



충청북도 알.프.스.로

알레르기Allergy로부터 자유FREE로워지는 안심학교School와 지역사회Local

인사말 · 동물 알레르기 칼럼 | 2023 아토피 · 천식 예방관리사업 성과대회 |
2023 아토피 · 천식 아카데미 | 취약지역 안심학교 알레르기 검사 지원 |
교육자료 활용 | 그림공모전 및 쇼츠 공모전 | 가로세로 퀴즈 이벤트 |



충청북도
아토피·천식 교육정보센터
Chungcheongbuk-do Atopy · Asthma Education and Information Center



충북대학교병원 소아청소년과
충청북도 아토피·천식 교육정보센터
센터장 **우 성 일**

지역사회 건강에 기여하는 센터가 되도록 노력하겠습니다.

안녕하십니까? 충청북도 아토피천식 교육정보센터장 우성일 교수입니다.

우리 센터가 설립이 된지 3년이 되었습니다. 지난 기간에 우리 센터와 충청북도내 알레르기 질환자들의 건강과 안전을 위해 협력과 관심을 가져주신 여러분들께 감사의 인사를 드립니다. 다시 새로운 3년과 새해를 준비하면서 타성과 실수를 줄이고 더 나은 발전과 고도화를 위해 나아갈 때라고 생각합니다. 관계자 분들과 협력해주신 여러 분들께 우리 센터가 더 좋은 센터가 되도록 조언을 부탁드립니다. 더욱 지역사회 건강에 기여하는 센터가 되도록 노력하겠습니다.

계절도 변하지만 사회나 우리의 모습도 변합니다. 최근 알레르기 질환을 진료하고 교육과 상담을 하면서 가장 눈에 띄게 변한 것은 바로 동물 알레르기가 증가하는 것이라고 생각합니다. 동물에 대한 알레르기는 동물 털만이 아니라 비듬, 침, 소변 등의 항원이 원인 물질로 인체에 들어와 알레르기 비염, 결막염, 천식, 두드러기, 아토피 피부염의 악화를 일으키게 됩니다. 최근 가족 및 삶의 형태, 문화가 변화하면서 동물을 집에서 기르는 경우가 늘고 있습니다. 따라서 이와 관련된 알레르기 질환도 많이 늘고 있으며, 저는 집에 키우는 동물을 반려동물이라고 부르는 것을 찬성하지는 않습니다. 왜냐하면 반려라고 하는 단어는 지구상의 80억의 사람 중에 오직 한 명에게 사용할 수 있는 것이고, 사람도 아무한테나 붙일 수 없는 단어이기 때문입니다. 일반적으로 집에서 반려동물을 키우는 사람의 약 35-45%에서 피부나 호흡기 알레르기 증상을 보이는 것으로 알려져 있습니다.

아이들의 정서나 교감, 그리고 여러 가지 이유로 동물을 기를 수 있으나 가장 큰 문제는 동물털 알레르기가 있는 사람도 있고 기르는 도중에 이러한 문제가 발생하는 경우입니다. 특히 최근 천식 악화로 입원을 하는 환자들 가운데 동물털 알레르기가 있고 가정 내 애완동물이 있는 경우가 많이 늘고 있습니다. 이에 대한 환경 조절 그리고 기르던 동물을 어떻게 해야 하는지에 대한 의료진 및 환자와 가족 사이의 대화에 갈등이 생기고, 상담과 방안 모색에 많은 시간과 에너지를 소모해야 하는 경우가 발생하고 있습니다. 특히 동물과의 애착이 이뤄진 상태에서 동물털 알레르기가 문제가 되는 경우 동물을 어떻게 할 것인지에 대해 가족 간에도 다툼이 일어나기도 합니다.

집먼지 진드기, 애완동물 털에 이미 감작된 아이의 경우는 알레르기질환의 발병과 악화를 막기 위해서 노출을 줄여야 하므로 이러한 경우라면 집에서 동물을 키우지 않도록 하십시오. 그리고 부모가 알레르기 질환을 모두 가지거나 한쪽이 가지는 경우 자녀가 알레르기 질환을 가질 비율은 정상인보다 4배와 2배 정도로 높으므로 이러한 가족의 경우 가급적 집안 내 동물을 키우지 않는 것이 좋습니다. 그리고 아직 자녀가 없거나 자녀를 가질 계획이 있는 경우라면 향후 동물로 인한 안전 및 감염 사고, 알레르기 발병 등으로 가정에 문제가 생길 수도 있으므로 동물을 기르는 것에 대한 신중한 생각과 배려가 있어야 합니다.

또한 만약 동물을 접촉하거나 키우면서 알레르기 증상을 경험하는 경우 가까운 전문 기관을 방문하여 정확한 알레르기 검사와 진단을 통해 이에 대한 대책을 세우십시오. 만약 알레르겐 접촉을 회피하는 것이 불가능한 경우라면 약물 요법과 더불어 면역 치료를 통해 극복하는 방법을 시행해 볼 수 있습니다. 그러나 면역 치료를 통한 극복 방법은 수 년의 시간과 경제적 비용이 소요되고 면역 치료를 시작했다고 바로 효과가 나타나지 않으므로 이에 대한 다른 환경조절과 약물을 통한 질환 관리가 병행되어야 합니다.

무엇보다 애착이 커져 가족처럼 여기는 동물을 다른 곳으로 보내는 것이 쉽지 않습니다. 모든 것이 우리에게 가능할 수는 없고, 가능하다고 하더라도 모두에게 선이나 이익이 되지 못할 때도 있습니다. 집에서 애완동물을 키우는 것이 유행이 되고 이미 1/4 이상의 가정이 키우고 있지만 모든 가정에 가능할 수는 없습니다. 이에 대하여 신중히 생각하고 낭패를 겪지 않는 시기를 조언드립니다. 감사합니다.

2023 충청북도 아토피·천식 예방관리 성과대회

센터 개소 시점이 코로나19 시점과 겹쳐 온라인으로 진행해왔던 성과보고회를 대면으로 전환하여 아토피·천식 성과대회를 개최하였습니다.

아토피·천식 사업에 기여한 우수 안심학교 기관/개인 시상 및 그림·쇼츠 공모전 시상, 2023년 센터 사업성과 및 우수사례 발표의 시간을 가졌습니다.

한 해 동안 수고하셨던 분들을 모두 모시고 진행하고 싶었으나 몇몇 분들만 모시고 진행하여 아쉬운 마음이었습니다.



2023 아토피·천식 아카데미 자랑하기!

2023년 충청북도 아토피·천식 교육정보센터에서는 보건소 아카데미 2회, 학부모아카데미 2회, 안심학교담당자 아카데미 4회로 총 8회 진행했습니다.

아카데미는 알레르기질환 교육뿐만 아니라, 천식·아나필락시스 실습도 같이 진행하며 혹시나 일어날지 모르는 응급상황에 대비하여 교육해 드리고 있습니다.

올해는 사회적 거리두기가 완화되면서 아카데미를 대면으로 진행해 보았는데요! 대면으로 교육을 진행하니 이해도가 up! 반응이 정말 좋았습니다.

보건소 아카데미



23. 2. 23 보건소설명회 및 아카데미

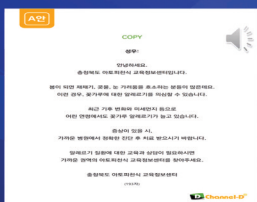


23. 9. 12 보건소간담회 및 아카데미

안심학교 담당자 아카데미

교육·홍보 자료 제작 및 배포 - 라디오 광고

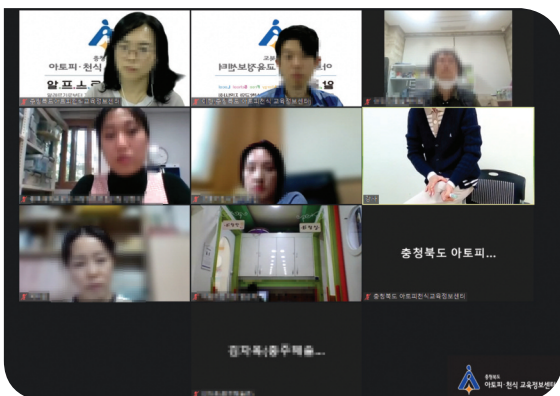
1. 상반기-5월-알레르기 비염/꽃가루
2. 하반기-9월-아나필락시스/벌



23. 6. 20 1차 온라인 아카데미



23. 9. 21 2차 대면 아카데미



23. 11. 1 ~ 2, 3, 4차 온라인 아카데미

온라인 학부모 아카데미



23. 5. 31 상반기 주제 : 알레르기비염



23. 9. 14 하반기 주제 : 천식

취약지역 안심학교 알레르기 검사 지원

지난 10월 한 달간 충북권역 내 의료기관 취약지역에 소재한 안심학교 중 5곳, 총 189명(음성 원당초등학교 32명, 괴산 목도초등학교 49명, 괴산 백봉초등학교 40명, 보은 내북초등학교 24명, 영동 영동초등학교 44명)의 학생을 대상으로 알레르기 검사를 진행하였습니다.

검사는 알레르기 피부반응검사, 천식검사(폐기능 측정, 호기산화질소 측정)를 시행했으며, 앞으로도 취약지역 대상으로 안심학교(초·중·고등학교)에 알레르기 반응검사를 지원할 예정이니 아직 '안심학교'에 신청하지 않은 기관에서는 많은 관심 바랍니다!

알레르기 피부반응검사



호기산화질소 검사

폐기능 검사



우리는 이렇게 교육자료를 활용해요!

센터에서 매년 교육 자료를 지원해드리고 있는데 교육 자료를 어떻게 활용해야 할지 도움을 드리고자 교육 자료 활용이벤트에 당첨된 공립아이사랑어린이집 후기를 공유합니다.

우리 기관도 아이들과 교육 자료를 사용하여 잘 활용하고 있다면

2024년에도 '교육 자료 활용 이벤트' 진행 예정이니 기관에서 많은 참여바랍니다



저희 공립아이사랑어린이집은 인형극 놀이로 활용하고 있어요!

저희 공립아이사랑어린이집은 보내주신 책을 책장에만 두지 않고 다양한 영역에서 사용하고 있어요. 먼저 책의 내용을 교사와 함께 알아본 후 가위로 주인공을 잘라서 삼각대를 만들어 붙인 후 움직일 수 있게 만들어 두었어요. 그리고 책의 내용을 대본으로 만들어서 유아들이 스스로 극놀이를 할 수 있게 하였어요. 그랬더니 유아들이 스스로 아토피 예방방법에 대해 극놀이를 표현하는 모습을 볼 수 있었어요.

다양한 아토피, 천식, 식품알레르기 등 예방방법을 유아들과 미리 이야기를 나누어보고 인형극놀이를 하였더니 더욱 활동이 잘 되었어요.



충청북도 아토피·천식 교육정보센터 제3회 그림공모전 당선작

유치부



공립아이사랑어린이집 바다반 하제인

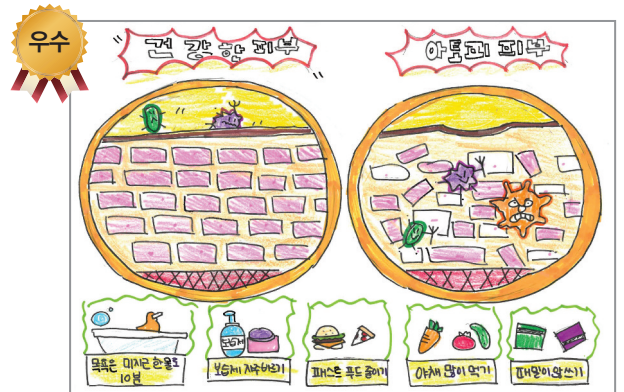


우림어린이집 은하수반 박지은

초등부



미원초금관분교장 6-2 김윤지



문상초등학교 6-2 안은서

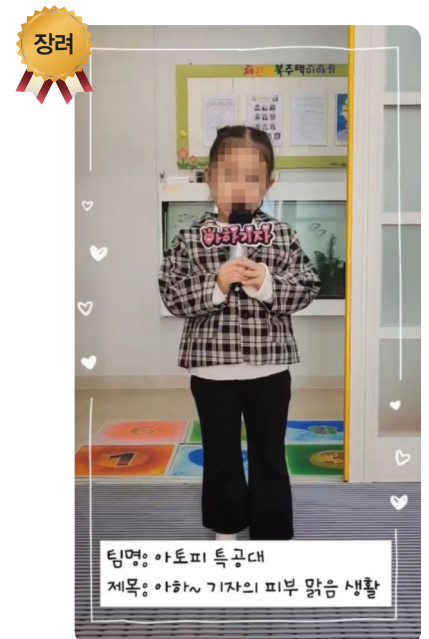
충청북도 아토피·천식 교육정보센터 제1회 쇼츠공모전 당선작



우미어린이집



사랑누리어린이집

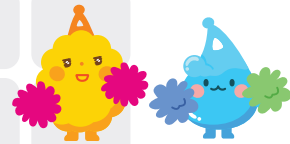


제천행복주택어린이집

가로세로 퀴즈 이벤트



안	1	학	교			
	한					
	가					
	려		2	레	르	기
	움					3



1. 아토피천식센터에서는 매년 안O학교에 교육자료를 배포한다. (Hint. 소식지 3~6페이지)
2. O레르기란? 대부분의 사람에게 무해한 외부 물질에 면역체계가 과민반응을 보이는 것을 말한다.
3. 천식이란 숨을 쉬는 기O에 발생하는 염증질환이다.

참 여 기 간 ~ 2023. 12. 20(수) 18:00

참 여 방 법 센터 홈페이지 - 참여 - 참여게시판 (비밀글로 작성)

이벤트경품 모바일 기프티콘(50명)

당첨자발표 2023. 12. 22.(금) 14:00, 센터 홈페이지 공지사항

※ 본 이벤트는 선착순으로 진행되며, 참여 방법 중 누락이 있거나 아이디 중복 개설하여 참여한 경우 대상에서 제외됩니다.

참여양식

제목 : 가로세로 퀴즈 참여합니다.

내용 : 성함, 핸드폰번호, 정답(3가지)

2024년 행사 일정

2월

보건소 간담회 및
아카데미

3월

인증안심학교
보건교사 설명회

5월

상반기 학부모 아카데미,
상반기 라디오 이벤트

6월

1차 아토피·천식 아카데미,
상반기 소식지 이벤트

8월

안심학교
1인 인형극 지원

9월

2차 아토피·천식 아카데미,
하반기 학부모 아카데미,
하반기 라디오 이벤트

11월

3차 영상 아카데미,
성과대회

12월

하반기 소식지 이벤트

※ 본 일정은 센터 일정에 따라 변동 될 수 있습니다.



충청북도
아토피·천식 교육정보센터
Chungcheongbuk-do Atopy & Asthma Education and Information Center

교육간호사와의 전화상담을 이용할 수 있습니다.
(평일 10:00~17:00 이용가능/점심시간, 공휴일 제외)
T. 043-269-7892~4

www.cballery.co.kr
QR 코드로 접속 가능합니다.

