실버보감

노인의 대상포진, 자칫 평생 '신경통'으로 고생한다

한동하 한동하한의원 원장(한방내과전문의)

3줄 요약

- 대상포진은 극심한 신경통을 후유증으로 남긴다.
- 한의학 치료로 면역력을 높여 예방 효과를 높일 수 있다.
- 예방접종은 대상포진과 후유증을 예방하는 가장 확실한 방법이다.

수포와 함께 찾아오는 극심한 통증, 대상포진

나이가 들면서 가장 두려운 통증 질환 중 하나가 대상포진(帶狀疱疹)이다. 띠 모양으로 포진이 생겨서 붙여진 병명이다. 언뜻 보기에는 단순한 수포성 피부질환처럼 보이지만, 잘못 배이거나 붙여 댄 듯한 극심한 통증을 동반한다. 50대에 발병률이 급격히 증가한다.

면역력이 떨어진 노인이 대상포진에 걸릴 경우 피부의 수포성 발진이 사라지도 후유증이 생기면 신경통이 수개월에서 수년간 지속될 수 있다. 이를 '대상포진 후 신경통'이라 하며, 이약성 진통제에만 반응할 정도로 극심한 통증이 나타난다. 특히 노인의 대상포진은 잘 낫지도 않고, 재발로 치료하지 않으면 우울증, 불면증, 삶의 의욕 상실까지 유발한다.

피부에 통증이 나타나면 우선 대상포진을 의심하라

대상포진의 초기에는 피부와 근육 부위에 원인을 알 수 없는 통증이 생긴다. 특정 부위에 갑작스러운 통증, 저림, 감각 이상이 나타나다가 띠 모양의 수포성 발진이 생기고 하easy게 함께 통증은 더욱 심해진다. 집병 부위에 따라서 시신경이나 청신경 집병 시 실명이나 청력 손실까지 우려된다. 무엇보다도 재대로 치료되지 않으면 평생 가는 신경통이 남는다.

대상포진은 수포가 생기기 전까지는 확진하기 어렵다. 따라서 간혹 '옆구리가 결려요', '등이 아파요.'라고 하면서 한의원에 찾아오는 환자들이 있는데, 이때는 단순 근육통뿐만 아니라 대상포진 가능성을 항상 염두에 두어야 한다.

수두를 앓은 적 있다면 대상포진 걸릴 가능성 높아

수두와 대상포진은 동일한 바이러스에 의해서 발생한다. 어릴 적 수두(水痘)를 앓은 적이 있다면 이후 바이러스가 완전히 사라지지 않고 적수 신경절에 잠복해 있다가 나이가 들거나 면역력이 약해지면 다시 활성화되며 대상포진을 유발한다.

반면에 수두를 앓지 않은 사람은 원칙적으로는 잠복 바이러스가 없으므로 대상포진은 생기지 않는다. 다만, 수두 증상은 없었지만 어릴 적 자신도 모르게 수두 바이러스에 노출이 되었거나, 성인이 되어 수두에 감염이 된 경우라도, 이후 다시 잠복했다가 노년에 대상포진으로 나타날 수 있다.

대상포진과 단순포진은 다르다

입술 주변에 생기는 단순포진(헤르페스)과 대상포진은 서로 다른 바이러스다. 이름에 '포진(疱疹)'이 공통으로 붙고, 수포성 발진이 생겨서 비슷해 보이지만 바이러스 자체가 다르다. 다만, 면역력이 떨어지면 잘 생긴다는 공통점이 있다.

문제는 단순포진이 찾거나 대상포진을 앓는 경우 치매 발병률이 높아진다는 연구 결과가 있다는 점이다. 따라서 단순포진과 대상포진은 단순한 피부질환으로 치부할 것이 아니라, 정신 건강과 뇌 건강까지 연결되는 중요한 질환으로 인식할 필요가 있다.

양방에서는 대상포진 발병 시 항바이러스제를 조기 투여하여 바이러스 증식을 억제하고, 소염진통제·신경안정제를 병행한다. 그러나 발병 72시간 이내 치료를 시작하지 않은 효과가 떨어지므로 조기 진단이 가장 중요하다.

변증에 따른 다양한 한의약 치료

한의학에서는 대상포진을 '사전창(蛇串瘡)' 또는 '전요화단(纏腰火丹)'이라 불렀다. 사전창은 대상포진의 몸집이 마치 뱀 모양으로 띠를 이루며 퍼져서 붙여진 것이고, 전요화단은 허리를 감아 돌면서 불꽃 같은 모양의 붉은 부스럼이 생긴다는 뜻이다.

한의약에서는 열독(熱毒)을 제거하면서 발진과 염증을 가라앉히고(금은화, 연교, 황련, 생지황 등), 어혈(瘀血)을 풀고 통증을 완화하고(산삼, 적작약, 현호색 등), 노인의 면역력을 높이는 (황기, 구기자, 숙지황 등) 약재를 사용한다.

대표적인 처방으로 변증에 따라 오약순기산, 용담사간탕, 가감소요산 등을 활용한다. 침 치료는 병변 부위 신경절이 연결된 혈처혈과 이시혈, 협디라에 있는 족삼리, 합곡, 태충 등이 자주 쓰인다. 사암침법도 좋다. 뜸 치료는 수포와 염증이 심한 급성기에는 적절하지 않고, 후유증 단계인 대상포진 후 신경통 에 효과적이다.

조기 진단과 치료만큼 중요한 것은 예방이다

대상포진 예방의 가장 확실한 방법은 백신 접종이다. 최근 대상포진 발병률을 90% 이상 예방한다는 백신도 나왔다. 대상포진 예방접종은 면역력이 저하된 60세 이상 노인에게 강력히 권장된다. 한 번 발병하면 증상이 고통스럽고 재다가 후유증이 평생 갈 수 있기 때문이다. 앞서 말한 치매를 막기 위해서도 예방접종은 반드시 필요하다.

한의사에는 '정기존내 사불가견(正氣存內 邪不可干)'이라는 말이 있다. '내 몸 안에 정기가 충만하면 사기가 감히 침범하지 못한다.'는 의미다. 면역력을 키우면 대상포진도 생기지 않기에 면역력을 높이는 보약도 도움이 된다.

대상포진은 단순한 피부병이 아니라, 노인의 삶을 송두리째 흔든다. 따라서 평소 면역력을 높여 예조부터 걸리지 않도록 해야 한다. 대상포진은 그만큼 고통스러운 병이기 때문이다.