

위장병,

치료될 수 있다! 6

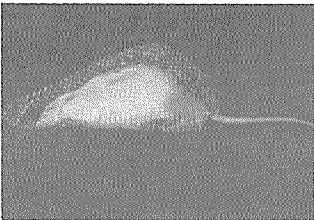
② 이런 증상엔 요주의

위와 스트레스

뜨거운 음식을 먹어도 아무렇지도 않을 만큼 튼튼한 벽을 가진 위장이지만, 사실은 여러가지 스트레스에 가장 약한 인체의 장기중 하나이다.

누구든지 불안이나 실망으로 인해 음식이 잘 넘어가지 않거나 무리하게 억지로 먹어도 위에서 잘 받아들이지 않는 경험이 있을 것이다.

위는 마음의 거울이다. 실험에서, 사람의 감정을 흐트러 놓는 자극을 준 후 엑스선으로 위의 모양을 보면, 위는 화가 난 것처럼 꼬부라져 꾸불꾸불하거나 의기소침하여 기운없이 풀이 죽은 듯한 모양을 하고 있는 것이 관찰된다고 한다.



◀ 위에게 스트레스를 주는 실험 사진.
(사진 위) 철망으로 쥐를 잡아두어 「갑금 스트레스」를 주는 장면
(사진 아래) 해부한 쥐의 위장. 검은 점으로 된 부분이 스트레스에 의해 발생된 궤양.

쥐를 이용한 실험

석고로 굳힌 나무틀 속에 쥐를 넣고 만나질 정도 움직이지 못하게 하면 신체의 다른 부분에는 특별한 장애가 나타나지 않지만 위나 십이지장에는 궤양, 진드름 등이 생겨 출혈을 일으킨다.

또, 많은 쥐들에게 여러가지 자극을 준 후 그 쥐들에게 일어나는 반응이나 소리를 다른 쥐에게 보여주고 들려주는 것 만으로도 그러한 증상을 보이는 일도 있다.

이처럼 위는 스트레스에 민감한 장기로써, 길지 않은 시간 내에 궤양이 되어버리는 경우도 있다.



신경에 지배되는 위장

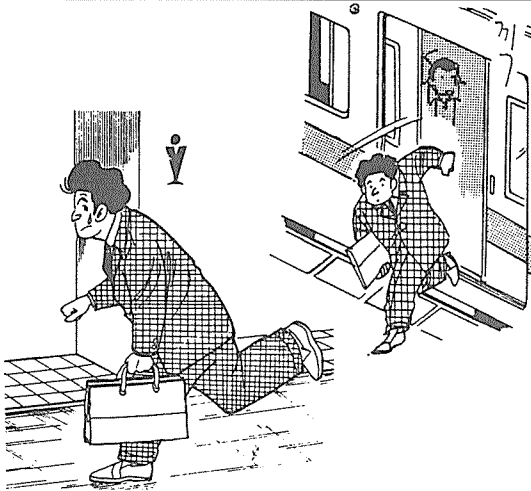
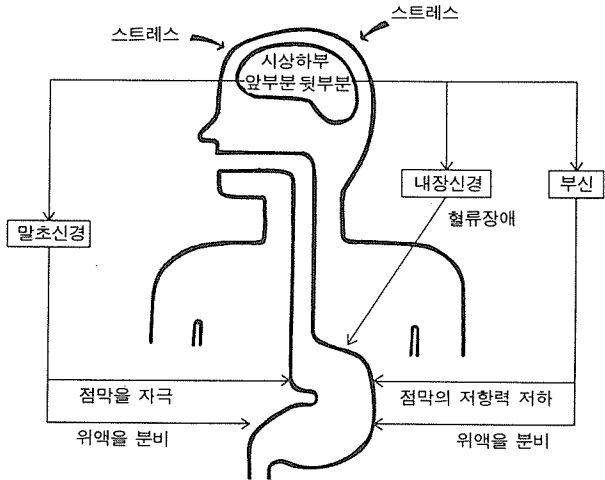
심장, 폐, 간장, 신장, 위장 등의 내장은 인간의 의지로는 컨트롤되지 않으며, 독립된 신경계에 의해 조정·통제되고 있다.

이것이 자율신경이다. 교감신경과 부교감신경이 어떤 스트레스에 의해 자극을 받아 변화하는 과정을 살펴 보면, 먼저 뇌의 앞부분의 자극이 시상하부로 옮겨진다. 이것은 다시 연수, 부교감신경으로 전해져 위액의 분비를 촉진하는 신호를 내보낸다.

또, 시상하부의 후면으로 부터의 자극은 뇌하수체 전엽에 작용하여 부신피질 호르몬의 분비를 높이고 위점막의 저항력을 저하시킨다. 이 자극은 척수에도 영향을 미쳐 내장의 신경에도 전해져서 위점막의 모세혈관 장애를 일으킨다.

이와같이, 스트레스가 신경을 자극하게 됨에 따라 2중 3중으로 공격인자와 방어인자의 균형이 깨어져서 궤양이 발생하게 된다.

스트레스에 의해 궤양이 일어나는 형태



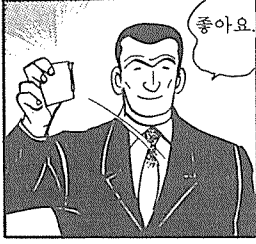
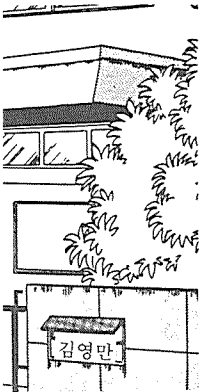
스트레스에서 오는 증상

계속해서 스트레스가 쌓이면 습관 때문에 공연히 담배를 피우는 횟수가 늘다가 과음을 하게 된 다든가 또는 불규칙한 생활을 하게되어 점차로 위장에 좋지 않은 조건을 만들게 된다.

현대인에게 있어서, 스트레스로부터의 완전한 해방이란 있을 수 없는 일이다. 스트레스와 조화를 잘 이루어 나가면 문제가 없지만 그렇지 않으면 병이 되고 만다.

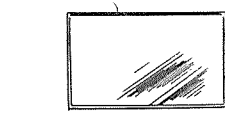
정신적 스트레스로 인해 생기는 질병이 심신증이다. 위·십이지장 궤양이 그 대표적 질병이다. 이밖에 과민성 장증후군, 궤양성대장염, 협심증, 고혈압, 두드러기, 당뇨병 등도 심신증의 하나라고 할 수 있다.

물론 이러한 병들이 모두 스트레스에서 온다고 할 수는 없지만, 스트레스와 밀접한 관련이 있다는 것은 결코 부인할 수 없는 사실이다.



이 영 철

악악악



산아암
사망

