

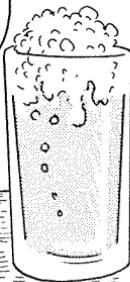
몰아내자

심장병

제11화

혈압이 높으면
심장병에 걸리기 쉽다

병원에
갔었습
니까?



김밥
800

예, 부정맥
이라는군요.
심장의 위험
신호이기
때문에 생활
습관을 바꿔야
하다구요.

어서
압 담당
부장님께
·어보고
습니다만,
혈압이 되면
왜 심장병에
걸리기 쉬울까요? //

하나는 혈압이 높아서
심장의 부담이 지나치게
늘어나기 때문이지요. 그래서
심장이 비대해지고 – 심장확장 –
나중에는 심부전을 일으키게
되지요.

2가지
이유가
있지요.

예에, 그럼
어머니의
심부전도
그것이…

또 하나의 이유는
고혈압이 관동맥화를
재촉한다는
것입니다.

특히 뇌동맥,
관동맥,
심장의 동맥
등에도 동맥
경화를
일으키기
쉽습니다.



고혈압과
뇌졸중은
특히 관계가
있다고 볼 수
있습니다.



고혈압의
판정
기준은



혈압에는 최대혈압과
최고혈압이 있습니다.
WHO에 의하면
고혈압의 기준은
다음과 같습니다.

	최대혈압 (mmHg)	최소혈압 (mmHg)
정상자	139이하	89이하
고혈압이 의심 되는 사람	140~159	90~94
고혈압인 사람	160이상	95이상

고혈압은 일반적으로
30대 후반에서 50대에
걸쳐 발생하는 것
같습니다.



고혈압은
왜 생길까요?

원인이 확실하게
밝혀진 이차성
고혈압과, 원인이
확실하지 않은
본태성 고혈압이
있지요.

이차성 고혈압은 나을 수
있지만 본태성 고혈압은
회복되기가 무척 어렵습니다.
강압제라도 고혈압을
낫게하는 것은
아니지 않습니까!



고혈압은
유전한다는게
사실입니까?

사실입니다.

유전적 요소가
65% 정도, 환경적
요소가 35% 정도
관계하고 있는 것
같습니다.

환경적 요소라는
것이 마음에
걸리는데요.

주로
식생활
입니다.

소금이 관계되는 것
같습니다. 어릴 때부터
소금이 적게 들어간
싱거운 맛을 습관화하면,
고혈압의 집안력에서도
발생율이 낮아진다고
합니다.

양념
반찬

간장 된장국

그래서
식생활에는
각별히
주의하고
있습니다.

술은
괜찮을까요?

맥주 1병이나
소주 1잔 정도는
문제가 안될 것
같습니다.