

· 심장병의 여러가지 자각증상

두근거림, 숨참, 흉통, 부어오름 등의 4대 증상 외에, 다음과 같은 자각증상이 있을 때에는 심장병을 의심해 봐야 한다.

① 잠을 자는 중에 답답해 온다

한밤중에 갑자기 가슴이 답답해져서 눈을 떴다, 일어나 앉아서 한참 있으면 숨쉬기가 편해졌다, 베개를 높이지 않으면 어쩐지 답답해서 잠이 오지 않는다 등등. 이런 사람들은 심부전을 의심해야 한다.

② 위가 아프다, 배가 단단해졌다

위가 쭈시듯이 아픈데도 불구하고 위장에서 아무런 이상이 발견되지 않는다면 협심증이나 심근경색의 의심이 있다. 또한 때때로 위경련을 일으키는 사람들은 한번쯤 심전도 검사를 받아보는 것이 좋겠다.

또, 배가 자주 단단해 지면서 위장약을 먹어도 조금도 나아지지 않을 때에는 심부전의 의심이 있다.

③ 어금니, 귀, 목의 아픔

심장병에 의한 아픔은 흉통에만 한정시킬 수 없다. 때로는 위통, 치통, 귀나 목의 통증으로도 나타난다.

아침에 어금니가 아프다든가, 왼쪽 귀나 왼쪽 어깨, 왼쪽 팔까지 저리는 것 같은 통증이 있으면 협심증을 의심해 보아야 한다. 또한 목 안이 조여드는 듯한 느낌이 있을 때에도 협심증의 의심이 있다.

④ 목심줄이 부어있다.

목심줄이 통하고 있는 정맥(頸靜脈)이 볼록해져 목심줄이 부어오른 것 같은 경우는 폐질환의 의심이 있다.

⑤ 무서운 꿈이 계속되는 것 같으면...

매일밤 악몽이 반복되거나 아침에 눈뜨기 전후로 갑자기 가슴이 아픈 것 같으면 이형협심증의 의심이 있다.

⑥ 한밤중에 자주 화장실을 간다

잠자기 전에 물을 마신 것도 아닌데 잠자는 동안 자주 화장실을 가는 경우, 1회의 소변량이 낮보다 많은 경우는 심부전의 의심이 있다.

· 심부전이란?

심장은 인체의 구석구석까지 혈액을 송출하는 펌프의 역할을 하고 있다. 그러나 심장의 펌프기능이 저하되면 몸에서 필요로 하는 양의 혈액을 공급할 수 없게 된다. 이 상태를 심부전이라고 하며 협심증, 심근경색, 심장판막증, 선천성 심장병, 심근증(심근에 원인 불명의 장애가 일어나는 특발성심근증으로써, 돌연사를 일으키는 수가 있다.) 등과 같은 심장병을 앓고 있는 사람이나 고혈압증의 사람에게 일어나기 쉽다.

특히 심부전이라는 말은 심장의 병적인 이상 상태를 지칭하는 말이며 '심부전'이라는 이름의 심장병이 있다는 것은 아니다.

· 심부전이 되면 어떻게 되는가 ?

심부전이 되면 초기에는, 안정을 취하고 있을 때에는 증상이 나타나지 않다가 몸을 움직이면 숨이 차거나 두근거리게 된다.

점차로 증상이 진행되면, 폐의 울혈 때문에 헛기침을 하거나 가래(피가 섞여 나올 때도 있다.)가 나오는 수도 있으며 안정을 취하고 있을 때에도 갑작스런 호흡곤란(이 증상을 심장천식이라고 한다.)에 빠지거나 밤에서부터 시작해서 전신이 부어오르게 된다.

대부분의 심부전 환자들은 올바른 생활을 하는데에 일상생활을 보내고 있다. 감기는 심부전을 악화시키므로 주의를 요한다.

특히, 미국의 뉴욕 심장학회에서는, 심부전증상을 다음의 4단계로 분류하고 있다.

I도 : 심장질환은 있지만, 운동을 해도 아무런 증상이 나타나지 않는다.

II도 : 심장질환이 있으며 힘든 일(계단이나 언덕길을 오르는 등)을 하면 숨이 차거나 두근거리는 등의 증상이 일어난다.

III도 : 심장질환이 있으며 가벼운 일상 중에도 숨이 차거나 두근거리는 등의 증상이 있다.

IV도 : 심장질환이 있으며 안정을 취하고 있어도 숨이 차거나 두근거리는 등의 증상이 있다.

심부전의 증상

I도



II도



III도



IV도



· 심부전의 치료

심장의 수축력을 강하게 하는 효과가 있는 '지기다리스'나 부어오름의 원인인 소변의 배설을 원활히 해주는 이뇨제를 복용하면서 식이요법을 병행 실시한다.

또한 심한 심부전이 아닌 한은 적당한 운동도 필요하다.

(다음호에 계속)