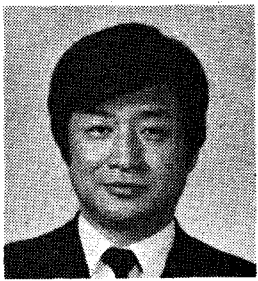


# 이런 症狀일땐 의심을, 각종 成人病의 診斷대책



서 정 돈

<서울醫大 내과교수>

대부분의 질병은 환자가 어떤 증상을 느껴 진찰을 받게될 때 진단이 되나 고혈압의 경우에는 다르다. 이미 고혈압의 합병증이 발생된 경우에는 증상이 있지만 대부분의 고혈압 환자는 아무 증상도 없는 단계에서 우연히 진단된다.

증상도 없는데 우연히 신체 검사 등과 관련하여 진단되는 경우가 많기 때문에 더 상세한 진단이나 치료를 소홀히 생각하는 사람이 많다. 그러나 고혈압은 아무 증상도 없는 단계에서부터 절저한 치료를 받는 것이 가장 효과적이라는 사실을 잊지 말고 고혈압이 우연히 처음 발견되었을 때부터 세밀한 대책을 세우는 것이 좋다.

고혈압의 진단은 혈압을 측정하는 것으로부터 시작된다. 따라서 혈압의 정확한 측정이 고혈압진단의 가장 중요한 출발점이 된다.

## 1. 혈압의 측정

혈압을 측정하는 도구인 혈압계에는 수은주가 보이는 수은혈압계, 바늘이 돌아가는 아네로이드 혈압계, 혈압치가 숫자로 나타나는 전자식 혈압계 등 여러가지 종류가 있으나 혈압을 측정하는 원리는 마찬가지로이다. 일반적으로 수은혈압계가 가장 정확하므로 다른 종류의 혈압계는 정확한지 안한지를 수은혈압계와 간혹 한번씩 비교해 볼 필요가 있다.

혈압을 측정할 때는 우선 공기를 넣어 압력을 올릴 수 있는 고무주머니를 헝겊으로 싸고 있는 압박대를 윗팔에 감는다. 이때 압박대의 크기와 팔의 굵기가 서로 적당하게 맞아야 한다. 따라서 성인을 위한

혈압계로 소아의 혈압을 측정하거나 소아용 혈압계로 성인의 혈압을 측정하는 일은 없어야 하며 팔이 특별히 굵은 사람은 특별히 제조한 대형 압박대를 사용하여야 한다. 또한 압박대는 빈틈이 없어 피부에 잘 밀착하여야 하므로 빈틈이 없도록 팔에 잘 감아야 하며 옷 위로 압박대를 감는 일은 없도록 하여야 한다. 압박대를 감은 다음 동맥의 맥박이 잘 만져지는 부위에 청진기를 대고 고무주머니속으로 공기를 밀어 넣어 압력을 올린다. 전자식 혈압계의 경우 압박대속에 청진기에 해당하는 작은 마이크가 들어있으므로 마이크가 동맥위에 위치하도록 압박대를 감아야 정확한 혈압치를 얻을 수 있다. 일단 압력을 충분히 올린 다음 서서히 공기를 뽑아 내주면 청진기를 통하여 맥박

## 2. 혈압의 정상치와 고혈압의 진단기준

혈압이 얼마나 높으면 고혈압이라고 할 수 있는가 하는 기준치는 연구하는 사람의 연구목적이나 경험에 따라 다소 차이가 있다. 세계보건기구(WHO)가 제안한 기준은 수축기혈압이 140이하이고 확장기혈압이 90이하일때 정상혈압으로 보고 수축기혈압이 160이상이고 확장기혈압이 95이상일때를 고혈압으로 보며 정상혈압과 고혈압사이의 혈압을 보이는 경우 경계고혈압으로 분류하였다. 한편 미국합동위원회의 분류기준은 수축기혈압이 140이하이고 확장기혈압이 85이하일때를 정상혈압으로 분류하고 수축기혈압 160이상, 확장기혈압 95이상을 고혈압으로 분류하였다. 세계보건기구의

# 5 분 이상 安定을 취한 뒤 血壓 측정해야 담배 및 커피를 마신 직후 測定해선 안돼

소리가 들리기 시작한다. 소리가 들리기 시작하는 점이 수축기혈압, 즉 최고혈압에 해당하고 들리던 소리가 들리지 않게 되거나 아주 약하게 들리기 시작하는 점이 확장기혈압, 즉 최저혈압에 해당한다. 혈압을 기록할 때는 수축기혈압/확장기혈압의 순서로 기록하는데 예를 들면 120/80, 또는 120/80으로 기록하거나 말하도록 한다.

수축기혈압은 심장이 힘차게 수축할 때의 혈압이며 확장기혈압은 심장이 확장되고 있을 때의 혈압을 말한다. 특히 수축기혈압은 여러가지 요인의 영향에 의하여 크게 변할 수 있으므로 혈압을 측정할 때는 5분 이상 안정한 다음 편안한 자세에서 혈압을 측정하여야 하고 담배를 피운 후 또는 커피를 마신 후에 혈압을 측정하지 않도록 하여야 한다. 정신적 흥분으로도 혈압이 변동할 수 있으므로 정신적 안정이 중요하다.

이상으로 혈압을 측정하는 방법을 간단히 설명하였으나 정확한 혈압을 얻는데에는 여러가지 주의할 점이 많으므로 경험이 많은 사람의 시범을 유심히 관찰하여 정확한 측정법을 익힌 다음에 혈압측정을 시도하는 것이다.

정상혈압 기준에 비하여 미국 위원회의 정상혈압 기준이 더 엄격한 것은 확장기혈압이 90 정도일 때도 85이하인 경우에 비하여 고혈압의 합병증이 발생할 가능성이 더 크기 때문이다. 따라서 확장기혈압이 85를 넘으면 일단 혈압에 대한 관심을 높이고 주의하기 시작하여야 한다고 말할 수 있다.

일단 혈압을 측정한 다음에는 측정된 혈압치에 따라 표 1에서 볼 수 있는 바와 같이 대책을 결정한다. 즉 수축기혈압이 140이하이고 확장기혈압이 85이하인 정상혈압으로 판명된 경우에도 나이가 많아짐에 따

라 혈압이 상승할 수 있으므로 적어도 2년 이내에 혈압을 다시 측정해 보아야 한다. 확장기혈압이 90-104로 올라가 있으면 2개월 이내에 다시 측정하여 그때 혈압정도에 따라 치료여부를 결정하며 105-114인 경우에는 2주 이내에 다시 검사하여 치료여부를 결정하는데 2주 후에 다시 측정한 혈압도 비슷할 때는 보통 치료를 시작한다. 물론 확장기혈압이 115이상으로 많이 높을 때는 곧 치료를 시작한다. 수축기혈압만 올라가 있을 때에도 표 3에서 볼 수 있는 바와 같이 적절한 대책을 세우도록 해야 한다. 수축기혈압이든 확장기혈압이든 어느쪽의 혈압이 올라가든 기준에 따라 적절한 대책을 세워야 한다.

## 3. 고혈압진단을 위한 검사

고혈압이 있는 것으로 확인된 사람에게 대하여 다음과 같은 목적으로 여러가지 검사를 실시하여야 한다.

2) 고혈압외에 동맥경화의 다른 위험인자가 없는지를 검사한다.

고혈압에 동반하여 고지혈증, 흡연, 당뇨병, 비만증 등 동맥경화의 다른 위험인자가 존재할 때는 치료방침결정에 참고하여야 한다.

3) 고혈압의 원인진단(이차성 고혈압의 유무).

고혈압환자의 90% 이상이 확실한 원인을 알 수 없는 본태성고혈압에 속하지만 다른 원인질환에 의하여 고혈압이 발생하는 이차성고혈압의 경우에는 치료법이 본태성 고혈압과는 완전히 다르고 경우에 따라서는 원인질환을 치료하여 고혈압자체를 완전히 치유할 수도 있다. 따라서 환자에 따라서는 이차성 고혈압의 진단에 필요한 검사까지 다 받아야 할 때가 있다.

4) 각 환자에서 치료방침의 결정.

고혈압치료제에는 여러가지 종류가 있고 약에 따라서는 그 부작용도 다르기 때문에 각 환자에게 가장 적합하고 부작용이 적은 약제를 선택하기 위하여 몇가지 검사를 실시할 필요가 있다.

이와같이 고혈압의 진단은 단순한 혈압측정만으로 끝나지 않고 여러가지 검사가 필요하다. 간단한 몇가지의 검사만으로 충분할 때도 있으나 경우에 따라서는 상당히 많은 종류의 검사가 필요할 때도 있다는 사실을 염두에 두고 의사의 지시에 협력하여야 확실한 치료방침을 결정할 수 있다.

### ◆ 첫번 측정된 혈압에 따르는 대책

혈압(mmHg)	대 책
확장기혈압 < 85	2년 이내 재검 1년 이내 재검 곧 재검(2개월 이내) 곧 필요한 검사를 실시하고 치료여부를 결정(2주 이내) 곧 필요한 검사를 실시하고 치료를 시작한다.
85 - 89	
90 - 104	
105 - 114	
> 115	2년 이내 재검 곧 재검(2개월 이내) 곧 필요한 검사를 실시하고 치료를 시작한다.
수축기혈압 < 140	
140 - 199	
> 200	

# 謹 賀 新 年

주한국베링거인겔하임사  
社 長 韓 光 鎬

의한약품주식회사  
社 長 鄭 漢 昇

주식회사한유약품  
社 長 金 永 鐵

(주)한국바이오에너지  
社 長 成 孝 慶

삼양산업사  
社 長 李 鍾 琰

서울성동구한강로40-883  
전화·七九四-631-5

서울성동구성수동-가二三-二二〇  
전화·四六四-〇五一-五

서울동대문구장안동-一五九-二  
전화·二四四-五〇〇-三

서울강남구논현동-一六三-四  
전화·五四八-〇二六四

서울동대문구회정동-二五二  
전화·二四七-四七七五