

의학 상식 시리즈 ①

〈편집자註〉 이번호부터 새로 연재되는 의학상식 시리즈는 세계적 권위기관인 국제임상세포화학 평의원이며 미국임상병리화학 평의원인 李寅誠 박사가 집필해 주시기로 되었습니다.

李박사는 또한 健協에서 실시하고 있는 자궁암검진사업의 판독을 담당하고 있는 권위자입니다.

고혈압증 (高血壓症)

이 인 성

6·25동란당시에는 전상을 비롯하여 전염병, 그리고 영양부족으로 인한 환자가 많았다. 전쟁이 끝나고 건설이 있었다.

건설이 진행되고 국민이 번영의 대열에 설때 무엇보다도 소중한것은 국민 한사람 한사람의 건강이 아닐까. 그런데 옛날에는 흔하지 않던 병들이 늘어났다. 여기 의학상식 시리즈의 첫번째 제목으로 고혈압증을 선택하였는데 우리주변에 부쩍 늘어난 이병을 적절히 또, 안전하게 치료하는데 참고가 되었으면 한다.

혈압이란 혈관속을 흐르는 피가 혈관벽에 부딪치는 압력을 말한다. 그 원동력은 물론 심장의 고동이다.

두가지 숫자의 혈압표기

신체검사에서 혈압을 기록할때, 두가지 숫자를 쓰되 가운데에 사선/을 긋고 큰 숫자를 위에, 작은숫자를 밑에 표기한다 왜 그럴까. 심장은 수축

하여 피를 내보내고, 또 쉬면서 다시 피를 그안에 채우는 두주기가 있다.

따라서 혈압을 표기하는데도 이 두주기를 통한 압력의 범위를 기록하여야 한다. 혈압은 유리관속의 수은주를 몇mm (millimeter) 올리는가에 따라서 그 압력을 측정하는데, 최고(수축할때의) 혈압과 최소(쉬일때의) 혈압으로 표기한다. 예를들어 혈압이 130/80이라면 수축기혈압이 유리관속의 수은주를 130mm높이로 올릴만큼의 힘이 고, 쉬일때(이완기) 혈압은 수은주를 80mm높이로 올릴만큼의 힘이라는 얘기가 된다.

혈압이 높아지는 원인은

여러분들께서는 사람들이 감정적으로 긴장된 상태, 근심, 또는 가정과 탄등이 고혈압의 원인이 된다고 말하는 것을 들으셨을 것이다. 또 어떤이는 담배, 소금소비량, 비만증, 유전적

요인등을 말하고 있다.

이 모두가 다 간접적 또는 직접적으로 고혈압과 관계가 있는 것만은 사실이다. 그러나 가장 특기할만한것은 전체고혈압환자의 90%이상인 아직 그원인을 모른다는 사실이다. 그래서 이 원인을 모르는 고혈압을 『본태성고혈압증』이라고 부른다. 원인을 알고있는 것을 『2차성고혈압증』이라고 부르는데 이것은 전체고혈압증의 10%에 불과하고 그원인을 제거하므로서 낮는다. 그럼 그 『본태성』과 『2차성』고혈압을 좀더 자세히 살펴보자.

1.) 본태성고혈압

근래, 이병은 단일한 질병이 아니라는 것으로, 다시말해 간단한 병이 아니라는 것인데, 혈압을 조절하는데 여러측면에서 고장이 생긴다는 것이다.

그중 제일 주목받고 있는 계통이 『세소동맥』이라고 불리우는 모세혈관에 가기전의 가느다란 동맥출기가 좁아지는것이 혈압을 높이는 중요한 원인이 된다고 알려져있고, 이 『세소동맥』이 신경 또는 홀몬의 작용으로 좁아지면 피가 흐르는데 저항이 생겨 이것이 고혈압의 주특징이라고 말할 수 있다.

본태성고혈압의 원인은 모른다. 앞서말한 유전적요인, 비만증, 소금소비량, 담배, 그리고 정신(사회)적 요인 같은 것이 고혈압증에 어떤 관계를 갖고 있는 것만은 사실이다. 그중 유전

적요인이 가장 중요시되고 있다.

유전적요인 : 쌍둥이를 환경이 각각 다른데서 키우고 또, 자기의 친자식과 입양한 아이를 똑같은 환경에서 키운후 고혈압증이 나타나는것을 관찰하고 유전적요인이 고혈압발견과 밀접한 관계가 있는 것을 알았다.

비만증 : 뚱뚱한 사람에서 혈압이 높음을 흔히보는 것은 사실인데, 고혈압은 뚱뚱한 사람에게나 날씬한 사람에게나 고혈압증에 걸릴 요인만 갖추어지면 나타날수 있게된다. 고혈압증이 일단 생기면 체중이 늘고~줄음에 따라 혈압도 같은 방향으로 변동을 보이게 된다.

소금소비량 : 비만증에서와 마찬가지로 소금섭취량은 그본인에게 고혈압이 될만한 유전적소인이 있을때 비로소 영향력을 발휘하게 되는 것으로 보고있다. 그외에는 짜게먹든 싱겁게 먹든 별차이가 없는 것으로 나타나고 있다.

다만, 고혈압에 일단 걸리면 소금섭취량에 따라 혈압에도 변동을 보이기 때문에 고혈압환자는 소금섭취량에 대해서 주의해야할 것이다.

흡연 : 담배를 피우는것이 고혈압을 가져온다는 징조는 없다. 다만, 고혈압환자에서는 금연이 바람직하며, 고혈압을 가져오는 것과는 관계없이 그 합병증 즉 동맥경화를 가져오기 때문이다.

정신(사회)적요인 : 정신적긴장상태

또는 『스트레스』가 일시적으로 혈압을 높이는 것은 사실이나, 계속되는 고혈압을 이끈다는 것은 증명된 것이 없다.

즉, 수입의 다소, 교육, 직업, 또는 도시에서 사는 것 등과 고혈압과는 별관계가 없는 것으로 알려져 있다.

2) 2차성 고혈압

2차성고혈압이라 함은 고혈압증 중에서 그 확실한 원인을 알 수 있는 것을 말하는데 전체환자의 약10%에서 볼수 있다.

그 원인중 가장 흔한 것을 들어보면

- i) 신장병 : 콩팥의 병으로 가장 흔하게 고혈압의 원인이 된다.
- ii) 부신질환
- iii) 임신중독증, 그리고
- iv) 피임약부용 등이다.

젊은이 (10대 내지 20대)에서 고혈압이 나타날때는 그 대부분이 외과수술로 치료되는 2차성 고혈압인 경우가 많기 때문에 젊은 고혈압 환자에게는 강압제를 곧 준다든가 하기전에 위에 열거한 질병의 유무를 가리기 위한 진찰을 해보아야 할것이다.

고혈압의 치료

고혈압은 대부분의 환자에서 꾸준히 약치료를 하면 잘 조절이되고 건강을 유지하여 수를 다할수 있는것이다. 중증환자에서도 혈압을 160/95 이하로 유지할 수 있다.

가벼운 (경도 또는 중등도) 고혈압에서 이노제 (Thiazide)에다 약간의

진정제를 쓰는 것 만으로도 효과를 본 다.

이노제는 염분을 소변에 내보냄으로서 혈압을 낮추는 역할을 한다. 일단 고혈압이 되면 음식에 소금을 많이 치는것은 금기가 된다.

이외에 소동맥을 좁히는 신경에 작용하는 약 (Methyldopa, Reserpine) 뇌에 작용하는약, 또 동맥자체에 직접 작용하는약 (Hydralazine) 등등이 있는데, 만약 단일약제로서 듣지 않으면 그중에서 선택하여 두가지 이상을 함께 사용하게 된다.

이런 경우에는 의사의 주기적 검진을 통하여 그 효력, 부작용, 그리고 고혈압에서 오는 병발증등의 유무를 조사받도록 한다. 치료가 성공적으로 잘되었을 때에도 개인에 따라 부작용을 보일때가 많다. 그러나 이런 부작용은 약의 분량을 줄이거나 판것으로 바꿈으로서 없어짐을 잊어서는 안된다.

끊임없는 생명현상에서도 더욱 뚜렷한것은 심장의 박동, 폐의 호흡, 그리고 뇌의 생각함이 아닐까. 하루에 한번쯤 모든 것을 잊고 우리의 호흡을 한없이 유연하고 신비스러운 대자연의 그것과 혼용일치시키는 시간을 가져봄도 좋으리라. 자연이 우리에게 주는 힘은 무한하기 때문이다.

조용한 아침의 나라에서

1983. 1. 1

(필자=국재임상서포학회 평의원·의학박사)