



- ## 1. 결막염: 증상, 원인 및 치료

가. 결막염이란?

결막염은 눈에 염증이 생겨 눈의 흰자 부분이 충혈되거나 분홍색으로 변하는 안질환입니다. 이는 매우 흔한 질환으로 전염성이 높습니다.

나. 결막염의 원인과 유형

결막염을 일으키는 요인에는 알레르기 반응, 박테리아 또는 바이러스 감염과 같은 다양한 원인이 있습니다. 그 유형을 자세히 살펴보겠습니다.

- 알레르기성 결막염은 대체로 계절성을 띄며, 꽃가루나 동물의 비듬(피부 각질) 또는 먼지와 같은 외부 자극물에 의해 염증이 발생합니다. 눈이 가렵거나 부어오를 수 있으며, 건조해지기도 합니다.
- 세균성 결막염은 씻지 않은 손이나 더러운 표면에 있는 세균이 눈에 닿아서 주로 발생합니다. 세균성 결막염에 의해 염증이 생길 경우 심한 통증을 유발할 수 있으며, 눈에서 고름(황색 분비물)이 나올 수 있습니다. 눈이 세균에 감염되면 즉시 치료를 받아야 합니다.
- 바이러스성 결막염은 전염성이 높아서 학교나 공항같이 넓은 공공장소에 있는 사람들 간에 쉽게 확산될 수 있습니다. 바이러스성 결막염은 대체로 감기를 동반하며 심한 가려움을 유발하고, 두껍고 투명한 분비물이 생길 수도 있습니다. 모든 바이러스성 감염 질환은 의사에게 즉시 치료받아야 하지만, 며칠이 지나면 자연스럽게 사라지기도 합니다.



다. 결막염의 치료

바이러스성 또는 세균성 결막염으로 인해 눈에 염증이 생길 경우 가급적 빨리 의사에게 진료를 받아야 합니다. 결막염의 증상은 대개 며칠이 지나면 사라지지만, 1주일 이상 증상이 지속되어서는 안 됩니다. 증상이 1주일 이상 지속될 경우 즉시 진료를 받고 항생제를 처방받아야 합니다.

가정에서도 손쉽게 결막염 증상을 완화할 수 있는 몇 가지 방법이 있습니다. 가령, 눈 주변을 따뜻하게 눌러준다거나, 통증이나 불편함, 붓기가 있을 경우 이부프로펜을 복용하고, 시중에 판매되는 점안액을 투여하여 눈 표면을 촉촉하게 할 수 있습니다.

결막염의 치료와 예방법에 대한 자세한 내용은 [가까운 안경원](#)에 문의하세요.

라. 결막염의 예방

바이러스는 체액의 직접적인 교류나 손을 통한 접촉으로 쉽게 확산되기 때문에, 대부분의 아이들이 결막염에 취약하다고 할 수 있습니다. 결막염의 확산을 방지할 수 있는 몇 가지 간단한 방법을 소개합니다.



손을 잘 씻으세요. 보통 아이들은 손을 잘 씻지 않으며, 무엇이든 만지는 경향이 있습니다. 특히 교실과 같이 작은 공간에 아이들이 있을 때는 결막염의 확산을 방지하기가 무척 어렵습니다.

손 소독제를 사용하세요. 손 소독제를 곳곳에 비치해두면, 결막염의 원인이 되는 박테리아의 확산을 예방할 수 있습니다. 재채기나 기침을 할 때는 입과 코를 가리고, 특히 더러운 손으로 눈 부위를 만지지 마세요.

콘택트 렌즈를 세척하여 올바르게 보관하고, 눈이 감염되었을 때는 눈 화장을 피하십시오.

침구와 수건을 좀 더 자주 세탁하세요.

유독 화학 물질을 가급적 피하고, 화학 물질이 있는 곳에서는 고글을 착용해 눈 부위를 보호하세요.

알레르기 환자들은 환절기가 시작되기 전에 항히스타민제(알레르기 치료제)를 미리 준비하여 결막염 증상을 예방해야 합니다.