건강 칼럼

가려움 · 홍반 · 부종 동반하는 습진… 낫지 않고 만성화되는 이유는?

서 희 연
미소로한의원 영등포점 원장

사람은 누구나 저마다 약한 부위를 가지고 있다. 후천적으로 약해지기도 하나, 어느 정도는 타고난 부분도 있다. 타고나기를 소화기가 약하게 타고날 수도 있고, 호흡기가 약하게 타고날 수도 있으며, 스트레스 민감도, 우울성향까지도 타고나는 부분이 있다. 어릴 때부터 태열, 아토피가 있거나, 두드러기가 있었다면 피부 쪽이 예민하고 약하게 타고났다고 볼 수 있는데, 그런 사람의 경우 일생을 살면서 습진을 많이 경험하게 된다.

사실, 습진은 인구의 최소 10%이상에서 한번쯤 경험할 정도로 흔한 질환이다. 왜냐하면 습진은 피부에 염증이 생긴 상태를 광범위하게 지칭하는 개념으로, 아토피피부염, 한포진, 주부습진, 유두습진, 사타구니습진 등 우리가 흔히 알고 있는 많은 질환이 습진에 속하기 때문이다. 습진은 외부 인자에 의해 잠깐 이환되었다가 지나가는 습진도 있으나, 대부분의 경우 내부 인자에 의해 피부로 염증이 드러나게 되며 만성화되는 과정을 겪는다.

피부는 최전방에 배치되어 있는 방어기관이다. 습진의 증상인 부종, 홍반, 가려움 등은 방어기능을 수행하기 위한 면역반응으로 나타나게 된다. 외부요인으로 인한 습진인 경우, 외부 요인의 방어하기 위한 면역반응이 끝나고 나면 이후 피부는 더이상 면역반응을 할 이유가 없어지므로 비교적 쉽게 지나가기도 한다.

하지만 대부분의 습진은 내부 요인으로 인해 발현되기 때문에 문제가 간단하지 않다. 타고나기를 피부가 예민하고 약하게 타고난 경우, 신체 상태가 틀어졌을 때 피부로 문제가 발현되는데, 이런 경우 피부만 주목해서 치료하면 만족스러운 결과를 기대하기 어렵다. 우리 몸의 균형을 흐트러뜨리는 내외부적 요인을 찾고, 신체 기능이 저하되어 있는 부분을 찾아서 해결을 해야, 더이상 피부에서 과잉방어반응을 하지 않고, 피부 면역 정상화를 기대할 수 있는 것이다.

내 피부에 오돌토돌하게 무언가 올라오기도 하고, 그것들이 융합되어 빨개지기도 하고, 가렵고, 붓기도 하는 피부 병변이 생겼다고 가정해 보자. 습진이 내 피부에 생기면 어떨까? 그 때 일반적으로 쉽게 찾는 것이 연고일 것이다. 피부에 병변이 생겼으니, 치료를 위해 발라 줘야할 것 같다. 외부요인으로 인해 일시적으로 나타나는 습진에는 연고를 도포하는 것이 도움이 될 수 있다. 가려움이 해결되고 붉어졌던 피부가 돌아올 수 있다.

하지만 내부 요인으로 인해 습진 병변이 나타났다면 더 신중하게 접근하여 치료해야 한다. 연고는 보통 스테로이드제제를 말한다. 스테로이드제는 약리상 면역반응을 하지 못하게 막아주는 역할을 하기 때문에, 일시적으로 호전되는 것처럼 보일 수 있으나, 이로 인해 피부 면역계는 더욱 혼란을 겪게 되고 장기적으로는 좋은 접근이 아닐 수 있기 때문이다.

이런 경우 연고를 바를 때만 호전되고, 바르지 않는다면 다시 병변이 나타나기를 반복하면서 병변이 확대되고 있는 경향을 보인다. 이는 피부 면역이 많이 깨지고 있다는 신호이므로 주의해야 하며, 반드시 습진 병변을 일으킨 내부 요인에 초점을 맞추면서 피부 면역을 다시 정상화시키는 방향으로 치료를 진행해야 한다. 발생 후 3개월이 지나도록 호전악화를 반복하며 낫지 않고 있다면, 피부 만을 바라볼 것이 아니라, 신체 전체를 살펴 몸이 건강해지는 방향으로 치료를 도와 내 몸이 스스로 피부 면역을 회복하고, 스스로 습진 병변을 이겨낼 수 있도록 해야 한다. 불균형을 바로잡고, 기능을 회복하여, 스스로 피부 병변을 이겨내는 힘을 길러주고 궁극적으로 이겨내는 경험을 하는 것, 이것이 한의학에서 만성 습진을 치료할 때 가지고 있는 핵심적인 생각이다.

습진과 같은 피부 병변은 가려움 등의 증상으로 힘든 부분과 더불어 가시적으로 드러나기 때문에 더욱 신경이 쓰이고 빨리 치료되었으면 하는 조급한 마음이 들기 마련이다. 하지만 습진이 만성화된 상태라면 이를 한번에, 빠르게 해결해 주는 특효약은 없다.

그래서 치료에 있어 길을 잃고 수개월, 수년동안 고생하면서 해메면서 병변을 방치하고, 키우기도 한다. 만성화된 습진은 습진이란 병명은 같아도 개인별로 각기 다른 요인이 있다. 그 부분을 찾고, 함께 해결하려는 노력을 기울이면 신체가 건강해지는 것과 더불어 스스로의 힘으로 습진을 이겨내는 소중한 경험을 하게 될 것이다.

사진으로 보는 지구촌 소식

미시시피주, 트리거 조항 따라 '낙태 금지'

28일(현지시간) 미 미시시피주 잭슨의 주 의사당 앞에서 낙태 권리 지지자들이 미국 연방대법원의 낙태 권리 폐기 판결에 항의하며 시위하고 있다. '트리거 조항'이 적용되는 미시시피주의 린 피치 법무 장관은 산모의 생명이 위협하거나 강간의 경우를 제외하고는 낙태를 금지했다. 이에 따라 미시시피주 유일한 낙태 클리닉 측은 10일 후 이 법이 발효되면 문을 닫을 것이라고 밝혔다.

에르도안, 스웨덴 · 핀란드 나토 가입 지지 서명

레제프 타이이프 에르도안 튀르키예 대통령과 옌스 스톨텐베르그 나토 사무총장이 28일(현지시간) 스페인 마드리드에서 핀란드와 스웨덴의 북대서양조약기구(NATO · 나토) 가입을 지지하는 양해각서에 서명 전 포즈를 취하고 있다. 에르도안 대통령은 기존의 반대 입장을 철회하고 스웨덴과 핀란드의 나토 가입을 지지하기로 했다.

사 설

기술 인재가 위기돌파의 핵심

미래 전략의 핵심으로 '기술'과 '인재'가 크게 부상하고 있다.

초격차 수준의 기술만이 급변하는 글로벌 시장에서 생존을 담보할 수 있다는 위기의식 때문이다.

기술력을 갖춘 핵심 인재를 얼마나 확보하느냐에 따라 미래 경쟁력이 좌우된다는 설명이다.

이 부회장은 최근 삼성이 차세대 반도체, 배터리 등 미래 전략 사업에 450조 원을 투자하겠다는 계획을 발표한 뒤 유럽 출장에 나섰다.

출국 후 헝가리에 위치한 삼성SDI의 배터리 생산 거점을 점검하고 독일에서 주요 완성차 업체인 BMW를 방문했다. 전기차로 전환 중인 자동차 업계를 살피면서 배터리 사업의 미래를 점검하는 한편 BMW와의 사업 협력 강화도 모색했다.

네덜란드에서는 ASML CEO를 만나 극자외선(EUV) 노광 장비의 원활한 공급을 요청했다. ASML은 전 세계적 수요 증가로 공급난을 겪고 있는 EUV 장비를 만드는 유일한 회사다.

EUV 장비 수급이 주요 반도체 업체들의 핵심 과제가 되면서 이 부회장이 직접 '장비 확보전'에 뛰어든 것이다. 삼성전자는 EUV 장비 시장을 독점하고 있는 ASML과의 협력 강화를 통해 반도체 '초격차'를 더욱 확대한다는 구상이다.

벨기에의 유럽 최대 규모 종합 반도체 연구소 '아이멕' CEO와 반도체 최신 기술과 연구개발(R&D)을 논의했다. 인공지능(AI) · 바이오 · 에너지 등 미래 전략 사업 분야의 신기술 개발 기회도 모색했다.

삼성전자의 대형 인수합병(M&A) 결과가 주목된다. 삼성전자가 차량용 반도체 기업인 네덜란드의 NXP, 독일의 인피니언 등을 인수할 가능성을 점치고 있다는 업계 관측도 있다. 미래 경쟁력 확보를 위해 '기술 초격차'를 이뤄야 한다는 핵심 목표가 절실하다.

전주 보학박물관 건립 문제

전주의 뿌리와 역사적 가치를 새롭게 조명할 보학박물관을 전주에 건립하자는 제안이 나와 주목된다.

전주시의회 박병술(동서학,서서학,평화1 · 2동) 의원은 최근 임시회 본회의 5분 자유 발언에서"전주역사박물관에서 족보 특별전이 열리긴 했지만, 보학박물관을 별도로 건립한다면 뿌리를 찾고자 하는 사람들이 방문하는 관광 자원으로 큰 역할을 할 것으로 기대된다."고 말했다.

한편 대전시 중구청에서는 오랜 전 족보문화에 대한 이해를 돕기 위해 한국족보박물관에서 '족보대학'을 열었던 적이 있다. 강좌는 '족보의 역사와 보학문화'라는 주제였다.

조선시대 보학 문화의 성행으로 발생한 만성보와 보학담 이야기 문화를 중심으로 했다. 족보의 발달 과정과 보학 문화에 대해 체계적이고 깊게 이해할 수 있도록 마련됐다.

족보대학은 '조선 초기 족보의 모습'이란 제1강을 시작으로 '보학의 발달과 만성보의 성행, 근대 족보와 독립운동가의 가문, 구전 족보로서의 보학이야기 문화' 등 총 8강으로 구성됐다.

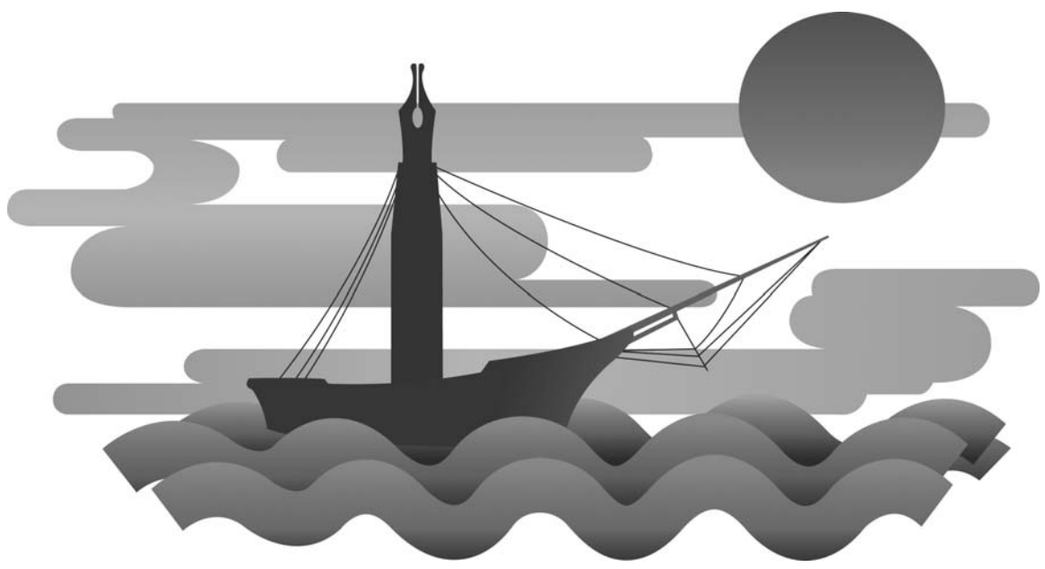
조상의 족보 문화에 대한 깊이 있는 이해를 원하는 사람들이 많다. 그러나 조선시대 족보의 역사와 보학담 이야기 문화는 가계 기록 중심의 단편적인 족보의 이해에서 벗어나야 한다.

자신들의 뿌리를 알고 효와 예를 실천하는 일이 매우 중요하다. 족보박물관이 들어선다면 족보문화를 알아보는 뜻깊은 시간이 될 거라는 전망이다.

보학은 전주에 대한 민간 기록 유산의 중요한 문화재적 가치를 가지고 있다. 이는 족보에 대한 의미를 되짚어보고 우리의 전통사회 구조 성격을 올바르게 이해하는 일이다.

새로운 정책적 방향에서 보학박물관 건립이 필요하다. 보학에 대한 전문적인 연구와 정책 논의가 이제라도 시작되길 바란다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.



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