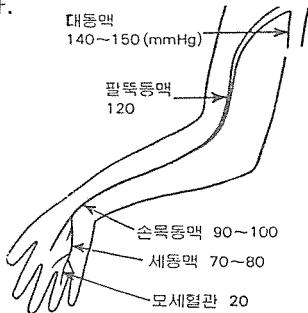


건강 상담실

☐ 혈압은 몸전체 어디서나 같은가?

☑ 심장에 가까울수록 혈압은 높고, 멀어질수록 낮아집니다. 가령 심장에서 방금 송출된 혈액이 140밀리라면, 보통 혈압을 측정하는 장소인 팔뚝(上膊)의 혈압은 120밀리입니다. 발끝으로 가면 이 혈압은 90밀리로 떨어지고, 혈관의 최종부분인 모세혈관에 이르면 겨우 20밀리 밖에는 안됩니다.



〈동맥 각부위의 정상혈압치〉

☐ 정상혈압과 고혈압의 구분은 어떻게 하는가?

☑ WHO가 정한 기준을 보면 정상혈압은 최고 139밀리 이하, 최저 89밀리 이하라고 되어 있습니다. 그리고 최고 140~159, 최저 90~94까지를 경계성고혈압으로 정하고 있으며, 최고 160밀리 이상, 최저 95밀리 이상 되면 고혈압이라고 규정하고 있습니다. 그러나 이 기준은 세계표준의

것이며, 반듯이 한국 사람에게도 적용해야 하는가는 약간의 문제점이 있습니다. 또 고혈압증 판정은 개인의 신체 여건에 따라 상당한 차이가 있으므로 반듯이 국제표준에 비교하여 판정할 수는 없습니다.

☐ 혈압을 잴때 자기나이에 90을 보탠 수가 정상이라고 하는데 과연 그런지?

☑ 옛날에는 한때 자기나이에 90을 보태어 정상혈압의 기준을 정한 일이 있었습니다. 이것은 40세를 기준으로 할때 $(40+90=130)$ 이 되므로 이와같은 안일한 생각을 한 것 같습니다. 그러나 평균수명이 70세 노인의 정상혈압 $(70+90=160)$ 이 되어야 할 것입니다. 그러나 아무리 나이가 많은 노인이라도, 160이상이 되면 고혈압이라 할 수 있습니다. 따라서 과거의 생각은 잘못된 것임을 알 수 있습니다.

