



## 치매와 파킨슨병과의 차이

저자 김성철

영남대학교 임상약학대학 겸임교수

약학정보원 학술자문위원

현재 질병 중에 가장 불행한 질병 중의 하나가 아무도 몰라보게 된다는 치매라는 질병이 아닐까 합니다. 치매란 정상적이던 사람이 뇌에 이상이 생겨 두 종류 이상의 인지기능을 상실하여 일생생활을 수행할 수 없게 되는 상태를 뜻합니다. 치매는 원인에 따라 노화에 의한 치매, 음주와 흡연에서 오는 치매, 유전적 치매, 혈관성 치매(뇌의 혈액 공급에 문제가 생기는 뇌경색으로 인한 치매; 뇌 속의 혈관이 터지거나 하는 등의 원인으로 일어남, 뇌출증 또는 중풍과 관련이 있음), 알츠하이머병 치매, 파킨슨 치매 등이 있습니다. 우리나라에서는 60세 이상 노인 중 약 20%가 경도 인지장애를 포함한 치매 증상을 보입니다. 이 가운데 60%는 알츠하이머병 치매인 것으로 알려졌습니다. 그러나 아직 명확한 원인과 치료법은 밝혀지지 않고 있습니다. 그러므로 엄격히 말하면 알츠하이머병이란 치매의 일종으로서 가장 많이 발생하므로 편의상 치매를 알츠하이머병이라고 칭합니다.

"알츠하이머 병"은 인지 기능의 손상인 "치매"의 원인이 될 수 있습니다. "알츠하이머 병"은 퇴행성 뇌질환으로, 노화의 과정 속에서 뇌조직이 기능을 잃으면서 점차 정신 기능이 쇠퇴하는 병입니다. 이 병의 특징은 기억력과 정서면에서 심각한 장애를 일으킵니다. 그러나 불행하게도 아직까지 현대 의학에서는 뚜렷한 치료법이 없는 '불치의 병'으로 인식되고 있습니다. 알츠하이머병과 치매를 동일시하는 경우가 있으나 치매는 알츠하이머병에 의해서만 생기는 것이 아니라 고혈압, 당뇨병, 심장질환 등과 같은 성인병이 원인이 되어 발생합니다. 노인에게 주로 나타나는 치매의 주요 원인 가운데 하나입니다. 미국의 전 대통령 로널드 레이건이 이 질환을 앓다가 세상을 떠나면서 사람들의 관심을 끌었습니다. 우리나라에서도 치매를 국가 퇴치 질병으로 지정을 하고 치료에 최선을 다하고 있습니다.

이 병은 초기에는 경미한 기억력의 감퇴로 시작하지만 더 진행이 되면 서서히 전화번호나 주소를 잊어버리는 것은 물론 자신이 누구인지도 모를 정도로 뇌의 고등정신기능의 감퇴가 심하게 나타납니다. 나이가 들면 차에 물건을 그냥 두고 내리는 경우가 자주 있게 되는데 이런 정도의 기억력 감퇴는 건망증 또는 최소

인지 장애라고 하며, 정상적인 노화과정에서 나타날 수 있는 증상입니다. 그러나 이 단계가 지나면 일상적인 생활방법 즉 옷 입는 방법, 밥 먹는 방법, 대소변 가리는 방법 등을 하지 못하게 됩니다. 또한 조그마한 일에도 상당히 흥분하고 성격이 공격적이 되기도 합니다. 그런데도 환자는 이런 행동에 대해 의식이나 기억을 하지 못합니다. 이들은 이런 행동을 의식적으로 하는 것이 아니라 뇌신경세포의 광범위한 파괴로 인한 무의식적인 행동입니다. 그리고 단기 기억장애(금방 자신이 한 말이나 행동을 기억 못함)를 나타냅니다. 현재까지 치매를 일으키는 가장 유력한 원인은 뇌 내의 베타 아밀로이드(Beta-amyloid)라는 단백질이 많아져서 뇌신경세포 내 미토콘드리아에서 배출되는 활성산소를 증가시켜서 뇌신경을 파괴하는 것으로 알려져 있습니다.

파킨슨병 환자들 중 약 30% 정도에서 치매가 발생하며 같은 나이의 정상인에서 보다 치매 발생률이 훨씬 높습니다. 파킨슨병 환자들 중 나이가 많은 사람이나 오랜 동안 파킨슨병을 앓고 있는 사람에서 치매가 잘 발생합니다. 알츠하이머 병 환자들은 언어 장애, 실행 불능 등 치매 증상을 보이지만 파킨슨병환자들에서는 집중력 저하, 시각 공간 판단력 저하, 실행 장애, 생각 하는 속도가 느려지는 치매가 나타납니다.

그러나 파킨슨병은 알츠하이머와 혼동되어 알려져 있습니다. "파킨슨 병"은 느린 운동, 정지 시 떨림, 근육 강직, 질질 끌며 걷기, 굽은 자세와 같은 파킨슨 증상들을 특징으로 하는 진행형 신경 퇴행성 질환입니다. 주로 뇌 내에 도파민이란 물질이 모자라서 나타나는 질병입니다. 파킨슨병의 주된 증상은 심각한 인식 장애와 미약한 언어 장애도 발생하는데 만성적으로 진행됩니다. 파킨슨병에서 치매가 생긴 경우에도 알츠하이머병처럼 기억력 장애가 생기는데 힌트를 주어도 어떤 일을 기억해 내지 못하는 알츠하이머병과 달리 힌트를 주면 기억을 되살려 내는 특징을 보입니다. 파킨슨병에서 치매가 생긴 환자들은 알츠하이머병과 달리 환시(사람이나 동물 등 헛것이 보임)가 흔하며 아침에는 멀쩡했다가 밤에는 치매 증상을 보이는 등 증상의 기복이 심합니다. 일본뇌염, 뇌매독, 이산화탄소 중독, 망간 중독이나 월슨병(구리가 체내에 과도하게 축적되어 야기되는 질병임)에 걸렸을 때도 나타날 수 있습니다. 발병할 수 있는 확률은 1천 명 중 1명꼴이지만 나아가 많을수록 발생빈도가 높습니다. 그리고 운동장애가 발생하여 움직이는 것이 불편하게 됩니다.

파킨슨병의 특징은 세포가 죽어가는 속도가 정상적인 노화로 인한 속도에 비해 빠르고, 뇌의 여러 부분 중 선택적 부위만 주로 파괴된다는 점입니다.

중풍(中風)은 뇌의 혈관이 막히거나 혈관이 터진 결과로 일어나는 마비 등을 동반하는 질환입니다. 흔히 한쪽 팔다리가 마비되거나 발음이 힘들거나, 의식 변화가 오지만 전부 그런 것은 아닙니다. 중풍과 파킨슨병은 매우 다른 질병입니다.

또한, 우리가 흔히 "노망이 듣다."고 할 때 이 노망은 치매와는 달리 나이가 들어감에 따라 자연스럽게 인지 기능이 저하 혹은 퇴화되는 것을 말합니다. "노망"은 신체의 노화에 따른 자연스러운 현상으로, 병리학적 질환으로 규정된 "치매"와는 구별됩니다. 그러나 노인성 치매는 주로 65세 이상의 노인에서 발병률이 증

가하는 자연스러운 진행성 질환입니다.

#### 요약하면

1. 치매는 인지기능이 손상되는 질병을 통칭하는 말이며, 치매는 노화, 음주 또는 흡연, 파킨슨병, 알츠하이머병 등에 의해 일어날 수 있습니다.
2. 알츠하이머병은 베타 아밀로이드라는 독성 단백질의 신경 조직 파괴로 인한 것으로 추정되고 있으며,
3. 파킨슨병은 뇌의 신경세포의 파괴로 인한 도파민 부족이 원인인 것으로 생각되고 있습니다.

치매 또는 파킨슨병은 나이가 들면 자연스런 노화에 의하여 발생하며 사람에 따라서는 더 젊은 나이에서, 또는 더 빠르게 진행이 될 수 있습니다. 그러므로 치매의 가장 큰 적인 과도한 음주와 흡연 등은 절대 피하시고 활성 산소를 제거 시켜줄 수 있는 음식과 적당한 운동, 산보와 지속적인 두뇌 훈련으로 치매와 파킨슨병을 예방하고 또한 될 수 있으면 늦게 발생하도록 일상생활의 개선이 매우 중요합니다. 왜냐하면 아직까지 두 가지 질병 모두 그 원인에 대하여 확실하게 밝혀진 것이 없으며 가설에 의하여 개발된 치료제밖에 없기 때문입니다.

치매를 예방하기 위한 행동 양식은 다음과 같습니다.

1. 뇌졸중의 위험인자를 조절한다(고혈압, 담배, 과음, 당뇨병, 콜레스테롤, 심장병).
2. 사회 활동에 참여한다(봉사 활동, 노인대학).
3. 꾸준히 책이나 신문을 본다.
4. 취미 생활을 계속 한다.
5. 꾸준하게 운동을 한다.
6. 균형 잡힌 식사를 잘 한다.
7. 밝게 웃으며 산다(스트레스를 피한다).
8. 머리에 외상 조심
9. 조기 진료, 적극적인 상담을 실시한다.

음식으로는 카레의 강황에 들어있는 "투르메론"이라는 방향성 물질이 내인성 신경줄기세포의 증식과 분화를 촉진한다는 것입니다. 즉 뇌 내의 신경 전달 물질의 손상을 최소화 해주는 음식으로 알려져 있습니다. 또한 엽산과 비타민 C의 꾸준한 복용이 치매와 파킨슨병의 예방에 매우 효과적입니다.