

한국지방신문협회 공동 칼럼

光日春秋



박경훈 창원대 환경공학과 교수

사회 전반에 걸친 양극화 현상이 심화하고 있다. 양극화는 저출산·고령화 시대에 접어든 우리나라의 지속가능한 발전을 저해하는 가장 심각한 잠재적 위험요소 가 될 것이다.

우리나라는 전 세계적으로 유래가 없었던 고도 성장기를 지나고 저성장의 안정적 경제발전 단계에 접어들면서 소득, 교육, 지역, 고용, 복지, 정보화 등 사회 전반에 양극화 현상이 나타나고 있다.

물론 양극화 현상은 우리나라에만 국한된 문제는 아니다. 경제발전의 안정화 단계에 있는 미국, 프랑스, 독일 등의 많은 선진국에서도 소득분배, 의료복지 등

양극화 해소와 사회적 균형발전

다양한 분야에서 양극화 해소를 위한 정책 마련에 많은 고심을 하고 있다.

최근 수도권 규제완화와 지역 균형발전의 저해, 저출산으로 인한 학령 인구 감소와 학문의 수도권 집중화 등에 따른 지방대학의 위기, 소득수준과 건강의 불균형 등이 많은 사회적 논란과 갈등을 일으키고 있다.

먼저 과거 정부에서부터 끊임없이 논란이 되어 왔던 수도권 규제완화와 지역의 균형발전이라는 뜨거운 감자는 양극화 해소와 사회 전반에 걸친 균형발전이라는 측면에서 보다 중장기적이고 종합적인 관점에서 접근할 필요가 있다.

만약 수도권 규제완화로 비수도권 지역의 인구, 소득, 생산, 고용, 의료, 교육, 복지 등 여건이 악화되고 수도권-비수도권의 격차가 더욱 벌어져 지역 간 양극화 현상이 가속화된다면, 모든 국민이 간절히 희망하는 경제활성화와 지속가능한 발전은 달성하기 어려울 것이다.

더욱이 국토의 난개발로 인한 생태계 파괴, 주거지와 인접한 산업단지의 입지에 따른 주거환경의 악화 등 부작용이 우

려되는 규제완화는 쾌적한 환경에서 건강할 삶을 누려야 하는 '환경복지의 양극화' 측면에서 바라볼 필요가 있다.

많은 논란과 갈등이 야기되고 있는 수도권 규제완화는 경제활성화라는 단기적, 사안적 관점에서 접근하기 보다는 수도권-비수도권의 양극화 해소와 균형발전이라는 측면에서 보다 중장기적이고 종합적 관점에서 접근해야 할 것이다.

최근 학령 인구의 감소와 수도권 대학 집중화 현상의 가속화 등으로 지방대학의 위기감이 그 어느 때보다 고조되고 있다. 물론 지방대학 스스로도 지역 산업 등과 연계한 특성과 전략 등을 통한 경쟁력 확보를 위해서 끊임없이 노력할 필요가 있지만 사회 전반에 걸쳐 양극화가 심화되고 있는 상황에서 교육 부문만의 개혁으로는 분명히 한계가 있을 것이다.

특히 수도권과 비수도권의 양극화를 해소하기 위한 사회 전반에 걸친 지역 균형발전 정책은 지방대학의 경쟁력 강화를 위해서 보다 적극적으로 지속적으로 추진되어야 할 것이다.

또한 대학 내부적으로도 정원 감축과

학과 통·폐합 등과 연계된 학문 간, 대학 구성원 간에 발생되고 있는 다양한 갈등도 스스로의 기득권을 조금씩 내려놓고 학문 간 양극화 해소와 대학 전체의 균형발전, 학생들의 경쟁력 확보라는 공동의 목표 아래 상생 발전할 수 있는 방안을 모색해야 할 것이다.

마지막으로 소득수준과 건강의 양극화 문제도 간과해서는 안 될 것이다. 최근 정부에서 발표하는 건강 관련 통계자료는 소득수준 격차가 건강 격차로 이어진다는 것을 보여주고 있다.

예를 들어 질병관리본부에서 발표한 '2013년 국민건강 행태 및 만성 질환 통계자료'에 따르면, 저소득층이 고소득층에 비해 고도비만이나 만성 질환 등에 걸릴 확률이 높게 나타나고 있다.

소득수준과 건강의 양극화 문제는 비단 의료복지 증진뿐만 아니라 도시의 물리적, 사회적 환경을 전반적으로 개선하고 지역사회의 모든 구성원이 상호 협력하여 시민들의 건강과 삶의 질을 향상시키기 위해 지속적으로 노력해 갈 때 비로소 해결될 것이다.

의료칼럼

겨울철 고혈압 관리



고영엽 조선대병원 순환기내과 교수

고혈압은 뇌출혈, 협심증, 심근경색증, 신부전, 실명을 유발할 수도 있는 고혈압성 망막증 그리고 대동맥박리증과 같은 심각한 합병증을 유발하는 무서운 질환으로 흔히 '침묵의 살인자'로 불린다.

임상적으로 특별한 증상이 없지만 서서히 심혈관계 합병증이 나타나고, 심할 경우 사망에 이르는 무서운 병이기 때문이다.

전 세계적으로 6억여명이 고혈압을 앓고 있고, 우리 나라에서도 단일 질환 중 가장 많은 사람들이 앓고 있는 병이다. 그런데도 뚜렷한 증상이 없기 때문에 고혈압 환자의 절반 이상이 진단조차 받지 않

아 본인이 고혈압 환자인 줄 모르고 있으며 질병에 대한 개인적, 사회적 인식도 낮은 것으로 보인다.

대한고혈압학회의 발표에 따르면, 치료 중인 40~69세 고혈압 환자 300명을 대상으로 설문조사를 실시한 결과 10명 중 8명이 자신이 고혈압 상태라는 사실을 다른 질환을 치료하는 과정에서 우연히 인지한 것으로 나타났다. 또 치료를 받고 있었던 환자라고 하더라도 15%는 의사와 상의 없이 임의로 치료를 중단한 것으로 밝혀졌다.

따라서 40세 이상의 성인은 증상이 없더라도 반드시 정기적으로 혈압을 측정해야 하며, 진료실 혈압이 140/90mmHg 이상인 경우로 정의된 고혈압으로 진단되면 즉시 치료를 시행해야 한다.

고혈압 치료에서 가장 중요한 것은 일찍 치료를 시작해서 꾸준히 일정 동안 실행하는 것이며, 치료의 목표는 정상 혈압을 유지하는 것이다. 치료방법은 크게 생활요법과 약물요법으로 나눌 수 있다. 모든 고혈압 환자는 혈압의 정도와 관계없이 일단 생활요법을 실시해야 하며, 환자

가 일정 기간 동안 생활습관을 개선한 후에도 수축기혈압이140mmHg 이상 또는 확장기혈압이90mmHg 이상인 경우에 갑작스러 투여를 시작해야 한다.

이러한 약물요법과 함께 생활요법을 지속적으로 시행하는 것이 아주 중요하다. 생활요법에는 염분섭취의 제한, 체중감량 및 칼로리 제한, 콜레스테롤 섭취의 제한과 같은 식이요법, 운동요법, 정신적·신체적 안정 및 이완 요법, 금연 그리고 금주 및 절주 등이 있다.

요즘을 이러한 생활요법의 일환으로 아침에 운동하는 사람들을 자주 만날 수 있다. 하지만 추운 겨울철, 특히 새벽이나 이른 아침에 활동을 할 때는 보온에 신경 써야 한다. 차가운 환경에 노출된 경우 예코티솔, 알도스테론과 같은 부신피질호르몬의 분비가 증가되고, 교감 신경의 긴장도가 증가돼 혈관이 수축될 뿐만 아니라 혈압이 상승한다는 사실은 실험적으로 증명됐다.

실제 혈압을 측정해 보면, 여름에 비해 겨울에 보다 높은 계절적 변동과 차이를 보인다. 일반적으로 기온이 10도 떨어지

면 수축기혈압은13mmHg 정도, 이완기혈압은6mmHg 정도 상승하는 것으로 알려져 있다. 따라서 특히 겨울철에는 고혈압의 합병증 발생에 주의해야 한다.

대한고혈압학회가 통계청 자료를 기초로 2000년부터 2003년까지 4년간 고혈압성 질환으로 인한 사망률을 조사한 결과, 여름철에 비해 겨울철에 33% 더 증가하는 것으로 나타났으며 특히 고혈압 합병증 때문에 사망한 사람은 10월부터 늘기 시작해 12~2월 사이에 가장 많은 것으로 나타났다.

기온에 따른 이러한 혈압 변화는 고혈압 환자, 노인, 마른 체형 등에서 특히 더 잘 나타난다. 결국 고혈압 환자는 겨울철에도 적절한 활동량을 유지하는 것이 필요하지만 실외 활동을 할 때 보온에 각별히 신경써야 하며, 새벽이나 이른 아침보다는 기온이 오르는 낮 시간에 활동하는 것이 좋다.

실내에서 할 수 있는 체조나 실내자전거 타기, 따뜻한 햇볕이 쬐이는 낮에 걷기나 달리기 등이 겨울철에 할 수 있는 적절한 운동이다.

기고

소중한 산림과의 아름다운 동행을 꿈꾸며



이세관 신안군 환경공원과장

수많은 시련과 고통을 이겨낸 초록색의 새 생명이 겨우내 단단하게 굳어진 차가운 땅속을 비집고 올라와 희망의 싹을 틔우는 봄이 오고 있다. 이러한 자연이 만들어 낸 희망의 봄 속으로 우리는 아름다운 동행을 시작한다.

주5일 근무제가 정착되고 특히 휴양과 관광에 대한 관심이 높아지면서 산이나 휴양림을 찾는 사람들이 늘어나고 있다. 도시화와 산업화로 환경여건이 악화됨에

따라 쾌적한 환경과 웰빙에 대한 사람들의 관심이 증가하는데 따른 것이다.

인간이 의존하는 산림은 광합성 작용을 통하여 지구온난화의 주요 원인인 이산화탄소를 흡수하고 산소를 방출하는 역할을 한다. 그 과정에서 한낮의 높은 기온을 낮추는 등 미세기후를 조절함으로써 급격한 기상변화를 완화시키는 역할을 수행한다.

산림이 1년간 제공하는 공익기능의 가치는 약 66조원으로 평가된다. 이 평가액의 국내 총생산의 8.2% 그리고 산림분야 예산의 61.5배에 해당한다. 그러나 국민 한사람에게 연간 136만원 정도 혜택을 제공하고 있는 셈이다. 무엇보다도 지구온난화에 가장 큰 영향을 미치는 이산화탄소를 4250만t 가량 흡수함으로써 지구환경을 지켜주고 있다.

산림은 소중한 자원이다. 하지만 수십 년 또는 수백 년 애써 키운 숲을 하루아침

에 폐허로 만드는 경우를 우리는 너무나도 많이 보아왔다. 그 주된 원인은 산불이다. 산불은 예측하기 어려울 뿐만 아니라 순식간에 일어나기에 더욱 더 피해가 크다. 본격적인 영농철을 맞아 연례적인 논·밭두렁 잡초 태우기와 산림 속에서의 화기사용, 무심코 버린 담뱃불 등 한 순간의 작은 실수가 산림을 순식간에 잿더미로 만들어 버린다는 건 너무도 비참한 일 아닐 수 없다.

한편 잿더미로 변한 산림을 복구하기 위해서는 최소 40년에서 100년 이상을 필요로 한다. 특히 신안과 같은 도서지역은 일반 국민의 시선으로부터 떨어져 있다는 속성상 산불과 같은 자연재해에 더욱 취약할 수밖에 없고, 산림이 복구되는 데 훨씬 더 많은 노력과 시간이 소요된다. 산림이 훼손되면 그만큼 산림면적이 감소하여 야생동물 서식지가 사라지고 풍수피해가 증가하게 된다. 산성비

와 대기오염, 이산화탄소 증가로 인한 기후변화에 이르기까지 막대한 피해는 고스란히 인간에게 돌아온다. 결국 경제 측면은 물론 환경적으로도 막대한 피해를 초래하는 산불은 예방만이 최선일 것이다.

태우려는 자와 지키려는 자 간의 길고 긴 싸움을 종식시키기 위한 신안군 공무원의 노력은 작은 한 해 신안 관내에 한건의 산불도 발생하지 않는 성과로 나타났다. 하지만 아직도 그 싸움은 현재 진행형이다. 최첨단 산불감시 및 진화장비의 확충과 산불예방 전문인력의 양성 등 산불 예방과 대응에 대한 예산과 관심은 갈수록 커져만 가는 추세에 있다.

산림의 소중함에 대한 자각 그리고 산림을 더욱 아름답고 푸른숲으로 가꾸려는 시민들의 노력과 참여를 통해 우리는 산림과 진정한 아름다운 동행을 할 수 있을 것이다.

차량 보조신호등 준수, 횡단보도 사고 예방해야

차량보조신호등은 도로를 진행하는 차량운전자와 좌, 우측에 설치된 보행자신호등의 동화상태를 알 수 있도록 보행자신호등 바로 옆이나 횡단보도가 설치된 전방 위쪽에 설치됩니다.

이 차량보조신호등 역할은 교차로 부근 횡단보도가 설치된 장소에 차량이 진

입하기 전에 적색 등화나 깜빡거리는 것을 운전자에게 상기시켜 현재 횡단보도에 보행자신호등이 켜져 있는 것을 알려 줌으로써 서행하거나 일시정지하도록 하여 횡단보도로 횡단하는 보행자를 최대한 보호하고 교통사고 예방에 있습니다.

이런 중요한 역할을 하는 차량보조신

호등을 차량운전자들이 지키지 않고 무심히 진행하다가 횡단보도를 보행하는 보행자를 다치게 하여 교통사고처리특례법위반 중과실사고로 처벌받은 경우가 종종 발생하고 있습니다. 이 차량보조신호등도 신호기의 하나로 운전자들이 꼭 지켜야 자신도 보호를 받고 더불어 보행자도 보호를 받을 수 있습니다.

현재 교차로 부근에 차량보조신호등이 보행자신호기와 병행하여 한 개만 설

치되어 있는데, 이 차량보조신호등을 2단계로 교차로 직전에 한 개를 설치하고 횡단보도 바로 직전에 한 개를 더 설치한다면 차량운전자들 눈에 쉽게 될 수 있게 하여 차량운전자들이 교차로 직전에 서행하고 횡단보도 직전에 일시정지하여 횡단하는 보행자 보호와 더불어 교차로 사고예방도 큰 역할을 할 것으로 보입니다.

▲진윤정·광주시 북구 오치동

社說

‘요우커’ 물려오는데 손 놓은 광주·전남

한국의 설에 해당하는 중국 최대 명절 춘절(春節)에 중국인 관광객들이 광주·전남으로 몰려온다는데 그들의 ‘지갑’을 열게 할 인프라가 없다니 안타깝다. 더욱 한심한 것은 최근 몇 년 사이 수도 없이 이 문제를 제기했지만 하나도 달라진 게 없다는 사실이다.

광주시와 전남도, 관광업계 등에 따르면 오는 18일부터 24일까지 춘절 연휴에 최소 2000명의 요우커(중국 관광객)가 관광을 위해 지역에 들를 것으로 예상된다. 지난해 국경절에 1000여 명이 방문한 것을 근거로 더 큰 연휴인 춘절에는 더 늘어날 것이라는 분석이다.

문제는 이들이 와도 광주·전남에는 즐기면서 물건을 살 곳이 없다는 점이다. 중국인의 흥미를 끄는 관광코스도 빈약하고 중화권 큰 손들을 유혹하는 쇼핑 인프라도 보잘 것 없기 때문이다. 광주시의 경우 무등산과 정음생 생가, 국립 5·18 묘지 등을 둘러본다는데 그들에게 얼마나 감흥을 줄 수 있을지의

문이다. 광주에서는 쇼핑 시간 자체도 없지만 설사 시간을 잡아줘도 물건을 사지 않는다는 것이다. 광주·전남은 거쳐만 가는 곳이고 쇼핑은 서울, 부산, 제주에 뺏기고 있는 실정이다.

이 때문인지 춘절을 목전에 두고도 지역 백화점이나 쇼핑센터 등이 손을 놓고 있고 지자체들도 ‘차이나 프렌들리’ ‘중국관광객 유치’ 등 각종 정책을 추진한다면서 무안을 통해 들어오는 요우커의 수조자 파악하지 않고 있다니 너무 안일한 태도다. 지금이라도 중·단기계획을 수립해야 한다.

늘 거론했지만, 서울·부산 등 대도시를 무작정 따라해선 안 된다. 광주·전남에만 있는 차별화된 볼거리·먹거리·즐거거리를 융합한 맞춤형 코스를 개발해야 한다. 관광객 전용 쇼핑센터 조성과 면세점 유치가 지자체와 업계가 손잡고 나서야 한다. 관광대책은 광주시와 전남도가 함께 머리를 맞대야 성과가 커진다.

유통업계 선물 과대포장 자원 낭비다

광주지역 백화점과 대형 할인매장 등에 선물 과대포장이 여전하다고 한다. 호화·과대포장은 엄청난 폐기물을 양산해 환경오염과 자원낭비는 물론 소비자를 현혹시키고 비용증가도 유발하는 병폐를 낳고 있지만 환경당국은 손을 놓고 있다.

환경부는 지난 2013년 9월 추석 명절부터 전국 유통업체와 피자·리본을 활용한 포장과 재활용할 수 있는 포장재를 사용하겠다는 내용의 ‘1차 식품 친환경 포장 실천협약서’를 체결했다. 하지만 광주지역 유통업계는 이를 무시한 채 과대포장을 예사로 하고 있어 협약 자체가 유명무실하다는 지적이다.

광주 시내 백화점과 대형마트, 홈플러스 등에서선 선물용 과일세트에 피자과 색종이로 장식하는가 하면 수산물 세트에는 재활용이 어려운 오동나무로 만들어진 상자에 담아 판매하고 있다. 거의 모든 선물 포장에 각종 피자과 나무 채반, 스킨푸드박스 등을 사용하고 있는 것이다.

업계에 따르면 과일 포장에 피자를 사용하지 않을 경우 피자 1개 당 100원~150원이 절감되고 인건비 등을 포함하면 한 상자에 1500원 상당의 비용을 절감할 수 있다고 한다. 결과적으로 과대포장은 비용부담을 소비자에게 전가시켜 큰 피해를 안기고 있는 셈이다.

특히 명절을 전후해 주택가와 아파트 등지의 쓰레기통에는 각종 선물상자와 포장재들이 넘쳐 찢김과 인도까지 침범하는 게 현실이다. 과대포장은 엄청난 쓰레기를 양산할 뿐 아니라 심각한 자원 낭비와 함께 불건전한 유통소비자의 부담이 많아지는 등 부작용이 크다.

그러나 환경부는 기껏 협약 정도에 그치고 있으니 폐해를 부추기는 것이 나쁠 바 없다. 환경부는 유통업계 자율에 맡길 것이 아니라 단속을 통해 영업정지 등 강력한 행정조치를 취해야 한다. 유통업계도 재활용이 가능하면서도 간편하고 돋보이는 포장재 개발에 힘을 기울여야 할 것이다.

無 等 鼓

까치설과 관련된 재미있는 설화가 있다. 신라 소지왕 때 왕후가 한 스님과 내통하여 왕을 해하려 하였는데 까치(까마귀)와 쥐 그리고 돼지와 용의 인도로 이를 모면하게 됐다. 한때 쥐·돼지·용은 모두 12지(支)에 드는 동물이라 각기 제 날이 있었다. 하지만 까치만 제 날이 없어 설 바로 전날을 까치설이라 했다는 것이다.

우리나라엔 두 개의 설이 있으니 바로 ‘한설’과 ‘아지설’이다. 한설은 ‘우리

에게 까치설이 강령하게 각인되기 시작한 것은 윤극영(1903~1988) 선생이 작사·작곡한 동요 ‘설날’(1927년 작)이 나온 후부터라고 할 수 있었다.

한 해의 맨 마지막 달인 ‘설달’도 설과 관련된 말이다. ‘설의 말’ 즉 ‘설이 오는 달’이란 뜻이니 말이다. ‘설달그믐 날 개밥 퍼 주듯’이란 속담이 있다. 이는 시집을 가지 못하고 해를 넘기게 된 처녀가 횡김에 개밥을 퍼 주듯, 무엇을 퍽퍽 퍼 주는 모양을 나타낸다.

설과 까치설

앞으로 일주일만 있으면 설이다. 이점에 ‘설’이란 말의 유래를 알아보는 것도 괜찮

겠다. 먼저, 설이 되면 나이를 한 살 더 먹는데 원래 나이를 뜻하는 ‘살’의 옛말 ‘설’이 바로 그 설이라는 주장이다.

우리가 설맞그믐을 까치설이라 하는 이유도 바로 여기에 있다. 국어학자들의 설명에 의하면 ‘작다’는 뜻을 가진 ‘아치’란 말이 의미를 상실하면서 엉뚱하게 음이 비슷한 ‘까치’로 변했다는 것이다. 이의 근거로는 음력 22일인 ‘아치조름’을 경기도 지방에서 ‘까치조름’이라 하는 사실을 들 수 있다.

결국 까치설은 날아다니는 까치와는 전혀 상관이 없는 것이다. 그럼에도 우

앞으로 일주일만 있으면 설이다. 이점에 ‘설’이란 말의 유래를 알아보는 것도 괜찮

겠다. 먼저, 설이 되면 나이를 한 살 더 먹는데 원래 나이를 뜻하는 ‘살’의 옛말 ‘설’이 바로 그 설이라는 주장이다.

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