

관상동맥질환

(심혈관질환-협심증, 심근경색증)



1. 정의

대동맥이 시작되는 부위에서 나와 심장을 둘러싸고 있으며 심장에 혈액을 공급하는 동맥혈관

2. 위치

관상동맥은 대동맥 기저부에서부터 심장을 둘러싸고 있습니다.

3. 구조

관상동맥은 우관상동맥과 좌관상동맥에서 두갈래로 갈라져 형성된 좌전하행동맥, 좌회선동맥 두가지의 가지로, **총 세개의 혈관**으로 이루어져 있습니다.

4. 기능

관상동맥은 심장이 수축을 끝내고 이완할 때 대동맥을 타고 나갔던 혈액이 역류되어 혈액이 공급됩니다. .

헬스팁

- ***협심증**; 관상동맥의 흐름이 막혀 심장근육에 혈액이 공급이 불충분해져 흉부에 통증을 유발
 - ***심근경색**; 관상동맥이 아주 막혀 혈액공급이 전혀 되지 않고 **심장근육 중 일부가 썩어버리는** 질환을 심근경색증이라고 합니다.
 - ***관상동맥이 막히게 되는 원인; 동맥경화**
 - ***동맥경화유발인자; 고혈압, 고지혈증, 비만, 흡연, 당뇨병, 가족력, 관상동맥경련**
- 부분적으로 혈관이 좁아져 발생한 협심증의 경우 휴식을 취하면 자연스럽게 증상이 나아지나 혈관이 완전히 막힌 심근경색증의 경우 안정을 취해도 증상이 회복되지 않고 혈관이 막힌 시간에 비례하게 심장근육이 손상됩니다. 즉 심근경색증은 30분 이상 지속되는 흉통과 식은땀 및 전신무력감이 생기게 됩니다.

5. 치료

약물요법 ,경피적 관상동맥 성형술(스텐드 시술-재발될 수 있는 단점),관상동맥우회술

심뇌혈관질환 예방관리수칙

- ① 담배는 반드시 끊습니다.
- ② 술은 하루에 한두 잔 이하로 줄입니다.
- ③ 음식은 싱겁게 골고루 먹고, 채소와 생선을 충분히 섭취합니다.
- ④ 가능한 한 매일 30분 이상 적절한 운동을 합니다.
- ⑤ 적정 체중과 허리둘레를 유지합니다.
- ⑥ 스트레스를 줄이고, 즐거운 마음으로 생활합니다.
- ⑦ 정기적으로 혈압, 혈당, 콜레스테롤을 측정합니다.
- ⑧ 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증(고지혈증)을 꾸준히 치료합니다.
- ⑨ 뇌졸중, 심근경색증의 응급 증상을 숙지하고 발생 즉시 병원에 갑니다.

