

成人病管理 시리즈

1. 概要

(一) 고혈압의 개념

고혈압이란 모래 전압(수축기혈압)이 160 mmHg 이상이고 이완기혈압이 95 mmHg 이상인 경우를 말한다. 이 경우의 고혈압은 위험한 것으로 간주된다. 고혈압은 고령에서 흔하게 나타나며, 특히 40대 이후에 증가하는 경향이 있다. 고혈압은 심혈관계 질환의 주요 원인으로 작용하며, 뇌졸중, 심근경색, 신장질환, 동맥경화 등 다양한 합병증을 유발할 수 있다. 고혈압은 대개 증상이 없기 때문에 '침묵의 살인자'로 불린다. 고혈압은 만성 질환이며, 일단 발생하면 완치가 어렵다. 그러나 적절한 생활습관 개선과 약물 치료를 통해 혈압을 조절할 수 있다.

高血壓 原因

고혈압의 원인은 크게 1차성 고혈압과 2차성 고혈압으로 나뉜다. 1차성 고혈압은 원인이 명확하지 않은 상태로 발생하며, 주로 40대 이후에 발병한다. 2차성 고혈압은 특정 질환이나 약물의 부작용으로 인해 발생하며, 주로 30대 이하의 젊은 층에서 발견된다. 고혈압의 원인은 유전적 요인, 나쁜 생활습관(흡연, 음주, 고염식), 스트레스, 비만, 당뇨병, 신장 질환 등 다양하다. 특히 나쁜 생활습관은 고혈압 발생에 중요한 역할을 한다. 흡연과 음주는 혈관을 수축시키고 혈액 점도를 높여 혈압을 상승시킨다. 고염식은 체내 나트륨 농도를 높여 혈액량을 증가시키고 혈압을 상승시킨다. 스트레스는 교감신경계를 활성화시켜 심박수를 증가시키고 혈압을 상승시킨다. 비만은 혈액 순환 면적을 넓혀 심장이 더 많은 혈액을 펌پ해야 하므로 혈압을 상승시킨다. 당뇨병과 신장 질환은 혈관벽을 손상시키고 혈압을 상승시킨다.



주 교수

고혈압은 심혈관계 질환의 주요 원인으로 작용하며, 뇌졸중, 심근경색, 신장질환, 동맥경화 등 다양한 합병증을 유발할 수 있다. 고혈압은 대개 증상이 없기 때문에 '침묵의 살인자'로 불린다. 고혈압은 만성 질환이며, 일단 발생하면 완치가 어렵다. 그러나 적절한 생활습관 개선과 약물 치료를 통해 혈압을 조절할 수 있다. 고혈압은 심혈관계 질환의 주요 원인으로 작용하며, 뇌졸중, 심근경색, 신장질환, 동맥경화 등 다양한 합병증을 유발할 수 있다. 고혈압은 대개 증상이 없기 때문에 '침묵의 살인자'로 불린다. 고혈압은 만성 질환이며, 일단 발생하면 완치가 어렵다. 그러나 적절한 생활습관 개선과 약물 치료를 통해 혈압을 조절할 수 있다.

(二) 고혈압의 증상 및 진단

고혈압의 증상은 대부분 무증상이다. 고혈압은 '침묵의 살인자'로 불리며, 고혈압이 심해지면 두통, 어지러움, 목감기, 코피 등 다양한 증상이 나타날 수 있다. 그러나 이러한 증상은 고혈압의 특이적인 징후가 아니며, 다른 질환으로도 발생할 수 있다. 고혈압의 진단은 혈압 측정으로 이루어진다. 고혈압은 수축기혈압이 160 mmHg 이상이고 이완기혈압이 95 mmHg 이상인 경우로 진단된다. 고혈압은 만성 질환이며, 일단 발생하면 완치가 어렵다. 그러나 적절한 생활습관 개선과 약물 치료를 통해 혈압을 조절할 수 있다.

(三) 고혈압의 예방

고혈압을 예방하기 위해서는 건강한 생활습관을 유지하는 것이 중요하다. 흡연을 중단하고 음주를 줄이는 것이 필요하다. 고염식을 피하고 싱겁게 먹는 습관을 기르는 것도 중요하다. 규칙적인 운동을 하고 스트레스를 관리하는 것도 고혈압 예방에 도움이 된다. 정기적으로 혈압을 측정하여 고혈압을 조기에 발견하고 치료하는 것도 중요하다.

유병율 15~20%로 추정, 주로 40대 이후 중년층서 多發

혈압 140 이상·확장기 90 이상은 고혈압경계역에 해당, 주요증상은 머리가 골치가 아프다. 어지럽고 귀소리가 난다. 숨이 가쁘다. ① 「스트레스」 문제 - Stress 상태는 고혈압을 유발하는 중요한 요인이다. 스트레스는 교감신경계를 활성화시켜 심박수를 증가시키고 혈압을 상승시킨다. ② 「나쁜 생활습관」 - 흡연, 음주, 고염식, 비만 등은 고혈압 발생에 중요한 역할을 한다. ③ 「고령」 - 고혈압은 고령에서 흔하게 나타나며, 특히 40대 이후에 증가하는 경향이 있다. ④ 「유전적 요인」 - 고혈압은 유전적 요인에 의해 발생할 수 있다. ⑤ 「고혈압의 합병증」 - 고혈압은 뇌졸중, 심근경색, 신장질환, 동맥경화 등 다양한 합병증을 유발할 수 있다. ⑥ 「고혈압의 진단」 - 고혈압은 수축기혈압이 160 mmHg 이상이고 이완기혈압이 95 mmHg 이상인 경우로 진단된다. ⑦ 「고혈압의 예방」 - 건강한 생활습관을 유지하는 것이 중요하다. ⑧ 「고혈압의 치료」 - 고혈압은 약물 치료와 생활습관 개선으로 치료된다.

成人病은 만성퇴행성질환입니다. 조기발견에 힘쓰십시오.

이성복치과의원, 새마을의원, 수송의원, 노덕삼심장내과의원. 진료과목: 치과, 내과, 심장내과, 성형외과. 주소: 노덕삼. 전화: 266-7860, 722-8700, 554-1735, 724-8871.

# 成人病의 치료



유영희

로 크게 부러지지 못하다. 대부분의 경우, 본인 자신이 스스로 어떤 질환에 걸리지 못할 수가 없다. 통계적으로도 부러운 증상은 결코 수보다 못하다는 수가 확실하게 나오고 있다.

우선 성인병의 예방에 대해 오고나고 성인병 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

① 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

② 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

③ 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

④ 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

⑤ 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

⑥ 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

⑦ 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

⑧ 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다. 성인병의 예방에 대한 관심이 높아지고 있다.

## 國內 고혈압

수부... 매우 어렵고 제한되어 있다. 환자 주의하고 철저하게 예방하는 것이 중요하다. 꾸준하게 혈압을 낮추는 것이 최선의 치료 방법이다.

## 속발성은 전체의 10~15% 원인질환 없애면 치료 가능

5. 치료... 치료는 크게 예방적 치료와 증상을 완화시키는 치료로 나뉜다. 예방적 치료는 고혈압을 일으키는 원인을 제거하는 것이다.

## 식사관리와 염분제한, 꾸준한 치료 관리가 최선책

(2) 하혈약제... 하혈약제는 고혈압 치료에 중요한 역할을 한다. 대표적인 약물로는 푸로세미드, 아세트azolamide 등이 있다.

(3) 이뇨제... 이뇨제는 체액을 감소시켜 혈압을 낮추는 데 효과적이다. 대표적인 약물로는 푸로세미드, 아세트azolamide 등이 있다.

(4) 베타차단제... 베타차단제는 심박수를 늦추고 혈압을 낮춘다. 대표적인 약물로는 프로프라놀롤, 아테놀롤 등이 있다.

(5) 칼슘길항제... 칼슘길항제는 혈관을 이완시켜 혈압을 낮춘다. 대표적인 약물로는 니페디핀, 니트로글리세린 등이 있다.

(6) 기타 약물... 고혈압 치료에는 다양한 약물이 사용된다. 대표적인 약물로는 푸로세미드, 아세트azolamide 등이 있다.

다.

이를 잘라 알기 쉽게 설명하면, 첫째, 개인의 감정상태와 환경적 요인, 둘째, 스트레스, 셋째, 과로, 넷째, 흡연, 다섯째, 음주, 여섯째, 고지혈증, 일곱째, 비만, 여덟째, 고령, 아홉째, 가족력, 열번째, 인종, 열한째, 성별, 열두번째, 임신, 열셋째, 계절, 열넷째, 환경적 요인, 열다섯째, 기타 요인 등이 있다.