

전조증상 보일 때 예방 최선... 운동·재활로 후유증 최소화

건강 바로 알기 중풍

도움말 = 류기준
중앙생한방병원장

아침과 저녁으로 일교차가 커지는 쌀쌀한 날씨를 보이고 있다. 환절기에는 면역력이 떨어지기 쉬워 건강관리에 유념해야 한다. 신체리듬의 변화와 면역력 감소로 감기, 천식 등의 호흡기 질환은 물론 중풍 환자도 증가해 특별히 건강관리에 유의해야 하는 계절이다.

특히 중풍은 서양의학에서의 뇌출혈, 혈전 및 색전에 의한 뇌경색, 일과성뇌허혈발작, 지주막하출혈, 급성뇌부종, 급성뇌졸중, 동정맥기형 등 여러 질환이 포함되는 뇌혈관계질환, 중추신경계질환, 근질환, 파상풍유사질환까지를 포함하고 있다. 임상에서 단일질환으로 가장 발병율이 높고 사망률도 높으며 후유증 치료에 대한 치료비가 상대적으로 높은 질환이다.

◇예방을 위해서는—중풍은 대부분 미리 신체에 신호를 보냄으로써 예방할 수 있는 기회를 준다. 뇌출혈이 일어나기 전에는 뇌혈관의 약한 부분이 파괴처럼 튀어나오기도 하고(동맥류), 뇌경색이 일어나기 전

미리 신호 보내 예방 기회... 몸의 변화 주의 깊게 살펴야
기혈 보하는 한약치료로 체력보강 처방 병행하면 효과적

중풍 예방 위해 놓치지 않아야 할 증상

- ▲ 머리가 자주 심하게 아프고 어지럼증이 있다.
- ▲ 머리가 무겁거나 뒷목이 자주 뻐뻐하다.
- ▲ 성질이 급하고 얼굴이 자주 화끈 달아오른다.
- ▲ 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 또는 심장질환 등을 가지고 있다.
- ▲ 갑자기 한쪽 팔다리에 힘이 쭉 빠진 적이 있다.
- ▲ 한쪽 손발이 자주 저리고 감각이 둔하다.
- ▲ 이마주름은 멀쩡한데 입이 뻐뻐해지는 증상이 있다.
- ▲ 평소와 달리 말이 어둔한 적이 있다.
- ▲ 평소와 달리 하품을 자주 하거나 사레나 재채기가 자주 난다.
- ▲ 한쪽 시력이 갑자기 약해지거나 사물이 겹쳐서 보이기도 한다.

에는 뇌혈관이 점차로 좁아지면서 일시적으로 막히기도(협심증, 심근경색) 하는 등 여러 가지 전조증상을 보인다. 이때 발생하는 몸의 변화를 주의 깊게 살펴야 다른 불행한 사태를 미리 막을 수도 있다.

만약 예기치 못하게 중풍을 앓게 된다면 운동 및 감각의 장애 혹은 부전마비, 협조불능, 통합운동장애, 시각적 결손(시아, 시각), 언어장애, 연하곤란, 두통, 어지럼

증, 의식장애, 정신착란, 인지장애, 정서불안정, 우울증, 견관절 이탈구 등의 후유증 및 합병증을 남길 수 있어 무엇보다 그에 따른 재활치료가 중요하다.

재활의 기본 원칙은 이차적인 합병증의 예방과 신체 적응능력을 진작시켜 삶의 질을 향상시키는 것이 중요하며 이를 위해 환자는 포괄적으로 다루어져야 한다. 전문가의 주관 하에 재활치료, 간호, 물리치료,

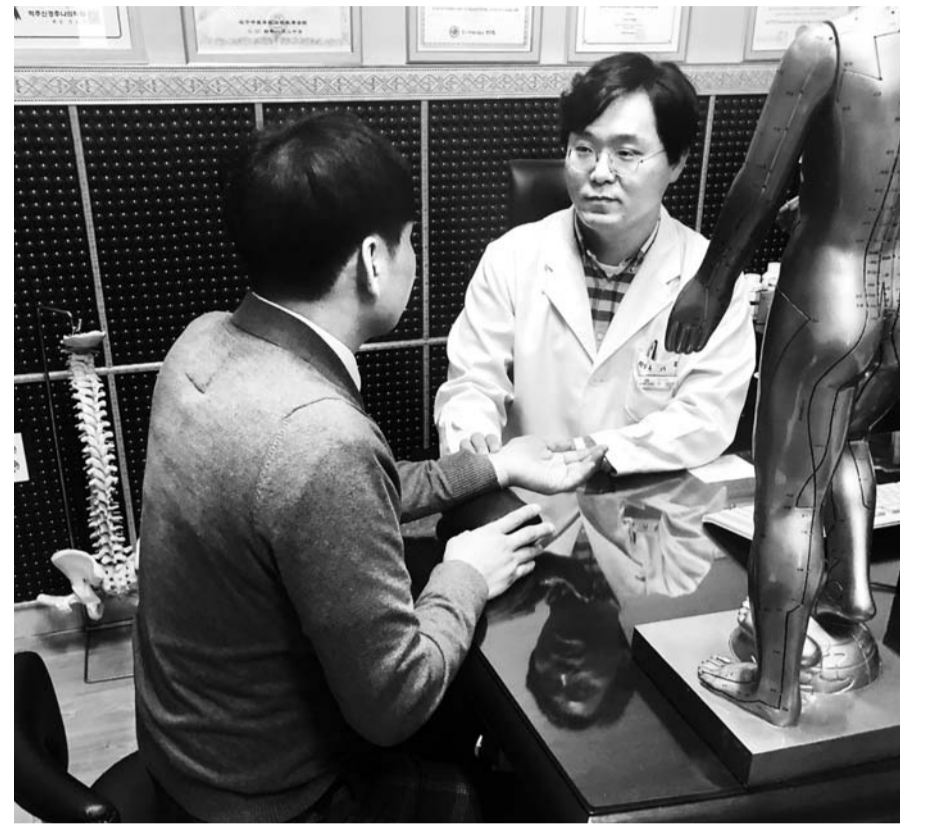
운동치료, 작업치료 등 포괄적 방식의 접근이 이뤄져야 한다.

◇후유증과 생활 습관 관리—중풍의 후유증은 지속적인 운동을 통해 강직을 예방하고 신경근을 재교육시켜야 하며, 재활의 방지도 중요하다. 기혈순환 촉진과 말초신경 자극을 통해 신경순환의 회복을 도모하기 위해 침구치료가 행해지는데 경혈학적, 근육학적 관점에서의 침 또는 전기침 등을 시술한다.

그러나 이 시기에는 한의학적으로 기혈이 허한 상태로 빠지기 쉬우므로 의지가 있어도 체력이 따라주지 않는 경우가 생길 수 있다. 따라서 기혈을 보하는 한약치료로 체력을 보강하는 치료를 병행하는 것이 효과적이다.

뇌졸중 환자의 기능회복에 영향을 미치는 요인은 환자의 의욕 및 동기가 가장 중요하며 고령, 수용시설, 뇌졸중 과거력, 타 질환 존재, 비만증, 심한 운동기능 결손이 있을 경우는 예후가 불량하다. 또 기능장애(실어증, 무력증, 실행증, 혼란, 치매, 지각력 상실, 심한 경직, 지속적인 이완, 무시, 우울, 신경인성 장 및 방광 등)가 많을수록 예후가 더 좋지 못한 경우가 많다.

식사원칙은 설탕을 비롯한 단순당질 및 동물성 식품의 섭취를 제한하는 것이 좋다. 뇌졸중의 원인이 되는 비만과 당뇨를 감소시키기 위해 열량조절식이 하는 것



중앙생한방병원 류기준 병원장이 찾은 두통을 호소하는 환자를 진찰하고 있다. <중앙생한방병원 제공>

이 좋으며 양질의 단백질, 비타민, 무기질이 풍부한 식품을 섭취하는 것이 좋다.

고혈압은 뇌졸중의 원인이 되므로 소금 섭취량을 조절하고, 흡연 및 과음을 삼가야 한다. 흡연은 심장 및 뇌혈관을 위축시

키고 과음은 뇌혈관의 순환장애를 초래하므로 주의해야 한다. 과식과 자극성 음식을 피하고 체중조절을 위해서 적당한 운동이 필요하다. /채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

습관성유산 새 발병 원인 규명

시엘병원·차의과대 공동연구... 치료제 개발 토대 마련

시엘병원 난임 습관성유산 연구소(최범재 병원장)와 차의과대학교(강남차병원) 백광현 교수팀이 습관성유산의 새로운 원인을 찾아냈다.

두 기관의 공동 연구는 의학전문지 란셋(Lancet) 자매지, 'EBioMedicine'에 발표했다. 이 논문은 단백질분해효소 ITI-H4와 KLKB1의 기능분석 통해 최초로 반복유산이 일어나는 매커니즘을 규명해, 새로운 반복유산의 진단키트 및 치료제 개발에 토대를 마련했다는 평가를 받고 있다.

이들은 공동으로 프로티오믹스를 이용해 반복유산(습관성 유산) 환자의 혈액 속에서 특이하게 발현하는 ITI-H4 단백질과 이를 절단하는 KLKB1 단백질을

ITI-H4·KLKB1 단백질 기능 세계 최초 발견

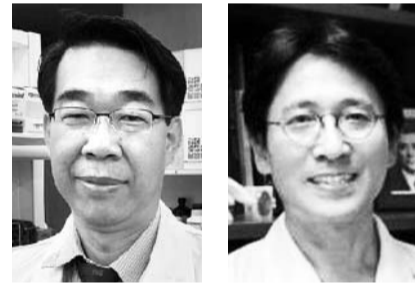
반복유산 매커니즘 밝혀내 '엄마의 꿈' 실현 성공

세계 최초로 발견했다. 이번 연구는 보건복지부가 추진하는 공익적 질병극복 연구지원사업으로 수행됐으며, 저자는 백광현 차의과대학교수(교신저자)·최범재 시엘병원장·백진영 강남차병원 진단검사의학과 교수 등이다.

연구진은 단백질은 인간 생체 활동의 기본 단위이며 반복유산 환자와 정상 임신군에서 단백질 발현의 차이를 보일 것으로 예상했다. 이에 따라 연구진은 프로티오믹스 분석방법을 이용해 60명의 반

복유산 환자의 혈액 속에서 특이하게 발현하는 단백질 ITI-H4와 이 단백질을 절단 단백질인 KLKB1을 발견했다. 특히 이번 연구에서 단일 단백질이 아닌 다중의 단백질들을 발굴함으로써 임상에서 하나의 지표로 질병을 평가하는 단점을 극복, 반복유산 진단하는 특이성과 효율성을 크게 높여줄 것으로 기대된다.

차의과대학 백광현 교수는 "우리나라는 심각한 저출산 국가로서 반복유산이 매년 증가하고 있다. 이러한 임신손실은 부부와 임상의사 모두에게 좌절감을 안



백광현 교수 최범재 원장

겨주고 가정, 사회 및 국가의 경제적 비용 부담을 가중시켜 국가 경쟁력마저 떨어뜨리는 원인이 되고 있다"면서 "원인이 불분명한 반복유산 환자가 50%에 달하는 점을 중시해 연구를 진행하게 됐다"고 말했다.

시엘병원 최범재 병원장은 "이번 연구는 프로티오믹스를 이용해 반복유산에서 특이적으로 발현하는 단백질을 발굴함으로써 바이오마커 개발에서 끝나는 것이 아니라, 후속으로 단백질의 기능연구를 통해 반복유산 발병기전을 밝혀냄으로써 치료제 개발의 토대를 마련했다는 데에 의의가 크다"고 밝혔다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

전남대병원 정명호 교수팀 획기적 스텐트 개발

미국특허등록 성공

세계적 과학저널에 게재



는 과정에 고분자를 사용해 왔으며, 이로 인해 인체 내 고분자 분해 과정에서 일부 염증 및 혈전이 발생되는 문제점이 있었다. 이에 따라 정명호 교수팀은 고분자를 사용하지 않고, 재협착 및 혈전방지 효과를 지닌 펩토초 가공 스텐트를 개발함으로써 기존 스텐트의 부작용을 해소하게 됐다.

전남대병원 보건복지부 지정 심혈관계 융합연구센터(센터장 정명호 순환기내과 교수·사진)가 세계 최초로 염증 및 혈전을 방지하는 획기적인 스텐트를 개발했다. 또한 이번 스텐트 연구결과는 세계적인 과학저널인 '사이언티픽 리포트'에 게재됐으며, 미국특허등록에도 성공했다.

심장혈관 스텐트는 좁아진 관상동맥 혈관을 확장시켜 혈류의 흐름을 원활하게 하기 위해 혈관에 삽입하는 의료기기이다.

이번에 개발된 스텐트는 '비폴리머 펩토초 가공 약물 용출 심장혈관 스텐트'로 기존 스텐트의 부작용을 해소시킨 획기적인 것이며, 세계 의학계로부터 큰 관심을 받고 있다.

지금까지의 스텐트는 혈관이 다시 막히는 현상을 억제하기 위해 약물을 코팅하

사용하지 않고, 재협착 및 혈전방지 효과를 지닌 펩토초 가공 스텐트를 개발함으로써 기존 스텐트의 부작용을 해소하게 됐다. 한편 정명호 교수는 국내에서 가장 많은 심장중재술을 시행하며 중국·일본·미국 등 세계적으로 노하우를 전수하고 있는 국내 심장학 명망이다. 지난 1996년부터 세계에서 가장 많은 3100례 이상의 돼지심장실험을 통해 국내외 학회지에 1500편의 논문을 게재했으며, 76편의 저서와 66건의 국내의 특허를 보유하고 있다. /채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

풍수 사주 > 수강생 수시 모집 및 상담

풍수와 사주(명리)를 한번에~
구술이 세말이라도 꿰어야 보배! 두 가지를 동시에 해결할 수 있는 이번 기회를 절대 놓치지 마십시오!

개강 (초급 및 중급)

- 일시: 2018. 10. 30(화) 오후 7시
- 장소: 심미운기풍수지리학회 교육장 (무등로478-1: 산수오거리 → 무등산방향입구 우측2층)
- 수강료: 풍수 + 사주 15만 원(매월)

공개강좌

- 일시: 2018. 10. 23(화) 오후 7시
- 장소: 상동(심미운기풍수지리학회 교육장)
- 대상: 누구나 (선착순 0명)

컨설팅(전문상담) 분야

- 천기비법 대 공개
- 기감풍수 비법 교육
- 분묘, 이장, 납골 및 수목장 수맥파 중화
- 음택, 양택의 풍수 감정 및 비보
- 사업(장사) 부진의 풍수적 진단
- 사주 교육 및 감정(사주, 궁합, 택일 등)
- 작명(신생아, 개명, 상호 등)

심미운기풍수지리학회
010-3146-6370 / 010-2246-1508

내 아이의 미래를 바꿀 교육 글로벌 에듀센터

글로벌 에듀센터는 국제학교 개념으로 설립되는 대형 융복합 학원 교육시설입니다.

문의: 02-502-8898 | 서울본사

순천 최대규모의 교육시설과 함께하실 사업자 분들을 초청 합니다!!

글로벌 에듀센터 순천광역시점

글로벌 에듀센터는 국제학교 개념으로 설립되는 대형 융복합 학원 교육시설입니다.

문의: 02-502-8898 | 서울본사

파격가 임대!! ▶ 권리금 없이 시세로 임대 100%전세도 환영 (전세가능)

1층 입점 베이커리, 아이스크림, 문구점, 약국, 편의점, 안경점 등
2층, 3층 Kids Cafe, 영어도서관, 스피치학원, 입사상담, 심리상담(치료), 유학컨설팅, 과학, 레고, 로봇 등

성심부동산 010-6665-7355 대표 김중호

펜션·가든 부지 매매

▶ 고창군 고수면 문수로 171
▶ 대지 및 전답 4,000㎡(전평 정남향)
▶ 2차선 도로, 계곡 200m 접해 있음
▶ 부속건물 / 한옥 / 수영장 / 방갈로
▶ 장식 편백수 5분거리
▶ 문수사 단풍숲 2분거리

010-3768-0615
010-3799-3830

주인 직매

나주, 임야

- 나주시 다도면 판촌리 산191-17
- 한전(KPS) 연수원 인근
- 임야 1423평, 보전관리지역
- 혁신도시 15분, 남평에서 10분거리
- 모든업종 개발가능
- 호수를 품은 최고의 전망
- 매매 - 상담후 결정

문의. 010-6834-7400