

건강 칼럼

폭우 뒤 ‘수인성 감염병’ 염습… 위생수칙 준수 중요

최근 전국적으로 극한 호우가 내리면서 많은 피해가 발생했다. 이재민들은 물리적인 피해 이외에도 임시주거시설에서의 집단생활로 건강까지 위협받을 수 있는 상황이다. 또한 여름철 고온다습한 환경으로 감염병의 발생 가능성이 높아 건강관리가 어느 때보다 중요하다. 폭우와 홍수 이후 조심해야 질병과 질병의 특징에 대해 알아보자.

장마철에는 수인성 감염병과 접촉성 피부 질환, 호흡기 질환을 비롯 침수 피해를 겪은 경우 정신건강 문제 등 다양한 질환이 발생할 수 있다. 특히 오염된 물, 음식 등을 통해 발생하는 수인성 질환은 폭우와 홍수로 인해 하수, 분변 등의 오·폐수가 혼합되면서 다양한 병원체가 유입되게 되는데, 대표적으로 장티푸스, 세균성 이질, 콜레라, A형간염, 노로바이러스 감염 등이 있다.

장티푸스는 살모넬라 타이피균(Salmonella Typhi)이 원인으로, 고열, 두통, 복통, 설사 혹은 변비, 발진이 특징이다. 잠복기가 6일에서 30일로 길어서 주의해야 할 대표적인 질환이다. 증상이 발생했을 때 치료하지 않으면 장천공이나 패혈증으로 진행할 수도 있어 가장 주의해야 한다.

세균성 이질은 시겔라균(Shigella)에 의해 발생하며, 고열, 복통, 혈변, 탈수 증상을 동반한다. 소량의 균에도 감염될 수 있어 매우 전염성이 높으며, 잠복기는 1일에서 3일이다. 노로바이러스 감염은 노로바이러스에 의해



이 수 화
키움릭대 대전성모병원 가정의학과 교수

발생하며 오심, 구토, 설사, 근육통 등을 유발하고 잠복기가 12시간에서 48시간으로 전과 속도가 빠르다. 특히 고령자나 어린이는 탈수가 심각해질 수 있다.

수인성질환은 오염된 손을 통해 입(hand to mouth)으로 전파된다. 따라서 예방을 위해서는 식사 전, 화장실 사용 후, 외출에서 돌아오고 난 뒤에는 비누를 사용해서 30초 이상의 흐르는 물에 씻어야 한다.

식수는 반드시 끓여 마시거나 생수를 사용하고, 음식은 가열해서 먹어야 하며, 실온에 1시간 이상 놓아둔 음식은 피해야 한다. 침수 복구를 할 때 주방 도구는 반드시 소독해야 하고 장외와 고무장갑 등을 사용해야 한다.

또 여름철에는 따뜻한 물에 다 양한 규판만 아니라 중금속, 화학물질 등이 섞여서 파부질환이 발생할 수 있다. 대표적으로는 황색 포도상구균에 의해 발생하는 농가진이 있다. 얼굴, 팔다리에 주로 발생하며 꿀색의 딱지가 주변에 형성되는 것이 특징이다. 가려움증이 동반되고 전염력이 강해 가족간 전파도 흔하다. 치료는 국

소 항생제나 광범위 항생제로 할 수 있지만 같이 노출되더라도 주로 어린이, 면역저하자에게 발생하므로 진단이 늦어지기도 한다.

또 중금속, 화학물질에 의해 발생하는 접촉성 피부염이 있다. 가려움, 발적, 물집, 따가움 등 다양한 증상으로 나타나며 항히스타민제, 스테로이드 연고 등으로 치료할 수 있다.

세균성 봉와직염은 파부진과 파하조직까지 세균이 침투해서 발생하는 급성 염증 상태로 열감, 홍반, 부종과 함께 심한 통증이 발생하게 되고 심하면 패혈증 위합이 큰 질환이라 조기 항생제 치료가 매우 중요하다. 그 외에도 진균 감염으로 무좀, 완선, 칸디다증 등도 의사의 진료를 받고 치료해야 재발을 막고 치료 기간을 단축할 수 있다.

마지막으로 파상풍은 수인성질환은 아니지만 홍수나 침수가 발생했을 때 상처감염을 통해 걸릴 위험이 증가해, 수해 발생 후 관리에서 매우 중요한 감염병 중 하나다. 흙이나 먼지, 동물 배설물 등에 있던 혐기성세균인 클로스트리디움 테타니라는 균이 피

부 상처를 통해 감염된다. 상처가 났을 때는 즉시 흐르는 물과 비누로 세척하고 의료기관에서 적절한 조치를 받는 것이 중요하다. 파상풍 예방접종은 10년마다 재접종하는데 접종력이 불확실하다면 예방접종을 시행해야 하고 깊은 상처가 발생한다면 파상풍 면역글로블린 치료를 같이 해야 한다.

이외에도 고온다습한 환경에서 잘 자라는 곰팡이, 세균, 바이러스 등을 주의해야 한다. 대표적으로 유행성 각결막염과 같은 결막염, 공기 중에 곰팡이포자로 인해 발생하는 기관지염, 알레르기성 천식 등이 있다. 기저질환이 있다면 면역이 떨어져서 바이러스에 감염돼 쉽게 감기에 걸리기 때문에 특히 더 주의해야 한다. 예방을 위해 제일 중요한 것은 환기이며 제습기를 사용하거나, 젖은 물건이나 침수된 물건들은 세탁이나 폐기를 해야 한다.

수해를 직접 입은 경우 물리적 충격뿐 아니라 스트레스, 불면증, 우울감 등 정신적인 문제도 겪을 수 있다. 따라서 정신건강 상담이나 심리적 지지 프로그램도 병행해야 하고 기저질환이 있다면 약물 복용이 중단되지 않도록 보건소나 의료지원단의 도움을 받는 것이 중요하다.

또한 수재민 임시 거주시설에서는 공동생활로 인한 감염병 전파 가능성이 있으므로 개인 위생과 환경 소독을 철저히 해야 한다. 필요한 경우에는 임시 진료소에서 진료를 받고 예방접종도 점검받길 권장한다.

사설

전북 도내 로코노미 열풍

맥도날드부터 CU까지 대기업이 '전북 농산물'에 쫓겼다. 전북의 농산물로 제품을 만들어 소비하는, 일명 '로코노미' 열풍이 불고 있다. 실제로 로코노미 열풍으로 기업·농가·소비자 일석삼조 시대를 열었다는 평이다.

최근 전국 400여 개 맥도날드 매장에서 판매된 '한국의 맛' 프로모트 다섯 번째 신메뉴 영상이 소개됐다. 영상 속 사람들의 손에는 고구마가 들려 있었다. 이들은 실제 악산에서 고구마 농사를 짓는 농부들이다. 한국맥도날드는 익산 고구마 모짜렐라 버거·머핀을 출시했다.

로코노미는 지역(local·로컬)과 경제(economy·이코노미)의 합성어로, 지역 특색을 반영한 제품·서비스·콘텐츠를 소비하는 하나의 트렌드다. 지역은 농산물 소비처 확대를, 기업은 사회공헌 활동을 통한 이미지 개선과 매출 확대

등 시너지 효과를 내는 것이 특징이다. 소비자는 산지 농산물을 전국 어디에서나 쉽게 먹을 수 있다.

김제 공덕농협이 개발한 프리미엄 간식 '달콤 바삭 고구마칩'은 CU편의점에 공식 입점했다. 전북을 넘어 전국 각지로 유통되는 것이다.

2022년에는 메가MGC커피(메가커피)에서 장수군 농특산물인 오미자와 사과를 활용한 메뉴를 출시했다.

장수 오미자 스무디와 장수 사과·오미자 비건 젤리를 선보였다.

순창군은 세계적으로 주목받는 두바이 초콜릿을 모티브로 퍼스타치오 대신 고추장을 첨가하거나 밤·블루베리를 넣는 등 지역의 특색을 살린 디저트를 개발했다.

단순한 맛과 가격에서 나아가 지역 상생, 환경 보호, ESG 등 공익적 가치에 관심을 가지는 소비자들이 증가하고 있다.

한국전쟁 75주년과 마오쩌둥

한국전쟁이 75주년을 맞으면서 모택동에 대한 관심이 커지고 있다. 마오쩌둥(毛澤東, 1893-1976)은 중국 호남성의 중농 가정에서 태어났다. 아버지는 인색했으며, 소출을 늘리고자 아들을 매질하고, 일꾼을 늘리려고 일찍 떠나라를 들였다.

8세 때 마을 서당에 입학하여 유교경전의 기초지식을 익혔다. 13세 때 학업을 중단하고 아버지의 강요로 집안의 농장에서 하루 종일 일을 하게 되었다.

마오는 집을 뛰쳐나와 현립(縣立) 동산고등소학교에 입학한 뒤 이어 장사(長沙) 소재의 상향중학교로 전학했다. 그곳에서 량치차오(梁啟超)의 개혁사상과 쑨원(孫文)의 민족혁명사상의 영향을 받았다. 신해혁명(1911)이 벌어진 후 모택동이 중화인민공화국을 수립하고 주석에 취임(1949)하자

곧 한국전쟁이 발발했다. 그는 스탈린으로부터 한국전쟁을 지원하라는 요청을 받았다.

모택동은 2개 사단을 참전시키면서 항미원조(抗美援朝)라는 명분으로 참전을 호도했다. 미국과 싸운다는 것이 얼마나 위험한 것인가를 그는 잘 알고 있었다.

파병은 지상군 290만 5천명이다. 피해는 사망 14만 명, 부상 22만 명, 행방불명·포로 2만 9000명에 이른다. 모택동의 생애를 부정적인 면과 긍정적인 면으로 판단하는 일은 쉽지 않다.

토지를 얻게 된 농민들과 내전 중에 희생된 수백 만 명의 죽음을 저울질할 수 없다. 1949년 이후 대약진 운동과 문화대혁명이 가져온 끔찍한 혼란은 도무지 설명이 어렵다. 공(功)이 과(過)를 덮고도 남는다는 평판이 무난한 것 같다.

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

독자제언

진료 문제로 부모님과 말다툼을 벌인 20대 여성이, 늦은 밤 조용히 집을 나갔다. 핸드폰도 없이 어두운 시골길을 걷다 동네 슈퍼에 잠시 들렀다. “폰이 없어 그냥 걸어 가야 해요.” 익숙한 얼굴이지만 낯빛이 어두웠다.

슈퍼 주인은 그 말에 뭔가 이상함을 느꼈고, 조심스럽게 멀리 있는 그녀의 동생에게 연락했다. 동생은 망설임 없이 경찰에 신고했다.

나는 야간근무 중이었고, 즉시 수색에 나섰다. 약 15분 뒤, 또 다른 신고가 들어왔다. 어두운 길을 혼자 걷고 있는 여성을 수상하게

누군가의 밤을 지킨 건, 작지만 놓지 않은 관심

여긴 한 운전자가 차를 세우고 말을 건 것이었다. 그는 그녀가 휴대전화도 없이 밤거리를 걷고 있다는 사정을 듣고 곧바로 경찰에 신고했다.

현장에 도착한 우리는 곧 알 수 있었다. 운전자가 발견한 여성이, 바로 우리가 찾고 있던 여성이었다는 것을. 그녀는 다치거나 위태로운 상태는 아니었다. 그저 마음의 방향을 잃고 길 위를 걷고 있었던 것이다. 우리는 그녀를 읍내 터미널까지 안전하게 데려다줄 수

있었다.

겉으로 보기엔 특별한 것 없는 일이었지만, 그날 밤은 오래 기억에 남을 것 같다.

슈퍼 주인의 작은 의식, 동생의 주저 없는 신고, 운전자의 조용한 배려. 그 작고 선한 관심들이 한 사람을 외로움과 불안에서 꺼내주는 데 충분했다.

요즘 우리는 종종 마주한다. 경제적 압박, 사회적 고립, 심리적 무기력 속에서 자신을 달는 사람들. 생계는 머랑 끝에 물리고, 관

계는 멀어지고, 속마음은 말할 곳이 없다. 사람들을 고립시킨다. 그리고 어느 날, 조용히 사라진다.

하지만 우리는 알고 있다. 때로는 아주 작은 관심이 삶의 방향을 바꾼다는 걸, “요즘 힘들지 않나?” 그 짧은 한마디가 누군가를 어둠 속에서 한 걸음 물러서게 만들 수 있다. 곁에 누가 있다는 사실만으로도 사람이 다시 서게 되는 순간이 있다.

지켜보는 눈, 손 내미는 마음, 쉽게 놓지 않는 관심.

지금 우리 사회에 가장 절실한 것들이다.

이주연 교정경찰서 해리파출소경사

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

