

중증 심부전 환자 50% 5년 내 사망...조기 진단·예방 중요

건강 바로 알기 심부전

최원호

에이치플러스 양지병원 순환기내과 전문의

심장은 매일 10만 번 이상 박동하며 몸 전체 혈액을 순환시키는 역할을 하는데, 여러 요인으로 심장이 제 기능을 못하면 다양한 심혈관계 질환이 발생한다. 그 중 몸에 충분한 혈액을 전달하지 못해 생기는 심부전은 5년 생존율이 유방암과 대장암보다 낮은 치명적인 질환이다.

건강보험심사평가원 통계자료에 따르면 2018년 약 13만3000명이었던 심부전 환자가 2022년에는 16만6000명으로 5년 새 약 25% 증가했다. 심부전 유병률은 연령대가 높을수록 함께 증가하는 경향이 있다. 실제 국내 심부전 환자 유병률은 60대 미만에서 약 1% 미만 80대 이상 연령대는 12.6%의 높은 유병률을 보인다.

발병 후 5년 내 사망률이 50%에 육박하는 심부전은 예후가 좋지 않고 중증도 인식이 낮아 주요 증상을 노화 현상이라 치부해 병을 키우는 환자가 많은 만큼, 조기 진단과 치료는 무엇보다 중요하다.

◇심부전 중증도에 대한 낮은 인지도가 병 키워 심부전은 심장의 구조적·기능적 이상으로 상태가

고혈압·관상동맥질환 가장 큰 원인 비만·대사증후군·당뇨 사례도 증가 '진행성 질환' 발견 늦을수록 악화 유산소운동 꾸준히...나트륨 줄여야

나빠져 신체 조직에 필요한 혈액을 충분히 공급하지 못해 발병한다. 또한 심근경색, 고혈압 등 만성 질환과 기타 심장 질환으로 심장이 나빠지면 최종적으로 발생하기 때문에 심장 질환의 종착역이라고도 불린다.

심부전이 오면 장기에 혈액이 제대로 공급되지 않아 손상이 발생하고 심장으로 들어오지 못한 혈액이 저류되며 발목, 다리에 부종이 생긴다. 악화되면 계단을 오를 때 숨이 차는 호흡곤란과 밤에 누워있을 때 숨이 잘 정돈으로 증상이 심할 수 있다.

심부전은 고혈압과 관상동맥 질환 원인이 가장 크며 판막질환, 부정맥, 심근증에 의해 생길 수 있다. 최근 비만, 대사증후군, 당뇨 원인으로 발병하는 사례도 증가하는 추세인데 비만, 고지혈증, 고혈당 등은 만성 염증 상태를 일으키고 심근과 혈관을 손상시켜 심부전을 유발하기 때문이다. 또 특별한 질환이 없어도 노화로 심장 기능이 나빠지며 생길 수도 있다.

중증 심부전 환자는 절반이 5년 내 사망하며

25%는 1년 이내, 10%는 한 달 안에 사망하는 것으로 알려져 있을 정도로 치명적이다. 문제는 심부전 중증도에 대한 국민들의 인식이 낮아 병을 조기에 치료하지 못하는 경우가 많다는 점이다.

대한심부전학회가 지난 2022년 발표한 '2020 심부전 인지도 조사결과'에 따르면 심부전에 대해 알고 있다고 답한 응답자 비율은 약 84%에 달했으나, 실제 심부전이 어떤 병인지 자세히 알고 있다고 답한 사례는 51.7%에 불과했다. 또 중증도 관련, 응답자의 25%만이 위험도를 제대로 인지하고 있었다.

◇조기 진단과 꾸준한 약물 치료로 관리할 수 있어 심부전은 진행성 질환으로 발견이 늦을수록 심장 기능이 나빠져 예후가 좋지 않다. 반대로 조기치료와 꾸준한 관리를 병행하면 일상생활에 미치는 영향을 최소화하면서 증상을 완화시킬 수 있다.

심부전이 의심되면 혈압측정, 혈액검사, 심전도 및 심초음파 검사로 진단할 수 있고 질환에 따라 운동 부하 검사, CT, MRI검사를 추가로 시행할 수 있다. 심부전은 약물치료를 가장 많이 활용하는데 이는 심장의 부담을 줄이고 혈액의 흐름을 개선하는데 중요한 역할을 한다. 주로 사용되는 약물은 ACE 억제제, 베타-차단제, 이뇨제, 디지털리스 및 혈관 확장제 등이다. 상태가 중증이면 심장 이식 수술, 심장판막술, 심실 보조장치(인공심장) 이식 등 수술적 치료를 고려한다.

심부전을 예방하기 위해 스트레스 관리와 혈압조

발병 5년 내 사망률 50% 심부전
심장 기능 이상으로 체내 충분한 혈액 공급이 어려운 심부전

심부전 환자 수 건강보험심사평가원
약 13만 3천 명 (2018) → 약 16만 6천 명 (2022)
5년 동안 25% 증가

심부전 주요 증상
발목·다리 부종, 호흡곤란, 피로감, 운동능력 저하, 불안·우울증

주요 증상을 노화 현상으로 치부하지 말고 **조기 진단·치료** 받는 것이 중요!

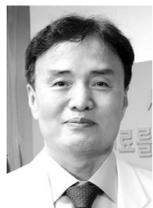
자료제공 : 에이치플러스 양지병원

절 등 생활습관 관리가 필요하다. 특히 운동은 심부전 위험을 크게 줄여주므로 일주일에 3회 이상 달리기, 자전거, 수영 등 유산소 운동을 해주는 것이 좋다. 또 심부전 환자는 하루 7-8g 이하의 소금 섭취를 권고하고 있어서 국물 섭취나 나트륨이 많은 빵, 국수는 삼가야 한다.

최원호 전문의는 "심부전 환자에게 흔히 동반되는 고혈압, 당뇨병, 심방세동, 만성 신질환, 만성 폐쇄성 폐질환, 빈혈 치료도 병용돼야 하며 약물 투여 후 증상이 개선되고 초음파 검사에서도 좌심실 박출률이 좋아져도 약물 치료는 필요하다"고 조언했다. /이유빈 기자 lyb54@kwangju.co.kr

조선대병원, 중증환자 진료 증가...지역 거점병원 위상 제고

중증·고난이도 질환 환자 매년 늘어 지역의료 공백 해결 지역민 버팀목



김진호 조선대병원장

군) 중 중증·고난이도 질환인 A군 환자를 많이 볼수록 높은 평가를 받게 되는 데, 상급종합병원인 조선대병원의 경우 A군 질환의 비율이 매년 보통 40%선을 유지해왔지만 올해 2월부터 40%를 넘기더니 3월에는 52%를 차지했다.

이같이 조선대병원에 암이나 중증질환 환자가 매년 꾸준히 증가하고 있는 이유는 각종 암 분야의 경험이 풍부한 우수한 의료진과 최신 의료장비로 모든 시스템이 갖춰져 있어, 지역민들이 안전하게 전문적인 치료를 받을 수 있다는 믿음에서 비롯된 것으로 보인다.

최근 의료대란이 두 달 가까이 이어져 지역사회 주민들이 진료에 어려움을 겪고 있는 상황에서 조

선대병원은 의료진들의 높은 피로도에도 불구하고 응급 및 중증 분야에 대한 진료시스템을 정비하고 필수 의료 강화에 앞장서고 있다.

김진호 조선대병원장은 "암 등 중증질환으로 내원하는 환자수의 증가는 조선대병원이 지역의 거점 의료기관이자 상급종합병원으로서의 신뢰도가 점점 높아지고 있다는 증거다"면서 "우수한 의료진과 최첨단 의료장비를 바탕으로 지역민들에게 더욱 수준 높고 차별화된 의료서비스를 제공해 나가겠다"고 말했다.

한편, 조선대병원은 지난해 12월 5회 연속 상급종합병원으로 지정됨과 동시에 광주·전남 상급종합병원 중 가장 높은 평가 점수로 1위를 차지하며, 고난도 중증질환에 대한 진료 역량을 갖추고 필수 공공의료 분야에 앞장서는 등 최상위 의료기관으로서의 역할에 최선을 다하고 있다.

/이유빈 기자 lyb54@kwangju.co.kr



광주시립요양·정신병원-영광기독병원 공공의료 협약

보건복지부 지정 치매안심병원을 운영중인 광주시립요양·정신병원(이사장 은광석)은 최근 광주시립병원에서 영광기독병원과 공공의료의 활성화와 지역사회 안정적인 의료공급체계 유지를 위한 업무 협약을 체결했다. 이날 협약에 따라 양 기관은 ▲공공의료의 활성화와 인권친화적 의료기관 정착 정보 공유 ▲선진적 의료 정보의 공유 ▲필요시 상호 간 환자의 안전한 이송 및 입원 협력 ▲각자 보유 역량·자원 활용한 상호 협력 ▲기타 업무 연계 적극 협조 등 환우들의 삶의 질 향상과 사회 재할 촉진

을 위해 노력하게 된다. 이번 협약은 의료공백을 최소화하며 입원치료를 필요로 하는 환자의 보호와 선진적 의료 정보의 공유를 통해 질 높은 의료 서비스를 제공하기 위해 마련됐다. 은광석 광주시립병원 이사장은 "의료전달체계의 붕괴 상황 속에서도 병원 간 협력을 통해 상호 간에 발전을 도모하는 한편 영광기독병원을 협력 병원으로 해 환자들에게 양질의 의료 서비스를 지속적으로 제공하기 위하여 적극 노력하겠다"고 말했다. /이유빈 기자 lyb54@kwangju.co.kr

질병청, 세계예방접종주간 맞아 유공자 표창·접종 독려

질병관리청은 올해 13번째 세계예방접종주간(4월 마지막 주)을 맞아 이달 22~28일 '예방접종주간'을 운영한다고 21일 밝혔다.

질병청에 따르면 현재 국가예방접종사업은 12세 까지의 어린이에게 18종의 백신 접종을 지원한다.

65세 이상 어르신에게는 인플루엔자(독감)와 폐렴구균 예방 접종을, 임신부와 청소년에게는 인플루엔자 예방 접종 등을 지원하고 있다.

질병청이 지난해 국가예방접종에 포함된 로타바이러스 백신의 경우 어린이 19만5000명이 무료로

접종(총지원액 488억원)받았다. 질병청은 올해 예방접종주간에 다양한 행사를 열어 예방 접종의 중요성을 홍보하고, 접종 정책의 발전 방향을 모색한다. 또 예방 접종 유공자 포상을 통해 코로나19 예방 접종을 적극적으로 추진한 광주광역시와 전라남·북도 등 3개 지방자치단체에 보건복지부 장관 표창을 주고, 보건소 39곳에는 복지부장관 및 질병관리청장 표창을 수여한다. /연합뉴스

학폭 피해자에 따스한 바람이 닿기를

“ 지금도 어딘가에서 언제 죽을까, 어떻게 죽을까, '나 죽어도 우리 가족들 행복해야 할 텐데'라며 죽음을 생각하며 걱정과 고민을 하는 우리의 어린 자녀들을 어떻게든 돕고 싶었습니다. 저에게는 그 부분이 가장 간절했어요.”

이호동 교사가 학창시절 겪은 피해 경험 등을 담아 피해자와 가족에 건네는 위로

저기 환한 달이 되려나/ 혼자 떠난 너의 초행길에/ 나는 너의 달이 되려나
어디로 가느냐/ 갈 길은 어느나/ 가다가 길 잃거든/ 나를 보고 가거라/ 나를 안고 가거라.
- 이호동 <달이 되려나>

구체적이고 현실적인 학교폭력예방 7중 시스템 “화제”
이호동 작가의 글, 부인 박소영 교사의 삽화 감동과 향기, 따스함을 전하다

<따스한 바람이 너에게 닿기를>
저 자 이호동 | 삽 화 박소영 | 출판사 가현정북스

이호동(오른쪽)-박소영 부부 교사 ▲