

환자 3명 중 1명은 20~40대... 젊은층도 주의 필요

건강 바로 알기 온열질환

허인영

에이치플러스 양지병원 응급의료센터장

8월 중순들어 다시 늘어난 코로나19 확진자 수, 평년보다 빠르게 시작된 폭염으로 일사병이나 열사병 등 온열질환 위험이 지속되면서 시민들의 건강이 위협받고 있다.

최근 질병관리청 온열질환 응급실 감시체계 신고 현황(5월20~7월3일)에 따르면 기준 온열질환자는 434명(사망자 3명 포함)이 발생했다. 이는 지난해 같은 기간 발생한 온열질환자(144명) 보다 3배가 많다.

특히, 본격적인 더위가 시작됐던 7월 1일부터 3일까지 3일간 전체 환자의 절반에 가까운 214명의 환자가 발생했다. 북태평양고기압의 영향으로 8월 까지 중순임에도 더위가 지속되면서 온열질환 환자 수는 지속적인 증가세를 보이고 있다.

◇온열질환의 종류와 특징

온열질환에 취약한 50대 이상 고령층은 물론 전

년 12~오후 5시 활동 삼가고 수분 섭취 늘려야
어지럼증·구토·실신 땀 휴식 취하고 병원 찾길

체 온열질환 환자의 35.5%를 차지하고 있는 20~40대 젊은 층도 폭염이 심한 날은 외출을 자제하는 등 주의를 기울여야 한다.

온열질환은 말 그대로 고온에 장시간 노출될 때 '열'에 의해 발생하는 질환이다. 일사병(열탈진), 열실신, 열경련과 열사병 등 경증질환부터 증증까지 범위가 넓다. 우리 몸이 고온에 노출되면 체온이 상승해 뇌로부터 체온조절을 위한 일련의 과정이 시작되는데 신체 체표면의 혈액량을 늘려 열기를 발산하고 땀을 내어 체온을 낮추려고 한다. 이 과정에서 많은 양의 수분과 염분을 잃게 되며, 이런 상황이 계속되면 어지럼증과 갈증 증상이 유발되고 곧 온열질환으로 이어진다.

'열실신'은 체온이 상승할 때 열을 외부로 발산하기 위해 체표면 혈액량이 늘어나는데, 이 때 심부 혈액량이 감소해 뇌로 가는 혈액량이 부족해지며 일시적으로 의식을 잃는 경우다. 주로 앉거나 누워 있는 상태에서 갑자기 일어나거나 혹은 오래 서 있을 때 발생할 수 있다.

'열경련'은 땀을 많이 흘렸을 때 땀에 포함된 수분과 염분이 과다 손실되어 근육경련이 일어나는

것으로 고온 환경에서 강한 노동이나 운동을 하는 경우에 발생한다. 주로 종아리, 허벅지, 어깨 근육 등에 잘 나타난다.

'열사병'은 체온을 조절하는 신경계(체온조절 중추)가 열 자극을 견디지 못해 그 기능을 상실하는 질환이다. 열사병이 발생하면 다발성 장기손상 및 기능장애 등이 동반될 수 있고 이로 인해 사망할 수 있는 등 온열질환 중에는 가장 심각한 단계이다. 보통 40도 이상의 고열에 심한 두통, 오한, 저혈압, 빈맥 등을 보이고 심해지면 의식장애까지 나타난다.

◇온열질환 예방

온열질환을 예방하기 위해서는 기온이 높은 오후 12시~5시까지 활동을 줄이고 평소보다 수분섭취를 늘려야 하는데 1일 2리터 정도 물 섭취를 권장한다. 야외활동을 불가피하게 해야 할 때는 레깅스 등 타이트한 옷보다는 헐렁한 반바지와 모자 등을 준비하는 것이 좋다.

에이치플러스 양지병원 허인영 응급의료센터장은 "만성질환자와 노약자, 어린이 등 온열질환에 취약한 연령대는 본인은 물론 보호자의 각별한 주의



가 필요하다"며 "어지럼증과 구토, 실신 등 증상이 발생하면 휴식을 취하면서 체온을 낮추고 신속히 병원을 찾아야 한다"고 주의를 당부했다.

협착증이 있는 환자들은 탈수 현상에 의해 뇌졸중 비율이 겨울보다 여름에 높은 것으로 알려져 있어 각별한 건강관리와 온열질환에 대비하는 것이 중요하다. /채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

전남대병원, 대한심장학회 20년 연속 전국 최다논문 발표

다음달 심장학회 추계학술대회서
구연 51·포스터 7편 등 72편 채택

전남대병원(병원장 안영근)이 대한심장학회 추계학술대회에서 72편의 논문을 발표한다. 이로써 전남대병원은 대한심장학회에서 20년 연속으로 전국 최다 논문 발표의 영예를 안게 됐다.

전남대병원 순환기내과(과장 윤남식 교수)와 심혈관계 융합센터(센터장 정명호 교수)는 오는 9월 23일~25일까지 대구 엑스포컨벤션 센터에서 개최되는 '제66회 대한심장학회 추계학술대회'에서 구연 51편·포스터 7편·공동연구 14편 등 총 72편의 초록이 채택됐다. 이번 학회에서는 총 400여 편의 연제가 발표될 예정이다.

이번 학술대회에서 전남대병원은 교수·전임·전공의 뿐만 아니라 간호사와 의료기사 또한 발표할 예정이다.

심장센터 김정심 간호사는 '당뇨병을 동반한 급성 심근경색증 환자에서 지질변화의 성별 차이', 심초음파실 조은영 간호사는 '심근경색증 환자에서 폐동맥압의 변화에 대한 예측 예측' 등 총 3명의 간호사가 구연 발표할 예정이다.

또 심뇌혈관질환센터 김정훈 팀장(방사선사)은 '비 ST 분절 상승 심근경색증 환자에서 혈전 흡입술', 심혈관센터 김만수 방사선사는 '긴 심장혈관 병변에 대한 중점 시술한 약물용출 스텐트



전남대병원은 최근 안영근 병원장, 박창환 진료처장, 김영민 사무국장, 윤경철 기획조정실장을 비롯해 순환기내과 정명호·윤남식 교수 등이 참석한 가운데 심혈관계 하이브리드룸 개소식을 가졌다.

경합' 등 5명의 방사선사가 포스터 발표를 할 예정이다.

전남대병원의 최다 논문 발표 선정은 전국에서 가장 많은 심근경색증 환자의 치료 및 연구를 해온 결과물이다.

전남대병원은 지난 2005년부터 한국인 급성 심근경색증 등록연구를 주도해 왔으며, 지난 1996년에는 국내 최초로 동물 심도자살을 설립, 돼지 심장을 이용한 심혈관계 스텐트 개발 등의 다양한 기초연구를 진행해 오고 있다. 특히 지난 2007년부터

보검복지부 심혈관계 특성센터 및 융합센터로 선정되는 등 심부전 치료 및 줄기 세포 연구에도 매진해 오고 있다.

이에 앞서 전남대병원은 최근 호남지역 최초로 혈관 질환 환자들의 시술을 물론 혈관계 외과 응급수술이 가능한 '심혈관계 하이브리드룸'을 개소했다. 이로써 응급환자가 촬영으로 인한 이동 없이 한 장소에서 시술과 수술을 동시에 시행할 수 있어 골든타임을 확보할 수 있게 됐다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

조선대병원 최지윤 교수, 외국인 환자에 '심층 안면거상술'

조선대병원 이비인후과 최지윤(사진) 교수가 최근 사우디아라비아 환자(40대)에게 '심층 안면거상술'을 시행했다.

심층 안면거상술(Depth plane facelift)은 얼굴의 노인성 변화와 근육, 지방 등 얼굴의 깊은 내용물의 처짐을 반영하는 깊은 주름의 외모에 가장 적합한 페이스리프트 수술이다. 비만으로 인해 얼굴에 지방이 많았던 사람들은 얼굴의 피부 늘어짐과 얼굴의 근육 이완이 생길 수 있으며 이는 얼굴을 깊게 들어 올려서 치료할 수 있다.

이번에 최지윤 교수가 시행한 심층 안면거상술은 현지에서 여러차례의 시술 및 수술 후 합병증이 발생한 경우로 박리범위가 넓어 안면신경, 혈관, 근육 등 많은 구조물을 만나기에 안면해부학을 완전히 마스터한 숙련된 의사들만 가능한 수술이다. 기존의 실을 이용한 리프팅이나 안면 피부만을 거



상하는 수술과 달리 안면의 심부층을 거상하여 좀 더 효과가 극적이고 지속기간이 오래가는 장점이 있으며, 현존하는 안면거상술 중 가장 효과적인 술기로 성공적인 리프팅 결과를 바라는 환자들에게 잘 맞춰진 수술법이라고 할 수 있다.

한편, 최지윤 교수는 국제 미용성형 전문의와 국제 안면성형 재건전문의를 취득하고, 미국 캘리포니아주립대 안면성형재건센터 연수를 거쳐 대한이비인후과 학회 상임이사, 한국미용성형학회 부회장, 대한안면성형재건학회 상임이사 등 활발한 활동을 이어가고 있다.

/채희중 기자 chae@kwangju.co.kr

美 국립 암연구소 '아스피린, 난소암 예방에 도움'

아스피린이 난소암 예방에 도움이 된다는 연구 결과가 나왔다.

미국 국립 암연구소(NCI)의 로런 허위츠 교수 연구팀이 지금까지 발표된 17편의 관련 연구 논문을 종합 분석한 결과가 같은 사실이 밝혀졌다고 헬스데이 뉴스(HealthDay News)가 최근 보도했다.

17편의 연구 논문 중 9편은 난소암 코호트(동일

집단: 2600명), 8편은 실험-대조군 설정(5726명) 연구 논문이다.

전체적으로 아스피린을 자주 먹는 여성은 난소암 위험이 13% 낮은 것으로 나타났다고 연구팀은 밝혔다. 특히 △ 비만, 난소암/유방암 가족력, 무출산경험(multiparity), 경구피임약 복용, 난관결찰(tubal ligation) 등 난소암 위험요인이 많은 여성일수록 아스피린의 효과가 컸다. /연합뉴스

1 반경 1km내 아파트 및 오피스텔 7000여 세대 상권유입 가능

2 아시아문화전당 인접, 예술의 거리 및 음식의 거리 방문 고객 확보

3 사옥 5층 문화센터 상시운영 (골프클럽, 요가, 갤러리)가맹고객 확보

4 지하철 2호선 개통시 접근성 양호, 유동인구 폭발 증가

MG골프클럽

구분	이용 기간	정상 이용료	금남새마을금고 이동자 할인 특가 (원)		
			30점 이상 (10%)	40점 이상 (15%)	50점 이상 (20%)
정기 회원	1개월	200,000	180,000	170,000	160,000
	3개월	570,000	513,000	484,500	456,000
	6개월	1,080,000	972,000	918,000	864,000
	12개월	2,040,000	1,836,000	1,734,000	1,632,000

* 이용자 할인 특가 문의 (영업지원팀)
* 락카비 - 월 10,000원 (6개월 이상 등록자 무료)
* MG체크카드 이용 시 이용금액의 5% 추가 할인 (최고 2만원 할인)
* 유명 골프 프로 레슨 중

사옥 임대 문의 (영업지원팀)

5층 MG문화센터 회원 대모집

요가, 노래교실, 라인댄스 상시 운영 중