

# 기관지 천식

글| 박성학(가톨릭대학교 의과대학 호흡기내과)

## 천식의 증상

기관지천식이란 말 그대로 기관지에 생기는 병이다. 인체는 산소가 5분만 공급되지 않아도 매우 위험하다. 우리 몸의 호흡기는 크게 기관지와 폐로 되어 있는데, 기관지는 코를 통하여 들이 마시고 내쉬는 공기가 들락날락하는 길에 해당된다. 폐는 기관지 끝에 풍선주머니, 즉 허파꽂리인데 가스교환이 일어나는 장소로 정맥혈을 산소가 풍부한 동맥혈로 바꾼다.

기관지천식은 기관지가 좁아져서 공기가 잘 들락날락하지 못하여 몹시 숨이 차고 숨쉴 때마다 '가랑가랑' 또는 '쌉쌉' 소리(이것을 천명음이라 함)가 나는 질환이다. 환자에 따라 가래가 많거나, 기침만 하거나, 호흡곤란만 올 수도 있지만 대부분의 환자는 이런 증상들이 함께 나타난다. 기관지천식의 주요 증상으로 기침, 호흡곤란, 가슴답답함, 천명음 등이 나타난다.

기침은 발작적이며 희고 끈적끈적한 가래가 동반되기도 한다. 특히 한밤중과 새벽에 심하게 나타나는 경우가 많다. 기침 때문에 잠에서 깨어나기도 하며 기침과 함께 쌉쌉소리(천명음)가 가슴에서 느껴지거나 들리기도 한다. 호흡곤란 증세는 증상 발작시에만 호흡곤란이 나타난다. 그러나 천식을 오래 앓아 기관지에 만성적 변화가 와서 폐기능이 감소되면 천식 발작 없이도 움직일 때 호흡곤란을 호소하게 된다.

기타 천식에서 함께 나타날 수 있는 증상으로 알레르기 비염이나 알레르기 결막염이 함께 오는 경우가 많다. 알레르기비염은 코의 안쪽 벽에 알레르기 원인 물질이 들어와 콧물, 코 막힘, 재채기 등의 증상이 나타나게 되며, 결막염의 경우 눈의 충혈과 가려움이 나타난다. 아토피 피부염도 어린이는 태열, 어른은 그냥 건성피부라고 생각하고 지나는 일이 많지만 천식과 동반되는 경우가 많다.

## 천식의 주요 원인

천식은 외인성 천식과 내인성 천식으로 구분한다. 외인성 천식은 집먼지진드기, 꽃가루, 곰팡이, 애완동물의 털과 비듬, 바퀴벌레 등의 알레르기 원인물질에 의해 생긴다. 내인성 천식은 원인 알레르기 물질을 외부 환경에서 찾을 수 없는 경우이다. 그러나 어떠한 요인에 의해서라도 일단 천식이 발생되면 기관지가 과민해져 정상인에서 문제가 안 되는 찬 공기, 저기압, 자극적인 냄새, 담배 연기, 매연, 음식물 첨가제, 특정 약물, 스트레스 등에 의해서 기관지가 좁아져 증상이 유발된다. 이들을 천식의 악화인자라고 한다.

쌩쌩거리는 숨소리가 있고, 기침, 숨찬 증상이 있는데 계속 있는 것이 아니라 앞에서 말한 바와 같은 악화 인자에 노출되었을 때 심해지고 오래가면 천식을 의심해 보아야 한다. 그러나 기침과 호흡곤란, 천명이 있을 때 천식으로 의심하여야 하나 이런 증상이 나타난다고 해서 모두 천식은 아니다. 천식으로 혼동할 수 있는 질환으로 심부전, 이물질 흡인, 위식도 역류, 기관지 결핵과 기관지 종양, 세기관지염 등이 있는데 이들 질환은 증상이 비슷하게 나타날 수 있으므로 반드시 전문의의 진찰을 받고 상의해 봐야 한다.

## 유전되지만 환경이 더욱 중요

많은 천식 환자, 특히 임신부의 경우 천식이 유전병인지에 대해서 무척 궁금해 한다. 결론부터 이야기하면 천식은 유전된다. 그러나 유전적인 요소 이외에도 성장하면서 접하게 되는 환경적인 요인이 더 중요하므로 유전 가능성을 염려하여 자식 갖는 것을 두려워 할 필요는 없다.

쌩쌩거리는 숨소리가 있고,  
기침, 숨찬 증상이 있는데 계속 있는 것이 아니라  
앞에서 말한 바와 같은 악화 인자에 노출되었을 때  
심해지고 오래가면  
천식을 의심해 보아야 한다.

보통 부모가 천식이나 비염이 있는 경우 자녀에게 천식이 생길 확률은 70%에 이르며, 한쪽 부모만 있는 경우는 30% 정도, 부모가 모두 건강한 경우에 자녀에서 천식이 생길 확률은 3% 미만이다. 그러므로 알레르기 병력을 가진 부모들은 자녀에게 천식이 생기지 않도록 환경관리에 노력하여야 한다.

진료를 하면서 기관지천식으로 진단되는 환자 대부분이 “기관지천식은 고질병이라던데, 평생 약을 먹어야 하나요?” 라는 질문을 한다. 분명히 천식은 단시간내 치료되는 질환은 아니다. 그렇다고 평생 천식으로 고통을 받으며 살거나 약을 먹어야 하는 질환도 아니다. 천식은 어떤 좋은 묘약을 써서 치료하는 병이 아니라, 환자 질환에 대해 잘 이해하고 이에 따라 조절을 함으로써 충분히 치료될 수 있는 질환이다.

#### 적절한 치료 및 관리가 가장 중요

그러나 적절한 치료를 하지 않으면 여러 가지 문제가 생긴다. 급성 악화시 제대로 치료를 못 하면 숨이 차고, 기침, 가래가 있어 괴롭기도 하지만 이것이 더 진행되면 폐렴, 기흉, 호흡부전 증 등의 심각한 합병증이 나타나고 심한 경우에는 사망할 수도 있다. 따라서 천식이 악화되면 응급 상황이 될 수 있으므로 단순히 감기나 기관지염 치료에 의존해서는 안 된다. 이렇게 급성 악화시기를 그때그때 잘 모면했다고 해도 이러한 악화가 자주 반복이 되면 후유증이 생긴다. 피부에 생긴 상처가 제대로 치유되지 않으면 보기 싫은 흉터가 남듯이 기관지도 염증이 자주 반복되다 보면 흉터가 남는다. 이러한 변화를 현미경으로 관찰해 보면 기도벽이 섬유화되고 기도의 근육이 두꺼워지고 점액분비선이 비후되는 등 돌이킬 수 없는 난치성 천식으로 진행하게 된다. 따라서 이러한 후유증이 생기기 전에 정확한 치료와 관리를 하여 정상적인 기관지로 회복되도록 해야 한다.

결론적으로 기관지천식은 유병률이 10% 정도인 아주 흔한 질환으로 간헐적인 천명음을 동반한 호흡곤란이나 만성 기침(특히 밤에 악화)이 있으면 일단 천식을 의심해 보고 병원을 방문하여 정확한 진단을 받아야 한다. 천식은 만성적인 호흡기 질환이지만 이에 대한 올바른 이해를 바탕으로 적절한 관리를 해나간다면 치료될 수 있는 질환이므로 조기 진단 및 적절한 치료가 중요하다. †