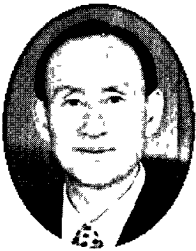


## 消化器계통의 疾患과 本人의 湯劑方

李 錫 熙



### 1. 위장에서 생기는 질병과 원인

- 급성 위염(체중)

위염은 누구에게나 잘 걸리기 쉬운 매우 흔한 질병이라고 할 수 있을 것이다. 위염에 걸려 본 사실이 없다고 하는 사람은 한 사람도 없을 것이고, 만일 자각증상을 못 느꼈다고 해도 어느 정도는 나타난 사실이 있고, 자기도 모르게 완치되어 버린 경험도 많을 것이다.

위염에는 급성과 만성 2가지가 있는데, 문제는 장기간 계속 되는가, 단기간에 완치되는가에 따라 표현이 다를 뿐 질병 그 자체는 같은 것이다. 여기에서는 우선 먼저 급성 위염에 대해 설명하기로 하자. 원인은 그 대부분이 소위 폭음이나 폭식에 의한 것이다.

평소에 음식을 잘 먹지 않거나 메마른 체격인 사람이 입에 맞는 음식이라고 해서 지나치게 욕심을 부리면 얼마 후에 배가 아프게 되는 경우가 여기에 해당될 것이다. 여름에 덥다고 해서 갑자기 찬물을 몇 컵씩 마시거나 아이스크림을 4~5개씩 계속 먹으면 즉시 배가 아프게 된다.

어른인 경우, 과음이나 지나친 커피, 담배 등이 여기에 해당된다. 여기에 담배도 해당되는 것은 연기가 폐뿐만 아니라 위장에도 침범되어 위점막을 니코틴으로 짓무르게 하기 때문이다.

위염을 크게 나누면,

① 음식물에 원인이 있다.

② 정신적, 육체적인 피곤에서 오는 2가지가 있는데 방금 서술한 것은 ①에 해당된다. ①에서는 다시 독성이 있는 것이나 세균(예를 들면, 여름인 경우 부패한 것)이 있는 것을 먹으면 식중독을 일으킨다. 통계적으로 보더라도 여름에는 음식물이 부패되기 쉽기 때문에 급성 위염은 겨울에 비해 압도적으로 많아진다.

②도 비슷한데, 식욕이 줄고 쇠약해지는 여름에는 육체적 피로감이 많아 위장이 약해지기 쉽다. 위가 허약할 때 과식하면 소화불량을 일으켜 위장에 부담을 주게 된다.

#### • 자각증상은 2시간 후에

위장이 이상하다거나 메스꺼린다, 토하고 싶다든지 하는 것은 식사 후 2시간 쯤 지난 뒤부터 나오는데, 그 후에도 통증이 동반되고, 이 때 담즙이나 피가 섞인 음식물을 토했을 때는 위염뿐이 아니고 담낭염이나 위궤양도 의심해야 된다.

그리고 위장의 통증이나 증상은 궤장염이나 충수염의 시작과 비슷해 오판할 수 있으므로 주의가 필요하다.

위장이 아프면 우선 먼저 옆으로 누워 안정해야 된다. 토기(吐氣)가 있거나 설사할 경우 인내만 해서는 안 된다. 몸에서 받아들일 수 없는 어떤 □위험신호□가 있어 빠르게 나타나는 것이기 때문이다.

그리고 나서 다시 통증이 더 한가 부드러워지는가에 따라 처방도 달라지게 된다.

#### • 만성 위염

만성 위염은 급성에 비해 완치되는 시간이 오래 걸린다는 것일 뿐이므로, 원인 그 자체는 급성과 같다고 생각할 수 있다.

■ 消化器계통의 疾患과 本人의 湯劑方

그 병인(病因)은, ① 내인성(內因性)과 ② 외인성(外因性) 2가지로 나뉘는데, ①에는 과식이나 알코올, 음식물의 세균, 그리고 최근에 특히 증가되고 있는 스트레스에 의한 것 등이 여기에 포함된다.

②는 순환기나 소화기 등 내장 질병의 장애에 의한 것, 축농증이나 편도염, 치조농루 등에 의해서도 나타난다. 특히, 40세가 지나 육체적으로 피로감이 느껴지는 나이에는 주의가 필요하다. 처음에는 식욕부진이나 빈혈, 구토 등이 시작되고 식전에는 심한 공복감을 느끼며 식후에는 위장이나 가슴에서 압박감을 느낄 때도 있다.

공복일 때 위장이 쑥쑥 찌시듯이 아픈 것은 비후성(肥厚性) 위염(胃炎)일 가능성이 있다. 이것도 만성 위염의 하나이다. 현대인들은 여러 가지 다양한 스트레스에 노출되어 있고, 내인성 중에서도 특히 많은 것이 이 스트레스에 의한 식욕부진일 것이다.

상사에게서 꾸지람을 들었거나 친구와 싸웠다, 또는 가까운 사람이 죽었다는 등 불쾌한 일이 생기면 아무 것도 먹고 싶지 않고 소화가 되지 않는 등의 증상이 생긴다.

이 같은 스트레스를 운동 같은 것으로 발산시키고 있는 사람들은 괜찮은데, 내성적인 성격인 사람은 더욱 더 마음 속 깊이 새겨두기 때문에 이것이 식욕부진으로 연결되는 것이다. 심해지면 위궤양으로까지 진행된다. 위장이 스트레스에 의해 악화된 경우를 누구나 쉽게 경험했을 것이다.

스트레스 때문에 위장이 영향을 받고 있는 사람이 생활 환경을 변화시켰을 경우 의외로 완치된 사실이 있다는 것을 참고할 필요가 있다.

만성 위염에서 가장 중요한 것은 무엇보다도 충분히 수면을 취하는 것이다. 푹 쉬어 위장에 부담을 주지 않고 휴식하게 할 것. 이것이 동시에 스트레스 해소에도 도움이 된다.

그리고, 칼로리가 많은 음식이나 비타민이 풍부한 과일 등을 먹으면 효과적인 것이다. 위장은 항상 편안하게 하도록 해야 된다. 이상을 요약하면, ① 푹 잔다,

② 식사를 편중되게 하지 않는다, ③ 유발 원인의 제거, 이것이 위염을 방지한다.

③의 유인(誘因)이란, 위장 자체의 질병이 아니고 위염을 일으키고 있는 그 주변의 장기(췌장이나 간장 등)에 원인이 있는 것을 의미한다. 이 같은 경우, 위에 대한 치료보다도 그 원인인 질병을 먼저 발견하고 치유하는 것이 선결문제다.

여기에서 착각하지 말 것은 지나치게 약품에 의지해서는 안 된다는 사실이다. 위산 분비가 지나치게 많은 사람이 이것을 억제하거나 또는 중화(中和)시키기 위해 약을 먹는 것은 속효성이 있고 일시적으로는 좋으나 그것은 어디까지나 일시적인 것일 뿐 위산이 과잉분비 되는 근본적인 원인을 완치시키지는 못하는 것이다.

위장이 허약하기 때문에 위염으로 고생한다고 생각하고 위점막을 강화시키는 약을 먹은 다음에 투약을 중단하면 즉시 재발될 것이다. 매일 규칙적으로 올바르게 생활하고 균형있는 식사에 습관이 되면 부패된 음식을 먹지 않는 한 위염으로 고생하지 않는다.

## • 위궤양

누구나 위궤양이라고 하면 위장 근방을 눌러보는 사람들이 상당히 있을 것이다. 확실히 듣기만 해도 자기 자신이 아픈 것이 아닌가를 의심할 정도로 흔한 병 이름이다.

이 위궤양은 특히 40세 이상의 중년층에 발병률이 많은 것으로 알려져 있다. 그리고 여성보다는 남성이 약 3배 정도 많다. 그 이유는 현대 사회에서 여성의 사회적 지위가 많이 향상되고는 있으나 아직도 남성 중심의 사회구조이고, 그래서 여성보다는 남성이 스트레스의 영향을 많이 받고 있기 때문이다.

생쥐를 이용한 실험에서 다음과 같은 보고서가 발표되고 있다. 이 생쥐를 철

망 속에 넣어 움직이지 못하게 하면 2~3시간 안에 그 위점막에는 울혈(鬱血) 증상이 나타난다. 그 후에 다시 3시간쯤 방치해 두면 위점막에서 출혈이 나타나면서 울통불통한 종양이 생긴다.

이것은 스트레스 때문에 고통받은 결과이다. 이와 같이 인간의 위장도 스트레스에 매우 민감하게 반응한다. 스트레스가 축적되면 식욕이 부진해지는 것도 이 때문이다.

그러면 위궤양이란 어떤 증상을 말하는 것인가? 방금 생쥐의 실험결과를 설명한 바와 같이, 사람의 위장도 점막이 짓무르게 될 때가 있다. 가벼운 증상은 식이요법으로 치유되기도 하지만, 늦게 발견되면 위벽에 구멍이 뚫려 토혈(吐血)하는 경우도 있다.

이와 같이 가벼운 증상부터 회복 불가능한 정도에 이르기까지 다양한데, 위점막이 짓무른 상태면 위궤양으로 규정한다.

#### \* 일찍 발견하는 방법은?

대부분은 주기적으로 위장이 아프거나 오심(惡心 : 토하게 되는 것), 가슴앓이, 상당히 악화되면 피를 토할 때도 있다. 위궤양인 경우, 혈변(血便)이나 콜타르 같은 묽은 대변이 나오면 주의가 필요하다. 그리고 얼굴색이 푸르거나 명치를 눌렀을 때 아픈 증상도 나타난다.

또, 식사한 직후에 아프기 시작하는 경우와 2~3시간 지난 후 통증을 느끼게 되는 2가지 종류가 있는데, 궤양이 생긴 부위에 따라 다르게 된다. 반대로 공복일 때 통증이 시작하는 경우가 있고, 이 때 어떤 음식물이 위속에 들어가면 통증이 진정되나 이것은 일시적인 것에 불과하다. 통증이 해소되었다고 해서 제멋대로 완치되었다고 판단하는 사람이 많지만, 점차 궤양증상이 악화되어 위벽에 구멍이 뚫리는 천공(穿孔)이라는 상태가 되어버린다.

## \* 원인과 응급조치는?

위궤양은 위 안의 공격인자와 방어인자의 불균형 때문이라는 주장이 있는데, 이것이 아직은 불확실하지만 위장이 십이지장에서 보내오는 펩신이라든가 점액 등에 의해 보호되고 있는 것은 확실하다. 그런데 이와는 달리 펩신 분비가 필요 이상으로 많거나 위산과다 또는 위벽에 상처가 생기면 이것이 공격인자로 작용 되는데 어디까지나 이것은 직접적인 원인일 뿐 이 공격인자를 증가시키는 것은 외부에 있다는 것이다. 결국 스트레스나 불규칙적인 식생활 습관이 근본적인 원인이라고 할 수 있다.

만일 출혈이 심하거나 천공일 가능성이 있으면, 머리를 다리보다 낮게 눕히고 온 몸을 담요로 둘러싸 체온의 저하를 방지하면서 안정을 취하도록 해야 된다. 가벼운 증상이면 칼로리와 단백질이 많은 음식을 섭취한다. 물론 지방질을 비롯하여 알코올, 담배, 커피 등은 피해야 된다.

토했을 때는 토한 것이 목을 막히게 하거나 폐 속에 들어갈 위험성이 있으므로 즉시 옆으로 눕도록 하여야 된다.

## \* 위궤양은 재발된다

위궤양이란 것은 완치되었다고 해도 재발되는 경우가 많다. 대부분은 1~2개월 정도 알코올이나 담배를 중단한 후, 통증이 해소되면 완치된 것으로 속단하고 다시 옛날 식생활로 되돌아가기 때문에 재발되는 경우가 많은 것이다.

대체적으로 위궤양이었던 사람의 50% 정도가 2년 후쯤 재발되고 있으므로 그 재발률이 높은 편임을 알 수 있다.

위궤양은 위염, 위암과 함께 위장의 3대 질환으로 알려져 있다. 그만큼 현대인에게 많은 질병이므로 전형적인 ‘현대병’의 하나라고 말할 수 있을 것이다.

\* 위아토니(위 무력증)

한 마디로 말해서 위장의 기능이 저하되는 것을 위아토니라고 말한다. 더위로 몸이 허약하거나 여름을 타기 때문에 위벽이 무력(無力)해져 위하수(胃下垂)처럼 되는 것이다.

위장 기능이 악화되면 위액의 분비가 적어져 음식물은 소화불량을 일으키기 쉽다. 이것이 반복되면 이번에는 미처 소화시키지 못한 음식물이 도착된 소장에서 염증을 일으키게 된다. 이 때의 증상은 위장의 팽창감이나 트림, 압박감 이외에도 식사 후에는 식도가 피곤한 느낌을 갖게 된다.

원인으로 생각할 수 있는 것은 자율신경실조인데, 자율신경실조증이란 것은 스트레스가 쌓였을 때 등, 이를 지배하고 있는 교감신경과 부교감신경의 불균형 때문에 생기는 것이다. 그리고 자율신경실조가 되면 항상 몸이 피곤하거나 잠을 이룰 수가 없고 부정수소(不定愁訴) 같은 상태가 나타난다.

그리고 위아토니는 수척한 사람에게 비교적 많은 것으로 알려지고 있다. 몸이 메마른 사람은 위장 자체가 가늘고 긴 위하수와 비슷한 경우가 많아서 소화불량이 되기 쉽기 때문이다. 어쨌든 위아토니는 스스로에게 원인이 있다기보다는 외부적인 유인(誘因)에 의해 나타나는 것으로 생각해야 될 것이다.

\* 치료

오른쪽 옆구리를 아래로 하고 눕는다. 식사 후 위장에 불쾌감이 있을 때는 반드시 이렇게 하는 것이 바람직하다. 위장에서 십이지장으로 연결된 관은 오른쪽 아래에서 나와 있으므로 소화된 음식물은 위장에 머무르지 않도록 하는 것이 좋은 것이다.

## • 위암

이 질병만큼 무서운 것도 없을 것이다. 우리나라의 경우 남자 암의 30%, 여자 암 중의 약 20%가 위암일 정도로 발생률이 높다. 위암에 대한 연구도 많이 개발되어 옛날보다는 위험성이 많이 감소되었고, 5년 생존율도 상당히 연장되었지만 아직도 사망률이 높은 것은 변함이 없다. 무엇보다도 식생활 개선을 통해 위암 발생률을 감소시키는 노력이 필요하다.

### • 위암의 발생 원인

서구인에 비해 위암은 우리나라 사람에게 많은 편인데, 그 이유는 어디에 있는가?

우선 생각할 수 있는 것은 식생활 습관의 차이라고 할 수 있겠는데, 대략 다음 3가지 요소가 발암과 관계있는 것으로 알려지고 있다.

#### ① 식생활 습관 ② 음주·흡연 ③ 유전적인 것

식생활 중에서도 장기간 염분을 많이 섭취하는 것은 좋지 않은 것으로 알려져 있다. 물론, 암 이외에는 너무 매운 것은 고혈압 원인이 되기 때문에 피하지 않으면 안 된다. 대식가들이나 규칙적으로 매일 정해진 시간에 식사를 못하는 사람들도 주의해야 된다. 음주나 흡연 중에서 특히 담배는 결정적으로 나쁜 요소라고 할 수 있다.

그 이유는 담배를 피우지 않는 사람에 비해 흡연자가 위암, 식도(食道)암, 간암 등 소화기계의 암, 폐암 등에 걸릴 수 있는 확률이 압도적으로 많기 때문이다. 위암에 있어서도 담배를 피우지 않는 사람은 30% 정도의 발생률인데 비해 흡연자들은 65~70%나 된다.

애주가들은 어떤가? 확실히 과음하는 경우, 위암이나 췌장암과 연관이 있는 것으로 알려져 있으나 위암과의 인과관계는 확실한 데이터가 없다. 폭주가 중에



■ 消化器계통의 疾患과 本人의 湯劑方

서도 위암과 거리가 먼 사람이 있기 때문이다. 그러나 과음이 위장에 어떤 영향을 준다는 것만은 사실일 것이다.

• 다른 질병과 비슷한 증상에 현혹 당하지 말 것

처음부터 위암으로 확인될 수 있는 증상이 나오는 것은 아니다. 팽창감, 압박감, 동통(疼痛), 가슴앓이, 트림, 여기에 토기(吐氣) 등이 동반되고 식욕이 떨어진다. 사람에 따라서는 빈혈 상태가 되거나 권태감, 설사, 혈변(血便) 등도 나타난다.

그러나 이런 증상은 위염이나 위궤양에도 나타나기 때문에 정밀검사가 아니면 오진하기 쉽다. 너무 늦게 발견되면 완치가 어렵게 된다. 위암이 가장 많이 발병되는 곳은 유문(幽門)부위, 즉 위장의 가장 아래로 십이지장과 인접된 부분인데 여기에 증상이 나타나면 파이프가 막히는 것처럼 되기 때문에 토기(吐氣)를 동반하게 된다.

• 위암은 조기발견이 중요하다

무엇보다도 완치하려면 빨리 발견하는 것이 가장 바람직하다. 특히, 위염이나 위궤양 등을 경험한 사람이 위장에서 이상한 증상을 느낀다면 즉시 검사를 받아야 된다.

그리고 위장에서 이상한 증상을 못 느끼는 사람도 1년에 2번 정도는 정기검진을 받는 것이 바람직하다. 모든 국민들이 의료보험제도의 발달에 따라 본인이 원하기만 하면 정기적으로 검진을 받을 수 있는 여건은 사회적으로 보장되어 있다.

어느 회사의 실례인데, 대학에서 운동선수를 했고 직장에서도 체력에는 자신감이 충만한 젊은이가 어느 날의 정기검진에서 초기의 위암으로 판명되어 수술

을 받게 된 경우가 있었다고 한다. 조기 발견의 다행한 경우라고 할 수 있다.

### • 무서운 전이(轉移)

젊은이가 급사하는 이유는 위암이 간장, 췌장, 간뇌(肝腦), 십이지장과 밀접하게 연결되어 있을 뿐만 아니라 림프절에 있는 림프관을 통해 암 세포가 각 부위로 전이(轉移)되기 때문이다.

젊은이들은 세포분열이 활발한 만큼 암세포도 왕성하게 급성장되기 때문에 단시일 내에 전이가 확산되는 것이다. 어떤 사람에게서는 골수액의 암인 소위 백혈병이나 뇌에까지 전이되는 경우도 있다.

암이란 것은 전이의 여부에 따라 생명연장의 가부가 결정되는 경우도 많은 것이다.

그러나 ‘지푸라기도 잡으려고 하는’ 심정이 환자나 가족들의 소망인 것이다. 암의 말기증상인 통증과 고통은 진통제만으로도 해결될 수 없을 정도이기 때문에 가족들은 안락사까지 생각하는 경향도 있을 정도다. 어쨌든 위암뿐만 아니라 말기 암은 괴로운 것이다. 평소부터 스트레스가 쌓이지 않도록 노력하면서 생활에서 여유를 갖도록 힘쓰는 것이 바람직하다.

### • 위신경증(胃神經症)

반복되는 이야기지만, 위장은 외부적인 스트레스에 허약한 장기이고, 더구나 음식물을 맨 처음 받아들이는 만큼 매우 민감한 부위인 것이다. 위신경증은 슬픈 일이라든가 싫어하는 일이 있을 경우, 발생되어 장해를 유발하는 것이다. 그 증상으로는 식욕부진이나 둔통(鈍痛) 이외에 심할 때는 토기(吐氣)가 나타나고 실제로 토할 때도 있는 것이다.

다음과 같은 실례가 있었다.

A씨는 일요일도 출근할 정도로 노력이인데, 어느 날 우연히 과식 때문에 소화불량이 되었다. 아마도 음식물에 잡균이 섞여 있었던 것으로 짐작되었다. 설사가 4~5일 계속되다가 여름을 타는 체질이라 식욕까지 떨어지고 말았다. 누구보다도 체력에 자신을 가졌던 A씨는 스스로를 재수가 없는 것으로 생각했다. 누구보다도 식욕이 왕성했었기 때문에 충격은 큰 것이었다. 그리고 제멋대로 흑시암이 아닐까 라고 생각했다.

암 노이로제라는 것이었다. 사실상은 아무 일도 아닌데, 자기 자신이 그렇게 생각하는 것이 암 노이로제다. 이렇게 되면 누가 충고해도 믿지 못하게 되는 것이 문제인 것이다. A씨는 이 ‘함정’에 빠진 것이다.

공포와 초조감 속에서 진찰을 받은 결과는 전혀 ‘백지’ 상태였다. ‘아무 일도 아닙니다. 식욕부진은 여름을 타기 때문일 뿐입니다.’라고 의사가 단언했는데도 마음속으로는 암이라고 단정하고 자기 모르게 아내에게만 사실을 알려 주고 있는 것이 아닌가 하고 의심할 뿐이었다.

그러기 때문에 A씨는 더욱 식욕이 떨어졌고, 사실상은 위장 그 자체에 기질적(器質的)인 병이 없는데도 입원시키지 않을 수 없는 곤란한 처지에 빠졌다.

이것이 전형적인 위신경증 현상인데 방치하면 우울증으로 진행될 때도 있고 더 나아가 자살하는 경우도 상당히 있다. 이것도 무시할 수 없는 ‘현대병’의 하나라고 말할 수 있을 것이다.

스트레스는 항상 우리 주위를 맴돌고 있다. 그러니까 신경과민이 되지 않도록 노력하는 것이 무엇보다 중요하며, 예방으로서는 아침에 달리기를 한다거나 맨손체조 같은 것으로 정신을 유쾌하게 갖는 것이 가장 바람직하다.

여성들도 에어로빅 교실에서 항상 운동하는 경우, 이 같은 병자를 찾아보기 힘들다. 언제나 건강미가 넘쳐흐르고 있다. 이것은 에어로빅이 무엇보다도 스트레스 해소에 매우 효과적이기 때문이다.

운동이라는 것은 단순히 미용뿐만 아니라 건강에도 매우 효과적으로 공헌한다. 이 위신경증과 비슷한 증상에 ‘신경성 식욕부진’이 있다. 이것은 사춘기의

여성에게 많은데, 비만증에 너무 민감해 식욕부진에 빠지는 현상인 것이다.

### • 위하수(胃下垂) · 위확장(胃擴張)

정확하게 말해서 이 2가지는 병이 아니다. 위하수는 메마른 체격인 사람에게 많고, 길다랗게 늘어진 상태를 말한다.

복근(腹筋)이 허약해진 사람이나 위장 수술 후에도 생기기 쉬운데, 건강한 사람의 위장 위치와는 다르기 때문에 소화기능도 저하되고 있다. 이 경우 알코올이나 커피를 과음하면 허약해져 소화불량으로 고통받게 된다. 그래서 얼마 후에는 위염에 걸릴 확률이 높아지는데, 평소의 생활에 지장이 없으면 방치해도 크게 지장이 없다.

다만, 방치하면 안 되겠다고 할 정도로 심한 경우에는 위장을 들어올리는 ‘위하수 밴드’라는 기구를 사용하게 하고 복약해야 한다.

위확장은 대식가들에게만 해당되는 것으로 생각하기 쉬운데, 꼭 그런 것만은 아니다. 한 가지는 위장 활동이 어떤 원인에 의해 마비되거나 긴장 상태가 돌연 없어져서 소화기능이 저하되고 음식물이 위 속에 정체되면서 여기에서 가스가 발생되어 담즙이나 위액과 함께 부풀어 올라와 버린 것이 원인이다.

또, 위장 속에 폴립(양성종양)이 생겼기 때문에 음식물의 흐름이 원활하지 못할 때에도 위장은 확충되어 버린다.

그밖에도 위장의 출구(出口)나 십이지장에 염증이 발생되어 파이프가 수축되거나 척추의 변형(變形), 임신 등에 의해 생길 수도 있고, 암도 그 원인이 될 수 있다.

### • 증상과 처방

초기에는 배가 심하게 팽창되어 트림이 나오기도 한다. 배를 만져 보아도 부

■ 消化器계통의 疾患과 本人의 湯劑方

어오른 것을 느낄 수 있을 정도이다 그 다음에 식욕부진이나 가벼운 통증 같은 것이 동반되면서 토기가 생긴다.

방치하면 먹은 것을 토하게 되는데, 푸른 색깔인 경우가 많고 거무스레할 때도 있다. 이 때는 안정을 취한 다음 증상에 따라서 용약한다. 지나치게 심한 구토는 탈수증을 유발할 수 있으므로 조심해야 한다.

결론적으로, 다른 질병이 원인인 경우가 많으므로 위확장을 너무 가볍게 취급하면 안 될 것이다.

## 2. 장(腸)에서 생기는 질병과 원인

### ● 만성 장염(慢性腸炎)

장염(腸炎)에는 만성과 급성이 있고, 만성 장염은 어떤 의미에서는 가장 서민적인 질병으로 생각되어 왔다. 그러나 현재는 ‘과민성대장증후군’ 등과 혼동되어 왔던 것을 알게 되었고 그래서 범위가 상당히 축소되었다.

흔히 수술 후에 이 만성 장염에 걸린 경우가 많은데, 그것은 장내의 세균이 증가하기 때문이다. 다만, 급성 장염이 오래된 뒤에 만성이 되는 경우는 없다.

① 식사의 섭취 방법, ② 세균의 침범, ③ 물리적 또는 화학적 물질에 의한 자극 등을 원인으로 생각할 수 있다.

특히 여름에는 생수를 지나치게 마시는 경우가 있다. 여름철 피서지 캠프에서 익숙하지 않은 물을 돌연히 마시면 거기에 함유된 물질이 전과 다르기 때문에 위장이나 장이 방향 감각을 잃어버리게 되는 것이다.

이 같은 화학물질의 차이라든가, 약품의 과다 사용, 불규칙적인 식생활 습관 등이 장 기능을 저하시키는 것이다.

## • 증상

식욕부진, 설사, 뱃속에서 나는 소리 등의 불쾌감이 우선 나타난다. 그 초기 증상을 잘 생각해 보면 원인이 무엇인가를 쉽게 파악할 수 있다.

설사만 계속되는 것이 아니고 대부분은 변비와 교대되는 경우가 많다. 특히 대장에 장애가 나타나면 부패하는 냄새가 대변에서 풍긴다. 그리고 가스가 비정상적으로 발생되기 때문에 하복부는 항상 팽창된 상태가 된다.

어떤 경우는, 낮에는 괜찮은데 잠자는 도중 반드시 정해진 시간에 설사가 생긴다는 것이다. 이것은 아마도 스트레스에서 오는 자율신경의 변조(變調)로 몸의 시그널(신호)이 그 같은 패턴을 만들었기 때문인 것으로 볼 수 있다.

이와 같이 스트레스가 중대한 요인인 경우가 많을 것이다. 어쨌든 설사일 때는 너무 고민할 필요가 없다. 첫 번째 조치는 배를 냉하게 하지 않는 것이다. 그리고 자주 설사하는 사람은 여름에도 잘 때 배를 덮는 습관이 필요하다. 여기에서 주의할 것은 몸 전체를 따뜻하게 보온하는 것이 중요하다.

설사가 계속되면 영양분이 전부 몸밖으로 배설되는 결과가 되므로 영양의 보급에 노력해야 한다. 비타민이 풍부한 과일 등을 섭취해야 한다.

## • 급성 장염(急性腸炎)

어린이에게 많은 것이 급성 장염의 특징이다. 물론 어른에게도 잘 발병된다. 그 대부분은 위염과의 합병증이기 때문에 ‘급성 위장염’이라고 부를 때도 있다.

원인은 몇 가지뿐인 ① 폭음이나 폭식, ② 식체(食滯), ③ 춥게 자서 탈나는 것 등으로 이것이 대부분 직접적인 원인인데, 특히 날씨가 구질구질 할 때는 바이러스나 세균이 잘 번식되기 쉽고, 이것이 음식물에 침범될 수 있으므로 주의가 필요하다.

첫 번째, 폭음이나 폭식은 당연히 피해야 된다. 과음에다가 과식(過食)까지,

보통 범위 이상을 섭취하니까 ‘처리공장’인 위장이 적절하게 통제하지 못하게 되는 것이다.

### • 위염에서 장염으로

식욕부진이나 위장이 아플 때는 아직 위염 단계라고 할 수 있는데 토기, 복통, 설사 등으로 진행된다면 장염이 될 수 있다.

통증 장소에 따라 현재 어느 쪽이 염증을 일으키고 있는가를 스스로 진단할 수 있다. 배꼽 주위만 아픈 경우는 소장이고, 이보다 큰 범위가 아프면 대장 중의 결장 부위가 염증을 일으켰다고 생각할 수 있다.

급성 장염의 특징은 끊임없이 설사와 복통이 엄습해 오는 것이다. 심한 경우에는 하루에 20회 이상 화장실에 가는 경우도 있다. 그래서 하루 사이에 바짝 수척해지는 사람도 있다. 배설물이 문제되는데, 황색에 녹색이 섞이거나 출혈이 동반될 때도 있다. 이것은 장의 점막이 파괴되어 출혈되기 때문이다.

이 정도로 상태가 심각하면 얼마동안 아무 것도 먹지말고 배를 따뜻하게 한 다음에 안정을 취할 필요가 있다. 다만, 수분이 계속 체외로 빠짐으로 차 같은 것을 보충해야 된다.

특히 어린이들을 방치하면 탈수증상 때문에 전신마비를 가끔 유발할 수 있다. 숨에 물을 적셔서 입에 넣도록 조치해야 된다. 심할 때는 설사도 물만 나온다. 그리고 체온이 40도 정도까지 오르면 위험하므로 즉시 전문의를 찾아가야 된다.

어느 정도 증상이 정상화되면 소화가 잘 되는 음식물을 섭취해야 한다.

복부의 통증이 부드러워지면 먼저 죽이나 야채 수프 등을 먹다가 서서히 순서에 따라 딱딱한 것으로 옮겨간다. 너무 급히 회복하려고 하면 또 설사하게 되므로 무리하지 않도록 주의해야한다.

- 과민성 대장증후군

지금까지 장염(특히 만성인 것)으로 생각되었던 것을 철저히 조사한 결과 잘못되었다는 것을 알게 되었다. 그래서 지금은 비정상적인 장의 여러 가지 질병이 대부분 이 과민성 대장증후군인 것으로 판명되었다.

더구나 그 질병 원인은 장 그 자체에 이상이 있는 것이 아니라 스트레스나 긴장감 같은 것에서 출발됐다는 점에서 전형적인 현대병으로 생각되었기 때문이다.

예를 들면, 음식물과는 전혀 관계없이 설사를 일으킨다. 설사의 양상은 사람에 따라 다르게 나타나는데, 만일 피가 섞여 있다면 이 질병에 해당되는 것이 아니므로 다른 질병을 의심해야 될 것이다.

특징으로는 변비가 1주일쯤 지속되다가 토끼똥처럼 딱딱하게 된다. 이것은 스트레스 때문에 장의 운동이 저하되거나 정신적인 흥분, 자극으로 장에 장애가 생기기 때문이다.

- 우선 스트레스를 없애는 것이 중요하다

무엇보다도 중요한 것은 원인인 자극이나 스트레스를 없애는 것이다. 개인적인 입장에 따라서는 직장을 옮기거나 전근하는 것이 효과적일 수도 있다. 긴장이 풀리거나 릴랙스(relax)되면 두통, 불면, 피로감, 현기증, 동계, 마비 등이 설사나 변비와 함께 거짓말처럼 해소된다.

이 질병은 이 같은 자율신경의 변조도 동반하기 때문에 다른 질병과의 차이를 잘 알 수 있을 것이다. 무조건 ‘마음의 병’ 부터 먼저 치유하는 것이 선결문제인 것이다.



## ● 십이지장 궤양

이 질병은 연령적으로 볼 때, 20대에서 40대까지의 남성에게 많은 것이 특징이다. 즉, 젊은이에게 발생률이 높다고 할 수 있다.

그 원인 자체는 위궤양과 마찬가지로, 방어인자(防禦因子)와 공격인자의 균형이 깨져 장의 벽이 짓물러 생기는 것으로 알려지고 있다. 다만, 이 방어인자와 공격인자의 밸런스가 깨지는 것은 무엇보다 스트레스나 식생활 때문이라고 할 것이다.

무슨 이유로 십이지장 궤양이 많으냐면, 위장과 가까울 뿐만 아니라 여기에서는 담즙이나 췌액이 혼합되는 부위이기 때문이다. 담즙이나 췌액은 알칼리성인데 장내의 염산(鹽酸)과 중화(中和)가 잘 되지 못하면 궤양을 유발하는 것이다.

## ● 밤에 심한 위통

위궤양은 일반적으로 식사를 한 후에 통증이 시작되지만, 십이지장 궤양은 좀 시간이 지나 밤중에 아프기 시작한다. 그러므로 이 차이로써 위장인가 십이지장인가를 구별해 판단할 수가 있는 것이다. 십이지장 궤양은 특히 위산이 강하게 나오므로 침에서도 시큼하게 느낄 수 있다.

이 신맛을 감소시키려고 물을 마시면 약간 통증이 가라앉는다. 그러므로 이 ‘밤의 방문자’를 억압하려면 밤에 나오는 위산의 분비를 억제하면 되는데, 그러기 위해 자율신경차단제라고 하는 약을 잠들기 전에 복용하면 효과적이다. 다만 이것은 근본적인 치료제가 아니다. 일시적인 조치에 불과하므로 완치하려면 당제를 복용해야 한다.

가끔 계절이 바뀔 때쯤, 오른쪽 상복부가 자주 아프고 또 피곤할 때도 같은 증상이 나타나는 경우가 있다. 그러나 십이지장 궤양 때문에 식욕이 떨어지는 경우는 별로 없고, 장염과는 달리 설사보다도 변비, 오심, 구토 등의 증상이 나

타난다

• 장폐쇄증(腸閉鎖症)

장폐쇄증이란 문자 그대로 어떤 원인에 의해 장(腸)이라고 하는 파이프가 막혀버리는 것이다. 이것은 대단히 중요한 것이다. 막힌다고 했으나 음식물이라는 가, 장벽에 생긴 종양 등이 확산되어 파이프를 봉쇄하는 ‘기계적 장폐쇄(腸閉鎖)’와 그 자체가 마비되어 기능을 잃어 막히게 되는 ‘기능적 폐쇄’ 2가지가 있다.

후자의 원인으로서는 맹장염이나 결석 때문에 개복(開腹)수술을 하게 되면 그 후유증으로서 기능이 저하될 때가 있다.

증상은 계속 반복적으로 찾아오는 배의 통증과 함께 배 안에서 꾸룩꾸룩 하는 소리가 나온다.

장폐쇄의 특징은 구토이다. 더구나 음식물이 장에서 아래로 내려가지 못하기 때문에 장내의 가스가 축적되어 배 안에서 소리가 나고 손으로 누르면 꼬룩꼬룩 하는 소리가 들려온다.

다만 통증이 복막염과 비슷하므로 착각할 때가 있다.

• 주요 원인은 운동부족

평소에 별로 운동을 하지 않는 사람들에게서 발병되는 경우가 많다. 장운동이 활발하지 못하면 아무리해도 음식물의 유통이 나빠지고 이것이 지속될수록 더욱 악화된다.

그리고 식사 후에 바로 눕거나 좋지 못한 자세를 취하거나 하면 장 그 자체에 나쁜 영향을 주어 장염전증(腸捻轉症)의 원인도 된다. 어쨌든 평소에 적절한 운동을 통해 건강에 신경을 쓰면 별 문제가 없을 것이다.

■ 消化器계통의 疾患과 本人의 湯劑方

불행하게도 장폐쇄로 진단된 경우, 흡인에 의한 감압(減壓)요법이나 전해질보정(電解質補正) 등 대책을 세우게 되는데, 대부분의 경우 수술에 의존할 때가 많다. 비교적 발생률이 높은 것은 아니나 장의 위치가 불안정한 어린 유아들에게 다발되기 쉽다.

• 대장 및 직장암

장에서 발생하는 암은 해마다 증가되는 경향인데, 위암 다음으로 전체 암 중에서 10% 정도에 이르고 있다. 장에도 대장에서 직장까지 여러 가지 부위가 있으나 소장에서는 거의 암이 발생되지 않는다. 대장에서는 그 중의 반 이상이 직장암인 경우가 많고 다음에 S상 결장암, 맹장암의 순서가 된다.

• 다른 암과의 차이

위암과 크게 다른 것은 연령차일 것이다. 위암은 나이와 관계없이 나타나는데, 특히 20대의 젊은이에게도 발병자가 많다. 그러나 대장암은 대부분 고령자라는 통계가 발표되고 있다.

주로 60대에서 70대의 노인들인데, 그러기 때문에 악화되거나 다른 부위에서의 전이는 비교적 속도가 느린 것이 특징이다. 그 중에는 대부분 전이되지 않고 상당히 시간이 지난 뒤 개복하여 관찰한 결과, 대장에만 남아 있었다는 희귀한 사례도 있을 정도이다.

• 참는 것은 문제가 된다

아직 확실하게 원인이 해명된 것은 아니지만, 궤양성(潰瘍性) 대장염에 의해 악성의 종양으로 진행된 것이 아닌가 하는 것이 현재까지의 연구 결과로 알려져

있다.

그런데 궤양성 대장염은 노인 중에서도 통증을 참는 경우가 많은 것이다. 수술이 싫으니까 약제로 적당히 통증을 분산시키다가 장 속에 종양이 생겨 장폐쇄(腸閉鎖)가 되고 결국 참을 수 없어 수술했을 때는 너무나 늦었다는 경우가 상당히 많은 것이다. 그러므로 참을성이 많다는 것도 무조건 좋은 것만이 아니므로 심사숙고해야 한다.

위암과는 달리 급속도로 악화되는 것이 아니고 서서히 진행되기 때문에 참을 만큼의 통증이라고 해도 수술방법이 가장 효과적이라면 빨리 단행하는 것이 바람직할 것이다.

#### • 각 부위별 증상의 차이

우선 직장암의 경우, 자각증상으로서 변비와 혈변이 나타나 이상한 느낌을 갖게 되는 경향이 많다. 초기에는 배변이 곤란한 정도뿐인데, 다른 장의 질병처럼 복통이나 권태감, 빈혈과 같은 것은 말기에서만 증상으로 나타나는 것이다. 그래서 상당히 악화된 다음이 아니면 발견되지 않는 경우가 많다.

말기가 되면, 반복적으로 구토하거나 암성(癌性)의 복막염을 일으키고 간기능 장애가 동반된다. 맹장암이나 결장암인 경우, 초기 증상에서 발견되는 것은 매우 드물고, 말기가 되어 비로소 빈혈이나 체중감소, 아픈 부위에 대한 촉진으로 종류(腫瘤)가 확인된다.

40세가 지났는데도 설사가 잘 낫지 않는다거나 빈혈 같은 것으로 괴로운 사람은 한번쯤 의심해 보는 것이 현명하다.

설사와 변비가 교대로 나타나거나 미열, 식욕부진, 이유 없이 구토감이 생기는 것도 마찬가지이다. 이와 반대로 S상 결장암은 부위가 비교적 좁은 편이므로 조기에 증상이 나타나 비교적 발견이 쉽다. 이 경우는 협착(狹窄)되므로 배변이 곤란하게 된다.

• 대변에 따라 판단된다

각 부위에 따라 대변의 상태가 다르기 때문에 어느 정도는 판단이 가능하다.

- ① 직장암·배변시 둔통이 있거나 점액이 섞여 나온다. 얼마 후 가느다란 모양으로 변하고 피가 섞여 나오기 시작한다. 암이 진행되면 항문의 괄약근(括約筋)이 제대로 작용하지 못해 점액이 스며 나오거나 혈농(血膿)이 나올 때도 있다.
- ② 팽창암, 결장암·초기부터 피가 대변에 섞여 나오는데, 대부분 느끼지 못할 경우가 많은 것이다. 암이 진행되면 고름도 혼합된다.
- ③ S상 결장암·대변에 피가 섞이는 것은 마찬가지인데, 악취가 매우 심하고 점성(粘性)이란 점이 이 암의 특징이다.

어쨌든 암은 조기발견이 가장 큰 핵심이므로 평소부터 대변상태를 잘 관찰해야 된다.

• 어떤 검사가 있는가?

대개 다음 3가지 검사를 생각할 수 있다. 하나는 지진(指診)으로, 손가락을 항문 속으로 넣어 종양을 탐색하는 것인데 이것은 항문 근처 이외는 검사할 수 없는 결점이 있다. 다만 직장암은 대부분 90% 이상이 항문에서 10cm 이내 부위에 증상이 나타나기 때문에 발견율이 상당히 높다고 할 수 있다

내시경검사는 하부의 대장암을 진찰할 때 이용되는데, 항문에 파이버스코우프(Fiberscope)를 삽입하여 관찰한다.

X선 검사는 항문에서 바륨(barium)을 주입하여 입으로 마신 바륨처럼 조사하는 것이다.

우리나라의 의학 수준도 선진국 수준에 올라있고, 최첨단 의학기기도 다량 활용되고 있기 때문에 오진되는 확률은 거의 없다고 생각해도 될 것이다. 무엇보다

다도 본인 스스로가 좀 이상하다고 생각되면 종합병원을 찾아가는 것이 생활화 되어야 할 것이다.

### • 충수염(虫垂炎)

맹장염이라고 부르는 것이다. 맹장 끝에 콩지처럼 붙어있는 돌출부에서 균 때문에 염증을 일으키는 증상이다. 오늘날 이 충수염은 체질과 관계되어 있고, 유전되는 것으로 알려져 있다.

여기에도 급성과 만성이 있고, 20대에서 30대에 걸친 비교적 젊은이에게서 많이 발생된다.

만성 맹장염은 최근까지만 해도 급성 맹장염이 완치된 후의 후유증으로 생각되어 왔다. 그러나 지금은 과민성 대장염의 하나일 것이라고 추정되고 있다.

급성인 경우, 원인은 대부분이 음식물에 혼합된 잡균 때문이다. 처음에는 명치 근방이 아프기 시작하고, 그 다음에 열이 나면서 식욕이 떨어지는 것이다. 이때 오한과 함께 피로감이 심하게 나타난다. 그 후 오른쪽 하복부가 점차 아프게 되면서 심해지면 다리를 뻗을 수 없게 된다.

맹장염이 생기면 혈류가 악화되고, 이것을 방치하면 괴저(壞疽)라고 하여 썩다가 짓물러 구멍이 뚫어지게 된다. 그런데 처치가 늦어지면 복막염이 병발되어 죽을 수도 있는 위험한 증상이란 것을 잊어서는 안 된다.

가벼운 증상은 약제로 통증을 해소시키는 것도 가능하지만, 과민성 대장염으로 진행될 수도 있으므로 수술로서 제거하는 것이 가장 바람직하다고 한다.

### 3. 간장(肝臟)에서 생기는 질병과 원인

간장은 위장이나 대장, 소장 등과 밀접한 관련을 갖고 있다. 그러기 때문에 서로 이상한 요소가 나타나면 큰 영향을 받게 된다. 간장의 주요한 질병에는 황달, 복수, 간염, 간경변, 간암 등이 있는데 그 중에서도 간염, 간경변, 간장암에 대해 서술하기로 한다.

- 간염(肝炎)에는 종류가 많다.

간장이 매우 ‘활동력이 강하다’는 것을 앞에서도 설명했다. 그래서 사소한 질병에 걸려도 극복할 수 있고 참을성도 있다. 그러나 이것이 오히려 허점이 될 경우도 있다.

급성 간염 이외의 다른 병에 걸려도 거의 증상이 나타나지 않으므로 이상하다고 느꼈을 경우는 이미 악화됐다는 실례가 상당히 많은 것이다. 그러므로 간장을 지키려면 정기적으로 혈액검사를 받아 체크하지 않으면 안 된다.

우선 간염에는 3가지 타입이 있는데, ① 바이러스 간염, ② 알코올성 간염, ③ 중독성(中毒性) 간염으로 분류된다.

바이러스 감염에는 A형, B형, 비(非)A비(非)B형이 있는데 매우 골치 아픈 증상이다. 그런데 최근에는 새로이 C형이 있다는 사실이 확인되었다.

우선 A형 간염은 경구(經口)로 전염된다. 상수도과 하수도 시설이 정비되어 있지 않은 나라를 여행한 사람들이 잘 발병된다. 잠복기간은 개인차가 있으나 대개 2~6주간으로 알려져 있다.

B형 간염은 감염자의 혈액에서 전염되는데, 타액이 붙은 컵이나 칫솔 등이 감염원이 된다. 감염자와 성교한 경우에도 눈에 보이지 않는 성기의 상처에서 전염될 수 있다.

가장 무서운 것은 감염자의 피인줄 모르고 채혈된 피를 수혈한 경우였는데,

현재는 과학적 검사가 개발되어 거의 이 같은 폐해가 해소되었다.

B형 간염의 잠복기간은 A형에 비해 매우 길고 1개월 이상 발병하지 않는 것이 일반적이다. 그 중에는 6개월 후에 발병될 때도 있다. 현재는 백신이 개발되어 있으므로 미리 예방하면 방지가 가능하다.

비A비B형이란 것은 그 바이러스가 발견되지 못해 최근까지도 전혀 정체를 알 수가 없었다. 그래서 백신도 개발되지 못했는데, 10여 년 전에 발견되면서 확진도 개발되었다. 비A비B형은 잠복기가 2주일인 경우도 있고 반년인 사람도 있을 정도로 사람마다 다르다.

A형 간염은 만성 간염이 되지 않으나 다른 2종류는 그 30% 정도가 만성으로 진행되는 것으로 알려져 있다. C형에 대하여는 간암을 설명할 때, 언급하기로 한다.

#### • 증상과 처치

처음에는 전신적인 피곤감이 자각증상으로서 나타난다. 그리고 계속 식욕이 없어지고 발열과 토기가 엄습해 오므로 흔히 위장 카타르로 오진될 때가 많다. 얼마 후에는 소변도 누렇게 탁해지고 악화되면 커피 같은 색으로 변한다.

자각증상이 나타난 뒤 3일~10일쯤 지나면 부종과 황달이 온 몸에 나타나고 간장 부위를 누르면 통증을 느끼게 된다.

간염은 어떤 증상이거나 모두 안정이 가장 중요하다. 우리가 서 있을 때와 몸을 옆으로 누워 있을 경우를 비교해 보면 간장을 통과하는 혈액량의 30% 이상 다르다. 혈액을 깨끗하게 정화하는 간장의 기능을 발휘하려면 몸을 옆으로 누워 있는 것이 크게 도움이 되는 것으로 알려져 있다.

초기인 식욕이 있을 때는 단백질을 가급적 많이 섭취할 필요가 있다. 그리고 외국에 여행 갔을 경우에는 가능한 한 생수를 그대로 마시지 말아야 된다. 특히 동남아시아나 아프리카, 남아메리카 지역에서는 주의할 필요가 있다.



### • 애주가들의 주의사항

다음은 알코올성 간염이다. 갑자기 술을 폭주하거나 자기의 음주량 이상으로 마시면 다음 날까지 숙취 때문에 고생하게 되는데, 이 같은 상태의 심한 증상이 라고 생각하면 틀림없다. 원인은 물론 알코올의 과잉섭취인 것이다.

대량으로 과음하지 않아도 오랜 기간에 걸쳐 애주하면서 간장에게 휴식을 주지 못하면 서서히 악화되게 된다. 바이러스성간염과 달리 알코올성(性)은 금주하면 완치된다. 다만 2~3일 정도의 금주만으로는 불가능하다.

### • 중독성도 있다

세 번째로 중독성 간염인데, 이것은 음식물에 있는 독소에 의해 발생된다. 대표적인 실례가 복어나 버섯류 등이다. 이 밖에도 약품을 취급하는 직업에 종사하는 사람이 본인도 모르게 약의 독성이 몸에 침투되어 중독되는 경우가 있다. 증상은 바이러스성간염과 거의 비슷한데 중증인 때는 뇌기능까지 영향을 주어 의식을 잃게 되는 경우도 있다.

### • 비교적 많은 간경변

외국인에 비해 우리나라 사람에게 간경변이 많은 것은 생활습관이나 식생활과 관계가 많은 것으로 알려져 있다. 쉽게 말해서 간경변이란 간장 기능이 저하되어 돌처럼 굳어지는 현상이다.

무엇 때문인가? 흔히 과음이 원인으로 알려져 있으나 알코올에 의한 것은 전체의 20% 정도이고 나머지는 바이러스성간염에 의한 것이다.

우리나라 사람들은 축제나 집회 또는 어떤 문제를 해결했을 경우, 음주하는 습관이 있기 때문에 술 마실 기회가 많은 것이 사실이다. 일반적인 증상은 우선

먼저 피곤감을 느끼게 되고 식욕이 떨어진다. 그 다음에 토기나 고장(鼓腸) 등이 나타나 악화됨에 따라 성욕도 저하된다. 유방이나 고환도 작아지고 임포텐츠가 되어 마지막에는 간기능이 정지되어 버린다.

대부분은 간장암과의 합병증이 나타날 때가 많고, 식도정맥류(食道靜脈瘤)의 파열이 나타난다. 이에 대한 예방으로서는 알코올과 인연을 완전히 끊는 것이 외에 식생활 습관을 평소부터 개선시켜야 된다. 지방질이나 콜레스테롤이 많은 음식은 간장에 부담을 주게 된다. 그러므로 육식이 지나쳤다고 생각되면 즉시 거기에 알맞게 녹황색 야채를 섭취하거나 비타민이 풍부한 과일 등으로 균형을 취하는 것이 매우 중요하다. 더구나 비대한 사람은 칼로리를 계산하여 지나치게 지방질을 섭취하지 않도록 주의하기 바란다.

## • 두 가지 간장암

### ① 원발성(原發性) 간장암

### ② 전이성(轉移性) 간장암

암은 어느 부위에서 발생해도 무서운데, 우리나라 사람은 간경변과 함께 비교적 간장암이 많은 것으로 알려져 있다. 서구인에 비하면 약 8배가 되는 것으로 알려져 있다.

①의 원발성이란 담관(膽管)세포, 간세포에서 암이 발생하는 것인데, 그 근거지는 바로 간장이므로 간경변에서 악화되는 경우가 많은 것이다.

이와는 달리 ②의 전이성은 다른 부위에 생긴 암이 간장으로 전이(轉移)된 것이다. 어떤 이유에서건 남성의 발병률이 여성보다 3배 정도 많다는 것도 특징이다. 연령적으로 볼 때, 40대 이상부터 노인에게 많은 것은 무엇보다도 간장의 혹사에 따른 피로감과 관계되는지도 모른다.

증상인 배 위에서부터 갈빗대 끝 부위까지의 둔통(鈍痛)과 설사나 토기, 압박감 등 다른 질병과 비슷하다. 얼마 후에는 급격하게 체중이 감소되면서 황달도

나타난다.

간경변이 병발 된 암인 경우는 수술도 매우 어려울 뿐만 아니라 생존율도 매우 낮다. 손끝으로 배를 눌러 촉진했을 때, 간장 표면이 암일 경우는 응어리가 느껴지는 것을 알 수 있다.

#### • 간암에 C형 바이러스설(說)

원발성 간장암 중에서 이제까지는 술의 과음이 원인으로 알려진 알코올성 간암이 사실은 C형 간염 바이러스가 주범일 것이라는 주장이 제기되고 있다. 요약하면 술의 과음이 간암의 원인이 아니고 C형 간염 바이러스 아니냐는 것이다.

간염 바이러스는 A, B, 비A비B의 3종류 이외에 최근에는 새로운 바이러스로서 C형도 있는 것으로 밝혀졌는데 그 C형이 간암의 진범이라는 것이다. 이미 미국에서는 이 C형 간염 바이러스의 검사약이 개발되어 있고 이것으로 알코올성 간암 환자 80여 명을 검사한 결과, 그 중 45%인 36명이 C형 간염 바이러스 감염자로 확인되었다.

즉 간암 환자 중 검사에서 간염 바이러스가 발견되지 못한 사람들을 그 때까지 과음했던 그룹과 적당히 마셨던 그룹, 별로 마시지 않았던 그룹의 3가지로 나눈 다음 이 C형 간염의 감염 여부를 조사한 것이다.

그 때까지, 알코올이 암의 원인이라는 통설대로라면 맨처음그룹, 대량으로 알코올을 섭취하고 있었던 그룹이 가장 간염 바이러스와 관계없이 발병되어 있어야 했다. 그러나 검사 결과는 어느 그룹이나 각각 약 70% 정도가 감염되고 있었기 때문에 알코올의 다소는 간암의 발생과 별로 관계가 없는 것이 아닌가, 그리고 이와는 반대로 이 C형 간염 바이러스가 평균적으로 관여하고 있다는 점에서 무엇보다 관련성이 깊다는 결론이 나오게 된 것이다.

- 아직도 알 수 없는 간암의 원인

그러나 이것만으로 C형 간염 바이러스가 진범이라고 단정할 수도 없는 것이다. 이와 같은 데이터는 바이러스에 대한 항체(抗體)만을 본 것일 뿐 바이러스를 직접 검출한 것은 아니기 때문이다. 그래도 이 같은 사실에서 C형 간염 바이러스로 간암 발생을 설명할 수 있었던 것은 사실이고, 머지않아 연구가 더욱 개발되면 그 원인이 틀림없이 확인될 것이다.

#### 4. 담낭에서 생기는 질병과 원인

- 담석(膽石)은 비만병인가?

돌연 심하게 배가 아파 몸을 땅바닥에서 뒹굴었다는 이야기를 들은 바가 있을 것이다. 담석은 아무 증상 없이도 돌연 일어날 수 있다. 통증 때문에 실신하거나 온 몸이 경련을 일으키는 사람도 있을 정도니까 얼마나 심한가를 상상할 수 있을 것이다.

담석이란 콜레스테롤이 담낭이나 담도 안에서 돌처럼 굳어져 만들어지는데 비만인이나 대식가에게 흔하다. 이것은 혈중 콜레스테롤이 높을수록 담석이 만들어지기 쉽기 때문인 것으로 알려져 있다. 포화상태인 콜레스테롤이 담즙과 혼합되어 돌이 되는 것인데, 한편으로 빌리루빈 칼슘이 담석이 될 때도 있다.

검사한 후, 약품으로 녹이는 방법도 있으나 돌이 지나치게 크면 개복수술을 할 수밖에 없다. 다만 가늘어진 결석이 수분과 함께 십이지장으로 흘러 들어가면 통증이 없어진다. 대부분의 경우, 어느 순간에 배변과 함께 몸밖으로 나올 때가 많으므로 수분을 많이 섭취하거나 운동하는 것도 도움이 되는 것으로 알려지고 있다.

■ 消化器계통의 疾患과 本人의 湯劑方

근본적으로는 지방분이 적은 음식을 섭취하고 습관적으로 변통이 잘 되도록 하는 것이 필요하다.

● 담도염과 담낭염

담석에 의해서 유발되는 경우가 많은 질병이다. 이것은 담석이 담도의 통로를 막히게 한 결과, 담즙이 담도로 흘러가지 못하고 담낭으로 스며들어 염증을 일으키기 때문이다. 다만 담석도 없는데 어떤 원인으로 파이프의 통행이 악화되면 담즙의 역류(逆流) 현상으로 만성이 될 경우도 있다. 이들 원인은 대부분 대장균에 의한 것인데, 기타의 세균과도 관련된다.

증상은 상복부가 아프게 되면서 어떤 경우는 토기와 오심(惡心), 발열, 황달 등이 나타나는 것이다. 방치하면 복막염이나 담낭에 구멍이 뚫어지는 합병증이 유발된다. 대부분은 약품으로 고여있는 고름을 몸밖으로 내보내는 요법이 활용된다.

● 담관암과 담낭암

이들 암도 담석과 관계가 있는 것으로 알려져 있다. 담석으로 고통받는 사람의 10% 정도가 암이기 때문이다. 그러나 이 암은 위장이나 장의 여러 가지 암에 비하면 극히 적은 편이다. 그리고 중년 이상의 여성에게서 많은 것도 한 가지 특징일 것이다.

발병되면 황달이 나타난다. 통증은 거의 없고 황달이 점차 심해지면서 체중이 감소되는 것을 느끼게 된다. 검사로 다른 부위에 전이되어 있는지 여부에 따라 치료법이 달라진다. 전이된 사실이 없으면, 즉시 담낭을 수술로 잘라버리는 것이 현명하다. 현재는 초음파에 의한 무통(無痛) 검사로 즉시, 암의 유무를 알 수 있으므로 정기적인 검사와 조기발견이 최선의 방법일 것이다.

## 5. 췌장에서 생기는 질병과 원인

### • 췌장염(膵臟炎)

췌장염도 급성과 만성으로 나누어진다. 췌장염에 걸리면 배에서 우선 심한 통증이 온다. 상복부에서 왼쪽 옆구리와 등뒤로 퍼지기 때문에 진통제가 아니면 도저히 참을 수 없을 정도로 아프다. 환자는 쇼크 증상을 일으키고 발열과 구토도 일으킨다.

### • 원인은 알코올

급성 췌장염의 대부분은 과음에 의한 것으로 알려지고 있다. 발작은 식사 후에 나타난다. 이 밖에 담도염 등이 유발원인일 때도 있고 바이러스 감염에 의해서도 나타난다.

담도 질환이 무엇 때문에 췌장에 영향을 끼치는가 하면 담도의 폐쇄(閉鎖)로 담즙이나 위액이 역류되어 췌장을 아프게 하기 때문이다. 그러므로 담석이 생기면 이 췌장염에도 주의가 필요하다. 그리고 발작 후에는 절대 안정이 필요하고 음식물은 일체 중지해야 된다. 만성 췌장염은 급성 췌장염 환자 중에서 40% 정도가 해당되는데, 결국 췌장염은 비교적 예후가 나쁜 질병인 셈이다.

급성일 때는 지방질의 과잉 섭취를 피하고 고단백질과 고칼로리 음식을 섭취한다 그리고 무조건 폭음, 폭식이 가장 나쁘다는 것은 잊지 말기 바란다. 만성에서는 췌액의 분비가 악화되기 때문에 지방이 소화되지 못해 설사가 계속된다. 그래서 체중도 감소되고 식욕도 없게 된다.

특히 췌장에서 만들어지는 인슐린이라고 하는 물질이 이상해지기 때문에 혈중에 있는 당의 컨트롤이 불가능하여 당뇨병이 병발될 때가 많은 것이다. 만성 췌장염으로 진단되면 식사요법에 신경을 써야 된다. 탄수화물이나 양질의 단백

질을 중심으로 영양부족이 되지 않도록 노력하면서 섭생에 노력해야 된다.

누구나 일차적으로 만성이 되면 그 다음부터는 식사와의 ‘투쟁’이라고 할 수 있다. 지방질이 함유된 음식은 하루에 30g 이하로 억제하고 가급적 섭취하지 않도록 노력하며, 합병증으로서 당뇨병이 병발되지 않도록 하면서 적절한 운동 요법을 첨가해야 된다. 알코올은 절대 피해야 된다. 생명을 단축하기 때문이다.

식이요법으로 췌장의 악화를 방지할 수 없는 사람은 인슐린 투여에 의해 컨트롤 할 수밖에 없는데, 정기적으로 장기간 계속해야 된다. 중단하면 즉시 악화되기 때문이다. 철저하게 질병과의 조화를 이루어 나갈 수밖에 없는 것이다.

### ● 췌장암(胰臟癌)

췌장암의 원인은 아직도 해명되지 않고 있는데 우리나라에서는 해마다 증가하는 경향을 나타내고 있다. 특히 당뇨병과의 관계가 문제되고 있다. 그 이유는 당뇨병인 사람 중에서 발병되는 경우가 매우 많기 때문이다. 그리고 만성 췌장염이나 간장암, 담낭암 등이 전이된 경우를 생각할 수 있다.

식생활이나 생활습관에서는 심한 흡연자나 폭음자, 육식을 좋아하는 사람에게서 발병된다. 폐암과 담배와의 상관성은 세계적으로 잘 알려져 있는데, 이 폐암의 증가와 췌장암의 증가가 유사하다는 점에서 그 관련성도 의심하게 되는 것이다. 초기 증상은 상복부의 통증이나 압박감인데, 이유 없이 체중이 감소되기 시작하거나 식욕이 돌연히 없어지는 것을 이상스럽게 느끼지 못하는 또는 이것을 자각하지 못하는 사람들이 있다.

복통은 잘 치유되지 못하고 토기 이외에 설사, 황달이 나타나며 등허리가 아프기 시작한다. 이 때쯤 되면 배에 물이 차고 부풀어 오르기 시작하기 때문에 짐작할 수 있다.

췌장암의 특징은 반듯하게 누었을 때의 통증이 심하고, 몸을 옆으로 누었을 때 약간 부드러워지는 것이다. 몸을 앞으로 구부린 자세만으로도 좀 편해진다.

이런 상태에서는 수술하는 방법밖에 없는데, 췌장을 완전히 제거하지 않으면 안 된다. 다만 췌장에서 분비되고 있는 췌액을 검사했을 때 이미 전이가 시작된 사실이 밝혀지면 수술이 불가능해지므로 다른 암과 마찬가지로 조기 발견이 중요한 것이다. 결국 조기 발견하려면 췌장염이었던 사람이나 담석, 당뇨병 등 경험자들 스스로가 정기적으로 검사하는 것이 무엇보다 중요하다.

## 消化器계통 疾患에 쓰는 本人의 상용湯劑方

### ■ 위염 위통 위궤양 (가미건위탕)

- 處方 : 황기 백출 각 10g 복령 용안육 각 7g 향부자 진피 사인 각 5g  
목향 백두구 초두구 후박 적석지 곽향 감초 각 3g 산사육 5g 신곡  
맥아 각 2g 허약자 가인삼 허심자 녹용

### ■ 위염 위통 위궤양 오심 설산 조잡 식적 담연 위원복통 (평진건비탕)

- 處方 : 산사육 5g 향부자 반하 진피 각 4g 창출 백출 천궁 지실 곽향 후박  
사인 복령 맥아 신곡 각 3g 작약 4g 용안육 감초 각 3g 목향 2g  
변비 가빈랑 육중용 각 3g 맥아신곡 배량

----- 김해 세립당 정기주 선생 제공

### ■ 태음인의 감기몸살을 겸한 위염 위원통, 두통, 요통, 사지통 (오적산)

### ■ 조잡 속이 텅텅하고 잘 체하고 위염 속쓰림 (소식청울탕)

- 處方 : 백출 6g 반하 진피 복령 신곡 향부자 천궁 맥아 지각 치자 길경



■ 消化器계통 疾患에 쓰는 本人의 상용湯劑方

황련 곽향 감초 오약 후박 각 3g 산사육 4g 목향 사인 각 2g 간3

■ 신경성위염 답답증 화기 심계항진 간염 불안 신경쇠약 불면증 잘 놀람 (가미온담탕)

- 處方 : 향부자 12g 백작약 8g 진피 당귀 백출 백복령 죽여 맥문동 산조인초 용안육 지실 각 4g 원지 길경 목향 연자육 각 3g 지모 황백 감초 간3 조2 ▶허심자 녹용 변비자 거연자육

■ 육체 심한 체증 (가향사평위산)

- 處方 : 산사육 8g 창출 진피 각 4g 향부자 지실 곽향 후박 사인 각 3g 목향 삼능 봉출 계내금 감초 각 3g 쇠고기 육체에 배를 넣고 돼지고기 체한 데는 곱감을 넣고 개고기 체한 데는 행인 소엽 각 4g씩을 가미한다.

■ 급만성 위염 위산과다 식체 과식 식욕 감퇴 소화불량 팽만감 조잡 구취 변비 하리 설고 두현두통 권태 (가미사심탕)

- 處方 : 반하 6g 백출 인삼 5g 복령 진피 후박 황금 백작약 산사육 각 4g 맥아 신평 사인 죽여 감초 각 3g 목향 빈랑 황련 대황 백두구 각 2g 대조2 ▶하설자는 거빈랑

■ 위하수 위확장 (십전대보탕 합보중익기탕) 합방

■ 식도경련증 연하곤란 음식송하불편증 (가미청화탕)

- 處方 : 현삼 8g 백작약 숙지황 박하 정향 당목향 당귀 천궁 황백 지모 천화분 길경 감초 각 4g 전탕후 용뇌 1g 조복

- 위산과다 애주 설산조잡 위통 변비 (가미향평산)
  - 處方 : 창출 산사육 각 8g 진피 후박 향부자 반하 사인 백작약 각 4g  
건강 정향 목향 감초 각 2g
  
- 위산 결핍증 위산과소증
  - 處方 : 애엽(쑉)을 뜯어 찢어서 즙을 내어 1일 2회, 1회 작은 컵 1컵씩 마신다.
  
- 위염(급성은 급체, 만성은 구체이다.) 오심구토 위원통 소화불량 위부팽만증 (가미양위탕)
  - 處方 : 창출 산사육 각 8g 진피 신곡 맥아 빈랑 지실 라복자 사인 후박  
향부자 정향 감초 각 4g 초과 2g 간3 조2
  
- 위궤양, 위벽손상 극심한 위원통 출혈 매우 악성으로 심한 경우 위천공을 유발 (가미참출탕)
  - 處方 : 황기 12g 녹용 인삼 황정 백출 백복령 맥아 신곡 후박 진피 산사육  
지실 백작약 사인 감초 각 4g 모려 3g
  
- 위경련 위부극심동통 수족궤냉 만성화 되면 반복발작한다. (가미대보탕)
  - 處方 : 인삼 황기 백출 백복령 숙지황 당귀 백작약 천궁 육계 감초(구)  
황정 현호새 각 4g 간3 조2  
▶복부와 수족이 매우 찬 경우 포부자 4g 가미
  
- 위하수 소화불량 두통 권태 진탕시수음 (가미찰출전)
  - 處方 : 창출 12g 반하 적복령 각 5g 택사 진피 인삼 천궁 백출 각 4g 간3

■ 消化器계통 疾患에 쓰는 本人의 상용湯劑方

■ 위확장 신경성위근이완 식후팽만감 위부진탕시 수음 (가미건비탕)

- 處方 : 인삼 백출 각 6g 당귀 천궁 백복령 곽향 후박 진피 산사육 육계 각 4g 지실 사인 백작약 신곡 맥아 감초 각 3g 간3 조2

■ 장신경통(중추성과 말초성으로 구분하고) 식물적체 기생충에 의한 복통이 있다. (가미반총산)

- 處方 : 창출 감초 각 6g 초오 삼능 봉출 백복령 청피 현호새 백작약 각 4g 사인 정향 빈랑 3g 계피 건강 각 2g 총백1

■ 상습변비 두통현운 (가미사물탕)

- 處方 : 육종용 12g 박하 숙지황 당귀 백작약 천궁 도인 대황 신곡 맥아 각 4g

■ 간염 (가미사간탕)

- 處方 : 백작약 초롱담 당귀 천궁 시호 목단피 건지황 치자 황금 황백 의의인 현삼 오가피 감초 각 4g

■ 황달 (가미위령탕)

- 處方 : 인삼 백복령 백출 택사 저령 곽향 대복피 라복자 인진 대황 차전자 오가피 감초 각 4g (장복한다).

■ 복수 문맥혈행장애 호흡곤란 심계항진 (가미곽령탕)

- 處方 : 택사 14g 곽향 소엽 백지 대복피 저령 백출 적복령 각 4g 후박 진피 반하 길경 감초 각 2g

■ 위한냉 구토청수 (가미이중탕)

- 處方 : 인삼 백출 적복령 진피 곽향 정향 반하 축사 계피 각 4g 건강포 2g

간3 오매 1개 (성온순기나 매우조하다.)

■ 혈리 적리 복통 보비위 (가감평위산)

- 處方 : 백출 후박 진피 각 6g 도인 인삼 황련 아교주 적복령 각 3g 감초 4g 목향 빈랑 각 2g 간3 조2

■ 위암 대장암 (가내소요설탕)

- 處方 : 당귀 백작약 감초 황기 연요 백지 패모 황각자 천화분 천산갑 금은화 목향 청피 유향 몰약 각 2g 대황주제 5g 의의인 4g

■ 위한구토 불납수곡 문식문약즉구 (비화음)

- 處方 : 인삼 백출 백복령 신곡 각 4g 곽향 진피 축사 감초 각 2g 간3 조2 (가) 산사육 맥아초 각 4g

■ 기허 기체 작애 (십미보화탕)

- 處方 : 인삼 백출 복령 반하 진피 각 4g 곽향 향부자 사인 각 3g 감초 목향 각 2g

■ 반위 (안위탕)

- 處方 : 백출 백복령 산약 당귀 진피 반하 곽향 각 4g 황련강집초 연자육 각 3g 인삼 사인각 2g 감초 1.5g 간3 조2 오매1

■ 감상풍한 사지냉 흥복작통 구사생냉 (오적산)

■ 비위습성 설사 복통 (위령탕)

- 處方 : 창출 후박 진피 저령 택사 백출 적복령 백작약 각 4g 계피 감초 각

■ 消化器계통 疾患에 쓰는 本人의 상용湯劑方

2g 간3 조2 (제습이수)

■ 상서 심비구사 흑 곽란전조 부종 (육화탕)

- 處方 : 향유 후박 각 6g 적복령 곽향 백편두 목과 각 4g 축사 반하 행인  
인삼 감초 각 2g 간3 조2

■ 허로 손기혈부족 권태 기단식소 한열자한 (인삼영양탕)

- 處方 : 백작약(주초) 8g 당귀 인삼 백출 황기초 육계 진피 구감초 각 4g  
속지황 오미자 방풍 3g 원지 2g 간3 조2

■ 비위허약 음식부진 심흉부민 (전시이공산)

- 處方 : 백출 백복령 인삼 곱피 목향 감초 각 4g 간3 조2 산사육 신곡 맥아  
사인 백두구 후박 등을 가미하여 용약

■ 위산과다 위원통 위궤양 (해산안위탕)

- 處方 : 백복령 백편두 각 8g 인삼 당귀 산사육 신곡 맥아 각 4g 진피 3g  
박하 감초 각 2g

■ 기불서창 음식불화 장위기체(가스) 흑소변불리 (해산화중탕)

- 處方 : 진피 산사육 각 8g 백복령 택사 각 6g 당귀 지각 후박 목향 각 4g 간3

■ 소화불량 비설 (향사육군자탕)

- 處方 : 향부자 사인(제) 후박 진피 인삼 백출 백작약(초) 창출(초)  
산약(초) 각 4g 구감초 2g 간3매1

(세종당한약방 경남 김해시 전하동 43-12 ☎ 055)336-4664)