

# 참고 견디지 말고 올바른 치료법으로 '숨 편한 삶' 정착



**고영춘**  
광주기독병원  
호흡기내과 진료과장

## 천식

호전 안될땐 흡입제 사용·약제 등 점검  
드라마틱한 변화 가능...삶의 질 상승  
단기간 완치보다 '완벽한 관리' 핵심

많은 이들의 공감을 얻었던 리얼리티 프로그램 '환승연애'는 시청자들에게 본질적인 질문 하나를 던졌다. "이미 헝거워진 관계를 억지로 붙잡는 것이 맞을까, 아니면 나를 위한 더 나은 선택이 필요할까." 이 질문은 비단 연인 관계에만 국한되지 않는다. 진료실에서 매일 마주하는 천식 환자들의 모습 또한 이 고민의 갈림길에서 서 있는 모습과 무척이나 닮아 있기 때문이다.

"숨이 늘 차지만 어쩔 수 없죠." "약을 쓰고는 있는데 딱히 좋아지는지는 모르겠어요." "천식이 원래 이런 병 아닌가요? 그냥 참고 살아야죠."

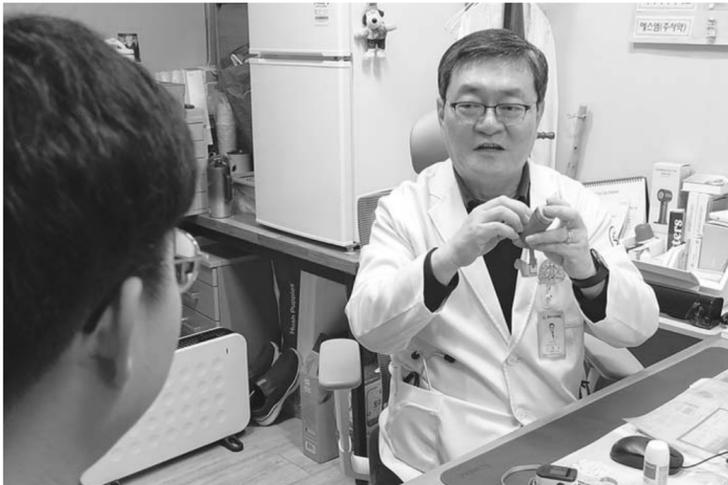
진료실 문을 열고 들어오는 많은 환자가 숨이 불편한 일상을 '원래 그런 것'이라 여기며 살아간다. 나이가 들어서 기력이 떨어진 탓이라고, 또는 체력이 예전 같지 않아서 그렇다고 스스로를 설득하며 질환이 주는 불편함을 삶의 일부로 받아들이는 것이다.

그러나 천식은 결코 참고 견디며 적응해야 하는 병이 아니다. 고영춘 광주기독병원 호흡기내과 진료과장을 통해 천식에 대해 알아보고 치료법을 살펴본다.

### ◇우리가 목표해야 할 '진짜 평범한 삶'

천식 치료의 궁극적인 목표는 단순히 응급 상황이나 발작을 막는 수준에 머물러서는 안 된다. 밤에 기침 때문에 잠에서 깨지 않는 것, 가파른 계단을 오를 때도 숨을 몰아쉬지 않는 것, 그리고 운동이나 여행처럼 삶의 활력이 되는 일상을 포기하지 않는 상태가 돼야 한다. 숨이 불편하지 않은 하루가 어쩌다 마주하는 '은 좋은 날'이 아니라, 당연히 누려야 할 '평범한 하루'가 되는 것. 그것이 우리가 지향해야 할 치료의 종착역이다.

그럼에도 불구하고 여전히 증상이 반복되고 있다면, 또는 외출할 때마다 '혹시 모를 상황'을 대비해 응급 흡입기를 챙기며 불안을 안고 지낸다면, 현재의 치료 과정을 냉정하게 되짚어봐야 한다. 이는 환자의 의지가 부족해서도, 병이 특별히 고치기 힘들 만큼 악화돼서도 아니다. 단지 지금의 치료법이 현재 내 몸의 상태나 환경과 '맞지 않는다'는 신호일 뿐이다.



고영춘 광주기독병원 호흡기내과 진료과장이 내원 환자를 대상으로 천식에 대해 설명하고 있다. <광주기독병원 제공>

### ◇이제는 '환승'이 필요한 시간

이때 우리에게 필요한 용기가 바로 '환승'이다. 여기서 말하는 '환승천식'이란 치료 자체를 포기하는 것이 아니다. 오히려 내 몸이 보내는 미세한 신호들을 다시 살피고, 나에게 더 적절하고 효과적인 치료로 옮겨가는 적극적인 과정이다. 많은 환자가 다음과 같은 몇 가지 요소만 제대로 점검해도 드라마틱한 변화를 경험하곤 한다.

▲흡입제 사용법의 재점검: 흡입제는 먹는 약

과 달리 숙련된 기술이 필요하다. 아무리 좋은 약이라도 폐 속 깊이 전달되지 않으면 효과를 볼 수 없다.

▲약제 조합과 용량의 최적화: 천식 약제는 매우 다양하다. 현재의 증상 단계에 맞게 약의 종류나 용량을 조절하는 것만으로도 숨길이 확연히 트일 수 있다.

▲동반 질환의 동시 치료: 알레르기 비염이나 위식도 역류 질환은 천식을 악화시키는 주범이다. 뿌리 질환을 함께 다스릴 때 치료의 효율은

배가된다.

▲환경 조절의 정밀화: 집안의 먼지, 반려동물의 털, 최근의 미세먼지 수치 등을 자극하는 요인을 정확히 파악하고 관리하고 있는지 살펴야 한다.

실제로 치료를 '환승'한 환자들은 한결같이 입을 모아 말한다. "정상적으로 숨 쉬는 게 이렇게 가벼운 일인지 몰랐다"고 말이다. 그동안 당연하게 여겼던 답답함이 실은 충분히 해결 가능한 문제였다는 사실을 깨닫는 순간, 환자의 삶의 질은 완전히 달라진다.

### ◇건강한 일상으로의 환승을 위해

천식은 단기간에 뿌리 뽑는 완치보다는 꾸준히 달려며 함께 가는 '완벽한 관리'가 핵심인 질환이다. 올바른 치료법을 찾아 정착하고 꾸준히 관리해 나간다면, 천식은 더 이상 당신의 삶을 제한하거나 발목을 잡는 족쇄가 되지 않는다.

숨이 차는 일상이 당연해지기 전에 지금보다 더 나아질 수 있다는 가능성을 믿어보시라. 만약 최근 몇 달간 숨이 고르지 않았거나, 계획에 없던 응급약 사용 횟수가 늘었다면 지금이 바로 환승을 고민해야 할 골든타임이다. 현재의 치료가 최선인지 의사와 함께 점검해 보는 그 작은 발걸음이, 당신의 무거웠던 숨을 가볍게 바꿔줄 시작점이 될 것이다.

숨 쉬는 일이 다시 편안해지는 순간, 당신은 비로소 '천식'이라는 불편한 관계에서 벗어나 '건강한 일상'으로 성공적인 환승을 마쳤음을 깨닫게 될 것이다. /정리=기수희 기자

## 화순전남대병원-전남바이오진흥원 연구 협력

바이오의약 비임상 실증 기반 마련  
신약 개발 가속화 협력체계 구축 등

화순전남대병원이 전남바이오진흥연구원과 바이오의약 연구 등 협력에 나선다.

17일 화순전남대학교병원에 따르면 최근 병원 미래의료혁신센터 3층 화상회의실에서 의생명연구원과 전남바이오진흥원 바이오의약본부와 바이오메디컬 분야 연구 협력을 위한 업무협약을 체결했다.

협약식에는 화순전남대병원 오인재(사진 왼쪽) 의생명연구원장과 조상희 임상시험센터장, 안재숙 의생명연구부장, 우수승 연구기획부장, 김형석 교수 등이 참석했으며 전남바이오진흥원에서는 서동남(사진 오른쪽) 바이오의약본부 본부장과 이지은·이경호·박신정 실장 등이 참석했다. 식품의약품안전처 오일웅 과장도 함께



했다. 이번 협약은 양 기관 간 교류 협력을 통해 바이오메디컬 분야 연구 역량을 강화하고 비임상 실증 연구 기반을 구축하기 위해 마련됐다. 협약에 따라 양 기관은 한국인 인체 자원을

기반으로 한 조직교차반응 시험 가이드라인 구축을 위한 공동 연구를 추진하고, 동물 대체 시험을 위한 인공지능 기반 약물 스크리닝 시스템 구축을 위한 연구 교류를 확대하기로 했다.

또한 바이오메디컬 분야 신약 개발 가속화를 위한 협력체계를 구축하고 관련 연구 협력을 강화해 나갈 계획이다.

서동남 전남바이오진흥원 바이오의약본부장은 "양 기관의 연구 역량을 결합해 바이오의약 분야 연구 협력을 확대하고 실질적인 성과를 창출해 나가겠다"며 "우수한 임상시험 인프라와 풍부한 인체 자원을 갖춘 화순전남대병원과의 교류 확대를 통해 새로운 가능성을 열어가겠다"고 말했다.

오인재 화순전남대병원 의생명연구원장은 "이번 협약을 계기로 비임상 연구와 신약 개발 분야에서 협력 기반을 강화하고 바이오메디컬 연구 경쟁력을 높여 나가겠다"고 밝혔다. /기수희 기자

## 김도완 교수, 日중환자의학회 '최우수 초록상' 수상

전남대학교병원 심장혈관흉부외과  
'중증 흉벽 손상 환자 사망률 예측'



t wall injury patients: A single center cohort study) '로, 중증 흉부외상 환자의 임상 자료를 바탕으로 사망률을 예측할 수 있는 모델을 제시한 내용이다.

전남대학교병원은 17일 "김도완(권역외상센터장·사진) 심장혈관흉부외과 교수가 지난 5-7일 일본 요코하마에서 열린 일본중환자의학회(53rd JSICM)에서 최우수 초록상(Best Award)을 수상했다"고 밝혔다.

일본중환자의학회는 세계 중환자의학 분야에서 권위 있는 학술대회 가운데 하나로, 최우수 초록상은 학회에 접수된 초록 가운데 가장 우수한 1편에 수여된다.

김 교수의 이번 수상은 외상 및 중환자 진료 분야에서의 연구 성과를 국제적으로 인정받았다는 점에서 큰 의미를 지닌다.

김 교수가 발표한 연구는 '중증 흉벽 손상 환자의 사망률 예측모델: 단일기관 코호트 연구(Prediction model for mortality in severe ches

이번 연구는 중증 흉부외상 환자의 초기 분류와 치료 전략 수립에 실질적인 도움을 줄 수 있는 점에서 높은 평가를 받았으며, 학술적 완성도와 임상적 활용 가능성을 동시에 인정받아 이번 수상으로 이어졌다.

김도완 교수는 "이번 수상은 전남대병원의료진이 중증외상 환자의 생존을 향상과 치료 성과 개선을 위해 수행해 온 연구의 우수성을 국제 학술무대에서 공식적으로 인정받은 성과"라며 "앞으로도 외상 및 중환자 치료 분야의 연구 경쟁력을 높이고, 환자 중심의 고도화된 진료체계 구축에 최선을 다하겠다"고 밝혔다.

/기수희 기자

**60플라워**  
Flower

축하화환 3단      근조화환 3단

전국전지역6만배송 (기타낙후지역 배송비 추가요금발생)  
Tel. 010-9984-0151      동협 박배성 302-0316-649511

**철거 전문가**  
광주·전남 전지역 가능

- ✓ 철거 경력 20년!
- ✓ 광주·전남 전 지역 출장 가능
- ✓ 상가, 주택, 간판, 내부 철거 등
- ✓ 당일 견적 OK / 소규모 철거도 가능
- ✓ 안전·정리+깔끔함까지 책임집니다.

현주 제로레벨      ☎ 상담전화 010.9842.5570