



폭염 뇌졸중

에이치플러스 양지병원 강석재 과장

무더위에 땀 많이 흘리면 위험 고혈압 환자 혈압변화 체크를

은퇴 후 고향인 담양으로 내려가 농사를 지으며 생활하고 있는 이모(68)씨는 최근 온열질환 예방에 만전을 기하고 있다. 평소 고혈압이 있었기 때문이다. 낮 시간대의 하우스 작업은 물론이고, 평소 즐겼던 마을회관 방문도 삼갔다. 식사는 육류나 기름기가 많은 종류의 음식을 배제한 적은 양의 상차림을 위주로 하고, 입맛에 자극적인 음식보다는 수분이 충분한 과일과 채소류를 눈에 잘 띄는 곳에 두어 간식처럼 먹고 있다. 그럼에도 불구하고 혹시나 건강에 이상이 생기지 않을까 걱정된다는 이씨는 조만간 병원을 찾아 자신의 상태를 점검해 보기로 했다.

◇온열질환 속출...신경계질환 사망률 가장 높아=보건복지부 자료에 따르면 지난 2013년 폭염특보 발령 기간인 6월~8월 동안 1200여 명의 온열질환자가 발생했으며, 이 가운데 14명이 사망했다. 올해도 남부지방을 중심으로 폭염이 이어지면서 온열질환자가 속출하고 있다. 질병관리본부 집계 결과 지난 5월 말부터 8월 현재까지 616명의 온열질환자가 발생했고, 사망자도 7명에 달했다. 폭염에 가장 취약한 것은 역시 노약자다. 나이가 들수록 땀샘의 기능이 떨어져 체온관리에 어려움을 겪는 데다가, 더위로 인해 혈압 변화가 심해지면 만성질환에 악영향을 미치기 때문이다.

무더위는 체내의 수분을 급격하게 배출해 혈액의 질을 떨어뜨리고 혈압 변화를 유발하며, 더위로 인한 스트레스를 발생시켜 인체 기능을 저하시킨다. 무더위의 영향을 받으면 심혈관계질환, 호흡기계질환 등이 나타날 수 있으며 특히 신경계질환이 문제가 된다. 1992년부터 2009년까지 서울 지역 폭염 기간 사망자 분석자료를 보면 심혈관계질환으로 인한 사망자는 전체 폭염 사망자의 1.48%, 호흡기계질환으로 인한 사망자는 전체 폭염 사망자의 0.86%를 기록했으나 신경계질환으로 인한 사망자는 3.06%에 달해 상대적으로 높은 수치를 기록했다.

뇌질환, 척수질환, 면역질환 등 다양한 질환을 아우르는 신경계질환에는 우리 국민 사망 원인 2위인 뇌졸중이 포함된다. 뇌혈관이 막히는 뇌경색과 뇌혈관이 손상돼 터지는 뇌출혈 등이 뇌졸중에 속한다. 뇌혈관에 이상이 생기면 뇌로 가는 산소 및 혈관의 흐름이 멈추거나 터진다. 이때 뇌신경이 훼손되면 사망에 이르게 하는



기온차·스트레스에 혈압 높아져
올들어 온열질환자 616명 발생
신경계 질환에도 악영향 우려

각한 후유증을 남기는 질병이 발생할 수 있다. 중풍이나 치매가 대표적인 예다.

◇경동맥내중막두께 검사 등으로 뇌질환 예측할 수 있어=한림대 성심병원 신경과 연구자료에 따르면 우리 국민의 뇌졸중 발생에 있어 가장 위험적인 위험인자는 58.3%의 위험성을 가진 고혈압이다. 평소 고혈압 이력이 있었거나 가족력이 있는 경우에는 무더위로 인해 혈압 변화가 있지 않은지 지켜봐야 한다. 더위는 그 자체로 혈압 변화를 유발한다.

체온조절을 위해 땀을 흘리다보면 혈액 내 수분 함량이 줄어들어 혈압이 높아지는 것이다. 땀 때문이 아니라도 기온차나 스트레스 등으로 인해 혈압이 올라가는 경우도 있다. 지나치게 낮은 온도의 실내에 있다가 갑자기 고온의 실외로 나가면 혈관 표면이 수축해 혈압 변화를 일으킨다. 스트레스 역시 혈관을 수축시키는 원인이다.

뇌졸중의 경우 혈관이 50% 이상 막힐 때까지도 자각증세가 나타나지 않을 수 있기 때문에 선제적인 관리가 중요하다. 뇌로 가는 산소 및 혈액의 80% 이상이 지나가는 목 양쪽의 혈관 경동맥은 뇌졸중 등

뇌질환 발생 가능성을 예측할 수 있는 주요 지표다.

최근 경동맥내중막두께가 0.1mm 두꺼워질수록 경도 인지장애나 치매 발생률이 증가한다는 연구 결과가 발표된 바 있다. 초음파를 통해 경동맥내중막두께를 측정했을 때 한국인의 경우 1.7mm 이상이면 동맥경화 진단을 내릴 수 있으며, 뇌졸중 발생 가능성도 높은 것으로 본다. 이 밖에 MRA, CTA, 뇌혈류초음파 검사 등을 통해 혈관이 얼마나 좁은 상태인지를 검사해 보는 것도 뇌졸중 발생 가능성을 예측할 수 있는 방법이다.

에이치플러스 양지병원 강석재 과장은 “여름철 뇌졸중 발생 비율은 겨울보다 낮지만, 경동맥 협착증이 있거나 뇌동맥의 협착증이 있는 경우에는 탈수현상에 의한 뇌졸중의 비율이 겨울보다 여름에 높은 것으로 알려져 있어 주의가 요구된다”며 “보건 당국이 요청하는 건강 수칙을 잘 따르고 평소 만성질환이나 가족력·병력이 있었다면 미리 병원을 찾아 본인의 건강 상태를 체크해보는 것도 방법이 될 수 있다”고 설명했다.

정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

23년간 장애인 자활·자립 앞장

정광익 광주보훈병원장 행복나눔인상 수상

광주보훈병원 정광익 병원장이 최근 2015년 행복나눔인상을 수상했다.

보건복지부에서 주최하는 ‘행복나눔인상’은 보이지 않는 곳에서 나눔을 실천해 사회적 귀감이 된 이들을 찾아 명예를 기리고 나눔 문화를 확산하기 위해 수여하는 상이다.

정광익 병원장은 23년간 장애인을 위한 후원 사업을 통해 장애인 자활과 자립에 기여한 공로를 인정받아 이 상을 수상했다.

정광익 병원장은 1992년 ‘사단법인 한빛’ 설립시 설립자로 참여했으며, 회장으로 활동하면서 장애인의 사회통합을 위해 각종 후원사업을 전개하는 등 장애인의 자활, 자립에 기여해왔다. 활발한 지원 사업을 통해 지금까지 총 630명의 중증장애인인과 저소득 취약계층 학생들에게 장학금을 지원했으며, 1992년 목포 중증장애인 요양원 방문을 시작으로 256개소 장애인이 195명을 방문해 이비용, 목욕, 청소, 빨래봉사, 시설환경 개보수 지원을



하고 있다. 또한 2000년부터 봉사정신이 투철한 사회복지사들을 위한 ‘한빛 사회복지사상’을 매년 개최해 포상하는 등 사회복지사들의 사기 진작을 위해 노력하고 지역사회 나눔 문화 확산에 선두자 역할을 하며 주변의 귀감이 되고 있다.

채희종기자 chae@kwangju.co.kr

조선대병원 ‘어업안전보건센터’ 선정

어민들 무릎골관절염·근골격계 질환 예방 치료 중심 역할

조선대학교병원(병원장 문경래)이 해양수산부 공모 ‘어업안전보건센터’에 최종 선정됐다.

“조선대병원 어업안전보건센터”는 어업활동 중 일어날 수 있는 위험 요소와 직업성 질환을 체계적으로 조사하고, 전문연구를 바탕으로 예방을 위한 교육·홍보 등을 수행하게 된다.

특히 조선대병원의 집중 연구 분야인

‘무릎골관절염’에 관한 예방 지침서 개발 보급 및 직업성 질환관련 정보 제공으로 어업인의 삶의 질 향상에 기여할 것으로 기대된다.

이번 사업을 이끌어갈 조선대병원 이철갑 어업안전보건센터장(직업환경의학과 교수)은 “전국에서 어업에 종사하는 인구가 가장 많은 전라남도 지역의 어업인들에게 조선대병원 어업안전보

건센터 운영을 통해 무릎골관절염 및 근골격계 질환의 규모를 추정, 위험요인을 규명하고 예방과 치료의 중심역할을 할 것”이라 밝혔다.

이번 공모에 선정된 조선대병원을 비롯한 인제대학교 부산백병원, 경상대학교병원 3개 기관은 3년간 총 8억 2000만원의 예산을 지원받아 운영하게 된다.

채희종기자 chae@kwangju.co.kr



실재욱 청연한방병원장이 첫번째로 헌혈하고 있다.

상무청연한방병원, 사랑의 헌혈캠페인

상무청연한방병원(병원장 강수우)이 최근 병원 10층 컨시어지룸에서 ‘청연의 사랑은 나눔’이라는 이름으로 헌혈캠페인을 진행했다.

청연한방병원은 메르스와 함께 방학·휴가 등으로 광주·전남 혈액원에 혈액보유량이 부족하다는 소식을 듣고 헌혈 캠페인을 진행했다고 밝혔다.

이날 헌혈을 시작으로 동광청연한

방병원, 수안청연한방·요양병원등도 자발적 헌혈에 동참할 예정이다.

헌혈에 참여한 청연한방병원 실재욱 원장은 “나눔과 사랑의 마음을 가까이에서 가장 쉽게 실천할 수 있는 방법이 헌혈인 것 같다”며 앞으로도 지속적으로 참여할 것을 약속했다.

채희종기자 chae@kwangju.co.kr

야외 벌 쏘임 주의

향수·화장품 등 피해야

여름 무더위로 학교, 주택가, 등산로 등 다양한 장소에서 벌들이 출현해 주의가 요구된다.

광주시소방안전본부는 올해 벌집 제거 출동 건수가 지난 4월 25건, 5월 47건으로 점차 늘다가 6월 91건, 7월 351건으로 급증해 각별한 주의가 필요하다고 밝혔다. 특히, 말벌의 경우 한 번에 쏘는 독의 양이 일반 벌의 15배에 달하는데다, 계속해서 침을 쏠 수 있어 공격을 받으면 자칫 생명이 위협할 수도 있다.

벌에 쏘이지 않으려면 산행이나 야외 활동시 벌을 자극하는 향수와 화장품, 밝은 색 계통의 옷을 피하고, 음료수나 수박 등 단 음식을 가까이 두지 않아야 한다. 만약 벌이 가까이 접근하면 벌이 놀라지 않도록 주의하면서 그 지역을 벗어나야 한다. 벌에 쏘인 상처는 흐르는 물로 잘 씻어 낸 후 병원에서 치료받아야 한다. 사립마다 차이가 있지만, 알레르기성 반응이 심해 몸에 두드러기가 나고 호흡 곤란 증상이 나타나면 지체 없이 병원에서 치료받아야 한다.

채희종기자 chae@kwangju.co.kr

대단위APT 밀집지역 근린상가

4면유리, 전망좋은, 광고효과 최고!

- 금호동 서광병원 맞은편 사거리 코너
- 7층중 7층 120평, 구 빅스 Bar 자리 레스토랑/노래홀등 모든업종 오픈 가능
- 매매-6억 3천만원(대출 3억 6천만원 포함) 60평 분할 매매-3억 3천만원
- 임대-보 1억에 월 300만원 60평 분할 임대-보 5천에 월 170만원

주인직매 H. 010-3605-5000

■ 19평 - 2013년 신축, 광전파크 빌라 5층 중 5층, 전망좋은, 베란다 신우APT 105동 옆, 엘리베이터 매매-1억(8월 20일 한) (시세/분양가-1억 3000만원 정도)

★ 경매 낙찰금액과 비슷 ★

빌라 "급매"

■ 34평 - 2013년 신축, 광전파크 빌라 5층 중 2층, 첫 입주, 정남향 신우APT 105동 옆, 엘리베이터 대출 1억 1천만원 안고 매매-1억 6000만원(8월 20일 한) (시세/분양가-1억 9천만원 정도)

주인직매 H. 010-3605-5000

담양·관광 특구

펜션, 전원주택단지, 박물관 등 적합

- 담양댐 하류 바로 옆, 구 송학랜드
- 대 2441평, 건 882평, 임 6726평, 계획관리지역
- 관광시설 자금 유치 가능
- 귀농/귀촌 전남지역 제1순위 지역 주위, 전원주택단지/무인텔등 개발중!
- 추가 형질변경 가능
- 관광특구로 모든 업종 개발 가능
- 시세/감정가 - 30억원
- 매매 - 협의 (법인체 인수가능, 이전비 없음)

현, 12억 5천만원 대출 있음(연 2.1%)

1년후 20억이상 대출 가능

주인직매 H. 010-3605-5000