



소개

신장은 매우 중요하지만 가끔 기능을 멈출 수도 있습니다. 신장 기능이 급격히 저하되는 것을 가르쳐 급성 신부전이라고 합니다. 급성 신부전은 대개 오래 지속되지 않으며 치료는 단기간에 거쳐 이루어집니다. 여러 해에 걸쳐 신장 기능이 악화되는 것을 만성 신장병이라고 합니다. 결국 신장이 영구히 제 기능을 하지 못하고 신장의 약 10% 정도 기능만 남았을 때에는 투석 또는 신장 이식이 필요합니다.

투석을 통해 혈액의 노폐물과 과잉 섭취된 수분을 제거합니다. 투석은 가정 또는 투석 센터에서 시행됩니다. 복막투석은 가정에서 치료하는 방법입니다. 혈액투석은 가정이나 투석 센터에서 가능합니다.

이식은 살아있는 기증자나 뇌사자 기증자로부터 신장을 이식 받는 것을 말합니다. 이식을 받기 위해서는 전반적으로 비교적 양호한 건강상태를 유지하여야 합니다. 담당의사는 이식이 여러분에게 적합한 치료방법인지 조언해줄 수 있습니다. 더 자세한 내용은 '이식(Transplant)' 안내자료를 참고하시기 바랍니다.

쇠약하거나 연령이 높은 경우 보존적 치료가 더 적합하다고 판단할 수도 있습니다. 보존적 치료는 신장기능 연장을 위해 약을 사용하고 식단과 수분을 관리합니다. 신장이 완전히 기능을 상실하였을 때 보존적 치료는 자연치유력에 맡깁니다. 더 자세한 사항은 '보존적 치료: 치료 방법(Conservative care: A treatment option)' 안내자료를 참고하세요.

가정 복막투석(PD)

가능하다면 가장 좋은 치료 방법은 가정에서 투석을 하는 방법입니다. 복막투석은 가정에서 본인이 직접 실시하고 여러분을 돕기 위해 가족 또한 교육을 받을 수 있습니다. 단기 교육이 필요하며 의료진이 교육을 준비합니다. 복막투석에는 수동식 복막투석(CAPD) 및 자동 복막투석(APD) 등 두 가지 방법이 있습니다.

복막투석 생활방식

두 가지 복막투석 중 한가지를 선택하는 것은 여러분의 건강과 생활방식에 따라 결정됩니다. 각 방식의 장점과 단점에 대해 의료진 및 가족과 함께 상의해야 합니다. 복막투석을 선택한 경우 많은 사람들은 수동식 복막투석(CAPD)으로 시작해서 신체가 투석에 적응하는 6-8주 후에 자동 복막투석(APD)으로 전환합니다.

복막투석을 하는 경우 다음과 같은 많은 장점이 있습니다:

- 적은 준비로도 가능한 여행의 자유로움
- 가정 내에서 유연한 투석
- 생활방식 조절가능
- 일주일 정도면 대부분의 사람들이 배울 수 있는 쉬운 기술
- 대부분의 사람들은 식사 제한을 받지 않으며 수분 섭취 제한도 거의 받지 않습니다.
- 운동이나 스포츠 경기를 할 수는 있지만 수영을 하는 경우 조심해야 합니다.
- 계속해서 일을 할 수 있습니다.
- 투석 장비는 무료로 여러분의 가정으로 배달됩니다.

복막투석은 복막을 필터로 사용하여 체내에서 시행됩니다. 복막투석으로 충분한 혈액을 공급 받습니다. 복막투석을 하는 동안 복막은 혈액의 노폐물과 과잉 섭취된 수분을 여과하는데 사용됩니다. 특수한 복막관을 통해 투석액을 복강으로 주입하거나 배출해냅니다. 복막투석을 통해 투석액은 항상 체내에 있게 되어 혈액은 계속적으로 정화됩니다.



수동식 복막투석(CAPD) - 주간 백

보통 네 번의 교환을 매일 합니다. 각 교환 시 마다 새로운 투석액 백을 연결하여 오래된 투석액은 빼내고 새로운 투석액을 주입합니다. 이는 30 분 정도 소요되며 약간의 주의를 기울이면 거의 어디에서든 실시할 수 있습니다. 교환 중간에는 자유롭게 일상적인 활동을 할 수 있습니다.



야간 취침 중 오랫동안 한 장소에 머물게 됩니다. 교환은 보통 점심시간, 티타임 및 취침 전과 같이 깨어 있을 때 합니다. 바쁜 날에는 유연하게 조정이 가능합니다.

수동식 복막투석(CAPD)은 중력에 의해 작용합니다. 배액 백을 바닥에 두었을 때 투석액이 빠져나옵니다. 새로운 투석액 백을 어깨 위로 들어 올리면 새로운 투석액이 복강으로 주입됩니다.

자동 복막투석(APD) - 야간 기계

자동 복막투석 중에는 자동 교환기(cycler)라고 하는 기계가 교환을 해줍니다. 매일 밤마다 복막관을 자동 교환기의 관에 연결합니다. 잠을 자고 있는 동안 자동 교환기는 여러 번의 교환을 하면서 투석액을 몸 안팎으로 이동시킵니다. 자동 복막투석은 매일 밤 실시하며 보통 8-10 시간 정도 소요됩니다. 주간에는 보통 투석액이 몸 속에 남아 있어 계속적으로 투석합니다.



더 자세한 사항은 '복막투석(Peritoneal Dialysis)' 안내자료를 참고하세요.

혈액투석 - 가정 또는 센터

혈액투석(HD)은 가정에서 직접 할 수는 있지만 이것이 불가능한 경우에는 간호사가 센터에서 실시 가능합니다. 혈액투석기의 특수 투석기를 통해 혈액을 정화시킵니다.



혈액투석 생활방식

- 센터 내 혈액투석을 위해서는 하루에 6시간 정도 소요되는 세 번의 일정한 예약을 해야 합니다. 매번 투석 병원을 방문해야 합니다.
- 가정에서의 혈액투석을 위해서는 의료진과 투석계획을 세워 주간 또는 밤(야간)에 가정에서 치료를 실시합니다. 일부 사람들에게 있어 이러한 관리 및 유연성은 아주 중요합니다만 모든 이가 필요로 하지는 않습니다.
- 가정에서 투석 시 투석을 추가적으로 실시하여 건강 및 삶의 질을 향상시킬 수도 있습니다.

- 투석기로 추가적으로 투석을 받지 않는 한 혈액투석을 받는 동안 식사 및 수분 섭취가 제한됩니다.
- 병원휴일에는 다른 투석 병원을 예약을 하여야 합니다.
- 투석을 받기 위해 이동하는 비용은 본인 부담입니다. 가정에서는 대부분의 비용은 상환됩니다. 전기 및 수도 요금이 올라갈 수도 있습니다만 일부 보조금을 받을 수 있습니다. 가정에서의 투석이 더 저렴한 치료 방법입니다.

혈관통로란 무엇인가?

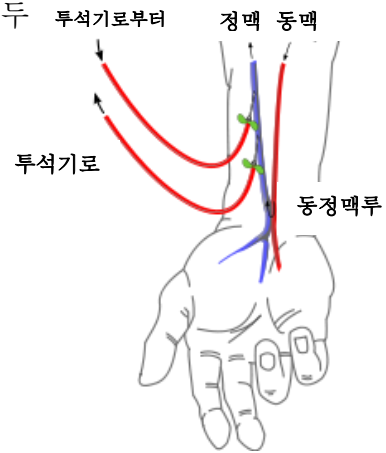
혈액의 노폐물 및 과잉 섭취된 수분을 정화시킬 수 있도록 혈류와 연결되는 통로가 필요합니다. 혈액 정화를 위해 수술을 통해 ‘혈관통로’를 만듭니다. 수술은 보통 일 별 수술로 시행됩니다. 투석을 위한 완전한 통로가 만들어지는데 최대 두 달이 소요됩니다.

혈관통로에는 세 가지 종류가 있습니다.

동정맥루: 여러 동맥 중 하나를 정맥과 결합합니다. 정맥은 굵어지고 이때 굵어진 정맥을 동정맥루라고 합니다. 동정맥루는 보통 팔의 하부 또는 상부에서 만들고 간혹 다리 부위에서 만들 수 있습니다. 주사바늘을 동정맥루에 삽입합니다.

혈관이식: 여러 동맥 중 하나와 정맥을 관으로 연결합니다.

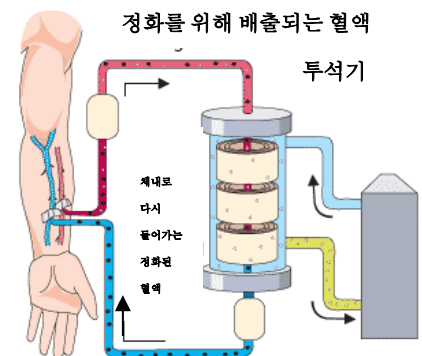
정맥관: 정맥관은 보통 동정맥루 또는 혈관이식이 준비 될 때까지 큰 정맥에 삽입되는 임시적인 관을 말합니다. 정맥관은 즉시 사용 가능합니다.



혈관통로는 잘 관리해야 합니다. 주의 깊은 위생을 통해 감염을 예방할 수 있습니다.

혈액투석은 어떻게 이루어 지는가?

혈액투석이 이루어지는 동안 혈액은 체내로 정화되어 돌아오기 이전에 투석기라고 하는 특수한 여과기를 통과합니다. 투석기는 다량의 아주 미세한 섬유(관)를 가지고 있습니다. 각 섬유는 섬유벽에 아주 미세한 구멍을 가지고 있습니다. 투석액이라고 하는 액체가 섬유 주위를 세척합니다. 필요로 하지 않는 과잉수분 및 노폐물은 혈액에서 섬유 구멍을 통과하고 투석액 속으로 이동합니다. 정화된 혈액은 체내로 들어갑니다. 투석액은 못 쓰게 됩니다.



가정 혈액투석에 대한 교육은 어떻게 받을 수 있는가?

가정에서 혈액투석을 받기로 결정한 경우 특수한 배관이 설치되고 기계와 모든 물품이 제공됩니다. 6 - 8주 동안 투석 병원에 방문해 직접 투석하는 방법을 배우게 됩니다. 여러분을 보조하기 위해 파트너가 교육을 받을 수 있습니다만 일부 사람들은 스스로 투석합니다. 더 자세한 내용은 ‘가정 혈액투석(Home Haemodialysis)’ 안내자료를 참고하세요.

센터(병원 또는 위성)가 최선인가?

여러분의 가정 환경 또는 건강 상태에 따라 투석 치료를 위해 간호사의 도움이 필요할 수 있습니다. 위성 센터는 일반적으로 지역사회 내에 위치하며 직원이 여러분을 도와줍니다. 병원 내 투석은 보통 즉각적인 전문 의료를 필요로 하는 사람들을 대상으로 합니다.

담당직원이 정기적인 예약을 잡아 줄 것입니다. 보통 주간 및 저녁 시간에 가능합니다. 더 자세한 내용은 '혈액투석 - 치료방법(Haemodialysis - A treatment option)' 안내자료를 참고하세요.

보존적 치료

보존적 치료는 투석 및 이식이 본인에게 적합하지 않다고 판단될 때 신부전을 위한 치료방법입니다. 많은 사람들이 몸이 이미 매우 쇠약하고 복잡한 치료를 원하지 않아 보존적 치료를 선택합니다. 일부 사람들은 오랫동안 복잡한 치료를 받아왔기 때문에 이제는 중단하길 바랍니다. 이미 쇠약한 많은 사람들에게는 신부전으로 인한 수명은 투석 여부와 관계없이 별 차이가 없습니다.



보존적 치료란 치료가 의료 전문가에 의해 계속적으로 관리되고 지원된다는 것을 의미합니다. 삶의 질 향상을 위해 약을 복용하고 제한된 식사를 할 수도 있습니다. 하지만 신장이 완전히 제 기능을 잃게 되었을 때 보존적 치료는 인위적으로 생명을 연장하지는 않습니다. 보존적 치료는 지지 요법이라 알려져 있으며 완화치료진이 함께 할 수도 있습니다.

보존적 치료를 선택한 경우 무엇을 해야 하는가?

첫 단계는 가족 및 1차 의료진과 상의하는 것입니다. 모두가 서로를 이해하고 함께 노력한다면 신장이 기능을 다 할 때까지 최상의 삶의 질을 누릴 수 있습니다. 필요한 일들을 정리해 두는 것이 현명합니다. 예를 들어:



- 유언장을 작성하세요
- 의료처치 위임장 위임을 고려해 보세요
- 사전의료지시서 작성을 고려해 보세요
- 은행 계좌, 부동산, 보험증서 등을 포함하는 재무기록 리스트를 만드세요
- 사무 변호사, 회계사 및 유언 집행자 등 재산 청산에 도움을 줄 수 있는 사람들의 연락 세부사항을 제출하세요
- 장례식 선택사항에 대해 사람들에게 알리세요

완화 치료의 역할과 죽음

완화치료진은 통증과 증상관리에 도움을 주는 의사와 전문 간호사들입니다. 완화치료진으로부터 도움을 받는 것이 여러분의 수명을 단축시키지는 않습니다. 대신 삶의 질은 높일 수 있습니다. 여러분이 투석이나 이식을 선택했다 하더라도 증상 관리를 위해 완화치료진으로부터 도움을 받을 수 있습니다.

가려운 피부, 하지 불안 및 전신적인 통증 등이 신부전의 증상들입니다. 완화치료진은 여러분이 가능한 독립적이고 편안하게 생활할 수 있도록 여러분과 가족을 돕습니다. 일부 사람들은 투석을 받은 동안에도 오래 동안 완화 치료진을 방문합니다. 완화 치료를 받음으로써 안락한 죽음의 가치를 높일 수 있습니다.

더 많은 정보가 필요하십니까?

치료 방법을 선택하기 전에 의료진으로부터 교육을 받는 것이 매우 중요합니다. '담당의사와의 진찰 최대한 활용하기(Make the most of your visit to the doctor)' 안내자료에는 담당의사에게 물어보아야 할 질문들과 관련된 유용한 정보가

들어있습니다. 교육을 많이 받으면 받을수록 치료에 관해 현명한 결정을 내릴 수 있습니다.

신장 건강 또는 해당 주제에 대한 자세한 정보를 희망하시는 분은 호주신장보건협회(Kidney Health Australia) 신장 정보 전화 (무료) 1800 4 543 639 로 연락 주시거나 웹사이트 www.homedialysis.org.au 를 방문하시기 바랍니다.

2012 년 11 월 발간

본 안내자료는 본 주제에 대한 일반적인 소개자료로 제작되었으며 담당의사 또는 의료 전문가의 조언을 대신하지는 않습니다. 제공된 정보가 독자와 관련이 있고 호주의 각 주에 적합할 수 있도록 모든 주의가 취해졌습니다. 호주신장보건협회(Kidney Health Australia)는 개개인의 경험은 개인적이고 개인적 환경, 의료 전문가 및 거주하는 주에 따라 치료와 관리에 있어 차이가 존재함을 인식하고 있음을 알려드립니다. 추가정보를 희망하시는 분은 담당의사나 의료 전문가와 상담하시기 바랍니다.

청각장애나 언어장애가 있으시다면 국립 릴레이 서비스(National Relay Service)로 연락바랍니다 (www.relayservice.com.au):

- TTY 사용자의 경우, 1800 555 677 번으로 전화하시어 1800 454 363 번을 요청하세요.
- Speak and Listen 사용자의 경우, 1800 555 727 번으로 전화하시어 1800 454 363 번을 요청하세요.
- 인터넷 릴레이 사용자의 경우, www.relayservice.com.au 사이트에서 “Make an internet relay call now” 메뉴를 클릭하신 후 1800 454 363 번을 요청하세요.