

아토피 증상

아토피 피부염이란?

'아토피'란 말은 어원상 이상한 반응이라는 뜻을 가지고 있다. 아토피 피부염은 얼굴, 팔이 접히는 부위, 무릎 뒤 부위에 흔히 발생하는 습진성 질병이다. 대체로 전신의 피부가 건조하고 거칠게 느껴지며 심한 가려움증을 동반한다. 처음 발생하는 연령은 90% 이상이 2세 이하지만 최근 들어 정신적 스트레스의 영향인 듯 성인에게서도 나타나고 있다.

아토피 피부염의 가장 중요하고 힘든 증상은 가려움증이다. 가려워서 긁게 되면 습진성으로 변하고 이러한 변화가 피부의 가려움증을 악화시켜 합병증을 유발시킬 수 있다. 이 때문에 차분히 공부할 수 없는 어린이도 있다. 긁으면 그 자리에 코끼리 피부처럼 되어(태선화) 더욱 더 가려워지는 악순환이 일어난다.

아토피 피부염은 나이에 따라 특징적인 형태와 분포양상을 보이는데 영아기, 소아기, 사춘기 및 성인기 등으로 나눈다.

영아기는 생후 2개월부터 2세까지 주로 머리, 얼굴, 몸통 부위에 붉고 습하고 기름지고 딱지를

형성하는 병변으로 나타난다.

소아기는 3세 이후 사춘기 이전까지로 팔, 다리, 손목, 발목 등 구부러지는 부위의 피부가 두꺼워 지거나 구진, 인설, 색소 침착 등 건조한 피부 병변이 나타나며 이마의 태선화, 눈 주위의 발적 및 인설, 귀 주위의 피부 균열 및 딱지 등의 증상이 생긴다.

성인기에는 대체로 호전되어 약 30-40% 정도가 외관상으로는 피부염을 나타내지 않으나, 피부 건조, 자극성 물질에 의한 피부자극이 있으면 주부습진이나 가려움증 등 중증의 피부염이 발생하여 많은 약제사용 및 생활에 지장을 초래할 정

도로 고생하는 경우도 있다.

아토피 피부염의 특징은 우선 만성적이어서 일반적으로 10년 이상 계속되는 일도 드물지 않다. 아토피 피부염 환자에서는 음식물 알레르기가 흔히 있는데 달걀, 우유, 밀, 콩, 땅콩 등이 주로 알레르기를 유발한다.

실제 어렸을 때부터 밀가루 음식만 먹어도 가렵고 발적이 생겨 고생하는 학생으로부터 목욕 시 비누를 사용하거나 때밀이로 문지르기만 해도 가려움증으로 수시간이나 수일까지도 고생하는 사람도 있어 그 증상도 다양하다.

또한 피부가 건조한데 이는 겨울철이나 목욕을 자주하는 경우에 더욱 심하다.

정신적인 스트레스를 받으면 발적과 가려움증이

심해질 수 있다. 이러한 고통은 정신적인 불안, 우울증까지 생기며 지속적인 약물과다로 부작용을 일으키는 일도 있다.

집먼지, 진드기, 동물털, 음식물, 꽃가루, 곰팡이 등과 같이 일상생활에서 흔히 접하는 물질을 가지고 피내반응검사를 시행하면 두드러기 반응을 흔히 나타낸다. 또한 이러한 물질을 먹거나, 흡입하거나, 피부에 접촉할 때 수분 내지 수 시간 내에 피부 가려움증, 두드러기, 기침, 재채기, 콧물, 코막힘, 눈의 결막충혈, 눈물, 구토, 설사, 복통 등의 증상을 잘 나타낼 수 있으며 심한 경우 호흡곤란이나 쇼크를 일으킬 수도 있다. ㉞

〈출처 : 중앙일보 헬스케어〉

아토피 환자의 생활 가이드

1. 피부가 건조해지면 더욱 심한 가려움증을 느끼게 되므로 목욕을 자주 하거나 비누, 때미는 수건 등의 과도한 사용을 피해야 한다.
2. 목욕물에 타서 쓰거나 목욕 후에 사용하는 수용성 기름(오일)이나 보습제 등을 사용하면 피부가 건조해 지는 것을 예방할 수 있다.
4. 아토피 피부염은 온도와 습도 변화에 매우 예민하므로 방안의 온도와 습도(50~60%)는 항상 적정하게 유지시켜 주는 것이 좋다.
5. 모직이나 합성 섬유로 만든 옷이나, 지나치게 달라 붙은 타이즈나 스타킹 등은 피부를 자극하여 증세를 악화시키므로 부드러운 면으로 된 옷을 입히도록 해야 한다.
6. 털이나 먼지에도 매우 예민하게 반응하며 이런 것들이 피부에 닿으면 가려움증을 느끼게 된다. 따라서 애완동물, 털옷, 양탄자, 인형, 침대, 털이불 등은 피하도록 한다.
7. 많은 먼지나 해로운 화학 물질 등도 증세를 악화시킬 수 있으므로 주의한다.