

## 심장병에 관한 10가지 문답

【문】혈압이 정상적인 사람에게  
는 심근경색(心筋硬塞)이 생기지  
않는다.

【답】그렇지 않다. 고혈압증세가 오  
래 계속되는 사람이 심근경색을 일으  
키는 경우가 적지 않다. 그러나 심근  
경색이 있어나는 원인은 고혈압뿐만  
아니다. 심근경색은 동맥경화때문에  
생기므로 스트레스(긴장)나 비만(肥  
滿)당뇨병, 운동부족, 영양의 불합리  
휴양의 부족등도 원인이 된다. 혈압이  
정상이라고 해서 안심할 수는 없다.

※ 심근경색(心筋硬塞)은 심장의 근  
육에 영양을 공급해 주는 혈관인 관상  
동맥(冠狀動脈)이 굳어져서 생기는것  
인데 이러한 관상동맥이 심하게 굳어  
지면 가늘어 진 동맥부분에 피가 영  
겨서 혈액순환이 안되며 드디어는 심

장의 근육조직이 죽게 되어 활동할 수  
없게 되므로써 마침내 사망까지 하는  
수가 있다.

【문】심장이 나쁜 때문에 가래나  
담(痰)이 나오는 수도 있다

【답】그렇다. 심장은 전신에 모아진  
나쁜 피를 폐(肺)로 보내고 산소를 가  
진 깨끗한 피를 다시 온 몸으로 보내  
는 펌프이다. 따라서 심장활동이 나  
빠지면 펌프의 작용이 고르지 못하게  
되고 폐에 영향을 미치는 수가 있다.

반대로 폐의 활동이 나빠지는 때문  
에 심장이 그 영향을 받는 수도 있다.  
따라서 가래나 담과 같은 호흡기증상  
의 원인이 심장에 있는 것도 사실이  
다. 특히 심장판막증(心臟瓣膜症)에  
서는 폐에 울혈(피가 너무 많이 고인  
다)이 생기면 가래나 담이 나오기 쉽

다.

【문】얼굴에 부기(腫氣)가 생기면 심장병을 의심해 보아야 한다.

【답】그렇지 않다. 심장병에서는 얼굴만에 부기가 오는 일은 없다. 심장병에서의 부기는 중력관계로 오는데 서서 있으면 손발에 오고 누어 있으면 등어리쪽에 오는 식으로 심장이 혈액을 뽑아 올리기 힘든 부분에 생기기 쉽다. 증세가 심하면 온몸이 붓는 수도 있는데 얼굴만의 부기는 먼저 신장병(腎臟病)을 의심해 보는 것이 좋다.

【문】협심증(狹心症)이 있는 사람은 운동을 해서는 안된다.

【답】그렇지 않다. 협심증이 발작한 직후 운동이나 평소의 심한 운동이 나쁜 것은 사실이다. 그러나 일상생활에서 발작을 일으키지 않을 정도의 운동을 하는 것은 오히려 필요한 일이다. 운동을 하므로써 심장근육에 영양을 공급하는 혈액의 흐름이 좋아지고 발작을 일으키지 않는데 도움이 된다. 운동부족이 오히려 금물(禁物)이다.

※ 협심증(狹心症)이란 심장의 근

육에 영양을 공급해 주는 관상동맥이 경화되어 필요한 영양이 공급되지 않을 때 심장이 아픈 증상을 나타내는 병인데 협심증 때문에 죽는 일은 거의 없다.

【문】심장판막증(心臟瓣膜症)은 날때부터 생기는 선천성(先天性)인 것이 많다.

【답】그렇지 않다. 심장판막증의 원인으로 가장 많은 것은 류마치스열이다. 국민학교나 중학생들에게 많이 발생하는 병인데 치료나 관리가 적당하지 않으면 심장판막을 일으키고 만다. 관절등에 나쁜 물질이 흐르는 것처럼 해서 통증을 느끼는 것인데 세균에 의해 발생한다. 열이 나고 관절이 아프거나 종기(腫氣)가 생긴다. 중년의 심장판막증은 동맥경화나 매독이 원인이 되는 수도 있다.

【문】심장판막증(心臟瓣膜症)의 진단은 심전도검사(心電圖檢査)로는 안된다.

【답】그렇다. 심전도검사는 심장근육의 이상이나 심장의 맥박이상등을 진단할 때 사용하는 것이다. 심장판막증일 때에는 증세가 심하면 어느정

도 짐작은 하지만 진단방법으로는 부적당하다. 그러므로 증상이 가벼울 때는 알 수가 없는 것이다. 심장판막증의 진단에는 심전도가 아니라 심음도(心音圖)를 이용하는 것이다.

【문】 맥박이 고르지 못한 원인이 심장병때문이라고는 할 수 없다.

【답】 사실이다. 맥박은 심장의 고동(鼓動)에서 오는 것이므로 맥박이 고르지 못한 원인이 심장에 있는 것은 사실이다. 그러나 맥박이 고르지 못한 상태는 여러가지이며 병으로 볼수 없는 것도 있고 위험한 상태도 있다. 그러므로 맥박이 고르지 못한 심장병에서 올 수도 있고 심장병이 아니라고 할 수도 있다. 이점은 전문의에게 충분한 설명을 들어 두어야 할 것이다.

【문】 심장비대(心臟肥大)가 자연히 나을 수 있다고 바라는 것은 잘못이다.

【답】 그렇지 않다. 심장비대에도 병적인 것이 있고 병적이 아닌 것도 있다. 운동가에게는 심장비대가 많으나 운동량이 줄어들면 심장도 자연히 작아진다. 살이 쪼들 사람에게도 심장비대가 많으나 살이 빠지면 심장이 작아

진다. 그러므로 심장이 큰 것만으로 함부로 걱정할 필요는 없다. 요컨대 병적으로 큰가 아닌가를 충분히 알아보는 것이 중요하다.

【문】 단것(甘味)을 많이 먹으면 심장에 좋지 않다.

【답】 사실이다. 단것은 주로 사탕분(砂糖分)이다. 사탕을 많이 먹으면 중성지방(中性脂肪)이 혈액속에 증가한다. 이 중성지방은 심장의 관상동맥과 깊은 관계가 있기 때문에 사탕을 많이 먹는 사람은 심장경색을 일으키기 쉽다. 동맥경화를 방지하기 위해 찌거나 단것은 좋지 않은 것이므로 많이 먹지 않아야 할 것이다.

【문】 심장병을 앓고 있는 사람이 식생활에서 주의할 점은 고혈압증을 앓고 있는 사람과 같은 것이다.

【답】 그렇다. 심장병이나 고혈압증이나 순환기계통의 병이라는 데서 양자의 관계가 깊다. 따라서 식사의 원칙도 같이 생각해도 좋다. 예를 들어 염분이나 동물성 지방질을 많이 먹지 않거나 한꺼번에 많이 먹지 말 것이며 영양의 균형을 취하고 식물성 기름을 많이 취하는 등 대부분이 공통하다. 더욱 이러한 원칙은 건강한 어른들의 경우에도 적합한 주의사항이다.