

# 누런 콧물·코막힘 지속된다면 감기·비염 아닌 ‘부비동염’ 의심



## 건강 바로 알기 만성부비동염

박준규

상무365한방병원 원장

감기 이후에 장기간 지속되는 기침이나 콧물 같은 증상은 상기도의 감염으로 인한 급성기 증상이 사라지고 남아 있는 증상일 수 있다. 이는 감기와는 비슷한 증상도 있지만 다른 증상이 생긴다. 누런 콧물이 나오거나 냄새가 나고 콧물이 목 뒤로 넘어가는 등의 증상이 생기게 되고 장기간 지속된다. 급성 상기도 감염인 감기는 치료를 하지 않더라도 대부분 저절로 낫는데 청소년 혹은 노년인 환자의 경우 간혹 낫지 않고 합병증을 유발할 수 있다. 기도 안으로 감염이 진행돼 폐렴으로 진행되거나 비강 주변으로 감염이 진행돼 부비동염을 만든다.

◇부비동염의 원인과 증상=부비동이란 코 주변 얼굴 뼈 안의 빈 공간을 말한다. 이 공간은 작은 구멍인 자연공을 통해 코 속과 연결돼 있으며 자연공을 통해서 공기가 순환되거나 분비물이 배설된다. 부비동염(축농증)은 이 구멍인 자연공이 막혀서 부비동에 염증이 발생하고, 농성 분비물이 고이면 염증이 심해지는 상태를 말한다.

4주 미만인 경우 급성 부비동염이라 하고, 3개월 이상 지속되는 경우는 만성 부비동염으로 분류한다.

코 주위 얼굴 뼈 속 빈 공간에 염증 4주 미만 ‘급성’ 3개월 이상 ‘만성’ 치료 늦을시 뇌막염 등 합병증 유발 침·한약 병행... ‘보법’도 치료 도움

부비동염이 생기는 원인은 대부분 상기도 감염(감기)이 지속돼 생기는 합병증으로 발생한다. 만성 부비동염은 급성 부비동염이 지속되거나 치료되지 않아서 반복적으로 발생하는 경우에 생긴다. 그러므로 부비동염을 예방하기 위해서는 감기에 걸리지 않거나 빨리 낫도록 적절한 관리를 할 필요가 있다.

◇부비동염의 종류=장기적인 기간 반복적으로 발생하는 만성 부비동염의 경우 누런 콧물, 후비루, 안면부의 통증 등의 증상이 생기며 더 장기화되는 경우에는 후각이 떨어지거나 지속적인 두통, 코막힘 등으로 인한 집중력 저하 등이 발생하며 부비동과 연결되는 중이나 기관지에도 염증이 퍼질 수 있다.

감기가 잘 치료되지 않는 경우는 대부분 이른 청소년과 노년에서 발생한다. 청소년기에는 정상적인 호흡이 되지 않고 콧물이 계속 나오기 때문에 집중력이 떨어져 학습능력을 저해한다.

감기에 의한 급성 부비동염은 감기가 나으면서 저절로 치료되는 경우가 많이 있으나 알려지지 않은 만성 부비동염으로 진행될 수 있다.



상무365한방병원 박준규 원장이 부비동염 환자의 코 주변 경혈에 침치료를 하고 있다. <상무365한방병원 제공>

재발할 수 있는데 이러한 경우에는 최대한 빠른 치료가 필요하다. 치료가 늦어지는 경우에는 다시 만성적인 부비동염으로 진행될 수 있기 때문이다.

부비동은 비강, 안와, 뇌와 가까이 있기 때문에 안와 주변의 봉와직염, 경막의 또는 경막하에도 농양이 생기거나 뇌막염, 뇌농양, 골수염 등의 합병증을 유발할 수 있다.

집먼지 진드기, 꽃가루, 한냉 알리지 등의 원인으로 생기는 알리지성 비염은 대개는 맑은 콧물이 나오는데 이는 히스타민이라는 물질이 분비물 분비를 촉진하기 때문에 생기는 증상이다.

계절성으로 생기는 알리지성 비염은 시기가 오기 전에 미리 관리를 하는 것이 적절하다. 준비를 했음에도 알리지성 비염이 재발하는 경우에는 비강내에서 분비물이 심하게 분비되면서 코가 막히고 염증이 발생하게 되면 만성 부비동염이 있었던 환자는 다시 부비동에 염증이 생겨서 악화될 수 있기 때문에 알리지성 비염 발생 초기에 치료를 해야 한다.

◇부비동염 치료와 관리=부비동염 환자들은 대개 소금물로 비강세척을 하는 방법을 사용하는데 불순물이 많이 포함된 소금으로 소금물을 만드는 것은 피해야 한다. 약물 요법이나 생리식염수로 비강을 세척하는 것이 치료에 도움이 될 수 있으나 의약품으로 사용하기 어려운 천일염이나 죽염 등으로 소금물을 만들어 사용하는 경우에는 세균 등이 자랄 수 있기 때문에 되도록 생리식염수를 사용하는 것이 좋으며 체온과 비슷한 온도로 데워서 사용하는 것이 적절하다.

한방 의료기관에도 만성 부비동염 환자가 내원하는 경우가 많은데, 코 주변의 경혈에 침치료를 해 기운의 순환을 돕거나 호흡기계인 폐의 기운을 보하고 열을 내리고 염증을 줄이기 위한 목적으로 한약 처방을 병행한다. 만성적인 염증 상태는 인체에서 적절하게 염증을 처리할 능력을 상실했기 때문에 발생한다고 파악하고, 인체의 기능을 적절한 수준으로 끌어올리는 치료가 기본이 된다. 이러한 치료법을 한의학에서는 보법이라고 한다.

급성적인 염증기에는 염증을 억제하거나 줄이기 위한 목적의 치료를 시행하는 것이 적절하지만 만성적인 시기에는 인체의 기능을 정상화시키는 것을 우선적으로 해야 효과가 효과적으로 누적될 수 있다.

규칙적인 식사와 수면, 건강에 좋은 식품을 섭취하는 것도 건강한 신체를 유지하기 위해서 꼭 필요하다. 피로와 스트레스는 다양한 문제를 일으키며 특히 염증성 질환에 있어서 잘 관리를 해야 한다.

김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

## 전남대병원, 국제심장중재술 학술대회... ‘심장센터’ 위상 높였다

광주 DJ센터서 GICS 개최

국내외 전문가 2300여 명 참석

전남대병원(병원장 정 신)이 6-8일 사흘일간 광주김대중컨벤션센터에서 제22차 광주국제심장중재술 심포지엄(GICS)을 개최했다.

전남대병원 심장센터 주관으로 지난 2003년부터 매년 광주에서 진행되고 있는 GICS는 국내·외 심장 전문가들이 강연 및 증례 발표 등을 통해 최신 지견을 교류하고 미래 연구에 대해 토의하는 국내 최대 규모의 국제학술대회다.

이번 학술대회에는 전남대병원을 비롯한 일산백병원, 계명대학교 동산병원, 서울성모병원, 전북대학교병원, 미국 Brigham and Women's Hospital에서 경피적 관상동맥 중재술, 경피적 대동맥판막 치환술, 경피적 경도관 스킴프 재건술을 포함한 심장중재술을 비디오 녹화 및 생중계로 발표했다.

또 한국과 일본의 급성심근경색증 등록사업 공동연구인 KAMIR-JAMIR 심포지엄을 비롯해, Korea-Mayo 심포지엄, Korea-London 심포지엄, GICS-China 심포지엄, GICS-TAMIS 심포지엄 등이 동시에 열렸다.

특히미국·영국·중국·일본·독일·이탈리아·스페인·이스라엘 등 총 28개국에서 500여명의 심장학 학

자들을 초청, 온·오프라인을 통해 다양한 심혈관질환 주제에 대해 토론할 예정이다. 또한 국내에서는 대학병원, 종합병원 및 의원에서 전문의·교수·전공의·간호사·의료기사 등을 포함한 심장학 관계자 총 2300여 명이 참여했다.

작년까지 GICS를 이끌었던 전남대 의과대학 정명호 명예교수는 현재 광주보훈병원에서 진료와 연구를 이어가고 있으며, 올해부터는 안영근 교수(전남대병원장)가 이끌고 있다. 전남대병원 순환기내과가 주관하고 있는 한국인 심근경색증 등록연구(KAMIR)는 지난2005년부터 지금까지 총 8만 4700여 명의 환자를 등록하고, 총 430편의 논문을

발표하는 등 세계적인 연구 성과를 거두고 있다.

안영근 교수는 “매년 3000여 건의 심장중재술을 시행해 99%의 성공률을 거두고 있는 전남대병원 심장센터는 올해 22주년을 맞이하는 GICS를 통해 전남대병원의 위상을 더욱 높일 것으로 예상된다”며 “특히 GICS는 국내외 네트워크를 통해 최신 의료기술을 공유하고 심장학 연구를 발전시켜 심장질환 환자에게 최상의 의료서비스를 제공할 뿐만 아니라, 전남남도 장성에 설립예정인 국립 심뇌혈관연구소의 발전에도 크게 기여할 것으로 생각한다”고 말했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

## 전남대병원 심다운·고영일 교수, 소오우수논문상 수상

전남대병원 알레르기내과 심다운·고영일 교수가 최근 서울 그랜드워커히 호텔에서 열린 대한천식알레르기학회 춘계학술대회 정기총회에서 소오우수논문상을 받았다.

소오우수논문상은 학회 설립에 공을 세운 후 소오이상용 교수를 기리기 위해 제정된 상으로 지난 1년간 대한천식알레르기학회 공식 학술지 'Asthma, Allergy, Respiratory Disease(AARD)'에 게재된 논문 중 가장 우수한 논문을 선정해 시상하고 있다.

심다운·고영일 교수팀은 ‘유도 객담검사를 통해 분류된 저과립구 천식 환자군의 임상 양상 및 의의’라는 논문으로 수상의 영예를 안았다.

기존에 호산구 천식이나 호중구 천식에 대해서는 많은 연구가 됐지만 한국 성인 천식 환자를 대상으로 한 저과립구 천식에 대한 데이터는 제한적이었다. 이에 이번 연구는 한국 천식 환자에서 저과립구 천식의 특성을 다른 표현형과 비교했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

## 화순전남대병원 ‘통증, 참지 말고 말씀하세요’ 캠페인

화순전남대병원(병원장 민정준)은 2024년 통증 캠페인 ‘암성통증, 참지 말고 말씀하세요’를 개최했다. <사진>

화순전남대병원 권역호스피스센터 주관으로 온라인과 오프라인으로 진행된 이번 캠페인은 의료진의 통증 조절에 대한 적극적인 참여와 환자의 통증 치료에 대한 인지도 향상, 암 환자의 삶의 질 향상을 도모하기 위해 마련됐다.

화순전남대병원 1층 현관에서 최근 진행된 원내 캠페인에는 병원 내원객 400여 명이 참여했으며 ▲암성통증 OX퀴즈 ▲암성통증 상담 부스 운영 ▲환자용 통증 조절 홍보 리플릿을 배부 등으로 진행됐다.

이에 앞서 5월에는 3주간 전남도와 광주시, 제주도 지역민을 대상으로 온라인 워크숍을 활용한 ‘통증을 덜고, 건강을 채우다’ 걷기 챌린지를 실시했다.

걷기 챌린지에는 5423명이 참여했으며 3주의 기간 동안 10만 보를 달성하고 퀴즈정답자 300명에게 선물을 배부했다. 또 권역호스피스센터 블로그를 통해 동영상과 정보를 제공하는 등 적극적인 통증관리 방법을 알렸다. 이와 함께 권역 호스피스센터는 광주·전남·제주 호스피스전문기



관에 홍보 물품을 지원하기도 했다. 심현정 권역호스피스센터장은 “의료진에게 적극적으로 자신의 통증에 대해 알리는 것이 중요하다”며 “통증관리를 위해 평소 복용하는 진통제 사진을 촬영해 필요시 의사와 상의하면 큰 도움이 될 수 있다”고 말했다.

민정준 병원장은 “통증으로 인해 신체와 정신, 사회적으로 문제가 되기 때문에 조기에 치료하는 것이 중요하다. 호스피스 관련 전문가의 도움을 받아 통증을 관리한다면 부작용 없이 극복할 수 있다”며 “통증 캠페인에서 자신의 통증을 적극적으로 알리셔서 불필요한 오해를 줄이고, 관리 방법에 대한 정보를 많이 알아갔으면 좋겠다”고 말했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

한국토지부동산(주)

전원주택 신축

매매 9억5천만원



## 전라남도 담양군 수북면 청소년수련관입구

■ 대지 : 979㎡ (296.14평)

■ 건물 : 323.86㎡ (98평)

( 지상2층, 지하주차장포함 )

상담문의 010-3733-3933