

소아청소년기의 특이한 현상, 알레르기 행진

소아청소년과 정은희 교수

대전광역시 아토피·천식 교육정보센터장

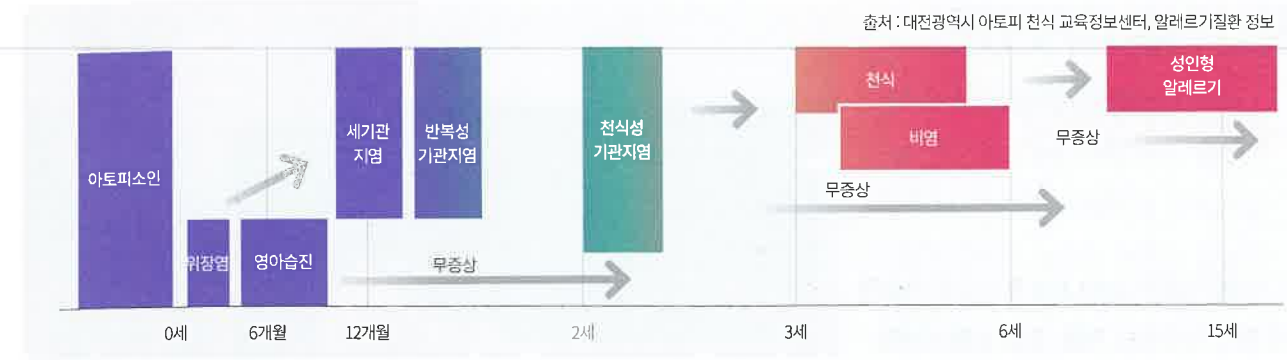
소아의 경우 알레르기질환이 하나의 흐름과 같이 시기에 따라 다양한 증상으로 순서대로 나타나는 경향을 보이기도 한다. 이러한 경과가 마치 군대에서 대열을 지어 차례차례로 행진하고 있는 모습과 비슷하다 하여 '알레르기 행진'이라고 부른다.



알레르기 행진이란?

영유아기의 알레르기는 성장하고 있는 시기에 발생하기 때문에 성인 알레르기와 다른 점이 많은데, 그중의 하나가 성장하면서 증상이 달리 나타나기도 하고 사라지기도 하는 '알레르기 행진(Allergy march)'이다.(그림) 알레르기

의 첫 증상은 생후 1개월을 전후하여 우유와 같은 식품에 의해 나타나고 대부분 설사, 구토, 보채는 경향을 보인다. 즉 음식물에 의해서 위장관의 알레르기 반응인 '식품 알레르기'가 나타난다. 생후 1~2개월에 접어들면서 얼굴의 양 볼에 습진이 나타나는데 이를 '태열'이라고도 하며 반복적으로 가려워하며 전신으로 퍼지기도 하는 전형적인 '아토피 피부염'이 나타나기 시작한다. 생후 3~4개월



(그림) 소아에서의 알레르기 행진(Allergy march)

에 접어들면서 세기관지염이 발생하면서 생후 5~12개월에는 자주 기침을 하고 숨소리에 가래가 찬 것 같은 소리 또는 '씩씩'거리는 소리가 들린다. 그래서 '우리 아이는 감기를 자주 앓는다'라고 말하기도 한다. 즉 천식과 구분되지 않는 천명 기관지염이 나타난다. 3~4세 경에 이르면 전형적인 '천식'의 임상 증상을 가지게 되고, 그 후 중학교 연령이 되면 일부에서는 천식 증상이 더 이상 나타나지 않는 반면, 일부는 그 상태로 사춘기를 지난다. 학령기에는 콧물이 흐르며 재채기를 자주하고 코가 막히는 '알레르기비염' 증상이 점차 증가한다. 이러한 증상들은 식품과 주거 환경에 따라 시기적으로 일찍 또는 늦게 나타나기도 하고 같이 동반되어 나타나기도 하며 또 순서가 바뀌면서 나타나기도 한다. 이러한 경과가 마치 군대에서 대열을 지어 차례차례로 행진하고 있는 모습과 비슷하다 하여 '알레르기 행진'이라고 부른다.

알레르기 행진은 왜 소아에서 나타나는 것일까?

소아는 접촉되는 항원의 종류가 연령에 따라 다르고 해부학적으로 생리학적으로 또는 면역학적으로 기능이 변화하기 때문에 알레르기 증상 또한 다르게 나타난다. 그러나 모든 환자가 이러한 경과를 밟는 것은 아니다. 예를 들어 어릴 때 '태열'이 있다가 전형적인 아토피 피부염 증상을 가지게 되는 아이에게서 다른 알레르기성 질환들은

나타나지 않을 수 있다. 어떤 환자는 어릴 때는 전혀 문제가 없다가 6세경에 처음으로 천식 증상을 경험하게 되는 수도 있으며, 어떤 환자는 사춘기에 알레르기비염이 나타나서 알레르기성 체질이라는 것을 처음 알게 되는 경우도 있다. 또 어떤 환자는 초등학교 시절 천식과 알레르기비염 증상이 거의 같은 시기에 처음 시작하는 경우도 있다.

알레르기 행진의 위험군과 예방하는 방법은?

알레르기질환의 소인이 있으면 환경적 요인에 따라 알레르기질환이 발생할 가능성이 높다. 가족 중에 알레르기질환이 있고 돌 이전에 심한 아토피 피부염이 있으면 알레르기질환으로 진행될 가능성이 높은 '위험군'에 속한다. 위험군에서 알레르기질환의 발생을 예방하는 방법으로 현재까지 알려진 것으로 천식 발생에 예방 효과가 있는 것은 태아기부터 지속적으로 흡연에 대한 노출을 피하는 것(간접흡연도 피해야 함), 4개월 이상의 모유 수유, 운동, 건강한 식사 등이 있다. 아토피 피부염 예방을 위해서는 모유 수유와 신생아기부터 보습제를 잘 사용하는 것이 피부 장벽을 강화하여 아토피 피부염 예방에 도움이 될 수 있다. 또한 환경적 요인을 변경시켜 식품, 환경, 생활 방식을 바꾸어 호흡기·알레르기질환으로 진행되는 알레르기 행진을 차단하거나 예방하도록 한다. ☺



소아청소년과 정은희 교수는 호흡기 질환, 알러지 질환, 천식 등을 전문으로 진료합니다. 좌측 QR코드를 스캔하시면 해당 전문의의 진료 정보를 확인할 수 있습니다.

