

정맥류

요즘 다리 혈관이 뱀처럼 꾸불꾸불 징그럽게 튀어나오거나 혈관이 파랗게 부어 오르는 환자가 늘고 있다. 젊은 여성인 경우 보기가 흉하여 치마를 입을 수가 없어 정신적인 노이로제마저 일으키는 경우도 가끔 본다.

이러한 하지 정맥류는 다리정맥을 통과하는 혈액이 압력을 못 이겨 피가 거꾸로 흘러 혈관이 확장되는 질환으로 교사, 안내원, 미용사, 백화점 점원 등과 같이 서서 일하는 사람에게 흔히 나타난다.

정맥류는 국내에서는 환자 수가 정확히 파악되지 않고 있으나 미국의 경우 성인인구의 10~17%를 차지할 정도로 흔한 질병이다.

과거에는 중년이후 많이 발생했으나 생활 패턴의 변화로 최근에는 20대 젊은이들에게도 자주 나타난다. 또 여자환자가 남자에 비해 2배나 많다. 그 이유는 임신 중 호르몬 변화와 태아로 인한 복부정맥의 혈류장애가 이 병을 촉진하기 때문이다.

원인을 살펴보면 혈액은 심장에서 동맥을 거쳐 정맥을 지나 심장으로 되돌아가는데, 서 있을 경우 심장에서 발끝까지 내려간 피는 다시 심장까지 1m 가량은 거슬러 올라와야 한다. 그래서 정맥 내의 피는 거꾸로 흐르는 것을 방지하기 위해 특수한 장치가 되어 있다. 그것이 혈관 막이다. 혈관판막은 동맥에는 없고 정맥에만 있다. 정맥에서의 혈액이동과정은 먼저 혈관을 둘러싼 근육이 수축하여 정맥혈관을 압박하면 정맥 내에 있는 판막이 열리면서 혈액이 앞으로 진행하고 그 후 판막이 닫히면서 혈액이 역류하는 것을 방지하는데, 이 판막이 고장 나면 심장 쪽으로 올라가야 할 피가 거꾸로 내려와 다리혈관에 계속 머무르게 된다. 따라서 정맥류는 정맥혈관이 원활한 흐름을 유지하지 못한 채 한곳에 멎어있는 상태라 할 수 있다. 또 정맥류는 다리의 심부정맥과 표재정맥이 만나는 곳에서 피가 소용돌이를 치다가 혈전덩어리를 형성하거나 혈관 벽을 눌러 놓기 때문에 발생하기도 한다.

하지정맥류에 걸리게 되면 한곳에 피가 오래 머무르게 되어 다리가 무겁게 빠근한데다 둔한 통증을 느끼게 된다. 심한 경우에는 오랜 기간에 걸쳐 정맥에 정체된 혈액이 피부로 스며들어 피부가 갈색을 띠는 색소 침착도 일어나고, 지렁이가 기어가는 것같이 피부 밖으로 울룩불룩 혈관이 튀어나온다. 또한 정맥의 혈액순환이 나빠져 근육에 대사 장애를 초래하여 수면 중 다리가 땅기거나 쥐가 나 잠을 설칠 때도 있다. 오래 서 있으면 다리가 붓고 쉽게 피로가 온다.

치료법을 살펴보면 초기에는 충분한 휴식과 정맥류환자가 신을 수 있게 고안된 대단히 탄력성이 좋은 '정맥류 스타킹'을 착용하여 더 이상 악화되는 것을 막고 적절한 물리치료를 시행한다.

한방 요법은 국소 정맥류 환자인 경우는 침 치료나 부황 요법을 사용 할 수 있고, 정맥류가 광범위 할 때에는 전신의 혈액순환을 돕는 약물을 투여하면서 동시에 뜸 요법을 해당부위에 시행하면 좋은 치료효과를 기대 할 수 있다.

집에서 간단하게 할 수 있는 방법으로 당귀20g과 홍화6g 정도를 하루 분량으로 하여 차처럼 끓여 복용하면 도움이 된다.

증상이 워낙 심하여 위의 치료로도 회복이 안 되는 경우에는 판막이 망가진 정맥을 제거하는 수술을 받는 방법이 있으므로 전문의와 상의 해 보는 것이 좋겠다.

무엇보다도 예방이 가장 좋은 방법이다.

앞서 기술하였듯이 서서 일을 하는 사람에게 잘 걸리기 때문에 제일 나쁜 것은 오랫동안 가만히 서 있는 것이다. 제자리 걷기 같은 동작을 해서라도 근육을 움직여 주는 것이 좋다. 그렇게 하면 혈액을 제대로 심장 쪽으로 되돌아가게 해줄 수 있고, 낮에 30분 정도 의자에 앉아 책상위로 발을 올려 놓는 모습과 같이 다리를 심장보다 높게 올려놓은 자세를 취해 피가 원활히 심장으로 가도록 해야겠다.