

건강 칼럼

헛갈리는 일사병 · 열사병

폭 열이나 무더위로 인한 은열질환 중 일사병과 열사병이 있다.

보통 이 둘을 엄밀하게 구분해 사용하지 않아 헛갈리는 경우가 많다.

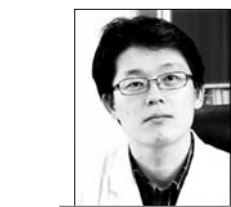
혹은 일반적인 은열질환을 통칭해 일사병이라고 부르는 경우도 있어 열사병도 일사병의 한 종류로 보아 열사병은 일사병이라는 말이 틀린 말도 아니다.

그러나 엄밀한 의미에서 일사병과 열사병은 다른 질환이다.

일사병은 열에 의해서 유발되는 은열 질환들 중에서 가장 흔한 유형으로 땀이 과다하게 배출되면서 수분이나 염분의 결핍에 의해 나타난다.

무더운 환경에서 심한 운동이나 활동 후 또는 장시간 햇볕을 쬐면 발생할 수 있다.

그 증상은 토할 것 같은 느낌과 어지러움, 두통, 무력감, 식욕부진, 경련, 일시적인 실신 등이 나타난다. 체온은 정상보다 약간 상승되지만 보통 41℃ 미만이며, 땀이 계속 나오고 탈수 증상이 보인다.



김이은

구암한의원장

다. 여름철에 다발하며 하루 중 기온이 제일 높은 낮 2~3시 활동량이 많은 경우 주의해야 한다.

이에 비해 열사병은 원인과 증상이 비슷하지만 근본적으로 다른 부분이 있다.

뜨거운 햇볕에 노출되거나 지나치게 더운 장소에 오랫동안 있게 되는 경우 등 원인은 다른 은열질환과 비슷하다.

하지만 일사병과 달리 인체의 체온조절중추가 외부의 열 자극을 견디지 못하고 그 기능을 상실해 우리 몸의 온도가 비정상적으로 상승하게 되는데 이를 열사병

이라 한다. 그 증상은 두통, 어지러움, 구역질, 경련, 시력 장애 등이 있다.

이는 다른 은열질환과 비슷한 증상이나 일사병과 차이가 나는 증상으로 의식이 저하되고 몸온도 40도 이상으로 피부가 건조하며 붉게 보인다.

호흡이 얇고 느리며 혈압이 떨어지기도 하며 피부가 뜨겁고 건조해 땀이 나지 않는 것이 특징이다.

열사병으로 인해 고온상태가 지속되면 경련, 호흡 장애, 횡문근 용해증, 급성 신장 손상 등이 발생할 수 있으며, 뇌에 치명적인

손상을 입힐 수 있고 사망할 수도 있다.

일사병이 있을 때 적절한 치료 및 조치를 취하지 않을 경우 열사병으로 진행되기도 한다. 일사병에 비해 열사병이 상대적으로 더 위험하다고 볼 수 있다.

은열질환 증상이 있을 경우에는 더운 환경에서 그늘지고 시원한 장소로 이동해 체온을 내려주며 휴식을 취해준다.

꼭 끼는 옷은 느슨하게 하거나 제거하고 의식이 있으면 입으로 수분을 섭취하며 만약 환자의 체온이 오르면서 의식이 나빠지면 입으로 수분을 섭취하는 것을 멈추고 신속히 병원으로 이동해 적절한 치료를 받도록 해야 한다.

열사병의 경우 응급상황으로 119에 즉시 신고하고 구급차가 올 때까지 환자의 체온을 내리기 위해 의복을 제거하고 분무기로 피부에 물을 뿌려주어 증발현상을 이용하는 게 효과적이다. 또한 큰 혈관이 지나가는 서혜부, 목, 겨드랑이 부위에 아이스팩을 대주는 게 좋다.

사설

국제경제의 공급망 문제

국제경제의 안정된 공급망 문제가 심각하다. 러시아·우크라이나 전쟁을 계기로 에너지 시장이 '공급자 우위 시장'으로 바뀌었다. 앞으로 에너지 가격이 올라갈 가능성이 높다.

이는 장기간의 침체를 유발할 수 있다. 공급망이 재편되고, 첨단 전략 산업을 중심으로 주요국의 보호무역이 나타날 가능성이 높다.

각국은 적시 공급을 통해 비용을 최소화하는 '저스트 인 타임(Just in time)' 전략에서, 만약의 경우를 대비하는 '저스트 인 케이스(Just in case)' 전략으로 바꾸고 있다.

선진국의 자국 우선주의 기조가 나타나기 시작했다. 선진국의 리쇼어링(생산시설의 자국 이전) 등으로 공급망 재편이 나타나고 있다.

한국은 세계화로 수혜를 입은 대표적 국가다. 정보기술(IT) 제조 강국으로 세계 각지에 생산기지를 두었

다. 원자재를 수입한 뒤 재가공해 파는 비중이 높아 공급망 차질에 직접적인 영향을 받는다.

2018년 기준 한국의 중간재 수출 비중은 71.4%로 세계 평균 56.9%를 15%포인트 가까이 웃돈다. 특히 최대 교역 상대국인 중국 수출에서 지난해 소비재 비중은 3.8%에 불과하지만, 중간재 비중은 80.8%로 압도적이다.

에너지나 곡물의 대외 의존도 역시 높다. 블록화에 따라 미·중 사이에서 어느 진영에 서야 할 것인지도 앞으로 과제다. 수입선 다변화로 자원 비축을 확대해야 한다.

해외 투자의 활력을 높이고 해외 자원 개발에 관한 산업 생태계를 회복해 나가야 한다. 비교우위와 최소 비용으로 경제 실수를 주름잡아온 '세계화'가 급격히 후퇴하고 있다. 대신 원자재·식량·에너지 등의 안정적 수급을 위해 문을 걸어 잠그는 '탈세계화 및 경제안보'가 강화되고 있다.

임금피크제 무슨 문제인가

임금피크제 논란이 일고 있다. 대법원이 최근 연평만을 기준으로 한 임금피크제는 무효라고 판결하면서 부터다. 노사 합의가 있었더라도 고용자고령법상 연령차별에 해당해 무효라는 판단을 내렸기 때문이다.

이에 따라 임금을 돌려받을 수 있는 대상과 그 범위에 관심이 모아지고 있다. 하지만 임금채권의 소멸시효가 3년이라는 점을 감안하면 소송을 통해 돌려받을 수 있는 임금은 제한적이라는 평가가 나온다.

대법원은 정년을 유지하면서 일정 연령 이상 노동자의 임금을 정년 전까지 일정 기간 삭감하는 형태의 임금피크제 효력에 관한 판단기준을 최초로 제시했다.

대법원은 임금피크제 도입 목적에 임금 삭감 조치를 정당화할 만한 사유로 보기 어렵다고 했다. 임금이 일시에 대폭 하락하는 불이익을 입고 적정한 대상조치가 강구되지 않는 점도 지적했다.

임금피크제는 박근혜 정부 때

인 2015년 말 전체 공공기관에 도입됐다. 이후 민간기업으로도 빠르게 확산돼 2016년 기준 300인 이상 기업의 절반 정도인 46.8%가 임금피크제를 도입했다.

법조계 일각에서는 불법행위로 인한 손해배상 청구를 하게 되면 시효가 10년으로 늘어났다는 주장도 나온다. 하지만 현실적으로 임금피크제와 관련한 손해배상 청구 소송은 법원에서 받아들여지지 않을 가능성이 높다.

불법행위에 따른 손해배상책임이 인정되기 위해서는 단순히 위법한 행위만 필요한 것이 아니다.

의도적으로 불법행위를 했다는 정황이 나와야 한다. 임금피크제 도입의 경우 회사가 의도적으로 불법행위를 했다고 보기 어렵기 때문이다.

물론 손해배상 청구를 위한 기본 전제는 성립된다. 그럼에도 사실상 기업이 의도적으로 위반했다고 볼 수 없다는 것이 법조계 해석이다.

사진으로 보는 지구촌 소식

법정에서 고개 숙인 러시아 병사 시시마린



러시아 병사 바딤 시시마린(21)이 25일(현지시간) 우크라이나 키이우에서 열린 상고심 공판장 유리 칸막이 뒤에서 고개를 숙이고 서 있다. 시시마린은 전쟁 초기 자전거를 타고 가던 60대 우크라이나 노인을 사살한 혐의로 종신형을 선고 받고 항소했다.

토론회 전 기념 촬영하는 보수당 대표 후보들



리시 수낙(오른쪽) 영국 전 재무장관과 리즈 트러스(가운데) 외무장관이 25일(현지시간) 스톡홀름 트랜트에서 BBC가 마련한 보수당 대표 후보 토론회에 참석해 토론회 전 기념 촬영을 하고 있다. 이들은 지난 20일 영국 집권 보수당 대표 경선 5차 투표에서 1·2위를 차지하며 최종 후보로 결정됐다.

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 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**