

고혈압이란 가장 흔한 심맥관계 질환으로 동맥혈압이 상승되어 있는 상태를 말하는데 사람의 혈압은 항상 일정한 것은 아니고 자세나 체내 수분상태, 근육긴장도, 교감신경계의 흥분 정도 등에 따라 변하므로 「정상」혈압의 범위를 정확히 정하는 것은 불가능하다. 따라서 고혈압이라고 진단을 하려면 정해진 조건에서 표준방법으로 최소한 2회 이상 혈압을 측정했을 때 수축기혈압이 140mmHg 이상이거나 이완기혈압이

몇가지 간단한 혈액검사, 요검사, 심전도, 흉부 X선 사진 등의 검사를 받아 전반적인 상태를 평가해 보는 것이 필요하다. 이 검사들은 심맥관 질환의 중증도 즉, 고혈압에 의한 다른 장기에 변화가 있는지, 다른 위험인자는 없는지 등을 알아보는데 필요한 것과 고혈압의 원인을 알아보는데 필요한 검사들이다. 그렇다면 고혈압이라고 진단을 받았을 때 어떻게 치료를 받을 것인가? 치료를 시작하기 전에 우선 고혈압이

고혈압의 치료법으로는 과거에 비약물적 치료라고 알려져 있던 생활습관의 변화와 약물요법이 병행되어야 한다. 이러한 방법만으로 고혈압에 의한 이환율이나 사망률을 낮추는지 여부에 관해서는 아직 논란의 여지가 있지만 생활습관의 변화는 고혈압의 일차예방(병이 생기기 전에 미리 예방하는 것)에 유리하며, 항고혈압 약물을 사용할 때 그 용량이나 횟수를 줄일 수 있다는 이점이 있다.

고혈압의 약물치료는 진단적 검사가 이루어진 뒤 주치의와 상의하여 환자의 상태에 따라 다른 약을 사용해야 한다. 시중에 나오는 수백가지 고혈압 약을 환자 모두에게 쓸 수 있는 것은 아니며 약의 비용, 부작용, 환자의 나이, 상태, 다른 동반 질환이 있는지 등에 따라 사용할 수 있는 약이 다르다. 치료약은 그 효과에 따라 이뇨제, 교감신경 억제제, 말초혈관 확장제, 칼슘 길항제, ACE억제제 등이 있다. 고혈압은 대부분 증상이 없고 완치가 없으므로 평생 치료를 계속해야 한다. 물론 혈압이 많이 높지 않고 한 가지 약으로 조절이 잘 되며 다른 위험인자가 없을 때에는 주치의와 상의하여 약을 줄이다가 끊어볼 수도 있으나 다시 혈압이 올라가는 경우가 많다는 것을 알아야 한다.

고혈압은 우리나라 성인의 약 10~15% 정도에서 발병하는 아주 흔한 병으로 그 합병증이나 병발 질환으로 인한 사망은 최근 한국인의 사망 원인중 암 다음으로 많은 것으로 밝혀졌다. 조기 진단과 적절한 치료만이 고혈압에 의한 사망과 이환을 줄일 수 있는 길이다.

고혈압의 진단과 치료

許 鳳 烈

(서울대병원 가정의학과 과장)

90mmHg 이상이어야 한다. 고혈압은 특별한 원인을 알지 못하는 경우가 대부분으로 이를 본태성고혈압(Essential Hypertension) 또는 일차성(Primary Hypertension)이라 하고, 알려진 신장이나 내분비계 질환, 임신, 혈관의 이상, 약물 등에 의한 고혈압이 약 5% 미만으로 이를 2차성 고혈압(Secondary Hypertension)이라 한다. 최근에 관심의 대상이 되는 흰가운고혈압(White coat Hypertension)은 병원을 방문함으로써 생기는 걱정이나 긴장 때문에 혈압이 올라가는 경우를 말하며 평상시의 혈압을 재보면 정상인 경우가 30% 가량 된다고 한다.

고혈압은 몸안의 모든 동맥에 변화가 올 수 있으므로 신장과 체중을 비롯, 자세한 진찰을 받아야 하고 그외에도

라는 병의 특성과 치료를 하는 이유를 알아야 한다. 고혈압 치료의 목표는 고혈압에 의한 사망 및 합병증을 줄이고 심맥관계 질환의 위험도를 줄이는데 있다. 고혈압에 의한 합병증 내지는 병발증으로는 흔히 중풍(中風)으로 알려져 있는 뇌졸중(腦卒中), 만성신부전, 울혈성심부전, 심근경색(心筋梗塞) 등이 있는데 이 질환들은 최근 관심이 증가하고 있는 소위 만성 퇴행성 질환들로, 유명한 역학적 연구인 Frammingham Study 등에 의해 고혈압과의 관련이 밝혀졌다. 고혈압은 수축기혈압 140 이하, 이완기혈압을 90 이하로 낮추는 것이 치료의 목적이며 교정이 가능한 다른 심혈관계 위험요인을 조절하는 것이 이 모든 원인에 의한 사망률을 낮추는 것으로 이미 밝혀졌다.