

대상포진 후 통증

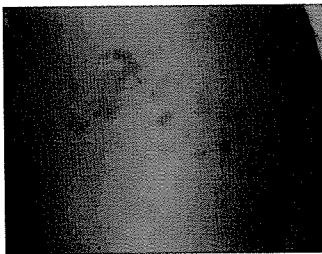
신경차단술·항바이러스제 사용 효과적

신체상태 악화시 잠복된 수두대상포진 바이러스 활성화로 발생

‘대상포진 후 통증’은 외래 통증치료실에서 볼 수 있는 치료하기가 쉽지 않은 질환 중 하나다. 환자에 따라서는 너무도 통증이 심하여 다른 일을 할 수가 없고 죽고 싶다는 말을 하기도 한다. ‘대상포진 후 통증’에 대한 정확한 용어 정의가 되어 있지 않으나 많은 연구자들이 발병 1개월이 지나도록 피부발진이 치유단계가 지났는데도 통증이 지속되는 경우를 말하였다. 그러나 대부분의 환자에서 시간이 경과함에 따라 통증의 강도가 줄어들고 수개월 또는 수년 후에는 별로 고통을 받지 않게 되므로 요즘은 급성 발진 후 3개월이 지나도 통증이 지속되면 ‘대상포진 후 통증’이라고 한다.

치료 쉽지 않은 질환 중 하나

수두대상포진 바이러스의 최초감염이 급성으로 전신에 나타나는 것을 흔히 소아에서 볼 수 있는 수두(varicella, chicken pox)라고 하는데, 이 바이러스에 이미 감염되어 체내에 잠복하고 있던 사람에서 전신상태가 좋지 않을 경우 이 바이러스가 재활성화 되어 국소적으로 감염이 나타나는 것이 대상포진이다. 시기적으로 40~60세에



‘대상포진후 통증’은 그 용어 정의는 물론 확실한 치료법도 정립돼 있지 않아 발병하면 통증치료 전문기관을 곧바로 방문하는 것이 최선의 방법이다. 40~60세에 주로 발생하며 대부분 통증을 동반하고 여성에서 발생빈도가 높다.

많이 나타나고 잠복기는 7~12일이며 30세 전후에 발생하는 경우는 통증이 경미하지만 60세 이후에는 대상포진 후 통증의 발생빈도가 증가한다. 전구증상으로 같은 신경지배를 받는 피부에 통증이나 이상감각이 나타나는데 피부발진이 나타나기 수일 전에 가려움, 얼얼한 느낌, 작열통(타는 듯한 통증), 천지통(찌르는 듯한 통증), 전격통(전기 충격 같은 통증) 등이 나타난다. 피부발진은 염증이 일어난 하나의 지각신경 분포를 따라 띠모양(사진)으로 나타나며, 일측성이고 몸의 중앙을 넘지 않는다. 처음에는 붉은 반점위에 군집한 수포가 생기며 약 3일이 경과하면 수포가 농포로 변하고 다시 7~10일째가 되면 농포는 가피로 된다. 수포의 일부는 터지지 않고 그대로 마르며, 일부는 출혈성 또는 괴사성으로 되고 악성 질환을 앓고 있는 사람의 경우에는 큰 수포를 만들기도 한다. 평균 발진기간은 2~3주일이다.

중년 이후에 발생한 대상포진은 대부분 통증을 동반한다. 발진이 나타나기 전 2일 이상 통증을 앓게 되는 경우는 드물지만, 발진이 나타나기 3주전까지도 통증이 있을

수 있다. 급성기에도 종종 통증이 심하다. 급성기의 통증은 일정한 유형이 있는 것은 아니며 그것이 대상포진 후 통증으로 이행하게 된다.

자주 나타나는 유형이 두 가지가 있는데 하나는 지속되는 통증으로 화끈하고, 아리며, 심하게 쑤시고 찢기는 듯 아픈 것을 말하고, 또 하나는 지속되는 통증에 동반되는 발작성의 찌르는 듯한 또는 전기 쇼크 같은 통증이 있다. 지속되는 통증 및 발작적인 통증 두 가지 모두 감염된 피부 전체에서 나타나며, 점차로 국소화하여 6개월 후에는 어느 한 부위에 국한되게 된다.

감염된 피부는 통증에 예민하게 되는데 대단히 기분이 나쁘고 앞에서 설명한 것처럼 점차로 어느 부위가 가장 예민하게 된다. 반흔 자체는 감각저하를 동반하지만 다른 부위는 감각과민, 이질통 때로는 역치가 증가된 통각과민을 보이기도 한다. 이질통은 지속되는 통증이 더 심하게 되든가, 아니면 아주 극심한 가려움증과 같은 불쾌한 이상감각을 보일 수 있다. 이렇게 유발된 감각은 많은 '대상포진 후 통증' 환자에서 가장 견디기 어려우며, 움직일 때 피부가 닿겨지거나 입고 있는 옷에 피부가 스쳐서 일어난다. 환자의 정서상태(흔히 우울증을 동반함), 주위의 기온이나 환자 자신의 피로 등이 지속되는 통증이나 유발통에 크게 영향을 미친다.

흉부와 이마, 머리 부위에 가장 잘 발생

'대상포진 후 통증'의 빈도는 1개월까지 지속되는 경우는 9~14.4% 정도가 되고, 이들 중 3개월까지 가는 경우는 35~55%가량 되며, 1년 후에는 22~33%가 통증으로 고생하게 된다. Watson 등은 1년까지 아픈 사람이 대상포진 환자의 3%가 된다고 하였으며, 3개월 이후까지 통증이 지속되었던 환자 91명을 대상으로 평균 3년(3개월에서 12년)간 관찰한 결과 52명(56%)의 환자에서 통증이 없어졌거나 통증이 있어도 별 문제 없이 지낼 수 있게 되었다. 이 52명의 환자들 중 과반수가 처음 진찰할 당시, 이미 1년 이상 대상포진 후 통증을 앓고 있었다. 이 사실은 아무리 오래된 대상포진 후 통증환자라도 시간이 지나면 점차로 통증의 정도가 개선된다는 사실을 말해주는 것이다. 그들은 또 예후의 좋고 나쁨이 나이, 성별, 신체부위와는 관련이 없다고 하였다. 그러나 더 오래 앓은 환자일

수록 처음 진찰할 당시에 더 심하고, 치료노력에도 불구하고 더 악화되는 것처럼 보인다고 하였다. 가장 잘 발생하는 부위는 흉부와 삼차신경의 안면신경 분포부위(이마와 머리)인데 신체의 어느 부위에도 발생할 수 있다. 3:2의 비율로 여자에서 더 발생빈도가 높아 통증과 연관지는 병리적 연구는 더 필요하며, 현재로서는 통증이 있을 때 특별히 보여주는 특이한 소견을 찾지 못하고 있다. 일관된 소견은 통증 유무와 상관없이 큰 유수신경섬유가 소실되는 소견을 볼 수 있을 뿐이다. Watson 등은 한 환자에서 보았던 것처럼 급성 대상포진 후에 약한 염증반응이 지속됨으로 해서 통증이 점차 악화되는 것이 아닌가 추정하고 있다.

항바이러스제 및 신경차단이 효과적

치료는 급성 발진이 나타나기 전후 72시간 이내에 acyclovir 나 famciclovir 등 항바이러스제제를 경구투여하고 비스테로이드성 소염진통제(NSAIDs), 교감신경차단 등을 실시할 수 있으며, 대상포진 후 신경통이 되면 항우울제, 항경련제를 경구투여하고, 신경차단요법, 국소요법 등을 시행한다.

'대상포진 후 통증'의 발생을 예방하는 것은 매우 중요한데 급성 발진 후 3~12개월 사이에 적절한 치료를 시도한다는 것이 쉽지 않기 때문에 좋은 방법을 찾지 못하고 있다. 전신적인 코르티코 스테로이드의 사용이 효과가 있다고 보고한 논문이 있으나 악성종양이나 면역체계에 이상이 있는 경우에는 전신으로 대상포진이 확산될 위험이 있다.

Acyclovir를 사용할 경우 '대상포진 후 통증'의 발생 빈도를 줄인다고 하나, 아직도 정확히 증명하지 못하였다. 그러나 이 항바이러스 약제를 경구투여하면 급성기의 통증을 감소시키고 발진의 치유속도를 증가시킨다는 보고는 있다. Colding 은 교감신경차단을 실시하면 '대상포진 후 통증'의 발생을 감소시킨다고 주장하였으나, 이 또한 아직까지 입증되지 않고 있다. 현재로서는 대상포진이 의심되면 즉시 통증치료실을 방문하여 항바이러스제제의 사용과 더불어 신경차단술을 실시하는 것이 도움이 될 것이다.

장성호 고려대 의대 마취통증의학과 교수