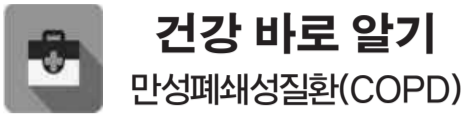


숨차고 가슴 답답...가장 중요한 치료법은 '금연'



오홍근

에이치플러스 양지병원 호흡기내과 전문의

흡연·직업적 노출·실내오염 등 기도·폐실질 이상에 의해 발생 치료를 84.7%로 높은 수준 선제적 예방으로 충분히 치료

'만성폐쇄성폐질환(COPD)'은 완전히 회복되지 않은 기류제한(산소와 이산화탄소 교환이 원활히 이뤄지지 않는 현상)을 특징으로 하는 폐질환이다. 흡연, 직업적 노출, 실내 오염, 감염 등에 의한 기도와 '폐실질' 이상에 의해 발생하며 예방과 치료가 가능하다.

'COPD'는 매우 흔한 질환으로 기류제한은 장기간에 걸쳐 진행되며, 기류제한은 소기도 질환과 폐기종이라고 불리는 '폐실질' 파괴가 복합적으로 작용해 생긴다.

◇연령과 비례=질병관리청 자료에 따르면 전 세계 'COPD' 유병률은 12.2%이며 남자 15.7%, 여자 9.9%로 남성에게 더 빈번히 발생했고, 연령별로는 50세 이하 5.3%, 50-59세 10.2%, 60세 이상 21.4%로 연령이 증가할수록 높았다.

국내 유병률도 2019년 10.8%로 조사되었는데 40-50대 11.8%, 60대 19.1%, 70세 이상 27.3%로 연령이 증가할수록 유병률은 증가했다. 특히 2019년 남자 유병률(16.3%)은 여자(5.9%)에 비해

2.8배 높은 것으로 조사되었다. 'COPD' 발병 시기는 개인차가 있으나 대부분 40-50대 이후다. 발병은 흡연 후 10년 후부터 시작되기 때문에 국내의 경우 상대적으로 장기간 흡연을 해 온 중년층 남성 발병률이 높다.

한편, 'COPD' 치료율은 84.7%로 고혈압(61.7%), 당뇨병(60.8%), 고콜레스테롤혈증(53.1%) 등에 비해 높은 수준이며 선제적 예방으로 충분히 치료가 가능하다.

◇가장 큰 위험인자는 흡연=증상은 호흡곤란과 기침, 가래, 천식과 같이 쌉쌉 소리가 나거나 흉부 압박감 등이 있다. 'COPD'의 가장 흔한 원인은 흡연이며 유독물질, 공해, 미세먼지 등이 기도는 물론 폐포에 만성 염증을 만들어 폐기능을 떨어뜨리는 것도 발병 요인이 될 수 있다. 장기간 흡연을 하면 폐포 손실 우려가 크고 이로 인해 폐기종이 발생되어 결국 'COPD' 발병 가능성이 높아지게 된다.

에이치플러스 양지병원 호흡기내과 오홍근 전문

만성폐쇄성폐질환(COPD)

만성폐쇄성폐질환이란? 기도, 폐의 만성 염증으로 폐실질이 손상되어 호흡이 곤란해지는 질환

주요 원인	증상
<ul style="list-style-type: none"> 흡연 호흡 곤란 기침 가래 흉부 압박감 	<ul style="list-style-type: none"> 호흡 곤란 기침 가래 흉부 압박감

치료방법

- 흡입제
- 주사
- 약물

한 번 망가진 폐는 다시 돌아오지 않기 때문에 더 손상되지 않게끔 **금연하는 것이 가장 중요**

자료제공: 에이치플러스 양지병원

의는 "치료는 증상을 완화하기 위해 기관지 확장제를 사용하고, 효과 및 부작용을 고려할 때, 흡입약제를 우선 추천하며 한번 손상된 폐는 다시 원복되지 않기 때문에 폐를 더 손상되지 않게 금연 하는

것이 가장 중요하다"고 전했다. 또한 오 전문의는 "금연은 'COPD' 예방과 질환 진행 속도를 감소시키는 가장 중요한 치료"라고 덧붙였다. 우리 몸은 20대까지 계속 성장을 한다. 따라서

사춘기부터 흡연을 하면 '만성폐쇄성폐질환'의 조기 발생 확률이 높아진다. 따라서 금연과 함께 가벼운 호흡기 감염이라고 해도 걸렸을 때는 주저하지 말고 병원을 찾아 선제적인 치료를 해야 예방 효과를 높일 수 있다.

오홍근 전문의는 "호흡기 감염이 COPD악화의 중요한 원인 중 하나로 일부 환자에서 항생제 치료 시 항생제 내성으로 치료를 피하는 경우가 있다"며 "항생제 치료가 필요할 때 항생제를 사용하지 않으면 'COPD'가 악화될 수 있다"고 강조했다.

경증 'COPD'는 활동 중 호흡곤란이 발생하나 금연과 초기 치료가 이뤄지지 않아 증중 'COPD'로 진행되면 비활동 시에도 호흡곤란이 발생할 수 있어서 기계에 의존하는 삶을 살 수도 있으며 호흡곤란으로 운동능력이 저하 되고 근력 약화, 체중 감소 현상이 나타난다.

따라서 이런 결과로 사회적 고립, 우울증 같은 정서적 변화를 초래할 수 있다. 이런 경우 호흡재활치료가 도움이 되는데, 호흡곤란으로 인한 운동능력 저하 현상을 극복하기 위해서 하루 30분, 주 3회 이상 걷기 등 적당한 운동이 필요하다.

중증도 이상 'COPD' 환자는 걷기 운동을 할 때 호흡곤란으로 오래 못 걷게 되는데, 그럴 때는 숨이 잘 정도까지만 걷기 운동을 하고 호흡이 호전된 후 다시 걷기 운동을 반복하다 보면 폐활량이 좋아지고 걷는 시간이 길어져 운동 효과를 높일 수 있다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

전남대병원 개원 111주년... '뉴 스마트병원' 재도약 다짐

AI기반 혁신의료·지원체계 구축... 'PRIDE' 핵심가치 제시

새 병원 건립 본격 추진... '희망 메시지 릴레이 캠페인' 전개

전남대병원(병원장 안영근)이 개원 111주년을 맞아 '미래 의료의 표준을 제시하는 뉴 스마트병원'이라는 비전을 제시하며 제2의 도약을 다짐했다.

전남대병원은 지난 24일 전남대의과대학 명학홀에서 개원 111주년 기념식과 전남대어린이병원 개원 4주년 기념식을 가졌다. <사진>

이날 기념식에서 안영근 병원장은 제4차산업혁명시대를 맞아 급격한 의료환경 변화에 적응하고, 선진의료로 이끌어 갈 수 있는 역량을 강화하기 위해 새로운 비전을 제시했다. 아울러 병원의 나아갈 방향과 의무를 나타내는 미션과 핵심가치도 새롭게 선포했다.

이번에 발표된 비전은 첨단학문의 연구와 전인양성을 통한 의학발전에 기여하고, 고객중심 의료서비스의 혁신과 건강한 의료문화의 정착을 지향하는 생명중심의 병원으로 거듭난다는 의미를 담고 있다.

또한 AI, 디지털 기술, 첨단기술을 기반으로 하는 혁신적인 의료서비스와 새로운 의료지원체계

를 구축해 최고의 선진병원을 목표로 나아가고자 하는 의지도 나타내고 있다.

비전에 이어 핵심가치인 'PRIDE'도 제시됐다. PRIDE는 Professional (따뜻한 전문가), Respectful (존경받는 인재), Innovative (끊임없는 혁신), Public Duty (사회적 책무), Even-handed (신뢰받는 공정)의 앞 글자로 만든 약어이다. 또 이번에 제시된 미션은 '세계 최고의 진료·교육·연구와 혁신적인 봉사료 의학발전과 인류의 건강증진에 기여한다'로 발표됐다.

안영근 병원장은 이날 기념사를 통해 "새롭게 발표된 미션, 비전, 핵심가치는 코로나19 이후 병원의 역할과 방향성 그리고 미래의료에 대비한 현재 의료계의 의지를 담고 있다"면서 "모두가 하나된 마음으로 이러한 신가치 체계를 실천해가도록 최선을 다하겠다"고 다짐했다.

이와 함께 전남대병원은 새병원에 대한 지역민의 바람을 듣기 위한 '희망 메시지 릴레이 캠페인'으로 새병원 사업 본격화의 신호탄을 쏘아 올렸다.



'새병원 희망 메시지 릴레이 캠페인'은 향후 최첨단 시스템을 갖춘 꿈의 병원으로 탄생하게 될 새병원의 역할과 기능 그리고 책임 등 다양한 희망사항을 온라인을 통해 전달함으로써 새병원에 대한 국민적 관심과 분위기를 고조시키기 위한 행사이다.

이번 캠페인은 '전남대병원 새병원은 ()병원

이길 바란다'라는 문구의 ()에 지역민들이 원하는 내용을 자유롭게 적어 온라인에 올리는 방식으로 누구든지 참여할 수 있다.

참여자 모두에게 기념품이 증정되고, 캠페인 내용 중 일부는 신중한 검토를 거쳐 새병원에 반영될 수 있도록 추진할 계획이다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

전남대 이준행·이시은 교수팀 신약개발 근접 면역증강제 개발

전남대학교 연구팀이 신약개발에 근접한 면역증강제 개발에 성공했다.

전남대 이준행(의학과)·이시은(치의학과) 교수 연구팀이 면역정보학적 분석과 실험동물 모델을 활용한 면역학적 검증 연구를 통해 신약 개발에 근접한 '탈면역 플라젤린 면역증강제'를 개발했다. 이 연구 결과는 백신 분야 최고 저널인 'npj Vaccines' 최근호에 실렸다.

플라젤린은 세균의 운동성을 결정하는 구조물인 편모를 구성하는 단백질로, 틀유사수용체-5(TLR-5) 리간드임이 알려져 있다.

연구팀은 단백질성 면역증강제인 플라젤린에 대한 항체를 형성할 수 있는 최소한의 주요 에피토프를 제거한 탈면역 플라젤린 변형체(dFlaB)를 개발해 그 생화학적 특성을 규명했다. 또 이를 백신 보조제로 사용할 경우 동시에 투여한 항원-특이 면역 반응을 증폭시키는 면역증강제 효능은 유지하면서도, 플라젤린 자체에 대한 항체는 생성되지 않음을 마우스 독감 백신 모델을 통해 증명했다.

이 연구에는 전남대 석·박사 통합과정생인 Khim Koemchhoy와 방용준 학생이 공동 제1저자로 참여했고, 최윤주 교수(의학과)와의 협력연구로 완성도를 높였다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

손해보험협회

엄마, 보고 싶어요

음주운전!
당신 자녀의 미래가 사라집니다.

만취 음주운전으로 사망사고! 최고 무기징역!
2018년 윤창호법이 통과되면서 음주운전 적발 및 사고 시 처벌 수준이 대폭 상향되었습니다.