

겨울 불청객 독감, 노약자·면역저하자 합병증 위험 높아



건강 바로 알기 감기와 독감

이지용

에이치플러스 양지병원 감염내과 전문의

고혈압과 당뇨가 있는 만성질환자 정흥민(아·67)씨는 지난 해 가을 지속적인 감기에 걸려 겨울 내 고생한 기억이 있다. 몸살 증세로 시작된 감기는 3주 가량 이어지다 폐렴으로 발전했다. 십수년간 만성질환 관리로 면역력이 떨어진 그는 그 후 폐렴에 시달렸고, 증세가 생명에 위협이 있을 정도로 위중했다.

최근 기온이 뚝 떨어지자 정씨는 곧바로 병원을 찾아 환절기 감기 대비에 나섰다. 병원에서는 무리한 활동을 줄이고 부족한 영양소를 보충하며, 무엇보다 독감 예방접종을 받으라고 권한다.

면역력이 저하된 노인·만성질환자는 같은 병이라도 회복이 더딜 수밖에 없다. 따라서 예방접종은 필수이며 알러지 반응과 현재 신체 상태를 고려해 실시하는 것이 좋다.

늦가을 기온이 큰 폭으로 떨어지면 환절기 감기 주의가 요구된다. 재채기, 코막힘, 콧물, 인후통, 기침, 미열, 두통 및 근육통 등의 증상을 동반하는 감기는 200여개 이상의 각기 다른 종류의 바이러스로 인해 발생하기 때문에 치료 방법도 천차만별이다. 특히 감기와 유사하지만 완전히 다른 인플루엔자(독감)는 대비가 필요하다. 감기는 특별한 치료 없이도 저절로 치유되지만 독감은 사망에 이를 정도로 심각한 증상을 초래할 수 있기 때문이다.

◇독감 노인에서 사망률 높아=국내 독감 진료 환

재채기·인후통·기침·근육통 동반
부족한 영양소 보충 예방접종 필수
65세 이상 노인 호흡기 질환 취약
폐렴·뇌증·다발성 장기손상 위험

자는 매년 큰 폭으로 증가했다. 특히 올해는 '코로나19'와 함께 트윈데믹의 우려감이 높아져 더욱 경계해야 한다. 독감 발생률은 10세 미만 영유아가 월등히 높지만 사망률은 65세 이상 고령층이 높다. 통계청은 독감 사망자 10명 중 7~8명은 65세 이상 노인이라고 밝히고 있다.

'코로나19'는 기침, 가래, 인후통, 콧물과 미열 증상이 심한 반면 독감은 고열을 동반한 심한 두통과 오한, 근육 및 관절통 발생이 특징이다. 증상만으로는 두 호흡기 질환 감별이 어려워 조기 검사와 치료를 받아야 한다. 한편 노약자와 만성질환 및 면역저하는 합병증 발생 위험이 높아 주의를 요한다.

과거 인플루엔자 주의 대상자는 주로 영유아, 어린이에 해당하는 저연령층이었다. 그러나 기대수명이 높아지고 고령층 인구가 늘어나면서 노인 인구에 대한 독감 위험성도 상승했다.

눈길을 끄는 것은 독감으로 인한 폐렴 발생이다. 독감에 의한 폐렴 진료인원 역시 매년 꾸준히 증가 추세이다. 면역력이 약한 데다가 만성질환까지 갖고 있는 65세 이상 노인은 폐렴 등 호흡기 질환에 특히 취약하다.

'코로나19' 사태에서도 드러났듯이 면역력이 저하된 노인은 바이러스성 질환에 대한 저항력이나 회복 능력이 일반인보다 낮아 감염 위험도 높을뿐



이지용 과장

더러 감염이 발생하면 긴 시간 질병으로 고생하는 사례가 많다. 또한 일반적인 독감 증세 외에 폐렴, 뇌증, 다발성 장기손상과 같은 중증 합병증이 동반되는 중증인플루엔자는 사망률이 높아 적절한 치료가 이뤄져야 한다.

◇예방 수칙=독감 예방은 균형 잡힌 영양소 섭취와 피로 회복으로 면역력이 떨어지지 않게 하는 등 모범답안 외에도 감기와 전혀 다른 바이러스로 질환인 독감 특성을 감안, 적극적인 감염질환 대응이 필요하다. 독감 취약층은 마스크 착용은 기본, 손 씻기는 필수로 생활화 해 감염 경로를 차단해야 한다. 감염 우려가 높은 공공장소도 피하는 것이 좋다.

일반 성인은 햇볕을 쬐어줌으로써 비타민D가 생성될 수 있게 하는 것이 좋지만, 고령층에게 일조차가 큰 날씨에 지나친 야외활동은 독이 될 수 있다. 온도가 급감하면 혈관이 급격히 수축해 혈관계질환 원인이 될 수 있기 때문이다. 예방접종은 남녀노소 막론하고 독감 예방의 최선의 방책이다. 70세 이상 고령자는 기타 질환 발생 여부를 사전에 파악해 예방접종을 실시해야 한다. 접종 시기 역시 독감이 집중적으로 발생하는 11월에서 12월을 감안해 가능한 이 시기에 접종받는 것을 권고한다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

조선대병원 뇌신경외과 하상우 교수팀

'급성뇌경색 응급 혈전제거술' 3년간 전국 최다

조선대병원(병원장 김경중) 뇌신경외과 하상우 교수팀이 지난 3년간 광주·전남지역의 뇌졸중 환자를 상대로 가장 많은 '급성뇌경색 응급 혈전제거술'을 시행해 주목받고 있다.

지난 3년간(2019년~2021년) 광주지역 급성 뇌경색으로 응급 혈전제거술을 받은 환자는 총 744명이었으며, 이중 조선대병원 하상우 교수팀이 치료한 환자 수는 497명으로 전체 환자의 66.8%를 차지했다.

약 27시간 13분 58초에 한 명 꼴로 환자의 생명을 찾아주었으며, 이는 전국 75개의 뇌졸중 치료 병원 중 가장 많은 뇌경색 환자를 치료했다고 할 수 있다.

특히, 단일기관·단일의사로 응급 혈전제거술 시술 횟수는 조선대병원 하상우 교수가 전국에서 압도적이다.

하상우 교수는 "광주·전남지역의 뇌졸중 환자들에게 서울의 대형병원에 뒤지지 않는 의료 서비스를 제공하는 것이 목표다"면서 "앞으로도 급성기 뇌졸중 환자 치료와 예후 관리에 최선을 다하겠다"고 포부를 밝혔다.

이러한 의료 현장에서의 헌신적인 노력뿐만 아니라, 하상우 교수는 작년 4월부터 KoNES(대한뇌혈관내치료학회) 산하 ASTRO(초급성 뇌경색치료연구회) 창립멤버로 홍보·간행 이사 직을 역임하며 일반 대중들에게 뇌경색의 위험에 대해 전달하고 있다.

한편, 조선대병원 뇌신경외과는 지속적으로 증가하는 뇌졸중 환자에 대해 24시간 대응·조치하기 위해 뇌졸중 치료 의료진 확보에 나서고 있다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

화순전남대병원 나국주 교수

대한심장혈관흉부외과학회장 취임



나국주 교수

화순전남대병원 흉부외과 나국주 교수가 대한심장혈관흉부외과학회 신임 회장에 취임했다.

나 교수는 최근(11월 3~5일) 평창 알펜시아리조트 컨벤션센터에서 열린 '대한흉부외과학회 추계학술대회'에서 제51대 회장으로 취임했다. 나 교수의 회장 취임으로, 전남대병원은 세 번째 흉부외과학회장을 배출했다.

나 신임 회장은 일반 흉부 분야의 명의로, 화순전남대병원 개원 이래 폐·식도종양클리닉을 이끌며 우수한 암 치료와 의료서비스를 제공하고 있다. 대한흉부외과학회 상임이사과 교육위원장, 대

한흉부종양외과학회 회장 등을 역임하는 등 학회 활동도 활발히 펼치고 있다.

나국주 회장은 "1968년 창립된 흉부외과학회는 연간 1만4000건에 가까운 개흉수술과 우수한 흉부종양 수술, 활발한 연구활동 등으로 국민건강증진에 큰 역할을 하고 있다"며 "내년 국내에서 개최 예정인 2건의 국제학회를 성공적으로 치러내는데 힘을 기울이겠다"고 밝혔다.

/채희종 기자 chae@kwangju.co.kr

아시안치매연구재단, 노대동에 광주치매예방관리센터 개소

노대동 빛고을노인건강타운

조선대와 추적조사·빅데이터 구축

아시안치매연구재단(이사장 김성진)이 운영하는 '광주치매예방관리센터'가 최근 광주 노대동 빛고을노인건강타운 고령친화체험관에 문을 열었다. (사진)

광주치매예방관리센터는 조선대 광주치매코호트 연구단과 함께 치매 코호트 추적조사와 치매 생체표지 빅데이터 구축 사업에 참여한다.

매년 연구 참여자 2000여 명을 선정해 역학조사, 기초 신체검사, 혈액 검사, 유전자 검사, 뇌파 검사, 인지 기능검사, 뇌 자기공명영상(MRI), 뇌 양전자 방출 단층촬영(PET) 등 치매 정밀검사를 무료로 진행한다.

아시안치매연구재단은 치매 극복기술 연구 개발 지원과 치매 의료 산업 육성을 위해 올해 2월 설립



됐다. 60세 이상 고령 노인 대상 무료 치매 검진을 통해 치매 코호트의 지속적인 추적 조사를 추진하

고, 축적된 데이터를 활용해 치매 예방과 진단·치료제 개발을 지원하고 있다. /채희종 기자 chae@

전남대병원 윤경철 교수, 대한안과학회 학술상 수상

전남대병원 안과 윤경철(기희조정실장) 교수가 최근 서울 워커히호텔에서 열린 대한안과학회 제128회 학술대회에서 우수연구상을 수상했다.

윤 교수는 이번 학술대회에서 '2가지 모델의 pH감응형 사이클로스포린 A 전달 콘택트렌즈 약물전달 및 치료효과'를 주제의 논문을 발표했다.

윤 교수는 pH 감응 소재를 적용해 두 가지 모델의 사이클로스포린 약물 전달 콘택트렌즈를 개발했고, 이번 연구는 개발된 렌즈들이 눈 표면에 12시간 동안 지속적으로 약물 전달이 가능하

며, 동물실험을 통해 안구건조증 등의 염증성 눈 질환의 치료 효과 있음을 입증한 것이다.

한편, 윤 교수는 대한안과학회 학술대회에서 지난 2006년부터 지금까지 학술상을 9차례나 수상했으며, 엘러간 학술연구상(2회), 최다 피인용 논문상 등을 수상한 바 있다. /채희종 기자 chae@



윤경철 교수

그린궁 GREEN GOONG PRIME EVER 120 프라임에버 120

**다시 맞이하는
빛나는 아름다운 여성의
건강한 봄날을 위하여!**

그린궁프라임에버120은 소중한 여성의 피부 건강과 저하된 면역력을 증진시켜 주며 장 건강 그리고 뼈 건강에도 도움을 주어 활력있는 여성의 아름다운 건강을 위한 여성 건강기능식품입니다.

소비자상담실 080-234-6588

그린알로에 건강기능식품은 단 1%도 중국산 원료를 사용하지 않습니다.