

잘못된 육아상식 바로잡기

# 손발이 차면 장이 안 좋은걸까?

www.lovenkid.com

손발이 차면 무조건 체했다고 생각하거나 장이 안 좋은 것이라 판단하는 경우가 많아서 소화제를 먹이거나 손발을 바늘로 따는 것은 잘못된 육아상식 중의 하나이다.

이는 아기가 주위 온도에 민감하기 때문에 생기는 경우이기 때문이다. 혹시 다른 경우 때문에 생기는 것은 아닌지 살펴보는 것이 필요하다.



● 아이는 주위 온도에 민감하다

손발이 차면 체했다고 생각하고 소화제나 백초시럽을 먹이거나 손발을 바늘로 따고 난뒤 소아과에 데려오는 보호자들이 많은데, 이러한 치료는 대부분 잘못된 경우가 많다.

어린 영아들의 손이나 발 등의 신체 말단 부위는 공기 중에 노출되어 있으면 주위 온도에 민감하게 반응한다.

쉽게 차가와 질 수도 있고, 따뜻하게 감싸면 쉽게 따뜻해지기도 한다. 이러한 현상은 어린 아이들의 피하 지방층이 얇기 때문에 생기는 것이다. 이러한 이유로 손발이 찬 아이들의 대부분은 정상으로 생각할 수 있다.

● 다른 증세인지 살펴본다

간혹 손발이 급작스레 차가와진 아이들의 경우가 있는데 이 경우는 대개 다른 문제로 소아과를 방문하게 된다.

대표적인 경우가 고열이 날 때로서 이때 말초 혈관이 수축이 되면서 오히려 손발이 차가워지는 아이들이 많다.

또한 소아가 심한 구토나 설사로 인하여 탈수가 심하게 생기게 되면 손발이 차가워지게 된다. 이 때는 아기가 많이 처져 보이고, 소변양도 많이 줄어들게 되는데 이러한 경우는 꼭 소아과에 방문하는 것이 필요하다.

● 전문의의 진료도 받아본다

아기가 별다른 문제없이 일시적으로 손발이 차가운 경우는 전혀 신경을 쓸 필요가 없다. 위에 언급된 대로 열이 동반되는지, 구토나 설사로 인한 탈수는 없는지 등을 살펴보는 것이 중요하다.

장기간 지속적으로 손발이 차가운 아이들의 경우에는 소아과 전문의의 진료를 받아 보면 이상이 있는지 여부를 판단 받을 수 있다.