

건강 칼럼

나는 애주가일까? 알코올 중독일까?

최근 들어 부쩍 연예인이나 인플루언서들이 술을 마시며 방송하는 모습이 눈에 띈다. 그들의 인간적이고 진솔한 모습에 매력을 느끼고 열광한다.

누군가는 술의 힘을 빌려 사랑 고백하고, 딱딱한 회사자리에 술을 마시며 그 시간을 활기차게 만들기도 한다. 그렇지만 실제 술의 위험성은 마약만큼이나 치명적이다.

알코올 중독의 정식 명칭은 알코올 사용 장애이다. 알코올 중독은 과도한 음주로 인해 부작용이 발생함에도 불구하고 본인의 의지대로 음주를 중단하지 못하는 상태를 말한다. 일반적으로 생각하는 것처럼 음주 횟수나 주량에 따라 알코올 중독인지 아닌지가 결정되는 것이 아니라 술에 대한 조절 능력이 상실되었는가의 여부가 핵심이다.

다음 11가지 항목 중 2가지 이상에 해당된다면 알코올 중독을 의심해 볼 수 있다.

먼저 △술을 의도했던 것보다 많이 마심 △술을 즐기려는 노



백 승 미

대전선병원 정신건강의학과

력에 실패함 △술을 구하거나 마시는데 많은 시간을 보냄 △술에 대한 강한 욕구가 있는 경우 △반복적인 음주로 인해 직장, 학교, 가정에 문제가 발생함 △술로 인해 대인관계 문제가 생김 △음주로 인해 직업, 여가 활동을 포기하거나 즐기게 됨 △건강이 악화에도 술을 끊지 못함 △술로 인해 신체적, 심리적 문제가 생겼음에도 술을 끊지 못함 △술을 마시는 양이 점점 늘어남 △금단증상(불안, 불면, 손 떨림, 경련, 블랙아웃, 환각 등)이 발생함.

알코올 중독은 간염이나 간경화 등의 간질환 뿐만 아니라

리 몸의 모든 장기의 질환들을 유발할 수 있으며, 음주 후 사고 등으로 인한 외상 또한 자주 일어난다.

알코올 중독이 유발하는 가장 심각한 질환으로는 알코올성 치매가 있다.

본인이 알코올 중독임을 인정하고 스스로 병원을 찾아오는 일은 결코 쉬운 일이 아니기 때문에 병원에 내원하는 것만으로도 치료의 절반은 성공했다고 할 수 있다.

알코올 중독이 의심되는 경우 우선 내외과적인 합병증에 대한 혈액검사를 포함한 기본검사를 시행하고 결과에 따른 적절한 치료를 한다.

또한 우울증이나 불안장애 등의 정신질환이 동반된 경우가 흔하기 때문에 심리검사도 시행한다.

치료 초기 1-2주 동안은 금단 증상을 예방하기 위해 고용량 비타민과 안정제를 복용하며 해독치료를 시행한다.

이후에는 유지치료를 하는데 음주에 대한 갈망을 줄여주는 항갈망제를 복용하고, 동기유발 치료, 단주교육, 상담 등을 통해 금주가 지속될 수 있도록 돕는다.

성공적인 알코올 중독 치료는 적어도 1년 이상 술을 안 마시는 것을 목표로 하고, 통원치료만으로 한계가 있는 경우에는 알코올 전문병원으로의 내원을 권유하기도 한다.

알코올중독 환자분들은 한결 같이 이렇게 말씀하신다. "저는 애주가이지, 알코올 중독은 아니에요. 마음만 먹으면 한잔도 안 마실 수 있어요."

그렇지만 알코올 중독은 의지의 문제가 아니라 질병이기에 전문가의 도움이 꼭 필요하다고 생각합니다.

사설

'한국형 제시카법' 실효성 우려

최근 정부가 고위험 성폭력 범죄자의 주거를 제한하는 이른바 '한국형 제시카법'을 입법예고했다.

제시카법은 지난 2005년 미국 플로리다주에서 제정한 법이다. 아동 대상 성폭행범에 의해 사망한 피해자의 이름을 따서 지어졌다.

이 법은 12세 미만 아동 대상 성범죄자에게 출소 후 평생 전자발찌 부착 및 학교·공원 주변 최대 600m 이내 거주를 금지하는 내용을 담고 있다. 이번 정부가 밝힌 한국형 제시카법은 미국과 다른 점은 거주 제한 방식이다.

학교와 공원을 기준으로 주변에 거주를 못하도록 하는 미국 제시카법과 달리 한국형 제시카법은 고위험 성범죄자들의 거주지를 국가와 지자체 등이 운영하는 시설로 지정하는 형태다.

법안의 적용 대상은 13세 미만 아동 성범죄자, 3회 이상 성폭력 범죄를 저지른 전자 감독 대상자 중 부차 원인 범죄

로 10년 이상의 선고형을 받은 자 등이다.

2014년부터 5년간 13세 미만 아동성소년 대상 성범죄자 중 26.8%가 재범이다. 13~18세 대상 성범죄자 중 재범 비율은 34.1%에 달했다.

고위험 성범죄자들이 출소할 때마다 반복되는 거주지 논란 및 지역·주민 피해도 정부가 거주지를 제한하려는 배경 중 하나다.

이번 제도가 국민들이 느끼는 불안에 대해 국가가 무엇인가를 한다는 메시지를 줄 수는 있다. 그러나 피해자에게 별도로 보호 조치를 하는 것은 아니다.

범죄자가 자유롭게 이동하고 주거만 제한하면 실효성이 있게 될 것인가 우려한다는 지적이다.

성범죄는 우발적으로 발생하는 게 아니고 치밀하게 준비를 하고 대상을 선택해서 일어난다. 국민들이 불안해하는 원인을 잘못 이해하고, 손쉽게 해결하려는 것 같다.

'수익원 예산 속전속결'

스마트기기를 소상공인에게 보급한다며 외식업중앙회 도내 어느 지역 지부장이 수익 원을 주무른 사건을 놓고 경찰이 수사를 벌이고 있다. 공모에 선정되기도 전에 지자체가 추가 예산까지 세워준 것으로 드러났다.

지부장과 친분이 있는 것으로 알려진 지역구 도의원이 먼저 예산 지원에 발 벗고 나선 것으로 파악돼 논란은 더 커지고 있다.

무인 주문을 받는 키오스크와 태블릿 PC, 결제 정보를 입력하고 확인하는 포스기와 KDS는 지난 2021년 말 해당 지역 음식점에 보급된 일명 스마트 기기들이다.

7억 원의 예산이 투입돼 100개 업소에 741대가 보급됐지만 작동이 잘 되지 않고, 가게마다 방치되던 것이 대부분이다. 점주의 신청을 받지 않고, 프로그램도 설치했다며 보조금이 지급된 사실이 드러나 지부장은 검찰에 넘겨졌다.

5년 간 2억 원 넘는 지원금을 받는 관리는 아들에게 맡겼다. 자부담 하나 없이 지자체가 100% 예산을 지원해 더욱 논란이다.

막대한 예산은 정부 공모에 선정되기도 전, 이미 마련되어 있었다.

중소벤처기업부가 공고를 낸 것은 2021년 3월 31일이다. 사업 선정 결과가 나오기도 전, 외식업중앙회 산하 연구원이 전라북도에서 사업비 지원을 사전에 요청했다.

전라북도는 타당성 검증은 커녕 일사천리로 진행했다. 당시 도의원은 관련 상임위도 아니었지만 소상공인 지원을 전라북도에 건의한다. 문제의 지부장은 해당 의원의 후원회 대표를 역임한 것이 사실이다.

도의원 역시 지부장과의 친분을 숨기지 않는다. 지부장은 이번 사건 외에도 전라북도 산하기관 해외 행사에 명단에 누군가의 입력으로 포함됐다는 의혹으로 수사가 진행 중이다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

"안녕, 북극에서 막 왔단다"



새해를 며칠 앞둔 27일(현지시각) 슬로베니아 류블랴나의 프레세르노프 광장에서 '북극에서 온 신데' 행사가 열려 그랜드파 프로스트(산타클로스)로 분장한 한 남성이 어린이들과 인사를 나누고 있다.

아르헨 대통령 사진 들고 의식 치르는 페루 무속인



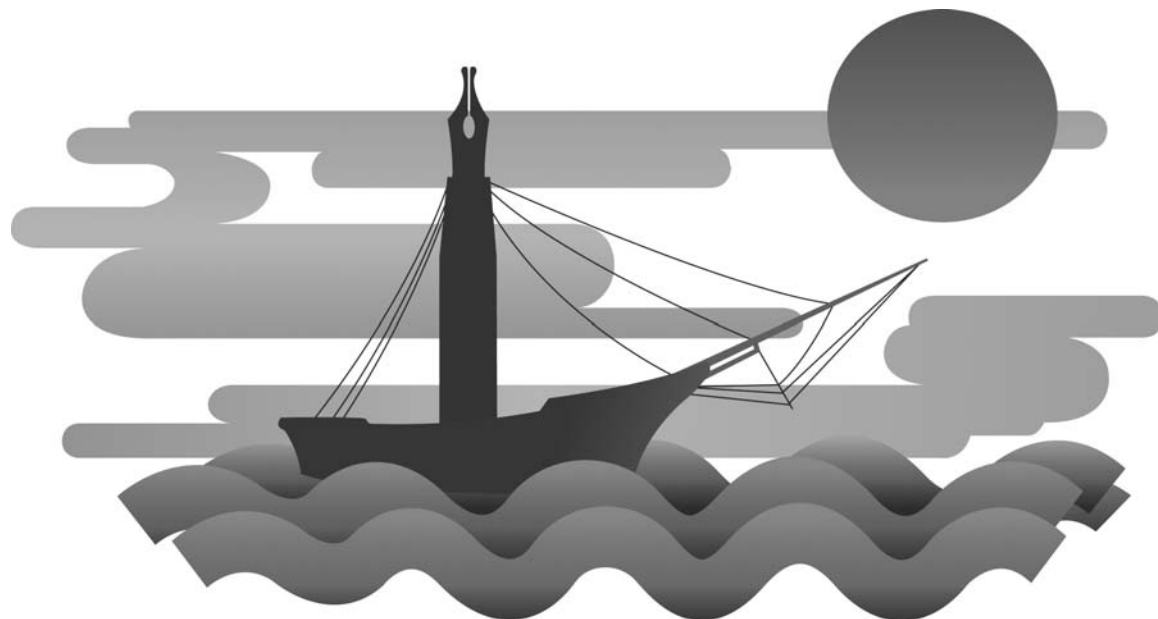
27일(현지시각) 페루 리마의 산크리스토틀 언덕 위에서 무속인들이 하비에르 말레이 아르헨티나 대통령의 사진을 들고 2024년의 정치·사회적 이슈를 점치는 연례 의식을 치르고 있다.

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 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