

### 휴가철 불청객 귓병

조선대병원 이비인후과장 조성일 교수

# 물놀이를 잦은 귀 찬바람으로 말리세요

예방 위해 귀 건조 상태 유지  
여름철 이어폰 사용 습기 유발  
간지러움 심하면 소독해야  
만성 편 항생제 투여 치료

여름 휴가철이 막바지에 이르렀지만, 이어진 폭염으로 계속이나 수영장 등에서 물놀이를 하는 사람이 많다. 하지만, 물놀이를 하고 난 후, 귀에 통증이 계속된다면 외이도염을 의심해 볼 필요가 있다.

연간 발생하는 전체 외이도염 환자의 절반 가량이 여름 휴가철(6~8월)에 집중돼 있으며, 건강보험심사평가원에 따르면 여름철인 특히 8월에 귀질환 발생이 3분의 1을 차지하고 있기 때문이다.

◇원인=물놀이 후, 귓속의 통증이 발생할 때 가장 흔한 이유는 '급성 외이도염'을 꼽을 수 있다. 이때 외이도란 귓구멍에서 고막까지의 통로를 말하는데, 외이도염이란 '외이도' 부위에 염증이 생긴 질환을 말한다.

흔히, 물놀이 이후 귀가 아프면 중이염을 떠올리기 쉽지만, 중이염은 귀에 물이 들어갔다고 해서 생기는 병은 아니다. 다만, 중이염을 앓았던 경우에는 쉽게 외이도염이 동반될 수 있다.

대부분의 사람은 매일 또는 주기적으로 귀지를 제거하고 있다.

하지만 귀지 역시 우리 몸에 중요한 역할을 한다. 귀지는 지방성분으로 이루어져 있는데, 외이도 피부 표층에 녹아 있어 수분이 피부에 침투하는 것을 늦추기도 하며, 항균작용도 한다.

수영장 등에서 물놀이를 하다 보면 대개 귓속에 물이 들어가게 된다. 이때 축축한 환경이 되면서, 세균증식에 유리하게 되고, 귀 안의 물을 무리하게 빼기 위해 후비게 되면 외이도 피부의 귀지층이 손상되어 미세한 상처를 내는 경우가 있다. 특히, 외이도염에 흔한 균주는 여름철 무더운 날씨에 증식이 잘 되기 때문에 여름철 귓병을 만들어내는 주원인이다.

◇증상=물놀이 후 귓속이 가려운 증상이 나타나고, 이때 대부분의 사람이 무의식적으로 가려운 귀를 만지거나 후비게 되는데, 이로 인해 통증을 수반하는 경우가 있다.

큰 이상은 없지만, 이러한 통증과 멍멍함 등이 나타나며, 가려움과 함께 분비물로 인해 귀가 가득 찬 느낌을 수반하게 된다. 또한, 고름이 나오는 경우가 있으며 심한 경우에는 턱을 움직일 때 통증이 느껴



조선대병원 이비인후과장 조성일 교수가 물놀이 후 귀에 통증을 느끼는 어린이 환자를 대상으로 외이도 감염 여부를 살펴보고 있다. <조선대병원 제공>

## ■ 외이도염 예방에 나쁜 습관 vs 좋은 습관

나쁜 습관	좋은 습관
- 물놀이 후 면봉으로 귀 파기 - 여름철 이어폰 과다 사용	- 물놀이 때 귀마개 사용 - 귀를 아래로 해 가볍게 뒤풀기 - 드라이기 찬바람으로 말리기

지기도 한다.

◇예방=외이도염을 예방하기 위해서는 귀를 건조하게 하는 것이 가장 중요하다. 물놀이 후 귀에 물이 찬 경우, 습관적으로 면봉을 이용해 귀를 파내는 것보다는 귀를 아래로 해 가볍게 뒤풀기 자연스레 물을 흘러내려 가게 하는 것이 좋다. 혹시 드라이기가 있으면 찬바람을 통해 말려주는 것도 좋은 방법이다.

이와 함께 스마트폰 이용 등으로 이어폰을 착용하고 다니는 학생 및 성인도 많은데, 특히 여름철 이어폰 사용은 귀 속을 습하게 하는 주범이 돼 외이도염을 악화시키기도 한다. 따라서 과한 이어폰 사용은 좋지 않고, 물놀이 때 적절한 귀마개를 이용하는 것이 중요하다.

◇치료=귀의 간지러움이 심해지는 초기에는 병원을 빨리 방문해 소독을 하고 약물 치료를 통해 대부분 호전될 수 있다. 하지만, 외이도염으로 인한 통증이 심해지는 경우에는 통증 및 증상의 정도에 따라 적절한 치료가 불가피하다.

외이도의 청결 및 건조상태를 위해 항생제와 스테로이드를 포함한 약을 하루 2~3회, 증상이 완화될 때까지 이용한다.

만성으로 진행된 경우에는, 항생제와 스테로이드가 포함된 귀 외용제를 사용해 염증을 완화하고, 항생제를 투여하는 등 약물 치료가 이뤄져야 한다.

하지만, 약물치료로 호전이 되지 않는 경우에는 수술적 치료를 통해 외이도를 넓혀 주거나 과다조직을 제거하는 치료가 병행될 수 있다.

/\*박진표기자 lucky@kwangju.co.kr

### 의료칼럼

## 척추 치료의 비밀



김중선  
첨단우리병원 원장

정형외과 환자를 전문 진료한 지도 벌써 20년이 흘렀다. 척추 질환을 본격적으로 공부한 것은 전남대병원 정형외과 정재운 교수 밑에서 펠로우(전임의)를 한 이후이다. 정 교수는 우리나라에서 많은 척추 수술을 개척한 선구자이고, 가장 수술을 잘 하는 분들 중에 한 분이다. 정 교수의 소개로 서울에서 척추 분야 명의로 이름을 떨치시는 신병준, 김기택 교수께 배울 수 있었던 것도 큰 행운이었다.

펠로우를 마치고 순천 성 가톨릭병원의 척추 센터 과장으로 일을 시작할 때 대한척추외과 회장인 광주기독병원 김기수 부장이 새로 부임해 같이 일하면서 나의 척추 치료는 많이 가다듬어졌다. 훌륭한 분들에게서 가르침을 받을 수 있었던 것은 나에게 큰 행운이었고, 지금까지 치료하는데 많은 도움이 되고 있다.

몇 년 전 서울의 유명한 교수 한 분이 허리 디스크는 90% 이상이 수술 안하고 좋아진다고 하면서, 허리 수술을 권유하는 병원에 임질을 가하는 칼럼을 썼었다. 그러나 그 칼럼은 수술을 권유하지 않는, 정확히 말하면 수술 할 줄 모르는 몇몇 소위 척추 전문 병원의 광고에 인용되었고, 전문 척추 외과 교육을 받지 않아도 허리 디스크 치료를 담당하게 만드는 기이한 현상을 만들었다.

그 후로 수많은 비수술적인 치료 방법들이 유행처럼 소개되면서 디스크 치료 결정에 환자와 가족들의 혼란만을 초래했다. 오히려 그 칼럼을 쓴 교수도 당초 자기의 의도와 다르게 와전됐으며 학회에 참석해 사과할 정도였다.

소위 디스크라고 해서 다 똑같은 디스크가 아니다. 추간판 탈출증, 흔히 디스크라 부르는 이 병은 척추 사이의 물렁뼈가 터져서 튀어나온 것을 의미하는데 튀어나온 물렁뼈가 신경을 누르면서 심한 통증을 유발하게 된다.

여기서 고려해야 할 중요 사항은 튀어나온 위치와 정도, 그리고 원래 신경관의 넓이다. 튀어나온 정도가 작아도 신경사이에 끼여져 심한 통증을 유발하는 경우가 있고, 신경관의 넓이가 좁은 경우에는 심한 통증과 마비 등의 근력 약화를 일으킬 수가 있다.

그래서 MRI(자기공명영상) 검사라는 정밀 영상 사진이 필요하고 이를 정확히 판독해서 치료할 수 있는 전문가가 필요한 것이다. 우리 몸은 신비하게도 튀어나온 디스크를 흡수할 수 있는 능력이 있다. 아무런 치료를 하지 않아도 물렁뼈는 흡수될 수도 있다는 것이다. 그러나 신경관이 원래 좁은 경우라든지, 터진 물렁뼈가 신경을 누르는 위치가 좋지 않은 경우는 수술이 필요한 경우다.

또한 이러한 수술 여부에 대한 결정은 초기에 해야 하는 경우도 있다. 이것이 바로 척추의 신비라고 말할 수 있다. 그래서 어떤 경우에는 관찰만 하고, 내시경, 현미경을 이용해서 디스크만 빼주어도 되고, 척추관을 넓혀 신경이 편하게 다닐 수 있는 길을 만들어주어야 하는 수술이 필요한 경우가 있는 것이다.

의사들은 좋은 환자를 만나고 싶어 한다. 그러나 불행히도 의사가 환자를 고를 수는 없다. 환자가 좋은 의사를 만나야 한다. 이 지역에는 잘 수련 받은 능력 있는 의사가 많이 있다. 땅값 비싼 서울에서 땅값 대신 비싼 진료비 내주고 오는 환자가 되지 않길 바랄 뿐이다.

### 청소년 자궁경부암 백신 미접종 잘못된 정보 때문

정부가 만12세 여성청소년에게 자궁경부암 예방 백신을 무료로 제공하는데도 지난해 대상자의 41%가 접종을 거부한 이유는 '부작용 걱정' 때문인 것으로 조사됐다.

20일 질병관리본부 따르면 2003년 생이면서 백신을 맞지 않은 청소년의 보호자 1000명을 전화 조사한 결과, 응답자의 73.5%는 미접종 이유(중복 응답)로 '예방접종 후 부작용 걱정'을 꼽았다.

질병관리본부는 접종 사업을 하면서 심각한 이상 반응 신고는 한 건도 없었는데도 잘못된 정보로 보호자의 우려가 컸던 것 같다고 분석했다.

/\*박진표기자 lucky@kwangju.co.kr

### 부실채권 못받은 돈 회수

판결문, 공증·공사대금·각서·운송료 차용증·거래장부·계약서·입금 내역  
녹취등 각종채권상당

▶ 절대 선수금, 출장비용 없음 ◀  
(재산조사비, 법적비용은 필요에 따라 발생될 수 있음)

- 채무자 재산, 신용·주거래은행·차량등 파악
- 실거주지파악가능
- 법인회사 부도시 회수 가능
- 전국 68개 점포로 전국가능

▶ 국가신용관리사가 직접관리 ◀

선수금만 주고 돈도 못 받고 계신분들이 많으나 당사는 여러분의 재산을 회수한 후 수수료를 받고 있습니다.

당사는 내재산이다라는 마음으로 항상 최선을 다하고 있습니다.  
(24시간 상담가능)

### 새한신용정보(주)

010-6833-1600  
직통전화 062)513-4306

### 2017 漢字·漢文指導師資格

※ 教育部 國家公認 研修生募集

구분	광주여자대학교(25기)	광주교육대학교(16기)
개강일시	· 화요일 오전반: 2017. 9. 5.(화) 09:10 (초급반) · 토요일 오전반: 2017. 9. 9.(토) 09:10 (특급반)	· 목요일 오전반: 2017. 9. 7.(목) 09:10 (중급반) · 금요일 오전반: 2017. 9. 8.(금) 09:10 (초급반) · 토요일 오후반: 2017. 9. 9.(토) 14:10 (특급반)
모집기간	2017. 8. 1(화)~9. 9.(토)	2017. 8. 1(화)~9. 9.(토)
수업기간	2017. 9. 5.(화)~2018. 2. 9.(토) (6개월 24주 96시간)	2017. 9. 7.(목)~2018. 2. 9.(토) (6개월 24주 96시간)
수업시간	· 오전반 09:10~13:00	· 오전반 09:10~13:00 · 오후반 14:10~18:00
수강료	₩360,000 (예금주·광주여대) · 광주은행: 148-107-307803	₩360,000 (예금주·광주교대) · 국민은행: 773901-01-476736
수료후 특전	· 1.2단계연수과정 이수시 총장 명의 수료증 수여 · 국가공인 기관 한자교육 진흥회 회원지도사 자격취득 기회 부여 · 각 현문학원 강사 추천 및 학원개설 가능 · 국립학교별과 후 교육감서 추천 · 연수과정 중 국가공인 한자급수 대급~사범(취득)기회 부여	· 1.2단계연수과정 이수시 총장 명의 수료증 수여 · 국가공인 기관 한자교육 진흥회 회원지도사 자격취득 기회 부여 · 각 현문학원 강사 추천 및 학원개설 가능 · 국립학교별과 후 교육감서 추천 · 연수과정 중 국가공인 한자급수 대급~사범(취득)기회 부여
원서교부 및 접수처	· 문 의: 062)850-3582~4 · 지도교수(선병공): 010-3614-4160 광주여자대학교 평생교육원 http://always.kwu.ac.kr	· 문 의: 062)2520-4243 · 지도교수(선병공): 010-3614-4160 광주교육대학교 평생교육원 http://www.gnue.ac.kr/

## 대형토지

- 빛그린산업단지 인근
- 문장공용터미널 근접
- 대로 및 중로 3면 도로접
- 개발가능 생산녹지 5,000평
- 가격: 저렴하게 협의

H. 010-5236-7458

## ABC협회인증 호남 최대 발행 부수

독자와 함께 걸어온 길 65년

### 광주일보

광주일보 문화예술매거진

### 에스케이

광고문의 (062)227-9600  
신문구독 (062)220-0551  
예향구독 (062)220-0550