

치매 10명 중 7명 알츠하이머... 40~50대부터 검진을



건강 바로 알기 알츠하이머 치매

정지연

조선대병원 신경과 교수

우리나라는 65세 이상 인구가 전체 인구의 20%를 초과하는 초고령사회 진입을 앞두고 있다. 중앙치매센터에서 발표한 '대한민국 치매 현황 2023'에 따르면, 65세 이상 고령자 중 치매를 진단받은 사람은 92만 명이다.

이는 고령 인구 901만 명의 10%로, 노인 10명 중 1명은 치매를 앓고 있는 셈이며, 5명 중 1명이 경도인지장애에 해당된다.

인구 고령화에 따라 치매 환자는 매년 5만 명씩 증가하고 있고, 이는 사회·경제적 비용 부담 증가, 치매 환자와 가족의 삶의 질 저하 등의 문제로 이어지고 있다.

◇치매의 종류와 증상=치매는 알츠하이머병, 뇌졸중, 파킨슨병 등 다양한 뇌질환에 의해 발생할 수 있는데, 이 중 알츠하이머병에 의한 치매가 전체 치매의 70% 이상을 차지한다. 주요 증상은 기억력을 포함한 인지기능 저하와 일상생활 동작(요리, 세수, 옷 갈아입기 등) 저하이다.

또 우울증, 망상, 수면장애가 동반될 수 있다. 발병 초기에는 단순 건강증진과 증상이 비슷하지만, 건

20년 전부터 원인 물질 축적... 기억력 저하 등 건강증과 유사
치매안심센터 무료 선별검사... 연말 새로운 치매 치료제 출시



망증은 힌트를 주면 금방 기억해 낼 수 있는 반면, 알츠하이머병에 의한 기억저하는 경험 자체를 기억하지 못할 수 있다. 알츠하이머병은 신경 퇴행성 질환이므로 시간이 갈수록 증상이 심해진다.

◇알츠하이머병의 원인과 진단 및 치료법=알츠하이머병의 원인으로 가장 주목받는 것은 아밀로이드 베타 (Amyloid-β) 단백질이다. 이 단백질이 비정상적으로 뇌 안에 축적되고 배출과정에 이상이 생기면 신경세포가 파괴되어 뇌 기능이 저하된다.

아밀로이드 베타 단백질은 인지저하 증상이 발생되기 15~20년 전부터 축적되기 시작하기 때문에, 무증상 또는 경도인지장애 단계에서 알츠하이머병 유무를 조기에 알아낼 수 있는 인자로 유력하다. 이는 아밀로이드 PET-CT 촬영 또는 뇌척수액 검사로 측정할 수 있다.

치매는 시간이 가면서 점차 악화되지만, 조기에 발견해 적절히 치료하면 진행을 늦추고 증상을 호전시킬 수 있으므로, 조기 진단이 중요하다. 치매가 의심되거나 예방을 원할 경우, 각 자치구 치매안심센터에서 선별검사를 무료로 받을 수 있다.

선별검사서 이상이 있을 경우 진단검사와 감별검사를 순차적으로 진행한다. 진단검사는 신경심리검사(기억력, 언어능력)와 전문의 진료를 통해 이루어지며, 감별검사는 치매의 원인을 알아보기 위해 연계 병원에서 혈액검사, 뇌 영상 (CT, MRI, PET 등) 촬영 등을 진행한다.

이런 과정을 통해 알츠하이머병 치매를 조기에 발견하여 일찍 치료를 시작하면 5년 후 요양 시설 입소 비율을 55% 줄일 수 있는 것으로 보고됐다. 약물치료는 조기에 시작하는 것이 증상을 완화하고 진행을 늦추는 데 효과적이다.

현재 대표적인 약제는 도네페질, 리바스티그민, 갈란타민이며, 중등도 이상으로 진행된 경우 메만틴이 사용된다. 비약물치료로는 기억력 훈련, 인지 재활치료 등을 통해 인지기능과 일상생활능력을 증진시키고 진행을 늦추는 데 도움이 될 수 있다.

◇연말 출시예정인 새로운 치매치료제=알츠하이머병의 근본적인 치료를 위해서는 뇌에 축적된 아밀로이드 베타의 축적 속도를 늦추거나, 축적된 단백질을 제거해야 한다. 이를 목표로 전 세계적으로 수많은 치료제 개발 연구가 수십 년간 진행되었으나 실패를 거듭해오다 20여 년 만에 드디어 2023년 아밀로이드 베타에 대한 항체 주사제인 '레



카네마(Lecanemab, 상품명 레킵비)'이 신약으로 인정됐다.

레카네마는 알츠하이머병으로 인한 경도인지장애와 초기 치매 환자를 대상으로 인지기능 저하 속도를 27% 늦추는 효과가 확인돼 지난해 7월 미국 FDA에 정식 승인되었고, 현재 미국, 일본, 중국에서 시판 중이다. 우리나라에서도 올해 5월 식약처에서 허가받아 전 세계 네 번째 허가국이 됐으며, 출시 시기는 올해 연말로 예상된다.

레카네마는 정맥 주사로 2주마다 투약이 필요하며, 치료 도중 이상 반응으로 뇌부종, 미세출혈 등의 '아밀로이드 관련 비정상 영상 소견 (ARIA)'이 발생할 수 있으므로 부작용에 대한 우려도 있다. 이러한 뇌부종은 대부분 3~4개월 경과하면 사라지지만, 치료 과정 중에는 뇌영상 검사를 주기적으로 시행해 부작용 발생 여부를 주의 깊게 관찰하면서 치료방향을 결정해야 할 것이다.

◇치매 예방이 가장 중요=치매는 조기진단도 중요하지만 예방에 노력해야 한다. 고혈압, 당뇨, 체중조절, 운동, 금연, 금주, 충분한 수면 등이 필요하다. 중앙치매센터에서는 치매 예방을 위해 '3·3·3 운동' 수칙을 권고하고 있다.

3·3·3 운동은 3가지 권장(균형 잡힌 식사, 운동, 독서), 3가지 금지(금주, 금연, 뇌손상 예방), 3가지 행동(건강검진, 사회활동 및 소통, 조기 치매검진)을 포함한다. 치매는 건강한 생활 습관만 유지해도 발병률이 34% 줄어들기 때문에 40~50대부터 노력하면 예방할 수 있다.

치매일 때 인지기능 변화는 최근에 배우고 체득한 것부터 사라지고, 오래된 기억과 감정은 늦게까지 보존되기에, 정서적인 교류가 중요하다. 보호자가 이해와 지지를 제공한다고 느끼게 하는 것이 환자를 적절히 관리하는 데 도움이 될 것이다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

환자 60% “약사, 처방약 부작용 설명 부족”

환자에게 처방약 부작용에 대해 충분히 설명하는 약사가 부족하다는 설문 결과가 나왔다.

손현순 차의과학대학교 약대 교수 연구팀은 한국임상약학회지 최신호에 게재한 논문에서 이 같이 밝혔다.

연구팀은 환자 또는 환자 보호자 신분으로 최근 1년간 병원 처방전을 가지고 약국에서 처방약을 지어본 경험이 있는 20세 이상 성인 189명을 대상으로 약사의 처방약 관련 부작용 설명이 충분했는지 여부 등을 온라인 설문으로 조사했다.

그 결과 약사의 처방 조제약 부작용 설명이 충분했다는 질문에는 '그렇지 않다'고 답한 비율이 59.7%로 '그렇다'고 답한 비율(40.2%)보다 높았다.

'그렇지 않다'고 답한 응답자 가운데 '전혀 그렇지 않다'고 응답한 비율도 19%였다. 이는 약사의 부작용 설명 수준이 국민 기대치에 부합하지 못한다는 점을 보여준다고 연구팀은 분석했다.

실제 이번 설문 응답자 가운데 98.9%는 약사가 처방 조제약의 부작용 정보를 충분히 제공하는 것

이 중요하다고 보라는 질문에 '중요하다'고 답했다. 연구팀은 약사가 부작용 안내에 대한 환자 기대를 반영하고 약물 관련 문제 발생을 예방하기 위해 복약지도를 강화해야 한다고 지적했다.

특히 노인 환자의 경우 난독 문제를 겪거나 약에 대한 정확한 정보를 모르는 경우가 적지 않은 만큼 더 세심한 복약 지도가 필요하다고 연구팀은 설명했다.

구체적으로는 구두와 서면을 병행하는 구체적 복약 지도가 필요하다는 조언이 나왔다. /연합뉴스



전남대병원 의학연구학술상 수상자 시상식

연구발표 심포지엄 개최

전남대병원 의생명연구원은 지난 15일 '의학연구학술상 시상식 및 연구발표 심포지엄'을 개최했다고 28일 밝혔다.

의학연구학술상은 전남대병원을 비롯해 화순 전남대병원·빛고을전남대병원·전남대어린이병원·전남대치과병원과 전남대 의과대학·치의학전문대학원 교수들의 연구의욕을 고무시키고 연구력 향상을 위해 마련된 상으로, 매년 심사위원회의 엄격한 평가를 거쳐 우수 의학연구자를 선정해 시상하고 있다.

이날 정신 병원장은 특별 내과·외과·기초·우수 연구교과제·젊은연구자·최다논문·우수연구원 부문 등 모두 8개 부문에서 12명의 수상자를 선정해 수여했다. 또 기승준 의생명연구원장은 연구원들의 연구활성화를 독려하기 위해 우수연구노트 부문을 선정해 12명에게도 상장을 전달했다.

정신 병원장은 "전남대병원을 대표하는 최고의 상인 의학연구학술상의 주인공이 된 수상자들에게 축하를 보낸다"며 "연구중심병원 지정은 물론 미래혁신사업 발굴을 위해 다 같이 노력했으면 좋겠다"고 말했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

광주기독병원, 마취적정성 평가 3차 연속 1등급

이승욱 병원장 “안전한 진료환경·최고의 의료서비스 제공 최선”

광주기독병원(병원장 이승욱)은 28일 건강보험심사평가원이 실시한 제 3차 '마취 적정성 평가'에서 3차 연속 1등급을 획득했다고 밝혔다.

마취적정성 평가는 마취 영역의 질 개선 및 마취환자 안전관리의 기반을 마련하고자 2018년부터 실시하고 있다.

평가는 상급종합병원과 종합병원, 병원을 대상으로 2023년 1월부터 3월까지 입원 진료 분을 대상으로 실시했다.

광주기독병원은 ▲마취 전 환자 평가 실시율 ▲회복실에서의 오심 및 구토와 통증점수 측정 비율 ▲마취 중·후 정상체온 유지 환자 비율 ▲주술기 신경근 감시 적용 비율에서 100%를 받아 우수한 점수로 최우수 등급인 1등급을 획득했다.

이승욱 병원장은 “앞으로도 계속 환자들이 안심하며 믿고 진료 받을 수 있도록 안전한 진료환경과 최고의 의료서비스를 제공하도록 최선을 다하겠다”고 말했다. /김민석 기자 mskim@

광주 지역장애인보건의료센터

9월까지 건강검진 수검이벤트

전남대학교병원이 위탁 운영하는 광주시 지역장애인보건의료센터는 28일 광주시 등록 장애인을 대상으로 국가건강검진 수검이벤트를 진행한다고 밝혔다. 이벤트는 오는 9월 30일까지다.

광주에 거주하며 행정 주소지를 둔 2024년 국가건강검진 대상 등록 장애인이 대상이다.

이벤트 기간 동안 일반 건강검진 또는 암 검진 중 최소 1개 이상을 수검한 장애인을 대상으로 총 100명을 추첨해 4만원 상당의 건강관리 선물세트를 제공 예정이다. /김민석 기자 mskim@

조선의 시인
아홉번째
시집

제9 시집
조선의 시집

담양, 인향만리
죽향만리

조선의 시인
아홉번째
시집

담양에서 길어 올린 아름다운 시편들의 향연

담양, 인향만리 죽향만리

“ 이 시집은 담양을 사랑하는 조선의 시인이
몸소 시가 된 담양의 현사가 아닐까. ”

이성혁(문학평론가)

시인의 말

과거가 / 미래를 향해 / 현재에 살아 있는 곳
담양은 / 말로만 듣는 것보다 / 직접 와서 보면 안다
왜 다시 오고 싶은지

조선의
농민신문 신춘문예, 기독교 신춘문예, 미션21 신춘문예에 당선
송순문학상, 신석정문학상, 신성문학 대상 등 수상
시집 『빛을 소환하다』, 『꽃, 향기의 밑서』,
『꽃으로 오는 소리』, 『아직 도달하지 않은 임의 문장』 등 발간
(시꽃피다) 광주 시장작 감사
서울 성동구 평생교육원 시장작 감사
(시꽃피다) 전북지역 시장작 감사
담양문화원 시쓰기 감사

지은이 | 조선의
펴낸 곳 | 도서출판 상상인 ☎ 02-747-1367