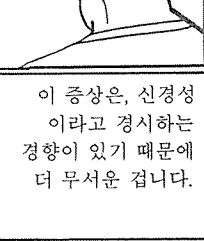
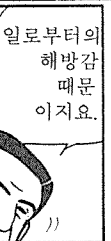
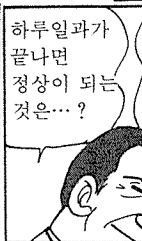
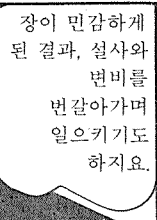
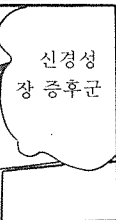
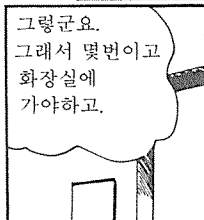
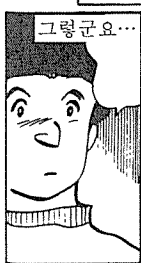
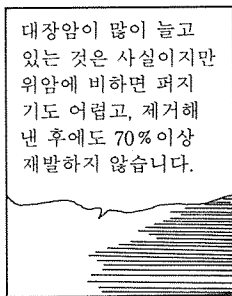


# 위장병,

## 치유될수 있다! 10

### ④ 위장병의 검사와 치료





## 대변으로 알아보는 건강 상태

하루 한번 규칙적으로 배변을 하는 것이 바람직하지만, 사람에 따라 이틀에 한번씩 배변을 하는 경우도 있으며 그렇다고 하더라도 양질의 변을 본다면 그것은 건강하다는 증거이다.  
 대변에 의한 건강 진단은 변을 보는 횟수나 모양만으로 판단하는 것이 아니고 모든 것을 종합적으로 판단하는 것이 중요하다.

### 대변의 색과 모양이 가리키는 당신의 병

모양 \ 색	물 모양	진흙 모양	반죽 모양	바나나 모양	밤톨 모양	
다갈색계	설사 (폭음폭식)	과민성 장 증후군 (신경성설사)	건강	건강	변비 (기능성)	
회백색계	장결핵 췌장암	체장질환 지방의 소화불량 (약취가 난다)	간장질환 담석증, 담도암 (황달도 따른다)		변비 (바람)	
녹색계	식중독 급성장염	용혈성 황달 등에 의한 착색 녹색야채, 약품	건강		변비 (색소 착색)	
흑색계	식도, 위, 십이지장, 소장으로부터의 출혈(타아르색 변) (위, 십이지장, 위암, 장암, 조혈제의 복용)					변비 (출혈, 약의 색)
적색계	콜레라, 식중독, 궤양성 대장염, 대장암	대장암, 궤양성 대장염 그밖의 대장염		직장암, 치질		

## 변의 색깔은 건강의 척도

정상인의 변의 색깔은 보통 황색 또는 황갈색이다. 그러나 질병이 없어도 음식물 등의 영향으로 변의 색깔이 변할 수도 있다.

엽록소가 들어 있는 위장약을 복용하면 녹색변이 나오기도 하고 지사제를 복용하면 흑갈색이 되기도 한다. 이러한 약을 복용하지 않았는데도 검은 변이 나오면 주의해야 한다.

위나 소장 등 소화기 상부에서 출혈이 있으면 변의 색은 검게 된다. 위궤양이나 십이지장궤양에 의한 출혈의 가능성이 있다. 변의 검은 색의 정도는 출혈량과 비례한다. 출혈이 심하면 타아르 상태의 변이 된다.

출혈을 확실하게 알 수 있는 경우는 항문에 가까운 장소로부터의 출혈의 징조. 대장의 종기, 암을 의심. 혈변 중 대부분이 치질에 의한 것이지만 치질이라고 생각하여 직장암을 방치하는 경우도 많다. 또 회백색계나 녹색은 도표와 같은 질병을 의심해 보아야 한다.

## 모양도 중요

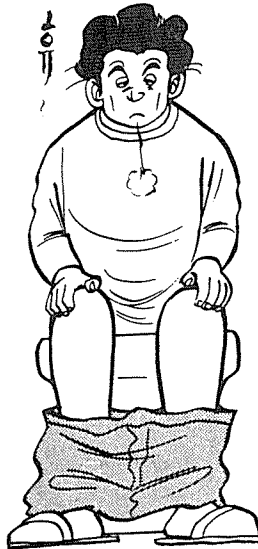
변의 모양을 크게 좌우하는 것은 수분의 양. 정상적인 변은 70~80% 정도의 수분을 함유하는데 이 수준을 넘으면 설사가, 적으면 변비가 된다. 설사나 변비에 출혈이 따르면 감염증 및 그밖의 질병을 의심해 보아야 한다.

최근 흔한 경우로, 윤기있고 회끄무레한 진흙 모양의 변으로 화장지로 닦아내기 어려운 때가 있다. 이것은 지방의 소화불량으로써 폭음 폭식으로 인해 신체 조절의 균형이 깨어졌을 때, 혹은 채장질환을 앓고 있는 경우가 의심된다.

또 스트레스 등으로 설사나 변비를 반복하는 대표적인 예가 앞서도 말한 바와 같이 과민성장 증후군이다.

## 이런 증상은 대장암?

- 배변의 이상을 일으키는 원인은 여러가지가 있는데, 대장암에 의한 이상의 주 증상을 열거해 보면,
1. 매일 변을 보기는 하지만 그 양이 적다.
  2. 변비 때문에 설사제를 복용하면 강한 복통이 따른다.



3. 배변 후 여전히 변이 남은 느낌이 든다.
4. 변비와 설사를 반복한다.
5. 변은 나오지만 복부 팽만감이 계속된다.
6. 배변 시 출혈이 있다.

이러한 증상이 있으면 대장암일 가능성이 있으므로 검사를 해 보아야 한다.  
대장암과 치질의 출혈은 혼동하기 쉬운데, 그 차이를 살펴보면 다음과 같다.

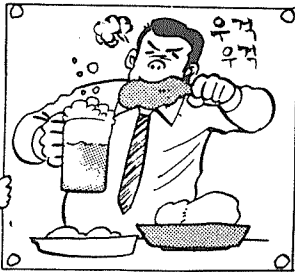
**\*치질의 출혈**

- 피의 색이 선혈색(鮮血色)으로 혈액 그대로의 것.
- 배변시 힘을 쓸 때 나오는 경우가 많다.
- 변이 굳어져 있거나 설사변으로, 몇번이고 화장실에 갔을 때에야 나온다.
- 항문 부분에 통증을 느낀다.

**\*대장암의 출혈**

- 피의 색이 검붉다.
- 변의 표면에 피가 묻어 있거나 변에 섞여 있다.
- 얼핏 보기에 변은 정상인 것 같은데 변기의 물이 붉게 변한다.
- 변의가 있어 화장실에 가지만 변이 나오지 않거나 대부분 나오지 않고 소량의 점액만이 나올 뿐이다.
- 최근의 1~2개월 사이에 배변 습관이 변했다. 예를 들면 전에는 아침 식사후에 규칙적으로 배변을 했으나 지금은 설사와 변비를 반복한다.
- 좌약 등을 사용하고 있으나 출혈이 한번에 끝나지 않고, 오히려 조금씩 나빠지는 것 같다.

**변비를 예방하는 바른 식생활법 8가지**



1. 불규칙한 식생활을 하지 않는다.
2. 폭음폭식을 하지 않는다.
3. 다이어트가 지나치면 오히려 건강을 해친다.
4. 외식이나 인스턴트식품을 지나치게 선호하지 말지.



5. 수분도 필요한 만큼 꼭 마신다.
6. 균형있는 영양 섭취에 신경을 쓰고, 하루 30가지 이상의 음식을 먹도록 노력하자.



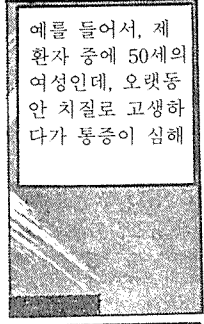
7. 소화에 좋은 것 뿐만 아니라 모든 음식을 섭취에 조화를 이룬다.
8. 지방분도 적당한 수준에서 섭취한다.

## 어떻게 위장병을 극복할 것인가



저도 변에 피가 섞여 나온 적이 있었는데, 치질이라고 생각했었습니다.

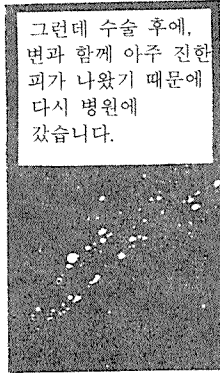
치질일 것이라고 생각했는데 알고보니 대장암이었다는 사람이 제법 많지요.



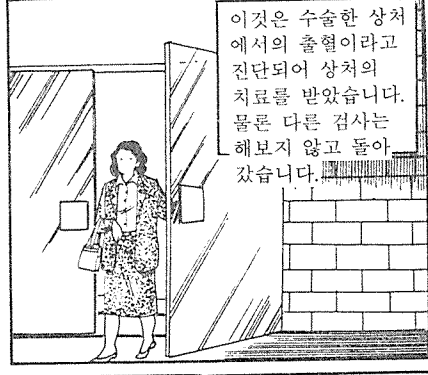
예를 들어서, 제 환자 중에 50세의 여성인데, 오랫동안 치질로 고생하다가 통증이 심해



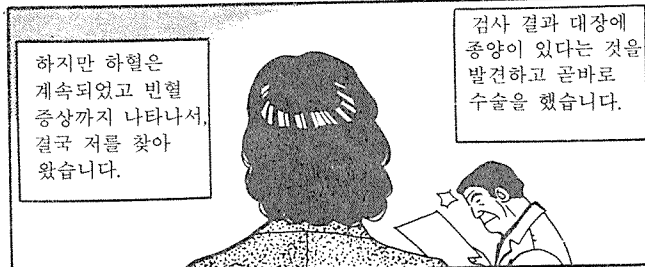
수술을 했습니다.



그런데 수술 후에, 변과 함께 아주 진한 피가 나왔기 때문에 다시 병원에 갔습니다.



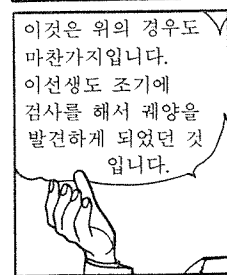
이것은 수술한 상처에서의 출혈이라고 진단되어 상처의 치료를 받았습니니다. 물론 다른 검사는 해보지 않고 돌아갔습니다.



하지만 하혈은 계속되었고 빈혈 증상까지 나타나서, 결국 저를 찾아 왔습니다.

검사 결과 대장에 종양이 있다는 것을 발견하고 곧바로 수술을 했습니다.

이런 경우가 있기 때문이상이 있다고 생각되면 우선 검사를 받아보라는 것이지요.



이것은 위의 경우도 마찬가지입니다. 이선생도 조기에 검사를 해서 궤양을 발견하게 되었던 것입니다.



잘 알겠습니다.



김명만씨는 위궤양입니다만, 더 큰 문제는 합병증입니다.



예 최근에 와서는 위·십이지장 궤양은 수술을 하지 않고도 대부분 치료가 되고 있습니다.

하지만 심한 출혈이 있는 천공.....



그러니까 위에 구멍이 생겼거나 김선생님처럼 유문협착이라고 해서 이곳이 좁아져 있는 경우는 수술을 해야 하는 경우가 많습니다.



수술을 해야 합니까?

걱정하실 필요는 없습니다. 대부분 수술 후에 좋아졌다고들 하니까요.



물론 위·십이지장궤양은 가능한 한 잘라내지 않고 치료하는 것이 좋다고들 하지요.

또 후유증이 전혀 없는 것은 아니지만 그 예는 아주 적은 편입니다.



당신 잘 견뎌낼 수 있죠?

걱정 말아요.



역시 사나이 예요.

배를 가르는데니까 할복이네.



하 하 하 하!

할복인가.....



(계속)