

“퇴근 후 호흡곤란·기침 완화되면 ‘직업성 천식’ 의심”

직업성 천식(호흡기질환)은 작업 환경에서 특정 물질에 노출돼 발생하는 폐 질환 중 하나이다. 일하는 도중 호흡 곤란이나 기침 등이 발생하고, 퇴근 후 또는 휴일에 증상이 완화되는 경우 직업성 천식을 의심할 수 있다.

치료하지 않고 장기간 방치한다면 영구적인 폐기능 장애는 물론 다양한 합병증을 유발할 수 있어 조기 진단과 생활 습관 개선이 중요하다.

26일 질병관리청 국가건강정보포털에 따르면 직업성 천식은 작업 환경에 있는 특정 물질(알레르기 유발 물질, 자극 물질)에 의해 증상이 생기거나 악화되는 질환을 의미한다. 이는 새롭게 천식이 발병할 수 있는 원인이 되며, 기존 천식 환자의 증상도 악화시킬 수 있다.

직업성 천식은 감작제 유발 직업성 천식과 자극제 유발 직업성 천식 등 2가지 유형으로 나뉜다. 감작제 유발 직업성 천식은 이소시아네이트, 라텍스, 밀가루, 동물 털, 금속 등 특정 물질(감작제)에 장기간 반복적으로 노출돼 면역 체계가 과민 반응을 일으키는 경우 발생

특정 물질 노출시 증상 발현 기침·가래 등 일반증상 유사 폐기능 장애·합병증도 유발 금연 등 생활습관 개선 중요

한다. 증상은 보통 수주에서 수년 후에 나타나며, 감작제에 다시 노출되면 증상이 악화된다.

자극제 유발 직업성 천식은 높은 농도의 자극제(암모니아, 염소, 연기, 세정제의 증기 등)에 갑작스럽게 노출돼 기도가 손상된다. 면역 반응이 아닌 자극제의 특성 때문에 천식 증상이 즉시 나타나며, 강한 노출이나 짧은 기간 동안 반복적으로 노출될 때 발생한다.

직업성 천식은 원인물질 노출을 중단하면 증상이 완화되거나 호전되지만, 이미 유발된 경우 장기적인 관리가 필수적이다. 노출이 반복되면 증상이 악화될 뿐 아니라 폐기능이 영구적으로 나빠질 위험이 있다.

● 증상과 치료방법

직업성 천식의 증상은 쌉쌉거림, 숨가쁨, 가슴 답답함, 기침, 가래 등 일반적인 천식 증상과 유사하다. 그러나 직장 에서 증상이 악화되고, 퇴근 후나 주말에는 증상이 좋아지는 특징이 있다.

직업성 천식을 진단할 때는 직업, 노출력, 취미생활 등을 철저히 조사해야 하며, 주말이나 휴일 등 직장에 나가지 않는 날에 증상이 호전되는지 반드시 확인해야 한다.

직업성 천식의 치료는 일반 천식과 비슷하며 증상의 정도에 따라 기관지 확장제와 염증 완화 치료를 받아야 한다.

천식 유발 물질 회피는 직업성 천식의 근본적인 치료법으로, 회피가 지연될수록 치료 효과가 감소하고 예후가 나빠질 수 있다. 원인물질에 계속 노출되면 증상이 심해져 생명에 위협이 될 수 있으며, 노출을 중단해도 완치 가능성이 낮고 영구적인 폐기능 장애를 초래할 수 있다. 또한 치료하지 않고 관리하지 않는다면 여러 가지 합병증이 발생할 수 있다.

● 위험요인과 예방책

직업성 천식을 완전히 예방하기는 어렵다. 천식을 유발하는 물질에 노출되는 근로자는 정기적으로 증상을 조사해 초기에 원인 물질을 피하는 것이 최선의 예방 방법이다.

또한 사업장에 새로운 감작 물질의 도입을 피하고 감작 물질의 대체제를 사용하거나, 물질의 화학적 또는 물리적 형태를 바꿔 감작 잠재력을 줄이는 방법을 고려해야 한다.

무엇보다 직업성 천식을 효과적으로 관리하려면 철저한 생활습관 관리가 중요하다. 흡연은 직업성 천식 증상을 악화시킬 수 있으므로 금연이 필수적이다. 흡연은 기도의 염증을 증가시키고 폐 기능을 더욱 저하시키며, 흡연자와의 접촉도 최소화하는 것이 좋다.

규칙적인 운동은 폐기능을 향상시키고 전반적인 건강을 유지하는데 도움이 된다.

자신의 상태에 맞는 운동을 선택하고, 운동 중 천식 증상이 악화되지 않도록 주의해야 한다. 최환준 기자

꼭우 최철희 선생이 들려주는 건강기식

정상적인 면역 반응은 외부의 병원체로부터 우리 몸을 보호하지만, 자가면역질환은 우리 몸의 면역 체계가 자신의 세포나 조직을 외부 침입자로 오인하여 공격함으로써 초래되는 질병이다. 여러가지 복합적인 요인(유전, 감염, 스트레스, 호르몬 등)들이 작용하는 것으로 여겨지며 특히 여성 환자에서 발생률이 높다.

● 주요 자가면역질환 = ① 류마티스 유사 질환 - 류마티스 관절염, 강직성 척추염, 전신 홍반 루푸스, 쇼그렌 증후군, 건선성 관절염, 배체트병, 피부근염 및 다발성 근염 ② 내분비 질환 - 제1형 당뇨병, 하시모토 갑상선염, 그레이브스병, 애디슨병 ③ 소화기 질환 - 크론병, 궤양성 대장염, 셀리악병 ④ 신경계 질환 - 다발성 경화증, 길랭-바레 증후군, 중증 근무력증 ⑤ 혈액 질환 - 자가면역 용혈성 빈혈, 특발성 혈소판 감소성 자반증 ⑥ 피부 질환 - 건선, 백반증, 원형 탈모증 ⑦ 기타 - 비감염성 포도막염, 알레르기성 천식, 원발성 담즙성 담관염, 자가면역성 간염, 굿파스처 증후군, 혈관염 등

면역세포가 자신 공격 ‘자가면역질환’

● 자가면역질환의 치료 전략 = 면역세포의 증식과 면역반응에 관여하는 사이토카인(인터루킨, TNF-알파 등) 및 염증을 억제하는 약물을 투여한다.

● 스테로이드 소염제 사용시 주의할 점 = 프레드니솔론 등은 강력한 소염효과를 보이나 다양하고 심각한 부작용을 초래할 수 있으므로 효능이 낮은 성분을 적은 용량으로 단기간 사용한다. 하루 중 코르티솔 분비가 가장 많은 아침 8시경에 투여함으로써 내분비 중추의 억제력을 최소화한다. 심한 경우는 저녁에 투여할 수도 있지만 불면증을 초래하거나, 장기간 다량을 투여하면 급성 스트레스에도 코르티솔 분비가 안되는 부작용으로 사망을 초래할 수도 있다.

● 비스테로이드 소염제 사용시 유념할 점 = 스테로이드 소염제 보다는 소염작용이 약한 반면 부작용이 적다. 그러나 대표적인 약물인 아스피린은 위 점막을 보호하는 프로스타글란딘 합성의 억제제로 인하여 소화성 궤양의 위험이 있으므로 위 점막 보호제 및 제산제와 함께 복용해야 한다. 위장 장애가 적은 소염제로 개발된 세레콕시브(콕스-2 억제제)는 혈액응고를 촉진시키는 문제를 안고 있다. 반면 아스피린은 혈액 응고를 억제하므로 저용량(100mg)을 혈전 억제제로 사용한다. 그러므로 아스피린을 복용하는 사람은 평상시 외상에 주의해야하고, 발치 등 수술을 할 경우 최소 5-7일 전에 약물 복용을 중단해야 한다.

● 면역 억제제 투여 환자가 주의해야 할 식품 = 약물-식품 상호작용으로 부작용 위험을 높이거나 치료 효과를 떨어뜨릴 수 있는 주스(자몽, 오미자 및 석류), 고지방 음식, 홍삼 및 인삼, 알팔파 및 سما 함유 식품·차 및 고칼륨 식품(바나나, 토마토, 감자)의 과다 섭취를 삼가해야 한다.

조선대 의대 약리학 교수



4주기 의료기관 연속 인증 받은안과21병원

밝은안과21병원이 보건복지부 신의료기관인증평가원으로부터 ‘4주기 의료기관 인증’을 연속 획득했다.

26일 밝은안과21병원에 따르면 의료기관 인증제도는 환자 안전과 의료의 질 향상을 위해 의료기관의 자발적이고 지속적인 노력을 유도해 양질의 의료서비스를 제공하도록 하는 제도다.

의료기관평가인증원이 의료기관을 평가하고 일정 기준을 충족한 기관에 인증을 부여한다. 이 제도는 4년 주기로 시행되며, 인증 의료기관은 4년간 인증 마크를 사용할 수 있다.

밝은안과21병원은 4주기 인증을 위해 지난 3월 18일부터 21일까지 4일간 의료기관평가인증원 전문조사단으로부터 현장 조사를 받았고 총 4개 영역, 507개 항목에 대해 우수한 평가를 받아 인증 기준을 모두 충족했다.

밝은안과21병원은 올해 4월 11일부터 2025년 4월 10일까지 4주기 인증 의료기관 자격을 유지할 수 있다. 특히 2013년 1주기, 2017년 2주기, 2021년 3주기에 이어 4회 연속 인증 의료기관으로 지정돼 수준 높은 의료서비스와 환자안전 관리체계를 갖춘 안과전문병원임을 공식적으로 입증했다. 최환준 기자



전남대병원 순환기내과 관상동맥중재시술팀은 최근 중증 석회화 병변을 동반한 관상동맥질환 환자 2명의 시술을 합병증 없이 성공적으로 마쳤다. 전남대병원 제공

전남대병원, 호남 최초 ‘관상동맥 내 쇄석술’ 성공

혈관손상 등 부작용 최소화

전남대학교병원이 호남 최초로 ‘관상동맥 내 쇄석술’ 시술에 성공했다.

26일 전남대병원에 따르면 순환기내과 관상동맥중재시술팀은 지난 7일 기존의 시술방법으로는 치료가 어려운 중증 석회화 병변을 동반한 관상동맥질환 환자 2명의 시술을 합병증 없이 성공적으로 마쳤다.

‘관상동맥 내 쇄석술’은 좁아진 관상동맥 혈관을 넓히는 스텐트를 삽입하기에 앞서 석회화 정도가 심할 때 특수 카테터를 이용한 음압 펄스를 방출해 병변을 분쇄하는 시술을 말한다.

관상동맥 석회화가 심한 경우 관상동맥에 삽입된 스텐트가 잘 퍼지지 않는 결과를 일으켜 수술 예후가 좋지 않을 수 있다. 이 때문에 ‘관상동맥 내 쇄석술’을 통해 카테터에 달린 에너지 발생

장치에서 순간적으로 고압의 음파를 생성, 관상동맥 내 석회화 병변에 미세한 균열을 만들어 파쇄하게 된다.

관상동맥 내 쇄석술은 관상동맥 석회화 병변의 치료에서 기존의 치료법인 죽종 절제술이나 고압 풍선 혈관성형술과 비교했을 때 혈관 손상 및 파열 등 부작용 발생 위험이 적으며, 시술의 복잡성을 줄이고 시술 시간을 단축할 수 있다는 것이 장점으로 꼽힌다. 최환준 기자

보건복지부 지정
호스피스완화의료병동
달빛어린이병원

아이부터 어른까지...
지역주민의
건강을 생각하는 병원

종합병원
광주센트럴병원

광주광역시 광산구 수원로 6 (신가동 1159)
전화: 062) 950-9700 응급실: 960-5119

2023.01.01 - 2025.12.31
안전전문병원
전남대병원
보건복지부

보건복지부 지정
관절전문병원
지정기간 2023.01.01 - 2025.12.31

동이병원

광주광역시 남구 대남대로 238
☎ 062.650.2500

조선대학교병원

보건복지부-국가금연지원센터 지정
광주금연지원센터

동구 필문대로 365
전화 222-9030(금연성공)

www.ct119.co.kr

믿음을 주는 참 좋은 병원

광주시티병원
GWANGJU CITY HOSPITAL

광주시티병원 062) 460-7000
응급실 062) 460-7119

건강을 책임지는 병원

정성과 따뜻한 마음으로 진료하고, 양질의 의료서비스를 제공하기 위해 최선을 다하겠습니다.