

專門醫에 듣는다

유행성 독감은 예방이 중요



김우주 교수
〈고려대 구로병원
감염내과〉

감기는 보통 증상이 가볍고 대부분 저절로 낫기 때문에 병답지 않은 병으로 여겨지지만, 독감의 경우는 노약자와 만성병 환자에서 폐렴과 같은 합병증이나 후유증을 동반하는 경우가 많아 “치명적인 질환”이 될 수 있다. 특히 환절기 및 겨울철(대개 11월~4월)에 유행하는 유행성 독감(인플루엔자)은 일반적인 감기(라이노 바이러스, 코로나 바이러스, 혹은 RS 바이러스 등에 의해 유발되는 감기)와는 달리 인플루엔자 바이러스에 의해 발생하는 전염병으로 증상이 아주 심하고 전염성이 강하여 단 시일 내에 유행한다. 유행성 독감의 증상으로는 1~5일의 잠복기를 거친 갑작스런 발열(38~40도)과 두통, 오한, 인후통, 마른기침과 같은 호흡기 증상과 장기간 지속되는 근육통, 극도의 불쾌감, 정신쇠약 등이 있으며, 일단 유행성 독감에 걸리게 되면 대부분이 기침을 할 때 앞가슴에 통증을 느끼게 된다. 뿐만 아니라 기관지 손상을 통한 이차적 세균 감염으로 “세균성 폐렴”에 걸리게 되어 병원에 입원치료하게 되는 물론, 만성질환이 있는 노인의 경우 중태 등 사망에까지 이르게 할 수 있다. 유행성 독감은 기침, 재채기를 통하여 사람에서 사람으로 매우 잘 전염되며 나이에 따라서 전염기간에 차이가 있는데 성인의 경우 증상이 생기기 하루 전부터 증상이 생길 후 3~7일 정도 전염력이 있다. 유행성 독감을 예방하는 가장 효과적인 방법은 독감백신으로 예방접종을 하는 것이다. 유행성 독감 예방접종은 건강한 성인 및 소아에게는 70~90%의 효과가 있고, 노인이나 만성질환이 있는 사람에게는 약간 떨어진 30~40%의 효과가 있다. 그러나 노인이나 만성질환자의 경우 예방접종으로 입원을 줄이고, 유행성 독감으로 인한 사망을 줄이는데 매우 효과적이므로 꼭 예방접종이 필요하다. 입산부 역시 유행성 독감으로 인한 호흡곤란, 폐렴의 합병증에 발생했을 경우 태아에게 악영향을 끼칠 우려가 있으므로 예방접종의 대상이 되고, 50~64세 성인도 상당수가 독감에 걸렸을 때 입원 또는 사망에 이를 위험이 높은 만성질환(고혈압, 당뇨병 등)을 한 가지 이상 갖고 있기 때문에 예방접종을 하는 것이 좋다. 유행성 독감을 일으키는 인플루엔자 바이러스는 계속적인 변이를 통하여 항원성이 변하기 때문에, 그에 맞게 개발된 백신을 매년 접종해야 효과를 얻을 수 있다. 유행성 독감을 예방하는 또 하나의 방법은 청결이다. 특히 우리가 늘 사용하는 손은 많은 사물을 접하기 때문에 양팔 신은 발보다 더 더럽다고 할 수 있을 정도로 많은 세균과 바이러스가 묻어 있다. 더욱이 이 손으로 코를 풀거나 흠치므로 인플루엔자 바이러스가 묻게 되며 손의 접촉을 통하여 타인에게 독감을 전염시킬 수 있다. 따라서 손의 청결은 유행성 독감 뿐 아니라 많은 감염성 질병을 예방할 수 있는 중요하고도 쉬운 방법이라고 할 수 있다. 이외에도 양치질 등을 통해 온 몸을 깨끗이 해야 유행성 독감을 예방할 수 있다.

진료안내 : ☎ 02)818-6648

서로에게 소식을 전합시다

동 정

◆ 김세욱 회원 (前 경찰청장)



대통령 경호실장으로 재직하고 있는 김 회원은 최근 광주직할시에 소재한 조선대학교 개교 59주년 기념식

에서 명예 법학박사학위를 받았다.

◆ 홍병식 회원 (前 경무관)



지난 9월 24일 100세를 맞아 자축연을 가졌다.

홍 회원은 현직 시절 경기, 경남, 강원경찰국장을 역

임하는 한편 퇴임후에는 서울시 산업국장과 대한적십자 청년부장으로, 지난 67년에는 경우회 종로 지회장으로 재직하며 「유실물 찾아주기 센터」 설립 운영, 「새집 알아주기 운동」 등 지속적인 봉사활동을 펼쳐 왔으며 지난 99년에는 제1회 경우봉사왕상을 수상하기도 했다.

◆ 신동호 회원 (기능 경우회장)



지난 2003년부터 성동구 문화원장직을 맡아 지역주민의 문화생활과 정서함양에 앞장서 왔던 신 회원이 최근 문화원장 이임식을 가졌다. 신 회원은 경찰 퇴직후 줄곧 경우회 무궁화 악단을 이끌며 각종 봉사활동을 펼쳐는 것을 비롯, 자신의 활동지역인 성동경찰서에서도 청소년 선도와 지역치안활동을 돕는 제2의 치안역군으로 일해 왔다.

◆ 오철선 회원 (前 경우회 사업부장)



시인으로 활동하고 있는 오 회원은 최근 러시아 연해주 방문에 이어 2개월간 중국 길림성 훈춘시 일대 및

백두산 등지를 둘러 보고 귀국했다.

한편 오 회원은 일정 도중 연변대학교에서 문학강의를 갖는 한편 연변작가협회와 한국문인협회간의 관계증진을 위한 자매결연 절차를 논의하기도 했다.

주 소 변 경

◆ 조동규 회원

경기 용인시 구성을 마북리 624번지 연원마을 삼성 셰르빌@ 201동 102호
☎ 011-221-5116

◆ 이봉학 회원

서울 종로구 누상동 59번지 로얄 태호 빌라 202호

◆ 백은중 회원

경기 남양주시 평내동 평내마을 중흥@ 1206동 1002호

◆ 박한교 회원

대전시 중구 태평동 393번지 삼부@ 407동 111호

◆ 이인수 회원

강원도 강릉시 노암동 신화@ 101동 501호

◆ 홍병선 회원

경기 포천시 소흘읍 고모리 103번지

◆ 이원호 회원

서울 강남구 포이동 189-2 한농빌라 A동 204호

◆ 강철진 회원

경기 성남시 분당구 정자동 6 파크뷰@ 606동 2504호

◆ 염국현 회원

경기 용인시 모현면 일산리 신한 인스빌@ 204동 1804호

결 혼

◆ 박창길 회원 (경우회 기획조정위원)의 차녀 민원양이 오는 10월 21일 오후 6시 서울 대방동 공군회관 3층에서

◆ 남궁양 회원 (前 인천중부경우회장)의 3녀 옥 양이 지난 9월 24일 경기 수원 수림공원 예식장에서

◆ 이동욱 회원의 장남 승태군이 지난 10월 1일 서울 강남 소재 한국과학 기술회관 웨딩 홀에서

◆ 유태준 회원 (경우산악회)의 차남 규동군이 오는 10월 15일 오후 2시 20분 서울 사당동 웨딩의 전당 그랜드 홀 2층에서

부 음

◆ 배희선 회원 (前 전북청장)의 모친 최상달 여사가 지난 9월 7일 숙환으로 별세. 향년 83세

◆ 홍순복 회원 (前 인천참전경찰회장)이 지난 10월 1일 숙환으로 별세. 향년 87세

◆ 남현우 총경 (경남 진해서장)의 모친이 지난 9월 20일 지병으로 별세. 향년 86세

◆ 조병효 회원 (前 총경)이 지난 10월 3일 숙환으로 별세.

모 임 안 내

◆ 경전 2기

윤일균 회원이 회장을 맡고 있는 경전본과(후보생) 2기생은 오는 10월 8일 토요일 오후 1시 서울 을지로 6가 국립의료원 후정에 위치한 스칸디나비안 클럽에서 10월 분기회 모임을 개최하고 회원 친목을 도모하는 한편 당면현안을 논의한다. 한편 경전 2기생 모임은 지난 5월에 정기총회를 갖고 결산을 갖는 한편 신입 임원들을 선출했고, 전현직 경우들의 유일한 소식지인 경우신문 구독에 앞장서기로 결의했다. (총무 : 박삼달 ☎ 02-417-2832)



구홍일 경우회장은 지난 9월 29일 전국 각 급회 방문의 일환으로 전북 경우회와 전북경찰청, 그리고 정읍 및 고창지역회와 경찰서를 방문하고 경우회 발전 방안을 논의하는 한편 지역 경우회와 지방경찰청에서 많은바 소임을 다하고 있는 전현직 경우들의 노고를 치하하고 전현직간의 화합을 도모했다.

基金 20억원 모이기 운동 적극 추진키로

경우장학회 이사회, 임기만료 이사 4명 재선출



경우장학회는 최근 경우사랑방에서 문학동 이사장을 비롯한 이사 다수가 참석한 가운데 금년도 제 2차 임시 이사회를 갖고 임기가 만료된 이사 4명을 재선출 하는 한편 당면 현안을 협의했다. 이날 문학동 이사장은 인사말을 통해 『경우장학회가 매년 경우자녀들에게 꿈과 희망을 심어주고 있어

보람을 느낀다』면서 『지속적인 장학사업의 추진과 지급대상을 확대하기 위해서는 장학기금 증식에 계속 힘을 모아야 할 것』이라고 강조했다. 한편 이날 이사회는 임기가 만료된 황호항, 최재진, 박종순, 박옥자 이사를 재선출 하는 한편 기금 20억원 모이기 운동을 적극 추진하기로 했다.

김우현 경주산악회장 留任

자연보호활동 겸한 정기총회 개최



경주산악회는 지난 9월 22일 경기 분당의 팽산에서 현성일 경우회 사무총장, 김우현 회장을 비롯한 회원 50여명이 참가한 가운데 자연보호 캠페인을 겸한 금년도 정기총회를 갖고 임기가 만료된 김우현 회장을 신입 회장으로 재선출하는 한편 모임의 활성화, 회원들의 건강과 친목 도모에 힘을 모으기로 했다. 이날 오전 10시 참석 회원들은 분

당 아담역에 집결하여 정해진 등산로를 따라 어깨띠를 하고 비닐봉지를 들고 등산로 주변에 버려진 쓰레기와 오물을 수거했다. 한편 인근 한식당에서 개최된 정기총회에서는 업무를 결산하고 임기가 만료된 김우현 회장, 백미현 부회장, 사일진 감사를 모두 만장일치로 유임시키고 조직의 활성화를 다짐했다. 새롭게 개편된 운영위원회는 다음과 같다. 김종수 김한문 박영용 안영균 오병남 오형기 이기영 이희명 전덕선 최현근 하대락 김진홍 권호영 김병욱 유태준(무순임)