

지방간



1. 지방간이란

간에는 여러가지 형태의 지방이 3~5% 정도 포함되어 있다. 그런데 여러가지 원인에 의해 간 속에 필요 이상의 지방이 축적되는 경우를 지방간이라 한다.

최근들어 영양상태가 좋아지면서 지방간 환자가 늘어나는 경향이 있다.

지방간이 되면 심한 경우에는 간 무게의 30~40% 정도를 지방이 차지하기도 한다.

2. 지방간의 원인

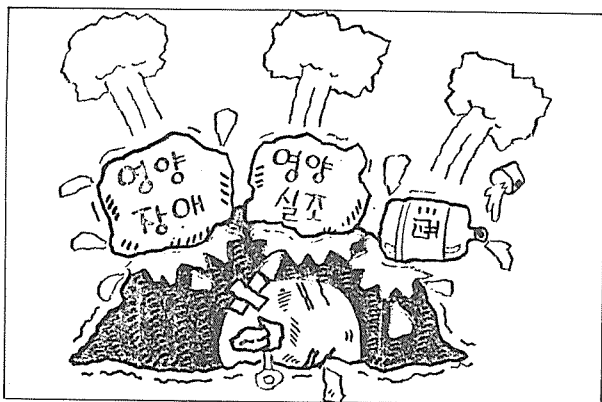
지방간을 일으키는 원인은 여러

가지가 있는데, 우선 간에 지방이 축적되는 과정을 이해하는 것이 중요하다.

간에 지방성분이 불어나는 원인은 간에서 만들어지는 지방량이 증가하는 경우, 간에서의 지방 분해가 감소되어 축적되는 경우, 외부로부터 들어온 체내 다른 기관의 지방질이 간으로 지나치게 많이 이동되어 축적되는 경우 등이다. 또, 때에 따라서 간으로부터 신체 다른 기관으로 이동되는 지방질의 감소가 그 원인이 되기도 한다.

지방간이 발생하는 보다 구체적인 원인을 보면, 첫째로 영양장애

지방간의 원인은
영양장애, 영양실조,
음주, 소화기 이상등을
들 수 있다.



를 들 수 있다. 즉, 과식에 의한 비만이 원인이 되어 간에 지방이 축적되기도 하며 탄수화물이나 지방이 많은 음식만 섭취하고 단백질 음식을 섭취하지 않았을 경우에도 지방간이 될 수 있다.

또 반대로 식욕부진 등으로 영양결핍상태가 되는 경우에도 지방간이 생길 수 있다. 이런 경우에는 당질이 부족하여 체내의 지방이 분해되어 간으로 이동함으로써 지방간이 되는 것이다.

둘째로는 과음에 의한 경우를 들 수 있다. 알코올을 많이 섭취하면 간에서의 지방합성이 촉진되고 정상적 신진대사가 이루어지지 않으므로써 지방간이 될 수 있다.

간에 지방이 끼는 정도는 술의 양이 많을수록, 마신 기간이 오래될 수록 그 정도가 심해진다. 술을 많이 마시면 처음에는 지방산으로

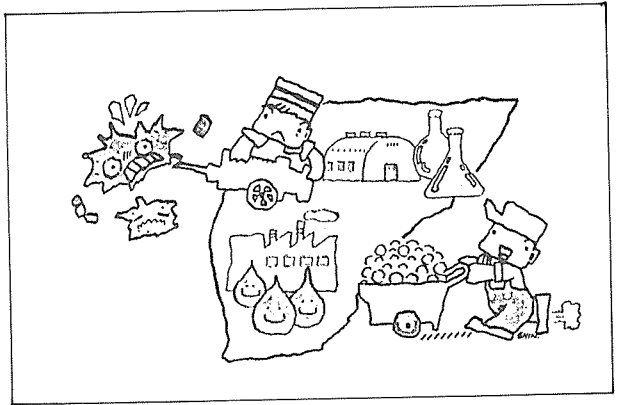
그칠 수도 있지만 이러한 일이 계속되면 간염이나 간경변증이 발생하게 된다.

셋째로는 소화기의 이상을 들 수 있다. 즉 위장장애가 있거나, 위장계통을 수술하였을 경우 정상적인 소화·흡수가 이루어지지 않으므로 영양결핍상태가 될 수 있다.

넷째는, 내분비 이상 특히 당뇨병과 함께 나타날 수 있다. 그리고 당뇨병 환자에서 지방간이 간기능장애의 원인으로 작용하기도 한다.

그 외에 간에 독이 되는 항생제나 약물(DDT, 부신피질 홀몬제 과용, 독버섯)에 의한 경우에도 지방간이 올 수 있으며 임신여성이 항생제를 다량 사용할 경우에 지방간이 생길 수 있고, 이렇게 되면 치명적인 간성혼수를 일으킬 수도 있다.

지방간의 가장
근본적 치료법은
원인을 제거하는
것이다.



3. 지방간의 증상과 진단

지방간은 자각증상이 없는 경우가 대부분이다. 또한 개인에 따라 차이가 많으며 발병원인이나 정도에 따라서도 차이가 있다.

특이한 증상은 거의 없으며 식욕부진, 구역질, 피곤함, 포만감, 복통, 오심, 복부 팽만감 등의 일반적인 증상을 호소하는 경우가 있다. 심한 경우 간이 커져서 오른쪽 상복부가 빠근하거나 진찰 시 간이 부어있는 것을 만져볼 수 있다.

진찰 상에도 약간의 간장비대나 압통 이외에는 별다른 소견이 없는 것이 보통이다.

간기능 검사에서도 특별한 소견이 나타나지 않고 약간의 간효소치상승을 보인다. 때때로 혈액 내의 콜레스테롤이나 중성지방이 증가하는 양상을 보인다.

지방간의 진단은, 임상소견 및 간기능 검사를 통해서 추측할 수 있으며 초음파 검사에서 지방간 특유의 음영이 나타나므로 이를 통해 지방간을 의심할 수 있고, 조직생검에 의해 확진한다.

4. 지방간의 치료

가장 근본적인 치료는 원인을 제거하는 것이다. 음주로 인한 경우는 금주와 균형있는 영양분을 섭취하는 데에 주력해야 한다. 이렇게 했을 경우 간에서 지방이 빠져나가는 데는 4~8주 정도가 소요된다.

또한, 지방간의 치료를 위해 중요한 것은 식이요법이다. 즉 식단의 구성에 있어 전체적인 칼로리를 줄이고, 지방의 섭취를 억제해야 하며 단백질의 섭취를 늘리도록 한다. **72**