| 글_민영일 비에비스 나무병원 대표원장 |

배가 아픈 건 '장'의 문제? 복통 위치에 따라 처방법도 다르다

복통은 말 그대로 '배가 아픈 것'을 말하며, 한 번쯤 겪어보지 않은 사람이 없을 만큼 흔한 증상이다. 복통은 흔한 만큼 그 원인도 다양하다. 소화불량, 역류성 식도염, 과민성 대장증후군, 간염, 위궤양 등 비교적 널리 알려진 질병도 있지만 크론병, 게실염 등 일반에게는 생소한 질병도 있다.

간이나 담낭 질환은 오른쪽 윗배가 아프고, 가운데 윗배가 아프면 위 질환이다. 과민성 대장염, 급성 췌장염 등일 때 왼쪽 윗배가 아플 수 있다. 신장이나 대장에 문제가 생기면 왼쪽 아랫배가 아프다. 하지만 증상이 없는 경우도 있고 정도, 유형, 지속시간 등에 따라 처방도 다르다.

오른쪽 윗배 아프면 담낭염

오른쪽 윗배가 아픈 경우 담석 혹은 담낭염, 간염 등을 의심할 수 있다. 담석이란 담즙 내 구성 성분이 담낭(쓸개)이나 담관 내에서 굳어져 덩어리를 형성한 것이다. 고령, 고지방식, 비만 등 다양한 원인에 의해서 생긴다. 담낭염이란 담석 등으로 인해 장내 세균이 담즙 내에서 증식하면서 담낭에 염증을 일으키는 질환이다.

담석이나 담낭염의 경우 열이 나며, 오른쪽 윗배에서 느껴지던 통증이 오른쪽 어깨 혹은 등까지 퍼지는 경우가 많다. 보통 초음파 검사를 통해 병을 진단할 수 있다. 간염은 바이러스, 알코올, 여러 가지 약물 등에 의해 간세포 및 간 조직에 염증이 생긴 것이다. 보통 오른쪽 윗배가 아프며, 촉진 시 간비대가 동반되는 경우가 많다. 간염이 의심되는 경우 혈액검사로 간 기능을 검사할 수 있다.

가운데 윗배 아프면 위염

가운데 윗배를 흔히 명치라고 부른다. 우리나라 사람들은 이곳에서 가장 빈번하게 통증을 느낀다. 이곳에 통증을 호소하는

복통은 다양한 질환을 알려주는 건강의 신호등과 같으므로, 인체가 알려주는 신호를 무시하지 말고 그 원인을 찾아보는 것이 중요하다.

가장 흔한 원인들은 기능성 소화불량, 위염 및 위궤양 등이다. 기능성 소화불량증이란 피검사나 내시경, 초음파 등의 일반 검사로 원인을 밝혀낼 수 없는 소화불량증을 말하며, 흔히 '신경성 위장병'이라고도 불린다. 속이 더부룩하고 아프거나 조금만 먹어도 배가 차는 증상이 느껴진다. 이 병은 수 년 또는 수십 년 지속되면서 증상이 좋아졌다 나빠졌다를 되풀이하는 경우가 많다. 식습관과 생활패턴을 조절하는 것이 중요하다. 위염은 말 그대로 위에 염증이 생긴 것이다. 헬리코박터균 감염, 약물, 스트레스, 음주, 흡연 등이 위염을 일으킬 수 있다.

비슷한 원인으로 인해 위장 점막이 손상되어 가장 표면에 있는 점막층보다 깊이 패이면서 점막근층 이상으로 손상이 진행된 상태를 위궤양이라고 한다. 위염이나 위궤양의 경우에도 속이 쓰리거나 더부룩함을 많이 느낀다. 보통 내시경 검사를 통해 확인할 수 있다.

왼쪽 윗배 아프면 과민성 대장염과 급성 췌장염

왼쪽 윗배에 국한된 통증은 비교적 드문 편이다. 과민성 대장염, 급성 췌장염 등일 때 이곳이 아플 수 있다. 과민성 대장염은 기능성 소화불량증과 비슷하게 심리적 요인, 스트레스 등이 원인이 되어 발생한다. 배가 아프면서 주로 설사나 변비가 동반되는데, 대변을 보고 난 후 증상이 호전되는 경향이 있다. 삶의 질을 떨어뜨리는 골치 아픈 병이기는 하지만 대장 자체에 문제가 있는 것은 아니며, 오래 앓아도 다른 심각한 합병증을 일으키지는 않는다.

급성 췌장염은 담석, 음주 등의 원인에 의해 발생하는 췌장의 급성 염증성 질환이다. 주로 가운데 윗배가 아프지만 통증이 심한 경우 왼쪽 윗배까지 아프기도 한다. 통증이 지속적으로 느껴지며 등 뒤로 뻗치는 경향이 있고, 앞으로 몸을 숙이고 무릎을 끌어안고 있으면 덜 아프게 느껴지기도 한다.

오른쪽 아랫배는 충수돌기염

오른쪽 아랫배 통증의 대표적인 질환은 급성 맹장염으로 불리는 충수돌기염이다. 맹장 끝에 6~9cm 길이로 달린 충수돌기에 염증이 발생하는 것이다. 초기에는 배 중앙 내지는 윗배에 체한 것 같은 통증이 느껴지다가, 점차 오른쪽 아랫배로 통증이 옮겨진다.

별로 뚜렷한 특징이 없는 복통도 있다는 점을 간과해서는 안 된다. 특징이 없는 복통의 경우 그냥 지나치거나 자가진단에 의해서 스스로 약을 복용하는 경우가 많다. 하지만 이러한 복통을 가볍게 보다간 큰 병을 키울 수 있다. 한국인의 암 발병률 1위인 위암의 경우가 대표적이다. 복통은 다양한 질환을 알려주는 건강의 신호등과 같으므로, 인체가 알려주는 신호를 무시하지 말고 그 원인을 찾아보는 것이 중요하다.