

# “어린이·임신부·고령자는 반드시 독감 예방 접종하세요”



## 건강 바로 알기 독감 접종

김동규

한국건강관리협회 광주전남지부 원장

아침과 저녁으로 선선한 바람이 불기 시작하고 일교차가 커지면서 독감이 걸리는 시민들이 생겨나고 있다. 독감은 전염성이 높은 호흡기 질환으로 인플루엔자 바이러스에 의해 발생하며, 일반 감기와는 다르게 증상이 갑작스럽게 나타난다. 주요 증상으로는 고열, 기침, 인후통, 근육통, 피로감 등이 있다. 일부 경우에는 사망에 이를 수 있는 심각한 합병증을 초래할 수 있어 주의가 필요하며, 이에 따라 예방접종의 중요성이 더욱 강조되고 있다.

독감은 보통 10월부터 다음 해 3~4월까지 유행하는 계절성 질환이지만 올해는 이례적으로 여름에도 독감 환자들이 다수 발생하였으며 다른 호흡기 바이러스들도 계절과 관계없이 감염 환자가 많이 발생했다.

이로 인해 본격적으로 독감 유행이 시작하는 겨울이 되면 독감 환자가 얼마나 많이 발생할지 걱정한 우려의 목소리가 높다. 그나마 다행인 점은 독감은 백신이 개발된 호흡기 바이러스로서 독감 유행 전 독감 예방주사를 맞으면 독감 예방이 가능하고 독감에 걸리더라도 경미하게 앓고 지나갈 수 있다.

전염성 높고 심각한 합병증 초래  
고열·기침·인후통·근육통 등 증상  
10월부터 다음해 3~4월까지 유행  
항체 생성 2주 소요 10월 접종 권고

### ◇독감 예방주사, 매년 맞아야

대다수의 예방주사는 접종을 하고 나면 영구적으로 효과가 지속되는 편이다. 그렇지만 독감 예방주사는 효과가 6개월 정도 유지되기 때문에 매년 맞아야 한다. 독감 예방주사 효과가 짧은 이유는 독감의 원인이 되는 인플루엔자 바이러스는 지속적인 변이로 매년 다른 유형의 인플루엔자 바이러스가 유행하여서 작년에 맞은 독감 예방주사의 항체가 있더라도 올해 독감에 예방하지 못하기 때문이다. 따라서 매년 어떤 유형의 인플루엔자 바이러스가 유행할지 예측하여 새로운 백신을 출시하고 있다. 접종 즉시 바로 항체가 예방 효과가 나타나는 것이 아니라 항체 생성까지 2주 이상 소요되기 때문에 10월 안에 독감 예방주사를 완료하는 것이 좋다.

### ◇독감 예방주사 대상자

독감 예방주사는 생후 6개월이 지난 모든 사람들이 접종 대상자이다. 건강한 성인들은 독감에 걸리더라도 적절한 치료를 받으면 대부분 호전되기 때문에 접종 필요성을 못 느끼는 분들도 있지만 면역력이 떨어진 노인, 어린이, 만성질환자 등은 독감이 폐렴 등 합병증으로 이어질 위험이 높다. 또한

치사율이 0.5% 내외로 매년 독감에 의한 사망자가 다수 발생한다. 건강한 성인은 독감에 걸리는 건 큰 문제가 되지 않더라도 함께 사는 자녀, 부모님께 독감을 전파할 경우 매우 치명적일 수 있기 때문에 가족의 건강을 위해서, 남에게 전파하지 않기 위해서 독감 예방주사를 꼭 맞아야 한다.

한국건강관리협회(회장 김인원, 이하 건협)는 36개월(만 3세) 이상 소아 및 성인을 대상으로 인플루엔자 예방접종을 시행하고 있다. 접종 횟수는 만 9세 이상 어린이 및 성인의 경우 과거 접종력과 상관 없이 1회 접종을 진행하며, 생후 6개월 이상 만 9세 미만 어린이는 2023년 6월 30일까지 인플루엔자 백신을 총 2회 이상(누적) 접종한 경우 1회 접종을, 인플루엔자 예방접종을 처음 받는 경우 최소 4주 간격으로 2회 접종을 진행하면 된다.

접종 백신은 인플루엔자 4가 백신 및 고용량 인플루엔자 백신이다. 특히 고용량 인플루엔자 백신의 경우, 기존 백신 대비 항원 함량이 4배 높고, 입원률이 8% 감소하는 등의 특징을 가지고 있으며 65세 이상 고령자의 선택 폭을 넓히기 위해 대한감염학회 고령인성 인플루엔자 백신 권고안에 따라 신규 도입되었다.

건협 광주전남지부 건강증진의원 김동규 전문의는 “특히 만성질환자, 어르신, 소아 등의 고위험군은 합병증이 잘 발생해 입원이나 사망의 위험이 커지기 때문에 인플루엔자 예방접종이아말로 독감을 예방하는 가장 효과적인 방법”이라고 말하며, “재유행하고 있는 코로나19, 폐렴뿐 아니라 뇌수막염, 균혈증 등을 일으킬 위험이 있는 폐렴구균, 환절기에



한국건강관리협회 광주전남지부 의료진이 인플루엔자 예방 접종을 하고 있다.

면역력 저하로 나타날 수 있는 대상포진 등 필요한 백신을 함께 접종할 것을 권장한다”고 전했다.

한편, 중증화 위험이 큰 생후 6개월~13세 어린이(건협은 경우 36개월 이상으로 제한), 임신부, 65세 이상 고령자(1959년 12월 31일 이전 출생자)는 국가 예방접종 지원사업 대상자로, 지원 기간 내 건협 등 지정의료기관에서 접종이 가능하며, 대상자별 일정은 한국건강관리협회 홈페이지와 보

건소를 통해 확인 가능하다.

이울러 올해 창립 60주년을 맞이한 한국건강관리협회는 서울 3곳 등 전국 17개 시·도지역에 건강증진위원을 운영하고 있으며, 인플루엔자, 폐렴구균, 대상포진 등 다양한 예방접종 외에도 국민건강보험공단 건강검진, 종합건강검진, 다양한 맞춤형 건강검진 등을 실시하고 있다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr



## 보훈가족 마음치유센터 개소식

일시 10.18.10.18(토) 11:30 장소 | 광주보훈병원

## 광주보훈병원 ‘보훈가족 마음치유센터’ 개소식

### 정신의학과의 연계 치유·회복 지원

광주보훈병원(병원장 이삼용)은 지난 18일 ‘보훈가족 마음치유센터’ 개소식을 가졌다. <사진> 센터는 국가유공자와 그 가족을 위한 심리재활 서비스를 제공하는 기관으로 정신건강의학과와 연계한 전문 치료를 통해 실질적인 치유와 회복을 지원한다.

이삼용 광주보훈병원 병원장은 “마음치유센터를 통해 국가유공자와 그 가족 분들이 신체뿐만 아니라 심리적으로도 안정을 찾고 일상으로 복귀할 수 있도록 최선을 다하겠다”고 강조했다. 하성일 광주

지방보훈청장 또한 “보훈가족들에게 더욱 체계적이고 전문적인 심리 재활 서비스를 제공할 수 있게 되어 매우 뜻깊다”며 센터의 역할을 기대했다.

기존 보훈관에서 소규모 상담 서비스가 주로 이루어졌으나, 이번 마음치유센터는 보훈병원 내에 설치되어 신체 재활과 심리 재활을 통합적으로 지원할 수 있는 환경을 갖췄다. 센터는 2개의 상담실과 대기 공간을 포함하며, 개인정보 보호를 위한 방음시설도 완비됐다.

마음치유센터는 연말까지 인천, 부산, 대구, 중앙보훈병원에도 순차적으로 개소될 계획이다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

## 전남대병원-하버드대 브리검 여성병원 수면호흡장애 극복 공동 연구 MOU

전남대학교병원(병원장 정신)이 최근 하버드대학교 브리검 여성병원과 ‘수면 호흡 장애 극복을 위한 한-미 공동 연구’를 위한 양해각서(MOU)를 체결했다.

하버드 의과대학 수면병의원 브리검 여성 병원은 미국 보스턴에 위치한 세계 유수의 병원 중 하나로 다수의 노벨상 수상자를 배출한 세계적인 의료 기관이다. 또 ‘보스턴 바이오 클러스터’의 핵심 기관으로 글로벌 생명과학 분야에서 큰 영향을 미치고 있다.

이번 협약의 주요 내용은 ▲전남대병원 양형재 이비인후과 교수 연구팀과 미국연구진 간 수면 연구의 발전과 보급 ▲공동 연구 프로젝트 수행 ▲전문 인력 양성 등으로 수면 호흡 장애에 대한 연구를 심화하고 새로운 치료 패러다임 제시 등 한국형 바이오 메디 클러스터를 구축하고 글로벌 환자의 삶의 질 향상에 기여하기 위한 공동의 노력을 하기로 했다.

이후 양 기관은 수면호흡 장애 극복을 위한 국제 협력 연구를 진행할 예정이며, 선진화된 기술의 고도화를 통해 치료법 개발에 기여하고 글로벌 연구 네트워크를 확장할 계획이다. 특히 이번 협력을 통해 수면 의학 분야의 혁신을 선도하고, 환자 삶의 질 향상에 기여하는 중요한 기회가 될 것으로 기대된다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

## 광주기독병원, 호스피스·완화의료 바로알기 캠페인



광주기독병원(병원장 이승욱)은 지난 17일 ‘제 12회 호스피스의 날’을 기념해 환자와 보호자를 대상으로 ‘호스피스·완화의료 바로알기 캠페인’을 진행했다.

호스피스의 날은 매년 10월 둘째 주 토요일, 호스피스 완화의료에 대한 인식을 향상시키기 위한 목적으로 제정됐다.

올해 캠페인은 ‘의미 있는 삶의 완성’ 주제로 삶과 죽음의 의미와 가치에 대해 공감대를 형성하고 존엄하고 편안한 생애 말기를 보장받을

수 있는 호스피스에 대한 긍정적 인식을 갖도록 했다.

임연근 호스피스 완화의료부동부장(혈액종양내과)은 “호스피스 완화의료는 생명의 연장이나 단축이 아니라 우리의 삶이 너무나 소중한 이유 때문에 마지막까지 인간다운 삶을 살 수 있도록 총체적인 도움을 주는 것이다”라며 “이번 행사를 통해 호스피스 완화의료에 대한 인식이 긍정적으로 바뀌길 희망한다”고 말했다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

경찰청
 금융감독원
 생명보험협회
 손해보험협회

허위 입원하고 보험금 편취해서 여행 다니는 위 조작 군

# 보험료 상승의 주범

# 보험금 갇아먹는

# 기생충이

# 되지마세요!

가짜환자도 보험사기 공범인 걸 모르는 나 한심 여사

환자를 유인해 크게 한탕 도리는 보험금 편취 조직 사기꾼 브로커