여름철 물놀이 귀·코 건강관리

귀, 물보다 모래가 더 위험… 염증 유발

무조건 면봉으로 닦아선 안돼… 통증·고름 생기면 외이도염 의심

염증성 비염환자, 장시간 물놀이 증상 악화 심하면 축농증 발전

박은호 베스트이비인후과 원장이 물놀이를 다녀온 후, 귀 속 통증을 호소하는 환자를 진찰하고 있다.

"여름철 물놀이 귀, 코가 위험하다."

여름철 물놀이시 건강엔 주의가 필요하다. 자칫 부주의하면 귀 질환인 급성 외이도염 등으로 고생하기 쉽고, 특히 자녀에게 귀 질환 중이염 증세가 있다면 더욱 예방에 힘써야 한다.

귀 질환 외에 물놀이 후 코가 막히거나 재채기 콧물이 심해지는 등 비염이 생길 수 있다. 따라서 물놀이 전후의 적절한 대처와 예방이 중요하다.

◇중이염 환자 주의=한바탕 물놀이를 하다보면, 귀에 물이 들어가기 쉽다. 하지만 귀에 물이 들어간다 해도, 건강한 귀는 문제가 되지 않는다. 귀 안쪽에 위치한 고막이 물을 차단하는 역할을 하기 때문이다. 문제는 중이염 증세가 있거나 과거 중이염 이력이 있는 경우, 혹은 외이도 벽에 상처가 있거나 귀 속에 염증이 있는 상태에서 오염된 물이 들어갔을 때 감염될 가능성이 높아진다.

중이염 증세나 이력이 없다고 하더라도 방심해선 안 된다. 귀는 인위적으로 관리하지 않아도 자연적으로 건강을 유지할 수 있게 되어있다.

하지만 귀가 청결하지 않을 경우 귀 안의 귀지나 염증으로 인해 귀 속 땀샘이나 피지선이 막혀 배출이 잘 되지 않을 경우 세균감염이 이차적으로 생기고 외이도염이나 고막염이 생길 가능성이 있기 때문이다. 특히 귀지가 많은 사람의 경우에 귀에 물이 들어가면 물이 귀지와 섞여 완전히 귀를 막게 되는 경우도 있다.

◇물보다 더 위험한 건 모래=물놀이시 귀를 위협하는 것은 물 뿐만이 아니다. 바닷가에서 파도에 의해 물에 모래가 섞여 귀에 들어가게 되는 경우가 있는데, 모래는 물처럼 쉽게 빠져나오지 않기 때문에 특히 주의해야 한다.

귀속에 있는 모래를 제거하기 위해 면봉 등으로 귀 속을 닦는 행동은 매우 위험하다. 모래의 작은 알갱이들이 부딪혀 귀 속 외이에 상처를 내게 되고, 상처가 생기고 염증을 유발하므로 이러한 행동은 절대 삼가야 한다.

물놀이 도중 귓속에 물이 흘러들어갔을 경우 인위적으로 물을 빼려하지 말고 자연스럽게 물이 흘러나올 수 있도록 하며 선풍기나 헤어드라이어의 찬바람을 이용해 말려주는 것이 좋다. 그 후 귀 입구의 물은 면봉 등으로 가볍게 닦아주는 것은 괜찮지만 귀 깊숙한 곳을 후비거나 귓속을 비눗물 등으로 세척하는 것은 절대 하지 말아야 한다.

중이염 등의 병력이 있는 사람들의 경우는 물속에서 오랫동안 잠수하는 것은 피해야 하며, 반드시 귀마개를 착용하고, 바닷가에서 물놀이를 할 경우 물 또는 모래가 들어가지 않도록 각별히 주의해야 한다. 만일 오염된 물이나 모래가 들어갔을 경우 손이나 면봉으로 절대 후비지 말고 바로 전문의의 도움을 받아야 한다.

평소 귀지를 파는 습관대신 식초 한 두 방울을 섞은 증류수를 면봉에 적셔서 외이도 입구에 가볍게 발라주면 피부가 약 산성으로 유지될 때 세균 감염 등을 예방하는데 용이하므로 외이도염 예방에 도움이 된다.

물놀이를 다녀온 후 귀속에 먹먹함이 지속된다거나 가려움증, 통증, 고름 등이 생길 경우 외이도염이 의심되므로 반드시 병원을 찾아 검사와 치료를 받아야 한다.

◇비염환자는 물놀이를 가급적 짧게=건강한 사람도 물놀이를 하고 나면 코가 막히고 재채기와 콧물이 심해지는 등 비염이 생길 수 있다. 만일 원래 비염이 있던 사람이라면 물놀이시 더욱 세심한 주의를 기울여야 한다.

비염 증상이 심하지 않은 경우 한 시간 내외의 짧은 시간 동안의 물놀이는 큰 문제가 되지 않는다. 하지만 급성 염증성 비염이 있는 상태에서 물놀이를 하는 것은 증상을 악화 시킬 위험이 크다.

또 혈관운동성 비염이나 호산구성 비염 등 코의 점막이 과도하게 예민한 사람은 수영장의 강한 소독약이나 바다의 오염물질 등에 취약할 수 밖에 없으므로 주의해야 한다.

비염을 앓고 있는 사람의 경우 물놀이를 하되, 장시간 동안 물놀이를 하는 것은 피해야 하며, 놀더라도 한 시간 이내가 적당하다.

물속과 물 밖에서의 체온 차가 크지 않도록 하는 것도 중요하다. 만일 코 점막이 예민해 콧물이나 재채기가 심해졌다면 물놀이 후 생리 식염수로 콧속을 세척해 주면 증상이 완화된다.

물놀이 후 비염이 발생했는데 감기로 오인해 방치할 경우, 축농증으로 발전하기 쉽다. 만일 감기 증상이 일주일 이상 지속되면서 콧물색이 누렇게 변하고, 목으로 불쾌한 냄새가 나는 노란 가래가 넘어오거나 코막힘, 콧물과 함께 두통, 기침, 미열 등이 느껴지면 축농증을 의심해야하며 전문의와 상의해 치료를 받는 것이 좋다.

〈베스트이비인후과 박은호 원장〉

/정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

조대병원 '365외상팀' 중증환자 생존율 높여

신속 진료·처치… 다발성 외상환자 83% 급증·사망률 6% 감소

365응급외상팀이 교통사고로 중상을 입은 환자를 응급·처치하고 있다.

최근 목포시 한 건물 3층에서 정신질환을 앓던 정모(50·목포시 유달동)씨가 떨어졌다. 가족들은 급히 광주의 한 종합병원으로 이송했으나 의료진들은 상급종합병원으로 이송을 권했고 곧바로 조선대병원(병원장 민영돈) 외상전문응급의료센터로 이송됐다.

연락을 받고 대기하던 조선대학교병원 '365응급외상팀'은 진찰 및 영상의학적 검사 결과 골반골 골절·요추골절·다발성 늑골골절 그리고 간열상과 혈기흉 등을 발견했다. 정씨는 내원한 지 1시간만에 수술실에 들어갈 수 있었다.

드라마에서 보던 사례가 아니다. 조선대병원 365응급외상팀의 실제 사례다. 최근 중증 외상환자를 다룬 MBC드라마 '골든타임'이 인기를 끌면서 외상전문팀이 구성돼 있는 365응급외상팀에 관심이 집중되고 있다.

365응급외상팀은 다발성 외상 환자를 치료하고 중증 외상환자의 사망률을 낮추기 위해 진료 및 검사 시간을 획기적으로 줄이면서 각 분야 전문의의 신속하고 효율적 진료를 위해 운영되고 있다.

15개 진료과 전문의 위주로 지난해 5월 꾸려진 '365응급외상팀'은 다발성 외상 환자가 응급실에 도착하면 응급의학과 전문의들이 1차적으로 진료 및 검사를 한 후, 상태에 따라 대기 중인 각 과의 의료진과 협진을 해 신속하게 수술하는 방식으로 진행된다.

이로 인해 365응급외상팀이 구성된 이후 외상전문응급의료센터의 중증 외상 및 다발성 외상 환자 수가 급증하고 있다.

지난 2010년7월~2011년6월까지 1년간 외상전문응급의료센터에 들어온 외상 환자 수는 9045명이었지만 2011년7월~2012년6월까지는 7%가 늘어난 9713명이었다. 외상 환자의 증가 폭은 크지 않았지만, 그 중 중증 외상환자 수는 246명에서 401명으로 63%가 늘었으며, 다발성 외상환자는 755명에서 1385명으로 무려 83%의 환자가 급증했다. 특히 외상 환자 사망자의 경우 전년도에 비해 6% 감소했다.

365응급외상팀 이석기 흉부외과 교수는 "외상 환자 생존율은 신속한 진료 및 처치가 중요하다. 이를 위해 24시간, 365일 외상 환자 진료를 위해 항상 대기하고 있다"고 말했다.

한편, 조선대학교병원 외상전문응급의료센터는 지난 2005년 7월 기존의 지역응급의료센터에서 전문응급의료센터(외상)로 지정됐으며, 2010년에는 원거리 환자나 자연재해·대형사고로 인한 응급환자가 발생할 경우 신속하게 이송할 수 있는 헬기장을 구축했다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

조대병원, 예약시스템 개편·고객소통 강화

진료의·날짜·시간 등 환자가 직접 선택… 페이스북 오픈도

조선대병원(병원장 민영돈)이 모바일(mobile)과 웹(web)을 이용한 홈페이지 예약시스템을 강화하고 병원 페이스북(facebook)을 오픈하는 등 고객과의 소통을 강화하고 나섰다.

조선대병원은 최근 진료예약시스템을 개편했다. 기존의 모바일 홈페이지(https://hosp.chosun.ac.kr/m) 예약 시스템의 경우, 클릭 한 번으로 병원 고객지원센터로 전화 연결돼 예약하는 시스템이었다.

웹 홈페이지의 경우 예약 메뉴에 원하는 진료과와 날짜를 적어놓으면 병원 담당자가 고객에게 전화를 해 예약을 했다.

하지만 이번에 새롭게 강화된 예약 시스템은 모바일과 웹 홈페이지 모두 고객이 원하는 진료과와 교수, 날짜 시간 등을 직접 정할 수 있게 됐다. 고객의 주민등록번호와 이름만 입력하면 예약할 수 있는 날짜와 시간이 보이기 때문에 모바일 홈페이지를 이용해 시간과 장소에 구애받지 않고 편한 시간에 예약할 수 있게 된 것이다.

뿐만 아니라 조선대병원 페이스북(http://www.facebook.com/ChosunUniversityHospital)도 오픈했다. 조선대병원은 고객과의 소통을 위해 지난 2010년 11월에 개정한 트위터(http://twitter.com/cuhpr)에 이어 페이스북을 최근 열었다.

페이스북에서는 다양한 의료정보는 물론 각 의료진들이 전하는 의학상식도 게재한다. 또 7월에는 조선대병원 네이버 블로그(blog)도 여는 등 인터넷 공간에서 고객을 위한 다양한 정보를 제공할 계획이다.

민영돈 병원장은 "불편했던 예약시스템을 고객이 가장 이용하기 편리하도록 대폭 수정했다"며 "소셜네트워크(SNS)를 활용한 고객과의 접촉면을 더욱 늘려서 언제 어디서든 병원 소식은 물론 시민들이 쉽게 의학상식을 알 수 있는 정보를 전달하겠다"고 말했다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

더 큰세상, 깊은 감동의 서비스
다와옥션 www.dawaauction.co.kr

다와옥션 부동산 경매학원
호남유일의 정통 경매학원!
불만족시 수강료 전액환불!
실전기본반 : 매주 수요일
오전 : 10시 30분/오후 : 저녁7시
(3개월 16주 과정 25만원)
강사 : 이 정석 교수(저자직강)
목요특강 : 매주 목요일
오후 : 7시(교육참가시 확인요망)
(교재비포함 수강료는 1-2만원)
과목 : 세무,민법,부동산정책,기타 기본경매외 보수교육
◎수시모집중(기수별 선착순 30명)
◎국내유명강사 초청 특강(강좌외)
☎ 문의 062-352-8589 (010-8004-6767)

다와부동산 컨설팅
다와옥션컨설팅부, 매수신청대리업체(법원인가) 입찰에서 명도, 등기, 양도신고까지(무료상담)
근린시설/근린주택
▷서구 농성동 역세권 6층 의료시설 대지290평 건평930평 감정가22억 최저가11억
▷북구 중흥동 2종주거지역 2층 점포/사무실 대지67평 건평70평감정가2억9천 최저가1억6천
▷서구 쌍촌동 2종주거지역 4층 상가주택 대지70평 건평175평감정가5억4천 최저가3억8천
▷광산구 월계동 2종주거지역 3층 상가주택 대지85평 건평157평감정가4억7천 최저가3억3천
▷북구 풍향동 2종주거지역 3층 상가주택 대지40평 건평100평 감정가2억2천 최저가1억3천
▷남구 지석동 2종주거지역 3층 상가주택 대지65평 건평90평 감정가1억9천 최저가1억3천4백
다가구주택/단독주택
▷북구 문흥동 2종주거지역 3층 다가구 대지58평 건평98평 감정가2억7천 최저가1억7천
▷남구 진월동 2종주거지역 3층 단독주택 대지43평 건평70평 감정가1억3백 최저가8천2백
▷동구 지산동 주거지역 2층 단독주택 대지50평 건평52평 감정가1억1천5백 최저가8천
공장/대지
▷북구 양산동 공업지역 공장 대지1800평 건평1530평 감정가29억3천 최저가15억
▷서구 쌍촌동 역세권 주거지역 대지147평 감정가2억3천 최저가1억6천
토지매매
▷화순군 도곡면 도곡온천방향 4차선도로변 관리지역 농지1500평 매매 평당50만(조정가)
▷무안읍 신학리 기업도시부지 농림지역 답3,000평 매매1억5천
☎ 문의010-4911-4989 (062-268-8949)
남구 월산동 돌고개역 1번 출구/ 신한은행 4층(구.전남경찰청 4거리)

금당 공인중개사
건물매도
• 요양시설용 건물 동구 대지197 건평807 법인이전함 9억
• 요양시설 등 적합. 화순군 도곡 대지 302평 건평 505평 4억7천
• 충장로 슈퍼, 대지 27 건평 30 공시가 1억9200 매도 1억7천
• 오치동 소방서옆 3층 상가주택 대지71 건평105평 3억4천
• 유동 로타리 대지 240 건평 818 대출 18억 병원, 사옥, 요양시설 적합 법인이전 24억
• 누문동 일고 부근단층 상가 주택 대지 36 공시지가 1억 2500상가는 임대중이고 주택은 공실 1억
• 양동식당과 여관 대출 2억 대지 89건평 256 교환가능 3억2천
• 동구 금동 대지 100평 6층 건물 416평 5억 7천
• 북구 화암동 땅 719평 주택 2채 있음 사찰등 적합
• 담보용 물건, 춘천시 집합물건중의 지하 377평 법상가 34억6천 감정12억 9천 법인이전 5억 8천
나대지
• 충장로5가 상업지역 104평 주택은 철거해야함 원룸.생활주택적합 공시지가에 매도2억5600만원
• 공장부지 함평군 해보면 1725평 국도 접했음 2억8천
• 중흥동 상업지역 166평 3거리 코너 공시지가 4억7천 매도 5억3천
• 공장부지 나주시 반남면 잡종지 5160 5억4천
• 계림동 상업지역 155평 공시지가 6억3300 매도 5억
• 신안동 전남대 앞 4거리 대로면 상업지역 249평 생활주택형 오피스텔 적합 공시지가 9억 4천 매도 7억7천
시골주택 및 주택지
• 화순 남면 대지76 주택은 수리해야함 1500만원
• 장성 서삼면 금계리 대지 326평 건평 47 교환가능 1억3천
• 보성군 대원사 입구 광주에서 25여분 거리 경관좋음 땅 505평 평당 17만원(8600만원) 예술인 창작작업에적당
222-4994. 010-2632-5659.
금남로5가 광주고용센터 옆

수완지구 상가임대 분양
1층~7층 (20평~210평) 분할가능! 즉시입주! 시비없음!
학원/병원 한의원/독서실 편의점/약국
분양임대시 특별할인중
교환,매매전문
상가
3억~100억까지 교환및 매매합니다.
토지/아파트/상가/기타
주)신한아이디 062)527-7600

역세권 상업지 토지급매
운천역 1분 코너
중심상업지 250평
최고위치!!
상가, 도시형 오피 적합
★매가 상담후 결정★
원룸매매(신축)
전대, 조대 쌍촌동 수완지구
5억부터 12억까지
062)961-3377

매매교환 전문
빌딩,모텔,땅 상가 건물
매수 매도 대기중
■건축상담■
예산 부족으로 건축을 고민만 하고 계시는 분! 부지를 가지고도 경험이 없어 건축을 망설이고 계시는 분!
호텔! 무인텔! 사우나! 빌딩! 주택! 상가건물! 건축비, 시공비 없어도 신축에서 준공, 분양까지!!! 이제 고민하지 마시고 망설이지도 마시고 모든 것을 지금 상담해 주십시오.
신속한 건물 신축 공사 가능합니다.
●지금 계속된 상담받고 있습니다●
■구 인■
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(상가빌딩매매)
* 서구 상무지구 상가빌딩 대지 180평 건평 873평
* 서구 상무지구 상가빌딩 대지 501평 건평 1415평
* 서구 상무지구 상가빌딩 대지 150평 건평 884평
* 서구 화정동 로마나이트부근 모텔 대지 99평 건평 344평 룸 00실
* 남구 진월동 상가빌딩 대지 620평 건평 2181평
* 북구신안동 전대정문 상가빌딩 대지 156평 건평 600평
* 북구 두암동 동강대후문 원룸 대지71평 건평 98평 방15실
* 광산구 우산동 상가빌딩.웨딩홀 대지 1741평 건평 약4000평
* 광산구 신창동 보건대 부근 대지 630평 건평 460평
* 나주시 남내동 상가빌딩 대지 119평 건평 210평
광고물건 (토지매매)
* 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
* 나주 왕곡면 옥곡리 대지1,900평
최상의 전원주택 적합 부지 매매
* 무안군 해제면 창매리 지도방향 바닷가부근 대지2,340평
* 장성군 남면 행정리 대지 500평
* 광양읍 덕례리 대지 2,800평
956-6660·010-2139-6255

랜드피아 공인중개사
상가임대
각화동 홈플러스인근 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 점포가 잘 형성되어 월세가 다른지역보다 더 많이 나오고 앞으로 더욱 좋아질 비젼있는 곳으로 1층 점포가 4~5칸 정도에 점포가 여러칸인 상가를 대표적인것만 골라 물건을 많이 확보하고 있어 일일이 광고하지 못합니다.
사장님께서 중요한 결정을 내리실 때에는 상가전문 소개업체인광주에서 오랜전통 있는 저희 부동산에 꼭 한번 방문 하시면 책임지고 최선을 다하겠습니다.
☎(FAX)223-1772 핸 011-602-2532
(광주은행 신본점옆, 대인동 소방서건너편)