

테마칼럼

남도의 재발견

도시와 삶

건강과 생활

교육을 생각한다

건강한 대한민국



최명순

우리의 건강을 지켜 주는 것은 약물이 아니라 규칙적이고 올바른 식습관, 적당한 운동과 여가생활로 생활리듬을 만들어 가는 평소 건강 관리가 중요하다고 하겠다.

베이비 붐 시대(6·25 전쟁이 끝난 1955년 이후) 주역들의 은퇴 시기 도래에 대하여 사회적 관심이 증가하고 있다. 필자 역시 전쟁 후 세대이다. 요즘에야 병원 가기도 쉽고 약도 많지만 어릴 적 기억으로 병원은 그야말로 죽을 병에 걸렸을 때나 가는 곳이었다. 아무리 아파도 서민들에겐 병원 문턱이 높지만 하던 시절이었다. 정 심한 경우에는 동네 약국을 찾아가 약을 지어 복용하거나, 손쉽게 구할 수 있는 '마이싱'을 먹는 것이 고작이었다.

지금과 와서 생각해 보면 너무 어처구니가 없지만 이 '마이싱'이라는 것이 항생제인데, 그 때에는 '마이싱'을 무슨 만병통치약처럼 아무 병에나 복용했던 것 같다. 마이싱 외에 먹어 본 약이라곤 '산토닝'이라 불리던 회충약이 고작이었다. 학교에서 단체로 회충약을 먹고는 온 세상이 노랗게 보이던 기억을 우리나라이 또래들은 누구나 가지고 있을 터이다.

그런가 하면 상갓집에서 "약 한 첩 제대로 써보지 못하고 보냈다"고 통곡하는 장면을 어렵지 않게 볼 수 있던 때가 불과 얼마 전 인데, 요즘엔 전 국민 건강보험 덕분에 오히려 의료의 오남용을 이야기하는 정도가 되었다.

오늘날 우리나라 국민들이 마음 놓고 진료 받을 수 있도록 건강보험이 이 만큼 성장하게 된 데에는 의약계와 국민들이 정부가 추진하는 정책을 믿고 동참하고, 협조하였기 때문에 세계적으로 유례가 없을 정도로 12년이라는 빠른 기간 내에 전 국민 건강보험을 달성하게 되었다고 할 수 있다.

건강보험법에 의하여 진료비를 심사하고 평

가하는 건강보험심사평가원에서 급성상기도감염에 항생제 처방률을 평가하여 공개하였다. 2009년 하반기 지역별 항생제 처방률을 보면 우리지역인 광주가 54.2%로 전국에서 가장 높았으며, 전남이 53.1%로 나타나 전년 동기에 비하여 크게 떨어졌음(-7~8%p)에도 불구하고 여전히 다른 지역(평균 51.1%)에 비하여 높게 나타나고 있다.

이러한 감기를 포함하는 급성상기도감염은 대부분 바이러스가 그 원인으로 일부 세균감염이 강력히 의심되는 경우를 제외하면 치료효과가 없어 항생제 사용이 권장되지 않으며, 선진국에서도 사용 감소를 위해 노력하는 대표적인 질환이다.

항생제는 바이러스에 효과가 없다. 건강한 신체는 사실상 수백만 개의 세균들이 조화를 이루면서 살고 있고, 이들은 음식을 소화시키거나 감염에 저항하도록 우리를 도와준다. 극히 일부의 세균만이 질병을 야기한다. 그러나 항생제는 좋고 나쁜 세균 모두를 죽여서 조화로운 신체 균형을 망쳐 놓는다(NPS : Fact Sheet-The problem with antibiotics and colds).

세균은 항생제를 만나면 증식하지 못하거나 죽게 되는데, 세균이 항생제의 이러한 항균작용을 무력화시킬 수 있는 능력을 갖게 될 때 항생제 저항성 또는 내성이 생긴다고 말한다. 항생제가 필요하지 않을 때 항생제를 사용하면 균의 내성을 키울 수 있으며, 내성이 생기면 항생제를 써도 잘 듣지 않게 된다. 우리의 미래, 국가를 위해서도 항생제가 남용되는 것은 막아야 하겠다. 최근 보건사회연구원 조사 결과 의료소비자

10명 중 3명은 병원의 항생제 처방에 불안을 느껴 조제약을 확인하고 있으며, 또 10명 중 5명 꼴로 항생제가 감염 예방이나 감기 치료에 도움이 되지 않는다고 판단하는 등 항생제에 대한 국민 인식에 변화가 관측됐다고 한다.

그럼에도 불구하고 아직까지 우리 국민들은 주사나 약을 특히 좋아하는 것 같다. 약을 적게 주거나 주사제를 처방하지 않으면 그 병원에선 더 이상 오지 않는 환자들도 많다고 한다. 2009년도 건강보험 약품비는 총 11.6조원으로 전체 진료비 대비 29.6%에 이르고 있다. OECD 회원국의 국민 의료비 지출 중 의약품비는 14.5% (2007)이다. 약은 알맞게 쓰면 약이 되지만 과다하면 독이 될 수도 있다는 사실을 잊어서는 안 되겠다.

영국 스포츠 의학자 겸 최신후에 의하면 "의자에 4시간 이상 앉아 있을 경우, 목속의 포도당과 지방을 조절하는 유전자 작동을 멈춘다"고 한다. 우리의 건강을 지켜주는 것은 약물이 아니라 규칙적이고 올바른 식습관, 적당한 운동과 여가생활로 생활리듬을 만들어 가는 평소 건강관리가 중요하다고 하겠다.

건강보험심사평가원은 세계 제일의 의료심사평가 전문기관으로, 최고의 전문성으로 국민 건강과 행복의 "FAIR Partner"로서 건강하고 아름다운 삶을 지켜나가기 위한 노력을 계속할 것이다.

<건강보험심사평가원 광주지원장>

* 본란의 내용은 본지 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.

독자투고 환영합니다. 이름,주소,전화번호를 써주십시오. 501-711 광주광역시 동구 금남로 2가 20-2 광주일보 오피니언 담당자/전화 062-2200-628/팩스 062-222-4918/e메일 opinion@kwangju.co.kr

중고칼럼

이영현



'계절의 여왕'이라 불리는 5월은 '가정의 달'이라고도 말한다. 우리가 몸담고 있는 가정을 특별히 생각하도록 해주고, 고맙고 뜻 깊은 달이 아닐 수 없다. 5월 달력에 표기된 날들만 보더라도 알 수 있다. 어린이날, 어버이날, 성년의 날, 부부의 날을 위시로 해서 입양의 날, 스승의 날, 근로자의 날, 방재의 날, 바다의 날, 생명의 날 등이 있기 때문이다. 이렇게 여러 날들이 제정되어 있다는 것은 양민성을 지닌다. 우리 자신들이 평상시 그렇게 살지 못하고 있다는 사

한 개방성과 연대성 안에서만 그 참된 가치가 확인되며, 하나님과 이웃을 체험하는 진교와 일치 현상이 된다. 사실 가정은 사회의 모체이며 기본 제도로서 삶의 중심이다. 또한 삶의 의미와 가치를 확인해주는 근거이고, 삶의 시너지 효과를 얻고 희망을 갖게 해주는 원천이다. 가정은 한마디로 인간의 삶 바로 그 자체다. 그러므로 가정의 가치는 근본적으로 인간 존엄을 바탕으로 하고, 어떠한 제도도 인간 중심의 가치를 우선으로 해야 한다. 특히 사회적

5월 '가정의 달'을 맞아

실을 말해주는 반면에, 심기일전할 수 있는 계기로 삼으라는 말도 되기 때문이다. 아무튼 타산지석(他山之石)의 지혜라도 터득하여 실행에 옮길 수 있다면, 은혜로운 날들이 될 것이다.

우리 인간은 완전하지 못하고 보완적이기 때문에 연대적일 수밖에 없다. 연대의 시발과 실현은 가정을 통해서 이루어진다. 이런 시발과 실현은 사랑을 바탕으로 하고, 사랑은 타자와의 일치를 통해 실현되며, 일치의 실현에서 기쁨과 행복이 주어진다. 따라서 가정은 사랑의 보금자리요, 기쁨과 행복의 요람이라 말할 수 있다.

성경에 따르면, 인간은 하나님의 "모상대로" 창조된 존재다(창세 1, 26). 이 모상은 하나님의 본질적인 소통을 뜻하는데, 하나님의 품위는 인간을 통해서 나타나고, 하나님의 이름으로 형성된 가정은 하나님 현존의 구체적인 표지이다(마태 18, 20). 그래서 가정은 하나님을 이해하고 신앙을 배우며 성실하게 살도록 해주는 삶의 터전이다. 구원의 공동체이고, 하나님과 이웃을 향

한 개방성과 연대성 안에서만 그 참된 가치가 확인되며, 하나님과 이웃을 체험하는 진교와 일치 현상이 된다. 사실 가정은 사회의 모체이며 기본 제도로서 삶의 중심이다. 또한 삶의 의미와 가치를 확인해주는 근거이고, 삶의 시너지 효과를 얻고 희망을 갖게 해주는 원천이다. 가정은 한마디로 인간의 삶 바로 그 자체다. 그러므로 가정의 가치는 근본적으로 인간 존엄을 바탕으로 하고, 어떠한 제도도 인간 중심의 가치를 우선으로 해야 한다. 특히 사회적

가정이 건전하면 인간사회와 문화도 건전해지고, 인생관과 가치관도 올바르게 되어 살맛나는 인생살이를 할 수 있다는 교훈을 특히 '가정의 달'을 맞아 진솔하게 되새겨보면서 인간의 존엄성과 생명을 존중하고 우선시했으면 한다. 요즘 우리나라 도처에서 산발적으로 발생한 가슴 아픈 여러 가지 사건들은 결코 우연적인 것만은 아닐 것이다! <광주 치평동 성당 주임신부>

함정 승선 장병들에 '무선인식' 부착 재킷 입혀야

자식을 군대에 보냈거나, 앞으로 군대에 보내야 하는 부모들은 이번 천안함 사건으로 무척 마음을 졸이고 있을 것이다. 이번 천안함 사고를 봤을 때 해군은 함정에 승선하는 모든 장병의 근무복에 무선인식(RFID) 장치가 부착된 라이드 재킷을 입히도록 조치할 것을 건의하는 바이다. RFID 라이드 재킷은 조난자가 재킷에 부

착된 송신기로 구조요청을 보내면 함정에 설치된 수신기 화면에 조난자의 인적사항과 위치를 표시해주는 장비이다. 재킷을 입지 않을 경우에도 승조원들이 완전 방수가 되는 불에 뜨는 무선인식 단발기만을 휴대해도 위치를 식별할 수 있다. 가장 중요한 것은 군인의 생명 아닌가. <이종안·곡성군 석곡면

기고

유광중



어느덧 한 세대가 흘렀다. 광주시민들이 불의에 저항해 분연히 일어선 지가 벌써 30년이 지났다. 그동안 5·18민주화운동은 정략적으로 이용됐고 민주화 관련자의 명예회복을 위한 역사적 진실규명이 늦춰졌으며, 진실이 왜곡 축소됨으로써 광주시민은 이중 삼중의 어려움을 겪었다. 그런 과정에서도 광주시민의 민주화에 대한 열정은 좀체 식지 않았다. 아픔과 괴로움의 세월을 참고 견디면서 5·18민주화운동 희생자의 명예회복에 앞

쪽으로 전국에 피어나야 한다. 5·18민주화운동의 역사적 의미와 과제를 되짚어 보면서 민주화운동의 당위성을 재정립하고 문제를 바로잡아 왜곡되었던 5·18의 진실성을 널리 알려 역사적으로 반복되는 일이 없도록 해야 하겠다. 이 땅에서 더 이상 불행한 일이 일어나선 안된다. 이 땅에서 더 이상 불행한 일이 일어나지 않게 하기 위해서는 5·18민주화운동을 계승하고 발전시키는 대안들이 조속히 마련돼야 한다. 5월 관련 자료의 발

5·18의 세계화는 시민에 달렸다

장서는 것을 멈추지 않았다. 민주주의 성지로 발돋움하는 과정에서 장애물도 많았고, 적도 있었고, 눈물과 고통도 뒤따랐다.

광주시민의 단결된 힘은 뜨거웠다. 시간이 지날수록 불굴의 의지는 더욱 타올랐다. 민주화를 외치다 희생된 5·18 영령들의 절규와 함성이 헛되지 않도록 숭한 노력을 기울인 끝에 5·18은 재조명됐다. 1997년 봄, 5월18일이 국가기념일로 제정된 것이다. 수많은 무고한 시민의 희생과 그 희생 뒤에 '폭동'과 '사태'로 불리던 왜곡의 시대를 지나 민주화 운동으로 자리 잡아 가게 됐다.

이 같은 성과에도 불구하고 아쉬운 점이 많다. 5·18정신이 올바르게 평가되지 못하고, 광주지역민의 의례적인 운동으로 국한된 것이 특히 그렇다.

이젠, 5·18광주민주화운동이 인류사에 길이 남길, 고결한 정신과 송고한 가치가 민주·인권·평화도시 광주를 넘어 큰 틀에서 전국으로, 세계로 확산 과급돼 나갈 수 있도록 물꼬를 터주는 일이 시급하다.

광주만의 5·18이 아닌 전 국민과 함께 하는 민주, 대중정신으로 승화돼 전국 방방곡곡에 메아리쳐야 한다. 대립과 갈등을 지양하고 화해와 협력을 추구하는 광주 5·18의 정신이 민주화의

굴 밑 재조명 작업을 통해 이론적 토대를 마련하고 체험 및 교육, 문화가 어우러지는 다양한 프로그램 개발이 필요하다.

그리고 1980년 5월의 아픔을 경험하지 못한 세대에게 5월 정신의 참뜻을 일깨워주고 체험할 수 있는 공간을 제공해 민주화의 역량을 심어주고 키워주는 데 심혈을 쏟아야 한다.

현재 광주시는 5·18의 의미를 새롭게 정립하고 위상을 드높이기 위한 작업을 진행하고 있다. 5·18민주화운동 30주년을 맞아 국내외 민주·인권·평화의 역사를 전사·기념하기 위한 '한국민주주의 전당' 유치가 그것이다.

또한 5·18민주화운동 관련 기록물을 유네스코 세계 기록유산에 등재하기 위해 금년 3월에 '유네스코 한국위원회'에 신청서를 제출하고, 이를 통해 민주화운동의 정당성과 역사성을 세계에 알리는 한편, 광주의 국제적 위상을 높이는 데 주력하고 있다. 5·18교육관도 6월에 문을 열어 체계적인 교육과 토론 등의 공간으로 활용할 계획이다.

이런 일련의 일들은 광주시의 노력만으로는 부족하다. 5·18정신이 전국과 세계화로 나아가길 수 있도록 5·18기념재단을 비롯한 여러 단체, 그리고 광주시민이 모두 함께 나서야 한다.

<광주시 총무과장>

독자투고를 기다립니다. 주변의 작은 이야기들, 생활의 경험 등 어떤 내용의 원고나 사진, 만화, 만평도 환영합니다. 채택된 원고는 고료도 지급합니다. 원고를 보내실 때는 이름, 주소, 전화번호를 함께 적어 주십시오.

시설

획일적인 광주 구도심 재개발 대안 찾아야

광주 구도심 일대 재개발 사업이 초고층 아파트 일색으로 추진되고 있어 획일적인 도시경관에 대한 우려가 커지고 있다. 광주시에 따르면 22개 주택재개발·재건축·도시환경정비 구역의 공동주택 총수는 15~39층에 달한다. 여기에 최근 북구 북동구역의 경우 기존 광주 최고층 건물의 2배가 넘는 63층 아파트 건립계획을 제시하는 등 초고층 아파트 숲 경관이 가속화되고 있다.

구도심 재개발사업이 초고층아파트 일색인 것은 막대한 공사비를 충당하기 위해 불가피한 측면이 있다. 민간 개발업체들이 한정된 공간에서 수익을 높이기 위해 건물 층수를 올리는 수밖에 없다. 기존 아파트와 차별화를 위해 초고층 건축을 선택하는 경우가 많다. 주민들 역시 자신들이 부담해야 하는 비용을 줄일 수 있기 때문에 이 같은 개발방식을 선호하고 있다. 또 관련법이 개정되면서 상업지역 용적률이 주거단지에 적용돼 초고층 아파트 건축을 부채질하고

있다. 그러나 초고층아파트로 구도심 일대가 뒤덮일 경우 기형적인 도시구조가 되고, 무등산 조망 등 전반적인 도시경관도 엉망이 될 수밖에 없다. 교통체증과 열섬현상 같은 환경문제도 발생하게 되고 대형화재 발생시 신속하게 대처하기도 쉽지 않다.

도심 재개발사업 방식에 대한 변화가 요구된다. 구도심의 옛 골목길과 한옥을 보존하고 중·저층의 중앙정원형 아파트와 같이 다양한 주거형태를 도입할 필요가 있다. 구도심 단독주택지역에 대한 꾸준한 사회기반시설 투자 및 거주자에 대한 인센티브 제공 등의 획기적인 시책도 필요하다. 신규 택지개발이나 공동주택단지 분양에 따른 수익을 노후 단독주택 개선에 사용하는 방안도 검토할 필요가 있다. 단순히 낮은 주택을 철거내고 초고층 아파트를 올리는 방식의 도시 재개발사업은 이제 변화되어야 한다.

총체적 부실 드러난 지역 식품관리 시스템

광주시와 전남도 보건환경연구원이 식품안전 검사를 하면서 잔류농약 검사에 검사 가장 많이 사용되거나 과거 검출 이력이 있는 농약을 빠뜨리고 검사 결과를 허위로 작성했다고 한다. 가장 엄격하고 신뢰성이 있어야 할 식품 검사가 이렇게 허술하게 진행될 수 있었는지 황당할 따름이다. 특히 이 같은 엉터리 검사로 지역 식품과 농산물의 이미지가 저하될 수 있다는 점에서 사실 규명과 함께 엄중한 책임과 사후 대책이 뒤따라야 한다.

감사원은 전남도 보건환경연구원이 시중에 유통되는 농산물의 잔류농약을 검사하는 과정에서 유통량이나 살포량이 많은 농약을 비롯해 고독성 농약, 과거 검출 이력이 있는 농약 등을 검사 항목에서 제외시켰다고 밝혔다. 뿐만 아니라 일선 시·군·구·향·읍·면사무소 등의 검출 여부를 의뢰한 식품에 대해 시험도 하지 않고 허위로 '적합' 판정을 내린 사실도 적발됐다. 특히 양 사·도 보건환경연구원은 매

월 또는 분기별로 반드시 검사토록 돼 있는 과거 검출 이력이 있는 농약에 대해서도 검사 항목에서 빠뜨렸다. 이들 두 기관의 행태를 보면 과연 지역민의 보건을 책임지는 행정기관이 맞는지 의심이 들 정도다. 잔류농약의 위험성은 굳이 말할 필요가 없다. 그럼에도 인체에 가장 해로운 고독성 및 식품에 잔류할 가능성이 큰 농약을 아예 검사 항목에서 제외시켰다니 보건환경연구원도 아무런 대책도 취하지 않고 있다. 심지어 지역민의 건강과 직결된 식품검사를 허위로 했다는 사실에 대해서는 할 말을 잃게 한다.

광주시와 전남도는 이번 사태에 대해 보다 엄격한 조사를 한 뒤 책임을 철저히 묻어야 한다. 감사원의 지적이 사실이라면 이런 일발천 사람들에 지역민의 건강을 맡길 수 없지 않은가. 이와 함께 보건환경연구원의 체제 정비, 인력 및 장비 보완, 감시 강화 등 재발 방지 대책도 강구해야 할 것이다.

無等鼓

앞으로 한 달 후에 있을 남아공 월드컵에서 '제 2의 미헬스'가 탄생하기를 바란다. 한국 축구 국가대표 감독 허정무가 '제2의 미헬스'가 되었으면 한다. 리누스 미헬스(1928~ 2005), 1974년 네델란드 대표팀 감독으로 오렌지군단 토폴의 주역이다. 또 '토폴 사커'를 창시했고 70년대 슈퍼스타 요한 크루이프를 길러낸 현대축구의 아버지다.

그의 토폴 사커는 수비수와 공격수 사이를 15m로 좁게 하고 무리지어 격렬하게 소용돌이치듯 공수를 아루른다. 그래서 토폴 사커를 구사하는 팀은 강철 체력과 강한 정신력이 필수다. 이미 우리는 지난 2002년 히딩크가 구사한 네델

미헬스를 꿈꾸다



란드식 토폴 사커의 경이로운 마법을 맛봤다. 히딩크도 미헬스의 제자다. 물론 네델란드 출신의 세계적 명망들은 모두 그의 제자라 해도 과언이 아니다. 히딩크를 비롯, 2006년 대한민국 대표팀을 지휘한 아드보카트와 베인하커, 판 바스턴 등 세계 각지에서 뛰는 감독들만 100여 명에 이른다. 아드보카트

는 그가 무명일 때 미헬스가 대표팀 코치로 발탁, 후계자로 키웠다. 아드보카트의 별명이 그래서 미헬스의 별명 '장군'을 본떠 '작은 장군'이다.

1980년 허정무는 네델란드 에레디비시 PSV 아인트호벤에 입단한다. 당시 네델란드 사람들은 허정무의 이름을 '융무 후(Jung-Moo Huh)'라는 애칭으로 부르며 그의 근성 있는 플레이에 열광했다. 그는 4년간 네델란드리그에서 뛰면서 토폴 사커의 세례를 듬뿍 받았다.

그의 축구는 '진돗개'라는 별명처럼 강인하고 끈기가 있다. 어찌 보면 미헬스의 토폴 사커와 많이 닮았다. 우리 태권전사들은 허감독의 조련

아래 강철 체력으로 재무장하고 감쪽 돌풍이 아닌 준비된 돌풍을 예고하고 있다. 16강을 넘어 2002년의 4강진행록을 다시 쓰겠다는 각오가 불타오르고 있다. 기필코 승승장구해 허감독이 '재림 미헬스'로 각광받았으면 좋겠다. /김일환 여백대부장 kih8@

Table with 2 columns: 光 州 日 報 and The Kwangju Ilbo. Contains contact information, subscription rates, and publication details.