

알자내몸!

알레르기로부터 자유로운 내 몸

# 아토피피부염 예방·관리수칙!

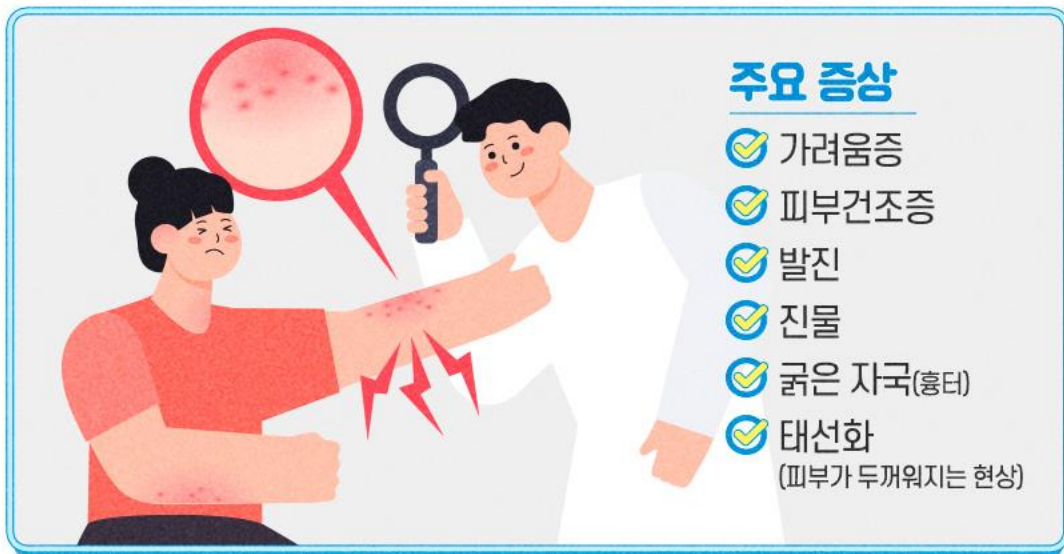


## 아토피피부염이란?

가려움증을 주 증상으로 하는  
만성적이고 반복되는 **염증성 피부질환**

## 아토피피부염의 증상

환자를 가장 괴롭히는 흔한 증상은  
**가려움증으로 수면부족을 야기해**  
**성장발육과 삶의 질을 저하시킵니다.**





## 아토피피부염의 원인

### 유전적 요인

부모 알레르기 질환 여부

모두 없는 경우



한 명만 있는 경우



모두 있는 경우



### 환경적 요인



산업화로 인한  
대기오염



각종 화학물질  
접촉



공중위생 발달로  
면역체계 취약

## 아토피피부염의 진단

세 가지 진단기준을 통해 아토피피부염을 진단



만성적 재발 여부

오랜 기간 동안 여러 증상이  
호전과 악화를 반복



연령별 증상 발현 부위 확인

발진, 진통, 가려움증 등  
부위별 특징적 증상 확인



가족력, 과거력 확인

알레르기 질환의  
유전적, 환경적 요인 확인

## • 아토피피부염의 예방·관리수칙 •

### 피부 보습, 관리



#### 손톱, 발톱 짧게 깎기

피부를 긁으면 증상이 악화될 수 있으니  
손톱, 발톱은 짧게 깎아 관리해 주세요.



#### 부드러운 면 소재 의류 착용

부드러운 면 소재를 착용하여  
피부에 물리적 자극을 줄여주세요.



## • 아토피피부염의 예방·관리수칙 •

### 환경 관리



#### 적정 실내 온도, 습도 유지

환자에 따라 편안하게 느끼는 온도와 습도를 유지해 주세요.  
(적정 온도: 22~24°C, 적정 습도: 40~50%)



#### 알레르기 원인 물질 피하기

대기오염 물질, 새집증후군 등 알레르기 원인 물질을 피해주세요.

# 아토피피부염은 일교차가 큰 환절기에 더욱 민감해질 수 있습니다.

예방·관리수칙을 준수해  
건강한 환절기 보내세요!