

건강 칼럼

건전한 정신건강을 위한 제언

어릴 때 보면 동네에 꽃분이라고 불리는 처녀가 어른들이나 아이들로부터 미친년이라고 놀림을 받고 날이 낫거나 비가 오면 더 증세가 심해지고 헤매거리고 웃고 다녀 더 놀림을 받았던 기억이 있다.

또한 친한 지인의 아버지는 정신이 온전치 못하여 요양병원으로 모셔 요양 중에 문안을 가던 아들에게 "누구세요?" 하는 말을 듣고 마음이 너무 아팠던 이야기와 얼마 전 언론에 난 이야기에서 종종 청각 장애와 치매증상이 갈수록 심해지는 홀어머니를 아들이 먼 지역으로 발령나자 어머니를 남의 손에 맡기는 걸 용납할 수 없었던 아들은 어머니를 살해하고 본인도 강물에 투신하여 사망한, 40대 효자를 하루아침에 패륜범으로 만들 수 있는 무서운 질병이 치매라며 되돌아보게 하고 있다.

국가에서는 문재인 대통령의 2017년 대선 기간 중 내전 공약 중 치매를 개별 가정 차원이 아닌 국가 돌봄 차원으로 해결하겠다는 내용이 있다. 치매는 다른 질환과 달리 환자 본인의 인건 존엄성도 무시되고 생존까지도 위협받을 뿐 아니라 온 가족이 함께 고통받는 심각한 질환이라며 이 공약의 중요성을 직접 알리기도 했다.

이는 국가치매책임제로서 주요 사업으로는 치매지원센터 확대, 치매안심병원 설립, 노인장기요양보험 본인부담 상한제 도입, 치매 의료비 90% 건강보험 적용, 장기요양보호

사의 처우 개선, 치매환자에게 전문요양사를 관견하는 제도 도입 등이 되겠다. 2016년 조사결과에 따르면 우리나라의 치매환자는 약 69만명으로 추산되며 이는 전체인구의 1.3%에 해당하며 2030년에는 127만명으로 증가될 것으로 전망된다고 한다.

또한 등록되지 않는 경·중증 증상을 겪는 분을 포함하면 더 많은 인원이 고통 받지 않을까 추정되며 우리 장수군의 경우는 500여명으로 노인인구가 많은 관계로 전체인구의 2.2%로 전국평균보다도 많이 어려움을 겪고 있는 실정이다. 그와 관련하여 관내 소재 건강생활지원센터에서 주민 건강요구도 조사결과 결과분석 자료에 의하면 50세 이후에서는 치매에 대한 우려가 28.6%로 최고 높은 관심을 가지고 있고 건강상태 개선을 위해서는 치매예방 또한 가장 높게 나타난 것을 보여주고 있다.

이에 장수군은 보건사업의 한 부분으로 치매를 등록 관리 하여 오고 있던 중 국가사업의 일환으로

의료원과 연계하여 치매안심센터와 정신건강복지센터를 착공하였고 완공 이전인 작년10월에 전문인력을 보강하여 치매안심센터를 우선 개소하여 원내 및 건강생활지원센터, 보건지소와 진료소, 읍면 출장 검사와 교육 등을 중점적으로 시행하고 있다.

치매안심센터의 주요 기능으로는 인지기능 저하자를 선별, 진단검사 실시와 등록, 치매어르신 맞춤형 서비스 제공 계획 수립과 치매 어르신 및 가족들이 안심하고 살아가도록 전담 코디네이터를 1:1로 매칭하여 필요한 서비스를 연계하고 전체 돌봄경로를 관리한다.

상당이후 서비스 연계 전까지 초기 안정화를 위해 치매단기팀터를 운영하고 치매약과 지원을 위해 인지재활 프로그램, 상담 및 교육 등 낮시간 보호를 제공하고 치매가족이 정보교환, 휴식, 자조모임을 할 수 있는 치매카페를 운영하여 정서적 지지 기반을 마련한다.

그리고 보건행정에서 한계가 있는 부분으로 개개인이 실천해야 하는 보건복지부에서 권고하는 치매예방

수칙인 3.3.3을 잠깐 정리해보도록 하겠다.

먼저 3권으로 꾸준한 운동과 생선과 채소의 고른 식사생활, 부지런한 독서를 권하고 다음은 3급으로 먼저 한번에 3잔보다 적게 마시는 절주와 금연, 머리를 다치지 않도록 하고 그리고 3행으로서 혈압, 혈당, 콜레스테롤 3가지를 정기적 체크와 가족과 친구를 자주 연락하고 만나며 매년 보건소에서 치매 조기 검진을 받도록 권하고 있다.

또한 법적장치로써 치매나 고령으로 판단능력이 떨어질 때를 대비하여 미래의 치매어르신을 위해 법적설계를 지금 시작해야 하는데 치매에 걸렸을 때 누가 나를 돌볼것이냐고 어떤 돌봄을 받길 원하는지 나의 재산은 어떻게 관리되길 원하는지 등을 심사숙고하여 정해둘 필요가 있는데 이제도가 임의후견(후견계약)제도이며 미처 준비를 못하고 치매에 걸려 위험에 처해졌다면 특정후견을 통해 후견인으로부터 필요한 도움을 받을 수 있다.

우리나라도 초고령화 시대로 접어들고 있는 이 시대에 현재 또는 향후 발생할 개인적, 사회적 노인문제에 대하여 미리미리 진지하게 대하고 대비하여야 하고 주위사람들에게 많은 피해를 끼치지 않게 사전 대비를 하여야 할 것이며 피해하지기 쉬운 정신건강의 건전한 영유아 노후에 건강한 삶을 위하여 차근 차근 개인부터 행정, 의료계, 학계가 더 많은 관심을 가지고 같이 힘을 모아야 할 것이다.

주성덕 장수군 보건사업과장

독자제언

불법 입산물채취 주차차량 사고야기 우려

며칠 전 관내 교통안전 시설물 점검 중 편도1차로 굽은 도로상에 주차한 차량으로 인해 중앙선을 넘는 차량과 충돌할 뻔한 아찔한 상황에 직면한 적이 있었다.

그 차량은 드림과 고사리 등 입산물을 채취하기 위해서 도로에 무단 주차한 것이었다.

산립 소유자의 동의 없이 고사리, 드림 등 산나물과 산양삼 등 약초를 채취하는 행위와 SNS를 통해 모집해 채취하는 행위, 희귀 식물 서식지에 대한 무단 입산, 그리고 불을 지피거나 담배를 피우는 행

위, 허가없이 입산 통제구역에 들어가는 행위 등은 관계법에 처벌을 받는다.

입산물 불법채취는 산림자원의조성 및관리에관한법률에 의거 5월 1일부터 최고 5년 이하의 징역 또는 5천만 원이하의 벌금에 처하며, 입산 통제구역에 입산한 경우 20만원 이하의 과태료 처분을 받는다.

또한, 불법 입산물 채취를 위해 도로에 무단 주차해 사고발생시 사고 책임을 면할 수 없음을 명심해야 한다.

전주수 진안경찰서 교통관리계장 경위

독자제언

지정차로제 국민편의 위주로 개선

개선된 지정차로제가 오는 6월 19일 부터 시행될 예정이다.

고속도로의 경우 차량정체로 혼잡한 때에도 규정상 1차로를 추월차로로 비워두어야 하는 불합리가 존재하였기 때문에 현실에 맞게 합리적으로 개선한다.

첫째 운전자는 왼쪽·오른쪽 차로중 본인차량이 어디에 포함되는지만 알면 주행가능한 차로를 쉽게 알수 있도록 간소화 하였고, 둘째 고속도로 혼잡시 앞지르기가 아니더라도 1차로 주행이 가능하도록 했다.

따라서 운전자가 안전하게 주행하도록

도로현실에 맞게 제도 개선해 이륜차·화물차·대형승합차 등 대형·저속차량의 운행가능 차로수가 늘어나서 각각 다른 차로로 운행 가능하므로 안전운전이 가능하며 고속도로 앞지르기차로 규정 개선되어 차량통행량 증가 등 도로상황으로 인하여 부득이하게 80km/h 미만으로 통행할 수 없는 경우, 앞지르기 차로 주행이 가능해졌다.

합리적으로 개선된 지정차로제를 숙지하여 운전자 모두가 편리하고 안전한 운행을 위한 교통문화가 정착되길 바란다.

신흥대 덕진경찰서

사설

전북도, 군산 GM 패싱 두고만 볼텐가?

전북도는 군산에 시선을 집중해야겠다. '군산 GM 패싱' 문제로 지역 사회가 시끄럽다. 실적 피해자들은 지금 분기탕천해 있다. 도대체 되는 게 없는 나날이다. 지방 선거가 코앞이지만 전북도는 관심사를 하나로 집중해야겠다. 해결해야 할 현안에 먼저 마음을 써야 한다. 그 해결해야 할 우선순위는 두 말할 나위가 없다. 무슨 까닭으로 군산 GM만 패싱 대상이 되고 있는지는 불만이다.

기회가 있을 때마다 지적했던 바, 지역이 갈수록 일그러지고 있는 형국이다. 다른 고장은 낱이 발전하고 있는데 우리 지역은 왜 그 반대가 되고 있는지 유감이다. 전북도는 전북 자원을 말하기보다 재정을 지키는 모습을 먼저 보여야 한다. 지금과 같은 상태라면 다른 광역 시도들과 비교해 그 격차가 더 벌어질 것이 뻔하다.무한 책임을 져야 하는 전북도의 책임이 크다. 전북도는 역점시책을 보여야 한다. 지역을 보다 발전시키기 위해서는 재정을 온전히 쟁야 한다. 향토의 발전상이 시원치 않다고 여러 번 말했거니와 다른 지자체의 발전상과 비교해보면 이쪽의 모습은 발전 같지가 않다.

다른 광역 지자체 지역은 인구가 불어나거나 유지되고 있는데 이쪽은 그렇지 않다. 전북도는 그 이유를 인식해야 한다. 도내 거주 인구 현황을 보면 매우 답답하다. 전주는 답보 상태를 보이고 있고 다른 시군은 인구가 하릴없이 줄고 있다. 우리 지역이 발전되기는 고사하고 퇴보하고 있는 탓이다. 지역이 보다 발전하지 않는다면 전북 인구 2백만은 헛된 자존심이고 헛된 희망사항일 뿐이다. 도민들이 매년 안타까워하고 있거나와 전북도는 지역 발전을 위해 분발해야 한다.

도지사를 비롯해 관계자들은 '군산 GM패싱' 문제에 덩벼들어야 한다. 전북도는 살려 달라고 정부에 호소하고 있지만 정부는 뾰족한 대답이 없다. 살릴지 포기할지 입을 다문채로 코국가 비스켓 수준의 긴급 지원금 이야기만 반복하고 있다. 전북도는 이런 때 땀을 보여야 한다. 고장의 낙후와 관련하여 도민들은 마음고생이 심하다. 전북도는 제 뉘를 행기려면 잃어버린 일자리를 다시 되찾아야 한다. 전북도는 난감해도 절실한 쪽에 힘을 집중 투입해야겠다.

전북도, SOC 대동맥 구축하려면 더욱 힘내야

SOC 대동맥 구축이 어찌되고 있는지 궁금하다. 전북도의 그 발단이 나온지 수 년이 지나고 있기 때문이다. 전국 어디든 2시간 내에 연결될 수 있도록 하겠다는 것이었는데 그게 아직은 희망사항에 그치고 있다. 전북도는 그때 동서철도 건설이며 새만금 공항과 신항만을 건설하겠다는 의지를 보여줬는데 여태 시도조차 못하고 있다. 그래서 SOC 대동맥을 구축하려면 더욱 힘내야 한다고 다시 또 말하고 싶다.

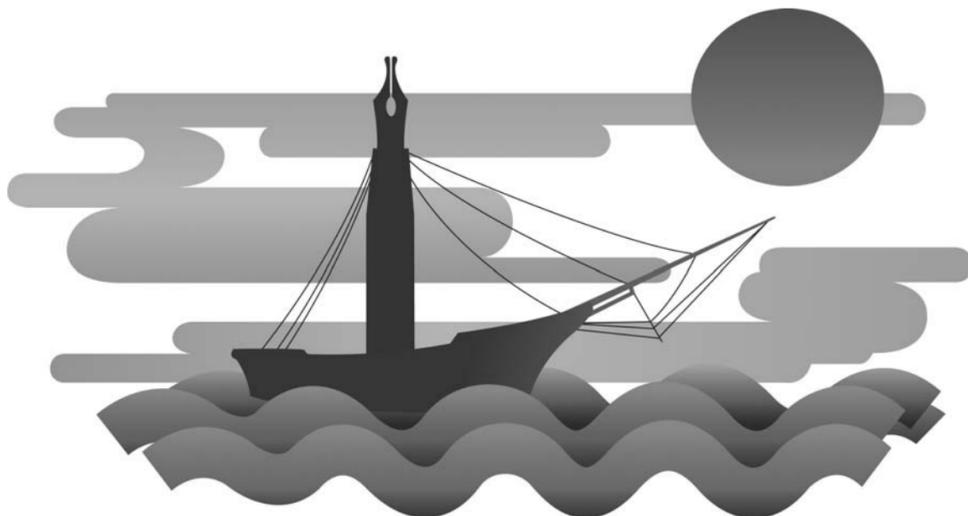
도민들은 전북도의 SOC 대동맥 발전과 관련된 거는 기대가 컸다. 그것은 그만큼 지역 발전을 앞당기는 걸 의미하였기 때문이다. 그런데 그게 아직은 청사진 수준에도 못 미치고 있다. 그래서 여기 먼저 짚어볼 것이 있다. 전북도가 구상을 말한만큼 그것을 실행할 능력이 있는지는 것이다. 그것은 아침이며 비전이 청사진 구상으로 끝나서는 안 될 것이다. 하지만 그 당연한 이 현실에서는 매년 벽에 부딪히고 있으니 답답한 노릇이다. 정부가 전북 지원을 약속했음에도 돌아보는 현실을 보면 녹록치 않다. 각 지자체마다 더 많은 예

산을 요구하며 손을 내밀고 있기 때문이다. 역대 정부의 일처리 방식을 보면 지역 차별 의도가 역력했는데 현 정부도 오십보백보 수준에서 전북 지원을 할지 모른다. 그러므로 도지사와 고위 관계자들은 제 목소리를 내야 한다. 예산 증액을 위해서 구체적인 행보를 마음 속에 계획해 두어야 한다는 주문이다. 저번에 전북도가 정부의 SOC 예산 삭감에 맞서 예비타당성조사 면제 카드를 꺼내들었는데 것처럼 반응이 뜨거워야 한다. 지역 경제 활성화를 위해서는 다른 지역보다 못한 SOC 행편을 용납해선 안 된다.

전북도는 지역 발전을 위해서 용감해야 한다. 전북도는 SOC 예산과 관련해 이의를 제기하지 않으면 안 된다. 현 정부의 태도와 관련해 전북도는 책임 의식을 가져야 한다. 전북도는 발전 현안을 제시할 때 아니라 성과 있는 실적을 보여야 한다. SOC와 관련해서 도민의 기대하는 것은 큰 데 매년 그에 못 미치고 있다. 우리 지역이 다른 지역보다 뒤쳐진 이유는 분명하다. 다른 지자체보다 못한 SOC이 큰 이유가 되고 있다. 전북도는 아니라고 부인하지 못할 것이다.

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.



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.