

주부습진

김 수 남 · 고려의대 안암병원 피부과

습진이라는 것은 피부에 생긴 염증을 말하는 것으로 피부염과 같은 의미로 사용된다.

그러므로 습진은 아토피성 습진, 접촉성 습진처럼 원인에 따라 구분하기도 하고 염증의 형태에 따라 급성습진 혹은 만성습진으로 구분하기도 한다.

또 염증이 생긴 부위에 따라 수부습진 또는 족부습진 같이 구분하기도 하고, 습진이 잘 생기는 직업에 따라 주부습진, 바텐더습진 등으로 나누기도 한다.

주부습진은 주부들에게서 많이 볼 수 있기 때문에 붙여진 이름인데 주로 손에 생기므로 수부습진의 일종이라고 할 수 있다.

사람은 손을 사용하여 많은 일을 할뿐더러 문명이 발달할수록 다루고 만져야 할 물질이 많아지므로 손에 생기는 습진이 증가하고 있는데 이중에서 가장 흔히 볼 수 있는 것이 주부습진이다.

주부습진은 주부들과 같은 조건에서 일하는 사람들, 예컨대 음식점 주방에서 일하는 사람, 바텐더, 생선을 다루는 사람, 정육점에서 일하는 사람, 외과의사, 치과의사 등에서도 생길 수가 있다.

1. 증상

주부습진은 손가락, 손가락 사이, 손 등에 생기며 심하면 손바닥으로

도 번져 나간다.

일반적으로 추운 계절에 시작되는 일이 많으나 일단 생기면 날씨가 따뜻해져도 계속 증상이 남거나 퍼져 나가게 된다.

증상은 보통 손가락 끝에서 시작되는데 피부가 건조해지고 비듬이 일면서 염증이 생겨 붉은 반점이 나타난다. 진행되면 피부가 갈라지고 진물이 나가거나 피가 배어 나오며 딱지가 앉게 된다. 더욱 진행되면 손이 거칠어지면서 마치 돼지피부처럼 딱딱하고 두꺼워진다.

반지를 끼고 일하는 주부들에게서는 이 부위에서부터 염증이 시작되는 일이 흔히 있으므로 일을 할 때는 반드시 반지를 빼놓고 하도록 해야 한다.

주부습진이 있으면 손이 뻗뻗하게 느껴지고 가려움증이 생기며 심하면 아프고 쪼여서 더 이상 일을 할 수 없는 지경에 이르는 경우가 많다.

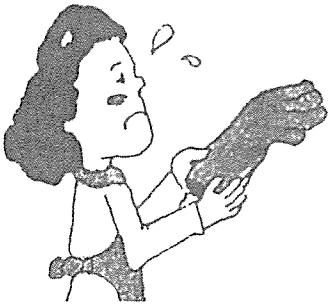
젊은 어머니들에게서 주부습진이 생겨 고생하는 것을 흔히 보는데 출산 후 3~6개월은 아기 목욕시키고 기저귀 빼는데 별 탈이 없다가 이후에 점차 증상이 나타나는 일이 많다.

2. 원인

주부습진이 발생하는데는 많은 요인들이 관계될 것으로 생각되고 있다. 이중 중요한 것은 물, 비누 그리고 세제로 알려져 있다.



주부습진이 있으면 손이 뻣뻣하게 느껴지고 가려움증이 생기며 심하면 아프고 쪼여서 더 이상 일을 할 수 없는 지경에 이르는 경우가 많다.



물은 피부의 각질층을 불어나게 하여 손으로 만지는 각종 물질이 피부 내로 쉽게 침투하게 만들고 비누와 세제는 그 자체가 피부에 자극을 줄 뿐만 아니라 지방성분을 녹여내어 여러 가지 물질이 피부로 침투하는 것을 더욱 쉽게 해준다.

피부 내로 여러 가지 물질이 침투되면 2가지 원리에 의해서 피부에 염증반응이 일어나므로 습진이 된다.

하나는 알레르기 반응이며, 또 하나는 자극반응이다. 알레르기 반응은 피부에 침투된 물질이 신체를 구성하는 자기 자신의 물질과 다르기 때문에 이를 제거하기 위하여 항체를 만듦으로써 일어나는 반응인데 이에 부수하여 염증이 일어나서 습진이 된다.

자극반응은 피부에 침투된 물질 자체가 자극이 있어서 염증이 생기게 되는 것이다.

알레르기 반응은 소량의 물질에 의해서도 생길 수 있는 반면에 자극 반응은 물질의 자극성 정도에 따라 다르지만 많은 양이 있어야만 반응이 일어난다.

또한 알레르기 반응은 특정 물질에 대하여 항체가 있는 사람에게만 일어나지만 자극반응은 충분한 양의 자극물질을 다루면 누구에게나 일어

나는 반응이다.

주부습진은 약 절반정도가 알레르기 반응에 의해 생기고 나머지 절반 정도는 자극반응에 의해서 생기는 것으로 알려져 있다.

주부들이 다루는 물질 중에서 알레르기 반응을 일으키는 것들은 마늘, 양파, 홍당무, 토마토, 시금치, 식용 염료 등의 음식재료를 비롯하여 고무제품, 플라스틱제품, 금속제품, 집안에서 기르는 화초 등 수없이 많다.

자극반응을 일으키는 것은 비누와 각종 세제가 대표적인 것이지만 음식재료 중에서 알레르기 반응을 일으키면서 자극반응을 일으키는 것도 적지 않다.

비누와 세제 중에서는 여기에 함유된 향료나 향료제들이 알레르기 반응을 일으키는 수도 있다.

3. 진단

주부습진은 진단이 쉽지 않다. 그 까닭은, 손에 생기는 피부질환의 종류는 많은데 그 증상은 비슷하기 때문이다.

흔동이 오기 쉬운 질환은 손에 오는 무좀, 건선, 발한이상성 습진, 화폐상습진 등인데, 이들과 감별하기

주부습진이 있을 경우
고무장갑은 한번에 30분 이상은 끼지 말아야 하고
사용하는 물은 뜨겁지 않게 해야 한다.

위해서는 균검사, 조직검사 등의 검사를 해야 할 경우가 종종 있다.

더욱 어려운 것은 주부습진이 알레르기 반응에 의한 것인가 또는 자극반응에 의한 것인가를 밝혀내는 것이다.

이를 위해서는 언제 어떻게 병이 발생했으며 어떤 경과를 밟았는지 등 자세한 병역의 조사와 함께 철폐 시험을 행하여야 한다.

철폐시험은 의심되는 원인물질을 피부에 부착시켰다가 반응을 보는 검사로, 부착시킨 물질 중에 원인물질이 있으면 이 자리에 염증반응이 생기며 이것은 알레르기 반응이 일어난다는 의미이다.

4. 치료

주부습진의 치료는 염증 정도와 이차적인 변화, 예컨대 세균감염이 있는지 등에 따라 달라진다. 최상의 치료는 물일을 하지 않고 쉬는 것이지만 주부가 당분간이나마 일을 하지 않는다는 것은 거의 불가능하기 때문에 치료 또한 쉽지 않다.

가급적이면 일을 줄이면서 치료하고 치료가 되면 재발을 막는 것이 치료보다 더욱 중요한 과제라고 생각된다.

5. 예방

주부습진을 앓고 있는 주부가 치료에 도움이 되고 또 치료후 재발을 막기 위하여 지켜야 할 주의사항을 들어보면 다음과 같다.

1) 긴 손잡이가 달린 솔을 접시닦기, 독·후라이팬·난로 청소 등에 사용하는 등 가급적이면 고무장갑의 사용을 피할 것.

2) 고무장갑을 끼어야 할 때는 알은 흰색 면장갑을 먼저 끼고 낄 것.

면 장갑에는 락스 분이나 옥수수 녹말가루를 뿌리고 끼는 것이 좋으며 꼭 맞는 것 보다는 약간 헐렁한 것이 좋다.

고무장갑은 한 번에 30분 이상 끼지 말아야 하고 사용하는 물은 뜨겁지 않게 해야 한다. 물이 뜨거우면 손에 락스가 나서 자극을 줄 우려가 있기 때문이다.

3) 아기의 목욕은 맨손으로 시켜도 좋는데 유아용 비누는 자극이 적기 때문이다.

4) 젖은 기저귀에는 암모니아가 있어 자극을 줄 수 있기 때문에 손으로 만지지 말고 긴 젓가락이나 집게를 사용하여 옮긴다. 기저귀는 물 1ℓ에 붕산 1차술을 녹인 물에 한시간 정도 담궈 중화시킨 후 세탁하는 것

이 좋다.

5) 집안일 중에 더러운 일을 할 때는 면 장갑을 끼고 하여, 일을 끝내고 손을 씻을 때 과도하게 닦는 것을 방지할 것.

6) 과일즙, 과일, 야채와 생고기는 손을 자극할 염려가 있으므로 염증이 있는 동안에는, 가공된 식품을 사용할 때는 이런 물질과의 접촉을 피할 것.

7) 모직은 가려움증과 자극을 일으키므로 접촉을 피할 것.

8) 헤어토닉이나 로션이 손에 닿는 것을 피할 것.

9) 세제나 표백제가 손에 닿지 않게 주의할 것.

10) 오랫동안 또는 너무 자주 손을 씻지 말 것이며 씻은 후에는 곧 부드럽고 마른 수건으로 물기를 닦아 낼 것.

11) 비누는 순한 것을 쓰고 비누기가 남아 있지 않도록 철저히 행굴 것.

12) 급성 염증이 있는 기간에는 비누로 손을 씻지 말 것.

13) 손이 건조한 것 같으면 올리브유를 바른 후 의사가 처방한 약제를 바를 것.

14) 손을 씻을 때에는 반드시 반지를 빼 것. **㉔**