

장일범의 '극장 없이는 못살아'



베를린필의 '발트뷔네 카와구치코' 콘서트

지난 7월 6일 일요일 오후 3시 일본 후지산에 있는 카와구치코 호수 스텔라 극장에서 구스타보 두다멜이 지휘한 베를린필의 야외음악회가 열렸다. 이 콘서트는 베를린 이외의 지역에서 열린 최초의 발트뷔네(숲속의 무대) 콘서트였고 그래서 이름은 '발트뷔네 카와구치코' 콘서트라고 지어졌다.

1995년에 로마 원형 극장을 본 따 후지산 언덕에 만들어진 2991석의 카와구치코 스텔라 극장 30주년을 기념하는 콘서트이기도 했다. 베를린필의 시즌 마지막 콘서트가 열리는 발트뷔네가 2만 석 수용이나 규모는 상당히 작은 편이지만 발트뷔네 소형 버전이라고 할 만큼 비스했다. 공연은 일찌감치 매진됐고 빈자리도 찾아 볼 수 없었다. 6월 28일에 발트뷔네에서 열린 베를린필의 시즌 엔드 콘서트와 프로그램은 대동소이했다.

7월 2일 베토벤과 차이콥스키를 연주한 오사카 박람회 기념 콘서트(베를린필은 일본에서 열린 1970년 첫 번째 엑스포에서 연주 한 바 있다)와 나고야 공연을 거쳐 베를린필은 일본에 대형스나미나 난카이 대지진이 온다는 괴소문이 나돌았던 7월 5일 토요일 당일

보란 듯 첫 번째 공연을 카와구치코 스텔라 극장에서 진행했고, 6일 오후 5시에 두 번째 공연을 한 것이었다.

공연 시작전 너무 더워서 일본 청중들이 일제히 부채를 펼쳐 들고 부채질을 하는 모습은 한국에서는 보기 드문, 과거로 돌아간 듯한 장면이었다.

엄청 뜨거운 햇살과 폭폭 쬐는 날씨 속에 열렸지만 중남미 라틴 레퍼토리와 레너드 번스타인의 '웨스트 사이드 스토리' 심포닉 댄스는 이런 날씨와 아주 잘 어울렸다.

베를린 발트뷔네 콘서트와는 달리 베이스바리톤 라이언 스피도 그린리 빠지고 지휘자 구스타보 두다멜의 테마 송 같은 아르투로 마르케스의 단순 2편이 추가되었으며 베를린 공연과 순서가 조금 바뀌었다.

이번 발트뷔네 레퍼토리의 특징은 멕시코, 베네수엘라, 푸에르토리코 등 험준 라틴 아메리카 음악가들이 작곡한 컬러풀한 타악 리듬이 화려하게 살아있는 곡들이었다. 또 듀크 엘링겐의 곡으로 루시 헨더슨과 테렌스 블랜차드 편곡의 '세 명의 흑인왕' 중 '마린 루터 킹'은 이번 공연 레퍼토리에서 가장 심금을 울리는 서정적

인 곡이었다.

구스타보 두다멜은 자신의 목숨에 DNA로 들어있는 라틴 아메리카 레퍼토리로 청중을 매료시켰다. 번스타인의 '웨스트 사이드 스토리' 심포닉 댄스는 이날 파티 분위기에 강하게 받침을 찍은 신바람나는 연주였다.

첫 번째 앙코르는 요즘 레코딩 버전으로 등장했고 오페라 레퍼토리에서 인기 높은 폴 데네세의 라틴 아메리카 스타일 편곡 버전인 요한 슈트라우스 '트리치 트라치 폴카'였다. 두 번째는 발트뷔네 콘서트의 매년 단골 앙코르곡인 '베를리너 루프트(베를린 하늘)'였다. 모든 객석 자리에는 이 곡의 악보가 가사와 함께 놓여 있었고 청중들은 모두 이 곡을 기다렸다는 듯 일사불란하게 박수와 휘파람을 불며 즐겼을 정도로 학습이 잘되어 있었다.

공연 후 건너편 편의점에 들어갔더니 손으로 제작한, '베를린필을 환영한다'는 내용의 포스터와 많은 브로셔들이 놓여 있었다. 편의점도 이렇게 클래식하게 변모할 수 있는 곳이 카와구치코 스텔라 극장이구나 하는 생각이 들었다.

의료칼럼

여름철 심근경색증 예방법은



정명호 광주보훈병원 순환기내과 부장

최근 폭염에 탈수현상이 발생하면서 급성 심근경색증으로 산업현장이나 등산 중 사망하는 환자가 급증하고 있다.

심근경색증은 심장의 혈관(관상동맥)이 완전히 막혀서 심장이 괴사(썩음)되어 생기는 질환이다. 인간의 질병 중 가장 사망률이 높아 병원에 도착하기 전에 50% 정도가 사망하고 병원에 도착해 적극적인 치료를 해도 사망률이 10% 정도라서 인간의 질병 중 가장 위험한 질환이다. 발생 원인은 혈관 내에 기름기(동맥경화증)와 혈전이 발생해 관상동맥이 완전히 막혀서 발생한다. 전 세계 사망 원인 1위는 심근경색증과 같은 허혈성 심장질환이다. 우리나라는 사망 원인 1위가 암이지만 암은 전체 장기를 포함한 것이라 단일 장기 질환으로는 심장병, 특히 심근경색증과 같은 허혈성 심장질환이 사망 원인 1위이다.

여름철 폭염 속에 심근경색증 발생률이 늘어나는 이유는 탈수 현상으로 인해 혈액의 점도가 높아져 혈전 형성이 촉진되면서 심장혈관이 막히게 되고 탈수되면 혈압도 낮아지면서 심장혈관에 혈액 공급이 급격히 감소해 혈전이 더욱 잘 생기기 때문이다. 특히 평소 혈압이 높거나 심부전증을 앓고 있어서 이뇨제를 복용하고 있거나 당뇨병으로 혈당이 높아서 소변을 자주 보

는 환자에서 탈수 현상이 잘 나타난다. 75세 이상 고령 환자들은 탈수에 더욱 취약하다.

심근경색증 증상은 매우 심한 가슴 통증이 나타나고 식은땀, 메스꺼움 등이 함께 나타난다. 심근경색증시 가슴의 통증을 인간이 느낄 수 있는 최고의 통증이라 흔히 표현한다. 가슴의 통증은 짓누르고 쥐어짜는 듯한 통증이고 어깨나 팔로 퍼질 수 있다. 드물게는 호흡 곤란을 호소하거나 현기증 혹은 소화불량, 상복부 통증을 호소하기도 한다. 통증이 10분이상 지속되면 곧바로 119를 불러 종합병원 혹은 대학병원 응급실을 방문하는 것이 좋다.

여름철 심근경색증은 탈수에 빠질 수 있는 고령 환자 및 야외 활동을 해야 하는 근로자, 고혈압 환자, 전자담배를 포함한 흡연을 하는 경우, 고지혈증 환자, 당뇨병 환자, 땀을 많이 흘리는 비만 환자, 가족력으로서 부모형제 중 심장병이 있는 경우 발병 확률이 높다.

심근경색증 증세가 나타나면 가능한 움직이지 말고 허 밑에 눕거나 뿌리는 니트로글리세린이 있으면 즉시 복용하고 119를 불러서 대학 병원 응급실로 가야 한다. 가능하면 발병 1시간 이내에 병원에 도착해야 하고 6시간 이내에 치료를 받아야 심장의 괴사를 막을 수 있다.

급성 심근경색증 초기에는 심장 관상동맥 내에 발생한 혈전을 녹이는 혈전 용해제를 사용한다. 혈전 용해제를 사용하면 전체 환자의 70% 정도는 혈전이 녹아서 혈관이 뚫리게 된다. 최근에는 응급으로 심장혈관 조영술을 시행하여 혈전과 동맥경화증으로 막힌 심장혈관을 확인한 다음 심장혈관 중재술로 뚫어준다. 시술이 신속하게 성공적으로 이루어지면 90% 이상 성공하여 완치가 가능하다.

여름철 심근경색증 예방법은 가능한 탈수가 되지 않도록 야외활동 시에는 물을 자주 마시고 이온 음료를 마시는 것도 좋다. 온도가 올라가는 낮 시간에는 1-2시간 간격으로 물을 섭취하는 것이 좋다. 특히 탈수 상태에서 흡연을 하면 혈전 형성이 더욱 촉진되므로 탈수된 상태에서 흡연을 하는 것은 절대적으로 피해야 한다. 야외활동 후에도 너무 차가운 실내 공기에 노출되지 않도록 에어컨 온도를 조절하고 밤에도 에어컨 온도를 너무 낮추지 않고 24-26도로 실내온도를 적절하게 맞추는 것이 좋다. 샤워할 때에도 너무 차가운 물로 하지 말고 미지근한 온수로 시작하는 것이 좋다. 기름기가 없는 음식을 섭취하고 땀을 많이 흘린 다음에는 너무 심하게 먹지 않도록 한다. 탈수 상태에서 술을 마시면 부정맥 발생률이 증가되므로 술은 가급적 피하는 게 좋다.

심근경색증 환자의 경우 폭염 땀 탈수 되지 않도록 예방하고 약을 꾸준히 복용하는 것이 필수적이다. 특히 아스피린과 같은 항혈소판제는 반드시 매일 복용하는 것이 좋다. 위험 요인인 흡연을 중단하고 고혈압·당뇨병·이상지질혈증 치료를 적극적으로 받아야 한다. 혈압은 120/80 mmHg 정도를 유지하고 당뇨병이 있는 경우 당화혈색소를 7.0% 이하로 유지하도록 한다. 콜레스테롤 중에 저밀도 지단백 콜레스테롤은 70 mg/dL 미만으로 낮추고 가능하면 55 mg/dL 미만으로 낮추도록 노력한다.

중성지방은 150 mg/dL 미만으로 낮추는 것이 좋다. 더울 땀 하루 20-30분 정도 실내 운동을 권장하고 기온이 높지 않은 오전이나 저녁에 야외 운동을 권한다. 여름 휴가철에 건강 검진을 받아서 혈압, 혈당, 콜레스테롤 및 중성 지방, 심전도, 운동부하검사, 심초음파 검사 등의 검사를 해보는 것을 권유한다.

기고

파도 따라 걷고 맛 따라 쉬는 전남의 여름



오미경 전남도 관광과장

무더위가 기승을 부리는 7월, 반복되는 일상과 에어컨 바람으로 지친 몸과 마음에 필요한 것은 자연이 주는 숨이다.

말은 일이 관광 업무이기도 하지만 휴가철을 맞아 어디로 갈까 고민하는 여행객들이 있다면 가장 먼저 떠오르는 곳, 바로 남도의 바다를 망설임 없이 추천하고 싶다. 전남 서남해안의 청정 해변과 시원한 해풍, 갯벌과 숲이 어우러진 전체의 자연환경은 일상의 피로를 씻어주기에 충분하다.

자연환경 뿐만이 아니다. 계절마다 나는 신선한 식재료로 차려낸 밥상은 휴가철 또 다른 즐거움을 더한다. 고흥의 갯장어, 완도 해조류, 보성의 햇전어, 신안 민어 등 계절 음식이 풍성한 전남의 여름은 그 자체로 '맛있는 여행'의 목적지가 된다.

여름 전남 해수욕장은 색다른 재미가 가득하다.

고흥 남해해수욕장은 초보자도 쉽게 즐길 수 있는 서핑 명소다. 남해해수욕장의 파도는 입문자들을 서핑의 매력에 빠져들게 할 정도로 매력적이다. 수심도 완만해 입문자들에게 인기가 높다. 바다에서 짜릿한 레저를 즐기 후에는 고흥의 대표 보양식인 갯장어를 추천한다. 담백하고 고소한 맛에 영양까지 더해져 무더위를 잊게 한다.

완도 신지명사십리 해수욕장은 치유 프로그램이 풍부한 이색 피서지다. 해풍을 맞으며 즐기는 상잉빙 명상, 노르딕 워킹은 웰빙 여행의 진수를 보여준다. 전복과 다시마, 톳 등 완도의 신선한 재료로 차려진 치유밥상은 건강한 한 끼를 선사한다.

보성 울포해수욕장은 반려견과 함께 즐길 수 있는 해변이다. 숲속 산책로와 해수 녹차온천, 캠핑장 등 다양한 휴식 공간도 마련되어 있다. 해수욕장 앞 횡집은 줄서서 기다려야 할 정도로 맛집이다. 회, 구이, 무침 등 다양한 전이요리로 계절의 맛을 풍성하게 즐길 수 있다.

신안 임자도 대광해수욕장은 12km에 이르는 국내 최장의 백사장으로 갯골 생태체험과 승마체험, 인근 미술관 전시까지 다채로운 프로그램이 마련되어 있다. 8월에는 섬 민어축제도 열려 민어 요리를 제대로 맛볼

수 있어 더욱 특별하다.

남도 여행은 단순한 휴양이 아니라 자연과 미식이 함께하는 여정이다. 계절 따라 나는 제철 재료는 남도의 자연을 고스란히 품고 있으며, 오랜 세월 이어진 음식 문화와 만나 더 깊은 맛을 만들어낸다.

전남에서 열리는 남도음식문화콘잔치는 이러한 남도 음식문화를 엿볼 수 있는 축제이기도 하다. 지난 30년간 이어져 온 남도음식문화콘잔치는 올해도 남도의 맛과 멋을 더 많은 이들에게 알리기 위한 준비에 여념이 없다.

올해는 10월 1일부터 26일까지 목포에서 '2025 남도국제미식산업박람회'라는 이름으로 남도의 맛과 문화를 미식 산업으로 확장하는 첫 발을 댄다.

박람회는 '자연을 맛보다, 바다를 맛나다'는 주제로 열리는데 K푸드 산업관, 쿠팡 토크쇼, 월드미식파티 등 다양한 전시와 체험 프로그램을 준비해 박람회를 찾는 관람객들에게 남도 미식의 가치와 가능성을 집중적으로 홍보한다는 구상이다. 여름엔 남도 해수욕장에서, 가을엔 남도 맛과 미식 문화를 즐겨볼 기회다. 여름 전남 해수욕장을 찾아 색다른 남도 바다의 여유로움을 체험하고 올가을에는 풍성한 남도의 맛을 만끽하길 바란다.

社說

광주에 1만4천세대 매물 폭탄 쏟겠다는 LH

전국에서 아파트 비중이 가장 높은 광주에 정부 공기업인 한국토지주택공사(LH)가 1만4000세대의 매물 폭탄을 쏟아내겠다는 계획을 고수하고 있어 논란이다.

LH가 광주시 광산구 산정동과 장수동 일대 168만㎡(51만평)에 아파트 1만4036세대를 공급하기로 한 '산정 공공주택지구 개발사업'은 익히 알려졌다. 2021년 정부의 '대도시권 주택공급 확대 정책'에 따라 추진된 것으로 영구입대 아파트 7000세대, 민간분양 아파트 6800세대, 단독주택 200가구를 공급하는 것이 골자다. 공기업이 나서 광주에 대규모 매물 폭탄을 쏟아내겠다는 계획이 알려지면서 반대 여론이 일자 잠시 주춤했던 LH가 다음달 2차 주민설명회를 예고해 다시 논란에 불을 지피고 있다.

LH는 국공유지에 대한 기본조사를 진행하고 있는데 2차 주민설명회를 마친 후 사유지와 지장물에 대한 조사를 실시할 계획으로 지역사회의 반대에도 뜻있게 사업을 추진하고 있다. 광주시는 주택 공급 과잉과 지역 부동산 시장 교란을 우려

해 반대 의사를 분명히 했고 개발사업을 강행하려면 공공주택 취지에 맞게 모두 공공입대로 건설하고 사업도 민간이 아닌 LH가 직접 시행할 것을 요구하고 있다.

LH의 광주 산정지구 개발은 당초 취지에도 맞지 않다. 2021년 정부는 대도시권 주택공급 확대를 내세웠지만 광주는 이미 주택 공급 과잉이 심해 일괄적으로 적용하기 힘들다. 그런데도 LH는 지역 사정을 감안한 것으로 영구입대 아파트 7000세대, 민간분양 아파트 6800세대, 단독주택 200가구를 공급하는 것이 골자다. 공기업이 나서 광주에 대규모 매물 폭탄을 쏟아내겠다는 계획이 알려지면서 반대 여론이 일자 잠시 주춤했던 LH가 다음달 2차 주민설명회를 예고해 다시 논란에 불을 지피고 있다.

LH는 국공유지에 대한 기본조사를 진행하고 있는데 2차 주민설명회를 마친 후 사유지와 지장물에 대한 조사를 실시할 계획으로 지역사회의 반대에도 뜻있게 사업을 추진하고 있다. 광주시는 주택 공급 과잉과 지역 부동산 시장 교란을 우려

무관심에 치매주치의사업 농친 전남 지자체

농어촌으로 구성된 전남은 의료 인프라가 전국에서 가장 열악하다. 고령화율이 전국 최고 수준이다보니 치매 유병률도 당연히 가장 높을 수밖에 없다.

정주 여건을 비롯해 모든 것이 도시에 비해 열악한 까닭에 의료진 확보에도 애를 먹고 있다. 사정이 이런데 지방자치단체까지 의료 인프라 확충에 관심이 없다면 어떻게 되겠는가.

최근 광주·전남 지자체들이 정부의 치매관리주치의 시범사업에 응도했다가 탈락한 것이 단적인 사례다. 치매관리주치의 시범사업은 지역사회 내 치매환자들이 전문의의 포괄평가와 건강관리, 방문진료를 받을 수 있도록 하는 제도로 올해 새로 지정된 15개 기초자치단체에 광주 서구와 순천, 함평 등 우리지역 3곳이 포함됐지만 최종에서 탈락했다. 의료진들이 받아야 할 필수교육에 불참하면서 요건을 충족하지 못했기 때문인데 해당 지자체들

은 정작 탈락 사실과 사유조차 몰랐다고 한다.

병원에서 자체적으로 사업을 신청하고 지자체에 통보하는 방식이라 알기 어려웠다는 것이 지자체들의 해명인데 변명으로 밖에 들리지 않는다. 병원에서 시범사업을 신청하는 구조라면 치매 유병률이 가장 높은 전남 지자체들은 더 적극적으로 시범사업 참여 병원을 모색해 최종 선정될 수 있도록 지원하는 것이 정상 아닌가.

전남지역 보건소의 시니어 의사 활용 지원사업도 의사를 구하지 못해 좌초 위기에 놓여 있다고 한다. 전남 4개 지자체가 응도했지만 3곳에서 참여할 의사를 모집하지 못해 보건복지부에 지원금을 반환해야 할 처지다. 의료 인프라가 열악한 전남은 지자체들이 더 적극적으로 정부 공모사업에 응도해서 결과를 얻어내야 한다. 그것이 지자체의 존재 이유 아니겠는가.

無等鼓

"너희가 내 형제들이 가장 작은 이들 가운데 한 사람에게 해 준 것이 바로 나에게 해 준 것이다."(마태복음 25장 40절)

담양천주공공임원묘지 성직자 묘역에 잠들어 있는 고(故) 이태석 신부(1962~2010)의 묘비명에는 그가 생전에 삶의 지표로 삼았다는 성경 구절이 적혀 있다. 의사였던 그는 사제가 된 후 20년간 내전 상태인 남수단 톤스로 건너가 진료소를 운영하고 아이들을 위해 학교를 열었다. 그는 척박한 곳에 끊임없이 희망의 씨앗을 뿌렸고 그의 사랑으로 자란 아홉 살 아이들이 이제 의사, 약사가 돼 그나눔을 이어가고 있다.

다큐 '울지마 톤즈'를 통해 전해진 이태석 신부의 삶은 많은 이들을 감동시켰다. 다큐를 제작했던 구수환 PD와 후원자들은 (사)이태석 재단을 결성해 톤즈 등 고령환고 있는 이들의 자립을 돕고 국내 청소년에게 이태석 리더십을 전하고 있다.

며칠 전 또 한 명의 성직자가 담양 묘역에 안장됐다. 장애인들을 위해 평생을 바쳐온 천노엘 신부다. 병 치료를 위해 고국 아일랜드로 돌아갔던 천 신부는 현지에서 생을 마감했고 그의 유언에 따라 화장 후

유해 일부가 가장 사랑했던 광주 장애인들 곁으로 돌아왔다.

아주 오래전 천 신부를 취재한 적이 있다. 기억에 남는 건 취재 현장에서 만났던 장애인들의 모습이다. 인터뷰 내내 그들은 천 신부 주위를 뱅뱅 돌며 알은 체를 하고 끊임없이 말을 건넸다. 조금은 정신이 없었는데 천 신부는 한 명 한 명을 인정한 웃음으로 대했고 "우리 친구들이 좋아서 그러는 거"라고 이야기했다. "우리 친구들을 사랑해달라"는 유언을 남겼다는 말에 장애인들과 환하게 웃던 그 때의 장면이 떠올랐다.

어느때보다 성직자들이 관련 뉴스가 넘쳐나는 요즘이다. 아스팔트 극우파와 결합한 일부 개신교 목사가 대한민국 민주주의를 파괴하는 선봉에서 고수 많은 신도를 거느린 대형 교회 목사가 채상병 특검 로비 의혹을 받고 있다.

성직자의 자제와 종교의 의미를 되새겨 보게 되는 이 때, 낮은 곳으로 임해 나눔을 끊임 없이 실천한 이태석·천노엘 신부가 우리 가까이 있다는 사실이 더 없이 소중한 듯 느껴진다.

/김미은 여론매체부장 mekim@

Table with 2 columns: 광州日報 and The Kwangju Ilbo. Includes contact info, subscription rates, and address.