

## 제4장 AIDS 말기 증상과 현황

## 5. HIV 감염의 치료

현재까지 HIV 감염을 치료하는 방법은 없다. 대개의 바이러스 감염에 있어서는 인체에 침입한 바이러스에 대해 우리 몸이 스스로의 자체면역체계를 통해 면역력을 키워 건강을 회복하는 것이 일반적이다. 이러한 자체면역체계의 가동이 HIV 감염의 경우에는 해당되지 않는다. HIV는 인체의 여러 기관을 구성하는 세포나 면역세포 안에 숨어서 진행하기 때문이다.

현재까지 개발된 항HIV 약제는 1987년 지도부딘(zidovudine, AZT)이 미국 식품의약청의 첫 공인을 받은 이래 현재까지 약 20종류의 약제가 공인된 상태이다.

약제는 크게 세 가지로 분류한다. 첫째는 뉴클레오사이드 역전사 효소 억제제이고, 둘째는 비뉴클레오사이드 역전사효소 억제제, 셋째는 단백분해효소 억제제이다. 이들 약제는 HIV가 증식하는데 필요한 역전사효소나 단백분해효소를 억제함으로써 증식하지 못하도록 하는 것이다.

이러한 약제들을 선택해 치료를 시작하는데 있어서 한 가지 약제로 치료할 경우에는 수주 후에 약제에 내성인 HIV가 생겨 치료효과가 없어지게 된다. 따라서 최근에는 세 가지 이상의 약제를 동시에 복용하며 이것을 일컬어 “카테일 요법”이라 부르기도 한다. 어떠한 기준으로 약제를 선택하느냐는 매우 중요하며 이는 전문가의 처방이 필요하다. 세 가지 약물을 복용하면 몸 안에서 약 2주일이 지나면 바이러스 수가 급격히 감소하고, 약 8주가 지나면 검사상 찾아낼 수 없는 수치 이하로 감소하게 된다.

그러나 이러한 상태가 몸 안의 바이러스를 전부 제거했

다는 것을 의미하지는 않는다. 하지만 이렇게 억제함으로써 면역기능이 회복되고 기회감염이 줄어드는 긍정적인 결과가 보고 되었다. 그러나 이렇게 HIV가 감소했다가도 약을 중단하면 다시 나타나는 것이 알려졌고, 또한 계속 사용하던 환자에서도 HIV가 내성이 생겨 다시 나타나는 경우가 있어 처음에 가졌던 희망적인 기대가 다소 무너지고 있는 실정이다.

## 6. HIV 감염의 예방

전과경로가 확실히 알려져 있는 현 상황에서 HIV 감염의 예방을 위한 가장 좋은 방법은 교육과 홍보를 통해서 HIV의 전파를 차단하는 것이다.

모든 헌혈 액에 대해서는 HIV에 대한 항체검사를 실시해야 한다. 우리나라에서는 1987년부터 모든 헌혈 액에 대해 항체검사를 하도록 법으로 정하고 있는데, 최근에 증가하고 있는 장기 이식, 인공수정 등 장기나 조직을 주고받는 경우에도 HIV에 대한 검사를 철저히 해야 한다. 한 가지 단점은 항체가 나타나지 않는 항체 미형 성 시기에는 검사에서 발견되지 않기 때문에 HIV 감염의 위험성이 많은 사람들은 스스로 헌혈이나 장기 등을 주고받는 일을 하지 않도록 교육을 하여야 한다. 그러나 다행히도 이러한 가능성은 매우 적어서 항체 검사 상 음성으로 판명된 혈액을 수혈했을 때 HIV에 감염될 위험성은 수혈 100만 건당 2건 정도밖에 안된다. 1980년대 초에는 혈우병 환자들의 희생이 많았으나 근래에는 HIV가 열에 약하다는 사실이 알려져 혈우병 환자들이 필요로 하는 응고인자들을 약 56℃에서 10

## 제4장 AIDS 말기 증상과 현황

분간 열처리를 하면 응고인자의 효력은 유지한 채 HIV를 파괴시킬 수 있어 현재는 안전하게 응고인자를 사용하고 있다.

HIV 전파에 가장 커다란 역할을 하고 있는 성관계에 의한 전파를 예방하기 위해서는 위험한 성관계를 하지 않는 것이 가장 안전한 방법이라 하겠다. 따라서 부부사이로 인정된 관계에서만 성관계를 하는 등의 안전한 성관계를 유지하는 것이 원칙이며, 그 이외의 성관계를 할 경우에는 콘돔을 사용하는 것이 가장 효과적인 방법이다.

주사기를 통한 전파를 방지하기 위해서는 마약에 노출되지 않도록 조기에 교육하는 것이 가장 좋은 방법이며, 주사를 중단하지 못하는 사람들에게는 주사기를 같이 사용하지 않도록 교육을 하는 것이 차선책이다.

HIV에 감염된 가임연령의 여성들은 예방적 화학요법을 실시함으로써 신생아로의 전파를 약 1/3로 줄일 수 있으며, 수유를 통해서도 감염될 수 있으므로 감염된 산모는 아기에게 수유를 해서는 안 된다.

### 7. 감염자와 가족의 생활

감염자들은 우선 정기적인 건강상태 확인과 치료가 중요하다. 매 6개월마다 국립보건원의 면역기능검사를 받고 그 결과를 담당의사가 평가하여 상황에 알맞은 치료와 조언을 할 것이다. 일상생활에서 중요한 것은 이 병과 싸울 수 있는 체력을 유지하는 것인데, 그러기 위해서는 적절한 운동과 균형 잡힌 영양을 섭취해야 한다. 덜 익은 음식, 날 음식은 삼가하고 고기, 생선, 계란 등은 완전히 익히며, 과일, 채소 등은 잘 씻어서 껍질을 벗기거나 조리하여 먹는 것이 좋다. 특히 외식을 할 경우에

는 깨끗한 곳에서 끓인 음식만을 먹도록 해야겠다.

또한 스트레스를 받지 않도록 노력하며, 몸무게를 유지하고 청결한 위생상태를 유지하는 일도 중요하다. 먼지가 많이 나는 일, 애완동물의 목욕, 청소, 정원일 등을 제외한 일상적인 집안 일을 하는 것은 건강유지에 도움이 되며, 주위에 감염성 환자가 있을 경우에는 접촉을 경계해야 되겠다.

이외에도 면도기, 칫솔, 손톱깎이, 뿔어서 사용하는 귀걸이 등은 개인용을 사용하도록 하며, 특히 감염자의 혈액, 정액, 질 분비물, 모유 등의 체액이 다른 사람에게 노출되지 않게 하는 일은 전파방지를 위해 매우 중요하다.

한편 일상생활에서 여러 가지 주의사항을 철저히 지키는 것만큼 중요한 것은 이 질병과 싸워 이길 정신력을 갖는 것이다. 이를 위해서는 전문가와의 지속적인 상담이 필요하며 주변 사람들의 많은 위로와 격려가 필요하다 하겠다. 또한 치료제나 치료법에 대한 많은 연구가 진전되고 있으므로 그런 정보들을 적극적으로 알아내어 희망을 갖는 것도 중요하며, 종교적인 믿음을 갖고 긍정적인 생각을 갖는 일 또한 중요하다 하겠다.

전파방지를 위해 주의할 것은 감염자의 혈액과 정액, 그리고 질 분비물이다. 이들 체액에서는 타인에게 전파시키기에 충분한 양(量)의 HIV가 분리된다. 그러므로 성행위나 감염된 혈액과의 접촉 시 HIV가 전파된다. 성행위시 정액이나 질 분비물과의 직접적인 접촉을 차단하면 안전한 데 이를 위해 콘돔을 올바르게 정확하게 사용하는 것도 하나의 방법이 되겠다.

혈액 접촉이 이루어지는 것은 한 개의 주사바늘로 돌려가며 주사를 놓거나 그 주사기에 의하여 상처를 입는 경우가 되겠다. 따라서 마약중독자에 있어서 주사기를 공동으로 사용하는 것은 절대금물이다.

## 제4장 AIDS 말기 증상과 현황

## 1) 일상적인 접촉

에이즈는 다음과 같은 일상적인 접촉으로는 전염되지 않는다.

- 음식을 함께 먹는 경우
- 식기나 컵을 함께 사용하는 경우
- 화장실을 함께 사용하는 경우
- 책이나 컴퓨터 등 물건을 공동으로 사용하는 경우
- 피부접촉
- 기침이나 재채기
- 수영장이나 목욕탕을 함께 사용하는 경우
- 모기
- 한 집에서 같이 생활하는 경우
- 설사가 지속될 때
- 열이 나거나 밤에 식은땀이 날 때
- 숨이 찰 때
- 시력이 저하될 때
- 정신혼란이 있거나 기억력이 떨어질 때
- 식욕이 없고 몸무게가 빠질 때
- 피부에 반점이 생기거나 멍 우리가 만져질 때
- 입이나 성기 주위에 물집이 생길 때

이 원고는 자원봉사자 교육교재인 호스피스총론에서 발췌한 것입니다. <다음호에 계속>

## 2) 일상생활에서 주의해야 할 사항

- 감염자가 다쳐서 혈액을 흘리지 않도록 주의한다.
- 감염자가 날카로운 물건을 만질 때에는 장갑을 착용하도록 한다.
- 감염자의 혈액이 묻은 곳은 가정용 표백제를 10배 희석한 물로 닦아낸다.
- 감염자가 분비물이 나오는 피부병을 앓고 있을 때에는 맨 손으로 그 병변을 만지지 않는다.
- 감염자의 칫솔이나 면도기를 같이 사용하지 않는다.
- 감염자가 사용한 식기는 비누와 따뜻한 물로 씻어낸다.
- 가족 중 감기와 같은 전염성 질환을 앓는 사람이 있을 때에는 감염자에게 전염이 되지 않도록 주의한다.

## 3) 다음의 경우에는 전문의에게 자문을 구한다.