건강 칼럼

만성기침의 한의치료

김 관 일
경희대한방병원 폐장 · 호흡내과 교수

기침이란 호흡기를 찾아오는 환자들이 제일 많이 호소하는 증상이다. 만성기침이란 8주이상 지속된 기침을 의미하며, 일반적으로 3주 이내의 기침은 급성, 3~8주 기침은 아급성 기침이라고 한다. 8주 이상의 만성기침은 상대방과 대화를 방해하거나 공적인 장소에서 기침으로 인한 불편 등 삶의 질 저하와 관련이 있으며, 심한 경우 가슴 통증, 구토, 요실금이나 우울증까지 초래하기도 한다.

만성기침의 원인은 우선 양방적으로 폐실질에 이상이 있는 경우가 없는 경우로 나눠볼 수 있다.

만성폐쇄성폐질환, 기관지확장증, 폐암, 폐결핵 등 폐실질에 염증이나 이상으로 인한 만성기침이 이에 해당된다. 폐실질에 이상이 없는 경우는 흉부엑스레이에 이상이 없이 8주 이상 지속되는 만성기침으로 대표적인 원인은 천식, 위식도역류질환, 상기도기침증후군(후비루 증후군)이 있다.

만성기침 원인 질환을 감별하고 치료하는 것은 동일하지만 한의치료에서는 환자의 체질과 기침의 특성에 더욱 관심을 둔다. 일반적으로 한의치료를 받는 환자들은 양방 병원에서 진단을 받고 약물을 복용 후 내원하는 경우가 많다. 약물을 복용했지만 그 때만 호전된다거나, 천식, 위식도역류질환, 상기도기침증후군에 해당하는 약물을 모두 복용하고도 증상이 호전되지 않는 원인을 알 수 없는 만성기침 환자분들이 다수 해당된다.

이처럼 원인이 감별되지 않는다거나 치료에 반응하지 않는 만성기침 환자분의 비율은 굉장히 높아지고 있다. 이를 만성특발성기침으로 분류하고 기침의 원인을 기도과민성 증가로 설명한다. 기도과민성이란 장기간 기침으로 인해 기침수용체가 과민하게 반응하는 것으로, 한의에서는 이를 폐음(肺陰)이 부족하다고 한다. 폐음이 부족하다는 것은 기도 점막이 건강하게 유지되지 않고 말라 있다고 생각하면 조금 이해가 쉬울 것이다. 피부가 건조하면 상처가 잘 나듯이 점막이 마르면 기도 및 기관지가 예민해져서 작은 자극으로도 기침이 더욱 잘 유발되어, 콧물이 넘어오거나 위산, 가스, 들이마시는 공기 등의 자극에 다른 사람보다 기침이 더욱 잘 유발되는 것이다.

따라서 한의치료에서는 이 점막을 정상화하는 방향, 즉 폐음을 보하여 기도 및 기관지 점막을 건강하게 만들어 자극에 예민해지지 않게 하는 방법을 통하여 만성기침을 치료한다. 폐음을 보하는 대표적인 약은 맥문동탕으로 마른기침에 많이 사용되며, 금수육군전을 기본으로 하는 청상보하탕도 만성기침에 널리 사용된다.

사실 폐음을 보하는 약, 또는 만성기침을 치료하는 한약은 다양한 처방이 사용되고 있다. 약의 선택기준은 한 가지 기준이 아니라 환자의 체질이나 특성을 고려하여, 예를 들어 환자분의 체력이 약한지 강한지, 환자가 말랐는지 살집이 있는지, 소화력은 좋은지, 몸이 찬지 더운지를 모두 고려하여 약을 처방하게 된다.

따라서 어떤 환자에게 효과가 좋은 약이 다른 환자에게는 효과가 없거나 오히려 부작용이 있을 수도 있다.

기침은 흔한 증상이지만 오래 지속되는 경우 중증 질환 가능성도 있기 때문에 가볍게 지나쳐서는 안된다. 원인 질환의 감별이 어렵거나 치료에도 반응이 없는 경우, 기도 점막을 건강하게 만들어 주는 한의 치료를 고려해 보는 것을 권해드린다.

사진으로 보는 지구촌 소식

바다로 방사되는 바다표범들

16일(현지시각) 독일 유이스트섬 해변에서 바다표범들이 바다를 향해 기어가고 있다. 독일 노르트다이히의 바다표범 기지에서 번식한 바다표범 네 마리가 배에 실려 유이스트섬으로 이동한 후 바다로 방사됐다.

"오늘이 우리 생의 가장 젊은 날~"

16일(현지시각) 벨기에 브루겔레트의 파이리 다이자 동물원에서 네 번째 생일을 맞은 자이언트 판다 '바오디'(왼쪽)와 '바오메이'가 생일 특식을 먹고 있다. 동물원 측은 2019년 8월 8일에 태어난 쌍둥이 자이언트 판다의 생일 파티를 이날 열어줬다.

사 설

잼버리 대회장 전기설비 문제

새만금 세계잼버리가 무난하게 마무리 됐다는 평가를 받았다고 한다. 그러나 문제점들은 분명히 있었다. 지금부터는 하나하나 점검하는 작업이 뒤따라야 한다. '설비 부실' 문제는 심각했다.

야영장 기반 시설이 미흡해서 불편이 매우 많았다. 알고 봤더니 개영 전날까지도 전기 설비의 42%가 안전 점검을 통과하지 못했던 것으로 확인됐다.

잼버리 대회는 찌는 듯한 무더위 속에 전기·통신 설비 등 기반 시설이 턱없이 부족해 현장의 불편이 컸다. 국가별 음식 소개하는 부스가 몇 십 개 정도 있었다. 그런데 거의 대부분 선풍기가 돌아가지 않았다.

정전이 됐다, 안 됐다가 반복됐다. 전기설비 42%가 전기안전 점검을 통과 못했거나 아예 설치되지 않은 것으로 확인됐다.

이는 대회 한 달 전 잼버리 조직위원회와 안전 점검 업무 협약을 맺은 한국전기안전공사의 야영장 전기설비 점검 현황에서 드러났다.

개영식 하루 전날에서야 전체 전기 설비 점검이 이뤄졌다. 그런데 343곳 중 58곳이 안전 부적합 판정을 받았고, 87곳은 아예 미시공 상태였다. 안전 부적합 판정 사유는 누전, 배선 노출 등이었다.

한국전기안전공사는 "문제가 되는 부분을 조직위에 통보했고, 개영식 이후인 8월 2일과 3일 조직위에서 개보수를 완료한 것으로 재점검됐다"고 밝혔다.

그러나 개보수 작업 이후에도 전기 관련 불편은 이어졌다. 음식을 만들어야 하는데 전기가 한 번에 통째로 다 끊겼다 됐다가 이어졌다.

결국 조기 철수가 시작되는 이유가 됐다.

미성년 학생들이 많이 참가한 상태이기 때문에 위험한 사고가 생기면 대처하기 어려웠다. 큰 사고로 이어질 수 있었던 위험한 상황이었다. 안전 부실 문제를 철저히 따지기 바란다.

해병대 전 수사단장과 국방부

실종자 수색작업 중 급류에 휩쓸려 순직한 고 채수근 상병 수사와 관련해 '집단항명 수괴' 혐의로 입건된 전 해병대 수사단장이 국방부 검찰단의 수사를 거부했다. 그러면서 사건이 점점 커지는 양상이다.

단장은 11일 "국방부 검찰단의 수사를 명백히 거부한다"고 밝혔다. 그는 "검찰단은 적법하게 경찰에 이첩된 사건 서류를 불법적으로 회수하였고 수사에 외압을 행사하고 부당한 지시를 했다"고 주장했다.

국방부 예하조직으로 공정한 수사가 이뤄질 수 없기에 수사를 거부한다고 했다. 그는 고 채 상병 사건과 관련 조사 결과를 경찰에 넘기지 말라는 지시를 어기고 사건을 이첩했다는 이유로 '집단항명의 수괴' 혐의로 입건됐다.

국방부는 경찰에 제출된 해병대 수사단 보고서를 회수했으며, 국방부 직할 조사본부가 해병대 수사단 조사 결과에 대한 재검토에 들어간 상태다.

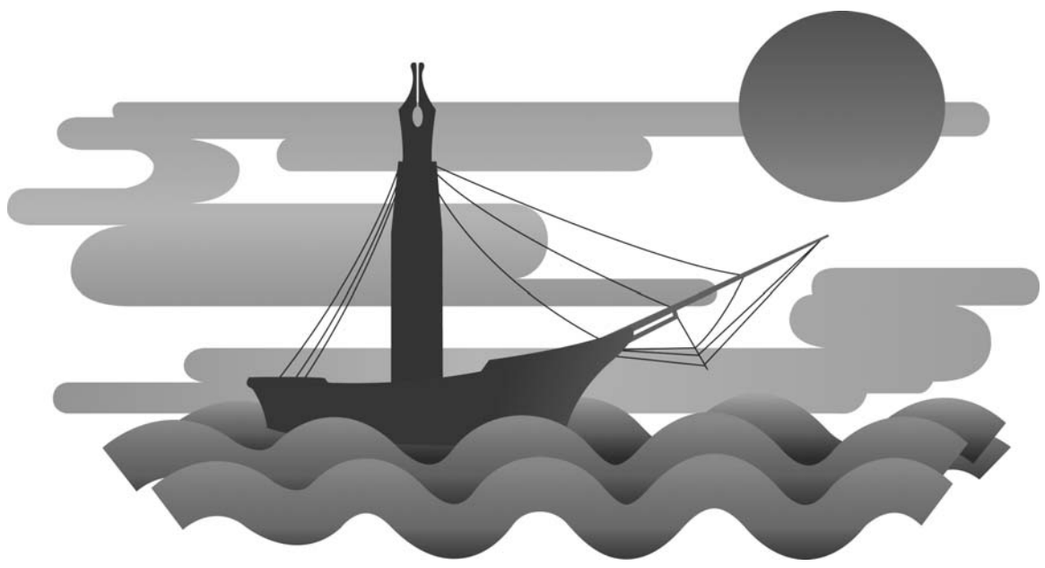
한편 채 상병의 할아버지가 국방부장관에게 손편지를 보내 "천인공노할 일"이라며 황망한 심정을 토로한 것으로 알려졌다. 채 옹은 사건을 조사한 단장이 '집단항명의 수괴' 혐의로 입건된 것을 두고는 "억장이 무너진다"고 언급한 것으로 전해졌다.

채 옹은 "철저하게 진상을 파악하겠다는 단장의 말을 믿었다"며 그를 항명 혐의로 수사하고 있는 국방부에 대해 "어떻게 할지 잘 믿어지지 않는다"고 했다.

국방부장관은 편지가 배달되자마자 "철저히 진상규명을 하겠다"는 답장을 보낸 것으로 전해졌다.

국방부가 재조사에 착수한 게 사단장 등 지휘부를 감싸거나 사건을 축소·감추려는 게 아니라는 취지를 강조한 것이다. 국방부가 입맛에 맞는 결론을 내기 위한 포석으로 재검토 카드를 꺼내 든 것이 아니냐는 의혹이 제기되고 있다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해
전주매일의 전 직원들은
'전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해
중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게
내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해
대안적 비판 기능을 강화하고 있으며
한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께
지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 전주매일