

식품알레르기 - 진단과 관리

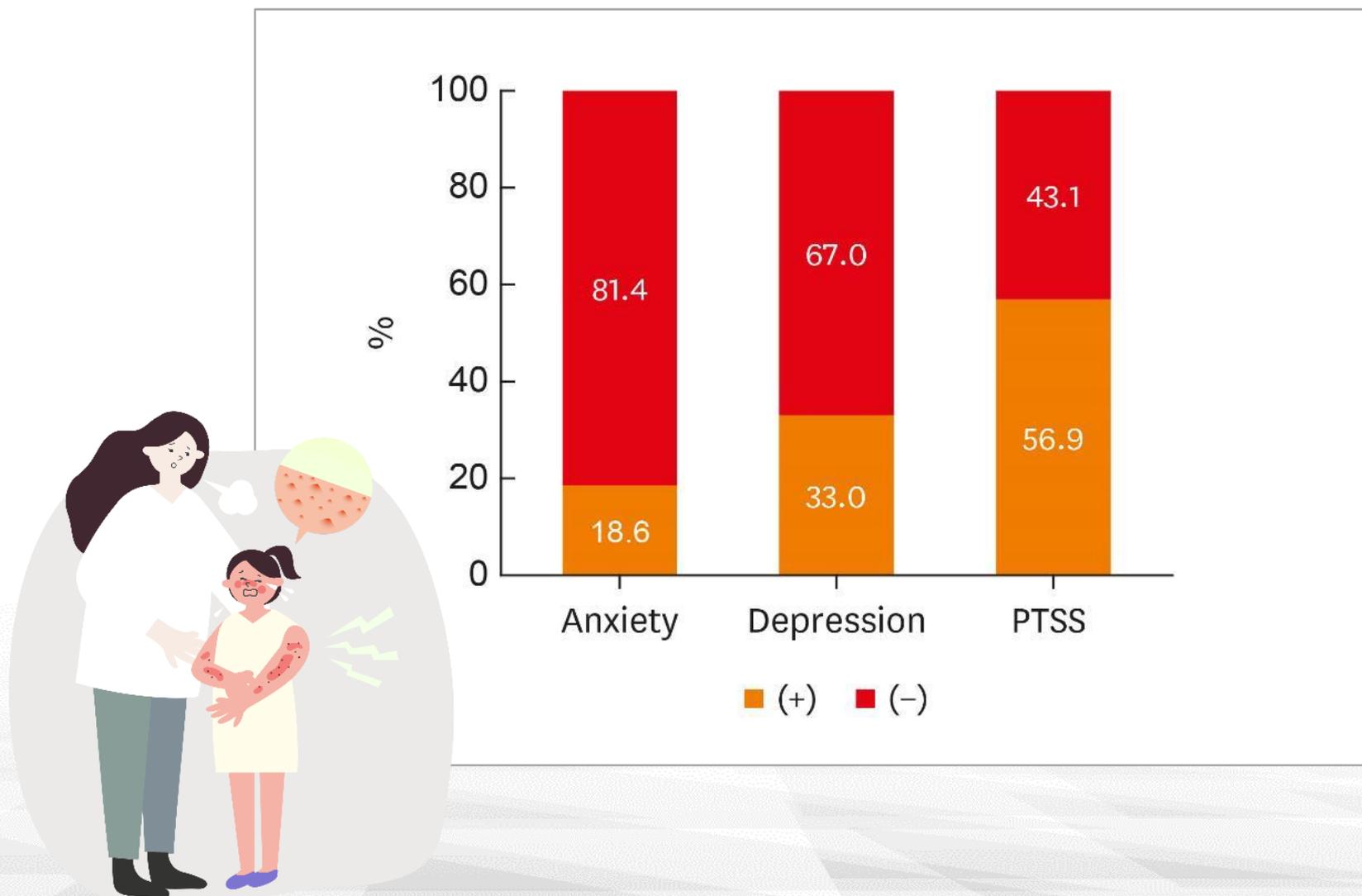
김지현 교수가 알려주는 식품알레르기의 모든 것

김지현

삼성서울병원 소아청소년과
알레르기호흡기분과 교수

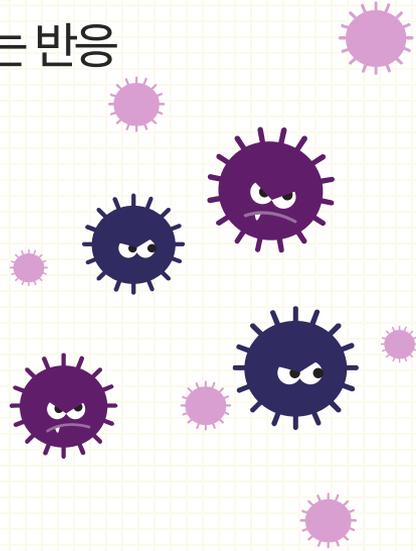


Maternal psychological burden in children with anaphylaxis



면역

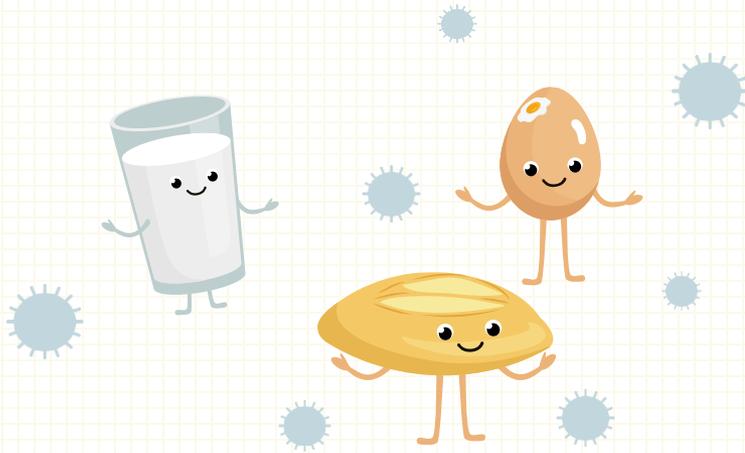
균이나 바이러스가 들어왔을 때
병사처럼 우리 몸을 지켜주는 반응



알레르기란?

우리 몸의 **면역** 체계가 예민하게 반응하는 현상

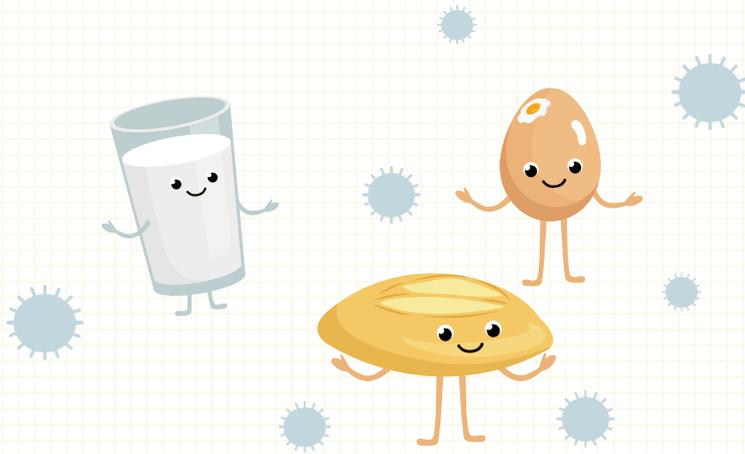
우리 몸에 해롭지 않은 외부 물질을 세균과 같은 침입자로 착각해 공격하는 것



식품 알레르기란?

우리 몸의 **면역**체계가

'식품'에 **예민**하게 반응하는 현상



알레르기 ≠ 증상

알레르기 = 진단

가족력 있거든요.
무서워서 안 먹여요

먹일까요? 말까요?

음식을 먹고
알레르기가 생겼어요!



식품 이상반응

식품불내성

- 신체적 요인: 유당 불내증, 과민성 대장염, 특이체질반응, 심리적 반응
 - 식품 자체 요인: 식중독, 식품독성물질(복어독), 첨가물, 잔류농약, 항생제, 중금속 등
-

식품알레르기

- 면역반응 기전에 의해 일어나는 반응, 면역글로불린 E 관여
 - 아나필락시스, 구강알레르기 증후군, 두드러기, 혈관부종, 아토피피부염 등
-

식품알레르기의 특징

식품 섭취 후 **면역반응**에 의해 나타나는 이상 반응

어린 소아에서 잘 나타난다.

해당 식품을 처음 먹었을 때에는 아무런 문제가 없다가 어느 순간부터 증상이 나타나기 시작한다.

해당 식품을 먹을 때마다 **특징적인 증상**이 **반복적**으로 나타난다.

나이에 따라 흔한 원인 식품이 있다.

흔한 원인 식품

영아

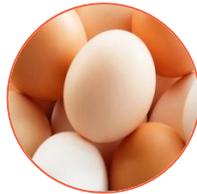
계란, 우유
밀, 땅콩,
대두, 견과류

소아

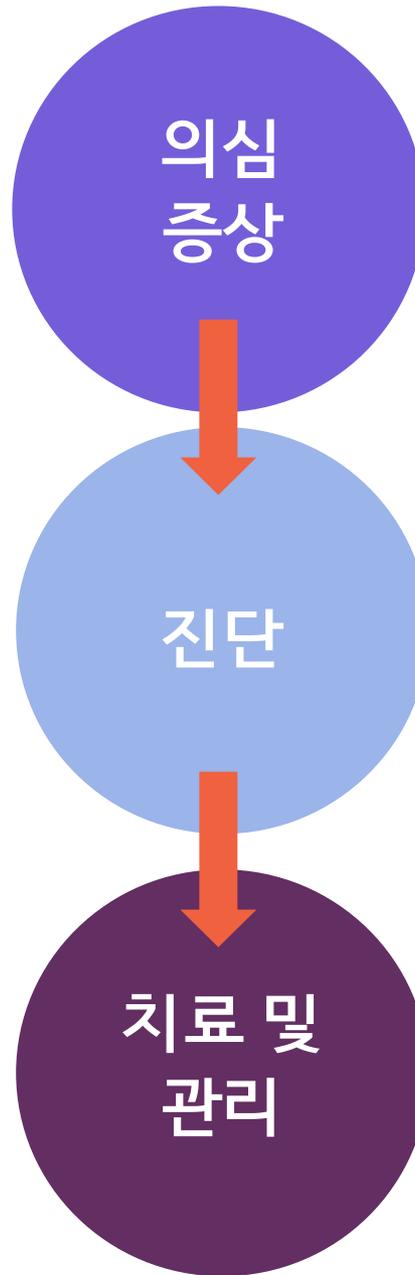
계란, 우유, 땅콩,
대두, 밀, 견과류,
생선, 갑각류,
과일

청소년 / 성인

땅콩, 견과류,
생선, 갑각류, 과일



식품 알레르기의 관리



전문가 과학적 근거

관리의 3가지 목표

1. 진단된 식품의 철저한 제한
2. 식품알레르기 반응의 즉각적 인식 및 처리
3. 영양관리

알레르기 검사 방법의 비교

	이뮤노캡	마스트	알레르기 피부시험
정확도	높음 (민감도, 특이도, 재현성)	이뮤노캡보다 낮음 (특이도는 높음)	높음 (식품알레르기는 이뮤노캡보다 낮음)
결과에 걸리는 시간	1~2일 이상	1~2일 이상	20~30분
검사 전 약물의 영향	없음	없음	있음
피부 상태의 영향	없음	없음	피부염, 피부묘기증 있으면 검사 어려움
검사 비용	가장 높음 (각 항목당 비용 소요)	높은 편이나 40종 이상 검사하므로 가성비 높음	가장 저렴함
검사 항목	보험 기준의 영향으로 여러 항목을 하기 어려움	많음	많음
어린이에서 검사 가능 여부	가능	가능	가능하지만 협조가 어려우면 불가능



식품알레르기의 치료

01.
회피 요법

02.
약물 치료

03.
경구면역요법

회피요법

주의 1

식품표시를
철저히 확인

주의 2

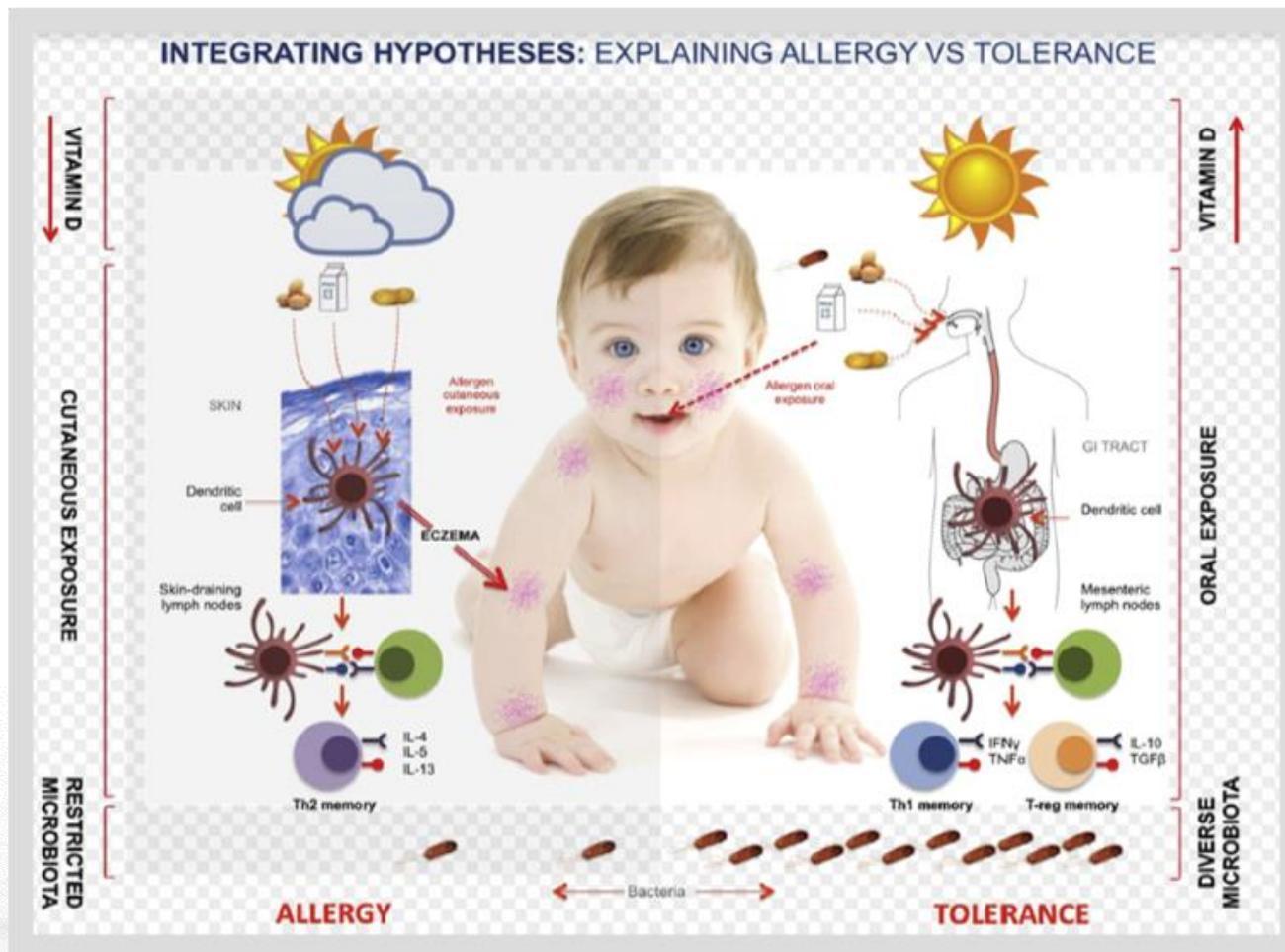
교차반응을
주의

주의 3

비의도적 섭취를
주의

접촉 시에만 반응?

Dual-allergen exposure



약물요법

주의 1

두드러기,
혈관부종, 간지러움:
항히스타민제

주의 2

아나필락시스:
에피네프린

주의 3

아나필락시스:
2차 반응 나타날 수
있으므로 주의

학교보건법 개정 (시행 2018.5.29)

- ✓ 제15조의2(응급처치 등) ① 학교의 장(「고등교육법」 제2조에 따른 학교는 제외한다. 이하 이 조에서 같다)은 사전에 학부모의 동의와 전문의약품을 처방한 의사의 자문을 받아 제15조제2항에 따른 보건교사 또는 순회 보건교사(이하 이 조에서 "보건교사 등"이라 한다)로 하여금 제1형 당뇨병으로 인한 저혈당쇼크 또는 아나필락시스 쇼크로 인하여 생명이 위급한 학생에게 투약행위 등 응급처치를 제공하게 할 수 있다. 이 경우 보건교사등에 대하여는 「의료법」 제27조제1항을 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 사망에 대한 형사책임을 감경하거나 면제할 수 있다.
- ✓ [본조신설 2017. 11. 28.]

경구면역요법은 어떻게 하는 건가요?



음식 항원을
'매일매일' 조금씩 양을
늘려가며 먹어요.

충분한 양의 음식 항원을
꾸준히 먹어요.

경구면역요법 주의사항

1. 경험 많은 전문의와 응급 상황에 대처 가능한 의료 기관에서 진행
2. 매일 일정한 시간에 섭취
3. 빈 속에 섭취하지 않는다
4. 저녁 늦게 섭취하지 않는다.
5. 교육받은 대로 부작용에 대한 대처
6. 천식과 아토피피부염 관리
7. 감기나 장염 있을 때 스케줄 조정
8. 애매한 상황에 대한 의학적 결정은 반드시 병원과 상의

먹일까 말까?

→ Shared decision-making for FA

Discuss Treatment Options

- ① Active treatment
- ② Continue avoidance

Discuss Benefits

- Improve anxiety/quality of life
- Improve social restrictions
- Protect against accidental ingestions

Discuss Risks

- Risks of reaction
- Risks of 'most common' side effects
 - Itchy mouth & throat
 - Abdominal discomfort
- Cofactors/risk factors for reactions
 - Exercise
 - Upper Respiratory Infection
 - Hot shower
 - Alcohol
 - Menstruation
 - NSAIDs

Patient selection for OIT

- ① Firm Diagnosis of food allergy
 - Labs
 - Skin Prick Test
 - Oral Food Challenge
 - Compatible Clinical History
- ② Co-morbidities
 - Atopic: Asthma Atopic Dermatitis
 - Other chronic illness
 - Consider adjuvant Therapy if needed: biologics
- ③ Patient/family demonstrates understanding and adherence

? Ask questions

Voice concerns

Address anxiety provoking issues (Consuming allergic food)

- Use of Epinephrine Autoinjector
- Social support for troubleshooting

Consider:

- ① Values: Minimize Risk or Accept risk in a controlled environment
- ② Life Style:
 - Sports
 - # of appointments
 - Timing of dosing & Bedtime
- ③ Palatability/tolerability of daily consumption:

Physician Role

Patient/Family Role