

# 봄철 결막염

김정아 / 홍명호\_ 고려대구로병원 가정의학과

봄철만 되면 눈이 가려운데다 눈이 충혈되어 고생하는 사람들이 많다. 이는 대부분 꽃가루와 황사가 원인이다.

## □ 알레르기성 결막염

### ○ 원인

봄철에 꽃가루가 날려서 눈으로 들어가면 결막에 염증이 생길 수 있는데, 이것은 일종의 알레르기성 결막염으로 봄철 결막염의 대표격이라고 할 수 있다. 꽃가루 이외에도 풀, 애완용 동물의 털도 알레르기성 결막염을 일으킬 수 있다. 그밖에도 먼지, 약품, 화장품 등 눈에 해로운 물질들 때문에 결막염이 생길 수도 있다.

### ○ 증상

알레르기성 결막염은 눈꺼풀과 결막이 붓고 끈끈한 점액 같은 분비물이 나오는데 가렵고 작열감을 동반하는 경우가 많고 눈을 심하게 비빈 경우에는 눈의 하얀 동자가 부풀어 오르기도 한다. 대개의 환자에서 알레르기성 비염이나 피부염이 자주 동반되고 알레르기에 대한 가족력이 있는 경우가 많다. 알

레르기성 결막염은 눈에 자극을 일으키고 불편하게 만들지만 시력에 영향을 미치지 않는다.

흔히 알레르기성 결막염은 여러 사람이 동시에 같이 걸리는 경우가 많아 전염되는 것으로 생각될 수 있으나 이는 환경요인에 의한 것으로 전염되는 병이 아니다.

그러나 알레르기성 결막염이 있는 경우 눈을 자주 비비게 되어 이로 인해 손에 묻었던 병원균들이 눈에 들어가 세균성 결막염, 바이러스성 결막염 등이 동반되기도 하므로 주의를 요한다. 재채기와 콧물을 동반하는 경우가 흔하다.

### ○ 예방

꽃가루가 많이 날릴 때는 될 수 있으면 외출을 삼가고 집에서 창문을 닫고 있다. 얼음 수건이나 찬물 세안 등으로 눈을 차게 해주는 것은 도움이 되지만 소금물로 눈을 씻는 것은 알레르기 증상 완화에 큰 도움이 되지 않으며 이보다는 인공눈물을 넣는 것이 도움이 된다.

### ○ 치료

알레르기성 결막염이 있을 때 콘택트렌즈를 계속 사용하는 것은 증상을 더 심하게 할 수 있고 이차 감염을 일으킬 수 있으므로 렌즈 사용을 중지해야 한다. 알레르기성 결막염이 치료될 때까지는 안경을 쓰도록 하는 것이 좋다.

알레르기성 결막염은 시간이 지나면 저절로 낫게 되는 경우가 많다. 알레르기성 결막염을 치료하기 위한 여러 안약이 있다. 많은 안약들은 처음 사용 시 작열감을 일으킬 수도 있으나 보통 몇 분 내에 사라진다. 이러한 안약은 항히스타민제, 충혈억제제, 항염증제 등이 있는데 이의 사용으로 소양감과 분비물을 줄일 수 있다.

심한 경우 스테로이드 제제가 단기간 사용되기도 하지만 이와 같은 약물은 장기간 사용 시 백내장, 녹내장 등을 일으킬 수 있으므로 의사의 처방

없이 함부로 사용해서는 안된다.

### □ 황사와 결막염

황사현상은 4월경 중국대륙이 건조해지면서 고비사막과 황하 상류지대에서 생긴 흙먼지가 편서풍에 실려 우리나라에 날아와 생긴다. 황사 알갱이의 크기는 10~1000 $\mu$ m까지 다양하며 아시아 먼지라고 부르기도 한다. 황사기간 중 한 사람이 흡입하는 먼지의 양은 평상시의 3배에 이르고 금속성분도 종류에 따라 2배에서 10배 가량 많아진다고 한다.

#### ○ 증상

황사에 의한 안질환은 눈 속에 모래알이 들어간 것처럼 이물감이 있고 빨갛게 충혈을 일으키기도 하며 심하면 각막상피가 벗겨져 통증이 생길 수도 있다.

#### ○ 예방

황사에 의해 생기는 눈병을 예방하기 위해서는 외출을 삼가는 것이 가장 좋은 방법이다. 그러나 부득이 외출해야 할 경우에는 보호안경을 끼는 것이 좋고, 콘택트 렌즈를 끼는 사람은 렌즈 대신 안경을 끼는 것이 좋다. 외출에서 돌아왔을 때 손과 얼굴 등을 비누로 깨끗이 씻는 것이 좋으며 생리 식염수로 눈을 씻어주거나 인공 누액을 눈에 넣어주는 것도 도움이 된다. 특히 콘택트 렌즈를 착용하는 사람은 더욱 렌즈를 깨끗이 세척해야 한다. 한편 눈을 비비거나 소금물로 눈을 씻으면 자극으로 인해 증상이 악화될 수 있으므로 피하는 것이 좋다.

#### ○ 치료

가려움이 심한 경우에는 항히스타민 성분의 안약이 도움이 되며 심할 경우 스테로이드 성분의 안약을 사용할 수 있으나 스테로이드성 약물은 장기

간 사용 시 백내장, 녹내장 등을 일으킬 수 있다.

### □ 봄바람과 결막염

겨우내 방안에 있던 노인들이 봄철 날들이 때 건조한 눈에 봄바람을 쏘이면 눈물이 나고 가려워서 무심코 눈을 비비다가 결막염이 생길 수도 있다. 노인들은 평소에 안구가 건조할 때 인공 눈물을 눈에 넣고, 눈에서 코로 통하는 누관이 좁아 졌거나 막히면 눈물이 자꾸 나는데, 미리 안과에서 치료를 받아 두면 좋다.

다음의 증상이 있는 경우 의사를 찾아야 한다.

- 눈이 심하게 붉어지거나 가려울 때
- 눈이 부어오를 때
- 누런 진물이 날 때
- 고열이 동반 될 때
- 안구통이 심한 두통이 동반될 때
- 구역, 구토를 동반할 때
- 시력이 급격하게 떨어지고 시야가 좁아질 때 

