



여름철 배앓이 예방과 치료

냉면 등 찬음식 대장운동 약영향 휴가땐 물·음식에 더욱 신경써야

이제 장마가 지나고 나면 본격적인 휴가철이 시작된다. 하지만 기분 좋게 보내야 할 여름휴가를 배앓이로 인해 고생하며 보내는 사람이 적지 않다. 평소 애 없던 설사나 변비가 나타나거나 하면, 복통이 찾아오기도 한다.

왜 여름에는 대장이 문제를 일으키는 걸까?

배앓이의 대부분은 음식이 원인이다. 사람마다 다르긴 하지만 일반적으로 대장운동을 조절하는 자율신경은 온도변화에 특히 민감하다. 여름철에 즐겨먹는 냉면, 팔방수, 아이스크림 등 찬 음식은 자율신경에 영향을 미쳐 대장운동에도 약영향을 준다.

덥다고 찬 음식을 많이 먹거나 밤에 선풍기나 에어컨을 틀어 놓은 채 배를 드러내 놓고 잘 때, 또 하루 종일 밀폐된 공간에서 에어컨 바람을 쐬 경우에도 차가운 온도가 자율신경계에 영향을 줘 대장의 기능이 현저히 떨어질 수 있다.

◇배앓이의 원인과 증상

대장 기능이 떨어졌을 때 가장 흔하게 나타나는 것이 설사이다. 설사란 평소의 생활 습관에 비해 배변의 빈도, 유동성 및 양이 증가한 상태를 의미한다.

설사의 원인으로는 신경성, 음식물, 독소, 알레르기, 흡수이상, 염증, 수술 등이 있다. 위장관내에는 매일 약 8ℓ의 소화액이 분비되고, 약 2ℓ의 수분이 음식물을 통해 들어오므로 매일 약 10ℓ의 수분이 통과된다고 볼 수 있다. 이중 6ℓ는 공장에서 흡수되고, 2.5ℓ는 회장에서 흡수가 된다. 1.5ℓ가 대장으로 유입되며, 이중 90%는 재흡수되므로 직장에 도달하는 것은 100~150㎖에 불과하다. 그러나 여러 가지 원인으로 인해 직장에 도달하는 수분이 300㎖까지 증가하게 되면 설사가 나오게 된다.

배탈, 설사 등 배앓이는 대장균에 오염된 물 또는 덜 익힌 음식물을 먹었을 경우에 흔히 나타난다. 또 부패한 고기로 조리하거나 깨끗하지 않은 손으로 조리했을 때는 음식물이 포도상구균에 오염될 수 있다. 그리고 포도상구균이 만 들어 낸 독소로 인해 이 음식을 먹은 사



이금수 기독병원 소화기내과장이 수일째 배탈과 설사에 시달리는 남성을 진찰하고 있다.

반드시 익혀먹고 장시간 에어컨 안돼

복통땀 났던 보리차로 배를 따뜻하게

람은 4시간 이내에 구토, 두통, 어지러움 등의 식중독 증상이 생긴다. 또 휴가철이다 보니 새로운 환경에 노출되면서 장, 위가 예민해져 특별한 이유 없이 배앓이를 하는 사람도 있다. 평소 과민성대장증후군이 있는 사람이나 여행 중 설사를 경험한 사람이라면 휴가 여행을 떠났을 때 물, 음식에 특별히 더 신경을 써야 한다.

◇배앓이의 예방과 치료법

예방의 가장 기본으로는 음식의 보관이다. 섭씨 4도 이하에서 보관해야 한다. 상한 음식의 경우, 세균이 생성한 독소는 끓여더라도 파괴되지 않으므로 아깝더라도 버려야 한다. 특히 육류나 우유 등 단백질 식품에서 주의를 요하며 조개, 굴, 낙지, 생선회 등 날것을 피한다.

배앓이는 원인에 따라 치료를 달리 하지만 일반적으로 12~24시간 동안 음식을 삼가고 물이나 끓인 보리차 등만을 마신다. 증세가 호전되면 '미음→죽→밥' 단계로 식사를 시작한다.

복통은 배 전체를 따뜻하게 하고, 손발을 따뜻하게 하면 도움이 된다. 증상이 가벼운 경우는 저열로 낮기도 하지만, 보존적 치료로 증상 호전이 없는 경우에는 가까운 병원을 찾아 진료를 받도록 한다. <이금수 광주기독병원 소화기내과 과장> /정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

광주 동아병원, 300병상이하 호남 첫 의료기관 평가인증

“환자 안전·의료서비스 질 향상 시스템 갖춰”

광주 동아병원이 300병상이하 종합병원 중에서는 호남지역 최초로 보건복지부 의료기관 평가인증을 획득했다.

동아병원은 지난 2010년 10월부터 의료기관 인증 평가를 위한 전담팀을 구성, 1년 여의 준비기간을 거쳤다.

환자 안전과 직원안전·의료서비스의 질 향상·행정관리·성과관리 등 4가지 영역 42개 범주의 여러 기준들을 만족시키기 위해 각종 규정과 서비스제공 시스템, 시설 등 서비스 환경을 획기적으로 개선함으로써 인증에 필요한 308개 항목의 모든 평가기준을 통과했다.

향후 매년 자체 평가를 통해 인증유효를 인정받아야 하며, 4년 후인 2016년 7월 다시 인증 절차를 밟게 된다.

동아병원 관계자는 “의료기관 인증획득을 통해 무엇보다 동아병원이 환자안전과 직원안전에 있어서 중소종합병원을 넘어서 상급종합병원과 어깨를 나란히 할 수 있을 만큼의 수준을 이루었다는 것을 공식적으로 인정받은 것”이라며 “환자들에게 제공하



는 의료서비스의 질을 지속적으로 향상시킬 수 있는 시스템을 갖추게 된 점에 더욱 큰 의미가 있다”고 밝혔다.

이와 함께 동아병원은 실력있는 의료진의 영입과 최신 의료장비도입 등 의료인프라 확충에 지속적으로 노력하는 한편, 남구보 건소와 꾸준히 진행해 오고 있는 남구 지역 내 취약계층을 대상으로 하는 사람의 무료

수술사업 등을 더욱 내실있게 추진할 계획이다.

동아병원의 이번 의료기관 인증 획득은 지역병원에 대한 새로운 패러다임을 제시, 꾸준한 의료 서비스 질 향상과 환자안전에 대한 노력으로 지역민들의 신뢰와 믿음을 얻어낼 수 있는 단초를 제공했다는 평가를 받고 있다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

전남 한의기술융합센터 유치활동 본격 돌입

동신대 한의학과에 추진기획단 개소

전남 지역 한의기술 분야 클러스터가 될 한의기술융합센터 유치 활동이 가속도를 붙이게 됐다.

동신대와 전남도는 지난 12일 동신대 한의학과에 한국한의학연구원 한의기술융합센터 추진기획단(단장 정순남 전라남도 부지사) 사무실을 개소하고 센터 유

치활동에 본격 돌입했다.

한의기술융합센터가 유치되면 국제 연구기관인 한국한의학연구원 본원 표준센터, 대구 응용센터와 함께 국내 한의학 발전의 삼각축을 형성해 관련 산업 발전에 획기적인 전기를 가져올 전망이다.

특히 지역의 풍부한 생물자원 및 광IT

기술, 한의학 관련 연구개발 역량을 결집시켜 광기술에 기반을 둔 첨단 한의 진단 치료 시스템을 개발하고 광바이오 융합 기술을 활용한 사상체질기반 고기능성 한방식품 및 의약품 분야 연구 개발에도 중심축을 맡게 될 것으로 기대된다.

기획단은 앞으로 센터 유치활동과 함께 한의학 관련 연구개발 사업을 적극적으로 발굴함으로써 지역의 한의융합기술 연구 기관 및 관련 산업체가 총망라된 클러스터를 구축하고, 미래 고부가가치 산업으로서 한의융합기술 산업의 육성을 꾀할 계획이다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

전남대병원, 新 관상동맥 스텐트 특허 등록

보건복지부 지정 전남대병원 심장질환 특성과 연구센터(센터장 정명호 교수·사진)의 스텐트 관련 지적 재산권을 확보가 활발하다.

올 상반기에 4건의 잇따른 특허 등록 실적을 확보한 데 이어, 이번에는 기존 스텐트의 구조적인 문제를 보완하는 내용을 담은 새로운 관상동맥 스텐트를 특허 등록했다. 이번 특허는 혈관 내 스텐트 확장에 의한 혈관 벽이 받는 압력의 고른 분산을 위한 스텐트 단위마다의 곡선 형태의 구조 삽입과

혈관 손상 가능성이 있는 스텐트 양끝단에 굴곡진 구조를 추가하는 등 기존 스텐트의 구조적인 문제를 보완하는 독특한 새로운 관상동맥 스텐트이다.

이는 전남대 병원이 스텐트 연구를 하는 데 있어 가장 기본적인 플랫폼의 확보와 더불어 약물 용출 스텐트 개발을 위한 독자적인 연구를 수행할 수 있다는 데 그 의미가 있다.

앞으로 식약청의 허가를 받아 상품화할 수 있도록 추진 중에 있으며, 장성 나노바이



오센터의 스텐트 공장에서 생산을 추진하여 실용화를 준비하고 있다.

정명호 교수 연구팀은 이번 스텐트 구조 특허 확보에 그치지 않고 추가적으로

4건의 디자인 등록 및 출원을 진행하는 등 지적 재산권 확보를 위해 노력하고 있다. 또한 국내에 그치지 않고 미국 일본 등 해외 특허 등록을 진행해 전남대 병원의 스텐트 연구가 세계적인 수준임을 입증하고자 노력하고 있으며, 상품화를 실현해 대학병원의 수입에도 기여할 수 있도록 최선을 다하고 있다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

다와부동산 재테크컨설팅

㈜다와옥션컨설팅부, 매수신장대리점(법인인가)
임찰에서 평도, 등기, 양도신고까지(무료상담)

근린시설 / 근린주택

- ▷서구 농성동 역세권 6층 의료시설 대지290평 건평 930평 감정가22억 최저가11억
- ▷서구 쌍촌동 2중주거지역 4층 상가주택 대지70평 건평175평 감정가15억4천 최저가13억3천
- ▷광산구 월계동 2중주거지역 3층 상가주택 대지85평 건평157평 감정가14억7천 최저가13억3천

다가구주택 / 단독주택

- ▷북구 문흥동 2중주거지역 3층 다가구 대지58평 건평 98평 감정가12억7천 최저가11억7천
- ▷남구 진월동 2중주거지역 3층 단독주택 대지43평 건평70평 감정가11억3천 최저가8천2백

공장 / 창고부지/ 대지

- ▷북구 양산동 공업지역 대지1800평 건평1530평 감정가129억3천 최저가115억
- ▷광산구 입죽동 준주거지역 대지233평 감정가12억2천 최저가17천7백
- ▷서구 쌍촌동 역세권 주거지역 대지147평 감정가12억3천 최저가1억6천

토지 매매

- ▷화순군 도곡면 도곡온천방향 4차선도로변 관리지역 농지1500평 매매 평당50만(조정가)
- ▷무안읍 신화리 기업도시부지 농림지역 113,000평 매매1억5천

광주 남구 월산동 구 서부경찰서 사거리
문의 010-4911-4989 (062-268-8949)

금당 공인중개사

건물매도

- 요양시설용 건물 동구 대지197 건평807 법인이전할 9억
- 요양시설 등 적합, 화순군 도곡 대지 302평 건평 505평 4억7천
- 요양병원, 담양군 창평면 대지 608평 건평 620평 16억
- 공장로 수리, 사무실 주택 대지27 건평28 공사지가 1억9200 수리잔액 1억6500
- 오지동 소방서앞 3층 상가주택 대지71 건평105평 3억4천
- 순천시 장전동 5층 건물 대지 88평 건평 488 대출 4억 매도 6억2천
- 농성동 다가구 40세대와 상가 임대사업에 적합 5억6300만원
- 유동 로타리 대지 240 건평 818 대출 18억 병원, 사옥, 요양시설 적합 법인이전 24억

나대지

- 총장로5가 상업지역 104평 주택은 철거해야함 원룸 생활주택적합 공사지가에 매도2억5600만원
- 장성군 삼계면 관백나무가 많은산 10900평 원지분할 요양시설에 좋음. 매도 1억
- 공장부지 함평군 해보면 1725평 국도 접했을 2억8천
- 화성동 6차선 도로 준주거 106평 공사가 5억3400 매도 5억8200만원
- 누문동 8차선 도로 60평 공사가 6억천 대출 4억5천 매도 4억8천
- 중흥동 상업지역 166평 3거리, 코너 공사지가 4억7천 매도5억3천

시골주택 및 주택지

- 함평읍 앞대면 대지100평 사용 주택 17평 1800만원
 - 화순 남면 대지76 주택은 수리해야함 1500만원
 - 담양군 봉산면 대지 157평 대출 4천 4600만원
 - 장성 삼삼면 금계리 대지 326평 건평 47 교환가능 1억3천
- ### 매도 · 교환
- 모질, 광주근교 순창군 쌍1318평 건평157평 대출2억5천 전세2천에 월300만원 임대중인, 3억7천

222-4994, 010-2632-5659,
금남로5가 광주고용센터 옆

매매교환 전

빌딩, 모텔, 땅 상가 건물

매수 매도 대기중

■건축상담■

예산 부족으로 건축을 고민만 하고 계시는 분! 부지를 가지고도 경협이 없어 건축을 망설이고 계시는 분!
호텔! 무인텔! 사무나! 빌딩! 주택! 상가건물!
건축비, 시공비 없이도 신축에서 준공, 분양까지!!
이제 고민하지 마시고 지금 상담해 주십시오. 신축한 건물 신축 공사 가능합니다.
●지금 계속된 상담받고 있습니다●

■구인■

함께 할 수 있는 성실하고 의지가 강한 당신을 기다립니다.

최기철공인중개사

광주시 광산구 수완동 965-201호
062)956-6660
010-2139-6255
FAX. 956-6608

최기철 공인중개사 사무소

광고물건 (상가/빌딩/대매)

- * 서구 상무지구 상가빌딩 대지 180평 건평 873평
- * 서구 상무지구 상가빌딩 대지 501평 건평 1415평
- * 서구 상무지구 상가빌딩 대지 150평 건평 884평
- * 서구 화정동 로타리트루트 모텔 대지 99평 건평 344평 료 00실
- * 남구 진월동 상가빌딩 대지 620평 건평 2181평
- * 북구신안동 전대점로 상가빌딩 대지 156평 건평 600평
- * 북구 두암동 동강대후문 원룸 대지171평 건평 98평 방15실
- * 광산구 우산동 상가빌딩,웨딩홀 대지 1741평 건평 94000평
- * 광산구 신성동 보건대 부근 대지 630평 건평 460평
- * 나주시 남내동 상가빌딩 대지 119평 건평 210평

광고물건 (토지/대매)

- * 상무지구 치평동 대지 1000평
- * 서구 서창동 대지 948평
- * 북구 두암동 대지 500평
- * 광산구 송산유원지부근 대지1010평
- * 광산구 수완동 대지 10,737평
- * 나주 금천면 원곡리 대지 3,200평
- * 북구 왕곡면 옥곡리 대지1,900평

최상의 전원주택 적합 부지 매매

- * 무안군 해례면 청매리 지도방향 바닷가부근 대지2,340평
- * 장성군 남면 청정리 대지 500평
- * 광양읍 덕려리 대지 2,800평

956-6660-010-2139-6255

랜드피아 공인중개사

상가 임대

각화동 홀플러스인근

병의원, 사무실 적합

- * 4~5층 각 130평
- * 6층 110평
- 보5천 / 월200만
- * 지하 140평

(임대가 및 조건조정가)

수익성 부동산매매

랜드피아오피스텔 매매

- * 15평~29평
- 9~12% 높은수익률
- 치평동 근린상가 매매
- * 매가29억~100억대
- 물건다량 보유
- 8%~10% 수익률

010-9731-8949
(치평동랜드피아 O/P 1층)

대인동삼일부동산

좋은 자리에 상가

건물을 싸게 사실분

상가 전문소개업체인 저희 부동산으로 오십시오.

광주시내 전지역 상가중 점

포가 잘 형성되어 월세가 다

른지역보다 더 많이 나오고

앞으로 더욱 좋아질 비전있

는 곳으로 1층 점포가 4~5

칸 정도에 점포가 여러칸인

상가를 대표적인것만 골라

물건을 많이 확보하고 있어

일일이 광고하지 못합니다.

사장님께서 중요한 결정을

내리실 때에는 상가전문 소

개업설명회에서 오랜전통

있는 저희 부동산에 꼭 한번

방문 하시면 책임지고 최선

을 다하겠습니다.

☎ (FAX)223-1772 헬 011-602-2532

(광주은행 신봉점 옆, 대인동 소방서 건너편)

가은 부동산

신창동 빌딩매매

- 대 지 : 630평
- 연건평 : 460평
- 보증금 3억5천만원/월1600만원
- 매매가 : 상담후 결정

상무지구 건물매매

- 대 지 : 200평
- 연면적 : 150평
- 보증금 : 1억5천만원
- 월차임 : 1500만원 (부가세별도)
- 매매금액 : 29억원

주유소 매매 (동구)

- 대 지 : 300평
- 최고 매출
- 매매가 상담후 결정

첨단산업 공장매매

- 대 지 : 1000평
- 공 장 : 300평
- 매매가 상담후 결정

투자자 모집입니다

1억 - 5억 투자자 모집

상무지구 랜드피아 사거리

010-8289-8549

금 매 (토지)

★ 용 도 ★

단독주택

★ 평 수 ★

185평 (610.5㎡)

★ 위 치 ★

광주시 신창동

반월마을

★ 매도가 ★

2억천만원

010-4353-5678