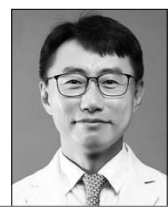


건강 칼럼

월경통 기간·강도 심해진다면 산부인과 진료 필요

한 달에 한번, 가임기 여성이라면 흔히 경험할 수 있는 월경통. 월경통은 자연스러운 증상이라고 생각해 버티거나 심할 때 진통제를 복용하는 경우가 대부분이다. 하지만 질환이 원인이 되 경우도 있기 때문에 산부인과 진료가 반드시 필요할 때도 있다. 월경통의 원인에 대해 알아본다.



정인철
기톨릭대 대전성모병원 산부인과 교수

월경통은 정상적으로 겪을 수 있는 일차성 월경통과 다른 숨어 있는 질병에 의해 발생할 수 있는 이차성 월경통으로 나뉜다.

일차성 월경통은 일반적으로 10대 후반 또는 20대 초반까지 심해지다가 점차 나아지며, 초경 1~2년 이내부터 시작하는 경우가 많다.

일차성 월경통의 특징은 월경 출혈이 시작된 이후 통증이 시작된다. 위치는 아랫배와 골반이며 허리 아래쪽과 엉덩이 쪽으로 뻗치는 통증이 동반될 수 있다.

시간은 8~72시간 동안 지속되며, 유전적 요인이 있어 가족간 비슷한 통증을 가지고 있는 경우가 많다.

이차성 월경통은 만 24세 이후 발생하는 월경통으로 자궁이나 난소에 질환이 발생, 그로 인해 통증이 점차 심해지는 경우가 일반적이다.

20~30대에는 주로 자궁내막증과 같은 난소 종괴가 많고, 40대 이후는 자궁선근증, 자궁근종이 가장 흔하다. 그 외에도 배란통, 골반염 등에 의해 주기적이거나 또는 월경주기와 완전히 맞아떨어지지 않는 통증이 발생할 수 있다.

월경통은 정상적으로 있을 수 있지만 통증이 일상생활을 방해할 정도라면 질환이라고 생각할 수 있다. 달에 따라서 좀 더 심할 때 있고 그렇지 않은 경우도

있지만 일반적으로 통증을 포함한 여러 가지 증상, 예를 들어 두통, 오심구토, 우울감, 불안, 화 때문에 일상생활이 어려운 경우, 이전에는 없다가 만 24세 이후에 발생한 경우, 통증의 기간이 점점 길어지거나 강도가 심해지는 경우는 진료가 필요하다.

또 생리통뿐 아니라 여러 가지 부인과 질환도 유전성이 있어서 가족 중에 자궁내막증, 선근증, 자궁근종 등을 진단받은 사람이 있다면 주기적으로 산부인과 검진을 받는 것이 좋다. 특히 기저질환이 없는 일차성 월경통의 경우는 난임과 연관성이 없지만, 이차성 월경통을 일으키는 자궁내막증, 선근증, 자궁근종,

골반염 등 여러 원인의 대부분은 정상적인 임신을 방해할 수 있기 때문에 임신을 계획한다면 조기에 적극적인 치료하는 것이 좋다.

치료를 특별한 원인이 없는 일차성 월경통이라면 약물을 통한 통증 조절만으로도 충분하다. 단, 일반 진통제 부루펜이나 타이레놀 정도로 통증이 조절되지 않는다면 반드시 산부인과 진료 후 치료를 받을 필요가 있다.

이차성 월경통은 원인이 다양하기 때문에 질환에 따라 약물 치료나 수술적 치료를 진행한다. 20~30대에서는 자궁내막증이 가장 흔해 약물 치료를 시행하는 경우가 많고 40대 이후에는 자궁근종이나 선근증이 많아 수술적 치료를 하는 경우가 많다.

규칙적인 운동을 통해 적정 체질량지수를 유지하고 본인의 월경주기, 월경 양상을 정확히 알고 있는 것이 중요하다.

월경 양이나 통증의 정도 등을 가능하면 적어놓는 습관이 필요하고, 잘 체크하면서 이상이 있다고 느낄 경우 주저하지 말고 산부인과 진료를 봐야 한다.

사설

전주고 야구부에 거는 기대

전주고등학교 야구부가 지난 16일 서울에서 열린 청룡기 야구대회에서 마산 용마고와 14대5라는 큰 차이로 우승기를 거머쥐었다.

1977년 전주고 야구부 창단하고 황금사자기 우승 이후 39년 만에 일어난 쾌거에 도민들은 흥분을 감출수 없었다.

모처럼 전주고 야구부원들이 전북인들에게 큰 희망의 산물을 주자 기뻐하는 사람들이 많았고 만나면 그 이야기로 이야기꽃을 피웠다.

정우주 투수의 고교생답지 않은 투구에 맥을 쓰지 못하는 투혼에 힘입어 우승에 도달했다는 것이 중론이다.

오래전에 9회 말 투아웃의 신화를 쓴 군산상고 야구부를 아직도 기억하는 사람들이 많다.

1972년 황금사자기 결승전에서 보여준 기적의 역전승으로 군산상고는 '역전의 명수'라 불렸고, 대한민국 고교야구 역사상 가장 짜릿했던 경기로 지금까지 회자되고 있다. 이 결승전 모습은 영화로도 만들어져 야구팬들에게 깊은 감동으로 남아있을 정도이다.

그 역사적 현장인 군산에서는 야구의 거리를 만들고 '9회말 투아웃' 역전의 신화를 느껴보라고 하는 군산 관광에 지금까지 활용되고 있기도 하다.

당시에 김봉연의 호쾌한 장타에 도민들은 시름을 날렸고, 만나는 사람마다 하는 이야기가 9회말 투아웃에도 희망을 잃지 않고 뛰는 군산상고 야구부 칭찬에 입이 마르지 않을 정도였다.

그러한 신화를 이제 전주고 야구부가 쓰고 있어 무더운 여름철에 시원한 한줄기 청량제가 되고 있다.

전주고 야구부가 계속 고속 질주 명문 야구학교가 되기 위해서는 우승했을 때만 반짝 좋

아하고 말 것이 아니라 도민 모두가 한마음 한뜻이 되어 선수들을 아끼고 사랑하며 보살펴야 한다.

계속 지속적인 재정적인 투자와 야구 인재양성에 노력을 기울이지 않는다면 단발성 우승에 그치고 말 것은 명약관화하다고 할 것이다.

선수들은 관객의 환호와 응원을 통해 자신의 기량을 최고조로 발휘할 힘이 생긴다. 경기에서 관객과 협수가 혼연일체가 되어 물아의 경지에 이를 때 우승이라는 행운의 미소가 우리 편에 오게 된다고 할 것이다.

그간 전주고 야구부가 우승에 이르기까지는 수많은 선배의 재정적 지원과 경기할 때마다 비록 우승에는 이르지 못했지만 경기 순간순간마다 참여해 격려와 응원에 힘입은 바가 크다.

전주고 야구부 창단 후 2003년경 부터의 침체기에 후원회를 조직하여 선수들을 스카우트하고 동문들과 힘을 합쳐 헌신적으로 야구부를 후원한 김생기 나래코리아 대표와 같은 훌륭한 선배들의 도움이 없었다면 오늘날 이러한 큰 성과가 나지 않았을 것이라고 감히 단언해 본다.

김생기 대표 외에도 수많은 고교 선배와 학생, 학부모 등의 헌신적인 도움이 있었기에 오늘날 이처럼 우승의 기적이 일어났다.

무더운 여름철 복더위를 시원하게 보낼 수 있도록 전주고 야구부가 모처럼 도민들에게 커다란 희망을 선사했는데 앞으로도 우승이 계속되기를 바란다.

전주고 야구부가 명문이라는 새로운 역사를 쓰도록 도민들의 성원과 재정적 지원은 물론 선수들을 향한 열렬한 응원이 있다면 앞으로도 우승이라는 낭보는 계속될 것이다.

사진으로 보는 지구촌 소식

'대선 후보 공식 수락' 문서 서명하는 트럼프



미국 공화당 대선 후보 도널드 트럼프 전 대통령이 지난 18일(현지시각) 미 워싱턴 신주 밀워키의 피셔브 포럼에서 열린 공화당 전당대회(RNC) 마지막 날 부인 멜라니아 여사가 지켜보는 가운데 대선 후보 지명을 공식 수락하는 문서에 서명하고 있다.

트럼프 반대 구호 외치는 시위대



미국 공화당 전당대회(RNC) 마지막 날인 지난 18일(현지시각) 미 워싱턴신주 밀워키의 레드 애로우 공원에서 도널드 트럼프 전 대통령을 반대하는 시위대가 구호를 외치고 있다.

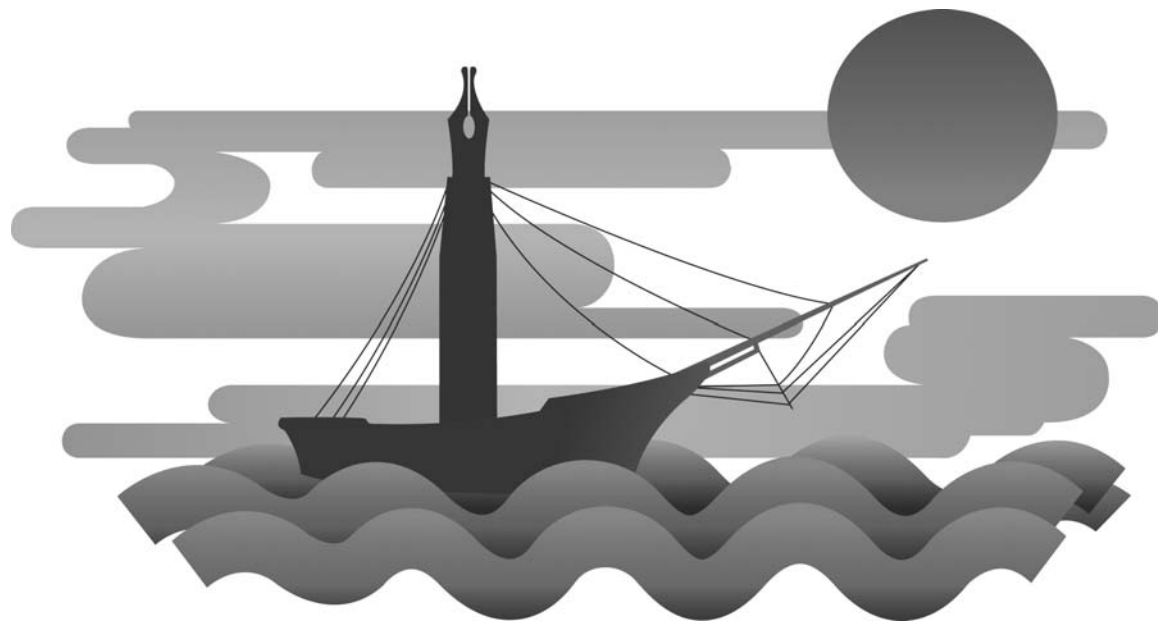
전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 승주빌딩 4층

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

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