

# '쌩쌩' 거리는 숨소리·마른 기침 지속된다면 의심

## 건강 바로 알기 천식

문도식

조선대병원 호흡기내과 교수

기침은 기도과 비강 내의 이물질에 대한 정상적인 반응으로 발생할 수 있다. 신종 코로나 바이러스 확산 이래 반복되는 기침은 개인뿐만 아니라 주변 사람들에게도 불편감을 줄 수 있는 증상으로 사회 경제적으로 많은 영향을 미치고 있다.

◇만성 기침=일반적으로 기침의 증상은 급성기를 거쳐 '시간에 의해' 자연스럽게 호전된다. 대부분은 대증 요법과 가까운 병원에서 시행하는 약물 치료만으로도 호전될 수 있다. 그러나 4~10%의 일부 환자들은 만성 기침을 경험하게 된다. 만성 기침이란 기침 증상이 8주 이상 지속되는 것을 말하며, 국내 인구의 3.5~4.6%가 경험할 정도로 발생 빈도가 높다.

또한 이러한 경향이 연령이 증가할수록 높아진다. 만성 기침의 원인으로는 비염 또는 부비동염과 같은 질환을 포함한 상기도 기침 증후군, 만성 흡



유전·환경적 만성 알레르기 질환 환절기 등 계절 변화 영향 받기도 폐기능·약물 유발 검사로 진단 기관지염증, 만성 호흡곤란 유발

연, 드물게는 혈압약 같은 약제가 있으며, 천식 또한 중요한 원인이 될 수 있다.

◇"천식, 이럴 때 의심해보자" = 천식의 대표적인 증상은 '쌩쌩' 거리는 소리가 나는 호흡 소리(천명음), 호흡곤란, 가슴 답답함 그리고 마른 기침이다. 일부 환자는 호흡곤란이나 가슴 답답한 증상이 없이 지속적인 기침만을 호소하는 경우가 있다.

천식은 환절기, 꽃가루 등 계절 변화에 영향을 받기도 하며, 밤시간이나 이른 아침에 심해졌다가 다시 호전되기도 하는 등 증상의 변동성이 특징이다. 특히 수면 중 기침으로 깨다면 천식을 의심해 볼 수 있다.

또한 천식은 특정 자극에 의해 악화되기도 하는데, 운동 후 증상이 심해지거나 감기에 걸릴 때마다 기침이 오래가는 경우, 진통 소염제와 아스피린 등 약제 복용 후 의심 증상이 지속되는 경우에도 천식을 의심해 볼 수 있다. 본인이 알레르기성 비염, 아토피와 같은 병력이 있거나 이와 같은 질환의 가족력이 있다면 천식의 발병 가능성이 높다.

◇폐기능 검사를 통한 진단=천식은 염증 반응으

로 인해 기도가 일시적으로 수축함으로써 증상이 발생하므로 천식이 의심될 때에는 폐기능 검사를 통해 가변적인 호기(내쉬는 숨) 기류제한을 확인해야 한다. 심한 변동성은 일중 변동, 일간 변동, 검사 간 변동, 계절적 변동성을 폐기능 검사를 통해 확인할 수 있다. 증상이 없을 경우에는 천식에 대한 메타콜린 같은 약물 유발 검사로 진단하기도 한다.

또한 나타나는 증상들이 천식으로 의심될 경우, 경험적 치료 후 폐기능의 변화를 측정해 진단하기도 한다. 이러한 폐기능검사 이외에 기도 염증을 증명하는 객담·혈액의 호산구분율 호기산화질소 검사를 통해 천식을 의심할 수 있다. 그러나 이들은 천식을 진단하는 데에는 도움이 되지만 확진 검사는 아니다. 따라서 천식을 확실하게 진단하기 위해서는 폐기능검사가 가능한 병원에서 검사를 진행해야 한다.

◇치료는 흡입형 스테로이드=과거 천식은 단순히 알레르기 반응으로 인한 가역적 기관지 수축으로 인해 발생하는 질환으로 알려져 있었으며, 치료를 위해 벤토린(Ventolin)이라 불리는 기관지 확장제를 많이 사용하였다. 그러나 최근에는 천식의 중요한 기전으로 호산구를 포함한 기관지의 만성 염증이 주목되고 있다. 기관지의 염증 악화가 반복될 경우 영구적인 기도의 변형이 발생됨으로써 만성적 호흡곤란과 같은 증상을 유발할 수 있다. 이러한 염증을 조절하는 것이 중요하다. 오히려 증상 조절만 하는 벤토린 같은 기관지확장제를 단독으로 과도하게 사용하게 되면 환자의 사망률을 증가시킬 수 있다.



만성기침에 시달려 천식이 의심되는 환자가 폐기능검사를 받고 있다.

〈조선대병원 제공〉

따라서 천식 치료에는 의료진의 진료에 반드시 흡입형 스테로이드와 기관지확장제가 포함된 흡입기를 사용하여 기관지의 염증을 조절하는 것이 중요하다.

많은 환자들이 스테로이드 장기 복용에 따른 부작용에 대해 거부감이 있으나 실제 흡입형 스테로이드는 피부 연고와 같이 전신 부작용이 매우 적다. 천식 치료 시 경구 약제는 그 역할은 미미하나

동반된 비염 증상 등을 조절하는 데에 사용된다. 천식은 정기적으로 폐기능검사와 증상을 통해 조절 정도를 평가받고 약물을 조절해야 한다. 천식은 약물 중단 외에도 흡연, 알레르기 질환 유발 시 동반되어 악화될 수 있다. 그 중 독감, 감기와 같은 상기도 감염이 중요한 원인이므로 감기 예방과 독감 예방접종은 필요하다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

## 조선대병원, 환자 안전·의료질 향상 'QI활동 사례 발표회'

22개 팀 참여 구연발표·이벤트 분무치료 안내문 제작 병동 대상

조선대병원(병원장 정중훈)이 최근 환자 안전과 의료질 향상을 위한 'QI활동 사례 발표회'를 개최했다. <사진>

QI(Quality Improvement) 활동은 환자에게 제공하는 의료, 시설, 시스템 등 의료서비스 전반의 품질 향상을 위해 펼치는 개선 활동으로, 조선대병원은 매년 부서별 업무 프로세스 개선을 위해 실시하고 있다.

이번 발표회는 박상근 의료질관리실장의 개회사와 정중훈 병원장의 격려사를 시작으로 1부·2부 구연발표를 진행하였으며, 행운권을 추첨하여 소정의 상품을 증정하는 이벤트도 함께 진행했다.

올해 QI 활동은 총 22개 팀이 참여했으며, 그 중 8개 팀이 활동한 결과에 대한 구연발표를 진행했다.

주제의 적절성, 활동 목표, 개선 활동의 효과, 향후 관리 방안 등의 기준으로 정중훈 병원장을 포함한 심사위원의 심사 결과, '삽화를 이용한



분무치료요법 안내문 제작을 통한 환자의 치료 이행도 향상'을 주제로 QI 활동을 펼친 63명 병동이 대상을 받았다.

호흡기 질환을 앓고 있는 환자가 분무치료 기기 사용에 어려움을 겪거나 잘못된 방법으로 흡입치료를 하는 경우가 빈번했으나, 시각 교육 자료를 제작을 통해 고령의 환자도 쉽게 따라 할

수 있도록 해 환자 안전과 치료에 긍정적 효과를 이끌어 낸 점이 높은 평가를 받았다.

이어 '환자식 오류감소를 위한 개선활동'을 발표한 영양팀과 '스마트 외래 위치 안내 서비스 개선활동'을 주제로 QI활동을 펼친 외래간호팀이 각각 최우수상을 수상했다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

## 광주기독병원, 20번째 QI활동 경진대회



광주기독병원(병원장 최용수)은 최근 사흘간에 걸쳐 병원 내 곳곳에서 '제 20차 환자안전 및 의료질 향상'을 위한 QI활동경진대회를 개최했다. <사진>

2021년 한 해 동안 병원 전 부서에서 실시된 QI활동을 구연발표, 포스터 전시, 사례집 발간 등으로 알리며 다양한 행사이벤트도 실시했다.

QI활동 구연 발표는 코로나19로 인해 10개 팀

을 3개 세션으로 구분해서 다목적회의실, 의사교육실, 제중홀에서 진행했으며 각 세션별로 온라인 화상회의도 병행했고, 10개 부서의 QI활동 포스터를 로비에 전시해 많은 이들이 관람하도록 했다.

또한 QI활동 사례집은 정책 주제, 팀 주제, 부서 주제로 분류, 편집해 발간했다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

# 전기차 환경부 무상보조 실시 중!

전기종 - 자동차용 리튬이온 배터리 장착(10년 사용), 가정용220V로 충전, 원동기 면허로 운전



에코EV102

판매가격	무상보조금	도내생산보조금	본인부담금
833만원	303만원	48만원	482만원



나이스3L (캐노피 1만원)

판매가격	무상보조금	도내생산보조금	본인부담금
650만원	330만원	48만원	272만원



나이스1L

판매가격	무상보조금	본인부담금
462만원	330만원	132만원

emart 이마트 광주점(광주터미널점) 전시 중!



친환경전기차 전라남도 대표 생산기업!  
**DAEPOONG**  
본사·공장: 전남 영광군 대마면 전기차로 133  
(대마 전기자동차산업단지 내)



상담문의 061) 352-3010 (내선2번)  
061) 872-8880, 1

고흥지사 010-2548-7111  
나주대리점 010-3626-3848  
장성대리점 010-2819-3546  
전남 동부권역 010-2450-1954

광양대리점 010-5355-1292  
함평대리점 010-2602-6051  
광주·영광 010-3925-2181  
전남 서부권역 010-3647-9709

전국대리점 / 취급점 문의  
**010-2034-0141**