

건강 칼럼

하루 8번 이상 소변보는 중년 남성, '전립선비대증' 의심

노화는 누구도 피할 수 없는 자연스러운 현상이다. 나이가 들면 신체 곳곳에는 이상 증상이 나타나기 시작한다. 특히 중년 남성에게는 전립선비대증과 같은 비뇨기 질환 발병 위험이 높아진다. 실제로 50대는 50%, 60대는 60%, 70대는 70%가 전립선비대증을 앓는 것으로 알려졌다.

전립선비대증은 주로 노화로 인해 전립선 조직이 비정상적으로 커져 발생하지만, 오랜 시간 자리에 앉아서 일하는 환경이나 운동 부족, 과도한 음주와 흡연, 약물 복용, 서구화된 식습관 등의 위험인자로 인해 최근에는 젊은 층의 발병률도 꾸준히 높아지고 있다.

전립선은 방광 밑에 위치하여 요도를 감싸고 있는 방울 모양의 남성 기관이다. 정자에 영향을 공급하고 정액을 구성하는 일부분을 생성한다. 방광과

함께 배뇨 조절 기능을 수행하고 있어 전립선이 비대해지면 배뇨 문제를 일으킨다.

전립선이 비대해지면 소변이 나오는 요로를 압박해 소변을 원활히 보기 힘들어진다. 또 소변의 배출 속도가 느려지고 소변 줄기도 가늘어지는데, 소변을 다 본 후에도 잔뇨감이 들 수 있고 하루 8번 이상 화장실을 찾는다.

이러한 증상은 요즘 같은 겨울철에 더욱 두드러지게 나타

난다. 기온이 낮아지면 전립선 근육이 수축하면서 요도를 압박하기 때문이다. 지난해 건강보험심사평가원 통계에서도 1년 중 11월과 12월의 환자 수가 가장 많은 것으로 집계됐다.

전립선비대증으로 인한 배뇨 문제를 단순 노화나 계절적인 요인으로 인한 일시적인 증상이라고 여기고 방치하면 요로 감염, 방광결석, 혈뇨, 만성 요폐 등의 합병증을 일으킬 수 있다. 신장 기능에도 악영향을 끼치므로 늦지 않게 의료기관

을 찾는 것이 바람직하다.

전립선비대증은 50대 남성의 절반, 60대 남성의 60%, 80대 남성의 90%에서 나타날 만큼 흔한 질환이다. 나이가 들수록 증상이 더 심해지기 때문에 잠거나 숨기지 말고 적극적으로 관리해야 한다.

전립선비대증 환자의 경우 갑작스러운 배뇨장애를 겪게 되는 사례가 많기 때문에 우수한 장비를 갖추고 숙련된 의료진이 직접 진료하고 치료하는 의료기관을 미리 알고 있어야 한다.

또한 전립선비대증 다른 비뇨기 질환과 증상이 유사해 자가 진단이 어려우므로 의료진의 정밀 진단이 필요하다. 최근에는 의료서비스 강화를 위해 남녀 대기 공간 및 진료 동선 분리해 운영하고 있는 곳도 있는 만큼 비뇨기 문제가 의심된다면 신장 기능에도 악영향을 끼치지 않도록 검사 받길 권한다.



신 순철

의정부상승비뇨의학과 원장

사설

협치로 이뤄낸 전북특별자치도

전라북도가 128년 만에 전북특별자치도로 새롭게 탄생했다. 전북특별자치도가 출범하기까지 남포를 활약 펼친 정운천(국민의힘)·한병도(더불어민주당) 의원이 주목받고 있다.

전북은 김관영 도정 출범 이후 여·야 협치를 공식화했다. 정운천·한병도 의원은 지난 2022년 8월, 전북특별자치도 설치를 위한 제정 법안을 각각 대표 발의했다.

당시 소관 상임위원회인 행정안전위원회 위원들이 여·야 협치 없이 신중한 입장을 보이면서 법안 통과가 불투명한 상황이었다. 정 의원과 한 의원은 행안위 소속 국민의힘 의원들을 직접 만나 어렵게 설득했다.

결국 국민의힘 행안위원장의 큰 결단으로 법안이 행안위를 통과했다.

그러나 법안 심사의 최종 단계라고 할 수 있는 법제사법위원회 회의의 높은 벽에 한 번 더 가로막혔다.

정운천 의원은 집요하게 설득에 나섰고, 한병도 의원은 특유의 진화력을 발휘했다. 드디어 국민의힘 소속 법사위원장의 도움으로 법안이 법사위를 통과했다.

법안을 발의한 지 133일 만에 국회 본회의를 통과했다. 강원도가 14년에 걸쳐 해낸 일을 정 의원과 한 의원, 김관영 지사가 여·야 협치로 단 5개월 만에 이뤄냈다.

전북특별자치도 출범을 위한 제대로 된 발판이 마련된 것이다. 이제 전북특별자치도는 정부의 권한을 일부 이상 받아 명실상부한 독자 권역으로 새롭게 탄생했다. 그동안 전북은 국가 균형 발전 정책에서 배려를 받지 못했다.

호남 속에서도 광주·전남에 밀려 늘 소외되면서 발전이 이뤄지지 못했다. 두 사람이 펼친 맹활약은 전북의 설움을 해소하는데 크게 기여했다. 전북특별자치도 시대의 성공을 위해 두 사람이 또 어떤 활약을 펼칠지 기대된다.

돌팔이 의학 동영상 범람

잘못된 의학 정보는 건강에 심각한 문제를 일으킬 수 있다. 실제로 국립암센터가 발표한 자료에 따르면 조회수 1만 건 이상의 폐암 관련 유튜브 영상 171개를 분석한 결과 내용에 문제 있는 영상이 78개(45.6%)였다.

78개 중 51개(65.4%)는 잘못된 치료법이나 예방법을 소개했다.

문제는 그릇된 정보를 담은 영상의 평균 조회수가 20만 8,200회에 이른다는 것이다. 인터넷의 잘못된 의학 정보를 바로잡기 위해 직접 나선 곳도 있다.

현직 의사들이 콘텐츠 제작에 참여해 정보의 신뢰성을 높인 것이다. 각종 의학정보를 일반인들도 쉽게 알 수 있도록 카드 뉴스와 영상 등 다양한 콘텐츠로 만들어 올려야 한다.

'임상부가 커피 마셔도 되나', '체중 조절 잘못하면 생리통 심해지나', '탄산음료 마시고 바로 양치질하면 해로운

가' 등 사람들이 생활하며 겪을 만한 주제부터 '고혈당 원인'과 '증상' '바이오 빅데이터 산업' 등 전문적인 내용까지 다를 필요가 있다.

이런 정보들은 병원에서 의사를 만나도 얻기 힘들다. 의사들은 짧은 진료 시간 동안 중요 내용을 빨리 전달하고 다음 환자를 받아야 해서 주변 정보를 자세하게 전달하기 힘들다.

환자가 많은 의사들은 바빠서 네이버에 글을 쓰거나 유튜브 영상을 만들 겨를이 없다. 유튜브 영상 등으로 인기를 끌려는 일부 '소닥터'에 대한 사람들의 반감도 크다.

의사들이 어렵게 쓴 글을 일반인들이 이해하기 힘든 문제도 있다. 주입식으로 의학 정보를 전달하면 안 된다. 궁금증을 갖고 답을 찾도록 해야 한다.

콘텐츠들을 통해 만성 질환, 건강 생활, 소아, 여성, 암 정보 등 다양한 분야별로 찾아야 한다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

루카센코 대통령과 악수하는 푸틴 대통령



블라디미르 푸틴(오른쪽) 러시아 대통령과 알렉산드르 루카센코 벨라루스 대통령(현지시각) 러시아 상트페테르부르크에서 회담에 앞서 악수하고 있다.

스위스 열기구 축제, 푸른 하늘 수놓은 열기구



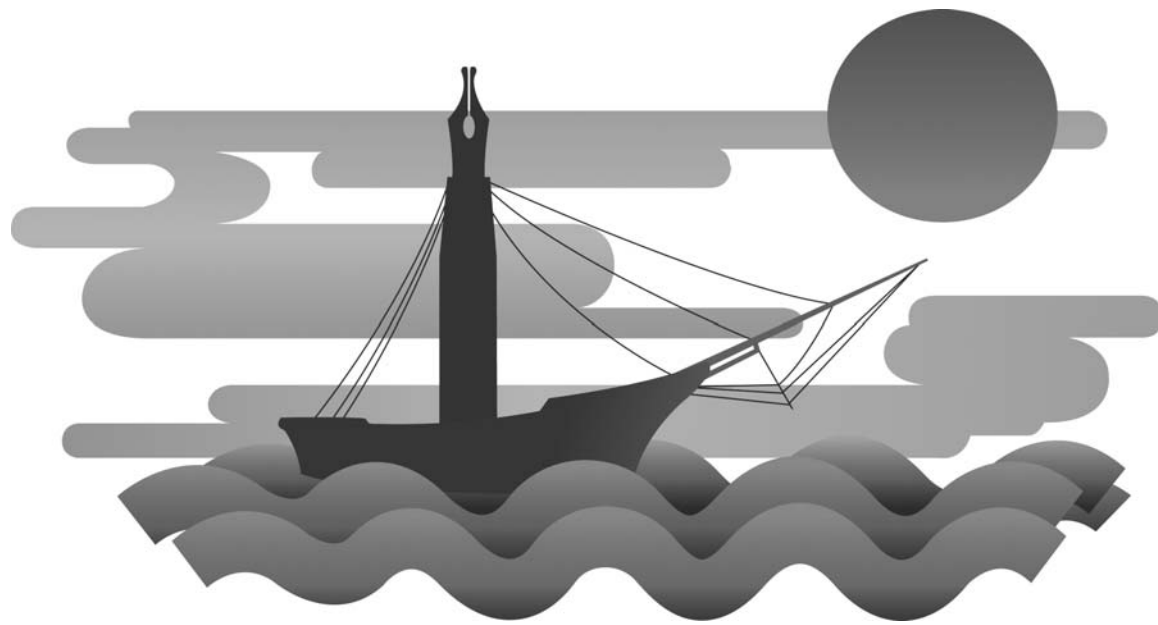
28일(현지시각) 스위스 사프테데에서 열린 제44회 사프테데 국제 열기구 축제 중 한 열기구가 비행하고 있다. 이번 축제는 15개국에서 60여 개 열기구가 참여해 이날 9일간의 일정을 마무리했다.

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