

건강칼럼

다래끼에 대한 오해와 진실

다래끼는 시간지나면 저절로 낫는다?

다래끼는 눈썹 모공 눈물샘이 세균에 감염돼 발생하는 질환이다.

눈꺼풀 주위가 따끔거리고 이물감이 느껴지며 부어올라 적게는 1주일, 많게는 1개월 이상 지속되는 안과질환이다.

3~4일이 지나면서 고름이 생기는 다래끼와 꺾이지 않고 콩처럼 단단해지는 콩다래끼로 나뉜다.

속눈썹의 모낭에 발생할 경우 굵은 부위의 눈썹을 뽑으면 고름이 배출돼 증세가 호전되기도 한다.

이에 비해 기름샘이 막혀 생기는 콩다래끼는 통증이 없는 것이 특징이다.

크기가 클 때는 난시가 생겨 시력도 일시적으로 저하될 수 있다.

다래끼는 증상이 심하지 않은 경우 약을 복용하지 않고 온찜질만으로 호전되기도 한다.

하지만 증상을 완화시키기 위해 온찜질과 더불어 항생제와 소염제

를 통한 약물치료를 병행하며 심한 경우에는 간단한 절개를 통해 농을 배출시키기도 한다.

계절에 따라서도 발병률의 차이가 있는데 요즘 같은 여름철이 겨울보다 30% 가까이 더 많다.

실제 건강보험심사평가원의 자료에 따르는 지난해 7~8월 다래끼 환자 수는 40만833명으로 같은 해 1~2월 30만5537명보다 31%가 더 많았다.

기온이 높아 세균 활동이 왕성해 지는데다 물놀이 등을 통해 세균 감염 위험에 더 노출되기 때문이다.

세균은 거의 대부분 손을 통해 옮겨지기 때문에 손을 깨끗이 하고 가능하면 눈에 손을 대거나 비비는 등의 행동을 하지 말아야 한다.

다래끼가 생기더라도 초기에 적극적으로 치료하면 증상을 많이 완화시킬 수 있다.

눈다래끼는 처다만 봐도 옳다는 이야기가 있지만 실제로는 전염되지 않는다.

세균이 있다고 무조건 발병하는 게 아니라 인체 내부적인 요인으로 메이볼샘(Mebomian gland) 등의 폐쇄가 동반된 경우에 발병하기 때문이다.

안과질환 중 특정 결막염만 전염성이 있다.



노창래
대전성모병원 교수

다래끼가 너무 자주 생긴다면 반드시 안과진단을 받아야 한다.

동일한 부위에서 자주 재발하는 경우 피지샘염과 같은 악성종양인지 확인하기 위해 반드시 조직검사가 필요하다. 피지샘염의 경우 콩다래끼와 병의 경과가 비슷하다고 알려져 있어 반드시 정확한 원인을 확인해야 한다.

평소 눈꺼풀 건강이 좋지 않고 특히 안검염과 같은 눈꺼풀 이상이 있는 경우 피로를 피하고 세수할 때 따뜻한 물을 사용하는 것이 도움이 된다.

눈 다래끼는 보통 포도구균에 의한 감염에 의해 발생하므로 눈의 위생상태를 청결히 한다면 예방할 수 있다.

특히 여름철에는 야외활동이 늘면서 그로 인한 개인위생 문제가 뒤따른다.

눈의 청결을 위해 손을 자주 씻어 눈에 자극이 되지 않도록 해야 하며 가능한 한 눈을 만지지 않는 것이 좋다.

독자제언

불법터위 자동차 내 폭발사고 방지를

불법터위가 이어지는 여름철에는 차량을 망가뜨리거나 대형사고를 불러올 수 있는 자동차 관련 위험요소가 많다.

우선 폭염 속 밀폐된 차량에 일회용 가스라이터, 실내탈취제 등 가스가 있는 제품과 휴대전화 등 전자기기를 내버려 두면 폭발할 위험이 크다.

한낮 기온이 35도를 웃돌 때 차량을 외부에 세 시간만 주차해도 고온의 직사광선 때문에 차량 내부 온도가 최고 90도까지 치솟기 때문이다.

이런 온도에서는 용기에 담긴 주스나 탄산음료도 폭발하기 때문에 무심코 차 안에 놔두는 행위를 삼가야 한다.

또한 달아오른 차량 표면에 피부가 직접 닿으면 자칫 화상도 입을 수 있다.

따라서 실내 주차장 또는 그늘에 차를 세우는 것이 좋고, 부득이하게 실외에 주차할 때는 창 유리를 살짝 열어두거나 햇빛 차단막 등을 활용해

실내 온도를 낮게 유지하는 것이 중요하다.

또 오랫동안 실외에 세워둔 차량을 탈 때는 에어컨을 세게 튼 상태에서 차 문을 열고 단기를 4~5분 정도 반복해주면 좋다.

이렇게만 해도 차 내부 온도는 크게 떨어진다. 최대 300도까지 상승하는 여름철 엔진 과열 또한 사고를 불러올 수 있는 위험요소다.

자동차 냉각수의 정상온도는 보통 85~95도인데 100도에 가까워지면 냉각수가 주행 중에 끓어 엔진 과열이 발생한다.

이런 경우 엔진이 치명적인 손상을 입어 부품 내구성과 연비가 줄거나 최악에는 화재가 발생하기 때문에 운전자는 냉각수의 구성 요소인 부동액 관리를 철저히 해야 한다.

이제 본격적인 더위가 찾아오고 있다. 조금만 주의를 기울여 여름을 내차와 나의 안전을 지키길 기대한다.

반국선 전주환신경찰서 남문지구대 경찰

독자제언

데이트 폭력 적극적인 신고가 최고의 해결책

최근 언론을 통해 심각하게 들리는 말이 있다.

바로 '데이트 폭력'이다.

데이트 폭력이란 서로 교제하는 미혼의 동반자 사이에서 발생하는 폭력의 위험 또는 실행이다.

성폭행, 성희롱, 협박, 폭력, 사회적 매장, 스토킹뿐 아니라 언어·정신적 폭력, 동반자 중 한쪽이 권력적 우위를 유지하는 것 역시 데이트 폭력에 해당한다.

데이트폭력 사건이 접수되면 경찰은 가해자의 처벌과 격리뿐 아니라 피해자를 보호하기 위해 다각적인 순무션을 진행한다.

피해자에 대한 법률지원은 물론 신변보호 조치를 통해 만에 하나 발생할 보복성 2차 범죄를 차단한다. 현재 경찰은 한국판 '클레어법' 도입도 고려하고 있다.

클레어법은 2009년 영국의 클레어 우드러는 여성이 남자친구의 폭력에 시달리다 살해된 사건을 계기로 만들어진 법이다.

가해자는 클레어 살해 전에도 여자

친구를 납치, 폭행한 전과가 있음이 밝혀졌고 클레어의 가족들은 사전에 가해자의 폭력 전과를 알고 있었다며 딸의 죽음을 막을 수 있었을 것이라며 법 개정을 요구했다.

클레어법이 국내에 도입되면 데이트 폭력이 의심될 경우 상대의 폭력 전과를 조회할 수 있게 된다.

실제로 신고 된 사건을 분석한 결과 가해자의 절반 이상이 전과자였음이 밝혀졌다.

당사자가 사건의 심각성을 인식하는 것만큼 주변 사람들의 관심과 인식변화도 중요하다.

당사자에게 더 이상 데이트폭력은 당사자의 개인적인 일이 아님을 이해시키고 사회적으로 해결해야 할 중요한 범죄임을 인지시켜야 한다.

데이트폭력에서 주목해야 할 것은 '데이트'가 아니라 '폭력'이다. 사랑하는 사이라고 해서 폭력이 정당화되지는 않는다. 적극적인 신고야말로 최고의 해결책임을 잊지 말아야 할 것이다.

이경태 전인경찰서 백운파출소장

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

전주매일 전자신문 www.jjmaeil.com

사설

전북도, 예산

전북도의 예산 확보 노력에 관심이 크다. '전라북도 예산정책협의회'가 서울 국회의원 회관에서 열렸는데 그 자리에는 송하진 도지사와 도내 국회의원들이 함께 했다. 도지사가 예산 확보와 탄소법 후속조치 등 도정 현안 문제를 이야기한 것으로 알고 있다. 도지사가 도정 현안의 원활한 추진을 위해서 도움을 요청한 것이다. 도민들이 볼 때 도지사의 그같은 모습은 지역 발전을 위해 합당한 행보이다.

도지사가 현안 해결을 위해서 뛰고 있음은 고마운 일이다. 그런데 더 중요한 것이 있다. 그것은 행보가 즐거우냐 한다는 것이다. 이쪽의 기대와는 다르게 정부 측 예산 편성이 매년 미흡했기 때문이다. 매년 예산이 증액됐지만 그게 미미해서 증액같지가 않았던 것이다. 따라서 도지사와 전북도의 행보에 도민의 관심이 쏠리고 있음은 당연하다.

저번에 했던 말을 또 하거나 도민의 기대는 예산의 대폭 증가에 있다. 그런데 정부 쪽에서 인색하게 나오고 있어서 도민들은 섭섭함을 감추지 못하고 있다. 전

북도가 지난해 보여줬던 모습이 생각난다. 예산 6조 원 시대를 열었다며 자축하는 듯한 모습이었지만 그것은 그때 뿐이었다. 그 정도로는 지역 발전을 보장할 수가 없다는 것을 곧 깨달았기 때문이다. 그래서 올해도 도민들은 이런 저런 생각이 많다. 전북도의 수장인 도지사가 예산 확보를 위해서 뛰고 있지만 도민들의 관심사는 그 성과 쪽에 있다. 여기 당연한 말을 거듭하거나 예산은 많으면 많을수록 좋다.

우리 전북 지역은 다른 광역시도와 비교해 낙후의 정도가 심각하다. 빨리 발전해 다른 광역시도의 발전상에 가깝게 따라가지 않으면 안된다. 도내 인구 유출의 가속화 현상을 막기 위해서라도 예산은 많아야 한다. 전북도가 내년도 예산확보를 위해 뜨거운 열의를 보이고 있어서 하는 말이지만 금년의 예산 그해 얼마나 크게 지역 발전에 도움이 되고 있는지 의문이다. 도민들은 언제고 고강도의 발전상과 관련해서는 늘 배가 고프다. 도지사의 행보가 이번만 아니라 계속됐으면 하는 바람은 그래서이다.

전북발전 위해 서로 무한 협력 해야

전북 발전을 위해서라면 서로 무한 협력하는 정신태도가 필요하다. 지금 그같은 정신이 그 어는 때보다도 필요하다. 예전에 이같은 주장이 처음 나왔을 때 본보는 당연한 발언이라고 공감을 표했다. 그 당시 도민 모두도 온전히 동의하는 심정이었을 테다. 그렇게 말한 밑바탕에는 나후의 오랜 세월에서 벗어나야 한다는 열망이 있어서였다. 비로 그 무렵에 나왔던 말이 또 있다.전북발전이 전국의 균형발전의 이정표라는 말이 그것이다.

예산 문제는 지원사업에 말할 때마다 도민들은 속이 끓고 있다. 노골적인 차별 대우를 받고 있음을 말하지 않을 수가 없는 것이다. 전북 발전이 전국 균형발전의 이정표라는 주장은 당연하다. 전북 지역의 현실이 너무나 고달픈 모습이기 때문이다. 전북의 낙후는 도민의 수가 많고 있다. 지난 1960년대에 250만 명이 넘었던 인구가 50여 년이 흐른 지금에 이르러서는 어떠한가. 겨우 188만 명선을 오르내리고 있으니 한심한 노릇이다. 사정이 이러니 지역의 낙후를 말하지 않

을 수 없다. 사실 낙후라도 이런 낙후가 없다.

그러므로 전북도는 지역 발전을 위해서 모든 것을 풀가동해야 한다. 서울에 있는 전북 출신 위정자들이 서로 무한 협력하도록 리더십을 발휘해야 한다. 그리고 그렇게 하는 가운데 균형발전론에도 힘을 실어야 한다. 지역간 균등한 발전을 위해서는 수도권 규제가 원안대로 가야만 되는데 현실은 그게 아니다. 지금 수도권에서는 규제 완화 요구도 성이 안친다는 듯 아예 규제를 폐지해야 한다는 말까지 나오고 있는 판이다. 그러므로 전북도는 지역 발전을 위해 비상한 각오를 다져야 한다. 다시 말하거나 전북발전은 전국 균등 발전의 이정표이다.

전북 발전은 전북도가 어떻게 하느냐에 달려 있다. 전북도가 내년도 예산을 위해서 뛰고 있는 모습인데 힘내야 한다. 그 어느 누구이든 우리 전북에 대하여 제멋대로의 재단 작업을 하도록 내버려두어서는 안 된다. 우리 지역에도 다른 지역처럼 균등한 예산을 편성하도록 해야만 한다.

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 굴러겠다는 약속을 드립니다.

