

■ 건강 칼럼

# 증상 없는 지방간, 성인 20% 넘어

건강검진을 할 때 피검사에서 간 수치 상승이 보여 복부 초음파 검사를 받으시는 환자분들이 많으십니다. 이 과정에서 지방간, 간에 지방이 축적되는 상태를 의미하는 결과를 자주 보게 됩니다. 미국 성인의 25~33%는 지방간 환자라고 합니다. 초기에는 특별한 증상 없이 진행되기 때문에 많은 사람들이 이 질환을 놓치기 쉽습니다.

또, 지방간이 있는 걸 알아도 특별히 신경 쓰지 않고 방치되는 경우도 많이 있습니다. 그러나 지방간을 방치하면 간염, 간경화, 심지어 간암으로 이어질 수 있어 매우 중요한 질환입니다. 내과 전문의로서 지방간에 대해 자세히 알아보고, 예방과 관리 방법에 대해 다뤄보겠습니다.

### ■ 지방간이란

지방간은 간에 지방이 과도하게 쌓인 상태를 말합니다. 간은 신체에서 중요한 역할을 하는 장기로, 독소를 해독하고, 영양소를 저장하며, 여러 가지 중요한 단백질을 생성합니다. 간에 지방이 축적되면 간 기능이 저하될 수 있으며, 이는 간의 구조적 변화와 기능적 장애를 일으킬 수 있습니다.

### ■ 지방간의 원인

지방간의 가장 흔한 원인은 비만과 과다한 음주입니다. 지방이 많은 음식이나 과도한 칼로리 섭취가 지방간을 유발할 수 있습니다. 술을 자주 마시거나 과도하게 마시면 간에 지방이 축적됩니다. 당뇨병 및 고혈압, 고지혈증, 또 대사 증후군이 있는 사람은 지방간 발생 위험이 높습니다. 마지막으로 유전적인 요인으로 지방간의 발생 위험이 증가할 수 있습니다.

### ■ 지방간의 증상

지방간 자체는 특별한 증상을 보이지 않을 수 있지만, 장기적으로 간 기능에 문제를 일으킬 수 있습니다. 반면에 지방간염은 지방간이 진행되어 간염, 즉 간의 염증 상태로 발전한 것을 말합니다. 지방간염은 간세포의 손상과 염증을 동반하며, 이는 간경변증이나 간암으로 이어질 수 있습니다. 질환이 진행되면서 피로감, 오른쪽 복부 통증, 소화 불량, 복수, 황달같은 증상이 나타날 수 있습니다.

### ■ 지방간의 종류

지방간은 크게 두 가지, 알콜성 지방간과 비알콜성 지방간 (NAFLD)로 나눌 수 있습니다. 알콜성 지방간은 과도한 음주로 인해 발생하는 지방간입니다. 음주를 지속적으로 하는 사람에게 흔히 발생하며, 술을 끊지 않으면 간염이나 간경변으로 발전할 수 있습니다. 비알콜성 지방간은 음주와는 관계없이 발생하는 지방간입니다. 주로 비만, 당뇨, 고지혈증 등의 대사질환과 관련이 있습니다. 비알콜성 지방간도 간경변, 심지어 간암으로 진행될 수 있기 때문에 관리가 중요합니다.

40대 남성에게는 알콜성 지방간이, 50대 이상 여성에게는 비알콜성 지방간이 더 흔하게 발견됩니다.

### ■ 지방간의 진단

지방간은 혈액 검사, 초음파 검사, CT 또는 MRI 스캔을 통해 진단할 수 있습니다. 간조직 검사를 할 수도 있지만 이는 출혈이나 기타 합병증의 위험이 있습니다.

### ■ 지방간 예방 및 치료법

공식적으로 인정된 지방간 치료제는 없으며 운동과 식이요법이 가장 중요한 방법입니다. 따라서 지방간은 예방과 관리가 매우 중요합니다. 초기에는 적절한 생활 습관 개선만으로도 충분히 관리가 가능합니다. 음주를 줄이거나 완전히 끊는 것을 권유합니다. 건강한 식습관을 유지하고, 규칙적인 운동, 그리고 체중 관리가 중요합니다.

마지막으로 건강 검진을 통해 정기적인 간 기능 검사를 받는 것이 좋습니다.

### ■ 진료 및 상담 문의

임유일, D.O.  
센터메디컬그룹 가든그로브 직영 클리닉  
▶주소: 12372 Garden Grove Blvd. Ste B  
Garden Grove, CA  
▶문의: (714) 583-8569



센터메디컬그룹  
임유일, D.O. 내과전문의

■ 교육

# 대법원 판결 후폭풍 가주 교육현장 혼란

## 종교 신념 어긋나면 수업-교재서 자녀 배제 가능, 전과목 확산 우려

연방대법원이 종교적 신념을 이유로 학부모가 공립학교의 특정 수업이나 교재에서 자녀를 제외시킬 권리를 인정하는 판결을 내리면서, 캘리포니아 교육 현장에 큰 혼란이 예고되고 있다. 특히 이번 판결이 LGBTQ+ 관련 수업을 계기로 제기됐음에도 불구하고, 실제 영향은 독서·과학·역사·문학 등 전 과목으로 확산될 수 있다는 우려가 크다.

캘리포니아학교이사협회 대변인 트로이 플린트는 "교육청과 교장단은 어떻게 종교적 신념 주장을 검증할지, 거부 시 소송에 어떻게 대응할지 혼란에 빠져 있다"며 "이미 학부모와 인권단체 양측으로부터 소송 압박을 받는 사례도 있다"고 밝혔다. LGBTQ+ 옹호 단체는 차별 소송을 경고하고 있으며, 보수적인 학부모들은 즉각 수용하지 않으면 법적 대응을 예고하는 상황이다.

에일대 로스쿨 저스틴 드라이버 교수는 "이번 사건을 단순히 성소수자 이슈로만 보는 건 매우 잘못된 판단"이라며 "강한 종교적 반발은 교과 전반을 뒤흔들 수 있다"고 지적했다. 실제로 캘리포니아는 하비 밀크 등 LGBTQ+ 인권사를 필수로 가르치도록 하고 있어, 향후 갈등은 불가피할 것으로 보인다.

보수 진영은 이번 판결을 부모 권리의 승리로 해석하며 적극 대응에 나섰다. 베이커스필드 리버레이크스 커뮤니티 교회의 안젤로 프레이저 목사는 "하나님 뜻에 어긋나는 내용은 가르쳐서는 안 된다"며 환영했고, 캘리포니아 패밀리 카운슬의 그렉 버트는 "이제 교육은 주의 권한이 아니라 부모의 권한"이라고 주장했다. 반면 진보 진영과 교사단체는 "공교육의 근간을 흔드는 조치"

라며 강력 반발했다. 소니아 소토마요르 대법관도 반대 의견에서 "이번 판결의 파장은 수세대에 걸쳐 혼란을 야기할 것"이라고 경고했다.

실제 현장에서는 엇갈린 대응이 나타나고 있다. 일부 학교는 표준 양식을 만들어 요청을 받기 시작했으나, 나파카운티의 하월 마운틴 학교처럼 "LGBTQ+ 교육을 겨냥한 양식은 차별"이라며 도입을 철회한 곳도 있다. 리버사이드 카운티의 보수 성향 법률단체는 아예 학부모가 사용할 수 있는 '10일 내 답변 요구' 서한을 배포해 학교를 압박하고 있다.

비판 여론도 만만치 않다. 펜 아메리카의 반결벌 전문가 태슬린 매그너슨은 "이는 사실상 급서와 다름없다"며 "아이들에게는 다양한 정체성과 경험을 반영한 자료가 필요하다"고 말했다. 평등권 단체 이퀄리티 캘리포니아는 "동급생이 수업에서 빠져나가는 모습을 보는 LGBTQ+ 학생들이 소외감을 느끼고 정체성을 부정당한다고 여길 수 있다"고 우려했다.

캘리포니아 양대 교원노조도 "교사들이 압박에 굴하지 않을 것"이라며 "공립학교는 민주사회에 필요한 비판적 사고를 길러야 한다"고 강조했다.

전문가들은 이번 판결을 1925년 진화론 교육을 둘러싼 스코프스 재판에 비유한다. 당시에도 과학 교육과 종교 신념이 충돌했고, 이후에도 창조과학·지적설계론 등 다양한 논란이 이어졌다. 페퍼다인대 에드워드 라슨 교수는 "100년이 지난 지금도 과학과 종교의 갈등은 여전하다"며 "알리토 판결 역시 학교 현장을 수년간 법정 다툼에 휘말리게 할 것"이라고 전망했다.

**Law Offices of Joseph KW Choen**  
"정직과 신뢰로 최선을 다해 도와드립니다."

# 천관우 변호사 그룹

이민법, 상법, 부동산법, 교통사고, 각종상해 전문

**고국에 계신 부모님/배우자 영주권 신청**  
범죄기록이 있으신 분들의 시민권 영주권 신청, 밀입국하신 미군 부모님, 배우자 영주권 신청

- 이민법** 영주권 (취업 1,2,3순위 이민 - NIW, 국제적기업간부급, 간호사 영주권 신청, 결혼 및 가족초청이민, 종교이민) 각종 비이민비자 (H1B, R1, E2, E1, L1, F1, O, P, TN/TD비자 등), DACA, 601A Waiver, 245i 추방유예상담, J1 Waiver, 영주권 인터뷰, 재입국허가서, 영주권 재발급, 시민권 신청  
**\*취업 영주권 상담 / 거절된 케이스 재심 및 항소 신청 / 시민권자의 밀입국 배우자 구제안 상담중**
- 부동산법** 상업용 부동산 분쟁해결/강제퇴거명령(이박션)/Title에 대한 분쟁-Quiet the title/각종계약서 작성 및 검토
- 상법** 계약분쟁 소송/각종계약서 작성 및 검토 **상해: 낙상, 교통사고** Slip & Fall/Dog Bite

**DACA 연장, 시민권자의 밀입국 배우자 구제안 상담중**

한국내 재산에 대한 유산상속 문제를 한국법무법인 "두우"와 연결하여 도와드립니다.

프로디 관련 상담

**천관우 변호사**  
서울고·연세대·법약박사  
가주 변호사 협회 정회원  
이민 변호사 협회 정회원  
josephlaw1224@gmail.com  
<https://sophia781.wixsite.com/website-000>

☎ 상담문의

**LA Office**  
3600 Wilshire Blvd., #1227, Los Angeles, CA 90010

**213-232-1655**

**OC Office**  
6281 Beach Blvd., Suite 300, Buena Park, CA 90621