

한국지방신문협회 공동 칼럼

光日春秋



이순원 소설가

세상 일이 너무 빠르게 지나간다. 불과 두 달여 전 세월호 침몰이라는 큰 사고가 있었고, 그런 엄청난 사고를 낸 해운사의 실질적인 소유주가 이미 다른 나라로 밀항했는지 아니면 땅 속으로 꺼지거나 땅 위로 증발하듯 자취를 감추었다.

아직 사고가 다 수습되기 전인 짧은 시간 동안 지방 자치행정의 수장과 지방의 원들을 뽑는 선거가 있었지만 그 일은 벌써 수년 전의 일처럼 멀어진 느낌이다.

세월호 사건에 대한 책임으로 현직 총리가 시한부 사퇴를 하고 그 뒤를 이어받을 두 명의 총리 후보자가 이란저런 결격 사유로 낙마했다. 이어 세 번째 총리 후보

우리를 지나가는 시간들

자가 정해질 것이며, 다행히 청문회를 통과해 임명된다면 두 번의 총리 낙마 역시 몇 년 전의 일처럼 잊혀지고 말 것이다.

전방 부대에서 한 사병이 동료사병들에게 총을 쏘는 끔찍하 사고가 있었으며, 성적이 부진한 탓도 있었지만 세계인의 축제라는 월드컵조차 명함을 내밀 자리가 없이 메가톤급의 사고 사건들이 우리를 흔들고 지난다.

그런 중에 내가 태어나서 지금까지 살아온 시간들을 돌아보았다. 요즘 내가 자주 들르는 인터넷 사이트가 두 개 있다. 하나는 전자책 서점이고, 또 하나는 45년 전에 졸업한 초등학교 동창회 사이트이다.

예전엔 독서라면 으레 책으로만 하는 것이 전부 알았다. 그런데 요즘은 종이책으로만 글을 읽는 것이 아니라 인터넷으로도 필요한 책을 다운받아 읽는다.

뜻밖에도 예전에 쟁겨 읽어야 했는데, 미처 읽지 못하고 흘려버린 작품들이 그 바다 속에 있다. 컴퓨터로 글을 쓰고, 컴퓨터로 글을 보내고 받고, 또 컴퓨터로 작품을 읽는 시대에 살고 있는 것이다.

나 역시 작가 생활을 한 지 30년쯤 되는 세월 동안 처음엔 원고지 위에 펜으로 글을 썼으며, 그것보다는 타자기가 능률적 이어서 타자기로 바꾸었다.

그다음 컴퓨터와 타자기의 중간 형태쯤 되는 워드프로세서를 쓰다가 지금은 모든 작업을 컴퓨터로 하고 있다. 불과 30년 남짓한 시간동안 펜에서 타자기로, 워드프로세서로, 컴퓨터로 변화가 이루어진 것이다.

그런 변화 속에 근래 자주 가고 있는 인터넷 동창회는 오히려 그 반대이다. 거기 가면 시간이 오히려 멈춘 듯한 느낌이 든다.

한해 졸업생이 선 명도 되지 않는 강원도 대관령 아레 시골학교 동창회다. 전형적인 농경사회 속에서 유년을 보낸, 동창 이르기보다는 한 동네의 육친 같은 사이들이다.

졸업 앨범 대신 받아든 단체사진 속엔 까까머리 친구들이 더 많다. 윤회를 신은 아이는 한두 명뿐 모두들 검정 고무신으로 발생할 수 있다. 이러한 경우 스트레스를 잘 관리하면 혈압이 내려가고 약도 중단할 수 있다. 또한 저염식과 야채와 과일 위주의 식습관을 통해 혈압이 내려가게 되고 혈압약을 줄이거나 중단할 수 있다.

당뇨병의 경우는 진단 1~2년 내 생활습관 교정을 철저히 하면 약을 끊을 수 있다. 그러나 췌장의 인슐린 분비 능력이 남아있을 때 가능하다. 보통 적은 용량의 인슐린을 투여할 때 가능하다. 보통 적은 용량의 인슐린을 투여할 때 가능하다. 보통 적은 용량의 인슐린을 투여할 때 가능하다.

마을에 자동차가 한 대만 들어와도 공부 시간에 모두 밖으로 나가 그것을 구경했다.

그런 그때의 산골 소년이 자라서 자동차를 운전하고, 컴퓨터로 소설을 쓰고, 동료작가들의 작품을 다운 받아 읽으며, 인터넷을 통해 그동안 아주 까마득히 잊었던 옛시절의 단발머리 소녀와 추억의 코고무신을 추억하고 있는 것이다.

앞으로 20년이나 30년 후엔 또 어떤 세상이 올까? 문명이나 문화의 발전 속도로만 본다면 지금보다 더 정신없어질 것이 분명하다. 그래서 나중엔 오히려 그것이 우리를 또 다른 모습으로 숨막히게 하지는 않을까 생각되기도 한다.

우리가 쓰는 물건들이야 시대에 따라 달라져 가도 우리 삶에 본질은 아무런 시간도 흘러도 달라지지 않을 텐데 말이다. 지금 우리는 어디에서 와서 지금 어디로 가고 있는 것인지.

지금 우리 걸을 정신차리지 못할 속도로 휘휘 지나고 있는 굼직굼직한 사건들을 바라보며 문득 그런 생각에 잠긴다.

의료칼럼



한상원 세계로병원 2내과 원장

고혈압 약은 끊을 수 없는 것인가

복용하는 경우가 많다. 나이를 되돌릴 수 없는 것처럼 노화된 혈관, 췌장 등을 되돌려 혈압이나 혈당 수치를 정상화하기 쉽지 않다는 것이다. 무엇보다 고혈압이나 당뇨병은 심장병이나 뇌졸중과 같은 중병의 원인이 되기 때문에 예방 차원에서 약을 평생 복용하라고 권한다.

그렇다면 약을 끊을 수 없는 것일까? 그렇지 않다. 고염식, 비만, 과음과 같은 병의 원인이 명확하고 병이 초기에 해당할 때 약을 중단하는 것을 시도해 볼 수 있다. 약도 한 번에 끊는 것이 아니라 약의 용량을 줄여가면서 끊어야 하고, 끊는 뒤에는 두세 달 간격으로 정기 검진을 받아 계속 정상으로 유지되는 것을 확인해야 한다. 물론 병의 원인이 되는 생활습관을 확실히 고치려는 노력이 있어야만 가능하다.

고혈압은 혈압이 정상(120/80mmHg)으로 3개월 이상 안정되면 약을 끊을 수 있다. 대부분 치료 시작 전의 혈압이 140/90mmHg 이하면서 적은 용량의 약 한 가지만으로도 혈압 조절이 가능한 사람이 가능하다.

그러나 고혈압으로 발생할 수 있는 합병증인 심장병이나 뇌졸중의 위험인자가 없어야 한다. 즉 동맥경화증으로 혈관

이 딱딱해졌거나 심장비대가 있거나 신장이 손상되어 단백뇨가 있을 경우에는 약을 중단하기 어렵다. 고혈압은 과도한 스트레스나 몸의 컨디션에 따라 일시적으로 발생할 수 있다. 이러한 경우 스트레스를 잘 관리하면 혈압이 내려가고 약도 중단할 수 있다. 또한 저염식과 야채와 과일 위주의 식습관을 통해 혈압이 내려가게 되고 혈압약을 줄이거나 중단할 수 있다.

당뇨병의 경우는 진단 1~2년 내 생활습관 교정을 철저히 하면 약을 끊을 수 있다. 그러나 췌장의 인슐린 분비 능력이 남아있을 때 가능하다. 보통 적은 용량의 인슐린을 투여할 때 가능하다. 보통 적은 용량의 인슐린을 투여할 때 가능하다. 보통 적은 용량의 인슐린을 투여할 때 가능하다.

정확한 진단법은 대한고혈압학회에 따르면 진료실에서 혈압을 측정할 때 혈압 측정 전 최소 5분 동안은 안정하며, 앉은 자세에서 팔을 심장 높이로 한 뒤 혈압을 측정한다. 처음 혈압을 잰 뒤에는 1~2분 간격을 두고 적어도 2번 이상 혈압을 측정해야 한다. 혈압약 처방을 위한 정밀한 진단을 위해서는 다른 날 두 번 내원해서 측정하도록 한다.

대한당뇨병학회에 따르면 당뇨병은 공복혈당이나 식후혈당을 측정하거나 혈액검사를 통해 3개월간 혈당 조절 정도를 알 수 있는 당화혈색소를 측정한다.

최근에는 고혈압·당뇨병 진단 후 즉각적인 약 처방보다 생활습관 교정을 우선 시하고 있다. 심장질환이나 당뇨병·말초혈관 등의 합병증이 없으면 고혈압이나 당뇨병 진단 즉시 바로 약을 먹도록 하는 것이 아니라 적어도 3개월 정도는 병의 원인을 파악하고 이를 교정하도록 한다. 그래서 수치가 좋아지면 약 처방을 하지 않는다.

혈압약이나 당뇨약을 줄이거나 끊기 위해서는 생활습관을 개선해나가는 환자의 노력 뿐만 아니라 담당 의사도 적극적으로 약물을 줄이려는 노력이 필요해진다.

정확한 진단법은 대한고혈압학회에 따르면 진료실에서 혈압을 측정할 때 혈압 측정 전 최소 5분 동안은 안정하며, 앉은 자세에서 팔을 심장 높이로 한 뒤 혈압을 측정한다. 처음 혈압을 잰 뒤에는 1~2분 간격을 두고 적어도 2번 이상 혈압을 측정해야 한다. 혈압약 처방을 위한 정밀한 진단을 위해서는 다른 날 두 번 내원해서 측정하도록 한다.

대한당뇨병학회에 따르면 당뇨병은 공복혈당이나 식후혈당을 측정하거나 혈액검사를 통해 3개월간 혈당 조절 정도를 알 수 있는 당화혈색소를 측정한다.

최근에는 고혈압·당뇨병 진단 후 즉각적인 약 처방보다 생활습관 교정을 우선 시하고 있다. 심장질환이나 당뇨병·말초혈관 등의 합병증이 없으면 고혈압이나 당뇨병 진단 즉시 바로 약을 먹도록 하는 것이 아니라 적어도 3개월 정도는 병의 원인을 파악하고 이를 교정하도록 한다. 그래서 수치가 좋아지면 약 처방을 하지 않는다.

혈압약이나 당뇨약을 줄이거나 끊기 위해서는 생활습관을 개선해나가는 환자의 노력 뿐만 아니라 담당 의사도 적극적으로 약물을 줄이려는 노력이 필요해진다.

기고



안용훈 광주시 도시계획과장

도시재생을 위한 ‘희망의 마중물’

주시가 도시재생에 대한 시민들의 이해와 참여를 높이고, 지역의 도시재생사업의 방향성에 대해 함께 고민하기 위해 만든 것이다.

(사)광주건축단체연합회가 주관한 이번 선진지 견학은 옛 동대문운동장 일대를 디자인 창조산업의 발전지로 바꾼 동대문디자인플라자(DDP)가 방문지다. 또, 서울의 대표적인 전통주거지역을 관광명소로 바꾼 북촌 한옥마을, 그리고 문화예술의 거리로 탈바꿈한 인사동 문화지구도 견학 대상지다.

그중에서도 이번 참가자들은 이라크 태생의 여성 건축가 자하 하디드(Zaha Hadid)가 설계한 동대문디자인플라자에 많은 관심을 보였다. 지난 3월 개관한 동대문디자인플라자는 건축물 외부와 내부에 직선이나 벽이 없이 역학의 흐름을 연상시키는 공간적 유연성을 특징으로, 우주공간처럼 느껴지는 대규모 공간감을 구현하고 있다.

실물로 보는 동대문디자인플라자는 규모의 웅장함과 건축의 독창함으로 인해 순순간에 시선을 사로잡고 모두를 압도

하는 매력을 발산한다. 하지만, 기형적인 내부공간으로 인한 시민들의 불편, 그리고 동대문의 역사성에 무지한 외국 건축가를 선정하는 바람에 조선시대 훈련도감과 일제 당시 동대문운동장이 이어지는 역사의 흔적이 지워졌다는 비판에도 고개가 끄덕여졌다.

동대문디자인플라자는 디자인을 위한, 디자인산업을 위한 건축물이기애 그 건축적인 아름다움은 충분하다. 그러나 동시에 시민과 기업, 주변상권에 실질적인 도움이 되는 산업적·문화적 기회를 제공해야 하는 과제도 안고 있는 것이 사실이다. 이는 내년에 국립아시아문화전당을 개관하는 광주시에도 시사하는 바가 크다 하겠다. 결국 동대문디자인플라자와 국립아시아문화전당의 성공여부는 얼마만큼 풍부한 콘텐츠를 확보할 수 있느냐에 달려 있다고 해도 과언이 아니다.

도시재생은 낡고 오래된 도시의 정비를 통해 도시의 쇠락한 부분에 새로운 숨결을 불어넣는 작업이다. 그곳의 도심기능을 회복하고 지역 경제·문화 활성화를 위한 대안을 찾기 위한 방편으로 요즘에는

확실적인 대규모 재개발·재건축 대신 주민 의견을 반영한 소규모 맞춤형 개발을 추진하고 있다.

도시재생 프로젝트는 어떠한 작업보다 시민의 공감과 참여가 중요하다. 재생지역에 거주하는 주민뿐만 아니라, 우리 광주의 후손들이 꿈 꾸고 행복을 만들고 추억을 쌓는 공간을 만들어 주는 일이기 때문이다.

이번 견학은 우리 지역 도시재생 프로젝트들이 어떠한 가치관을 반영해야 하며, 도시로서 광주가 어떤 미래 모습을 그려야 하는가에 대한 공감대를 형성하는 ‘공론의 장’이 됐다고 생각된다.

우리 주변의 낡고 오래된 동네마을과 골목길에 대하여 꿈을 꾸고 있다면, 그리고 좀 더 활기차고 예술을 향유할 수 있는 공간을 누리고 싶다면 도시재생 투여에 참가해 보자. 확실히된 도시 미학에 의존하지 않고, 전통과 현대가 교차하며 사람과 장소가 중심이 되는 새로운 광주는 모두가 함께 고민하고 토론하며 상상하는 것으로부터 시작된다. 도시재생을 위한 희망의 마중물이 되어보자.

社說

이젠 생계 걱정 진도주민 눈물 닦아줄 때

세월호 참사 발생 70일이 지났지만 막대한 피해를 입고도 하소연조차 못한 채 냉가슴만 앓고 있는 사람들이 있다. 바로 사고 해역이 위치한 진도군 주민들이다. 이들은 세월호 침몰 직후부터 지금까지 생업을 제쳐 놓고 인명 구조와 수색·방제작업 등 사고 수습에 앞장서며 혼신의 지원을 펼쳤다.

그러는 사이 주민들의 피해는 눈덩이처럼 커져만 갔다. 가장 심각한 것은 수산물 판매량 급감이다. 계속되는 수색 작업으로 조업 자체가 힘들다보니 서망항의 경우 몇개 수확 등 물량이 크게 줄었다. 기름 유출로 인한 미역과 툇등 해조류 그리고 전복 피해액은 100억 원이 넘을 것으로 추정된다. 하지만 조사도 제대로 이뤄지지 않고 있다.

관광객의 발길마저 뜸 끊겼다. 대표적인 관광지 운림산방에는 평소 주말 기준으로 하루 500~600명이 방문했지만 참사 이후에는 20~30% 수준으로 급감했다. 정부는 지난 4월21일 진도를 특별재

난구역으로 선포했다. 하지만 주민들에 대한 지원은 미미하기만 하다. 지금까지 지급된 88억여 원의 특별교부세 가운데 진도 주민에게 쓰인 것은 생활안정자금과 소형 어선 유류대 등 10억 원 남짓에 불과하다. 어가 지원에도 가구당 85만 3400원으로 최저임금 수준에도 미치지 못하는 데다 음식점과 숙박업소 등 자영업자들의 기반이 무너지고 군민들은 생계마저 걱정해야할 처지인데 정부의 대책은 여전히 말뿐인 대책의 반복이다. 주민들은 금기가 지난 24일 법군민대책위원회 회의를 열어 정부에 보다 실질적인 대책을 마련해 줄 것을 촉구하고 나섰다.

진도 주민들은 그동안 자진 수색과 인명 구조 등 공동체 정신을 앞장서 실천하면서도 자신들의 피해에 대해서 실종자 가족들에게 누가 될까봐 애만 태웠다. 이젠 정부가 그들의 눈물을 닦아줄 차례다.

혈세 지원에도 안전의식 뒷전인 시내버스

광주 시내버스 노조가 임금 인상을 내걸고 파업을 돌입하면서 불편을 호소하는 시민들이 크게 늘어나고 있다. 준공영제가 도입된 뒤 시민 혈세가 투입되면서 해마다 1~6%가량의 임금을 올리고 있는데도 시내버스에 대한 시민들의 불만·짜증은 끊이지 않고 있는 것이다. 이 때문에 임금 협상만 논의할 게 아니라 시내버스 체질 개선에 메스 정해야 한다는 지적이 나오고 있다.

지난 2011년부터 올 6월 말까지 발생한 광주 시내버스 사고는 537건으로 786명이 다치고 사망자도 8명에 이른다. 2.38일에 한 번씩 교통사고가 나는 셈이다. 이용객이 많은 현실을 감안하면 시내버스 타기가 겁이 날 정도다.

짚은 교통사고는 광주시와 시내버스 사업자, 노조의 안전불감증이 주된 요인이다. 광주시는 교통문화연수원에 시내버스 기사들에 대한 위탁교육을 의뢰, 매년 4시간씩 교통법규 및 사고 예방 등 보수교육만 하고 있을 뿐 응급

상황 발생 시 승객 대피나 구조 등을 위한 안전교육은 실시하지 않고 있다. 버스운송업체도 ‘뒷집’만 지고 있다. 교통안전공단 호남지역본부를 통해 시내버스 운전원들에 대한 안전교육을 실시할 수 있는데도 아예 외면하고 있다. 그나마 모든 운전원이 아닌, 교통사고를 일으킨 운전기사를 위주로 한 교통관계 법규교육 등이 전부라고 한다. 위법 운전자에 대한 제재도 사실상 없다.

광주시는 지난 2007년 준공영제 실시 이후 매년 400억 원에 달하는 예산을 지원하고 있는 것은 적자 보전의 의미도 크지만 서비스 개선과 안전한 운행이라는 측면이 더 강하다. 그런데도 안전의식은 여전히 뒷전이다.

광주시는 교통업체와 운전기사들의 교통의식 변화를 위한 교육체계를 강화하면서 ‘3진 아웃제’와 같은 적극적인 대책을 세워야 한다. ‘시민의 발’이 불편하다면 광주시의 존재 이유가 없다.

無 等 鼓

문창국 국무총리 후보자가 24일 후보 지명 14일만에 자진사퇴했다. 안대희 전 후보자에 이어 박근혜 대통령이 지명한 2명의 총리 후보가 연이어 낙마하는 조유의 사태가 벌어진 것이다.

문 후보자의 낙마로 국정운영의 동력이 떨어지고, 청와대 인사검증시스템의 부실을 다시 한 번 드러냈다. 특히 인사위원장을 겸하고 있는 김기춘 대통령비서실장에 대한 책임론이 그 어느 때보다 커지고 있다.

그동안 ‘약속과 신뢰’를 트레이드마크처럼 강조한 박 대통령이 연이어 ‘인사 참사’를 반복해 국민의 신뢰는 크게 떨어지고 있다.

사면초가에 처한 박 대통령의 입장과 오버랩 되는 이가 됐다. 2014 브라질 월드컵 한국대표팀 사령탑을 맡고 있는 홍명보 감독이다.

지난 23일 한국 축구 대표팀은 2014 브라질 월드컵 H조 2차전에서 알제리에 2-4로 완패했다. 한국의 16강 진출이 사실상 어려워지면서 최종 엔트리에 ‘홍명보의 아이들’을 대거 포함시킨 홍 감독의 ‘의리 축구’에 대한 비판이 거세지고 있기 때문이다.

홍 감독은 이번 월드컵 진출에 런던올림픽 멤버 가운데 무려 12명을 뽑았다. 특히 박주영(아스널)과 윤석영(퀸스파크 레인저스)의 발탁이 감독이 사령탑에 오르면서 천명한 ‘소속팀 출신 선수 선발 원칙’을 버리는 것이었다.

박주영은 소속팀에서 벤치멤버로 출전 기회를 얻지 못했고, 윤석영도 마찬가지로 브라질 월드컵에서 어느 때보다 커지는 역할을 하지 못했고, 끝까지 그들을 고집한 홍 감독은 축구 인생에서 최대 위기를 맞은 것이다.

홍명보 감독은 오는 27일 벨기에전에서 고집을 버리고 ‘의리 축구’에 대한 비판을 잠재울 새로운 전술과 선수 기용을 해야 한다. 또한 승패를 떠나 마지막까지 최선을 다하는 모습을 보여야 한다.

이와함께 박근혜 대통령도 국민의 눈높이에 부합하는 새로운 국무총리 인선을 통해 국민의 신뢰 회복에 나서야 한다.

‘인사가 곧 만사’라는 얘기도, /최재호 사회부장 lion@kwangju.co.kr

光 州 日 報		The Kwangju Ilbo	
사상·발행·편집·인쇄인 金汝松 주필 申港樂 편집국장 奇賢鎬		1952년 4월 20일 創社 1980년 11월 29일 등록번호 광주가11(일간) 광주광역시 동구 금남로 238 (우편번호 501-710)	
대표전화 222-8111·2200-551(지사·지국(구독신청·배달안내)) 광고문의 062-227-9600			
편집국내선 (대표 FAX 222-4918)	경 제 부 2200-632 문화생활부 2200-661	경영지원국 2200-515 (F A X 222-8005) (F A X 222-0195)	문화사업국 2200-541 (F A X 222-9500)
편집부 2200-649	여론매체부 2200-696	광고개발국 227-9600	독자서비스국 2200-551 (F A X 227-9500)
정 치 부 2200-642	체 육 부 2200-697	디자인실 2200-536	서 울 지 사 02-773-9331
(대표 FAX 222-4918)	사 진 부 2200-693	프로젝트팀 2200-555	(F A X 02-773-9335)
사 회 부 2200-663	조 사 부 2200-571	*구독료 월정 10,000원 1부 500원	
(대표 FAX 222-4267)	본지는 신문윤리강령 및 실천요강을 준수합니다		

독자투고·기고 환영합니다

독자투고·기고를 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 광주시 동구 금남로 238 광주일보 오피니언 담당자 전화 062-2200-696 /팩스 062-222-4918 /e메일 opinion@kwangju.co.kr