| 찾아오시는 길 |

버스 안내

- **대전성모병원(중구청)** 311, 513, 612, 30, 33
- **중구청역(대전성모병원)** 201, 314, 614

지하철 안내

- 지하철 1호선 **중구청역** 2번 출구에서 도보 2분

가톨릭대학교 대전성모병원 신경과
THE CATHOLIC UNIV. OF KOREA DAEJEON ST. MARY'S HOSPITAL

신경과 외래 220-9010 | 뇌기능 검사실 220-9648
인지기능검사실 220-9011 | 홈페이지 cmcdj.kr

가톨릭대학교 대전성모병원 신경과
THE CATHOLIC UNIV. OF KOREA DAEJEON ST. MARY'S HOSPITAL

알기쉬운 뇌졸중 & 치매교실

01.

뇌졸중이란?

stroke

{ 갑작스럽게 뇌가 망가져
기능을 하지 못한다는 말입니다.

혈관이 막혀서 발생하는
뇌경색

뇌 경 색

혈관이 터져서 발생하는
뇌출혈

뇌 출 혈

02. 뇌졸중의 **증세는?**

01 갑자기 한쪽 얼굴이나 팔, 다리가 마비된다.
02 갑자기 말이 어둔해지고 잘 못하거나, 상대방 말을 제대로 이해하지 못한다.
03 갑자기 한 쪽 혹은 양 쪽 눈이 캄캄해지거나, 물체가 둘로 겹쳐서 보인다.
04 갑자기 어지럽고, 걷기 어렵거나 균형을 잡기 힘들다.
05 갑자기 심한 두통이 발생한다.

03. 뇌졸중의 **위험인자**

고혈압

고지혈증

과 음

당뇨병

심장판막증, 협심증

흡 연

심방세동

비 만

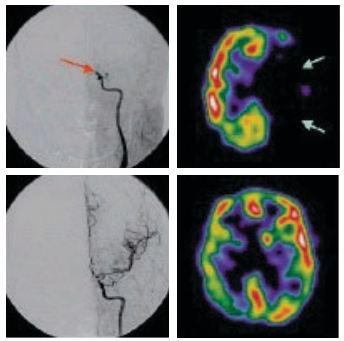
04.
뇌졸중의 **치료**

뇌 경 색

증상 발생 후 빨리 치료를 시작하는 게 매우 중요합니다. 증상 발생 후 3시간 이내라면 혈전용해제 정맥 주사로 막힌 혈관을 뚫어 주는 것이 가장 효과적입니다. 증상 발생 후 3시간이 지났어도 다른 약물을 사용하여 병이 더 진행되는 것을 막아야 합니다.

▶ 혈전용해제 치료 전

▶ 3시간 이내에 혈전용해제 치료 후



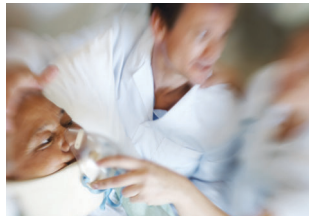
▲ 막혔던 혈관(화살표)이 치료 후 뚫린 모습 (아래그림)

▲ 검은 부분(화살표)이 혈관이 막혀 피가 안 통하는 부위임. 아래 그림은 치료후 다시 피가 통하게 된 모습

뇌 출 혈

출혈 부위, 원인, 출혈량에 따라 치료법이 달라지는데, 출혈량이 적으면 흡수될 때까지 내과적으로 치료합니다. 출혈량이 많거나 혈관 촬영에서 뇌동맥류 등의 혈관이상이 발견되면 수술치료가 효과적입니다.

05.
뇌졸중이 **발생하면...**



- 뇌졸중은 시간을 다투는 병입니다.
- 뇌졸중이 의심된다면 119로 전화하거나 직접 가는 것이 빠르면 큰 병원 응급실로 바로 가셔야 합니다. (빠를수록 좋습니다)
- 시간이 늦어질수록 뇌가 더 망가집니다.
- 손가락을 따거나 입에 무언가를 넣는 행위는 도움이 되지 않으며, 오히려 더 해로울 수 있습니다.

06.

뇌졸중의 **예방법**

01 여러분이 가지고 있는 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 등의 뇌졸중 위험인자를 알아야 합니다.

02 평소에 신체 활동을 많이 하고, 규칙적인 운동을 하십시오.

03 건강한 식사 습관을 통해 비만을 예방합시다.

04 과음을 삼가합시다.

05 금연은 필수입니다. 만약 아직도 담배를 피우신다면, 담배를 끊을 수 있도록 도움을 요청하십시오.

06 뇌졸중의 위험증상을 숙지합시다.

07.

뇌졸중 **이후의 치료**

물리치료와 재활치료

뇌졸중 환자들은 대부분 어느 정도의 장애를 갖게 됩니다.
재활치료를 통해서 뇌 손상이 회복될 수는 없지만, 신체의 기능은 상당히 호전될 수 있어 삶의 질을 향상시킬 수 있습니다.
뇌졸중 환자는 뇌졸중 재발방지전략과 위험인자 조절, 정기적으로 장애를 평가하기 위해 장기적인 통원치료가 필요합니다.

정신건강의 지지

뇌졸중 환자는 우울증이 발생하기 쉽습니다. 환자의 삶의 질을 향상시키고, 환자가 재활치료에 적극적으로 참여하도록 가족이나 친구들이 정서적으로 지지해 주어야하며, 필요할 경우 전문가의 도움을 받아야 합니다.

08.

치매의 10가지 주의증상

01 최근 일에 대한 기억력이 떨어집니다.
02 익숙한 일을 처리하는 데 어려움이 있습니다.
03 이전과 다르게 언어사용에 어려움이 있습니다.
04 시간과 장소를 혼동합니다.
05 판단력이 감소하거나 그릇된 판단을 자주 합니다.
06 추상적인 사고 능력에 문제가 생깁니다.
07 물건을 잘못 간수합니다.
08 기분이나 행동의 급격한 변화가 있습니다.
09 의심 · 충동적 행동 등 성격의 급격한 변화가 있습니다.
10 자발성이 떨어지고 수동적으로 행동합니다.

단계별 치매증상

가벼운 치매
- 잦은 기억력 상실
- 익숙한 환경에서 잦은 실수
- 일상생활의 곤란

중간 정도 치매
- 언어장애
- 기본적 일상생활의 장애
- 파탄 행동의 심화

심한 치매
- 느리거나 알아듣기 어려운 말 구사
- 대소변 가리는 능력 상실
- 타인에게 전적인 의존

(자료 : 미국 알츠하이머병 협회)

09.

치매 예방을 위한 6가지 수칙

01 **규칙적으로 운동을 합니다!**
– 약간 숨차고 땀나는 적당한 운동을 하루에 40분 이상, 1주일에 3회 이상 하세요.
– 가능하면 자주 걷도록 하세요.
– 과도한 운동은 오히려 해가 될 수 있어요.

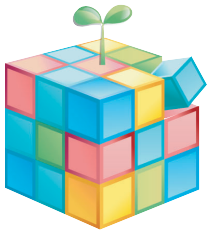
02 **반드시 금연합니다!**
– 흡연자는 알츠하이머 치매에 걸릴 위험이 3배 증가합니다.

03 **적극적인 두뇌활동을 합니다!**
– 독서, 글쓰기, 창작활동, 바둑, 장기, 악기, 퍼즐 맞추기, 컴퓨터, 라디오 청취 등
– 배움에는 정년이 없습니다.

04 **사회활동과 여가활동을 활발히 합니다!**
– 종교모임, 친목단체, 자원봉사, 동창회 등 다양한 사회활동에 참여하세요.

05 **뇌건강 식사를 합니다!**
– 생선, 채소, 과일, 엽산(곡물), 충분한 수분 섭취
– 비만이 되지 않도록 체중관리 하세요.

06 **절주합니다!**
– 과음을 삼가하세요.
– 술을 드신다면 적당량 (소주 1~2잔) 드세요.



Memo

Memo