

건강 칼럼

한국인이라면, '이것' 암 조심하세요

든 기만 해도 무서운 그 병명 '암'. 다양한 종류의 암 종류 중에서도, 우리나라에서 유독 많이 발생하는 암이 있다.

바로 위암이다. 한국의 위암 발병률은 세계 1위로, 인구 10만 명당 위암 발병률이 미국의 약 10배에 달한다.

위암은 위장에서 생기는 악성 종양이다. 미국 국립 암 연구소에서는 위암을 '위장 조직에서 발생하여 근처의 조직으로 퍼지거나 침입할 수 있으며, 혈액과 림프계를 통해 신체의 다른 부분으로 전이될 수 있는 비정상적인 세포로 이루어진 악성 신 생물'이라고 정의하였다. 전 세계에서 2번째, 국내에서 4번째로 사망률이 높은 암인 위암은, 국내 암 발생률 남성 1위, 여성 4위를 차지하고 있다.

위암의 명확한 발병 원인은 아직 밝혀지지 않았으나, 학계에서는 유전적 요인과 환경적 요인을 주요 원인으로 보고 있다. 위암의 70~80%는 환경적 요인 중 하나인 발암 물질에 의해 발생한다.

2016년 미국암연구소와 세계암 연구기금(WCRF)는 유전적 요인을 제외한 위암 발병 3대 요



송 예 은

습주논의의원 의정부점 진료원장

인을 과음, 비만, 가공육 과다섭취라고 발표했다.

또한 세계보건기구(WHO)가 제1군 발암물질로 분류한 헬리코박터 파일로리균(Helicobacter pylori)도 위암의 주요한 발생원인이다. 헬리코박터균 감염에 의해 위점막의 위축이 일어나면 상피의 종류가 바뀌면서 위암이 발생한다.

균에 감염된 사람이 위암에 걸릴 위험도는 정상인의 2~3배라고 하며, 감염기간이 길수록 위암 발생 위험도는 증가한다. 주로 위생도가 떨어지는 나라에서다. 위암의 70~80%는 환경적 요인 중 하나인 발암 물질에 의해 발생한다.

2016년 미국암연구소와 세계암 연구기금(WCRF)는 유전적 요인을 제외한 위암 발병 3대 요

인을 과음, 비만, 가공육 과다섭취라고 발표했다. 또한 세계보건기구(WHO)가 제1군 발암물질로 분류한 헬리코박터 파일로리균(Helicobacter pylori)도 위암의 주요한 발생원인이다. 헬리코박터균 감염에 의해 위점막의 위축이 일어나면 상피의 종류가 바뀌면서 위암이 발생한다. 균에 감염된 사람이 위암에 걸릴 위험도는 정상인의 2~3배라고 하며, 감염기간이 길수록 위암 발생 위험도는 증가한다. 주로 위생도가 떨어지는 나라에서다. 위암의 70~80%는 환경적 요인 중 하나인 발암 물질에 의해 발생한다.

2016년 미국암연구소와 세계암 연구기금(WCRF)는 유전적 요인을 제외한 위암 발병 3대 요

인을 과음, 비만, 가공육 과다섭취라고 발표했다.

환자, 수술이 불가하여 완화 항암치료를 받은 환자, 항암치료 후 증상을 관리하는 환자 등, 각 단계에 있는 모든 환자에게 도움이 된다. 양방 치료와 한방 치료의 병행이 가능하다는 것이다.

근치적 위절제술을 받고 보조적 항암치료를 받은 환자의 삶의 질 개선에 삼령백출산(蔘苓白朮散)이, 수술이 불가하여 완화적 항암치료를 받은 환자에게 삶의 질 개선을 위해 완화적 항암치료와 함께 육군자탕(六君子湯)이 높은 수준의 근거로 도움이 되는 것이 밝혀졌다.

또한 근치적 위절제술을 받은 환자의 소화관 기능장애 회복에 전기침치료가 도움이 되며, 경혈로는 양측의 족삼리(足三里), 상거허(上巨虛), 내관(內關) 등이 사용된다.

현재 임상에서 효과가 있다고 인정되는 위암의 예방법은 신선한 과일과 야채를 자주 섭취하고 소금을 적게 섭취하는 것이다.

즉, 건강한 식습관이다. 우리가 섭취하는 음식이 곧 내 몸이 된다. 즐거운 삶을 오랫동안 영위하기 위해서, 건강한 음식으로 내 몸을 채우도록 하자.

사설

하림 해운사 HMM 인수

전북지역 항토기업 하림그룹이 국내 최대 해운사인 HMM(옛 현대상선)의 새 주인이 됐다. 산업은행과 해양진흥공사는 지난 12월 18일 HMM 인수 우선 협상 대상자로 사모펀드(PEF) 운용사 JKL파트너스와 컨소시엄을 구성해 인수전에 뛰어든 하림그룹을 선정했다.

하림그룹 컨소시엄은 앞서 진행한 본 입찰에 참여해 6조4천억 원대 금액을 적어낸 것으로 알려졌다. 하림그룹은 해운업 운영 경험 등에서 높은 평가를 받은 것으로 전해졌다. 하림그룹은 2015년 팬오션(옛 STX팬오션) 지분 58%를 1조8000억 원에 인수해 경영하고 있다. 하림그룹은 팬오션이 HMM과 시너지를 낼 것으로 기대하고 있다. HMM은 현재 컨테이너선 105척을 운항하고 있다.

하림그룹은 올해 주식매매계약(SPA)을 맺고 기업결합 심사 등을 거쳐 내년 상반기 중

인수 작업을 마무리 지을 예정이다. HMM 인수 작업이 성공적으로 마무리되면, 하림의 재계 순위는 13위로 수직 상승하게 된다.

하림그룹의 자산은 17조 원으로 현재 재계 순위 27위다. HMM의 자산은 하림보다 8조8천억 원 많은 25조 8천억 원이다. 하림그룹의 인수 후 자산 규모는 42조8천억 원이다. KT(45조9천억 원)와 CJ그룹(40조7천억 원) 사이다.

하림그룹은 이번 인수를 계기로 회사를 세계 1위 곡물 회사이자 대형 해운업체인 카길 처럼 키우고 한국을 세계 5대 해운 강국으로 만들겠다는 목표를 세웠다.

'병아리 10마리'로 사업을 시작한 하림그룹은 초대형 국적선사로 도약하는 동시에 재계 순위 10위권 대에도 이름을 올릴 전망이다.

한편 세계 해운 경기가 좋지 않은 상황이라는 점이 변수로 꼽힌다.

꿈과 사랑의 크리스마스 축제

세계 평화통일가정연합 봉사단체가 꿈과 사랑의 크리스마스 축제를 진행해 관심을 모았다. 자원봉사애원과 유니버설발레단은 지난 22일 세종문화회관 대극장에서 '호두까기 인형' 자선 발레공연 '꿈과 사랑의 크리스마스 축제'를 진행했다.

올해로 25회를 맞은 축제는 1997년 IMF로 힘든 시기에 이웃들에게 희망을 전달하고자 개최됐다.

유니버설발레단원들의 재능기부로 이뤄지는 축제는 지금까지 소외계층 아동 청소년 3만 3000명이 함께 했다.

특히 이번 축제는 3년을 이어온 코로나, 그리고 우크라이나-러시아 전쟁에 이어 이태원 참사까지 연이은 사건 뒤에 열렸다.

예수가 주는 치유로 도움이 필요한 어린이와 이웃들을 초대해 위로해주는 취지로 진행된 것이다.

전국에 있는 종합사회복지관, 지역아동센터 등 단체 40곳과

자원봉사자를 포함 1500여명이 초대됐다. 문훈숙 이사장은 "예수는 모든 장벽을 넘어 사랑을 연결하고 치유하는 힘이 있다"고 말했다.

참석자들의 빈 우유팩과 헌크래프터 기부 행사도 진행됐다. 우유팩은 주민센터에서 휴지로 재활용해 중증 장애 생활 시설에 기부된다. 보건복지부를 비롯 일화, H매그놀리아용평호텔앤리조트(모나용평), 디오션리조트, 세계평화여성연합이 함께했다. 일화와 모나용평은 꿈씨발전기금과 용평속박관 및 케이블카이용권을 기부했다.

한편 자원봉사애원은 아동청소년의 인성교육에 많은 관심을 가지고 있다. 문화예술을 체험하고 이웃에게 받은 사랑을 다시 베풀며 사회에 환원하는 것이다.

오랜 세월 이 축제가 계속됐던 것은 예수가 우리를 위로한다고 믿기 때문이다. 앞으로도 예수가 주는 힐링을 경험할길 기원한다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

성탄 미사 열리는 베들레헴 성 캐서린 성당

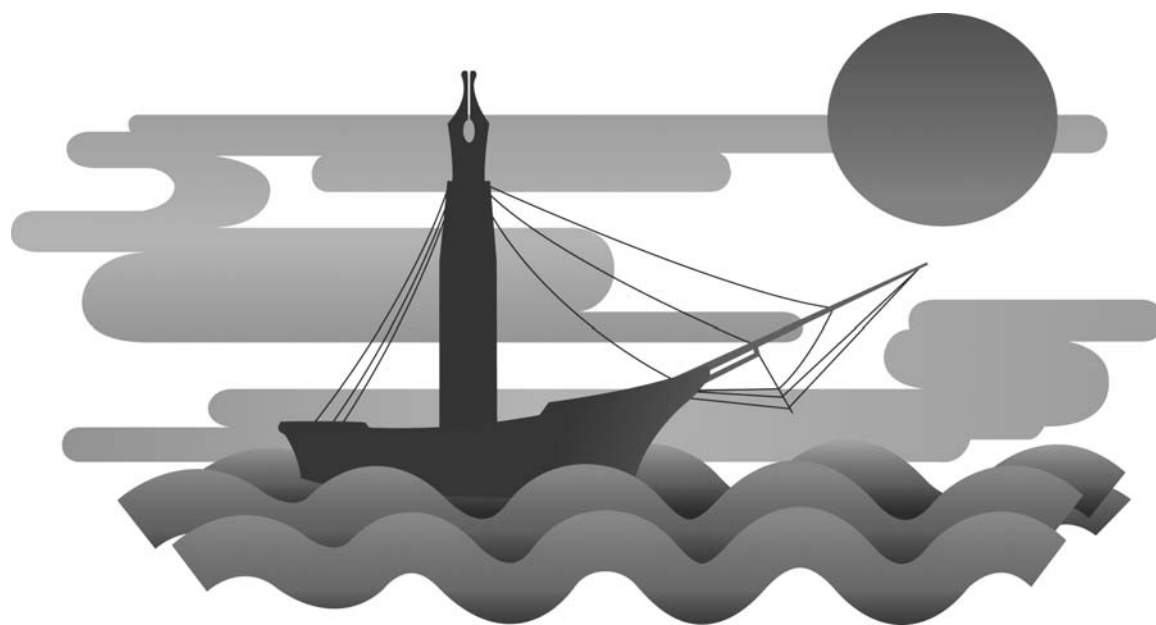


26일(현지시각) 요르단강 서안지구 베들레헴의 성 캐서린 성당에서 성탄 미사가 열리고 있다.

전통 의상 입고 애국가 부르는 우크라이나 남성들



25일(현지시각) 우크라이나 크리보리브니아 마을 한 성당에서 크리스마스 축하 행사가 열리는 동안 전통 후출리 의상을 입은 남자들이 애국가를 부르고 있다. 우크라이나는 러시아와의 문화 및 종교 분리를 위해 크리스마스를 1월 7일에서 12월 25일로 공식 변경했다.



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