



# 고혈압혈압약, 꼭 먹어야 하나요?

현장의 궁금증을 해결해드립니다

글 편집실

**Q** 사업장 보건관리자로 고혈압 노동자 대상 주기적 혈압 측정 및 상담을 진행하고 있는데요. 대부분 그 위험성을 간과하고 관리를 소홀히 하고 있습니다. 특별한 증상이 없다고 혈압약을 드시지 않는 분들도 많고요. 고혈압의 위험성 및 혈압약 복용의 중요성을 짚어주면 좋을 것 같아요.

**A** 고혈압이란 평균 수축기혈압이 140mmHg 이상이거나 이완기혈압이 90mmHg 이상인 경우를 말합니다. 대한고혈압학회에 따르면 2022년 기준 20세 이상 성인 중 약 30%인 1,260만 명이 고혈압인데, 보건관리자님의 말처럼 적극적으로 치료를 받지 않는 사람이 많다고 합니다. 고혈압 인구의 절반(47.4%)만이 혈압약 복용으로 혈압을 적절하게 관리하고 있다고 하네요.

많은 사람이 처방을 받고도 혈압약을 복용하지 않는 이유는 고혈압에는 특별한 증상이 없기 때문입니다. 또 그대로 둔다고 해도 몇 달 동안은 문제가 없습니다. 하지만 고혈압을 방치한 지 5~10년 이상 지나면, 각종 합병증이 생길 수 있습니다.

고혈압의 합병증은 크게 ‘증상을 보이지 않는 장기 손상’과 ‘증상을 보이는 심뇌혈관질환 및 콩팥질환’의 두 단계로 나눌 수 있습니다. 증상을 보이지 않는 장기 손상은 합병증 전 단계로, 이때 고혈압을 철저히 관리하면 정상적인 상태로 좋아질 수도 있습니다. 하지만 심뇌혈관질환이나 콩팥질환의 증상이 나타나는 ‘고혈압 합병증’ 단계에 이르면 혈압 치료와 함께 해당 합병증을 전문적으로 치료해야 합니다.

한편, 심뇌혈관질환은 고혈압뿐 아니라 이상지질혈증, 흡연, 조기 심뇌혈관질환의 가족력, 비만, 당뇨병 등을 위험인자로 하므로, 이와 같은 위험인자가 있다면 함께 관리해야 합니다. 특히 흡연, 운동 부족, 비만과 같은 생활습관병도 같이 관리하는 것이 중요합니다. 🐦

## 고혈압 합병증

### 증상을 보이지 않는 장기 손상

- 뇌의 영상검사 이상, 초기 뇌졸중 증상
- 심장의 좌심실 비대
- 콩팥의 미세알부민뇨\* 및 신사구체여과율\*\*의 감소
- 혈관의 초기 동맥경화증
- 망막(눈)의 고혈압성 변화

\*미세알부민뇨 : 콩팥 손상이나 기능 이상으로 인해 소량의 알부민이 소변으로 배출되는 현상

\*\*신사구체여과율 : 콩팥의 기능을 나타내는 지표로 콩팥이 1분 동안 걸러주는 혈액의 양

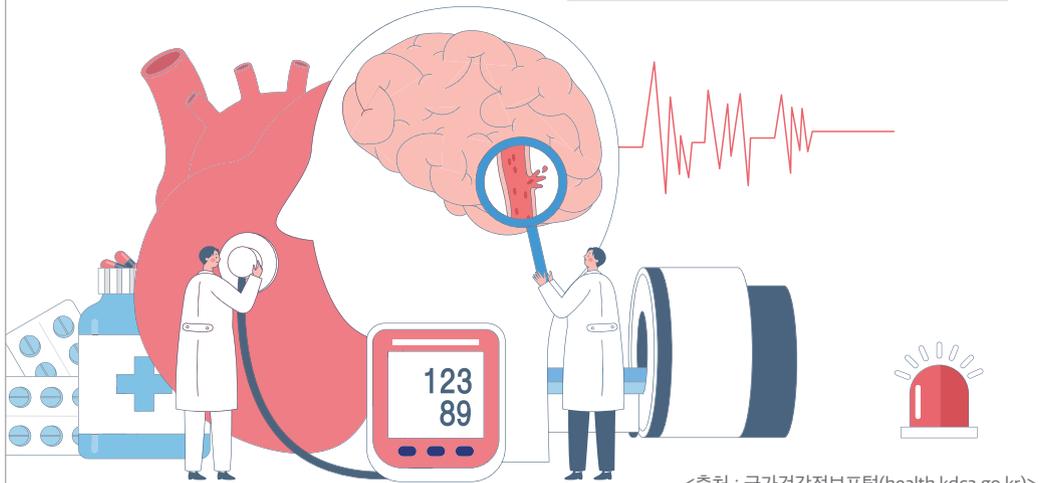
### 증상을 보이는 심뇌혈관질환 및 콩팥질환

- 뇌졸중이나 치매와 같은 뇌 합병증
- 협심증, 심근경색증, 심부전, 심방세동\* 같은 심장 합병증
- 투석이 필요할 수 있는 중증도 이상의 만성 콩팥병
- 대동맥확장증\*\*, 대동맥박리증\*\*\*이나 다리 혈관이 50% 이상 좁아지는 말초혈관 질환 등

\*심방세동 : 심장의 윗부분(심방)이 빠르고 불규칙하게 뛰는 부정맥의 일종

\*\*대동맥확장증 : 대동맥의 지름이 비정상적으로 늘어난 것으로 대동맥벽이 약해져 파열될 위험이 증가함

\*\*\*대동맥박리증 : 대동맥 안쪽 벽에 미세하게 파열된 부분으로 혈액이 밀려 들어가 찢어지는 상태로 심한 가슴 통증을 일으킴



<출처 : 국가건강정보포털(health.kdca.go.kr)>

산업보건관리자 여러분이 현장에서 겪는 고충과 궁금증을 보내주시면 관련 전문가가 자세히 답변해드립니다.  
52P <독자의 소리> QR코드를 통해 참여하세요.