

[전문가로부터 배우는 알레르기질환 약물 사용법]

비염 약물을 오래 사용하기가 겁나요? – 안전한 스테로이드제 사용법과 비약물 치료법 –

김영효

인하의대 이비인후과학교실

INDEX



NO CONFLICT
OF
INTEREST

왜 겁나요?

- 엄마들의 걱정
- 연구 결과에 근거한 설명

진료실에서 엄마들의 반응



‘비강내 스테로이드 제제’를
처방해 드리겠습니다.

‘스테로이드’?
물에 안 좋은 거 아닌가?



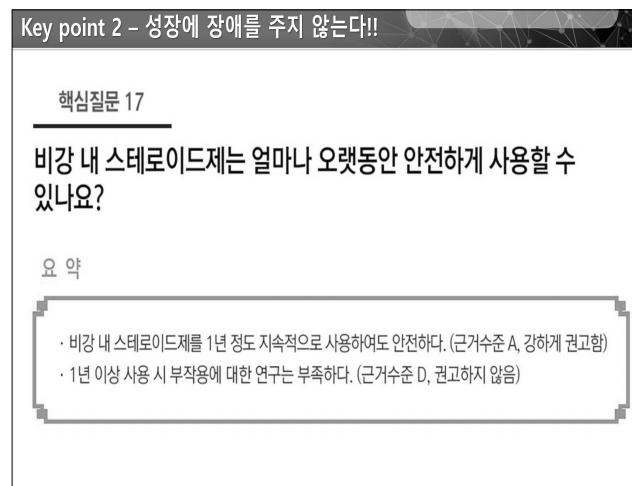
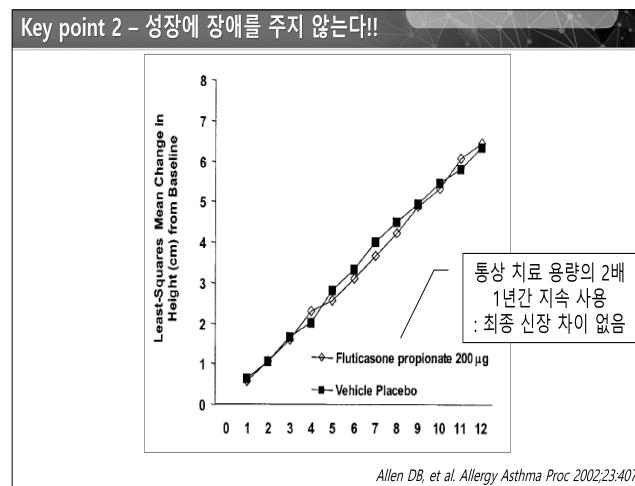
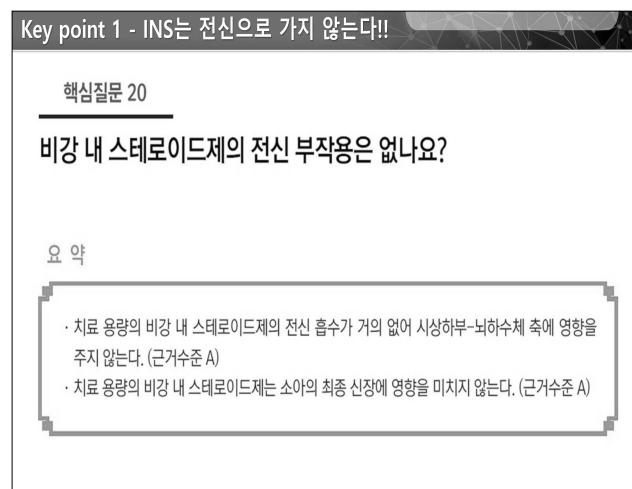
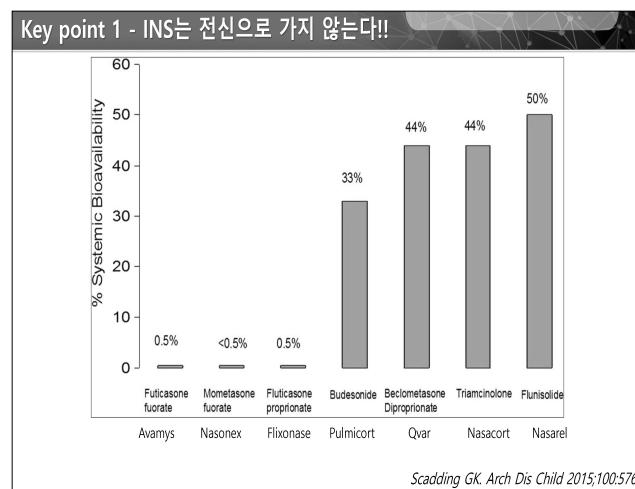
● 2018 대한천식알레르기학회 제53차 교육강좌

비염스프레이에 나잘스프레이 대체쓰시는분 계신가요? | 일반-질문

작년봄에 갑자기 비염이 시작됐어요.
너무 당황스러워 볼이어서 그때 미세먼지, 황사가 너무 심해서 그런가보다 하고 그때만 지나가면 콧물아침출 알았는데ㅠㅠ
1년이가 되도록 비염때문에 너무 고생워요.
약을 먹으면 일을 못할정도로 많이 헐어져서 일상생활이 안되고 이악지약 먹어보다가 스테로이드 들어잇는 나잘 스프레이를 쓰는데.
그나마 이제 일상생활에 지경을 알겠네요.
자기전에 그에 뿌리고 자면 예전에 비하면 창술인활정도로 유지되네요.
아예 썩 증상이 없어지는건 아니지만요.
문제는 1년을 쓰고있는데 주변에서 다른 스테로이드 성분들어간건데 위험하다고하고 병원에서는 경찰다고 하는데....
오늘쓰시는분들은 주변에서 찾아보기가 힘들고해서 혹시 계신가해서 여쭤보네요.
비염 좋다는 자연치료법연거하다가 자연사로 갈뻔 ㅠㅠ
정말 밤에 자다가 숨이 막혀서 죽을것같은 느낌에 일어나서 영영들었네요.
이나이에 잘...ㅠㅠ
그러로 이 스프레이 필수품이 되었네요.
공기가 너무 안좋아진탓일까요? 물의 연역력이 나빠진걸까요? 정말 힐드네요.ㅠ

비염스프레이에 나잘스프레이 대체쓰시는분 계신가요? | 일반-질문

작년봄에 갑자기 비염이 시작됐어요.
너무 당황스러운걸 볼이어서 그때 미세먼지, 황사가 너무 심해서 그런가보다 하고 그때만 지나가면 콧물아침출 알았는데ㅠㅠ
1년이가 되도록 비염때문에 너무 고생워요.
약을 먹으면 일은 못할정도로 많이 헐어져서 일상생활이 안되고 이악지약 먹어보다가 스테로이드 들어잇는 나잘 스프레이를 쓰는데.
그나마 이제 일상생활에 지경을 알겠네요.
주변에서 다른 스테로이드 성분들어간건데 위험하다고하고..병원에서는 경찰다고 하는데....
아예 썩 증상이 없어지는건 아니지만요.
문제는 1년을 쓰고있는데 주변에서 찾아보기가 힘들고해서 혹시 계신가해서 여쭤보네요.
오늘쓰시는분들은 주변에서 찾아보기가 힘들고해서 혹시 계신가해서 여쭤보네요.
비염 좋다는 자연치료법연거하다가 자연사로 갈뻔 ㅠㅠ
정말 밤에 자다가 숨이 막혀서 죽을것같은 느낌에 일어나서 영영들었네요.
이나이에 잘...ㅠㅠ
그러로 이 스프레이 필수품이 되었네요.
공기가 너무 안좋아진탓일까요? 물의 연역력이 나빠진걸까요? 정말 힐드네요.ㅠ





안전한 INS 사용

- 사용법과 주의사항
- 환자들의 궁금증

INS 사용법





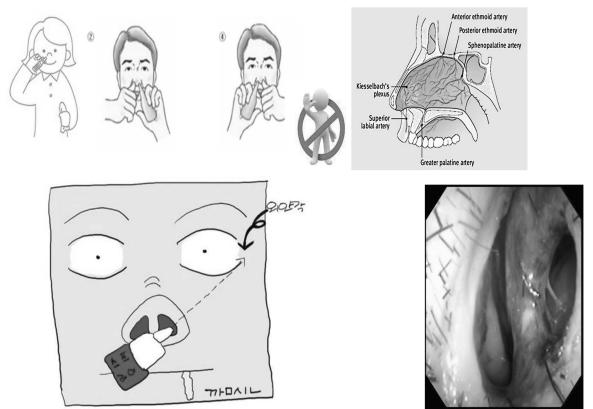
코에 뿌리는 방법도 중요하네, 고개를 들고 천정을 향한 상태에서 뿌리면 악이 코 앞부 분야만 물어 기대한 효과를 보기 힘듭니다. 제대로 효과를 보려면 ①코를 풀어 코를 깨끗이 한 후 ②고개를 숙여 숨을 멈추고 ③스프레이가 투여하는 곳구멍 끝의 눈꼬리를 향하도록 해서 분무하며 ④약 5초간 숨을 멈추고 나서 입으로 서서히 숨을 쉽니다.

환자들의 불만 (1) – 빨리 좋아지지 않는다

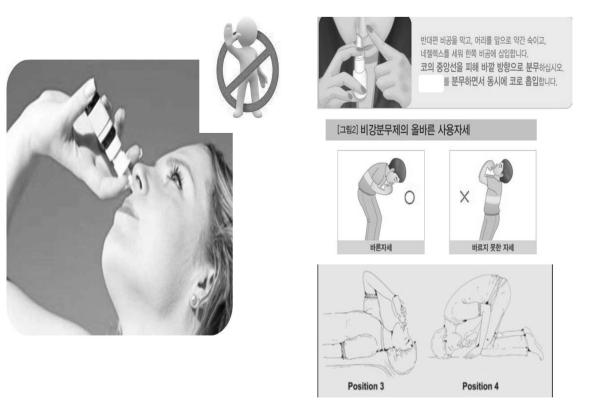


특히 십대... 중2병... 말 안듣는다

환자들의 불만 (2) – 코피가 난다



환자들의 불만 (3) – 목 뒤로 넘어간다





비약물 치료

- 연예인과 함께 배우는 코세척
- 그 외의 비약물 치료법들

핵심질문 34

알레르기비염 치료에 비강세척이 도움이 되나요?

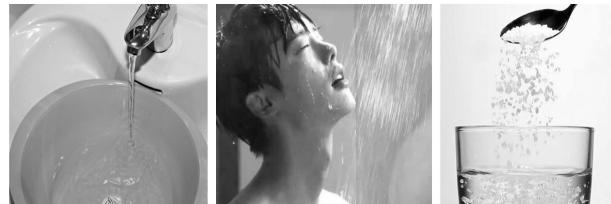
요약

· 비강세척은 알레르기비염의 보조적인 치료로 추천된다. (근거수준 A, 강하게 권고함)

비강세척의 효능

- **효능**
 - 비염 증상 및 약물 사용 감소, 점액섬모수송능 향상
 - 삶의 질 개선
- 고장성 용액보다는 등장성 용액을 추천
 - 고장성 용액 사용시 점액섬모수송능 다소 악화
- 스프레이 방법과 관류(irrigation) 방법의 효과 비교
 - 적은 양을 사용한 스프레이 방법이 좀 더 효과적
 - 많은 양의 용액을 관류할 때의 불편감 및 노력을 함께 고려

코세척 하랬더니 이런 환자도...



코세척 – syringe를 이용한 방법



귀가 아파요? 먹먹해요? – 주의사항 (1)



상용화된 제품 이용 & 주의사항 (2)

노즈스위퍼



피*오머 (성인용)



피*오머 (소아용)



그외의 제품 (1) allergen blocker cream



그외의 제품 (2) 코마스크 (nasal filter)



Conclusion



비강내 스테로이드제는 전신적 부작용의 우려가 없이, 성장기 소아에서도 충분히 안전하게 사용할 수 있는 약물임



올바른 분무 자세 및 방법을 환자에게 충분히 교육하여야, 환자의 순응도를 높이고 부작용을 예방할 수 있음



코세척 등 다른 약물치료 방법 역시 효과적으로 알레르기 비염 치료에 시도해 볼 수 있음