

콧물·재채기에 '눈총'...방치하면 다양한 합병증 유발

건강 바로 알기 비염

전남대병원 이비인후과 임상철 교수

요즘과 같이 건조하고 일교차가 큰 날씨에 발생하는 대표적인 질환이 알레르기 비염이다. 비염(rhinitis)은 다양한 원인에 의해서 코 점막에 자극 반응이나 염증이 발생하는 것의 총칭이며, 알레르기 비염은 비염의 한 종류로 비염의 유발 원인이 알레르기 항원들에 의한 경우를 말한다.

그밖에 모든 비염은 비알레르기성 비염이라 통칭하며, 이러한 비염을 방치하면 일상생활에 지장을 초래해 삶의 질을 떨어뜨릴 뿐 아니라 다양한 합병증을 유발시킬 수 있어 조기에 치료하는 것이 중요하다.

◇알레르기 비염의 원인=알레르기 비염은 천식, 아토피 피부염, 음식물 알레르기처럼 면역반응이 원인이 되는 질환이며, 이들 질환과 유사한 특징을 지닌다. 위생상태의 개선과 함께 그 유병률이 증가하고 있으며, 부모로부터 유전적 소인을 물려 받거나 알레르기 항원에 많이 노출되는 경우에 유병률이 증가하게 된다. 우리나라 사람들에게 알레르기

집먼지 진드기·꽃가루 등 유발 원인...황사나 대기오염으로 증상 심화
실내온도 20도 이하, 습도45% 이하 유지...정도 따라 다양한 치료법

비염을 일으키는 가장 흔한 항원은 집먼지 진드기로 알려져 있고 이 외에 개, 고양이 등의 동물 털과 꽃가루, 바퀴벌레 혹은 곰팡이 등이 알레르기 비염을 일으킬 수 있다.

또한 최근 문제가 되는 황사나 대기오염에 의해 증상이 심화되기도 한다. 알레르기 비염은 알레르기 질환뿐만 아니라 축농증, 삼출성 중이염, 수면무호흡과도 깊은 연관성을 가지고 있어, 알레르기 비염에 대한 치료가 이들 질환의 해결에 도움이 될 수 있겠다.

알레르기 비염의 임상적 진단은 환자가 보이는 증상과 과거력을 바탕으로 의사에 의해 쉽게 이뤄질 수 있다. 하지만 면역치료 시행 등을 위해 확실한 진단 및 항원 파악이 필요한 상황에서는 알레르기 항원 특이적 면역글로불린 E(IgE)를 확인하는 것이 필요하다. 이를 위해 피부파괴검사(skin prick test)를 시행하는 것이 원칙이나 피부파괴검사를 위해서는 바늘로 피부를 수차례 찌러야 되므로 어린이에게는 혈액검사로 대체하기도 한다.

◇알레르기 비염의 치료=증상이 경미한 비염 환자에서는 회피요법이나 비강세척만으로도 증상완화 효과를 볼 수 있다. 가장 흔한 원인인 집먼지 진드기를 위한 회피요법은 실내온도를 20도 이하로

낮추고, 상대습도를 45% 이하로 유지하는 것이다. 헤파필터가 있는 진공청소기를 사용해 집먼지 진드기를 없애고 진드기 살충제 사용, 카펫이나 천 소파 등의 제거, 60도 이상의 온수로 침구류 세척 등의 다양한 방법이 있다.

하지만 중등도 이상의 증상을 보이는 환자는 이러한 방법만으로는 효과가 낮아 약물 사용이 필요하다. 약물은 알레르기 반응을 억제하기 위한 비강 내 분무 스테로이드 제제와 알레르기 반응에 의해 생성된 히스타민을 억제해 주는 항히스타민 제제를 주를 이룬다.

약물 치료에 잘 반응하지 않는 심한 비염환자나 비염이 연중 지속되는 환자들에서는 면역치료를 고민해 볼 수 있다. 면역치료는 크게 주사형태의 피하 면역치료 방법과 약물형태의 설하면역치료 방법으로 나뉜다.

마지막으로 면역·약물치료 등의 비수술적 치료에 반응하지 않는 환자들은 수술적 치료도 고려해 볼 수 있다. 코막힘의 원인이 되는 환교(비중격만곡증)를 교정하는 비중격교정술, 고주파를 이용한 하비갑개 부분절제술 등이 시행될 수 있다. 적합한 환자에게 시행하면 코막힘이 아닌 콧물, 재채기, 가려움 등 기타 증상에도 효과가 있는 것으로 알려



전남대병원 임상철 이비인후과 교수가 '비내시경'으로 환자의 코 내부를 진찰하고 있다. <전남대병원 제공>

져 있다.

알레르기 비염은 다른 질환들에 비하면 비교적 중등도가 낮은 질환이지만 인구 4명 중 1명 이상이 알레르기 비염으로 고통 받을 정도로 흔한 질환이며, 어린 학생들의 경우에는 비염 증상으로 인한 집중력 저하로 학업 장애를 호소하는 경우도 있어 사회적 부담이 큰 질환이다. 따라서 의료진과의 상담 및 적절한 질환 관리를 통해 알레르기 비염의 악화를 예방하고, 환자 본인의 삶의 질을 향상시키는 것이 중요하겠다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr



전남대 학생팀 '거북목 알림 프로그램' 개발

SW 경진대회 행안부 장관상

전남대학교 학생들이 컴퓨터를 장시간 사용하면 발생하는 거북목 자세를 자동으로 알려주는 프로그램을 개발해 화제가 되고 있다.

전남대 정보보안협동과정(전공주임 김경백 교수) 학생들로 구성된 '정보호 119' 팀(신동혁 석사과정생, 고영훈·신명진·한승주 학생)은 장시간 PC 사용에 따른 거북목 자세를 교정하기 위해 별도의 장비 없이 PC에 설치된 웹캠의 이미지와 인공지능을 활용해 자세를 판단하는 '거북목 알림 프로그램'을 개발했다. 이 프로그램은 지난달 서울 코엑스에서 열린 '제7회 소프트웨어 개발보안 경진대회'

에서 행정안전부 장관상을 수상했다. <사진> 또 이 대회에 함께 참가한 '본(bone)' 팀(김가영·신미주·윤성수·임수민 석사과정생)은 시민들의 안전한 귀갓길을 위해 보안등, 가로등이 있는 길을 알려주는 '안전지대' 안드로이드 앱을 개발해 한국 인터넷진흥원장상을 수상했다.

이들 두 팀을 지도해 온 임의재 교수는 "소프트웨어 개발보안 컨퍼런스의 일환으로 진행된 이번 경진대회에서는 '대한민국의 안전을 책임지는 서비스'라는 주제로 개발보안을 적용한 해커톤 방식으로 진행됐다"며 "국민의 안전에 기여하는 정보보안 전문가들로 거듭나도록 열심히 지도하겠다"고 밝혔다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

한국인 급성심근경색증 등록연구 사업, 300번째 논문 발표

전남대병원 정명호 교수 총괄 연구자
세계적 학회지 게재...연구역량 입증
15년간 심근경색증 예방·치료 도움

전남대학교병원 순환기내과 정명호 교수가 총괄 책임연구자로 있는 한국인 심근경색증 등록연구(Korea Acute Myocardial Infarction Registry-KAMIR)사업이 최근 총 300편(SCI 270편)의 연구논문을 기록하면서 세계 최고수준의 연구역량을 보여주고 있다.

KAMIR은 대한내과학회지 12월호에 게재될 '한국인 급성 심근경색증 환자에서 좌심실 비대의 형태학적 분류에 따른 임상경과의 차이'라는 제목의 연구논문을 발표, 총 300번째의 논문 발표라는 놀라운 연구 실적을 거뒀다.

이같은 성과는 세계적으로 유명한 급성 심근경색증 등록연구로 전 세계 국가에서 등록하는 'GRACE', 스웨덴 등 유럽의 'SCAAR' 보다 훨씬 많은 논문 실적이며, 현재 심근색색연구회 및 혈전지혈학회 회장을 겸하고 있는 정명호 교수를 비롯한 대한심장학회 KAMIR 연구진들의 열정적 노력의 결실로 평가받고 있다.

또한 국제적으로 대한심장학회와 전남대병원의 위상을 드높이고, 한국인 심근경색증 환자의 예방·치료와 재활 방법 개발연구에 크게 기여할 것으로 보인다. 아울러 향후 국립심혈관센터의 기틀을 마련하는 데에도 큰 도움이 될 것으로 기대된다.

지난 2005년 대한심장학회 50주년 기념 연구사업으로 시작된 KAMIR은 15년간 전국 40여 개의 대학병원에서 총 7만 6000여명의 심근경색증 환자를 등록해 다양하고 수준 높은 연구를 진행하고 있다.

발표 논문 중 상당 수의 논문이 세계적 학회지에 실려 국제 의료계의 시선을 끌기도 했다.

대표적으로 '다혈관 급성 심근경색증 환자의 예후'에 대한 논문은 미국의학회지 'JAMA (IF=45.540)'에 게재됐으며, 배타 차단제에 관한 논문은 영국의학회지 'BMJ (IF=30.223)'에 소개됐다. 또 미국 순환기학회지인 'Circulation (IF=23.603)'에 항혈소판제 사용에 관한 논문, 미국심장학회지 'JACC (IF=20.589)'에 스타틴 사용 및 심인성 쇼크에 관한 논문이 실리기도 했다.

KAMIR 연구를 통해 우리나라 심근경색증 환자와 서양인 환자와의 차이점이 있다는 사실도 밝혀냈다.

KAMIR 연구진은 환자의 예후를 예측할 수 있는 KAMIR score도 개발해 미국심장학회지에 보고한 바 있다. 또 좌심실 구축률이 유지된 급성 심근경색증 환자에서 심실성 빈맥 발생에 대한 새로운 위험점수(risk score)인 'VAMIR score'를 개발해 일본심장학회지에 게재했다.

한편 2011년부터 국립보건연구원의 연구비 지원을 받은 KAMIR은 2013년 대한심장학회의 산하단체인 심근경색증 연구회를 통해 우리나라 실정에 맞는 예방 및 치료방법을 본격적으로 연구해 왔다. 또한 2016년에는 심근경색증 교과서를 출판했으며, 2020년에는 한국인 급성 심근경색증의 치료 전문가 합의문(Expert Consensus)을 발표했다.

이 같은 체계적인 연구 성과에 대해 일본·중국 등 아시아권 국가들의 협력연구 제안도 있었다. 일본은 KAMIR을 본받아 지난 2013년 오사카 국립순환기센터의 주축으로 JAMIR 연구팀을 결성해 한국과의 공동 연구를 추진하고 있으며, 매년 KAMIR-JAMIR 심포지엄을 개최하고 있다. 또 중국 길림의대 류빈 교수팀의 협조 요청으로 KAMIR-CHAMIR 심포지엄도 매년 개최하고 있으며, 미국·영국·대만·싱가포르·말레이시아 등 과도 활발한 교류를 펼치고 있다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

그린궁 GREEN GOONG PRIME EVER 120 프라임에버 120

다시 맞이하는
빛나는 아름다운 여성의
건강한 봄날을 위하여!

그린궁프라임에버120은 소중한 여성의 피부 건강과 저하된 면역력을 증진시켜 주며 장 건강 그리고 뼈 건강에도 도움을 주어 활력있는 여성의 아름다운 건강을 위한 여성 건강기능식품입니다.

소비자상담실 080-234-6588

그린알로에 건강기능식품은 단 1%도 중국산 원료를 사용하지 않습니다.