光州日報·전남대병원 공동주최 테마가 있는 시민건강강좌 〈89〉

삼킴 장애의 진단과 치료

전남의대 재활의학과 최인성 교수

대한재활의학회
대한뇌신경재활학회
대한노인병학회

입술·턱·혀 운동 2개월 이상 하면 도움

전남대학교병원 재활의학과 최인성 교수가 음식물을 제대로 넘기지 못하는 삼킴 장애의 치료법에 대해 설명하고 있다.

'삼킴(연하)'은 음식물을 입안에 넣는 동작(급식)을 포함해 입안으로 들어온 음식물이 연하반사를 유발해 인두부를 통과하여 식도를 거쳐 위장까지 이동하는 과정이다.

'삼킴장애(연하곤란)'는 음식물이 구강에서 위장까지 이르는 경로 상에서 발생할 수 있는 어려움, 즉 삼킴 기능의 저하로 인해 음식을 먹기가 어려운 것을 말한다.

◇심각한 합병증 유발하기도 = 삼킴장애는 고령자, 만성 질환자, 장기 입원 환자, 뇌졸중, 파킨슨병, 치매 등의 퇴행성 신경계 질환자, 두경부암 환자에서 흔히 발생한다.

삼킴장애로 인해 음식물의 제한 또는 변형이 필요하므로 '먹는 즐거움의 상실'과 이로 인한 삶의 질 저하를 초래할 수 있으며, 영양실조·탈수·체중 감소·흡인성 폐렴·질식·사망 등의 심각한 합병증이 발생할 수 있다. 따라서, 합병증의 발생을 막고, 삶의 질 향상을 위해 삼킴기능에 대한 적극적인 진단평가와 연하재활치료가 필요하다.

음식을 먹다가 기침을 하거나 자주 사레들리거나, 식사 후 목소리가 변하거나, 구강 또는 인두 분비물 증가, 빈번한 헛기침, 청색증, 반복적 고열 등이 관찰되면 삼킴장애를 의심해야 한다. 그러나 아무런 증상이 없이도 음식물이 기도로 넘어가는 '무증상 흡인'이 발생할 수 있으며, 이로 인해 흡인성 폐렴으로 진행되기도 한다.

일반적으로 삼킴장애 환자의 보호자는 환자가 빨리 잘 먹어서 원기를 회복해야 한다고 생각한다. 환자가 먹기를 원해서, 또는 보기에 안타까워서 의사의 지시에 상관없이 먹을 것을 주게 되며, 결국 흡인성 폐렴이 발생하는 경우가 많다.

노인의 경우, 흡인성 폐렴으로 사망에 이르는 경우도 적잖게 발생하고 있다. 따라서, 의사의 처방에 따른 음식물 섭취 경로를 잘 지키고, 계획된 연하재활 프로그램에 따라 서서히 먹는 것을 진행시켜야 한다. 평소보다 가래가 증가하면서 열이 나면 흡인성 폐렴이 의심되므로 병원에서 전문적인 치료를 받아야 한다.

영양실조·탈수·폐렴 등 합병증 유발
얼음·레몬즙 자극, 음식물 이동 도와

◇삼킴 장애(연하곤란)의 치료 = 구강이 깨끗하지 않거나 건조하면 구강 내에 유해균이 자라서 폐렴의 위험도를 증가시킬 수 있으므로, 구강 위생 관리에 신경을 써야한다. 치아 상태가 좋지 않으면 음식물을 씹기 힘들고, 발병 이전부터 의치(틀니)를 착용하던 환자들은 약 3주간만 의치를 사용하지 않더라도, 잇몸의 위축으로 인해 의치를 재착용하면 잘 맞지 않아 불편할 수 있다. 따라서, 주기적인 치과 진료가 필요할 수 있다.

삼킴장애 환자는 음식물 섭취의 제한으로 인해 탈수, 영양 실조, 체중 감소 등의 문제가 발생할 수 있으며, 영양 불균형 상태는 재활치료 과정에 좋지 않은 영향을 줄 뿐만 아니라, 환자의 전신 상태를 악화시킬 수 있다. 따라서 적절한 영양 공급과 수분 섭취가 필요하다.

삼킴 장애 발생 초기에 입안이나 인두에 음식물이 많이 남아 있거나 혀의 움직임이 둔한 환자는 퓨레 정도의 점도로 구성된 음식물을 섭취하도록 한다. 점차 연하 기능이 향상되면 반고 형식, 정상 식이의 순으로 음식물을 섭취하도록 한다.

삼킴 장애를 해소하기 위해 턱 당기기, 머리 돌리기, 머리 기울이기, 바로 눕기, 노력 연하, 상부 성문 연하 등의 다양한 방법을 시도해 볼 수 있다. 또한, 연하근육의 강화를 위해 입술 운동, 턱 운동, 혀 운동, 혀 기저부 운동, 후두 상승 운동, 성대 내전 운동, 호흡 운동 등을 2개월 이상 꾸준하게 시행하면 도움이 된다.

얼음물, 얼음 등의 차가운 자극을 이용하면 연하 과정의 시작이 빨라지고, 음식물 덩어리의 이동이 향상된다. 또한 레몬즙 등의 신맛을 이용하면 연하 과정의 시작이 빨라지고, 음식물 덩어리의 이동이 좋아진다.

최근 들어, 전기자극을 이용한 근육 재훈련치료가 활발하게 이용되고 있다. 인두부 전기자극치료는 인두 및 후두 근육을 직접 활성화시키고, 강화시켜 후두의 상승을 촉진할 수 있다. 또한, 감각 자극을 통한 대뇌의 운동 피질의 재구성에도 관여한다.

여러 가지 기법이나 식이 변형, 근육 운동에도 불구하고 흡인이 계속되거나 의식 저하, 반복되는 폐렴 등으로 구강으로 음식을 안전하게 섭취할 수 없는 경우, 또한 구강으로 충분한 영양과 수분 섭취를 할 수 없는 경우에는 튜브를 이용해 음식을 공급하다. 콧줄(비위관)은 코를 통해 긴 튜브를 넣어, 위까지 위치시킨 후 음식을 넣어 주는 방법이다. 한 달 이상의 오랜 기간 콧줄을 유지해야 하는 경우는 경피적 내시경 위루술을 시행하는 것이 바람직하다.

음식물이 인두에서 식도로 넘어가지 않고 계속 남게 되는 경우, 인두와 식도 사이의 괄약근을 절개함으로써 괄약근의 압력을 낮추기 위해 윤상인두근 절개술을 시행할 수 있다. 최근에는 내시경을 통해 윤상인두근에 보툴리눔 독소 주사를 주사함으로써 괄약근의 압력을 낮추는 시술을 시행하기도 하다.

/정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

'생명의 씨앗' 장기기증 - 신장이식

수술 다음날 식사 가능 7~10일 입원

신장이식은 크게 살아있는 사람으로부터 기증을 받는 생체 신장이식과 뇌사자로부터 기증을 받는 사체 신장이식으로 나눌 수 있다.

이식 수술은 2가지 과정이 필요한 데, 기증자(공여자)에게서 신장을 떼어내는 과정과 떼어낸 신장을 환자(수혜자)에게 붙이는 과정이다. 기증자로부터 신장을 떼어내는(적출) 수술 방법은 생체 신장이식의 경우 일반적으로 갈

혈관 연결 가장 중요…생체 이식땐 바로 소변 생성
사체 이식 정상 기능 늦어질 땐 일시적 투석 필요

비뼈 밑을 15~20㎝ 절개해 손으로 직접 수술을 시행하는 전통적인 방법과 10㎝정도만 절개하고 복강경기구를 이용하는 방법이 있다.

사체 신장이식의 경우 뇌사자의 배를 크게 열고 이식할 신장을 떼어내게 된다. 생체기증 신장 적출술은 2~3시간 정도 걸리며, 수술 후 다음날부터 식사가 가능하고 일반적으로 7~10일 정도 입원이 필요하다. 사체기증 신장 적출술은 30분 정도 걸린다.

신장을 떼어내면 신장의 혈관, 요관, 지방조직을 붙이기 편하게 잘 정리한 후 혈관과 요관을 환자의 우측 혹은 좌측 하복부에 있는 혈관과 방광에 각각 연결하게 된다.

혈관 연결이 이식수술에서 고도의 기술과 집중력이 필요한 가장 중요하고 예후를 결정하는 과정이다. 혈관을 연결하면 생체이식의 경우 이식신장이 바로 기능하여 소변을 만들어내게 되며, 사체이식의 경우에는 뇌사자의 수술 전 상태에 따라 바로 소변이 만들어지지 않을 수도 있지만 대개 수주~수개월 후에는 정상기능을 하게 된다.

혈관을 연결한 후 요관을 환자의 방광에 연결하며, 이때 연결부위를 보호하고 협착 등의 합병증을 예방하기 위해 가는 관을 요관 내에 위치시킬 수 도 있다. 요관 내에 위치된 가는 관은 퇴원 후 수개월 째 방광내시경을 통해 제거한다.

일반적으로 병든 자신의 신장은 제거하지 않는다. 병든 신장을 제거하는 수술을 시행할 경우 환자의 사망률이 증가하기 때문이다. 병든 신장에 반복적인 요로감염, 심한 방광요관 역류 등이 있을 경우에만 병든 신장을 제거한다.

문성표 교수

신장이식 수술은 보통 3~4시간 걸리며, 수술 후 며칠간은 각종 감염을 예방하고 집중적인 관리를 위해 외과계 중환자실 내 무균실에서 치료한다. 수술 후 수일간은 호흡 관리, 수액, 진통, 면역억제제 및 식사 진행을 하게 된다. 이식신장이 정상적으로 기능해 신체기능이 안정화되면 중환자실에서 나와 이식전용 병동으로 옮겨져 2~3주 가량 입원치료한 후 퇴원한다.

사체이식에서 소변이 바로 만들어지지 않을 경우에는 정상기능으로 돌아올 때까지 일시적으로 투석이 필요하다. 신장이식수술은 수술술기가 보편화돼 있고 치료과정이 대부분의 이식센터에서 대동소이하며 수술결과 또한 차이가 없다. 〈도움말 = 조선대병원 장기이식센터 이식외과 문성표 교수〉

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

印尼 항뚜아 치과대학 조선대치과병원 방문 진료시스템 등 교육

인도네시아 수라바야 항뚜아 치과대학의 교수와 학생 등 10명이 최근 조선대치과병원(병원장 안종모)과 조선대치의학전문대학원(학장 김흥중)을 방문했다.

조선대치과병원은 항뚜아 치과대학 및 병원과 2011년 자매결연을 체결한 이후 매년 임상연수회 및 학술대회 참석, 학생교류 방문, 진료봉사 등을 통해 활발하게 교류를 진행하고 있다.

특히 조선대치과병원은 이번 방문단에게 학생 임상교육 및 수련의 교육 시스템과 진료시스템을 소개하는 한편 김치만들기 체험, 국립5·18민주묘지 참배, 국립아시아문화전당 현장 참관, 전통 한옥마을을 방문 등 우리 문화와 역사를 소개하고 체험하는 뜻 깊은 교류의 시간을 가졌다.

인도네시아 수라바야 항뚜아 치과대학 교수와 학생들이 조선대치과병원 진료실과 치료실, 치과 기자재 등을 둘러보고 있다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

신축원룸 매매전문(전대1분)
★전대상대1분(용봉지구코너)★
신축 4층 룸21개 (상가 2칸, 4층주택)
엘리베이터 시공, 대리석, 벽돌시공
월수익 850만(연 1억)
매가 12억(보1억 융3억) 수익율 13%
★전대정문,후문1분(신축4층룸12개)★
1층 상가, 4층주택. 월수익 400만 매가 6억 7천
★서구화정동신동아APT★
(신축5층 근린상가 건물, 지하 주차장 11대,
1층 상가 85평, 2층 상가 85평, 3층 룸9개,4층 룸9개)
월수익 1200만 (보3억 융5억) 매가 18억
★북구용봉동신축4층룸14개★
(안집1개) 보2600 월470 융2억 매가 7억 5천
★나주이창동KTX역5분거리★
원룸 18개 보 800만 월 540만 매가 4억6천
★나주혁신도시상가분양임대★
빛가람로 중심도로 접 건생코너
1~7층까지 현재 분양 임대중
대신 ☎010-6670-9800
062)952-5584

수익성상가 매매전문
수완지구상가매매
- 한도빌딩(대방5차아파트 후문 바로앞) 1층상가매매 18평 (보2천 월130 융 1억5천매가 4억 ▶3억 5천(할인가)
- 한솔빌딩 3천세대 모아APT입구 3층 상가 매매 85평 (보3천 월 200융 2억 5천 매가 4억 ▶3억 3천(할인가)
- 엠스티빌딩 롯데마트 대로변3층 상가 매매 62평 (보3천 월 180만 융1억5천) 매 3억 ▶2억 4천(할인가)
- 월계동 첨단지구 2층 대상파크 빌딩(오션스파) 62평 매 2억▶1억 7천(임대 보증금 2,000에 월90만원 융자 1억2천 가)
서구 쌍촌동 빌라 매매
(원룸형 오피스텔)
- 원룸형 빌라 (11평) 보200 월 27만 매가 4500 ▶3800만(할인가)
- 원룸형 빌라 (12평) 보200 월 28만 매가 4500 ▶3900만(할인가)
- 투룸형 빌라 (14평) 보300 월40만 매가 5500만 ▶4800만(할인가)
수완 상가 임대
- 1층임대 18평 보3천 월130
- 3층임대 45평 보2천 월110
- 3층임대 20평 보1천 월 60
- 3층임대 62평 보3천 월150
나주혁신도시 상가분양임대전문
1~7층 까지 현재 성황리 분양임대중
010-6832-9700
010-2676-7037

금당공인중개사
저희는 매매·교환등의 물건을 구합니다.
감정가이하
◦ 급매 광주은행본점 부근 대인동 대로변 649㎡(210) 건물 522㎡(158)공시지가 11억6천 매도 11억
◦ 지하철 쌍촌역 4거리 대로변 준주거 377㎡(111) 병.의원, 사옥,학원,자동차정비시설등 적합 7억 천
◦ 동명동 대지 318㎡(96)건평 228평 상가, 주택, 원룸등 18개 전세 1억2천선에 월500선 9억6천
◦ 전남대앞 신안동 4거리 상업지 대지 446㎡(136) 4층건물 322평 은행 3억 매도 7억 2천
◦ 동구 대지 542㎡(164)건물 3968㎡(1200)18억 2천
◦ 동구 예식장 대지 1924㎡(582) 건물3287㎡(994) 요양병원등도 적합 감정 47억3천 매도 27억3천
◦ 남구청 부근 대로변 병원, 요양시설등 적합 대지 1461㎡(442)6층 건물 3656㎡(1015) 매도 36억3천
임대 • 투자
◦ 쌍촌동 원룸 투룸 건물 대지 222㎡(67) 건평 330㎡(100)지하철 운천역 2분거리 보증금 2천선 월 300수익 3억8천5백
◦ 시골주택 담양군 봉산면 광주에서 10분거리 대지 665㎡(198)주택 162㎡(49)전원생활적합 9600만원
◦ 투자, 매월동 매월저수지옆 경관좋음 빌라, 다세대 적합 자연녹지5520㎡(1670)310
◦ 장성읍 그린벨트산 132397㎡(40050) 3억8천
◦ 쌍촌동 용산그린아파트 부근 2종 주거지 674㎡(316)다가구, 다세대 적합 공시지가 4억3천 매도 4억5천
◦ 한라봉 농장 나주시 반남면 7187㎡(2178) 연 6천만원정도 수입 전원생활에도 좋음 3억8천5백만원
☎ 문의 222-4994, 010-2632-5659
쌍촌동 (구) 등기소 자리, 가도 생활주택 전시관

희망공인중개사
고객님의성공을희망합니다
상가/건물
▶ 상무지구 신축건물 매 72억
▶ 쌍촌동 광송간 대로변 3층건물 매매 12억
▶ 쌍촌동 5층건물 매 15억(보 1억7천 월656만원 포함)
▶ 화정동 교원공제부근 1층구분점포 225㎡ 매 12억(보1.3억, 월600만 유명프렌차이즈 입점)
▶ 전남대 정문 신축 4층원룸건물 480㎡(원룸11 투룸3 주인세대) 매 9.5억(보3.3억 월477만)
대지/전답
▶서구 치평동 중심상업지역 대지 750㎡ 매매 26억
▶서구 쌍촌동 대로변 준주거지역 대지 661㎡ 매매 14억
▶서구 쌍촌동 대지 5,000㎡ 32억(원룸단지적합)
▶남구 주월동 병원최적합 부지 2,290㎡ 매매54억
▶북구 신안동 대지 3,100㎡ 매매 36억
▶북구 문흥동 교도소부근 잡종지 6,300㎡ 매매 50억
▶광산구 대산동 계획관지역 전 29,800㎡ 39억
기 타
▶세하동 창고 1,590㎡(건234㎡) 매매 7.2억
▶영암 삼호중공업 인근 주유소 매 8억(융 5억)
광주·전남권 부동산 매도 매수 상담 환영
서구 치평동 라인동산아파트 102동 앞 상가 109호
☎ 010-5536-0382 062) 373-0382

급매매
신안동 신안 사거리 부근 30m 도로변 코너
6층 상업지역 건물
건물 600평
토지 151평
평당 토지 가격 500만원정도
토지 가격 만도 7억5천만원정도
매매가격 8억8천만원
라멘조 층별 100평 정도
조건은 전세, 월세 안고 구입
010-3215-9969

공장 급매매
하남공단 9번로 인근
(천변 4거리 코너)
토 지 3,305㎡
건 물 1,300㎡
◦ 사무실1,2층
◦ 높이 : 8m
◦ 호이스트3톤 2대
◦ 전기 : 200kw
물류창고 최적
매매가격 18억원
송하동 자연녹지(2,100㎡)
일반 공업지역(2,400㎡)
허가필, 매매가격18억원
쌍촌동 대로접
대지(1,100㎡)건물(300㎡)
매매가격 17억원
신진공인중개사
010-2644-4265
011-9602-6225