



충청북도 알 . 프 . 스 . 로

알레르기Allergy로부터 자유FREE로워지는 안심학교School와 지역사회Local



칼럼_알레르기 응급상황과 의료 공백 | 취약지역 안심학교 알레르기 검사 지원 |
성과대회 | 교육 후기 | 지역사회 지원 활동 | 제 4회 그림공모전 당선작 |
제 2회 쇼츠 공모전 당선작 | 이모지 퀴즈 이벤트



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



충북대학교병원 소아청소년과
충청북도 아토피·천식 교육정보센터
센터장 **우성일**

알레르기 응급상황과 의료 공백

최근 여러 필수 의료 분야에서 공백이 발생하고 있습니다. 알레르기 질환의 경우 아나필락시스나 천식 악화 등으로 인한 응급 치료가 필요할 때가 있고, 이로 인한 응급 대응과 그 연계가 필요합니다. 이러한 상황은 대부분 예측 불가능하게 발생하기에, 이때 응급대응과 협조와 연계가 안되면 매우 심각한 상황에 빠질 수 있습니다. 최근 의료 공백의 기간과 크기가 커질수록 응급 상황이 자주 발생할 수 있는 알레르기 질환자의 가족이나 교사, 기관 관리 책임자들의 어려움의 시간도 길어져 부담도 커지고 있습니다. 정부와 사회, 의료 시스템의 문제

이기에 어느 한 사람이나 개인의 노력으로 해결할 수도 없습니다만 이러한 문제들이 정상화 될 때까지 개인 또는 가족이나 기관별로 응급상황에 대한 대비와 연계에 대하여 평소에도 잘 파악할 필요가 있습니다.

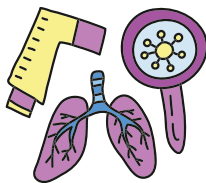
아나필락시스는 무엇보다 신속한 에피네프린 주사 투여가 필요합니다. 그리고 최근 에피네프린 자가주사의 포장 단위가 2개로 변경되었고, 또한 권고 지침도 변경되었습니다. 의료 접근성이 떨어지는 해외의 경우 에피네프린 투여가 2회 이상 필요한 경우가 전체 사례의 20%나 되었으며, 에피네프린 자가주사의 포장 단위도 복수로, 관리 지침도 복수로 처방할 것을 권고하고 있습니다. 에피네프린 투여 후에도 증상의 개선이 없거나 악화가 되었을 때 에피네프린 투여 5-15분 후에 두 번째 약을 투여할 수도 있습니다. 최근 우리나라 의료 상황도 녹록치 않으므로 에피네프린 자가주사를 처방받는 경우 복수로 처방을 받고 이를 소지하는 것이 필요합니다. 또한 체중이 15kg 미만이어서 에피네프린 자가 주사 투여가 어려운 영유아의 경우 가까우면서 투여가 가능한 의료 기관의 연락처를 확보하는 것이 좋습니다. 15kg 미만의 영유아라도 생명을 위협하는 상황이거나 의사의 권장 상황인 경우에는 아나필락시스 자가주사 투여가 가능할 수 있으므로, 이러한 영유아 보호자는 이에 대한 해당 전문의와 별도로 상담을 받을 수도 있습니다. 아나필락시스의 경우 에피네프린 투여 후 증상이 개선되었더라도 구급차와 의료지원이 필요하므로 요청을 하셔야 하고, 의료 지원이 도착할 때까지 옆에서 환자를 돌보며 구급대 등과 원활한 연락이 되게 해야 합니다.

천식 악화로 병원을 방문할 수 있게 되는데, 응급 진료를 받거나 진료 연계가 제대로 되지 않으면 매우 심각한 응급 상황이 발생할 수 있습니다. 따라서 천식 악화에 대응하기 위한 응급 약제의 투여와 대응 계획(action plan)이 더욱 필요합니다. 천식 급성 악화 시 사용하는 벤토린과 같은 속효성 기관지 확장제는 네블라이저로 쓸 수 있는 1회용 흡입액(2.5ml, EA)이 제조사의 허가 변경 일정으로 인해 장기간 품절이 예상되어 현재 상비약 보유와 사용에 어려움이 있습니다. 대신 더 큰 용량의 고농도 흡입액(20mL/EA, 5mg/ml)이 있어 이를 확보하고 필요시 사용할 수도 있지만 용량과 관리에 주의를 해야 합니다. 이런 경우 네블라이저보다는 아주 심한 호흡 곤란이 아니라면 오히려 벤토린 정량분무흡입기를 흡입기통(spacer)을 통해 사용하는 것이 좋습니다. 특히 6세 미만의 영아의 경우 흡입기통이 있어야 정량분무흡입기의 사용이 가능한데, 올해 이러한 정량분무흡입기용 흡입기통이 다시 수입이 재개되었습니다. 국내 온라인 쇼핑으로도 정식 의료기기를 구입할 수 있으므로 응급 상황을 위해 이를 구비하시거나, 아토피·천식 안심 학교(어린이집 및 유치원 포함)에 배부한 흡입기통의 상태와 응급 약제의 보관과 유효 기간 등을 미리 잘 확인하여 활용하시기 바랍니다. 또한 약제의 투여 방법과 대응 계획 등에 대한 숙지를 통해 신속한 응급 처치와 대응, 응급 의료와 연결이 잘될 수 있도록 하여 주시기 바랍니다. 감사합니다.

취약지역 안심학교 알레르기 검사 지원

저희 센터에서는 해마다 충북권역 내 의료기관 취약지역에 소재한 안심학교를 대상으로 알레르기 검사를 진행해 왔습니다. 올해에도 10월 한 달 동안 안심학교 중 5곳을 선정하여, 총 170명(음성 감곡초등학교 63명, 음성 생극초등학교 17명, 음성 하당초등학교 17명, 괴산 보광초등학교 45명, 제천 화당초등학교 28명)의 학생을 대상으로 알레르기 검사를 진행하였습니다. 검사는 알레르기 피부반응 검사, 천식 검사(폐 기능 측정, 호기 산화질소 측정)를 시행하였으며, 앞으로도 취약지역에 소재한 안심학교(초·중·고등학교)를 대상으로 알레르기 반응 검사를 지원할 예정이오니 아직 '안심학교'를 신청하지 않은 기관에서는 많은 관심 바랍니다.

알레르기 피부반응검사



폐기능검사



호기산화질소검사



충청북도 아토피·천식 예방관리사업 성과대회

한 해 동안 아토피·천식 안심학교에 대한 소중한 시간과 노력을 쏟아주신 모든 담당자분들께 감사드립니다.

올해 성과대회를 통해 아토피·천식 안심학교를 성실히 관리하며 적극적으로 참여하여 아토피·천식 사업에 기여한 우수 안심학교와 그림 및 쇼츠 공모전 시상을 진행하였습니다.

또한 2024 센터 사업 성과 및 우수 사례 발표를 통해 아토피·천식 예방 관리 사업이 어떻게 진행되고 있는지 나눌 수 있는 시간을 가졌습니다.

앞으로도 아토피·천식 예방 관리에 대한 관심과 참여가 이어져 더 많은 학교와 기관들이 좋은 성과를 얻기를 바랍니다.

내년에도 지속적인 참여와 관심을 통해 충청북도 내 아토피·천식 예방관리 사업에 더 많은 변화가 생기길 기대합니다.



우수 안심학교 선정 기준

- 아토피·천식 예방 관리 사업에 대한 안심학교 담당자분들의 참여를 독려하기 위해 매년 1회 우수 안심학교를 선정하여 수상하고 있습니다.
- “환아관리, 안심학교 담당자 및 교사 교육 횟수, 학생·학부모 교육 횟수 및 교육률, 교육 및 홍보자료 비치, 환경 설문지 비치”에 관한 항목 당 점수를 측정하여 평가합니다.
- 자세한 내용은 보건소에서 발송되는 ‘아토피·천식 예방 관리 사업 운영 평가표’를 통해 확인할 수 있으니 참고하시길 바라며 안심학교 사업에 적극적인 참여 부탁드립니다.



안녕하십니까. 목도초등학교 보건교사 송승헌입니다. 이렇게 큰 상을 받게 되어 매우 영광입니다. 지난 3년간 아토피·천식 예방 관리 사업을 통해 지역 사회의 건강을 지키기 위해 노력해온 시간이 떠오릅니다.

제가 활동했던 지역은 위생의 질이 낮은 시골 지역이라 알레르기 질환 관리에 대한 인식과 예방이 더욱 절실했습니다. 아토피와 천식, 식품 알레르기, 아나필락시스까지 관리 대상으로 포함하여 알레르기 예방과 관리에 대해 꾸준히 교육받아 왔고 이 과정에서 알레르기 관리에 필요한 로션과 비누 등 보습제 지원과 더불어 응급 상황에 대비할 수 있도록 젱스트(Jext) 주사 사용법을 교육받았습니다.

사실, 위생 상태와 알레르기 관리에 대한 인식 부족으로 많은 어려움이 있었습니다. 사업의 필요성을 설득하고 참여를 독려하는 일도 쉽지 않았지만, 교육을 통해 점차 변화가 생기고, 학생과 학부모님들께서 예방과 관리의 중요성을 인식해 주실 때마다 큰 보람을 느꼈습니다.

이 상은 저 혼자만의 성과가 아니라, 이 사업을 위해 애써주신 모든 분들, 그리고 적극적으로 참여해 주신 지역 주민 여러분 덕분이라 생각합니다. 앞으로도 더 나은 환경을 만들기 위해 최선을 다하겠습니다. 감사합니다.

괴산군 목도초등학교 보건교사 **송 승 헌**



충북 아토피·천식 안심학교를 운영한 지 3년째로 접어드는 시점에 큰 상인 도지사상을 받게 되어 너무 기쁘게 생각합니다.

알레르기 질환은 예방 및 지속적인 관리가 필요합니다.

알레르기 질환의 예방법과 지속적인 관리에 충북 아토피·천식 안심학교가 많은 도움이 된 것 같습니다.

충북 아토피·천식 안심학교를 운영하며 원아와 학부모님께 알레르기 질환에 대한 정확한 정보를 제공하고 예방법도 전달할 수 있었습니다.

또한 충북 아토피·천식 교육정보센터의 연계 또한 아이들과 부모님들께 도움이 되었다고 생각합니다.

안심학교 운영에 큰 도움을 주신 충북 아토피·천식 교육정보센터 관계자분들에게 감사 인사 전합니다.

앞으로도 안심학교를 운영하며 아이들의 알레르기 질환을 예방하고 관리해서 우리 아이들이 건강하게 생활할 수 있도록 노력하겠습니다.

감사합니다.

청주시 충청BR 어린이집 원감 **강 현 옥**

알레르기 교육 후기



청주 근로복지공단 수안들어린이집

평소 비염에 대한 명칭은 잘 알고 있었으나, 알레르기 비염 질환에 자세한 내용을 알지 못하였는데 이번 교육을 통해서 아이들이 어떻게 해야 질병으로부터 자기 몸을 스스로 지킬 수 있는지 비염에 관한 자세한 내용들을 배울 수 있었습니다.

지구를 소중히 지키기 위해 실천을 하고 있는 요즘, 지구를 지켜야 스스로 자기 몸을 지킬 수 있음을 알고, 아이들이 환경에 대해 관심을 많이 가지는 모습을 보이기도 하며, 달라진 모습을 볼 수 있었습니다.



충주 다운어린이집

알레르기에 대해 여러 정보들이 많은 요즘 선생님께서 방문하여 정확한 정보를 알려주셔서 어머님들께서 만족을 하셨으며 계란 알레르기, 갑각류 알레르기가 있는 영아를 두신 어머님께서 위험상황에 대처할 수 있는 방법과 알레르기의 소멸 가능성 여부에 대해 알려 주신 부분이 너무 좋았다고 하셨습니다. 단순히 알레르기가 있다고 알려주신 것보다 대처 방법과 판단하는 방법, 알레르기 검사의 여러 종류를 알려주셔서 참고할 수 있는 좋은 시간이었습니다.



청주 가경아이힐어린이집

우리 주변에 알레르기를 유발하는 다양한 식품이 있다는 것에 대해 유아들이 관심을 가져보는 시간이 될 수 있었습니다. 교육 전 사전 이야기 나누기 시간에 식품알레르기에 대한 관심이 거의 없는 유아들이 있어 교육의 적합성과 관심도가 높을까 걱정을 많이 했습니다. 하지만 다양한 영상과 그림 자료 등을 활용한 교육을 통해 유아들이 적극적으로 참여하고 관심을 보이면서 교육 전보다 식품알레르기에 대해 이해하고 궁금증을 가지며 우리 주변에서 쉽게 볼 수



있는 식품 알레르기를 찾고 표현하는 모습을 관찰할 수 있었습니다. 이번 교육을 통해 유아들 또한 식품알레르기에 대한 관심과 궁금증을 해결해 볼 수 있었으며 관련 교육을 접할 수 있는 기회가 더욱 많아져 유아 스스로 내 몸을 지키고 돌볼 수 있는 다양한 정보를 인지할 수 있었으면 좋겠습니다.

진천 문화유치원

아토피 피부염에 관련된 원인과 증상 등을 유아 발달 수준에 맞게 잘 설명해 주셔서 아이들이 이해하기 좋았습니다.

교육이 끝난 후에도 아토피 피부염에 대해 유아들이 서로 이야기 나누며 흥미를 갖는 모습을 보였습니다.



안심학교 인형극 교육 후기



제천 오네뜨어린이집

영아들의 수준에 맞게 인형극을 해주시면서 식품알레르기에 대해 설명해 주셔서 너무 좋았습니다. 또한 연령 발달 특성상 집중력이 길지 않은 영아임에도 불구하고 강사님께서 목소리의 높낮이나 인형, 노래 등 다양한 방법으로 주의 집중해 주셔서 좋았습니다. 영아들도 집중하여 볼 수 있었고, 식품 알레르기에 대해 알 수 있었던 시간이었습니다. 또한 저희 원은 차량이 없어서 외부로 나가서 볼 수 있는 인형극이 한정적인데 어린이집에 방문해 주셔서 영아들이 원에서도 식품알레르기, 천식, 아토피에 관한 인형극을 접할 수 있는 기회가 많이 있었으면 좋겠다는 생각이 들었습니다. 감사합니다.



충주 푸른하늘어린이집

선생님 한 분이서 다양한 목소리를 내시니 아이들이 흥미로워하고 재미있어 합니다. 손 인형과 주고받는 대화도 아주 재미있었습니다. 아이들이 웃을만한 포인트를 잘 알고 계시네요. 워낙 아이들에 대해 관심이 많으신 선생님이신 것 같습니다. 어린이집에서 안전교육 등으로 아이들이 익히 알고 있는 내용임에도 어린 연령 아가들까지도 지루해 하지 않고 교육 내내 집중하는 모습이 놀랍기까지 했습니다. 앞으로도 다양한 내용으로 우리 아이들에게 즐겁고 재미있는 교육 많이 해 주시길 부탁드립니다.

청주 서촌초등학교



서촌초등학교 유치원, 1학년 대상으로 [엘리와 식품 알레르기 특공대] 인형극을 실시하였습니다. 다소 어려운 식품 알레르기 교육을 인형극 형식으로 학생들의 수준에 맞게 교육하여, 내용 이해도 쉬워서 학생들의 반응이 아주 좋았습니다. 방글이 강아지, 냉장고 속 식품들, 의사 선생님 등 교육 자료들이 아이들의 눈높이에 맞게 수작업으로 잘 제작하셨고 내용도 재미있고 유익했습니다. 감사합니다.



지역사회 지원 활동



충청북도 아토피·천식 교육정보센터는 안심학교 외에도 지역사회에서 아토피·천식 예방과 관리를 위한 활동을 활발히 하고 있습니다.

충청북도 내의 초·중·고등학교, 유치원, 어린이집, 지역아동센터에 매년 최대 2회 교육을 제공하며, 유관기관과 협력하여 지역사회 행사 및 교육에도 참여하여 센터와 알레르기 질환에 대해 홍보하고 예방의 중요성을 알리고 있습니다.

또한, 충청북도 아토피·천식 교육정보센터 홈페이지를 통해 온라인, 전화 및 오프라인 상담을 상시 제공하고 있어, 알레르기 질환에 대한 교육 및 상담이 필요한 모든 지역사회 기관 및 개인은 언제든지 신청 가능합니다.

충청북도 아토피·천식 교육정보센터

찾아가는 교육

알레르기 바로알기

모집대상	충청북도 지역 내 학교 및 지역 기관
신청기간	언제든지 신청 가능
알레르기 질환	아토피피부염, 알레르기비염, 천식, 식품알레르기, 아나필락시스
신청방법	충청북도 아토피천식센터 홈페이지 (http://www.cballery.co.kr) - 참여 - 교육신청

교육비용 : 무료

문의 : 충청북도 아토피·천식 교육정보센터(043-269-7892~3)



아토피 피부염에 관심이 많은 지역주민분들이 참여하여 교육에 큰 만족을 한 것 같습니다. 가족분 중에 아토피 피부염이 있는 분들은 잘못된 정보를 바로잡고 아토피를 예방할 수 있는 좋은 시간이었습니다.

- 진천군 보건소 -

봄맞이 오프라인 상담이벤트

1. 알레르기질환 상담 및 교육 제공
: 아토피피부염, 천식, 알레르기비염, 식품알레르기
2. 질환 정보 책자 제공
3. 아토피케어 로션 증정

신청 기간: 24년 3월~4월
신청 방법: 홈페이지 가입 후 참여 - 상담신청
상담 시간: 오전 10시 ~ 오후 5시 (신청 후 교육간호사와 시간 조정)



아토피피부염과 천식, 식품알레르기 등을 가진 학생들이 다수 있어 관심을 가지고 교육에 참여 하였으며 새롭게 알게 된 지식을 바탕으로 건강 관리에 적용할 수 있어 유의미한 교육기회가 되었습니다.

- 청주 한솔초등학교 -

★ 충주 어린이날 행사



★ 청주 가족사랑한마당



★ 건강나누리캠프



제 4회 그림공모전 당선작

★ 최우수



예담어린이집 최민성

★ 우수



청전어린이집 변주혁



★ 장려



우림어린이집 김하은



우림어린이집 김채은

교육 자료! 어떻게 활용하면 좋을까요?

충청BR어린이집

저희 기관은 리플릿을 현관과 각층(1층~3층)에 비치하고 있습니다.

누구나 언제든지 활용할 수 있도록 각층에 비치하였더니 알레르기 질환에 관한 정보를 올바르게 전달할 수 있어 좋았습니다.

또한, 부모님께서 알레르기 질환에 대해 상담을 요청하시거나 문의하셨을 경우 교사 개인의 생각이 아닌 리플릿의 정보를 전달하고 있습니다.

추가적으로 저희 어린이집에서는 응급키트를 활용한 체험형 교사교육을 진행하고 있습니다.

에피네프린 주사제의 올바른 사용법을 실습 모형을 활용하여 체험형 교육을 실시하였더니 비상시에는 누구나 올바르게 주사제를 활용하여 응급상황에 대처할 수 있어 좋았습니다.



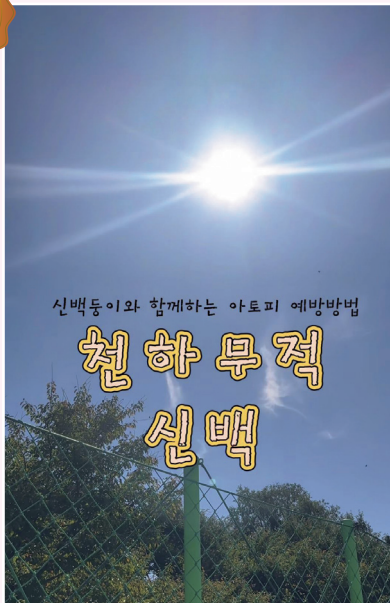
제 2회 쇼츠 공모전 당선작



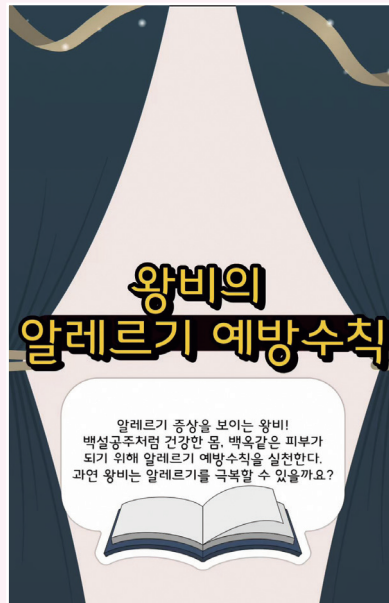
충북대학교병원 사랑누리어린이집
반짝반짝 피부가 되는 방법



가경아이힐어린이집
Happy



신백어린이집
신백등이와 함께하는 아토피 예방방법



우미린어린이집
왕비의 알레르기 예방수칙



상상어린이집
알레르기가 오지마라!! 예방이최고!



예담어린이집 예방 히어로
청전어린이집 봄, 가을 꽃가루를 조심해요
공립아이사랑어린이집 슬기로운 아토피 예방생활

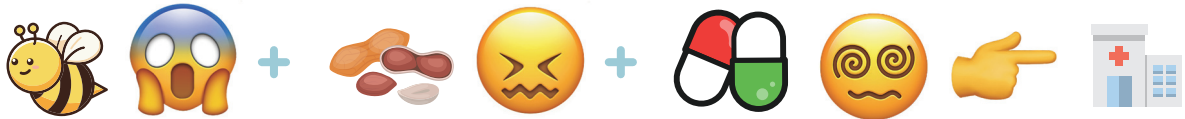
당선자는
개별연락 예정



이모지 퀴즈 이벤트

이모지의 질환명은 무엇일까요?

정답은 홈페이지-참여-참여게시판에 올려주세요!



Hint!

○ L 표 르 스 스

- 참여 기간** 2024. 12. 12. (목) ~ 12.18.(수)
참여 방법 센터 홈페이지 - 참여 - 참여게시판 (비밀글로 작성)
이벤트 경품 모바일 기프티콘 100명
당첨자 발표 2024. 12. 20. (금) 14:00, 센터 홈페이지 공지사항

참여 양식

제목 이모지 이벤트 참여합니다
 내용 성함, 핸드폰 번호, 정답

※ 본 이벤트는 선착순으로 진행되며, 참여 방법 중 누락 또는 오답이 있거나 아이디 중복 개설 및 부정행위로 참여한 경우 대상에서 제외됩니다.

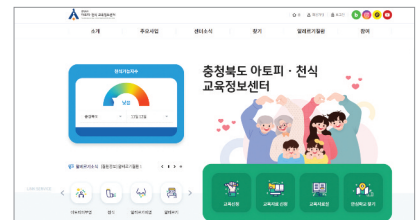
센터 이용 안내

● 전화상담

교육간호사와의 전화상담을 이용할 수 있습니다.
 (평일 10:00~17:00 이용 가능/점심시간, 공휴일 제외)
 T. 043-269-7892~3

www.cballery.co.kr

QR 코드로 접속 가능합니다.



● SNS 알레르기 질환에 대한 정확한 정보를 제공하고 있습니다.

- <https://blog.naver.com/cbaaeic>
- chungbuk_allergy_infocenter
- 충청북도 아토피천식 교육정보센터
- 충청북도 아토피천식 교육정보센터
- cbaaeic@naver.com

충청북도 아토피·천식 교육정보센터에서는
 홈페이지와 SNS를 통해 다양한 소식들을 전하고,
 알레르기 질환에 대한 정확한 정보를 제공하고 있습니다.