

## 뇌졸중

### 청소년기 부터 예방을!!



이상복

뇌혈관의 병변 등으로 뇌혈류의 변화를 일으키고 그로 해서 뇌기능장애를 보이는 경우, 통틀어서 뇌혈관 질환이라고 말한다.

뇌혈관질환은 대개 급격하게 생겨서, 운동마비와 의식장애 등 심한 신경증상을 동반하는 수가 많다. 그래서 일반에서는 바람을 맞았다는 뜻으로 중풍(中風)이라고도 하며, 뇌졸중(腦卒中)이라는 말로 표현하기도 한다.

뇌혈관장애는 심한 경우 한쪽 팔다리를 못쓰고 의식을 잃게 되지만, 가벼운 경우에는 일상생활에 별 장애가 없거나 병원에 갈 필요가 없을 정도로 가벼운 증세만 보이기도 한다. 그러므로 뇌혈관 질환이란 뇌혈관 장애의 정도에 따라서 신경증상을 보이기도 하고 또 그로 인해 운동장애가 나타날 수 있으며, 의식장애가 있을 수도 있고 또 나타나지 않을 수도 있다. 그런데 뇌졸중이라고 할 때는 심한 경우를 말한다.

뇌졸중의 원인으로서 크게 나누어서 뇌혈관이 막혀서 생기는 경우와 터져서 생기는 두가지로 볼 수 있다.

뇌혈관이 막혀서 생기는 폐색성 뇌졸중은 다시 뇌혈관 자체가 오랜 시간에 걸쳐 변화하여 막히게 되는 뇌혈전(血栓)증과, 뇌혈관 자체는 큰 변화가 없는데 뇌혈관 안팎의 혈관으로부터 마개모양의 색전(塞栓)이 뇌혈관 안에 흘러다니다가, 직경이 좁은 뇌혈관을 막아서 생기는 뇌색전증으로 나누게 된다.

뇌혈전증은 오랜동안 뇌혈관벽에 혈전이 생기거나, 뇌혈관 전체에 광범위하게 뇌동맥 경화증이 생겨서 뇌혈류의 원만한 유통을 방해하게 되어 뇌가 필요로 하는 충분한 양의 산소와 영양분을 공급하지 못하게 되고, 따라서 뇌세포의 기능이 저하되거나 탈락되어 나타나게 된다.

그런데 뇌혈전이나, 뇌동맥경화는 특히 우리 몸안의 기름기와 밀접한 관계가 있

다. 콜레스테롤양이 높거나 중성지방치가 높은 경우에 잘 나타난다. 콜레스테롤 중에서도 저밀도 지방 단백질 콜레스테롤은 동맥경화를 촉진시키고, 고밀도 지방단백콜레스테롤은 오히려 동맥경화를 방지하는 물질로 알려져 있다. 우리 몸에는 그와 같은 동맥경화를 예방하는 물질이 많이 있고 또 저밀도 지방단백콜레스테롤을 수용해서 이를 적게 하는 수용체도 있어서 뇌혈전증이나 뇌동맥경화증으로 발전하지 않도록 보호하고 있다.

그런데 이러한 몸안의 기름기뿐만 아니라 담배, 비만, 운동부족 등도 뇌혈전증을 촉진시키고, 피임호르몬제, 당뇨병, 심방세동을 비롯한 심장병, 고혈압도 뇌혈전 및 색전증을 일으키는 위험인자가 된다.

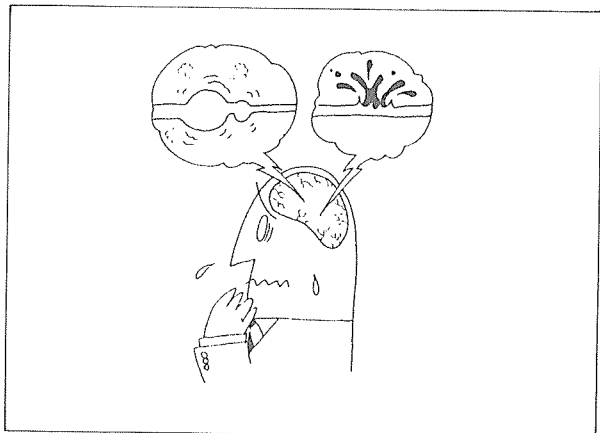
뇌혈관이 터지는 출혈성뇌졸중은 크게 뇌실질 내로 피가 터져 번지는 뇌출혈과, 지주막하강 안으로 터져 번지는 지주막하출혈이 있다. 뇌출혈은 주로 혈압이 높은 분에서, 무리를 한다든가 스트레스로 일어

나는 수가 많다. 그래서 뇌혈전증은 쉬고 있을 때나 자고난 뒤 생기는 경우가 많은데 비해서, 뇌출혈은 한참 일하고 있는 도중에 갑자기 오는 수가 많다. 지주막하출혈은 선천적으로 뇌혈관에 기형이 있는 경우, 특히 동맥류 등이 있을 때 그 동맥류가 터져서 생기는 경우가 대부분이다.

뇌졸중의 증상은 원인에 따라 각기 다르고 다양하지만, 일반적으로 갑자기 반신불수나 의식소실 등의 신경증상을 보이게 되고 진행속도도 역시 비교적 빨라서 몇초, 몇분, 몇시간 길어야 수일 내에 장애가 완성되는 특징을 갖고 있다.

그 중에서도 특히 뇌색전증이나 지주막하출혈은 갑자기 시작해서 그 즉시 장애정도가 가장 심하게 악화된다. 뇌혈전증은 흔히 수일간에 걸쳐서 비교적 느리게 진행되는데, 이경우 점진적으로 진행되는 것이 아니고, 대개는 단계적으로 악화되어가는 양상을 보여 급격한 변화들이 각각 연속되어 나타나는 수가 많다.

뇌혈관질환은  
대개 급격하게  
생겨서  
운동마비와  
의식장애 등  
심한 신경증상을  
동반하는 수가 많다.



뇌혈전증이 발생하기 전에 몇차례 갑작스런 증상발작이 보이다가 하루 만에 감쪽같이 좋아지는 경우도 있다. 이를 일과성 뇌허혈발작(一過性腦虛血發作)이라고 한다. 이러한 잠시 흔들렸다는 증상을 보이면 위험신호로 진지하게 받아들여 뇌졸중으로 발전되지 않도록 일상생활에 주의하고 의사의 진료를 받아 약물을 복용하는 등 예방에 힘써야 한다.

일반적으로 뇌졸중이 3주 이내에 씻은듯이 좋아지면 아무런 후유증없이 낮게 되는데, 이를 가역성뇌허혈신경결손증(可逆性腦虛血神經欠損症)이라고 부른다. 이러한 경우 외에는 크든 작든 후유증이 반드시 남게 된다.

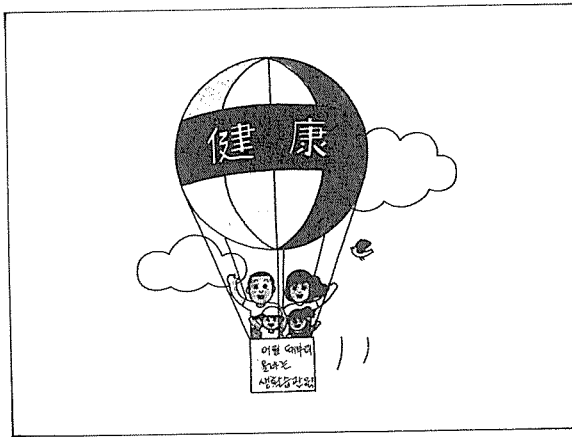
뇌출혈은 수분 내지 수시간에 걸쳐 점차적으로 진행되어 신경장애가 나타나는데, 이 경우 급속한 회복은 기대할 수 없으나 치명적이지 않은 경우, 어느 정도 지나면 안정되고 상당히 호전될 수 있다. 여러가지 신경장애 증상은 뇌안의 경색이나 출혈부

위, 병변의 크기에 따라 다른데 이를 종합해서 신경혈관증후군이라고 부른다.

뇌졸중의 치료는 원인, 증상에 따라 다르지만, 급성기에는 환자의 생명을 구하는 것이 일차목표이므로 호흡, 순환부전의 시정과 합병증이 나타나지 않도록 애쓰며 중요한 신체기관에 더 이상 손상이 가지 않도록 응급처치를 하게 된다.

혼수상태에 빠진 환자는 무엇보다 중요한 것이 검사나 진단 보다도 치료가 앞서서 비가역성 혼수나 뇌사(腦死)에 빠지지 않도록 하는 것이다. 응급처치의 요점은 기도(氣道)확보, 산소투여, 쇼크에 대한 대책, 뇌혈류 장애를 악화시키는 머리와 목위치의 시정, 감염예방, 수혈, 수액, 항경제 및 진정·안정제 투여, 혈압, 호흡관리가 된다.

그런데 이러한 응급처치는 신경과 전문의가 있는 시설이 잘된 큰 병원에서만 가능하므로 한시 바빠 병원으로 옮겨 치료받도록 해야 한다. 병원으로 옮길 때에는 환



뇌졸중의 예방은 청소년기부터 뇌졸중을 일으키기 쉬운 원인 질병들이 발생하지 않도록 조심하고 올바른 생활습관을 갖는 것부터 시작해야 한다.

자의 증상에 따라서 결정되어야 하겠지만, 원칙적으로 발병초기에 입원시켜서 정밀 검사와 집중치료를 받도록 한다. 뇌출혈 등에서 수시간 내에 사망하는 수도 있고, 증상이 심해서 이동불가능한 경우도 많으므로 이때 의사를 왕진시켜 결정하도록 하는게 좋다.

뇌졸중의 예방은 청소년기 때부터 뇌졸중을 일으키기 쉬운 고혈압이나 고지혈(高脂血)증, 비만증, 당뇨병, 심장병 등이 생기지 않도록 조심하고, 일상생활에서 식사나 운동, 담배, 음주 등을 조절하는 것으로부터 시작해야 한다.

이처럼 뇌졸중 발생의 위험인자들을 미연에 방지하고 적극적으로 건강한 일상생활을 이끌어 왔는데도 불구하고, 중년기에 들어와서 앞서 말한 일과성뇌허혈발작이나 고혈압, 비만증 등이 나타났을 때에는 적극적으로 이를 제거하도록 해야 한다. 고혈압, 비만증 등 위험인자가 나타났을 때는 강력하게 그 치료를 하는 것은 물론 이겨나와, 전문의사의 지시에 따라 아스피린 등 혈소판응집억제제를 복용하여 적극적으로 대처해 나가야 한다.

이미 뇌졸중이 생겨 3주이상 지나도록 깨끗하게 치유되지 않는 경우, 아무리 노력하더라도 이미 발생한 뇌졸중의 후유증은 남게 되는데 이때는 그 후유증을 최소한으로 줄이도록 뇌졸중 치료에 힘써야 한다.

뇌졸중은 일단 발생하면 매년 생존자의 7~10%에서 재발을 일으킬 위험이 있으므로 그 방지에도 힘을 기울여야 한다. 한

“  
겨울철에는  
뇌졸중, 특히  
뇌출혈의  
발생률이 급격히  
높아지므로  
한층 더  
유의해야 한다.  
”

번 뇌졸중이 재발하면 다시 세번, 네번 재발되는 위험율이 높아지므로, 재발을 미연에 방지하기 위하여, 일상생활의 지도와 약물복용 등을 전문의와 계속해서 상의하여 지키도록 해야 한다.

가을에서 겨울철로 접어드는 환절기에는 우리 몸의 말초 내지는 전신 혈액순환량이 줄어드는 양상을 보이는데, 정상인의 경우는 그를 조절하는 자율 신경기구가 작동하여 아무런 지장을 주지 않게 되지만, 뇌졸중환자에서 추중성자율신경기구가 파손된 경우는 그러한 조절기능이 제대로 구실을 못하여 환경의 영향을 많이 받게 된다.

특히 겨울철에 들어서면 뇌졸중, 특히 뇌출혈의 발생률이 급격히 높아지므로 한층 더 건강에 유의해서 뇌졸중에 걸리지 않도록 조심해야 한다.

〈필자=서울의대 신경과 교수〉