



눈이 충혈되고 가려워요(결막염)

저자 송영천

삼육대학교 약학대학 교수

약학정보원 학술자문위원

결막염이란 무엇입니까?

결막은 눈꺼풀의 안쪽, 흰자위를 덮고 있는 얇고 투명한 층으로서 결막염(conjunctivitis)은 이 결막에 충혈과 염증이 발생한 것을 의미합니다. 일반적으로 서구에서는 red eye, pink eye라고 부르기도 합니다. 결막염의 다른 증상으로는 눈의 가려움증과 눈물 등이 있을 수 있으며 때때로 속눈썹에 끈적끈적한 피막이 형성되기도 합니다. 결막염은 처음에는 한쪽에서 시작해서 대개 수 시간 내 양쪽 눈으로 발생하게 됩니다.

결막염이 걸리면 어떤 증상이 있나요?

결막염의 증상들은 발병원인에 따라 다양 할 수 있지만 대개 2가지 주된 증상을 가지고 있습니다.

- 눈의 충혈: 결막의 미세혈관의 염증과 확장으로 인해 눈이 충혈될 수 있습니다.
- 분비물 증가: 결막은 눈물과 점액을 생성하는 수천개의 세포로 이루어져 있으며 결막염에 걸리게 되면 더 많은 수분과 점액을 생성하게 되어 분비물이 증가하게 됩니다.

증상은 한쪽 눈으로 시작할 수 있지만 양쪽 눈으로 발생할 수 있습니다.

눈의 충혈과 분비물 증가를 포함해서 결막염은 다음과 같은 일반적인 증상들이 발생할 수 있습니다.

- 시야 흐림
- 눈꺼풀의 따지
- 눈의 통증
- 모래가 든 것 같은 이물감
- 눈물의 증가

- 눈의 가려움
- 충혈
- 광민감성

특히 감염에 의해 결막염이 걸린 경우 눈의 작열감이나 이물감이 있을 수 있으며 눈썹에 끈적이는 피막을 형성하는데 대개 아침에 일어났을 때 심해질 수 있습니다. 알러지성 결막염의 경우 눈에 가려움증이 있게 되는데 그 증상은 알러지를 유발시키는 물질에 달려있으며 꽃가루에 대한 알러지는 특정계절에 발생하며 봄에는 나무 꽃가루, 봄의 끝 또는 여름 초기에는 풀 꽃가루가, 초봄부터 늦은 가을까지 어느 때나 잡초 꽃가루가 알러지를 일으키게 합니다. 이러한 알러지 유발물질이 결막에 닿으면서 알러지 반응을 일으키는데 가려움증과 함께 눈물이 나며 눈이 붉어지고 결막에 부종이 발생하기도 합니다.

꽃가루는 또한 재채기, 콧물, 코막힘과 같은 다른 증상의 원인이 되기도 할 수 있기도 합니다. 집먼지 집진드기나 동물의 털에 대한 알러지는 일년 내내 발생하게 되는데 대개 양쪽 눈에 발생하며 아침에 증상이 악화되는 것을 확인할 수 있습니다.

결막염은 왜 걸리는 건가요?

결막염은 다음과 같이 분류 할 수 있으며 그 분류에 따라 몇 가지 원인이 있습니다.

- 1) 감염성 결막염
- 2) 알러지성 결막염
- 3) 자극성 결막염

1) 감염성 결막염

감염성 결막염은 세균, 바이러스 등이 원인이 되며 세균성 감염의 경우 폐나 귀에 감염증을 유발하는 세균이 원인이 될 수 있으며 바이러스의 경우 고열과 인후통을 야기하는 아데노바이러스라는 것이 일반적인 원인이 됩니다. 그 밖에 성병 등이 원인이 되는 경우도 있습니다.

- 감염성 결막염에 걸리기 쉬운 사람들은 다음과 같습니다.
- 고령자나 면역체계가 약해져 있는 환자
- 집단생활을 하는 소아나 사람이 많이 모인 장소에 있던 사람
- 눈다래끼 환자

- 부신피질호르몬제 복용환자

2) 알러지성 결막염

알러지성 결막염도 원인 및 증세에 따라 몇 가지 원인이 있습니다.

계절성과 통년성 결막염은 대개 풀, 나무, 잡초의 꽃가루와 집먼지 집진드기, 죽은 동물의 피부 조각 등이 원인이 됩니다. 이들 형태의 결막염은 천식이나 알러지성 비염과 같은 다른 알러지 질환을 가진 사람들에게 잘 발생 합니다. 또한 화장품이나 화학물질에 의해서도 야기 할 수 있으며 콘택트렌즈 등에 의해서도 발생 할 수 있는 것으로 알려져 있습니다.

이 외 샴푸, 염소소독수(수영장), 결막을 문지르는 속눈썹, 흡연 또는 유독가스 등에 의해서도 자극성 결막염이 라는 것이 발생 할 수도 있습니다.

감염성 결막염은 어떻게 치료하나요?

감염성 결막염은 대개 저절로 낫고 또한 결막염이 치료되지 않을 위험이 매우 낮기 때문에 대부분의 경우 항균제를 처방하지는 않습니다. 그러나 감염이 심해지거나 2주 이상 지속된다면 항균제의 투여가 필요하게 됩니다. 특히 중증의 감염성 결막염 증상이 있을 경우와 성매개 감염증에 의한 결막염이 있을 경우는 전문의 진료가 필요 하며 특히 성매개 감염의 경우 증상이 수개월이 지속 될 수도 있습니다. 세균에 의한 유행성 결막염을 치료하기 위해서는 항생제를 사용해야 하며 바이러스성 유행성 결막염은 바이러스 치료에 적합한 별도의 항바이러스제를 사용해야 합니다.

감염성 결막염의 자가 관리

감염성 결막염은 원인이 되는 감염원에 감염된 사람과 근접 접촉하는 경우 감염성 결막염에 걸릴 가능성이 많아지게 됩니다. 그러므로 감염성 결막염에 걸린 사람과 접촉한 후에는 철저하게 손을 세척하는 것이 중요하며 감염성 결막염에 걸린 사람과 베게나 수건을 공유하는 것도 피해야 합니다.

Virus성 결막염의 경우 전염력이 높으며 소아의 경우 일반적으로 완치 될 때까지 등교를 자제하는 것이 좋으며 증상 완화를 위해 냉찜질이 도움이 될 수 있습니다.

그 밖에 가정에서 감염성 결막염을 관리하는 방법은 대개는 증상을 완화하는 것으로 몇 가지 방법이 있습니다.

- 베게 커버를 자주 갈아 줍니다.
- 베게나 수건을 다른 사람과 같이 사용하지 않습니다.
- 눈 화장품이나 안약을 같이 사용하지 않아야 합니다.
- 만일 콘택트렌즈는 감염증상이 해소 될 때 까지 착용하지 않는 것이 좋습니다.
- 감염이 해소된 이후에도 재감염의 위험성이 있기 때문에 오래된 렌즈는 재사용하지 않는 것이 좋습니다.
- 감염 후에는 항상 새로운 렌즈 사용과 함께 세정액이나 용기도 새로운 것을 사용해야 합니다.
- 인공눈물을 사용하여 눈의 통증이나 끈적거림을 해소 할 수 있습니다.
- 눈꺼풀과 속눈썹의 끈적거리는 분비물을 깨끗한 물에 적신 면봉으로 닦아냅니다.
- 손을 자주 씻습니다. : 무엇보다도 감염의 전파를 차단하기 위해서는 손을 자주 씻어야 하며 특히 눈을 만진 뒤에는 자주 손을 씻는 것이 좋습니다.

알러지성 결막염은 어떻게 치료하나요?

보통 환자가 가지고 있는 알러지 증상에 따라 치료가 이루어 져야 하며 원인이 무엇이든 간에 알러지성 결막염은 알러지가 치료될 때 개선 될 수 있으며 자가 관리로 증상이 잘 개선됩니다. 알러지성 결막염에는 주로 항히스타민제라고 하는 점안액을 사용 할 수 있으며 증상이 심한 경우 스테로이드 점안액을 사용하는 경우도 있습니다.

자가 관리

알러지성 결막염이 있는 경우 가정에서 지켜야할 지침은 다음과 같습니다.

- 콘택트렌즈를 착용하는 사람은 결막염 증상이 해소 될 때까지 착용하지 않습니다.
- 눈이 가렵더라도 눈을 비비지 않아야 하며 눈을 비비게 되면 증상이 점점 더 악화될 수 있습니다.
- 눈 위에 냉찜질을 하는 것이 도움이 될 수 있으며 보통 깨끗한 수건을 찬물로 적시어 눈을 냉찜질합니다.
- 무엇보다도 알러지원의 접촉을 피해야 합니다.