문화야
아프지마

글. 가톨릭대학교 대전성모병원 홍보팀

brain tumor

심한 두통은 모두 뇌종양의 전조증상일까??

올 초 웰메이드 드라마로 호평을 받은 SBS 〈펀치〉는 악성 뇌종양으로 시한부 인생을 살아가는 한 남자의 얘기를 그리고 있다. 드라마 속에서 주인공 박정환(김래원)은 뇌종양 수술에 실패해 3개월의 시한부 판정을 받고, 두통이 올 때마다 마약성 진통제에 의지하며 살아간다. 이 드라마의 주인공처럼 심한 두통은 모두 뇌종양을 의심해 봐야하는 것일까?

주인공 박정환은 병으로 힘들어하면서도 악과 맞서 싸운다. 15회에서는 극중 박정환의 동생이자 의사인 박현선(이영은)이 전 부인 신하경(김아중)에게 그의 상태를 이렇게 설명한다. "앞으로 두통이 더 심해지고 언어장애가 오며, 걷는 것도 불편해질 거예요." 의사의 말처럼 주인공은 일을 하던 중 두통이 심해졌고, 걷는 것조차 힘들어지자 자신의 다리를 치며 분노한다. 뇌종양의 가장 대표적인 증상은 두통이다. 참지 못할 수준으로 지속되다 말기가 되면 의식을 잃기도 한다. 스트레스를 받거나 술을 마셔 머리가 아픈 게 아니라 푹 자고 일어났는데도 머리가 깨질 것처럼 아픈 증상이다. 또 악성 뇌종양 말기가 되면 종양이 커져서 신경을 자극한다. 언어중추에 종양이 생기면 언어 장애가 오는 것처럼 뇌의 어느 부분에 종양이 생겼느냐에 따라 고유 기능이 망가진다.

사진 제공. SBS 〈펀치〉

뇌종양의 초기 증상은 물체가 뚜렷하게 보이지 않거나
두개로 겹쳐보이므로, 유사한 증상이 나타난다면
즉시 전문의의 진료를 받아야 한다.

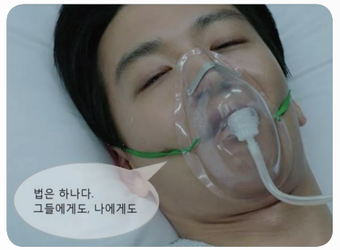

사진 제공. SBS 〈펀치〉

사진 제공. SBS 〈펀치〉

두통 예방을 위한 생활습관

- 커피, 콜라 등 카페인이 함유된 음료 NO!
- 조미료를 사용한 음식 NO!
- 햇빛에 많이 노출되지 않기
- 컴퓨터 모니터를 오랫동안 보지 않기
- 물을 자주 마시기
- 진통제 복용을 줄이고 비타민B 복용하기
- 페인트, 향수, 담배연기 등의 냄새와 소음, 진동 피하기
- 규칙적인 생활과 적당한 운동 및 수면을 취하기
- 식사를 거르지 않기

지속되는 두통, 유심한 관찰 필요해

드라마 속에서 주인공을 괴롭히는 만성 두통은 뇌종양의 대표적인 증상이다. 그러나 두통만으로 뇌종양을 의심하는 데는 무리가 있다. 두통은 전체 인구의 70~80% 이상이 1년에 한 번 이상 경험할 정도로 흔한 증상이다. 그중 뇌종양과 같은 악성 질환으로 인해 발생하는 두통은 10% 정도로 알려져 있다. 이렇듯 두통으로 인해 악성 질환이 발견될 가능성은 적지만, 반복되는 만성 두통을 가볍게 생각해서도 안 된다. 3개월 이상 두통이 지속된다면 병원을 찾아가 진단을 받아 보는 것이 좋다. 또한 두통이 나타나는 주기와 강도를 기록하면서 다른 증상이 함께 나타나지는 않는지 관찰하는 것도 중요하다.

만성 두통의 원인은 1) 뇌출혈이나 뇌경색 등 뇌혈관에 이상이 생긴 두통 2) 바이러스나 결핵균 등 감염에 의한 두통 3) 뇌종양에 의한 두통 등 크게 세 가지로 구분할 수 있다. 두통도 뇌종양도 그 원인이 매우 다양하며, 현재까지 예방법이 없다. 예방법이 없는 만큼 증상이 지속될 경우 전문의의 진단을 받아 치료 시기를 놓치지 않는 것이 가장 중요하다.