긴 겨울방학이 끝나고 학교생활이 시작됐다. 아이들은 불규칙한 방학생활을 끝내고 새 친구들과의 원만한 관계를 위해 노력해야하는 시기다. 하지만 이를 부담스러워하는 아이들이 많은데다 겨우 다잡은 마음마저 곧 시작되는 봄방학으로 인해 풀어지기 십상이다. 개학 이후 자녀가 학교 가기를 싫어하고 짜증이 늘었다면 '개학증후군'을 의심해 봐야한다.

새학교·새학년·새친구… '개학 증후군' 예방하려면

흐트러진 생활습관 바로 잡아주세요

◇개학증후군의 증상= 오랜 휴식 뒤 학교생활로 돌아가야 하는 아이들의 심리적 부담감은 '등교 스트레스'로 이어질 수 있다. 개학 이후 새로운 학교·학년·친구들 사이에서 발생하는 문제를 스스로 감당하기 힘든 이유도 있다. 부모들이 '공부 좀 해라', '빨리 일어나라'고 자주 말하는 것도 한 원인이다. 개학증후군이 심할 경우 갑자기 복통·두통·구토증세를 보이기도 한다. 잦은 헛기침이나 코를 훌쩍거리는 행동, 눈을 깜빡거리기는 틱(TIC) 장애와 자주 울고 한 자리에 오래 앉아있지 못하는 불안증이 나타나는 경우도 있다. 아이가 안쓰럽다고 해서 학교를 빠지게 하면 오히려 상태가 나빠진다. 이 같은 증상이 지속되면 우울증, 등교 거부, 학습 부진 등 적응 장애로 이어질 수 있다.

컴퓨터 중독 안되게 주의

◇생활습관 고치기= 방학기간 또는 개학 이후 가장 신경 써야 할 것은 아이들의 수면 습관이다. 밤늦게까지 컴퓨터를 하고 늦잠 자는데 익숙해진 아이들은 늦게 일어나 식사를 거르기도 하고 지각하는 경우도 많다. 수면 습관을 잡아주는 가장 좋은 방법은 TV와 컴퓨터 이용시간을 정해놓는 것. 또 부모와 함께 운동 및 취미활동 등을 하면서 취침·기상 시간을 자연스럽게 앞당기는 것도 좋은 방법이다. 처음 한두 번은 깨워주고 며칠 후에는 아이 스스로 일어나게 유도한다. 칭찬과 꾸중, 상벌을 내리는 것도 좋다. 아무 때나 식사하는 버릇도 고쳐, 학교 등·하교 시간과 급식 시간에 맞추면 좋다.

"넌 잘할 수 있어" 격려 필요

◇대화시간을 늘리자= 대부분의 아이는 학교생활의 고민을 부모에게 털어놓지 않는다. 특히 내향적 성격과 과잉보호를 받았던 아이들은 더욱 심한 편이다. 만약 부모가 아이의 투정과 성격변화를 눈치채지 못하거나, 해결 방법을 몰라 그냥 덮어두면 문제가 더욱 커질 수 있다.

아이의 감정이나 생각을 말로 표현하게 하는 것이 가장 중요하다. 대화시간을 늘리고 이야기를 나눌 때는 아이를 '아이 취급' 하지 않는다. 친한 친구 이야기 등 비교적 가벼운 주제로 대화를 시작한다. 아이의 스트레스를 인정하고 따뜻하게 용기를 북돋워주는 방법이 좋다. 휴대전화를 이용하는 방법도 있다. 수업 시간에 교사에게 잠시 맡겼다가 아이가 불안 증세를 보일 때 잠깐 통화한다.

심리 치료 등 전문가 상담을

◇전문가의 도움을 받아라= 개학증후군은 학생이라면 누구에게나 일어날 수 있으며 그 원인 또한 다양하다. 학교에서 일어난 작은 사건 하나도 증후군의 원인이 된다. 예를 들어 숙제가 갑자기 많아졌거나, 새로운 선생님께 꾸중듣는 것, 친구와의 관계가 서먹해졌다는 이유로 학교를 나가기 싫어할 수도 있다.

오랫동안 이런 어려움을 호소한다면 전문의·상담교사·미술치료사 등 전문가와의 상담이 필요하다. 미술치료에서는 아이의 개학증후군을 엄마와 떨어지는 것을 싫어하는 불리 불안 장애의 일종이라고 보고 미술·심리치료를 통해 엄마에 대한 불안정한 애착을 정상적인 애착 관계로 만드는 상담을 진행한다. 소아정신과 전문의는 어린이와 1:1 놀이치료와 인지행동 치료 등 보다 근본적인 문제 해결을 돕는다. 일부 소아정신과 병원에서는 미취학 아동들을 위해 사람들 앞에서 발표하기, 친구 사귀기 등 입학 전문 프로그램을 운영하기도 한다.

〈도움말=이수인 해맑은정신과병원 원장, 전영희 광주미술치료연구소 소장〉

/안현주기자 ahj@kwangju.co.kr

'개학 증후군' 체크하세요

- 학교 가기 싫다고 자주 말하며 등교 전 신경질을 냄
- 배앓이, 두통 등이 잦거나 다른 신체적인 고통을 호소함
- 머리를 뜯으면서 불안과 분노 표출
- 잠을 잘 이루지 못하고 악몽을 자주 꿈

의료 라운지 Medical lounge

세계 첨단 치과의료연구 조명

조선대 학술심포지엄

조선대학교 BK21 첨단치과의료·연구인력양성사업단(단장 김동기)은 '2008 제1차 치과의료 및 치과산업 국제학술심포지엄'을 18일부터 2일간 개최한다.

이번 심포지엄은 미국과 유럽, 일본, 베트남 등 해외의 치과의료 및 연구와 관련한 국제적 연구동향과 치과의료산업 기술을 습득하는 자리로 국제경쟁력을 갖춘 첨단 치과의료 연구·인력양성을 위해 열린다. 〈사진〉

18일 첫날에는 ▲독일의 스테판 하인 박사(Dr. Stefan Hehn) ▲일본의 타카유리 사사키(Takayuri Sasaki) NSK 한국·중국 사장 ▲식품의약품안전청 조양하 연구관 ▲팜누이 하이(PamNui Hai) 베트남·쿠바병원 치과과장 ▲미국의 피터 강 박사(Dr. Peter Kang(ADA)) ▲강동완 NURI 사업단장·RIC센터장의 초청 강연이 있었다. 심포지엄 이튿날인 19일 오전부터는 치과대학 교수회의실에서 2단계 BK21 참여대학원생 구두 및 포스터 발표가 진행된다.

/정상필기자 camus@kwangju.co.kr

전남대 임상심장학 특강

전남대학교병원 심장센터와 교육연구실이 공동주최하고 호남순환기학회가 후원하는 '2008년 임상심장학 심포지엄(2008 Clinical Cardiology Symposium)'이 오는 24일 의과대학 명학회관 대강당에서 열린다.

이번 심포지엄에서는 ▲허혈성 심질환 ▲심전도와 부정맥 ▲고혈압, 대사증후군 ▲심초음파 및 혈관질환 등 5분야로 나눠 임상 증례토의와 특강으로 진행된다.

/안현주기자 ahj@kwangju.co.kr

화순전대병원 감마나이프 시술 크게 늘었다

뇌종양 등 3년새 735건

화순전남대병원 뇌종양클리닉·감마나이프센터(센터장 정 신 교수)에서 시행하고 있는 감마나이프 시술이 큰 폭으로 증가하고 있는 것으로 나타났다.

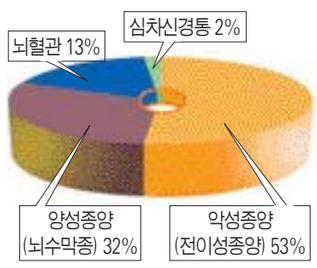
18일 화순전남대병원이 발표한 최근 3년간 뇌종양, 뇌혈관질환, 기능성 뇌질환자의 감마나이프 수술통계에 따르면 지난 2005년 172회이던 것이 2006년 217회, 2007년에는 243회로 3년 사이 71% 이상 증가했다.

지난 2004년 6월 개원 때부터 지난해 말까지 실시된 735회의 감마나이프 시술 사례를 보면 악성종양(전이성 종양)이 390회로 전체 53%를 차지했으며, 양성종양(뇌수막종, 청신경초종, 뇌하수체종양) 235회(32%), 뇌혈관질환 95회(13%), 삼차신경통 15회(2%) 순이었다.

화순전남대병원이 사용하고 있는 최신 C형 감마나이프 수술 장치는 전국적으로 5대뿐인 자동 병변 위치 설정 및 추적 로봇(APS)을 장착했으며, 세계적으로도 드문 최신형 감마나이프 수술계획컴퓨터를 갖추고 있다.

한편 감마나이프 수술법은 기존의 머리를 절개하는 뇌수술과는 달리 파장이 짧은 감마선을 병 부위에 쬠으로써 종양이나 혈관기형 등을 제거하는 방사선 수술법을 말한다. /안현주기자 ahj@

■감마나이프 735례 통계



차상위계층 희귀질환자 건강보험 가입자로 전환

앞으로 의료급여 수급권자는 병의원을 이용할 때 처방전 발급 여부와 관계없이 동일한 금액의 본인부담금만 내면 된다. 또 그간 의료급여 혜택을 받던 차상위계층(최저생계비를 조금 웃도는 월소득을 올리는 저소득계층) 희귀난치성질환자가 건강보험 가입자로 전환된다.

보건복지부는 이 같은 내용을 골자로 4월 1일부터 시행한다고 18일 밝혔다.

이에 따라 의료급여 1종 수급권자가 의원급 의료기관에서 진료받은 후 처방전을 발급받지 않으면 앞으로는 처방전을 발급 여부와 상관없이 1천원만 부담하면 된다. /연합뉴스

"시험관 수정 출산 불임률 더 높인다"

시험관수정(IVF)에 의한 출산이 크게 늘어남에 따라 세계가 장차 더욱 심각한 불임문제에 직면할 것이라는 경고가 나왔다.

덴마크 아르후스 대학병원의 옌스 본데 박사와 미국 캘리포니아 대학의 욘 올센 박사는 '브리티시 메디컬 저널' 최신호 사설을 통해 인공수정에 의한 출산이 늘어나는 것은 생식기능에 결함이 있는 유전자를 물려받는 사람들이 늘어난다는 것을 의미하며 이는 결국 세계의 불임률을 더욱 끌어올리는 결과를 가져올 것이라고 경고한 것으로 영국의 데일리 메일 인터넷판이 16일 보도했다. /연합뉴스

"장수비결 소식 아닌 영양 균형 섭취"

서울대 이광범 교수팀 밝혀

소식(小食)을 하면 오래 산다는 연구결과가 예쁜 꼬마선충과 초파리, 생쥐 실험 등에서 나오고 있으나 실제로 장수에 큰 영향을 미치는 것은 소식보다는 영양의 균형이라는 연구결과가 나왔다.

서울대 농생명공학부 이광범 교수와 시드니대학 스티븐 심슨 박사팀은 18일 초파리를 이용한 실험 결과 섭취한 총 열량보다는 섭취한 먹이의 탄수화물과 단백질 비율이 수명과 평생 산란수 등에 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다고 밝혔다. 이 교수가 제1 저자로 참여한 이 연구 결과는 국제학술지 '미 국립과학원회보(P-NAS)' 최신호에 발표됐다.

연구팀은 초파리의 수명연장에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 기존 연구에서 드러난 것처럼 열량을 적게 섭취하는 '소식'이 아니라 섭취한 단백질과 탄수화물의 비율인 것으로 밝혀졌다.

섭취한 단백질과 탄수화물 비율이 1대2인 초파리들은 평균 수명이 26일에 불과했으나 1대4인 초파리는 36일, 1대16인 초파리들은 평균 57일이었다. /연합뉴스

일가공인중개사
☎(代)234-8216 핸 011-609-0896
(광주우체국부근)

상가건물 매도
·금남로 대로접 대지 231㎡(70평) 5층 20억
·충장로 대지 230(70평) 5층 18억
·충장로 대지 208(63평) 4층 18억
·충장로 대지 165(50평) 4층 23억
·황금동 대지 132(40평) 3층 10억
·광산동 구사청 대지 537(163평) 4층 15억
·불로동 천변대로변 코너 대지 294(89평) 4억
·용봉지구 3면도로 단층 대지 1,190(360) 8억
·월산동 대로변 대지 390(118평) 6층 6억5천만

토지매매
·운림동 4차선접 2,627㎡(804평) 당 160만
·운림동 녹지 3,966(1,200평) 2억4천만
·월남동 대로접 주거지 1,090(330평) 4억3천만
·봉선동 25m접 2,315(700평) 3.3㎡당 250만
·도천동 자연녹지 16,530(5천평) 3.3㎡당 75만
·도산동 전철역앞 주거지 6,611(2천평) 20억
·안청동 주거지 11,900(3,600평) 3.3㎡당 80만

전원주택
·청풍동 주거지 760㎡(230평) 당 70만
·금곡동 주거지 1,490(450평) 1억4천만
·운림동 대지 463(140평) 한옥 1억1천만
·지산동 녹지 3,640(1,100평) 3억5천만
·담양 창평 소재지 대지 2,300(700평) 2억
·화순 남면 대지 660(200평) 한옥 4천만

임야
·화순 도곡 관리지역 52,900㎡(1만6천평) 당 8만
·화순 도곡 야산 105,700(3만2천평) 3억
·화순 도곡 3,200평 3.3㎡당 6만
·화순 남면 관리지역 165,000(5만평) 5억
·화순 한천 218,000(6만6천평)3.3㎡당 6천원
·화순 이양 53,000(1만 6천평) 9천만

기타부동산
·조대 대로변접 대지 760㎡(230평) 8억
·금호동 중원@ 대로접 330평 3.3㎡당 400만
·화순 계곡집 6,600(2천평) 8천만
·보성읍 자연녹지 30,000(9천평) 1억3천만

솔로몬공인중개사
여수 엑스포전지역
☎(061)644-9644 핸 010-3999-2500
(물건 다량 보유)

·여수시 돌산읍 우두리
임야 자연녹지 도로접 1500평 평당 15만원 엑스포가 한눈에 조망최고 투자적합

·여수시 돌산읍 올림리
임야 관리지역 2차선접 5000평 평당매매가 8만원 조망 최고 펜션 적합

·여수시 돌산읍 우두리
토지공사 분양택지 준주거지 280평 평당매가 150만원 조망 최고

·여수시 돌산읍 우두리
임야 자연녹지 대한조선소 옆 2차선접 1000평 평당매가 30만원 조망최고

·여수시 돌산읍 우두리
해안일주계획도로접 2700평 조망최고 평당매가 17만원 자연녹지역 투자가치 최고

·여수시 돌산읍 우두리
택지 상업지역 282평 평당매가 150만원

·여수시 돌산읍 우두리
택지 주거지역 78평 평당매가 60만원

돌산지구 토지공사택지매매전문
★매물 다량보유 상담환영★

현대공인중개사
☎(062)371-1900, 010-2006-0115
(상무 우리병원에서 50m 지점. www.85858949.co.kr)

목욕탕 임대 급히 구함
1. 지 역 : 광주시내
2. 조 건 : 보증금 2억까지 가능. 가스보일러 이며 대출이 적은 물건

시외 농장부지 급히 구함
1. 지 역 : 염암 무안 함평군 내
2. 면 적 : 3-4만평
3. 조 건 : 차량진입이 가능한 밭이나 야산 (산림 벌채 가능한 산)
4. 이용목적 : 밭 작물 재배
5. 가 격 : 상호 협의 후 결정

◀ 상가 건물 급매 ▶
◉광산구 우산동 주공아파트 앞, 대지304㎡(92평) 지하1층 지상6층 건물1160.19㎡(351평) 임대보증금 1억8천만원 월450만원 매매가 8억원
◉광산구 운남동 삼성아파트 정문 앞, 대지548㎡(166평) 지하1층 지상5층 건물1921㎡(581.3평) 보증금2억 1000만원 월1105만원 대출11억 매매가 16억 5천만원

◀ 수익성 좋은 원룸 ▶
◉광산구 소촌동 금호타이어 인근, 대지933㎡(282평) 건평1299㎡(393평) 원룸30실 투룸 6실 주택 2실 보증금4억 2800만 월 653만원 대출 4억원, 매매가 11억5천만원
◉광산구 신가동 신축건물 대지208㎡(63평) 건평380㎡(115평) 원룸9 투룸3 매매가 4억 2천만원

저희 업소는 20년 가까운 중개경험과 노하우를 바탕으로 다음과 같은 토지의 매매를 전문적으로 중개 합니다.
부동산 관련 직종의 전문가와 입지선정에서 준공까지 원스톱으로 컨설팅 하여 드립니다.
병원, 공장, 원룸, 식당, 모텔, 차고지, 전원주택 주유소및가스충전소 부지, 투자용토지, 상가건물

국민공인중개사
핸 011-635-7939, 010-3114-6103
(두암동 무등도서관사거리 농협맞은편 2층)

건 물
◉주월동 5억 병원의원매매
대55P 건150P 지상4층 즉시 입주가능
◉7억9천 빌딩 급매
호남대 부근 광산구 서봉동 대270P 건287P 보1억9천 월450만원
◉13억9천 빌딩 20×10m코너
전대 후문 대110P 건320P 보3억3천 월900만
◉12억점포 8칸 빌딩부지 30×6m코너
보증금 1억 월550만원 포함
◉13억고시원
대110P 건300P 룸80개 월세1,500만원
◉상업지역 13억 빌딩
대140P, 건510P 보증금 2억 월세850만원
◉17억5천 1층 점포 12칸 병원부지
보증금 1억5천 월750만원포함
아파트 7,000세대 상권
◉26억 상업지역 빌딩
대185P 건890P 보증금 5억 월1800만원
◉41억 상업지역 빌딩
대200P 건1,100P 보12억 월세2,000만원
◉47억 빌딩
대600P 건1000P 보10억 월세3000만원 용지20억 포함
◉63억 빌딩
대320P 건1800P 보21억 월세4000만원
◉120억 공장부지
공업지역 12,000P 현재 공장 운영중

주유소 전문중개
◉9억 주유소 급매
대300P 35m도로변
◉13억5천 시내 주유소 급매
대400P 일매출 800만-900만원

• 병원부지 전문중개 •
◉12억 병원 의원용 건물 급매
대115P 건420P지하 1층 지상 5층

땅
◉정비 공장부지 600P
상업지역 35m 도로접 P당 270만원
• 암곡동 그린벨트 •
논 1500P P당 5만
◉골프연습장 부지3 8,000P
자연녹지 북구 P당 50만원
◉정비공장 창고부지 자연녹지 소태동
250P P당 85만원
◉오피스텔부지 300P
전대후문에서 6~7분 도보 P당175만원
◉과수원 묘지가능 그린벨트 임야
1,800P 남향 경사도 15도미만 진입로 있음
삼성홈플러스에서 10분거리 P당4만원
◉동림동 생산녹지 800P 매매8억
◉담양 임야 25만P P당 3,000원
◉담양 관리지역 2000P
2차선 도로접 임야 P당 9만원
◉광산구 삼가동 관리지역 2000P P당 10만원
◉대덕면 7,000P 3억7천 고속도로주변
◉골프연습장부지 3,000P
P당 120만원 30m 도로접
◉암자부지 2,700P P당 7만원
◉전원주택 화순읍 수만리 1,000P
3~4채 가능 P당 50만원
◉화순읍 연수원부지(장뇌삼재배중)
13만평 36억
◉옥과소재지 2억 전원주택·과수원
1500P 2억

• 7억 5천 고시원 급매 •
대지 75P 건150P 룸45개
월세1012만원 전대후문앞

공장 급매
각화동에서 10분 6억7천
대지1,400P 건물 500P

APT1800세대 마트겸 목욕탕
대120P 건270P 현재 주민직영중 매12억

급매 시외땅 180만P
• P당 4만원 목장용지 및 잡종지

21세기부동산컨설팅(주)
투자의 길을 아는 사람들 ☎(代) 친절상담 011-612-3421

경매 투자자 투자상담 환영!!
법원경매·공매에 투자하여 부동산 절반값에 산다~!!
1. 운천저수지 신축6층건물 긴급매매
대지:243평 건물:지상6층[신축건물]
병원,대형식당,노래방,카페,사무실로 이용가능한 건물임. 토지 바로 옆에 주변 아파트개발로 인하여 지가가 매우 오를 가능성이 매우 높은 지역이며 운천저수지 개발등으로 투자가치가 급상승할 곳이 틀림없는 곳임
감정원 감정가격:19억원
긴급매매가:14억원
2. 월산동 [구,남감호텔] 긴급 매각
대지:90평 건물:지하1층[유흥노래홀]지상 8층:현, 모텔로 이용중임
월산동로타리 농협 바로뒷편~짚봉터널간 도로변소재
사무실, 병원, 모텔, 임대용건물로 건물리모델링 활용가능한 지역임
감정원 감정가 12억원
긴급매매가 8억5천만
임대가격 : 최신시설로 리모델링 공사후 모텔로 임대가능

감정가50%공시지가50%이하 물건 긴급매매
1. 신안동 사거리 대로변 6층 건물 감정가27억 매매가16억(부동산 교환도 가능)
2. 광천동 신세계백화점부근 예식장 7층 건물 감정가 34억 매매가 15억
3. 감정가 70% 신축아파트 긴급매매
① 상무지구 로젠타움파크 67평 분양가 4억5천 긴급매매가 3억5천
② 용봉동 현대아이파크 53평 분양가 2억7천 매매가 2억2천

현금투자 최요지 긴급매매
1. 목포·영암·삼호중공업부근 도로변 토지4,000평 공장·창고·전시시설·기타 현금투자 최요지 매매가 평당 35만원
2. 담양 창평 유촌리 임야 40,000평 유촌저수지 뒷편 토지, 차량입가, 관리지역 매매가 평당4만5천원
3. 남구 진월동 광주대입구 나대지230평 교회, 식당, 건물신축부지 적합 매매가 평당 250만원
4. PC.컴퓨터 솔루션. 임대사업 인수하실 분 현금2억 투자 시 월1천만원 수익보장 유망사업. 주인사정상 매매 상담환영
5. 곡성 죽곡면 국도변 흑염소농장 2만5천평 주택 1동 축사2동 매매가 4억5천

2007년도 광주지역 예식장 선호도!!(극장식 웨딩홀) 만족도!!(음식이 맛있기로 소문난) 1위업체선정!!
광주남구·동구·화순·나주·영암·해남지역 환영!!
센트럴시티웨딩컨벤션
2008년 봄 예식 예약 접수중
• 결혼, 회갑연, 칠순연, 돌잔치, 동창회모임, 각종 행사를 호텔뷔페식으로...
☎675-8500
(광주대학교 입구)