

여성과 골다공증

최 차 혜 · 산부인과 원장, 전문의

광고 균수명이 늘어나면서 많은 사람들이 중년기 이후의 건강관리에 관심이 높아지고 있다. TV나 신문, 잡지 등 대중매체에서도 기사는 물론, 각종 약을 선전하는 광고물 중 중년기 이후의 건강과 관련된 것이 많은 이유도 이 때문일 것이다.

골다공증과 관련된 약품의 선전도 주로 중년기 여성건강을 겨냥한 광고라는 점에서 여성들의 관심이 높다.

흔히 뼈에 구멍이 뚫려 수수깡처럼 약해지는 골다공증은 40대 이후부터 생기는 증상으로 알고 있으나, 최근 학계의 보고에 의하면 20대 여성에게도 발견되는 증상이기도 하며 연령에 관계없이 전 여성층에 발병될 수 있는 병이다.

골다공증이란 한마디로 뼈에서 여러 가지 성분이 빠져나가 같은 연령층의 건강한 사람에 비해 뼈의 질량이 크게 줄어들어 일상생활을 하다가도 쉽게 골절을 일으키는 병이다.

노인 중에도 일찍 허리가 굽은 노인들의 대부분은 골대사(骨代謝)에 이상이 생겨 골다공증이 진행되기 때문이다.

골다공증이 있는 사람이라도 약간의 요통을 느낄 뿐 특별한 자각증상이 없기 때문에 상당히 진행된 후 발견되는 수가 많다.

여성의 경우 골다공증은 뚱뚱한 사람보다 야윈 사람에게 많고 항경련제나 호르몬제제를 오랫동안 사용한 사람에게 많으며 갑상선 기능 항진증이나 위장관 절제수술을 받은 사람에게도 나타나기 쉽다.

호르몬제 복용과 관련하여 최근

몇 년 전부터 우리 나라에서도 보고되고 있는 성전환 수술을 받은 사람들의 경우, 태어날 때부터 갖고 있는 자신의 성과 다른 성의 생활을 하기 위해(남성이 여성으로 전환하는 경우가 대부분) 지속적으로 호르몬을 투여함으로써 젊은 시절부터 골다공증이 오는 경우가 많다.

또한 골다공증이 있는 경우 폐경이 일찍 올 수 있으며 이밖에 만성적인 칼슘부족이나 습관성 음주, 과도한 흡연으로 영양섭취의 균형이 깨지거나 영양소의 체내 흡수에 문제가 있을 때도 골다공증이 올 수 있으므로 평소의 영양관리가 골다공증을 예방하는 지름길이다.

뿐만 아니라 규칙적인 운동을 통해 뼈가 약해지는 것을 예방해야 하며 무분별한 약물 복용도 골다공증을 유발할 수 있으므로 어떤 약을 지속적으로 복용해야 할 경우 반드시 의사와 상의해야 한다.

일부 통계에 의하면 외국의 경우 골다공증은 전 인구의 5%를 차지하고 있으며 우리나라 한 대학병원의 통계에도 정형외과를 찾는 환자의 절반 정도가 관절염이고 이중 20%가 골다공증을 가지고 있다고 한다.

이 병명이 대중적으로 알려진지는 오래되지 않았지만 이 같은 발병률을 보더라도 이제부터는 골다공증에 관심을 갖고 예방에 힘써야 할 것이다. [7]

C형 간염, 세계 보건 위협한다

C형 간염이 세계보건을 위협하는 새로운 질병으로 부상하고 있는 것으로 밝혀졌다.

미국 세인트 루이스대학 의과대학의 애드리언 비스첼리 박사는 영국의 의학전문지 랜싯 최신호에 발표한 조사 보고서에서 C형 간염 환자가 선진국에서는 전체 인구의 1~2%를 차지하고 있고 아프리카와 동유럽은 이환율이 이보다 훨씬 높게 나타나고 있다고 밝혔다.

비스첼리 박사는 특히 이집트에서는 C형 간염 환자들이 전체 인구의 15%에 육박하고 있다고 밝히고 그동안 크게 눈에 띄지 않던 질병인 C형 간염이 이제 본격적으로 그 모습을 드러내고 있다고 경고했다.

비스첼리 박사는 앞으로 20년 후면 C형 간염으로 인한 사망자가 지금의 3배 이상 늘어나 에이즈에 의한 사망자수를 앞지르게 될 것으로 우려된다고 말했다.

비스첼리 박사는 특히 선진국에서는 C형 간염 테스트가 일반화되기 전에는 주로 수혈에 의해 C형 간염 바이러스가 옮겨졌다고 밝히고 현재 가장 감염 위험이 높은 사람들은 주사바늘을 함께 쓰는 마약상습자들이라고 지적했다.

유럽에서는 마약상습자 1백만명 중 절반이 C형 간염 환자이며 특히 C형 간염에 감염된 어머니들의 5%가 아기에게 까지 이를 전염시키고 있다고 비스첼리 박사는 밝혔다.

비스첼리 박사는 C형 간염에 감염된 사람 중 85%가 만성 환자가 되고 이중 20%는 결국 간경변으로 악화되고 이중 1~4%는 간암으로 진전된다고 말하고 대부분의 국가에서는 성인이 간이식 수술을 받는 가장 큰 이유가 C형 간염이라고 밝혔다.

비스첼리 박사는 현재 C형 간염을 예

방할 수 있는 백신은 없으며 치료효과도 제한적이어서 항 바이러스제인 인터페론의 6개월 투여로 증세가 호전되는 환자는 15~20%에 불과하다고 지적했다.

C형 간염을 제대로 치료하려면 C형 간염에 효과가 있는 새로운 특수 항 바이러스제를 개발하는 길 뿐이라고 비스첼리 박사는 말했다. [7] (연합통신)

당뇨병 환자, 체중증가 경계해야

제 1형 당뇨병인 인슐린의존성 당뇨병 환자는 인슐린의 집중 치료시 나타나는 체중증가를 경계해야 하며 이를 방지할 경우 심장병 위험에 직면하게 된다는 연구보고서가 발표되었다.

미국 워싱턴대학의 조너던 퍼넬 박사는 미국의학협회(AMA) 회보에 발표한 이 연구 보고서에서 제 1형 당뇨병 환자들에 대한 인슐린 집중 투여 시 나타나는 과도한 체중증가는 악성콜레스테롤인 저밀도 지단백(LDL)과 트리글리세라이드를 현저하게 증가시킴으로써 관상동맥질환을 유발한다는 사실이 밝혀졌다고 말했다.

퍼넬 박사는, 제 1형 당뇨병환자 1천 168명을 대상으로 6년 이상에 걸쳐 실시한 조사분석 결과 이같은 사실이 확인되었다고 밝혔다.

퍼넬 박사는, 체중증가는 인슐린 치료 때 나타나는 일반적인 부작용이지만 인슐린 집중 치료를 받는 환자는 비만이 될 위험이 33.1%로 일반적인 치료를 받는 환자들의 19.1%에 비해 상당히 높은 것으로 나타났다고 말했다.

퍼넬 박사는 인슐린 집중 치료를 받는 당뇨병 환자는 단 1kg만 체중이 늘어도 해롭다고 강조했다.

일반적 치료를 받는 환자도 체중이 조금 늘면 고지혈증이 나타나면서 수축기 혈압이 올라간다고 퍼넬 박사는 경고했다. [7] (연합통신)