

■ 전문의 칼럼

최신 알츠하이머 치매 예방 및 치료

PET Scan → 베타아밀로이드 확인 → Aduhelm 베타아밀로이드 제거 주사

PET Scan → No 베타아밀로이드 → 2년 후 재확인 PET Scan

근래에 미국 FDA에서 알츠하이머 치매의 원인인 베타아밀로이드를 제거하는 치매 치료제를 허가하였다.

베타아밀로이드는 일종의 변형된 단백질이다. 이러한 변형된 단백질이 뇌에 쌓이면서 염증을 유발시키며 뇌세포를 사멸 시킨다. 뇌세포의 사멸과 더불어 환자의 인지능력 또한 저하된다.

하지만 PET Scan 알츠하이머 치매가 시작되기 전, 베타아밀로이드가 축적되는 것을 초기에 진단하여 베타아밀로이드를 제거하면 알츠하이머 치매를 예방할 수 있다. 치매가 시작되기 전 치매의 원인을 제거하는 것이다.

치매란 정상적으로 활동하던 사람이 지적 능력을 상실하는 모든 경우를 뜻 한다. 즉 기억력, 사고력 등 뇌의 능력이 떨어지는 모든 뇌 질환을 통틀어 일컫는 말이다. 그 중 알츠하이머 치매는 베타아밀로이드라는 변형된 단백질이 뇌에 축적되어 인지능력의 저하가 오게 되는 질병이다.

변형된 베타아밀로이드가 염증을 일으키며 뇌세포를 사멸시키고 뇌세포의 사멸과 더불어 환자의 인지능력이 떨어진다. 일단 치매 증상이 생기면 이미 베타아밀로이드가 오랜 기간 축적이 되었다고 볼 수 있다.

일단 알츠하이머 치매라는 진단이 내려지면 많은 양의 베타아밀로이드가 뇌에 쌓여 있는 것이다.

현재 사용되는 모든 알츠하이머 치매 치료 약물은 베타아밀로이드가 축적되는 것을 막지 못한다.

뇌세포의 사망과 더불어 아세틸콜린이라는 신경호르몬의 감소가 오는데 기존의 모든 치매 약은 이 부족한 아세틸

콜린 신경호르몬을 직접 또는 간접적으로 보충해주는 역할만 한다.

원인 치료가 아닌 증상 치료다. 약을 꾸준히 잘 복용하여도 베타아밀로이드는 지속적으로 축적이 되고 인지장애 또한 계속 나빠진다.

반면, 새로이 미국 FDA에서 허가한 아두헬(Aduhelm)이라는 치매 치료제는 기존의 증상 치료제와는 달리 알츠하이머 치매의 원인인 베타아밀로이드 단백질을 뇌에서 제거해 주는 약물이다.

따라서 알츠하이머 치매 증상이 시작되기 전, 뇌 PET Scan 예방검진으로 베타아밀로이드가 뇌에 축적되어 있는 것을 발견하면 치매 예방차원에서 베타아밀로이드를 제거하면 치매가 오는 것을 예방할 수 있다. 예방 치료인 것이다.

위내시경 또는 자궁암 검사를 주기적으로 시행하여 암을 일찍이 진단하여 치료하듯이 PET Scan을 주기적으로 사용하여 알츠하이머 치매를 조기 진단하고 또 베타아밀로이드 제거 약물을 사용하여 알츠하이머 치매 예방이 가능해진 것이다. 따라서 고령화 시대와 더불어 이제는 치매로부터 자유로워질 수가 있게 되었다.

우리 동네 걷기 좋은 곳

오션사이드(Oceanside)

차를 타고 달리고 싶을 때가 있다. 그렇다고 장시간 운전하기는 싫다. 그럴 때 딱 좋은 곳이 있다. 오션사이드(Oceanside). 오렌지카운티에서는 50분 정도, LA에서는 1시간 30분 정도 걸리는 곳으로 안내한다.

LA에서 5번 사우스를 타고 어바인, San Juan Capistrano, San Clemente를 지나 샌디에고카운티가 시작되고 잠시 지나 Oceanside Harbor Dr.에서 내린다. Harbor Dr.를 만나면 우회전, 이때 1차선으로 들어서야 한다. 왜냐하면 곧 바로 만나는 Camelo Dr.에서 좌회전해야 하기 때문이다. 잠시 후 길 이름이 San Luis Rey Dr.로 바뀐다. 그대로 길 따라 진행하면 커다란 주차장이 나온다. 여기에 주차하고 바다 방향을 바라보면 작은 터널이 보인다. 터널 입구에는 통행금지 표시판이 있다. 자동차의 통행을 금지하는 것으로 사람은 통과해도 좋다. 터널에서 나오면 요트 선착장이 보이고 식당들이 손님을 기다리고 있다. 터널에서 나오자마자 오른쪽 2층 식당은 주로 밤에 야경을 감상하며 식사를 하는 편이 좋고, 왼편의 첫 번째 식당은 아침 식사를 하기에 좋다. 선착장을 오른쪽에 두고 길 따라 걷는다. 바다가 보인다. 걷기 싫으면 여기까지. 그러나 걷기 좋아하는 사람들은 왼쪽을 보라. 오션사이드 피어가 보인다.



▲ 요트 선착장

다. 피어까지 걸어서 30분, 왕복 1시간이면 충분하다. 갈 때는 모래를 밟으며 걷고, 올 때는 주택가나 도심을 통과해도 좋다. 여유가 있다면 피어에서 곧장 도심을 향해 걸어 나가서 오션사이드 시티홀 투어를 추천한다. 하얀 건물과 분수가 어우러져 휴양 도시의 분위기와 잘 맞는다. 계절에 상관없이 추천한다. 배를 타고 바다 한가운데로 나가고 싶은 분은 1시간부터 반나절, 한나절 배를 타고 즐길 수 있다. 터널을 나오자마자 원편 첫 번째 건물에서 선박 탑승권을 판다.

오션사이드 시티홀 홈페이지에 가서 자세한 안내를 받아도 좋다.

■ 오션사이드 시티 홈페이지
www.ci.oceanside.ca.us



▲ Oceanside, 사진=타운뉴스

한남체인 내 코웨이 & 쉴드라이프

Covid-19 소독제품
여러종류 마스크 판매

정수기 / 비데 / 공기청정기 / 연수기
쉴드라이프 전기매트, 전기장판



정수기 판매 및 렌탈

714.523.9588 / 714.471.1843

5301 Beach Blvd. Buena Park, CA 90621 한남체인 내