



아토피성 피부염

고창조/우태하 한승경 피부과 성형외과 부원장

아토피성 피부염처럼 흔하고 광범위한 피부 질환도 많지 않다.

아토피성 체질 또는 태열이라는 피부병은 단연 습진중에서도 가장 흔하고 고질적이며 고통받는 환자도 많고 본인 뿐만 아니라 부모 특히 어머니들의 마음을 아프게 하는 피부병으로 그 발생기간과 유병기간이 매우 길다.

아토피란 용어자체가 “이상하다” 또는 “정상이 아니다”란 뜻의 라틴어로 피부의 습진뿐만 아니라 체질적이고 유전적인 소질을 갖는 복합적인 증상을 말한다.

유전적이면서도 건조한 날씨나 먼지나 꽃가루 또는 환경 공해의 영향을 강하게 받는 피부질환이며 아토피 체질의 어머니에게서 태어난 아이의 네명 중 한명에게서 생후 3개월 내에 증상이 나타난다.

피부증상은 초기에는 습진 모양으로 나타나다가 시간이 흐르고 나이가 들수록 건성피부로 변화하는 경향이 있다.

증상과 연령별로 아토피성 피부염은 초기 2개월에서 2세 사이를 유아 아토피성 피부염, 2세부터 10세까지를 소아 아토피성 피부염 그 이후를 사춘기 및 성인 아토피성 피부염이라고 분류한다.

유아 아토피성 피부염

생후 2개월에서 2세동안의 기간에 발생하며 주로 두뺨에서부터 시작하여 머리, 목, 이마, 손목, 팔다리로 퍼진다.

피부가 붉게 충혈되고 심하면 진물과 딱지가 생기고 몹시 가렵다.

정신적으로 불안정하며 팔다리의 오금치와 팔꿈치에 잘 생긴다.

백신 예방주사를 맞으면 악화될 수 있고 감기도 악화요인이 되며 건조한 기후의 겨울 건피증으로 악화되고 “울”로 된 모직 옷을 입으면 더욱 자극을 받아 악화된다.

알려진 바에 의하면 음식으로 악화된 환자들 중 달걀, 땅콩, 우유, 밀가루 음식, 생선, 콩, 닭고기 등이 알레르기 반응을 잘 일으킨다고 하지만 확정적인것은 아니고 이러한 항원 반응도 1~2년 안에 면역성이 생길수 있다.

우리나라에서는 돼지고기, 닭고기 등으로 생기는 경우도 있으나 이러한 음식들이 소아 아토피성 피부염의 확실한 발생원인으로 확인되지 않는 한 무조건적으로 금식할 필요는 없다.

소아 아토피성 피부염

주로 팔다리 굴절부위에 잘 생기고 손목, 눈꺼풀, 얼굴, 목 등에도 잘 생긴다. 가렵고 건조한 피부증상이 많다. 참을수 없어 긁어대서 각질층이 두꺼워지고 벗겨지고 이차세균감염이 생겨서 노란 진물이 날수도 있다. 오래되면 피부가 까맣게 변할수가 있고 너무 가려워서 정서적으로 불안정하여 가만 있지 못한다.

음식 이외에도 양모, 고양이와 개털, 먼지 등에 알레르기 반응이 잘 나타난다. 그래서 양모소재의 모직옷을 입거나 밀폐된 실내공기에 노출되는 겨울에 더욱 악화되는 경향이 있다. 새털, 오리털, 깃털 그리고 장난감의 락카칠도 악화요인이 된다.

사춘기 및 성인 아토피성 피부염

매우 가렵고 두꺼운 건성 피부발진이 목부위,

팔다리 굴절부위 이마 눈주위에 잘 나타난다.

손과 손목에도 잘 생긴다. 피부는 건조하고 두껍고 검게 색소가 침착된다.

참을 수 없는 가려움증이 돌발적으로 나타나고 정서적 흥분을 하면 나타나고 밤에도 충동적으로 나타날수 있으며 성인이 될수록 증상은 좋아지지만 자극성이 있는 까끌까끌한 거친 내복을 입거나 신경을 많이 쓰거나 스트레스를 받으면 언제나 재발할 수 있다.

눈 밑에 있는 가로지른 주름은 아토피성 체질을 암시하는 증상일수 있고 팔다리의 달살과 바깥쪽 눈썹이 가늘어 지는 증상은 아토피성 체질을 나타낼수 있다.

정신적으로 매우 예민하므로 안정과 느긋함이 필요하고 스트레스를 피해야 한다.

예 방

물론 외부자극을 피해야 하고 욕시 때는 밀지 말아야 한다. 내복과 의복은 가볍고 부드러운 면직류가 좋고 모직합성섬유를 피하고 굵는것도 방지해야 한다.

비누는 순한 비누를 사용하고 보습로션이나 크림을 바르는것이 도움이 된다.

유아는 서혜부와 둔부관리를 잘 해야 한다. 실내와 생활환경의 공기를 언제나 청정하고 맑게 환기시키고 먼지나 꽃가루를 피할 수 있도록 해야 한다.

또한 개나 고양이 같은 애완동물의 털에 대해 재채기나 천식증상과 습진이 있다면 이를 피해야 한다.

명확히 원인이 되거나 의심이 가는 음식은 절제해야 하고 성인일수록 정서적 불안과 스트레스를 피해야 하며 지나치게 찬 공기나 뜨거운 공기에의 노출을 주의해야 한다.

실내습도를 일정하게 보전하고 친수성 크림이나 로션을 바르는 것도 도움이 된다.

커피나 티, 초콜릿 같은 신경을 흥분자극시키는 음식은 되도록 절제하는 것이 필요하다.

치 료

아토피성피부염의 치료는 가려움증과 소양증을 억제하는것이 중요하고 굵는것을 피해야 한다. 굵으면 피부는 상처를 입어 더 두꺼워지고 색깔도 진해지며 신경이 발달되어 더 가려워지는 악순환이 반복되기 때문이다.

스테로이드제 연고나 크림을 바르는 것도 도움이 되고 항히스타민제복용도 가려움증 해소와 굵는것 방지에 도움이 된다.

달맞이꽃 종자유 추출물이 일부 아토피성 체질 환자의 면역체질 개선에 도움이 된다는 임상결과도 있다.

부드럽고 순한 세정제를 사용하거나 세라마이드 성분이 포함된 로션이나 크림을 바르면 거칠고 건조한 피부에 큰 효과가 있다. 습진에서 진물이 날때는 물약을 바르거나 가루약을 뿌리는 것이 연고를 바르는 것보다 효과적이다.

심한 경우 항히스타민제를 복용하고 스테로이드제를 복용할 수도 있으나 이들 약물의 장기복용에 따른 여러가지 작용과 부작용을 면밀히 관찰하여 확실하게 파악할 수 있는 피부과 전문의의 처방이 필요하고 그럴 경우에만 가능하다. 그밖에 비스테로이드 A제 복용도 도움이 되는 경우가 있으나 이의 처방도 마찬가지이다. 자외선 치료나 일광욕, 원적외선 치료와 유헤온천, 해수탕, 진흙탕사지도 도움이 될수 있다.

그 밖에 감초나 달맞이꽃 종자유 추출물도 어떤 환자들에게는 효과가 있고 허브향을 이용한 아로마치료나 여러가지 한방약 등도 효과가 있는 사람들에게는 효과가 있으나 통계적인 결과가 확립되지 않아 전체 아토피 환자들에게 적용된다고 보기에는 아직 좀더 결과를 연구해 볼 필요가 있다.

아토피성 피부염 자체가 워낙 복잡하고 증상도 다양하고 만성적인 질환이라 대체 의학이나 보조의학 등 여러가지 방법의 치료가 시도되고 있으나 처방이 공개되지 않은 비방에는 현혹되지 말고 정통적인 의학치료를 받은 다음 보조적으로 치료를 받아서 효과를 보는 것이 정당할 것이다. PPFK