

중풍(中風)

뇌졸중을 일으키는 가장 중요한 원인은 고지혈증, 동맥경화, 심장질환, 고혈압 등이다. 중풍이란 어떤 원인에 의해서든지 뇌의 세포에 이상이 생겨 의식을 잃고 쓰러지는 뇌졸중을 총칭해서 말한다.

세밀하게 분류하자면 여러 가지로 나눌 수 있지만 크게는 뇌출혈, 뇌혈전, 뇌색전 등으로 분류할 수 있다.

뇌의 혈관은 가늘지만 부드럽고 탄력성을 가지고 있어 수축과 이완이 자유롭다. 그러나 혈관 벽이 여러 원인에 의하여 탄력성을 잃으면 저항을 받게 된다. 이런 상태에서 정신적인 충격이나 순간적인 급격한 혈압상승, 기후조건의 변화 등이 오면 뇌의 혈관은 순간적으로 확장하여 혈액을 충분히 공급해 주려고 하지만 혈관은 탄력성을 잃은 상태라 버티지 못하고 그만 터져 버린다.

이렇게 하여 혈관 밖으로 나온 혈액은 곧 응고되어 뇌세포에 엉겨 붙어 신경마비와 의식장애를 일으키고 만다. 이것이 바로 뇌출혈이다.

뇌혈전은 뇌혈관 벽의 상처 있는 곳을 중심으로 하여 피가 응고되거나 지방찌꺼기가 붙어 그 덩어리가 커지면서 혈관을 막기 때문에 생기는 병이다. 막힌 혈관 위쪽으로는 혈액이 도달하지 못하기 때문에 뇌세포의 괴사가 생기고 죽은 뇌세포가 지배하는 영역 쪽으로 마비가 나타나게 된다.

뇌색전은 심장질환이 있는 사람에게 흔히 나타난다. 심장의 이상으로 피의 응고된 작은 덩어리가 혈관 밖을 맴돌다가 뇌혈관 일부를 막아 뇌혈전과 같은 현상을 일으키게 된다.

이러한 뇌졸중을 일으키는 가장 중요한 원인은 고지혈증, 동맥경화, 심장질환, 고혈압 등이다.

초기의 증상은 뇌출혈일 경우 대부분 급격한 마비나 혼수 등으로 빠지면서 생명과 직접 연관되기 때문에 응급조치가 끝나면 큰 병원으로 옮겨 정밀한 검사를 받는 것이 좋다.

뇌혈전인 경우는 대개 증상이 완만하게 진행이 되어 손발에 힘이 빠진다든지 자꾸 졸립다든지 어지럽다고 호소하는 등이다. 첫날은 본인 발로 걸어가 치료를 받았는데 다음날은 못 걷는다든지 하여 시간이 지날수록 증상이 심해지는 경우가 많다.

물론 예후는 뇌의 손상정도나 위치에 따라 결정되겠지만 일반적으로 뇌출혈은 초기 위험기가 지나면 회복기에 훨씬 뇌혈전보다 빠른 회복을 보인다. 그렇기 때문에 약하게 온 중풍이라도 치료를 게을리 하지 말아야 하며 초기에 어떻게 대처하느냐에 따라서 후유증의 정도를 결정짓는 다는 사실을 명심하여야 한다. 그리고 가능하다면 빨리 근육의 위축이 진행되기 전에 침 치료라든지 적당한 재활치료를 받음으로써 치료기간을 단축할 수 있도록 해야 한다.

그러나 다행히 중풍은 반드시 '위험 합니다'하고 미리 신호를 보내준다. 이것을 중풍

전조증 이라고 부르는데, 별안간 심하게 어지럽거나 손발이 저리고, 입이 돌아간다는 지, 몸의 한쪽으로 힘이 빠지는 것 같거나 감각이 둔해지며, 말이 자기도 모르게 더듬는 따위이다. 이럴 때는 의료기관에서 빠른 시간 안에 적절한 진료를 받아 더 이상 진행이 되어 마비가 되지 않도록 해야겠다.

동의보감에 ‘풍병수방재발’ 이란 말이 나온다. 이 말의 의미는 중풍과 같은 질병은 비록 나았다 하더라도 재발하기 쉬우며 일단 재발하면 증세가 더욱 나빠지니 반드시 적절한 섭생 및 마음의 안정과 치료를 하라는 뜻이다.

중풍환자에게는 몇 가지 금하는 음식이 있는데, 그것이 바로 닭고기, 돼지고기, 술이다.

닭고기는 열을 일으켜 풍을 움직이므로 풍 병이 있는 사람이 먹었을 때는 풍화가 일어나 중풍이 재발할 우려가 있고, 또 닭은 보하는 성질이 있기는 하나 습중의 화기를 도와주므로 풍 병을 앓고 있는 사람은 먹지 말아야 한다고 이시진의 본초강목에 기록되어 있다.

또 돼지고기는 기를 보하며 체력이 약한 사람을 살찌게 하지만 혈맥을 막고 근골을 약화시킴으로써 풍 병을 발생시킨다고 기술되어 있다. 서양 의학적으로는 콜레스테롤로 인한 동맥경화나 고혈압을 걱정할 수 있는데, 비대하여 풍의 우려가 있는 분은 삼가는 것이 현명할 것이다.

하지만 건강한 사람일 경우 특별히 다른 고기에 비해 닭고기나 돼지고기를 피해야 할 이유는 없다. 그러나 술은 성질이 대열하고 상승하며 독이 있으므로 풍 환자는 반드시 금기하여야 한다.

위의 음식이외에도 항상 소식을 생활화 하는 것이 좋겠다. 식사 후에는 평소보다 체온이 올라가기 때문에 그로 인해 혈압이 상승하며 맥박수도 늘게 되기 때문이다.