

高血壓

金 勇



찬바람이 불면 무엇보다도 조심해야 할 病이 高血壓 患者들이다

血壓이란 血液과 혈관벽 사이에서 나타나는 壓力으로 成人中 약 10% 정도가 발병하는 흔한 疾患이면서 自覺症狀이 없는 경우가 많으며 수축기 血壓과 확장기 血壓이 160/95mmHg 이상이면 高血壓의 범주로 하고 있다.

발병 原因은 不分明하며 발병 頻도가 가장 많이 차지하고 있다

1차성 또는 본태성 高血壓과 血壓 상승 原因이 다른 疾患에 依하여 2차적으로 발생하는 2차성 또는 속발성 高血壓으로 분류한다.

遺傳的인 것과 心臟, 腎臟, 뇌혈관 기능장애, 임신중독, 약물중독 또는 약물의 과용, 다른 疾患과의 관계 등 原因으로 보고 있다. 평소 특별한 증상이 발현하지 않으며 重症일 때 後頭部 두통이 1~2시간 나타났다 좋아졌다 반복하기도 한다 뿐만 아니라 두통 外에도 眩暈症, 가슴두근거림, 눈의 충혈, 胸痛, 호흡곤란, 피로 등의 증상이 同伴되기도 한다.

東洋醫學에서는 高血壓에 대한 痛症名은 없으나 高血壓에 빈발하는 증상이 頭痛, 眩暈, 怔忡 등임을 생각할 때 原因분석과 治療를 하는 것이 高血壓에 대한 接近方法이며 高血壓은 예방법이 최선의 方法이라고 하는 것이다.

1. 高血壓 豫防法

- (1) 평소 자신의 血壓을 수시로 측정한다.
- (2) 비만한 사람은 체중을 정상으로 조절한다.

■ 高血壓

- (3) 염분 섭취를 줄인다.
- (4) 담배는 끊고 술은 취하지 않을 정도로 마신다.(가능한 적게 마신다)
- (5) 규칙적이고 지속적인 운동을 한다.
- (6) 항상 매사를 긍정적으로 생활하여 스트레스를 받지 않도록 스스로 노력한다.
- (7) 신선한 야채, 생선, 섬유질 식품 등을 섭취한다.
- (8) 氣溫이 寒冷할 때는 스스로 주의한다.

2. 症狀別 處方

(1) 心臟性 高血壓 - 加味清腦飲

熟地黄 15g 玄蔘 甘菊 各7.5g 山茱萸 白茯苓 麥門冬 香附子 各6g 竹葉 石膏 柴胡 半夏 生地黃 甘草 各4g 天麻 地骨皮 遠志 各2.7g 黃栢 知母 黃連 薑本 各2g 薑三 棗二

(2) 腎性 高血壓 - 加味地黃導痰湯

熟地黄 15g 山藥 山茱萸 7.5g 牡丹皮 澤瀉 白茯苓 6g 半夏 蒼朮 各5g 南星 橘皮 枳殼 赤茯苓 甘草 各4g 薑三 棗二

(3) 神經性 高血壓 - 加味正氣散(其一)

藿香 6g 蘇葉 陳皮 半夏 厚朴 白朮 白茯苓 麥門冬 竹茹 石膏 黃芩 防風 白芷 烏藥 各4g 釣鈎藤 生地黃 天麻 各4g 黃連 梔子 地骨皮 2.7g 南星 木香 甘草 各2g 薑三 棗二

(4) 神經性 高血壓 - 加味清神湯(其二)

希莖 8g 柴胡 當歸 白芍藥 乾地黄 6g 石膏 梔子 黃連 黃芩 半夏 白茯苓 麥門冬 各4g 桔梗 犀角 川芎 天麻 各2.5g 羌活 甘草 各2g

(5) 産後高血壓 - 全生活血湯(出血 甚한 경우)

白芍藥 升麻 各8g 防風 羌活 獨活 柴胡 當歸身 乾葛 甘草 各3g 藁本 川芎
各2g 生地黃 熟地黃 1.6g 蔓荊子 細辛 各1.2g 紅花 0.4g

(경남 김해시 삼정동 210-13 진성당한약방 ☎ 055-333-7722)