

건강 칼럼

기침으로 전염되는 결핵

결핵은 우리나라에서 가장 심각한 공기 매개성 전염병으로 아직도 매년 3만 명 이상의 결핵 환자들이 발생하고 있다. 이전보다는 결핵 발병이 많이 감소하였지만 아직도 결핵은 우리나라에서 흔한 전염병이다. 3월 24일 '세계 결핵의 날'을 맞이하여 결핵에 대해 알아보자.



최영득
전북전북지방보건지소장

▲ 조기 발견이 중요한 결핵 결핵은 폐를 비롯한 장기가 결핵균에 감염되어 발생하는 질환으로, 결핵균이 몸속에 들어온 뒤 인체의 저항력이 약해지면서 발생한다. 결핵 환자가 기침을 하면 공기 중으로 결핵균이 배출되는데, 주변에 있는 사람들이 숨을 쉴 때 결핵균이 폐로 들어가서 감염된다. 그러나 결핵으로 진단되어도 2주 정도만 항결핵제를 복용하면 주위 사람들에 대한 전염성이 없어지므로 결핵 퇴치를 위해서는 결핵을 조기에 발견하고 치료해 결핵 전염을 차단해야 한다. 결핵이 의심되는 증상이 있어 의뢰기관을 방문하면 대개 흉부 방사선 촬영과 객담 결핵균 검사를 시행하여 결핵을 진단한다. ▲ 2주 이상 기침 지속되면 검사 받아야 결핵의 가장 흔한 증상은 '기침'이다.

그러나 기침은 감기, 기관지염, 천식, 만성 기관지염 등 다양한 호흡기와 알레르기성 질환에서도 나타나고 역류성 식도염, 후두염에서도 나타날 수 있으며 담배를 피우는 사람도 기침을 할 수 있다. 결핵으로 인한 기침과 다른 원인으로 인한 기침을 구별하기가 쉽지 않기 때문에 기침하는 모든 사람이 결핵을 의심하고 흉부 방사선 촬영을 시행하는 것은 현실적으로 어렵다. 일반적으로는 특별한 이유 없이 2주 이상 기침하면 결핵을 의심하고 흉부 방사선 촬영을 권고하고 있다. 그 이유는 무엇일까? 기침의 가장 흔한 원인은 감기다. 감기에 걸리면 기침과 함께 발열, 전신통, 인후통, 재채기, 콧물과 같은 증상이 생겼다가 특별한 치료 없이도 1주 정도 지나면 서서히 호전된다. 그런데 감기 증상이 호전되었음에도 불구하고 기침이 2주 이상 지속

되면 결핵일 가능성이 있으므로 흉부 방사선 촬영을 하는 것이 바람직하다. ▲ 결핵 예방을 위해 금연은 필수 담배를 피우는 사람은 흡연 때문에 만성적으로 기침을 할 수 있는데 먼저 금연을 시도하고 기침이 호전되는지 관찰하여 흡연이 기침의 원인인지 알아보는 것이 중요하다. 흡연은 폐암을 비롯한 많은 종류의 암을 유발하고 심근경색, 뇌졸중, 만성기관지염 등 다양한 질환을 유발 또는 악화시킬 수 있다. 특히 흡연은 본인뿐만 아니라 주위에 있는 사람들에게도 피해를 줄 수 있으므로 금연하는 것이 매우 중요하다. 흡연이 기침의 원인이라고 진단되더라도 담배를 피우는 사람은 주기적으로 흉부 방사선 촬영을 받는 것이 바람직하다. 결핵의 증상으로 기침이 가장 흔

하지만 가래, 체중감소, 식은땀, 객혈 등 비특이적인 증상을 보이는 경우도 있다. 결핵을 의심하지 않았지만 자신의 몸 상태가 이전과 달라서 걱정이 되어 시행한 검진에서 우연히 결핵이 발견되는 경우도 있다. 그러므로 평소 자신의 건강 상태를 잘 살펴보고 비정상적인 소견이 관찰되면 미루지 말고 검진을 받아야 결핵뿐만 아니라 다양한 종류의 질환을 조기에 진단·치료할 수 있다. 결핵은 조기에 진단하고 치료하면 대부분 완치되지만 진단이 지연되면 후유증으로 호흡곤란과 만성적인 기침, 가래가 남을 수 있으며, 주위의 많은 사람들에게 결핵균을 전파하여 피해를 줄 수 있다. 그러므로 '특별한 이유 없이 2주 이상 기침'이 있거나 만성적인 기침이 있을 경우 결핵의 가능성을 항상 염두에 두고 검진을 받아보는 것이 바람직하다. ▲ 결핵 예방을 위한 생활수칙 1. 생후 1개월 미만의 소아는 BCG 접종을 받는다. 2. 기침을 할 때는 코와 입을 손수건이나 휴지, 옷소매 등으로 가린다. 3. 2주 이상 기침이 지속되면 결핵 검사를 받는다. 4. 개인 면역관리에 유의한다.

독자제언

운전 중 휴대전화 사용, 절대 금물

현대인에게 '스마트폰이란 무엇이냐'라고 질문을 하면 많은 사람들이 '신체의 일부'라고 답하지 않을 까 싶을 정도로 스마트폰은 우리 일상생활 곳곳에 침투해있다. 그러나 '운전 중'이 그에 포함된다면 이야기를 굉장히 위험해진다. 운전 중 휴대전화를 사용하면 운전이 온전히 집중할 수 없어 전방주시율과 장애물 회피 시간이 확연히 떨어지는데, 그렇게 되면 돌발적인 위험 상황에서 반응시간이 길어지며 그만큼 사고로 이어질 가능성이 높아 매우 위험하다. 또한 요즘에는 휴대전화로 문자메시지뿐만 아니라 SNS도 할 수 있고, 각종 업무처리가 가능하여 사용 빈도수

가 늘고 있어 이것 또한 매우 위험한 일이다. 이에 정부는 운전 중 휴대전화 사용 시 도로교통법에 따라 벌칙금 6만원과 벌점 15점을 부과하고 있지만 사람들은 아직 운전 중 휴대전화 사용의 위험성에 대해 인식하지 못하고 있는 실정이다. 이에 따라 경찰에서는 지속적으로 전단지 제작 등을 통해 홍보하고 있고, SNS 홍보를 통해서도 더 큰 위험을 예방하고 있다. 가장 중요한 안전 수칙을 지키려는 운전자 스스로의 인식전환 개선과 올바른 운전습관으로 선진 교통문화가 완성되길 기대해본다. 백요셉 고령경찰서 순경

사와기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

독자제언

졸음은 절대! 안전운전과 같이 할 수 없다

전북경찰청에 따르면 최근 3년 동안 도내에서 졸음운전 교통사고 300건이 발생해 19명이 숨지고 604명이 다쳤고, 사고 중 83건(27.6%)은 날이 풀리는 봄(3-5월)에 일어났다. 한결 포근해진 날씨에 나른해지기 쉬운 요즘, 음주운전으로 인한 사고위험이 어느 때보다 커 주의를 요구된다. 만약 평상시 시속100킬로미터의 속력으로 1초 동안 28미터를 진행하는데 약초만 졸면 100미터 이상 운전이 큰 지장을 줄 수 있고 대형 인명사고로 이어져 소중한 생명을 앗아간다는 점을 결코 잊어서는 안 된다.

특히 졸음운전 교통사고 사망자 수(치사율)은 전체사고 치사율의 두 배에 이른다고 하니, 먼저 졸음이 오면 가까운 휴게소 나 쉼터 등지에서 차를 세우고 가벼운 스트레칭으로 기분전환을 하면서 충분한 휴식을 취한 후 출발하거나, 차안에서 노래 따라 부르기, 졸음운전 방지 껌등을 차량에 구비해놓고 이용하는 등 불법 졸음운전 방지책을 미리 숙지하고 운전하는 여유가 필요하다. 모든 운전자 여러분께서 한순간이라도 절대 잊지 않아야 할 것이다. 정태철순경경찰서 교통조사계

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 승주빌딩 4층

사설

도시 재생 뉴딜 사업, 제육 잡기 계속돼야

전북도는 정부의 도시 재생 뉴딜 사업에 계속 주목해야겠다. 지난해 전북도는 다른 광역시도를 보다 좋은 성과를 보여줘 도민에게 기쁨을 주었다. 그것은 분명히 제육 잡기의 표본 같은 것이었다. 전북도는 올해도 그같은 성과를 보여줘야겠다. 이것은 물론 다른 지자체와의 경쟁에서 이겨야 한다는 이야기다. 다른 광역시도들도 자기 지역을 위해 머릿속이 복잡할 터이니 말이다. 사업 기간 동안 있을 불가 인상을 감안해도 정부가 밝힌 '50조 원'은 거대한 액수이다. 전북도의 한 해 예산이 6조 원대임을 생각할 때 그 규모는 엄청난데, 전북도더러 정부의 도시 재생 뉴딜 정책에 계속 주목하라는 이유는 그 때문만이 아니다. 정부는 사업의 선정 권한을 지방정부에 더욱 위임하겠다고 말했다. 과연 정부는 그렇게 했고 지난해 전북도는 도민의 뜻에 부응해 소기의 성과를 올렸다. 도민들은 그같은 성과를 올해도 보여주기를 바라고 있다. 정부의 도시 재생 사업과 관련해 제육 잡기가 계속돼야 하는 이유는 또 있다. 저번에도 말했다시피 방식했다는 서울시장의 잔

치판이 될 수도 있다. 서울시가 '수도권 맞춤형 정책'으로 위업을 주고 있는 것이다. 그러므로 전북도는 다른 광역시도와 연대해 제육을 지켜야 한다. 정부의 도시 재생 뉴딜 정책이 도내에 혜택을 줄 것이지만 그래도 마냥 낙관할 이유는 되지 못한다. 그것은 어디까지나 경쟁의 소산이 될테니 말이다. 전북도는 도민들이 여전히 배고파 하고 있음을 알아야 한다. 본보는 도시 재생을 위해서는 열심을 내야 한다고 여러번 재촉한 바 있다. 특히 전주시를 향해 그런 말을 자주했다. 구도심 활성화 사업은 익산시와 군산시를 포함해 다른 시군들도 육성을 내몰 일이다. 정부가 도시재생 뉴딜 사업을 착수할 모양이므로 준비를 단단히 하고 있어야 한다. 전주시는 수년 전부터 가장 인건적인 플랜 5G를 추진하겠다고 밝힌 바 있다. 그 인간적인 플랜 5G를 위해서라도 전주시는 더욱 열심을 냈으면 한다. 각 시군 지자체도 마찬가지다. 거주 인구가 줄고 있는 곳에 관심을 두어야 한다. 구도심 지역을 새롭게 번성시킬 수 있는 절호의 기회를 확실하게 붙잡자는 당부이다.

스마트 농생명 산업의 밝은 전망

전북도가 오래전부터 중점 육성하고 있는 스마트 농생명 산업이 주목의 대상으로 떠오르고 있다. 과학기술 정보통신부의 지역수요 맞춤형 중앙공모 사업에서 '스마트 농생명기반 로컬푸드 지원시스템'이 우수하다는 평가를 받아 선정된 까닭이다. 따라서 전북도는 이번 기회에 농생명 벨리 조성 사업으로 지역 농업의 성격을 바꾸어야겠다. 지역 농업의 성격을 바꾸지 못한다면 농촌의 낙후는 심화될 것이 뻔하다. 더 나아가 농업의 미래에 희망을 가질 수도 없다. 전북도의 아시아 스마트 농생명 벨리 조성 사업은 그 이름값을 해야 한다. 앞으로 전북도의 능력 발휘가 어디까지 미칠지 관심이 크다. 예전에 전북도는 기회가 있을 때마다 도정 주요 업무로 농생명 산업에 주력할 것임을 분명히 했다. 그리고 그것은 전북도가 추진해온 농생명 소프트웨어 융합플러스터하고도 맥이 같은 것이다. 많은 공감대를 얻었던 바이다. 그래서 하는 말인데 전북도는 더욱 힘을 내서 농가의 실제 소득증대를 도모해야겠다.

전북도는 기회가 있을 때마다 농가의 소득 증대를 말해왔다. 그런데 전북 농촌의 실상을 보면 소득 증대를 말하는 이가 생각보다 많지 않다. 전북도가 노력을 안 한 것은 아니지만 그 노력들이 기대에 못 미치고 있는 것이다. 그래서 다시 말하는데 농생명 산업으로 농가의 소득 증대를 도모해야겠다. 그리고 전북도는 농생명 산업의 성과를 확인하는 시점을 미리 밝혀두어야 한다. 아무리 좋은 취지의 사업이라도 무한정 길게 끌며 기다리게 해서는 안되니까 말이다. 전북도의 스마트농정은 농생명산업과 공명이 잘 맞는 프로젝트이다. 전북도는 그동안 농가를 위하여 많은 구상을 발표하면서 농민과 함께 하고 있음을 알렸다. 그러므로 이참에 농생명 벨리 조성사업의 가시적인 추진이 있어야 한다. 전북도가 말했던 바 '농생명산업의 허브화'를 위한 발판을 마련해야겠다. 전북도는 이제 도내 농가들을 위해서 뭔가 큰 것을 선볼 때 되었다. 스마트 농생명 산업을 크게 일으켜 농가의소득 증대를 이루었으면 하는 바이다.

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.

