

대변 이상

개요

• 등록일자 : 2021-05-14 • 업데이트 : 2022-10-26 • 조회 : 13801 • 정보신청 : 81

개요

대변 이상은 대변의 횟수, 단단한 정도, 대변색이 정상 변과 다른 경우입니다. 영아나 소아에서는 나이와 먹는 음식에 따라 정상 변의 횟수, 굳기, 색깔은 매우 다양합니다.

1. 정상변

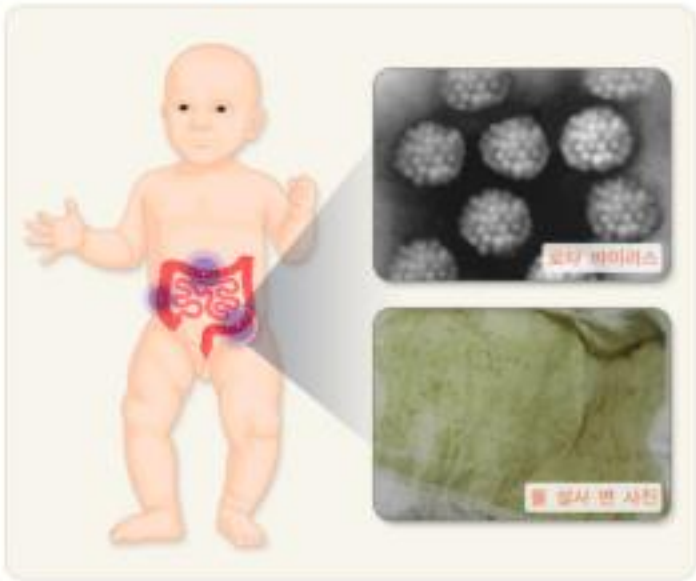
생후 1~3개월의 아기는 하루 평균 3회 정도 대변을 봅니다. 모유를 먹는 아기는 하루 7~8회, 노란색이나 옅은 갈색, 무르거나 몽글몽글한 대변을 보고, 분유를 먹는 아기는 하루 1~4회로 모유에 비해 횟수가 적고, 물기도 적은 편이며, 노란색이나 옅은 갈색을 띕니다. 이유기 보충식을 먹기 시작하는 생후 4~6개월 아기는 하루 평균 1~2회 대변을 보며, 단단한 음식 섭취가 많아질수록 변은 점점 굳어지고, 갈색이 짙어집니다. 4세 이후에는 어른과 비슷하게 하루 2~3회에서 일주일에 3회 정도 대변을 봅니다. 나이에 따라 정상 변의 범위가 다양하므로 대변 이상과 함께 체중이 적절하게 잘 늘고 있는지 평가하는 것이 중요합니다.

2. 대변 이상

1) 설사변

설사는 대변으로 많은 양의 수분과 전해질이 소실되는 것으로, 변의 횟수가 많고 무른 변이라고 해서 모두 설사는 아닙니다. 대변의 무게를 기준으로 1세 이하 영유아는 하루 체중 kg당 10g 이상, 3세 이상에서는 하루 총량 200g 이상일 때 설사라고 판단하는데, 이런 경우는 얼핏 보아도 설사라는 느낌이 들 정도로 무른 대변을 자주 봅니다. 아기가 어릴수록 설사로 인한 수분 소실로 탈수가 진행하여 탈진할 수 있습니다. 설사는 기간에 따라 급성 또는 만성 설사, 모양과 색깔에 따라 수양성, 점액성, 혈성, 혈성 점액성 등으로 구분합니다. 소아의 설사는 주로 급성 감염이 원인인 경우가 많습니다. 장에 바이러스, 세균, 기생충 등이 감염되어 설사가 발생하는 것으로 원인에 따라 수양성, 점액성 또는 혈성 점액성 변을 봅니다. 어린 아기에서는 감기나 폐렴 다음으로 흔한 병입니다. 로타바이러스, 노로바이러스 등 바이러스 감염에 의한 설사가 많고, 이런 경우 구토와 발열이 함께 나타날 수 있습니다. 증상은 약 3~7일 정도 지속되는데, 그 동안 탈수가 생기지 않도록 하는 것이 중요합니다.

《그림, 로타바이러스에 의한 물 설사》



세균 감염에 의한 설사는 어린이 및 청소년에서 더 많고, 바이러스 감염에 비해 열이 더 심하거나, 혈액과 끈적한 점액이 섞인 설사가 동반되기도 합니다.

《그림, 세균성 대장염에 의한 다양한 굵변》



그 외에도 캄필로박터, 클로스트리디움, 세레우스균, 메르시니아, 장염 비루스도 원인이 될수 있습니다.

급성 설사 시 아기가 잘 먹지 못하거나 처지고, 소변양이 줄고, 혈액과 점액이 섞인 변을 본다면 진료를 받아야 합니다. 치료는 원인에 관계없이 탈수를 예방하고 치료하는 것입니다. 탈수는 세계보건기구(WHO, World Health Organization)에서 권장하는 수분과 전해질을 배합한 경구수액제를 먹이거나, 심한 경우 정맥 수액 치료로 교정합니다. 이온 음료나 과일주스는 당 성분이 많고, 전해질이 매우 적어 탈수 치료에는 적당하지 않습니다. 탈수가 교정되면 정상적으로 식사해도 좋습니다. 적절한 영양 공급은 회복하는 데 도움이 되므로 굶어서는 안 됩니다. 그 외에도 설사의 원인은 매우 다양하지만, 중요한 것은 아기의 몸무게가 적절하게 증가하는 것입니다. 설사를 하면서 체중이 잘 늘지 않는다면 소아청소년과 진료가 필요합니다.

표. 우리나라 소아의 나이별 평균 몸무게와 증가 비율

연령	몸무게(kg)	출생 몸무게에 대한 비율
출생	3.3	1
3개월	6.6	2
1년	10	3
2년	13	4
4년	16	5
6년	20	6
10년	30	10
12년	60	12

2) 변비

변비는 진단명이 아니라 증상이며, 대변을 보는 횟수가 적고 변이 딱딱하여 대변을 보기가 힘든 상태를 말합니다.



2~4세경 배변 훈련을 시작할 때 주로 발생하고, 12세까지 30% 정도의 아이들이 변비를 경험합니다. 대부분 원인 질환이 발견되지 않는 기능성 변비입니다. 변비는 로마 IV 기준(ROME IV criteria)으로 진단하는데, 4세 이상 어린이에서 ① 일주일에 2번 이하의 배변 ② 일주일에 한 번 이상 변지림 ③ 변을 참는 행동 ④ 대변 볼 때 아프거나 힘듦 ⑤ 직장에 커다란 변 덩어리 ⑥ 변기 막힘 중 두 가지 이상의 증상이 1주일에 한 번 이상 나타나고, 1달 이상 계속되는 경우 변비라고 합니다. 4세 이전의 어린이는 변기 막힘이나 변지림 말고 변의 크기가 크다는 항목을 사용합니다. 변비를 치료하지 않고 두면 기간이 길어질수록 치료 기간도 길어지므로 초기에 조절하는 것이 좋습니다. 변비가 오래되어 심해지면 오히려 변이 물러져 설사처럼 보일 수 있고, 변을 지릴 수도 있습니다. 올바른 식사와 생활 습관이 중요하며 필요한 경우 약물 치료 등 다양한 방법으로 치료합니다. 출생 후 48시간 동안 첫 대변을 못 봤거나, 첫 1개월 안에 변비가 발생한 경우, 몸무게가 잘 안 는 경우, 노란 물을 토하는 경우, 배가 심하게 부르거나 영치에 기형이나 이상 소견이 있는 경우에는 변비를 일으키는 원인을 확인하기 위한 검사가 필요합니다.

3) 혈변

혈변은 다음 그림과 같이 다양한 형태로 나타날 수 있습니다. 원인도 매우 다양한데, 나이에 따라 흔한 원인이 다릅니다. 대부분 일시적이고, 자연히 좋아지지만 혈액의 양이 많고 변이 검다면 장 내에 많은 양의 출혈이 있을 가능성이 높기 때문에 응급실 진료가 필요합니다. 진짜 피가 아닌데도 혈변으로 오해할 수 있는 경우도 있습니다. 철분제, 시금치, 감초 등을 먹는 경우 변이 검어지고, 특정 항생제나 항결핵제를 복용하는 경우에는 변이 붉게 보일 수 있습니다.

혈오이미지 팔치기

4) 무담즙변

생후 3개월 이내 아기의 대변은 대개 노란색을 띵니다. 아기의 장운동이 활발하거나 먹은 음식 등의 영향으로 녹색을 띠기도 합니다. 3개월 이하 아가가 옅은 레몬색이나 회색의 대변을 반복해서 본다면 심각한 질환이 있을 수 있으므로 소아청소년과 진료가 필요합니다.

〈그림 무담즙변〉



▶ 흰색, 아주 옅은 파스텔 톤의 노란색거나리색은 무담즙변. 노란색, 녹색, 갈색 등의 변은 정상변



본 공공저작물은 공공누리 "출처표시+상업적이용금지+변경금지" 조건에 따라 이용할 수 있습니다.



※ 본 페이지에서 제공하는 내용은 참고사항일 뿐 게시물에 대한 법적책임은 없음을 밝혀드립니다. 자세한 내용은 전문가와 상담하시기 바랍니다.