

#오래가는감기 #숨실때쌉쌉소리
#가슴답답함 #밤에심해지는기침 #흐름곤란



**혹시
천식은 아닐까요?**



강원도 Gangwon-do Atopy Asthma
아토피·천식교육정보센터

혹시 이런 증상이 있다면?

천식의 증상

01. 가슴이 답답하고 숨이 차다.

02. 밤이나 새벽, 운동 후에 나빠지는 기침

03. 쉼쉼거리는 숨소리(천명음)

04. 10일 이상 오래가는 감기

05. 가래가 많고 때로는 호흡곤란

천식의 원인

정상인과 천식환자의 기관지 차이



정상인의 기관지



천식환자의 기관지

- 천식은 폐와 기관지에 발생하는 만성 알레르기 질환으로 유전적인 요인 뿐만 아니라 환경적인 요인이 함께 작용하여 발생합니다.
- 가족 중에 알레르기 질환이 있으면 천식이 발생할 가능성이 높습니다.
- 천식을 유발하는 알레르겐(집먼지진드기, 반려동물의 털과 비듬 등)이나 대기오염에 오래 노출되면 천식을 발생시키거나 악화시킬 수 있습니다.
- 천식은 고혈압이나 당뇨병과 같이 치료와 관리가 필요한 만성질환입니다.

천식의 진단



다른 질환과 구별하기 쉽지 않습니다



전문의의 진료가 필요!

천식은 감기를 비롯한 다른 호흡기 질환과 구별하기가 쉽지 않으므로
전문의의 진료가 필요합니다.

정확한 진단을 위해서는 진찰과 검사!

폐기능검사를 통해 폐활량을 측정하여 기관지가 좁아진 정도를 알 수
있으며 기관지 유발검사를 시행하여 천식여부를 확인하기도 합니다.
알레르기 피부시험이나 혈액검사를 통해 천식의 원인을 확인합니다.

강원도 아토피·천식교육정보센터

알레르기 걱정 없는
밝고 건강한 강

알레르기 질환

더 자세히 알고싶다면?

강원도 아토피천식 교육정보센터

검색

알레르기질환 무료전화상담
99-9756

오피스시간

보통요일,공휴일 휴무 | 상담가능시간 : 09:00~18:00

알레르기질환에 대한 정확한 정보는

www.gwallergy.or.kr



Youtube

유튜브에서 강원도 아토피천식 교육정보센터를 검색
알บั้ม이 들려주는 알레르기질환 이야기 보기



Blog

알레르기질환에 대해 궁금해하는 다양한 질문과
전문의가 직접 답변한 해결방안들 보기





ALLERGYNEWS

강원도 아토피·천식 교육정보센터

천식 어떻게 치료하면 좋을까요?



먹는약? 주사약?

천식의 약물치료

천식치료약물은 흡입약물과 먹는 약물이 있습니다.
흡입약물은 기관지에 직접 전달되어 적은 양으로도 효과가
빠르고 부작용이 훨씬 적습니다.



▶ 흡입약물 상세정보!

천식조절제!

기관지 염증을 가라앉히기 위해 매일 규칙적으로 사용하며 증상이 없어도 꾸준히 사용해야 합니다.

증상완화제!

천식증상이 있을 때에만 사용합니다. 천식이 심한데 조절제 없이 증상완화제만 사용하면 증상이 더욱 악화되며 심한 경우 사망할 수도 있습니다.

주의!

환자 각 개인에 따라 천식증상은 다양하고 자주 변화하는 특징이 있어 환자의 상태에 따른 차별화된 약물치료(흡입기 종류 등)를 받는 것이 필요합니다.

정확히 사용하자! 천식 흡입약물



약물치료만 있을까? **천식 면역치료**



▶ 면역치료란?

원인이 되는 흡입 알레르겐이 있고
원인 알레르겐을 회피하기 어려울때
약물치료에 효과가 작을 때



면역요법을 고려할 수 있습니다.
알레르기질환 환자에게 적은 양의
원인알레르겐을 노출하여 원인알레
르겐에 대한 감수성을 약화, 증상을
호전시키는 치료입니다.

- 1 피하주사법과 설하경구복용법이 있습니다.
- 2 원인알레르겐은 피부시험, 혈액검사를 통해 확인할 수 있습니다.
- 3 3년 이상 꾸준히 치료해야합니다.

강원도 아토피·천식교육정보센터

알레르기 걱정 없는
밝고 건강한 강

알레르기 질환

더 자세히 알고싶다면?

강원도 아토피천식 교육정보센터

검색

알레르기질환 무료전화상담
99-9756

오피스시간

보통요일,공휴일 휴무 | 상담가능시간 : 09:00~18:00

알레르기질환에 대한 정확한 정보는

www.gwallergy.or.kr



Youtube

유튜브에서 강원도 아토피천식 교육정보센터를 검색
알บั้ม이 들려주는 알레르기질환 이야기 보기



Blog

알레르기질환에 대해 궁금해하는 다양한 질문과
전문의가 직접 답변한 해결방안들 보기





ALLERGYNEWS

강원도 아토피·천식 교육정보센터

천식 환자 운동은? 임신했을 때는?



천식환자가 운동할때는?

원하시는 모든 운동을 할 수 있습니다.

달리기, 축구 보다는 수영과 같이 따뜻하고 습한 조건에서 하는 운동을 하는 것이 좋습니다.

천식이 잘 조절되지 않고 있을 때, 날씨가 너무 춥거나 건조할 때에는 운동을 자제하는 것이 좋습니다.

운동하기 15분 전에 증상완화제를 미리 흡입하고 10분 정도 준비운동을하고 시작하는 것이 좋습니다.



천식환자의 식이요법?

천식을 진단받은 환자들이
가장 궁금히 여기는 것 중 하나는 식이요법입니다.
그러나, 천식치료에 효과적인 식이요법은 없습니다.

천식환자가 과식을 하면 위의 팽창으로 횡경막을 위로 밀어 올려서
호흡근란이 심해질 수 있으므로 **과식은 피하는 것이 좋습니다.**

맥주나 포도주, 음식물에 들어있는 아황산염이
일부 천식환자에게서 천식발작을 일으킬 수 있으므로
아황산염에 과민한 천식환자는 아황산염이 들어간
음식은 피하는 것이 좋습니다.



천식환자가 임신을 하면?

임신이 천식에 미치는 영향의 원인은
아직 확실하지 않지만 여러가지
생리적, 화학적, 정신적인 요소가 작용하는것으로 보입니다.

임신 중 천식이 발생하거나 악화되면 조기출산, 저체중 신생아 등이
생길 확률이 정상 임신부에 비해 높지만 잘 조절되는 천식환자의 경우
조기출산, 저체중 신생아 발생률이 정상 임신부와 비슷합니다.

대부분의 천식치료약제들이 태어나 임신부에 특별한 위험성이 없으며
천식을 제대로 치료받지 않는 경우 오히려 태아와 임신부에
여러가지 합병증이 생길 가능성이 높기 때문에
임신 전과 같은 원칙으로 천식을 잘 치료하는 것이 중요합니다.



강원도 아토피·천식교육정보센터

알레르기 걱정 없는
밝고 건강한 강

알레르기 질환

더 자세히 알고싶다면?

강원도 아토피천식 교육정보센터

검색

알레르기질환 무료전화상담
99-9756

오프라인 상담

보통요일,공휴일 휴무 | 상담가능시간 : 09:00~18:00

알레르기질환에 대한 정확한 정보는

www.gwallergy.or.kr



Youtube

유튜브에서 강원도 아토피천식 교육정보센터를 검색
알บั้ม이 들려주는 알레르기질환 이야기 보기



Blog

알레르기질환에 대해 궁금해하는 다양한 질문과
전문의가 직접 답변한 해결방안들 보기

