

건강 칼럼

심한 가려움이 특징인 한포진, 치료 시 중요한 부분은?

한 포진은 물집습진이라고도 불린다. 이름에서 유추할 수 있듯이, 작은 물집을 형성하는 것이 특징적이며, 특히 손바닥이나 발바닥에 발생하는 경우가 많다.

한포진이 발생하는 원인은 여느 피부질환과 마찬가지로 명확하게 알려진 바는 없지만 여름철에 더 악화되고, 스트레스와 관련 있는 발의 발생 부위와 관계 있기 때문에 발의 분비를 조절하면 증상이 호전되는 경우도 발견할 수 있다.

증상은 어느 연령에서나 호발하는데 초기에는 가려움이 선행되면서 작은 물집들이 발생하고, 작은 물집들이 서로 합쳐져 큰 물집을 이루기도 한다.

대개 가려움이 심한 것이 특징이며 물집이 발생했을 때 아무래도 환자들이 작은 물집을 터뜨리는 경우가 많다.

하지만 물집을 터뜨리거나 벗겨내는 것은 좋지 않다. 심한 경우 진물이 나는 경우도 있으며 대개는 재



조 용 훈
미소로한의원 원장

발경향이 심하고 치료하는 과정에서도 호전과 악화가 급격하게 나타나는 경우가 많기 때문이다. 한포진의 발생 부위가 아무래도 손바닥, 발바닥이기 때문에 어느 다른 부위보다 외부 자극이 많은 것이 잦은 재발과, 급격한 호전과 악화의 원인으로 작용될 수 있다.

따라서 평소 생활을 하면서 환부의 자극을 줄이는 것이 중요하다. 뿐만 아니라 직업적인 이유로 화학용품 자주 만지거나, 손 발을 많이 사용하는 경우는 가끔적이면 환부를 최대한 보호하는 것이 습진

예방에 좋다.

또한 스트레스와 증상의 악화가 깊은 연관이 있기 때문에 스트레스를 받는 환경을 회피하는 것 또한 중요하다고 볼 수 있는데 이런 생활 관리적인 면이 잘 통제되면서 치료에 임하여야 치료할 때도 한포진의 호전경과가 더 좋다.

한포진을 치료할 때 주의해야 할 점은 환부의 외형이 무좀과 비슷하기 때문에 치료시에 잘 감별하는 것인데 한포진을 무좀으로 오인하여 진균연고를 바를 경우 병터가 악화되는 경우가 많기 문이다.

한의학적으로 한포진은 칠정상(스트레스로 인한 내인), 기혈의 허약(면역력 저하), 기체혈어(순환의 정체), 외사(외부 자극)로 인한 질환으로 볼 수 있다.

환자별로 어떠한 요인이 더 우세한지, 어떤 요인들로 인해서 증상이 더 악화되는지를 잘 파악하여야 증상을 호전시키고, 질환을 치료할 수 있다.

또한 치료 이후에도 환경적인 요인의 관리와 건강한 체질을 잘 유지할 수 있도록 관리를 하여야 재발을 줄일 수 있다.

한방에서는 다양한 방식으로 습진을 치료하고 있는데 우선 개인별 몸 상태를 체크한 후 그에 맞는 치료를 진행하게 된다. 눈에 보이는 증상을 케어하는 외치와 면역력을 향상시켜 원인이 되는 몸 속의 요인을 바로잡는 내치, 치료 진행 과정 중에서 변화되는 몸상태에 적시 반영하는 처방을 진행해 건강한 피부상태로 회복시키도록 한다.

사설

한국 세계 10위 경제규모

한국의 경제 규모가 2022년 올해도 세계 10위를 차지할 것으로 전망되고 있다. IMF의 전망대로라면 한국은 지난 2020년부터 2022년까지 세계 경제 순위 10위를 3년 연속 유지하게 되는 것이다.

한국의 GDP 순위는 2005년 10위를 기록한 이후 줄곧 10위권 밖에 있다가 2018년 비로소 10위에 올랐다. 하지만 이듬해인 2019년 12위로 두 계단 하락했다가 지난해 다시 10위를 탈환했다.

한국이 지난해와 올해 10위를 유지할 수 있는 것은 코로나19 사태의 충격 속에서도 꾸준히 경제 성장을 이어갈 것으로 보이기 때문이다. 2020~2021년 평균 성장률을 보면 한국이 1.7%로 오히려 주요 7개국(G7) 국가들보다 높다.

2년 평균 성장률은 미국이 1.3%, 캐나다가 0.2%로 플러스 성장을 기록할 뿐이다. 나머지 영국·프랑스·독일·일본·이탈리아 등 국가는 모두 마이너

스로 추산된다. 한국 바로 아래 순위에 있는 브라질과 러시아의 올해 경제성장률 전망치는 5.2%, 4.7%로 한국보다 높다. 그러나 이 역시 작년 거저효과가 반영됐다.

내년 경제 성장률은 브라질(1.5%)과 러시아(2.9%) 모두 한국(3.3%)보다 낮을 것으로 전망됐다.

한국은 향후 수년간 10위를 유지할 것으로 예측된다.

삼성, LG, 현대 등 재벌 기업들의 성과가 두드러진 것도 요인이다. 팬데믹 기간 전자 장비 수요가 급등하고, 재택근무 등으로 업무 환경이 변화한 때문이다.

코로나19 팬데믹 이후 전 세계 무역이 위축되거나 한국 경제에 큰 도움이 될 것이다. 이는 추후 몇 년 동안 한국 경제의 성장을 이끄는 요소가 될 것이다. 한편 각국의 경제규모는 미국, 중국, 일본, 독일, 영국, 인도, 프랑스, 이탈리아, 캐나다, 한국 순이다.

국민의 힘 지지율

국민의힘 후보의 최근 지지율 하락이 예상되지 않는다. 연말 연초를 계기로 지지율이 크게 떨어지지 때문이다. 이 같은 상황은 사실 어느 정도 예견된 일이다. '정권 교체론'에 지나치게 낙관적인 태도가 위험했다는 지적이 많다.

급기야 정권 교체론이 정권 재창출론과 비슷해졌다.

윤석열 국민의힘 후보는 정권 심판론에 기대던 당선된다고 확신한 것 같다. 그래서 '압도적 정권 교체'란 말을 서슴없이 했다.

지난해 4·13 보선 이전 국민의힘은 무기력했다. 변변한 서울시장 후보도 없었다. 오죽하면 다른 당 대표에게 손을 벌렸다. 부동산 민심이 없었다면 압승은 불가능했다.

그 뒤 국민의힘은 문재인 정부 성토에 올인을 했다. 수권 경당이 되기 위한 노력을 기울리 한 것이다. 후보는 대통령 자리를 너무 쉽게 생각했다. 가족 의혹을 전혀 정리하지 않고 출마했다.

공정과 상식은 사라졌다. 정치

관의 스피치도 다름나는 것을 뒤늦게 깨달았다. 타협과 협상이 요체인 정치 리더십은 달랐다. 후보는 가족 문제든, 당 내 분이든 당당히 마주쳐서 해결해야 한다.

국가 최고지도자가 되려는 사람에게 피하고 숨을 길은 없다. 김종인 위원장은 선대위 수장을 맡을 때만 해도 윤 후보 대신 승리 가능성을 매우 높게 봤다.

정권교체 요구가 50%를 훌쩍 넘길 만큼 높고 윤 후보의 지지율도 안정적으로 보였다. 사실상 윤 후보 승리를 낙관했다. 그러나 한 달도 안 돼 상황이 급변했다.

윤 후보에게 "선대위가 해달라는 대로 연기 좀 해 달라"며 위기감을 드러낼 정도다. 리스크 수습이 뜻대로 되지 않으면서 김 위원장의 표현도 바뀌었다.

자신감이 한 달 새 불안감을 거쳐 절체절명의 위기점으로 변했다.

국민의 심판은 호랑이보다 무서운 법이다. 윤 후보가 내놓을 '해신카드'가 무엇일지 관심이 쏠린다.

사위기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

미 해군 최초 여성 사령관이 이끄는 항모 '링컨' 출항



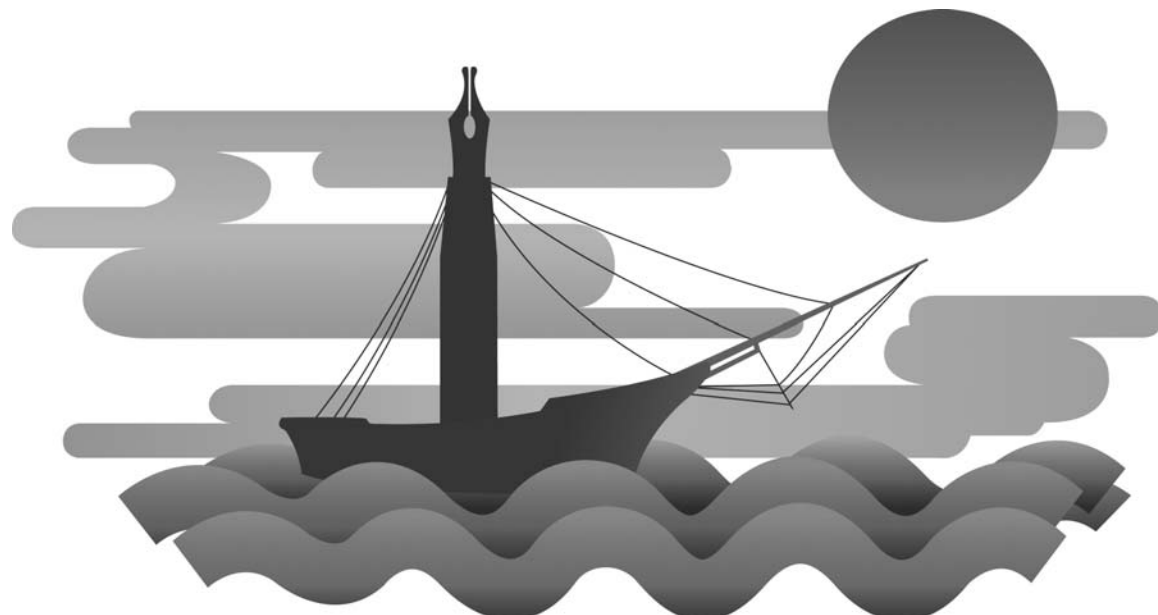
미 해군 최초의 여성 항공모함 사령관 에이미 바우언슈미트 대령이 이끄는 미 항공모함 에이브러햄 링컨(CVN 72)이 3일(현지시간) 미 캘리포니아주 샌디에이고 기지에서 출항했다. 사진은 바우언슈미트 대령이 지난해 8월 19일 미국 캘리포니아주 샌디에이고에서 열린 지휘관 이취임식에 참석해 명령서를 낭독하는 모습.

일본 전통 서예대전 '누기누가 잘 썼나'



5일 일본 도쿄 부도칸 무술회관에서 연례 신년 서예대회가 열려 참가자들이 자신의 서예 작품을 선보이고 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 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.