

급성 감염성 장염

강북삼성병원 소화기내과 정운숙



급성 감염성 장염은 세균이나 바이러스가 대장이나 소장에 감염을 일으켜 설사나 복통 등의 증상이 발생하는 질환으로 대표적인 증상은 설사이며 대부분의 장염은 일주일 이내에 저절로 호전되고 후유증도 없으나, 유아나 고령자, 면역 결핍자는 탈수나, 고열 증상이 심할 수 있습니다. 치료는 대부분 보존적인 치료만으로 충분하며 예방이 중요한데 특히 손씻기와 음식물의 냉장보관 및 위생관리에 주의를 기울여야 합니다.



급성 감염성 장염은 무엇인가요?

급성 감염성 장염은 세균이나 바이러스가 대장이나 소장에 감염을 일으켜 설사나 복통 등의 증상이 발생하는 질환입니다. 다양한 종류의 세균, 바이러스 뿐만 아니라 기생충에 의해 발생하기도 하며, 연중 어느 때나 발생할 수 있습니다.



급성 감염성 장염의 원인은 무엇인지요?

급성 장염을 일으키는 원인은 오염된 식품이나 물을 먹어서 감염됩니다. 바이러스 장염 중 노로바이러스(norovirus)와 로타바이러스(rotavirus)에 의한 장염이 전체의 20%를 차지하고 연중으로 발생하며 특히 겨울철에 유행합니다. 노로바이러스는 굴 등의 조개류에 의한 식중독의 원인이 되기도 하고, 감염자의 대변 또는 구토물에 의해서 음식이나 물이 노로바이러스에 오염될 수 있습니다. 전염성은 증상이 발현되는 시기에 가장 강하고 회복 후 3일에서 길게는 2주까지 전염성이 유지됩니다. 세균성 장염의 원인균으로는 장티푸스를 일으키는 살모넬라(salmonella), 세균성 이질을 일으키는 쉬겔라(shigella), 콜레라를 일으키는 비브리오(vibrio), 출혈성 장염을 일으키는 대장균(E. coli), 이외에 캄필로박터(campylobacter), 예르시니아(yersinia) 등이 있습니다. 원충으로는 대표적으로 아메바(amoeba)가 있습니다.



급성 감염성 장염은 주로 어떤 증상이 나타나나요?

대표적인 증상은 설사입니다. 세균에 감염되면 장관 내 염증으로 인해 수분과 전해질이 제대로 흡수되지 않고 오히려 분비되어 설사가 발생하게 됩니다. 바이러스성 장염은 발열, 구토, 물 같은 설사, 배꼽 주위 복통이 나타나는 경우가 많습니다. 또한 바이러스성 장염의 경우 감기증후군과 유사한 증상을 동반할 수 있습니다. 심한 복통, 고열, 다량의 설사 그리고 혈액이 묻어 나오는 설사인 경우는 세균성 장염일 가능성이 있습니다. 대부분의 장염은 일주일 이내에 저절로 호전되고 후유증도 없으나, 유아나 고령자, 면역 결핍자는 탈수나, 고열 증상이 심할 수 있습니다.



급성 감염성 장염은 어떻게 진단하고 어떤 검사를 시행해야 하나요?

급성 감염성 장염은 전형적인 증상과 병력을 통해 임상적으로 진단합니다. 혈액 내 세균 배양 검사, 대변 내 세균 배양 검사, 대변 내 백혈구 수 및 기생충 검사를 시행하게 됩니다. 대부분의 경우에서 자연치유를 보이므로 진단을 위해 대장내시경은 필요하지 않는 경우가 많으나 감별질환을 위하여 필요한 경우도 있습니다.



급성 감염성 장염의 치료는 어떻게 하나요?

바이러스 장염은 대부분 치료를 하지 않아도 자연적으로 치유됩니다. 심한 탈수나 전해질 불균형이 발생할 수 있지만 이 경우에는 수액요법과 같은 일반적인 대증적 치료를 통해서 호전될 수 있습니다. 설사를 할 때는 금식해야 한다는 잘못된 속설이 있는데, 금식은 탈수의 위험이 있으므로 수분을 섭취하여야 합니다. 물 대신 스포츠 음료나 희석된 과일주스를 복용해도 됩니다. 적절한 영양분을 섭취함으로써 손상된 대장 점막이 빨리 회복될 수 있습니다. 초기에는 쌀죽 등과 같은 가볍고 부드러운 음식을 먹고 유제품은 섭취하지 않는 것이 좋습니다. 지사제(설사를 멈추는 약)를 사용하면 장 운동을 감소시켜 효과적으로 설사의 양과 횟수를 줄일 수 있습니다. 그러나 혈액이 섞여 나오는 설사나 지속적인 고열이 있는 경우에 지사제를 사용하면, 세균과 독소가 대변으로 배출되는 것을 막아 대장 점막 내로 세균 침범이 증가할 수 있으므로 주의해야 합니다. 항생제는 소아나 노인, 면역 결핍 환자에서 사용할 수 있는데 콜레라, 대장균에 의한 여행자 설사, 이질, 장티푸스, 위막성 장염, 예르시니아, 캄필로박터와 같은 세균성 장염 및 아메바 장염은 항생제를 사용해야 합니다.



급성 감염성 장염의 예방법은 어떤 것들이 있나요?

- 손을 자주 씻어야 합니다. 특히 화장실 사용 후, 기저귀를 교체한 후, 식사 전 또는 음식 준비 전에는 반드시 손을 씻어야 합니다.
- 오염된 음식이나 물을 섭취하거나 접촉하지 않아야 합니다.
- 어패류나 육류는 냉장 보관해야 합니다.
- 생굴 등 식품은 중심온도 85℃ 이상에서 1분 이상 가열조리 해야 합니다.
- 채소류는 2분 이상 담근 후 흐르는 물로 30초 이상 앞면과 뒷면을 번갈아 가며 세척합니다.
- 환자의 구토물은 적절히 폐기하고 환자의 분변에 오염되지 않도록 주의합니다.
- 질병 발생 후 오염된 표면은 소독제로 철저히 세척하고 살균해야 합니다.
- 특히 식품 조리 종사자는 손을 항상 깨끗이 씻어야 하며, 음식물의 냉장 보관과 환경 위생에 주의를 기울여야 합니다.