

박찬일의 ‘밥 먹고 합시다’



짬뽕 해장국

민족이나 국가마다 각기 다른 음식 문화가 있다. 한국인에게는 독특한 식사 문화, 관습이 더 많은 것 같기도 하다. 또렷한 온대성 기후, 해양을 접하고 토질이 다양한 국토의 특징, 침략과 저항으로 점철된 역사 등 조건이 워낙 복잡하기 때문이다. 이를 따면 수많은 대륙과 해양(일본)의 침략을 겪으면서도 살아남았으니 그들과 섞이면서 생겨난 음식 문화가 얼마나 많겠는가. 이런 환경에서 한국만의 무엇이라고 할 때 가장 먼저 꺼내드는 건 해장 문화다. 물론 다른 나라에도 해장이 없는 건 아니다. 술 좋아하는 나라가 한국만 있는 건 아니니까. 레몬즙이나 커피를 마신다거나 스프를 먹기도 하고, 된장국(일본)으로 해장을 한다. 하지만 해장 내지는 해정(해장의 원래 낱말. 술 취한 상태를 푼다는 뜻)이란 말이 이토록 일상적이고 당연시되는 나라는 단연코 없다.

술을 세계에서 제일 많이 마시는 나라냐 하면 그것도 아니다. 한국은 순 알코올 소비량 순위에서 48위에 불과하다(data commons). 물론 단순히 술을 많이 마시는 게 아니라 음식과 술 문화가 조화된 형태로 즐긴 선조들의 영향 때문으로 짐작할 수 있다. 대륙성 기후가 미치는 국토 때문일 수도 있다. 해장국은 대개 뜨거운 국물이다. 물론 더 추운 나라가 많다는 점에서 적절한 예시는 아니다.

어떤 해장국집에서 다음과 같은 내용의 글을 붙여놓

은 걸 본 적이 있다. 옛날 남한산성 인근에서 해장국을 끓여 옹기에 담아 밤새 달려 도성 안에 배달하는 문화가 있었다는 거다. 이걸 해정경(解廕羹)이라 하여, 해장국의 중요한 기록으로 본다는 것이다. 경이란 국을 의미한다. 어쨌든 시중의 식당에서 여러 해장국을 파는 건 다른 나라에서 보기 어렵다. 게다가 해장국에 해당하는 형식도 매우 다채롭다. 북어국(북국), 북엇국, 콩나물국, 소 선지국 등 한두 가지가 아니다. 해장국은 음식문화 전공자라면 연구해서 세계 학회에 보고할 만한 가치가 있다. 역사성과 민족성이 결합된 아주 특별한 내용을 담고 있는 까닭이다.

서울은 보통 소 선지국을 해장국 삼아 많이 먹었다. 사 먹는 음식의 경우에 그랬다. 그냥 ‘해장국’ 하면 소 선지국을 의미했다. 선지, 소뽕, 우거지 등을 넣어 끓이는 게 표준적인 방식이다. 이런 음식으로 100년 가까이 살아남아 여전히 장사를 잘하는 가게도 있다 (중로의 청진옥). 서울은 소를 많이 잡는 도성이었고, 일꾼과 술꾼도 많아 해장국 수요가 컸다. 큰 가마솥을 걸고 상업 지구에서 장사를 한 것이 해장국의 효시로 짐작한다.

돼지를 좋아하는 제주도에서 특이하게 소 부산물을 기반으로 하는 해장국이 아주 유명하다. 제주 맛집을 얘기할 때 여러 개의 해장국집이 거론될 정도다. 실제로 맛도 아주 좋다. 전주 등 전북지역에 가면 콩나물국이 아주 유명하다. 콩나물이 맛있고 물이 좋아서 그럴

다고들 한다. 과연 각별한 맛이다.

재미있는 건 이런 역사적인 해장국에 도전장을 던진 현대의 음식이 있다. 짬뽕이다. 짬뽕 해장은 꽤 순위가 높다. 아마도 5위권에는 들지 않을까 싶다. 원래 중국 집의 메뉴였다가 아예 짬뽕만 하는 독립업소(?)도 많다. 짜장은 그런 경우는 거의 없는데, 짬뽕만 그렇다. 왜 그런지 이유를 모르겠다. 얼큰한 국물이 해장국과 비슷해서 그렇지 않을까. 짬뽕은 원래 채소와 고기를 볶아서 약간의 국물을 부어 내는 일종의 기름기 많은 볶음면에 가깝다.

일부 지역의 중국집에 남아 있는 수소면이라는 게 그 흔적으로 보인다. 수소면은 ‘불맛’이 나는 자작한 국물의 탕면이다. 수소면 같았던 초기 짬뽕이 한국인의 해장국 스타일로 변했다고 추정할 수 있다. 실제 기름을 적게 쓰고 세계 볶지 않아서 가볍고 시원한 짬뽕이 보뿔이다. 짬뽕으로 유명한 군산의 한 가게에 들렀더니 조개와 채소를 넣고 국물을 넉넉하게 잡아서 한국식 해물탕 같은 음식을 내고 있었다. 짬뽕의 기원은 짜장면과 달리 그 역사가 불분명한데, 아마도 한국인의 해장 입맛에 맞추느라 변해버려서 그런 것 아닌가 싶다.

오늘 해장은 짬뽕으로 하면 어떨까. 나도 그런 해장을 즐기는데, 한 가지 특별 주문을 건다.

“면은 절반만 넣어주세요!”

<음식 칼럼니스트>

의료칼럼



장 성 환  
전남대병원 소아청소년과 교수

최근 소아의 저신장을 둘러싸고 무분별한 치료와 처방이 난무하고 있다. 비전문가 중심의 성장호르몬 치료 권유가 문제다. 여기예다가 상업적 접근이 증가하면서 상황이 갈수록 악화되고 있다. 정확한 진단 없이 무분별한 치료가 이뤄지고 있는 것이다. 키가 작은 건 질병일 수 있지만 반드시 감별을 통해 진단이 선행되어야 한다.

성장 지연의 원인은 다양하고 그 중 일부만이 성장호르몬 치료를 받아야 한다. 단순히 ‘작다’는 이유만으로 치료를 시작하는 건 불필요한 의료비 지출, 심리적 부담, 심지어 치료 부작용까지 초래할 수 있다.

의료현장의 사례를 통해 정확한 감별 진단이 얼마나 중요한지, 그리고 성장호르몬이 만능이 아님을 확인할 수 있다. 다음은 저신장을 증상으로 내원한 가상의 사례들이다.

첫째, 성장호르몬 결핍증으로 호르몬 치료가 필요한 환자다. 초등학교 2학년 남아가 연 성장속도 3.1cm/년으로 내원했다. 신체 계속상 키가 -2.5 표준편차 이하로 매우 작았고 골연령이 실제 연령보다 2년 이상 어렸다. 이어 시행한 두 번의 성장호르몬 자극검사에서

성장은 기다림이 아니다

모두 5ng/mL 미만으로 반응해 성장호르몬 결핍증으로 진단했다. 이 어린이는 성장호르몬 치료의 대상이 맞다. 치료 1년 차에 성장속도가 9.2cm/년으로 크게 호전됐으며 예측 성인 신장도 개선했다. 결핍 여부를 객관적으로 입증하는 평가가 선행되지 않았다면 이 환아는 단순 ‘체질’로 오인돼 치료 시기를 놓쳤을 수도 있었다.

둘째, 중추성 성조숙증이 있는 경우다. 7세 여아가 유방이 발달하여 병원을 찾았다. 초음파에서 자궁과 난소가 사춘기의 형태로 발달돼 있었다. 골연령은 실제보다 2.5년 앞서 있었고 성장판 조기 폐쇄 위험이 높았다. 자극검사에서 최고 황체호르몬 수치가 5IU/L를 초과해 중추성 성조숙증으로 진단했다. 이 환아는 성장호르몬이 아닌 생식샘자극호르몬 방출호르몬 작용제 치료가 필요했다. 골성숙 속도를 조절해 최종 신장 예측치를 높이는 게 중요했다. 하지만 보호자는 주사 치료에 대한 부담으로 식이 조절과 운동만으로 성장시키겠다고 치료를 거부했다. 2년 뒤 또래보다 키가 작아 다시 왔을 때에는 이미 골성숙이 끝난 상태로 치료가 어려웠다.

셋째, 내분비질환인 갑상선 기능저하증의 사례다. 6세 여아가 활동이 줄고 체중 증가, 성장 부진을 이유로 병원을 찾았다. 검사 결과 갑상선자극호르몬이 32μIU/mL로 증가하였고 갑상선 호르몬은 정상 수치보다 감소하였다. 갑상선 초음파에서 만성 자가면역성 갑상선염 소견을 보였다. 일차성 갑상선기능저하증으로 진단하고 보충 치료를 시작한 뒤 성장 속도 및 활동성이 모두 향상됐다. 이렇게 비특이적인 증상에 가려진 내

분비 질환은 반드시 감별해야 하며 이 경우에도 성장호르몬은 적절한 치료가 아니다.

넷째, 체질성 성장 지연의 사례인데 이 경우는 치료보다는 경과 관찰이 핵심이다. 초등학교 4학년 남아가 또래보다 작아 부모가 조기 치료를 원했다. 키 성장속도는 연 5cm 이상으로 유지되고 있었고 골연령은 실제 연령보다 1.5년 어렸으며, 가족력상 아버지도 사춘기 후반에 급성정환 이력이 있었다. 정상적인 성장 곡선상 경과 관찰이 가능한 체질성 성장지연으로 판단해 불필요한 치료는 하지 않고 정기적으로 모니터링했다. 무리한 성장호르몬 투여는 비용 부담뿐 아니라 과성장, 대사 부작용, 정서적 스트레스를 초래할 수 있다.

이 같은 경우를 살펴보면 전문가의 평가 없이 성장호르몬을 시작하는 건 ‘정답 없는 문제를 풀려는 것’과 같다. 최근 일부 진료기관에서는 단순한 키 수치만으로 무분별하게 성장호르몬 사용을 장려하는 경향이 있다. 이는 과학적 근거가 부족한 뿐만 아니라 환아의 진단과 예후에 혼선을 줄 수 있다.

성장 문제는 단순히 ‘작다, 크다’의 문제가 아니다. 진단적 평가→원인 감별→적절한 치료라는 의학적 절차가 반드시 필요하다. 그 중심에는 인증 받은 소아내분비 분과전문의의 진료가 필수적인 것은 두말할 나위가 없다.

아이의 키는 단순한 수치가 아니라 건강의 지표이며 삶의 질과도 직결된다. 불필요한 치료를 피하고 꼭 필요한 치료를 제때 시작하기 위해서는 ‘성장은 기다리는 것이 아니라, 평가받아야 할 임상 증상’이라는 인식의 전환이 필요하다.

‘다양한 실력’ 광주교육, 꿈 향한 사다리 됐다

찾는다. 이를 통해 학생들은 단순히 능능이나 내신성적만을 올리기 위한 학습을 넘어 자신이 원하는 전공분야와 진로에 맞춘 목표를 세울 수 있었다. 학생들이 자신감을 갖게 되면서 대학 진학실적도 자연스럽게 올라가는 현상이 나타났다.

둘째, 달라진 교육 분위기는 학생들의 진로에 긍정적인 요인으로 작용했다. 하나의 목표만을 향해 뛰는 것이 아닌, 자신이 원하는 방향으로 뛰는 것을 목표로 하자 학생들이 학업에 대한 열정과 의지를 갖게 됐다. 부모님, 선생님이 정해진 학교를 목표로 하는 대신 자신의 경쟁력을 스스로 고민하고 노력하는 아이들이 늘어난 것이다.

셋째, 진로, 진학에 대한 체계적인 지원이 있다. 광주시교육청은 지난 2023년 전국 최초로 ‘1고교 1대입 전문디렉터’를 도입했다. 입시전문디렉터가 학생을 대상으로 진로진학 상담과 고1·2학년 선택과목을 컨설팅하며 맞춤형 지도를 하는 방식이다. 특히 학교생활기록부 분석 및 보강을 통해 학업 성취도를 극대화할 수 있는 전략을 제시한 것이 특별한 성과를 냈다. 더불어 광주진학부장협의회와 광주진로전담교사협의회 주관으로 1대1 맞춤형 진로진학 특강, 교사들이 전하는 학습법 특강, 진로 코칭, 면접 훈련 등을 꾸준히 실시해

학생들의 전반적인 진학 능력을 키웠다.

넷째, 365-스터디룸은 학생들이 스스로 공부하는 습관을 형성하는 역할을 했다. 이 공간은 학생 자치위원회에서 평일 오후, 야간 자습, 토요일 자습, 방학 중 자습시간에 언제든지 학생들이 자율적으로 공부할 수 있도록 제공한다. 쾌적한 환경에서 지속적으로 학습할 수 있는 공간이 마련되면서 학업 성취도도 올라가는 효과가 나타났다.

이러한 다각적인 노력은 2년에 만에 결실을 맺고 있다. 광주지역 학생들의 국어, 수학, 영어 수능 1, 2등급 비율이 늘어났으며 반대로 8, 9 등급 비율은 크게 줄었다. 의학계열 진학률이 상승하면서 서울 및 경기권 대학 진학률도 올라가고 있다. 특히 지방거점대학 진학률이 크게 상승했다. 학생들의 꿈을 이루기 위한 노력과 의지가 현실에 반영된 셈이다.

더 고무적인 것은 지난 2년에 간의 학력 향상과 진학실적 상승은 단기적인 현상에 그치지 않을 것이라는 기대다. ‘다양한 실력’을 키우기 위한 학생, 학부모, 교사 모두의 노력은 우리 교육 수준의 질적 성장을 이끌 것이 분명하다. 물론 아직 해결해야 할 과제는 많다. 그러나 이 역시 교육공동체가 함께 머리를 맞대고 고민하며 풀어간다면 모든 아이들이 자신의 꿈을 이루는 새로운 교육모델을 창출하는 밑거름 역할을 할 것이다.

社 說

AI·국립의대 광주·전남 대선 공약 꼭 반영을

광주시와 전남도가 6월 3일 치러지는 조기 대선에 대비해 후보들에게 제안할 지역 공약을 확정했다. 지역의 미래 먹거리인 성장동력 산업을 육성함으로써 지역 소멸에 대응하기 위한 현안 사업이 주로 담겼다.

광주시는 15개 과제 40개 사업에 81조 원 규모의 지역 공약을 제안했고 전남도는 75개 과제에 196조원 규모의 공약을 마련했다. 사업비 규모로 보자면 반영이 가능할까라는 의구심이 드는데 과제 수에 집착하기 보다는 현안 사업에 집중할 필요가 있어 보인다.

광주의 경우 AI 산업을 지역경제의 한 축이 되도록 해야 한다. ‘AI 모델시티-The BRAIN 광주’를 조성한다는 캐치프레이즈처럼 AX 실증밸리와 국가 데이터센터를 완성하고 AI 인재를 양성해 기업에 공급하는 밸류체인을 완성해야 한다. 자동차 도시에 걸맞게 최첨단 미래 모

빌리티 신도시 조성과 아시아문화중심도시 조성정을 신설해 아시아 문화중심도시 광주를 완성하겠다는 구상도 실현시켜야 한다.

전남은 국립 의과대학 설립이 최우선 과제다. 목포대와 순천대 통합이라는 어려운 과제를 푼 만큼 정부의 의대 증원 정책에 맞춰 국립 의대 설립이라는 숙원을 해결해야 한다. 전남 경제를 받치는 두 기둥인 석유화학과 철강 산업이 위기에 처한 만큼 사업 재편을 통해 새로운 동력을 마련하는 것도 급선무다. 태양광과 풍력 등 신재생에너지 메카답게 솔라시도에도 데이터센터 유치와 AI 슈퍼클러스터 허브 구축 프로젝트도 실현해야 할 과제다.

지역 현안사업을 대선 공약에 반영하기 위한 광역자치단체 간 경쟁이 치열할 것이다. 과제 숫자에 집착하지 말고 경쟁력 있고 가능성이 있는 사업에 집중하는 것이 반영률을 높이는 방법이다.

‘안가 회동’尹측근 임명, 한덕수의 현재 농단

한덕수 대통령 권한대행 국무총리가 오는 18일 임기가 종료되는 문형배·이미선 헌법재판관 후임으로 이완규 법제처장을 지명할 것을 두고 논란이 뜨겁다. 한 대행은 그제 이 처장 지명과 함께 마은혁 헌법재판관을 국회 선출 103일 만에 임명했다. 마 재판관을 임명하면서 대통령 몫인 2

명의 헌법재판관을 끼워넣기 형식으로 지명한 것인데 명백한 위헌이자 월권 행위다. 무엇보다도 임명직인 국무총리가 권한대행 신분으로 대통령 몫 헌법재판관을 임명하는 것 자체가 어불성설이다. 한 대행은 재판관 지명 이유로 현재 결정이 지연될 경우 대선 관리 등에 심대한 차질이 불가피하다고 했는데 앞뒤가 맞지 않는 논다.

그는 ‘국회가 선출한 마은혁 재판관을 임명하지 않는 것은 위헌’이라는 현재의 결정에도 버티고다 뒤늦게 임명하면서 이 처장을 슬그머니 끼워 넣었다. “권한대행은 대통령의 중대한 고유권한 행사는 자제해야 한다”는 말로 마 후보자를 임명하

지 않던 그가 두 달도 못돼 새 대통령이 취임하는데도 보수 성향 사람을 권한대행 신분으로 지명한 이유를 필로 설명해야 할까. 8년 전 황교안 전 총리는 대통령 권한대행 시절 대통령 몫 헌법재판관은 지명하지 않고 대법원장이 지명한 후보자만 임명했다.

게다가 이완규 처장은 윤석열 전 대통령의 대학 동문이자 사법연수원 동기로 12·3 비상계엄 다음날일 지난해 12월 4일 ‘삼청동 안가 회동’에 참석해 내란죄 관련 혐의로 고발당한 수사 대상자다. 헌정을 유린한 12·3 내란사태 연루 의혹을 받는 사람을 지명한 것은 현재를 농단한 것이 나다름없다.

국회 법제사법위원회는 어제 대통령 권한대행의 대통령 몫 재판관 임명권을 제한하는 내용을 담은 헌법재판소법 개정안을 의결했다. 국정 현안이 접점사중인데 월권을 행사해 논란을 키워야하 되겠는가. 한 대행은 즉각 이 처장의 지명을 철회하길 바란다.

無 等 鼓

대선이 다가오면 주식시장은 익숙한 풍경을 반복한다. 실적도 산업 전망도 아닌 ‘정치적 연구’만으로 출렁이는 주가, 이른바 정치 테마주의 등장이다. 대선 후보와 의 동문, 고향, 인맥 하나로 종목에 불이 붙기도 하고 폭락하기도 한다.

윤석열 전 대통령 파면 결정이 내려진 지난 4일에도 정치 테마주는 요동쳤다. 이날 하루에만 308개 종목에서 VI(주가 급변 시 2분간 거래 제한) 조치가 발동됐다. 대부분이 정치인 관련 종목이었다. 이 ‘소프트캡’은 하루 동안 18차례나 급등락을 반복했다.

테마주의 유혹

과거 대선 때도 다르지 않았다. 2007년 대선 당시 이명박 후보와 서울대 동문이 라는 이유로 ‘보성파워텍’ 등이 급등했지만 당선 이후 급락했고 이듬해 70% 넘게 하락하기도 했다. 투자자 대다수는 고점에 몰려 큰 손실을 봤다. 2017년 대선도 마찬가지였다. 문재인 후보 관련주로 분류된 ‘오성첨단소재’ 등이 선거 전 폭등했다가 급락했고 일부는 상장폐지 위기까지 몰렸다. 정치 테마주는 늘 비슷한 결말을 남겼다.

대선 테마주 광풍은 한국만의 일도 아니다. 2020년 미국 대선 때 조 바이든 후보가 승리하자 친환경 정책 기대감에 신재생에너지주가 급등했지만 상당수는 곧 조정을 받았다. 정권 교체 기대가 반영된 이후 실적과 무관한 종목들은 예외 없이 하락했다. 이처럼 정치 테마주는 감정, 소문, 막연한 기대에 투자하는 경우가 많다. 시장도 그에 휘둘리면 저 기회를 잃는다.

위런 버핏의 스승 벤저민 그레이엄은 “시장에서 가장 큰 위험은 감정적 투자에 서 비롯된다”고 했고, 노벨경제학상 수상자 로버트 실라는 “과도한 기대와 열광은 비이성적으로 몰고 간다”고 경고했다.

광주·전남 역시 정치 테마주 유혹에서 자유롭지 않은 지역이다. 정치 의식이 높은 지역일수록 테마주에 더 민감하게 반응하는 경향이 있기 때문이다. ‘우리가 지지하는 인물’이라는 정서적 연대감은 이성적 판단마저 흐리게 한다. 제21대 대통령선거일이 6월 3일로 확정됐다. 이번 대선도 역시나 예외 없이 지나가고, 잘못된 테마주 투자는 계좌에 오래도록 생채기를 남길 것이다. /박진경 경제부장 lucky@