



## 결막염에 관한 모든 것

베짱이

## 소개글

세균성, 바이러스, 알레르기 결막염에 대한 병인과 증세, 경과에 대하여 알아봅니다.

증상에 따른 처방약에 대한 사용법과 주의사항에 대하여 알아봅니다.

증상에 따라 사용할 수 있는 기능성 건강식품, 한방제제, 일반의약품에 대해 알아봅니다.

# 목차

---

1	여름철에 가장 많은 환자는 결막염이죠~ 어떻게 대처할까요? 1. 세균성결막염	4
2	여름철에 가장 많은 환자는 결막염이죠~ 어떻게 대처할까요? 2. 바이러스성 결막염	16
3	여름철에 가장 많은 환자는 결막염이죠~ 어떻게 대처할까요? 3. 알레르기 결막염	24

# 01

여름철에 가장 많은 환자는 결막염이죠~ 어떻게 대처할까요? 1. 세균성결막염

## <앵커>

이상고온 탓에 눈병이 유행하고 있습니다. 전염성이 아주 강한데 특히 아이들이 취약합니다.

송인호 기자가 보도합니다

## <기자>

눈이 충혈되고 눈곱이 심하게 끼어 병원을 찾은 4살 어린이입니다.

진단 결과 유행성 각결막염으로 판명됐습니다.

2주 만에 온 가족으로 확산됐습니다.

지난달 넷째 주 유행성 각결막염으로 진료받은 환자는 1019명.

주간 평균 환자 수와 비교해 12.7%나 늘었습니다.

아폴로 눈병으로 잘 알려진 급성 출혈성 결막염 환자도 늘고 있습니다.

유행성 눈병 환자 가운데 1/3 이상은 아동 또는 청소년입니다.

눈병 확산의 가장 큰 이유는 이상고온 때문입니다.

<SBS뉴스 2012.6.6>

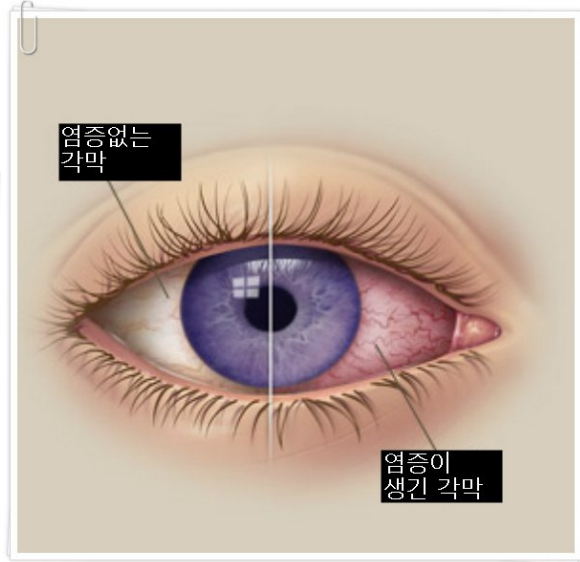
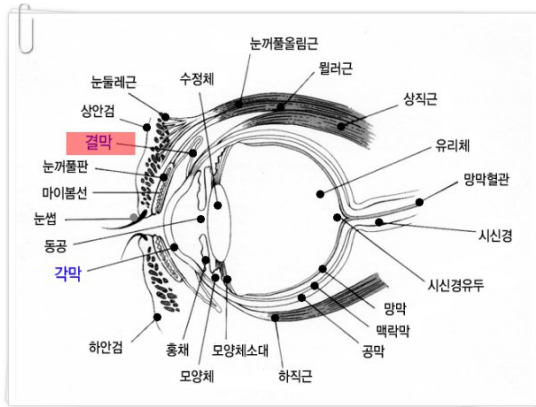
## 여름철 하면 눈병의 계절입니다.

아무래도 케리비안베이라든지 오션월드 같은 물놀이 시설도 많이 이용하고, 수상스키와 같은 수상스포츠도 많이 하면서 눈에 오염된 물이 들어가는 횟수가 증가하기 때문이겠죠.

또, 개인 위생 관리도 게을러진 것도 큰 이유가 됩니다.

## 우리가 말하는 눈병이란?

우리가 흔히 말하는 눈병은 결막염이 대부분이며 이는 알러지성, 바이러스성, 세균성 결막염으로 나뉘고 그 처치법도 각기 다릅니다.



결막은 안구를 둘러싸고 있는 얇은 막입니다. 이 부위에 염증이 생기면 눈이 잔뜩 충혈되면서 불편한 느낌이 생기는 것이죠.

그렇다면 각 원인에 따른 증상과 처치법에 관해서 간단히 알아 보도록 하겠습니다.

미국 안과 학회의 간이 진단법과 치료 지침은 다음과 같다

	바이러스 성	세균 성	알러지성결막염
시작	한쪽 눈으로부터 시작	한쪽 눈으로부터 시작	두 눈 동시에 시작
유출액	맑은 물	화농성 액	맑은 물
기상시 눈곱	X	눈곱이 낀다	X
기타 증상	귀 주위 임파 부종 감기증상		재치기, 콧물
	총혈. 부종	총혈	총혈. 부종
	전염성	전염성	비 전염성
원인	Adenovirus	Hemophilus Inf. Streptococcus	꽃가루 등 알러지 원인 물질
치료법	-인공 누액 -항히스타민안약 -냉찜질	-항균제 안약	-항히스타민안약

## 1. 세균 결막염



여름철에 일어나는 가장 흔한 결막염입니다.

주로 오염된 손이나 수건, 오염된 물이 눈에 직접 들어가게 되면 발생하게 됩니다. 요즘에는 미용을 위한

콘택트렌즈를 많이 착용하면서도 발생하기도 합니다.

주로 오염물이 접촉된 부분 부터 시작되므로 한쪽 부터 시작됩니다.

주로 눈곱이 많이 끼면서 충혈이 되는데 세균이 번식하게 되면 다른 쪽으로 전이가 되거나 다른 사람에게도 감염을 시킬 수 있으므로 주의해야 합니다.

## Q1. 증상은 어떤가요?

세균성 결막염의 특징은 **눈곱이 많이 낀다는 것입니다.**

눈곱이라는 것은 각질화 되어 떨어져 나온 눈의 표피세포, 눈물, 눈 가장자리의 분비선에서 나온 지방분이 만나서 생기는 것입니다.

평상시에 나오는 눈곱의 양은 많지 않기 때문에 문제가 되지 않지만 세균성 감염이 생기게 되면 누런색 눈곱의 배출량이 많아지면서 다 처리되지 못하고 눈 가장자리에 눌러붙게 됩니다. 그래서 아침에 일어나면 눈곱이 덕지덕지 붙어 있게 되지요.

**그리고 충혈이 생깁니다.** 결막염의 공통된 특징은 안구 충혈이지요. 그리고 통증이 있습니다.

## Q2. 치료는 어떻게 받나요?

일반적으로 세균성 결막염의 경우에는 **항생제 점안액, 심한 경우에는 취침전에 항생제 안연고를** 사용합니다.

항생제간에 효과면에서는 큰 차이를 보이지 않기 때문에 같은 증상인데도 다른 안약이 처방나오는 일도 있습니다.

**점안액을 사용할 때 일반적인 주의 사항은 다음과 같습니다.**

### 1. 사용전에 손을 깨끗히 씻으세요~

손에는 수없이 많은 세균이 있지요. 눈에 닿아도 좋지 않고 점안액의 점적부가 닿아도 좋지 않습니다

## 2. 투약시 점적부가 다른 부분에 닿지 않도록 넣어주세요~

보통 눈꺼풀에 닿는 경우가 가장 많지만 취급 부주의로 인해 바닥에 쓰러지든지, 다른 물건에 닿는 경우가 있습니다.

## 3. 눈동자에 안약을 떨어뜨리지 마세요...

아이의 경우에 깜짝 놀랍니다. 아랫 눈꺼풀을 잡아 당기면 약간의 공간이 나오는데, 그곳에 안약을 떨어뜨리면 넣기가 수월합니다.

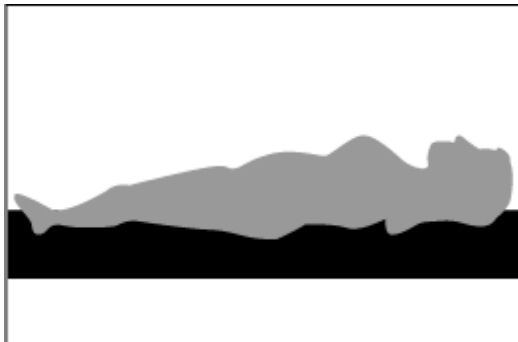
그리고 눈물샘이 있는 안쪽 부분을 가볍게 1분정도 눌러주는데, 이는 전신으로 약물이 가는 상황을 막을 수 있습니다. 항생제 안약이 눈물샘을 통해서 흘러가게 되면 입에서 씹쓸한 맛이 나게 되지요...^^



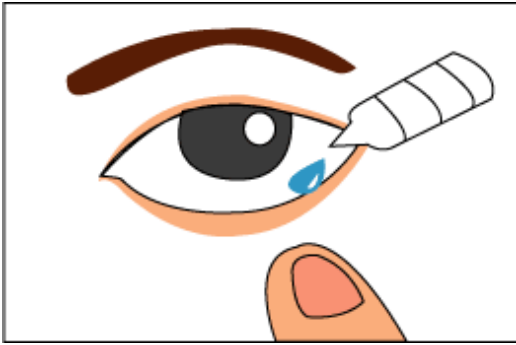
1) 손을 깨끗이 씻습니다.(오염, 감염 예방)



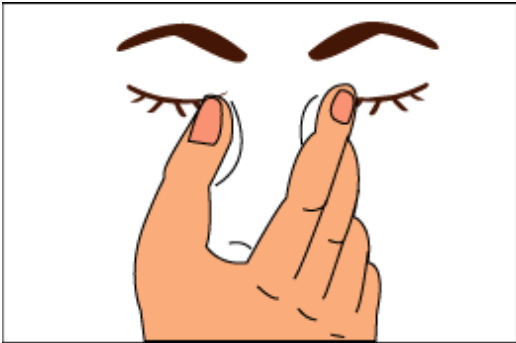
2-1) 고개를 뒤로 젖히거나



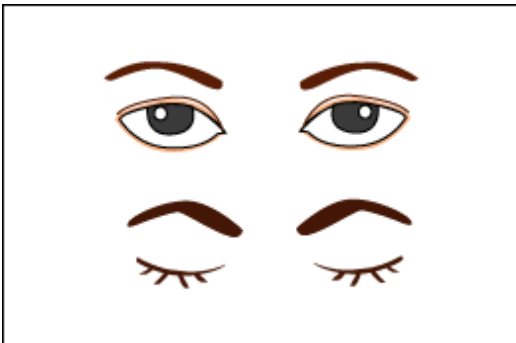
2-2) 눕습니다.



3)아래 눈꺼풀을 당겨 약액공간을 만든 후 약액은 지시된 양(보통 1적)을 넣습니다.



4)눈을 감고 눈, 비루관을 1분간 누릅니다.



5)눈을 깜박거리려(2~3번) 약액이 눈안에 고루 퍼지게 합니다.

〈드럭인포에서 발췌함〉

**항생제 점안액의 종류와 사용법, 개별적인 주의사항은 다음과 같습니다.**

**겐타마이신 점안액(상품명 : 오큐젠타, 인펙토후람 등)**

2-4시간 간격으로 1-2방울 정도 점안 합니다. 중증인 경우에는 매시간 마다 두방울씩 점안합니다. 일반적인 자극감이나 눈의 부종, 가려움 등이 수반된다면 의사나 약사에게 바로 알립니다.

**오플록사신 점안액(상품명 : 타리비드, 오푸스 등)**

1일 3회 1-2방울 점안합니다.

사용 후 가려움 증이나 눈이 붓는 다면 즉시 의사나 약사에게 알려야합니다.

일반적으로 눈의 건조감, 이물감, 눈부심, 통증이나 열감이 나타날 수 있습니다.

**레보플록사신 점안액(상품명 : 크라비트, 레복스, 레보클, 레보트라 등)**

1일 3회 1-2방울 점안합니다.

주의 사항은 오픈록사신 점안액과 동일 합니다.

### 토브라마이신 점안액(상품명 : 토브라, 토브라덱스, 토베손 등)

1회 1-2방울 4시간 간격으로 점안합니다.

눈에 없던 자극감이 나타날 수 있고 눈물이 지속적으로 흐를 수 있습니다. 시야가 흐려지는 느낌이 날 수 있으므로 사용시 불편함이 있으면 반드시 의사나 약사에게 상의하세요.

### 에리트로마이 점안액(상품명 : 에코리신 점안액)

본 제제는 사용시 분말을 같이 동봉되어 있는 용액에 녹여서 사용하는 제제 입니다. 만약 만들기 어려울 경우에는 약사에게 반드시 만들어 달라고 하시는 것이 좋습니다.

만든 날로 부터 상온(15-25도)에서 7일간 보관할 수 있으므로 냉장고에 넣지 않습니다.

잘 흔들어서 사용하고 1회 2-3방울을 2-3시간 마다 넣습니다.

역시 자극감이나 열감, 불쾌감, 시야가 흐려짐 등의 증상이 나타나면 의사나 약사에게 바로 알립니다.

대부분의 항생제 안약은 동일한 이름으로 안연고가 나옵니다.

안연고의 사용은 눈에 이 물감이 남기 때문에 일반적으로 취침전에 사용하지만 심한 경우 점안액과 병용하여 사용하는 경우도 있습니다. 주의사항은 각 항생제 점안액과 동일합니다.



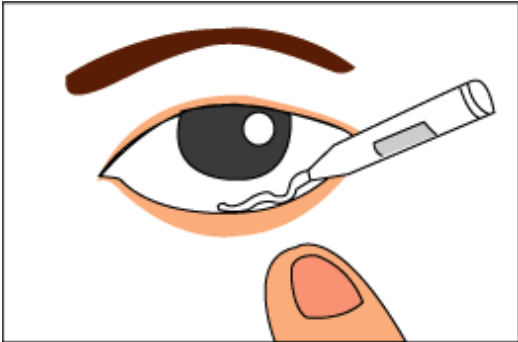
1)손을 깨끗이 씻습니다.(오염, 감염 예방)



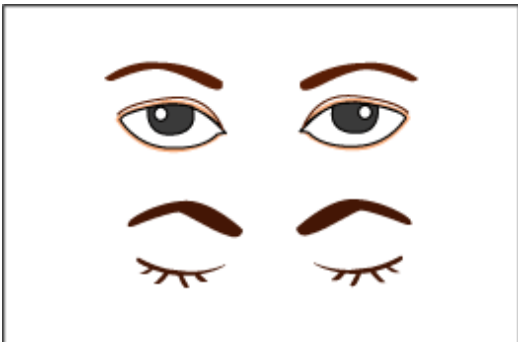
2-1) 고개를 뒤로 젖히거나



2-2) 눕습니다.



3)아래 눈꺼풀을 당겨 약액 공간을 만든 후 연고를 가늘게 짜 넣습니다.(일시적으로 시야가 흐려짐)



4)눈을 깜박거리(2~3번) 약이 눈안에 고루 퍼지게 합니다.

<드럭인포에서 발췌함>

간혹, 증상이 심한 경우 스테로이드 점안액이 사용되기도 합니다.

하지만 스테로이드 점안액을 사용하면 증상은 신속하게 완화시키지만 총혈 및 수양성성 분비물을 보이는 일부질환(헤르페스성 각막염)을 악화시킬 수 있기 때문에 일차진료 기관에서는 잘 사용하지 않는 것이 원칙입니다(근거중심의 외래진료 메뉴얼 인용)

간혹 약국에 있으면 스테로이드 점안액을 충혈제거제로 잘 못 알고 사용하는 경우가 많은데 정말 위험한 일입니다!!!

플루오로메토론 점안액(상품명 : 플루메토론0.1%, 플루메토론0.02%, 오큐메토론0.1%, 유큐메토론0.02% 등)

1회 1-2방울을 1일 2-4회 점안합니다. 사용시에는 반드시 흔들어 사용합니다.

사용 후 눈의 통증이 나타나거나 자극감이 심해진다거나 분비물이 더 많아진다, 또 시력이 저하되는 느낌이 있다면 반드시 의사나 약사에게 바로 알려야 합니다.

경구투약제들은 흔히 처방 나오게 됩니다.

## 항생제

일반적으로 광범위 쿠놀론 항생제인 오큐프록스, 세파계 항생제인 세파클러, 페니실린계 항생제인 아목시실린이 처방되어 나옵니다.

항생제 처방이 나오는 경우에는 전신 감염이 의심되는 경우에 나오게 됩니다. 결막염의 경우 임파선염이 같이 오는 경우가 많으며 이때는 전신감염을 막기 위해 항생제 처방이 나오게 됩니다.

항생제의 경우 일반적으로 의사의 처방되는 날까지 복용을 지속적으로 해야하며 일정시간 간격을 맞춰서 복용합니다. 장내의 유익균을 손상시켜 설사나 변비를 유발할 수 있습니다.

## 소염제

소염제의 경우 보통 효소소염제(스트렙토키나아제, 상품명 : 바리다제 등)가 사용되는 경우가 많습니다. 염증부위에 직접 작용하여 염증을 개선하고 염증부위의 체액순환을 개선하여 줍니다. 보통 약에 의한 알러지가 없는 경우 크게 부작용 없이 사용할 수 있는 제제입니다.

또는 점막재생을 촉진하기 위해서 카르복실메틸시테인제제(상품명 : 리나치올 등)이 처방되기도 하는데 점 이 성분은 막 단백질합성에 필요한 cysteine을 공급하여 손상된 점막의 재생을 촉진합니다.

보통 기침, 가래나 중이염에 처방이 많이 나오게 되므로, 본 증상에 처방을 받을 때 오해하는 경우가 있는데 본 질환에서는 기침, 가래약이 아닌 점막재생촉진을 목적으로 사용됩니다.

위장장애가 일반적 부작용이므로 식후에 복용케 하는 것이 좋습니다.

### 소염진통제

보통 아세트아미노펜(제품명 : 타이레놀 등)과 이부프로펜(제품명 : 부루펜 등) 또는 덱시부프로펜(상품명 : 맥시부펜 등)이 같이 처방이 나오게 되는데, 통증을 완화하는 목적으로 사용됩니다.

공복에 복용하지 않습니다. 특히 이부프로펜과 덱시부프로펜의 경우 유제품과 동시에 복용시 위장장애가 심해지므로 주의합니다.

### 항히스타민제

콧물약으로 유명한 항히스타민제는 염증반응이 유발될 때 우리몸에서 발생하는 히스타민에 대한 불편한 점을 감소시키기 위해서도 처방이 가능합니다.

염증반응시 따가운 느낌이나 간지러운 느낌, 홍조 등 불쾌한 증상은 면역세포에서 분비하는 히스타민에 의해 발생하는 것이죠.

역시 대증요법으로 선택되는 항히스타민제는 졸음이 오게 하고 어지러워지거나, 입이 건조해지는 등의 부작용을 유발할 수 있으므로 상황에 따라 조치해 주면 됩니다.

### Q3. 조심해야 할 사항은 무엇이 있나요?

세균성 결막염이 걸렸을 때는 급성염증이므로 의사의 지시에 정확히 따라 치료를 완결해야 합니다.

콘택트렌즈등 눈에 직접 자극을 줄 수 있는 것들은 반드시 피하고 눈에서 나오는 분비물들은 억지로 떼내지 말고 식염수등을 충분히 적신 멸균 거즈나 깨끗한 가제수건 등을 이용하여 떼어내야 합니다.

세균감염이 있을 시에는 자극적인 음식을 피하고 기름진 음식을 피하며 설탕 등 당분을 적극적으로 제한하는 것이 좋습니다. 충분한 수분 섭취는 분비물이 원활히 배출될 수 있도록 도와 줍니다. 비타민과 미네랄이 충분히 섭취될 수 있도록 식단을 짜주시는 것도 중요합니다.

충분한 휴식을 취하고 전염성이 있으므로 단체생활이나 사람이 많은 곳은 피하는 것이 좋습니다.

다음 시간에는 바이러스 결막염에 관해서 알아보도록 하겠습니다~

**제 포스팅이 도움이 되셨다면 아래 추천~~ 꼭 눌러 주세요용~~^^**

# 02

여름철에 가장 많은 환자는 결막염이죠~ 어떻게 대처할까요? 2. 바이러스성 결막염

## 2. 바이러스성 결막염



바이러스 결막염은 전염력이 아주 강력한 결막염으로써 눈이 빨갛게 충혈되어 토끼눈 처럼 되는 특징을 갖고 있습니다.

쉽게 전염되어 학교에서 한번 퍼지면 주변에 친구들이 모두 바이러스 결막염이 될 수 있는데요.

치료기간 동안 학교를 빠져야 하고 임파선염 등의 다른 바이러스 질환으로 쉽게 이행될 수 있는 안과질환입니다.

바이러스결막염은 급성출혈성결막염(흔히, 아폴로 눈병이라고 불립니다)과 유행성각결막염으로 나뉩니다.

## Q1. 증상은 어떤가요?

일단 **통증이 심합니다.**

타는 듯한 통증을 유발하고 충혈이 심하게 되는 특징을 갖습니다. 심하면 눈부심을 호소하는 경우도 있습니다.

단, 세균성 감염은 아니므로 눈곱이 심하게 끼지 않습니다. 오히려 **맑은 분비물이 많이 흐르게** 됩니다.

**한쪽 눈에서 시작되어 다른쪽 눈으로 번져가는 양상을 보이며** 결막이 붓게 되고 림프를 통해 다른 부분으로 바이러스가 퍼져나가면서 눈, 귀 주위의 림프염을 유발하고 감기가 걸리면서 눈병의 증상을 유발하기도 합니다.

보통 증세가 나타나기전 **눈이 아픈 증상은 몇일 전에 나타날 수 있습니다.**

**증상은 특별한 약이 없어서 2-3주정도 걸리는 치료기간을 단축시키기는 어렵지만** 증상완화하여 불편함을 줄이기 위해 외용제와 내복약을 사용하게 됩니다.

무엇보다 중요한 것은 바이러스가 옮지 않도록 예방하는 것이 제일이겠죠?

## Q2. 치료는 어떻게 받나요?

크게 외용제를 사용하는 것과 내복약을 사용하는 것으로 나누어 집니다.

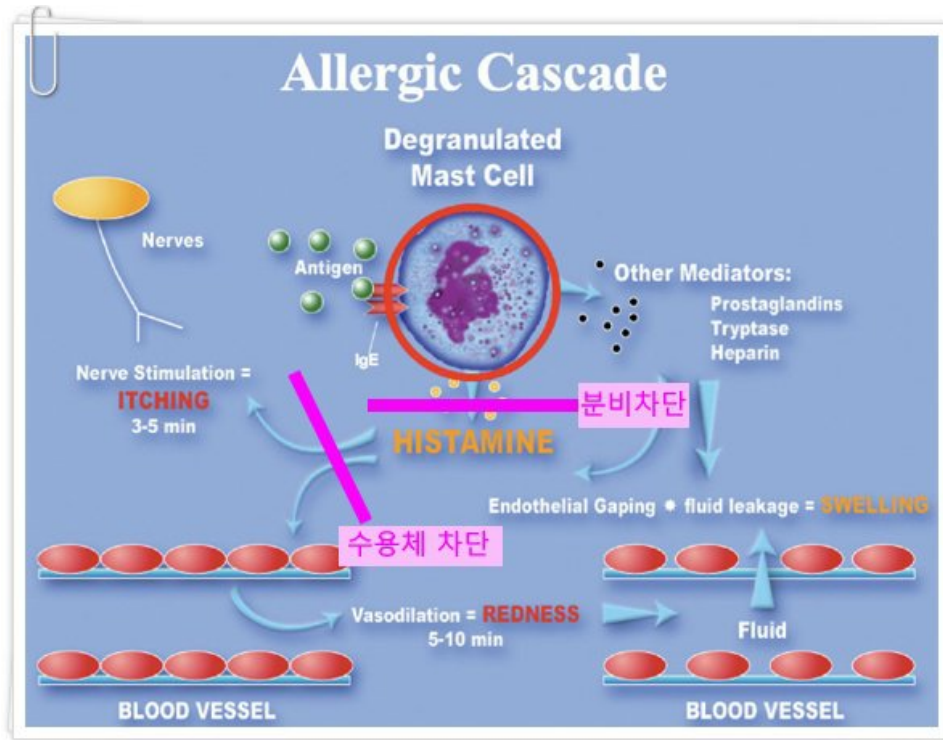
### 〈외용제의 경우.....〉

바이러스 결막염의 경우에는 **증상을 완화시키는 목적으로** 약이 처방됩니다.

처방 되는 약은 **항히스타민제, 인공눈물, 증상에 따라서 스테로이드제와 항생제 점안액** 처방이 나오기도 하지요.

1. 1차적으로 간지러움이나 자극감 등을 완화시키기 위한 항히스타민제 안약이 나오게 됩니다.

항히스타민 점안액은 알러지 증상을 일으키는 히스타민 수용체의 차단을 하며 또 우리 면역세포로부터 히스타민이나 알러지반응을 일으킬 수 있는 물질들의 분비를 차단하여 알러지 증세를 완화시킵니다.



< 항히스타민의 2대 작용, 비만세포에서의 히스타민 유리 억제와 세포에 있는 히스타민 수용체 차단 >

다빈도 항히스타민제 점안액의 종류와 개별 주의사항은 다음과 같습니다.

**아젤란스타틴(상품명 : 아제란, 아제클, 아젠티 점안액)**

1일 2회 1방울 점안합니다.

보통 가장 흔한 부작용은 눈의 통증입니다. 작열감이라고 표현되는 통증인데 심하면 의사나 약사에게 꼭 알려셔야 합니다.

그 외에도 두통이나 눈이 흐려지는 증상이 나타날 수 있으므로 투약 후 운전 등 정밀 작업은 피하는 것이 좋습니다.

투약 후 누수관을 꼭 누르지 않는다면 전신으로 약물이 흘러갈 수 있습니다.

졸음이나 입에서 쓴 맛이 느껴지는 것은 누수관을 통해 약물이 흘러 갔기 때문입니다.

만약 감기약이나 위장약을 복용하고 있는 경우 반드시 의사와 약사에게 알려야 합니다.

콘택트렌즈는 본 증상이 있을 때 착용을 하면 안되지만 어쩔 수 없는 경우에는 약 점안 후 15분 이상 경과한 다음 착용해야 합니다. 착색이 일어날 수 있습니다.

### **케토티펜(상품명 : 자디텐, 케토빈, 케프란 점안액 등)**

1일 2-4회 1방울 증세에 따라 점안 합니다.

주의사항은 아젤란스타틴과 동일합니다.

### **올로파타딘(상품명 : 파타놀, 올로타딘, 올로파놀 점안액 등)**

1일 2회 1방울 점안합니다.

주의사항은 아젤란스타틴과 동일하지만 추가적으로 안구건조가 올 수 있으며 심한 과민반응을 일으키거나 미각이상을 호소하는 경우도 있습니다. 역시 원하지 않는 증상이 나타나면 바로 의사 또는 약사에게 알려야 합니다.

### **레보카바스틴(리보스틴점안액)**

1일 2-4회 1방울씩 점안합니다. 본 제제는 현탁액이므로 반드시 흔들어서 사용합니다.

## **2. 인공눈물**

인공눈물은 여러종류가 있지만 결막염 상황에서는 각막을 보호하고 보습을 동시에 유지시켜 줄 수 있는 제제가 주로 처방됩니다.

**히알루론산(제품명 : 히아레인, 히아레인 미니, 히알루드롭, 하메론 점안액 등)**

주로 각막의 **상피세포를 보호하고 보습을 유지시켜서 눈의 불편함을 해소하여 주는 제제** 입니다.

**보통은 1일 4회 1-2방을 점안** 하는 것으로 하지만 증상에 따라서 더 많이 넣는다 해도 지장 없습니다.

### **3. 세균성 감염이나 증상에 따라 항생제, 스테로이드 점안액이 처방 나오기도 합니다.**

항생제나 스테로이드 점안액, 안연고에 대한 내용과 자세한 사용법은

요기 <http://blog.daum.net/bezzang2/15856989> 에서 확인하시구요~

### **<내복약의 경우.....>**

역시 내복약의 경우 통증 경감을 위해서 소염 진통제를  
환부의 염증을 완화하고 붓기를 빼기 위해서 소염제를  
알러지 상태를 완화하기 위해서 항히스타민제가 같이 처방 나오기도 합니다.

항생제의 경우에는 세균성 2차 감염이 되었다고 판단되는 경우 처방이 됩니다.

자세한 내용은 요기 <http://blog.daum.net/bezzang2/15856989> 에서 확인하세요~

그리고 통증 경감을 위해서 **냉찜질을 할 수 있도록 아이스팩 등이 권유되기도 합니다.**

이때 아이스팩을 싸고 있는 거즈 등은 절대 재 사용이 안되며 폐기할 때도 다른 사람 손이 닿지 않도록 주의하여야 합니다.

### **Q3. 주의사항은 뭐가 있나요?**

바이러스 결막염은 강력한 전염력으로 인해 **단체생활은 절대 금물입니다.**

다른 사람들이 몽땅 눈병에 걸릴 수 있죠.

또 개인위생에 철저히 해야 하는데 눈에서 나오는 분비물 등을 닦은 것을 다른 사람이 만진다 해도 전염 될 수 있습니다. 손잡이, 수건 등등 환자의 손에 만져진 물건은 절대 만지지 못하도록 하여야 합니다.

보통 이런 상황은 **2-3주 정도 지속될 수 있습니다.**

콘택트렌즈는 절대 착용하지 않는 것이 좋습니다.

사실 아파서 착용하기 쉽지 않기도 합니다만....^^;;

분비물이 많아지면 안약의 효과가 떨어지기 때문에 식염수나 인공눈물을 사용해서 분비물을 자주 제거해 주어야 합니다.

안약을 두 가지 이상 사용할 때는 보통 15분 이상의 간격을 두고 사용하여야 먼저 사용한 안약의 효능에 지장을 주지 않습니다.

#### **Q4. 어떻게 해야 빨리 낫나요?**

바이러스 감염증상이 있을 때는 **휴식이 최고**입니다.

무리하지 않고 쉬는 것이 좋고 특히 사람 많은 곳은 자타를 위해서 꼭 피합니다.

그리고 **당분의 섭취를 줄입니다.** 바이러스는 당분을 아주 좋아하며 백혈구는 당분을 아주 싫어 합니다.

**Vit C와 아연의 동시에 섭취하는** 것은 면역력을 올리면서 바이러스를 불활성화 시키는데 아주 유효합니다.

**Vit A의 섭취** 또한 점막기능 강화와 면역력을 강화 시킴으로써 증상을 빨리 회복시키는데 도움을 줍니다.

충분한 **수분섭취도 중요합니다.**

충분한 수분은 IgA의 분비를 촉진 시킴으로써 면역력을 강화하고 증상이 회복되도록 돕습니다.

또 충분한 수분은 인체의 분비물이 잘 배설될 수 있도록 도와줍니다.

단, **수분 섭취는 1회 분량을 종이컵 반잔 정도로** 하고 되도록 천천히 섭취합니다.

만약 **총혈중세가 심하다면 한방약을 복용하는 것도 도움**이 됩니다.

삼황사심탕에 치자를 섞거나, 황련해독탕의 경우 몸의 염증반응과 알러지 반응을 개선하고 총혈을 제거해 줍니다.

만약 물처럼 분비물이 많이 나오는 상황이라면 담음병의 일종인 일음(溢飲)으로 보고 소청룡탕을 복용할 수 있고, 지저분한 진물이 나오면서 눈이 벌겍게 붓는 경우라면 피수협열(皮水夾熱)의 월비가출탕을 복용할 수도 있습니다.

자세한 증상에 대한 문의는 주변 약국의 약사님의 도움을 받으시는 것도 좋구요~

다음에는 알러지성 결막염에 대하여 알아보겠습니다.

제 포스팅이 여러분에게 도움이 되셨나요? 그렇다면 아래 추천을 꼭 눌러 주세요용~^^\*

# 03

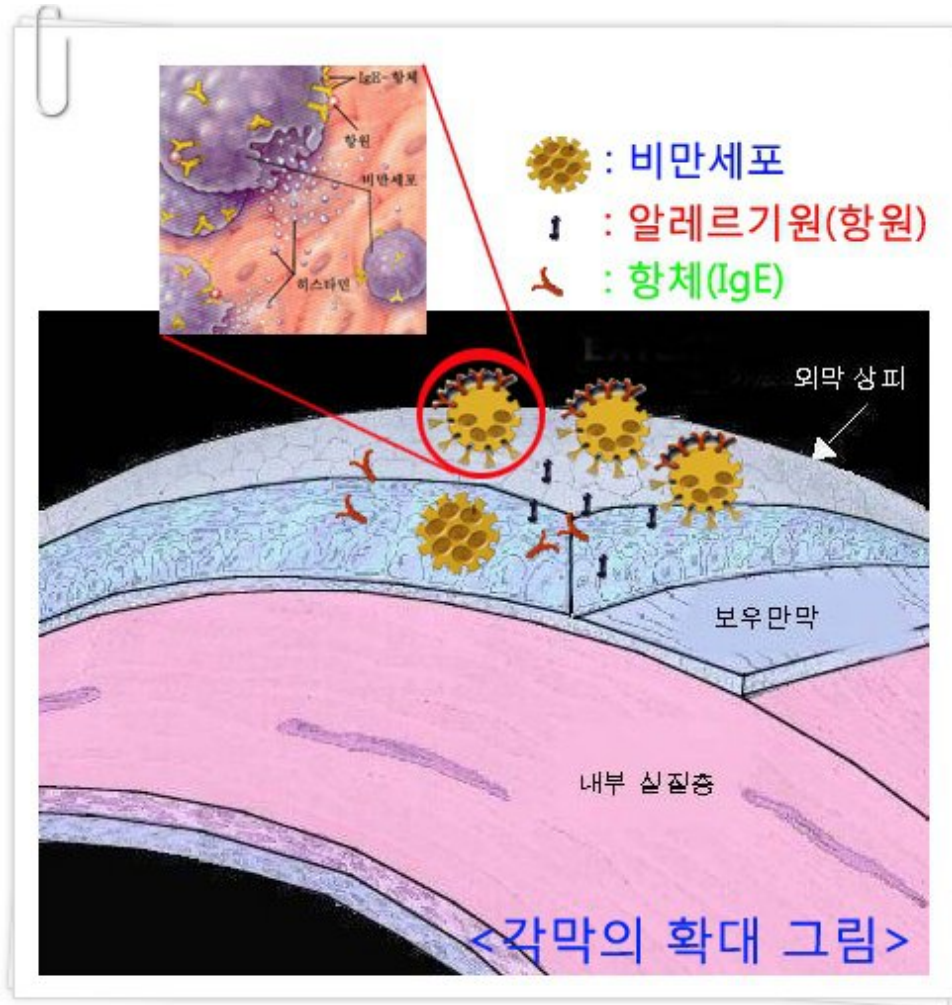
여름철에 가장 많은 환자는 결막염이죠~ 어떻게 대처할까요? 3. 알레르기 결막염

주로 여름철에 자주 나타난다기 보다는 환절기에 자주 나타나는 알레르기 결막염은 말 그대로 알러지 반응에 의해 나타나는 결막염 증상입니다.

세균이나 바이러스성으로 인해 나타나진 않지만 가려움등의 증세는 훨씬 심한 특징을 보이고 있습니다.

#### Q1. 알레르기 결막염은 무엇인가요?

인체의 알러지반응은 **비만세포(mast cell)**가 주도적인 역할을 하게 되면서 일어나게 되는데, 꽃가루나 기타 알러지 유발인자가 눈의 점막으로 들어오게 되면 비만세포가 처음으로 포착하여 히스타민 등을 유리하게 됩니다. 이 히스타민을 비롯한 싸이토카인들이 조직에 퍼져 가면서 바로 불편한 여러가지 문제를 유발하게 됩니다. 그러므로 **알레르기 결막염은 2차 감염등을 막는 것과 이 비만세포와 히스타민을 조절하는 것으로 치료 포인트를 잡게 됩니다.**



**Q2. 알레르기 결막염의 증상은 어떻게 나타납니까?**



세균성 결막염은 누런 눈곱이 많이 끼게 되고 바이러스성 결막염은 맑은 분비물이 나는 특징을 보이지만 알러지성 결막염은 눈이 간지러우며 눈물을 주로 흘리고 두눈이 동시에 시작된다는 특징이 있습니다. 충혈되고 약간 붓기도 하지만 전염력은 전혀 없지요. 그러므로 치료기간이 따로 정해져 있

지도 않습니다. 알러지에 노출되면 지속적으로 나타나게 됩니다.

알레르기 결막염이 있는 경우 전반적인 호흡기 증상이 같이 타나나는 경우가 많은데 일반적으로 콧물, 재채기 등의 알러지성 비염과 같은 증상이 발생합니다.

알레르기 결막염은 알러지의 상태에 따라 급성알러지성 결막염(계절성 알레르기 결막염 등)과 만성알러지성 결막염(아토피 각결막염 등)으로 나뉩니다.

### 보통 증상의 진행순서는

눈이나 눈꺼풀이 가렵다가 눈에 통증이 나타나고 따끔 거리게 됩니다.

이후 결막충혈과 붓기가 나타나고 각막도 빨갱게 변하게 되지요. 결막에 투명한 눈꼽이 끼기도 합니다.

### Q3. 그렇다면 병원에서 처방은 어떻게 나오나요?

알레르기 결막염의 경우에는 히스타민을 억제하는 항히스타민 점안액과 히스타민 분비하는 비만세포를 억제하는 비만세포안정 점안액을 위주로 처방이 나옵니다.

그리고 경우에 따라서는 스테로이드 점안액과 항생제 점안액이 증상 완화 목적으로 위해 처방나오지요.

### 항히스타민 점안액

항원에 감촉된 후 유발된 히스타민을 억제 하기 위해 처방이 되며, 사용하면 가려움, 작열감 등 알러지 반응이 억제됩니다.

### 아젤라스타틴(상품명 : 아제란, 아젠티 점안액)

4세 이상 성인에게 사용하며 1일 2회 1방울 점안합니다. 증상이 심할 때는 3-4회로 증상에 따라 점안합니다.

부작용은 거의 없는 제제 입니다.

단, 누수관을 통해 전신으로 흡수 될 수 있고 다른 항히스타민제(위장약, 감기약 등)을 복용시 부작용이 유발될 수 있습니다.

일반적이지는 않지만 화끈거리는 작열감이나 자극감, 통증이 나타날 수 있으며 일시적으로 시야가 흐려질 수 있습니다.

누수관을 통해 흡수되면 두통, 쓴맛, 피로감이 유발될 수 있습니다.

### **에메다스틴(상품명 : 에마딘 점안액)**

1일 2회 1방울 점안합니다. 증상이 심할 때는 4회까지 증량할 수 있습니다.

일반적으로 사용후 두통이 유발될 수 있습니다.

그외 눈의 작열감이나 이물감, 통증이 유발될 수 있고 일시적으로 시야흐림, 피로감을 동반할 수 있습니다.

충혈이나 가려움 증 눈물이 나는 등의 부작용을 유발할 수 있지만 흔하지는 않습니다.

### **케토티펜(상품명 : 자디텐, 케토빈, 제이티펜, 케프란, 알러펜 점안액 등)**

1일 2-4회 1방울씩 점안합니다.

시야가 흐려지는 느낌을 받을 수 있습니다. 시간이 지나면 회복이 됩니다. 드물지만 졸리움이나 진정작용이 나타날 수 있습니다.

드물긴 하지만 작열감이나 이물감, 가려움 증의 부작용이 보고 되기도 했습니다.

### **올로파타딘(상품명 : 파타놀, 알리놀, 엑솔, 올로타딘, 파타딘, 알레리스 점안액 등)**

1일 2회 1방울 점안합니다.(3세 이하에게는 사용하지 않습니다)

주의사항은 아젤라스타틴과 동일합니다.

### **레보카바스틴(상품명 : 리보스틴 점안액)**

본 제제는 현탁액이기 때문에 반드시 흔들어 사용합니다.

1일 2회 1방울 점안합니다. 증상이 심할 때는 1일 4회까지 증량이 가능합니다.  
용기 개봉 후 1개월 이내에 사용해야 합니다.

나머지 주의사항은 아젤라스타틴과 동일합니다.

#### **비만세포안정화 점안액**

항원이 들어와 비만 세포와 접촉 후 나타나는 탈과립(히스타민이나 기타 싸이토카인을 분비하는)을 억제함으로써 알레르기 유발 물질이 유리되는 것을 차단합니다.

**크로모글리크산나트륨(상품명 : 크로마박, 비비드린, 알레크롬, 크리벤프, 크로케이트, 클레신 점안액 등)**

1일 4회 1-2방울 점안합니다.

본 제제는 사용 후 바로 증상이 경감되지는 않습니다. 적어도 3일 정도는 사용해야 하므로 꾸준히 쓰는 것이 중요합니다.

특별한 부작용이 없습니다. 단, 이물감이 나타날 때는 반드시 이야기 해야 합니다.

항생제 점안액과 스테로이드 점안액은 [요기\(http://blog.daum.net/bezzang2/15856989\)](http://blog.daum.net/bezzang2/15856989)를 참고하세요~^^

경우에 따라서는 경구용 항히스타민제(요 제제는 [요기 http://blog.daum.net/bezzang2/15856989](http://blog.daum.net/bezzang2/15856989)를 눌러주세요 )가 처방 나오기도 합니다.

#### **Q4. 어떻게 예방하나요?**

알레르기 결막염의 경우 역시 **알려지원 차단이 가장 중요합니다.**

꽃 가루 날리거나 황사가 발행하는 경우 외출을 피하는 것이 가장 좋습니다(미국의 경우 돼지풀이 알레르기 결막염 전체 원인의 약 75%를 차지한다고 하는군요). 그리고 만약 알레르기 결막염이 심한 환자라면 비만세포안정화 점안액을 미리 사용하는 것도 좋습니다.

집 안에도 알레르기를 일으키는 집먼지 진드기를 제거 한다던지, 곰팡이가 피지 않도록 한다던지 실내 공

기가 오염되지 않도록 잦은 환기를 시키는 것도 중요하다 볼 수 있습니다.



개인 위생도 중요합니다. 외출하고 돌아오면 반드시 옷에 묻은 이물질과 먼지 등을 문 밖에서 제거하고 손발을 깨끗이 씻는 것... 중요하겠죠?



알레르기 결막염 오게 되면 알러지원을 씻어내기 위해 식염수 등을 사용해서 세척하는 경우가 있는데 이는 오히려 증상을 악화 시킬 수 있다는 것 꼭 기억하시고... 절대로 눈을 비비지 못하게 하여야 합니다.

차가운 냉찜질은 증상완화에 많은 도움이 줍니다. 참고 하세요~~^^\*

### Q5. 증상이 왔을 때 좀 더 빠른 회복을 도와주는 제제는요?

#### 케르세틴(Quercetin)

케르세틴은 강력한 항산화제이자 천연의 항히스타민제 입니다.

비만세포와 호염기구에 의해 매개되는 히스타민과 그밖의 알레르기성, 염증성 매개체의 생성과 분비를 모두 억제합니다.

케르세틴이 많이 들어 있는 식품은 사과, 양파 입니다.

알레르기가 유발되었을 때 두 식품을 먹는 것은 많은 도움이 되겠죠~

케르세틴 단일제로 복용할 경우 200-800mg/day 섭취합니다.



〈케르세틴이 다량 함유된 사과와 양파〉

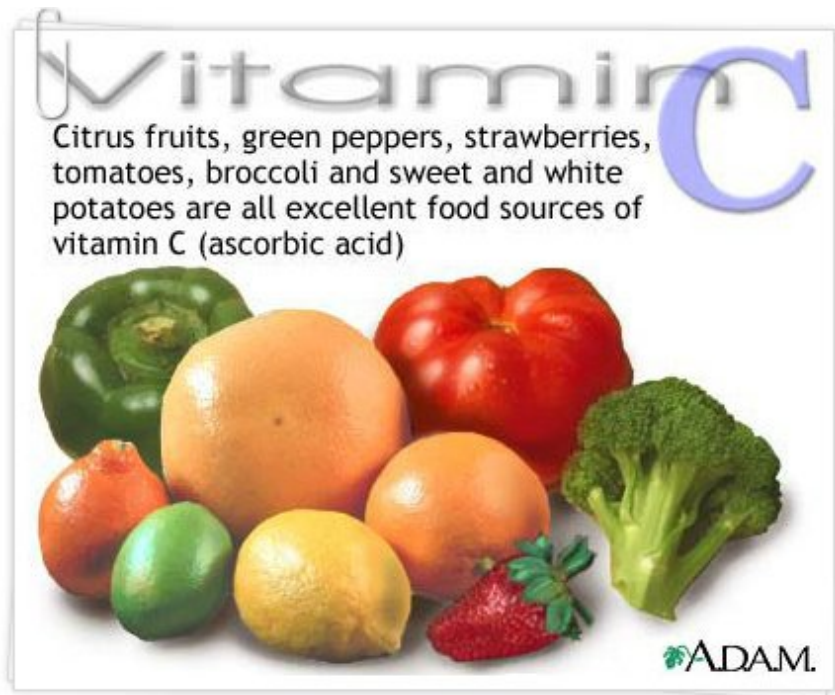
#### 비타민C(Vitamin C)

비타민씨는 히스타민의 분비만을 억제하는 것이 아니라 히스타민의 해독도 촉진합니다. 천연 항히스타민제라는 명칭이 괜히 얻어지는 것이 아니죠.

또 손상된 점막의 회복을 돕기까지 하니 섭취 안할 이유가 없습니다.

당연히 과일과 야채에 많이 함유된 비타민C... 알레르기가 있는 경우 육류를 줄이고 채식을 해야하는 이유입니다.

만일 단일제로 섭취하는 경우 2000-3000mg/day 섭취합니다.



〈비타민C의 보고인 과일과 녹황색 채소〉

### **삼황사심탕(또는 황련해독탕)**

삼황사심탕이나 황련해독탕은 쉽게 구입할 수 있는 생약 해독제입니다.

환부가 붉게 충혈 되어 있으면서 자극감, 간지러움 등의 증세가 있다면 복용 가능합니다.

보통 혈열(알러지라 생각하면 됩니다)을 치료해 주는 제제인데 손발이 차면서 기운이 없거나 설사를 심하게 하는 경우는 사용할 수 없습니다.

그 외에는 크게 부작용 없이 쓸 수 있는 제제이지요.



〈한국신약에서 나오는 황련해독탕 캡슐 - 레독신〉

이로써 지난번 부터 연재한

세균성 결막염(<http://blog.daum.net/bezzang2/15856989>)

바이러스 결막염(<http://blog.daum.net/bezzang2/15856992>)

을 포함해서 흔히 여름철에 쉽게 발생할 수 있는 결막염에 대해서 알아 보았습니다.

**어쨌든 눈병 예방은 제 1번 법칙은 개인 위생 철저 입니다.**

**위에 나온 손씻기가 눈병예방의 첫걸음이라는 거 모두들 알고 계시죠?**



## 결막염에 관한 모든 것

블로그    배약사의 건강정보    <http://blog.daum.net/bezzang2>

저자        베짱이

발행일    2012.07.27 16:51:47

 블로그