

건강 칼럼

건강검진, 만성·암질환 조기 발견 위해 놓치지 말아야

수 그러드는데 했던 코로나19가 다시 확산되며 사회 분위기가 얼어붙고 있다. 팬데믹의 영향으로 발생한 문제는 한두 가지가 아니지만 그 중에서도 큰 우려를 사고 있는 부분이 국가 건강검진 및 암검진 수검률의 하락이다.

건강검진을 하다가 코로나19에 감염될 지 모른다는 두려움에 차 일과일 건강검진을 미루는 사람들이 늘어나며 2020, 2021년 국가건강검진 및 암검진의 수검률은 예년에 비해 약 20%나 하락하며 역대 최저치를 기록하고 있다.

국가건강검진은 신장과 체중, 허리둘레, 체질량지수, 혈압, 청력, 시력, 소변 및 혈액 검사 등 기본적인 항목을 2년에 1번 시행하며, 국민건강보험공단이 주관한다. 암검진은 우리나라 사람들의 발병률이 높은 위암, 대장암, 간암, 유방암, 자궁경부암 및 폐암에 대한 검사를 시행한다.

국민들의 건강 상태를 확인하여 생명을 앗아갈 수 있는 고혈압, 당뇨 등의 질환을 조기 발견



정병진

모란 성모병원 원장

함으로써 건강보험의 재정을 건전하게 유지하며 국민 건강까지 지키려는 일석이조의 정책이다. 하지만 아무리 좋은 정책이라 하더라도 국민들이 이를 활용하지 않으면 아무 소용이 없다. 국가건강검진 및 암검진 수검률 하락에 대한 걱정이 커지는 것도 이 때문이다.

건강검진을 제 때 받지 않고 넘어가는 바람에 조기에 발견할 수 있던 만성질환이나 암 질환을 놓치게 되면 그 사이에 질환이 악화되어 생명이 위태로워질 수 있기 때문이다.

특히 암 질환의 경우, 여전히 우리 국민의 사망률 1위를 차지

하고 있는 요인이므로 반드시 제 때 건강검진을 받아 각종 암 질환의 조기 발견을 위해 힘써야 한다.

2022년 올해는 짝수 년으로, 출생 연도가 짝수인 사람들이 국가건강검진 및 암검진 수검자다. 암 검진의 경우, 연령과 성별에 따라 받을 수 있는 항목이 달라진다.

예를 들어 자궁경부암검사와 유방암검사는 여성만 받을 수 있으며, 자궁경부암 검사의 경우에는 만 20세 이상, 유방암 검사의 경우에는 만 40세 이상이 대상이다.

간암, 폐암 검사는 고위험군을

대상으로 진행하며 위암 검사는 만 40세 이상 남녀를 대상으로 위내시경검사를 진행한다. 만 50세 이상의 남녀는 대장암 검사도 받을 수 있다. 국가건강검진에서는 분변잠혈검사를 일차 시행한 후 이상 소견이 있는 경우에 한하여 대장내시경 검사를 받도록 권고하나 평소 장 질환에 자주 시달리거나 장 건강이 좋지 않거나 가족력이 있는 경우라면 처음부터 대장내시경검사를 추가 진행하는 편이 바람직하다. 내시경 검사를 통해 암 뿐만 아니라 각종 용종과 선종, 궤양 등을 신속하게 발견할 수 있다.

대부분의 질환은 초기에는 뚜렷한 증상이 나타나지 않아 환자가 이를 자각하기 어렵고 이미 증상이 나타났다면 상당히 진행된 이후이기 때문에 건강을 회복하기 어려운 경우가 많다. 코로나19 팬데믹 상황에서 자신의 건강을 더욱 확실하게 지킬 수 있는 방법은 주기적인 건강검진이라는 사실을 잊지 말고 늦지 않게 올해 건강검진을 받기 바란다.

사설 사회안전망 노란우산공제

노란우산공제가 소기업과 소상공인들의 사회안전망이라는 인식이 확산되고 있다. 노란우산공제금 압류 금지 전용 통장도 만들어졌다. 공제금은 압류나 양도, 담보가 금지되기 때문이다.

소기업은 갑자기 목돈이 필요할 때 목돈을 마련하기가 쉽지 않다. 최근 떠오르는 노란우산공제는 소상공인이 처할 수 있는 위험한 요소를 대비해 사업을 이어나갈 수 있게 해주는 공제 제도다.

돌발 사고가 생기더라도 안정된 삶을 살아갈 수 있도록 도움을 받을 수 있다. 상해사망이나 후유증 발생 시 최대 150배 보상받을 수 있다. 원래 소득공제와 별도로 최대 300만원까지 추가 소득공제를 받을 수도 있다.

노란우산공제의 좋은 점은 매달 나가는 돈이 그렇게 부담스럽지 않아 세금 공제가 가능하다는 것이다. 한 달에 1만씩 월 5~70만 원까지 1만 원 단위로 납부해 연 500만 원까지 소득

공제 혜택을 받을 수 있다. 시중은행보다 이율도 높을 뿐더러 큰 돈 마련이 용이하며 금리도 낮아서 좋다. 노란우산공제 대출은 노란우산공제 가입이 12개월 정도 지나 납부 연체가 전혀 없을 때만 할 수 있다.

한도는 일반계약 환급금에서 원천징수 예상액을 차감한 90% 중 적은 액수다. 노란우산공제에 가입하면 가장 큰 혜택으로는 최소한의 돈으로 사업이 망해도 압류가 없다는 것이다.

노란우산공제의 단점으로는 중간 해지가 불가능하다는 점이다. 폐업 등 일정 사유가 아닐 때 해지할 경우 종합소득세가 원천 징수돼 원금 손실이 발생한다.

1년 이상 납부 금액을 연체하거나 공제금을 부정으로 수급하면 노란우산공제 해지가 강제로 이루어 질 수 있다. 그밖에 노란우산공제를 부정으로 수급 시 일반계약 환급금의 80%만 지급된다.

도내 쌀값 최대 폭락

전북 도내 쌀값이 크게 떨어지면서 농민들의 시름이 갈수록 깊어지고 있다. 무섭게 치솟는 물가와 달리, 유독 쌀값만 바닥을 모르고 떨어지기 때문이다.

올해 쌀값은 지난해보다 무려 20% 넘게 하락했다. 이는 45년 만에 가장 큰 낙폭이다. 최근 전북 김제에서는 농민들이 정부에 대책을 촉구하며 논을 갈아엎었다.

이제 막 나라이 맺히기 시작한 들녘에 대형 트랙터가 들어와 논을 해집기 시작한 것이다. 갈아엎은 논 면적은 4천㎡로 나라 양으로 치면 3톤가량에 이른다.

떨어질 대로 떨어진 쌀값에 생산비도 건지지 못할 형편이 되자, 농민들이 정부 대책을 요구하면서 갈아엎은 것이다. 농민들은 "1년 사이 이렇게 큰 폭으로 쌀값이 떨어진 전례가 없는데도 정부는 여전히 아무런 대책이 없다"고 말한다. 장바구니 물가와 밥상 물가 타

평을 하며 농축산물 가격만 잡는다고 비난했다.

올해 8월 20kg 기준 산지 쌀값은 4만3천 원 선으로 지난해 같은 기간보다 20% 넘게 폭락했다. 최근 물가가 무섭게 치고 오르는 것과 달리 유독 쌀값만 끈뭇하게 붙어 있는 것이다.

쌀값 하락을 놓고 농민들은 지난해 쌀 생산량의 예측 실패를 가장 큰 요인으로 꼽는다. 정부는 지난해 말 쌀 생산 초과량으로 27만 톤을 예상했다.

그러나 사들인 시기가 늦었고, 역공에 최저임할 방식을 도입해 쌀값 하락을 부추겼다. 농민들은 양곡관리법 개정 등 쌀값 안정을 위한 근본적인 대책을 촉구하고 있다.

신곡 수확을 앞두고 쌀값 폭락 사태는 잦아들지 않고 있다. 하루 빨리 대책을 세워 농민들이 안심하고 가을걷이를 할 수 있도록 해야 한다. 농민들은 정부 대책이 미흡하면 나라 적재 같은 대대적인 투쟁에 나서겠다고 밝혔다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

맥 리더포드, 기네스 최연소 단독 세계 일주 비행



영국계 벨기에 조종사 맥 리더포드(17)가 24일(현지시간) 불가리아 소피아 공항에 착륙한 후 기네스 인증서를 들고 있다. 리더포드는 단발 프로펠러 소형 비행기로 지난 3월 불가리아를 출발, 52개국 4만8280km를 여행해 기네스 세계 최연소 단독 세계 일주 비행 기록을 세웠다. 그의 누나 자라 리더포드(19)도 두 달 전 최연소 여성 단독 비행 세계 일주 기록을 세운 바 있다.

폴란드서 열린 우크라이나 독립기념일 집회



24일(현지시간) 폴란드 비르사비에서 사람들이 우크라이나 제1주년 독립기념일과 6개월을 맞은 러시아의 우크라이나 침공 규탄 집회에 참여하고 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