

여성과, 그리고 남성

김훈기 ■ 과학동아 의학담당 기자

결혼 연령이 점차 늦어지고, 임신을 피하거나 독신을 주장하는 여성이 늘고 있다. 그런데 나이가 찬 처녀들의 경우 기혼자들에 비해 육체적인 이상이 발생할 가능성이 많다고 한다.

결혼 적령기에 접어든 여성이 혼인과 임신, 그리고 출산의 과정을 거치지 않으면 생식내분비 계통에 질병이 생길 수 있다. 그러나 남성의 경우 정신적인 스트레스 외에 별다른 신체적 이상이 없다. 이처럼 여성과 남성은 병의 종류와 성격 면에서 커다란 차이를 보인다. 그 이유는 간단하다. 여성은 몸이 성숙해지면서 호르몬 분비가 훨씬 복잡하게 나타나고, 그 결과 남성에 비해 급격한 신체 변화가 일어난다. 대표적인 예가 월경과 임신이다.

월경은 여성이라면 누구에게나 찾아오는 현상이지만 임신은 그렇지 않다. 임신하지 않은 여성도 폐경기에 이르는 50대까지 매달 월경을 경험한다. 평생 5백여 회에 달하는 셈이다. 이 경우 신체적으로 어떤 특징이 나타날까.

임신하지 않은 여성에게 흔히 관찰되

는 특징은 '월경주기성 유방통'이다. 월경 전에 유방이 부풀고 아프다가 월경의 시작과 함께 이런 증상이 사라지는 여성이 많다. 그 이유는 배란을 전후해 분비가 늘어나는 성호르몬 때문이다.

배란이 시작되면 에스트로겐과 프로게스테론 등 성호르몬이 분비된다. 이 호르몬들은 유방의 성장을 촉진시켜 임신에 대비하는데, 대체로 에스트로겐은 젖관을, 프로게스테론은 젖샘을 증식시킨다. 이 때문에 유방도 주기적으로 부풀고 아플 수 있다.

그러다 월경이 시작되면 유방의 부풀기도 가라앉고 통증도 줄어들어, 월경 시작 후 4-7일째에 유방의 크기가 가장 작아지고 부드러워진다. 만일 여성이 임신 경험을 갖지 않으면 월경이 중단되지 않고 계속될 것이므로 '월경주기성 유방통' 역시 매달 나타나게 된다.

한편 임신은 유암(乳癌)의 발생을 줄이는 중요한 변수로 작용하는데 왜 그럴까.

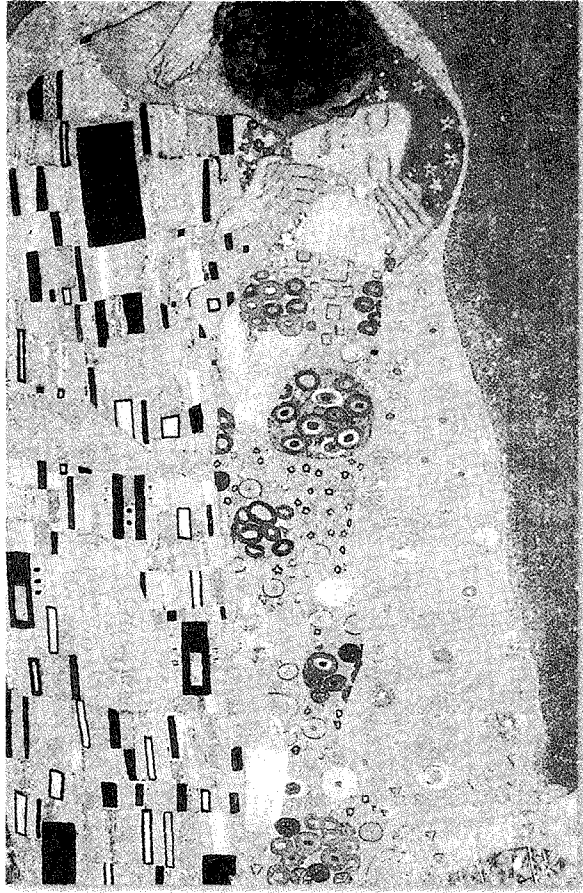
유암의 발생빈도는 30세 이후부터 높아져 40대에 이르면 최고에 달한다. 그

러나 그 근원은 10-15년 전으로 거슬러 올라간다. 예를 들어 30세에 유암으로 판정된 사람의 경우 15세 전후에 이미 하나의 세포가 암으로 돌연변이를 시작한 것이다.

초경이 시작되는 15세 전후부터 약 25세까지의 여성에게 유방세포의 돌연변이 가능성이 높다고 한다. 어떤 요인 때문에 이 시기에 위험도가 높은 것일까. 그 해답은 간단하지 않다. 오랫동안 과학자들은 유암의 원인을 찾기 위해 노력했지만 아직 확실히 정설로 인정된 것은 없다.

유암의 발생에는 유전, 임신·분만, 음주·흡연, 식이 등 무척 다양한 위험요인이 관여한다. 미국에서 1980년대에 유암의 주된 원인으로 지목된 것은 고지방식 섭취였으나 요즘은 점차 호르몬설이 유력해지고 있다.

유암은 동양보다 서양에서 많이 나타나는 증세였다. 지난 20여 년간 미국에서 유암 발생은 꾸준히 증가해 왔다. 1993년 현재 여성 암 중 유암이 차지하는 비율이 1위였으며, 사망률로는 폐암에 이어 2위를 기록했다. 1년에 유암으로 사망하는 여성의 수는 무려 4만6천



여명.

1980년대 미국에서 가장 유행했던 가설은 “햄버거, 스테이크 등 고지방식이 유암에 걸릴 위험을 크게 증대시킨다”는 것이었다. 이 가설은 아시아나 저개발 국가가 여성에 비해 북미나 유럽 여성에게 그 위험이 5배나 높았다는 점에서 착안됐다. 또한 유암 발생률이 낮은 국민이 북미지역으로 이민한 경우 유암 발생률이 미국인 수준으로 높아졌으며,

이민 2세의 유암 발생률이 점차 증가한다는 점이 심증을 더욱 굳게 만들었다.

만일 이 가설이 사실로 입증된다면 개인의 식생활습관을 변화시켜 유암을 예방할 수 있을 것이다. 그래서 미국은 식이요인과 유암과의 관련성을 증명하기 위해 많은 연구비를 투자했다.

그러나 고지방식과 유암 간에 직접적인 관련성이 없다는 점이 점차 밝혀지고 있다. 물론 현재도 많은 논쟁이 이뤄지고 있지만, 대세는 '호르몬설'로 향하고 있다.

사실 '호르몬설'은 '식이설'이 등장하기 이전에 오랜동안 유력한 설이었다. 그 시초는 1700년 "수녀가 결혼한 여성에 비해 5배 정도 유암발생 위험이 높다"는 보고에서 비롯됐다.

'호르몬설'에서 현재 비교적 폭넓은 지지를 받는 견해는 1970년대 하버드대 암역학자 맥매흔 박사의 가설이다. 이 가설에 따르면 유암의 발생에는 초경 연령, 폐경 연령, 첫 출산 연령 등 세가지 요인이 중요하다. 초경 연령이 빠를수록, 폐경 연령이 느릴수록 유암 발생 위험은 증가한다는 것이다. 또 첫 출산 연령이 10대나 20대 초반이면 유암의 위험은 감소한다. 예를 들어 20세 이전에 첫 출산자는 30대 이후 경우에 비해 유암 발생이 약 절반 이하로 떨어진다.

월경과 임신의 시기가 중요한 요인이라는 말은 성호르몬이 유암 발생에 관여하고 있음을 의미한다. 먼저 초경이 빠를수록, 그리고 폐경이 느릴수록 위험

이 증가한다는 것은 그렇지 않은 여성에 비해 에스트로겐과 프로게스테론에 노출되는 기간이 늘어난다는 얘기다. 그래서 학자들은 이 호르몬을 유암 발생의 원인으로 지목하고 있다.

그러나 임신 중에도 성호르몬의 양은 높은 수준으로 유지된다. 그렇다면 임신이 빠를수록 유암 발생이 줄어드는 이유가 무엇일까. 임신과 같이 아주 고농도의 호르몬이 분비될 경우 유방세포는 더욱 분화돼 새로운 형태로 변화되는데, 그 결과 오히려 에스트로겐에 대한 저항력이 생긴다는 이론이 있다고 한다. 빨리 임신할수록 에스트로겐의 '악성' 위험이 감소되는 것이다.

하지만 아직 확실한 설명은 없다. 프로게스테론이 유암을 줄인다는 의견도 있다. 그러나 임신이 유암 발생을 줄일 수 있는 중요한 요인이라는 사실은 점차 인정되고 있다.

한편 최근 우리 나라의 유암 발생은 점차 증가하는 추세다. 원인은 유암 발생을 촉진하는 환경이 새롭게 등장했기 때문이라고 한다. 생활수준이 향상되고 소비품조가 만연함에 따라 개인의 기호가 바뀐 것이다. 특히 젊은 여성의 식생활습관이 서구식으로 변하고 있고, 영양상태가 개선돼 체격조건이 좋아졌으며, 여가 생활에서 운동이 차지하는 비중이 점차 줄어들고 있다.

이런 상황에서 우리 나라 여성의 '육체적' 성숙도는 더욱 증대될 수밖에 없다. 그 결과 초경 시기는 빨라지고 폐경

미혼 남녀에게 발생하는 여러 증세들은
인간의 정신과 육체가 성장하는 과정에서
무엇이 가장 '자연스러운' 일인지를 다시 한번 생각하게 한다.

시기는 점차 늦어지고 있다. 더욱이 여성의 혼인 연령이 늦어지거나 임신 기피 경향이 늘어나고 독신주의가 확산되는 등의 사회적 요인도 무시할 수 없다. 대책은 무엇일까. 임신을 빨리 하면 되는 것일까. 그렇다고 결혼을 서두르라고 말하는 것은 합리적인 대안이라고 말하기 어렵다. 젊은 여성이 체지방을 줄이고 근육을 늘려 신체가 남성화되는 효과로 배란 억제에 유도하는 것도 한 가지 방법이다.

하지만 안타깝게도 아직 근원적인 대책은 없다. 비교적 널리 사용되는 방식이 '빨리 발견하고 치료하는 것'이다. 미국에서 사용되는 최신 방법은 항(抗)에스트로겐 약물요법. 이 방법들이 어느 정도의 효과를 나타낼 수 있겠지만, 많은 학자들이 표현하듯이 좀더 완벽한 방법이 발견되기를 '고대' 할 수밖에 없는 상황이다.

미혼 여성에게 정신적인 스트레스는 어떻게 나타날까. 결혼 자체에 대한 스트레스는 줄어들고 있다. 결혼보다는 일을 중시하는 분위기가 확산되고 있기 때문이다. 옛날에는 결혼을 '못했다'는 생각 때문에 미혼 여성이 열등감을 많이 느꼈지만, 요즘은 자기 일을 찾는 여성이 늘어나면서 자신감에 찬 미혼 여

성이 많다.

하지만 '외모 콤플렉스'는 오히려 늘고 있다. 꼭 결혼은 아니어도 자신이 남성으로부터 선택돼야 한다는 생각이 팽배하고, 그 때문에 성형수술이 급증하고 있다. 이 콤플렉스는 우울증, 위축감 등 정신질환 증세도 일으킨다. 그 결과 지나치게 많이 먹든지 반대로 아예 먹지 않는 젊은 환자가 늘고 있다. 산부인과적으로는 팬찮은데 위장 기능이 장애를 일으키거나 생식기 계통의 통증을 호소하는 사람도 있다. 이럴 경우 항우울제나 항불안제 등 약물 치료 방법도 있지만 무엇보다도 스스로 마음을 안정시키는 것이 중요하다.

결혼에 대해 자신의 의지대로 선택했던 그렇지 않은 간에 미혼의 여성은 정신적·육체적으로 고유의 질환에 시달릴 수 있다. 그렇다고 결혼이 유일한 해결책이라는 논리는 지나치게 단순하다. 하지만 미혼 남녀에게 발생하는 여러 증세들은 인간의 정신과 육체가 성장하는 과정에서 무엇이 가장 '자연스러운' 일인지를 다시 한번 생각하게 한다. 건강은 운동이나 영양섭취만으로 향상되는 것이 아니고 주변의 인간 관계를 어떻게 형성하는지에 따라 민감하게 영향받기 때문이다. †