

건강 칼럼

봄도 여름같은 손발땀과의 전쟁

갈 수록 기온이 양극화되면서 봄에도 간혹 이상기온이 나타나곤 한다.

봄이 채 오기도 전인 2월 날씨에 10몇도씩의 기온이 기록되는가하면 기온이 너무 올라가 꽃들이 일찍 피는 등, 늦겨울, 초봄에도 벌써 여름같은 무더운 날씨들이 지속되는 현상이 나타나고 있어 많은 사람들이 일찍부터 땀을 많이 흘릴 수밖에 없게 됐다.

대부분의 사람들은 머리, 등 부위에서 땀을 많이 흘리지만 특히 수족다한증이 있는 사람들은 남자가 일찍 더워지는 것이 그리 반갑지만은 않다.

손발에 땀이 많이 나서 손과 발을 많이 사용하는 일상에 불편함을 주는 경우가 많은데 유독 남들에 비해 손발에 땀이 많이 나는 증상을 '수족다한증'이라고 한다. 질병 신체검사에서 한 분류에 속해있을 정도로 수족다한증은 일상에서의 큰 불편과 지장을 야기한다.

손발에 땀이 많이 나면 당연하겠지만 우선 손으로 하는 모든 것이 불편하다.

애인과 손을 잡는다면, 악수 한다면, 시험을 볼 때 땀이 땀을 타고 흘러 종이가 젖는 경우도 많고 심지어는 휴대폰 사용도 땀으로 인해 고장이 날 수 있어 방수가 되는 휴대폰을 사용해야 되는 등, 사소한 점에서 굉장히 불편한 일들이 발생한다.

이렇게 손과 발을 사용해야하는 중요한 일이 있을 때는 심리적으로 위축되기가 쉬워 100% 컨디션을 발휘하기 힘들고 실수를 유발하며, 더욱 긴장감을 상승시켜 더욱더 땀이 나는 악순환이 되는 경우도 많으며, 수족다한증 환자를 대상으로 한 일상생활 만족도 및 업무인원도 설문 조사 결과 많은 수의 환자가 불편

감이 심하다고 체크했다.

땀은 보통 우리 몸의 항상성을 조절하는 자율신경계 중 교감신경에서 땀을 내보내는 한선에 자극을 주게 될 때 분비가 되며 땀을 내보내는 신호를 주는 교감신경은 체내 주위의 온도가 높아져 더울 때, 그리고 정서적인 긴장 상태에 있을 때 한선에 자극 주게 돼 땀의 분비를 촉진한다.

그러므로 온도가 높아진다는 것은 기본적으로 교감신경이 땀을 내보내는 신호를 전달할 가능성이 기본적으로 높아진다는 것을 의미하므로 수족다한증환자들은 봄에 일찍부터 더워지는 것이 당연치 않아진

남들보다 여름에서 훨씬 불편함을 감수하고 살아야하는 큰 애로사항이 있기 때문에 더운 여름철일수록 수족다한증을 적극적으로 빠른 치료를 한다면 일상생활에 원활한 복귀가 가능하다.

수족다한증을 치료하는 방법으로는 여러 가지가 있는데 교감신경차단술, 보톡스치료, 이온영동치료 등 다양한 방법이 있을 수 있고, 신경차단술같은 경우는 효과가 영구적이지만 보상성다한증 같은 부작용과 위험성이 있어 부작용은 덜하지만 간편하고 확실한 치료방법이 필요한데, 이온영동치료가 그 대표라고 할 수 있다. 20분정도의 치료 시간으로 땀샘을 막고 분비를 효과적으로 막을 수 있어 치료의 간편함과 효과를 동시에 해결할 수 있다.

날이 더워지고 있다는 것은 수족다한증이 있는 분들의 불편감이 커져간다는 것을 의미한다. 그런만큼 미리 치료를 하여 불편한 상황을 미리 예방한다면 일상 및 업무에서 자신감을 얻고 수족다한증이 있는 사람들도 언제든지 쾌적한 일상을 보낼 수 있을 것이다.



오원택

경희슬관한의원 원장

독자제언

싸고 좋은 차는 없다, 중고차 사기 예방법

요즘은 인터넷과 모바일 등 수 많은 멀티미디어를 통해 수많은 정보를 손쉽게 접할 수 있다.

하지만 그만큼 잘못된 정보에 속아 상처받는 소비자들 또한 많이 늘어났다.

특히 중고차는 허위매물에 속은 소비자들이 많아 허탈해 하는 대표적인 상품군이다.

경찰청 통계에 의하면, 최근 4년간 한국소비자원에 중고차 허위 과대광고에 대한 중고차 매매 관련 피해구제 건수가 무려 2228건이라고 밝혔다.

중고차를 구매할 때 허위매물 피해를 줄일 수 있는 예방법 몇 가지를 설명하겠다.

가장 쉽고 중요한 방법은 상식적인 가격이나 터무니없게 싼 매물이 올라와있다면 무조건 의심을 하면 된다.

중고차매매단지 관계자에 의하면 그런 매물은 99% 허위, 미끼매물이고 구매가 되더라도 수리비가 훨씬 많이

나오는 차량일 것이라니 애초에 그런 차량은 배제시켜 버리는 것이 좋을 것이다.

그리고 계약서 매매금액 기입란이 비어있다면 사기계약일 확률이 높다. 그럴 때에는 딜러에게 충분히 설명을 부탁하고 반드시 기입한 후에 계약을 진행하면 된다.

마지막으로 자동차관리법 58조에 따르면 매매계약서 체결 전 딜러는 반드시 성능점검기록부를 서면으로 고지하도록 강제 되어있다.

성능점검기록부에 대해서도 충분히 설명을 구하고 구매자 또한 꼼꼼히 확인을 한 후에 계약을 진행한다면 허위매물 피해를 줄이는데 큰 도움이 될 것이다.

이 세상에 싸고 좋은 차는 없다. 저렴한 차는 이유가 있기 마련이다. 위에서 언급한 내용을 숙지하고 중고차 구입 시 허위매물로 인해 피해를 받지 않게 바란다.

박재원 지방경찰청 경찰관리과 순경

독자제언

정책선거로 신뢰사회를 구축하자

대통령 선거가 40여일도 채 남지 않았다. 각 당의 대선 주자들은 국민들의 마음을 얻기 위하여 각종 정책들을 공약으로 제시하면서 분주한 행보를 보이고 있다.

이번 선거에서는 특히 후보자들이 제시하는 공약을 국민들이 제대로 판단할 때이다.

매니페스토는 후보자가 목표, 우선순위, 절차, 기한, 재원 등을 구체적으로 명시한 공약을 제시하고 당선된 이후의 공약이행과정과 결과에 대한 검증, 평가를 거침으로써 국민에 대한 책임성을 확보하는 선거를 말한다.

후보자들이 정책으로 내세우는 각종 공약을 접하고 있는 국민들은 그 공약이 공명불인지, 실현 가능한 것인지, 기존 선거의 공약을 그대로 답습하는 것이 아닌 지를 꼼꼼히 살펴봐야 한다.

정책선거는 말로만 외치는 것이 아닌, 국민에 대한 책임성을 담보하여 믿음을 주는 것이다.

이번 대통령선거가 얼마 남지 않았지만, 후보자들은 정책선거로 국민들

에게 신뢰있는 모습을 보여줘야 한다. 자신들이 제시한 정책들을 심도있게 숙고하여 공명불이 되지 않도록 하여야 할 것이다.

또한, 후보자들이 정책선거로 국민들에게 신뢰를 구축함과 동시에 중요한 것은 후보자들이 내세운 정책과 신뢰를 판단하는 국민들의 능력일 것이다. 소비자가 물건을 구입할 때 자신을 확인하지 않고 구입하는 소비자는 거의 없을 것이다.

정책선거도 이와 다르다 할 수 없다. 정치가 바뀌면 우리의 삶도 바뀐다고 말할 만큼 중요한 것이 정치이고, 앞으로 5년동안 정치라는 뒷배에 어떠한 작물을 심어 건강하게 재배하고 그 결실을 어떻게 국민에게 돌아가게 할 것인지를 선택하는 것이 이번 대통령선거 일 것이다.

질 좋은 물건을 고르는 것이 현명한 소비자인 것처럼 가치있는 정책을 구별하는 것이 국민들의 현명한 선택이다. 바로 신뢰 구축은 정책선거로부터 시작될 것이다.

남원시선관위 지도홍보부장 곽광량

사위기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

전주매일 전자신문 www.jjmaeil.com

사설

소나무 재선충 적극 퇴치해야 한다

올해 들어 처음으로 정읍시에서 소나무 재선충이 발병했다. 신태인읍 연정리에 소재한 아산 2곳에서 재선충에 감염된 소나무 7그루가 발견된 것이다. 그 심각성이 구역역이나 조류독감처럼 심각한 것 아니지만 그대로 신경이 쓰이는 것은 어쩔 수 없다. 예전부터 소나무 재선충은 소나무 에이즈라고 불릴만큼 아주 골칫거리였다. 그래서 소나무 재선충 발병은 근심의 대상이 아닐 수 없다.

산림청이 정읍시와 산림과학원 관계자들과 함께 곧바로 대책반을 조직하고 방제 작업에 들어간 것은 잘한 일이다. 감염목으로부터 반경 2km 안에 있는 인근 리 단위 행정구역에 있는 모든 소나무는 반출을 금지하도록 한 것도 잘한 일이다. 자칫 했다가는 인근의 여가지기 산림마다 해를 입힐 게 뻔한 까닭이다. 소나무 재선충에 감염된 나무가 발견되면 이미 다른 지역에도 소나무 재선충에 감염된 사례가 적지 않았다.

각 시군 지자체는 소나무 재선충 발병을 심각하게 받아들여야 한다. 현재 연정리 아산의 그 피해 규모가 크지 않다고 해서 여유

를 부리는 것은 판단 착오이다. 모든 병이 다 그렇듯 소나무 재선충병도 초기에 퇴치하지 않으면 안 된다. 아직은 정읍시만의 일이 고 또 피해 규모가 작아나무리지 자체는 별일이 없겠지 라고 생각하는 것은 지혜가 아니다. 소나무 에이즈라는 재선충병과 관련해 올바른 판단을 내려야 한다.

소나무 재선충병이 근심의 대상이 되고 있다고 했거니와 각 지자체는 방제 준비에 나서야 한다. 그래서 조금 오래 된 옛일이 다시 생각나는 지금이다. 진안군이 솔잎혹파리 방제에 나서면서 내 지역 내 지역을 구분한 때문에 구설수에 올랐었던 거 말이다. 그때 행정구역에 있는 모든 소나무는 반출을 금지하도록 한 것도 잘한 일이다. 자칫 했다가는 인근의 여가지기 산림마다 해를 입힐 게 뻔한 까닭이다. 소나무 재선충에 감염된 나무가 발견되면 이미 다른 지역에도 소나무 재선충에 감염된 사례가 적지 않았다.

각 시군 지자체는 소나무 재선충 발병을 심각하게 받아들여야 한다. 현재 연정리 아산의 그 피해 규모가 크지 않다고 해서 여유

봄철 문화시설 운영 계획이 궁금하다

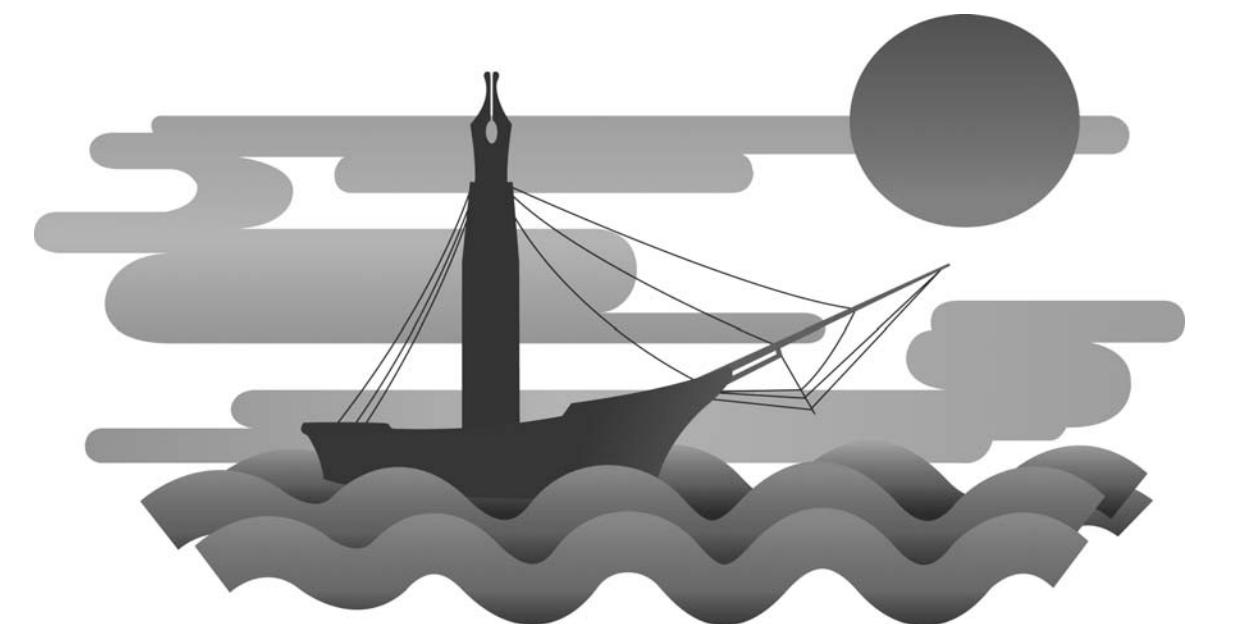
봄철 문화시설의 운영 계획이 궁금하다. 시군 지자체들은 그에 대한 현황 파악이 있어야겠다. 지난날 보도된 내용 그대로라면 문화 시설 태반이 본래의 설립 목적에서 멀리 벗어나 있다. 운영 실적이 저조한데다 지역민을 위한 문화 공연도 적었다니 말이다. 이제 그해서는 안된다. 자치단체장을 비롯해서 문화 시설을 운영하는 이들은 능동적인 변화를 시도해야 한다. 예전과 확연히 다른 면모를 보여줘야겠다는 주문이다.

각 지자체들이 문화 향수의 기회를 주기 위해서 문화시설을 건립한 것은 잘한 일이다. 그러므로 문화 시설이 많은 것을 두고 댕할 수는 없다. 문제는 그 본래의 취지를 제대로 살리지 못하고 있다는 데 있다. 도내 거의 모든 문화 시설이 운영의 묘를 살리지 못하고, 시민을 위한 문화 향수 기회도 많이 제공하지 못하면서 지자체 별로 수억 원 단위의 큰 짐을 안고고 있는 거대한 운영 방식을 재고해야 한다. 지금부터라도 일신하는 정신 태도를 가져야 한다는 지적이다.

얼천난 액수의 운영비가 들어갔으면 그에 맞는 실적이 있어야 맞다. 그런데 도내 문화시설 태반이 그러기는 고사하고 지자체에 큰 짐을 안고고 있으니 그 모양이 안 좋다. 지난해 보고에 따르면 들어간 운영비에 비해 그 수익이 30% 미만이였다. 물론 그 모든 문화시설이 지역 주민을 상대로 돈을 벌자고 설립한 것은 아니다. 그러므로 저조한 실적을 두고 거듭 공박할 이유가 되지 못하는 것은 사실이다. 그래도 반성할 부문은 반성해야 마땅하다.

4월도 상순인 지금, 문화 관계자들은 마음의 준비를 단단히 해둬야 한다. 과거 성적표를 보면 어느 지자체의 문화 단체고 대견스러운 구석이 하나도 없다. 이같은 지적은 지난날의 일을 다시 들추어 청피를 주려고 해서가 결코 아니다. 올 봄에는 뭔가 빛나는 실적을 보여달라고 말하기 위해서이다. 관계자들은 다른 광역시도의 잘 나가는 지역 축제를 골라 자세히 공부해볼 일이다. 돈을 들인만큼 경제적 수익도 창출하는 지역축제를 만들어 간다면 그 얼마나 자랑스러운 일이겠는가.

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.