

건강 칼럼

가을 환절기에 자주 나타나는 '소아 중이염'

가을 환절기가 되면서 중이염이 자주 나타나거나 중이염이 오랫동안 낫지 않아 한방 소아과를 방문하는 아이들이 늘고 있다.

고막 안쪽에 위치한 중이에 발생하는 염증인 중이염은 비인두와 중이를 연결하는 이관의 환기 기능 장애로 인해 발생한다. 이관 장애로 중이에 음압이 생기면 중이의 장액이 확장되고 투과성이 증가하여 삼출액이 쌓이게 된다.

이로 인해 귀의 충만감, 울림, 통증이 나타나고, 심하면 고막 천공이나 진주종, 미로염, 추체염, 고실경화증, 안면신경마비, 영구적인 청력 저하가 발생하기도 한다. 급성 중이염은 귀의 증상 외에 발열, 두통, 오심, 피로 등 감기와 관련된 전신 증상을 동반하는 경우가 많다.

한의학에서는 호흡기 감염에 효과적인 인오산, 선방활명유 등을 사용하여 열을 내리고 염증을 해소한다.

가장에서는 박하를 달여서 마시면 빠른 회복을 보일 수 있다. 잦은 호흡기 감염으로 중이염이 자주 재발하는 경우는 호흡기가 취약하여 이관으로



이 선행  
경희대한방병원 원 한방소아청소년과 교수

감염이 쉽게 번진다고 보고 기운을 더해주는 팔진탕, 십전대보탕을 사용하여 호흡기의 면역 기능을 개선한다. 가정에서는 환기를 달여서 마시면 면역 기능 개선에 도움이 된다.

오랜 부비동염과 함께 삼출액이 제거되지 않고 만성적으로 지속되는 중이염은 호흡기가 건조하여 이관이 쉽게 붓고 막힌다고 보고 잔액을 더해 주는 육지황탕, 좌귀음을 사용하여 이관의 환기를 개선한다. 가정에서는 산수유를 달여서 마시면 환기 기능 개선에 도움이 된다.

2021년 무작위 대조군 연구에서 중이염 환자를 대상으로 귀에 위치한 혈위인 신과 내분비, 외이와 내이를

압박한 결과, 일반적인 관리만 한 환자들보다 통증, 삼출액과 고막 팽창이 개선되는 기간이 줄어든 결과가 나타났다.

대이륜(對耳輪) 안쪽에 위치한 신과 내분비는 정기를 왕성하게 하여 면역 기능을 개선하여 이주(耳珠)에 위치한 외이와 내이는 이관을 잘 통하게 하여 환기 기능을 개선한다. 중이염이 발생한 경우 이쁜 귀를 자주 문질러 주면 증상 회복에 도움이 된다.

아이가 중이염 증상을 보이는 경우, 잠을 잘 때 중이염이 발생한 귀를 위로 향하게 옆으로 누우면 해당 측 비인두의 부종이 줄어들어 이관 기능 개선에 도움이 된다.

기고문

몇 년 전 운전자가 주차장에서 기동할 때 받은 뒤 30대 행인을 치어 숨지게 한 사고가 발생한 적이 있었는데, 당시 운전자의 나이는 96세로 고령 운전자 교통사고로 많은 이목을 끌었으며, 이에 고령 운전자 교통사고와 관련하여 법규 개정이 시급하다는 우려의 목소리가 높았다.

그래서 2019년 정부는 고령 운전자 교통사고 발생을 예방하기 위해 만 75세 이상의 운전자는 운전면허증 갱신과 적성검사 주기가 5년에서 3년으로 단축되었고, 교통안전교육도 2시간 의무적으로 이수해야 하며, 치매 검사를 받도록 하여 적성 여부를 판단 받도록 하고 있다.

우리는 전국 자차단체별로 고령 운전자 자진반납 연령을 70세나 65세로 확대하고 있는 추세이다. 우리나라 운전면허 소지자는 33,190,565명(2021년 기준)이며, 이중 65세 이상 고령자는 3,682,632명으로 약 11.1%를 차지하지만, 교통사고는 일반인에 비해 1.4배, 사망자 수는 2.45배에 이른다.

지난 5년간 교통사고 현황을 보면, 전체 교통사고는 4.9% 감소, 사망은 28.3%가 감소한 반면, 고령 운전자 교통사고는 13.6% 증가, 사망은 4.8%가 증가하였다.

고령운전자 사고예방을 위한 제언

고령 운전자 사고 발생률이 높은 건 신체적 노화와 관련이 깊다는 연구결과가 있는데 교통안전연구원의 '고위험군 운전자의 주요 사고원인 분석연구'에 따르면 만 65세 이상의 운전자는 노화에 의해 가용시각장의 범위가 축소돼 측후방에서 출현하는 장애물에 대한 대처가 어렵다.

또한 정보처리 능력의 약화로 인해 처리정보의 양이 집중적으로 증가하는 교차로에서 특히 사고 가능성이 높다고 분석하였다.

또한 '자전거 인명사고 유형'(2016)의 연구 결과 좌측으로 차로변경과 중앙선 침범에 따른 정면충돌, 교차로에서 좌회전 또는 우회전 이후 반대 방향 차와의 정면충돌 등이 자주 일어나는 통계인데 고령 운전자는 운전이숙련하다는 공백에 대한 감각을 인지하는 것에서부터 어려움을 겪는다는 것이다.

모든 어르신들이 운전하는데 있어서 신체적인 어려움을 겪고 있는건 아니며, 상당수가 영입용 차량을 운전하는 경우가 많기 때문에 생계와 직결될 수 있다.

경찰에서는 어르신 운전자에 대한 배려와 양보문화 확산을 위한 캠페인을



전 군수  
진안경찰서 미령파출소장 경감

펼치고 있으며, 어르신들의 면허증에 대한 적성검사, 갱신, 재교부 신청 시, 지역경찰 활동 및 언론보도 등을 통해 어르신들의 사고예방 활동과 병행하여 자진반납에 대한 홍보 활동을 펼치고 있다.

고령 운전자 대부분이 고령과 무관하게 운전할 수 있다는 자신감과 이등수 공백에 대한 감각을 인지하는 것에서부터 어려움을 겪는다는 것이다. 그로 인해 반납의 필요성을 대부분 느끼지 못하고 있다.

본인 반납 시 지역 주민자치센터나 읍면사무소에 방문하여 면허증 인센티브 신청서 작성하여 자진 반납하고 대리 반납시 경찰서 민원실에 방문하여 반납 시 자차단체마다 차이는 있지만

20만원 상당의 지역사랑 상품권이 지급된다.

일본의 경우 1998년부터 교통비를 지원하고 지역시설 이용 및 안전, 보행기 등 구입 시 할인혜택 등을 제공하며, 고령운전자 스티커를 부착하고 운전하게 의무화하고 있다.

경찰청은 최근 고령 운전자 사고 급증에 대한 대안으로 연령, 특정 질환 등 조건부 운전면허 발급 대상을 구체적으로 정해 2024년부터 도입할 예정이다.

조건부 운전면허를 받은 운전자들은 야간운전이나 고속도로 운전, 일정속도 이상 운전 등이 금지될 수 있으며, 긴급 제동장치나 차로이탈 방지장치 등 운전 보조 장치를 장착한 차량만 운전할 수도 있다.

미국, 영국, 뉴질랜드 등에서는 면허 갱신 시 운전에 필요한 인지기능 등 신체 건강에 대해 꼼꼼하게 점검하여 의사의 진단서를 필수로 제출하도록 되어 있으며, 진단서에 따라 갱신 기간이 차이가 발생하기도 한다.

사회와 제도가 어르신들의 운전을 강제로 제한한다면 생계와 인권 등 또다른 문제에 봉착할 수 있어 사회구성원들의 배려와 양보, 여기에 국가의 제도가 적절히 맞물린다면 고령운전자 사고가 앞으로 획기적으로 줄어들 것이다.

사설

참전용사 나라사랑 보금자리

참전용사에 나라사랑 보금자리를 제공하는 사업이 이어지고 있다. 육군 35사단은 최근 월남전 참전용사 김용문(74)씨를 위한 나라사랑 보금자리 주택을 준공하고 입주 환영식을 열었다.

김용문 참전용사는 병호부대 소속으로 1970년 5월부터 1971년 7월까지 월남전에 참전했다. 35사단은 정읍시 감곡면 김씨의 집에서 지어진 지 100여년이 넘어 낡고 오래됐다는 소식을 들었다.

이에 35사단은 올해 김 참전용사를 보훈대상자로 추천했다. 그리고 육군본부에서는 그를 397번째 나라사랑 보금자리 수혜 대상으로 선정했다. 공병대대를 투입해 5개월 간 공사를 통해 관낼 형 단독 주택을 지었다. 기부를 통해 가구와 가전도 제공했다.

김용문 참전용사는 "국가에서 나서서 이렇게 새집을 지어주니 감회가 새롭고 월남전 참전에 대해 보람과 자부심을 느끼

며 육군에 감사드린다."고 말했다.

한편 육군 35사단은 지난 2020년 6월 남원시 감곡면에 있는 참전용사 배용춘(91) 할아버지 집에서 '나라사랑 보금자리' 사업을 했다. 배 할아버지는 1952년 1월 입대해 방위군 소속 상병으로 지리산 토벌작전에 참전했다.

2019년 8월에는 고향 지역 월남전 참전용사 김영길씨 자택에서 역시 나라사랑 보금자리 준공식을 했다.

김씨는 1967년 12월 입대해 9사단에서 소총수로 근무하면서 월남전에도 참전하는 등 2년여간의 군 복무를 마치고 병장으로 전역했다.

2011년부터 시작한 나라사랑 보금자리 사업은 참전 유공자의 주거 환경을 개선하고 임대주택 등을 지원하는 사업이다. 육군과 사회복지공동모금회, 한국전력 등이 함께 하고 있다. 이 사업이 '나라사랑 운동'으로 이어지기를 바란다.

신임 평생교육진흥원장에 거는 기대

최근 전라북도평생교육진흥원 신임 원장에 이현웅 전 전라북도경제통상진흥원장이 취임했다. 그는 임명장을 받은 후 곧바로 업무에 돌입했다. 구체적인 경영 방안을 제시하는 등 역동적인 모습을 보였다.

이현웅 원장은 경제·문화·지역산업 등 다양한 분야를 두루 아우르며 쌓은 25년의 공직 경험이 있다. 특히 전북경진원장을 역임하며 현장을 두루 살펴 다양한 시각을 견비했다는 평이다.

다양한 분야와 행정 그리고 현장에서 쌓은 경험을 충분히 발휘해야 한다는 주문이 많다. 인재 육성과 보편적 평생학습 체계를 구축해 도민의 삶의 질을 향상시키는 일은 매우 중요한 과제다.

전북평생교육진흥원장은 전북 시군 및 기관의 평생교육 활성화와 우수 인재 발굴·육성, 장학생 선발, 서울·전주장학숙 운영 감독 등을 관장하는 전북도 산하 기관이다.

인재 양성과 평생학습은 전라북도의 미래다. 인재를 발굴하고 언제 어디서나 배움의 기회를 제공해 도민의 삶의 질을 향상시키는 일이 절실하다. 평생학습 도시로 만들어 나가는 데 최선을 다할 때이다.

전북은 여전히 낙후지역에서 벗어나지 못하고 있다. 인재 육성이 전라북도평생교육진흥원을 인재 육성과 평생 교육의 중추 역할을 수행하는 허브 기관으로 발전시켜 나갈 것을 기대한다.

한편 이 원장은 남원 출신으로 전북사대부교과 전북대 행정학과, 행정학과 석사학위를 수료했다. 행정고시 37회로 공직에 입문한 뒤 전주시 문화경제국장을 지냈다.

덕진구청장과 전라북도 투자유치국장, 문화체육관광국장 및 대통령소속국민대통합위원회, 안전행정부 선거의뢰과장, 전라북도 안전정책관, 전북경진원장도 거쳤다.

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