



무의식적으로 오줌이 나와 버리는 요실금

황경진 / 일산자생당 여성병원장

요실금이란?

배뇨의지와는 관계없이 무의식적으로 오줌이 배출되어 버림으로써 사회적 활동을 하는데나 위생적으로 문제를 일으키는 경우를 요실금 증상이라고 합니다.

즉 요실금은 어떤 진단명이 아니고 환자가 호소하는 증상의 하나입니다.

요실금 증상을 나타내는 여러 가지 원인이 있는데 힘이 주어질 때 자신도 모르게 뇨가 나오는 긴장성 요실금(stress incontinence)과 배뇨의식과 동시에 뇨가 나와 버리는 절박성 요실금(urge incontinence) 그리고 방사선 요실금(reflex incontinence)과 요도의 요실금(extraurethral incontinence)이 있습니다.

이중 긴장성 요실금(75~84%)이 여성에서는 가장 흔한 질병입니다.

진단

엑스레이로 요도방광 조영술을 해보면 근위 요도 후벽(proximal urethra)과 방광 저부가 이루는 후부요도 방광각이 정상 여성에서는 90~100도의 각도를 이루고 있는데 긴장성 요실금에서는 이 각이 거의 소실되어 일직선을 이루게 되는 해부학적 인 변화를 보입니다.

1989년 미국 발표에 의하면 미국여성의 약 5%가 요실금 증상을 호소하고 이들을 위한 비용이 일년에 100억달러나 된다고 합니다.

요실금은 연령이 증가할수록 또는 분만 횟수가 증가할수록 방광과 요도를 지지하는 조직들이 약해지므로 그 빈도가 증가합니다.

치료는 어떻게 하나?

크게 수술 요법과 비수술 요법으로 구분할 수 있는데 증상이 아주 경미하고 가벼울 때는 우선 비수술 요법부터 시작해봅니다.

●비수술 요법

내과적인 약물치료로는 알파 교감신경 항진제나 폐경 후 여성호르몬 투여, 골반저근을 강화시키는 Kegel씨 운동 혹은 기능적 전기 자극 요법이 있습니다.

질내에 무게가 다른 콘을 사용하여 질근육을 강화시키는 훈련도 있습니다. (같은 크기의 콘이나 무게는 점점 증가시킴, 20~100그램정도, 질내에 콘을 넣은 후 골반근을 수축시켜 15분 정도 유지하면 점점 더 무거운 것으로 훈련합니다. 약 한 달간 치료 후 호전율이 상당히 좋습니다.)

골반 저근을 강화시키는 여러 가지 운동도 많이 도움이 됩니다.

●수술요법

치골 후 수술법으로는 요도 주위조직을 치골 결합조직에 고정시키는 Marshall-Marchetti-Kronte 수술과 Cooper씨 인대에 고정시키는 Burch 수술이 있습니다.

또는 질식 수술로는 독특하게 고안된 바늘을 이용하여 Raz 수술, 그리고 내시경을 이용해서 하는 Stammey 수술 등 방법에 따라 100여 가지가 넘는 수술방법이 있는데 80~90% 정도의 치유율로 수술 후 환자의 만족도가 높습니다.