

## 요실금의 치료법

### ① 근육운동요법

방광과 배뇨 관련 근육을 강화하는 훈련으로, 골반 근육을 강화시키는 케겔운동(Kegel Exercise)을 말합니다.

### ② 약물요법

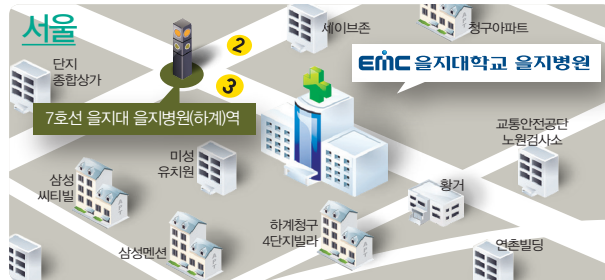
약물요법은 절박성 요실금에서 많이 사용되며 효과는 볼 수 있으나, 복잡성 요실금이 동반된 경우는 부분적인 치료 효과만 있습니다.

### ③ 수술적 방법

복합성 요실금에서 가장 효과적인 치료법으로 알려져 있습니다. 최근에는 요도 아래쪽에 인조테이프를 유치시키는 방법이 널리 사용되고 있는데, 흉터가 거의 남지 않으며, 입원 기간이 짧고, 회복 기간도 빠르기 때문에 가장 널리 사용되는 방법입니다.



## 찾아오는 길



을지대학교 을지병원 | 02) 970-8307, 8708

을지대학교병원 | 042) 611-3533

홈페이지 | www.emc.ac.kr

통합콜센터 1899-0001

예약상담시간 평일 08:30~17:30, 토요일 08:30~12:30

EMC 을지대학교의료원 을지재단

을지대학교(대전캠퍼스) | 을지대학교(성남캠퍼스) | 을지대학교병원 |  
 을지대학교 을지병원 | 을지대학교 강남을지병원 | 범석학술장학재단 |  
 을지인력개발원 | 을지생명과학연구소 | 을지재단빌딩

환자와 보호자를 위한 안내서

# 비뇨의학과 요실금



EMC 을지대학교의료원

## 비뇨의학과 요실금

### 요실금이란?

자신의 의지와는 상관없이 소변이 새는 증상입니다. 요실금은 증상에 따라 다양한 치료법이 있으며, 충분히 치료될 수 있는 질병입니다.

### 요실금의 문제성

본인의 의지와 관계없이 자신도 모르게 소변이 유출되어 속옷을 적시게 되는 현상으로 사회적 또는 위생적으로 문제를 일으킬 수 있습니다.

요실금은 남성보다 여성에서 발생 빈도가 높으며 우리나라 여성의 40%가 요실금을 경험합니다. 요실금은 모든 연령에서 발생할 수 있으나 연령이 증가할수록 빈도가 증가합니다.

요실금은 비뇨기계에서 매우 흔한 질환으로 남성과 여성 모두에서 발생이 가능하지만 여성에서 더 흔하게 발생합니다. 요실금의 원인은 방광과 요도괄약근(括約筋, 수축과 이완으로 생체 기관의 열고 닫힘을 조절하는 고리 모양의 근육)의 기능적 이상에 의해 나타날 수 있습니다.



## 요실금의 종류와 증상

### ① 복잡성 요실금

복합성 요실금은 일상생활 중에 크게 웃거나 재채기할 때 또는 줄넘기 등의 운동을 할 때 소변이 새는 증상을 말합니다. 원인으로는 임신과 출산, 골반수술, 폐경 등의 요인이 있으며 전체 여성 요실금의 50~80%를 차지합니다.

### ② 절박성 요실금

절박성 요실금은 소변이 몹시 마렵다고 느끼는 순간, 소변보러 가는 중, 옷을 내리기도 전에 참지 못하고 흘리는 증상입니다.

### ③ 입출성 요실금

입출성 요실금은 소변을 제대로 보지 못하여 방광 내에 소변이 꽉 차고 넘쳐 나는 요실금을 말합니다. 이런 경우 소변이 10분 이내로 자주 또는 항상 짙게 흘러나오거나, 절박성 또는 복잡성 요실금 증상을 보일 수 있습니다.



## 요실금의 검사 방법

문진과 과거력 청취	골반장기의 수술 과거력이 중요
신체검사 및 내진	복압 증가 시 요실금 유발여부, 방광류나 직장류 등 동반 유무 검사
소변 검사	소변중에 염증이나 현미경적 혈뇨 유무 등을 검사
요역동학 검사	방광이나 요도 등 하부요로와 배뇨 기능에 대해 다양한 기계를 사용하여 검사
기타 검사	방광 조영술이나 방광요도 내시경 등

### 배뇨일기

환자 본인이 집에서 일기를 쓰는 것처럼 배뇨횟수, 배뇨량, 요실금의 형태, 요 절박 정도를 기록하는 검사로 보통 3일간 시행합니다. 작성된 배뇨일기를 이용하여 환자의 빈뇨, 야간뇨 및 요 절박의 정도를 진단할 수 있으며, 야간뇨의 원인도 분석할 수 있기 때문에 배뇨일기는 치료에 많은 도움이 됩니다.