

아나필락시스 바로 알기 #소아편

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기 #소아편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스 1부터 10까지

HELP SIGNAL 헬시봇에게 물어보세요



2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기 #소아편

질병관리본부
KCDC

HELP SIGNAL 봇이
아나필락시스의 원인과 증상, 대처법에
대해 모두 알려드립니다.

HELPSIGNAL BOT



1/13

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기 #소아편

질병관리본부
KCDC

화창한 오후 친구들과 재미있게 놀이 후 즐거운 간식 시간입니다.
친구들과 다같이 간식을 먹은 후,
**갑자기 입술과 눈 등 몸이 퉁퉁 붓고, 숨 쉬기가 힘들어요.
어지럽고 토할 것 같아요.**

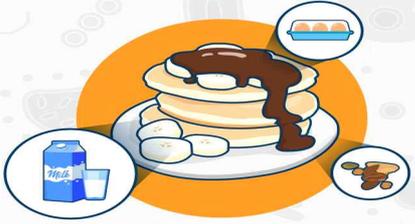


2/13

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기 #소아편

질병관리본부
KCDC

HEL시봇, 갑자기 왜 이러는 건가요?



간식을 만들 때 사용된 재료 중 일부가
우리 몸속 면역체계와 반응하여
아나필락시스가 일어났기 때문이에요.

3/13

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기 #소아편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스는 알레르기를 유발하는
물질에 노출된 후 온 몸에 빠르게 발생하는
심한 알레르기 반응이에요.

심한 알레르기 반응이 일어나지~!



이미 알고 있던 알레르기 원인 물질 뿐 아니라,
새로운 원인에 의해서도 발생할 수 있고,
알고 있던 원인으로 인해서 재발하기도 합니다.

4/13

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기 #소아편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스 주요 증상



피부나 점막
80~90%
가려움증, 발적, 홍조,
홍반, 두드러기, 부종
(피부, 얼굴, 눈, 입술, 혀, 입안 등)



호흡기
70%
코물, 기침, 천명,
이상한 호흡음, 호흡곤란,
청색증, 발성장애 등



위장관
구토, 오심,
설사, 복통



심혈관 및 신경계
창백, 가슴통증, 심한 발한, 저혈압,
심정지, 어지러움, 불안증, 감각이상, 근육력
요실금, 의식 이상, 의식 소실 등

**신속히 대처하지 않으면
생명을 위태롭게 할 수 있습니다.**

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
5/13

아나필락시스가 일어나는 원인은 무엇일까요?



85%

주요 원인 식품

계란, 우유, 땅콩, 호두 등 견과류, 밀, 키위, 감귤류 등



7%

주요 원인 약물

진통소염제, 항생제, 항히스타민제, 혼합백신, 복합약물 등

전문가의 연구에 따르면, **국내 소아·청소년 아나필락시스의 주요 원인은 식품(85%), 약물(7%)**이고 드물지만 운동 전이나 운동 후 먹은 특정 음식 때문에 **아나필락시스**가 일어나는 경우도 있어요. (식품 의존성 운동 유발성 아나필락시스(1.3%))

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀 6/13

아나필락시스 증상이 있으면 어떻게 해야 하죠?



아나필락시스가 발생하면 바로 근처에 있는 부모님, 선생님 등 어른에게 알려 도움을 청하고 병원으로 가야합니다. **어디가, 어떻게 아픈지 알리고 먹은 것과 만진 것을 모두 말해야 해요!** 주변에 어른이 없다면 **재빨리 119에 신고**합니다.

1 에피네프린 주사를 갖고 다니는 경우 평소 교육받은 대로 응급처치하세요.

7/13

내가 아나필락시스인 걸 알고 있으면 평소 어떻게 할까요?



알레르기가 일어났던 음식은 조금이라도 절대 먹지 말고, 알레르기가 있는 물질은 가까이하지 마세요. 알레르기를 일으키는 성분이 들어가 있는지 모르겠다면 **부모님, 선생님 등 어른에게 꼭 물어보아야** 해요.

8/13

아나필락시스는 작은 부주의로 인해서 또 일어날 수 있어요. 먹으면 안 되는 음식 등을 평소엔 친구나 선생님에게 알려주고, 증상 발생 시 도움을 받으도록 해요.



9/13

더 주의해야 할 때가 있나요?



감기, 바이러스 감염, 먼 여행, 피로, 운동, 스트레스 등이 겹치면 평소에는 가벼운 증상만 있던 음식이나 약물에 의해서도 **아나필락시스**가 발생할 수 있으니 주의가 필요해요.

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀 10/13

아나필락시스인 친구를 도와주는 방법은 무엇일까요? (응급상황)

아나필락시스로 힘들어하는 친구가 있으면 즉시 다음과 같이 도와줍니다.

- 1 친구 머리를 낮게 하고 꼭 죄는 옷은 풀어주면서 편하게 눕히고, 선생님, 부모님 등 주변의 어른들에게 빨리 도움을 요청해요.
- 2 원인식품이나 약물이 친구의 몸이나 주변에 있다면 없애줘요.
- 3 친구가 자가주사용 에피네프린을 가지고 있는지 확인하고, 선생님이 오시면 즉시 전달하거나 도와줍니다.

11/13

아나필락시스가 있었던 친구를 도와주는 방법은 무엇일까요? (평상시)



내가 먹고 있는 음식에 친구가 알레르기 증상이 있다면 친구에게 노출되지 않도록 멀리서 먹고 깨끗이 치워요.

가장 중요한 건 나 혹은 내 친구가 아프기 시작할 때 참거나 기다리지 말고 바로 주변에 알려야 한다는 거예요!

우리 모두 위험하지 않도록
아나필락시스
HELP SIGNAL
꼭 기억해주세요!



*본 커드뉴스는 아나필락시스 재지스트리 연구팀 (질병관리본부 호흡기 알레르기질환과 정책연구용역사업)의 연구를 기반으로 제작되었습니다.

아나필락시스 바로 알기 #학부모편

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기
#학부모편

질병관리본부
KCDC

꼭 알아야 한다!

우리 아이 공격하는 아나필락시스 대처법



2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기
#학부모편

질병관리본부
KCDC

즐거운 주말 가족 나들이 후 외식,
평소와 달리 새로운 메뉴를 주문해서 먹은 아이는
**갑자기 숨 쉬기를 힘들어하면서
얼굴이 붉어지고 붓기 시작합니다.**

메뉴
- 소문난 콩밥 8,000
- 새싹밥 5,000

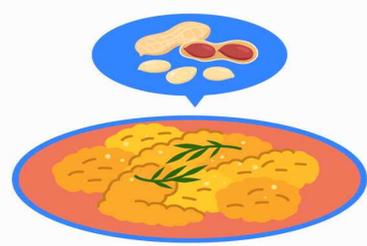


1/14

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기
#학부모편

질병관리본부
KCDC

아이의 엄마는 놀라 주문한 음식에
혹시 땅콩이 들어갔는지 문의합니다.
**땅콩가루가 소량 들어갔다는 말에 아이를 급히
응급실로 데려가 회복될 수 있었습니다.**



**땅콩에 대한 알레르기가 있던 아이에게
아나필락시스가 발생한 것이죠.**

2/14

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기
#학부모편

질병관리본부
KCDC

**아나필락시스는 식품, 약물 등 원인 물질에 노출 후
수 분, 수 시간 이내에 전신적으로 일어나는
알레르기반응으로 인한 급성 중증 알레르기질환입니다.**



이미 알고 있던 알레르기 원인 물질 뿐 아니라,
**새로운 원인에 의해서도 발생할 수 있고
알고 있던 원인으로 인해서 재발하기도 합니다.**

3/14

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기
#학부모편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스 주요 증상



- 피부나 점막**
80~90%
가려움증, 발적, 홍조,
홍반, 두드러기, 부종
(피부, 알굴, 눈, 입술, 혀, 입안 등)
- 호흡기**
70%
콧물, 기침, 천명, 이상한 호흡음,
호흡곤란, 청색증, 발성장애 등
- 위장관**
구토, 오심, 설사, 복통
- 심혈관 및 신경계**
황백, 가슴통증, 심한 발한, 저혈압, 심정지
어지러움, 불안증, 감각이상, 근육력증, 요실
의식 이상, 의식 소실

신속하게 조치하지 않으면 생명을 위태롭게 할 수 있습니다.

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
4/14

2020.02.27.
아나필락시스 바로 알기
#학부모편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스 주요 원인

국내 소아·청소년의 아나필락시스 주요 원인 조사 결과,
식품이 약 85%, 약물이 약 7%로 조사되었습니다.



85%
주요 원인 식품

계란, 우유, 밀, 땅콩, 견과류(호두 등),
과일(키위 등), 갑각류(새우, 게 등) 등



7%
주요 원인 약물

진통소염제, 항생제, 항히스타민제,
혼합백신, 복합약물 등

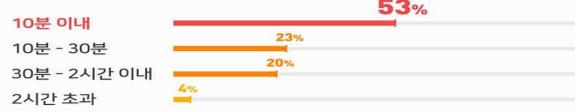
드물지만 운동 전이나 운동 후 먹은 특정 음식 때문에,
식품의존성 운동유발성 아나필락시스가 발생하기도 합니다(1.3%)

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
5/14

아나필락시스는 언제, 어디서 주로 발생하나요?



원인물질에 노출된 후 발생시간 (소아·청소년의 경우)



자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
6/14

우리 아이의 증상이 아나필락시스로 의심된다면?



우리 아이에게 알레르기를 일으킨다고 확인된 식품, 혹은 원인 물질을 정확히 알 수 없어도 무엇을 먹거나 만지거나 냄새 맡고 나서 전신적으로 이상반응이 왔다면 **아나필락시스**일 수 있습니다.

7/14

식품알레르기 또는 약물알레르기가 있지만 아나필락시스는 경험하지 않은 아이의 경우

1단계_ 초기증상 및 응급상황 발생 시 대응 요령

부모와 아이 모두 아나필락시스의 초기 증상을 교육받고 알고 있도록 해요. 만약 아나필락시스가 의심되면, 즉시 주변에 알리고 되도록 빨리 병원(응급실)로 갈 수 있도록 합니다.

2단계_ 병원 방문 등을 통한 원인 파악 및 증상 발생 시 대응방법 숙지

병원 진료를 통해 알레르기의 원인을 명확히 확인하여 원인 물질은 반드시 회피하도록 하고, 아나필락시스 발생 시 대응방법 등을 교육받습니다.

3단계_ 평상 시 아나필락시스 예방·관리

- ✓ 식품알레르기가 심한 아이는 **급식표** 등을 매번 확인하세요.
※ 급식표 또는 공산품 간식 등에 알레르기 원인 물질 정보가 적어있지 않다면 담당 교사에게 알리고 추가적인 대비를 하도록 합니다.
- ✓ 약을 알레르기가 있는 아이에게는 **원인 약물을 사용하지** 않도록 합니다.
- ✓ 알레르기 자연 경과와 새로운 원인 확인, 아나필락시스 예방 등을 위해 정기적인 병원 진료와 상담을 하도록 합니다.

8/14

알레르기 원인을 알고 있고, 과거 아나필락시스를 경험한 아이의 경우

1단계_ 응급처치

병원에서 자가주사용 에피네프린 처방을 받아 소지하고 있도록 해요. 학교에서 보건실에 보관하거나, 늘 소지하고 다닙니다. 자가사용이 가능한 아이의 경우는 사용법을 알려주세요.

2단계_ 평상 시 아나필락시스 관리

정기적인 병원 진료를 통해 정확한 원인과 약화 요인, 새로운 원인 등에 대하여 알아둡니다. 식품알레르기가 심한 아이는 원인 물질이 포함되어 있는지 급식표를 매번 확인하고, 교사에게 미리 정보를 공유하여 재발하지 않도록 대비합니다. 공산품 간식이나 식품을 먹을 때는 알레르기 식품 표시제를 꼭 확인하고 먹도록 아이에게 알려주세요.

- ① 식품유발성 아나필락시스의 경우는 나이가 들면서 호전되기도 하므로, 정기적으로 병원에 가서 자연경과를 확인하도록 합니다.

9/14

어린이집이나 학교에 아나필락시스 어떤 정보를 제공해야 할까요?

식품알레르기 혹은 약물알레르기로 확진된 아이의 경우 아래와 같은 주요 사항에 대한 정보를 어린이 집, 유치원, 학교 등에 알려주세요.

- ✓ 의사진단에 의한 진단명
- ✓ 원인식품 혹은 약물
- ✓ 아나필락시스 발생의 초기 증상
- ✓ 가장 심각했던 증상 경험
- ✓ 약화요인(감기, 피곤, 운동 등)
- ✓ 자가주사용 에피네프린 처방 및 소지 여부

경우에 따라서는 초기 증상 등이 매번 바뀔 수 있으므로 공유정보를 자주 확인해주세요.
학교에서 요구하는 형식이 있는 경우, 이에 대한 의견을 주치의와 논의하여 작성합니다.

10/14

아이가 이럴 때 더 주의하세요!



감기, 열성 바이러스 감염, 운동, 피로감, 장거리 여행, 스트레스 등이 겹치면, 평소에는 가벼운 증상만 보이던 원인(식품, 약물 등)이라도 **아나필락시스**가 발생할 수 있어서 주의가 필요합니다.

또한 경증 아나필락시스 환자도 이런 상황에서는 중증 아나필락시스가 발생할 수 있습니다.

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
11/14

이것 또한 주의해 주세요!
아나필락시스는 재발되는 경우도 많으니
원인물질을 철저히 피하도록 합니다.



아이에게는 평소에도 원인식품 대한 지속적인 주의와 함께 다른 가공식품을 먹을 때도 해당 성분이 있는지 미리 확인해보는 연습을 하는 것도 필요합니다.
그리고 급식표를 미리 체크하는 것도 필수!

**아나필락시스 긴급 대비를 위한
에피네프린 구매, 사용법 및 관리**

자가주사용 에피네프린은 환자나 보호자, 보건교사가 주사할 수 있는 응급치료제입니다.
병원에 가기전에 사용하도록 하며, 병원 방문이 지연되거나,
수분 내에 급속도로 나빠질 수 있는 경우에 생명을 구하는 최선책이죠.



자가주사용 에피네프린 주사는 병원에서 처방전을 받아 구매할 수 있습니다.
개인 소지, 집이나 학교에 비치하여 응급 상황시 활용할 수 있게 대비해주세요.
에피네프린 1회 투여로 호전되는 경우가 84%이지만,
환자에 따라서는 2회, 3회 투여가 필요하기도 합니다(국내 레지스트리 연구 결과).

구매처 | 병원에서 처방 및 안내받아 구입

우리 아이에게 평소에 이렇게 알려주세요!

아나필락시스라고 의심되면 도움을 받을 수 있도록
선생님, 친구에게 꼭 도움을 요청해야해!



**연장소아 혹은 청소년의 경우 자가주사용 에피네프린으로
직접 주사할 수 있으니 이에 대한 사전 준비 및 교육을 도와주세요!**

* 본 카드뉴스는 아나필락시스 레지스트리 연구팀(질병관리본부 호흡기 알레르기질환과 정책연구협력사업)의 연구 기반으로 제작되었습니다.
14/14

아나필락시스 바로 알기 #교사편

2020.02.27
아나필락시스 바로 알기 #교사편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스 스쿨매뉴얼

우리반 아이의 긴급 SOS

선생님, 물이 이상해요..!

2020.02.27
아나필락시스 바로 알기 #교사편

질병관리본부
KCDC

재미있는 체육 수업 후 쉬는 시간,
한 아이가 가져온 간식을 친구들에게 나눠줍니다.

맛있게 먹던 친구가 갑자기 얼굴이 붉어지고 붓기 시작해
숨 쉬기 힘들다며 어지러워하고 구토 증상을 호소하네요.

**평소 땅콩 알레르기가 있던 아이에게
아나필락시스가 발생한 것이죠.**

1/12

2020.02.27
아나필락시스 바로 알기 #교사편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스 주요 증상

- 피부나 점막**
80~90%
가려움증, 발적, 홍조, 홍반, 두드러기, 부종 (피부, 얼굴, 눈, 입술, 혀, 입안 등)
- 호흡기**
70%
콧물, 기침, 천명, 이상한 호흡음, 호흡곤란, 청색증, 발성장애 등
- 위장관**
구토, 오심, 설사, 복통
- 심혈관 및 신경계**
창백, 가슴통증, 심한 발한, 저혈압, 심정지, 어지러움, 불안증, 감각이상, 근육력증, 요실금, 의식 이상, 의식 소실

신속히 조치하지 않으면
생명을 위협하게 할 수 있습니다.

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀 2/12

2020.02.27
아나필락시스 바로 알기 #교사편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스는 알레르기를 유발하는 물질에 노출된 후
은 몸에 빠르게 발생하는 심한 알레르기 반응이에요.

새로운 원인에 의해 발생할 수 있고
알고 있던 원인으로 인해서 재발하기도 합니다.

3/12

2020.02.27
아나필락시스 바로 알기 #교사편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스가 일어나는 원인은 무엇일까요?

- 주요 원인 식품** (85%)
계란, 우유, 땅콩, 호두 등 견과류, 밀, 키위, 갑각류 등
- 주요 원인 약물** (7%)
진통소염제, 항생제, 항히스타민제, 혼합백신, 복합약물 등

전문가의 연구에 따르면, 국내 소아 청소년
아나필락시스의 주요 원인은 식품(85%), 약물(7%)입니다.

드물지만 운동 전이나 운동 후 먹은 특정 음식 때문에
아나필락시스가 일어나는 경우도 있어요.
(식품 의존성 운동 유발성 아나필락시스 1.3%)

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀 4/12

2020.02.27
아나필락시스 바로 알기 #교사편

질병관리본부
KCDC

아나필락시스는 언제, 어디서 주로 발생하나요?

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀

소아·청소년의 경우 원인물질에 노출된 후
증상 발생 시간이 10분 이내가 53%로 가장 많았습니다.

또한 유치원·어린이집 5%, 학교 5%로
유치원·어린이집과 학교에서 10% 넘게 발생해요.

5/12

안전한 학교를 위한 필독 메뉴얼 01



우리 학생·원아가 아나필락시스 증상을 겪은 적이 있는데 어떻게 대비하나요?

아나필락시스 과거력이 있는 경우

- ✓ 아나필락시스 원인 및 초기 증상 사전파악
- ✓ 자가 주사용 에피네프린 소지 혹은 보건실 보관 여부 사전파악
- ✓ 에피네프린 즉시 주사를 위한 보호자 사전동의
- ✓ 식품이나 약물 등 특정 원인 학년·학기별 재확인
- ✓ 감기, 바이러스 감염, 피로, 운동, 여행 등 발생 위험 증가 요소 더욱 주의
- ✓ 증상발생 시 초기 응급조치 후 신속히 병원 이송 및 보호자 연락

* 보호자의 사전 동의가 있는 경우, 자가주사용 에피네프린 투여 후 병원 이송

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
6/12

안전한 학교를 위한 필독 메뉴얼 02



우리 학생·원아가 아나필락시스로 의심되는데 어떻게 해야하나요?

아나필락시스 과거력을 모르는 경우

- ✓ 아나필락시스 경험은 없지만 평소 알레르기가 있는 아이는 원인 물질 접촉 후 피부증상과 기타 증상 또는 피부증상 없이 2개 기관에 이상 증상 발생 시 아나필락시스로 판단
- ✓ 부모님께 즉시 알리고, 병원으로 신속히 이송
- ✓ 직전 접촉한 원인물질에 대해 의사와 학부모에게 상세 전달
- ✓ 학교에서 발생한 아나필락시스를 6하 원칙에 따라 전달
원인물질, 시간, 장소, 증상, 조치방법 등

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
7/12

안전한 학교를 위한 필독 메뉴얼 03



환자, 부모, 학교 사이에 긴밀한 정보 공유가 필요해요!

학생 중 아나필락시스 환자와 그 원인을 명확히 파악한 후 학교 시스템에 파일을 만들고 보건교사, 담임교사, 영양교사 등이 공유하세요.

반 친구들에게도 아나필락시스를 앓는 아이에게 원인 물질이 포함된 식품을 절대 나누어 주어서는 안 된다는 것을 지속적으로 전달하세요.

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
8/12

안전한 학교를 위한 필독 메뉴얼 04



알레르기 반응이 있었던 아이라면 음식의 성분을 꼼꼼히 체크하기!

중증도에 관계없이 식품알레르기가 있었던 아이라면 담당 교사가 미리 급식표와 교실에서 나눠 먹는 간식의 성분을 꼼꼼하게 체크한 후 배부해주세요.

자료출처: 아나필락시스 레지스트리 연구팀
9/12

에피네프린 근육주사 등 응급처치 요령



에피네프린 근육주사는 아나필락시스로 인한 생명의 위험에서 환자를 구할 수 있는 유일한 치료제입니다.

아나필락시스 발생 시 환자와 보건교사 등을 위한 「학교보건법」이 개정되었습니다.

- ① 학교의 장(「고등교육법」 제2조에 따른 학교는 제외한다. 이하 이 조에서 같다)은 사전에 학부모의 동의와 전문의약품을 처방한 의사의 자문을 받아 제15조 제2항에 따른 보건교사 또는 순회 보건교사(이하 이 조에서 "보건교사등"이라 한다)로 하여금 제1항 단호로 인한 저혈당쇼크 또는 아나필락시스 쇼크로 인하여 생명이 위급한 학생에게 투약행위 등 응급처치를 제공하게 할 수 있다. 이 경우 보건교사등에 대하여는 「의료법」 제27조 제1항을 적용하지 아니한다.
- ② 보건교사등이 제1항에 따라 생명이 위급한 학생에게 응급처치를 제공하여 발생한 재산상 손해와 사상(死傷)에 대하여 고의 또는 중대한 과실이 없는 경우 해당 보건교사등은 민사책임과 상해(傷害)에 대한 형사책임을 지지 아니하며 사명에 대한 형사책임은 감경하거나 면제할 수 있다.
- ③ 학교의 장은 질병이나 장애로 인하여 특별히 관리·보호가 필요한 학생을 위하여 보조인력을 둘 수 있다. 이 경우 보조인력의 역할, 요건 등에 관하여는 교육부령으로 정한다.

[본조신설 2017. 11. 28.]

10/12

에피네프린 근육주사 등 응급처치 요령

- 1 주사바늘을 아래로 향하게 주먹을 쥐듯이 한 손으로 잡고, 위쪽 안전캡을 다른 손으로 뽑습니다.
- 2 엄지손가락으로 누르지 않습니다. 잘못하여 위아래가 바뀐 경우에는 주사 바늘에 찔릴 위험이 있습니다.
- 3 주사가 허벅지 바깥쪽에 가깝게 위치하도록 주사기를 잡습니다.
- 4 허벅지 바깥쪽에 수직방향으로 팔꿈치로 누르거나 손가락 끝을 강하게 밀어서 넣고 10초 정도 유지합니다.
- 5 기구를 대퇴부에서 떼고 주사 부위를 약 10초정도 마사지 합니다.
- 6 에피네프린 사용만으로 치료 효과가 충분치 않으므로 주사 후 반드시 가까운 병원에 가도록 합니다.

자료출처: 대한한식알레르기학회, 질병관리본부
11/12

2020.02.27.
#오사카엔 바로 가기

질병관리본부
KCDC



사랑으로 가르치는 우리 아이들
더 건강하게 배우고 자랄 수 있도록

꼭 기억해주세요!

*본 카드뉴스는 아나필락시스 레지스트리 연구팀(질병관리본부 호흡기·알레르기질환과 정책연구협력사업)의 연구를 기반으로 제작되었습니다.
12/12