

## 신생아 황달

아기의 탄생을 진심으로 축하 드립니다. 아기가 첫 1 주를 안전하고 건강하게 지내려면

1. 산부인과 퇴원 전에 아기에게 황달이 있는지 꼭 확인하세요.
2. 모유수유 중이면 젖을 잘 먹일 수 있도록 필요한 도움을 받으세요.
3. 생후 3-5 일 쯤 소아청소년과 의사의 진찰을 꼭 받으세요.

**다음은 황달에 대해 꼭 알고 계셔야 할 사항입니다.**

### 황달이란 무엇일까요?

황달은 흔히 신생아 피부에서 볼 수 있는 노란색을 말하며 아기의 피 속에 빌리루빈이라는 물질이 많아져 생기는 것입니다.

### 신생아는 왜 황달이 잘 생기나요?

사람 피 속에는 빌리루빈이 있는데 이는 간에서 제거됩니다. 출생 전에는 엄마의 간이 아기를 대신해서 이 일을 합니다. 아기의 간이 효과적으로 빌리루빈을 제거하기 위해서는 며칠이 걸리므로 아기들은 대부분 출생 후 첫 수일 간 황달이 생깁니다.

### 황달이 생긴 것을 어떻게 알 수 있나요?

황달이 있는 아기는 대개 피부가 노랗게 보입니다. 황달을 확인할 수 있는 가장 좋은 방법은 햇빛이나 형광등 같은 밝은 빛 아래서 자세히 아기를 살펴보는 것입니다. 황달은 빌리루빈 수치가 증가함에 따라 흔히 얼굴에서 시작해서 점차 가슴, 배, 양 팔과 다리로 진행합니다. 눈의 흰 자위도 노랗게 보입니다. 피부가 짙은 아기는 황달을 눈으로 확인하는 것이 좀 더 어려울 수 있습니다.

### 황달이 아기에게 해가 되나요?

대부분은 해롭지 않은 가벼운 황달이지만, 특수한 경우 빌리루빈 수치가 아주 높아져서 뇌 손상을 일으킬 수도 있습니다. 때문에 신생아 황달은 주의 깊게 확인하고 빌리루빈 수치가 높아지는 것을 예방하기 위해 치료를 해야 합니다.

### 황달이 있는지 어떻게 확인하나요?

출생 후 첫 수일 동안 아기에게 황달이 있는 것처럼 보이면 소아청소년과 선생님이 빌리루빈 수치를 확인하기 위해 혈액 검사를 할 것입니다. 태어난 지 24 시간이 되지 않은 아기에게 황달이 생기면 반드시 빌리루빈 수치를 검사해야 합니다. 만 하루 이후 생긴 황달에 대해 검사를 해야 할 지는 아기가 태어난 후 지난 시간, 황달 정도, 그리고 아기에게 황달이 더 잘 생기거나 확인하기 어려운 요인이 있는지 여부에 따라 결정됩니다.

### 모유수유가 황달에 영향을 주나요?

황달은 분유수유아보다 모유수유아에서 더 잘 생기지만, 주로 젖을 잘 먹지 못한 아기들에게서 나타납니다. 모유수유 중이라면 첫 수일 동안 하루에 적어도 8-12 번은 젖을 먹여야 합니다. 이렇게 하면 젖양이 충분히 늘게 되고 빌리루빈 수치를 낮추는 데도 도움이 됩니다. 모유수유하는 데 힘든 점이 있으면 의사나 간호사, 수유상담가에게 도움을 청하십시오. 모유는 아기에게 최상의 음식입니다.

### 산부인과에서 퇴원하면 언제 다시 병원에 가야 하나요?

일반적으로 아기의 빌리루빈 수치가 가장 높을 때인 **출생 후 3-5 일째** 소아청소년과 선생님께 진찰을 받는 것이 아주 중요합니다. 이 외래 날짜는 퇴원 시기와 그 외 다른 요소에 따라 아기마다 달라질 수 있습니다.

### 황달에 더 주의해야 하는 경우는?

어떤 아기는 빌리루빈 수치가 더 높아질 위험이 있으므로 산부인과 퇴원 후 좀 더 일찍 진료를 받아야 합니다. 다음 사항에 해당된다면 좀 더 빨리 외래 진료를 예약해야 하는지 의사에게 문의하십시오.

- 산부인과 퇴원 전 빌리루빈 수치 증가
- 예정일보다 2주 이상 일찍 출생
- 출생 후 첫 24 시간 이내에 발생한 황달
- 모유수유가 잘 확립되지 않음
- 진통과 분만 중 두피에 멍이 들거나 피가 난 경우
- 부모나 형제가 빌리루빈 수치가 높아 광선치료를 받았던 경우

### 어떨 때 곧 병원에 가야 하나요?

- 아기 피부가 더 노랗게 될 때
- 아기의 배, 양 팔과 다리가 노랗게 될 때
- 아기 눈의 흰자위가 노랗게 될 때
- 황달이 있는 아기를 깨우기가 힘들거나 보채고, 젖이나 분유를 잘 먹지 않을 때

### 위험한 황달을 어떻게 예방할 수 있나요?

가벼운 황달은 대개 치료할 필요가 없습니다. 치료가 필요할 때는 아기 옷을 벗긴 후 특수 광선 밑에 두면 빌리루빈 수치가 떨어집니다. 황달은 뇌 손상이 올 수 있는 것보다 훨씬 더 낮은 수치에서 치료를 시작합니다. 치료를 하면 황달로 인한 위험한 결과를 감소시킬 수 있습니다.

아기를 햇빛에 쬐이는 것은 황달 치료의 안전한 방법이 아닙니다. 아기를 햇빛에 노출시키면 빌리루빈 수치를 낮추는 데는 도움이 될 수 있으나, 이는 아기를 완전히 발가벗긴 상태에서만 가능합니다. 집 안에서 벗기면 너무 추워 안전하지 않으며, 햇빛 화상의 위험이 있으므로 신생아를 밖에서 직사 광선에 노출시켜서는 절대로 안됩니다.

### 황달은 언제쯤 없어지나요?

모유수유아는 흔히 황달이 2-3 주 이상 가기도 합니다. 분유수유아는 대부분 2 주 정도면 사라집니다. 3 주 이상 황달이 지속되면 소아청소년과 선생님께 진료를 받으시기 바랍니다.