

# 폭염에 고열...“여름감기 아닐 수 있어요”

**건강 바로 알기**  
심근염

도움말=조화진 전남대어린이병원 소아청소년과 교수

바이러스성 감염 가장 큰 원인  
심부전 합병증 동반 위험도  
손씻기 생활화 감염 예방해야



조화진 전남대병원 소아청소년과 교수가 감기로 인해 피곤함과 통증을 호소하는 어린이를 상담하고 있다. <전남대병원 제공>

심근염은 감염, 약물, 독소 등 다양한 원인에 의해 심장 근육에 급성 또는 만성으로 염증이 발생한 상태를 말한다. 실제 어느 정도의 빈도로 발생하는지에 대한 정확한 통계 수치는 존재하지 않으나, 한 미국의 보고에 의하면 급사의 약 1.3% 정도가 심근염 때문이라는 보고가 있다. 또한 급사 환자 중 젊은 환자들에서는 많게는 20%까지 심근염과 관련이 있다는 이야기도 있다.

◇심근염의 원인=원인은 무수히 많고 다양하지만 흔히 감염성, 독성, 면역성 등 3가지로 나누게 되며, 이 중에서 바이러스 성에 의한 감염성 심근염이 가장 흔한 것으로 알려져 있다. 아데노바이러스, 파코 바이러스, 헤르페스바이러스, 장바이러스, 인플루엔자바이러스, 에코바이러스, 간염 바이러스 및 거대세포바이러스 등이 심근염을 일으킬 수 있으며, 최근 면역결핍 바이러스로 알려져 있는 에이즈 바이러스도 심근염을 일으킬 수 있는 것으로

알려져 있다.

세균성으로는 전 세계적으로 디프테리아가 가장 흔하게 심근염을 일으키는 것으로 알려져 있으며, 이 이외에도 포도알균을 비롯한 거의 모든 세균들이 심근염을 일으킬 수 있다.

독성 원인으로는 의학적으로 사용되는 약제뿐만 아니라 주변 환경에서의 여러 물질들이 원인으로 작용할 수 있으며 면역성 원인으로는 여러 가지 결체조직질환(루푸스, 류마티스성 관절염, 경피증, 피부근염) 뿐만 아니라 가와사키병, 사코 이도증 및 거대세포동맥염 등의 질환에 의해서도 심근염이 발생할 수 있다.

◇감기 증상과 혼동 주의해야=홍통이나, 호흡곤란, 열, 오한, 근육통이나, 관절통 및 기운 없음 등의 호소를 하면서 병원을 찾는 경우가 많지만 어린 영아나 소아에서는 통증을 호소하지 못하고 막연히 잘 먹지 않고 기운이 없어 내원하는 경우가 많다. 어린아이들이수록 증상 호소를 하지 못해 진행이 된 상태로 심부전 증세로 내원하게 됩니다. 심부전 증세가 동반된다면 호흡곤란, 기좌호흡(누워 있을 때 호흡곤란이 악화되는 경우) 등을 호소할 수 있습니다. 특히 영아 및 소아에게는 단순히 감기와 비슷하게 보일 수 있어 주의가 필요하다.

혈액 검사상 염증 수치의 상승 및 심근 효소 수치의 상승, 심초음파 검사상 심근 경색이 없이 심장기능의 저하를 보이는 경우 진단이 가능하다. 가장 정확한 검사는 심장 근육의 조직검사 결과이나 혈액학적 징후가 불안정한 경우 시행하기 어려운 단점이 있다.

대부분의 경우 급성기에 감소된 심장 기능의 지지(약물, 경피적 삽입 기구들을 이용) 및 부정맥에 대한 적절한 처치를 해 심부전의 합병증 발생에 대한 지지적 치료를 하게된다. 매우 심한 심근염의 경우 심장이 기능을 되찾을 때까지 혈압과 장기를 보존해주는 에코모(ECMO, Extracorporeal membrane oxygenation) 치료가 도움이 되기도 하지만 심근염 자체에 대한 치료로는 현재까지 완전한 성공적인 치료법은 없는 실정이다.

대부분의 심근염이 임상에서 심근염으로 진단되지 않고 지나가는 경우가 많을 것으로 생각되며, 이러한 이유로 정확한 예후를 단정하기는 어렵지만 많은 경우 완전히 회복될 수 있다. 하지만 급성 심근염이 회복되지 않고, 심부전 및 사망에 이르는 경우도 드물지 않다. 완전히 회복되지 않고 심장 기능이 감소된 상태로 회복되는 경우도 있어서 급성기의 심근염에서 회복된 이후에도 심부전 증세가 지속되거나 부정맥이 발생하기도 하며, 이로 인한 급사가 급성기 회복 이후에 발생하는 경우도 있다.

이에 대한 특별한 예방 조치가 없지만, 일반적으로 행해지는 건강한 생활(손씻기 등)을 하여 가장 흔한 원인인 감염을 예방하는 것이 좋다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

## 광주 병원들 의료서비스 평가 상위권

보건부 '환자경험평가' 발표  
광주기독병원 광주지역 1위  
화순전남대병원 국립대병원 1위



최용수 병원장 정신 병원장

광주기독병원(병원장 최용수)이 우리나라에서 처음 시행한 '의료서비스 환자 경험평가'에서 광주지역 대학 및 종합병원 가운데 1위를 차지했다.

화순전남대병원(원장 정신)은 전국 국립대병원 중에서 가장 높은 점수를 받았다.

보건복지부와 건강보험심사평가원은 '의료서비스 환자경험평가' 세부 결과를 지난 10일 심사평가원 홈페이지에 공개했다.

국민 관점에서 의료서비스의 질적 수준을 확인하기 위해 처음 실시한 환자경험평가에서는 상급종합병원을 포함한 500병상 이상 종합병원에서 1일 이상 입원했다가 퇴원한 2~56일 된 성인을 대상으로 ▲입원경험 5개 영역 ▲전반적인 입원경험평가 1개 영역 ▲개인특성 등에 대해 총 24개 문항을 질문했다. 조사에는 총 1만 4970명의 환자가 참여했다. 이미 2000년대 초반부터 미국과 영국 등에서 시행된 환자경험평가는 환자가 직접 의료서비스에 대해 점수를 매기는 환자 관점의 병원평가다.

광주기독병원은 의사 및 간호 서비스, 병원환경, 환자권리보장 등 6개 평가부문에 전반적으로 높은 점수를 받아 상위권에 올랐다. 특히, 투약 및 치료 과정 영역에서는 ▲진료(투약·검사·처치 등) 전 설명과 진료 후 부작용에 대한 설명, 통증을 조절하기 위한 노력 ▲위로·공감을 받았는지 ▲퇴원 후 주의사항·치료계획에 대한 정보를 제공받았는지 등을 평가했는데, 그 결과 광주기독병원은 종합병원 대상 전국 10위권에 이름을

올렸다.

화순전남대병원은 '전반적 평가' 영역에서 삼성서울병원과 동점인 88.28점을 받았다. 전국 국립대병원 중 최고점수로서, 국내 상급종합병원 가운데 중앙대병원, 인하대병원, 서울성모병원, 원광대병원 등과 함께 최상위권인 '톱5 병원'으로 선정됐다.

최용수 광주기독병원장은 "처음 시행된 환자경험평가로서 환자분들이 우리 병원의 의료서비스 우수성을 인정해 준 것에 의미가 크고, 더욱 잘하라는 채찍이라 생각하며 의료서비스를 더 크게 향상시켜 고객감동으로 보답하겠다."고 말했다.

정신 화순전남대병원장은 "국내 최고의 고객만족병원이 되기 위해 더 한층 노력하겠다"며 "더욱 질 높은 의료서비스를 위해 환자화 의료진간은 물론 직원간 존중·배려문화를 조성, 효과적인 소통에도 힘쓰겠다"고 강조했다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

## “별게진 피부에 얼음 대면 화상 입어요”... ‘일광화상’ 주의

기록적인 폭염으로 바다와 계곡, 물놀이장 등을 찾았다가 장시간 햇볕에 노출, '일광화상'으로 병원을 찾는 환자가 늘고 있다.

가톨릭대 의정부성모병원 이주희 교수는 12일 "빨갛게 달아오른 피부에 얼음을 직접 대는 경우가 많은데 이는 역화상을 입을 수 있어 피해야 한다"며 "흐르는 차가운 물에 15분 이상, 여의치 않으면 차가운 물수건으로 15분 이상 덮어 피부를 진정시켜야 한다"고 조언했다.

모든 피부염은 햇볕과 열에 의해 악화된다. 특히 여드름, 모낭염, 습진 등은 자외선 자극을 받으면 가려움이나 염증을 동반하고 잘 못 긁으면 2차 감염



### ■자외선 차단제 올바른 사용법

- 자외선 차단지수(SPF) 30 이상 제품
- 외출 30분 전에 충분히 바르기
- 3시간 간격으로 덧바르기

으로 더 악화한다.

자외선은 하루 중 오전 11시부터 오후 2시까지 가장 강한데 공교롭게 가장 활발하게 물놀이를 즐기는 시간이다. 피부가 민감하거나 연약한 아이들은 햇볕을 물리적으로 가릴 수 있는 수영복, 모자, 자외선차단제 등을 모두 사용하는 것이 좋다.

자외선차단제는 자외선 차단지수(SPF) 30 이상, 자외선 차단력(pa) 2+ 이상의 제품을 사용하고 외출 30분 전에 충분한 양을 발라야 한다. 외출 후에도 3시간 정도 간격으로 덧바르는 것이 좋다.

이 교수는 "코나 볼에 오랫동안 낫지 않는 피부병변이 지속되면 악성종양까지 의심할 수 있으므로 반드시 전문의 진료를 받아야 한다"고 강조했다. /연합뉴스

## 오래 앞으면 담석증 위험 높아진다

평소 운동량과 별개

평소 운동량과 관계없이 앉아있는 시간이 길어지면 담석증 위험이 증가한다는 연구결과가 나왔다.

유승호강북삼성병원 직업환경의학과 교수팀은 2011년부터 2015년까지 이 병원에서 종합건강검진을 받은 14만 7237명을 2016년까지 추적 조사해 운동량과 앉아있는 시간, 담석증 유무를 분석한 결과 이러한 사실을 확인했다고 12일 밝혔다.

연구팀은 담석증이 없는 환자를 연구 대상으로 선정 후 건강검진 과정에서

설문조사로 운동량 및 앉아있는 시간을 확인했다. 이후 추적조사를 통해 초음파로 질환 유무를 검사했다. 그 결과 운동량과 관계없이 하루에 10시간 이상 앉아있을 경우 5시간 미만 앉아있는 사람에 비해 담석증에 걸릴 확률이 15% 높았다.

유 교수는 "운동량이 더 적은 환자의 담석증 위험이 22% 높긴 했으나 운동 변수를 보정하더라도 오래 앉아있는 경우가 유의미하게 위험했다"며 "운동을 하더라도 앉아있는 시간이 길어지면 여러 질환에 노출될 수 있다는 사실을 추가로 확인한 것"이라고 밝혔다. /연합뉴스

토지 거래가 자주 이루어 지는 곳!  
투자 가치가 매우 높은 곳!  
투자 하실분과 일하면서  
배우실 분을 모십니다.

(주)가은중개법인  
062-225-0312