

감염성 소화불량증

홍문식 : 한국장애인복지진흥회 복지진흥부장 · 보건학박사

1. 소화불량

먹지 않고는 살 수 없다. 또한 먹은 음식을 잘 소화시키느냐 못시키느냐 하는 것은 우리의 건강과 직결된다. 음식물의 섭취와, 섭취된 음식물의 소화 및 흡수, 흡수된 영양의 체내 대사기능에 의하여 우리 인체는 소위 신진대사를 이룬다. 이러한 생체기능에 있어서 어떤 이유로 인해 먹은 음식의 소화과정에 문제가 발생하는 경우의 증세를 통 털어서 소화불량증이라 한다. 소화불량증은 가볍게 위나 장에 부담이 되는 경한 경우로부터 심하면 구토나 설사 및 중독증에 이르기까지 다양하므로 증세에 따라 적절히 대응해 나가야 한다. 특히 어린이나 노약자의 경우는 물론, 설사를 동반하는 소화불량증세는 누구나 지체없이 그 원인을 정확히 밝혀 치료토록 해야 한다.

2. 감염성 소화불량증이란?

소화불량 증세는 음식물의 과다섭취나 오염된 불량식품의 섭취, 위장의 기능적 이상, 알레르기 체질 등 다양한 원인에 의해 나타날 수 있다. 그 원인이 장관 내에 세균점투로 인해 유발되는 경우를 감염성 소화불량증이라고 한다. 감염성 소화불량증을 일으키는 주요 병원체로는 식중독을 일으키는 살모넬라균, 병원대장균, 포도상구균, 장염비브리오균 등이 그 대표적인 예이다. 감염성 소화불량증의 경우 거의가 설사를 동반하는 심한 증세가 나타난다. 이러한 식중독 외에도 제1종 법정전염병으로 지정되어 있는 콜레라, 장티푸스, 파라티푸스, 세균성이질 등도 감염성 소화불량증의 원인으로 꼽을 수 있다.

3. 주요 감염성 소화불량증의 실체

가. 세균성 식중독에 의한 것

아이러니컬 하게도 우리나라의 세균성 식중독은 90년

대 후반 이후 점차 증가하는 추세를 나타내고 있어 특히 학교급식 등 집단 급식의 식품위생에 대한 문제점이 지적되고 있다.

1) 살모넬라균

살모넬라균은 수많은 종류가 있으며 음식에 의해서 오염된다. 1mg 당 10만개 이상의 세균이 오염된 음식을 먹었을 경우에 급성 위장염을 일으키게 된다. 장티푸스나 파라티푸스 병원균도 살모넬라 종류이지만 이것은 아주 적은 수에 의해서도 발병되기 때문에 식중독과는 구분하여 전염병으로 분류되고 있다.

주요 원인식품으로는 육류와 계란이나 메추리알 등 알 종류로서 일반적으로 우리들의 식생활에서 상용되는 식품들이다. 살모넬라는 열에 약하여 섭씨 65도 수준에서도 30분 이내에 살균되므로 조리식품은 일단 안전하다. 그러나 조리식품도 2차 오염에 의하여 원인식품이 될 수 있다. 주로 6월~9월 사이에 많이 발생하지만 살모넬라균은 저온 냉동상태에서 강하여 선진국에서도 겨울에 흔히 식중독을 일으킨다.

주된 증상으로는 복통, 설사, 발열 등이며 때로는 구토와 현기증을 동반하기도 한다. 설사가 심하면 점액변이나 혈변을 수반하는 경우도 있다. 항생제 등 치료로 대개 2~3일 내에 회복된다. 예방을 위해서는 육류식품의 위생적 유통과 가열 조리를 철저히 하고 조리된 식품은 2차감염의 기회가 주어지지 않도록 가급적 곧 소비하는 것이 가장 바람직한 방법이다.

2) 장염비브리오

장염비브리오균에 의한 식중독은 살모넬라 다음으로 흔하게 발생한다. 이들 균은 바다 갯벌에 주로 분포되어 있으며 수온이 20도를 넘어서면 증식이 왕성해진다. 5도 이하의 저온에서는 거의 증식이 불가능하다. 끓는 물에서는 수분이내에 사멸된다.

오염원은 해산 어패류이다. 생선, 오징어, 파조개 등의 내장이나 아가미 및 표피 등에 붙어있는 균이 조리과정에서 생선회 같은 날것에 오염되어 증식하는 경우와 행주, 도마, 칼 등 조리기구나 식기 또는 조리자의 손을 통하여 다른 식품을 오염시킴으로써 균이 증식되는 2차 오염에 의한 경우가 있다.

주된 증상으로는 급성위장염에 의한 복통, 설사, 발열, 구토 등이다. 심한 설사를 지속하면 탈수로 인하여 위험하므로 병의원에서의 치료를 받도록 해야 한다. 2~3일 경과하면 회복된다.

예방을 위해서는 가열 조리하여 먹도록 하는 것이 최선의 방법이다. 또한 저온에서도 약하기 때문에 철저한 저온보관이 효과적이다. 균의 증식이 왕성한 6월~9월에는 생선회 등 날것으로 먹는 것을 삼가는 것이 바람직하다. 2차 오염을 방지하기 위해 생선을 취급하는 경우에는 행주를 비롯한 조리 기구나 식기 등을 잘 씻고 뜨거운 물에 소독하도록 해야 한다.

3) 포도상구균

포도상구균은 피부 등에 각종 화농성 질환을 일으키는 원인 균으로 자연계에 널리 분포되어 있어, 포도상구균식중독은 살모넬라 및 장염비브리오식중독 다음으로 흔히 발생하는 식중독이다. 여러 가지 포도상구균 가운데 식중독을 일으키는 것은 황색포도상구균이다. 이는 세균자체가 소화 장애를 일으키는 것이 아니고 균에서 생성되는 독소에 의해 장애가 유발된다. 세균은 섭식 80도에서 30분이면 사멸되지만 독소는 끓는 물에서도 파괴되지 않는다.

포도상구균의 원인식품으로는 곡류, 가공식품, 조리식품, 유제품 등 광범하다. 균이 많이 오염되지 않은 경우에는 식중독을 일으키지 않지만 식품 중에 증식하여 독소가 생성되면 식중독을 일으키게 된다. 독소는 열에 강하므로 오염된 식품은 열처리에도 식중독을 일으킬 수 있다는 점에 유의해야 한다.

주된 증상은 설사, 복통, 구토, 경련, 쇠약감 등이다. 설사에 앞서 구토가 일어나는 경우가 많고 감염형 식중독처럼 38도 이상의 고열을 일으키는 경우는 거의 없다. 대다수가 24시간 이내에 회복되며 사망의 위험은 거의 없다.

앞에서 지적한바 소량의 세균으로는 식중독을 일으키지 않으므로 세균의 증식을 효과적으로 방지한다면 식중독 예방은 어렵지 않다. 조리 등에 의한 식품의 충분한 열처리, 식품취급의 위생적 관리 및 식품의 냉장, 식품취

급 장소와 조리기구 등의 철저한 소독 및 청결 등으로 2차 오염 경로를 차단하면 쉽게 예방할 수 있다.

4) 병원성대장균

대장균은 사람이나 동물의 장내에 다량 분포되어 있는 균으로서 식품이나 물의 오염수준의 척도로 사용된다. 원칙적으로 대다수의 대장균은 인체에 무해한 것이기 때문에 식품과 함께 섭취되어도 질병을 일으키지 않지만 종류에 따라 병을 일으키는 대장균이 있어 이를 병원성 대장균으로 구분하고 있다.

병원성대장균에 의한 식중독은 음식물 보다는 오염된 물을 통해서 잘 발생하며 어린이에게서 흔히 발생한다. 특히 동남아 등 여행 중 설사병이 이들 대장균에 의한 경우가 많다.

주요 증상은 공통적으로 복통과 설사가 주종을 이룬다. 중증인 경우는 혈변을 동반하기도 하므로 이질로 착각하기 쉽다. 경우에 따라서 구토, 발열, 두통을 일으키기도 한다. 미국과 일본 등에서 흔히 발생하는 O-157은 증상이 보다 심각한 종류이다.

예방의 지름길은 항상 청결을 유지하는 동시에 물은 반드시 끓여 먹고 식품은 가열 조리하여 섭취하는 것이다.

나. 소화기계 주요 세균성 전염병에 의한 것

제1종 법정전염병으로 분류되어 있는 소화기계 주요 전염병의 감염에 의해 심한 소화 장애를 일으키는 것으로는 세균성 이질, 장티푸스, 파라티푸스, 콜레라 등이 있다.

이들 전염성 질환은 공통적으로 오염된 식수나 음식물에 의해서 세균이 입을 통해 장관으로 유입됨으로써 발생하는 공통점을 지니고 있다.

주요 증상은 변의 이상과 복통이 공통적인 것이며 종류에 따라 구토, 발열, 두통 등의 증세가 따르기도 한다.

예방을 위해서는 물과 식품이 오염되지 않도록 청결히 하는 것을 기본으로 하고 또한 이들 세균은 열에 약하기 때문에 물과 음식물은 철저히 끓이고 조리해야 한다. 대개의 경우 환자를 격리 치료하는 것이 원칙이다. 콜레라나 장티푸스 등은 예방접종도 도움이 된다.

감염성 소화불량증의 예방은 그 어느 경우에 있어서도 원인이 되는 세균의 침입경로를 차단하는 일이며, 이를 위한 가장 기본적인 조치는 음식물의 위생적 관리와 철저한 가열 조리라고 요약할 수 있다. 또한 증세가 나타난 경우에는 지체 없이 진료를 받도록 하는 것이 원칙이다. 