

여성의 폐경기 클리닉

그레이스병원 원장 **황 경 진**

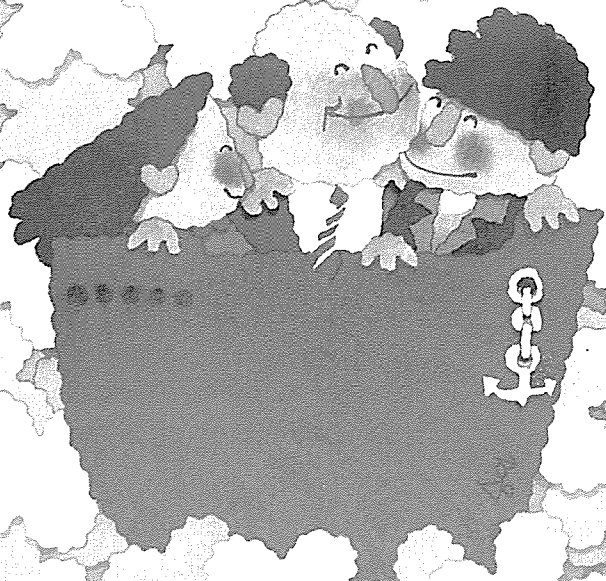
난소는 사춘기 때는 20~40만 개의 난포를 가지고 있는데 임신과 생리를 반복하면서 난포폐쇄 과정을 통해 많이 소모되고 36세 이후에는 34,000개 정도로 숫자가 줄고 폐경이 가까워지면 그 숫자가 남지 않게 된다. 따라서 여성호르몬을 만들어 내는 기능이 점점 약화 되는 것이다. 결국에는 생리가 멈추고 호르몬 저하로 오는 여러 가지 폐경 증상을 유발하게 된다.

● 폐경 이행기란?

40대 중반이나 후반부터 난자 수가 줄고 호르몬 양이 줄면서, 정도는 약하지만 폐경 징후들이 나타나는데 51세 전후로 생리가 멈추게 되며 그 뒤로부터 약 1년 정도의 기간을 말한다. 길게 보면 7년까지 걸리는 경우도 있다. 갱년기라는 표현과 같은 의미로 쓰이기도 하는데, 실제 갱년기라는 뜻은 더 광범위한 기간을 의미한다. 즉, 45세에서 65세까지의 기간을 의미한다.

● 폐경 연령은 언제쯤?

외국 문헌의 통계는 51세로 한국 여성도 이와 비슷한 50세 전후로 보고 있으며 보통 48~55세 사이에 일어난다고 되어있다.



❶ 조기 폐경은 무슨 의미인가?

연령상 40세 이전에 폐경이 오는 현상이다. 조기 폐경 환자는 정상적으로 폐경에 이른 환자보다 난포 호르몬 결핍 기간이 길어서 골다공증이나 심혈관 질환 등이 조기에 발생할 가능성이 커지므로 가능한 한 일찍 호르몬 대체요법을 시행해야 한다. 원인으로는 난소 절제술을 시행한 경우와 조기 난소부전증이 있다. 조기 난소부전증은 원인을 밝히기가 어려운 경우가 많다. 유전적인 요인에 의해 난포의 조기 소실도 오지만 성염색체의 이상으로 오기도 한다. 그 외에 자가면역 질환에 의해 난소를 파괴하는 항체가 형성되어 오는 조기 폐경이 있다. 이외에 불거리 바이러스에 의한 난소 감염 항암제나 방사선 치료에 의한 물리적 손상, 흡연, 가족력, 고산지대 거주 등이 조기 폐경의 원인이 된다.

❷ 난소의 노화는 언제부터 시작하나?

보통 폐경 시기보다 10~15년 전부터 시작한다. 36세 이후가 되면 난포 수가 3,400개 정도로 감소한다. 37~38세 이후에 더욱 소실이 가속화한다. 이때는 배

란이 되더라도 난포호르몬과 황체호르몬의 생산이 감소한다.

❸ 폐경으로 인한 질 위축이 오면 부부생활 욕구까지 떨어질 수 있나?

여성호르몬(난포호르몬) 감소는 폐경 후의 성욕 감퇴에 어느 정도 영향을 미치게 된다. 여성호르몬이 떨어지면 질이 위축되고, 분비물 감소로 건조해지면 성교 곤란이 있게 되며, 성교 횟수가 줄게 되고, 성에 대한 관심의 저하를 가져오게 된다. 그러나 여성호르몬의 감소로 인한 것이 성욕 감퇴의 모든 원인은 아니다.

배우자와의 관계, 폐경 전 성생활의 활발성 등도 매우 중요한 역할을 한다. 폐경 전에 왕성한 성생활을 했던 경우는 폐경 후에도 역시 활발한 성생활을 하며 특히 폐경 후에는 임신에 대한 공포에서 해방되어 더욱 활발한 성생활을 하는 경우도 많다. 따라서 호르몬 치료나 질 윤활제 등 보조 수단의 도움을 받으면 더욱 알차게 성생활을 할 수 있다. ☺