

건강 칼럼

부비동염 (축농증)

부비동은 코 주위의 얼굴 뼈 속에 있는 빈 공간으로, 비강 점막이 팽창해 동굴모양으로 만들어 지기 때문에 작은 구멍(자연공)을 통해 코 속과 연결돼 있다. 부비동은 사춘기에 거의 완성되며 전두동, 사골동, 접합동, 상악동이 얼굴의 양측에 존재해 총 8개의 부비동이 각각의 배출구를 통해 부비동 내의 공기의 환기 및 분비물의 배설이 이뤄진다.

부비동 점막은 코 점막과 연결돼 있어 코속의 염증이 쉽게 부비동으로 퍼진다.

부비동에 염증이 발생하고, 농성 분비물이 고이면서 염증이 심해지는 상태가 되는데 이것이 부비동염 우리가 흔히 알고 있는 축농증이다.

축농증의 가장 큰 원인은 감기로 점막이 부어 코가 막히며 배출구멍이 좁아지면서 부비동의 환기와 배설이 이뤄지지 않아 고름 같은 분비물이 차게 된다.

부비동염의 증상이 4주 이내에 발생하는 경우 급성 부비동염(ARS:Acute Rhinosinusitis), 12주 이상 지속되면 만성 부비동염(CRS:Chronic Rhinosinusitis)으로

구분한다.

급성 부비동염은 대개 감기의 후기 합병증으로 발생한다. 만성 부비동염은 급성 부비동염이 적절히 치료되지 않거나 급성 염증이 반복될 경우에 생긴다.

부비동의 청소는 자연공의 개방 여부, 섬모의 기능, 분비물의 증가 등의 요인이 영향을 미치는데 이런 요인들에 구조적 또는 생리적 이상이 생겨 부비동 분비물이 잘 배설되지 않으면 세균 감염 및 염증이 발생해 점막이 붓고 이는 부비동의 자연공을 더욱 폐쇄시켜 악순환을 초래한다.

부비동염의 증상으로 코막힘, 지속적인 누런 콧물, 얼굴 통증, 코 뒤로 넘어가는 콧물(후비루) 등이 일반적으로 나타난다.

더 진행되면 열, 두통, 후각저하, 집중력 감퇴 등을 호소하고, 중이염이나 기관지염이 유발되기도 한다.

기관지 천식이 있는 경우 이러한 증상이 더욱 악화될 수 있으며 또한 콧물이 뒤로 넘어가면서 기침을 유발하기도 한다.

만약 3주 이상 지속되는 만성 기침이 있는 경우 그 원인이 부비동염 일수도 있음을 감안해야 한다.

부비동염은 소청통탕, 방풍통성산, 형개연교탕 등의 한약처방을 통해 열증을 가리웠고 분비물을 줄여 주며 체질을 개선시킬 수 있다.

안면부 혈자리에 침치료를 통해 막힌 코를 소통시키며 또한 죽염

수, 유칼립투스, 티트리, 페퍼민트 등의 에센스 오일과 소염약침, 황련해독탕 약침 등을 섞은 용액을 희석해 코로 흡입하는 방식으로 치료를 시행할 수 있다.

감기 바이러스에 의한 가벼운 부비동염은 감기가 나으면서 저절로 치료되는 경우가 많다.

세균성 부비동염의 경우는 적절한 항생제를 투여하며 약물로 치료되지 않는 부비동염의 경우에는 환기와 배설이 이뤄지도록 하고 원인이 될 수 있는 코 안의 구조적 이상을 교정하는 수술적 치료를 고려해 볼 수 있다.

부비동염을 예방하기 위해서는 위생관리와 감기에 걸리지 않도록 하는 것이 중요하다. 만약 급성 부비동염 증상이 있다면 적절한 치료를 시행해 만성으로 이행되지 않도록 해야 한다.

부비동염에 걸린 경우 비강 세척이 증상완화 및 치료에 도움이 된다. 아침, 저녁으로 세수할 때 손바닥이나 주사기, 코 세척 기구를 사용해 식염수를 콧속으로 흘러 들어가게 해 목으로 나오게 하고, 삼키지 말고 뱉는 방법으로 세척한다.

김 이 군

구암한의원장



기 고론

미리 알아두고 피해 막아요! 여름철 태풍대비 행동요령

매년 여름철이면 어김없이 찾아오는 태풍으로 인해 큰 피해가 발생하고 있으며 특히 태풍은 많은 비를 동반하여 피해를 가중하고 있다.

8월에는 평균적으로 3개 정도의 태풍이 몰아치고 근 몇 년간의 추세로 볼 때 9월, 10월 또한 강력한 태풍이 몰아칠 가능성이 있다. 작년 이맘때엔 집중호우로 전국적으로 이비규원의 상황이 연출되었다.

우리 지역에서도 이틀간 쏟아진 비에 섬진강 제방이 버티지 못하고 무너져 내리는 바람에 제방 주변 9개 마을이 침수되었고 많은 농경지와 350여 명의 주민이 삶의 터전을 뒤로하고 대피시설로 옮겨져야 했다. 그날 밤부터 다음날까지 이어지는 구조작업의 기억에 그때 투입되었던 대원들은 아직도 허를 때두른다.

지난해 수도권에 최대 100mm 비를 뿌리고 갔던 8호 태풍 "비비"를 떠올려볼 때, 기상청은 남은 8월과

9월 태풍이 우리나라에 어떤 피해를 주고 갈지 예단하기 어렵다고 말한다. 이에 비싸 긴장하지 않을 수가 없다.

남원소방서는 여름이 들어서기 전부터 수해 작업을 위한 장비들을 점검하여 출동 체비를 마쳤지만, 정작 우리는 생활 속에서 어떤 점들을 주의해야 할지 잘 모를 때가 있다. 태풍은 적도 부근의 고온다습한 공기가 상승하는 가운데 작은 소용돌이로 시작된다.

규모가 커진 중형급 태풍은 제2차 세계대전 때 일본 나가사키에 투하된 원자폭탄보다 만 배 이상의 큰 에너지가 있다고 추정된다고 한다.

태풍의 가장 작은 단계인 바람 3급에선 간판도 쓰러질 수 있고 바람 14급에선 가지를 탈선시킬 수도 있다고 하니 가히 엄청난 비바람 덩어리가 아닐 수 없는 것으로, 태풍의 피해를 최소화하기 위해서는 우리는 생활에서 몇 가지 꼭 주



이 경 석

남원소방서 방호구조과 소방위

의해야 한다.

▲첫째, 급변하는 기상 상황을 방송으로 확인하며 불필요한 외출은 삼가야 한다. 강한 비바람에 창문이 깨지는 일도 있으니 유리에 X자로 테이프를 붙이고 문과 창문에서 먼 실내에서 대기를 해야 한다.

▲둘째, 휴가나 장시간 외출을 하게 된다면 콘센트를 뽑고 백열등, 형광등을 끈다. 장시간 켜놓으면 과열되어 전기화재의 원인이 된다. 또 빗물이 스며드는 곳에는 누전차단기를 설치하여 사고를 미리 방지토

록 한다.

▲셋째, 부득이하게 외출한다면 위험이 따르는 장소에는 되도록 가지 않는다. 물이 순식간에 불어 날 수 있는 계곡이나 하천은 피해야 하며, 공사장이나 가로등 부근도 사고 위험성이 크니 가까이 가지 말아야 한다.

▲넷째, 운전 중 차가 물에 잠기기 시작했다면, 즉시 시동을 끄고 탈출하여야 한다. 시간이 지나면 수압 때문에 문이 열리지 않기 때문이다. 운행 중 침수된 도로를 지나야 한다면 일정한 속도로 통과를 해야 사고 위험을 줄일 수 있다.

▲다섯째, 농촌 지역에서는 논둑에 물꼬를 점검하기 위해 나가지 말아야 한다. 평소 안전하다고 생각하던 곳도 폭우가 쏟아지면 순식간에 위험지역이 될 수 있기 때문이다. 사고를 소 잃고 외양간을 고치는 격으로 생각하여 대비해선 안 된다. 외양간을 튼튼히 관리해 소나 돼지 등을 잃지 않겠다는 마음으로 주의 기울여야 행복한 가정이 지켜진다는 것을 명심해야 한다.

사 설

공직사회 강타한 어느 사기사건

최근 가짜 수산업자의 사기사건이 공직사회를 강타하고 있다. 수산업자 행세를 하는 사람의 100여 원대 사기 행각에 검사와 경찰은 물론 특별감사, 야권의 유력 정치인, 중견 언론인들까지 들러리를 선 것으로 드러났다.

한날 사기꾼의 인맥 관리에 사회지도층 인사들이 졸졸이 당했다는 게 믿기지 않을 정도다. 국회의원을 포함한 공직자들은 직무 관련성이 없더라도 일정한 금액 이상의 금품이나 향응을 받으면 처벌을 받게 된다.

2016년 '부정청탁 및 금품 등 수수의 금지에 관한 법률' 이른바 청탁금지법 또는 김영란법이 제정됐다. 가짜 수산업자에게 렌트 차량이나 명절 선물 등 100만 원 초과 금품을 받은 공직자들은 모두 형사처벌 대상이다.

청탁금지법 시행 이후 사회지도층 인사들이 대규모로 적발된 것은 처음이다. 김영란법 게이트로 불릴 정도다.

공직자가 지위를 남용해 사익

을 추구하지 못하도록 하는 '이해충돌방지법'이 내년부터 시행된다.

청탁금지법 적용 대상을 확대하지는 논의도 진행되고 있다. 청탁금지법 위반으로 작년까지 제재를 받은 사람은 1,025명이다. 그러나 이는 전체 신고 처리의 8%에 불과하다.

아마저도 과태료 처분(679명)이 대부분이다. 형사처벌은 110명뿐이어서 솜방망이 처벌이라는 지적이 있다. 법 제정 당시 언론인과 사립학교 교직원이 포함되면서 반발도 컸다.

자금은 도리어 적용 범위를 확대하지는 논의가 진행 중이다. 네이버 등 인터넷 뉴스 서비스 사업자의 대표자 및 임직원과 어린이집 원장 그리고 보육교사 등도 적용 대상에 포함시키는 개정안이 국회에 제출돼 있다.

사회지도층 인사 중에 작업윤리 의식이 낮거나 과거의 넓은 관행을 벗어나지 못한 사람들이 많다. 부정부패의 현주소를 철저히 진단해야 한다는 목소리가 높아지고 있다.

광복 76주년과 독립운동가 김란사

여성 독립운동가 하란사(河蘭史 1875~1919)의 본명은 김란사(金蘭史)이다. 본관은 전주김씨다. 원래 성씨인 김씨에서 남편 성씨인 하씨를 따른 것이다. 하란사는 평양에서 부친인 전주김씨 김병훈과 모친인 이씨 사이에서 1남 1녀 중 장녀로 태어났다.

이후 서울로 이사회 서울 평동에서 한학을 배우며 부친의 무역업을 도왔다.

1911년 부친은 무역업에 전념하기 위해 인천으로 이주했다. 란사(蘭史)라는 이름은 이화학당 입학 후 세례를 받고 '낸시(Nancy)'라는 이름을 얻은 뒤 한문식으로 바꾸어 '난사(蘭史)'라 붙여졌다.

김란사는 이화학당을 졸업하고 일본 도쿄 게이오기주쿠(慶應義塾)대에서 1년을 공부했다. 그 뒤 1888년부터 2년간 미국 워싱턴DC의 하워드대학 등에서 공부했다.

이어 1900년 오하이오주 웨슬리안 대학에 입학해 문학을 공부하고 1906년 문학사 학위를

받고 귀국했다. 그 뒤 모교인 이화학당에서 학생 자치단체인 '이문회(以文會)'를 조직하고 지도했다.

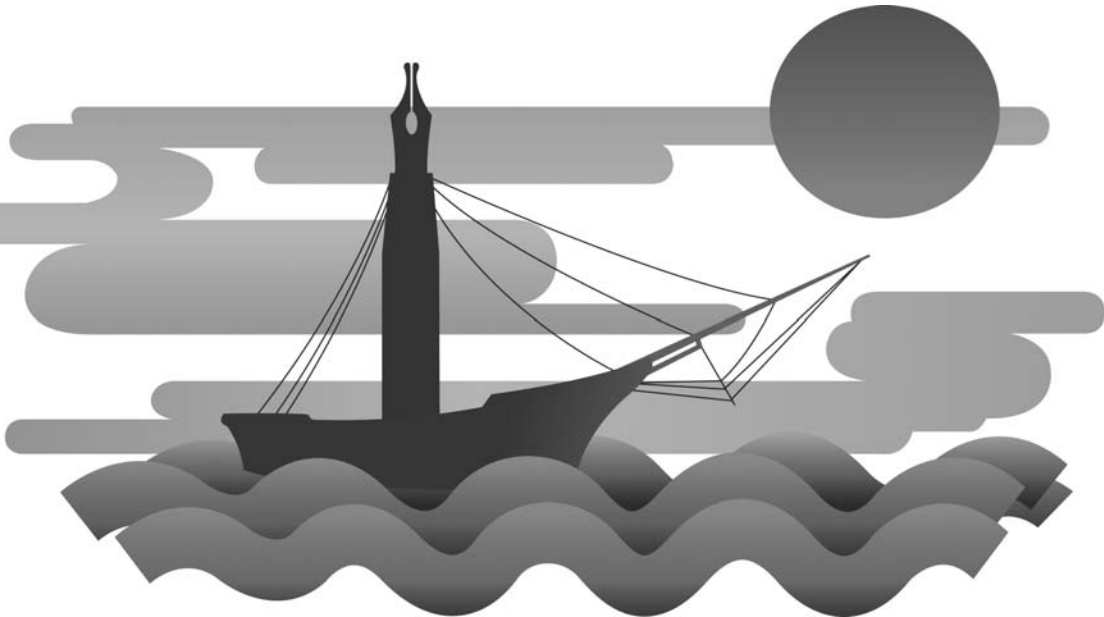
당시 유관순은 김란사의 제자였다. 특히 유관순은 이문회 회원으로 하란사의 지도를 받았다. 그러나 김란사는 파라국제 강화회의의 한국 대표로 비밀리에 파송됐다가 중국의 베이징에서 목숨을 잃고 말았다.

한편 독립운동가 김란사 지사의 생애를 기념하는 광복 76주년 특별전이 열려 관심을 모으고 있다.

이번 특별전 '네가 선택한 삶이 아름답기를'은 8월 13일부터 2022년 9월 30일까지 서울교육박물관 특별전시실에서 열릴 예정이다.

이번 전시에서는 현대 작가들의 시선으로 재해석한 작품을 통해 김 지사의 생애와 활동을 소개한다. 고민경, 레오나르, 위인프로젝트 등 회화, 조소, 그라피티, 사진, 모형, 보석, 모바일 예술 등 각 분야에서 활동하는 26명의 작가가 참여했다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

“더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문”을 위해 전주매일의 전 직원들은 ‘전북 최고의 신문’을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일