OPINION

2025년 5월 15일 목요일

아침세평

뇌졸중(중풍) 후유증에 대한 한의학 치료

임규훈
약샘한의원 원장

뇌졸중은 뇌에 혈액을 공급하는 혈관이 막히거나 혈관이 터지면서 뇌에 손상으로 인해 편측 마비, 언어장애, 의식 장애 등의 신경학적 이상이 생기는 질환을 말한다.

혈관이 막히는 허혈성 뇌졸중(뇌경색), 혈관이 터지면서 뇌에 손상이 생기는 출혈성 뇌졸중(뇌출혈)으로 크게 나눈다.

중풍은 이런 질환들에 대해서 예전부터 한의학에서 사용하던 용어다. 허혈성 뇌졸중은 전체 뇌졸중의 약 87%를 차지하며 혈전성, 색전성으로 나뉜다.

혈전성은 뇌혈관에 동맥경화증이 생기면서 혈관이 점점 좁아지는 경우를 말하며 색전성은 다른 기관의 혈관에서 생긴 혈전 등이 떨어져 나와 뇌혈관을 막은 경우를 말한다.

추가적으로 열공성이 있는데 이 경우는 뇌의 작은 혈관을 막는 경우로 대체적으로는 병변의 크기는 크지 않다.

출혈성 뇌졸중은 뇌혈관이 터지면서 오는 경우로 발생한 지 1개월이 되었을 때 35~52%의 사망률을 보이는 심각한 질환이다. 출혈성 뇌졸중은 발생부위에 따라서 지주막하 출혈, 뇌내 출혈로 나눈다.

두 질환 모두 증상이 나타나면 빠른 시간 안에 종합병원의 응급실로 가야 하는 상황이라고 보면 된다.

그 외에 일과성 허혈발작이라고 불리는 질환이 있다. 이 경우는 일시적으로 뇌혈류 부진으로 뇌졸중과 똑같은 증상이 발생했다가 24시간 이내에 증상이 완전히 소실된다. 이런 경우 뇌졸중의 위험이 높다는 사인으로 받아들이면 된다.

뇌졸중의 증상은 갑작스럽게 한쪽으로 마비가 옵니다. 한쪽 팔, 다리가 마비가 오고 힘이 빠지거나 저리거나 감각이 없어질 수 있다. 말이 어눌해지거나 상대방의 말을 이해하지 못하거나 한쪽 눈이 보이지 않거나 하나의 물건이 두 개로 보이기도 하고 시야가 반만 보이기도 한다. 심한 어지럼증이나 심한 두통이 생기기도 한다.

이런 경우 보통 119를 부르거나 급하게 종합병원으로 가서 치료를 받아야 한다.

치료를 받아 증상이 모두 없어지면 모두가 행복한 상황이 되겠지만 대부분의 경우 후유증이 남는다.

예상되는 후유증은 다음과 같다. 한쪽 팔다리 마비 및 근육강직, 한쪽 팔다리 감각저하 및 통증, 시야장애, 언어장애, 삼킴곤란, 인지장애 등이다.

그러면 이제부터는 재활의 시간이 시작된다.

재활 시작 시기는 환자를 본 의료진이 판단하겠지만 허혈성 뇌졸중 환자는 치료(수술 또는 중재술) 이후 3일 이내, 출혈성 뇌졸중 환자는 내과적으로 안정된 후 약 2주 내에 시작하는 것이 좋다고 알려져 있다.

재활의 가장 중요한 시기는 첫 3개월, 좀 더 확장하면 첫 6개월까지를 중요한 시기로 본다.

이 뇌졸중 재활 치료 시기에 있어서 한의 치료가 장점을 가지는 부분이 있는데 논문 등을 통해 근거가 제시된 부분들을 소개해 본다.

먼저 중풍 후유증기 환자의 정신을 증상을 동반한 환자의 경우 황련해독탕, 조등산, 전신기능 개선과 자립도 개선을 목적으로 당귀작약산, 여러 가지 수반 증상 개선을 목적으로 팔미지황환을 추천한다.

중풍 만성기 편마비 환자에게는 두침이나 체침 혈위에 전침을 병행하는 것이 고려되며 중풍 실어증 환자에게 두침 치료가 바람직하다.

중풍 재활을 목적으로 침치료, 전침치료, 텐스를, 중풍 후 운동 기능의 회복을 목적으로 침 치료를 권장한다.

또 중풍후 경직성 마비 환자들과 중풍후 인지기능 회복과 일상 생활 동작 능력의 향상을 목적으로 침치료가 권장된다.

중풍후 배뇨,배변 장애 환자에게 침,뜸 치료가, 중풍후 우울 경향 환자에게 침, 뜸 치료, 한약 치료 등을 추천한다.

중풍 환자 재활 치료에 있어서 양·한방 어떤 치료도 환자를 이전의 상태로 완벽하게 회복시키는 기적을 아직까지는 발휘하지 못하고 있다.

그러다보니 중풍 환자들은 재활 치료 기간 동안 분노, 조급함, 지루함, 낙담 등의 여러 감정을 가지고 치료에 임해야 한다.

그래서 이 기간 동안 제일 중요한 것은 환자와 의료진 모두 일희일비하지 않고 인내심을 가지고 꾸준하게 노력하는 것이다. 이 인내심이 중풍 재활기에 있는 환자분을 가장 좋은 치료로 안내할 것이다.

기고

안전이 경쟁력, 전남이 선도하는 연구실 안전 정책

오길영
전남도보건환경연구원
악취관리과장

과학기술의 발전은 국가 경쟁력의 핵심이며, 실험·연구실은 이러한 발전을 견인하는 중심에 있다. 그러나 첨단 장비와 화학물질, 생물학적 시료 등이 공존하는 연구실은 다양하고 치명적인 위험 요인들을 내포하고 있어, 안전한 연구환경 조성은 필수적이다.

최근 산업안전보건법과 중대재해처벌법이 강화되면서, 모든 산업현장에서 안전이 중요하다는 인식이 사회 전반에 걸쳐 공유되고 있다. 그럼에도 연구실은 여러 특수한 상황으로 인해 한동안 안전의 사각지대에 머물러 있다. 연구실 사고는 사소한 실수나 부주의로 인해 연구기관과 연구자 개인에게 돌이킬 수 없는 피해를 유발할 수 있다.

미국은 연방기관인 산업안전보건청(OSHA)을 중심으로 산업안전보건법과 '화학 실험실 안전 표준'을 통해 연구실 안전을 통제하고 있으며, 유럽연합은 '화학물질 등록, 평가, 승인 및 제한(REACH)' 규정을 통해 연구실에서 사용하는 화학물질의 안전을 엄격하게 관리하고 있다. 우리나라도 지속적으로 발생하는 연구실 사고의 위험성을 인지하고, 2006년 '연구실 안전환경 조성에 관한 법률'을 시행해 대학, 연구기관, 기업부설연구소 등의 연구실 안전을 체계적으로 점검·지도하고 있다.

특히, 최근 법 개정을 통해 사고 장소를 연구실 내부는 물론이고 연구실 밖 연구 활동이 수행되는 공간까지 법 적용 범위를 확대하고, 보험 보상기준을 최대 20억 원으로 상향하는 등 연구실 사고를 폭넓게 인정하고 금전적 피해도 충분히 보상할 수 있도록 하고 있다.

정부는 연구실 안전법에 따라 연구실 안전 대책을 수립·시행하면서 연구실 현장 지도·점검, 안전교육 확대 등 연구자 보호 노력을 꾸준히 해오고 있지만, 여전히 연구현장에서는 크고 작은 사고가 발생하고 있다.

최근 3년간 우리나라의 연구실 안전사고는 총 838건으로, 연평균 약 280건의 사고에 230여 명의 연구자가 피해를 입고 있는 것으로 보고되고 있다.

특히, 의학·생물, 화학·화공 등 유해 인자 노출도가 높은 고위험 연구실에서 높은 비율로 발생하고, 비숙련 학생 연구원 등 20대가 많은 부분을 차지하고 있는 것으로 나타났다. 사고의 주요 원인은 안전 수칙 미준수, 보호장비 미착용, 장비의 오작동 등으로 연구자들이 연구실 안전에 소홀하기 때문이다.

한편, 최근 연구 활동은 과거에 비해 매우 복잡해지고 여러 분야가 협력하는 융복합적인 방식으로 수행되기 때문에 실험 결과를 예견하기 쉽지 않으며, 더군다나 어떤 사고가 일어날지도 예측하기 어렵다.

이러한 사고는 연구 활동 종사자의 생명과 건강을 위협하고 연구 활동의 중단 및 경제적 손실로 이어진다. 따라서 연구실 안전에 대한 경각심을 높이고, 철저한 안전 관리가 필요하다.

과학기술정보통신부 산하 국가연구안전본부에 따르면, 국내 4532개 대학 등 연구기관이 있으며, 8만7618개 실험실, 128만9916명의 연구 활동 종사자가 연구실 안전법의 적용 대상이다. 전남에는 57개 연구기관, 2000여 실험실에 3만명 넘게 종사하고 있다.

전남도보건환경연구원은 연구실 안전을 강화하기 위해 다양한 시책을 추진하고 있다. 각 실험실의 특성에 맞는 안전관리규정을 통해 안전 시스템을 구축하고, 안전 의무사항의 철저한 이행은 물론 전 직원 참여하에 주기적으로 보완·개정하고 있다.

연구 활동 종사자는 연구 업무 투입 전은 물론 정기적으로 해당 업무에 대한 맞춤형 교육을 실시, 사고를 유발하는 주원인인 '불완전 행동'을 줄이고 안전 의식을 고취시키고 있다.

또한, 연구실의 위험 요인을 사전에 파악하기 위한 일상점검을 포함한 안전점검과 정밀안전진단을 실시하고, 발견된 취약 분야에 대해서는 보완 조치를 철저히 이행하고 있다.

특히, 사고 발생 시 신속하게 보고하고 대응할 수 있는 체계를 마련하고, 소방서 등 유관기관과 합동훈련을 주기적으로 실시하고 있다.

글로벌 과학기술 강국으로 나아가기 위해서는 연구자들이 안전한 환경에서 도전적이고 혁신적인 연구를 추구할 수 있어야 한다. 연구에 몰입할 수 있는 연구 안전망 확보는 단순히 연구자 건강 확보와 피해구제를 넘어, 기술패권 시대에 국가 경쟁력 확보를 위한 핵심 역량이다. 각 기관은 연구실 안전 관리에 대한 책임감을 가지고 안전수칙을 철저히 준수해야 한다.

연구실 안전은 연구기관만의 노력이 아닌 모든 사회 구성원의 의식 제고와 협력이 필요하다. 연구실 안전의 중요성에 대한 인식을 높이고 안전한 연구환경 조성을 위한 노력에 동참해 주시길 바라며, 우리 모두의 노력으로 안전한 연구환경을 구축해 전라남도의 과학기술 발전과 지역 사회의 번영에 기여할 수 있기를 기대한다.

취재수첩

동구청~조선대 사거리 도로확장 순항하길

송태영
지역사회부 차장대우

광주 동구청~조선대학교 사거리 구간 도로 확장 공사가 본격 추진된다.

광주시는 지난 2023년 5월부터 총사업비 142억원을 투입해 왕복 4차로인 동구청~조선대 사거리 구간(375m)을 왕복 5차선으로 넓히는 공사를 추진 중이다. 도로 폭 확장공사 과정에서 동구청 별관동 일부 철거와 민간부지 매입 등이 진행됐다.

'문화재 발견'이라는 예상치 못한 복병을 만나 사업 추진에 제동이 걸리기도 했다.

지난해 7월 해당 공사 구간에 요구, 유물 등이 확인, 시굴·정밀 발굴조사를 진행한 결과 고려~조선시대 수혈 6기, 구 4기, 다수의 주혈과 담장(석열) 1기 등 유구와 자기, 수막새 등 유물 42점이 출토됐다.

국가유산청은 '발굴 내용을 기록한 뒤 사업을 진행해도 좋다'라는 공문을 지난해 10월 광주시청, 광주종합건설본부, 동구청에 전달했다.

공사를 맡고 있는 광주종합건설본부는 바로 공사 재개에 들어갔고, 가로수 철거를 시작으로 상·하수관로 부설 작업, 인도 확장 공사가 초읽기에 들어갔다.

광주종합건설본부는 지난달 29일 광주경찰청과의 사업 협의를 통해 공사 기간 왕복 4차선에서 왕복 3차선으로 축소한다는 현수막을 내걸었다. 오는 7월까지 동구청에서 조선대 방향(서남로 2~34) 구간 인도 확장 공사가 계획됐다.

이 같은 소식을 접한 동구는 공사 기간 차선이 1차선 축소 운영됨에 따라 극심한 교통 혼잡을 예상, 화단과 주변 시설물, 주차면 등의 이설·철거 계획을 마련했다.

이후 광주종합건설본부에 조선대에서 동구청 방향(서남로 1~35) 구간부터 인도 확장 공사를 요청한 상태다.

동구청~조선대 구간은 금남로, 충장로, 국립아시아문화전당과 필문대로(북구 서방사거리~남구 남광교)를 연결해 주는 핵심 도로다.

인근 상인, 주민 등은 하루빨리 공사가 끝나기를 바라고 있다.

광주시와 동구는 내년 상반기를 목표로 도로 확장 공사를 마무리해 시민에게 쾌적한 교통환경을 제공할 수 있도록 힘을 모아야 할 때이다.

사설

전남도 블루워케이션 활성화 박차 가하길

전남도가 '5월 전남 방문의 달'을 맞아 '블루워케이션' 활성화에 박차를 가하고 있다고 한다. 한달간 도내에서 운영되는 '블루워케이션'의 숙박비를 50%할인해 주기로 한 것이다.

워케이션(Worcation)은 일(Work)과 휴가(Vacation)의 합성어로 휴가지에서 업무와 휴식을 함께 하는 지역 체류형 근무제도를 말한다. 일과 삶의 균형을 뜻하는 워라밸 문화의 확산으로 새로운 근무 형태로 뜨고 있는 것이다. 미국 실리콘밸리에 본사를 둔 구글 등이 임직원들을 연간 4주 동안 본사가 아닌 다른 장소에서 근무할 수 있도록 한 게 시초로 우리나라에서는 코로나19 때 비대면 원격 근무가 확산하면서 퍼져 나갔다.

이 때문인지 우리나라도 지난 2021년부터 전남·부산·인천·대구·재주·전북 등 10개 시·도가 워케이션 사업에 뛰어들고 있다.

현재 전남도 내에서 워케이션을 운영하는 시·군은 여수, 순천, 나주, 고흥, 함평, 해남, 진도, 구례 등 8곳이다.

전남도가 2023년 최초로 선정한 여수시는 섬과 바다가 한 눈에 보이는 곳에 워케이션 공유오피스와 숙박시설을 마련해 해상케이블카, 여수예술랜드 등 다양한 체험 프로그램을 즐길 수 있게 했다.

지난해 선정된 순천시는 순천만국가정원을 배경으로 한 정원 워케이션을, 나주시는 나주향교와 담장 하나를 사이에 둔 고즈넉한 옛집을 워케이션 공간으로 꾸몄다.

고흥군은 마리안느와 마가렛 기념관인 나눔연수원을 중심으로 운영하며, 구례군은 유니크베뉴로 지정된 쌍산재에서 한옥체험을 할 수 있게 했다.

또 진도군은 전통과 현대가 어우러진 워케이션을, 해남군은 오시아노 캠핑장에서 캠핑카 워케이션 프로그램을, 함평군은 돌머리 해수욕장 캠핑장과 리조트를 활용한 프로그램을 운영하고 있다.

각 지역의 고유한 매력을 살린 숙박과 체험 프로그램을 제공하고 있는 워케이션은 주말을 제외한 2박 3일이나 3박 4일로 운영되고 있다.

현재 워케이션은 역사가 짧아 기업 유치, 대기업 휴양소 유치 등을 이끄는 '블루오션'이 될지 판단하기는 어렵다. 이를 정착시키기 위한 다양하고 수준 높은 콘텐츠를 제공확보가 시급하다.

신안군 햇빛·바람연금 세계서 우뚝 섰다

신안군의 햇빛·바람연금이 국제적으로 인정을 받았다. 최근 열린 세계 최고 권위 환경 시상식 '그린월드어워즈'에서 그린에너지 부문 '금상'을 수상한 것이다.

그린월드어워즈는 지속 가능한 미래를 향한 혁신적인 노력과 실질적인 성과를 보여준 정부, 기업, 단체에 상을 수여하는 '환경 분야의 오스카'로 불리는 시상식으로, 세계 4대 환경상 중 하나로 꼽힌다.

이번 수상은 1004개의 작은 섬으로 형성된 신안군이 세계적인 환경문제 해결에 기여하고, 그 노력이 세계적으로 인정을 받았다는 것을 의미하는 것이다.

여기에는 햇빛과 바람을 이용한 '신재생에너지 이익공유제'라는 정책을 만들고 '햇빛연금'을 주민들에게 지급한 신안군의 공이 가장 컸다.

신안군은 지난 2021년 4월부터 태양광 발전 사업의 이익을 지역 주민들과 공유하는 '햇빛연금'을 도입했다. 발전소가 위치한 지역 주민들은 발전소 운영 수익의 일부를 정기적으로 배분받는 것으로 실질 소득 증대와 생활 안정에 기여하고 있다.

실제 햇빛연금은 지난 2021년 첫 지급액 21억원으로 시작, 지속적으로 증가해 2023년 하반기 100억원을 달성한 데 이어 지난해 말에는 220억원을 돌파했다. 이를 통해 안좌, 자라, 지도, 사옥도, 임자도, 비금도 등 6곳의 주민 1만4000여명이 최대 연 378만원까지 혜택을 받았다. 전체 군민의 30%가 넘는 수치다.

뿐만 아니다. 햇빛연금 수익이 늘면서 2023년 5월부터는 햇빛아동수당을 지급한 것이다. 처음에는 18세 이하 아동 약 3000명에게 1인당 연간 40만원, 지난해 80만원을 지급한 데 이어 올해는 120만원을 지급할 예정이다.

또 자은도 해상풍력단지 등 일부가 올해부터 운행에 들어감에 따라 오는 10월부터는 전 군민을 대상으로 '바람 연금'도 지급할 계획이라고 한다.

햇빛과 바람이 일자리와 소득을 만들면서 신안군은 전남도에서 유일하게 인구가 늘고 있다. 2020년 3만8938명이었던 인구는 2022년 3만7858명으로 감소세를 보이다 2023년 3만8037명, 지난해 3만8173명, 지난 4월 현재 3만8835명으로 계속 늘고 있다. 햇빛·바람연금이 지역소멸 위기에 빠진 신안군에 활력을 불어넣고 있는 것이다.

광남일보 www.GwangNam.co.kr

회장·발행인·편집인 전용준 논설실장 김상훈 편집국장 최현수

광주광역시 북구 무등로 254
우편번호 61234
대표전화 (062) 370-7000
팩스 (062) 385-5400

1995년 12월 12일 창간
2012년 5월 3일 등록번호 광주 가-52〈일간〉

정치부	370-7010	논설실	370-7060
경제부	370-7020	뉴미디어본부	370-7222
사회교육부	370-7030	임원실	370-7000
지역사회부	370-7040	총무국	370-7093
문화체육부	370-7234	사업국	370-7090
편집부	370-7082	광고국	370-7070
사진부	370-7050	독자관리국	370-7080
		서울지사	(02)978-7090

본지는 신문윤리 강령 및 그 실천요강을 준수합니다 구독료 월 15.000원 1부 800원

기사제보·기고 보내실 곳 전화 062-370-7030 팩스 062-385-5400 이메일 gndn2018@naver.com