

건강 칼럼

비정상 생리경험, 혹시 병이 있기 때문인가요?

여성들은 비정상 생리경험이 계속될 때 자신의 건강에 문제가 있는 것은 아닌지 걱정하게 된다. 비정상 생리경험이란 정상 생리주기, 기간, 양, 통증을 3개월 이상 벗어난 경우를 말한다.

정상 생리주기는 24~38일 사이, 정상 생리기간은 4.5~8일 사이, 생리량은 5~80ml 사이, 생리통은 없거나 약을 먹지 않아도 되는 정도가 일반적이다. 즉 생리주기가 38일을 넘거나, 생리기간이 8일을 벗어 나고, 생리량이 대형패드를 3~4장 이상 쓸 정도면서 생리혈이 덩어리로 나올 경우, 약을 먹어야 생리통이 해결될 정도인 경우 비정상 생리경험이라고 정의할 수 있다.

▲생리불순과 자궁출혈의 관계 생리불순을 비정상 생리경험이라고 정의한다면, 앞서 설명한 것처럼 생리불순이 3달 이상 지속될 때 질환을 의심할 수 있다. 비정상 생리경험의 가장 많은 원인은 기능성 자궁출혈이다. 즉 스트레스에 의한 호르몬 불균형으로 발생하는 출혈이다. 기능성 자궁출혈에 의한 비정상 생리경험은 대부분 3개월 이내 정상으로 돌아온다. 생리 주기가 빨라져 자신이 생리 불순인지 의심하는 여성들도 있다. 그러나 생리 주기가 빨라진다고 여



변승원 유성선병원 부인암센터 과장

기보다 생리와 생리 사이 증이 이뤄지는 배란과 관련된 출혈이거나, 자궁 내 폴립(용종) 같은 구조적 문제로 발생하는 비정상 출혈로 보는 것이 맞다. 이 출혈 때문에 생리 주기가 빨라졌다고 느끼는 것이 다.

▲자궁근종 증상으로 나타날 수도 있어... 3개월 이상 지속되면 내원해야 비정상 생리경험은 자궁근종 때문에 발생하는 현상일 수도 있다. 물론 모든 비정상 생리경험이 자궁근종을 암시하는 것은 아니다. 그러나 생리혈이 평소보다 붉거나, 덩어리로 나오면 자궁내막하근종(자궁근종 중 자궁내막에 접해 있는 근종)의 증상일 수 있어 비정상 생리경험을 3개월 이상 하고 있다면 부인과에 내원해 진찰을 받아야 한다.

특히 자궁근종의 약 60~70%는 유전적인 요인이 많기 때문에 자매나 어머니가 자궁근종으로 진단받았거나 수술 받은 적이 있다면 반드시 주의 깊게 관찰해야 한다.

비정상 생리경험으로 병원에 오면 출혈의 원인을 찾기 위해 먼저 질 초음파 검사 및 자궁경부세포검사, 질 확대경 검사를 시행 할 수 있다. 구조적인 문제가 밝혀지지 않을 경우엔 피검사(나소호르몬, 난포자극 호르몬, 유즙분비호르몬, 부신피질 호르몬, 갑상선 기능검사)를 시행하기도 한다.

▲비정상 생리경험 하는 여성에게 난소 물혹 발견되는 경우 많아 난소낭종은 흔히 난소에 물혹이 있다고도 하는 질환이다. 난소의 종양은 크게 양성과 악성으로 나뉘는데, 일반적으로 말하는 난소낭종은 양성 종양이고 그중에서도 저절로

없어질 수 있는 기능성 낭종을 가리키는 경우가 많다. 난소낭종과 비정상 생리경험의 관계를 설명하자면, 난소낭종 때문에 비정상 생리경험을 한다기보다는 비정상 생리경험을 하는 여성에게 기능성 난소낭종이 발견되는 경우가 많다.

즉 배란이 원활히 이뤄지지 않기 때문에 생리주기가 불규칙한 비정상 생리경험을 하는 것이다.

이같은 요구는 전혀 억지가 아니고 당연한 요청이다.

정부의 계획대로 100만 이상의 도시만 특례시로 지정된다면 국가 불균형은 더욱 심화된다. 경기도에는 우후죽순처럼 많은 특례시가 생기는데 반하여 전북 지역은 정무할 테니 말이다. 그래서 호남과 강원지역은 상대적으로 발전이 더딜 수밖에 없었다. 아니 그보다는 오히려 거주 인구가 갈수록 줄어왔던 것이 사실이다.

▲비정상 생리경험 일찍 발견하려면 주의 깊게 관찰하고 변화를 일찍 발견해야 자신이 비정상 생리경험을 하고 있는지 알기 위해서 우선 환자 본인이 자신의 생리를 주의 깊게 관찰하는 것이 중요하다. 평소 본인의 생리주기, 기간, 양, 통증을 기록하고 최근 비정상적으로 바뀐 생리경험을 일찍 발견해 검진을 받는다면 부인과 진찰을 건강하게 관리 할 수 있다.

사설

전주특례시 지정 염원 70만 돌파

전주 특례시 지정을 바라는 열기가 뜨겁다. 이번에 70만을 돌파했는데 이것은 전주 시민 전체를 넘는 수이다.법시민 차원을 넘어서 범도민적인 염원이 되고 있다는 확실한 증거가 아닐 수 없다. 전주시는 범도민적인 염원을 받아들여 특례시 지정을 반드시 이끌어내야겠다. 그래서 지역 발전의 견인차가 되어야겠다. 그동안 여러 번 말했거니와 광역시가 없는 전북에 특례시라도 있어야 한다.

이같은 요구는 전혀 억지가 아니고 당연한 요청이다. 정부의 계획대로 100만 이상의 도시만 특례시로 지정된다면 국가 불균형은 더욱 심화된다. 경기도에는 우후죽순처럼 많은 특례시가 생기는데 반하여 전북 지역은 정무할 테니 말이다. 그래서 호남과 강원지역은 상대적으로 발전이 더딜 수밖에 없었다. 아니 그보다는 오히려 거주 인구가 갈수록 줄어왔던 것이 사실이다.

여기 다시 강조해 말하지만 전주시와 전주시민의 특례시 지정 요구는 마땅하고도 마땅하다. 특례시 지정의 목표를 관철해야 한다는 이야기다.

광역시도 없고 특례시도 없다면 그것은 결코 균형 발전이 아니다. 현 정부가 역대 정부와 달리 균형 발전을 도모한다면서 푸대접하는 것은 말이 안 된다.

도민의 숙원은 전북의 발전이고 전주의 발전이다.

도내의 시군을 돌아보면 해마다 달마다 인구가 줄고 있다. 도청 소재지인 전주시도 예외가 아니다. 그러므로 본보가 사실을 통해 기회가 있을 때마다.

말하는 바이지만 지역 발전을 위한 정신에는 자존심도 필요하다.

그 지난 60년대와 70년대만 해도 인구 수가 형편 없던 수도권의 작은 도시들이 이제는 전주를 아래로 내려다보고 있다.

그 도시들은 100만이 넘기에 광역시나 특례시로 지정이 될 터이다. 말이 나왔으니 하는 말이지만 100만을 턱걸이 하고 있는 성남과 부천도 가만히 있지않을 것이다. 그리고 화성과 남양주와 안산도 기회를 엿볼 것이다.

그렇다. 전주시는국가 균형 발전의 본보기를 위해서라도 특례시 지정 요구를 현실처럼 밀고 나가야 한다.

만경강 수질 관리 문제 진척이 있어야

만경강 수질 관리 현행이 어떤지 궁금하다. 민중스럽지 못하다면 만경강 수질 관리를 제대로 해야겠다. 지적하는 소리가 뜰다고 마음을 놓고 있는 모양인데 그 래서는 안된다. 정말이지 수질 오염 관리를 진지하게 생각해야 한다. 만경강 수질 오염은 어제 오늘의 고민거리가 아니다. 이제 강산도 두 세 번은 바뀌었을 법한 세월이 지나고 있다. 귀를 시끄럽게 해봤자 좋을 거 하나도 없는데 때때마다 만경강 수질 관리 문제가 고민거리가 되고 있다.

만경강 수질 관리는 매우 중요하다. 장차 지역이 발전하느냐 못하느냐의 문제라고 보아 지나치지 않다. 수질 관리의 중요성에 대해서는 이견을 달지 않으면서도 정작 수질 개선에는 다들 손을 놓고 있으니 답답하다.

구태여 청소를 하지 않아도 자연이 다 알아서 정화시켜준다는 것인지 알 수가 없다. 오염도 어느 정도라야지 큰 오염원을 제거하지 않은 채 내버려둔다면 자연 정화는 어렵 턱도 없다. 전북도가 그걸 잘 알고 있을 터인데도 왜 미덥지 않게 방관하는 것인지 알 수가 없다.

①전북도는 만경강의 수질에 신

경을 써야 한다. 그동안 피부는 돈이 천문학적이었음에도 수질 정화는 아직도 요원하다. 정말로 어찌된 영문인지 알 수가 없다. 지난 십수 년간 조 단위의 거금을 들였으면 무슨 효과가 있어야 하건만 매년 공백한 변명만 되풀이되고 있다. 수질오염 관리가 이래서는 곤란하다. 수질 문제가 거듭 거듭 거론되지 않도록 해야겠다. 자연이 시시때때로 도와준다면야 좋겠지만 그것은 꿈같은 일이다. 만경강 수질 관리의 문제는 전북도 관계자들이 능동적으로 나서 줘야 할 몫이다.

다시 강조하거니와 만경강 수질 개선은 각 지자체가 풀어야 할 숙제이다. 만경강 하류 지역은 물론이고 소하천이 있는 상류 지역도 함께 나서야 한다는 지적이다.

동참이 필요성에는 입을 맞추면서도 실행에는 제 각각 편점을 부리고 있으니 답답하다. 수질 관리에 소극적이면 새만금 유역의 정화는 말 그대로 백년하 청이다. 오염물질을 과다하게 흘러 내보면서도 새만금사업이 잘 되리라고 기대한다면 말이 안 된다. 그것은 얼마나 열치없는 생각인가. 만경강 오염을 지금 이대로 내버려두어서는 안 된다.

독자제언

향상 헛갈리는 과태료와 범칙금

교통경찰로 근무를 하다보면 민원인이 다양한 이유로 범칙금과 과태료의 차이가 무엇인지 종종 물어보는 경우가 있다. 생각보다 많은 이들이 과태료와 범칙금의 명확한 차이를 모르는 경우가 많다. 현장경찰관 및 무인단속 카메라에 의해 교통위반 사례가 지속적으로 증가하는 요즘, 차량운전자라면 범칙금과 과태료의 차이를 명확히 알고 운전하는 것이 좋다. 우선, 과태료는 무인카메라로 단속되어 위반한 운전자가 누구인지 그 자리에서 알 수 없을 때 부과되는 것으로 범칙이 부과되지 않고 행정상의 처분 또한 받지 않는다. 하지만 추후에 납부기간 경과시에는 변호관 입부나 차량 압류등의 처분을 받을 수 있다. 범칙금은 경찰관이 신호위반 등 도로교통법을 위반한 운전자에게 현장에서 운전자의 면허증을 확인하고 범

칙금을 부과하는 것이다. 이 경우 운전자 개인의 위반행위에 대한 책임을 지는 절차이기 때문에 범칙금과 함께 법에서 정한 벌점이 부과될 수 있다. 예를들어, 경찰관의 교통단속 중 신호위반으로 적발되는 경우, 운전자 확인이 현장에서 가능하기 때문이다. 위반한 운전자에게 범칙금 6만원과 벌점 15점이 부과된다. 무인단속기로 단속되는 경우 차량은 확인이 가능하지만 위반한 운전자는 확인되지 않기 때문이다. 위반차량의 소유자에게는 과태료가 7만원이 부과되는 것이다. 과태료와 범칙금의 차이를 아는 것도 중요하지만 본인과 가족의 안전을 위해서라도 바른 운전습관이 필요하다. 교통법규 준수하는 것이 가장 바람직하다 하겠다. 시현진 장수경찰서 교통관리계

사진으로 보는 지구촌 소식

경찰에 불꽃 던지는 알바니아 반정부 시위대



알바니아 수도 티라나에서 한 시위대 남성이 대치 중인 경찰을 향해 불꽃을 던지고 있다. 알바니아 반정부 시위대는 미국과 유럽연합(EU) 의원들이 시위 자제를 촉구한 지 불과 몇 시간 만에 정부 본청사 앞에서 화염병과 불꽃을 던지며 경찰과 대치하는 등 시위를 이어가고 있다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

Large graphic advertisement for Jeonju Daily featuring a boat on water and the text '용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지' (A platform for humans who give courage and hope).

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.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일