



## 여성 질환-질염 완전 극복하기(2)

저자 **김성철**

영남대학교 임상약학대학 겸임교수

약학정보원 학술자문위원

### 폐경 후 위축성 질염

정상적인 질의 표면은 피부와 마찬가지로 세포가 4~5층의 여러 겹으로 되어 있어 맨 아래에서는 자꾸 세포가 새로 생기고, 맨 윗 표면의 세포는 수명이 다하면, 피부에서 때가 벗겨지는 것과 같은 이치로 떨어져 나가게 됩니다. 그런데 피부와 달리 질의 경우에는 세포에서 나오는 물기(삼출액)가 가해져 액상 분비물이 생기게 됩니다. 질 분비물은 질에서 떨어져 나오는 세포와 세포 사이의 조직액이 밖으로 스며 나오는 삼출액 때문에 생깁니다.

#### 1) 위축성 질염이란 무엇인가요?

폐경 후 위축성 질염은 에스트로겐 농도의 감소로 말미암아 질벽이 얇아져서 초래되는 질염입니다. 이 병은 폐경 후 가장 흔히 발생하며 질 위축증이라고도 합니다.

질 위축이 있는 여성은 만성 질 감염 및 비뇨기 기능 문제가 생길 가능성이 더 높습니다. 질 위축으로 인해 성교가 고통스러울 수도 있습니다.

American Association of Family Physicians (미국가정의학협회)에 의하면, 폐경기 여성의 40퍼센트 이상이 질 위축이 있다고 보고되어있습니다. (출처 : AAFP)

#### 2) 위축성 질염의 증상은 무엇입니까?

폐경기 여성의 거의 절반에서 질 위축이 발생하지만, 단지 20퍼센트의 여성만 그 증상이 나타납니다.

주요 증상은 다음과 같습니다.

- 질벽이 얇아짐
- 질관이 짧아짐 및 좁아짐
- 질 습기 부족 (질 건조)

- 질 작열감 (염증)
- 성교 후 혈흔
- 성교 중 불편감 또는 통증
- 배뇨 중 통증 또는 작열감
- 요도 감염 빈도 증가
- 요실금 (불수의적 누출)

### 3) 위축성 질염의 원인은 무엇입니까?

위축성 질염의 원인은 에스트로겐의 감소입니다. 질 조직은 에스트로겐이 없으면 얇아지며 건조해집니다. 조직은 탄력성이 줄고, 더 약해지며, 상처를 입기 쉽습니다.

폐경 이외에도 다음과 같은 조건 하에서도 야기될 수 있습니다.

- 모유수유 중
- 난소 절제 후 (외과적 폐경)
- 암에 대한 화학요법 후
- 암에 대한 골반 방사선요법 후
- 유방암에 대한 호르몬요법 후

그러므로 규칙적인 성생활은 질 조직을 건강하게 유지하는 데 도움이 될 뿐만 아니라 심혈관질환의 예방에도 도움이 됩니다.

### 4) 위축성 질염의 위험 인자는 무엇입니까?

자연분만 경험이 없는 여성은 질을 통한 분만 경험이 있는 여성들보다 질 위축에 더 쉽게 걸리는 경향이 있습니다.

흡연은 혈액순환을 저해하여, 질과 다른 조직들에서 산소 공급을 감소시킬 뿐만 아니라, 질 조직이 얇아짐은 물론 혈류가 감소하거나 방해되어 질염이 잘 발생합니다. 흡연자는 또한 정제 형태의 에스트로겐 요법에 대한 반응도 더 낮습니다.

### 5) 위축성 질염의 합병증은 무엇입니까?

위축성 질염은 각종 질 감염에 걸릴 위험을 증가시킵니다. 질 위축은 질의 산성 환경에 변화를 일으킵니다. 이 변화로 인해 박테리아, 효모균 및 기타 미생물이 더 쉽게 번식하게 됩니다.

또한 이 변화는 비요기계 위축(비뇨 생식계 위축) 위험을 증가시킬 수 있으며, 요도 문제와 연관이 있는 다음 증상이 초래될 수 있습니다.

- 빈뇨
- 급한 배뇨 욕구
- 배뇨 중 작열감

일부 여성들은 요실금 증상도 있을 수 있으며 요도 감염이 더 빈번하게 생길 수 있습니다.

#### 6) 위축성 질염의 검사 및 진단은 어떻게 합니까?

성교 시 고통스럽고, 심지어 윤활제를 사용하여도 통증이 생기거나 평소에 없던 질 출혈, 분비물, 작열감, 또는 쓰라림을 느끼는 경우에도 전문적인 진료를 받아야 합니다.

일부 화장품, 비누, 목욕용품, 탈취제, 윤활제 및 살정제 또는 질 세정제는 위축성 질염을 악화시킬 수도 있습니다.

전문적인 검사는 다음과 같습니다.

- 골반검사
- 질 도말검사
- 질 산성검사
- 혈액검사
- 소변검사

#### 7) 위축성 질염의 치료는 어떻게 합니까?

치료의 목표는 질의 건강과 삶의 질 향상에 있습니다.

##### (1) 전문 의약품에 의한 치료

###### - 국소 에스트로겐

질 내로 에스트로겐을 투여합니다. 그러나, 국소 에스트로겐 요법은 일부 여성들에서 자궁내막암을 일으킬 수 있으며, 국소 에스트로겐을 사용하고 있는데 이례적인 질 출혈을 겪는 경우도 있습니다.

###### - 경구용 에스트로겐

폐경 후 또는 난소 적출술 후의 여성의 경우 일과성 열감과 질 건조를 치료하는 데 경구로 에스트로겐을 투여(호르몬 대체요법)로 위축성 질염의 치료를 할 수도 있습니다. 그러나 장기 사용은 특정 암의 위험을 증가시키거나, 호르몬 요법에 대한 부작용 발현에 대하여 항상 염두에 두어야 합니다.

암 병력 없는 경우에는, 정제 또는 패치 형태의 프로게스틴(합성 프로게스테론 호르몬)도 처방될 수 있습니다.

## (2) 일반 의약품에 의한 치료

### - 윤활제

건조증을 치료하는 일부 유용한 일반약에는 보습제 또는 수성 윤활제(러브젤 등)가 포함됩니다.

### - 경구용 일반의약품

① 비타민 E 오일도 윤활제로 사용할 수 있습니다. 성활동을 하기 1~2시간 전에 캡슐이나 액체를 질 안으로 삽입하십시오.

② 비타민 A와 D는 질의 분비액을 증가시킬 뿐만 아니라 건조를 예방한다고 알려져 있습니다. 특히 비타민 A는 신체 특히 기관지와 질의 건조 예방에 탁월한 효과가 있음이 밝혀져 있습니다.

③ 승마(Black cohosh)는 폐경과 질 건조증과 같은 증상을 완화해주는 부작용이 없는 생약입니다. 메릴랜드 메디컬 센터 (University of Maryland Medical Center)에 따르면 의학적 연구에서 이러한 증상의 치료에 효과적이라는 것이 밝혀졌으며 미국 산과 의사 학회 (American College of Obstetrics and Gynecologists)에서 이러한 증상을 치료하는데 사용이 승인되었습니다. 승마는 매일 40mg~80mg의 양을 복용합니다.

### ④ L-아르기닌

아르기닌은 NO를 공급하여 혈액을 확장시켜서 질 분비액의 증가를 유도해줍니다. 뿐만 아니라 아르기닌은 성적 욕구를 상승시켜서 질의 내부 환경을 정상화 시켜주는데도 도움을 줍니다.

## 8) 위축성 질염의 예방은 어떻게 합니까?

면내의를 입고 꼭 끼는 옷을 입지 않으면 증상을 호전시킬 수 있습니다. 느슨한 면 내의는 생식기 주위의 공기 순환을 향상시켜서, 박테리아가 성장하기에 덜 이상적인 환경을 조성합니다.

위축성 질염이 있는 여성은 성교 시 통증을 겪을 수 있습니다. 그러나 활발한 성생활을 유지하는 것은 질의 혈액순환을 향상시키고 자연적 습기를 유지할 수 있습니다. 성활동은 에스트로겐 농도에 아무 영향을 미치지 않지만, 혈액순환을 향상시킴으로써, 성기를 더 오랫동안 더 건강하게 유지합니다. 성적 흥분이 도달할 때까지 시간을 들이면 성교가 더 편안하게 될 수 있습니다.