

이런 저런 위장병 II

만성 위염

만성위염은 위염이 반복해서 발생하는, 위 점막의 만성적 질환이다. 위염으로 위 점막이 짓물렀다 재생하는 과정을 되풀이하는데, 이러한 과정을 통해 점막이 차츰 오그라든다.

위염이 15~30일 이상 계속되는 것을 만성 위염이라 하며, 약간의 차이는 있으나 많은 사람이 지니고 있는 질환 중 하나다

대개 급성 위염을 완치하지 않았거나 그대로 두어 만성으로 되는 경우가 많은데, 원인으로는 과음, 과식, 흡연, 과로, 스트레스 등을 꼽을 수 있다 또한 잘 씹지 않고 대충 삼키는 식사 습관도 원인이다

만성 위염은 민감한 사람에게 특히 많이 나타난다. 이는 스트레스가 발병의 원인으로 작용하기 때문이다. 하지만 만성 위염이라고 해서 특별히 나타나는 증세는 없다. 식후 또는 공복시, 윗배에 통증·불쾌감·팽만감 등을 느끼고, 명치끝의 통증·구토·식욕 부진 같은 증세가 나타날 뿐이다

내시경을 통한 생검으로 진단이 가능하다. 즉, 내시경으로 위 점막 일부분을 채취하여 조사한 후 확실한 진단을 내리는 것이다

만성 위염을 좀더 자세히 살펴보면 다음과 같다.

만성 위염 중 표층성 위염

표층성 위염은 위 점막 표면에만 염증이 발생하는 만성 위염으로 지방분이나 당분 함량이 높은 식품, 즉 과자류 등을 과다하게 섭취한 후 발병하기 쉽다.

급성 위염이 악화한 것이 주요 발병 원인이지만, 오랜 기간 동안 제때 밥을 먹지 못했거나 균형 있는

식생활을 하지 못한 것, 비염이나 치조농루 등에 의한 만성 감염증, 연이나 비소 등에 의한 만성 중독증도 하나의 원인이 되고 있다.

또한 폐, 심장, 간장 등의 장기의 장애나 운동 부족 등으로 인해 발병하는 경우도 있다.

식사할 때 명치끝이 아프고 트림이 나오거나 구역질 등의 증세가 나타난다

표층성 위염을 치료하기 위해서는 먼저 음식물을 제한해야 한다 특히 술, 담배, 향신료 등의 자극성 물질을 삼가고, 지방류 등에 주의해야 한다.

아울러 심신을 안정할 필요가 있다

만성 위염 중 비후성 위염

위 점막이 지나치게 두텁게 되어 구불구불한 상태가 되고, 약간 딱딱한 느낌을 주는 주름이 생기는 만성 위염이다 식욕 부진, 위통, 설사, 부종, 체중 감소 등의 증세를 보인다.

특히 식후보다 밥 먹는 동안이나 공복 시 그 증세가 더 심하다 또 오목가슴이 아프고 균침 등의 위산 증상을 보이는데 이 때에는 탄산수소나트륨이나 위산 등을 이용하면 일시적으로나마 그 증세가 가라앉는다.

비후성 위염은 피산성 질환으로 치료시에는 산을 중화시키는 제산제와 같은 약물이 쓰인다. 따라서 산성 음식을 피함은 물론, 커피와 술 등 자극이 강한 음식과 향신료도 섭취하지 않는 것이 좋다.

또한 담배를 삼가거나 끊어야 하며, 정신적인 스트레스가 쌓이지 않도록 노력함과 동시에 충분한 수면을 취할 필요가 있다

만성 위염 중 위축성 위염

만성 위염의 대부분을 차지하는 것이 바로 위축성 위염인데 표층성 위염이 계속 반복하면서 위 점막의 위축을 촉진해 생기는 염증이다.

위 점막은 한번 위축되면 원래 상태로 되돌리기가 쉽지 않다. 그러므로 더 이상 위축되지 않도록 치료하는 동시에 위축부분의 기능을 활발하게 해 정상적으로 활동하는 데 중점을 두어야 한다.

위축성 위염이 발병하는 주된 원인으로서는 잘못된 식습관을 꼽을 수 있다. 술이나 담배, 커피 등의 지나친 복용이나 위 점막을 자극하는 강한 음식물의 과다 섭취, 서둘러서 먹는 식사 습관, 뜨겁거나 차가운 음식물의 습관적인 섭취 등이 위축성 위염을 발병시키는 요인이다.

일반적인 증세로는 복통과 위의 팽만감 및 불쾌감, 구역질, 식욕 감퇴, 체중감소, 속쓰림 등이 있지만 아무런 증상이 없는 경우도 있다.

설명 자각 증세가 있다 하더라도 위의 팽만감 정도가 고작인 경우가 흔하다.

위축성 위염을 치료하기 위해서는 위를 위축시키는 원인을 찾아내는 것이 무엇보다 중요하다. 원인을 찾아낸 다음에는 위 점막의 유해물을 없애고, 위액에 부족한 소화 효소제를 투여해야 한다. 일반적으로 약을 복용하면 증세가 바로 없어지지만, 재발하는 경우가 많으므로 6~12개월 정도 약을 계속 복용해야 한다.

또한 몸과 마음을 안정시키며, 자극성이 없는 음식을 하루에 4.5회에 걸쳐 섭취하는 식요법도 권장한다.

간암 30~40대 많아 손실액 최대 암 사망 소득손실 매년 9조

사망으로 중단된 경제소득 계산
보건사회연구원 논문

암으로 일찍 죽는 바람에 매년 9조원의 소득손실이 발생하는 것으로 추산됐다.

보건사회연구원 정영호 책임연구원은 보건복지포럼 5월호에 발표한 '암 사망으로 인한 손실소득액 추계' 논문에서 2000년 암환자 5만8천42명이 기대수명(남자 71세, 여자 78.6세)까지 살면서 소득활동을 하지 못하고 일찍 죽는 바람에 9조1천4백억원의 소득손실이 발생했다고 추정했다.

암별로는 간암으로 인한 소득손실액이 2조5백31억원으로 가장 많았다.

다음으로 ▶위암(1조5천7백69억원) ▶폐암(1조1천3백21억원) ▶대장암(4천9백24억원) ▶췌장암(2천9백9억원)순이었다.

간암·위암·폐암 등 3대 암의 손실액은 4조7천6백21억원으로 전체 손실액의 52 퍼센트를 차지했다.

간암의 경우 2000년 암 사망자 비율(폐·위·간·대장암 순)에서는 세 번째였으나 소득손실액은 가장 많았고 폐암은 반대로 사망자수는 가장 많았으나 소득손실액은 세 번째였다. 이는 경제활동이 왕성한 젊은 나이에 간암으로 죽는 사람이 많고 폐암 사망자는 60대 이상에 많기 때문이다.

30~40대에 간암으로 죽은 남자는 1천명당 44.4명인 반면 위암은 24.7명, 폐암은 14.5명이었다.

여자의 경우 위암으로 죽는 사람이 많아 소득손실액이 3천2백73억원으로 가장 많았다.

연령별로는 40~50대에서 전체 손실액의 절반가량인 4조3천3백38억원이 발생하는 것으로 나타났다.

암을 예방하고 초기에 발견하기 위해 30~69세 국민 모두에게 3천9백58억원을 들여 위장조영술을 할 경우 사망자를 30 퍼센트 줄일 수 있는데 이걸 경우 4천3백31억원의 소득손실액을 줄일 수 있어 경제적으로 득이 많은 것으로 나타났다.

정 연구원은 "암 치료비용과 환자 고통, 가족들의 간호비용 등을 합하면 암으로 인한 사회적 비용은 훨씬 커질 것"이라면서 "정부 차원에서 암 예방 활동을 더 강화할 필요가 있다"고 말했다.

중앙일보 2002년 5월 24일 / 신성식 기자
(ssshin@joongang.co.kr)