

하루 10번 정도는 정상...8주 이상 지속땀 진료 필수



박희호
목포청연한방병원장

기침

'콜록'대며 소리가 나는 기침은 누구나 하기 마련이다. 기침의 의학적 정의는 숨을 들이쉬 후 성대에 부착된 성문이 폐쇄됐는데, 호흡근의 급격한 수축에 의해 흉강내압이 상승해 성문이 열려 강하게 숨이 내쉬어지며 소리가 나는 증상이다. 일상에서 하루 10번 정도의 기침은 정상이다. 기침의 원인은 다양하나 유병기간에 따른 분

유병기간 따라 급성·만성 분류

흉부 X-RAY·폐기능·객담검사

한약치료는 체질 개선 효과도

류가 일반적이다. 발생한 지 3주 이내의 급성 기침은 감기, 비염, 기도 이물, 유행성 심부전 등이 주요 원인이다. 8주 이상 지속되는 만성 기침은 흡연, COPD(만성 폐쇄성 폐질환), 기관지 천식, 폐결핵, 약물유발성 기침, 위식도 역류질환 등이 문제가 된다.

기침이라는 반응은 인체가 호흡을 하는 기능에 문제가 생겨 일어나는 정상적인 반사작용이다. 다시 말해 기침 자체가 문제되는 것이 아니며 기침을 유발하는 원인을 자세하게 살펴내는 것이 중요하다. 가장 흔한 감기로 인해 발생하는

기침은 2-3주 내에 완화되므로 너무 걱정할 필요는 없다.

하지만 8주 이상 지속되는 만성 기침이라면 진료를 받아보는 것이 좋다. 만성 기침에는 반드시 흉부 엑스레이(X-RAY) 검사를 우선 시행해 폐와 기관지를 확인한다. 흡연력과 직업력이 기침을 유발하는 경우에는 COPD를 의심해 폐기능 검사를 추가한다. 피로감과 체중 감소, 가래를 보이면 폐렴 혹은 폐결핵을 의심해 객담검사를 시행한다. 고혈압 환자에서 안지오텐신전환효소 억제제(ACE Inhibitor)를 복용하며 부작용으로 마른 기침을 보일 수 있으니 약물복용력 또한 확인해야 한다. 위식도역류질환에서 위산이 식도를 역류해 기관지로 흘러들어 점막을 자극해 마른 기침을 일으킬 수도 있다.

기침의 치료는 대증치료와 원인질환 치료로 나뉜다. 가장 흔한 감기의 경우에는 증상에 맞춰

대증치료를 진행하며, 원인질환이 특정되는 경우에는 질환을 치료하는 것이 원칙이다. 양방의학에서는 약물치료, 한방의학에서는 한약치료를 활용한다.

감기로 인한 기침의 경우에는 진해거담제, 점액용해제, 항히스타민제 등을 주요 증상에 맞춰 대증치료를 시행한다. 기관지 천식에는 흡입형 코르티코스테로이드를, 위식도 역류질환에는 프로토펙트릭제제를 처방한다. 폐결핵의 경우 항결핵제를 투여하나 약력이 강해 간 기능에 이상을 유발할 수 있어 전문의의 상담이 필요하다. COPD 환자는 기관지 확장제, 항염증제, 항생제 등의 복합적인 약물치료가 고려된다.

한약치료는 대증치료뿐만 아니라 체질을 개선해주는 효과가 있다. 급성 기관지염으로 격렬한 기침과 쌉쌉거리는 천명을 보이면 마행감석탕(麻杏甘石湯)을, 입안이 건조하며 마른 기침

을 자주 하면 맥문동탕(麥門冬湯)을, COPD 환자에서 기침과 가래를 보이며 기도 염증이 있는 경우에는 정폐탕(淸肺湯)을 주로 처방한다.

기침을 예방하기 위해서는 생활관리가 필요하다. 폐와 기관지는 충분한 영양공급을 통해 촉촉한 상태를 유지해야하므로 실내 습도를 40-60% 정도로 건조하지 않게 조절하는 것이 좋다. 또한 찬 음료는 건조함을 악화시키므로 미지근한 온도의 음료를 음용한다. 외부물질의 자극으로 인해 기관지 점막이 자극될 수 있으므로 마스크를 항상 착용하거나 원인물질로부터 회피하는 것도 중요하다. 담배는 당연히 원인물질에 해당하니 금연은 필수이다.

누구나 겪는 기침이라 쉽게 넘어 갈 수 있는 증상이지만, 8주 이상 지속되는 만성 기침이라면 반드시 가까운 의료기관에 내원해 적절한 진단과 치료를 받을 바란다. /정리=기수희 기자

전남대병원 '희귀질환 전문기관' 신규 지정

질병관리청, 2곳 추가 전국 19곳

진단검사 지원 대상·질환 항목 ↑

전남대병원이 희귀질환 전문기관으로 신규 지정됐다.

31일 질병관리청에 따르면 지역 간 의료 공백 해소를 위해 희귀질환 전문기관으로 전남대학교병원과 울산대학교병원을 추가 지정했다.

희귀질환 전문기관은 지역 내 희귀질환 환자가 다른 지역으로 이동하지 않고 진단부터 치료, 사후관리까지 전주기에 걸친 의료서비스를 받을 수 있도록 지원하는 거점 의료기관이다.

이에 따라 희귀질환 전문기관은 기존 17곳에서 19곳으로 늘었다.

질병청은 2024년 1월 전국 13개 시·도에 소재

한 의료기관 17곳을 제1기(2024-2026년) 희귀질환 전문기관으로 지정해 운영하고 있다.

해당 기관들은 희귀질환 진료 분야에서 핵심적인 역할을 맡아왔다. 국내 종합병원 이상 의료기관 361곳의 희귀질환 진료인원 35만4천여명 중 전문기관 17곳이 46.6%(약 16만5천명)를 담당했다. 상급종합병원으로 한정할 경우 희귀질환 진료인원 26만4천여명 중 전문기관 15곳이 차지하는 비중은 61%(16만1천여명)였다.

하지만 그동안 광주·울산·경북·충남 지역은 희귀질환 전문기관이 없어 희귀질환자 관리에 지역 간 격차와 공백이 발생해 왔다.

질병청은 이를 해소하고자 우선 광주와 울산 2개 지역을 추가 지정하고, 2027년까지 나머지 지역도 단계적으로 지정할 계획이다.

질병청은 "지역 내 비교적 많은 희귀질환 환자가 있음에도 전문기관 부재로 필요한 서비스를 적시에 제공하지 못했던 광주와 울산을 대상으로 이뤄졌다는 점에서 의의가 크다"고 밝혔다.

양은미 전남대학교병원 희귀질환 전문기관 사업단장(소아청소년과 교수)은 "신규 전문기관으로서 지역 내 희귀질환 환자들이 보다 편리하게 진단과 치료, 관리를 받을 수 있도록 최선을 다하겠다"고 말했다.

한편 질병관리청은 희귀질환 진단 검사 지원 대상자를 전년 대비 40%가량 늘리고 질환 항목도 70여개 추가한다. 해당 사업은 희귀질환자로 의심되는 사람이 사업 참여 의료기관을 내원하면 유전자 검사·해석을 지원해 조기에 희귀질환을 발견하고 치료받을 수 있게 하는 것이다.

/기수희 기자



전남대병원 권역심뇌혈관센터는 최근 병원 행정동 2층 회의실에서 건강보험심사평가원 광주전남본부, 광주시 공공보건 의료지원단, 광주시 응급의료지원단, 광주시 감염병관리지원단 등 4개 기관과 '지역사회 건강증진 및 지역 보건 의료 향상을 위한 업무협약'을 체결했다. <전남대병원 제공>

전남대병원 권역심뇌혈관질환센터 심평원 등 광주 보건의료 4개 기관과 MOU

데이터 기반 정책 지원·협력 모델 구축

전남대병원 권역심뇌혈관질환센터가 광주 지역 보건의료 정책 수립과 의료 격차 해소를 위해 지역 내 핵심 보건의료 기관들과 손을 잡았다.

31일 전남대학교병원에 따르면 권역심뇌혈관질환센터는 최근 병원 행정동 2층 회의실에서 건강보험심사평가원 광주전남본부, 광주시 공공보건의료지원단, 광주시 응급의료지원단, 광주시 감염병관리지원단 등 4개 기관과 '지역사회 건강증진 및 지역 보건 의료 향상을 위한 업무협약'을 체결했다.

이들 기관은 앞으로 유기적인 업무교류 체계를 구축하고, 보건의료 데이터를 기반으로 한 실효성 있는 지역보건정책 수립에 상호협력하기로 했다. 주요 협약 내용은 ▲지역사회 건강증진 및 의

료격차 해소를 위한 협력 ▲보건의료 데이터를 활용한 정책 기초자료 생성 지원 ▲기관 간 업무 교류 및 실무협업체 운영 ▲지속가능한 협력 모델 구축 등이다.

특히 이번 협약은 각 기관이 보유한 보건의료 데이터를 통합 분석해 정책 추진의 과학적 근거를 강화하고, 광주 지역 특성에 맞는 맞춤형 보건 의료 지원을 개발하는 데 중점을 뒀다. 이를 통해 갈수록 심화되는 지역 내 의료 격차를 해소하고 지속가능한 공공보건의료 모델을 제시할 계획이다.

김주환 센터장은 "보건의료 데이터 공유와 통계 생산은 우리 지역의 보건의료 문제를 해결하기 위한 가장 중요한 과제 중 하나"라며 "이번 협약이 단순한 교류를 넘어 향후 지역 보건 의료 정책과 운영을 위한 실질적인 출발점이 되기를 기대한다"고 밝혔다. /기수희 기자

광주 보라안과병원, 유리체 절제술 '5천례' 달성

알콘 '컨스탈레이션' 활용...인증패 받아

광주 보라안과병원이 지난 30일 글로벌 안과 의료기기 전문 기업 알콘(Alcon)으로부터 '컨스탈레이션 유리체 절제술 5천례 달성' 인증패를 수여받았다. <사진>

알콘사의 컨스탈레이션은 정밀한 유리체 절제와 안정적인 안압 유지 기능을 갖춘 수술 장비로, 당뇨망막병증과 망막박리 등 다양한 망막

질환을 효과적으로 치료할 수 있다. 또한 유리체 절제술과 백내장 수술을 동시에 시행할 수 있어 수술 중 합병증 위험을 줄이고 안정적인 수술 결과를 기대할 수 있다.

박진우 보라안과병원 병원장은 "이번 컨스탈레이션 유리체 절제술 5천례 달성은 의료진의 노력과 더불어 지역민 여러분의 신뢰와 성원이 있었기에 가능했다"며 "앞으로도 환자 중심의 진료와 의료서비스를 통해 지역사회 안전한 치



의료 예방에 기여하는 한편 신뢰받는 안과병원으로서의 역할을 다하겠다"고 말했다. /기수희 기자

60플라워
Flower

축하화환 3단 근조화환 3단

전국전지역6만배송 (기타낙후지역 배송비 추가요금발생)
Tel. 010-9984-0151 농협 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