

주의해야 할 가을철 질환

글 □ 김대현(계명대 동산의료원 가정의학과 교수)

무더운 여름 뒤에 오는 쾌적한 가을철에는 전염성 질환이 줄어들고 건강 유지가 비교적 쉽다. 그러나 야외 나들이 기회가 많아져 뱀이나 벌, 해충에 물리는 일이 많고 마른풀이나 잡초를 통해 전염되는 신증후(유행성)출혈열, 쓰쓰가무시증, 렘토스피라증 같은 '급성 열성 풍토병'이 가을철에 드물지 않게 생긴다. 가을철에 주의해야 할 질환과 치료법을 알아본다.

독사나 벌에 물렸을 때

우리나라에서도 1년에 1천명 이상이 뱀에 물린다고 한다. 뱀은 가을 중순에 서 늦봄까지 동면을 하는 다른 동물들처럼 사람이 다가가면 도망가는 것이 보통이지만 갑자기 위험하다고 느끼거나 도망갈 수 없다고 판단되면 사람을 물게 된다. 우리나라의 주요 독사인 살모사는 독이 없는 뱀과 비교해서 눈과 콧구멍사이에 들어간 부위(pit)가 있고, 눈동자가 둥글지 않고 수직이며, 머리가 삼각형(무독뱀은 계란형)이며 항문에서 꼬리까지 비늘이 한 줄(무독뱀은 두 줄)로 되어 있으므로 구별할 수 있다.

독사의 독에 있는 항응고제가 출혈이 잘 멎지 않게 하고 통증, 부종, 출혈 반점을 유발한다. 신경독소는 심장 호흡 중추와 대뇌기능에 장애를 주어 호흡, 심장 장애, 경련, 빈맥, 부정맥, 신부전, 체온 변화를 일으킨다. 중독 정도에 따라 4단계로 구별해서 치료하는데, 통증과 부은 것이 2.5~15cm이고 전신증상이 없는 1단계(약한 단계)에는 상처를 깨끗이 소독하고 항생제, 파상풍


예방주사, 항히스타민제로 치료한다. 통증이 심하고 부은 범위가 25~40cm이고 출혈반점이 생기고, 열이 나거나 토하는 2단계(중등도)에서는 1단계 치료에 20ml의 항독소(해독제)를 주사한다. 전신 통증과 부은 범위가 40~50cm이고, 출혈반점, 전신 증상, 어지러움증이 있는 3단계(심한 단계)에는 항독소를 50~90ml 주사한다. 출혈 반점이 생기면서 중추신경 증상이 나타나서 시각장애, 쇼크, 경련이 생기는 4단계(매우 심한 단계)에는 항독소를 100ml 이상 대량 주사한다. 항독소는 과민반응이 생길 수 있으므로 사용 전 과민반응 검사를 해야 한다.

독사에 물렸을 때는 물린 부위를 아래로 내리고 고정시켜 독이 빨리 퍼지지 않도록 한다. 상처 위쪽을 묶고 소독된 칼로 절개하고 독을 빨아내는 것은 물린지 15분 이내에, 몸통에 물린 경우 인체 구조를 잘 알고 입안에 상처가 없는 사람이 해야 한다. 항독소를 사용하는 것이 가장 중요하므로 기본 응급처치를 한 후 지체하지 말고 해독제가 있는 가장 가까운 병원으로 후송한다.

벌이나 기타 독이 있는 곤충에 쏘였을 때는 정도에 따라 크게 세 가지로 나누어 볼 수 있다. 첫째는 쏘인 부위가 아프고 붉게 부어오르며 가렵다. 이때는 독침을 찾아서 뽑아내고 짜지 말아야 하며 상처를 청결하게 유지한다. 둘째는 물린 곳이 심하게 부풀어오른 경우(반지름 5cm 이상)로 항히스타민제 등의 약을 사용해야 하며 병원에서 치료받는다. 셋째로 독이 전신반응을 일으켜 얼굴이 붉어지고 두드러기가 생기며, 숨이 차는 경우이다. 심하면 배가 아프고, 오심, 호흡곤란이 생기거나 정신이 혼미해질 수 있고 드물게는 사망하는 경우도 있다. 전신반응이 있는 경우에는 즉시 병원으로 옮기도록 한다.

가을철 급성 열성 풍도병

유행성출혈열(신증후출혈열, HFRS) | 들쥐나 집쥐, 실험용 쥐의 폐를 통해 전염되는 한탄 바이러스, 서울 바이러스가 사람의 호흡기를 통해서 전파되는 것으로 우리나라에서는 1951년 이후 매년 수백 명 정도의 환자가 신고되고 치명율도 7% 정도로 높은 전염병이다. 잠복기는 9~35일 정도로 평균 약 2~3주 정도이다. 초기에 감기 비슷한 발열, 오한, 두통 등의 전신증상이 나타나고



병이 경과하면서 전형적인 유행성출혈열의 경우에는 발열기, 저혈압기, 감노기, 이노기, 회복기의 5단계를 거친다. 예방을 위해서는 산이나 풀밭에 가는 것을 피하고, 들쥐의 배설물 접촉을 피하고, 집 주위에 들쥐의 서식처인 잡초를 제거한다. 또한 잔디 위에 침구나 옷을 말리지 않으며, 야외활동 후 귀가시에는 옷에 묻은 먼지를 털고 목욕을 하며 야외에서 피부의 노출을 가능한 적게 한다. 전염의 위험이 높은 군인이나 농부 등 야외 작업이 필요한 사람은 예방접종을 받는 것이 좋다. 의심될 때는 조기에 병원을 방문하여 치료받는다.

쯔쯔가무시증 | 리케차의 일종인 리케차 쯔쯔가무시에 의해서 발생하는 전염병으로 털 진드기의 유충에 물려 걸리게 된다. 감염 후 보통 10일(6~20일) 정도의 잠복기를 거친 후에 급성으로 발생하며 두통, 발열, 오한, 발진, 근육통 등이 나타나고 1cm 크기의 피부반점이 생겨서 수일만에 특징적인 가피를 형성한다. 기관지염, 폐렴, 심근염이 생길 수도 있으며 수막염 증세를 보이기도 한다. 일부 환자는 진드기에 물린 상처가 없고 열이 나는 기간이 짧으며 피부발진이 많이 나타나기도 한다. 농민이나 밭일을 하는 사람들에게 주로 발병하기 쉬우며 예방을 위해서는 유행성 지역의 관목 숲이나 유행지역에 가는 것을 피하고, 들쥐 등과 접촉을 피한다. 밭에서 일할 때는 되도록 긴 옷을 입으며, 집 주위에 들쥐의 서식처인 잡초를 제거하고, 야외 활동 후 귀가시는 옷에 묻은 먼지를 털고 목욕을 하는 것이 좋다. 진드기에 물린 상처가 있거나 피부발진이 있으면서 급성발열이 있으면 병원을 방문하여 치료한다.

렘트스피라증 | 야생동물 또는 가축의 소변으로 배출된 균에 오염된 물, 음식을 먹거나 접촉할 때 손상 받은 피부나 점막을 통하여 감염된다. 감염 후 보통 10일 정도의 잠복기를 거치는데 열, 두통, 근육통, 기침, 객혈 등 전신증상을 동반하며 특히 신장, 간장, 간 등에 출혈 및 괴사를 일으킨다. 예방을 위해서는 풀밭에 가는 것을 피하고, 야생동물과 접촉을 피하며, 야외 활동 후 귀가시에는 옷에 묻은 먼지를 털고 목욕을 한다.

가을철에 나들이를 할 때는 이러한 예방수칙을 지켜야 하고 원인 모르는 급격한 발열, 두통, 오한이 생기면 가까운 병원에서 진찰을 받는 것이 좋다. **✎**