

# 肝炎의 증세와 예방

## 간질환의 특징적 증세

### 황 달

눈 흰자위 및 피부가 노랗게 되고 소변색이 진해 집니다. 심하면 피부의 가려움증이 생기기도 합니다.

### 전신증세

전신 피로감이 쉽게 오고 무력감이 생기며 구역질이나 소화불량과 입맛이 없어지고 오른쪽 윗배의 빠른 통증이 생깁니다.

### 복수(腹水)

간경변증 때 올 수 있는 것으로 배속에 물이 차서 붓고 팔다리에 부종도 동반합니다.

### 문맥압 항진증세(門脈壓亢進症勢)

식도정맥이 커져 정맥류를 만들고 대출혈을 일으켜 피를 토하거나 피똥을 누기도 합니다.

### 간성혼수(肝性昏睡)

의식장애로 성격이나 지능의 이상이 오고 심하면 혼수에 빠지기도 합니다.

### 간비대(肝肥大)

간이 붓는 상태입니다. 간경변 및 간암일 때 간의 표면이 울퉁불퉁하며 타이어 바퀴모양처럼 단단하게 굳는 것을 알 수 있습니다.

그 외에도 아메바 및 독물 등에 의한 간농양이 있는데 간 부위에 심한 통증이 생기기도 합니다.

## 간염의 예방

1. 개인 위생용구의 공동사용을 피해야 한다.
2. 화장실 등 위생시설을 개선해야 한다.
3. 식생활 습관을 고쳐 식사시 개인접시 등을 사용하는 것이 바람직하다.
4. 간염 환자와의 신체적 접촉 등을 피해야 한다.

5. 항상 개인위생 및 식생활에 있어서 청결과 보건위생에 철저를 기해야 한다.

6. 간 장애를 일으킬 수 있는 약의 사용은 반드시 의사의 지시에 따라 복용해야 한다.

7. 간염 예방접종을 맞는 것이 좋으며 현재 간염백신은 우리나라에서도 생산되고 있으므로 B형간염 발생위험이 높은 사람이나, 감염 기회가 높은 사람은 예방접종을 받는 것이 바람직하다.

모든 질환이 같지만 만성화를 방지해야만 합니다. 급성간염 그 자체는 크게 위험하지 않지만 급성간염이 만성간염으로 발전하게 되면 위험이 따르게 됩니다.

급성간염은 초기에 치료관리를 잘하면 간에는 아무런 손상을 주지 않으나 만성간염이 되면 간에 준 손상은 영구히 없어지지 않습니다. 만성간염을 두려워 하는 것이 바로 이러한 이유 때문입니다.

현재 간염에 대한 근본적인 치료약은 없으며 할 수 있는 최선의 방법은 예방을 들 수 있고 기타 예방책을 살펴보면 다음과 같습니다.

1. 간염으로 진단되면 과로를 피하고 충분한 휴식을 취해야 한다.

2. 영양가 높은 음식을 골고루 섭취해야 한다.

3. 정기적인 검사와 의사의 지시에 따른 치료를 꾸준히 해야 한다.

\*