

명의의 건강비법

— 선생님의 건강, 안녕하십니까? —

30. 혈뇨와 단백뇨, 신증후군。



1. 단백뇨와 혈뇨의 이해

1) 단백뇨, 혈뇨의 의미

- 단백뇨와 혈뇨가 나온다는 것은 콩팥을 걸러내는 사구체에 문제가 있다는 것을 나타내는 신호임

2) 단백뇨와 혈뇨의 진단

- 단백뇨: 소변에 하루 150mg 이상의 단백질이 나오면 양성으로 진단함
- 혈뇨:
 - 남자: 적혈구가 나오지 않아야 정상임
 - 여자: 현미경으로 확인 시, 적혈구 5개 미만이 정상임

3) 단백뇨의 구분

- 소변을 본 후, 오랫동안 거품이 없어지지 않으면 단백뇨를 의심해야 함
- 단백뇨가 섞인 거품뇨는 층이 두꺼워, 30분이 지나도 거품이 지속됨

4) 혈뇨의 구분

- 육안적 혈뇨: 빨갛고 탁해 누구나 눈으로 확인 가능함
- 현미경적 혈뇨: 붉은 기가 거의 없어, 현미경으로만 적혈구 확인이 가능함
- 정상 소변은 적혈구가 섞여 있지 않아야 함

1. 단백뇨와 혈뇨의 이해

5) 단백뇨와 혈뇨의 생성 원인

- 단백뇨와 혈뇨의 생성 원인은 사구체의 손상
(사구체:
가는 모세혈관들이 실타래처럼 뭉친 기관, 몸에 불필요한 수분과
요독을 제거하는 역할을 함)
 - 당뇨나 혈압 등에 의해 사구체가 손상받은 경우
 - 사구체를 이루고 있는 모세혈관의 틈새가 많이
벌어져서 단백질이나 적혈구가 빠져 나오는 경우

6) 단백뇨와 혈뇨 검사 과정

- ① 단백뇨 양 측정
- ② 신장 초음파: 콩팥의 기능과 모양의 정상 여부 확인
- ③ 신장 조직 검사: 문제의 정확한 원인 확인
→ 단, 나이에 따라 검사 과정에 일부 차이가 있음

7) 크레아티닌 검사

- 크레아티닌(creatinine): 체내에서 에너지로 사용된 단백질의
노폐물로, 신장 사구체에서 여과된 후 소변을 통해 배출되는 물질
- 혈액에 크레아티닌을 투입하여 콩팥의 기능을 확인하는 검사 방법
- 정상치 크레아티닌 혈중 농도: 0.5~1.4mg/dl
- 신장병 환자일 경우 크레아티닌 혈중 농도 :
크레아티닌 수치가 비정상적으로 높아짐

1. 단백뇨와 혈뇨의 이해

8) 혈액 검사

- 간단하지만, 콩팥 기능이 30~40% 감소될 때까지는 수치가 잘 나타나지 않아서 초기에 콩팥이 나빠지는 것을 알기 어려움

9) 소변검사(사구체 여과율 측정)

- 사구체 여과율 측정이란 24시간 소변(하루 동안 배출된 소변)을 모두 모아서 그 안에 들어있는 크레아티닌 양을 모두 측정해 사구체로부터 단위시간 동안 어느 정도의 여과액이 만들어지는지 확인하는 것을 말함
- 사구체 여과율은 90 이상이 정상이며, 15이하일 때 투석과 이식이 필요한 말기신부전 수준임
- 콩밭의 기능은 40대부터 사구체 여과율이 1씩 떨어짐

2. 신증후군의 이해

1) 신증후군의 특징

- 알부민이 소변으로 과다 배출되어 사구체 틈새가 벌어지는 것으로, 팔다리가 붓고 복수가 차게 됨
 - 알부민:
생체 세포나 체액에 분포되어 있는 단순단백질로 세포의 기초물질을 구성
- 4~6세 어린이에게 주로 발생함
- 소아의 경우, 면역체계가 완성되지 않아 바이러스에 쉽게 노출되어 신증후군이 발병됨
- 성장에 필요한 중요 영양소가 모두 빠져나가기 때문에 이 병을 가진 소아들은 키도 아주 작고, 뼈도 약함
- 성인의 경우, 신증후군이 신부전으로 이어져 30~40%가 투석이나 이식으로 넘어가기도 함

2) 신증후군의 유사 질병

- 사구체신염:
사구체에 염증이 생겨 발생하고 심한 혈뇨를 동반하는 질병

2. 신증후군의 이해

3) 신증후군 증상

- 아침에 눈 주변이 부음
- 저녁에는 다리가 부음
- 부은 곳을 손으로 누르면 자국이 함몰되어 나타남
 - 손으로 누른 자국이 10초 이상 지속되면 신증후군 의심

4) 신증후군의 치료기간

- 완치율: 소아의 경우, 95% 완치 가능
- 치료기간: 6개월~1년
- 약을 끊은 후, 5년까지 재발하지 않으면 완치되었다고 봄

5) 신증후군 관리법

- ① 규칙적인 약 복용
- ② 악화시키는 요인 배제
 - 설사 등이 생기지 않도록 음식 조절
 - 감기에 노출되지 않도록 독감 등 예방접종 시행

6) 명의의 돌발질문

- 아침에 얼굴 부위 중 (눈)이 부으면 신증후군을 의심하라!
 - 신증후군은 다리가 붓거나,
압력에 민감한 눈 주변이 붓는 것이 특징임