

도내 신부전증 환자들 일상생활 가능케 하는 지름길

제주, 제주인의 건강보고서 ㉔
건강 다이어리

<83> 제주에서 생체 신장이식?

혈액 여과하는 중요한 장기 '신장' 투석 치료 불편 해소하는 이식수술 제주대학병원 전문의·장비 등 확보 타지방 방문하는 번거로움 사라질 듯

사람의 몸에 중요하지 않은 기관은 하나도 없다. 각자 자신의 위치에서 부여된 고유 기능을 충실하게 수행할 때 신체의 건강이 유지되는 것이다. 그 중에서도 신장은 독특하고 중요한 기능을 담당하고 있다.

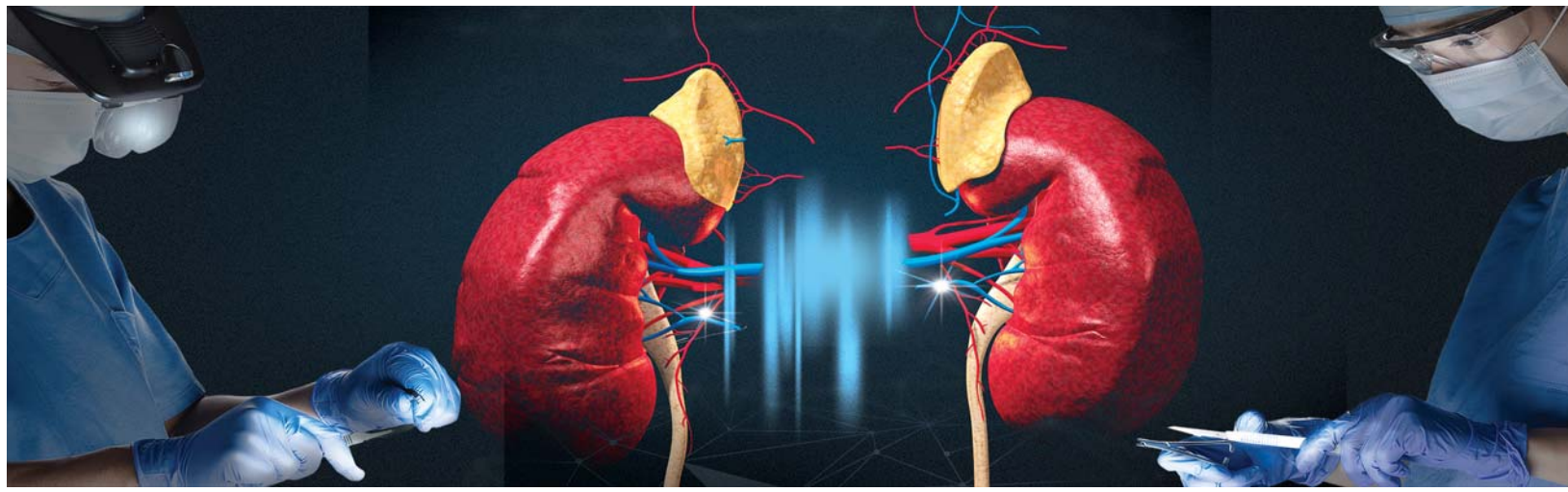
크기는 어른 주먹만한 정도로 작지만 무척 부지런한 기관이라 우리 몸 전체 혈액의 약 25%가 신장을 통과하고 혈액을 여과해 필요한 전해질은 다시 흡수되고 불필요한 물질들은 배출된다. 그 결과로 몸 속 수분이나 전해질을 적절한 수준으로 유지하고 체내의 독소를 신체 밖으로 제거해 균형이 유지된다.

고혈압이나 당뇨가 잘 조절되지 못하는 경우, 특정 균에 의한 감염이 있었던 경우, 또는 유전적 요인에 의한 경우 등에 의해 불행히도 신장이 손상되면 신체의 균형이 깨지기 시작하고 여러가지 증상들이 나타나게 된다. 몸이 붓고 소변이 줄며, 혈뇨나 단백뇨 등이 나타나게 되고 체내의 독소가 걸리지 못해 요독증 증세를 보이기도 한다.

이럴 땐 외부에서 신장의 기능을 도와주게 되는



장원배 교수



때 주변에서 혈액이나 복막 투석을 받는 사람들이 바로 그런 치료를 받게 되는 것이다. 이러한 투석 치료는 효과적이기는 하지만 자주 병원을 방문해야 하고 각각의 투석시술마다 감염이나 여러 합병증의 위험이 있는 것이 사실이다. 특히 환자가 많은 시간을 병원에서 할애해야 하는 이유로 삶의 질적인 면에서 많은 제약이 있을 수밖에 없다. 이번 제주인의 건강보고서에서는 장원배 제주대학교병원 외과 교수의 도움을 얻어 '신장이식'에 대해 알아본다.

신장이식은 생명을 위협할 정도로 제 기능을 하지 못 하는 신장을 대신하도록, 기증받은 건강한 신장을 환자의 동맥, 정맥 및 방광에 연결해 정상적으로 기능하도록 수술하는 치료 방법이다.

신장이식을 성공적으로 하게 되면 환자의 일상생활이 가능해진다. 또한 자유로운 신체 활동이 가능하며, 식이요법이나 시간제한을 하지 않아도 돼 생활의 질을 향상시킬 수 있다. 소아의 경우는 정상적인 성장이 가능하며, 성인의 경우 부부생활은 물론 임신과 출산도 가능하다. 성공적으로 이식을 받은 환자는 정상인과 같은 생활이 가능해 가정생활과 나아가 사회활동에도 별다른 지장이 없다.

신장이식의 종류에는 크게 두 가지가 있다. 생체 이식과 뇌사자 신장이식으로 나눌 수 있는데 생체 이식이란 혈연 또는 비혈연의 건강한 생존자로부터 한쪽의 신장을 공여 받아 수

혜자에게 이식하는 방법이다. 성공적인 신장이식수술을 위해서는 수혜자와 공여자 사이의 혈액형과 림프구 교차반응 등 몇 가지 검사에서 음성을 나타내야 한다. 하지만 최근에는 수혈이 불가능한 경우나 림프구 교차반응 검사 양성인 경우에도 예외적으로 부가적인 선 치료와 수술 후 적절한 약물의 조절과 감시로 비적합성 이식수술이 가능하기도 하다.

뇌사자 신장이식이란, 뇌출혈 등 각종 뇌 질환이나, 교통사고 등으로 뇌의 기능이 손상되고 호흡 및 순환을 담당하는 생명 관련 중추기능이 상실돼 회복이 영원히 불가능한 상태의 환자로부터 기증받은 장기를 이식하는 것을 말한다. 뇌사자 장기 이식 수혜자의 결정은 여러 사항을 점수로 반영해 국립장기조직혈액관리원(KONOS)이라는 국가기관에서 관리하고 있다. 주변에 신장을 공여해 줄 공여자를 찾기 어려운 신부전 환자의 경우 국립장기조직혈액관리원에 등록해 뇌사자 신장이식을 기다리게 되는데, 현재 등록 후 뇌사자 신장이식을 받기까지의 대기시간이 약 5-7년 정도로 짧지 않은 시간이 필요하다.

이식 후 흔하지는 않지만 여러가지 합병증이 발생할 수 있다. 가장 먼저 발생하는 합병증은 수술과 관련된 외과적 부분인 출혈, 감염 등 창상에 관한 합병증을 들 수 있다. 또한 신장이식 후 이식신장이 정상적인 기능을 회복하기까지는 일정한 시간이 필요할 수

도 있다. 이 기간에 의료진과 보호자의 적절한 주의와 관찰이 필요하다.

또한 이식 후 거부반응이 있을 수 있다. 우리 몸의 면역체계는 세균이나 바이러스 등과 같이 신체에 침입해 병을 일으키는 이물질로 된 성분을 파괴시키는 작용을 한다. 이 면역체계는 세균이나 바이러스 같은 병원균의 단백질과 이식 신장 조직의 단백질 물질을 구분하지 못하고 이식 신장을 공격하는데 이러한 일련의 생체 반응을 거부반응이라고 부른다. 거부반응이 동반되면 소변량이 감소한다. 환자는 마치 몸살이나 감기에 걸린 것 같이 느끼는 경우가 많은데 이런 증상들이 거부반응 증상들인 경우가 많으나 그렇지 않은 경우도 있을 수 있다. 거부반응은 그 정도가 약하며 일시적일 수도 있고, 그 정도가 심해 신장을 잃는 경우도 있다. 이러한 거부반응을 방지하기 위해 이식을 받는 순간부터 거부반응을 억제하는 면역억제제를 복용해야 한다.

환자가 느끼는 이상 증상이 없더라도 주치의에 의한 정기 검진이 필요하다. 이는 어느 정도 신장에 이상이 있어야만 환자가 느낄 수 있는 증상이 발생하기 때문이며, 이와 관련해 면역억제제의 조절이 필요하므로 반드시 정기 검진이 필요하다. 대개 이식 후 3개월 이내인 경우에는 자주 검진이 필요하나, 시간이 지나 이식 후 3개월이 지나면 월 1회, 1년이 지나면 2개월에 한번, 이식 후 2-3년

이 지나면 3개월에 한 번은 검진이 필요하다.

안타깝게도 현재 제주도내의 신장이식은 활발히 이뤄지지 않고 있다. 현재까지 생체 신장이식은 이뤄지지 않고 있으며 뇌사자 이식의 경우도 도내 신장이식이 필요한 신부전 환자의 수를 감안해 볼 때 지극히 적은 수의 환자만이 도내에서 뇌사자 신장이식을 받고 있는 실정이다. 이식전문의의 부재, 이식을 위한 검사장비의 부족 등의 여러가지 원인으로 많은 수의 신부전 환자들 신장이식을 받기 위해서 멀리 이동하는 불편을 감수해야 한다.

무엇보다 성공적인 수술 이후 최적의 상태 유지를 위해 환자는 정기적인 검진이 꼭 필요한데 이를 위해서는 수술을 받은 병원이 아무래도 환자에 대해 가장 잘 이해하고 알맞은 방법을 제시해 줄 수 있을 것이다. 결국 환자와 보호자는 수술 전후와 이후의 검진을 위해서도 먼 곳을 오가는 불편을 감수해야 한다.

신장이식에 대한 이런 특성과 제주의 위치적 특수함을 잘 이해하고 있는 제주대학교병원에서는 해결방법을 찾기 위해 오랫동안 노력해 왔다. 이식 전문의의 확보, 검사장비의 도입, 연관된 각 진료과들과의 협조체계 구축 등 수년간의 준비 끝에 신장 이식수술에 필요한 여러가지 필요조건들을 확보하고 제주도내 신부전 환자들을 위해 신장이식수술을 제공하려고 한다. 여기에는 그동안 도내에서 시도하지 못했던 생체신장이식도 포함된다. 지역사회 유일한 대학병원으로서의 책무를 감당하기 위해 많은 시간과 노력을 기쁘게 감수했고 그 결과로 모든 준비를 마친 상황이다.

장원배 교수는 "제주대학교병원은 도내 신부전 환자들을 위해 최선을 다할 것이며, 유수의 타 병원과 기꺼이 비교할만한 의료서비스로 신장이식과 이후의 치료를 위해 삶의 터전을 떠나 먼 곳까지 오가야 하는 불편함을 해결하도록 최선의 노력을 다할 것"이라고 말했다.

송은범기자

제주대학교병원·한라일보 공동기획

건강 Tip "건강한 일상으로 회복 위한 식생활지침 실천을"

'영양의 날' 맞이 대국민 캠페인 9개 지침 실천해 '건강 챙기기'

오는 14일은 14번째를 맞이하는 '영양의 날'이다. 2007년부터 대한영양사협회는 우리나라의 대표적인 영양 관련 학회인 한국

영양학회, 대한지역사회영양학회, 한국식품영양과학회 및 한국임상영양학회와 함께 국민들이 올바른 식생활을 통해 건강한 삶을 유지할 수 있도록 매년 대국민 캠페인을 진행하고 있다.

올해 영양의 날 주제는 '건강한 일상으로의 회복, 식생활지침 실천으로부터'다. '식생활

지침'이란 우리나라 국민이 건강한 식생활을 쉽게 이해하고 일상 생활에서 실천할 수 있도록 농림축산식품부, 보건복지부, 식품의약품안전처가 공동으로 제시한 권장 수칙이다.

올해 새롭게 개정된 식생활지침은 만성질환 감소와 비만관리, 위생적인 식문화 등이 강조된 9개 지침으로 구성돼 있다. 구체적인 내용은 ▷매일 신선한 채소, 과일과 함께 곡류, 고기·생선·달걀·콩류, 우유·유제품을 균형있게 먹자 ▷덜 짜게, 덜 달게, 덜 기름

지게 먹자 ▷물을 충분히 마시자 ▷과식을 피하고, 활동량을 늘려서 건강체중 유지하자 ▷아침식사를 꼭 하자 ▷음식은 위생적으로, 필요한 만큼만 마련하자 ▷음식을 먹을 땐 각자 덜어 먹기를 실천하자 ▷술은 절제하자 ▷우리 지역 식재료와 환경을 생각하는 식생활을 즐기자 등이다.

제시된 식생활 지침을 평소애 잘 실천한다면 영양에 대한 기본 지식이 없더라도 건강을 지키며 일상 생활을 해나가는데 문제

가 없을 것이다.

유례없는 팬데믹 사태를 2년이라는 긴 시간동안 경험했다. 이제 워드 코로나를 준비하는 우리들에게 이러한 식생활지침의 실천은 건강한 일상으로 돌아가기 위한 첫걸음이 될 것이다. 만성질환 예방과 함께 위생적 식생활, 환경 보호와 지역 경제의 선순환까지 실천할 수 있는 식생활지침을 오늘부터 실천해 보도록 하자.

송은범기자 seb119@ihalla.com

축
CONGRATULATIONS
수 훈
국민훈장 석류장



강창익
(대한노인회 서귀포시지회장)



영예의 훈장을 받으신 회장님!
진심으로 축하드립니다.
국가발전과 노인복지 위해 헌신하신
노고에 감사와 경의를 보냅니다.

(사)대한노인회 서귀포시지회
오남선 사무국장 외 직원일동

축
CONGRATULATIONS
수 훈
국민훈장 석류장



강창익
(대한노인회 서귀포시지회장)

제25회 노인의 날을 맞아 국가 발전과 노인복지를 위해 크게 기여한 공로로 국민훈장 석류장 수훈을 진심으로 축하드리오며 앞으로 더 큰 영광이 함께 하시길 기원합니다.

(사)대한노인회 서귀포시지회 예래동분회
예래동 분회장 김명윤, 고문 이동식, 강병인
직전회장 진두호, 감사 김명진, 양세홍
색달동경로당 회장 강완준 상예1경로당 회장 강동숙
상예2경로당 회장 고봉희 하예1경로당 회장 성천준
하예2경로당 회장 임무웅 우남동경로당 회장 오삼정
분회사무장 김봉천

축
CONGRATULATIONS
수 훈
국민훈장 석류장



김희숙
시무: 김택문 · 시모: 현무순

판사 임용을 진심으로 축하하며
앞날에 무궁한 발전과 더 큰 영광이
함께 하길 기원합니다.

사촌 형제 일동