



봄철 알레르기

우리들내과 김원영 원장

# 원인물질 찾아 면역치료, 90%까지 효과

#. 58세 강안수씨는 일주일 전부터 눈이 가렵고 재채기 콧물이 있다. 설 새 없이 나오는 재채기 콧물로 일상생활이 불편하다. 하루는 화장지 한통을 다 쓸 정도로 코를 풀어들었다니 코끝이 아팠다. 시도 때도 없는 재채기로 밥을 편히 먹지도 못한다. 그러나 더욱 고통스러운 것은 눈 증상이다. 눈이 충혈되고 붓고 눈물이 많이 나지만, 제일 힘든 것은 가려움이다. 심할 때면 눈을 파내고 싶은 충동을 느낀다. 약국에서 알레르기 약을 사 먹으면 증상이 줄어들기는 하지만 완전히 사라지지 않는다. 병원을 방문해도 약을 먹을 수밖에 없다고 한다. 최근엔 어쩌다 한 번씩 숨이 가쁘기도 했다. 고통스러운 증상들은 10년 넘게 한해도 빠지지 않고 3월 초부터 초여름까지 나타났다. 그리고 신기하게도 찬바람이 불면 모든 증상이 사라진다.



김원영 우리들내과 원장이 봄철만 되면 흐르는 콧물과 재채기로 고생하는 회사원의 코 속을 진찰하고 있다.

강씨는 주변 권유로 최근 천식·알레르기 전문 클리닉을 찾았다. 의사는 각종 진찰과 검사 후 봄철 나무 꽃가루에 의한 비염, 결막염이고 비염 환자는 천식의 예비군인데 그동안 잘 치료되지 않아 천식이 생겼다고 말했다. 의사는 또 바람에 의해 꽃가루받이가 이뤄지는 풍매화 꽃가루가 지금 날리고 있고, 풍매화 꽃가루는 크기가 20~50마이크로미터(μm·100만분의 1m)로 눈에 보이지 않는다고 말했다. 피부단자검사는 오리나무, 개암나무, 참나무 양성반응이 나타났다.

## 2월 말부터 날리는 꽃가루, 결막염·비염·천식 원인 면역 과잉상태서 생기는 질환... 항염증치료해야

이 4~5cm 정도의 꼬리 모양으로 아래로 처지고 노란 꽃가루가 나와 갈색 빛 도는 연녹색이 된다. 수꽃가루가 오리나무보다 좀 늦게 날리기 시작한다. 참나무는 도토리개 달리는 '참나무 무리' 여성 종류를 구분하지 않고 집합적으로 부르는 이름이다. 참나무의 꽃가루받이가 일어나는 때는 가뭄이 오기 쉬운 5월경이다. 햇빛이 쨍쨍한 날이 계속되면 꽃가루가 쉬이 날아다녀 가을에 도토리 풍년이 되고 반대로 비가 많이 오면 농사는 풍년이 들고 도토리는 흉년이 된다. 도토리가 풍년인 해는 참나무 알레르기의 정도도 심하다.

◇알레르기 환자의 주의 사항  
원인 나무들의 꽃가루는 오리나무→개암나무→참나무 순으로 나무 꽃가루가 날리게 되므로 알레르기 환자는 매년 2월 말에 증상이 없어도 미리 병원에 와 치료해야 된다.

알레르기약에는 알레르기성 염증을 조절하는 근본적인 치료제와 단순히 증상만 완화하는 약으로 나눌 수 있다. 근본적인 치료제는 증상이 사라져도 꽃가루가 날리는 한 달 동안 안을 날마다 씻어야 한다. 효과가 뛰어나고 부작용 없이 쓸 수 있는 근본적인 치료제는 안약, 비약, 흡입제 등 국소치료제 형태로 되어 있다. 사용하기에 불편할 수도 있지만 이런 국소 치료제는 모든 경우약을 다 합친 것보다 효과가 뛰어나다. 그러나 최대 효과가 나타나기까지 대개 일 주 정도의 시간이 필요한 점을 고려, 하루 이를 내 증상이 좋아지지 않더라도 약을 중단해선 안 된다.

◇원치는 가능한지?  
알레르기 질환은 면역력이 떨어져서 생긴 질환이 아니라 면역 과민이나 과잉상태이다. 이 과잉 상태를 바꾸어 면역관용을 얻기 위해서는 원인 물질을 낮은 농도부터 몸에 넣어

주어 천하게 만드는 방법이 쓰인다. 면역요법은 100년의 역사를 가지고 있는 치료법으로 80~90% 가량 효과가 있다. 면역요법은 알레르겐을 몸에 투여하는 경로에 따라 피하 면역치료와 설하 면역치료로 나뉜다. 어깨 아래쪽 팔의 피부 밑으로 원인 알레르겐을 주사하는 피하면역치료는 3~4개월에 걸쳐 용량을 서서히 늘린 후 최고 유지용량을 한 달에 한 번씩 주사한다. 적어도 3~5년 이상 치료해야 하는데 임상적 호전은 치료 후 3개월부터 나타난다. 설하면역치료는 환자 본인이 혀 밑으로 알레르겐 용액을 떨어뜨리는 것으로 부작용이 적은 반면 효과도 피하면역치료보다 낮다. 천식 및 알레르기 전문클리닉 우리들내과 김원영 원장은 "알레르기 질환은 불가사의한 질환도 불치병도 아니다"면서 "원인을 찾고 근본적인 항염증치료를 하는 현대 의학의 성과만으로도 많은 알레르기 질환들은 완치되고 완치에 근접할 수 있다"고 말한다. /정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr



'생명의 씨앗' 장기기증 - 신장이식

# 말기신부전 환자에 가장 좋은 치료방법

콩팥은 수분, 산-염기, 전해질 균형과 노폐물 제거, 호르몬 분비의 기능을 한다. 만성 신부전은 당뇨병, 고혈압, 만성 사구체신염 등에 의해 장기간에 걸쳐서 계속 손상을 받음으로써 신장 기능이 감소되는 것을 말한다. 신장 기능이 감소함에 따라서 체내에 여러 가지 노폐물이 축적돼 나타나는 증상을 요독증이라 하며 요독증의 초기 증상은 야뇨증, 수면장애, 피로감 등이며 신부전이 진행할수록 식욕감퇴, 부종, 가려움증, 호흡곤란 등이 생긴다. 콩팥의 기능이 10-15% 이하가 되면 식이요법, 약물요법만으로는 충분하지 않아서 신대체 요법을 받게 되며 신대체 요법에는 혈액투석, 복막투석, 신장이식의 세 종류가 있다.

신장이식을 받은 환자가 투석 중인 환자보다 사회 복귀가 더 우수하다. 물론 면역억제제를 먹어야 하고, 거부 반응 발생이나 합병증 발생의 가능성은 있지만 이식 후에는 직장에 복귀해 정상적인 생활을 할 수 있습니다. 일반적으로 신장이식 수술 후 3개월이 지나서 직장 또는 학교에 복귀하기를 권하고 있다. 그 이유는 이식 후 3개월이 경과하면 면역억제제의 용량이 유지용량으로 조절되고 이식초기에 발생하는 합병증에 대해 어느 정도 치료 또는 예방이 이루어진 시기이기 때문이다. ◇신장이식 후 주의사항과 운동 = 신장이식 후 초기 3개월간은 면역기능이 많이 감소돼 쉽게 감염될 수 있다. 이식후 초기에는 방문

체중을 조절하는데 도움이 된다. 만성신부전으로 약해진 근육과 뼈를 튼튼하게 하는데 필수적이다. 또한 불안과 우울증을 없애주고 심리적인 안정을 돕고 신체적 기능을 호전시켜 삶의 질을 향상시킨다. 이식 초기에는 가벼운 산책, 줄넘기, 배드민턴 등은 할 수 있지만 축구, 농구 등 몸의 부딪침이 심한 운동은 이식신장이 다칠 수 있어 삼가야 한다. ◇신장이식 후 장기 합병증 = 신장이식 환자의 사망에 가장 중요한 원인이 되는 동맥경화성 혈관 질환을 예방하기 위해 식이요법, 이상 체중의 유지, 규칙적인 운동, 금연 등을 통한 예방노력은 물론 혈압 조절이 무엇보다 중요하다. 면역억제제에 의해 감염이 발생할 수 있으며 헤르페스(Herpes) 바이러스(단순포진 바이러스 감염, 대상포진 감염), 거대세포바이러스(위염, 망막염, 폐렴), BK 바이러스(이식 신 기능부전, BK 질성 신염, 세뇨관염), 곰팡이 감염(식도, 눈, 요도 감염) 등이 발생할 수 있어 적극적인 치료와 예방이 필요하다. 간염 바이러스에 의한 만성 간 질환이 증가할 수 있으므로 이식 전 신장이식 환자에 대한 엄격한 선별과 관리가 필요하다. 신장이식 환자는 장기간에 걸친 면역억제 요법을 받고 있기 때문에 약성 종양의 발생 빈도가 높아 암의 조기 발견을 위해 노력해야 하며 피부의 병변을 자세히 관찰해야 한다. 신장이식 환자중 30~40%에서 당뇨병이 새로이 발생할 수 있으며 근골격계 합병증으로 무혈성 골괴사, 골다공증, 고요산혈증이 발생할 수 있어 담당의사와 상담 및 철저한 관리가 필요하다. <도움말=조선대병원 장기이식센터 신병철 교수> /채희종기자 chae@kwangju.co.kr



신병철 교수

## 기능 15% 이하면 혈액·복막투석, 신장이식 등 대체요법 이식신장 생존율 최고 95%... 당뇨 등 합병증 발생할 수도

### ◇신장이식 후 이럴 땐 바로 병원으로

- ▲이식 신장 주위의 통증이 있을 때
- ▲소변량이 줄어들 때
- ▲섭취 38도 이상의 고열이나 오한이 있을 때
- ▲몸이 붓거나 체중이 증가할 때
- ▲혈압이 갑자기 상승할 때
- ▲소변볼 때 아프거나 자주 마렵고 콜라 색깔로 나올 때
- ▲기침을 하거나 숨이 찰 때
- ▲구토, 설사, 복통이 생기거나 대변에 혈액이 보일 때

◇신장이식 이후 사회복귀=최근 면역억제제의 발달과 수술 술기 발달, 수술 후 환자 관리 능력의 향상으로 신장이식 환자의 생존율과 이식 신장의 생존율 모두 많은 향상을 보이고 있어 말기 신부전환자의 치료 방법이 있어 신장이식이 가장 좋은 방법으로 선택되고 있다. 이식신장의 생존율은 국내의 경우 1년 생존율은 90~95%, 10년 생존율은 70~80%이다. 이는 생체콩팥과 뇌사 자공팥을 모두 합해 계산한 것으로 생체 이식의 경우 이보다 생존

율을 제한하고 사람이 많이 모이는 곳(극장, 역, 공항, 학교, 버스나 지하철 등)은 피하는 것이 바람직하다. 가능한 마스크를 착용하고 손을 자주 씻도록 한다. 오랫동안 밖에 노출되는 것을 피해야 하며 외출 시 썬크림을 바르고 선글라스, 모자와 긴소매셔츠를 착용해야 한다. 금연과 금연을 하는 것이 좋다. 신장이식 후 운동은 일상적인 생활로 빠르게 복귀할 수 있도록 도와준다. 규칙적인 운동은 혈중 콜레스테롤 수치와 혈압 그리고

29P - 10/12/13층, 3세대

- 실평 - 18P
- 방향 - 하천
- 용도 - 주거겸 사무실
- 대출 - 2천5백만원 ~ 3천만원 가능
- 임대 - 보5백만원에 월35만원 가능
- 시세 / 분양가 - 1억 정도
- 매매가 - 6천5백만원
- (일시불 지불시 조정 가능)

수기동 오피스텔 "매매"

회사 사정상 급매, 문의 010-3605-5000

53P - 9/13층, 2세대, 전체 올수리

- 실평 - 33P
- 방향 - 양동 ~ 하천쪽, 코너, 전망 좋음
- 용도 - 주거겸 사무실
- 대출 - 5천만원 ~ 1억원 가능
- 임대 - 보1천만원에 월80만원 가능
- 시세 / 분양가 - 2억 정도
- 매매가 - 1억5천만원
- (일시불 지불시 조정 가능)

(주)오천경매

대표, 최 선 규 드림  
문의, 010-3605-5000  
광주 동구 천변로 339, 2001호

"경매"에 관한 모든 것!

■ 특수비법 배우실 분!  
교육비, 1200만원  
NPL과 특수물건만 취급

■ 공동투자 하실 분!  
소유권 이전으로 보장

■ 사무실 같이 쓰실 분!  
권리분석 등 정보 제공