

뇌졸중

뇌졸중은 암 다음으로 많은 사망 원인으로 보고되고 있으며 단일 질환으로서의 우리 나라에서 가장 중요한 사망원인으로 밝혀져 있고 사망까지는 아니더라도 반신 마비, 언어 장애 등의 후유증으로 고생하게 되는 무서운 질병이다.

대부분은 뇌졸중의 위험인자인 고혈압, 당뇨병, 흡연 등의 위험성을 잘 모르고 지내다가 한창 일할 나이에 뇌졸중에 희생되는 경우가 많다. 또한 뇌졸중이 발생되어도 이에 대한 과학적인 치료를 외면하고, 그릇된 자가치료 또는 비과학적인 민간요법 등에 의존하여 심한 후유증을 갖게 되는 경우가 많으며 뇌졸중 환자와 그 가족들이 자포자기하여 치료를 안 받거나 재발의 예방을 게을리 하여 돌이킬 수 없는 결과를 초래하기도 한다.

뇌졸중의 정도와 회복은 손상부위와 손상 뇌반구의 위치, 경색의 크기와 부차적 순환(Collateral circulation)과 연령에 따라 크게 된다.

일반적으로 신경회복은 3~6개월 사이에 가장 많이 일어나며, 그 후 9개월에서 12개월까지는 특히 뇌출혈 환자에서 완만한 회복을 기대할 수 있다. 기능회복은 환자의 환경과 스스로 움직이고 독자적 생활을 위해 얼마나 훈련을 받고 의욕을 가지느냐에 따르게 된다.

기능회복은 조기에 재활치료

프로그램으로 더 큰 효과를 얻을 수 있다는 것이 확실하다.

1. 뇌졸중의 정의

뇌졸중은 '뇌혈관 질환'과 같은 말이며 흔히 '중풍'이라고도 불린다. 뇌졸중이란 우리의 뇌에 혈액을 공급하고 있는 혈관이 막히거나 터짐으로써 그 부분의 뇌가 손상되어 나타나는 신경학적 증상을 말한다.

뇌는 수많은 기능을 수행하고 있는데 손상 당한 부분의 뇌는 그 기능을 못함으로써 기능 상실이



뇌졸중의 증상으로 나타나게 되는 것이다. 노년층이 많지만 20대 또는 30대에서도 발생할 수도 있으며 과거 10년 동안 뇌졸중 발생률은 줄어들지 않고 있다.

2. 뇌졸중의 종류

1) 뇌혈전

뇌혈전은 비교적 젊은 뇌의 동맥에 동맥경화증이 심하여 혈관 내벽이 상했거나 좁아진 상태에서 응고된 혈액이 혈관을 막아 일

어나는 것으로, 혈액 공급이 중단된 뇌의 조직이 파괴되어 여러 가지 증상을 일으키는 병이다.

2) 뇌전색

뇌전색은 뇌혈관이 아닌 부위에서 생긴 피딩머리나, 심장병(심판막증, 심내막염)의 괴사(壞死)된 조직이 혈류에 따라서 흐르다가 뇌동맥에 가서 혈관을 막기 때문에 일어난다.

3) 뇌출혈

뇌속의 작은 동맥이 터져서 피가 뇌실질 속으로 흘러 들어 뇌세포가 기능을 잃음으로써 생기는 병이다. 뇌의 작은 혈관이 터지는 이유는 대부분 고혈압이 원인이며 동맥이 약해져 발생한다.

4) 지주막하 출혈

뇌동맥에 생긴 동맥류가 터져서 뇌막의 3개 층 중의 하나인 지주막에 출혈을 일으키는 것이다.

5) 고혈압성 뇌증

뇌의 혈압이 갑자기 올라가서 순환장애가 오기 때문에 생기는 병으로 중증일 때는 반신이 마비되던가 의식이 흐려진다.

3. 뇌졸중의 증상

우리의 뇌는 수없이 많은 다양한 기능을 가지고 하고 있다. 뇌혈관이 막히거나 터져서 뇌세포의 일부분이 죽게 되면, 이 부위에서 담당하던 기능에 장애가 올 것이며 이것이 곧 뇌졸중의 증상으로 나타난다.

1) 반신마비(편마비)

한쪽 뇌에 이상이 생기면 대개 그 반대쪽에 마비가 온다.

2) 반신 감각장애

손상된 뇌의 반대측 얼굴·팔·다리에 감각장애가 생기며 대개 반신마비와 함께 온다.

3) 언어· 발음 장애 (실어증· 구음장애)

정신은 명료한데 갑자기 말을 못하거나 남의 말을 이해하지 못하며 정확히 발음할 수 없는 등의 증상이 나타난다.

4) 시력 및 시야장애· 복시

한쪽 눈이 갑자기 안보이거나 시야의 한 귀퉁이가 어둡게 보이거나, 어지러운 증세와 함께 물체가 두 개로 겹쳐 보인다.

5) 두통

6) 기타

어지럼증, 의식장애, 식물인간 상태, 치매 등.

4. 뇌졸중의 위험인자

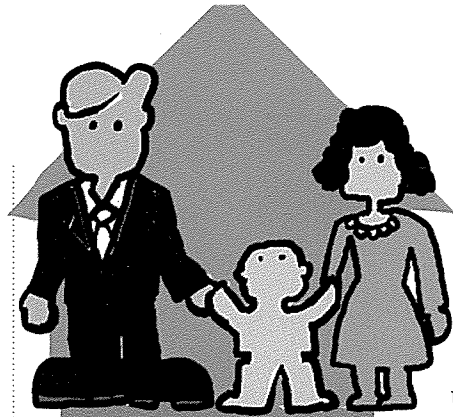
뇌졸중의 위험인자 중 대부분이 치료나 교정이 가능하므로, 이들 위험인자가 있는지를 알아보고 관련 질환을 치료하거나 생활 습관을 교정한다면 뇌졸중과 그로 인한 사망 및 후유증 등을 줄일 수 있을 것이다.

1) 고혈압

뇌출혈과 뇌경색의 가장 큰 위험인자로, 고혈압이 있는 환자에서는 뇌졸중이 정상인에 비해서 5배가량 더 많이 발생한다.

2) 심장병

심장기능에 이상이 있는 환자의 경우는 정상인에 비해 뇌졸중에 대한 위험률이 2배 정도 높다. 뇌졸중 자체가 허혈성 심근경색 등과 같은 심장병의 중요한 위험인자로 알려져 있고, 상당수의 뇌졸중 환자가 뇌졸



가정에서 또는 지역사회에서 뇌졸중 환자가 발생하면 응급 처치를 취한 후에 가능한 빨리 병원으로 옮겨서 적절한 치료를 받아야 한다.

중 자체보다는 심장병으로 사망한다.

3) 나이 - 나이가 들수록 뇌졸중을 앓을 확률이 높다.

4) 이전의 뇌졸중 병력

5) 일과성 뇌허혈 발작

일과성 뇌허혈 발작이 있다는 것은 이미 허혈성 뇌졸중이 발생했다는 것을 시사한다.

6) 흡연

7) 당뇨병

당뇨병은 뇌졸중 위험인자 중의 하나인 고혈압을 직·간접적으로 유발하며 그 자체로 뇌졸중의 위험인자로 작용한다.

8) 지나친 음주

9) 혈청지질이상

콜레스테롤치가 높을수록 뇌졸중 발병 확률이 높다.

10) 경구용 피임약 복용

11) 비만

비만이 고혈압, 당뇨병, 고지혈증과 함께 발생하는 경우에는 간접적으로 뇌졸중의 위험인자가 된다.

12) 짜게 먹는 습관

5. 뇌졸중 환자의 응급처치 및 치료

뇌졸중이 발생한 경우 대부분은

환자의 증세가 저절로 좋아질 것으로 생각하거나 민간 요법을 실시하느라 병원에 늦게 오는 경우가 많으며 이런 경우 환자의 상태가 더 악화되어 치명적인 결과를 유발하는 경우가 많다.

그러므로 가정에서 또는 지역사회에서 뇌졸중 환자가 발생하면 응급 처치를 취한 후에 가능한 빨리 병원으로 옮겨서 적절한 치료를 받도록 한다.

6. 뇌졸중의 예방

1) 식습관 교정

염분 섭취를 제한한다. 사람의 일일 염분 필요량은 3그램 이하인데 우리나라에서는 15~20그램을 섭취하는 것으로 조사되고 있다.

가공식품·육류가 자연식품·과일·채소에 비해 염분이 더 많이 들어있으므로 주의해야 한다. 또한 콜레스테롤이 지나치게 많이 함유된 음식의 섭취에도 주의해야 한다.

일반적으로 뇌졸중 환자들이나 일반인들이 지방섭취가 좋지 않다고 생각하여 기름기가 있는 음식이나 고기 등을 전혀 먹지 않는 경우가 있다.

그러나 이는 영양 불량상태를 유발하여 오히려 건강에 해로울 수 있으므로 적당한 균형을 유지하는 것이 좋다.

2) 체중 조절

비만은 뇌졸중의 원인인 고혈압·당뇨 및 고지혈증의 원인이 될 수 있으므로 정상 체중을 유지하는 것이 좋다.

3) 기타

금연·절주 등 규칙적인 운동

전미양 · 극동정보대학 간호과 교수