

자세·발성습관만 신경 써도 ‘쉰 목소리’ 탈출



건강 바로 알기
음성 장애와 발성 교정

도움말=조상모 발성교정사

이창준 광주 퍼스트비비인후과

음성치료센터 원장

성대 남·오용으로 결절·위축
진단→발성교정→훈련 거쳐
거북목 교정도 음성치료 과정
의사소통 자신감 높이는 효과



조상모(오른쪽) 발성교정사가 목소리가 쉽게 변해 고민하는 직장인을 진찰하고 있다.

성 음성 장애'라고 말한다.

기능성 음성장애환자는 성대 남용과 성대 오용으로 음성질환에 노출이 된 전문적 음성 사용자(성악가, 실용음악 보컬, 뮤지컬, 배우, 아나운서, 성우 등) 및 일반인을 말한다.

음성장애의 종류는 성구전환장애(고음 불가), 성대결절, 성대마비, 공형성대, 성대구증, 성대위축증, 저기능성 음성장애(쉰 목소리, 약한 목소리) 등이 있다.

환자들은 쉰 목소리나 거친 목소리를 내거나 나이나 성별에 맞지 않는 목소리를 낸다. 또한 목소리 떨림, 고음 불가, 음치, 수술 후 목소리 문제 등의 증상이 나타나기도 한다.

◇발성 교정과 음성 치료=이런 증상들은 '과학적 보컬로지(Vocology) 발성교정'으로 많이 해결 될 수 있다.

음성을 많이 사용해도 지치지 않도록 발성습관을 개선하고 좋은 목소리를 가질 수

있게 하며, 좋은 목소리를 통해 상대방과의 의사소통에서도 자신감을 찾고 자존감을 높이면서 원만한 대인관계를 유지 할 수 있도록 한다.

음성치료 프로그램은 성대 진단(음성질환 및 성대 기능검사)을 거쳐 성대 문제를 확인 후, 발성교정을 통해 환자의 문제를 해결한다. 올바른 자세(거북목, 거북등 교정), 후두의 세팅(올바른 후두위치 개선), 호흡의 세팅(흉복식 호흡을 통한 목 열기), 첫소리의 시작(흉강고정을 통한 균질한 성대의 접촉), 성구 확립(홍성, 중성, 두성, 가성, 반가성 성대접촉 진동패턴 습득), 성구 전환(피치브레이크 제거 및 피치 올리기), 목소리 일반화(문단읽기), 발성의 이상조건 표현하기 등의 순으로 진행된다.

최근 음성프로그램 치료를 마친 남모(72·자영업자)씨는 "처음에는 목소리 내기가 어려웠는데 치료를 받으면서 성대의 불편함과 고통이 사라지고 부드럽고 맑은 목소리가 나왔다. 음성치료 후에 예전 증상이 없어졌고 목소리가 건강한 상태로 느껴진다"고 말했다.

특별한 음성장애가 없더라도 음성이 이상하거나 발음이 제대로 되지 않을 경우는 질병치료 차원이 아닌 제대로 말하는 법을 배우는 차원에서 전문적인 진료를 받을 필요가 있다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr



화순전남대병원 정오(가운데) 교수가 수술 참관 중국 의료진들에게 위암 수술법을 설명하고 있다. <화순전남대병원 제공>

“한국의 위암 복강경 베테랑은 다르네요”

중국 의료진, 화순전남대병원 수술현장 참관

중국의 외과의사들이 복강경을 이용한 위절제술을 배우기 위해 최근 화순전남대학교병원 위암 클리닉을 방문했다.

중국 광서지역 무역중심지인 광저우시에 있는 ‘쑤원대학교암센터’의 위암수술교수 등 3명은 정오 교수(위장관외과)의 수술현장을 참관했다.

이들은 서울에서 열린 ‘차세대 위암전 문가포럼’에 참석차 내한, 그 일원인 정교수의 수술법을 견학하러 화순을 방문했다. 이 포럼은 한·중·일 등 동아시아의 30,40대 젊은 의료진들이 위암수술지침의 세계적 표준화와 질적 향상을 위해 상호 교류하고 있는 국제적 모임이다.

정 교수는 2~3개의 복부투관침(abdominal trocar)만을 이용해 복강경 위절제술을 시행하는 독창적인 수술법을 선보였다. 이는 기존 5-6개의 복부투관침을 사용하는 복강경 위절제술보다 수술후 흉터와 통증이 적고, 수술 소요인력과 수술비용을 줄이는 효과도 있어 주목받고 있다.

위엔 교수는 “정교한 수술기법이 놀랍다. 수술부위 출혈이 적고, 봉합방법도

뛰어나다”며 “한국처럼 중국에서도 위암 환자들이 늘고 있다. 선진적인 수술법과 시스템을 배울 수 있는 좋은 기회였다”고 말했다.

한편, 정오 교수는 위암 복강경 수술의 베테랑으로 손꼽히고 있다. 특히 손기술이 빠르기로 정평이 높다. 일반적으로 3~4시간이 걸리는 복강경 위절제술을 약 2시간 이내에 끝마친다. 섬세한 기술과 조작으로 수술중 출혈이 거의 없는 수술을 시행한다.

정 교수는 해외 유명저널에 40여 편의 SCI논문은 제1저자로 발표하는 등 국내 논문과 공저자 논문의 편수까지 합치면 100여 편에 이를 정도로 활발한 연구를 하고 있다. 이 같은 연구성과로 2007년 대한위암학회 우수논문상을 시작으로 거의 매년 각종 학회에서 학술상을 수상하고 있다. 대한임상종양학회 우수논문상, 대한내시경복강경학회 우수논문상, 로슈 종양학술상 등 다채롭다. 특히 2013·2014년 2년 연속 일본 위암학회의 ‘젊은 연구자상’을 수상했다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

전남대, 구례·곡성·담양·순창 ‘100세 비결’ 의학으로 밝혀낸다

전남대 노화과학연구소(소장 박광성)가 전남·북 지역 장수마을의 100세 노인들에 대한 연구조사에 들어간다.

이번 조사는 구례·곡성·담양군과 전북 순창군(이하 ‘구곡순담’)의 100세 어르신들을 대상으로 건강상태와 식습관, 가족 및 생활환경 변화 등을 세밀히 살펴서 향후 건강 사회를 위한 소중한 자료로 활용하기 위한 것이다.

이번 조사를 위해 노화과학연구소는 100세인 연구의 국내 선구자인 박상철 전남대 석좌교수와 전남대 의과대학 박광성 교수·윤경철 교수·김연표 교수를 비롯해 전남대 간호대·생활과학대 관계자들로 연구조사단을 구성했다.

연구조사는 오는 13일부터 6개월간 각 지역 방문을 통해 이뤄진다. 특히 이번 조사를 통해 지난 2000년대 초기 100세인 조사와 비교해 약 20년이 지난 현재 100세인의 건강상태와 생활환경 등을 파악함으로써, 건강과 장수가 개인적 특성 및 생활환경인자와 어떠한 관련이 있는가를 규명하



지난 3일 전남대 의과대학 문석홀에서 박상철 석좌교수·이삼용 전남대병원장·김경권 전남대의과대학장·김형욱 구례군 주민복지과장 등 관계자들이 참석한 가운데 ‘구곡순담 백세인 연구조사’ 발대식이 열렸다. <전남대병원 제공>

게 된다.

조사결과를 향후 정부 및 지자체의 노인 대책 및 건강정책 등에 소중한 자료로 활용될 것으로 보인다.

이날 발대식에서 박상철 석좌교수는 인사말을 통해 “저출산 고령화시대에 백세인의 건강상태와 식습관, 가족 및 생활환경의 변화를 살펴봄으로써 향후 건강백세를

위한 지혜를 구하고자 한다”면서 “이번 조사를 통해 의미있는 연구성과를 맺을 수 있도록 노력하겠다”고 말했다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

“의료인 주취폭력 감경 조항 없애야”

의료법 개정안 발의

최근 발어진 의료기관 내 폭행사건과 관련, 정치권에서 의료인 폭행방지와 가해자 처벌을 강화하기 위한 법안 발의가 잇따르고 있다.

4일 의료계에 따르면 지난달 31일 국회 보건복지위원회 이명수 의원(자유한국당)은 의료인 폭행 관련 처벌조항에 반의사불벌죄 조항을 삭제하고, 주취 상태의 폭행 행위에 대해서는 형을 감경하지 않는 내용의 의료법 및 응급의료법 개정안을 대표 발의했다.

이에 앞서 박인숙 의원(자유한국당)

은 의료인 폭행 시 반의사불벌죄 적용을 제외하고, 벌금이나 5년 이하의 징역 형으로 처벌하도록 하는 의료법 및 응급의료법 개정안을 발의했다. 윤종필 의원(자유한국당)은 응급의료 방해 시 벌금형 조항을 삭제하고, 5년 이하의 징역으로 10년 이하의 징역형으로 강화하는 응급의료법 개정안을 발의한 바 있다.

이와 함께 전남도의사회 소속 의사와 간호사들은 최근 순천과 여수·목포시 등 각 지역에서 의료인 100여 명이 참석한 가운데 응급실 의료인 폭력의 심각성과 방지대책을 요구하는 동시 가두캠페인을 가졌다.

/채희종 기자 chae@

태양광 연계 ESS 설치 전문

제품 | SAMSUNG LG



태양광 발전사업자 사장님들께 희소식!!

→ REC가중치 5.0배 (2019년까지 연장)

설치방법 : ① 렌탈 : 설치비용 0원 ② 무담보 : 90% 신용대출

신재생에너지전문기업

썬그린에너지(주)



상담

1577-3093

1566-1394

◀광주, 여수, 순천, 광양, 보성, 고흥, 구례, 곡성, 장흥, 화순
◀목포, 나주, 해남, 완도, 진도, 강진, 함평, 영광, 무안, 신안

ESS 통합시스템

ESS는 핵심인 리튬배터리를 비롯한 모든 구성요소를 직접 생산하고, 사업성 분석부터 설계, 시공, 사후관리까지 수행함으로써 ESS에 요구되는 15년 이상의 경제성과 안정성을 제공합니다.