



AUSTRALIA

다발성 경화증 이해하기

개요

본 개요에서는 다발성 경화증에 관한 소개 정보를 제공하고 있습니다. 상세 정보는 다음 웹사이트에서 확인하십시오:

www.msaustralia.org.au/what-ms

다발성 경화증(Multiple Sclerosis, MS)이란 무엇인가?

다발성경화증(MS)은 체내 면역 체계가 신경을 둘러싸고 있는 지방 물질인 미엘린 수초(髓鞘)를 잘못 공격하여 중추신경계(CNS)에 영향을 미치는 불치성 만성 질환으로, 자가면역반응이라고 불린다. 미엘린 수초는 신경 반응을 신속하고 원활하게 전달하는 역할을 담당하는데, 이 수초가 뇌와 시신경, 척수에서 손상을 입거나 손실되면(반점이나 병변이라고 불리는 경화된 흉터를 야기), 다양한 증상이 나타날 수 있다.

MS의 발병 원인은 다양하다. 연구 결과에 따르면 유전적 감수성(유전과는 다름)과 환경, 생활 습관적 요인들이 복합적으로 상호 작용하는 것으로 밝혀지고 있다.

MS는 대부분 20-40세 사이에 발병하지만, 16세 이전에 MS 증상을 최초로 경험하는 경우도 최대 10%에 이른다. 40대나 50대에 진단되는 경우도 있지만, 그런 경우는 드물다.

어떤 증상이 있는가?

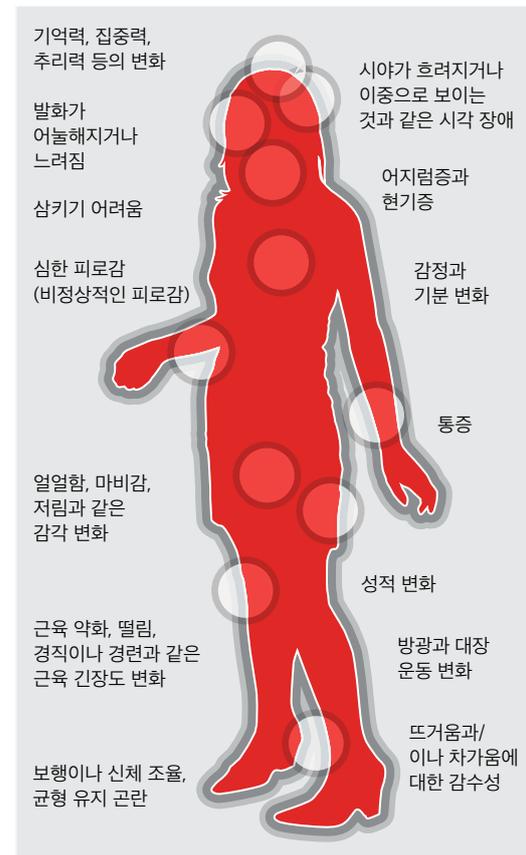
MS 증상은 중추신경계의 어느 부분이 어느 정도로 영향을 받았는지에 따라 다양하게 나타나며, 예측이 불가능하다. MS 사례 중 똑같은 경우는 없다.

증상은 보이는 것도 있고, 보이지 않는 것도 있다. 운동 통제력 변화(예: 불안정한 동작), 피로감, 감각 증상(예: 저림), 시각 장애, 대소변 장애, 신경심리적 증상(브레인 포그, 기억이나 집중 장애) 등이 나타날 수 있다.

MS의 공통적인 증상

MS의 증상은 예측할 수 없고, 사람마다 다르며, 동일 환자에게서도 때에 따라 다르게 나타날 수 있다.

다음과 같은 증상이 있을 수 있다:



MS는 어떻게 진단하는가? MS 유형

MS는 단일 시험으로 발병 여부를 판단할 수 없기 때문에 진단하기가 쉽지 않다. 문제는 일부 초기 증상들이 다른 건강 상 이유로 인해 야기될 수도 있다는 것이다. 몇몇 공통적인 초기 증상으로는 피로감, 넘어짐, 특이한 감각, 사고력 둔화, 시력 변화 등이 있다.

임상가가 MS 환자로 의심되는 사람을 발견할 경우, MS 전문 신경과 의사에게 해당 환자를 이관하는 것이 가장 좋은 방법이다. 해당 전문가들이 최신 진단 기준과 설비, 치료 옵션들을 활용할 수 있다. 전문의가 환자의 병력을 검토하고, 혈액검사와 신체검사를 실시한 후, 신경학적 검사를 할 수도 있다. 자기공명영상(MRI) 검사를 통해 중추신경계 내 모든 곳에 있는 흉터나 병변을 찾아낼 수 있다. 다른 검사 방법으로, 뇌척수액을 소량 추출하는 천자 방법이 있는데, 이 검사는 MRI 검사 결과를 뒷받침하고, 진단 정확성을 제고하기 위한 것이다.

임상적 독립 증후군(Clinically Isolated Syndrome, CIS)은 MS일 가능성이 있는 염증성 탈(脫)수초(미엘린 수초 상실) 특성을 보이는 질환이 임상적으로 최초 발현한 경우를 말한다.

재발-완화형 다발성 경화증(relapsing-remitting multiple sclerosis, RRMS)은 다발성 경화증의 가장 흔한 발병 진행 유형으로, 완전 또는 부분 회복 이후 발병이 반복되는 유형이다. 질환이 활성화되거나 비활성화될 수도 있고, 악화(확실한 기능적 장애 증가)되거나 완화되기도 한다.

재발은 비교적 갑자기 새로운 증상이 발현하거나, 기존의 증상이 악화되어 24시간 이상 지속되는(비일시적) 상태로서, 열이나 다른 요인은 없으며, 이전 발병으로부터 적어도 30일의 간격을 두고 나타난다.

MS 환자 중 약 85%는 초기에 RRMS로 진단받는다.

이차진행형 다발성 경화증(secondary progressive multiple sclerosis, SPMS)은 RRMS 진단을 받은 후 증상이 계속 악화되는 경우를 말한다. 현재까지는 이러한 전이가 언제 발생하는지 판단할 수 있는 임상적 시험이 없다. SPMS는 활성화되거나(재발과 신규 MRI로 활동성 입증) 비활성화될 수 있을 뿐 아니라, 진행성(악화 징후), 또는 비진행성으로 나타날 수 있다.

일차진행형 다발성 경화증(primary progressive multiple sclerosis, PPMS)은 최초 증상 발현 이후 계속 진행되는 경우로서, 임상적 발현 이전에는 재발/악화가 없으며, 신경적 기능의 악화가 그 특징이다. PPMS는 염증과 관련되는 경우가 훨씬 적기 때문에, RRMS 환자에 비해 뇌에는 병변이 훨씬 적게 나타나고, 척수에 병변이 더 많이 나타난다. MS 환자 중 10-15%가 PPMS 진단을 받는다.

어떤 치료가 가능한가?

다른 만성 질환과 마찬가지로, MS도 한 번에 모든 증상을 해결할 수 있는 치료법은 없다. MS 관리에 있어서 핵심 전략이나 목적은 재발을 최소화하고, 질환의 모든 단계에서 염증과 새로운 병변, 뇌 위축을 제거하는 것이다.

치료 목적은 일상 생활에서 증상의 영향을 최소화하고 기능을 복원하는 데에 중점을 둔다.

질환 변환 요법(Disease modifying therapies, DMTs), 질환 변환 치료법, 또는 면역요법은 중추신경계에 대한 공격의 빈도와 심각성을 둔화시키기 위해 면역 체계 활동 변화 효과를 가진 약물을 사용하는 것이다. 호주에서는 MS 환자들이 십여 가지의 다양한 치료법을 이용할 수 있다. MS를 전문적으로 다루는 복수의 전문가 팀이 계속 발전하고 있는 치료법을 이용해 환자들에게 개별 맞춤형 지원을 할 수 있도록 서로 협조하고 있다. 치료법 선택은 충분한 정보를 바탕으로 협의를 거친 후 결정된다. 활동성 재발형 다발성 경화증 진행 과정 초기에 DMT 치료법을 채택하면, 재발과 새로운 뇌 및 척수 병변 발생을 예방하고, 신경학적 장애 악화도 예방할 수 있다.

MS 관련 특정 증상 치료를 위해, DMT에 추가적으로 **대증요법**을 적용할 수 있다.

상세 정보와 지원, 조언을 어디에서 구할 수 있는가?

호주 MS 환자들을 위한 국가 기관으로서, 우리는 환자들에게 적절한 지원과 서비스를 연계, 제공하기 위해 주 차원의 MS 기관들과 긴밀하게 협조하고 있습니다. 주 및 테리토리 MS 기관들은 다음과 같습니다:

MS Limited

Victoria, NSW, ACT 및 Tasmania
전화: 1800 042 138
이메일: msconnect@ms.org.au
www.ms.org.au

MSWA Western Australia

전화: 1300 097 989
이메일: communications@mswa.org.au
www.mswa.org.au

MS Society SA & NT

South Australia 및 Northern Territory
전화: 1800 812 311
이메일: msassist@ms.asn.au
www.ms.asn.au

MS Queensland

전화: 1800 177 591
이메일: info@msqld.org.au
www.msqld.org.au

뇌건강에 도움이 되는 생활 습관은 어떤 것이 있는가?

뇌를 최대한 건강하게 유지하는 데 도움이 되는 바람직한 생활 습관을 선택할 수 있다.

1. 가능한 한 많이 활동한다
2. 정신 활동을 꾸준히 한다
3. 체중을 꾸준히 관리한다
4. 금연한다
5. 음주량을 확인한다
6. 스트레스를 피한다
7. 생활을 돌아보고 우선순위를 재정비한다
8. 든든한 지원자들을 찾는다
9. 의사가 처방한 약을 꾸준히 복용한다

MS 연구

MSA의 연구 부서는 호주 내 최대 비영리 기구로서, MS 해결을 위한 전세계적 노력의 일환으로, MS 연구를 위한 기금 마련, 조정, 교육 및 옹호 활동에 헌신하고 있습니다.

www.msra.org.au

참여해 주십시오:

저희 소셜 미디어 플랫폼과 페이스북, 트위터를 통해 우리와 함께 해 주십시오. MSA 웹사이트에 연결해서 최신 뉴스를 받아 보고, 활동 중인 동료들과 접촉을 유지해 주십시오. 저희 블로그 Uninterrupted를 구독하거나, 우리를 위해 블로그를 게재해 주십시오. 향후 행사 관련 정보 등에 관해서도 계속 참고해 주시기 바랍니다.

www.msaaustralia.org.au