

## 전립선비대증(前立線肥大症)

전립선 비대증은 40대를 막 넘어선 50대초부터 발생, 노인층일수록 흔한 남성 노인병이다. 이병은 우리나라에서도 의학의 발전에 힘입어 노인들의 평균수명이 길어짐에 따라 갑작스럽게 늘어나는 경향을 보여주고 있다.

### 발병원인

전립선 비대증은 흔히 선호선(攝護腺)비대증 또는 전립선 증식증(增殖症)이라 부르기도 한다. 이 병은 한마디로 전립선이 점차 비대해짐에 따라 방광(膀胱)과 후부요도(後部尿道)를 연결하는 부위(部位)가 막힘으로써 오줌의 흐름에 장애를 일으킬뿐 아니라 성욕(性慾)감퇴 현상이 일어난다.

현대의학으로도 전립선 비대증의 원인이 확실하게 밝혀지지 않고 있다고 말한다. 이병은 원래 있는 전립선 자체가 커지는 것이 아니라 새로이 후부요도에 조그마한 결체적성결절

(結締織性結節)이 생겨서 여기에 전립선세포가 침입. 점점 커지게 된다.

따라서 전립선의 비대증은 일종의 종양(腫瘍)으로 생각할 수 있다. 우리나라에는 전립선 비대증 환자에 대한 역학적인 조사가 아직 없다. 미국이나 「코카서스」지방의 경우 이병의 발생빈도는 60대의 노인층에서 65%, 70대에서 73%, 80대에서 84%가 전립선 비대증 환자임이 밝혀졌다. 이 통계로 보아 우리나라 노인층에서도 상당한 수가 이병을 앓고 있을 것으로 짐작할 수 있다.

### 호르몬 감소도 원인

전립선 비대증 노인들에게 많은 원인은 「호르몬」분비와 밀접한 관련성이 있는것 같다. 노인이 되면 모든 「호르몬」분비가 감소하게 된다. 이에 따라 남성이나 여성「호르몬」의 분비도 자연히 줄어 들게 된다. 이결과 남성 「호르몬」인 「안드로겐」과 여성 「호르몬」인 「에스트로겐」의 균형이 맞지

않아 전립선 비대 현상이 일어나게 된다는 것이다.

특히 이병은 음식물과도 밀접한 관계가 있다. 기름기가 많은 지방질이나 쇠고기 돼지고기 닭고기 생선 등 단백질이 많이 들어있는 음식을 먹게 되면 생길수 있다. 서양사람들이 동양사람들보다 발생빈도가 높은 까닭은 육식류(肉食類)를 많이 섭취하는 데서 오는 것으로 분석된다.

전립선은 방광과 요도를 연결하는 부위에 있는 성선(性腺)이다 여기에서 남성의 정액(精液)을 분비한다. 전립선의 무게는 보통 15~20g정도, 모양은 밤알단하고 5개의 조각으로 나누어져 있다. 크기는 너비 3cm, 길이 2.5cm정도. 그러나 전립선 비대증 환자는 전립선의 무게가 50~1백g까지 늘어 나게 된다.

### 피가 섞여 나오면 악화

이 병의 초기증세는 오줌이 자주 마렵다. 낮보다 밤에 이런 증상이 더욱 심하게 나타나서 하룻밤에 5~10회정도 자주 소변을 보게 된다. 이것은 비대된 전립선의 압박으로 요도와 방광경부가 좁아지거나 막혀서 소변을 정상적으로 내보내지 못하기 때문이다. 따라서 오줌을 누어도 소변출

기가 가늘어지고 힘이 약해지며 처음 소변보기가 힘들게 된다. 또 염증이 겹치면 소변을 보아도 심한 통증을 느낀다.

이 병에 걸린 사람은 치료하지 않으면 신부전증(腎不全症)으로 악화될 수 있다. 초기부터 증세가 악화되는 기간은 보통 3~10년이 걸린다. 합병증은 전립선염·전립선암·요통(腰痛)·방광결석(結石)·신우염 등이 일어난다. 방광결석이나 전립선암이 생기면 피가 섞인 소변을 보게된다.

수술은 15만 원정도 : 전립선 비대증은 종합병원 비뇨기과에서 직장(直腸)의 촉진(觸診) ② 방광요도 촬영 ③ 요도 방광경 검사로써 쉽게 발견할수 있다. 유일한 치료법은 비대된 전립선을 수술로써 도려내는 것이다. 대개 10~15일 동안 입원, 수술을 받으면 완전히 낫는다. 이때 드는 비용은 15만원 정도가 든다.

약물요법(藥物療法)은 남성「호르몬」요법이 있다. 이 밖에도 방사선요법, 도뇨법(道尿法)이 있지만 일시적으로 증세가 호전될 뿐 영구적이고 근본적인 치료법은 못된다. 한편 경제적으로도 수술을 받을수 없는 사람은 절제되고 규칙적인 성생활로 전립선의 충혈(充血)을 예방하여 병의 악화를

막도록 한다. 특히 술은 절대로 마시  
서는 안된다.

필요하면 3~14일 간격으로 전립선  
을 「마사지」 해주면 통증이 멈추게 된  
다. 또 방광을 보호하기 위해 짧은  
시간에 물을 많이 마시지 말고 소변

을 자주 보아 방광의 피로와 긴장을  
풀어준다. 갑작스럽게 소변을 못보면  
「카테타」로 오줌을 뽑아주는 방법도  
있다. 염증은 의사의 지시에 따라 항  
생제(抗生劑)를 쓰면 얼마동안 통증  
을 멈출 수 있다.

### <건강상식>

## 어깨가 시리고 아프다

어느날 아침 잠자리에서 일어 나려는  
데 갑자기 어깨가 아프고 팔을 움직일  
수 없게 되었다고 호소하는 사람들이 있  
다. 이런 경우 대부분 손을 쓰지 않아도  
시간이 지나면 저절로 좋아지기 마련이  
다. 그러기 중년기(中年期) 이후에 이  
러한 증상이 느닷없이 나타나는 것은  
낙관(樂觀)할 현상이 못된다. 시간이  
지나면 좋아지겠지 하는 생각으로 내버  
려두었는데 좀체로 어깨의 통증이 사라  
지지 않고 이젠 시리기까지 하다면 문  
제는 달라진다. 「나도 늙기 시작하는가  
보다」고 생각하면 틀림없다. 이처럼 중  
년기에 접어들어 어깨가 시리고 아픈 현  
상은 초노(初老)의 신호(信號)다. 물론  
내장이나 다른 부위에 질환이 있는데  
영똥하게 어깨가 아픈 경우도 있다. 가

령 위(胃)가 좋지 않은 사람은 항상 어  
깨가 무겁고 빠근한 통증을 느낀다. 쓸  
개에 돌맹이가 생기는 담석증때도 어깨  
에 통증을 느낀다. 늑막에 염증이 생겼  
는데 어깨가 아픈 경우도 있다. 그러나  
다른 부위에 별다른 이상이 없는데 어  
깨가 시리고 아프다면 그것은 틀림없이  
초노(初老)현상이다. 나이가 들어가면  
어깨 관절주위에 석회(石灰)가 달라붙  
고 관절및 주위조직이 수분을 잃어 탄  
력성(彈力性)이 없어지기 때문이다. 이  
러한 현상이 비록 속명적이라고는 하지  
만 그렇다고 예방책이 전혀 없는것은  
아니다. 항상 근육을 부드럽게 해두고  
가벼운 운동을 매일 계속하면 어느 정  
도 막아낼 수 있다. 특히 팔굽혀펴기·  
물구나무서기·체조 등을 꾸준히 계속  
하면 어깨가 시리고 아픈 현상을 예방  
할 수 있다. 또 목욕을 할때는 탕에 들  
어가 어깨를 주무르고 「마사지」를 하면  
많은 효과를 본다.