

**M** 의료 라운지  
Medical lounge

**광주일곡병원·광주희망병원 정기 헌혈 약정**

광주일곡병원과 광주희망병원은 지난 21일 대한적십자사 광주·전남혈액원과 헌혈 약정식을 체결하고 헌혈인구 저변확대와 정기적인 헌혈참여를 약속했다.



헌혈 약정식에 참석한 광주일곡병원 이은열(오른쪽) 원장과 광주희망병원 박철성(왼쪽) 원장이 정하광 광주·전남혈액원장과 약정서를 교환한 뒤 활짝 웃고 있다.

특히 광주일곡병원 원은 의료진과 직원들로 구성된 봉사 동아리 '곰손이'를 중심으로 5년 전부터 헌혈 릴레이를 펼쳐왔으며, 저소득층과 독거노인들을 위한 봉사활동도 병행하고 있다. 앞으로 두 병원 구성원들은 매년 2회 이상 정기적인 헌혈 행사에 참여할 계획이다.



<김상훈 교수>

■ '방학 후유증' 시달리는 우리 아이 어떻게

개학후 잦은 배앓이 '분리불안' 장애 일 수도  
환절기 감기 주의...알레르기 비염도 체크를

◇'뉘비엔 '밤'과 '낮' =개학 전·후로 아이들이 가장 힘들어 하는 것이 바로 아침에 일찍 일어나기다. 한 달 이상 '잠꾸러기'로 지내온 아이들에게 개학과 동시에 찾아오는 아침시간은 스트레스의 연속이라고 볼 수 있다. 게다가 학교 지각과 잦은 식욕이 떨어지는 것도 이 때문이다. 소아청소년기에 권장하고 있는 수면 양은 6세부터 12세 사이가 10~11시간, 12세부터 18세까지는 9시간 정도다. 대부분의 아이는 늦은 밤까지 인터넷과 텔레비전 시청을 하느라 수면리듬이 깨진 상태에서 개학을 맞는다. 결국 수면시간이 줄어들면서 집중력 및 인지능력 감소, 피로 누적 등이 학습에 지장을 초래하게 된다. 수업 중 집중력 감소나 산만한 행동의 원인이 될 수 있으며, 피로 누적으로 짜증이 나 신경질이 늘어날 수 있다. 개학 직후에는 평

소보다 30분 정도씩 앞당겨 잠자리에 들 수 있도록 노력해야 한다. 또 개학 후 등교시간만 돌아오면 배가 아프다고 투정을 부리는 아이들도 있다. 주로 부모에게 의존도가 높은 초등학생에게서 자주 나타나는데 일종의 분리불안 장애라고 볼 수 있다. 그러나 등교를 하지않게 하거나 궤변으로 처벌해 버리면 상태가 악화될 수 있기 때문에 전문의의 도움을 받는 것이 좋다. ◇높은 기온차 '감기' 주의해야=열대 전가지만 해도 30도를 웃도는 무더위가 기승을 부렸지만 개학 전·후에는 기온이 뚝 떨어지게 마련이다. 밤에는 창문을 닫아야 할 만큼 기온이 낮아지고, 기온 변화에 민감한 아이들에게 감기가 찾아오는 시기다. 특히 면역력이 약한 아이들은 밤에 체온 유지



방학 동안 불규칙한 생활을 해오던 아이들은 개학과 동시에 '방학 후유증'에 시달릴 수 있다. 부모는 개학 전·후 자녀가 학교생활에 잘 적응할 수 있도록 건강상태와 생활습관을 점검해야 한다.

를 지켜주는 것이 중요하다. 여름 감기는 냉방병이 주요 원인이었지만 환절기 감기는 낮과 밤의 기온차에서 비롯되기 때문이다. 따라서 감기를 예방하려면 밤사이 이불을 걷어차지는 않는지 확인 해야한다. 이와 함께 충분한 수면을 취하고, 외출 후에는 손과 발을 잘 씻고 양치를 해서 나쁜 세균과 바이러스가 침투하지 못하도록 한다. 만약 감기에 걸렸다면 수분 섭취를 충분히 해서 열로 인한 탈수를 막아야 한다. 설사 및 구토를 할 때는 따뜻한 보리차를 조금씩 나누어 마시는 것이 좋다. 심할 경우 폐렴이나 천식으로 발전할 수 있으므로 주의할 기울어야 한다. ◇알레르기 비염 방지하면 큰 병=여름방학 동안 에어컨이 켜진 실내에서만 생활한 아이, 수영장을 자주 이용했던 아이, 이런 아이들이

감기 재채기와 콧물, 코막힘의 증상을 호소한다면 일단 알레르기 비염을 의심해 봐야 한다. 환절기 감기쯤으로 생각하고 방심하게 마련이지만 증상을 제대로 알아야 병이 커지는 것을 막을 수 있다. 알레르기 비염은 예민한 코 점막이 자극을 받으면 단기간에도 증상이 악화된다. 비염 증상을 오랫동안 방치하면 축농증으로 발전하기 쉽다. 알레르기 비염의 원인은 여러 가지가 있지만 보통 여름철에는 소독약을 탄 수영장 물이나 오염된 바닷물이 그 원인이 될 수 있다. 감기 증상이 10일 이상 이어지고 누런 콧물이 흐르며, 가래가 목으로 넘어가면서 이물감이 생기면 축농증을 의심하고 곧바로 병원을 찾아야 한다.

/안현주기자 ahj@kwangju.co.kr

**광주동아병원 신안군서 의료봉사활동**

광주동아병원(대표이사 정재훈)은 지난 24일 의료해택 손길 이 미처기 힘든 신안군 자문면을 찾아 지역주민들을 대상으로 하계의료봉사 활동을 펼쳤다. 이번 봉사활동에는 내과를 비롯해 정형외과, 신경외과, 치과,

통증클리닉 전문의 6명과 간호사, 물리치료사, 임상병리사 등 40여명의 의료진이 참여해 상담과 진료, 건강검진을 실시했다. 또 노인들을 대상으로 여름철 소화해진 건강회복 위해 영양수액을 주사하고, 비타민제 등의 약품을 전달했다.

**전남대학교병원 여사랑 동호회 작품전**

전남대학교병원 여사랑 동호회(회장 장현숙)는 지난 19일부터 사흘간 병원 1층 로비에서 '제15회 작품전시회 및 불우환자 돕기 바자회'를 개최했다. 작품전시회에는 회원들이 가족과 구슬 등을 이용해 직접 제작한 공예작품 300여점이 전시돼 병원 관계자들과 환자들로부터 큰 호응을 받았다.



여사랑 동호회 회원들이 자신이 직접 만든 공예작품을 전시하고 불우환자에게 설명하고 있다.

부터 행사를 개최해오고 있으며, 바자회를 통해 얻은 수익금의 일부를 불우환자 돕기에 사용하고 있다. 여사랑 동호회는 지난 1994년

/현주기자 ahj@kwangju.co.kr

**매 오하이오 주립대학 종합암센터 스티븐 슈워츠 박사**

“토마토 고온 조리하면  
항암성분 흡수 증가”



토마토는 고온에서 조리해 먹어야 항암성분 '리코펜'의 체내 흡수율이 크게 증가한다는 연구결과가 나왔다. 미국 오하이오 주립대학 종합암센터 식품과 학교수 스티븐 슈워츠 박사는 미국화학학회 학술회의에서 토마토의 주성분 리코펜은 기본구조인 직선분자를 곡선분자로 바꾸어 주어진 체내 흡수율이 55% 증가한다고 밝힌 것으로 헬스데이 뉴스가 지난 29일 보도했다. 리코펜의 분자구조를 직선에서 곡선으로 전

환하려면 토마토에 지방을 섞은 다음 이를 고온에서 가열해 토마토 소스로 만들어야 한다고 슈워츠 박사는 밝혔다. 슈워츠 박사는 사람의 혈액 속을 순환하는 리코펜 분자는 대부분 곡선구조를 가지고 있다는 사실을 발견하고 이것이 토마토를 먹었을 때 체내에서 리코펜 분자의 직선구조가 곡선구조로 변환한 때문인지 아니면 곡선구조의 리코펜이 흡수가 잘 되는 탓인지를 분석한 결과 후자가 맞는 것으로 확인되었다고 말했다. /연남뉴스

**광주 55세이상 남성 전립선암 많다**

100명 중 4명 꼴...대산·대전보다 발견률 높아

광주지역 55세 이상 남성 100명 중 3.5명이 '전립선암'을 앓고 있는 것으로 조사됐다. 대한비뇨기과학회와 비뇨기종양학회가 '대한민국 전립선암 지도 만들기 프로젝트'의 두 번째 지역으로 선정된 광주지역 55세 이상 남성 1천300명을 대상으로 전립선암 선별검사를 실시한 결과, 전립선암 발견률이 3.5%로 집계됐다. 이는 광주와 함께 조사 대상지역으로 선정된 대산(3.1%), 대전(2.4%)의 발견율보다 높은 데다, 가까운 중국(장춘 1.3%)과 일본(오사카 2.3%)에 비해서도 환자가 많은 것으로 전립선암에 대한 관심이 요구된다.

'전립선암 지도 만들기 프로젝트'는 지난해 이어 올해 두 번째로 실시됐는데, 지난 조사에서는 유병률이 3.4%로 나타났다. 두 학회는 매년 대한민국 각 지역을 대상으로 전립선암 선별검사를 실시, 전국적 전립선암 지도를 완성한다는 계획이다. 화순전남대병원 권동욱 비뇨기과 교수는 "광주지역의 급속한 고령화와 서구화된 식습관 등이 발견율에 영향을 미친 것으로 보고 있다"며 "전립선암은 간단한 혈액 채취만으로 검사가 가능하고 암 발견율이 높아 정기검진을 받는 것이 가장 중요한 예방법"이라고 말했다. /안현주기자 ahj@kwangju.co.kr

**부동산 권매계의 지부!** **대중법률경제(주)** T.062)227-6666 011-646-2226

지역	소재지	면적(㎡)	총	감정가	최저가	비고
전남	신수읍	328/773	4층	497천	303천	신수(가)부근
전남	신수읍	149/257	4층	249천	198천	공평(가)부근
전남	신수읍	274/1076	5층	191천	54천	신수(가)부근
전남	신수읍	182/204	3층	499천	293천	신수(가)부근
전남	신수읍	187/647	4층	149천	81천	신수(가)부근
전남	신수읍	580/2539	6층	149천	79천	신수(가)부근
전남	신수읍	1128/2185	4층	189천	119천	신수(가)부근
전남	신수읍	100/132	2층	292천	192천	신수(가)부근
전남	신수읍	526/673	4층	899천	399천	신수(가)부근
전남	신수읍	413/380	4층	899천	399천	신수(가)부근
전남	신수읍	188/774	4층	899천	399천	신수(가)부근
전남	신수읍	134/286	3층	292천	192천	신수(가)부근
전남	신수읍	204/568	4층	899천	399천	신수(가)부근
전남	신수읍	451/1180	4층	109천	71천	신수(가)부근
전남	신수읍	979/785	3층	113천	42천	신수(가)부근
전남	신수읍	1322/235	4층	499천	293천	신수(가)부근
전남	신수읍	833/289	2층	292천	192천	신수(가)부근
전남	신수읍	524/519	2층	303천	198천	신수(가)부근
전남	신수읍	1292/613	2층	191천	62천	신수(가)부근
전남	신수읍	92/100	2층	191천	62천	신수(가)부근

**대승공인중개사** 062)954-7700, 010-9468-7959

**수완지구** 아파트 매매·임대전문

**토지매매**  
 ▶수완지구 333-1(범의변경가능) 60미터 대로면 상업용지, 3면도로  
 ▶수완지구 720㎡ 3.3㎡당 600만원  
 ▶수완지구 아파트 밀집지역 정문 인근 상업용지 500㎡ 당 210만  
 ▶수완지구 단밀병행 170세대 정문앞 이주 주택지 330㎡ 3.3㎡당 450만원  
 ▶광산구 수완동 35㎡ 대로변 자연녹지 1.762㎡ 4.231㎡ 당 70만(변환가능)

**노들메디칼센터 임대분양**  
 ▶수완지구 중심상권  
 - 지하1층, 지상8층 연면적 5,000㎡  
 - 1층 : 약국, 전시장, 안경점, 부동산, 이등통신업  
 - 2~5층 : 범의원(내과, 소아과, 안과, 피부과) (비·후과) 등 임대점(점수 다임)  
 - 원내 지하주차장 및 원외 주차장 설치로 주차공간 100% 확보

**수완지구 아파트 분양권 거래전문**  
 1 수완지구 용지매매 및 개발상담

**합동공인중개사** 011-646-3393, 010-8675-6200

**수완지구 400세대 독점상권**  
**아파트 상가**  
**매매 및 임대**

**입점시기**  
 2009년 3월 ~ 12월 (지금 준비하십시오)

**권장업종**  
 마트/ 제과점/ 미용실/ 세탁소/ 문구점/ 피자/ 김밥나라/ 청과/ 정육/ 차킨오프/ 떡집/ 건강원/ 안경점/ 편의점/ 학원/ 병원/ 약국

**평수**  
 60평/40평/25평/13평/9평

**매매가**  
 7000만원 ~ 8억2000만원

**임대가**  
 3000만원 월세 80만원  
 2억 원 월세 300만원  
 보증금과 월세 전화 조정 가능함.

**대금납부 방법**  
 계약금 지불후 상가 입점시 잔금납부, 용자가가능함. 방문상담 환영합니다