



눈, 얼마나 알고 있나?

조선대병원 안과 김대현 교수

찬바람 불면 더 조심...30분마다 휴식



조선대학교병원 안과 김대현 교수가 눈 충혈 등을 호소하는 환자의 눈 상태를 살펴보고 있다.

〈조선대병원 제공〉

라식, 노안과 상관관계 없어

성장기 선글라스 착용 자체

‘토끼눈’ 안약 과다사용 금물

요즘처럼 찬바람이 불기 시작할 때는 그 어느 때 보다 눈 건강에 주의해야 하지만, 일부 사람들은 근거 없는 눈 건강에 대한 정보로 오히려 건강을 해치는 경우도 있다. 심지어는 실명의 단계에 이를 수 있기 때문에 함부로 믿는 것은 좋지 않다.

대한안과학회가 지정한 ‘눈의 날(11월 11일)’을 맞아 잘못된 눈 건강 상식과 올바른 눈 건강 상식에 대해 살펴봤다.

◇라식을 하면 눈이 금방 늙는다? = 중·고등학생부터 대학생 및 취업을 준비하는 성인까지도 라식 수술을 많이 고민하고 있다.

하지만 라식수술에 대한 부작용과 관련 된 정보는 매우 많다. 그 중에서도 라식 수술을 하면 금방 노안이 된다는 소문이 많다. 결론부터 말하면 이는 잘못된 정보다.

노안은 단순히 노화현상의 일종으로 눈을 구성하고 있는 수정체의 탄력성 및 비대증상에 의해 발생하는 것이며, 라식수술은 레이저로 각막을 절개해 눈의 굴절률을 변화시키는 수술이기 때문에 라식수술과 노안간의 상관관계는 없다고 보면 된다. 다만 노안은 일반적으로 40세 이후에 오는데 40세 이후 라식수술을 하게 되면

노안이 오는 시기와 겹쳐 노안증상을 빨리 느낄 수도 있다. 따라서 40세 이후 라식수술을 하고 싶다면 수술 전 안과전문의와의 상담이 필수적이다.

◇TV나 책, 스마트폰을 가까운 거리에서 보면 눈이 나빠진다? = TV나 스마트폰이 눈에 나쁜 것은 아니다. 다만 TV나 스마트폰을 가까이에서 장시간 본다면 이는 근시의 발생과 진행에 영향을 줄 수 있다. 물론 가까이서 본다고 100% 근시가 발생하지는 않지만, 좋지 않은 자세나 어두운 조명 아래 장시간 TV나 스마트폰을 본다면 근시가 발생할 가능성이 커진다. 따라서 TV 나 책, 스마트폰을 볼 때는 좋은 자세로 밝은 조명하에서 보고, 책이나 스마트폰을 30분간 봤으면 10분 정도는 멀리 있는 물체를 바라보는 것이 좋다.

◇선글라스는 무조건 좋은 것인가? = 계절과는 무관하게 햇빛이 많은 계절 및 시간대에 선글라스를 자주 쓴다. 하지만, 이러한 선글라스는 성장기에 있는 어린이의 눈 건강에는 독이 될 수 있다. 어린이들이 선글라스를 자주 착용하게 되면 눈 성장에 필요한 가시광선까지 차단하게 됨에 따라 오히려 눈 성장에는 좋지 않을 수 있다. 어린이들의 경우 오히려 햇빛에 자주 노출될수록 근시진행이 억제돼 발생률을 낮춰주게 된다. 따라서 성장기 아이들에게는 선글라스의 착용을 자제하며, 햇빛을 듬뿍 받을 수 있게 하는 것이 좋다.

◇안경을 쓰면 시력이 나빠진다? = 시

력 저하로 안경을 쓰려고 하면 주변의 어른들로부터 ‘안경은 한번 쓰면 시력이 계속 나빠지기 때문에 안경을 구입하는데 신중해야 한다’는 이야기를 많이 듣게 된다. 하지만 이는 결코 옳은 정보가 아니다. 시력이 좋지 않기 때문에 쓰는 안경은 시력에 영향을 주는 것이 아니라, 시력을 교정해 주는 역할을 하기 때문이다. 시력과 관련 있는 것은 안경이 아닌 그 사람의 유전적 원인, 외부 환경적 요인 등의 다양한 원인에 근거해 나타나는 증상이다. 오히려 시력을 잃는 과정에서 시력을 교정하지 않는다면 약시가 나타날 수 있기 때문에, 눈에 이상이 있다면 곧바로 전문가의 정확한 진단을 받아 도움을 받는 것이 좋다.

◇안약은 만병 통치약이다? = 스마트폰이 대중화되면서 요즘은 남녀노소를 불문하고 밤낮으로 스마트폰에 열중하고 있다. 이러한 전자기기에 장시간 노출이 될 경우 눈은 건조하고 피로해지기 쉽다. 특히 이런 경우에 자주 발생하는 증상이 흰자위가 빨갛게 보이는 눈 충혈 증상이다. 이러한 경우 약국에서 안약을 구입해 증상의 호전을 기대하는 분들이 매우 많지만, 이는 눈 건강에 해로울 수 있다. 단순히 눈이 충혈되는 경우가 아닌 다른 기전에 의한 충혈증상이 나타날 수 있는데, 이때 안약을 넣고 시간을 보내다 보면 눈 건강이 매우 악화할 수 있기 때문이다. 안약보다는 전문가의 검진과 치료를 받는 게 가장 현명한 방법이다. /박진표기자 lucky@

스타교수 선정...연구경쟁력 강화 병원 단계적 신축·진료체계 개선

이삼용 신임 전남대병원장 인터뷰

본원 권한 확대·경영 손실 최소화

대학본부와 현안별 합동회의 개최

이삼용(62·사진) 제32대 전남대학교병원장은 12일 취임 인터뷰에서 “경영내실화와 연구력 강화에 주력하겠다”고 밝혔다. 이 병원장의 임기는 2020년 11월 2일까지 3년간이다.

1982년 전남대 의과대학을 졸업하고, 1992년 전남대 대학원에서 박사학위를 받은 이 병원장은 두경부 및 유방 중앙 재건술 등 다양한 수술법을 도입해 전남대병원 성형외과를 전국 최고 수준의 진료과로 성장시킨 인물이다.

이 병원장의 또 다른 강점은 특유의 책임감과 리더십이다. 이 병원장은 의과대학과 병원에서 다양한 보직을 두루 거치며, 양 기관의 공동 발전에 크게 기여했다. 이번 병원장 임명에도 이 같은 강점들이 큰 영향을 미친 것으로 전해졌다. 이 병원장은 장성 출생으로, 광주제일고를 졸업했으며, 대한두개안면성형외과학회 이사장 등을 역임했다.

다음은 이삼용 병원장과의 일문일답.

◇취임 소감은 = 무한한 책임감을 느낀다. 전남대병원이 공공의료기관이자 지역거점병원으로 교육, 연구, 진료 본연의 업무에 충실하면서 지역민의 건강증진과 의료발전을 위해 멈춤 없는 전진을 해나갈 수 있도록 최선을 다하겠다.

◇앞으로 병원 운영계획은 = 가장 먼저 성장과 알뜰경영을 통한 경영내실화를 이루겠다. 이를 위해 전남대병원 본원, 화순전남대병원, 빛고을전남대병원, 전남대치과병원, 전남대어린이병원에 자율적인 권한을 대폭 부여하고 책임있는 경영이 이뤄지도록 하겠다. 특히 과시용 행정과 예산 낭비를 줄여 실속있는 경영시스템이 정착되도록 하겠다.

이와 함께 소통과 화합으로 상생하는 병원분위기 조성에도 앞장서겠다. 무엇보다 대학본부·의과대학·병원간 원활한 대화와 소통이 이뤄지고, 상생 발전할 수 있는 기틀을 구축해내겠다. 또한 합리적이고 막힘 없는 대화를 통해 건전한 노사관계를 만들고, 오로지 환자를 위해 최선을 다하는 병원이 되도록 하겠다.

실력있는 병원의 명성을 유지해가기 위해 인재를 발굴 육성하는 것도 빼놓을 수 없는 과제다. 이를 위해 각 과별 스타교수를 선정해 연구·진료분야에 대한 적극적인 지원을 펼칠 계획이다.

◇최우선으로 실현하고 싶은 중점 사업은 = 무엇보다 경영내실화와 연구력 강화 등 두 가지다. 현재 우리 병원은 전국 최대 규모의 다병원 체제를 갖추고 있음에도 경영 손실이 다소 있었던 게 아쉬운 부분이다.

이러한 경영 손실을 최소화하기 위해 모든 부서에서 비효율적인 업무처리나 낭비요소를 대폭 줄여 알찬 경영을 펼치



는데 주력하고자 한다.

이와 함께 전남대병원 의료진의 연구경쟁력을 더욱 강화해 전국 최고수준의 연구중심병원으로 거듭나도록 하겠다.

◇대학본부와의 관계개선은 어떻게 실현할 계획인지 = 전남대와 의과대 및 병원과의 긴밀한 협조체제를 위한 현안별 합동회의를 구성해 유기적인 업무협의를 이끌어 내겠다. 또 정기적인 모임도 만들겠다. 특히 학생·대학원생의 교육 및 연구에 학교와 병원이 공조를 이루고, 공동 연구와 연구시설 공동 활용 방안 등도 마련하겠다.

◇새롭게 구성하는 사업은 없는지 = 새 전남대병원 건립이 목표다. 미래의료를 선도하고, 보다 효율적인 의료서비스를 제공할 수 있는 진료시스템을 갖추기 위한 새 전남대병원 건립을 추진할 생각이다. 오래된 병원건물에 대한 부분적인 리모델링보다는 새로운 병원건립에 대한 구체적인 계획을 세워 점진적으로 실행해 나가겠다. 물론 현 병원자리를 그대로 활용해 단계적으로 노후 건물을 없애고, 새 건물을 지어 나가는 방식이다.

이에 따른 재정적 문제를 해결하기 위해 정부의 예산책정을 적극적으로 요청하겠다. 내부적으로는 예산 낭비를 최대한 줄이는 알찬 경영을 펼쳐나갈 것이다.

/박진표기자 lucky@kwangju.co.kr

노인 독감백신 무료접종 16일부터는 보건소서

15일까지 독감(인플루엔자) 예방백신을 접종하지 못하는 만 65세 이상 노인들은 16일 이후부터 병·의원이나 보건소를 찾으면 된다. 무료접종 대상인 어린이는 내년 4월까지 병·의원

에서 독감백신을 맞을 수 있다. 12월 의료계 및 질병관리본부에 따르면 만 65세 이상 노인 대상 독감백신 접종 무료 사업이 15일 종료된다. 16일부터는 병·

의원 대신 지역 보건소를 찾아가야만 독감백신을 맞을 수 있다.

또 다른 무료접종 대상인 만 6개월 이상 59개월 이하 어린이의 경우는 보건소를 찾지 않더라도 내년 4월까지 병·의원에서 무료로 독감백신을 맞을 수 있다.

그러나 백신은 독감이 유행하기 전에 맞아야 하므로 기간이 남았더라도 가능한 한 빨리 맞는 게 좋다. 또 독감은 매년 유행하는 바이러스가 다르므로 지난해에 백신을 맞았더라도 올해에 꼭 다시 맞아야 한다. /박진표기자 lucky@kwangju.co.kr

영광 전원주택 매매

전원주택
광주에서 30분

즉시입주가능
최근 리모델링 완료

토지 151평, 건물 42평
(32평 아파트형, 창고 17평)

시세가 1억3천만
매가 9천4백

직매 010-6670-9800

평택 초역세권 개발부지 매매

송탄역 도보 1분
건축 허가 완료

최고의 투자처

건축 분양 최고

임대 걱정없음

개발시 순수익 (10억)

▶ 매가 8억

경매 (주)대신경매

동구 계림동 상가 (어린이집)
토지 109평 건물 183평
3층 건물 (시설종류)
감정가 5억7천 → 최저가 5억7천

1) 서구 벽진동 (주택)
토지 176평 건물 46평
감정가 2억4,700만 → 최저가 2억4,700만

2) 북구 용봉동 (12층중 7층 상가)
토지 62평 건물100평
주차원비,평수대비 가격저렴
감정가 6억5천 → 최저가 2억9천

3) 서구 금호동 (원룸빌딩)
토지 63평 건물 120평
월세 400만 예상
감정가 5억4,300만 → 최저가 5억4,300만

4) 나주 경현동 (상가주택)
토지 600평 건물 411평
금성산 산책로 길
감정가 17억7천 → 최저가 7억9천

5) 강진군 칠량면 (공장 및 창고)
토지 1,600평 건물 673평
감정가 11억 → 최저가 4억6천

경매교육

1) 기초이론반 (무료)

▶ 매주개강 (오전반,오후반)
경매 기초 배우실분

2) 실전반

▶ 매주개강 (오전반,오후반)
경매기초 + 실전경매

3) 경매 투자반

▶ 매주개강 (오전반,오후반)
(특수경매, NPL부실채권)
바로 수익창출 하실분
입찰부터 매매임대,
개발까지 원스톱 진행

※ 공동 사무실 쓰실분

(무료제공)
경매교육, 컴퓨터, 책상

경매 입찰부터 매매까지
경매컨설팅
직업으로 하실분
공동사무실 사용하실 분
010-6670-9800

010-7384-7800 010-6670-9800