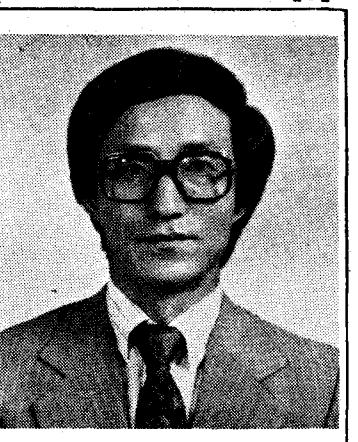
心不全의 治療와 豫防

심장에 부담을 주는 誘発因子제거바람직

평소과격한 運動과 労動을 피하고 비만한 사람 열량섭취를 制限해야

정기적検診으로 적절한 약물투여最善



李 愚 馨
〔이화의대 내과교수〕

심부전증이란 우리 몸의 장기나 조직의 신진대사에 필요한 산소 및 영양분을 공급하기 위하여 충분한 혈액 양을 심장이 박출해내지 못하여 나타나는 임상 증후군을 말한다.

즉 심장의 타심실 기능이 떨어지면 좌심실 이완기 말압이 증가하여 폐동맥 압이 증가하게 되어 폐 울혈이 생기고 더 나아가서 우심실 부전을 초래하여 정맥압이 오르고 정맥 울혈을 일으키게 된다. 따라서 운동시 호흡곤란, 기타호흡곤란, 발작성 야간 호흡곤란 및 부종 등의 증상이 나타난다. 이러한 심부전증을 일으킬 수 있는 원인 질환들은 심혈관계 질환 뿐만 아니라 호흡기 질환, 내분비 질환, 감염 질환 및 신장 질환 등 다양하기 때문에 심부전증 치료에 있어 항상 원인 질환을 염두에 두어야 하고 또한 그 유발인자들을 제거하는데에 유의해야 한다. 그런데 심부전의 원인 질환을 진단하는 것은 보통 어렵지 않지만 그들을 치료하는 것은 그렇게 쉽지 않은 경우가 많기 때문에 대부분의 심부전증 치료는 대증치료를 우선하고 그다음에 원인 질환의 악화를 저지하는데 역점을 두게 된다.

따라서 여기서도 울혈성 심부전증의 대증치료 및 예방에 관하여 간단히 기술하고자 한다.

울혈성 심부전증의 치료를 위해서는 첫째 심장에 부담을 덜기 위하여 육체적 및 정신적 활동을 제한해야하고 둘째로는 신체의 수분정체를 조절해야하며 셋째로는 심근의 수축력을 증진시키는 약물을 투여하고 마지막으로 최근 임상에서 널리쓰이는 혈관 확장제를 투여하여 심장의 전후 부담을 감소시키는데 총력을 기울여야 한다.

1. 신체활동의 제한

심장에 부담을 덜기 위해서는 육체적인 활동을 제한하는 것 뿐아니라 정신적으로도 안정을 취해야 한다. 따라서 심부전증 환자는 집이나 병원에서 약 1주이상 안정을 취해야 하는데 자리에 누워있을 때는 상체를 약간 높이는 것이 편하다. 이때 식사는 소량씩 과식하지 않도록 섭취해야하고 환자의 불안감을 없애도록 신경안정제를 투여하는 것이 좋다. 그러나 심부전이 아주 심한 경우를 제하고는 너무 엄격하게 자리에 누워서 있는 것은 정맥 혈전이나 폐색전증 같은 합병증이 생길 위험이 있으므로 피하는 것이 좋고 여의치 않은 경우 항 응고제를 투여해야 한다.

오랫동안 자리에 누워있어야 할 환자는 일정 시간동안 자리 옆 의자에 앉아있게하거나 다리 운동을 하도록 권장하는 것이 좋다. 또한 심부전증 환자가 비만한 경우 체중을 빼는 것도 심장 부담을 줄이는데 중요하다.

2. 수분정체의 조절

심부전증 환자들은 대부분 체내에 염분과 수분이 정체되어 부종을 동반한다.

따라서 음식물에서 염분과 수분을 제한하여 섭취하면 증상이 경한 경우에는 상당한 효과를 볼수 있다. 증상이 심한 경우는 더욱 철저히 제한해야 하는데 우리가 보통 하루에 섭취하는 염분량이 6~10g인데 비해 심부전증 환자들에게는 하루에 0.5~1g정도로 줄여야 한다. 또한 비만한 사람은 열량 섭취를 제한하여 체중을 감소시키는 것이 좋다. 다음에는 약물 치료로 이뇨제를 투여할 수 있는데 이들은 염분과 수분을 체외로 배설시켜 폐울혈이나 전신 부종을 교정하고 심방압을 떨어뜨려 심부전증을 호전시키며 또한 체중을 감소시켜 심장에 부담을 덜게 함으로써 심부전증의 치료에 탁월한 효과가 있다. 현재까지 많은 이뇨제들이 개발되어 사용되고 있으나 부작용이 많고 또한 과다 사용시 심부전을 더욱 악화시킬 우려가 있으므로 언제나 의사의 적절한 처방하에 복용하는 것이 바람직 하다.

3. 심근의 수축력 증진

심부전증 환자들에서 대부분 심근의 수축력이 떨어져 있기 때문에 이를 증신시키기 위하여 흔히 강심제를 투여한다. 오래전부터 많이 사용되어온 강심제로 심장 배당체인 「디기탈리스」 계통의 약물들이 있는데 이들은 심부전증에 탁월한 효과가 있으나 또한 부작용이 많아서 의사의 철저한 지시하에 투여되어야만 한다. 이외에도 교감신경 흥분성 아민제들을 사용할 수 있는데 그중에도 도파민이나 도부타민 등의 약물들이 임상에서 많이 사용되고 있다.

4. 혈관 확장제

혈관 확장제에는 정맥 확장제(니트로글리세린 계통 제재)와 동맥 확장제(하이드랄라진 등) 및 정맥과 동맥을 모두 확장시키는 약물(프라조신 등) 들이 임상에서 널리 쓰이고 있다. 정맥 확장제는 심장으로 유입되는 혈액 량(전부하)를 감소시켜 심장의 부담을 덜게하고 동맥 확장제들은 말초 혈관저항을(후부하) 떨어뜨려 심박출을 용이하게 함으로써 심장의 부담을 줄인다. 따라서 심부전증 환자에서 폐 울혈을 감소시키고 말초 관류를 증진시키는데 효과가 좋다. 이들 약제들은 환자의 상태에 따라 잘 선택하여 투여해야하므로 의사의 세심한 처방에 따라 복용하는 것이 좋다.

5. ACE 저해제

최근 개발되어 혈압약으로 각광을 받고 있는 ACE 저해제가 심부전증에도 탁월한 효과가 있다는 것이 밝혀져 임상에서 많이 사용되고 있다. ACE 저해제는 첫째 강력한 혈관 확장제로 작용하여 심장의 후부하를 감소시키고 둘째로는 염분과 수분의 신장 배설을 억제하여 부종을 일으키는 「알도스테론」 홀몬 분비를 감소시켜 염분과 수분의 신장배설을 촉진하여 심부전을 호전시키는 작용을 한다. 이러한 두가지 효과로 만성 심부전이나 중증 심부전증 환자에게 투여하여 뛰어난 효과를 기대할 수 있으나 아직 그 부작용이나 예후에 관한 연구가 미흡한 상태기 때문에 앞으로 더욱 상세한 연구가 필요하다.

지금까지의 모든 내과적 치료에도 심부전증이 호전되지 않을 경우에는 심장이식 수술을 생각해 볼 수 있다.

이상과 같은 많은 치료법이 최근 급속도로 개발되어 가고 있지만 아직도 심부전증의 예후는 아주 나쁜 것으로 알려져 있다. 이는 심부전증 환자의 심근 수축력 저하는 대부분 돌이킬 수 없기 때문이다. 따라서 모든 심부전증 환자는 심근 수축력의 저하가 악화되기전에 그 원인 질환을 빨리 교정해 주어야 하고 심장에 부담을 주는 유발인자들을 제거하는 것이 중요하다.

그러므로 심혈관계 질환을 갖고 있는 사람들은 평소 과격한 운동이나 노동을 피하고 일상 생활에서 육체적이나 정신적으로 안정을 취해야 하며 음식물에서 염분과 수분을 되도록 제한하고 비만한 사람은 열량 섭취를 제한하여 체중을 줄이는 것이 좋고 장기적으로 의사에게 진찰을 받아 적절한 약물 투여를 받음으로 심부전증이 유발하지 않도록 조심하는 것이 최선이다.

「건강의 횃불」 삼일제약

당뇨병성망막증

진보된 현대의학의 발달에도 불구하고 아직도 완치가 되지 못하는 난치병중의 하나로 알려져 있읍니다. 눈에는 우리가 필요로 하는 모든 것을 공급하기 위해 수많은 미소혈관이 분포되어 있읍니다. 그러나 당뇨병이나 고혈압등에 의하여 이들 미소혈관에 병변이 발생되면 다시 정상회복되는 것은 거의 불가능하므로 망막 증이 발생하기 이전에 예방을 취하거나 조기에 발견하여 치료하는 것이 중요합니다.
그러므로 당뇨병환자는 혈당관리, 고혈압 환자는 혈압관리가 매우 중요한 동시에 각종의 혈관합병증을 예방하기 위해 혈관 보호제를 투여하는 것도 중요 합니다.
왜냐하면 혈당이나 혈압관리가 잘되고 있는 환자도 병력에 따라 망막증의 발병율이 증가되므로 실명의 원인이 되는 망막증의 예방 및 치료가 절실히 요구되고 있읍니다.

당뇨병! 왜! 후루다랜을 복용하는가?

망막증에 대한 후루다랜의 약효입증!

후루다랜®은 현재 국내에서 시판되는 약물중 당뇨병성 망막증에 대해 임상효과가 입증된 유일한 약물입니다.
최근 당뇨병 및 고혈압의 혈관 합병증 치료제로 유럽에서 각광을 받은 후루다랜의 당뇨병성 망막증에 대한 효능을 평가하고자 국내8개 의과대학 부속병원 안과학교실에서 Multi Center Study를 12개월간 실시후 종합평가의 결과 후루다랜은 당뇨병성 망막증에 대해 약80%이상이 호전 또는 안정되는 양호한 성적을 얻었으며 또한 내약성도 매우 우수한 약물이라고 보고 했읍니다.
망막증의 초기단계에서 후루다랜을 투여하면 더욱 좋은 효과를 보실 수 있으므로 치료시기를 놓치지 않도록 주의하시기 바랍니다.
이외에도 후루다랜은 당뇨병성 백내장, 신경증 및 신증등의 당뇨병 관련합병증에 대해서도 개선효과를 나타낸 바 있으므로, 당뇨병 환자의 미소혈관 합병증을 치료관리하는데 전반적으로 도움을 줄 수 있는 약물입니다.

참구권과 함께 아래 사항을 적어 보내주시면 당뇨병과 합병증에 대한 책자를 보내드립니다.
보내실곳 : 광화문우체국사서함 351
나이 :
보신 잡지명 :
SP 1