

건강 칼럼

심혈관 질환

WHO 세계보건기구에 따르면 심혈관 질환은 전 세계 사망원인 1위이자 한국인 사망원인 2위로 중장년층에서 발생 위험이 높다고 알려졌지만 최근에는 30~40대의 젊은 층에서도 발병률이 증가하고 있다.

심혈관 질환은 심장과 주요 동맥에 발생하는 질환으로 대부분의 증상은 손발 저림, 두통, 어지러움 등이며 주요 질병으로는 고혈압, 허혈성 심장질환, 관상동맥질환, 협심증, 심근경색증 등이 꼽힌다. 심혈관 질환의 위험요인은 고혈압과 당뇨, 흡연 등 생활습관과 밀접하게 연관되어 '생활습관 병'이라고도 불린다.

▲발병 이유

심장으로 가는 혈관들이 좁아지거나 막히면 충분한 산소와 영양분을 공급할 수 없기 때문에 심장에 질환이 오는 것을 총칭해서 심장질환이라고 한다. 단순한 협심증부터 아주 위험한 심근경색까지 하나의 스펙트럼으로 연결되어있기 때문에 같은 원인에 의해 생기는 병이지만 병의 강도와 위중도는 여러 모양으로 나타날 수 있다. 지금까지 연구한 여러 가지 데이터에 의하면 심장질환질환의 가장 큰 원



심 대 군

굿모닝병원 순환기내과 전문의

인은 흡연이고 다음으로는 고혈압이나 당뇨병, 고지혈증, 나이가 들수록 빈도가 증가하기 때문에 남자는 45~50세 이상, 여자는 55세 이상이 되면 고위험군으로 분류하고 있다.

▲치료 방법

협심증의 치료는 크게 2가지가 있다. 처음에 약물치료가 있고 중재시술이나 시술방법을 이용해서 치료하는 방법이 있다. 약물치료는 심장질환의 치료에서는 역사가 굉장히 오래됐고 여러 가지 과학적인 발전이나 약물의 발전에 가장 혜택을 많이 보는 것이 심혈관 질환이라고 할 정도로 다양한 약물들이 있다. 환자의 위중도에 따라서는 약물의 강도나 세기가 달라지고 필요한 경

우에는 주사제가 추가되는 경우가 있다. 가장 중요한 약제 중 하나는 아스피린이고 환자가 가지고 있는 위험요인, 고혈압이나 당뇨, 고지혈증 등에 해당되면 이에 대한 치료와 교정이 반드시 필요하다.

그런 치료에도 증상이 호전되지 않거나 기본 검사에서 아주 고위험환자로 판명됐을 때에는 심전도 검사에서 심근경색이 의심 될 때는 조영술을 실시해 혈관의 병변을 찾고 병변이 아주 위중할 정도의 협착이 있을 경우에는 시술을 통해 혈관을 열어주는 관상동맥 시술을 해주는 것이 필요하다. 관상동맥시술은 1970년대부터 전 세계적으로 시작하고 있는 시술로 환자의 증상을 개선하고 환자의 생명을 살릴 수도 있는 치료 방법이라고 할 수 있다.

▲예방과 조언

혈관의 70%가 좁아져야 증상이 나타나는 심혈관 질환은 미리 증상을 발견하기 어렵고, 갑자기 발생하는 것이 가장 큰 문제다. 때문에 평소 심혈관 질환의 위험요인을 살피고 미리 예방하는 것이 가장 중요하다. 반드시 금연을 해야 하고, 고혈압이나 당뇨는 치료 적정수준까지 유지하는 것이 가장 중요하다. 특히 혈압·당뇨 환자들은 약을 먹는다고 해서 본인이 치료되고 있다고 생각하는 경우가 많은데 실제로 측정해보면 당이나 혈압조절이 안 되는 경우가 굉장히 많다.

본인이 모르는 사이에 계속 질환이 악화될 수 있기 때문에 적절한 체크와 주기적인 검사를 통해 상태가 어떤지 잘 관리하는 것이 중요하다. 그래서 운동이나 체중조절, 생활습관에 필요한 교정들을 통해서 건강 상태를 계속 유지하는 것이 방법이다. 덧붙여 약제를 잘 먹고 약제에 대한 부작용이 있을 때 임의로 약을 끊거나, 증상이 개선됐을 때 완치된 줄 알고 약을 끊는 경우 상당수가 재발하기 때문에 꾸준히 유지하고 상태에 따라 의사와 적절하게 상의해 조정하는 것이 중요하다.

사진으로 보는 지구촌 소식

“타노스 장갑 갈조?”



최근 미 사우스캐롤라이나주 그린빌의 사우스캐롤라이나 대학 그린빌 캠퍼스 실험실에서 릴리 라리머(8)가 자신이 착용한 3D 프린트 의수를 보여주고 있다. 릴리는 오른쪽 손가락 결함을 가지고 태어났는데 그의 가족은 이 대학에서 아이들에게 3D 프린트 의수를 제공한다는 공지를 접하고 여기에 등록했다고 전했다.

구독 · 광고문의 063-288-9700

‘각양각색’... 벨기에 뗏목 경주



지난 15일(현지시간) 벨기에 남부 디낭의 뗏목강에서 연례 세계 육조 뗏목 경주가 열려 참가자들이 익숙스레 경쟁하며 노를 젓고 있다. 1982년에 시작한 이 대회에서 참가자들은 가장 인상적으로 만든 육조 뗏목으로 뗏목강 1km를 달리며 우승자를 가린다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사설

일본에 맞설 전북 탄소기술 고도화 기대

전북도는 탄소산업과 관련해 야심찬 의지를 보여준 적이 있다. 산업부가 공모한 ‘탄소복합체 신재생 평가 기반구축사업’에서 최종적으로 선정되었던 것 말이다. 그게 지난해의 일이지만 지금 생각해도 매우 반가운 일이다. 도내 탄소산업 뿐만 아니라 대외적으로도 힘을 발휘할 수 있게 됐기 때문이다. KS, KC 등 중소기업제품 성능 인증과 신기술 인증을 받은 중소기업체들도 양질의 인증 서비스를 제공할 수 있는 기반이 다져졌다고 평가했던 것이다.

그후에 탄소산업과 관련해 전북 지역에는 밝은 소식이 드물었다. 그런데 최근에 밝은 소식이 전해졌다.효성이 전주 공장에 8천억원 투자를 약속한 것이다. 일본의 무역 도발로 탄소산업 분야가 타격을 받으리라 예상했는데 오히려 분발의 계기가 되었다. 한국과 일본 간의 경제 전쟁에서 효성이 치고 나가는 동력을 보여주고 있음이다. 효성의 그같은 투자는 의미가 매우 크다. 전북의 탄소산업이 진일보하리라는 기대는 물론이다. 동시에 일본에 맞서는 효성의 표류의 소리로 들리고 있는 것이다.

극일 위에서는 무엇이든 용단이 필수적이다. 전북도와 관계자들은 이제 탄소산업의 고도화를 위해

뛰어야 한다. 일본으로부터 벗어날 수 있도록 탄소산업을 꾸준히 성장시켜 최고 먹거리 산업으로 만들어야겠다는 것이다. 반드시 그렇게 해야 할 책임에 전북도와 탄소산업 관계자들은 고무되어야 한다. 그러므로 지금은 많은 투자를 해야 할 때이다. 동시에 외연 확대로 미래 발전상을 미리 보여야 한다. 일본을 따라잡는 기업을 토해야 한다는 당부이다. 일본이 세계 시장의 70%를 점유하고 있다지만 그게 계속될 리는 없다. 예전에는 일본의 전자 산업이 세계를 호령했지만 21세기 들어서는 아니다. 오히려 한국과 미국과 중국에 밀려 일본이 쪼들려가고 있는 형국이다. 그리고 묵도하고 있는대로 한국이 계속해서 세계 최고의 선두주자로 서 명성을 날리고 있다. 전북으로 대표되는 한국의 탄소산업도 점차 그렇게 되지 말란 법은 없다.

전북도는 탄소산업에 힘을 쏟으면서 도민들의 기대도 한껏 키워다. 십수 년 넘게 해마다 공표한 것을 잊어서는 안 된다. 한국 탄소산업의 중심지로 만들겠다고 선언했던 것을 도민들은 생생히 기억하고 있다. 그러므로 이제 훨씬 더 많은 힘을 쏟아야겠다. 도민은 탄소산업의 고도화로 일본에게 본때를 보여줄 것을 바라고 있다.

고용 안전 계속 도모해야

고용 안정을 계속 도모해야겠다. 고용 안정 문제를 손 놓고 있어서는 곤란하다.지역경제가 불안정한 데다 일자리가 부족한 까닭이다. 역사나 예전 그대로 청년 실업률이 심각하다는 지적이다. 고용률 최저라는 성적표가 변함없이 계속되고 있는데 전북도와 지역사회가 속히 해결해야겠다. 전국 최하위 고용률이라는 이 부끄러운 기록이 과연 언제까지 지속될지 난감하다. 정말이지 청년고용 활성화에 관심을 갖고 대책을 강구해 마땅한 오늘이 아닐 수 없다.

호남통계청 전주시사무소가 발표한 고용동향을 보면 답답할 뿐이다. 전북도는 먼저 출생수범하는 자세로 지역 인재 고용의 사례를 많이 보여줘야겠다. 지역의 청년고용 열기가 아직도 미지근한 것은 부인할 수 없는 사실이다. 외환위기 이후 청년실업률이 가장 높다는 지적에도 불구하고 그와 관련해 전혀 고민하지 않고 있으니 별일이다. 미취업 젊은이들이나 비정규 직장에 있는 젊은이들의 고통이 어느 정도인지 감각이

둔한 탓이다. 청년 취업률이 미미한데도 어떻게 끌어 올려 보려는 움직임이 없으니 무슨 이유로 그러는지 알 수가 없다.

전북도는 고용 열기를 더 달구어야겠다. 물론 도내 모든 공공기관도 지역인재 고용에 적극 동참해야 한다. 전북도와 각 시군 지자체와 공공기관들은 많은 젊은이들이 아직도 미취업자로 있음을 직시해야 한다. 일자리가 예전보다 못한다 오히려 줄고 있는 현실이 답답하다. 고용 현실이 전국에서도 밑바닥 수준이라는 지적이 괜한 것이 아니다. 전북도와 각 지자체는 청년 실업의 현실을 총체적으로 보아야 한다.

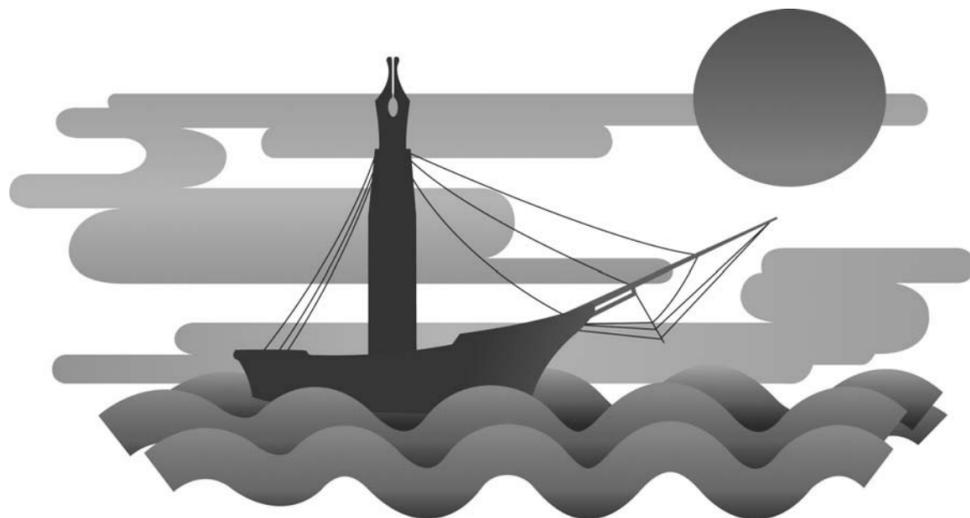
거둬 말하거나 청년 고용문제는 손 놓고 있을 일이 아니다. 그리고 한두 번 해결을 모색해보고 그만 둘 것도 아니다. 일자리 창출이며 고용 실적이 낮음에도 그럭저럭 괜찮은 것처럼 넘어가려는 것도 그 모양이 안 좋다. 일자리 창출이며 청년 고용은 전북도와 각 시군 지자체의 진정성과 능력 발휘가 관건이다. 그리고 공공기업들의 협조도 필수적이다.

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