

| 응급상황대처법 |

갑작스런 심장병 증상에 당황하지 말자!

'심장병' 이라하면 돌연사가 연상되기 마련이다. 실제로 심심치 않게 신문지상이나 텔레비전 뉴스 등에서 사회 저명인사들의 갑작스런 죽음을 접하게 된다. 이처럼 심장병의 증상은 갑자기 찾아온다. 이때 적절히 대처하지 못하면 죽음으로 치달는다.

》》》응급상황에는 1339로 전화

'1339 응급의료정보센터' 를 아는가? 응급의료정보센터는 전국적으로 12개 권역별로 설치된 기관으로 권역내의 응급의료체계에 관련된 정보를 수집, 정리, 가공하여 구급차를 운영하는 기관(119, 이송업체, 의료기관 등) 또는 국민들에게 정보를 제공한다. 쉽게 말해 119에서는 구급차를 출동시켜주는 것이며, 응급의료정보센터 1339는 응급환자가 어느 병원으로 이송되어야 치료를 받을 수 있는지 실시간으로 안내하고 구급차가 도착하기 전까지 응급처치법을 상세하게 설명해 주는 역할을 한다. 또한 병원에서 다시 다른 병원으로 이송해야 할 경우에도 의사를 통해 치료 가능한 다른 병원을 신속하게 알려준다.

심근경색은 시간을 다투는 질환이기 때문에 1339에 요청을 하면 집에서 가까운 심혈관질환 신속 진료 시스템이 갖추어진 응급실을 안내받아 적절히 조치를 취할 수 있다.

또한 1339 응급의료정보센터는 보건복지부가 운영하고, 전문 의료진이 24시간 상주하고 있어 환자 상태에 따라 응급실로 가야 할지, 또 어느 병원 응급실로 가는 것이 좋은 지 등을 구체적으로 알려준다. "실제로 1339 접수 중 응급기관을 이용해야 하는 상황은 10% 미만이고, 35~40%는 동네병원에 가도되는 경우이며, 40~50%는 전화 상담만으로 충분한 상황" 이라며 서울 응급의료정보센터에서는 1339에 전화해서 상담하면 무조건 응급실에 가지 않고서도 적절한 처치를 받을 수 있다고 말했다.

다음은 1339 응급의료정보센터가 전하는 심폐소생술의 순서이다. 참고해서 갑작스런 심장질환 증상에 대비하자.

1. “환자의 반응을 확인한다”

환자에게 접근하기 전에 구조자는 현장이 안전한지 확인해야 한다. 일반인 구조자가 외상환자를 구조할 때에는 꼭 필요한 경우에만 환자를 이동시킨다. 어깨를 가볍게 두드리며 “여보세요, 괜찮으세요?”라고 큰소리로 불러본다.

2. “응급의료체계에 즉시 신고한다”

움직임이나 자극에 반응이 없는 경우에는 일단 응급의료체계(119, 1339)에 신고하고 그들의 지시에 따라 대처한다.

3. “환자의 숨소리 등을 보고 듣고 느낀다”

일단 심장이 멈춘다는 것으로 의심되는 사람을 딱딱하고 평평한 바닥에 눕힌다. 엎드려 있는 사람은 가슴이 위로 향하도록 조심스럽게 자세를 돌린다.(머리, 목, 어깨, 몸통, 양다리를 하나로 여겨 비틀지 말고 동시에 통나무 굴리듯이)

호흡이 없는 환자는 반드시 양팔을 몸통에 붙여 똑바로 눕혀야 한다.

일반인 구조자는 환자의 외상유무와 관계없이 머리 젖히고 턱을 들어올리는 방법으로 기도를 확보한다.

환자의 기도를 열린 상태로 유지하면서 환자의 입과 코 부위에 자신의 귀를 대고 10초 이내에 걸쳐 호흡을 확인한다. 호흡의 확인은 환자의 가슴이 오르내리는지를 보고, 환자의 호흡음을 듣고, 공기의 흐름을 얼굴로 느끼는 방법으로 시행한다.

4. “인공호흡을 실시한다”

가장 일반적인 방법은 입-입 인공호흡이다. 환자의 기도가 열린 상태로 한 손으로 코를 막고 구조자의 입으로 환자의 입을 완전히 덮은 다음 1초 동안 가슴이 올라갈(가슴이 충분히 부풀어 오를) 정도로 숨을 불어 넣는다.

첫 번째 인공호흡으로 환자의 가슴이 올라오지 않는다면 두 번째 인공호흡을 시행하기 전에 기도를 다시 확보한다. 흉부압박의 지연을 막기 위해 인공호흡은 2회 이상 초과하지 않는다.

매 번의 인공호흡 전에는 심호흡이 아닌 구조자의 정상호흡을 불어 넣도록 한다. 인공호흡을 할 때는 너무 빠르고 강한 호흡은 피하도록 한다.


5. “맥박을 확인한다”

일반인 구조자는 최초 2회의 인공호흡을 시행한 직후, 맥박이나 순환의 징후를 확인하지 않고 바로 흉부압박을 시행한다. 이는 일반인 구조자가 10초 이내에 맥박의 유무를 확인하는 것은 매우 어렵기 때문이다.

6. “흉부압박하기”

흉부압박의 효과를 최대화하기 위해서 환자를 딱딱한 바닥에 등을 대고 눕히거나 등에 단단한 판을 깔아준다. 심폐소생술을 시행할 때에는 흉부압박을 효과적으로 실시하는 것이 매우 중요하다. 이를 위해서는 가슴을 세게 그리고 빠르게 압박하여야 한다. 보통 체격 성인의 경우 흉골의 아래쪽 절반 부위(양쪽 젖꼭지를 연결한 선이 흉골과 만나는 지점)를 분당 100회의 속도로 약 4~5cm 깊이로 압박하며, 환자의 체격에 따라 압박의 깊이(가슴 두께의 1/2 또는 1/3)는 조절될 수 있다.

압박 시 흉골의 하단에 위치하는 검상돌기를 누르지 않도록 주의한다.

구조자는 한 쪽 손바닥의 두덩(손바닥의 두툼한 부위) 가운데를 압박위치에 대고 그 위에 다른 손바닥을 평행하게 겹쳐 두 손으로 압박한다. 손가락을 펴거나 각지를 끼거나 상관없으나 가슴에 닿지 않도록 한다. 팔꿈치를 펴고 팔이 바닥에 수직이 되게 하고, 체중을 이용하여 압박한다. 압박과 이완의 시간은 같은 정도로 하며 압박 후에는 가슴이 완전히 올라오게 되도록 한다. 

출처/1339 응급의료정보센터

▶ 1339 응급의료정보센터 현황(전국 12개소)

정보센터	소재지	안내전화	홈페이지	주소관할구역
서울	서울시 종로구 연건동 28번지 (서울권역응급의료센터-서울대병원내)	1339 02-1339	www.se-emc.or.kr	서울·제주 지역
부산	부산시 서구 아미동 1가 10번지 (부산권역응급의료센터-부산대병원내)	1339 051-1339	www.ps-emc.or.kr	부산·울산지역
대구	대구시 중구 삼덕2가 50번지 (대구권역응급의료센터-경북대병원내)	1339 053-1339	www.dg-emc.or.kr	대구·경북지역
인천	인천시 남동구 구월동 1141-16번지 (인천서해권역응급의료센터-중앙길병원내)	1339 032-1339	www.ic-emc.or.kr	인천·경기일부
광주	광주시 동구 학1동 8번지 (광주권역응급의료센터-전남대병원내)	1339 062-1339	www.kj-emc.or.kr	광주·전남지역
대전	대전시 중구 대사동 640번지 (대전권역응급의료센터-충남대병원내)	1339 042-1339	www.dj-emc.or.kr	대전·충남 충북지역
의정부	경기도 의정부시 금오동65-1번지 (경기북부권역응급의료센터-의정부성모병원내)	1339 031-1339	www.ujb-emc.or.kr	경기북부지역
수원	경기도 수원시 팔달구 원천동 산5번지 (경기남부권역응급의료센터-아주대병원내)	1339 031-1339	www.sw-emc.or.kr	경기남부지역
원주	강원도 원주시 일산동 162번지 (강원영서권역응급의료센터-원주기독병원)	1339 033-1339	www.wj-emc.or.kr	강원영서지역
강릉	강원도 강릉시 포남동 1065-2번지 (강원영동권역응급의료센터-동인병원내)	1339 033-1339	www.yd-emc.or.kr	강원영동지역
전주	전북 전주시 덕진구 금암동 634-1번지 (전북권역응급의료센터-전북대병원내)	1339 063-1339	www.jj-emc.or.kr	전북지역
마산	경남 마산시 회원구 함성2동 50번지 (경남권역응급의료센터-마산삼성병원내)	1339 055-1339	www.ms-emc.or.kr	경남지역