

가정의학

전립선비대증 (BPH)

치료(Treatment) 2

전립선비대증 치료에는 여러 가지 방법이 있습니다.

전립선비대증의 증상이나 질환의 상태에 따라 관찰 요법, 약물 요법, 최소 침습적 치료법, 그리고 근치적 수술 등의 다양한 형태로 치료하게 됩니다.

약물 요법에는 교감신경 차단제와 호르몬 차단제가 주된 방법이 되며, 약물 선정은 환자의 상태에 따라 전문의와 상의하여 결정하게 됩니다.

최소침습적 치료법이란 수술로 인한 고통이나 병원 체류 시간을 줄이고 수술 후의 회복도 빠른 치료법들을 말하며, 여기에는 경요도 극초단파 고온치료(TMT: transurethral microwave thermotherapy), 경요도 침소작술(TUNA: transurethral needle ablation), 레이저 수술 등이 있습니다.

증상이 심하거나 전립선비대증으로 인한 합병증이 발생하게 되면 수술로 근본적인 치료를 받는 것이 최선책일 것입니다.

또한 약물 치료나 덜 침습적인 수술적 치료법에 실패하였을 때도 수술을 시행하게 됩니다. 그러나 의학 기술의 발달로 비교적 효과적인 최소침습적인 치료법들이 많이 개발되면서 요즘은 개복 수술은 특별한 이유가 있지 않

고는 거의 시행되지 않습니다.

각 치료법에 따라 증상을 완화시키는 치료 효과에는 차이가 많습니다. 그러나 어떠한 치료법도 배뇨양상을 젊었을 때처럼 충분히 되돌린다고 기대하기는 힘듭니다.

전립선비대증이 있다고 해서 반드시 치료가 필요한 것은 아니지만 장기적인 관리를 하는 것이 필요하며, 환자가 이 질환으로 인하여 얼마나 불편을 느끼며 고통을 받느냐가 우선적인 치료의 적용기준이 됩니다.

그리고 증상이 점차 심해져서 삶의 질이 떨어졌거나 합병증으로 인한 고통이 시작되기 전에 미리 조기 검진을 시행하고 주기적인 진료를 통해서 근본적인 예방과 치료를 하는 것이 좋습니다.

다음 호부터는 전립선비대증의 각 치료법에 대해 자세히 말씀드리겠습니다.

오문목 가정의학비뇨기과
원장 오문목 의학박사
TEL (949) 552-8217



치과

경제적인 임플란트

보통 몇 개의 치아가 빠지면 양옆의 건강한 치아를 갈아서 보철물(브릿지)을 씌우고 빠진 치아 부분을 그곳에 거는 방법을 사용하거나 부분 틀니를 썼다. 그러나 이 시술법은 나중에 건강한 치아에까지 무리가 가서 수명을 단축하는 결과를 가져오는 단점이 있다.

또 사용할 때 이물감과 함께 불편함을 많이 느끼게 된다. 제 3의 영구치라고 불리는 임플란트는 치아를 상실한 부위의 잇몸 뼈에 특수 티타늄으로 만들어진 인공치아를 심고 그위에 보철물을 볼트 형태 혹은 접착 형태로 연결해 자신의 본래 이처럼 씹게 해주는 치료법이다.

최근엔 많은 진보된 임플란트 치료방법이 소개되고 있고 성공률도 90%를 넘을 만큼 대중화되고 검증된 치료 방법이다.

실패하는 경우도 수술 자체의 잘못이라기보다 환자 자신의 건강 상태나 치아의 위생상태를 잘 관리하지 않아 생기는 것이 더 많다.

그런데 "임플란트가 좋기는 하더라도 워낙 비싸서..." 하는 반응을 보이는 환자들이 많다. 사실 임플란트는 아직은 다른 의료수가에 비해 좀 비싸다. 그러나 엄밀하게 경제성을 따져 보면 임

플란트가 오히려 유리한 경우가 많다. 브릿지나 틀니의 자연적인 수명은 5~7년 안팎이다.

또, 틀니의 경우 잇몸에 부담을 주고 잇몸뼈가 흡수돼 줄어들면 그 변화에 따라 수시로 교정, 또는 새로 제작해야 하는 경우도 생기며 브릿지는 건강한 양옆의 치아에 거는 방식이라 주변 치아에 부담을 줘 수명이 단축된다. 그러나 임플란트의 수명은 개인에 따라 다르긴 하지만 잘 관리하면 15년 이상 쓸 수 있다.

따라서 60, 70대 노인이 임플란트를 한 경우 그 수명이 반영구적이란 표현을 써도 그리 틀린 말은 아닌 듯 싶다.

또, 임플란트는 주변 치아에 의존하지 않으므로 결과적으로 주변 치아의 수명이 길어지게 된다. 이런 점까지 감안하면 임플란트는 결코 비싼 것이 아니라 오히려 비용과 시간과 불편함에서 빨리 벗어날 수 있는 최선의 방법임에 틀림없다.

남태준 종합치과
남태준 원장
TEL (714) 871-4962



척추건강

정보의 시대

우리는 다양한 매체를 통해 여러 가지 삶의 정보들을 얻는다.

몸에 이상이 있거나 아픈 경우 많은 사람들이 인터넷 검색을 통해, 또 다른 사람에게 물어보는 등 다양한 방법으로 정보를 얻고 또 공유한다. 특히 허리 통증이나 목 통증은 대부분의 사람들이 한번 씩은 겪기 때문에 많은 사람들이 운동을 하거나 TV 광고에 나오는 치료기들, 건강 제품들을 많이 사용하며 또 복용하기도 한다.

우리 병원에 방문하는 분들은 증상이 거의 비슷한 환자분들이라도 모두 조금씩 다른 원인을 가지고 있는 경우가 많다. 그들에게 항상 어떤 운동이나 스트레칭을 하시는지 꼭 물어보는데 그 이유는 환자분들을 치료하다가 보면 그 가운데는 다른 분들에 비하여 증상이 좀처럼 개선되지 않는 경우가 간혹 있고, 그 대부분의 이유는 너무 무리한 스트레칭과 운동 때문인 경우가 대부분이기 때문이다.

대부분은 목디스크, 허리 디스크는 팔, 손 저림 다리 저림 등의 증상을 동반하는데 우리 병원을 찾는 분 가운데 때로는 너무 무리한 운동이나 스트레칭으로 인해 디스크가 터져서 응급실을 찾았던 사람들도 있다.

대부분의 사람들은 발목이 빠거나 다치면 발목 보호대를 해야 하고 심할 경우에는 목발을 잡고 조심조심 다녀야 하는

것(x-ray 촬영을 통해 뼈가 금이 가거나 뿌러지지 않았을 경우) 등에 대해서는 잘 알고 있다. 목이나 허리가 많이 아플 경우에도 정확한 진단을 통해(x-ray 촬영으로 목이나 허리의 퇴행성 진행 상태를 알 수 있음) 어떤 운동이나 스트레칭이 본인에게 가장 필요한지를 알아서 운동이나 스트레칭을 하는 것이 중요하다.

환자 가운데에는 너무 무리한 스트레칭으로 디스크가 심하게 돌출돼 신경을 눌러 참기 힘든 고통을 너무 호소하시는 분들도 있다. 우리 병원을 찾은 환자들 중의 경우는MRI를 찍어 몇 번 디스크가 얼마나 크게 나와서 어떤 신경을 누르는지 정확하게 진단한 이후에 디스크 감압치료기(DRX 9000)와 척추 교정을 통해 정확하게 치료를 하고 있다. 물론 환자에 맞는 스트레칭과 운동도 증상이 좀 나아진 후에 병행하고 있다.

특히 목, 허리 통증이나 목디스크, 허리 디스크일 경우에는 대부분 평생을 함께 가야할 부분이기도 하기 때문에 치아 관리처럼 척추병원을 방문하시며 꾸준한 관리를 통해 척추 건강을 유지하시기를 권해 드립니다.

조이 척추신경병원
원장 Joy H. Kim, D.C.
TEL (714) 449-9700



건강

술 마시면 뇌에 생기는 변화

음주와 인지 기능 장애 사이에는 관련성이 있다. 하루에 맥주 한두 잔은 크게 해로울 게 없지만 알코올 도수가 높은 술은 소량이라도 자주 마시면 뇌에 좋지 않은 영향을 미치기 때문이다.

‘코그니피트닷컴’이 술이 뇌에 미치는 영향 4가지를 소개했다.

1. 뇌가 쪼그라든다

뇌의 해마는 기억과 학습을 위한 기본 조직이다. 술을 마시면 해마의 부피가 급속하게 줄어들어 인지 과정에 영향을 준다. 자제력에 관여하는 전전두피질의 변화를 초래한다.

또한 소뇌, 대뇌피질, 측좌핵의 기능 개발을 변경시켜 새로운 시냅스(신경 세포의 신경 돌기 말단이 다른 신경 세포와 접합하는 부위)를 차단함으로써 뇌의 사멸을 초래할 수 있다.

2. 우울증이 생긴다

술은 우울증, 불안 증상, 공격성, 스트레스 등의 각종 질병 및 정서 장애와 관련성이 있다. 이런 장애가 있다면 자신이 술을 얼마나 마시는지 점검해보고 전문의 등에게 도움을 구할 필요가 있다.

3. 기억력이 감소한다

연구에 따르면, 술을 많이 마시는 젊은이는 기억력이 아주 나쁘고 얼굴을 인식하는데 어려움을 겪는 것으로 나타났다.

작업 기억력은 뇌에 중요한 정보를 저장시키는 역할을 한다. 그런데 과음을 하면 작업 기억력에 변화를 가져와 정보를 저장시키는데 어려움을 겪게 만든다.

4. 블랙아웃 증상이 발생한다

밤새 술을 마신 다음날 아침 두통, 구역 등 숙취와 함께 찾아오는 게 전날 밤 일이 기억나지 않는 블랙아웃 증상이다. 소위 ‘필름이 끊어졌다’고 표현하는 블랙아웃 증상은 기억 상실증의 하나로 꼽힌다.

뇌의 블랙아웃 증상은 해마의 작동이 중단됐을 때 발생한다. 술을 너무 빨리 많이 마시게 되면 신경세포 사이의 시냅스를 위해 꼭 필요한 글루타민산염을 전달하는 해마 수용체가 억제된다.

이런 블랙아웃은 그 자체로도 위험할 뿐만 아니라 증상을 겪는 사람을 위험한 상태에 놓이게 할 수 있다. 블랙아웃 증상이 있다면 술을 끊거나 마시는 양을 크게 줄일 필요가 있다.