

건강 칼럼

조기 치료가 중요한 하지정맥류

오후 시간이나 저녁 잠들기 전 다리가 무겁고 피곤한 증상이 오래 이어진다면 하지정맥류를 의심해 볼 수 있다. 반복되는 하체 불편감과 통증을 자칫 오래 방치하게 되면 질환을 더 빠르고 쉽게 치료할 수 있는 타이밍을 놓칠 수도 있다.

특히 현대인들의 생활환경 및 습관으로 인해 하지정맥류 발생 빈도가 높아지고 있다. 하지정맥류는 신속한 조기치료가 되지 않으면 피부 변색, 심부정맥혈전증 및 궤양 등 합병증 유발 등 증상이 점점 악화 되기 쉬운 질환이다.

따라서 하지정맥류가 의심된다면 최대한 빨리 병원을 방문해서 진단 및 치료를 받는 것이 중요하다.

하지정맥류는 진행성 질환 중 하나이다. 단계에 따라 양상이 조금씩 다르다.

피부 밑의 모세혈관이 도드라져 보이는 말초혈관 확장(1단계), 하지정맥류(2단계), 다리 부종(3단계), 종아리 피부가 거뭇거뭇하게 변하는 과색소침착

(4단계), 궤양 발생(5~6단계)으로 구분된다. 비교적 초기 단계의 하지정맥류는 의약품 압박 스타킹을 활용하거나 정맥순환 개선제 복용, 생활습관을 교정하는 보존적 치료, 약물치료, 주사요법 등으로 진행을 늦출 수 있으나 이미 오랜 시간동안 진행되어온 상태라면 문제가 되는 혈관을 직접적으로 치료하는 수술요법이 필수적이다. 하지정맥류의 진단은 육안적인 검사, 간단한 임상적인 평가로도 쉽게 할 수 있으나 더욱 정확한 진단과 치료를 시작하고 싶다면 혈관 초음파 등을 시행하여 문제가 되는 원인 부위를 정확히

찾아내야 한다. 하지정맥류에 있어서 가장 중요한 역할을 하는 심부정맥의 이상 유무를 확인한 후 치료해야 한다. 하지정맥류 치료에는 다양한 방법이 있다. 보통 무릎 위에 사용하는 물리적 치료법인 고주파 열 폐색술은 레이저 치료법과 비슷한 방법으로 고주파가 발생하는 카테터를 정맥 내부에 삽입한 후 고주파로 정맥을 위축시켜 치료하는 방법이다. 일반적으로 무릎 밑에 사용하는 화학적 치료법인 혈관경화요법은 주로 작은 하지정맥류, 망상 정맥류, 아주 가는 거미양혈관 등 수술하기 힘든 굵기의 가

는 혈관을 치료할 때 이용하는 방법이다. 최근에는 물리적 치료법과 화학적 치료법을 병행하기 보다 치료 효과를 극대화시킨 하이브리드 수술방법을 시행하고 있다.

하지정맥류는 치료를 하더라도 하지정맥류의 원인이 되는 생활습관 및 식습관을 교정하는 노력은 꾸준히 해야 한다. 하지정맥류를 예방하고 치료하기 위해서는 스트레칭, 폼롤러 마사지, 수영 등 유산소 운동이 많은 도움이 된다.

이와 함께 30분 이상 가벼운 산책은 혈액의 정체 현상을 막아 주기 때문에 혈행개선에도움을 준다.

콜레스테롤 수치가 높은 종류의 음식 섭취는 정맥혈관의 벽에 지방이 축적되어 정맥벽이 약화되고 정맥에 부담을 줄 수 있으므로 가급적 즐기거나 피하는 대신, 신선한 야채나 채소의 섭취량을 늘리면 좋다. 비만체형의 경우 정맥혈관이 쉽게 손상될 수 때문에 올바른 식습관과 운동생활로 적절한 체중을 유지하는 것이 도움이 된다.



박 우 일

부산 길맥외과의원 원장

사설

대통령 관저 이전 과정 천공 개입 의혹

대통령 관저 이전 과정에 역설인 '천공'이 개입했다는 의혹이 일고 있다. 대통령실이 강하게 부인하면서, 해당 주장을 제기했던 전(前) 국방부 대변인 등이 고발을 당하기도 했다.

이 건과 관련해 경찰이 현재 수사를 진행 중인데, 대변인 측에서 '정보 전달자'로 지목했던 당시 육군참모총장부처 우선적으로 불러 조사했다.

국방부 대변인이 최근 자신의 저서에 이런 주장을 담아 또 한 번 '천공 의혹'이 불거졌다. 그는 책에서 '대통령 관저 이전을 앞두고 역설인 천공이 육군참모총장 공관을 불러냈다'고 했다.

대변인은 이 정보를 전달해준 사람으로 전 육군참모총장을 꼽았다. 대통령실은 허위 주장이라며 전 대변인을 명예훼손 혐의로 고발했고, 수사를 맡은 경찰은 지난주 전 총장을 참고인 신분으로 불러 조사했다.

앞서 전 총장은 언론 인터뷰에서 "오래된 일이라 기억에

없다"는 취지로 말했는데, 이번 조사에서도 구체적인 진술은 확보하지 못한 것으로 전해졌다.

총장에게 '천공 관련 보고'를 한 걸로 지목된 당시 공관장도 조사를 받았다. 그러나 경찰은 천공의 실제 방문 여부를 확인해볼 수 있는 CCTV 영상은 확보하지 못했다.

서울경찰청은 해당 건물의 관리권이 군에서 대통령 경호처로 이관돼, 규정상 경찰이 직접 확인하긴 어렵다고 했다. 3월 당시의 영상자료가 남아 있지 않은 것으로 보인다. 이는 경호처의 간이 회신도 받았다고 했다.

경찰은 영상 보관 실패와 관련 규정에 대한 공식 회신도 기다리고 있다고 덧붙였다. 의혹의 중심인물로 떠오른 역설인 '천공'에 대해서는 인적 사항을 파악해놓은 상태지만, 직접적인 조사 필요성에 대해서는 아직 판단하기 어렵다고 밝혔다. 갈수록 의혹만 커지는 상황이다.

북한의 이산가족 토의 초청

남북이산가족협회가 북측으로부터 이산가족 문제를 토의하자는 초청장을 받았으며 정부는 방북을 신중했다. 북한은 당국 간 대화 제의는 무시하고 있어서 정부는 초청장의 진위 여부와 함께 북한의 의도를 파악 중이다.

남북이산가족협회가 지난 10일 통일부에 방북 신청서를 냈다. 지난해 3월 민간에서 이산가족 상봉 사업을 추진하자고 북측에 제안했고, 북측이 지난해 11월 초청장을 보내왔다는 게 협회 측 설명이다.

실제로 남북이산가족협회는 지난해 11월에 초청장을 받았다. 그러나 분위기가 상당히 좋지 않았다. 그래서 분위기를 탐색하면서 보류한 것으로 보인다. 이제는 더 이상 지체할 수가 없다고 판단한 것으로 분석된다.

협회는 초청장을 보낸 곳이 북한 통일전선부 산하 단체라면서도 구체적으로 밝히진 않았다. 초청장에는 협회 인사 3명을 평양에 초청하면서 안

전 보장과 체류비를 제공하겠다는 내용이 담긴 것으로 알려졌다.

통일부는 초청장의 진위 여부와 북한의 의도부터 파악해보겠다는 입장을 밝혔다. 정부가 지난해 9월 이산가족 문제 해결 위한 당국 간 대화를 제안하고, 이후 지속적으로 대화를 촉구했는데도 북한이 북측부담했기 때문이다.

통일부는 "북한 측 초청 기관의 성격과 신뢰성 등을 자세히 살펴보고 있다"고 전했다. 북한은 공식적으로 강대강 노선을 천명하고 있다. 그러나 식량 문제 등 경제난이 심화되면서 민간 교류를 통한 풀파구를 마련하려 한다는 분석이 나온다.

지난주 열병식에서도 핵 무력을 과시한 북한이 향후 대남 도발을 재개하는지가 초청장의 진정성을 판가름할 가늠자가 될 거란 평가가 나온다. 다만 지금 북한이 안고 있는 가장 큰 과제는 경제를 살리는 일이라는 사실이다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

기적은 이어진다... 생존자 구조하는 구조대

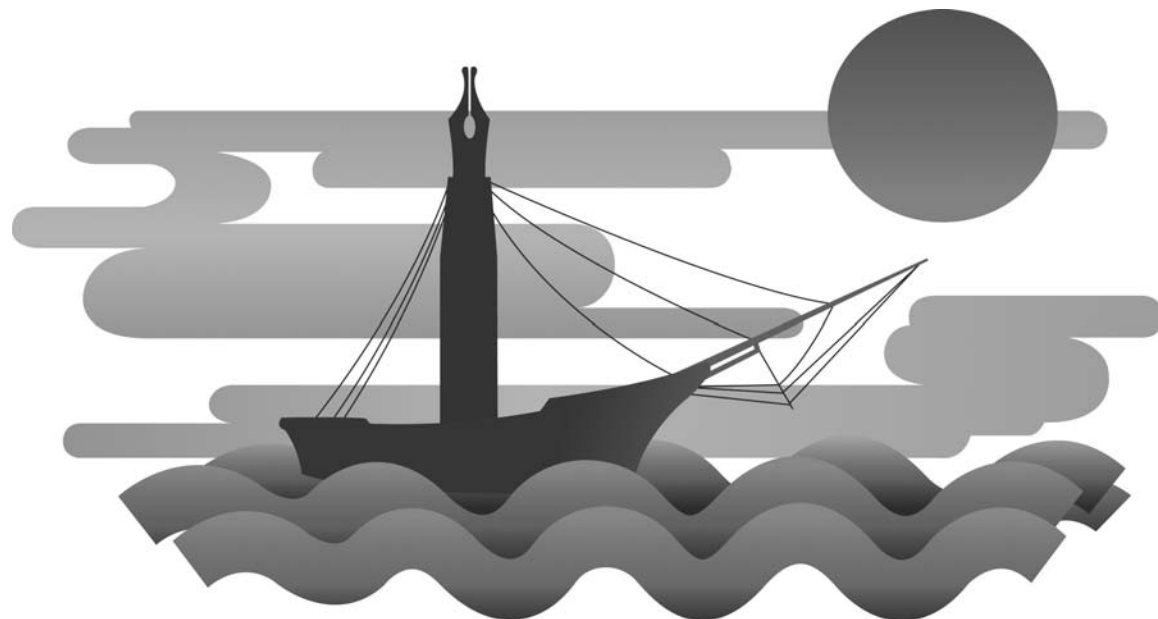


16일(현지시간) 튀르키예 남부 인타키아에서 구조대와 의료진이 무너진 건물 잔해 속에서 생존자를 구조해 옮기고 있다.

소더비, 1100년 된 히브리어 성경 경매 전 공개



15일(현지시간) 미국 뉴욕에서 소더비 경매소가 1100년 전의 히브리어 성경책 '코덱스 사순'을 공개하고 있다. 소더비 측은 오는 5월 경매에 나올 세계 최고(最古)의 성경 '코덱스 사순'의 예상 낙찰가가 3천~5천만 달러(한화 약 387억~645억 원)라고 밝혔다. 이 성경은 12점을 제외하고 온전히 보관된 것으로 알려졌다.



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