자궁내막증 발병 원인과 치료법

아랫배 쿡쿡…참다간 '불임' 키운다

매월 월경시기만 되면 하복부 통증을 동반한 생리통 때문에 일상 생활마저 못하는 이들이 많고, 이른 나이인 여고생의 경우도 진경제를 복용해야 하는 경우가 흔하다.

물론 미혼여성이 산부인과를 방문하는 것이 쉽지는 않다. 이런증상을 간과하는 경우도 많지만 만약 자궁내막증을 진단 받는다면 임신을 하는데는 크게 불리하게 되며, 심지어 난소와 자궁 주변 장기까지 파급돼 불임을 초래하는 경우가 많다.

자궁 내막조직은 원래 자궁내부에만 존재하는데 자궁내막 조직이 자궁 이외의 장소에 존재하는 것을 자궁내막증이라 정의한다. 병변은 주로 난소, 내장, 복막이나 분만시 절개부위에서 발견되며 가임여성의 3~4%, 불임여성의 25~35%에서 발견된다.

자궁내막증의 조직은 자궁내막과 마찬가지로 월경주기의 호르몬 변화에 반응해 매월 증식하고 탈락하면서 내출혈을 일으킨다. 그러나 정상 자궁내막과 달리 자궁 이외의 장소에 존재하므로 출혈이 생겨도 신체 외부로 빠져나갈 길이 없다. 이로 인해 나팔관, 난소, 복막등에 점처럼 자궁내막조직 세포들이 분포돼 나팔관의 원활한 기능을 방해하거나 난소·난관 주변에 유착을 일으켜 난포가 터지는 것을 방해해 배란장애를 유도하거나 복강내 스테로이드 호르몬의 양을 증가시키고 면역세포들의 변형을 일으켜 임신 시도시 수정·착상을 방해해 불임(난임)을 초래하기도 한다.

최범채 시엘병원 원장이 월경 과다증과 월경통에 시달리는 20대 자궁내막증 환자에게 치료 방법에 대해 설명하고 있다.

증상, 복부팽만·통증·월경 과다에 골반통 올 수도

수술요법, 흉터 없고 회복 빠른 복강경수술 선호

◇**자궁내막증 발병원인**=월경기간 중 난관을 통해 생리혈이 역류해 자궁내막세포가 타 장기에 착상된다는 가설이 있으며, 원시적인 복강내 세포가 어떤 인자의 자극을 받아 자궁내막세포로 변화한다는 가설도 있다. 또 혈액이나 임파절을 통해 자궁내막조직이 주변장기에 전이 된다거나 가족력이나 유전적 소인, 면역기능의 변화로 자궁내막증이 발생된다고 알려져 있다.

◇**자궁내막증의 증상**=가장 흔히 볼 수 있는 증상은 월경기간동안 통증, 복부팽만, 성교시 나 성교후의 통증, 불임(난임) 및 월경 과다증과 불규칙한 월경이다. 그 외에 피로, 월경 시 하복부 통증을 호소하며 이때 대부분 여성들은 골반 전체가 쑤신다는 표현을 많이 하고, 병변이 내장 깊숙히 침습된 경우는 변비나 배변통을 호소하기도 한다.

심한 경우는 뇨관에 병변이 침습해 요관 폐색을 초래해 신장에 소변이 고이는 합병증을 초래하기도 한다. 개인에 따라 자각증상이 없는 경우도 있지만 원인불명 불임(난임)증을 겪고 있는 여성은 반드시 자궁내막증과의 관련성을 의심해 봐야 한다.

◇**자궁내막증의 진단**=임상 증상의 문진 및 진찰이 중요하며, 특히 질 내진 시에 심한 하복부통증을 호소한다. 혈청학적인 검사, 초음파 검사 등으로 진단할 수 있으나 복강경 검사를 실시해 눈으로 직접 자궁내막증 병변을 확인하는 것이 제일 중요하다. 자궁내막증 병변의 특징적인 형태는 복막에 총알구멍 같은 병변이나 점상으로 화상을 입은 듯한 병변이 흩어져 있는 것이 관찰되며 주기적으로 출혈된 내용물이 유착조직 내에 고여있거나 난소에 혹이 형성돼 초콜릿 색깔을 보이는 내용물이 확인된다.

◇**자궁내막증의 치료**=생리통·골반통 등의 증상을 완화하기 위해 진통제, 소염제 등을 사용하는 '보존적 요법'과 자궁 내막조직의 성장을 촉진하는 에스트로젠의 작용을 억제하는 약물을 사용하는 '호르몬 요법'이 있다.

호르몬 치료를 하는 동안에는 피임을 해야 하며, 뇌하수체 억제 호르몬주사를 투여하는 기간에는 일시적으로 난소기능이 억제돼 갱년기 때 나타나는 무월경·안면홍조·불면증·심리적 불안정을 호소하며 뼈마디가 쑤시는 듯한 관절통을 경험한다. 이러한 증세는 일시적이지만 주사약제 투여를 종결한 후에도 3~4개월 정도 통증을 호소하는 여성들도 있다. 그러나 이러한 증세들이 심한 경우에는 피임약제와 골다공증 예방을 위한 칼슘 제제를 동시에 처방 받으면 증상이 쉽게 완화된다.

시엘병원 최범채 원장은 "자궁내막증은 한번 치료를 했다고 해도 재발할 가능성이 높아 조기 검진이 무엇보다 중요하다"며 "가족력을 갖고 있는 사람과 원인불명의 불임증을 겪고 있는 경우라면 특히 주의해야 한다"고 말했다.

◇**수술 요법**=질환의 정도에 따라 다양한 수술방법을 고려할 수 있다. 병변이 주변 장기와 유착이 심하고 침습정도가 깊은 경우에는 개복수술을 선택하기도 하지만 최근 대부분 자궁내막증 치료는 흉터가 거의 남지 않고 수술 후 회복이 빠르고 유착 후유증이 적은 복강경수술을 선택한다. 불임(난임)으로 진단받은 경우는 자궁, 난소, 나팔관은 그 상태로 두고 비정상적인 자궁 내막증 조직만을 제거한다.

자궁내막증이 심하고 아기를 더 이상 원하지 않는 여성의 경우는 재발방지를 위해서 생식기관(자궁 및 난소부속기)과 자궁내막증 병변을 모두 제거하는 수술을 할 수 있다. 또한 수술 후 자궁내막증 재발방지를 위해 경우에 따라서 호르몬 요법을 병행할 수도 있다. 〈도움말=시엘병원 최범채 원장〉

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

여름철 어린이 건강 챙기기

1시간 마다 에어컨 끄고 실내 환기를

야외 활동 2시간 마다 자외선 차단제

본격적인 휴가철을 맞아 가족끼리 여행을 떠나는 이들로 피서지마다 북새통을 이루고 있다. 강한 햇빛은 물론 공공장소에서의 세균 감염, 낯선 장소에서 음식 등 아이의 건강을 위협하는 요소들이 많아 주의가 필요하다.

아이들과 탈 없이 피서를 보낼 수 있는 주의 사항을 알아본다.

◇**과도한 냉방 주의**=보통 어린이들은 성인에 비해 더위를 많이 탄다. 환경의 변화에 대처하는 능력이 떨어지기 때문이다. 하지만 면역력 역시 상대적으로 떨어지기 때문에 1시간 이상 냉방기를 켜두는 것은 좋지 않다.

아이가 심하게 더위를 호소하면 잠들기 1시간 전부터 에어컨을 켜 방안 공기를 식혀둔다. 잠자기 직전에는 선풍기를 틀어주는 것도 방법이다. 선풍기는 되도록 잠드는 시간까지만 작동하고, 반드시 창문을 열어 환기가 되도록 한다. 냉방병 예방을 위해서는 에어컨의 찬바람이 신체에 직접 닿지 않도록 하는 게 좋다. 얇은 옷을 입히고 가벼운 이불을 덮어주는 게 좋다.

◇**물은 끓여 먹여야**=바캉스 때 아이에게 가장 흔하게 나타나는 증상은 설사다. 새로운 환경의 먹을거리가 아이에게 맞지 않아 '물갈이'를 하는 경우가 태반이다.

아이가 물갈이를 하면 가능한 펄펄 끓였다가 식힌 물을 먹이도록 한다. 설사가 멎을 때까지 우유 같은 유제품은 피하고 수분을 충분히 섭취시키는 것이 좋다. 따뜻한 수건을 배에 대고 몸을 따뜻하게 하거나, '엄마 손은 약손' 마사지로 배를 문질러 주는 것도 도움이 된다. 배꼽 주의를 손바닥으로 오른쪽으로 살살 돌려가면서 문질러준다.

◇**강렬한 햇빛 차단하기**=수영장이나 바닷가에서 정신없이 놀다보면 기미나 주근깨, 땀띠가 생기기도 한다. 또한 우리가 '살이 탔다'라고 표현하는 일광 화상을 입을 수도 있다. 일광화상이 심하면 피부가 벌겋게 달아오르고 허물처럼 살갗이 벗겨지기도 하는데, 아이들은 특히 피부가 약하므로 주의해야 한다. 피부에 물집이 잡힐 정도의 증상이라면 2차 감염의 위험이 있으므로 병원을 찾아 치료를 받도록 하자.

야외에서 놀 때는 자외선 차단제를 2시간에 한 번씩은 꼭 덧발라야 한다. 아이에게는 챙이 넓은 모자를 씌우고 긴팔 옷을 입히는 것도 좋다.

◇**여유 있는 일정잡기**=아이들은 특성상 체력이 다 빠지거나 아프기 직전까지 뛰노는 경향이 있다. 여행을 빠듯하게 잡을 경우 충분히 잠을 자거나 쉴 시간이 부족해 몸살이 날 수도 있다. 가까운 지역을 가더라도 가능하면 숙박을 하며 여유를 갖는 것이 가족 건강에 좋다. 특히 물놀이를 정신이 빼긴 어린이들은 시간 관념이 없기 때문에 20분 이상 지속했을 경우는 반드시 잠깐이라도 밖에 나와 쉬도록 해야 한다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

불법 임신중절 129번 신고 접수

보건복지부는 10일부터 불법으로 인공 임신중절을 시술하거나 광고하는 의료기관에 대한 신고를 보건복지콜센터 행복전화(129)에서 접수한다고 9일 밝혔다.

복지부는 접수된 신고사항에 대해서는 지방자치단체와 현장조사 및 사실확인을 거쳐 검찰 등에 고발할 계획이다.

행복전화에서는 또 원치않는 임신 등으로 고민하는 사람들을 대상으로 '위기임신' 상담 전화도 받는다. 위기임신에 대한 전문적인 도움이 필요한 경우엔 여성긴급전화(1366), 청소년전화(1388), 마더세이프 전 문 상 담 센 터 (1588-7309), 산부인과의사회 콜센터 등과도 연계된다. /연합뉴스

국립나주병원 한방진료실 개설

노인환자 의료서비스 제공

국립나주병원(원장 배안)은 최근 한방진료실을 개설해 환자들의 정신적 건강관리는 물론 신체적 건강관리를 위한 다양한 의료서비스를 제공한다. 〈사진〉

국립나주병원은 정신장애인의 근골격계 질환 관리 및 노인환자의 만성퇴행성 질환 예방 등 의료서비스의 질적인 향상을 위해 한방진료실을 개설했다.

한편 지난 1956년에 개원한 국립나주병원은 2007년 '정신재활센터'개설, 2010년 4월 '재활·정신건강연구소'를 개소하는 등 정신장애인의 삶의 질을 향상시키는 노력을 기울여 왔다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr