



닥터 Q&A

아토피피부염의 특징은?

대한소아알레르기 및 호흡기학회의 전국적인 조사에 의하면 아토피피부염으로 진단받은 초등학생이 1995년에 16.6%에서 2000년에 24.9%로 증가하여서 1960년대에 비하면 무려 6~8배나 늘어났다.

아토피 피부염의 가장 두드러진 특징은 심한 가려움증이다. 생후 3개월만 되어도 이불 깃에 비벼내고 뺨이나 눈 주위 얼굴을 비롯하여 머리 속과 가슴에 빨갱게 부풀어 오르기 시작해 심하면 진물이 생긴다.

그런데 나이가 들면 얼굴에는 없어지면서 팔다리의 접히는 부위에 나타나고, 피부의 걸층이 몹시 건조하고 비늘 모양으로 벗겨진다. 더 진행되면 피부는 두꺼워지고 주름이 증가하면서, 검은 색으로 변하는 모습은 마치 코끼리 살 모양(苔蘚化 lichenification)이 된다.

이 정도 진행되면 밤잠을 못 잘 정도로 가렵고, 손이 가는 부분은 상처기가 나도록 긁어서 피부는 벌집이 되어, 때로는 황색 포도상구균 감염이 일어나지만, 다행히 전신성 감염으로 퍼지는 경우는 드물다.

아토피 피부염은 어떻게 생기는가?

아토피피부염은 ‘타고 난다’는 의미로 ‘태열’이라고도 하는데, 부모의 아토피 유무가 중요하다. 즉, 양쪽 부모가 있으면 70%, 한 쪽 부모가 있는 경우에는 50%의 어린이에서 나타날 수 있다. 그러나 부모에게 아토피가 있는 경우에도 나타나지 않는 경우는 아직 잠재해 있기 때문이다.

그러나 생활환경과 식생활 형태에 따라 식품 알레르겐, 식품 첨가제 및 공해물질 등에 일찍 노출될 때 T임파구(TH2)를 가동시켜서



이 하 백

한양대학교 소아과 교수

얼마 전 5살 된 남아가 “아토피 때문에 왔어요” 하면서 진찰실 문을 열고 당당하게 들어왔다. 아마 다른 병원에서 진찰을 받고서 여러 가지 설명을 들은 모양이다. 더욱 재미난 것은 “얼굴에는 없는데 팔과 다리에 있어요. 긁지는 않아요. 인스턴트 식품을 안 먹었습니다” 하면서 묻기도 전에 연속적인 설명을 그럴듯하게 하였다. 이렇게 아토피피부염(atopic dermatitis)은 흔한 질환이 되고 있다.

참을 수 없는 가려움

아토피피부염 이렇게 치료한다



알레르기 항체(IgE) 생산을 증가시키고, 마침내 알레르기 체질로 변하게 된다. 특히, 아토피 피부염은 40~60%에서 식품알레르기와 연관성이 있다.

예를 들면, 어린이에게 모유 대신 우유, 계란, 콩, 땅콩, 밀가루, 생선과 냉면 등을 일찍 먹게 하면, 아직 미숙한 위장을 통하여 신속히 체내에 들어가서 알레르기 체질로 변하게 할 수 있다.

또, 담배연기, 집먼지 진드기와 애완동물의 분비물 등으로 오염되어 있는 실내가 건조하면 자기도 모르게 굵게 되고 피부 손상이 심해지면서 히스타민 등 수많은 세포의 화학매개체 (chemical mediator)들이 나와서 가려움증은 더 심해지게 된다.

왜, 증상이 오래 가는가?

아토피 피부염은 유전적, 환경적 그리고 면역학적인 요인들이 함께 관여하는 피부에만 국한된 것이 아닌 전신적인 질환이다. 아토피 어린이들 중 50%가 첫 돌 전에 나타나서 호전과 악화 과정이 반복되는 경우가 많으나, 2~3세 사이에 자연 치유되는 경우가 흔하다.

그러나 지속되는 아토피 피부염 어린이의 경우 식품알레르겐이나 환경적인 원인이 아직 해결되지 않는 경우가 많다. 또한, 아토피 피부염을 앓고 있는 중에 황색 포도상구균에 의한 감염증은 매우 중요한 악화 요인으로 여러 가지 독소를 생산하고 히스타민을 많이 만들어서 가려움증을 더하게 한다.

따라서 어떤 원인이 해결되지 않았을 때

「가려움증→ 긁는 것 → 염증 → 가려움증 악화」의 악순환이 반복된다. 또한, 나이가 들면서 아토피 어린이의 약 80%에서 천식과 비염으로 발전하거나 동반하기 때문에 세심한 주의와 치료가 중요하다.

아토피 피부염의 예방과 치료

아토피피부염의 근본적인 치료는 어렵지만 장기적 치료에 인내와 끈기를 가지고 다음과 같이 노력하면 고칠 수 있다.

- ♣ 가능한 한 모유를 1-2년 동안 먹여야 하고, 보충식은 적어도 6개월 이후 시작한다.

- ♣ 병력과 검사 결과에서 밝혀진 원인 식품과 환경 요인들을 피한다.

- ♣ 실내에서 흡연, 애완동물은 금하고 청결하게 하며, 온도와 습도는 높지 않아야 한다.

- ♣ 미지근한 물로 매일 샤워시키는 것이 좋으며, 문지르거나 뜨거운 물 목욕, 자극성이 있는 비누는 피하여야 한다. 샤워 후 3분 내에 '세라마이드' 성분이 들어 있는 크림형 보습제를 발라준다.

- ♣ 가려움증을 덜기 위하여 알레르기 전문의의 지시 하에 항히스타민제나 국소 항염증제인 스테로이드, 프로토픽(Protopic)이나 엘리델(Elidel) 등을 적당 기간 발라준다.

- ♣ 감염증에는 항생제 치료를 하고, 손톱은 짧게 깎아 주어야 한다.

- ♣ 정서적인 문제가 있을 때에는 조속히 해결해 주는 것이 중요하다.

- ♣ 검증되지 않은 약제와 민간요법은 오히려 증상을 악화 시킬 수 있다.