



위장질환은 예방합니다. (2)

위·십이지장 궤양의 원인과 증상



이 상 종

위나 십이지장의 점막의 결손상태를 궤양이라고 한다. 위궤양과 십이지장궤양은 장소가 다르기만 할 뿐 성격이 완전히 동일한 것인지 아닌지는 다소 논란이 있다.

그러나 양자는 모두 소화관의 점막에 궤양이 생기는 것이며 그 발생도 위액속의 염산이나 펩신의 작용이 중요한 원인이 되므로 위궤양과 십이지장궤양을 통틀어 위·십이지장궤양 또는 소화성궤양이라 부른다.

발생원인

보통 위액의 소화작용은 육류등을 소화할 뿐이고 건강한 자신의 위

점막까지 소화하지는 않는다. 그러나 어떤 원인들로 위액의 소화작용이 강력해진 경우—가령 위점막을 보호하고 있는 뮤신(점액)의 분비가 줄었을 경우등—에 소화성궤양이 일어난다.

따라서 직접적인 원인은 위액속의 염산·펩신(단백소화효소)의 증가나 위·십이지장국소의 저항력이 떨어졌을 때 볼 수 있다.

산소나 영양분을 위점막으로 운반하는 혈관계가 어떤 원인으로 좁아졌거나 막혔을때, 국소에 영양장애가 생긴 경우에도 궤양이 일어난다. 또한 만성위염과 같은 염증이 계속되면 건강한 위점막보다 오히려 소화작용을 받기 쉽기 때문에 궤

위점막의 저항력이 떨어지거나 혈류장애로 국소적 영양장애가 생겼을 때 소화성 궤양이 일어난다.



양이 생겨나기도 쉽다.

그 밖에 불안·공포·고통·긴장등과 같은 정신적인 갈등이 궤양 발생을 조장하고 화상, 동상, 골절, 수술, 뇌질환 그리고 담배와 커피등의 과다한 섭취도 궤양을 발생시키는 간접적인 원인으로 꼽고 있다. 당뇨병·갑상선기능항진증·폐기종 등이 있을때도 궤양의 발생율이 높아 진다.

일반적으로 식생활에 있어서 단백질이 적은 음식을 많이 취하면 위점막의 저항력이 쇠퇴하여 궤양을 일으키기 쉽다.

또 빨리 먹는 사람, 식사시간이 불규칙한 사람, 뜨거운 음식을 좋아하는 사람에게도 생기기 쉽다.

소화성궤양은 일반적으로 몸이 가늘고 마른 편인 사람들(저혈압, 맥박이 느리고 두드러기 비슷한 피부현상)에서 흔히 발생한다.

직업별로는 의사, 간부사원, 전문적인 운전기사, 메스컴종사원, 전문적 기술자등에 많고 특히 정신노동자는 십이지장궤양이 많다.

증 세

궤양의 특유한 전구증세는 없다. 증세는 상당히 특징적인 것이나 아울러 개인차도 많이 있고 소화불량 같은 가벼운 증세부터 위경련같은 심한 자각증세를 수반하는 것까지 여러 종류가 있다.

일반적으로 이 병의 대부분이 상복부에 국한된 통증을 나타내고 이것은 속이 비어 있을때 흔히 나타나며 식사를 한다든가 제산제를 투약하면 경감된다. 그러면서 통증은 주기적이고 식욕은 일반적으로 항진된 경우가 많다.

소화성궤양의 가장 중요한 증세는 통증이고 그 중 30% 이상은 상복



위장질환을 예방합니다. (2)

부통증이지만 궤양의 중증도와 통증의 강도와는 꼭 일치되지는 않는다. 일반적으로 둔통일때가 많지만 간혹 선통일때는 드물다.

식후 즉시 나타나는 조발통은 위 입구인 분문부부근의 궤양이고 이는 위내용의 직접자극에 의한 것이라고 생각되며 위궤양의 경우 식후 30분~2시간에 나타나는 일이 많고 위운동항진때문에 생긴다고 본다.

식후 3~6시간에 나타나는 속이 빈 상태의 통증 또는 야밤에 나타나는 통증은 위액이 지나치게 분비되어 궤양부분의 자극에 의한 것으로 보는데 주로 십이지장궤양 때 흔히 볼 수 있다.

또 위전벽부분의 궤양보다는 후벽의 궤양일때 강도가 높다. 특히 처음 복통을 나타내는 약 30% 정도에서 등뒤편에도 방산되는 통증을 느낀다. 특히 통증을 증강시키는 인자들로는 단단한 섬유성식품 자극성있는 것, 주류, 흥분, 과로 등이 포함된다.

통증외에도 복부팽만감, 달리는 감촉, 속쓰림 구역 등이 수반되기도 한다.

치료가 잘 되지 않았을 때, 간혹 위나 십이지장의 청공 출혈로 인한 토혈, 하혈 그 이외에도 유문부협착으로 위내용물의 통과장애등과 같은 합병증이 따를 때가 종종 있다.



치료방법

일반적으로 우선 심신의 안정과 아울러 적절한 식이요법으로 대처해 나가게 된다. 특히 소화성궤양의 치료도 정신적 요인이 중요하기 때문에 육체적인 안정과 정신적인 긴장이나 알력에서 해방되는 것이 치료상 가장 중요하다.

궤양은 특별한 약물요법없이도 자연 치유되는 일이 적지 않고 내과적 치료의 기본도 신체의 회복능력을 방해하는 것을 제외시키는 일이다.

또한 일반적으로 소화성궤양의 치료는 안정·식이요법 그리고 약물요법의 삼위일체가 되어야 하며 그중 어떤 한가지만으로는 궤양치유가 곤란할 때가 많다.

(1) 안정

이 병때의 통증은 정신적·육체

소화성궤양의 가장 중요한 증세는 통증이다.

적안정과 식사의 제한을 어느정도 하면 수일간에 통증은 사라지는 일이 많다.

궤양의 자연치유경향이 적지 않고 그 크기도 줄어들거나 아물게 되는 일도 있다.

궤양치료는 원칙적으로 입원치료가 좋다. 외래통원치료보다 궤양소실까지의 기간이 단축된다.

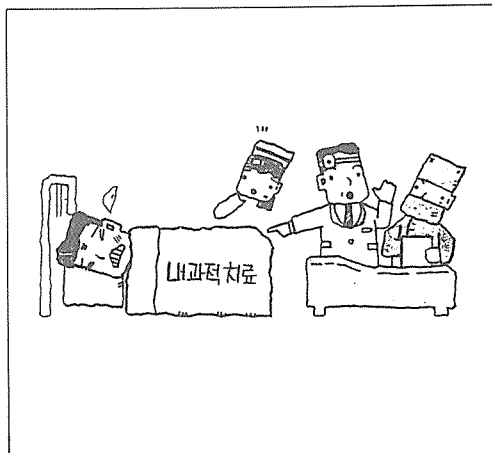
그러나 입원을 하므로써 정신적 안정이 되는것 보다 오히려 집안 일 또는 직장의 일, 경제적인 부담등이 마음에 걸린다면 입원을 안한 것보다도 못할 것이다.

식이요법과 약물요법이 아무리 충실해도 심신의 안정을 유지하지 못한다면 궤양치료효과는 만족스럽지 못하게 될 것이다.

(2) 식이요법

식품을 제한하는 것보다도 특별한 것들은 제한해야 하나 위의 부담을 경감시켜 위운동이나 위액분비를 억제시키는 것이 소화성궤양에 대한 식이요법의 근본이다.

최근 식이요법은 옛과는 다소 달라져서 가령 토혈이 있는 뒤라도 특히 금식을 필요로 하지 않고 위를 장시간 공허하게 하여두는 것만이 꼭 위의 안정을 시키는 것은 아니기 때문에 영양을 적절하게 공급해야 한다고 주장하고 있고 다만 출혈이



정지된 2~3일간은 질식을 시키는 것이 좋다고 되어 있다.

유동식은 칼로리 보급면으로 볼 때 부적당하며 또한 수분의 양 지나치게 많으면 위에 부담을 주어 일반식섭취보다 치유가 오히려 늦어질 수도 있다.

초기에는 자극없는 유동식을 준다. 곡물로 된 유동식, 우유 그리고 죽과 같은 반유동식으로 점점 변경하면서 가급적 위가 크게 팽만되지 않게 하기위해 한번에 대량공급을 지양하고 하루에 15~16회로 나누어 주며 1일 칼로리의 전체량을 줄이지 않게 한다.

만일 위가 지나치게 팽만하게 되면 궤양면의 상처도 견인되어 넓어지니 치유기간도 연장될 수 있다.

환자의 영양을 충분히 만족시키기 위해 균형이 취해진 영양가 높은 식품을 공급한다.

위점막을 자극하면 위액분비가

궤양치료는 원칙적으로 입원치료가 좋다.

**소화성 궤양의
치료는
안정·식이요법·
약물요법의
삼위일체가
되어야 한다.**



촉진되므로 조립법에 유의해야 한다.

특히 소화되기 쉽고 소금끼가 많거나 너무 단것들을 피해야 하며 식품의 온도는 너무 차갑거나 너무 뜨겁지 않은 체온정도가 가장 좋다.

너무 단단한 것, 뼈 있는 생선의 부분은 피하도록 한다.

향신료를 가급적 피하며 기름기가 많이 드는 조리도 피해야 한다 (버터-구이, 튀김, 후라이, 어묵 등)

야채류는 입앞부분의 연한 부분을 사용하여 충분히 가열해서 단단한 곳과 섬유가 많은 부분은 제외시킨다.

과일도 단단한 것과 날것이 아닌 익히거나 찐것이 좋고 식사를 하는 동안은 마음을 편안하게 잡념없이 즐기며 식사 시간은 규칙적으로 하며 모든 것은 잘 씹어 천천히 드는

것이 바람직하다.

특히 심이지장궤양은 위궤양보다도 스트레스와 더욱 밀접하게 관계되고 있기 때문에 다소 유의하면 좋아지나 완전 치유되지 않은 상태에서 조금만 부주의하면 재발되기 쉬운 경향이라는 것을 잊어서는 안된다. 위궤양중에는 간혹 악성형이 있게 되니 궤양치료과정중에 면밀한 검사를 시행하여 정확한 판단을 받아야 한다.

기호품은 가급적 삼가하고 적절한 육체적 운동을 일과처럼 병행하는 것이 회복에 박차를 가할 수 있다. 약물요법에도 그 종류가 너무나 많고 그 처방투약은 꼭 의사의 지시에 따라야만 된다.

효과가 클수록 부작용이 적지않고 일정기간 이상 남용할때 여러가지 문제들을 일으키는 일도 있다.

(필자=고려병원 내과부장)