



젠커의 게실

증상, 진단, 및 치료

이 인쇄물은 식도에 영향을 끼치는 상태인 **젠커의 게실**을 설명합니다.

젠커의 게실이란?

게실은 의학용어입니다. 이것은 비정상적, 주머니같은 구조물을 말하는 것입니다. 이 주머니들은 식도의 거의 모든 부분에 형성될 수 있습니다.

주머니가 **인두**와 **식도**가 만나는 곳에 형성될 수 있습니다. 이 주머니는 **젠커의 게실**이라고 불립니다. 인두는 귀하의 목의 뒤쪽 비강과 입의 뒤에 있습니다. 식도는 귀하의 입으로부터 위까지 음식이 통과하는 관입니다.

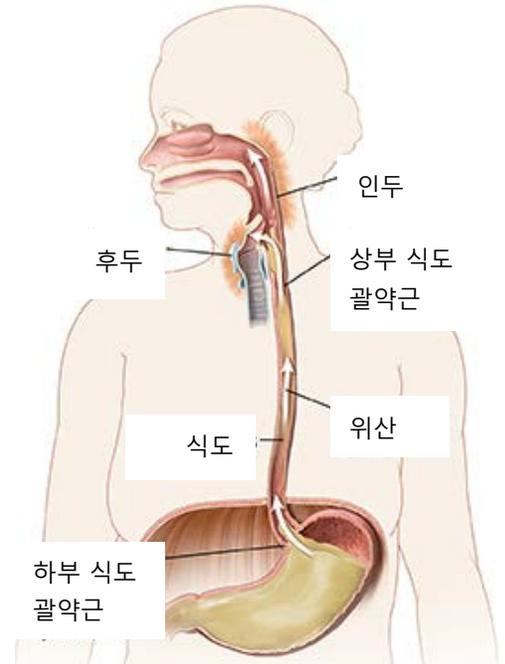
발생원인?

우리는 **젠커의 게실**의 정확한 원인을 모릅니다. **윤상인두근**의 윗쪽 인두의 벽이 약할 때에 발생할 수도 있습니다. 이 약해짐은 **위식도 역류증(GERD)**이나 **신경학적 이상증**(신경계의 문제)에 의해서 야기될 수도 있습니다.

윤상인두근이란?

윤상인두근은 식도의 가장 윗부분 주위의 환상근입니다. 이것은 인두와 식도 사이의 판막인 **상부 식도 괄약근**의 부분입니다. 판막은 우리가 호흡을 할 때 닫히지만 우리가 음식을 삼킬 때는 열립니다.

건강한 **윤상인두근**은 대부분의 시간 수축(활성화)되어 있습니다. 이것은 판막이 닫힌 것을 유지합니다. 인두벽이 약하고 압력을 감당할 수 없을 경우 **게실**이 형성될 수 있습니다. 이 주머니는 또한 **점막탈장**이라고도 불립니다.



윤상인두근은 상부식도 괄약근의 일부입니다.

젠커의 게실은 60~90 세 사이의 사람들에게 가장 흔히 발생합니다. 여성들보다 남성들에게 더 많이 발생합니다.

젠커의 게실의 증상들?

이 문제가 있는 사람들은 삼킴에 문제 있습니다. 음식은 판막에 걸려서 식도를 내려가지 않습니다. 그 대신에 입으로 올라옵니다(역류). 이것은 식사를 방해하고 악취의 원인이 될 수 있습니다.

젠커의 게실이 있을 경우 다음과 같은 증세가 있을 수도 있습니다:

- 음식이 붙어있는 것과 같은 느낌이 들어서 음식을 내리기 위해서 여러번 삼켜야 함.
- 숨이 막히는 느낌
- 삼키려고 시도할 때 기침이 남

젠커의 게실이 있을 경우의 위험성들?

이 증세가 있을 경우 다른 문제들이 발생할 수 있습니다. 그것들은 **폐흡입**(음식이나 위산이나 침을 폐로 흡입할 때)과 **폐렴(폐의 감염)**을 포함합니다.

열이나 호흡 곤란증이나 가래가 나오는 기침을 하거나 소화되지 않은 음식을 토할 경우 담당이나 간호사에게 연락해 주십시오. 폐렴을 배제하기 위하여 가슴 엑스레이가 필요할 수도 있습니다. 폐렴이 있을 경우 항생제로 치료될 것입니다.

진단 방법?

젠커의 게실을 진단하기 위하여 **식도조영상**이 행해질 것입니다. 이 검사는 **베리움 삼킴검사**라고도 불립니다.

황산베리움은 엑스레이에 보이는 금속성 물질 입니다. 검사를 받을 때, 귀하는 베리움액을 마시고 엑스레이를 찍을 것입니다. 게실과 담겨있는 음식은 엑스레이 상에 보일 것입니다.

치료방법?

젠커의 게실 치료는 다음과 같은 것들이 포함될 수도 있습니다:

- **윤상인두근 절개술**: 이 시술은 작은 게실을 제거하기 위해서 행해집니다.
- **윤상인두근 절개술로 하는 게실고정술**: 이 시술은 더 큰 게실을 치료하기 위하여 행해집니다. 이것은 주머니를 거꾸로 뒤집어서 식도벽에 꼬매서 붙이는 것입니다.
- **게실절제술과 윤상인두근 절개술**: 이 시술은 커다란 게실을 완전히 제거합니다.

증세를 완화시킬 수 있는 방법?

다음과 같은 방법을 시도해 보십시오:

- 머리를 올리고 주무십시오. 머리 밑에 가외의 베개를 바치거나 안락의자에서 주무십시오.
- 취침하기 전에 3-4 시간 동안 먹는 것을 피하십시오.
- 심호흡과 기침 기술을 배우십시오. 폐렴의 징후를 알고 그런 것들이 있을 경우 담당의에게 전화하십시오.
- 물을 많이 드십시오.
- 음식이 게실에 갇히는 것을 막기 위하여 부드럽고 물기가 있는 음식을 드십시오.

문의사항?

귀하의 질문은 중요합니다.
질문이나 걱정되는 것이 있을 경우
담당의나 의료제공자에게
전화하십시오.

이비인후과 두경부 수술센터:
206.598.4022

Zenker's Diverticulum

Symptoms, diagnosis, and treatment

This handout explains Zenker's diverticulum, a condition that affects the digestive tract.

What is Zenker's diverticulum?

Diverticulum is a medical term. It refers to an abnormal, pouch-like structure. These pouches can form in nearly all parts of the digestive tract.

A pouch can form where the *pharynx* and the *esophagus* meet. This pouch is called *Zenker's diverticulum*. The pharynx is at the back of your throat, behind your nasal cavity and mouth. The esophagus is the tube that food passes through as it goes from your mouth to your stomach.

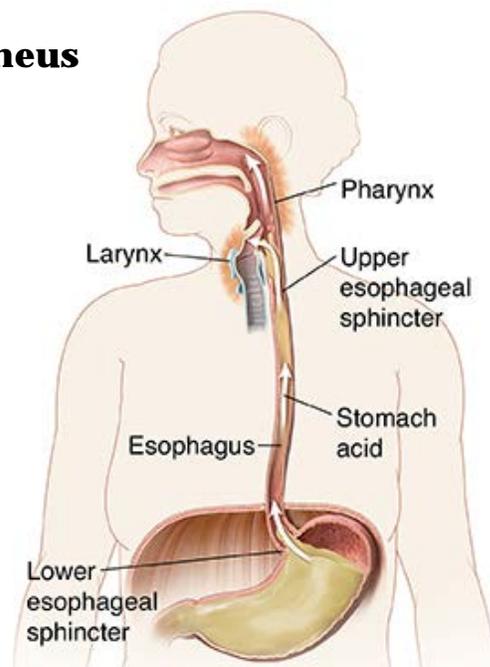
What causes it?

We do not know the exact cause of Zenker's diverticulum. It may occur when there is a weakness in the wall of the pharynx, above the *cricopharyngeus* muscle. This weakness may be caused by *gastroesophageal reflux disease* (GERD) or *neurological abnormalities* (problems in the nervous system).

What is the cricopharyngeus muscle?

The cricopharyngeus muscle is a circular muscle around the top of the esophagus. It is part of the *upper esophageal sphincter*, a valve between the pharynx and the esophagus. The valve is closed when we breathe, but opens when we swallow food.

A healthy cricopharyngeus muscle is contracted (active) most of the time. This keeps the valve closed. When we swallow, it relaxes. If the pharynx wall is weak and cannot handle pressure, a diverticulum can occur. This pouch is also called a *herniation of the mucosa*.



The cricopharyngeus muscle is part of the upper esophageal sphincter.

Zenker's diverticulum occurs most often in people from 60 to 90 years of age. Men are affected more often than women.

What are the symptoms of Zenker's diverticulum?

People with this condition have problems swallowing. Food gets stuck at the valve and does not go down the esophagus. Instead, it comes back into the mouth (is *regurgitated*). This can interrupt meals and cause bad breath.

If you have Zenker's diverticulum, you may:

- Feel like food is sticking, so that you have to swallow several times to get food to go down
- Feel like you are choking
- Cough when you try to swallow

What are the risks of having Zenker's diverticulum?

Other problems can occur if you have this condition. They include *aspiration* (when you inhale food, stomach acid, or saliva into your lungs) and *pneumonia* (lung infection).

If you have a fever, shortness or breath, coughing that produces phlegm, or are vomiting undigested food, please contact your doctor or nurse. You may need a chest X-ray to rule out pneumonia. If you have pneumonia, it will be treated with an antibiotic.

How is it diagnosed?

An *esophagogram* is done to diagnose Zenker's diverticulum. This test is also called a *barium swallow*.

Barium sulfate is a metallic substance that shows up on X-rays. When taking the test, you will drink a barium solution and X-rays will be taken. The diverticulum and retained food will show up on the X-rays.

How is it treated?

Treatment for Zenker's diverticulum may include:

- *Cricopharyngeal myotomy*: This procedure is done to remove small diverticula.
- *Diverticulopexy* with cricopharyngeal myotomy: This procedure is done to treat larger diverticula. It involves turning the pouch upside down and *suturing* (stitching) it to the esophageal wall.
- *Diverticulectomy* and cricopharyngeal myotomy: The procedure completely removes a large diverticula.

What can I do to ease symptoms?

Try these tips:

- Sleep with your head raised. Use extra pillows under your head, or sleep in a recliner.
- Avoid eating for 3 to 4 hours before going to bed.
- Learn deep-breathing and coughing techniques. Know the signs of pneumonia and call your provider if you have them.
- Drink lots of water.
- Eat soft moist foods to prevent solids from getting stuck in the diverticulum.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Otolaryngology Head and Neck Surgery Center:
206.598.4022