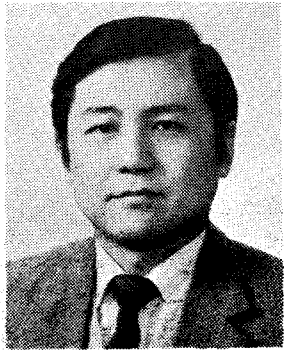


통풍이란 혈중의 요산이 일정한 수준 이상으로 오래 지속됨으로써 형성된 요산의 결정체가 여러 조직에 침착하여 여러가지 증상을 유발하는 대사성 질환이다. 통풍환자에서 요산의 결정은 모든 장기에 침착할 수 있으며, 질병의 단계와 침범된 장기에 따라 고노산혈증, 통풍성 관절염, 통풍성 신질환, 통풍성 신결석증 등으로 구분할 수 있다. 그러나 통풍은 그 발병 기전과 치료법이 비교적 잘 밝혀져 있으므로 초기에 적절한 조치를 취한다면 충분히 조절이 가능한 질환이다.



김성운
〈한양의대 교수〉

문에 나타나기도 하고 신장을 통한 배설과정의 이상 때문에 제대로 배출되지 못해서 나타날 수 있으며 양자가 복합적으로 작용할 수도 있다. 그러므로 통풍은 요산의 대사과정에 어느 한 가지라도 이상이 있으면 나타나는 대사질환인 셈이다. 그러나 혈중 요산치가 일시적으로 정상보다 높다고 해서 통풍이 곧 발병하는 것은 아니다. 혈중 요산이 높으면 높을수록

■요산은 어떻게 생기나

모든 세포의 핵에는 유전 정보를 가지고 있는 핵산이 존재하고, 핵산은 퓨린체와 피리미딘체로 구성되어 있다. 인체의 모든 세포는 일정 기간을 생존한후 파괴되는 운명을 갖고 있으며, 이때 핵 안에 있는 퓨린체가 분해되어 생기는 최종산물이 바로 요산이다. 혈중의 요산은 크게 2가지 공급경로에 의해 만들어진다. 그 하나는 섭취한 음식물에 포함되어 있는 퓨린체에서 유래한 것이며, 또 다른 하나는 환자 자신의 신체에서 파괴되는 세포에서 유래하는 내재성 요산이다. 그러나 음식물에 의한 혈중 요산치의 변화폭은 그리 크지 않기 때문에 체내에서 자연적으로 생기는 요산의 양이 혈중 요산의 유지에 더 중요하다. 이렇게 만들어진 요산은 대부분이 신장에서 복잡한 처리과정을 거쳐서 소변으로 배출된다. 그러므로 요산의 생산과 배출이 균형을 이루면 거의 일정한 수준으로 혈중 요산을 유지할 수 있다. 정상 성인 남성의 혈중 요산치는 7-8mg/dl, 여자는 6mg/dl 이하로서, 여성은 남성에 비하여 낮은 수치를 보인다.

■10~20년 누적돼 생기는 병

혈중 요산이 증가하는 경우는 요산의 과도한 생산 때

혈중요산의 결정체가 침착해 발생 주로 발가락등 하지 관절부위에 나타나

요산의 결정체가 더 쉽게 형성되어 여러조직에 침착하게 되고, 이런 상태가 대개 10-20년간 지속된 다음 여러가지 유발인자에 의해 실질적인 통풍의 증상을 일으키게 된다. 그러므로 일단 통풍 증상이 발생한다는 것은 대개 10-20년전 부터 혈중 요산이 비정상적으로 높았다는 것을 의미한다.

■서구적 생활로 통풍연령 낮아져

통풍은 주로 40대 이후의 남자에게 발생하며 여성은 전체 통풍 환자의 1% 정도를 차지하고, 특히 폐경기 이전의 여자 환자는 유전적인 경우를 제외하고는 대단히 희귀하다. 그러므로 폐경기 이전의 여성에게 급성 관절염이 있을때 통풍은 가장 나중에 고려해야 하는 질환이다.

중년남성에서 발병률

그러나 최근에는 식생활이 점차 서구화되어가면서 통풍의 발병 연령이 과거보다 낮아져서 20-30대에도 발병하기도 하는데, 이는 발병 가능성이 있던 사람들이 식생활 등에 의해 발병이 앞당겨지는 것이지, 과거보다 통풍에 잘 걸리는 사람이 늘어난 것은 아니라고 생각된다.

■30% 이상, 유전이 원인

통풍은 요산의 대사에 이상이 있는 대사질환이지만 대부분의 경우에는 직접적인 원인을 찾기 어렵다. 그러나 일부의 환자에서는 원인이 되는 질환, 예를 들어 암환자의 경우 암치료증이나 치료 후, 특정한 몇 가지 약물, 신

이 더 중요하다. 즉 고혈압, 비만, 고지혈증, 동맥경화증, 당뇨병이 있을 때 잘 동반해서 발생한다. 또한 통풍이 있는 환자의 사망원인을 보면 통풍 자체보다는 이와 같이 동반된 질환의 합병증, 예를 들어 심장질환, 뇌혈관장애 등으로 인한 경우가 많다.

■엄지 발가락이 붓는다

통풍성 관절염 초기에는 약 85-90%가 한 군데의 관절에 급성관절염의 형태로 나타난다. 주로 엄지발가락, 발목, 무릎 등 하지의 관절에 우선적으로 흔히 발생한다. 특히 엄지 발가락은 전 통풍 환자의 90% 이상에서 침범하기 때문에 가장 특징적

으로 침범되는 관절 부위라고 할 수 있다. 그 이유는 확실치 않으나 온도가 낮을수록 결정체가 잘 형성되는 이치와 마찬가지로 체온이 낮은 노출된 부위에 잘 발생하는 것이 아닌가 생각되고 있다. 증상이 오래 지속되면 팔꿈치, 손가락과 같은 상지의 관절과 팔꿈치 주위의 활액낭(관절의 운동을 부드럽게 해 주는 미끄럽고 끈끈한 액체가 들어있는 주머니) 까지 침범할 수 있다. 대개 급성 발작은 갑작스럽게 관절의 심한 통증과 부종이 오고 이 환된 관절부위는 붉은 색조를 띄기 때문에 마치 골수염이나 감염성 관절염과 같은 질병으로 오인될 수도 있다. 대개 증상은 밤에 잘 생긴다고 하며, 환자에 따라서 손가락을 댈 수 없을 정도로 격심한 통증을 동반한다. 급성 발작을 잘 일으키는 요인은

음주, 수술, 출혈, 감염, 일부 약물의 복용, 방사선 치료, 과식과 과로 및 심한 운동이나 심한 타박상을 열거할 수 있는데 이러한 상황이 오지 않도록 조심해야 한다.

거의 대부분의 환자는 관절증상이 수일-10일 이내에 저절로 소실되는 것이 특징이다. 초기에는 재발의 빈도가 낮으나, 시간이 갈수록 또 혈중 요산치가 높을수록 재발의 횟수가 많아지는 것이 보통이다. 약 10% 내외의 환자에서는 심한 발열을 동반하면서 여러군데의 관절을 한꺼번에 침범하는 다발성 관절염의 형태를 보이기도 한다.

통풍성 관절염이 오래 지속되면 요산의 결정체가 덩어리를 이루어서, 피조직에 침착하여 딱딱한 혹과 같은 형태를 취하게 된다. 이런 조직은 귓바퀴를 비롯한 신체 어느 부위에도 발생할 수 있다. 심지어 심장의 판막에도 통풍의 결정이 발견된 경우도 있다. 이렇게 결정이 전신적으로 퍼진 경우에는 이런 결정이 관절내에도 존재하기 때문에 만성적인 관절증상이 나타난다. 그러므로 만성적인 관절의 통증과 운동장애 및 관절의 변형이 초래되므로 치료하기가 어려우며, 이런 상태가 오기 전에 치료를 시작 해야 바람직하다.

통풍은 관절염과 더불어 신장에 요산의 결정체가 침착하여 급성 또는 만성적으로 신장의 기능 저하를 초래할 수 있다. 신장의 병변은 급성 신부전증이 발생하는 경우를 제외하고는 대부분 만성적인 신장병변이 나타나지만 혈액투석을 해야할 정도로 심한 신장 기능의 장애는 흔치 않다. 이외에도 여러가지 원인으로 소변을 통한 요산의 배출이 많은 경우에는 신장 및 요로의 결석을 유발할 수 있다. 신장 및 요

장질환 등에 따라 2차적으로 발생할 수 있다. 요산의 대사에 관여하는 특정한 효소의 결핍이 있으면 통풍이 발생하며, 이런 경우에는 성염체나 상염색체에 의존한 유전을 하게 된다. 그 이외에 대부분의 통풍 환자는 고혈압이나 당뇨병이 유전되는 방식과 같이 다양한 인자의 영향을 받아 가족내에서 발생하게 있다. 전체 환자에서 가족적으로 발생하는 환자의 빈도는 대개 30-40% 사이에서 유전의 경향을 보인다고 한다. 그러므로 가족중의 한 사람이 통풍이나 혈중 요산이 정상보다 높다면 가족 구성원은 혈액검사로 요산치를 검사해 볼 필요가 있다.

■다른 성인병과 동반돼

실제로 통풍은 그 자체보다는 오히려, 동반되는 질환

한일약품

일본제약시장을 1년만에 석권한 성인병예방 치료제

메바로친

메바로친은 혈액의 흐름을 막아 각종 성인병을 유발하는 콜레스테롤(지방)을 제거하는 획기적인 신제품입니다.

동맥경화와 콜레스테롤
동맥경화는 동맥내벽에 생겨난 손상 부위에 콜레스테롤이라는 지방이 침착되어 소위 "플라크"라는 단단한 덩어리를 형성하는데 이것이 동맥내벽을 좁게 만들어 일어나는 질환입니다. 동맥경화증은 자각 증상없이 서서히 나타나기 때문에 콜레스테롤을 "소리없는 살인자"라고 부릅니다.

동맥경화와 합병증
●뇌졸중(중풍)
뇌혈관의 동맥경화로 뇌동맥이 좁아져 혈액순환이 줄고 뇌에 필요한 충분한 혈액과 산소공급이 방해를 받아 생겨나는 질환으로 콜레스테롤수치를 낮추면 예방이 가능합니다.

●심장마비
심장에 피를 공급하는 관상동맥이 좁아져 혈액의 흐름이 차단된 상태로 호흡근력에 의한 통증및 쇼크사의 원인을 제공합니다.

●협심증
심장의 혈액순환이 나빠진 결과로 가슴 한가운데가 묵직하고 죄는듯한 증상이 나타납니다.

高콜레스테롤혈증 치료의 새로운 도전 "메바로친"

- 메바로친은 89년 일본에서 개발된 최신의약품으로 월 70억엔의 판매를 기록하고 있습니다.
- 필요이상으로 인체내로 들어오는 콜레스테롤을 효과적으로 배설시킵니다.
- 콜레스테롤을 만드는 간장에서만 작용하여 타장기에 영향을 끼치지 않습니다.

●메바로친은 89년 일본에서 개발된 최신의약품으로 월 70억엔의 판매를 기록하고 있습니다.
●필요이상으로 인체내로 들어오는 콜레스테롤을 효과적으로 배설시킵니다.
●콜레스테롤을 만드는 간장에서만 작용하여 타장기에 영향을 끼치지 않습니다.

메바로친
표준소매가격 : 55,000원(50T)

본제품에 대한 자세한문의는 본사 PM4부에서 받고 있습니다.
TEL:(02)464-0861 교환 584

높은 통풍 (痛風)

〈표〉 퓨린의 함량에 따른 식품의 분류

먹어도 되는 음식 (제1군(0-15mg))	회복후 먹어도 되는 음식 (제2군(50-150mg))	피해야 될 음식 (제3군(150-800mg))
계란, 치즈 우유 곡류 (오트밀, 전곡은제외) 빵 대부분의 야채 과일 설탕	고기류, 가금류 생선, 조개 콩 시금치, 버섯	내장(심장, 간, 지라, 신장, 혀, 뇌 등) 육즙, 거위 정어리, 청어, 멸치 고등어 매주, 효모 베이컨

로의 결석은 대부분이 칼슘이 주성분이지만 최근에는 요산에 의한 신결석이 증가되는 추세에 있다고 한다.

■통증 제거되도 꾸준한 치료 요망

정확한 원인이 알려져 있지 않은 원발성 통풍인 경우에는 원인적인 치료가 불가능 하지만 혈중 요산을 정상 이하로 조절하면 발병을 줄일 수 있고 거의 정상적인 생활이 가능하다. 그러나 대부분의 환자들이 관절염의 통증이 사라지면 치료를 중단하기 때문에, 초기에 치료를 시작했다면 일생동안 재발하지 않고 건강하게 지낼 수 있는 사람이 심한 합병증으로 고생하는 것을 흔히 볼 수 있다. 그러므로 일단 통풍의 진단을 받으면 그때 그때마다 치료하고 중단할 것이 아니라 장기적인 예방대책과 치료가 필요하다.

통풍의 치료는 질환의 원인이 요산과 요산결정의 과다 축적에 있기 때문에 요산의 형성을 억제하거나 소변으로 많이 내보내는 것이 가장 중요한 원칙이다. 흔히 쓰는 약물은 요산의 생산을 억제하는 약물과 소변으로 요산을 많이 배출시키는 약물

로 구분된다. 약물의 선택은 소변으로 배출되는 요산의 양, 신장의 기능, 피하결절의 유무에 따라 달라지므로 전문가의 처방을 따라야 한다.

이외에 약물치료를 잘 반응하지 않는 사람은 소변의 알칼리화가 도움이 된다. 그 이유는 소변이 산성이기 때문에 용해되는 요산의 양이 혈액에 용해되는 양보다 적다. 신결석의 합병증이 있는 환자에게는 소변의 알칼리화가 소변에 용해되는 요산의 양을 늘릴 수 있으므로 치료에 도움이 되나, 모든 통풍 환자가 이런 치료를 병행하는 것은 무척 번거로운 일이다.

■일반 식사요법 지키되, 금주는 철칙

우리나라 사람들은 진료실에서 "선생님은 ~ 병입니다", "앞으로 치료를 잘하면 좋아 집니다."라고 말하면, 가장 먼저 질문하는 말은 "그러면 음식은 어떻게 하나요"라는 질문이다. 그러니 "조심해야 할 음식은 무엇인가요"라는 것이다. 그러나 통풍에서는 혈중 요산에 끼치는 음식물의 영향은 그리 크지 않기 때문에 다이어트에 엄매할 필요는 없다. 예를 들어 퓨린이 거의 없는 무

퓨린식사를 하더라도 혈중 요산은 1mg/dl 정도만 내릴 수 있기 때문이다. 실제로 퓨린이 전혀 없는 식사는 맛이 별로 없기 때문에 오래 계속하기가 어렵다. 뿐만 아니라 인간의 3대 욕망중의 하나인 식욕까지 천천히 조절한다면 삶의 재미 하나를 잃어버리는 것이 되므로 극도로 절제된 식사요법을 할 필요는 없다.

다만 약물 치료를 계속해도 혈중 요산이 잘 내려가지 않고 자꾸 관절염이 재발하는 사람이나, 과식을 했다 하면 곧바로 관절염이 재발하는 사람 또는 급성 증상이 있는 사람에게는 퓨린이 아주 많은 3군의 식사는 제한하는 것이 좋겠다. 퓨린의 함량에 따라 표에서 보는 바와 같이 식품을 3가지 군으로 구분해 놓고 있는데, 증상이 없을 때는 3군에 속하는 해산식품은 적절하게 절제하는 정도로 섭취를 늘려서 소변의 양을 약 2리터 정도로 늘리는 것도 요산의 조절과 요산에 의한 신결석도 어느 정도 예방할 수 있다.

일반적인 식품 이외에 술은 반드시 금하는 것을 철칙으로 삼아야 한다. 왜냐하면 술은 혈중 요산의 합성을 증가시키고 소변으로의 배설도 억제해서 급성 발작의 발생률이 증가하기 때문이다. 술 중에서도 특히 맥주는 이에 포함되어 있는 퓨린체 때문에 요산의 증가가 현저하므로 독주보다 더 좋지 않다.

■적당한 식사·운동으로 조절

통풍 환자는 간헐적으로 발생하는 급성 발작을 예방하기 위해 약물치료 이외에도 몇 가지 조심해야 할 점이 있다. 예를 들면 위에서 든 술과 같은 금기식품을 절제하고 과로를 피하는 것이 좋다. 또 통풍과 잘 동반되는 당뇨병, 고혈압, 비만, 고지혈증, 동맥경화증 등에서 공통적으로 문제가 되는 과도한 체중, 고지혈증 등도 적당한 식사 조절과 운동으로 조절해야 한다.


〈끝〉

〈8면에서 계속〉

쇄성 기관지염으로의 이행을 방지하는 것이 가장 중요하며 이를 위해서는 이미 언급한 바와 같이 금연이 최우선이며 상기도 감염에 걸리지 않도록 조심해야 할 것이며 만약 감염에 이환되었다면 초기에 적절히 치료하는 것이 중요하다. 객담의 증상을 조절하기 위해서는 수분섭취를 증가하는 것이 가장 중요하며 진해제가 도움이 될 수 있으며 가래 빛깔이 누렇게 변하면 2차 세균감염이 합병되었음을 시사하므로 항생제 사용이 필요하다. 객담양이 증가하여 이에 의한 기도 자극에 의해 기침이 발생하므로 가래 배출을 적절히 시키는 것이 무엇보다도 중요하며 기침 억제제의 목적으로 진해제를 지나치게 사용하면 오히려 객담배출을 방해하므로 기침이 아주 심하지 않으면 진해제는 사용을 하지 않는 것이 좋다.

일단 만성 폐쇄성 기관지염으로 이행하면 완치할 가능성은 없어지고 질병의 진행속도를 늦추어주는 것이 치료목적이 되며 호흡곤란이 발생하여 일상생활에 지장을 초래하게 되므로 증상의 치료를 위해 보다 적극적인 약물치료가 필요하게 되며 질병 경과 중 유발인자에 의해 증상이 악화되어 급성 호흡부전증이 발생하므로 이러한 유발인자를 적절히 조절하는 것이 중요하다. 이러한 유발인자 중에는 상기도감염 특히 바이러스성 감염이 가장 중요하고 이외에 자극성 가스에 노출이 된다면, 찬 공기, 정서적인 스트레스를 받는다거나 하는 등의 요인에 의해 악화될 수 있으며 다른 질병을 함께 갖고 있는 경우는 기관지 경련을 유발시킬 수 있는 약물은 반드시 피해야만 한다. 예를 들면 고혈압을 함께 갖고 있는 환자인 경우는 고혈압 치료제로서 베타 수용체 차단제를 사용하는 경우는 원칙적으로 금기이며 꼭 필요한 경우라면 베타2 수용체에는 작용이 없는 선택적 약물을 사용해야 한다.

〈끝〉



당뇨성 신경장애

새로운 치료제로 입증된 비타메진

이런 증상일 경우가 당뇨성 신경장애입니다.

혈액중의 고혈당은 신경조직을 파괴하여

- 팔다리의 무력감증, 저림, 근육통이 나타난다.
- 시력이 떨어지며 물체가 이중으로 보인다.
- 발기부전과 배뇨가 곤란하다.

이와같은 당뇨성신경장애 증세를 나타내게 됩니다.

당뇨로 손상된 신경조직이 살아납니다

대량의 비타민 B群은 인슐린의 생성 및 활성을 촉진하고, 신경세포의 부활작용도 우수하여 최근 당뇨성 신경장애, 망막증, 신증, 기타소모성질환의 예방 및 치료제로 그약효가 입증되었습니다.

- 손상된 신경조직을 조속히 재생시켜줍니다.
- 소염진통제가 아니면서 진통효과가 있습니다.

이래서 고단위 약효도 다릅니다.

벤포티아민..... 69.15mg
염산 피리독신..... 50mg
시아노코발라민..... 500µg

당뇨성신경장애, 신경통, 기타소모성질환 치료제

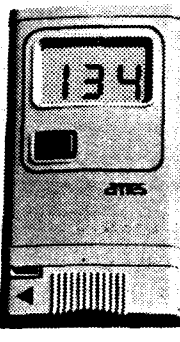
® 비타메진

표준소매가격 50mg, 100캡슐 22,000원

100-600 서울중앙우체국 사서함 18호 (02)464-0861
비타메진 (코)585, 글루코메타 GX (코)에임스인
지방: 대구영일소 752-5544, 대전영일소 253-9597, 9598, 광주영일소 223-6667-6668

10만원代 혈당측정기

혈당측정기의 세계적 권위 미국의 에임스가 사용이 더욱 간편해진 글루코메타 GX를 선보입니다.



고기능 저가격의 글루코메타 GX

1. 하나의 버튼으로 조작이 간편.
2. 광전선사범에 의한 완벽한 측정.
3. 10회분을 기억하는 메모리 기능.
4. 반영구적인 수명.
5. 휴대가 간편한 담배갑 크기.
6. 기능과 성능에서 비교될수 없는 가격 16만원.

글루코메타 GX