Korean - Number 08j
STI Series - December 2016

# 질효모감염증
# Vaginal Yeast Infection

## 질효모감염증이란?

질효모감염증은 질내 효모의 과도 성장으로 인하여 생기는 흔한 감염증입니다.

## 질효모감염증의 원인은 무엇인가?

질효모감염증은 다음의 몇몇 예를 포함한 여러 가지 요인에 의해 발생할 수 있습니다:

- 현재 또는 최근의 항생제 복용
- 코르티코스테로이드 복용
- 면역 체계 문제
- 피임약 복용
- 임신
- 당뇨병의 부실한 관리로 인한 고혈당

## 어떻게 전염되나?

일반적으로 질효모감염증은 성교 중에 전염되지 않습니다. 그러나 성관계 상대가 증상이 있을 경우에는 그 사람도 치료를 받아야 합니다. 남녀 모두 효모감염증에 걸릴 수 있습니다.

## 어떤 증상이 나타나나?

다음과 같은 증상이 나타날 수 있습니다:

- 질 가려움증
- 질 분비물(흔히 희고, 진하고, 덩어리져 있으며, 냄새가 없음)
- 질구 주변 피부의 발적, 따끔거림, 부어오름
- 성교통
- 소변 시 통증 또는 화끈거림

남성도 효모감염증에 걸릴 수 있으며, 가장 일반적으로 포피 밑 또는 음경에 발진이 생깁니다. 포피 또는 음경이 가렵거나 따끔거릴 수도 있습니다.

기타 질감염증, 성병(STI), 몇몇 향비누, 여성 위생용품, 탈취 스프레이 등도 질효모감염증과 유사한 증상을 일으킬 수 있습니다. 다음과 같은 경우에는 자가 치료를 시도하지 말고 보건의료 서비스 제공자에게 진찰을 받으십시오:

- 임신 중일 경우
- 효모감염증 증상인지 불확실할 경우
- 효모감염증에 처음 걸렸을 경우
- 효모감염증 증상이 반복적으로 나타날 경우

## 어떻게 치료하나?

질효모감염증 치료제는 경구 복용약, 크림 또는 연고 도포, 질 삽입식 정제 등이 있습니다. 보건의료 서비스 제공자의 처방전이 필요한 치료제도 있고 처방전 없이 살 수 있는 일반의약품도 있습니다.

## 질효모감염증을 예방하려면 어떻게 해야 하나?

효모감염증 예방법은 다음과 같습니다:

- 불필요한 항생제 복용을 삼가십시오.
- 질 세척을 삼가고, 향이 첨가된 비누, 스프레이, 탐폰 등을 되도록 사용하지 마십시오.
- 젖은 의복(수영복, 운동복 등)은 즉시 갈아입으십시오.
- 고당분 식품의 과도한 섭취를 삼가고, 당뇨병을 잘 관리하십시오.
- 헐렁한 면제품 의복을 입으십시오.

## 성병(STI) 감염 가능성을 어떻게 줄일 수 있나?

**콤돔을 사용하여 안전한 성관계를 가지십시오**
남성용 및 여성용 콘돔은 올바르게 사용하면 질 성교, 항문 성교 또는 구강 성교 중에 여러 가지 성병이 전염되는 것을 예방해줍니다. 그러나 콘돔은 단순포진, 성기사마귀(HPV),

매독(궤양이 나타낸 상태) 등, 피부 접촉에 의한 성병을 예방하는 효과는 떨어집니다.

콘돔을 사용할 때 주의할 것:

- 콘돔의 포장이 손상되지 않았는지 확인하십시오. 손상된 콘돔은 사용하지 마십시오.
- 유효기한을 확인하십시오. 날짜가 지난 것은 사용하지 마십시오.
- 콘돔이 찢어지지 않도록 조심해서 포장을 뜯으십시오. 찢어진 콘돔은 사용하지 마십시오.
- 콘돔이 반지, 금속 단추, 피어싱 등의 날카로운 것에 닿지 않도록 조심하십시오.
- 콘돔을 상온에 보관하십시오.
- 성관계를 가질 때마다 새 콘돔을 사용하십시오. 콘돔을 재사용하지 마십시오.
- 콘돔을 한 번에 두 개씩 사용하지 마십시오.
- 남성용 라텍스 콘돔은 수성 윤활제가 발라진 것만 사용하십시오. 바셀린, 로션, 베이비오일 등의 유성 윤활제는 라텍스를 약하게 만들거나 손상할 수 있습니다.
- 수성 또는 유성 윤활제는 폴리우레탄 콘돔과 함께 사용할 수 있습니다.
- 라텍스 또는 폴리우레탄으로 만든 콘돔만 사용하십시오. 라텍스 콘돔 및 폴리우레탄 콘돔은 임신 및 성병 예방 효과가 가장 뛰어난 콘돔입니다(동물 가죽으로 만든 콘돔은 임신은 예방해줄 수 있지만 성병 예방 효과는 라텍스 또는 폴리우레탄 콘돔처럼 우수하지 못합니다).

**예방접종을 맞으십시오**
성관계를 통해 감염되는 질병 중 A 형 및 B 형 간염과 인유두종바이러스(HPV)는 예방접종으로 예방할 수 있습니다. 이 예방접종을 맞으려면 보건의료 서비스 제공자에게 문의하십시오.

**자신의 성 건강 상태를 아십시오**
최근에 성관계 상대가 바뀌었거나 성관계 상대가 여러 명일 경우, 정기적으로 성병 검사를 받아 감염 여부를 확인하십시오. 성병에 걸렸음에도 증상이 전혀 나타나지 않는 사람도 있습니다. 성병을 적시에 발견하고 치료해야 성관계 상대에게 전염될 가능성이 줄어듭니다.

성관계 상대가 많을수록 성병에 노출될 가능성이 더 많습니다.

**예방에 대해 의논하십시오**
성관계를 갖기 전에 성병 및 성병 예방에 대해 성관계 상대와 의논하십시오. 안전한 성관계에 대해 성관계 상대와 의논하기가 어려울 경우에는 보건의료 서비스 제공자 또는 카운슬러와 상담하십시오.

성관계 상대와 의논하는 방법에 관한 조언이 필요하면 BC 주 질병통제센터(BC Centre for Disease Control - BCCDC)의 'Smart Sex Resource' 웹사이트를 방문하십시오:
http://smartsexresource.com/sex-talk/talk-about-it

**성관계 상대에게 알리기**
여러분이 성병에 걸린 상태이고 성생활을 하고 있을 경우, 성관계 상대에게 그 사실을 알리는 것이 중요합니다. 그래야 상대방도 자신의 보건과 성병 검사에 관한 결정을 내릴 수 있습니다.

## 자세히 알아보기

성병 감염 가능성을 줄이는 방법에 관해 더 자세히 알아보려면 HealthLinkBC File #08o 성병(STI) 예방을 참고하십시오.

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