

건강 칼럼

두통

유 난히 춥고 길었던 겨울이 말여 보이거만 하던 봄에 밀려 따스한 바람이 마음까지 훈훈하게 만든다. 두통은 말 그대로 머리가 아픈 증상이다. 두통은 증상인 만큼 그 원인 질환이 다양하다. 감기가 걸려서 두통이 나타날 수도 있고 체해서 나타나는 경우, 심하게는 뇌종양까지 좌으로 다양하게 나타나는게 두통이다. 그러나 많은 경우에 두통은 원인 질환 없이도 나타난다. 신경을 쓰거나 스트레스를 심하게 받은 경우에도 나타나고 목 주위 근육들의 긴장으로 인해서도 나타나고 혈액 순환이 잘 안되어 나타나기도 한다. 원인 질환이 있는 경우는 원인 질환



윤근찬
경희한의원장 · 한의학박사

환 치료가 치료 방법이 되겠지만 특별한 원인 질환 없이 나타나는 두통은 진통제에 의지하게 되고 반복적이고 만성적으로 나타날 경우 일상생활에도 지장을 주고 주의력을 떨어뜨려 업무에도 방해가 되는 경우가 많다. 한의학에서는 두통을 10종으로 나누어 치료하며 몸의 상태와 사기의 유무에 따라 풍열, 풍한, 기허, 담

결, 혈허 등의 두통으로 분류한다. 그중 담결두통은 두통이 지속적으로 나타나며 극심하지는 않으나 생활에 지장을 정도의 통증이고 속이 울렁거리고 어지러움증을 동반한다. 한방적으로는 소화기관이 약해 위장에 담적을 형성하고 이러한 담이 목에 몰리거나 머리 쪽에 쌓이면 기혈을 방해해서 두통을 일으킨다고 본다.

그래서 치료는 단순히 두통을 가라앉히는데 주력 하는게 아니라 소화기를 튼튼하게 하고 담적을 없애야 한다. 그렇기 않으면 반복적으로 두통이 재발하게 된다. 기허두통은 이마 양쪽 옅은 부위 한방에서 태양혈이라고 부르는 부위에 통증이 오며 전신 피로감, 무력감이 동반된다. 이러한 경우는 기운을 돕는 치료가 같이 이루어져야 한다. 혈허두통은 혈액 순환이 원활치 못해서 오는 두통으로 반드시 보혈 시켜주면서 치료해야만 한다. 두통을 가라앉히는 데는 침이 무척 효과적이다. 대부분의 두통이 화기가 머리로 올라가서 생기기 때문에 화기를 없애 주는 약침도 효과가 좋다.

독자제언

알쏭달쏭 공직선거법 함께 알아봅시다

자신의 지역구에 예비후보자로 등록한 A와 호형호제하며 친분을 유지하고 있던 '친절한 커피'라는 상호의 카페 운영자 B은, A의 인지도를 높이기 위해 결제를 하는 손님들이 볼 수 있도록 카운터 옆에 A의 명함을 비치한 후 영수증과 함께 A의 명함을 배부하였다. 위 사례에서 A의 인지도를 높이기 위해 카운터에 A의 명함을 비치한 후 영수증과 함께 손님들에게 배부한 B의 행위를 공직선거법으로 처벌할 수 있을까? 위 사례의 경우 카페운영자 B은 공직선거법에 의해서 처벌받을 수 있다. 공직선거법(제93조 제1항)에서는 누구든지 선거일전 180일부터 선거일까지 선거에 영향을 미치게 하기 위하여 이 법의 규정에 의하지 아니하고는 후보자 및 예비후보자의 성명을 나타내는 광고, 인사장, 벽보, 사진, 문서 등을 배부 첩부 할로

상영 또는 게시할 수 없다고 규정하면서 그 예외로 선거운동기간 중 후보자 및 예비 후보자가 자신의 명함을 직접 주는 행위를 규정하고 있다. 따라서 위 사례에서 B이 A의 명함을 카운터 옆에 비치한 행위와 B이 결제를 하는 손님들에게 예비후보자 A의 명함을 배부한 행위는 예비후보자 A가 직접 명함을 주는 행위로 볼 수 없어 제93조 제1항에 위반된다. B이 A의 선거사무장 등으로 등록이 되어 있다고 하더라도, 예비후보자의 명함을 배부할 수 있는 자는 '후보자'와 함께 다니는 선거사무장 등'으로 규정(공선법 제60조의3 제2항 제2호) 되어 있으므로, B이 홀로 A의 명함을 배부할 수는 없다. 따라서 B이 A의 명함을 비치하고, 배부한 행위는 공직선거법에 의해 처벌 될 수 있다. 이귀재전진경찰청장정신전파출소소경위

독자제언

단톡방 내 성희롱, 장난 아닌 범죄행위

미투 운동을 통해 사회 곳곳에서 만연하게 벌어지던 성희롱 등이 들춰지며 성범죄에 대한 경각심이 높아지고 있다. 학교와 회사에서도 공직사항을 단체 대화방으로 알릴만큼 모바일 메시지의 편리함은 분명 있다. 하지만 그 이면에 메시지 내에서 이뤄지는 성희롱의 수위는 단순한 농담과 일부 대화로만 넘길 정도가 아닌 사회적인 문제로 불 정도이다. 단체 대화방은 초대된 사람들만 참여할 수 있는 폐쇄적인 공간이라는 생각으로 타인을 모욕하는 말은 물론 이거나 성적으로 수치심을 자극하는 말까지도 서슴치 않는다. 은밀하게 이뤄진 그들만의 대화 화면에 들어야지만 피해 사실이 확인되고, 가해자와 피해자가 서로 아는 사이인 경우가 많아 단체 대화방 내 성희롱 피해는 논란이 된 사건들보다도 훨씬 많고 심각할 수 있다.

보통 단체 대화방을 자신들만의 공간이라고 생각해 아무런 죄의식 없이 성희롱 발언을 주고받던 대화내용이 얼마든지 유출될 수 있기 때문에 소위 말하는 '사적인 공간'이라 볼 수 없다. 즉, 단체 대화방에서 어느 누구를 특정해 성적 굴욕감 또는 혐오감을 주는 것은 엄연한 범죄행위이다. 다만, 아직 성범죄가 아닌 정보통신법상 명예훼손죄나 모욕죄가 적용되다 보니 지난 번 논란이 되었던 대화생들의 단체 대화방 내 성희롱 사건 역시 제대로 된 징계와 처벌이 없었던 것으로 알려져 처벌 강화의 필요성 문제가 제기되고 있다. 처벌 강화에 앞서 무엇보다 개개인의 의식변화가 우선되어야 한다. 대수롭지 않게 생각해 말과 행동이 분명 범죄가 된다는 점과 보이지 않는 가상의 공간일지라도 지나치면 누군가에게 분명 피해와 상처를 줄 수 있다는 것을 항상 염두에 두길 바란다. 김소정 고창경찰서 여성청소년계 순경

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

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

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사설

투 트랙 전략의 성과

전북도의 투 트랙 전략에 성과가 있는지 궁금한 때이다. 전북도가 투 트랙 전략으로 돌파구를 열겠다고 말했다기 때문이다. 전북도의 투 트랙 전략은 전북도가 스스로 밝혔던 바 도민이라면 누구나 짐작할 수 있는 그대로이다. 하나는 군산 GM의 정상화 추진을 도모해 비상 현안을 다루는 것이고 또 다른 하나는 국가 예산 확보로 발전 프로젝트에 힘을 집중하는 것이다. 지금 우리 지역은 거둬들인 경제 우환으로 고통이 이만저만이 아니다. 지난해 군산 조선소의 가동 중단 사태에 이어 올해는 서남대 폐교 확정과 군산 GM의 폐쇄로 전북 경제가 지진을 만난듯 흔들리고 있다. 전북 경제의 혼란은 정부의 고민거리로 떠오를만큼 중대 문제가 되었다. 그래서 도민들은 마음이 안타까움과 분노로 뜨거워지고 있다. 지역에 안 좋은 일들이 쓰나미처럼 밀려왔는데 전북도는 여전히 속수무책의 모습이다. GM 군산 공장의 희망 퇴직자 이후에 남은 직원들을 부평으로 창원으로 가족 동반해 이전시킬 거라는 전망이 나오고 있는 데도 말이다. 시민단체들은 생존권을 보장하

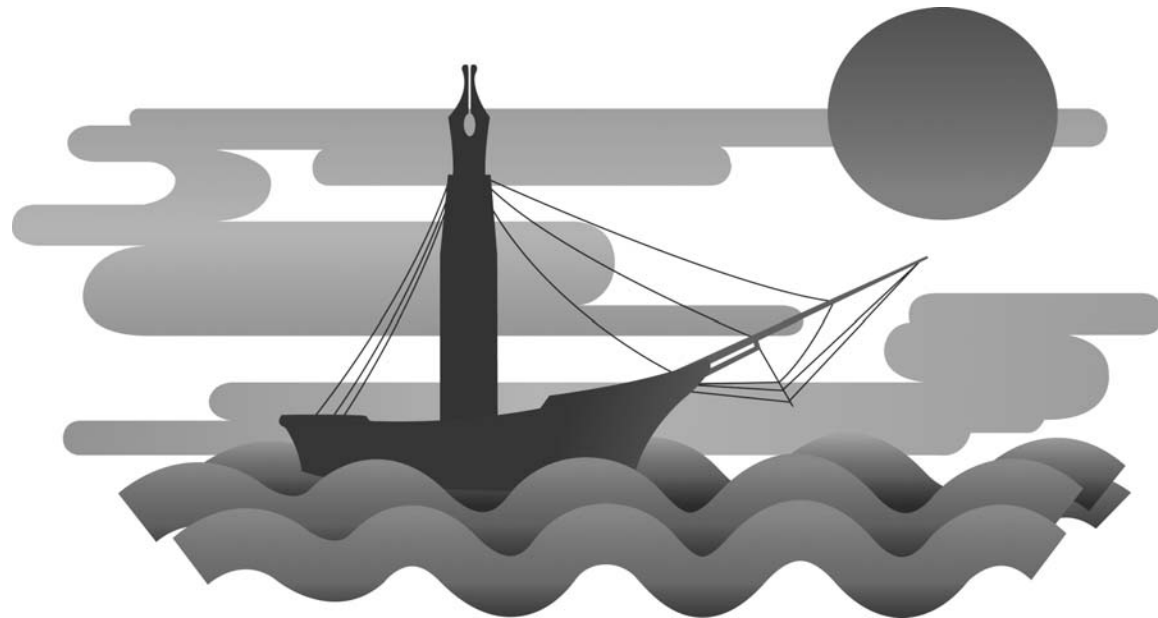
라고 날마다 아우성이다. 전북도는 더욱더 뛰어야 한다. 청와대와 정부 부처들을 상대로 지역을 보여야 한다는 주문이다. 자존을 공표하고 제 몫 찾기를 선언했지만 지역의 현실은 어려운 것 투성이다. 그래서 말하는데 이번에 전북도가 88개 사업을 발굴해 3조66억 원 대의 예산을 정부에 건의한 것이 주요 관심사로 떠오르고 있다. 그게 군산의 상처를 달래기 위한 민심 무마 호도용이 되어서는 안 되겠다. 구체적으로 예산이 반영돼 추진되는 것이라야만 한다. 전북도가 투 트랙 전략에 힘을 실어서 돌파구를 열어야 하는 이유는 한 두 가지가 아니다. 돌파구를 여는 것이 어려워도 전북도는 반드시 그 돌파구를 열어야 한다. 우리 지역의 낙후는 도민의 수가 많고 있는데도 취업의 사태를 극복하지 못하면 더욱 심각한 인구 감소가 예상된다. 군산 GM이 부평으로 창원으로 분사돼 이전하는 것은 바람직하지 않다. 무슨 수를 써서라도 GM이 군산에 남아서 지역 일자리를 지키도록 해야만 한다. 그게 정답이다. 전북도는 투 트랙 전략을 말했으므로 그 성공을 위해 힘차게 뛰는 모습을 보여줄 의무가 있다.

전주시의 구도심 활성화 사업

전주 산업단지 내의 폐공장 부지가 예술인들을 위한 창작 공간과 시민을 위한 예술놀이터로 탈바꿈했다는 소식이다. 팔복동 옛 소택스 건물에 들어선 팔복예술공장에서 김승수 전주시장과 정정숙 전주문화재단대표이사 등 관계자들이 함께 찍은 사진이 신문에 올라와 있다. 그래서 다시 또 생각나는 게 있다. 구도심 활성화 사업이 여겨지고 있는지 궁금하다. 언론에 보도된 열기가 뜨거워 곧 변화를 보여줄 것 같아 기대가 컸었는데 말이다. 전주시는 전라감영 복원에 속도를 내야겠다. 구도심사를 철저한 이후 주차장조만 활용되면 감영 터에서 발굴작업을 벌인 것은 분명히 평가의 대상이었다. 그런데 지금 돌아보니 그게 너무 싱겁다. 발굴 작업과 보도 이후 아무런 진척이 없는 까닭이다. 전주시는 얼마 전에 전라감영복원재정추진위원회의 전체회의를 열었다. 보도된 뉴스는 요란했는데 현장에선 매년 예전 그대로 조용할 뿐이었던 것이다. 전주시는 일을 하려면 확실하게 해야 한다. 구도심을 문화와 인권

교육의 장으로 조성하겠다고 했는데 그게 여태까지 말 잔치에 그치고 있다. 전주시는 구도심 활성화를 여러 차례 공표했으므로 이제 속도를 내야 한다. 뜬 말이 아닌 식으로 길게 끌지 말라는 당부이다. 전주시는 수년 전부터 가장 인간적인 플랜 5G를 추진하겠다고 밝힌 바 있다. 그 인간적인 플랜 5G를 위해서 힘차게 작업을 추진했으면 한다. 구도심을 활성화가 헛된 울림만 반복해 들려주어서는 안 되겠다. 전주시는 '도시공간 재창조'를 천명했으므로 실천으로 신뢰를 회복해야 한다. 전주시는 구도심의 환경이 어떤지 먼저 잘 알고 있을 것이다. 일례로 선미촌이었던 서노송동 지역만해도 사람이 안 사는 폐가가 많다. 도로에서는 폐가들이 안보여도 높은 빌딩에서는 흉물스런 모습이 다 내려다 보이고 있다. 구도심 활성화 사업에 속도를 내라고 강조해 말하는 것은 그 때문이다. 전주시는 간헐적으로 생각난듯이 구도심 활성화를 말해선 안된다. 규모가 작아도 좋으니 구체적으로 차근차근 뭔가를 보여줘야겠다.

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.