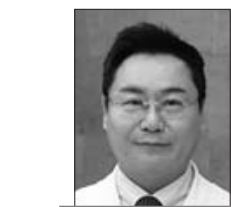


건강 칼럼

파킨슨병, 수명과 연관 있을까... 원인 및 증상부터 알아야

이유 없이 갑작스럽게 손떨림 증세가 보인다면 단순한 떨림이 아닌 파킨슨병의 가능성이 있다. 하지만 증상만으로는 파킨슨병과 유사한 질환이 있는 만큼 이를 유발하는 여러가지 신체, 정신적 원인을 파악해야 한다.

파킨슨병은 손발 떨림, 불안하고 예민함, 부자연스러운 움직임, 글쓰기 작업이 어려운 등의 증상이 발생한다. 증상은 미미하게 진행되기에 환자 스스로 느끼지 못하는 일이 많으며 스트레스 정도에 따라 증상이 심각해졌다 나아지기도 하는 모습을 보여 초기증상일 때 대처하는 것이 중요하다. 처음 나타난 파킨슨병 증상을 무심코 지나치게 된다면 증상이 악화되어 심각한 장애를 겪을 수 있으며 삶의 질 또한 저하된다. 현대의 대표적인 퇴행성뇌질환이자 치매, 뇌졸중과 함께 3대 노인성 뇌질환으로 알려져 있는 파킨슨병은 까다로운 병으로 여겨진다. 이는 현대 의학의 한계로 명확한 소견을 제시하기가 어려운 탓이다. 신경퇴행성 병 자체가 환자의 상태만으로 진단, 진행 단계를 파악하는 것이 어려우며 초기 증상일 때에는 동작이



박 주 호  
소울한의원 원장

느려지는 등의 모습을 인지하지 못하거나 구분하기 어렵다. 발생 시점을 모르기에 현대 파킨슨병은 약물 반응 정도, 병의 진행 정도, 동반 증상 등으로 판단한다. 예를들어 채머리라 하여 머리 흔들림 증상이 나타나는가 하면 이전에 비해 본태성진전 증상이 심하게 나타나기도 한다. 대표적인 부작용이 이상운동증상이기 때문이다. 손만이나 다발 떨림, 눈떨림현상이 나타나기도 한다. 갑자기 손이 떨려요 라고 고통을 호소하는가 하면 손 떨리는 이유를 몰라 스트레스를 받기도 한다. 이는 시간이 지날수록 더 심각해져 반응 시간이 점차 단축되다 사라지는 모습을 보인다.

노화에 의해 파킨슨병이 발생한다 생각하기 쉽지만 실제로는 신체적 요인 외에도 정신적인 요인도 영향을 많이 미치는 편이다. 단순한 노화로 여기면 온몸의 근육 경직으로 발전하게 되어 혼자서는 거동조차 할 수 없을 정도로 일상생활이 불가능한 수준에 도달하게 된다. 처음에는 단순히 수전증으로 시작해서 이후 균형감각이 저하되고 보행장애가 발생하며 근육 감직 및 식사장애가 발생한다. 종래에는 활채어 신세를 지게 된다. 따라서 파킨슨병은 조기에 발견하여 악화 속도를 늦추고 증상을 가벼운 상태로 만들어 내는 것이 중요하다. 또한 발병 이전의 몸 상태로 회

복하는 것이 좋다. 적절히 대처하지 않고 방치한다면 합병증으로 파킨슨병치매가 발생할 수 있다. 전체 환자의 40%는 치매로 전이되는 모습을 보이고 있기에 평소 뇌 건강검진 등으로 관리를 시행하여 발병 위험을 낮추는 것이 바람직하다. 일반적으로 파킨슨병은 몸의 한쪽에서 먼저 발생하고 시간이 지나면서 반대쪽에서도 나타나며 비대칭성이 완화되지는 않는다. 초기부터 손떨림이 시작되어 후기까지 이어지며 증상이 진행될수록 자세이상, 서동(행동이 느려짐), 근육경직이 나타난다. 여기에 비운동적 증상인 후각손실, 수면장애, 자율신경기능 저하, 정신장애 등이 동반된다. 이 중 정신장애는 치매와 우울증이 다수를 차지하고 있으며 우울증의 경우 전체 파킨슨병 환자 중 40~70%에서 동반된다. 증상을 완화시킴으로써 가급적 일상생활이 유지될 수 있도록 도와주는 것을 목표로 개선을 진행하는 일이다. 평소 움직일 때 조금이라도 장애가 느껴지는 경우 수전증에 좋은 음식 등의 생활 관리가 필요하다.

독자제언

민식이법 시행 스쿨존에서는 조심 또 조심

차를 운행하는 운전자들이라면 바짝 긴장해야 할 소식이 있다. 25일부터 어린이 보호구역인 '스쿨존'에서 교통사고를 내 어린이를 다치게 하거나 사망에 이르게 한 운전자를 가중처벌하는 이른바 '민식이법'이 시행된다는 소식인데, 법안이 본격 시행되면 스쿨존 내에서 어린이 사망사고를 일으킨 운전자가 징역에 처해질 수도 있다. 민식이법은 도로교통법과 특정범죄 가중처벌법 개정안 두 가지로 나뉘는데, 운전자들이 특히 조심해야 할 법안 핵심은 특정범죄가중처벌법 개정안이다. 특정범죄 개정안은 어린이 보호구역 내에서 규정속도(30km/h)이상의 속도로 운행하거나, 안전운전 의무를 위반

한 경우 가중처벌하는 내용을 담고 있으며, 그로 인해 13세 미만의 어린이를 사망에 이르게 한 경우 가해자는 무기 또는 3년 이상의 징역, 상해의 경우 15년 이하의 징역 또는 500만원 이상 3000만원 이하의 벌금형에 처해지는 등 처벌의 수위가 한 층 높아진 것을 볼 수 있다. 운전자는 안전운전 의무를 위해 어린이보호구역에서는 단속카메라가 없더라도 항상 서행해야 하며 스쿨존에 들어서는 차량은 횡단보도 앞에서 일단 정지하고 반드시 주변 인도에 어린이가 있는지 확인해야 한다. 또한 어린이가 주정차 차량 사이로 뛰어나올 수 있으므로 스쿨존에서의 불법 주정차는 금물임을 명심하자. 이진기 남원경찰서 교통관리계장 경위

비상구와 소방시설! 생명을 살린다

비상구란 "화재 등 긴급상황 시 인명대피를 위한 특별한 출입구"로 주 출입구의 반대편에 설치된다. 하지만 우리 주변의 많은 비상구는 본래 기능을 다하지 못하고 있다. 2017년 12월 발생한 제천스포츠크센터 화재는 비상구 폐쇄가 얼마나 많은 인명피해를 가져올 수 있는가를 여실히 보여주었다. 이처럼 엄청난 인명피해에도 일부 특정소방대상물 관계인의 편의와 무관심으로 비상구 관리에 많은 허점을 드러내고 있는 실정이다. 비상구 폐쇄·훼손, 물건 적치행위, 스프링클러 등 소방시설 고장으로 인한 정상작동 불능행위는 화재 등 진화 위급상황 시 직접적인 인명피해를 가져올 수 있다. 전라북도에서는 2017년 1월부터 "소방시설 등에 대한 불법행위 신고 포상 조례"를 제정·시행하고 있으며, 순찰 소방서 또한 연중 비상구 폐쇄 및 불법 소방시설 신고포상제를 운영하고 있다. 포상금 지급 신고대상은 문화·집회,

관매, 운수, 숙박, 위락시설, 복합건축물, 다중이용업소이며, 포상금 지급 불법행위는 ▲소화설비중 소화펌프 고장·방치 ▲수신반 전원, 동력(감시) 제어반 및 소방시설 비상전원 차단·고장방치 ▲소방시설이 작동하는데도 소화배관을 통하여 소화수나 소화약제 미방출 상태 ▲소방시설 폐쇄(잠금 포함)차단 ▲건축물 피난시설 및 용도의 제한에 따른 복도, 계단, 출입구 폐쇄·훼손, 피난장에 ▲방화구획용 방화문(자동방화셔터 포함) 폐쇄·훼손, 장애물 설치 행위이다. 신고는 가까운 소방서를 방문하거나 또는 우편, 팩스, 정보통신망 등 방법으로 할 수 있고, 포상금 지급 심의를 거쳐 1회 5만원, 연간 동일인 최대 50만원으로 제한·지급한다. 비상구 폐쇄와 불량 소방시설 방치는 화재 시 인명을 해치는 치명적인 행위이다. 나와 내 이웃의 생명을 살리는 비상구와 소방시설, 우리의 작은 관심이 안전을 보장합니다. 강정현 순창소방서 방호구조과

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴  
기고와 투고를 기다립니다.

(우)590-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 승주빌딩 4층

사설

두려운 코로나 계속 경계해야

코로나가 두려움의 대상이다. 이제 확진 환자가 9037명이고 사망자는 124명이다. 유럽의 여러 나라 들만큼은 아니지만 한국도 곤란한 지경이다. 지속적으로 확진 환자가 늘고 사망자도 늘고 있어 두렵고 불안한 나날이다. 우리 전북의 경우 상대적으로 청정지역이라는 하지만 그래도 안심할 수 없는 상황이다. 전북도와 관계 당국자들에게 거듭 당부하고 싶은 것이 있다. 도내 소규모 교회들의 동태에 민감하게 대처했으면 한다. 다들 알고있다시피 소규모 교회들 중에는 힘들어 하는 이들이 있다. 매주 들어오는 헌금이 아니면 현상 유지가 어렵다. 그런 까닭에 그들은 현장 예배 쪽에 강한 유혹을 느끼고 있다. 최근들어 전국적으로 확진 환자가 늘고 있는데 소규모 교회 측의 비협조가 한몫하고 있음은 부인할 수 없는 사실이다. 전북도는 서울과 경기 쪽 교회들에서 확진 환자가 발생한 것을 두고 심상히 여겨선 안된다. 전북도는 도내의 교회들에게 일요일 예배는 물론이고 다른 집회

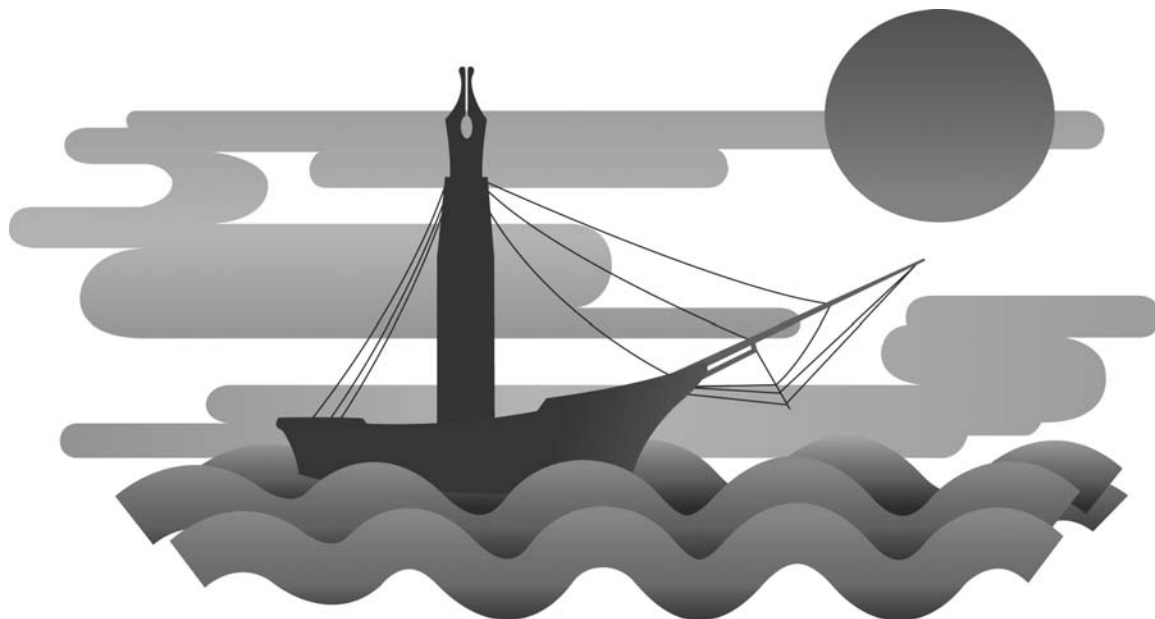
도 자체에 줄 것을 호소하고 있다. 사람의 목숨이 달려 있다는 점에서 그것은 당연한 요구가 아닐 수 없다. 그런데 현장 예배의 유혹을 떨치지 못하고 있는 이들이 판소리를 내고 있으니 개탄스럽다. 거듭 말하지만 은혜의 강 교회나 사랑제일교회 등이 보여주었던 짓거리 는 반면교사로 삼아야 한다. 대구 한마음 요양병원과 다른 요양 시설이 보여준 행태도 반면 교사의 사례로 삼아야 한다. 지금 이 순간에도 대구 경북과 서울 경기 등 수도권에서는 확진 환자가 계속 불어나고 있다. 확진 환자가 끝없이 발생하면 의료진의 피로가 누적될 터인데 앞으로가 걱정이다. 전북의 경우는 상대적으로 덜 심각하지만 그래도 알 수 없는 게 내일의 일이다. 신규 확진자는 해외에서 유입되는 경우가 많은데 국내에서도 미국을 다녀온 군산 시민이 신규 확진 환자로 드러난 적이 있다. 지금 도민들은 전북도와 방역 당국 관계자들을 믿고 의지하는 마음이 크다.

여성 일자리도 창출해야 한다

일지리의 부족은 지역의 오랜 고민이다. 그것은 도내 언론사들이 때마다 보도한 바이다. 전북도는 젊은 여성일자리도 관심을 갖지 않으면 안된다. 도지사는 저번에 임산부와 다 자녀 가구에 큰 관심을 보인 바 있다. 그리고 위라벨 정책을 위해 직원 목소리도 청취해 정책에 반영하겠다는 말도 했었다. 그런데 그 약속들을 지키기 위한 행보가 지금 잘 되고 있는지 물어보고 싶다. 도내 인구 유출 대다수는 청년들 일 것이라 여겼었는데 그게 짧은 생각이었다. 스무살에서 스물네살 사이의 젊은 여성들의 경우는 남성들의 유출보다도 더하다는 보고이니 문제가 심각하다. 전북도는 말 그대로 전북의 인구 동향을 면밀히 주시해야겠다. 그리고 전북도는 이 어려운 때에 도내 젊은이들에게 진화 희망을 보여줘야겠다. 전북도는 저출산 문제에 깊은 관심을 갖고 그에 맞는 정책을 펴겠다고 말한 바 있다. 젊은 여성들이 전북 지역에 눌러 살게 하려면 구체적인 관심과 지원을 아끼지 말아야 한다.

전북도는 힘을 내서 지금의 난관을 극복해야 한다. 해결해야 할 일들이 많은만큼 전력투구해야만 한다. 전북도는 미래 비전을 말했지만 현실은 어려운 것 투성이다. 저번에도 여러 번 지적했거니와 전북도가 문제 해결에 진취적인 모습을 보여주어야 한다. 현재 전북도민이 182만 명을 갠 신히 턱걸이 하는 수준인데 반해 전북 출신 출생민은 340만 명이다. 이것은 심각한 불균형이 아닐수 없다. 전북도는 젊은 여성들이 무엇을 원하는지 체크해야 한다. 젊은이들을 위한 일자리에 신경을 쓴 그 이상으로 젊은 여성들을 위한 일자리도 신경을 써야 한다는 주문이다. 젊은 여성들을 위한 일자리를 마련하지 못한다면 젊은 여성들의 유출은 기정 사실이다. 서울 경기 쪽의 코로나가 완전히 진압되면 유출 가속화는 뻔할 터이다. 전북도는 우리 전북이 청정 지역으로 남아 있는 지금 젊은 여성에게 일자리 창출을 위해 심도 있게 생각해야만 한다.

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

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일