

건강칼럼

가을철 3대 발열성 질환

다 음주부터 본격적인 추석 연휴에 돌입한다.

추석 성묘, 추수, 등산, 야외활동 등 매년 9~10월 가을철 야외 활동 시 주의해야 할 3대 발열성 질환에 대해 알아보자.

이시기에 유행하는 3대 열성 질환으로 유행성 출혈열, 렘토스피라, 쯤쯤가무시병이다.

이 질환들의 특징은 고열이 나고 두통 등 몸살 기운이 있으며 기침, 오심, 구토, 복통 등이다.

쯤쯤가무시병은 집쥐, 들쥐, 들새, 설치류 등에 기생하는 쯤쯤가무시균에 감염된 털진드기 유충에 물려서 감염되는 질환이다.

논과 밭이 많이 분포돼 있는 지역에서 성묘, 벌초, 도토리, 밤줍기, 주말농장, 텃밭가꾸기, 등산 등과 같은 야외 활동 중에 많이 걸린다.

특징적인 증상은 벌레 물린 곳에 딱딱하게 가피가 형성되면서 고열, 오한, 심한 두통, 발진, 구토, 복통

이 발생한다.

렘토스피라증은 외일세병, 추수열, 논 농부병이라고도 불린다. 렘토스피라 균에 감염된 쥐 등의 설치류, 개, 가축, 야생동물의 소변이 직접 상처 부위나 점막에 접촉해 감염되거나 감염된 동물이나 소변을 배설해 흙, 진흙, 지하수, 개울, 논둑 물, 강물 등을 오염시키고 이에 간접적으로 노출돼 감염된다.

증상은 감염 후 약 1~2주의 잠복기를 지나서 혈액과 뇌척수액에서 균이 나오는 렘토스피라 혈청(발

열기)가 4~9일 정도 지속되며 두통, 근육통, 오한, 발열 등의 증상이 나타난다.

유행성 출혈열(신증후군출혈열)은 한탄바이러스(Hantavirus)속에 속하는 여러 종의 바이러스가 들쥐 집쥐 등의 설치류의 타액, 소변 분변이 공기 중 건조돼 사람의 호흡기를 통해 감염 돼 구토와 복통, 요통, 발열, 단백뇨에 이은 신부전증이 나타나며 출혈성 경향을 동반한다.

이를 예방하기 위해서는 쯤쯤가무시균은 털진드기에 물리지 않게 풀

숲에 늘기 말고 작업 시 기피제를 뿌리거나 긴소매, 양말을 착용하는 게 좋다.

렘토스피라증 역시 야외활동 시 긴 옷과 바지를 착용하며 특히 상처가 나는 것을 방지하고 균 오염이 의심되는 물에서 수영이나 그 외의 작업을 피해야 한다.

특히 추수기나 흥수 이후 벼베기, 벼세우기 작업시 주의해야 한다.

유행성 출혈열은 들쥐의 분변이나 오줌이 배설된 풀에서 휴식이나 야영하지 않고 유행지역에 가는 것을 피해야 한다.

쯤쯤가무시병, 렘토스피라증, 유행성 출혈열은 모두 발진 즉시 보건소에 신고해야 되는 법정 전염병으로 감염 초기에는 공통적으로 발열, 오한, 두통 증상이 발생 할 수 있다.

이러한 증상이 있을 경우 즉시 가까운 의료기관을 찾아 진료를 받는 것이 중요하다.



김이곤

구일한의원장

독자제언

사이버 불링, 117전화신고로 신속한 대응을

오늘날 디지털화 되어가고 있는 시대에 살다 보니 아이들의 손에는 스마트폰이나 노트북 등 디지털 기기가 끊임없이 사용 되고 있다. 그러면서 이를 이용한 각종 범죄와 문제점들이 나타나고 있는 실정이다.

오늘은 사회에 문제가 되고 있는 학교폭력의 신개념인 "사이버 불링(Cyber bullying)"에 대해서 이야기 해보자. 사이버 불링이란, 대표적으로 카카오톡이나 SNS 등 스마트폰 메신저와 휴대전화를 이용하여 가해학생 수십 명이 특정한 한명을 지속적으로 괴롭히는 것을 말한다.

예를 들면, 카카오톡 단체톡방에 괴해학생을 초대해 욕설을 하거나, 모욕적인 이야기를 하는 것이다. 만약 괴해학생이 단체톡방을 나가더라도 지속적으로 초대하는 것이 반복되면서 괴해학생을 더욱더 힘들게 하는 것이다.

이와 같이 학교폭력은 날이 갈수록 오프라인뿐만 아니라 온라인상으로도 점점 퍼져가고 있는 실정이다.

이를 해결하기 위해서 경찰청에서는 학교폭력에 더욱 신속히 대응하고자 다양한 신고채널을 마련하여 국민들에게 홍보하고 있다.

이미 홍보된 전화신고117 외에 안전 드림 홈페이지(www.safe182.go.kr), 모바일 앱, 온라인 상담 휴대폰 문자신고(#0117) 등이 있다.

117 학교 폭력 신고전화는 24시간 운영하며, 학생 및 학부모 등 누구든지 신고가 가능하다.

또한 신고에서만 그치지 않고 상담을 받기 원한다면 전문적인 상담원과 연결을 시켜주기도 하고 중대한 사안으로 파악되면 경찰관이 개입하여 해결하기도 한다.

지금까지 그랬듯이 경찰에서는 자라나는 청소년들을 위해 학교폭력에 방에 다방면으로 홍보활동을 하고 있다. 이는 경찰의 노력만으로는 부족하다. 이를 사회적문제로 인식하고 앞으로 미래를 이끌어갈 아이들의 얼굴에 미소가 번지는 사회가 되길 바란다.

구보민 진안경찰서 경무과순경

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

독자제언

명절 연휴기간 음주운전 더 조심해야

사회생활을 하다보면 부득이하게 술을 마셔야 하는 상황에 처한다.

술을 마시는 것까지는 좋으나, 술에 반응하는 자신을 과신하거나 안일한 생각을 하는 것은 바람직하지 않다.

이것도 음주운전을 대수롭지 않게 생각하는 사람들이 많다.

정음경찰은 음주운전 예방을 위해 연중 주·야간 구분 없이 단속을 실시하고 있다. 단속도 중요하지만 스스로 음주운전에 대한 경각심을 가져야 한다.

특히 명절 연휴기간 중 가족, 친척, 친구들을 만나 술자리를 가질 기회가 많고 명절이라는 들뜬 마음으로 음주를 하고 운전대를 잡을 가능성이 높아 각별한 주의와 주변의 관심이 필

요할 때이다.

오랜만에 만난 친구들, 친척들이 모여 반가운 마음에 운전자에게 술을 권하는 일이 절대 없어야 할 것이고, 절일 과음을 했다면 충분한 휴식을 취한 후 운전은 해야 하며, 주변인들은 음주운전을 부추기는 일이 절대 없어야 할 것이다.

음주운전은 본인에게는 자살행위요 타인에게는 살인 행위와 다를이 없음을 다시 한 번 생각하고 이번 추석 명절에는 수만금의 보화보다도 귀한 자신과 가족의 목숨을 한 번의 잘못된 선택으로 잃어 버렸다는 안타까운 소식을 더 이상 듣지 않았으면 한다.

김현영 정음경찰서 중앙지구대순경

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

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

전주매일 전자신문 www.jjmaeil.com

사설

농촌 왜소화로 30년내 10시군이 사라질 위기

농촌의 미래가 갈수록 심각해지고 있다. 30년이 못돼 도내 10개 시군이 사라질 위기라니 말이다. 한국고용정보원의 '지방 소멸에 관한 7가지 보고서'에 따르면 전주 익산 군산 3개 시와 완주군을 빼놓고 다른 시군들은 위기라는 것이다. 그도 그럴 것이 젊은이들은 일자리를 찾아 수도권으로 가고 저출산과 고령화가 농촌 지역에 오래되도록 있어왔으니 그같은 보고가 기우는 아닐 터이다. 그래서 지금부터라도 전북도는 농촌 살리기에 각별한 관심을 가져야 한다. 삼락농정이다. 농생명 산업이다해서 밝은 쪽에만 포커스를 맞출 게 아니다.

그래서 저반에 전북도가 귀농귀촌 박람회를 연 것과 관련해 다시 또 생각이 많다. 서울 양재동 한 농수산식품유통공사 센터실에서 가진 행사 말이다. 도내 언론사마다 대대적으로 보도를 했는데 도내 농촌의 현실과 오버랩 되는 게 있다. 농촌 왜소화 문제 말이다. 전북도는 '귀농귀촌! 이제 전북이다'라는 거창한 슬로건을 달하고 있지만 도내 농촌 지역의 현실을 보면 그게 아니다. 도내 농촌 인구가 하릴없이 줄고 있

음은 부인할수 없는 사실이다.

지금 진실로 중요한 것은 거창한 수사가 동원된 슬로건이 아니다.전북 농업의 미래를 밝게 열어 나가겠다는 의지를 대내외에 천명하는 것도 중요하지만 그보다 먼저 관심을 가져야 할 게 있다. 지금이야말로 농촌 지역의 경제 문제에 주목할 때이다. 농촌에 거주하는 농민들이 실감할 수 있는 인센티브를 지속적으로 주어서 농촌에 정착할 기분이 나도록 분위기를 살려야 한다는 지적이다.

도내에 207구 미만의 마을이 1027곳이나 된다는데 지금의 현황은 더 심각했으면 심각했지 나가지 않았을 것이다. 전북도가 귀농 귀촌을 말하고 있는데 그 성취를 위해 노력이 활발해야했다. 전북도와 각 지자체는 농촌마을이 갈수록 왜소화 되는 현상을 막아야 한다. 농촌의 인구가 급감하고 있는게 답답하다고 여러 번 토로하고 지적했거니와 이 같은 추세대로라면 나후 고착화가 굳어져 한국고용정보원의 예측 그대로 어려운 상황이 닥칠 게 뻔하다. 전북도는 농촌의 소득기반에 신경을 쓰는 등 보다 실질적인 대책을 강구해야만 한다.

국도의 균형 발전론 계속 말해야 한다

전북도는 기재부를 상대로 국도의 균형 발전을 계속 말해야했다. 동부권 현안 사업들에 대해서 기재부가 눈을 감고 귀를 막고 있다는 보도가사 때문에 하는 말이다. 국토의 모든 지역이 고루 발전해야 하는데 현재 그게 아니다. 그래서 광역 시도별로 발전과 낙후의 모습이 뚜렷하다. 이런 모습은 국도의 균형 발전론과 맞지 않다. 이상과 현실 사이에 괴리가 크다. 전북지역이 매년 기재부로부터 혜택을 당하고 있는데 답답한 노릇이다.

그래도 전북도는 국도의 균형 발전을 계속 말해야 한다. 역대 정부의 일처리 방식을 보면 지역 차별 의도가 역력하다. 전북도는 지역 차별을 당연한 것으로 받아들여서는 안 된다. 전북도는 도민의 정서가 어떠한지 헤아려야 한다. 영남과 호남이 확연히 비교 구분된지는 오래 됐다. 지금은 충청 지역과 비교해도 한참 뒤쳐져 있다. 수십년 동안 차별을 받아왔으니 호남의 낙후가 있을 수밖에 없게 돼 있다.

본보가 예전에 사실을 통해 언급했던 SOC사업만 해도 그렇다.

예산이 점점 증액됐지만 그에 대해 아무런 의미를 찾을 수가 없다. 대구와 경북 지역 쪽은 예산을 퍼주듯 하면서도 호남은 꿀금 거릿듯 인색하게 대했으니 말이다. 동서철도 건설 건도 그렇다. 그 필요성을 말한지 이미 수십년 인데 현실은 변함이 없다. 전북도는 이런 모습이 국토 균형발전론 명분에 반하고 있음을 잘 알 것이다. 그러므로 이의를 제기하지 않으면 안 된다. 전북도는 도민을 상대로 현안 사업에 힘을 쏟고 있다고 말만 할 게 아니다. 현안 사업이 터져거리고 있다면 그에 대해 대책을 세워야 한다.

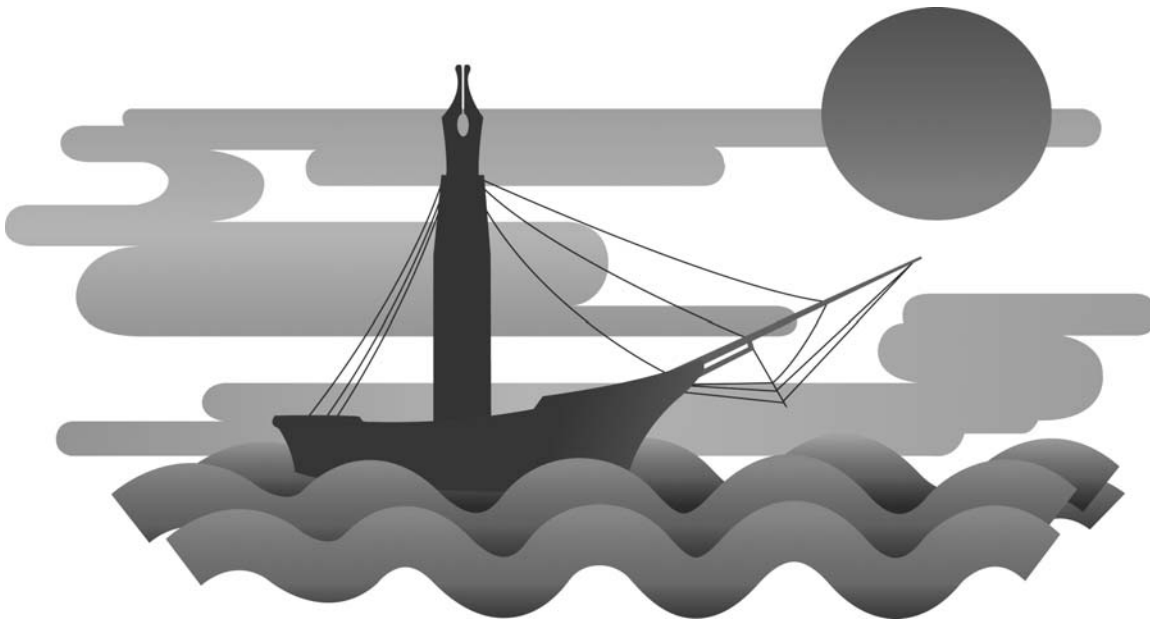
전북도가 지역 발전을 위해 노력하고 있다고 해도 변화가 미미하다면 도민들이 볼 때 전북도는 직무를 소홀히 한 것으로 보일 뿐이다. 그러려면 동부권에 구체적인 노력은 보여지는 변화가 있어야 한다. 그 구체적으로 보여지는 것은 지역 발전을 약속했던 현안 사업들의 힘찬 추진이리라 한다. 전북도는 동서철도 건설 등 동부권의 SOC 사업과 지역권 산림치유원과 태권도 공원 등 사업의 당위성을 계속 말해야했다.

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 굴리겠다는 약속을 드립니다.



인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일