

암 사망위험 높이는 코골이, 수술치료로 해결한다

기사입력 2012-05-23 17:17 최종수정 2012-06-22 18:45



[김지일 기자] 코골이로 인한 수면 무호흡증이 암 사망위험을 높이는 것으로 나타났다.

5월20일 미국 위스콘신 의과대학 하비에르 니에토 박사는 “수면 무호흡증에 따른 산소 결핍이 암 사망위험을 최고 5배까지 높일 수 있다”고 발표했다. 이같은 결과는 해당 대학 수면집단연구에 참가한 1500명을 대상으로 22년간 조사한 결과이다.

니에토 박사에 따르면 수면 무호흡증은 산소 결핍을 불러오고 이는 다시 부족한 산소를 보충하기 위한 신생혈관 생성으로 이어져 암세포 확산을 촉진시킨다는 것이다.

수면 중 호흡이 끊기는 빈도에 따른 암 사망위험은 시간당 5~14.9회가 10%, 15~29.9회는 2배, 30회 이상은 4.8배로 증가한 것으로 나타났다.

코골이는 수면중 상기도의 협착이 생기면서 호흡하려는 노력이 강해질 때 공기의 흐름이 방해받아 만들어지는 이상호흡이다. 코를 골다가 호흡이 일시적으로 멎은 후 다시 크게 들며 마시고 코를 골다가 또 숨이 중단되는 현상이 반복되는 것을 수면무호흡증이라고 한다.수면부호흡증이 10초 이상 지속되거나 시간당 7회 이상 나타나면 위험한 수준이다. 코골이는 비만, 노령, 폐경기 이후의 호르몬 이상 등이 원인으로 알려져 있다.

화이트스타일치과 김준헌 원장(치의학 박사)은 “수면무호흡증은 돌연사까지 일으킬 수 있습니다. 또한 한번 시작된 코골이는 쉽게 그치지 않기 때문에 빠른 치료를 원한다면 수술이 가장 효과적입니다”라고 말한다.

김 원장은 또 “코골이의 원인을 제공하는 부위를 찾아낸 다음 비강수술이나 인두부 수술, 설부 축소 수술, 두경부 골격수술 등을 통해 코골이를 치료할 수 있습니다. 코골이는 일종의 질병인 만큼 언젠가는 낫겠지 하는 생각보다는 적극적으로 원인을 찾고 치료하는 노력이 필요합니다. 다행히 코골이의 수술치료는 효과가 좋고 환자의 만족도 또한 높은 편입니다”라고 조언한다.

한편 심한 코골이가 아니라면 금주와 금연을 하고 체중을 감량을 통해 효과를 볼 수 있다. 좋습니다. 수면중 구강 내에 코골이 장치를 통해 산소 호흡을 원활하게 하는 방법도 있다.

한경닷컴 w스타뉴스 기사제보 life@wstarnews.com

- ▶ **“환절기 실종사건!” 이제는 섬머룩을 준비할 때**
- ▶ **다코타 로즈 화장법, 화장성형에 누구? 훈녀 변신 '충격!'**
- ▶ **★들의 파격적인 시상식 패션 일상복으로 입기**
- ▶ **폭스바겐 '파사트 2.0 디젤' 리터당 37km "내가 최고 연비차"**
- ▶ **[스타일 FLY] '훈남, 훈녀'로 만들어 주는 야구장 패션**

Copyright © 한국경제. All rights reserved. 무단 전재 및 재배포 금지.

이 기사 주소 <https://news.naver.com/main/read.naver?mode=LPOD&mid=etc&oid=015&aid=0002695258>
