

건강 칼럼

쇼그렌증후군

쇼그렌증후군은 점액 분비샘에 생기는 자가면역 질환으로 주로 눈물샘과 입의 침샘을 침범한다. 눈물샘, 타액선 등을 비롯한 전신의 외분비선에 만성적으로 염증이 생겨 분비 장애를 일으키는 데, 입이 마르고 눈이 건조해지는 증상도 나타나는데, 외부 침입으로부터 내 몸을 지켜주어야 할 면역세포가 자신의 몸을 공격하는 것을 말한다.

△원인

자기 몸의 기관이나 조직을 외부인자로 인식하여 스스로를 공격하여 생기는 질환인 자가면역 질환 중 하나인 쇼그렌증후군은 점액 분비샘만 침범한 일차성 쇼그렌증후군과 류마티스관절염이나 루푸스 등 다른 자가면역 질환과 연관되어 발생하는 이차성 쇼그렌증후군이 있다. 쇼그렌증후군의 정확한 원인은 알려지지 않았으나 유전자, 호르몬, 감염 등이 신경계 사이토카인, 자가면역항체 등과 연관되어 발생하는 것으로 추측하고 있다.

△증상

눈과 구강이 마르는 증상이 주 증상이지만, 관절염, 광과민성,

발열과 신경계 증상이 발생하기도 한다. 땀샘과 피지선의 분비가 감소하기 때문에 피부가 건조하며 발진과 자반증을 동반한 혈관염이 생기기도 한다. 백혈구의 감소가 흔하고, 류마티스 인자나 항핵항체와 같은 이상단백질이 증가한다. 침 생산량이 감소하기 때문에 충치, 치주염이 흔하고 씹거나 삼키는 게 어려워지며 속쓰림이나 역류성식도염이 발생한다. 위산과 소화액 분비도 감소되어 소화장애가 일어난다.

비강과 기관지의 분비물이 감소되고 농도가 진해져서 비막염, 기관지염, 간질성 폐렴 등이 자주 발생한다. 또한, 감소된 눈물 생성으로 인해 눈에 이물감은 물론 방치하면 각결막염으로 진행된다. 단백뇨가 나오기도 하

며, 신세관산증에 의한 신장 결석도 잘 생긴다. 질 분비물 감소로 질염이나 성교통도 생긴다. 무엇보다 치료하지 않고 방치할 경우 림프선종양, 당뇨병, 갑상샘저하증, 악성빈혈 등이 발생한다.

△진단

진단에 있어서는 다음과 같은 증상을 살펴보는데, ①안구 증상 중 1개 이상일 경우(3개월 이상 건조한 안구, 이물감이 있어 1일 3회 이상 인공 눈물 사용하는 증상), ②구강 증상 중 1개 이상일 경우(3개월 이상 건조한 구강, 자주 붇는 침샘, 음식 섭취 시 물을 빈번히 마시는 경우), ③안구 징후 중 1개 이상인 경우(서며 검사 양성, 로즈-벤갈 양성, 각막염색검사 양성), ④구

강 징후 중1개 이상인 경우(침샘 동위원소 촬영 이상, 귀밑샘 조영검사 이상, 침분비기능 이상이 있을 시), ⑤소타액선 조직검사 양성이 있을 경우, ⑥항SS-A 또는 항SS-B항체 양성 등 ⑤또는 ⑥을 포함하여 6개 중 4개 이상이면 진단된다.

△치료

안구 건조는 인공 눈물과 안약과 국소적인 비스테로이드성 소염제나 스테로이드로 치료한다. 구강 건조는 약물치료와 함께 인공침 등을 사용하지만, 물을 자주 마시고 당분이 없는 껌이나 사탕을 먹어 침 분비가 자극되도록 하는 것이 도움이 된다. 또한, 양치질을 자주하고, 술과 담배는 피하며, 정기적인 치과 검진을 받도록 한다. 피부 건조에는 보습제가 도움이 되며, 가습기 등을 사용하여 적절한 습도를 유지하는 것이 좋다. 질 건조에는 질의 불충분한 분비를 조절하기 위해 질 윤활제를 사용한다. 관절염이나 관절에 통증이 있을 때는 비스테로이드성 소염제나 스테로이드, 면역억제제를 사용한다. 운동은 신체에 무리가 없는 가벼운 산책이나 수영 등이 권장된다.

‘보이스피싱, 세대별 맞춤 예방이 답이다’

최근 몇 년 사이, 보이스피싱으로 인한 피해는 증가 추세에 있으며 수법이 다양하다. 연간 피해 금액은 수천억 원에 이르고, 그 대상은 더 이상 특정 연령대에 국한되지 않는다. 특히, 수사기관, 금융기관을 사칭하거나, 지인을 사칭해 돈을 요구하는 수법은 물론, 카드발급, 가상화폐 투자, 대출 알선 등 여러 방식으로 국민들을 속이고 있으며, 심지어 평생 모은 전 재산을 순식간에 잃는 경우도 적지 않다. 경찰은 다양한 피해사례를 마주하지만, 보이스피싱은 단순히 한 사람의 부주의로 인한 일이 아니다. 사회의 전반적인 인식이 부족하며, 예방시스템에 한계가 있고 세대별 접근 방식의 부재가 복합적

으로 작용하기 때문이다. 따라서 보이스피싱을 예방하기 위해서는 연령대별 맞춤형 대응 전략이 필요하다고 생각한다. 먼저, 10대와 20대같은 청소년·청년층은 스마트폰을 자유자재로 활용하고 SNS와 유튜브 등 온라인 콘텐츠에 익숙하기에 이러한 플랫폼을 통한 직관적인 광고·홍보를 활용한다면 쉽게 점하고 경각심 또한 줄 수 있다. 다음으로 30대부터 50대는 사회 활동과 경제활동이 가장 활발한 시기이기에, 이들에게는 인터넷 뉴스기사, 주요 포털 메인 배너 활용, TV 공익 광고 등 실생활 속에서 자연스럽게 접할 수 있는 경로를 통한 정보 전달이 효과적이다. 마지막으로 60대 이상의 고령층은 스마트폰이나 앱 사용에 익숙



윤 서 진
장수경찰서
장수과출소 순경

하지 않으며, 문자나 음성안내에 의존하는 경우가 많다. 따라서 다 음과 같은 예방책이 필요하다고 생각한다. 예를 들어 통신사와 정부가 협력하여 고령자 대상 휴대전화에 보이스피싱 경고 시스템을 도입하는 것도 좋은 방법인 것 같다. 최근에 통화한 적이 없거나, 전 화번호부에 등록되지 않은 번호로 전화가 걸려올 경우, 통화가

연결되기 전에 “이 전화는 최근통 화 기록이 없습니다. 보이스피싱 범죄에 주의하시길 바랍니다”와 같은 음성 안내가 자동으로 송출되는 방식이다. 간단한 경고 한마디가 어르신들이 당황하지 않고 침착하게 대응할 수 있도록 도와주며, 실제로 많은 피해를 예방할 수 있을 것으로 기대된다. 또한 읍면동 행정복지센터나 마을별 경로당 등에서 이루어지는 오프라인 예방 교육도 지속적으로 확대 되어야 한다. 온라인이 아닌 오프라인, 즉 현장에서 알려주는 방식은 고령층에게 매우 효과적이다. 보이스피싱은 누구에게나 일어날 수 있는 범죄이다. 하지만 관심과 주의를 기울인다면, 충분히 막을 수 있는 범죄이기도 하다. 일상 속 작은 경계가 소중한 재산과 마음을 지키는 첫 걸음이다.

사 설

오드리 햅번의 아름다운 유언

영국의 여배우 오드리 햅번(Audrey Hepburn)은 24살 때 ‘로마의 휴일(Roman Holiday)’로 세계적인 스타가 됐다. 그녀는 1929년 벨기에 브뤼셀(Brussels)에서 태어났다. 아버지는 영국 귀족 출신의 은행가였으며, 어머니는 네덜란드 출신의 남작부인이었다. 부모의 이혼 후 햅번은 어머니와 함께 런던으로 가서 사립여학교를 다녔다. 런던의 발레학교에서 학위를 받고 모델로 경력을 시작했다. 하지만 영화 제작자들이 러브콜을 보내면서 인생 향로에 큰 변화가 생겼다. ‘로마의 휴일’(1953)을 시작으로 ‘사브리나’(1954), ‘전쟁과 평화’(1956), ‘하오의 연정’(1957), ‘파계’(1959), ‘티파니에서 아침을’(1961) 등의 작품들에서 전성기를 누리게 된다. 그 뒤 영화계를 떠난 햅번은 1988년 유엔 유니세프(UNICEF)의 명예대사가 되어 남미

와 아프리카 어린이 돕기에 나섰다. 그녀는 영어, 화란어는 물론 스페인어, 불어, 이탈리아에 능통했다. 국제 기자회견장에서 인도주의자로서의 역할을 유감없이 발휘했다. 그녀는 미모보다 마음이 더 아름다웠던 여인이다. 그녀는 숨을 거두기 일 년 전 크리스마스 이브 때에 아들에게 유언을 남겼다. “아름다운 입술을 가지고 싶으면 친절한 말을 하라. 사랑스런 눈을 갖고 싶으면 사람들에게서 좋은 점을 배라. 날씬한 몸매를 갖고 싶으면 너의 음식을 배고픈 사람과 나누어라. 아름다운 자세를 갖고 싶으면 결코 너 혼자 곁에 있지 않음을 명심하라. 기억하라. 한 손은 너 자신을 돕는 손이고 다른 한 손은 다른 사람을 돕는 손이다”(일부 생략)

어느 전직 대통령의 파면과 ‘말말말’

윤석열 전 대통령이 전원일치로 파면됐다. 현재 결정의 근거에는 11차례 변론에서 나온 대리인단의 주장, 증인 16명의 증언, 수사기관에서 넘겨받은 조서 말고도 한 가지가 더 있다. 바로 그의 입에서 나온 ‘말’이다. 자충수가 된 것은 윤 전 대통령의 발언이다. 그는 12·3 비상계엄은 “경고성·호소용 계엄”이라고 했다. 무력으로 국민을 억압하는 계엄이 아니라 계엄의 형식을 빌린 대국민 호소라는 것이다. 그는 야당의 전횡과 국정 위기 상황을 국민에게 알리고 호소하기 위한 목적으로 즉각적인 해제를 전제로 한 잠정적·일시적 조치라고 했다. 헌법과 계엄법은 비상계엄 선포 요건을 ‘군사상 필요나 공공의 안녕질서 유지 목적이 있을 경우’로 정하고 있다. 여기에 해당하지 않음을 스스로 인정했다.

“포고령에 국회 활동을 금지한다고 기재된 것은 실행할 의사도 없이 경고용으로 기재된 것에 불과하다. 기재된 내용을 수행할 의사도 계획도 없었기 때문에 법률 비서관에게 검토시키지도 않았다. 다만 ‘야간통행금지’는 국민에게 불편을 줄 수 있으니 폐라고 했을 뿐이다”고 했다. 현재는 포고령이 정당한 형식적인 것에 불과했다면, 야간통행금지 조항만 삭제할 이유가 없다고 봤다. 그는 비상계엄 선포 약 3시간 전 이루어진 이른바 ‘삼청동 안가 회동’을 설명했다. “종이를 놓고 국방 장관이 경찰청장하고 서울청장에게 국회 외곽 어느 쪽에 경찰 경력을 배치하는 게 좋겠다는 설명을 들었다.”고 말했다. 이는 구체적인 경력 배치 계획이 논의됐다는 점을 인정한 ‘자백성 발언’이 됐다. 그의 입에서 나온 말 상당수는 파면 결정의 근거가 됐다.

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 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

