

- ... 노화는 눈에서부터 시작된다고 한다. 45세전...○
- ...후가 되면 신문의 활자가 희미해지고 눈의거...○
- ...리를 멀리해야 글자가 겨우 보인다. 여자는바...○
- ...늘구멍이 아물거리 애를 먹는다. 밤에는 더욱...○
- ...심하다. 사람은 이와같은 눈의 변화를 통해서...○
- ...「나도 벌써 늙었구나」하고 생각하게 된다. ...○
- ...눈은 카메라에 흔히 비유된다. ...○

中年이후의 눈병

1. 老眼

카메라는 가깝고 먼곳의 물체를 뚜렷이 찍기 위해서 렌즈를 앞뒤로 움직여 초점을 맞춘다. 그러나 사람의 눈은 렌즈에 해당하는 水晶體를 부풀리거나 평평하게해서 調節을 한다.

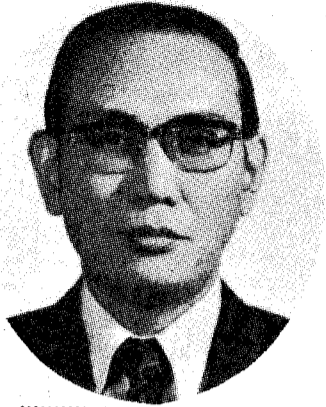
이같은 조절은 순간적으로 이루어지는 것인데 나이가 들면 수정체의 탄력성이 떨어져 부풀리는 힘이 약해진다. 이때문에 가까운곳에 있는것을 뚜렷이 볼수 없게된다.

흔히들 몸의 老化되는 순서를 「齒, 目, 髮, 鼻」로 잡고 있는데 나머지 두가지가 이른한 사람도 눈의 老化는 예외없이 오는것같다.

그래서 10代에는 눈에서 5~10센치만의 글씨까지도 뚜렷이 읽을수 있던것이 40~50代의 中年이되면 50센치정도로 눈에서 떼어놓아야 겨우 볼수있게된다.

노안의 증세와 치료는 遠視와 다를바 없다. 이때문인지 많은 사람들이 노안을 원시와 같은것으로 생각한다.

그러나 노안과 원시는 전연 별개의것이다. 원시는 나이와는 관계없는 近視와 같은 屈折異常으로 온것이고 老眼은 눈의 노화현상으로 누구나 중년에 생기는 것이다. 따라서 老眼때는 볼록렌즈인 돋보기를 써서 부족한 눈의 調節力을 보충시켜 가까운것을 잘 볼수 있도록 해



李相旭

가톨릭醫大교수·醫博
聖母病院안과科長

도 큰영향을 준다. 우리나라 사람들의 실명의 원인중 3분의1을 차지하는 병에 백내장이란 것이있다. 우리 눈속에는 동자 뒤쪽에 카메라렌즈에 해당하는 수정체 라는 볼록렌즈 모양의 투명한 조직이있다. 이것이 여러가지 원인으로 뿌옇게 혼탁되면 빛이 통과하는것을 막기때문에 시력에 장애를 일으킨다. 다시말해

것이 아니고 전혀 진행하지 않거나 아주 천천히 진행되는 수도 있다. 또 빠르게 진행하여 완전히 실명을 가져오는 수도 있다. 그러므로 早期에 白內障을 발견하였다 해도 시력장애가 일상생활에 큰 지장을 주는 정도가 아니면 곧 수술을 받아야 하는 것은 아니다.

이런경우 白內障의 진행을 억제하는목

자기 안압이 높아진 것이다. 머리가 아프고 토하기 때문에 간혹 내과나 신경외과를 찾아가 발견이 늦어지는 경우도 있다.

하루사이에 안압을 정상으로 내려주지 않으면 영원히 실명되는 시간을 다루는 무서운 병이다. 진통제나 먹어보고 며칠 기다려 본다것이 시기가 늦어 병원에

老化는 눈에서부터 始作된다

45세이후가되면 新聞活字희미해져
水晶體의탄력떨어져 調節機能 약화

적으로 몇가지의 약물이 사용되고 있으나 그 효과에 너무나 기대를 걸어서는 안된다. 따라서 심한 시력장애를 일으킨 白內障에 대해서는 혼탁된 수정체를 제거하는 수술만이 오직 유일한 치료방법이다.

현재는 白內障 수술의 기술이 고도로 발달되어 있어 수술후 좋은 시력을 얻을수 있고 별지장 없이 사회생활을 할수 있다. 일반적으로 다른병은 조기발견에 조기수술이 좋으나 白內障만은 조기 수술하는것이 좋지않을때가 많다.

왔을 때에는 어찌할 도리가 없는 안타까운 경우를 많이 본다. 그러나 녹내장중 대부분은 만성으로 온다. 이것은 급성과는 달리 별로 뚜렷한 증상이 없다는 것이 특색이다. 때문에 조기에 발견이 어려우며 앞머리나 눈이 좀 아프고 주름아침에 일어나면 머리가 무겁다.

그러나 녹내장으로 눈의 시신경이 차차 파괴되어 이상을 느꼈을때 돌이킬수 없는 상태가 된다. 눈으로 볼수있는 범위를 視野라고 하는데 시야가 차차 좁아져서 나중에는 마치 붓뚜껑을 눈에대고 보는것같은 상태가 된다. 시력은 마지막 실명되는 순간까지 유지되며 마치 복병처럼 모르는 사이에 살금살금 진행되기 때문에 급성에 못지않게 무섭다.

녹내장은 보통 40대 이후에 많이오며 남자 보다는 여자에게 많고 특히 신경질적인 사람에게 많이온다. 따라서 40대 이후가되면 혈압을 재보는것처럼 안압을 재보는 것이 바람직하다.

어느정도 유전성도 있기때문에 집안에 녹내장을 앓은 사람이 있을때에는 더욱 주의해야 된다. 통계에 의하면 미국에서는 녹내장이 실명원인의 첫째를 차지하고 우리나라에서는 둘째로 많은 정도로 실명의 가장큰 원인이 되고있다. 선천적으로 낳아부터 생기는 녹내장도 있다. 갓난아이가 눈부서하고 또 잘뜨지도 못하고 차차 눈이 커져서 마치 소눈(牛眼)처럼 되는데 이때도 곧 시기를 놓치지 말고 수술해서 안압을 내려주면 충분히 시력을 보존할수 있다. 필자가 안과를 시작했던 20년전만해도 녹내장으로 안과를 찾는 사람은 많지 않았지만 해마다 늘어서 요즘은 안과의 많은 부분을 차지하고 있다. 녹내장의 정확한 원인은 아직도 모르는것이 많지만 스트레스, 특정신적인면이 많이 작용되는 일종의 문화병이라고 할수있겠다.

그러나 일찍 발견만 하면 약물이나수술로 충분히 실명을 예방할수 있다.

돋보기는 눈의構造와 굴절상태등에따라 보통眼鏡마출때처럼 정확한것 사용해야

야 한다. 그렇다고 무턱대고 40代에는40鏡, 50代는 50鏡식으로 돋보기를 그저크게 잘 보인다는 것으로만 함부로 골라 쓰는것은 도리어 눈에 해로울수도 있다. 노안의 진행정도는 사람마다 차이가 있을뿐 아니라, 눈의 구조와 屈折狀態가각각 달라, 보통 안경 맞추는것과 같이정확한것을 사용해야 된다. 돋보기는 이를 그대로 크게 확대되어 잘 보이는 것만 좋다고 생각하나 자기눈에 맞지않으면어지럽고 심하면 골치가 아픈 증세마저일으킬수 있다.

그러나 노안은 가까운 곳에 있는 물체만 뚜렷이 볼수없을뿐 먼곳에 있는것은 10代와같이 똑똑하게 볼수있다. 따라서 먼곳의 시력이 나빠진것을 나이맞이 거니 생각하고 소홀히 해서는 안된다.

그러면 中年이후에 많이 생길수 있고 시력을 잃은 무서운 눈병 두가지를 적어보기로 한다.

2. 白內障

사람의 오복중 가장 중요한것이 건강이며 그중에서도 눈의 건강은 무엇보다도 바꿀수없는 것이다. 시력장애나 실명이란 불행은 육체적 결함뿐 아니라 정신면에서

서 白內障이란 이름그대로 눈속에 백태가끼는 고장을 이야기한다. 따라서 눈의 검은자에 생긴 백태와는 구별이 되어야 한다. 증상은 아프지도 않고 눈에 충혈도 없이 다만 안개가 낀것처럼 눈앞이 흐려진다. 초기에는 검은점이 눈앞을 가리기도 하며 환한곳에서는 잘안보이고오히려 어두운 곳에서는 잘보이는 수도있다. 차차 진행하면 시력은 극도로 떨어져서 실명한다. 이때 눈을보면 동자가가땀게 보이지 않고 백색으로 나타난다. 두눈에 같이 오는수가 많지만 대부분의쪽눈에 먼저 나타나며 백내장은 60세이상 노인에게 가장 많이 나타나므로시력 장애가 있어도 나이가 들어서 눈이 어두워졌는지 하고 소홀히 해서는 안된다. 따라서 시력 장애가 오면 의사의 진찰을 받아 보아야 하고 간단한 검사로 쉽게 백내장을 진단할수 있다. 또 白內障은 노인뿐만 아니라 40~50대 장년에게도 나타나며 때로는 선천성으로 갓난아이에게 오는수도 있다.

그밖에 당뇨병같은 전신적인 질환때문에오고 눈을 다쳤을때 外傷으로도온다.

그러나 白內障이 발견되었다해도 모두가 진행하여 심한 시력장애를 가져오는

그렇다고 너무 늦으면 여러가지 합병증이 올수있으므로 정기적으로 의사의검사를 받아 적절한 수술시기를 결정하는것이 중요하다.

3. 綠內障

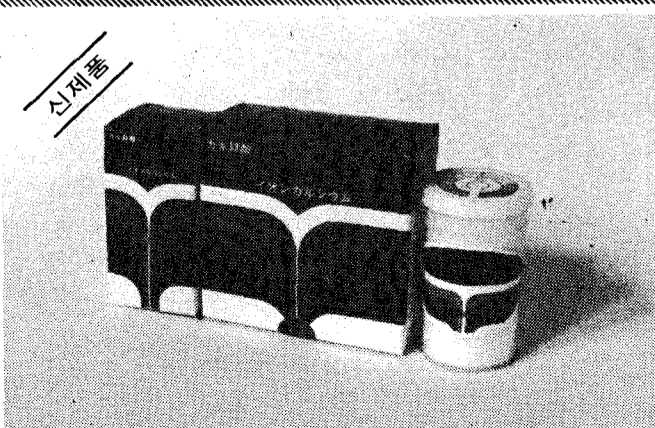
어떤 병이든 일찍 발견해서 빨리 치료해야 된다는 것이 원칙이겠지만 녹내장에서는 더욱 조기발견이 중요하다. 녹내장은 「판판이 눈」이라고 부르는 사람이 있듯이 눈속의 압력이 높아져서 공기를 너무 많이 넣은 축구공처럼 눈이 단단하게 되는 상태를 말한다. 우리눈은 일정한 內壓을 갖고 있으며 이것을 眼壓이라고 한다. 눈속에는 房水라는 물이 생겨나서 이것이 눈 밖으로 배출되어항상 일정범위의 압력을 유지하고 있다.

그것이 여러가지 원인으로 배출되는곳이 막혀버리든지 또는 필요이상으로 방수가 많이 생산되면 눈속에는 물이피어 안압이 높아지게 된다. 급성으로 오는것은 발작적으로 오며 얼마전부터 불빛둘레에 무지개가 보이다가 갑자기 시력이 떨어지고 눈과 머리가 몹시 아프며 심하면 메스껍고 토한다. 눈은 동자가 크게 벌어지고 충혈이 된다. 즉 갑

独占輸入品

天然水溶性食品 이온化칼슘粉末 “모리카론”

- ▲체질개선 : 이것은 “모리카론”이 추구하는 궁극적 테마이며 이미 사용하신 분만이 그 탁월한 효과를 입증하고 있습니다.
- ▲모리카론 : 이는 18년간 연구 끝에 개발한 것이며 각종 알칼리성 천연이온 복합미네랄로 구성되어 물에 타는 즉시 이온화되어 40분 이내에 거의 100% 체내흡수됩니다. 2~3개월 이내에 만병의 근원인 산성체질을 약 알칼리성으로 체질을 개선합니다.
- ▲이온화란 : 물질을 구성하고 있는 분자나 원자상태에서 전자를 띄고 활동하는 상태이며 칼슘은 이온화되어 있지 않으면 절대 흡수가 불가능합니다.



- ▲예방효과 : 동맥경화·고혈압·암·당뇨병·심장병·만성신장염 등 각종 성인병에 대한 예방과 자연치유력 증진
- 각종 알레르기성 질환·위장장애·신경계 질환·골·관절조직개선·치아보호·근시등 안질환 예방에 도움.
- 여성미용·생리불순·피로회복에 효과.
- 임산부등 산후·산전에 필요한 영양소 고루 갖춤.

수입원 : 더 원 코포레이션
판매원 : 남미상사
서울·중구 회현동 1가36-1
전화 777-5279