

건강 칼럼

여름철 항문 가려움과 분비물, 방치 말아야

요즘 같은 고온다습한 여름에는 피부 질환이 잘 생긴다. 항문에도 가려움증이 생길 수 있고, 치질이 있는 경우 증상이 악화되기 쉽다. 더위로 땀 배출량이 늘어 수분이 부족해지면서 변비가 생기기 쉽고, 변비로 인해 치질이 생기기 쉽게 된다. 또한 휴가를 앞두고 다이어트를 하면서 무리하게 섭취량까지 줄이면 변비가 더 생기기 쉽다. 휴가기간 동안에는 육류 및 알코올 섭취, 찬 음식, 과식 등으로 변비나 설사를 앓다가 치질이 생길 가능성도 높아지게 된다.

민약 항문에 심한 가려움이 생겼다면 항문소양증을 의심해봐야 한다. 항문소양증은 항문 주변이 견딜 수 없이 불쾌하게 가렵거나 화끈거리는 증상이 나타난다. 덥고 습해서 항문에 땀이나 분비물이 많아지는 여름에 생기기 쉽다. 항문소양증은 명확한 원인 없이 나타나는 특발성과 항문 관련 질환으로 인해 발생하는 속발성으로 구분할 수 있다. 속발성의 경우 치핵, 치루, 균지름 등과 같은 항문 질환이 있거나 당뇨병, 갑상



양 시 준
미사치유외과 대장항문클리닉 원장

선질환, 기생충 감염 등 원인으로 생길 수 있다. 고혈압, 결핵 관련 약물 때문에 생기기도 한다. 특발성 소양증의 경우 배변 후 항문 주위를 지나치게 깔끔하게 관리하다가 피부가 손상되면서 대변 독소 등 자극으로 유발되는 경우가 많다.

가려움증 때문에 항문 주변을 긁으면 피부가 손상되면서 증상은 더 심해지고 2차 감염이나 착색까지 생길 수 있어 주의해야 한다. 또한 자극적인 비누로 무리하게 닦는 것도 과민 반응을 유발해 증상을 악화시킬 수 있어 주의해야 한다.

또한 여름철에는 치질 중 치루

발생에 주의해야 한다. 치루는 항문 속 배변을 돕는 점액질을 분비하는 항문샘에 염증이 생기면서 유발된다.

염증이 풀었다 터지면서 항문 내부와 항문 밖 피부 사이에 고름이 통하는 치루관이 생기는 질환이다. 항문에 미치 심이 바뀔 듯 딱딱하게 만져지고 통증이 심한 것이 특징이다.

초기에는 열증 반응으로 온 몸에 열이 나면서 감기 몸살과 비슷해 방치되는 경우가 많아 주의해야 한다. 항문농양이 만들어지고 악화되면서 고름이나 냄새 나는 진물이 구멍으로 지속적으로 흘러나와 속옷에 묻어 나오고 악취

가 나는 불편을 겪게 된다. 풀었던 부분이 터져 고름이 배출되면 일시적으로 통증이 완화되지만 결국 쉽게 재발하기 때문에 근본적으로 치루관을 제거하는 수술적인 치료가 필요하다.

여름철 항문질환을 예방하려면 찬 음식을 자제하고, 오염되고 변질된 음식으로 인한 배탈과 설사에 유의해야 한다. 오래 앉아 있는 자세는 최대한 피해야 한다. 평소 항문을 청결하게 유지하고, 항문 부위가 되도록 습하지 않도록 관리하는 것이 중요하다. 샤워 후에는 항문을 잘 말리고, 통풍이 잘되는 속옷을 입는 것이 좋다. 항문 가려움이 심할 땐 온수좌욕이나 연고도 증상을 완화하거나 치료할 수 있다.

하지만 단순한 가려움증이라도 항문질환이 근본적인 원인인 경우 해당 질환에 대한 치료가 우선되어야 한다. 치질은 참고 견디고 지연적으로 치유되기는 쉽지 않다. 항문의 가려움, 작열감, 통증, 할변 같은 증상이 보이면 머무지 말고 조기에 적극적으로 치료를 시도하는 것이 필요하다.

사설

외국어 간판 범람

우리말 한글 간판을 가꾸고 되살려야 한다는 지적이 많다. 갈수록 외국어 간판이 범람하기 때문이다.

갈수록 우리말 애용은 온데 간데 없다. 지나친 외국어 간판은 교령층 소외 현상마저 부추기고 있다.

실제로 교령화 현상이 지속되면서 노인 소외 문제가 사회적 관심사로 부각되고 있다. 간판과 표지판 등 거리에서 일상적으로 사용되는 외국어가 교령층에는 큰 불편으로 다가올 수 있다.

웬만한 도심 거리에는 외국어로 된 간판이 가득하다. 간판과 메뉴판, 그리고 안내 표지판까지 외국어는 곳곳에서 사용된다. 익숙한 풍경이지만 교령층은 당황스러운 때가 많다.

나이든 어른들은 외국어 간판 때문에 곤란한 적이 많다고 한다. 영어를 몰라서 상당히 불편하다고 털어놓기도 한다. 이런 것도 모르는 손사람 같아서 불어보기도 민망할 때가 있다고 말한다.

그러면서 외국어 옆에 한국어라도 달아주면 좋겠다고 말한다. 현재 70대 이상 교령층의 외국어 이해도는 전체 국민 평균의 절반이 채 되지 않는다. 젊은 사람들도 불편하기는 마찬가지다.

사실 영어 등 외국어를 굳이 쓴다고 해서 간판이 그렇게 멋있어 보이지도 않는다. 한글 간판으로도 충분히 멋있다. 굳이 외국어로 써야 할 필요가 없다. 이 같은 문화를 개선하려는 움직임도 속속 나오고 있다.

노인층 유동 인구가 많은 서울 종로구가 먼저 나섰다. 표시 면적의 50% 이상 한글병행을 원칙으로 하는 간판 개선 사업을 통해 한글 간판을 늘리고 있다.

종로구는 아예 한글 사탕 조예를 만들었다. 그 뒤 경북공역 주변의 경우 한글 병행을 80% 이상 달성했다. 디지털 격차에 이어 언어 격차까지 커지고 있다.

노인이 소외되지 않도록 일상 속 작은 실천과 배려가 필요한 때이다.

대한민국 산재공화국인가

최근 여당(국민의힘)이 중대재해처벌법 개정을 추진하겠다고 밝혀 논란이다. 앞서 정부도 경제정책 방향을 발표하면서 중대재해법 시행령 개정을 하나의 목표로 제시했다.

중대재해법은 시행에 들어간 지 6개월이 채 지나지 않았다. 법을 시행한 뒤에도 중대재해가 끊이지 않고 있다. 중대재해법을 악화시키려는 것은 이해할 수 없는 일이다.

여당의 개정안은 사업주와 경영책임자 등이 충분한 조치를 했음에도 산재가 발생한 경우 처벌 형량을 줄일 수 있도록 한 것이 핵심이다.

정부가 시행령 개정을 경제정책 방향에 포함시킨 것은 기업의 경영 활동 위축을 해소한다는 것이 취지다. 최고경영자 등이 억울하게 처벌을 받는 일이 없도록 하고, 또 기업이 활동하는 데 불필요한 애로를 겪지 않도록 하겠다는 것이다. 이는 경영계 편만 들어주는 일이다.

친기업·반노동 정책으로 과

연 산재를 어떻게 막겠다는 것인지 의문이다.

법 시행 이틀 만인 지난 1월 29일 체석장 매물사건으로 3명이 숨졌다. 50인 미만 기업(2024년 1월 시행)과 5인 미만 기업에는 적용되지 않는 등 제도적 허점도 많다.

노동계는 적용 대상과 처벌 강도가 낮다고 지적한다. 그런데도 규정을 강화하기는커녕 도리어 법을 약화하려 하고 있다. 오히려 산재 예방 노력에 찬물을 끼얹는 일이다.

국제노동기구(ILO)는 최근 '안전하고 건강한 노동환경'을 노동기본권으로 채택했다. 고용노동부는 이미 "중대재해가 발생하더라도 안전보건 확보 의무를 충실히 이행했다면 처벌되지 않는다"고 여러 차례 강조했다.

주의를 다한 최고경영자나 사장은 처벌하지 않는다는 판단이다.

중대재해법은 '산재공화국' 오명을 벗어내는 지름길이다. 중대재해법 개정을 중단하기 바란다.

사진으로 보는 지구촌 소식

처형된 민주화 활동가 사진 들고 시위하는 미얀마 사람들



26일(현지시간) 태국 방콕의 미얀마 대사관 앞에서 태국 거주 미얀마인들이 미얀마 군부에 처형된 민주화 활동가들의 사진을 들고 시위하고 있다. 미얀마 군부가 미얀마 민주화 활동가 4명 등 정치범에 대해 사형을 집행하면서 국제 사회의 비난이 거세지고 있다.

해상 훈련 시찰하는 차이잉원 대만 총통



차이잉원(가운데) 대만 총통이 26일 대만의 연례 육해공 항공훈련의 일환으로 이란 현 해안에서 실시한 해상 훈련을 시찰하면서 해군 장병들과 기념 촬영을 하고 있다. 대만은 25일부터 나흘간 연례 항공훈련을 시행해 25일에는 민방공 훈련인 원안 훈련이 진행됐다.

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