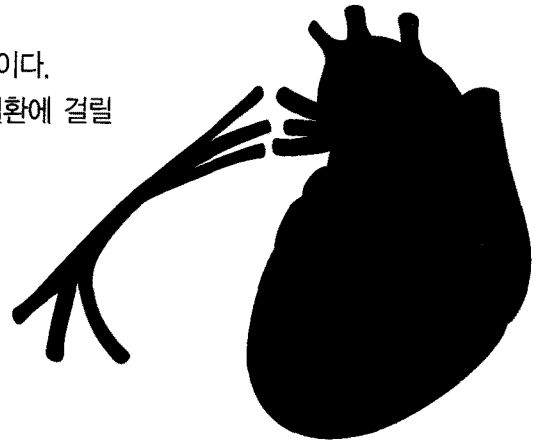


| 급증하고 있는 '허혈성 심장질환' |

사망률 3위 심장질환, 해마다 무서운 속도로 증가

당뇨병환자의 주요 사망원인은 동맥경화성 관상동맥질환이다.
당뇨를 가지고 있으면 협심증·심근경색 등과 같은 심장질환에 걸릴
위험이 더욱 증가해, 재발 및 사망률이 높아진다.
사망원인의 가장 많은 부분을 차지할 만큼 매우 위험한
질환이지만 대부분의 당뇨병환자가 심장질환에 관해
부주의한 경우가 많고 심각하게 생각하지 않고 있다.



》》 무서운 속도로 증가하고 있는 심장질환

통계청에 따르면 2007년 조사된 우리나라 사망원인으로 1위가 암, 2위 뇌혈관질환, 3위 심장질환 순이었다. 뇌혈관질환으로 인한 사망률은 10년 전 73.1%에서 59.6%로 감소하고 있는데 반해 심장질환은 2006년 41.4%, 2007년 43.7%로 해마다 빠른 속도로 증가하고 있다.

사망원인	1997		2006		2007	
	순위	사망률	순위	사망률	순위	사망률
암(악성신생물)	1	112.7	1	134.0	1	137.5
뇌혈관 질환	2	73.1	2	61.3	2	59.6
심장질환	3	35.6	3	41.1	3	43.7

(출처: 통계청, 2008 한국의 사회지표)

30년 전(1981년)만해도 인구 10 만명당 협심증이나 심근경색 등 허혈성 심장질환으로 사망한 사람은 2~3명에 불과했다. 과거에는 주로 심장병하면 선천적인 심장질환이 주류를 이뤘지만 최근 들어 심근경색, 협심증 등 심장질환이 새롭게 떠오르면서 증가추세에 있다. 1980년 대 중반까지만 해도 허혈성 심장질환발병률은 전체 심장병의 10~20%에 불과했지만 최근에는 80~90%를 차지하고 있다.

빠른 속도로 증가하는 것도 문제지만 30~40대 젊은 세대에서 발생이 늘고 있다는 점이 더 심각하다.


심장질환의 증가는 개인적인 차원을 넘어 국가의 부담도 증가시킨다. 건강보험심사평가원에 따르면 2009년 건강보험공단에서 지불한 심장병 진료비만 7615억2796만원에 달했다. 심장질환이 급증하는 이유를 전문가들은 서구적인 식생활과 운동부족을 가장 큰 요인으로 꼽고 있다. 잘못된 생활습관에 길들여진 현대인들은 당뇨, 비만, 고혈압, 고지혈증, 비만, 흡연, 스트레스에 시달리면서 심장병을 겪는 것이다.

》》》 당뇨병환자 사망 1위, 심혈관질환

심혈관계 질환은 당뇨병환자의 사망원인 중 70~75%를 차지하고 있으며, 30%는 급성심근경색증이 원인이다. 여러 연구를 통해 당뇨병환자에서 관상동맥질환의 유병률이 높은 것으로 나타났다.

제 1형 당뇨병은 40세 이후 관상동맥질환의 위험도가 증가해 55세 이르기까지 35%가 관상동맥질환으로 사망하고, 제 2형 당뇨병의 경우는 치명적인 심근경색의 위험도가 2~4배 증가하는 것으로 보고됐다. 또한 당뇨병이 있으면 없는 경우에 비해 발생확률이 남자 2배, 여자는 3배 정도로 증가하고 특히 여성에서 관상동맥질환 사망위험도는 당뇨병이 없는 여성보다 5~8배로 현저히 높은 것으로 보고됐다.

》》》 왜 당뇨병환자는 심장질환이 위험한 것일까?

당뇨병에 걸리면 심장질환에 걸릴 확률이 높아진다. 당뇨로 피가 걸쭉해지면 온몸에 혈액을 공급하는 동맥과 관상동맥에 손상을 입히고 혈관의 손상된 부위는 쉽사리 혈액내의 콜레스테롤을 잡아두는 경향이 있어, 시간이 흐르면서 동맥은 막히게 돼 심장마비나 뇌졸중, 고혈압 또는 팔다리 머리로의 혈액순환에 문제를 일으킨다. 당뇨병환자에서 동맥경화증의 위험도가 높은 이유는 고혈당, 인슐린저항성, 이상지질혈증, 고혈압, 혈액 응고 인자의 변화, 내피 세포의 기능이상 등 대사 이상이 관여한다. 



Tip 심장엔 어떤 일을 할까?

심장이 멈추면 더 이상 생명을 유지할 수 없기 때문에 우리 몸에서 가장 중요한 장기이다.

심장의 크기는 성인 주먹만하며 무게는 250~350g 정도로 원뿔 모양이다.

심장은 혈액을 통해 산소와 영양분을 우리 몸 곳곳에 공급하며, 한 번 수축할 때 50~80cc의 피를 퍼올리며 하루 평균 7000L 정도의 혈액을 펌프질한다. 안정된 상태에서 1분에 70회 가량 뛰며, 하루 동안 평균 10만 번 박동한다.

심장에는 4개의 방과 4개의 판막으로 이루어져 있다. 왼쪽에는 좌심방과 좌심실, 오른쪽에는 우심방과 우심실로 나누어진다. 심방은 온몸 및 폐를 순환하고 돌아온 혈액을 받아들이는 장소이고, 심실은 심방에서 받아들인 피를 반대로 온몸과 폐로 내보내는 기능을 한다. 심장의 근육은 특수근육으로 이루어져 있어 밤낮으로 쉬지 않고 계속 일을 할 수 있다.