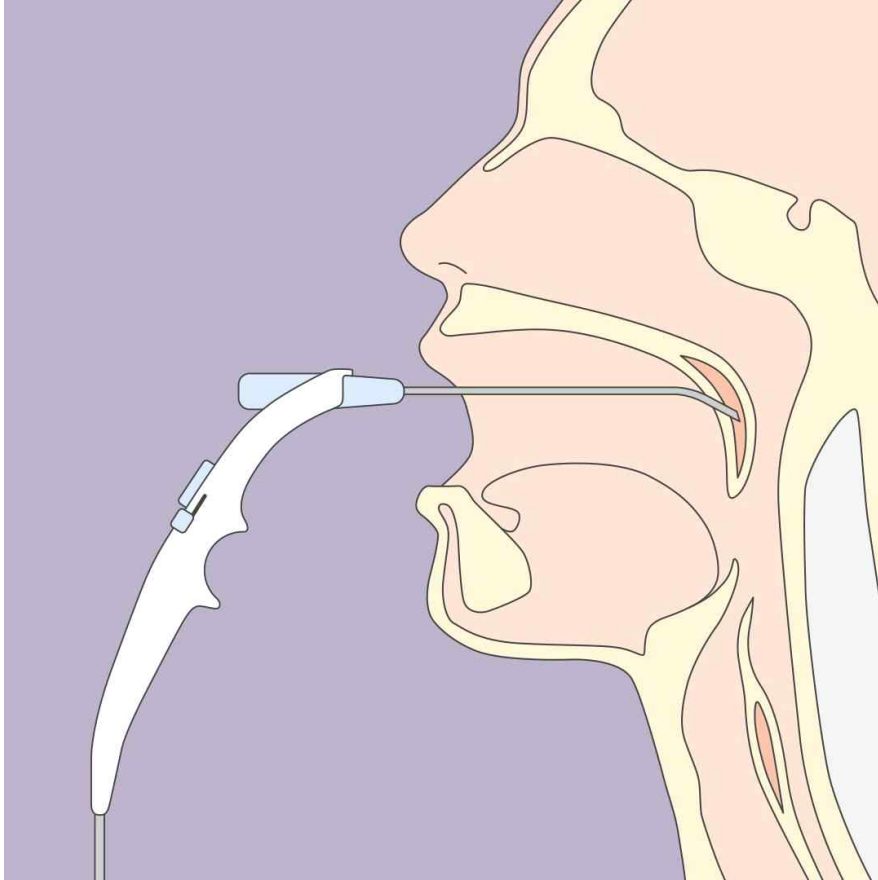


단순코골이 치료를 위한 고주파 연구개 수술, 안전하고 효과적일까?



〈고주파 연구개 수술 모습〉

Q. 코골이란?

수면 중 코를 고는 것으로 흔히 이야기되는 코골이는 기도가 좁아진 상태에서 공기가 통과하는 중에 떨림이 생겨 소리가 발생하는 경우를 말합니다.

단순히 코만 골수도 있지만, 수면 중 공기 흐름이 막히는 폐쇄성 수면 무호흡증을 동반하는 경우도 있어 정확한 진단과 치료를 위해서는 수면다원검사와 수면내시경 검사를 통해 원인 부위와 폐쇄 정도를 파악해야 합니다.

Q. 코골이의 원인은?

수면 중 기도가 좁아지는 원인은 짧고 굵은 목, 큰 목젖, 편도나 아데노이드가 비대한 경우, 혀가 크거나 연구개가 늘어진 경우, 아래 턱으로 인한 원인 등 여러 해부학적인 문제가 있을 수 있습니다. 그 밖에 매우 피곤하거나 과음, 체중 증가 등 코골이의 원인은 다양합니다.

Q. 단순코골이란?

단순코골이란 일반적으로 잠자는 동안 무호흡[호흡이 10초 이상 없는 경우] 또는 저호흡[호흡이 10초 이상 떨어져 혈중산소포화도가 4% 이상 감소하는 경우]이 시간 당 5회 미만인 경우를 일컫지만, 명확한 정의는 아직 정립되어 있지 않습니다. 현재 국내에서 단순코골이 치료는 건강보험 혜택이 적용되지 않습니다.

Q. 코골이는 어떻게 치료하나요?

코골이와 수면무호흡증에 대한 치료는 자세 치료, 체중 조절, 양압호흡기, 구강 내 장치, 수술 치료 등 여러 가지 방법이 있습니다. 환자의 해부학적인 구조, 증상의 정도, 치료 방법에 대한 선호도 등을 종합적으로 고려하여 치료를 진행합니다.

비교적 가벼운 단순코골이나 경증의 수면무호흡증이 있는 경우 수면자세 교정이나 체중 감량, 금주 등의 생활습관 교정 등으로 증상이 나아질 수 있어 비수술적 치료를 우선적으로 시도하게 됩니다. 개선이 없을 경우에 수술적 치료를 고려해 볼 수 있습니다.

수술적 치료 방법에는 코골이 발생 원인 부위에 따라 비강수술, 인두부 수술, 설근부 수술, 두경부 골격수술 등이 있습니다. 이 중에서 ‘고주파 연구개 수술’은 성인에게서 흔하게 폐쇄가 일어나는 연구개[입천장에서 연한 뒤쪽] 부위에 고주파를 전달하여 조직을 응고 및 축소시켜 코골이 원인을 제거하고 연구개의 후방을 넓혀주는 수술입니다. 국소 마취 하에 진행되는 최소 침습적인 수술 중에서 가장 보편적으로 사용되고 있는 수술입니다.

Q. 단순코골이 치료를 위한 고주파 연구개 수술은 안전한가요?

고주파 연구개 수술은 고주파 열로 인한 주위 연조직 손상, 통증 등 일시적이거나 경미한 부작용이 확인되었지만 환자들에게 영구적인 후유증을 남긴 심각한 부작용은 확인되지 않았습니다.

Q. 단순코골이 치료를 위한 고주파 연구개 수술은 효과가 있나요?

고주파 연구개 수술을 받은 후 주간졸음증[낮에 졸리거나 졸지 않아야 하는 상황에서도 조는 등 졸음이 제어되지 않는 상태]이나 환자 본인 또는 동침자가 느끼는 수면 중 코골이 증상은 개선되는 것으로 확인되었습니다. 하지만 수면 중 시간당 무호흡 - 저호흡이 발생한 횟수 등 객관적인 평가지표에서는 유의미한 개선 효과를 확인할 수 없었습니다.

코골이 증상은 환자의 연령, 체중, 생활습관, 수면자세 등에 따른 외부 영향 요인이 많아 개인에 따라 치료 효과 차이가 날 수 있으며 장기적인 치료효과는 불분명하였습니다.

※ 고주파 연구개 수술을 고려한다면 꼭 기억하세요!

단순코골이 · 가벼운 수면무호흡이 동반된 코골이 환자에서 고주파 연구개 수술은 의학적 필요성이 높기보다 일상생활의 불편감을 해소하고 싶은 개인의 선택적 영역입니다.

고주파 연구개 수술로 주관적인 증상의 개선은 확인할 수 있었으나 장기적인 치료 효과가 불분명하다는 점을 기억해야 합니다. 임상 의사와 충분한 상담을 통해 수술 후 발생할 수 있는 부작용과 예상되는 치료 효과를 면밀히 비교하여 합리적으로 선택할 필요가 있습니다.

‘단순코골이 증상개선을 위한 연구개 수술’에 대한 연구는 한국보건의료연구원 의료기술재평가사업 (NR21-001-04)으로 진행되었습니다. 본 연구 결과는 전 세계에서 출판된 체계적 문헌고찰 문헌을 전문가와 함께 검토하고, 결론에 대해 의료기술재평가위원회에서 최종 심의한 내용입니다.