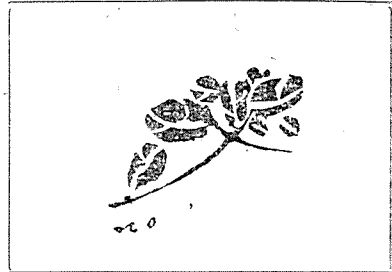


을 절단해야하는 비참한 지경에까지 이르는 때가있다. 이런합병증이 일단 생기면 회복되기는 어려운 경우가 많다. 항시 합병증의 여부를 주시할 필요가 있다.

당뇨병의 치료는 우선 식이요법을 철저히함으로써 혈당치를 내리고 췌장의 기능의 낭비를 억제하고 필요이상의 췌장세포가 피로해지는 것을 억제할 필요가 있다. 전술한 바와같이 비만증이 있는사람은 체중조절만으로도 나오는 당뇨가 안 나오게되고 혈당이 조절되는 때가 허다하므로 적당한 식이요법을 단행할 필요가있다. 이런방법으로 치료를 해도 조절이 잘 안될때에는 경찰때는 내복용 당뇨제 즉 설펀닐 유리아등을 내복할 것이며 혈장치가 높고 변동이 심하고 쉽게 당뇨혼수에 또는 감염증등이 합병되었을때는 인슐린주사를 꼭맞아야한다. 또 한가지 지켜야 할점은 약간의 호전을 보았다고 해서 치료를 중단해서는 안된다는 점이다. 전술한 바와같이 당뇨병은 일단 발병해서 진성당뇨라는 진단이 붙으면 근치는 어려우니 만큼 호전되었다 하더라도 항시 용의주도하게 관찰을 할것이며 최소한도 식이조절만은 계속 해야 할것이다.

〈필자=연세의대 내과교수·의박〉

## 동맥경화증과 고혈압을 조심하자



### 손 의 석

암과 더불어 국민의 사망원인의 상위를 차지하고 있는 동맥경화증과 고혈압은 특히 중년기 이후의 사람의 일생중 가장 활약이 기대되는 중요한 시기에 많이 발생하는 무서운 질병임으로 이에 대한 예비 지식과 주의는 누구에게나 항상 요망되고 있다.

### 동맥경화증

동맥경화증이라함은 보통 축상동맥경화증을 말하며 동맥벽이 점차 두꺼워지고 굳어져 가며 지질이 내막에 축적되어 내경이 더욱 좁아져

가는 병을 말한다. 이리하여 이와 같이 동맥경화증이 생긴 부분에는 혈액이 흐르는 양이 점차 줄어들게 되고 이와같은 허혈로 인한 여러가지 병변과 증상이 나타나게 된다.

이리하여 동맥경화증은 전신의 각종장기에 나타날수 있으나 특히 뇌동맥, 심장의 관상동맥에 나타나면 뇌졸중(특히 뇌혈전증) 협심증, 심근경색증의 원인이 된다. 이와같은 동맥경화증은 임상증상을 나타내기 전단계에 있어서 10여년에 걸쳐서 잠재적으로 진행되고 불가역성으로 경과되다가 어느 시기에 이르면 뇌졸중, 협심증, 심근경색증 같은 증상을 나타내게 된다.

혈관에 동맥경화증이 나타나는 원인은 현재로서는 완전히 판명되고 있지 않는 점도 많으나 연령의 증가가 그원인의 하나로 되어있고 유전으로서 동맥경화를 일으키기 쉬운 체질이 있는 것도 사실이다.

또 남성에 있어서 여성보다 조기에 많이 발생한다. 그러나 무엇보다도 중요한 것은 동맥경화증은 특히 고혈압과 혈청지질과 관계가 깊고 고혈압은 동맥경화증을 촉진시켜주고 지방이 혈액내에 많은 사람은 동맥경화증세가 빨리 나타나게 된다. 대량의 지방을 섭취하는 비만한 사람, 당뇨병이 있는 사람도 동맥경화증을 빨리 일으키게 된다.

동맥경화증의 증상은 동맥경화증을 일으킨 장기에 따라 다름은 물론이다. 뇌동맥경화증이 가벼울때는 두통, 현기증, 수족의 감각이상(저림다) 등의 경미한 증상만이 있으나 심해지면 소위 중풍이 나타나며 뇌졸중으로서 수족의 마비등을 일으킨다. 관상동맥경화증의 협심증의 경우는 몸을 심하게 움직일때 심한 흉통과 호흡곤란을 일으키며 동맥이 막혀 심근경색증을 일으키면 심한 흉통과 호흡곤란외에 속, 심부전, 부정맥 등을 유발하여 초기에 사망율이 매우 높은 무서운 병이다.

이와같은 무서운 동맥경화증은 우선 고혈압, 당뇨병이 있으면 고혈압과 당뇨병의 치료를 철저히 받아 동맥경화증의 촉진인자를 없애주도록 하고 고지혈증, 비만은 피하여 특히 동물성지방의 섭취에 주의하여야 할 것이다. 중성지방인 triglyceride의 증가를 초래하는 설탕이 많이 들어있는 과자나 과실도 과다하게 먹지않는 것이 좋다. 과도의 긴장, 담배도 좋지 않다.

원래 동맥경화증은 문화병으로서 서구사람에 많고 동양사람에는 적다는 것이 통념이었으며 특히 심근경색증은 과거에는 매우 드문 병으로 알려져 왔었다. 그러나 최근 동양인에도 평균연령의 증가, 식생활

개선, 생활양식의 향상과 서구화 등의 영향으로 고혈압이 늘고 심근경색증, 뇌졸중 특히 뇌혈전증의 증가가 뚜렷해지고 있다. 한국인에 있어서도 이와같은 고혈압과 동맥경화증이 증가하고 있는 추세를 보이고 있으며 중년기에 들어선 모든 사람은 항상 비만하지않고 식생활에 주의하여 동맥경화증에 걸리지 않도록 유의하여야 할 것이다.

### 고혈압증

고혈압이 한국인에 있어서도 외국인 못지않게 많음이 밝혀지고 있다. 고혈압은 동맥경화증을 촉진시켜 출혈 아니라 합병증으로서 뇌출혈, 심부전, 신장장애, 심근경색증 등의 무서운 병을 일으킨다.

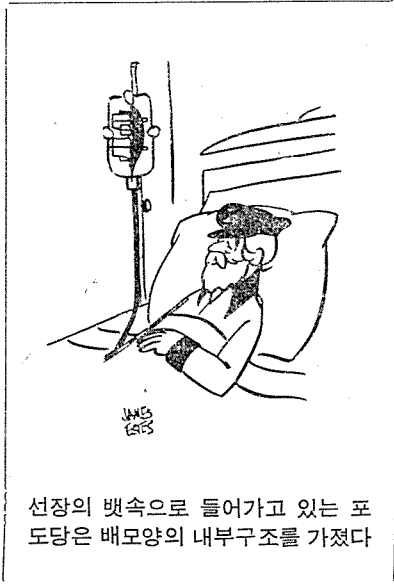
고혈압은 신장의 염증, 내분비선의 이상, 신혈관의 협착, 등 원인이 뚜렷한 고혈압과 유전과 관계가 있고 원인이 불명한 본태성고혈압으로 분류한다. 원인이 알려진 이차성고혈압은 원인을 없애주면 치유가 가능하나 본태성 고혈압은 식사요법, 특히 식염섭취의 제한, 혈압강하제의 장기복용으로 장기간에 걸쳐 혈압을 떨어뜨려주어 뇌출혈 등의 무서운 합병증이 일어나지 않도록 주의하여야 한다. 과도한 정신적긴장과 stress, 과도한 음주, 심한 비만증등도 급격한 혈압의 상

승을 일으켜 뇌출혈등 합병증의 유발원인이 됨으로 이를 피하도록 주의하여야 한다.

### 결 론

고혈압과 동맥경화증은 서로 밀접한 관계가 있고 40대 이후의 중년기에 많은 무서운 질병임으로 이에 대한 주의를 게을리 하지말것이며 일단 이러한 병에 걸렸을 때는 의사의 지시에 따라 조기에 철저한 치료를 계속하여 무서운 합병증을 일으켜 일생 불구가 되거나 생명을 잃는 일이 없도록 하여야 할것이다

〈필자=백병원 내과부장·의박〉



선장의 뱃속으로 들어가고 있는 포도당은 배모양의 내부구조를 가졌다