

[사회]

“비타민 과다 섭취 부작용 우려”

식약청 경고...영양소 17종 섭취량 가이드라인 제시

의약품 당국이 비타민이나 무기질을 과량 섭취할 경우 부작용이 나타날 수 있다며 소비자 경고를 발령하고 나섰다. 식품의약품안전청은 보통 비타민이나 무기질은 부작용이 없는 영양소이기 때문에 많이 먹을수록 좋다고 생각하고 있으나 필요 이상으로 과다하게 먹으면 위장·간 장애 등의 부작용을 겪을 수 있다고 23일 경고했다. 식약청은 일상식품이나 강화식품,

건강기능식품을 통한 비타민·무기질 과잉 섭취를 막기 위한 조치로 한국 영양학회와 공동으로 2년간에 걸쳐 위해평가를 실시, 비타민 8종과 무기질 9종 등 총 17종의 영양소에 대한 일일권장량과 상한섭취량 등 소비자를 위한 가이드라인을 제시했다. 식약청은 앞으로 건강기능식품에 들어가는 비타민과 무기질의 최대량 기준도 설정할 방침이다. /연합뉴스

■비타민·무기질의 일일권장량 및 상한섭취량 (성인 남성 기준)

비타민 A(μg RE)	750	3000
비타민 D(μg)	5	60
비타민 E(mg α-TE)	10	540

수용성비타민	일일권장량	상한섭취량
비타민 B1(mg)	1.2	-
비타민 B2(mg)	1.5	-
비타민 B6(mg)	1.5	100
비타민 B12(μg)	2.4	-
비타민 C(mg)	100	2000
비오틴(μg)	30	-

비타민	일일권장량	상한섭취량
나이아신(mg NE)	16	35mg(나이코틴산, 1000mg(나이코틴 아마이드))
엽산(μg DFE)	400	1000
판토텐산(mg)	5	-

무기질	일일권장량	상한섭취량
칼슘(mg)	700	2500
마그네슘(mg)	340	-
철(mg)	10	45
아연(mg)	10	35
구리(μg)	800	10000
망간(μg)	3.5	11
오트드(μg)	150	3000
셀레늄(μg)	50	400
몰리브덴(μg)	-	600

(자료:식품의약품안전청)

오늘 최고 70mm 비

광주·전남 강풍과 천둥·번개 동반

석가탄신일인 24일 광주·전남지역에 많은 비와 함께 강한 바람이 불 전망이다. 광주지방기상청은 저기압 영향권에 드는 24일 오전부터 광주와 전남 지역에는 30~70mm의 비가 내리고 풍파 함께 천둥·번개가 치는 곳도 있겠다고 예보했다. 강수 확률은 60~100%이며, 비는 25일부터 그칠 것으로 기상청은 내다봤다. /김여울기자 wool@

아침 최저기온은 14~18도로 전날보다 높겠지만, 낮 최고기온은 비 때문에 19~23도로 전날보다 낮겠다. 기상청은 또 “서해 남부 전 해상에 바람이 다소 강하게 불고 천둥·번개가 치는 곳이 있겠고, 안개가 끼는 곳도 있으니 항해하는 선박들은 주의해 달라”고 당부했다. 바다의 물결은 서해 남부 전 해상에서 2~3m로 다소 높게 일 것으로 보인다. /김여울기자 wool@

비내리는 석탄일 5월 24일 (음 4월 8일) <전국날씨>

지역	날씨	기온
광주	흐리고 비	18~22℃
전남	흐리고 비	18~22℃
서울	흐리고 비	17~19℃
부산	흐리고 비	18~21℃
대구	흐리고 비	18~22℃
인천	흐리고 비	18~21℃
대전	흐리고 비	17~20℃
전주	흐리고 비	16~20℃
제주	흐리고 비	18~22℃

서해남부 앞바다=남동~남서풍 파고 2.0~3.0m
 먼바다=남동~남서풍 파고 2.0~3.0m
 남해서부 앞바다=남동~남서풍 파고 2.0~3.0m
 먼바다=남동~남서풍 파고 2.0~3.0m
 목포 밀물 < 08:03 썰물 < 00:29
 20:13 썰물 < 13:53
 여수 밀물 < 02:54 썰물 < 09:28
 15:23 썰물 < 21:22

▲해돋이 05:23 ▲해질 19:36 ▲달돋이 12:30 ▲달짐 01:14
 <주간날씨> 기상안내전화: 국번없이 131 <광주지방기상청>

날짜	25(금)	26(토)	27(일)	28(월)	29(화)	30(수)
날씨	☁	☀	☀	☀	☀	☀
최저/최고	18/26	15/28	16/27	18/24	16/26	15/27

장마 내달 중순 시작

태풍 2~3개 한국 영향

올해 장마는 다음달 중순부터 시작된다. 장마는 평년보다 다소 빠른 6월 중순 후반에 시작, 7월 하순에 끝나고 태풍은 전 세계적으로 10여 개가 발생해 이 중 2~3개가 우리나라에 영향을 줄 것으로 예상된다. 6월에는 북태평양 고기압이 점차 확장하는 가운데 남서 기류가 유입되면서 기온이 평년보다 높겠으며 기압골과 장마의 영향으로 강수량이 예년보다 많을 것으로 보인다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr

7월 전반에는 장마 전선이 일시적으로 소강상태를 나타내고 후반에는 더운 날씨가 계속되며 8월에는 무더운 날이 많고 대기 불안정에 따른 국지성 호우가 내릴 가능성이 클 것으로 전망됐다. 광주지방기상청 관계자는 “지구 온난화 등의 영향으로 올해 여름철 우리나라의 기온은 평년보다 높은 수준을 유지하면서 무더위와 강수량은 예년과 비슷할 것”이라고 말했다. /김여울기자 wool@kwangju.co.kr

집단 식중독 발생땀 단체활동 중단

교육부, 매뉴얼 배포

학생들이 복통이나 설사 등 집단 식중독 증세를 보이면 해당 학교의 급식과 단체활동이 중단된다. 교육인적자원부는 학교급식이나 학생 수련활동 등으로 매년 늘어나는 식중독 사고에 신속하게 대응하기 위해 최근 ‘학교 식중독 위기대응 실무 매뉴얼’을 마련해 전국 초·중·고교에 배포했다고 23일 밝혔다. 이 매뉴얼은 식중독이 발생했을 때 교육부와 산하기관 등의 대응절차와 조치사항을 규정함으로써 관심(Blue)과 주의(Yellow), 경계(Orange), 심각(Red) 등 단계별 위기경보 수준에 따른 대응조치를 담고 있다. 식중독 지수가 10~34이고 수확행이나 체험학습이 잦은 봄철을 기온과 습도가 올라가는 관심 단계에서

는 교육당국의 식중독 징후감시 활동이 시작된다. 식중독 지수가 35~50이고 해안지방에서 비브리오패균이 검출되고 집단 급식 식중독 사고가 발생하거나 일부 학교에서 복통 또는 설사 환자가 생길 때 발령되는 위기경고 단계에서는 교육부와 교육청의 식중독 추세 파악 및 지침 하달, 예방활동 조치가 이뤄진다. 위기경고가 내려진 학교에서는 음용수 소독 등 위생관리가 강화되고 끓인 물이 제공되며 학교급식이 중단돼 일반 학생은 등교할 때 도시락을 지참하고 저소득층 자녀는 음식점이나 배달 도시락을 이용하게 된다. 또 식중독 확산을 막기 위해 수확행이나 체험학습, 수련활동 등 단체활동은 불가피한 경우가 아니라면 중단해야 한다. /연합뉴스

우울증 환자 年 11% 증가

우울증 환자가 매년 평균 11% 가량 증가하는 것으로 나타났다. 23일 건강보험심사평가원에 따르면 우울증으로 진료를 받은 환자의 수는 2002년 29만8천407명에서 지난해 42만9천539명으로 연평균 11%

늘어났다. 같은 기간의 총진료비도 712억1천384만원에서 1조3천732억7천563만원으로 48%가 늘어난 것으로 조사됐다. 성별로는 2006년 기준으로 여자 환자가 남자 환자의 2.11배에 달했다. 심평원 측은 우울증 환자의 연령군 증가율이 고혈압(9.9%)·당뇨병(9.1%)·심장질환(7.5%)·뇌혈관질환(9.4%)보다 높게 나타났다고 분석했다. /연합뉴스



이사가는 전남경찰청

전남지방경찰청이 23일부터 서구 농성동 옛 서부경찰서로 이사를 시작했다. 오는 27일까지 계속되는 ‘이사 작전’에는 2천400여만원의 예산과 1t 트럭 302대가 투입된다. /나명주기자 mjna@kwangju.co.kr

징병검사 받다 ‘숨은 병’ 찾았네

광주·전남병무청 울들어 32건 징병검사 과정에서 우연하게 ‘숨은 병’을 찾는 젊은 이들이 늘고 있다. 23일 광주·전남병무청에 따르면 징병검사 중 몰랐던 질병을 알게 된 경우가 울들어 32건에 이르고 있다. 이는 2~3년 전에 비해 30~35%가량 늘어난 수치다. 척추가 비틀어지면서 구부러지는 척추 측만증과 간염이 각각 7건으로 가장 많았고, 신장질환과 당뇨병도

각각 5건이었다. 이밖에 고혈압·폐결핵·평발 등 순으로 나타났다. 이는 2000년 이후부터 징병검사 중 컴퓨터 단층촬영(CT)·초음파검사기·현미경 등을 이용 ▲자동정력검사기 ▲방사선 촬영 ▲간염 및 간기능 검사 ▲혈액 검사 등을 정밀검진하기 때문이다. 종전의 경우 본인 진술과 일반 병원 진료기록에만 의존했었다. 병무청 관계자는 “생명을 위협할 수 있는 질병을 발견·치료할 수 있게 돼 검사자 본인에게는 행운이고, 업무를 보는 입장에서도 큰 보람”이라고 말했다. /최권일기자 cki@kwangju.co.kr

지리산 반달곰 ‘라나’ 숨진 채 발견

지난 2005년 10월 지리산에 방사한 연해주 출신 반달곰 ‘라나(암컷·사진)’가 22일 오후 5시30분께 사체로 발견됐다. 이로써 지리산에 풀어놓은 곰 20마리 중 11마리만 남게 됐다. 국립공원관리공단은 “라나가 4월1일 동면에서 깨 뒤 22일 오전에도 정상적인 활동을 보였다”며 “항문에서 흰색 액체가 발견된 것을 제외하고 외상 흔적은 전혀 없었다”고 밝혔다. 공단은 ‘라나’의 정확한 사인 규명을 위해 23일 국립수의과학검역원에 부검을 의뢰하기로 했다. 환경부는 반달곰 복원을 위해 2004년부터 20마리를 지리산에 방사했으나, 야생성 부족 등으로 4마리는 회수되고 4마리는 폐사했으며 1마리는 실종된 상태다. /구례=김동호기자 dhkim@



“승려 정년은 70세”

고법 판결...목사보다 5년 길어 승려의 정년은 의사 등 자유전문직 종사자나 목사의 통상 정년인 65세보다 5년 더 긴 70세로 봐야 한다는 고법 판결이 나왔다. 서울고법 민사1부는 23일 교통사고를 당해 팔·다리 마비 증세가 나타난 승려 A(여)씨가 L보험사를 상대로 낸 손해배상 청구소송 항소심에서 “보험사는 원고에게 70세까지 얻을 수 있는 수입과 치료비 등 7억9천680여만원을 배상하라”며 원고 일부승소 판결했다. 대법원은 지난 1998년 교통사고로 다친 목사가 낸 소송에서 “목사는 교인들의 단체와 조직을 총괄하고 집회를 개최하는 직무 특성상 70세가 될 때까지 일할 수 있다고 보기 힘들다”며 목사의 정년을 65세라고 판결했다. 판례상 육체 노동자는 60세, 의사·한의원 등 자유전문직은 65세가 정년으로 인정되고 있다. /연합뉴스

불기 2551년 '부처님 오신 날'을 축하합니다

마음을 맑게 세상을 향기롭게

깨침의소리 나누는기쁨

BBS 광주불교방송

FM89.7MHz

사장 이상진

광주시 북구 임동 78-2

Tel: 062)520-1114

대한불교조계종

香林寺

·사회복지법인 향림원 ·한미동선장애인생활시설 ·자비요양원노인요양원

조실 천운 스님

주지 혜향 스님

·향림유치원·어린이집 ·광주불교대학·원 ·향림 신우협동조합

광주시 서구 치평동 251-3

Tel: 062)375-7600

한국 불교 태고종 · 호국 삼천불 도량

용화정사

주지 혜광 스님

광주시 동구 소태동 556

Tel: 062)228-7474

한국 불교 태고종 · 세인봉

현덕사

주지 선덕화 스님

광주시 북구 운림동 795

Tel: 062)225-4666