

## 과민성 쇼크 (Anaphylaxis)

과민성 쇼크(아나필락시스)는 생명을 위협할 수도 있는 중증 알레르기 반응으로서, 반드시 응급 의료 상황으로 처치해야 합니다. 과민성 쇼크는 특정 알레르기가 있는 사람이 그 알레르기 유발 물질(보통 음식이나 곤충, 혹은 약물 등)에 노출된 후 발생합니다. 하지만 알레르기가 있다고 해서 누구나 과민성 쇼크의 위험이 있는 것은 아닙니다.

### 과민성 쇼크의 징후 및 증상에 대해 알고 있는 것이 중요합니다

과민성 쇼크의 증상은 생명을 위협할 수도 있으며, 다음 증상 중 어느 한 가지라도 나타날 수 있습니다.

- 호흡 곤란 혹은 격한 호흡
- 혀의 부기
- 목구멍의 부기 혹은 좁아짐
- 대화의 어려움 및/또는 잠긴 목소리
- 천명 혹은 지속적인 기침
- 지속적인 현기증 및/또는 탈진
- 창백하고 기운 없어짐(아이들의 경우)

경우에 따라 과민성 쇼크에 앞서 조금 덜 위험한 알레르기 증상이 나타날 수 있습니다. 그 예는 다음과 같습니다.

- 얼굴이나 입술, 눈 등의 부기
- 두드러기 혹은 부은 자국
- 복통 및 구토 (곤충 알레르기 관련 과민성 쇼크 징후)

알레르기 반응의 중증 정도에 영향을 미치는 요인은 몇 가지가 있습니다. 운동이나 더위, 알코올이 이에 해당하며, 음식물 알레르기인 경우에는 음식물 섭취량과 조리 과정 등 역시 중증 정도에 영향을 미칠 수 있습니다.

### 과민성 쇼크의 원인을 밝히는 것이 중요합니다

담당의는 주로 몇 가지 질문을 계속함으로써 원인이 될 수 있는 요인의 범위를 줄이게 될 것입니다. 당일 섭취한 음식이나 약물, 혹은 곤충에 노출되었는지 여부 등이 그 원인이 될 수 있습니다. 또한 이런 방식을 통해 실신이나 간질 발작 등과 같이 간혹 과민성 쇼크로 오인되기도 하는 건강 상태를 제외할 수 있습니다. 알레르기가 의심되는 경우 알레르기 테스트를 진행하게 됩니다. 특정 면역글로블린 E(IgE) 항체를 위한 혈액 검사(기존 명칭: RAST tests)나, 혹은 피부 단자 시험을 진행하여 반응을 유발하는 잠재 요인을 확정 혹은 제외하도록 합니다.

알레르기 테스트 관련 정보는 ASCIA 웹사이트에서 확인 가능합니다.

[www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/allergy-testing](http://www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/allergy-testing)

알레르기 테스트라 주장하는 일부 방법은 의학적으로나 과학적으로 입증되지 않은 알레르기 진단 방식임을 알아두는 것도 중요합니다. 그 예로는 세포 독성 음식 시험, 베가(Vega) 테스트, 신체 운동학, 알레르기 제거 기술, 홍채 진단법, 펄스 테스트, 알캣(Alcat) 테스트, 린켈(Rinkel) 피내 반응 검사, 반사요법, 모발 분석, IgG 음식 알레르기 테스트 등이 있습니다. 상기 테스트와 관련된 정보는 ASCIA 웹사이트에서 확인 가능합니다.

[www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/unorthodox-testing-and-treatment](http://www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/unorthodox-testing-and-treatment)

### 과민성 쇼크를 효율적으로 관리하면 생명을 구할 수 있습니다

과민성 쇼크의 위험이 있다면, 담당의로부터 다음과 같은 지속적인 관리를 받아야 할 것입니다.

- **임상 면역학 혹은 알레르기 전문의 진료를 위한 소견서\***
- **과민성 쇼크 유발 요인 확인** - 환자의 종합 병력 및 알레르기 테스트 결과 분석에 이은 임상검사 포함

- **유발 요인 방지 교육** – 심각한 음식물 알레르기인 경우 음식을 피하는 것만이 알레르기 반응을 방지하는 유일한 방법이기에 유발 요인 방지 교육이 특히 중요합니다. 경험이 많은 알레르기 영양사에게서 조언을 구해야 할 경우도 있습니다.
- **과민성 쇼크를 위한 ASCIA 실행 계획\*\* 제공** - ASCIA 실행 계획에서는 아드레날린 (에피네프린) 자기 주사기의 사용 시점과 사용법을 안내합니다.
- **임상 면역학 및 알레르기 전문의 정기 방문**

\* 임상 면역학과 알레르기 서비스를 제공하는 의료 전문인 리스트는 다음의 ASCIA 웹사이트에서 찾아볼 수 있습니다.

[www.allergy.org.au/patients/allergy-and-clinical-immunology-services/how-to-locate-a-specialist](http://www.allergy.org.au/patients/allergy-and-clinical-immunology-services/how-to-locate-a-specialist)

\*\* ASCIA 실행 계획은 반드시 의사가 작성하여야 하며 아드레날린 자기 주사기와 함께 보관합니다. 과민성 쇼크를 위한 ASCIA 실행 계획은 다음의 ASCIA 웹사이트에서 찾아볼 수 있습니다.

[www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/ascia-action-plan-for-anaphylaxis](http://www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/ascia-action-plan-for-anaphylaxis)

### 과민성 쇼크의 제1 치료법은 아드레날린입니다

아드레날린은 과민성 쇼크 영향을 받지 않게 빠르게 되돌리는 과민성 쇼크의 제1 치료법입니다. 아드레날린 자기 주사기는 1회용 고정 선량 아드레날린을 포함하고 있으며, 친구나 교사, 보육 교사, 부모, 행인, 혹은 (환자의 상태가 매우 심하게 나쁜 경우가 아니라면) 환자 본인도 포함하여 비의료인도 주입할 수 있도록 설계되어 있습니다.

아드레날린 자기 주사기는 과민성 쇼크 관리 종합 계획의 일환으로만 처방 가능하며, 이 계획에는 과민성 쇼크를 위한 ASCIA 실행 계획과 알레르기 반응 위험 감소 방법에 대한 교육 등이 포함됩니다. 환자 본인이나, 혹은 자녀가 환자로 아드레날린 자기 주사를 처방받은 경우 매 3-4개월마다 연습용 주사기를 이용하여 그 사용법을 익히고 실습하는 것이 중요합니다.

### 추가 정보

과민성 쇼크 관련 정보(ASCIA 실행 계획, 자주 묻는 질문, ASCIA 여행 계획, 아드레날린 자기 주사기 정보, 교육 자원 및 지침서 등)를 원하면 다음의 ASCIA 웹사이트를 방문하시기 바랍니다.

[www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources](http://www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources)

본인이나 가족이 과민성 쇼크 위험에 처한 경우 때로 매우 힘겹습니다. 다음의 두 기관은 환자를 위해 유용한 지원 정보를 제공하고 있습니다.

- 알레르기 및 과민성 쇼크 오스트레일리아 [www.allergyfacts.org.au](http://www.allergyfacts.org.au)
- 알레르기 뉴질랜드 [www.allergy.org.nz](http://www.allergy.org.nz)

### © ASCIA 2018

ASCIA는 호주 및 뉴질랜드 내 임상 면역학 및 알레르기 전문가 최고 전문 기관입니다.

웹사이트: [www.allergy.org.au](http://www.allergy.org.au)

이메일: [info@allergy.org.au](mailto:info@allergy.org.au)

우편 주소: PO Box 450 Balgowlah NSW 2093 Australia

### 고지사항

본 문서는 ASCIA 회원이 개발 및 상호 검토한 문서로서, 전문가 의견과 함께 검토 시점에서 가능한 모든 출판 문헌 자료를 근거로 작성하였습니다. 본 문서에 포함된 정보는 의학적 자문을 대체할 의도는 없으며, 의학적 진단 및 치료 관련 질문은 반드시 의료 전문가에게 직접 물어야 합니다. 본 문서 작성 관련 그 어떠한 상업 기관의 재정 지원도 없었으며, 상업 단체의 영향도 받은 바 없습니다.

내용 수정 2018년 5월

(Content updated May 2018)