

위염



급성 위염이란

급성위염은 갑자기 일어나는 위벽, 특히 위점막(胃粘膜)의 급성 염증이다. 염증 부위는 위점막층이며, 염산이나 가성소다 등 강한 부식성 물질을 섭취하여 생기는 부식성 위염일 때는 점막보다 깊은 위점막 하층이나 고유근층 까지 침범된다. 포도상구균으로 인한 화농성위염인 경우에는 소장을 포함한 소화관의 전신성 감염증의 일부로 나타나게 된다.

급성 위염의 경우, 자극적인 음식을 먹거나 잘못된 습관으로 음식을 섭취하는 경우에 생기는 외인성 급성 위염과, 독감 바이러스에 의한 감염 등에 의해 생기는 내인성 급성 위염이 있다.

급성 위염의 증상

급성 위염으로 인한 증상은 속이 더부룩해지는 복부 팽만감과 식욕부진 등이 있다. 특히, 급성 위염에서 주로 염증이 침범하는 부위가 위산을 분비하는 곳이므로 위액의 분비가 감소되고 소화 장애가 더욱 심해지는 경향이 있다.

급성 위염은 원인이 된 것을 먹거나 마신 뒤 대개 6~24시간이면 증세가 나타난다. 처음에는 복부의 불쾌감에서부터 시작되어 기분이 나쁘고 속이 메스꺼우며 식욕이 떨어진다. 구토가 심하여 물도 마실 수 없을 때가 있다. 염증이 심할 때에는 복통을 겪하게 되지만,

대부분의 경우는 위의 통증은 별로 없고, 상복부의 압박감이나 팽만감이 주요한 증세이다. 또한, 구토가 일어나는 경우도 있으며, 중증의 경우에는 구토를 되풀이하도 피를 같이 토하는 증세를 보이기도 한다. 그 밖에 온몸이 나른하고 두통과 때로는 미열(微熱)을 동반하기도 하지만, 열은 곧 내려간다.

급성 위염의 치료

식이요법으로는 약 2일 정도 금식한 후 죽(粥)과 같은 유동식에서 시작하여 점차 양을 늘리거나 일반식으로 전환하는 방법이 있다. 그러나 급성 위염의 원인이 폐렴, 독감 등의 합병증으로 생긴 경우라면 원인이 되는 질환의 치료도 같이 동반하여야 한다.

약물 치료의 경우, 위궤양의 치료에 준하여 항궤양제, 제산제, 진경제 등이 쓰인다. 그러나 외인성 급성 위염의 치료에는 앞서 말했듯이 약보다 먼저 식사에 대한 주의사항을 지켜야 한다.

만성 위염이란

만성 위염은 위의 점막에 만성염증이 생기는 병으로, 급성 위염과는 달리 분명한 원인을 알지 못하는 경우가 많다. 만성 위염은 표층성 위염, 위축성 위염 및 비후성 위염으로 구분되어 왔지만 지금은 '표층성과 위축성 위염'으로 구분하고 있다.

연령이 높아질수록 위축성 위염의 빈도가 증가하게 된다. 만성 위염 중에 생검(조직검사) 소견을 보면 소화성 궤양 때는 표층성 위염과, 위암에서는 위축성 위염과 공존하는 형태가 많다. 또한, 급성 위염에서 만성 위염으로 이행된다는 것이 시사되고 있고, 식이, 조미료, 약물, 알코올, 커피, 담배 등의 외인성 인자가 만성 위염을 일으키기도 한다.

즉, 만성위염은 위에 지속적인 자극이 가해졌을 때 발생하는 것으로 생각되고 있다. 술, 담배 등의 자극이 주요 원인으로 애주가나 애연가에게 만성 위염이 많은 것은 그 때문이다. 또한, 뜨거운 것을 잘 먹는 사람에게도 위염이 많다.

만성 위염의 증상

만성 위염의 증상은 다양하며 임상경과에 따라서 표층성 위염과 위축성 위염으로 구분하여 설명이 되어야 할 것이다.

(1) 표층성 위염은 상복부에 통증이 올 수 있는데, 식사 직후에 나타날 수 있다. 또한, 상복부가 무겁게 눌리는 듯한 기분을 느낄 수 있으며, 메스껍고 가슴이 답답하여 소화성 궤양과 비슷한 증상을 보일 수 있다.

(2) 위축성 위염은 명확하게 나타나는 증상이 없고 소화 불량 증상이 있다. 기름기나 조미료(짜거나 매운 것)를 많이 넣은 식사를 하고 난 후에 소화가 잘되지 않는 느낌을 갖는 경우가 많다. 특히, 과식한 후에 상복부에 불쾌감이나 복통을 느끼며 식사 후에 바로 배가 불러지고 압박감이 동반될 수 있으며, 많은 예에서 체중감소를 볼 수 있다. 또한, 입맛이 떨어지고 메스꺼움과 구토, 전신 권태감, 설사 등이 나타날 수 있으며 토혈하는 경우도 있다. 점막이 얇아져 위벽의 혈관이 찢어지기 쉽기 때문에 때로는 큰 출혈을 일으켜 상당한 토혈을 보이는 수도 있다.

만성 위염의 치료

만성 위염은 발생 원인이 확실히 알려져 있지 않은 진행성 병변이므로 실제적인 원인요법은 없고, 대증요법이 시행되고 있는 형편이다. 따라서 원인이 된다고 추측되는 알코올, 카페인 등이 들어 있는 음료, 향신료, 차갑

거나 뜨거운 음식 혹은 음료 등과 아스피린, 항생제 등의 약물 섭취 또는 사용을 피해야 한다.

식사는 위에 부담을 경감시키고 소화기능을 정상화 하는데 도움이 되며, 영양분이 충분히 들어 있는 음식으로 한다.

약물요법을 쓸 경우, 표층성 위염에서는 소화성 궤양에 준하여 제산제, 항펩신제, 진경제, 진정제 등을 사용하도록 하는 반면, 위축성 위염에서는 점막보호제, 소화관운동 기능조정제가 사용되며, 때에 따라서는 정신안정제가 병용될 수 있다. 아무런 자각 증상이 없는 경우에는 약물요법이 필요하지 않으나 빈혈이 있을 때는 철분제나 비타민제의 보충이 필요하다.

만성위염으로 수술을 하게 되는 경우는 드물다. 그러나 대량의 토혈을 되풀이하거나 약물요법을 계속해도 효과가 없을 경우, 또 위암의 의심이 강할 때 등은 위를 절제하는 수술이 행하여지는 수가 있다.


생활 가이드

만성 위염의 예방에 있어서 일상 생활 중에 주의할 것은 무엇보다 ‘규칙적인 섭생(攝生)’이라 할 수 있다. 만성 위염은 경과가 긴 병이므로 식이요법은 장기간에 걸쳐 끈기 있게 계속해야 한다. 식사의 내용은 위산이 높은 사람과 낮은 사람에 따라 다소 달라진다.

-과산증인 사람

자극이 강한 식품은 되도록 제한하여, 위산의 분비를 억제시켜 준다. 따라서 겨자, 후추 등의 향신료나 커피, 홍차 등의 기호품은 좋지 않다. 고기는 위산의 분비를 촉진하므로 다량의 육식을 피한다. 지방은 반대로 위산분비를 억제하므로 소화하기 쉬운 버터나 참기름 등은 적당히 사용하는 것이 좋다.

-저산증인 사람

소량의 식사를 하며 영양가가 높고 식욕을 증가시키는 식사를 하도록 한다. 위의 부담을 가볍게 하기 위해 식사의 횟수를 늘려, 1회의 식사량을 적게 하는 것이 좋다. 저산증이든 과산증이든 술이나 담배는 위염의 발생이나 악화의 원인이 되므로 완전히 끊어야 한다. 

〈출처〉  HealthKorea[™] 건강샘