

■ 전문의 칼럼

# 역류성 식도질환의 증상과 진단

역류성 식도질환(위식도 역류질환)은 서구에서 유병률이 20%에 달할 정도로 흔한 질환입니다. 어느 정도의 역류는 생리적 현상으로 보통 식후나 수면 중에 잠시 무증상으로 나타날 수 있습니다. 이에 반해 병적인 역류는 증상이 있거나 점막에 손상을 일으키는 경우로서 주로 밤에 나타납니다.

역류성 식도질환은 위에 있는 물질이 식도로 역류하여 증상이나 부작용을 일으키는 질환으로서 식도점막의 상태에 따라 미란성 식도염과 비미란성 역류질환으로 나눌 수 있습니다.

역류성 식도질환의 주된 증상은 속쓰림(heartburn)과 역류(regurgitation)이며 식후에 흉골 뒤쪽으로 쓰린감을 호소하는 것이 전형적입니다. 역류는 산성 물질과 소량의 음식물이 섞여서 역류되며 위내 물질이 입이나 하인두쪽으로 넘어오는 느낌을 줄 수 있습니다.

역류성 식도질환의 다른 증상으로는 가슴통증, 기도 이물감, 만성기침, 쉼소리, 연하곤란 및 통증, 천명음(wheezing), 오심 등이 있습니다.

연하곤란(Dysphagia) 혹은 삼킴장애는 역류 증상이 오래 지속되는 경우 흔하게 나타날 수 있는 증상이나 역류성 식도염뿐만 아니라 식도 협착 등의 원인으로도 일어날 수도 있습니다. 삼킬 때 통증이 나타나는 연하통(odynophagia)은 역류성 식도질환에서 흔하게 나타나는 증상은 아니지만 이런 증상이 나타날 때는 식도궤양이 생긴 것을 의미할 수 있습니다.

역류성 식도질환과 연관된 가슴통증이나 흉부 작열감은 협심증과 비슷하게 나타날 수 있습니다. 주로 쥐어짜는 통증이나 타는 듯한 통증으로 나타나고, 흉골 하에서 시작해서 목이나 턱, 팔, 등 쪽으로 방사통이 나타날 수 있습니다. 통증은 수분에서 수시간까지 지속 될

수 있으며 주로 식후에 많이 나타납니다. 또한 심적인 스트레스에 의해 악화될 수 있으며 통증으로 자다가 깨는 경우도 종종 나타날 수 있습니다.

흉통을 호소하는 환자의 절반가량은 역류성 식도질환 등의 위장관 질환에 의해 발생하며 협심증 등의 심장질환에 의한 경우는 약 10% 정도로 비교적 적은 편입니다.

역류성 식도질환이 만성적으로 심하게 나타나는 경우에는 만성후두염, 천식의 악화, 식도협착 등을 초래할 수도 있습니다. 역류성 식도질환의 가장 큰 문제는 만성적인 식도 손상으로 식도암까지 초래할 수 있다는 것입니다.

바렛식도(Barrett's esophagus)는 만성적인 위산의 역류로 식도 끝부분의 점막이 위장의 조직과 비슷한 형태로 변화하는 것인데 바렛식도는 식도암으로 진행할 수 있는 위험이 있기 때문에 주의를 해야 합니다.

역류성 식도질환은 대부분 임상적으로 진단하며, 내시경 검사는 보통 필요하지 않습니다. 하지만 식도암의 가족력이 있다든지 체중 감소, 빈혈 등의 우려할 만한 위험인자가 있을 경우에는 내시경 검사가 필요합니다.

특히 내시경에서 바렛식도가 발견될 경우에는 주기적 내시경검사로 추적 관찰을 하도록 해야 합니다.



그레이스 내과  
미국 내과 보드 전문의 김성현 MD  
(657) 239-0571  
7800 Commonwealth Ave, #101  
Buena Park, CA 90621

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 바라다보면 작은 터널이 보인다. 터널 입구에는 통행금지 표시판이 있다. 자동차의 통행을 금지하는 것으로 사람은 통과해도 좋다.

터널을 나오면 요트 선착장이 보이고 식당들이 손님을 기다리고 있다. 터널에서 나오자마자 오른쪽 2층 식당은 주로 밤에 야경을 감상하며 식사를 하는 편이 좋고, 왼쪽의 첫 번째 식당은 아침 식사를 하기에 좋다. 선착장을 오른쪽에 두고 길 따라 걷는다. 바다가 보인다. 걷기 싫으면 여기까지. 그러나 걷기 좋아하는 사람들은 왼쪽을 보라. 오션사



▲ 요트 선착장

이드 피어가 보인다. 피어까지 걸어서 30분, 왕복 1시간이면 충분하다. 갈 때는 모래를 밟으며 걷고, 올 때는 주택가나 도심을 통과해도 좋다.

여유가 있다면 피어에서 공장 도시를 향해 걸어 나가서 오션사이드 시티홀 투어를 추천한다. 하얀 건물과 분수가 어우러져 휴양 도시의 분위기와 잘 맞는다. 계절에 상관없이 추천하나 바다는 역시, 여름바다 아닐까 싶다. 특히 배를 타고 바다 한가운데로 나가고 싶은 분은 여름이 좋다. 1시간부터 반나절, 한나절 배를 타고 즐길 수 있다. 터널을 나오자마자 왼쪽 첫 번째 건물에서 선박 탑승권을 판다.

오션사이드 시티 홈페이지에 가서 자세한 안내를 받아도 좋다.

[www.ci.oceanside.ca.us/](http://www.ci.oceanside.ca.us/)



▲ Oceanside, 사진=타운뉴스

**뉴스타부동산**  
리스팅, 바잉 & 1031 Exchange 전문  
주택매매, 렌트/커머셜/비즈니스 및 인컴유닛 전문

플러튼 / 부에나팍 / 엘바인 / 다이아몬드 바 & 기타 OC 전지역

**믿고 찾는 TOP 에이전트 "제이 김" 확실합니다 !!**

	** 50만 - 60만 **	** 60만 - 70만 **	** 70만 - 80만 **	** 80만 - 90만 **	** 90만 - 100만 **
 <b>제이 김</b> Jae Young Kim DRE #: 02110841 Realtor® <b>C. 714. 948. 0638</b> Jaykim@newstarrealty.com 뉴스타부동산 명예 부사장 Member of CAR (California Realtor Association) Member of NAR (National Realtor Association)	<b>플러튼 \$54만 9천</b> 방2 화2 약 990 SQFT 이층 콘도, 한인 선호지역 조용하고 안정된 단지, 좋은 학교	<b>플러튼 \$62만 5천</b> 방2 화3 약 1200 SQFT 이층 콘도, 2 차고, 마루바닥, 좋은학교, 유틸리티 포함된 관리비	<b>오렌지 \$74만 9천</b> 방3 화3 약 1622 SQFT 2007년생 타운홈, 낮은 관리비, 2차고, 깨끗하고 예쁜 단지	<b>부에나팍 \$80만 5천</b> 방3 화2 약 1250 SQFT 단층 단독주택, 2 차고, 마루바닥, 환한 구조 넉트베리팜 인근	<b>플러튼 \$91만 9천</b> 방3 화2 약 1670 SQFT 단층 단독주택, 차고, 예쁜 뒷마당, 좋은 상권 조용하고 안정된 동네
	<b>오렌지 \$53만 9천</b> 방2 화1 약 840 SQFT 단층 콘도, 낮은 관리비 Fwy 55번 인근, 밝고 환한 구조	<b>플러튼 \$60만</b> 방2 화2 약 1060 SQFT 단층 타운홈, 큰 단지 Move in condition 낮은 관리비, 2차고	<b>부에나팍 \$79만 9천</b> 방3 화2 약 1212 SQFT 단층 단독주택, 예쁘게 꾸며진집 사이프레스 칼리지 인근	<b>플러튼 \$89만</b> 방3 화2 약 1350 SQFT 단층 단독주택, 안정된 단지, 2차고, 좋은학교, 넓은 뒷뜰	<b>오렌지 \$98만</b> 방4 화3 약 2420 SQFT 이층 단독주택, 3차고, 마루바닥 넓고 환한 구조
	<b>라이브라 \$59만 9천</b> 방2 화2 약 1080 SQFT 이층 콘도, 1 차고, 대형 쇼핑몰 관리비에 물과 쓰레기 포함	<b>플러튼 \$69만</b> 방2 화2 약 1140 SQFT 단층 타운홈, 2 차고, 좋은 상권, 밝고 환한 구조 공원과 골프장	<b>오렌지 \$74만 5천</b> 방3 화2 약 1300 SQFT 이층 타운홈 2차고, 뷰가 있는 유닛 Fwy 55번, 밝고 환한 구조	<b>스텐튼 \$84만 8천</b> 방3 화2 약 1670 SQFT 단층 단독주택, 2 차고, 마루바닥 밝고 환한 구조, 넓은 뒤뜰	<b>플러튼 \$93만</b> 방3 화2 약 1680 SQFT 아메리치 하잇 콘도, 마루바닥, 2차고, 좋은학교, 공원과 상권