

가슴통증: 소화불량에 불과한 것인가 -
아니면 심장마비인가?

Chest pain: is it just indigestion - or a heart attack?

위의 전화번호들은 출판 당시에 정확한 것으로 계속해서
업데이트를 위한 필요사항에서
번호를 확인해 봐야 할 경우도 있을 것입니다.

가슴통증: 소화불량에 불과한 것인가 - 아니면
심장마비인가?

Chest pain: is it just indigestion - or a heart attack?

친구들과 점심을 함께 한 후 집으로 돌아가던 길에, 조씨는 갑자기 가슴 한가운데에 통증이 오는 것을 느꼈다. 처음에는 그저 소화불량이겠지 하고 생각했다. 그런데 집에 도착할 무렵에는 통증이 양쪽 팔까지 번졌으며, 식은땀이 나면서 현기증도 났다.

"아내가 나를 보더니 당장에 앰블런스를 불러야 겠다고 했습니다. 나는 아내에게 좀 쉬고나면 나아질것 같으니 구태여 그럴것 없다고 했습니다" 라며 조씨는 그때의 상황에 대해 얘기한다. "하지만 아내가 우기며 앰블런스를 불러서, 20분 후에는 이미 병원에 가 있게 되었습니다."

아내의 이러한 민첩한 행동으로 45세의 조씨는 생명을 건질 수 있었다. 그 통증은 관상동맥 중 하나에 형성된 응혈때문에 생긴 심장마비의 증상이었다. 그 응혈로 동맥이 막히므로서 심장으로의 혈액공급이 중단되었던 것이다. 그러나 이럴때 신속히 병원에 갔기 때문에, 의사들이 특수약물을 사용하여 그 응혈을 용해시키므로써 혈액이 다시 심장으로 흐를 수 있게 되었다. 또한 그로 인해 조씨는 심장이 크게 상하게 되는 것을 면했으며, 회복의 가능성도 높게 되었다.

심장마비는 매우 흔한 병이므로 - 그리고 70세 미만 남녀들의 사망원인 중 단연 일위를 차지하는 것이므로 - 우리 모두가 그 증상들에 대해 알아 두어야 한다. 병원에 빨리 가서 치료를 받을수록 생존할 가능성도 높아진다. 대부분의 병원에서는 조씨의 동맥을 뚫어준 구명약과 같은 약물을 사용하지만, 몇몇 큰 병원에서는 더 새로운 기법을 사용하기도 한다. 약물 대신에 특수기구를 사용하여 동맥을 확장시키므로써 혈액이 다시 심장으로 흘러가게 할 수 있다. 빨리 병원에 가야 하는 또 다른 이유중에 하나는, 심장마비가 일어날 경우 심장이 실제로 멈출 수도 있는데, 이럴때 전기충격을 이용하는 특수장비로 심장을 다시 움직이게 할 수 있기 때문이다.

국립심장재단 (National Heart Foundation)의 테리 캠벨교수 (Professor Terry campbell)의 말에 따르면, 심장마비의 증상은 매우 다양하게 나타날 수 있다. 조씨의 경우처럼, 통증이 가슴에서 시작하여 왼쪽 팔이나 오른쪽 팔로 - 또는 양쪽 팔로 - 번져 나가는 경우가 자주 있다. 때로는 통증이 목구멍, 턱, 심지어는 치아까지 번지기도 하며, 또는 등 속 깊이 파고 들어가는 것같이 느껴지기도 한다. 그리고 의외로, 가슴 자체는 아프지 않으면서 팔이나 목구멍같은 곳에 통증이 느껴지는 수도 있다. 심장마비에서 살아난 사람들의 말을 빌리면 통증보다는 오히려 가슴이 눌리는 느낌이나 "죄이는" 느낌을 갖는다고도 한다. 그외에, 몸이 안 좋게 느껴지는 것, 현기증, 마음이 초조하게 느껴지는 것, 식은땀, 구토 또는 메스꺼움 등도 심장마비의 증상들이 될 수 있다.

심장마비의 증상과 단순한 소화불량의 증세를 어떻게 구별해 낼 수 있을까? 소화불량도 심장마비와 같이 강렬한 통증을 일으킬 수는 있으나, 통증이 몸의 다른 부분으로까지 번져 나가는 일은 거의 없다. 그러나 조금이라도 의심이 가면, 주저말고 앰블런스에 전화하여 가슴에 통증이 있다고 말하라는 것이 캠벨교수의 충고이다 - 특히 보통은 소화불량을 앓지 않는 경우. 만약 그것이 심장마비가 아닌 가증상으로 판명된다 하더라도 걱정할 필요가 없다 - 병원직원들은 개의하지 않는다.

그러나 심장마비의 증상들에 대해 알아두는 것만 중요한 것이 아니라, 예방법을 알아두는 것도 중요하다 - 담배 피우지 않고, 규칙적인 운동을 하며, 곡물과 야채와 과일을 충분히 먹고 기름기음식을 피하며, 혈압을 건강하게 유지하면, 심장질환의 위험을 감소시킬 수 있다.