



**안과**  
Ophthalmology

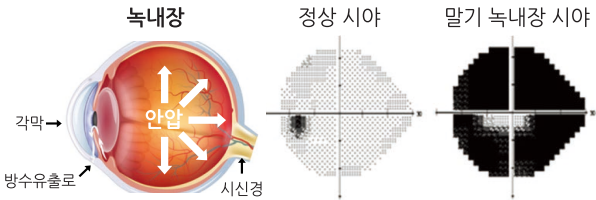
**녹내장**





## 녹내장이란?

녹내장은 눈 속에 있는 시신경이 약해지면서 시야(보는 범위)가 점점 좁아지다가 결국 실명에 이를 수 있는 병입니다.



### 원인

중요한 원인은 시신경이 견디기 어려울 정도의 높은 안압(눈의 압력)입니다. 안압이 정상범위(10~21mmHg)더라도 변동폭이 크거나 시신경으로 가는 혈액 순환이 잘 안되는 경우 녹내장이 발생할 수 있습니다. 녹내장은 아이부터 노인까지 나이를 불문하고 생길 수 있습니다.

### 증상

녹내장 환자의 90%는 특별한 증상이 없다는 것이 중요합니다. 자신도 모르는 사이에 시야가 점점 좁아지며, 아주 좁아지는 말기에 이르러서야 비로소 보이는 것이 답답하다고 느끼게 됩니다. 여기서 더 진행하면 시력이 떨어지고 결국 실명에 이르게 됩니다.

녹내장의 약 10%에 해당되는 급성녹내장은 갑작스러운 눈의 통증, 충혈, 두통, 구토, 시력저하, 달무리 현상이 나타날 수 있습니다. 회복되면 통증과 구토는 사라지지만 시야 결손이 남을 수 있고, 회복이 늦을수록 시야 결손의 정도가 심하게 남기 때문에 빠른 치료가 필요합니다.



## 녹내장의 종류

### 개방각녹내장

가장 흔한 녹내장으로 눈의 방수유출로가 점진적으로 망가지며 서서히 진행되는 질환입니다. 안압이 높으나 자각증세가 없어 늦게 발견되는 경우가 많습니다.

### 정상안압녹내장

개방각녹내장 중 하나로, 안압이 정상 범위인데 생기는 우리나라의 가장 흔한 녹내장입니다. 정상 안압 범위는 녹내장이 없는 사람을 기준으로 하기 때문에, 시신경이 약한 사람에게는 정상 안압도 상대적으로 높은 안압일 수 있습니다. 즉, 정상 안압인데 시신경이 손상된다는 것은 그만큼 다른 사람들보다 약한 시신경을 가지고 있다는 뜻이기 때문에 안압을 충분히 낮춰주는 것이 좋습니다.

### 폐쇄각녹내장

방수유출로인 전방각이 막히면서 안압이 올라 생기는 녹내장입니다. 안압이 급격히 오르면 눈이 충혈되고, 아프고, 흐리게 보입니다. 방수유출로를 열어주기 위해 레이저나 수술 치료가 필요한 경우가 많습니다.

### 이차성녹내장

염증, 외상, 다른 눈의 질환 등의 합병증에 의해 안압이 올라가 생기는 녹내장입니다. 이차성녹내장은 원인 질환도 함께 치료해야 합니다.

### 선천녹내장

태아 시기에 방수유출로가 제대로 만들어지지 않아 발생하며, 조기에 수술을 시행합니다.



## 녹내장의 치료 방법

녹내장은 시신경이 약해지는 병이기 때문에 치료한다고 좋아지거나 완치되지는 않습니다. 대신 더 이상 진행되지 않게 유지하는 것이 목표입니다. 녹내장의 진행을 막는 가장 중요한 방법은 안압을 충분히 낮추는 것입니다. 이를 위해 약물요법과 레이저 또는 수술적 치료를 단계적으로 시행할 수 있습니다.

### 약물요법

1

안압을 낮추는 점안약이 있으며, 한 가지 약에 반응이 없는 경우 다른 계열의 약을 사용하거나 추가할 수 있습니다. 여러 가지 점안약으로도 충분한 안압하강이 이루어지지 않을 경우 내복약을 복용하기도 합니다. 기존에 쓰시는 약이 있는 경우, 심장 및 폐기관지 질환, 요석이 있는 환자는 사전에 의사에게 꼭 알려주어야 합니다.

### 레이저요법

2

녹내장의 종류에 따라 레이저 치료가 필요한 경우가 있습니다.

### 수술적 치료

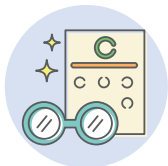
3

약물이나 레이저로 안압이 조절되지 않을 경우 시행해 볼 수 있습니다. 크게 두 가지 방법이 있으며, 새로운 방수유출로를 만들어 주거나 방수유출을 돕는 임플란트를 눈 속에 넣을 수 있습니다. 수술 후에도 계속 약물 요법을 병행하는 경우가 있으며, 경우에 따라서 재수술이 필요하기도 합니다. 수술의 목적은 안압 조절이며, 이미 손상된 시신경을 복구시키는 것은 아닙니다.



## 녹내장 생활수칙

### 일상생활 시



정기적으로  
안과 검진 받기



편안하고 안정적인  
마음 가지기



항산화 효과가 있는  
야채·과일 섭취하기



규칙적이고 적절한  
수면 취하기



금연 및 절주하기

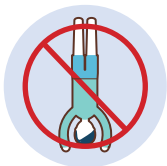


넥타이·옷·허리띠는  
너무 조이지 않기

### 운동할 때



자전거 타기, 달리기, 등산 등  
규칙적인 유산소 운동하기



안압을 높일 수 있는  
누워서 역기들기, 물구나무 서기  
무리하지 않기

### 전자기기 사용 시



눈과 전자기기 사이  
적절한 거리 유지하기



어두운 곳에서  
보지 않기



고개 숙인 자세로  
장시간 보지 않기



**1899-0001**

**의정부**

평일 08:00~17:00

**대전/노원/강남**

평일 08:30~18:00 토요일 08:30~12:30

[www.emc.ac.kr](http://www.emc.ac.kr)

환자가 필요로 하는 곳엔 ‘을지’가 있습니다

의정부을지대학교병원

대전을지대학교병원

노원을지대학교병원

강남을지대학교병원