

成人病予防協會 成人病관리, 범국민적인 予防계몽에 앞장서다

高血庄의 治療

규칙적인 生活態度 바람직

- ③ 알콜제한 : 하루 30ml이 내, 연일음주불가
 - ④ 칼륨보충 : 고 Na식일때 유효, 신기능부전, K저류강압제 복용시는 불가
 - ⑤ 야채, 해초, 식사성 섬유 : 지질배설 촉진, 변비에방, 저칼로리
2. 감량요법

高血庄 발생빈도 및 治療를 위한 疫學調査 뒤따라야

- ① 저칼로식 : 비만고혈압환자에 유효, 10kg감량으로 25/10 mmHg 감압
- ② 운동 : 중등도이상의 강도로 장기간속시 유효, 감량, 감압과 병용
- 3. 신체적 활동
 - ① 이득과 불이익 : 감압효과 는 근소, 운동중 승압으로 사고
 - ② 감독하 신체적성 프로그램 : 적정 강도, 빈도 및 지속
 - ③ 운동전 의학적 검사 : 운동 처방 및 금기선별
- 4. 행동요법
 - ① 바이오 피드백 : 보조요법으로 권장
 - ② 요가
 - ③ 명상

- ① 다이크로짓 25mg(+prazosin 2mg)
- ② 섹트라자이드 1mg(+prazosin 1mg)
- ③ atenaral 50mg(+다이크로

- 짓 25mg)
- ④ labetalol 300mg
- ⑤ diltiazem 180mg(+dichlozid 25mg)
- ⑥ 니페이핀 30mg(+dichlo-

- zid 25mg)
- ⑦ captopril 50mg(+dichlozid 25mg)
- ⑧ enalapril 10mg(+dichlozid 25mg)
- ⑨ indapamide 2mg
- ⑩ clonidine 1.5mg

高血庄의 予防



劉元相 (仁濟醫大내과교수)

究結果가 나오기 前까지는 어떤 特異的이고 결정적인 方法에 관한 推測을 할 수가 없다.

高血庄의 豫防은 여러 段階에서 검토되어야 한다. 우선 제1 단계예방(primary level prevention)으로서는 正常血庄을 가진 군에서 장차 그대로 방치할 경우 血庄上昇을 초래하게 될 어떤

대한 대책이다. 이 第2단계 豫防에 있어서 降壓劑 使用에 대해서는 많은 논의와 臨床試驗이 進行되어 왔으며 대체로 認定하는 것으로 意見이 모아지고 있는 것 같다. 그리고 非藥物療法(non drug modalities)을 시행하면서 계통적으로 관찰하는 것도 第2단계 豫防에 있어서 藥物요

病狀에 따라 豫防方法 달라 血庄上昇요인 제거 바람직

요인이 있는 경우 그것을 調節하는 일이 될 것이다. 예를 들면 高血庄의 家族歴이 있다든지 肥滿해 있다든지 혹은 鹽分攝取가 대단히 많은 군을 調節하는 것이 第1단계 豫防이 될 것이다. 第2 단계예방(secondary level prevention)은 輕한 高血庄을 가지고 있으면서 표적장기손상(target organ damage)이 없는 군에

법에 떨어지지 않은 효과가 있는 것으로 되어있다.

제3단계 豫防(tertiary level)은 위험율이 높은 고혈압군(예 : 고혈압을 가진 가계의 자손, 혹은, 비만한 환자, 고식염 섭취자등)에서 합병증 및 사망을 감소시키기 위한 노력으로서 여기서는 血庄降壓劑의 使用은 매우 效果的인 것이다.

A. 배경

- 1. 국내에는 고혈압의 발생빈도, 치료 및 추적관찰을 포함한 장기간의 역학조사가 별로 없다.
- 2. 한국인 고혈압 환자 및 개업의에 대한 고혈압 치료 지침이 없다.
- 3. 고혈압의 예방 및 장기관리를 위한 국가차원의 조직·기구가 없다.

B. 비약물요법의 원칙

- 1. 식사요법
 - ① 감염식 : 경도(10gm), 중등도(5gm) 감염식이 모든 환자에 적용
 - ② 저지방 : 콜레스테롤 300mg이하, 불포화지방산, 지방 15~20% 허용

C. 약물요법의 원칙

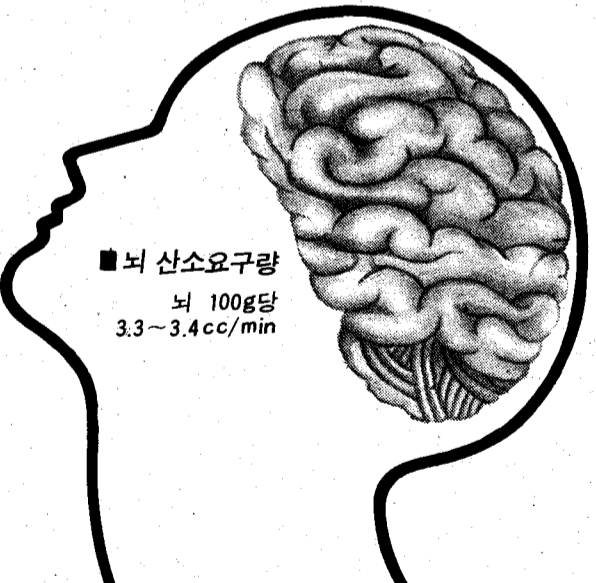
- 1. 환자 순응도의 개선
 - ① 환자 및 의사의 교육 : 통원 및 복약성적 향상
 - ② 고혈압 크리닉 운용 : 전문요원에 의한 진료
 - ③ 의료보험 급여의 확대 : 180일 급여제한의 철폐
- 2. 장기치료의 부작용
 - ① 이뇨제 : 고혈당, 고노산혈증, 저칼륨, 지질악화
 - ② 베타차단제 : HDL 감소, 전식악화, 당뇨조절불량
- 3. 약물요법의 유용성 평가
 - ① 통상의 안정시 혈압 : 혈압변동이 심하다
 - ② 24시간 활동시 혈압의 측정 : 신뢰도가 크다
 - ③ 활동혈압의 대표치 : 간편하면서도 신뢰도 증대
- 4. 약물치료 처방의 선택 : 환자에 따른 개별화와 의사의 경험 및 선호

高血庄의 原因이 아직도 明白하게 밝혀져 있지 않는 現段階에서 모든 사람들이 받아들일만한 뚜렷한 豫防法을 提示하기란 매우 곤란한 것이다. 그리고 現在에도 高血庄을 豫防하기 위한 方法을 구명하기 위해서 많은 연구가 進行되고 있으며 그 研

어른을 공경하여 효도를 실천하자.

뇌졸중 중풍 만신불수

- 만성 두통
- 지각장애
- 현기증
- 노화증후군
- 연탄가스중독 후유증 (언어장애·수전증·기억력장애)



■ 뇌 산소요구량
뇌 100g당
3.3~3.4cc/min

뇌에 맑은 산소를!

BELGIUM UCB 뇌기능 대사촉진제
뉴트로필[®]

Rx Nootropil 2.4g/day p.o for 6 weeks

5大 藥理作用

- 1. 물질대사 촉진작용**
산소 및 포도당의 이용율을 증가시켜 뇌신경세포의 물질대사 촉진을 시켜 줍니다. (Rouletouil B. et al. FRANCE)
- 2. 신경전달 촉진작용**
유발 전위에 작용하여 반구정보를 전달합니다. (HERRSCHARFT H. et al. GERMANY)
- 3. 혈소판의 과잉 억제작용**
혈소판의 활성화를 억제하고, 유착을 방지하여 제증상을 개선하여 줍니다. (Barnhart et al. U.S.A)
- 4. 적혈구 변형 유동력 증가작용**
적혈구의 변형성을 증가시켜 말초혈행을 원활하게 하여 줍니다. (Skondra V. et al. BELGIUM)
- 5. 저산소시 뇌기능 보호작용**
말초혈행을 정상화시켜 다발성 기질증상을 개선시켜 줍니다. (C. Giurgens and Coll. BELGIUM)



■ 포장 ■ 주사 : 1g 12ml용 · 정제 : 800mg 100정
캡슐 : 400mg 100캡슐 / 15,000원