

## 풍진 Rubella

### 풍진이란?

독일 홍역으로도 알려져 있는 풍진은 풍진 바이러스로 인해 발생하는 질병입니다.

풍진은 일반적으로는 경미한 병이지만 임신부와 태아에게는 중병일 수 있습니다. 임신부가 풍진에 감염되면 유산 또는 사산할 수 있습니다. 풍진에 감염된 임신부의 아기는 귀먹음, 시력 문제, 심장 결함, 간/지라/뇌 손상 등의 중대한 선천적 이상을 가지고 태어날 수 있으며, 이를 선천성풍진증후군(CRS)이라고 합니다. CRS는 임신 3개월 이내에 풍진에 감염된 산모에게서 태어난 아기 10명 중 약 9명에게서 발병합니다. 많은 여성이 정기 예방접종 덕분에 풍진에 대한 면역력이 있어 CRS는 드문 편입니다. 그러나 풍진 예방접종이 정기 예방접종이 아닌 나라가 많기 때문에, 캐나다로 이민 오는 여성이 출산하는 아기에게 CRS가 발병하는 사례가 여전히 존재합니다.

### 풍진 예방접종이 있나?

BC 주에는 풍진을 예방해주는 두 가지 백신이 있습니다:

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

이 두 가지 백신은 정기 아동 예방접종의 일부로서 무상으로 제공되며, 풍진으로부터 보호가 필요한 다른 사람들에게도 무상으로 제공됩니다. 자세히 알아보려면 다음을 참고하십시오:

- [HealthLinkBC File #14a 홍역, 볼거리, 풍진\(MMR\) 백신](#)
- [HealthLinkBC File #14e 홍역, 볼거리, 풍진, 수두\(MMRV\) 백신](#)

### 임신을 계획 중인 경우 어떻게 하나?

가임기 여성인 경우 임신하기 전에 풍진 면역력이 있는지 확실히 하십시오. 면역력이 없을 경우(풍진에 걸린 적이 없거나 예방접종을 맞은 적이 없는 경우), 반드시 MMR 백신을 접종 후 한 달이 경과한 후에 임신하십시오.

### 이미 임신 중일 경우에는 어떻게 하나?

풍진에 대한 면역 여부를 모르는 경우 임신부는 출산 전 관리의 일부로서 혈액검사를 통한 풍진 면역력 검사를 권유받게 됩니다. 면역력이 없을 경우, 출산 후(되도록 병원에서 퇴원하기 전에) 예방접종을 맞아야 합니다. 임신 중에는 생백신을 피하는 것이 일반적 예방책이므로 임신 중에는 풍진 예방접종을 맞지 말아야 합니다. 그러나 임신 중에 풍진 예방접종을 맞았다고 해서 임신중절을 해야 할 필요는 없습니다. 풍진 백신이 CRS를 일으킨다고 밝혀진 바는 아직 없습니다.

### 풍진은 어떻게 전염되나?

풍진은 감염자의 입, 코 또는 목구멍에서 분비된 타액 또는 점액과의 접촉에 의해 전염됩니다. 감염자가 기침이나 재채기를 하면 공중에 떠다니는 비말을 통해 바이러스가 퍼집니다. 이 비말을 들이마시거나 바이러스에 오염된 물체를 만지면 감염될 수 있습니다. 감염자와 음식/음료를 나누어 먹거나, 담배를 나누어 피우거나, 키스하는 것도 위험할 수 있습니다.

### 어떤 증상이 나타나나?

발진, 발열, 관절통, 두통, 불편감, 콧물, 눈 따가움 등의 증상이 나타날 수 있습니다. 귀 뒤와 목 뒤에 있는 림프절이 붓고 아플 수 있습니다.

발진은 가려움증을 동반할 수도 있으며 얼굴에서 시작하여 머리에서 발까지 점점 퍼져 약 3~5일 동안 지속됩니다. 풍진 감염 사례의 약 절반은 발진 증상이 없습니다.

풍진 바이러스에 감염된 지 14~21일 후에 증상이 나타날 수 있으며, 대부분의 경우 바이러스에 노출된 지 14~17일 후에 나타납니다.

### 풍진에 노출되었을 경우 어떻게 하나?

풍진에 걸린 적이 없거나 풍진 백신 1회분을 맞지 않은 사람이 풍진 환자에 노출된 적이 있다면 장차 풍진 바이러스에 노출될 경우에 대비하여 예방접종을 맞아야 합니다. 의료서비스 제공자에게 연락하여 접종을 예약하십시오.

풍진에 노출되었을 가능성이 있는 임신부는 의료서비스 제공자와의 상담을 통해 자신의 풍진 면역력 유무를 확인해야 합니다. 풍진에 노출되었고 풍진 면역력이 없는 임신부는 혈액검사를 통해 감염 여부를 확인해야 합니다.

### 풍진에 걸린 것 같은 경우 어떻게 해야 하나?

발열 및 발진이 나타나고 풍진이 의심될 경우(특히 풍진 환자와 접촉한 적이 있거나 풍진 발병 지역을 여행한 적이 있을 경우), 의료서비스 제공자의 진찰을 받으십시오. 다른 사람에게 전염시키지 않고 속히 진찰을 받을 수 있도록 진료 예약을 하는 것이 바람직합니다. 풍진은 대기실, 응급실과 같은 장소에서 쉽게 퍼질 수 있습니다. 의사 또는 초진 간호사는 풍진 감염자가 폐쇄된 곳에서 진료를 받고 대기실이 비어 있을 때 내원하도록 조치할 수 있습니다. 예방접종 기록을 지참하십시오. 풍진 진단을 위해 신체검사, 혈액검사, 면봉을 사용한 인두 분비물 채취, 소변 표본 채취 등이 실시됩니다.

### 다른 사람에게 풍진이 옮기지 않으려면 어떻게 해야 하나?

풍진 환자는 발진이 처음 나타난 시점으로부터 7일 전에서 7일 후까지 타인에게 바이러스를 옮길 수 있습니다. 풍진에 감염된 경우, 다른

사람(특히 임신부)에게 전염되는 것을 방지하려면 다음과 같이 하십시오:

- 발진이 처음 나타난 시점으로부터 7일 후까지 집에 있으십시오
- 수시로 손을 씻으십시오
- 기침/재채기를 할 때 손보다는 티슈 또는 옷소매에 대고 하십시오
- 다른 사람과 음식/음료를 나누어 먹거나, 담배를 나누어 피우거나, 키스하지 마십시오

### 자택 치료란?

의료서비스 제공자에게 진료를 받은 후, 다음과 같은 자택 치료법은 휴식 및 회복에 도움이 될 수 있습니다.

- 물, 주스, 수프 등의 액체를 충분히 마십시오(특히 열이 있을 경우)
- 충분한 휴식을 취하십시오
- 열을 내리십시오(열이 있을 경우)

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

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

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

예방접종에 관해 자세히 알아보려면 ImmunizeBC 웹사이트 [www.immunizebc.ca](http://www.immunizebc.ca)를 방문하십시오.

