



성인 절반이 겪는 고통 '치질'

부끄럽다 방치했다간 병 키워... 습관부터 고쳐야

항문은 그 기능면에서 인체의 다른 어느 기관보다도 중요하다. 하지만 단지 부끄럽다는 이유만으로 항문에 대해 경시해온 경향이 있었다. 항문 병을 전문으로 치료하는 의사들도 항문이라는 단어를 자연스럽게 말할 수 있게 되기까지는 많은 세월이 지나야만 했다.

◇치질=항문에 흔히 발생하는 치핵, 치열, 치루를 통칭해서 치질이라 부르며 이중 가장 많이 발생하는 치핵을 통상 치질이라 부르기도 한다.

치핵은 항문의 피부와 점막 밑의 혈관조직이 늘어나고 확장되어 생기는데 혈관을 덮고 있는 피부와 점막이 같이 늘어나서 생긴 덩어리이며 항문 혈관을 확장시키는 자세나 생활태도가 원인이 된다. 화장실에서 오래 앉아 있거나 쪼그리고 앉아 있거나 방바닥에 오래 앉아 있게 되면 항문 혈관 안에 피가 고이게 되어 혈관이 늘어난다. 또한 변비가 있어서 변볼 때 힘을 많이 주게 되면 복압이 올라가 혈관 내에 피가 많이 들어오

를 해결하고 있다. 항문 괄약근의 해부학적 상태를 파악하기 위한 검사로는 경항문초음파가 사용되고, 항문 괄약근의 기능적 상태를 파악하기 위한 검사로는 항문압측정기가 사용되며, 항문 관의 크기는 항문관측정기를 사용해 측정한다. 항문의 해부학적, 기능적 상태를 파악하여 거기에 맞는 적절한 방법을 적용하는 것이 바로 '개인별 맞춤형 치질 수술'이다. 그러므로 단지 의사의 경험에만 의존하는 수술 보다는 경항문초음파, 항문압측정기, 항문관측정기 등을 이용한 '개인별 맞춤형 치질 수술'이 더 신뢰할 만하다 할 수 있을 것이다.



위대항외과 조동윤 원장이 항문 수술을 위해 내부 구조를 정확히 볼 수 있는 '3차원 항문초음파 검사'를 시행하고 있다.

청결이 최고 치료법... 심할때 치핵절제술로 확실해

좌욕, 40℃ 물에 하루 2차례... 배변 후엔 필수

배변은 단시간에... 장시간 앉거나 서있는 일 피해야

항문혈관이 쉽게 늘어나게 된다. 임신부도 복압의 상승으로 치핵이 발생하거나 기존의 치핵이 악화하는 것이다. 가파른 산에 등산을 하거나, 무거운 것을 들거나, 골프를 치는 것도 비슷한 결과를 초래할 수 있다. 숲의 성분인 알칼리성 염분을 확장시키므로 과음하는 것도 치핵이 생기는 원인이 될 수 있다.

◇맞춤형 치료 및 수술=치핵의 초기에는 증상 치료를 한다. 증상 치료는 내치핵에서의 출혈을 가라앉히거나 외치핵에서 생긴 혈전과 이로 인한 부종과 통증을 가라앉히는 치료이며 내복약과 좌약, 그리고 좌욕 등이 사용된다. 하지만 내복약이나 좌약 혹은 좌욕만으로는 내치핵이나 외치핵을 근본적으로 치료할 수는 없으며 치핵이 심해진 경우 근치 시킬 수 있는 가장 확실한 방법은 치핵절제술이다. 과거에는 수술 후 통증이 심하고 재발도 많으며 잘못되면 변이 새는 현상도 나타날 수 있어 수술을 기피하는 경향이 있었다. 하지만 1990년대 이후 항문 수술법은 비약적으로 발전하여 이러한 문제점

을 해결하고 있다. 치열은 대개 변비로 인한 딱딱하고 굵은 변에 의해 찢어져 생긴다. 내괄약근의 긴장으로 인해 항문압이 상승하며 내괄약근의 섬유화로 인해 만성으로 진행되는 질환이다. 급성 치열은 섬유소 복용과 좌욕 등으로 치료가 되기도 하지만 만성 치열은 수술이 필요하다. 치열의 수술 방법은 내괄약근부 분절개술이며 수술에 소요되는 시간은 5분이 채 안 걸린다. 간단한 수술로 화장실 공포증에서 해방되는데 수술을 망설일 필요는 없을 것이다.

치루는 수술 이외에 다른 치료법은 없다. 또한 치루 수술 후 재발에 가장 큰 원인 중의 하나는 수술 시 내구를 찾느냐 못 찾느냐이며 내구를 찾기 위해 여러 가지 방법들이 동원된다. 내구를 찾지 못하는 경우 재발이 많기 때문이다.

항문초음파 검사는 수술 전에 내구에 대한 정보를 얻고 수술을 함으로써 재발을 줄일 수 있다. 필자는 많은 치루 환자의 항문초음파상을 분석해 '치루 내구의 항문초음파

기준'을 발표하였으며, 미국대장항문병학회로부터 패널리스트로 초청 받은바 있고 그것으로 인해 '마퀴스쿠스후' 인명사전에까지 오르는 영예를 누렸다.

치루 수술 시 내구의 발견은 그만큼 중요하고 항문초음파의 역할이 중요함을 말해 주고 있는 것이다. 최근에는 기술의 발달로 인해 초음파의 해상력이 좋아졌을 뿐 아니라, 3차원항문초음파의 개발로 인해 괄약근의 입체적 관찰과 함께 치루관의 입체적인 관찰도 용이해져 항문초음파 검사는 치루 수술뿐 아니라 모든 항문 병 수술에 있어서 필수 검사로 자리 잡고 있다.

◇항문병=항상 항문을 깨끗이 해야 한다. 항문이 지저분하면 가렵거나 불쾌해지며 이로 인해 항문주위염, 항문소양증 등 항문병이 생기기가 쉽다. 하루에 2차례 정도의 좌욕, 특히 배변 후 좌욕은 필수다. 좌욕은 약 40℃(손을 넣었을 때 뜨끈뜨끈할 정도)의 물에 5~10분 정도 엉덩이를 담그면 된다. 변비나 설사는 빨리 치료를 해야 한다. 변비는 대변

보는 시간을 길게 하며 굵은 변이 되어 항문이 상처를 입기 쉽다. 설사 또는 아직 분해되지 않은 위장관의 소화액도 항문에 손상을 주므로 설사 역시 조기에 치료해야 한다. 배변은 가능한 단시간에 마치도록 해야 하며 변이 마려우면 절대 참지 말고 바로 화장실로 가야 한다. 대부분 변은 생리적으로 30초 이내에 나온다. 따라서 이 시간 이상 변기에 앉아 있는 것은 치질을 만들고 있는 것이다. 조금 덜 누었다고 생각되면 일단 일어서 후 다음에 또 시도하는 것이 좋다. 화장실에서 신문을 모두 독파하는 습관은 항문을 화나게 할 수 있다. 마지막으로 강조하고 싶은 것은 장시간 앉거나 선 채로 일하는 것을 피하는 것이다. 항문 혈관을 확장시키는 자세나 생활 태도는 치질을 만들고 때문이다. 1~2시간 후에는 누워서 약 5분 정도 휴식을 취하거나 가벼운 체조, 물구나무서기 등을 하여주면 좋다. 골프도 항문이 불편할 때는 절대 삼가야 할 것 중 하나다.

(위대항외과 원장 조동윤) /정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

전남대병원, '웹접근성' 품질마크 획득

국립대병원 최초

전남대학교병원(원장 송은규)이 최근 국립대병원 최초로 장애인, 고령자들이 인터넷 웹사이트에서 제공하는 정보에 비장애인과 동등하게 접근하고 이해할 수 있도록 보장하는 '웹접근성' 품질마크를 획득했다.

전남대병원은 2008년 4월 11일부터 시행된 '장애인차별금지 및 권리구제 등에 관한 법률' 및 동법 시행령 제14조에 의거해 공공 및 민간 웹 사이트의 웹 접근성 준수가 의무화되어 장애를 이유로 전남대병원 웹 사이트(www.cnuh.com)에 접근해 이용하지 못하는 차별을 방지하고자 웹 접근성 준수를 단계적으로 진

행해왔다.

한국정보화진흥원이 시행하는 웹 접근성 평가는 1단계 사전심사(전문가 평가와 S/W를 통한 자동평가로 각 지표 준수율 95%이상시 통과), 2단계 전문평가(웹 접근성 품질마크 인증기준 각 지표 준수율 95%이상시 통과), 3단계 장애인, 노인 등 사용자에 의한 평가(95%이상 통과시 인증위원회에 상정)로 진행됐다. 웹 접근성의 주요 준수사항은 시각, 청각을 포함한 장애인들이 컴퓨터를 이용해 웹사이트를 이용함에 불편함이 없어야 한다.

유효기간은 2012년 4월 18일까지이며, 매년 갱신심사를 받아야 한다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

결핵 환자, 남자가 여자보다 많아

10만명당 男 772명·女 588명... 고령일수록 쉽게 감염

결핵으로 진료를 받은 환자 중에는 여성보다 남성이 더 많은 것으로 조사됐다.

국민건강보험공단은 건강보험 진료비 지급자료를 분석한 결과 3회 이상 입원 및 외래 치료를 받은 결핵환자 수는 2007년 34만 5226명에서, 2008년 34만 2891명, 2009년 33만 383명으로 완만한 감소세를 보였다고 8일 밝혔다.

2009년 인구 10만명당 결핵 진료 환자 수는 680명이었는데, 남성의 경우 10만명당 환자 수가 772명으로 여성(588명)에 비해 현저히 많았다.

연령대별로는 20세 미만인 190명, 20~29세가 717명, 30~39세 648명, 40~49세 608명, 50~59세가 761명, 60~74세가 1320명, 75세 이상 2064명으로 고령일수록 환자 수가 많았다. 소득 수준별로 환자 수 차이는 거의 없는 것으로 나타났다.

국민건강보험 일산병원 호흡기내과 한창훈 교수는 "결핵의 경우 치료를 하더라도 조기에 투약을 중단하거나 불규칙하게 약을 먹으면 치료에 실패하거나 재발 확률이 높다"며 "따라서 약물 복용 시 문제가 생기면 의사와 반드시 상의해야 한다"고 충고했다. /연합뉴스

당뇨환자 위한 당뇨식 무료 시식회

밝은안과21병원, 16일 건강 강의

'당뇨병 환자도 맛있는 음식을 즐겁게 먹을 권리가 있다'는 주제로 당뇨환자를 위한 건강 강의 및 당뇨식 무료 시식회가 열린다.

밝은안과21병원은 전남대병원 예방의학교실과 함께 오는 16일 오전 9시 '당뇨환자를 위한 건강 강의 및 당뇨식 시식회'를 개최한다.

밝은안과21병원 8층 갤러리에서 열리는 이번 강좌는 혈압, 혈당 측정 및 신장, 체중 측정, 체성분 검사가 이뤄지고 당뇨병 강의와 영양강의, 당뇨병 방지수

측정 등을 실시한다.

특히 강의 후에는 당뇨환자의 식단에 중점을 둔 무료 시식회가 열려 당뇨환자들의 건강 식단에 많은 도움을 줄 예정이다.

한편 당뇨병은 혈당 조절이 생명을 좌우하며 '고난이도 줄타기'의 식이요법에 실패해 우울증에 걸리는 환자도 많은 것이 현실이다. 이번 강좌는 최대 50명까지 선착순 접수에 의해 참석할 수 있다. 문의 062-367-3737. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

대한의사협회 의료광고심의필 제110214-중-21551 광고

나이가 들에 따라 생기는 안검의 노화 현상인 안검 피부의 처짐, 하수 및 외안각부의 잔주름 등은 피할수 없는 자연 현상이다.

또 안와지방이 불거져 나오면 이른바 축 늘어진 안검 변형이 생긴다. 또 기능적으로 안검열이 내려와 시야가 좁아지고 거근 근막의 약화로 안검하수를 초래할수 있으며 노인성 안검외반증 같은 증상을 일으킬수 있다.

이와 같은 일련의 변화들을 완전 또는 부분적으로 교정하는 수술을 안검 성형술이라고 한다. 수술후 미용적인 교정뿐만 아니라 축 쳐진 눈꺼풀로 인한 시야장애를 개선시켜 줌으로서 기능적으로 좋은 효과를 거둘수 있다.

특히 남성의 상안검 성형술은 상안검의 기능적인 문제 즉 안검하수, 시야장애, 눈썹하수 등을 해결하기 위해 수술을 원한다. 수술전 검사로는 먼저 시력을 체크하고 안구돌출, 안구운동, 각막이상 등의 안구의 이상유무를 먼저 검사해야 하며 유루누선이나 누소관, 누점등의 이상 등

의 누관계통 이상이나 안륜근의 이상, 눈썹의 이상, 하수의 유무, 안검 피부의 과잉도, 피부의 성상, 피부 병변의 유무, 좌우의차, 반흔의 유무등과 함께 안와 지방의 양과 돌출도, 돌출부위를 검토해 보는

것이 중요하다.

또한 수술하면서 고려하여야 할 가장 중요한 요소들은

1. 이마의 하수정도
2. 상안검과 하안검의 과도한 피부의 주름양과 정도
3. 양쪽 안검에서 돌출된 안와 지방의 양과 위치, 특히 상안검의 내측지방과 하안검의 외측지방.

4. 상안검과 하안검에서 안륜근의 양과 모양
5. 안검 피부에서의 색소침착과 노인성 및 퇴행성 변화, 안와골의 형태 눈물샘의 하수 정도 등이다.

상안검 성형술

수술은 쌍꺼풀선 없이 처진 피부만 제거하는 것과 쌍꺼풀선을 만들면서 처진 피부를 제거하는 두가지 방법이 있다. 대개 남성들은 쌍꺼풀선 없이 자연스러운 것을 원하고 있으며, 여성들은 쌍꺼풀선을 만들면서 피부 제거하는 것을 원하고 있다.

동양인의 쌍꺼풀 높이는 개인에 따라 차이가 있지만 대개 6~8mm 정도이며 10mm이상 넘지 않도록 도안 하는것이

좋다. 수술후 12~24시간은 약간 압박 하면서 얼음 주머니에 의한 냉찜질을 수술 부위 반상 출혈이나 부종을 감소 시키는데 도움이 된다.

세안은 7일정도 지나야 하며 눈화장도 7일 이후는 가능하지만 본격적인 화장은 2주후에 하는것이 좋다. 무엇보다 수술전 환자와 충분한 설명과 이해가 필요하다고 생각된다.

부작용으로는 상안검 피부와 과다하게 제거하면 상안검외반증이 생기며 양측 상안검 피부 제거를 다르게 하게되면 비대중이되며 상안검 피부 제거한 부위가 염증이 오면 반응이 생긴다.

(김영길 성형외과 원장)



김영길 성형외과의원 062-227-3777 무등극장 앞

성형외과 김영길