

갑작스러운 마비·언어장애·가슴통증... 뇌졸중·심근경색 조기 대응 중요

- 뇌졸중·심근경색 발생률 지난 10여년 간 꾸준히 증
- 성인 10명 중 4~5명은 뇌졸중·심근경색 조기증상 몰라
- 조기증상 의심 시, 즉시 의료기관 방문하면 회복 가능성 ↑

질병관리청(청장 임승관)은 설 연휴를 앞두고 본인이나 가족에게 뇌졸중·심근경색의 증상이 의심되면 즉시 119에 도움 요청하여 적절한 치료를 받을 것을 당부하였다.

심근경색, 뇌졸중은 우리나라 사망원인 2위, 4위(2024 사망원인통계)에 해당하는 심장질환, 뇌혈관질환 중 하나로 뇌 또는 심장근육에 혈액을 공급하는 혈관에 이상이 생겨 뇌나 심장근육이 손상되고 그에 따른 신체장애가 나타나는 등 사망에 이를 수 있는 중증 질환이다.

* 1위(암), 2위(심장질환), 3위(폐렴), 4위(뇌혈관질환) (자료원 : 2024 사망원인통계, 국가데이터처, 2025)

뇌졸중과 심근경색의 증상은 갑자기 나타나는 것으로 다음과 같은 증상이 나타날 경우에는 지체 없이 119에 연락하여 적절한 치료를 받아야 한다.



◀ 뇌졸중·심근경색 조기증상 ▶

▶ 뇌졸중의 조기증상

- ① 갑자기 **한쪽** 얼굴, 팔, 다리에 힘이 빠진다.
- ② 갑자기 **말이 어눌**해지거나, 다른 사람의 말을 이해하지 못한다.
- ③ 갑자기 **한쪽 눈이 보이지 않거나**, 양쪽 눈 시야의 반이 보이지 않거나, 물체가 두 개로 보인다.
- ④ 갑자기 **어지럽거나** 몸의 중심을 잡기 힘들다.
- ⑤ 갑자기 이제까지 경험하지 못한 심한 두통이 있다.

▶ 심근경색의 조기증상

- ① 갑자기 가슴에 심한 통증이나 압박감, 또는 짓누르는 느낌이 있다.
- ② 갑자기 턱, 목 또는 등 부위에 심한 통증이나 답답함이 있다.
- ③ 갑자기 숨이 많이 찬다.
- ④ 갑자기 팔 또는 어깨에 통증이나 불편함이 느껴진다.

◀ 증상 발생 시 대응 요령 ▶

- ① 지체 없이 **119에** 도움을 요청하세요.
- ② 급성기 치료가 가능한 병원으로 가세요.
- ③ 환자가 직접 운전하는 것은 위험해요.
- ④ 가족이 올 때까지 기다리지 마세요.
- ⑤ 증상이 그냥 지나갈 거라고 생각하지 마세요.
- ⑥ 야간이나 주말이라고 외래 진료 시까지 기다리지 마세요.

2023년 심뇌혈관질환 발생통계에 따르면, 우리나라 뇌졸중과 심근경색 발생률은 증가추세로, 연령대가 높아질수록 발생률도 증가하여 80대 이상의 고령층에서 가장 높은 발생률을 보였다.

* 뇌졸중 발생률(건/10만 명당): 50대(178.3), 60대(351.1), 70대(729.5), 80대 이상(1,507.5)

** 심근경색 발생률(건/10만 명당): 50대(76.6), 60대(128.5), 70대(209), 80대 이상(316.7)

<뇌졸중·심근경색 발생률 추이(2011~2023)>

심근경색 발생률 추이 (2011~2023년)

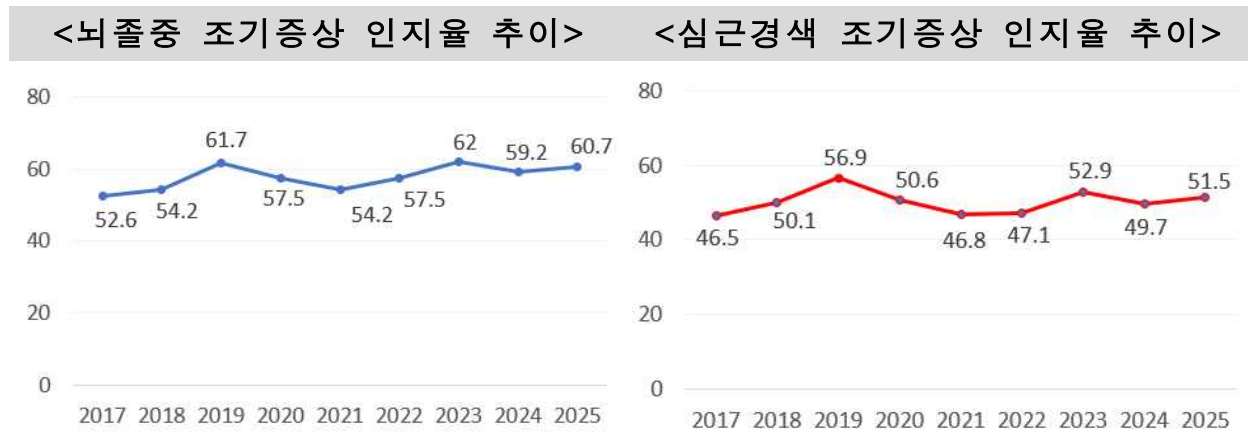


뇌졸중 발생률 추이 (2011~2023년)



(자료원) 2023 심뇌혈관질환 발생통계, 질병관리청, 2025

그럼에도 불구하고, 2025년 지역사회건강조사에 따르면 뇌졸중의 조기증상 인지율 60.7%, 심근경색증 조기증상 인지율은 51.5%로 우리나라 성인 10명 중 5~6명만 조기증상을 인지하고 있어 인식 제고가 필요하다.



(자료원) 2025 지역사회건강조사, 질병관리청, 2025

뇌졸중과 심근경색은 적시에 적절한 대처를 하지 못할 경우에는 생존한 경우에도 심각한 장애를 동반하여 의료비 지출 등 환자나 가족의 부담이 가중될 수 있다. 특히 요즘과 같은 추운 날씨엔 혈관이 수축되고 혈압이 상승하면서 발생 위험이 높아지는 만큼 조기에 발견·치료하여 사망과 장애를 막는 것이 중요하다.

질병관리청은 이같은 내용을 담은 뇌졸중과 심근경색의 위험성과 대응요령에 관한 ‘심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 수칙’을 마련한 바 있으며, 질병관리청 누리소통망을 통해 홍보콘텐츠를 게시하는 등 뇌졸중과 심근경색을 예방하기 위해 노력하고 있다.

임승관 질병관리청장은 “조기증상은 갑자기 나타나기 때문에 평소에 뇌졸중과 심근경색 조기증상을 알아두고 신속히 대처하는 것이 필요하며, 특히 어르신, 고혈압 등의 기저질환자 등 고위험군이 주위에 있을 경우 더욱 신경 써 주길” 당부하였다.

또한, “예방을 위해서는 건강한 생활습관을 꾸준히 실천하는 것이 중요하다”고 강조하였다.

- <붙임> 1. 「뇌졸중 및 심근경색 조기인지」 홍보물
2. 심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙

담당부서 <주 관>	만성질환관리국 만성질환예방과	책임자	과 장	이연경 (043-719-7430)
		담당자	사무관	박진욱 (043-719-7431)
담당부서 <협 조>	만성질환관리국 만성질환관리과	책임자	과 장	김유미 (043-719-7380)
		담당자	사무관	정혜원 (043-719-7382)
			사무관	김은경 (043-719-7387)
			연구원	유연희 (043-719-7381)

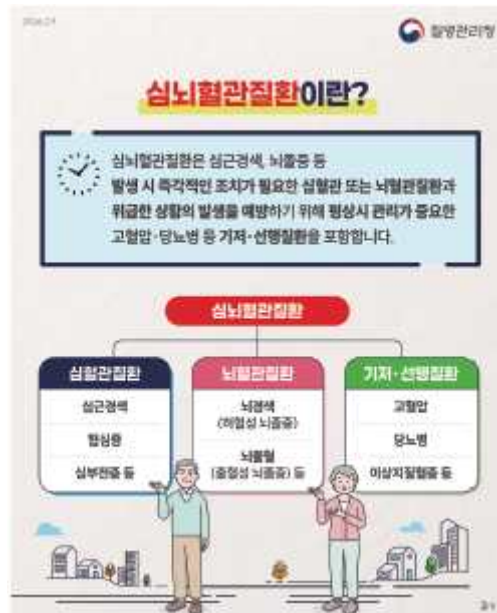
붙임 1

「뇌졸중 및 심근경색 조기인지」 홍보물

▶ 자료 내려 받기

- 질병관리청 누리집(www.kdca.go.kr) > 알림·자료 > 홍보자료
- 질병관리청 국가건강정보포털(www.health.kdca.go.kr) > 알림정보 > 건강교육자료실 > 자료실 검색

□ 카드뉴스





□ 포스터

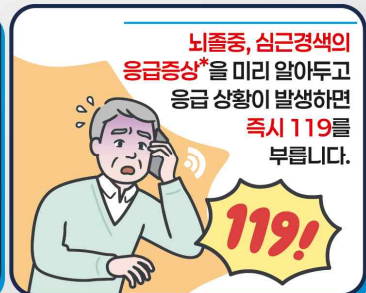


□ 영상자료





심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙



*뇌졸중 조기증상: 갑작스런 편측마비·시각장애·언어장애·심한 두통·어지럼증

*심근경색 조기증상: 갑작스런 가슴통증·호흡곤란·턱·목·등 통증·팔·어깨 통증



더 궁금하다면?

국가건강정보포 [알림정보>건강교육자료실>자료실 검색>
'심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙'검색]



[발행일 2025년 12월]