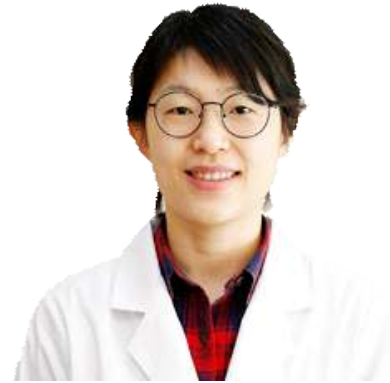


소아 알레르기 질환의 예방과 환경 관리법



대전성모병원 소아청소년과 양은애

오래전부터 알레르기비염 및 기타 급성 질환으로 나의 외래를 다니는 소아 환자와 그 보호자인 할머니가 있다. 주로 가까운 개인병원에 다니시나 가끔 할머니는 손자를 데리고 나의 진료를 보기 위하여 대전성모병원을 방문한다. 한 날은 할머니는 손자가 2주 동안 아침마다 배를 아파한다고 손자와 함께 내원하였다. 개인병원에서 약을 먹으면 좀 낫고 다시 약을 끊으면 아파한다고 하였다. 환아는 구토, 설사, 발열 등의 동반 증상도 없었고 식사도 잘한다고 하였다. 문진에서 환아가 먹는 음식 중에 새로운 음식이나 영양제 등은 전혀 없다고 하였다. 진찰상 환아는 아파 보이지 않고 야간 복통 등의 위험한 증후가 보이지 않아 위장약 등을 처방하고 일주일 후에 경과를 보기로 했다. 일주일 후, 환아는 조금 낫긴 하지만 여전히 아침마다 복통으로 힘들다고 하였다. 그래서 나는 혈액 검사와 영상 검사를 진행할 것을 환아의 할머니에게 설명하였고 마지막으로 다시 한번 특별히 먹이는 것이 없냐고 물었다. 할머니는 다시 ‘아 ~없다니까~~~’ 하셨다가 잠시 후 슬며시 아침마다 화분을 한 손갈씩 먹인다고 하였다. 환아는 이전부터 알레르기비염이 심하였고 알레르기 검사에서 여러 가지 꽃가루에 감작되어 있던 상태였다. 나는 화분의 섭취를 중단시켰고 그 이후 환아의 복통은 아무런 검사 및 치료 약물 없이 완전히 사라졌다.

이렇듯이 우리는 일상생활 중에 노출되는 여러 가지 요인으로 인하여 알레르기 질환이 발생하고 이로 인하여 고통을 받는다. 아나필락시스처럼 심한 알레르기 증상도 있지만 상기 사례와 같이 특정 식품에 발생하는 복통도 알레르기 증상일 수 있다. 분유만 먹고 있는 신생아 또는 영아에서 혈변을 보거나 반복적인 구토, 식이부전 등의 문제도 호산구성 위장염, 또는 호산구성 직결장염이 원인이 될 수 있다. 아토피피부염, 알레르기비염, 천식과는 다른 기전이지만 이러한 질환도 우유 단백질 알레르기에 의해

발생하는 일종의 알레르기성 질환으로 볼 수 있다. 빵만 먹으면 두드러기가 발생하는데 국수나 계란, 우유를 먹으면 괜찮은 환아의 경우 이스트(빵 만들 때 넣는 빵을 부풀게 만드는 곰팡이)만 감작이 되어 있는 경우도 있고 3개월 전부터 두드러기가 발생하고 코가 막히는데 그 무렵부터 개를 키우기 시작한 경우에 검사상 개 비듬 항원에 감작되어 있는 경우도 있다. 이처럼 알레르기 질환이 있을 때 해당 알레르기 발생 원인을 정확하게 찾고 원인을 개선하거나 제거하는 것이 알레르기 질환을 치료하는 데 필수적이다. 동물 항원은 제거하는 것이 원칙이지만 할 수 없다면 고양이는 가능한 일주일에 한 번, 자주 목욕을 시켜 알레르겐을 줄이는 노력을 해야 하며 반려동물로 환아가 알레르기 원인 동물과 헤어질 수가 없는데 천식 또는 심한 알레르기비염의 질환을 앓고 있다면 해당 동물 알레르겐에 대하여 면역치료도 고려하여야 한다. 집먼지진드기는 가장 흔한 연중 알레르겐으로 문제가 많이 된다. 따라서 아토피·천식 교육정보센터 소식지(Vol.1, 2020)의 충남대학교병원 노의정 교수님의 글에서 언급된 바와 같이 집먼지진드기를 줄이는 노력을 하여야 하며 이런 노력에도 불구하고 증상이 잘 조절되지 않거나 약을 끊을 수 없다면 설하 또는 피하 면역치료를 고려해 볼 수 있다. 또한 집먼지진드기와 동물에 함께 감작되어 있는 환아의 경우 알레르기 증상이 매우 심하게 나타나므로 집먼지진드기에 감작되어 있는 환아에서 아주 어린 영유아 시기가 아닌 초등시기 이후에 동물을 새로 키우려 한다면 동물 알레르겐의 감작 가능성에 대하여 고민하고 키울 것을 결정하여야 한다.

집먼지진드기, 동물, 꽃가루 알레르겐 등의 흡입 알레르겐이 주로 알레르기비염 또는 천식 등의 알레르기 질환을 유발한다면, 식품 알레르겐이 식품알레르기 또는 아토피피부염을 잘 유발한다. 식품알레르기를 동반한 소아에서 아토피피부염의 유병률이 특히 증가하는 경향이 있다. 국내에서 식품알레르기의 주요 원인으로 알려진 식품에는 계란, 우유, 밀, 갑각류, 생선, 호두, 돼지고기, 땅콩, 조개류, 복숭아, 콩 등이 있다. 그러나 식품알레르기의 가능성이 있는 소아에서 이유식을 가능한 늦게 먹이거나, 임신 또는 모유수유 중에 엄마의 식이를 근거없이 제한하는 것은 이제 더이상 추천되지 않는다. 모유는 저 알레르기성 성분으로 조기 습진을 감소시킬 수 있어 생후 4-6개월 동안 먹일 수 있으면 먹일 것을 권장하며 4-6개월에 이유식을 시작하면서 한 번에 한 가지 종류의 새로운 식품을 3-5일간 섭취하는 것을 권장한다.

흔히 알레르기 질환이라 하면 완치가 없는, 약 먹을 때만 잠깐 좋아지는 질환으로 생각하는 분들이 많다. 그러나 알레르기 발생의 원인을 찾고 이를 관리 및 치료해

주는 것은 성장하는 소아에서 매우 중요한 과정이다. 따라서 알레르기 질환을 앓고 있는 소아 및 보호자는 긍정적인 마음을 가지고 의료진과 지속적인 협력 체계를 구축하면서 아이에게 적절한 치료 환경을 제공하는 것이 필요할 것이다.

