



즐거운 설 명절

수인성 전염병 주의하세요

해마다 설 연휴 즈음 급증하는 수인성 전염병. 해외 여행객 증가, 국내 유동인구 증가, 피곤으로 인한 면역력 저하, 오염된 음식물 공동 섭취 등이 주요 원인으로 꼽힌다. 주변에서 쉽게 감염될 수 있는 수인성 전염병을 알아보고 수시로 손을 씻는 등의 개인위생수칙을 잘 지켜나가는 것이 예방의 지름길. 글 최가영 기자

수인성 전염병이란 병원성 미생물에 오염된 물이나 음식을 섭취해 발병하는 감염병을 말한다. 대표적인 세균성 이질, 장티푸스, 파라티푸스, 장출혈성 대장균 감염증, 살모넬라균 감염증, 장염비브리오균 감염증, 장독소성 대장균 감염증, 캄필로박터균 감염증 등은 세균에 의해 발병한다.

또 노로바이러스 감염증, 로타바이러스 감염증, A형 간염 등을 일으키는 바이러스와 이질아메바 감염증, 람블편모충 감염증 등을 일으키는 원충도 수인성 전염병의 원인이 된다.

잠복기와 동반증상 다양해

이러한 병원성 미생물들은 오염된 물을 통해 우리 몸에 들어와 위장관에서 증식하면서 감염증을 일으킨다. 주로 복통, 설사, 오심, 구토 등 위장기관과 관련된 증상이 나타나지만 원인이 되는 병원성 미생물에 따라 잠복기와 동반증상이 다양하다. 발열의 정도, 설사의 양상이 수양성 또는 점액성인지 등으로 드물게 위장관 증상보다 다른 증상이 주된 증상으로 나타나기도 한다. 장티푸스는 설사보다 심한 발열과 두통이 주 증상이며 A형 간염의 주된 증상은 전신 위약감, 황달 등이 나타난다.

더군다나 수인성 전염병은 전염성이 매우 강해 같은 시기에 다수의 환자를 발생시켜 폭발적으로 유행할 수 있다. 우리 몸에서 감염증을 일으킨 병원성 미생물은 분변을 통해 우리 몸 밖으로 나간다. 이는 다시 주변의 물을 오염시켜 다시 다른 사람들을 감염시킨다. 또 수인성 전염병에 걸렸을 때 나타나는 증상은 거의 비슷해 증상만으로 원인균을 파악하기 어렵다. 보통 환자의 증상과 잠복기간, 분변에서 원인균을 배양하는 검사 등을 시행해 원인을 알아낸다.

치료의 경우, 대부분 증세가 나타난 뒤 하루 이틀 정도 건강관리를 하면 호전되는 경우가 많지만, 구토와 설사로 체내의 수분이 손실되고 전해질 불균형을 보인다면 수액 공급 등의 치료가 뒷받침된다.

원인이 되는 병원성 미생물이 밝혀졌다면 적절한 항균제, 항원충제를 사용한다. 병

주요 수인성 전염병 임상 특성

병원체	잠복기	임상 증세
캄필로박터균	6~24시간	설사, 복통, 일부 구토, 발열은 드물다.
장출혈성대장균	3~4일	설사(가끔 혈변), 복통, 발열은 거의 없다.
장독소형대장균	6~48시간	설사, 복통, 오심, 구토, 발열은 드물다.
살모넬라 식중독	6~72시간	설사, 발열, 고열 및 복통은 흔하다.
세균성 이질	2~4일	두통, 설사(가끔 혈변), 흔히 발열, 고열, 복통.
콜레라균	1~5일	수양성 설사, 가끔 구토를 동반한다.
장염비브리오균	4~30시간	설사
노로 바이러스	24시간	오심(메스꺼움), 구토, 복통, 설사.

원성 미생물에 따라 다양한 경과와 합병증이 나타나기도 한다.

제1군 수인성 전염병, 격리 필요

제1군 전염병으로 지정된 수인성 전염병(세균성 이질, 장티푸스, 파라티푸스, 장출혈성 대장균)에 걸렸을 때는 주변에 전파를 막기 위해 분변에서 해당 병원성 미생물이 없어졌는지 확인될 때까지(대개 24시간 간격으로 2번 배양검사를 해서 음성 소견을 보일 때까지) 보건당국의 지시에 따라 격리되어 있어야 한다. 본인의 손을 통해 주변에 미생물을 전파시킬 수 있으므로 대변을 본 이후에는 손을 꼭 깨끗이 씻어야 한다.

수인성 전염병을 예방하는 생활수칙

수인성 전염병의 예방 원칙은 물과 음식의 오염을 막는 것이다. 손이나 조리기구는 깨끗이 씻어 미생물이 증식하는 것을 막고 칼, 도마 등의 기구는 재료에 따라 나누어 사용해 생선, 육류의 수분이 다른 식품에 들어가지 않도록 한다. 사용한 조리기구는 표백제나 뜨거운 물을 사용하여 소독하는 것이 좋다.

미생물이 물이나 음식에서 증식하지 않도록 하는 것도 중요하다. 대부분 미생물은 실온(10~40℃)에서 급속히 증식하므로 식품에 따라 냉장고나 냉동고에 잘 보관하도록 한다. 냉동식품은 실온에서 해동하기 보다는 냉장고나 전자레인지 이용하도록 한다. 냉동식품의 중심부가 해동될 시간 동안 표면온도가 실온과 비슷해지면서 세균이 증식될 수 있기 때문이다. 끓이거나 소독된 안전한 음용수를 마시고 음식은 중심부 온도가 85℃ 이상인 상태에서 5분 이상 가열하여 섭취하는 것이 좋다.

이외에도 해충인 파리, 모기 등이 발생하지 않도록 청결한 환경을 관리하고 설사증상이 있을 경우 상처난 손으로 음식을 조리하지 않는 등의 노력이 필요하다. ㉠



●● 병원성 미생물들은 오염된 물을 통해 우리 몸에 들어와 위장관에서 증식하면서 감염증을 일으킨다. 주로 복통, 설사, 오심, 구토 등 위장기관과 관련된 증상이 나타나지만 원인이 되는 병원성 미생물에 따라 잠복기와 동반증상이 다양하다 ●●

