건강 칼럼

생각보다 흔한 어린이 틱장애, '부모의 사회적 지지' 필수

손 지 웅
해아림한의원 원장

본인도 모르게 음음소리를 내고, 눈을 자주 깜빡이거나, 주의가 너무 산만하여 자주 지적을 받는 아이가 많다. '눈을 깜박이고 얼굴을 찡그리며, 코를 킁킁거린다.' 아이들에게 흔하게 나타나는 이런 행동을 틱장애라고 한다. 틱장애나 산만하고 주의력이 떨어지는 ADHD 등은 학습장애의 주된 원인으로 중추신경계의 문제에 의해 생기는 경우도 있지만, 사회환경적 요소나 정서적 문제에 의해 상황이 더 악화되는 경우도 있다.

흔히 어린이 틱장애 증상을 보이거나, ADHD를 가지고 있는 아이의 부모는 이에 대해 너무 과민한 나머지, 지나치게 걱정을 많이 하고 아이를 과도하게 보호하거나, 질환에 대한 이해부족으로 무턱 대구 혼내거나 다그치는 경향을 보이기도 한다. 또 틱장애로 인한 증상을 운동장애라고 이해하지 못하고 고의적인 나쁜 버릇이라고 오해하기 때문이다.

이 경우 스트레스나 감정의 기복에 의해 악화되는 질환 특성상 치료의 예후도 나빠지게 된다. 따라서 ADHD나 틱장애를 이해하고 감기처럼 누구에게나 쉽게 올 수 있으며, 아이가 가지고 있는 여러 특징 중 하나라고 이해하며 이를 수용하고 이해하는 태도가 필요하다.

건강보험심사평가원에 따르면 틱장애 환자는 2009년 1만6000여명에서 2013년 1만 7000여명으로 매년 1.9%씩 늘고 있다. 성별로 보면 남성이 약 79%, 여성이 21%로 남성 환자가 여성 환자보다 3배 이상 많고, 연령별로는 10대가 가장 많았으며(45.3%), 10대 미만이 37.1%, 20대는 8%를 차지했다. 이러한 점으로 미뤄봤을 때 초등학생부터 중학교 저학년 환자에게 보다 더 세심한 관찰과 주의가 요구된다.

틱장애 못지않게 초등학생 아이들에게 많이 나타나는 것이 바로 ADHD다. ADHD 증상을 보이는 아이들 상당수는 집중력이 부족하고 산만한 모습을 보임과 동시에, 하고 있던 일을 쉽게 포기하며, 때때로 공격적이 되기도 한다.

하지만, 이런 행동은 아이가 일부러 그러는 것도, 부모가 잘못 키운 탓도 아니다. ADHD는 집중력과 실행을 관장하는 뇌의 전두엽 기능상에 문제가 있는 경우가 많으며, 이로 인해 본인의 의지를 벗어나 조그마한 자극에도 쉽게 동요가 일어난다.

따라서 틱장애와 마찬가지로 부모가 너무 지나치게 걱정을 많이 하고 과도한 보호 안에서 아이를 자라게 하는 것도 좋지 않다.

또 ADHD에 대한 이해가 부족해 아이를 다그치거나, 야단치는 경우 역시 상황을 더욱 복잡하게 만들 수 있다.

ADHD와 틱장애 치료에 있어서 중요한 것은 부모님들의 반응이다. 아이들에게 틱장애와 관련된 징후가 나타난다면 증상초기에는 부모들은 아는 체 하지 않는 것이 악화를 막는 방법이다.

증상 자체에 관심의 초점을 맞추기보다는 ADHD나 틱장애로 인해 교우관계에 문제가 생기는지, 학업에 정상적으로 임할 수 있는지 등에 관심과 배려를 기울이는 것이 필요하다. 아이가 ADHD로 인해 친구들과 잘 어울리지 못하고, 과한 행동을 보이고 사회적 관계 형성을 하지 못하거나, 수업에 집중하지 못하거나, 틱증상으로 인해 힘들어하거나 학업수행 능력이 눈에 띄게 떨어지는 경우에 개입하는 것이 좋다. 또 학교 선생님에게는 아이 문제를 미리 상의해 놓는 것이 좋을 수 있다.

틱장애나 ADHD로 힘들어하는 아이를 대할 때, 무엇보다 중요한 것은 인내심을 가지고 아이를 격려하고 목표를 정해서 단계적으로 하나씩 해내도록 도와주는 것이 중요하다. 이를 바탕으로 아이의 성취감을 높이고, 성공적인 성취경험을 형성하고, 아울러 아이의 자존감을 높이도록 도와야 한다.

기고문

사소한 습관에서 실천하는 산불예방

김 영 호
산림청
무주국유림
관리소장

지난해 3월, 경북 울진에서 발생한 산불은 강한 바람을 타고 빠르게 확산하여 1만6,302헥타르(ha)에 달하는 산림이 피해를 입었으며 주불 진화에 걸린 시간은 9박 10일(213시간)로 가장 오랜 시간이 걸린 산불로 기록됐다.

올해도 어김없이 산림청은 봄철 산불 조심기간(2월 1일~5월 15일)을 긴장의 연속으로 보내고 있다.

산림청 통계에 따르면 최근 5년간(2018~2022년) 발생한 전체 산불 2,858건(3만2,618ha) 중 봄철 산불 조심기간 동안 발생한 산불은 1,818건(3만1,145ha)으로 전체 산불의 63.6%(95.5%)를 차지한다. 작년에는 총 740건(2만4,783ha) 중 432건(2만3,779ha)의 산불이 봄철 산불 조심기간에 발생하였으며, 그 중 화재가 하루 이상 계속되거나 피해 면적이 100ha(100만㎡) 이상인 대형 산불은 14건(2만3,164ha) 발생했다. 이처럼 건조한 날씨와 강한 바람에 의해 대형 산불로 확산될 여지가 많은 봄철 산불 조심 기간에는 더 예민할 수밖에 없다.

전년도 산불 발생의 원인을 살펴보면 입산자에 의한 실화가 185건(25%)로 가장 많은 비율을 차지한다.

다른 원인으로는 쓰레기 소각 61건(8.2%), 담뱃불 실화 50건(6.8%), 주택화재 비화 48건(6.5%), 기타 396건(53.5%)으로 대부분 산불이 사람들의 부주의로 인해 발생했다.

미국의 투자 귀재로 불리는 워런 버핏은 "명성을 쌓는 데는 20년이란 세월이 걸리며, 명성을 무너뜨리는 데는 5분도 걸리지 않는다. 그것을 명심한다면, 당신의 행동이 달라질 것이다."라고 말했다. 이와 마찬가지로 산도 나무를 심고 울창한 숲으로 가꾸는 데에는 수십 년이 걸리지만 산불로 인해 잿더미가 되는 것은 한순간이다. 산불은 일단 발생하면 되돌릴 수 없고 다시 원래의 상태로 복원하는 데에도 상당히 많은 시간이 걸린다.

따라서 무엇보다 산불을 "예방"하는 것이 중요하며, 대형 산불로의 확산을 막기 위해 국민 개개인의 관심과 사소한 습관을 통한 예방 활동 및 대처 요령 숙지가 필요하다.

개인이 실천할 수 있는 산불예방 활동으로는 논·밭두렁 태우기와 같은 소각행위 금지, 허용된 지역 외에서 취사나 캠핑 활동 자제, 산불 발생위험이 높은 시기엔 입산통제구역 출입 금지, 산행 시 라이터·성냥 등 인화성 물질 소지 금지 등이 있으며, 산불 확산 방지를 위해선 산불이 발생할 경우 신속하게 신고하고 초기 산불은 소화기 등으로 진화하는 등 대처 요령을 미리 알아두고 실천할 수 있어야 한다.

산림청 및 산불 관계기관 등 국가적 차원의 예방뿐만 아니라 개인적 차원에서도 경각심을 가지고 2050 탄소중립을 위한 유일한 탄소흡수원인 산림을 지키기 위해 관심을 기울여 주길 바란다.

사 설

백 경사 피살사건 전말

지난 2002년 전북 전주의 한 파출소 안에서 근무 중이던 경찰관이 흉기에 찔려 숨지는 일이 있었다. 그러나 아직까지 범인을 잡지 못한 장기 미제 사건이다.

당시 현장에서 사라졌던 숨진 경찰관의 권총을 경찰이 최근 21년 만에 찾아 촉각이 곤두서고 있다.

당시 54세 백선기 경사가 파출소에서 숨진 채 발견된 날은 2002년 9월 20일이다.

다른 직원들이 순찰을 나간 사이 혼자 일하다 누군가 휘두른 흉기에 피살됐다. 그러나 CCTV는 먹통이었다. 당시 두 명은 112 순찰, 두 명은 도보 순찰을 했기 때문에 파출소 내에는 백 경사 한 명만 있었다.

사건 당시 범인은 백 경사가 허리춤에 차고 있던 권총을 빼앗아 달아났다.

당시 권총에는 실탄 4발이 장전돼 있었다. 이 총을 최근 경찰이 울산의 한 숙박업소 천장에서 찾았다.

사건이 난 지 20년 6개월 만이다. 총기 번호를 현장에서 확인했으며 국과수 통해서도 확인했다. 경찰은 뜻밖의 사건을 통해 총을 찾았다. 백 경사 사건보다 9개월 먼저 발생한, '대전 국민은행 강도살인 사건' 피고인에게서 정확한 총의 위치를 알아낸 것이다.

국민은행 강도살인 사건은 이승만과 이정학이 2001년 12월 은행 출납 과장을 총으로 쏴 살해하고 현금 수송차에서 3억원을 훔쳐 달아난 사건으로, 순찰하던 경찰관을 차로 들이받은 뒤 빼앗은 총을 범행에 썼다.

경찰은 적어도 이들 중 한 명이 국민은행 사건 뒤 또 다른 범행에 쓸 총을 얻기 위해 백 경사 피살 사건에 연루됐을 가능성을 수사하고 있다. 경찰은 백 경사 총에 묻었을 작은 흔적을 캐고 있다. 국과수의 유전자 감식 결과가 나오면 21년을 표류했던 수사는 급물살을 탈 것으로 보인다.

한일 관계의 견해 차이

대통령이 정부의 강제동원 피해자 해법은 피해자의 입장을 존중하면서 한일의 이익과 미래를 모색한 결과라고 밝혔다.

과거 정부가, 정부 재정으로 피해자에게 배상했던 일도 따로 언급했는데, 제3자 배상 방식에 대한 비판을 간접 반박한 것으로 풀이된다.

대통령은 정부가 발표한 강제동원 피해자 배상 문제 해법에 처음으로 직접 입장을 밝혔다. 피해자의 입장을 존중하면서 한일 양국의 공동 이익과 미래 발전에 부합하는 방안을 모색해 온 결과라고 말했다.

'미래지향적 한일관계로 나아가기 위한 결단'이라는 입장을 전달한 데 이어, 보다 구체적인 설명을 내놓은 것이다. 특히 '피해자의 입장을 존중했다'는 말은, '피해자를 무시했다'는 야당 등의 주장을 반박한 것으로 해석된다.

대통령은 정부는 과거부터 합당한 배상을 위해 노력해왔다면서, 지난 1974년과 2007년에는 특별법을 만들어, 정부가 재정으로 배상해드렸다고 말했다.

과거에도 일본 측의 '직접 배상'이 아닌 우리 정부의 '간접 배상'이었다는 것이다.

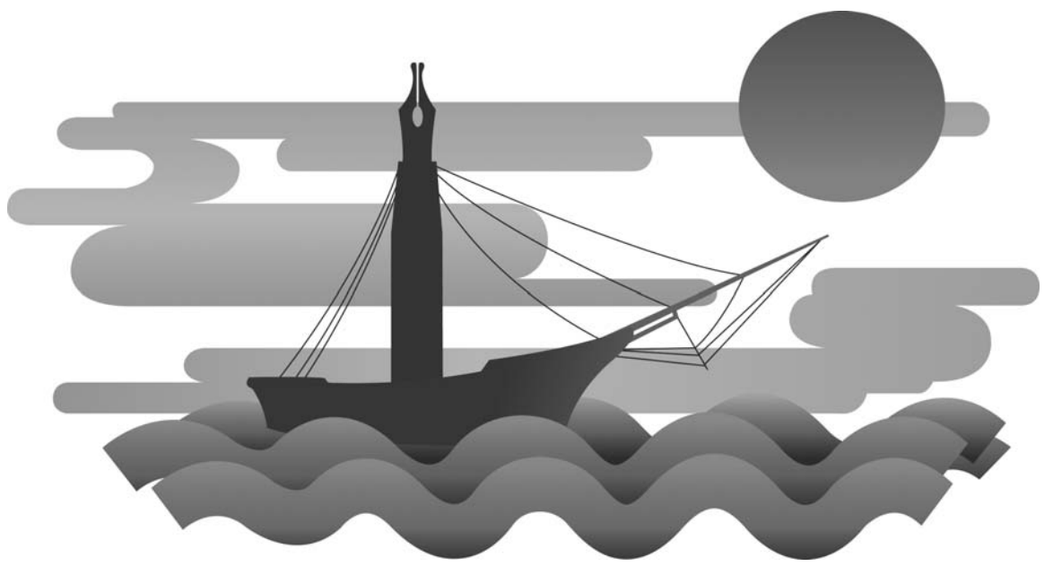
일본이 '군국주의 침략자'에서 '협력 파트너'가 됐다는 3.1절 기념사를 재차 언급하면서, 한일관계 개선 필요성을 강조하기도 했다.

그러면서 "한일 교역 규모는 우리나라 전체 교역 규모에서 6~7%에 이르고, 우리 기업에 대한 외국인 직접 투자는 일본과 일본 기업의 투자 규모가 전체의 22%가 넘는다."고 했다.

대통령은 한일의 미래지향적 협력은 세계의 평화와 번영도 지켜줄 거라며, 양국의 협력체계 구축 방안을 준비해 달라고 당부했다.

그러나 일본이 과거 '군국주의 침략자'였다는 표현 외에 일본 측의 책임을 거론하거나, 일본 정부나 피고 기업의 전향적인 호응을 주문하는 말은 없었다.

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