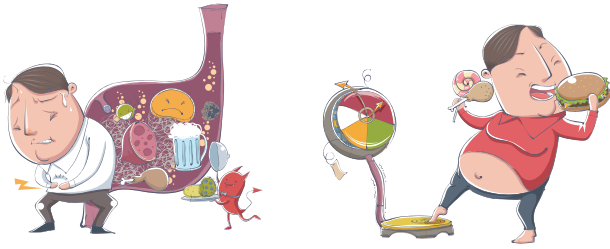
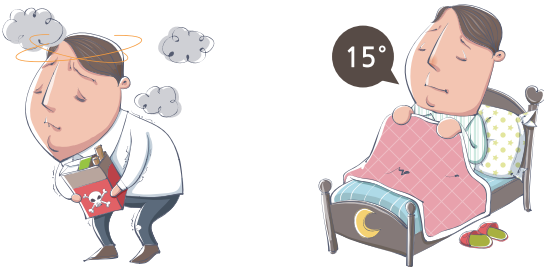


개선해야 할 생활습관

- ❑ 튀김류, 지방식, 맵거나 자극적인 음식, 초콜릿 등의 음식을 섭취하지 마십시오.
- ❑ 커피, 홍차, 콜라와 같이 카페인 성분이 있는 음료나 술, 박하 등을 섭취하지 마십시오.



- ❑ 과식하지 마십시오.
- ❑ 적절한 체중을 유지하십시오.
- ❑ 식사 후 곧바로 운동하지 마십시오.
- ❑ 취침 3시간 전부터는 음식을 섭취하지 마십시오.
- ❑ 금연, 금주하십시오.
- ❑ 취침 시 상체의 높이를 15도 정도 높이십시오.
- ❑ 꽉 끼는 옷은 가능하면 입지 마십시오.



1899-0001

예약상담시간 평일 08:30~18:00 토요일 08:30~12:30

www.emc.ac.kr

EMC 노원을지대학교병원
EMC 대전을지대학교병원
EMC 강남을지대학교병원
EMC 의정부을지대학교병원



이비인후과
Otorhinolaryngology

인후두
역류질환



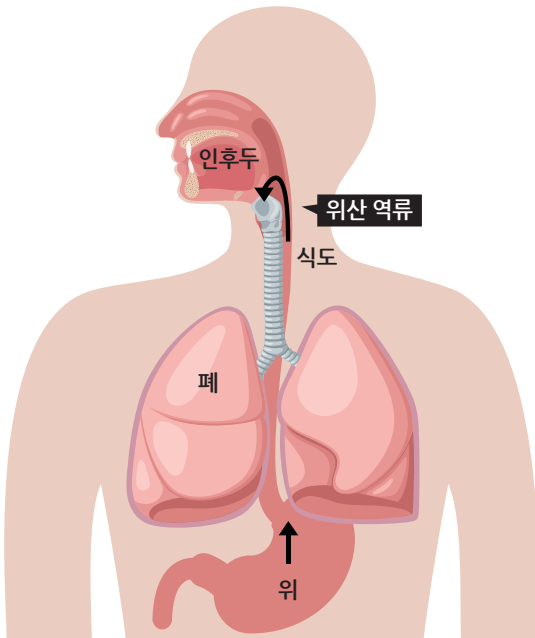
EMC 을지대학교의료원

인후두 역류질환이란

인후두 역류질환은 위산이 후두와 인두로 역류하여 점막에 손상과 변화를 일으키는 질환입니다. 위산은 강한 산성 소화 물질로 위점막 외 점막에는 상당한 자극을 가해 염증을 유발합니다.

인후두 역류질환은 이비인후과를 방문한 환자의 20~30%에게서 나타납니다. 음성 및 후두 관련 증상을 호소하는 환자의 반 이상이 인후두 역류질환과 연관이 있는 것으로 추정됩니다.

이 질환은 위산분비를 촉진하는 음식, 생활습관, 약물, 스트레스 또는 식도 괄약근(주로 상부식도 괄약근)의 기능 저하로 발생합니다.



인후두 역류질환의 증상

내과적인 위식도 역류에 의한 증상, 즉 신물, 가슴앓이를 호소하는 역류성 식도염과 달리 비전형적으로 다음과 같은 증상이 만성적으로 또는 간헐적으로 나타납니다.

- ➔ 목구멍에 덩어리가 걸려있는 것 같은 이물감을 자주 느낀다.
- ➔ 신 목소리가 나고, 자주 목소리가 잠긴다.
- ➔ 하루에 네 번 이상 목청을 가다듬게 된다. 헛기침을 자주 한다.
- ➔ 음식물을 삼키기가 어렵다.
- ➔ 식사 후나 누우면 기침이 나온다.
- ➔ 숨쉬기 힘들거나 가끔 사레가 든다.
- ➔ 기침이 성가시게 난다.
- ➔ 코에서 목구멍으로 점액이나 분비물이 넘어간다.
- ➔ 소화가 안 되거나, 가슴이 쓰리거나 아프다.



인후두 역류질환의 진단

후두 내시경으로 후두의 발적, 부종 등을 관찰할 수 있으며, 이중 탐침 24시간 산도 검사를 통하여 인후두 역류 여부를 직접 검사할 수 있습니다.

일반적으로 위산 분비 억제제를 2~3개월 정도 경험적으로 투여하여 치료 반응을 관찰합니다. 따라서 인후두 역류질환 환자의 증상, 후두 내시경 소견, 경험적 약물 투여를 통하여 임상적으로 진단하며, 경우에 따라 24시간 산도 검사를 시행할 수 있습니다.

인후두 역류질환의 치료

약물치료와 생활습관 개선이 필요합니다. 약물치료는 위산 분비를 억제하는 양성펌프 억제제(Proton Pump Inhibitor)를 2~3개월 투여합니다. 재발 방지를 위해 지속적인 유지요법을 시행합니다.

