



# 위장질환을 예방합시다. <1>

## 1. 개요

만성위염은 종래에는 일반적으로 위장병증세를 호소하는 환자가 궤양 혹은 종양(암)성 질환이 없을 때 보통 사용하는 편의적인 용어였다. 현재에도 만성위염은 그 진단기준이 다양하고 현미경적으로도 다채로워 그 개념과 정의가 통일되어 있지 않은 실정이다.

그러나 만성위염의 최종적인 진단은 현미경적 검사 소견에 의해 결정된다. 근래 각 병원에서 내시경 검사를 많이 시행함에 따라 만성위염의 진단이 많아지고 있는데, 특히 증상이 없고 내시경적으로도 만성위염의 소견이 없더라도 조직검사를 해보면 거의 대부분에서 만성위염이 있다고 한다.

만성위염은 표층성위염, 위축성위염 및 비후성위염으로 나뉘어져 왔으나 현재에는 표층성위염과 위축성위염으로 구분하고 있다.

즉 표층성위염이 위축성위염으로 진행되어 위가 점점 위축되어 가는 과정으로 설명하고 있는데, 연령이 많아질수록 위축성위염의 빈도가 증가된다는 사실이 이를 뒷받침하고 있다.

## 만성위염의 예방과 관리



### 박인서

조직검사상 양성reak양이 있을 때는 표층성위염과 같이 있는 것이 많으며, 위암에서는 위축성위염과 공존하는 경우가 많아 위축성위염이 있을 때에는 특별한 관심을 요한다.

## 2. 원인

만성위염의 원인으로서는 식이, 조미료, 약물, 알코올, 커피 및 담배 등의 외인성인자와 함께 심리적 스트레스 등이 문제가 된다. 특히

위축성위염은 유전적요인 및 면역기능이상 등이 문제가 되는데, 우리나라에서는 면역이상으로 오는 위축성위염은 거의 없는 것으로 보인다.

또한 건강한 사람들에 비해 갑상선기능저하증 및 항진증, 만성부신피질저하증, 뇌하수체기능저하증, 당뇨병 등의 내분비질환 환자들에서 위축성위염의 발생이 많다.

그외에 만성신부전, 뇨독증, 동맥경화증, 철분결핍성 빈혈 등과도 관련이 있다고 하며, 십이지장액(주로 담즙)이 위속으로 역류하여 영향을 끼칠 수 있다고 한다. 또한 위암, 위궤양, 십이지장궤양 때와 위절제술 후에도 발생하게 된다.

### 3. 증상 및 치료

만성위염의 증상은 다양하며, 임상경과에 따라서 표층성위염과 위축성위염으로 구분하여 설명이 되어야 할 것이다.

표층성위염은 상복부에 통증이 올 수 있는데 식사직후에 나타날 수 있다. 또한 상복부가 무겁게 눌리는 듯한 기분을 느낄 수 있으며, 메스껍고 가슴이 답답하여 소화성궤양과 비슷한 증상을 보일 수 있다.

**만성위염은  
발생 원인이 정확하지  
않고 진행성 병변이기  
때문에 증상에 대한  
치료만이 시행되고 있다.**

위축성위염은 명확하게 나타나는 증상은 없으나 소화불량증상이 있을 수 있다. 기름기나 조미료(짜거나 매운것)를 많이 넣은 식사를 하고 난 후에 소화가 잘되지 않는 느낌을 갖는 경우가 많다.

특히 과식한 직후에 상복부에 불쾌감이나 복통을 느끼며 식사후에 바로 배가 불러지고 압박감을 동반할 수 있으며, 많은 예에서 체중감소를 볼 수 있다.

또한 입맛이 떨어지고 메스꺼움과 구토, 전신 권태감, 설사 등이 나타날 수 있으며 빈혈이 합병되는 경우에는 허에 위축성변화가 오며 이상감각을 가져올 수 있다.

만성위염의 치료는 발생원인이 확실치 않거나 정확히 알려지지 않고 진행성 병변이어서 실제적인 원인요법은 없고, 증상에 대한 치료만이 시행되고 있는 형편이다. 따라서 원인이 된다고 추측되는 알코올, 카페인 등이 들어 있는 음료, 향신료, 차거나 뜨거운 음식 혹은 음료등과 아스피린,



## 위장질환을 예방합니다. (1)

항생제 등의 약물의 섭취 또는 사용  
을 피해야 한다.

식사는 위에 부담을 경감시키고  
소화기능을 정상화 하는데 도움이  
되며 영양분이 충분히 들어 있는 음  
식으로 한다.

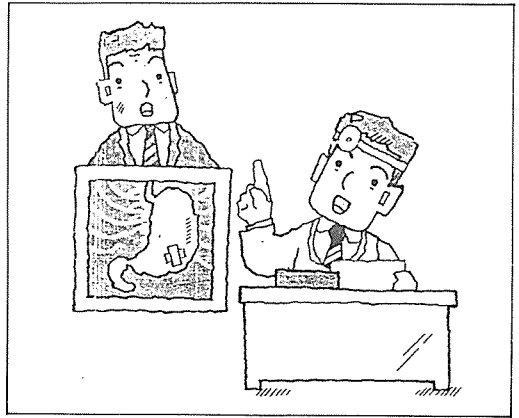
약물요법을 쓸 경우 표층성위염  
에서는 소화성궤양에 준하여 제산  
제, 항궤산제, 진경제, 진정제 등을  
사용할 수 있고, 위축성위염에서는  
점막보호제, 소화관 운동기능 조정  
제가 사용되며, 때에 따라서는 정신  
신경안정제가 병용될 수 있다.

아무런 자각증상이 없는 경우에  
는 약물요법이 필요하지 않으나 빈  
혈이 있을 때는 철분제제나 비타민  
제의 보충이 필요하다.

### 4. 예방

표층성위염 중에 위유문부에 있  
는 것은 어느 정도 치유가 가능한  
것으로 알려져 있으나 위축성위염  
의 대부분은 계속 진행되는 것으로  
알려져 있다.

위축성위염은 위궤양의 발생근원  
이 될 수 있다는 것과 위축성위염의  
대부분에서 합병되는 장상피화생  
(腸上皮化生)은 위암의 전구병변이  
기 때문에 특별한 관심을 기울여야  
한다.



특히 우리나라를 비롯한 극동아  
시아 지역은 위암의 호발지역이기  
때문에 소위 40대 이상의 암위험 연  
령층에서는 최소한 1년에 한 번 정  
도는 증상유무에 관계없이 위내시  
경 검사를 받아야 한다. 왜냐하면  
암이 발생하더라도 조기에 발견하  
여 수술을 하면 완치가 가능하기 때  
문이다.

만성위염의 예방에 있어서 일상  
생활을 하는데 주의할 점은 규칙적  
인 식생활이라고 할 수 있다.

즉 일정한 식사시간 및 식사량,  
자극성 있는 음식물 및 불에 그르른  
음식물의 회피 등이 중요하며, 또한  
폭음·폭식을 피하는 것은 물론이고  
충분한 수면으로 스트레스를 해소  
하는 것이 좋다. [7]

(필자=연세의대 내과 교수)

**40대 이상의  
암 위험  
연령층에서는  
최소한 1년에  
한 번 정도는  
증상 유무에  
관계없이  
위장 검사를  
받아야 한다.**