건강 칼럼

한국인의 사망 원인 7위 '만성하기도질환'

최 영 득
한국건강관리 협회 건강증진의원

만성하기도질환은 만성기관지염, 폐기종, 만성폐쇄성폐질환, 천식, 기관지확장증을 모두 포함해 총칭한 개념으로, 기침·가래·호흡곤란 등이 주 증상이며 발생원인과 예후가 다양하다. 이들 질환은 감염, 알레르기 유발물질, 미세먼지 등과 같은 환경인자 등에 의해 악화되는 것이 특징이다. 심각하게 진행된 경우 입원 치료를 받아야 하거나 사망에 이르기도 한다. 특히 만성기관지염, 폐기종, 만성폐쇄성폐질환의 경우 폐암의 위험 인자이기도 하다.

-폐포의 기능이 떨어져 발생, 만성기관지염·폐기종

만성하기도질환 중 만성기관지염은 기관이나 기관지 내에 기침을 일으킬 정도로 많은 양의 점액이 생산되는 상태로 보통 기침, 가래가 1년에 3개월 이상 지속되고 최소한 2년 이상 증상이 지속되는 것을 이른다.

만성기관지염의 원인으로는 흡연, 대기오염으로 인해 반복되는 기도염증 등 여러 가지가 있다.

폐기종은 여러 가지 원인에 의해서 기관지나 폐에 염증이 생기고 이 때문에 숨을 쉴 때 폐조직이 늘어나는 것을 조절하는 섬유가 파괴돼 폐포가 제 기능을 못하게 되는 것을 말한다.

폐포가 제 기능을 하지 못함으로써 만성적인 기침이나 가래, 호흡곤란 등의 증상이 나타나고 폐활량이 줄어든다. 폐기종이나 만성기관지염은 만성폐쇄성폐질환을 대표하는 용어로 많이 쓰여 왔다.

폐기종이나 만성기관지염이 환자의 특성에 따라 임상적으로 주된 표현형이 되지만 폐기종이나 만성기관지염이 있다고 모두 폐쇄성폐질환 환자인 것은 아니다.

-기도·폐실질이 망가져 발생, 만성폐쇄성폐질환

만성폐쇄성폐질환은 만성염증으로 기도와 폐실질이 손상돼 발생한다. 만성염증의 가장 중요한 원인은 흡연이지만, 직업적 노출, 실내 오염, 감염 등에 의해서도 생길 수 있다. 매우 흔한 질환이며 예방과 치료가 가능하다.

급성 악화가 자주 발생하고 합병증이 쉽게 생기는데 이때 정상인에 비해 완치가 어렵다.

전 세계적으로 유병률과 사망률이 높아지고 있으며, 2015년 국민건강통계에 따르면 우리나라의 만성폐쇄성폐질환은 40세 이상 인구의 12.5%에 이르며 남성 20.8%, 여성 4.9%의 유병률을 보이고 있다.

만성폐쇄성폐질환을 의심하는 경우는 40세 이상의 성인에서 흡연 등 위험인자에 노출된 적이 있으면서 호흡곤란, 기침, 가래를 만성적으로 동반하는 경우다.

만성폐쇄성폐질환을 진단하기 위해서 폐활량 측정이 필요하다.

치료를 위해서는 폐기능, 호흡곤란 정도와 질병의 악화력을 평가하는 동시에 다른 질병 유무에 대해서도 진단한다.

-기관지 근육층이 파괴돼 발생, 기관지확장증

기관지확장증은 기도의 반복적인 감염과 염증으로 인해 발생하는 만성폐질환의 하나로, 기도 또는 기관지의 지속적인 확장으로 정의된다. 기관지확장증은 주로 흉부 CT에 의해 진단되는데 CT 소견에서 기관지의 내경이 인접혈관의 내경보다 크거나 기관지가 폐의 말초부위에서도 내경이 줄어들지 않는 경우로 정의하기도 한다.

기관지확장증은 기관지 벽의 탄력층 및 근육층이 파괴돼 기관지가 병적으로 확장된 상태를 의미한다. 이때 반복적인 기침과 발열, 다량의 농성 객담 등의 증상이 나타난다. 이러한 병변이 확장되면 만성저산소증으로 호흡곤란, 피부가 푸르게 변하는 청색증이 나타날 수 있고 드물게 손가락 끝이 곤봉 모양으로 변하는 곤봉지가 나타나기도 하며 가래 등의 분비물이 기관지를 막아 폐렴으로 발전하기도 한다.

기관지확장증은 반복적이고 만성적인 또는 난치성의 호흡기계 감염으로 발현할 수 있다. 합병증으로 객혈, 만성적인 기류제한, 지속적인 호흡곤란과 호흡부전을 유발할 수 있다는 점에서 빠르게 진단받고 치료해야 한다.

-검진을 통한 조기 진단이 중요

만성하기도질환을 폐암보다 위험한 질환으로 정의하는 것은 어려우나, 한 가지 분명한 점은 만성하기도질환의 유병 기간이 길거나 진행된 경우에는 치료에 대한 반응이 낮고 이에 따른 사망률이 높다는 점이다.

따라서 만성하기도질환의 위험 인자인 흡연, 알레르기 병력, 어렸을 때 홍역과 같은 폐감염을 앓은 병력, 미세먼지나 공장 매연과 같은 작업 환경에 만성적으로 노출된 적이 있는 사람들은 기본적인 검사인 흉부촬영과 폐기능 검사, 필요하면 흉부 CT 등을 시행해 질병을 조기 진단해야한다.

사 설

발전 프로젝트를 계속 다듬어야 한다

전북도는 발전 프로젝트를 계속 다듬어야겠다. 때가 때인지라 모든 관심사가 새정부의 조각 인선에 몰입돼 있는데 지역 발전 쪽에도 관심을 나누어야 한다. 지역 발전을 중심 주제로 삼고 예산 증액의 명분을 강화해야 한다. 전북도가 청구한 내년 예산이 이번에 79%밖에 반영이 안됐다는 것은 섭섭한 일이다. 다른 광역시도들도 자기 지역을 위해 생각이 많을 것이기에 전북도는 더 많은 계획과 구상을 가지고 있어야겠다.

지금 도민들이 전북도에 말하려는 것은 분명하다. 우리 지역은 다른 지역하고 비교해 낙후돼 있다. 발전하고 있다고는 하나 그것은 어디까지나 자체 비교일 뿐이다. 다른 광역 시도에 비해 뒤처져 있음을 알아야 한다. 전북도는 그것을 늘 생각해야 한다. 지역 발전이 그 무엇보다도 우선순위가 돼야 한다는 이야기다. 그렇게 하지 않고서는 지역 발전을 도모한다고 말할 수 없다. 우리 전북 지역의 발전 보폭이 너무 좁다. 다른 지역이 보여주고 있는 것에 비하면 기분 좋은 모습이 아니다.

전북도는 새만금사업 못지 않게 전주의 탄소 클러스터의 미래를 이끌 프로젝트를 키워야 한다. 익산의 식품클러스터 프로젝트도 그렇다. 전북도 고위 관계자들의 책임이 막중하다. 지역의 발전을 견인하는 이들은 비상한 각오를 다져야 한다. 그리고 사업을 발굴했으면 그 사업의 당위성을 설득하기 위한 세부논리도 치밀하게 준비해야 한다. 무슨 일이고 성취를 위해서는 진취적인 행보를 보여야겠다.

다시 말하거니와 전북도는 대형 프로젝트의 세부 사업들을 꾸준히 챙겨야 한다. 새만금사업 말고는 다들 고만고만한 오늘이다. 전북도는 과거에 공표했던 것을 잊지 말아야 한다. 2020년까지 1조6천억 원을 투자해 국내 탄소산업의 중심지로 키우겠다고 했던 거 말이다. 식품 클러스터사업도 그렇다. 식품 클러스터 사업이 잘돼야 전북도의 삼락농정 방침도 탄력을 받을 터이다. 전북도는 도민에게 약속했던 말의 무게를 생각해야 한다. 전북도 관계자들은 다른 광역시도보다 기민해야 한다. 전북도는 지역발전 프로젝트에 더욱 힘을 쏟아주기 기대하는 바이다.

일자리 창출이 최고 우선 순위다

일자리 창출이 먼저다. 이번에 문대통령이 한 말이 가슴을 친다. "단 1원의 국가 예산이라도 반드시 일자리를 만드는 것으로 이어지도록 하겠다"고 한 것이다. 말이 늘어져 매끄럽지 않은 것은 사실이나 문대통령의 생각이 어디에 있는지는 확실하다. 그러므로 전북도는 일자리 창출을 그 무엇보다도 최고 우선순위에 두어야겠다. 일자리 창출과 관련해 아직도 사회 분위기가 냉랭하기에 대통령의 발언은 초미의 관심사가 아닐 수 없다.

지난 정부 때 시작된 '흙수저'니 '헬조선'이니 하는 말이 지금도 되뇌어지고 있음은 주지의 사실이다. 한국사회의 병리 현상이 여전히 뿌리 깊은 까닭이다. 태생이 '금수저'들은 부도 세습되고 일자리도 세습되는 판인데 서민 가정의 자녀들은 그렇지가 못한 것이다. 도내 젊은이들 중에는 일자리가 없어서 방황하며 고민하는 이가 적지 않다. 이것은 보통 문제가 아니다. 매년 많은 젊은이들이 사회로 쏟아져 나오고 있건만 정작 받아주는 곳이 없으니 난감하다. 대학교 졸업장이 곧바로 백수 인증서가 되고 있는 것이다. 부모 앞에서 앞에서 자신이 실업자로 있음을 자각하는 것만큼 괴로운 것도 없을 것이다.

새정부는 5일 국무회의에서 의결한 일자리 추경안을 오늘 국회에 제출하겠다고 했다. 전북도는 면밀히 주시하는 가운데 일자리 창출의 내용을 생각해두고 있어야겠다. 그래서 다시 또 산(産)·관(官)·학(學)의 노력으로 취업률을 올렸다는 보도가 다시 생각나는 지금이다. 그처럼 삼자(三者)가 만나서 머리를 맞대는 것은 마음 든든한 일이다. 정기적으로 젊은이들의 취업에 신경을 쓰고 도와주었으면 한다. 아무리 좋은 마련이라도 중도에 그만두면 그게 한 때의 홍보성 코스프레로 오해받을 수도 있다.

전북도는 생각의 초점을 일자리 창출에 모아야 한다. 그래서 지금 다시 물어보고 싶은 게 있다. 커플링 사업으로 전국 평균보다 높은 취업률을 보였던 때가 생각난다. 그게 한 때의 반짝 효과가 아니었는지 다시 물어보고싶은 것이다. 취업의 기회를 잡은 젊은이가 소수에 그쳤다면 전북도는 더욱 분발해야 한다. 전북도는 새정부의 정책에 부응해 능동적으로 움직이면서 일자리 창출 실적을 분기마다 확인해주었으면 하는 바이다.

독자제언

제1회 노인학대 예방의 날을 아시나요?

UN에서는 매년 6월 15을 '세계 노인학대 인식의 날'로 지정, 세계 각국에서 노인학대 예방 및 관심 촉구를 위한 캠페인 등을 추진하고 있으며, 우리나라도 노인복지법 개정을 통해 올해 처음 노인학대 예방의 날을 맞이하게 된다.

경찰에서는 新 정부 출범에 따라 '사회적약자 보호 3대 치안정책'을 수립 중으로 '노인학대 예방 및 근절'도 동 계획에 포함 예정이며 6월 한 달을 노인학대 근절을 위한 대내외부 분위기 조성을 위해 노인학대 집중신고으로 기간으로 운영, 홍보·캠페인·교육 등 노인학대에 대해 적극 대응할 방침이다.

노인인구의 증가 및 고령화 사회 진입에 따라 아동학대에 이어 노인학대가 신규 치안수요로 급부상 될 것으로 전망되나 노인학대의 심각성에 대한 인식 및 관심 부족으로 실제 발생 대비 신고율이 극히 저조한 상태이다.

이는 대부분의 피해노인은 학대를 단순 가정사로 여기거나 가족 보호를 위해 신고를 꺼리는 경향이 있기 때문으로 주변인들의 적극적인 관심이 필요하다. 경미·우발적 단계에서는 가정문제 해결 중심으로 처리될 수 있지만 은폐할 경우 상습·고질적으로 진행, 형사처벌이 불가피하게되는 등 초기 단계에서부터 적극 대응하는 것이 피해자뿐만 아니라 가해자에게도 도움이 될 수 있기 때문이다.

특히, 경로당·노인복지시설 등 방문, 노인학대 예방·인식 전환을 위한 교육·홍보와 더불어 시설 내 학대 여부에 대한 첩보 입수활동도 강화할 예정으로 6월 노인학대 집중 신고기간에 많은 신고를 당부한다.

조휴신 고창경찰서 여성청소년계장

독자제언

비극의 악순환 가정폭력 대물림

부모가 자식을 학대하거나 폭력을 행사하는 사건이나 자식이 부모를 폭행하거나 죽이는 패륜사건은 가족이 가족을 괴롭히고 죽음에 까지 이어지게 한다는 점에서 크게 다르지 않다.

최근 조사에 따르면, 부모에게 패륜을 저지르는 사건 중 극단적인 몇몇 경우를 제외하면 대부분 부모와 자식 간의 사이에 커다란 문제가 있음을 볼 수 있다.

가정 내에 아무런 문제 없이 패륜범죄가 발생하는 경우는 거의 드물다는 이야기 이다.

평소 부모의 폭력에 노출되어 학대받은 아이들이 커서 패륜범죄를 저지를 확률이 그렇지 않은 아이들에 비해 높다는 이야기이기도 하다.

다소 극단적인 이야기지만 아이일 때 부모로부터 가정폭력의 희생자가 되거나, 희생자가 되지 않고 무사히 넘겼더라도 커서 자신이 패륜을 저지르게 된다는 말이다. 이 얼마나 잔인하고 끔찍한 이야기 인가...

가정폭력을 절대 가볍게 보아서는 안된다.

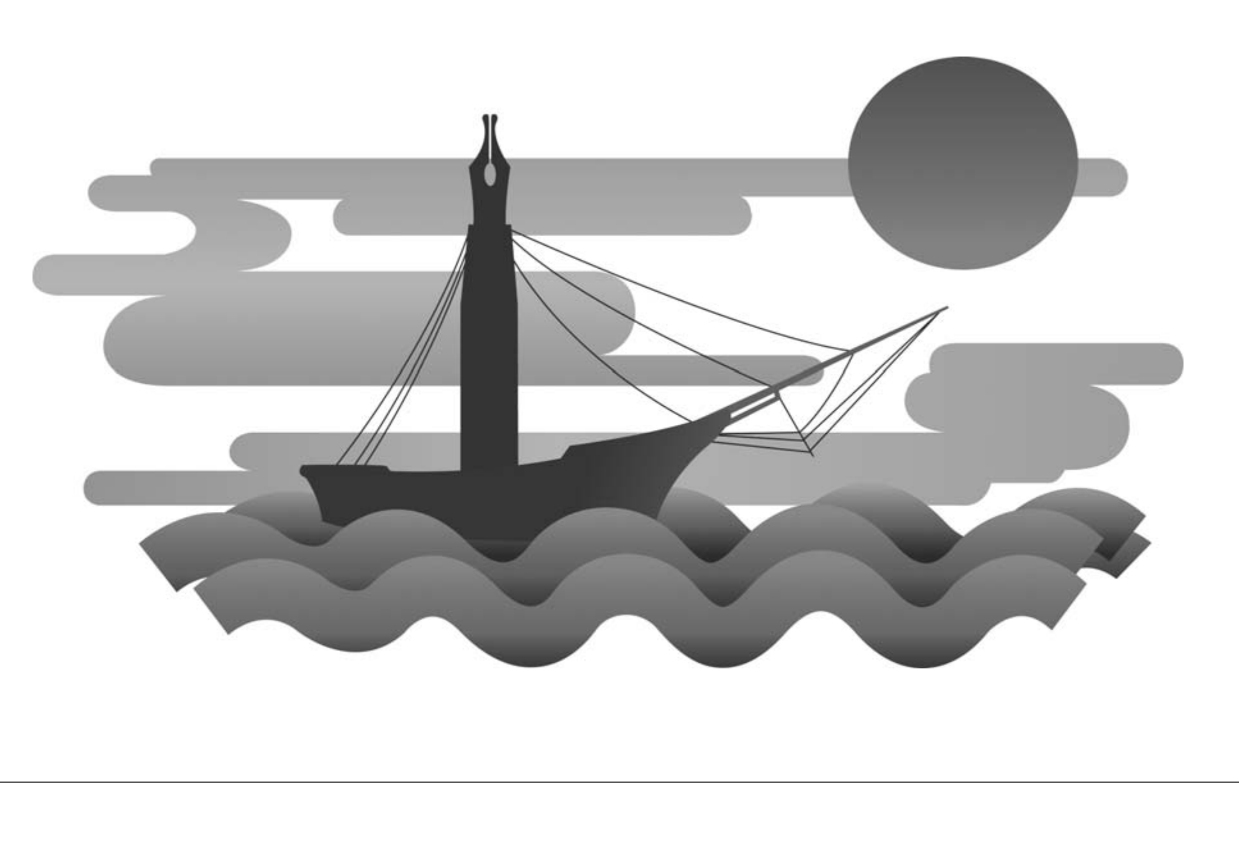
피해자가 가해자가 되고 가해자가 피해자가 되는 것이 가정폭력이다.

가정 내에서 어릴 때부터 사소한 폭력도 허용되서는 안되는 분위기가 필요하다.

아이를 진정 변화시키는 건 사랑의 매로 포장된 폭력이 아닌 진정어린 관심과 대화라는 사실을 알고 노력을 기울어야 한다.

부모는 자식을 관심과 사랑으로 키우고 자식은 그런 부모의 사랑을 진심으로 느끼면서 자란다면 가정폭력으로 인해 벌어지는 비극의 악순환은 사라질 것이다.

박재원 전북지방경찰청 경찰관기동대



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.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 전주매일