



## 우리아이 피부트러블 땀띠와 기저귀발진

땀띠는 하루 종일 누워 지내는 신생아나 활동량이 많아 땀을 많이 흘리는 아이들에게 주로 발생한다. 살이 겹쳐 땀이 차는 목 주위나 겨드랑이, 이마, 팔꿈치 안쪽 등에 빨간색이나 흰색의 깨알 같은 돌기가 나타나면서 가렵다면 땀띠를 의심해 볼 수 있다. 땀띠를 방치할 경우 증상 부위가 더 넓어지고 땀띠로 인해 무른 피부가 세균에 의해 2차 감염 될 수 있으므로 주의해야 한다.

### 여름철 피부 불청객 '땀띠'

요즘처럼 무더위가 기승을 부리는 시기에 피부에 찾아오는 불청객이 있다. 가장 대표적인 것이 땀띠다. 어린 자녀를 둔 부모라면 자녀의 땀띠로 인해 한두 번쯤 마음고생을 했을 것이다. 땀띠는 땀구멍이 막혀서 땀이 잘 배출되지 못하고 축적되기 때문에 생기는 질환으로 가려움증이나 따끔거리는 증세가 동반될 수 있다. 특히, 유아는 땀구멍이 발달되어 있지 않고 피부 면역기능도 약해 땀을 많이 흘리게 되면 땀구멍 안쪽과 피부표면 각질의 수분함량이 증가되면서 부풀어 땀구멍이 좁아진다. 이로 인해 땀이 밖으로 배출되지 못하고 표피 내로 스며들면서 땀띠가 생기는 것이다. 주로 땀띠는 땀샘이 많이 분포된 이마, 머리 주변, 가슴, 목, 어깨 등에 나타난다.

땀띠 예방은 청결이 가장 중요하며 가정에서도 쉽게 치료할 수 있지만, 증세가 호전되지 않고 2~3주 이상 지속되거나 병변 부위가 아프거나 농이 생겼을 때는 전문의와 상담하여 적절한 치료를 받는 것이 좋다.

땀띠는 보통 처음에는 가렵지 않은 하얀 땀띠였다가 점차

염증을 일으키면서 붉은 띠로 변해간다. 흰 띠는 가렵지 않으므로 치료할 필요가 없지만 붉은 띠일 경우에는 몹시 가렵고 따끔따끔하기 때문에 특히 아기들은 참지 못하고 긁어버린다. 그럴 경우 세균이 감염돼 띠띠가 난 부위에 고름이 생길 수 있으므로 주의가 요구된다.

### 우리 아이 띠띠 예방 및 치료법

띠띠는 고온다습한 환경에서 주로 발생되기 때문에 더운 곳을 피하고 시원한 환경에서 생활하는 것이 예방에 도움이 된다. 일단 띠띠가 생기면 에어컨이 잘 가동되는 시원한 환경에 8시간 이상 두는 것이 좋은 치료법이다. 그게 어렵다면 선풍기로 띠를 식히거나 냉우유로 냉찜질을 해주는 것이 좋다.

띠띠 부위를 미온수로 잘 씻어 주며, 띠띠에 젖은 옷은 자주 갈아입혀 주는 것이 좋다. 띠띠를 흘렸을 경우에는 곧바로 목욕을 시키고 옷을 갈아입혀 몸을 청결히 할 수 있도록 해야 한다. 또 아무리 덥더라도 꼭 옷을 입혀 띠띠를 흡수할 수 있게 해줘야 하는데 이때 흡습성이 좋은 면을 입히는 게 좋다. 그리고 아기 옷은 조금 큼직한 사이즈가 바람을 더 잘 통하게 하므로 옷 치수는 약간 큰 것으로 마련해 입힌다. 아기가 띠띠에 젖은 옷을 오래 입고 있으면 오히려 띠띠가 나거나 한기를 느낄 수 있다. 신생아의 경우도 지나치게 꼭꼭 싸 입히면 띠띠가 날 수 있으므로, 배냇저고리 하나만 입히고 타월 한 장을 감싸주는 것이 바람직하다.

종종 띠띠분이라고 하는 것을 사용하는 경우가 있는데, 증세가 심한 경우에는 오히려 증상을 더 악화시킬 수 있으므로 사용을 자제해야 한다.

### 기저귀발진도 눈여겨보자

여름철이 되면 아기들에게 잘 생기는 피부발진도 눈여겨봐야 하는데, 특히 기저귀발진을 주의 깊게 살펴야 한다. 기저귀발진은 아기의 엉덩이, 사타구니 등 기저귀를 채우는 부위의 피부가 빨갱게 변하고, 심할 경우엔 피부가 벗겨지면서 물집이 잡히는 것을 말한다.

연약한 아기 피부는 젖은 기저귀를 조금만 오래 차고 있어도 피부가 무르게 되어 쉽게 손상된다. 소변에는 습기 외에도 소변에서 만들어진 암모니아가 피부를 자극해 피부가 붉어질 수 있다. 대변의 경우에는 대변에 들어 있는 소화효소들이 아기의 피부에 손상을 입힌다. 이렇게 손상 받은 피부에 캔디다

(Candida)라는 곰팡이가 잘 자라는데, 이럴 경우 단순히 붉어지는 게 아니라 짓무르거나 붉게 부어오르며 기저귀 발진이 더 심해진다. 캔디다로 인한 기저귀발진은 엉덩이보다 사타구니나 성기, 배 쪽에 잘 생긴다.

기저귀발진은 특정 음식물 때문에도 생길 수 있다. 과일을 과식할 경우 변이 산성이 되어 엉덩이를 자극한다. 제대로 세탁되지 않은 기저귀도 때로 발진을 유발하는데, 기저귀에 남아 있는 세제나 표백제 성분이 피부를 자극해 염증이 생기기도 한다.

### 기저귀발진 예방 및 치료법

순한 유아용 비누를 이용해 수시로 물 목욕을 시켜주고 그 후엔, 부드러운 수건으로 물기를 톡톡 두드리는 듯한 느낌으로 닦아준다. 매일 한 두 시간씩은 기저귀를 채우지 않는 것도 좋은 방법이다. 기저귀발진이 심하지 않다면 자주 씻기고 기저귀를 벗겨놓는 것만으로도 증세가 호전될 수 있다. 그러나 2~3일이 지나도록 낫지 않거나 진물이 나오는 등 심한 경우에는 소아청소년과에서 처방을 받는 것이 좋다. 기저귀발진의 원인이 한두 가지가 아니므로 흔히 쓰는 광범위한 곳에 쓰는 연고를 사용하면 안 된다. 곰팡이균이 원인일 때는 이런 연고를 쓰면 증상이 오히려 더 심해질 수 있기 때문이다.

