

건강칼럼

여성들이여 똑똑해져라!

생 리통, 생리불순, 불임, 유산 및 출산 후 관리 등등 여성 질환 진료를 하다 보면 자신의 몸이 너무나 무관심한 여인들이 자주 만나게 되는 안타까움을 자주 느낀다. 임신과 출산을 겪지 않았다면 30대 초·중반이 되어도 산부인과 진료를 받아본 적이 없는 상태에서 증상없이만 하시는 분들이 있는가 하면, 질염으로 진료를 받고 치료를 한 적이 있지만 뱀가 원인 이 되었는지 무슨 약을 썼는지 기억을 못하기도 하고, 초음파 검사까지 하고도 본인의 자궁과 난소 어느 부위에 뭐가 문제가 되었는지를 모르는 경우도 있다. 또한 너무나 중요한 피임법을 모른 채 서로에 대한 굳은 믿음 하나만 갖고 임신이 되었다가 인공유산술을 하고 오는 경우도 적지 않다.

질염과 증상에 따라서는 인방병원 에 가지만 할 수 있는 검사들의 결과치가 있어야 치료계획을 보다 적극적으로 잡고 예측을 가능할 수 있기 때문에 권유를 드리지만, 임신 출산이 아니라면 산부인과는 가면

안 되는 곳으로 생각하는 것 같다. 또는 막연히 호르몬제는 안 좋고 남자의사실까봐 거부감이 생긴다며 안 가는 경우도 많다.

하지만 같은 여성이자 세 번의 출산을 겪고 여성을 진료하고 있는 제 입장에서선 아래와 같이 조언을 해드린다.

만 25세가 넘으면 자신의 자궁과 난소가 정상적인 모양을 하고 있는지, 분비물 양상이 평소와 달리 희뿌옇거나 노르스름하거나 냄새와 불편한 감각(따끔거림, 건조감, 간지러움 등)을 동반하고 있다면 분비물의 배양검사를 통해 어떤 것이 원인이 되어서 어떤 치료를 하게

되는지, 근종이나 물혹 등 기질적인 이상이 있다면 어느 부위에 어느 정도 크기와 깊이로 있는지 등을 기억하고 메모해 두어야 한다.

생리를 거른 적이 없이 잘 하고 있던 여성에게서 수정란이 태아로 발달하는 과정을 방해 받고 나서야 자궁 기형임을 아는 경우도 있다. 질염이라고 생각하고 받던 치료만 고집하던 분이 새로운 남자친구와의 성관계로 성매개성 질염을 받치 하여 낫기 힘들어지기도 하고 혹은 자궁경부암 가능성을 두고 지속적으로 정기검진을 받아야 하는 불안함에 떨기도 한다.

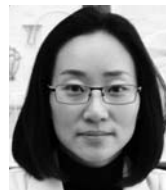
그저 많이들 앓는 근종인 줄 알고

차일피일 미루며 보존적인 치료만 고집했던 여성이 작은 크기의 근종임에도 위치와 깊이가 좋지 않아 임신이 불가능할 것이라는 진단을 받은 바도 있다. 6~7개월 무월경이라도 아직은 고등학생이라 성관계를 한 적이 없어 질초음파가 부담스럽다며 미루고 이로 인해 치료도 미뤄져 치료 효과가 늦어지는 경우도 많다.

여성은 똑똑해야 한다. 발칙할 정도로 똑똑해서 자신의 몸이 상하지 않는 피임법을 숙지하고, 피임을 해야 하는 자신의 배란 주기를 기억하여 남자친구 혹은 남편과의 성관계가 1년 365일 불안하지 않아야 한다. 또한 자신의 자궁과 난소가 정상 모양인지, 질염의 원인이 무엇인지, 자신이 받는 치료 방법이나 처방명이 무엇인지 메모하여 다음에 증상이 재발하였을 때 똑똑함을 보여야 한다. 그런 것이 모두 귀찮다면 적어도 내 기록을 처음부터 끝까지 기억하고 살펴봐줄 단골 산부인과, 단골 한의원도 만들어야 한다.

김준정

미가림여성한의원 원장



독자제언

학대 대물림 끊기 위해 부모교육·상시적 상담 필수

'학대의 대물림' 아동학대의 가장 무서운 점이다. 부모에게 맞고 자란 아동이 성인이 된 후에 자녀를 학대하는 가해자가 될 확률이 높다. 이들은 대개 어린 시절 학대를 받아 이를 훈육으로 받아들이게 되는데 아무런 의식없이 이 같은 행위를 대물림하는 경우가 많다.

어렸을 때부터 체벌과 방임 속에서 성장했다고 하는 부친 아동 시신해소 사건이 가해자인 부모가 바로 그 예이다.

전국 아동학대 현황보고서에 따르면, 아동학대의 학대행위자의 80%가 부모라고 한다. 이중 보호자의 양육기술 미숙으로 인해 학대행위를 하게 되는 경우가 30%에 이른다.

부모가 될 준비없이 자녀를 맞이하게 된 부모들은 자녀를 스스로 부정하고자 하는 마음으로 더욱더 가혹하고 잔인한 방법으로 학대행위를 행하게 된다. 자신이 어떤 행동을 하고 있는지 인식조차 하지 못한 채 말이다.

이 같은 대물림의 사슬을 끊기 위해 서 부모 교육과 상시적 상담이 필수다. 우리나라에서는 부모 역할에 대한 교육이 거의 이뤄지지 않고 있다. 부모 역할을 연습시킬 필요가 있다. 그

렇기에 저소득층 밀집 지역 등 아동학대 위험이 높은 지역의 부모를 대상으로 교육을 실시하여 아동학대는 예방해야 할 것이다.

또한 부모 중 자녀를 자신의 소유물로 여기고 '잘못하면 때려서라도 고쳐야 한다.'는 잘못된 통념으로 폭력을 행사하는 경우가 많이 있는데 아동의 잘못된 행동은 매를 통해 고쳐지지 않을 뿐 아니라, 어떤 이유로도 아동을 대상으로 한 폭력은 정당화 될 수 없다는 것을 알아야 한다.

이처럼 어린아이들에게 있어서 본인 들을 보호해주고 사랑해주어야 할 부모가 가해자로 둔갑하여 사랑의 매를 들어 아이들에게 학대를 가하게 된다면 아이들은 고통과 아픔 속에서, 신체적으로도 정신적으로도 정상적인 성장을 못하게 된다.

아직까지도 모의 폭력에 시달리거나, 음침한 곳에 방치된 채 배고픔과 고통에 신음하는 아이들이 지금도 우리 주변에 있다. 이렇게 불행한 환경을 견디며 살아가는 아이들이 없도록 다함께 지켜주고 우리 모두가 아동학대 예방을 위해 노력 해야한다.

연보배 익산경찰서 평화지구대 순경

독자제언

소화기·단독경보형감지기 설치 '작지만 강한 보험'

2015년도 전국 화재발생 통계에 따르면 화재건수 4만4천432건 중 1만1천124건(약 25%)이 주거시설에서 발생했고, 화재로 인한 사망자도 전체 253명 중 165명(약 65%)의 인명피해가 주거시설에서 발생한 것으로 분석됐다. 주거시설 화재건수는 전체 화재의 4분의 1인데 비해 인명피해는 전체의 절반을 훨씬 웃도는 것으로 나타난 것이다.

이는 주택화재의 대부분이 초기대응 미흡으로 연소가 확대되는 경우가 많고, 화재가 심아 취침 시간대(0~2시)에 발생해 화재사실을 조기에 인지하지 못함으로써 유독가스 흡입으로 인한 인명피해가 많기 때문으로 자체 분석됐다.

이러한 주택화재에 대한 인명피해를 최소화하고자 지난 2011년 8월 4일자로 '화재안전, 소방시설 설치·유지 및 안전관리에 관한 법률'이 개정됐다. 법률에 따라 신규주택에 대해서는 2012년 2월 4일부터 의무적으로 주택용 소방시설을 설치하도록 규정돼 시행하고 있으나, 이미 건축된 주택에 대하여는 5년간 유예를 뒤 2017년 2월 4일까지는 모두 설치를 완료해야 한다.

주택용 소방시설이란 소화기와 단독경보형감지기를 일컫는 말로 소화기 1대는 초기화재 시 소방차 1대 묶음을 해 조기에 화재를 진압할 수 있다. 단독경보형감지기는 화재발생 상황을 소리로 알리는 기기로 가격도 저렴하고 설치도 간단하면서 화재를 조기에 인지해 신속한 대피를 가능하게 하는 경비감지기다. 이미 선진국에서는 단독경보형감지기 설치 후 주택화재 사망자가 절반 가까이 감소했다는 연구결과도 있다.

법 규정 신설이후 소방관서 및 행정기관에서는 자체예산과 저소득층 안전복지를 지원하는 사회적 기부사업을 활용해 국민기초생활 수급자가 거주하는 주택과 독거노인 등에 우선적으로 소화기와 단독경보형감지기를 설치해왔다. 하지만 소방관서에서 이뤄지는 이러한 노력에도 한계가 있다. 일상생활에 조그만 부주의로 발생하는 화재는 순식간에 삶의 터전과 귀중한 생명까지 앗아갈 수 있다. 소화기 및 단독경보형감지기가 말로 최소한의 노력으로 최대한의 효과를 낼 수 있는 작지만 강한 보험이라 할 수 있다.

박형섭 익산소방서 방호구조과장

사설

전북도, 인구 동향에 주목해야 한다

전북도는 통계청이 발표한 도내 인구 동향에 주목해야겠다. 4년 후예나 있으리라던 초고령사회가 이미 온 것이 아닌가 의심이 들고 있다. 그리고 데드 크로스 현상도 그렇다. 1년이나 2년 앞으로 전망되던 것이 벌써 와버렸음이 이번 에 확인되었다. 올해 1분기 내용을 보니 출생자는 3천6백 명인데 사망자는 3천7백명이니 말이다. 통계청이 사실이 아닌 것을 말할 리 없고 보면 이거 보통 문제가 아니다.

전북도는 인구 동향과 관련해 민감한 반응을 보여야 한다. 전북도는 거주 인구와 관련해서 지난 날에 긍정적인 말을 한 때가 있는데 미덥지 않다. 시일을 두고 지켜보니 사실이 아니었던 까닭이다. 그래서 인구 동향의 큰 변화에 대해서 우려를 말하지 않을 수 없다. 도내의 제반 상황이 예전 그대로 안 좋으면 신생아의 수마저 줄고 있으니 답답한 노릇이다. 전북도는 이제라도 인구의 동향에 대해서 정직하게 말해야 한다.

전북도에게 인구 동향에 주목하라고 말하는 이유는 분명하다. 인구가 많아야 지역 발전이 탄력을 받기 때문이다. 거주 인구가 많아

야 예산을 헌헌이라도 더 받아낼 수 있지 않느냐는 물음이다. 거주 인구가 줄면 아무리 새로운 청사진을 멋있게 그려보여도 말짱 헛 것이다. 예산 반영이 쉽게 되지 않기 때문이다. 그리고 이미 반영된 예산이라도 줄지 않으면 다행이다. 전북 지역에 실제 거주하는 인구가 줄고 있음에도 그에 진지한 반응을 보이지 않는 것은 말이 안 된다. 도민들 중에는 마음이 다른 지역에 가 있는 사람이 많은 것을 전북도는 늘 생각해야 한다. 우리 전북 지역이 낙후된데다 일자리마저 시원치 않지 않나.

그러므로 전북도는 일자리 마련에 힘을 쏟아야 한다. 노인 일자리 마련과 함께 사회적 약자를 배려하는 일자리 지원도 있어야겠다. 젊은이들이 여전한 수도권으로 몸을 옮기고 있는데 보통 일이 아니다. 젊은이를 챙겨주는 마음이 필요하다. 객지 생활을 하는 젊은이들이 수도권에 눌러 살지 않도록 하려면 이쪽에도 괜찮은 일자리가 더 있어야 한다. 호남 지역은 이제 충청 지역보다 인구가 적다. 거주 인구 동향에 주목하지는 것은 그 때문이기도 하다.

익산 국가식품클러스터 힘찬 추진 있어야

전북도와 익산시는 국가식품 클러스터를 위해서 더 힘차게 뛰어야겠다. 본보는 예전에 국가식품 클러스터와 관련해서 중구시장 개축에 대해 매우 바람직하다고 말한 바 있다. 시일이 좀 지났으나 기억하는 이들이 있을 것이다. 상해시에서 중국 74개 업체의 기업인 130여 명을 초청해 투자기회가 높음을 설명했던 거 말이다. 그때 언론의 보도는 큰 관심을 끌었다면서 밝은 소식이라고 평가했다. 나중에 투자 협약이 러쉬를 이를 것으로 기대가 된다고도 말했다.

그런데 지금은 어떤가 묻고 싶다. 지난 날 여러 번 반복해 말했던 걸 또 말하거나 전북도민 모두가 국가식품 클러스터에 거는 기대가 크다. 지역 발전 현안 중에 국가식품클러스터가 차지하는 비중은 가볍지 않다. 국가식품클러스터가 그 위용을 드러내게 되면 익산시는 그만큼 발전해 있을 게 틀림 없다. 그리고 도내 농가들에게도 괄목할 만한 경제적 실익이 있을 터이다. 그러므로 전북도와 익산시는 국가식품 클러스터사업을 위해서 더 많이

생각하고 더 많이 마음을 써야 한다.

국가식품클러스터 사업에 계속 박차를 가해야 한다고 역설하는 이유가 있다. 국가식품 클러스터의 미래를 위해서는 익산시의 대외 이미지에 변화가 있어야 하기 때문이다. 현재 익산의 국가식품 클러스터는 깨끗한 이미지와 거리가 있다. 익산 왕궁은 새만금 사업의 미래를 위해서도 변모해야 하지만 식품 클러스터의 미래를 위해서도 변모해야 한다. 같은 지역의 혈육 시설을 그대로 두고서 국가식품 클러스터의 발전을 도모할 수 없다는 지적이다. 먹거리 산업을 발전시키려면 먼저 익산이 청정 지역이라는 이미지가 뚜렷해야 한다.

전북도의 결단에 따라 국가식품클러스터의 미래는 결정된다. 결단은 빠를 수록 좋다. 국가식품클러스터에서 생산된 식품들은 소비자들이 예약돼 있다. 도민은 물론이고 전국민이 익산식품클러스터의 생산한 식품을 소비할 터이다. 그리고 앞서 언급한대로 중국인들도 소비할 터이다.



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.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 **전주매일**