

가정의학

당뇨병의 치료(18)-1 인슐린 치료의 부작용과 조치법

▶ 지난해에서 이어집니다.

인슐린을 사용하면서 나타날 수 있는 또 다른 부작용(side effect)으로는 저칼륨혈증(hypokalemia), 인슐린 과민성반응(insulin hyper sensitivity), 주사 부위의 지방위축(lipoatrophy)이나 지방과증식(lipohypertrophy)이 있으며, 흔히 체중도 증가(weight gain)합니다.

저칼륨혈증은 인슐린이 혈당을 세포 안으로 들어가게 할 때 혈중칼륨도 같이 들어가서 나타나는 현상으로 전해질이상(electrolyte imbalance)이 생기면서 부정맥(arrhythmia)이나 근육경련(muscle spasm)과 같은 문제를 일으킬 수 있습니다.

이는 특히 인슐린을 정맥 투여(intravenous injection)해야 하는 응급치료 때에 자주 볼 수 있는데, 이를 예방하기 위해서는 인슐린을 사용하면서 전해질을 수시로 점검하여 필요에 따라 경구 혹은 정맥주사로 조심스럽게 보충해야 합니다.

인슐린 주사한 후에 바로 피부가 가렵고 화끈거리며, 두드러기가 나타나거나, 심한 경우 쇼크에 빠질 수



도 있습니다. 증상이 가벼운 경우에는 고순도(high purified) 인슐린으로 바꾸고, 증상을 치료하기 위해서 항히스타민제(antihistamine)를 쓰기도 합니다.

그러나 증상이 심한 경우에는 탈감작(desensitization)이라는 특별한 방법을 통해서 인슐린 과민성을 제거하는 치료를 하기도 합니다.

▶ 다음호에 계속됩니다.

오문목 가정의학·비뇨기와
원장 오문목 의학박사
TEL (949) 552-8217



치과

치주질환의 모든 것

◆ 치주질환이란?

성인 한국인의 60% 이상이 감염되어 있다는 보고가 있는 치주병(잇몸병, 풍치)은 치아 자체가 아닌 치아 주위 조직에 생기는 병을 말한다. 치아가 제 기능을 잘 할 수 있기 위해서는 치아를 지지해 주는 역할을 하는 잇몸과 이빨리(치근) 그리고 치아를 받쳐주는 뼈(치조골) 등의 치주조직이 튼튼해야 한다.

치주 질환은 잇몸의 염증으로부터 시작되며 염증이 심해지면 잇몸에 손상을 주고 점점 진행되면 받치고 있는 뼈(치조골)까지 침범하여 뼈를 녹이게 된다. 뼈가 손상을 받으면 치아를 받치는 힘이 약해져서 치아가 흔들리거나 빠지게 된다. 이처럼 치아를 잃게 되는 무서운 치주 질환은 충치와 더불어 2대 치과 질환 중의 하나로 연령이 증가함에 따라 발병율도 증가하는 경향을 보인다.

과거에 풍치라고 불리던 병이 바로 치주 질환으로 초기에는 별다른 증상이 없으나 증상이 심하게 나타나는 경우에는 치료가 불가능하거나 치료 후의 결과가 좋지 않은 경우도 많다.

충치의 발병율은 20세를 전후해서 급격히 감소하지만 치주 질환의 발병율은 30세 이후부터 연령에 따라 점차 증가하며 40~50세에 이르면 성인의 60~70%가 이 질환에 걸려있다. 치아를 잃게 되는 원인도 이와 같은 비율과 거의 일치하게 된다.

◆ 치주질환의 원인은?

구강내에는 수십억에 달하는 세균이 살고 있는데 이러한 세균들이 덩어리를 이루고 있는 것을 프라그(치태)라고 한다. 프라그 속의 세균은 주로 음식물의 당분을 이용하여 살아간다.

프라그는 모든 치아표면에 생길 수 있는데 대부분은 치솔질에 의해서 제거되지만 치아와 치아사이나 치아와 잇몸 사이에 생긴 플라그는 치솔질에 의해서도 제거가 어려우므로 계속 남아 있을 가능성이 크다. 이러한 부위에 남아있는 플라그 내에 세균들이 증식하여 독성물질을 내게 되어 점차 잇몸에 염증을 일으키게 되는데, 이 염증은 치조골로 침범되면서 치주 질환을 일으키게 한다.

프라그는 빨리 제거하지 않으면 딱딱한 석회 물질인 치석으로 변하여 계속해 잇몸에 나쁜 영향을 미치게 된다. 파괴된 치주 조직은 더욱 더 플라그의 생성과 집합을 도와주게 되어 이와 같은 악순환이 계속 일어나게 된다.

남태준 종합치과
남태준 원장
TEL (714) 871-4962



생활건강

약 처방 받기 전 복용 중인 약품 알려야

항상 건강할 수만 있다면 더할 나위 없이 좋은 일이겠지만 아쉽게도 그건 사람들의 바람일 뿐 현실은 항상 질병의 위협에 노출돼 있습니다.

그런데 병치레가 잦고 그로 인해 병원에 갈 일이 많은 사람들이 꼭 염두에 두어야 할 것이 있습니다. 바로 주치의가 아닌 다른 의사로부터 처방 받는 약은 꼭 주치의에게 알리고 상담을 받아야 한다는 것입니다.

다른 의사가 처방한 약을 주치의에게 알리지 않았는데 그 약이 평소 복용하던 약과 함께 복용해서는 안 되는 약이었다면 큰 문제를 일으킬 수 있습니다. 그리고 그때는 누구에게도 그 책임을 물을 수가 없습니다. 어떤 약이든지 복용 전에는 꼭 주치의와 상담해 서로 다른 의사로부터 처방 받은 약들을 함께 복용 함으로써 생길 수 있는 건강상의 문제를 사전에 예방하도록 관심을 기울여야 합니다.

저희 꿀약국이 지난 2020년 5월 28일에 일주년을 맞이 했습니다. ‘첫 돌’ 기념으로 간단히저희 꿀약국을 소개하려고 합니다. 꿀약국은 20년지기 친구인 권엔젤라와 민로렌이 뜻을 모아 함께 시작한 약국입니다. 저희는 오래전 약대를 다닐 때부터 언젠가는 함께 약국 운영하기를 꿈꿨습니다. 그런 마음을 간직하며 10년 동안 각자의 회사에서 근무를 하며 지식

과 경력을 쌓아 준비해오다가, 드디어 좋은 때를 맞이하여 일 년 전에 약국을 개업했습니다.

저희가 꿈꾸는 약국은 저희에게 오시는 환자분들을 한 분 한 분 진심으로 대하고, 환자분들이 그 마음을 헤아려 서로 간에 믿음이 쌓여지는, 더 나아가 가족과 같은 관계가 만들어지는 그런 약국입니다. 저희 둘 다 정이 많은 성격인데 회사에서 근무할 때에는 수많은 규칙들로 인해 저희가 원하는 만큼 환자분들께 도움도, 사랑도 배주는데 많은 규제가 있어서 안타까운 상황들이 많이 있었습니다. 그런데, 저희 약국을 운영한 지난 1년 동안은 저희가 베풀고 싶은 사랑, 도움, 정을 맘껏 베풀며, 또 그만큼 환자분들께 사랑 받는, 감사하고 행복한 나날들이었습니다.

저희에게 주어진 달란트가 고인물에 머물러 있지 않고 흘러 흘러 더 많은 분들의 삶에 좋은 영향을 끼칠 수 있는 삶을 사는 것이 저희의 삶의 목표이자 희망입니다.

앞으로도 초심을 잃지 않고, 건강하고 튼튼하게 성장해 나가는 꿀약국이 되겠습니다. 감사합니다.

Honey Pharmacy
약학박사 민로렌
TEL (562) 403-2332
7002 Moody St, #106
La Palma, CA 90623



척추 건강

교통사고 후유증 어떻게 예방할까?

미국에서는 16살 이상이면 합법적으로 운전할 수 있다. 그래서 많은 사람들이 고등학생 때부터 운전대를 잡는다.

더구나 미국은 대도시를 제외하고는 대중교통을 이용하기가 불편해 장거리 이동을 위해 자가 운전을 피하기 어렵다.

척추 신경과 의사로서 환자를 진료하다 보면 교통사고 후유증으로 고생하시는 많은 분들을 어렵지 않게 만날 수 있다. 사고 당시에는 아프지 않았지만 몇 달 아니 몇 년 후에 사고로 인한 통증이 찾아오기도 한다.

척추는 갑작스런 충격이 가해지면 한쪽 방향으로 비틀어 지는 경우가 많다. 충격으로 비틀어진 척추를 교정해주지 않으면 척추 사이에 자리한 디스크는 영양분을 받지 못하여 물기가 없어지며 결국 척추 협착 상태에 이르게 된다. 그러므로 작은 충격의 교통사고라도 척추 상태를 꼭 점검해야 하며 가능한 한 빨리 척추 교정과 물리치료를 받아야 척추 건강을 지킬 수 있다.

‘조이척추신경병원’을 오픈하기 전에 주로 백인 환자들이 내방하는 척추신경병원에서 환자를 치료한 적이 있

었다. 그들은 조그마한 충격에도 척추신경병원 찾기를 주저하지 않았다. 그런데 우리 한인사회에서는 본인 자동차 보험으로 치료 받는 것을 꺼려하는 경향이 있다. 사실 미국 사회에서는 본인 차 보험으로 먼저 치료하는 경우가 대부분이다. 사고가 상대방 과실로 인한 것이었다면 자신의 차 보험을 이용해 치료를 받아도 보험료가 올라가지 않기 때문이다. 또한 차 보험에는 대부분 Medical payment라는 항목이 있는데 이는 교통 사고가 발생할 경우 보험 납입자에게 치료비를 지급하기 위한 것이다.

물론 가장 바람직한 것은 안전한 운전으로 자동차 사고를 사전에 예방하는 것이다. 그러나 어떤 이유에서라도 자동차 사고가 나고 그로 인해 작은 충격이라도 받았다면 주저하지 말고 척추신경병원을 방문해 치료를 받는 것이 좋다. 자동차 사고가 나서 우리 병원에서 치료받은 환자 가운데는 사고 전에 있던 통증까지 더 나아지는 경우도 많다.

조이 척추신경병원
원장 Joy H. Kim, D.C.
TEL (714) 449-9700
1401 S. Brookhurst Rd, #103
Fullerton, CA 92633

