光州日報·전남대병원 공동 주최

테마가 있는 시민 건강 강좌 ——— 만성 신장질환

우유·콜라 등 인산 많은 제품 피해야

광주일보사와 전남대병원이 공동 주최한 '제18회 테마가 있는 시민건강강좌'가 24일 오후 전대병원 5동 1층 강당에서 시민 100여명이 참석한 가운데 열렸다. 이날 강좌에서는 전대병원 신장내과 김남호 교수가 강사로 나서 '만성 신장질환과 투석치료'를 주제로 강연했다. 〈전대병원 제공〉

식이요법으로 신부전 진행 늦추고 요독증상 완화
혈액투석 받지 않을땐 단백질 하루 0.5g만 섭취

신장(腎臟·kidney·콩팥)은 우리 몸의 혈액을 걸러 노폐물을 소변으로 배설시키는 역할을 한다. 또 수분과 전해질 평형을 조절하는 호르몬의 작용을 받아 몸의 내부 환경을 일정하게 유지시키는 역할도 한다. 적혈구 생성 호르몬 및 활성화 비타민 D 등을 분비하기도 한다.

따라서 신장에 질환이 발생하면 신장 기능에 이상을 초래할 수 있고, 이러한 신장의 기능이 점차 회복 불가능한 방향으로 진행될 경우 '만성 신장질환'에 빠질 우려가 있으므로 주의해야 한다.

◇**만성 신장질환**(chronic renal disease) **이란?**=다양한 원인에 의해 비 가역적인 신원(nephron·콩팥의 피질에 있는 공 모양의 조직에 연결된 오줌을 만드는 기관)의 감소와 신장 기능의 소실을 초래해 결국은 90% 이상이 말기신부전(end-stage renal disease)로 진행한다. 말기신부전은 생명을 위협하는 요독으로부터 벗어나기 위해 평생 투석이나 이식과 같은 신 대체치료를 받아야 하는 일련의 병태생리적 변화를 보이는 질환이다. 실제 임상에서는 3~6개월 이상의 신기능의 감소가 혈청 크레아티닌(creatinine)수치의 증가나 Ccr의 감소를 통해 확인된 경우에 해당된다.

혈청 크레아티닌 수치의 증가나 Ccr의 감소는 급성 신부전의 소견이기도 하므로 신장의 크기, 빈혈의 유무, 신성 골이영양증(renal osteodystrophy)의 유무 등의 소견을 종합해 두 증후군을 감별해야 한다.

◇**신장 기능 악화 원인**=만성 신부전 환자의 증세가 갑자기 악화하는 경우는 체액변화 특히 체액감소·요로폐쇄·요로 감염·신독성 물질·고혈압의 악화 등이 원인이다.

이 같은 원인을 조기에 발견해 적절한 치료를 하는 것이 매우 중요하다.

◇**어떻게 처치를**=병의 초기와 중기엔 식이요법과 약물요법이 치료의 주류를 이루지만 말기가 되면 콩팥기능이 현저히 떨어지기 때문에 투석요법이나 신장이식과 같은 콩팥기능을 대신할 대체요법을 받지 않으면 생명을 유지할 수 없다.

식이요법의 목표는 첫째 신부전의 진행을 늦추고 둘째 적절한 영양상태를 유지하며, 요독증상을 완화시키는 데 있다.

혈액투석을 받지 않는 경우 1일 0.5~0.6g/kg 정도의 단백질 공급을 하며, 이중 70% 정도는 생물학적으로 순위가 높은 단백으로 충당한다.

다른 방법으로는 0.3g 이하의 단백질과 필수아미노산을 포함한 식사를 할 수도 있다.

칼로리의 경우는 최소 1일 35Kcal/kg정도가 필요하며, 비단백 열량의 40%는 지방, 60%는 탄수화물로 보충하는 게 좋다. 지방은 다불포화성과 포화성 지방산의 비를 1 : 1로 유지하는 것이 필요하다.

인산섭취 제한은 단독으로 신질환의 진행을 막을 수 있기 때문에 대단히 중요하다. 단백을 제한하면 인산 제한 효과가 같이 있으며 특히 낙농제품이나 콜라류는 인산이 높아 피하는 것이 좋다. 염분 및 수분도 요량 및 체액상태에 따라 다르지만, 요량이 거의 없는 환자에서는 1일 나트륨을 2gm이하를 제한하는 것이 필요하다. 약물요법은 신장 기능에 맞게 용량조절이 필수다.

◇**합병증의 치료**=고혈압의 경우 신장 기능 악화를 초래하는 가장 중요한 인자이므로 어떠한 방법을 사용해서라도 정상 혈압을 유지해야 한다. 저나트륨 혈증은 그 정도가 심한 경우 체액증가나 고혈압의 악화가 없는 범위내에서 치료해야 하며, 돌연사의 원인이 될 수 있는 고칼륨 혈증은 식이요법과 약제로 조절이 가능하다. 신장질환과 동반되는 고지질 혈증은 심혈관계 질환이 원인이므로 적절한 치료가 필요하며, 심낭염이나 심낭삼출이 발생하면 투석요법을 시행해야 한다. 빈혈 또한 신장에 큰 영향을 미치기 때문에 원인에 따른 치료가 필수적이다.

김남호 〈전남대병원 신장내과 교수〉

5세때 까지 고압선 근처 살면 암 걸릴 위험 5배

호주 연구팀 임상 연구 결과

어린 시절 고압선 근처에 살았던 사람은 암에 걸릴 위험이 5배까지 높아진다는 연구 결과가 호주에서 나왔다.

호주 태즈메이니아대학 연구팀은 850명 이상의 환자들을 대상으로 전기자장과 백혈병, 림프종, 다발성 골수종 등 각종 암과의 상관관계를 연구한 결과 그 같은 사실을 발견했다고 최근 호주 언론들이 보도했다.

연구팀은 5세 때까지 고압선으로부터 300m 이내 지역에 산 사람들은 암 발병 위험이 5배나 높아지는 것으로 나타났으며 15세 이전의 어떤 시기에 고압선 근처에 산 사람들은 암에 걸릴 위험이 3배 정도 높아지는 것으로 조사됐다고 밝혔다.

연구에 따르면 어린 시절 잠시 고압선 50m 이내 지역에 살았던 사람들은 고압선 300m 밖에 살았던 사람들보다 암에 걸릴 위험이 2배나 높다.

또 고압선의 전압이 높을수록 부근에 살았던 사람들의 암 발병 위험도 더 높아지는 것으로 나타났다.

연구팀을 이끌었던 레이 로웬탈 교수는 전기자장과 암 발병과의 상관관계는 20년 넘게 논란이 되고 있는 사안이라면서 "그러나 장기적으로 건강에 해를 미친다는 증거는 아직까지 확실하게 밝혀진 적이 없다"고 말했다. /연합뉴스

조선대병원 의무기록 종이 없앴다
50억원 들여 EMR 시스템 개발

종이 없는 전자 의무기록 시스템이 광주·전남에 도입된다.

조선대병원은 환자의 모든 진료정보를 관리하고 검색하는 디지털 시스템 EMR(Electronic Medical Record)을 개발, 내달 1일부터 운영에 들어간다.

EMR 시스템은 50억원을 투자해 14개월여 만에 완성한 것으로, 처방 내역과 진료내용을 의사들이 단시간에 정확하게 파악할 수 있다. 또 종이 의무기록부 열람 및 대출이 없어져 의사들의 잡무가 크게 줄어들 것으로 보인다.

홍순표 조선대병원장은 "환자들의 진료 자료를 100% 정보화, 각종 임상연구 등에 활용할 것"이라며 "EMR은 환자에 대한 양질의 의료서비스로 이어지는 효과를 나타낼 것으로 기대된다"고 말했다.

한편 조선대병원은 OCS(처방전달시스템), PACS(영상전달시스템), 유비쿼터스병원(U-Hospital) 등을 구축했으며 암 조기발견 장비인 Pet-CT를 도입해 다음달 11일 전문진료센터를 개원한다. /최권일기자 cki@kwangju.co.kr

M 의료 라운지 medical lounge

화순 전대병원 60대 신장암 무료 수술

김영진 화순 전남대병원장〈왼쪽〉이 신장암 무료 수술을 받은 정씨를 격려하고 있다. 〈화순 전대병원 제공〉

화순 전남대병원이 지난 22일 가정형편이 어려워 신장암 수술을 받지 못하고 있는 정모(65·고흥군 금산면)씨를 대상으로 무료 수술을 펼쳤다.

정씨는 지난 5월 화순 전남대병원이 실시한 '찾아가는 진료'에서 이상 소견을 보여 병원 외래에서 추가 진료를 받았던 환자다.

하지만 가정형편이 어려워 수술을 받지 못할 처지였고, 이 같은 사실을 안 화순 전대병원 측은 정씨에게 무료 수술을 해주기로 한 것이다.

정씨는 4시간여에 걸친 수술을 받았고, 현재 회복단계에 있다.

정씨는 "병원에 계속 다니면서도 암이라고는 생각지도 못했다"면서 "먼 시골까지 진료를 와 준데다 암까지 찾아내 무료 수술을 해 준 데 대해 뭐라 감사를 드려야 할지 모르겠다"고 감사의 뜻을 전했다.

한편 화순 전대병원은 지난 2005년부터 매년 완도·고흥군 등지에서 '찾아가는 진료'를 해 402명의 환자를 진료했고, 함평·고흥군과 협약을 체결해 2004년부터 41차례에 걸쳐 177명의 환자에게 원격진료를 시행했다.

월촌 전남대 의과대학 안과 심포지엄

전남대 의과대학 안과학교실(주임교수 박영걸·사진)은 지난 26일 오전 명학회관 대강당에서 '포도막염'을 주제로 '제12회 월촌 전남대 의과대학 안과 심포지엄'을 개최했다.

이날 심포지엄에서는 6개의 섹션으로 나뉘어 ▲가면증후군(Masquerading syndromes) ▲유리체 절제술(Vitrectomy) ▲레이저광응고술과 광역학치료(Laser and PDT) 등 22개 주제 발표와 토론으로 진행됐다.

또 이날 일본 구주대학 Koh- Hei Sonoda 교수의 '염증반응과 혈관생성'(Inflammation and angiogenesis)이라는 주제 특강도 함께 열렸다.

월촌 심포지엄은 고(故) 박병일 전남의대 명예교수를 기리기 위해 매년 개최되고 있다.

자궁경부암 백신 '가다실' 내달 출시
내달 4~5일 광주 설명회

한국엠에스디는 자궁경부암 예방백신 가다실(GARDASIL)의 국내출시를 앞두고 오는 9월 4~5일 광주 김대중컨벤션센터에서 심포지엄을 개최한다.

이번 심포지엄에서는 ▲자궁경부암 질환의 국내 현황 ▲가다실의 효능 ▲자궁경부암 예방을 위한 의학 전문가들의 역할에 대한 논의가 이뤄진다.

지난 6월 말 식약청으로부터 국내 사용 승인을 받은 가다실은 9월 말부터 전국 병·의원에서 접종이 가능할 전망이다.

한국엠에스디의 올레 나코네 상무는 "이번 심포지엄에서 가다실에 대한 가장 최신의 정보를 상세히 전달함으로써, 향후 많은 청소년과 젊은 여성들이 가다실 백신 접종의 혜택을 볼 수 있기를 기대한다"고 말했다. 행사 문의 : 02-557-2045. /최권일기자 cki@