

볼거리 Mumps

볼거리란?

볼거리는 볼거리 바이러스가 일으키는 병입니다. 예방접종이 개발되기 전에는 흔한 유아 질병이었지만 지금은 청년에게 더 흔히 발생합니다.

볼거리는 발작 또는 뇌 손상 등으로 이어질 수도 있는 뇌염을 일으킬 수 있습니다. 볼거리 환자 20명 중 약 1명은 볼거리 뇌수막염에 걸립니다.

볼거리는 일시적 귀먹음을 일으킬 수도 있습니다. 볼거리 환자 2만 명 중 1명 미만 꼴로 영구 귀먹음이 발생합니다.

볼거리에 걸린 성인 및 10대 청소년은 고환이 붓고 아프거나(4건 중 약 1건의 사례) 난소가 붓고 아픕니다(20건 중 약 1건의 사례). 이 두 가지 상태 모두 일시적이며, 영구 손상 또는 불임증으로 발전하는 경우는 드뭅니다.

임신 초기의 볼거리 감염은 유산 확률을 높일 수 있지만 선천성 결함을 일으키는 것으로 밝혀진 바는 없습니다.

볼거리 예방접종이 있나?

BC주에는 볼거리를 예방해주는 백신이 두 가지 있습니다:

1. 홍역/볼거리/풍진(MMR) 백신
2. 홍역/볼거리/풍진/수두(MMRV) 백신

이 두 가지 예방접종은 정규 아동 예방접종의 일부로서 무상으로 제공되며, 볼거리로부터의 보호가 필요한 다른 사람들에게도 무상으로 제공됩니다. 자세히 알아보려면 [HealthLinkBC File #14a 홍역, 볼거리, 풍진\(MMR\) 백신](#) 및 [HealthLinkBC File #14e 홍역, 볼거리, 풍진 및 수두\(MMRV\) 백신](#).

볼거리는 어떻게 전염되나?

볼거리는 전염성이 매우 강하여 쉽게 전파됩니다. 볼거리 감염자의 입, 코 또는 목구멍에서 분비된 타액 또는 점액과의 접촉에 의해 전염됩니다. 볼거리에 걸린 사람이 기침이나 재채기를 하면 공중에 떠다니는 비말을 통해 볼거리 바이러스가 퍼집니다. 이 비말을 들이마시거나 바이러스에 오염된 물체 및 표면을 만지면 감염될 수 있습니다. 볼거리 환자와 음식/음료를 나누어 먹거나, 담배를 나누어 피우거나, 키스하는 것도 위험할 수 있습니다.

어떤 증상이 나타나나?

볼거리의 증상에는 발열, 근육통, 두통, 피로감, 식욕부진, 침샘(특히 뺨의 측면에 있는 귀밑샘) 부어오름 등이 포함될 수 있습니다.

볼거리 환자 3명 중 약 1명은 침샘이 붓지 않습니다. 볼거리 환자의 최고 30%는 아무런 증상도 나타나지 않지만, 여전히 타인에게 볼거리 바이러스를 옮길 수 있습니다.

증상은 통상적으로 볼거리 바이러스에 노출된 시점으로부터 12-25일 후에 나타납니다.

볼거리에 노출되었을 경우, 어떻게 하나?

볼거리 바이러스에 노출되었는데 볼거리를 앓은 적이 없거나 볼거리 예방접종을 맞은 적이 없을 경우, 예방접종을 맞아야 합니다. 볼거리에 이미 노출된 후에 예방접종을 맞을 경우, 발병이 예방되지는 않지만 미래의 볼거리 바이러스 노출로부터 보호해줍니다. 본인의 예방접종 기록을 보고 지금까지 볼거리 예방접종을 몇 번 맞았는지 확인하십시오. 1970년 이후에 태어난 사람은 볼거리 예방접종을 1회 또는 2회 맞는 것이 바람직합니다. 예방접종을 맞아야 할지의 여부는 보건 의료 서비스 제공자에게 문의하십시오. 1969년 이전에 태어난 사람은 볼거리에 대한

면역력이 있을 가능성이 크므로 예방접종을 맞지 않아도 됩니다.

볼거리에 걸린 것 같으면 어떻게 해야 하나?

침샘이 부었을 경우(특히 볼거리 환자와 접촉한 적이 있거나 볼거리 발발 지역을 여행한 적이 있을 경우), 보건 의료 서비스 제공자에게 진찰을 받으십시오. 다른 사람에게 옮기지 않고 속히 진찰을 받을 수 있도록 진료 예약을 하는 것이 바람직합니다. 볼거리는 대기실, 응급실 등의 장소에서 쉽게 퍼질 수 있습니다. 의사 또는 간호사는 여러분이 폐쇄된 구역에서 진료를 받고 대기실이 비어 있을 때 내원하도록 조치할 수 있습니다. 예방접종 기록을 가지고 오십시오. 볼거리 진단을 위해 신체 검사, 혈액 검사, 인두 도말, 소변 시료 채취 등이 시행됩니다.

타인에게 볼거리가 전염되는 것을 예방하려면 어떻게 해야 하나?

볼거리 환자는 증상이 처음 나타난 시점으로부터 7일 전에서 9일 후까지 다른 사람에게 바이러스를 옮길 수 있습니다. 볼거리에 걸렸을 경우, 볼거리가 다른 사람에게 전염되는 것을 다음과 같은 방법으로 방지할 수 있습니다:

- 침샘이 붓기 시작한 시점으로부터 최소한 5일 후까지 학교, 탁아소, 직장, 기타 집단 환경에 가지 말고 집에 머무르십시오
- 수시로 손을 씻으십시오
- 기침/재채기를 할 때 손보다는 티슈 또는 옷소매에 대고 하십시오
- 다른 사람과 음식/음료를 나누어 먹거나, 담배를 나누어 피우거나, 키스하지 마십시오

재택 치료란?

보건 의료 서비스 제공자에게 진료를 받은 후, 다음과 같은 재택 치료법은 휴식 및 회복할 때 더 편안하게 할 수 있습니다:

- 물, 주스, 수프 등의 액체를 많이 마시십시오(특히 열이 있을 경우)
- 휴식을 많이 취하십시오
- 부었거나 통증이 있는 턱에 아이스 팩 또는 온열 패드를 사용하십시오. 턱에 얇은 수건을 대서 피부를 보호하십시오
- 부은 침샘은 신맛에 매우 예민하므로 신 음식 및 음료는 삼가하십시오
- 잘게 부순 얼음조각이나 얼음과자, 씹을 필요가 없는 부드러운 음식을 드십시오

발열 또는 동통에는 아세트아미노펜(Tylenol® 등) 또는 이부프로펜*(Advil® 등)을 쓸 수 있습니다. 18세 미만 아동/청소년은 라이증후군 위험이 있으므로 ASA(Aspirin® 등)를 복용하면 안 됩니다.

*생후 6개월 미만 영아에게는 보건 의료 서비스 제공자와 상담하지 않고 이부프로펜을 먹이면 안 됩니다.

라이증후군에 관해 자세히 알아보려면 [HealthLinkBC File #84 라이증후군](#) 을 읽어보십시오.



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

더 많은 HealthLinkBC File 주제를 찾아보려면 www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC주 내에서 비응급 보건 정보 및 조언을 찾아보려면 www.HealthLinkBC.ca를 방문하거나 8-1-1 (무료 전화)로 전화하십시오. 청각 장애인 7-1-1로 전화하십시오. 요청에 따라 130여 개 언어로의 번역 서비스가 제공됩니다.