고혈압 환자 관리 체크리스트

대한의학회 Korean Academy of Medical Sciences
질병관리본부

주기	항목		기준/목표/권고사항
첫 방문시	문진 및 기초검사	심혈관질환 위험요인 확인	부록 표 참조
		키/체중/BMI/허리둘레	• 키, 체중, 허리둘레 : 기립자세에서 측정, BMI 산출 • 허리둘레 : 늑골하연과 장골능 최상방 사이의 중간에서 측정
		맥박 촉진	심박수, 부정맥, 심방세동 확인
		진료실 혈압	고혈압 진단기준 : 진료실혈압 140/90 mmHg 이상
	이학적 검사	이차성 고혈압과 표적장기 손상에 대한 검사	• 흉부 : 심잡음, 부정맥, 심첨박동의 위치, 수포음 • 복부 : 신장비대(다낭성신증), 복부잡음(신혈관성 고혈압) • 사지 : 맥박의 결손, 감소 또는 비대칭, 하지 냉감, 말초부종, 좌우 양팔 혈압차(대동맥협착, 쇄골하동맥 협착증) • 경동맥 : 수축기 잡음
	자가관리 권고	생활습관 파악 및 개선권고	금연, 금주, 운동, 균형잡힌 식사 권고
		자가관리 교육 실시	가정혈압 측정법, 혈압수첩 기록방법(가정혈압 측정치, 식사기록, 운동기록 등)
		의료기관 교육 프로그램	참여 권고
매 방문시	문진 및 기초검사	키/체중/BMI/허리둘레	관리목표 : BMI 25 kg/m^2 이내 / 허리둘레 : 남자 90 cm, 여자 85 cm 이내
		맥박 촉진	심박수, 부정맥, 심방세동 확인
		진료실 혈압 (고혈압 치료의 목표혈압)	• 일반적 치료 목표 : 140/90 mmHg 미만 • 노인성 고혈압 : 80세 미만 140/90 mmHg 미만, 80세 이상 150/90 mmHg 미만 • 임신성 고혈압 : 150/100 mmHg 미만 • 당뇨병 동반환자 : 140/85 mmHg 미만 • 심뇌혈관, 관상동맥질환 동반 : 140/90 mmHg 미만 • 만성콩팥병 환자 : 140/90 mmHg 미만 (단백뇨가 있는 경우는 130/80 mmHg 미만)
	자가관리 확인/권고	생활습관 개선 관찰/확인	금연, 금주, 운동, 균형잡힌 식사
		자가관리 실천 관찰/확인	혈압수첩 기록 확인(가정혈압 측정치, 식사기록 등)
		의료기관 교육 프로그램	참여 확인
매년	기본검사	(공복)혈당검사	관리목표 : 70-130 mg/dL
		지질검사 HDL-콜레스테롤	관리목표 : 남자 40 mg/dL, 여자 50 mg/dL 이상
		지질검사 중성지방(TG)	관리목표 : 150 mg/dL 미만
		지질검사 LDL-콜레스테롤	관리목표 : 100 mg/dL 미만
		소변검사	• 일반소변검사 : 단백뇨, 혈뇨 • 임의뇨 중 알부민뇨(알부민/크레아티닌 비) • 사구체여과율 : 알부민뇨, 혈청 크레아티닌 측정하여 계산
		혈액/혈청검사	• 헤모글로빈과/또는 헤마토크릿 • 나트륨, 칼륨, 크레아티닌, 요산
		12-유도 심전도	
필요시	합병증 조기진단 검사 확인/권고	표적장기 손상평가(심장)	심전도, 장기심전도, 부하심전도, 심초음파(확진), 부하영상검사(확진)
		표적장기 손상평가(콩팥)	크레아티닌, 사구체여과율, 요단백, 미세알부민뇨 검사
		표적장기 손상평가(혈관)	경동맥 초음파검사, 경동맥-대퇴 맥파전달속도, 발목-상완 혈압지수

본 체크리스트와 관련된 근거 및 관련정보는 임상진료지침 정보센터(http://www.guideline.or.kr/)에서 '고혈압 권고 요약본' 및 '고혈압 임상진료지침'을 다운받아 확인하실 수 있습니다.

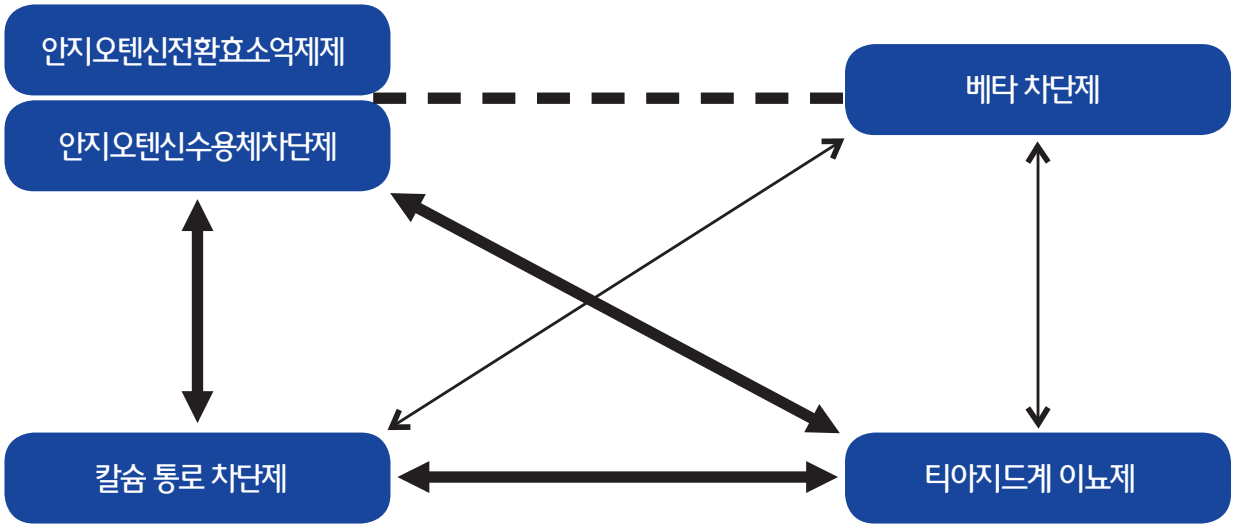
OPEN 공공누리 출처표시 상업용금지 변경금지 공공저작물 자유이용허락

고혈압 환자 관리 체크리스트 [부록]

심혈관질환의 위험요인

위험요인 항목	내 용
성별	남성
연령	남성 ≥ 55세, 여성 ≥ 65세
조기심혈관질환의 가족력	남성 〈 55세, 여성 〈 65세인 부모·형제·자매의 심혈관질환 발생
건강행태	흡연
이상지질혈증	총콜레스테롤 ≥ 230 mg/dL LDL-콜레스테롤 ≥ 150 mg/dL HDL-콜레스테롤 〈 40 mg/dL 중성지방 ≥ 200 mg/dL
공복혈당	≥ 100 mg/dL
체질량지수	≥ 25 kg/m^2
복부비만	남성 ≥ 90 cm, 여성 ≥ 85 cm

권고되는 적절한 고혈압 약제 병용요법



굵은 실선은 1차로 권고되는 약물의 조합이고, 보통 실선은 조합은 할 수 있으나 1차로는 권고되지 않는 약물의 조합이며, 점선은 권고되지 않는 약물의 조합이다.