

건강 칼럼

어지럼, 왜 생길까요?

어지럼증은 흔한 증상이다. 성인 10명 중 1명은 어지럼증으로 고생한다. 어지럼증은 흔하지만 진단하기 어려운 증상이다.

어지럼을 유발하는 질병은 매우 다양하며, 대표적으로 이석증, 메니에르병, 뇌간경색, 소뇌의 퇴행성 질환, 자율신경계의 문제, 편두통, 불안 장애, 우울증, 부정맥 등 수많은 질환이 어지럼증을 발생시킨다. 따라서 어지럼을 일으키는 원인을 진단하기 위해서는 어지럼증의 병력을 자세히 청취하는 일이 선행되어야 한다.

가장 흔히 널리 알려진 질환으로 이석증이 있다. 이석증은 귓속의 이석기관에서 자리해야 하는 이석(耳石)이 연결한 세반고리관으로 이탈되면서 머리 위치가 바뀔 때마다



김성희  
칠곡경북대병원 뇌신경센터 교수

빙글빙글 도는 현훈이 유발되는 질병이다.

세반고리관은 머리의 회전 운동을 감지하고 눈과 머리의 움직임을 조화롭게 연결시키는 역할을 담당하는데, 이석이 세반고리관으로 들어가면 비정상적인 눈의 떨림(안진)과 어지럼증이 발생한다. 유발되는 안진을 관찰함으로써 이석증으로 진단되면 약물 치료보다

이석을 본래 있어야 하는 곳으로 옮겨 놓는 물리 치료(이석재복술)를 통해 효과적으로 치료할 수 있다.

이석증은 머리 위치 변화에 따라 유발되며, 어지럼의 지속 시간이 보통 수 초 이내로 짧다. 반면 가만히 있는 자세에서 갑자기 현훈이 발생하여 어지럼이 하루 이상 계속될 경우, 특히 자발 보행의 어려움을

동반할 경우에는 일측 전정신경병이나 소뇌 또는 뇌간 경색을 감별해야 한다.

전정신경병증과 소뇌경색을 감별하기 위해서는 자세한 신경학적 검진과 적절한 영상 진단 기법의 적용이 필수적이므로, 갑작스런 현훈이 발생하면 빨리 인근 병원에 내원하여 진찰을 받아야 한다.

한편 자주 머리가 아프면서 속이 메스꺼리며, 심할 때면 어지럼증이 동반되기도 한다면 전정편두통을 의심해볼 필요가 있다. 밝은 빛과 시끄러운 소리에 예민해지고, 커피나 수면 부족 등으로 유발되기도 한다. 잦은 두통 및 어지럼증으로 인해서 일상생활에 장애를 겪는다면, 의사의 진찰과 예방 약제의 복용이 권고된다.

독자제언

안심·응급비상벨 사용요령 아시나요?

지구 온난화 현상으로 인해 해가 갈수록 봄의 계절을 만끽할 수 없으니만큼 봄이 짧게 지나가면서 곧바로 무더운 여름이 우리곁에 성큼 다가온다. 하지만 여름이 되면 무더운 날씨와 함께 찾아오는 불청객이 바로 여성을 대상으로 한 성폭력 등 몰카 범죄이다.

해마다 여름이 되면 옷 차림이 가벼워지면서 여성 화장실 등에서 여성을 대상으로 이루어지는 성폭력 등 몰카 범죄는 13년 4823건에 이어 전년 도에는 6823건(경찰청 통계)에 이르는 등 갈수록 증가 추세에 있다.

이에 따라 경찰청에서는 여성을 대상으로 한 성 범죄의 사각지대를 해소하기 위해 지난 2014년부터 근린공원이나 체육공원 및 해수욕장 등 여성이 많이 모이는 장소에는 응급비상벨, 여성 공중화장실에는 안심비상벨을 설치해 위급시 경찰관이 출동할 수 있는 시스템을 구축 운영중에 있지만, 대부분의 국민들은 비상벨이 설치되고 또한 어떤 기능을 하는지 모르는 경우가 대부분이다.

여성 공중화장실내 안심비상벨은

여성 화장실내에서 위급시 비상벨만 누르면 곧바로 112상황실과 연결돼 곧바로 경찰관이 출동할 수 있는 시스템이며, 공원내에 설치된 응급비상벨은 CCTV관제센터와 연결되어 벨을 누르면 관제센터에서 곧바로 응답을 하거나 CCTV영상을 통하여 신고자의 위치와 현재 상황을 확인 후 경찰관을 출동 시키는 시스템이다.

하지만 여성화장실에 설치된 안심비상벨과 응급비상벨은 위급시 경찰의 도움을 받기 위해 사용되어야 하며 경찰에서도 여성화장실 비상벨 신고와 근린공원내 응급비상벨 신고를 최우선 출동 순위로 처리하고 있지만 청소년들의 호기심에 의한 장난 등으로 범죄와 무관하게 사용되는 경우가 있어 경찰의 도움을 제때 받을 수 없는 경우가 있어 각별한 주의가 요구되며 올 여름에는 안심비상벨과 응급비상벨이 국민의 안전을 지켜주는 든든한 버팀목이 되어주길 바라는 개인적인 바람이다.

권일 고창경찰서 생활안전교통과 여성청소년계장

사진으로 보는 지구촌 소식

폼페이오와의 만찬을 끝내고



김영철 북한 노동당 위원장(가운데)이 지난 30일(현지시간) 뉴욕에서 마이크 폼페이오 국무장관과의 만찬회동을 끝낸 후 걸어오고 있다.

기대한 만큼 확보했어야

전북도는 정부를 상대로 기대한 만큼의 몫을 챙기는 힘을 길러야 했다. 기회가 있을 때마다 반복해 말했던 바, 우리 전북 지역의 발전이 시원치 않다. 다른 고장은 내날이 발전하고 있는데 우리 지역은 왜 그렇게 안 되는지 유감이다. 전북도는 제 몫을 챙김에 있어 끈질긴 모습을 보여야 한다. 지금과 같은 상태라면 앞으로는 다른 광역 시도와 비교해 그 격차가 더 벌어질 것이 뻔하다.

지금 이같은 말을 하는 이유가 있다. 내년 예산이 약간 증액된 것에 대해 전북도가 큰 의미를 부여하고 있는 것처럼 비쳐지고 있기 때문이다. 지난해와 비교해 새만큼 사업 쪽 예산이 증액됐다며 자랑스럽게 말하고 있는데 정서적으로 공감하기엔 좀 부족한 무언이 있다. 지난해와 비교해 단순히 예산이 증가한 것에 초점을 맞추기 보다는 경제 위기 지역인 군산이 확대를 받았다는 것과 다른 광역지자체와 비교해 상대적으로 덜한 대우를 받고 있는 것에 초점을 맞추는 게 맞지 않다. 무한 책임을 져야 하는 전북도가 생각의 방향을 똑바로 정립해야 한다.

이같은 지적에 관계자들은 서운해 할지도 모르겠다. 예산 증액을 위해 뛰어나는 결과, 그만큼 성과를 올렸으면 칭찬을 해줄법도 하지 않느냐면서 말이다. 물론 같은 기본을 모르는 바는 아니다. 그래도 도민들에게는 성과를 더 내주었다라면 하는 아쉬움이 있다. 우리 지역이 조금은 발전했거나 싶을 때, 다른 지자체의 발전상과 비교해보면 이쪽의 발전은 발전 같지가 않기 때문이다. 전북도는 예산 증액에 대해 자체 평가하기보다는 아쉬웠던 부면을 먼저 생각해야 한다.

전북도는 더 강해져야 한다. 기대했던 만큼의 몫을 챙기는 힘을 길러야 한다. 정부로부터 많은 지원을 약속을 받았음에도 손에 쥐어진 것을 보니 섭섭함을 말하지 않을 수 없다. 지난해와 비교해 예산이 조금 늘어난 것을 두고 수고했다며 치하할 수 없는 도민들의 눈높이 정서를 알아야 한다. 다시 말하거니와 전북도는 지역 발전을 위해서는 제 몫을 챙기는 역척스러운이 필요하다. 거듭 당부해 말하거니와 전북도는 기대했던 만큼의 몫을 챙기는 힘을 길러야 한다.

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

전주매일 독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

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

### 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