

이 정 균

뇌졸중이란 뇌에 일어난 마비현상으로 뇌혈류가 차단될 때 생긴다. 뇌졸중의 유발인자들은 동맥경화증, 고혈압, 심장병, 당뇨병, 피임약 과다복용, 가족력, 담배, 스트레스 등이다.

겨울철에 찾아 오는

죽음의 사자 뇌졸중

1. 뇌졸중이란 무엇인가

뇌에 일어난 뇌마비 현상이다. 뇌혈류가 차단될때 생긴다. 뇌조직의 일부에 혈액이 가지 못하면, 그 부위에 있는 신경세포가 죽게 되고, 뇌는 그 기능을 제대로 하지 못하게 된다.

2. 뇌졸중을 일으키는 원인은 어떤 것이 있는가?

● 뇌졸중을 일으키는 몇가지 원인

(1) 뇌동맥 또는 목부위 동맥의 동맥경

화증 때로는 혈액의 흐름을 방지한다.

(2) 동맥경화증 부위에, 혈괴(혈전증)가 형성될때, 동맥을 막아버리는 경우이며 이같은 형태의 뇌졸중은 뇌혈전증이다.

(3) 순환혈증의 혈괴(피덩어리, 색전증)가 뇌 또는 목부위의 작은 혈관내에 들어붙는 경우이며, 이 같은 형태의 뇌졸중을 뇌색전증이라 부른다.

(4) 혈관의 약한 부위가 터질때

뇌출혈이다. (약한 혈관이 튀어나오는 경우, 우리는 뇌동맥류라고 부르게 된다).

(5) 희귀한 것으로는, 뇌종양이 혈관을 밖으로 부터 눌러, 혈액공급을 막아버리는 경우도 있다.

(6) 혈액질환이나 혈액암을 앓고 있는 환자의 뇌출혈도 있다. 항혈액응고제를 계속 복용하고 있는 환자의 부작용도 있다.

3. 뇌졸중이 생기면 어떤 증세가 생기는가?

뇌신경세포는 감각도 알아내고, 신체운동을 조절하며, 우리의 의지와 정신작용을 조절하는 역할을 한다. 따라서 뇌졸중이 발생하면 신체 어느 부위나 침범될 수 있다. 뇌졸중이 뇌조직의 어느 부위에 생겼느냐에 따라 달라진다. 뇌는 신체운동을 조절하므로, 신체 어느 부위에서도 그 침범증상이 나타날 수 있다.

언어를 조절하는 부위의 혈관이 막힌 경우를 상상해 보자, 그러면 언어가 장애를 받게 된다. 하지만근육을 조절하는 부위의 혈관이 막힌 경우, 이들 근육이 마비를 일으킨다. 기억력도 마비될 수 있다. 간혹 뇌졸중이라도 아주 미약한 증세만을 나타내기도 한다. 어떤때는 아주 심하게 증상이 출현하기도 한다. 급속히 회복되는 경우와 위험한 고비를 겪는 환자도 있다.

4. 뇌졸중은 위험신호(증세)가 있는가?

가끔있다.

이들을 작은 뇌졸중이라고도 칭한다. 이 작은 뇌졸중이 뇌세포에 충분한 양의

피가 흐르지 않고 있다는 위험신호이다. 이것은 흔히 동맥경화증의 진전때문이다. 간혹 작은 혈피(피딩이)가 작은 혈관을 부분적으로 막고 있을때 생긴다.

5. 그러면, 작은 뇌졸중의 증세는 어떤 것들이 있는가?

●얼굴, 팔 또는 다리가 갑작스럽게, 일시적으로 힘이 빠지거나, 저릴때.

●언어장애가 일시적으로 나타나서, 말을 못하거나, 말하기 어려울때 또는 말을 하긴 해도 다른 사람이 알기 어려운 말을 하는 경우.

●갑자기 시력장애가 잠깐 생기던가, 시력의 손실이 특히 한쪽눈에만 생길때

●물건이 둘로 보일때

●형용못할 정도로 두통이 심해 지거나, 그 두통은 과거에는 경험하지 못했다고 할 정도로 심할때

●어지럽고, 중심을 바로 잡고 서지 못할 때

●최근에, 성격이 변한것 같아 보이고 지적으로도 능력감퇴현상이 보일때,또는 행동에 이상을 발견할때

만일, 이들 여러가지 증상중에서 한가지 또는 여러가지 증상이 나타나면 즉시 주치의와 상의해야만 한다.

6. 뇌졸중은 방지될 수 있는가?

가끔있다.

경동맥(목동맥)에 혈피가 발견되면 외과적으로 제거할 수 있다. 따라서 심한 뇌졸중을 막을 수 있다. 한편 약물을 복용하면 혈전증의 형성을 방지할 수 있다. 이들 약들은 항응고제라 칭한다.

7. 어떻게 뇌졸중은 치료하는가?

뇌졸중이 뇌종양 또는 뇌출혈로 생겼

다면 수술이 크게 도움이 된다. 다른 경우 심심장에재활교육이 필요하다. 운동이 그 첫걸음이다.

8. 뇌졸중을 잘 일으키는병은 어떤 것이 있으며 이들은 어떤 조치를하는 것이 좋은가?

규칙적인찰이 이병을 방지하는 최선의 방법이다. 병력과 세밀한 검사를 시행하고 주치의는 뇌졸중에 잘 걸릴수 있는 신체적조건을 찾아 치료해 주게 된다.

조금이라도 젊을때 치료를 빨리 시작하는 것이 방지를 위한 최선의 방법이 다.

유발인자들

●동맥경화증- 이병을 방지하고, 그병 때문에 생기는 현상을 줄이기 위해서 식이요법과 운동요법을 병행하는 것이 좋다.

●고혈압- 혈압을 조절하지 않으면 동맥경화증은 더 악화되며, 뇌출혈의 위험성도 커진다.

●심장병- 어떤 심장병이던, 규칙적으로 의사선생님과 상의해야 된다. 또 심장병을 잘 치료해 나가면 뇌졸중의 위험도 줄어든다.

●당뇨병- 당뇨병환자는 뇌출혈의 빈도가 높다. 의사선생님의 지시를 철저히 따라야 한다.

●피임약복용자- 이약을 복용하면서 담배까지 피운다면 위험성은 크게 높아진다.

●가족력- 고혈압, 뇌졸중, 또는 심장병이 잘 생기는 가계의 사람들은 뇌졸중 위험이 크다.

●담배- 위험도가 높다.

●스트레스- 위험도가 높다. 적절한 운동하며, 오락, 취미를 살려 명랑하게 사는 것도 중요하다.

●비만증- 체중과 뇌졸중과의 관계는 깊다. 체중조절이 필요하다.

9. 성공적재활을 위해서는 어떤 조건이 필요하겠습니까?

가장 효과적인 환자의 재활을 위해서는 3가지 주요인자가 필요합니다.

●뇌졸중이 생긴뒤 가능하면 빠른시간 내에 재활계획을 시행해야 합니다.

●재활운동회복기간중 가족의 협조는 가장 중요한 성공요인이다.

●재활회복은, 의사, 간호원, 물리치료사, 사회사업가, 영양사등 모든 의료종사자들이 한팀이 되어 공동노력을 해야한다.

10. 뇌졸중을 앓고 있는 환자의 가족들에게 특히 부탁해 두어야 할사항은?

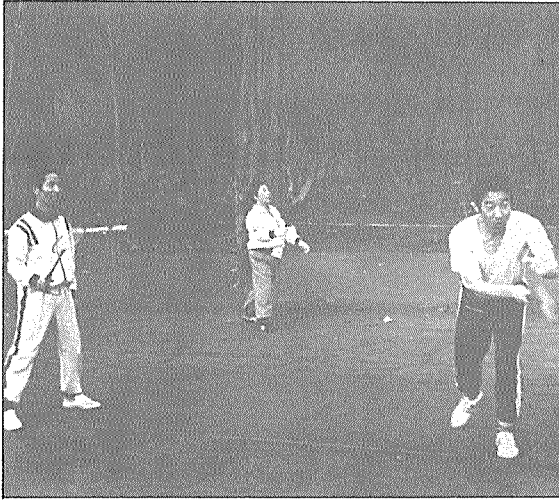
가족들은, 환자가 어떻게 상처를 받았고 또 이병 때문에 어떤 결과가 생길지를 알고 있어야만 된다. 치료요양기간은 환자와 가족에게는 어려운 기간이다.

그러나 환자의 상태를 이해하고 도와주어야 할 때 치료성공의 요체이다.

●뇌졸중환자의 행동에 대한 이해가 필요하다.

환자들은 가라 앉치기 어려울 정도의 신경질을 부릴때도 있다. 심지어, 쓸데없이 웃거나 울어서는 안될때 웃고 울기도 한다. 환자는 그들 성격에 따라 하찮은 일에도 화를 내게 만들수도 있다.

자신은 병신이 되었고 또 폐인이 되었다는 자괴지심이 커져서, 다루기 힘들어



뇌졸중 환자의 재활을 위해서는 뇌졸중 발생 후 빠른 시간내에 재활계획을 시행하고 운동기간중의 가족의 협조·의료종사자의 공동노력이 중요하다.

진다. 간혹 우울증에 빠지기 쉽다. 심하면 의처증, 의부증이 생긴다. 가까이 있는 사람의 출입도 어려워 질수 있다.

중요한 것은 이들 모든 증상은 예고없이 생길수 있는 증상이며 또 이해하지 않으면 앓될, 증상이며, 환자상태라는 것을 알아 두고, 설득하며, 이해해야 되고, 성의를 다하여야 한다. 환자를 등한히 하지 않고 무시하지 않고 있다는 신념을 주도록 해야 한다. 또 이 병은 반드시 회복될 수 있다는 희망을 주어야한다.

●언어장애환자는, 도와주어야 한다.

언어교정센터에 보내고, 열심히 연습할 수 있도록 격려해 주어야 한다.

●환자 자신이 할 수 있는 일을 하게 해주며 도와주어야 한다.

걸음걸이가 어려운 환자를 위해서 벽을 따라 줄을 매주어, 붙잡고 걷도록 도와준다. 마루나 거실, 욕실, 화장실에는 고무나 양탄자를 깔아 넘어지지 않게 한

다. 물건다루기가 어려우므로, 편리한 기구를 장만해 준다. 운동기능뿐 아니라 감각에도 이상이 있게되므로 화상을 비롯 안전사고에 신경을 써야 한다.

11. 장기요양계획을 위한 조치는?

●가족이 서로 교대하며 간호한다.

●환자가 규칙적운동을 하도록 한다.

●환자가 간단한 일로 부터 자신이 하도록 격려해주어야 한다. 치솔질, 머리 빗는일, 면도, 그리고 옷입는일등을 연습시켜, 자신을 갖도록 한다.

●가족의 일원으로 복귀하게 하며, 외부세계에 관심을 갖게하고, 오락을 갖도록 권장한다. 장기, 바둑 등을 시킨다

●자주 의사선생님의 왕진을 청하여 잘 회복되고 있다는 점을 강조시킨다.

●환자가 해보려는 노력에는 칭찬이 필요하며, 실패하더라도, 실망주지 않게 해야 한다.

〈필자 = 한양의대 내과교수·의박〉