

보도시점 2025. 10. 29.(수) 배포 2025. 10. 29.(수) 08:50

뇌졸중 조기증상 인지율 59.2%, 조기 증상 인지·예방수칙 실천 당부

- 뇌졸중은 우리나라 사망원인 4위, 뇌혈관질환 중 대표적 질환
- 뇌졸중 예방을 위하여 심뇌혈관질환 예방수칙 생활화 필요
- 증상 발생 시 신속한 대응 위해 한쪽마비, 갑작스러운 언어장애 등 평소 뇌졸중 조기증상 인지 중요

질병관리청(청장 임승관)은 세계 뇌졸중의 날(10.29.)을 맞아, 뇌졸중의 발생 및 악화 위험을 예방하고 조기증상 인지와 예방수칙 실천의 중요성을 강조하였다.



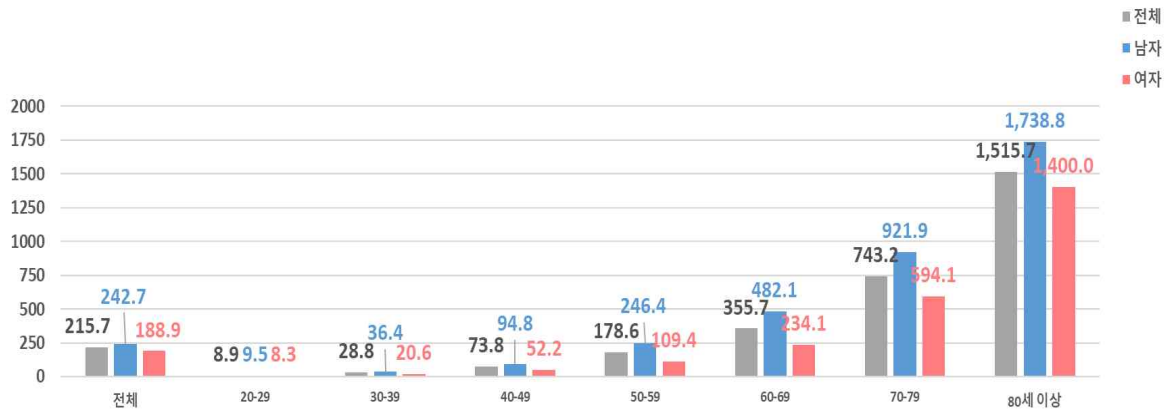
뇌졸중은 우리나라 사망원인 4위(2024 사망원인통계)에 해당하는 뇌혈관질환 중 하나로 뇌에 혈액을 공급하는 혈관이 막히거나(뇌경색) 터지면서(뇌출혈) 뇌가 손상되고 그에 따른 신체장애가 나타나는 등 심하면 사망에 이를 수 있는 중증 질환이다.

* (2024 사망원인통계, 국가데이터처) 인구 10만 명당 48.2명이 뇌혈관 질환으로 사망하고 있으며, 암, 심장질환, 폐렴에 이은 사망순위 4위에 해당

질병관리청 심뇌혈관질환 발생통계 결과에 따르면, 2022년 뇌졸중 발생 건수는 110,574건으로 남자(61,988건)가 여자(48,586건) 보다 약 1.2배 높은 수치를 보였다. 뇌졸중 발생률은 인구 10만 명당 215.7건으로 남자 242.7건, 여자 188.9건이었으며, 연령대별로는 80세 이상에서 1,515.7건으로 가장 높고,

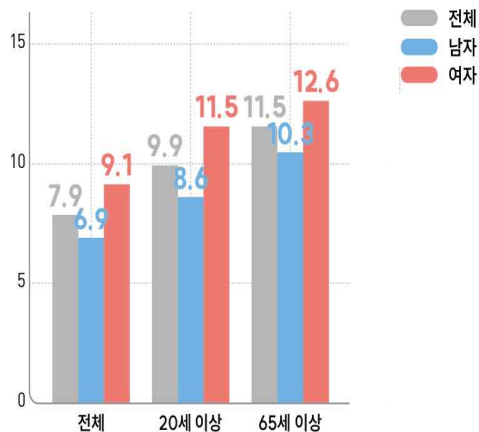
연령대가 높을수록 발생률도 높았다.

< 2022년 뇌졸중 발생률 현황 >

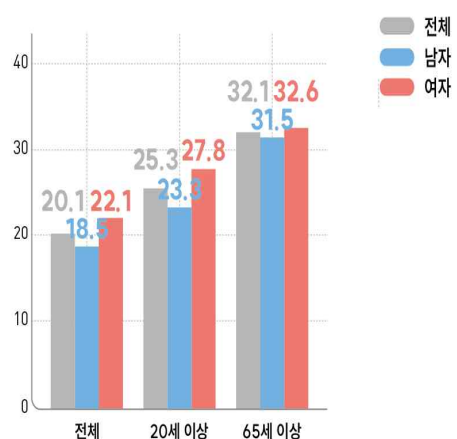


뇌졸중 발생 후 30일 이내 사망자 비율인 30일 치명률은 2022년 7.9%이며, 남자 6.9%, 여자 9.1%로 여자가 남자보다 2.0%p 높았으며, 65세 이상에서의 치명률은 11.5%로 나타났다. 또한, 발생 후 1년 이내 사망자 비율인 1년 치명률은 2022년 20.1%로 남자 18.5%, 여자 22.1%가 뇌졸중 발생 후 1년 이내 사망하며, 65세 이상에서는 뇌졸중 발생 후 1년 이내 32.1%가 사망한 것으로 나타났다.

< 뇌졸중 30일 치명률 현황 >



< 뇌졸중 1년 치명률 현황 >



뇌졸중의 증상은 갑자기 나타나는 것이 특징으로, 빠른 진단과 적절한 치료를 받지 못하면 생존을 한 경우에도 심각한 장애를 동반하는 등 신체적·경제적 부담이 가중될 수 있어 사전 예방 및 발생 시 조기 대처가 중요하다.

뇌졸중을 발생시킬 수 있는 위험요인에는 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증, 흡연 등이 있으며, 이들 위험 요인을 상시 관리하는 등 예방이 중요하며,

대표적인 뇌졸중 조기증상인 일상생활 시 한쪽 얼굴·팔·다리 마비, 갑작스런 언어 및 시야장애, 심한 두통 등의 증상이 보이는 경우, 지체없이 119에 도움을 요청하는 등 최대한 빨리 가까운 전문병원이나 응급실로 가서 치료를 받는 것이 중요하다.

【 뇌졸중 조기증상 및 대응요령 】

< 뇌졸중 조기증상 >

- ❶ 갑자기 **한쪽 얼굴, 팔, 다리에 힘이 빠진다**
- ❷ 갑자기 **말이 어눌해지거나, 다른 사람의 말을 이해하지 못한다**
- ❸ 갑자기 **한쪽 눈이 보이지 않거나, 양쪽 눈 시야의 반이 보이지 않거나, 물체가 두 개로 보인다**
- ❹ 갑자기 **어지럽거나 몸의 중심을 잡기 힘들다**
- ❺ 갑자기 **이제까지 경험하지 못한 심한 두통이 있다**

< 증상 발생 시 대응 요령 >

- ❶ 지체 없이 **119에 도움을 요청**하세요
- ❷ **급성기 치료가 가능한 병원**으로 가세요
- ❸ 환자가 **직접 운전하는 것은 위험**해요
- ❹ **가족이 올 때까지 기다리지** 마세요
- ❺ 증상이 **그냥 지나갈 거라고 생각하지** 마세요
- ❻ **야간이나 주말**이라고 **외래 진료 시까지 기다리지** 마세요

2024년 지역사회 건강조사 결과에 따르면 뇌졸중 조기증상 인지율은 59.2%로, 성인 10명 중 5~6명만 조기증상을 인지하고 있어, 여전히 조기증상에 대한 인지율이 높지 않은 것으로 나타났다.



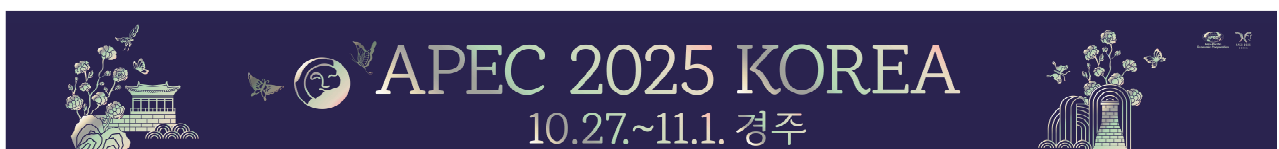
※자료원 : 질병청, 지역사회건강조사

이에 질병관리청은 뇌졸중의 위험성과 대응요령에 관한 대국민 관심을 제고하기 위해, ‘심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 수칙’을 마련하고, 질병관리청 누리소통망(인스타그램, 유튜브 등)을 통해 홍보콘텐츠를 게재하는 등 조기증상 및 예방수칙 인지율을 높이기 위해 노력하고 있다.

임승관 질병관리청장은 “뇌졸중은 갑작스럽게 발현되는 것이 특징인 만큼 국민들께서 조기증상을 알고 대처하는 것이 중요하다”고 전하며, “평소에도 ‘심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 수칙’을 생활화하는 등 건강관리에 관심을 기울여 주실 것”을 거듭 당부하였다.

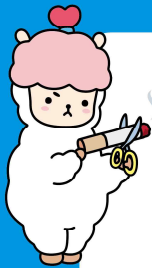
- <붙임> 1. 심뇌혈관질환 예방 및 관리를 위한 9대 생활수칙
2. 심뇌혈관질환 홍보영상

담당 부서 <총괄>	만성질환관리국 만성질환예방과	책임자	과 장	방은옥 (043-719-7430)
		담당자	사무관	박진욱 (043-719-7431)
담당 부서 <협조>	만성질환관리국 만성질환관리과	책임자	과 장	김유미 (043-719-7380)
		담당자	사무관	정혜원 (043-719-7382)
			연구원	유연희 (043-719-7381)





심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙



✓ **담배**를 피우지 않습니다.

✓ **술**은 가급적 마시지 않습니다.

✓ **적당량**의 음식을 **규칙적**으로, 골고루, 짜지 않게 먹고, 통곡물, 채소, 콩, 생선을 충분히 섭취합니다.

✓ **규칙적**으로 **매일 30분 이상 운동**하고 오래 앉아서 생활하는 시간을 줄입니다.

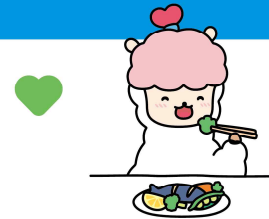
✓ **적정한 체중**과 **허리둘레**를 유지합니다.

✓ **스트레스**를 잘 **관리**하여 즐거운 마음으로 생활합니다.

✓ **정기적**으로 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치를 **측정**합니다.

✓ 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증 환자는 **생활습관을 개선**하고 약물치료 등 **적절한 관리와 치료**를 꾸준히 받습니다.

✓ **뇌졸중, 심근경색의 응급증상**을 미리 알아두고 응급 상황이 발생하면 **즉시 119**를 부릅니다.



*뇌졸중 조기증상: 한쪽 마비, 갑작스러운 언어장애, 갑작스러운 시야장애, 갑작스러운 어지럼증, 갑작스러운 심한 두통

*심근경색 조기증상: 갑작스러운 가슴통증, 식은땀·구토·현기증, 호흡곤란, 통증확산

[2025년 9월]

○ 질병관리청 아프지마TV(<https://www.youtube.com/@KDCAkorea>)

- 링크: https://youtu.be/MYHPCnXknDk?si=9aVsAK_6l76FRX7x

