

건강칼럼

추운 날씨 신체가 보내는 신호 '안면마비' 증상 이유?

**일** 교차가 클수록 감기를 비롯한 각종 질환에 쉽게 노출된다.

따라서 옷을 든든하게 입어 체온을 유지함과 동시에 면역력이 떨어지지 않도록 체력 관리에도 신경 써야 한다. 면역력이 약해지면 그 틈을 타고 바이러스가 침투하기 쉽다.

그중에서도 특히 기온과 밀접한 관련이 있는 '안면마비' 증상을 주의해야 한다.

유독 더워진 겨울에 이어 올겨울도 강한 한파가 찾아와 평년보다 추울 것으로 전망된다고 한다.

매 해 겨울철 날씨는 점점 추워지고, 실내와 기온차는 심해지고 있다. 이로 인해 기온차가 높을수록 발병 위험이 높은 안면마비 질환을 앓는 환자도 증가하는 추세다. 실제로 건강보험심사평가원 조사에 따르면 안면신경마비 환자는 2011년 3만 8천여 명에서 2016년 4만 5천여 명으로 5년 사이에 약 20% 늘었다.

안면마비는 기온차가 심할 때 발생하기 쉽기 때문에 평소 눈과 안면부위 떨림 등 증상에 각별한 주의를 기울여야 한다.

안면마비는 기온과 밀접한 관련이 있다. 흔히 사람들이 '추운 데서 자



오 창 현

바노비기 성형외과 원장

면 입 돌아간다'라고 하는 말은 틀린 말이 아니다.

기온이 낮으면 얼굴 근육이 긴장하고 혈관이 수축하면서 안면부위 혈액순환이 원활하지 못하기 때문이다.

안면마비는 얼굴 근육의 움직임을 앓는 환자도 증가하는 추세다. 실제로 건강보험심사평가원 조사에 따르면 안면신경마비 환자는 2011년 3만 8천여 명에서 2016년 4만 5천여 명으로 5년 사이에 약 20% 늘었다.

안면마비는 기온차가 심할 때 발생하기 쉽기 때문에 평소 눈과 안면부위 떨림 등 증상에 각별한 주의를 기울여야 한다.

안면마비는 기온과 밀접한 관련이 있다. 흔히 사람들이 '추운 데서 자

또한 부족한 수면 시간으로 인해 면역력이 약해질 수밖에 없다.

이에 눈 떨림 현상을 비롯해 안면 부위에 나타나는 다양한 증상을 단순 피로감으로 치부해 치료 적기를 놓치기 쉽다.

안면마비를 1년 이상 오래 방치하게 되면 결국 안면비대칭 등 2차 질환으로 이어진다.

이는 수술적 방법을 통해 근본적으로 해결할 수 있다.

안면비대칭은 얼굴의 중심선을 기준으로 어느 한 쪽으로 심하게 기울어져 있거나 상악, 하악이 나란하지 않은 경우를 말한다.

이럴 때는 얼굴 전체 골격 및 근육을 고려한 양악수술로 상악, 하악의 교합을 맞춰줘야 통증은 비롯한 심미적인 부분도 개선할 수 있다.

많은 현대인들은 바쁜 일상에 치여 면역력이 떨어질 수밖에 없는 환경에 놓여 있다.

안면마비 증상이 나타나도 오랫동안 방치하다 보니 안면비대칭을 겪는 환자가 늘고 있다.

특히 양악수술은 안면비대칭이나 턱관절 장애 정도가 심한 경우에 진행하는 수술이라는 것을 인지하고 단순히 미용성형술로 생각하고 접근하는 것은 지양해야 한다.

독자제언

겨울철 폭설대비 철저히 해야

매년 폭설로 인해 출근길 교통과 비닐하우스 붕괴로 인한 농산물 등 수많은 피해가 발생한다.

이에 따라 올해도 폭설과 한파에 대비한 대책을 세워야 한다.

추운 날씨에 갑작스레 눈이 많이 내려 도로에 쌓이게 되면 크고 작은 눈길 교통사고가 속출하게 되고 기온이 크게 떨어지면 상황은 더욱 악화된다.

'적설에 따른 자동차사고 영향분석 연구' 결과에 따르면 눈이 온 날에는 맑은 날에 비해 자동차사고가 평균 42% 증가하는 것으로 나타났다.

특히 적설량 5cm이상의 큰 눈이 내릴 때는 사고 증가율이 82%에 달하는 것으로 조사됐다.

관계기관에서는 제설장비·인력·자재 등을 점검해 주민들의 인명피해

와 생활 불편이 발생하지 않도록 철저히 준비해야 한다.

또한, 운전자는 폭설에 대비해 체인 등 월동 장구를 갖추고 눈길이나 빙판길에 미끄러지지 않도록 스노우 타이어를 미리 장착해야 하고, 타이어 체인을 구매하여 사용법을 숙지하는 것이 좋다.

또한, 혹서 모를 도로 상황에 대비하여 모래주머니·삽 등 간편한 도구를 준비하는 것도 좋다.

가장 중요한 것은 기상 상황을 파악하여 폭설이 예상 될 때에는 가능한 외출을 자제하고, 외출 시에는 대중교통을 이용하는 것이 좋다.

부득이하게 자가용을 이용할 경우에는 앞 차와의 간격을 유지하고 저속운전을 해야 한다.

최혜진 고창경찰서 경무계 순경

구독 · 광고문의 063-288-9700

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

아테네 시위대가 터뜨린 폭죽



그리스 아테네에서 지난 6일(현지시간) 폭력시위가 일어난 가운데 시위대가 쓴 폭죽이 터지고 있다.

사설

새만금개발청에 기대한다

새만금개발청에 대하여 기대가 큰 오늘이다. 새만금개발청이 세종시 시대를 마감하고 전북으로 청사를 옮긴 때문이다.

그래 이제 새만금 역사의 새로운 시대를 열게 되었다. 군산시 오식도동 새만금북로 466에 위치한 청사로 이전해 오늘부터 업무를 새롭게 개시하는 것이다.

그동안 새만금 개발 사업이 도민들이 기대했던 거에 비해 지체되었던 만큼 앞으로는 속도감 있는 진척이 있으리라는 기대이다.

도민들이 새만금개발청에 바라는 바는 단순하고도 명확하다.

그것은 새만금개발청이 전북 및 착형 행정을 보여주는 것이다.

다른 외부의 입김에 따라 눈치를 보는 것이 아니라 도민의 염원과 열망을 부응하는 행정을 도민들이 바라고 있는 것이다.

이제 새만금개발청은 지난 9월에 출범한 새만금개발공사와 함께 공공성을 주도해야 한다.

그 막중한 임무가 새만금개발청 관계자들의 어깨에는 있는 것이다.

새만금개발청은 그 설립의 역사

가 오래이다. 2013년 12월에 개청된 것을 알 만한 사람들은 잘 알고 있다.

그동안 새만금개발청은 세종시 어진동에 위치한 복합 커뮤니티에서 업무를 보아온 것이다. 하지만 청사가 새만금 현지에 있지 않은 관계로 도민들이 바라는 바 원활한 소통이 부족했던 게 사실이다.

새만금개발청 관계자들은 생각이 어릴지 몰라도 도민들이 수년간 지켜 보아온 바로는 그렇다.

새만금개발청은 새만금개발공사와 함께 새만금의 미래를 열어가는 쌍두마차가 되어야 한다.

전북도와 함께 도민들이 그려온 바 새만금의 미래의 청사진은 웅대하다. 새만금이 개발 지역으로 그치는 게 아니라 거기 대도시 아라울이 들어서게 하는 것이 최종 목표이기 때문이다.

대도시 아라울이 들어서면 전북도가 여러 번 강조해온 동북아 허브 역할도 반드시 실현될 터이다.

새만금개발청 관계자들은 도민의 염원과 열망을 존중해 전북 및 착형 행정을 보여주기 바란다.

4권 4축 프로젝트 반드시 성공해야 한다

전북도의 4권 4축에 대한 도민의 기대가 크다. 전북도가 저번에 밝힌대로 4권은 새만금권, 혁신도시권, 동부권, 서남권을 이룬다. 4축 또한 전북도가 밝힌대로 새만금 혁신도시 동부축, 내륙 혁신도시 중심축, 동부 덕유산권축, 서남부 지리산권축을 이룬다. 4권 4축의 면면을 보면 전북도의 의지가 웅대하다. 전북도가 오래 전부터 발전 프로젝트로 정하고 공을 들여왔기에 도민들은 성공에 대한 기대가 크다.

그러나 그 발전 프로젝트라는 것이 시작 단계에서부터 정체돼 있다는 생각을 도민들은 떨칠 수가 없다. 전북도의 4권 4축 발전 프로젝트는 전체 도민의 열원인 데도 그렇다. 분명히 그래야했을 것이다.도지사는 그 성공을 위해 101개 공약 사업을 발표하였다. 그러므로 이제 전북도와 도지사는 말 그대로 추진에 힘써야 한다. 그런데 그 추진은 돈이 말하게 돼 있다. 돈이 없으면 아무 리 발전 프로젝트가 몇몇어도 그 뿐이다. 전북도가 이번엔 예산 확보를 위해 실력 발휘를 해야만 하는 이유이다. 이제 그 예산 확보의 기회가 얼마 안 남았다. 전북도는 도민에게 만족할 만한 성과를 보여주기 위해 막판 스퍼트를

해야 한다.

또 다시 언급하거나 우리 지역에는 지난 수년 간 안 좋은 일이 많았다. 군산 현대 조선소의 가동 중단과 GM 폐쇄 사태와 남원의 서남대 폐교가 그렇다. 익산 넥슬론의 파산 소식도 그렇고 전주 현대자동차의 생산물량 축소 소식도 그렇다. 그러니까 전북도는 다른 지자체보다 더 힘내야 한다. 최근까지도 기금 운용 부분 흔들기가 계속되고 있는데 저들에게 본때를 보이기 위해서라도 전북도는 도민과 함께 힘찬 저력을 보여야 한다.

전북도가 정부를 향해 전북의 발전이 전국 균형발전의 이점이라고 강렬하게 말해야 한다.전북은 광주와 전남의 틀러리가 아니라고 말해야 한다.

전북은 충남을 위한 양보 지역이 아니라고 말해야 한다. 전북도는 그렇게 말할 용기와 강단을 가져야 한다.

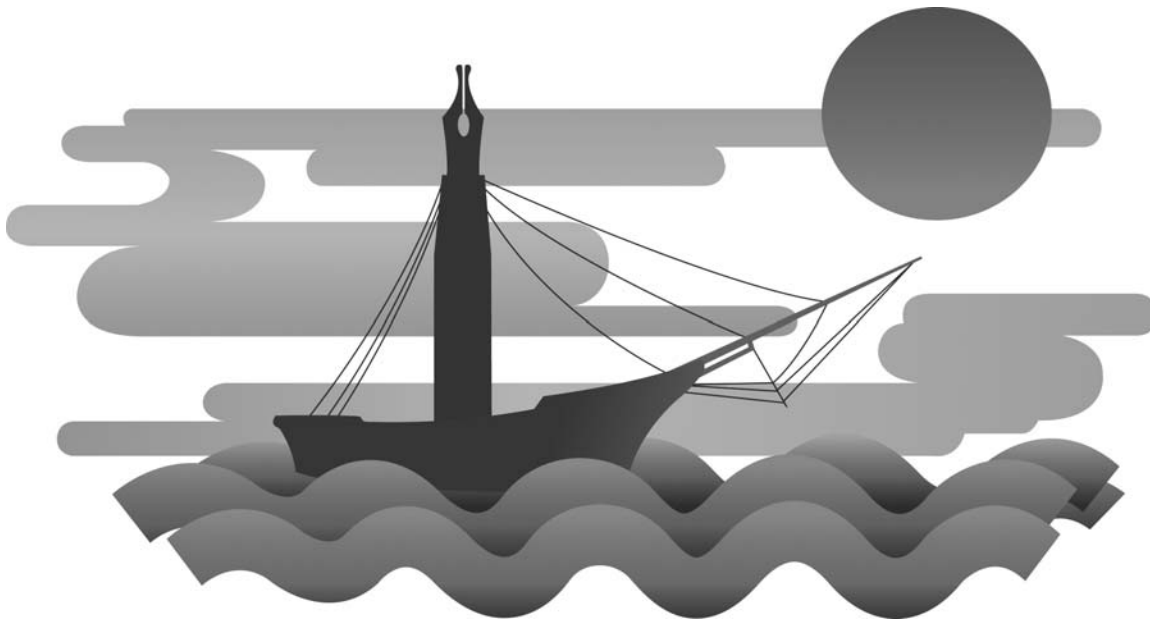
자존심 회복과 재부활기를 맞았지만 현실은 녹록치 않다. 현재 우리 지역은 희망하는 바와 반비례하여 낙후가 심화되고 있다. 전북도는 4권 4축의 발전 프로젝트의 성공을 위해서라도 7조원이 넘는 예산 확보에 총력을 다해야겠다.

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 굴러겠다는 약속을 드립니다.



인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일