

심뇌혈관질환 이렇게 관리 하세요

심뇌혈관질환 ?

● (정 의)

심근경색증, 협심증, 심부전증 등 **심장질환**과 뇌졸중(뇌경색, 뇌출혈) 등 **뇌혈관질환**, 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증(고지혈증), 동맥경화증 등 **선행질환**을 총칭한다



(동맥경화)

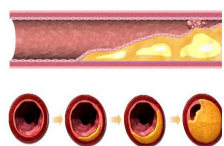
● 피 속에 증가 된 **기름기**가 혈관 벽에 조금씩 쌓여서 혈관이 **딱딱해 지고** 혈관 내부 직경이 **좁아져서** 혈류 장애를 초래하는 질환

● (원 인)

· 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증
· 흡연, 비만, 가족력 등

● (질 병)

· **뇌졸중(뇌경색)**
- 뇌혈관에 발생한 동맥경화
· **심근경색증**, 협심증
- 관상동맥에 발생한 동맥경화
· **말초혈관질환**
- 팔, 다리 혈관에 발생한 동맥경화



● 심근경색증 증상 1

· **극심한 가슴통증**
▶ 가슴을 짓누른다
▶ 쥐어짜는 듯하다
▶ 칼로 도려내는 듯하다
▶ 빠개지는 것 같다
· 안정취해도 사라지지 않음
보통 **30분이상** 지속

심근경색증 이란?

● (정 의)

심장근육에 **혈액을 공급하는 혈관(관상동맥)**이 갑자기 **막히게** 되면서 혈액이 전혀 공급되지 않아 **심장 근육이 괴사(썩음)**되는 질환

● (심 장)

온몸에 혈액을 순환시키는 **생명유지 펌프**
크기 : 어른주먹크기(350~400g)
구분 : 좌심방(심실), 유심방(심실)
정상박동 수 1분에 70회

● (위험인자)

(교정 불가능)
· 고령, 남성(75%), 가족력
(교정 가능)
· 흡연(2.9배), 이상지질혈증(3.39배)
· 고혈압(1.9배), 당뇨병(2.4배)
· 비만, 운동 부족, 스트레스

● (증 상)

· 극심한 가슴통증
▶ 가슴을 짓누른다
▶ 쥐어짜는 듯하다
▶ 칼로 도려내는 듯하다
▶ 빠개지는 것 같다

● (특 징)

· 안정을 취해도 사라지지 않음
· 보통 30분 이상 지속
(협심증은 5~10분 이내 소실)
· 심장 근육이 **죽은** 상태.
· 일부 심장 근육이 영구적으로 죽게 되어 **기능을 상실**
· 급사에 이르거나 점차 심부전으로 진행 가능

● 심근경색증 증상 2

· **연관통**
▶ 팔, 어깨, 목, 턱, 등
· **동반증상**
▶ 식은땀(28%), 기운 없는 어지럼증(10%), 호흡곤란(31%)
구토 및 헛구역질

● 협심증

· 심장 근육이 **일시적인 빈혈**에 빠진 상태.
· 관상동맥이 완전히 막힌 것은 아님
· 환자가 휴식을 취하면 산소부족은 **호전**되고 가슴 통증도 사라짐

● 심근경색증

· 심장 근육이 **죽은** 상태
· 일부 심장 근육이 영구적으로 죽게 되어 **기능을 상실**
· 급사에 이르거나 점차 심부전으로 진행 가능

● 심근경색증 심각성

· 인간의 질병 중 가장 사망률이 높은 질병
- 병원 도착전 약 30%이상
- 도착 후 적극적 치료 약 10%
· 발생 후 시간 ~ 수 일 이내에 심각한 부정맥으로 돌연사



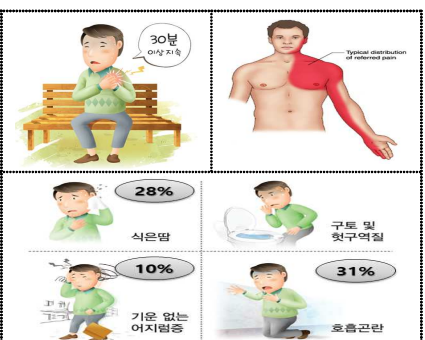
● 심근경색증 위험인자

(교정 불가능) ×

· 고령, 남성(75%), 가족력

(교정 가능) ○

· 고혈압(1.9배), 당뇨병(2.4배)
· 이상지질혈증(3.3배), 흡연(2.9배)
· 비만, 운동부족, 스트레스



심뇌혈관질환 이렇게 관리 하세요

심근경색증 대처방법

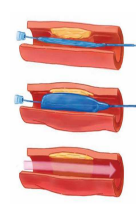
- 바로 119에 도움을 요청, 빠른시간 시술 가능 한 전문병원로
 가슴 통증 발생 후 12시간 이내 특히 6시간 이내 병원 도착



⇒ **체했다 생각하고 손을 따는 방법 금지**



- (전문병원에서의 치료)
 - ▶ 혈전용해 요법 ⇒ 혈전(피떡)을 녹이는 약물을 정맥에 주입
 - ▶ 관상동맥 중재시술 ⇒ 풍선확장술/스텐트 삽입술
 - ▶ 관상동맥 우회술 ⇒ 풍선으로 확장시킨 혈관에 금속(스텐트) 삽입하여 지탱하는 시술 **성공률 95% 이상**



뇌졸중이란?

● (뇌의 중요성)

뇌는 **생명**과 직결된 중요한 기관
 심장에서 보내는 **혈액 20%** 사용

● (정의)

뇌에 있는 **혈관이 막히거나 터져서**
 발생하는 뇌혈관질환으로 뇌 손상
 그에 따른 신체장애 나타나는 질환

● (위험인자) 고령, 남성, 유전

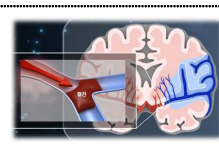
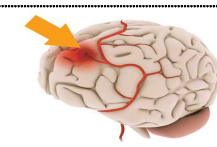


● (개선할 수 있는 위험인자)

- ▶ 고혈압(4-5배), ▶ 당뇨병(2-3배)
- ▶ 고지혈증(1.5배), ▶ 흡연(1.5-3배)
- 심방세동(3-4배), 비만, 운동 부족(2-3배), 경동맥 협착

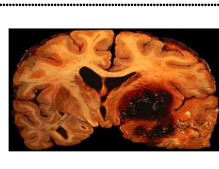
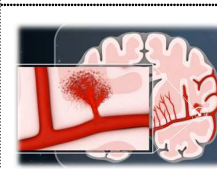
● 뇌경색(71%)

· 허혈성 뇌졸중 (뇌혈관 막힘)



● 뇌출혈(26%)

· 출혈성 뇌졸중(혈관 터짐)



● (잘못 된 대처 방법)

- ▶ 손을 따거나 침을 놓는다
- ▶ 뺨을 때리거나 흔들어 깨운다
- ▶ 물이나 우항청심환 먹인다.
- ▶ 팔다리 등 주무르기

● (증상)

어느날 갑자기 나타남

한쪽마비



언어장애



시야장애



어지럼증



심한두통

**뇌졸중, 시간이 생명
 3기간 이내 초기치료**

● 선행질환 예방관리

1 고혈압 (정상 120/80mg)

2 당뇨병(공복혈당 ≥126mg/dl)

3 이상지질혈증

- ▶ 총콜레스테롤(<200), LDL 콜레스테롤(<100),
- ▶ HDL 콜레스테롤(≥60), 중성지방(<150)

● 심뇌혈관질환 예방관리

