

건강 칼럼

입 안 통증이 지속된다면... 구강암 의심

지난 8년간 구강암 환자는 꾸준히 증가하는 추세를 보이고 있다. 상태를 알고 나를 알면 백번 싸워도 위태롭지 않다는 말이 있듯이 나의 건강 상태를 잘 알고 구강암이 생기는 원인을 잘 알면 구강암을 예방할 수 있다.

▲ 구강암, 구강 구조물에 발생하는 모든 암

구강은 입 안의 혀, 혀 밑바닥, 볼 점막, 치은(잇몸), 딱딱한 입천장, 어금니 뒷부분을 말하는 후구치상각, 입술로 이루어져 있다.

구강은 음식을 소화시키는 첫 기관으로 치아로 씹어서 음식을 잘게 부수고, 침으로 음식을 녹여서 삼키기 쉽게 만들어준다. 또한 혀를 이용하여 입안의 음식물들이 목구멍으로 넘어가 인후두와 식도로 음식을 이동시켜주는 역할을 한다. 구강은 또한 우리가 말하거나 노래할 때 폐와 후두에서 낸 소리가 최종적으로 조음이라는 작용을 통해 아름다운 말과 노랫소리로 변환되는 곳이다. 구강암은 바로 이러한 구강 구조물에 발생하는 모든 암을 의미한다.

구강암의 원인으로는 흡연, 씹는 담배, 음주 등을 들 수 있다. 음주와 흡연을 함께 한 경우에는 그렇지 않은 경우에 비하여 15배 높은 구강암 발생률을 보인다. 구강암의 기타 원인으로는 불량한 구강위생, 의치나 치아로 인한 기계적 자극, 인유두종 바이러스, 편평태선, 그리고 구강의 점막하 섬유화증 등이 있다. 구강 및 구인두암은 특히 음주와 흡연에 직접적인 관련이 있기 때문에 사회적인 활동에

의하여 발생하는 암으로 특징지어지기도 한다. 따라서 구강암의 예방 및 치료 결과의 개선을 위해서는 금연, 금주 등의 예방 활동이 매우 중요하다고 할 수 있다.

▲ 의심되는 증상 있으면 정밀 검사 받아야

구강암의 입 안에 딱딱한 혹의 형태로 나타날 수도 있으며, 점막이 하얀색으로 변하거나, 점막에 궤양이 생기는 증상으로 나타날 수 있다.

구강암을 의심할 수 있는 증상은 입안에 혹이 만져지는 경우 입안이나 혀에 통증이 생기는 경우, 2~3주가 지나도 호전되지 않는 궤양, 입안에 하얀색의 막이 생기는 경우, 치아가 갑자기 흔들리거나 잇몸 상처가 아물지 않는 경우, 입 안에 출혈이 생기는 경우, 목에 혹이 만져지는 경우 등이다.

위의 증상 중 하나만 있어도 구강암을 의심할 수 있기 때문에 구강암을 진료하는 전문의의 진료를 받아 정밀 검사를 시행해야 한다.

혀나 볼 점막, 입천장, 입술 등에 발생하는 궤양은 구내열 같은 염증성 증상이 가장 많으며 2~3주 정도가 지나면 통증과 함께 궤양도 없어지지만 3주 이상이 지나도 없

어지지 않는 경우에는 단순한 염증으로 보기 어렵기 때문에 조직검사를 받아보는 것이 좋다.

▲ 조직검사를 통해 확진 가능

암을 진단하기 위해서 가장 초석이 되는 확진검사는 조직검사이다. 구강은 눈으로 잘 보이는 구조물이기 때문에 비교적 간단하게 입안의 혹이나 궤양을 떼어내서 병리검사를 통해 세포 하나하나를 관찰하여 암세포가 있는지 본다.

만약 암세포가 나오면 구강암으로 확진할 수 있으며, 어느 정도로 몸 안에 퍼져 있는지 알기 위해 CT, MRI, 초음파를 이용한 림프절 조직 검사, 목 전체에 퍼져있는지 알아보기 위한 PET-CT 검사를 시행하게 된다. 또한 구강암으로 진단된 환자는 위장관계에도 암이 있을 가능성이 있어서 이 위험도가 높다고 판단되는 경우 위식도내시경을 시행하는 경우도 있다.

▲ 심할 경우 얼굴변형 올 수 있어 목구멍의 깊은 곳인 편도, 인후부 및 달리 구강암은 방사선 치료 단독으로는 치료가 잘 되지 않는다.

따라서 구강암은 주로 암을 떼어내는 수술을 통해 치료를 하게 된다. 수술은 구강암을 직접 떼어내는

수술과 목의 림프절을 걷어내는 림프절 청소술 두 가지를 동시에 하게 된다.

수술 후에 림프절 절제가 많거나 구강암의 깊이가 깊은 경우에는 수술 후 방사선 치료나 항암 치료를 동시에 하게 된다. 구강암은 먹는 것과 발음하는 것 모두에 지장을 줄 수 있기 때문에 수술은 가능하며 이러한 기능들이 잘 보존되는 방향으로 치료를 하게 된다. 그러나 구강암이 많이 진행된 경우에는 얼굴의 변형을 가져올 정도로 수술의 범위가 넓게 될 수 있다. 최근에는 로봇 수술을 통해 얼굴 절개나 턱뼈 절개를 피할 수 있다.

▲ 가장 좋은 예방법은 주기적인 구강검진

세계보건기구에 의하면 30~50%의 암은 예방할 수 있다고 한다.

방법은 간단하다. 금연하고, 술을 줄이고, 적당한 체중을 유지하고 규칙적인 운동과 암과 관련된 감염을 줄이는 것이다. 담배는 암의 단일 최대의 위험인자이며 7,000가지 종류의 화학물질을 포함하는데, 이중 50가지 종류는 발암물질이다. 또한 식습관 역시 중요하다. 충분한 양의 과일과 채소를 섭취하는 것은 암의 발생을 낮추는 역할을 한다.

잘 맞지 않는 치아 보조 장치는 만성 염증을 일으켜서 구강암의 원인이 될 수 있다.

잘 맞지 않는 틀니나 오래 사용한 의치도 낫고 날카로운 구강 내 보철물 등에 의해 지속적으로 손상을 받는 구강점막 부위에서 발생한 상처가 구강암으로 전환될 수 있으므로 주기적인 구강검진이 필요하다.

사설

하림푸드 콤플렉스 기공식의 의미

전북도는 힘내야 한다. 군산에서 귀 아픈 소식이 들려온 중에도 익산에서 밝은 소식이 있기 때문이다. 군산 조선소의 가동중단과 GM의 폐쇄에 비할 바는 아니지만 하림이 공유주방 개념의 종합식 품단지인 하림푸드 콤플렉스 기공식에 들어간 것이다. 하림은 지역에서 자생하고 성장한 기업이다. 최근에 발전을 일으키고 있는 GM이 외국기업이고 전북도민을 섬스럽게 했던 군산 조선의 현대중공업이 외지의 기업이고 보면 하림에 거는 기대는 남 다르면서도 든든하다.

하림이 종합식품단지에 투자할 액수는 4천 억원으로 그 규모가 만만치 않다. 따라서 일자리 창출 효과도 상당할 터이다. 전북도는 그러므로 미래 발전을 위해 구체적인 비전을 가져야겠다. 좌절하거나 무기력함을 보이지 말고 오히려 도민을 위해 위로와 믿음의 근거가 돼야만 한다. 도민들은 지금 그것을 바라고 있다. 전북도는 손을 늘어뜨리고 풀 죽은 모습을 보여선 안 된다. 전북도는 계속해서 미래 발전 구상을 펼쳐야 하고 정부를 상대로 이쪽의 의지를 잘 기차게 보여야 한다.

그런데 여기 먼저 말해 둘 것이 있다. 도지사를 비롯해 고위 공직자들은 도내의 일반 시민들과 함께 가려는 정신태도를 가져야 한다. 현재의 온도를 과부하 느끼는 것이 일반시민들의 그것과 다르다는 불만이 있는데 결코 틀린 지적이 아니지않다. 고위 공직자들이 소유한 재산과 일반 시민들이 소유한 재산의 평균치를 비교해 보니 고위 공직자의 것이 일반 시민의 거의 여섯 배에 달한다는 보고가 있었다. 그렇다고 해서 전북 지역의 싸늘한 경제 현실을 느끼는 피부 감각이 다르다면 곤란하다. 정신태도가 일반 시민들과 같은 것이어야 한다는 당부이다.

전북도는 힘내야 한다. 다른 지자체의 발전상과 비교해보면 이쪽의 발전은 발전 같지가 않다. 도내 거주 인구가 시군에 따라서 답보 상태이거나 줄고 있는 이유를 잘 알고 있을 것이다. 지역 발전이 더딘 까닭에 청년 일자리가 다른 지역에 비해서 부족하다. 그러므로 도지사를 비롯해 고위 관료들은 일자리 창출에 열정을 보여야 한다. 진실로 분발해 미래 비전에 힘을 실어 달라는 부탁이다.

전북도는 SOC 확충을 서둘러야 한다

전북도는 SOC 확충을 서둘러야 한다. 영호남 SOC 공동건의문을 채택한 것과 관련해 세월을 기다려선 안된다. 오랜 시일이 지났는데 영호남 SOC 공동건의문이 없으니 이상하다. 2030년까지 도로 건설과 철도 건설과 항만 건설 등 113건의 사업을 위해 23조 9천여억원을 투입한다고 했던 거 말이다. 그것은 구상은 전에 들어보지 못했을 만큼 원대했다. 2030년까지 멀리 내다본 것도 그랬고 투입액수가 거의 24조원에 육박한다는 것도 그랬다.

거창하게 공동발의까지 했지만 그게 추진되지 않는다면 맹탕에 지나지 않는다. 여기 지적할 것이 있는데 아쉬운 쪽은 우리 쪽이지 영남쪽이 아니다. 우리 전북의 현실을 보면, 하는 일마다 영남의 틀러리가 되고 있구나라는 생각을 떨칠 수가 없다. 공동발의문소식을 들었을 때도 말했지만 전북도의 구상에 반박을 하면서도 우려했던 것이 있다. 영남 쪽의 이쪽처럼 적극성을 보여줘야 하는데 그게 열려서왔고 또 국비 확보도 문제였다. 그게 보장되지 않은 청사진은 휴지 조각에 지나지 않는다고 지적했던 것은 그래서이다.

전북도는 교통망의 현황을 주목해야 한다. 도민을 상대로 청사진을 그려보여주는 것도 좋지만 더욱 중요한 것은 예산 확보이다. 현 정부의 국토부가 전임 정부의 국토부하고는 뭔가 다른 모습을 보여줄 것으로 기대되지만 그래도 추후할 것은 추후해야 한다. 전임 정부 때 국토부의 5개년 계획을 보고서 불만을 말했었는데 그것은 지금 풀이커버리도 정당하다.전북 료의 고속도로 건설이 전국 대비 1.3%에 불과했으니 말이다. 도민의 오랜 숙원인 무주와 대구간 건설 건은 언급조차 없는데도 경북과 경남권은 고속도로 건설 건이 무려 일곱 건이었던 것이다.

전북도는 제 목소리를 내야 한다. 지난해 봄에 세계 젤베리 대회를 유치한 것은 정부를 향해 제 목소리를 낼 수 있는 이유가 된다. 군산현대조선의 가동 중단과 GM의 폐쇄도 목소리를 거둬 크게 낼 수 있는 이유가 된다. 전북 지역에 대한 고통의 가중이 심화되고 있는데 가만히 있어서는 안 되겠다. 전북도는 SOC 확충과 관련해 그 책임이 막중하다. 전북도는 정부가 이쪽에 눈길을 돌리도록 주의 이끌어야만 한다.

독자재언

내부고객 인권보호가 주민 사랑의 밑거름

人權은 인간의 기본적 권리다. 해석하기에 따라서는 천부성, 자연권성, 불가역성, 절대성과 보편성 등으로 표현하기도 한다.

인권이 무엇인지 한마디로 정의하기 어려운 것이 사실이지만 이는 정의하기 이전에 이해하고 작은 것에서부터 실천 해야 하는 소중한 대상이다. 따뜻한 인권경철, 함께하는 민주경찰, 믿음직한 민생경찰을 추진 전략으로 하는 경찰의 치안 활동이 전국 곳곳에서 그 빛을 내고 있다.

특히 주민과의 진정한 공감대 형성과 보다 안전한 지역 치안 유지를 위

한 선결요건으로 대두되고 있는 내부고객 인권보호를 위한 조그마한 곳에서부터의 움직임이 동료들 사이에서 호응을 얻고 있다.

고창경찰의 경우만 하더라도 인권업무를 담당하는 주무부서인 청문감사실에서부터 전 직원들에게 먼저 인사하기, 먼저 미소짓기, 먼저 경순한 대화나누기, 먼저 칭찬하기를 습관화를 통해 적극 실천하고 있으며 자신을 드러내 보이지 않으면서 주어진 소임을 묵묵히 충실하게 수행 중인 직원(일명 알묵지)도 적극 발굴 포상, 격려하는 등 내부고객 인권보호 프로그램

램을 아주 내실 있게 추진 중에 있다. 섬긴 리더십으로 승선수범하는 지휘관의 모습을 지켜보고 사소한 말 한 마디에서부터 마음 담은 대화를 통한 제대로 된 소통문화 불 조성에 아낌없는 노력을 다하고 있는 모습에서 인권이라는 기본적인 가치가 실질적으로 보호되고 지켜지리라 감히 확신한다.

인권보호 실천! 서로에 대한 관심과 배려, 존중과 따스한 배품 그리고 사랑의 마음이 전해질 때 자연 그대로의 인권은 자리 잡을 것이다.

지난 해 내부고객 직무만족도 종합 1위와 주민 체감안전도 2위라는 결과는 단순히 얻어진 것이 아닌 교장 지역 주민과 경찰관들의 지극 정성을 다 한 열정적 마음이 하나된 결과인 것처럼 누구나 공감하고 인정하는 인권이 뿌리내리도록 끊임없는 노력만이 해법이겠다.

내부고객 인권보호가 제대로 이루어질 때 궁극적 목표인 주민들에게 최상의 치안서비스로 이어진다는 당연 명제를 늘 가슴 깊이 새기고 공생협력에 임해야 함을 銘心해야 한다. 송태석고창경찰서 청문감사관

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 행태를 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