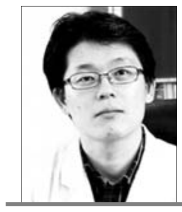
건강 칼럼

알레르기 비염



김 이 곤
구암한의원장

봄철에 유독 많아지는 알레르기 질환으로 아토피, 천식과 함께 3대 알레르기 질환 중 하나인 알레르기 비염에 대해 알아본다.

△ 알레르기 비염이란?

다양한 원인물질에 의해 코의 점막에 만성적인 알레르기 염증 반응을 일으키는 질환이다.

유전적인 알레르기 체질을 가진 사람이 알레르기를 잘 일으키는 물질에 노출되면 코점막에 알레르기 염증이 생기고 알레르기 비염 증상이 나타난다.

△ 알레르기 비염 증상은?

알레르기 비염의 3대 증상으로 수양성 비루(맑은 콧물), 비색(코막힘), 발작성 재채기가 있으며 코의 가려움증을 동반하기도 한다.

알레르기 비염은 코 점막의 만성 염증으로 코 안이 붓고 분비물이 나오면서 그 증상이 나타난다.

콧물이나 코막힘 등 일반 코감기 증상과 비슷하나 대부분의 감기는 바이러스에 의한 증상으로 2주 이상 넘지 않는다. 따라서 코감기 증상이 2주 이상 지속된다면 알레르기 비염을 의심해 볼 수 있다. 또한 알레르기 비염은 감기처럼 전염되지는 않는다.

△ 알레르기 비염의 치료법은?

회피요법, 약물요법, 면역요법, 수술 등이 있다.

우선 회피요법은 원인물질(알레르겐)과 악화 인자를 피하는 방법으로 꽃가루나 특정 물질에 알레르기 증상이 나타난다면 그 물질과의 접촉을 피하는 치료법이다.

약물요법은 먹는 약인 항히스타민제, 항류코트리엔제, 혈관수축제 등이 있으며 비강분무 스테로이드제가 있다.

면역요법은 알레르기에 면역학적 내성을 유도하는 치료법으로 주사를 이용하는 피하면역요법 혀밑이나 입에 직접넣는 설하면역요법이 있다.

만약 약물요법에 부작용이 있거나 충분한 약물 투여에도 반응이 없는 경우 수술적인 치료를 시도하기도 한다.

△ 예방 관리 수칙은?

이를 위해서는 실내의 온도와 습도를 조절해 급격한 온도와 습도 변화를 피하도록 하는 게 좋다.

또한 실내를 깨끗이 정돈하고 자주 청소·환기시켜야 한다.

알레르기 비염과 증상이 비슷한 감기나 독감도 알레르기 비염을 악화시키는 요인이므로 이를 예방하기 위해 자주 손을 씻고 금연을 하며 흡연자 근처에 가지 않는 게 좋다.

꽃가루, 황사나 미세먼지 같은 대기오염이 심한 날은 외출을 삼가고 부득이하게 외출하는 경우에는 보건용 마스크를 착용한다.

꾸준히 치료 관리해야 천식이나 알레르기 결막염, 축농증, 중이염 등의 합병증을 예방할 수 있다.

사설

심정지 환자 구한 다문화 여인

전주에서 최근 어느 다문화 가족 부인이 심정지 위급 환자 생명을 구했다. 이달 5월 17일 저녁 7시 경 전주 아중요양병원에서 어느 조리원(61.여)이 쓰러져 의식을 잃었다.

위급 상황이 벌어진 것이다, 이때 동료 조리원 마리아(여)씨가 쓰러진 동료의 생명을 구하기 위해 나섰다. 그녀는 침착하게 주위 사람들을 뒤로 물러나게 하면서 119에 연락을 부탁했다.

그리고 가슴 압박 심폐소생술을 하기 시작했다. 잠시 후 환자가 토하며 정신이 돌아왔다. 마리아씨는 환자가 설탕물을 먹도록 했다.

이어 119 구급차가 도착하면서 환자를 인계했다.

환자는 전주 시내 어느 병원에서 입원 치료를 받았다. 더 이상 생명에는 지장이 없는 것으로 전해졌다. 마리아씨는 필리핀 국적 다문화 가족이다. 2000년 1월 한국인과 결혼하여 아들 한 명이 있다.

그는 한국에 시집오기 전 필리핀에서 응급구조 교육을 1년 간 받았다. 한국에 시집 와서도 직장에서 응급구조 교육을 받았다.

심폐소생술(心肺蘇生術.CPR)이란 심장과 폐의 활동이 멈추어 호흡이 정지되었을 경우에 실시하는 응급처치다.

심정지가 발생했을 때 아무런 조치를 취하지 않으면 4~5분 내에 뇌손상이 일어날 수 있다. 심장 정지 초기 5분의 대응이 운명을 좌우하는 것이다. 심폐소생술이 시행된 경우 소생율이 3배 이상 가능하다.

한편 마리아씨는 주변의 다문화 가족은 물론 한국인들과도 유대 관계가 좋다. 평소 의협심이 강하고 친절하기 때문이다. 그래서 다문화 가족들의 맏언니 역할을 톡톡히 하고 있다.

모범적인 가정을 꾸리는 것은 물론이다. 그는 "가정의 중요성을 강조하는 가정연합의 이념과 가치에 반하여 한국으로 시집왔다."고 늘 말한다.

전주한옥마을 엄재수 선자장

최근 전주부채문화관이 특별기획전으로 엄재수 선자장 초대전을 마련해 관심을 모았다. 이번 초대전에는 조선시대 유물을 바탕으로 제작된 접부채 52점이 소개됐다.

엄재수 선자장은 이번 전시를 통해 접부채 각 부분의 유연한 선(線)의 흐름을 되찾고자 노력했다. 그는 유물과 기록으로만 남아 있던 부채의 다양한 기법을 연구해 현대적으로 재현하고 재해석하기 위해 노력하고 있다.

그는 전주한옥마을에서 미선공예사와 부채박물관을 운영하고 있다.

그는 소년시절부터 부친인 전북 무형문화재 고 엄주원 선생과 함께 합죽선 작업에 참여했다.

그 뒤 지난 2012년 전북도 무형문화재 선자장으로 지정됐다. 엄재수 명장은 선대에 이어 2대째 무형문화재를 잇고 있는 최초의 선자장이다. 계보는 문영득-문준하-엄주원-엄재수 로 이어진다.

엄재수 선자장은 원광대 전자공학 출신이다.

1980년대에는 전기 및 전자 쪽이 유망주라 그 길을 택한 것이다. 그러다가 부채 제작이 운명임을 깨닫고 전주로 내려와 가업을 돕게 된다.

그러나 모든 수공예가 그러듯이 부채 만드는 일 또한 예삿일이 아니었다. 부채 제작에 쓰이는 칼을 제대로 가는 데만 무려 10년이 걸렸다. 그가 복원한 부채는 수도 없이 많다.

대륜선, 오십살백접선, 반죽선, 우각선(외각선), 대모선, 내각선, 죽피선], 나전선, 칠접선 등은 전부 그의 작품이다. 다른 무형문화재들은 그의 작품을 따라한 것에 불과하다.

100년 넘게 제작 기법이 실전된 부채의 한 종류인 칠접선을 복원한 의미는 매우 크다. 이러한 그의 노고를 인정받아 젊은 나이인데도 전북 무형문화재에 지정되었다. 문재인 전 대통령이 전주에 왔을 때 탄소섬유로 속살을 만든 그의 백접선을 선물했다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

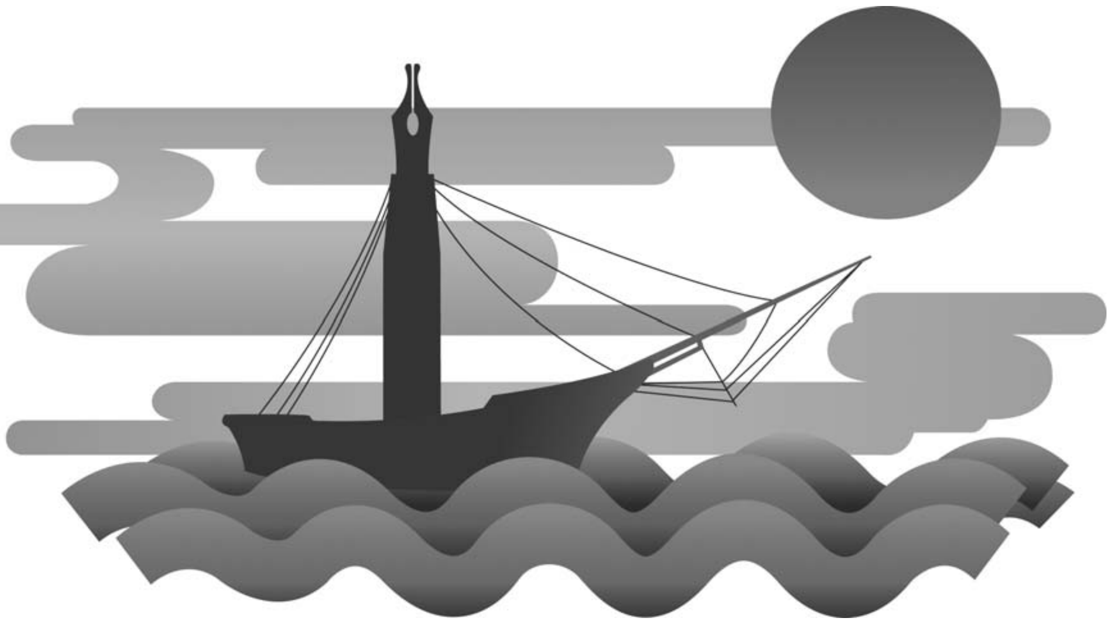
사진으로 보는 지구촌 소식

인도네시아 선박 침몰 생존자 구조하는 구조대

29일(현지시간) 인도네시아 칼리만탄셀라탄주 반자르마신 항구에서 구조대가 선박 침몰 생존자들을 구조하고 있다. 현지 경찰은 42명이 승선한 선박이 지난 26일 술라웨시섬 인근 해협에서 침몰해 17명이 구조되고 25명이 실종됐다고 밝혔다.

총격 참사 현장 방문하는 대통령 맞이하는 주민들

29일(현지시간) 미 텍사스주 유밸디에서 주민들이 총격 참사 현장인 롭 초등학교를 방문하는 조 바이든 대통령을 맞이하고 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 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해
대안적 비판 기능을 강화하고 있으며
한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께
지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 전주매일