



내 눈에 혈관이 자라났다! 당뇨병성 망막증

‘모르는 것이 약이다’ 라는 말이 있다. 하지만 당뇨병에서는 절대 수용되어서는 안 될 말이다. 당뇨병은 장수 질병인 만큼 그에 따른 합병증도 많기 때문에 이것에 대해 모르고서는 당하기(?) 일수이다. 특히 불행하게도 당뇨병환자가 피해 갈 수 없는 합병증인 당뇨병성 망막증은 실명 위험률이 높아 적극적인 혈당관리와 조기검진이 절실하다. 이 무서운 당뇨병성 망막증에 대해 알아본다.

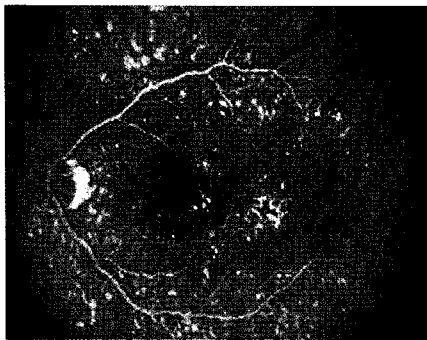
당뇨병성 망막증, 아는 것이 힘이다!

망막은 눈 뒤쪽의 안쪽 층으로 화학작용에 의해 상(像)을 만들고, 이를 시신경을 통하여 뇌로 보내서 해석하게 하는 역할을 담당한다. 당뇨병성 망막증은 이 망막의 미세혈관에 변화가 생겨서 혈관 내의 혈액, 지방질, 수분이 누출되는 질환이다.

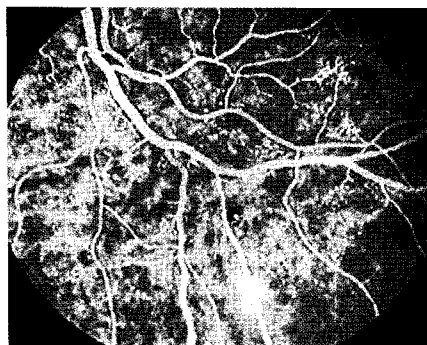
그 발병과정을 살펴보면, 초기에 망막모세혈관의 막이 두꺼워지고, 혈관을 둘러싸고 있는 혈관주위세포가 없어지면서 혈관벽이 탄력을 잃어 파리처럼 부풀어 오르는 미세혈관류가 발생하는 것으로 시작된다. 이러한 증상이 좀 더 진행되면 혈관의 투과성이 증가하면서 혈액성분이 빠져나와 망막이 붓고, 출혈이 생기게 되는데, 이를 ‘비증식성 망막증’ 이라고 한다. 이때에는 혈관에서 피와 액체와 지방성분이 새어 나옴에 따라 망막은 축

축해지고 상을 맺는 능력에 문제가 생기지만, 망막에서 빛이 모여지는 중심부인 황반으로 그 물질들이 새지 않는 한 시력 상실은 나타나지 않는다.

하지만 물질들이 망막의 중심부인 황반을 침범하게 되면, 황반이 부풀어 올라 '황반부종'이 생기게 되는데, 이것이 당뇨병에서 시력을 흐리게 하는 가장 흔한 원인이다. 그런데 이러한 현상은 다행히도 높은 혈당이나 혈압이 정상이 되거나 혹은 레이저 치료를 받게 되면 사라질 수도 있다. 여기서 조기검진과 조기진단의 중요성이 강조된다.



망막중의 비증식단계의 형광안저촬영사진
사진의 수많은 백색의 점들은 미세혈관류에 의해
염색약이 누출되어 나타난 것



증식단계의 형광안저촬영사진(흑백사진)
신생혈관이 발생된 것을 관찰할 수 있음

비증식성 망막증이 악화되고 조절되지 않으면 결과적으로는 '증식성 망막증'이 된다. 망막의 모세혈관이 막히면 혈액순환이 안 되는 부위가 늘어나고, 이 상태가 장기간 계속되면 망막에 비정상적인 신생혈관이 자라나 혈류속도가 늦어지고, 혈액의 점

도가 증가하여 혈관이 폐쇄되는 지경에 까지 이른다. 이에 따라 안구출혈과 심한 시력저하 및 시력상실로 이어 지게 된다.

망막증, 증상알고 조기에 발견하자!

위에서 언급했듯이 초기 망막증이라고 할 수 있는 '비증식성 망막증'에서는 특별한 증상이 없다. 하지만 이때라도 망막증이 발생하는 것을 치료한다면 진행을 멈출 수 있어 정기적인 안과검진으로 조기 발견을 하는 것이 좋다.

환자가 자각할 수 있는 증상이 나타날 때에는 이미 망막증이 많이 진행되어 있는 경우가 다반사다. 환자가 자각하는 증상으로는 눈 안에 출혈이 발생하여 시선을 이리저리 돌려도 까만 점들이 따라다니는 비문증(날파리증)이 있고, 상당한 정도로 시력이 감소하거나 눈앞에 어두운 구름이 낀 것 같이 뿌옇게 보이는 경우도 있다.

그런데 대부분 시야의 장애, 급격한 시력 저하 등으로 생활이 불편해진 다음에 병원을 찾아 치료를 의뢰하는 경우가 많은데, 이때에는 이미 망막증이 너무 진행이 되어서 치료가 힘들고, 치료가 성공적으로 되어도 상당한 정도의 시력장애를 남기거나 상태를 개선시키기 곤란한 경우가 많다.

조기검진이 실명 예방의 중요한 열쇠

너무나도 당연한 이야기이지만 당뇨병환자의 망막증을 예방하는 방법으로 철저한 혈당관리를 강조하지 않을 수 없다. 일단 망막증이 발생하면 원래 상태로 돌아갈 수는 없으므로 발생하기 전에 예방하는 것이 가장 중요하다.

가능한 정기적으로 검사를 하고 적기에 레이저 치료를 하여 시력을 보존하는 것도 필수적인 망막증 예방법이다. 검사는 안과에서 비증식성 망막증의 경우에는 4개월에 한 번, 증식성 망막증은 2~3개월에 한 번은 검진을 받는 것이 좋고, 당뇨병에 의한 눈의 변화에 대해 교육을 받을 것을 권한다. 클 / 광정은 기자