

# 비만

## 비만의 원인

한림의대 한강성심병원 내분비대사내과 유 형 준

비만은 다양한 원인에 의해 발생된다. 일반적으로 유전적 소인과 환경 요인이 한데 어우러져 발생한다고 일컬으며, 유전 요인은 어쩔 수 없으니 환경요인에 비중을 두어 설명하는 경향이 강하다. 필자는 그러한 설명을 비껴 유전적요인, 2차적으로 비만을 가져오는 원인 등에 대한 내용을 먼저 소개한다.

### 유전적 요인

유전적 요인은 비만의 발생에 중요한 역할을 한다. 비만 환자의 가계를 살펴보면 비만한 사람이 많이 모여 있는 것을 볼 수 있다. 이러한 가계에서 유전적 소인을 생각할 수 있으나, 같은 생활을 하는 환경적인 요소를 완전히 배제할 수는 없다. 체지방량의 결정에는 유전적 소인과 환경적 요소가 모두 관여되며, 지방분포의 결정은 유전적 요소가 더 중요하다.

## 시상하부성 비만

시상하부성 비만은 사람에서는 드물지만 시상하부에 악성 종양, 수술, 외상과 염증성 질환이 있을 때 발생할 수 있다. 증상으로는 두통과 시력 감소, 무월경증 또는 발기부전을 동반한 생식기능의 장애와 요붕증, 갑상선 또는 부신기능저하증 등이 있다. 치료는 전문적 내분비 치료가 필요하다.

## 갑상선 질환

갑상선기능저하증에선 먹지 않아도 체중이 붓듯이 는다. 부신 자체 또는 뇌하수체 이상에 의해 부신 기능이 지나치게 상승하면 비만증이 온다. 스테로이드 약제를 과용하면 비만증이 오는 것과 같은 이치다. 스테로이드는 주로 부신에서 만들어지는 호르몬이기 때문이다.

## 난소 질환

대표적 질환인 다낭성 난소 증후군은 시상하부와 내분비 기능 이상이 복합되어 비만을 일으킨다. 이 증후군에서 월경의 감소 또는 무월경과 불임증, 중증도의 다모증, 체중 증가 등을 볼 수 있으며, 젊은 여자에게 많이 발생한다. 역시 내분비 치료가 필요하다.

## 운동 부족에 의한 비만

신체 활동의 부족은 비만 발생에 중요한 역할을 한다. 한 연구에 따르면 비만 발생의 67.5%에서 비활동성과 관련이 있었다.

## 식이성 비만

식사의 구성성분은 비만 발생의 중요한 원인적 요소이다. 과식은 소아기의 비만 발생에 특히 중요하다. 섭취 열량이 소모 열량보다 많으면 넘치는 열량이 지방으로 쌓인다.

## 약물에 의한 비만

여러 가지 약제는 체중을 증가시킨다. 특히, 스테로이드, 일부 항우울제 등은 체중 증가로 유명하다.

## 사회, 경제, 심리적 요인에 의한 비만

연구 결과에 의하면 음식 섭취는 부적절한 감정의 해소책으로 이용되며 흔히 유년기부터 존재하고 가족 내의 불안정한 결혼과 연관되어 있다. 이러한 환자에서 완고함, 반항적 태도, 자울에 대한 갈망, 복잡한 관계의 주의, 노출증에 대한 갈등과 같은 성격구조상 특징을 가진다. 🔄

