



감기와 독감

에이치플러스 양지병원 호흡기내과 손지영 과장

노인감기, 폐렴 진행되기 전 신속 치료를

고혈압과 당뇨가 있는 만성질환자 차영순(여·68)씨는 지난해 가을 지독한 감기에 걸려 겨울 내내 고생한 기억이 생생하다. 몸살 증세로 시작된 감기는 3주 가량 이어지다가 폐렴으로 발전했다. 심수년간 만성질환을 관리하느라 면역력이 약해진 차씨는 수개월 간 폐렴에 시달렸고, 그 증세가 생명에 위협이 있을 정도로 위중했다.

독감 사망 10명 중 7~8명 고령층... 합병증 동반 위험성 높아
내달 15일까지 65세 이상 무료 독감 예방 접종 꼭 받아야

최근 기온이 뚝 떨어지자 차씨는 곧바로 병원을 찾아 환절기 감기에 대한 대비에 나섰다. 병원에서는 무리한 활동을 줄이고 부족한 영양소를 보충하며, 무엇보다 독감 예방접종을 받으라고 권했다. 주치의인 에이치플러스 양지병원 호흡기내과 손지영 과장은 "면역력이 저하된 노인이나 만성질환자는 같은 병이라도 회복하는 데 소요되는 시간과 노력이 더욱 클 수밖에 없다"며 "예방접종을 반드시 시행하되 의료진과의 상담을 통해 예방접종에 대한 알려지 반응이나 현재 신체 상태를 고려해 실시하는 것이 좋다"고 설명했다.

◇감기와 같은 듯 다른 인플루엔자= 10월 들어 일교차가 커지고, 아침기온이 큰 폭으로 떨어지면서 환절기 감기에 대한 주의가 요구된다.

재채기, 코막힘, 콧물, 인후통, 기침, 미열, 두통 및 근육통 등의 증상을 동반하는 감기는 200여개 이상의 각기 다른 종류의 바이러스로 인해 발생하기 때문에 치료 방법도 천차만별이다.

특히 감기와 유사하지만 완전히 다른 인플루엔자(독감)는 대비가 필요하다. 감기의 경우 대개는 특별한 치료 없이도 저절로 치유되지만 독감은 사망에 이를 정도로 심각한 증상을 초래할 수 있기 때문이다.

국내 독감 진료인원은 지난 2012년 50만 7000여명이었던 것이 2014년에는 82만 6000여 명을 기록하며 큰 폭으로 증가했다.

독감 발생률은 10세 미만 영유아에게서 월등히 높다. 하지만 독감 사망률은 65세 이상 고령층에서 유의미하다. 통계청은 독감 사망자 10명 중 7~8명은 65세 이상 노인이라고 밝히고 있다.

과거 인플루엔자에 대한 주의 대상자는 주로 미취학 아동이나 영유아에 해

당하는 저연령층으로 옮겨졌다. 하지만 기대수명이 높아지고 고령층 인구가 늘어나면서 노인 인구에 대한 독감의 위험성도 높아지고 있다. 더욱 눈길을 끄는 수치는 독감으로 인한 폐렴 질환자 수이다. 독감에 의한 폐렴 진료인원은 2012년 36만여명이었던 것이 2014년 52만여명으로 증가했다. 면역력이 약한 데다가 만성질환까지 앓고 있는 65세 이상 노인은 폐렴 등 호흡기 질환에 특히 취약하다.

에이치플러스 양지병원 호흡기내과 손지영 과장은 "메르스 사태에서도 드러났듯이 면역력이 저하된 노인은 바이러스성 질환에 대한 저항력이나 회복 능력이 일반인보다 낮아 감염 위험도가 높을뿐더러 감염이 일어났을 때 상대적으로 긴 시간 동안 질병으로 고생하는 경우가 많다"며 "일반적인 독감 증세 외에 폐렴, 뇌증, 다발성 장기손상 등과 같은 중증 합병증이 동반되는 중증인플루엔자는 사망률이 높기 때문에 그에 따른 적절한 치료가 이뤄져야 한다"고 설명했다.

◇고령자, 만성질환자 대처법 달라야 = 독감을 예방하기 위해서는 균형 잡힌 영양소를 섭취하고 피로를 회복해 인체 면역력이 떨어지지 않도록 하는 등의 모범답안 외에도 감기와 달리 바이러스로 감염되는 독감의 특성을 감안해 감염질환에 대한 적극적인 대응이 필요하다.

독감에 특히 더 취약한 노년층, 만성질환자, 영유아 등은 마스크를 착용하고 평소 손발 씻기를 생활화해 감염의 경로를 차단한다. 감염이 활발하게 일어나는 공공장소도 되도록 피하는 것이 좋다.

일반 성인의 경우에는 햇볕을 쬐어줌으로써 비타민D가 생성될 수 있도록 하는 것이 좋지만, 고령층에게 일교차가



일반인이 감기와 독감을 구별하기는 쉽지 않으므로 노인들이 감기 증세를 보이면 가까운 병의원을 찾는 것이 바람직하다. 사진은 인플루엔자(독감) 예방접종. <광주일보 자료사진>

큰 날씨에 지나치게 잦은 야외활동은 되려 독이 될 수 있다. 온도가 급감하면 혈관이 급격하게 수축해 혈관계질환의 원인이 될 수 있기 때문이다.

예방접종은 남녀노소를 막론하고 독감을 예방할 수 있는 최선의 방책이다.

다만 예방접종 시기나 방식에는 대상에 따른 차이가 있다. 70세 이상 고령자의 경우에는 기타 질환의 발생 여부를 사전에 파악해 예방접종을 실시해야 한다. 접종 시기 역시 독감이 집중적으로 발생하는 11월에서 12월을 감안해 이에 대한 항체가 형성될 수 있는 10월 전후가 좋다.

보건 당국은 10월 1일부터 전국 보건소 및 위탁의료기관을 통해 65세 이상 노인인 대한 무료 백신 접종 사업을 실시하고 있다. 최대 660만 여 명의 노인이 혜택을 받을 수 있을 것으로 기대된다.

노인의 경우 백신 접종에 앞서 질병의 감염 여부나 복용하고 있는 약물 종류를 사전에 확인해 백신 접종을 실시하는 것이 좋다.

또 평소 내원하던 병원에서 독감 예방접종 등에 대해 상담을 하고 필요한 예방접종을 시행하면 좀 더 높은 질병 예방효과를 기대할 수 있다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr



전남대치과병원 곡성서 의료봉사

스케일링·틀니 관리 서비스 진료 스케일링, 불소도포, 노인틀니 관리 등 의료서비스를 제공했다.

전남대치과병원은 장애인에 대한 치료 서비스도 실시하고 있다. 구강장애에 대한 진료 찾아가기 힘든 장애인들을 위해 이동구강진료서비스를 이용, 매일 2회(토요일) 광주·전남지역 장애인 시설을 찾아가 스케일링·레진필링 등의 진료 봉사를 펼친다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

조선대병원 '뇌졸중 대비하기' 공개강좌

조선대학교병원(문경래 병원장)은 최근 병원 하중현홀에서 '세계 뇌졸중의 날'을 맞아 '뇌졸중 바로 알고 대비하기'라는 주제로 공개강좌를 개최했다.

이날 행사는 정기검진과 뇌졸중 이상 증상 발생시 신속한 치료가 완치 확률을 높이는 점을 알리기 위해 마련됐고, 250명의 환자와 보호자가 참여해 질환과 관련된 질문을 통해 평소 궁금증을 해소할 수 있는 자리가 마련됐다.

이러한 뇌졸중 질환에 대해 바로 알고 대비하기 위해 마련된 이번 건강강좌에서는 ▲신경과 추인증 교수 '뇌경색의 치료와 예방' ▲신경과 강현구 교수가 '뇌경색의 재활치료'라는 주제로 각각 강의를 진행했다. 이와 함께 교육연구부 김남희 선생의 웃음치료 시간을 통해 평생 건강관리를 위한 운동과 웃음을 소개했다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr



건강강좌에 참여한 노인들이 웃음치료 시간에 강사의 지시에 따라 각종 동작을 따라하고 있다.

광주시한의사회 금연캠페인 18일 금호터미널

광주시한의사회(회장 안수기)는 무등시민광장(상임대표 김용하)과 공동으로 광주시 서구의 후원으로 오는 18일 오전 10시부터 오후4시까지 광천동 유스퀘어 금호터미널 광장에서 금연캠페인을 실시한다.

이번 행사는 10월 10일 한의약의 날을 맞아 광주시한의사회가 흡연에 대한 상담과 금연침 시술 및 유인물을 통해 시민들에게 금연과 건강의 중요성을 홍보하기 위해 마련됐다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

문화복합시설 · 펜션 **최고 장소**

- 전남 담양군 금성면 대성리 879-4번지 외 1필지(구, 송학랜드)
- 대 2441평, 건 882평, 임 6726평 계획관리지역
- 담양댐 하류 바로 옆, 담양리조트, 금성펜션단지 1분거리 죽녹원/금성산성/추월산/강천산/대나무 박물관/메타세쿼이아길 근접
- 과거, 박물관, 펜션, 식당, 찻집으로 운영함
- 차후 형질변경으로 공시지가 상승 가
- 관광특구로 모든 업종 개발 / 도 관광진흥자금 유치 가
- 시세/감정가 - 30억
- 매매 - 22억(법인체 인수 가)
- 현, 12억 5천만원 대출 있음(연 2.1%, 월 이자 220만원) 1년후 20억 정도 대출 가

펜션 리모델링 후(2억원 정도 투자)
연 3억원 이상 순수익 가

주인직매 H. 010-3605-5000

- 광주 서구 금호동 243-6번지(구/벽스바) 서평병원 사거리 맞은편 코너
- 7층중 7층 120평, 전망최고/4면유리 모든 업종 오픈 가능
- 시세/감정가 - 7억
- 매매 - 5억 8천만원(법인체 인수 가) 대출 - 3억 6000만원(이자 130만원) 임대 - 보 5000만원에 월 300만원 임대중

APT 밀집지역 근린상가

최고 수익률!

주인직매 H. 010-3605-5000

화순, 전원주택부지

- 화순군 화순읍 다지리 산 12-7번지
- 대지 328평, 33필지중 1
- 동면방향, 광덕교차로에서 5분 화순 전남대병원 인근
- 기반시설 조성중 (화순군청, 12월 완공예정)
- 매매-1억 6400만원(일시불 조정가)

주인직매 H. 010-3605-5000

경매투자

- ▶ 특수비법 배유실분! NPL과 특수물건만 취급 교육비/임장비 등등 1200만원
- ▶ 단독/공동투자 하실분! 자본금 - 1억원 이상 수익률 - 연 20% 이상

(주)오천경매 H. 010-3605-5000