

치료 늦어지면 젊은 사람도 치명적...경각심 필요한 질환

건강 바로 알기 젊은층 증가 폐렴

고영춘

광주기독병원 호흡기내과 부장

최근 고령층만의 질병이라고 여겨졌던 폐렴이 젊은층을 중심으로 발생 빈도가 늘어나면서 경각심을 불러일으키고 있다. 폐렴이 노년층을 넘어 젊은층에서도 늘어나면서 중요한 건강 문제로 떠오르고 있는 것이다. 이 같은 변화는 환경적, 생활 습관적 요인과 감염성 질환들이 복합적으로 작용한 결과인데, 젊은층도 건강을 지키기 위해서는 발병 원인 등을 정확히 이해하고 예방과 관리에 철저히 해야 할 것으로 보인다.

◇젊은층 폐렴 증가의 주요 원인=바이러스와 세균 감염 증가, 코로나19, 인플루엔자와 같은 바이러스 감염은 쉽게 폐렴으로 이어질 수 있다. 특히 폐렴구균, 마이코플라스마 같은 세균은 젊은 층에서도 폐렴의 주요 원인으로 작용한다. 단체생활과 밀폐된 환경, 개인 위생 부족은 감염 확산을 더욱 가속화한다. 또 현대인의 과도한 스트레스, 불규칙한 수면, 잘못된 식습관은 면역력을 약화시키는 주요 요인이다. 여기에 흡연과 과음이 더해지면 호흡

바이러스감염, 폐렴으로 쉽게 이어져 스트레스·불규칙한 수면·식습관 등 면역력 약화 호흡기 건강 크게 악화 철저한 개인 위생 기본...백신 도움

기 건강이 크게 악화되며, 감염에 대한 방어력이 떨어져 폐렴에 쉽게 노출될 수 있다.

아울러 공기질 저하 미세먼지, 황사, 환경오염은 호흡기 점막을 지속적으로 자극해 감염에 취약하게 만든다. 특히 대기 오염이 심한 도심지에 거주하는 젊은 층은 이러한 요인의 영향을 크게 받고 있다.

이와함께 만성질환과의 연관성도 감염에 영향을 준다. 당뇨와 비만, 천식과 같은 만성질환은 폐렴 발생 위험을 높인다. 최근 젊은 층에서 이러한 만성 질환이 증가하고 있다는 점도 폐렴 환자 증가의 원인으로 지목되고 있다.

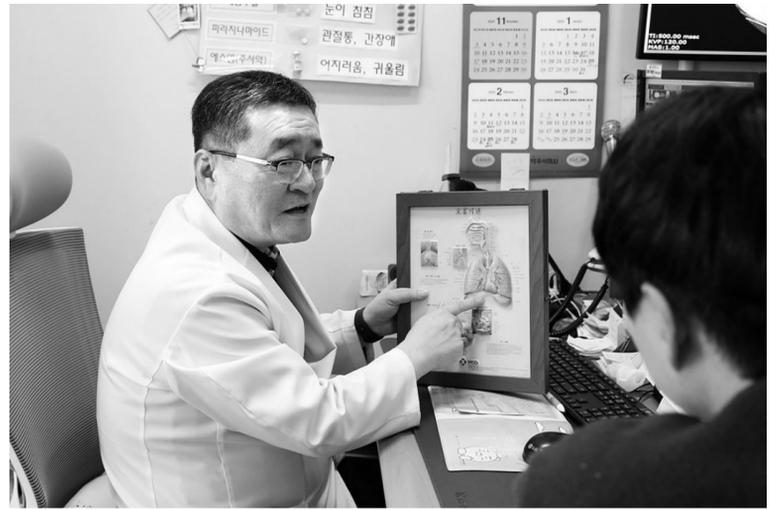
◇폐렴의 주요 증상=폐렴은 일반 감기와 초기 증상이 비슷해 쉽게 간과되기 쉽다. 그러나 다음과 같은 증상이 나타난다면 신속히 병원을 방문해 진단을 받아야 합니다. 폐렴의 증상으로는 고열과 오한, 지속적인 기침과 가래, 호흡 곤란 및 흉통, 극심한 피로감 그리고 심각한 경우 의식이 혼미해 질 수 있다.

◇치료와 관리 및 예방법=폐렴 치료 방법은 감염 원인에 따라 달라진다. 세균성 폐렴의 경우 항생제를 투여하고 바이러스성 폐렴의 경우 항바이러스제와 증상완화 치료를 병행한다. 그러나 중증 폐렴의 경우에는 입원치료가 불가피하며 산소요법이 필요한 경우도 있다. 폐 농양이나 폐혈종과 같은 합병증이 발생하면 전문적인 의료 관리가 필수적이다.

폐렴을 빨리 극복하려면 생활 관리와 균형 잡힌 식사가 필수적이다. 이와함께 충분한 수면과 규칙적인 운동은 회복과 재발 방지에 효과적이다. 만약 폐렴 예방을 위한 생활속 실천 방안도 필요하다. 먼저 예방접종폐렴구균 백신과 독감 백신은 폐렴 예방에 효과적이며, COVID-19 백신도 도움을 줄 수 있다. 또 손 씻기와 마스크 착용 등 개인 위생을 철저히 하는 것은 기본 중의 기본이다. 또 흡연 및 음주를 금해야 하는데, 특히나 흡연은 폐염증과 감염 가능성을 높이는 주요 원인이다.

또 공기질 개선을 위해 실내 환기를 자주하고, 공기정화기를 사용해 미세먼지와 오염 물질의 영향을 줄이는 것이 중요하다. 정기적인 건강검진 만성질환이 있는 경우에는 검진을 통해 조기 발견 및 관리가 필요하다.

고영춘 부장은 "젊은층이라고 해서 폐렴을 가볍게 여겨서는 안된다. 폐렴은 예방과 관리가 중요한 질병이며, 초기 증상만 간과하지 않아도 큰 위험을 피할 수 있다"며 "면역력 관리와 예방 접종, 그리고



고영춘 광주기독병원 호흡기내과 부장이 폐렴을 앓고 있는 30대 환자를 진찰하고 있다.

생활 속 작은 실천들이 폐렴의 위험을 낮추는 가장 효과적인 방법이다. 증상이 나타날 경우 지체하지 말고 병원을 찾아 전문적인 치료를 받는 것이 건강을 지키는 길"이라고 말했다. 이어 "건강은 나이에 상관없이 지켜야 할 소중한

자산이다. 젊을 때부터 철저히 관리하여 폐렴과 같은 감염성 질환으로부터 스스로를 보호하시기 바란다"며 "호흡기 건강을 지키기 위해 지금 바로 실천할 것을 당부한다"고 덧붙였다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr



중증환자 인공신장실 개소식

조선대병원 '중증환자 인공신장실' 개소식

중증 혈액투석 환자 신속 대처

조선대병원(병원장 김진호)은 지난 11일 '중증환자 인공신장실' 개소식을 열었다. <사진> 이날 개소식에는 김진호 병원장을 비롯한 교수진 및 병원 관계자들이 참석했다.

조선대병원 인공신장실은 중증 혈액투석 환자의 지속적인 증가에 따라 혈액 투석기를 기존의 34대에서 4대를 증설했다.

이번에 개소한 중증환자 인공신장실은 기존 인공신장실 내 공간을 조정해 구축했으며, 음압실 1실과 격리실 1실을 신설해 음압실 2실, 격리실 1실, 혈액투석기 8대로 내과적 복합질

환을 가진 중증 혈액투석 환자에게 각종 감염 병으로부터 환자를 보호하고 응급상황 시 신속하게 대처할 수 있는 환경을 갖췄다.

신병철 인공신장실장(신장내과 교수)은 "혈액 투석기 추가와 중증환자를 간호할 수 있는 시설 구축으로 인공신장실을 찾는 환자들이 보다 더 안전하고 쾌적한 환경에서 치료받을 수 있게 됐다"며 이번 개소를 통해 "지역 내 중증 혈액투석 환자들에게 보다 수준 높은 의료서비스를 제공할 것으로 기대한다"고 말했다.

한편, 조선대병원은 대한신장학회로부터 '우수 인공신장실' 인증을 받은 바 있다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr



화순전남대병원 진단검사의학과 김수현 교수, 질병관리청장 표창

화순전남대학교병원 진단검사의학과 김수현(사진 오른쪽) 교수가 세계보건기구(WHO)가 지정한 '세계 항생제 내성 인식주간'을 기념해 질병관리청장 표창을 수상했다.

<사진> 김 교수는 2017년부터 KorGLASS(Korean Global Antimicrobial Resistance Surveillance System, GLASS) 사업의 주요 부분인 '국내 다제내성균 조사 분석센터 운영 및 특성 분석' 연구원으로 활동하며 항생제 내성 예방과 관리에 기여한 공로로 상을 받았다.

또 2020년부터 KorGLASS사업 장구균(Enterococcus) 분석센터장, 2023년부터 현재까지 KorGLASS사업 총괄 분석센터장을 맡으며 다기관으로 구성된 국내 항균제 내성 감시체계 구축을 위한 노력 등도 높은 평가를 받았다.

김 교수는 장알균(VRE)을 포함한 주요 다제내성균의 발생 현황 분석을 통해, 국가 감염관리 정책 수립에 필요한 핵심 데이터 제공으로 국민 건강과 복지향상에 힘쓴 점도 인정받았다.

/김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

'다같이 환자안전 캠페인' 전남대병원 최우수상

전남대학교병원이 중앙환자안전센터가 주관한 '다같이 해서 더가치 있는 환자안전 캠페인'에서 최우수상을 받았다.

중앙환자안전센터는 지난달 29일 경주해백컨벤션센터에서 열린 2024 한국의료질향상학회 가톨릭대학교에서 '2024년 다같이 해서 더가치 있는 환자안전 캠페인' 우수기관 시상식을 개최했다. 중앙환자안전센터는 올바른 환자안전문화를 조성하고 국민의 환자안전활동 참여 활성화를 위해 매년 대국민 환자안전 캠페인 사업을 열고 있다. 이번 캠페인은 '환자 안전을 위한 진단 향상'으로 지난 9월 9-27일까지 전



국 100개 보건 의료기관을 대상으로 공모를 받았다. 전남대병원은 환자참여 캠페인으로 ▲정확한 진단을 위해 환자·보호자가 진단과정에 적극적으로 참여할 수 있는 방법 직접 체험하기 직원참여 캠페

인으로 ▲정확한 진단을 위해 직원들이 알아야 할 임상 관련 사항을 퀴즈로 알아보고 의료진 실천사항 수행 다짐하기 행사를 진행해 최우수상의 영예를 안았다. /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

경찰청 | 금융감독원 | 생명보험협회 | 손해보험협회

보험료 상승의 주범
보험금 깎아먹는 기생충이 되지마세요!

허위 입원하고 보험금 편취해서 여행 다니는 위 조작 군

가짜환자도 보험사기 공범인 걸 모르는 나 한심 여사

환자를 유인해 크게 한탕 도리는 보험금 편취 조직 사기꾼 브로커