

코골이·수면무호흡증 치료 치료

조선대치과병원 구강내과 유지원 교수

코골이 마우스피스로 '꿀잠' 회복

기도 확보 산소섭취 증가 효과
비만·과음·구강 이상 등 원인
이비인후과·치과 치료법 달라

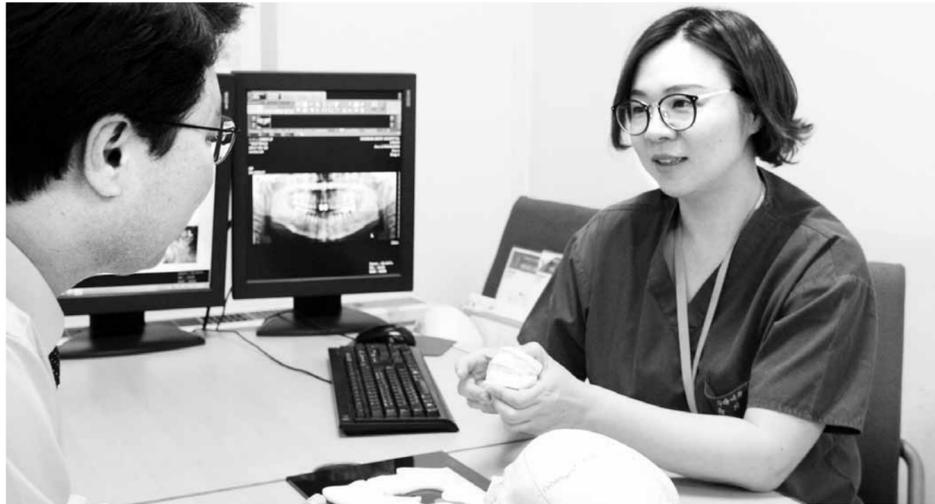
코골이는 잠을 자면서 '드르릉'하면서 코를 골게 되는 현상이다. 누구나 배우자 또는 주변 사람의 코골이로 인해 제대로 잠을 잘 수 없는 경험을 한두 번은 한 적이 있을 것이다.

일반적으로 코골이는 수면 중에 호흡기관에서 발생하는 모든 호흡소리를 가리키지만, 수면장애분류에서는 단순 코골이 뿐 아니라, 수면 중 산소공급이 원활하게 되지 않고 낮에 졸음이나 불면증을 유발하는 폐쇄성 수면무호흡증도 유의해야 한다.

폐쇄성 수면무호흡 증후군이란, 수면 중 단속적으로 숨을 쉬지 않는 무호흡증이 되풀이되며, 이로 인해 한낮에 졸음 등을 비롯한 여러 증상을 나타내는 질환을 말한다.

◇코골이와 수면무호흡증의 차이=단순 코골이로만 동침자의 수면을 방해하는 것 이외에 다른 신체적, 정신적 증상을 나타내지 않는다. 이에 비해 폐쇄성 수면 무호흡증이 있는 경우에는 만성적인 산소부족과 관련된 심혈관계 합병증의 발생 위험이 증가되고, 또한 그로 인한 사망률도 커지며, 더불어 수면의 질 저하와 수면 부족으로 인한 과도한 낮졸음이 나타나서 일상생활에 지장을 주거나 안전사고의 위험성이 높아질 수 있다.

또한 단순 코골이 증상을 호소해 내원한 환자의 경우, 수면검사를 시행하면 폐쇄성 수면무호흡증을 동반하는 경우도 많기 때문에, 잠을 자면서 코골이 때문에 주변 사람에게 지적을 받았거나, 충분히 수면을 취함에도 낮 동안에 만성적인 졸음 증상, 기상 후 두통 등이 있다면, 수면클리닉 또는 수면검사를 시행할 수 있는 병원을 찾아 정확한 진단을 받는 것이 필요하다



유지원 교수가 코골이가 심한 환자의 상태를 설명하고 있다.

(조선대치과병원 제공)

할 수 있다.

코골이 및 수면무호흡증의 원인으로선 비만, 구강안면 형태이상, 인후두 이상, 코 질환, 호르몬 변화 등이 있다. 또한 과도한 알코올 섭취, 수면제 사용 등은 근육을 과도하게 이완시켜 코골이 및 수면무호흡증을 발생시키기도 한다.

코골이 및 수면무호흡증의 치료를 위해서는 정확한 진단이 우선되어야 한다. 앞서 언급한 여러 원인 환자의 증상을 악화시키는 원인을 제거하는 것이 가장 효과적인 치료라 할 수 있다. 따라서 진단을 위해서는 수면다원검사, 또는 간이수면검사 등으로 환자의 코골이 및 수면 중 산소포화도 등을 평가해 단순 코골이 또는 수면무호흡증 여부를 평가하게 된다.

◇수술적 치료와 장치적 치료=과거에는 코골이가 있을 경우 편도절제술을 우선적으로 치료하는 경우가 많았으나, 이는 편도 비대 또는 코뼈의 이상 여부가 주요

한 원인으로 작용했을 때 효과적이며, 실질적으로 편도절제 수술을 시행하고 난 후 시일이 지나면 다시 코를 고는 경우가 많기 때문에 다양한 원인에 대한 진단이 필요하다.

즉 이비인후과에서는 코뼈의 이상, 편도 비대 등을 평가한 뒤 편도절제술, 비중격 성형술을 시행하고, 치과에서는 두개골의 골격상태를 분석해 장치치료 또는 구강인두 처치를 시행한다고 볼 수 있다. 또한 심한 수면무호흡증의 경우 신경과에서는 양압기를 사용해 상부기도를 넓히는 치료를 시행하고 있으며, 이는 효과적인 방법이지만 산소마스크와 비슷한 장비를 착용해 잠을 자야 하는 불편함이 있어 환자들이 기피하는 경우가 많다.

최근 구강내과에서 주로 시행하는 코골이 및 수면무호흡증 장치가 많은 관심을 받고 있다. 이는 권투선수가 착용하는 마우스피스와 비슷한 모양이지만 재질은 약

간 딱딱한 것이며 이를 착용하고 잠을 자게 되며 아래턱을 약간 앞으로 내밀게 유도함으로써, 혀가 앞으로 당겨나오게 되고 이로 인해 기도가 확장되어 수면 중 기도를 확보하게 되는 것이다. 실질적으로 구강장치기 코골이와 수면무호흡을 감소시킬 뿐 아니라 산소 섭취량을 증가시키고 수면의 질을 개선한다는 사실은 많은 연구를 통해 입증되고 있다.

물론 가장 좋은 치료 결과는 정확한 진단과 적절한 처치가 이뤄져야 하며, 증상을 조절하고자 하는 환자의 협조가 있어야 보장될 수 있다. 따라서 코골이 및 수면무호흡증 진단을 위해서는 전문의의 진단을 통해 증상의 유무와 정도를 정확히 평가하는 것이 필요하며, 치료법의 선택은 환자의 증상과 상황에 따라 달라질 수 있기 때문에 전문의의 진단 및 상담 후 치료법을 결정해야 한다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr



조선대병원, 어민 질환 예방 앞장

어업안전보건센터 워크숍

조선대병원(병원장 이상홍)은 최근 병원 김동국홀에서 '어업인 보건·의료 지원 강화'를 위한 어업안전보건센터 워크숍을 개최했다.

해양수산부가 주최하고 조선대병원 어업안전보건센터(센터장 직업환경의학과 이철갑 교수)가 주관한 이번 워크숍은 해양수산부와 경상대, 인제대 어업안전보건센터 관계자 및 시·군 수협 담당자, 지역 어촌계장 등 다양한 업계 중

사자들이 참석했다.

이번 워크숍에서는 어업인 보건·의료 지원 강화를 위한 시책설명회를 시작으로, 기관 간 협력체계를 구축하며 어업인 관련 질환 예방 가이드라인을 마련하는 등 다양한 논의가 이뤄졌다.

한편, 전국에서는 조선대병원, 경상대병원, 인제대부산백병원 어업안전보건센터로 지정돼 있으며, 조선대병원 어업안전보건센터는 어업인의 무릎질환에 대한 연구를 수행하고 있다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

대한혈액학회, 전문가 850명 학술 교류

급증하는 혈액질환의 치료와 연구성과를 공유하고, 관련분야의 활발한 교류를 도모하는 행사가 열렸다.

대한혈액학회(이사장 김형준·화순전남대병원장)는 최근 서울 그랜드힐튼 호텔에서 제58차 춘계 학술대회를 열었다. 이번 행사에는 국내외 850여명의 회원들이 참석해 성황을 이뤘다. 윤재호 교수(가톨릭대 혈액내과)가 우수연구자상, 박찬정 교수(울산대 서울아산병원 진단검사의학과)·구홍희 교수(성균관대 삼성서울병원 소아청소년과)가 학술상을 수상했다. 수상자에겐 각각 1000만원의 부상이 수여됐다.

이번 학술대회는 협진혈액학, 잔존암, 특별한 조건에서의 림프종식성질환 등 3개 주제의 교육프로그램으로 시작했다.

기조강연에서는 백혈병줄기세포의 대가인 라비 바티아(Ravi Bhatia) 박사, T-세포 공학기술과 면역세포치료의 권위자인 스테판 고츠크(Stephen Gottschalk) 교수를 초청, 관련분야의 최신회의를 들었다.

학술프로그램에서는 종양유전체학, 조절, 혈액질환의 클론성 변화, 병혈병의 유전적 감수성, 다발골수종, 유전공학 등 6개 주제에 대해 토의했다.

유럽혈액학회(EHA)와 공동으로 진행된 심포지엄도 준비, NK/T 세포림프종(NK/T-cell lymphoma) 주제로 최신회의를 다뤘다. 새로 마련된 우수 초록 발표(Best Abstract Presentation)도 많은 관심을 받았다.

인상을 위한 '법률적 이슈(Legal Issues)'라는 특별 세션도 마련됐다. 최근 이주화원 환자안전법, 의료사고 피해 구제, 의료분쟁 조정법에 관해 전문가의 설명을 듣고 토론했다. 임상현장의 의료분쟁 사례와 관리 등에 관해서도 살펴봤다.

12편의 우수 포스터 발표, 36편의 구연발표도 이어졌다. 내년 국제학회로의 전환을 위해 영어구연 발표시간을 대폭 늘려 화제를 모았다. 전시부스 참여 회사와 관련단체는 지난해 45곳에서 58곳으로 크게 늘어 눈길을 끌었다.

김형준(화순전남대병원장) 대한혈액학회 이사장은 "이번 학술대회는 암 유전체학과 면역치료학을 주로 다뤘다. 참석 회원들의 호응도가 높고, 타기관과의 협력네트워크도 활발해 고무적이다"며 "정기학술대회를 국제학회대회로 발전시키고, 학회 산하 연구회를 활성화하기 위해 더욱 노력하겠다"고 밝혔다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

광주기독병원, 폐렴 치료 2년 연속 1등급

광주기독병원이 최근 건강보험심사평가원에서 실시한 2차 폐렴 적정성 평가에서 지난해에 이어 2년 연속 1등급을 받았다.

이번 2차 폐렴 적정성 평가는 2016년 4월부터 6월까지 지역사회 획득 폐렴으로 입원한 환자에게 항생제 치료를 실시한 병

원급 이상 의료기관 563곳을 대상으로 실시했다.

평가항목은 ▲병원도착 24시간 이내 산소포화도 검사 실시율 ▲병원도착 24시간 이내 중증도 판정도구 사용률 ▲병원도착 24시간 이내 객담도말 검사 처방률 ▲병원도착 24시간 이내 객담배양 검사 처방률

▲첫 항생제투여 전 혈액배양검사 실시율 ▲병원도착 8시간 이내 항생제 투여율 ▲급성교육 실시율 ▲폐렴구균 예방접종 확인율 등 총 8개 항목을 평가했으며, 전체 563 기관 중 41.9%인 222곳만이 1등급을 받았다.

특히 광주기독병원은 평가대상 기관들의 종합점수 평균 71.4, 동일 종별 평균 85.2보다 훨씬 높은 점수로 99.9점으로 1등급에 선정돼 대부분의 평가항목에서 만점을

받은 것으로 드러났다.

박병란 광주기독병원장은 "이번 평가에서 광주·전남 지역 1등급 의료기관 비율이 전국 평균에 미치지 못한 가운데 광주기독병원이 높은 점수로 1등급에 선정됐다"면서 "앞으로도 환자안전에 최우선으로 하는 '더 환자중심병원'으로서 지역의 건강지킴이 역할에 최선을 다하겠다"고 밝혔다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr



지오옥션 부동산 중개법인(주)
20년경력 조여사 010-6211-4585

경, 공매 컨설팅

수익형 추천

- ★ [건물] 광주 광산구 송정동 중심상권 일반상업지역 위치좋은 상무대로변 지상층건물 대지 1342㎡ 건물 413.49㎡ 매매 49억
- ★ [건물] 광주 서구 동천동 동림2지구내 중심상권 아파트 상가 밀집지역 하남대로변 위치좋은 지하층~지상7층 대지 867.90㎡ 건물 4124.36㎡ 매매 65억 (보5억 월수익 3천9백)
- ★ [건물] 광주 동구 지산동 법원 정문앞 위치좋은 지하층~지상5층 대지 198㎡ 건물 729㎡ 매매 25억 (보5억6천500만)
- ★ [건물] 북구 신용동 첨단2지구 아파트밀집지역 메인상권 4층건물 대지 780㎡ 건물 1,830㎡ 매매 48억 (보5억3천 월2천2백 포함)
- ★ [고시원] 광주 동구 서석동 룬 36개 5층건물 1층 커피전문점 토지 423㎡ 건물 845.23㎡ 매매 18억 (대출7억 월수익 1천3백)
- ★ [토지] 전남 창평면 삼천리 계획관리구역 1중주거지역 슬로우 시티 옆 대지 3,041㎡ 전원주택 (단지조성가능) 적합
- ★ [토지] 광주 북구 삼각동 도시지역 1종일반주거지역 도로접 대지 1326㎡ 상가건물, 창고 적합

사우나

- ★ [건물] 광주 광산구 월곡동 스포츠타운 사우나 위치좋은 건물 5,349.88㎡ 매매 85억 (상담후결정)
- ★ [건물] 북구 두암동 6층 지1~상5층 건물 위치최상 병원가능 대지 334.40㎡ 건물 990.88㎡ 매매 10억 (보1억 6백 월4백3십만포함)
- ★ [건물] 광주 동구 계림동 사우나 위치좋은 지1~4층 대지 364.22㎡ 건물 827.74㎡ 매매 85억 (상담후결정)
- ★ [건물] 북구 두암동 지1~상6층 건물 대지 496.20㎡ 건물 2360.35㎡ 매매 35억 (보3억5천 월2천포함)
- ★ [건물] 북구 두암동 지1~상4층 건물 대지 442.90㎡ 건물 1237.44㎡ 매매 11억 5천 (보1천5백 월1백2십만포함)
- ★ [건물] 동구 동명동 사우나상가5층건물 위치좋은 대로변접 현성업종 대지 452㎡ 1,464㎡ 매매 17억 (용5억포함)

경매 추천 물건

- ★ [근린주택] 광주 남구 서동 3층건물 대지261㎡ 건물 379.44㎡ 감정가 5억 3천3백
- ★ [주택] 광주 동구 동명동 단층건물 토지 149㎡ 건물 68.85㎡ 감정가 9천6백
- ★ [다가구] 광주 동구 산수동 3층건물 토지 275.1㎡ 건물 480.58㎡ 감정가 4억4천7백
- ★ [다가구] 광주서구 화정동 4층건물 토지310.4㎡ 건물 518.63㎡ 감정가 7억8천5백 ▶ 최저가 5억5천
- ★ [오피스텔] 광주 동구 동명동 대지 11.26㎡ 건물 23.68㎡ 감정가 2천8백3십만 ▶ 최저가 2천
- ★ [공장] 광주 북구 양산동 식품공장, 창고용도 대지 3653㎡ 건물 3971.63㎡ 감정가 39억2천2백만 ▶ 최저가 27억4천5백
- ★ [농가시설] 나주시 문평면 옥당리 (문평산단인근) 대지 4683㎡ 건물 1599.8㎡ 감정가 3억2천1백만 ▶ 최저가 2억2천5백
- ★ [장례관련시설] 장성군 삼서면 대곡리 대지5153㎡ 건물 1798.58㎡ 감정가 17억8천8백만 ▶ 최저가 10억2백

공인중개사 김은희 062-714-2254