

# 심한 통증을 가져오는 대상포진과 신경통

이경진 / 강남연세신경통증클리닉 원장



대상포진 후 신경통은 대상포진이 걸린 후 병은 나았는데 통증이 더 심해지는 병으로 엄청난 통증을 호소하는 병종의 하나이다. 삼차신경통 암성 통증과 더불어 가장심한 통증을 호소하는 병으로 흔히 분만시 통증과 맞먹는다고 표현하시는 분이 많다. 자살을 시도하거나 일상생활을 할 수 없은 물론 삶의 의욕도 없이 무력해지고 우울증까지 오는 병이다. 환자들은 이렇게 살아서는 뭐하느냐 차라리 죽고 싶다는 표현을 자주 한다. 대상포진의 통증도 굉장해서 잠을 못자는 분이 많고 옷에 닿는 부위가 통증이 심해서 집에서는 옷을 벗고 있는 경우가 대부분이다. 보통 2주정도 지나면 통증의 사라지고 피부에 생긴 물집이 가라앉지만 가끔 물집이 가라앉고 피부가 깨끗이 나았는데도 통증이 계속 되거나 더 심해지는 경우에는 신경통을 의심할 수 있다. 보통 급성피부 발진이 생긴 후 3개월이 지나도 통증이 지속되면 대상포진 후 통증이라고 한다.

## 감염과 스트레스로 인해 발병

대상포진은 수두 바이러스가 이미 감염되어 체내에 잠복하고 있던 사람에서 전신상태가 좋지 않거나 당뇨가 있거나 암이 있거나 스트레스를 심하게 오래 받는 경우 이 바이러스가 활성화 되어 피부에 국소적인 감염이 나타나는 것이 대상포진이다. 시기적으로 50세 이상에 많이 나타나며 60세 이후에는 대상포진 후 통증의 발생빈도가 증

가한다고 하는데 요즘은 스트레스 생활습관의 변화 등으로 젊은 사람에게서 대상포진 발생이 많이 되고 있어 스트레스가 만병의 원인이라는 말이 맞는것 같다.



## 피부발진, 가려움, 따끔한 느낌의 증상

증상으로는 피부발진이 나타나기 수일 전에 가려움, 얼얼한 느낌, 작열통(타는 듯한), 천지통(찌르는 듯한), 전격통(전기 충격 같은) 등이 나타나며 피부에 물집이 생기기 전까지는 병명을 잘 모르는 경우도 많다. 아주 드물게 피부 발진이 없이 통증만 나타나는 경우도 보고 되고 있다. 피부발진은 염증이 일어난 부위를 따라 띠모양으로 나타나며, 보통 몸의 한쪽에 나타 난다. 처음에는 붉은 반점 위에 군집한 수포가 생기며 이들은 약 3일이 경과하면 수포가 노란색의 농이 들어있는 농포로 변하고 다시 7~10일째가 되면 농포는 딱지 같은 가피로 된다. 수포의 일부는 터지지 않고 그대로 마르고, 일부는 출혈성 또는 괴사성으로 되며 악성

질환을 앓고 있는 사람의 경우에는 큰 수포를 만들기도 한다. 평균 발진기간은 2~3주일이다.

가장 잘 발생하는 부위를 보면 흉부와 삼차신경의 안면신경분포 부위(이마와 머리)인데 신체의 어느 부위에도 발생할 수 있다. 3:2의 비율로 여자에서 더 발생빈도가 높다. 대상포진의 치료는 대상포진 초기에 적극적인 치료로 신경통으로 진행되는 것을 막는 것이 가장 중요하다.

### 심한 통증의 대상포진 후 신경통

대상포진 후 신경통이란 발진이 치유된 후 1~6개월 동안 통증이 계속되는 것을 말하며, 이런 환자의 통증은 수개월 내에 자연적으로 소실되는 경우도 있지만 일부 환자에서는 수년간, 심지어는 평생 동안 지속될 수도 있다. 대상포진 후 신경통으로 이환이 되면 그 부위에 감각저하와 더불어서 통증을 동반하게 된다. 흉부에 통증을 나타내는 환자는 상처 부위에 옷이 스치는 것이 괴로워서 옷 입기를 두려워하며, 얼굴에 통증을 호소하는 환자에서는 머리카락이나 상처부위를 스치면 더욱 통증이 심해져서 소스라치게 놀라게 되는 경우도 있다.



가장 잘 생기는 부위는 흉부로 등으로부터 시작하여 옆구리, 가슴, 복부에 나타난다. 그 다음으로는 얼굴 부위로서 특히 이마나 앞머리 또는 뺨에 나타나며 그 밖에 목, 허리, 다리에도 드물게 나타난

다. 이때 동반되는 전신증상으로는 열이 나고 목이 뻐뻐해지며 두통, 구역질 등이 동반될 수도 있다. 바이러스에 의해 발생하는 감기도 안정 및 휴식만으로도 자연 치유되는 경우가 대부분이듯이 이 대상포진도 1달 이내에 자연 치유되는 경우가 많다. 치료로는 대상포진이 발병했을 때 우선 대증요법, 항바이러스 약제 등을 복용하지만 무엇보다 중요한 것은 대상포진 후 신경통으로 이환 되는 것을 예방하기 위해 교감신경 치료를 받아야 한다.

한 달을 전후해서 일단 대상포진 후 신경통으로 넘어가게 되면 어떠한 진통제나 신경치료에도 만족할 만한 효과를 보지 못하게 되어 고통스러운 나날을 보내게 된다. 이때부터 환자는 이러한 고통스러운 생활에서 벗어나기 위하여 여러 병원을 방황하며 온갖 치료를 받아보지만 별다른 효과를 보지 못하고 실망의 연속으로 좌절하게 되며 생활이 짜증스럽게 되고 심한 경우는 우울증으로까지 발전하게 된다. 이렇게 이미 대상포진 후 신경통으로 넘어가버린 경우에는 완치는 기대하기가 어렵고 침범된 신경근에 적절한 신경치료를 통하여 통증의 사이클을 끊어 주어야 한다. 이런 신경치료로 급격히 호전되는 경우도 있기는 하지만 대부분의 환자에서는 50% 이상의 효과는 기대하기는 어렵고 나머지는 약물요법과 병행해야 한다.

대상포진 후 신경통 환자는 보통 사용되는 소염진통제로는 효과가 없는 경우가 대부분이다. 심지어는 마약을 사용해도 통증이 계속되기 때문에 우울증 치료제나 경련을 멈추게 하는 항경련제를 사용해야 통증이 감소한다. 그러나 이런 약물들은 졸림, 소변의 장애, 저혈압, 심장기능 장애, 의식장애, 백혈구의 감소 등 부작용이 많기 때문에 장기간 사용할 때는 항상 부작용에 주의를 기울여야 한다. 