

위장에 관한 건강수칙

【문】 대식가의 위주머니는 위확장의 경향이 있는가.

【답】 그렇지 않다. 대식가의 위는 크고, 소식이 위는 작다고 하는것은 착각이다. 실제로는 오히려 위가 큰 사람은 움직이는 것이 약하고 식욕이 충분하지 아니하여 소식하는 사람이 많다. 대식가는 위 기능이 왕성한 사람이고 위의 크고 작음에 관계가 없다. 위확장이라고 하는 것은 일반적인 속칭이고 급성위확장이라는 특수한 증증의 질환이 따로 있는 것이다.

【문】 위에 병이 없어도 위활동이 나쁘게 되는 경우가 있는가

【답】 그렇다. 위가 느끼는 자각 증상은 위자체에 실제로 일어나고 있는것과는 아무 관계가 없는 경우가

많다. 위암이라든지 위궤양같은 것은 처음부터 무자각으로 시작되고 위에 아무런 병적 변화가 없어도 불쾌감을 느끼는 것은 얼마든지 있다. 위의 불쾌감은 모두 위병이라고 생각하는 것은 무리다. 왜냐하면 위는 정신적인 스트레스의 영향을 받기 쉬운 때문이다.

【문】 하루에 몇번씩 대변을 하는 것은 일종의 설사이고 장이 약한 증거다. 그런가.

【답】 틀린다. 설사라고 하는것은 대변의 수분이 많아지는 현상으로서 대변의 횡수와는 관계가 없다. 대변의 횡수가 많은 것은 장이 약한 증거는 아니다. 설사에도 장의 질환 때문에 생기는 것과 단순한 스트레스 기타 원인으로 생기는 수도 있다. 이와 같이 대변횡수도 단순한 습관이나 운

동부족, 스트레스 등에 의해서 생기는 수가 대단히 많다. 이것은 장이 약한 것과는 관계가 없는 것이다.

【문】 위경련이라고 하는 것은 위의 질환이 아니라고 하는데

【답】 그렇다. 위경련이라는 것은 병명이 아니다. 위주위의 상복부에 느끼는 심한 통증의 총칭이다. 위가 경련되고 있는 것처럼 느끼는 심한 아픔을 말한다. 물론 위의 질환 예를 들면 급성위염, 위궤양, 십이지장궤양 등이 원인이 되어 일어나는 수도 있다. 그러나 위밖의 원인에 의해서 대단히 많이 생기는 것이다. 예를들면 담낭염, 담석, 급성지장염, 요로결석, 장폐쇄, 늑간신경통, 회충정복막염 등이다. 따라서 배를 쥐고 덩구는 사람은 이 밖의 검사가 필요하다.

【문】 위액이 강한 산성이면 위가 염산을 분비하고 있기 때문인가

【답】 맞다. 위산이라고 함은 염산으로써 위의 점막에 있는 벽세포라는 세포가 분비하는 것이다. 그 염산의 산도는 대단히 높아서 위액을 고무관으로 빨아내어 피부표면에 닿게 하면 피부가 탈정도이다. 염산이 분비되는 것은 단백질을 분해하기 위한 보조작용이나 철분 기타 염산의 흡수를 도우는데 필요하기 때문이다. 또 강한 산성 때문에 살균작용도 있

다.

【문】 소화성 궤양이란 위궤양이나 십이지장궤양을 말하는가.

【답】 그렇다. 위는 강한 염산이나 펩신이라는 소화 효소를 분비하므로 어떤 결합 상태가 생기면 위 자체의 점막이 상하게 된다. 들어온 음식을 소화하기 위해서 준비한 위액으로 자기가 다치는 것으로 귀여운 개에게 물리는 격이 된다. 위궤양이나 십이지장궤양은 어떤 형태로든지 점막이 자기 소화되는 것이 아닌가 하는데서 소화성 궤양이라고 부른다. 확실한 원인은 잘 모르지만은 스트레스에 의한 신경지배의 긴장 등에 크게 영향을 받고 있음은 틀림없다.

【문】 위하수라는 상태는 병에 들어가지 않는다고 하는데.

【답】 그렇다. 위하수라는 것은 위가 보통보다 아래쪽으로 늘어져 있는 상태이므로 병과는 관계가 없는 단순한 상태를 말하는 것이다. 따라서 위하수가 있어도 아무런 불편을 느끼지 않는 사람들이 많이 있다. 단지 위하수가 있는 사람중에는 위 활동이 나쁜 위무력증(위아토니)을 가지고 있는 사람이 있다. 이러한 사람들은 심신불량 때문에 위하수라는 상태를 병으로 보게 되는 것이고 위하수가 병이 아니라는 것을 납득하지 못하는 것은 불행한 일이다.

【문】 충수염 (맹장염)이면 오른쪽 아랫배가 아프다는데.

【답】 아니다. 충수라고 하는 맹장의 돌기물이 오른쪽 아랫배에 위치하고 있는 것은 잘 알려져 있다 그러나 충수염이 생겼을 때는 언제나 그 부분이 아프다는 것은 오히려 드문 일이다. 많은 경우에 위장근처에 이상감을 느끼고 토기나 통증을 호소한다. 어디라고 말할수 없고 전체가 아픈데 그것이 오른편 아랫배쪽으로 주변의 아픔을 변해 가는 것이다.

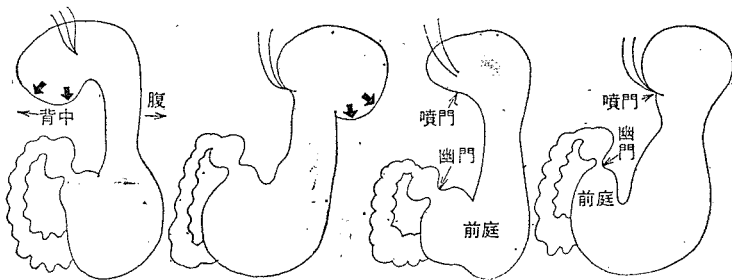
【문】 위장이 약한 사람에게는 밥보다 빵이 좋은가.

【답】 아니다. 한국사람은 쌀 밥을 주식으로 하므로 위장병을 쌀밥때문이라고 생각하는 사람이 많으나 쌀밥 그 자체가 나쁜 것은 아니다. 사실은 쌀밥이 너무 맛이 있기 때문에 너무 많이 먹고 쌀밥만을 먹어서 다른 영양소를 소홀히 하는데 그 원인이 있는 것이다. 따라서 위가 약한

사람이 밥을 먹지 않고 빵을 먹는다고 하여 위가 좋아 질리 없고 영양의 바란스나 카로리, 소화등을 생각하면 빵이나 밥이나 차이가 없는 것이다.

【문】 술(알콜)이나 자극물(고추가루, 커피)등은 위장병을 일으키기 쉬운가.

【답】 아니다. 식품으로서 술이나 자극물이 위장병을 일으키는 원흉인 듯이 생각하는 것은 잘못이다. 술의 소비량과 위장병의 발생비율을 비교해봐도 근거가 없는 일이고 이것도 식생활상의 비중문제에 불과한 것이다. 단지 위장의 증상이나 질병이 정신적 스트레스와 깊은 관계가 있기 때문에 술이나 자극물이 위장병에 관계되는 것처럼 생각되는 것이다. 위장은 정신적인 영향을 받기 쉬운 장기이므로 사업실패, 사고, 가정불화, 직장관계, 범죄 등이 큰 영향을 미쳐 위장병을 야기하는 수도 있다.



폭상위(瀑狀胃)

정상적인위(정상적인위)