

당뇨와 간질환

C형 간염, 알코올 지방간 주의해야



당뇨병과 간은 상관관계가 없는 것 같지만 그동안 당뇨병과 간에 대한 연구가 여러 차례 진행돼 왔다. 우리나라에서 2001년 연구한 바에 따르면 제 2형 당뇨병에서 C형 간염의 발생률이 높은 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 당뇨병환자에서 비알콜성 지방간이 흔하게 관찰되는 것으로 보고되고 있다. 반면 간 질환자에서 당뇨병 발생빈도가 10~30%로 매우 높게 나타나 당뇨병과 간이 밀접한 연관성이 있음을 짐작할 수 있다.

»포도당 대사에 관여하는 간

간은 인체에 에너지를 공급하는 기관으로 포도당 대사를 유지하는데 중요한 역할을 한다. 우리가 섭취한 탄수화물 즉 포도당은 간에서 글리코겐의 형태로 저장됐다가 필요할 때 다시 포도당으로 전환되어 에너지로 쓰인다.

간 기능에 장애가 생기면 포도당 대사 이상을 초래해 생명유지에 어려움이 생기며 당뇨병에서 혈당조절이 잘 이루어지지 않으면 지방간, 간 비대, 간경변증으로 진행된다.

»당뇨병환자에게 발생하는 간 질환

간질환의 종류에는 크게 지방간, 급·만성간염, 간경변증, 간암 등이 있다. 원인에 따라 B형과 C형 바이러스에 의한 간질환, 술에 의해 나타나는 알코올성 간질환, 약물·화학물질과 같은 독성물질에 의한 독성 간질환, 당뇨병·비만 등 전

신질환에 의한 간질환으로 나눌 수 있다.

당뇨병환자에서는 주로 C형 간염과 알코올성 지방간, 간경변증이 나타날 수 있다.

»당뇨병에서 C형 간염 많이 발생

간염은 간세포가 파괴돼 염증이 생긴 상태이다. 지속기간에 따라 급성과 만성간염으로 나누어지며 6개월 이상 지속되는 간염을 만성간염이라 한다.

당뇨병은 바이러스성 C형 간염과 밀접한 관련이 있다. 당뇨병환자에서 C형 간염 항체 양성률이 8~11%다. 이는 일반인 1~2%에 비해 매우 높은 편이다.

당뇨병환자에서 C형 간염의 발생빈도가 높은 이유는 자가혈당 측정과 인슐린주사의 투여, 자주 병원에 입원하면서 C형 간염에 노출될 기회가 많아서 생기는 것으로 보고 있다.

제 2형 당뇨병환자에서 C형 간염의 발생률이 높지만 반대로 C형 간염자에서 내당능 장애와 당뇨병이 흔하게 발생하기도 한다. 특히 C형 간경변에서는 당뇨유병률이 40%에 이른다. C형 간염질환자에서 당뇨병이 생기는 원인은 40세 이상의 남성, 이미 간경변증으로 진행된 경우, 당뇨 가족력이 있다.

»체중감량, 지방간 치료해

건강검진을 통해 지방간이 있다는 결과를 흔하게 접하게 된다. 인슐린저항성이 있는 제 2형 당뇨병환자의 40~80%에서 지방간이 발견된다. 지방간은 간조직에 중성지방이 과다하게 축적된 상태로 간의 무게에서 지방이 차지하는 비율이 5%를 넘을 때 지방간이라 한다. 주요 원인은 음주이지만 제 2형 당뇨병은 고지혈증, 약물과 연관돼 발생한다. 지방간은 큰 문제를 일으키지 않지만 원인인 비만, 지속적 음주 및 약물복용이 계속되면 지방간염, 간경변증, 간암으로 진행된다. 지방간의 경우 체중을 감량하면 간 내 지방이 감소하기 때문에 비만한 당뇨병환자는 치료를 위해 체중조절이 중요하다.


»비알콜성 지방간염 간암으로 이어져

지방증에서 간세포 괴사와 염증이 동반된 상태를 지방간염이라 한다. 알콜성 지방간염과 비알코올 지방간염으로 나누어지며 당뇨병을 비롯해 비만, 고지혈증 등이 중요한 원인으로 비만 환자에서 비알콜성 지방간은 약 70~85% 까지 발생한다. 비알콜성 지방간염은 당뇨병환자에서 나타나는 지방간과는 달리 간경변과 간암으로 진행할 수 있기 때문에 간기능 검사 시 이상을 보이면 전문의와 상담을 통해 확인해야 한다.

»간경변증 앓으면 혈당조절 어려워

만성간염이 계속되면 간세포 파괴와 재생이 반복돼 섬유결절이 생기면서 간이 굳는 간경변증(간경화)으로 진행된다. 간경변증에서 내당증장애가 흔하게 나타나며 10~30%가량 당뇨병이 발생한다. 간경변증의 증상은 초기에는 전신 쇠약감, 만성 피로감, 식욕부진, 소화불량, 복부 불편감 등이 보이고 심해지면 복수가 차고, 복부 팽만감, 숨이 차는 증상이 나타난다. 또 피를 토하거나 까맣고 끈적끈적한 대변을 보게 된다. 간경변증이 오래되면 정신이 혼미해지고 심할 경우 사망할 수도 있다.

만성간염에서 간경변증은 수년에 걸쳐 서서히 진행되므로 간질환이 있으면 반드시 치료해야 한다.

당뇨병환자가 간경변증을 치료하지 않으면 간에서 포도당의 저장에 어렵게 돼 고혈당으로 인슐린 저항성이 심해지고 인슐린 분비가 감소돼 당뇨조절이 힘들어진다. 



Tip

〈간염의 진단〉

·혈액검사-간의 기능과 상태 검사, 간염바이러스의 상태 파악

간기능 검사, 간검사 또는 혈액화학검사라고도 한다. AST와 ALT는 간세포가 손상된 것을 뜻한다. GOT, GPT라고도 한다. 간에 염증이 생기거나 간세포가 파괴되면 핏속에 GOT와 GPT가 올라간다.

·초음파 검사나 CT, MRI 검사

간의 상태 뿐 아니라 담낭, 췌장, 신장, 비장 등 복부장기의 모양을 파악할 수 있다.

간암 조기에 발견할 수 있다.