

뇌졸중 예방, 더 이상 미룰 수 없습니다

- 안산시 뇌졸중·치매 예방사업단 발족에 즈음하여

원광대학교 안산시립노인전문병원 / 석 승 한

안산시 뇌졸중·치매 예방 사업단은 우리나라에서 처음으로 지역 주민과 공단 근로자를 대상으로 뇌졸중과 치매에 대한 교육, 홍보, 조기검진 및 연구사업을 수행하기 위하여 지역사회를 거점으로 만들어진 사업단입니다.

경기도 안산시와 대한산업보건협회, 원광대학교 안산시립노인전문병원과 연세대학교 보건대학원이 함께 참여하여 지자체와 함께 산학 협동으로 수행되고 있는 것으로 우리나라 최초이기도 하지만 뇌졸중과 치매를 예방하려 하는 사업 자체만으로도 큰 의미를 가지고 있습니다.

우리나라는 2000년에 이미 고령사회(aging society)에 접어들었고 현재 65세 이상의 노령인구가 약 9.1%를 넘어서 어느 나라보다도 빠르게 고령화되어 약 2019년에는

14.4%로 고령사회(aged society)가 될 것으로 예상됩니다. 따라서 선진국의 노령화 사회에서 흔히 겪고 있는 뇌졸중과 치매가 우리사회에서도 점차 늘어나고 있고 이에 대한 심각한 문제가 대두되고 있습니다.

선진국에서는 이미 뇌졸중과 치매 예방을 위해 다양한 교육 및 홍보 프로그램 그리고 연구사업이 지역 및 국가 보건정책의 하나로 이루어지고 있습니다. 다행히 우리나라도 최근 몇 년 사이에 뇌졸중과 치매에 대한 질병의 심각성에 대하여 국민뿐 아니라 국가보건차원의 관심과 인식이 달라진 것이 사실이고 뇌졸중에 의한 사망률이 조금씩 감소하는 경향을 보이고 있지만 2005년에 뇌혈관질환에 의한 사망이 인구 10만 명당 64.4명으로 여전히 일본과 미국에 비하여 1.5~2배 높습니다.

치매의 경우에도 우리나라 65세 이상 어

르신들의 약 10%이상이 치매를 앓고 있는 것으로 보고 되어 있으며, 치매의 원인들 중 뇌졸중과 관련이 있는 혈관성 치매가 선진국에 비하여 높을 것으로 생각하고 있습니다.

그럼에도 여전히 선진국에 비하여 뇌졸중과 치매 예방에 대한 국민들의 의식과 건강 행동 양식을 변화시키기 위한 구체적이고 체계적인 노력은 미흡한 실정입니다.

50대 이후 발생률이 높아지는 뇌졸중은 성인에서 발생하는 장애의 가장 많은 원인인데 생명을 앗아갈 수 있을 뿐 아니라 오랜 기간 동안 정신적, 신체적인 후유장애를 가지고 살아가야 하므로 환자 자신 뿐 아니라 가족들이 감당해야 할 경제적, 심리적 부담은 겪어보지 않으면 상상할 수 없을 정도입니다.

그러므로 뇌졸중은 예방이 최선입니다. 발병하고 나면 이미 늦고, 많은 것을 잃을 수밖에 없습니다. 그래서 예방을 위한 우리들의 노력을 더 이상 미룰 수 없습니다. 다행히도 뇌졸중과 이와 관련된 치매의 경우는 건강에 대한 지속적인 관심과 올바른 노력을 통하여 충분히 예방할 수 있습니다. 뇌졸중은 좋지 않은 생활습관과 밀접하게 관련이 있는 생활습관병의 하나이기 때문입니다. 예방을 위한

노력은 젊어서부터 준비하고 시작하는 것이 중요합니다. 병에 의한 증상은 갑자기 나타나지만 원인이 되는 혈관의 병은 청년이후 시작되어 오랫동안 진행되고 그 결과가 중장년 이후 갑자기 나타나기 때문입니다.

따라서 본 사업단은 대한산업보건협회 그리고 안산시와 지속적인 협력체계를 통하여 공단과 지역사회와 청장년층부터 뇌졸중과 치매에 대한 지속적인 교육과 홍보, 검진프로그램을 통하여 뇌졸중의 고위험군(high risk group)을 조기 발견하고 지속적으로 관리하게 됩니다.

이러한 프로그램을 통하여 공단근로자 및 시민들은 뇌졸중과 치매에 대한 기본 지식, 예방법을 이해하게 되고 건강증진에 대한 관심을 높이고 건전한 행동양식을 갖게 되는 중요한 계기가 될 것입니다.

뇌졸중 예방, 더 이상 미룰 수 없습니다. 우리의 건강은 자신 뿐 아니라 우리의 소중한 가정과 사회를 지키고, 행복한 삶을 경영하기 위한 가장 중요한 비결임을 깨닫고, 이제 곧 바로 행동으로 옮겨 할 시점입니다. ☺