

건강 칼럼

우리아이 눈 건강을 지켜주세요

영 유아기에 나타날 수 있는 안과질환에 대해 살펴보고, 아이에게서 발견되면 즉시 전문의와의 상담을 통해 적절한 검사와 치료를 받아야 하는 이상신호들은 무엇인지 알아보자.

▲눈 건강 이상은 조기 발견이 중요하다

의사소통이 자유롭지 않은 영유아기에는 시력에 문제가 있어도 제대로 표현을 하지 못하기 때문에 눈 건강 이상신호를 알아채기 어렵고 어린이 스스로 시력장애를 인식할 수 없는 경우가 대부분이다. 하지만 아이들은 출생 후 6개월이 되면 두 눈의 초점을 맞출 수 있어 입체 시각이 형성되며, 만 6세가 되면 모든 눈 기능이 70~80% 정도에 이르는데 등 시력을 비롯한 거의 모든 시기능이 영유아기 시기에 대부분 완성되기 때문에 해당 시기에 눈 건강을 관리하는 것은 매우 중요하다. 또한 안질환은 시력발달이 완성되는 취약시기 이전에 발견해 빠른 치료를 진행해야 좋은 효과를 얻을 수 있으며 시력 발달에도 도움이 된다. 그러므로 부모님이 영유아기 때의 시력발달 과정을 잘 알고 주의 깊게 관찰하여 적절한 시기에 시력검진 및 안과진료를 받도록

해야 아이가 정상적인 시력과 시기능을 갖추며 성장할 수 있다. 일반적으로 생후 6개월 무렵에는 흐릿하게 형태를 알아볼 수 있는 0.1 정도의 시력을 가지며, 만 3세경이 되면 0.5 정도의 시력으로 그림이나 숫자를 읽을 수 있다. 그리고 만 6~7세인 초등학교 입학시기가 되면 성인과 비슷한 1.0의 시력을 가지게 된다. 그러나 시력저하가 있는데도 교정해주지 않은 경우에는 성인이 되어 안경을 착용하여도 잘 보이지 않는 약시가 발생할 수 있고 이 경우에는 발견이 늦어지면 시력회복이 어렵다. 그러므로 어느 정도 시력발달이 이루어진 만 3~4세 경에는 안과검진을 시행하기를 권유한다. 재자가 취약하기 전까지 꼭 필요한 안과 검진은 보통 3회로 구분한다. 가장 먼저 돌을 전후로 하여 사시검사를 진행하는 것을 권

최영득  
건협 전북지부 건강증진 의원장



한다. 그리고 만 3세에서 4세 사이에는 시력검사와 함께 다시 한 번 사시검사를 진행한다. 만 6세에서 7세 사이에 시력검사를 다시 진행하여 재자가 성장하는 과정 중에 정상적인 시력과 시기능을 갖추고 있는지 확인해야 한다. 특히 아이가 물건을 볼 때 눈을 자주 찌푸리거나 너무 가까이 다가가 본다면 눈의 이상을 의심해 봐야 한다. 또한 일정한 곳을 주시하지 못하고 눈동자가 흔들리는 증상 역시 꼭 안과를 찾아 필요한 조치를 취해야 한다.

▲영유아기 대표적인 안과질환 영유아기에 발생하는 안과질환에는 여러 가지가 있지만 그 중에서도 대표적으로 발견되는 증상은 결막염, 사시, 약시, 눈 짙은 백막 등이 있다. 먼저 결막염은

충혈과 눈곱 끼임이 대표적인 증상으로, 1~2주 정도 증상이 지속되며 시간이 흐르면 자연스럽게 치유되는 경우가 많으나 합병증으로 눈 건강에 악영향을 미칠 수 있으므로 증상이 심해지기 전에 안과진료를 받아보는 것이 좋다.

사시는 두 눈이 똑바로 정렬되지 못하고 한쪽 눈의 시선과 서로 다른 경우를 말한다. 때문에 마치 다른 사람이 볼 때 두 눈이 같은 곳을 주시하지 않는 것처럼 보인다. 사시로 인해 약시도 발생할 수 있고 사물을 입체적으로 보는 입체시도 저하될 수 있으므로 의심된다면 조기 안과진료를 통해 수술 혹은 안경착용 등의 적절한 치료를 해야 한다. 약시는 안과적 기저질환이 없는 상태에서 근시, 난시, 원시 등의 굴절이상을 안경으로 교정하여도 시력이 호전되지 않는 경우를 의미한다. 만약 한쪽 눈에만 약시가 있고 다른 눈은 정상이라면 아이가 생활하는데 큰 불편함이 없어 증상이 나타나지 않기 때문에 부모님도 아이의 상태를 놓치는 경우가 많다. 그러므로 만 3세에서 4세 사이에 안과진료를 통해 약시 유무를 꼭 확인해야 한다.

사설

자동차와 조선 등 산업 다각화 모색

전북도가 산업 다각화를 모색하고 있어 관심이 크다. 전북세만금 산합용합원에서 '산업다각화 지원사업' 설명회를 전북테크노파크 주관으로 개최한다고 밝힌 것이다. 산업다각화 지원사업이 뉴스의 뜨거운 초점이 되고 있는 이유는 뚜렷하다. 목적이 군산 지역의 경제를 다시 살려내려는 것이기 때문이다. 군산 현대중공업의 조선소 가동 중단과 한국 GM의 폐쇄로 군산 지역의 경제가 많이 아인 이때, 사업 설명회를 통한 산업 다각화 모색은 적절한 변화 시도라고 판단된다. 그에 더해 그것은 도내 열악한 중소기업들에도 진로 모색 등 여러모로 도움이 될 터이다.

그래서 여기 전북도에 할 말이 있다. 지역 발전 행보를 보려면 장기 표류한 채로 지지부진한 현안 사업들에도 관심을 두어야겠다. 그 사업이라는 게 청사진 그리기만 활발했을 뿐, 성취를 목전에 둔 게 아니니 말이다. 전북도는 터럭거리고 있는 현안 사업들을 체크하지 않으면 안 된다. 국비 지원이 깔끔거리라는 식이어서는 성공을 기약할 수가 없다. 언젠가는 추진이 되겠지만 그게

예측 가능한 것이 아니고 무한정 길게 끄는 것이 돼서는 곤란하다. 그것은 발전이 결코 아니다.

자동차와 조선 등 산업 다각화를 전북 경제의 새로운 출구로 정했다면 구체적으로 많은 힘을 쏟아야 마땅하다. 그게 예전처럼 청사진 그리기에 그쳐서는 안 된다. 산업 다각화 시도가 아무 성과 없이 청사진 그리기에 그친다면 군산 지역 주민들의 좌절감은 더욱 혹심할 것이다. 다시 말하기니와 무슨 사업이든 예산의 뒷받침이 중요하다. 정부의 투자 현실이 청사진에 못 마치고 있는 이때 전북도의 행보는 진지해야 한다.

전북도의 발전 약속이 허탈없이 세월을 길게 끌고 있다. 자동차와 조선 등 사업 설명회를 통한 산업 다각화 모색이 전북도 자체 역량으로 이를 수 있는 것이라면 다행이 아니라 현실적으로 정부의 지원 없이 추진이 곤란한 것이라면 성공을 위해서 투 트랙 전략이 필요할 터이다. 만약 그럴 경우 도민들이 바라는 바는 정부의 적극적인 지원과 함께 원활한 추진이다. 그게 이후의 희망사항에 그치게 하는 것은 전북도의 역량 부족을 말하는 것이 된다.

예산 7조원 시대 위해 뒷심 발휘해야

예산 증액을 위해 힘을 쏟아야겠다. 부보는 기회가 있을 때마다 주문한 것이 있다. 지역발전을 위한 뒷심 발휘가 그것이다. 뒷심 발휘는 도민의 간절한 바램이기도 하다. 전북도가 도민의 그 기대에 부응해왔는지 궁금하다. 지역의 현안을 볼 때 도민의 기대에 온전히 부응했다고는 말하지 못할 것이다. 도민의 바램은 7조 원 예산 시대를 여는 것인데 그와 관련된 밝은 소식도 지난 수년 간 들리지 않았기에 하는 말이다.

전북도는 예산 증액을 위해 힘을 내야 한다. 우리 지역의 낙후는 도민 누구에게나 불만이 되고 있다. 그래서 거듭 당부해 말하거나 뒷심 발휘가 중요하다. 전북도는 이번 기회 있을 때마다 발전 청사진을 보여주었다. 그러나 우리 지역의 현실은 청사진에 못 미치고 있다. 이런 세월이 한 두 해도 아니고 계속 단편 고장의 부침은 요역하다. 부침을 약속한 사업들이 허탈없이 세월을 길게 끌고 있는데 이런 곤란하다. 전북도가 호기롭게 발전 청사진을 보여줄 때에도 다음 기대가 컸으나 지금은 그 기대가 수평직으로 변질됐다.

지금 전북도가 뒷심을 발휘해줘

야 하는 이유는 명백하다. 애당초 정부가 지위를 약속한 사업들마저 실행의 대상이 되고 있으니 난감하다. 비전이 있는 사업들마저 홀대를 당하고 있는 게 역력해 유감이다. 처음부터 적극 지지를 약속했음에도 예산 편성에서는 속시원한 지원을 주저하고 있으니 그렇다. 해가 뜨는 대로 있는 현안 때문에 도민들의 마음은 저조하다. 도민들이 미덥지 않는 정부의 선택적인 승인과 함께 원활한 추진이었다. 요구를 하는 쪽과 요구를 들어주는 쪽의 생각이 항상 일치할 수가 없다지만 현안이 다량 현안으로만 남아서 세월을 죽이고 있는 것은 그 보장이 좋지 않다.

전북도는 승부를 가는 자세로 안해야 한다. 지역 현안이 곧 성취될 것처럼 빠르게 뛰는 모습을 보여주기도 했는데 그게 연론용으로 아니었기를 바란다. 다시 말하기니와 목표와 바 지역 발전을 이루기 위해서는 예산 증액이 필요하다. 아무런 발전 실적도 없이 현안이 현안으로만 남아서 광기 표류하는 것은 비경제적이다. 전북도는 7조원 예산 시대를 여기 위해 더욱 뒷심을 발휘해주시 바란다.

독자재언

다가오는 휴가철 빈집털이를 조심하세요

다가오는 여름휴가를 신나게 즐기는 것도 좋지만, 여기서 조심해야 할 것 하나 바로 빈집털이 범죄이다. 지난해 집입절도 9641건 중 1589건은 7~8월에 발생하여 특히 휴가철에는 빈집털이 범죄가 20%나 증가한다고 하니 그만큼 주의를 기울여야한다. 그렇다면 휴가철 나의 집이 범죄의 표적이 되지 않기 위한 방법은 무엇일까? 첫째, 귀금속은 미리 찍어두자. 휴가를 떠나기 전, 집에 보관 중인 귀금속 사진을 찍어놓으면 어떤것이 사라졌는지 쉽게 알 수 있고 또한 찍어둔 사진은 증거로 남기 때문에 피해 보상을 받는 데도 유리하다. 둘째, 우편물은 일시 중지한다. 집 앞에 우유, 우편물 등이 쌓여있다면 그 집은 빈집이라는 증거가 된다. 장기간 휴가 계획이 있다면 우편물을 최대 15일까지 보관했다가 한 번에 몰아서 배송해주는 '우편물

일괄 배송 서비스'를 이용하는 것도 바람직하다. 우편물 외에도 우유, 신문도 영업소에 연락해 배달을 중지하는 것이 좋다. 셋째, SNS에 휴가 계획 등 정보 게재는 지양하도록 한다. 휴가날짜 등 장기간 외출 여부를 SNS에 올리면 빈집털이범에게 범죄D-day를 알려주는 것과 같다. 집주소나 전화번호 등 사적인 정보도 최대한 올리지 않아야 한다. 넷째, '빈집 사전 신고제'를 적극 활용하자. 가까운 지구대나 파출소에 방문하여 집이 비워지는 기간을 알려면 하루에 한 번 이상 순찰하여 대신 집 점검하고 체크하는 치안서비스이다. 점점 늘어나고 있는 휴가철 빈집털이 범죄, 예방책을 준수하는 것이 우리집을 지키는 길이다.

장문서 고창경찰서 모양지구대 순경

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사건으로 보는 지구촌 소식

메르켈 "EU 난민문제, 양자 혹은 삼자간 합의"



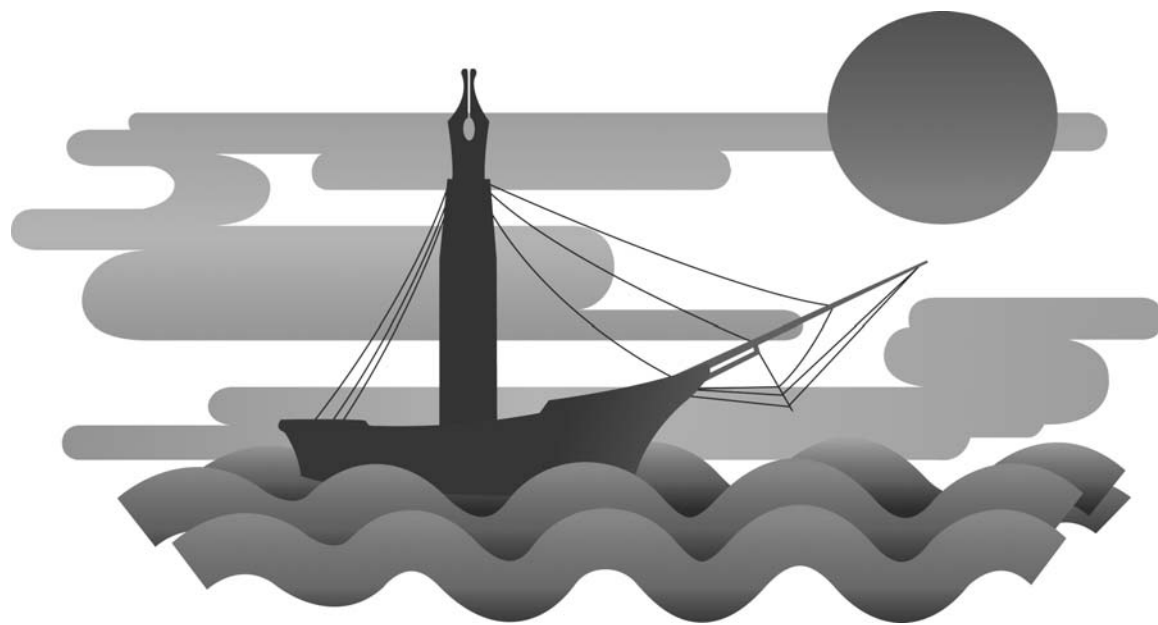
앙겔라 메르켈 독일 총리가 24일(현지시간) 유럽 난민 문제 해법을 논의하기 위해 벨기에 브뤼셀에서 열리고 있는 유럽연합(EU) 비공식 정상회의에서 EU의 최대 난재인 난민 대책과 관련해 "양자 간 혹은 삼자간 합의(bilateral or trilateral agreements)" 방식을 제안했다.

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 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴러겠다는 약속을 드립니다.



인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일