

고혈압 환자의 자가 혈압 측정 방법에 관한 설문 조사

이동률, 배우경, 박상민, 김규남, 조비룡

서울대학교 의과대학 가정의학교실

연구 배경: 자가 혈압 측정의 장점은 기존 연구들을 통해 널리 알려져 있다. 하지만, 고혈압 환자들이 올바른 방법으로 혈압을 측정하고 있는지에 관한 국내의 연구는 부족한 실정이다. 본 연구는 자가 혈압 측정을 하는 환자들이 혈압을 정확히 측정하는지 알아보려고 하였다.

방법: 2002년 5월부터 8월까지 서울시내 일개 대학병원 가정의학과 외래를 방문한 고혈압 환자 중 집에서 본인이 직접 자가 혈압 측정을 하고 있는 사람을 대상으로 설문 조사를 하였다. 설문지는 자체 개발한 자기 기입식 설문지를 이용하였다. 설문 내용 중 혈압 측정 방법에 관한 14가지 항목은 널리 이용되는 6가지 지침을 근거로 작성하였다. 혈압계의 종류와 측정 방법을 어떻게 알게 되었는지, 지금까지 기계가 정확한지 확인한 횟수를 조사하였으며, 아울러 혈압을 재는 쪽의 상완 둘레를 측정하였다.

결과: 전체 137명이 설문에 응하였으며, 혈압 측정을 위한 준비가 정확한 경우는 80% 이상이었으나, 실제 측정 방법이 정확한 경우는 드물었다. 특히 '양팔의 혈압 측정 후 혈압이 10 mmHg 이상 차이가 나는 경우 더 높은 혈압을 보인 팔에서 측정한다' (4.4%); '상완 동맥에 맞춰 측정한다' (21.5%); '2분 이상 지난 후 반복 측정한다.' (21.9%) 등이 잘 지켜지지 않고 있었다. 전자 혈압계 구입 후 지금까지 1회 이상 보정한 사람은 15명(10.9%)에 불과하였고, 상완 둘레가 30 cm 이상인 경우(공기주머니가 24 cm인 압박대로 측정 시 오차가 생기는 경우)는 20.2%에 달하였다.

결론: 고혈압 환자의 혈압 측정 방법은 많은 부분에서 부정확한 것으로 나타났다. 따라서, 실제적이고 효과적인 방법들만을 선별한 체계적인 교육이 필요하다. 그리고, 성인의 상완 둘레가 해마다 증가하고 있는 점을 고려할 때 고혈압 환자들에게 적당한 크기의 혈압계를 권장하는 것이 중요하다.

중심단어: 자가혈압측정방법, 보정, 상완둘레