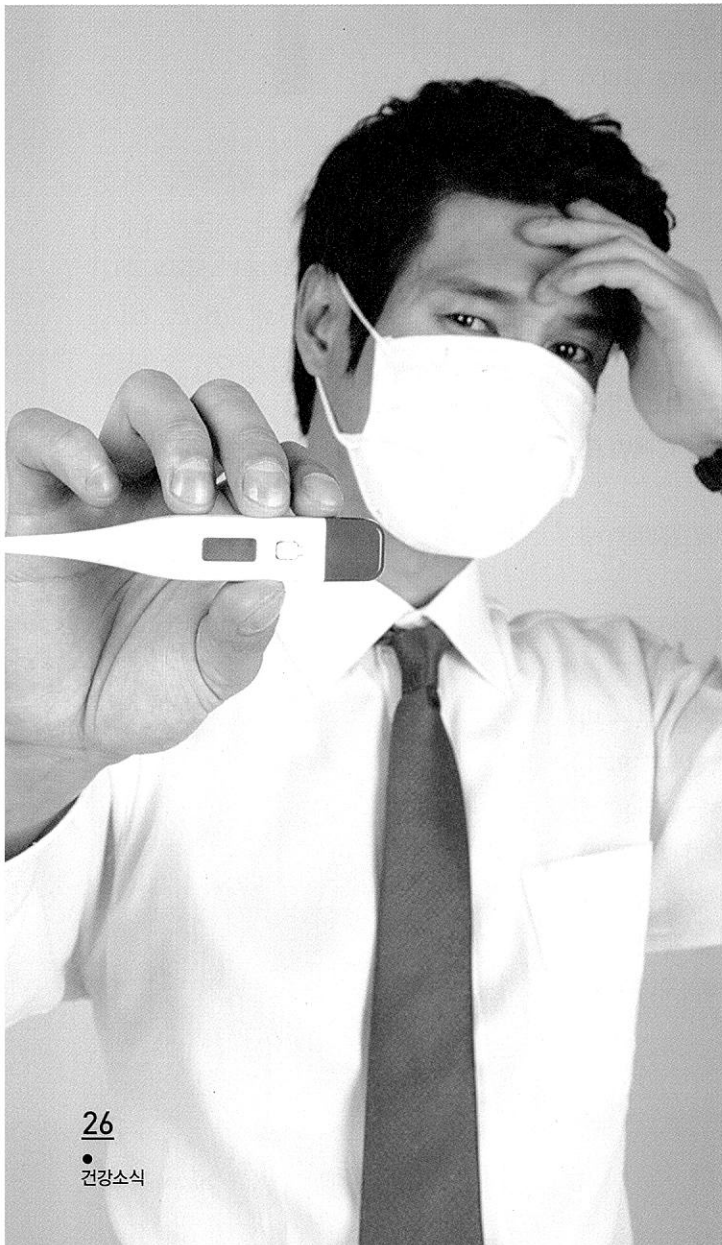


# 급성편도염

## 감기와 헷갈리지 마세요

일교차가 큰 환절기나 추운 계절에 발생하는 급성편도염. 증상이 감기와 비슷해 많은 사람들이 방치하는 경우가 흔하다. 증상이 악화될 경우 심각한 합병증이 발생하기 때문에 현명한 자세로 대처하는 것이 중요하다.



편도선은 목 안쪽 및 코 뒷부분에 위치하는 림프조직. 인체 내로 침입하는 병원체나 종양 세포 등을 인지하고 죽임으로써 질병으로부터 신체를 보호하는 역할을 한다. 유·소년기에 이 면역기능을 훌륭하게 수행하던 편도선은 사춘기 전후를 기점으로 성장과 함께 퇴화하는 것으로 알려져 있다.

### ✦ 면역력이 떨어지면 발병한다

환절기나 추운 계절에는 상기도 염증을 일으키는 바이러스나 세균들이 유행해 이러한 원인균 감염으로 급성편도염을 앓기 쉽다. 특히 편도선 표면에는 크립트(crypt)라고 하는 수많은 홈이 있어 본래 여러 세균들이 살고 있는데, 면역력이 저하되면서 이러한 세균이 쉽게 침투해 급성편도염이 발생하기도 한다. 과음이나 과로, 스트레스는 면역력을 약화시키는 주요 요인.

문제는 급성편도염의 증상이 감기와 비슷해 자칫 방치하기 쉽다는 것이다. 대개 4~6일 정도 고열과 오한, 두통과 관절통 등 전신통증이 지속된다. 때문에 음식을 섭취하고 충분한 수면과 안정을 취하는데 어려움을 겪을 수 있다. 편도염이 악화되면 편도 주위에 농양이 생기는 등 합병증이 발생하는데, 염증으로 인한 편도 주위의 부종은 기도를 막을 수 있으며, 다른 장기로 감염이 퍼져 패혈증으로 진행될 수 있으니 주의해야 한다. 많은 사람들이 감기로 오인하는 급성편도염은 편도

손과 발을 깨끗이 씻어서 접촉을 통한 균 감염을 줄이고 식후 양치나 가글로 구강을 청결히 유지하는 것 등으로도 편도염을 예방하고 건강한 생활을 할 수 있다.



를 육안으로 관찰해 일차적으로 감별할 수 있다. 급성편도염 환자들의 입안을 보면 편도 주위의 입 안이 붉게 부어오르고 편도가 비대해져 하얀 삼출액이 붙어 있는 것을 볼 수 있다. 삼출액이란 염증이 생긴 부분의 혈관에서 액체 및 세포성분이 나와 모인 것으로 단백질이 주성분이다. 또 턱 아래쪽이나 목의 옆으로 작은 멍울이 만져지고 이 멍울은 누르면 통증을 동반하는 경우가 흔하다. 물론 가까운 병원을 찾아 정확한 진단을 받는 것이 건강의 지름길이다.

## ✚ 손발 깨끗이 씻으면 예방 가능하다

편도염 예방법은 일반적인 감기 예방법과 동일하다. 즉 바른 생활습관만으로도 예방이 가능하다는 것이다. 손과 발을 깨끗이 씻어서 접촉을 통한 균 감염을 줄이고 사람이 많이 모이는 사무실이나 교실 등에서는 환기를 자주 하는 것이 좋다. 식후 양치나 가글로 구강을 청결히 유지하는 것 등으로도 편도염을 예방하고 건강한 생활을 할 수 있다.

대부분의 경우 아세트아미노펜(acetaminophen) 제제나 아스피린 계열의 약물 치료만으로도 충분하다. 죽이나 미음같이 부드럽고 자극 없는 유동식을 섭취하고 고열로 인한 탈수를 막기 위해 물을 자주 마시는 것이 도움이 된다. 수술적 치료로는 편도절제술이 있다. 다른 치료법을 충분히 시도했음에도 불구하고 일년에 3~4회 이상 편도염이 재발하는 경우에 편도절제술을 시행할 수 있다. 성인이 되어서는 편도를 절제하여도 무방하다는 주장에 따라 편도절제술은 재발성 편도염에서 가장 흔히 시행되며 이 경우 치료 효과가 좋다.