

건강 칼럼

망막에 노폐물 쌓이는 황반변성... 조기 발견·처방이 중요한 이유는?

노화는 누구나 경험하는 자연스러운 현상이다. 특히 높은 노화가 가장 빠른 부위 중 하나다. 이에 40대 이후부터는 정기적인 안과 검진으로 눈 건강을 관리하는 일이 필요하다.

노화로 인해 발생할 수 있는 안질환으로는 노안, 백내장, 황반변성 등이 있다.

그 중 황반변성은 당뇨망막병증, 녹내장과 함께 3대 실명 질환 중 하나로 꼽히는 만큼 조기 진단과 적절한 처방이 중요하다.

우리 눈에는 카메라의 필름과 같은 역할을 담당하는 망막이 있다. 망막의 중심부를 황반이라고 하는데, 황반에는 시세포가 밀집돼 있어 시야를 선명히 볼 수 있도록 가능하다. 이러한 황반부에 변성이 일어나는 질환을 황반변성이라고 부른다.

황반변성의 주요 증상으로는 시력 저하와 사물이 찌그러져 보이는 변시증 등이 있다. 사물



박성욱

전북 지메스안과의원 원장

이 휘어지고 구부러져 보이는 변형시, 시야의 중심부가 검은 점처럼 가려지는 중심 암점 등의 증상도 황반변성을 의심할 수 있다.

황반변성은 크게 건성과 습성으로 나뉜다. 전체 황반변성 환자의 90% 정도를 차지하는 건성 황반변성은 드루젠이라는 노폐물이 망막에 쌓여 시력 이상을 나타내는 단계다. 이때는 천천히 시세포가 파괴되면서 서서히 시력이 저하되는데, 방치하면 습성 황반변성으로 발전할 수 있으므로 경과 관찰을 진행

해야 한다. 습성 황반변성은 망막 아래쪽에 비정상적인 신생 혈관이 자라는 상태를 말한다. 이 단계에서는 급격한 시력 저하가 발생할 수 있으며 적절한 처방이 없으면 실명에 이를 수 있다. 따라서 갑자기 시력이 나빠지거나 물체가 어둡고 구부러져 보인다면 의료기관을 방문해 정확한 진단을 받는 것이 좋다. 황반변성 치료 방법으로는 약물, 레이저 광응고술, 안구 내 주사치료 등이 있다. 이는 환자의 상태에 따라 적용되며 심한

망막하출혈 등 합병증이 발생하면 유리체절제술과 같은 수술이 필요할 수도 있다.

황반변성을 예방하기 위해서는 건강하고 올바른 생활습관을 형성하는 것이 중요하다. 황반변성의 주요 발생 원인으로는 노화, 유전, 심혈관계 질환, 과도한 자외선 노출 등이 있는 만큼 이에 대해 철저히 관리해야 한다. 금연, 금주 등을 실천하고 눈에 좋은 루테인, 제아잔틴 등을 섭취하는 것도 눈 건강을 지키는 데 도움이 될 수 있다.

또한 황반변성으로 인해 저하된 시력은 회복이 어려우므로 노화가 시작되는 40대 이후부터는 정기적으로 의료기관을 방문해 안구 검사와 망막 검사를 받는 것을 권장한다.

황반변성과 같은 망막질환은 응급 안질환에 해당하므로 당일 검진 및 응급수술이 가능한 의료기관을 방문하는 것이 바람직하다.

사설

배드민턴 모녀 금메달

지난 아시안게임 배드민턴 종목 사상 처음으로 '모녀' 금메달리스트가 탄생했다. 제19회 항저우 아시안게임에서 전북 출신 모녀(母女) 금메달리스트가 탄생했다. 배드민턴 여자 단체전에서 김혜정 선수(삼성생명)가 우승을 차지한 것이다.

여자 배드민턴 대표팀은 이날 중국을 3대0으로 완파하며 아시아 정상에 우뚝 섰다. 대표팀이 단체전에서 정상을 차지한 건 1994년 히로시마 아시안게임 이후 29년 만이다.

정소영 이사는 히로시마 대회에 출전해 단체전 결승에서 중국을 꺾고 금메달을 거머쥐었다. 이보다 2년 전인 1992년 바르셀로나 여자 복식 금메달을 따낸 한국 배드민턴계 전설이다.

정소영 선수는 1980-90년대 한국 배드민턴의 간판 선수였다. 최근에는 전주에서 열린 '2023 세계 배드민턴 연맹(BWF) 세계시니어선수권대회' 여자 복식에서 우승을 차

지해 녹슬지 않은 실력을 뽐냈다.

이들 모녀의 기록은 우리나라 뿐 아니라 세계 배드민턴 역사에서 유일하다. 김혜정 선수는 얼마의 '운동 DNA'를 물려받아 국가 대표로 성장했다. 먼저 경기한 대표팀 선수들이 중국을 3대0으로 완파하면서 차레가 오지 않아 이날 경기에 뛰진 않았다.

그러나 함께 선발된 국가 대표로 시상대에 함께 올랐다. 김복은 오래 전부터 한국 배드민턴의 아성이었다. 세계 배드민턴의 전설로 불리는 박주봉 선수를 비롯해 기라성 같은 인재를 배출했다.

정소영, 장혜옥, 김동문, 하태권, 한성귀, 김문수, 정재성, 손승모, 이재진, 유연성, 김기정, 홍지훈, 김민정, 권승택, 이득춘, 김용현 등이 그들이었다. 이들은 국가대표나 감독 등을 맡아 한국 배드민턴을 이끌어 왔다. 내년 파리올림픽에서도 좋은 성적을 거두길 바란다.

이경해 열사 20주기

지난달 11일 전북 장수군 한국농업연구소에서 고 이경해 열사의 20주기 추모식이 거행됐다. 그는 한국 농촌 운동의 선봉장으로 농촌에 불을 밝히고자 했다.

추모식에 앞서 농연전북도연합회는 20년 전 이경해 열사의 'WTO Kills Farmers!'라는 피켓팅 외침이 서려 있는 멕시코 칸쿤을 다녀왔다.

이경해 열사는 1947년 전북 장수에서 태어났다. 전주농림고등학교를 거쳐 1974년 서울 농업대학교(현 서울시립대학교)를 졸업했다.

이후 "대한민국 국민들이 밥처럼 우유를 먹는 시대가 올 것"이라며, 송아지 2마리를 구입해 장수에 서울농장을 세웠다.

그러나 1980년대 초반 정부가 수입소를 무리하게 농가에 분담하면서 이른바 '소파동'이 터졌다. 농민들이 밭더미에 오르게 되고 일부 농가들은 밭에 시달리다 자살을 했다.

그는 1983년 전국 최초로 장수에서 한농연장수군연합회(당시 농민후계자연협회)를 결성하며 농민운동에 뛰어 들었다. 이후 1987년에 전북농어민후계자협의회장, 1989년에는 전국농어민후계자협의회장을 역임하면서 농민들의 권익 보호에 앞장섰다. 1991년 전북도의회에 당선된 후 내리 3선을 지냈다. 농산물 시장 개방을 둘러싼 갈등이 심화됐던 2003년 9월 11일 세계무역기구(WTO) 제5차 각료회의가 멕시코 칸쿤에서 열렸다.

그는 2m 50cm 높이의 장벽 위에 올라 WTO에 은뎀으로 항거하며 자결했다. 당시 그의 나이 56세였다. 장례는 멕시코 칸쿤에서 세계 농민장으로 치러졌다.

열사는 "몸은 먼저 가지만 정신은 남아서 지켜볼 것이다. 나는 작은 성냥불이 될 것"이란 유언을 남겼다. 열사의 숭고한 희생을 결코 잊어서는 안 될 것이다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

바이든 "이스라엘 인근에 항공모함·전투기 배치"

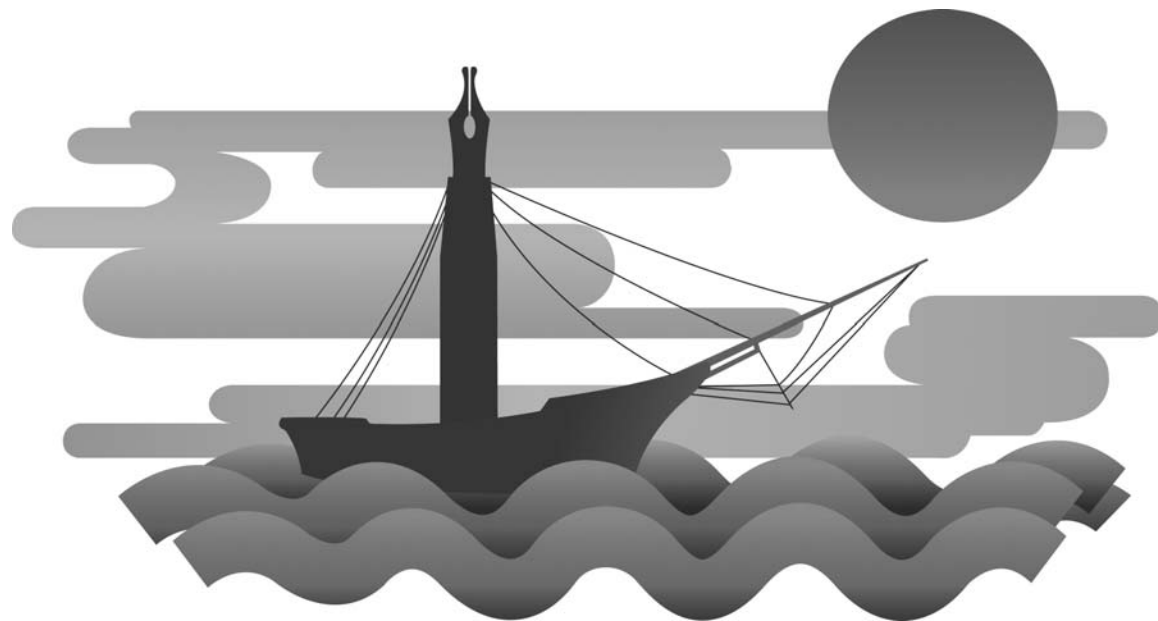


조 바이든 미국 대통령이 11일(현지시간) 백악관 인디언 트리튬에서 유대인 공동체 지도자들과 간담회 중 발언하고 있다. 바이든 대통령은 "이스라엘 안보와 유대인 안전을 보장하겠다는 약속은 흔들리지 않는다"라며 이스라엘 인근에 항공모함 전단과 전투기를 보냈다고 밝혔다.

모리야마 문부상 "13일, 통일교 해산명령 청구할 것"



모리야마 마사히토 일본 문부과학상이 12일 도쿄에서 기자회견하고 있다. 모리야마 문부상은 이날 종교법인심의회를 열고 통일교의 법적 지위를 취소하기 위해 13일 법원에 해산명령을 청구할 것이라고 밝혔다. 통일교는 집권 여당과의 유착으로 국민의 공분을 산 바 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 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