



## 결막염 Pinkeye (Conjunctivitis)

### 결막염이란?

결막염은 일반적인 아동 질병입니다. 눈꺼풀 안쪽과 안구를 감싸고 있는 점막에 염증이 생기는 것을 결막염이라고 합니다. 일반적으로 바이러스 또는 세균에 의해 발병하며 쉽게 다른 사람에게 전염될 수 있습니다.

결막염은 알레르기, 공기 오염, 기타 물리적 또는 화학적 자극물에 의해 발병할 수도 있습니다. 그러나 이 HealthLinkBC 파일에 실린 정보는 감염에 의한 결막염에 관한 것입니다.

### 어떤 증상이 나타나나?

일반적으로 결막염은 눈의 흰자위를 분홍색 또는 붉은색으로 변색시킵니다. 눈에서 자꾸 눈물이 나고, 붉게 충혈되고, 가렵게 만드며 눈꺼풀이 붓기도 합니다. 고름 또는 눈곱이 생겨 눈꺼풀이 끈적거릴 수 있습니다(특히 수면 중에). 깨끗한 천을 더운물에 적셔서 환부를 부드럽게 닦으면 딱지진 눈곱을 제거할 수 있습니다.

### 결막염은 중대한 병인가?

일반적으로 결막염은 건강에 큰 위협이 되지 않는 경미한 감염입니다. 흔히 7-10 일만에 저절로 없어집니다.

더 중대한 감염이 될 경우도 있습니다. 증상이 악화되면 보건의료 서비스 제공자에게 진료를 받으십시오. 무슨 문제가 있을 경우, 보건의료 서비스 제공자는 무슨 문제인지 알며 항생제 안약 또는 연고를 처방해줄 수 있습니다.

자녀가 결막염이 생겼을 경우, 보건의료 서비스 제공자는 자녀가 학교 또는 탁아소에 계속 다녀도 되는지 말해줄 수 있습니다.

항생제 처방을 받았을 경우에는 치료가 시작된 후 24 시간 이상 집에 있어야 합니다. 항생제를 다 먹을 때까지 먹고(복용 기간 및 복용량을 지켜서) 정해진 시간에 먹이는 것이 중요합니다.

### 어떻게 전염되나?

세균 또는 바이러스 감염에 의한 결막염은 매우 쉽게 전염됩니다. 가족 중 한 명만 감염되어도 불과 며칠만에 여러 가족이 감염될 수 있습니다. 흔히 감염자가 눈에 낀 고름 또는 눈곱을 만진 손으로 다른 사람을 만질 때 옮습니다. 감염된 눈의 분비물을 만진 손으로 다른 쪽 눈을 만질 때 옮기도 합니다.

감염자의 눈에서 나온 분비물에 오염된 티슈, 얼굴수건, 점안기 등과의 접촉을 통해 옮을 수도 있습니다. 결막염을 일으키는 세균 또는 바이러스는 감염자의 기침/재채기에서 비산된 비말과의 접촉에 의해 전염될 수도 있습니다.

### 결막염 전염을 억제하려면 어떻게 해야 하나?

자녀뿐만 아니라 온 가족이 위생 수칙을 엄격하게 실천하는 것이 중요합니다. 결막염 진단이 내려진 날로부터 최고 10 일 동안, 또는 눈의 충혈이 가실 때까지 위생 수칙을 실천해야 합니다.

다음은 올바른 위생 수칙의 예입니다:

- 하루에 여러 번 비누와 더운물로 손을 씻으십시오. 손 씻기에 관해 자세히 알아보려면 [HealthLinkBC File #85 손 씻기: 세균 전염을 예방하십시오](#)을 참고하십시오.
- 감염된 눈을 손으로 비비거나 만지지 마십시오. 한 눈만 감염되었을 경우에는 다른 쪽 눈을 만지지 않도록 조심하십시오.

감염자의 눈 또는 얼굴을 만졌을 경우에는 즉시 손을 씻으십시오.

- 감염자의 눈에서 분비된 것은 하루에 두 번 씻어내야 합니다. 얼굴 전용 티슈를 물에 적셔 눈 안쪽 끝(코와 가까운 부위)에서 바깥쪽으로 한 번 닦은 다음, 물에 적시지 않은 티슈로 물기를 닦아내십시오. 감염되지 않은 눈에 닿지 않도록 조심하십시오.
- 손과 얼굴을 씻고 닦을 때 얼굴수건 및 수건 대신 종이수건을 사용하십시오. 이것이 불가능할 경우에는 다른 사람들이 감염자의 수건 및 얼굴수건을 사용하지 않도록 하십시오.
- 감염자가 사용하는 수건, 얼굴수건 및 칫구는 다른 가족의 빨래와 따로 세탁해야 합니다. 반드시 세제를 사용하고, 가장 뜨거운 물로 세탁하도록 설정하고, 열풍 건조기로 건조하십시오.

결막염 환자는 눈의 충혈, 따가움, 분비물 등의 증상이 없어질 때까지 콘택트 렌즈를 착용하거나 눈 화장을 하지 말아야 합니다. 증상이 처음 시작될 때 사용했던 눈 화장품은 모두 버리십시오. 감염이 없어지면 콘택트 렌즈 및 렌즈 케이스를 눈 관리 전문가의 권장에 따라 잘 세척하여 다시 사용하십시오.

## 어떻게 치료하나?

결막염은 흔히 저절로 낫습니다. 그러나 세균에 의해 발병한 결막염에 대해서는 보건의료 서비스 제공자가 항생제 안약 또는 연고를 처방할 수도 있습니다.

안약 또는 연고를 사용하기 전후에는 반드시 손을 잘 씻으십시오.

## 안약

안약을 사용할 때는 다음 수칙을 지키십시오:

- 안약을 넣기 전에 점안기가 깨끗한지 확인하십시오.

- 안약을 넣을 때 점안기가 눈, 눈꺼풀 또는 기타 표면에 닿지 않도록 조심하십시오.
- 안약을 넣고 나면 곧바로 점안기를 병에 다시 꽂으십시오.
- 아래눈꺼풀을 밑으로 살짝 끌어당겨 안구와의 사이에 작은 틈이 생기게 하고 위쪽을 쳐다보십시오(자녀에게 위쪽을 쳐다보게 하십시오). 그래야 안약이 밖으로 새지 않고 눈에 제대로 들어갑니다.
- 또 다른 방법은 눈의 흰자위에 안약을 떨어뜨리는 것입니다. 흰자위는 홍채 및 색이 있는 부위보다 덜 민감합니다.
- 안약을 잡고 있는 손이 움직이지 않게 하려면 손을 이마에 얹어 지탱하십시오.
- 한 번에 한 방울만 넣어야 합니다.
- 안약은 냉장고에 보관하십시오. 그래야 안약을 넣을 때 차가움을 느낄 수 있고, 안약이 잘 들어갔는지 알 수 있습니다.
- 안약을 넣은 다음, 1-2 분간 눈을 감고 있으십시오. 약이 잘 작용하게 하는 것입니다.

## 연고

연고는 안구에 직접 넣기가 더 어렵습니다. 연고를 안구에 직접 바르지 말고 속눈썹에 바르십시오. 연고가 저절로 녹아서 눈에 들어갑니다. 염전이 있지 않는 아이의 눈에 연고를 넣을 때는 이 방법이 가장 효과적입니다.



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