

[독감 · 코로나 백신] 독감 백신 맞고 무릎 히알루론산 관절 주사 맞아도 될까요?

전문의가 명쾌하게 알려주는 시니어 관절 주사 안전 가이드

안녕하세요, 어르신들의 튼튼한 무릎과 건강한 노후를 응원하는 건강 길잡이입니다.

찬 바람이 불어오는 10월과 11월이 되면, 많은 어르신들께서 독감(인플루엔자) 백신과 코로나19 예방접종을 위해 병원을 찾으십니다. 이때 퇴행성 관절염으로 무릎에 히알루론산 관절강내 주사(연골주사)를 맞고 계신 어르신들께서 자주 문의하시는 내용을 명쾌하게 정리해 드립니다.

자주 묻는 질문:

- "어제 독감 백신 맞았는데 오늘 무릎에 연골주사 맞아도 괜찮을까요?"
- "무릎 주사 맞고 바로 독감이나 코로나 백신 맞으러 가도 되나요?"

결론부터 시원하게 말씀드리면, "네, 아무 걱정 없이 맞으셔도 됩니다!" 의학적 원리와 논문 근거를 차근차근 설명해 드리겠습니다.

1. 무릎 관절염에 대한 최신 의학적 이해

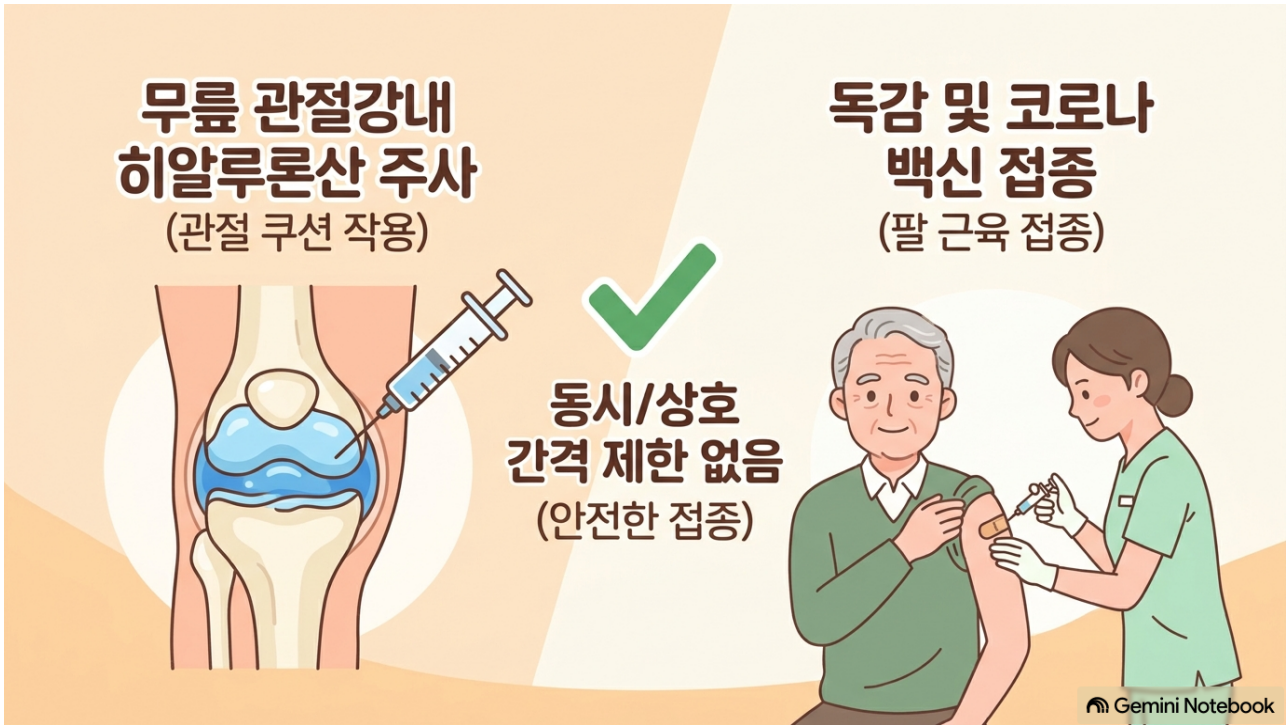
최신 의학 연구에 따르면, 퇴행성 관절염은 단순한 '연골 마모'가 아니라 유전적 소인(가족력), 관절 내 세포 감각 스위치(PIEZ01 등)의 기계적 자극 수용, 그리고 관절 미세 환경의 복합 작용으로 발생합니다 [10, 11].

무릎 관절강 내에 투여하는 히알루론산 주사는 관절액의 핵심 성분을 보충하여 뼈와 뼈 사이의 마찰을 줄이고 물리적 윤활 및 쿠션 작용을 제공하는 매우 안전한 치료입니다 [1].

2. 왜 백신과 히알루론산 주사는 상호작용이 없을까요?

① 작용 위치가 완전히 다릅니다: 독감 · 코로나 백신은 팔 근육(삼각근)에 주사하여 전신 면역 항체를 만듭니다. 반면 히알루론산 주사는 무릎 관절 주머니(관절강) 내부 국소 부위에만 머무릅니다 [1].

② 면역 억제 작용이 없습니다: 일명 '뼈주사'인 스테로이드 주사와 달리, 히알루론산은 면역을 억제하지 않는 인체 친화적 천연 성분입니다. 따라서 백신의 항체 형성(면역력 생성)을 전혀 방해하지 않습니다 [1, 10].



[그림 1] 무릎 관절강내 히알루론산 주사 및 백신 접종 안전 가이드

3. 뼈주사(스테로이드) vs 히알루론산 주사 비교

- 스테로이드 관절 주사: 전신 면역에 일시적 영향을 줄 수 있어 백신 접종 전후 1~2주 간격을 두는 것이 권장됩니다 [1, 9].
- 히알루론산 관절 주사: 면역 억제 작용이 없어 대기 시간 없이 백신과 동시 또는 연속 접종이 가능합니다 [1].



[그림 2] 시니어 관절 건강과 백신 접종 3대 안전 수칙

4. 어르신 자주 묻는 질문 TOP 3 (Q&A)

Q1. 독감 백신 맞은 당일에 무릎 히알루론산 주사를 맞아도 되나요?

A1. 네, 안전합니다! 작용 위치와 원리가 달라 서로 영향을 주지 않습니다 [1]. 다만 몸 컨디션이 편안한 날 접종받으시는 것을 추천합니다.

Q2. 무릎 주사 맞은 후 며칠 뒤에 백신을 맞아도 되나요?

A2. 특별히 기다리실 필요가 없습니다 [1]. 히알루론산 주사는 무릎 관절강 내 국소 작용만 하므로 당일이나 다음 날 맞으셔도 안전합니다 [1, 10].

Q3. 뼈주사(스테로이드)와 연골주사(히알루론산)는 백신 간격이 다른가요?

A3. 네! 뼈주사는 1~2주 간격 조절이 필요하지만, 히알루론산 연골주사는 간격 제한 없이 접종하실 수 있습니다 [1, 9].

5. 어르신을 위한 결론 및 안내

어르신, 독감과 코로나 예방접종 계절에 무릎 관절 치료를 미루실 필요가 전혀 없습니다. 담당 의사 선생님의 설명대로 히알루론산 주사는 무릎 관절을 안전하게 보호하며 백신 항체 생성을 방해하지 않습니다. 백신 접종으로 감염병도 예방하시고, 관절 주사로 무릎 건강도 지키시기 바랍니다!

6. 인용 논문 및 의학적 출처 (References)

1. Hong SM, Park YW, Choi EJ. Steroid injections in pain management: influence on Coronavirus disease 2019 vaccines. Korean J Pain. 2022;35(1):14-21. [PMID: 34965978]
2. Gotkin RH, Gout U, Sattler S, et al. Addressing the safety of hyaluronic acid dermal filler injections during SARS CoV-2 vaccination. JPRAS. 2021;74(12):3474-3502. [PMID: 3450141]
3. Munavalli GG, Guthridge R, Knutsen-Larson S, et al. COVID-19/SARS-CoV-2 virus spike protein-related delayed inflammatory reaction to HA fillers. Arch Dermatol Res. 2022;314(1):1-15. [PMID: 33559733]
4. Savva D, Battineni G, Amenta F, Nittari G. Hypersensitivity reaction to HA dermal filler after Pfizer vaccination. IJID. 2021;113:233-235. [PMID: 34597761]
5. Ortigosa LCM, Lenzoni FC, Suárez MV, et al. Hypersensitivity reaction to HA dermal filler after COVID-19 vaccination: A series of cases in Brazil. IJID. 2022;117:114-116. [PMID: 35051627]
6. Shavit R, Maoz-Segal R, Iancovici-Kidon M, et al. Late Hypersensitivity Reactions to BNT162b2 Vaccine and Exposure to HA. Life. 2022;12(12):2021. [PMID: 36556386]
7. Bulatova NR, Zayed AA, Hijjawi UQ, et al. Painful subacute thyroiditis occurring after influenza vaccine and HA filler. Medicine. 2022;101(47):e29120. [PMID: 36482537]
8. Al-Ghamdi FA, et al. Delayed inflammatory reaction to HA lip filler after Pfizer COVID-19 vaccine. Heliyon. 2023;9(8):e18274. [PMID: 37600100]
9. American Academy of Orthopaedic Surgeons (AAOS). Timing of musculoskeletal cortisone injections and COVID vaccine administration. AAOS Guidance, 2021.
10. Hoxha A, Striani G, Lovisotto M, Doria A, Ramonda R. COVID-19 vaccine and the risk of flares in inflammatory arthritis: a systematic literature review and meta-analysis. Front Immunol. 2024;15:1503895. [PMID: 39502120]
11. Chen Y, Zhang Y, Hong W, Luo S. Changes of Tissue Reactions on Various HA Filler Under Immune Stress Status: An In Vivo Study. Aesthetic Plast Surg. 2026;50(1):112-125. [PMID: 39134935]