

홍 창 기
(울산의대교수)

얼굴이 푸석푸석 하거나 옆구리가 아픈 경우 많은 사람들이 심장(콩팥)에 병이 있는 것으로 생각하며, 종합건강 진단이나 직장 신체검사시 소변(뇨)검사에 이상이 발견되는 경우에도 심각한 심장 질환이 있는 것으로 생각하고 고민하는 분들을 흔히 보게된다. 또한 최근 신문, 방송 매체를 통하여 사체 신이식에 관한 미담들이 방송되고, 소위 피를 씻어 낸다고 하는 혈액부석등의 신대체요법을 받는 환자를 주변에서 흔히 마주치게 됨에 따라 심장 질환에 대한 지나친 공포심을 갖는 경우가 증가하고 있는 것으로 생각된다. 그러나 얼굴이 좀 붓는것은 너무 잔 음식에 기인하는 경우가 대부분이며 옆구리의 통증은 일부의 신질환을 제외하고는 심장 질환의 흔한 증상은 아니다. 대부분의 만성 심장 질환은 10년 이상의 장기간에 걸친 경과를 거친 후에야 일 부분에서만 신이식 혹은 투석요법이 필요하게 되므로, 만성 신질환이 있는 사람의 치료목적은 적절한 관리를 통하여 가급적 병의 자연경과를 지연시켜 앞에 말한 특수한 치료가 필요하게 될 때까지 상당히 오랜기간을 정상인과 다를없는 생활을 영위할 수 있게 하기 위한 것이다. 심장 질환은 그 원인의 종류와 관계없이 일단 발병한 후 질병의 경과를 촉진, 악화시키는 인자들이 대개 알려져 있다.

만성 심장병 관리에서 가장 우선되는 것은 심장에 해가 되는 일을 더 이상하지

만성신장병의 관리와 그 최신동향

얼굴붓고 옆구리 통증있다고 신장염 의심은 금물

않는 것이다. 심장에 해가 되는 요인 중 가장 흔한 것은 무분별한 약물의 남용이다. 신장은 혈액이 많이 지나가고 일단 몸에 들어간 약물은 간이 아니면 신장을 통하여 배설되므로 쉽게 약물에 의해서 손상을 받게 된다. 신장기능의 손상을 초래할 수 있는 약물은 대단히 많지만 우리나라에서 가장 문제가 될 수 있는 것은 널리 사용되고 있는 항생제와 소위 신경통 혹은 관절염약 이라고 하는 비스테로이드성 소염 진통제를 들 수 있다. 그러므로 확진된 신장 질환을 갖고 있는 사람은 이들 약제 사용 전에

서 매일 매일의 섭취량을 조절해야 할 뿐이다. 먼저 염분의 섭취는 1일 5g 이하를 섭취한 것이 권장된다. 우리나라의 일반적인 일일 섭취량이 10g 이상이며 그 이하를 섭취하는 경우 식욕을 잃는 사람이 많으나 습관을 들이도록 노력하는 것이 필요하다. 물론 고혈압, 부종 등이 없고 노량이 충분한 경우 일일 10g 정도를 허용하기도 하지만 일단은 염분 섭취를 줄이는데 최대한의 노력을 해야 한다. 그 다음으로 조절이 필요한 성분은 단백질 섭취량의 조절이다. 이 역시 각

세번째로 반드시 실시해야 할 일은 적절한 혈압 조절이다. 안정된 상태에서 반복해서 측정된 혈압이 계속 140/90mmHg 이상일 때를 고혈압이라고 하고 고혈압은 신장을 나쁘게 할 수도 있으며, 반대로 나쁜신장은 고혈압을 유발할 수도 있다. 그러므로 고혈압은 신장 질환의 원인일 수도 있고 결과일 수도 있다. 어쨌던 고혈압은 신장기능을 악화시키는 요인 중 가장 중요하며 또한 예방 가능한 악화 인자이기 때문에 절대로 소홀히 할 수 없는 것이다. 고혈압의 조절은 일반적으로 약물요법이 우선인

만 아니라 혈관의 저항을 높혀 고혈압을 악화시키고 동맥경화증을 촉진하므로 반드시 금연해야 한다. 음주는 소주 한두잔 정도의 소량의 경우는 특별한 문제는 없는 것처럼 생각되나 양이 늘어나는 경우 역시 고혈압의 악화요인이 될 수 있다. 여러가지 비약물 요법이 충분히 시행된 후에도 혈압의 조절이 안되는 때는 약물요법을 실시해야 한다. 고혈압에 사용할 수 있는 약제는 수십가지 이상이 시판되고 있으며 각각은 고유한 장단점을 갖고 있다. 그러므로 어떤 약이 좋다고 일률적으로 말할 수 없으며 환자의 나이, 질병의 정도, 경제사정, 동반된 질환의 유무 및 종류 등을 고려해서 전문의가 결정해야 한다. 항 고혈압제 사용시에도 유의해야 할 점은 비약물요법을 병행해야 하는 점이다. 저염식을 하지 않거나, 계속적으로 체중을 증가하는 경우에는 약효가 떨어지게 되어 약용량을 증가시켜야 하기 때문이다. 최근 안지오텐신-변환효소 억제제라는 종류의 약제들이 만성신장병 환자에서 혈압 조절 이외에도 신장기능의 손상 속도를 늦출 수 있는 것으로 알려지면서 일부 질환에서는 사용되는 빈도가 높아지고 있다. 하지만 항 고혈압제제는 무엇을 쓰느냐 보다는 혈압을 조절하기에 필요한 만큼을 얼마남 꾸준히 복용하는나 하는 것이 중요하다. 결론적으로 피를 씻어 하면 "만성 신질환"이 한가지 병을 말하는 것이 아니고, 그 치료 방침은 남아 있는 신기능을 최대한으로 보호하여 말기 신부전에 까지 이르는 자연경과를 가능한 한 지연시키는 것을 주로 하기 때문에 전문가의 지도를 받으며 환자 본인이 꾸준히 노력하여야 소기의 목적을 달성할 수 있다.

항생제, 소염진통제등 약물남용금해야 비약물요법으로 고혈압부터 다스려야

반드시 전문의와의 상담이 필요하다. 약물 이외에도 심한 설사등으로 인해 탈수상태가 되거나, 조영제를 사용하는 각종 방사선 검사, 각종 감염이 신장의 손상을 촉진시킬수 있으므로 주의가 필요하다.

둘째로 해야 할일은 적절한 식이요법이다. 우리나라 환자들은 어떤 병이 있다고 진단받은 후에는 반드시 식이요법은 어떻게 하느냐고 물어 보지만 실제로 의사 혹은 영양사의 조언대로 잘 따르는 사람은 많지 않다. 질병의 성질, 고혈압의 존재여부, 현재의 신장기능 등에 따라 세부사항은 달라질 수 있지만 원칙적인 사항은 다음과 같다. 특별히 신장병 환자라고 해서 절대로 피해야 할 식품의 종류가 따로 있는 것은 아니고 단지 식품에 따라

거에는 단백뇨가 심한 신증후군 환자에서는 고단백식이 권유된 적도 있으나 최근에는 거의 모든 신장질환에서 일정한 수준으로의 제한이 권장되고 있다. 단백질 섭취 제한의 정도는 신장기능의 소실 정도에 따라 약간씩 달라서 신기능의 손상이 심하지 않으면서 부종이 심한 신증후군 환자에서는 체중 kg당 0.8g 정도의 섭취가 적절하며 신기능의 손실이 심해서 요독증이 동반된 사람들은 kg당 0.6g 정도가 적절하다. 신장기능의 소실이 극도로 악화되어 투석요법을 받는 환자는 일일 kg당 1.0~1.2g 정도의 단백 섭취가 필요하게 되는데 이때는 반드시 전문가와의 상담이 필요하다. 단백질은 우유, 계란, 고기 등의 양질의 단백을 섭취하는 것이 좋다.

것처럼 알고 있으나 약물요법에 앞서 시행되어야 할 여러가지 비약물 요법이 많다. 먼저 환자는 정신적으로 안정된 생활을 하도록 노력하여야 하며 정상 체중을 유지하고 적절한 식이요법 및 규칙적인 운동요법을 실시해야 한다. 식이요법은 위에 언급된 것과 거의 같으나 고혈압만 생각한다면 최근에는 저염식 이외에도 고칼륨 식사, 고칼슘 섭취가 권장되기도 하나 이는 잔여 신기능의 수준에 따라 고려되어야 한다. 운동도 신장기능의 정도에 따라 다르나 환자가 감내할 수 있는 범위 내에서는 하는 것이 좋으며 종류는 역기 같은 것 보다는 수영, 달리기 걷기 같은 것이 좋다. 이러한 일들과 동시에 반드시 실시되어야 할 일이 금연이다. 흡연은 폐암 등의 호흡기 질환



The advantage of early combination therapy

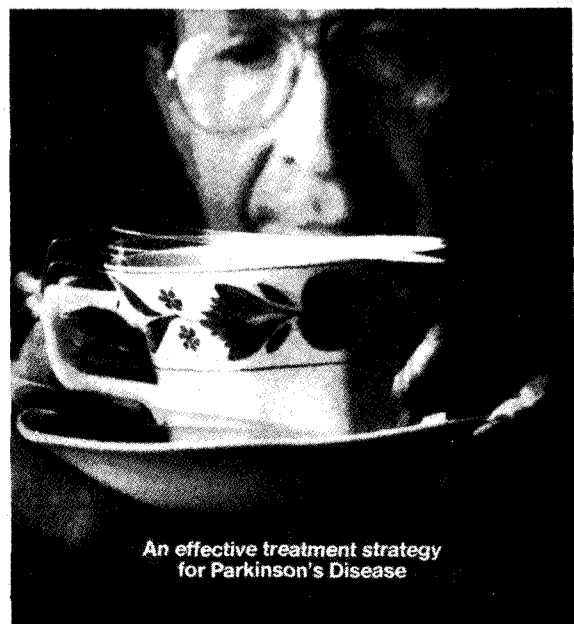
- ▶ 팔로델 조기병용투여는 만족할만한 Parkinson's Disease 치료효과를 가져다 줍니다.
- ▶ 팔로델 조기병용투여는 Levodopa 투여량을 감소시킵니다.
- ▶ 팔로델 조기병용투여는 Levodopa 장기투여로 인한 운동기능장애 (dyskinesia, fluctuation)를 방지합니다.
- ▶ 팔로델 조기병용투여는 환자의 생활의 질 (quality of life)을 개선시킵니다.

Olsson et al., 1989(7)
Nakanishi et al., 1989(8)
Grimes et al., 1984(2)

Levodopa

PLUS PARLODEL®

In early combination therapy



An effective treatment strategy for Parkinson's Disease

DRUG INFORMATION

- ▶ 조성·성상: 1. 조성: 1정중 메실산 브로모크립틴(U.S.P.)...2.87mg (브로모크립틴으로서 2.5mg)
- 2. 성상: 본제는 백색의 원형정제입니다.
- ▶ 효능·효과: 파킨슨씨병
- ▶ 용법·용량: 팔로델은 항상 식사직후에 투여해야 합니다. 투여방법은 질환에 따라 다양하나 대부분 적응중에는 부작용을 극소화시키고 최대효과를 얻기위하여 점증요법을 시행함이 좋습니다. 1일 1.25mg~40mg을 증상에 따라 투여하십시오.
- ▶ 사용상의 주의사항: 1. 다음 환자에게는 투여하지 마십시오. 맥각알칼로이드에 민감한 환자.
- 2. 다음의 경우에는 신중히 투여하십시오.
 - 임부 또는 임신하고 있을 가능성이 있는 부인
 - 심근경색증등 심한 혈관 장애 혹은 그 기왕력 환자
 - 정신병 혹은 그 기왕력자
 - 소화성 궤양 혹은 그 기왕력자 (위장출혈을 일으킬수 있습니다.)
 - 신장 및 간장질환환자
- 3. 부작용: 메스꺼움, 구토, 피로, 졸음, 현기증, 두통, 기립성저혈압, 혼란, 환각, 변비, 구갈, 운동장애, 동통성 각경련등이 나타날수 있습니다.

▶ 포장단위: 30T, 100T
▶ 보험약가: 373.88원/Tab.

Full Product information is available on request.

한국산도스주식회사
본사: 서울·영등포구 여의도동 25-5 Tel.784-2882