

건강칼럼

가을 앞두고 '쯔쯔가무시병' 주의

여름 더위가 가시고 신선한 가을을 맞이한다는 처서가 다가왔다. 폭염이 잦아들면서, 야외 활동이 이 시기를 기점으로 많이 늘어난다. 더욱이 추석 전에 머리카락 탈모를 계획하는 인원들도 생긴다.

가을철 야외활동에서 가장 주의해야 할 질환이 바로 쯔쯔가무시병 불청객이다. 진드기를 매개로한 대표 질환인데, 사실 시기적으로는 늦봄과 여름철에 잘 발생하는 것으로 알려져 있지만 발생을 자체가 높기 때문에 비교적 야외활동이 많은 가을철에 주의해야 한다.

쯔쯔가무시병은 털 진드기 유충에 물려 발생하는 법정 3종 감염병인데, 잠복기가 약 6~21일 정도이며 대개 증상은 10~12일 사이로 나타난다. 환자는 가을철 중심으로 1년 내내 발생한다. 참고로 작년에는 쯔쯔가무시병으로 11명이 사망했다고 한다.

털 진드기가 매개가 되는 쯔쯔가무시병 환자는 해당 년 여름에 기

온이 높을수록 많다. 쯔쯔가무시병의 매체인 털진드기 감시체계를 운영하여 채집 건수를 측정해본 결과 여름철 평균 기온이 높을수록 그 건수가 높다. 올해 유난히 무더웠던 올해 여름을 생각해보면 각별히 주의할 기온여야 한다.

대개 발열, 발한, 두통, 오한, 발진, 림프샘 비대 등의 증상을 보이는데 발열이 시작되고 1주일이 지나면 원형이나 타원형의 발진이 나타난다. 타원형의 발진이 나타나면 진단이 가능하다.

쯔쯔가무시증은 적절한 치료를 받으면 1~2일 내에 증상이 호전되

지만, 치료하지 않으면 약 2주이상 발열이 지속하기 때문에 적절한 치료가 필요하다.

만성 질환을 앓고 있거나 고령인 환자의 경우에는 급성호흡곤란증후군, 급성신부전, 패혈성 쇼크, 중추신경계 합병증 등에 의해 사망에 이르기도 해 더욱 주의가 필요하다. 쯔쯔가무시병은 아직 예방백신이 개발되지 못했다. 그렇기 때문에 사전 예방이 무엇보다 중요하다고 볼 수 있다.

매개인 털진드기는 대개 흙이나 풀잎에서 있다가 사람을 포함한 숙주가 지나갈 때 이를 인지

하여 옮겨가는 것으로 알려져 있다. 야외 활동시에는 반드시 피부노출을 최소화 할 수 있는 긴관, 긴바지, 양말 등 의류를 착용해야 한다.

이 외에도 ▲등산, 트레킹 등 야외활동 시 기피제를 준비하여 뿌릴 것 ▲작업 및 야외활동 후에 즉시 샤워나 목욕을 하여 진드기를 제거 할 것 ▲작업 및 야외활동 후 작업복, 속옷, 양말 등 세탁할 것 ▲풀밭 위에 옷을 벗어 놓고 눕거나 잠을 자지 말 것 ▲풀밭 위에 돛자리를 펴서 앉고 사용한 돛자리는 세척하여 햇빛에 말릴 것 ▲논밭 작업 중 풀숲에 앉아서 용변을 보지 말 것 ▲작업 시 기피제 처리한 작업복과 토시를 착용하고, 소매와 바지팔을 단단히 여미고 장화를 신을 것을 권장한다.

만약 쯔쯔가무시병으로 의심되는 증상을 발견했다면 신속히 병원으로 내원해 적절한 치료와 상담을 받는 것 역시 매우 중요하다.



김광민

대전선병원 감염내과 과장

독자제언

아동성폭력 예방, 아이에게 주체성 심어주는 것이 중요

일상적으로 "어른 말을 잘 들어야 착한 아이지," "엄마, 아빠한테 말대꾸 하지마!"라고 말하면서 위급한 상황이 닥쳤을 때는 아이에게 낯선 사람에게 거부 표현을 확실하게 하라고 가르친다면 소용이 있을까?

위기 상황에서 아이의 행동을 좌우하는 것은 부모가 단발성으로 가르쳐준 정보가 아닌, 바로 일상 속에서 체득한 주체성이다.

평소 권위적이거나 아이 의사를 존중하지 않는 부모 아래에서 자란 아이는 성폭력 피해자가 조금이라도 무섭게 나오면 순종적으로 따를 가능성이 매우 높다.

때문에 부모는 평소에도 아이가 자신의 의견과 느낌을 당당하게 표현할 수 있도록 배려하고 존중해주어야 한다.

상대방이 어른일 경우에도 마찬가지로 지인이나 친척어른이 장난스럽게 아이의 성기를 만지는 등의 행동을 할 때는 아이가 만지지마세요. 라고 말할 수 있게 교육하고 이를 지지해 줌으로써 자기표현을 하는 것에 당당한 아이로 키워야 한다.

또한 아이들 사이에서 성폭력이라는 의식이 없이 장난삼아 친구의 성기를 찌르거나 자신의 성기를 억지로 만지게 하는 등의 일이 일어날 수 있기에 평소 아이에게 자신의 몸은 물론 친구의 몸도 소중하다는 것을 반드시 알려주고 '친구의 치마를 들추거나 바지를 내리는 장난 하지 않기', '친구의 소중한 부분 만지지 않기', '친구가 싫다고 하면 하지 않기' 등의 규칙을 정하는 등 내 아이가 다른 아이에게 성폭력의 가해자가 되지 않게 노력해야 한다.

모든 범죄의 최선의 노력은 그런 일이 일어나지 않도록 예방하는 일이다. 특히 아직 정신적으로, 육체적으로 성장을 마치지 못한 아동 대상 범죄의 경우 더욱 그러하다. 그렇기에 어른으로써 '어리니가 괜찮겠지.' 라는 안이한 생각으로 아이가 수치심을 느낄 수 있는 행동은 절대해서는 안되며, 우리 아이들이 안심하고 성장할 수 있는 사회를 만들 수 있도록 노력해야 할 것이다.

연보배 익산경찰서 평화지구대 순경

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

독자제언

야간에 자전거 탈때는 밝은색 옷 입어야

늦은 밤에 자전거를 타고 어린이들이 엄마, 아빠를 따라 집을 나서는 경우가 많다.

자전거를 타기 위한 마땅한 장소가 없기도 하지만 늦은 밤에 아파트에서 자전거를 타는 건 위험천만하기 그지 없다. 더구나 아이들의 덩치에 맞지 않는 자전거와 운전도 미숙한 상태로 아파트 구석구석을 누비다보면 아슬아슬한 경우가 많다.

실제로 도시 아파트 입구 도로에서 엄마손을 잡고 가던 어린이가 초등생이 타고나온 자전거에 치인사고가 있었다. 다행히 큰 사고는 아니었지만 아찔한 순간이었다.

어린이들은 순간 판단력이 성인보다 떨어지기 때문에 커브를 돌다가 갑자기 장애물이 나타나면 피하기가 쉽지

않다. 특히 야간에는 더 위험하리란 건 말할 것도 없다.

자전거의 야간운행도 낮 보다는 시야가 훨씬 협소해지기 때문에 움직이는 피사체를 발견 후 사고를 피할 수 있는 확률이 적어지게 되는 것이다.

야간에 자전거를 탈 때는 전조등을 켜고 밝은 색 계통의 옷을 입고 자전거 곳곳에 반사체를 부착하는 등 상대방의 눈에 잘 띄도록 해야 사고를 방지하는데 도움이 된다.

그러나 더 중요한 건 어린 아이를 두고 있는 부모님들이 야간에는 자전거를 타지 못하도록 적절히 통제하는 조치가 선행되어야 할 것이다.

방곡선 완산경찰서 남문지구대 경장

구독·광고문의 ☎ 288-9700

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 송주빌딩 4층

사설

농촌 과소화 마을 전복의 숙제

농촌 과소화 마을이 또 다시 관심의 대상이 되고 있다. 농촌 과소화 마을은 언제고 반드시 풀어야 할 전복의 숙제이다. 그 숙제 풀기는 빠르면 빠를수록 좋다. 농촌의 인구가 갈수록 줄고 있는데 그해에 대해서 속수무책으로 있는 것은 바른 자세가 아니다. 예전에 여러 번 말한 바 있지만 농촌 지역의 인구가 적은 것과 관련해 그 해법을 짐작해야 한다. 정치적인 측면보다 경제적인 측면에서 접근해야 옳다는 지적이다. 도내 농촌이 피폐한 이유에 대해서 제대로 이야기하자는 것이다.

지금이야말로 농촌 지역의 경제 문제에 주목하지 않으면 안된다. 지역 농촌의 인구 유출은 먹고 사는 문제와 자녀교육 문제 때문이다. 그 때문에 갈수록 농촌 과소화 마을이 줄지 않고 있다. 도내에 20가구 미만의 마을이 1027곳이나 된다는 보고가 나온지 헤아리고 또 바뀌었는데 상황은 나아지지 않았다. 지금의 현상은 더 심각할 거라는 짐작이다. 농촌 거주 인구의 고령화가 오랜 고민이 되고 있는 터에 과소화 현상까지

겹치고 있으니 문제이다. 전북도와 동부권의 지자체는 마을 과소화 현상을 막아야 한다. 그러려면 주민들의 정주 여건과 먹고 사는 것 외에 교육 문제도 신경을 써야 한다. 저번에도 말한 바 농촌 지역의 학생들을 위해서 도교육청이 마을을 더 써야겠기에 하는 말이다. 도내 농촌에서 유출된 인구가 전주나 익산 등 도내 도시권으로 유입되고 있다는 수도권이나 충청권으로 가고 있어서 문제이다. 농촌의 인구 유출을 막기 위해서 소득기반에 도움을 줘야 했는데 전북도에게 그럴 능력이 있는지 궁금하다.

농촌 과소화 마을이 줄지 있음은 오랜 고민거리이다. 오래도록 농촌 과소화 마을이 고민이 되고 있는 중에 동부권 지역이 더 심각하다. 이같은 지적은 부인할 수 없는 사실이다. 무주 진안 장수 3개 군을 합쳐도 그 인구가 원주군 하나보다 적으니 말이다. 전북도와 동부권의 지자체들은 농촌 과소화 마을에 인구를 유입시키기 위해 앞으로 어떤 인센티브를 마련할 것인지 그에 대한 대책을 내놓아야 되겠다.

전북도 재정 현실 주목해야

전북도는 도민의 열악한 재정 현실에 주목해야겠다. 도민들은 예전 그대로 행복지수를 말하기 보다는 불행지수를 말할 수밖에 없는 입장이다. 전북도는 그것을 익히 잘 알고 있을 것이다. 재정 자립도가 전국 최하위 수준이니 말이다. 현재 불가 오름세가 둔화된 채로 있다지만 그래도 그것은 걸보기 현상일 뿐이다. 경제 성장률과 비교해보자면 불가 오름세가 훨씬 높게 나타나고 있는 중이다.

현재 한국 전체의 가계부채가 위험수준이다. 전북 도민들의 가계부채도 두 말할 것이 없다. 역시나 위험 수준이다. 전북도는 이같은 현실에 고민해야 한다. 이따한 현실을 고민하지 않는다면 말이 안 된다. 전북도는 지난날 잠깐의 희망을 말했지만 지난 날 그 화려했던 잠깐의 희망들이 모두 다 어디로 갔는지 모르겠다. 많은 이들이 많은 희망을 말했지만 현실은 녹록치 않다. 앞으로 관찰이될 거라는 전망을 말했음에도 전북 경제의 현실은 결코 속이 다르다. 말 그대로 속된 감정

풀이다. 한국의 경제 성장률 전망치가 갈수록 하강되고 있는데 전북 지역 또한 그럴 게 뻔하다. 이대로는 희망을 말할 수가 없다.복지수요는 늘고 있는데 예산이 줄고 있다는 호소가 더욱 답답하게 들리는 것은 그래서이다. 젊은 이들이 한결같이 고대하는 일자리 창출도 그렇다. 도내 기업들이 전하는 소식이 어둡기는 예나 지금이나 마찬가지이다. 수출이 호황일 때도 속으로 문제가 있어 일자리 창출이 어려웠는데 지금은 문제가 더 심각해졌다. 수출 실적도 하향세라니 말이다.

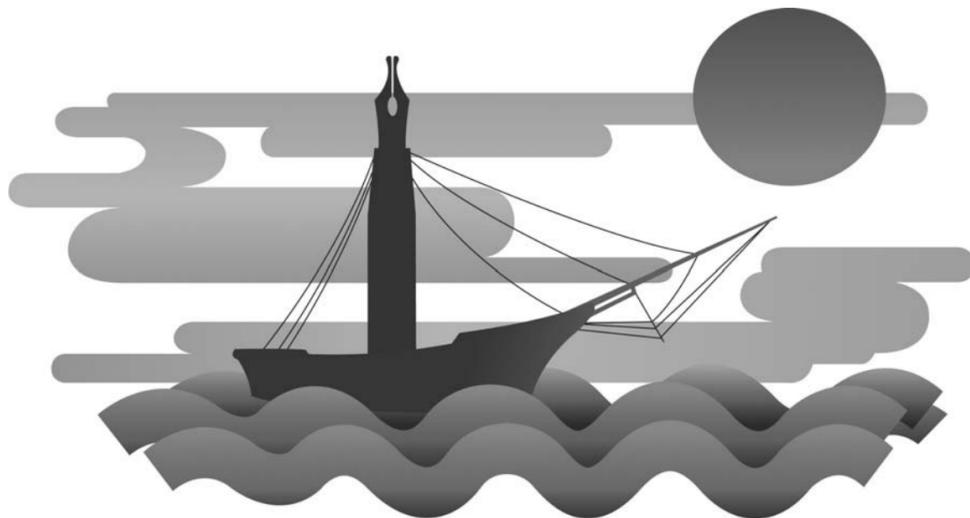
다시 말하거니와 전북도는 재정 자립 풀찌 현실에 주목해야 한다. 전북도가 현재 너무 많은 부채를 지고 있기 때문이다. 다시 말하지만 전북도는 정신차려야 한다. 손에 쥐고 있는 게 없으므로 매년 중앙정부의 눈치만 보고 있는데 딱한 현실이 아닐 수 없다. 이제 무엇이든 달라진 구석이 하나라도 있어야 한다. 지역 경제 활성화 방안을 모색해야겠다는 주문이다.

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 행태를 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 굴러갈 것이라는 약속을 드립니다.



인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일