



김진수
(연세의대교수)

뇌졸중의 예방과 치료

이미 이삼십년전부터 서구 여러나라에서는 적절한 치료와 예방으로 인해 뇌졸중의 발병률이 점차 감소되고 있는 추세이나 아직 우리나라에서는 중년 이후 국민들이 가장 두려워하는 질환의 하나로 인식되고 있으며, 현재까지도 악성종양과 더불어 우리나라의 사망원인들 중 으뜸을 차지하고 있다.

이렇게 두려움의 대상이어서 주의를 하기 때문인지 모르겠으나, 때때로 우리나라에서는 뇌졸중이 과잉진단되고 있다는 것을 느낀다. 주위에서 자신의 증상이 풍, 즉 뇌졸중이라는 얘기를 들었다고 병원을 찾는 환자들 중 많은 환자들이 단순한 안면마비나, 경미한 두통만 있는 경우가 많고 심지어는 고혈압이 곧 중풍이라는 사담도 있다. 물론 최근의 통계에서도 우리나라 사망원인 중 으뜸을 차지하는 것이 뇌졸중이기는 하나, 항간에서 얘기되고 있는 풍이 모두 다 진짜 뇌졸중은 아닌 것이다. 뇌졸중이란 뇌혈관의 이상으로 인해 뇌의 일부가 손상을 받는 것을 의미하며, 흔히 혈관이 터져서 발생하는 뇌출혈과 혈관이 막혀서 혈액공급이 되지 않음에 의해 뇌손상이 오는 뇌경색증으로 나뉜다. 인간의 뇌는 매우 복잡한 구조를 갖으며 각 부위에 따라 그 기능 또한 매우 다양하다. 따라서 어떠한 혈관의 이상에 의해 어느 부위가 손상을 받느냐에 따라 그 증상 또한 매우 다양한 형태로 나타나게 된다. 물론, 일반적으로 생각되고 있듯이 반신

마비가 대표적인 증상이기는 하나, 경우에 따라서는 전혀 마비 없이 감각이상이나 어지럼증 등과 같은 증상만으로 나타날 수도 있으므로 실제적으로 뇌졸중을 정확히 진단하는 것은 이 방면에 경험이 많은 전문의들에게도 쉬운 일이 아닐 때가 많다. 그러나 다행히도 최근에는 컴퓨터단층촬영이나 자기공명영상 등 여러가지 새로운 진단방법들이 개발되어 환자에게 큰 위험을 주지않고 비교적 쉽게 뇌졸중을 진단할 수 있게 되었다. 따라서 주위의 오도된 지식에 따라 너무 쉽게 중풍, 즉 뇌졸중이라고 단정짓지 말고 꼭 병원을 방문하여 정확한 진단을 받을 것을 권하고 싶다.

뇌졸중은 병원에서 치료할 수 없으며, 따라서 뇌졸중으로 병원을 찾는 것은 어리석은 일이라고 주장하는 사람들을 흔히 본다. 실제로 뇌졸중의 치료는 쉽지 않다. 왜냐하면 인간의 뇌는 한번 손상을 받으면 재생이 불가능하기 때문이다. 따라서 일단

정기에 들었다고 간주할 수 있으며, 이후 재발이 되지 않는 한 증상의 급격한 변화는 잘 나타나지 않는다. 그러나 급성기의 고비를 넘겼다고 해서 위험이 사라진 것은 아니며, 오히려 뇌졸중으로 인한 사망의 대부분이 이 이후의 시기, 즉 만성기에 병발되는 다양한 합병증에 의한다는 것을 잊어서는 안된다. 따라서 만성기 뇌졸중의 치료로는 폐렴, 욕창 등 합병증의 발생을 방지하는 것이 중요하며, 그외에도 뇌졸중의 재발을 예방하고, 환자가 장애를 극복하고 사회로 복귀하는 것을 돕는 다양한 물리치료가 포함된다. 뇌졸중은 치료가 어려운 병이기는 하나 불가능한 병은 아니다. 발병 초기부터 적절한 치료를 통해, 환자를 생명의 위협으로부터 보호하고, 그 장애의 정도를 극소화하며, 아울러 합병증의 발생을 방지하여, 최대한 정상인으로 살아갈 수 있도록 도와 줄 수 있다.

때때로 다른 치료를 받다가 보름 혹은 한달 정도가

이 아닌가 생각된다. 그러나 이런 소수의 환자들을 제외한 대부분의 뇌졸중환자들은 크건 작건간에 얼마간의 장애를 감수하며 여생을 살아야 한다. 따라서 뇌졸중의 치료에 있어 가장 좋은 방법은 발병하기전에 미리 예방하는 방법이며, 한번 뇌졸중을 앓은 사람들에게 있어서도 물론 다시 재발하지 않도록 조치하는 것이 가장 중요하다. 특히 한번 뇌졸중이 있었던 사람들에 그 재발율은 매우 높으며, 아무리 경미한 경우라 하더라도 이를 방지하여 여러 차례 반복되면 결국에는 지적능력의 심한 저하가 초래되는 치매(일명 노망)의 상태에 이르게 된다.

뇌졸중의 발생을 예방하는데 중요한 것은 뇌졸중을 일으키는 원인이 되는 위험인자들을 조기에 발견하여 조절하는 일이다. 이러한 요인들은 매우 다양하나, 그중 비교적 미리 조절이 가능한 질환들로는 고혈압, 당뇨병, 여러종류의 심장질환들, 혈중 고지지방 및 비만, 흡연, 과

이다. 대부분의 고혈압 환자들은 특별히 두통 등의 증상이 있을 때만 혈압강화제를 복용하고 평소에는 자신이 고혈압이라는 것조차 잊어버리기 일쑤이며, 이러한 현상은 한번 뇌졸중을 앓음으로 그 고통을 충분히 경험하였던 사람들도 예외는 아니다. 뇌졸중의 재발을 방지하기 위해서는 남은 여생동안 지속적인 투약이 필요하다는 것을 누차 강조함에도 불구하고, 6개월이상 병원에서 꾸준히 투약을 받는 뇌졸중환자는 극히 일부분에 불과하며 대부분이 특별한 증상의 변화가 없는 한 중도에 투약을 포기하고 만다.

뇌졸중이 왔을 때가 가장 빠른 치료의 시기이며 아울러 이후 환자는 물론 그 가족들의 끊임없는 노력과 지원이 필요하다는 것을 명심해야 한다.

건강하게 산다는 것은 결코 쉬운 일이 아니며, 특히 요즘과 같은 심각한 공해와 과도한 스트레스 속에서 살아가야만 하는 현대인에게는 특히 더 어려운 일일 것이다. 건강이라는 것은 단 한번 혹은 하루에 한번 복용하는 약물에 의해 얻어지는 것은 절대 아니며 개인의 부단한 노력과 절제있는 생활이 요구되는 일종의 극기훈련이라고도 할 수 있다. 특히 이와 아울러 중년층에서는 최소한 1~2년에 한번씩 여러가지 성인병 및 전반적인 건강상태에 대한 종합검진을 받는 것이 바람직하다. 뇌졸중은 사시바람 언제나 발생할 수 있는 질환이나, 특히 겨울철에 그 발생률이 높으며 사망률 또한 기온의 감소와 더불어 증가하는 것으로 알려져 있다. 올 겨울에는 보다 많은 사람들의 자각과 노력에 의해 좀 더 적은 수의 뇌졸중환자들을 만나게 되기를 바란다.

고지방, 비만, 흡연, 음주 피해야 만성기에 병발하는 합병증 방지

발병한 후에는 조기진단과 조기치료, 즉 가능한한 빨리 적절한 치료를 통해 뇌의 손상을 최소한으로 줄이는 것이 매우 중요하다. 또한 발병 초기에는 뇌의 손상에 따른 뇌부종의 발생으로 사망하게 되는 경우가 많으므로 이에 대한 응급 치료가 필요하며, 발병이후 2~3주간은 증상 위험성이 특히 높은 기간으로 세밀한 관찰과 아울러 집중적인 치료를 요하게 된다. 대개 이 시기를 지나게 되면 환자의 증상은 어느 정도 안

지나서 병원에 입원하겠다고 찾아오는 환자들이 있는데, 이러한 시기에는 아무리 좋은 치료를 한다고 해도 환자의 장애에는 큰 도움을 줄 수 없는 경우가 많다. 물론 시간이 지남에 따라 어느 정도 자연적인 회복을 기대할 수 있으며, 비교적 증상이 경미한 환자들에서는 완전히 정상으로 회복되는 경우도 있다. 때때로 그 효과를 인정하기 어려운 민간요법에 의해 큰 효과를 보았다고 주장하는 경우가 아마도 이러한 자연적인 치유효과에 의한 것

다한 음주 등을 들 수 있다. 이러한 요인들의 조절은 절대로 일시적인 방법에 의해서는 불가능하다. 금연과 금주의 어려움은 새삼 언급하지 않아도 잘 알려진 일일겠거니와 육류의 섭취를 줄이는 식생활의 개선이나 꾸준한 운동과 식이요법을 통한 체중조절 역시 만만하지는 않다. 또한 고혈압, 당뇨병, 심장질환의 조절은 일단 이러한 질환이 발병한 이상에는 꾸준한 투약과 함께 환자 본인의 부단한 노력 없이는 결코 이루어 질 수 없는 일

유통기한 확인하여 식품선택 올바르게!



건강보조식품 제조품목허가 보사부 제12-5호

면역기능과 효소의 營養寶庫

맥주효모에 비타민E, 알로에와 우골분을 강화시킨 미생물식품

리포마 포르테

제일개신식품 전문생산업체
[주]한국바이오에너지
Korea Bio-Energy Co., Ltd.

본사: 서울·강남구 논현동 163-4(3층)
공장: 경기도 부천시 삼정동 213-3

- 리포마-포르테는 면역기능에 특히 중요한 영양소-특수다당체, 핵산, 비타민E등이 풍부합니다.
- 리포마-포르테는 인체의 모든 대사활동을 조절하는 효소의 재료영양소-비타민B군, 미네랄, 미량원소, 식물성 단백질이 풍부합니다.
- 리포마-포르테는 건강의 유지 및 회복에 있어 지름대 역할을 하는 면역기능과 효소의 완벽한 영양집결체입니다.

■ 서울·경기(인천) : 신사동540-1250 • 논현동515-4492 • 대치동557-3958 • 삼성동554-1664 • 서초(A)586-5607 • 서초(B)554-8327 • 강동(A)475-5522 • 강동(B)484-8800
 • 강서651-6228 • 관악(A)887-5005 • 관악(B)882-3246 • 마포(A)715-2062 • 마포(B)324-4822 • 송파409-9182 • 양천654-4423 • 서대문372-3719 • 성동(A)467-3890
 • 성동(B)295-1113 • 도봉(A)986-7760 • 도봉(B)992-6160 • 우이900-5730 • 종로737-2555 • 중랑494-7655 • 인천(A)423-1986 • 인천(B)425-8856 • 부천655-7923 • 수원(A)251-4121
 • 수원(B)251-9442 • 군포52-2289 • 광명688-6023 • 하남31-7952 • 성남758-6891 • 안양 45-2927 • 송탄 665-7890 • 의정부 847-9184 • 평택 53-7912 • 안산 80-8975 • 구리
 553-9181 ■ 강원 : 강릉646-1970 • 춘천51-7170 • 태백52-8444 • 원주43-0070 • 속초33-4820 • 고성681-4240 ■ 부산(경남) : 부산지사633-3462~3 • 중무2-8646 • 진해
 2-4103 • 창원82-3876 • 마산96-1992 • 김해34-7495 ■ 대구(경북) : 대구지사252-0076 • 안동2-5904 • 영주2-6272 • 포항73-1231 • 경주43-4944 • 구미(A)53-3711 • 구미(B)
 481-5002 • 선산 481-5002 • 영천31-2987 • 상주34-0329 ■ 광주(전남) : 광주지사232-7393 • 목포43-3201 • 순천744-2218 • 장성92-4592 ■ 전북 : 전주지사86-6117 • 전주
 (덕진구)74-9171 • 전주(북부)74-1161 • 이리52-7487 • 군산446-1941 • 부안83-2283 ■ 대전 : 대전지사 255-0144 • 대덕(유성)626-9984 • 중구253-5529 • 서구525-7572
 • 중구252-1718 ■ 충청북 : 충남북지사(예산)2-6656 • 청주(A)56-3919 • 청주(B)4-1281 • 공주54-3202 • 천안553-4385 • 충주845-4095 • 대천935-0388 • 홍성641-1901
 • 당진363-0415