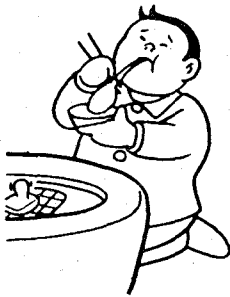




# 소아성인병

조 성 숙 / 학교건강관리소 소아과




---

학교에서 학생들에게  
갑작스럽게 질병이나 사고가  
발생했을 때 양호교사가 취할  
수 있는 응급처치법을 사례별로  
연재하고 있다. 집필은  
학교건강관리소 부속의원 팀이  
전공별로 맡아주고 있다.  
(편집자 주)

---

점차 평균수명이 늘어나고 우리나라의 주요 사망원인도 뇌졸중, 고혈압, 암, 심장병의 순으로 선진국형이 되어가고 있다. 이에 성인병의 예방에 대한 많은 관심이 주어지고 있다. 성인병이라함은 당뇨, 고혈압, 동맥경화, 뇌졸중, 간질환, 소화기질환, 암 등이 포함되어 주로 나이가 들어서 생기는 병으로 되어있다. 특히 성인병의 핵심질환인 고혈압, 동맥경화증, 당뇨병은 톱니바퀴가 맞물려 있듯이 서로 영향을 주고 있다. 즉 동맥경화증에 대한 관리가 잘 안된 경우 고혈압이나 당뇨병에 걸릴 가능성이 높다. 간혹 외래에서 어린이들에게도 간질환이 있나요 또는 암이 있나요 하는 질문을 받는 경우가 있다. 하물며 소아성인병은 귀에 익은 용어가 아닐 것이다. 실제로 청소년연령 부검예의 98%에서 동맥경화 현상을 볼 수 있다하며 비만한 엄마에서 태어난 사산아의 부검결과 동맥경화현상이 시작되고 있다는 보고로 보아 성인병

**식생활을 건강하게 습관화하고  
규칙적인 운동을 해서  
소아비만 소아성인병이  
성인비만 성인성인병으로  
이어지지 않게 예방하는 것이  
치료하는 것보다 더욱 가치있고  
중요하다.**

의 예방은 어려서부터 심지어는 태내에 서부터 해야한다고 해도 무리가 아닐 것이다.

1990년 추계 소아과 학술대회에 한 심포지움 주제가 소아성인병이었고 이에 대한 일본학자의 특강이 있었다. 식생활이 변화되어 기름의 섭취가 증가되고 하루 일과의 운동량이 줄어들면서 비만 및 Cholesterol치의 증가등으로 성인병이 늘어나고 있다고 강조 건강한 생활을 위해서는 예방이 중요하다고 역설했다. 실제 일본에서는 국민학교에서 체력검사 혈압 콜레스테롤치 소변의 단백뇨 및 당뇨 검사를 1차검사로 시행하고 이상이 나온 학생은 후속 조치를 취해준다 한다. 대개 비만은 10%, 콜레스테롤증가 10% 고혈압이 2% 정도라 한다. 우리나라에서도 서울시내 초중고등생을 대상으로 5년간 비만빈도를 조사한 보고에서 보면 평균 남아가 11%, 여아가 8.5%이나, 5년동안 남아는 9%에서 15%로 여아는 7%에서 9.5%로 증가하였다. 또 최근의 국민학교아동의 혈중지질치에 관한 보고에 의하면 총콜레스테롤치가 흉천이 1.5%, 수원이 8.5% 서울이 22.2%의 학생에서 증가되어 있었다고 한다. 본 학교건강관리소에서 서울시내 국민학교학생을 대상으로 실시한 혈중지질치의

예비검사에 의하면 혈중 총콜레스테롤치가 200mg%이상인 학생이 20%가 넘었으며 두예는 300mg% 이상을 보였다. 물론 한 번 시행한 검사치로서 높다는 것을 의미하지는 않으며 어느 검사와 마찬가지로 위양성이 나타날 수도 있다. 그러나 일단 의사에 의뢰 관련된 검사를 시행하여 교육하고 생활습관을 어려서부터 길들여 심혈관질환을 예방할 수 있겠다. 미국에는 10여년전부터 유치원과 국민학교 학생을 대상으로 “Know Your Body (KYB)” 학교건강프로그램이 있어 매년 체중, 혈압, 체력검사와 비공복시의 총콜레스테롤치를 측정하고 운동, 영양, 약물남용, 치아건강, 사고예방, 성교육에 대해 지도하는 제도가 있어 이는 경제적인 관점에서도 가치가 있다한다. 각음식의 지방질과 섬유질의 양과 타입을 구별해 주고 콜레스테롤과 포화지방산이 많은 음식이 건강에 해롭고 복합탄수화물과 섬유질이 많은 음식이 몸에 이롭다는 것을 주지시킨다. 소아성인병이 성인성인병과 다른 점은 어른과는 달리 동맥경화가 가역적인 변화여서 치료될 수 있다는 점이다. 이에 식생활을 건강하게 습관화하고 규칙적인 운동을 해서 소아비만 소아성인병이 성인비만 성인성인병으로 이어지지 않게 예방하는 것이 치료하는 것보다 더욱 가치있고 중요하다. 학교나 가정에서 단순하게 식이요법 및 운동하는 것만으로는 긴 안목의 효과를 얻기 어렵다. 효과적인 결과를 얻기 위해서는 정부 학계 지역사회에서도 함께 소아성인병과 비만에 대한 충분한 이해를 가지고 폭넓은 방향으로 대처해야 할 것으로 사료된다. †