Memorial Sloan Kettering Cancer Center

환자 및 간병인 교육

혈병 정보

이 자료에서는 혈병이란 무엇이고 어떻게 치료되는지 설명합니다.

정상적인 혈병은 자상이나 부상을 입었을 때 혈소판(혈액 세포의 한 형태) 무리가 한데 모여 출혈을 멈추게 할 때 혈관에서 형성됩니다. 자상이나 부상이 치유되면 신체가 혈병을 제거합니다. 혈병은 신체의 어느 부위에서나 형성될 수 있습니다.

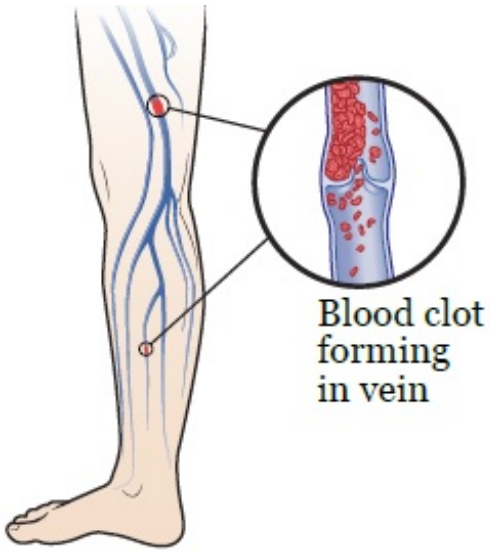
혈병은 필요치 않을 때 건강한 혈관에서도 형성될 수 있습니다. 이러한 혈병을 비정상 혈병이라고 합니다. 비정상 혈병은 심각한 건강 문제로 이어질 수 있습니다.

혈병의 유형

위험할 수 있는 혈병 유형으로는 심부정맥혈전증과 폐색전증 등 두 가지가 있습니다.

심부정맥혈전증(DVT)

DVT는 신체(일반적으로 팔 또는 다리) 내부 깊숙한 곳에 있는 정맥에서 비정상 혈병이 형성될 때 발생할 수 있습니다(그림 1 참조). 혈병은 정상적인 혈류에 영향을 미치고 해당 부위에 부종, 발적, 통증을 유발할 수 있습니다. 혈병을 치료하지 않으면 새로운 혈병이 형성될 수 있습니다. 혈병은 또한 떨어져 나가 신체의 다른 부분으로 퍼질 수 있습니다. 이러한 문제 때문에 부종과 통증이 악화되고 걷는 데 어려움이 생기고 감염 또는 피부 궤양(염증)으로 이어질 수 있습니다.



다리의 심부정맥혈전증(DVT)

폐색전증(PE)

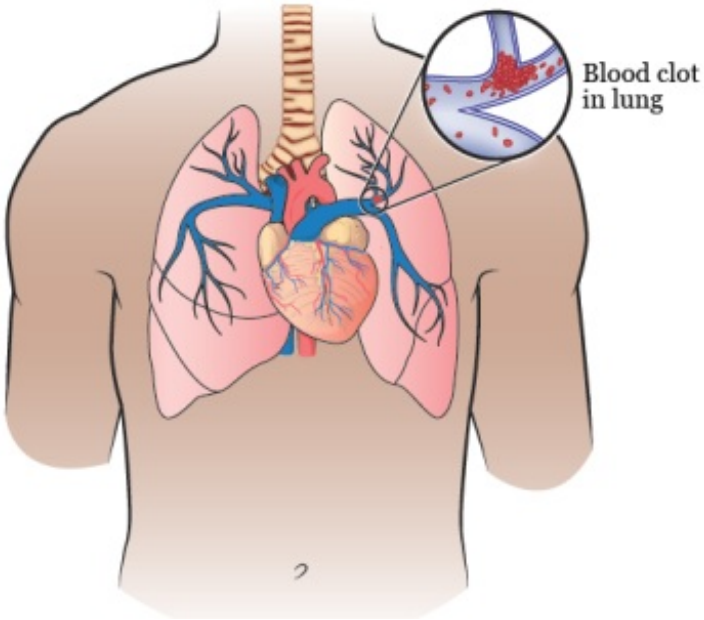


그림 2. 폐색전증(PE)

PE는 비정상 혈병으로 인해 폐 혈관의 혈류가 막힐 때 발생할 수 있습니다(그림 2 참조). 대부분의

경우, 이 문제는 다리 깊은 곳에 있는 정맥의 혈병이 형성 위치를 벗어나 폐로 이동할 때 발생합니다. PE가 발생하면 신체가 충분한 산소를 공급받지 못할 수 있습니다.

PE 발생 시 다음과 같은 증상이 나타날 수 있습니다.

- 호흡 곤란
- 흉부 통증
- 빠른 심장 박동
- 창백한 피부 또는 푸른빛이 도는 피부

PE 증상이 나타났을 때 빠르게 치료하지 않으면 사망에 이를 수 있습니다.

혈병 위험 요인

혈병 형성 위험을 높일 수 있는 요인은 여러 가지입니다. 대표적인 위험 요인은 다음과 같습니다.

- 자주 움직이지 않음. 움직이지 않을 때에는 심부정맥에서 혈액이 더 느리게 흐르기 때문에 혈병이 유발될 수 있습니다.
- 최근에 수술을 받음. 수술 후 혈병이 생기는 이유는 일부 수술의 경우 혈액이 더 끈적끈적해질 수 있기 때문이거나 수술 시간이 길거나 충분히 움직이지 못할 경우 혈액이 고일 수 있기 때문입니다.
- 암에 걸림
- 중심정맥카테터(CVC)를 사용 중임
- 입원 중임
- 부상 상태임
- 임신 중임
- 산아 제한 중이거나 에스트로겐이 포함된 호르몬 대체 요법을 받고 있음
- 과체중 상태임
- 가족에게 혈병 병력이 있음
- 흡연 중임

병원에 있는 동안, 이러한 위험 요인 중 한 가지 이상이 동시에 진행될 수 있습니다.

혈병 증상

혈병은 신체 전체에서 혈류를 감소시킬 수 있습니다. 때로 생명이 위협받는 상황에 놓일 때까지 아무런 혈병 증상을 느끼지 못하는 사람도 있습니다.

이러한 혈병 증상은 다음과 같습니다.

- 한쪽 팔 또는 다리에서 갑작스러운 통증 및 부종
- 부종과 통증으로 인해 걷기가 어려움
- 찌르는 듯한 흉부 통증
- 빠른 심장 박동
- 호흡 곤란
- 구토(토하는 것) 및 설사(연하거나 묽은 배변)를 동반한 또는 그러한 증상이 없는 심각한 복부 통증
- 창백한 피부 또는 푸른빛이 도는 피부

혈병 증상이 나타나면 즉시 의료진에게 전화하십시오.

혈병 진단

혈병 증상을 보이지 않는 사람도 있기 때문에, 의료진이 다른 검사를 위해 영상 스캔을 시행할 때와 같이 우연하게 혈병이 발견되는 경우가 많습니다. 혈병 증상이 나타나면 반드시 의료진에게 알리십시오.

혈병이 의심되는 경우 의료진이 다음과 같은 검사를 한 가지 이상 권장할 것입니다.

- PE를 찾기 위한 폐 컴퓨터 단층촬영(CT) 스캔. CT 스캔에서는 내부 장기에 대한 x-선 사진을 찍습니다.
- 다리나 팔의 혈병을 찾기 위한 정맥 초음파. 초음파 기기는 음파를 사용해서 신체 내부 사진을 생성합니다.
- 혈병 속도를 측정하는 혈액 검사. 혈액 검사를 통해, 혈병 위험을 높일 수 있는 유전자가 있는지도 확인할 수 있습니다.

혈병 치료

혈병 치료에는 일반적으로 혈액 응고 방지제라고도 하는 혈액 희석제가 사용됩니다. 이는 가장 일반적인 혈병 치료 방법입니다. 혈액 희석제는 신체가 새로운 혈전을 만드는 것을 방지하는 데 도움이 됩니다.

다음과 같은 경우에 혈액 희석제가 사용될 수 있습니다.

- 정맥 또는 피하에 주입(주사). 이때 사용되는 약물로는 헤파린, 에녹사파린 나트륨(Lovenox®) 및 폰다파리눅스(Arixtra®)가 있습니다.
- 정제 복용. 이때 사용되는 약물로는 와파린(Coumadin®), 리바록사반(Xarelto®), 아픽사반(Eliquis®) 및 에독사반(Savaysa®)이 있습니다.

의료진이 가장 적합한 약물의 유형을 결정합니다.

혈액 희석제를 사용해야 하는 기간은 다양한 요인에 따라 달라집니다. 의료진은 위험 요인을 고려하고 혈액 희석제 사용 기간을 결정하는 일을 도와줄 것입니다. 평생 사용해야 하는 경우도 있습니다. 혈액 희석제를 사용하는 동안 정기적으로 의료진을 찾아가야 합니다.

일부 혈액 희석제의 경우, 사용 중 피해야 하는 약물 등 특별한 지침이 적용될 수 있습니다. 특별 지침과 함께 혈액 희석제를 사용하는 경우에는 의료진이 환자분과 함께 검토하게 됩니다.

혈병 예방

혈병 형성을 예방하기 위한 조치는 여러 가지가 있습니다. 다음은 혈병을 예방하는 몇 가지 방법입니다.

신체 활동

혈병을 예방하는 좋은 방법 중 하나는 활동적인 생활 습관입니다. 가벼운 운동 또는 중간 강도의 운동(예: 걷기 또는 요가)으로 혈류를 개선할 수 있습니다. 가능하면 의료진이 지시한 대로 몇 시간마다 움직여 보십시오. 대부분 사람의 경우, 편안함이 느껴지는 정도의 움직임이면 됩니다.

또한 비행기나 자동차를 타고 여행하는 동안과 같이 장시간 앉아 있는 경우에는 자주 움직이는 것이 중요합니다. 장시간 여행하는 동안 걸을 수 없는 경우에는 자주 자세를 바꿔어 주십시오.

쉽게 움직일 수 없다면 가벼운 스트레칭과 발을 사용한 운동을 시도해 보십시오. 앉아 있거나 누워 있는 동안 발로 원을 그리거나 발가락을 위, 아래로 움직일 수 있습니다.

의약품

의료진이 항응고제(혈액 희석제)를 처방한 경우, 지시받은 대로 약물을 사용해야 합니다. 이 약물은 혈병 형성 가능성을 줄여줍니다.

순차 압박 순환 장치(SCD) 슬리브

병원에 있다면 혈병 발생 위험이 더 커집니다. 혈병 예방에 도움이 되는 SCD 슬리브를 사용하는 것이 좋습니다.

SCD는 다리 아래쪽을 감싸는 슬리브입니다(그림 3 참조). 슬리브가 튜브에 의해 기계에 연결되며, 이 기계는 공기를 슬리브로 넣고 빼는 방식으로 다리를 부드럽게 조입니다. 이는 혈액 순환을 도와 혈병을 예방할 수 있는 안전하고 효과적인 방법입니다.



그림 3. 다리의 SCD 슬리브

별도의 의료진 지시가 없는 한 병원 침상에 있을 때에는 항상 SCD 슬리브를 착용해야 합니다. 튜브에 걸려 넘어질 수 있으므로 침상에서 일어나기 전에 SCD를 제거해 주십시오. 튜브가 꼬이거나 펌프에서 삐 소리가 나면 의료진에게 알리십시오.

혈병 예방을 위한 기타 팁

또한 다음 팁을 따르면 혈병 예방에 도움이 될 수 있습니다.

- 헐렁한 의류, 양말 또는 스타킹을 착용합니다.
- 의료진이 권장할 경우, 압박 스타킹을 착용합니다. 이 특수 스타킹을 착용하면 혈류를 개선할 수 있습니다.
- 다리를 꼬은 자세로 앉지 않습니다.
- 블록이나 책을 사용해서 침대 바닥을 4-6인치 올립니다. 이렇게 하면 다리가 올라가 혈류를 개선하는 데 도움이 됩니다.
- 염분 섭취를 줄입니다. 너무 많은 염분을 섭취하면 부종이 유발될 수 있고 혈병 방생 위험이 증가할 수 있습니다.

의료진에게 전화해야 하는 경우

다음 증상이 있으면 의료진에게 전화하십시오.

- 혈병이 있는 팔 또는 다리의 통증, 부종 증가
- 팔 또는 다리에서 통증, 부종이 새롭게 발생함
- 호흡 곤란
- 두통이 심하거나 사라지지 않음
- 코피
- 출혈성 치은
- 소변, 대변, 토사물 또는 기침할 때 입에서 나오는 점액에 피가 섞여 있는 경우
- 평상시보다 월경 기간이 김
- 출혈이 멈추지 않음
- 멍이 사라지지 않음
- 어떤 방식으로든 넘어지거나 다침
- 치과 치료나 수술 계획이 있음
- 어떤 이유로든 혈액 희석제 사용을 중지함
- 예기치 않은, 설명되지 않은 부작용이 있음
- 그 외 문의사항 또는 우려사항

궁금한 점이나 우려 사항이 있으면 의료진에게 연락하십시오. 의료진이 월요일부터 금요일까지 오전 9시 와 오후 5시 사이에 연락을 드릴 것입니다. 그외 시간인 경우 메시지를 남기거나 다른 MSK 직원과 대화하실 수 있습니다. 항상 의사 또는 간호사와 통화 가능합니다. 담당 의료진에게 연락하는 방법을 잘 모르면 212-639-2000으로 전화하십시오.

추가 자료는 www.mskcc.org/pe의 가상 라이브러리에서 확인하실 수 있습니다.

About Blood Clots - Last updated on August 8, 2024
모든 권리는 Memorial Sloan Kettering Cancer Center가 소유하고 보유합니다