



두통, 이럴때 위험신호

반쪽마비·발음장애, 뇌졸중 의심해야



김명규 전남대병원 신경과 교수가 최근 전남대병원 강당에서 열린 '태마가 있는 시민건강강좌'에서 다양한 두통의 원인과 치료 방법에 대해 설명하고 있다.

평생 두통을 한 번도 겪어보지 않은 사람은 없다고 할 수 있을 정도로 두통은 흔한 증상이다. 반복적으로 두통을 겪는 환자는 특히 뇌종양이나 뇌졸중과 같은 심각한 뇌질환과 연관되어 있지 않음에 대한 생각에 병원을 찾지만 다행스럽게도 그 대부분은 뇌질환과 전혀 관련이 없는 1차성 두통이다.

반면 드물다고는 하지만 뇌질환에 동반되는 2차성 두통도 분명 존재하므로 뇌질환을 시사하는 2차성 두통의 특징을 평소 알아두면 심각한 뇌질환을 조기발견하는데 큰 도움이 될 것이다.

두통의 종류는 크게 ▲1차성 두통-특별한 원인 질환이 없이 발생하는 두통으로 긴장성 두통·편두통·군발두통 등이 이에 속한다. ▲2차성 두통-뇌의 질환(뇌출혈, 뇌암, 뇌염 등)에 의해 2차적으로 발생하기 때문에 대부분의 두통 환자들이 이를 두려워하여 병원을 찾지만, 실제로는 전체 두통 환자의 10% 미만만이 이에 해당한다. ▲두부·안면부 신경통·머리 및 얼굴에 분포하는 감각신경의 기능이상에 의한 통증(삼차 신경통 등)도 큰 의미에서 두통으로 분류하기도 한다.

◇1차성 두통
편두통은 대개 한쪽 머리가 아픈 것을 특징하는 것으로 잘못 알려져 있다. 그러나 편두통은 혈관성 두통 중 가장 대표적인 두통

두통 대부분 뇌질환과 관련없어... 금연은 필수

두부·안면 등 감각신경 이상엔 전문의 찾아야

을 지칭하는 고유 병명이다. 두통이 4시간 이상 72시간 이내 지속될 때 진단할 수 있다. 젊은 여성에 흔하고, 40세 이후 감소하는 경향을 보인다. 임신에 의해 완화되는 양상을 보이며, 주로 아침에 발생하고 특히 주중보다는 주말에 발생하는 경향을 보인다. 편두통을 예방하기 위해서는 약화 인자를 피하는 것이 좋다. 정신적 스트레스를 없애고 금연은 기본이다. 술(적포도주)이나 티라민 함유음식(치즈·초콜릿·바나나·오렌지·양파·피자·견과류·토마토·아이스크림 등), 기름진 음식(특히 글루탐산 함유 음식-주로 중국음식) 등을 피하는 것도 도움이 된다. 적당한 수면과 영양섭취, 가벼운 운동 등 생활습관은 기본이다.

긴장성 두통은 편두통과 비교했을 때 대비되는 특징을 보인다. 즉 대개 양측성이며, 비박동성으로 머리를 조이는 듯한 두통이 전두부와 후두부에 나타나며, 일상생활을 방해할 정도의 심한 통증은 매우 드물다. 구역이나 구토는 동반되지 않으며 두통은 큰 변화 없이 30분 이상 길게는 7일간 지속된다.

주로 스트레스가 누적되는 오후에 심한 피로감과 함께 발생하며 어지러움, 이명, 시야의 흐려짐 등이 동반될 수 있다.

군발 두통은 1차성 두통 중에서 가장 드문 두통 양상이며 주로 젊은 남성, 특히 만성 흡연자에게 호발한다. 특징적으로 삼차 신경 영역(관측의 눈 주위)의 심한 비박동성 통증과 자율신경계 증상(눈물, 결막충혈, 코막힘, 콧물, 눈꺼풀 처짐, 발한, 눈동자 수축 등)이 동반된다. 전형적인 환자에서는 매일 동일한 시간, 특히 잠든 후 90분 정도 경과할 때쯤 발생하여 잠에서 깨어나며, 수일에서 수년 동안 거의 매일 지속되다가 한번 사라지면 일정 기간 동안 전혀 나타나지 않는 특징을 보인다.

◇2차성 두통
뇌종양·뇌출혈·뇌염·두부 외상 등 뇌질환과 기타 다양한 전신질환에 동반되어 이차적으로 발생하는 두통이며, 이러한 두통이 발생하면 가능한 한 빨리 병원으로 옮겨 전문의의 진료를 받아야 한다. 수백 가지 종류의 이차성 두통이 있으나 비교적 흔하

거나 방치했을 경우 중대한 위험을 초래할 수 있는 경우만 소개한다.

▲뇌졸중에 기인한 두통-뇌졸중과 밀접한 시간 연관성을 가지고 발생하며 편마비, 발음장애 등 뇌경색 증상이 동반됨.

▲거미막밑출혈에 기인한 두통-이 경우는 환자의 50%가 병원 도착 전에 사망하고 생존자의 50%에서 장애가 남는 치명적인 질환임. 대부분 주머니 모양의 뇌동맥류가 파열돼 발생하며 갑작스럽게 발현하는 편측 비라두통에 이어 구토·의식장애·목뻣뻣함이 동반되고 때로는 열, 심장 부정맥이 동반되기도 함. 때로는 뇌동맥류 파열이 미미하여 비라 두통 외의 증상이 뚜렷하지 않을 때는 뇌척수액 검사를 통해 뇌동맥류 파열 여부를 진단해야 함.

▲뇌종양에 기인한 두통-서서히 진행되는 양상을 보이며 종양 발생부위에 따라 국한된 통증 발생. 뇌척수액의 저류로 인한 두개 내압 증가가 심한 아침이나 복압이 증가하는 상황(기침, 배변 등)에서 악화되는 특징을 보인다.

▲고(高)뇌척수압에 기인한 두통-뇌척수액이 순환하지 못하여 두개 내압을 상승시켜 발생하는 두통. 뇌종양에 기인한 두통과 유사한 특징을 보이며 두개 내압이 매우 항진된 경우 유두부종, 겹겹같이 이상, 의식변화, 뇌진경마비 증상이 동반. 5세 미만 아이의 경우 머리둘레가 점차 증가.

▲저(低)뇌척수압에 기인한 두통-척수 천자 후 또는 자발적으로 뇌척수액이 누수되어 뇌척수압이 감소했을 때 나타나는 두통. 앉거나 일어선지 15분 이내에 악화하고 누우면 15분 이내에 호전되는 두통. ①뺨뺨뻣뻣함 ②이명 ③안진 ④빛공포증 ⑤구역 중 하나 이상 동반.

▲동맥고혈압에 의한 두통-양측성이며 박동성 두통. 신체 활동에 의해 유발되며 수축기혈압 160 mmHg/이완기혈압 120 mmHg과 관련되어 발생. 혈압이 정상화되면 1시간 이내 두통이 해소됨. 고혈압뇌병증에서는 의식변화, 발작, 시력저하가 동반.

▲거대세포동맥염에 기인한 두통-60세 이상 노인에서 최근 지속적인 두통이 있을 때 반드시 의심해야 하며, 특히 두통과 일시적인 시력저하가 동반될 때, 측두동맥이나 두피의 압통이 동반될 때, 다발근육통 증, 턱파행 등과 동반될 때 그 가능성이 높다. 치료가 늦으면 실명위험이 높지만 조기 발견해서 고용량 스테로이드 치료하면 3일 이내 호전됨. (전남대병원 신경과 김명규) /정리=채희경기자 chae@kwangju.co.kr

■해외 원격 화상진료 '시얼병원'

몽골 현지 출장 줄이고 기술 전수 용이 영어·중국어 등 6개국 능통 직원 상담

지방의 불임 전문병원이 대학병원에서도 드문 해외 환자와의 원격 화상 진료를 하고 있어 눈길을 끌고 있다. 시얼병원(병원장 최범재)은 지난해부터 몽골 현지에서 병원 의료진을 파견해 1~2개월에 한번씩 불임 치료를 위한 진료와 수술을 진행해왔다.

이는 선진국이 아닌 개발도상국인 몽골의 불임증환자가 시얼병원에서 진료를 받기에는 여러 난관이 있었기 때문이다. 가장 큰 문제는 몽골인들이 국내 출입의료관 비자(VISA)를 받는 것이었다. 젊은 불임부부가 동시에 의료관광 비자를 신청할 경우, 몽골정부로부터 불법체류 의심을 받기 때문에 비자 발급이 까다로운 탓이다. 여기에 시술과정에서 발생하는 의료시술비용은 물론 체류비용이 경제적으로 큰 부담이 되어왔다.

이에 따라 시얼병원은 현지 의료진 파견만으로는 증가하는 환자를 감당하기 어렵다고 판단, 매주 현지 불임 대상 환자의 진단과 치료를 위해 현지의사와 원격 화상 진료 시스템을 구축한 것. 이로 인해 시얼병원은 현지 출장을 줄임과 동시에 환자 진료를 늘릴 수 있을 뿐만 아니라 몽골 의료인에게도 의료기술을 전수할 수 있게 됐다.

시얼병원은 불임증 치료 원격 화상진료 시스템을 연내에 몽골 뿐만 아니라 중국, 베트남까지 확대할 예정이다.

이 같이 대학병원 수준을 넘어서는 해외 환자 진료 시스템은 불임증 치료 전문 병원이라는 인지도가 크게 작용한 것으로, 올 하반기에만 불임증치료와 부인과 수술을 받기 위해 90여명의 환자가 시얼병원을 방문한 점이 이를 뒷받침하고 있다.

이 병원은 화상진료 시스템 구축에 앞서 해외 환자를 진료할 수 있는 모든 인프라를 갖췄다. 우선 병원에 들어서면 모든 안내관이 영어, 중국어, 일본어, 러시아어, 몽골어로 표기되어있는 것이 이채롭다. 6개국 언어가 가능한 직원들이 외국인 상담을 맡고 있다. 방문 환자들은 멀리서는 브라질, 인디아, 미국, 캐나다에서 직접 시얼병원을 방문했으며 이들은 주로 시험관아기시술과 복강경 수술을 시행 받는다. 가까운 중국과 몽골환자들은 병원방문 뿐만 아니라 현지 병원과 협진 진료체계를 갖춰져 있어 방문문의가 쇄도하고 있다.

이 때문에 현재 시얼병원에서는 해외 현지 진료와 해외환자 상담 후 시험관아기 시술환자 예약 대기자가 100명을 넘어서었다. /채희경기자 chae@kwangju.co.kr



최범재 원장이 컴퓨터를 통해 몽골의 의사와 불임 환자 및 배우자와 대화를 하는 등 해외 원격 화상진료를 하고 있다.

신장결석 병력자, 당뇨 위험 30% 높아

신장결석 병력이 있는 사람은 2형(성인)당뇨병 위험이 높아진다는 연구결과가 나왔다. 대만 타이베이(臺北) 의과대학 연구팀은 성인 9만4000명을 대상으로 5년에 걸쳐 실시한 조사분석 결과, 신장결석 병력이 있는 사람은 당뇨병이 나타날 위험이 약 30% 높은 것으로 나타났다. /연합뉴스

신장결석을 겪은 2만3000명은 당뇨병 발생률이 12.4%, 신장결석 병력이 없는 7만7000명은 9.6%로 나타났다. 연구팀은 밝혔다. 당뇨병과 신장결석은 비만, 연령 같은 일부 위험인자를 공유하고 있지만 연령, 비만 등을 감안해도 신장결석 그룹이 당뇨병 발생률이 30% 정도 높았다. /연합뉴스



주간 즐거운한자는 광주일보를 구독하시는 분이 신청을 하시면 무료로 드립니다!

▶ 신청 하십시오!
무료로 한자학습·역사학습을 하실 수 있습니다.
주간 즐거운한자 구독신청문의 : 해당지국 또는 ☎062)220-0551

한민족 최고의 영웅 판타지! 고구려 대무신왕!



광주일보 **즐거움** 漢字 에 고구려 대무신왕이 연재됩니다.

광개토대왕, 장수왕도 "대무신왕"이 없었다면, 지금의 위대한 고구려를 이룩하지 못했을 것입니다!

한민족의 전설 삼족오 고구려 <대무신왕>은 천손의 뜻을 이어받은 고구려 제3대 제왕입니다.

지금부터 한민족 최대의 영웅, 대무신왕을 통해 광활한 대륙으로 뻗어간 고구려의 위대한 기상을 느껴보세요!