

손톱·발톱에도 병이 생길 수 있다?

여름이면 심해지는 손발톱 질병

손톱과 발톱도 관리를 제대로 하지 않거나 심한 자극을 지속적으로 가하면 쉽게 병에 걸린다.

치명적이지는 않지만 치료하지 않고 방치해 두면 보기에 흉할 뿐 아니라 손가락과 발가락 보호 기능까지 잃기 십상이다.

무더운 여름철이면 더욱 기승을 부리는 손발톱 질병의 종류와 원인, 치료법에 대해 알아보자.

■글/문영숙(객원기자)

■도움말/김정애(보라매병원 피부과 과장)

손발톱이 누렇게 변색되거나 부스러지고 표면이 울퉁불퉁하거나 들뜨는 증세가 나타나면 피곤해서 그런가 보다 하고 쉽게 넘겨버리는 사람들이 대부분이다. 손발톱은 질병에 잘 걸리지 않기 때문에 대수롭지 않게 여기는 경우가 많지만 손발톱 질병도 반드시 치료해야 하는 병이다.

이들 질병은 생명에 치명적인 영향을 미치지 않는다는. 그러나 증세가 심해지면 손가락과 발가락을 보호하는 손발톱 본래의 기능을 잃어 물건을 집거나 신발을 착용하는데 고통과 불편이 따르고 보기에 좋지 않다.

또 염증을 제대로 치료하지 않고 방치할 경우 손발톱을 만들어내는 조갑기질세포가 완전히 파괴돼 아예 손발톱이 생성되지 않을 수도 있다. 손발톱에 이상 증세가 발견되면 즉시 병원을 찾아 질병의 원인을 찾고 적절한 치료를 받아야 한다.

조갑박리증

발톱보다는 손톱에 주로 생기는 질병으로 손톱이 피부에 붙어있지 않고 들뜨는 증세를 보인다.

손톱 속으로 종이를 밀어넣을 수 있을 정도로 사이가 들떠 있기 때문에 이 물질이 쉽게 끼며 손가락 끝에 압박을



▲조갑박리증. 들뜬 손톱 밑으로 세균이 침투해 푸른 색으로 변색돼 있다.

주는 마늘까기 등의 일을 할 때 아프고 불편하다.

손톱이 희게 변색되지만 무좀처럼 두꺼워지지는 않는 것이 특징.

조갑박리증의 원인은 뚜렷하게 규명되지 않았는데 일반적으로 손에 물을 자주 묻히는 20~50대 주부들이 잘 걸리는 것으로 알려져 있다. 드물게는 갑상선기능장애나 심한 빈혈을 앓는 환자들에게도 나타날 수 있지만 이들 질병이 조갑박리증의 원인이라는 사실은 아직 증명되지 않았다.

조갑박리증이 생기면 들뜬 손톱 밑으로 세균이 쉽게 침투하기 때문에 2차 세균감염을 막기 위해 손발톱 무좀과 마찬가지로 항진균제를 투여한다.

치료기간 역시 무좀과 동일하지만 들뜬 증상 자체를 치료하는 것은 쉽지 않다. 치료 효과를 높이기 위해서는 손톱을 바짝 깎고 물과의 접촉을 줄이는 것이 좋다.



◀**조갑진균증.**
무좀균으로 인해 발톱이
누렇게 변색되면서
딱딱하게 굳어있으며
부스러진 부분도 보인다.

손톱이 길면 손톱 끝부분에 가해지는 자극으로 손톱이 들뜨는 증세가 더 심해지고 물과의 잦은 접촉으로 들뜨는 부분에 습기가 차 있게 돼 세균감염의 위험성이 높아진다.

조갑박리증 외에도 주부들에게 흔히 나타나는 것이 손톱 끝이 물러지면서 갈라지는 증세.

이런 경우는 설거지처럼 물이 많이 닿는 일을 줄이고 손톱에 로션 등을 발라 잘 관리하면 곧 호전된다.



조갑진균증(손발톱 무좀)

발과 손에 번식하는 무좀균이 손톱과 발톱까지 침범하는 질병으로 피부 무좀균이 원인이다. 학술적으로는 전체 손발톱 질환자의 40~50%를 차지한다고 알려져 있지만 실제로 조갑질환 클리닉을 찾는 환자들의 70~80%를 차지할만큼 손발톱 질병 중에서 가장 흔한 질병.

손발톱이 누렇게나 희게 변색되고 두꺼워지며 잘 부스러지는 증세를 보인다. 증상이 건선과 비슷하기 때문에 진균배양검사나 조직검사 등을 통해 곰팡이균이 번식하고 있는지 여부를 알아내야 하므로 반드시 병원을 찾아 검사를 받아야 한다.

조갑진균증은 손발톱 질환 중에서 가장 치료 효과가 빨리 나타나 꾸준히

▲▲▲**조갑진균증 치료 전.** 손톱 표면이 심하게 변색되고 부스러져 있다.

▲▲**조갑진균증 6주 치료 후.** 손톱 끝에 일부 증세가 남아 있지만 새로운 손톱이 자라나와 많이 호전된 상태.

▲**조갑진균증 치료 종료 후 12주 경과.** 약을 끊은 지 12주가 지난 후 완전히 건강한 손톱으로 탈바꿈한 모습.



▲**20조갑이영양증.** 조갑기질세포의 염증으로 손톱 표면이 거칠고 딱딱해져 있다.

치료하면 80% 이상 완치될 수 있다. 치료를 위해서는 무좀균을 죽이는 항진균제를 투약하는데 바르는 약은 손발톱에 잘 스며들지 않기 때문에 일반적으로 먹는 약을 복용하게 된다.

그러나 간질환을 앓은 경력이 있는 환자나 간기능 장애를 지닌 환자들에게는 간에 부담을 주지 않기 위해 매니큐어 타입의 바르는 약을 사용한다. 바르는 약은 직접 복용하는 약에 비해 치료 효과가 떨어지는 것이 단점. 약 50%의 완치율을 보인다.

치료 기간은 손톱의 경우는 6주, 발톱은 12주 정도. 손톱과 발톱이 완전히 새로 자라나올 때까지 치료해야 하는데 이 기간이 경과한 후 검사를 통해 균이 완전히 소멸되었다고 판단되면 약을 끊을 수 있다.

무좀의 경우 특히 완치 후 관리에 주의를 기울여야 한다. 완치된 후에도 면역력이 생기는 질병이 아니기 때문에 균에 노출되면 언제든 재감염될 위험이 있다.

따라서 무좀균이 완전히 소멸될 때까지 꾸준히 치료를 받고 치료 후 새로운 무좀균에 노출되지 않도록 주의하는 것이 중요하다.

20조갑이영양증

20조갑이영양증이란 20개의 손발톱이 모두 거칠어지면서 딱딱해지고 윤기를 잃는 질병으로 손발톱과 손가락, 발가락의 경계 지점인 조갑추벽이 가려운 증세를 보인다.

조직검사를 하면 손발톱을 만들어 내는 조갑기질세포에서 염증이 발견되는데 염증의 원인은 아직 규명되지 않았다.

이 질병도 남성보다는 여성에게 많이 발생하는 것이 특징. 염증을 치료하

손발톱 질병 예방 수칙



- ① 손발톱을 지나치게 손질하지 않는다. 조각 추벽을 너무 많이 제거하거나 손발톱 주변의 각질을 손이나 기구로 심하게 뜯어내 상처를 내면 쉽게 세균에 감염된다.
- ② 손톱을 길게 기르지 않는다. 피부와 붙어 있지 않은 긴 손톱 끝에 자극을 계속 가하면 지렛대의 원리처럼 피부와 붙어있는 손톱이 들뜨게 돼 조각박리증의 원인이 될 수 있다.
- ③ 물과의 잦은 접촉이 원인이 되므로 부엌 일을 할 때는 반드시 장갑을 착용한다. 이

때 장갑에 습기가 차 있으면 오히려 세균 감염의 위험이 높아지므로 장갑은 반드시 뽀송뽀송하게 말려서 사용한다.

- ④ 손이나 발을 씻은 후에는 로션을 발라주는 것이 좋다. 로션을 바를 때는 피부 뿐 아니라 손발톱에도 발라준다.
- ⑤ 매니큐어와 매니큐어를 제거하는 리무버를 지나치게 많이 사용하지 않는다. 특히 유기용매인 리무버는 심한 자극을 가해 손발톱이 약해지고 끝이 갈라지게 하는 원인이 된다.
- ⑥ 짝 끼거나 발에 맞지 않는 신발을 신지 않는다. 발톱을 변형시켜 발톱 주위에 염증을 일으킬 수 있기 때문이다.
- ⑦ 조각진균증의 경우 전염성이 강하므로 주변에 환자가 있을 경우 각별히 주의해야 한다. 욕실 슬리퍼나 수건은 분리해서 사용하고 손발톱 부스러기가 피부에 닿지 않도록 한다.

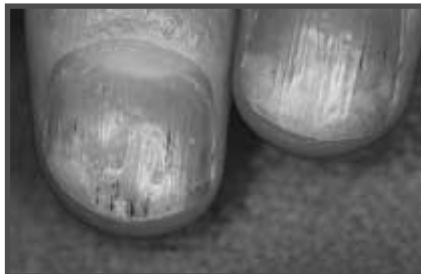
지 않고 방치해 두면 조각기질세포가 파괴돼 손발톱이 생성되지 않을 수 있으므로 20개의 손발톱에 한꺼번에 이상이 생기면 반드시 전문의와 상담해야 한다.

치료방법은 국소주사요법. 조각기질세포가 분포해 있는 손발톱 윗부분 피부에 염증을 치료하는 주사를 놓는 방법이다. 역시 손발톱이 완전히 자라나오는 6주, 12주 동안 치료를 받아야 하는데 완치율이 낮은 편이다.

손발톱 건선

손발톱 무좀과 마찬가지로 피부의 건선이 손발톱까지 침범하는 경우가 일반적이지만 드물게는 피부건선 없이 손발톱에만 건선이 나타날 수도 있다.

변색되고 두꺼워지며 부스러지는



▲건선. 손톱 표면이 회색 변색되면서 작은 구멍과 함께 세로줄이 보인다. 조각진균증과 비슷하지만 곰팡이균이 없는 것이 특징.

등 손발톱 무좀과 비슷한 증세를 보이지만 무좀과 달리 곰팡이균이 없는 것이 차이점이다.

손발톱 표면에 작은 구멍들이 생기기도 하고 세로줄 모양의 검은줄이 나타나기도 하며 손발톱 아래 피부가 딱딱해지는 조각하각화증이나 조각박리증이 나타나는 등 사람에 따라 다양한 증세를 보인다.

건선환자들이 빠지기 쉬운 함정이 무좀과의 혼동. 곰팡이균이 없는데도 무좀으로 착각해 항진균제를 지속적으로 바르다가 증세를 더욱 악화시키는 결과를 빚는 것이다.

따라서 혼자 판단하지 말고 반드시 전문의의 진단을 거쳐 적절한 치료를 받아야 한다.

손발톱 질병을 일으키는 원인들

그밖의 손발톱 질병으로는 손톱이나 발톱이 피부를 파고드는 조각감입증, 조각추벽에 염증이 생겨 만성적으로 부종, 즉 붓기가 생기는 만성조갑주위염, 습진 등이 있다.

손발톱 질병의 원인은 확실하게 밝혀지지 않았거나 같은 증세를 보이더라도 사람에 따라 원인이 다양한 경우가 대부분이다.

조갑감입증의 경우 선천적으로 손발톱이 살 속을 파고드는 특성을 지닌 경우도 있고 발에 맞지 않는 구두 착용으로 발톱에 지속적으로 압박을 가해 유발될 수도 있다.

또는 매니큐어와 매니큐어 제거약을 자주, 많이 사용함으로써 손발톱이 약해지거나 변형되기도 하고 손발톱 손질을 과도하게 해 세균감염을 일으키는 경우도 있다.

그밖에 신체 질환이 있는 경우에도 손발톱 변형이 생기는데 간질환, 만성신장질환, 만성폐질환, 심한 빈혈, 갑상선 기능장애 등 만성질환자들 중 일부에게서 나타난다.

신체 질환이 손발톱 변형의 원인이 되는 경우는 이미 질병이 만성화되었을 정도로 악화된 상태라고 할 수 있다. 따라서 손발톱 변형으로 신체 질환을 진단하는 것은 아주 위험한 일이다.●