

30대 복부 초음파 간 기능 검사를 받자

30대는 젊다는 이유로 건강에 자만하기 쉬운 시기다. 그러나 30대는 사회활동에 따른 스트레스, 운동 부족, 불규칙한 생활로 몸에 이상이 생기는 시기다. 긴장 연속의 직장생활, 결혼에 따른 출산과 육아, 음주와 흡연으로 건강에 빨간 신호등이 켜지기 전에 건강검진을 통해 질병을 미리 예방하는 자세가 필요하다.



뱃속을 살피는 복부 초음파 검사

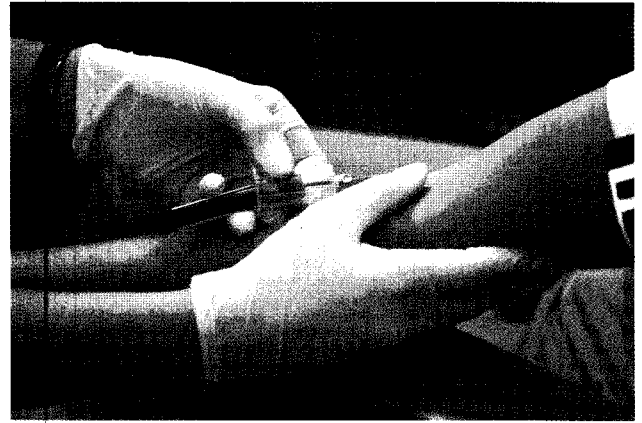
피부에 생긴 상처는 눈에 쉽게 띄기 때문에 치료하기 쉽다. 하지만 뱃속에 들어 있는 장기에 이상이 생기면 어떻게 알아낼까. 이때 받는 검사가 초음파 검사다. 초음파는 가청 주파수(20Hz~20kHz)보다 높은 주파수의 음파를 말한다. 초음파를 몸에 쏘면 근육을 타고 간이나 심장 같은 내부 장기로 전달된다. 각 조직의 밀도나 수분, 지방 함량에 따라 다르게 반사된다. 반사된 초음파를 수신해 전기신호로 변환하는데 이런 초음파의 송수신을 반복해 장기의 단면 영상을 얻는다. 진단 초음파의 주파수는 1~20MHz다.

초음파 검사로 비장(지라), 신장(콩팥), 췌장(이자)과 같은 장기의 상태를 확인할 수 있다. 담낭에 담석이 있는지 알 수 있고 담낭암을 찾아내는 것도 가능하다. 만성간염이나 간경화가 있는지 알 수 있고 최소 0.5cm 크기의 간암도 찾아낸다. 하지만 대장, 소장, 허파처럼 공기가 들어 있는 장기에는 초음파를 전달하는데 문제가 있어 사용하지 않는다.

간장에서는 간암, 간경화증, 간농양, 지방간, 간디스토마를 진단할 수 있고 췌장에서는 췌장염, 췌장암, 췌장낭포 등을 진단할 수 있다.

비장에서는 비종대, 비낭포, 종양을 진단할 수 있으며 담낭에서는 담낭암, 담낭염, 담석, 담관확장, 황달, 신장암 및 종양, 신낭포, 결석 등을 진단할 수 있다.

소화가 안 되거나 속쓰림, 속이 더부룩한 증상이 있는 경



우, 우측 상부가 아플 때, 좌·우측 옆구리가 아픈 경우, 술을 많이 마실 때, 자주 토할 때, 배가 많이 아플 때, 복부에 종괴가 만져질 경우, 피곤하거나 기운이 없을 때, 콜레스테롤이 높을 때, 눈이 노랗거나 소변이 노랗 때, 혈압이 불규칙할 때, 소변에서 혈뇨가 나왔을 때 등의 증상이 나타나면 복부 초음파 검사를 해보는 것이 좋다.

복부 초음파 검사를 받기로 했다면 검사 8시간 전부터는 어떤 것도 먹거나 마셔서는 안 된다.

쉽게 피곤함을 느끼는 30대는 간 기능 검사를

스트레스 받는 업무, 각종 모임 및 회식 때문에 한두 잔 마신 술이 30대의 간을 위협하고 있다. 간은 체중의 약 1/45을 차지하며 총 혈류량의 1/3 정도의 많은 혈류가 흐르는 중요한 기관 중의 하나로 각종 대사 작용, 체독, 분해합성 및 분비를 담당한다. 간세포는 손상되기 쉽고 따라서 약물성, 독성 알코올성 간질환이 흔히 발생한다.

그러나 간은 '침묵의 장기'로 볼릴 만큼 2/3가 손상돼도 정상기능을 유지하기 때문에 이상 증상을 알 수 없다.

간 기능 검사의 1차 검사는 혈액검사다. 쉽게 피곤함을 느끼고 소화가 잘 안 될 때, 눈이나 피부가 노랗고 얼굴이나 가슴에 붉은 반점이 생겼을 때, 체중이 급격하게 감소할 때, 남성은 유방이 커지고 성욕이 감퇴하며 여성은 월경 이상이 나타났다면 혈액 검사를 통한 간 기능 검사를 해보는 것이 좋다. **MEDI_{CHECK}**

간 기능이 떨어진 30대를 지키는 음식



- 결명자 : 간, 신장의 기능을 돕고 눈을 밝게 치료한다.
- 넙치 : 단백질이 풍부해 간장 질환 환자에게 좋다.
- 다슬기 : 간 기능이 떨어지는 30대에겐 좋다.
- 산 낙지 : 타우린이 간의 작용을 돕는다.
- 오가피 열매 : 간장을 보호하고, 해독작용을 한다.

도움말 : 질병 따라 먹는 음식보약