

간 건강, 체크하셨습니까?

간질환 40대 남자 특히 주의해야

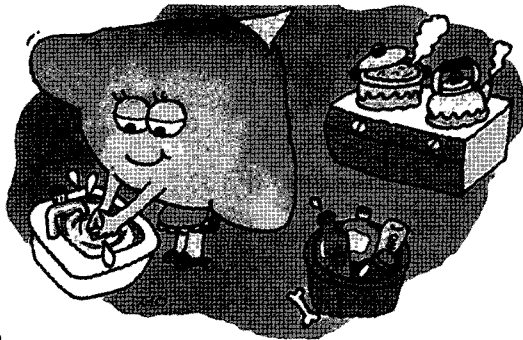
간질환은 한국인 사망원인 5위에 오른 주요 질환. 1999년 통계청 사망원인 통계자료에 의하면 우리나라 국민들의 간질환으로 인한 사망원인은 남녀 전체에서 뇌혈관 질환, 심장질환, 운수사고, 위암에 이어 다섯 번째로 간질환(간경화, 간경변, 알코올성 간질환 등)의 순으로 나타났다. 그러므로 조그마한 징후에도 더 이상 방치해선 안되는 무서운 질환이다.

의료원 소식은 10월 20일 간의 날을 맞아 99년도 통계청 발표에 따른 우리나라 간질환으로 인한 사망원인을 분석하고, 세브란스병원 문영명 교수(내과)의 도움으로 간질환의 주요원인인 바이러스성 간염의 실태와 원인을 살펴보고 바이러스성 간염 예방을 위한 7가지 수칙을 전제한다.

한국인 사망 원인 5위

1999년 통계청 자료에 의하면 한국인에서 남자 사

망률이 여자보다 높은 것으로 나타났다. 사인별 비교에선 알코올 중독(18.4배)을 비롯, 식도암(9.3배), 후두암(5.6배), 간질환(4.2배), 익수사고(3.8배), 간암(3.3배) 등으로 간질환과 간암으로 인한 사망이 남자에게서 3배 이상 높은 것으로 나타났다. 이는 음주, 흡연 등 건강에 해로운 생활습관과 경제활동으로 인한 스트레스 때문인 것으로 풀이된다.



간질환과 간암으로 인한 사망은 40대 연령대의 주요 사망원인으로 여자보다 남자에게서 간질환으로 인한 사망률은 9.4배, 간암은 6.5배나 높아, 특히 40대 남자들이 주의해야 할 것으로 나타났다.

간암에 의한 사망률도 세계보건통계연감에 사망원인 통계가 수록되고 있는 경제협력개발기구(OECD) 21개국과 비교해 볼 때 OECD 회원국 중 일본 다음으로 두 번째로 높은 수준으로 밝혀졌다. 간암으로 인한 사망률 추이를 연도별로 보면, 지난 90년에 비해 위암, 간암, 자궁암 등

우리나라에서 간질환으로 인한 사망률이 높은 이유4가지

- 높은 만성 B형 간염 바이러스 보유율
- 음주, 흡연
- C형 간염
- 과로, 스트레스

의 사망률은 감소했으나, 자궁암(-28.2%)이나 위암(-23.8%)에 비해 간암(-14.1%)은 사망률 감소폭이 적은 것도 큰 문제로 지적되고 있다.

B형 간염이 문제

간질환의 가장 흔한 원인은 무엇보다도 간염바이러스의 감염이다.

현재 가장 문제가 되고 있는 간염은 B형 간염으로 간질환 환자의 60~70%를 차지하고 있다. 그러나, B형 간염바이러스 예방백신의 도입으로 현재 줄어드는 추세이다. 각 연령군에서 B형 간염 바이러스 표면항원(HbsAg) 양성률 감소는 40대 혹은 50대보다 10대 및 20대에서 더 두드러져 학령기 아동에서의 B형 간염 바이러스 표면항원(HbsAg) 양성률은 1988년 3.2%에서 1993년 2.6%로 감소했다

그러나 앞으로 문제인 것은 C형 간염, B형 간염 다음으로 많은 것이 C형 간염으로 만성 간질환의 15~20%를 차지한다. 지금까지 우리 나라에서는 B형 간염이 가장 문제가 되었으나 국가적으로 효과적 인 B형 간염 예방접종 사업을 진행하였기 때문에 앞으로 상대적으로 C형 간염의 비중이 높아질 수 있다

그 이유는 C형 간염은 아직 예방주사가 개발되지 못하였고 한 번 감염되면 대부분이 만성으로 진행되

는 병의 특성상 연령이 증가함에 따라서 발생빈도가 늘어날 수 있기 때문이다

간염, 술, 과로가 원인

우리 나라에서 간질환으로 인한 사망률이 이렇게 높은 이유는 첫째, 우리나라 인구의 높은 만성 B형 간염 바이러스 보유율로 이 중 상당수가 만성간염을 앓고 있거나 앞으로 만성간염이 생길 수 있으며 실제 우리나라에서 발생하는 만성간질환의 대부분(약 60~80%)이 B형 간염 바이러스와 관련이 있기 때문이다. 둘째로는 우리나라 성인 남자의 술 소비량이 세계적으로 높은 것도 한 원인이 될 것으로 생각되며 이 외에도 만성 간질환의 약 15~20%를 차지하는 C형 간염, 쉬지 않고 일하는 직장인들의 과로 및 스트레스도 관련이 있을 것으로 추정되고 있다

간암, 치료법 다양

간암의 치료는 크게 외과적 치료와 내과적 치료로 나뉜다. 외과적 치료로는 간절제술과 간이식이 있고, 내과적 치료로는 알코올주입법, 간동맥색전술, 고주파열치료, 홀mium치료, 온열요법, 면역요법, 방사선치료, 항암화학요법, 유전자치료 등이 있다 작고 절제가 가능한 암인 경우 간절제술이 가장 확실한 치료방법이다. 간암인 경우 간이식은 잘 시행하지 않는다.

**간질환을 예방하기 위해서
바이러스성 감염과 음주에 의한 간손상을
예방하는 것이 무엇보다도 중요하다.**

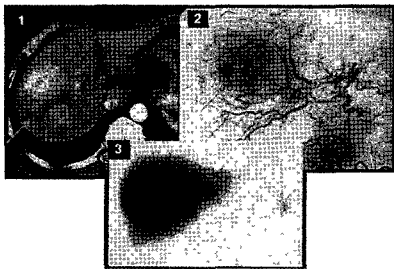
내과적 치료로 우리나라에서 현재 가장 널리 이용되고 있는 방법은 간동맥색전술이다. 간동맥색전술이란 간동맥조영술을 통해 간암부위로 가는 동맥을 찾아내 색전물질로 막아줌으로써 암조직에 영양공급을 차단하여 치료하는 방법이다. 간동맥색전술과 유사하거나 좀 더 나은 치료효과를 나타내는 방법으로 알코올주입법이 있다. 이 방법은 초음파검사로 간암이 있는 부위를 확인한 뒤 90~95%의 순수 알코올을 그 부위에 직접 주사, 간암세포를 파괴하여 치료하는 방법이다.

흡음 치료법 획기적

이러한 방법 중 의사는 치료 전에 간암환자의 전신 상태와 간암자체의 상태, 즉 간암의 크기, 위치, 개

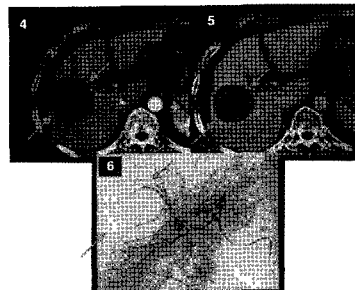
수, 혈관침습유무 등 여러 인자를 고려하여 가장 적절한 치료방법을 결정하게 된다.

이 중 가장 획기적인 첨단치료법으로 세브란스병원에서 원자력연구소와 공동으로 1994년부터 연구 중인 홀륨키토산요법이 있다. 이종태 교수(진단방사선과)가 지난 해 11월 밝힌 바에 의하면, 1998년부터 3cm 이상의 진행성 간암의 간동맥을 통한 홀륨-166 키토산 주입치료를 시도, 45명의 치료효과를 분석한 결과 직경 7cm 이하의 단일 종양에서는 90% 이상 완전반응을 보였으나 8cm 이상에서는 만족할 만한 치료효과를 얻을 수 없었고, 전체적으로 동맥내 치료의 성적은 70% 내외로 나타났다고 한다.



간암 치료전

- ① 간 컴퓨터단층촬영, 왼쪽 화살표 하안 부위가 암부위다
- ② 간암혈관촬영, 화살표의 까만 곳이 간암부위, ③ 흡음을 혈관에 주입한 뒤 방사선이 간에 퍼진 모양



흡음 치료 후(4개월 경과)

- ④⑤ 간 컴퓨터단층촬영, 1번사진에서 보이던 간암종괴가 까맣게 죽었다
- ⑥ 혈관촬영, 2번사진에서 보이던 간암부위가 깨끗하다

◆ 간을 건강하게 지키려면

간질환을 예방하기 위하여 바이러스성 간염과 음주에 의한 간손상을 예방하는 것이 무엇보다 중요하다 특히 바이러스성 간염의 예방은 감염경로를 숙지하고, 다음과 같은 사항을 알아두는 것이 필요하다.

1. 감염자의 분비물을 피한다

급성 바이러스성 간염 환자가 주위에 있는 경우 분비물에 유의하여 노출되지 않도록 하며 B형, C형 간염의 경우 바이러스 보유자의 혈액이나 분비물이 눈, 구강과 같은 점막이나 상처가 난 피부에 닿지 않도록 유의해야 한다 C형 간염은 혈액을 통한 감염의 위험이 높으므로 몸에 상처를 내거나 소독되지 않은 주사, 침을 맞지 않도록 한다

2. 간염 예방접종을 한다

B형 간염의 경우에는 감염자와 같이 생활하는 가족들은 예방접종을 맞는 것이 바람직하다

3. 건전한 성생활을 한다.

C형 간염의 경우 빈도는 낮으나 성적접촉을 통해서 감염될 수 있으므로 건전한 성생활도 한 예방책이 될 수 있다.

4. 지나친 음주를 삼간다

과음을 계속하게 되면 간에 지방질이 쌓이는 지방간이 생기고 알코올성 간염으로 발전하거나 심한 경

우에는 알코올성 간경변으로 악화될 수 있다

5. 약물 오·남용을 피한다.

최근 약물에 의한 간염 및 간손상환자가 많이 증가하는 경향이 있다. 약물의 경우 꼭 필요한 약만 사용하고 성분을 잘 모르는 약제나 민간요법은 가능한 한 피하는 것이 좋다 한 번 약물에 의해 간손상을 받고 나면 회복불능이 되기 때문이다.

6 정기적인 간암 검사를 한다.

만성 간염이나 간경변 등 간질환을 앓고 있는 사람들은 주기적인 검사를 하여 간암이 발생하더라도 조기에 치료해야 한다. 간염이나 간경변증 환자의 간암 발생가능성은 정상인에 비해 100배 가량 높아지므로 3개월 내지 6개월 간격으로 혈액검사 및 복부 초음파 검사를 시행해야 한다 특히 간질환을 갖고 있는 40세 이상의 남성은 간암이 발생할 위험이 더 높아지므로 정기적인 검사가 필수적이다. 평소 음주를 많이 하는 경우에도 연 2회 정도는 검사를 받는 것이 좋다.

7 과로 및 스트레스를 피한다

쉬지 않고 일하는 직장인들의 과로 및 스트레스도 간염발생의 원인이 되므로 이를 피하고 적당한 운동과 여유를 갖도록 노력해야 한다.

(연세대학교의료원 소식)에서