

한국지방신문협회 공동 칼럼  
光日春秋



이순원  
소설가

지금은 어디 계시는지도 모르는 응주형께 씁니다. 내가 응주형을 처음 만난 것은 지금으로부터 37년 전 대학에 막 입학해서였습니다. 조금 더 설명하자면 그때 나는 어느 지방 국립대 경영학과 입학생이었고, 응주형은 같은 1학년이어서 예비역 복학생으로 법학과 학생이었습니다.

학과가 다르니까 당연히 공부하는 과목도, 강의실도 달랐겠지만 그래도 일주일에 네 시간씩 같이 수업을 받는 군사교육 훈련장에서 처음 응주형을 보았습니다. 1학기 때는 학과가 달라 눈에 잘 띄지 않았고, 2학기 때는 학과가 달라 눈에 잘 띄지 않았고, 2학기가 되었을 때 법학과에 다니는 친구가 방학동안 다음학기 등록금을 스스로 벌어서 학교에 다니는 응주형에 대해 이야기를 했

청운의 푸른 ‘빛’을 안고서

습니다.

그것은 좀 속연한 이야기였는데, 여름방학 이든 겨울방학이든 길어야 45일 정도밖에 되지 않는 기간 동안 다음 학기 등록금 마련을 위해 응주형이 노동관에서라도 일당이 가장 높은 협한 일을 찾아다니라고 했습니다.

여름엔 시멘트 콘크리트로 집을 짓는 건축현장에서 어깨에 고름이 흐르도록 질퍽을 메고 다리를 후들거리며 공중 철판을 오르내리고, 겨울이면 이 산 저 산 능선으로 고압선 첩담을 세우는 작업현장을 찾아다니라고 했습니다. 그렇게 해야 짧은 방학동안 당시 사립대학 등록금의 절반밖에 되지 않는 국립대학 등록금과 최소한의 기본 생활비를 마련할 수 있다고 했습니다.

그 얘기를 듣고 나자 응주형이 거인처럼 우러러보였습니다. 그때부터 마음으로 따르며 꽤 가깝게 지냈고, 졸업 후엔 서로 다른 길로 가 소식을 끊기게 되었지만 그 시절 고학생의 모습이란 그런 것이며 청운의 꿈 역시 그런 거였지요.

푸른색의 푸름은 어두운 색의 구름보다 더 높이 떠서, 높은 지위나 벼슬을 비유적으로 이르는 말이라고 하지만 그것은 지위와 벼슬의 이야기만이 아니라 젊은 시절 성취

하는 학문과 연구의 비유이기도 하지요.

그때 헤어지고 다시 만난 적이 없는 응주형을 오늘 새삼스레 떠올린 건 지금 우리 아들세대의 청년실업과 학자금 대출로 비롯된 청년층의 빚 문제 때문입니다. 우리나라의 300만 명중 되는 대학생의 절반이 넘는 160만 명이 이런저런 학자금 대출을 이용하고 있고, 그중에 연 20%의 고금리대출을 빌린 학생도 9만 명에 이른다곤 합니다.

청춘의 시작부터 빚을 갚을 능력이 바닥난 대학생이 5만 명 가까이 된다고 하니 이 학생들이 대학을 졸업하고 사회로 나오기 시작부터 신용불량자가 되고 빚쟁이가 되어 정상적인 사회생활을 하기 어려워지는 것이지요.

대학생들이 이렇게 돈을 빌리는 이유가 무엇까요. 물론나마나 우선 학생 스스로는 도저히 감당할 수 없는 비싼 등록금과 비싼 생활비 때문이겠지요. 저렇게 힘들게 빚을 안고 대학을 졸업한다고 해서 다음단계로 일자리가 기다리고 있는 것도 아닙니다. 앞에서 우리 아버지세대의 고학생 응주형 얘기를 한 것은 우리 세대는 스스로 이렇게 마련했다는 것을 말하기 위해서가 아닙니다.

아버지세대는 한여름 건축현장인듯, 한겨울에 바람 쐬며 부는 능선에 올라 첩담작업을

하든 짧은 방학동안 자기 힘으로 등록금을 마련할 여건이라도 되었지요. 하지만 지금 학생들에게 등록금은 방학동안 아르바이트 등 어떤 일을 하고 무엇을 하든 그것을 스스로 해결할 방법이 없다는 점입니다.

겉으로 보기에 제법 괜찮아보이는 직장에 다니는 부모들조차 자녀 학비 마련이 어려워 학자금 대출을 받는 게 현실이 아닌지요. 너무 높아져 버린 등록금 때문에 방학동안 무슨 일을 하더라도 그것을 스스로 해결할 수 없게 되어버린 것이지요. 이렇게 학비를 대출받지 않으면 안 될 학생들이 절반 가까이 된다는 사실이 안타깝게 따름입니다.

우리 아버지세대는 어쩌다 이런 여건을 우리 아이들에게 물려준 것일까요. 집에 학생이 있든, 없든 이런 현실이 정말 너무 답답하지 않은지요.

청운의 꿈을 안고 대학에 들어가 공부를 하는 게 아니라, 청운의 빛을 따내고, 끝내는 그 빛에 눌러 신용불량의 실업자로 대학문을 나설 수밖에 없는 저 아이들을 우리 어른들은 어떻게 바라봐야 할까요. 선거 때만 되면 반짝 나오는 반값등록금 문제, 이거야말로 개인의 문제가 아니라 정말 국가가 나서야 할 문제가 아니겠는지요?

의료칼럼

인간의 중심축 허리



전호철  
광주 우리들병원 대표원장

허리에 문제가 있는 경우는 앉아 있는 자세가 가장 불편하다. 식당에 가서도 방에서는 식사를 못하고 식사 도중에 일어나지도 못한다. 이런 경우는 대개 허리 디스크에 이상이 있는 경우이다. 왜냐하면 앉아있을 때 디스크가 가장 많이 압력을 받기 때문이다. 하지만 외래에서 만나는 환자들 중에 간혹 ‘앉아서 일할 때는 아무렇지 않지만 걸을 땀 걸겠다.’ 고 이야기하는 사람들이 있다. 어떻게 사람이 앉아서만 살 수 있는가? 일어나가도 하고 걸기도 하고 달릴 때도 있다. 앉아서 일할 때는 괜찮으니 스스로 병이 중하지 않다고 생각하며 방치하는 경우이다. 앉아 있을 때는 아프지 않는데 걸을 때 아픈

경우는 두 가지 경우를 생각해 볼 수 있다. 첫 번째는 척추관 협착증이다. 척추관이란 파이프와 같은 구조물로 척추에서 다리로 이어지는 신경다발이 지나가는 곳이다. 어떤 원인으로 이관이 좁아지면 신경이 눌리는데 이것을 척추관 협착증이라 부른다. 척추관이 좁아져 허리에서 다리로 내려가는 신경이 눌리기 때문에 다리가 전체적으로 터질 듯이 아프고 저린 증상이 나타난다. 이 척추관의 일어서면 척추관을 감싸고 있는 인대가 안으로 밀고 들어와 척추관이 더욱 좁아져서 통증이 심해진다. 반대로 허리를 굽히거나 앉으면 인대가 팽팽해져서 척추관이 조금 넓어져 통증이 줄어든다. 따라서 척추관 협착증 환자들은 서있거나 걷기가 힘들고 앉아서 쉬면 괜찮아지는 것이다. 이러한 현상은 척추관 협착증의 전형적인 증상이다. 대개 이러한 경우는 양측 다리로 증상이 나타나게 된다.

두 번째는 신경공의 협착이다. 신경공이란 신경가지가 좌우로 나가는 작은 구멍을 말한다. 디스크 간격이 좁아지면서 신경공도 함께 좁아지는 것으로 ‘극외측 디스크’라고도 한다. 환자가 느끼는 증상은 일반적인 디스크보다 심하며 대개 한쪽 다리만 아픈 경우가 많다. 극외측 디스크는 일반적인 디스크 진단 방법으로는 진단하기가 어렵다. 화질이 떨어지는 MRI에서는 잘 보이지 않아 고화질 MRI를 촬영하면서 좀 더 많은 시간을 들여 세밀하게 촬영을 해야 발견될 수 있다.

척추관의 협착이든 신경공의 협착이든 먼저 진단을 해야 하는데 이때 MRI 검사는 필수적이다. 먼저 진단이 되면 비수술적인 방법으로 치료를 하게 된다. 비수술적 치료는 소염진통제, 근이완제 등을 복용하는 ‘약물치료’와 초음파, 온열찜질, 견인치료 등의 ‘물리치료’ 등이 있다. 하지만 약물치료나 물리치료보다는 ‘신경차단술’이 훨씬 효과적이다. 신경차단술은 MRI상 확인된 병변 부위에 직접 약물을 주입하는 방법으로 대부분이 치료에 증상이 호전된다.

하지만 비수술적 치료의 효과가 오래 가지 않거나 증상이 계속 남는 경우에는 수술적 치료를 고려해야 한다. 척추관 협착증과 신경공 협착 등의 수술적 치료는 주로 미세 현미경을 이용해 척추신경관 감압술을 하게 된다. 전신마취가 아닌 척추마취만으로 가

능하다. 약 2~3cm 정도 피부를 절개해 수술용 현미경을 보면서 좁아진 척추관이나 신경공을 넓혀주고, 눌린 신경도 풀어주는 방법이다. 이 방법은 보통 허리 디스크 수술보다 간단하며, 시간도 더 적게 들며 합병증도 더 적다. 수술 후 회복단계에서도 디스크를 제거하지 않기 때문에 일상생활로의 복귀가 빠르고 허리의 운동역학에 영향이 적어 디스크 수술보다 쉽게 치료가 된다.

어떤 병이든지 조기에 진단하고 치료하는 것이 완치에 가장 중요한 요소이다. 앞서 생활하면 괜찮으니 ‘서서 걷는 것만 줄이면 되겠다.’ 라는 생각은 병을 더 키우는 결과를 초래할 수 있다. 일단 병원에 오는 것이 두렵고 수술해야 된다고 하면 어쩔까 하는 걱정으로 많은 분들이 병원 문턱이 높다고 말한다. 하지만 인간은 기립동물이며 두 발로 서서 걸어야 한다. 결국 인간의 중심축인 허리의 역할은 평상시 중요하다. 100가지 치료방법보다 병이 생기기 이전에 예방하는 것이 가장 중요하다. 허리건강을 위해 바른 자세, 스트레칭, 규칙적인 걷기 등으로 허리 근육을 단련시켜 건강한 삶을 꾸려 나가자.

음부즈맨 칼럼

광주일보만의 브랜드가 힘이다



조미옥  
빛가람중학교 교사

투자의 귀재로 불리는 워런 버핏이 세계 경영자 워크숍에서 경영을 잘하려면 “세상을 알아라”고 강조했다. 그러자 참석한 한 남학생이 손을 들어 어떻게 하면 세상을 알 수 있는냐고 물었다. 그는 잠시 머뭇거리기도 없이 “신문을 읽어야”고 했다.

세계를 경영하는 것이 굳이 아니더라도 개인적으로 신문은 보고서 지난주 주말엔 광주일보에서 소개한 백야산 하늘다리를 처음 가보았고 부등고에서 소개한 ‘그런 남자’ ‘그런 여자’를 들어보기도 했다. 뿐만 아니라 우리지역의 어떤 인사가 적합할 것인지 가능해보는 정치 정보도 얻을 수 있다. 이렇듯 신문을 읽다 보면 가보지 못한 장소, 내가 알지 못한 정보를 알 수 있고 만나기 어려운 사람들과 지면에서 만나는 즐거움이 있다.

그럼에도 불구하고 세대와 지역 간의 차이 때문에 많은 사람들이 함께 누릴 수 있는 한계가 있다는 점에서 안타깝다. 뿐만 아니라 자기 관점에서 누구나 쉽게 쓰고 싶은 글을 쓸 수 있는환경이 되면서 좋은 점도 있지만 검증되지 않아 신뢰성이 떨어지고 유랑민처럼 허공에 두둥실 떠다니는 모바일 속에서 광주일보가 지역 언론의 중심으로 감당해야 할 몫은 무엇일까. 궁극적으로 모바일에서 찾을 수 없는 종이 신문만의 존재감 그리고 중앙지와의 차별성이 광주일보의 브랜드이며 경쟁력이다.

잡다한 나열식 기사나 의도적 홍보성 기사들은 주제적이지 못하고 수동적으로 받기만 하는 부담감을 가지고 나오는 상관없는 피상적 사실로 받아들일 수 있다. 왜냐하면 독자들은 자기들이 읽고 싶어 하는 것만 보려는 심리가 강하기 때문이다. 특히 응답진 뒤란에 햇빛이 들어치는 기쁨을 맛볼 수 있는 정보나 기사 등을 접했을 때 신문에 대해 더욱 큰 관심을 가지며 독자들은 감동받는다.

그렇다면 광주일보를 수년간 접한 독자라면 타사의 신문에서 볼 수 없는 나름대로 자기만이 가지고 있는 광주일보만의 브랜드를 무엇으로 기억하며 꼽을 수 있을 것인가? 나는 개인적으로 피플 & 라이프 지면을

단게 뛰어 넘는 좋은 예라고 할 수 있다. 이렇듯 광고 한 편으로도 독자들의 생각을 아우르게 하고 감동을 줄 수 있다는 사실만으로도 신문이 가질 수 있는 멋진 마력이 아니겠는가?

예전에는 영재라고 하면 기억력이 뛰어난 사람이지만 현대에는 기억할 수 있는 지식은 얼마든지 다른 매체를 통해서도 가능하기 때문에 오늘날의 영재라고 함은 상상력이 뛰어나고 창의적인 사람이라고 한다. 이처럼 시대가 변하면 사람들의 인식 패턴도 바뀐다는 사실을 받아들여 광주일보에서도 스스로의 골대에서 벗어나 지역 구성이나 기사 내용을 과감하게 변화시켜 한 번 보고 또 보고 눈길이 자주 갈 수 있는 창의적인 내용과 편집으로 나아가길 바란다. 더불어 과거는 아쉽고 현재는 불만투성이이며 미래는 두려운 우리 지역의 젊은 청장년 독자들에게도 일자리 창출의 기회가 되는 알찬 정보와 함께 향내 나는 정신력을 품을 수 있는 빛의 힘을 제공하여 신뢰를 쌓는 정겨운 지역 중심의 아고라 역할을 해주었을 때 미래의 독자들이 세상을 달리 보게 될 것이고 가까이 힘찬 격려의 박수를 보낼 것이다. 똑심있게 브랜드화해서 지속가능하게 실천하는 광주일보의 모습을 오래도록 보고 싶은 마음 간절하다.

독자투고 환영합니다

독자투고를 기다립니다. 주변의 작은 이야기들, 생활의 경험, 불편 사항 등을 보내주세요. 채택된 원고는 고료를 지급합니다. 원고를 보내실 때는 이름, 주소, 전화번호를 함께 적어 주십시오.  
501-710 광주광역시 동구 금남로 238 광주일보 오피니언 담당자 전화 062-2200-696/팩스 062-222-4918/e메일 opinion@kwangju.co.kr

社說

젊은층의 ‘호남 엑소더스’ 바라만 볼 건가

최근 10년간 호남을 빠져나간 젊은층 인구가 30만 명 이상인 것으로 나타나 충격을 주고 있다. 이는 같은 기간 다른 지역으로 유출된 호남 인구의 96%에 달하는 것이다. 결국 호남·충청권 인구 역전과 전국에서 가장 빠른 고령화의 주요 원인임이 통계로 확인된 셈이다. 김재철 광주발전연구원 선임연구위원은 2일 광주 김대중컨벤션센터에서 열린 ‘호남권 인구 증대를 위한 광주·전남·전북 상상발전 세미나’에서 주제 발표를 통해 최근 10년(2003~2012년)간 타 시·도로 유출된 호남 인구가 31만 9000명에 달한다고 밝혔다. 이 가운데 26만8000명(84%)은 수도권으로, 4만 8000명(15%)은 충청권으로 빠져나간 것으로 집계됐다.

우려스러운 대목은 호남권 유출 인구 가운데 10~30대가 30만6000명(96%)으로 대부분을 차지한다는 점이다. 이로 인해 지난해부터는 호남·충청권 인구 역전도 본격화되고 있다.

젊은층이 고향을 떠나 수도권과 충청권에 동지를 트는 요인으로는 열악한 교육환경과 수도권 대학 선호 현상, 일자리 부족 등이 꼽힌다. 수도권 집중화와 충청권의 세력 확장도 한 몫 하고 있다.

인구가 줄면 정부 예산 지원 감소에 따른 각종 사업의 축소는 물론 지역의 정치적 대표성이 약화되고, 지역 성장의 교두보 확보에도 어려움을 겪을 수밖에 없다. 문제는 이를 막을 만한 이렇다 할 대안이 없다는 점이다.

이런 상황에서 만시지탄이긴 하지만 호남의 3대 싱크탱크인 광주발전연구원과 전남발전연구원, 전북발전연구원 이 머리를 맞대고 대책 모색과 비전 찾기에 나선 것은 환영할 만한 일이다. 광주시와 전남도, 전북도는 젊은 층의 ‘호남 엑소더스’를 막기 위한 상상 네트워크를 구축해 교육과 일자리 여건 개선, 젊은층을 유입할 정책 발굴에 적극 나서야 할 것이다.

주먹구구식 대응이 부른 연이은 학생 자살

광주에서 1주일도 안 되는 기간에 중·고생 3명이 잇따라 자살하는 충격적인 사건이 발생했다. 지난해 여고생 2명이 동반자살하면서 당국이 자살예방센터까지 조직해 예방교육 강화에 나섰지만 실효를 거두지 못하고 있는 것이다.

경찰에 따르면 지난 1일 오후 A고 2학년 남학생이 광주의 한 아파트에서 뛰어 내려 숨졌다고 한다. 이 학생은 우울증으로 정신과 치료를 받은 것으로 알려졌다. 같은 날 오전에는 B중학교 2학년 여학생이 아파트에서 투신해 사망했다. 앞서 지난해 27일에는 중학교 2학년 남학생이 가족 장애와 생활고를 비판해 또 아파트에서 뛰어내려 숨졌다.

광주에서의 학생 자살은 2007년 이후 최근 7년 동안 모두 64명에 달한다. 2007년 11명, 2008년 6명, 2009년 13명, 2010년 5명, 2011년 10명, 2012년 9명, 2013년에는 7명이 목숨을 끊었다. 광주시교육청은 지난해 여고생 2명

의 동반자살을 계기로 예방교육을 강화하고, 광주시도 2년 전 설립한 자살예방센터를 통해 대응에 나섰다. 학생들의 ‘잘못된 선택’을 막는 데는 역부족이었다. 정서 불안 증세를 보이고 있는 자살 고위험군인 학생들과 일반 학생들을 함께 교육하는 현행 방식으로 효과를 보기 어렵다는 것이다.

자살의 가장 큰 요인은 우리 사회의 병리현상에 기인하지만 가정과 학교, 지역사회와의 협력이 무엇보다 중요하다. 청소년 자살은 부모나 학교의 과도한 기대 때문이라든가 스트레스와 사회 부적응, 소외감에서 비롯된다고 볼 때 사회 구성원으로서의 소속감과 연대감 확보가 선결 요건이다.

또한, 현재 실시하고 있는 소극적인 자살예방 프로그램을 현실에 맞게 손을 봐야 한다. 학생들의 정신건강도에 따른 예방과 대처, 사후 관리 등 전문적이고 체계적인 대응만이 소기의 성과를 거둘 수 있는 것이다.

無 等 鼓

스포츠 경기를 관람하다 보면 경기 종료 후 이긴 팀과 진 팀의 모습이 확연히 갈린다. 이긴 팀 선수들은 흥이 나서 서로 껴안거나 어깨동무를 하면서 승리감을 만끽한다. 반면 진 팀 선수들은 제각각 떨어져서 쓸쓸히 경기장을 빠져나간다. 승패에 따라 선수들끼리의 신체접촉도 달라지는 것이다.

한데 반대로 바로 그러한 선수들 간의 신체접촉(터치, touch)이 승패를 좌우한다는 연구 결과도 있다. 지난 2010년 버클리 캘리포니아대의 켈트나 교수팀이 이를 입증했다. 2008~2009 시즌 피프로농구 참가

터치는 아이들에게 안정감을 준다. 간혹 사나 간병인의 터치는 환자의 만족도와 면역력을 높이는 것으로 나타났다.

특히 터치는 마사지를 통해 가장 명백한 효과를 드러낸다. 운동선수들은 물론이고 일반인도 좋아하는 마사지는 인간이 패감을 느끼도록 하는 도파민, 세로토닌, 뉴로펩타이드의 분비를 늘리고 면역력을 증강시켜 주는 효과가 있다고 한다. 또한 스트레스를 감소시키고 우울증 증상을 경감시키는 터치 요법은 암 환자를

나 노인에게 효능이 있다는 주장도 있다. 이처럼 터치는 스포츠, 건강, 이성 교제,

터치의 미학

세일즈 등에서 강력한 효과를 보이는 만능 재주꾼이라 하겠다. 하지만 누가 하는냐에 따라 의미가 달라지기도 한다. 사람은 터치를 통해 존경과 경멸, 사랑과 증오, 두려움과 호감 등 다양한 감정을 표현한다.

터치는 친밀도를 높이는 강력한 기법이기도 하지만 잘못 쓰게 되면 오해를 불러일으킬 수 있고 심지어 성추행이 될 수도 있다. 이처럼 양면성이 있는 터치는 리스크를 동반하기 때문에 교묘하고 능숙함이 요구되는 커뮤니케이션이기도 하다.

※구독료 월정 10,000원 1부 500원 /최재호 사회부장 lion@kwangju.co.kr

光 卍 日 報		The Kwangju Ilbo	
사장·발행·편집·인쇄인 <b>金汝松</b> 주필 <b>申港樂</b> 편집국장 <b>奇賢鎬</b>		1952년 4월 20일 創社 1980년 11월 29일 등록번호 광주기11(일간) 광주광역시 동구 금남로 238 (우편번호 501-710)	
대표전화 222-8111·2200-551(지사·지국)구독신청·매달인내) 광고문의 062-227-9600			
편집국내 (대표 FAX 222-4918)	경 제 부 2200-632	경 영 지 원 국 2200-515	문 화 사 업 국 2200-541
편 집 부 2200-649	문 화 생 활 부 2200-661	< F A X 222-8005> < F A X 222-0195>	
정 치 부 2200-642	여 론 매 체 부 2200-696	광 고 마 케 팅 국 227-9600	독 자 서 비 스 국 2200-551
(대표 FAX 222-4918)	체 육 부 2200-697	< F A X 227-9500> < F A X 227-9500>	
사 회 부 2200-663	사 진 부 2200-693	디 자 인 실 2200-536	서 울 지 사 02-773-9331
(대표 FAX 222-4267)	조 사 부 2200-571	프 로 젝 트 팀 2200-555	< F A X 02-773-9335>
※구독료 월정 10,000원 1부 500원			
본지는 신문윤리 강령 및 그 실천요강을 준수합니다			