



# 갑상선 수술과 칼슘

갑상선암 수술 후 흔한 합병증으로는 부갑상선기능저하로 인한 저칼슘혈증이 있습니다. 부갑상선기능저하가 생기는 경우는 수술 중 부갑상선이 손상되어 생기는 경우도 있지만 갑상선전절제술과 함께 중앙 경부 림프절 절제술을 시행하면서 부갑상선으로 가는 미세 혈류가 나빠져서 부갑상선기능저하증이 생기기도 합니다.

저칼슘혈증이 생기면 손발 저림, 경련 등이 일차적으로 나타나게 되며, 칼슘 부족 상태가 계속되면 의식 혼란, 부정맥 등이 발생할 수 있습니다. 수술 후 급성 저칼슘혈증의 경우, 칼슘염 주사요법을 시행하여 증상을 호전시킵니다. 이후에는 칼슘제와 활성비타민 D를 복용하도록 합니다.

대부분의 저칼슘혈증은 수술 후 일시적으로 나타났다가 6개월에서 1년 이내에 부갑상선으로의 혈류가 개선되면서 호전되는 것이 보통이지만, 1~2%의 경우 저칼슘증이 좋아지지 않아 지속적으로 칼슘과 활성비타민 D를 복용해야 하는 경우도 있습니다.

칼슘은 주로 탄산칼슘과 구연산칼슘을 처방하게 되며, 반드시 식후에 위산이 있을 때 복용해야 흡수되므로 꼭 식후에 복용하는 것이 좋습니다. 또한 탄산칼슘은 제산제와 같이 복용해서는 안되며, 신지로이드와 함께 복용하면 서로 흡수를 저해하므로, 다른 시간대에 따로 복용하는 것이 좋습니다. 이 외에도 칼슘이 많이 함유된 음식을 섭취하는 것이 증상을 호전시키고 약의 의존도를 줄이는데 도움이 됩니다.

섭취 권장	섭취 제한
<p><b>고칼슘 음식</b></p> <p>우유와 유제품 (액상 요구르트, 파르메산 치즈, 아이스크림 등)                      건새우, 참게, 정어리, 콩치, 멸치, 뱀어포                      마른 미역과 녹색 채소류</p>	<p><b>칼슘 흡수를 방해하는 음식</b></p> <p>기름기, 소금, 커피 등 카페인 함유된 식음료                      탄산음료, 차(tea), 술                      인이 함유된 붉은 육류                      인공감미료</p>