

단디 챙기는 알레르기와 아토피에 대한 요긴한 정보

단디 알아요





경상남도 아토피·천식 교육정보센터

센터장 이주석



알레르기 걱정 없는 밝고 건강한 경상남도를 위해!

최근 생활환경 변화에 따른 알레르기 질환의 지속적인 증가로 사회적 부담이 커지고 있습니다. 경남은 전국 시도별 인구로는 4위를 차지하고 있습니다. 그러나 아토피피부염, 천식, 알레르기비염 등 대표적인 알레르기 질환의 유병률은 전국 3위로 타 시도보다 높은 유병률을 보이고 있습니다. 알레르기 질환은 환자 본인뿐만 아니라 가정 내 구성원들의 삶의 질까지 떨어뜨릴 수 있는데, 이러한 경향은 특히 소아에서 두드러집니다. 또한, 잘못된 정보로 인한 불필요한 비용 지출과 알레르기 질환의 악화를 겪는 경우도 흔히 발생합니다.

이와 같은 잘못된 정보의 부작용과 피해로부터 경상남도 도민을 보호하고 건강을 증진시키기 위해 경상남도과 질병관리청이 공동으로 '경상남도 아토피·천식 교육정보센터'를 설립했습니다. '경상남도 아토피·천식 교육정보 센터'는 지역사회에 알레르기 질환에 대한 예방관리와 교육, 아토피·천식 안심학교의 체계적 관리 및 전문상담 등 전문적인 알레르기 정보를 체계적으로 전달하는 알레르기 질환 전문센터입니다. 알레르기 질환을 앓고 있는 환자나 가족은 물론 이들 질환에 관심이 있는 경상남도 도민 여러분들께 최상의 상담, 교육 및 예방의학 서비스를 연중 상시로 제공하여, 알레르기 질환의 효율적인 관리를 통한 건강한 지역사회를 구축하는데 최선을 다하겠습니다.

2023년 경상남도 아토피·천식 교육정보센터 연간 일정표

1월 · 센터 홍보 영상 제작	2월 · 보건소 예방관리사업 담당자 1:1 대면 설명회	3월 · 보건소 예방관리사업 담당자 1:1 대면 설명회 · 센터 홍보 행사 · 안심학교 교육자료 배포	4월 · 제1차 운영위원회 · 제1차 자문위원회 · 경상남도교육청 연수 강좌
8월 · 안심학교 학부모교육	7월 · 제2차 운영위원회 · 인증 안심학교 서면평가 · 그림공모전 접수 · 표어공모전 접수	6월 · 정기총괄회의 참석 · 인증 안심학교 접수	5월 · 솜뽕 콘텐츠 공모전 접수 · 소식지 3호 배포 · 안심학교 보건/보육교사 아카데미(상반기)
9월 · 인증 안심학교 현장평가	10월 · 안심학교 보건/보육교사 아카데미(하반기)	11월 · 소식지 4호 배포 · 제3차 운영위원회 · 제2차 자문위원회 · 학부모 아카데미	12월 · 정기총괄회의 참석

경상남도 아토피·천식 예방관리사업 현황



경상남도 아토피·천식 교육정보센터는 2021년 11월 개소하여 현재 경상남도 내 15개 지역의 보건소와 아토피·천식 예방관리사업을 수행하고 있습니다. 2022년 어린이집 31개, 유치원 40개, 초·중·고등학교 34개에서 2023년 현재 어린이집 59개, 유치원 49개, 초·중·고등학교 56개로 총 164개 기관에서 아토피·천식 안심학교를 운영하고 있습니다.

경남아토피천식교육정보센터 개소 후 발자취

2021. 11

알레르기질환에 대한
올바른 정보를 제공하고자

**경상남도 아토피·천식
교육정보센터 개소**



2022. 4

아이들의 시선에 맞춘
알레르기질환 교육 제공

**안심학교 어린이집/유치원
대상 동화구연 실시**



2022. 6

영유아 및 보육교직원의
알레르기질환 예방 관리를 위한
정보 교류, 교육 및 상담 제공

**경상남도 육아종합지원센터
업무 협약 체결**



2022. 5

알레르기질환 응급 상황 대처법
정보 제공으로 학생들의 학습능력
향상 및 교육 현장에 도움이 되도록 기여

**2022년 상반기
보건·보육교사 아카데미**



국립공원 건강나누리 캠프
참여가족에게 올바른 정보 제공

**통영 한려해상생태탐방원
환경성질환 교육**



2022. 2

안심학교 학생들의 눈높이에 맞는
정보 제공을 위한 동화구연 실시

**(사)부산문화콘텐츠개발원
업무 협약 체결**



2022. 8

경상남도 내 보건의료인을 위한
알레르기 응급질환 응급처치
역량강화 교육 실시

보건의료인 교육





2022. 11

도민들이 알레르기질환 응급상황에
신속하고 올바르게 대응할 수 있도록
실습 체험을 진행함.

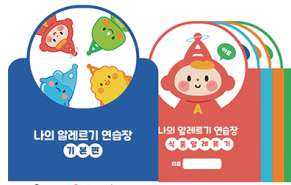
경남 안전체험박람회 행사 참가



2023. 1

초등학교 이상 학생들이
흥미롭게 참여할 수 있는
교육자료를 제작

교육자료 <알레르기연습장> 제작



2023. 4

지역사회 내 센터 홍보와 더불어
올바른 알레르기질환 정보를 제공

<함안 군민의 날> 행사 참가



업무처리 업무 담당교사를 위한
알레르기 발생기전과 응급처치법 교육

경남교육청 주관 경상남도교육연수원 교육



2022. 12

센터 운영 전반 관련,
연간 보고 및 확인, 안전 의논을 위한
회의 진행(연 2회 실시)

운영위원회 실시



2023. 3

교육 진행 시 보다 전문적인 정보를
제공하기 위한 센터 직원 교육 진행

대한천식알레르기학회 알레르기 교육강좌 참여



2023. 5

비대면과 일부 대면으로
상반기 안심학교 담당자 아카데미 진행

2023 안심학교 보건·보육교사 아카데미



학교 내 식품알레르기를 가진
학생을 안전하고 올바르게 관리하기 위한
연수 강좌 진행

경상남도교육청 소속 영양교사·영양사 식품알레르기 관리 연수 강좌



알레르기 면역치료

김정은 수내과의원 원장

알레르기 면역치료는

알레르기를 일으키는 원인물질인 알레르겐을 투여해서 면역을 유도하여 알레르기를 치료하는 방법입니다. 쉽게 설명하면 예방 접종과 비슷하게 알레르겐을 접종하여 면역력을 길러 알레르기를 치료한다는 개념입니다.

알레르기 면역치료는 1911년 꽃가루 알레르기비염 환자에서 꽃가루 성분을 예방접종하듯이 피하주사를 하는 방법으로 처음 시작되었고, 30여 년 전부터는 알레르겐을 혀 밑에 넣는 설하면역요법이 도입되어 사용 중입니다.



Q. 알레르기 면역치료, 모든 알레르기 질환에 적용 가능한가요?

알레르기 면역치료는 모든 알레르기 질환에 적용 가능한 것은 아니며, 집먼지 진드기, 꽃가루, 반려동물의 털이나 비듬 등에 의한 알레르기성 천식, 비염 등에서 시행할 수 있습니다. 아토피피부염의 경우에는 집먼지진드기에 의한 경우에만 효과를 다소 볼 수 있습니다. 접촉성 피부염이나 원인 미상의 만성 두드러기는 면역치료가 불가능하고, 벌독 알레르기에 의한 아나필락시스 쇼크의 경우 면역치료를 예방이 가능하지만, 면역치료제가 수입이 되지 않고 있어 사실상 불가능합니다.

Q. 면역치료, 어떻게 시작할 수 있나요?

면역치료를 시작하기 전에 알레르기 피부반응검사 및 혈액 검사를 통해 본인의 알레르기 증상의 악화 원인을 명확하게 규명하여 어떤 항원으로 면역치료를 해야 알레르기 증상 호전이 가능할 것인지 평가해야 합니다. 예를 들어 집먼지진드기 알레르기만 있다면 집먼지진드기에 대해서만 면역치료를 하면 되지만, 집먼지진드기와 고양이털이 알레르기의 원인이고 고양이를 키우고 있다면 두 가지 모두에 대해 면역치료를 시행해야 합니다.



Q. 피하주사요법, 설하면역요법은 어떤 방법으로 진행되나요?

피하주사요법은 처음부터 고농도의 항원을 투여할 때 나타날 수 있는 두드러기 등과 같은 부작용을 예방하기 위해 저농도로 시작해서 매주 용량을 증량하면서 주사를 맞습니다. 견딜 수 있는 최대 용량에 도달하면 4주 간격으로 주사를 맞습니다. 설하면역요법은 제품에 따라 매일이나 하루 걸러 또는 주 2회 혀 밑에 약을 투여하는 방법입니다. 설하면역요법은 심각한 부

작용이 거의 없고 면역치료제를 가져가 집에서 시행할 수 있어 편리한 방법이기도 하지만, 안전한 만큼 면역치료 효과가 약할 수도 있고, 현재 국내에서는 집먼지진드기만 사용 가능합니다.

Q. 면역치료를 하게 되면 알레르기질환이 나아질까요?

면역치료를 하게 되면 천식, 비염, 아토피피부염 등의 증상이 좋아지거나 약물 사용량을 줄일 수 있는데, 특히 비염의 경우 면역치료의 효과가 가장 좋습니다.

예를 들어 봄철 꽃가루 알레르기비염이 너무 심해 충분한 약물 치료에도 불구하고 봄철에는 꽃구경도 못하던 경우라면 면역치료와 약물치료를 같이 하면서 꽃구경을 하게 될 수도 있고, 고양이털 알레르기가 심해 약물치료를 지속해야 되는 경우 면역치료 후 간헐적인 약물 치료를 하면서 지낼 수도 있습니다. 때로는 조금의 약물 치료 만으로도 비염이 쉽게 호전될 수 있으나 약물치료 자체를 싫어하는 경우도 있는데, 이럴 때 면역치료를 하면 약물치료 없이도 편히 지내게 될 수도 있습니다. 천식의 경우에도 면역치료를 하면 사용하는 스테로이드의 양을 줄일 수도 있고, 꾸준히 하면 약물 치료를 중단하게 될 수도 있습니다. 다만, 알레르기비염 만큼 효과가 좋지는 않을 수도 있는데, 천식의 악화 원인은 알레르겐 외에도 대기오염, 흡연 등으로 다양하기 때문입니다.

Q. 언제까지 치료를 받아야 하나요?

알레르기 면역치료는 알레르기 쪽으로 기울어 있는 면역계통을 바로 잡아주는 방법이라고 생각할 수 있는데, 이러한 변화는 수개월에 걸쳐 나타나고 그 효과를 유지하기 위해서는 꾸준히 치료를 시행해야 합니다. 면역치료를 1-2년 정도 시행하다가 중단하게 되면 면역치료 효과가 오래가지 못하기 때문에 최소한 3년, 가능하면 4-5년 이상 면역치료를 유지하는 것을 권장합니다. 특히, 반려동물에 대한 알레르기가 있는 경우 반려동물과 헤어질 때까지는 면역치료를 계속하는 것이 바람직합니다. 집먼지진드기 알레르기의 경우 3-6개월 만에 효과를 보는 경우도 있는 반면, 면역치료 시작 1-2년 후에도 효과가 없다고 판단 되면 중단할 수도 있습니다.

현재 알레르기 면역치료는 회피요법, 약물치료와 함께 3대 알레르기 치료 방침 중 하나로 자리하고 있으므로, 회피요법과 약물치료만으로 알레르기 질환의 관리가 되지 않는다면 알레르기 면역치료를 고려해 볼 수 있겠습니다.

EVENT

아래의 힌트를 읽고 답을 맞춰보아요!

HINT

1.

원인 물질에 노출된 후 급격하게 전신적으로
생명을 위협할 수 있는 중대한 알레르기 반응입니다.

2.

이 질환을 가진 사람은 응급 시에 사용할 수 있는
자가주사용 에피네프린 주사기를 항상 휴대해야 합니다.

스 나 락 아 펴 시



▲ 참여계시판 바로가기

이벤트 기간

~2023년 6월 30일(금) 17:00

당첨자 발표

2023년 7월 7일(금) 10:00, 당첨자 개별 공지

이벤트 경품

보습제 (10명)

알레르기질환 상담 안내

홈페이지 접속

<http://gnatopyinfo.or.kr/>



온라인 상담

언제든지 궁금한 내용을 물어보세요!

오프라인 상담

오전 9시 ~ 오후 5시 이용 가능
(토/일/공휴일 휴무, 점심시간 오후 12시 ~ 1시)

전화 상담

오전 9시 ~ 오후 5시 이용 가능
(토/일/공휴일 휴무, 점심시간 오후 12시 ~ 1시)

센터의 다양한 소식을 만나보세요!



인스타그램



블로그



유튜브



경상남도
아토피·천식 교육정보센터
Gyeongangnam-do Atopy - Asthma Education and Information Center

경상남도 창원시 의창구 팔용로 158, 삼성창원병원 별관 2층
T. 1533-0360 | E. gnatopy@gnatopyinfo.or.kr