

암 환자의 변비

변비란 대변을 보기 힘들거나 못 보거나, 배변 횟수가 3일에 1회 미만으로 적은 경우를 말합니다.

항암화학요법을 받은 암환자는 음식과 수분 섭취가 부족하거나 활동량의 감소, 및 사용하고 있는 약제(특히 마약성 진통제)의 부작용으로 변비가 발생할 수 있습니다. 일부항암제에 의한 신경 자극의 감소로 장운동이 저하되어 변비가 유발됩니다.

그 결과 대변이 딱딱하고 양이 적으며, 배변 시 통증과 불편을 겪게 됩니다. 변비가 심하면 복부팽만감으로 음식 섭취량이 감소되고, 장폐색과 배변 중 항문주위 상처가 생기기 쉬워져 이차 감염의 위험이 높아 집니다.

항암화학요법에 의한 변비는 일시적인 경우가 많고, 항암치료 완료 후 정상화되며, 약제 투여가 끝나고 1주일 이내에 예전의 배변습관으로 회복됩니다.

변비의 주요 증상

- ❖ 1주 2회 이하의 배변
- ❖ 배변량 감소
- ❖ 대변이 딱딱하고 건조
- ❖ 대변 볼 때 무리하게 힘을 주지 않으면 배변이 불가능
- ❖ 배변 후 잔변감
- ❖ 심한 경우 복부 팽만감 및 음식 섭취량 감소, 장폐색, 치핵, 치열, 항문주위 염증, 항문 출혈 등 발생 가능



변비 대처 방법



- ❖ 식이 습관
 1. 수분을 충분히 섭취
: 아침 일어날 후 찬물 섭취해 장운동 유도
 2. 섬유질 많은 음식 (과일, 야채, 견과류 등) 섭취
- ❖ 생활 습관
 1. 가능하다면 일상 활동과 운동량을 평상 시 수준으로 유지
 2. 불필요하게 누워 있지 말 것
- ❖ 증상 발생 경우
 1. 2-3일간 배변 못 하면 의료진에 확인 후 변완화제나 변비약 (둘코락스, 듀파락이지시럽, 산화 마그네슘정 등) 복용 결정
 2. 2차 감염 위험의 원인이 될 수 있는 좌약, 관장은 의료진의 처방 없이 금함.
 3. 항문 부위 상처, 통증 발생 시 좌욕 시행



의료진에게 알려야 하는 경우

- ❖ 평소 배변 주기보다 2배 이상 증가될 때
: 매일 배변 시 3일 이상, 2~3일 마다 배변 시 6일 이상 배변 못 하는 경우
- ❖ 배변 시 무리하여 항문이 갈라지거나, 출혈, 통증이 발생하는 경우

좌욕 - 이유와 방법

- ❖ 이유
 1. 항문과 주위 부분의 청결 유지
 2. 항문 부분의 통증과 불편감 완화
 3. 혈액 순환 증진에 의한 상처 회복 촉진
- ❖ 좌욕 방법

: 아래와 같이 진행하되, 시간이 부족할 경우 동일 온도의 샤워기를 이용할 수도 있음

 1. 따뜻한(25~30℃) 수돗물을 대야에 절반 정도 채운 후 항문을 담금
 2. 1일 3회 이상(배변 직후 반드시)
 3. 1회 10~20분 정도
 4. 완료 후 부드러운 수건으로 항문 부위 물기 제거 및 시원한 바람으로 건조
 5. 완전 건조 후 속옷 착용



■ 지하철 이용 시

병점역	H25, 27, 73-1, 81, 708, 1001
수원역	5-2, 13-5, 92-1, 150, 151
망포역	5-2, 5-3, 13-5, 15-1, 92-1, 99, 150, 202, 203, 720-3, 721
영통역	51, 116-2, 116-5, 202, 721

■ 버스 이용 시

병점역	H25, 27, 73-1, 81, 708, 1001
동탄1	H16A, 81, 116-1, H25, 13-5, 92-1, 720-3
동탄2	H10, H12, 5-2, 5-3, 15-1, 51, 99, 116-2, 116-5, 150, 151
수원/성남	5-2, 5-3, 13-5, 15-1, 51, 92-1, 99, 116-1, 116-2, 116-5, 202, 203, 720-3, 721
오산	116-1, 116-2, 116-5
강남/양재	1551, 1551B, M4403, 4403, 6001, 8501, 8502
판교역	- 6003 서초역 - 6008 고양터미널 - 8455

■ 자가용 이용 시

- 네비게이션에 한림대학교동탄성심병원(경기도 화성시 큰재봉길7) 검색

화성 방면	비봉매송도시고속도로 진입 ▶ 봉담/동탄 진출 ▶ 수도권제2순환고속도로(봉담/동탄) ▶ 경부고속도로 ▶ 동탄JC ▶ 한림대동탄성심병원
오산 방면	상외대로 ▶ 시장앞교차로(웅서고속도로) ▶ 동부대로 ▶ 영천교차로(기흥/동탄JC수원/동탄신도시) ▶ 동탄원천로 ▶ 삼성1로 ▶ 동탄중앙로 ▶ 한림대동탄성심병원
용인 방면	중부대로 ▶ 사으로 ▶ 보라교사거리(영통/오산) ▶ 용구대로 ▶ 영천교차로(동탄신도시) ▶ 동탄중앙로 ▶ 한림대동탄성심병원
평택 방면	안성C ▶ 기흥/동탄JC(기흥/동탄) ▶ 한림대동탄성심병원
안성 방면	남안성C(평택/제천고속도로) ▶ 안성JC(경부고속도로서울) ▶ 기흥/동탄C ▶ 한림대동탄성심병원
서산/당진	서산/당진C(서울) ▶ 발안C(양남/조암) ▶ 양감C(중화성) ▶ 서오산분기점(봉담/동탄고속도로, 봉담/동탄) ▶ 동탄분기점(경부고속도로, 서울/기흥) ▶ 기흥/동탄C(기흥/동탄) ▶ 한림대동탄성심병원

환자와 보호자를 위한 안내

암 환자의 변비

혈액종양내과 문의 : 031.8086.2395