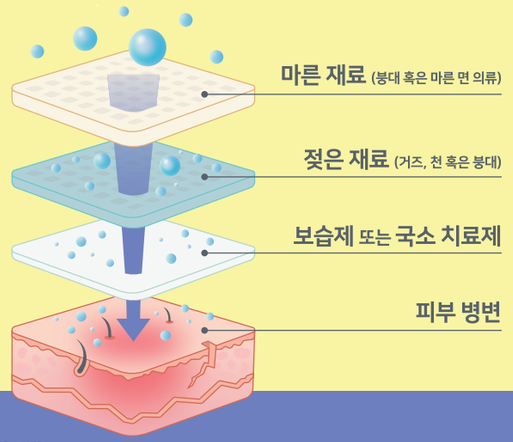
젖은 드레싱 요법이란?

Wet Wrap Therapy, WWT

아토피피부염은 만성적으로 피부에 발생하는 알레르기질환입니다. 영·유아기의 심한 가려움증과 습진성 발진이 특징적이며, 성인이 되어서도 악화와 호전을 반복하게 됩니다. **젖은 드레싱 요법은 보습제 또는 국소 치료제를 바른 피부를 젖은 재료(거즈, 천, 혹은 붕대)로 병변 부위를 감싸고 마른 재료(붕대 혹은 마른 면 의류)를 덧대어 피부 수분 손실을 막고 치료 효과를 높이는 방법**입니다. 특히 아토피피부염의 심한 병변이나 치료에 반응이 없는 만성적인 부위 혹은 급격한 증상 악화 시 증상 개선을 위해 사용합니다.



[출처]
- 2023 아토피피부염 진료지침, 대한 소아알레르기 호흡기학회
- 2024 한국 아토피피부염 치료 가이드라인, 대한아토피피부염학회
- 대한아토피피부염학회 Wet Wrap Dressing Tutorial (YouTube)

효과

1 피부 보습 및 진정 극대화
피부 수분 공급 및 보습 효과를 높여줍니다.

2 가려움·진물 완화
피부 온도를 낮춰 가려움을 줄이고, 습윤 유지 및 염증 완화에 도움을 줍니다.

3 흡수율 증가
바르는 보습제나 처방에 따른 치료제(국소 스테로이드 등)의 피부 침투를 도와 치료 효과를 높여줍니다.

4 피부장벽의 보호 및 기능 회복
긁는 것을 막아 피부 손상을 줄이는 물리적인 보호 기능을 하며, 벗겨진 부위의 치유가 촉진되는 효과가 있습니다.

5 삶의 질 개선
야간에 적용 시, 가려움으로 인한 수면 방해를 줄여 숙면을 돕습니다.

6 스테로이드 흡수의 잠재적인 부작용 최소화
국소 스테로이드와 보습제를 희석하여 사용할 경우, 그 부작용을 최소화할 수 있습니다.

대전광역시 아토피·천식 교육정보센터 | 이용방법

상담시간 | 평일 오전 9시 ~ 오후 6시
상담문의 | 1600-9916
온 라 인 | www.allergyinfocenter.co.kr
allergyinfocenter
대전아토피천식교육정보센터
대전아토피천식교육정보센터
대전아토피천식교육정보센터

질병관리청 대전광역시 대전광역시 아토피·천식 교육정보센터

대한 소아알레르기 호흡기학회 | 대한이비인후과학회
대한천식알레르기학회 | 대한피부과학회 | 한국천식알레르기협회

본 자료는 질병관리청과 대전광역시의
'시·도 아토피·천식 교육정보센터 운영사업'을 통해 제작되었습니다.
자료 사용 시 사전에 이용허락이 필요하며 무단 전재나 복제, 편집을 금합니다.

아토피피부염 관리

집에서 실천하는 젖은 드레싱 요법

Wet Wrap Therapy, WWT



대전광역시
아토피·천식 교육정보센터

적용 방법

이렇게 준비하고, 적용하세요!

준비물

- ☑ 면으로 된 붕대(토시형) 또는 얇고 부드러운 면 거즈/붕대
- ☑ 미지근한 깨끗한 물 혹은 상온에 둔 생리식염수, 대야
- ☑ 사용 중인 보습제, (필요시) 국소 스테로이드제
- ☑ 마른 붕대(토시형) 또는 마른 면 의류

1 피부를 깨끗이 씻습니다.

5~10분간 미온수(약 34℃) 샤워 또는 목욕으로 피부의 이물질을 부드럽게 씻고, 가볍게 물기를 닦아줍니다.

2 보습제를 바릅니다.

- **보습제만 사용하는 경우:** 목욕/샤워 후 3분이내, 전신(또는 적용 부위)에 보습제를 충분히 바릅니다.
- **국소 스테로이드제를 병행하는 경우(반드시 의료진의 처방과 지시가 필요함):** 다음 중 한가지 방법으로 시행합니다.
  - 병변부 국소 도포: 처방된 스테로이드제를 병변부에 먼저 얇게 바르고, 그 외 전신 피부에는 보습제를 바릅니다.
  - 희석 도포: 의료진이 지시한 비율(예: 1:10 등)대로 스테로이드제와 보습제를 섞어 병변 부위에 바릅니다.

※젖은 드레싱 요법은 흡수율이 매우 높으므로, 절대 임의로 스테로이드의 종류, 강도, 희석 비율을 결정해서는 안됩니다.

3 미지근한 깨끗한 물(또는 상온에 둔 생리식염수)에 적신 멸균 거즈/토시형 거즈로 병변 부위를 덮어줍니다.



준비한 멸균 거즈/토시형 거즈를 미지근한 물(또는 생리식염수)에 적신 뒤 물방울이 떨어지지 않을 정도로 살짝 짜고서 해당 부위 또는 전신을 감쌉니다.

4 깨끗한 마른 천이나 붕대로 한 번 더 피부를 덮어줍니다.



젖은 거즈/토시형 거즈로 감싼 부위 위에 마른 붕대/마른 면 의류를 한 번 더 입혀 수분이 오래 유지되도록 합니다.

5 제거 시 충분히 젖은 상태에서 돌돌 말아가며 벗겨냅니다.



겉의 마른 옷을 벗고, 샤워기로 물을 뿌리면서 서서히 돌돌 말아가며 벗겨냅니다. 제거 후 반드시 보습제를 다시 발라 피부를 보호해 줍니다.

적용 대상 및 적응증

- 의료진의 권유를 받았을 때
- 급성 악화로 심한 가려움, 발적, 진물, 부종 등이 발생한 경우
- 기존의 보습제나 국소 치료제만으로 조절이 어려울 때

주의 사항

“ 젖은 드레싱 요법은 단기 집중 치료!
병변의 삼출(진물)이 멈출 때까지만 시행합니다. ”

의료진 지도

감염의 위험을 줄이고 부작용 등의 모니터링을 위해 시행 전에 **의료진의 지도 및 교육이 필요**합니다.

감염 주의

피부에 진물이 심하거나, 노란 딱지, 물집, 또는 고름이 관찰되는 등 감염이 의심되는 경우 사용해서는 안 됩니다. 손 위생을 철저히 하고, 장기간 적용 시 피부감염 위험이 있으니 의료진 지시에 따라 단기간만 시행해야 합니다.

위생 관리

사용한 거즈/의류는 매번 **반드시 깨끗이 세탁하거나 새것으로 교체**합니다.

국소 스테로이드제 사용시

젖은 드레싱에 사용할 수 있는 국소 스테로이드제는 하이드로코티손과 같이 약한 스테로이드들이며, **장기간 사용하는 것은 스테로이드 전신 흡수의 문제가 발생할 수 있습니다.** 따라서 반드시 전문가와 상의 후 치료를 받아야 합니다.

적용 시간

- **마르지 않게 유지하는 것이 중요합니다.**
  - 적용 시간은 환자의 상태나 연령에 따라 다르므로 의료진의 지시를 따릅니다.
  - 일반적으로 최소 2~3시간 적용하거나, 거즈가 마르기 전(약 2~3시간마다) 새것으로 교체하여 촉촉하게 유지합니다.
  - 움직임이 적은 저녁 시간이나 수면 시에 적용하는 것 이 효과적이며, 이 경우 아침에 제거할 수 있습니다. (단기간(1~2주) 시행 권장)

압박 확인

거즈를 너무 세게 감지 않도록 주의해야 합니다.

이상 반응 시

화끈거림, 통증, 발진, 참을 수 없는 가려움증 등 **이상 증상이 나타나거나 감염 징후(위 '감염 주의' 항목 참조)가 보이는 경우, 넓은 부위 적용 시 체온이 떨어지고 오한이 느껴지는 경우 중단**하고 전문가와 상의합니다.