

건강칼럼

겨울철 주의질환 '급성 심근경색증'

피떡으로 인해 심장근육이 죽는 질환

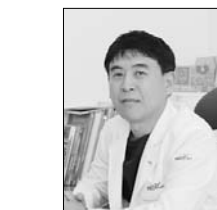
관상동맥의 벽에 콜레스테롤이 쌓이게 되면 이를 둘러싸는 섬유성막(fibrous cap)이 생기게 된다. 어떤 이유로든 이러한 섬유성막이 갑자기 파열되면 안쪽에 있던 콜레스테롤이 혈관 내로 노출되게 되고 이곳에 갑자기 혈액이 동쳐서 관상동맥이 완전히 막히게 된다.

동맥경화반이 파열되는 원인은 정확하게 밝혀져 있지 않으나 동맥경화반의 불안정화나 혈액학적 원인 등 복합적인 원인으로 인해 발생하는 것으로 알려져 있다.

급성 심근경색증은 협심증과 달리 심장근육을 먹어 살리는 관상동맥이 갑자기 완전히 막혀서 심장근육이 죽는 질환이다. 심장에 혈액을 공급하는 관상동맥을 '혈전'이라는 피떡이 갑자기 막으면 심장근육으로 혈액이 공급되지 않아 발생한다. 발생 직후 병원에 도착하기 이전에 환자의 1/3은 사망하게 되며, 병원에 도착하여 적절한 치료를 받더라도 사망률이 5~10%에 이르는 무서운 질환이다.

▲초를 다루는 심근경색증

심근경색 환자의 반 이상은 평소 아무런 증상이 없다가 갑작스럽게 발생하므로 심근경색증이 발생한 경우에는 빠른 진단과 적절한 치료



최영득

건협 전북지부 건강증진지원장

가 매우 중요하다. 심근경색증이 발생하게 되면 우선 격심한 가슴통증이 나타난다. 이 통증은 일찍이 경합하지 못했던 것으로, '가슴이 쪼여지는 듯한', '벌어지는 듯한', '숨이 멎을 듯한' 통증으로 나타난다. 이러한 고통은 30분 이상 지속되므로 환자들은 대개 이때 죽음을 공포를 경험하게 된다.

심근경색증으로 인한 가슴 통증이 있다면 진단은 어렵지 않다. 심전도 검사와 혈액검사를 추가한다면 응급실 도착 즉시 거의 심근경색증의 진단이 가능하다. 심근경색증으로 진단된다면 어느 병원, 어느 의사라도 초를 다루는 치료를 시작하게 된다. 치료방법은 각 병원이 처한 환경에 따라 조금씩 달라진다. 혈전을 녹이는 약물(혈전용해제) 치료를 우선하기도 하고 바로 관상동맥을 확장하는 시술로 들어갈 수도 있다. 어느 치료 방법이든 치료의 핵심은 가장 빠른 시간 안에 막혀

있는 관상동맥을 다시 열어 주는 것이다. 관상동맥은 완전히 막힌 후 6시간 내, 적어도 12시간 내에 다시 뚫어주어야 기대하는 효과를 나타낼 수 있기 때문이다.

▲막힌 관상동맥을 뚫어주는 방법

막힌 관상동맥을 뚫어주는 가장 확실한 방법은 풍선이나 '스텐트'라는 금속 그물망을 이용하여 혈관을 확장하는 '관상동맥확장성형술'을 시행하는 것이다. 과거에는 이러한 시술을 할 수 있는 시설과 인력이 몇 개 대학병원에 국한되었지만 현재는 상당히 보편화된 시술법이다. 2~3시간 내에 관상동맥확장성형술을 받을 수 있는 병원으로 후송할 수만 있다면 약물치료를 하는 환경에 따라 조금씩 달라진다. 혈전을 녹이는 약물(혈전용해제) 치료를 우선하기도 하고 바로 관상동맥을 확장하는 시술로 들어갈 수도 있다. 어느 치료 방법이든 치료의 핵심은 가장 빠른 시간 안에 막혀

용해제' 치료가 대표적이다. 정맥주사만 하면 되는 간편한 방법으로, 해당 치료법이 지난 10여 년 이상 심근경색증의 가장 보편적인 치료를 담당하고 있다.

혈전의 형성을 억제하기 위하여 항혈소판제를 사용하고, 심장근육의 회복에 도움이 되는 약제들을 첨가하게 된다.

▲위험인자를 철저히 관리해야

심근경색증을 관리하는 방법은 동맥경화증의 위험인자를 적절히 조절하고 정기적으로 전문의와 상의하는 것이 가장 좋다.

이는 혈관내경이 그다지 심하게 좁아져 있지 않은 부위에서 급성 심근경색증이 호발하기 때문이다. 따라서 현재로서는 급성 심근경색증의 발생 위험 부위를 예측하는 것이 매우 어렵다.

매일 30~40분씩 운동하고 금연하는 건강한 생활습관을 갖는 것이 심근경색증 예방에 도움이 된다. 또한 식사할 때는 소식, 채식, 저염식의 3요소를 명심하도록 한다.

기온이 낮아져 혈관이 수축되는 겨울철은 특히 주의를 기울여야 한다. 또한 관상동맥질환으로 진단을 받은 환자들은 스텐트 시술이나 관동맥 우회로술을 시행하였더라도 일반인보다 급성 심근경색증의 발병 위험성이 매우 높기 때문에 철저하게 예방 치료를 하여야 한다.

독자재언

실종 예방위한 치매환자 지문사전등록 적극 참여

겨동이 자유로운 치매 환자의 경우 실내에서 답답함을 느껴 야외에서 배회하려는 성향을 많이 보이게 된다. 어두워지면 심해지는 증상으로 인해 교통사고 등 각종 사고 위험에 무방비로 노출 될 가능성이 큼은 물론 지급과 같이 날이 추운 겨울에는 자칫 동사 등 생명에도 위협이 될 수도 있어 각별한 주의가 필요하다. 2014년 8200여 건에서 2017년 1만 300여 건으로 급증하였고 올해는 지난해보다 더 많은 신고가 접수되고 있다. 고령화 사회에서 치매환자 실종은 쉽게 해결될만한 사안은 아니지만 실종 예방을 위한 노력이 그 어느 때보다도 시급하다. 치매 환자의 실종신고가 접수되면 경찰관들은 그 어느 때보다 더 긴장하게 된다. 실종자가 다행스럽게 가족들의 품으로 돌아오는 경우도 있지만 끝내 행방을 찾지 못하거나 안타깝게 숨진 채 발견되는 경우도 있기 때문이다. 농촌지역은 인적이 드물고

CCTV가 설치돼 있지 않은 곳이 많아 치매환자가 실종될 경우 발견이 어렵다. '지문 사전등록제'는 치매환자 실종예방을 위한 최선의 방법이다. '배회감지기', '실종방지인식표' 등 여러 정책이 있지만 '지문 사전등록제'는 여러 사례를 통해 효과가 입증되고 있는 만큼 보호자들의 관심과 적극적인 참여가 필요하다. 지적장애인이거나 치매환자 등 가족의 병력이 외부에 노출되는 것을 꺼려해 위와 같은 지원들을 기피하는 경우가 적지 않은 것이 안타깝다. 경찰청에서는 신상정보를 별도로 관리하며 보호자가 원할 때는 폐기하게 돼있으므로 안심하고 등록하기를 바란다. 참여가 있어야 빛을 발할 수 있다.

저조한 사전 지문 등록률과 배회감지기 보급률이 높아져, 가족들을 가슴 아프게 만드는 치매 실종사고가 줄어들기 바라는 마음이 간절하다.

김소정 고창경찰서 여성청소년계

사진으로 보는 지구촌 소식

처참한 샷포로 식당 폭발 현장



지난 16일 저녁 일본 홋카이도 샷포로의 한 주점이 폭발해 현장에 출동한 소방관과 구조대가 작업하고 있다. 현지 경찰은 이 사고로 손님 등 42명이 다치고 1명은 중상인 것으로 밝혔으며 사고 여파로 주변 주택과 백화점 등 건물들이 흔들렸다고 전했다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사설

새만금 공항 예타 면제 적극 시도해야

새만금 공항 건설 사업을 위해서 전북도가 적극성을 보여야 했다. 이번에 대통령이 경남의 숙원사업인 남부 내륙 고속철도 사업에 대해서 예비 타당성 조사를 면제하겠다는 뜻을 밝혔기 때문이다. 따라서 전북의 오랜 숙원 사업인 새만금 공항 건설 사업 건도 면제 대상으로 올려야 한다. 대통령의 이번 발언으로 하여 이쪽에도 혜택이 있을지도 모른다는 기대 심리가 크다. 그동안 기재부와 국가균형발전위원회가 대립각을 세우기 재부가 늘 이기는 모양새였지만 이번에는 국가균형발전위 측이 힘이 실리는 모양새라는 판단이다.

정북도는 이번 기회를 잘 포착해야 한다. 새만금 공항 건설 사업은 늘 찬밥 신세였다. 저번에 예산이 전액 삭감되었던 것을 잊지 말아야 한다.

시작 단계의 예산이 엄청난 거액도 아니고 25억 원이었는데 말이다. 도내 언론사들이 새만금 공항의 필요성을 역설했지만 그게 공감의 대상이 되지 못했던 것이다.

도지사도 새만금에 쟁머리 대회를 유치했으므로 공항 건설의 당위성을 역설했지만 그게 먹혀들지 않았다.

전북 발전은 예산이 말한다.

적절한 예산 확보가 없다면 발전 사업은 그 어떤 것이라도 무용하다. 아무리 거창하게 공포를 했다해도 그것은 그렇다. 전북도는 보다 치밀해야 한다. 발전 청사진 공포 전에 내용을 꼼꼼하게 점검해야 한다. 다시 말하기니와 지금의 이 시점에서 새만금공항 예타 면제를 적극 시도해야 한다.프로젝트 사업을 발굴했으면 지역의 발전과 연결돼야만 하는데 그게 없기에 하는 말이다. 물론 이같은 지적은 전북도를 탓하지고 해서 하는 것이 아니다. 구체적인 추진의 모습을 보여줘야 진짜 프로젝트 사업이라고 할 수 있다.

전북도는 새만금 공항 건설과 관련해 뭔가를 보여주어야 한다. 도민이 기대하는 바는 새만금 공항 건설 예산이 결맞게 책정되라는 것이었다.

그런데 그게 뚝뚝에도 외면과 목표의 대상이 돼버렸다. 예산 전액 삭감은 그렇게밖에 해석이 되지 않는다.정부는 때때마다 기대해보라는 듯이 말을 했지만 달라진 것은 하나도 없다.

그러므로 전북도는 가일층 노력해야겠다. 전북 항공의 현주소를 보면 변방 그 자체이다. 그 변방의 낙후를 펼쳐버리려면 건설사업을 속히 본궤도에 올려놓아야만 한다.

전북 대도약 시대는 일자리로 말해야

예산 7조원 시대를 열게 된 것과 관련해 말하고픈 것이 있다.전북 대도약 시대를 열겠다는 도지사의 예전 발언이 다시 생각나는 것이다. 돌이켜보면 연말마다 예산 7조원 시대 타격이 실재로 끝났음에도 도지사의 연초 발언은 늘 자신감이 넘쳐 보였다.그때마다 도지사는 변화를 말했다. 그런 까닭에 지금에 이르러 여기 다시 짚어 볼 게 있다. 전북 대도약은 말처럼 쉬운 것이 아니다. 늘 요구하는 바이지만 전북 대도약 시대는 일자리로 증명해야 한다. 도지사를 비롯해 고위 관계자들은 전북 대도약의 성격을 올바르게 정립해야 한다.

도지사는 도민을 먹여 살릴 기대주며 이번에 농생명산업을 품었는데 그것은 농도 전북의 이미지를 살리기 위해서였을 터이다. 그래서 지금 이 지점을 통해 다시 하고 싶은 말은 분명하다. 전북도는 대도약을 위해 농생명 분야의 일자리 창출 사업에도 많은 힘을 투입해야 한다. 언제나 일자리 창

출은 최고의 미덕이 돼야한다. 평소에도 일자리 창출을 위해 전북도는 많은 생각을 하고 있어야 겠다. 일자리 창출이 있어야 인구 유출을 막고 더 나아가 인구 유입도 있을 거 아니냐는 이야기다. 일자리 창출이야말로 전북의 몫을 제대로 지키는 것이고 자존감을 찾는 것이기도 하다. 그래서 여기 하고 싶은 말이 더 있다. 탄소소재는 자동차, 항공, 조선, 기계, 건설, 의료 등 그 응용 범위가 넓다. 전기자동차와 자율 자동차는 물론이고 전북도가 의료기기 타킷 부품에도 눈길을 둔 것은 방향을 잘 잡은 거라고 판단된다.

도민들은 우리 전북이 탄소산업에 관한 한 한국 최고의 선두주자 이기를 바라고 있다. 처음부터 약속했다 그대로 탄소 산업을 백년 먹거리 사업으로 키워야 한다. 그 무거운 책임이 있음을 전북도의 고위 관계자들은 인식해주시기 바란다.

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 행태를 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 굴러겠다는 약속을 드립니다.

