건강 칼럼

장(腸)건강과 암(癌)은 어떤 관계가 있을까?

이 윤 희
파시코 대표이사

우리나라 평균수명이 길어지면서 사망통계에도 많은 변화가 있었다. 예전에는 폐결핵, 위장병 등 호흡기, 소화기 계통의 질병이 사망통계 맨 위에 있었으나 근래 들어서는 암이 맨 위에 있게 되었다.

그만큼 암이 보건환경위생에 가장 중요하게 관리하고 앞으로도 그럴 것이라고 예상된다.

어찌 보면 인간의 수명이 길어지면서 세포의 이상현상이 발생하는 것은 자연스러운 결과인지도 모른다. 예전에는 모르고 지나가거나 진단, 치료 수준이 낮아 통계에 잡히지 않았을 수도 있겠다.

지금은 사전 기초적인 건강검진을 통해서 초기에 진단되는 경우도 적지 않아 치료도 비교적 쉬워지고 어떤 암은 평생수명동안 함께 가는 만성질환 정도로 자리매김하는 경향을 보인다.

근래 들어 암의 원인이 장의 건강상태에 따라 상관성이 적지 않다는 임상은 물론 연구단계에서 종종 밝혀지고 있어 앞으로 장 건강에 좀 더 유의할 필요가 증대되었다.

예전 세대는 아프면 대부분 전통의학에 의존하였으나 80~90년대 이후에는 어릴 때부터 감염과 질병에 대항하기 위해 항생제의 사용이 전반적으로 증가하였다.

항생제는 감염에 아주 효과적인 수단이자 방법이었으나 동시에 장내 미생물에도 부정적인 영향을 미치며 변화를 시키는 것으로 밝혀졌다. 위장관에 공생하는 박테리아, 세균은 면역항상성을 유지하는데 중요하며, 미생물 불균형, 세균불균형은 질병감수성과 진행에 좋지 않은 영향을 미친다.

이러한 과정과 결과는 항암 면역 감시를 지원하는 공생하는 박테리아의 중요성을 입증하고, 종양 내피 세포의 중요한 역할을 강조하며, 암 제어에 대한 항생제의 부작용을 예측할 수 있다.

장건강에 좌우되는 면역체계는 진행 중인 종양을 인식하여 제거할 수도 있지만 많은 암은 궁극적으로 면역감시를 피한다. 따라서 가능하면 항생제의 오, 남용을 막거나 제한하여 장내 세균의 불균형을 예방하여 면역체계를 활성화시킬 필요가 있다. (astrointestinal Tract Dysbiosis Enhances Distal Tumor Progression through Suppression of Leukocyte Trafficking. Samir V. Jenkins. Cancer Immunol Res, Dec. 2019)

최근에는 여성들의 경우 유방종양이 시작되기 전에 장내 세균의 불균형으로 인해 암의 전단계인 섬유화를 촉진시키는 호르몬의 증가가 관찰되었으며, 종양 인접조직의 콜라겐 수준이 유방암의 재발과 상관관계가 있는 것도 확인되었다. (Reciprocal Interactions Between the Gut Microbiome and Mammary Tissue Mast Cells Promote Metastatic Dissemination of HR+ Breast Tumors. Tzu-Yu Feng. Cancer Immunol Res, Nov. 2022)

"꼭 무엇이 무엇의 원인"이라고 일방적인 상관성이 성립되는 것은 결코 아니지만 확률은 높이는 것은 그냥 지나칠 일이 절대 아니다.

조심하고 또 조심해도 어쩔 수 없는 경우도 있다.

다만 그 원인이 되는 행동이나 과정을 일부러, 과하게 할 필요는 없을 것이다. 항생제의 순기능을 인정, 수용하고 적절히 사용하면 건강증진에 도움이 되는 것은 확실하다.

다만 그 즉시적인 효과를 맹신하여 자주, 과하게 먹을 필요가 있겠느냐? 는 것이다. 그 이전에 섭생을 잘 하고, 특히 동물성지방이 많은 육류섭취를 줄이고 채소, 과일의 섭취를 충분히 함으로써 장건강에 각별히 유의할 필요가 있다.

사진으로 보는 지구촌 소식

용암 흘러내리는 하와이 마우나로아 화산

미국 지질조사국(USGS)이 공개한 항공사진에 28일(현지시간) 미 하와이주 빅아일랜드에 있는 마우나로아 화산이 용암을 분출하고 있다. 세계 최대 활화산인 마우나로아 화산이 용암과 함께 화산재 등을 분출하면서 USGS는 인근 지역 주민들에게 추가 분출 상황에 대비할 것을 당부했다.

"이란 여성을 존중하라" 경기장 뛰어든 남성

28일(현지시간) 카타르 루사일 스타디움에서 열린 2022 카타르 월드컵 조별리그 H조 2차전 포르투갈과 우루과이의 경기 중 '이란 여성을 존중하라'라고 쓰인 셔츠를 입은 한 남성이 경기장에 난입해 무지개 깃발을 흔들고 있다.

사 설

행안부장관 거취 문제

행안부장관 거취 문제가 여전히 논란거리다. 여야가 이태원 참사 국정조사에는 합의했지만, 이상민 행안부 장관의 거취를 둘러싸고는 여전히 평행선을 달리고 있다.

더불어민주당은 대통령이 11월 28일까지 이 장관을 파면하지 않으면 해임건의나 탄핵소추를 추진하겠다고 밝혔다. 대통령실과 국민의힘은 국정조사를 시작하기도 전에 장관을 경질하자는 건 잘못된 거라고 반박하고 있다.

민주당은 대통령을 향해 '이상민 장관 파면'을 결단하라고 거듭 압박했다. 더불어민주당은 책임자가 자리를 버티고 있는 상황에서 정부가 국정조사에 제대로 협조할 리 만무하다고 말한다.

진상 규명 후 조치하겠다는 형식 논리를 앞세워 국민 요구를 외면하지 말라고 주장한다. 하지만 대통령실은 "기존 입장에 변화가 없다"며 이 같은 요구를 일축했다. 국정조사를 하기도 전에 장관부터 자르라는 건 정치 도의가 아니라며, 그런 식이라면 국정조사를 할 필요가 없다는 것이다.

국민의힘도 "제사 전에 젯밥부터 먹어치우려는 꼴"이라며, 장관 파면을 수용하면 야당이 더 무리한 요구를 해올 거라고 반발했다. 일단 이상민 장관의 탄핵으로 국정조사를 시작하고 국정조사가 끝나자마자 길거리로 뛰쳐나가 정권 퇴진을 외치겠다는 신호탄이라고 주장한다.

여당 일각에선 '국정조사 보이콧'으로 대응해야 한다는 강경론도 고개를 들었지만, 당 지도부는 공식 입장은 아니라고 선을 그었다. 본격적인 국정조사를 앞두고 여야의 기 싸움이 고조되고 있다.

이런 가운데 민주당이 실제로 탄핵소추 등 행동에 나설 경우 예산안 처리 등 국회 일정이 파행할 수 있다는 우려도 제기된다. 이태원 참사 책임은 대통령 다음으로 행안부장관이라는 것이 다수 국민들의 지적이다.

정부-화물연대 첫 협상 결렬

화물연대 파업에 비상이 걸렸다. 결국 비상이 걸리고서야 뒤늦게 해결책에 나섰다는 비난 여론이 거세다. 정부-화물연대 첫 협상까지 결렬되면서 국가 경제에 위험 신호를 예고하고 있다.

정부와 화물연대가 파업 이후 닷새 만에 첫 협상을 진행했지만 결렬됐기 때문이다.

화물연대와 국토교통부는 11월 28일 오후 2시 정부세종청사에서 첫 교섭을 진행했으나 약 2시간 만에 협상은 결렬됐다.

양측은 이날 만남에서 주요 현안이었던 안전운임제 일몰제 폐지와 대상 품목 확대를 놓고 협상을 진행했지만 입장차만 확인했다. 국토부 2차관은 오후 3시 40분 쯤 협상장을 나온 뒤 취재진에게 "화물연대 측에 정부 입장을 전달했다"고 밝혔다.

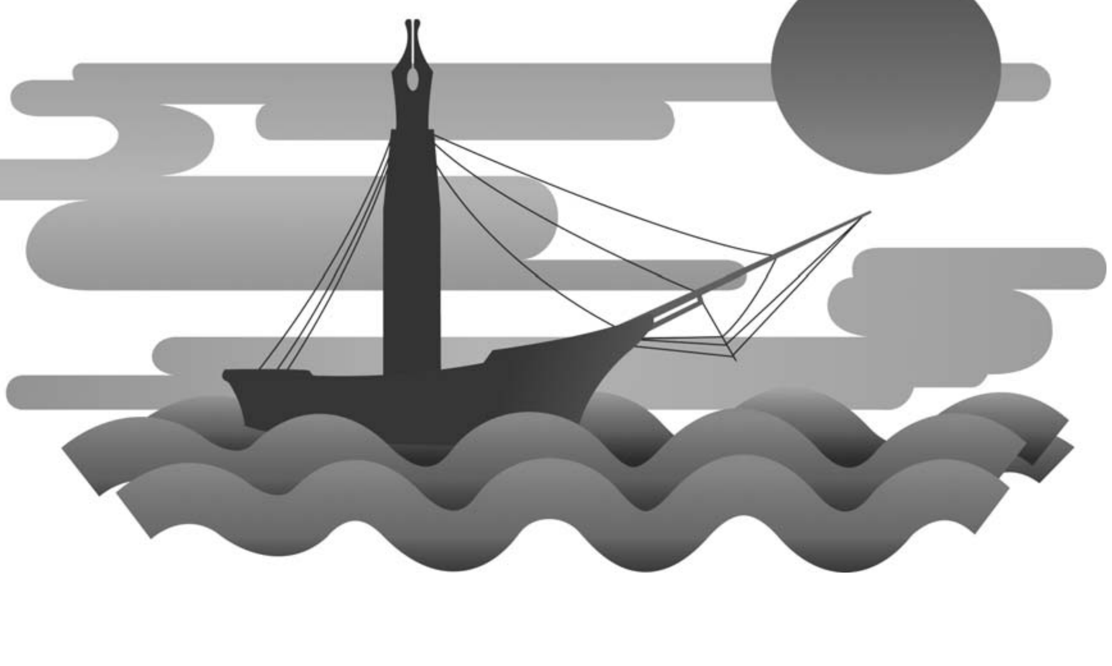
차관은 "컨테이너와 시멘트 차량(BCT) 품목에 대해서는 안전운임제를 3년 연장하되, 품목 확대는 수용할 수 없다는 입장을 전달했고 경기가 어려운 만큼 화물연대 측에 신속한 복귀를 요청했다"고 말했다.

화물연대 수석부위원장은 협상 직후 "국토부는 답변할 수 있는 것이 아무 것도 없다는 입장만 밝혔다"고 주장했다. 그러면서 차관이 "'오늘 화물연대의 입장은 대통령실에 보고하겠으나 이에 대해 국토부의 권한과 재량은 없다'는 말만 반복했다"고 설명했다.

화물연대 측은 정부가 국무회의에서 업무개시명령을 심의하겠다고 밝힌 데 대해서는 "대화의 진정성을 훼손하는 일"이라며 "엄중하게 받아들이고 더 큰 투쟁을 준비할 것"이라고 말했다.

양측은 다만 11월 30일 정부세종청사에서 다시 만나 두 번째 협상을 진행하자는 데 합의했다. 이 문제는 절대 지리멸렬하게 끌고 가서는 안 된다. 국가 경제 위기설이 나도는 마당이다. 비상시국을 인식하고 문제 해결에 올인 하기 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