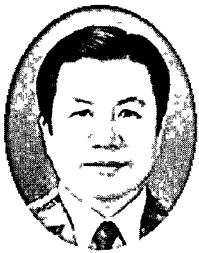


肝 臟

申 洙 吉



I. 간을 알아보자.

요즘 많은 이들이 자기 건강을 체크하기 위하여 肝기능 검사를 많이 한다. 肝은 우리 몸에서 제일 중요한 일을 하는 장기의 하나로 간이 온전하지 못하면 생명에 즉시 나쁜 영향을 받기도 한다. 그러므로 간은 항상 철저하게 관리를 해야 한다.

간 기능 활동이 충분하지 못하면 빨리 늙게 하고 지방간이나 간경변증을 일으켜 간세포의 활동능력이 떨어져 회복이 지연된다. 간이 하는 일은 적혈구를 파괴하고 만들어 내는 일, 담즙 분비하는 일, 자양분 저장 해독작용을 하며 우리 몸이 필요하다고 할 때 저장된 영양분을 쓰게 하고 분해 합성해서 생긴 찌꺼기와 일을 한다. 肝을 한의학적으로 말할 때는 근육을 주관하고 정신을 다스리기 때문에 성(怒) 내는 것을 싫어하는 특성이 있다.

그래서 肝이 건강하지 않으면 빨리 피로하고 소화가 안되며 설사를 자주하고 피부가 거칠어지고 기미가 생기며 화도 잘 내고 우울해지기 쉽다.

몸에 해로운 음식을 계속 먹고 마시다 보면 간의 작업이 많아지고 피로가 쌓여서 간 자체가 지쳐버린다. 이때가 바로 간이 나빠지기 시작하는 때이다. 사람에 따라서 다소의 차이는 있으나 전혀 아무런 이상 없는 데도 상당히 간이 나빠지는 사람도 있다.

피로하면 며칠동안 꼭 쉬어야 한다. 아무리 천하장사라도 병들면 재간이 없

■ 肝臟

다.

피로가 풀릴 때까지 쉬고 건강해질 때까지 치료해야 한다. 간이 피로한 채로 내버려두면 간염에 걸리기 쉽고 간염이 걸린 후에도 관심없이 놔두면 별다른 증상이 없음을 그대로 계속 진행이 되어 간경변증으로 된다. 복잡하고 바쁜 생활 속에서 허덕이다 보면 자기도 모르게 오는 수가 있고 술 담배 가공식품 격심한 피로 정신적 자극이 겹치다 보면 간 질환이 생길 가능성이 많다. 요즘 아무 약이나 함부로 복용해도 습관성이 되고 간이 헤치는 이유 중에 하나이니 무턱대고 함부로 약 먹는 습관은 버려져야 되겠다.

캐나다 세리에 박사의 9가지 자가 진단법은 다음과 같다.

- ① 잠자리에서 깨어나도 피곤하고 피로감이 완전히 가시지 않는다.
- ② 업무에 대한 작업능률이 나지 않으며 쉽게 실증을 느낀다.
- ③ 자주 과오를 범하여 실수가 잦아진다.
- ④ 신경이 예민해져 적은 일에도 화가 난다.
- ⑤ 골치가 아프며 현기증이 나고 머리가 무겁거나 어깨가 쑤신다.
- ⑥ 눈에 피로가 쉽게 온다.
- ⑦ 피곤해서 잠을 청해도 잠이 잘 오지 않는다.
- ⑧ 변비나 설사가 계속 되거나 교대로 생겨난다.
- ⑨ 식욕이 없으며 담배맛이 없어지고 술량이 떨어진다.

이상 9가지 중 과반수가 넘으면 반드시 의사 진단이 필요하다고 했다.

위에서 이야기 한 바와 같이 肝의 자각증상을 본인이 느낄 때는 상당히 많이 진행된 경우가 많으니 꼭 주의해야 한다. 무엇보다도 젊은이들이 한창 일할 나이에 소주나 양주를 물먹듯이 하고 그나마 안주도 없이 마시는 일은 본인 스스로가 죽음을 자초하는 일이다. 될 수 있는 대로 절대 과음하지 말고 또 이술 저술 함께 마시는 일은 삼가야 한다. 음주할 때는 단백질이 많이 포함되어 있는

안주와 생선, 싱싱한 야채 과일과 함께 적당히 마신다면 도리어 피로를 빨리 풀어 주는 약이 된다.

내 몸은 내가 지켜야 한다. 첫째 휴식이요, 둘째 음식 섭생을 잘 할 일이다. 집에서 과음하고 난 뒤에 인삼 분말에 꿀을 섞어서 만든 것을 식전에 마시면 구토나 과음으로 인한 두통이 해소된다.

한약방에 대금음자(對金飲子)라는 탕약을 마시면 해독이 빨리 되고 간에 탁월한 치료효과도 있는 약이다. 일단 병이 생기면 빨리 손을 쓰는 것이 좋다. 어떤 기능이라도 중요하지 않는 것이 없지만 간장은 특별히 주의해야 할 우리 몸의 일부분임으로 주의해서 후회하는 일이 없도록 끊임없이 노력해야 하겠다.

- ① 갈근(葛根) : 칩뿌리로 해열, 간장 해독 완화제로 쓰이고 있는데 주로 술독을 푸는데 효과가 있다.
- ② 인진(茵陳) : 사철썩인데 황달이나 간염에 해열제로 많이 쓰이며 간해독에 특별하게 효과가 있는 약이다.
- ③ 청호(靑蒿) : 일명 제비썩이라 부르며 인진과 마찬가지로 사용한다.
- ④ 붕 어 : 우리 가정에서 영양실조나 산모 부종에 쓰이는데 肝病에 복수가 있을 때 효과가 좋다.
- ⑤ 잉 어 : 붕어와 마찬가지로 사용하는데 소변이 잘 나오게 하고 각기나 황달을 치료하는 데 좋다.
- ⑥ 자 라 : 간장병에 민간요법으로 삶아서 먹으면 효과가 있다.
- ⑦ 미나리 : 비타민이 풍부한 알칼리 식품으로 혈압강하 해열 진통에 효과가 좋으며 황달에 생즙이 효과가 있다.
- ⑧ 참 외 : 답답하고 갈증 나는데 좋으며 참외 꼭지는 瓜帶라고 해서 최토제로 쓴다.
- ⑨ 옹 담 : 곰쓸개로 肝 손상을 회복시키는 데 효과가 좋으나 시중에는 가짜가 많으니 사용하는 데 신중을 기해야 하겠다.

▪ 肝 臟

II. 간은 이런 활동을 한다.

간은 이런 활동을 한다.

간은 생명유지에 한 많은 물질을 만들고 저장하고 흡수한 영양분을 가공하고 또 몸에 해로운 독을 없애 인체에 무해한 물질로 만들어 배출하는 우리 몸의 화학 공장이다.

간은 물질의 합성 및 변화 저장 분해 및 해독 배설 그리고 살균 작용을 하는 중요 장기다.

첫째, 흡수한 영양소를 신체의 요구에 따라 필요한 물질이나 영양소로 가공 처리 한다. 우선 섭취한 음식물은 위장관에서 소화 흡수된다. 이렇게 소화 흡수된 음식물의 90%는 간으로 운반되고 간은 우리 몸에 필요한 영양 물질로 변환해 다른 기관으로 보내거나 저장한다.

둘째 우리 몸에 필요한 단백질이나 혈액 응고 물질 등의 화합물은 합성한다. 혈청 100ml에는 6~8g 정도의 단백질이 포함되어 있는데 이중 90%는 간에서 만들어진 것이다. 간은 하루에 15~50g의 단백질을 만들어 낼 수 있는데 알부민이나 혈액응고에 관여하는 단백질이 대표적이다. 간경화 되면 알부민이 감소하고 코피나 잇몸출혈과 같은 출혈성 경향이 나타나는데 이는 간의 알부민 생성이나 혈액 응고에 필요한 단백질 합성 능력이 떨어지기 때문이다.

셋째 몸에 들어온 각종 약물은 대사해 배출할 수 있도록 변화 시킨다.

즉 몸에 축적된 해로운 화학 물질들을 분해 또는 변화해 배설할 수 있는 형태로 만들어 낸다. 알코올도 간에서 대사돼 분해된다. 이런 해독작용은 간의 가장 중요한 기능 중 하나다. 간이 해독작용을 못해 단백질의 대사 물질을 암모니아가 체내에 축적되면 혼수상태(간성혼수)까지 올 수 있다.

넷째, 당대사(糖代謝)를 조절해 신체에 필요한 에너지를 공급한다. 간은 우리 몸이 에너지를 얻기 위해 사용하는 탄수화물 지방 단백질을 합성 변화 분해 저장하는 에너지 저장고다 흡수한 영양소중 포도당은 글리코젠이라는 큰 분자로

전환돼 간에 저장돼 있다. 몸에 포도당이 분해되어 혈류로 방출된다.

다섯째, 담즙을 만들어 배출한다. 간은 하루에 600~1000ml의 담즙을 만들어 십이지장으로 배출하는데 이 담즙은 지방의 소화와 흡수를 돕고 여러 가지 물질이 외부로 배출되는 통로 역할을 한다. 간질환이나 간이나 담관에 종양이 생겨 담즙이 잘 배출되지 않으면 황달이 발생하며 소화 장애가 나타나기도 한다

인체에서 포도당은 가솔린과 같은 연료(에너지원) 역할을 하며 신체나 두뇌 활동뿐 아니라 세포의 기본적 생명 유지에도 필요하다. 지방질을 합성해 지방조직에 보내고 콜레스테롤이나 담즙산도 생성하는데 술을 과다하게 마시면 지방대사에 장애가 생겨 간에 기름이 끼는 지방간이 된다.

여섯째, 살균 작용을 한다. 간은 세균, 색소, 기타 찌꺼기들을 걸러주는 하나의 커다란 여과장치 역할을 한다. 간에는 쿠퍼세포라는 식균(食菌) 작용을 하는 세포가 있어 대장에서 간으로 유입된 세균을 잡아먹기 때문에 세균이 간에서 걸러지는 것이다.

Ⅲ. 자각 증상이 없는 장기이다.

이렇게 중요한 역할을 하는 간은 정상간의 3분의 2를 잘라내도 나머지 간이 정상기능을 수행할 수 있는 기관이기도 하다. 3분의 2가 간질환으로 망가져도 나머지 3분의 1이 정상기능을 수행할 수 있으므로 간질환이 있더라도 특별한 증상이 없을 수 있다는 뜻도 된다. 그래서 간을 침묵의 장기라고 부르기도 한다.

그러므로 평소 간 건강에 관심을 갖고 스스로 몸에 이상 반응이 생기는지 점검하는 습관을 길러야 한다.

간질환으로 생기는 증상들 만성간질환일때 얼굴 검어진다.

★피로 전신 쇠약감 구역, 구토, 식욕감퇴, 체중감소 등 전신증상이 가장 흔한 증상으로 쉽게 피로를 느끼고 무력감이 생긴다. 특별히 무리하지 않았으나 온몸

■ 肝臟

이 방망이로 맞은 듯 무겁고 이유없이 피곤할 때는 간질환 여부를 생각해야 한다. 갑자기 입맛이 푹 떨어지거나 음식 냄새만 맡아도 구역질이 나고 토하기까지 하는 경우 평소 즐기던 담배나 커피 맛이 없어지고 쓰게 느껴질 때도 혹시 간질환인가 하고 의심해봐야 한다.

★황달현상은 눈 흰자위나 피부가 노랗게 변한다. 빌리루빈이라는 노폐물은 간 혹은 담질환이 있는 경우 외부로 배출하지 못하고 눈의 각막이나 피부에 침착해 노란색을 띠게 된다. 흰자위가 피부보다 착색이 더 잘되기 때문에 눈에 황달이 더 일찍 나타난다. 피부가 노랗게 보이더라도 눈 흰자위가 노랑지 않으면 황달이 아니다.

★피부의 변화 만성간질환일 때는 얼굴이 검어지는 경우가 많이 있는데 햇빛에 그을린 얼굴과 달리 거무튀튀하고 약간 거칠면서 검어지며 간혹 기미가 낄 수 있다. 또 사춘기도 아닌데 여드름이 얼굴이나 가슴에 생기기도 하며 가슴부분에 실핏줄이 거미줄 모양으로 나타나는 경우도 있다. 또 잇몸 출혈이나 코피가 잘 날수 있으며 쉽게 멍이 들기도 한다.

★복부 비만 부종 간경변 등 일 때는 배에 복수가 차 물주머니처럼 배가 불러오거나 몸이 붓는 증세가 나타난다.

★토혈(吐血) 혈변(血便) 흑색변(黑色便) 간경변증 환자는 식도나 위에서 출혈할 수 있다. 많은 경우 식도나 위에 정맥류가 형성되고 여기서 피가 분출하기 때문이다. 간경변환자가 피를 토했다면 응급사항이므로 신속하게 병원으로 옮길 것, 식도, 위, 소장 등에서 출혈이 있게 되면 피를 토하거나 새까맣고 끈적거리는 대변을 보게 된다. 피가 위장관을 통과하면서 까맣게 변색되기 때문인데 이를 흑변이라 한다. 혈변이나 흑변은 위장관 출혈을 시사하는 중요한 소견이다.

★성욕 감퇴나 성기능 장애, 만성간질환이 있으면 성(性) 호르몬의 균형이 깨져 성욕이 감퇴하고 음모가 빠지면서 고환 위축이나 발기부전 무월경 등 성기능 장애가 올 수 있다. 또 남자의 경우 유방이 부풀어 오르는 여성화 증상이 나타날 수 있다.

★간은 제2의 심장이라고 불릴만큼 중요한 기관인 동시에 질환이 생겨도 자각하기 힘든 침묵의 장기다.

IV. 간을 건강하게 지키자.

간은 눈에 보이지 않는 장기(臟器)이지만 사람 구실을 하는데 가장 중요한 기관이다. 肝이 제 기능을 발휘하지 못하면 사람들은 아무일도 못한다. 肝은 사람의 몸을 움직이게 만드는 공장이다. 오장육부 가운데 가장 크고 가장 하는 일이 많은 장기가 간이다.

1) 간염부터 예방하라.

간질환의 90%가 간염에서 시작된다. 피곤함이 쌓이고 머리가 아프고 미열의 감기 증세가 계속되면 간염을 의심해 봐야 한다. 간염으로 인한 피곤함은 일반적인 피곤함과 차이가 있다. 수면을 충분히 취하고 안정해도 피곤함이 가시지 않고 때로는 이유없이 쓰러진다. 무증세 바이러스성 급성 간염도 있다. 대수롭지 않게 봐 두다가 만성화 될 우려가 높다. 건강하지 못한 사람은 항체 생성이 불완전하거나 불충분해 바이러스가 완전히 소멸되지 않는다. 肝 내에서 바이러스 증식이 계속되면 肝 세포가 지속적으로 파괴된다.

2) 몸에 관심을 가져라.

황달은 적신호다. 얼굴색, 소변, 대변 등을 주시하라. 얼굴이 갑자기 붉어지거나 맥주병 색 혹은 콜라색의 소변이 나오면 이상 증세다.

담도가 막힌 경우에는 대변이 흰색으로 바뀌기도 한다. 체중이 급격하게 줄어도 간을 체크해야 한다. 간혹 환자에게 『언제 황달이 지나갔냐』고 물어 보면 10년전에 급성 간염을 앓은 적이 있다고 하는 환자가 더러 있다. 이런 환자들이

■ 肝 臟

바로 급성 간염을 완전히 치료하지 않으면 만성간염이 되고 수년 또는 10여년 후에 간경화증으로 발전한 경우다.

3) 예방접종을 정기적으로 맞아라.

자체 면역과 백신 예방접종으로 90%이상 항체를 보유할 수 있다.

4) 감염을 주의하라.

간염환자와 술잔을 돌리거나 수저로 국물을 함께 떠 먹으면 전염된다는 얘기는 사실과 다르다. B형 간염은 혈액을 통해서만 전염된다. 간염 환자와 면도기를 같이 쓰는 것은 금물이다. B형 간염 환자와 무리한 성 관계는 금물이다. B형 간염 환자라고 해도 키스나 성교로는 감염이 되지 않는다. 성 관계시에 출혈이 되었을 경우에는 감염의 우려가 있다.

5) 입 속을 관찰하라

肝이 극도로 나빠지면 잇몸에서 피가 날 확률이 높다. 하지만 단순히 비타민이 부족하거나 괴혈병 증세가 있어도 잇몸에서 피가 난다. 肝이 심하게 손상되면 입 냄새가 매우 독특해 진다. 대개 시큼한 냄새가 난다. 이럴 경우에는 이미 간이 상당히 손상된 경우다.

6) 적당량의 술을 마셔라

술은 간세포를 망가지게 한다. 하지만 자체 재생력이 강한 간은 스스로 회복해 낸다. 매일 알콜 150g 이상(21°짜리 소주 두병)을 마신다면 버틸 수 있는 간은 없다는 이야기다. 곧 간경화증으로 이어진다.

술은 얼마나 마셨는지가 중요하다. 마신 술의 전체량이 문제가 된다. 알콜 농도가 3~5% 밖에 안되는 술은 안심하는데 양이 과하면 간을 손상시킨다. 맥주 한병의 알콜양이 12g이다. 소주 한병 80g의 알콜까지는 간에 손상을 주지 않으

나 마시는 사람의 간이 건강했을 때 이야기이고 간염을 한번 앓았던 적이 있거나 가족 중 간질환자가 있을 경우에는 적은 양의 술이라도 조심해야 한다.

7) 안주를 믿지 마라.

안주를 많이 먹어도 과음하면 간이 상한다. 일주일에 두 번이상 과음은 간에 치명적이다. 빈속에 술을 마시는 건 더 좋지 않다. 술을 많이 마시는 사람은 기초체력이 부족하거나 영양이 결핍돼 있는 경우가 많다. 식사를 제때 하지 않고 술만 마시기 때문이다. 빈속에 술을 마시지 말라.

8) 과도한 반주는 독약이다.

반주는 식사에 곁들이는 한 두잔의 술을 이야기한다. 肝은 강한 재생력을 가진 간장이기 때문에 며칠간만 안마시면 손상된 간 세포가 그 사이에 복구될 수 있다. 반주양이 소수 세잔 이상 되면 곤란하다. 지나친 반주는 간을 지속적으로 혹사 시키는 원인이다.

9) 애주가가 억지로 금주하는 것은 좋지 않다.

애주가들이 술을 끊으면 금주 때문에 스트레스를 받게 된다. 단, 적당량을 마셔야 한다.

10) 지방간을 사소하게 보지마라

지방간은 간에 이상이 시작되고 있다는 징후이다. 과음이 계속되면 肝이 알콜 처리를 하지 못해서 肝내의 지방 처리가 제대로 안된다. 술을 마시지 않아도 비만한 사람은 지방간이 생길 수 있다. 지방간이 있는 사람은 정기적으로 혈액검사를 받아야 한다.

알콜성 지방간은 금주가 제일 좋은 치료 방법이다.

■ 肝 臟

11) 약을 줄여라.

불필요한 약은 간에 부담이 된다. 두통약과 감기약을 자주 복용하는 것을 주의해야 한다. 특히 항생제는 간에 가장 많이 손실을 끼친다.

한약은 무조건 나쁜 것이 아니고 특별히 해로운 약이 있다. 상담을 통해서 복용하고 건강보조식품을 주의하라.

12) 위생을 철저히 하라.

하루에 여러차례 손을 씻어야 한다. 특히 면역력이 떨어진 경우 감염의 우려가 크다.

13) 정기 점검을 빠지 말고 꼭 받아라.

1년에 한번씩 혈액검사를 통해 肝 효소수치를 체크해야 한다.

특히 B형 간염 바이러스 보균자와 B형 만성 간염환자는 1년에 3~4회 이상 검사해야 한다. 간을 감싸고 있는 피막 속에 흑이 있더라도 약간의 빠근함을 느낄 정도다.

간암 말기인데도 아무런 통증없이 사망하는 예가 많다.

[간 환자들을 위한 간 재생법]

1) 안정이 최고다

간은 재생력이 큰 장기다. 스스로 치유할 수 있는 여유를 줘야 한다. 수술 후에는 조심해야 한다.

2) 무리한 운동은 금물이다.

수술 후에 간의 크기가 원래대로 회복되었다고 해서 등산을 하거나 과도한 운동을 해서는 안된다. 피로는 간에 치명적이다.

3) 충분한 영양 섭취를 해야 한다.

肝 재생에 제일 좋은 것은 영양이다. 무슨 음식이든 다 먹어도 관계없다. 하지만 파괴된 간 세포가 재생하는데 필요한 것은 단백질이다. 고단백질(생선 살코기 육류 등)을 권하지만 억지로 먹는 것은 금물이다.

불필요한 고단백 식사는 간염 환자의 간에 부담을 줄 수 있다. 신선한 야채나 과일을 많이 섭취하라 하지만 생즙이나 날것은 주의해야 한다. 개고기는 고단백인 살코기 부분은 관계없다. 지방은 적절하게 섭취해야 하는데 식물성 지방을 권장한다.

4) 다이어트는 금물이다.

하루에 필요한 칼로리를 충분히 섭취하는 것이 좋다. 고단백을 피하고 싶으면 하루 필요한 양의 칼로리를 탄수화물로 보충해야한다.

5) 사람들이 간에 좋다고 하는 음식에 혹하지 마라.

특히 독특한 버섯류는 금물이다.

6) 짠 음식은 금물이다.

간염 환자에는 맵거나 짠 음식이 그다지 해가 안되지만 이미 간부전증으로 간이 나빠진 환자에는 금물이다.

7) 술과 담배를 무조건 끊어라.

간에 해로운 술과 담배는 절대 금물이다.

8) 스트레스를 가급적 피하자.

하고 싶은 것을 하고 사는 것이 간에 제일 좋다.

V. 급성 간염

급성 간염이란 간세포의 급성적인 파괴로 나타나는 병증으로 급성바이러스성 간염, 중독성간염(약물성간염, 알콜성간염) 대사 장애성 간염으로 구별된다. 중독성 간염은 독성물질, 약물(항생제) 식물성 알카로이드, 술 등으로 유발된다. 간염의 활동기에는 녹즙 등의 식물성 알카로이드도 심한 간 장애를 유발하는 경우도 있다.

한약도 예외는 아니다. 정확한 간 기능을 파악하지 못하고 복용하면 부작용을 유발시킨다. 중국 보고에 의하면 상기생, 반하, 포황, 천화분 등을 대량 장기간 복용하면 간 손상을 일으킨다.

마전자, 황약자, 창이자, 천련자, 옹황, 주사 등도 간 손상을 일으킨다. 일반적으로 부자가 간독성이 있다고 알려졌으나 오히려 심장에 부담을 주어 심실기 외 수축이 나타난다. (대한 내과학 잡지 VOL19 No3 p.240~247) 이외에도 면역 질환 담도 폐색, 기생충, 화농성, 세균감염도 원인이다.

급성 간염에는 현재까지 특별한 치료약제는 없다. 안정과 고단백 식이가 권장된다. 대부분 오후에 오심 구역감을 느끼므로 아침에 고단백 고칼로리로 식사를 한다. 전격성 간염에서는 단백질 섭취를 피한다. 음식은 청담한 음식이 좋다. 과도한 칼로리를 지속적으로 먹게하면 간에서의 지방대사가 원활하게 이루어지지 못하여 체중증가와 지방간이 발생한다.

피로감과 발열이 없어지면 1~2시간의 활동을 시켜도 무방하다. 오심 구토가 심하여 전혀 음식 섭취를 못하거나 부종 간성뇌증 등의 증상이 악화되지 않으면 입원 치료는 필요 없다.

중독성 간염은 문진을 통하여 중독원인을 파악하여 철저히 배제해야 한다. 알콜성 급성간염은 설사와 지방변 영양장애가 나타나므로 적절한 영양 공급이 필요하다.

급성바이러스성 간염은 항원(바이러스)에 대한 우리 몸의 면역계가 작용하여

간세포를 파괴하는 면역질환이다. 따라서 면역계에 이상을 초래하는 과도한 스트레스는 절대로 피해야 한다.

處方 : 급성간염은 간담실소와 비위실조의 병리에 습열독어혈의 사독이 가해져서 발병한다.

급성간염에는 소간 화위 건비의 처방으로 시호소간산(柴胡疏肝散) 소요산 시평탕(柴平湯) 생간건비탕, 인진청간탕 인진 50g, 지유 16g, 백출, 저령, 복령, 각 12g,을 응용한다. 또 인진 치자 오미자 연교 초롱담 판람금 중에 변증에 맞게 가미한다.

습열성 급성 간염에는 청열이습시켜야 한다.

택사 라복자 각 8g, 청피사인 감초 각 6g, 인진호탕(茵陳蒿湯)을 이용하면 효과가 크다. 이 처방을 응용할 때 군약의 용량을 1일 10전 이상을 사용하여야 한다.

열독형 급성간염은 습열을 치료하는 방제에 양혈 해독시키는 생지황, 목단피, 황련, 울금 등을 증에 따라 가미한다. 어혈성 급성간염에는 활혈거어(活血祛瘀)시키는 단삼 홍화 도인 목단피 등을 가미한다.

한약의 B형 바이러스 억제 효과를 보면 인진, 오미자, 지유, 금전초, 황련, 대황, 단삼, 호장근, 판람근 등이 우수하다.

오미자는 오래 끓이면 약효가 없으므로 따로 끓여서 첨가 하거나 10~15분전에 4돈 이상을 넣어야 기대하는 효과가 나타난다.

급성C형간염은 25%에서만 황달을 동반하며 습열형보다 간울기체(肝鬱氣滯) 간위불화의 변증이 많다.

인삼양영탕 육군자탕 등의 처방으로 임상호전된 보고가 있다. 알콜성급성간염은 주상(酒傷)의 범위내에서 치료해야 한다.

발병 초기에 복수 말초의 부종 간성뇌증이 나타나면 예후가 나쁘다. 빠르게 간의 크기가 작아지면 예후는 좋지 않다.

[주의사항]

1. 급성비염 간염의 전구기에는 5~10%의 환자가 관절통, 발진, 혈관, 부종 등이 나타나므로 류마치스 관절염 등으로 오진하여 청열, 참습, 소염, 진통의 약을 과다 복용하면 간기능을 급속히 악화시킴으로 주의가 필요하다.
2. 바이러스로 인한 급성간염일 때 황달색이 점점 짙어지거나 간의 크기가 빠르게 작아지거나 부종이 나타나거나 의식상태의 변화가 나타나면 전격성 간염 발생확률이 높으므로 주의를 요한다. 전격성 간염의 사망률은 80%이며 한약 치료만으로는 앓된다.
3. 노인 바이러스 간염은 검사치에 비해 증상이 심하게 나타나므로 보다 세밀한 관찰이 필요하다.
4. 급성간염의 전염기 환자는 침치료시 바이러스 감염 우려 된다. 주의를 요한다.
5. 급성 바이러스성 간염은 항원항체에 대한 면역질환이므로 면역 반응을 방해하는 스트레스나 과로 등은 반드시 피해야 한다.

간중독(肝中毒)

간중독은 농업 혹은 공업용 화학물질 의료용 약물 알콜 등으로 다양하지만 이런 물질들이 신체에 흡수되어 간 손상을 유발하는 원인이 된다. 자연물 가운데는 부자, 천오, 초오, 맥각, 마황, 반묘 등의 한약제와 버섯류가 전신 중독을 일으키는 가운데 심각한 간 중독을 일으킬 수 있으며 사염화탄소, 비소, 창연, 카드뮴, 안티몬 등의 공업용 물질과 중금속이 간중독을 유발할 수 있다.

• 症 狀

담즙 정체만을 유발시키는 물질들로 인한 경우에는 특징적으로 소양감 및 황달을 일으키며 간세포 괴사를 일으키는 경우에는 오심, 구토, 두통, 현훈, 황달, 소양감 복통설사, 변비, 자반(붉은 반점), 고열, 구갈, 번조, 설옹 등 여러 가지 증상을 유발할 수 있는데 소량의 독성물질에 의한 가벼운 중독에는 무력감 외에

무증상 일수도 있다.

• 治療

예로부터 한의학에서는 특정한 독물에는 특정한 해독 물질이 있다고 믿어왔다. 복어독에는 갈대뿌리 즙이 그러하고, 파두독에는 황련과 한수석이 효과적이며 부자독에는 녹두와 감초가 효과가 있는 것으로 전해졌다.

모든 중독에 이용되는 흑두, 녹두, 감초, 지장수, 압혈(鴨血)향유 등이 대표적인 해독약이며 독성물질이 신체의 상부에 있으면 동유(桐油)나 향유로 토출시키고 하부에 있으면 방초로 사하시키며, 이후에 감초와 녹두로 화해 시킨다.

또한 지장수로 독물을 흡착시키기도 하고 황련 해독탕 등으로 중독에 의한 열성반응을 없애기도 한다.

한의학에서는 간중독으로 이용되는 치료는 크게 소간이기 청열이습, 청열해독 등으로 분류할 수 있다.

간중독이 담즙정체만을 유발하여 소양감, 황달이 주증인 경우에는 소간이기 및 청열이습의 처방을 운용하여 시호소간탕, 인진오령산 등으로 치료 가능한 경우가 많으며 열독으로 인하여 고열, 번갈, 신흠섬어(神昏譫語) 요적(尿赤) 변비 피부출혈 등이 나타나는 급성 중독인 경우에는 청열사하해독의 처방으로 경할 경우에는 시호사물탕 심하면 황련해독탕 인진호탕, 시호음자, 시호청간탕 등이 가장 효과적인 경우가 많다.

• 處方

* 감두탕(甘豆湯)

감초 흑두(검은준주리콩) 각 등분하여 탕전하여 하루 10회 이상 수시 복용케 한다. 모든 중독에 탁월한 효과가 있다.

* 황련해독탕(黃連解毒湯)

황금, 황련, 황백, 치자, 모든 실열사화(實熱邪火)에 응용가능하며 급성중독으로 인한 열독증상에 사용하는데 환자가 복용 후 설사가 날 때까지 사용하며 중한 경우에는 설사 후에도 지속적으로 투여할 수 있다.

■ 肝臟

* 만병해독단(萬病解毒丹)

문합(蚊蛤) 산자고 대극 속수자 · 일체 총독 죽은 우마육독(牛馬肉毒), 약독, 금석독(金石毒), 초목독, 균독을 해독한다.

* 지장수(地漿水)

황토를 물에 넣고 휘저은 다음 1~2일 침전 시킨 후에 침전물을 제거한 부유물이 있는 미탁한 것을 지장수라 한다.

일반적으로 균독 음식독을 제거하지만 급성중독의 직후에 독물이 신체에 흡수되기 전에 흡착의요방으로 활용된다

* 시호소간탕(柴胡疏肝湯)

시호, 진피, 천궁, 백작, 지각, 향부자, 울노상의 간증을 다스리나 중독에 특히 담즙 정체가 심할 때 이용할 수 있다.

* 시호청간탕(柴胡淸肝湯)

시호, 치자, 황금, 인삼, 천궁, 청피, 연교, 길경, 간담, 삼초의 풍열을 제하여 열독으로 인한 제독을 해독시키며 간 기능을 회복시킨다.

* 시호음자(柴胡飮子)

시호, 황금, 인삼, 당귀, 적작약, 대황, 감초 간열증에 이용되며 만성중독으로 인한 정기허(正氣虛)한 경우엔 응용한다.

VI. 만성간염(慢性肝炎)

만성간염의 조직 소견에 따라 지속성(持續性)과 활동성(活動性)으로 분류된다. 지속성은 간소엽(肝小葉)의 구조가 비교적 잘 유지되고 치료와 예후가 비교적 좋은 타입이다. 이에 비해 만성활동성 간염은 문맥역(門脈域)의 염증 뿐 아니라 한계판(限界板)이 파괴되면서 간실질내(肝實質內)로 괴사염증이 파급(波及)되면서 간소엽의 구조가 파괴되어가는 타입이다. 따라서 활동성은 예후가 불량

해 모든 환자가 간경변으로 40% 정도가 2~5년에 간경변증으로 이행하고 이중 20% 정도에서 간암(肝癌)으로 이행하는 것으로 보고되고 있다.

1. 만성간염 증상과 자가진단

이유없이 피로 권태 무기력(無氣力) 소화장애 등이 계속되거나 소변색이 붉거나 우상복부(右上腹部)에 무언가 만져지거나 또는 얼굴, 목, 가슴, 팔, 등의 피부에 거미줄 모양의 혈관 확장이 된 반점이 나타나거나 손바닥의 융기(隆起)된 부위에 홍반(紅斑)이 나타난다면 반드시 만성 간질환을 의심하여야 한다. 그러나 간(肝)을 침묵의 장기라 하듯이 특별한 증상이 나타나지 않는 경우도 흔하기 때문에 만성간염을 자가진단한다는 것은 불확실하고 병을 키울 수도 있으므로 확실한 것은 1년에 한차례 정기검사를 받는게 가장 안전한 방법이다.

2. 만성간염과 관련된 치료약물

간염에 대한 대책은 황단문(黃疸門)에 수록된 내용에 기초하고 있으며 그 치료도 당연히 황단치료에 근거하고 있다. 따라서 간염의 치료 목표는 비위나 간담의 습열을 제거하는 것이며 습열제거의 기본적인이고 기초적인 방법은 습열을 대소변으로 배출시키는 것이다.

간염의 치료 목표가 되는 습과 열을 동시에 제거하는 기본방은 상한론 이후 현재까지 각 시대마다 황단치료에 가장 빈번하게 그리고 대표적으로 사용해 온 약물이 인진오령산이다.

그러나 엄밀히 말하면 육계는 간양(肝陽)을 충돌할 수가 있으므로 육계를 제한 인진사령탕이 바이러스 간염에 기본방이라 할 수 있다. 물론 증후(證候)에 따라 습과 열의 편성편쇠(偏盛偏衰)가 있기 마련이고 이에 따라 당연히 치료 처방은 적절한 약물을 가미하여야 한다.

습열중 열의 편성이 심한 어열재리(瘀熱在裏)에 사용되는 대표적 약물로는 중경전서(仲景全書)의 인진호탕(茵陳蒿湯) 인진 5g, 대황 치자 2g, 치자벽피탕

■ 肝 臟

(梔子壁皮湯) 치자 황백 감초 치자대황탕 · 치자, 대황, 지실, 인진치자탕 인진 3g, 대황 2g, 치자 지실 1g, 등이 있으며 후세방으로는 도씨인진탕(陶氏茵陳湯) 인진 3g, 대황, 치자, 지실, 후박, 황금, 감초 1g, 복령참습탕(茯苓滲濕湯) 인진 2g, 택사, 저령, 복령 1g, 백출, 진피, 황금, 황련, 치자, 지실, 방기, 감초 0.5g 등이 대표적이다.

습의 편성(偏盛)이 심한 한습제리(寒濕在裏)에 사용되는 약물은 고방에서는 부자나 부자가 들어있는 사력탕(四逆湯)을 활용하여 인진부자탕이나 인진사력탕 등의류가 사용되기도 했지만 이는 잘못이다.

만성간염에 나타난 냉증은 권증(厥證)이 아니라 허증이나 실증에 수반된 냉증 또는 허한 증이지 결코 권증에 수반되는 권냉증이 아니기 때문이다. 따라서 한습제리의 증후에는 후세방에서 황단의 치료에 흔히 사용해온 가감위령탕을 제시할 수 있다. 가감위령탕은 인진오령산에 산사육, 곽향, 반하, 대복피, 나복자, 삼능, 봉출, 청피 등을 가미한 약물로 구성되어 있으며 현재도 만성간염 치료에 많이 사용되고 있다.

3. 치료 약물의 신중한 사용

바이러스성 간질환에 투여하는 약제사용은 질병시기가 급성이든 만성이든 경증이든 중증이든 간에 특별히 조심해야 한다. 약성이 강한 약물사용은 물론 보약도 장기간 사용은 삼가는 것이 원칙이다. 합병증 등으로 부득이 다른 약제를 투여 할때는 투약기간을 최대한 줄여야 한다. 왜냐하면 간질환에서 회복되려면 약이 든 음식이든 섭생이든 모든 면에서 간을 혹사 시키지 않아야 한다는 원칙을 지켜야 하기 때문이다.

[가미약물]

기본방은 인진사령탕이다. 대략 사용하는 약제는 황금, 황련, 황백, 치자, 지실 대황 등으로 요약할 수 있다. 바이러스 치료에 염두에 둘것은 대소변과 소화기

를 항상 좋은 상태로 유지시켜야 한다.

가미약제를 중후별로 보면

울열이 있을 때 : 대황, 황금, 황련, 황백, 치자, 지실 등을 수증가감한다.

흉중변열하면 치자 지실을 가한다.

변비에 대황 지실 지각 등을 쓴다

소변 불리에 사령오피산에 차전자, 목통, 구맥, 등심을 쓴다.

그러나 증중질환에 가끔 나타나는 대소변 불리에 대극 감수 완화(大戟 甘遂 芫花) 등의 맹열한 준제를 사용하면 일시적으로 증상이 가벼울 수 있으나 병이 더 깊이 악화됨으로 반드시 삼가야 한다.

이밖에 설사에는 초과 초두구 양강 건강 가자 등을 활용하는데 삼제(澀劑) 중 특히 육두구는 간에 독성이 있으므로 삼가야 한다.

소화기 증상 중 흔히 접하는 것은 오심구토(惡心嘔吐)이며 이때는 곽향 반하 후박 진피 생강 등을 가미한다.

소적과적(消積破積)에는 삼능, 봉출, 소목 등 대칠기탕(大七氣湯) 재료를 활용하고 청혈, 양혈, 지혈(淸血, 養血, 止血)에는 오서각 지유 형개 측백 천초근 등의 약물을 활용한다.

[섭생]

바이러스 간염은 감염(感染)에 대한 조심을 해야한다. 예방접종을 받아야 하고 일상생활에서도 타인의 혈액이나 타액에 접촉되지 않도록 조심해야 한다. 특히 우리나라는 만성보균자가 많으므로 면도기를 함부로 쓴다든지 타액에 의한 감염 노출이 심하므로 주의해야 한다. 타액보다는 혈액감염이 위험하므로 성교 시 출혈은 아주 위험하다.

만성간염에 대한 섭생은 규칙적인 생활을 통해 과로를 피하고 적절한 휴식이 필요함을 앞장에서도 누누이 지적하였다. 참고하기 바란다.

VII. 간염치료

말 그대로 간에 생긴 염증이다. 원인은 바이러스 약물 등 독성 물질 선천성 대사 장애 등 세 가지로 나눈다. 선천성 대사 장애는 영아기 때부터 발견해 치료해야 하며 약이나 술에 의한 간염은 원인제공 물질을 끊으면 간염도 좋아진다.

문제는 바이러스 성 간염 현재까지 알려진 간염 바이러스는 ABCDEG 6종 EG형은 아직까지 국내 보고된 것이 없고 가장 문제 되는 것은 B, C형이다.

A형 간염 바이러스는 인체에 침범하면 감기든 것처럼 증상이 나타나기 시작하여 보통 2주 잠복해 있다가 자기도 모르는 사이에 치료되기도 하는데 간혹 심한 경우에는 고열과 구토가 심하여 급성으로 변하여 고통을 받기도 한다. 대개 치료는 잘 되는 편이다.

B형간염은 발병되면 A형처럼 피로가 오고 식욕이 떨어지고 오한이 나면서 팔 다리가 쭈시고 구토가 일어나고 어떤 때는 황달처럼 누렇게 되기도 하는데 대개 6개월 이상이 되면 만성 간염이 된다 급성기에서 만성으로 진행할 가능성이 10% 정도이고, 90%는 저절로 낫는다.

B형 간염을 만성화시키는 주범은 회복기에 성분 미상의 약물을 복용했거나 음주, 과로, 따라서 간에 해로운 약물이나 과로를 피하고 영양과 운동 등 건강관리를 철저히 해 나가야 한다. 통계에 의하면 B형 만성 간염자중 20년이 지나 간경화로 진행되는 이는 절반정도, 사망자는 4명에 1명꼴이다.

C형 간염은 혈액, 정액, 침 등 모든 체액을 통해 감염된 성병으로 분류되기도 하는데 이 병은 치명적이다. 황달 현상도 나타나고 혈액 가운데 빌리루빈 적혈구 색소가 파괴되고 오한도 많이 생기는 증상이 진행된다. 문제는 만성 간염으로 변해지면 식욕이 떨어지고 피로가 상당히 심해지고 얼굴도 누렇게 되고 구역 증상이 있고 오른쪽 늑골 부분이 압통감이 일어난다. 활성 간염일 때는 간세포 하나하나가 염증을 일으키고 진행되다가 점점 기능이 상실되어 세포가 괴사되어

증상이 심해지면 간경화 경변 현상을 일으키게 된다. 더 진행되면 간암으로 된다. 만성 간염일 때에 경화가 되지 않도록 활동성 간염이 되지 않도록 세심한 주의를 해야 한다

C형 간염은 급성에서 만성으로 될 확률이 20%가 넘는다. 그러나 만성간염 간경화 간암으로 병이 진행되는 기간이 B형 간염보다 훨씬 느리다.

A형 간염은 어릴 때 걸리면 간염인지도 모르고 지날 정도로 증상이 가벼우나 어른이 돼 앓게 되면 드물지만 간이식을 해야 하는 전격성 간염으로 진행하기도 한다. 만 10세 이상인데도 A형 간염항체가 없다면 백신을 접종하는 것이 좋다.

한방에서는 생간건비탕이 무난한 처방이다.

인진을 꾸준히 이용하면 많은 효과가 있다는 임상보고가 있다. 몇 가지 더 첨가한다면 간이 울하다면 울을 해제시키려면 소시호탕에 시호가 청열 청화 시키는 약이다. 비장에 울체가 되었을 때는 평위산에 시호를 가하고 간이 콩팥에 부담을 주었을 때 소시호탕에 사령산을 가한다.

간이 심장에 열을 많이 받을 때 황련해독탕에 가미하고 간이 폐에 열을 받을 때 이진탕에 길경지가 소시호탕에 쓰고 간비허에는 보중익탕에 황기를 많이 넣어 쓰기도 하는데 정확하게 증상을 잘 파악하면 한약이 실효하게 효과를 볼 수 있으나 신중하게 해야 한다.

무턱대고 아무약이나 잘못 쓰면 부작용이 심하다.

수시로 간수치 검사를 하면서 치료하면 정확하게 효과를 알 수 있다.

간염환자 건강수칙은

- ① 모든 약은 주치의와 상의후에 복용
- ② 건강보조식품은 농축액 형태로 섭취하지 말것
- ③ 무조건 휴식보다 일상적인 신체활동 유지
- ④ 저지방 고단백 보다는 골고루 음식 섭취
- ⑤ 6개월에 1번씩 간염진행 상황 점검

▪ 肝臟

- ⑥ 면도기 칫솔 손톱깎기 위생용구 따로 쓸 것
- ⑦ 술 담배 끊거나 줄이고 과로를 안 할 것
- ⑧ 한 명의 주치의를 정해 정기적 진찰을 받을 것
- ⑨ 간염 환자가족들은 정기적 혈액 검사 받을 것
- ※ 간에 좋은 것 보다는 해로운 것을 피할 것

VIII. 지방간

건강하고 싱싱한 간은 지방을 스스로 태울 뿐만 아니라 우리 몸에 필요 이상으로 축적되는 지방을 담즙을 통해 배출시킨다. 즉 肝이 건강하면 조금 과식하더라도 체중을 조절하는 것이 그리 어렵지 않다.

결국 지방간은 태워 없어져야 했을 지방이 잘못된 생활습관으로 축적되는 것이다. 그렇게 생긴 지방肝으로 인해 체중 조절이 더 어려워지면서 지방간은 계속 악화되는 악순환을 이룬다. 지방간은 만성간염이나 간경변에 비하여 심각한 질병은 아니다. 하지만 肝의 70% 정도가 파괴될 때까지 아무 내색없이 일만하는게 肝이다. 그렇게 우직한 간의 첫 번째 경고가 바로 脂肪肝이다. 이 경고를 무시한 채 방치하면 간은 체내지방의 거대한 저장소 역할을 하게 되며 그런 상태가 수년간 지속되면 肝은 결국 건강과 장수를 잡아먹는 지방덩어리로 변하는 것이다.

흔히 지방간이나 간염이 있으면 『肝 수치가 올라간다』고 말하지만 정확한 의미와 뜻은 다소 복잡하다. 肝 기능을 나타내주는 항목은 크게 AST(GOT) ALT(GPT) 감마-GT 빌리루빈 등이다.

간 기능 수치의 의미 AST, ALT 흔히 GPT, GOT라고 하는 이들 수치는 肝 세포가 얼마나 파괴되고 있는지 보여준다. 통상 40이하가 정상이다. 하지만 肝에 문제가 생겨 肝세포가 죽으면 이성분이 혈액속으로 많이 유입되어 수치는 올

라간다. 따라서 이 수치는 肝세포 괴사를 민감하게 반영한다. AST는 肝 이외에 심장, 뇌, 신장, 적혈구 등에도 있으므로 심근경색, 적혈구가 깨지는 용혈성 빈혈등이 있어도 증가할 수 있다. 따라서 다른 간 수치는 정상인데 AST만 증가하면 肝보다는 다른 곳에 문제가 있을 가능성이 높다. 지방간일 경우 AST, ALT 는 대개 정상의 2~3배 올라간다.

- * 감마-GT 肝세포와 담도 상피세포에 고루 존재하며 肝질환 환자의 90%가 증가하므로 肝, 담도 질환의 가장 예민한 지표다. 알콜성 간 질환에 올라가는 경우가 많다.
- * 빌리루빈 . 황달의 지표로 쓰인다. 적혈구가 간에서 폐기처분되면 헤모글로빈의 분해에 의해서 빌리루빈이라는 담즙색소가 형성된다. 빌리루빈은 肝에서 처리되어 담즙을 통해 배출된다. 따라서 빌리루빈이 증가하는 원인은 크게 두가지이다. 하나는 肝기능 자체가 떨어져 빌리루빈이 처리되지 않아 증가하는 경우와 담도암 등으로 담즙이 십이지장으로 배출되는 길이 막혀서 빌리루빈이 넘치는 경우다.

지방간은 술 이외에 비만, 당뇨, 고지혈증, 등 다양한 원인으로도 생긴다. 문제는 지방간으로 진단을 받아도 별다른 증세가 없기 때문에 대부분이 신경을 쓰지 않는데 있다. 간은 재생능력이 좋기 때문에 상당한 손상이 있는 뒤에야 황달, 복수, 피로 등의 간질환 증세가 생긴다. 따라서 지방간으로 진단되면 바로 건강의 적신호로 받아 들이고 생활습관 개선을 위해 노력해야 한다. 당뇨 때문에 생긴 지방간이라면 당뇨조절을, 비만 때문이라면 체중조절을 먼저 해야 한다.

술 때문에 생긴 지방간은 술을 끊으면 한달이내에 좋아진다. 비만 때문에 생긴 지방간은 체중 감량을 한다. 3개월을 목표로 식사량을 현재의 삼분의 이 정도로 줄이도록 한다. 또 청량음료, 과자, 아이스크림, 사탕 등 설탕이 들어있는 음식과 육류, 안주류, 패스트푸드 등 지방 성분이 많은 음식은 피한다. 소비 열

■ 肝 臟

량을 늘리기 위해서는 걷기, 달리기, 수영 등 유산소 운동이 필수다. 살빼는데 도움이 안된다고 알려진 구력 운동도 기초대사량을 늘려 체지방을 태우는데 도움이 된다. 자가용 대신 대중교통을 이용하고 휴식중에 계단 오르내리기 공원 산책하기 등을 꾸준히 하는 것이 중요하다.

지방간에 좋은 음식

| 구 분 | 종 류 | |
|----------------|---------------------------------|------------------|
| 단백질이 많이 함유된 식품 | 콩, 두부, 달걀, 우유, 닭고기, 생선, 조개, 쇠고기 | |
| 비타민이 많이 함유된 식품 | 비타민 A | 당근, 장어, 파슬리 |
| | 비타민 B1 | 땅콩, 깨 |
| | 비타민 B2 | 쇠간, 고등어, 말린 표고버섯 |
| | 비타민 C | 토마토, 브로콜리 |
| | 비타민 D | 참치회, 말린 표고버섯 |
| 미네랄이 많이 함유된 식품 | 비타민 E | 명란젓, 고구마, 생선류 |
| | | 채소류, 동물의 간 |

지방간에 나쁜 음식

| 구 분 | 종 류 |
|-----|------------------------------------|
| 곡 류 | 볶은밥, 버터 프렌치, 토스트, 케이크 |
| 어묵류 | 어묵류를 이용한 찌개, 튀김류, 전류, 볶음 등을 이용한 음식 |
| 채소류 | 마요네즈를 이용한 샐러드, 기름을 이용한 튀김, 볶음 음식 |
| 유제품 | 치즈, 아이스크림 |
| 견과류 | 잣, 호두 |
| | 한약은 간염치료에 준한다 |

IX. 지방간의 처방

지방간의 치료는 원인 인자를 제거하는 것이 우선이다.

무엇보다도 본인의 노력이 전제가 되어야 한다.

술로 인한 경우는 금주가 필수적이며 비만한 사람은 규칙적인 운동(땀이 흠뻑 젖을 정도의 유산소 운동)과 소식(당분이 많은 음료 간식 동물성 지방 주의)을 통해 체중 감량이 따라야 한다. 한방의 약물치료 원리는 병인으로 작용하는 습열을 제거하는 것이 근본이 된다.

술로 인한 습열에는 땀을 내주고 소변을 잘 보아서 습기와 열기를 제거하는 방법을 쓰는데 임상적으로 갈화해성탕 대금음자(葛花解醒湯 對金飲子) 등 주상증에 쓰는 처방이 지방간에 우수한 효과를 보이고 있으며 혈액중의 지방성분을 낮추는 좋은 결과를 보이고 있다.

또 간기능 검사에 이상을 동반하면서 오른쪽 갈비뼈 아래가 뻣근하게 아프고 메스꺼움, 구토 등이 있는 경우 생간 건비탕(生肝建碑湯)류를 위주로 사용하면 치료기간을 단축하면서 부차적으로 나타나는 증상들에 효과적으로 대처할 수 있게 된다. 지방간 그 자체보다 이로 인해 관련되는 신체내의 여러 가지 합병증이 야기될 수 있다는 데 있다

알콜성 지방간에서 진행하여 알콜성 간경변으로 되면 간은 원상회복될 수 없으며 비만 등으로 고지혈증이 수반되면 동맥경화나 고혈압 등 성인병의 적신호가 될 수 있다는 점이다.

앞에서도 지적한 것처럼 지방간을 결코 간과해서는 안되는 질환이다.

- 處方 : 청대 시호 울금 단삼 택란 활석 결명자 산사육 각 8g, 명반 감초 2g, 탕전복(湯煎服)

* 해설

방중의 청대 명반 활석 감초는 모두 거습화담의 효과 있고, 시호 울금은 강력

■ 肝臟

한 소간이담(疏肝利疸)의 효과가 있으며 초결명은 청간열하고 산사육은 거어 소적(祛瘀消積)한다. 단삼 택란은 통간비(痛肝脾) 화어혈(化瘀血)하여 양혈 활혈 시키는바 본방은 전체적으로 청간이담 활혈화담(活血化痰)하면서 특히 화담에 중점을 두고 있다. 따라서 어혈의 증후가 없는 경우에는 단삼택난을 거한다.

민간요법으로는 결명자를 산사육과 같은 양으로 세말하여 차대신 복용한다. 혹은 쌀 식초 500ml 생강 10g를 썰어 넣고 봉밀한 다음 7일 후에 매회 5ml씩 하루 3회 복용한다. 적어도 3개월 이상 장복해야 효과가 있다.

(동강원한약방 광주시 동구 서석동 30-3 ☎ 062)222-1334)