

## 빈혈, 제대로 알고 치료해야.....



박 선 양  
서울의대 내과

빈혈은 헤모글로빈에 산소를 실어 운반하는 역할을 하는 적혈구가 부족해서 산소공급이 원활하지 못해 발생하는 질환이다. 빈혈은 혈중 헤모글로빈 농도가 남자의 경우 13g/dL, 여자에서는 12g/dL 이하 일 때 진단한다.

빈혈 환자는 얼굴이 창백해지고 쉽게 피로해지며 기운이 없어지고 현기증, 쇠약감을 느낀다. 심장은 산소운반 능력이 떨어진 혈액을 공급하기 위하여 과도한 운동을 하게 되며, 환자는 운동을 하면 더욱 숨이 가빠지고 가슴이 뛰는 것을 느낀다.

빈혈은 적혈구의 수요와 공급의 불균형에 의해 초래된다. 공급 부족 상태에는 적혈구를 생성하는데 필요한 원료가 되는 영양소가 부족한 '영양결핍성빈혈'과 공장적인 골수의 기능에 이상이 있는 '재생불량성빈혈'이 있으며, 적혈구의 소모 또는 소실의 증가, 즉 수요증가가 원인인 경우로는 '용혈성빈혈'과 '실혈성빈혈'이 있다. 빈혈은 이와같이 여러 원인에 의해 발생하고 치료도 다르기 때문에 그 원인을 규명하는 것이 중요하다.

적혈구를 만드는데 필요한 영양소중 가장 부족되기 쉬운 것으로 철, 비타민 B<sub>12</sub>와 엽산이 있다. 영양결핍성빈혈중 대표적인 철결핍성빈혈은 가장 흔한 빈혈이며, 빈혈까지는 가지 않았더라도 성인 남자의 약 5%, 여자는 약 40% 정도가 철결핍 상태에 있다.

철결핍성빈혈 환자에서는 흙, 얼음 등을 먹는 이식증세가 나타나기도 하고, 세포내 철부족으로 혀의 표면이 위축되고, 통증이 생기며, 입언저리가 헤어지고, 손톱이 얇고 약해지기도 한다. 여성에서는 월경불순 현상이 나타날 수도 있다.

철결핍성빈혈은 발육이 극히 왕성한 유아기나 임신부를 제외하면 섭취량이 부족해서 발생하는 경우는 드물고, 대부분 어느 경로

**철결핍성 빈혈은**  
**적절한**  
**치료를 하면**  
**경중에 관계없이**  
**2개월이면**  
**빈혈이**  
**완전 소실된다.**  
**그러나**  
**저장철까지**  
**완전히**  
**보충해 주려면,**  
**치료를**  
**중단하지 말고**  
**10~12개월간**  
**철제제를**  
**투여해야 한다.**

모든지 철을 다량 함유하고 있는 혈액이 장기간 소실되어 발생한다. 이러한 철의 소실경로, 즉 출혈병소로는 한국인의 경우, 위궤양, 십이지장궤양, 위암 등 상부위장관질환이 약 2/3를 차지하여 가장 많고, 나머지는 치질, 대장암



을 포함한 하부장관출혈과 여자의 경우 자궁근종 등에 의한 과다한 월경이 대부분의 원인이다. 철결핍성빈혈은 적절한 치료를 하면 빈혈의 경중에 관계없이 2개월이면 빈혈이 완전 소실된다. 그러나, 빈혈이 소실되었다라도 치료를 중단하지 말고 저장철까지 완전히 보충해 주기 위해서는 총 10~12개월에 걸쳐 철제제를 투여하여야 한다.

또한 대부분의 빈혈약이 철을 주성분으로 하고는 있으나 치료용으로는 함량이 부족한 것이 많으므로 함량에 유의하여야 한다. 특히, 철제제 복용 후에 흔히 동반되는 소화장애가 적다고 선전되는 빈혈약들 중에는 철함량이 치료목적으로는 턱없이 부족한 제제가 많기 때문에 전문의의 지시를 받아 적절한 용량의 철제제를 투여하여야 한다.

철결핍성빈혈의 치료에 있어서 더욱 중요한 것은 원인이 되었던 출혈병소를 찾아 적절한 치료를 하여야 한다는 것이다. 출혈병소를 그냥 내버려 두고 빈혈만 치료하는 것은 밑 빠진 독에 물 붓는 격이나 다름없을 뿐만 아니라 그 출혈병소를 위암, 대장암 등 적기에 치료하지 않으면 치명적인 원인이 될 수도 있음을 잊지 말아야 한다.

비타민 B<sub>12</sub>의 부족에 의한 영양결핍성빈혈에는 비타민 B<sub>12</sub> 흡수에 필요한 내인자라는 물질이 위에서 분비되지 않아 발생하는 악성빈혈이 있다.

쇠약감과 혀의 통증, 그리고 사지가 저리는 등의 신경증세가 나타나는데, 이러한 환자는 먹어서는 비타민 B<sub>12</sub>의 흡수가 이루어지

**재생불량성 빈혈은  
철결핍성 빈혈  
다음으로  
흔한 빈혈로서,  
적혈구 뿐만 아니라  
백혈구와 혈소판의  
생성 또한  
감소되어  
세균감염이나  
출혈 등의  
증상이 나타난다.**

지 않으므로 근육주사를 통해 평생 비타민 B<sub>12</sub>를 공급받아야 한다. 비타민 B<sub>12</sub> 결핍증은 악성빈혈 외에 주공급원인 육류를 섭취하지 않는 채식주의자들에서도 발생할 수 있다.

엽산부족에 의한 빈혈은 혈액학적으로는 비타민 B<sub>12</sub> 부족에 기인한 빈혈과 유사한 소견을 보이나, 신경증상이 나타나지 않고 엽산공급으로 쉽게 교정될 수 있다. 비타민 B<sub>12</sub>나 엽산결핍에 의한 영양결핍성빈혈에서는 적혈구의 크기가 커지기 때문에 거대적아구성빈혈이라고 부르기도 한다.

재생불량성빈혈은 철결핍성빈혈 다음으로 흔한 빈혈로서, 적혈구 뿐만 아니라 백혈구와 혈소판의 생성 또한 감소되어 세균감염이나 출혈 등의 증상이 나타난다. 재생불량성빈혈의 원인으로 밝혀진 것 중에는 항생제, 한약 등 약제의 남용과 벤젠, 휘발유 등 유기용매, 그리고 농약, 살충제 등에 노출된 경우가 가장 많다. 재생불량성빈혈은 동양권에서 서양에 비해 2.5배 정도 많은 발생빈도를 보이고 있는데 이는 이러한 약제남용 현상과도 관련이 있을 것으로 생각되고 있다.

재생불량성빈혈의 치료에는 남성호르몬제제인 안드로젠제제를 이용한 조혈촉진요법, 항림프구글로블린을 이용한 면역억제요법, 그리고 병든 골수를 조직적합성항원이 일치하는 형제의 건강한 골수로 대체해 주는 골수이식술 등이 있다.

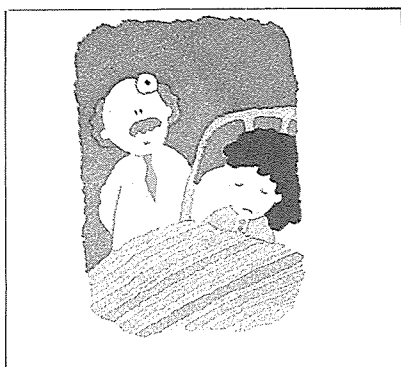
경증 재생불량성빈혈 환자는 보조적 치료 또는 안드로젠요법을 시행한다. 중증 재생불량성빈혈 환자는 40세 미만이고 조직적합성이 일치하는 골수공여자가 있으면 골수이식술 시도를 검토하고, 나이가 많거나 골수공여자가 없는 경우에는 면역억제요법을 고려한다.

그러나, 골수이식이나 면역억제요법은 모두 심각한 부작용이 따른다. 다행히 국내의 재생불량성빈혈 환자는 1년내에 70%가 사망하는 서양의 환자들에 비해 양호한 병경과를 보이고 있으며, 보조요법만으로도 골수기능이 자연 회복되는 경우가 많은 점이 주목할 만하다.

용혈성빈혈은 적혈구의 내외적 요인에 의해 적혈구 파괴가 촉진되어 적혈구 수명이 단축되어 발생한다. 용혈성빈혈에는 선천적인 적혈구 이상에 기인한 경우와 자신의 적혈구에 대한 항체

빈혈은  
원인이 다양하고  
원인에 따라  
치료가 상이하다.  
또한 원인을  
정확히 찾아  
적기에  
적절한 치료를  
받지 않으면  
불행한 결과를  
초래할 수도  
있으므로,  
빈혈환자는  
자가치료나  
민간요법 등에  
의존하지 말고  
전문의의 치료를  
받도록 한다.

생성에 의한 면역용혈성빈혈, 그리고 적혈구가 물리적으로 파괴되기 쉬운 환경 조성에 기인한 경우 등이 있다. 용혈성빈혈은 일반적인 빈혈의 증세 외에 적혈구가 파괴될 때 유리되는 색소에 의해 소변이 붉어지고 황달이 발생하는 것이 특징이며, 원인에 따라 각기 다른 치료가 요구된다.



이상에서 살펴본 바와 같이, 빈혈은 원인이 다양하고, 원인에 따라 치료가 상이하다. 뿐만 아니라 원인을 정확히 찾아 적기에 적절한 치료를 받지 않으면 불행한 결과도 초래할 수 있는 점에 유의하여, 빈혈환자는 자가치료나 민간요법 등에 의존하지 말고 전문의의 진료를 받도록 하여야 할 것이다.

광고매체를 통해 빈혈약이 많이 소개되고 있고, 환자는 어지럽다거나 피로하다는 자각증상만으로, 혹은 빈혈의 유무만을 판별하는 간단한 검사를 받고 빈혈약을 복용하는 경우가 있는데 이는 극히 위험한 일이다. 어지러움증이나 피로감 등은 빈혈 환자에서도 나타나는 증상이지만 빈혈 외의 질환들에서도 얼마든지 나타날 수 있는 비특이적 증상이다. 따라서 다른 원인에 의해 나타난 이러한 증상을 단지 빈혈로 생각해서 정확한 진단을 지연시키는 사례가 있어서는 안되겠다.

시중에 소위 빈혈약으로 유통되는 약제는 거의 모두가 철제제이거나 철을 주성분으로 하는 약품들이다. 앞에서 살펴 본대로 빈혈의 원인이 한두가지가 아니고 치료법 또한 판이하게 다른데, 단지 빈혈이 있다고 정확한 진단없이 이러한 약을 자가복용하는 것은 위험하고 무모한 일이라 아니할 수 없다. 뿐만 아니라 철결핍성빈혈 환자 외에는 철이 부족하지도 않고 어떤 경우에는 과잉상태가 되어 철제제 투여가 오히려 해로운 결과를 초래할 수도 있음을 유의해야 한다. ㉔