

◇... 성인병 (Chronic illness) 이라는 말로 원래 老人病 (Geriatrics) 이라는 語源...◇
 ◇...에서 비롯된 것으로, 「노인병」이라는 말의 어감이 좋지않아, 日本에서 먼저 이를 『...◇
 ◇...성인병』으로 代用하기 시작하였는데, 成人의 질병이나 건강에 관한 의학이라는 뜻이...◇
 ◇...다. 이 학문 즉, 成人病學내지 老人病學은 최근에 와서는 그 치료와 예방은 물론관...◇
 ◇...리·대책 및 복지·후생문제까지 다루는 폭넓은 社會醫學的 학문으로 발전하여 요즘...◇
 ◇...전문가는 물론 世人의 비상한 관심과 주목을 받고 있다. 이 성인병은 20代나 30代...◇
 ◇...에서 나타나기 시작하여 加齡과 함께 점차 많이 발생하여 老化와 더불어 難·不治...◇
 ◇...性으로 더욱 문제가 심각해지는 「慢性·退行性疾患」(Chronic·degenerative Di...◇
 ◇...sease) 인 것이다. 하여튼 이처럼 「난·불치병」 또는 『現代人の 持病·宿患』이라고...◇
 ◇...지 불리워지는 이 『만성·퇴행성질환』인 『成人病』은 오늘날 세상도처에서 世인의...◇
 ◇...관심과 주목이 비상하게 집중되고 있는데, 「成人病전문」, 「성인병과」, 「성인병...◇
 ◇...Clinic」, 「성인병Center」, 「성인병연구소」, 「성인병협회」등등이 도처에서 발흥...◇
 ◇...하는 것을 보면 시대는 바야흐로 『성인병관리·대책』문제로 온갖 관심의 초점이 모...◇
 ◇...여지는 것 같다. ...◇

면, 이미 앞에서 말했지만, ① 뇌졸중·고혈압, ②암, ③심장병, ④결핵 및 각종 만성전염병, ⑤사고·중독·자살, ⑥노쇠, ⑦ 인플루엔자·폐렴, ⑧만성위장병·간경변증, ⑨당뇨병·만성신장병, ⑩특수영양 사망 및 기타 등의 순서로 역시 성인병이 주요 死因이 됨을 알 수 있다. <도표1 참조>
 이를 종합해 볼 때 10대 주요 死因중에서도 뇌졸중, 암, 심장병 (미국에선 뇌졸중과 심장병의 순위가 바뀌지만) 이 1, 2, 3위를 차지하여 소위 3대 주요死因이 되고있음을 알 수 있다. 또 한 가지 사실은, 다시 쉽게 말하여 고혈압·뇌졸중, 동맥경화증·심장병, 당뇨병·만성신장병 등은 서로 밀접하게 관련된 순환기계통의 퇴행성·만성질환인데, 여기에 만성호흡기질환과 악성종양인 癌을 포함하면 바로 이들이 문제의 대부분을 차지하는 주요 성인병이 됨을 알 수 있는 것이다. 거듭 밝히지만, 이들 주요 성인병들은 오늘날 거의 모든 세상 사람들의 주요死因이 되고 있으므로가히 成人病은現代人の 持病이며 宿患이라 할 수 있겠다.

증가일로에 있는 성인병 관리 어떻게 하면 좋을까

주요 성인병의 개요와 관리



柳東俊

〈경희의대교수〉
 〈본협회公報理事〉

主宗을 이루는 3대 성인병과 그 핵심이 되는 동맥경화증을 중심으로

경우를 보면, 65세 이상의 노인인구 1970년에는 전인구의 약 11%에 달했었지만, 2000년경에는 18~20%에 이를 것으로 보고 있다. 앞으로 확실히 人口는 정제되고 노인층 인구가 늘릴 정도로 증가하여, 노년층에 많은 成人病들이 더욱 들끓을 것은 명약관화한 일이라고 생각된다.

요 大學 및 종합病院들의 院報와 저지의 조사 연구등을 종합하여 보면, 전체 入院환자의 약 40~45%는 40세 이상의 中·老年層의 成人病환자 이었는데, 질환별로 나누어 보면 腦卒中, 高血壓, 心臟病, 만성腎臟病, 만성 위장병, 만성간장병, 암, 당뇨병, 비만증, 만성호흡기질환, 정신·신경계질환, 만성퇴행성 질환인 소위 「成人病」이 대부분이었다.

또한 일반 急性疾患을 포함한 總罹患率을 살펴보면, 40세 이하에선 대략 15% 내외이나 40세부터 급격히 증가하여 29%, 60세 이상에서는 42%로서 확실히 中年期이후에서 高率이었다. 특히 만성적 弱症제한, 무능력상태, 기능이상, 장애 등을 포함한 각종 만성질환의有病率이 중년기 이후의 노령층에 확실히 높았다.

이들 만성·퇴행성질환중 특히 高血壓, 腦卒中, 動脈硬化症, 心臟病, 糖尿病(腎臟病 포함) 등의 전형적인 순환기계통의 5대 성인병의 유병율을 연령별로 보면 19세까지는 약 0.9%, 20~39세까지 12%, 40~59세까지 34%, 60세 이상에서는 68%의 유병율로서 실로加齡과 老化와 함께 성인병이急増함을 알 수 있었다.

主宗을 이루는 3대 성인병은?

이처럼 오늘날 증가일로에 있고, 현대인의 주요死因이 되는 주요 成人病들을 살펴보면, 이중 惡性腫瘍인 癌(Cancer)은 별도로(新生物은 그 특성때문에) 제외하면, 대체로 高血壓, 腦卒中, 動脈硬化症, 心臟病, 糖尿病은 오대주요 성인병이 되고 있다. 이중에서도 가장 중요한 원인적인 핵심질환을 밝히면, 고혈압(Hypertension), 동맥경화증(Athero-

특히 核心질환인 動脈硬化症에 대하여

앞에서 이미 3대 성인병중에서도 특히 동맥경화증은 핵

고혈압·동맥경화증·당뇨병이 주종이 될
 중년기이후의 健康관리에 특히 유의해야

現代人の 主要死因과 成人病

앞에서 언급했지만, 문명이 발달하고 급속히 공업화됨에 따라 질병의 양상이 변모되어, 이제는 만성퇴행성질환 즉, 成人病의 이환율과 이로 인한 사망률이 날이 높아지고 있어, 바로 현대인의 주요 死亡原因이 되고 있다. 이를 확실한 과학적 근거로 밝히기 위하여 대표적 선진국인 美國과, 우리나라와 비슷한 日本의 통계를우리 나라의 그것과 비교하고참고하여 보면, 확실히 이제는 현대인의 질병 및 사망과 양상이 거의 비슷함을 알 수 있다. 최근(1980년도) 미국의 10대 사망원인은 ①심장병, ②암, ③뇌졸중, ④사고, ⑤인플루엔자, ⑥폐렴, ⑦당뇨병, ⑧간경변증, ⑨약물중독, ⑩자살, ⑪기타 등의 순위로서 死因의 거가 成人病이며<도표3. 참조>, 일본의 경우 10대 사인은 ①뇌졸중, ②암, ③심장병, ④인플루엔자, ⑤폐렴, ⑥노쇠, ⑦자살·약물중독, ⑧고혈압성 제질환(뇌졸중, 심장병을 제외한), ⑨간경변증, ⑩당뇨병등의 순위로 역시 성인병이 주요 사망원인이 되고 있다.

(1979년도 日本 國厚生省에 의함) <도표2. 참조> 우리나라도 최근 인구보건연구원 등에서 발표된 10대 주요 死因을 보

sclerosis) 및 당뇨병(Diabetes)은 바로 3대 기본성 인병으로, 오늘날 성인병의 주종을 이루고 있다. 성인병의 핵심적인 대종들이 있고 있는 동맥경화증, 당뇨병, 이 세가지 질병은 매우 밀접하게 서로 連綿되어 不可分離의 관계에 있다. 고혈압이 오래 지속되면 필연 동맥경화증이 발생되고, 동맥경화증이 있으면 결과적으로 당뇨병이 잘 併發되는데, 사실 당뇨병의 합병증 가운데 가장 심각한 것이 바로 「동맥경화증」이다.

따라서 이 세가지 성인병은 마치 「동맥경화증」이라는 중심 돌니바퀴를 가운데 두고, 「고혈압」과 「당뇨병」의 두 돌니바퀴가 서로 연결되어 서로연속적으로 돌아가는 「메커니즘」的 連關關係에 있다고 볼 수 있다.<도표4. 참조>

말하자면 고혈압은 원인질환이고, 동맥경화는 核心질환이며, 당뇨병은 결과적 질환인 것이다. 따라서 오늘날의 주요 成人病들을 잘 이해하고 이들의 치료·예방 및 대책등의 관리를 위하여 특히 원인이 되는 고혈압과 핵심이 되는 동맥경화증, 그리고 결과적으로 續發되는 당뇨병의 3대基本 主要성 인병에 대하여, 오늘을 살아가는 우리 현대인들은 잘 알고 깊이 유의하여 적절히 대처해야 하겠다.

심적 중심질환이 된다고 하였는데, 사실 순환기의 노화가 가장 근본적으로 문제가 되는 동맥경화증은 성인병의 「核」으로서, 정말 현대의학에서 고민하고 있는 難題이며, 宿患가 되고 있다. 생명체인 우리 인체가 건강하고 장수하려면 순환기에 질환이 없어야 한다. 즉 혈액순환이 잘 되어야 하며, 혈액순환이 정상으로 유지되기 위해선 동맥경화증이 없어야 하겠다.

動脈硬化症의 主病變

동맥경화증은 엄밀히 말하면 粥狀動脈硬化症, 「멘케버그」(中膜)硬化症 및 細小動脈硬化症의 세 가지로 분류되지만, 보통 좁은 의미에서, 그리고대표적인 동맥경화증이란 粥狀(動脈)경화증을 말하는 것이다. 이 粥狀동맥경화증의 주된病變은 대동맥이나 중등도의 동맥혈관 내막에 지방성 粥腫, 섬유화, 석회화, 괴사 및 출혈등인데, 쉽게 말해서 動脈內皮의 국소적 肥厚, 「콜레스테롤」과 중성지방, 유리지방산, 인지질같은 「脂質」이 축적되고 동맥內腔이 좁아지면서 결국엔 완전히 막혀 버리는 것이 특징인 것이다.

증가일로에 있는 成人病

문명이 발달하고 급속히 공업화가 됨에 따라 질병의 양상도 크게 변모하여, 이전에 많았던 영양실조, 전염병·기생충병과 같은 感染性疾患에 의한 이환율이나 사망율은 매우 급속히 감소되고 있으며, 세계각국의 평균수명도 급세기초(1900년)의 대략 45세 이하에서 최근(1980년)에는 75세까지 정말 놀랄 정도로 연장되었다.

가장 통계가 정확한 美國의

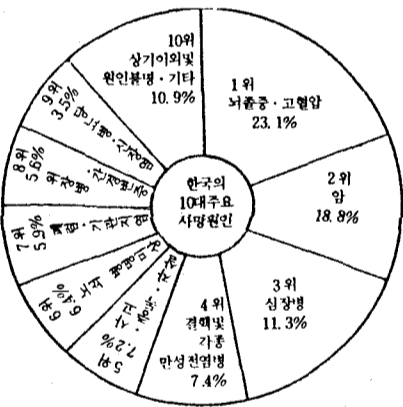


도표1. 최근우리나라의 10대주요사망원인(경제계획위원회 서울대보건대학원 조 사인구 10만명 死因別 사망률에의한) 영 아사망률 제외한 성인병의 주요사망원인별 10가지를 순서대로 열거해본다.

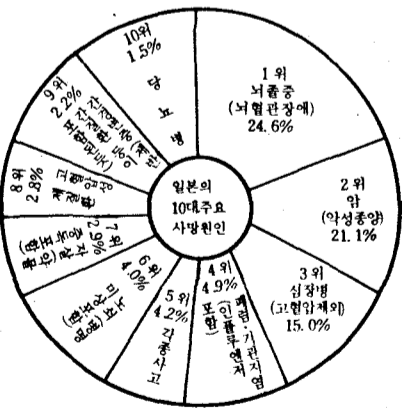


도표2. 최근일본의 10대주요사망원인 뇌혈관장애를 포함한 뇌졸중이 24.6%로 1위를 차지 하며 전체사망원인의 21.1%를 차지

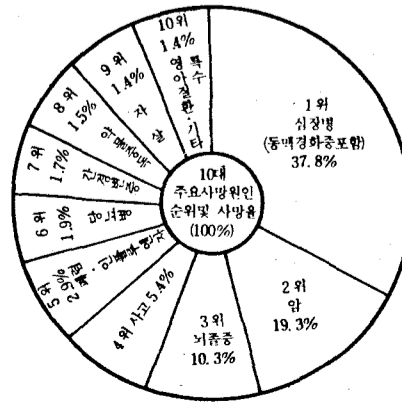


도표3. 최근 美國의 10대주요사망원인 日本과는 달리 동맥경화증을 포함한 심장병이 37.8%로 1위를 기록하고 있으며 2위는 암이 19.3%를 차지하고 있다.

<上>