

농업인이 힘겨운

20가지 묻고 답하기

뇌졸중 이야기



농촌진흥청
국립농업과학원



원광대학교

농업인이 궁금한 뇌졸중 이야기

20가지 묻고 답하기




농촌진흥청
국립농업과학원



원광대학교

농업인이 궁금한 뇌졸중 이야기

20가지 묻고 답하기

-
- 발행일** 2020년 6월
- 발행인** 농촌진흥청 국립농업과학원장 김두호
- 편집인** 농촌진흥청 국립농업과학원 농업공학부장 이강진
- 편집기획** 원광대학교 의과대학 오경재
농촌진흥청 농업인안전보건팀 이경숙
- 편집위원** 원광대학교 의과대학 이영훈, 이재현
농촌진흥청 국립농업과학원 농업인안전보건팀
김경수, 김경란, 조록환, 김효철, 최동필, 최원종, 박수인,
서민태, 안민지, 이민지, 이현경
- 발행처** 농촌진흥청 국립농업과학원 농업공학부 농업인안전보건팀
(54875) 전북 전주시 덕진구 농생명로 310
 농업인**안전**₃₆₅ <http://farmer.rda.go.kr/>
- 인쇄** 디자인미래 Tel. 063-225-2175

Contents

Q1	농업인에게 뇌졸중 건강관리가 중요한가요?	04
Q2	뇌졸중으로 사망하는 농업인은 얼마나 되나요?	05
Q3	농업인 뇌졸중 유병자는 증가하고 있나요?	06
Q4	농업인 뇌졸중은 의료비를 더 지출하나요?	07
Q5	뇌졸중은 어떤 병인가요?	08
Q6	뇌졸중은 어떤 종류가 있나요?	09
Q7	뇌졸중과 중풍은 다른 질병인가요?	10
Q8	뇌졸중 발생 여부를 미리 알 수 있는 방법이 있나요?	11
Q9	뇌졸중의 위험요인은 무엇인가요?	12
Q10	뇌졸중은 고령자에게 잘 생기나요?	13
Q11	뇌졸중은 유전되나요?	14
Q12	농작업이 뇌졸중과 연관되어 있나요?	15
Q13	농업인은 뇌졸중 발생 위험이 높나요?	16
Q14	뇌졸중의 조기증상은 무엇인가요?	18
Q15	농업인은 뇌졸중 조기증상을 얼마나 알고 있나요?	20
Q16	다른 직업에 비해 농업인은 얼마나 알고 있나요?	21
Q17	뇌졸중이 발생하면 어떻게 대처하나요?	22
Q18	뇌졸중은 어떻게 진단하나요?	24
Q19	뇌졸중 치료는 어떻게 하나요?	25
Q20	어떻게 하면 뇌졸중을 예방할 수 있나요?	27

농업인에게 뇌졸중 건강관리가 중요한가요?

농업의 직업적 특성

- + 농업은 작업 양상/행태, 생활환경, 조직구조 등에서 다른 직업과 구별되는 독특한 특성이 존재함
- + 농업인의 뇌졸중 유병률이 다른 직업군에 비해 높음

농촌의 지역적 특성

- + 도시에 비해 농촌은 의료기관(전문병원)까지의 거리가 멀어서 뇌졸중 발생 후 진료까지 시간이 오래 걸림
- + 뇌졸중 질병 정보에 대한 접근성이 낮은 편임

빠르게 고령화되는 농촌/농업인

- + 다른 직업군보다 고령화가 훨씬 빠르게 진행 중임
- + 향후 농업인 뇌졸중 증가가 예상됨



뇌졸중으로 사망하는 농업인은 얼마나 되나요?

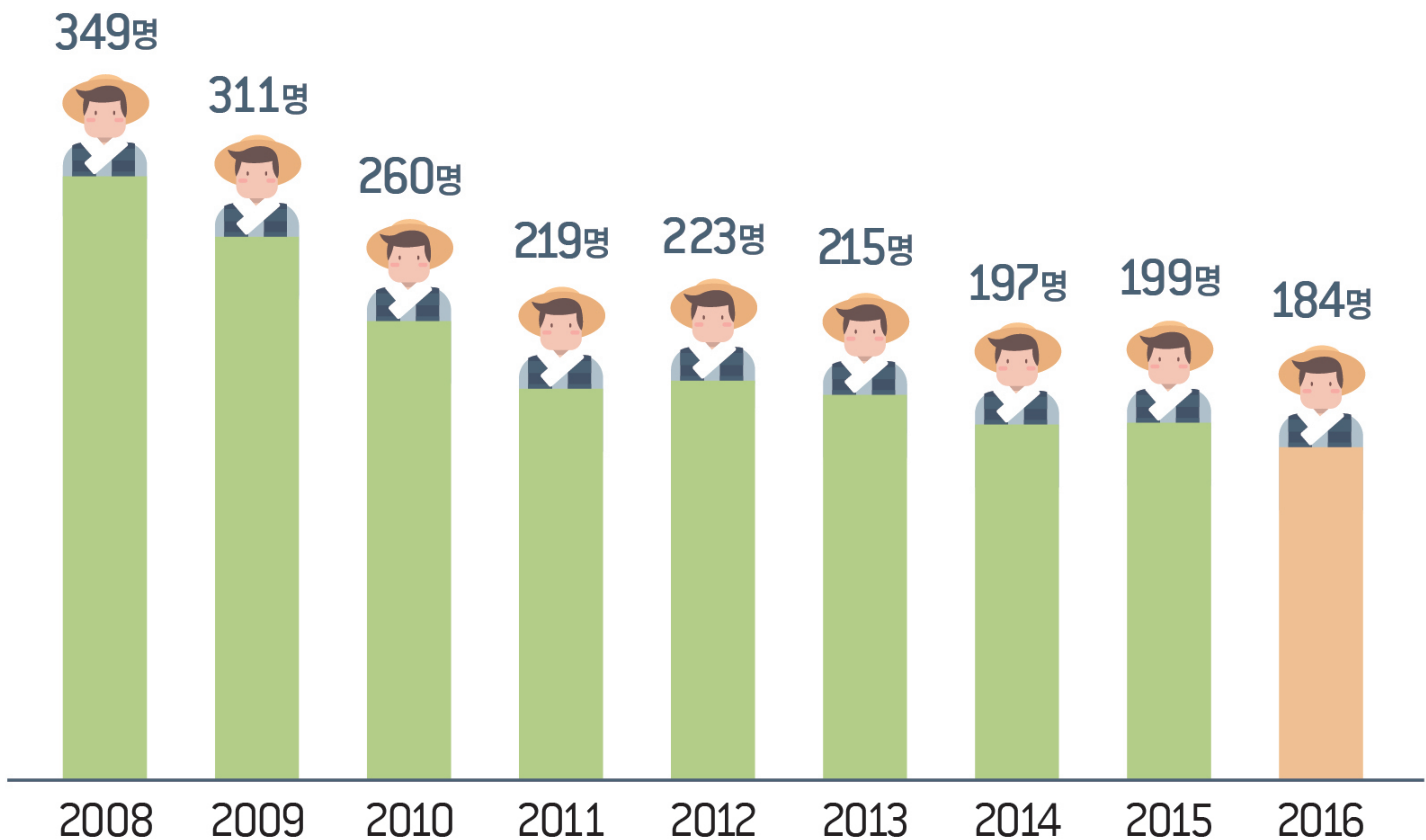


우리나라 뇌졸중 사망자수는 지속적으로 감소
구급차 이용률 증가, 병원까지 도착 시간의 단축, 치료기술의
발전, 조기재활치료 활성화 등으로 사망률과 사망자수 감소 추이



그러나 농업인 뇌졸중 사망자수는 최근

연간 약 200명 수준



* 출처: 사망원인통계 원자료 분석, 2008-2016. 통계청

농업인 뇌졸중 유병자는 증가하고 있나요?



농업인구는 감소하지만 고령 농업인의 증가로

농업인의 뇌졸중 발생률(추정)은 지속 증가 추이



뇌졸중 발생 후 장애를 가지고 살아가는

농업인 뇌졸중 유병자(생존자)는 계속 증가 추이



타 직업에 비해 인구 대비

농업인 뇌졸중 유병자의 비율은 높음

- + 농업인의 뇌졸중 유병자는 **3.7~6.5배**, 현재 뇌졸중 치료자는 **4.6~7.8배** 많음(전문행정관리직 대비)
- + 농업인의 연령표준화유병률(인구 10만 명당)은 5,897명으로 일반 인구집단 4,965명보다 높음(2015년 건강보험 분석)



* 출처: 국민건강영양조사 원자료 (2013-2015) / 지역사회건강조사 원자료(2015) 분석, 질병관리본부 / 건강보험 빅데이터 분석, 연세대학교 원주산학협력단

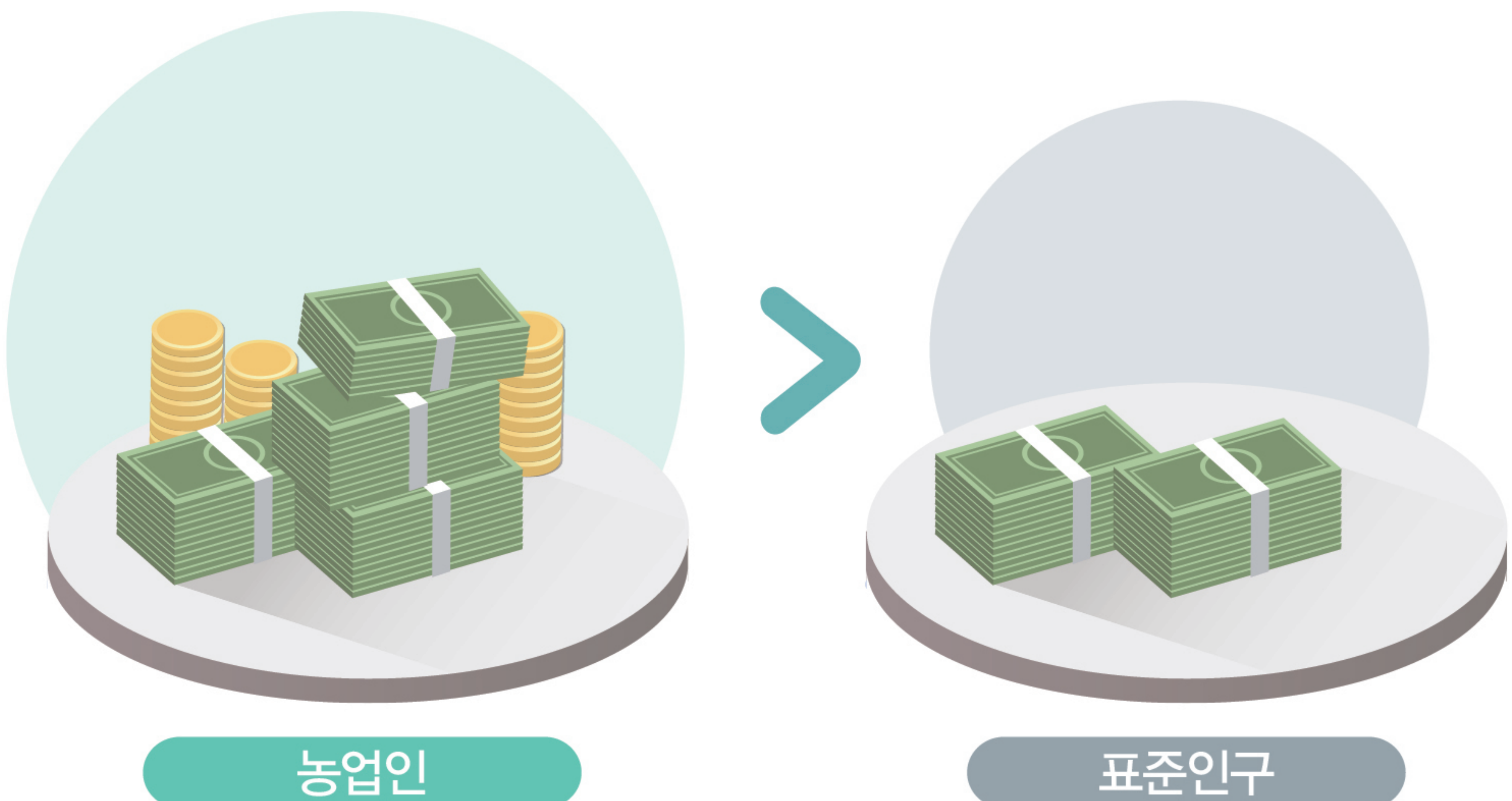
농업인 뇌졸중은 의료비를 더 지출하나요?



동일한 연령대의 표준인구에 비해



**농업인은 뇌혈관계질환의 요양급여비용총액
및 본인부담금을 더 많이 지출함** (2015년 기준)

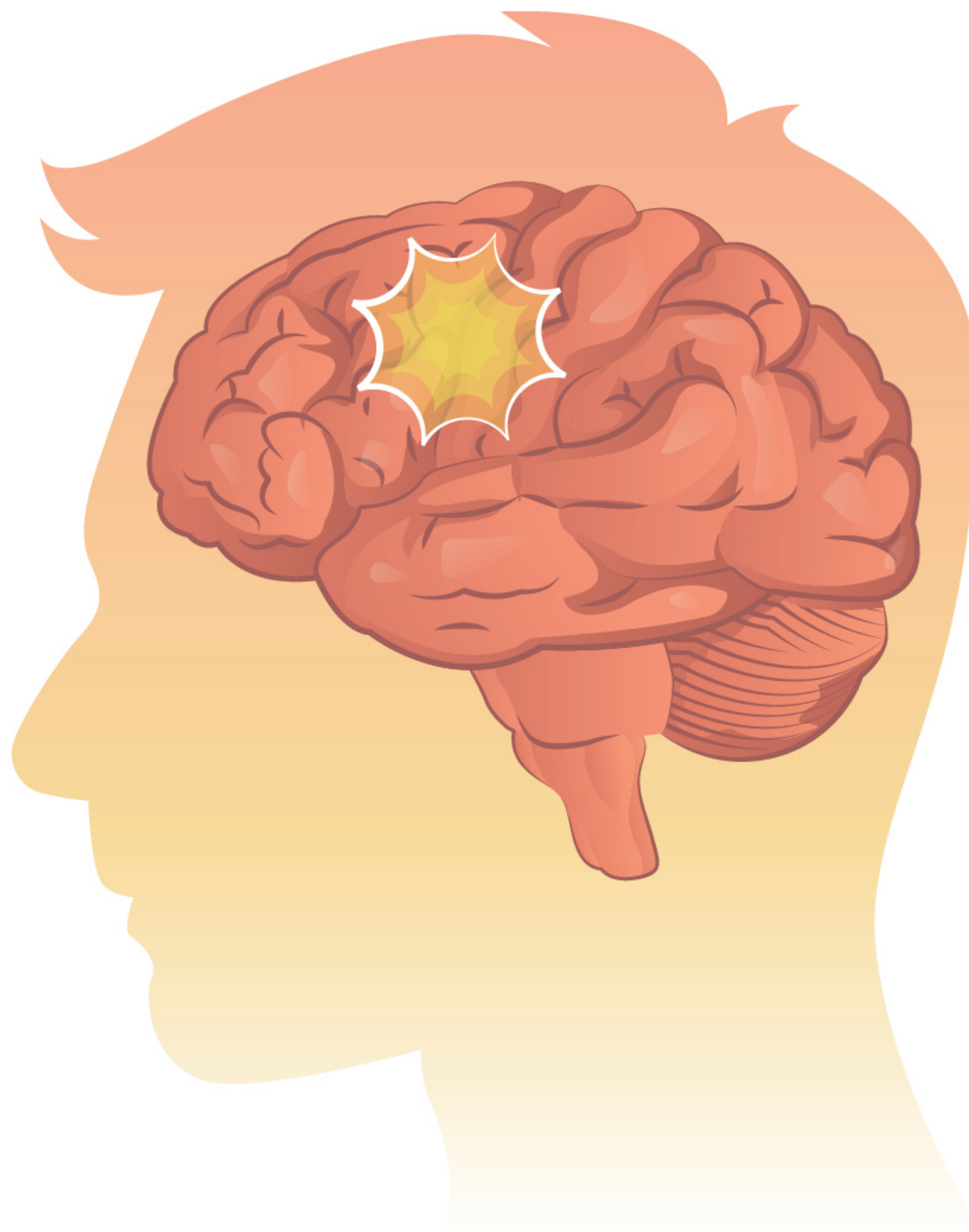
- + **요양급여비용총액(1인당)** 표준인구 대비 농업인은 **3.0배 지출**
- 농업인 7,437,319원 → 표준인구 2,459,950원
- + **본인부담금(1인당)** 표준인구 대비 농업인은 **3.6배 지출**
- 농업인 1,643,930원 → 표준인구 459,963원



* 출처: 건강보험 빅데이터 분석, 연세대학교 원주산학협력단

뇌졸중은 어떤 병인가요?

- 
 뇌졸중(腦卒中)은 **뇌혈관이 막히거나 터져서 발생하는 뇌혈관질환**으로, 뇌 손상 및 그에 따른 신체장애가 나타나는 질환
- 
 뇌졸중은 우리나라에서 전체 사망원인 순위는 4위이지만, **단일질환으로는 사망률 1위**



* 출처: 2018년 사망원인통계, 통계청

뇌졸중은 어떤 종류가 있나요?



뇌졸중 중에 뇌혈관이 막히면 **뇌경색(약 80%)** 이라 하고,
뇌혈관이 터지면 **뇌출혈(약 20%)** 이라고 구분함

뇌경색



• 허혈성 뇌졸중

뇌출혈



• 출혈성 뇌졸중

뇌졸중과 중풍은 다른 질병인가요?

- + 간혹 **중풍(中風)**이라는 한방용어를 사용하는데, 중풍은 뇌졸중 뿐만 아니라 뇌의 이상으로 발생하는 다른 질환을 포함하는 용어임
- + 정의가 명확하지 않고 막연한 병명인 중풍보다는 정확한 용어인 **뇌졸중을 사용**하는 것이 바람직함



뇌졸중 발생 여부를 미리 알 수 있는 방법이 있나요?



주기적으로 뇌혈관검사를 시행 하면 뇌졸중 발생 가능성을 예측할 수 있음

- + 그러나 매번 고가의 영상검사(CT, MRI 등)를 할 수 없으므로 주기적인 **동맥경화증 혈액검사**와 **뇌혈관초음파검사**를 통해 뇌졸중 발생 위험도 평가 가능함
- + 정기적으로 **건강검진**을 받는 것도 하나의 방법임

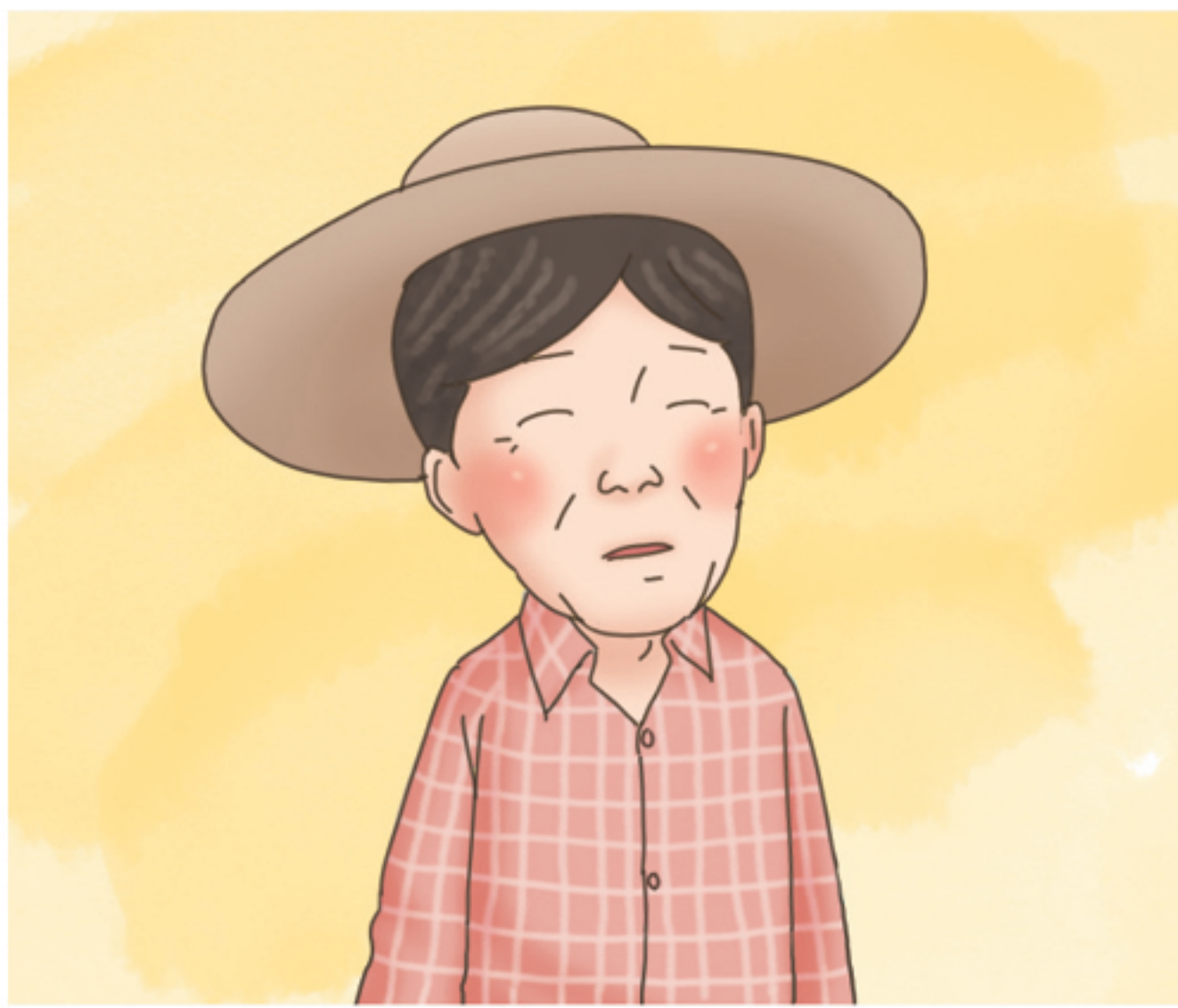


뇌졸중의 위험요인은 무엇인가요?



뇌졸중 발생을 초래할 수 있는 **위험요인은 여러 가지임**

고령



흡연



과음



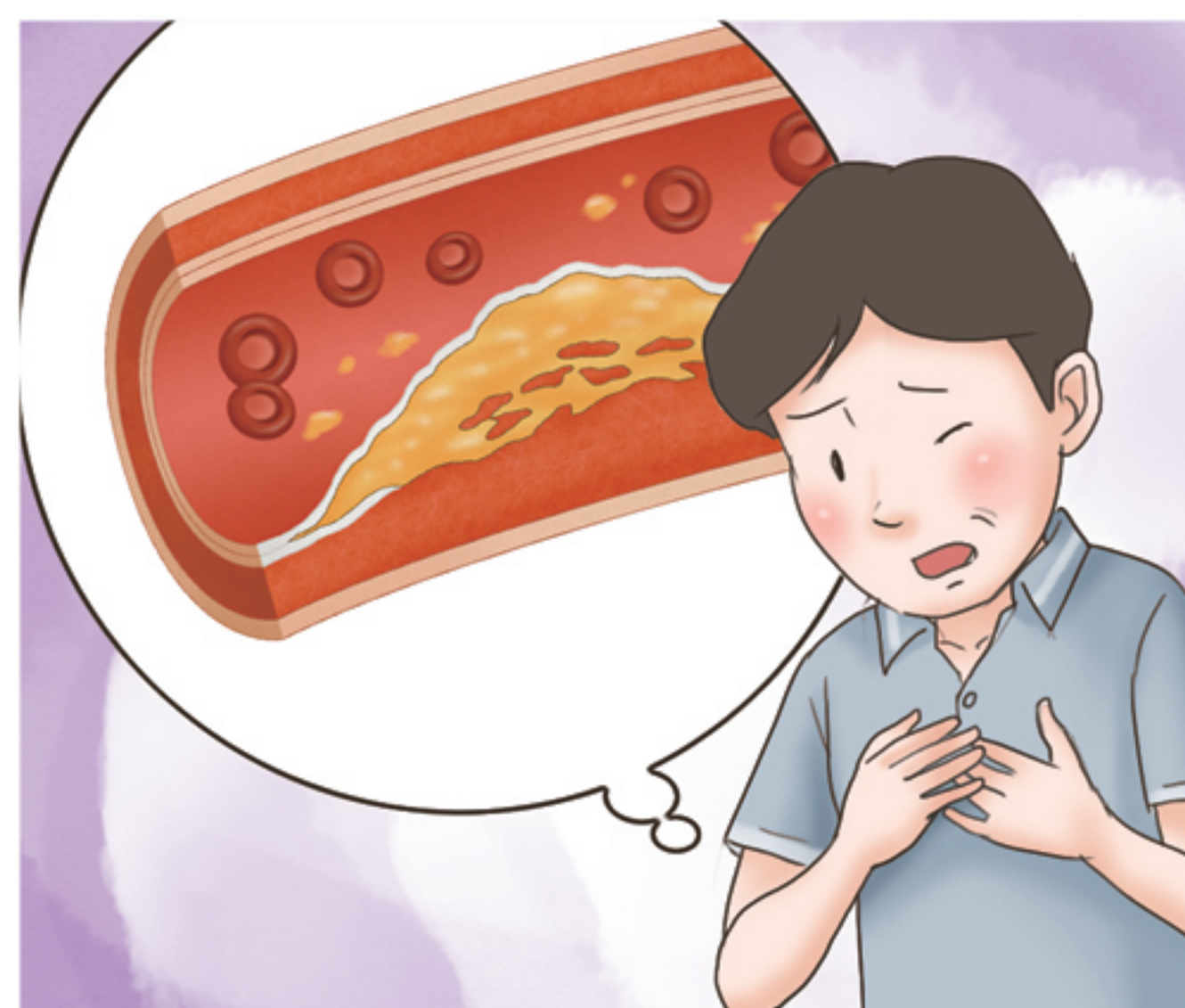
고혈압



당뇨병



고지혈증



비만·운동부족



과로



스트레스

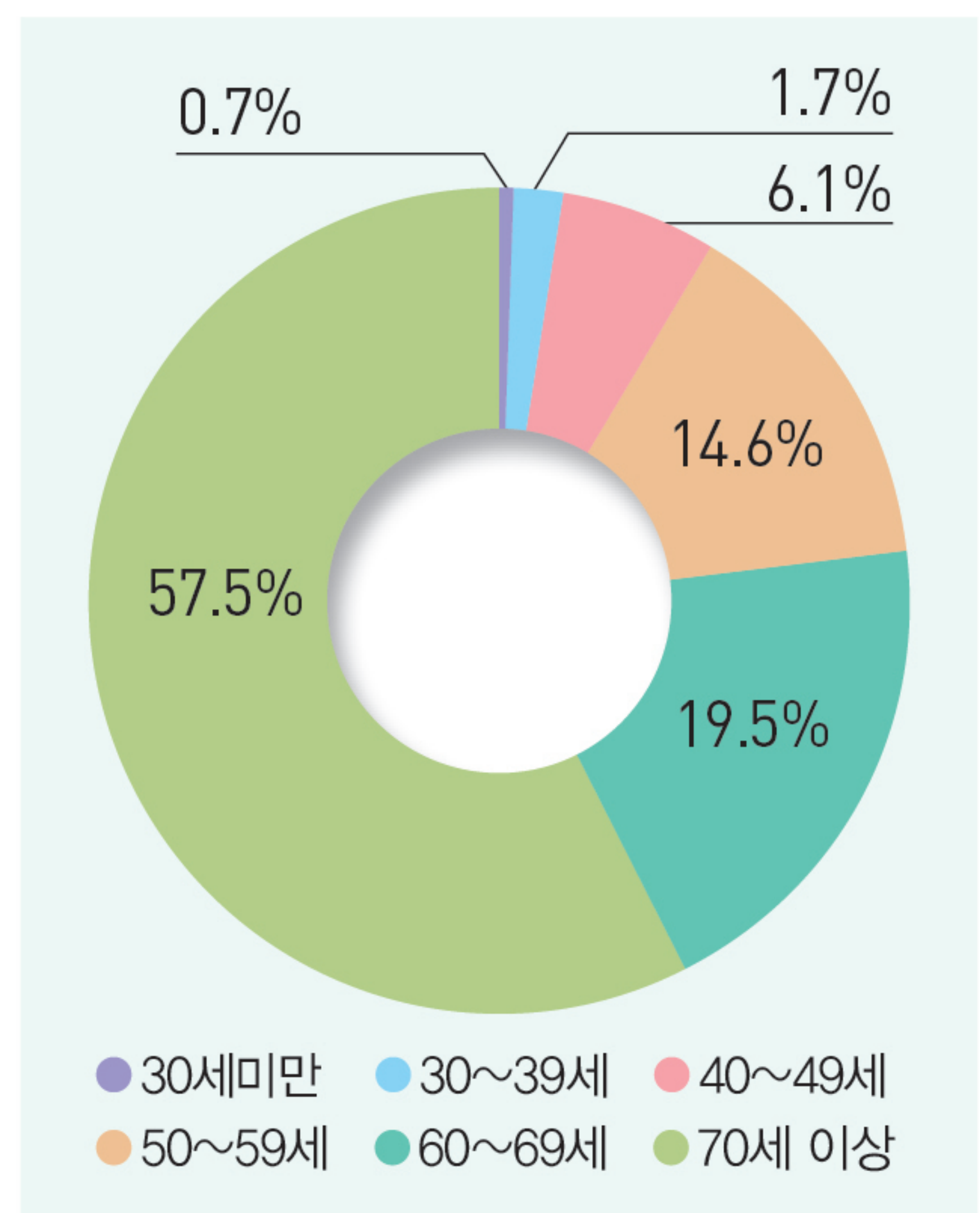
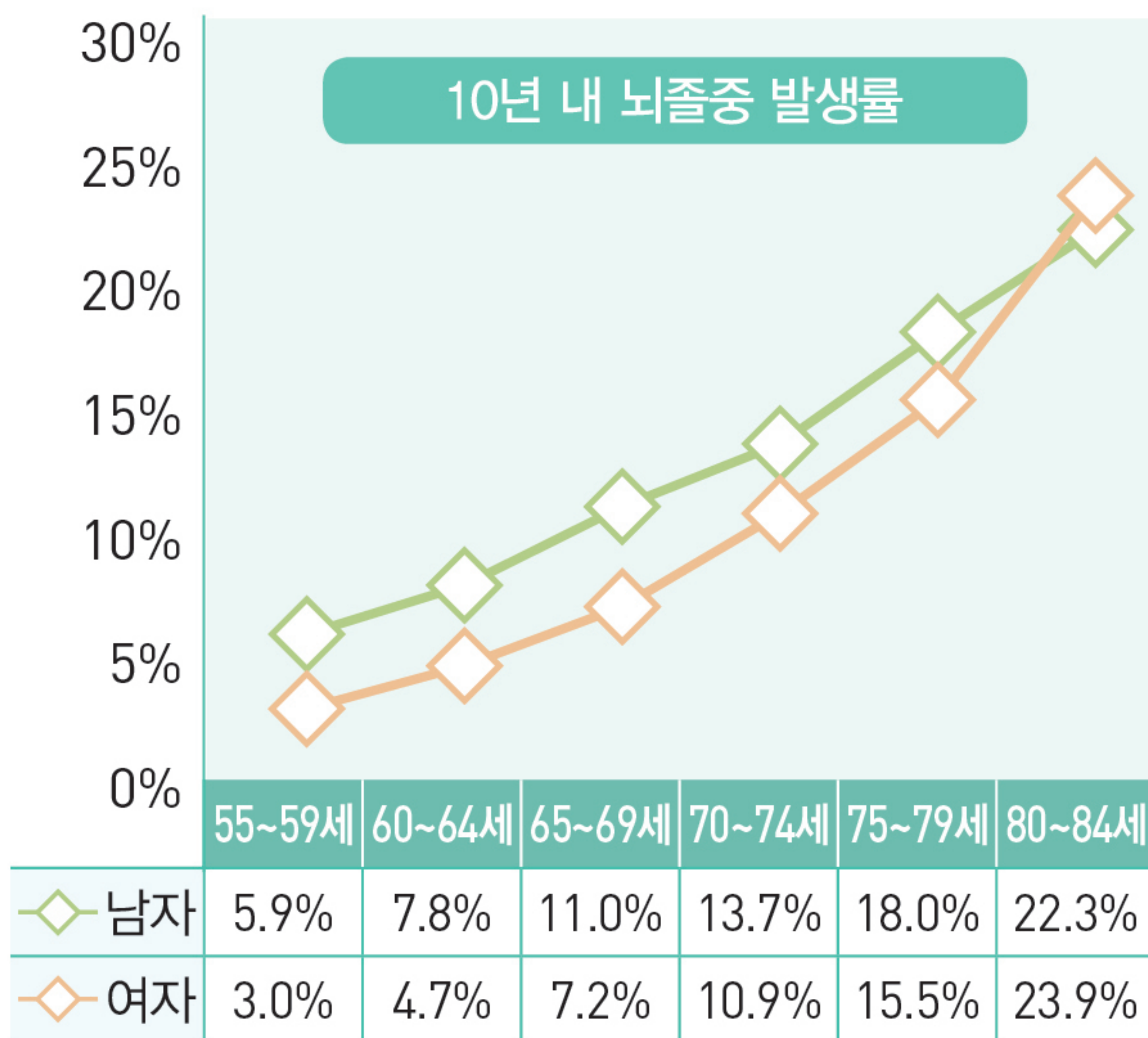


뇌졸중은 고령자에게 잘 생기나요?



뇌졸중은 **고령자에게 잘 생김**

나이가 증가할수록 발생 위험 증가



하지만, 뇌졸중 환자의

약 1/5이 비교적 젊은 연령층(40, 50대)

40, 50대 비교적 젊은 농업인도 뇌졸중 발생 위험성이 있으니 평소 건강관리를 잘 해야 함

* 출처: 2017년 건강보험통계연보, 국민건강보험공단

뇌졸중은 유전되나요?



대부분의 뇌졸중은 **유전되지 않음**

- + 드물게 염색체 이상에 의해 유전되는 경우는 있음
- + 하지만 **직계 가족** 중에 뇌졸중 환자가 있었다면 그렇지 않은 경우에 비해 뇌졸중 발생 위험이 **약 1.5~2배** 증가



농작업이 뇌졸중과 연관되어 있나요?



과도한 농작업이나 새벽부터 늦은 밤까지 오래 일하는 경우 뇌졸중 발생 위험 증가 가능



급격한 농작업 온열환경의 변화 (겨울철 비닐하우스 출입 등)는 뇌졸중 같은 심뇌혈관질환 유발 가능

하지만, 농업인 중 과로로 인한 뇌졸중 발생 위험성을 인지하는 경우는 많지 않음

- 농업인의 약 2/3만 위험성을 인지함



농업인은 뇌졸중 발생 위험이 높나요? ①

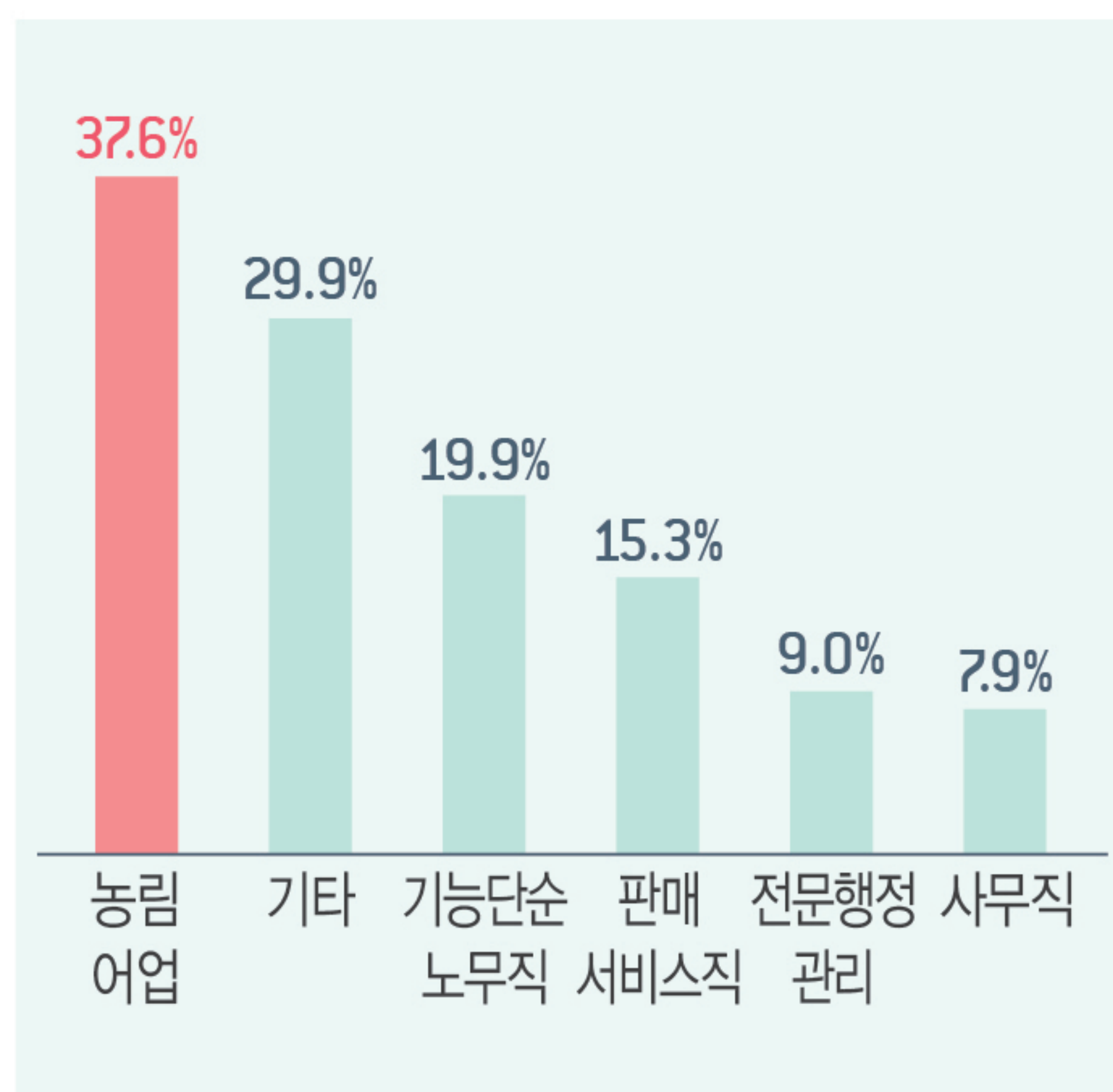


고혈압 진단을 받은 농업인은 **10명 중 4명**

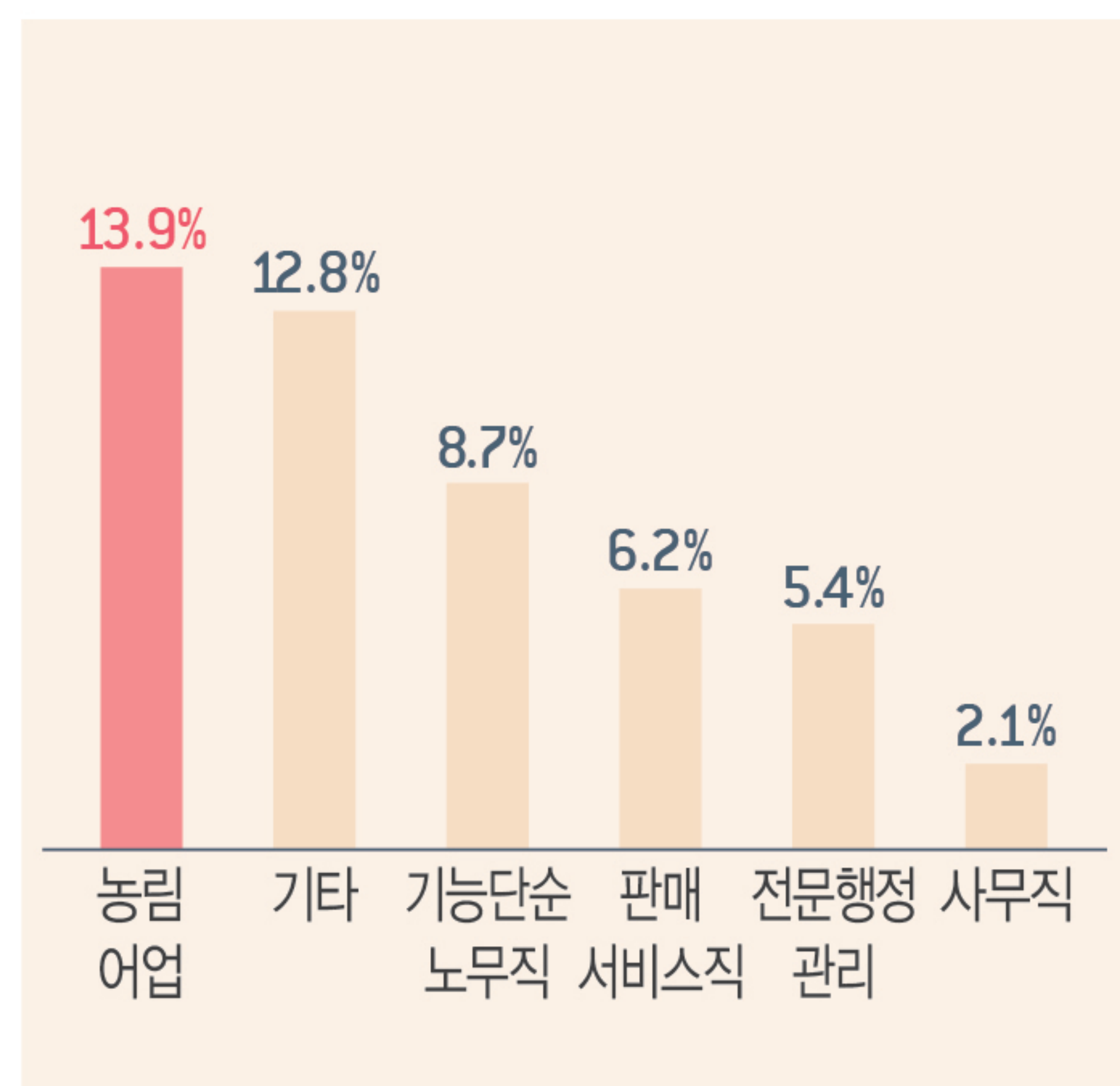


당뇨병 진단을 받은 농업인은 **7명 중 1명**

같은 연령대의 다른 직업군에 비해, 농업인은 **고혈압, 당뇨병** 진단을 받은 비율이 상대적으로 높은 편임



고혈압 진단을 받은 사람의 비율



당뇨병 진단을 받은 사람의 비율

* 출처: 전북지역 농림어업인의 건강현황, 2018. 농촌진흥청/원광대학교

농업인은 뇌졸중 발생 위험이 높나요? ②

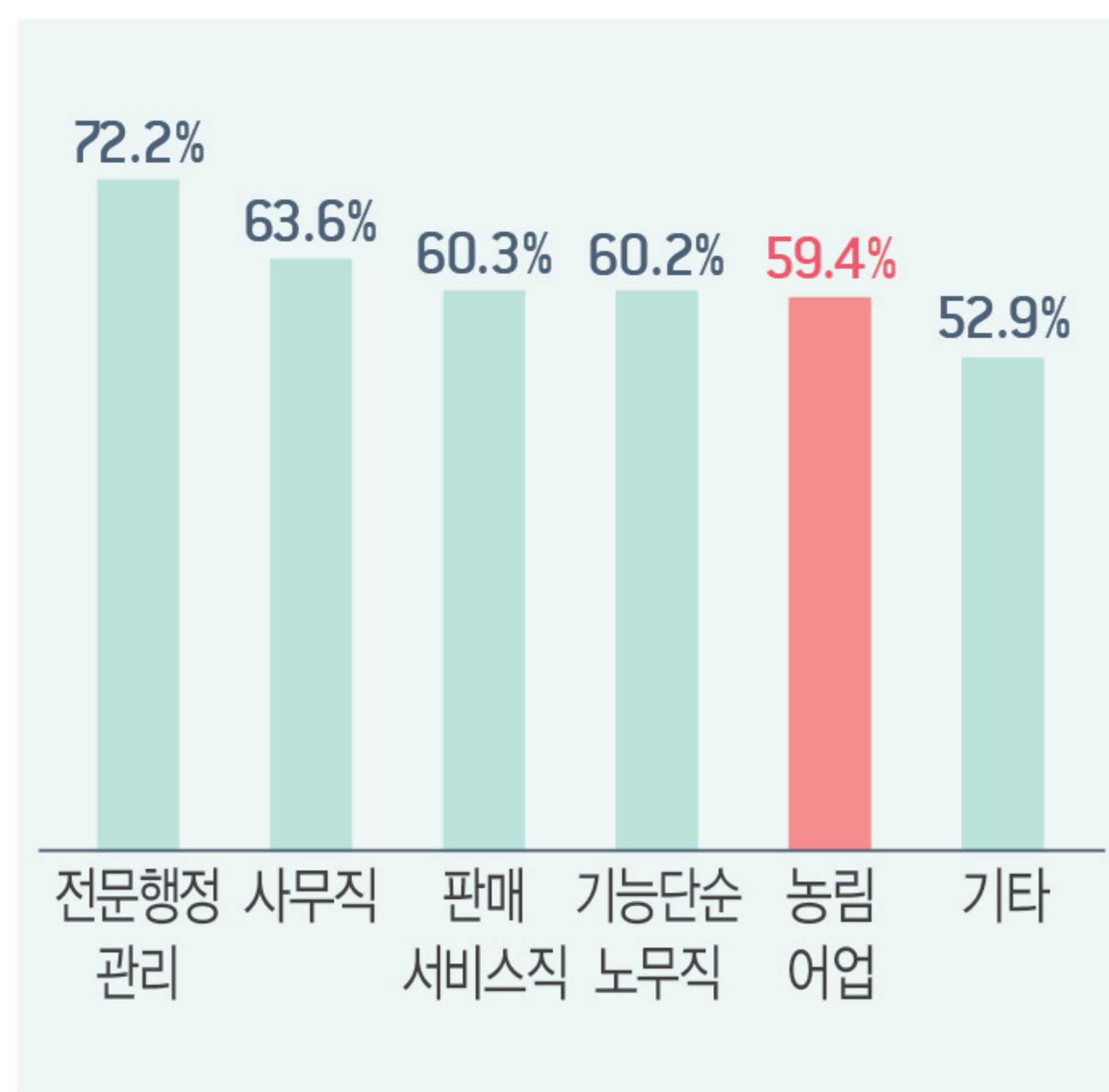


자신의 '혈압' 수치를 알고 있는 농업인은 **10명 중 6명**

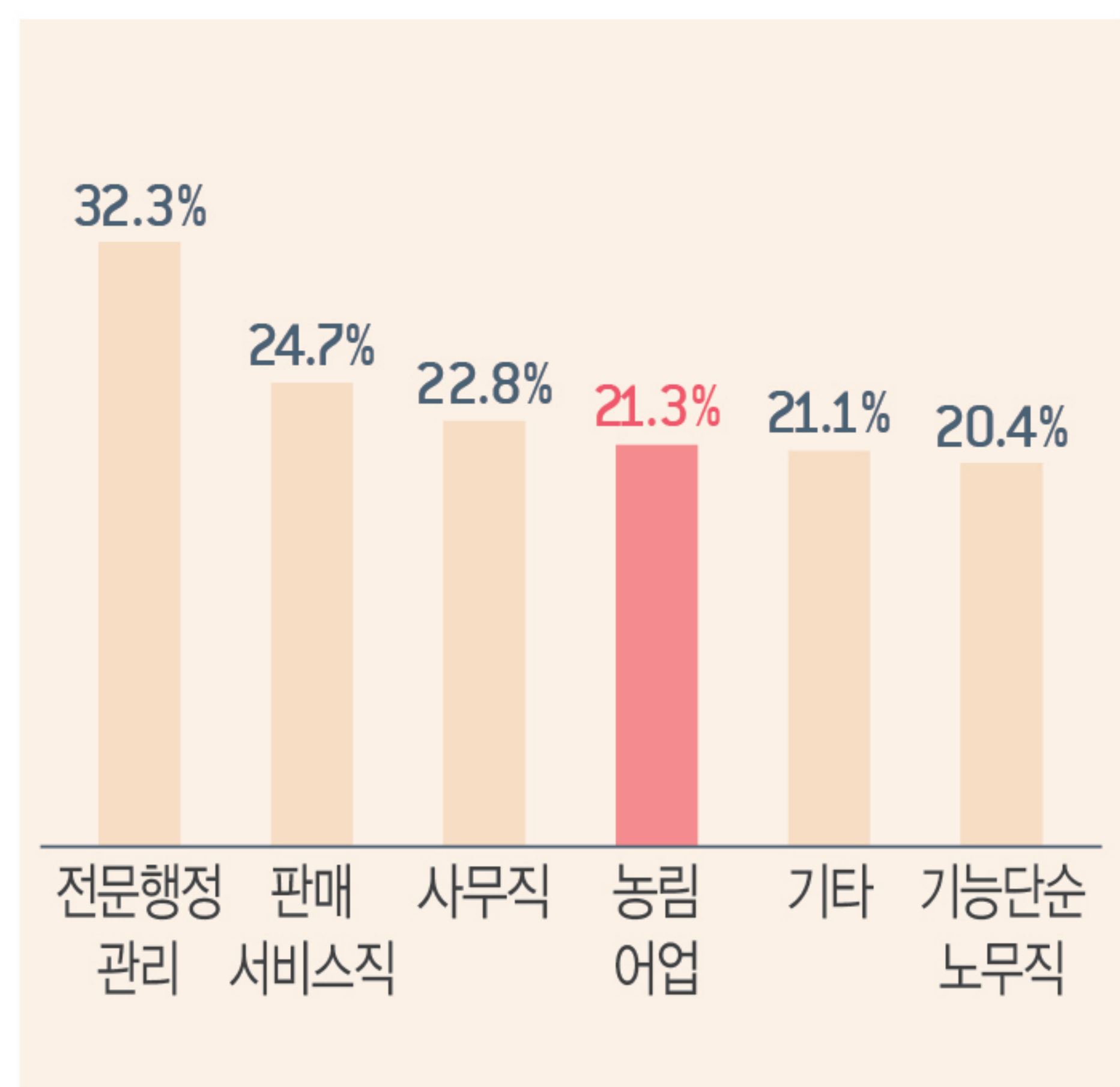


자신의 '혈당' 수치를 알고 있는 농업인은 **10명 중 2명**

같은 연령대의 다른 직업군에 비해, 농업인은 자신의 혈압, 혈당 수치를 알고 있는 비율이 상대적으로 낮은 편임



자신의 혈압 수치를 알고 있는 비율



자신의 혈당 수치를 알고 있는 비율

* 출처: 전북지역 농림어업인의 건강현황, 2018. 농촌진흥청/원광대학교

뇌졸중의 조기증상은 무엇인가요? ①

가장 흔한 뇌졸중 증상은 **'한쪽마비'**

01 한쪽마비

- + 갑자기 한쪽 팔, 다리에 힘이 빠지거나 움직이기가 어렵습니다.
- + 갑자기 한쪽 얼굴에 감각이 없고 멍멍한 느낌이 듭니다.



뇌졸중의 조기증상은 무엇인가요? ②

+ 그 밖에도 뇌졸중은 **다양한 증상**으로 나타날 수 있음

02 언어장애

갑자기 발음이 어눌해지거나, 말이 제대로 나오지 않거나, 다른 사람의 말을 이해하지 못합니다.



03 어지럼증

갑자기 어지럽거나 중심을 잡지 못하고 휘청거립니다.



04 시각장애

갑자기 한쪽 또는 양쪽 눈이 잘 보이지 않거나 물체가 여러 개로 겹쳐서 보입니다.



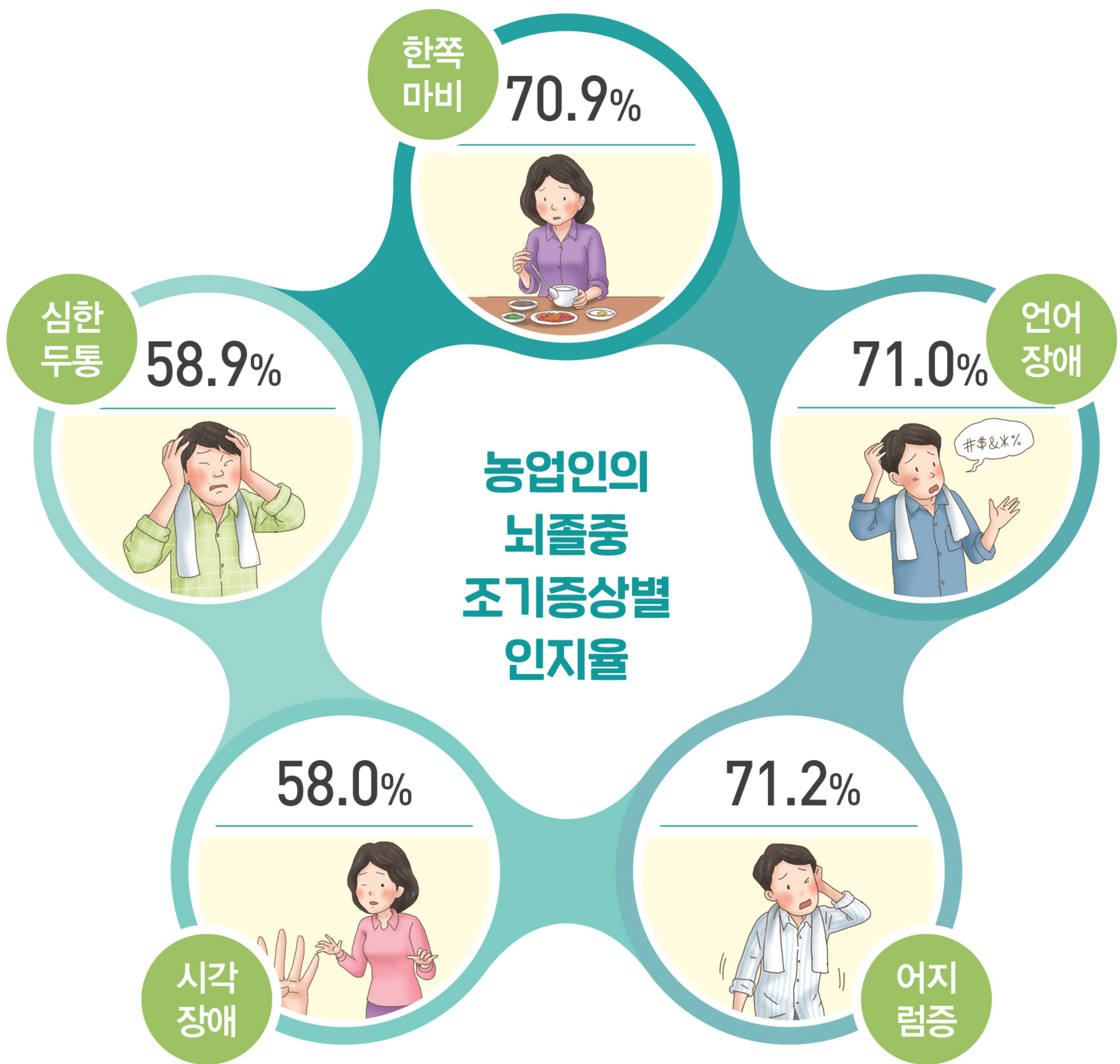
05 심한 두통

갑자기 머리가 번개나 망치로 맞은 것처럼 아주 심하게 아픕니다.



농업인은 뇌졸중 조기증상을 얼마나 알고 있나요?

+ 뇌졸중 조기증상들이 무엇인지 알고 있는 농업인의 비율은 다음과 같음



* 출처: PLoS ONE, 2019;14(6):e0218608. Differences in the awareness of stroke symptoms and emergency response by occupation in the Korean general population

다른 직업에 비해 농업인은 얼마나 알고 있나요?



뇌졸중의 조기 증상에 대해 잘 알고 있는 농업인은

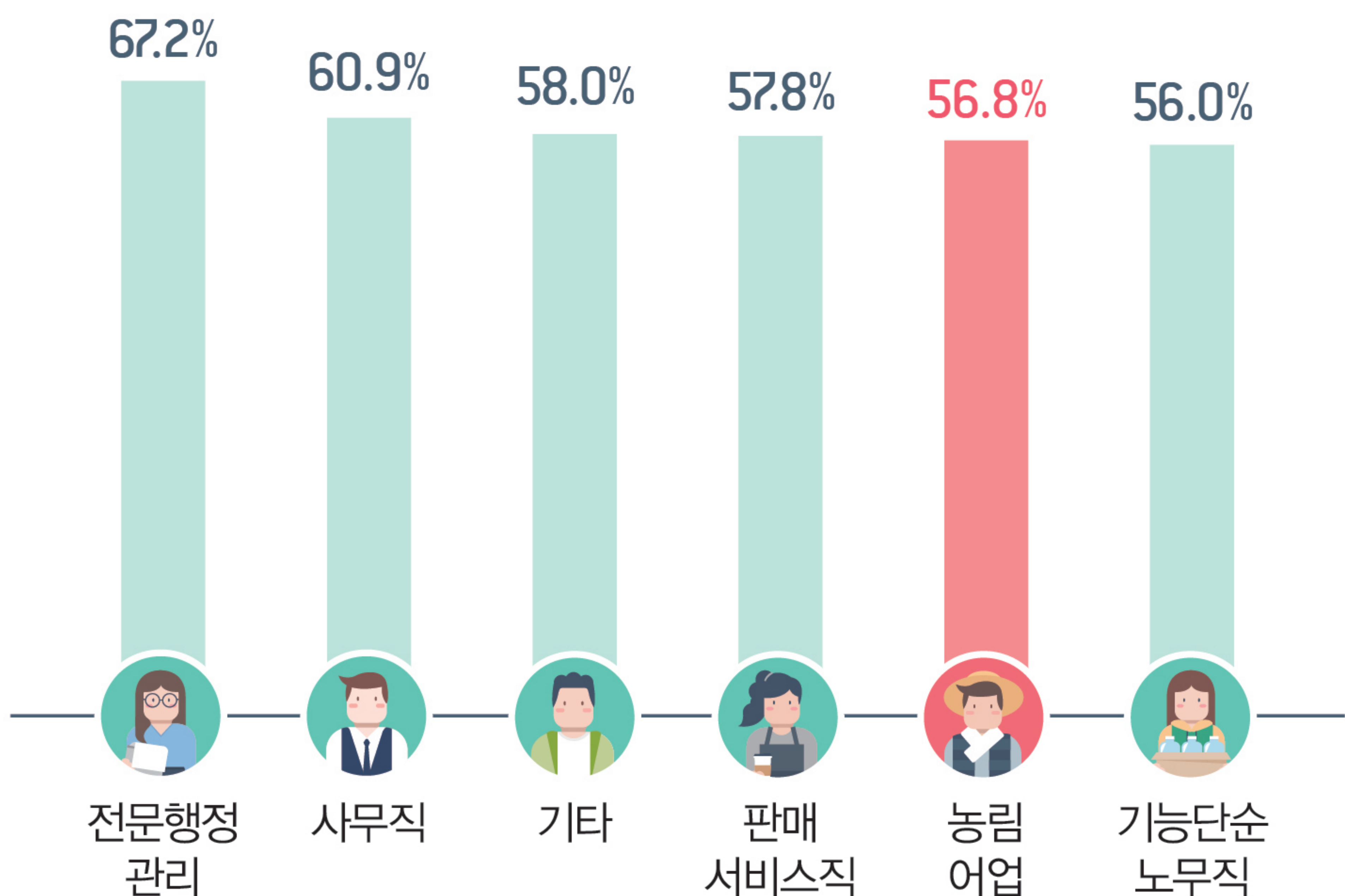
10명 중 5~6명

* 뇌졸중 5개 조기증상을 모두 알고 있는 경우



같은 연령대의 다른 직업군과 비교해보면,

**뇌졸중 조기증상을 잘 알고 있는 비율이
농림어업인에서 낮은 편임**



* 출처: 전북지역 농림어업인의 건강현황, 2018. 농촌진흥청/원광대학교

뇌졸중이 발생하면 어떻게 대처하나요? ①



뇌졸중 증상이 생기면 **즉시 119로 전화**

- + 119는 급성기 뇌졸중 치료가 가능한 병원을 알고 있음
- + 상황에 따라 응급의료 전용헬기(닥터헬기) 출동 가능



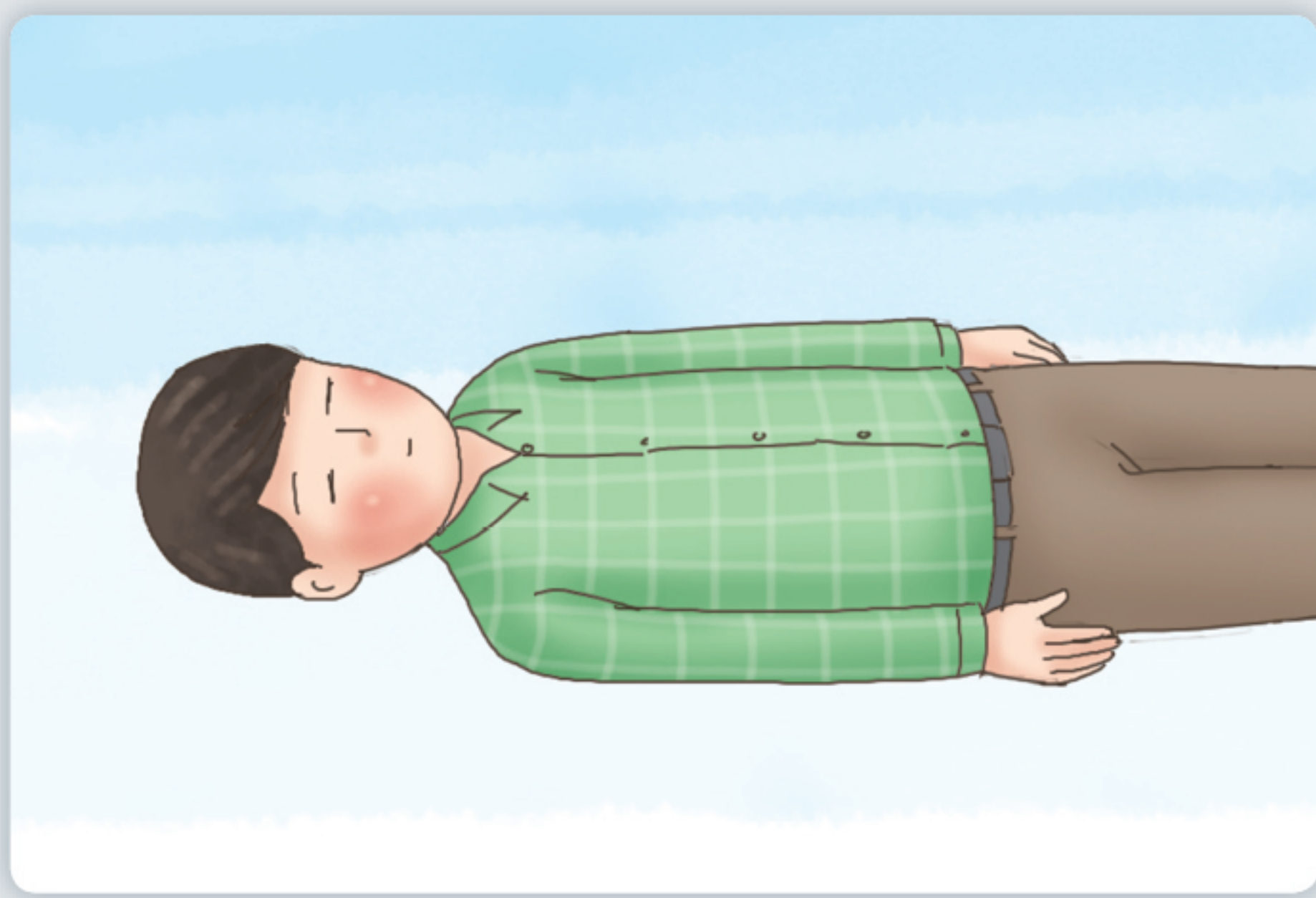
환자를 최대한 빨리 가까운 **전문병원 응급센터로 이송**

- + 뇌졸중 발생 시부터 병원에 도착하기까지의 **경과된 시간**이 회복에 절대적 영향을 미침



뇌졸중이 발생하면 어떻게 대처하나요? ②

올바른 대처법

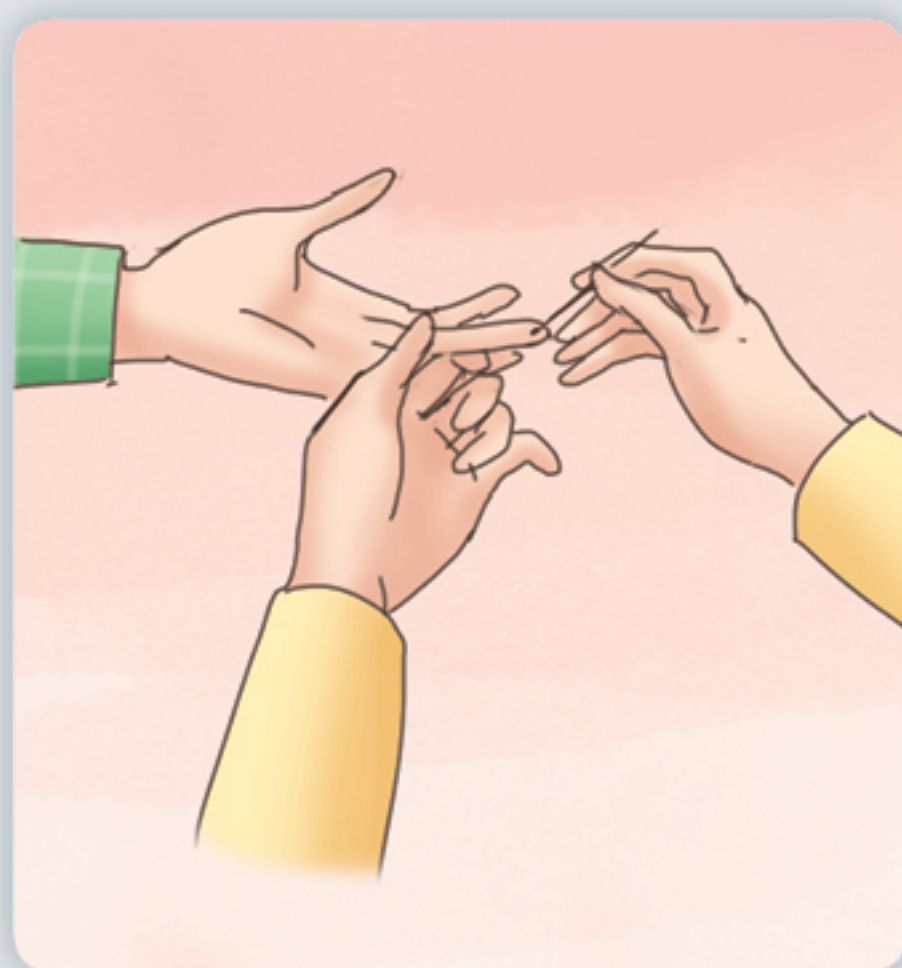


평평한 바닥에 편안히 눕힙니다.



몸을 조이는 단추나 허리 띠 등을 풀어줍니다.

잘못된 대처법



손을 따거나
침을 놓습니다.



뺨을 때리거나
심하게 흔들어
깨웁니다.



물이나 청심환을
먹입니다.



팔다리를 주무르
면서 좋아지기를
기다립니다.
(시간허비)

뇌졸중은 어떻게 진단하나요?



응급센터에 도착하면 의료진이 뇌졸중 **발생 시간 확인**



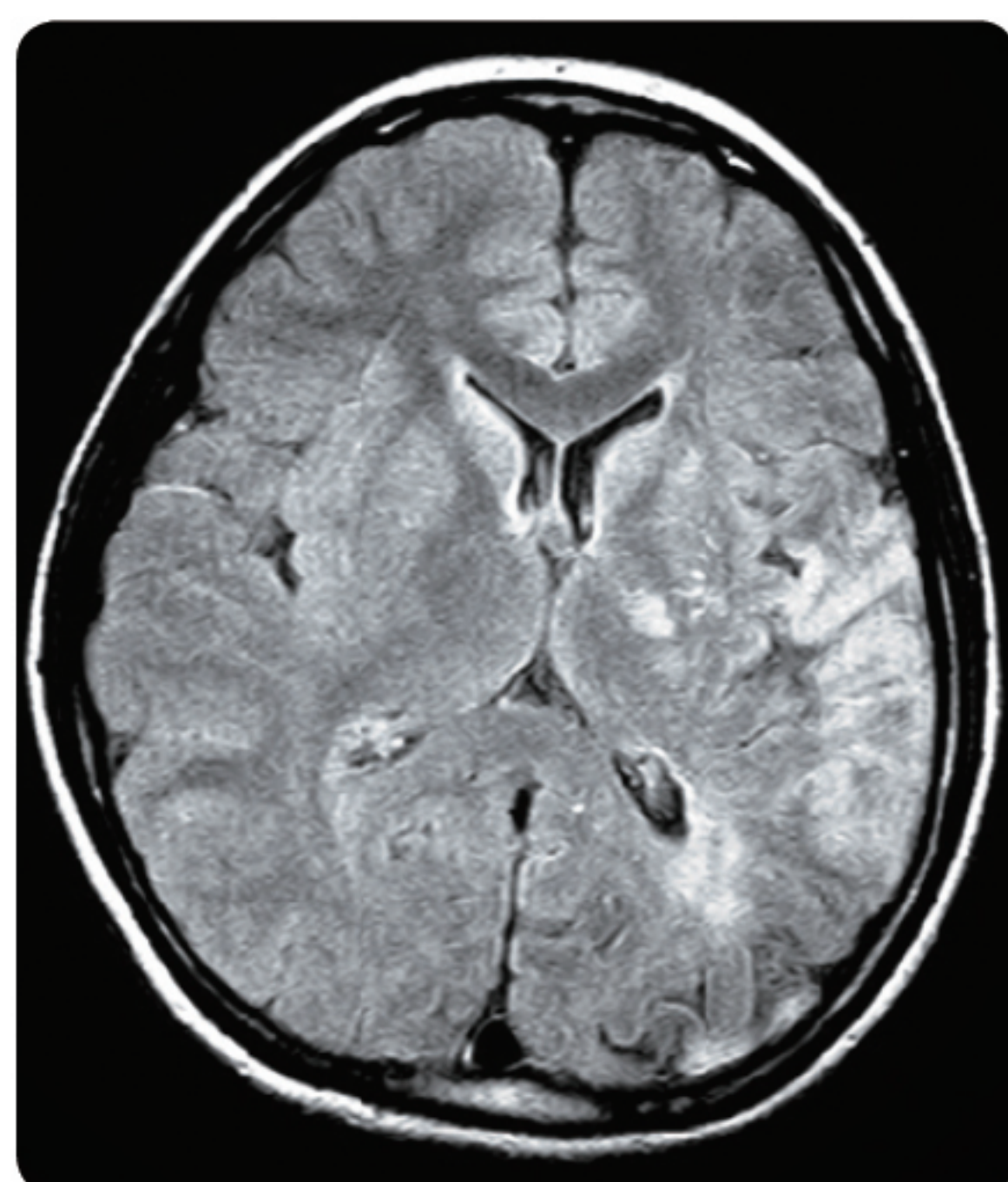
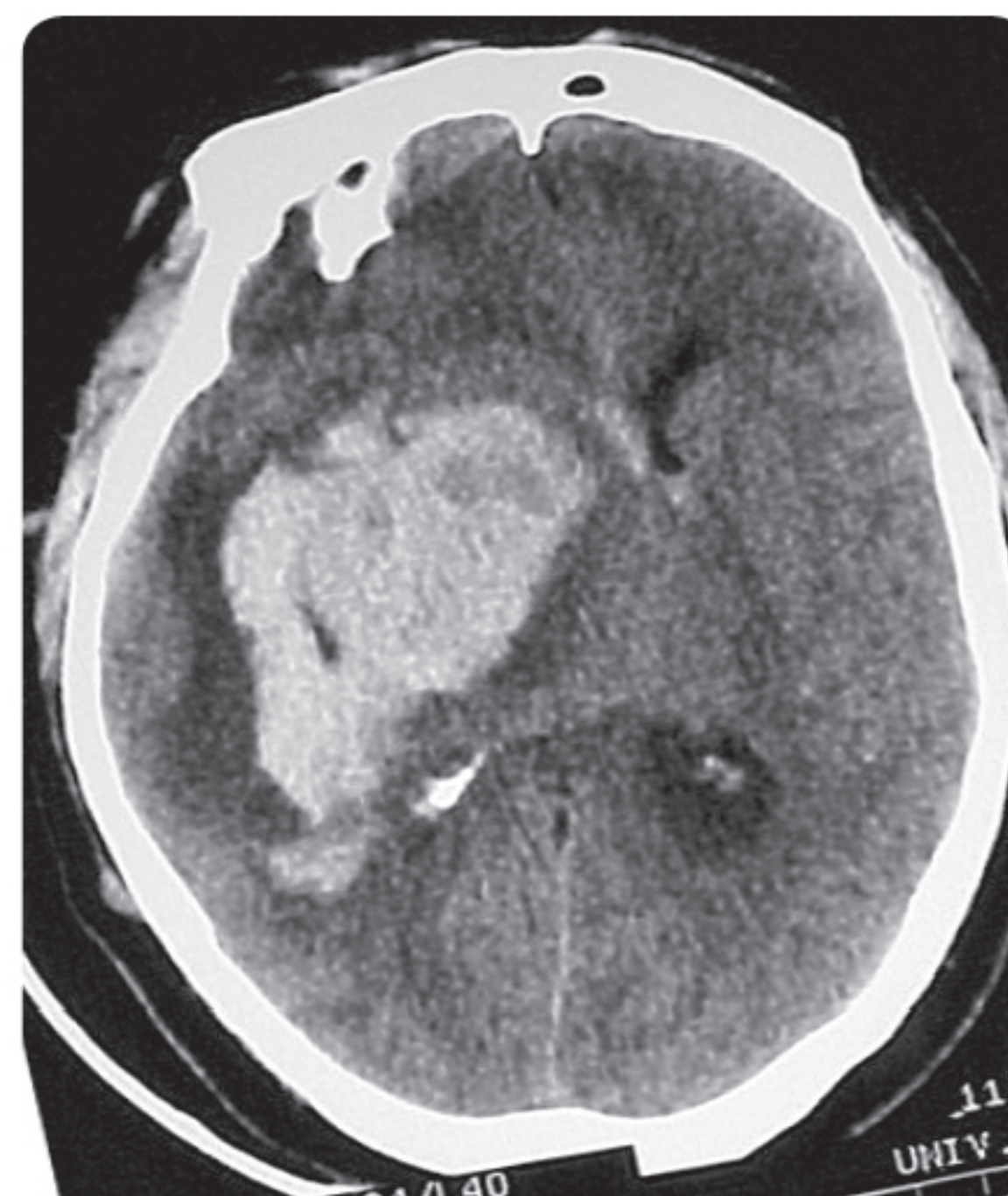
먼저 **컴퓨터 단층촬영(CT)** 을 통해 뇌졸중 유무와 종류 (뇌경색, 뇌출혈) 확인

혈액검사, 소변검사, 심전도검사 등을 실시하며, 신경학적 결손 중증도(NIHSS)로 환자 상태 평가



정확한 병변 확인을 위해

뇌/뇌혈관 자기공명영상(MRI, MRA) 추가 실시



뇌졸중 치료는 어떻게 하나요? ①

1 뇌경색 치료



증상 발생 3시간 이내

정맥을 통해 **혈전용해제**를 주사하여 혈전을 녹이게 되며 상당한 치료효과가 있습니다.



시술 전



시술 후



증상 발생 3~6시간 이내

동맥을 통해 **혈전용해술**을 시행합니다.



시술 전



시술 후



증상 발생 6시간 이후

여러 가지 약물(항혈소판제, 항응고제 등)을 사용하여 뇌경색 악화를 막는 치료를 합니다.

뇌졸중 치료는 어떻게 하나요? ②

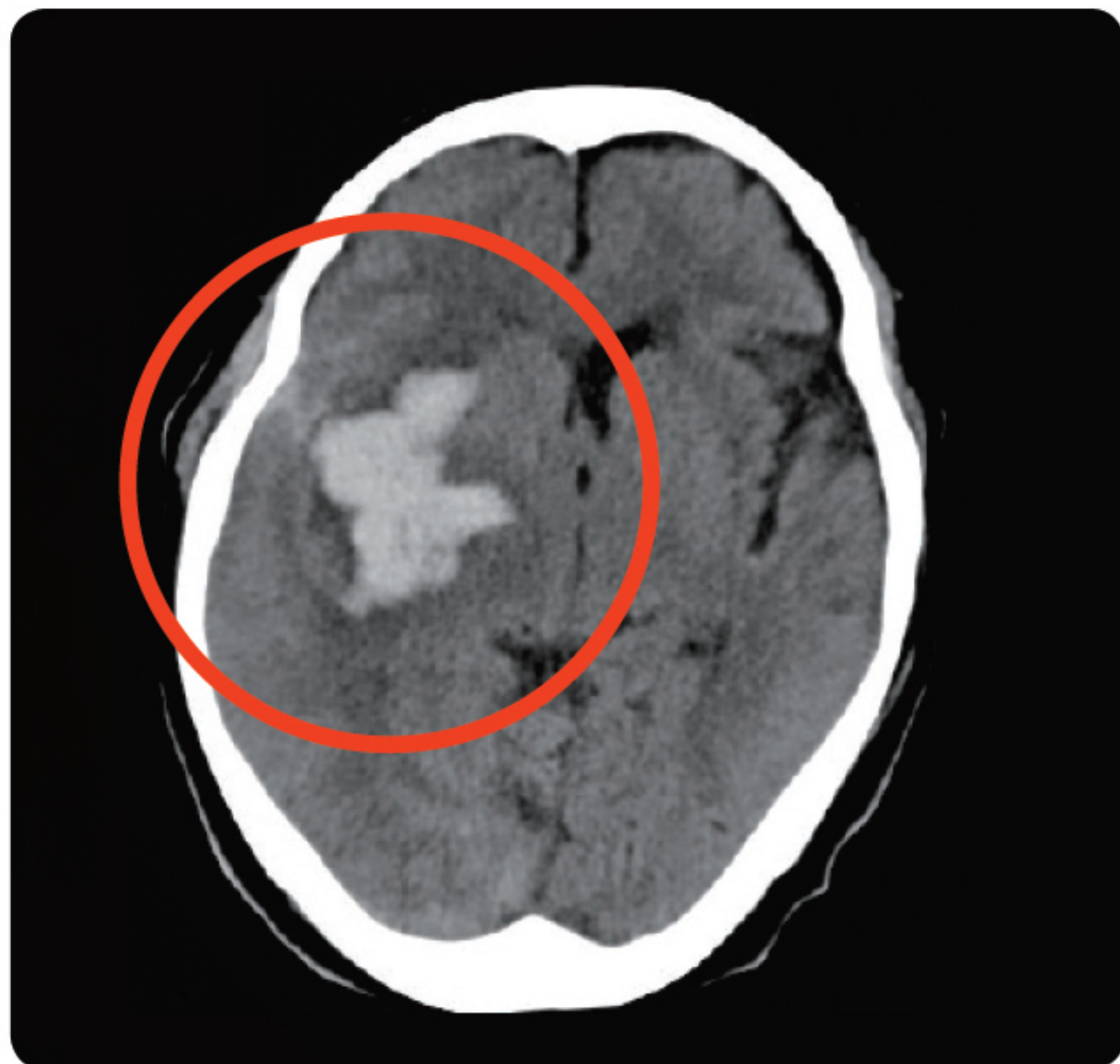
2 뇌출혈 치료



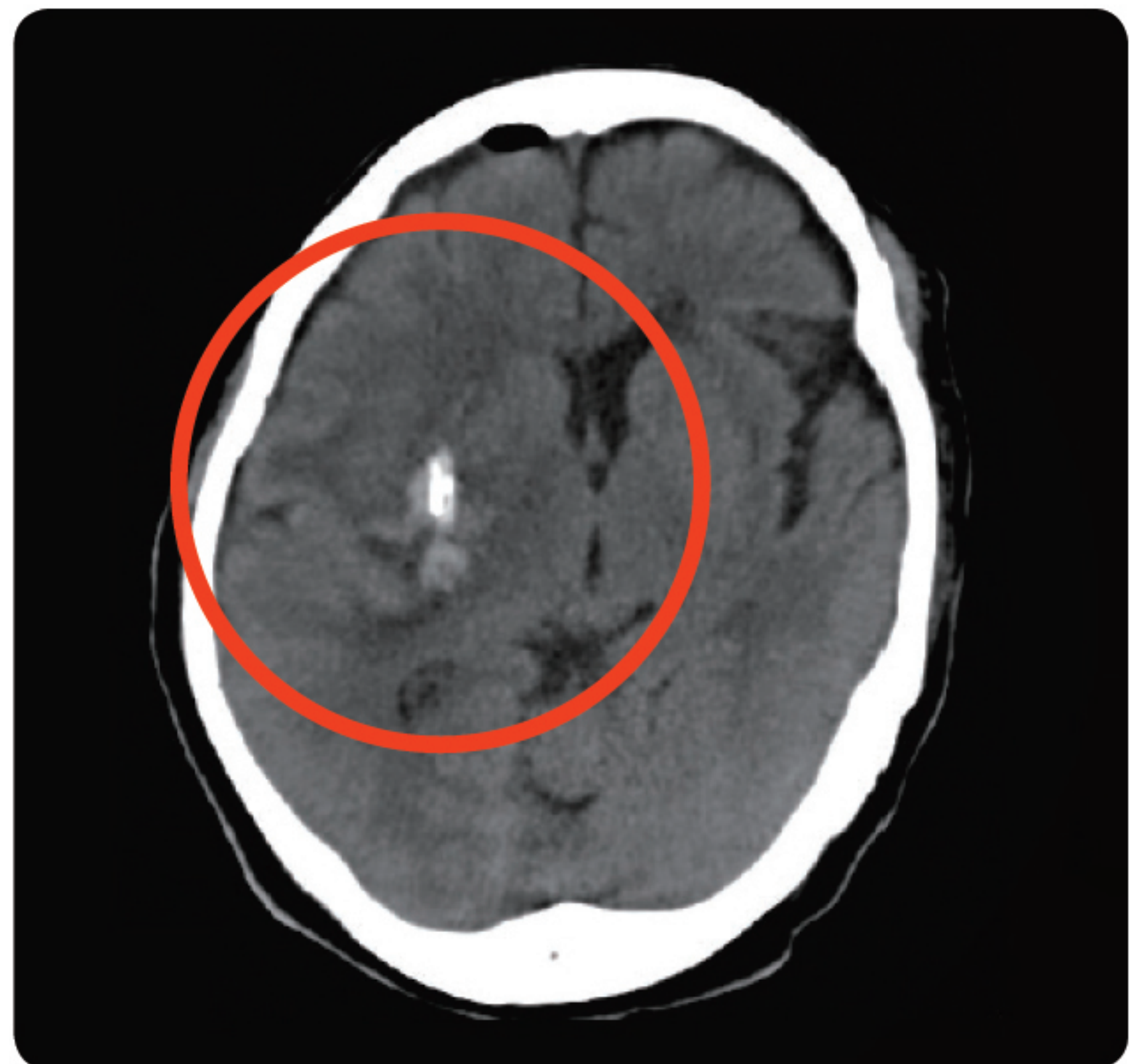
출혈부위, 원인, 출혈량 등 환자 상태에 따라

약물치료 또는 수술치료 시행함

- + 출혈량이 적으면 입원해서 혈액이 흡수될 때까지 약물 치료를 시행합니다.
- + 출혈량이 많거나 혈관 촬영에서 이상소견이 발견되면 수술을 시행합니다.



수술 전 뇌출혈 환자의
뇌CT



도관을 통해 뇌출혈 배액 후
뇌CT(출혈량이 현저히 감소)

어떻게 하면 뇌졸중을 예방할 수 있나요? ①

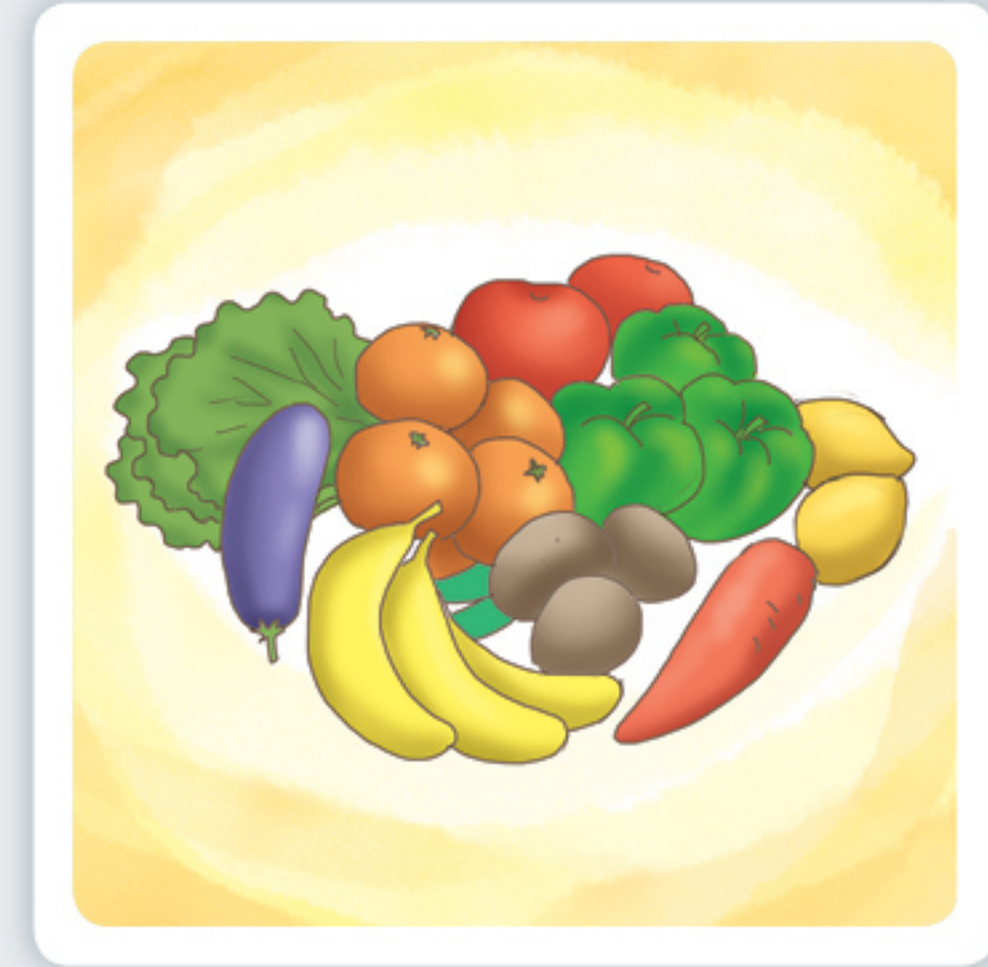


01

반드시 금연



02

절주(하루 1~2잔
이하)

03

싱겁게 골고루 먹기



04

매일 30분
이상 운동

05

적정 체중과
허리둘레 유지

06

스트레스를 줄이고
즐겁게 생활하기

어떻게 하면 뇌졸중을 예방할 수 있나요? ②



07

혈압, 혈당,
콜레스테롤
정기적 측정



08

고혈압, 당뇨병,
이상지질혈증
(고지혈증) 치료



09

뇌졸중 응급증상
숙지하고, 발생 즉시
병원 이송



10

혼자 과도한
농사일 참가하기



11

늦은 밤 시간
까지 오랫동안
농사일 하지 않기



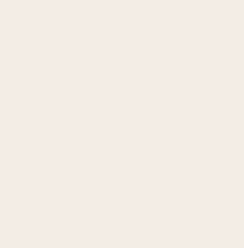
12

환절기(특히
새벽) 농작업
활동 주의



13

농작업
시작 전 가벼운
스트레칭



농업인이 궁금한

20가지 묻고 답하기

뇌졸중 이야기



농촌진흥청
국립농업과학원



원광대학교