

# 자고 일어났더니 몸이 ‘통통’... 의심 질환 찾아야

## 제주, 제주인의 건강보고서 Ⅷ 건강 다이어리

### <86> 부종의 원인과 진단

전신 부종과 국소 부종으로 나뉘어  
심장과 간·신장 질환과 연관성 깊어  
거품뇨·호흡곤란 등 증상 파악 중요  
하루 섭취하는 ‘소금의 양’ 줄여야

부종이란 세포와 세포 사이의 공간, 즉 간질에 수분이 축적돼 있는 상태를 의미하는데, 자고 일어나면 눈 주위나 손 등이 붓거나, 활동 후 다리를 손가락으로 눌러 보았을 때 손가락 자국이 남는 함요부종(그림 1)의 형태로 나타난다. 부종의 원인은 다양하고, 크게 몸 전체가 붓는 전신 부종과 신체의 일부분만 붓는 국소 부종으로 나눌 수 있다.

이번 제주인의 건강보고서에서는 김현우 제주대학교병원 신장내과 교수의 도움을 얻어 ‘부종의 원인과 진단’에 대해 알아본다.

전신 부종의 원인은 우리 몸에서 혈액을 심장으로 이동시키는 정맥 혈관 내의 압력이 증가하거나, 혈액 속의 단백질의 양이 감소하는 경우, 혈관의 투과성이 증가하는 경우가 있을 수 있다. 정맥 혈관 내의 압력이 증가하는 대표적인 질환은 심부전인데, 과거에 심근경색과 같은 관상동맥질환을 앓았고, 고혈압, 당뇨병 등 심혈관 질환 발생의 위험 요소를 가지고 있는 경우 의심해 볼 수 있겠다. 우리 몸에서 전신으로 보내져야 하는 혈액이 심부전으로 인해 심장 내에서 정체되고, 팔과 다리 등의 말초조직

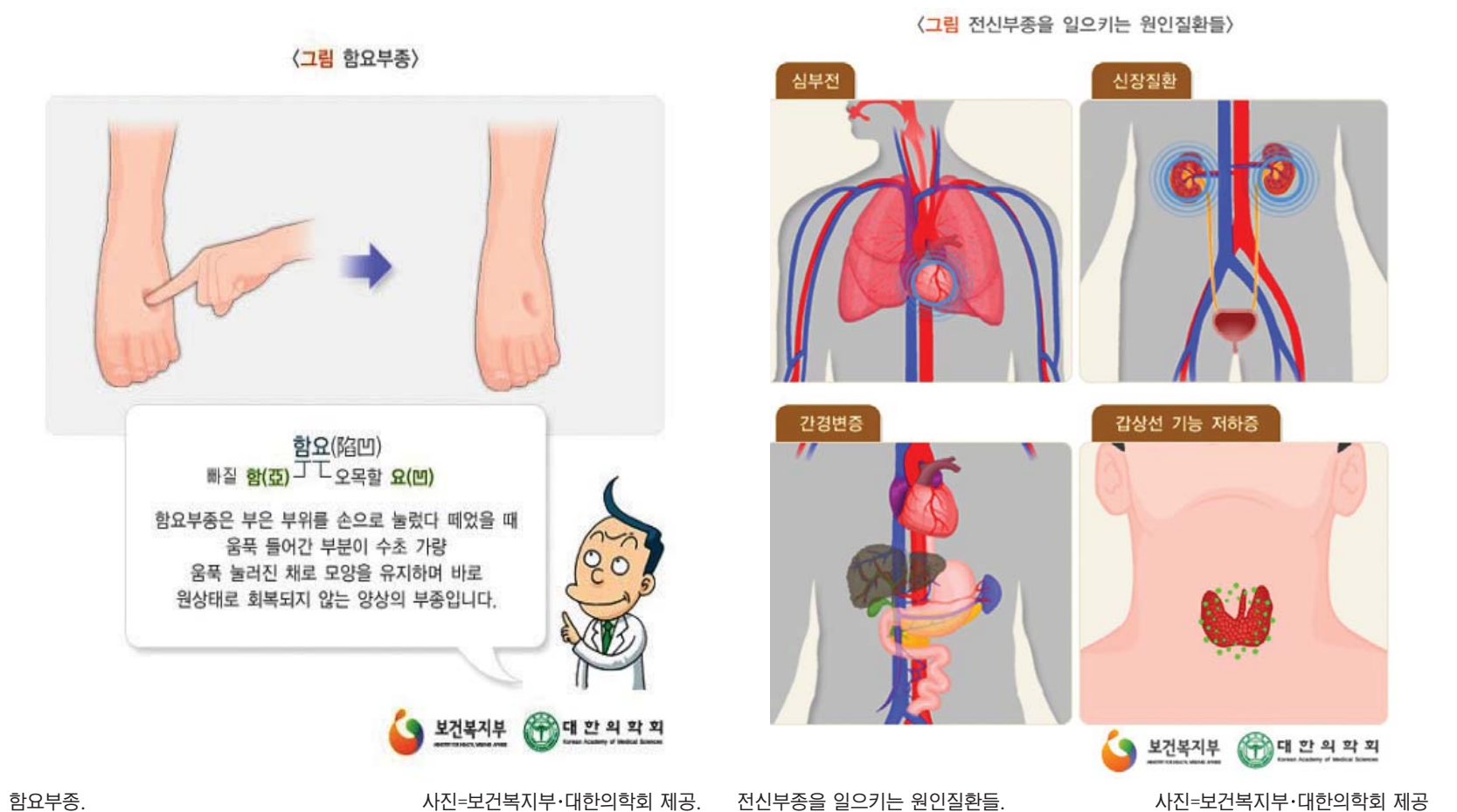
에서 심장으로 들어가야 할 혈액이 정맥 내에 머무르게 돼 환자는 전신 부종을 호소하게 된다. 수분이 폐에서도 정체되는 폐 부종도 흔히 동반돼 호흡곤란을 호소하는 경우도 많다.

혈액 속의 단백질의 양이 감소해 전신 부종이 발생하는 대표적인 질환으로는 간에서 단백질을 합성하지 못하는 간경화와 합성된 단백질이 소변으로 과도하게 빠져나가 발생하는 신증후군이 있다. 간경화의 경우 이전에 B형 또는 C형 바이러스 감염을 앓았거나, 과도한 음주를 했던 병력이 있을 경우 의심해 볼 수 있는데, 보통의 경우 배에 물이 차서 배가 불러오는 복수가 먼저 발생하고, 이어 하지 부종이 발생하게 된다. 심부전과 다른 점은 상처나 얼굴은 잘 붓지 않고, 폐부종을 잘 동반하지 않는다는 점이다.

신증후군은 하루에 소변으로 단백질이 3.5g 이상 빠지는 경우를 말한다. 심부전이나 간경화와 같이 병력만으로는 신증후군의 발생 여부를 추측하기는 어려우나, 가끔 소변에 거품이 많이 늘어 병원을 찾는 환자 중 신증후군으로 진단되는 경우가 있다. 그러나 소변에 거품이 있다고 해서 모두 단백뇨를 의미하지는 않고, 반드시 소변 검사를 통해 단백뇨가 검출되는지 확인해야 한다. 다행히 건강 검진에는 소변 단백질 검사가 기본항목으로 들어있어 소변 검사에서 단백뇨가 의심되고, 하지 부종이 발생했다면 반드시 추가 검사를 통해 신증후군 여부를 확인해야 한다.

우리 몸의 신진대사에 필수적인 갑상선 호르몬의 분비가 저하되는 갑상선 기능 저하증도 전신 부종의 원인이 될 수 있다. 평소 소변에 비해 목 주위가 두드러져 보이거나, 식욕부진, 만성 피로, 변비 등의 증상과 함께 전신 부종이 발생한다면 반드시 의심해 봐야 하고, 혈액에서 갑상선 기능검사를 통해 진단할 수 있다(그림 2).

전신 부종의 비교적 흔한 원인이나, 간과 되고 있는 것 중의 하나가 약에 의한 부종이다. 특정 약물을 사용한 후 부종이 발생한다면 의심해 봐야 하는데, 특히 잘 일으킨다고 알려진 약물로는 관절염 등에 흔히 사용하는 비스테로이드성 진통 소염제와 항고혈압제 중 칼슘통로 차단제와 혈관 확장제, 경구용 혈당하강제 중 치아졸리딘디온(thiazolidinedione)제제, 전립선 비대증에 흔히 사용하는 알파 차단제 등이 있고,



함요부종.

사진=보건복지부·대한의학회 제공. 전신부종을 일으키는 원인질환들.

사진=보건복지부·대한의학회 제공

부신피질호르몬이나 에스트로겐 등의 호르몬 제제 또한 전신 부종을 일으킬 수 있는 약제다. 따라서 관절염, 고혈압, 당뇨병, 전립선 비대증 등으로 투약을 시작했거나, 약물을 교체한 후 부종이 발생했다면 약에 의한 원인일 가능성을 항상 염두해야 한다.

국소 부종은 한쪽 팔이나 다리 등 몸의 국소 부위에서 심장으로 순환되는 정맥이나, 림프관에 문제가 생긴 경우가 주된 원인이다. 정맥 문제 때문에 발생하는 대표적인 사례가 정맥 내에 혈전이 발생하거나, 정맥에 존재하는 판막이 손상된 경우다. 정맥 내 혈전은 거동이 어려워 누워만 지내는 경우와 같이 혈액이 장시간 정체되거나, 혈관 내에서 혈전 형성을 유발하는 물질이 있거나, 혈전 형성을 억제하는 물질이 부족한 경우 발생할 수 있다. 혈전이 발생한 곳 하부가 국소적으로 붓게 되는데, 만약 우측 다리에 정맥 혈전이 발생한다면 좌측 다리에 비해 우측 다리가 현저히 붓고, 통증을 종종 수반하게 된다. 우리 몸의 정맥에는 혈액이 심장 쪽으로만 흐르게 하고 반대방향으로의 역류를 막는 판막이 존재하는데, 이것이 손상될 경우 정맥에 혈액이 정체돼 부종과, 심할 경우 피부괴사를 일으킬 수 있다. 팔 보다는 다리에 주로 발생하는데, 하지 정맥류가 한 가지

예가 되겠다. 혈액과 함께 체액순환을 담당하는 림프관의 폐쇄에 의해서도 국소적으로 부종이 발생할 수 있다. 림프관의 손상은 외상에 의해 발생하거나, 유방암, 자궁경부암과 같은 악성 종양 수술 중 악성 종양 주위 림프절 절제로 인해 발생할 수 있다. 환자는 수술 받은 쪽의 림프 순환이 억제돼 수술 부위와 같은 쪽에만 부분적으로 부종이 발생하게 된다.

부종은 다양한 원인에 의해 발생하므로 정확한 원인을 알기 위해서는 심부전, 만성 콩팥병, 간경화 등 기존에 앓아 왔던 질병이 무엇인지, 부종 발생 전 복용했던 약물은 있었는지 등의 병력과 함께 호흡곤란, 복수, 거품뇨 등의 동반 증상 유무를 파악하고, 가임기 여성의 경우에는 월경 전후 여성 호르몬의 분비 변화로 인해 일시적으로 몸이 붓는 경우가 있으므로 월경에 따른 부종 발생 변화를 관찰하고, 부종이 팔이나 다리 등에 나타난다면 양쪽인지, 한쪽인지를 관찰하는 것이 진단에 도움이 될 수 있다. 전신 부종의 경우에는 혈청 단백질, 콩팥기능, 간기능, 갑상선 기능 검사와 함께 소변 검사를 시행하게 되고, 흉부엑스레이 촬영 등을 시행한다. 국소 부종의 경우에는 상·하지 도플러 초음파를 통해 혈전이나, 혈액의 역류 여부를 평가할 수 있

고, 림프관 손상이 의심될 경우에는 방사선 동위원소를 이용한 림프순환 검사를 시행해 볼 수 있다. 그러나 상기한 모든 검사를 시행하더라도 부종의 정확한 원인이 밝혀지지 않는 경우도 종종 있다. 이런 경우를 특발성 부종이라고 하는데, 심장, 콩팥, 간, 갑상선 등에 심각한 문제가 없으므로, 저염식이나, 이뇨제를 짧은 기간 사용해서 도움을 받을 수 있다.

부종은 사람들이 쉽게 자각할 수 있는 증상이므로 발생하게 되면 몸에 큰 이상이 있을 것으로 생각하고 병원을 찾는 경우가 많다. 그러나 앞서 언급한 질환들은 기본적인 검사로 비교적 쉽게 진단할 수 있고, 실제 심부전, 간경화, 신증후군, 갑상선 질환과 같은 전신질환보다는 소금 섭취량이 많아 생기는 경우가 많다. 예를 들어 대한영양학회 보고에 의하면 우리 국민의 평균 하루 소금 섭취량은 12~14g으로 세계보건기구의 하루 권장 소금 섭취량 5g보다 훨씬 상회하고 있다. 따라서 부종이 발생하게 되면 큰 병이 아닐까 너무 걱정부터 하지 말고, 혈액과 소변 등의 기본 검사를 통해 원인 질환 여부를 판단하고, 이와 함께 하루에 섭취하는 소금량을 줄이는 것으로 문제를 해결해 나갈 필요가 있다.

송은범기자 seb1119@ihalla.com

**콘크리트 먼처리  
콘크리트 폴리싱  
세라믹 폴리싱  
테라조 연마 광택**

**표창장**  
한국환경위생협동조합 이사장 지킴이  
귀하는 자조자립협회의 활동조항 정신을 모범적으로 실천하여 소상공인 협동조합 활성화 및 경제적 제고에 기여한 공이 크므로 이에 표창합니다.  
2020년 12월 31일  
주식회사 제라콘 박영

**제주대 중앙도서관 도끼다시바닥**

**아직도 공장, 주차장, 사무실, 쇼핑센터, 물류창고 등 바닥에 에폭시나 타제품으로 시공하고 계십니까?**

**선진국형 친환경 마감공법인 콘크리트 폴리싱 시공으로 한 번에 영구적 바닥 해결!**

**강한 내구성, 친환경 시공, 쾌적한 표면, 작업환경의 개선 저렴하고 용이한 유지보수, 화재에 강한 안전 바닥재**

**HTC SUPERFLOOR™ 콘크리트 바닥재의 새로운 혁명!**

**한국환경위생협동조합 주식회사 제라콘**  
☎ 723-3090 010-5678-2586

**신화역사공원 YG**

**대형 상가매장**

**월정리 카페**

**냉동창고 콘크리트폴리싱**

**영상미디어센터**

**종달리 카페**

**동아통은 물류센터**

**세화카페**

**우도농협하나로**

**스트라이크볼링장**

**함덕 유드림 식자재마트**

**에폭시/우레탄 도막제거**