



## 늘어가는 난임 소중한 아이와 만나려면 어떻게 해야 할까?

10월 10일은 임산부의 날이다. 저출산이 심각한 사회문제로 대두되면서 출산을 장려하고 임신부를 배려하기 위하여 2005년 정부가 제정했다. 풍요와 수확을 상징하는 10월과 임신기간 10개월을 의미한다. 임산부의 날을 맞아 임신이 되지 않아 고민이 많은 난임 부부들이 궁금해하는 사항을 알아봤다.

글 이진한 동아일보 의학전문기자  
도움말 제일병원 양광문 교수



난임은 피임을 하지 않는 부부가 정상적인 부부 생활을 해도 1년 이내에 임신이 되지 않는 경우를 말한다. 이전에 임신한 경험이 없는 경우는 일차성 난임, 이전에 임신 경험이 있는 경우는 이차성 난임이라고 부른다. 일차성은 원인을 모르는 경우에, 이차성은 불임의 원인을 알 경우에 사용하는 의학 용어다. 한편 35세 이상의 여성이 임신을 위해 6개월 이상 노력해도 임신에 실패한 경우 난임의 범주에 포함된다. 따라서 그 원인에 대한 검사 및 치료가 필요한 경우도 있다. 난임의 빈도는 결혼한 부부의 약 10~15% 정도이며 연령이 높아질수록 불임 빈도가 높아진다. 보통 여성이 병원에 먼저 찾아오지만 불임의 원인은 부부 양쪽에 상존하므로 남편과 같이 검사하는 것이 좋다. 또 남편의 검사는 여성과 달리 비용이나 기간 측면에서 경제적이다.

### 불임 검사 어떤 것을 받을까

불임 치료에서 가장 중요한 것은 불임의 원인을 정확하게 파악하는 것. 불임의 원인에는 여러 가지가 있지만 남성은 정자를 잘 만들지 못하는 경우가 80~90%를 차지하고 여성의 경우는 배란 장애나 자궁 요인 등 다양한 원인이 있다.

남성은 기초정액검사를 받아 정자의 수나 운동성을 체크하는데, 1cc당 정자의 수가 4,000만 마리 미만이거나 전진운동을 하는 정자가 전체의 50% 미만인 경우 정자 구실을 제대로 하지 못하는 것으로 본다. 정계정맥류로 인한 무정자증이라면 '정계정맥류 절제술'로 쉽게 치료할 수 있다.

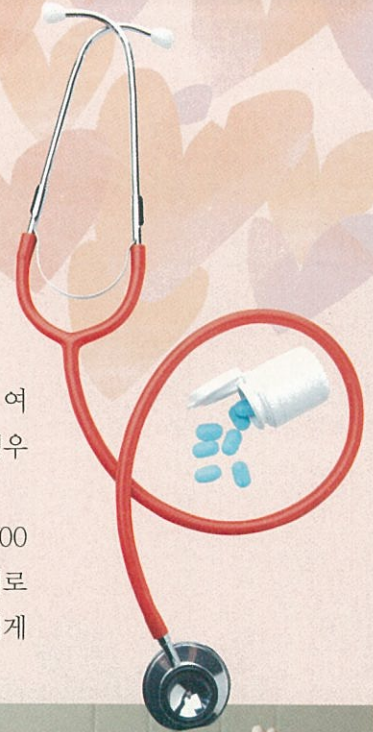
정계정맥류는 고환에서 나오는 음낭의 정맥이 늘어나는 증상인데, 수술 후 성공 가능성이 매우 높다. 정관 혹은 부고환의 관이 막혀 불임의 원인이 된다면 '정관 복원술'이나 정관을 부고환에 연결해 주는 '부고환정관 문합술'을 받는다.

여성의 배란 장애는 '다낭성 난소증후군' 때문인 경우가 많다. '다낭성 난소증후군'은 난소에서 미성숙한 난자를 내보내는 것을 말한다. 이는 약물 치료로 효과를 볼 수 있다. 난관에 이상이 있는 경우엔 대부분 수술요법으로 치료한다. 난관수술 중에서는 난관을 복원해 주는

수술이 가장 많이 이루어진다. 배를 가르지 않고 복강경을 이용한 난관 복원 수술도 임신 성공률이 70% 전후로 비교적 양호한 편. 자궁 근종이 생겼을 때는 근종의 크기와 위치를 고려해 호르몬제를 투여하거나 수술로 제거한다.

### 내겐 너무 막연한 불임 시술, 인공수정

인공수정은 대표적인 불임 치료법이다. 정자의 운동성이 떨어지거나, 정자에 대한 항체를 가진 경우, 특별한 원인 없이 임신이 되지 않는 경우에 인공수정을 시도해볼 수 있다. 여성의 배란시기에 맞춰서 정액 내의 불순물, 백혈구, 죽은 정자 등을 제거하고 정상적인 정자의 활동성을 더욱 강화하는 방향으로 처리한 정자를 가느다란 튜브를 이용해 자궁 안에 주입해 체내에 수정되도록 유도하는 방법. 인공수정은 시험관 아기 시술에 비해 비교적 간단하고 생리주기마다 실시할 수 있으며, 비용 부담이 적다는 것이 장점이지만 난관이 막히지 않은 상태





인공수정은 대표적인 불임 치료법이다. 정자의 운동성이 떨어지거나, 정자에 대한 항체를 가진 경우, 특별한 원인 없이 임신이 되지 않는 경우에 인공수정을 시도해볼 수 있다.

이어야 하고 난관 주변의 상태도 난관이 정상 기능을 하기에 지장이 없을 정도로 양호한 경우에만 시행할 수 있다는 한계가 있다.

나팔관은 정상이지만 '성교 후 검사'에서 정자의 운동성이 떨어지는 경우, 자궁경관점액의 질이 나쁜 경우, 남편의 정자에 대한 항체를 가진 경우, 특별한 원인 없이 임신이 되지 않는 경우 등에 인공수정을 실시한다. 자연배란주기에 맞추어 시행하기도 하고 배란이 일정하지 않으면 배란유도제를 복용해 3~4개월간 시행하는 것이 일반적인 과정이다. 인공수정 임신을 위해 입원은 하지 않아도 되지만 시술 후 약 15~30분 정도 안정을 취하는 것이 좋다. 인공수정 전 2~3일은 부부관계를 피하는 것이 정자의 숫자와 질을 유지하는 데 좋다.

인공수정으로 임신을 하더라도 유산이나 자궁외임신, 기형아 발생률 등이 자연임신보다 높아지지는 않는다. 그러나 과배란을 시도한 경우 약 10~15%의 다태아 임신 가능성과 5%의 난소 과자극 증후군의 위험성이 있으므로 인공수정을 3~6회 정도 실시했는데도 임신이 되지 않으면 시험관 임신을 고려해보는 것이 좋다.



### 시험관 아기, 총 4회까지 정부 지원 받아

시험관 아기는 '체외수정법'이라고도 한다. 난자와 정자를 배양액에서 수정시킨 후 초기 2~5일간 배양해 엄마의 자궁에 수정란을 이식하는 방법. 성공률이 30~50% 정도이며 현재 시행하는 난임 치료 중 가장 임신 성공 가능성이 높은 치료 방법이지만, 시술 비용이 비싼 것이 단점.

나팔관 원인에 의한 불임(나팔관폐쇄, 골반유착, 나팔관 절제술을 받은 후), 남성불임, 자궁내막증, 면역학적 불임, 자궁기형으로 인한 불임, 조기 폐경이나 원인 불명의 불임인 경우에 시도한다. 최근엔 유전질환 등의 유전을 막기 위해 착상 전 유전진단이 필요한 경우에도 시험관 임신을 시도한다.

시험관 시술은 횟수에 제한은 없으며, 일반적으로 난소가 배란유도제에 반응을 하지 않는 폐경 상태가 아니면 시도할 수 있다. 최근엔 정부의 불임부부 시술비 지원사업을 통해 총 4회까지 지원을 받을 수 있다.

시험관 시술을 하면 폐경이 빨리 온다고 오해하는 경우도 있는데 이는 근거 없는 속설이다. 시험관 임신에 성공하기 위해서는 고단백 음식과 과일, 채소, 곡류, 유제품 등을 섭취하는 것이 좋고, 과체중인 경우 시술 전 체중을 줄이는 것이 임신 성공률을 높이고 부작용을 방지하는 데 도움이 된다.

### 시험관 아기 시술 성공률을 높여라

최근엔 시험관 아기 시술의 성공률을 높이는 다양한 방법이 개발되고 있다. 몸 밖으로 빼낸 난자의 생존율을 높여, 결과적으로 임신 가능성도 높이는 것이다. 즉 미성숙 난자를 몸 밖으로 빼내 성숙시키는 방법이 사용되고 있다. 미성숙 난자를 성숙시키는 배양액에 '멜라토닌'이라는 호르몬을 주입하면 난자의 성숙도와 수정률, 배아 발달률이 모두 높아진다. 멜라토닌은 몸속의 노폐물이나 활성산소를 제거하는 기능을 하는데, 난자의 성숙을 방해하는 활성산소의 발생도 막아주는 역할을 하는 것이다.



#### TIP

#### 자궁내막의 역할은 무엇일까?

임신 전 여성의 자궁은 큰 달걀만 크기이지만 임신을 하면 100배 이상 커진다. 자궁내막이라 부르는 자궁의 두꺼운 벽은 대부분 근육으로 이루어져 분만 시 태아를 자궁 밖으로 밀어내는 역할을 한다. 자궁내막이 너무 얇거나 서로 달라붙어 유착된 경우 불임의 원인이 되기도 한다.

#### 삼각 팬티보다 트렁크 팬티

남성의 고환이 외부로 돌출되어 있는 이유는 정자가 체온보다 약간 낮은 비교적 서늘한 기온을 좋아하기 때문이다. 그러니 임신 계획이 있다면 뜨거운 물로 목욕하는 것을 피하고 잦은 사우나도 자제하는 것이 좋다. 속옷은 꼭 끼는 삼각 팬티 대신 트렁크 팬티나 통이 넉넉한 바지를 입는다.