

국민의 보건의료정보

커피 좋아하면 관상동맥 질환 잘 걸린다

커피를 많이 마시면 콜레스테롤이 증가하여 마시지 않는 사람에 비해 관상동맥질환의 위험성이 높아진다는 연구결과가 나왔다.

연세대 보건대학원 지선하·서일 교수팀은 최근 미국 존스홉킨스대 보건대학원과 공동으로 26~49세 사이의 유럽인과 미국인 885명을 대상으로 8주간 하루 6잔의 커피를 마시게 한 후 혈중 콜레스테롤의 변화를 분석했다.

이 결과 총 콜레스테롤이 11.8mg/dl이 증가한 것으로 나타났다고 밝혔다. 특히 이 가운데 관상동맥질환의 주요원인으로 알려진 LDL 콜레스테롤이 55.5%(6.5mg/dl)를 차지한 것으로 조사됐다. 또 지금까지 알려진 것과는 달리 커피의 주성분인 카페인이 콜레스테롤 증가에 관여하는지도 분석했다.

이 조사에서는 카페인이 함유된 일반커피와 카페인이 없는 커피를 마신 사람들간에 차이가 없으므로 나타나 카페인은 콜레스테롤 증감에 무관하다는 사실을 밝혀냈다.

콜레스테롤을 증가시키는 물질은 커피에 포함된 커피기름 성분인 카페스톨과 카월로의 성분이 체내 담즙분비를 감소시켜 콜레스테롤 합성을 증가시킨다는 일부 주장이 이번 연구에서 입증된 셈이다.

따라서 커피를 마실 때 특히 커

피원두를 갈아 여과시켜 마시는 경우에는 천으로 된 필터보다는 종이로 만든 필터를 사용해 커피기름을 가급적 많이 걸러내는 것이 콜레스테롤 증가를 예방하는 한 방법이 될 수 있다고 연구팀은 주장했다.

(경향신문, 2001. 3. 29.)

함몰 젓꼭지 새 교정수술 효과

돌출해야 할 젓꼭지가 아래로 파묻혀 있는 것을 함몰유두라고 한다. 함몰유두는 출산 후 젓먹이기에 문제가 있을 뿐 아니라, 세균에 감염되기 쉽다.

함몰유두는 한국 여성의 약 3%에게서 발생하는 것으로 추정된다. 원인은 유두 밑에 지지해줄 조직이 부족하고, 유관(乳管)의 발육이 부진하고 짧아 안쪽으로 잡아당기며, 단단한 섬유조직이 유두의 돌출을 억제하기 때문이라고 본다.

가끔 들어가는 제1형 함몰유두는 젓을 먹일 때 교정되는 경우가 많다. 하지만 평소에 들어가 있다가 가끔 나오는 제2형과 항상 들어가 있는 제3형은 교정수술을 받아야 한다.

함몰유두 교정 수술은 까다롭고 수유 기능을 보존하기도 어려우며, 흉터도 많이 남는 문제점이 있었다.

서울 네오성형외과 심형보 원장은 유두 밑을 약 3mm만 절개, 확대

경을 보면서 유관 조직을 늘이고, 결체조직을 풀어준 후 씌지봉합을 하는 새로운 수술기법을 이용, 지난 2년간 175차례를 시술한 결과 좋은 결과를 얻었다고 말했다. 수술 후 6개월간 추적 관찰한 결과 중대한 합병증은 발생하지 않았으며, 다만 함몰 정도가 심한 경우 9.6%가 재발했다고 말했다.

(조선일보, 2001. 3. 29.)

"콜레스테롤치 낮아도 뇌출혈 발생 위험없다"

콜레스테롤이 높으면 관상동맥 협착 등 허혈성 심장질환의 위험성이 높고, 반대로 낮으면 뇌출혈 위험이 높다는 것이 의학계의 정설처럼 돼왔다. 그런데 콜레스테롤이 낮아도 뇌출혈 위험이 높지 않다는 연구결과가 나왔다.

연세대 의대 예방의학교실 서일 교수팀은 90~92년 당시 35~59세 의료보험 피보험자 11만5200명을 무작위로 추출한 다음, 혈중 총 콜레스테롤치에 따라 다섯 개 그룹(▲166.5미만 ▲166.5~183.5 ▲183.5~199.5 ▲199.5~220 ▲220 이상)으로 구분한 뒤, 98년까지 6개년간 뇌출혈이 얼마나 발생했는지를 추적 조사했다.

고혈압이 가장 큰 영향

이 중 뇌출혈이 발생한 사람은 총 528명으로, 뇌실질내 출혈이

372명, 지주막하출혈 98명, 분류가 불가능한 뇌출혈은 58명이었다.

조사결과, 콜레스테롤치가 가장 높은 220이상 그룹에서의 뇌출혈 발생 위험률을 1로 했을 때 콜레스테롤치가 가장 낮은 166.5미만 그룹의 뇌실질내 출혈 위험률은 0.88~1.69, 지주막하 출혈 위험률은 0.76~2.73으로 분석돼, 통계상 의미 있는 차이가 없는 것으로 나타났다.

이 같은 수치는 고혈압, 흡연, 비만 등 뇌출혈의 여러 위험요인을 감안한 결과로, 결국 혈중 콜레스테롤치는 뇌출혈 발생 위험과 무관하다는 뜻으로 해석된다.

이 같은 연구결과는 세계적인 의학전문지 '랜셋(Lancet)' 최신호에 실렸다.

서일 교수는 “그 동안 콜레스테롤치가 낮은 사람(160~190 이하)은 혈관 벽이 상대적으로 얇은 이유 등으로 뇌출혈이 잘 일어나는 것으로 알려졌다”며 “그러나 콜레스테롤치가 낮아도 뇌출혈 발생 위험은 높아지지 않는 것으로 증명됐다”고 말했다.

비만 · 음주 등 상관 없어

한편 이번 연구에서 뇌출혈 발생 위험에 가장 큰 영향을 미치는 것은 고혈압으로 조사됐다. 수축기 혈압 130(mmHg)이하/이완기 혈압 85 이하인 정상혈압에서의 뇌실질내 출혈 위험 기준을 1로 했을 때

▲수축기 140~159/이완기 90~99 이하의 고혈압 환자는 정상에 비해 위험률이 5.3배, ▲수축기 160~179/이완기 100~109 이하의 고혈압은 10.4배, ▲ 180 이상/110 이상의 고혈압은 33.3배로 높았다.

무관심도 하나의 원인

흡연은 지주막하 출혈에서만 위험률이 4.3배 높았으며, 그 외 비만, 혈당치, 음주 등은 위험률에 영향을 미치지 않았다. 또 나이가 5세 많아질수록 뇌출혈 발생 위험률은 1.4~1.5배 씩 높아지는 것으로 조사됐다.

서 교수는 “우리 나라의 뇌출혈 환자 발생이 서양보다 상대적으로 많은데 그 이유가 우리 나라 사람의 콜레스테롤치가 서양보다 낮기 때문일 것으로 추측한다.”며 “하지만 우리 나라의 뇌출혈은 성인의 약 25%에 해당하는 높은 고혈압 유병률과 이에 대한 무관심 때문”이라고 말했다

〈조선일보, 2001. 3. 29.〉

누에고치 단백질, 피부암 발생 억제

누에고치의 천연단백질인 '세리신(sericin)'이 대장암에 이어 피부암 발생을 억제하는 효과가 있는 것으로 밝혀졌다.

일본의 섬유업체 세렌(SEIREN)사는 히로시마(廣島)대 생물생화학부와 공동 연구한 결과 이 같은 사실을 확인하고, 의료분야에 대한 응용 가능성이 높아질 전망이라고 최근 일간공업신문(日刊工業新聞)이 보도했다.

세리신은 견섬유를 구성하는 일종의 단백질로, 교질과 유사해 '견교(silk glue)'라고도 한다. 세리신의 함유량은 누에고치의 종류에 따라 다르나 약 25% 내외로 알려져 있다.

공동연구팀은 쥐의 피부에 발암제를 도포하고 암을 일으킨 쥐를 대상으로 실험했다. 여기에 세리신을 도포하고 피부암 발현상태를 관찰한 결과, 10주 후 아무 것도 바르지 않은 쥐의 암 발현율은 100%인 반면, 세리신 2.5mg을 도포한 쥐는 61%에 그친 것으로 조사됐다.

또 세리신 5mg을 도포한 쥐의 암 발현율은 0%였다.

이번 연구는 세리신이 생체에 미치는 유효성을 더욱 명확히 증명한 결과로서 주목되고 있다. 세렌사는 “앞으로는 조직·분자단계 연구를 통해 세리신의 피부암 억제 작용기전을 밝힐 계획”이라며

“생체조절인자로서 의료분야는 물론 화장품과 식품분야에서도 통용되는 기능성 재료로서 연구를 계속해나갈 방침”이라고 덧붙였다.

〈일간보사, 2001. 3. 29.〉