



광주 아이안과 윤태중 원장이 급성출혈성 결막염으로 병원을 찾은 중학생의 눈 상태를 점검하고 있다. /서민정기자 mjna@

유행성 눈병 비상

눈곱 끼고 따끔따끔 '위험신호'

특효약 없어 예방 최선...3~5분 냉찜질 효과  
외출 뒤엔 반드시 손 씻고 환자접촉 피해야

최근 여름방학을 마친 광주지역 중·고교생 사이에 눈병이 확산되고 있다. 광주 지역 안과에는 지난 1일 개학 이후 유행성 눈병으로 학교에 가지도 못한 채 치료를 받으려는 환자들이 붐비고 있다. 현재 확산되고 있는 눈병은 대부분 급성출혈성 결막염, 일명 '아폴로 눈병'이며, 유행성 각결막염 환자도 잇따르고 있다.

광주시교육청에 따르면 지난 1일 현재 광주 시내 14개 학교에서 988명이 유행성 눈병에 집단 감염된 것으로 드러났다.

▲1969년 아프리카에서 처음 발생 = 요즘 문제가 되고 있는 유행성 눈병은 크게 '엔테로바이러스(entero-virus)'에 의한 급성출혈성 결막염과 '아데노바이러스(Adeno-virus)'에 의한 유행성 각결막염으로 나눌 수 있다. 이 중 급성출혈성 결막염은 1969년 미국의 아폴로 11호가 달에 착륙할 즈음에 아프리카의 가나에서 발병해 전 세계로 급속히 확산됐다고 해서 '아폴로 눈병'이란 별칭을 가지고 있다.

아폴로 눈병의 경우 잠복기가 8시간에서 2일 이내, 질병 진행 기간이 5일에서 7일 이내로 짧은 편이다.

반면 유행성 각결막염은 증상이 더욱 심하고 병의 진행 경과가 2주 이상으로 길며 계절에 관계없이 발생하는 특징이 있다.

▲눈물·눈곱이 줄줄 = 증상으로는 갑작스럽게 눈에 이물감과 통증, 눈부심이 있으며 눈물이 줄줄 흐를 정도로 많이 흘러나온다.

2차감염이 동반할 경우에는 노란 눈곱이 눈꺼풀 주위에 달라 붙기도 한다. 입을 크게 벌리면 귀 앞쪽의 림프절 부종으로 인해 불편하며, 결막과 눈꺼풀이 부어서 눈을 제대로 뜨기가 어렵다.

또한 결막이 빨갛게 충혈되고 많은 경우 결막의 작은 실핏줄이 파열되어 결막하출혈을 잘 일으키기 때문에 출혈결막염이라는 병명을 갖게 됐다.

▲눈에 생기는 독감 = 아폴로눈병은 일종의 눈에 생기는 독감이라고 할 수 있다. 감기에 특효약이 없듯이 급성 출혈결막염에도 아직까지 특효약이 없다. 병원에서 치료는 염증을 줄여주기 위해 소염제 안약이나 스테로이드 안약을 사용하고 2차 감염을 예방하기 위해 항생제 안약을

사용하기도 한다.

그러나 보통 1~2주 정도 지나야 완치가 되며 치료하는 과정에서도 감염 위험은 여전히 남아있다. 환자는 일주일 최소 2~3차례 의사의 진찰을 받고, 집에 있는 안약이나 임의로 구입한 안약을 함부로 사용하는 것은 피해야 한다. 스테로이드 계통의 안약을 안압을 높이거나 눈병의 치유를 지연시키는 부작용을 유발할 수 있기 때문이다.

집에서는 깨끗한 수건으로 3~5분간 냉찜질을 해주면 부종과 충혈에 효과가 있다. 그러나 눈 주위를 비비면 증상이 더 심해지므로 주의해야 한다.

▲눈을 닦을 휴지는 반드시 휴지통에 = 눈곱이나 이물감이 시달리는 환자의 경우, 일회용 화장지로 살짝 닦아낸 뒤 반드시 휴지통에 버려야 한다. 환자의 눈곱이 침구류에 묻어 다른 사람에게 감염될 수 있기 때문이다.

특히 가족이나 친구 중에 눈병 환자가 있는 경우 직접 접촉을 피해야 한다. 베개나 이불, 수건, 치약, 전화기 등 함께 사용했던 생활 물품이 모두 감염의 원인이 될 수 있다. 환자는 세면기에 물을 받아서 씻기보다는 흐르는 물에 씻어야 세면기를 통한 가족 감염을 막을 수 있다.

/서민정기자 viola@kwangju.co.kr  
<도움말 = 광주 아이안과 윤태중원장>

M 의료 라운지  
Medical lounge



물 속에서 하는 에어로빅인 '아쿠아로빅'은 근력과 유연성, 심장근육, 혈관계, 호흡순환계 등의 고른 발달과 스트레스 해소, 다이어트에 좋은 것으로 알려져 있다. <광주일보 자료사진>

광주 서구보건소 '아쿠아로빅' 운영

광주 서구보건소는 관절염 환자를 위한 '아쿠아로빅(물과 에어로빅의 합성어)' 프로그램을 오는 18일부터 두 달간 개최한다.

광주시 서구 상록화관에서 열리는 프로그램의 참가자는 해당 지역에 거주하는 관절염 환자를 대상으로 오는 8일까지 선착순 모집한다.

아쿠아로빅은 물에서 하는 걷기, 뛰기, 비틀기, 차기 등 스트레칭 운동으로 경직된 근육을 풀어주고 근력을 강화시킨다. 부력에 의해 수중에서 체중을 가볍게 느껴 관절에 무리를 주지 않아 관절염이나 재활 치료

에도 좋은 것으로 알려져 있다.

참가자격은 서구에 거주하는 주민 중 혼자서 걸을 수 있고, 피부질환, 전염성질환, 심장·고혈압 등 순환기 계질환이 없는 관절염 환자. 수중운 등이 필요하다는 의사소견서를 지참해 서구보건소에 방문신청하면 된다.

한편 이번 프로그램은 매주 월·수·금요일 오후 3시부터 1시간씩 운영되며, 체지방 측정과 설문조사를 통해 전문강사가 대상자별 건강상태에 따른 수준운동요법을 지도할 예정이다. 문의 062-654-5242

조선대병원 고주파 미용치료기기 도입



조선대병원은 최근 고주파와 레이저가 복합된 형태의 치료기인 '겔럭시 치료기'를 도입했다.

그동안 에너지를 이용한 미용치료 방법은 고주파열만을 이용하거나 레이저, IPL 등 단일 치료법이 전부였다.

그러나 최근 각광받고 있는 겔럭시 치료기는 IPL(Intense Pulsed Light)과 플라즈마(고주파와 레이저)가 복합되어 넓은 모공, 주름, 피부탄력, 흉터, 여드름, 기미, 주근깨, 잡티, 안면홍조 등 여러 피부문제를 한꺼번에 해결할 수 있는 것으로 알려져 있다.

병원은 "과도한 에너지 공급에 따른 화상, 색소침착, 강한 통증 등과 같은 부작용도 방지할 수 있다"고 밝혔다.

▲IPL(Intense Pulsed Light)은 여러 파장의 빛을 동시에 방출시켜 색소, 안면홍조, 혈관확장, 주름, 모공, 제모 등을 다 같이 치료하는 방법.

담배 끊으면 30분만에 금단증상

美 토머스 브랜드 박사

담배를 끊으면 30분만에 금단증상이 나타나기 시작한다는 연구결과가 나왔다.

미국 H. 리 포퍼트 암센터-연구소 담배 연구-금연프로그램실장 토머스 브랜드 박사는 '정신약리학(Psychopharmacology)' 최신호에 발표한 연구보고서에서 담배를 하루 한 갑 피우는 사람이 담배를 끊으면 30분 후부터 기분장애, 불안, 집중력 저하 등 금단증상이 나타나기 시작한다고 밝혔다.

브랜드 박사는 흡연량이 하루 한 갑인 50명을 두 그룹으로 나누어 한 그룹에선 정상처럼 마음대로 담배를 피우게 하고 나머지엔 4시간 동안 담배를 끊게 한 뒤 30분

마다 여러 테스트를 통해 금단증상이 나타나는지를 검사한 결과 이 같은 사실이 밝혀졌다고 말했다.

금연그룹은 30분이 지나면 담배생각이 간절해 지면서 이후 3시간 동안 분노, 불안, 슬픈 기분, 집중력 저하가 나타났다고 브랜드 박사는 밝혔다. 금연그룹은 또 30분이 되면서부터 지속적인 주의력이 필요한 일을 처리하는 능력이 떨어지기 시작했으며 1시간이 되자 심박동도 느려졌다.

브랜드 박사는 이는 보통 금연 시작 하루 후에 나타나는 본격적인 금단증상은 아니지만 전형적인 흡연자의 경우 마지막 담배를 피운지 1시간 안에 기분변화가 나타나기 시작한다는 사실을 보여주는 것이라고 지적했다. /연합뉴스

B형 간염환자, A형 감염때 '치명적'

간사랑동우회 '예방접종 꼭'

B형 간염 환자나 보유자가 A형 간염에 걸릴 경우 심각한 간 손상이 발생할 수 있는 데도 상당수의 환자가 이 같은 위험성을 제대로 인식하지 못하고 있는 것으로 나타났다.

간염 환자 모임인 간사랑동우회는 B형 간염 환자 및 보유자 825명을 대상으로 'A형 간염에 대한 인식조사'를 실시한 결과, 전체의 69.1%가 만성간염 환자나 보유자가 A형 간염에 걸릴 경우 심각한 간 손상이 발생할 수 있다는 사실을 알지 못하고 있는 것으로 조사됐다고 밝혔다.

응답자의 84.2%는 본인의 A형 간염 항체 여부에 대해 잘 모르고 있었으며 전체의 5.1%만이 A형 간염 예방접종을 한 것으로 나타났다. 자녀를 둔 응답자들(419명)의 경우 자녀를

통한 A형 간염의 가족 내 감염에 대해 모른다는 응답이 70%에 달했으며, 자녀에게 예방접종을 한 비율은 32.4%에 그쳤다. 자녀에게 A형 간염 예방접종을 하지 않은 이유에 대해서는 '병원에서 접종에 대한 안내가 전혀 없어서'가 42.4%, 'A형 간염에 대해 잘 몰라서'가 38%였다.

B형 간염 환자와 그 자녀들에게 A형 간염이 문제되는 것은 발병시 간염증상이 급속도로 악화되고, 사망 위험이 커지기 때문이다.

'유행성 간염'으로 불리는 A형 간염은 오염된 물, 음식, 개인 접촉으로 감염되는 급성 질환으로, 이미 간에 손상을 많이 입은 환자나 간염으로 발전할 가능성이 있는 보유자에게는 심각한 간 손상을 안겨줄 수 있다. 때문에 B형 간염 환자나 보유자의 경우는 A형 간염 예방이 필요하다. /연합뉴스

전남도의사회 의대생 3명에 장학금 전달

전라남도의사회(회장 김영식 목포우림심경외과 원장)는 최근 '2006년도 전남도의사회 장학금 전달식'을 갖고 의대생 3명에게 장학금을 전달했다.

장학생은 각 대학 학장 추천으로 선발됐으며 전남대의대 의학과 2학년 백형윤씨·의학과 4학년 정은주

씨, 조선대의대 의학과 4학년 김동민씨 등이 각 200만원 장학금을 전달 받았다. 매년 회원 유자녀 및 지역 내 의대생에게 장학금을 지원하고 있는 전남도의사회는 "내년부터는 지원 범위를 넓혀 더 많은 학생들에게 혜택이 돌아가게 할 계획"이라고 밝혔다. /서민정기자 viola@

Advertisement section containing various notices and services such as '부동산 경매 전문인사', '대명부동산', '내지부동산', '고등중원중개사', '신해대부동산', '교외,아트부지', and '전남도의사회 장학금 전달식'.