

# 아토피피부염

## 1. 어떤 경우에 아토피피부염을 의심할 수 있을까요?

- 아토피피부염은 아래 증상들 중 하나 이상 있을 때 의심할 수 있습니다.
  - 피부가 가렵다.
  - 피부염증이 반복되며 오래 지속된다.
  - 나이에 따른 특징적인 부위와 발진모양
  - 가족 중 알레르기 질환이 있다.
  - 기타: 피부건조증, 빈번한 피부감염

연령에 따라 발생 부위가 다릅니다.

2세 이전

얼굴



영아형

2세 이후

팔, 다리 접히는 부위



소아형

12세 이후

이마, 목, 손목, 발목



성인형

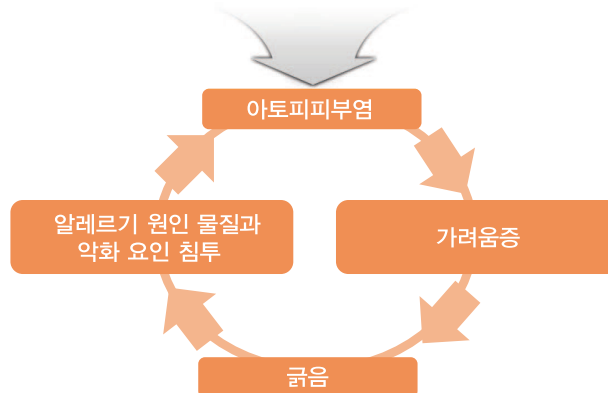
## 2. 아토피피부염은 전염될까요?

- 아토피피부염 환자를 만진다고 해서 전염되는 것은 아닙니다.
- 아토피피부염은 피부장벽 손상과 유전적 소인이 함께 작용하여 피부에 염증반응이 나타나는 질환으로, 심한 가려움이 특징입니다. 아토피피부염 환자들은 가려움 등으로 많이 힘들어 할 수 있습니다.
- 또래 간에 아토피피부염 환자들을 놀리지 않도록 학교와 가정 내 교육이 필요합니다. 또한, 전염되는 병이 아니므로 서로 잘 어울릴 수 있도록 아이들을 지도해주세요. 피부가 가려워서 긁으면 염증이 심해져서 더 가려워지고 다시 또 긁게 되는 악순환이 나타납니다.

### 아토피피부염의 악순환

피부장벽 손상 + 알레르겐 침투

피부건조는 아토피피부염 환자의 특징적인 피부 소견 중 하나로서, 피부장벽의 이상에 기인



정상피부에서는 침입이 어려운 세균, 알레르겐의 침입이 용이

### 3. 아토피피부염을 일으키는 원인과 악화 요인에는 무엇이 있나요?

- 알레르기 원인 물질(알레르겐): 집먼지진드기, 꽃가루, 곰팡이, 애완동물, 식품, 바퀴벌레
- 악화 요인: 비누, 땀, 거친 재질의 옷감, 급격한 온도와 습도의 변화
- 원인 물질과 악화 요인은 피하고, 온도는 18~21℃, 습도는 40~60%로 유지합니다.

#### 아토피피부염 악화 요인

##### 급격한 온도와 습도의 변화

너무 덥거나 춥지 않고 건조하지 않도록 온도·습도 조절  
실내온도 18~21℃, 습도 40~60% 유지

##### 꼭 끼거나 거친 재질의 옷

면 소재 옷이 좋음

##### 스트레스

##### 땀, 먼지

### 4. 아토피피부염의 피부 관리는 어떻게 하나요?

아토피피부염 환자의 피부건조를 줄이기 위해 적절한 목욕과 보습제 사용이 매우 중요합니다.

#### 아토피피부염의 목욕 방법

##### 매일 1회 정도

진물이 흐르거나 땀이 많은 계절은 하루 2~3회

##### 미지근한 물(35℃ 이하)로 욕조목욕 10~20분

장시간 목욕과 비누의 과도한 사용은 금지

##### 약산성 보습비누 사용

##### 때를 미는 것은 금물

과도한 피부마찰은 금함

목욕 후 부드러운 수건으로 두드리듯 물기를 제거  
3분 이내 보습제 사용이 중요

#### 보습제의 사용

##### 피부건조에 의한 손상 방지

##### 외부의 미생물, 오염물질과 먼지 등으로부터 피부를 보호하는 역할

##### 정상적인 피부를 포함한 전신에 사용하고, 지속적인 사용이 중요

피부에 자극이 가지 않도록 부드럽게 바름  
피부가 건조할수록 여러 차례 사용이 가능하며, 1일 3회 이상 바름

### 5. 아토피피부염에서 국소 스테로이드제의 올바른 사용 방법은?

아토피피부염을 치료하기 위해서는 전문의의 처방에 따라 국소 스테로이드제를 사용해야 합니다. 국소 스테로이드제 사용의 기본 원칙은 아래와 같습니다.

#### 국소 스테로이드제 사용의 기본 원칙

의사의 처방에 따라 사용

피부 염증이 있는 부위에만 사용

보습 목적으로 사용해서는 안 됨

피부병변과 부위에 따라 적절한 강도 사용

목욕 후 바르는 것이 효과적