



역류성 식도염

술·야식 끊고 옷 헐렁하게 입어라

역류성 식도염 환자가 급증하고 있다.

국민건강보험공단에 따르면 역류성 식도염으로 진료를 받은 환자는 2006년 146만2000명에서 지난해 286만2000명으로 4년 사이 2배나 늘었다. 인구 10만명당 환자 수도 이 기간 3082명에서 5852명으로 연평균 17.4%가 증가했다.

인체에는 음식물이 입과 식도를 거쳐 위에 도착하면 다시 역류하지 못하도록 하는 기능이 있다. '하부 식도 조임근'의 역할이다. 그러나 이 기능이 약해지면 위액이 식도로 자주 역류하는 현상이 빈번해진다. 강한 산성을 띠는 위액으로 인해 식도의 점막에 손상이 오며, 신물이나 쓴물을 맛보는 것 뿐만 아니라 가슴 쓰림이나 흉통 등 다양한 증상을 호소하게 된다. 심하면 식도 점막을 손상시켜 궤양과 출혈을 일으키기도 한다. 위산은 나이가 들수록 위가 음식물에 보다 민감하게 반응해 분비량이 늘어난다. 역류성 식도염 환자가 50대 이상 고령층에서 많이 발생하는 것도 나이가 들수록 위산 분비가 증가하기 때문이다.

◇역류성 식도염의 증상 = 속이 쓰리거나 가슴 안쪽이 타는 듯한 느낌, 잦은 트림이 주요 증상이다. 위산을 포함한 위액이 위에서 식도로 거꾸로 올라가면서 이 같은 증상이 생긴다. 그러나 잘 자지 못하는 사람도 많다. 평소 건강에 아무 문제 없다고 생각했어도 내시경검사를 하면 역류성식도염 진단이 나올 수 있다. 이런 사람들은 식도에 있는 감각수용체가 남보다 덜 예민하기 때문일 것이라는 것이 전문가들의 견해다.

반대로 속이 쓰리고 아파다는 환자가 내시경검사로는 아무런 이상이 발견되지 않는 경우도 많다. 식도의 감각수용체가 적은 양의 위산에도 아주 민감하게 반응해 실제로 염증이 생기기 전부터 증상을 보이는 것이다. 이런 경우에는 가는 관을 코를 통해 식도에 넣어 24시간 동안 산도(酸度)를 기록하는 검사를 하기도 한다.

증상이 일반적인 소화기질환과



박상현 세계로병원 내과 원장이 잦은 속쓰림과 고통에 시달리는 회사원에 대한 정확한 진단을 위해 내시경을 하고 있다.

연평균 17.4% 증가... 4년새 환자 2배

잘못된 식습관... 여성환자가 더 많아

비슷해 다른 병으로 오해하는 환자도 적지 않다. 그냥 일시적인 소화 불량쯤이려니 하고 지나쳤다가 병을 키우기도 한다. 실제로 2006년 전국 79개 주요 병원에서 역류성식도염 환자를 대상으로 조사한 결과, 58.5%가 다른 치료제를 먹은 경험이 있는 것으로 나타났다. 치료와 무관한 약을 복용하다가 적절한 치료시기를 놓칠 수 있다.

◇역류성 식도염의 원인 = 역류성 식도염을 일으키는 강력한 주범은 바로 술이다. 식도와 위장 사이에는 위액이 거꾸로 흐르지 못하도록 통로를 조여주는 근육(괄약근)이 있는데, 술을 지나치게 마시면 이 근육이 점점 느슨해진다. 그래서 여자보다 남자 환자들이 훨씬 많을 것 같지만 실제로는 여자 환자가 더 많다. 술 말고도 잘못된 식습관이나 생활습관 역시 역류성 식도염의 중요한 원인이기 때문이다.

튀김이나 피자, 삼겹살, 짜장면, 스파게티, 초콜릿, 케첩, 머스타드 소스 등과 같은 기름지고 자극적인

음식은 술처럼 위와 식도 사이에 있는 괄약근을 약하게 만든다. 커피나 탄산음료, 과일주스나 와인 처럼 산도가 높은 음료도 같은 작용을 한다. 불규칙한 식사시간과 복부비만 역시 위산 역류를 부추긴다.

날씬하게 보일 생각에 딱 끼는 바지를 입거나 허리띠를 졸라매면 복부비만인 경우처럼 뱃속 압력이 높아져 위 속 내용물이 역류할 가능성이 커진다. 야식도 빼놓을 수 없는 주범이다. 야식은 고달픈 현대인의 일상생활에 많은 즐거움을 주는 '먹을거리' 중 하나다. 특히 밤 9시가 넘어서 먹는 본격적인 야식은 그 야말로 꿀맛 같이 느껴진다. 좋은 사람들과 함께 먹는 재미로 과식도 마다하지 않을 정도다.

평소 별 증상을 못 느꼈는데 내시경검사 결과 역류성 식도염 진단을 받았다면 식습관이나 생활습관부터 되돌아보는 게 좋겠다.

◇약을 치료와 식습관 개선 = 역류성 식도염은 현대인의 고질병이라고 할 수 있다. 여간해서 바꾸기

어려운 현대인들의 잘못된 식습관에서 기인하기 때문이다. 보통 역류성 식도염으로 병원에 가면 의사는 위산분비억제제(PPI)를 처방하는데, 위의 궤양이 있을 때 사용하는 약제들과 동일한 것이다. 위산분비를 억제하여 식도점막을 공격하는 인자를 줄여주는 것이 치료의 원리다. 이 약을 먹기 시작하면 증상이 2, 3일 안에 상당히 좋아지고, 약 2개월 동안 계속 먹으면 거의 사라지기 때문에 많은 환자들이 임의로 치료를 중단한다.

문제는 바로 대다수의 환자들이 한 번 역류성 식도염에 걸리게 되면 일단 치료를 해도 쉽게 재발을 경험하게 된다는 사실이다. 식도염을 재발없이 치료하기 위해서는 꾸준한 식습관 및 생활습관 교정, 전문의 지시에 따른 처방, 비만 관리 등이 필요하다. 최근 외래 환자들 중에 역류성 식도염 환자가 점점 많아지고 있다. 필자는 이들에게 역류성 식도염의 원인과 메커니즘을 설명하고, 꾸준한 적정용량의 약물복용과 생활습관에 대한 교정을 강조한다.

역류성 식도염은 자주 재발하고 우리를 번거롭게 만드는 고약한 질병이지만 불치의 병은 아니다. 바로 오늘부터 생활습관 교정을 시도해보자. (세계로병원 내과 박상현 원장) /정리=채희종기자 chae@

선진 의료시스템으로 앞서가는 조선대병원

교수 4명, 美·日 유명 대학병원서 의료연수

“우리 실정에 맞게 수정·보완... 최고 의술 제공”

최고 미국과 일본의 유명 대학병원에서 해외연수를 다녀온 조선대학교병원(병원장 민영돈) 교수들이 선진 의료기술을 도입, 치료에 나서고 있다. 우리나라에서 부족한 중증 외상치료 시스템의 개선은 물론 유수 대학의 의료진들과 연계 수술 등 한층 진화된 의료 기술로 환자치료에 나서고 있다.

◇세계적 추세로 치료법 보완·외상 환자 진료 개선 = 문성표 외과 교수는 지난 2010년 8월~2011년 1월까지 미국 스탠포드 메디컬 센터 외상센터에서 임상연수를 했다. 문 교수는 이곳에서 응급실의 외상환자 진료 과정과 치료 계획이 어떻게 세워지는지를 관찰하고 수술에도 참가했다.

1급 외상센터인 스탠포드 메디컬 센터 연수를 통해 문 교수는 우리나라의 외상환자 진료 체계 문제점에 대해 연구했다. 우리나라의 중상 외상환자 사망률은 미국에 비해 3배가 높고, 일본보다도 2배가 높은 현실이다.

문 교수는 “미·일보다 사망률이 높은 이유는 의사의 실력보다 외상환자를 관리하는 진료체계의 문제가 크다”며 “이 문제를 개선하기 위해 임상외상연구소 및 보건복지부에 연구비를 신청, 조선대병원에 최적화된 외상환자 진료 지침을 개발하고 있다”고 말했다.

김동휘 정형외과 교수는 지난 2010년 8월~2012년 2월까지 미국 피츠버그대학병원 스포츠 의학과에서 연수를 통해 ‘해부학적 전방십자인대 재건술’의 수술법을 집중적으로 연구하고 왔다. 그동안 확실적인 무릎 전방십자인대 재건술이 많이 시행되어 왔었는데 이제는 환자의 개개인의 특성에 따라 전방 십자인대 재건 방법을 선택해 수술하게 된다.

조성일 이비인후과 교수도 1년6개월간의 미국 스탠포드 메디컬 센터 연수를 통해 문 교수는 우리나라의 외상환자 진료 체계 문제점에 대해 연구했다. 우리나라의 중상 외상환자 사망률은 미국에 비해 3배가 높고, 일본보다도 2배가 높은 현실이다.

문 교수는 “미·일보다 사망률이 높은 이유는 의사의 실력보다 외상환자를 관리하는 진료체계의 문제가 크다”며 “이 문제를 개선하기 위해 임상외상연구소 및 보건복지부에 연구비를 신청, 조선대병원에 최적화된 외상환자 진료 지침을 개발하고 있다”고 말했다.

문 교수는 “미·일보다 사망률이 높은 이유는 의사의 실력보다 외상환자를 관리하는 진료체계의 문제가 크다”며 “이 문제를 개선하기 위해 임상외상연구소 및 보건복지부에 연구비를 신청, 조선대병원에 최적화된 외상환자 진료 지침을 개발하고 있다”고 말했다.

를 관리하는 진료체계의 문제가 크다”며 “이 문제를 개선하기 위해 임상외상연구소 및 보건복지부에 연구비를 신청, 조선대병원에 최적화된 외상환자 진료 지침을 개발하고 있다”고 말했다.

김동휘 정형외과 교수는 지난 2010년 8월~2012년 2월까지 미국 피츠버그대학병원 스포츠 의학과에서 연수를 통해 ‘해부학적 전방십자인대 재건술’의 수술법을 집중적으로 연구하고 왔다. 그동안 확실적인 무릎 전방십자인대 재건술이 많이 시행되어 왔었는데 이제는 환자의 개개인의 특성에 따라 전방 십자인대 재건 방법을 선택해 수술하게 된다.

조성일 이비인후과 교수도 1년6개월간의 미국 스탠포드 메디컬 센터 연수를 통해 문 교수는 우리나라의 외상환자 진료 체계 문제점에 대해 연구했다. 우리나라의 중상 외상환자 사망률은 미국에 비해 3배가 높고, 일본보다도 2배가 높은 현실이다.

문 교수는 “미·일보다 사망률이 높은 이유는 의사의 실력보다 외상환자를 관리하는 진료체계의 문제가 크다”며 “이 문제를 개선하기 위해 임상외상연구소 및 보건복지부에 연구비를 신청, 조선대병원에 최적화된 외상환자 진료 지침을 개발하고 있다”고 말했다.

문 교수는 “미·일보다 사망률이 높은 이유는 의사의 실력보다 외상환자를 관리하는 진료체계의 문제가 크다”며 “이 문제를 개선하기 위해 임상외상연구소 및 보건복지부에 연구비를 신청, 조선대병원에 최적화된 외상환자 진료 지침을 개발하고 있다”고 말했다.

문 교수는 “미·일보다 사망률이 높은 이유는 의사의 실력보다 외상환자를 관리하는 진료체계의 문제가 크다”며 “이 문제를 개선하기 위해 임상외상연구소 및 보건복지부에 연구비를 신청, 조선대병원에 최적화된 외상환자 진료 지침을 개발하고 있다”고 말했다.

문 교수는 “미·일보다 사망률이 높은 이유는 의사의 실력보다 외상환자를 관리하는 진료체계의 문제가 크다”며 “이 문제를 개선하기 위해 임상외상연구소 및 보건복지부에 연구비를 신청, 조선대병원에 최적화된 외상환자 진료 지침을 개발하고 있다”고 말했다.

받으며 쌓은 인맥을 통해 현지 의료진을 초대, 연계수술도 할 예정이다.

지난 2011년 2월~2012년 2월까지 일본 도쿄대학병원과 후카이도 대학병원에서 연구한 주창일 신경외과 교수는 척수 종양 및 척수 혈관 기형 등에 대한 연구와 수술참여를 했다. 또 사모토 척추 학회에서 요추 내시경 수술에 대해 발표하는 등 연구기간 내내 다양한 활동을 했다. 이러한 일본에서의 활동을 토대로 수술하기 어려운 경막내 척수내 종양 수술에 대해 일본 후카이도 대학과 연계해 수술하기로 했다.

문성표 교수는 연수기간 동안 미국 의사면허시험(USMLE certificate)에 합격해 미국인 외상환자에 대해 외상 1차·2차 조사를 시행했다. 또 필요한 검사 및 향후 치료방침을 결정할 후 담당주치의와 의견을 교환하는 실제적인 임상진료를 담당해 실용적인 지식을 습득할 수 있었다.

민영돈 병원장은 “의료수준이 높은 선진국 병원에서 연수로 수많은 수술 케이스를 보고 연구할 수 있는 만큼 성장할 수 있었다”며 “우리나라 실정에 맞게 수정·보완해서 최고의 선진외과를 시민들에게 전해주겠다”고 말했다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr



왼쪽부터 주창일·김동휘·조성일·문성표 교수.

(조선대병원 제공)

전남대병원, 심뇌혈관질환 건강강좌

조기재활치료 주제... 내일 최인성 교수 첫 강의

전남대병원 권역심뇌혈관질환센터는 2012년에 분기별로 지역사회주민들과 함께하는 심뇌혈관질환 공개건강강좌를 실시한다.

그 첫 번째로 6일 오후 2시부터 3시까지 전남대병원 5동 1층 강당에서 재활의학과 최인성 교수가 심뇌혈

의 조기재활치료를 주제로 강의를 진행할 예정이다. 심뇌혈관질환을 앓고 난 환자의 신체기능에 맞는 최대 활동 수준, 생리적·신체·의학적·정신·감정적·사회·직업적 수준의 회복, 증진, 유지시킬 수 있도록 돕는 포

괄적인 프로그램을 이야기한다. 심뇌혈관질환의 대표질환인 뇌졸중과 심근경색증의 경우 발병 직후부터 시작되는 조기재활치료가 감소한 신체기능 및 마비를 회복시키는데 많은 도움을 주는 것으로 알려져 있다.

이번 건강강좌를 통해 심뇌혈관질환 치료 후 조기재활의 필요성을 인식하고 빠른 재활치료를 통해 사회에 적응해 나갈 수 있도록 하는데 중요한 역할을 할 것이다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

효성공인중개사 공장·창고 전문

공장 임대

- ① 250평 : 전기 300KW (하남) 호이스트5t 보증금5,000만 / 월450만(분할가)
- ② 120평 : 전기 100KW (평동) 호이스트3t(신축) 대로코너. 보2,000만 / 월220만
- ③ 100평 : 대로코너. 신축(본촌공단) 보3,000만 / 월230만

★ 물류창고 ★

- ① 293평 : 하남공단 보5천만/월450만
- ② 100평 : 본촌공단 보2천/월220만(신축)

★ 공장매매 ★

- ① 본촌공단 : 대923/건500평 호이스트3t 매매가13억5천만(최근건물)

★ 물류창고 부지매매(금매) ★

★ 어린이집 요양원 부지 ★

- ① 양산동 25m대로변. 200.300평당 160만
- ② 신안동 10m대로변. 280평 190만

T. (062) 521-6024 H. 011-602-4207 F. 521-6026

전수열 공인중개사

양산동, 연제동, 본촌동, 신용동, 용전동 일대부동산전문

첨단2지구상가, 단독물량다량확보

상가및근린시설

첨단2지구 빛고을대로 LG자이원코너 대지:900여평
첨단2지구 인근3000세대. 용두인근3000세대상권
체인음식점, 병원, 교회등적합 평당:300만

양산택지지구토지매매

본촌동원룸부지 300여평 평당:160만
연제동아파트정문앞도로변 상가지150평당:250만
본촌동아파트,중학교앞도로변:100평당:280만

단독주거지, 주택

양산동, 양산초주변주택지37평:6500만(주택별)
양산동, 양산동성당주변주택지51평. 평당:110만

광주외곽인근

용전동 도로삼각코너:1300평 평당:130만
용강동자연부지 답:900평 평당:13만

시외매도물건

장성군 북이면 임야:13.500평 평당:1만
담양군 대전면 전원주거지역:약700평 평당:50만
신용동생산복지지역:900평 평당:40만

광주광역시 북구 양산동 950번지
T. (062) 572-8500 FAX: 572-0732
휴대폰 011-629-8500, 010-3613-7397

최고의 가치투자를 원하십니까?

■ 주요취급업무 : 중심상업업지, 상가/주택
주치장용지, 혁신도시주변토지 등

사실분, 파실분 의 방문상담을 환영 합니다.

니주혁신도시투자전문

솔로몬공인중개사 사무소

(061)333-7077

보물창고 010-2609-5888, 010-3619-3651
전남니주혁신도시 매성리354-32(위)지:산포면 전파리소 부근

다와부동산 새테크컨설팅

다와옥션컨설팅부, 매수신청대리업체(법인인가)
임찰에서 명도, 등기, 양도신고까지(무료상담)

근린상가

- 북구 용두동 근린상가 5층중 2층상가 46평
감정가 2억7천만 최저가 1억2천만

공장및근린주택

- 남구 백운동 4층근린주택 1층점포 2-4층다가구 대지96평 건물190평 감정가5억92천만 최저가3억6천만
- 동구 산수동 4층근린상가 대지79평 건물186평
감정가 4억4천만 최저가 3억5천만

단독주택

- 남구 백운동 상업지역내 2층주택 대지85평 건물73평 정가2억5천만 최저가1억7천만

전원주택부지

- 봉산면 대추리 관리지역 대지622평
감정가 1억3천 최저가8천만

토지매매

- 화순군 도곡면 도곡천변방향 4차선도로변 관리지역 농지15000평 매매 평당50만(조정가)
- 광산구 대산동 관리지역 전방중용 치량진입가능 현 백일홍식재(포함매매가능) 매매 8천만
- 신안군 지도읍 당촌리 중도대교양 생산관리 답7500평 매매 1억7천만(조정가)

광주 남구 원산동 구, 서부경찰서 사거리
T. 010-4911-4989 FAX. 062-226-3607

가은 부동산

상무지구 빌딩매매

- 대 지 : 257평
- 연건평 : 900평
- 보증금4억3천만원 월2200만원
- 용자금 : 10억원
- 매매가 : 38억

아파트 1층 상가 매매

- 분양면적 : 106평
- 보3억5천만원 월 650만
- 용5억포함
- 매매가 15억5천만원 (현, 마트 / 치과)

광주시내 2종 주거지역 토지구합

- 면적 500-1000평

상무지구 랜덤피아 사거리
010-8289-8549

대인동상일부동산

좋은 지리에 상가 건물을 싸게 사실분

상가 전문소개업체인 저희 부동산으로 오십시오.
광주시내 전지역 상가중 점포가 잘 형성되어 월세가 다른지역보다 더 많이 나오고 앞으로 더욱 좋아질 비전있는 곳으로 1층 점포가 4~5칸 정도에 점포가 여러칸인 상가를 대표적인것만 골라 물건을 많이 확보하고 있어 일일이 광고하지 못합니다.
사정남께서 중요한 결정을 내리실 때에는 상가전문 소개업체인광주에서 오랜전통 있는 저희 부동산에 꼭 한번 방문 하시면 책임지고 최선을 다하겠습니다.

☎ (FAX)223-1772 ☎ 011-602-2532
(광주은행 신본점앞, 대인동 소재)내선