

부종의 원인과 치료

강 종 명 · 한양대학병원 신장내과

몸이 붓는 병, 즉 부종은 여러 가지 원인으로 혈관 속의 수분이 혈관 밖으로 빠져 나와 간질 조직에 축적되어서 누르면 움푹 들어가지 나오지 않는 현상을 말한다. 부종은 매우 흔한 증상으로서 남자에 비해 특히 여자들에 훨씬 많다.

부종에는 국소부종과 전신 부종이 있다.

부종의 초기에 환자들은 저녁에 구두가 딱 끼인다는지 정강이를 누르면 쑥 들어가서 안 나오는 현상이 나타난다.

반지가 꼭 끼이고 눈두덩이 푸석하거나 소변양이 감소하며 더 진행되면 몸이 무겁고 폐에 물이 차서 숨이 차거나 뱃속에 물이 찬다.

부종을 일으키는 기전은 혈관에서 수분을 밀어내는 압력과 혈관 안으로 끌어당기는 압력(혈장교질 삼투압) 사이에 균형이 맞지 않을 때에 발생한다.

즉 몸 안의 수분 증가로 혈관 내 압력이 높거나 혈관 내의 단백질 소변으로 빠져 나가 단백질이 줄어들 때(신증후군)에 물이 간질조직으

로 빠져 나가 부종이 발생하게 된다.

부종을 일으키는 원인질환에는 신장질환(신장염, 신증후군, 신부전증), 심장질환(심부

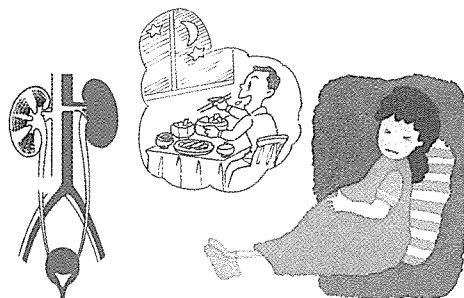
전증, 빈혈, 갑상선 항진증 등), 간경화 등과 갑상선 기능 저하, 임신중독증 등이 있다.

가장 많은 것은 여성에서 보는 주기성 부종, 월경 전 긴장 증후군이다.

노인들이 흔히 사용하는 소염 진통제는 신장의 혈관을 확장시키는 물질의 생산을 감소시키기 때문에 신장으로 가는 혈액이 적어져서 수분과 염분 배설이 감소되기 때문에 몸이 붓게 된다.

이 때문에 나이 드신 분들이 진통제를 복용할 때에는 조심해야 한다. 그 외에 피임약 복용, 항고혈압제 중에 어떤 약도 원인이 된다.

흔히 여성들이 앞에서 설명한 질환이 없고 약물 복용을 하지 않는데도 얼굴이나 손, 발이 붓는다고 하는 경



우를 볼 수 있는데 여성들은 특별한 병이 없어도 이상 호르몬 등의 영향으로 혈관에서 물이 새기 때문에 잘 붓는데 특히 저녁에 많이 붓는다. 이때 불안, 초조, 두통 등이 같이 나타나기도 한다.

이런 경우에는 정밀검사를 하더라도 신체기관의 이상이 없기 때문에 염려할 필요는 없지만 평소에 싱겁게 식사를 하고 특히 저녁을 적게 먹는 것이 좋다.

일반적인 부종의 치료방법은 부종의 원인이 되는 병을 찾아서 근본적인 치료를 해야 한다.

붓는 것을 치료하기 위해 약국에서 이뇨제를 사먹는 등, 약물을 남용할 경우에는 이뇨제의 부작용이 나타날 뿐만 아니라 원인이 되는 병이 깊어져서 치료시기를 놓

칠 수 있기 때문에 반드시 전문의를 먼저 찾아보는 것이 좋다.

부종의 치료를 위해서는 소금 섭취를 줄이는데, 조리할 때부터 소금을 넣지 말고 물은 1,500cc 이상 마시지 않도록 한다.

많이 부은 경우에는 누워 있을 때에 다리를 높이고 있으면 도움이 된다.

이노제는 본인이 사먹을 경우 부작용이 많으므로 의사의 처방에 따라야 한다.

처음에는 소량으로 부종이 가라 앉지만 점점 용량을 늘

려야 하므로 심각한 부작용이 발생하게 된다.

흔히 여성들이 살 빼는 약으로 잘못 알고 이노제를 복용하는 경우가 많은데 이노제로는 지방이 빠지는 것이 아니고 수분이 빠지므로 주의해야 한다. [2]

생활문화, 이렇게 가깝시다

교통문화

대중교통수단, 제 위치에서 타고 내립시다

시 내버스·전철 등 대중교통은 원활하고 안전한 운행을 위해 타는 문(또는 위치)과 내리는 문이 따로 있다. 즉 시내버스는 앞문으로 타고 뒷문으로 내리도록 되어 있으며, 전철은 출입문 중앙으로 내리고 양 옆으로 타도록 약속되어 있다.

이러한 사실은 시내버스·전철 모두 방송을 통하여 수시로 안내까지 하고 있다. 그런데 우리들 중에는 그렇게 하지



않는 사람들이 더러 있다.

전철에서 승객이 내리기도 전에 출입문 중앙에서 밀치고 들어가는가 하면 '새치기'를 해서 타는 사람도 있다. 또 시내버스

에서는 운전기사에게 앞으로 내려 줄 것을 요구하거나 뒷문으로 승차해 운전기사와 실랑이를 벌이기도 한다.

사소한 일 같지만 이러한 '질서 허물기'로 인해 그만큼 운행시간에 차질을 빚게 되고 다른 승객에게 까지 불편을 끼치게 된다.

시내버스 운행 중 수사항, 꼭 지켜야 합니다

시내버스는 시민의 발이다. 많은 시민들이 좋은 싫든 거의 매일 시내버스를 이용하지 않을 수가 없다. 이러한 시내버스가 승객에게 불편이나 불쾌감을 준다면 시민의 사랑을 받을 수가 없을 것이다.

그러나 일부 버스회사들이 '운행시간에 맞춰야 한다'는 등의 이유로 준수 사항을 잘 지키지 않아 승객들에게 많은 불편을 주고 있다.

- 무정차 통과와 불규칙적인 배차시간 : 시민들

은 목적지에 도착할 시간을 어느 정도 계산하고 버스를 기다린다. 그런데 기다린 끝에 온 버스가 서지 않고 그냥 지나치거나 배차시간이 들쭉날쭉하다면, 이는 결과적으로 시민들의 시간을 빼앗는 결과가 된다.

- 급정차·급출발과 불규칙적인 안내방송 : 시내버스는 대체로 앉아 있는 사람보다는 서 있는 사람이 훨씬 많다. 그러므로 급정차·급출발은 승객의 안전을 위협하는 것과 다르지 않다.

또 불규칙적인 안내 방송으로 승객이 잘못 내려 피해를 보는 경우도 있다. 늘 같은 버스를 타는 사람이라면 그다지 관계 없겠지만, 그렇지 않은 '한 사람'을 위해서라도 안내 방송은 정확하게 해

야 될 것이다.

- 움직이는 정류장과 승객 기다리기 : 시내버스는 정해진 정류장이 있다. 그런데 정류장에서 몇십미터 떨어진 곳에 버스를 세워 승객들이 뛰어가서 타야 하는 경우가 흔하다. 그럴 경우 승객들은 버스가 서 있는 곳으로 뛰어가고, 그 버스는 다시 앞으로 움직여 승객들이 진땀을 뺄 때가 있다.

물론 한정된 정류장에 여러 대가 한꺼번에 정차해야 할 때는 어쩔 수 없다고 할 수도 있겠지만, 기사에게는 제 위치에 세울 의무가 있다.

또 승객이 많지 않다고 하여 택시처럼 장시간 정차하여 승객을 기다리는 시내버스도 있다. 바쁘고 길 길 먼 승객들로서는 짜증이 저절로 나지 않을까? [2]

