

소변 못 누는 남편과 요실금의 아내



차영일 비뇨기과 원장

배

설의 쾌감은 누구나 한번씩은 경험해 봤을 것이다. 극장엘 갔다든가, 차를 타고 먼 곳을 가면서 소변을 눌 시간이 없어서 오래 참고 있다가 화장실에 급하게 가서 배설을 할 때 그 시원함이란 이루 말할 수 없다.

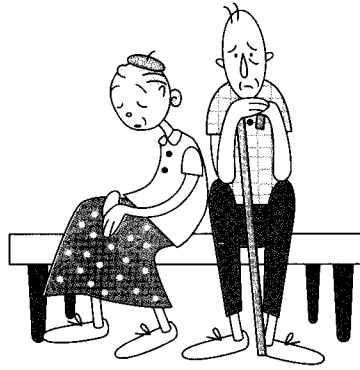
그러나 나이가 지긋하신 분이 버스를 타고 가다가 휴게소에 들렀을 때 소변이 급해서 제일 먼저 버스에서 내려 화장실로 뛰어 갔지만 뒤에 간 젊은 사람보다도 더 늦게 나오면서도 소변을 시원하게 다 누지 못한 찡찡한 얼굴을 하고 있으면 비뇨기과 의사라면 누구나 “아! 이분은 전립선 비대증 환자구나”하고 쉽게 진단을 내릴 수 있을 것이다. 전립선 비대증이 있으면 방광에는 소변이 차 있지만 전립선 요도가 막혀 소변을 잘 누지 못하게 된다. 그러니까 방광에 잔뇨가 남아 있고 소변을 누고 나서도 시원치가 않다.

술을 마셨다든가 아주 피곤하다든가 너무 오래 차를 탄다든가 어떤 종류의 감기약을 먹었을 때 갑자기 소변이 나오지 않아 응급실 신세를 져야할 경우도 있는데 응급처치로 고무관(카테타)으로 소변을 뽑고 나서는 얼마나 시원한지 날아갈 것 같은 기분이 된다고 한다.

전립선이란 방광 밑에 위치한 도우넛처럼 생긴 기관으로 그 가운데로 요도가 지나가고 있으며 이 속에서 전립선액을 만드는데 이는 사정할 때 정낭액과 정자와 같이 섞여져 나온다. 전립선은 나이가 들게 되면 DHT의 영향으로 점점 커지게 되며 과거에는 서양 사람들에게 많고 동양 사람들에게는 적었는데 우리나라 사람들도 그 수가 점점 많아 지는 걸 보면 평균수명이 길어지고 경제가 윤택해졌으며 서구식으로 변한 우리의 식탁에 그 원인이 있지 않나 생각된다.

어느날 오전, 나이가 지긋한 부부가 병원에 찾아왔다. 한 분은 보호자로 따라오신 것 같아서 두 분 중에서 어느분이 진찰을 받으시겠냐고 물었더니 두 사람 다 진찰을 받겠다고 한다.

그래서 생각하기를 이 나이에 성병 같은 것은 걸리지 않았을 터이고 아마 같이 치료를 하시는 것 보면 피부병이겠지 하고 생각하였다. 먼저 소변을 못 누는



할아버지를 진찰하니 전립선 비대증이었고 그 증세가 너무 심하여 이 정도로 전립선이 크면 밤새 소변을 못 누어 고생을 많이 하셨겠구나 하고 생각되었다.

응급처치를 해드리고 할머니를 들어오시게 하여 진찰을 해보니 기저귀를 차고 다녀야 할 정도로 요실금이 심했다. 슬하에 자녀를 다섯이나 두었으며 자연분만을 하였다고 한다. 자연분만을 할 경우 요도가 많이 상한다.

할머니가 하시는 말씀이 우리 부부는 천생연분이라 한사람은 너무 소변을 자주 보고 한사람은 소변을 못 본다는 것이다. 그래서 할아버지와 할머니의 병을 합치면 정상적으로 소변을 보게 될 것이 아니냐고 농담 아닌 농담을 하신다.

요실금은 자기도 모르게 소변이 저절로 흘러나와 속옷을 적시는 경우를 말하며 기침을 한다든가 크게 웃는다든가 땀뿜기를 한다든가 심지어 걸어 다닐 때에도 소변이 저절로 흘러 나온다.

특히 요즘 40대 초반의 주부들은 살을 빼려고 운동을 많이 한다. 에어로빅을 해 본 주부라면 누구나 경험하듯이 정상일 경우에는 아무리 운동을 해도 괜찮지만 요실금이 있을 때는 힘을 약간만 주어도 소변이 저절로 흘러나오게 된다.

요실금의 원인은 요도주위를 둘러싸고 있는 요도 괄약근이 약해져서 소변을 누지 않을 때도 잘 조여지지 않는 것이다. 그러므로 골반괄약근 운동을 열심히 하여야 한다. 그러나 환자 혼자서는 아무리 운동을 하려해도 재미가 없어서도 못한다. 또 바이오 피드백 운동, 전기 자극 치료를 하는 경우도 있는데 이도 옷을 벗어야 하고 질 속에 기구를 집어 넣어야 하기 때문에 거부감을 느끼게 된다.

골반괄약근 운동은 골반근육이 약화되어 힘없이 사정하는 남성들에게도 효과가 크고 여성 성기능 장애에도 효과가 있으니 열심히 운동을 하는 것이 좋겠다.

어쩌면 전립선 비대증은 소변을 못누는 남성의 질환이고 요실금은 대부분 소변이 저절로 흘러나와 고민인 여성의 질환이다. 그러니 부부가 남편은 소변을 못누고 아내는 소변을 흘려서 고민하게 되는 것이다. 참 아이러니컬 한 일이다.

현대에는 삶의 질을 얼마만큼 좋게 하느냐에 관심을 가지고 있으니만큼 작은 병이라도 즉시 치료하여 삶의 질을 높이는 것이 좋겠다. PPFK