

光州日報·전남대병원 공동 주최

레미가 있는 시민건강강좌

출혈성 뇌혈관 질환의 치료

M 의료 라운지 Medical lounge

# “과도한 음주·흡연, 뇌혈관 건강의 최대 적”

뇌졸중은 흔히 중풍이라고 불리는 질환으로 우리나라 성인 사망원인 중 암에 이어 두 번째로 빈도가 높다. 특히 출혈성 뇌혈관 질환은 갑작스러운 의식장애·마비 등이 나타나는 뇌졸중의 대표적인 질환이다.

## 발병 뒤 치료 힘들어...과로·스트레스 조절을 뚝뚝한 사람 넥타이 졸라매면 뇌출혈 위험

출혈성 뇌혈관 질환= 뇌졸중은 크게 뇌혈관이 막히는 허혈성 뇌졸중(뇌경색)과 뇌혈관이 터지는 출혈성 뇌졸중(뇌출혈)으로 구분된다. 이중 출혈성 뇌졸중은 고혈압으로 인해 뇌혈관 내의 압력이 높아져 혈관의 벽이 견디지 못하고 터지는 '일발성 뇌내출혈'과, 혈관 벽의 일부가 약해서 그 약한 부분 벽이 늘어나 불거져 나온 상태인 뇌동맥류가 어떤 계기에 의해 터져서 발생하는 '뇌지주막하 출혈', 뇌동맥경화염이 선천적으로 존재해 동맥의 높은 압력이 정맥으로 직접 전달되어 발생하는 '뇌혈관 기형 뇌내출혈'로 구별할 수 있다.

구도도 중요한 증세 중 하나인데 뇌혈전에서는 구도가 드물기 때문에 감별하는 데 도움이 된다. 혈압은 발작시에 고혈압인 경우가 많고, 발작 직후 더 상승하는 경우가 많다. 체온도 발작 후 차츰 상승한다. 체온이 40도 이상이면 중증이다. 갑자기 일어나는 의식장애가 특징인데, 그 정도는 출혈의 정도와 부위에 좌우된다. 경증은 아주 단시간이기 때문에 환자 자신이나 주위에서 전혀 알지 못하고 간과되기도 하지만, 치명적인 뇌출혈인 경우는 대부분이 깊은 혼수상태에 빠진다.

뇌출혈의 치료= 뇌 동맥류를 치료하는 주요 방법은 클립(clip)을 이용한 경부 결찰술과 코일(coil)을 사용하는 중재적 시술방법이 있다. 뇌혈관기형은 수술로 제거하는 방법과 감마나이프 등을 이용한 방사선치료 및 중재적 시술방법 등이 있다.

자발성 뇌 실질 내 출혈은 뇌경색이나 지주막하 출혈과는 달리 현재까지도 효과적인 치료법은 개발되지 않았다.

그러나 지름 3cm 이상의 소뇌 출혈이 있으면



지난달 29일 광주시 동구 전남대병원 강당에서 열린 '제23회 테마가 있는 시민건강 강좌'에서 주성필 신경외과 교수가 '출혈성 뇌혈관 질환의 치료'란 주제로 강연을 하고 있다. <전남대병원 제공>

서 신경학적 증상이 악화되거나 뇌간을 압박하고 수두증이 유발된 경우, 또는 젊은 사람에서 염상출혈이 있을 경우에는 즉시 수술하는 것이 원칙이다. 국내 뇌혈관질환의 수술적 치료는 대부분 파열성 뇌출혈에서 이루어져 왔으나 최근에는 식생활의 서구화와 진단기술의 발달로 허혈성 질환에 대한 수술도 증가하는 추세이다.

뇌출혈의 예방= 과도한 음주나 흡연 등 예방위험인자를 피한다. 고혈압성 뇌출혈은 과도한 음주와 매우 밀접한 관계가 있고 뇌동맥류

파열에 의한 뇌지주막하 출혈은 과도한 흡연과 밀접한 관계가 있음이 입증됐다. 혈압조절은 아무리 강조해도 지나치지 않다. 과로, 스트레스, 과도한 경쟁 등은 스스로 잘 조절해야 한다. 동종한 사람이 꾸그리고 앉아서 머리를 갑자기 구두끈을 매는 등의 자세는 위험하다. 넥타이, 허리띠를 졸라매는 것은 바람직하지 않다. 마음을 여유롭게 갖는 것이 무엇보다도 좋다.

(주성필 전남대병원 신경외과 교수) /정리=인현주기자 ahj@kwangju.co.kr

## 조선대 치과병원 고객 센터 커피하우스 개설



애기 위해 사용했던 인공방향제 역할을 천연 커피향기가 대신하면서 1석 2조의 효과를 거두게 됐다"고 말했다.

### 대한병원협 정기총회

조선대학교 치과병원(병원장 이상호)은 최근 병원을 찾는 고객들이 휴식공간으로 이용할 수 있도록 환관 로비에 커피하우스를 설치했다.

병원 측은 환자가 병원을 들어 서면서 은은한 커피향기를 맡으면 잠시나마 치과 치료의 공포에서 벗어날 수 있는 효과가 있고, 보호자들도 환자를 기다리는 동안 여유를 즐길 수 있도록 커피하우스를 설치했다고 밝혔다.

대한병원협회 광주·전남병원회(회장 김상형 전남대병원장) 2008년도 정기총회 및 워크숍이 지난달 29일 전남대의대 대저택에서 열렸다.

이날 워크숍에서는 광주·전남 회원병원 임직원 및 초청인사를 대상으로 ▲건강보험 정책과 심사의 최근동향 ▲의료사고에 대한 환자와 병원간 의견 차이 조율 ▲임상표준진료지침의 개발과 적용 등 소개와 함께 질의응답시간도 가졌다.

/인현주기자 ahj@kwangju.co.kr

## 날씬해지려면 아침식사부터 챙겨라

### 美 연구진, 청소년 대상 연구

“건강하고 날씬해지려면 아침식사를 챙겨라.” 규칙적으로 아침식사를 하는 10대 청소년들은 아침을 거르는 동년배에 비해 비해 몸무게가 적게 나가고 신체활동이 더 활발하며 몸이 좋은 식단을 택하는 것으로 나타났다.

미국 미네소타대학 연구진은 미니애폴리스-세인트폴 지역의 15세 미만 청소년 2천216명을 대상으로 이들의 식사습관과 몸무게, 여타 생활방식 등을 5년 간 연구한 끝에 지난 2일

연구결과를 발표했다.

연구 결과, 규칙적으로 아침식사를 할수록 몸무게를 키의 제곱으로 나눈 값인 체질량지수(BMI)는 줄어든 반면 아침식사를 거르는 10대의 경우 규칙적인 동년배에 비해 몸무게가 약 2.3kg 더 나갔다.

연구를 주도한 미네소타대학 공중보건대학의 마크 페레이라 박사는 “아침식사를 거르지 않는 아이들은 전반적으로 더 건강한 삶을 영위할 뿐 아니라 지방과 콜레스테롤을 적게 섭취하고 섬유질을 많이 먹는다”고 설명했다.

/연합뉴스

## 술 마시면 나쁜 기억 더 오래간다

### 日 도쿄대 마스키 박사 밝혀

술을 마시면 아픈 기억들을 줄여주는 것이 아니라 오히려 오래 끌게 한다는 연구결과가 나왔다.

일본 도쿄(東京) 대학 약리학교수 마스키 노리오 박사는 알코올에 들어 있는 에탄올은 좋지 않은 기억을 줄여주는 것이 아니라 가두어 사라지지 않게 한다는 사실이 동물실험 결과 밝혀졌다고 말했다.

마스키 박사는 일단의 쥐들에 충격을 가해 공포를 유발시킨 뒤 한 그룹

엔 에탄올을 또 다른 그룹엔 식염수를 정맥에 주사하고 우리에게 넣어 지켜 본 결과 공포에 질려 몸을 웅크린 자세가 에탄올 쥐들이 식염수 쥐들에 비해 훨씬 더 오래 가는 것으로 나타났다. 에탄올을 쥐들은 이러한 공포의 자세가 평균 2주나 지속됐다고 마스키 박사는 말했다.

이 결과는 술을 마셔서 아픈 기억들을 잊으려고 하면 오히려 그 기억들이 더욱 생생하게 머리 속에 머물게 된다는 것을 시사하는 것이라고 마스키 박사는 주장했다.

/연합뉴스

## 척추추나·성장·다이어트 전문 클리닉

### 최첨단 시설 갖춘 '청연한의원' 개원

척추추나(推拿:척추를 밀고 당겨 교정하는 치료법)·성장·다이어트 전문 한방병원인 '청연한의원(대표원장 정필선·이상영)'이 지난 1일 개원식을 갖고 본격적인 진료에 들어갔다. 광주시 서구 치평동 MK타워 5층에 자리를 잡은 청연한의원은 860㎡의 공간에 의료진만 15명에 이르는 큰 규모다.

병원 내부에는 검사실, 약제실, 탕전실, 일반진료실, VIP진료실, 운동치료실과 최첨단 의료기기 등을 갖춰 광주권 한의원 중에서 가장 규모가 크다는 것이 병원측의 설명이

다. 청연한의원의 치료시스템은 인체의 자연치유력과 건강한 기운이 최대한 발휘될 수 있도록 청정한약, 전통침구학과 추나, 최신 의료장비와 운동치료법이 유기적으로 결합되어 있는 것이 특징이다.

웰만한 헬스클럽을 능가하는 규모의 운동치료실에는 각종 치료장비와 건강관리용품 갖추고 척추환자 등을 대상으로 전문적인 재활프로그램을 운영할 계획이다.

특히 '청연보'라는 자체 브랜드 한약의 약재의 재배, 관리, 유통과정을 직접관리하고 엄격



청연한의원의 정필선(오른쪽)·이상영 대표원장이 환자들에게 한약재료를 공개하는 공간인 '약재실'에서 약재의 재배 및 유통과정에 대해 설명하고 있다.

한 검사를 거쳐 생산하며, 이 약재를 보관하고 다리는 약제실과 탕전실은 환자가 직접 눈으로 보고 확인할 수 있도록 문을 개방했다.

이상영 원장은 “청연(靑緣)이란 이름처럼 한번 맺은 환자와의 인연을 푸르게 가꿔나갈

것”이라며 “질병의 치료보다는 관리, 관리보다는 예방을 생각하는 '신뢰받는 의원'이 될 수 있도록 노력하겠다”고 말했다.

진료상담 및 문의는 062-371-1075~6.

/인현주기자 ahj@kwangju.co.kr

A large grid of various advertisements including medical clinics, real estate services, and consumer products like Sony.