 오르는 현상으로 가려움증을 동반한다. 봄철에는 산행 후 식물과의 접촉으로 접촉된 부위에 접촉성 피부염에 의한 습진이 관찰될 수도 있다.


## 진단

봄철 알레르기성 질환의 진단은 질병을 유발할 수 있는 잡초, 풀, 나무의 꽃가루가 날리는 시기와 일치하므로 정확한 병력이 진단에 가장 중요하다. 혈청 IgE가 흔히 증가하며 의심되는 알레르겐으로 피부 반응 검사를 함으로써 빠르게 원인을 발견할 수 있다.

## 결론

봄철은 즐거운 계절이기도 하지만 알레르기성 환자에게는 괴로운 계절이 될 수도 있다. 알레르기성 소인이 있는 환자는 다음과 같은 예방법을 잘 지키는 것이 중요하다.

### 봄철 알레르기 예방법

- \*밤에는 꽃가루가 집으로 들어오지 않도록 창문을 닫아놓는다.
- \*공기를 깨끗하고 차갑게 하기 위해 에어컨이나 공기 정화기를 사용하는 것이 도움이 될 수 있다.
- \*여행을 할 때는 차 창문을 닫는다.
- \*꽃가루가 날리는 것이 심할 때에는 외출을 삼간다.
- \*외출 때는 가능하면 안경과 마스크 등을 착용한다
- \*심한 경우 의사를 방문하여 약물 치료를 받는다. 항히스타민제, 크로몰린제, 스테로이드 등의 약물로 도움을 받을 수 있다. 

### \*참고문헌

1. 가정의학. 대한가정의학회. 225-233
2. 내과학. 대한내과학회. 1974-1983.
3. 피부과학. 대한피부과학회 4th edition. 154-183.