

## 뇌졸중의 예방

이 정 균 <한양대학병원 제1부원장>

우리의 심장은 왼쪽 가슴속에 들어있다. 우리의 심장은 자신의 주먹만하다. 심장은 강력한 근육으로 이루어져 있다. 심장은 이 세상에서 가장 훌륭한 자동 펌프의 역할을 하고 있다. 우리들이 생명을 유지하려면 전신조직에 산소와 영양분을 공급해야 한다.

심장에서 전신으로 피를 보내는 혈관을 동맥이라 부르고, 다시 심장으로 피를 돌려 보내주는 혈관을 정맥이라 부른다. 동맥과 정맥 사이는 머리칼보다 더 가는 실핏줄로 연결되어 있어 영양분과 산소 그리고 신체 활동에서 생긴 탄산가스와 노폐물을 교환하게 된다.

심장, 동맥, 정맥 그리고 실핏줄을 통틀어 순환계라 부른다. 심장은 폐와 불가분의 관계에 있다. 숨을 쉬면서 산소를 들이 마시고 탄산가스를 내보내는 작용이 심장과 연결되어 있다. 우리 몸은 나이를 먹을수록 노화현상이 일어난다. 순환계 특히 동맥은 전신으로 피를 보내야 되므로 압력이 높다. 그것이 혈압이다. 수도물 공급을 생각해 보자. 고지대와 저지대에 골고루 물을 공급하려면 펌프와 함께 압력이 필요하다.

심장은 전신에 피를 보내려면 압력이 있어야 되며, 이 압력을 우리는 혈압이라 부른다. 항상 혈압이 높으면 고혈압이라는 병명을 붙이게 된다. 말하자면 수도 파이

프는 우리 몸의 동맥과 같다. 수도 파이프가 오래되면 더께가 앉고 녹이 슬어 물이 흐르는 내면이 좁아져, 잘 터지고 또 잘 막힌다. 동맥이 좁아져서 피가 제대로 흐르지 못하게되는 병을 동맥경화증이라 부른다.

동맥의 내면에 기름기가 쌓이고, 핏덩이가 들러붙으면 그 동맥은 막히거나 잘 터지게 된다.

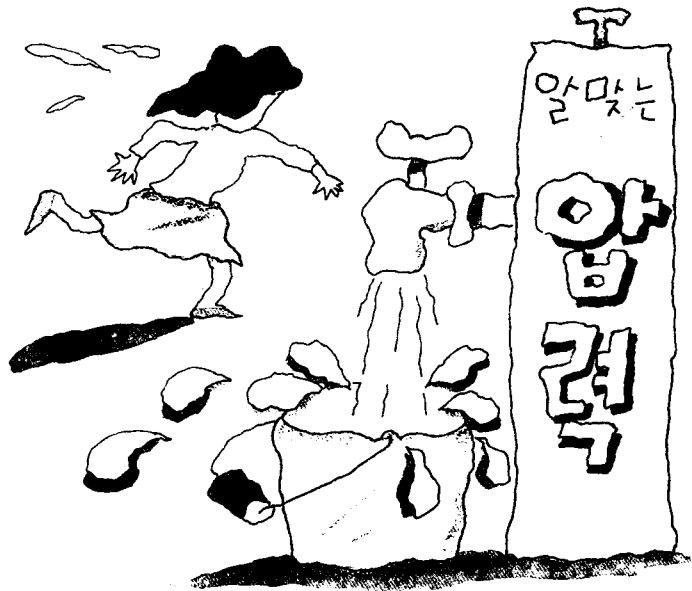
이렇게 동맥경화증은 비만증, 고혈압, 음식물속의 지방질을 많이 섭취하거나, 당뇨병, 그리고 담배를 피우면 잘 걸린다. 또한 운동 부족은 비만증을 부르고 동맥경화증을 잘 일으킨다.

심장은 자신이 활동하기 위해서는 동맥피를 공급받아야 한다. 그 혈관을 관상동맥이라 부른다. 이

동맥은 심장이 전신으로 내보내는 피의 양중에서 5%를 받아야 된다. 관상동맥에 동맥경화증이 생기면 피를 제대로 받지 못하여 가슴이 아픈 병인 협심증이 생기고, 더심해져서 관상동맥이 막히면 심장마비를 일으킨다. 이병을 심근경색증이라 부르고 급사할 수 있는 병이다.

우리들이 정상적인 생활을 하려면 뇌는 항상 신선한 피와 영양분을 공급 받아야만 한다. 더 중요한 사실은 뇌는 다른 신체기관과 달라서 에너지를 저축할 수 없어 심장에서 항상 신선한 피를 공급 받아야 한다. 심장에서 나가는 혈액량의 25%가 뇌에 공급되고 있다.

어떠한 원인에서 뇌에 피가 공

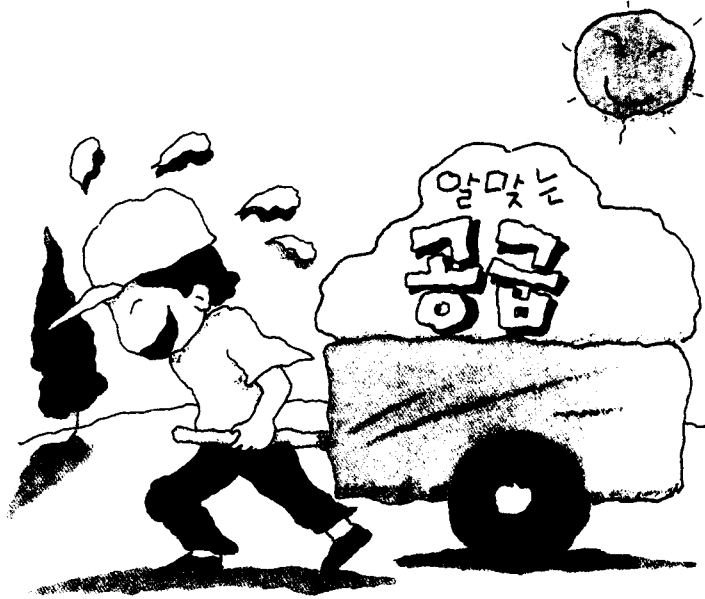


급되지 못하면 뇌세포는 순식간에 죽어버린다. 심장마비를 일으킨 환자를 최소한 5분 이내에 손을 쓰지 못하면 뇌세포는 죽게 되고 그 기능은 떨어지게 마련이다. 이런 증세가 뇌졸중이다.

뇌졸중의 가장 흔한 형태는 동맥을 찢는 동맥이 서서히 막아서 생기는 경우이다. 뇌동맥이 막히는 현상은 혈전증이라 부르고 혈관이 터지는 것은 뇌출혈 현상이라 한다.

뇌혈관이 막히거나 터지면 뇌세포는 그 기능을 잃게 된다. 뇌세포는 우리 신체가 받은 자극을 통솔하고 또 분석하고 인식하여, 몸의 운동을 조절하는 일을 하고 있다.

뇌에는 팔, 다리, 얼굴, 그리고 몸통의 운동과 감각을 조절하는 중추가 있고, 언어, 청각, 독서, 시력, 그리고 생각을 맡은 중추가 있다. 따라서 뇌졸중을 일으키면 말하기 어렵거나, 걷기도 어렵고, 기억력이 없어진다. 뇌혈관이 약간 막혔다가 다시 뚫리는 경우도 있다. 그러나 우리는 뇌졸중을 일으킬수 있을 만한 위험신호를 알아 두는 것이 도움이 된다. 어지럽거나, 중심을 잡기 어려운 경우가 있다. 일시적으로 기억력이 없어졌다가 다시 살아난다거나 지적 활동에 변화가 오는 수도 있다. 간혹 얼굴, 팔 또는 다리가 저리거나 감각이 없어지는 수도 있



고, 힘이 빠지며 주저앉는 경우도 문제이다. 말소리가 입에서 굴리는 듯 이해하기 어렵거나 언어 장애가 왔을 때는 특히 관심을 집중해야 된다. 시력 문제는 특히 중요하다. 일시적으로 눈이 잘 보이지 않고 침침해지거나, 시력을 상실하거나, 물건이 두개로 보인다면 심각한 문제다. 끝으로 극심한 두통이 갑자기 생겼을 때는 주치의와 급히 상의해야 된다.

뇌졸중을 잘 일으키는 위험인자로는 동맥경화증, 고혈압, 심장병, 당뇨병, 가족력, 담배, 스트레스, 비만증 등이 있다.

이런 위험 인자를 가지고 있는 사람은 항상 주의와 함께 관심을 가지고, 위험 인자를 제거해야 한

다. 우리의 혈관은 전신에 퍼져 있다. 의학과 과학이 더 발달하더라도 우리 몸속의 혈관을 모두 갈아 끼우기란 불가능하다. 따라서 예방만이 그 치료법이란 결론에 이른다.

뇌는 좌우 2개의 대뇌반구로 구성되어 있다. 혈관이 막혔거나, 뇌출혈을 했다면 그 진단은 뇌를 전산화 단층 촬영을 하거나, 자기 공명장치를 이용하여 정확한 위치를 알아 낼 수 있다. 좌측뇌가 손상을 받게되면 신체 우측에 마비를 일으킨다. 그래서 반신불수라는 말을 쓴다. 우측 반신마비가 생기면 말을 못한다. 언어중추는 좌측에 있기 때문이다. ●