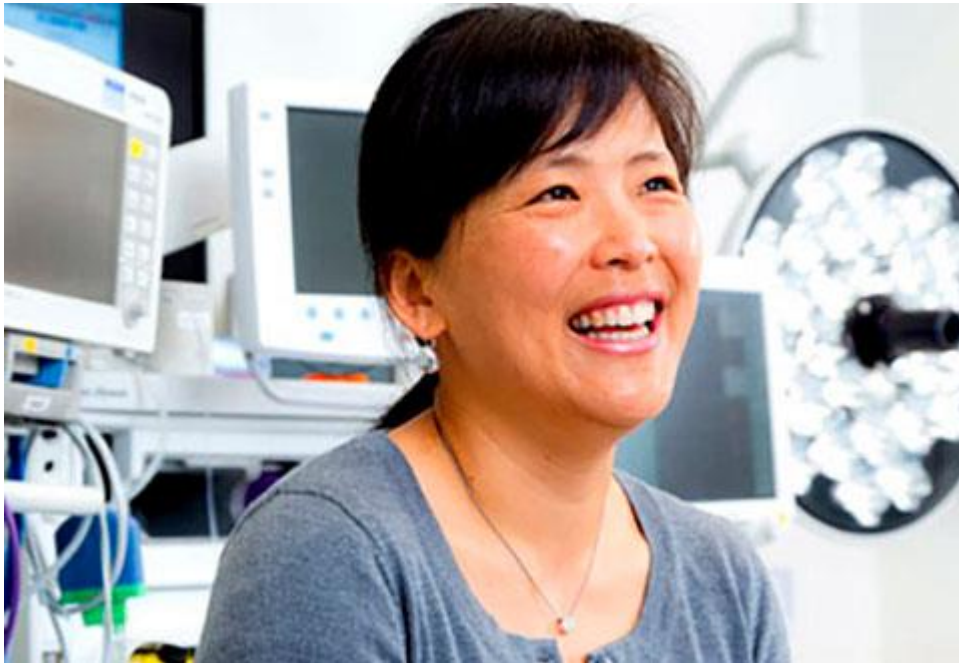


이은아 박사의 특별기고-

우리가 걱정해야 하는, 없어지지 않는 바이러스



2020 년 7 월 28 일 - 세계 간염의 날

7 월 28 일은 세계 간염의 날로서 전 세계가 공통적으로 짐지고 있는 바이러스성 간염에 대한 인식을 높이는 날입니다. 이 날은 사실 노벨상 수상자인 블럼버그 박사 Dr Baruch S. Blumberg 의 생일인데 그는 1967 년에 B 형 간염 바이러스를 발견하고 B 형 간염에 대한 진단검사와 백신을 개발한 사람입니다.

세계 간염의 날은 전 세계에서 매년 기념 행사가 열리는데 2020 년의 주제는 "실종된 수백만 명 찾기"입니다.

여러분은 간염에 대한 일반적인 사실을 알고 계시나요?

1.

**5 개** 간에 주로 영향을 미치는 바이러스는 5 개 입니다. 바로 A, B, C, D, E 형 간염

바이러스입니다. 이것들은 전부 다 다른 바이러스이고 감염경로도 다 다릅니다. A 형 간염과 E 형 간염은 대부분 배설물 - 구강 경로(손위생과 깨끗한 음식 준비로 예방 가능)를 통해

전파됩니다. A 형 간염은 한국에서 더 흔하고 예방도 가능한 백신입니다. B 형 간염과 C 형 간염은 혈액과 체액을 통해 전파됩니다. D 형 간염은 B 형 간염에 감염된 사람에게만 발생하며, 한인 환자들에게는 드물게 발생합니다.

2.

**20%** 세계적으로 바이러스성 간염을 보유한 채로 살아가는 사람은 3 억 명이 넘습니다.

하지만 그중 20% 미만의 사람들만이 자신이 감염되었다는 사실을 알고 있습니다. 간염의 유병률은 전 세계적으로 다양하며, 어떤 지역은 B 형 간염의 유병률이 10% 이상 높은 곳도 있습니다. B 형 간염의 발병은 백신 접종 프로그램이 시행되기 전에 태어난 나이 든 한인 어르신들에게서 제일 많이 볼 수 있습니다.

3.

**150 만 명** 전 세계적으로 매년 150 만 명 이상이 바이러스성 간염으로

사망합니다. 적지 않은 수의 사람들이 이 병의 아주 늦은 단계에 이를 때까지 병이 있다는 것도 모르며, 많은 경우 너무 늦어서 목숨을 구할 수가 없습니다. 직접적인 사망원인은 급성 간기능부전이지만 근본적인 원인은 간암과 간기능부전이 가장 많습니다. '침묵의 살인자'로 묘사되는 걸로 알수 있듯이, 자신의 상태를 모르는 사람들은 병이 매우 진전되었을때, 할 수 있는 치료 옵션이 몇 개 안 남았을 때가 되어야만 증상을 느낍니다. 여러분의 간상태를 확인하셔야 합니다!

4.

**예방** 국가적인 부담의규모가 큰 질병인 바이러스성 간염을 완전 제거하는 데 가장

중심적인 역할을 하고 있는 것은 바로 예방입니다. B 형 간염과 A 형 간염 모두 백신이 가능합니다. 호주와 한국에서 B 형 간염 백신은 출생부터 시작되는 필수 소아 예방 접종 리스트에 포함되어 있습니다. 이 간염백신은 모든 연령층의 어떤 사람들에게나, 심지어 임신한 사람에게도 안전합니다. 간염상태를 먼저 알아보고 항체가 없을 경우 예방접종을 받으세요.

모든 사람은 예방접종을 받아야 합니다. B 형 간염 환자의 가족이나 파트너는 NSW 보건부를 통해 무료로 백신을 접종할 수 있습니다. 의사에게 문의하세요.

5.

## 혈액

B 형 간염과 C 형 간염은 혈액과 체액을 통해 전염됩니다. 주사기, 면도날 및

칫솔을 공유하지 마세요. 하지만 식사를 함께 하고, 가족과 친구들을 포옹하는 것은 안전합니다. 간염환자에 대한 오해와 차별은 있어서는 안됩니다. 고민이 있으시면 의사 등 의료 서비스 기관에 문의하세요.

6.

## 정기 검진

B, C, D 형 간염은 만성 간질환, 간경변, 간암으로 이어질 수

있습니다. 하지만, 많은 사람들이 건강하고 정상적인 삶을 계속 살 수 있습니다. 의사에게 정기적으로 진찰을 받고 건강 검진을 받는 것이 필수적입니다. 예방접종을 받는 것 외에도 과도한 음주를 피하고 담배를 피우지 않는 것, 간 손상을 일으킬 수 있는 약을 먹지 않도록 조심하는 것, 건강한 식단에 초점을 맞추고 운동을 하고 몸을 가볍게 유지하는 것 또한 매우 중요합니다.

7.

## 알약

B 형 간염은 완전히 없앨 수는 없지만 치료는 가능합니다. 치료가 필요한

사람에게는 섭취할 수 있는 알약 형태의 약을 드립니다. 의사는 혈액 검사, 병력 및 기타 검사 결과를 토대로 지금 치료가 필요한지 여부를 평가합니다. 지금 당장은 치료가 필요하지 않더라도 나중에 필요할 수도 있습니다. 평생동안 정기적인 검진이 필요합니다.

8.

# 완치

C 형 간염은 완치될 수 있습니다. PCR 검사로 확인된 C 형 간염 바이러스

감염자는 모두 치료의 대상이 됩니다. 8-12 주 동안 알약을 복용하면 95% 이상의 환자들이 완치됩니다. 의사에게 꼭 문의하세요!!

9.

# 재활성화?

면역 억제가 수반되는 의학적 질환이 있는 경우 B 형 간염과

C 형 간염의 재활성화 위험이 있을 수 있습니다. 간의 상태를 파악하고 의사에게 문의하십시오.

10.

# 간암

바이러스성 간염에 걸린 사람은 간암에 걸릴 위험도 높아집니다. 간암의 조기

발견과 치료를 위해서는 검사를 해야 합니다. 간암은 B 형 간염 환자들의 가장 흔한 사망 원인입니다. 간암에는 증상이 없으며 따라서 조기에 진단하는 유일한 방법은 정기 검진입니다. B 형 간염이 있으시면 스크리닝이 필요한데 이것은 6 개월마다 초음파로 간단히 할 수 있습니다. 목숨을 구하는 일입니다. 고위험군은 고령자이며, 간암 가족력이 있는 사람, 간경화를 앓고 있는 사람들입니다. 치료는 가능합니다.

여러분이나 여러분과 가까운 누군가 또는 사랑하는 사람들이 간염의 영향을 받을 수 있습니다. 간염이 드물지 않은 한인으로서 7 월 28 일 세계 간염의 날을 기념하여 간염에 대해 이야기하고 예방, 진단, 치료가 증가될 수 있도록 우리가 할 수 있는 일을 하면 어떨까요.

"실종된 수백만 명 찾기"에 여러분의 역할이 있을지도 모릅니다. 어쩌면 누군가의 생명을 구할 수도 있습니다.

Alice Unah Lee

Gastroenterologist and Hepatologist

Associate Professor, University of Sydney, Macquarie University

Senior Staff Specialist. Concord Repatriation General Hospital

Director, Hepatitis B Free <https://hepatitisbfree.org.au/>

Hepatitis Program Director, Christian Friends of Korea [www.cfk.org](http://www.cfk.org)

ph. + 61 412 133 131

번역:김지현 Ji Hyun Kim NAATI Professional Level Translator