



문 : 고혈압의 자각증세에 대하여 자세히 알고 싶습니다.

답 : 고혈압의 자각증세는 없는 경우가 있는 경우보다 더욱 많기 때문에 자기가 고혈압인 것을 모르고 지내다가 어느날 우연한 신체검사등에서 자신이 고혈압환자인 것을 알게 되는 경우가 많이 있습니다.

때문에 몸이 뚱뚱하거나 자기집 가계에 고혈압이 있던 사람, 눈이 늘 충혈되어있는 사람은 한번 고혈압검사를 받아볼 필요가 있습니다.

그러나 고혈압 환자에게 전혀 자각증상이 없는 것은 아니며 자각증상이 있더라도 그 증상이 꼭 고혈압에서만 나타나는 고유증상이 아니라는 사실입니다.

이러한 배경에서 고혈압환자가 느낄 수 있는 증상을 열거한다면 첫째로 가장 많이 나타나는 것이 머리가 무겁거나 골치가 아픈증상입니다.

그러나 이 증상은 축농증, 치통, 귀나 눈병, 두통, 두중, 감기증세에서도 나타날 수 있는 증상이며 그외에도 어지러움증, 구역질, 어깨결림, 귀가 멍하거나 귀속에서 소리가 나는 증세, 손가락 마비, 손발저림, 수지감각이상, 숨이차고, 가슴이 답답하고, 조금만 운동을 해도 가슴이 심하게 뛰며 심장 고동소리가 들릴때도 있습니다.

그러나 고혈압이 무서운 것은 지금까

지 열거한 자각증세 보다는 고혈압과 병행하여 나타나는 동맥경화, 뇌졸중, 협심증, 안저동맥의 변화, 췌양, 관상동맥경화, 신장의 병변, 요독증 등 여러가지의 질병이 발생할 수 있으며 귀중한 생명까지도 앗아갈수 있다는 사실입니다.

우리나라에서도 농업국가에서 공업국가로 발전하면서 식생활의 패턴이 변화, 향상됨에 따라 고혈압, 암, 심장질환 등 성인병이 사망원인의 윗자리를 차지하는 선진국형 질환변화 형태로 바뀌어가고 있습니다.

성인병(비전염성 만성질환)은 여타 질환처럼 치료기간이 짧고 증상이 뚜렷한 것이 아니라 자기도 모르게 만성적으로 진행하면서 병이 상당히 악화될때까지도 자각증상을 느끼지 못하는 사례가 허다하기 때문에 우리는 고혈압뿐 아니라 심장병, 당뇨병, 암 등 모든 성인병을 미리미리 예방적 차원에서 관리하여야 하겠습니다. 이를 위해서는 정기검진이 필수적인데 한국건강관리협회에서는 전국 13개 시도지부 부속의원에서 무료상담은 물론 적절한 예방을 위하여 필요한 검진을 행하고 있음도 알려드립니다.

문 : 올해들어 20세의 나이로 독자 페이지인 건강상담실에 짧은 노크를 해봅니다.

“몽유병”이라는 병에 대해서 언제가 책에서 읽은 적이 있습니다.

하루는 방을 함께쓰고 있는 동생에게 이야기를 듣게 되었습니다.

고입 준비를 하는 동생은 밤늦도록 공부를 하기 때문에 저의 무의식적인 잠결에서의 행동을 보게 되었다 합니다.

아침에 일어나니 동생이 지난밤에 있었던 일을 이야기 해주었는데 저는 전혀 기억이 나지 않습니다.

자다말고 일어나 가만히 잠자리에 앉아 있다고 합니다.

맨 처음번에 있었던 증세에는 별로 심각하게 생각하지 않았는데 2회, 3회에 걸쳐 증세가 발생되었을때는 겁이 나고 불안해 집니다.

몽유병의 초기는 어떤 현상을 보이며 그 병을 고칠수 있는지 의사선생님의 따뜻한 말씀을 부탁드립니다.

답 : 몽유병의 전형적인 경우는, 갑자기 잠자리에서 일어나며 눈은 감았거나 흐릿하며 대부분 똑같은 행동을 목

적없이 되풀이하지만 상당히 복잡한 행동을 하기도 합니다.

이때, 깨우면 잘 깨어나지 못하며 말을 걸면 한두마디 합니다. 몇분후에 대개는 자리로 돌아갑니다. 상처를 입는 경우는 적으며 아침에 기억을 하지 못합니다.

치료는 10세 정도가 되면 3% 정도의 빈도밖에 보이지 않을 정도로 저절로 소실되므로 환자나 그의 부모가 불필요한 걱정을 하지 않도록 하는 것이 중요하다. 그러나 성인은 정신분열병이나 정신분열병적 성격과 신경증적 경향을 보이므로 심리적인 문제에 관심을 가져야 할 것입니다.

그리고 몽유병은 정신운동성간질, 심인성 둔주와 감별진단을 하여야 하므로 귀하는 먼저 정신과 전문의를 방문하여 몽유병이 확실한지를 진단받아야 할 것입니다.

<조사연구부 자료제공>

●건강표어●

하루하루 지킨건강

평생동안 건강 생활

• 한국건강관리협회 •