

# 내 눈에 적합한 수술법 찾아야 ‘스마일’



김재봉 광주 신세계안과 대표원장

여름방학을 앞둔 대학생 윤모(23)씨는 안경을 벗고 싶어 수년 간 고민 끝에 시력 교정술을 하기로 결심했다. 시력이 매우 좋지 않아 안경을 벗으면 사물의 분간조각 힘들었기 때문이다. 특히 수년전 제안받은 렌즈삽입술은 수술비가 비싸 망설였는데, 스마일 수술은 보다 합리적인 가격에 수술 가능한 눈이라 진단받았기 때문이다.

윤씨는 “초고도근시인 탓에 라식수술이 아닌 고가의 렌즈삽입술만 가능할거라 생각해 수술을 미뤘었다”며 “통증이나 부작용이 현저히 줄어든 스마일 수술의 장점과 합리적인 가격에 대한 설명을 듣고 수술을 결심했다”고 말했다.

지난 2013년 광주·전남지역에 최초로 스마일 수술을 도입한 광주 신세계안과 김재봉 대표원장으로부터 신세계 스마일 수술의 특징을 비롯한 시력교정술에 대해 들어보자.

◇신세계스마일 VS 라식·라섹 = 시력교정술은 각막의 두께와 근시의 정도에 따라 시술법이 달라진다. 각막이 두꺼운 경우는 라식수술을, 각막이 얇으면 라섹수술을 하는 것이 바람직하다. 라식과 라섹수술이 모두 가능하다면 직업과 수술 후 휴식기간을 고려해 선택하는 것이 좋다.

또한 라식과 라섹수술이 모두 어려운 고도근시안 안구건조증 등 부작용을 최소화하고 빠른 일상생활 복귀가 필요한 때는 신세계스마일 수술이 적절하다.

일반적으로 라식수술은 각막 절편을 만든 뒤, 각막절편에 레이저를 조사해 시력 교정이 이뤄진다. 그러나 각막절편을 만드는 과정에서 각막에 분포하는 신경이 같이 절단돼 손상될 수 있다. 신경이 손상될 경우 각막의 민감도가 떨어져 눈의 건조 상태를 감지하지 못해 안구건조증, 빛 번짐 등의 부작용이 생길 수 있다.

또 라섹은 각막상피를 제거 후에 각막표

면 안구건조증·빛번짐·통증 줄고 회복 빨라 인기

각막 두께·고도근시·부작용 등 충분히 고려해 선택을

면에 레이저를 조사하므로 각막표면에 상당한 자극을 준다. 각막표면은 외부자극에 대한 세포 반응이 활발해 라섹 수술시 레이저의 자극은 각막에 심한 조직반응을 일으킬 수 있다. 그 결과 각막이 뿌옇게 돼 시야가 흐려지는 각막혼탁이 생길 수 있다.

신세계 스마일 수술은 이 모든 수술 방법의 장점을 결합한 수술 방법이다. 대표적인 장점은 빠른 회복력이다. 기존 라식은 약 2mm 이상 각막을 절개해 시력을 교정하는 반면, 신세계스마일 수술은 90% 감소한 약 1~2mm의 최소 절개만으로 수술을 진행하기 때문에 회복이 빠르다.

◇각막 절개 최소로 부작용 ↓ =각막 손상을 최소화하기 위해 레이저로 각막을 1~2mm만 절개해 각막 실질부만 제거함으로써 시력을 회복하도록 도와준다. 각막 절개부위가 작아 안구건조증이나 빛 번짐 등 부작용 발생 확률을 줄일 수 있다.

수술 다음 날부터 근거리 작업은 물론 가벼운 운동과 화장도 가능하다. 또한 각막뚜껑을 만들지 않아 라섹과 같이 외부 충격에 강하며, 신경 손상이 거의 없어 수술 후 안구건조증 등 부작용 발생률도 낮다. 즉 직장인이나 군인 등 업무에 빠른 복귀가 필요한 사람들에게 가장 좋다.

◇고가의 렌즈삽입술 대신 선택 가능 = 시력이 매우 좋지 않거나 각막이 얇아 라식·라섹이 아닌 렌즈삽입술만 가능했던 초고도근시 환자들에게 신세계 스마일 수술은 최적의 대안으로 제시되고 있다. 초고도근시인 12.5디옵터(근시·난시 합도수)까지 시력교정이 가능해 고가의 렌즈삽입술을 대신할 수 있기 때문이다.

기존에는 근시가 심할 경우 꺾어내야 하는 각막의 양이 많아 각막이 눈 내부의 압력을 견디지 못하고 각막이 돌출되는 각막 확장증의 우려가 있었다. 하지만 스마일수술은 각막 손상 없이 각막 실질을 추출하



광주 신세계안과 김재봉 원장이 초고도근시로 인해 라식·라섹 수술이 어려운 환자를 상대로 스마일수술을 하고 있다.

〈광주 신세계안과 제공〉

는 원리를 사용해 초고도근시안 각막이 얇은 사람도 시력을 교정받을 수 있다.

특히 라식이나 라섹보다 안전할뿐더러 렌즈삽입술보다 저렴한 비용으로 고도근시부터 초고도 근시까지 효과적으로 교정할 수 있게 된 것이다.

이처럼 신세계스마일 수술은 어려운 수술 방법인만큼 경험 많은 의사의 테크닉이 필요하다 보니 전국적으로 시행하는 병원이 많지 않다. 특히 신세계안과는 스마일을 시행한지 7년째로 2만 5000여 건의 수술을 안전하게 진행한 결과 개발사인 독일 칼자이스사에서 인증서는 물론 'Best Skilled Surgeon in SMILE' 상패를 받았다.

광주 신세계안과 김재봉 원장은 “신세계 스마일 수술은 부작용을 최소화시키는 최소절개법으로 수술하는만큼 전문의의 경험과 숙련도가 매우 중요하다”며 “하지만 무조건 스마일수술로 하는 게 정답은 아니고, 내 눈에 가장 적합한 수술방법을 찾는 것이 가장 중요하다”고 조언했다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

## 당뇨병 환자 ‘간헐적 단식’ 주의 “식사 건너뛰다 저혈당 부를수도”

다이어트 방법으로 ‘간헐적 단식’이 인기를 끌고 있지만, 당뇨병 환자라면 금식 기간에 저혈당에 빠질 위험 등이 있어 주의해야 한다.

대한당뇨병학회는 최근 보도자료를 통해 “일반적으로 당뇨병 환자에게 간헐적 단식을 권장하기는 어렵다”며 “부작용을 줄이기 위해 전문의와 상담 후 식단 조절 등을 해야 한다”고 당부했다.

간헐적 단식은 특정 기간에 음식을 거의 먹지 않거나 아주 조금 먹다가 정상적인 식사로 돌아가는 다이어트 방법이

다. 최근에는 ‘시간제한 다이어트’로 하루 중 일정 시간에만 식사를 하고 나머지 시간에는 금식하는 방법이 많이 이용되고 있다.

하지만 전문가들은 시간제한 다이어트를 할 경우 식사가 허용된 시간에 폭식할 위험이 높아 당뇨병 환자의 경우 부작용을 초래할 수 있으므로 조심해야 한다고 지적했다.

먼저 당뇨병 환자 가운데는 인슐린 분비를 증가시키는 약이나 인슐린을 사용하는 경우가 있는데 장시간 금식을 하면

저혈당 위험이 커질 수 있다.

특히 제1형 당뇨병 환자의 경우 장시간 공복으로 저혈당이 발생해 인슐린사용을 건너뛰게 되면 케톤산증 등 합병증이 발생할 수 있다. 만약 소화기질환이 있다면 장시간 공복을 유지하면서 소화기 증상이 악화할 수 있다.

또 간헐적 단식은 식사가 허용된 시간에 과식이나 폭식을 할 위험이 크다. 이때 당이 높은 음식들을 과다 섭취하면 오히려 혈당조절 및 체중에 악영향을 줄 수 있다.

만약 간헐적 단식을 시작한다면 반드시 주치의에게 간헐적 단식을 해도 되는지를 묻는 것이 좋다. 또 단식 과정에서 저혈당이 발생할 위험이 있는 약을 먹고 있는지, 저혈당 예방을 위해 약 복용법을 변경해야 하는지 등을 확인해야 한다.

/연합뉴스

## 광주치과의사회 ‘치아사랑 구강보건캠페인’

### 구강검진 및 상담

광주시치과의사회(회장 박창현)는 9일 오전 증심사 지구관리사무소에서 광주시와 전남대 치의학전문대학원, 조선대 치의학전문대학원, 대한치과위생사협회 광주전남지회, 전남과학대, 송원대, 호남대 등의 후원으로 ‘치아사랑 구강보건캠페인’을 개최했다.

이날 행사는 ‘정기적인 구강검진, 평생건강의 첫걸음’이란 슬로건을 내걸고, 광주시민들의 구강보건향상을 위해 치과계와 광주시청 산하 5개 자치구 공무원 등 100여 명이 함께 구강보건캠페인에 나섰다.

이 캠페인은 광주시민들에게 구강건강의 중요성을 알리고 구강질환에 대한 올바른 지식을 제공하기 위해 열렸다. 이를 위해 구강보건관련 교육자료 전시와 구강검진 및 상담, 잇솔질 교육, 구취측정, 불소도포, 큐레이 검사(플라그 검사)와 치솔을 무료로 배부하고 사용법을 홍보하는 등 구강보건의 소중한 의미를 되새기는 행사로 진행했다.

한편 광주시치과의사회는 광주시와 협약을 통해 해마다 국민기초생활수급자 및 차상위계층 중 장애인, 소년·소녀가장, 결



혼이민자 및 새터민 등에 대한 무료구강진료 사업을 펼쳐 1986년~2018년까지 모두 4121명에 대해 보철진료를 했다. 또한 어르신들의 구강건강을 책임지고 있는 ‘경로당 건강지킴이 사업’ 실시 그리고 저소득

층 아동에 대한 지속적 구강관리를 위한 ‘아동 치과주치의사업’ 실시 등 국내 및 국외 다양한 무료치과진료 봉사활동을 활발히 펼치고 있다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

## 당뇨병-심부전, 상호 연관 있다

### 미국 심장학회·심부전학회 “서로 위험 증가시켜”

2형(성인) 당뇨병과 심부전은 서로 위험을 증가시키며, 간혹 두 질환이 동시에 발생하기도 한다고 미국 심장학회와 미국 심부전 학회가 발표했다.

두 심장 관련 학회는 이러한 공동 발표문을 심장학회 학술지인 ‘순환’(Circulation) 최신호(6월 4일 자)에 실었다고 헬스데이 뉴스가 지난 6일 보도했다.

당뇨병 환자는 당뇨병이 없는 사람에 비

해 심부전 위험이 2~4배 높으며, 심부전 자체가 당뇨병의 위험요인이 되기도 한다고 이 발표문은 밝혔다.

당뇨병과 심부전은 인슐린 저항, 염증 상승 등 위험요인과 발생 매커니즘이 유사한 부분이 상당히 많다고 이 발표문 작성위원회 공동의장인 메이요 클리닉 심부전 전문의 새년 던레이 박사는 설명했다.

당뇨병 환자는 심부전 위험이 높고 심부

전 환자는 당뇨병 위험이 높은 만큼 이 두 질환이 겹치는 일이 없도록 규칙적 운동, 체중 관리, 식습관 개선 등을 통해 미리 예방 대책을 세우도록 그는 권장했다.

당뇨 환자들에게 처방되는 ‘나트륨 포도당 공동수송체-2’ 계열의 신세대 당뇨약은 심부전 위험을 낮추고 이미 심부전이 나타난 경우 심부전 관리에도 도움을 준다고 공동 발표문은 강조했다.

심부전은 심장의 윗부분인 좌심방에서 혈액을 받아 이를 전신에 펌프질해 내보내는 좌심실 기능이 이상이 생겨 체내의 모든 기관과 조직에 대한 혈액 공급이 부족해지는 질환이다.

/연합뉴스

귀할수록 전문 브랜드 비타민하우스

45 북위 45도 이상  
혹한에서

15 15년을 자란  
차가버섯을 엄선

12 12배 고농축으로  
영양을 꽉 채운

시베리안  
차가버섯



Vitamin House  
구입문의 1588-8529