

11월이 되면 연말 연례행사처럼 직장인 검진을 비롯해 국가 암 검진 등 건강검진을 받기 위해 많은 사람들이 몰린다. 건강에 대한 관심이 높아지는 시기지만, 눈 건강에는 상대적으로 소홀하다. 특히 평소에는 안과를 찾지 않다가 건강검진을 통해 안과를 방문하는 경우도 많다. 이렇듯 대부분의 사람들이 신체 건강에 많은 관심을 갖는 것과 달리 눈 건강 관리에는 소홀한 편이다. 그러나 이미 증상이 있어서 안과를 찾았을 때는 질환이 상당 부분 진행해 시력을 되돌릴 수 없다. 눈 건강의 골든타임을 위해 꼭 필요한 안저검사에 대해 보라안과병원 조형진 원장의 도움말로 알아본다.

# HEALTH

2022년 11월 2일 수요일

## “안저검사로 눈 건강 ‘골든타임’ 확보하세요”

### 안과 검사 기본... 망막·시신경유두 등 종합 검진 녹내장·황반변성 등 안과 질환 대부분 진단 가능 40세 이상 정기검진 필요...고도근시는 20대부터

#### △안과 검사 기본 ‘안저검사’

안과 검사에서 기본이 되는 것 중 하나가 안저검사다. 안저는 시력에 중요한 기능을 하는 신경 부분인 망막, 망막 혈관, 시신경유두 등을 종합적으로 일컫는 말이다.

시력의 핵심인 망막과 시신경의 상태를 안저검사로 손쉽게 알아볼 수 있다.

눈을 보면 까맣게 보이는 동공이 있고 그 공간을 통해 보면 눈 안을 채우고 있는 유리체가 보이고 주황색 빛깔로 보이는 망막과 그 주변으로 둥그렇게 보이는 시신경유두와 망막을 지나는 망막 혈관이 있고 중심부에는 황반이 보인다.

의사가 직접 들여다보기도 하지만 안저 카메라로 사진만 찍지만 해도 보이나 다른 검사보다도 번거롭을 듯 하고 비교적 쉽게 관찰할 수 있다.

동공을 확대해서 보는 산동을 해야 더 잘 보이지만 요즘에는 산동을 하지 않고도 주변부까지 촬영하는 검사장비까지 나와 있어 산동으로 인한 불편함도 줄어드는 등 검사받기 수월해졌다.

#### △안 질환 조기발견 가능

흔히 말하는 3대 실명 질환인 녹내장, 황반변성, 당뇨망막병증도 안저검사를 통해 조기에 발견할 수 있다. 여기에 고혈압망막병증, 망막 혈관질환, 기타 시신경병증 등 실명을 유발할 수 있는 대부분의 안과 질환의 진단이 가능하다.

녹내장은 ‘소리 없는 시력 도둑’이라 불리는 초기 자각증상이 없는 대표적 질환이다. 녹내장은 여러 원인에 의해 시신경이 손상돼 시야가 점점 좁아지다가 시력 상실까지 이르는데, 시력에 이상을 느껴 병원을 찾았을 때는 치료 시기를 놓친 경우가 대부분이다. 하지만 안저검사를 통해서 증상이 없어도 병을 발견할 수 있다.

황반변성은 망막의 중심부인 황반의 노화에 의해 시세포가 퇴화해 발생하는 질환이다. 초기 자각증상이 거의 없다가 중증이 되면 사물이 찌그러져 보이고, 직선이 굽어져 보이며 눈에 그림자가 드리워져 보이는데 병변이 황반 중심(중심와)에 가까울수록 시력저하가 초기에 나타날 수도 있다. 대부분



조형진 보라안과병원 원장이 안저검사로 내원한 환자의 눈을 살펴보고 있다.

모르고 지나다가 증상이 있어서야 병원에 가는 경우가 많으니 초기에 병이 있는지 발견하는 데에 안저검사는 매우 중요하다.

당뇨망막병증은 시력으로 증상의 정도를 알기 어렵는데, 진행이 상당히 된 망막병증에서도 황반부의 침범이 없는 경우는 시력이 좋게 나오고, 병변이 황반부에 집중된 경우에 심한 시력저하가 발생하기 때문이다. 이 질환도 초기에는 통증도 없고 거의 증상을 느끼지 못하다가 중기에 비문증, 광시증, 시야

흐림, 야간 시력저하, 독서장애 등 증상이 나타날 수 있다. 이를 무시했다가 문제를 느끼고 병원을 찾았을 때는 말기인 경우가 많다. 당뇨병을 앓고 있는 환자에서는 병증이 진행된 경우가 많아 정기적인 안저검사가 필수다. 당뇨병 환자는 약 복용과 동시에 1년에 한 번 정도는 정기 검진이 필요하며 당뇨망막병증이 발생하면 6개월마다, 병의 진행이 된 경우는 최소 3개월에 한 번씩 안저검사를 통해 경과 관찰을 해야 한다.

#### △정기검사로 눈 관리해야

안저검사는 정해진 주기는 없지만, 눈의 노화가 진행되는 40세 이상이라면 특별한 증상이 없어도 1년에 한 번은 정기적으로 검사받아야 한다. 초기에는 뚜렷한 자각증상이 없어서 안과 검진을 받아야 발견할 수 있는 질환들이 많고 이런 질환일수록 조기에 발견하여 시력이 나빠지지 않는 상태에서 치료를 시작하는 것이 중요하기 때문이다.

고령화와 디지털 영상기기 사용 증가에 따라 눈 건강을 지키기 위해서는 40대부터 관리가 중요한 시대가 됐다. 상당수의 실명 질환을 조기에 발견하여 치료할 수 있게 해주는 안저검사를 통해 눈 건강을 지켜야 한다.

특히 안저검사는 망막과 시신경 상태를 손쉽게 파악할 수 있는 기본 정밀검사인 만큼 일반적으로 40대 이상, 고도근시란 20대부터 실명 질환을 예방하기 위해 정기적으로 검사를 받아야 한다.

이산화 기사 goback@gwangnam.co.kr



도움말=조형진 원장 보라안과병원

## 조선대병원 암센터, 다학제통합진료 1400례 돌파

### 분야별 전문의 한자리 모여 진료 13개 주요 암 전문 진료팀 운영

조선대병원 암센터가 지난 2014년 8월 지역에서 최초로 다학제통합진료를 시작한 이후로 지역 최대 건수인 1400례를 돌파하며 암 다학제 진료의 국내 최고 기관으로 도약해 나가고 있다.

1일 조선대병원에 따르면 다학제통합진료를 통해 여러 분야별 전문의가 한자리에 모여 진단부터 검사, 치료, 수술 등의 일정을 단계별로 계획을 세워 환자 맞춤형 진료서비스를 제공하고 있다.

특히 환자와 보호자가 다학제통합진료에 참여해 여러 진료과 전문가로부터 각 치료방법에 대한 장단점과 효과를 듣고 궁금한 점을 묻고 대답을 듣는 등 자신의 치료에 능동적으로 참여할 수 있고, 의료진은 환자와 가족의 의견을 수용하여 치료 계획을 결정하고 있다.

다학제통합진료를 통해 6명의 전문의가 10분씩 토론하더라도 60분의 진료를 받은 것과 같아 환자와 보호자의 만족도가 매우 높다.

현재 조선대병원은 주요암종을 13개로 분류하여 전문 진료팀(대장암팀, 위식도암팀, 유방암팀, 폐암팀, 갑상선암팀, 비뇨기암팀, 두경부암팀, 간담체암팀, 혈액암팀, 부인암팀, 피부암팀, 근골격



조선대병원 암센터가 지난 2014년 지역 최초로 다학제통합진료를 시작한 이후로 지역 최대 1400례를 돌파했다.

계암팀, 중추신경계암팀)을 운영하고 있으며, 한 명의 환자를 위해 담당 진료과를 비롯해 암 치료와 관련된 혈액종양내과, 방사선종양학과, 영상의학과 등 여러 분야의 진료과 전문의들이 단계별 치료 계획을 세우고, 효과적인 치료방향을 협의하는 구조로 운영된다.

다학제통합진료 실적은 대장암(379건)으로 가장 많았고, 유방암(188건), 위식도암(108건) 순을 나타내고 있다.

박치영 조선대병원 암센터장(중앙혈액내과 교수)은 “각 분야별 전문의가 모여 환자에게 필요한 최상의 치료를 제공하는 ‘다학제통합진료’는 암 치

료에 최적의 시스템이다”며 “조선대병원은 전문의들의 높은 참여로 다학제통합진료가 1400례가 넘었으며, 앞으로도 암 환자들에게 더 나은 치료 결과를 만들어 가도록 최선을 다하겠다”고 밝혔다.

김경중 조선대병원장은 “다학제통합진료 시스템 활성화를 통해 환자 중심의 진료체계를 정립해 치료의 효과를 극대화할 수 있도록 하겠다”며 “지역의 암 환자에게 신속·정확한 진단과 치료를 제공해 지역민의 건강을 지켜나갈 수 있도록 다학제통합진료를 적극 지원해 나가겠다”고 말했다.

이산화 기사 goback@gwangnam.co.kr

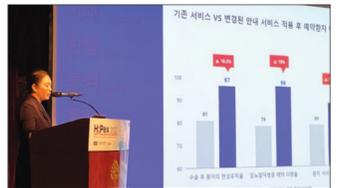
## 보라안과병원, 하이팩스서 병원혁신사례 선정

보라안과병원은 최근 환자 경험과 서비스 디자인을 통해 의료계 혁신을 주도하고 있는 ‘HiPex (Hospital Innovation and Patient Experience Conference, 하이팩스)’에서 병원 혁신 사례로 선정됐다고 1일 밝혔다.

보라안과병원 혁신의 중심이 된 곳은 서비스 개선팀이다. 환자의 숨어있는 니즈를 찾고 의료 서비스 경험 향상을 위해 활동하는 팀으로, 서비스 디자인 개선 활동을 펼치고 있다.

이를 통해 △자가간호체크리스트 개발 △당뇨망막병증 환자 전용 교육자료 제작 △환자들이 쉽게 이해할 수 있는 안내문 제작 등을 통해 환자 편의를 위한 서비스의 질을 대폭 개선했으며, 그 결과 환자 만족도가 크게 상승했다. 특히 이번 하이팩스에서 이를 바탕으로 ‘당뇨망막병증 수술환자’의 수술 후 자가관리 서비스 경험을 위한 개선활동’을 발표했다.

서미라 간호부장은 “환자의 경험을 바탕으로 안



과 환자의 숨어있는 니즈와 문제점을 발견했고, 이에 근거해 서비스 질 향상을 위한 보라안과병원만의 특화된 서비스 디자인을 개발하게 됐다”고 밝혔다. 이어 “다학제간 팀 협력과 전 직원의 자발적인 참여로 환자의 경험과 감정에 귀를 기울일 수 있었다”며 “앞으로도 환자 서비스 개선을 위해 지속적인 활동을 이어갈 것”이라고 말했다.

한편 이번 컨퍼런스에서는 보라안과병원을 비롯해 일산병원, 경희대의료원의 혁신 사례가 소개됐다.

이산화 기사 goback@gwangnam.co.kr

## 전남대병원-런던퀸메리대, 국제 공동세미나 개최

### ‘심혈관 질환 세포 치료 주제’... 해외 석학 등 20여명 온라인 참석

전남대학교병원은 최근 런던퀸메리대학교와 함께 ‘한·영 공동 세미나(Korea-UK Collaborative Seminar 2022)’를 개최했다고 1일 밝혔다.

온라인으로 진행된 이번 세미나는 ‘심혈관 질환의 세포 치료에 관한 최신 동향’을 주제로 국내외 석학 등 20여명이 참석한 가운데 진행됐다. 세미나에서 안영근 병원장과 정명호 순환기내과 교수, 런던퀸메리대학교의 앤서니 매더(Anthony Mathur) 교수 및 암리타 알루왈리아(Amrita Ahluwalia) 교수가 좌장으로 발표와 토의를 이끌었다.

또 심순선 순환기내과 교수는 ‘세포 기반 심장 조직공학 및 스텐트 개발’을 주제로, 김용숙 세포재생연구센터 교수는 ‘심혈관 질환에서 세포 이행’을 주제로 강연을 했다. 뿐만 아니라 영국·프랑스·미국·독일·네덜란드·슬로베니아·오스트리아 및 이탈리아 석학들의 심도 깊은 강연과 열린 토론이 펼쳐졌다.

이번 국제 세미나는 전남대병원과 런던퀸메리대학교가 지난 1월 의학분야 협력에 대한 양해각서



(MOU)를 체결한 이후 학술 교류 활동의 일환으로 개최됐다. 특히 런던퀸메리대학교는 의료가기와 재생의학을 비롯한 심혈관 치료 기술 개발 연구를 활발히 수행하고 있으며, 전남대병원은 이와 관련된 교류를 적극 추진해 다양하고 실용적인 중개 및 임상시험을 진행할 계획이다.

안영근 병원장은 “한·영 공동 세미나가 전남대병원과 런던퀸메리대학교 간의 꾸준한 상호 교류 및 협력으로 이어져 양 기관 간 학술의 장이 될 것으로 기대된다”고 말했다.

이산화 기사 goback@gwangnam.co.kr

## 건협, 카메룬 소외열대질환 관리 모니터링

### 현지 초등학교 4개교 식수 위생시설 점검·영상교육

한국건강관리협회는 최근 ‘카메룬 중앙주 주민주도형 식수위생환경 개선을 통한 소외열대질환 관리사업’의 성과관리 모니터링을 위해 카메룬 야운데(Yaounde) 지역에 성과관리 모니터링단을 파견했다고 1일 밝혔다.

파견된 모니터링단은 사업의 수혜 초등학교 4개교를 방문해 식수 위생시설을 점검하고, 세계 손 씻기의 날을 기념해 현지 초등학교 식수 위생 인식개선 활동을 진행했다.

특히 건협은 현지 초등학교의 관심을 유도하고 이해를 돕기 위한 식수위생 인식개선 영상교

육을 실시하는 등 사업의 목표달성 가능성을 높였다.

또한 모니터링단은 파견 기간 동안 주카메룬 대한민국 대사관을 방문했으며, KOICA 카메룬 사무소 간담회, 카메룬 보건부 간담회 등에 참석해 사업 성과관리 및 사업운영 고도화 방안을 논의했다.

김인원 한국건강관리협회 회장은 “현지 식수 위생시설 건축·개보수를 통해 깨끗한 위생환경을 제공하고, 지역주민, 초등학교의 보건인식을 높여 기생충 유병률 감소에 기여할 수 있다



록 노력하겠다”고 말했다.

한편, 카메룬 중앙주 주민주도형 식수위생환경 개선을 통한 소외열대질환 관리사업은 올해부터 오는 2024년까지 총 3년 동안 한국 대외무상원조 전담기관인 한국국제협력단과 민관협력사업으로 진행되고 있는 사업이다.

이산화 기사 goback@gwangnam.co.kr