

‘땀 뻘뻘’ 여름 고혈압 환자도 눈앞 ‘핑’ 저혈압 겪는다

폭염 기승 한여름 땀 배출 많아져
 체액 줄어 혈압 낮아질 위험 높아
 고혈압이면 혈관수축 원활치 못해
 혈압 급격히 떨어질 수 있어 주의
 혈압약 복용 임의로 중단해선 안돼
 균형잡힌 식사·충분한 물 섭취 도움

폭염이 기승을 부리는 한여름에는 고혈압 환자도 저혈압을 겪기 쉽다. 전문가들은 수분을 충분히 섭취하고 과도한 바깥 활동을 자제하는 것이 좋다고 입을 모은다.

여름철에는 저혈압으로 진료를 받는 환자가 증가한다. 날씨가 더워지면서 체온을 유지하기 위해 말초혈관이 확장되고 땀을 통해 수분과 전해질이 많이 배출되면서 체액이 줄어 혈압이 낮아질 수 있어서다. 건강보험심사평가원(심평원)에 따르면 저혈압 환자는 연중 7~8월에 가장 많이 발생한다.

특히 고혈압 환자는 저혈압에 주의해야 한다. 혈관에 콜레스테롤이나 중성지방이 쌓여 혈관이 좁아지고 딱딱하게 굳어지면서 결국 막히는 동맥경화가 진행 중인 경우가 많아서다. 이 경우 혈관수축이 원활하지 못해 혈압이 급격히 떨어질

수 있다. 또 고혈압 환자는 혈압을 낮추는 혈관확장제나 이뇨제를 복용하고 있는 경우가 많아 저혈압이 더욱 잘 발생할 수 있다.

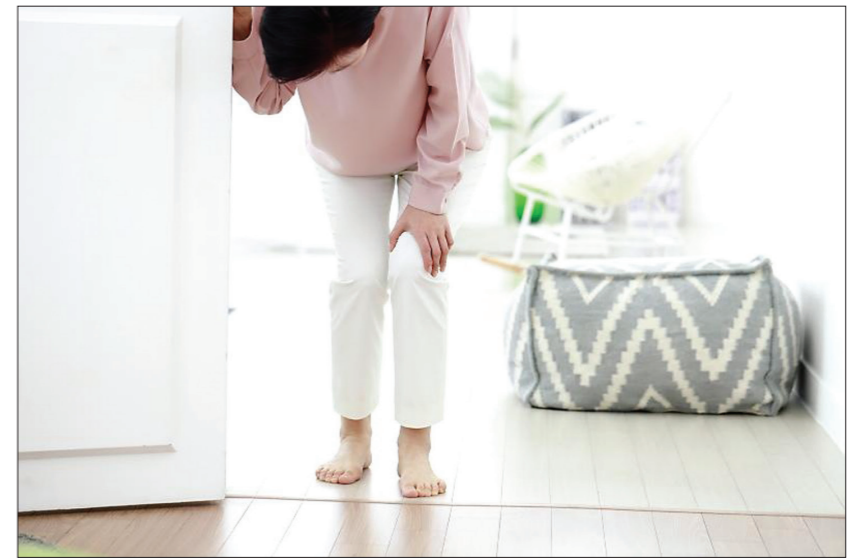
고령층에서 여름철 저혈압이 발생하는 경우가 많다. 심평원의 2018년 자료에 따르면 남성 저혈압 환자의 60% 이상이 60대 이상이다. 나이가 들면 체내 수분량이 줄어 땀을 조금만 흘려도 탈수가 되기 쉽고, 혈관벽의 탄력과 자율신경의 기능이 떨어져 저혈압에 대한 반응이 떨어지고 혈압약을 복용하는 경우가 많아서다.

저혈압을 진단할 때 수지에만 의존해선 안 된다. 이한철 국민건강보험 일산병원 심장내과 교수는 “보통 수축기 혈압이 90mmHg 미만 또는 이완기 혈압이 60mmHg 미만인 경우를 저혈압이라고 말하지만, 나이, 동반 질환, 생리적 상태 등에 따라 개인마다 적정 혈압이 다르기 때문에 현재 혈압이 적절한가에 대한 판단이 중요하다”고 말했다.

두통이나 어지럼증이 늘거나 앉아 있거나 누워 있다가 갑자기 일어설 때 혈압이 떨어져 머리가 ‘핑’ 도는 듯한 기립성 저혈압 증상이 지속되거나 악화된다면 병원을 방문하는 게 좋다. 이 교수는 “머리는 신체 중 가장 위에 있고 심장에서 박출된 혈액이 중력을 이겨내고 공급돼야 하는 특성 때문에 혈압이 떨어지면 뇌로 가는 혈류부터 감소해 신경학적 증세가 먼저 나타나게 된다”고 설명했다.

고혈압 환자가 평소보다 혈압이 낮거나 기립성 저혈압 증상이 나타난다고 해서 임의로 혈압약 복용을 중단해선 안 된다. 혈압이 급격히 높아질 수도 있어서다. 반드시 주치의와 상담 후 혈압약 복용을 중단하거나 용량을 줄여야 한다.

저혈압을 예방하려면 생활습관을 개선하는 것이 가장 중요하다. 이 교수는 “균형 잡힌 식사와 활동, 충분한 휴식은 필수”라면서 “적당한 수분 섭취는 탈수를 예방하고 체액량을 증대하는 효과가 있다”고 말했다. 맥주나 커피를 마시면 소변량



폭염이 기승을 부리는 한여름에는 고혈압 환자도 저혈압을 겪기 쉽다. (사진=국민건강보험공단 제공)

이 늘면서 수분 배출이 촉진돼 저혈압이 심해질 수 있어 자제하는 것이 좋다. 기립성 저혈압이 있는 경우 누워있거나 앉아있다가 일어날 때 최대한 천천히 일어나도록 해야 한다. 운동은 해가 진 뒤나 선선한 저녁에 혈압을 안정시킬 수 있는 가벼운 운동이나 산책을 하는 게 좋다. 샤워는 찬물 대신 미지근한 물로 하는 게 바람직하다. 몸에 갑자기 찬물을 끼얹으면 혈관이 수축해 혈압이 급격히 올라갈 수 있다.

어린이 백혈병 암세포만 골라 죽이는 ‘김리아’ 치료 성공

서울성모병원 혈액병원 소아혈액종양센터
 필라델피아 양성 급성 림프모구백혈병 재발



가톨릭대학교 서울성모병원 혈액병원 소아혈액종양센터는 필라델피아 양성 급성 림프모구 백혈병 어린이에게 개인 맞춤형 항암제(CAR-T 치료제) ‘김리아’를 투약해 치료에 성공했다. (사진=서울성모병원 제공)

가톨릭대학교 서울성모병원 혈액병원 소아혈액종양센터는 필라델피아 양성 급성 림프모구 백혈병 초등학생에게 개인 맞춤형 항암제(CAR-T 치료제) ‘김리아’를 투약해 치료에 성공했다고 11일 밝혔다.

급성 림프모구 백혈병은 모든 연령에서 발생하지만 소아에게 가장 일반적인 암으로 15세 미만 소아 백혈병의 75%를 차지한다. 필라델피아 염색체에 양성 반

응을 보이고 조혈모세포이식 치료까지 받았지만 재발한 사례는 고위험군에 해당한다.

정모(8) 학생은 2019년 10월 필라델피아 양성 급성 림프모구 백혈병으로 진단받아 항암치료 중 2020년 3월 형제로부터 조혈모세포를 이식 받았다. 혈액 검사에서 백혈병 세포가 제거된 상태인 ‘완전관해’를 진단 받고 퇴원해 일상으로 돌아갔지만 지난 4월 재발했다.

이미 항암과 조혈모세포 이식 치료까지 받고 재발된 터라 소아혈액종양센터는 고심 끝에 최근 도입된 김리아를 투여하기로 결정했다. 지난 5월 환자의 혈액에서 T세포(면역세포)를 추출한 뒤 맞춤형 치료 세포를 장착한 ‘김리아’를 제조하고 지난달 14일 환자에게 투여했다. 환이는 입원 치료 중 상태가 안정돼 시행한 골수검사서서 완전관해를 확인했고 지난 1일 퇴원했다. 퇴원 후 지난 7일 정기검진을 위해 찾은 병원에서 혈액검사 결과 필라델피아 염색체도 음성인 최고상태 완전관해에 도달한 것으로 확인됐다.

환아의 어머니는 “힘든 치료 기간을 씩씩하게 이겨 낸 아이에게 고맙고, 앞으로 재발 없이 건강을 유지해 백혈병을 앓고 있는 다른 친구들에게도 희망이 되었으면 좋겠다”며 “올해는 초등학교 교육을 온라인으로 받고 있지만, 내년에는 등교할 수 있기를 소망한다”고 말했다.

주치의 김성구 소아청소년과 교수는 “소아백혈병은 소아암 중 가장 비율이 높은 질환으로 환아가 진단 받으면 항암치료와 조혈모세포이식까지 받으며 오랜 기간 병마와 싸우는데, 이번 성공으로 기존 치료법으로 건강을 되찾기 어려웠던 많은 환아들에게 새 희망이 되기를 바란다”고 전했다.

이재욱 소아혈액종양센터장(소아청소년과 교수)은 “이번 성공은 서울성모 혈액병원의 체계적인 치료 시스템 덕분”이라면서 “앞으로도 치료 대상 환자를 확대하는 한편 새로운 치료 후 생길 수 있는 환아의 장기적인 합병증도 센터 차원에서 세심히 관리할 것”이라고 말했다.

김리아는 세계 최초의 CAR-T 치료제로, 1회만 투여하면 혈액암 환자의 절반 가량이 완치돼 ‘꿈의 항암제’로 불린다. 환자의 혈액에서 채취한 면역세포가 암

세포를 잘 인식할 수 있도록 유전자 조작을 거친 뒤 배양해 다시 환자의 몸 속에 집어넣는 방식이다. 암 세포는 정상 세포인 것처럼 속여 면역세포의 공격을 피하는 특성이 있어 면역세포가 암 세포를 정확히 찾아 공격할 수 있도록 일종의 내비게이션(항체)을 달아 암 세포만 골라 사멸시키는 원리다. 난치성 혈액암 환자에게 혁신적인 치료법으로 주목받는 이유다.

김리아는 1회 투약으로도 극적인 효과를 얻을 수 있는 것으로 확인되고 있다. 환자 혈액에서 T세포를 뽑아 냉동시킨 뒤 미국으로 보내 환자 맞춤형 치료제 제조 후 다시 한국에서 치료한다. 인체세포를 이용하는 치료법이기에 의료기관이 치료제를 처방하려면 T세포를 채취하기 위한 환자의 혈액을 채취하고 동결하는 데 필요한 GMP(의약품의 안전성과 유효성을 입증하는 제조·관리 기준) 인증을 받은 시설을 갖춰야 하는 등 까다로운 기준이 적용되고 있다. 지난 4월부터 건강보험이 적용되고 있다.

서울성모병원 혈액병원은 국내 최초로 혈액질환을 종합적으로 진료하는 독립된 시스템을 갖춘 병원으로, 다른 국내의 대학병원 등 3차 의료기관에서 의뢰한 환자들을 몰려 ‘혈액암의 4차 병원’으로 인식되고 있다. 현재 신약만이 유일한 희망인 환자 19명을 대상으로 김리아 투약을 준비하고 있다.

뉴스

호남신문 www.i-honam.com		대표전화 (062) 229-6000 광주 서구 운천로 213스카이랜드 309호
회장·발행인·편집인 김 평 호 편집국장 직무대리 서 선 옥		
동부취재본부	전남 순천시 충효로 63 가동 2호	(061) 905-2011
서울취재본부	서울시 노원구 공릉로 62가길 16-1	(02) 2238-0003
기사제보 (062) 222-2580 광고직통 (062) 228-2580 팩스 (062) 222-5547		
등록번호 광주가 00021 (일간) / 1946년 4월 창간 / 구독료 월 10,000원 1부 500원 인 쇄 (주)남도프린테크		
본지는 신문 윤리강령 및 그 실천 요강을 준수합니다.		

호남신문 후원 및 회원제 시행합니다

결코 쉽지 않은 길이지만 저희가 개척하겠습니다.
 지금보다 건전해질 수만 있다면 어렵지만 마다하지 않겠습니다.
 외부로부터의 어떠한 압력이나 간섭에서도 자유롭기 위해서라면 당장의 손익에 급급해 하지 않겠습니다.

호남신문의 후원 및 회원제를 시행합니다.
 액수의 많고 적음을 떠나 회원 여러분의 피와 땀이 배인 후원금을 소중히 접수하겠습니다.
 후원금으로 광고의 일부를 대체해 광고주의 유행형 압력 등 편집권 침해로부터 탈피해 자유로운 제작이 이뤄질 수 있도록 할 것 입니다.
 호남신문은 후원 및 회원제의 시행으로 왜곡되지 않은 정론을 펼치는데 지역언론의 선봉장 역할을 자임합니다.

전국 일간지 최초로 복지면을 할애해 사회적 약자와 취약계층의 권익향상에 힘쓰고 있는 호남신문은 후원회원제를 통해 보다 더 굳건하게 뿌리를 내릴 수 있도록 노력하겠습니다.
 당장 눈에 띄는 획기적인 성과를 기대하겠습니까마는 한 걸음 한 걸음 내딛다보면 작은 내가 모여서 강을 이루듯 우리가 지향하는 목표점에 다다를 수 있지 않을까 합니다.
 호남신문은 후원 회원들의 자발적 후원으로 운영되는 시스템을 차차 정착시켜 나갈 것입니다.
 호남신문의 작지만 큰 변화의 몸부림에 시도된 여러분의 적극적인 동참을 기대합니다.

