질병관리본부
KCDC

겨울철,
심근경색 & 뇌졸중
조심하세요!



질병관리본부
KCDC

심근경색은 무엇인가요?

심장근육에 혈액을 공급하는
혈관인 **관상동맥이 혈전(피떡)**에 의해
갑자기 막혀서 심장근육이 죽어
사망에 이르는 질환입니다.





뇌졸중은 무엇인가요?

뇌에 혈액을 공급하는
혈관이 막히거나(뇌경색) 터져서(뇌출혈)
사망에 이르거나 뇌 손상으로 인한
신체장애가 나타나는 질환입니다.

질병관리본부
KCDC

심근경색과 뇌졸중의 증상은 무엇일까요?

심근경색 조기증상


갑작스런 가슴 통증


식은땀 구토 현기증


호흡곤란


통증 확산

뇌졸중 조기증상


한쪽 마비


갑작스런 언어장애


갑작스런 시야장애


갑작스런 어지럼증


갑작스런 심한 두통

질병관리본부
KCDC

심근경색이 발생하면 어떻게 하나요?

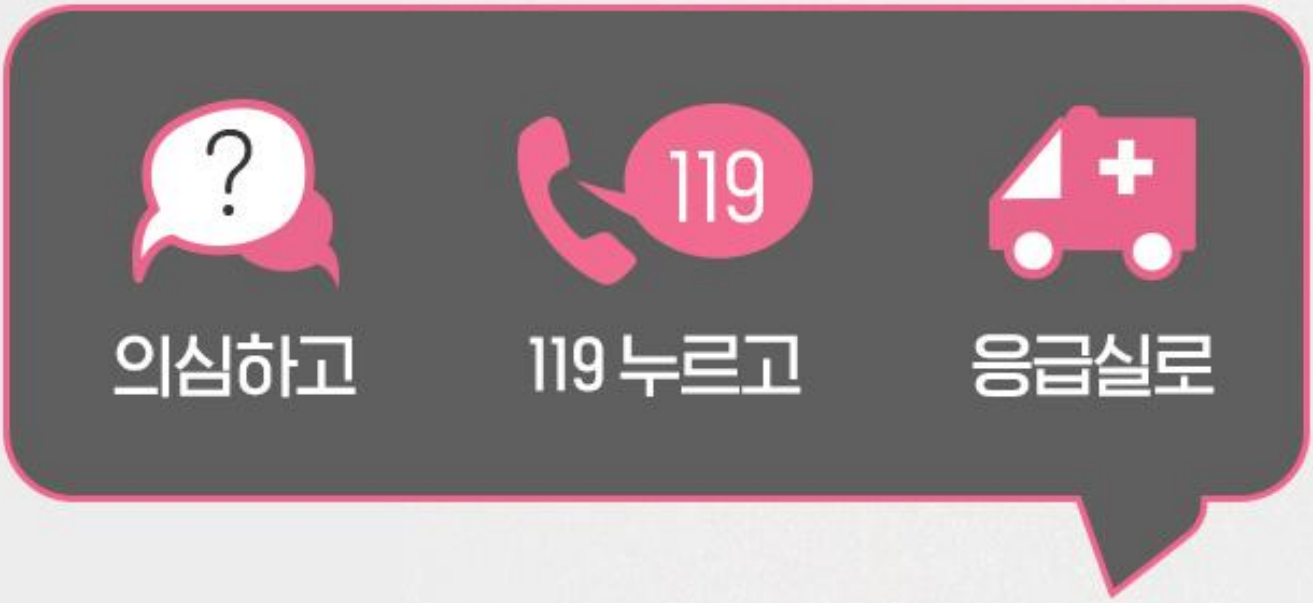
즉시 119에 도움을 요청하세요.
가장 가깝고 큰 **병원 응급실**로 가세요.
직접 운전하는 것은 **위험**합니다.

뇌졸중이 발생하면 어떻게 하나요?

즉시 119에 도움을 요청하세요.
가장 가깝고 큰 **병원 응급실**로 가세요.
환자가 토할 땐 고개를 옆으로 돌려주세요.

가족이 올 때까지 **기다리지 마세요.**
증상이 그냥 지나갈 거라고 생각하지 마세요.
야간이나 주말이라고 **외래 진료시까지 기다리지 마세요.**
다리를 **주무르거나 바늘로 손발 끝을 따지 마세요.**
의식이 혼미한 환자에게 **물이나 약을 먹이지 마세요.**
정신 차리게 하려고 **찬물을 끼얹거나 뺨을 때리지 마세요.**

질병관리본부
KCDC



심근경색과 뇌졸중은 **시간이 생명**입니다.
증상이 발생하면 최대한 빨리,
큰 병원 응급실로 가시길 바랍니다.

질병관리본부
KCDC

심뇌혈관질환 예방관리를 위한 **9대 생활수칙**



금연



절주



건강한 식단



적절한 운동



적정체중 유지



스트레스 줄이기



정기적인 혈압, 혈당,
콜레스테롤 수치 측정



고혈압, 당뇨병,
이상지질혈증 치료



응급 증상 숙지,
발생 즉시 병원으로