

건강 칼럼

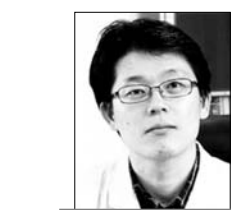
여름철 주의해야 할 피부질환-햇빛 알레르기

우리가 흔히 햇빛 알레르기로 알고 있는 질환의 정확한 명칭은 광과민성 피부질환(광과민증)이다. 이는 태양광선에 노출된 후, 수분 이내 노출된 부위의 피부에 가려움이나 발진 등의 증상이 나타나는 것을 말한다.

햇빛 알레르기는 광 알레르기 반응의 일종으로 빛에 의해 피부의 알레르기 면역세포들이 활성화돼 일어나는 반응이다. 대부분의 경우 증상이 심하지 않다면 치료 없이 증상이 완화되지만, 심각한 경우에는 도포제나 경구 약제 등의 치료가 필요하다.

햇빛 알레르기의 원인은 분명하게 밝혀지지 않았지만, 태양광선이 가장 주요한 원인이며 유전적인 요인도 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. 또한 일부 약제 성분이나 물질, 여러 가지 화학 물질 등에 의해 햇빛에 민감한 피부가 되기도 한다.

주로 증상이 발생하는 부위는 태양광선에 노출되는 앞쪽 목과



김이근

구암한의원장

가슴의 셔츠 V라인 부위, 손등, 팔, 다리 등이며 심한 경우 햇빛에 노출되지 않은 부위까지 퍼지기도 한다.

주요 증상은 두드러기, 붉은 반점, 발진, 수포 등이며 가려움 혹은 따가움을 동반한다. 증상이 심해지면 피부가 붓거나 물집이 생기기도 하며, 만성으로 악화되면 피부가 두껍고 거칠게 변하며 점진 증상이 나타날 수도 있다.

햇빛 알레르기를 흔히 피부가 탔다고 말하는 일광화상(햇빛 화상)으로 잘못 알고 있는 경우가 많다.

피부가 탄 일광화상은 햇빛에 과도하게 노출되면 누구나 발생할 수 있는 염증반응으로 그 증상은 햇빛에 노출된 부위의 각질 세포나 포피 등이 손상되고 혈관이 늘어나 피부가 벌겋게 변하고 화끈거리며 때로는 피부가 부풀어 오르며 열기가 지속된다.

이와 달리 광과민성 피부질환인 햇빛 알레르기는 일상적인 햇빛 노출에도 증상이 나타나며 햇빛에 노출된 후 짧게는 1시간 이내, 길게는 수일 후에도 증상이 발생한다.

햇빛 알레르기는 냉찜질을 해

주거나 휴식을 취하면 대부분 자연적으로 사라진다. 증상이 심하지 않은 경우, 햇빛을 피하는 것만으로도 증상을 완화시킬 수 있다. 그러나 시간이 지나도 증상이 계속되거나 악화되는 경우에는 스테로이드 크림 등 외용제를 도포해 치료 할 수 있으며, 추가로 경구 약제를 처방 받아 복용할 수 있다.

햇빛 알레르기 예방에서 가장 중요한 것은 햇빛의 노출을 피하는 것이다. 태양이 강렬해지는 여름에는 피도록 피부가 노출되지 않도록 하며 특히 자외선이 강한 낮 12~ 오후 2시 사이에는 가급적 외출을 삼가 하는 게 좋다.

야외 활동이 불가피할 경우 선글라스, 긴 팔의 옷이나 창이 넓은 모자 등을 착용하고 자외선 차단제를 바르는 것이 도움이 된다. 자외선 차단제는 야외활동 20~30분 전에 미리 피부에 바르고, 2~3시간마다 다시 바르는 것이 좋다.

기고문

여름철 차량화재 각별한 주의 필요

연일 지속되는 폭염을 피해 많은 사람들이 산이나 계곡으로 휴가를 떠날 생각을 하고 있다.

휴가철 기간 무더운 날씨 속 차량운행이 많아지고 차량화재 위험성이 더욱 증가할 것으로 예상됨에 따라 운전자들의 각별한 주의가 요구된다.

전북소방본부에 따르면 최근 3년(2019~2021)간 차량화재 발생건수는 '19년 289건, '20년 285건, '21년 262건이고 차량화재로 인한 인명피해는 24명(사망 6· 부상 18)이 발생했다.

월별 차량화재 발생 현황을 분석하면 여름 휴가철 차량 운행이 많고 기온이 높은 8월에 86건(10.3%)으로 가장 높게 발생하였고 가을 추석·나들이로 차량 운행이 많은

10월 83건(9.9%), 6월 75건(9%) 순으로 나타났다.

여름철 차량 화재는 대부분 엔진 과열·과부하 등 기계·전기적 요인에 의해 발생하는 경우가 많아 장거리 운행전 차량에 대한 예방 점검이 필요하다.

첫째, 오일은 기계장치 윤활 및 냉각에 영향을 주어 순환하면서 각종 장치의 발열을 낮추는 역할을 하므로 오래된 오일은 교환하고 항상 적정량을 유지하여야 한다.

둘째, 에어컨 장치 역시 배터리에 무리를 주게 되며, 배터리 연결선이 과열될 수 있으므로 가급적 장시간 가동을 피하고 수시로 차량을 쉬게해야 한다.

셋째, 실내 및 엔진룸에서 연료배



유형탁

진안소방서 예방안전팀장

배가 나는지 엔진룸을 열어 연료라인 계통을 확인하고 냉각수를 수시 보충하며 엔진룸에 이물질이 쌓이지 않도록 유의해야 한다.

넷째, 폭발위험이 있는 라이터나 배터리, 스프레이 등은 차내에 두지 않아야 한다.

다섯째, 주행 중 차량온도계의 지침이 올라가거나, 보닛 안쪽에서

수증기가 발생한다는지 차안에서 달콤한 냄새가 난다면 즉시 비상등을 켜고 갓길에 세워 시동을 끄고 차량을 점검해야 한다.

여섯째, 차량에 불이 붙었다면 차량을 안전한 곳으로 이동하여 엔진을 끄고 차량에 비치된 소화기로 초기 진압을 해야한다.

만일, 최초 진압에 실패할 경우에는 안전거리를 두고 119에 신고해야 한다.

무엇보다 평소 차량화재 예방을 위해 주기적인 차량 관리와 점검을 하는 것이 중요하며 특히, 여름 휴가철 차량화재를 대비하여 차량용 소화기를 비치하면 큰 도움이 된다.

무더운 여름 차량관리 철저로 안전한 휴가를 보내시길 바란다.

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 승주빌딩 4층

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

구독·광고문의 063-288-9700

사설

강황수 청장의 평온한 도민 일상

강황수 전북경찰청장이 주민들이 평온하게 일상을 영위할 수 있도록 경찰이 큰 바람뭉치 되고 당부했다. 그는 당당한 법 집행 이면에는 항상 상대의 입장과 상황을 이해하고 다스릴 줄 아는 자세가 필요하다고 말했다.

현장 경찰이 도민들의 불안 요소가 무엇인지 자세하게 살피는 일이 중요하다. 위협 요소는 신속하고 성의 있게 해소하려는 자세가 필수적이다. 이러한 치안 활동은 지시와 명령으로 일관하는 경직된 문화 속에서 불가능하다.

'수평적 문화를 조성하는 것'이 선결 과제다. 상·하급자가 모두 편하게 자연스럽게 대화도 하고 보고도 해야 한다. 소통과 이해, 배려와 화합을 기치로 한 수평적 문화는 자기 주도적 직무 환경으로 이어진다.

이는 보다 도민의 뜻에 맞는 치안 활동을 가능하게 한다. 업무 효율성의 극대화 뿐 아니라 고품격 치안 서비스로 연계되

는 선순환의 핵심이다. 전북 치안은 현재 112시스템이나 교통 데이터 등 지표상 대체로 평온함을 유지하고 있다.

그러나 수치화·표면화되지 않은 갈등이나 위험도 상존하고 있다. 이 부분에 대해서도 잘 살펴야 할 것이다. 치안 활동 중 미주하게 되는 사회·경제적으로 열악한 범죄 피해자에 대한 보호·지원 체계도 중요하다.

범죄 피해자 등 사회적 약자를 위한 맞춤형 통합지원 서비스를 지자체, 공공기관 등과 연계해야 한다. 직장협의회와의 만남은 현장의 이야기를 듣기 위한 자리다. 일회성이 아니라 기회가 있을 때마다 직원 대표들을 통해 현장의 이야기를 들어야 한다.

안전하고 평온한 지역사회가 조성되기 위해서는 경찰 스스로의 노력뿐만 아니라, 도민의 참여와 협력이 매우 중요하다. 강 청장이 항상 '실력의 자제'를 잊지 말기 바란다.

대우조선은 대마불사(大馬不死)인가

협력사 노조의 파업이 끝나면 대우조선해양 처리 문제가 현안으로 떠올랐다. '혈세 먹는 하마'로 방치할 수 없다는 게 정부와 산업은행의 판단이다. 산업은행은 자본을 55.7%에 이른다.

대우조선해양은 부실이 눈덩이처럼 쌓여 자립 능력을 잃은 공룡기업이 됐다.

매각은 물론 분리 매각도 쉽지 않다. 청산의 경우 절차와 시간이 필요한 데다 협력사를 포함해 2만여 명의 일자리가 문제다.

시장 논리라면 대우조선은 벌써 사라졌어야 맞는다. 부채비율이 500%를 웃돌고 단기차입금이 보유 현금의 두 배에 달한다. 12조 원 가량의 현금도 20여 년을 버텼다.

대우조선의 연명은 국내 조선 산업의 미래에도 부정적이다. 저가 수출 경쟁에 휩싸인 조선업 구조 개편을 가로막고 있다.

현대중공업 삼성중공업 대우조선의 빅3 체제를 빅2로 재

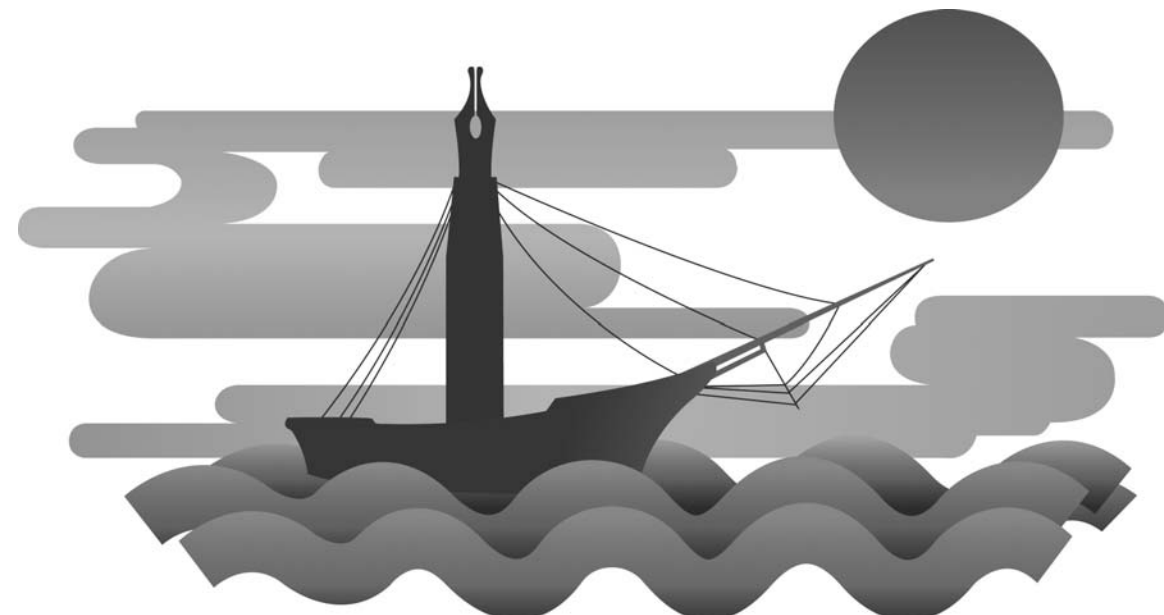
편해야 한다. 대우조선이 살아남으면서 현대중공업과 삼성중공업은 구조 조정에 내몰렸다. 현대중공업은 2017년 7월 군산조선소 가동을 중단하고 600여 명의 인력을 현대중공업으로 전한 배

치했다. 삼성중공업은 세 차례 유상증자를 통해 3조8000억 원을 수혈했다. 대우자동차는 제너럴모터스(GM)가 인수해 한국GM으로 간판을 교체했지만, 8년째 적자다.

상하이차, 마힌드라 등 주인이 바뀐 쌍용차는 전기차 한 대 제대로 못 내놓는 형편이다. 매각과 청산 등 모든 시나리오를 놓고 구조조정을 해야 한다. 국가 경제와 국민이 대우조선에 볼모로 더 이상 붙들려 있어서는 안 된다.

그동안 기업은 인력 70%를 하청에 넘기고 숙련공에게 최저 임금 수준을 쥐서 버렸다. 진짜 필요한 경영 혁신은 없었다. 더 이상 대마불사론(大馬不死論)은 허상이다.

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