

건강 칼럼

비정상 자궁출혈 검사와 진단

비 정상 자궁출혈(생리 과다)의 분류와 원인에 이어 이번 시간은 검사와 진단에 대해 알아본다.

생리가 많고 적음이 판단은 주관적인 경우가 많아 다음과 같은 기준으로 구분을 한다.

▲최근 갑자기 평소보다 생리양이 많이 증가하는 경우 ▲7일 이상의 생리 기간 ▲생리대 패드나 탐폰에 모두 흡수되지 못하는 많은 생리양 ▲덩어리진 피가 3cm 이상 일 경우 ▲혈액 검사상 철결핍성 빈혈을 보이는 경우.

이러한 증상이 있을 경우 진찰과 각종 검사를 통해 출혈부위와 그 원인이 어디에 있는지 파악해 치료하는 것이 좋다.



김 이 곤
구암한의원장

도, 항문, 외음부, 질, 자궁경부나 자궁체부 등 어디인지 확인하고 골반 진찰을 통해 임신, 자궁근종, 난소 종양 등의 유무를 확인한다.

◇혈액 검사
빈혈 유무와 임신 여부를 확인 할 수 있다. 혈액 질환이 의심되는 경우 혈액 응고 검사, 혈소판수, 말초 혈액 도말 검사 등을 시행하며 만

성 질환이 의심되는 경우 간기능 검사, 신기능 검사, 당뇨 검사 등을 시행한다.

◇질식 초음파 검사
환자에 불편감이 적으며 다른 검사에 비해 위험성이 거의 없다. 자궁근종, 자궁선근증, 자궁내막염 등 및 난소 낭종 등을 검사하는데 시행 된다.

◇자궁 내막 조직 검사
만성 무배란이 의심되거나 질식 초음파 검사에서 자궁 내막의 두께가 과도하게 두꺼운 경우 시행한다.

자궁내막의 과다증식증이나 암을 진단하기 위해 시행되며, 약으로 조절되지 않는 급성 질 출혈에 대한 일시적 치료 목적으로도 시행된다.

◇자궁 내시경 검사
직접 자궁 내부를 내시경으로 들여다보면서 자궁 내막의 용종, 근종 혹은 과다증식증을 진단하고 동시에 수술이 가능한 검사다.

마취가 필요하며 단순 진단 목적이 아닌 치료 목적인 경우 수술 시간이 길어지며 드물게 자궁 천공, 출혈, 감염 등의 합병증이 발생할 수 있다.

독자제언

음주운전은 '빼고(-)'

전북지방경찰청은 국민 교통안전 체감에 가장 밀접한 음주운전 근절을 4대 현안 중 하나로 선정하여 누구나 공감하고 이해할 수 있는 '더하고(+)' 빼고(-)' 캠페인을 통해 교통사고 사망자를 감소하기 위해 노력하고 있다.

음주운전은 본인뿐만 아니라 타인의 목숨까지 위협하는 심각한 범죄이다. 2019년 6월 25일부터 음주운전 처벌기준이 강화되어 시행되고 있음에도 음주로 인한 교통사고는 끊이지 않고 있어 매우 안타깝다.

형사처분을 보면 혈중알코올농도 0.03% 이상 0.08% 미만인 사람은 1년 이하의 징역이나 500만원 이하의 벌금, 0.08% 이상 0.2% 미만은 1년 이상 2년 이하의 징역이나 500만원 이상 1

천만원 이하의 벌금, 0.2% 이상은 2년 이상 5년 이하의 징역이나 1천만원 이상 2천만원 이하의 벌금에 처한다.

음주운전 단속기준은 혈중알코올농도 0.03%이다. 한두 잔의 술만 마셔도 단속이 된다는 것을 명심해야 한다. 한두 잔의 술은 음주운전 단속에도 적발될 뿐만 아니라 음주운전보다 치사율이 훨씬 더 높게 나타나는 '졸음 운전'을 유발하는 요인이므로 절대 해서는 안 된다.

법이 개정되어 시행되고 있는 만큼 술을 조금이라도 마신 후에는 운전 을 절대 해서는 안 된다'고 생각하는 운전자의 성숙한 안전 의식과 운전 습관으로 교통사고가 예방되었으면 하는 바람이다.

이진재 원산경찰서 교통안전계 검사

기고문

휴가철, 누군가 당신의 빈집을 노리고 있지도

본격적인 무더위가 찾아오면서 많은 사람들이 더위를 피해 시원한 계곡과 바다로 휴가를 떠나는 7~8월 휴가철이 시작되었다. 휴가철은 빈집털이범들에게는 최적의 수확기라고 할 수 있다. 실제로 요즘과 같은 휴가철에 빈집털이 절도가 평소보다 20~30% 증가해 발생한다고 한다. 기본 출제 휴가를 즐기고 돌아와 엉망이 되어있는 집을 보면 얼마나 허탈할 것인가. 이런 휴가철 빈집털이 예방을 위한 방법 몇 가지를 소개해본다.

첫째 기본적으로 문단속을 철저히 해야 한다. 모든 출입문, 창문을 잠가야 범인의 입장에서 문을 열고 들어가는 시간까지 고려하여 심리적인 측면으로도 미리 예방할 수 있기 때문이다. 또한, 범인은 계속해서 진화하고 있기 때문에 자신의 집 층수가 높다고 '설마'라는 마음으로 방심을 해서도 안 된다. 실제 얼마 전 관내에서 고층 아파트 빈집털이범을 검거한 사례도 있다.

둘째, 집이 비어있다는 사실이 노출되지 않도록 해야 한다. 우유나 신문과 우편물 등이 쌓이지 않도록 해당 업체에 일시적인 정지를 요구하는 것이 좋다. 우편물 같은 경우, 우체국에 다 우편물을 보관해 두었다가 귀가 후 한 번에 수령할 수 있는 '우편일괄배송서비스'를 미리 신청해 놓는다면 범죄예방에 큰 도움이 될 것이다.

또한, 빈집임이 노출되지 않도록 SNS에 구체적인 여행일정을 쓰는 것은 삼가고, TV나 라디오 등 가전기기는



이 지 원
남원경찰서
경무과 경무계

켜짐 예약으로 마치 사람이 있는 것처럼 눈속임을 주는 것도 좋은 방법이다. 최근에는 집집마다 일반전화기 잘 없지만 혹시나 집 전화를 휴대전화나 다른 전화로 착신전환을 해 놓는 것도 빈집임을 속일 수 있는 좋은 방법이다. 착신전환은 통신사에 미리 신청해서 *88+전화번호*를 누르면 되고 해제는 #88*를 누르면 된다.

셋째, '빈집사전신고제'를 활용하자. 경찰에서는 장기간 집을 비우게 될 경우, 그 기간 집 주변 방범순찰을 해주는 서비스를 제공하고 있다. 가까운 지구대나 파출소에 미리 집을 비우는 기간을 알려주면 순찰차량을 이용하여 집 주변을 주기적으로 순찰하고 그때그때 문자메시지로 집 주변상황을 알려주기도 한다. 실제 이런 서비스를 받아본 시민들은 덕분에 마음 놓고 휴가를 즐길 수 있었다며 호평을 하곤 한다. 웃으며 떠난 휴가, 돌아오자마자 울면서 112에 신고하는 일은 없도록, 모두가 즐거운 휴가를 보냈으면 한다.

사설

전북도민 용담댐 먹는 물 지켜냈다

한국수자원공사가 용담호에 설치하려 했던 태양광 발전을 재검토하기로 했다는 보도이다. 당연한 일이지만 들던 중 반가운 소식이다. 수자원공사의 발표가 단순히 재검토 수준인지 아니면 철회를 말하는 것인지 더 두고 볼 일이다. 그래도 그간의 사정을 두고 판단하건대 철회쪽으로 가닥을 잡은 것이라 해석이 된다. 전북도가 즉각적으로 반대 의사를 분명히 했고 용담댐을 식수원으로 하는 각 시군 주민들의 분노가 이만저만이 아니었던 것이다. 그래서 한국수자원공사가 제정신이 아니라고 본보도 지적했던 것이다. 도대체 누가 그따위 발상을 하고 계획을 굳혔는지 어이가 없다고 꾸짖으면서 말이다.

이번에 태양광 발전 시설을 막고 식수원을 지킨 것은 대단한 일이다. 도민들의 승리라면 승리라고 할 만한 쾌거이다. 전북도가 처음부터 한국수자원공사의 수상 태양광 설치를 반대하고 나섰는데 당연한 대응이다. 저번에도 말했거니와 전북도는 지역 발전을 위해서라면 무슨 일이고 거의 다 협조적으로 나왔다. 그러나 수자원 공사 측의 이번 건은 전혀 말 안 된다. 용담댐 내 수상 태양광 설치라니 그 누가 좋다고 하겠

는가. 거기 엄청난 전기가 생산된 다한들 그 누가 반색하겠는가. 도민들에게는 20메가와트 규모라는 소리도 정신 사남고 연간 2만4천 26메가와트를 생산할 거라는 소리도 귀가 시끄러울 뿐이다.

수자원공사는 이참에 생각을 완전히 접어야 한다. 용담호의 물은 전북도민의 70%에 해당하는 130만 명이 식수로 사용하고 있다. 도민의 바람은 깨끗한 식수를 날마다 안정적으로 공급받는 것이다. 도대체 이보다 소중한 것이 무어란 말인가. 수자원 측은 일자리 창출 운운하고 있지만 그것은 우리 전북도민을 깔보고 내뱉은 말이다. 아무리 일자리가 부족해도 그렇기 식수원을 더럽혀가며 그 따위 얼마 안되는 일자리하고 바꾸겠는가. 여기 명토 박아 말하거니와 수자원공사는 추후라도 눈치보거나 핍수부러기를 하지 말아야 한다.

전북도는 계속 강경해야 한다. 새만금 태양광 설치 문제에 미온적으로 나오니 굶기야 이 같은 일이 돌출하고 있다. 정말이지 용담댐에 태양광 설치라니 돼먹지 않은 발상이다. 저번에 했던 지적을 또 하거니와 용담댐에 태양광 발전 시설물을 설치하려는 수자원공사의 시도는 정말로 미친 것이다.

저출산 대책 구체적으로 세워야

전북도는 저출산 대책을 구체적으로 세워야 한다. 저번에 원점에서 다시 시작하겠다고 했지만 그 후 별로 진전이 없으니 하는 말이다. 대책이 있는 것처럼 말을 꺼냈음에도 제대로 된 효과를 보여주지 못하고 있으니 딱하다. 이같이 초라한 현실은 저출산 문제를 방관해 오고 있다는 고백을 하고 있는 거나 마찬가지이다. 그동안 잊을만하면 간헐적으로 고민하고 있다고 말했지만 그게 다 변명을 위한 보고였지 싶다. 저출산 문제가 지역의 오랜 숙제였음에도 그동안 어떻게 뾰족한 해결책이 없다는 것은 말이 안 된다.

전북도는 저출산 문제를 진지하게 생각해야 한다. 관계 전문가들과 민관협의체를 만들고 핵심과제를 선정해 토론하면서 한 말을 삼기해야 한다. 그때 행정력과 재정력을 집중하겠다고 했었는데 그 후 성과가 어땠는지 지금까지 감감 무소식이다. 그러면 끈단다. 정말이지 이대로는 지역의 앞날이 어둡다. 저출산 고착화 때문에 '데드 크로스' 현상에서 벗어 나지 못하고 있는 오늘이다. 사실 이지 데드크로스 현상은 오래 전

부터 있었다. 사망자보다 출생자가 많아 왔는데 우리 전북의 경우는 그게 아니다.

전북도가 저출산 문제와 관련해 해결 의지가 부족하다는 불만은 그 근거가 없지 않다. 전북도는 다른 광역시도가 어떻게 하고 있는지 보아야겠다. 출산 문제가 이쪽보다 덜 심각한 다른 광역시도들도 5개년 출산 정착안이며 출산 장려 추진단을 조직하는 등 출산 캠페인이 활발하다는 소식이다. 그런데 전북도는 기존 대책과 별반 다를 게 없이 나오고 있어서 비교가 된다. 전북도는 저출산 문제를 심각하게 여겨선 안 된다. 저출산 문제와 관련해 능동적인 고민과 대책이 필요한 오늘이다.

전북도는 발상을 전환해야 한다. 아이낳기 좋은 지역사회 만들기 위해 보다 차원 높은 출산 장려책을 내놓아야겠다. 전북도는 무슨 일이 있을 때마다 2백만 도민을 운운하고 있지만 사실은 그렇지 않다. 180만 명대를 유지하고 있는 게 팩트이다. 출산 인구가 늘지 않고 있는 중에 고령화 고착 현상이 굳어지고 있는데 뭔가 보여주어야 한다.

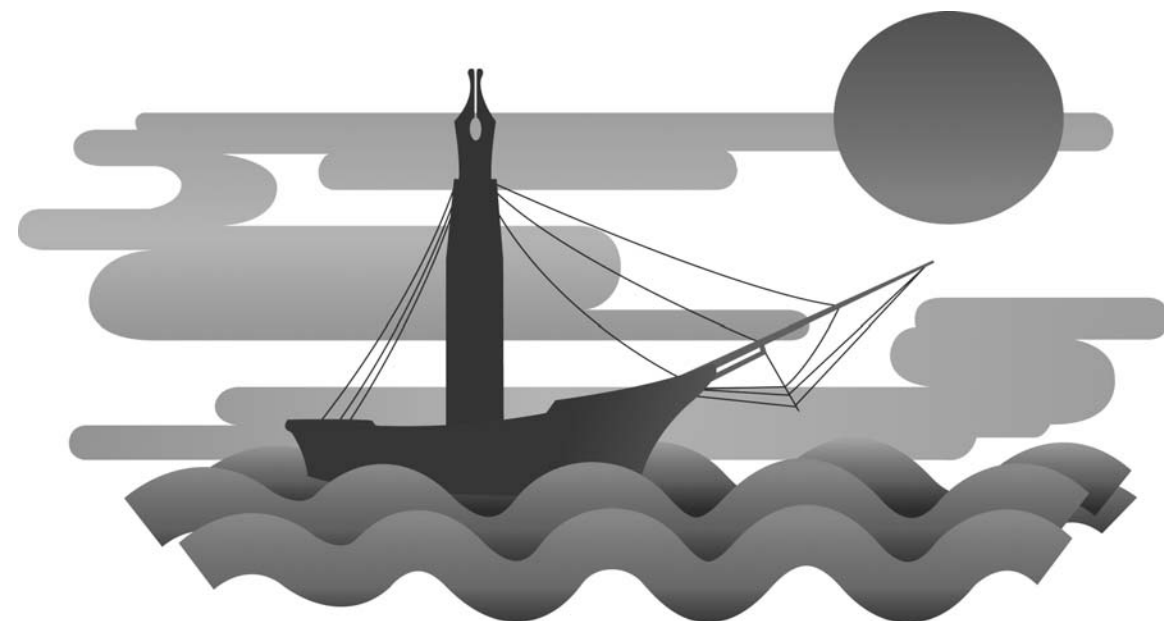
전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴
기고와 투고를 기다립니다.

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

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.



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 굴러겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일