

해외의약뉴스

유아기, 천식위험을 줄이기 위한 3가지 방법

개요

유아기에 천식위험을 줄이기 위해서는 동물 모피에 노출시키는 것이 도움이 되고, 농장먼지가 천식 위험으로부터 보호한다. 또한 존스 홉킨스 의학 연구진에 의하면, 유아기 때 비듬에 노출되면 천식 위험, 천명, 알레르기 위험을 줄여준다고 한다.

키워드

유아기, 천식, 알레르기, 모피, 먼지

약사들은 어린 자녀를 둔 부모들에게 천식 발병 위험을 줄이기 위한 몇 가지 방법을 알리는 데 도움을 줄 수 있다. 만약 천식이 적절하게 제어되지 않을 경우, 아이들이 학교를 결석하게 되고, 부모들은 아이를 돌보기 위해 휴직해야 할 것이다.

미국 질병통제예방센터(the US Centers for Disease Control and Prevention)에 따르면, 2013년 천식으로 인해 약 138만명의 학생들이 결석했다고 한다.

아이들의 천식 진행을 줄이기 위한 몇 가지 방법이 있다.

1. 동물모피에 노출시키는 것이 도움 될 것이다(Animal fur exposure may help).

최근 연구에 따르면, 유아기에 동물모피에서 자는 것이 어린 시절 천식발생의 위험을 줄여준다고 한다. 연구는 생후 3개월 동안 동물가족에 노출되지 않은 아이들과 비교하여, 동물모피에서의 수면효과를 평가하였다.

6세가 되던 시점에 두 집단을 비교해보니 동물모피에서 잠을 잤던 아이들이 천식에 걸릴 위험이 79% 낮았고, 그 위험은 10세 때엔 41%로 감소하였다.

2. 농장먼지는 천식위험으로부터 보호한다(Farm dust may protect against asthma risk).

연구진은 농장먼지가 호흡기도 안 점액 세포막(mucus membrane)을 만들어 집 먼지 진드기(house dust mites)같은 알레르겐(allergen, 알레르기유발항원)에 심각하게 반응하지 못하게 함으로써, 알레르기와 천식에 덜 민감하게 한다고 밝혔다.

알레르기와 천식환자들은 예방단백질 A20 결핍이었으며, 이것은 환자들이 알레르겐으로부터 더욱 고통 받는 원인이다.

연구진은 농장에서 자란 2,000명의 아이들을 조사했는데, 대부분의 아이들이 천식과 알레르기에 예방되고 있었으나, 그렇지 않은 아이들은 A20유전자(A20단백질을 생성하는 유전자)의 기능장애를 가지고 있었다.

3. 먼지와 비듬은 그들만의 이점을 가지고 있다(Dirt and dander have their benefits).

존스 홉킨스 의학 연구진은 유아기에 설치류(쥐·토끼처럼 앞니가 날카로운 동물) 비듬, 애완동물 비듬, 바퀴벌레 알레르겐 그리고 가정용 세균에 노출되었을 때, 천식위험, 천명(wheezing)과 알레르기 위험을 줄여준다는 것을 발견했으며, 첫 돌이 되기 전에 노출되었을 때 효과가 가장 큰 것으로 나타났다.

로버트우드박사는 “이 사실은 면역반응의 많은 부분이 생후 1년 안에 형성될 뿐만 아니라 특정 박테리아 및 알레르겐이 면역체계가 특정한 방식으로 작동하도록 활성화하고 훈련하는데 중요한 역할을 한다는 점을 시사한다.”고 전했다.

■ 원문정보 ■

<http://www.pharmacytimes.com/resource-centers/asthma/3-ways-to-reduce-the-risk-of-asthma-in-early-childhood>