

지아르디아 감염 Giardia Infection

지아르디아란?

지아르디아는 사람 및 동물의 창자에 기생하는 기생충입니다. 이 기생충에 감염되어 발병하는 병을 지아르디아증 또는 ‘비버열병’이라고 합니다.

지아르디아증은 2 주 이상 지속되는 설사의 일반적 감염원의 하나입니다. 야생지에서 하이킹하는 사람, 또는 적절하게 여과/처리하거나 끓이지 않은 물을 마신 여행자에게 발병하는 설사의 일반적 원인입니다.

지아르디아에 어떻게 감염될 수 있나?

지아르디아낭자는 물, 식품, 또는 감염자 사이의 대변-구강 감염에 의해 전염될 수 있습니다. 대변-구강 감염은 오염된 대변 입자가 소화기관에 들어가는 것을 말합니다.

오염된 물은 지아르디아증의 주요 전염원입니다. 지아르디아낭자는 호수, 연못, 하천 등에서 생존할 수 있습니다. 수영을 하다가 우발적으로 물을 마시거나 삼키면 감염될 수 있습니다. 지아르디아낭자에 오염된 날식품 또는 익히지 않은 식품을 먹어도 감염될 수 있습니다.

지아르디아는 탁아소처럼 대변실금(배변 통제 장애)이 상존하고 위생이 열악한 환경에서 사람 사이에 전염될 수도 있습니다. 아직 배변 훈련이 안된 유아가 감염 위험이 가장 높습니다. 그리고 이런 유아는 가족에게 전염시킬 수도 있습니다.

또한, 지아르디아는 대변 접촉이 이루어지는 성행위 중에 전염될 수도 있습니다.

지아르디아증은 어떤 증상이 나타나나?

지아르디아증은 설사, 위경련, 가스, 복부팽만, 물고 탁하며 미끌거리는 대변의 잦음, 구역, 체중감소, 피로 등을 일으킬 수 있습니다.

이러한 증상은 지아르디아에 감염된 지 약 7-14 일 후에 나타나며 2-4 주 또는 그 이상 지속될 수 있습니다. 감염되어도 증상이 전혀 나타나지 않을 경우도 많습니다. 그리고 낫기 시작하다가 증상이 재발할 경우도 있습니다.

드물기는 하지만 지아르디아증은 몸에 영양소가 잘 흡수되지 않는 문제를 일으킬 수도 있습니다. 이 증상은 몇 주 또는 몇 달 지속될 수 있습니다. 지아르디아 감염자 중 일부는 우유 및 유제품 소화불량(젓당불내증)이 생길 수도 있습니다.

어떻게 진단하고 치료하나?

지아르디아증에 걸렸다고 생각될 경우, 보건의료 서비스 제공자에게 검사, 조언 및 치료를 받으십시오. 검사를 위해 대변을 채취하여 제출해야 할 수도 있습니다. 지아르디아는 검출하기가 어렵기 때문에 시료를 2 개 이상 제출해야 할 수도 있습니다.

지아르디아 감염증이 저절로 없어질 수도 있습니다. 보건의료 서비스 제공자는 구충제를 사용한 치료의 필요 여부를 판단합니다.

지아르디아에 감염될 경우 어떻게 해야 하나?

지아르디아는 대변을 통해 배출되므로 감염에 의한 것일 수 있는 설사가 날 경우에는 직장이나 학교에 가지 말아야 합니다.

지아르디아에 감염되어 설사나 구토를 할 경우, 설사 또는 구토가 멎은 지 48 시간 이상 되기 전에는(또는 관내 보건 당국의 지시에 따라) 호수, 연못, 하천, 수영장, 온수 욕조 등에서 수영하지 마십시오. 이는 다른 수영자들의 감염을 예방하기 위해서입니다.

화장실 사용 후, 음식 섭취/조리 전에 비누와 물로 손을 깨끗이 씻으십시오. 손을 닦을 때는 1 회용 수건을 사용하십시오.

직업적으로 식품을 취급하는 사람이나 보건의료 종사자는 타인에게 지아르디아를 전염시킬 수 있습니다. 설사나 구토를 할 경우에는 일하지 말고, 설사 또는 구토가 멎은 지 48 시간 이상 되기 전에는(또는 관내 보건 당국의 지시에 따라) 직장에 복귀하지 마십시오. 손을 자주, 잘 씻으십시오. 감염증이 타인에게 전염될 가능성을 줄일 수 있습니다.

설사를 하는 탁아 아동은 부모가 데려갈 때까지 탁아소 내 다른 아이들과 격리된 구역에서 감독 및 보호할 수 있습니다. 설사 또는 구토가 멎은 지 48 시간 이상 되기

전에는(더 늦게 멈춘 것을 기준으로) 탁아소에 다시 나가지 말아야 합니다. 그러나 각 지역 보건소마다 탁아소, 학교 및 직장 복귀 시기에 대한 지침이 다를 수 있으므로 관내 보건 당국에 확인하십시오.

탁아소의 아동은 손을 씻을 때 성인의 감독을 받아야 합니다. 적절한 손 씻기에 관해 자세히 알아보려면 [HealthLinkBC File #85 부모 및 아동의 손 세척](#)을 참고하십시오.

몸이 나은 후에도 몇 주 동안 대변에 *지아르디아*가 아직 있을 수 있으며, 따라서 타인에게 전염시킬 수도 있습니다.

지아르디아증은 어떻게 예방하나?

지아르디아증을 예방하려면 다음 조언에 따르십시오:

- 해당 지역사회의 상수도에 대해 물을 끓여 마시라는 공고(Boil Water Notice)가 내려졌을 경우, 이 권고를 심각하게 받아들여 지시에 따르십시오.
- 샘, 하천, 호수, 연못, 얇은 우물 등의 처리되지 않은 지표수, 또는 병원체가 들어 있을 위험이 있는 지하수는 마시지 마십시오. 동물의 대변에 오염되었을 가능성이 있습니다.
- 야영을 할 때는 물이 있는 곳에서 30 미터 이내에서 대변을 보지 마십시오.
- 살균 처리되지 않은 우유 또는 주스는 마시지 마십시오.
- 음식을 먹거나 만지기 전에 손을 씻으십시오.
- 화장실을 사용한 후, 기저귀를 간 후, 또는 동물을 만진 후 손을 씻으십시오.
- 어린이(특히 애완동물을 늘 만지는 어린이)는 음식을 먹기 전뿐만 아니라 수시로 손을 깨끗이 씻도록 하십시오.
- 익히지 않은 식품, 또는 처리되지 않은 물로 만든 음료는 삼가하십시오(특히 해외 여행 중에).
- 안전한 성행위의 원칙을 잘 지키고, 성행위 중 되도록 대변 접촉을 피하십시오.

물에 함유된 지아르디아낭자를 어떻게 제거하나?

처리되지 않은 지표수나 병원체가 들어 있을 위험이 있는 지하수를 상수로 쓸 경우, 식수로 마시기, 각얼음 만들기, 날과일 및 날채소 씻기, 유아 조제분유 만들기, 양치질, 의치 세척 등에 쓰는 물은 소독해야 합니다. *지아르디아*는 다음과 같은 소독법으로 제거할 수 있습니다:

- **끓이기:** 물을 1 분 이상 부글부글 끓이십시오. 자동 차단 주전자를 사용할 경우에는 물이 1 분간 계속 끓도록 하십시오. 해발 2,000 미터 이상에서는 2 분 이상 끓여야 소독됩니다. 물이 자연적으로 식게 내버려두십시오. 깨끗한 물은 음식 또는 물을 보관하는 데 쓰이는 깨끗한 용기에 보관하십시오. 심하게 오염되었거나 화학적으로 오염된 물은 끓여도 정화되지 않습니다.
- **여과:** *지아르디아* 낭자를 제거하려면 절대공극이 1 마이크론 이하이고 NSF International 또는 기타 제 3의 공인 기관의 인증을 받은 정수 필터를 사용해야 합니다. 물병형 정수기(Brita® 등)는 *지아르디아*를 제거하지 못합니다. 몇몇 필터 내장형 정수기는 *지아르디아*를 제거하지만 정기적으로 철저한 점검 및 유지관리를 해야 잘 작동합니다.
- **자외선(UV) 처리:** 자외선소독기도 쓸 수 있습니다. 자세히 알아보려면 거주지 내 정수기 공급업체나 환경보건감독관(Environmental Health Officer)에게 문의하십시오. 자외선소독기도 필터처럼 NSF International 또는 기타 제 3의 공인 기관으로부터 낭자 제거 또는 불활성화 효능 인증을 받은 것이어야 합니다.
- **기타 처리:** 증류기 및 복합처리기(여과 및 자외선 처리)도 쓸 수 있습니다. 자세히 알아보려면 거주지 내 정수기 공급업체나 환경보건감독관에게 문의하십시오.

*지아르디아*는 중급 염소 내성이 있기 때문에 염소로 물을 처리하는 것은 일반적으로 기생충 제거 효과가 없습니다.

자세히 알아보기

물 소독에 관해 더 자세히 알아보려면 [HealthLinkBC File # 49b 식수 소독](#)을 참고하거나 해당 지역 환경보건감독관에게 문의하십시오.

국가위생재단(National Sanitation Foundation - NSF)에 관해 자세히 알아보려면 www.nsf.org 를 방문하십시오.



BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority