

광주일보 11기 리더스아카데미-광주소방안전본부 강운정 소방관 '심폐소생술'

“심폐소생술 제대로 알아야 소중한 생명 살립니다”

119 신고 뒤 심정지 여부 '보고 듣고 느끼고' 골든타임 4분 내 시행 심정지 아닌데 심폐소생술 하면 위험...4월 4일 원우의 밤·음악회



“심정지 상황은 나이를 불문하고 모두에게 벌어질 수 있습니다. 그렇기에 심폐소생술을 정확히 알고 응급처치 해야 가족은 물론 주변의 이웃을 살릴 수 있습니다.”

지난 28일 광주 시동구 호남동 라마다플라자 총장호텔에서 열린 '광주일보 11기 리더스아카데미' 1학기 두번째 강연에 나선 강운정(사진) 광주소방안전본부 소방교는 '심정지로 의식을 잃고 쓰러진 50대 남성'에 대한 뉴스 보도를 보며 강의를 시작했다.

“심폐소생술은 사람을 살리는 기술이라고 생각하면 됩니다. 그러나 심폐소생술을 정확히 알고 있는 시민들은 드물죠. 그냥 ‘기슴을 누른다’ 정도라면 알고 있는 경우가 대부분이죠. 그런데 얼마만큼의 깊이로, 어느 정도 속도로 눌러야 하는지 정확하게 알아야 합니다.”

강 소방교의 말처럼 대체로 시민들은 심폐소생술의 방법에 대해 소상히 알고 있지 못하다. 이날 리더스 아카데미 원우들을 대상으로 펼친 강의는 세상 심폐소생술의 중요성, 심폐소생술 방법을 알 수 있

는 소중한 시간이었다.

“심정지 상황에서 골든타임은 4분입니다. 4분 이내에 심폐소생술을 하지 않을 경우 환자의 뇌는 점점 죽어가게 되고, 10분이 넘어서면 뇌는 심정지 전으로 돌아오기 어려워집니다.”

심정지 발생 1분 이내에 심폐소생술을 시행할 시 생존율은 97%까지 오르게 된다. 4분 이내 조치할 경우에도 생존율은 50%나 된다.

강 소방교는 일명 '생명의 사슬'이라고 불리는 ▲심장정지 인지와 구조요청 ▲심폐소생술 ▲제세동 ▲전문소생술 ▲소생 후 치료의 중요성을 재차 강조했다.

그는 갑자기 쓰러진 환자가 발생하면 가장 먼저 해야 할 일은 '신고'라고 했다. 다음으로 환자의 심장이 정지했는지를 '보고, 듣고, 느끼고' 이 3가지 방법으로 확인해야 한다고 부연했다.

의식을 잃었지만 심정지가 아닌 환자에게 심폐소생술을 할 경우 사망까지 이어질 수 있다는 것이다. 심정지 여부를 확인하는 것이 첫번째 행동수칙이었다.

다음으로 심정지 여부 파악과 함께 119에 신고해 줄 시민, 심장충격기를 가져다 줄 시민을 구체적으로 특정해 요청해야 한다고도 덧붙였다.

이어 펼쳐진 심폐소생술 법은 직접 실습해보는 시간이었다. 설명을 들은 원우들이 차례로 나와 준비된 교보재(마네킹)를 활용해 직접 실습을 했다. 대부분 심폐소생술을 처음해보는 원우들은 강 소방



지난 21일 오후 광주시 동구 호남동 라마다플라자 총장호텔에서 열린 '광주일보 11기 리더스 아카데미' 두번째 강의에 참여한 원우들이 강운정 광주소방안전본부 소방교의 설명을 듣고 마네킹을 이용한 심폐소생술 실습을 진행하고 있다. /김진수 기자 jeans@kwangju.co.kr

교의 설명에 따라 적극적으로 참여했다.

강 소방교는 심장충격기 사용법도 선보였다.

“심장충격기 전원버튼을 누르고 흘러나오는 안내 메시지에 따라 사용하면 됩니다. 우선 오른쪽 쇄골 아래와 왼쪽 젖꼭지 옆 겨드랑이에 패드를 부착하면 기계가 심장 분석을 하게 됩니다. 이후 ‘몰러나라’는 소리가 나오면 몰러나면 됩니다.”

강 소방교는 충격기가 전류를 내보낼 때 감전의 위험이 있기 때문에 ‘몰러나라’는 메시지가 나오면

육성으로 한 번 더 주변에 알려야 한다고 강조했다.

강 소방교는 “심폐소생술은 갑비뼈가 부러질 수 밖에 없는데 부러진 갑비뼈는 다시 회복될 수 있어도 심장은 죽으면 원 상태로 돌아오지 않는다”며 “그렇기에 오늘 배운 심폐소생술을 잊지 말고 위급상황에서 꼭 실천했으면 한다”며 강의를 마쳤다.

한편 오는 4월 4일 오후 7시 열리는 4주 차 강연은 광주일보 리더스 아카데미 제 11기 원우의 밤과 음악회가 열린다. /김민석 기자 mskim@

정명호 전남대병원 교수, 대만심근경색학회 특강



정명호 전남대병원 순환기내과 교수가 최근 대만 타이베이 국제컨벤션 센터에서 열린 심근경색학회에서 ‘한국인 심근경색증 연구의 18년 경험’이라는 제목으로 한국인 급성 심근경색증 등록연구(KAMIR) 경험에 대해 특강했다. <사진>

정명호 교수는 지난 2021년 대만심근경색학회(TAMIS) 창립학회에서도 기초연설을 통해 KAMIR 연구를 소개한 바 있다.

이번 학회에서 대만심근경색학회 회장인 ‘David Huang’ 교수를 포함한 많은 심장학자들이 KAMIR의 연구경험에 대해 관심을 갖고 공동연구를 제안했다. /채희종 기자 cae@kwangju.co.kr



김태관 KBC광주방송 PD가 29일 광주시 동구 광주일보 회의실에서 ‘찾아가는 저널리즘 특강’을 열고 로컬에서 유튜브 제작하기를 주제로 강의를 하고 있다. /최현배 기자choi@

오늘의 날씨

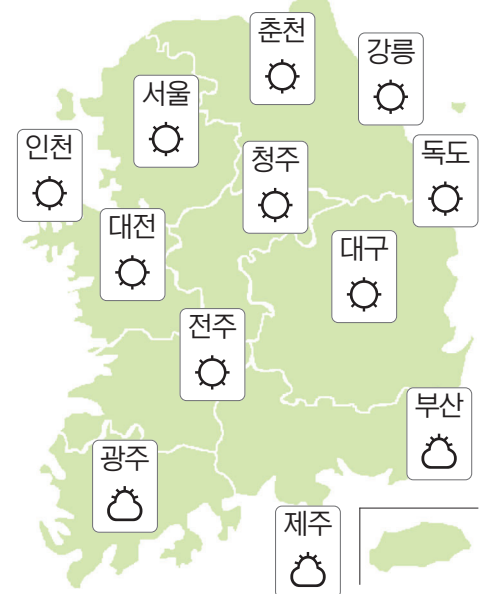
해돋이	06:23	달뜨기	12:12
해질	18:52	달지기	02:41

메마른 대기

오전 중 짙은 안개 끼는 곳 있겠다.

광주	구름많음	8/24	보성	구름많음	3/20
목포	구름많음	6/19	순천	구름많음	6/22
여수	구름많음	9/19	영광	구름많음	3/20
나주	구름많음	3/23	진도	구름많음	5/18
완도	구름많음	8/21	전주	구름많음	5/23
구례	구름많음	4/23	군산	구름많음	3/21
강진	구름많음	5/22	남원	구름많음	3/23
해남	구름많음	3/22	혁신도	구름많음	6/14
장성	구름많음	3/23			

◇ 전국 날씨



◇ 바다 날씨

		오전	
		파고 (m)	파고 (m)
서해 남부	앞바다	0.5	0.5
	면바다(북)	0.5~1.0	0.5~1.0
	면바다(남)	0.5~1.0	0.5~1.0
남해 서부	앞바다	0.5	0.5
	면바다(서)	0.5~1.0	0.5~1.0
	면바다(동)	0.5~1.0	0.5~1.0

◇ 물때

목표	간조	만조
	00:25	08:26
15:22	20:07	
여수	11:35	03:38
	22:25	16:23

◇ 생활지수

감기	천식	미세먼지
위험	위험	니쁨

◇ 주간 날씨

31(금)	4/1(토)	2(일)
9/26	10/25	10/24
3(월)	4(화)	5(수)
9/24	11/20	13/18

신통일한국국민연합 광주전남지회 단합대회



신통일한국국민연합 광주전남지회(회장 양우석)는 28일 광주통일회관 대강당에서 고재유 전 광주시장과 오주 광주시민단체연합회총회장, 이재관 민족통일단체협의회회장 등 지역사회 원로 250여명이 참석한 가운데 단합대회를 갖고 좌우 이념의 갈등을 넘어 평화의 등불이 되자고 다짐했다. <신통일한국국민연합 제공>

광주일보, 지발위 사별 연수 진행

광주일보는 29일 본사 편집국 회의실에서 지역신문발전위원회와 공동으로 '2023 찾아가는 저널리즘 특강' 사별 연수를 진행했다. <사진>

이번 사별연수는 김태관 KBC광주방송 PD가 강사로 나서 '로컬에서 유튜브 제작하기'를 주제로 강의했다.

김 PD는 이번 연수에서 유튜브와 뉴미디어를 중심으로 '로컬'을 활용한 아이템, 콘텐츠 전략 등에 대해 설명했다.

또한 유튜브와 블로그, 페이스북, 인스타그램 등 플랫폼 간 연계를 활용한 업로드 방식을 공유하며 콘텐츠 경쟁의 핵심은 '시간 점유 경쟁'에 있다는 사실을 다양한 사례를 들어 이야기했다. '나йки의

상대는 닌텐도', '넷플릭스의 상대는 수면시간' 등과 같은 카페는 시간과 재미를 동시에 붙잡아야 같은 권역과 매체가 아니라라도 점유율에 있어 우위에 설 수 있음을 보여주는 사례라는 것이다.

이어 김 PD는 '어떻게 시간을 붙잡을 수 있을지', '로컬 콘텐츠 제작 전략' 등에 대해서도 다양한 콘텐츠를 매개로 설명했다.

한편 김 PD는 "지역의 유의미한 창작물이 실패하는 이유는 콘텐츠 경쟁의 본질을 제대로 깨닫지 못하고 경쟁자를 잘못 선정했기 때문"이라며 "트렌드와 시대정신, 로컬리티에 부합한 지역만의 콘텐츠를 만드는 것이 '시간 점유'의 경쟁에서 우위에 설 수 있는 비결"이라고 말했다. /김디안 기자 kdi@

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr0114
광주광역시 동구 금남로 224 SC제일은행 빌딩 9층 광주일보 생활게시판 담당자앞으로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0621 FAX 062-222-4938, 222-4918

화촉

▲손영환(전 목포대 교수)·김미라(호남대 교수)씨 장남 우성(상명대 교수)군, 서형간·박주영씨 차녀 지원(용인 세브란스병원 흉부외과 의사)양·4월 15일(토) 오후 6시, 연세대학교 동문회관. 피로연(광주)=4월 1일(토) 오후 6시~8시, 광주웨딩그룹 위더스 2층 E, F홀

알림

▲광주 북구민을 위한 개인 무료 법률상담소=기초생활수급자, 저소득층, 영세민, 교도소 복역자, 사회취약계층자 무료상담 010-6444-8572.
▲광주·전남도 재난심리회복지원센터 무료 상담=코로나19 등 각종 재난으로 심리지원을 위한 무료상담 1670-9512.
▲보호처분 또는 형사처분 받은 대상자 '허그일

자리' 무료 취업프로그램 신청=취업상담, 직업훈련, 일자리알선, 취업교통비 지원 등 취업지원 및 긴급원호, 숙식제공, 주거지원 등 자립지원 신청 접수. 한국법무보호복지공단 광주전남지부 062-513-9936.

▲청소년전화 062-1388=광주시청소년상담복지센터 24시간 전화상담.

▲일가정양립지원본부 무료 상담=가정 폭력, 성폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화를 사용할 경우 062-1366.

▲광주시노인보호전문기관 24시간 노인학대 상담, 학대피해노인전용쉼터, 노인학대 신고-연계등 노인학대로 힘들어 하고 계신 분들, 노인학대를 목격하시거나 알게 되신 분들은 망설이지 마시고 노인보호전문기관으로 연락주세요. 연중무휴, 24시간 전화상담 1577-1389.

▲광주북구중독관리센터 무료 상담&주간프로그램 운영=알코올, 인터넷, 도박, 약물로 인해 어려움을 겪고 있는 분들 대상 062-526-3370.

▲북구열린마음 상담센터 무료상담=정신건강&중독 무료상담(음주·우울·불안·스트레스·치매·인턴넷) 지역주민 누구나 참여가능 062-526-3370.

▲광주남구중독관리통합지원센터=중독문제(알코올, 니코틴, 인터넷, 약물, 도박)로 고민하는 대상자와 가족에게 무료 상담, 다양한 프로그램 제공 062-413-1195.

▲광주서구중독관리통합지원센터마음건강주치의운영=정신건강의학과전문의와 통한 중독·자살·우울 문제 등 매주 수·금요일 오후 2시~5시 무료 상담 062-654-3802.

▲비영리민간단체 노후를 돕는 사람들 노후생애를 위한 무료교육=50세 이상 중장년층 남녀 15기 모집 주 3일(월·수·금) 1일 2시간씩 6개월간 진행. 영어, 심리상담, 생애설계, 노래, 댄스, 명심보감 등 진행. 062-223-1357.

▲사랑마루협동조합 사회적취약계층을 위한 복지장려서비스=기초생활 수급자, 저소득층, 무의탁 독거노인, 저소득층, 장애인(3급 이상) 장의입관

용품무료지원, 장례지도사무료지원 062-369-4009.

▲지역장애인 성인 주·야간보호 서비스 실시=월~금 오후 5-9시 사랑모아 주간보호센터 062-385-0422.

▲지역주민의 정신건강을 위한 열린 마음 상담센터=북구지역 5개 아파트 단지 내 지역주민의 정신건강을 위한 무료 상담소(우울, 불안, 치매, 스트레스, 알코올, 흡연, 약물, 도박, 인터넷 등) 062-525-1195.

모집

▲초록우산 어린이재단 광주가정위탁지원센터 위탁부모=부모 사랑, 이혼, 실직, 기술, 학대 등으로 친부모와 살 수 없는 아이들을 일정한 기간 위탁할 인원 상담 062-351-1206.

▲플랫폼창업희망자 교육생 모집=스마트폰 사용 가능자 수시모집, 5-6명 이면 개강, 광주대성초등

학교 건너편, 플랫폼창업동호회 062-511-0030.

▲신창동 보은사 목련합창단 단원모집=성악 또는 찬불가 배우기에 관심이 있는 일반인 남녀, 매주 수요일 오후 1시 정기연습, 신창동 대광로제비앙아파트 후문 80미터 010-4622-7838.

▲정보기술분야 직업훈련생 모집=15세 이상 장애인 대상. 소프트웨어 개발 및 전산 사무행정. 교육기간 1년. 교육비 무료. 훈련수당 지급. 전남직업능력개발원 061-320-7024.

▲시니어플래너지도사(자격반) 모집=시·군·구 지부모집, 한국치매예방교육원 광주전남지사 010-5522-9700.

▲사회공헌활동 기부은행 돌봄봉사자 모집=어린이 돌봄봉사자 모집, 만 13세 이상 가능, 동구노인종합복지관 062-232-4953.

▲꿈을 돕는 사람들(광주학당)=한글, 기초반, 초등반, 중등반, 영어기초반, 한문, 컴퓨터 등 수시모집(무료강의), 서방시장 안쪽 관리사무소 옆 062-512-5788, 062-262-1542.