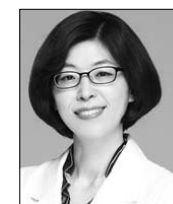


건강 칼럼

틱장애, ADHD와 불안장애... 위험에 빠진 우리 아이들

최근 틱장애, ADHD, 강박증, 불안장애 등을 진단받는 어린이들이 증가하고 있어...



석선희
해이병원 원장

부터 '음음' 소리를 내거나 '야야' 소리를 크게 내기도 하는 단순 음성 틱(음성틱장애)...

ADHD, 강박증, 불안장애, 대인기피증 등을 동반하는 만큼 적절한 치료시기를 놓치지 않게 주의해야 한다.

또한 ADHD(주의력결핍 과잉행동장애) 통계자료에는 2012년 ADHD 전체 진료인원 6만 3661명 중 96.4%인 6만 1371명이 유아 및 청소년층으로 나타났다.

이 때문에 ADHD, 틱장애 치료가 제대로 이뤄지지 않아 불안장애를 악화시킬 수 있는데, 소아정신과 전문의들은 원인에 따른 개인별 맞춤 치료를 통해 두뇌질환을 치료하고 관리해야 한다고 강조한다.

틱장애는 갑자기 빠르고 반복적으로, 불규칙한 근육의 상동적인 움직임, 혹은 소리를 내는 것을 증상으로 하는데, 의도적으로 하는 것이 아니라 무의식적으로 나오는 것이 특징이다.

틱장애는 자신의 의지와 상관없이 반복적으로 신체 일부를 움직이거나 소리를 내는 증상으로 신체적인 요인 뿐만 아니라 정서적인 요인까지 영향을 미치는 질환이다.

원인은 중추신경계 발달 과정 중 유전적인 요소와 환경적인 요소가 상호 작용해 뇌 회로의 신경 회로에 변화를 일으켜 뇌 기능상의 불균형이 발생 하는 것으로 알려져 있다.

ADHD는 주의력결핍, 과잉행동, 충동성을 특징으로 하는 소아행동장애이다. 특히 초등 시절수업시간에 산만하거나, 자제를 하지 못하고 교실을 돌아다니거나, 감정이 폭발적으로 나타나는 행동이 대중에게 많이 알려진 아동 ADHD증상이다.

성인 ADHD는 스트레스 내성이 떨어지고, 충동적인 행동이 지속되기도 하며, 감정조절의 어려움으로, 원만한 대인관계 형성이 어렵고 자존감이 낮은 경향을 보인다.

이러한 상황들이 개선되지 않고 방치되면서, 매순간 걱정과 불안으로 공포를 느끼는 불안장애 증상이 악화되고 자존감이 떨어지면, 정상적인 일상 생활에도 영향을 미치게 된다.

관 이상과 같은 신체 증상이 나타나기 때문이다.

치료에서도 틱장애, ADHD 원인 및 자극의 수용성에 대한 민감도, 증상의 경중, 증상의 지속 시간, 만성과 급성 여부 등을 고려해 틱장애, ADHD 치료 기간과 치료방법을 결정해야 한다.

또한, 학업스트레스가 심하거나 육체적으로 정신적으로 피로한 경우, 지나친 흥분, 부모의 이혼과 같은 가정 불화, 새 학기가 시작되거나 포대와 갈등을 빚는 경우, 비결이 심한 경우 등은 틱장애나 ADHD를 악화시키는 요인이 될 수 있다.

아이들에게는 잘못했을 때 지적과 꾸중보다는 잘 했을 때 칭찬과 격려를 해주는 것이 행동 수정에 효과적이며, 아이의 행동을 너무 통제하지 말고 위험하지 않다면 때론 눈감아주는 것이 좋다.

또, TV나 핸드폰 등과 같은 시청각 매체를 지나치게 노출되지 않도록 주의하는 등 생활 속에서의 관리도 중요하다.

이러한 상황들이 개선되지 않고 방치되면서, 매순간 걱정과 불안으로 공포를 느끼는 불안장애 증상이 악화되고 자존감이 떨어지면, 정상적인 일상 생활에도 영향을 미치게 된다.

사설

국민의힘 전북 지방선거 전망

6월1일 치러지는 '제8회 전국동시지방선거'에 관심이 쏠리고 있다.

이번 지방선거는 3월9일 치러진 대선과 3개월도 안 되는 기간 차를 두고 있다.

도의회 1명을 포함해 기초의회는 전주, 군산, 익산, 김제 각 1명씩 총 5명이었다.

그때까지 전북의 보수정당은 역대 최고의 성적표를 거두었다.

윤석열 당선인의 도내 득표율이 박근혜 전 대통령이 얻었던 득표율 13.22%를 넘어 14.42%를 기록했다.

국민의힘이 이번에는 정의당을 밀어내고 민주당 다음의 비례대표 의석을 가져갈 것으로 점쳐진다.

도의회는 물론 비례대표 정수가 각 4명과 3명씩인 전주와 군산, 익산에서 국민의힘 의회 진출을 예상하고 있다.

국민의힘은 비례대표 외에도 당선 가능성이 있는 광역 및 기초의회 지역구 공천 후보를 내기 바란다.

대한체육회 체육상 박진규 감독

최근 박진규 전 전주대 레슬링 감독이 제8회 대한체육회 체육상을 수상했다.

지도 부문 장려상을 수상한 박진규 전 감독은 제46회 KBS배 전국레슬링대회에서 우수한 성적을 거뒀다.

앞서 열린 회장이 전국레슬링 대회에서도 금메달 3개와 은메달 2개, 동메달 2개 등 7개의 메달을 획득했다.

그는 특히 전주대 레슬링팀을 전국 최강팀으로 만드는 데 혁혁한 공을 세웠다.

육성 요람으로 자리매김 하고 있다. 전주대가 레슬링 명문'의 명맥을 유지할 수 있는 것은 선수들의 열정과 투혼, 그리고 박진규 감독이 있었기에 가능했다.

박 감독은 자신의 인생을 온통 레슬링에 투자했다. 대학교까지 선수 생활을 했던 박 감독은 지난 1984년 전북체육고등학교에서 지도자 생활을 시작했다.

40년 가까이 선수 육성을 하고 있는 박 감독이지만 세월이 흘러도 변하지 않는 것이 단 하나 있다.

한계를 극복해야 승리감을 맛볼 수 있다. 박 감독이 첫째로 내세운 것은 바로 심리 훈련이었다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

르비우 벼룩시장에 나온 각국 대통령 가짜 신분증



20일(현지시간) 우크라이나 르비우의 벼룩시장에 블라디미르 푸틴 러시아 대통령, 알렉산드르 루카셴코 벨라루스 대통령, 조 바이든 미국 대통령 등의 가짜 신분증이 매물로 놓여 있다.

젤렌스키 "협상 실패할 경우 3차 세계대전"



블라디미르 젤렌스키 우크라이나 대통령이 21일(현지시간) 키이우에서 연설하고 있다. 젤렌스키 대통령은 "나프탈리 베네트 이스라엘 총리가 러시아와의 회담 개최 방법을 모색하고 있다"라며 "조만간 예루살렘에서 러시아와 대화를 시작할 수 있을 것"이라고 말했다

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.

