

# 간염, 미리 예방하고 조기에 치료하자



우리나라에서 만성 간질환으로 인한 사망자는 해마다 2만여 명에 가깝다. 이는 전체 사망자의 8.8%를 차지하는 것으로 단일 장기로 따지면 만성 간질환은 뇌혈관질환에 이어 사망 원인 2위다. 특히 40~50대 사망원인 중 3위를 차지한다고 한다. 간질환의 가장 큰 원인은 바이러스성 간염으로 B형 간염이 약 70%, C형 감염이 약 10~15%를 차지하고 있다.

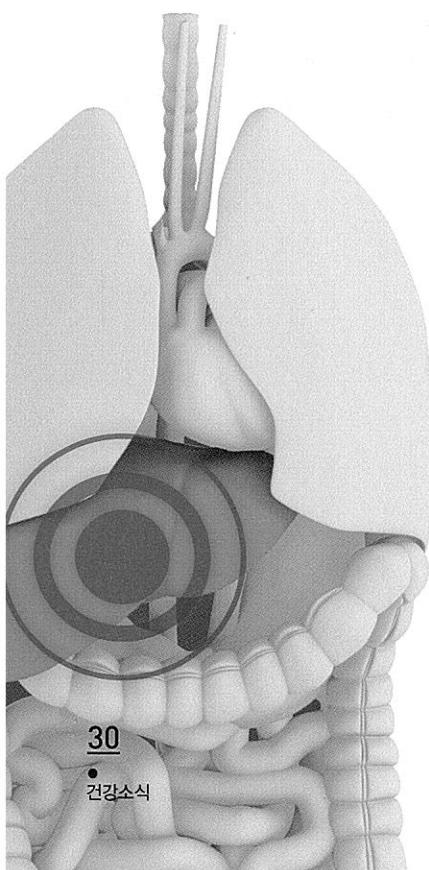
간염이란 간에 염증이 생긴 상태를 말한다. 현재까지 알려져 있는 간염 바이러스는 A형, B형, C형, D형, E형, G형 등이며 우리나라에서 주로 문제가 되는 것은 A형, B형, C형이다. A형은 주로 급성간염으로 나타나고, B·C형은 만성간염으로 진행되는데 간경화, 간암 등으로 진행되기 때문에 주의해야 한다. 문제는 간염 바이러스 감염자 중 상당수가 자신이 감염된 사실을 모르고 있거나, 알고 있다고 해도 치료를 소홀히 해 합병증 및 2차 전염 위험이 높다는 사실이다.

## 전염성 높은 A형 간염

일명 ‘유행성 간염’으로도 불리는 A형 간염은 A형 간염 바이러스(HAV)에 의해 발생하며, 주로 급성간염의 형태로 나타난다. 특히 젊은 층에게서 발병률이 높아 2011년 국내 발생 건 수 중 76%가 20~30대에 발생했다. A형 간염은 먹을거리나 감염된 환자와의 접촉을 통해서 전염된다. 일반적으로 A형 간염 바이러스는 섭씨 85도 이상에서 1분만 가열해도 사라지기 때문에 끓인 물을 마시거나 충분히 익힌 음식을 섭취하고 항상 손을 깨끗이 씻는 위생관리가 중요하다. A형 간염은 적절한 영양 섭취와 안정을 취하는 것 외에 아직까지 특별한 치료법이 없으므로, 예방백신을 접종받는 게 도움이 된다.

## 감염수 제일 많은 B형 간염

B형 간염은 우리나라에서 가장 많은 간염으로 전체 인구의 약 5~8%가 현재 감염됐고,





간염 바이러스 감염자 중 상당수가 자신이 감염된 사실을 모르고 있거나, 알고 있다고 해도 치료를 소홀히 해 합병증 및 2차 전염 위험이 높다는 사실이다. 간염을 이겨내는 해답은 정기검진이다.

이 중 40~50만 명 정도가 만성 B형 간염을 앓고 있는 환자로 추산된다. 피로감이 가장 흔한 증상이고, 심한 경우 황달증상이 나타난다. B형 간염 바이러스(HBV)는 혈액, 정액 등의 체액에서 발견된다. 대표적인 예로 어머니와 신생아 사이의 수직 감염, 성관계를 통한 전염 등이 있다. 또 B형 간염 바이러스에 감염된 혈액에 손상된 피부나 점막이 노출되어 감염되기도 한다. 즉, 비위생적인 기구를 사용해 문신, 침, 부황, 피어싱을 하는 경우, 환자의 면도기, 칫솔 등을 같이 사용하는 경우 등이다. B형 간염은 예방접종을 통해서 예방할 수 있다. 다만 만성 B형 간염 환자라면 기름기 적은 육류, 생선, 두부, 콩, 계란, 우유 등의 고단백 저염식의 균형잡힌 식사가 중요하다. 지나친 안정보다는 병을 악화시키지 않는 범위 내에서 사회활동을 하고 적당한 운동을 하는 것이 좋다. 또 음주, 과로 및 불필요한 약물(한약, 특정식품 포함)의 복용을 삼가야 하며 반드시 정기적인 검사가 필요하다.

#### 백신 없는 C형 간염

C형 간염 바이러스(HCV)는 B형 간염 바이러스에 뒤이어 국내

#### 간염 예방접종

##### A형 간염

- 접종 대상: A형 간염 바이러스 항체가 없는 소아, A형 간염의 풍토성이 높은 지역(미국, 캐나다, 서유럽, 북유럽, 일본, 뉴질랜드, 호주 이외의 국가)으로 여행하는 경우나 파견되는 군인 또는 외교관, 만성 간질환자, A형 간염 환자와 접촉하는 사람 등

- 접종 시기: 생후 12개월 이후에 1차 접종하고 6~18개월 후 추가접종(백신에 따라 접종시기가 다름). 성인은 항체 검사 후 접종

##### B형 간염

- 접종 대상: 모든 영유아 및 B형 간염 고위험군

- 접종 시기: 생후 0, 1, 6개월에 3회 기초접종. 성인은 항체 검사 후 접종

##### C형 간염 별도의 예방 접종 없음. 약물 치료 가능

만성 간질환을 일으키는 주요 원인이다. C형 간염 바이러스는 일단 감염되면 55~85%가 만성화된다. 몸 안에서 바이러스가 없어지지 않고 수십 년간 감염 상태가 지속되는데, 20~30%는 간경화·간부전으로 진행하고, 2~5%는 간암으로 발전한다. 따라서 C형 간염은 치료 시기가 중요하다. 빨리 치료할수록 완치율이 높아진다.

그러나 C형 간염은 증상이 거의 없고, 국가 검진 등에 포함되지 않아 자신이 이 병에 걸렸는지도 모르고 사는 경우가 대부분이다. 아직까지 C형 간염 바이러스는 효과적인 예방백신은 개발되지 못했다. 따라서 예방을 위해서는 개인위생을 철저히 하는 것이 중요하며 우리나라 C형 간염 치료제가 잘 들어 완치율이 높다.

간염을 이겨내는 해답은 정기검진이다. 정기검진은 최소 6개월에 한 번씩 받고, 정기검진을 받을 때에는 간 효소수치 검사와 바이러스 정량검사, 복부초음파 검사, 혈청 알파태아단백 검사 등의 검사를 받는 것이 좋다. 특히 복부초음파 검사와 혈청 알파태아단백검사는 간암을 조기에 발견할 수 있는 검사로 빠뜨려서는 안 되는 중요한 검사이다.