

건강칼럼

“임신부도 인플루엔자 예방접종 하나요?”... 올해부터 무료접종 가능

따가운 햇살이 내리쬐던 여름이 지나고 어느덧 아침저녁으로 쌀쌀한 기운마저 느껴지는 가을이 돌아왔다. 푸른빛으로 가득하던 길거리 풍경도 시나브로 가을빛으로 물들어간다. 가을은 그 자체만으로도 아름다운 계절이지만 예전부터 겨울을 준비하는 시기로 여겨져 왔다. 인플루엔자(Influenza) 예방백신은 우리 몸이 건강하게 겨울을 나기 위한 월동준비와 같다.

우리가 흔히 독감으로 알고 있는 인플루엔자는 A형 또는 B형 인플루엔자 바이러스에 의한 감염병으로 매년 겨울철에 유행한다. 따라서 인플루엔자 유행 시작 전인 10~11월에 예방접종을 완료하는 게 좋다.

인플루엔자 예방접종은 지정 의료기관이나 보건소에서 쉽게 할 수 있다. 인플루엔자 예방백신 무료접종 대상은 고위험군인 만 65세 이상 노인, 생후 6개월~12세 어린이가 포함된다.

특히 올해부터는 임신부도 무료접종 대상에 포함된다. 단, 산모수첩 등을 통해 임신 여부가 확인되어야 한다. 지원 기간은 2019년 10월15일



김 윤 정

가톨릭대학교 인천성모병원 교수

부터 2020년 4월30일까지다. 보통 임신부가 인플루엔자에 감염되면 심박수, 심박출량 및 산소 소비량 증가, 폐활량 감소, 면역기능 변화 등으로 인플루엔자 중증 합병증이 발생할 위험이 높아진다. 특히 임신 2주산기 또는 3주산기에 있는 임신부는 비임신부에 비해 인플루엔자 관련 합병증으로 병원에 입원할 가능성이 4배 이상 증가하는 것으로 알려져 있다.

인플루엔자 예방백신은 백신에 포함된 바이러스 종류의 개수에 따라 3가와 4가로 구분한다. 3가 백신은 2종류의 A형 바이러스와 1종류의 B형 바이러스가 포함돼 있고, 4가 백신에는 추가적으로 B형 바이러스 1종류가 더 포함된다. 무료 접종 대

상의 경우 3가 백신은 국가 지원으로 가능하지만 4가 백신은 전액 본인 부담한다.

인플루엔자는 급성 인플루엔자 환자가 기침이나 재채기를 할 때 분비되는 호흡기 비말(droplet)을 통해 사람에서 사람으로 전파된다. 따라서 인플루엔자 환자와 밀접하게 접촉할 때 감염 가능성이 높다.

흔한 증상은 갑작스러운 발열(38도 이상), 두통, 전신쇠약감, 머리기침, 인후통, 코막힘, 근육통 등이다. 다만 어린이의 경우 성인과 달리 오심, 구토, 설사 등 위장관 증상이 동반될 수 있다.

인플루엔자 바이러스에 감염되면 우선 안정을 취하고 수분섭취 또는 필요에 따라 해열진통제 등을 사용

하는 대응요법으로 치료한다. 합병증 발생의 위험이 높은 고위험군은 인플루엔자 항바이러스제를 사용하기도 한다. 인플루엔자 증상 발현 후 48시간 이내 사용하는 경우 증상을 완화시키거나 이환기간을 단축시키는 효과가 있다. 항바이러스제 사용 여부는 담당 의사와 상의 후 결정한다.

인플루엔자 예방접종 후 생길 수 있는 이상반응은 실제로 드물게 나타난다. 접종 후 발적, 통증, 소양감, 발열 등 발생할 수 있다. 또 달걀 단백질에 의한 알레르기 반응 등이 나타날 수 있고, 양쪽 하지부터 마비가 진행되는 길랑-바레 증후군이 매우 드물게 발생하는 것으로 알려져 있다.

인플루엔자를 예방하는 가장 효과적인 방법은 사전에 인플루엔자 백신을 접종받는 것이다.

인플루엔자 바이러스 감염 시 합병증 발생이 높은 대상자(고위험군)를 비롯해 고위험군에게 인플루엔자를 전파시킬 위험이 있는 대상자, 집단생활로 인한 인플루엔자 유행 방지를 위해 접종이 권장되는 대상자는 예방접종을 받는 것이 좋다.

사설

정부의 전북 벤처 육성 현황 전국 1% 수준

벤처기업들의 형편이 궁궁하다. 지역 경제가 가파르거나 어려운데 벤처기업들 쪽에서 힘들다고 호소할 때면 불안을 떨칠 수 없다. 새로운 일자리 창출은 고사하고 오히려 알량한 일자리마저 줄고 있는 까닭이다. 그래서 여기 또다시 짊어지고 싶은 게 있다. 도내 벤처 기업 생존률이 전국 최하위라는 보고가 있었는데 최근의 형편은 어떤지 궁금하다. 갈수록 악화되는 그런 일만은 없어야 하는데 참으로 안타까운 나날이다.

전북도에게 다시 묻거니와 벤처기업들의 형편이 궁궁하다. 악화됐으면 악화됐지 나아지지 않았을 거라는 짐작에도 불구하고 현황을 팩트로 확인하고 싶은 것이다. 문제가 있다면 그쪽에 힘을 실어서 성장동력을 다시 살려내야 한다는 바람에서이다. 전북도는 현안들을 넓게 챙기는 가운데 벤처 기업들 관심을 두어야 한다. 도내 기업들의 생존률 통계 보고를 보면 그동안 얼마나 험난한 세월을 보냈는지 알 수가 있다.

전북도는 지금 그 무엇보다도 지역 경제를 열려하지 않으면 안 된다. 벤처기업들 쪽에서 밝은 소

식이 들리지 않고 있는 요즘이다. 전북도는 지역 경제의 흐름이 어려울수록 어려운 기업의 형편을 살펴야 한다. 늘 그랬거니와 돈이 돌지 않는 전북 경제는 정체된 상태이다. 벤처 투자 시장 규모가 정부의 활성화 정책이 힘입어 급속도로 커지고 있다는데도 전북의 현실은 그게 아니다. 정부의 전북 투자 비중은 전국의 1%에 불과하다. 이것은 푸대접이라도 보통 푸대접이 아니다.

전북도는 도내 벤처기업들을 도와야 한다. 전북도는 도내의 여러 벤처기업들이 애쓰고 있음을 잊지 말아야 한다. 그러므로 전북도는 기업들의 생존률이 저조한 것을 두고 생각이 많아져야 한다. 벤처기업들이 재류의 일을 다 할 수 있도록 힘을 실어주려는 것이다. 벤처기업들이 잠재야 청년실업 문제도 조금이나마 짐을 덜 수 있을 터이다. 전북도는 정부를 상대로 목소리를 내야 한다. 전북도가 아무리 작은 지자체라지만 지난 수년 간 전국1% 수준은 너무했다. 정말이지 이대로는 곤란하다. 전북도는 도내 벤처 기업들을 돕기 위해 뛰어야 한다.

도내 65세 이상 고령 인구 20% 넘어

전북도는 생각해 생각을 더해야겠다. 고민해야 할 것이 하나들이 아니기 때문이다. 그 많은 것들 중 하나가 인구 고령화 현상이다. 여러 번에 걸쳐 삼삼치 않다고 했는데 그게 기우가 아니었다. 통계청이 발표한 내용에 따르면 우리 지역은 초고령화 사회로 접어들었다. 도내 전체 인구 182만3천9백여명 중에서 65세 이상의 인구가 36만15천여 명으로 전체 비율 20%를 넘게 기록하고 있다. 이같은 수치는 지난해 같은 때와 비교해 많이 상승한 것이다.

전북이 초고령 사회로 진입하고 있음은 반가운 현상이 아니다.전국의 광역시도 중에서 우리 전북의 인구 감소 폭이 제일 컸는데 거주 인구마저 초고령화 현상을 보이고 있으니 대략 난감이다. 청년 인구 유출에 더하여 저출산이 고민이 되고 있는 중에 노인 인구의 증가는 우리 지역 사회의 여간 큰 숙제가 아닐 수 없다. 65세 이상의 인구 증가는 우리 전북이 활력을 잃고 있음을 의미한다. 인구 감소로 도내 읍면 동의 77%가 소멸 위기라는 진단이 있었는데 보다 실효성 있는 대책을 강구해야겠다.저변에 인구 늘리기 민관 실천 협약이 어찌됐는지 궁금한 오늘이다. 전북도가 “인구법을 쌓아

전북 소멸을 막자”고 강조해 천명했었는데 말이다.

전북도는 서울시의 경우를 보아야 한다. 얼마 전에 서울의 65세 이상 인구가 전체 15%를 넘어섰더니 서울시청 당국자가 걱정을 말했는데 우리 전북의 경우는 그보다 훨씬 더 심각하다. 이대로 속수무책으로 있어선 곤란하다. 저변에도 언급한 바 있지만 행정 자치부가 발간한 ‘행정자치연보’의 내용을 보면 전북의 현실이 어떠한지 알 수 있다. 매년 전년도에 비해서 인구가 감소하고 있는 것이다.

우리 전북이 늙어가고 있다는 진단은 결코 허튼 것이 아니다. 65세 이상의 노인 인구 비율이 2016년에 18.12%이던 것이 2017년에는 18.72%로 늘었다. 그리고 2018년에 19.27%이던 것이 올해는 앞에 밝힌대로이다. 이것은 추세는 앞으로도 계속될 공산이 크다. 전북도는 젊음을 위한 일자리 창출과 함께 어떻게 하면 출산 장려를 성공시킬 수 있을까 고민해야 한다.생산 능력이 떨어지는 늙은이란 갈수록 늘고 있으니 딱하다. 전북도는 대책을 세워야 한다. 이리다가는 현재의 180만 명대가 무너지는 것도 시간 문제이다.

독자제언

가을철 교통사고를 예방합시다

무더운 더위가 지나고 아침 저녁으로 선선한 바람이 옷깃을 여미게 만드는 계절이 왔다. 가을이 오면 전국 각지에서 펼쳐지는 다채로운 행사와 형형색색 물든 단풍 등을 보기 위해 전국 각지 명소에는 관광객들로 인해 문전성시를 이루고, 도로는 평소보다 많은 차량들로 인해 몸살을 앓는다. 특히, 10월~11월은 년 중 교통사고가 가장 많이 발생하는 시기이기에 교통사고 예방을 위해 각별한 주의가 필요하다.

도로교통공단에 따르면 10월(5만 8519건), 11월(5만7640건)에 연달아 연중 최대 교통사고가 발생했으며, 사망자 및 부상자 수는 10월(1233명·8만 7169명), 11월(1093명·8만4169명)에 이르는등 심각한 인명피해를 낳았다. 더불어, 교통사고가 가장 취약한 시간은 금요일 오후 6시에서 8시 사이로 나타났으며 주말이 시작되는 금요일(1만8127건)에 사고 발생 건수가 가장 많았고, 사망자와 부상자도 높은 축에 속했다.

이처럼, 교통사고가 발생빈도가 가장 높은 요즘, 일상에서 교통사고를 예방할 수 있는 방법을 알아보자. 첫

째, 서다. 보다, 걷다 보행자 3원칙을 준수하며, 도로를 횡단하기 전 멈춘 후 전후·좌우를 충분히 살핀 후 길을 건넌다. 둘째, 야간이나 눈·비 등이 내리는 날씨에는 운전자의 시야 확보가 저하되기 때문에 보행자들이 외출할 때에는 형광색 계통 등 밝은 색 옷을 착용하고 외출한다.

셋째, 노인 보행자들은 신체적 기능 저하와 인지 능력이 떨어지기 때문에 농촌도로를 운전하는 운전자는 충분한 차간거리 확보와 안전운전을 한다. 넷째, 농촌지역에서 흔히 볼 수 있는 경운기, 자전거, 오토바이, 장애인용 의자차에는 야광반사지를 부착하여 시인성을 높인다. 여섯째, 가을철 농촌 마을도로 주변에 풍, 비 등을 말리는 경우 교통사고 위험이 높기 때문에 마을 공터 등을 활용한다.

예상치 못한 교통사고는 본인뿐만 아니라 주변인에게도 아픔을 줄 수 있다. 운전자, 보행자 모두 상대방을 배려하는 마음으로 안전수칙을 준수한다면 교통사고 없는 안전한 지역을 될 수 있을 것이라고 생각한다.

김병용 고창경찰서 모양지구대 경위

사진으로 보는 지구촌 소식

태국 구조대, 맹독성 킹코브라 맨손 포획



13일(현지시간) 태국 유명 휴양지 꼬리비에서 꼬리비 피택프리카 재단 소속 구조대원들이 길이 4m, 무게 15kg의 킹코브라를 들고 있다. 마을에 킹코브라가 어슬렁거린다는 신고를 받고 출동한 구조대는 주민들을 두려움에 떨게 했던 킹코브라를 포획해 야생으로 돌려보냈다고 밝혔다.

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 굴리겠다는 약속을 드립니다.

