

光州日報·전남대병원 공동주최

테마가 있는 시민건강강좌 <116>

황반변성

지역적 전남대병원 안과 교수

- 광주보훈병원 안과 과장
- 연세대 신촌세브란스병원 연수
- 전남대병원 안과 임상조교수
- 전문진료분야 망막, 포도막



‘나이 탓’ 말고 금연·건강 생활 실천

망막 세포 노화 주된 원인

자외선 차단 안경 눈 보호

비타민 풍부 과일·채소 섭취

“가운데가 검게 가려 보여요. 차선이 휘어져 보입니다.”

황반변성으로 안과를 찾는 환자들이 흔히 말하는 증상들이다. 눈을 사진기에 비유할 때, 필름에 해당하는 신경조직이 망막이다. 황반이란 망막의 중심부에 노란 빛을 띠는 부분으로, 이 부위에 변성이 생겨서 사물이 잘 보이지 않게 되는 병이 바로 나이 관련 ‘황반변성’이다.

◁원인과 증상=망막 세포가 노화되면서 망막 아래에 ‘드루젠’이라고 하는 기름 찌꺼기들이 끼게 된다. 이러한 노폐물 때문에 신경 조직이 손상돼 점차 황반부의 변성이 진행하게 된다. 황반변성의 전체 이름이 ‘나이관련 황반변성’인 것에서도 알 수 있듯이 가장 중요한 위험 인자는 나이이다. 또한 연구에 따르면 노화 이외에도 유전, 자외선, 콜레스테롤, 흡연, 고혈압, 자외선 등이 황반변성의 발생에 관여한다고 알려져 있다.

황반부는 중심 시력을 담당하는 곳으로, 이곳에 변성이 생기면 시력감소, 중심암점(시야의 중심부에 검은 점이 생기는 증상), 변시증(사물이 찌그러져 보이는 증상) 등이 나타난다.

황반변성에는 건성과 습성 두 가지 형태가 있다. 습성이란 망막 밑에 신생혈관이 발생해 여기서 물이 새거나 피가 나는 상태를 말한다. 이 경우에는 진행속도가 빨라 수개월 이내에 생활에 지장을 줄 정도로 심한 시력 저하를 초래하게 된다.

황반변성을 노안으로 착각하고 소홀히 여기다가 치료 시기를 놓치는 경우가 많다. 노안은 가까운 곳이 주로 잘 안 보이지만, 황반변성은 가까운 곳과 먼 곳이 모두 안 보이며 변시증이나 심한 시력저하가 발생할 수 있다. 증상 차이를 기억해 두었다가 의심이 되면 즉시 검사를 받아보아야 한다.

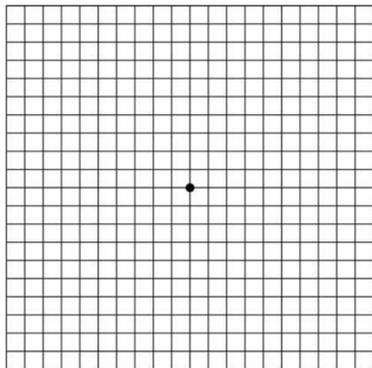
◁치료와 예방법=건성황반변성은 뚜렷한 치료법이 없다. 일반적으로 진행이 빠르지는 않지만 습성황반변성으로 발전할 수 있기 때문에 정기적인 경과관찰이 필요하다. 반면 습성황반변성은 치료하지



지역적 전남대병원 안과 교수가 황반변성의 원인과 치료에 대해 설명하고 있다.

<전남대병원 제공>

■ ‘암슬러 격자’ 황반변성 진단법



◀약 30cm 떨어져 한쪽 눈을 가린 채 양쪽을 번갈아 가면서 점을 응시한다. 선이 휘어져 보이거나 중간이 가려져 보이는 부분이 있다면 망막에 이상이 있을 가능성이 높다.

않으면 급격히 시력이 저하돼 실명에 이를 수 있기 때문에 적극적인 치료가 필요하다. 시력저하의 원인이 되는 신생혈관을 없애거나 더 자라지 않도록 활동을 감소시키는 목적으로 눈속 항체주사 치료를 시행

한다. 병의 진행을 막고 안정화시키기 위해서 지속적으로 주사 치료를 받아야 하는 경우도 있다.

나이, 유전적 요소 등은 우리가 어떻게 할 수 없는 부분이다. 조절이 가능한 위험

인자 중 대표적인 것은 흡연과 비만이다. 많은 역학적 증거들이 건성·습성황반변성 모두 흡연과 강력한 상관관계가 있음을 보여주고 있다.

금연과 함께 체중을 조절하고 콜레스테롤을 줄이며, 자외선 차단 안경을 쓰고, 비타민이 풍부한 과일이나 야채를 섭취하는 것이 황반변성의 예방에 중요하다. 또한 한쪽 눈에 황반변성이 있으면 50% 정도가 반대쪽 눈에도 생길 수 있기 때문에 양쪽 눈 모두 주기적인 경과관찰이 필요하다.

◁자가진단 방법=가장 손쉽게 자가진단하는 방법은 ‘암슬러 격자(그림)’를 이용한 검사이다. 그림의 가운데 점을 응시할 때, 선이 휘어져 보이거나 중간이 가려져 보이는 부분이 있다면 망막에 이상이 있을 가능성이 높다. 이 경우 안과를 찾아 정밀검사를 받아야 한다. 한 눈의 시력이 좋은 경우 반대쪽 눈이 나빠진 줄을 모르고 지내는 사람들을 종종 본다. 반드시 한쪽 눈씩 번갈아 보면서 이상이 발생하는지 점검하는 것이 중요하다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr



전남대병원, 지역병원과 협진체제 토론

전남대병원(병원장 윤택림)이 지역 병·의원과의 원활한 진료협력을 위한 협력병원 간담회를 최근 성황리에 개최했다.

이번 간담회는 전남대병원이 협력병원과의 상호 긴밀한 협력체제를 유지함으로써 지역 내 신속한 협진시스템을 구축하고, 나아가 지역민의 건강증진에 앞장서는 지역거점 병원의 역할을 수행하기 위해 마련됐다.

광주 무등파크호텔에서 열린 간담회에는 광주지역 협력병원을 비롯해 나주·담양·장성·화순·장평 그리고 전북 고창·순창 등 광주 인근지역의 협력병원 관계자 150여명이 참석한 가운데 활성화 방안에 대해 열띤 토론을 펼쳤다. 특히 KTX 호남선에 이어 수서고속

철도(SRT) 개통에 따른 지역환자 역외 유출을 최소화하고, 병·의원간 상생할 수 있는 다양한 협력방안에 대해 집중적으로 논의했다.

현재 전남대병원 광주지역 병원 255곳, 전남권 191곳, 전북권 19곳, 서울·경기권 10곳, 대전·충남권 2곳, 제주권 11곳, 경남권 1곳 등 총 489곳과 협력병원 관계를 구축하고 있다.

윤택림 병원장은 이날 “전남대병원의 의료기관 진료정보교류 기반구축사업 거점병원으로 선정돼 진료기록 전송지원 시스템 연계 등 정보교류를 위한 시스템을 구축할 계획이다”면서 “앞으로도 진료의 리트 회송이 잘 이뤄져 긴밀한 협력체제가 더욱 확고하게 유지될 수 있도록 노력하자”고 당부했다. /채희종기자 chae@

화순전남대병원 ‘십시일반’ 어린이 후원



화순전남대병원 김형준 병원장이 임직원들이 식비를 아껴 모은 후원금을 어린이재단 전남지역본부에 전달하고 있다.

<화순전남대병원 제공>

화순전남대병원(병원장 김형준)이 지역내 다문화가정·저소득층 어린이들을 돕기 위한 다양한 노력을 펼치고 있다.

최근 병원 임직원들은 한끼의 식사비를 아껴 모은 3100여만원을 어린이재단 전남지역본부(본부장 최영철)에 전달했다.

화순전남대병원 임직원들은 “형편이 어려운 지역내 꿈나무들을 키우자”라는 취지로 매년 ‘한끼의 행복한 나눔’운동을 펼치고 있다.

지난 2009년부터 시작된 이 캠페인으로 올해까지 총 2억원이 넘는 돈을 기부했다. 그동안 이 후원금은 어린이재단을

통해 결식아동이나 형편이 어려운 다문화가정, 이혼 등 가정해체로 어린 손자들을 돌보는 저소득층 조손가정에 보탬을 주었다.

또한 어린이재단과 ‘사회안전망 구축을 위한 협약’을 맺고 불우한 환경의 아동들을 돕고 있다. 기초수급대상자 가정과 저소득층 가정들에 대한 의료비 보조 외에도 생활안정비·교통신비 등을 지원하고 있다. 지난해에는 지역아동센터 광주·전남지원단 등과도 MOU를 맺는 등 소외이웃을 돌보는 데에 역점을 두고 있다. /채희종기자 chae@

착한보청기

보청기 무료 체험

직접 체험 후 결정!!

✓ **잡음없이 깨끗한 소리** ✓ **윙윙~ 울리지 않는 보청기**

062) 655-6544 (광주 남구 진월동 252-4 우리은행건물 3층)

치평동 상가 매매

- 상무나이트 옆 수림상가
- 10층 중 10층 795m²(250평)
- 임대가(5000만/350만)
- 감정/시세 8억 7700만
- 급매 7억 7000만

봉선동 아파트 매매

- 봉선동 포스코 아파트
- 17층 111m²(33평)
- 교육환경 최상
- 시세 4억 3000만
- 매매 4억 1500만

수기동 오피스텔 매매

- 수기동 23-2번지 제일오피스텔
- 19층 95m²(28평)
- 임대중(400만/월 47만)
- 수익률 12% 이상
- 매매 5900만

문의 010-9203-6161