

고혈압의 概要

◆성인병의 근본원인이 되는 고혈압

고혈압은 모든 성인병, 특히 순환기계통의 근원적인 원인이 되는 만성·퇴행성질환인데, 가장 흔하고도 관리가 잘 안되는 원인적인 성인병으로, 인간의 생활이 도시화, 공업화, 복잡화되고 평균수명이 연장되어 인구가 노령화되어 갈수록 고혈압의 빈도와 분포, 즉 유병률은 더욱 높아지고 있다.

일부나마 신빙성있는 조사통계에 의하면 우리나라에선 고혈압의有病率在 성인에서 15~20% 정도로 추정되는데, 40대 이후, 즉 중년층이상에서 가장 많이 발생하고 성인병중에서도 가장 으뜸가는 成人病으로서 뇌출혈, 심장병, 신장병 등을 합병증으로 초래하여 가장 높은 치사율을 보이는 주요 사망원인이 되기 때문에 매우 큰 문제가 되는 것이다.

1979년에 시행된 미국의 통계를 참고하면, 성인 인구의 약 20%에 달하는 2천 8백만명 정도가 고혈압을 가지고 있다고 한다. 그러나 고혈압을 가진 이렇게 많은 사람들의 대부분이 증상은 거의 없고 단지 혈압만 높은 채, 일부의 사람들만이 자각증상을 느껴 의사를 찾으며, 의사를 찾는 사람들의 일부만이 적절한 치료를 받고 있는 실정이라고 한다. 그러나 高血壓의 세계에서 50% Rule에 의하면 이 세상에서 진정 고혈압을 가진 사람들중에서 겨우 1/8꼴인 약 12.5% 정도만이 적절한 관리를 받고 있는

셈인 것이다(도표 1. 참조).

◆혈압상태와 고혈압의 기준

그러면 고혈압의 기준은 무엇이며, 정상적인 혈압은 어떠한 상태를 말할까?

세계보건기구(W.H.O.)에서 정한 기준에 의하면 혈압상태를 다음의 4단계로 규정하고 있는데 이를 꼭 숙지하여야 하겠다.

- ① 저혈압이라 함은 최고(수축기)혈압이 100mmHg이하이고, 최저(확장기)혈압이 60mmHg이하인 경우,
- ② 정상혈압은 최고혈압이 140mmHg이하, 최저혈압이 90mmHg이하인 경우,
- ③ 경계역(고)혈압은 최고가 140~160mmHg, 최저가 90~95mmHg인 경우,
- ④ 고혈압은 최고가 160mmHg이상, 최저가 95mmHg이상인 경

에도 혈압은 여러 원인과 환경상태 등에 따라 변동하기 쉬우므로 적어도 3~4일간, 하루에도 3~4회를 안정한 상태에서 측정하여 그 사람의 혈압상태의 경향을 파악하여 이를 판정하는 것이 정확하다.

그런데 여기서 경계역(고)혈압이라고 하면 일반인들은 빨리 이해가 안될지 모르지만, 실제 임상에서는 경계역(고)혈압도 "고혈압"으로 취급하고 있다. 따라서 일단 혈압이 최고가 140이상이거나 최저가 90 이상이 되면 고혈압증이라는 사실을 명심해야 하겠다.

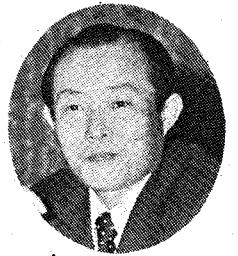
흔히 혈압을 말할 때는 최고(수축기)혈압을 문제시 하는데, 의사들은 최고혈압보다 최저(확장기)혈압을 더욱 중요시 하고 있다. 이는 최고혈압은 대체로 측정할 때마다 항상 동요하여 다른 수치를 보이지만, 최저혈압은 거의 항상 일정할 뿐 아니라 의

면 남자와의 평균혈압차이가 좁아지면서, 그 이후엔 점차 남자보다 여자의 평균혈압이 더 높아지는 경향이 있다.

정상혈압이란 혈압으로 인하여 불편한 증상이 나타나지 않고 합병증도 일으키지 않는 혈압의 범위를 말 할 수 있다. 앞서도 말했지만, 세계보건기구(W.H.O.)에서는 이미, 140/90mmHg이하를 정상혈압이라 하고, 이 이상을 고혈압이라고 규정하여 이를 널리 통용하고 있는지 오래되었다. 그러나 이 규정보다도 혈압은 낮으면 낮을수록 건강에 유리하고 바람직하다고 한다.

혈압이 낮은 사람이라도 대체로 나이를 먹을수록, 자연히 혈압이 높아질 것이기 때문이다. 항간에서 말하는 소위 저혈압으로 어지럽다거나 자주 실신이나 졸도한다는 등의 증상이 없다면, 혈압이 낮다고 걱정할 필요는 없다. 사실 치료를 필요로 하는 저혈압은 특수한 경우에만 있으며 실제로 극히 드물다.

또 불안정성 고혈압이라는 말이 있다. 어느 때는 고혈압이었던 때로는 정상혈압으로 돌아와서 혈압이 불안정하다는 뜻이다. 이런 환자들을 여러해 동안 추적 관찰해 보면 그중 다수가 고정된 고혈압환자가 확실해 진다고 한다.



柳 東 俊

慶熙醫大 교수
本協會 홍보이사

서는 정확한 통계가 아직 없지만, 신빙성있는 몇가지 자료 등을 종합해보면 대략 성인에서 15~20% 정도가 고혈압일 것으로 추정된다. 이는 앞서서도 언급되었지만, 매우 높은 유병률이다. 타질환들과 비교해 볼 때, 가령 결핵의 유병률이 현재 약 2.5% 정도이고, 당뇨병의 유병률이 약 3~5%인 것과 비교한다면 정말 수적으로 엄청나게 많은 사망원인 고혈압에 이환되어 있음을 알 수 있다.

② 사망률이 높다: 고혈압은 특히 뇌출혈과 관련하여, 암, 심장병과 함께 3대 死因이 된다. 우리나라에선 뇌출혈이 死因의 首位를 점하고 있다.

③ 확실한 치료방법이 없다: 혈압을 강하시키는 약은 있지만 이강압제만으로는 고혈압이 해결되지 않는다.

④ 중세가 확실치 않다: 고혈압은 일반적으로 뚜렷한 증상이 없는 것이 보통이다. 아픈 곳도 별로 없다. 따라서 일찍 발견하기가 어렵고, 발견한 뒤에도 대수롭지 않게 여기기 쉽다.

⑤ 무서운 합병증을 수반한다: 고혈압은 성인병의 대표적 질환이다. 문명이 발달하고 공업화될수록 고혈압은 늘어 간다고 한다. 생활수준이 향상되고 소득이 높아질수록 유병률이 높아지는 문화병이라고도 한다. 또 인구가 노령화 될수록 "고혈압"은 많아진다고 한다.

고혈압은 한번 걸리면 평생 치료를 계속해야 한다. 완치라는 것은 없다. 고혈압은 그 자체가 무서운 것이 아니라 생명을 위협하는 여러가지 합병증들을 초래하기 때문에 이를 중요시 하고 무서워 하는 것이다.

주요 합병증으로는 뇌출혈, 뇌경색, 심비대증, 심부전, 부정맥, 협심증, 심근경색증, 신부전, 기타 여러 동맥경화성 질환등인데 모두 다 치사율이 매우 높은 것 들이다. 정말 고혈압은 成人病 第一死因의 원인질환으로 소리없는 만성 殺人者이다.

우리나라 高血壓有病率 성인에 15~20% 腦出血·뇌경색 合併症 予防에 신경써야

우이다. 이 기준은 현재 우리나라에서도 거의 절대적으로 사용되고 있다. 누구나 각자는 자기의 혈압이 이중 어느 단계의 상태에 속하는가 알아보는 것이 좋을 것이다. 여기서 주의할 것은 혈압은 한번 측정하고 고혈압이다, 아니다, 단정할 것이 아니라 하루중

학적으로 매우 의미가 크기 때문이다.

따라서 최저혈압이 표준(정상)혈압보다 상당히 높을 때는 최고혈압이 별로 높지 않거나 정상이라 하더라도 조심해야 하고 계속 추궁하여 관리하여야 한다. 또한 최저혈압이 특별히 높아져 있을 때는 세소동맥경화가 나타난 것으로 보아야 하며, 악성 고혈압을 의심해 보아야 한다.

경계역(고)혈압 환자도 여러해 후에는 결국 진성 고혈압이 되는 경우가 많다. 수축기 혈압만 기준이상의 고혈압이고, 확장기혈압은 정상인 것을 단독 수축기 고혈압이라 하며, 확장기혈압만 높은 것을 단독 확장기 고혈압이라고도 한다. 그러나 이 두가지는 모두 실제에 있어서 "고혈압"의 범주에 속하는 것이다.

◆고혈압은 왜 문제가 되나?

엄격히 말한다면 고혈압은 병이라기 보다는 증상(중세)이라고 해야 할 것 같다.

열이 나거나, 골치가 아프거나, 기침이 나거나 할 때, 우리는 이것을 병이라 하지 않고 "중세"라고 한다. 고혈압도 마찬가지로 그러하다.

그런데, 어찌지 "고혈압"이라고 하면 으시시하고 불길한 예감이 든다. 왜 그럴까? 거기에는 아마도 이러한 다음의 이유가 있기 때문일 것이다.

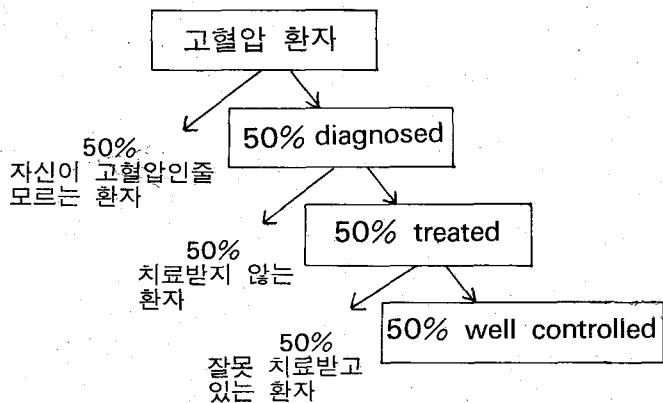
①有病率在 높다: 우리나라에

◆정상혈압과 고혈압

일반적으로 혈압은 加齡과 더불어 서서히 올라가는 경향이 있다. 대개 정상인은 보통 20세를 전후하여 성인혈압에 도달하는데, 중년기까지는 완만한 상승을 보이다가 중년기이후에는 비교적 급한 상승을 보인다.

어느 연령층이나 남자의 평균혈압은 여자보다 수축기 및 확장기 혈압이 공히 5~10mmHg만큼 더 높다. 대체로 60대 이후에는 수축기혈압이 급격히 상승하는 반면 확장기혈압은 다소 떨어지는 경향이 있다. 여성의 경우 50세를 전후해서 갱년기에 들어서

<도표 1> 고혈압의 세계-50% Rule



◆오직 8명중 1명의 고혈압환자만이 올바른 치료를 받고 있습니다.

당뇨병성망막증

진보된 현대의학의 발달에도 불구하고 아직도 완치가 되지 못하는 난치병중의 하나로 알려져 있습니다. 눈에는 우리가 필요로 하는 모든 것을 공급하기 위해 수많은 미소혈관이 분포되어 있습니다. 그러나 당뇨병이나 고혈압등에 의하여 이들 미소혈관에 병변이 발생되면 다시 정상회복되는 것은 거의 불가능하므로 망막증이 발생하기 이전에 예방을 취하거나 초기에 발견하여 치료하는 것이 중요 합니다.

그러므로 당뇨병환자는 혈당관리, 고혈압 환자는 혈압관리가 매우 중요한 동시에 각종의 혈관합병증을 예방하기 위해 혈관 보호제를 투여하는 것도 중요합니다.

왜냐하면 혈당이나 혈압관리가 잘되고 있는 환자도 병력에 따라 망막증의 발병률이 증가되므로 실명의 원인이 되는 망막증의 예방 및 치료가 절실히 요구되고 있습니다.

당뇨병!
왜! 후루다렌을 복용하는가?

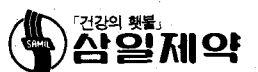
망막증에 대한 후루다렌의 약효입증!

후루다렌®은 현재 국내에서 시판되는 약물중 당뇨병성 망막증에 대해 임상효과가 입증된 유일한 약물입니다.

최근 당뇨병 및 고혈압의 혈관 합병증 치료제로 유럽에서 각광을 받은 후루다렌의 당뇨병성 망막증에 대한 효능을 평가하고자 국내 8개 의과대학 부속병원 안과학교실에서 Multi Center Study를 12개월 간 실시후 종합평가의 결과 후루다렌은 당뇨병성 망막증에 대해 약80% 이상이 호전 또는 안정되는 양호한 성적을 얻었으며 또한 내약성도 매우 우수한 약물이라고 보고 했습니다.

망막증의 초기단계에서 후루다렌을 투여하면 더욱 좋은 효과를 보실 수 있으므로 치료시기를 놓치지 않도록 주의하시기 바랍니다.

이외에도 후루다렌은 당뇨병성 백내장, 신경증 및 신증 등의 당뇨병 관련합병증에 대해서도 개선효과를 나타낸 바 있으므로, 당뇨병 환자의 미소혈관 합병증을 치료관리하는데 전반적으로 도움을 줄 수 있는 약물입니다.



후루다렌®은 현재 국내에서 시판되는 약물중 당뇨병성 망막증에 대해 임상효과가 입증된 유일한 약물입니다. 최근 당뇨병 및 고혈압의 혈관 합병증 치료제로 유럽에서 각광을 받은 후루다렌의 당뇨병성 망막증에 대한 효능을 평가하고자 국내 8개 의과대학 부속병원 안과학교실에서 Multi Center Study를 12개월 간 실시후 종합평가의 결과 후루다렌은 당뇨병성 망막증에 대해 약80% 이상이 호전 또는 안정되는 양호한 성적을 얻었으며 또한 내약성도 매우 우수한 약물이라고 보고 했습니다. 망막증의 초기단계에서 후루다렌을 투여하면 더욱 좋은 효과를 보실 수 있으므로 치료시기를 놓치지 않도록 주의하시기 바랍니다. 이외에도 후루다렌은 당뇨병성 백내장, 신경증 및 신증 등의 당뇨병 관련합병증에 대해서도 개선효과를 나타낸 바 있으므로, 당뇨병 환자의 미소혈관 합병증을 치료관리하는데 전반적으로 도움을 줄 수 있는 약물입니다.