

마스크 사이로 새는 날숨에 눈물 빠르게 증발

건강 바로 알기 마스크와 안구건조증

강석준
보라안과병원 원장

작년부터 시작된 코로나 여파로 사람들의 일상 중 가장 큰 변화를 꼽는다면 마스크의 착용이 아닐까. 외출준비를 하면서 마스크부터 찾는 아이들을 보며, 마스크착용이 하나의 습관처럼 굳어진 것 같다는 생각이 들었다. 이제는 마스크 없이 외출을 한다는 것은 감히 상상도 못할 일이 되었다.

◇마스크 착용이 안구건조증을?
필수품이 되어버린 마스크. 직업이나 생활환경에 따라 하루 중일 착용을 하고 있어야 하는 경우도 있다. 그에 따라 피부 트러블을 호소하는 사람도 있고, 안구건조증을 호소하는 경우도 많아졌다. 마스크가 안구건조증을 유발한다니 의아할 수도 있을 것 같다.

마스크를 착용하고 있으면 호흡 시 날숨으로 인해 눈물이 빨리 증발해 안구건조증이 심해지는 것이다.

특히 기존에 안구건조증을 앓고 있던 사람들이 더욱 증상이 악화된다. 또한 사이즈에 맞지 않는 마스크가 얼굴에 느슨하게 걸려 있으면 숨을 들이쉬고 내릴 때 공기의 흐름이 눈 쪽으로 향하기 때문에 눈물막 건조를 가속화한다.

시력저하·빛번짐·안통·두통 야기
마스크, 최대한 얼굴 밀착 착용
인공눈물로 증상 완화되지 않을땐
속눈썹 안쪽 ‘안검염’ 의심

마스크를 착용할 때는 최대한 얼굴에 밀착해서 착용하고, 코 쪽의 철심이 코 모양에 맞게 밀착되도록 눌러서 공기가 눈 쪽을 향하지 않도록 하는 게 좋다.

◇국민질환 안구건조증
우리 눈의 눈물은 각막표면을 광학적으로 일정하게 유지시켜 빛을 투과시키는 역할을 한다. 그런데 이러한 눈물이 부족하거나 눈물층의 균형이 깨지면 안구건조증이 발생한다.

안구건조증은 국민질환으로 불려도 될 정도로 우리나라 성인 대다수가 앓고 있다. 자동차도 엔진오일이 필요하고, 기계도 기름을 쳐줘야 잘 돌아가는 것처럼 안구는 윤활작용을 위해 적당한 눈물이 분비되어야 한다.

과거에는 나이가 들면서 눈물 부족으로 생기는 노화 현상으로 여겼지만 요즘은 연령이나 계절을 불문하고 안구건조증 호소 사례가 늘고 있다. 컴퓨터나 스마트폰 사용자라면 누구나 안구건조증에서 자유로울 수 없고, 대기오염이 심각해지면서 눈의 피로가 가중되고 있기 때문이다.

안구건조 증상이 심해지면 시력저하, 빛 번짐, 안

통, 두통 등의 다양한 불편함을 야기하므로 증상이 나타나면 적극적인 관리를 통해 증상을 완화시키는 것이 중요하며, 눈의 건조함과 이물감을 대수롭지 않게 여기고 인공눈물에만 의존하다 만성적인 안구건조증이나 다른 안질환으로 진행될 수 있으므로 주의가 필요하다.

눈이 건조하면 일반적으로 눈물이 부족해서 일어나는 증상이라고 생각하고, 인공눈물을 점안하게 되는데, 안구건조증은 원인에 따라 치료법이 달라지기 때문에, 정확한 진단과 검사가 이뤄져야 한다. 염증 유무를 진단하는 검사기구, 눈물 양 측정 도구, 마이봄선의 이상 여부를 알 수 있는 검사 장비를 활용하는 게 좋다.

인공눈물을 사용해도 증상이 완화되지 않는다면 속눈썹 안쪽에 ‘안검염’에 의한 건조증을 의심해볼 수 있다.

‘안검염’은 눈꺼풀 끝부분과 속눈썹 안쪽부위의 마이봄선이 노폐물과 세균에 막혀, 분비물을 제대로 배출하지 못해 주로 발생하는데, 파괴된 기름샘은 재생되기 어렵기 때문에 안구건조증의 원인이 안검염이라면 근본적인 치료가 필요하다. 막힌 마이봄선은 온찜질이나 안검염 레이저 시술(IPL/Intense Pulsed Light)로 호전된다.

예전에는 생각지 못했던 많은 것들이 일상이 되었다. 마스크도 그 중 하나이고, 어쨌거나 코로나 바이러스로부터 우리를 지키고, 전 세계에서 방역 모범국으로 이름을 날릴 수 있었던 것은 성숙한 시민의식을 바탕으로 스스로 실천한 마스크착용이라는 것은 부정할 수 없을 것 같다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr



보라안과병원 강석준 원장이 안구건조증에 시달리는 환자를 진료하고 있다.

조선대병원 뇌신경외과 김재호 교수

대한신경외과학회 추계학술대회 ‘최우수 논문상’

조선대병원 김재호(사진) 뇌신경외과 교수가 최근 인천 송도컨벤시아에서 개최된 ‘2021년 제61차 대한신경외과학회 추계학술대회’에서 혈관부문 최우수 논문상(이현재 학술상)을 수상했다.



이 인정받았다. 김재호 교수는 이번 연구를 통해 마반 증후군 환자에서 뇌동맥류의 유병률이 높고, 독특한 특징을 갖고 있음을 제시했다. 특히 학계에서 논란이었던 뇌동맥류와 마반 증후군의 연관성 규명을 통해 발병 원인이 불분명한 뇌동맥류의 연구 및 치료에 기여했다는 평가를 받았다.

김재호 교수는 ‘마반 증후군과 두개내 동맥류와의 연관성 : 뇌 영상을 이용한 118명의 환자에 대한 단일 코호트 후향적 연구’ 논문에서 제1저자로 참여했으며, 해당 논문은 세계적으로 권위 있는 미국뇌졸중학회지 ‘Stroke’ 지 2021년 1월호에 게재될 만큼 연구 성과를 높

채희중 기자 chae@

전남대병원 대한심장학회 19년 연속 최다논문 발표 대기록

순환기내과·심혈관계융합연구센터, 추계학술대회서 61편 발표

전남대병원이 대한심장학회에서 19년 연속 최다 논문 발표 대기록을 수립하며 탁월한 연구 성과를 발휘하고 있다.

전남대병원 순환기내과(과장 윤남식 교수)와 심혈관계 융합연구센터(센터장 정명호 교수·사진)는 최근 제주 국제컨벤션센터에서 개최된 ‘제65차 대한심장학회 온라인 추계학술대회’에서 단일 의료기관 으로서는 가장 많은 총 61편의 논문을 발표했다.

이는 이번 학술대회에서 발표된 총 270편 논문의 23%에 달하는 것이며, 이로써 전남대병원은 지난 2003년부터 19년 연속 최다논문 발표라는 놀라운 기록행진을 이어오고 있다.

이같은 연구 성과는 전국에서 가장 많은 급성 심근경색증 환자를 치료하고 심장중재술을 가장 많이 시행하고 있는데, 우수한 의료진을 비롯한 과와 센터 구성원들의 체계적인 팀웍에서 비롯된 것으로 풀이된다. 또한 전남대병원의 의료수준을 국내뿐만 아니라 국제적으로도 드높이는 계기가 되었으며, 향후 국립심혈관센터 설립에도 큰 영향을 미칠 것으로 예상된다.

이번 학회에서 전남대병원 순환기내과 간호사와

의료기사들의 활약이 눈에 띄었다.

먼저 심장센터 외래 김정심 간호사는 ‘여성 급성 심근경색증 환자에서 다중 위험인자를 동반한 환자의 예후’, 조미영 간호사는 ‘비폐쇄성 관상동맥을 보이는 심근경색증 환자에서 흡연의 영향’, 심초음파실 조은영 간호사는 ‘관상동맥 중재술을 시술받는 급성 심근경색증 환자에서 폐동맥 고혈압의 영향’이라는 주제로 각각 연재발표했다.

그리고 심도자실의 박수환 의료기사의 ‘일차적 관상동맥 중재술을 시술받는 급성 심근경색증 환자에서 스타틴 효과’, 이두환 의료기사의 ‘스텐트 재협착 병변에 대한 약물용출 풍선도자효과’, 진영훈 의료기사의 ‘관상동맥내 니코틴릴 투여 후 IFR 및 FFR의 진단적 가치’ 발표도 화제를 모았다.

심혈관계융합연구센터 연구진의 발표도 큰 호응을 얻었다.

기해진 연구교수가 ‘혈관 석회화 예방에 대한 히스톤 디아세틸라제 8의 효과’를 발표했으며, 이어 박대성 연구교수의 ‘전자 빔을 이용한 심혈관 스텐트 개발’, 김재은 연구원의 ‘생분해성 심혈관계 스텐트에서 이온 적용 표면 효과’, 중국연변대학에서



전남대병원

연수 은 한용의 연구원의 ‘관상동맥 중재술을 시술 받은 급성심근경색증 환자에서 프라스그렐과 티카글레르 효과 비교’가 이어졌다.

또 백리연 연구원의 ‘프로코 카테츠탄산의 심장 비대 억제 효과’, 조정미 연구원 ‘심부전 모형을 가진 히스톤 디아세틸라제의 심부전 치료 효과’, 오미숙 연구원의 ‘위험인자가 없는 급성 심근경색증 환자의 특성’, 손보람 연구교수의 ‘한국인 급성심근경색 환자에서 16년간 위험인자의 변화’ 등의 발표가 있었다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

지스트, 간경변증·구강미생물 장내 침입 치료약물 기전 규명

간경변증(간경화) 발생과 구강 미생물의 장내 침입을 치료하는 항생제가 구강 미생물의 장내 환경 침입을 막아내는데 효과가 있다는 연구결과가 나왔다.

지스트(광주과학기술원) 이선재 교수 연구팀은 영국 킹스 컬리지 런던 연구팀과의 공동연구에서 ‘샷건 메타게놈’ 기반 정밀 마이크로바이옴 분석 기술을 통해 간경변증(liver cirrhosis) 및 리팍시틴 약물의 기전을 밝혀냈다.

그동안 간경변증 환자에게 나타나는 간성뇌증(hepatic encephalopathy)을 치료하기 위해 항생제인 리팍시틴을 사용해왔으나, 그 기전은 명확하게 밝혀진 바가 없었다.

간성뇌증은 간경변증 등으로 인해 간의 기능이 저하되어 독성을 가진 물질이 체내에 축적됨으로써 해독되지 않은 피가 뇌에 영향을 미쳐 의식장

이나 행동에 변화를 일으키는 질병이다.

공동 연구팀은 정밀 마이크로바이옴 분석 연구를 통해서 간경변증의 경우, 구강 미생물이 장내 환경으로 침투함으로써 환자에게 전신 염증을 일으킨다는 것과 특히 리팍시틴 약물이 구강 미생물의 장내 침입을 막아내는데 효과적으로 작용하는 기전을 규명해 냈다.

특히 기존 연구에서 시도되지 않았던 샷건 메타게놈, 대사체 등의 멀티오믹스 분석과 구강 마이크로바이옴 전장 유전체 레퍼런스 구성을 통해, 장-구강 축(gut-oral axis)을 체계적으로 분석하였으며, 베일로넬라(Veillonella), 연쇄상구균(Streptococcus) 등의 구강 미생물의 장내 침입을 차단하는 것이 간경변증에 따른 간성뇌증을 막는데 주요 역할을 했음을 밝혀냈다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

“데크의 세대교체!”

불에 타지 않고 물에 썩지 않는

논슬립 디자인데크



황매산 전망대

안성 죽산한미당

부여사비 창작지구



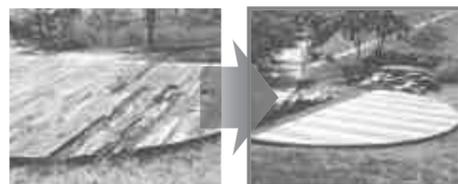
중소벤처기업부
성능인증



품질보증
Q-Mark

기존데크

고강도 디자인데크



습기의 의한 부식, 번거로운 유지관리
기존데크 철거 후 디자인데크 시공
국산 원재료사용으로 경제적이며
재활용이 가능한 친환경 데크!