

알코올 중독(1)

저자 최혁재
경희의료원 한약물연구소 부소장
약학정보원 학술자문위원

개요

알코올 중독은 신체적 질병만 유발시키는 것이 아니라 각종 암의 발생, 두뇌기능의 저하로 인한 알코올성 치매의 발생 등 심각한 건강상의 위협요인이 된다. 또한, 세계적으로도 알코올 중독자의 발생 비율이 높은 국내사회에서는 사회적 폭력과 가족의 해체요인이 되는 등 심각한 사회적 문제로도 주목되고 있다. 이처럼 알코올 중독은 습관이 아닌 치료가 필요한 질병으로 진단되고 있다.

키워드

알코올 중독, 질병유발, 알코올성 치매, 가족병

1. 알코올 중독의 심각성

(1) 고치지 못하는 병

역사상 가장 많이 팔린 소설 '007'시리즈의 원작자 이안 플레밍. 그의 첫 번째 007 시리즈인 1953년작 '카지노 로열'이후, 11년 동안 그의 시리즈는 대부분 영화화 되었고, 최근에는 '시베스천 폭스(007 데블 메이 케어)'나 링컨 라임 시리즈의 '제프리 디버(007 카르트 블랑슈)'처럼 스타 작가에 의해서 다시 007의 이야기는 끝없이 이어지고 있다. 그런데, 재미있는 사실은 그가 창조한 캐릭터 '제임스 본드'와 그가 평행이론과 같은 삶을 공유했다는 것이다. 이안 플레밍은 잦은 음주와 흡연으로 인한 심장병 발생으로 56세라는 이른 나이에 유명을 달리했는데, 최근 영국 로열 더비 병원의 응급의료팀이 'British Medical Journal'에 발표한 보고서에 의하면, 소설 속에 나타난 본드의 음주습관을 분석한 결과, 본드는 알코올 중독에 가까운 습관을 가졌다는 것이다. 그의 1주일간의 음주량은 와인 10병에 해당하는 것으로 의사의 권고수준 4배에 해당하며, 이렇게 많은 알코올을 꾸준히 마셨을 경우, 암이나 우울증, 간경화, 고혈압에 시달렸을 것이라는 것이다. 따라서 본드의 수명은 자신의 원작자인 플레밍과 같이 56세에 불과했을 것이라는 분석이었다. 본드처럼 가상의 인물이 아니더라도 건강한 육체를 바탕으로 팬들의 사랑을 받았던 스포츠 스타들의 알코올 중독 사례도 비일비재하다. 지난 2015년 메이저리그 포스트시즌을 앞두고 팬들을 경악케 했던 C.C 사바시아(뉴욕 양키스)의 포스트 시즌 출전 포기 사유는 정말 예상 밖이었다. 알코올 중독 증세를 견디다 못해 팀의 1년 농사를 가능케 하는 포스트 시즌 직전에 사바시아는 그라운드가 아닌 알코올 중독 재활센터에 입소해야 했던 것이다. 단 몇 경기 출전도 하지 못하고 커밍아웃을 해야 했을 정도로 그는 심각한 증상을 앓고 있었던 것이다. 13년 연속 두자리 승수를 거두면서 통산 214승을 올린 스타도 알코올 앞에서 힘없이 무릎을 꿇었던 것이다. 다른 인기 스포츠도 예외는 아니다. 1980년대 영국 축구를 대표했던 국가대표 선수이자 명문구단 아스널의 '레전드'로 불렸던 '케니 샌섬'도 집 없는 노숙자 신세로 전락해서 공원에서 노숙하는 모습이 포착되어 올드팬들에게 안타까움을 주었다. 아이 3명을 낳고 행복한 가정을 꾸렸던 그에게 불륜으로 시작된 불행의 고리는 결국 그의 모든 것을 빼

았으며 그에게 술과 마권의 비참한 삶을 대신 주었던 것이다. 다행히 언론 보도 이후 동료들의 알코올 중독 클리닉에 입소 예정이지만, 그의 화려한 영화는 이제 어디에도 존재하지 않는다.



그림 1. 알코올 중독자로 전락한 전직 축구 스타 케니 샌섬의 근황(출처:해럴드경제)

NBA 스타였던 ‘빈 베이커’도 올스타에 네 번이나 올랐고, 시드니 올림픽 대표선수로 나가 금메달도 수상했지만, 알코올 중독에 빠지면서 농구로 번 1천억원이 넘는 재산을 모두 탕진하고 말았다. 스타벅스의 하워드 슐츠 회장이 그에게 다시 기회를 주면서 스타벅스 매장에서 매니저로의 승격을 기다리는 바리스타가 되었지만, 그래도 그에게는 가정이 남아있었고, 알코올 중독에 빠진 사람치고는 형편이 괜찮은 편이라고 할 수 있다.

현재 우리나라의 알코올 중독자 수는 220만명을 상회하는 것으로 알려져 있고, 이는 정신 질환 중에서 가장 높은 유병율인 6.6%로 세계 평균의 거의 2배에 해당하는 수치를 보이고 있으나 치료율은 1.6%로 정신 질환 중에서 가장 낮은 편이다.

	전체		남성		여성	
	유병률	추정환자수	유병률	추정환자수	유병률	추정환자수
알코올남용	2.1	758,047	3.4	612,472	0.9	162,752
알코올의존	2.2	794,145	3.2	576,444	1.2	217,003
전체	4.4	1,588,289	6.6	1,188,916	2.1	379,756

표 1. 알코올 사용장애 1년유병률 및 추정환자수(단위 :%, 명, 출처:2011년도 정신질환실태 역학조사)

즉, 알코올 중독은 이제 단순한 기호의 문제가 아니라 심각한 정신 질환의 하나로 자리 잡고 가장 난치성 질환임에도 불구하고 치료의 필요성에 대한 인식은 상당히 낮은 위험성을 보이고 있다는 것이다. 이 낮은 경계인식은 알코올 중독을 점점 ‘치료가 어려운 병’으로 만들고 있다.

(2) 알코올 중독이 건강에 미치는 영향

알코올 중독은 건강에 어떤 영향을 미치는가? 이에 관해서 직접적인 결과를 보여주는 지표가 있다. 2015년 미국 질병통제예방센터가 밝힌 자료에 따르면, 약 3,800만명에 달하는 미국의 성인들이 평균 한달에 네 번 이상, 한 번에 8잔 이상의 폭음을 하는 것으로 나타났고, 이로 인해 평균 매일 6명이 목숨을 잃고 있는 것으로 보고되었다. 2010~2012년 사이의 기간에 15세 이상의 사람을 대상으로 한 이번 결과에 따르면, 사망자

의 75%는 35~64세에 집중되어 있었고, 성별로는 76%가 남성이었다. 알코올 중독이 조기 사망에 미치는 영향에 대해서는 2015년 독일 본 대학병원 정신의학과와 영국 로얄 더비 병원이 맨체스터 7개 종합병원의 환자 정보를 분석해 '유럽 정신의학 저널'에 발표한 연구결과에도 나온다. 즉, 알코올중독 환자 23,000명과 일반인 233,000명을 대상으로 비교 분석한 결과, 알코올 중독자는 일반인보다 27가지의 질환에 걸릴 확률이 높으며, 사망률도 현저히 높아 일반인보다 평균 7.6년 일찍 죽게 되고 사망 장소도 일반인이 12명 중의 1명 꼴로 병원에서 사망한다면, 알코올 중독자는 5명 중 1명이 입원 중에 사망하는 것으로 밝혀졌다. 사실 알코올로 인해 발생하는 질병이라면 당연한 듯이 지방간, 간염, 간경화 및 간암의 순차적인 발병을 떠올리는 사람들이 많겠지만, 알코올 자체만으로 발생할 수 있는 질병은 아래 그림과 같이 매우 다양하다.



그림 2. 알코올이 인체에 미치는 영향(출처:보건복지부, 대한의학회)

알코올의 잦은 섭취가 간에 문제를 일으키는 기전은 아무래도 잦은 음주와 제일 관련이 높다. 간조직 중에 지방이 차지하는 비율이 5%가 넘으면 지방간으로 분류되는데, 잦은 알코올 섭취는 간여 알코올을 지방산으로 간세포에 축적하게 된다. 이 축적된 지방산이 간세포에 혈액을 통한 산소와 영양분 공급과정을 차단하는 역할을 함으로써 간세포가 손상되기 때문에 적은 양이라도 장기간의 알코올 섭취는 필연적으로 간손상을 일으키게 된다. 뿐만 아니라 이 혈액을 통한 산소와 영양분 공급의 저해는 위, 심장, 비뇨기계, 근골계 할 것 없이 모두 손상을 일으키게 마련이며, 역시 오랫동안 알코올을 섭취하는 알코올 중독의 결과로 나타난다. 뿐만 아니라 만성적인 알코올의 섭취가 일으키는 60여가지 질환 가운데에는 악성 종양인 암도 포함되어 있다. 대중에게 흔히 알려진 간암뿐만 아니라 유방암, 대장암, 직장암, 난소암 등 여러 암의 발생에도 알코올은 작용하고 있는 것이다.

하지만, 알코올로 인해 간이나 다른 장기에 문제가 생기기 이전에 가장 먼저 심각하고 돌이킬 수 없는 문제를 겪는 곳이 있다. 바로 혈관 속으로 퍼져나간 알코올이 가장 도달하기 쉬운 두뇌에 문제가 생긴다는 것이다. 혈중 알코올 농도가 높아지면서 뇌세포에 대한 직접적인 손상뿐만 아니라 뇌세포의 기능과 연관 있는 비타민 B1의 파괴가 일어나면서 뇌세포의 손상이 촉진되기 마련인데, 이런 현상의 빈도가 높아지면 알코올성

치매로 이어질 확률이 높은 것이다. 알코올에 의한 정신장애는 바로 치매증세로 이어지기 전에 전조 증상을 겪는다. 대표적인 것이 인지기능장애, 성격의 변화, 사고방식의 변화 등이다. 인지기능장애는 흔히 ‘블랙아웃’이라고 부르는 속칭 필름이 끊기는 현상으로 나타난다. 알코올의 과다 섭취는 두뇌의 변연계에서 학습, 기억 및 새로운 정보를 인식하는 역할을 하는 해마(Hippocampus)에 직접적인 타격을 주게 된다.

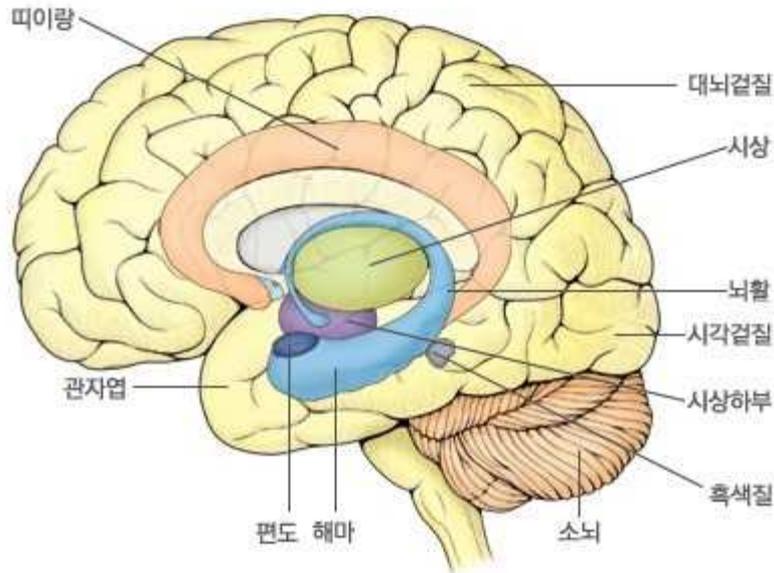


그림 3. 해마의 위치(출처:네이버 건강백과)

해마의 기능은 단기기억을 장기기억으로 옮겨주어 기억을 유지하게 하는 역할을 하는데, 알코올로 인해 타격을 받으면 기억이 저장되지 않음으로써, 취중에 벌어졌던 상황 등에 대해 전혀 기억을 할 수 없게 되는 것이다. 실제로 국내에서도 블랙아웃 상태에서 외국인과 몸싸움 끝에 살인을 저질렀던 사건이 있었고, 음주에 의한 형의 감경 없이 사형을 언도받은 사건도 있었다. 그만큼 알코올 중독에 의한 범죄의 발생이 심각하다는 것을 보여준 것이다. 알코올은 대뇌의 60% 이상을 차지하는 전두엽의 손상을 가져오기 마련이므로 충동조절 능력을 점차 상실하게 되면서 같은 말의 반복-목소리 커짐-폭언-폭력-범죄의 단계로 발전하기 쉽게 만든다. 또한, 거꾸로 알코올에 의해서만 불안에서 해방되는 경험을 학습하게 되기 때문에 반복적인 뇌손상으로 인해 우울증이나 인격 장애로 발전하게 된다. 또한, 결국 알코올성 치매로 이어지면서 전체 치매환자의 약 1/4 정도가 이미 이른 나이에 치매 증상을 보이게 된다는 것이 문제이다. 이로 인해 자신의 일상적인 기억까지 상실하면서 없어진 기억을 무의식적으로 거짓으로 채워 넣는 ‘작화증’까지 보이는 중독 환자가 증가하고 있다. 전문가들은 이 상태에까지 도달한 환자들이 다시 온전히 건강한 두뇌상태로 회복되는 것은 어렵다고 입을 모은다. 물론 완전한 단주에 성공한다면, 이미 손상된 뇌세포 주변의 세포들이 대신 그 기능을 공유하고 대신하면서 어느 정도의 회복도 가능하지만, 중독 증상은 단주의 가능성을 허락하지 않으면서 점점 상태의 악화를 일으키는 것이 훨씬 더 일반적이기 때문이다.

(3) 알코올 중독과 사회적 문제

2016년 2월 아랍의 위성방송 알자지라는 ‘만취 한국’이라는 25분짜리 다큐멘터리를 통해 우리나라를 세계 최악의 음주 문제를 가진 나라로 소개했다. 일주일 평균 미국인은 3잔, 러시아인이 6잔의 술을 마신다면, 한국인은 14잔의 술을 마신다는 것이다. 이로 인해 발생하는 사회적 비용은 연간 2억 달러가 넘는 것으로 다뤄졌다. 사실 음주 관련 질병 진료비는 2011년에 이미 2조원을 훌쩍 넘어섰고, 같은 해 보건복지부 정신

질환실태 역학조사에 따르면 우리나라 20세 이상의 성인인구 중 알코올 중독자가 13.4%인 약 512만명에 달한다는 충격적인 보고가 있었다. 이 가운데에서도 중증의 중독으로 분류되는 ‘알코올 의존증’ 환자만 해도 무려 203만명이나 될 정도이다. 이로 인해 발생하는 사회적 병폐는 보건의료만의 문제는 아니다. 알코올 중독으로 인해 발생한 뇌손상은 정상적인 사고의 판단을 흐리게 만들면서 사회를 병들게 하는 폭행, 가정폭력, 성범죄, 음주운전 등의 범죄로 이어진다. 2016년 2월 인천지법이 존속살해 혐의로 기소된 A씨에게 내린 징역 15년과 치료감호의 중형은 이와 관련하여 경각심을 남긴다. 술을 그만 마시라는 어머니의 잔소리에 갈등이 터져 나오면서 결국 어머니를 흉기로 살해한 혐의에 대하여 재판부가 어떤 이유로도 용납될 수 없다는 판단을 한 것이다. 이미 취중 성범죄에 대해서도 감경사유가 될 수 없도록 2014년에 성폭력 특별법 개정이 이루어진 것도 같은 맥락이다. 알코올 중독에 의한 폭력의 발생은 사회의 커다란 위협요인으로 인식되기 시작한 것이다.

이렇게 알코올 중독과 사회적 문제의 연결고리는 중독자의 입원 경로와 그 이후 상황을 보더라도 추정이 가능하다. 정신병원에서 알코올 중독으로 치료받는 환자의 입원 경로는 크게 세 가지로 나뉜다. (1) 자발적 입원 (2) 가족의 신고에 의한 강제 입원 (3) 시도지사나 군수 등의 자치단체장에 의한 강제 입원 등이다. 이 중 문제가 심각하기 이전에 스스로가 자발적으로 진료를 받고 입원치료를 결심하는 경우는 극히 드물다. 대부분 폭력을 견디다 못한 가족이나 사회적 무질서를 우려한 자치단체장이 강제로 입원시키는 경우가 많고, 자발적 입원이라고 해도 이미 가정을 떠나 노숙자로 전락한 환자가 고통을 견디다 못해 단기간 동안 병원을 찾는 경우가 많기 때문이다. 이처럼 자의든 타의든 알코올 관련 문제로 가정을 떠난 입원 환자에게 치명적인 일이 발생했을 때에도 가족이나 친족에게 연락이 잘되지 않는 경우도 비일비재하다. 중독에서 떠날 수 없는 환자가 다시 가정으로 복귀했을 때의 어려움을 가족이 감당할 수 없다고 판단했기 때문이다. 따라서 알코올 중독은 단순한 건강상의 문제가 아니라 건강한 사회의 기초가 되는 건강한 가족 관계를 해체시키는 ‘가족병’으로 불리고 있는 것이다.

약사 Point

1. 지나친 음주로 인해 발생하는 알코올 중독은 국내 사회에서 이미 심각한 건강과 사회에 대한 위협요인이 되고 있음을 인식해야 한다.
2. 잦은 음주로 인해 발생할 수 있는 질병의 정보를 환자에게 효과적으로 전달하는 것이 중요하다.

■ 참고문헌 ■

- 1) 서울시 정신보건 통계, <http://seoulmentalhealth.kr/about/trend4.jsp>
- 2) 네이버 건강백과
- 3) EBS 다큐프라임 술의 경고 1부:엄마는 알코올 중독자(2013년 3월 25일 방영)
- 4) EBS 다큐프라임 술의 경고 2부:알코올에 사로잡힌 아이들(2013년 3월 26일 방영)
- 5) EBS 명의 377회:남성을 위협하는 질환 알코올성 간질환(2014년 10월 3일 방영)
- 6) KBS2 비타민:알코올 중독(2013년 11월 6일 방영)
- 7) KBS1 생로병사의 비밀 528회:블랙아웃, 알코올성 치매를 부른다(2014년 12월 10일 방영)
- 8) KBS1 생로병사의 비밀 529회:술, 어떻게 마셔야 하나(2014년 12월 17일 방영)
- 9) 스포츠조선,
<http://sports.chosun.com/news/ntype.htm?id=201312140100129800007950&servicedate=20131214>
- 10) 보건복지부/대한의학회 홈페이지 질환정보
- 11) OSEN, <http://osen.mt.co.kr/article/G1110262448>
- 12) 해럴드경제,
http://news.heraldcorp.com/view.php?ud=20150609000168&md=20150609104821_BL
- 13) JTBC 뉴스, http://news.jtbc.joins.com/article/article.aspx?news_id=NB10984224
- 14) 메디컬투데이, <http://www.mdtoday.co.kr/mdtoday/index.html?no=248654>
- 15) 뉴시스,
http://www.newsis.com/ar_detail/view.html?ar_id=NISX20150407_0013585506&cID=10105&pID=10100
- 16) 경기신문, <http://www.kgnews.co.kr/news/articleView.html?idxno=434461>
- 17) 데일리안, <http://www.dailian.co.kr/news/view/555372/?sc=naver>
- 18) 한국경제, <http://www.hankyung.com/news/app/newsview.php?aid=201512290714a>
- 19) 국민일보, <http://news.kmib.co.kr/article/view.asp?arcid=0010343518&code=611211111&cp=nv>