

건강 칼럼

나를 잃어버리는 질병 '치매'

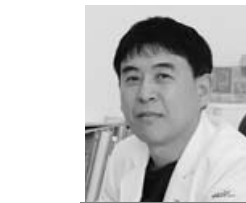
치매는 정상적으로 생활해오던 사람의 뇌기능이 후천적으로 손상 또는 저하되면서 일상생활에 상당한 지장이 나타나는 상태를 말한다.

그동안은 노인들에게 나타나는 노화 현상으로 알려졌지만 최근에는 많은 연구를 통해 치매는 나이와 성별에 관련 없이 모두에게 나타날 수 있는 뇌질환으로 인식되고 있다. 치매는 왜 생기는지, 치료방법 무엇일까요?

▲ 치매 대신 인지장애증 치매를 뜻하는 용어인 'Dementia'라는 말은 라틴어에서 유래된 말로 '정신이 없어진 것'이라는 의미를 지니고 있다.

하지만 같은 병명으로 사용되고 있는 우리말 '치매'는 '어리석다'는 의미를 가진 치(痴)와 매를 합성한 용어이다. 병명 그 자체로 부정적 의미를 내포하고 있는 것이다. 이 표현은 일본에서 먼저 쓰기 시작한 용어를 그대로 가져온 것으로 치매에 대한 오해와 편견을 유발한다는 지적을 받아왔다.

그래서 국회에서는 치매란 명칭을 '인지장애증'으로 바꾸는 내용의 '치매관리법 개정안'이 제출됐다. 뇌의 신경세포가 손상돼 장애가 생기는 대표적인 신경정신계 질환인 치매에 대한 올바른 인식을 확산해야 한다는 이유에서다. 같은 한자문화권인 일본, 홍콩, 대만의 경우 치매라는 용어를 사용하다가 사회적 혐의를 거쳐 각각 인지증, 실지증,



최영득  
전북전북본부 건강증진의원장

뇌퇴화증으로 변경한 바 있다.

▲ 고령화 사회 가장 무서운 질병 치매는 전 세계적으로 65세 이상 노인에서 5~10% 정도의 유병률을 보이고 있다.

조사에 따르면 우리나라의 경우도 같은 연령대에서 약 8.2~10.8% 정도의 유병률을 보이고 있다.

65세를 기준으로 나이가 5세씩 증가할 때마다 치매의 유병률이 2배씩 증가한다.

하지만 연령이 높아지면서 인지장애의 유병률 또한 증가하여 70~74세에서 4~6%, 75~80세에서 약 8~12%, 80세 이상에서는 20%가 넘는 노인들이 치매를 앓는다.

우리나라에는 현재 약 44만 명의 노인성 치매 환자가 있을 것으로 추산하지만, 인구의 급속한 고령화에 따라 2020년에는 환자 수가 약 80만 명을 넘어설 것이라 우려 섞인 전망이다.

▲ 90여 가지 원인 질환이 존재 치매는 원인에 따라 증상이 조금씩 다른데, 알츠하이머, 상당수의 환자들

은 인지기능장애를 겪게 된다. 사물의 이름을 잘 기억하지 못하거나 최근에 나눴던 대화 내용을 자세히 기억하지 못하는 등의 기억 장애가 나타난다.

그래서 단순히 전망증 정도로 생각하고 치매의 초기 증상을 가볍게 생각해 병을 키우는 경우가 종종 발생한다.

기억력뿐만 아니라 언어와 행동에도 장애가 오는 치매의 증상만 생각하고 있다가 초기 치료를 놓치기도 하는 것이다.

그렇다면 이런 치매는 왜 찾아오는 것일까?

치매를 유발하는 원인이 되는 질환은 90여 가지에 이른다.

이렇게 다양한 치매의 원인 질환 중 가장 많은 것은 '알츠하이머'와 '혈관성 치매'이다.

이 밖에도 뇌수두증, 두부 외상, 대사성 질환, 결핵성 질환 등의 퇴행성 질환 등 다양한 질환이 치매 발생에 영향을 끼친다는 사실이 연구 결과 밝혀졌다.

▲ 조기진단을 통해 예방 가능

치매에서 가장 중요한 것은 조기 진단이다.

진단이나 원인감별을 위해 다양한 검사들이 존재하지만, 그중에도 가장 기본적인 검사는 뇌의 구조 및 기능을 확인하는 뇌 영상검사와 뇌 각 영역의 기능을 평가하는 인지기능검사이다.

이 과정에서 가장 기본이 되는 정보는 환자의 일상생활에 대해 가장 잘 알고 있는 보호자를 통한 정확한 병력 청취이다.

특히 노인성 치매의 경우는 건강 한 생활을 통해 상당 부분 예방이 가능하기 때문에 환자 보호자들의 각별한 관심이 필요하다.

뇌 영상검사로는 뇌 MRI, 뇌 CT, 뇌관류검사, 뇌파 검사 등을 시행해 뇌 기능 및 기질적 병변여부를 평가하고 더불어 인지저하와 관련된 신경학적 검사와 혈액검사, 유전자 검사 등을 시행해 치매의 원인을 파악한다.

치매의 원인에 따라 치료법이 달라질 수 있기 때문이다.

치매는 조기 진단하면 초기에 교정할 수 있는 원인을 교정해 치매의 진행을 억제시키거나 호전시킬 수 있고 원인 교정이 되지 않을 경우에도 진행속도를 늦출 수 있기 때문에 그만큼 치료 효과를 높일 수 있다.

따라서 치매는 일단 나타나면 완벽하게 치료할 수 있는 방법이 없는 만큼 조기진단과 효과적인 예방 생활수칙을 실천해 미미하며 예방하는 것이 가장 중요하다.

사설

전북도 군산 살리기 전력 투구해야

전북도는 군산 살리기에 전력 투구해야 한다. 지금 군산의 몰락 때문에 전북 전체의 경제가 지진을 당한 듯 함께 흔들리고 있기 때문이다. 한시적으로만 그럴 게 아니라 사태가 온전히 해결될 때까지 그래야 한다. GM의 폐쇄 조치가 알려진 이후에도 전북도는 그동안 미온적으로 나온 것이 사실이다. 그래서 이렇게 강조해 특별히 당부하는 것이다. 전북도는 그동안 언론훈을 보여왔는데 그것은 올라온 자체가 아니었다.

전북도는 군산 살리기에 전력 투구해야 한다. 전북도는 지난 연말 이후 GM의 흔들리는 모습을 지켜만 보았을 뿐, 대책도 없이 하루 하루를 보냈다. 적어도 겉으로 보기에 그렇다. 크게 표나는 행보를 보여주지 않았으니 말이다. 군산에서 아우성 치는 소리가 들릴 정도로 발등에 불이 떨어져서야 당황해 하는 모습을 보인 것은 어처구니 없는 일이다. 방관과 속수무책도 그쯤되면 어지간하다고 비아냥대지 않을 수 없다. 정말이지 전북도는 초장부터 긴장하고 땀을 보여줘야 했다. 전북도는 군산 살리기에 전력

투구해야 한다. 사실이지 군산 경제가 흔들려야 하는 것은 어제 오늘의 일이 아니다. 틀리니 안 좋은 소리뿐, 도대체 희망적인 소식이 없으니 여간 걱정이 아니라고 수차 말할 필요는 없다. 전북 경제의 큰 축을 담당하던 군산 경제가 무너지고 있는 이때, 전북도는 정부를 상대로 명토박는 주문을 해야 한다. 그 명토박는 주문이 없다면 전북도가 요즘 보여주고 있는 행보 또한 언론용 제스처에 지나지 않는 것으로 간주될 터이다. 현대중공업의 조선소 가동 중단 때 전북도가 보여준 미약한 행보가 생각나서 하는 지적이다.

전북도는 이번의 일을 계기로 분발해 마땅하다. 여러 번 촉구했던 바 군산 살리기에 전력투구해야 한다. 전북도는 그동안 말로만 전북의 자존을 말하고, 말로만 전북의 제류 찾기를 주장한 측면이 없지 않다. 그 발언들이 도민용으로 그치고 만다면 무슨 소용이란 말인가. 전북도는 분명히 떨치고 있어야 한다. 군산 경제를 살려내겠다고 절명했으면 땀을 보여줘야 맞다. 전북도는 무너지고 흔들리는 지역 경제를 이대로 내버려두어서는 안 된다.

직업교육은 실무에 맞아야 한다

도내의 직업 교육 현황이 궁금하다. 직업교육의 목적은 취직을 시키는 것인데 그게 성공적으로 잘 나가고 있는지도 궁금하다. 그러므로 직업교육이 취직 현실과 맞지 않는 거라면 변화가 있어야겠다. 지역의 젊은이들에게 절실한 게 있다면 그것은 바로 일자리이다. 매년 새로운 젊은이들이 일자리를 찾고 있지만 고용현실이 각박하니 보통 문제가 아니다. 대학교 졸업 여부와 상관없이 청년이라면 직장인의 모습을 보여줘야 하는데 전북 지역에는 그렇지 못한 젊은이들이 생각보다 많다.

그래서 여기 짚어볼 것이 있다. 전북 지역의 일자리 창출이 고용 현황과 관련해서 이상한 것이 있다. 예전에 전북도의 발표와 정부 측의 발표가 서로 달랐던 것이다. 전북도가 취업률이 올랐다고 말했을 때 정부 측의 발표는 그게 아니었다. 고용노동부 측은 전북 지역의 취업 현실이 매우 저조한 것으로 보았던 것이다. 고용률이 전국 최저라는 것이었다. 그리고 그 이후 오래도록 그에 반박하는 보도를 접하지 못했으니 각급의 현실이 저조기 짐작이 된다.

본보는 사실을 통해서 여러 번 주문한 게 있다. 일자리 창출이

활발했으면 하는 바람이 그것이다. 전북도가 일자리를 늘리려고 애쓰고 있는 것은 사실이나 그게 칭찬의 대상이 못 되고 있는 이유이다. 청년 취업을 위한 용자만 해도 그렇다. 신용불량자를 양산하는 꼴로 변질되고 있는 것이다. 직업교육도 현실과 괴리가 크다. 직업 교육 시스템이 현장의 실상을 반영하지 못하고 있다니 하는 말이다. 그것은 얼핏 생각할 때 직업교육과 관련해서 취업 희망자들의 눈이 높은 것을 말하는 것이 될 수가 있겠다. 그러나 달리 생각하면 직업 교육이 형식적이었는 이야기기도 된다.

취업난이 극심한 이때, 전북도 관계자들은 잘 판단해야 한다. 직업 교육이 실무에 맞지 않다면 곤란하다. 직업교육은 취업 현장과 맞아야 한다. 땀을 보여주고 싶어하는 생색내기나 이론 교육에 치우치면 아무 소용이 없다. 직업교육이 기대한 만큼 효용을 얻고 있지 않다면 달리 생각해야 한다. 그러므로 적극적으로 실업 문제를 해결해야 할 위치에 있는 이들에게 당부할 것이 있다. 젊은이들의 취업 문제를 자기 자녀의 일처럼 마음 써주었으면 하는 바이다.

독자제언

시골길 경운기 교통사고 예방

경운기는 농촌지역에서 자주 볼 수 있는 교통수단이며, 많은 물건을 나르는 도구이기도 하다. 시골길에서는 어른들이 경운기를 운전하고 다니는 풍경이 빈번히 보이곤 한다.

보통 할아버지가 운전을 하고 옆자리에는 할머니를 모시거나 많은 적재량을 싣고 운전하기 때문에 더욱 안전에 신경 써야 한다.

특히 농일에 종사하는 사람들에게는 영농철이 바쁜 시기이기 때문에 도로에서 많은 경운기 운전자를 볼 수 있고, 덩달아 경운기 사고도 급증하는 시기이기도 하다. 그렇기 때문에 안전에 더욱 유의해야 하고 올바른 농기계 사용법을 숙지하고 있어 교통사고를 예방해야 한다.

가장 먼저 술을 마시고 경운기를 운전하는 것을 금한다.

어르신들이 새참을 먹거나, 일을 마치고 나서 한잔씩 마시는 술을 아무렇지 않게 생각하는 경우가 많은데 술을 마시고 경운기를 운전하는 것도 매우 위험하고 음주운전은 생명과 직결되는 사고이기도 하기 때문에 반드시 지켜져야 한다.

또한 농기계를 운전할 때에도 반드시 사전 점검을 하고 야간에는 경운기 뒤쪽에 야간 반사지를 부착하여 상대운전자에게도 식별 가능할 수 있도록 하여야 한다.

작은 관심으로도 큰 사고를 예방할 수 있기 때문에 모두가 실천하고 홍보하도록 하자.

구보빈 진안경찰서 경무계 순경

독자제언

더치페이(Dutch pay)의 아름다움

각자 비용을 부담한다는 의미를 지닌 더치페이(Dutch pay)는 이미 서양에서는 자연스러운 문화로 정착된 지 오래로 혼자자 짐부 계산하는 모습은 찾아보기 힘들다고 한다.

그동안 우리는 연장자나 선배라는 이유로 식사비용에서부터 작지 않은 비용이 드는 것들까지 자연스럽게 지불하는 모습을 흔히 볼 수 있었다.

2016년 9월 28일부터 시행되고 있는 청탁금지법은 2012년 김영란 전 국민권익위원장이 추진한 것으로 공직자와 언론사, 사립학교, 사립유치원 임직원, 사학재단 이사진 등이 부정한 청탁을 받고 신고하지 않거나, 직무 관련성이나 대가성에 상관없이 1회 100만원 또는 연간 300만원이상의 금품이나 향응을 받으면 형사처벌 받게

되는 것을 골자로 하고 있다.

많은 우려 속에 시행이 되었지만 다행이 아직까지 큰 사회적 파장을 불러오고 있지는 않는 듯하다.

전반적으로 고가의 식당보다는 구내 식당을 이용하는 이가 늘어났고 혼자 동향 계산하기 보다는 각자 계산하는 더치페이 문화가 조용히 확산되고 있는 것을 보면 사회가 투명해지고 청렴해진다는 면에서 우선 긍정적이라 할 수 있겠다.

이제부터라도 더치페이 문화는 부끄러워 할 필요 없이 자연스럽게 정착되어야 한다.

청탁금지법의 조기 정착이 부정부패 없는 청렴진전국으로 가는 지름길이라는 것을 알아야 할 것이다.

배준량 순창경찰서 경무과 순경

Large graphic illustration of a sailboat on the water with a sun in the background. Text on the right side of the graphic reads: '용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지' (A platform for human courage and hope). Below the graphic, there is a call to action: '더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문'을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다. It also mentions support for local development and a commitment to providing accurate news.