光州日報·전남대병원 공동주최
테마가 있는 시민건강강좌

만성 콩팥질환

침묵의 장기 '콩팥' 고혈압·당뇨 특히 위험

콩팥 질환은 초기에 치료하지 못해 자칫 만성화되면 각종 합병증에 시달릴 수 있을 뿐만 아니라 생명을 유지하기 위해 장기간 투석해야 하는 등 불편과 고통이 심한 질병이다. 콩팥은 기능이 절반 이하로 떨어져도 증상이 나타나지 않는 대표적인 침묵의 장기이며, 증상이 나타난 뒤에는 이미 손을 쓸 수 없을 정도로 콩팥이 망가진 경우가 많다는 데 심각성이 있다.

◇만성 콩팥병=콩팥은 체내 수분과 노폐물·독소 등을 제거하며, 수분·나트륨·칼륨·인·칼슘과 같은 물질의 혈중 농도 유지할 뿐만 아니라 혈압 조절, 적혈구 생성, 뼈를 튼튼하게 만드는 호르몬 분비 등을 담당한다.

배은희 신장내과 교수가 콩팥병의 증세와 만성 콩팥병 예방을 위한 생활 습관에 대해 설명하고 있다.

기능 절반으로 떨어져도 증상 없어
발·발목 붓거나 밤 소변 잦으면 의심

만성 콩팥병은 콩팥의 손상으로 정상적인 역할 수행 능력이 감소된 상태를 말한다. 신질환이 악화하면 노폐물이 몸에 쌓이게 되어 여러 가지 증상이 나타난다. 발생하는 합병증으로 혈압이 올라가고, 빈혈이 생기며, 뼈가 약해지고, 영양 상태가 불량해지며, 신경의 손상 등이 온다. 또한 심혈관질환의 위험이 높아지게 된다. 이런 현상은 오랜 기간에 걸쳐 서서히 진행된다.

만성 콩팥병은 당뇨병, 고혈압 및 다른 질환에 의해 발생한다. 하지만 이는 조기에 발견해 치료하게 되면 악화하는 것을 막을 수도 있다. 적절한 치료 시기를 놓쳐 만성콩팥병이 진행하면 결국 말기신부전이 되어 생명을 유지하기 위해 투석이나 콩팥이식이이필요한 상태가 된다.

만성 콩팥병을 앓게 되면 잦은 피로감에 기운이 없고 집중력·식욕 감소, 수면 장애 등을 겪는다. 또 밤에 쥐가 잘 나며, 발과 발목이 붓거나 주로 아침에 눈이 푸석푸석하며, 피부가 건조하며 가렵고, 소변을 자주 보는 경향이 있으며 특히 밤에 심하다.

콩팥이 더 이상 건강을 유지시킬 수 없는 상황을 '신부전'이라고 하고 투석이나 이식이 필요하게 된다. 콩팥 기능이 대략 15% 미만인 경우 해당한다. 적절한 치료를 받지 않는 상태에서, 당뇨병에 의한 콩팥 손상이 시작되어 말기신부전으로 진행하는 시간은 대략 5년에서 7년 정도 걸린다.

◇콩팥병과 고혈압=고혈압은 동맥벽에 대해 혈액이 미는 힘이 손상을 일으킬 만큼 크다는 것을 의미한다. 대부분의 성인 기준에서 고혈압은 수축기 혈압 140 이상 또는 이완기 혈압 90 이상일 때로 정의한다. 만성 콩팥병 또는 당뇨병을 가진 환자의 적정 혈압은 130/80 이하이다.

고혈압을 치료하지 않으면 중요한 장기들 즉 뇌, 심장, 눈 그리고 콩팥 등에 손상을 줄 수 있다. 이러한 손상은 심장발작, 뇌졸중, 신부전을 일으킬 수 있다. 만약 당뇨병이 있다면 더욱 이러한 손상의 발생 가능성이 높다. 그러므로 당 조절을 철저히 하고 혈압치료에 더욱 주의해야 한다.

고혈압을 치료하기 위해서는 과체중을 감량하고, 충분한 운동과 염분 섭취를 줄이고 술을 마시지 않아야 하며, 저지방 유제품(저지방 우유와 요구르트)을 많이 먹어 칼슘 섭취를 늘려야 한다. 또 땅콩, 건포도, 신선한 과일, 채소 등을 섭취해 칼륨 섭취를 늘리되 만약 만성콩팥병이 있다면 칼륨 섭취에 대해 의사와 상의해야 한다.

고혈압 환자가 흡연을 하는 경우는 심장발작과 뇌졸중 같은 합병증의 위험이 높아진다.

고혈압 환자의 콩팥합병증을 진단하는 검사에는 단백뇨 검사와 혈청 크레아티닌 검사가 있다. 콩팥에서 여과된 단백질은 정상적으로 모두 흡수되어 체내에 돌아오게 된다. 그러나 신손상이 있는 경우에는 소변으로 단백질이 빠져나간다. 수주에 걸쳐 시행한 검사에서 두 번 이상 단백뇨가 양성일 때 지속성 단백뇨라고 할 수 있으며, 이것은 만성 콩팥병의 초기 징후다. 크레아티닌은 근육이 분해되어 생기는 노폐물이다. 콩팥 기능이 떨어지면 혈청 크레아티닌이 상승하며, 이 결과는 사구체여과율을 측정하는데 이용돼 콩팥이 얼마나 기능을 하고 있는지 알 수 있게 한다.

◇당뇨병이 콩팥에 미치는 영향=당뇨병으로 콩팥의 혈관이 손상을 받게 되며, 콩팥의 손상으로 소변에 알부민(단백질의 일종)이 나타나게 된다. 시간이 지나면 콩팥 기능이 떨어지게 된다. 콩팥이 손상을 받으면 혈중에 노폐물이 쌓이게 되고, 수분과 염분의 축적이 일어나 체중이 늘고 발목이 부을 수도 있다.

당뇨병은 신경의 손상도 유발한다(신경병증). 이로 인해 방광의 원활한 배출을 어렵게 할 수도 있다. 꽉 찬 방광의 압력이 콩팥으로 전달돼 손상을 주기도 한다. 또한 오랫동안 소변이 방광에 고이게 되어 요로감염증이 일어나기도 한다.

〈전남대병원 신장내과 배은희 교수〉

/정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

만성 콩팥병 예방과 관리를 위한 9가지 생활 수칙

▲음식은 싱겁게 먹고 가급적 단백질 섭취를 줄인다.
▲과일과 야채의 지나친 섭취를 피한다.
▲수분 섭취를 적절히 한다.
▲담배는 반드시 끊고 과도한 음주는 삼간다.
▲적절한 체중을 유지한다.
▲주 3일 이상 30분에서 1시간 정도 운동을 한다.
▲고혈압, 당뇨병을 꾸준히 치료한다.
▲정기적으로 소변 단백뇨와 혈액 크레아티닌 검사를 시행한다.
▲필요한 약을 콩팥 기능에 맞게 복용한다.

맹장·제왕절개 등 7가지… 포괄수가제 확대 전면 시행

환자부담 평균 21% 줄어든다

시행 여부를 두고 정부와 의사협회가 극심한 갈등을 빚었던 '포괄수가제'가 예정대로 1일부터 시행됐다. 강력하게 제도 도입을 반발했던 대한의사협회는 최근 일반 시민을 대상으로 실시한 설문조사 결과를 바탕으로 당초 선언했던 수술거부 방침을 철회했다.

1일 전국 모든 병의원에서 백내장·편도·맹장·항문·탈장·자궁·제왕절개 등 7가지 수술 입원진료비에 대한 포괄수가제(DRG)가 전면 시행에 들어갔다. 포괄수가제 적용 대상은 병원급 2511개, 의원급 452개다. 포괄수가제는 지난 2002년 선택 참여 형태로 도입된 뒤, 이미 병의원의 80% 정도가 시행하고 있다. 내년 7월부터는 종합병원과 상급종합병원으로까지 포괄수가제 의무(당연) 적용 범위가 넓어진다.

◇입원비 정찰제, 환자부담 평균 21% 줄어=포괄수가제란 일종의 '입원비 정찰제'다. 진찰료, 검사료, 처치료, 입원료, 약값 등에 따로 가격을 매긴 뒤 합산하는 행위별수가제가 진료를 늘릴수록 의사 수입이 많아지는 구조적 한계 때문에 과잉진료와 의료비 급증을 야기한다는 지적에 따라 대안으로 도입됐다.

정부측 분석에 따르면 포괄수가제 적용으로 환자 부담은 평균 21% 정도 줄어든다. 행위별수가제에서 건강보험 비급여 항목으로 분류돼 모두 환자 본인이 부담했던 상당수 처치들이 포괄수가제에서는 급여 항목으로 바뀌어 가격이 하나로 정해진 '표준진료 묶음' 안에 포함되기 때문이다.

예를 들어 자궁 수술시 절제 부위 주위조직 유착을 줄이기 위해 사용하는 방지제의 경우 행위별수가제에서는 비급여로 약 30만원을 환자가 내야하지만 포괄수가제에서는 약 20%인 6만원만 지불하면 된다.

백내장 수술에 앞서 필요한 각막형태검사(ORB CT)도 지금까지 행위별수가제에서는 약 10만원인 비급여 비용을 모두 환자가 부담했지만 포괄수가제에서는 역시 20%인 2만원으로 줄어든다. 행위별수가제에서 비급여 항목인 편도수술 기구 코블레이터(coblator)나 맹장수술에 사용하는 창상봉합용 액상접착체 비용도 각각 16만~24만원(20만~30만원→4만~6만원), 4만~5만6천원(5만~7만원→1만~1만4천원) 정도 싸진다.

수술별 가격이 하나로 정해지기 때문에 상대적으로 진료비 전체 규모를 예상하기 쉬워지는 것도 환자 입장에선 장점이다.

◇질환 상태에 따른 차등 치료 어려워 의료질 하락 우려도=의료계가 주장하는 의료서비스 질 저하 등 부작용도 무시하기 어려운 상황이다.

의사나 병원입장에서는 받을 수 있는 진료비가 정해져 있어 이제 과잉진료가 아니라 '과소·최소 진료'가 이뤄질 수도 있다는 주장이다. 포괄수가제라도 중증도, 시술재료 등에 따라 7개 질병을 78가지로 구분해 가격을 정하긴 했지만, 처치 행위별 조합에 따라 가능한 수많은 경우의 수와 그 의료 질의 차이를 모두 반영하지 못하는 게 사실이기 때문이다.

지난 5월 안과의사회가 소속 의사들을 대상으로 설문조사한 결과 전원이 "백내장 포괄수가제 적용 후 값싼 재료로 바꾼 적이 있다"고 대답했다. 포괄수가제가 전면 시행되면 수술비 절감을 위해 저렴한 재료로 바꿀 용의가 있다고 밝힌 의사의 비율도 98%에 달했다. 또 포괄수가제 아래에서는 새로운 의료 기술이 제때 수가에 반영되지 못해 도입이 더뎌지거나, 작은 병원들이 후유증 등으로 복잡한 추가 처치가 필요한 환자 등에 대해 진료를 거부할 것이라는 우려도 있다.

정부도 포괄수가제 전면 시행과 동시에 포괄수가 적용환자가 받는 의료서비스의 질에 대한 정밀 평가 작업도 병행할 방침이다.

포괄수가제 적용 의료기관은 건강보험심사평가원 홈페이지(www.hira.or.kr)나 스마트폰 앱('병원정보')의 'DRG 적용 병원' 메뉴에서 확인할 수 있다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

자궁수술 유착방지제 24만원·각막형태검사 8만원↓
수술비 절감 위해 값싼 재료 사용, 서비스질 하락 우려

조선대병원, 장성서 의료봉사

진료·약품제공… 진도·무안·장흥도 순회

조선대병원(병원장 민영돈) 의료봉사팀이 장성군에서 진료봉사를 펼쳤다.

조선대병원은 지난 29~30일 이틀간 장성군 진원면 진원농협에서 주민 300여명에게 진료봉사를 했다. 이날 의료 봉사활동에는 양은석 진료부장을 비롯해 정형외과·내과·재활의학과·마취통증의학과·가정의학과 등 20명의 의료진이 참가했다.

의료진은 초음파 기계·자동혈압계·심전도 기계·물리치료기기·당뇨측정기 등의 의료장비를 동원해 기본 진료와 처치를 마쳤으며, 500여만원 상당의 약품을 나눠줬다.

조선대병원은 조만간 진도와 무안, 장흥지역에서도 의료봉사를 실시할 계획이다.

양은석 진료부장은 "의료진을 만나기 위해 아침부터 기다리던 마을 주민들을 보니 더욱 자주 의료봉사를 해야겠다고 생각했다"며 "의료 서비스를 높이는 것도 중요하지만 의료혜택을 받는 분들이 한층 많아질 수 있도록 노력하겠다"고 말했다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

다와부동산 재테크컨설팅

다와옥션컨설팅부, 매수신청대리업체(법원인가)
입찰에서 명도, 등기, 양도신고까지(무료상담)

근린시설/근린주택
▷서구 농성동 역세권 6층 의료시설 대지290평 건평930평감정가22억 최저가14억
▷남구 주월동 2종주거 4층 상가주택 대지67평 건평155평 감정가4억7천 최저가3억
▷영광군 영광읍 2종주거 2층 상가주택 대지153평 건평90평 감정가2억 최저가1억1천
▷남구 백운동 준주거지역 3층 상가주택 대지48평 건평100평 감정가3억2천 최저가2억2천

다가구주택/단독주택
▷광산구 월계동 2종주거 4층 다가구 대지131평 건평197평 감정가6억6천5백 최저가5억3천
▷서구 화정동 주거지역 2층주택 대지70평 건평 56평 감정가1억8천 최저가1억4천

공장/창고부지
▷북구 양산동 공업지역 대지1800평 건평 1530평 감정가29억3천 최저가18억8천
▷광산구 임곡동 준주거지역 대지233평 감정가2억2천 최저가9천6백

토지매매
▷화순군 도곡면 도곡온천방향 4차선도로변 관리지역 농지1500평 매매 평당50만(조정가)
▷무안읍 신학리 기업도시부지 농림지역 답3,000평 매매1억5천

남구 월산동 돌고개역 1번 출구/ 신한은행 4층(구.전남경찰청 4거리)
☎ 문의 010-4911-4989 (062-268-8949)

금당 공인중개사

건물매도
• 노인병원 등 적합. 동구 대지 164평 건평 1200평 19억
• 요양시설 등 적합. 화순군 도곡 대지 302평 건평 505평 4억7천
• 요양병원 시설 적합. 담양군 창평면 대지 698평 건평 629평 16억
• 요양시설, 병원, 연수원, 종교시설 적합. 완도군 완도읍 43184평 17억
• 충장로 4가. 대지 141평 건평 620평 법상가 37억5천 매도 18억5천
• 충장로 5가 주택, 상업지 104평 원룸-생활주택 적합 공시가 2억 5500 매도 2억7천
• 순천시 장천동 5층 건물 대지 88평 건평 488 대출 4억 매도 6억2천
• 농성동 다가구 40세대와 상가 대지 313평 건평 358평 임대사업에 적합 5억6300만원
• 유동 로타리 대지 240 건평 818 대출 18억 병원, 사옥, 요양시설 적합 법인이전 25억

나대지
• 공장부지 함평군 해보면 1725평 국도 접했음 2억8천
• 화정동 6차선 도로 준주거 106평 공시가 5억3400 매도 5억6200만원
• 누문동 8차선 도로 공시가 6억천 대출 4억5천 매도 4억8천
• 중흥동 상업지역 166평 3거리 코너 공시지가 4억7천 매도5억3천

시골주택 및 주택지
• 함평 엄다면 대지100평 사용 주택 17평 1800만원
• 화순 남면 대지76 주택은 수리해야함 1500만원
• 담양군 봉산면 대지 157평 대출 4천 매도 5천3백
• 장성 서삼면 금계리 대지 326평 건평 47 교환가능 1억3천

매도·교환
• 충남 보령시 웅천읍 2종 주거지 502평 다세대 적합 대출 5천 매도 1억6천
• 북구 우산동 대지 100건평 413 전세 7천에 월 800선 수입 대출 6억 매도 10억 5천

222-4994. 010-2632-5659.
금남로5가 광주고용센터 옆

매매교환 전문

빌딩, 모텔, 땅 상가 건물
매수 매도 대기중
■건축상담■
예산 부족으로 건축을 고민만 하고 계시는 분! 부지를 가지고도 경험이 없어 건축을 망설이고 계시는 분!
호텔! 무인텔! 사우나!
빌딩! 주택! 상가건물!
건축비, 시공비 없어도
신축에서 준공, 분양까지!!!
이제 고민하지 마시고
망설이지도 마시고 모든 것을
지금 상담해 주십시오.
신속한 건물 신축 공사 가능합니다.
●지금 계속된 상담받고 있습니다●
■구 인■
함께 할 수 있는 성실하고 의지가 강한 당신을 기다립니다.

최기철공인중개사
광주시 광산구 수완동 965-201호
062)956-6660
010-2139-6255
FAX. 956-6608

최기철 공인중개사 사무소

광고물건(상가빌딩매매)
* 서구 상무지구 상가빌딩 대지 180평 건평 873평
* 서구 상무지구 상가빌딩 대지 501평 건평 1415평
* 서구 상무지구 상가빌딩 대지 150평 건평 884평
* 서구 화정동 로마나이트부근 모텔 대지 99평 건평 344평 룸 00실
* 남구 진월동 상가빌딩 대지 620평 건평 2181평
* 북구신안동 전대정문 상가빌딩 대지 156평 건평 600평
* 북구 두암동 동강대후문 원룸 대지71평 건평 98평 방15실
* 광산구 우산동 상가빌딩,웨딩홀 대지 1741평 건평 약4000평
* 광산구 신창동 보건대 부근 대지 630평 건평 460평
* 나주시 남내동 상가빌딩 대지 119평 건평 210평

광고물건(토지매매)
* 상무지구 치평동 대지 1000평
* 서구 서창동 대지 948평
* 북구 두암동 대지 500평
* 광산구 송산유원지부근 대지1010평
* 광산구 수완동 대지 10,737평
* 나주 금천면 원곡리 대지 3,200평
* 나주 왕곡면 옥곡리 대지1,900평

최상의 전원주택 적합 부지 매매
* 무안군 해제면 창매리 지도방향 바닷가부근 대지2,340평
* 장성군 남면 행정리 대지 500평
* 광양읍 덕례리 대지 2,800평

956-6660·010-2139-6255

양산동 원룸용 토지 매각

【지 목】 대 지
【면 적】 692㎡ (209.7평)
【용도지구】 1종 일반주거지역
【추천 용도】 원룸, 단독주택 적합
【위 치】 동림 IC 5분거리 첨단2지구 인근
【특 징】 남향의 직사각형 토지로 활용도 우수
【매도가격】 170만원/평
【연락처】 010-2067-7103(주인직접)

대인동삼일부동산

좋은 자리에 상가 건물을 싸게 사실분

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

☎(FAX)223-1772 핸 011-602-2532
(광주은행 신본점옆, 대인동 소방서건너편)

가은 부동산

신창동 빌딩매매
-대 지 : 630평
-연건평 : 460평
-보증금 3억5천만원/월1600만원
-매매가 : 상담후 결정

상무지구 건물매매
- 대 지 : 200평
- 연면적 : 150평
- 보증금 : 1억5천만원
- 월차임 : 1500만원 (부가세별도)
- 매매금액 : 29억원

주유소 매매 (동구)
- 대 지 : 300평
- 최고 매출
- 매매가 상담후 결정

첨단산단 공장매매
- 대 지 : 1000평
- 공 장 : 300평
- 매매가 상담후 결정

투자자 모십니다
1억 - 5억 투자자 모심

상무지구 랜드피아 사거리
010-8289-8549