

건강 칼럼

지속되는 두통, 단순 증상일까? 뇌 질환 가능성 의심

우리나라 국민 10명 중 7명은 1년에 한 번 이상 두통을 경험한다고 알려져 있다. 이처럼 두통은 매우 흔한 증상이기 때문에 별다른 치료 노력을 경주하지 않는 환자 사례가 대부분이다. 보통 휴식을 취하거나 두통 약을 복용하는 등 자가 노력으로 두통 증세 개선을 도모하기 마련이다.



조 양 제 고도일병원 원장

문제는 두통 증세를 가볍게 여겨 뇌종양, 뇌경색 등의 조기 치료 타임을 놓치는 안타까운 사례가 더러 존재한다는 점이다. 뿐만 아니라 잘못된 자가 치료로 약물 남용에 따른 중독 및 내성, 이차적인 합병증 등을 초래하기도 한다. 따라서 두통이 지속된다면 초기에 정밀 진단 및 치료를 받는 것이 중요하다. 즉, 두통을 일시적인 증상으로 치부하지 말고 하나의 질병으로 인식하는 것이 바람직하다. 두통은 일차성 두통, 이차성 두통으로 나뉜다. 일차성 두통은 그 자체가 두통의 원인으로 원발두통이라고도 부른다. 대부분의 두통 사례에 해당하는데 긴장형두통, 편두통 등이 일차성 두통에 포함된다. 이차성 두통은 뇌경색, 뇌출혈, 뇌

종양, 뇌감염 등의 뇌 질환이나 약물, 발열과 같은 내과적 질환에 의한 이차적 증상으로 정의할 수 있다. 두개골 내외 신경, 혈관, 근육 그리고 뇌수막 및 골막(뼈의 겹질)의 물리적인 자극, 열증으로 이차성 두통이 발생하는데 정확한 원인 질환 진단 및 치료가 필수적이다. 이차성 두통은 일차성 대비 발생 빈도가 낮으나 치명적일 수 있기 때문에 조기 발견 및 치료가 중요하다.

극심한 두통이 갑작스럽게 발생했을 때, 지속적이면서 점차 심해지는 두통일 때, 두통과 더불어 발열·구토·어지럼증·마비를 수반하는 경우, 두통의 양상이 달라졌거나 수일 내 증상이 악화될 때, 기

침이나 재채기 후 두통이 오는 경우, 외상 후 두통이 발생한 경우 등 이러한 이차성 두통을 시사하는 위험 신호일 수 있다. 일차성 두통 유발 요인은 소음, 냄새, 날씨, 스트레스, 수면장애, 피로, 생리, 호르몬 변화, 음주, 흡연 등으로 매우 다양하다. 다만 모든 항목이 다 해당되는 것은 아니며 개인 별 특정 유발 요인이 다르고 복잡하기 때문에 이를 면밀히 살펴야 한다. 두통의 진단 중 가장 중요한 단계는 철저한 병력 청취와 문진, 신경학적 진찰이다. 이후 시행하는 각종 검사나 설문지 등은 이러한 잠정 진단을 확인하고 검증하는 절차라고 볼 수 있다.

특히 이차성 두통의 경우 수많은 원인 질환이 존재하고 치명적인 뇌 질환 발생 가능성도 있기 때문에 전문의의 풍부한 임상경험 및 정밀 검사가 필수적이다. 주요 두통 검사 프로그램으로 영상검사(뇌 MRI·MRA), 혈액검사, 근골격계 X-ray 검사, 뇌파(EEG) 검사, 뇌혈류 검사, 경동맥초음파 검사, 심리 검사 등이 있다.

단순 일차성 두통이라면 약물치료, CGRP 항체 주사요법, 후두신경 차단술, 프롤로주사, 통증유발점주사, 도수치료, 경두개자극자극술(r-TMS) 등의 방법을 고려할 수 있다. 만약 이차성 두통 진단이 내려졌다면 원인 질환을 빠르게 파악한 다음 그에 따른 맞춤 치료를 시행한다. 두통은 반복적으로 발생하면서 일상생활에 장애를 일으키기 때문에 적절한 관리가 중요하며 치료 목표는 두통의 빈도를 줄이고 통증 발생 시 이를 빠르게 가라앉히는데 주안점을 두며 궁극적으로 환자들 삶의 질을 향상시키는 것이다. 또한 드물게 발생할 수 있는 치명적인 뇌 질환을 조기에 발견해 치료하는 것이 핵심이다.

사진으로 보는 지구촌 소식

피라미드 인근 착륙하는 스카이다이버



1일(현지시간) 이집트 기자에서 제4회 스카이다이빙 축제 '파라오처럼 점프'(Jump Like a Pharaoh)가 열려 스카이다이버들이 피라미드 근처에 착륙하고 있다. 기자의 피라미드에서 개막한 이번 축제는 7일까지 계속된다.

툰베리 "기후변화 목표 미달성은 배신"



스웨덴 환경운동가 그레타 툰베리(가운데)가 1일(현지시간) 영국 글래스고에서 제26차 유엔기후변화협약 당사국총회(COP26)가 열린 가운데 '미래를 위한 금요일'(Fridays for Future) 집회에 참석해 발언하고 있다. 툰베리 등 청년 환경 운동가들은 세계 지도자들이 지구 온난화 문제와 관련해 목표를 달성하지 못한 것을 비난했다.

사설

전주시민 에델바이스 악단 위문 공연

전주 시민 코로나19 극복을 위한 에델바이스 악단 위문 공연이 열려 관심을 모았다. 코로나 때문에 야외 활동이 위축된 요즘, 참석자들은 오랜만에 흥겨운 공연과 함께 가을 분위기를 만끽했다. 이번 위문 공연은 10월 마지막 날 31일 일요일 오후 2시부터 4시까지 전주 덕진공원 야외 공연장 특설 무대에서 열렸다. 가수 신 진씨가 진행한 공연은 화려한 식전 행사로 막을 열었다. 참가자들은 고고장고, 여성 하모니카, 부채춤 등으로 박수갈채를 받았다. 이어 가수 공연으로 '우리사랑', '별빛 같은 나의 사랑' 등이 무대 위에 올랐다. 이어 악단 합주로 '머나먼 고향' 그리고 '인개'가 가을 하늘을 풍성하게 했다. 윤운아 가수는 '사랑남'과 '여자의 눈물'로 인기몰이를 했다. 홍사강 밴드 연주 3곡 시인의 노래를 비롯 인기 가수 정대강 '장모님', 이영순 우리

가곡 '그리운 금강산', 송춘식 색소폰 독주 '잊혀진 계절'은 깊어가는 가을의 흥을 더욱 높였다. 이어 악단 합주 메들리 '쓰리랑', 그리고 '사랑의 빗줄기' 선을 보였다. 민요 가수 성태이, 박인경, 이정애의 '새터렐'과 '뱃노래'도 눈길을 끌었다. 가수 라니는 '전주남자', '그대가 그리워', '당신이 좋아' 등으로 박수를 받았다. 에델바이스 악단은 창립된 올해 14년을 맞았다. 송영석(베이스기타) 단장을 비롯 플루트 박준희·이영순·김혜숙 임피자, 엘트색소폰 황미숙·심상규·김덕고·최명숙·송춘식, 테너색소폰 박철우·홍인표·박환경·박봉식·안경렬, 리듬파트 정동걸(울젠), 유성남(드림) 등으로 구성되어 있다. 에델바이스 악단의 봉사 활동은 계속되고 있다. 특히 어르신들이 있는 요양병원 등을 자주 간다. 변함없는 열정으로 활기찬 봉사 활동을 기대한다.

전북 효정평화봉사단의 과제

'전북 효정평화봉사단 총회'가 지난 10월 전주시 덕진구 전북 동 통일회관에서 열려 관심을 모았다. 이날 행사에는 도내 각 시군 봉사단 회장 및 단장 등 60여명이 참가했다. 전북 효정평화봉사단은 향후 탈북인과 다문화 가족 지원 사업, 불우 노인 돌봄과 종교·문화·생 지원 강화사업 등을 중점 전개해 나가기로 했다. '효정평화봉사단'은 효(孝)와 정(情)을 중심으로 남북통일과 세계평화에 이바지하는 것을 목표로 한다. 봉사단의 슬로건은 '행복한 가정, 평화로운 사회, 신동인한국을 위해 봉사한다!'이다. 핵가족화 및 독신 가구의 증가와 함께 효 사상이 사라져가고 있다. 삶의 환경은 인간을 점차 기계적 부활로 몰아가고 있다. 효 사상 부활은 인간성 회복이라는 측면에서 매우 중요하다. 그러나 전통적인 효 관념으로는 현대인을 설득하기 어렵다. 효 사상을 체득해야 할 젊은이들과 소통되기도 어렵다. 효 사

상은 효정포럼이 주최하고 세계일보 평화연구소가 주관한 2017년 세계효정포럼의 기초연설을 마련하는 과정에서 구체화되었다고 할 수 있다. 현대인의 효 사상은 현실적이고 구체적으로 추진되어야 한다. 효정사상은 인류 평화를 위한 가장 소박한 실천 덕목이다. 붕괴되어 가고 있는 가정의 윤리와 도덕성을 바로 세우 행복한 가정과 평화로운 사회를 이루어야 할 때이다. 한반도의 평화 정착과 통일을 위한 봉사 활동도 절실하다. 전북 도민과 함께 효정의 정신으로 행복하고 따뜻한 사회를 만들어야 할 것이다. 그리고 참가정 운동을 확산해 세계평화와 남북통일 운동의 기반을 만들어 가야 한다. 지도자가 많은 나라보다 봉사자가 많은 나라가 희망과 전망이 밝다. 봉사는 세계평화를 위해 큰일을 할 수 있다. 효정평화봉사단에 참여한 모든 이들의 적극적인 참여와 협력을 기대한다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지. 더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문. 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다. 진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다. 당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다. 인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 전주매일