

귓속 평형기관 문제로 빙빙 도는 어지럼증 나타나

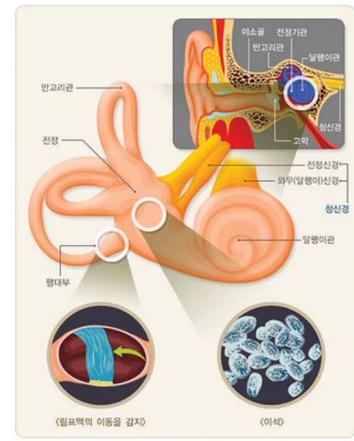
제주, 제주인의 건강보고서(Ⅶ)
건강캘린더

<65> 이석증

여성이 남성보다 1.6~2배 많아
치료 후 1년새 7~20% 정도 재발
이석 원위치 되돌리는 치료해야

어지럼증의 원인은 크게 귀의 질환(말초성), 머리(뇌)질환(중추성), 기타 내과적 또는 정신과적 질환으로 나눌 수 있다. 응급실을 찾는 환자들의 어지럼증의 대부분은 귀(내이)의 균형을 담당하는 전정기관의 문제로 발생하게 되며, 긴 시간 동안의 심한 구토, 오심에 동반되는 전정신경염, 난청, 이명이 함께 동반되는 메니에르병도 있다. 그러나 가장 흔한 원인은 이석증(양성돌발성 두위현훈)이다. 제주대학교병원 이비인후과 서지영 교수의 도움으로 갑자기 빙글빙글 도는 어지럼증인 이석증에 대해 알아본다.

정도 많이 발생하며, 원인은 밝혀지지 않은 경우가 많다. 머리를 부딪치는 외상이나 노화 등이 원인이 될 수 있으며, 메니에르병이나 전정신경염 등의 질환, 수술 후나 골절 등에 의한 장기간의 압력도 원인이 된다. 또 갱년기 여성의 호르몬 부족으로 인한 골다공증도 원인이 될 수 있다는 보고도 있다. 주로 50세 이상에서 나이가 들면서 내이의 혈류로 인해 이석이 불안정하게 형성되거나 이석 기관의 퇴행성 변화로 유동성 석회 물질이 쉽게 생길 수 있기 때문이라고 추측되고 있다.



전정기관의 구조

▶ 빈도
인구의 2.4%에서 일생 동안 이석증을 경험한다고 알려져 있으며, 1년 유병률은 1.6%, 1년 발병률은 0.6%로 흔한 질환이다. 노인인구 어지럼증의 50%를 차지하며, 연령 증가에 따라 발생 빈도는 더 증가해 80세까지의 누적발병률은 10%에 달한다. 특히 60세 이상의 환자에서의 발병률은 18~39세 환자에서의 발병률의 7배에 달한다.

▶ 진단
특징적인 병력으로 회전성 어지럼이 갑자기 발생한 적이 있고, 머리 움직임에 따라 증상이 더 심해지면 강하게 의심하며, 두위(머리의 위치) 변화시 안진이 발생하면 확진한다. 비디오 프렌젤안경이나 비디오안진검사를 환자에게 씌운 상태에서 유발 자세검사를 시행한다. 이석이 들어갈 수 있는 후, 전, 측 반고리관에 대한 특징적인 유발 검사를 시행했을 때, 환자는 어지럼을 호소하게 되고, 관찰되는 환자의 눈의 움직임(안진)을 분석해 이석의 위치를 진단할 수 있다.

▶ 치료
이석증의 경우 대개 2주나 한 달 정도면 자연적으로 치유되기도 하지만 정확한 진단과 동시에 본래의 위치를 벗어난 이석들을 원래의 위치로 되돌려 놓는 이석정복술(또는 이석치환술)을 시행하는 것이 가장 효과적인 치료법이다. 이 치료는 이환된 반고리관의 위치에 따라 앉거나 누운 자세에서 머리의 방향을 돌려 이탈한 이석을 제자리로 돌려주는 자세운



이석증은 내이의 반고리관에 발생한 이동성 결석으로 인해 유발되는 어지럼증이다. 제주대학교병원 이비인후과 서지영 교수가 이석증 환자를 진료하고 있다.

동법이다. 하나의 예로 가장 흔하게 발생하는 후반고리관 이석증의 경우 변형 에플리 수기라는 치료법으로 다시 제자리로 이석을 돌리게 된다. 약 15분정도 소요되며 치료과정 중에 어지럼이 있을 수 있다. 70~90%에서 치료 효과가 있으며, 한 번으로 반응이 없으면 몇 차례 반복 시행해 일반적으로 2~3회 이내에 증상의 호전을 얻을 수 있다.

▶경과·주의사항
이석증을 진단받고 대개의 경우 호전되지

만 치료된 후 1년 사이에 7~20% 정도에서 재발을 경험하는 것으로 보고되고 있다. 그러나 재발의 경우에도 치료율이 높아 증상이 발생 한 후 빠른 시간 안에 이비인후과를 방문하면 된다. 잦은 재발 혹은 심한 증상의 경험을 한 환자의 경우 갑자기 머리 위치를 변화시키거나 자세를 갑자기 바꾸거나 하는 것을 피해야 한다.

조상윤기자 sycho@ihalla.com

제주대학교병원·한라일보 공동기획

건강 플러스 + '썩부쟁이' 알레르기 효과

농촌진흥청은 우리 고유의 나물 '썩부쟁이'의 건강 기능 효과를 밝히기 위해 순천향대학교와 함께 동물실험을 한 결과, 알레르기 완화 효과가 뛰어난 것을 확인했다고 12일 밝혔다. 썩부쟁이(Aster yomena)는 이른 봄, 들에서 가장 먼저 자라는 국화와 다년생 야생초다. 부드러운 질감에 쓴 맛이 나며, 서늘한 성질을 갖는다. 어우러지는 나물이다. 겨자 향과 나무 향이 조화를 이루며, 산에 나는 흰 국화라 해서 한방에서는 '산백국'이라 부른다. 민간에서는 전통적으로 감기나 편도선염, 기관지염, 천식 등을 치료하는 데 이용했다.

실험은 썩부쟁이 추출물을 먹지 않은 쥐와 먹인 쥐로 나눠 진행했으며, 알레르기 반응을 유도하기 위해 2주 간격으로 두 차례 오브알부민(Ovalbumin)을 주사했다. 이어 썩부쟁이 추출물을 4주간 경구 투여한 쥐 집단의 혈청에서는 염증을 일으키는 면역글로불린(IgE)과 히스타민 농도가 준 것으로 나타났다. 면역 반응을 조절하는 사이토카인도 썩부쟁이 추출물을 먹인 집단에서는 정상 생쥐 수준으로 조절됐다. 염증성 사이토카인 IL4, IL5 분비는 76%, 65% 낮아졌고, 알레르기를 억제하는 사이토카인 IFN- γ , IL-12는 100%, 146

% 증가했다. 썩부쟁이 추출물이 과민 면역에 따른 쇼크(아나필락시스, anaphylaxis)를 억제하는 효과가 있다는 것도 확인했다. 아나필락시스는 알레르기 반응이 나타나고 수 분 이내에 발생하며, 심하면 사망에 이르는 급성 알레르기 증상이다. 썩부쟁이 추출물을 먹지 않은 쥐 집단은 쇼크 유발 후 100% 치사율을 보인 반면, 썩부쟁이 추출물을 먹인 쥐 집단은 약 50%의 생존율을 보였다. 또한 아토피 피부염을 유발한 생쥐는 피부가 건조해지거나 짓무르고, 흉반 증상이 나타났는데, 썩부쟁이 추출물을 먹인 생쥐는 이 같은 증상이 40% 정도 줄었다. 피부 조직의 염증을 관찰한 결과, 썩부쟁이

추출물을 투여한 집단은 염증에 의한 침윤이 거의 없었다. 알레르기 코 결막염으로 일상생활이 불편한 사람들에게 6주간 썩부쟁이 추출물을 먹게 한 뒤 코 결막염 증상과 면역 기능 변화를 조사했다. 실험 참가자들이 썩부쟁이 추출물을 1g씩 하루에 두 번, 6주간 복용했더니, 콧물과 코 가려움, 콧물 목 넘김 등의 증상이 유의하게 감소한 것으로 나타났다. 이번 연구 결과는 국제적으로 저명한 학술지인 기능성식품저널 Journal of Functional Foods(2017), Journal of The Chinese Medical Association(2018)에 게재됐다. 이와 함께 '썩부쟁이 면역 활성 조절 식품 제제 개발(10-1746388)'로 특허등록을 마쳤다.



썩부쟁이. 현재 식품의약품안전처에 기능성 원료 등록을 제안한 상태이며, 산업체 기술 이전과 상품화로 산업화를 추진할 계획이다. 조상윤기자 sycho@ihalla.com

기획보증보험 2억원 가입 업체

일반여행업 247호(늘푸른여행사) / 79호(누리여행)

NO팁 제주직항 장가계 특집

3박4일 10/6, 10/13, 10/20 4일 990,000원

4박5일 10/2 5일 1,140,000원 4박5일 10/9, 10/16, 10/23 5일 1,090,000원

*중국 단체비자 발권으로 출발일 7일전 상품 마감됩니다.

포함사항 : 국제 항공료(TAX+유류할증료), 숙박료(2인1실), 식사/운송/입장료, 가이드/기사 비용, 여행자보험료,단체비자비용, 봉사료 불포함사항 : 개인비용

예약문의 **누리여행 T. 758-5400 | 늘푸른여행사 T. 726-3344**