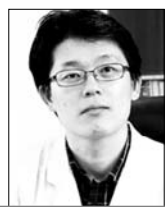


건강 칼럼

코로나19 예방을 위한 여름철 환기 수칙

극심한 폭염과 무더위가 기승을 부리는 가운데 연일 코로나19 감염증 확진자가 1,000명을 넘어가고 있다. 국내 코로나19 발생현황을 보면 이미 사회적 거리두기 4단계에 돌입한 서울 수도권은 그 증가세가 주춤하고 있는데 반해 비수도권에 확산되는 양상이다. 이에 따라 정부는 비수도권 전체의 거리두기 단계를 3단계로 상향 조정하고 4인까지 사적모임 제한 조치도 함께 연장했다. 이러한 상황 속에서 특히 휴가철과 무더운 여름 날씨가 겹치는 7월 말~ 8월 초에는 더위를 피해 떠나는 여행과 밀폐된 실내공간에서의 냉방이 코로나19 감염증 전파를 더욱 확산시킬 우려가 있어 주의가 요구된다. 코로나19 바이러스는 감염자의 비말(침방울)을 타고 사람에게 전파되거나 물체의 표면을 오염시켜 감염된다. 특히 밀폐된 공간에서는 공기 전파도 일으킬 수 있다.



김 이 권
구암한의원장

일상생활의 90%를 머무는 실내에서 환기가 부족하면 외부환경보다 최대 10배 이상 감염 위험도가 증가한다는 연구보고가 있다. 비말 유사입자를 이용한 공기확산 시뮬레이션 실험에서 실내로 유입된 외부공기가 넓은 면을 통해 원활하게 배출(맞통풍)될 때 비말 유사입자가 빨리 감소된다. 즉 환기량이 증가할수록 비말이 빠르게 감소돼 코로나19 바이러스 전파를 현저히 줄일 수 있다. 충분한 환기를 위해서는 먼저 확인 할 것이 있다. 사람 수, 창문

크기, 바람의 경로이다. 사람이 많고, 창문의 크기가 작고, 바람이 적다면 더 잦은 환기가 필요하다. ◆ 여름철 환기 주의사항 ▲일 최소 3회(10분) 이상 창문을 열어 환기 한다. 밀집도가 높은 공간이라면 더 자주 환기를 한다. ▲맞통풍이 일어나도록 문과 창문 동시에 여러 개를 연다. 맞통풍을 유도해 신선한 공기가 실내에 들어오게 하고 창문을 넓게 열기 어려운 경우 지속적인 환기를 시킨다. ▲냉방 중에도 주기적으로 환기

한다. 냉방 중 환기를 하지 않으면 비말이 재순환되면서 감염 확산 위험이 높아진다. ◆ 에어컨 가동 시 주의사항 ▲에어컨 가동 시 최소 2시간마다 1회(10분 이상) 환기한다. ▲풍향은 사람이 없는 방향(천장 또는 벽)으로 풍량은 가능한 약하게 설정한다. ▲대중교통, 공동이용 승합차 운영 시 창문을 지속적으로 조금 열어 둔다. 환기는 여러 개의 창문을 열어 맞통풍 시키는 게 좋지만 창문이 없는 지하 등에서는 비말이 많이 발생하는 활동(강의, 노래 등)을 자제하고 머무는 동안 모두가 마스크를 착용해야 한다. 방문시간은 가능한 짧게 하고 환기설비가 없는 경우 주방 후드나 욕실 배기팬 등을 이용해 환기를 한다. 이때 선풍기를 활용해 정제된 공기가 나갈 수 있는 방향으로 흐르도록 해 환기를 촉진하는 게 좋다.

사설

국내 어느 언론사의 국제망신

국내 글자의 어느 방송국이 2020 도쿄올림픽 개회식 중계 등에서 벌어진 초유의 방송 사고에 대해 대국민 사과를 했다. 상처 입은 해당 국가에도 직접 서한을 통해 사과했다. 사과는 언론사 사장이 직접 나섰다. 지난 7월 26일 기자회견을 열고 개회식과 남자 축구 중계 등에서 벌어진 그래픽과 자막 사고 등에 대해 대국민 사과를 한 것이다. 해당 언론사는 지난 7월 23일 생중계한 '2020 도쿄올림픽' 개회식에서 우크라이나 선수단이 등장하자 체르노빌 원자력 발전소 사진을 넣었다. 각국을 소개하기 부적절한 이미지를 사용하면서 논란의 중심에 섰다. 국제적인 비난이 쏟아지자 언론사는 공식 자료를 통해 "국가 별로 입장하는 선수단을 쉽게 소개하려는 의도로 준비했지만 당사국에 대한 배려와 고민이 크게 부족했고 감수 과정도 부족했다"고 재차 사과했다. 하지만 방송 사고는 또 터졌다.

논란이 가라앉기도 전, 이번에는 상대 국가 선수를 조롱하는 듯한 자막으로 논란은 가중됐다. 일본 이바라키현 가시마 스타디움에서 열린 2020 도쿄올림픽 남자 축구 B조 예선 대한민국 대 루마니아 경기에서 루마니아 선수 라즈반 마린이 자책골을 넣었다. 그러자 중간 광고 때 우측 상단에 "교마워요 마린 자책골"이라는 문구를 띄워 시청자를 황당하게 했다. 선수를 조롱하는 듯한 자막에 대해 전 세계 누리꾼의 공분이 이어졌다. 해당 언론사는 전 세계적인 코로나 재난 상황에서 지구인의 우정과 연대, 화합이라는 올림픽 정신을 훼손하는 방송을 했다. 상식 이하의 문제를 일으킨 것이다. 국가 명예에도 며칠을 한 셈이다. 이번 방송 사고의 가장 중요한 원인은 기술적인 문제가 절대 아니다. 올림픽 정신을 제대로 반영하지 못하고 참가국을 존중하지 못한 것이 근본 원인이었다.

김제 공덕면의 나눔 문화 사업

김제시 공덕면의 나눔 문화 사업이 관심을 모으고 있다. 공덕면은 착한 가정, 1인 1계좌 갖기 등 나눔 문화 확산에 앞장서고 있다. 1인 1계좌 갖기는 매월 일정 금액을 공덕면 지역사회보장협의체로 정기 기부하여 관내 저소득 계층을 위한 사업이다. 공덕면은 북카페 사업도 적극 벌이고 있다. 공덕 북카페는 지난 4월 관내 복지회관에 드럼세탁기(24kg) 1대(170만원 상당)를 기증했다. 공덕면 복지회관은 독거노인, 중증 장애인과 만성 질환자 가정 등 저소득 세대의 세탁 지원을 위해 빨래방을 운영해 왔다. 북카페는 노후화된 세탁기를 교체하여 사랑의 빨래방이 원활히 운영될 수 있도록 적극적으로 지원하고 있다. 북카페는 오랫동안 방치돼 있던 공덕면사무소 별관 회의실을 주민 주도형 혁신 문화공간으로 조성했다. 도서 1200권과 27석 규모의 안락한 좌석도 마련했다. 이는 주민들의 책 읽는 문화에 이바지하는 일로 호평을 받고 있다. 이곳에서는 저렴하고 맛있는 음료를 제공하여 주민들의 커뮤니티 복합공간으로 활발하게 운영하고 있다. 한편 김제시 오정동에 위치한 주식회사 엄지식품 제1공장에서 지난 7월 만두 15박스(60만원 상당)를 공덕면 행정복지센터에 기부했다. 엄지식품은 국내 최초로 손만두 사업을 시작하여 올해 32주년을 맞는 만두 생산 선발 업체다. 냉동 만두뿐만 아니라, 도시락 및 가정 간편식 분야로 성장했다. 공덕북카페 문성주 대표는 "주민들과 소통하며 지역사회의 온정을 나눌 수 있도록 나눔 실천에 앞장서겠다"고 말했다. 천만영 공덕면장도 "공덕면 또한 지역사회 복지 증진을 위해 열심히 노력하겠다"고 했다. 이웃들에게 기부하는 마음이 절실한 요즘이다. 나눔 문화 사업을 통해 이웃들이 모두 행복한 세상이 되도록 최선을 다하기 바란다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

벨라루스 대선 반대, 리투아니아서 반정부 시위



9일(현지시간) 리투아니아 수도 빌뉴스의 루키스케스 광장에 벨라루스 국적 사람들이 모여 지난해 알렉산드르 루카셴코 벨라루스 대통령의 장기집권을 촉발한 대선 반대 대규모 시위 1주년을 맞아 항의 시위를 벌이고 있다. 당시 시위에는 20만 명 이상이 참가한 것으로 알려졌다. 루카셴코 대통령의 폭력 진압으로 3만5000명 이상이 체포되고 주요 야당 인사들이 감히거나 강제 출국당했다.

트위터에 성난 인도 시위대



9일(현지시간) 인도 뉴델리의 트위터 사무실 밖에서 청년 의회원들이 시위 중 돌고 있던 트위터 손켓알 등을 불에 태우며 구호를 외치고 있다. 시위대는 인도 야권 지도자 라홀 간디가 지난 1일 승려들에게 성폭행당한 뒤 살해된 9세 달리트(불가촉천민) 소녀의 가족을 만난 사진을 트위터에 올렸다가 계정이 일시 정지된 것에 항의하며 시위를 벌였다. 간디는 트위터에 "달리트의 딸도 국가의 딸"이라고 쓴 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 행태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

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

