

건강칼럼

간(肝)의 목소리가 들려

특 별히 의심할 만한 임상 증상이 없다는 것이 특징인 간암. 우연히 건강검진에서 간암이 발견된 경우, 상당히 진행된 완치가 불가능한 경우를 종종 볼 수 있다. 하지만 간암은 정기적인 검진을 통해 조기 발견할 수 있고, 적극적으로 치료하면 완치를 기대할 수 있는 암이다.

▲간암이란 복강 내 우측상부에 있는 간은 크게 네 가지로 기능을 요약할 수 있다. △첫째는 신체 에너지 대사의 중요한 중추기관이고 △둘째는 우리 몸에서 필요한 많은 양의 단백질, 효소, 비타민을 합성하는 기능을 하며 △셋째로 우리 몸에 해로운 영향을 미치는 여러 물질의 해독작용에 관여하고 △마지막으로 인체의 면역방어기전에 중요한 작용을 한다. 간암이 생겨도 다른 장기와 같이 통증이 심하지 않기 때문에 '침묵의 장기'라고 알려져 있다.

여러 가지 원인에 의해서 장기간 지속적으로 간세포 손상이 오면 간이 점차 굳어지면서 간에 다양한 크기의 재생결절들이 생기는데, 그 중 일부가 비정상적으로 악성변화를 하여 간 내 전이를 하거나 간 외 전이를 하면서 간암이 발생된다. 간암과 같이 동반된 간염이나 간경화는 간세포를 적어지게 하여 단백질 합성이나 해독작

용 등의 간 기능 장애를 유발하고, 그 결과 간 내 혈액순환이 어려워져 간문맥압이 증가하고 복수, 간성혼수 등 여러 합병증이 동반되게 된다. 많은 환자에서 간염과 간경화가 동반되기 때문에 치료가 쉽지 않다.

▲간암의 전구 질환 간염은 크게 급성 간염과 만성 간염으로 구별하는데, 급성 간염은 한동안 유행했던 A형 간염 바이러스가 대표적이다. 이러한 급성 간염은 빠른 시간 내에 간 기능이 심하게 손상되는 전격성 간부전으로 진행되는 경우도 있지만 이러한 경우는 매우 드물고 대부분은 자력으로 완치되어서 후유증을 전혀 남기지 않는 경우가 많으며 간암과는 별 관계가 없다. 그 외에 간암이 발생할 수 있는 전구 질환 중 많은 비중을 차지하는 비알코올성 지방간은 간세포 손상의 정도에 따라 여러 단계로 나눌 수

최영득
건협 전북지부 건강증진위원장



있다. 초기 단계의 비 알코올성 지방간은 적당한 운동과 체중관리를 하면 정상으로 회복될 수 있으나 관리를 하지 않으면 약 1%에서 많은 경우 3%까지 간경변으로 진행하고 간암으로도 발전할 수 있다.

▲간암 치료법 간암의 치료법에는 크게 완치를 목적으로 하는 치료법과 완치는 못하지만 환자의 수명을 연장하고, 삶의 질을 개선할 수 있는 고식적 치료법이 있다. 고식적인 치료 방법으로는 간동맥화학색전술이 있는데 이 치료법은 간암의 진행을 막는 방법이며, 일부 환자에서는 이 방법만으로도 완치되는 경우가 있다. 간 절제술 후에 생존율은 점차 호전되고 있는데, 최근의 보고들을 종합하면 수술이 잘 되었을 경우 1년 생존율이 90% 이상이고, 5년 생존율도 50% 이상이 된다. 간

이식은 과거에는 생명을 포기할 수밖에 없었던 말기 간질환 환자와 간암환자들이 치료에 있어서 패놓을 수 없는 중요한 임상적인 치료로서 가치를 갖게 되었다.

초기 간암의 경우에는 간이식으로 치유될 수 있으면 치료 성적이 상당히 좋고, 간암의 크기가 작고 개수가 적으면서 간경변증이 심하여 다른 치료법을 시행할 수 없을 경우 고려해 볼 수 있다. 물론 진행된 간암은 간이식의 대상이 되기 어렵지만 간경변증과 간암을 동시에 치료할 수 있으므로 가장 이상적인 치료라고 할 수 있다.

▲건강한 간을 위한 생활습관 간암을 예방하기 위해서는 B형 간염, C형 간염, 알코올 간질환이 생기지 않도록 하는 것이 무엇보다 중요하다. 또한 가급적 문신, 피어싱은 하지 않는 것이 좋고 불가피한 경우 반드시 일회용 장비로 시술하는지 확인하여야 한다. 나아가서 잠재적인 위험인자인 지방간도 조절해야 한다. 술을 완전히 끊는 것이 어렵다 하더라도 음주량을 줄이면 간 손상을 감소시키는데 도움이 되므로 술 마시는 횟수나 주량을 줄이려는 노력을 해야 한다. 간이 보내는 신호를 듣기 위해 정기검진을 소홀히 하지 않고, 앞서 언급한 생활수칙을 준수한다면 건강한 간을 유지할 수 있을 것이다.

사설

군산 살리기 확실하게 보여줘야

전북도가 내년 군산 복원에 사활을 건다고 말했다. 그런데 어찌 미덥지 않다. 군산 경제가 몰락한 게 최근의 일이 아니고 오래된 일이기 때문이다. 지금이 연말이기에 군산 문제를 내년으로 미루려는 정신 태도가 읽혀지는 것이다. 그동안 전북도가 군산을 안타까워 한 것은 사실이지만 그 정도로는 미약하다. 충분히 할 만큼 했다고 볼 수가 없다. 따라서 전북도는 군산 경제의 몰락과 관련해서는 늘 빚진 자의 마음을 갖고 있어야 한다.

전북도가 이번에 7조원 예산 시대를 연 것은 매우 잘한 일이다. 7조원 시대는 도민의 오랜 염원이었다. 새만금SOC 예산이 1조원을 훌쩍 넘는 것도 평가의 대상이 아닐 수 없다. 그러나 전북도에게 지적할 많은 여전히 남아 있다. 군산을 돌아보면 항상 짙은 먹구름의 그림자가 드리우고 있기 때문이다. 군산 GM에 대한 정부의 지원금이 이제 중단된다는 보도를 접했을 때 군산 시민들의 심정이 어땠을 것인가.

한겨울을 담해 휴직자 가족들의 생존 대책이 시급한 것으로 전북도는 받아들여야 한다. 전북도에게 또 말하거니와 군산형 일자리 현황이 궁금하다. 군산 시민들의 입장에서선 진작에 나왔어야 마땅한 것이라 만

시지탄의 말했었는데 말이다. 군산형 일자리 마련이 확실하게 전개되고 있다면 몰라도 그렇지 않다면 군산 GM에 대한 정부 지원금 중단은 걱정이 아닐 수 없다. 따라서 전북도는 말만 할 게 아니라 군산살리기에 열과 성을 다해야 한다. 어떻게 해보기 어렵다고 해서 문제를 회피하는 패심이 있어서는 안된다. 지난날 군산의 경제 몰락과 관련해서 해법을 모색했다지만 매번 실패를 드러냈기에 하는 말이다.

전북형 일자리가 필요하다면 군산을 위한 군산형 일자리는 더욱더 절실하다. 지난날 군산의 위기 극복을 위해 정부의 조기 지원 약속이 있었지만 뚜렷한 대책이 되지는 못했다. 군산의 위기 극복을 위한 조기 지원은 그저 생색에 지나지 않았던 것이다.

따라서 전북도는 군산 살리기 행보가 뚜렷해야 한다.현대중공업 군산조선소 가동 중단과 한국 GM 군산 공장 폐쇄 등 잇따른 주력 산업의 붕괴로 위기를 맞은 군산을 연민과 역사사지의 눈으로 보아야 한다는 주문이다. 저변에 이해한 여당 대표가 관주형 일자리를 매달 지은후 군산형 일자리를 추진할 것이라고 말했지만 군산 시민들은 하루 하루가 절박하다.

기업 생존률을 끌어 올려야 한다

연말을 맞아 도내 기업들의 생존률이 어떤지 궁금하다. 해마다 연말이면 전국 최하위라는 보고가 계속됐는데 올해는 조금이라도 변화가 있는지 알고 싶다. 들 어보니까나 그 대답이 뻔해도 그렇다. 더 악화됐으면 악화됐지 나 아지지는 않았을 거라는 짐작이 있어도 그렇다. 지역 경제의 성장 동력이 살아야 한다는 바람이 안타까운 나날이다. 군산의 조선소가 그 생명이 다했는데도 현대중공업 쪽의 최근 수주 물량이 늘어난 것을 계기로 미련이 다시 살아 재가동을 갈망하고 있는 것처럼 말이다.

전북도는 이번에 7조원 예산 시대를 열었으므로 탄력을 받아야 한다. 이제 중심을 잡고 할 일을 해야 한다는 응원이다. 전북도는 지금 그 무엇보다도 지역 경제를 열려라 하지 않으면 안된다. 중소기업들 속에서 밝은 소식이 전혀 들리지 않고 있는 요즘이다. 그동안 중소기업을 살린다는 목소리가 컸지만 별로 달라진 게 없다. 그

까닭이 무엇인지 알아볼 필요가 있다. 전북도는 지역 경제의 흐름이 어려울수록 중소기업의 형편을 살펴야 한다.

언제고 그랬거니와 돈이 돌지 않는 전북 경제는 정체된 상태이다. 평균잡아 도내 기업들 10개 중 7개가 5년내에 문을 닫았으니 매우 남감한 일이다. 중소기업들이 우리 지역 경제의 한류를 계속 담당해줘야 하는 까닭이다. 전북도는 도내 중소기업들이 그동안 애써 일한 것을 잊지 말아야 한다. 전북도는 기업 생존률 회복 위 기록에 대해 생각이 많아졌 다. 어떻게 하면 중소기업들이 제 몫을 다 할 수 있도록 힘을 실어 줄까 생각하라는 것이다. 전북도는 실제 현장에서 뛰고 있는 기업인들을 고무시킬 정책을 고민해야 한다. 기업생존률 전국 최하위라는 보고가 이제 더 이상 계속되게 해서는 안 된다. 젊은이들을 위한 일자리 창출을 위해서도 전북도는 도내 기업 생존률을 끌어 올려야 한다.

독자재언

연말연시 음주운전 NO

지난 9월 부산 해운대에서 혈중알코올농도 0.134% 만취상태 운전자가 전역을 앞둔 군인을 치어 끝내 사망에 이르게 한 음주 교통사고가 있었다. 음주운전으로 인명피해를 낸 운전자에 대한 처벌을 강화하는 법으로 일명 윤창호 법이 최근 국회에 통과되면서 앞으로 도로교통법 개정을 통해 혈중알코올농도 하향 등 음주운전 처벌이 더욱더 강화될 예정이다. 매년 음주운전으로 많은 사람들이 다치거나 사망하는 경우가 많기에 연말연시를 맞아 아침 출근 시간대나 점심 및 심야시간에 때와 장소를 가리지 않고 수시로 장소를 옮겨가며 음주단속을 실시 및 다각적인 예방활동을 펼치고 있다.

력이 떨어져 대형 교통사고를 유발하기에 음주운전을 할 것을 알면서도 차 열쇠를 제공한 자 등 음주운전 방조범도 역시 형사처벌을 하고 있다. 연말연시 들뜬 분위기에 관습한 음주운전 사고의 위험성이 더 증가되고 있어 운전자들은 각별한 주의를 기울여야 하며 술을 마신 뒤에는 반드시 음주운전을 하지 않는다는 생각을 해야 한다. 전날 늦은 시간까지 술을 마셨을 경우에는 술이 덜 깬 상태이므로 아침 출근길에는 대중교통을 이용하도록 하고 평소 교통법규를 준수하는 습관을 가져 연말연시에 음주운전으로 인한 사고 피해 없이 한해를 마무리하기를 바란다.

음주상태에서 운전함으로써 판단능 신서운 고청경찰서 교통관리계 경찰 사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

물라를 석방하라



19일(현지시간) 루이스 이나시우 물라 다 시우바 전 대통령인 수감된 연방경찰 본부 앞에서 그의 석방 요구 시위가 열리고 있다. 부패 혐의로 수감 중인 물라 전 대통령은 12년 형을 받은 바 있다.

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 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

