

ENDOMETRIOSIS ASSOCIATION

자궁내막증협회

교육지원연구

자궁내막증이란?

자궁내막증은 가입여성들에게 나타나는 질환이다. 자궁내막증이란 매달 월경주기에 따라 증식되었다가 탈락되는, 자궁 내를 덮고 있는 조직인 '자궁내막'에서 나온 말이다. 자궁내막증은 자궁내막 조직이 자궁 이외의 장기, 즉 자궁 이외의 장소에 존재하는 것을 말한다. 즉, 자궁 이외의 장소에 있는 자궁내막조직은 소위 '낭종', '종괴', '병소', '이식물(implant)'로 진행된다. 자궁내막 조직은 동통, 불임증 등을 유발할 수 있다.

자궁내막조직이 가장 흔히 발견되는 부위는 난소, 난관, 자궁근육인대, 질 직장 중격, 자궁 외표면 등 골반 강내의 장기이다. 때로 대장이나 직장 개복술 반흔, 방광, 질, 자궁경부 및 외성기 등에서도 자궁내막조직이 발생되고 있다. 드물게는 복막, 폐, 팔, 대퇴부 등에서도 자궁내막조직이 발생된다.

자궁내막증은 일반적으로 악성종양이 아니고, 정상 조직이 자궁내가 아닌 다른 장소에 존재하는 것을 말한다.(그러나, 최근 자궁내막증과 함께 발견되거나 병존하는 암의 발생률이 증가하는 추세이다.) 자궁내막증의 조직은 자궁내막과 마찬가지로 월경주기의 호르몬 변화에 반응하여 매월 증식하여 탈락하면서 내출혈을 일으킨다.

그러나 정상 자궁내막과는 달리 자궁 이외의 장소에 존재하는 자궁내막 증은 출혈이 생겨도 신체 외부로 빠져나갈 길이 없다. 이로 인해 내출혈이 생기고 탈락된 자궁내막 조직과 내출혈의 변성으로 주위 조직을 침범하여 염증과 반흔조직을 만든다. 그의 병발증들은 자궁내막증의 발생 장소에 따라 차이가 있으나 증식 조직의 복강내 파열(이로 인해 자궁내막증이 다른 부위로 전이 될 수 있다.), 유착증, 장 출혈 또는 폐쇄(장 내 또는 근처에 자궁내막증이 있을 때), 방광기능장애(방광내 자궁내막증이 있을 때) 등이 있을 수 있다. 증상은 점진적으로 악화되는 것으로 보이나 어떤 경우에는 증상이 있었다 없어졌다하는 주기적인 증상을 보이기도 한다.

증상

가장 흔히 볼 수 있는 증상은 월경 전 및 월경시의 통증(대개 일반 월

경통 보다 심하다), 성교시나 성교 후의 통증, 불임 및 월경과다증과 월경이 불규칙한 것 등이다. 그 외에도 피로, 월경시 하복부통증, 설사 또는 변비 및 배변통 등이 있다. 자궁내막증 환자 중에는 무증상인 경우도 있다. 자궁내막증 환자의 약 30-40%에서 불임증이 있으며 이는 자궁내막증이 진전됨에 따라 흔히 나타나는 후유증의 하나이다.

통증의 정도는 반드시 자궁내막 조직의 크기나 정도에 좌우되는 것은 아니다. 작은 자궁내막조직(또는 '점상질출혈')에서 오히려 프로스타글란딘(prostaglandin)의 생성능력이 더 활발한 것으로 밝혀졌으며, 이는 종종 경미한 자궁내막증에 동반되는 극심한 통증을 설명하는 근거가 되고 있다. 프로스타글란딘은 신체 여러 부위에서 생성되어 갖가지 신체기능에 관계하며, 또한 여러가지 자궁내막증 증상을 유발하는 것으로 생각되고 있다.

원인

자궁내막증의 정확한 원인은 아직 밝혀지지 않았다. 지금까지 여러가지 학설들이 제시되었지만 그 어떤 것도 자궁내막증의 모든 예를 설명할 수 없다. 그중에서 월경혈의 역류현상, 즉 월경시 월경혈과 자궁내막조직이 나팔관을 통해 복강내 역류하여 난소 및 기타 골반강내장기에 침범하여 발생한다는 이론이 있다. 일부 자궁내막증 전문가들은 모든 여성들에게 월경혈의 역류가 있으며, 그 중에서도 면역기능의 저하 및 내분비 기능 이상이 있는 경우에 자궁내막조직을 침범하여, 자궁내막증으로 진전하는 것으로 설명한다. 또한 월경시 자궁내막 조직이 자궁 림프계나 혈액계를 통해 다른 신체 부위로 이동하여 발생한다는 주장도 있다. 이러한 주장은 드물게 보고되는 대퇴부, 폐 혹은 흉막의 자궁내막증을 설명하는데 사용된다. 또한, 배상피세포 및 태생학적으로 체강상피에서 기원하는 골반복막 일부의 이상분화 결과 발생한다는 설도 있다. 그 밖에도 자궁내막증의 발생기전을 유전적 소인으로 설명하는 유전학적 학설도 있다.

진단

자궁내막증의 확진은 진단적 복강경수술로 가능하다. 진단적 복강경 수술은 마취상태에서 시행하며, 환자의 복부조직을 들여다 볼 수 있도록 복부를 조금 절개하여 복강경을 삽입하게 된다. 복부 주위로 복강경을 움직이면서 복부 조직 상태와 자궁내막조직을 검사할 수 있다.

촉지(의사가 손으로 질을 검사하는 방법)으로 자궁내막증을 검사하는 방법도 있는데 자궁내막증으로 생각된다 하더라도 확진없이 자궁내막을 치료하는 것은 바람직한 방법이 아니다. 한 예로, 난소암이 자궁내막증과 비슷한 증상을 보이는 경우가 종종 있는데 자궁내막증으로 생각하고 호르몬 치료(특히 에스트로겐)를 하게 되면 난소암이 빠른 속도로 성장할 수

있다. 진단적 복강경 검사는 자궁내막증의 위치, 심한 정도와 크기를 알 수 있고, 의사와 환자가 자궁내막증의 치료법 선택과 임신을 원하는지 여부 등과 관련하여 보다 장기적인 결정을 내리는데 도움이 된다.

치료

자궁내막증의 치료에는 여러가지 치료법이 사용되고 있지만 아직 근치할 수 있는 치료법은 없다. 자궁 및 양측 난소 적출술이 '근치적'인 치료법으로 생각되었지만, 본 협회의 연구결과는 재발율이 상당히 높은 것으로 밝혀져 환자 스스로 재발에 대한 대비책이 필요한 것으로 나타났다.(지면제한으로 재발 대비책은 여기에 기술하지 않는다. 본 협회에서 발행되는 다른 설명서들을 참조하기 바란다.) 약물요법으로 자궁내막증의 통증에는 대개 진통제가 처방된다. 자궁내막증의 호르몬 치료의 목적은 가능한 오래동안 배란을 중지시키는데 있으며, 이렇게 함으로써 호르몬 치료기간 동안, 경우에 따라서는 치료 후 수개월에서 수년까지 자궁내막증 병변의 위축을 유도할 수 있다. 호르몬 치료 중에는 에스트로겐/프로게스토젠 병용 치료, 프로게스토젠, 테스토스테론 유도제(다나졸)와 최근에 개발된 성선자극호르몬 방출 호르몬 유사체(GnRH) 등이 있다. 일부 환자들 중에는 약물치료시 부작용이 문제가 되는 경우도 있다.

임신을 하게 되면 종종 자궁내막증 증상의 일시적 소실을 가져올 수 있는데다 자궁내막증이 만성화 될수록 불임의 가능성이 높아질 수 있다는 이유로 자궁내막증 환자에게 임신을 미루지 말라는 권유를 하는 경우가 있다. 그러나, 자궁내막증 치료를 위해서 임신을 권유할 때는 고려해야 할 문제들이 있다. 환자가 자신의 인생에서 가장 중요한 문제의 하나인 임신과 출산에 대해 심각하게 생각하지 않고 있을 수도 있고, 출산을 위한 준비(예를 들면, 배우자, 경제적 여건)가 되어 있지 않을 수도 있다. 아니면, 이미 불임증 환자일 수도 있다.

자궁내막증 환자도 임신을 시도할 것인지에 대해 고려해야 할 점들이 있다. 즉, 자궁내막증 환자는 자궁외 임신과 유산율이 높고, 한 연구에서 자궁내막증 환자의 경우 임신과 출산 과정이 더 힘든 것으로 밝혀진 바 있다. 또한 연구에 의하면 자궁내막증은 유전적 소인이 있어서 어머니가 자궁내막증의 병력이 있는 경우 그 자녀에서 자궁내막증 위험이 높았다.

자궁내막조직의 제거 또는 소각을 포함하는 복강경 수술과 보존적 개복술이 있다. 보존적 개복수술로 증상의 경감과 임신이 가능해 지기도 한다. 그러나 약물 요법과 마찬가지로 흔히 재발이 있다. 최근 미국에서는 개복술이 급속히 복강경 수술로 대체되는 추세인데 이는 다른 나라에서도 그렇게 될 것이다. 복강경 수술은 레이저나 전기 소작구를 이용한 복강경으로 실시된다. 자궁 및 양측 난소 적출수술을 포함한 근치적 수술은 약물치료에는 잘 반응하지 않는 심한 자궁내막증인 경우에 필요하다.

폐경이 되면 일반적으로 경증 또는 중증도 자궁내막증의 활동은 사라진다. 그러나, 근치적 수술이나 폐경후에도 중증 자궁내막증은 에스트로겐 요법이나 폐경 후 소량의 계속적인 호르몬 생성에 반응을 보일 수 있다. 따라서, 일부 전문가들은 자궁내막증으로 인한 자궁 및 양측 난소 적출수술 후 열마(3-9개월) 동안 호르몬요법을 실시하지 않도록 권하고 있다.

자궁내막증에 관한 허와 실

자궁내막증은 두말할 필요도 없이 여성의 질환 가운데 가장 혼란을 일으키는 질환의 하나이다. 앞으로 자궁내막증에 관해서 좀 더 많은 것들이 밝혀질수록 아직 정확히 밝혀지지 않은 자궁내막증에 관한 잘못된 주장들은 뒤엎히게 될 것이다. 과거에는 백인 여성이 아니면 일반적으로 자궁내막증에 잘 걸리지 않은 것으로 생각되었으나 지금은 사실이 아닌 것으로 보고 있다. 즉, 과거에는 백인이 아닌 여성들은 자궁내막증의 치료를 받는 경우가 드물었다.

자궁내막증에 관한 또 다른 잘못된 주장은 10대 여성에서는 자궁내막증이 생기지 않는다는 것이다. 이는 10대나 젊은 여성들의 경우 월경통(자궁내막증의 초기 증상인 경우가 많다.)을 그냥 참고 견디며, 더 이상 참기 어려운 지경이 되기 전까지는 골반경 검사를 받지 않았다는 것으로 설명할 수 있을 것이다. 교육수준이 높은 여성에서 자궁내막증이 많다고 하는 주장도 교육수준이 높은 여성들은 그냥 무조건 참기 보다는 병원을 찾으며, 자신의 증상에 대해서 자세히 알고 있는 경향이 많기 때문으로 볼 수 있다.

또 다른 잘못된 주장으로는 자궁내막증이 예를 들면 암처럼 사망의 원인은 아니기 때문에 심각한 질환이 아니라는 것이다. 그러나, 자궁내막증의 증상이 어떠한 자궁내막증 환자들 이야기를 들어 본다면, 특히 초기 자궁내막증 환자에서는 그리 심각하지 않을지 몰라도 수많은 자궁내막증 환자들 이 극심한 통증과 감정적 스트레스에 시달리고 있으며, 때로는 정상적인 활동과 업무를 수행할 수 없을 뿐만아니라 자궁내막증으로 인해 경제적 손실을 경험하고, 인간관계가 깨어지기도 한다. 이 끝치덩어리 자궁내막증에 관한 것이 좀더 자세히 밝혀지면 자궁내막증으로 인한 고통과 좌절에서 벗어날 수 있을 것이다.

자궁내막증 협회는 어떻게 자궁내막증 환자를 돕나?

자궁내막증 협회(The Endometriosis Association)는 자궁내막증 환자와 자궁내막증에 관해 상호 정보교환과 지원에 관심있는 사람들로 구성된 자조단체로, 자궁내막증 환자를 돕고, 일반인과 의료계 종사자들을 대상으로 자궁내막증에 대한 교육과 자궁내막증 연구를 지원하는 일을 하고 있다. 자궁내막증 환자였기에 자궁내막증을 이해하는 사람들과 서로의

경험을 나누며, 자궁내막증에 대한 잘못된거나 부족한 정보의 해결을 위해서 노력하고, 서로로부터 배우는 것이 바로 자궁내막증 협회 즉 자궁내막증 환자들의 모임이 다른 자궁내막증 환자들을 돕는 방법이다.

본 자궁내막증 협회는 국제적인 기구로 본부는 미국 위스콘신주 밀워키에 있으며 여러나라에 회원들이 있다. 현재로는 본 협회 지부와 활동이 주로 북미지역에 편중되어 있으나 다른 나라에도 지부 설치가 늘고 있다. 본 협회는 선출된 임원이 의료 전문가 등으로 구성된 자문위원들의 자문을 받아 운영된다. 본 협회는 1980년 매리 루 볼웨그(Mary Lou Ballweg)와 캐롤린 케이스(Carolyn Keith)에 의해 창립되었는데 세계 최초로 자궁내막증 환자를 돕기 위해 설립된 단체이다.

본 협회는 지부의 요청이 있을 때 회의를 개최한다. 대개는 자궁내막증에 관한 정보 교환과 문제점에 대한 지원의 목적으로 열린다. 또한 전문가를 초청하여 자궁내막증, 불임증, 새로운 의학 정보 등에 관한 강연회를 개최하기도 한다.

본 협회는 자궁내막증에 관한 자료들을 정기적으로 발행하고 있으며, 자궁내막증에 관한 자료를 비치하고 있는 도서관이 있다. 자궁내막증 환자에 대한 자료도 연구목적으로 보관, 유지하고 있다. 이를 위해 자궁내막증환자의 병력, 치료, 결과 및 경험등을 질문-답 형태로 자세하게 컴퓨터에 입력하여 보관한다. 협회 회원들과 정기구독자들에게는 연 6회 발행되는 협회지를 보내 주며 자궁내막증으로 인한 고통이나 어려운 결정을 내려야 할 때나 기타 위기 상황에 있는 환자에게 공식, 비공식적인 상담 서비스를 제공한다.

또한 자궁내막증 협회는 자궁내막증에 관한 연구와 자궁내막증의 정보 센터의 역할도 하고 있다.

자궁내막증협회의 환자 기록자료(위스콘신 의대내)에 관심있는 연구자들은 Research Review Panel, Endometriosis Association, 8585 N. 76th Place Milwaukee, Wisconsin 53223 USA로 연락 하면 된다.

자궁 내막증 협회가 일을 계속해 나가기 위해서는 여러분의 기부금이 절실히 필요하며 이에 협조해 주시면 감사하겠습니다.

자궁내막증에 관한 자료는 어떻게 입수하나?

자궁내막증 협회는 자궁내막증 및 관련 건강문제에 대한 다양한 자료들을 개발하고 있다. 그 중에서도 자궁내막증협회가 발행한 인기있는 책인 **“OVERCOMING ENDOMETRIOSIS: NEW HELP FROM THE ENDOMETRIOSIS ASSOCIATION** (자궁내막증의 극복: 자궁내막증 협회가 주는 새로운 도움)”은 자궁내막증협회로

주문하면 된다. 책 가격은 9달러(미국)/12.5달러(캐나다). 하바드 대학교 의과대학 명예교수인 로버트(W. Kistner) 박사는 이 책 추천사에서 ‘자궁내막증에 관해 읽은 책들 중에서 가장 풍부하고, 가장 최신의 정보를 담고 있는 책이다. 모든 연령의 여성들이 읽어보도록 권한다’고 썼다.

그외에도 자궁내막증 협회에는 교육용 비디오 테이프, 자궁내막증 분야 전문가들의 강연 녹음 테이프, 소책자, kit 및 협회지 등이 있다. 이들 자료에 관한 리스트가 필요하면 전화 또는 편지로 본 협회로 요청하면 된다.

자궁내막증으로 진단을 받지 않았지만 자신의 증세가 자궁내막증일지도 모른다는 생각이 들면 **“How Can I Tell Have Endometriosis? (어떻게 자궁내막증일 것이라 말할 수 있나?)”**가 도움이 될 것이다. 책 가격은 3.75달러(미국)/4.75달러(캐나다)이다.

자료를 주문할 때는 우송료 1.75달러(미국)/2.00달러(캐나다)와 함께 다음 주소로 신청해야 한다.

International Headquarters

Endometriosis Association

8585 N. 76th Place

Milwaukee, Wisconsin 53223

*본 팸프렛은 산부인과 의사, 병원, 약국 및 부인병원 등에 요청시 원하는 수량을 보내준다. 단, 영어, 스페인어, 불어, 화란어, 중국어, 일어, 독일어, 한국어 팸프렛중 어떤 언어의 팸프렛을 원하는지 명시하기 바란다.

자궁내막증협회 회원가입신청서/기부신청서

성명		주소	
(성)	(명)		번지
()			
전화번호(지역번호포함)	시	우편번호	국명

모든 회원들에게는 연 6회 발행되는 자궁내막증 협회보를 보내드리며, 거주지역에서 개최되는 자궁내막증 협회 행사에 참가할 수 있는 자격이 부여됩니다.

정회원(자궁내막증환자 또는 자궁내막증 기왕력자)

연회비 25달러 (미국)/31달러 (캐나다) 및 기부금(임의)...달러 합계 _____ 달러

2년회비 40달러 (미국)/49달러 (캐나다) 및 기부금(임의)...달러 합계 _____ 달러

부부회원(자궁내막증이 있는 여성 및 그 배우자, 자궁내막증 협회보는 발행시 1부를 보내드립니다. 배우자가 지원협력자로서 자궁내막증협회에 참여하는 한 방법.)

연회비 30달러 (미국)/37달러 (캐나다) 및 기부금(임의) _____ 달러 합계 _____ 달러

연회비 50달러 (미국)/61달러 (캐나다) 및 기부금(임의) _____ 달러 합계 _____ 달러

본인의 거주 지역에 아직 자궁내막증협회 지부가 없다면 지부 설치를 돕고 싶습니다. 지부 설치에 관한 지침을 보내 주십시오.(단, 해당 지역에 지부가 이미 개설되었다면 본 협회에서는 지침 대신에 지부 명단을 보내 드릴 것입니다.)

본인은 자궁내막증 환자들이 자궁내막증에 관한 정보와 지원이 필요할 때 접촉할 수 있는 연락인이 되고자 합니다.

협력회원(자궁내막증의 기왕력자가 아닌 사람)

(의사, 부인과 전문 병원, 연구소 및 자궁내막증에 관심있는 개인)

연회비 30달러 (미국)/37달러 (캐나다) 및 기부금(임의) ...달러 합계 _____ 달러

2년회비 50달러(미국)/61달러 (캐나다) 및 기부금(임의) ...달러 합계 _____ 달러

캐나다 신청자의 경우 가입비 중에 1.50달러의 우송료가 포함되었습니다. 미국 및 캐나다를 제외한 나라의 신청자들은 가입비를 우송료 5불과 함께 미화 달러로 송금하여 주시기 바랍니다.

자궁내막증을 앓은 적이 있다.

자궁내막증을 앓은 적이 없다.

수표 수취인 : ENDOMETRIOSIS ASSOCIATION.
 수신처 : dometriosis Association, 8585 N. 76th P1., Milwaukee, WI, 53223 USA

신용카드로 지불합니다. 해당카드표시 Visa MasterCard

[신용카드번호 입력란]			
유효기일	<table style="display: inline-table; border: 1px solid black;"> <tr> <td style="width: 20px; height: 20px;">월</td> <td style="width: 20px; height: 20px;">년</td> </tr> </table>	월	년
월	년		

X _____

신용카드의 서명과 동일하게 서명하여 주십시오.