



부모님 건강 챙기기

박달나무한의원 강채미 원장

# 안부 자주 묻고 체중급감 땀 검진 필수

## ☑ 부모님 건강 확인 방법

- 3개월간 호흡 곤란으로 잠 못 이룰 때  
→ 만성기관지염·폐기종·간질성 폐질환
- 희거나 분홍색 거품의 가래가 나오고  
다리가 쉽게 붓는 경우  
→ 심장병·폐부종
- 숨소리가 썩썩거리고 기침이 심할 때  
→ 기관지 천식
- 6개월간 체중이 10% 이상 줄었을 때  
→ 당뇨병·소화기관 장애·심장 질환·갑상선 기능항진증
- 밥을 잘 먹거나 발음이 부정확할 때  
→ 치주·잇몸질환·풍치

질환별 증상 세심한 관심 필요

식사량·화장실 습관 중요 단서

도라지·배·은행 폐기능에 도움

바쁜 일상 때문에 자주 찾아뵙지 못하는 부모님. 가정의 달을 맞아 부모님에게 감사의 마음을 전달하고 건강 체크까지 한다면 어떨까? 질환별로 부모님의 컨디션과 이상 여부를 판단할 수 있는 기본 상식을 살펴보자.

◇소화기 질환=식욕이 떨어지고 소화 가 되지 않아 항상 더부룩한 증상은 모든 장기의 기능이 떨어지는 시기인 노년에 자주 나타나는 증상이다. 부모님들에게 소화기 증상이 심하면 이유는 영양 흡수력이 떨어지면 다른 인체기관도 함께 약해지기 때문이다. 따라서 평소 식사량은 어쩔지, 화장실 습관은 괜찮은 지, 식후 불편감이 있다면 증상이 어떠한 지를 살펴보고 필요하다면 병원을 찾아 검진을 받게 할 필요가 있다.

복통이나 속쓰림같은 증상을 나타내는 증상이 없이 단순 소화부진 증상만 있다면 노인들의 기력 저하가 그 원인일 수 있다. 한의학에서는 보기하는 약재를 이용한 처방으로 기운을 보충해 식욕을 증진시킨다. ◇호흡기 질환=숨이 차서 낮에 활동하기도 불편하고 밤에 쉽게 잠을 못 잔다면 의심할 만한 질환들이 있다. 담배를 피우는 사람이 호흡 곤란 증상으로 석 달 정도 잠을 제대로 못 잤다면 만성기관지염이나 폐기종, 간질성 폐질환 등을 의심해 봐야 한다.

기침이나 가래를 보고도 질환을 예측할 수 있다. 희거나 분홍색 거품의 가래가 나오거나 다리가 쉽게 붓는 경우에는 심장병이나 폐부종의 위험이 있다. 또 진한 황갈색



치아 질환은 초기에 치료를 하는 것이 좋기 때문에 부모님의 치아 상태를 가능하면 자주 확인해야 한다. <광주일보 자료사진>

이나 검은색 가래가 나오거나 몸무게가 최근 5kg 이상 감소했을 때는 폐암일 수 있으니 꼭 정밀검진을 받아야 한다. 숨소리가 썩썩거리고 기침이 심하다면 기관지천식을, 황갈색 가래가 나오면 38도 이상의 고열이 발생한다면 폐렴을 의심할 수 있다.

평소 호흡기 건강을 위해 금연을 하도록 해야 하고 폐기능에 도움이 되는 도라지, 배, 은행 등의 음식을 선물해 즐겨 드시도록 하면 좋다. 또 한의학에서는 오래 전부터 폐질환과 소모성 질환에 사용하는 '경육교'라는 한약을 노인들의 호흡기 보약으로 사용하고 있다.

◇체중 감소=오랜 만에 뵈는 부모님이 몰라볼 정도로 핏색해졌다면 이것은 건강의 적신호다. 수치로 보는 급격한 체중 감소만 최근 6개월 동안 평소 체중의 10% 이상 줄었을 경우를 말한다. 체중이 줄었을 때 의심할 만한 질환은 당뇨병, 소화기관 장애, 심장 질환 등이 있다.

먹는 음식량이 늘고 소변을 자주 보면서 체중이 줄었다면 당뇨병의 가능성이 있다. 당뇨병의 또 다른 증상들은 피부 질환이 잘 낫지 않고 여러 곳에 발생한다거나 피부 가려움증을 들 수 있다. 여성의 경우에는 유방의 가려움증을 호소하는 경우도 있다.

식사량은 그대로이고 물도 많이 먹지 않는데 체중이 줄었다면 갑상선 기능항진증을 의심해 봐야 한다. 기침이나 미열이 지속되는 상황에서 체중이 감소하면 폐결핵, 피부가 누렇게 변했다면 간질환, 호흡이 곤란하거나 몸이 붓고 체중이 줄었을 때는 심장질환의 가능성이 있다.

부모님의 겉모습을 살펴 사기 사항과 유사한 게 있다면 시간을 내어 병원을 같이 찾도록 하자.

◇치아 건강=치아 건강 여부는 육안으로 봐도 쉽게 드러날 뿐 아니라 식사 도중 조금만 주의깊게 살펴보면 금방 알 수 있다. 밥을 항상 물이나 국에 말아 먹거나 음식을 오랫동안 입에 물고 있으면 일단 치아 건강이 나쁘다는 예이다. 또 소화가 잘 안 된다거나 발음이 부정확해도 치아에 문제가 있는 것으로 볼 수 있다. 노년기의 치아질환은 충치나 잇몸질환,

풍치 등으로 65~74세 노인 중 80% 이상이 잇몸병을 앓고 있으며, 65세 이상 노인 인구 중 70%가 의치를 필요로 하거나 장착하고 있다.

노인들에게 치아 상실은 매우 치명적이다. 치아 불균형으로 턱관절이 손상되고 심해지면, 이로 인해 척추가 휘기도 한다. 또 씹는 행위가 줄면 뇌세포의 활동이 줄어 치매를 유발할 수 있다. 치아 질환은 초기에 치료를 하는 것이 좋기 때문에 부모님의 치아 상태를 가능하면 자주 체크해주는 것이 좋다.

◇건강기능식품=수많은 건강기능식품이 우후죽순 생겨나고 있다. 건강기능식품은 말 그대로 식품의 범주에 속하기 때문에 약성을 강조하거나 한가지 약재를 이용해 추출한 식품 등은 섭취시 주의해야 한다. 광고에 나오는 설명과 부모님의 증상이 유사하다 해도 섭취 후 이전에 없던 증상이 생기거나 혹은 이전부터 갖고 있던 증상이 심해진다면 바로 중단하고 병원을 찾게 해야 한다. **도용말=강채미 박달나무의원 원장** /채희종기자 chae@kwangju.co.kr



어르신 환자에 꽃 한 송이 '어버이날'을 맞아 화순전남대병원 김형준 원장과 심재연 간호부장이 고령의 환자께 케네이션을 달아주고 있다. <화순전남대병원 제공>

## 전남대, 치아 교정 전 턱수술법 발표

황현식 교수팀, 성인교정학회

전남대 치의학전문대학원 황현식 교수팀이 턱수술 시 수술 전 교정을 우선적으로 고려했던 치료 방식에서 탈피, 수술을 먼저 한 이후 교정로 하는 치료법을 제시했다.



황현식 교수

황현식 교수는 최근 서울성모병원 대강당에서 개최된 성인교정학회에서 그동안 일부에서만 가능했던 '전수술(교정전수술)'이 모든 경우에 가능함을 규명한 연구결과를 발표했다.

전수술 시 지금까지는 '수술전 교정-수술-수술후 교정' 등 3단계를 거쳐야 해 많은 환자들이 수술 전 기간의 교정치료로 불편을 겪었으나 전수술 방식은 수술교정을 하지 않아도 된다. 전수술

술은 이처럼 외모 개선도 빠르고 치료기간 또한 단축할 수 있어 모든 환자들이 원하지만 부정교합이 심하지 않은, 일부 환자들에게만 가능했다.

그러나 황현식 교수팀은 지난 6년간의 연구 끝에 부정교합이 아무리 심해도 전수술이 안전하게 시술될 수 있음을 논문 데이터로 규명하는 한편, 실제 이를 이용해 치료하는 임상 프로토콜(protocol)까지 완성했다.

전수술의 안전성 및 그 메커니즘을 3차원영상으로 규명한 황 교수팀의 연구 결과는 'AJODO AO JOMS' 등 관련 최고 권위지에 잇따라 게재될 예정이다. 연구개발 책임자인 황현식 교수는 일찍부터 안면비대칭 분야와 3차원 영상 연구의 세계적 권위자로 알려져 있으며, 전국 치과대학 교정과 교수들이 주축이 돼 결성한 대한전수술교정학회 회장을 맡고 있다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

## 보라안과병원 이준성 원장 취임

보라안과병원은 카이스트 박사 출신의 망막 전문의인 이준성 원장이 최근 취임했다고 밝혔다. 이준성 원장은 전남대 의과대학을 졸업하고, 전남대에서 석사학위를 취득한 후, KAIST에서 '암에서 나노입자를 이용한 효과적인 약물전달'에 대해 연구하고 박사학위를 취득했다. 전남대병원 안과 전임의를 역임하며 망막 전문의로 활동했으며, 보라안과병원 망막센터에서



이준성 원장

진료를 맡고 있다. 보라안과병원은 보건복지부 인증의 의료기관으로서 시력 교정은 물론 망막, 녹내장, 백내장, 안성형, 사시, 소아안과 등 각 분야별 10인의 전문의가 진료에 나서고 있다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

<p><b>4층 상가 원룸 매매</b> 전대전문 모아 A.P.T 후문 코너자리</p> <p><b>1층 (커피숍 입점)</b></p> <p>2층~3층 (고급 룸 8개) 4층 (주택)을 주택 (방 3개, 화장실 2개, 내부 깔끔한 화이트, 다용도실)</p> <p>임대완료 정남향 코너자리</p> <p>■ 월수익 → 480만 ■ 매가 → 6억 8천만 (용 1억5천 보 1억5천) (실투자 3억 8천)</p> <p>010-6670-9800</p>	<p><b>첨단지구 8층 상가, 건물매매</b> 광주 최초 (연구소 전문건물)</p> <p>(오피스텔 및 상가 건물)</p> <p>1층 (상가) 120평 (정원,잔디밭 사용가능) 2층~7층 (고급 오피스텔 룸) - 56개 8층 41평 (주택겸사무실) (옥상 풀 사용가능, 정원, 경치 좋음)</p> <p>■ 감정가 (분할 시) → 56억 ■ 용자 → 26억(최대 31억 가능) ■ 보 3억 월 3,000만 ◆매가 38억</p> <p>010-7384-7800</p>	<p><b>근린상가 오피스텔 매매</b> 소액투자 가능, 3천만~2억</p> <p>■ 동구 수기동 제일 오피스텔 - 6층 (45평) 을수리 천변로 전망 좋음 - 보증금 -1,000만, 월세 60만 (용 5천) ■ 매가 1억 1천만</p> <p>■ 상무지구 수림 오피스텔 - 6층 (23평) 롯데마트앞, 상무나이트역 - 보증금 500만, 월세 45만 (용 1천 6백만) ■ 매가 8천 500만</p> <p>■ 상무지구 수림 오피스텔 - 6층 (19평) 롯데마트앞, 상무나이트역 - 보증금 500만, 월 42만 (용 2천4백만) ■ 매가 7천 500만</p> <p>010-6834-4800</p>	<p><b>법률경매</b> (특수물건 추천)</p> <p>■ 전남 장성 삼서 - (토 3492평, 건 5733평) (의료시설) - 1층~3층 (의료시설) 전 요양병원 운영 - 정성 상무대 입구, 대로변 ■ 감정가 48억 8천 6백 - 최저가 34억 2천만</p> <p>■ 서구 양동 - (토577평, 건424평) (숙박시설) - 1층 (주차장,카운터) 2층~5층 (숙박시설,40개) - 광주은행 동쪽 인근, 약 10km 도로 접 ■ 감정가 10억 8천 - 최저가 4억 8천</p> <p>■ 서구 화정동 - (토 800평, 건 2567평) (동 나이트) - 광천터미널 뒤편 위치 / 현 나이트 운영중 - (나이트 직영, 터미널 부근 투자 가치 추천) ■ 감정가 130억 - 최저가 49억 7천</p> <p>010-6832-9700</p>	<p><b>경매교육</b> 경매 이제는 대중화시대!!!</p> <p>바로실전 교육듣고 수익창출가능</p> <p>매주 수요일 (오전,오후반) 주말반 (오전,오후반)</p> <p>경매기본교육부터 실전까지 (입찰,매매, 임대~개발기획까지)</p> <p>원스톱 강의</p> <p>직원구합니다.</p> <p>부동산, 경매 배우실분, 부동산 자격증인원분, 부동산 경매 관심 인원은분, 가족처럼 알려드립니다.</p> <p>010-6832-9700</p>
---	---	---	---	--