



光州日報·전남대병원 공동주최

테마가 있는 시민건강강좌

어지럼증과 뇌졸중

알레르기 비염, 집먼지 진드기부터 제거

어지럼증에 구토 동반 '뇌졸중' 의심

어지럼증은 살아가면서 누구나 한번은 겪을 수 있는 흔한 증상으로 일생 동안 20~30%의 사람이 어지럼증을 경험한다고 알려져 있다.



이승한 신경과 교수가 어지럼증의 원인과 뇌졸중과 관련해 진찰을 받아야 할 경우에 대해 설명하고 있다.

이렇게 흔한 증상이 어지럼증을 사람마다 제각기 다양한 방법으로 표현하고, 실제 증상 자체도 주변이나 자신이 빙빙 돌거나 좌우 또는 상하로 움직이는 느낌이 들기도 하고, 때로는 눈 앞이 캄캄하면서 아득해지고 기절할 것 같은 현상으로 나타나기도 한다.

경우에 따라서는 머리가 맑지 않고 몸이 붓 떠있는 느낌이 들 수도 있고, 가만히 있을 때는 괜찮지만 걸어다가거나 움직일 때 슬뻐한 사람처럼 자세 유지가 안되고 비틀거리는 자세불안 양상으로 나타나는 등 다양하다.

어지럼증의 원인=어지럼증은 여러 가지 원인에 의해 발생할 수 있는 하나의 증상으로서 어떠한 원인에 의해 발생하는지 정확히 진단하는 것이 치료의 첫 걸음이다.

사지로부터 올라오는 감각신경, 눈에서 들어오는 시각정보, 다양한 원인에 의한 내이(內耳) 말초 전정신경계의 문제에서부터, 이로부터 연결되는 뇌간(腦幹)의 중추 전정신경계에 이르는 경로나, 뇌에서 모든 신체경험각을 통합하여 조절하는 소뇌에 이상이 생기는 경우 어지럼증이 발생할 수 있다.

질환별로는 뇌졸중, 뇌 외상, 뇌종양, 중추신경계의 퇴행성 질환과 같은 중추신경계 질환과 이석증이라고 알려진 양성 발작성 체위성 현훈, 메니에르병과 같은 말초전정 신경계 질환, 그리고 편두통, 심장질환, 당뇨병, 소화기질환부터 심리적 원인까지 어지럼증의 원인은 실로 다양하다.

사실 어지럼증은 대부분 시간의 경과에 따라 호전되거나 생명에 심각한 위협을 줄 정도가 아닌 양성의 경과를 취하는 경우가 많지만, 경우에 따라서는 심각한 원인 질환이 숨어있어 환자나 의사 모두를 난처하게 하는 경우도 있다.

어지럼증=통상 뇌졸중이라고 하면 뇌혈관이 막혀서 생기는 뇌경색(허혈성 뇌졸중) 및 뇌혈관이 터져서 생기는 뇌출혈(출혈성 뇌졸중)을 말한다. 뇌졸중은 원인이 되는 혈관이나 발생위치에 따라 반신마비, 실어증 등 언어장애, 발음이 어눌해지는 구음장애,

어지럼증, 심각한 뇌혈관질환 경고

정확한 원인진단이 치료의 첫 걸음

한쪽 시야가 잘 안 보이는 시야 장애 등 다양한 신경계 이상증상을 호소하는 경우가 많지만, 어지럼증은 통상 소뇌와 뇌간의 혈류공급을 담당하는 척추-기저동맥 영역의 뇌졸중의 증상으로 나타날 수 있다.

이 부위에 뇌졸중이 발생할 경우 어지럼증 외에도 물체가 겹쳐 보이는 복시, 구음장애, 감각이상, 안면마비, 목소리가 변하는 발성장애, 삼킴장애 등의 증상이 같이 나타나는 경우가 많으나 전체의 1/4 내지 1/5 정도에서는 다른 증상 없이 어지럼증 만이 단독인 증상으로 보고된 바 있다.

중요한 것은 어지럼증은 심각한 뇌혈관질환의 경고 증상이 될 수 있다는 점이며 어지럼증의 양상 및 동반 증상 등에 대한 병력 청취 및 변별한 신경학적 검사를 통해 뇌혈관질환에 의한 어지럼증을 진단해 내고, 향후 뇌졸중으로 발전할 가능성이 있는 어지럼증 환자를 진단하고 치료해야 한다.

어지럼증과 해 모두 이런 심각한 원인질환이 숨어 있는 것은 아니다. 통상 상당수의 어지럼증 환자의 경우는 자세변화에 따라 1분 미만으로 유발되는 양성 체위성 발작성 현훈이라고 하는 일명 이석증에 의한 경우, 전정신경염 및 메니에르병 내이 전

정신경계의 이상으로 인한 병이 많다. <뇌졸중과 연관된 어지럼증일 가능성이 높은 경우>=아래와 같은 현상이 관찰되면 반드시 전문의의 진찰을 통해 심각한 원인질환이 숨어 있는지 점검받을 필요가 있다.

<고령, 고혈압, 고지혈증, 당뇨병, 흡연, 심장병, 뇌졸중의 경험 및 가족력 등 뇌졸중의 위험인자를 여러 개 가지고 있는 경우> <어지럼증 발생 시 자세 불안정이 매우 심하거나 구토가 매우 심할 때> <일상생활 도중에 갑자기 심한 어지럼증이 발생하는 경우>

<수분 정도 지속되는 자발적인 어지럼증이 반복적으로 나타나는 경우> <어지럼증과 함께 심한 두통이나 경부 통증이 동반되는 경우> <복시(겹쳐보이는 것), 발음곤란, 감각이상, 운동마비, 발성장애, 삼킴장애 등의 증상이 나타나는 경우> <의사에 의한> 진찰에서 쳐다보는 방향에 따라 안진(눈떨림)의 방향이 바뀌는 경우, 비정상적인 안구운동이 관찰되는 경우, 양안위치가 상하로 벌어지고 고개가 한쪽으로 기울어지는 등 현상이 관찰되는 경우.

<전남대학교병원 신경과 이승한교수> /정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

비염은 대표적인 것이 알레르기 비염과 바이러스 감염에 의한 급성 비염(코감기)이다.

코감기와 알레르기 비염은 증상이 비슷하지만 치료법은 전혀 다르므로 애꿎은 감기약만 먹다가 비염을 더욱 악화시킬 수 있으므로 이비인후과를 찾아 정확히 검사를 받는 것이 좋다.

최근 새집 증후군 문제가 새롭게 부각되기 시작하면서 각종 알레르기 질환과 관련된 관심이 높아지고 있다. 알레르기 비염은 유전적 요인과 환경적 요인을 결합한 복합적인 성격을 띠고 있는 만큼 계절에 따른 관리가 필요하다.

<알레르기 비염이란>=외부 특정 항원에 대한 과민 면역 반응으로 인해 나타나게 되는 것으로 재채기나 맑은 콧물, 코막힘, 가려움증 등의 증상이 유발되는 만성질환의 하나이다. 코감기 지속될 땐 일단 알레르기 비염을 의심해봐야 한다.

알레르기 비염은 특정 계절에 비염증상을 보이는 계절성 알레르기 비염과 계절과 상관없이 일 년 내내 알레르기 반응을 일으키는 통년성 알레르기 비염이 있다.

<알레르기 비염의 원인>=우리나라 알레르기 비염 환자의 70%~80%는 집먼지 진드기로 인한 것이며 애완동물의 비듬, 털, 곰팡이, 바퀴벌레, 꽃가루, 음식물, 음식물 첨가제 등도 알레르기 비염을 일으킬 수 있는 요소들이다.

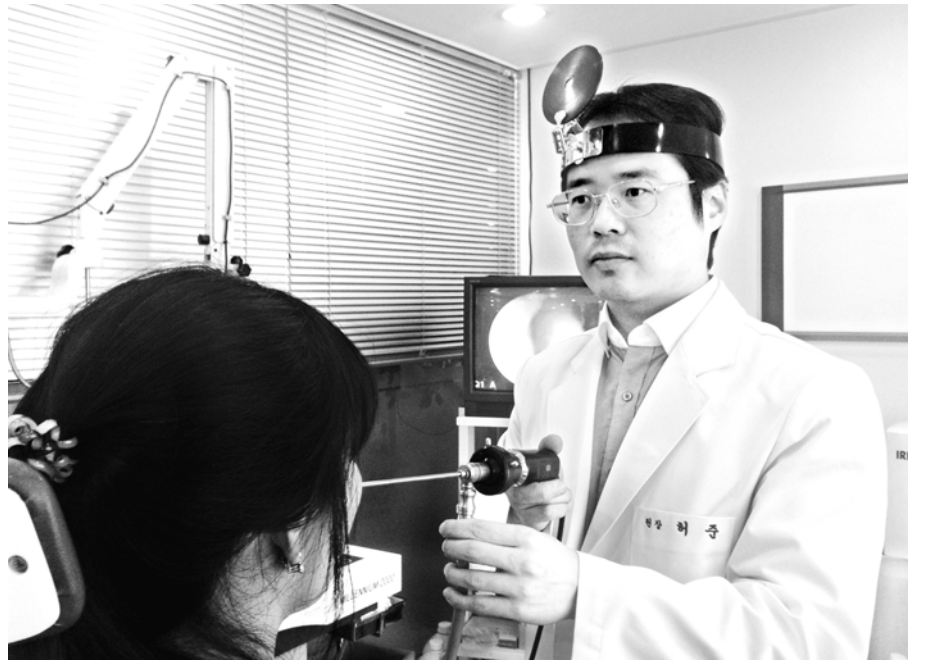
우리나라 인구의 5명 가운데 1명이 앓고 있는 것으로 알려진 알레르기 비염은 유전적인 요인과 상관성을 가지고 있다. 만약 부모 중 1명이 알레르기 비염을 앓고 있다면 자식이 알레르기 비염을 앓게 될 확률이 50%에 달하게 된다는 것. 환경적인 요인으로 온도와 습도변화, 대기오염, 담배연기 등이 있으면 모두 대신 유류 먹일 경우에는 알레르기 비염을 앓게 될 확률이 더 높아진다.

<이럴 땐 알레르기 비염을 의심>=아침에 일어났을 때 심한 재채기와 콧물이 연속적으로 나오거나 코감기가 장기간 동안 지속된다면 알레르기 비염을 의심해봐야 한다.

또는 피부에 항원을 작용시켜서 일어나는 반응을 보는 피부 반응 검사로 알아볼 수 있으며, 어린이나 피부질환자의 경우에는 혈액 내 항체 검사나 비침습검사 등을 통해 정확하게 알아볼 수 있다.

<알레르기 비염의 합병증>=알레르기 비염을 가볍고 흔한 질환으로만 생각하는 사람이 많으나 방치할 경우 기관지 천식 발생 위험이 3배 정도 높고 축농증, 잦은 감기, 만성 기침의 원인이 될 수 있으며 두통, 수면장애 등으로 삶의 질을 떨어뜨릴 수 있다.

<알레르기 비염 치료>=집먼지 진드기로 인한 비염 발생을 예방하기 위해 알람타나 천으로 된 가구, 인형, 커튼은 없애고 세탁



허준 이비인후과 원장이 코 내시경으로 비염환자를 진료하고 있다.

5명 중 1명 꼴... 재채기·콧물·코막힘·가려움 등 증상

방치하면 천식위험 3배... 심할 땐 저주파내시경수술

일어나는 때 심한 재채기와 콧물이 연속적으로 나오거나 코감기가 장기간 동안 지속된다면 알레르기 비염을 의심해봐야 한다.

또는 피부에 항원을 작용시켜서 일어나는 반응을 보는 피부 반응 검사로 알아볼 수 있으며, 어린이나 피부질환자의 경우에는 혈액 내 항체 검사나 비침습검사 등을 통해 정확하게 알아볼 수 있다.

<알레르기 비염의 합병증>=알레르기 비염을 가볍고 흔한 질환으로만 생각하는 사람이 많으나 방치할 경우 기관지 천식 발생 위험이 3배 정도 높고 축농증, 잦은 감기, 만성 기침의 원인이 될 수 있으며 두통, 수면장애 등으로 삶의 질을 떨어뜨릴 수 있다.

<알레르기 비염 치료>=집먼지 진드기로 인한 비염 발생을 예방하기 위해 알람타나 천으로 된 가구, 인형, 커튼은 없애고 세탁

를 자주 해주는 것이 좋다. 가정에서 쉽게 할 수 있는 방법으로는 콧구멍에 식염수를 하루에 20~30cc씩 2번 분무하는 비강요법을 이용하면 증상완화에 큰 도움을 볼 수 있다.

이 밖에도 약물요법과 수술요법이 있다. 저주파 내시경 수술은 시간이 5~10분 정도 밖에 걸리지 않고 통증과 출혈이 거의 없으며 치료효과도 높은 장점을 가지고 있다. 알레르기 비염은 체질적인 면역질환이므로 회피요법과 약물요법을 우선해 증상이 나타나면 바로 치료하는 것이 좋고 심한 경우에는 수술을 하는 것이 최선책이다.

비염은 저절로 낫는 코감기와는 다른 질환이므로 적극적인 치료가 필요하다. <허준 이비인후과 원장>

/정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

토마토 먹으면 혈중알코올 농도 저하

토마토가 혈중 알코올 농도를 대폭 낮추는 효과가 있는 것으로 나타났다. 최근 도쿄신메이 대학의 연구진이 발표한 연구결과, 토마토가 혈중 알코올 농도를 낮추는 데 효과가 있음이 확인됐다.

연구를 위한 실험에서 토마토 주스 캔 3개(약 480ml)와 소주 약 100ml를 함께 마신 결과, 토마토 주스를 마시지 않았을 때 비해 혈중 알코올 농도가 약 30% 감소했다는 의미이다. 체내에서 알코올이 사라지는 데 필요

한 시간도 토마토 주스를 마시지 않은 경우에 비해 50분 정도가 빨랐다.

토마토를 주스가 아닌 그대로 먹어도 효과는 비슷한 것으로 나타났다. 이런 메커니즘을 규명하기 위한 동물 실험에서도 토마토에 포함돼 있는 성분에 의해 알코올 대사에 관여하는 효소가 활성화하는 것이 확인됐다.

하지만 사람은 건강이나 체질, 술에 대한 적응력에 차이가 있어 토마토가 술을 마시는 모든 사람에게 혈중 알코올 저하 효과가 있는지는 불분명하다. <연합뉴스>

부동산 경매, 유동화 자산매각 전문회사 ASSET KOREA since 2005 주식회사 에셋코리아 경매에 관한 모든 상담 062-236-3400

현대공인중개사 공인중개사 자격을 취득 후 24개월 중개업을 하고 있습니다. 다수의 물건과 고객을 확보하고 있어 항상 신속하고 친절하며 책임감을 갖고 고객 여러분의 만족을 위하여 최선을 다하겠습니다.

대인동삼일부동산 호텔 목욕탕 및 각종 상가건물

첨단 신창동 신가동 상가 건물 파실분 환영! (8억~12억계약가능) <매수자 대기중!>

상무랜드공인중개사 상가(매매) ■ 북산동 1층복합 상가 323평 평당 1,200만원(38%)

가은 부동산 상무지구 빌딩매매 -대 지 : 257평 -연면적 : 900평