

## 질염 (Thrush)

칸디다증, 진균 감염, 곰팡이, 진균증이라고도 함

질염은 질에 자연적으로 발생하는 효모균의 과도한 성장으로 초래되는 흔한 감염입니다.

### 간단한 사실 자료

- 질염은 칸디다 알비칸스라고 하는 질 내의 효모균의 과도한 성장에 의해 초래됩니다
- 증상은 대개 진하고 흰 질 분비물, 가려운 질 혹은 외음부 (혹은 둘 다), 외음부 쓰림 혹은 갈라짐, 성관계 혹은 소변 시에 불편함 및 화끈거림 혹은 통증 등입니다
- 칸디다증은 STI 로 간주되지 않지만 음경을 가진 성관계 파트너는 가끔 음경에 적열 상태 혹은 염증을 가질 수 있습니다
- 질 크림, 페서리 및 정제가 효모균의 과도한 성장을 줄이고 증상을 완화하는데 도움이 됩니다
- 불편하기는 하지만 칸디다증이 불임 혹은 임신 합병증 등 장기적 건강 문제를 초래하지는 않습니다

### 이것이 무엇인가요? (What is this?)

칸디다증은 매우 흔합니다. *칸디다 알비칸스*는 칸디다증을 초래하는 가장 흔한 유형의 질 진균증입니다. 이는 식품의 효모균과는 다릅니다.

질 내의 소량의 효모균은 정상이며 대개 문제가 되지 않습니다. 효모균이 과도 성장을 하여 칸디다증 증상을 일으키도록 과도한 성장을 할 때 문제가 됩니다.

## 어떻게 걸리게 되나요? (How do you get it?)

칸디다증은 명확한 이유 없이 발생할 수 있지만 발생 가능성이 더 큰 몇 가지 원인은 다음과 같습니다.

- 항생제
- 임신
- 당뇨
- 특히 마찰이 있는 땀이 많고 습한 피부 (사이클링 혹은 성관계 등)
- 습진 혹은 건선 등 기존의 피부 질환
- 면역 억제 약품

칸디다증은 STI 로 간주되지 않지만 음경을 가진 성관계 파트너는 가끔 음경에 적열 상태 혹은 염증을 가질 수 있습니다 (특히 콘돔을 사용하지 않고 성관계를 가진 후).

## 증상이 무엇인가요? (What are the symptoms?)

증상의 예는 아래를 포함할 수 있습니다.

- 외음부와 질에 가려움 및 불편함
- 소변을 보거나 성관계 시에 화끈거림과 통증
- 코티지 치즈와 유사한 것으로 묘사될 수 있는 진하고 흰 덩어리 분비물
- 외음부 및 질 주위가 붉고 붓기가 있으며 작은 피부 갈라짐이 있을 수 있습니다

이러한 증세가 있을 경우 대개 일반 의약품을 이용하여 스스로 치료할 수 있습니다.

하지만 아래의 경우에는 의사를 만나야 합니다.

- 칸디다증인지 확실히 모른다
- 칸디다증의 증세가 여러번 있었다
- 새로운 파트너와 콘돔 없이 최근 성관계를 가졌다
- 골반 부위 통증 혹은 비정상적인 출혈이 있다
- 칸디다증 치료를 시도했지만 낫지 않았다
- 외음부의 형태, 감촉 혹은 색깔에 변화가 있다

빈번한 칸디다증은 만성적인 외음부 피부염의 징후가 될 수 있습니다.

#### 어떻게 테스트를 하나요? (How do you test for it?)

칸디다증은 질에서 그리고 외음부의 갈라진 피부에서 면봉 채취 샘플로 테스트합니다.

#### 어떻게 치료하나요? (How is it treated?)

칸디다증은 항진균 크림, 페서리 혹은 단일 용량 정제로 치료합니다.

크림과 페서리는 처방전 없이 약국에서 구매할 수 있습니다. 치료는 1-7 일이 걸리며 특수 도포용 도구로 질 내부에 넣습니다.

단일 150mg 용량 정제 (플루코나졸이라고 함)도 처방전 없이 약국에서 구매할 수 있습니다. 이 정제는 크림과 페서리와 유사한 효과를 가집니다. 이는 좀더 비싸고 임신 중에 사용될 수 없습니다. 단일 용량은 다른 약품과 거의 문제가 되지 않지만 약사와 이에 대해 논의를 해야 합니다. 플루코나졸은 피임약과 함께 사용해도 안전합니다.

가끔 일주일 후에, 특히 증상이 심할 경우, 두번째 용량이 필요합니다.

성관계 시에 혹은 그 후에 불편한 화끈거림을 겪을 수도 있으므로 치료를 하기 전까지는 성관계를 피하고 싶을 수도 있습니다.

칸디다증 증상 기간에 통증 있는 성관계를 반복하면 칸디다증이 치료되는 경우에도 가끔 지속적인 통증을 초래할 수 있습니다. 칸디다증 크림은 또한 콘돔을 약화시킬 수 있으므로 크림을 성관계 후에 바릅니다.

#### 치료하지 않을 경우 합병증이 생기나요? (Are there any complications if not treated?)

칸디다증은 매우 불편할 수 있지만 장기간의 손상을 초래하지는 않습니다.

하지만 재발했는데 치료하지 않으면 지속적인 외음부 통증 혹은 만성적인 삽입 통증을 초래할 수 있으므로 치료를 받기를 강력히 권장합니다.

## 치료 후에 재발할 가능성이 있나요? (Is it likely to come back after treatment?)

### 칸디다증 재발

일 년에 네 번 이상의 칸디다증 증세를 가진 경우 칸디다증 재발이 있을 수도 있습니다. 이는 생식 기간에 있는 여성의 5% 가량에 영향을 미칩니다. 증상은 치료 후에 완전히 없어지지 않고 피부 갈라짐 혹은 성교 때 혹은 그 후에 통증이 있을 수도 있습니다.

이 상태는 분비물이 항상 있는 것이 아니므로 칸디다증과는 매우 다를 수 있습니다. 사람들은 종종 질 건조 및 성관계 시의 윤활성 부족을 보고합니다. 가끔 생리 기간 전에 증상이 악화되거나 생리 전에만 발생합니다.

칸디다증 재발이 있는 대부분의 사람은 건강하며 면역 체계에 아무 문제가 없습니다. 건조열, 습진 혹은 천식 내력이 있는 것은 드문 것이 아닙니다. 이들 신체는 칸디다 알비칸스에 민감합니다.

칸디다 재발 치료는 양호한 기본 피부 관리 및 장기적인 항진균제를 필요로 합니다. 약품은 효모균 성장을 억제하며 입으로 복용하거나 (플루코나졸) 질 내에 바를 수 있습니다 (크림 혹은 페서리). 대체적인 최단 치료 기간은 약 6 개월입니다. 이후에 증상이 다시 발생할 수 있지만 빈도가 줄어듭니다.

칸디다증이 재발한 것으로 생각되면 의사와 상담해야 합니다.

## 어떻게 자신을 보호할 수 있을까요? (How can I protect myself?)

비누, 물티슈, "여성 위생 제품"으로 판매하는 질 세척제 혹은 클린저, 거품 목욕 혹은 질 내의 향수를 사용하지 않아야 합니다. 그렇게 할 경우 질 내 효모균의 자연적 균형을 깨기 때문입니다.

항생제 복용 후에 칸디다에 걸린 경우 해당 항생제의 필요성에 대해 의사와 상의하고 칸디다 증상의 첫번째 징후에 칸디다 치료를 미리 하도록 계획을 세웁니다.

## 어디서 도움을 받을 수 있나요? (Where can I get help?)

- 지역 의사를 방문합니다
- 지역 커뮤니티 보건 센터를 방문합니다

### 법적 면제 조항 (DISCLAIMER)

이 안내 자료는 일반적인 성 보건 정보를 제공하며 귀하의 의사와 필수 검진을 대체할 의도는 없습니다.

귀하의 건강에 대한 우려사항이 있을 경우 의사의 조언을 구해야 합니다.

긴급한 치료가 필요한 경우 가까운 응급실로 가거나 000 에 전화해야 합니다.