

高血圧

예방과 치료

고혈압은 왜 생기나?

간혹 콩팥, 부신(콩팥 위에 모자를 쓴 것 같이 올라앉아 있는 호르몬샘), 혹은 갑상선 기능을 이상등이 특별한 경우를 제외하고는 대개 체질적으로 그냥 생긴다고 믿어진다. 원인을 모른다는 말을 부드럽게 표현해서 "본태성 고혈압"이라고 부른다.

고혈압은 왜 나쁜가?

첫째, 오랜 세월을 두고 심장이 높은 압력을 이겨내며 힘든 펌프질을 하다보면 처음에는 심장근육벽이 두꺼워지다가 결국은 이기지 못하여 축 늘어 나서 심부전증을 일으키게 된다. 뿐만 아니라 고혈압이 오래 지속되면 관상동맥의 죽상경화증도 유발할 수 있다. 죽

하는 사람에게 불필요한 고통을 준다는 것이다.

고혈압의 치료는 어떻게 하나?

그러므로 고혈압 치료의 가장 중요한 개념은 자각증상이 있든 없든 높은 혈압은 낮추어야 한다는 것이다.

고혈압은 당뇨병과 마찬가지로 완치할 수 있는 경우도 드물다. 본태성 고혈압의 경우는 특히 그렇다. 그러나 높은 혈압을 정상적으로 조절해서 그 상태를 계속 유지하면 앞서 말한 심장병, 뇌졸중, 심부전증, 안저출혈 등의 끔찍한 결과를 대부분 예방할 수 있다.

고혈압을 치료하려면 우선 혈압을 높이는 요인들을 제거해야 한다. 염분의 섭취를 줄이고, 체중을 빼고, 생활의 스

題号 변경 特輯



李 雄 求

〈延世医大〉
〈心臟内科 교수〉

야 한다면 끔찍하지 않은가? 그렇지 않다. 직장인은 아침마다 귀찮게 수업을 짚아야 하며, 보행이 불편할 땐 지팡이를 짚으며, 눈이 나쁘면 늘 안경을 써야 한다. 거기에 비하면 매일 아침 약 두어톨 입에 털어 놓고 하루의 일과를 시작하는 것이 그리 끔찍할 것도 없다.

또한 사람들은 고혈압을 치료하기 위해 약을 오래 먹으면 부작용이 생기지 않을까 걱정을 한다. 그러나 근래에는 좋은 약들이 많아서 개인의 체질에 맞게 전문의의 처방에 따라 필요한 검사와 정기적인 체크를 하며 약을 먹으면 부작용

면 첫째, 노인에게서는 높은 혈압이 정상인가? 그렇지 않다. 물론 연령이 증가할수록 혈압이 대체적으로 높아지는 것은 사실이나 높은 혈압에 의한 합병증 또한 연령이 높을수록 증가 한다는 사실도 잊어서는 안된다. 노인의 혈압은 팬츠라는 논리는 낡은 수도관이 새수도관보다 같은 높이의 수압을 더 잘 견딜 수 있다는 논리와 비슷하다.

둘째, 최고혈압(수축기혈압)은 최저혈압(확장기혈압)에 비하여 덜 중요하지 않은가? 그렇지 않다. 최근의 통계에 따르면 최고혈압도 최저혈압과 마찬가지로 뇌출혈, 심부전증의 합병증과 밀접한 관계가 있다는 것이 밝혀지고 있다.

血圧정상적으로調節하여 그狀態 계속 유지하면 각종合併症 예방 염분 섭취 줄이고 体重 감량과 스트레스 解消를

상경화증은 협심증, 심근경색증을 일으킨다.

셋째, 말초혈관 특히 뇌혈관의 약한 곳이 터질 수 있다. 이것이 뇌출혈이다. 또 어떤 때는 뇌혈관벽이 두꺼워져서 혈류가 차단되는 수가 있는데 이것이 뇌전색증이다. 어찌됐던 뇌혈관의 순환장애로 오는 마비증세를 통틀어 "뇌졸중"이라고 부르며 뇌졸중의 원인중 가장 중요한 것이 고혈압이다.

넷째, 콩팥 속에 있는 작은 동맥의 안쪽벽이 두꺼워져서 콩팥의 혈류에 장애가 생겨서 심부전증이 생긴다. 심부전증이 생기면 혈압은 더욱 높아진다. 이렇게 고혈압과 심부전증의 악순환이 거듭되면 급기야는 노독증으로 죽게 된다.

다행히도 근래에는 좋은 약들이 발명되어 정상생활을 하면서도 고혈압을 조절하면서 살 수 있다. 이러한 약들을 「혈압강화제」라고 한다.

그렇다면 고혈압환자는 늘 약을 먹어야 하는가? 대개 그렇다. 죽을 때까지 약을 먹어

를 극소로 줄이거나 전혀 없는 경우가 대부분이다. 진짜 부작용은 전문의의 지시없이 아무 광고나 보고 마음대로 복용을 할 때 생긴다. 혈압 강하제는 이뇨제, 혈관확장제, 베타수용기차단제, 중심작용강화제 등으로 분류하며 현재 시중에 나와있는 혈압강화제만 해도 수십종에 이르는데 이들 각각의 성분, 효능, 부작용을 따지는 것은 전문의에게 맡겨야 한다.

그렇다면 고혈압환자는 늘 약을 먹어야 하는가? 대개 그렇다. 죽을 때까지 약을 먹어

를 극소로 줄이거나 전혀 없는 경우가 대부분이다. 진짜 부작용은 전문의의 지시없이 아무 광고나 보고 마음대로 복용을 할 때 생긴다. 혈압 강하제는 이뇨제, 혈관확장제, 베타수용기차단제, 중심작용강화제 등으로 분류하며 현재 시중에 나와있는 혈압강화제만 해도 수십종에 이르는데 이들 각각의 성분, 효능, 부작용을 따지는 것은 전문의에게 맡겨야 한다.

고혈압 치료의 중요성

이 기회에 고혈압 치료에 관한 몇가지 중요한 점을 덧붙이



고혈압을 치료하려면 우선 血圧을 높이는 要因들을 제거하는 것이 가장 중요하다. 염분 섭취를 줄이고 생활의 스트레스를 그때 그때 解消하는 것이 좋다. (사진은 기사 特정내용과 관련없음)

혈압이란 무엇인가?

심장이라는 펌프에서 대동맥으로 뿜어져 나온 피가 동맥들을 지나 은뿜으로 퍼져 나갈때 동맥내에서 생기는 압력이 혈압이다.

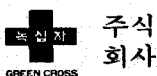
혈압은 수은주를 밀어 올릴 수 있는 높이로서 표시가 되는데(mmHg), 보통 부를 때는 120/80(백이십에팔십)이라고 한다. 빗금친 숫자를 수축기 혹은 최고혈압이라고 하며 빗금치지 않은 숫자를 확장기 혹은 최저혈압이라고 한다. "수축기혈압"이란 좌심실이 수축하여 피가 혈관으로 확 밀려나갈 때 생기는 압력의 최고치를 말하며 "확장기혈압"이란 좌심실이 확장을 한 동안 혈관에서 생기는 압력의 일정치를 말한다.

어느 정도의 혈압측정치가 정상치이냐를 결정하기가 쉽지 않다. 세계보건기구(WHO)의 정의로는 140/90이하를 정상으로 보며 160/95이상을 고혈압으로 보고 그 중간을 즉 160~140/95~90사이를 "경계역"이라고 부른다.

人免疫글로불린 16.5%

감마글로불린

- 효능·효과: 소아홍역의 예방 또는 증세경감, 저·무면역글로불린혈증, 혈청간염, 수혈후 황달예방, 소아의 기관지 천식, 유행성이하선염, 파상풍, 포진 및 기타 세균 감염의 예방 및 치료. 각종 알러지 질환의 예방 및 치료.
- 포장 단위: 2ml/vial, 3ml/vial, 10ml/vial.



주식회사 녹십자

●분사: 584-0131(代) ●판매: 서울925-0131, 부산83-8977, 대구352-4911, 대전623-0131, 광주56-5781, 전주73-7310, 마산2-4991, 원주42-2759, 청주52-8661, 인천73-0132