

세계 질병 발생의
"가장 큰 원인이 되는 위험인자"

고혈압

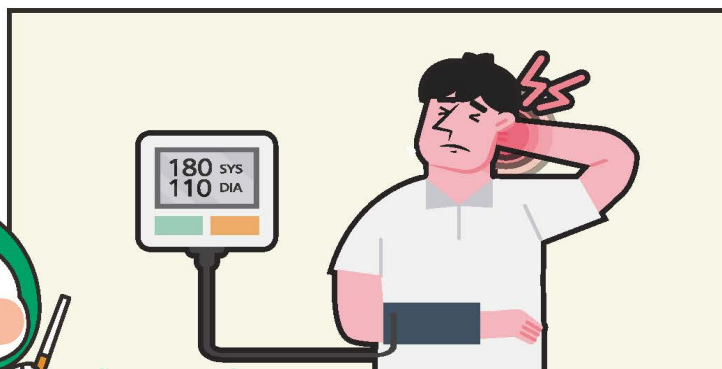


보건복지부

KHEPi

한국건강증진개발원

고혈압이란?

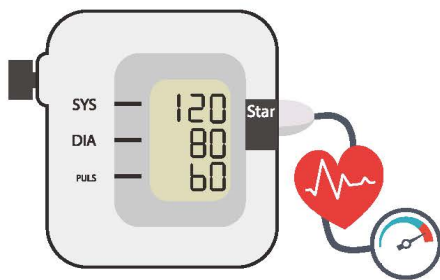


어떤 이유로 혈관이 좁아지거나 심장이 한 번에
내보내는 혈액의 양이 늘어나면 혈압이 높아지는 것

* 정상혈압: 수축기/이완기 = 120mmHg/80mmHg 미만

* 고혈압: 수축기 140mmHg 이상 또는 이완기 90mmHg

고혈압관리 왜 중요할까요?



Q. 고혈압 환자에서
수축기 혈압 10mmHg 낮추면?

주요 심혈관 사건¹⁾ 발생의
총 사망률을 10-30% 낮출 수 있음

1) 관상동맥질환, 뇌졸중, 심부전

①

일차성 고혈압 (본태성 고혈압)

- 고혈압환자의 대부분(95%)
- 유전적 요인 : 가족 중 고혈압환자가 있는 경우
- 환경적 요인 : 비만, 음주, 과다한 소금 섭취 등



②

이차성 고혈압

- 5% 이하
- 다른 특정 질환에 인해 발생하는 고혈압
- 원인 : 신장질환 (가장 흔함), 쿠싱 증후군, 임신 등
- 원인이 밝혀지면 적절한 치료가 가능

고혈압의 증상

"고혈압에 특별한 증상은 없습니다."



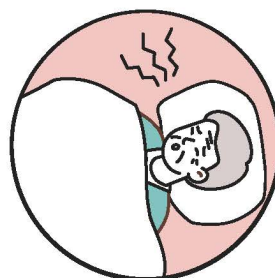
뒷머리가 무겁고
정신이 개운치 않음



어지럽고 귀에서
소리가 나기도 함



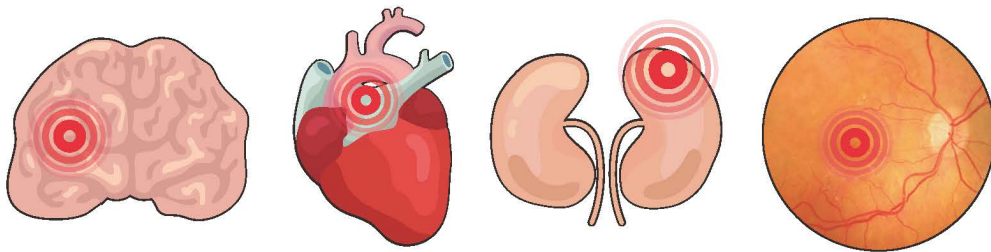
손발이 저리고
찬 증상이 나타남



신경이 예민하고
잠이 잘 오지 않음

고혈압 합병증

“고혈압을 치료하지 않고 방치하면?”



뇌, 심장, 신장, 눈(망막), 대동맥 등의
장기에 손상을 줄 수 있기 때문에
이들을 “**표적 장기 손상**”이라고 합니다.



콘텐츠 내용 출처

1. 한국건강증진개발원(2013), 고혈압 교육 매뉴얼(소책자)
2. 대한의학회(2019), 일차의료용 근거기반 고혈압 임상진료지침