

[ 건강·의료 ]

光州日報·전남대병원 공동 주최

헤마가 있는 시민건강강좌

심근경색증의 예방과 치료

트랜스 테라피

레이저침으로 피부 재생 촉진
흉터 없애고 안면 홍조 치료

흉터나 상처를 완화하거나 없애는데 침을 이용한 방식이 눈길을 끌고 있다.

여드름 흉터는 비교적 작을지라도 얼굴에 광범위하게 퍼져 있는 것이 보통이다. 한두 개의 흉터라면 피부 이식이나 각종 성형수술로 쉽게 처리할 수 있을 것이나...

그러나 여드름이 얼굴 곳곳에 퍼져 있다면 흉터를 잘라내고 재접합시키는 수술적인 요법을 하더라도 무리가 따를 수 밖에 없다. 흉터가 심할 경우 한꺼번에 수술을 할 수 없을 뿐만 아니라 수차례 걸쳐 나눠서 해야 하는 등 시간적인 번거로움도 무시할 수 없다.

이 때문에 최근에는 여드름 흉터나 색소, 붉은 자국, 모공 확장, 안면 홍조 등의 치료를 잘라내고 재접합시키는 절제술이나 보형물을 넣기 보다는 피부에 적당한 자극을 주어 피부가 스스로 자라나고 회복하는 자연 재생의 치료법이 애용되고 있다. 이는 여드름 흉터 및 유사 질환의 치료를 기계나 시술법에 전적으로 맡기거나 보다는 의사나 시술은 좋은 환경을 만들어 주는 기초 역할을 할 뿐이고, 잘 치료되거나 그렇지 않고는 본인의 재생력이 좌우한다는 견해에 따른 것이다.

피부의 재생력을 이용한 가장 일반적인 방식이 미세한 침을 이용한 방식이다.

이중 프락셔널 레이저는 아주 미세한 레이저 침으로 피부를 자

극하고, 재생력을 높일 수 있는 정도의 피부손상으로 피부가 재생되도록 도와주는 치료법이다. 또 콜라겐이나 스텔라형의 침을 이용한 멀티플 요법 역시 레이저를 대신해 직접적으로 침을 이용해 자극과 상처를 범으로써 재생을 유도하는 치료법이다.

이 같이 침 등으로 피부의 재생력을 촉진해 흉터를 줄이거나 없애는 방법을 트랜스 테라피(Trans Therapy)라고 한다. Trans는 초월, 완전한, 변화, 이식 등을 뜻하며 Therapy는 요법, 치료를 의미한다. 즉 기존의 여드름 흉터 치료법의 한계를 초월한 요법, 흉터가 있는 피부의 안전한 변화, 흉터에 미세하게 새 피부를 이식한 듯한 효과를 내는 치료법이란 의미를 담고 있다.

트랜스 테라피는 기존의 자극 요법에서 한 단계 발전시켜 침 형태의 자극을 다양한 형태의 복합 자극으로 바꾸고 피부가 재생할 수 있도록 피부가 스스로 자라나고 회복하는 자연 재생의 치료법이 애용되고 있다. 이는 여드름 흉터 및 유사 질환의 치료를 기계나 시술법에 전적으로 맡기거나 보다는 의사나 시술은 좋은 환경을 만들어 주는 기초 역할을 할 뿐이고, 잘 치료되거나 그렇지 않고는 본인의 재생력이 좌우한다는 견해에 따른 것이다.

초기에는 바스카 형태의 흉터를 만들었는데 그 초점이 맞춰졌으나 콜라겐 흉터, 아이스크림 흉터, 모공성 흉터를 치료하는 시술법이 보충되고 치료 범위가 확장돼 넓은 모공을 치료하고 여드름 재발 방지에 뛰어난 임상결과를 나타내고 있다.

(도움말=서동철 후 한의원장) /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

6시간내 병원 도착해야 심장 피사 막아

심근경색증이란 심장의 혈관(관상동맥)이 막혀서 심장이 피사(색음)되어 생기는 질환이다. 인간의 질병 중 가장 사망률이 높아 병원에 도착하기 전에 50% 정도가 사망하고 병원에 도착해 적극적인 치료를 하여도 사망률이 10% 정도이다. 2002년 1월부터 2004년 6월까지 전남대병원 심장계 중환자실에 입원했던 2천81예 중 155예가 사망해 사망률은 7.4% 이었다.

고혈압·흡연 원인...질병중 사망률 가장 높아
갑자기 가슴 통증 오면 전문의 진료 꼭 받아야

◇증상과 원인=심근경색증의 증상은 매우 심한 가슴 통증이 나타나고 식은 땀, 메스꺼움 등이 함께 나타난다. 심근경색증시 가슴의 통증은 찢어지고 쥐어짜는 듯한 통증이고 어깨나 팔로 퍼질 수 있다. 가슴의 통증은 인간이 느낄 수 있는 최고의 통증이라 흔히 표현한다.

일반적으로 동맥경화증, 협심증, 심근경색증에 관해 많이 혼동을 하나, 동맥경화증이란 혈관이 막혀서 생기는 병든 상태를 모두 말하고, 협심증(狭心症)은 심근 허혈 상태로 심장혈관(관상동맥)에 동맥경화증, 혈전, 혈관수축 등이 관여해 혈관이 좁아질 때 생기는 질환이다.

심근경색증(心筋梗塞症)이란 심근 피사 상태로 관상동맥이 동맥경화증, 혈전, 혈관수축에 의해 완전히 막혀서 생기는 질환을 말한다. 심근경색증의 발병 원인으로서는 고혈압, 흡연, 고지혈증, 당뇨병, 비만, 가족력으로서 부모 형제 중 심장병, 뇌졸중이 있는 경우가 많다.

심근경색증이 발생한 환자는 미리 나타나는 전조 증상을 경험한다. 즉, 가슴에 압박, 흉만감이 오거나 쥐어짜는 듯한 통증이 오거나 갑자기 가슴 중앙부로부터 어깨, 팔 등에서 통증이 느낀다. 식은땀이 나며 숨쉬기가 힘들면서 불쾌감을 느끼기도 하고 오목 가슴이 아프고 토할 수도 있다. 특별한 이유 없이 난생 처음 이상한 가슴 통증을 느꼈다면 병원을 찾아 심장 전문의

의 진료를 받아 보는 것이 중요하다. 특히 가슴이 30분 이상 아프면 반드시 대화 혹은 종합병원 응급실을 찾는 것이 좋다.

◇심근경색증이라고 생각되면=심근경색증이 일어났을 경우 가능하면 움직이지 말고 빨리 119를 불러 가까운 대학병원이나 종합병원 응급실로 가야한다. 119를 기다리는 동안 허 밑에 눕거나 누리는 니트로글리세린이 있으면 즉시 복용하고, 효과가 없는 단방약을 사용하거나, 제한적으로 오인해 손 끝을 따거나 약국, 한의원, 개인병원에서 시간을 낭비하지 말아야 한다. 심근경색증은 발병 6시간 이내에 병원에 도착해야만이 심장의 피사를 막을 수 있고, 늦어도 12시간 안에 내원해야 심근을 성공적으로 회복시킬 수 있다 (심근피사 예방시간은 6시간 이내).

◇치료와 예방=심근경색증의 대표적인 치료방법은 혈전용해제를 투여하거나 관상동맥 중재술을 시행해 막힌 심장혈관(관상동맥)을 풍선도자나 스텐트(혈관을 넓히는 스프링)를 이용해 뚫거나 넓혀주는 방법이다.

혈전 용해제를 사용하게 되면 전체 환자의 70% 정도는 혈전이 녹아서 혈관이 뚫리게 된다. 심한 경우 관상동맥 조영술을 실시해 혈전과 동맥경화증으로 막힌 관상동맥을 확인한 다음 관상동맥 중재술로 뚫어준다. 심근경색증 예방을 위해서는 규칙적인 운동



전남대병원 강당에서 열린 '헤마가 있는 시민건강 강좌'에서 정명호 교수가 심근경색증의 원인과 증상, 최신 치료법 등에 대해 설명하고 있다. (전남대병원 제공)

으로 적절한 체중을 유지해야 하고 고혈압, 당뇨병, 고지혈증이 있으면 약물과 식이요법 등으로 잘 조절해야 한다. 금연은 필수이며, 술을 되도록 절제하는 것이 좋고, 1년에 한번 정도는 정기검진을 받아야한다. 항간에서 많이 사용되는 단방 약에 의존하다가 더 큰 위험에 처할 수 있다.

심근경색증 환자의 식이요법은 병원에서 시술 후 초기에는 부드러운 음식을 소량씩 심장에 부담이 가지 않게 섭취하고, 2~3 일이 지나면 정상적인 식사를 할 수 있다. 기름기가 없는 음식을 심하게 섭취하는 것이 좋고, 금연과 술을 절제해야 한다.

심근경색증 치료 후 재활요법은 완전 회복까지 2개월 정도이다. 심근경색증 치료 후 1주 경에는 병원 복도에서 걷다가 퇴원하게 되는데, 퇴원 후 운동량을 점차 늘리다가 1~2 개월 후부터는 정상적으로 운동하고 직장에 복귀해 어느 때와 같은 일상생활이 가능하다.

부부관계는 심각한 합병증이 없는 환자에서는 2주 후부터 가능하고, 심근경색증후 1개월까지는 주로 배우자가 적극적인 자세를 취한 후, 2개월 후 부터는 정상적인 부부 생활이 가능하다. 무리한 육체적 운동 전이나 부부관계 전에는 비강약을 복용하면 심장에 부담을 덜어 줄 수 있어서 좋다.

흔히 우리는 자동차는 정기 점검을 하지만 우리 몸에서 가장 중요한 심장의 정기 점검을 소홀히 해 급성 심장사 발생해 온 가족이 불행해 지는 경우를 흔히 본다. 40대 이상이 되면 1년에 한 번씩 정기 검진하고 고혈압, 당뇨병, 고지혈증, 비만, 가족력, 흡연 등의 위험 요소를 갖고 있는 사람은 반드시 적극적으로 치료해 불행에 예방하도록 해야 한다. 심근경색증은 사망의 질병 중 가장 무서운 질병이지만 예방 가능하고 효과적으로 치료할 수도 있다.

(정명호 전남대병원 심장센터 교수) /정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

Advertisement for (주)남해관광 (South Sea Tourism Co., Ltd.) featuring various travel packages like '골프 투어' (Golf Tour), '홍도·백도 투어' (Hongdo/Baekdo Tour), and '해외 트레킹' (Overseas Trekking) with prices and details.

Large advertisement for (주)국민법률경제대 (National Law & Economics Co., Ltd.) providing legal and real estate services. It includes a detailed table of services and contact information for various branches across the country.