

건강 칼럼

중풍, 한방병원 재활치료시 시작시기 중요

모든 질환에 있어서 조기 치료가 중요하지만, '중풍'이 아말로 치료와 재활에 있어서 골든타임을 지켜야 회복에 좋고 후유장애를 예방할 수 있는 질환 중의 하나이다. 특히 뇌혈관질환에 해당하는 중풍은 우리나라 사망 원인 1위를 차지하는 질환이기도 하기 때문에 각별히 주의해야 한다.

건강한 사람도 한 순간에 반신불수가 될 수 있는 중풍은 뇌에 혈액을 공급하는 혈관이 터져 뇌가 손상되고 그에 따라 신체장애가 발생하는 뇌질환을 의미한다. 서양의학에서는 '뇌졸중'이라고 일컬으며 최근에는 40대이하 연령대에서도 드물지 않게 발생하면서 더 이상은 노인 질환으로만 여길 수 없는 질환이 되었다.

중풍은 보통 뇌출혈(출혈성 뇌졸중)과 뇌경색(허혈성 뇌졸중)으로 나뉘어 볼 수 있다. 뇌출혈은 뇌에 혈액을 공급하는 혈관이 파열되면서 출혈이 발생한 상태를 말하고 뇌



안 대 종
안양 중화한방병원 대표원장

경색은 뇌 혈류가 줄어들면서 뇌조직이 죽고 뇌의 일부가 과사되는 상태를 말하는데 환자 대부분 심한 두통만 느끼고 뇌혈관 질환 발병 여부를 인지하기는 쉽지 않다.

두통 외에도 불면, 여러 복합적인 증상이 나타나곤 한다. 중풍이 발생하면 한쪽 눈만 잘 보이지 않는 증상 및 복시 등의 시각 장애, 말할 때, 발음이 어눌해지는 언어장애, 혈액공급 이상으로 한쪽 팔, 다리에 잘 움직이지 않는 편측마비, 뇌압이 상승으로 인한 반복적인 구토 증

등이 나타날 수 있다.

환자 중의 약 40%가 전조증상을 경험하며 전조증상을 대수롭지 않게 생각하지 말고 초기에 대처를 하는 것이 바람직하다.

만약, 전조증상을 느끼지 못하고 뇌졸중을 겪었다면 72시간 내에 재활을 시작하는 것이 중요하다. 이른 재활치료병원 방문이 환자에게 부담이 될 것이라고 판단할 수 있지만, 중풍은 치료를 받는 기간보다 재활 시작 시기가 더 중요한 질환이다.

치료 후, 2~3일 차에 재활 시에는 병실 생활 중에 나타날 수 있는 욕창과 흡인성 폐렴을 막는 재활이 필요하고 중풍 치료 후, 3개월이 지난 시점에서 재활을 시작하는 환자는 현재 운동기능 향상과 인지기능 향상에 초점을 맞춘 프로그램을 통해 후유 장애를 막아야 한다.

더불어 중풍치료 후, 오랜 침상생활 때문에 면역력이 떨어진 환자에게는 한방병원 치료가 처방된다.

일관 침치료, 침의 작용과 한약의 작용을 병행하는 약침요법, 운동장애 회복에 도움을 주는 뜸치료 등은 중풍 때문에 나타나는 마비증상 회복 및 병상생활을 하면서 저하된 면역력 증강에 도움을 준다.

중풍은 골든타임 내에 치료와 재활이 이루어져야 후유 장애를 최소화할 수 있는 질환이다. 회복 기간이 길겠지만, 무엇보다도 몸 관리를 최우선으로 하고 후유 장애를 극복하려는 노력을 꾸준히 하는 것이 중요하다.

사설

국악 접목한 찬양 국악의 박화정 명창

최근 국악을 접목한 찬양 국악에 관심이 커지고 있다. 전주의 박화정 경기민요 명창은 찬양 국악의 새로운 장르를 개척하는 국악인이다.

그는 이미 오래 전 전주사내 송천동에서 '전주 예향국악원'을 개설한 바 있다.

경기민요 수강생들을 지도하면서 제자들을 키워낸 것이다. 그러면서 한편으로는 도내 여러 교회에서 국악 찬양에 열정을 쏟았다. 경기민요 합창단으로 일반 무대에서 청중들에게 기쁨을 선사하기도 했다.

2019년 10월에는 제6회 전주사내 동서화동 남고산성 산사음악회에 참가하여 인기를 모았다.

그러나 박 명창은 무엇보다도 국악 찬양을 부를 때가 가장 행복하다고 말한다. 그는 "국악으로 하나님을 찬양하고 싶다"고 늘 말한다.

국악 찬양을 통해 하나님과 소통하는 삶을 살아가길 원한다. 박화정 명창은 신앙생활을 시작하면서 새 삶을 시작했다. 실의 절망 가운데 하나님을 만난 것이다. 그 뒤 국악 찬양을 열심히 읊었다.

교회나 단체 등 기독교 관련 집회에서 국악 찬양을 부른 것이다. 하나님을 믿고 의지하고 선포하고 나아가면 하나님이 채워주시기를 경험하기 때문이다. 그는 "하나님은 저의 나아갈 길을 인도하시는 분입니다"라고 말한다.

박화정 명창은 국악의 독특한 아름다움이 더해진 찬양을 선보이고 있다.

그는 무대에서 단순히 노래만 하고 내려오는 것이 아니다. 자신의 지은 삶을 고백하면서 자식 찬양을 한다.

힘들고 어려운 처지에 있는 성도들을 위로하고 힘을 북돋아 줄 수 있다는 것에 감사한다.

박 명창은 찬양할 때 영혼이 감사하고 기쁨이 넘친다고 말한다. 그는 국악 찬양을 편견 없이 바라봐 줄 것을 바란다.

국악으로 부르는 찬양은 더욱 간절하게 들린다. 그는 앞으로도 국악 찬양을 통한 복음 전파에 힘쓰겠다고 다짐한다.

국악을 접목한 찬양을 통해 주님께 감사하고 많은 사람들이 위로 받기를 바란다.

세계평화언론인연합 호남-제주 대회의 의미

세계 평화를 위한 언론인 대회가 주목을 받고 있다. 지난 5일 광주 무등파크호텔에서 열린 세계평화언론인연합 호남-제주 대회는 신년 하례식을 겸해 언론인 50여 명이 참석했다.

정병수 UPS 언론국장의 사회로 진행된 하례식은 이상재 회장의 환영사와 안호열 통일그룹 대외협력본부장의 관련 뉴스 보도가 소개됐다. 이에 앞서 지난 2일 서울에서는 '2020 세계평화언론대회'가 열렸다.

참다운 언론인의 역할에 대한 협력을 위해 '세계평화언론인연합(IMAP)'을 출범시킨 것이다. 세계 70여 개국 언론인 500여명은 사회적 책임에 기반한 언론의 자율성 강화와 언론의 신뢰 회복을 핵심 목표로 설정했다.

공생·공영·공익의 세계 평화 구축을 위한 언론인의 사명을 최우선 관심사로 삼았다. 새로운 시대를 위한 기술 혁신과 미디어 혁신, 저널리즘의 본질·사명에 대해 중점적으로 논의했다.

"인류는 보편적 가치가 상호 협

력으로 이어지는 평화로운 세상에 살기를 추구한다"는 결의문도 채택했다. 세계 언론인들이 네트워크를 구축하는 이유를 명료하게 드러낸 말이다. 자율적이고 사회적인 책임과 도덕에 충실한 미디어 역할을 강화해야 하기 때문이다.

편견을 배제하고 언론의 품위를 떨어뜨려서는 안 된다. 이러한 약속은 언론의 신뢰 회복을 위한 획기적인 이정표가 될 것이다. 갈수록 언론이 모든 면에서 방향을 잡아주어야 할 때다. 이는 어느 한 나라에서 할 수 있는 게 아니다.

전 세계가 머리를 맞대고 방법을 찾아야 하는 일이다. 언론은 최일선에서 여론을 형성하고 갈등과 폭력을 넘어 평화를 수호하는 파수 역할을 해야 한다.

전체주의를 저지하고 자유 확산을 지지하는 역할을 충실히 수행해야 할 것이다. 세계평화언론인연합 출범을 계기로 언론 자유와 책임을 실천에 옮겨야 한다. 세계평화 증진에 기여하기 위한 세계 언론인들의 연대가 굳건해지기를 기대한다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

시위 참여 미얀마 비구니 "민주주의를 원한다"



8일 미얀마 양곤의 스투다 센터 앞에서 군부 쿠데타에 항의하는 시위가 열려 한 비구니가 "민주주의를 원한다"라고 쓰인 손팻말을 들고 세 손가락을 들어 시위에 참여하고 있다.

에콰도르 대선, 아리우스 후보 "승리는 내것"



7일(현지시간) 에콰도르 키토에서 중도좌파 희망연합의 안드레스 아리우스(36) 대선 후보가 대선 1차 투표 공식 결과를 기다리며 지지자들에게 자신감을 보이고 있다. 젊은 경제학자인 아리우스 후보는 여론조사에서 앞서며 승리를 자신하고 있다.



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 **전주매일**