

건강 칼럼

갑상선암, 왜 발생할까?

자동차의 배터리에 상응하는 인체기관으로 갑상선(甲状腺)이다.

우리 몸은 기초대사량이 줄어들면 '티록신'이라는 호르몬 분비를 증가시켜 대사량을 조절한다. 즉 열에너지 발생량을 늘려 체온을 보존 유지하는 것이다. 문제는 갑상선에 염증이 생겨 정상적인 열이 발생하지 못할 경우 다양한 질환과 증상으로 고생하게 된다. 대표적인 질환이 갑상선기능항진증과 저하증, 갑상선암이다.

갑상선은 뇌와 오장육부 사이에 위치하고 있다. 쉽게 말하자면 양쪽 목에 있는데, 뇌나 오장육부의 온도가 저하될 때 쉽게 울릴 수 있는 위치인 셈이다.

갑상선에 문제가 있으면 가장 먼저 피로를 느끼게 된다.

극도로 피로해져서 일상적인 생활이 어렵다. 자동차에 있어 배터리 기능이 떨어져 시동이 잘 걸리지 않는 것과 같다.

갑상선에서 질환이 생기면 발한 증가, 얼굴 홍조, 탈모, 손발톱의 이상 혹은 가려움증, 두드러기, 혈관 부종 등이 나타난다.

갑상선기능 항진증의 대표적 질환인 그레이브스병은 정강뼈 앞 정맥 부종, 안구돌출증, 말단비대증 등이 특징적인 소견이다.

갑상선의 기능은 방사선치료, 갑

상선 수술, 리튬이나 아스피린 등의 요인들에 의해 쉽게 저하된다.

대형병원에서는 수술이 일반화돼 있어 그런 환자들이 오면 수술을 권한다. 하지만 왜 갑상선암이 생겼는지를 모르고 단지 수술만 한다면 또 다른 부위에서의 종기 종양이 발생치 않겠는가? 암종이 왜 나타났고, 어떻게 해야 근본적으로 치료가 가능한지를 따져 봐야 한다.

조금만 생각해 보자. 갑상선에 질환이 생겼다는 건 갑상선 세포가 손상을 받았다는 것이다. 이는 세포내 미토콘드리아에서의 열에너지가 줄어들면서 심부온도의 저하, 피부 온도의 상승, 모공 닫힘이라는 병리적 현상으로 이어졌음을 뜻한다. 따라서 이러한 염증 기능 항진 및 저하, 종기 종양은 반드시 염증치료를 우선해야 한다.

염증을 치료한다고 세포열에너지 대사를 억제하는 약물을 처방한다

면 이는 염증을 치료하는 게 아니라 무한반복의 악순환만 부르게 된다. 그 이유는 심부온도가 낮아지면 모공은 더 닫히고 몸속에서 발생한 열에너지는 표면정력이 약한 염증 부위로 다시 흘러 방출되기 때문이다. 그래서 필자는 염증 종기 종양 치료의 3대 치료원칙을 아래와 같이 제시한다.

1. 낮아진 심부온도를 높여야 한다.

심부온도가 낮아질 경우엔 혈관이 수축해 혈류속도가 느려지고 혈액의 점성이 상승하는 경향이 있다. 이로 인해 점신의 혈액순환량이 줄어들어 전신부종이나 점액의 부종을 동반할 수 있다. 이들의 증상을 치료하기 위해서도 반드시 심부온도를 높여야 한다.

2. 높아진 피부온도를 낮춰야 한다.

갑상선 질환의 특징 중에는 안면 홍조, 색소침착 등을 볼 수 있다.

이들 모두는 바로 피부온도가 상승한 결과다. 이들의 증상을 치료하려면 반드시 피부 및 조직의 온도를 낮춰야 한다.

3. 닫혀 있는 모공은 열어야 한다. 열에너지는 전도, 대류, 복사, 증발 등 4개 타입으로 점진적으로 풀고 루 이동 방출해야 한다. 그러나 모공이 닫혀 있을 때는 땀의 분비가 줄어들 수 있고, 혹은 땀이 나더라도 구멍이 있는 열골이나 상처 혹은 손과 발바닥으로 국한하는 특징이 있다.

서양의학에서는 대체적으로 땀의 분비가 많을 경우는 항진증으로 보고, 적으면 저하증으로 진단하는 경향이 있다. 그런데 이는 몸 전체를 생각지 않고 국소적이고 지역적인 진단단일 개념의 판단이다.

마지막으로 갑상선염, 갑상선기능 항진증, 갑상선기능저하증, 갑상선암 등과 같이 갑상선 질환을 치료함에 있어 반드시 주의해야 할 점은 세포의 열에너지대사를 억제하는 일체의 행위를 하지 말아야 한다는 것이다.

갑상선약을 복용하면 피로감은 줄어들지 몰라도 몸을 더 얼음덩어리로 만든다는 사실을 잊어서 안 된다.

자동차 배터리는 교환하면 되지만 인체는 갑상선을 교환할 수 없음을 우리 모두가 잘 알고 있다.

강재훈

경희피레토훈의원 원장



독자제언

숙취운전도 음주운전

연말연시 술자리가 잦아지는 시기이다. 술 한 잔하며 회포도 풀고 반갑고 즐거운 술자리를 하다보면 1차, 2차, 어느덧 새벽까지 이어진다.

음주운전을 피한다고 대리기사 불러서 집에 들어갔는데, 한술자고 일어나 출근길에 운전대를 잡았는데 음주단속에 걸렸다. 이것이 숙취운전이다.

대부분의 사람들이 집에 들어가서 한술자고 일어났기 때문에 술이 다 깰을 거란 착각으로 차를 몰고 나온다. 하지만 간밤 늦은 새벽까지 마신 술이 아직도 체내에 남아있어 출근길에 운전대를 잡았다면 이것 또한 엄연한 음주운전이다.

숙취운전을 대수롭지 않게 생각하지만 음주운전 사고의 10%가 출근길 숙취운전으로 발생하고 있다.

숙취운전자들은 평소보다 시속 10km 더 빨리 달리고, 차선위반은 4배, 교통사고위반은 2배가 많다는 연구 결과도 있다.

숙취운전을 결코 간과해서는 안 될 문제이며 음주운전과 똑같이 위험하다는 것을 충분히 인지해야한다.

몸무게 70kg의 보통 체격의 성인 남자가 소주 1병과 맥주 2병을 마셨을 경우, 음주 정지 기준치 이하로 혈중 알코올 농도가 떨어지려면 최소 12시간이 걸린다. 최소 12시간을 따져보면 자정을 기준으로 해도 다음날 점심시간이 돼서야 체내의 알코올 수치가 정상으로 돌아온다는 이야기가 된다.

지난밤 술을 마셨더라도 집만 폭 자고 일어나면 운전대를 잡아도 문제없다는 생각은 매우 위험하다.

물론 체질과 신체 상태에 따라 같은 양의 술을 먹어도 취하는 정도나 혈중알코올 농도는 다르게 나올 수 있다. 숙취운전도 엄연한 음주운전으로 여기고, 출근길, 직접 차량을 운전하는 것보다 버스와 같은 대중교통을 이용하길 바란다.

임수정 진안경찰서 수사지원팀

독자제언

겨울철 무단횡단의 위험성

겨울철이 되면서 밤이 길어지고 오후에 5시가 지나면 주변이 어두워지고 있다.

이로 인해 겨울철 무단횡단의 문제가 더욱 심해지고 있는데, 전체 무단횡단 사고의 절반 이상을 차지하는 오후 6시가 되면 이미 운전자의 시야가 급격히 줄어들 만큼 어두워진다.

대부분의 보행자는 '차가 없어서 피해가겠지' 라는 안전불감증에서 비롯되어 보행자 교통사고가 발생하게 된다. 특히 지리를 잘 아는 곳이라는 이유로 횡단보도가 없는 곳에서 무단횡단을 자주하게 된다.

최근에는 운전자가 교통질서를 잘 지킨 상태에서 무단횡단으로 교통사고가 발생했을 때 운전자가 예측할 수 없는 상황이나 예상하지 못한 돌발 상황일 경우에 운전자에게 무죄가

선고되는 경우도 발생하고 있다.

신호를 무시한 무단횡단자에 대해서는 법이 더 이상 보호해 주지 않는 추세인 것이다.

우리의 몸은 차량과 다르게 어떤 완충장치나 방어막이 없기 때문에 차량의 충돌 시 모든 충격을 몸으로 흡수하고 이 때문에 사망으로까지 이어지는 것이다. 이처럼 위험한 무단횡단을 예방하기 위해서는 적극적인 교통단속도 중요하겠지만 근본적으로 보행자의 인식이 중요하다.

'나는 괜찮겠지' 라는 생각으로 운전자와 보행자 자신 모두에게 위험한 무단횡단을 대수롭지 않게 생각하지 않고, 안전한 보행습관을 기르는 것이 우리 모두에게 안전한 교통문화를 만들어 가는 길이다.

박진희 남원경찰서 교통관리계 순경

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사설

윗물이 맑아야 아랫물이 맑다

본보는 지난 금요일 사설에서 전북도를 비롯해 모든 공무원들에게 주문한 게 있다. 각성하라고 한 것이 그것이다. 국민권익위원회가 보고한 바 전북 공무원들의 청렴도가 지난해보다 떨어진 것을 답답하게 여긴 까닭이다. 전북의 경우 10점 만점에 7.23점을 받아 전국의 17개 광역시도 중에서 7위였는데 내용을 보니 생각보다 심각했던 모양이다. 중간은 벗어났고 어디나고 말하는 공무원이 손과 발바닥으로 국한하는 특징이 있다.

다들까 큰 문제가 터져버렸다. 윗자리 공무원들 중에 사고를 친 이가 있으니 하는 말이다. 공무원의 청렴도를 위해서는 윗자리 공무원들의 모범이 필수적이다. 단체장이든 기관장이든 먼저 모범을 보여야 아래 직원들이 따라가는 것이 상례이다. 요즘 대통령 탄핵정국으로 나라가 하루도 편할 날이 없는데 그것은 대통령이 모범을 보여주지 못했기 때문이다. 국민이 부여한 공권력을 사유화해서 부정부패에 깊숙히 관여한 것은 국가적으로 큰 불행이다. 전북도와 각 시군 지자체의 경우도 그 비슷한 일이 발생한다면 상황이 같을 수밖에 없다.

이번에 이진식 김재 사장에게 다친 일은 지역사회를 위해서 여간 큰 불행이 아니다. 후배가 경영하는 한 사료업체에 특혜를 준 것이 발각돼 끝내는 법정 구속이 된 것이다. 화면이 모자이크 처리가 됐지만 수정이 차여지고 포승줄에 묶인 것을 보게 된 것은 매우 민망한 일이다. 그리고 김승환 도교육감이 감사원에 의해 검찰에 고발됐는데 자기 마음에 든 직원의 근무 성적을 올려 승진시켜준 혐의이다.

그래서 여기 당연한 말을 다시 반복해야겠다. 윗자리에 있는 공무원들은 도덕성이 높아야 한다. 어른의 도마에 오르거나 구설수에 오를 처신을 하지 말아야 한다. 그같이 불미스런 일들 때문에 도내 전체 공무원들은 곤혹스럽다. 공무원들 모두 다 도매금으로 욕 먹게 만들다니 그 얼마나 미안한 일인가. 윗자리 공무원들은 모든 특권의식을 내려 놓아야 한다. 그리고 자기를 주시하는 눈들이 많음을 항상 상기해야 한다. 자기의 한계를 지켜 마음가짐과 몸가짐을 삼가해야 한다. 이제 더 이상 도민의 정서에 반하는 일탈 행위가 없기를 바라는 바이다.

지역인재 우선 채용 머뭇거리지 말라

지역인재 우선 채용 움직임이 이래서는 안 되겠다. 말만 꺼내놓고 무한정 세월만 보내고 있으니 젊은이들이 딱하다. 지금은 지역인재 우선 채용 제도가 시급한 때이다. 그에 대한 공론화가 계속 활발해야겠다. 그래서 저번에 전국역신도시협의회 정기총회 때 다뤘었던 게 생각난다. 전주시장을 비롯해 여러 단체장들이 지역인재 의무 채용에 관한 법제화 등 세 가지 안전을 중앙정부에 건의하기로 했던 거 말이다.

전북도를 비롯해 도내 모든 공공기관은 뭔가를 보여주어야 한다. 지역인재 우선 채용의 필요성에 대해서 진실로 뜻을 같이 해야 한다. 그래서 지방 대학을 나온 지역의 인재들을 위해서 먼저 찾아볼 것이 있다. 지역인재 우선 채용을 위한 건의가 중요하기는 해도 그게 면피용 구색 갖추기라면 곤란하다. 도내 단체장들이 먼저 모범을 보여줬으면 해서 하는 말이다. 지역의 현실을 보면 고용이 여전히 저조하다. 오히려 고용 현실이 예전보다 못하다는 말이 나오고 있을 정도이다. 전북도와 도내 각 지자체와 공

공기관은 진실해야 한다. 도내 새로운 근로자 태반이 비정규직이라는 것은 생각해 볼 문제이다. 현실이 이런데도 지역인재 채용과 관련해 신경을 쓰고 있다면 말이 안 된다. 젊은이들은 고용환경이 더 힘들어졌다는 호소인데 다들 역지사지해야 한다. 이제 일자리 마련과 관련해선 면피용 보다는 합당치 않다. 박근혜 정부가 20대에게 지지율 0%인 것은 부정부패 때문만은 아니다. 일자리 창출 의지도 능력도 전혀 없는 때문이 아니고 그 무엇이겠는가.

지금 전북도와 각 지자체와 공공기관에 주고 싶은 말은 분명하다. 지역인재 채용을 위해서 법적 장치가 필요하다면 그 인식하는 바가 정직해야 한다. 우리 전북 지역의 현실을 보면 거의 모든 업종에서 고용의 질이 떨어진다. 그 까닭이 무엇인지 고민해야 한다. 공무원 사회가 말하는 다르게 경직돼 있는 것도 그 이유 중 하나가 아닌지 고민해야 한다. 지역인재 우선 채용과 일자리 창출은 서로 연관이 있다. 지금 지역인재 우선 채용의 제도가 시급하다.

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 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴러겠다는 약속을 드립니다.

