물도 삼키기 어려워요! 인후통!

저자 **최 선**
가톨릭중앙의료원 연구윤리사무국
약학정보원 학술자문위원

매년 찬바람이 불어오기 시작하는 이 때쯤이면 필자에게 어김없이 찾아오곤 하는 반갑지 않은 손님이 있습니다. 사실 올해도 어김없이 반갑지 않은 이 손님 때문에 고생 중이기도 하지요. 스산해진 날씨에 오한이 든다 싶은 어느 아침에 찾아온 불청객의 이름은 인후통이랍니다.

인후통은 인두와 후두에서 느껴지는 통증을 칭하는 용어인데요, 인두는 코에서 식도로 이어지는 부위를 말하고 후두는 인두에서 폐로 이어지는 부위를 말합니다. 흔히 저희들은 목구멍이라고 부르는 부분이지요. 이러한 인후통은 주로 상기도 감염으로 인해 발생하게 됩니다. 이외에도 인후부를 자극할 수 있는 위산 역류를 유발하는 위식도 역류증이나, 기타 다른 질환에 의한 원인으로 나타날 수도 있지만, 이번에는 인후염에 의한 인후통을 중심으로 알아보겠습니다.

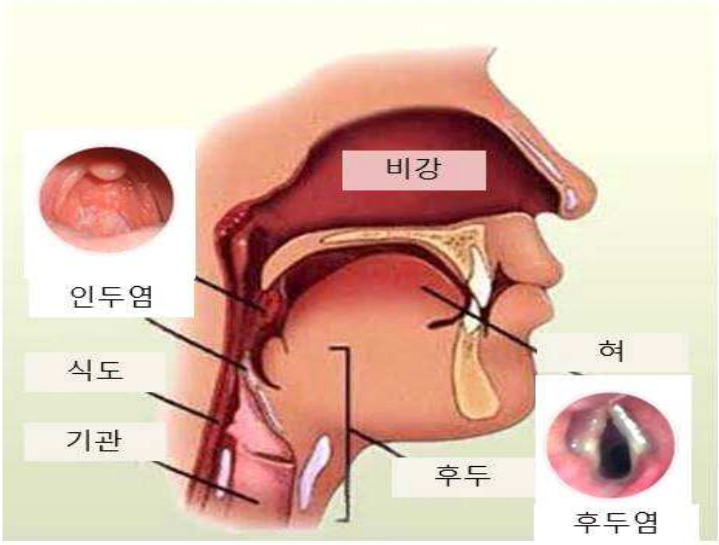

그림 1. 인두 및 후두

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000

인후통의 원인과 주요 증상

인후통은 인두부와 후두부위의 감염으로 인해 점액질층이 손상되거나 파괴되었을 때 나타나게 됩니다. 이런 증상이 급성으로 발생한 경우는 대부분 그 원인이 바이러스인 경우가 많습니다. 후두염에 의한 증상은 대게 단시간 안에 좋아지기 때문에 크게 문제가 되지는 않지만, 2주 이상 증상이 지속되는 경우에는 원인을 파악하고 적절한 치료를 위해 이비인후과 전문의와 상의해야 합니다. 인두염 역시 바이러스성이거나 세균성일 수 있으며, 세균성인 경우는 Streptococcus라는 균주에 의한 경우가 대부분입니다. 세균성 인두염의 경우에는 치료하지 않고 방치되는 경우 합병증을 유발할 수도 있기 때문에 주의해야 합니다.

이러한 감염의 일반적인 증상은 점액질층 하부 세포 손상으로 인해 물도 삼키기 어렵게 아픈 통증을 호소하게 됩니다. 또한 발열이나 두통, 기침 등의 증상이 함께 나타나기도 하며, 입안을 관찰했을 때 목구멍 주위가 빨갛게 충혈되어 있거나 하얀 막이 형성되어 있는 경우도 있습니다.

이러한 일반적인 통증성 증상 외에 목소리가 허스키한 중저음의 쉰 목소리로 변하거나 아예 목소리가 안 나오는 경우를 볼 수 있는데요. 이것은 성대가 위치한 후두에 염증이 생기고 부었을 때 나타나는 현상입니다. 목소리가 변하는 증상은 성대부위에 대한 자극이나, 알레르기 또는 다른 환경적인 자극 요인, 위산 역류 등도 주요 원인으로 작용합니다.

인후통의 치료

대부분의 인후통은 갑자기 증상이 나타났다가 특별한 치료 없이도 증상이 사라지는 경우가 많지만, 이러한 인후통 증상이 소실되지 않고 2~3주 이상 지속되는 경우에는 다른 질환에 의한 것이 아닌지 원인을 감별하기 위해 전문의의 진단을 받아보는 것이 바람직합니다.

진단 결과, 세균에 의한 인후염으로 진단된 경우는 합병증 예방을 위해 적절한 항균제 치료가 동반되어야 합니다. 항균제 치료를 시작하는 경우에는 처방된 기간 동안 처방받은 약을 충실히 복용해야 하며, 인후통 증상이 사라졌다고 항균제를 중단해서는 안됩니다. 또한 심한 통증이나 가래 등의 동반 증상을 개선하기 위해 거담제나 해열진통제가 처방되기도 합니다.

이러한 약물 치료 이외에 생활요법도 매우 중요한데, 인후염에 의한 쉰 목소리가 빨리 낫게 하기 위해서는 목소리를 되도록 사용하지 않는 것이 중요합니다. 또한 목이 건조해지지 않도록 방안의 습도와 온도를 적절하게 유지해야 합니다. 이외에 양치질이나 소금물을 이용한 가글 등으로 구강 청결에 꼼꼼하게 신경을 쓰는 것도 인후통을 빨리 치유하도록 도와주는 중요한 생활요법입니다. 인후통 증상이 있을 경우 무리하지 않도록 과로를 피하고 충분한 휴식을 취해야 하며, 인후염은 기침, 콧물 등을 통해 쉽게 타인에게 전파될 수 있기 때문에, 비누 또는 알코올 세정제를 사용해서 자주 손 세척을 하는 것이 주변에 인후염이 전파되는 것을 예방할 수 있는 방법입니다.

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000