언론사: 문화일보-1-1.txt

제목: 美 선구적 여성천문학자 베라 루빈 88세로 별세  
날짜: 20161227  
기자: 손고운  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161227144005007  
본문: ‘암흑물질 증거’ 획기적 발견<br/><br/><br/><br/>암흑물질의 증거를 발견한 미국의 선구적 여성 천문학자 베라 루빈이 88세로 세상을 떠났다.<br/><br/><br/><br/>AP통신에 따르면 루빈의 아들인 앨런 루빈 프린스턴대 지질학과 교수는 그의 어머니가 지난 25일 노환으로 뉴저지주 프린스턴의 자택에서 별세했다고 전했다. 1928년 미국 펜실베이니아주 필라델피아에서 태어난 루빈은 조지타운대 교수, 카네기연구소 지구자기국(DTM) 연구원으로 재직했으며, 올해 노벨 물리학상 후보로 거론되기도 했다.<br/><br/><br/><br/>루빈이 암흑물질의 증거를 발견하게 된 건 은하에서 별들의 움직임을 관측하면서다. 그는 1974년 은하의 회전운동이 예측치보다 빠르다는 점을 발견하고 연구에 착수했다. 기존 중력법칙에 따르면 별들의 움직임은 은하 중심에서 멀어질수록 느려져야 하지만 루빈이 관측한 바는 달랐다. 은하 중심에서 멀리 있는 별이나 가까이 있는 별이나 같은 속도로 회전했던 것이다. 이에 과학자들은 루빈의 발견을 고려해 새로운 물질을 가정해야 했고, 그것이 암흑물질이었다. 암흑물질은 우주의 약 27%를 차지하고 있는 정체불명의 물질로, 빛과 상호작용하지 않기 때문에 눈에 보이지 않고 중력만으로 존재를 감지할 수 있다.<br/><br/><br/><br/>루빈은 미국에서 선구적인 여성 과학자다. 1948년 그는 명문여대인 바사르대에서 유일한 천문학 전공자였다. 프린스턴대 대학원에 입학하려 했으나 여성에겐 천문학 전공이 허용되지 않았다. 이에 코넬대에서 석사 학위를, 조지타운대에서 박사 학위를 받았다. 코넬대에서 물리 화학을 전공한 남편과 슬하에 네 자녀를 뒀으며, 현재 네 명 모두 물리학 박사다.<br/><br/><br/><br/> 손고운 기자 songon11@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-2.txt

제목: <파워인터뷰>“기부는 돈 아닌 마음으로 하는 것… 내어줄수록 채워져”  
날짜: 20161223  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161223152005005  
본문: 아산상 대상 수상 이문주 요셉의원 원장신부<br/><br/><br/><br/>29년간 노숙인과 쪽방촌 주민 등 빈자(貧者)들에게 ‘참 의술’을 펼쳐온 요셉의원. 이 병원의 홈페이지에는 ‘가난한 환자들에게 최선의 무료 진료’가 사명으로 명시돼 있다. 100여 명의 의료진을 포함해 연인원 2000여 명의 봉사자가 이 사명에 쓰여 있는 ‘최선’을 실천하고 있으며 8000여 명의 후원자가 병원 운영을 돕고 있다. 이곳을 찾는 하루 평균 100명의 환자는 대부분 약보다 밥이 필요한 사람들이다. 이들을 위해 진료 전 상담 과정에서 목욕을 시키고, 옷과 신발을 나눠주며 채혈 검사 후에는 먹을 것도 제공한다. 또 치료를 마친 환자들이 사회에 나가 자립할 수 있도록 돕는 일도 한다. 서울가톨릭사회복지회 부설인 이 병원은 초대원장인 선우경식 박사가 주축이 돼 지난 1987년 서울 관악구 신림동에서 문을 열었다. 신림동이 재개발되며 영등포역 인근으로 자리를 옮겼고, 2008년 선우 박사가 세상을 떠난 후 지도신부였던 이문주(79) 신부가 원장 자리를 이어받았으며 여의도성모병원 감염내과 과장을 지낸 신완식 박사가 의무원장을 맡아 병원을 꾸리고 있다. 지금까지 62만 명이 넘는 환자를 진료한 이 병원은 지난 11월 25일 아산사회복지재단(이사장 정몽준)에서 주는 아산상 대상을 수상했다. 이 신부는 “<span class='quot0'>고 선우경식 원장의 투철한 봉사 정신을 바탕으로 봉사자와 후원자, 헌신적인 직원들, 그리고 작은 보살핌을 믿고 따라준 가난한 환자들의 소통이 이뤄낸 결실이라고 믿는다</span>”며 “<span class='quot0'>모든 고마운 분들과 함께 기쁨을 나누고 싶다</span>”고 수상 소감을 밝혔다. <br/><br/><br/><br/> 지난 13일 서울 영등포구 영등포동 요셉의원에서 이문주 원장신부를 만났다. 종로구 혜화동 은퇴 사제 숙소에서 생활하는 이 신부는 오전에 전철을 타고 출근해 봉사자들과 기도를 한 후 병원 일과를 시작한다. 일과를 마치고는 미사를 열어 하루를 정리한다. 의료봉사자들은 대부분 은퇴한 의사들로 구성돼 있으며 현역 의사들은 근무 병원 일을 마친 후 저녁에 요셉의원에 온다. 또 환자 상담과 안내, 목욕 등을 맡은 봉사자들도 노인이 많다. 요셉의원 진료 시간은 오후 1∼5시와 오후 7∼9시다. 내과, 외과, 신경외과, 안과, 피부과, 치과 등 20여 개 진료과목을 운영하며 검사실과 약국도 갖췄다. 또 노숙인들의 정서 순화와 사회 복귀를 돕기 위해 작은 도서관을 비롯해 음악치료, 인문학 강의, 영화포럼, 법률상담 등 다양한 프로그램을 진행하고 있다. 요셉의원 옆 무료급식센터가 쉬는 목요일에는 병원에서 노숙인들에게 점심을 제공한다. <br/><br/><br/><br/>의사가 아닌 이 신부는 진료를 하지는 않지만 이 병원에서 가장 바쁜 사람이다. 하루 종일 1층부터 옥상까지 계단을 오르내리며 봉사자들을 격려하고 환자들과 따뜻한 대화를 나눈다. 흰 수염을 길게 늘어뜨린 이 신부가 환한 표정으로 말을 건네면 사람들의 얼굴에 웃음꽃이 핀다. 이날도 1층에서 이발 봉사를 하는 봉사자와 한참 동안 얘기를 나누더니 봉사접수실 직원에게 봉사와 후원 신청이 얼마나 들어오는지 묻고는 약국에서 일하는 프랑스인 수녀의 바뀐 헤어스타일에 대해 덕담을 건넸다. 이어 채혈실에 들러 당뇨 환자들에게 나눠줄 무가당 두유와 구운 달걀을 챙기고, 환자들에게 일일이 불편한 점은 없는지 약은 잘 먹고 있는지 확인했다. 또 옥상 휴게실에서 웃음 치료를 받고 있는 조현병 환자들과 담소를 나눴다. <br/><br/><br/><br/>이 신부는 “프랑스인 수녀는 원래 소아과 의사인데 한국에서 의사 면허를 따로 받아야 해 지금은 약국에서 봉사하고 있다. 또 노숙인들에게 이발을 해주는 봉사자는 우리 병원 환자였는데 치료를 마치고 봉사하고 있다”며 “요셉의원에서 도움을 받은 환자들이 사회에 복귀한 후 자신보다 어려운 사람을 돕기 위해 다시 이곳을 찾아올 때 큰 보람을 느낀다”고 말했다. 그는 이어 “요셉의원에서는 매일 기적이 일어난다”며 “노숙인들에게 밥을 해줄 쌀이 떨어진 적이 있었는데 다음 날 문 앞에 쌀 한 가마니가 놓여 있었다. 또 위급한 환자에게 알부민을 놓아야 하는 상황이 있었는데 고가여서 살 수가 없어 안타까워할 때 후원자 한 분이 느닷없이 전화해 알부민을 살 수 있는 액수의 돈을 넣어주겠다고 말하기도 했다”고 소개했다. <br/><br/><br/><br/>―요셉의원의 ‘기적’은 우리 사회에 아직 온기가 남아 있다는 방증이라고 생각합니다. 신부님이 보는 우리 사회의 모습은 어떻습니까.<br/><br/><br/><br/>“우리나라는 일제강점기와 6·25전쟁을 겪으며 ‘나와 내 가족부터 살아야 한다’는 심리적 강박이 남아 있었습니다. 세계에서 유례없는 경제성장으로 도움을 받는 나라에서 이제는 가난한 나라를 돕는 위치에 서게 됐으나 개인적으로 기부나 자선에 참여하는 비율은 선진국에 비해 저조합니다. 또 강력범죄나 사건 사고가 주요 뉴스로 보도되고 선행이나 미담 사례는 상대적으로 적어 세상이 각박한 것처럼 보이기도 합니다. 그러나 우리나라는 예로부터 두레와 품앗이 등 이웃 간에 어려운 일을 함께하고 가진 것을 서로 나누는 정이 있었습니다. 초기 그리스도교 공동체와 유사한 공동체 정신이라고 할까요. 우리나라를 찾았던 많은 외국인이 한국을 ‘정이 깊은 나라’로 기억합니다. 요셉의원이라는 창을 통해 보면 우리 사회는 따스한 온기가 흐르고 희망이 있는 아름다운 곳입니다. 환자를 보살피기 위해 멀리 천안에서 오는 의료봉사자가 있는가 하면 치료를 받고 고맙다며 정성 들여 만든 색종이 배를 건네는 환자도 있습니다. 어떤 분은 치료를 받고 취직이 된 후 고맙다며 식사 나눔에 쓰라고 큰돈을 보내오기도 했습니다. 일부에서는 요즘 젊은이들이 예의가 없다고 불평합니다. 그러나 우리 젊은이들 사이에서도 봉사와 후원에 대한 관심과 참여가 커져 가고 있는 것을 볼 때 우리 사회는 여전히 희망의 불씨가 살아 있고, 이를 통해 또 다른 기적들이 일어나리라 확신합니다.”<br/><br/><br/><br/>―요셉의원은 봉사자와 후원자의 희생과 헌신으로 운영되고 있습니다. 이번 아산상 수상을 계기로 봉사자와 후원자들에게 어떤 말을 해주고 싶은가요.<br/><br/><br/><br/>“고맙다는 말씀과 따뜻한 격려를 드립니다. 일하는 병원에서 하루 종일 진료하고 퇴근해서 또 우리 병원에 와서 진료를 해주시는 의료진, 환우를 위한 여러 강의를 비롯해 이발, 식사, 청소 등 온갖 허드렛일을 마다치 않고 거들어주시는 봉사자들, 용돈을 줄여 가난한 이들에게 써달라고 보내주는 학생과 폐지를 모으고 생일잔치 비용을 아껴 후원금을 내주시는 분, 자신은 암에 걸렸어도 가난한 이를 위해 거금을 기탁하신 분 등 한결같은 봉사자와 후원자들이 없었다면 오늘의 요셉의원은 생각할 수도 없을 것입니다. 이분들은 ‘물질이건 마음이건 내가 가진 것을 나누니 나 자신이 기쁘다’는 말을 합니다. 저는 매일 미사 중에 헌신해 주신 봉사자와 후원자 그리고 치료받고 계신 분들과 치료받다 돌아가신 환자들을 기억하며 기도하고 있습니다.”<br/><br/><br/><br/>―요셉병원 홈페이지 원장 인사말에 ‘이 공간은 자랑하거나 뽐내는 공간이 아닙니다. 경쟁하여 이기기 위해 과대 포장을 할 필요도 없습니다’라고 쓰여 있습니다. 요셉의원을 지속 가능하게 하는 동력은 무엇입니까. <br/><br/><br/><br/>“‘겸손한 봉사’와 ‘사랑의 후원’이 요셉의원을 지탱하는 힘이라고 생각합니다. ‘가난하고 의지할 데 없는 환자를 그리스도의 사랑으로 돌보며, 그들의 자립을 위하여 최선의 도움을 준다’는 요셉의원의 이념에 공감하고 함께하는 분들이 우리 병원을 이끌어가는 버팀목이지요. 저희는 비영리 병원이기 때문에 병원 밖에다 뭔가를 알려 소득을 얻으려고 자랑할 필요가 없고, 병원 안에서도 환자들에게 위세를 부리거나 하는 분위기가 아닙니다. 직원이나 봉사자 모두가 ‘나 이렇게 봉사합니다’라고 내세우는 교만한 마음을 경계하기 위해 출근해서 매일 기도를 함께하고 저녁에는 미사를 함께 드리며 자신을 돌아보는 시간을 갖습니다. 30년 가까이 이어지고 있는 이런 ‘마음 다잡기’를 보고 많은 봉사자와 후원자가 요셉의원을 믿고 후원과 봉사를 해주신다고 생각합니다.”<br/><br/><br/><br/>―‘마음 다잡기’는 어떤 의미입니까. 신부님도 교만해질 때가 있나요.<br/><br/><br/><br/>“당연하죠. 저도 초심을 잃어버릴 수 있습니다. 그럴 때마다 저 자신을 성찰하고, 기도하고, 채찍질하면서 노력해야 합니다. 저절로 되는 일은 없습니다. 소원도 갈고 닦아야 합니다. 하루도 흐트러지지 않으려 하고, 흔들릴 때마다 하느님께 회심을 합니다. 잘못한 일에 대해서는 용서를 청하고, 자비를 실천하는 삶을 살게 해달라고 기도합니다.”<br/><br/><br/><br/>―원장직을 맡아 8년 동안 병원 운영을 하며 가장 주안점을 둔 부분은 무엇입니까. <br/><br/><br/><br/>“고 선우경식 원장님은 의사이자 원장으로 진료와 병원 운영에 관한 모든 일을 하셨습니다. 요셉의원 지도신부로 있다가 선우 원장님의 유지를 이어 원장직을 맡은 저는 의사가 아니기 때문에 먼저 진료 시스템을 마련하고 이를 안정화하는 일이 급선무였습니다. 다행히 신완식 박사님이 대학병원에서의 경험을 살려 진료체계를 잡아주는 데 큰 역할을 했습니다. 우리 병원에 오는 이들은 거의 헐벗고 굶주린 사람들입니다. 또 노숙하거나 비좁은 쪽방촌에서 살다 보면 목욕이나 빨래를 하기가 쉽지 않아 고약한 냄새를 풍기며 병원에 오기도 합니다. 그래서 목욕실을 만들어 목욕을 하게 하고, 깨끗한 내의와 계절에 맞는 옷, 양말과 신발을 준비해 갈아 신도록 하고 있습니다. 속옷은 새 제품을 사고 의류와 신발은 후원을 받습니다. 이분들이 정상적인 사회인으로 복귀할 수 있는 자활 의지를 가지도록 여러 프로그램을 시행하고 있습니다. 이 부분은 전문적인 지식과 교육프로그램이 필요해 앞으로 시설 확충과 함께 본격적인 실천 계획을 마련할 예정입니다.”―병원을 운영하며 가장 어려운 점은 무엇인지요.<br/><br/><br/><br/>“후원금만으로 운영하는 병원이라서 경제적인 어려움을 빼놓을 수 없겠지요. 하지만 환자 진료 다음으로 가장 큰 어려움은 환자들의 자활 문제입니다. 우리가 접하는 이들은 가정이 깨지고, 사회에서 소외받고 모든 것을 포기하다시피 하고 대부분이 알코올의존증 문제를 가지고 있습니다. 병을 안고 노숙이나 쪽방 생활을 하다 보니 몸이 약해져 일반 사회인들과 경쟁할 수 없는 사람들이 많습니다. 요셉의원은 이런 사람들에게 삶의 의욕을 불어 넣어주고 사회로 복귀할 수 있도록 도와주려 노력하고 있으나 좋은 성과를 거두는 것이 생각처럼 쉽지가 않습니다. 단기간에 이뤄지는 것이 아니기 때문에 앞으로 더욱 전문적이고 체계적인 프로그램을 도입하고 시설을 지속적으로 확장해 나갈 계획입니다. 또 다른 어려움은 좁은 공간입니다. 현재 본원이 들어 있는 3층짜리 건물은 공간이 좁아 엘리베이터를 설치할 수가 없어 장애환자들이 계단을 이용해야 하는 불편함이 있습니다. 부피가 큰 물품은 옥상에서 도르래를 이용해 오르내리고 있고요. 영등포역 주변은 현재 재개발 예정지역이어서 앞으로 환자 교육과 편의를 위해 충분한 공간을 확보할 수 있는 장소를 물색 중입니다.”<br/><br/><br/><br/>―기쁨을 얻는 순간은 어떤 때인가요.<br/><br/><br/><br/>“앞서 말한 이발 봉사자는 환자로 와서 치료를 받으며 ‘나도 빨리 병이 나아서 다른 사람에게 봉사하고 싶다’는 말을 입에 달고 다녔습니다. 치료 후 이발소를 운영해 자식 셋을 대학까지 보냈고 지금은 자식들에게 부담을 주지 않으려 쪽방촌에서 혼자 삽니다. 그러면서 올해 초부터 이발 봉사를 시작했습니다. 신앙생활을 해야 훌륭한 삶을 살 수 있을 것 같다며 세례도 받았습니다. 또 우리 병원 원무과 직원 중 한 분은 술로 인해 폐인이 되다시피 했다가 우리 병원에서 치료받고 건강을 회복해 직원으로 들어왔습니다. 지금은 행복한 가정을 꾸리고 있죠. 이분들처럼 받은 만큼 남을 위해 베푸는 모습을 보는 게 가장 큰 기쁨입니다.”<br/><br/><br/><br/>―몸이 병들고 마음이 지쳐 있는 사람들에게 위안을 주기 위한 종교 프로그램은 어떤 것이 있습니까.<br/><br/><br/><br/>“요셉의원을 찾아오는 노숙인들은 대부분 과거 삶의 과정에서 실패를 경험한 사람들입니다. 가까운 사람에게 사기를 당해 빈털터리가 되었다든지, 사랑하는 사람으로부터 배신을 당했다든지, 사랑하는 사람과 가족을 불의의 사고로 잃었다든지 하는 저마다 가슴 아픈 사연들을 품고 있습니다. 문제는 이들이 이런저런 실패의 고통에 얽매여 헤어나지 못하고 자신을 포기하는 지경에까지 이른다는 것입니다. 많은 이들이 음주나 폭력으로 자신을 학대하기까지 합니다. 그래서 사람은 누구나 실패한다는 것을 인정하게 하고, 그 실패로부터 교훈을 찾은 후 고통 자체를 망각의 휴지통에 영원히 버린 다음 현실의 생활에 집중할 수 있는 삶의 자세를 갖추도록 도와주는 일이 중요합니다. 우리 병원은 사제와 수녀가 상주하고 있는 가톨릭사회복지회 부설기관으로 원하는 사람에게는 세례를 받기 위한 예비자 교리나 성경공부 등 종교 교육 프로그램도 운영하고 있습니다. 종교는 영적인 영역이지만 현실에서도 마음의 평화를 누릴 수 있는 치료적 역할을 하고 있습니다.” <br/><br/><br/><br/>―우리 사회에서 종교가 어떤 역할을 하고 있다고 생각합니까.<br/><br/><br/><br/>“사회 흐름 가운데에서 종교는 그 징표를 읽어내고 사회를 바람직한 방향으로 이끌고 보충해 주기도 하며 민주화 과정에서 정의를 세우는 노력을 해왔습니다. ‘세계화는 우리를 이웃으로 만들었지만 형제가 되게 한 것은 아니며, 불평등과 가난이 형제애와 연대문화를 없애간다’고 경고하는 프란치스코 교황께서는 바티칸 내 작은 숙소에서 지내시며 ‘빈자를 위한 교회’ 정신을 몸소 실천하고 계십니다. 전 세계 가톨릭 신자들에게 ‘이익과 권력에 대한 욕망에 현혹돼서는 안 된다’는 당부를 하셨고, ‘최근의 경제위기가 삶에 심각한 영향을 주고 있지만 중용과 정의의 미덕을 재발견하는 기회가 될 수 있다’면서 개인의 이익을 극대화하는 것보다 가치 있는 타인과의 신뢰 회복이 중요하다고 강조하십니다. 오늘날 이 사회에서 가장 중요하고도 필요한 가치는 경쟁이 아닌 상생과 공동선일 것입니다. 나와 내 가족 내 측근만이 잘되기를 바라는 극한 이기심을 넘어서 진정한 자아의 완성을 이루기 위한 공동선의 실현은 필수적입니다. 그러기 위해 종교와 신앙인의 역할에 끊임없는 쇄신과 반성이 따라야 합니다. 즉 사상이나 이념이 아니라, 실제로 가장 취약한 사회계층에 다가가서 그들과 형제로서 우애를 나누는 실천을 통해, 그리고 각자가 처한 현실 속에서 사적인 이익을 넘어 공동선을 추구하는 역할을 통해 사회의 소금 역할을 하는 종교가 돼야 한다고 생각합니다.”<br/><br/><br/><br/>―어려운 이웃을 돕고 싶은 마음은 있지만 삶에 지쳐 못하는 사람들도 많습니다. 이런 사람들에게 어떤 말을 해주고 싶나요. <br/><br/><br/><br/>“내가 많이 가졌다고 다 나눌 수 있는 게 아니라 나눌 마음이 있어야 합니다. 우리 병원 후원자 중에는 신문 배달을 해 모은 돈을 보내는 중학생도 있고, 돼지저금통에 돈을 모아 보내는 초등학생도 있습니다. 남을 돕는 심성을 타고난 사람도 있지만 대부분 부모에게서 물려받는다고 생각합니다. 후원자 중 많은 사람이 부모의 권유로 후원을 시작했거나 주변 사람들에게 영향을 받아 기부합니다. 얼마 전에는 쪽방촌에 사는 주민이 로또 3등에 당첨됐다며 어려운 사람을 위해 써달라고 복권을 들고 왔습니다. 제가 다시 돌려주며 ‘당신이 더 필요할 테니 가져가라’고 했지만 그분은 ‘나한테는 필요 없다’고 말하며 놓고 갔습니다. ‘남을 돕지 못할 사람은 아무도 없다’라는 말이 있듯이 돕고 싶은 마음이 있다면 이미 남을 돕는 일을 시작한 것과 다름없다고 생각합니다. 뜻이 있는 곳에 길이 열리니까요. 처음 봉사 온 분들에게 ‘오늘 봉사해 보니 어떠시냐?’고 물으면 한결같이 이곳에 무언가를 주고 가는 게 아니라 본인들이 많은 것을 얻어가는 느낌이라고 대답합니다. 내가 가진 것을 내어주면 더욱 좋은 것이 채워지는 게 아닌가 싶습니다.”<br/><br/><br/><br/>―아산상 대상 상금 3억 원을 시설 확충에 쓰겠다고 밝혔는데 가장 시급한 시설은 어떤 것입니까. <br/><br/><br/><br/>“우선 환자가 대기할 수 있는 공간을 만들려고 합니다. 환자들이 병원 앞에 길게 줄을 서고 있는데 이런 모습을 볼 때마다 환자들에게 무척 미안한 마음이 듭니다. 춥거나 눈, 비가 올 때는 더욱 불편할 겁니다. 그래서 병원 안에 좁더라도 대기할 수 있도록 공간을 만들어 보려고 여러 차례 시도해 봤으나 워낙 기본면적이 좁아서 가능하지가 않았습니다. 또 환자를 위해 엘리베이터 설치를 검토해 봤으나 건물 자체가 낡고 공간이 좁아서 불가능한 상황입니다. 재개발에 대비해 새로운 장소를 확보할 예정인데 새로운 건물에는 그동안의 문제점을 반영해 진료와 치유 프로그램 운영실을 분리하고 대기공간을 마련할 계획입니다.”<br/><br/><br/><br/>―현재 요셉의원과 함께 거주가 불안정한 환자들을 위한 ‘목동의 집’, 필리핀 분원 등을 운영 중인데 앞으로 어떻게 확대할 계획입니까. <br/><br/><br/><br/>“고 김수환 추기경께서 ‘나는 요셉의원과 같은 무료 자선병원이 의료사업의 꽃봉오리라고 확신한다. 우리 천주교의 모든 병원이 무료로 환자를 돌볼 수는 없겠지만 적어도 요셉의원과 같은 몇몇 병원만이라도 하느님의 사랑을 만민에게 알리는 사랑의 전도사가 되어주기를 바란다’고 말씀하셨습니다. 그 정신을 이어받아 이 사회에서 버림받고 살아갈 의욕을 잃은 사람들에게 자활할 수 있는 힘을 키워주고 사회로 복귀하도록 돕는 데 최선을 다할 생각입니다. 서울은 물론이고 ‘필리핀 요셉의원’을 운영하는 분들과도 보조를 맞춰가겠습니다. 필리핀 분원은 성모병원에서 오랫동안 일한 최영식 신부님이 마닐라 빈민 지역에 차린 병원입니다. 최 신부님은 오지에서 소외된 사람들을 보살피다가 병이 나서 1년 전에 한국에 왔습니다. 치료가 다 되면 다시 갈 겁니다. 요셉의원이 가난한 환자들이 마음 편히 이용할 수 있는 고향 집 같은 곳이 됐으면 좋겠습니다. 이를 위해 진료 시설을 지속적으로 개선하고 확충해 나갈 계획입니다. 또 저희의 손길이 필요한 가난한 나라에 제2, 제3의 분원을 설립해 한국인의 따스한 인류애를 널리 전하도록 하겠습니다.”<br/><br/><br/><br/>―요즘 나라가 혼란스럽습니다. 어려운 시기지만 국민이 한마음으로 위기를 이겨내고 있습니다. 이 시국을 어떻게 바라봅니까. <br/><br/><br/><br/>“경제가 어려운데 정치마저 혼란스러운 상황에 빠져 국민 모두가 불안감을 떨치지 못하고 있습니다. 이번의 시련이 대통령의 문제에만 그쳐서는 안 된다고 생각합니다. 여러 부문의 비리와 부정부패를 청산할 수 있는 강력한 제도 개선을 비롯해 근본적인 변화의 계기가 되기를 바랍니다. 그러기 위해서는 우리 모두 스스로 돌아보는 철저한 자기반성이 필요하겠지요. 우리에겐 6·25전쟁 이후 폐허가 된 나라를 경제대국으로 발전시켜온 저력이 있습니다. 여기에 이웃을 아끼고, 서로 돕는 공동체 정신을 발휘한다면 이번 시련을 통해 빠른 기간 안에 반드시 성숙한 선진국으로 발전할 수 있으리라 믿습니다.”<br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 김구철 부장(문화부) kckim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-3.txt

제목: <글로벌 스타일>‘땅 위의 별, 하늘로’… 인종차별 맞선 주먹, 미래 써내려간 펜  
날짜: 20161223  
기자: 김대종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161223113506001  
본문: 올해 별세한 유명인들… 찬란했던 그들의 삶<br/><br/><br/><br/>2016년 한 해가 저물어 가고 있는 가운데 올해도 세계 역사에 큰 족적을 남겼던 유명인사들이 세상을 떠났다. 20세기 새로운 세계사의 흐름을 바꿨던 이부터 21세기 중요 사건 현장에서 쓰러진 인물, 그리고 한 시대를 풍미했던 최고의 뮤지션과 스포츠 스타까지 올해 진 큰 별들의 삶을 되돌아본다.◇ 대중문화·스포츠 = 2016년에는 전설적인 뮤지션의 별세 소식이 이어져 팬들을 안타깝게 했다. <br/><br/><br/><br/>지난 1월 10일에는 영국이 낳은 세계적인 가수이자 ‘글램 록’ 창시자 데이비드 보위가 69세의 나이에 암으로 별세했다. 본명이 데이비드 로버트 존스인 보위는 1970년대 파격적인 패션과 함께 몽환적이고 신비로운 분위기의 ‘글램 록’이라는 새로운 장르 창시자로 명성을 얻었으며 20세기 가장 성공적인 예술가 중 하나로 손꼽힌다. <br/><br/><br/><br/>그의 대표곡은 1969년 발표한 ‘스페이스 오디티(Space oddity)’로 아직까지 전 세계인의 사랑을 받고 있다. 보위의 부고 기사는 뉴욕타임스가 지난 12일 결산한 올해 독자들이 가장 많이 읽은 부고 기사 1위에 올랐다.<br/><br/><br/><br/>보위에 이어 두 번째로 많이 읽힌 부고 기사의 주인공은 미국 ‘팝의 전설’ 프린스였다. 57세의 나이로 사망한 프린스는 아편계 약물 과다복용으로 돌연사해 전 세계 팬들에게 충격을 안겼다. 본명이 프린스 로저스 넬슨인 프린스는 7개의 그래미상을 받고 1억 장이 넘는 앨범 판매량을 기록했다. 7세에 첫 노래를 작곡했고 1980년대 마이클 잭슨, 마돈나 등과 함께 세계 팝 음악을 주도한 천재 팝 아티스트인 그는 6집 ‘퍼플 레인’(Purple Rain)으로 세계적인 명성을 얻었다.<br/><br/><br/><br/>인상적인 연기를 펼친 배우들도 운명을 달리했다. 지난 1월 14일 ‘해리포터’에서 스네이프 교수 역할을 맡은 영국의 국민배우 앨런 릭먼이 69세를 일기로 세상을 떴고, 영화 ‘윌리 웡카와 초콜릿 공장’에 출연해 인기를 얻은 미국 원로 영화배우 진 와일더는 8월 29일 알츠하이머 합병증으로 83세의 나이에 별세했다.<br/><br/><br/><br/>스포츠계에서는 ‘인종차별에 저항한 복서’ ‘영원한 헤비급 챔피언’ 무하마드 알리가 6월 3일 74세의 나이로 별세했다. 1942년 켄터키주 루이빌에서 태어난 알리는 본명이 캐시어스 마셀러스 클레이 주니어로 12세 때 아마추어 복서 생활을 시작해 1960년 로마올림픽에서 라이트 헤비급 금메달을 획득했다. 이어 프로로 전향해 3차례에 걸쳐 헤비급 챔피언 타이틀을 거머쥐고 통산 19차례 방어에 성공하면서 1960∼1970년대 최고의 복서로 이름을 날렸다. 인종차별과 싸운 복서로도 기억되는 알리는 자유롭고 공정한 사회를 촉구하며 많은 사회활동을 했다. <br/><br/><br/><br/>‘골프의 전설’ 아널드 파머도 9월 26일 심장 질환으로 87세에 별세했다. 1955년 프로에 입문한 그는 캐나다오픈을 시작으로 프로 통산 95승을 올렸고 1974년 세계 골프 명예의 전당에 올랐다.◇학계·예술 = 올해 세상을 떠난 거성(巨星) 중 세계인에게 가장 큰 영향을 미친 이는 6월 29일 87세에 별세한 미래학자 앨빈 토플러다. 1928년 뉴욕에서 출생한 토플러는 뉴욕대를 졸업한 뒤 저널리스트로 활동하다 1970년 현대사회를 통찰한 저서 ‘미래충격’(Future Shock)으로 학계에 이름을 떨쳤고, 1980년 ‘제3의 물결’(The Third Wave)을 출간하면서 세계적 명성을 얻었다. 그는 또 1991년에 펴낸 ‘권력이동’(Powershift)을 통해 권력의 세 가지 원천을 폭력·부(富)·지식으로 규정했고 특히 미래사회에서 지식의 중요성을 지적했다. 그는 이들 책을 통해 제조업 기반의 경제에서 지식과 데이터 위주의 사회로 이동해 갈 것을 예견했다. 토플러는 미국은 물론 전 세계 경제 정책에도 영향을 줬고 우리나라에도 김대중 정부의 ‘21세기 한국비전’ 보고서를 통해 경제정책 수립에 관여했다.<br/><br/><br/><br/>문학계에서는 명작 ‘앵무새 죽이기’(To Kill a Mockingbird)로 세상의 편견에 맞선 작가 하퍼 리가 2월 18일 89세로 별세했다. 1960년 7월 11일 출판되자마자 베스트셀러가 돼 지금까지 전 세계에서 4000만 부 이상 팔린 ‘앵무새 죽이기’에서 하퍼 리는 혼란스러운 사회상과 흑인 차별 실태를 어린 소녀의 눈으로 낱낱이 고발했다. 그녀는 1961년 이 소설로 퓰리처상을 받았다. 지난해 ‘앵무새 죽이기’의 후속작이자 유작인 ‘파수꾼(Go Set a Watchman)’을 출간했다.<br/><br/><br/><br/>소설 ‘장미의 이름’으로 유명한 이탈리아 출신의 작가이자 기호학자 움베르토 에코는 2월 20일 84세로 운명을 달리했다. 대중에게 소설가로 알려졌지만 역사와 철학, 미학, 기호학, 문화 비평 등 여러 분야에 걸쳐 활약한 시대를 대표하는 지성으로 꼽힌다. 그는 또 고대 그리스어와 라틴어를 비롯해 영어·불어·독일어·스페인어·포르투갈어 등에도 통달한 ‘언어의 천재’이기도 하다. 1988년 두 번째로 내놓은 소설 ‘푸코의 추’ 이후 지난해 일곱 번째이자 마지막 소설인 ‘누메로 제로’를 내놓을 때까지 왕성한 활동을 이어왔다.<br/><br/><br/><br/>이와 함께 지난 7월 2일에는 홀로코스트 생존자이자 1986년도 노벨평화상 수상자인 미국의 유대계 작가 엘리 위젤이, 3월 31일에는 ‘운명’으로 2002년 노벨 문학상을 받은 헝가리 소설가 임레 케르테스가 각각 세상을 떠났다<br/><br/><br/><br/>서울 동대문디자인플라자(DDP)를 설계한 세계적인 건축가 자하 하디드는 3월 31일 65세의 나이에 심장마비로 별세했다. 하디드는 2004년 여성 최초로 ‘건축계의 노벨상’으로 불리는 프리츠커상을 받았다.◇정치·사회 =‘중동평화 협상가’였던 시몬 페레스 전 이스라엘 대통령은 9월 28일 뇌졸중 투병 중에 별세했다. 1959년 이스라엘 크네세트(의회) 의원으로 정계에 입문해 국방, 재무, 외무장관 등 정부 요직을 두루 거쳤고 총리직도 2차례나 역임한 페레스 전 대통령은 1994년 팔레스타인 자치정부 출범을 가져온 오슬로 협정을 성사시킨 공로를 인정받아 이츠하크 라빈 당시 총리, 야세르 아라파트 팔레스타인해방기구(PLO) 의장과 함께 노벨평화상을 공동 수상했다.<br/><br/><br/><br/>2월 16일에는 제6대 유엔 사무총장을 지낸 부트로스 부트로스 갈리 전 사무총장이 93세를 일기로 별세했다. 이집트 출신의 그는 14년 동안 이집트 외무 담당 국무장관을 역임했고 1992년 1월부터 1996년 12월까지 유엔을 이끌었다. 그의 재임 기간은 냉전 붕괴 후 새로운 세계 질서가 형성되고, 동시에 소말리아·르완다·보스니아 사태로 유엔 평화유지활동이 확장되기 시작한 중요한 시기였다. 그는 재임 기간 아프리카 소말리아의 기아 사태 해결에 나섰으나 성공적이지 못했다는 평가를 받았고, 1994년 르완다 대학살에 대한 유엔의 역할과 관련해서도 비판을 받기도 했다.<br/><br/><br/><br/>세계 최장수 재위 기록을 가진 푸미폰 아둔야뎃 태국 국왕은 88세로 10월 13일 서거했다. 푸미폰 국왕은 1946년 6월 9일부터 70년 126일간 왕위를 유지했고, 국가가 위기에 처할 때마다 구심점 역할을 하며 태국민의 존경을 받아왔다.<br/><br/><br/><br/>지난 6월 16일에는 브렉시트(영국의 유럽연합(EU) 탈퇴) 국민투표를 앞두고 조 콕스 영국 노동당 하원의원이 괴한의 총격으로 사망해 충격을 안겼다. 브렉시트 반대 캠페인을 펼쳐온 콕스 의원은 탈퇴를 주장하는 남성의 공격을 받고 쓰러져 병원으로 옮겨졌으나 숨졌다. 콕스 의원 사망 후 영국 내에서 유럽연합 잔류 지지도가 높아졌으나 일주일 뒤 진행된 국민 투표에서 결국 탈퇴가 결정됐다. <br/><br/><br/><br/>2월 13일에는 앤터닌 스캘리아 미국 대법관이 텍사스의 고급 리조트를 방문해 잠자리에 들었다가 79세로 숨졌다. 첫 이탈리아계 대법관인 스캘리아 대법관은 1986년 로널드 레이건 대통령 재임 기간에 대법관으로 임명 강경 보수를 대표했다. 미국의 제40대 대통령 고 로널드 레이건 전 대통령의 부인 낸시 레이건 여사는 94세로 3월 6일 별세했다. 남편인 레이건 전 대통령이 재임하던 1981년부터 1989년까지 퍼스트레이디로 활동했던 낸시 여사는 미국 역사상 가장 영향력 있는 퍼스트레이디로 꼽힌다. <br/><br/><br/><br/> 김대종 기자 bigpaper@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-4.txt

제목: 아모레퍼시픽, 女암환자에 메이크업·헤어 연출법 노하우 전수  
날짜: 20161222  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161222144005003  
본문: 아모레퍼시픽은 1945년 창립 이래 다양한 사회공헌활동을 진행해 왔다. ‘당신의 삶에 아름다운 변화, MAKEUP YOUR LIFE’라는 슬로건을 바탕으로 화장품 업계 1위로서의 책임감 실현에 힘쓰고 있다.<br/><br/><br/><br/>2008년부터 시작된 ‘아모레퍼시픽 메이크업 유어 라이프(AMOREPACIFIC Makeup Your Life)’ 캠페인은 암 치료 과정에서 탈모 등 급작스러운 외모 변화로 인해 고통받는 여성 암 환우들에게 메이크업과 피부관리, 헤어 연출법 등 스스로를 아름답게 가꾸는 노하우를 전수하는 캠페인이다. 이를 통해 환우들이 투병 중 겪는 심적 고통과 우울증을 극복하고 내면의 아름다움과 삶에 대한 긍정적 태도를 고취시킬 수 있도록 돕고 있다. <br/><br/><br/><br/>2015년까지 본 캠페인에는 총 1만29명의 여성 암환우와 3336명 아모레 카운셀러 자원봉사자가 참가해 아모레퍼시픽의 대표적 사회공헌 캠페인으로 자리 잡았다.<br/><br/><br/><br/>아모레퍼시픽은 또, 2000년부터는 설립기금 전액을 출자하여 국내 최초 유방건강 비영리 공익재단인 ‘한국유방건강재단’을 설립하고 유방건강 의식 향상을 위한 ‘핑크리본캠페인’을 전개해오고 있다. 유방 건강이라는 주제 아래 다양한 활동을 통해, 건강을 돌보는 습관형성을 강조함으로써 여성들에게 자신에 대한 긍정과 사랑에 대한 메시지를 전달하기 위해 노력하고 있다. <br/><br/><br/><br/>특히, 이 같은 여성 건강의 소중함을 여성의 동반자인 남성과 가족 모두에게 알리고 관심을 유도하는 활동을 펼쳐왔다. 이를 위해 2001년부터 ‘핑크리본 사랑마라톤’(사진)을 매년 개최하고, 생활 속 유방 자가검진을 독려하는 등 대중 스스로의 참여를 통해 만들어가는 캠페인을 해나가고 있다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-5.txt

제목: <몸·마음 바루기-윤종모 성공회 주교의 치유명상>“죽음의 의미 깨달은 사람만이 삶의 자유·마음 평화 누려”  
날짜: 20161221  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161221114005002  
본문: 12 죽음 명상<br/><br/><br/><br/> “<span class='quot0'>나는 과연 죽음의 병마 앞에서 주교님과 같은 저런 평화스러운 모습을 취할 수 있을까?</span>”<br/><br/><br/><br/>지난달 24일 대한성공회 서울주교좌성당에서는 제2대 관구장이자 부산교구 2대 교구장을 지낸 김재헌(분도) 주교의 장례성찬례가 있었다. 윤종모 주교는 부산교구에서 사제생활을 시작할 때부터 인연을 가져온 김분도 주교를 ‘아버지’같이 생각하며 지내왔다. 이날 장례식에서 윤 주교는 “분도 주교님은 오랜 세월 동안 병석에 계시면서도 한 번도 품위를 잃어버리지 않으셨습니다. 저는 가끔 주교님을 찾아뵐 때 그런 평화스럽고 흔들리지 않는 모습을 보고 속으로 감탄을 하곤 했습니다”라는 내용의 설교를 했다.<br/><br/><br/><br/>윤 주교는 설교에서 ‘hodie mihi cras tibi’라는 라틴어 속담을 인용했다. ‘오늘은 내 차례, 내일은 네 차례’라는 뜻이다. 윤 주교는 “오늘은 내가 세상을 떠나지만 내일은 네가 세상을 떠난다는 말입니다. 인간은 언젠가는 세상을 떠나니 돈이나 권력을 너무 탐하지 말고 다른 사람을 슬프게 하거나 상처 주지 말고 겸손하고 아름답게 살라는 교훈의 뜻이 담겨 있겠지요”라고 설명한다.<br/><br/><br/><br/>이번 회에는 웰다잉(Well―dying) 명상에 대해 들어보았다. 명상과 불교수행 등에서 흔히 ‘죽음 명상’으로 부른다.<br/><br/><br/><br/>―주변에 돌아가시는 분들이 늘 있지만, 죽음은 언제나 두렵고 낯섭니다.<br/><br/><br/><br/>“실존철학자인 하이데거는, 죽음은 인간에게 끊임없이 들려오는 배경음악이라고 말했습니다. 사느라고 바쁠 때는 배경음악에 별로 신경을 쓰지 않지만, 죽음이 현실로 코앞에 닥쳤을 때 준비가 되어있지 않은 사람은 당황하고 두려워하는 것이 당연합니다.”<br/><br/><br/><br/>―많은 사람이 암 등 치명적 질환으로 죽음을 맞닥뜨리게 되는데요. <br/><br/><br/><br/>“‘죽음학자’로 알려진 퀴블러 로스는 사람이 치명적인 병으로 죽음을 맞이하게 될 때 대략 다섯 단계를 거친다고 합니다. 첫 번째 단계는 부정의 단계입니다. ‘아니야, 그럴 리 없어’라고 부정하면서 회복할 것이라고 믿고 싶어 합니다. 두 번째 단계는 분노의 단계입니다. ‘그 많은 사람 중에 왜 하필이면 나야? 지금이야?’라면서 자신에게, 가족에게, 의료진에게, 때로는 절대자에게 분노를 표출합니다. 세 번째 단계는 타협의 단계로, 자신의 상황을 인정하면서 절대자와 타협합니다. 이번 한 번만 이 상황에서 벗어나게 해준다면 신을 믿겠다든지 하면서 말입니다. 네 번째 단계는 우울과 절망의 단계입니다. 이때는 말이 적어지고, 때로는 울기도 합니다. 마지막 단계는 수용의 단계입니다. 죽음의 불가피성을 깨닫고 받아들이기로 마음을 먹습니다.”<br/><br/><br/><br/>―‘죽음 명상’이 어떤 도움을 줄까요.<br/><br/><br/><br/>“나는 죽음을 받아들일 때 한계상황을 느껴서 포기하는 차원이 아니라, 어떤 깨달음을 얻어서 마음의 평화에서 오는 차원이었으면 좋겠습니다. 죽음에 대하여 생각하는 것을 회피하지 않고, 명상 속에서 죽음을 바라보고 깨달음을 얻어 죽음과 친해진 사람은 ‘언제든 죽기에 좋은 날’이라는 생각으로 죽음이 찾아올 때 미소로 환영합니다. 그러나 이것은 손쉽게 얻어지는 경지가 아니라 오랜 명상 수련 가운데에서 얻어지는 경지입니다. 죽음의 문제를 해결한 사람만이 삶에서 진정한 자유와 마음의 평화를 누릴 수 있습니다. 그래서 죽음의 문제를 기피하지 말고 죽음의 문제를 명상하는 것이 필요합니다.” <br/><br/><br/><br/>엄주엽 선임기자 ejyeob@munhwa.com<br/><br/> <br/><br/>명상 실습<br/><br/><br/><br/>“내가 캐나다에서 영성상담을 공부하고 있을 때 케인 교수가 인도하는 집단상담에 참석한 적이 있었습니다. 그녀는 참석자들에게 깊은 심호흡을 시키며 내면의 세계로 빠져들게 인도했습니다. 케인 교수가 말했습니다. ‘여러분은 지금 죽음을 맞이하고 있다고 상상해 보세요. 여러분에게 남아 있는 시간은 단 5분뿐입니다. 머릿속에 누가 떠오릅니까? 그들에게 이제는 안녕이라고 말할 때라고 생각해 보세요. 어떤 느낌이 듭니까? 죽음을 맞이하는 순간을 상상하면서 새롭게 깨달은 것이 있습니까.’ 나는 집단상담을 마치고 눈을 떴을 때 훨씬 성숙한 나를 발견할 수 있었습니다. 사람들은 죽음을 맞이하면서 대개는 자신의 삶을 돌아보고 후회와 아쉬움을 느낍니다. ‘나는 사랑하는 사람들에게 왜 그렇게 많은 상처를 주었고, 왜 사소한 일로 다른 사람들을 그토록 가슴 아프게 했던가?’ 꼭 하고 싶었던 일을 마치지 못한 후회와 아쉬움일 것입니다. 그러나 정작 죽음이 눈앞에 닥쳐왔을 때는 아무리 후회하고 아쉬움이 남아도 어찌할 방법이 없습니다. 만약 어떤 사람이 죽음의 문턱까지 갔다가 다시 살아오는 경험을 한다면 그는 인생을 이전과는 전혀 다른 시각으로 보며 살 것입니다. 이런 훈련은 혼자서 할 수도 있고 집단상담에서 여럿이 함께할 수도 있습니다. 죽음을 맞이하는 상상 속에 잠겨 있다가 눈을 뜨면 나에게 남아 있는 삶의 시간이 많음을 알 수 있습니다. 그래서 소중한 사람들에게 사랑한다고 말할 시간도, 다투었던 사람들과 화해할 시간도, 또 의미 있는 일을 해볼 시간도 많이 남아 있습니다. 죽음에 대한 명상은 어떤 무서움이나 혐오감을 주려는 것이 아닙니다. 죽음에 대한 명상을 함으로써 죽음과 친해지고 죽음의 의미를 깨닫게 하려는 것입니다. 그러므로 죽음에 대한 명상은 궁극적 치유를 위한 명상입니다. 죽음 명상에는 ‘자신의 주검 바라보기 명상’‘자신의 장례식 바라보기 명상’‘유언장 쓰기 명상’‘절대자와의 합일 명상’ 등이 있습니다.” <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-6.txt

제목: 英 ‘세 부모 체외 수정’ 세계 첫 승인  
날짜: 20161216  
기자: 김석  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161216145006001  
본문: 유전병 대물림 방지에만 허용<br/><br/><br/><br/>영국이 간질이나 정신지체 등 유전 질환의 대물림을 막기 위한 ‘세 부모 체외 수정’ 시술을 세계 최초로 승인했다.<br/><br/><br/><br/>15일 로이터와 dpa 통신에 따르면 영국 인간수정·배아관리국(HFEA)은 미토콘드리아 질환이 대물림되는 것을 막기 위해 ‘세 부모 체외 수정’ 시술을 사용하는 것을 승인했다. 세 부모 체외 수정은 미토콘드리아 결함을 지닌 여성의 난자에서 핵만 빼내 정상적인 미토콘드리아를 가진 다른 여성의 핵을 제거한 난자에 주입한 뒤 정자와 수정시키는 것이다. <br/><br/><br/><br/>세포질에 있는 미토콘드리아는 세포핵과 함께 인간의 DNA를 갖고 있는 조직이다. 미토콘드리아가 가진 DNA는 전체 유전자 DNA의 1%가 되지 않는다. 인간의 외모와 성격 등을 결정하는 유전 정보는 세포핵 DNA에 있으며, 미토콘드리아 DNA는 세포 활동에 필요한 에너지를 만드는 기능만 담당하며 모계 유전된다. <br/><br/><br/><br/>다만 결함을 가진 미토콘드리아 DNA는 간질과 심장병, 정신지체, 치매, 비만, 암 등 150여 가지 질환을 일으킨다. 이러한 유전 질환을 막기 위해 어머니의 난자 핵을 미토콘드리아가 정상인 다른 여성의 난자에 넣은 뒤 아버지의 정자와 체외 수정시키는 것이다. 이로 인해 태어난 아이는 생물학적 부모가 3명이 되기 때문에 윤리적인 논란이 적지 않다.<br/><br/><br/><br/>HFEA가 세 부모 체외 수정 시술 사용을 승인함에 따라 세계 최초 합법적인 시술이 내년 초부터 시행될 예정이다. BBC 방송은 내년 초 영국 중부 뉴캐슬대학의 웰컴미토콘드리아연구센터 연구진에 의해 처음으로 시술될 것으로 예상된다고 전했다. <br/><br/><br/><br/>김석 기자 suk@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-7.txt

제목: <세상 만사-나라 밖>“산타 보고싶어요”… 불치병 소년, 소원 풀고 하늘나라로  
날짜: 20161213  
기자: 손고운  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161213141006018  
본문: 산타클로스를 만나는 게 소원이었던 불치병에 걸린 다섯 살 소년이 병원의 도움으로 산타클로스의 품에 안겨 세상을 떠났다. <br/><br/><br/><br/>12일 미국 지역신문 녹스빌 뉴스 센티넬 등에 따르면 산타클로스 자원봉사를 해오던 에릭 슈미트-마첸(60)은 최근 평소 잘 아는 간호사에게서 급히 와달라는 전화를 받았다. <br/><br/><br/><br/>간호사는 “<span class='quot0'>말기 암을 앓고 있는 어린 소년이 지금 죽어간다</span>”며 산타클로스 분장을 부탁했다. 이에 슈미트-마첸은 부랴부랴 병원에서 마련해준 산타클로스 복장을 하고 장난감을 든 채 병실을 찾았다. <br/><br/><br/><br/>소년은 장난감을 만지며 행복한 미소를 지었다. 이어 소년이 “사람들이 제가 죽어가고 있다고 얘기해요, 내가 언제 어디로 가는지 어떻게 알 수 있지요”라고 묻자 슈미트-마첸은 “네가 천국에 가면 요정들에게 ‘나는 산타의 첫 번째 요정’이라고 말해주렴. 그러면 그들이 너를 안내할 거야”라고 답했다. 이날 아이는 슈미트-마첸의 품에 안겨 세상을 떠났다. <br/><br/><br/><br/>손고운 기자 songon11@munhwa.com, 연합뉴스 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-8.txt

제목: <파워인터뷰>“최순실 사태, 한국 전체가 모자라 생긴 일… 모두 반성해야”  
날짜: 20161209  
기자: 장재선  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161209152005001  
본문: 대한민국예술원 회장 민경갑 화백<br/><br/><br/><br/>‘항상 새로움에 목말라 있는 만년 청년.’ 그에 대해 한 미술평론가는 이렇게 표현했다. 그를 만나본 후 그게 무슨 말인지 알 수 있었다. 올해 84세의 그는 창작 열정으로 가득 차 있었다. 동양에선 60세부터 다시 사니까, 자신의 나이는 풋풋한 24세라고 했다. 대한민국예술원 회장인 민경갑 화백. 한국화(韓國畵) 대가인 그와는 내년 정유년(丁酉年)에 만나야 좋았을 것이다. 그가 닭띠 해에 태어났다는 것, 그의 호가 닭유(酉) 자를 쓰는 유산(酉山)이라는 것 등을 떠올리면 그렇다. 충남 계룡산(鷄龍山) 아래에서 태어난 그는 닭계(鷄) 자와 뜻이 같은 닭유(酉) 자로 호를 삼았다고 했다. 당초 그를 만나고자 했던 것은 한국화 대가의 그림 세계, 위작 논란과 경매 시장 문제, 예술원 회장으로서의 역할 등에 대해 이야기를 듣고자 해서였다. 그러나 시국이 소용돌이치면서 현대사의 굴곡을 다 겪은 원로에게서 지혜를 얻고자 하는 마음이 생겼다. 병신년(丙申年) 끄트머리에서 그를 서둘러 만난 까닭이다. 지난 2일 서울 서대문구 연희동의 한적한 주택가에 자리 잡은 유산화실(酉山畵室)을 찾았다. 아담한 2층 양옥의 아래층은 살림집이고, 위층이 화실이었다. 응접 소파가 있는 방의 벽면과 바닥을 그림들이 가득 채우고 있었다. 민 화백은 악수를 청하며 “인터뷰를 하는데 내가 작업복을 입고 있어서 괜찮을까”라고 물었다. 답을 원하기보다는 양해를 구하는 말투였다. 바로 옆의 작업실에서 그림을 그리다가 손님이 찾아오면 응대하기 때문에 주로 작업복을 입고 있다고 했다.<br/><br/><br/><br/>―시국이 어지러워서 원로의 말씀을 듣고 싶은데, 예술가에게 그걸 여쭙는 게 가당한가 싶다.<br/><br/><br/><br/>“어디선가 최순실 게이트에 대한 의견을 묻기에 이 정부의 문화융성 정책이 허구라고 답했다. 문화가 정말 융성하려면 거름을 줘야 하고, 지속적이어야 한다. 그런데 이 정권의 문화융성은 지속성도 없고, 뿌리도 없다. 게다가 최순실 게이트가 터진 걸 보니, 문화융성을 하려던 게 아니라 도둑질을 하려던 것이었다. 초대 문화융성위원회 위원장인 김동호 씨에게 내가 한 번 물어본 적이 있었는데, 그가 ‘말도 마라. 내 돈 쓰고 있다’고 하더라. 정부의 지원이 거의 없다는 것이다. 김 위원장이 한 번만 하고, 그만두지 않았나. 이제 와서 보니, 지네들(국정농단 세력) 돈 만들려고 다 짰던 거다.”<br/><br/><br/><br/>―이번 국정 농단 사건을 보며 여러 감회가 있었을 텐데.<br/><br/><br/><br/>(민 화백은 박근혜 대통령의 아버지인 박정희 전 대통령과 인연이 있다. 그는 1970년대에 당시 문교부 장관 이선근 박사의 추천으로 영남대 교수로 부임했다. 그때 영남대를 인수한 박 전 대통령이 그에게 대구에 동양화를 심어달라고 당부했고, 그는 그것을 소중한 기억으로 품고 있다.)<br/><br/><br/><br/>“박 대통령에 대한 기대가 있었다. 박정희 전 대통령의 딸이니 최선을 다해 나라를 지키리라는 것, 또 미혼이니까 가족 관리의 부담 없이 청렴하게 국정을 이끌어 가리라는 것, 불행한 일들을 이미 겪었으니 어려움이 닥쳤을 때 잘 극복하리라는 것. 그런데 뜻밖에도 그러지 못했다. 안타까운 이야기다. 힘들어서 최순실에게 의지하다 보니 이렇게 됐다고 하는데, 그보다는 역시 역량이 없었던 거다. 군부여서 정통성이 없다는 비판을 들었던 전두환 정권을 떠올려 보면, 그래도 요소요소에 사람을 잘 쓰긴 했다. 그런데 박 대통령은 그조차 없다.”<br/><br/><br/><br/>―박 대통령이 물러난 뒤에 어떤 질서가 들어설지, 그 걱정을 하는 시점이다.<br/><br/><br/><br/>“이런 시기일수록 여야가 합심해서 난국을 돌파해야 한다. ‘우선 나라를 살리고 보자’고 해야 하는 거다. 그런데 입법부가 권세에 취해 있다. 박 대통령이 물러난 후에 권력을 잡을 궁리에만 몰두해 있다. 여야가 똑같다. 탄식이 나온다. 왜 이 나라를 위해 헌신하는 사람은 없는가. 이런 난국엔 국방 분야 등에서의 국가 기밀이 중요하다. 복덕방도 아니고 구세군 사업도 아니다. 그런데 나랏일을 한다는 사람들이 왜 자꾸 공표하고 까발리는가. 예를 들어 사드 문제와 관련해 중국이 롯데 중국법인에 대해서 조사한다고 한 것은 우리 국회의원들이 그 방법을 알려 준 것이나 마찬가지다.”<br/><br/><br/><br/>―국민이 대통령의 잘못을 징치하는 것은 마땅하지만, 의혹이 사실과 뒤섞여 무차별 폭로된 것은 문제가 있다는 시각이 있는데.<br/><br/><br/><br/>“대통령이 3차 담화 때 ‘거국 내각을 만들어 주면, 나는 그만두겠다’고 하면 됐을 텐데, 그 한마디를 안 해서 여기까지 이르렀다고 본다. 그런데 최소한 국가 원수로서 대통령이라는 위치는 우리가 생각해 줘야 하는 것이 아닌가 싶다. 우리가 만들어 놓고 누워서 침을 뱉는 꼴이다. 위정자 한 사람이 아니라 당신과 나, 우리에게 모든 책임이 있다. 자기 자식을 폄하하면 밖에 나가서도 자식이 대접을 못 받는 법이다. 한국 전체가 모자랐다는 것을 모두가 반성해야 한다.”<br/><br/><br/><br/>민 화백의 생각은 그에 앞서 예술원 회장을 했던 유종호 문학평론가의 말과 통한다. 유 전 회장은 어느 인터뷰에서 “<span class='quot0'>차선을 선택한 다수자의 기여를 통해 박근혜정부가 성립되었음을 고려한다면, 크게 보아 한국 정치의 실패</span>”라며 “<span class='quot0'>굴욕감에 광장을 채운 분노를 넘어서 이성의 민주주의가 작동할 때</span>”라고 했다. <br/><br/><br/><br/>―산업화, 민주화를 다 이룬 국가라고 자부해왔다. 이번에 그 자부심이 깨졌다는 국민이 많다.<br/><br/><br/><br/>“그래도 끈질긴 민족 아닌가. 잘 헤쳐나갈 것이라고 믿는다. 그런데 젊은이가 꿈을 꿀 수 없는 사회라는 게 큰 문제다. 나는 평소 24세라고 하고 다니는데, 그 나이의 사유로 이야기해보면 꿈을 꿔봐야 소용없는 세상이 됐다. 정치인을 비롯한 기성세대가 젊은이를 위해 뭔가를 해 주려고 자꾸 노력해야 한다. 우리 사회 문제의 근원엔 교육이 있다. 교육이 바뀌어야 한다. 대학수학능력시험이 인격과 실력을 좌우하는 바로미터가 돼서는 안 된다.” <br/><br/><br/><br/>―예술원 이야기를 해 보자. 쟁쟁한 분들이 많은데, 거기서 회장으로 뽑힌 이유는 뭐라고 생각하는지.<br/><br/><br/><br/>(예술원 정원은 총 100명이고 현 회원은 88명이다. 민 화백은 작년 12월에 회원 선거를 통해 회장으로 선출됐다.)<br/><br/><br/><br/>“내가 사람이 만만하게 보여서다. 심부름을 해달라는 거지. 회장 되고 나서야 하는 일이 그렇게 많은 줄을 알았다. 회원 평균 연령이 80세가 넘으니 올해만 해도 몇 분이 돌아가셨다. 장례식장에 가서 회장으로서의 역할을 해야 하고, 각 분야 행사에도 참석해야 하니 바쁘다. 주변에서 자꾸 권유해 회장직에 나서게 됐는데, 지금은 잘못했다는 생각이 든다.”<br/><br/><br/><br/>―대한민국예술원이라는 이름은 거창한데 무엇을 하는 곳인지 아는 사람은 드물다.<br/><br/><br/><br/>“평생을 문화 발전에 바치고 뚜렷한 성취를 한 분들을 예우하기 위한 모임이다. 회원의 예술창작활동과 국제예술교류를 지원하자는 뜻도 있다. 1954년 법정 기관으로 창설됐으니 벌써 60년이 넘는다. 그런데 아직도 독립 건물 없이 셋방살이하는 데서 드러나듯 국가로부터 제대로 대접받지 못하고 있다. 예전에 프랑스 파리에서 전람회를 한 후 시골 마을에 간 적이 있는데, 안내자가 나를 한국예술원 회원이라고 소개하자 집주인이 술을 내오더라. 예술원 회원이 들러주다니 참 행복하다고. 프랑스는 어떤 행사가 있으면 대통령 바로 뒷줄에 예술인들이 앉는다. 우리는 어떤가. 젊은 국회의원들은 공항 귀빈실에 가는데, 예술원 회원은 못 들어간다. 나라가 예술원 회원을 대접하지 않는데 국민이 어찌 문화예술을 소중히 여기겠는가.”<br/><br/><br/><br/>―예술원 정원을 보면, 영화 분야가 영향력에 비해 그 수가 적어 보인다.<br/><br/><br/><br/>(문학, 미술, 음악 분야의 정원이 각기 28명, 25명, 22명인데 비해 연극, 영화, 무용은 모두 합쳐서 25명이다. 영화 분야의 현 회원은 6명 뿐이다.)<br/><br/><br/><br/>“예술원이 탄생할 때 순수예술 비중을 높게 잡았기 때문에 그렇게 됐다. 각 분야 회원 선출은 무척 까다롭다. 예술단체 등이 뛰어난 성과를 이룬 예술인을 추천하면 심사위원회를 구성한 후 위원 3분 2 출석에 3분의 2 찬성으로 승인하고, 총회에서 과반수 찬성으로 의결하는 과정을 거쳐야 한다. 회원들은 대부분 연로한 탓에 건강이 좋지 못하고, 또 경제적으로도 여유가 없는 편이다. 그러나 예술가들인 만큼 물질적 대접보다는 정신적 예우를 바란다.”<br/><br/><br/><br/>이 대목에서 민 화백의 작업실을 봤으면 한다고 청했더니 기껍게 응했다. 작업대와 함께 각종 화구가 있는 작업실 오른쪽 벽면을 채색화 하나가 꽉 채우고 있었다.<br/><br/><br/><br/>“(벽면의 그림을 가리키며) 오늘 손 뗀 작품이다. 해방 직후 (내가 공부한) 서울대에선 채색화를 배척했다. 일본 것이라고 생각해서다. 한동안 수묵(水墨) 위주였다. 1960년대에 세계적으로 질감을 강조한, 추상표현주의가 나왔다. 그게 한국으로 들어왔는데, 동양화에서는 내가 동참했다. 내가 추상화 1호인 셈이다. 8년간 추상 작업을 하다 보니까 ‘이게 내 말이 아니고 서양 말이다’라는 자각이 생겨서 그 말에서 내렸다. 새로 출발해서 오늘날까지 왔다. 내 것을 찾아 다시 시작했다. 처음에는 ‘자연과 조화’, 그 후 ‘자연과 공존’, 그리고 ‘자연 속으로’ 들어가 보자고 했으며, 그 후에 ‘무위(無爲)’ ‘진여(眞如)’, 지금은 ‘잔상(殘像)’단계로 넘어와 있다. 앞으로 어디로 갈지 모른다.” <br/><br/><br/><br/>그는 작업실 오른쪽 문을 열고 층계 벽에 붙어 있는 옛 그림을 보여줬다. “<span class='quot1'>저기 걸린 게 1961년에 처음 한 추상작품이다.</span>” 한국화 전위 그룹에 속해 비구상화를 과감히 선보이던 청년 시절의 패기가 느껴졌다. <br/><br/><br/><br/>―동양화를 하면서 추상을 택한 것은 실험 정신이었나.<br/><br/><br/><br/>“물론이다. 지금까지의 선배 작품들은 내 것이 아니라는 생각. 세계적인 시류를 따라 추상화를 했지만, 내 것이 아니라는 생각으로 바로 말에서 내린 거다.”<br/><br/><br/><br/>―추상성에 구상성을 합치면서 자연을 택했다. 특히, 산을 그리게 된 계기는. <br/><br/><br/><br/>“산을 그리게 된 건, 시대의 여러 ‘주의(ism)’들과 사람들의 기호 등에 맞춰 나간 것인데, 그건 작가의 어쩔 수 없는 숙명이다. 서구에선 1905년에 피카소란 입체파가 나왔는데, 그때는 광화문엔 아직 마차가 다니던 시절이다. 6·25가 난 후, 서양 잡지가 들어오면서 나는 비로소 세상이 달라진 걸 알았다. 그건 마치 부산서 기차를 타고 밤에 급행으로 서울까지 온 거다. 중간역을 모르는 거다. 과정이 없었기 때문이다. 내리긴 했는데, 여기가 서울인지 어딘지 모르는 건, 지금 현대인이 현대화를 모르는 것과 같다.” <br/><br/><br/><br/>작업실을 나와 응접 소파가 있는 방으로 다시 왔다. 여기저기 놓여 있는 그림들의 다채로운 색감과 두꺼운 질감이 사뭇 매혹적이다. 동양화에서 이런 느낌을 받을 수 있는 것은, 민 화백 특유의 기법이 녹아 있는 덕분이다.<br/><br/><br/><br/>“미립자를 수없이 계속해서 깊이 있게 적립시킨 것이다. 언뜻 보면 쓱 칠한 것 같겠지만 수없이 많은 겹이 있다. 저 얇은 화선지 위에 색이 두껍게 보인다. 아주 깊이감이 느껴지게 색으로 덮은 거다. 몇십 년 그림을 그린 덕분에 깨달은 노하우다.”<br/><br/><br/><br/>그의 작품들은 한국 전통미에 현대적 기법을 입혔다는 평가를 듣는다. 동양화, 그중에서도 한국화인데 서양화의 색·질감을 다 보듬고 있다. 흔히 서양화는 캔버스에 유화 물감으로 그린 그림을 말하는 반면에 동양화는 화선지에 먹으로 그리는 그림을 일컫는다. 물론 동양화 중에도 천에다 채색한 그림도 있다. 한국화라는 이름이 나온 것은 1970년대 후반부터다. 중국, 일본과 다른 우리 그림의 정체성을 강조하기 위해서였다. 대학 교수로 재직한 바 있는 그에게 좀 더 구체적인 설명을 듣고 싶었다.<br/><br/><br/><br/>―서양화와 동양화의 차이는 무엇인가. 동양화 중에서 한국화는 어떤 특징이 있는가.<br/><br/><br/><br/>“회화라는 건 본래 동서가 없는 거다. 사람이 그냥 사람인 것처럼. 그런데 자세히 보면 백인, 흑인, 황인종이 있듯이 그림도 표현 방법과 정신세계의 전통에 따라 구분할 수 있다. 서양에선 르네상스 이후 인상파 등이 생기고 허무주의, 다다이즘까지 나왔다. 앤디 워홀의 팝아트, 마르셀 듀상의 소변기 작품 등은 처음에 미쳤다는 소리를 들었으나 나중에 예술로 인정받았다. 그런 식으로 서양 미술이 발전해 지금은 자동차를 찌그러트리는 환경 미술, 광선을 이용한 홀로그래피 예술이 나왔다. 최근엔 인터랙티브(interactive) 아트라는 대화 형식의 그림도 생겼는데, 그것도 부족해서 음성을 인식해 색이 나오는 텔레 인터랙티브까지 왔다. 서양 미술의 발전이라는 것은 과학과 함께한다.”<br/><br/><br/><br/>그의 설명은 얼음에 박 밀듯이 유창하게 이어졌다. 발음은 분명했으나 말이 빠른 편이어서 집중해서 들어야 했다.<br/><br/><br/><br/>“동양은 기계나 과학보다 정신과 기(氣)를 중시한다. 작가의 혼(魂)이 실려야 작품이라고 한다. 동양화에 주로 쓰는 게 먹이다.(앞에 있는 종이에 한자 먹 묵(墨)자를 쓰며) 여기엔 명도(明度)밖에 없다. 하지만 모든 색상을 합치면 결국 무채색이 되고, 그 안에 이미 밝고 어두운 게 다 들어가 있는 거다. 이를 화선지 위에 표현하는 게 동양화다. 동양인들은 지구가 그 자체로 음이며, 태양이 있어서 그 빛을 받아 색이 나온다는 걸 진작에 깨달았다. 그게 동양 사람의 정신이고, 동양화의 정신세계다.”<br/><br/><br/><br/>―그림 재료와 정신세계 이외에 표현 기법의 차이도 있는 듯하다. 서양화와 달리 동양화는 일필휘지(一筆揮之)의 필력이 있어야 한다던데.<br/><br/><br/><br/>“일필휘지는 기본이고, 심안(心眼)으로 표현해야 한다. 식물을 보더라도 이게 커서 꽃을 피울지 열매를 맺을지 심안, 즉 마음의 눈으로 본 것을 표현하는 게 동양화의 정신이다. 요즘 젊은 사람들은 먹으로 그리는 걸 피하고, 아크릴로 빨리 그린다. 또, 서양화가 비싸게 팔리니까 자꾸 서양화 쪽으로 기운다. 동양화는 필력이 생기기까지 오래 걸리고 어렵거든. 요즘 사람들은 뭐든 빨리 끝내려고 하는데, 동양화의 정신세계는 그런 게 아니다. 내가 늘 새로운 시도를 하면서도 화선지와 먹을 고수하는 건 우리 전통의 원형을 지키기 위해서다. 우리 전통을 지니고 있으면서 여기서 더 나아가는 게 의무라고 느낀다. 온고지신은 고리타분한 게 아니다. 옛날 것을 받아서 이것을 변화시키고 새로운 걸 창조한다는 것이다.” <br/><br/><br/><br/>―그림 시장 이야기를 해 보자. 현재의 경매시장을 어떻게 보나.<br/><br/><br/><br/>“경매가 미술 시장을 활성화하는 데 기여한 건 장점이다. 그러나 작품성이 높지 않아도 작가의 이름만으로 군중심리에 의해 높은 값에 팔리는 것은 결점이다. 화랑에서 개인이 작가와 소통하고 교감하며 작품을 사야 하는데, 큰손이 된 경매 업체가 소비자에게 ‘여기서 당신 맘에 들면 사시오’ 해버리니 미술 시장이 왜곡된다. 그 결과로 고가에 팔리는 가짜 작품이 계속 나오고 있지 않나. 어느 유명한 경매에 가서 보니까 한두 점하고 돌아가신 분인데, 그림이 많이 나와 있더라. 그분의 부인이 그림을 그리는 걸 봤다고 하는 이야기가 돌더라. 쉽게 속을 수 있으니 조심해야 한다.”<br/><br/><br/><br/>―수화(樹話) 김환기의 작품이 최근 53억 원에 팔리며 국내 경매 최고가를 경신했다. 수화의 그림에 대해 어떻게 생각하나.<br/><br/><br/><br/>(수화는 서양화를 그렸으나 한국적 정체성을 탐구했고, 작품 세계의 지속적 변모를 추구했다. 그 점에서 20년 후학인 민 화백과 통한다.)<br/><br/><br/><br/>“훌륭하신 분이다. 자기 틀 속에서 벗어나려고 늘 애썼다. 그것이 예술가에게 얼마나 어려운 일이냐면, 10층 빌딩을 맨손으로 뽑아서 옮기는 것과 같다. 창작한다는 건 참으로 어려운 거다. 이름을 대면 개성이 딱 나와야 한다. 어떤 걸 내놓아도 그 작가의 냄새가 풍겨 나와야 한다. 거기서 계속 변화를 추구해야 한다. 작가는 자기 작품도 모방하면 안 된다. 자기 개성은 살려도, 자기 모방은 안 된다.”<br/><br/><br/><br/>―바르토메우 마리 국립현대미술관장이 취임 1년을 맞았는데, 그 성과에 대해 논란이 분분하다.<br/><br/><br/><br/>(스페인 출신의 전시기획 전문가인 마리 관장은 취임 때부터 논란이 있었다. 외국인이 국립미술관을 맡아도 되는지, 그가 적절한 경력을 갖췄는지에 대한 회의적 시각이 미술계에서 제기됐다.)<br/><br/><br/><br/>“양식 만들던 사람이 한식을 한다는 게 문제다. 한국 미술사를 알고, 작가들도 알아야 하는데…. 관장과 직원들 사이에 언어 장벽으로 소통이 되지 않는다더라. 여러 가지로 안 될 조건 아닌가. 여기서 한 가지 더 지적할 것은, 우리에게 근대 미술관이 필요하다는 거다. 실험적 현대 미술을 소개하는 전시는 많은데 우리 미술이 어디에서 어디로 왔는지 알려 주는 것은 드물다.”<br/><br/><br/><br/>―미술대학에서 강의하실 때 어떤 걸 강조하셨나. 자녀를 미대에 보내고 싶어 하는 이들에게 해 주고 싶은 말은.<br/><br/><br/><br/>“미대 수업에선 주로 동양정신을 강조했다. 과연 우리 것이 무엇이냐는 것에 대해서 말이다. 미대에 자식을 보내려면 그냥 놔두는 게 최상의 길이다. 부모가 바라는 대로 키우려고 하면 자식이 부모의 아류가 된다. 그러면 작가가 될 수 없다. 자기의 길을 스스로 선택하게 해야 한다. 초등학교 때 미술학원을 보내면 다 버린다. 적어도 중학교 이후, 고등학교 들어가서 해야 한다. 어릴 때 잘 그리는 애들은 환경 덕이지, 자기가 정말 잘해서 그리는 게 아니다. 어릴 때 그림을 잘 그린다고 해서 ‘화가 해라’라고 하면 큰일 난다. 틀 속에 넣으면 더 못 큰다.”<br/><br/><br/><br/>―근년에 아프셨다고 들었는데, 지금은 건강하고 활력이 넘쳐 보인다. 비결은 뭔가.<br/><br/><br/><br/>“암도 겪었고, 척추와 요도비대증 수술도 했다. 활력 있어 보인다면 모든 걸 긍정적으로 받아들이기 때문일 것이다. 황혼에 지켜야 할 12도(道)란 게 있지 않나. 그중에 3도를 지키려고 한다. 후배를 선배같이 대하는 예도(禮道), 나이가 들수록 모르는 게 많으니 계속 배우는 학도(學道), 베풀어서 덕을 쌓는 품도(稟道). 후배들에게 요즘 자주 하는 말은 ‘금’에 관한 것이다. 세상에 여러 가지 금 중에서 ‘지금’이 가장 소중하다는 것. 이 시간이 지나면 다시 안 온다. 그러니 시간을 아껴서 즐겁게 쓰고, 늘 호기심을 가져야 한다. 나는 후배들에게 말하곤 한다. 낙망하지 마라, 사방이 막혀도 한군데 하늘은 뚫려 있지 않느냐.” <br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 장재선 문화부장 jeijei@munhwa.com<br/><br/>정리 = 박동미 기자 pdm@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-9.txt

제목: “저체중이 과체중보다 사망위험 높다”  
날짜: 20161208  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161208113505001  
본문: 강북삼성병원 16만명 대상 체질량 지수 분석<br/><br/><br/><br/>체중이 적게 나가는 사람은 뚱뚱한 사람보다 사망 위험이 높다는 연구결과가 나왔다. 마른 사람이 뚱뚱한 사람보다 건강하다고 여겨졌던 통설과 반대의 결과다. 연구팀은 이러한 원인에 대해 마른 사람들은 상대적으로 영양소 등 인체 필수요소가 부족하기 때문으로 추정했다.<br/><br/><br/><br/>성기철 강북삼성병원 순환기내과 교수팀은 2002년부터 2013년까지 건강검진을 받은 16만2194명을 대상으로 체질량 지수에 따른 사망률을 분석한 결과 이같이 나타났다고 8일 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이번 연구결과는 국제학술지 ‘순환기내과’(International journal of cardiology) 최근호에 발표됐다. 연구팀은 대상자를 저체중·정상체중·과체중·비만으로 구분하고 전체 사망률과 암 사망률, 심혈관질환 사망률을 평균 4.9년 동안 추적 관찰했다. <br/><br/><br/><br/>저체중은 비만 정도를 나타내는 지표인 체질량지수(BMI)가 18.5㎏/㎡ 미만인 경우다. 체질량지수는 몸무게(㎏)를 키(ｍ)의 제곱으로 나눠 계산하며 정상체중(18.5∼22.9㎏/㎡), 과체중(23∼24.9㎏/㎡), 비만(25㎏/㎡ 이상)으로 구분된다.<br/><br/><br/><br/>분석 결과 저체중인 사람의 전체 사망률은 정상체중인 사람보다 53% 증가했다. 과체중 또는 비만인 사람의 전체 사망률은 정상체중보다 23%가량 감소했다. 연구설계 과정에서 체질량지수 이외에 사망률에 영향을 미칠 수 있는 고혈압, 당뇨병 등 기저질환이 있는 대상자는 제외하고 성별·나이·흡연상태·교육수준 등의 변수도 반영되지 않도록 보정했음에도 이런 결과가 나온 것이다. 이는 암, 심혈관질환과 같은 질병에 의한 사망률에서도 마찬가지였다. 저체중인 사람의 경우 심혈관질환 사망률은 정상체중보다 34%, 암 사망률은 21% 증가했다. 반면, 과체중이거나 비만인 사람은 정상체중일 때와 큰 차이가 없었다.<br/><br/><br/><br/>성기철 교수는 “<span class='quot0'>최근 비만하면 건강을 해친다는 인식이 강해지면서 상대적으로 저체중이 건강에 미치는 영향은 등한시되고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>이번 연구결과는 저체중인 사람이 과체중이거나 비만인 사람보다 건강이 안 좋을 수 있다는 점을 시사한다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>성 교수는 “<span class='quot0'>저체중의 사망률이 높은 이유는 영양부족, 근육량 감소 등 건강을 유지하기 위한 필수적인 요소가 부족할 가능성이 크기 때문으로 추정된다</span>”며 “<span class='quot0'>저체중 환자 역시 고도비만 환자 못지않게 건강에 적신호가 켜진 상태이므로, 평소 적정체중을 유지하는 것이 사망위험을 낮추는 데 도움이 될 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-10.txt

제목: 韓·美 ‘개인별 정밀의료’ 공동연구 본격 시동  
날짜: 20161207  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161207141006004  
본문: 심포지엄 개최… 교류방안 논의 <br/><br/>코호트 구축 · 유전체 정보 확보<br/><br/><br/><br/>한국과 미국이 7일 심포지엄을 열고 내년부터 본격 추진하는 정밀의료(Precision Medicine) 분야 공동 연구의 첫걸음을 내디뎠다. 정밀의료는 개인의 유전체 정보와 의료·신상정보를 비롯해 생활습관정보 등을 종합분석해 환자 개개인의 특성에 적합한 의료서비스를 제공하는 신기술로 미래 고부가가치 산업으로도 평가받고 있다. <br/><br/><br/><br/>미국 대통령 선거 이후 보건 분야에 있어 첫 정책 교류의 장으로서 정밀의료 분야의 공동 발전이 기대된다. 다만 우리나라는 정밀의료 관련 인력과 인프라가 부족해 이에 대한 정부의 지원 등도 함께 요구되고 있다. 세계 정밀의료 시장은 지난해 45조 원에서 2025년 147조 원 등 연간 12.6%씩 성장할 것으로 전망되고 있다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부는 이날 서울 중구 웨스틴조선호텔에서 ‘한-미 정밀의료 심포지엄’을 개최했다. 한·미 양국이 지난 2015년 10월 정밀의료연구 협력의향서를 체결한 뒤 정책교류를 본격화하기 위한 후속 조치다. <br/><br/><br/><br/>이 자리에는 국내 국립암센터와 한국보건산업진흥원, 미국 국립보건연구원(NIH) 등에서 정밀의료 전문가들이 참여해 △정밀의료 자원 공유 및 표준화 △개인정보 보호 △인적 교류 및 공동연구펀드 조성 등을 논의했다. <br/><br/><br/><br/>정부는 ‘개인 맞춤의료 실현’을 목표로 지난 8월 정밀의료 연구·개발 추진계획을 국가전략 프로젝트로 선정한 바 있다. 추진사업은 최소 10만 명 규모의 정밀의료 코호트(역학 집단) 구축, 연구자원 연계·활용 플랫폼 구축, 3대 암(폐암, 위암, 대장암) 유전체 정보 확보 등이다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-11.txt

제목: <10문10답 뉴스 깊이보기>청와대서 대거 사들인 태반·마늘주사 장기간 투여하면…  
날짜: 20161125  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161125113505001  
본문: 결석·혈압 상승·두드러기 부작용<br/><br/><br/><br/>성형공화국으로 알려진 우리나라는 최근 수술을 하지 않고 시술로 효과를 내는 ‘프티(Petti) 성형’이 각광 받고 있다. 이미 잘 알려져 있는 보톡스와 필러가 대표적이었지만, 최근에는 비타민 주사제도 이른바 ‘뷰티 주사’로 불리며 대거 쏟아지고 있다. 이러한 주사제들은 병·의원들의 수익모델로 연결되면서 서울 강남의 피부·성형외과는 물론 내과, 통증의학과 등 전국 어디서든 흔하게 볼 수 있을 정도로 널리 퍼졌다. ‘비선 실세’ 최순실(60) 씨가 서울 강남의 항노화클리닉 차움 의원에서 시술받으면서 프티 성형에 대한 관심도도 높아지고 있다. 심지어 다양한 비타민 주사제가 청와대에도 대거 납품된 사실이 확인되면서 파장이 커지고 있다. (문화일보 11월 22일자 2면·23일자 8면 참조) 국회 보건복지위원회 소속 김상희 더불어민주당 의원이 건강보험심사평가원에서 받은 자료에 따르면, 2014년 3월부터 올해 8월까지 10종류의 청와대가 구입한 녹십자 의약품은 총 2026만9000원에 달했다. 전문가들은 이 같은 비타민 주사제 효능에 대해 의문점을 제기하며, 오히려 부작용을 경고하고 있기도 하다.<br/><br/><br/><br/>1 비타민 주사제 종류<br/><br/><br/><br/>라이넥주(태반주사), 히시파겐씨주(감초주사), 푸르설타민주(마늘주사), 글루타티온주(백옥주사) 등이 대표적이다. 태반주사는 태반을 원료로 해 혈액과 호르몬을 제거하고, 단백질을 아미노산으로 완전히 분해한 주사 약제다. 히시파겐씨주는 감초추출물인 글리시리진, 아미노산의 일종인 시스테인과 글라이신 성분으로 된 영양주사다. 글리시리진 성분은 스테로이드와 구조가 비슷해 항염효과와 간 기능 개선 효과가 있고, 시스테인과 글라이신 성분은 항산화 효과가 있는 것으로 알려져 있다. 글루타티온은 간에 자연적으로 존재하는 항산화 물질로, 간에서 나오는 독성물질을 해독한다. 따라서 지방간 등의 간질환을 치료할 때 글루타티온 성분이 든 정맥주사를 맞으면 효과를 얻는 것으로 전해지고 있다. 이외에도 각종 영양제 등을 혼합한 칵테일 주사도 많다.<br/><br/><br/><br/>2 이름은 어떻게 붙여졌나<br/><br/><br/><br/>라이넥주는 태반을 원료로 한 만큼 ‘태반주사’로, 히시파겐씨주는 감초의 약효성분인 리시리진을 주원료로 해 ‘감초주사’로 이름 붙인 것까지는 자연스럽다. ‘마늘주사’로 불리는 푸르설타민주는 마늘과 전혀 상관이 없는 비타민 B1(푸르설타민)이 주성분이다. 다만, 비타민 B1이 마늘의 냄새 성분인 알리신과 결합돼 있다. 글루타티온은 유명 연예인들이 이 주사를 맞고 피부가 백옥(白玉)처럼 하얘졌다고 해서 ‘백옥주사’라는 이름이 붙여졌다. 미국 유명 가수 비욘세가 맞았다고 해서 ‘비욘세 주사’로도 불린다.<br/><br/><br/><br/>3 리프팅과 뭐가 다른가<br/><br/><br/><br/>리프팅은 처진 피부를 당겨서 주름을 완화 시켜주는 시술이다. ‘뷰티주사’는 이러한 리프팅의 한 종류로 볼 수 있다. 리프팅을 시술 방법에 따라 구분해 보면 우선 피부를 절개해 처진 피부와 주름을 직접 당겨 펴는 수술로 안면거상술이 있다. 필러나 보톡스같이 보충물질을 넣는 방법도 있다. 레이저를 이용해 노화로 감소된 콜라겐과 엘라스틴을 회복하는 방법도 있다. 보톡스는 특정 근육을 마비시켜 근육의 움직임에 따른 주름을 생기지 않게 하는 것이다. 필러(filler)란 피부 윤곽을 개선해 주기 위해 말 그대로 채워주는 방법으로 피부나 피하지방층에 주입되는 특수 물질을 말한다. 또 특수한 실을 피부에 넣어 중력 반대 방향으로 당기는 실 리프팅도 많이 이용된다. 최순실 씨 일가의 단골의원으로 특혜 논란을 빚고 있는 김영재의원도 이러한 실 리프팅을 하는 곳으로 알려져 있다.<br/><br/><br/><br/>4 비용은 얼마나 드나<br/><br/><br/><br/>이러한 주사제는 건강보험이 적용되지 않는 비급여항목인 만큼 가격이 천차만별이다. 일반적으로 태반주사의 경우 한번 맞는데 5만 원 정도의 시세가 형성돼 있는 것으로 알려져 있다. 보통 2~3일에 한 번씩 8회 정도 권장되는 것을 감안하면 시술비용이 40만~50만 원에 달한다. 백옥주사는 1회당 10만~20만 원 선이다. 감초주사와 마늘주사는 5만~10만 원 정도에 가격이 형성된 것으로 알려져 있다. 실 리프팅은 100만 원에서 1000만 원을 넘어가기도 한다. 여기에 피부관리 등의 서비스가 추가되면 비용은 더 올라간다. 시설 등에 따라서도 가격이 달라지는 만큼 정확한 가격을 가늠하기는 어렵다. 여러 영양제 성분을 혼합해 쓰는 칵테일주사 역시 건강보험 적용이 안 돼 의원마다 가격을 제각각 매길 수 있다.<br/><br/><br/><br/>5 주사제 널리 퍼진 이유<br/><br/><br/><br/>수술은 부담되지만 피부미용과 항노화에 관심이 높아진 소비자와 각종 주사제 처방으로 새로운 수익창출을 원하는 일부 병·의원의 상술이 맞닿아 있다. 이에 따라 건강증진, 기력회복, 노화방지, 피부미용 등에 맞춰 홍보되는 주사제가 자연스럽게 많아졌다. 또 주사는 수술 등에 비해 간편한 장점도 있다. 병·의원 입장에서도 이러한 주사제는 새로운 수익모델이다. 이 때문에 의원마다 기력회복이나 혈행 개선, 노화방지, 치매 예방, 피부미용 등 건강 욕구를 자극하는 문구를 내걸고 적극적으로 시술하고 있다. 직장이 밀집된 도심에서는 점심시간에 맞춰 피곤한 직장인들을 상대로 칵테일주사를 놓고 간이침대에서 잠을 잘 수 있게 하는 의원을 흔하게 볼 수 있다. 한국보건사회연구원의 비급여 의약품 조사에 따르면 태반주사를 포함한 영양주사 처방액은 2011년 342억2200억 원에서 2014년 511억1800억 원으로 3년 만에 49% 증가했다. 이 중 태반주사의 처방규모는 2014년 기준 193억 원 규모다. 같은 해 영양주사 시장의 38% 정도를 차지했다. <br/><br/><br/><br/>6 효능은 검증됐나<br/><br/><br/><br/>널리 퍼져 있지만 그 효능은 불분명하다. 대학병원 등에서 이 같은 주사제를 잘 처방하지 않는 것도 이 때문이다. 태반주사의 경우 현재 식품의약품안전처에서 효능을 인정한 부분은 간 기능 개선과 갱년기 증상 개선 두 가지다. 이러한 효능조차도 대량이나 장기투여에 대한 안정성은 확립되지 않았다. 일부 병·의원에서 피로해소, 미백, 피부재생 등에 효과가 있다고 홍보하고 있지만 이 역시 명확한 근거는 없다. 마늘주사도 노화억제·피로해소 등에 도움이 된다며 일부 병·의원에서 추천하고 있지만, 이런 효과가 구체적으로 입증된 연구결과는 없다. 마늘주사의 주성분인 비타민 B1은 정상적인 식사를 하고 있다면 체내에서 결핍되지 않는다. 백옥주사 역시 미백에 도움이 된다는 임상시험 결과는 없다. 감초주사도 마찬가지다.<br/><br/><br/><br/>7 부작용은 없나<br/><br/><br/><br/>부작용은 나타날 가능성이 높다. 간 기능 등 몸에 특별한 이상이 없는데도 습관적으로 태반주사를 맞게 되면 두드러기, 나른함, 메스꺼움 등의 부작용이 발생할 수 있다. 장기간 사용에 따른 부작용에 대한 체계적인 연구도 없는 실정이다. 감초주사 역시 많은 양을 장기간 투여하면 부작용이 나타날 수 있다. 저칼륨혈증에 의한 전신마비나 부정맥 등 심각한 부작용을 초래할 수 있고, 스트레스 호르몬인 코르티솔 분비를 증가시켜 혈압 상승을 유발할 수 있는 것으로 알려져 있다. 백옥주사도 마찬가지다. 포도당 주사의 경우 당뇨병 환자가 맞게 되면 혈당이 급격히 증가할 수 있다. 비타민 주사는 과다 주입 시 결석 등의 부작용이 발생할 수도 있다. 또 최근 집단 C형간염을 불러왔던 서울 동작구 서울현대의원과 양천구 다나의원 등도 각종 칵테일주사를 대거 처방하는 과정에서 발생한 만큼 감염 우려도 존재한다. 대부분의 의사는 효과나 적응증 등을 확실히 인정받지 않은 상태에서 주사를 맞으면 위험하다고 조언한다.<br/><br/><br/><br/>8 처방·시술 법적 문제<br/><br/><br/><br/>현행 의료법상 칵테일주사 등을 처방하고 주사하는 것이 불법은 아니다. 간 기능 개선 등 허가된 용도 외에 피부미용 등 다른 치료 용도로 사용해도 문제가 되지 않는다. 의사의 재량하에 사용이 가능하다. 대신 의약품이기 때문에 병·의원에서만 처방이 가능하다. 의약품으로 허가받지 않은 성분을 무분별하게 사용할 경우엔 불법행위가 된다. 문제는 현장에서 원래 허가된 용도로 사용하지 않아 부작용이 발생해도 사실상 적발이나 관리가 어렵다는 점이다. 실제 필리핀의 경우 2011년 보건당국이 나서 “백옥주사를 피부 미백에 사용하면 부작용이 있을 수 있다”며 사용자제를 권고했다. 그러나 우리나라에서는 여전히 병·의원에서 피부 미백용으로 홍보되고 처방되고 있다. 최근 집단 C형간염 등의 사건이 발생하면서 정부가 주사제 안전사용 가이드라인 등을 발표했지만, 권고수준이어서 준수 여부를 강제하기도 어려운 측면이 있다.<br/><br/><br/><br/>9 줄기세포 주사는<br/><br/><br/><br/>줄기세포 주사는 비타민 주사제와 달리 법적으로 규제를 받고 있다. 줄기세포 주사는 인체의 지방에서 추출한 줄기세포를 체외(실험실 등)에서 배양한 것이다. 보통 지방 1cc에서 100만 개의 줄기세포를 채취할 수 있는데, 효과를 극대화하기 위해 20~50배 증식시켜 주사한다. 다만, 식약처의 허가를 받지 않고 의료기관이 배양·증식한 줄기세포 주사는 불법이다. 현재까지 국내에서 특정 효능을 인정받아 식약처 허가를 받고 시판 중인 줄기세포 치료제는 심근경색·무릎연골 손상·크론병·루게릭병 치료제 등 4가지뿐이다. 다른 목적의 사용은 효능이 불분명하고 부작용 우려가 있어 불법이다. 부작용은 암 유발 가능성을 높이거나, 혈관에 혈전(핏덩이)이 생겨 폐혈관이 막히는 폐색전증 등이 보고되고 있다.<br/><br/><br/><br/>10 프로포폴과 상관있나<br/><br/><br/><br/>프로포폴은 비타민 주사제와는 특별한 연관성은 없지만, 장기간 시술을 필요로 하는 피부미용 시술 과정에서 마취제로 사용할 수는 있다. 실 리프팅 등의 시술 과정에서 프로포폴 등을 사용하는 경우는 거의 없다. 보통의 시술에서는 얼굴에 바르는 마취 크림을 사용한다. 시술 시간이 짧고 통증이 적기 때문에 프로포폴류의 수면 마취를 사용할 필요가 없기 때문이다. 다만 안면거상술처럼 수술을 하는 경우에는 전신마취제가 사용될 수 있다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-12.txt

제목: <북팀장의 북레터>나이 듦, 의외의 즐거움  
날짜: 20161125  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161125103005003  
본문: “매일 여기저기 아프고 시큰거리고 맥이 풀려 힘들지만 사는 건 의외로 즐겁다. 마주한 적 없는 상황을 어떻게 헤쳐 나갈지 옛 경험을 거울삼아 필사적으로 고민하고 타인에게 도움받으며 바둥거리는 것에서 만족감을 느낀다.”<br/><br/><br/><br/>10여 년 전 결혼 안 한 30대 싱글 여성을 ‘싸움에서 진 개(마케이누·負け犬)’로 정의해 사회적 파문을 일으켰던 일본 작가 사카이 준코(酒井順子)가 에세이집 ‘저도 중년은 처음입니다’(바다)에서 말하는 중년의 즐거움입니다. ‘마케이누의 절규’(2003)를 통해 부당한 가부장적 시선을 비판해 여성들의 전폭적 지지를 얻었던 30대 후반의 작가는 이제 쉰이 돼 나이 들어가는, 중년의 삶을 말합니다. <br/><br/><br/><br/>그는 중년을 외모나 정신적으로 불안정해지기 시작하는 시기로 봅니다. 젊게 꾸미는 것이 필수가 되고, 마법을 건 것처럼 재색을 겸비한 아름다운 중년 미마녀(美魔女)가 큰소리치는 시대니 맘 편히 늙을 수도 없다고 한탄합니다. “<span class='quot0'>언제까지 이렇게 아등바등 살아야 해</span>”라고 소리도 치죠. 하지만 솔직한 작가답게 자기 역시 죽을 때까지 ‘아름답게’라는 욕망을 내려놓지 못해 평생 아줌마도 노인도 아닌 어중간한 자신을 버거워하며 살아갈 것이라고 합니다.<br/><br/><br/><br/>다만 그는 나이 들고 보니 인생에서 결핍을 느끼는 사람일수록 노화에 격렬히 저항하는 것 같다며 더 위로해 줘, 더 좋아해 줘, 더 행복하게 해 줘 같은 욕망이 사람을 안티에이징으로 몰고 간다고 합니다. 그러니 이런 시대에 마음 편히 늙을 수 있다는 것은 진짜 행복한 사람에게만 부여된 특권이라고 합니다. 그는 이런 경지에는 이르지 못하지만 당당한 중년은 되고 싶다고 말합니다. 육체적 쇠락에 대한 절망과 젊음에 대한 갈망으로 시간을 허비하지 말고 삶에서 처음 맞는 시간, 그 시간이 주는 경험의 즐거움을 놓치지 말아야 한다고 말이죠. 그는 젊은 시절의 자신을 만난다면 이렇게 말하고 싶다고 합니다. “<span class='quot0'>중년으로 사는 거, 생각보다 재미있어.</span>”<br/><br/><br/><br/>일본의 지성 다치바나 다카시(立花隆·76)는 ‘죽음은 두렵지 않다’(청어람 미디어)에서 한 걸음 더 나가 노년을 이야기합니다. 이 지성인의 철학도 비슷합니다. 두려워하지 않고 자연스럽게 받아들이는 삶의 평온함. <br/><br/><br/><br/>암 투병을 하며 여러 차례 수술을 받고서 죽음을 본격적으로 연구하기 시작한 그는 자기 죽음에 대한 상념 자체가 사람의 마음을 어지럽게 한다며 마지막까지 주체성과 평온함을 잃지 말라고 합니다. 그는 죽는다는 것은 꿈의 세계로 들어가는 것과 비슷한 체험일 것이라며 좋은 꿈을 꾸겠다는 마음을 가진다면 죽음도 두렵지 않을 것이라고 했습니다. 안티에이징을 향한 욕망이 어지러운 정국의 한 축이었음이 허탈하게 드러난 요즘, 우리가 휩쓸려 떠내려가지 않도록 하는 조언들입니다. <br/><br/><br/><br/>최현미 기자 chm@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-13.txt

제목: AI 의사·로봇 약사·體內 의료기기… 건강기반경제로 ‘성큼’  
날짜: 20161123  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161123110005004  
본문: 3부. 정책 대전환 - ① 보건·의료분야<br/><br/><br/><br/>보건의료 - IT 경계선 사라질것<br/><br/>바이오·헬스 폭발적 성장 예상<br/><br/><br/><br/>심박수측정 의류 등 이미 선봬<br/><br/>2026년엔 AI에 의한 질병진단<br/><br/><br/><br/>원격 로봇수술·모니터링 포함<br/><br/>시·공간경계넘은 서비스 가능<br/><br/><br/><br/>유전체정보·모니터링 결과 분석<br/><br/>질병예측·위험관리 시대로 전환<br/><br/><br/><br/>건강·개인정보 공유 확대따른<br/><br/>사생활 노출·정보조작 우려도<br/><br/><br/><br/>‘웨어러블 의료기기.’<br/><br/><br/><br/>요즘 흔하게 볼 수 있는 ‘스마트워치’를 비롯해 심박 수와 호흡을 측정하는 의류가 등장하면서 나타난 단어다. ‘인공지능(AI) 의사’는 암 진단을 지원하기 위해 인천 길병원에서 모습을 보인 IBM의 AI인 ‘왓슨’을 가리키는 말이다. 이런 기기들은 모두 수십 년 전까지만 해도 공상과학 영화 속에서나 등장했지만, 이제는 우리 실생활에 ‘현실’로 다가왔다. 특히, 미래 먹거리 산업으로 평가받는 바이오 헬스 분야에서 이런 혁신적인 연구·개발(R&D)은 더욱 활발히 진행되고 있다. 이에 따라 4차 산업혁명의 빠른 변화에 대응한 의료법 개정과 보건·의료 분야에 남아있는 각종 규제 철폐 등 정책적 변화도 빠르게 진행돼야 한다는 목소리가 높다. ‘최순실 국정농단 사건’으로 정부 기능이 사실상 ‘올스톱’ 상태이지만, 국가의 미래를 준비하는 정책은 이런 상황에 영향받지 말고 조속히 추진돼야 한다는 지적이 나오고 있다.<br/><br/><br/><br/>고령화 시대에 맞춰 앞으로 바이오 헬스 산업의 폭발적인 성장이 예상되면서 관련 첨단장비가 새로운 고부가가치를 창출할 것으로 기대되고 있다. 전문가들은 2020년부터 보건의료와 전자·정보 간 경계선이 사라질 것으로 전망하고 있다. 보건·의료 분야가 4차 산업혁명을 선도하는 주역이 될 것으로 확신하는 분위기다.<br/><br/><br/><br/>23일 한국보건산업진흥원에 따르면 세계경제포럼은 4차 산업혁명의 ‘티핑포인트’(균형을 유지하던 상태에서 이를 깨고, 한순간에 전파되는 극적인 순간)가 될 기술이 2020년부터 본격화될 것으로 전망했다. 그 대부분이 보건 산업과 연결돼 있다고 평가했다.<br/><br/><br/><br/>◇혁신적 보건의료기술=바이오 헬스 업계는 2022년에는 1조 개 센서가 인터넷에 연결되는 사물인터넷(IoT)이 활성화되면서 의료자원의 효율적 사용이 가능해질 것으로 보고 있다. 실제, 영국 국가의료제도(NHS)는 IoT 테스트베드(시험대)를 구축해 당뇨 디지털 코치, 기술통합 건강관리 사업 등에 대한 시범사업을 진행하고 있다. <br/><br/><br/><br/>2022년에는 세계 인구의 10%가 인터넷이 연결된 의류를 착용할 것으로 관측되고 있다. 이미 출시된 스마트워치 수준을 넘어 의류에도 인터넷이 연결되는 것이다. 패션기업인 ‘랄프로렌’은 애플워치와 연계해 심박 수와 호흡 등을 측정하는 의류를 개발한 바 있다. 다른 기업들도 심박 수와 호흡 등을 측정하는 의류를 출시하고 있다. 2023년에는 최초로 이식형 모바일이 상업화될 것으로 전망되고 있다.현재 인공심장박동기나 ‘인공 와우’(귀 내부 달팽이관) 등이 인체에 이식되고 있는 가운데 앞으로는 통신·위치·동작 및 건강모니터링 기능 등이 체내에 이식될 것으로 전망됐다. 현재 빌 게이츠 재단은 외부 원격제어로 동작하는 이식형 피임기구를 제작하는 프로젝트를 지원하고 있다. 비만 환자의 지방 수준을 관찰, ‘배부름’을 느끼는 물질을 생성해 캡슐 형태로 제작하는 기술도 개발 중이다.<br/><br/><br/><br/>또 2023년이면 인류의 90%가 스마트폰을 사용할 것으로 예측되면서, 인터넷을 통한 예약과 병원 평가 정보 조회 등이 가능할 것으로 예상된다. 우리나라는 현재 성인의 80% 이상이 스마트폰을 사용하고 있다. 2024년에는 가정용 기기가 가정 내 인터넷 통신량의 50% 이상을 차지하는 ‘커넥티드 홈(The Connected Home)’이 실현되면서, 장애인이나 고령자가 별도의 인력 도움 없이 독립적인 생활이 가능할 것으로 관측됐다. <br/><br/><br/><br/>2026년에는 AI가 각종 질환의 진단에도 활용될 것으로 보인다. 이미 IBM의 왓슨은 방대한 데이터를 분석해 의사의 암 진단을 지원하는 역할을 수행하고 있다. 이외에도 로봇 약사가 등장한다. 3D 프린팅으로 인체 장기가 제조되기도 한다. ‘놀라운 혁신’이 인류를 기다리고 있다. <br/><br/><br/><br/>꼭 긍정적인 측면만 있는 것은 아니다. 건강 및 개인정보가 활발히 공유되면서 사생활 노출, 정보의 조작 등에 대한 우려가 있다. 이는 곧 사이버범죄에 악용될 가능성과 연결된다. 보건·의료 분야 로봇으로 대체되는 직업으로 인해 일자리 감소와 인간 소외, 윤리적 문제 등의 난제도 인류의 머리를 아프게 할 것이다.<br/><br/><br/><br/>◇보건·의료 패러다임 전환=제4차 산업혁명의 기술적 변화는 R&D와 임상시험, 제조, 시술·투약, 간호 등 전반에 큰 영향을 미칠 것으로 보인다. 보건·의료 제품의 R&D 비용 및 시간을 획기적으로 단축하고, 의약품 개발 등에 있어서도 임상시험 등 다양한 분야에서 혁신이 예상되고 있다. 특히 의료서비스의 경우 모니터링 데이터, 유전체 정보 등의 빅데이터 분석을 통해 앞으로 발생할 질병을 예측해 그 위험을 관리할 수 있는 시대가 예고되고 있다. <br/><br/><br/><br/>이에 따라 4차 산업혁명시대에는 현재의 보건 산업 영역을 규정하는 경계가 허물어지는 현상이 가속화할 전망이다. 이미 보건 산업에서 새로운 제품과 서비스의 결합, 보건·의료와 소비재 경계영역 제품과 서비스가 등장하고 있다. 의료서비스 산업도 해외 진출을 비롯해 원격 로봇수술, 원격 모니터링 등 시간과 공간의 경계를 넘어선 서비스 모델이 등장하고 있다. 이는 구글, IBM 등 헬스케어와 관련이 없었던 세계적인 정보기술(IT)기업들이 잇따라 헬스케어 분야에 진출하는 것에서도 확인할 수 있다. IT업계뿐 아니라 관광, 주택 등 그동안 건강과 관련이 없었던 산업에서도 건강이라는 요소를 중요한 미래전략으로 인식하고 있다. <br/><br/><br/><br/>건강 관련 활동이 경제에서 차지하는 비중도 날로 커지고 있다. 보건산업진흥원 관계자는 “<span class='quot0'>헬스케어 영역의 확장 결과 미래에는 건강이라는 요소가 경제발전의 원동력이 되는 이른바 ‘건강기반경제(Health-based Economy)’로 변화할 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>4차 산업혁명으로 인해 초연결, 초지능 사회로 발전함으로써 우리는 그간 겪을 수 없었던 다양한 보건·의료 산업의 변화를 보게 될 것</span>”이라고 전망했다.<br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-14.txt

제목: 낙동강 주변 담도암 많고… 대도시 갑상선암 집중  
날짜: 20161122  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161122114008011  
본문: 복지부, 癌 발생 지도 발표 <br/><br/><br/><br/>갑상선암 지역차 최대 14.5배 <br/><br/>초음파 검진 등 과잉진단 원인 <br/><br/>위암·폐암·대장암 지역차 적어<br/><br/><br/><br/>국내에서 처음으로 ‘암(癌) 발생 지도’가 제작됐다. 우리나라에서 사망률이 가장 높은 폐암(2015년 기준, 22.6%)은 전남과 경북에서 가장 많이 발생하는 것으로 나타났다. 시·군·구 지역별로 암 발생률이 최소 2배에서 최대 15배까지 차이가 나는 것으로 조사됐다. <br/><br/><br/><br/>보건복지부와 국립암센터 중앙암등록본부는 1999년부터 2013년까지 15년간의 국가 암 통계 가운데 많이 발생하는 24개 암을 종합 분석한 ‘시·군·구별 암 발생 통계 및 발생지도’를 22일 발표했다. 암 사망 통계는 2005년부터 통계청을 통해 시·군·구별로 발표되고 있지만, 암 발생 통계가 발표된 것은 1999년 국가 암 등록 통계사업이 시작된 이후 처음이다. <br/><br/><br/><br/>우선 암 발생 추이는 갑상선암과 대장암의 경우 남녀 모두에서 전국적으로 증가했다. 반면 남자 위암·폐암·간암은 감소세를 보였고, 남자 전립선암·여자 유방암 및 폐암은 늘어났다.<br/><br/><br/><br/>지역별 암 발생 유형을 보면 갑상선암이 지역별 격차가 가장 컸으며, 상대적으로 위암·대장암·폐암은 지역 간 격차가 작았다. 거주민 10만 명당 암 진단자를 분석한 ‘지역별 암 발생률’은 갑상선암이 2004~2008년 남자 기준, 지역별 차이가 14.5배에 달했다. 이어 담낭(쓸개) 및 기타 담도암(6.0배)과 전립선암(5.8배)이 지역별 차이가 컸다. 위암(2.2배)·폐암(2.2배)·대장암(2.3배) 등은 상대적으로 차이가 작았다. 갑상선암은 여수·광양·순천 등 전남 지역 대부분과 서울·대전·대구 등 대도시에서 많이 발생했다. 1999~2008년 사이에는 전남 여수시에서 남녀 모두 갑상선암이 가장 많이 발생했다. 2009∼2013년에는 여자는 전남 광양시, 남자의 경우 서울 강남구에서 많이 발생했다. 대도시를 중심으로 초음파 검사가 증가하면서 갑상선암 발견이 많이 된 것으로 분석된다.<br/><br/><br/><br/>대장암은 대전시와 충청도, 폐암은 전남과 경북·충북에서 많이 발생했다. 위암은 충북·경북·전북의 경계지역에서 높게 나타났다. 특히 충북 옥천군은 남자 위암 발생률이 15년간 전국 3위권 안에 들었다. 복지부는 대장암·폐암·위암의 위험요인인 흡연·고위험 음주·비만율 등을 지역별로 분석했지만, 다른 지역과 큰 차이를 보이지 않아 이들 지역에서 발생률이 높게 나온 원인은 확인하지 못했다.<br/><br/><br/><br/>간암은 경북 울릉군과 경남·전남의 남부지역, 담낭 및 기타 담도암은 낙동강 유역 인근에서 발생률이 높았다. 경남과 전남은 △거주민의 B형·C형 간염 항체 유병률이 높고 △낙동강 지역의 민물고기 생식 습관 △이에 따른 장내 기생충 감염이 암 발생률을 높이는 것으로 추정됐다. 유방암과 전립선암은 서울 강남·서초, 경기 성남시 분당구에서 많이 발생했다. 강남 3구와 분당 거주자는 초경 연령이 빠르고 출산율이 낮으며, 출산 연령이 늦어 유방암 발생 위험이 증가하는 것으로 분석됐다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-15.txt

제목: 14세 소녀, 사후 냉동인간으로 보존… 꿈 이루다  
날짜: 20161118  
기자: 손고운  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161118152006002  
본문: 암으로 사망한 14세 소녀를 ‘냉동인간’으로 보존해도 된다고 인정하는 영국 고등법원의 판결이 나왔다. 소녀는 사망 전 법원에 편지를 보내 “죽고 싶지 않지만 제가 죽을 것이란 사실을 알고 있어요. 오래 살고 싶어요”라며 “이 기회를 꼭 잡고 싶어요”라고 애원한 것으로 알려졌다. <br/><br/><br/><br/>18일 가디언 등에 따르면 영국 고등가정법원 피터 잭슨 판사는 소녀의 어머니가 딸의 소원대로 소녀의 시신을 냉동 보존해도 된다고 허가하는 판결을 냈다. 단 이번 결정은 지난 10월 17일 런던의 한 병원에서 숨진 이 소녀에게만 적용된다. 이에 따라 소녀의 어머니는 3만7000파운드(약 5430만 원)를 지불하고 미국의 한 인체 냉동 보존 회사에 딸의 시신을 맡길 예정이다. 대부분의 유럽 국가에서 인간 시신 냉동은 불법이지만 미국은 주에 따라 일부 허용한다. 비용은 소녀의 집안 사정이 넉넉하진 않아 외조부모가 손녀를 위해 돈을 모은 것으로 알려졌다.<br/><br/><br/><br/>이번 판결은 소녀의 부모가 시신 보존에 대해 서로 다른 입장을 보이면서 시작됐다. 이혼하면서 2008년부터 소녀를 직접 대면한 적이 없는 아버지는 어머니와 달리 딸의 시신 냉동 보존을 반대했다. 아버지는 2005년 딸이 암에 걸린 사실을 알게 된 후 딸과 다시 만나고 싶어 했으나 소녀가 거부했던 것으로 알려졌다. 결국 법원은 어머니의 손을 들어줬다. 재판 과정에서 아버지도 “딸의 마지막이자 하나뿐인 부탁이었으니 존중하고 싶다”고 마음을 바꿨다.<br/><br/><br/><br/>잭슨 판사는 “<span class='quot0'>소녀가 자신의 곤경에 맞서는 씩씩한 방식에 마음이 움직였다</span>”며 “<span class='quot0'>이번 판결은 오직 이 소녀에게만 적용된다</span>”고 설명했다. 이어 “과학이 법에 새로운 의문점을 제기한 예시”라며 “어떤 부모도 이 같은 상황에 놓인 적은 없었을 것”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>시신을 냉동 보관하는 인체냉동보존술이 시작된 것은 1960년대로 이제까지 전 세계 몇백 명만이 이를 시도한 바 있다. 미국 ‘알코어 생명재단’이 인체 냉동 보존 서비스를 제공하는 대표적인 기업인데, 아직까지 해동 이후 소생을 장담할 순 없는 단계다. 잭슨 판사는 “<span class='quot0'>냉동보존술과 관련한 과학 이론은 논쟁의 여지가 있다</span>”며 “<span class='quot0'>윤리적 함의에 대한 상당한 논의가 필요한 부분</span>”이라고 지적했다. <br/><br/><br/><br/>손고운 기자 songon11@ <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-16.txt

제목: 유전자정보 기증 시민에 ‘게놈 건강리포트’ 선물  
날짜: 20161118  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161118142006004  
본문: 울산시, 한달간 100명 채혈 <br/><br/>암·희소질환 등 예측 지표<br/><br/><br/><br/>울산시가 국내 처음으로 시민들에게 게놈(genome) 분석을 통한 건강정보를 제공한다.<br/><br/><br/><br/>18일 울산시와 울산과학기술원(UNIST)에 따르면 이날부터 12월 말까지 ‘지역행복생활권 선도사업(게놈 기반 바이오메디컬산업 육성사업)’에 참여, 유전자 정보를 제공한 시민 100명에게 게놈 기반 건강리포트를 제공한다. 이들은 지난 10월 5일부터 11월 15일까지 채혈을 실시했다.<br/><br/><br/><br/>시민들에게 제공되는 게놈 건강리포트에는 혈액검사와 간기능검사, 당뇨 검사, 전해질 검사 등 기본 건강검진 결과를 비롯해 유전자 지표를 활용한 일반질환(뇌졸중, 우울증, 파킨슨병 등 35종)과 암(간암, 폐암, 유방암, 위암, 췌장암 등 11종), 희소 질환(낭성 섬유증 등 44종)의 발병 가능성 및 신체적 특징(니코틴 의존증 등 5종) 등이 포함돼 있다. 또 약물반응(알코올의존증 등 5종)을 예측할 수 있는 유전자지표 분석 결과와 게놈 기반 생체나이 예측 결과 및 생체나이 개선 가이드 등도 제공된다.<br/><br/><br/><br/>국내에서는 지금까지 특수 목적으로 특정 집단 등을 대상으로 한 게놈 분석은 있었으나, 일반 주민들을 대상으로 게놈을 해독·분석해 건강검진 결과와 생체나이 예측 등 건강리포트까지 제공한 사례는 없었다.<br/><br/><br/><br/>곽시열 기자 sykwak@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-17.txt

제목: 美 언론계 ‘유리천장’ 깬 흑인 女앵커 아이필 별세  
날짜: 20161115  
기자: 손고운  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161115144005015  
본문: 오바마 “특별한 언론인” 회고<br/><br/><br/><br/>올해 미국 민주당 대선 경선 토론의 사회를 맡았던 대표적인 흑인 여성 앵커 그웬 아이필이 61세의 나이로 세상을 떠났다.<br/><br/><br/><br/>14일 미국 공영방송 PBS는 성명을 통해 “<span class='quot0'>우리의 친구이자 친애하는 동료인 그웬 아이필이 수개월 간의 암 치료 끝에 세상을 떠났다는 사실을 알리게 돼 너무나 무거운 마음</span>”이라고 전했다. PBS의 장수 앵커인 아이필은 이날 워싱턴 호스피스 센터에서 가족, 친구들의 기도 속에 숨진 것으로 알려졌다.<br/><br/><br/><br/>아이필은 미국 언론계의 ‘유리천장’을 깬 대표적인 흑인 여성 언론인이다. 1970년대 보스턴 헤럴드의 인턴으로 언론계에 입문해 이후 볼티모어 이브닝선, 워싱턴포스트(WP), 뉴욕타임스(NYT) 등을 거쳐 신문기자로 이름을 떨쳤다. 1999년에는 PBS 프로그램 ‘워싱턴 위크 인 리뷰’ 진행자 자리에 올라 흑인 여성 앵커로서 찬사를 받았다. 2004년, 2008년 대선 당시 부통령 후보 TV토론을 진행했으며 올해 2월 민주당 대선 경선 때는 힐러리 클린턴 전 국무장관과 버니 샌더스의 토론 사회를 맡기도 했다. 1954년 뉴욕에서 태어나 어린 시절을 펜실베이니아주, 매사추세츠주에서 보냈으며, 1977년 보스턴 시몬스대를 졸업했다. <br/><br/><br/><br/>버락 오바마 미 대통령은 이날 기자회견에서 아이필을 “특별한 언론인”이었다고 회고하며 “<span class='quot1'>(그녀가) 우리 민주주의가 잘 작동하도록 언론 자유를 지켜왔다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>손고운 기자 songon11@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-18.txt

제목: 완치보다 돈 걱정… ‘癌울한’ 투병  
날짜: 20161115  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161115111005003  
본문: - ‘癌치료 확대 협력단’ 조사 결과<br/><br/><br/><br/>현재 가장 힘들게 하는 요인은<br/><br/>경제문제 37%·치료 고통 27%<br/><br/>비급여 환자 연평균 2877만원<br/><br/><br/><br/>중증환자 고가 치료비 더 부담<br/><br/>조건부 급여 단계적 지원 필요<br/><br/><br/><br/>“그나마 있는 집을 팔아 약값을 대지 그거라도 없는 사람은 죽지 어떻게 살겠어요. 집 판 돈 다 쓰고 나면 어떨지 모르지. 다 써 가는데 지금.”(유방암 환자)<br/><br/><br/><br/>“한 달에 300만 원씩 하는 약을 아빠가 더는 못 먹겠다 했을 때 은행에 갔는데, 제 앞에서 어떤 아줌마가 돈을 엄청 많이 뽑으시더라고요. 저도 모르게 머릿속으로 상상하고 있는 거예요. 저 아줌마를 따라가서 후미진 골목에서 돈을 뺏어올까.”(위장관기질종양 환자 보호자)<br/><br/><br/><br/>“남편이 해볼 수 있으면 해보라고 했는데 비용이 너무 비싸서요. 언제까지 끝난다는 보장이 없어서 한 번 하면 끝까지 해야 한다고 하더라고요. 지금 아이들도 대학생 2명이고. 하고 싶었는데 하지 못 했습니다.”(유방암 환자)<br/><br/><br/><br/>“나만 생각할 수 없잖아요. 내가 치료받겠다고, 마지막 상황에서 집까지 팔아야 하는 상황이라면 나만 살겠다고 식구들 다 길에 나앉게 할 수도 없고.”(백혈병 환자)<br/><br/><br/><br/>의학기술의 발달로 암 치료 성적은 좋아지고 있으며, 정부도 4대 중증 보장성 강화 정책 등으로 지원을 확대하고 있다. 그러면 암 환자들의 만족도는 높아졌을까. 대답은 부정적이다. 암 치료 현장에서는 각종 암 치료 신약 개발로 새로운 문제들이 나타나고 있다. 혁신적인 신약 개발과 조기 발견 등으로 인해 ‘길어야 3개월 또는 6개월’ 등의 사망선고가 드물어진 대신, 고가의 신약 비용을 감당해야 하는 또 다른 문제로 연결되면서 경제적 어려움을 호소하는 암 환자와 가족들이 늘어나고 있다. 전문가와 암 환자 가족들은 현재의 일률적인 암 보장성 대신 본인 부담을 더 늘리더라도 중증 환자나 어려운 환자 등에게 맞춤형으로 보장성을 강화해야 한다고 목소리를 높이고 있다. <br/><br/><br/><br/>◇암 환자, 치료보다는 비용 걱정 더 커 = 암 치료 의사와 암 환자·보호자들이 설립한 ‘한국 암 치료 보장성 확대 협력단’이 암 환자 185명에 대한 정량조사와 22명을 대상으로 한 심층 개별 면접조사에 따르면, 암 환자들이 가장 걱정하는 것은 ‘치료’에 대한 불안감보다 ‘경제적 어려움’이었다. 우선 정량 조사에서는 ‘현재 가장 힘들게 하는 요인’으로는 ‘경제적 요인’ 37.3%, ‘정신적 요인’ 31.9%, ‘육체적 요인’ 27.6%, ‘사회적 요인’ 2.7% 순으로 나타났다. 특히 암을 진단받은 당시와 현재의 어려움을 비교한 결과 다른 요인들은 최초 진단받았을 당시에 비해 현재 개선됐지만, 경제적 요인만은 어려움이 더 커졌다. 즉, 경제적 어려움은 치료과정에서 계속 증가하고 있다는 의미다.<br/><br/><br/><br/>치료비용 분석 결과 응답자 중 비급여 치료를 받은 암 환자들의 암 치료 비용은 연평균 2877만 원이었다. 이 중 71.6%인 2061만 원이 비급여 항암제 비용으로 지출됐다. 이에 따라 암 환자 10명 중 9명은 “비급여 항암제 비용에 부담을 느낀다”(95%), 10명 중 8명은 “비급여 항암 치료를 위한 비용 마련이 어렵다”(83%)고 답했다. 또, 비급여 항암제 중단 경험이 있는 22% 환자 중에서 가장 큰 이유가 경제적 요인(69%)이었다. 이러한 비용 부담으로 인해 임의대로 신약 투여량을 줄이거나 복용 횟수를 줄이는 경우도 있었다. 이는 암 환자에게만 국한된 게 아니다. 암 환자의 치료로 인해 간호를 하거나 치료 비용의 경제적 부담을 지는 보호자는 생활 전반에 걸쳐 막대한 영향을 받게 된다.<br/><br/><br/><br/>◇암 선별적 지원 요구 = 암 환자 보호자들은 현재 정부의 암 환자 보장을 개편해야 한다고 목소리를 높이고 있다. 초기 환자에게 지원하는 저가의 검사비 등을 일괄 지원하기보다는 중증 환자에게 드는 고가의 치료비를 지원하는 게 더 중요하다는 주장이다. 또 암 산정 특례(본인 부담금이 높은 암, 중증질환자, 희귀난치성 질환자의 본인 부담률을 낮춰 주는 제도)의 경우 진료비의 본인부담금이 5%(5년간)로 정부가 나머지 95%를 지원하지만, 이러한 높은 지원으로 인해 산정 특례 혜택을 받는 대상이 상대적으로 적고 5년 이후의 부담이 커지는 것도 개선해야 한다고 요구하고 있다.<br/><br/><br/><br/>한 유방암 환자 보호자는 15일 “모든 신약에 대해서 급여를 받는 것은 현실적으로 어려우니 환자의 입장에서 보면 꼭 5%가 아니라, 조건부 급여라도 단계별로 지원이 되는 게 필요하다”고 말했다. 또 다른 유방암 보호자는 “신약을 쓰려고 하는 환자의 경제 상태를 고려해서 지원하는 제도가 필요하다”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>백민환 한국다발성골수종환우회 회장은 “<span class='quot0'>상당수의 환자가 본인 부담률을 상향 조정해서라도 비급여 항암신약의 보장성을 강화하는 것을 원하는 만큼 정부가 환자와 함께 암 보장성 강화를 위한 방안을 모색해야 할 때</span>” 라고 밝혔다. 이번 조사를 주도한 정현철 연세대 세브란스병원 종양내과 교수는 “<span class='quot1'>환자의 경제적 능력에 따라 치료가 양극화되거나 암 환자들이 메디컬푸어(Medical Poor)로 전락하지 않도록 환자, 의료진, 정부 등 다양한 관계자들이 협력하는 것이 문제 해결의 핵심</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-19.txt

제목: 루니, 암 투병 어린이 팬에 ‘사인 유니폼’ 선물  
날짜: 20161114  
기자: 전현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161114145006008  
본문: “웃게 하고 싶다” 쾌유 응원<br/><br/><br/><br/>잉글랜드 축구대표팀 주장 웨인 루니(31·맨체스터 유나이티드·사진)가 암 투병 중인 어린이에게 사인한 유니폼을 선물했다고 BBC 등 외신이 14일 전했다.<br/><br/><br/><br/>이 유니폼은 루니가 지난 11일 스코틀랜드와의 2018 러시아월드컵 유럽지역 예선 F조 4차전에서 입은 것이며, 루니는 악성 종양과 싸우는 올해 8세 카사비안 뉴턴스미스의 쾌유를 빌면서 유니폼에 사인했다. <br/><br/><br/><br/>뉴턴스미스는 잉글랜드 셰필드의 유소년 축구팀 소속이었으며 투병 소식이 알려지자 ‘카사비안을 위한 웃음’이라는 SNS 캠페인이 시작됐고 루니가 참여했다. 루니는 유니폼에 사인하는 장면과 함께 뉴턴스미스에게 “이 선물이 너를 기쁘게 했으면 좋겠다. 이 유니폼이 너를 웃게 하길 바란다”고 응원하는 동영상을 공개했다. 루니는 병마와 싸우고 있는 뉴턴스미스가 대견하다는 말도 덧붙였다. <br/><br/><br/><br/>뉴턴스미스는 소아암의 일종인 유잉육종을 앓고 있으며, 머리 부위에 종양이 생겨 수술하기가 어려운 것으로 알려졌다. 뉴턴스미스는 루니의 사인 유니폼을 정말 좋아한다고 그의 부모가 전했다. <br/><br/><br/><br/> 전현진 기자 jjin23@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-20.txt

제목: AST·ALT 수치 높으면 肝질환, 요단백 양성땐 신장 체크를  
날짜: 20161108  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161108104005002  
본문: - 건강 검진표로 ‘내 몸 상태’ 살피기<br/><br/><br/><br/>체질량지수, 18.5 ~ 25 ‘정상’<br/><br/>혈색소 수치, 빈혈 여부 판단<br/><br/>혈중 콜레스테롤 230 넘으면<br/><br/>동맥경화·고지혈증 등 ‘의심’<br/><br/><br/><br/>매년 건강검진이 마무리되는 이때쯤이면, 건강검진표를 들고 고민하는 사람들이 적지 않다. 여러 가지 지표가 있긴 한데, 현재 어떤 상태이고 어느 정도로 조심해야 하는지 알지 못하는 경우가 많기 때문이다. 대개 정상수치에 포함됐다면 무시하거나, 종합소견을 통해 어렴풋하게 자신의 몸 상태를 확인하는 정도다. 자신의 몸 상태를 더 세세히 분석하기 위해서는 건강검진표에 기재된 검진들이 어떤 것들인지, 그리고 무엇을 뜻하는지 알 필요가 있다. 유태호 에이치플러스 양지병원 가정의학과 과장은 8일 “<span class='quot0'>건강검진 수치 파악을 통해 현재 자신의 몸 상태를 파악하는 것도 중요하지만, 그보다 더 중요한 것은 현재 몸 상태가 어떤 방향으로 나아가고 있는지에 대해 알아야 한다는 점</span>”이라고 밝혔다. 유 과장은 “<span class='quot1'>과거 건강검진과 비교를 통해 특정 부분이 안 좋아지고 있다면 해당 질환에 대해 자세히 알아보고 예방조치를 취하는 것이 중요하다</span>”고 조언했다. <br/><br/><br/><br/>◇ 건강검진표, 제대로 보는 법<br/><br/><br/><br/>검진결과표를 받아보면 처음에 ‘정상A’ ‘정상B’ ‘일반질환 의심’ ‘질환 의심’ ‘유질환자’ 등이 적혀 있는 것을 볼 수 있다. ‘정상A’는 말 그대로 정상수치를 의미하며, ‘정상B’의 경우 아직은 정상수치를 유지하고 있지만 자기관리 및 예방조치 등이 필요하다는 의미다. ‘일반질환 의심’ 및 ‘질환 의심’의 경우 검진 결과 분석을 통해 질환으로 발전할 가능성이 발견돼 진단 및 치료가 필요하다는 의미다. ‘유질환자’는 이미 해당 질환으로 치료를 받고 있다는 뜻이다. <br/><br/><br/><br/>상세항목을 보면 각 검사 항목에 대한 내용과 해당 결과들이 나열돼 있다. 왼쪽에는 자신이 받았던 검진항목이, 오른쪽에는 검진결과가 배치된다. 대개 자신의 수치가 오른쪽에 있을수록 정상에서 벗어난 것으로 본다. 검진항목은 크게 계측검사(혈압 및 비만 등), 혈액검사, 소변검사 등으로 구분된다. 혈압의 경우 이완기 혈압이 95㎜Hg 이상, 수축기 145㎜Hg 이상일 경우 2차 진단이 필요하다.<br/><br/><br/><br/>비만의 경우 체중을 키의 제곱으로 나눈 체질량지수(BMI)로 확인하는데, 18.5∼25까지가 정상이다. 혈액검사에서 확인할 수 있는 혈색소는 헤모글로빈을 의미하는데, 건강한 남성의 경우 100㎖당 13∼16g, 여성은 12∼15.5g이 포함돼 있다. 이보다 낮으면 빈혈이 의심되며, 특히 혈색소가 10 이하로 낮아진 경우 빈혈이 심하므로 운동은 피해야 한다.<br/><br/><br/><br/>동맥경화, 고지혈증 등은 혈중 콜레스테롤 수치를 통해 확인할 수 있다. 정상일 경우 약 200이 기준이 되며, 230이 넘으면 관련 질환이 의심될 수 있다. 다만 콜레스테롤 수치가 정상이라 해도 중성지방 수치가 150을 넘거나 LDL콜레스테롤이 130을 넘지 않아야 하며, 반대로 HDL콜레스테롤의 경우 60 이상이 정상 소견으로 표기된다. 총콜레스테롤이나 중성지방, LDL콜레스테롤 수치가 높으면 치료가 필요하며, HDL콜레스테롤이 낮을 경우 운동 등을 통해 관리해야 한다.<br/><br/><br/><br/>간장질환은 아미노전이효소 검사(AST／ALT) 등의 간 내 효소의 이름으로 확인할 수 있다. 간이 손상돼 세포가 파괴되면 이러한 효소들이 혈액에 많이 떠돌게 된다. AST의 경우 51 이상, ALT는 46 이상일 경우 질환 의심자로 판단된다. 소변검사는 신장 질환 유무를 살펴볼 수 있다. 대개 혈청크레아티닌 및 요단백 수치를 검사하게 되는데, 이를 통해 신장이 우리 몸속 노폐물을 제대로 거르고 있는가에 대해 알아볼 수 있다. 혈청크레아티닌은 근육이 분해될 때 생기는 노폐물로, 해당 수치가 1.2 이상일 경우 신장 기능에 이상이 생겼음을 알 수 있다. 요단백의 경우 수치가 아닌 ‘음성’과 ‘양성’으로 표기되는데, ‘양성’의 경우 소변 속에 단백질 검출 반응이 일어났다는 것으로 신장 기능이 좋지 않다는 것을 의미한다.<br/><br/><br/><br/>◇ 연령대별 건강검진 주요 점검 사항<br/><br/><br/><br/>건강검진도 연령대에 맞춰 진행해야 한다. 특히 40대 이상의 경우 기본 검진에 암 검진이 추가되는데, 이때에도 건강검진 결과에 맞춰 추가적인 조치가 필요하다. 모든 연령대는 공통으로 비만도, 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 빈혈, 신장기능, 소변 요단백 결과가 정상인지 반드시 확인해야 한다. ‘정상B’(경계)의 경우 의료진 상담을 통해 관리법을 따르고, 3∼6개월 이내에 재검진하는 것이 좋다. 20∼30대는 가임기 여성이 신경을 써야 한다. 자궁경부암 및 유방암 검진이 필요한 시기다. <br/><br/><br/><br/>특히 올해부터 자궁경부암 검진 대상연령이 30세에서 20세로 낮아져 2년마다 검진을 받을 수 있다는 사실을 알아두면 좋다. 성별 구별 없이 비만, 스트레스, 흡연 및 음주 등 잘못된 생활습관을 교정하는 것도 이때가 가장 좋은 시기다.<br/><br/><br/><br/>40∼50대는 첫 생애주기별 건강검진 대상자로, 기본 검진에 암 검진이 추가된다. 위암 검진의 경우 조영 촬영보다는 위내시경 검사를 추천하며, 여성의 경우 가족력이 있으면, 자궁 난소 초음파 또는 유방 초음파를 추가로 받는 것을 권장한다. 대장암 가족력이 있거나 용종이 있다면 대장내시경을 주기적으로 받아야 한다. 60대 이상 노인은 각종 암 검진에 치매, 심리 검사를 받는 것이 좋다. 뇌졸중 등의 위험이 큰 만큼 가족력이 있거나 당뇨, 고혈압 등 위험요인이 있는 이들은 뇌 자기공명영상(MRI)이나 컴퓨터단층촬영(CT) 등을 통해 예방 및 조기진단에 힘을 기울일 때다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-21.txt

제목: 공무원시험에 매달린 그들… 불안사회의 희망찾기  
날짜: 20161104  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161104104005001  
본문: 대통령을 꿈꾸던 아이들은 어디로 갔을까 / 오찬호 지음 / 위즈덤하우스<br/><br/><br/><br/>“한국인들은 이미 인간이면서 ‘인간이 되기 위한’ 경쟁을 한다. 누구나 실패하면 인간답지 못한 삶을 살 수도 있다는 강박이 만연할 수밖에 없다. 그래서 ‘어떤 일을’ 선택하느냐가 무척이나 중요하니 사회 전반적으로 ‘안정적이고 검증된 직업군’(그래서 공무원!)에 대한 맹목적 선호가 매우 높아질 수밖에 없다.”<br/><br/><br/><br/>매년 4000명 뽑는 9급 공무원 시험에 지원자 22만 명, 평균 경쟁률 54 대 1. 사회학자인 저자는 그럼에도 9급 공무원 합격을 위해 노량진 학원가에 ‘공시족’들이 몰리는 이유를 책에서 그렇게 밝혀놓고 있다. <br/><br/><br/><br/>‘믿을 건 9급 공무원뿐인 헬조선의 슬픈 자화상’이라는 책의 부제에서도 알 수 있듯 이 책은 헬조선 시대에 등장한 공시족들의 실상을 통해 우리 사회가 안고 있는 문제를 하나하나 파헤쳐 보여준다. 사회학자로 국내 여러 대학에서 강의하며 한국의 현실을 날카롭게 진단하는 책을 여러 권 낸 저자는 이번 집필을 위해 2년여에 걸쳐 노량진 학원가의 학생 40여 명을 일일이 인터뷰했다. <br/><br/><br/><br/>암울한 현실을 벗어나기 위해 9급 공무원 시험을 결심하고 ‘지옥 같은 한국사회보다 더 지옥 같은’ 노량진으로 향한 공시족들이 고군분투하며 들려주는 생생한 증언에는 개인이 누려야 할 평범한 권리조차 보장받지 못하는 불안한 한국사회의 실상이 적나라하게 그려지고 있다. <br/><br/><br/><br/>각종 스펙을 요구하는 취업 경쟁에서 밀려난 명문대 학생, ‘지잡대’ 출신이라는 불평등을 피하고 싶은 지방대 학생, 부당한 월급과 노동에 지친 비정규직 노동자, 저녁 없는 삶을 살아야 하는 회사원, 50세도 안 돼 은퇴한 중년, 사회 경력이 단절된 주부, 수능 대신 공무원 시험을 선택하는 고등학생, 공무원 말고는 사회 진출이 불가능한 장애인 등, 이들이 공무원 시험을 결심하게 된 이야기는 그들이 왜 ‘헬조선’에서 그나마 희망을 발견할 수 있는 유토피아로 ‘9급 공무원’을 선택했는지 알려준다. 그들은 한결같이 기회·과정·결과의 불공정성, 무한경쟁이라는 자본주의 논리의 최전선에서 ‘과연 공무원 말고 무엇을 할 수 있을지’를 묻는다. <br/><br/><br/><br/>학벌 중심 사회에서 그나마 ‘기회의 공정성’이 보장된다고 믿어 9급 공무원 시험에 뛰어든 ‘지잡대’ 출신 공시생 규민이 겪는 아픔은 9급 공무원 시험에서조차 여전히 ‘과정의 불공정성’ 형태로 학벌이 개입하고 있다는 것을 알려준다. <br/><br/><br/><br/>규민이 9급 공무원 시험을 선택한 것은 “<span class='quot0'>괜히 대학생 흉내내지 말고 공무원 학원이나 다녀</span>”라고 주변에서 종용했기 때문이다. 그러나 이는 조언도 격려도 아니고 조롱이고 멸시이자 혐오다. 이로 인해 규민의 마음에는 ‘무기력한 비관주의’가 생겨났고 그로 인해 집중력과 효율성을 바탕으로 하는 공부의 동력 부분에서 명문대 출신 공시생보다 훨씬 불리한 위치에 서야 한다.<br/><br/><br/><br/>저자에 따르면 한국에서는 개인이 존엄하게 살 권리를 주장해야 하는 민주주의적 가치에 대한 사회적 교육이 전혀 없다. 그래서 한국은 비판할 지점들이 너무나 많음에도, 비판이 사라진 사회가 되었다. ‘사회가 바뀌어야 한다’고 이야기하는 사람을 도리어 ‘진지충(蟲)’ 취급한다. 그럼에도 저자는 “<span class='quot1'>한국에 태어나지 않았으면 ‘공무원이란 길’을 선택하지 않았을 사람들의 이야기 속에서 수험생들에 대한 위로도 자신의 미래에 대한 고민도 중요하겠지만, 무엇보다도 사회에 분노해야 하는 타당한 이유를 찾았으면 한다</span>”고 희망한다. <br/><br/><br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-22.txt

제목: HIV 몸 속 들어와도 에이즈 환자 아냐… 감염인, 성매매外 모든 직업 종사 가능  
날짜: 20161102  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161102115005001  
본문: 에이즈에 관한 오해와 진실<br/><br/><br/><br/>에이즈, 즉 영어 명칭 AIDS는 ‘Acquired Immune Deficiency Syndrome’의 머리글자인 A, I, D, S를 따서 만든 약어다. 우리말 명칭은 ‘후천성면역결핍증(後天性免疫缺乏症)’이다. <br/><br/><br/><br/>‘후천성’이란 ‘선천성’과 대비되는 말로 유전이 되지 않음을 뜻한다. ‘면역결핍증’은 몸의 방어기능을 담당하는 면역세포가 파괴돼 면역기능이 부족한 상태를 말한다.<br/><br/><br/><br/>◇HIV = 에이즈를 일으키는 원인이 되는 바이러스를 일컫는 말로, ‘Human Immunodeficiency Virus’의 약자다. 우리말로는 ‘인체면역결핍바이러스’라고 부른다. 이름이 말해 주듯, 사람과 사람 사이로 전염되며 몸 안으로 들어와 면역세포를 파괴하는 바이러스다.<br/><br/><br/><br/>◇HIV 감염과 에이즈 = 모든 HIV 감염인이 에이즈 환자는 아니다. HIV 감염인은 HIV가 몸 안에 들어와 있지만 일정한 면역 수치(CD4 200cell/㎣ 이상)를 유지하면서 몸에 뚜렷한 증상이 없는 상태다. 에이즈 환자란 HIV에 걸린 후 시간이 지나면서 면역체계가 파괴돼 면역세포 수가 200cell/㎣ 이하이거나 에이즈라고 진단할 수 있는 특정한 질병이나 증상이 나타난 경우를 말한다.<br/><br/><br/><br/>◇HIV 감염 증상은 = HIV에 걸려 치료받지 않으면 급성감염기, 임상적 잠복기를 거쳐 증상기로 이행된다. 급성감염기에는 몸살과 비슷한 증세가 나타난다. 치료를 받지 않아도 평균 1∼2주 이내에 저절로 소실된다. 장기간 증상이 없는 임상적 잠복기에는 증상이 없더라도 면역기능이 서서히 감소한다. 증상기가 되면 각종 감염과 암 등 다양한 병적인 증상이 나타난다.<br/><br/><br/><br/>◇감염인과 생활하면 = 일상생활을 통해서는 감염되지 않지만 HIV 감염인의 혈액·정액·질 분비물에 노출되는 경우 주의해야 한다. ‘후천성면역결핍증 예방법’ 제18조에 의하면 감염인은 성매매 등을 제외하고는 모든 직업에 종사할 수 있다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-23.txt

제목: 환자 백혈구에 기존 치료제 주입, 부작용 최소화  
날짜: 20161101  
기자: 유현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161101152005003  
본문: 기술 상용화땐 입원 필요없이 간단한 시술로 OK<br/><br/><br/><br/>새로운 암 치료제를 개발하는 것이 아니라 각 환자의 면역 세포 안에 기존의 치료제를 주입해 부작용 없이 환자 맞춤형으로 치료할 수 있는 획기적인 기술이 개발되고 있다.<br/><br/><br/><br/>제약·바이오 업체 ‘엠디뮨’은 ‘2020년까지 엑소좀 나노항암제 세계 최초 개발’을 목표로 생산 공정 최적화 작업에 박차를 가하고 있다. 전 세계적으로 수많은 암치료제가 개발되고 보급되고 있지만, 부작용에 대한 우려도 가장 큰 게 암 치료다. 항암치료를 배제한 대체의학이 나올 만큼 고통스러운 과정을 거쳐야 하며, 부작용에 따른 사망률도 높다.<br/><br/><br/><br/>10월 24일 한양대 퓨전테크센터 연구실에서 만난 배신규 엠디뮨 대표는 “<span class='quot0'>어머니가 6년째 항암치료를 받고 계시고, 주변에서 항암치료를 받는 사람들이 너무 큰 고통을 겪는 것을 보면서 부작용 없이 기존 치료제의 효과를 극대화할 방안을 연구하게 됐다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>‘엑소좀’이란 살아있는 세포가 대사활동을 하면서 밖으로 배출하는 대사 노폐물이다. 이 노폐물 내에는 DNA 조각, mRNA 조각, 단백질 등이 들어가는데, 이게 다른 세포에 전달되면서 정보를 이어주는 역할을 한다. <br/><br/><br/><br/>최근 한 연구에서는 심장을 재생하는 줄기세포의 엑소좀만 따로 동물에 주입했는데도 심장이 재생되는 결과가 나오기도 했다. 이런 특성 덕에 면역세포인 백혈구 세포의 엑소좀 내에 암 치료제를 넣어주면 백혈구 세포가 암을 공격하는 특성이 있기 때문에 마치 ‘특정 암에 미사일을 쏘듯’ 표적 치료가 가능해진다. 환자 자신의 백혈구를 이용하는 것이기 때문에 부작용도 거의 없다.<br/><br/><br/><br/>현재 엑소좀의 ‘약물전달시스템(DDS)’에 대한 연구가 전 세계적으로 활발히 이뤄지고 있는데, 자연적으로 발생하는 엑소좀 양이 적고 사업화도 어려운 상황이다. 그런데 포항공대에서 이 엑소좀을 인공으로 다량 만들어낼 수 있는 ‘인공 엑소좀’ 특허를 획득했다. 배 대표는 지난해 5월 포항공대와 이 특허 이전계약을 체결하고 현재 산업통상자원부·중소기업청의 지원으로 한양대와 함께 연구를 진행하고 있다. 게다가 인공 엑소좀을 통해서는 진단과 치료를 동시에 하는 미래의약 개념인 ‘테라그노시스’(Therapy+Diagnosis)도 구현할 수 있다. 예를 들어 엑소좀 내에 진단물질을 넣고 MRI를 찍으면 해당 물질이 암 조직에 몰려 있는 것을 확인할 수 있어 정확한 진단이 가능하고, 그와 동시에 암세포를 공격해 치료도 가능해진다.<br/><br/><br/><br/>앞으로 이 기술이 실제로 상용화되면 환자들은 오전에 병원에서 자신의 혈액을 뽑아 이 속에 있는 백혈구 엑소좀에 치료제를 넣어 다시 이를 오후에 주사로 맞는 간단한 시술로 치료를 받을 수 있을 것으로 기대된다. 입원이나 재방문이 필요 없다. 강주섭 한양대병원 약물개발연구원장은 “<span class='quot1'>정밀의학, 맞춤의학의 중요성이 더 커지고 있는 상황에서 약물전달 기술은 환자에게 딱 맞는 맞춤형 치료로 암세포만 타깃으로 할 수 있다는 점에서 의미가 크다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>글·사진 = 유현진 기자 cworange@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-24.txt

제목: 피부 건선, 癌과 같은 고통에도… 高價 치료제 ‘그림의 떡’  
날짜: 20161101  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161101102005002  
본문: 면역체계 이상 탓 발병 추정<br/><br/>거북이 등처럼 피부 갈라져<br/><br/><br/><br/>심혈관 질환 등 발생 위험 ↑<br/><br/>‘전염’오해 속 사회적 고립도<br/><br/>온몸에 영향주는 ‘전신 질환’<br/><br/><br/><br/>‘생물학 제제 치료’ 비용 부담<br/><br/>산정특례 적용 등 대책 절실<br/><br/><br/><br/>‘10명 중 8명은 우울증, 4명은 자살 충동.’<br/><br/><br/><br/>건선 환자에 대한 설명이다. 건선 환자들은 ‘죽지 못해 사는 병’이라고 말한다. 전신에 영향을 끼치는 면역 체계 이상으로 인해 나타나는 건선은 단순 피부 질환이 아니라 전신에 영향을 미치는 전신 질환이다. 거북이 등과 같은 피부염이 온몸에 나타나는 증상 때문에 사회적으로 고립되는 경우도 많아, 마음마저 병들게 하는 병이다. 10월 29일은 건선에 대한 잘못된 인식을 바로 잡기 위해 제정한 ‘세계 건선의 날’이었지만, 건선 환자에 대한 사회적 편견은 여전하다. 중증 건선 환자는 고가의 치료비로 경제적 부담까지 겪고 있다. 올해 건선의 날 슬로건인 ‘장벽을 허물자(Breaking Barriers)’에 맞춰 건선에 대해 알아보자.<br/><br/><br/><br/>◇피부 질환 넘어 전신 질환 = 건선은 피부 표피의 과도한 증식과 진피의 염증이 만성적으로 나타나는 난치성 피부 질환이다. 건선으로 고통받는 인구는 전 세계에서 1억 명이 넘고, 국내 환자도 16만 명에 달한다. 16만 명 중 약 10%인 1만6000여 명은 전신에 병변이 나타나는 중증 난치성 건선을 앓는 것으로 추정된다.<br/><br/><br/><br/>발병 원인은 아직 명확하게 밝혀지지 않았지만, 통상적으로 우리 몸의 면역학적 이상에 의해 발생하는 것으로 보고된다. 문제는 면역 체계 이상으로 인해 발병되는 탓에 단순 피부 질환이 아니라 전신에 영향을 미치는 것이다.<br/><br/><br/><br/>건선을 오래 앓으면 건선성 관절염, 포도막염, 염증성 장 질환, 심혈관 질환, 대사성 질환 등 다양한 동반 질환에 노출되기가 쉽다. 학계에는 건선 환자의 30%에서 장애를 초래할 수 있는 건선성 관절염이 발병하고, 협심증(97%), 심근경색(157%), 고혈압(90%) 등 심혈관 질환과 관련한 위험 요인도 크게 증가하는 것으로 보고되고 있다. 또, 증상이 심한 중증 건선 환자의 경우 심혈관 질환(57%), 암(41%), 당뇨병(186%), 치매(264%), 신장 질환(337%) 등으로 인한 사망 위험이 커진다는 연구 결과도 있다.이주흥 삼성서울병원 피부과 교수는 “<span class='quot0'>건선은 전신에 영향을 미치는 전신성 면역 질환으로 중증 건선 환자가 느끼는 신체적 고통은 암과 같이 생명을 위협하는 질환보다도 크다</span>”며 “<span class='quot0'>심혈관 질환이나 대사성 질환의 발병 위험도도 높아진다는 점을 감안하면 심각성이 낮다고 하기 힘들다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>◇오해와 편견 속 사회적 고립도 = 건선의 증상으로는 발진과 각질이 대표적이다. 피부에 좁쌀 같은 붉은색을 띠는 발진이 생기고, 그 위 경계 부분은 은백색의 각질이 덮이면서 마치 비늘처럼 일어난다. 팔꿈치, 무릎, 두피에 흔하게 나타나며 심할 경우 전신의 피부가 거북이 등처럼 갈라지게 된다. 이러한 증상 때문에 환자들은 사회적으로 고립되는 경우가 많다. 전염성 질환이 아니지만, 혐오감을 일으키고 전염될지 모른다는 오해와 편견 속에 접촉을 거부당하거나 수영장, 미용실, 목욕탕 등 공공장소 출입 제약을 받는 경우가 대부분이다. 또 취업도 잘 안 되고, 직장생활에서 업무 배정이나 승진에 불이익을 당하거나, 심지어는 실직하는 사례도 적지 않다.<br/><br/><br/><br/>건선 환자들은 이로 인해 부끄럽고 당황스러움, 자존감 감소, 대인 기피, 우울 및 불안 장애 등의 고통을 호소한다. 이러한 스트레스는 다시 증상을 악화시키는 원인이 된다. 건선 환우 모임인 대한건선협회가 최근 실시한 설문조사에 따르면 질환으로 인해 우울감을 느낀다는 환자가 82%였으며, 자살 충동을 느껴본 적이 있다는 환자가 43%에 달했다. 정신적 고통에 시달리다가 극단적인 선택을 한 환자도 있다. <br/><br/><br/><br/>◇중증 환자 치료비 부담 = 건선 치료는 질환의 상태에 따라 바르는 치료, 광(光) 치료, 전신 치료, 생물학적 제제를 활용한 치료 등으로 나눌 수 있다. 증상이 가벼우면 바르는 약을 쓰면서 관리할 수 있다. 증상이 중등도 이상이면 자외선 광선을 쬐는 광선 치료나 과도한 면역 반응을 억제하는 약제를 사용하는 전신치료를 받는다. 다만 중증 환자들은 이러한 방법으로는 치료가 어렵다.<br/><br/><br/><br/>다행히 최근 건선을 유발하거나 악화시키는 특정 단백질만을 선택적으로 차단하는 생물학적 제제가 개발돼 활용되고 있다. 대표적인 생물학적 제제로는 인플릭시맙(제품명 레미케이드), 에타너셉트(제품명 엔브렐), 아달리무맙(제품명 휴미라), 우스테키누맙(제품명 스텔라라), 세쿠키누맙(제품명 코센틱스) 등이 있다. <br/><br/><br/><br/>문제는 치료비다. 이주흥 교수는 “<span class='quot1'>중증 환자에게 생물학적 제제를 사용하면 안정성도 높고 효과적이지만 가격이 매우 비싼 것이 문제</span>”라고 지적했다. 이 교수는 “<span class='quot1'>같은 생물학적 제제를 사용하는 류머티즘 관절염 등은 산정특례가 적용되지만, 건선은 제외돼 보험이 적용돼도 환자들이 고가의 치료비를 부담해야 하는 상황</span>”이라고 지적했다. 산정특례는 본인 부담금이 높은 암, 중증질환자, 희소난치성 질환자의 본인 부담률을 경감해 주는 제도다.<br/><br/><br/><br/>김성기 건선협회 회장은 “<span class='quot2'>중증 건선 환자는 증상이 심해 취업 자체가 어려울 뿐만 아니라, 취업하더라도 잦은 결근 때문에 정규직으로 종사하기가 어려워 경제 형편이 어려운 환자들이 많다</span>”며“<span class='quot2'>일상생활을 하기 어려울 정도로 증상이 심각한 중증 건선만이라도 산정특례 적용 질환에 포함하는 정책적 지원이 절실하다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-25.txt

제목: 아모레퍼시픽, 여성 癌환자들에게 아름다움을…  
날짜: 20161027  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161027145005009  
본문: 아모레퍼시픽은 치료 과정에서 급작스러운 외모 변화로 인해 고통받는 여성 암 환우들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등을 전수하는 ‘아모레퍼시픽 메이크업 유어 라이프(AMOREPACIFIC Makeup Your Life·사진)’ 캠페인을 펼치고 있다.<br/><br/><br/><br/>지난 2008년에 시작된 이 캠페인은 2015년까지 총 1만29명의 여성 암환우 및 3336명의 아모레 카운셀러 자원봉사자가 참여했다. 또 수혜 지역을 2011년 중국, 2015년 베트남 등으로 확장하기도 했다. <br/><br/><br/><br/>캠페인 현장에서는 뷰티 전문가로 활약하고 있는 전문 강사와 아모레 카운셀러 봉사단이 환우들에게 메이크업 및 피부관리 노하우를 전수하며, 표정 컨설팅·자가 피부 체크법·나에게 잘 맞는 색상 선택법 등 일상 속에서 실질적으로 적용할 만한 뷰티 노하우를 제공한다. <br/><br/><br/><br/>일부 캠페인 중에는 암을 경험했던 유명 연사가 직접 연단에 서 자신의 투병 경험과 질병 극복에의 희망을 전하는 섹션 또한 진행된다.<br/><br/><br/><br/>올해 하반기 캠페인은 10∼11월 두 달간, 서울 및 전국 주요 지역 총 16개 병원에서 590여 명의 환우를 대상으로 진행될 예정이다. <br/><br/><br/><br/>암 수술 후 2년 이내로, 현재 방사선 또는 항암치료 중인 여성 환우라면 누구나 신청이 가능하다. 참가자 전원에게는 자사의 스킨케어 및 헤어케어 제품으로 특별 구성된 ‘메이크업 유어 라이프 키트’가 제공된다. <br/><br/><br/><br/>아모레퍼시픽 관계자는 “<span class='quot0'>앞으로 행사 횟수 및 수혜 대상을 확대해 글로벌 시장에서도 기업의 사회적 소임을 다하겠다</span>”고 말했다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-26.txt

제목: 반도체 성공 노하우로 ‘게놈·DNA 시대’ 연다  
날짜: 20161027  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161027144005012  
본문: 지난달 28일 ‘청춘問답-대구편’<br/><br/>김태한 삼성바이오로직스 사장<br/><br/>“<span class='quot0'>바이오 의약품으로 불치병 치료</span>”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>앞으로는 함께 혁신 이끄는 시대</span>”<br/><br/>집단지성에 적합한 인재상 강조<br/><br/><br/><br/>송길영 다음 부사장 토크 콘서트<br/><br/>“닥쳐올 고령화 시대의 큰 숙제는<br/><br/>경제수명을 더 늘리는 것이 될 것”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>바이오 제약 기술의 발전으로 피부암 등 암을 치료하는 면역항암제가 출시됐고 알츠하이머를 치료·예방할 수 있는 항체의약품 개발도 머지않았다.</span>”<br/><br/><br/><br/>김태한 삼성바이오로직스 사장은 지난 9월 28일 대구 경북대 대강당에서 열린 ‘청춘問답’-대구편에서 “<span class='quot1'>그간 불치(不治)의 영역으로 간주됐던 질병의 치료가 바이오 의약품을 통해 해결의 실마리를 찾고 있다</span>”고 이같이 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>김 사장은 산업 전반적으로 경제성장이 둔화하고 일자리 창출이 저조해 문제가 되는 것과 달리 바이오 산업 분야는 더 많은 인력이 필요하고 성장률도 높다고 강조했다. 그는 이러한 성장 요인으로 △전 세계적 인구 고령화 추세(Age-Up) △고령화에 따른 환자의 증가(Disease-Up) △질병 치료를 위한 의학 기술의 지속적 발전(Science/Knowledge-Up) △바이오의약품 구매가 가능한 경제력 있는 인구의 증가(Wealth-Up) 등 ‘4-Up’을 제시했다. <br/><br/><br/><br/>김 사장은 “<span class='quot1'>30~40년 전 반도체가 전자·정보기술(IT) 산업을 주도했던 것처럼 이제는 게놈, DNA와 같은 키워드가 새로운 시장을 이끄는 시대가 됐다</span>”고 밝혔다. 삼성이 2011년 과감하게 바이오 산업 투자를 결정하고 삼성바이오로직스를 설립한 것도 이러한 흐름을 예견했기 때문이다. 그는 이어 “<span class='quot1'>삼성바이오로직스의 성공에는 비제약 분야에서 쌓은 삼성의 노하우가 뒷받침됐다</span>”며 반도체 산업으로 얻게 된 클린룸 구축법, 대규모 화학 플랜트 설비 등의 노하우가 최단기간에 최소 투자비용으로 최고 품질의 생산 설비를 갖출 수 있었던 배경이라고 소개했다.<br/><br/><br/><br/>또 김 사장은 참가자들에게 “<span class='quot1'>집단 지성(Collective Intelligence)의 시대에 적합한 인재가 돼라</span>”고 조언했다. 그는 “<span class='quot1'>과거 과학 분야의 노벨상 수상자들은 마리 퀴리 부인, 알베르트 아인슈타인 등 뛰어난 업적을 지닌 ‘개인’이었지만 최근에는 프로젝트를 공동으로 진행한 팀의 대표들이 노벨상을 받는 사례가 늘어나고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>혼자 할 수 없는 일을 함께 해결하며 변화와 혁신을 이끄는 시대</span>”라고 강조했다. <br/><br/><br/><br/>김 사장은 이 같은 시대 흐름에 따라 글로벌 비즈니스 트렌드도 변화하고 있다며 “<span class='quot1'>기업이 각기 다른 전문분야를 가진 수천 명의 인재를 영입한 후 집단 지성의 힘으로 업적을 창출하는 지식산업사회로 나아가고 있다</span>”고 덧붙였다.<br/><br/><br/><br/>이어진 퀴즈 쇼에서는 바이오 산업, 인구 변화에 따른 사회현상, 주목해야 할 경제용어 등을 소재로 한 30개의 문항이 △경제경영 △과학기술 △인문사회 △문화예술 4개 분야에 걸쳐 출제됐다. <br/><br/><br/><br/>퀴즈쇼 후에는 이준호 서울대 생명과학부 교수, 송길영 다음소프트 부사장, 오형규 한국경제신문 논설위원이 패널 토크를 통해 주요 퀴즈 문항에 대해 해설하고 참여자들과 묻고 답하는 시간을 가졌다.<br/><br/><br/><br/>단순 신경계 동물 ‘예쁜꼬마선충(C.elegans)’으로 수명 연장의 메커니즘을 연구한 이 교수는 암과 알츠하이머를 언급하며 “<span class='quot2'>고령화로 인해 그 비중이 커진 질병들로 인해 학계에서는 ‘웰-에이징’에 대한 연구가 대두되고 있다</span>”고 밝혔다. 이 교수는 “<span class='quot2'>인터넷 기업인 구글이 노화 연구를 위해 저명한 과학자들을 영입하는 등 기업에서도 고령화 시대를 대비하고 있다</span>”고 소개했다.<br/><br/><br/><br/>송 부사장은 고령화 시대에는 경제수명을 좀 더 늘리는 것이 큰 숙제가 될 것이라고 강조했다. 그는 “<span class='quot2'>120세 시대에는 노인의 나이에 대한 인식부터 달라질 것</span>”이라며 “<span class='quot2'>제1 직업을 은퇴한 후 제2의 직업을 갖는 사회가 될 수 있다</span>”고 밝혔다. 또 송 부사장은 “<span class='quot3'>고령화에 따라 세대 간의 편견과 갈등을 해소하는 일이 중요한 과제로 떠오를 것</span>”이라고 지적했다. <br/><br/><br/><br/>미래를 보는 시각에 대한 패널들의 조언도 이어졌다. 이 교수는 이미 개발된 의약품에서 새로운 효능을 찾아내는 ‘드럭의 리포지셔닝’을 언급하며 “<span class='quot2'>관점을 바꾸면 새로운 가능성을 발견할 수 있다</span>”고 밝혔다. 오 논설위원은 참여자들에게 ‘기업가 정신’을 가지라고 조언했다. 그는 “<span class='quot2'>과학자들은 자원의 총량을 생각하지만 기업가는 자원이 가질 수 있는 기회를 생각한다</span>”며 “<span class='quot2'>위기를 기회로 바꾸려는 노력이 더해지다 보면 자신만의 위기 대응방식이 정립될 수 있다</span>”고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>라이브 퀴즈 콘서트 ‘청춘問답’은 사회 각 분야에 대한 다양한 퀴즈를 풀어보고, 전문가로 구성된 패널들과 함께 해답을 찾아가는 삼성의 새로운 소통 캠페인이다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-27.txt

제목: 글루텐 프리  
날짜: 20161027  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161027142005018  
본문: 최영범 논설위원<br/><br/><br/><br/>해외에서 구글 지도로 음식점을 찾다 보면 ‘글루텐 프리(Gluten Free)’라는 선택 항목이 뜬다. 생경하지만 해외에선 일반화됐다는 의미다. 최근 국내서도 ‘글루텐 없는 식단’의 식당이 생기기 시작했다. 글루텐은 밀의 주요 성분으로 반죽·늘이기·펴기 등을 가능케 하는 점성 물질이지만 비만·피부병·설사·변비·탈모 등의 원인이며 과민성대장증후군과 만성 소화장애를 일으키는 셀리악병의 원인이라고 한다. 밀의 시조인 야생 아인콘은 염색체가 14개였으나 오랜 교잡을 거치면서 42개로 늘었다. 병충해와 어떤 기후에도 잘 견디게 만들면서 글루텐도 강화됐다. 밀 2만5000종 가운데 지배적 품종은 유전학자 노먼 볼로그가 개발한 ‘왜소종 밀(소노라 64호)’이다. 생산을 획기적으로 늘린 녹색혁명 공로로 노벨평화상(1970년)까지 받았다. “<span class='quot0'>사회정의의 가장 필수적인 요소는 전 인류를 위한 공평한 먹을거리</span>”라며 수상 소감을 밝혔지만 그의 사회정의는 ‘밀의 역습’을 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>‘글루텐 프리’는 결국 밀가루 음식, 즉 탄수화물을 먹지 않는다는 의미다. 탄수화물은 몸속에서 포도당으로 변하고 인슐린이 다시 지방으로 바꿔 주로 복부 또는 내장에 저장시켜 비만을 유발한다. 인체 에너지원은 당질과 지방이어서 탄수화물 섭취를 줄이면 저장된 지방을 에너지원으로 사용하는 시스템이 작동돼 다이어트가 된다. 최근 유행해 버터와 삼겹살 품귀 현상까지 빚은 ‘고지방·저탄수화물’ 식단도 같은 원리다. 미국 심장병예방학 박사 윌리엄 데이비스, 일본에서 당질제한식으로 큰 반향을 일으킨 의사 에베 고지(江部康二) 등이 대표적 반(反)탄수화물론자들이다. 섭취를 끊으면 암, 심장·뇌혈관·정신질환, 폐렴, 피부병, 식곤증까지 개선되며, 임상 실험으로 증명되고 있다고 주장한다. 비만은 지방이 아닌 탄수화물이 주범이라는 주장이 정설이 돼 건강 상식이 깨지고 있다. 볼로그가 살아 있다면 “<span class='quot1'>탄수화물이 인류를 멸망시킬 것</span>”이라는 주장에 대해 뭐라고 할까. <br/><br/><br/><br/>음식 방송(일명 먹방)이 홍수다. 지상파와 케이블 방송을 합쳐 프로그램이 총 15개를 훌쩍 넘는다. ‘한국인의 밥상’ ‘집밥 백선생2’ ‘삼시 세끼’ 등등. 하지만 맛에만 집착할 뿐 건강한 식(食)문화는 없는 것 같다. 먹기 위해 살자는 건지, 살기 위해 먹자는 건지 철학 부재다. 시청률에만 신경 쓰는 ‘건강 프리’인가. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-28.txt

제목: WHO·美의사協 “GMO 안전”… 유해성 없지만 ‘표기’ 강화  
날짜: 20161026  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161026113005005  
본문: (20) ‘GMO 완전표시제’ 논란<br/><br/><br/><br/>식품 안전성 논란이 첨단기술 분야에까지 이어지고 있다. 전 세계적인 식량 부족 문제를 해결할 수 있는 신기술로 평가받고 있는<br/><br/>유전자변형식품(GMO·Genetically Modified Organism)이 대표적인 논란의 대상이다. 세계적으로 ‘GMO는 안전한가’라는 논란이 광풍처럼 휩쓸고 지나간 뒤 최근 한국에서는 뒤늦게 제품에 GMO를 표기하는 문제로 몸살을 앓고 있다. <br/><br/><br/><br/>일각에서 GMO 표시 대상을 보다 확대해야 한다는 주장을 펴고 있기 때문이다. 가습기 살균제 공포 등으로 안전성에 대한 소비자의 경각심이 높아진 이유도 있다. 이미 식품의약품안전처는 GMO 식품의 안전성을 평가해 국내 수입과 판매를 허용하고 있다. 국회는 지난해 12월 31일 소비자 알 권리를 위해 강화된 ‘GMO 표시제’ 내용을 담은 식품위생법을 통과시켰고, 올해 2월 3일 공포를 거쳐 2017년 2월 4일 시행을 앞두고 있다. <br/><br/><br/><br/>문제는 법 시행을 앞두고 일부 시민단체와 정치권에서 GMO 표시제를 전면 개정해 더 강화해야 한다는 주장을 해 소비자들이 혼란스러워하는 상황이 벌어지고 있다는 점이다.<br/><br/><br/><br/>◇각광받던 GMO = GMO는 생산량 증대 등을 위해 유전공학기술을 이용, 기존의 육종방법으로는 나타날 수 없는 형질이나 유전자를 지니도록 개발된 식품을 말한다. 유전자 재조합을 통해 유전자의 순서를 바꾸거나 넣고 빼서 원래 식품의 단점을 없애고 사람에게 도움을 주는 식품으로 탈바꿈시킨 식품이다. 이미 세계적으로 GMO는 인류의 식량 공급 문제를 해결할 방안으로 평가되면서 활발하게 사용되고 있다. GMO를 통해 가뭄이나 제초제에 저항성이 강한 농작물을 만들어 낼 수 있고, 필요에 따라 특정 기능이 추가되거나 강화된 작물도 생산할 수 있기 때문이다. <br/><br/><br/><br/>아프리카에서도 가뭄에 견딜 수 있는 옥수수, 가난한 나라 아동들의 야맹증 치료를 위해 비타민 A 성분을 강화한 ‘황금쌀’(golden rice)이 대표적인 예다. GMO 농산물은 1996년부터 재배되기 시작해 지난해에는 세계적으로 28개 국가, 1억7970만ha에서 재배되고 있다.<br/><br/><br/><br/>◇괴담에 시달리기도 = 그동안 GMO에 대한 반대는 꾸준히 제기돼 왔다. 2012년 프랑스 캉(Caen) 대학의 질 에릭 세랄리니 교수팀이 실험용 쥐에 GMO 식품을 투여한 결과, 암 등이 생겼다는 연구보고서를 발표하면서 논란이 확산됐다. 하지만 해당 연구는 표본 부족 등 연구 과정에서의 결함으로 학술지 게재가 취소됐다. 게다가 유럽식품안전국(EFSA)과 140명의 프랑스 과학자 등으로부터 잘못된 연구라는 성명이 잇따르면서 논란이 일단락됐다.<br/><br/><br/><br/>◇노벨상 수상자들까지 나서 진화 = 이후에도 소비자들의 혼란은 줄어들지 않았다. 결국 세계 과학자들이 GMO 안전성에 대한 연구결과를 발표하기 시작했다. 현재까지 GMO의 안전성을 발표한 기관은 유럽연합(EU), 세계보건기구(WHO), 미국의사협회(AMA), 전미과학아카데미(US National Academy of Sciences), 영국왕립학회(British Royal Society), 미국과학진흥협회(American Association for the Advanced of Science) 등이다. <br/><br/><br/><br/>또 지난 7월에는 1993년 노벨 생리의학상을 공동 수상한 영국의 리처드 로버츠 박사와 미국 필립 샤프 박사 주도로 107명의 노벨상 수상자가 ‘GMO 반대 운동의 중단을 촉구하는 성명’을 발표하기도 했다. 25일 현재 서명에 참여한 노벨상 수상자는 121명으로 늘었다. <br/><br/><br/><br/>노벨상 수상자들은 성명을 통해 “GMO 농산물은 철저한 안전성 검사를 거쳐, 오히려 화학비료나 농약을 사용해 생산된 기존 농산물보다 덜 위험하다”고 밝혔다. 또 “지금까지 GMO가 인간이나 동물에 부정적인 영향을 가져온 사례는 단 한 건도 확인되지 않았다”고 발표했다.<br/><br/><br/><br/>◇한국은 여전히 논란 중 = 이처럼 해외에서는 GMO의 안전성을 지지하는 추세이지만, 국내에서는 여전히 논란이다. 논란이 표면화된 것은 GMO 표시제 재개정 논란이다. 지난 4월 식약처는 ‘유전자변형식품 등의 표시기준’ 일부 개정 고시안을 행정 예고했다. 그동안 GMO 원재료를 많이 사용한 식품에만 GMO 표시를 하던 것에서 사용 함량과 관계없이 유전자 변형 DNA나 단백질이 남아 있는 모든 식품으로 확대한다는 내용이다. 다만, 현재 과학 기술을 고려해 GMO 원료를 사용했어도 유전자 변형 DNA나 단백질이 남지 않는 품목(당류, 유지류 등)에 대해서는 예외 규정을 두는 것으로 했다. 이런 내용은 소비자단체, 업계, 학계 등이 모인 ‘GMO 표시제도 검토 협의체’를 통해 합의됐던 바다. <br/><br/><br/><br/>그러나 최근까지 시민사회단체 등에서 “GMO를 원재료로 쓰면 유전자변형 DNA나 단백질의 잔류 여부와 상관없이 모두 GMO로 표시해야 한다(완전표시제)”고 주장하면서 논란이 이어지고 있다. 야당에서는 GMO 완전 표시제에 관련된 개정 법안을 발의하기도 했다.<br/><br/><br/><br/>◇대혼란 우려 목소리도 = 이철호 한국식량안보재단 이사장(고려대 생명과학부 명예교수)은 “<span class='quot0'>유기농 업체 등에서 GMO 반대 목소리를 내는 것은 그럴 수 있다 해도 국회에서 전 세계 과학자들의 말을 듣지 않고 관련법 발의가 이뤄진 것은 이해할 수 없는 일</span>”이라고 지적했다. GMO 완전 표시제에 대해서도 그는 “<span class='quot0'>식용유, 간장, 물엿은 최종제품에 DNA나 단백질이 남지 않아 현재 분석기술로는 확인할 수 없다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot0'>개정된 GMO 표시제는 정부·기업, 그리고 전문가가 오랜 고민 끝에 합의한 것</span>”이라고 강조했다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@ <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-29.txt

제목: 藥과 毒의 아슬아슬한 경계  
날짜: 20161025  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161025122005001  
본문: 예전엔 임금이 어명으로 내리던 ‘사약(死藥)’은 ‘초오, 부자(附子), 비상(砒霜)’이 많이 사용됐었다. 지난 2011년 개봉됐던 영화 ‘조선명탐정 각시투구꽃의 비밀’에 ‘초오’라는 풀이 등장했었다. 초오의 덩이뿌리는 한약재로 널리 쓰이는데 일반 약재에 비해 강한 독성을 갖고 있어 위중한 환자의 극심한 통증과 마비를 줄여주는 효과가 있지만, 한순간에 사람의 목숨을 끊을 수 있는 무서운 독(毒)이기도 하다.<br/><br/><br/><br/>사람의 신경을 마비시키고 사지를 오그라들게 하는 ‘아코니틴(aconitine)’이라는 물질의 독 작용 때문인데 약 2000년 전부터 살상용이나 화살독, 의료용 약재로 사용된 기록이 있다. 일반적으로 급성 독성 정도를 비교할 때 사용하는 반수치사량(LD50 값)을 비교해 볼 때, 초오는 0.2㎎/㎏, 리친은 0.03, 비상은 6으로 곰팡이독인 아플라톡신(0.02), 복어독 테트로도톡신(0.01)보다는 약한 독이나, 청산가리(10)보다는 강하다. <br/><br/><br/><br/>얼마 전 TV 드라마 ‘궁중잔혹사-꽃들의 전쟁’에서 비상이 든 과자로 한 상궁의 배 속 아이를 독살하려 한 장면이 있었고 한 일간신문에서 연재한 소설 ‘금병매’에서도 비상이 독살에 사용됐었다. 조선시대 장희빈이 마시고 죽은 생약 부자도 알만한 사약이다. <br/><br/><br/><br/>약 100년 전 신문에서도 부자 관련 사고 기사가 자주 검색되는데, 가정불화로 부자를 달여 먹고 자살한 사건도 있었고, 경남 합천에서 몸이 허해 보약으로 오인하고 부자를 달여 먹다 급사한 사건도 있었다. <br/><br/><br/><br/>2013년 4월 15일 보스턴마라톤이 시작된 지 4시간 만에 대규모 폭탄테러가 발생해 수백 명의 사상자가 발생한 적이 있었는데, 하루 뒤 미국 로저 워커 연방 상원의원과 버락 오바마 대통령 앞으로 수상한 우편물이 각각 배달됐었다. 그 속에는 ‘아주까리(피마자)’의 씨에 존재하는 독인 ‘리친(ricin)’이 들어 있어 충격을 주었다. 리친은 복용하거나 공기 중 가스 형태로 흡입 또는 주사로 투약될 경우, 몇 시간 내에 열과 구토, 기침 등 독감 증세를 보이다가 폐와 간, 신장, 면역체계가 무력화돼 사망에 이른다. 리친이 소화기계통에 들어가면 장염과 위장염, 출혈 설사, 구토 등의 증상을 일으키며 중추신경계에도 영향을 줘 기절시키기도 한다. <br/><br/><br/><br/>병서(兵書)에 적을 이용해 적을 제거한다는 이이제이(以夷制夷)가 있다면, 의학에는 독으로 독을 다스린다는 이독제독(以毒制毒)이 있다. 이 말은 당(唐)나라 때 신청이 지은 북산집(北山集)에 나오는 내용으로 ‘훌륭한 의사는 독으로써 독성을 멈추게 한다(良醫之家, 以毒止毒也)’라는 글귀에서 유래됐다. 즉, 독을 잘못 사용하면 해가 되지만, 제대로 사용하면 약(藥)이 된다는 것이다. <br/><br/><br/><br/>사약으로 쓰였던 부자를 다른 약물과 혼용해 신경통, 류머티즘 관절염, 중풍, 반신불수 등의 치료제로 사용한 사례가 있다. 피마자기름을 변비치료용 설사약과 무좀약으로 썼고, 암 치료에 부자와 함께 활용하는 연구도 현재 진행 중이라고 한다. <br/><br/><br/><br/>이들 생약을 민간의서나 구전으로 전래된 비방을 맹신해 함부로 사용해서는 안 된다. 소비자들은 용도에 따라 독이 되기도 하고 약이 되기도 하는 생약재의 특성을 잘 알고, 활용하는 지혜가 필요하다. 모든 한약재는 위험성을 갖고 있기 때문에 그 효능만 믿고 민간요법에 의존한 무분별한 섭취를 자제해야 한다.<br/><br/><br/><br/> 중앙대학교 식품공학부 교수 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-30.txt

제목: ‘100만 분의 1 불량’도 암과 같다  
날짜: 20161021  
기자: 오승훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161021143005002  
본문: 오승훈 경제산업부장<br/><br/><br/><br/>허영인 SPC그룹 회장은 지난해 전 임원에게 “직접 빵을 만들어보라”고 지시했다. 제조·개발분야 임원들이야 당연히 제빵 과정을 알고 있겠지만, 영업·관리 부문은 그러지 못한 게 현실이었다. 꼬박 4주 동안 제과제빵사(파티시에)의 입문과정을 익혔다. 한 임원은 “수많은 변수가 있는 제조과정에서 균일한 품질의 제품을 생산하고 입맛이 다른 소비자들을 만족하게 하는 게 얼마나 어려운 것인지를 깨닫게 됐다. 내 일의 초심을 다지게 됐다”고 했다. SPC의 ㈜파리크라상은 설립 30년을 맞은 올해, 전 세계 3600여 개 매장(파리바게뜨 포함)을 거느릴 정도로 성장했다. 그 비결은 소비자의 입맛 변화에 맞춘 제품 차별화였지만, 토대는 누가 뭐래도 품질 경영이었다. 허 회장은 선친, 허창성 전 삼립식품 회장의 언명을 목숨처럼 지키려 노력한다고 한다. “빵을 수백만 개 만들어도 소비자는 빵 한 개를 산다. 한 개라도 좋지 못한 빵이 나오면 그것을 사 먹는 사람은 그 빵이 나쁘다고 한다.” <br/><br/><br/><br/>이건희 삼성전자 회장도 이미 오래전에 “<span class='quot0'>100만 개 중 하나가 불량이어도 그것을 산 고객은 100만 개 전체를 불량으로 생각한다</span>”고 했다. 불량품이 암과 같다고도 했다. 초기에 발견해 잘라 내면 완치할 수 있으나, 내버려두면 사람을 죽게 할 수도 있어서다. 1995년 가정용 무선전화기 불량품을 회수해 소각한 ‘화형식’은 삼성전자가 오늘의 글로벌 기업으로 성장한 계기였다.<br/><br/><br/><br/>이렇듯 품질경영은 기업 성장의 기본 원칙인데, 가장 많이 흔들리는 것도 여기서다. 제품 불량이 사회적 이슈로 부각하면 대부분 기업은 비상경영을 선언하고 대대적인 정신 무장 ‘쇼’를 벌인다. 품질 개선 기법을 새로 도입한다고 부산을 떨거나, 임직원들을 해병대 캠프에 보내기도 한다. 여기에는 불량품으로 인한 사태가 ‘비정상’이라는 인식이 들어있다. 다시 말해 불량품을 줄이기 위한 혁신과 변화가 체계적으로 진행되고 있는 게 정상이고, 아무 일도 일어나지 않는 안정 상태가 오히려 기업활동에선 비정상인데 거꾸로 착각하는 것이다. 내부가 항상 안정된 것처럼 보이고 거기에 구성원들이 관성화된 상태, 이를 피터 드러커(1909∼2005년)는 ‘현장 내 은퇴(retire on the job)’로 지칭했다. 그의 사상을 재조명하고 있는 송경모 미라위즈 대표는 얼마 전 펴낸 저서에서 이렇게 꼬집었다. “이 상태에서는 더 이상 도전할 일도, 변화를 꾀할 일도, 조직의 성과를 기대할 일도 없다. 만약 회사가 아무 문제 없이 돌아가고 있다고 생각한다면 자신이 혹시 현장 내 은퇴 상태에 빠져 있지는 않은지 되돌아봐야 한다.”<br/><br/><br/><br/>갤럭시 노트7 리콜사태, 화학물질과 관련된 식약품 안전 문제, 자동차 엔진 리콜 문제가 연이어 터지면서 품질경영의 문제가 국가 경제까지 흔들고 있다. 일련의 리콜 사태는 분명히 우리 기업들의 경영방식과 소비자 이슈 대처에 엄청난 변화를 몰고 올 것이다. 하지만 그게 또다시 ‘아무 일도 없었는데’라는 식의 안정 지향적 처방이라면 이번 실패에서 교훈으로 삼을 게 없다. 리콜의 손실을 단기간에 만회하려는 수치 경영, 연구·개발(R&D) 투자 전략이 빠진 조직쇄신이 당장 효과를 낼 수 있을지언정 장기적이고 체계적인 혁신의 문화를 심을 수는 없을 것이다.<br/><br/><br/><br/>최태원 SK그룹 회장이 최근 CEO 세미나에 참석해 2박 3일간 ‘반성’하며 “<span class='quot1'>계열사별 약점과 강점을 숨기지 않고 서로 공유할 수 있어야 경영 해법이 나올 수 있다</span>”고 강조한 것도 같은 맥락일 것이다. CEO 사이에서는 “<span class='quot2'>목적의식 없이 근무시간, 조직만 바꾸며 ‘변화를 위한 변화’를 해온 것 아니냐</span>” “<span class='quot2'>변화했다고 스스로 위안 삼는데, 정말 변했느냐</span>”는 말도 나왔다고 한다. ‘변화와 혁신’을 부르짖어온 기업들이 갖고 있는 근본 문제를 함축하는 자성일 듯하다. <br/><br/><br/><br/>혁신은 비상수단이 아니다. 기업경영에 상시적인 것이다. 경영자는 긍정신호가 넘치는 ‘보고서의 감옥’에서 벗어나야 한다. 제조 현장을 수없이 가봐야 하고, 시장 판매대에서 소비자의 미세한 반응까지 감지해 피드백을 해야 한다. 그게 ‘현장 내 은퇴’ 상태에서 벗어나는 길이다. 이 회장은 “<span class='quot0'>내가 두려워하는 것은 실패 자체가 아니라 같은 실패를 되풀이하는 것</span>”이라고 했다. “<span class='quot3'>까다로운 소비자가 있어야 일류 제품이 만들어진다</span>”고 했다. 내부에 ‘현장 내 은퇴’가 없는지, 초심을 다져야 할 때다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-31.txt

제목: “연명치료 무의미한 말기환자에게 상세한 설명안해줘 ‘웰다잉’ 장애”  
날짜: 20161018  
기자: 김기윤  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161018122153002  
본문: - ‘웰다잉법 쟁점·과제’포럼 <br/><br/><br/><br/>“질병별 말기판정 합의 없어 <br/><br/>취약계층 보호 장치도 필수”<br/><br/><br/><br/>대장암 말기 판정을 받은 A 씨는 지난달 호스피스 시설을 찾았지만, 입원 몇 시간 만에 다시 퇴원해 인근 대형병원으로 돌아갔다. A 씨는 치료에 대한 기대를 품고 있었기에 ‘죽으러 갈 수 없다’며 호스피스 시설 입소를 거부했지만, 정작 병원으로부터도 질병 예후에 대한 설명을 제대로 듣지 못한 채 연명치료에 의존하다가 퇴원했다. A 씨는 퇴원 후 적절한 치료를 받지 못한 채 며칠 만에 숨을 거뒀다.<br/><br/><br/><br/>뇌졸중을 앓아온 B 씨는 지난 7월부터 호스피스 시설 입·퇴원을 반복했다. B 씨의 가족들은 ‘호스피스 시설에서 나와 병원에서 치료받게 해야 한다’는 쪽과 ‘희망이 없는 환자에게 연명치료는 경제적 부담만 늘린다’는 쪽으로 나뉘어 맞섰다. B 씨는 이로 인해 병원과 집, 호스피스 시설을 오가며 혼란을 겪고 있다.<br/><br/><br/><br/>올해 1월 국회에서 통과된 ‘호스피스 완화의료 및 임종과정에 있는 환자의 연명의료 결정에 관한 법률’(웰다잉법)이 내년 8월 시행되는 가운데, 치료 효과가 없는 ‘말기 환자’에 대한 의료기관의 질병 예후 설명 의무를 법제화하지 않아 문제라는 지적이 일고 있다. 서이종 서울대 사회학과 교수는 18일 ‘호스피스·완화의료 및 연명의료 결정에 관한 법률 시행의 쟁점과 향후 과제’란 주제로 열린 서울대 행정대학원 ‘정책&지식 포럼’에서 “<span class='quot0'>치료가 무의미한 말기 환자에게 의료기관이 질병 예후와 상태를 설명하고 소통하는 의무가 법에 포함되지 않아 ‘웰다잉법’ 활성화에 장애가 된다</span>”고 지적했다. 서 교수는 “<span class='quot0'>또 암 이외의 질병에도 단계적으로 법안을 확대 적용해야 하지만, 질병마다 ‘말기 판정’을 어떻게 해야 할지 사회적 합의도 없어 문제</span>”라고 말했다. 서 교수는 “<span class='quot0'>환자의 ‘죽음의 질’을 높이기보다 병원이 상업화에 치중할 가능성도 있다</span>”며 “<span class='quot0'>호스피스 인력 및 전문기관 선정 기준을 강화해야 법의 취지에 맞는 웰다잉을 이뤄낼 수 있다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>토론자로 나선 하정화 서울대 사회복지학과 교수는 “<span class='quot1'>죽음에 대해 자기 결정권을 행사하기 어려운 취약 계층이 어쩔 수 없이 죽음으로 내몰리는 것을 막기 위한 보호 장치도 필수적</span>”이라고 강조했다. 하 교수는 또 “<span class='quot2'>환자의 알 권리는 임종기 환자뿐 아니라 모든 의료 과정에서 충족돼야 함에도, 짧은 진료 시간과 의료진 편의 등의 이유로 환자에게 최소한의 정보만 제공되는 경우가 많다</span>”고 지적했다. <br/><br/><br/><br/> 김기윤 기자 cesc30@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-32.txt

제목: 警 “추월하려 차선 변경하다가 사고”  
날짜: 20161014  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161014141147801  
본문: 관광버스 불… 10명 사망 참변<br/><br/><br/><br/>운전자 긴급체포해 원인조사중 <br/><br/>충돌로 기름 유출돼 화재 추정 <br/><br/>기사 음주·무면허 운전 경력도 <br/><br/><br/><br/>우측 출입문 가드레일에 막히고 <br/><br/>암흑속 비상망치 못구해 禍 커져<br/><br/><br/><br/>13일 경부고속도로 언양 분기점 인근에서 10명의 목숨을 앗아간 관광버스 화재사고는 우측 출입문이 가드레일에 막혀 있는 데다, 통유리 버스 유리창을 재빨리 깰 수 없어 더 큰 화를 부른 것으로 밝혀졌다. 동시에 참사 현장에서 동료를 구했던 승객들의 희생정신도 빛났다.<br/><br/><br/><br/>14일 경찰에 따르면 이번 화재사고로 전체 승객 20명 중 절반인 10명이 목숨을 잃은 것은 버스 출입문이 고속도로 가드레일에 가로막혀 문을 열 수 없었고 암흑천지가 된 내부에서 비상망치를 찾지 못해 통유리를 깨지 못했기 때문으로 보고 있다. <br/><br/><br/><br/>사고 직후 한 명이라도 더 살리려는 승객들의 노력도 빛났다. 생존자 가족에 따르면 김모(62) 씨는 이날 사고 후 유리창을 깨고 동료와 함께 차 안에 있던 부인(60)을 던지다시피 탈출시켰고, 뒤이어 자신도 유리창을 통해 차 밖으로 나왔다. 또 버스 안에 남아 있던 승객들도 같은 방법으로 일부 여성 승객을 구조했다.<br/><br/><br/><br/>경찰은 사고차량이 2차로를 주행하다 1차로에서 선행차를 추월한 뒤 다시 2차로로 복귀하면서 가드레일을 충격해 사고가 난 것으로 보고 운전기사 이모(49) 씨를 긴급체포해 사고원인을 조사 중이다. 이 씨는 타이어가 펑크 났다고 진술했으나 일부 유족은 졸음운전 등을 원인으로 지목하고 있다. 경찰은 또 이날 버스 화재로 이어진 것은 1차 사고 후 기름탱크에서 유출된 기름에 차량과 가드레일이 부딪히면서 발생한 불꽃으로 불이 붙으면서 일어난 것으로 보고 조사 중이다. 경찰은 버스기사 이 씨가 과거 음주·무면허 운전경력이 있는 것으로 확인했다. 13일 오후 10시 10분쯤 운전기사 등 20명이 탄 관광버스가 대구공항에서 울산으로 가던 중 울산 울주군 언양읍 경부고속도로 언양 분기점 인근에서 오른쪽 분리대를 들이받는 사고가 났다. 이 사고로 버스가 전소되면서 승객 10명이 숨지고, 10명이 가까스로 탈출했다. 운전기사와 관광가이드 등 2명을 제외한 18명은 울산석유화학공단 내 한화케미칼 입사동기 모임 부부 등으로 중국여행을 다녀오던 길이었다. <br/><br/><br/><br/>울산=곽시열 기자 sykwak@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-33.txt

제목: 방탕생활 하다 뒤늦게 철든 아들  
날짜: 20161014  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161014110146253  
본문: ★세계의 명화-도쿄 타워(EBS1 15일 오후 10시45분)=엄마(키키 키린)는 책임감 없는 아버지를 뒤로 한 채 홀로 아들 마사야(오다기리 죠)를 키웠다. 그래서 조금 더 남들보다 애틋한 모자지간이다. 다른 여자의 품에서, 항상 어딘가를 떠돌아다니는 아빠(고바야시 가오루)는 그런 마사야를 도쿄로 보내지만, 도쿄에 도착한 마사야는 철없는 시간을 보낸다. 엄마가 보내준 학비와 생활비는 술과 도박, 여자에 쓴다. 그런 마사야가 갑자기 미술공부를 하겠다고 떠났지만 엄마는 아낌없이 응원을 보낸다. 하지만 애초의 멋진 꿈과는 달리 마사야는 빈둥거리면서 졸업도 하지 못한 채 빚만 진다. 그러다 불쑥 마사야는 나이가 들어가면서 어릴 적 그토록 원망스러웠던 아버지와 점점 닮아가고 있다는 사실을 깨닫게 된다. 결국 돈도 떨어져 친구들도 모두 떠나고 집세마저 밀려 이곳저곳을 전전하는 신세가 된다. 어느 날 마사야는 엄마의 암 투병 소식을 듣는다. 마침 그는 일러스트레이터로서 조금씩 자리를 잡아가고 있는 중이었다. 그래서 어머니와 다시 도쿄에서 함께 살 결심을 한다. 그렇지만 엄마의 암이 재발하면서 그 동거가 오래가지 못할 것임을 직감한다. <br/><br/><br/><br/> 안진용 기자 realyong@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>장세준 콘서트장서 위기<br/><br/><br/><br/>★더 케이투(tvN 14일 오후 8시)=제하(지창욱)가 전해준 딸기 아이스크림 때문에 알레르기 반응으로 인한 호흡 곤란을 일으킨 안나(윤아). 제하는 죄책감에 괴로워하고, 병상에 누운 안나를 위해 장세준을 데려오고자 그의 토크 콘서트장으로 향한다. 하지만 또 다른 음모가 진행 중인 콘서트장에서 장세준은 위기에 처하고 예상치 못한 상황에 제하는 당황한다. 한편 낮시간 길거리를 배회하던 안나를 알아본 사람들. 바르셀로나의 천사가 한국에 나타났다는 소식은 SNS를 통해 퍼져나간다. <br/><br/><br/><br/>7대 불가사의 마추픽추 소개<br/><br/><br/><br/>★걸어서 세계속으로(KBS1 15일 오전 9시40분)=잉카제국의 대표 유적지 페루 마추픽추를 시작으로 세계에서 가장 높은 수도 볼리비아 라파즈로 달린다. 세계 7대 불가사의 중 하나인 마추픽추는 산 아래에서는 그 모습을 전혀 볼 수 없어 공중도시라 불렸다. 이 신비로운 도시는 20세기에 이르러서야 발견됐다는데 3000 개의 계단으로 연결돼 있는 계단식 밭 ‘안데네스’. 남미에서 가장 아름다운 벽 ‘3개의 창문이 있는 신전’ 등 잉카시대의 수많은 건축물로 가득한 마추픽추로 떠나보자. <br/><br/><br/><br/>주택에 들려오는 소리 정체<br/><br/><br/><br/>★신비한TV 서프라이즈(MBC 16일 오전 10시35분)=1970년 독일, 어디선가 들려오는 괴이한 소리에 겁에 질린 한 자매. 정체를 알 수 없는 소리는 자매가 사는 주택에서 1년이 넘도록 계속 된다. 한 공동 주택에서 들리는 의문의 소음은 어디서 시작된 것일까? 2016년 아르헨티나, 일간지에 실린 한 섬에 대한 기사가 화제를 모은다. ‘디 아이(THE EYE)’라는 이름의 섬은 그 생김새가 무척이나 특이했다. 아르헨티나에서 발견된 미스터리한 섬의 정체를 파헤쳐본다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-34.txt

제목: ‘홍삼의 재발견’… 먹지 않고 피부에 발라도 효과  
날짜: 20161013  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161013114254870  
본문: 노화 방지·탈모 개선 첫 입증 <br/><br/>국내연구팀, 국제학술지 게재<br/><br/><br/><br/> 면역력 강화 효능으로 잘 알려진 ‘먹는’ 홍삼(사진)이 피부에 발라도 노화와 탈모 개선에 효과가 있다는 연구 결과가 과학기술논문 인용색인(SCI)급 국제학술지에 연이어 발표됐다. 그동안 홍삼을 먹으면 아토피 등 피부 질환 개선에 효과가 있다는 연구는 많았지만, 피부에 발랐을 때도 효과가 있다는 것이 과학적으로 입증되기는 처음이다. 이번 연구 결과에 따라 앞으로 홍삼이 피부 손상 치료제 개발 등에도 활용될 수 있을 전망이다.<br/><br/><br/><br/>이해준 한국원자력의학원 박사팀은 홍삼을 피부에 바르면 피부노화를 개선하는 것으로 확인됐다고 13일 밝혔다. 이해준 박사팀은 털이 없는 쥐 66마리를 4그룹으로 나눠 22주간 주 3회씩 자외선에 노출 시킨 후 암 발생 및 노화 정도를 비교했다. 연구 결과, 홍삼을 피부에 바른 그룹에서 주름과 피부암(양성 및 악성) 발생이 억제된 것이 확인됐다. 이 결과는 ‘파이토테라피 연구(Phytotherapy Research)’에 발표됐다. 이 박사는 홍삼이 표피의 ‘비후화’(피부 두꺼워짐) 및 ‘낭종화’(작은 주머니 모양의 조직변형) 등도 개선해 준다는 사실을 알아냈다.<br/><br/><br/><br/>황재성 경희대 유전공학과 교수팀은 쥐에 자외선을 쬔 후 사포닌 20PPM을 처방한 그룹과 그렇지 않은 그룹을 비교했다. 이 결과 홍삼을 피부에 바를 경우 자외선에 의해 피부각질 세포 염증을 일으키는 신호 인자 억제율이 68.6%에 달해 기미·주근깨 등을 유발하는 색소침착이 완화된다는 사실을 처음으로 입증했다. 이 연구는 ‘고려인삼학회지’ 최신호에 실렸다.<br/><br/><br/><br/>원종현 서울아산병원 피부과 교수팀은 홍삼을 모근 세포에 바르면 해당 세포를 증식시켜 탈모 개선 효과가 나타난다는 점을 확인했다. 원 교수는 실험용 쥐를 3개 그룹으로 나눈 후 첫 번째 그룹에는 생리식염수를, 두 번째 그룹에는 3% 홍삼추출물, 세 번째 그룹에는 바르는 탈모 치료제 미녹시딜 0.5% 수용액을 각 100㎕(마이크로 리터·1㎕=100만 분의 1ℓ)씩 쥐 피부에 이틀에 한 번씩 7주간 처리했다. 이 결과, 홍삼추출물과 미녹시딜 처리 그룹에서 발모가 촉진되는 것을 확인해 ‘약용식품 저널(Journal of Medicinal Food)’에 발표했다. 원 교수는 “<span class='quot0'>사람의 두피에서 채취한 모근 세포에 홍삼 100㎍/㎖를 처리해 봐도 동물실험과 마찬가지로 모근 세포의 증식과 연관된 유전자(Ki-67)가 늘어났다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-35.txt

제목: 임권택 감독은 김훈의 ‘화장’을 어떻게 그려냈나  
날짜: 20161013  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161013110153927  
본문: ‘소설 속 영화…’ 출간<br/><br/><br/><br/>원작 있는 영화 27편 분석<br/><br/>글은 상상력·영상은 생생함<br/><br/>소설과 영화 서사 차이 비교<br/><br/><br/><br/>소설, 만화 등을 원작으로 한 영화를 원작과 비교해 정리한 ‘소설 속 영화, 영화 속 소설’(다할미디어)이 출간됐다. <br/><br/><br/><br/>영화기자 출신인 이대현 국민대 언론정보학부 겸임교수가 쓴 이 책에는 원작이 있는 영화 27편의 성공, 실패 지점을 세밀하게 분석한 내용이 담겨있다. 문학과 영화는 ‘서사’를 풀어낸다는 공통점이 있지만 글은 자유로운 표현과 상상력이 특징이고, 영상은 상징과 생생함이 생명이라고 강조한다. 따라하기, 바꾸기, 더하기 빼기, 새로 만들기 등 4장으로 구성된 이 책에서 저자는 장르적 특성과 경계만 있다면 아무리 같은 이야기라도 서로 다른 작품이 된다고 설명한다. <br/><br/><br/><br/>작가 김훈의 동명 소설을 영화화 한 임권택 감독의 ‘화장’(사진)의 경우 원작은 잔인하리만치 날카롭고 솔직하게 등장인물들의 상황을 드러내지만 영화는 감독의 선한 마음이 반영돼 애잔하게 펼쳐진다고 비교했다. <br/><br/><br/><br/>저자는 기자 시절 김 작가와 같은 직장에서 일했으며 임 감독을 여러 차례 만나 취재를 했지만 두 사람에 대해 ‘안다’고 말할 자신이 없다고 밝힌다. 하지만 영화가 개봉하며 소설을 다시 읽을 즈음 자신의 부인이 암 투병을 하게 돼 작품에서 꾸며낸 이야기가 ‘현실’로 다가오며 처음 소설을 읽을 때와 다른 느낌을 경험 했다고 진솔하게 털어놓는다. 저자는 “<span class='quot0'>(소설과 영화의) 차이를 비교하면서 어느 쪽이 낫다고 함부로 단정할 수 없다</span>”며 “<span class='quot0'>그래서 우리는 소설도 읽고, 영화도 본다</span>”고 했다. <br/><br/><br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-36.txt

제목: 당류, 危害 낙인 문제있어… 法 아닌 식습관 유도 필요  
날짜: 20161011  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161011105141337  
본문: 노봉수 서울여대 식품공학과 교수<br/><br/><br/><br/>고3 수험생들의 입시가 얼마 남지 않았다. 입시수험생들은 하루 종일 앉아 공부를 하지만, 항상 배가 고프고 체력이 급격히 떨어지곤 한다. 이는 뇌가 활발히 활동할 경우 평소의 10∼15배에 달하는 혈액이 두뇌로 전달되어야 해 평소보다 많은 에너지가 필요하기 때문이다. 세포의 에너지를 만드는 영양소는 포도당으로 주로 밥이나 빵 등 탄수화물을 통해 섭취하거나 초콜릿·사탕 등 당분이 포함된 음식을 통해 섭취할 수 있다.<br/><br/><br/><br/>설탕이 귀하던 시절, 성 아우구스티누스는 단식 기간에도 설탕은 약으로써 허용한다고 공표한 바 있다. 또 십자군 전쟁 때 부상자들이 병원을 찾으면 가장 먼저 설탕을 먹였다. 이처럼 설탕은 에너지를 공급해줘 기운을 차릴 수 있게 만들고, 세로토닌 분비를 유도해 평온함 속에서 여유를 가질 수 있도록 진정작용을 하는 약으로도 사용되었다. 이런 설탕이 최근에는 비만이나 당뇨 등을 일으키는 주범으로 낙인이 찍혀 이제는 정부가 당류를 나트륨, 트랜스지방과 더불어 ‘건강 위해 가능 영양성분’으로 지정하기 위한 식품위생법 시행령 개정령안을 입법 예고하는 상황에 이르렀다.<br/><br/><br/><br/>당의 섭취가 각종 성인병의 주범이 될 수 있다는 주장은 아직 과학적으로 논란이 많다. 국내외에서 당류의 섭취와 심혈관 관계 질환, 당뇨 등 만성소모성 질환에 대한 연관관계에 대한 다양한 연구를 진행하고 있으나, 당과 질병 간의 직접적인 연관관계가 아직 밝혀지지는 않았다. 특히 많은 이들이 오해하는 당뇨병의 경우 몸속 당분이 과도해서 생기는 질환이 아니라 혈액 내 당 수치를 조절하는 호르몬인 인슐린 시스템의 고장으로 생기는 질환이다. 물론 지나치게 많이 섭취할 경우 건강을 해칠 수 있으나 평소 스스로 적당량을 조절해 먹으면 건강에 문제를 일으키지 않는다. 그럼에도 불구하고 생명을 유지해 나가는 데 꼭 필요한 영양소를 이처럼 ‘건강 위해 가능 영양성분’으로 낙인 찍는 것은 문제가 있다고 본다.<br/><br/><br/><br/>당뿐 아니라 모든 영양소는 지나치게 섭취할 경우 건강에 나쁜 영향을 미칠 수 있다. 예를 들어 비타민 A는 시력을 보호하거나 면역력을 향상시키기 위해 꼭 먹어야 하는 식품이지만 지나치게 섭취하면 체내에 축적되어 중독증을 일으켜 죽음을 맞이할 수 있다. 그뿐만 아니라 한국인이 즐겨 먹는 고추의 매운맛 성분인 캡사이신은 체내 수용체 단백질과 결합하여 항암활성을 나타내기도 하지만 지나친 양의 캡사이신은 오히려 수용체단백질과 결합하지 않고, 자연 살해 세포의 기능 장애를 유도하여 암 발생이 촉진될 수 있는 양날의 검이다. 이처럼 우리가 먹고 있는 대부분의 식품은 그 양에 따라서 식품의 역할도 하지만 과량 섭취 시에는 독이 될 수도 있다. 이는 식품이나 식품소재가 문제라기보다는 과량으로 섭취하는 식습관이 문제다. 또 각종 성인병은 올바르지 않은 식습관 외에도 운동량 부족이나 평소 신체활동 부족 등 복합적인 원인이 있으므로 다각도의 접근을 통해 해결해야 할 문제다.<br/><br/><br/><br/>이런 다각적인 상황을 고려하지 않고 생명 유지에 필수적인 영양소들을 ‘건강 위해 가능 영양성분’으로 지정할 경우, 국민에게 해당 영양소를 섭취하면 안 되는 것이라는 인식을 형성해 향후 국민 영양과 보건적인 측면에서 예상치 못한 심각한 악영향을 가져올 수 있다. 무작정 먹으면 건강을 해치는 영양소로 금지시키기보다는 다양한 전문가의 의견을 수렴해 올바른 식습관 가이드라인을 정해 국민이 스스로 건강한 식습관을 관리할 수 있도록 유도하는 것이 보다 바람직한 정책 방향이라고 생각한다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-37.txt

제목: [단독]상사 폭언에 자살한 검사 ‘순직’ 인정  
날짜: 20161006  
기자: 박효목  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161006115634799  
본문: - 공무원연금법 개정 뒤 ‘폭언에 의한 공무상 사망’ 첫 사례<br/><br/><br/><br/>외상후스트레스장애·우울증도<br/><br/>공무와 인과관계 땐 재해 인정<br/><br/>유족, 상사 민·형사 고소 검토<br/><br/><br/><br/>서울남부지검 재직 당시 과중한 업무와 상사인 김대현 부장검사의 폭언과 폭행 등으로 고통받다 스스로 목숨을 끊은 김홍영(33) 검사의 ‘순직’이 인정됐다. 상사의 폭언을 견디지 못해 극단적인 선택을 한 경우도 순직으로 인정된 것은 처음이다.<br/><br/><br/><br/>공무원연금공단은 6일 “<span class='quot0'>김 검사의 자살은 과중한 업무뿐 아니라 상사의 모욕적인 언행 등도 영향을 미친 만큼, 공무상 사망이 인정된다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>김 검사의 죽음이 순직으로 처리된 것은 지난 7월 28일 시행된 개정 공무원연금법 시행령에 따른 것이다. 개정 시행령은 암·정신질병·자해행위에 대한 순직 인정 기준을 신설, 암·외상후스트레스장애(PTSD)·우울증·자살 등도 공무와 ‘상당한 인과관계’가 있으면 공무상 재해로 인정했다. 이들 항목은 산업재해의 업무상 질병 인정 기준에는 들어 있었지만, 공무상 재해 인정 기준에는 빠져 있었다. <br/><br/><br/><br/>또 ‘공무상 사망’을 ‘순직’으로, 기존의 ‘순직’을 ‘위험직무순직’으로 용어를 바꿔 “공무상 사망은 모두 순직에 해당한다”는 점을 명확히 했다. 순직에 해당하는지는 공무원연금공단의 공무원연금급여심의회에서, 위험직무순직에 해당하는지는 인사혁신처의 위험직무순직보상심사위원회에서 각각 결정한다.<br/><br/><br/><br/>공무원연금공단 관계자는 “<span class='quot1'>예전 같으면 상사의 모욕적 언행 등으로 인한 자살이 순직으로 인정되기 쉽지 않았겠지만, 공무원연금법 시행령 개정으로 공무상 사망이 폭넓게 인정돼 순직 처리가 가능했다</span>”며 “<span class='quot1'>김 검사의 경우 잦은 휴일 근무 등 업무가 과중했던 측면 등도 복합적으로 고려했다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>정부 관계자는 “<span class='quot2'>스스로 목숨을 끊은 공무원이 순직 처리된 사례는 있었지만 대상과 사유를 밝힐 수는 없다</span>”고 전했다. 신일노동법률사무소 홍영재 노무사는 “<span class='quot3'>상사의 폭언이나 업무 스트레스로 인한 자살이 순직으로 인정되는 경우는 거의 없었는데, 이번 사례를 계기로 더 포괄적으로 순직을 인정하는 경향이 생길 것 같다</span>”며 “<span class='quot3'>공무원에 대한 순직 인정 요건이 완화된 만큼, 민간 기업 등에 다니다 과로 등으로 숨진 노동자들이 순직 인정을 받기 위해 근로복지공단 등을 상대로 수개월씩 소송을 하며 고생하는 일도 줄어들 것 같다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>한편 김 검사가 순직 처리됨에 따라, 유족은 김 부장검사에 대한 형사 고소와 손해배상 청구 소송도 적극 검토 중이다. 법무부는 8월 19일 김 부장검사에 대해 검사로서는 가장 높은 수위의 징계인 해임을 의결한 바 있다. <br/><br/><br/><br/>박효목 기자 soarup624@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-38.txt

제목: 먹기만 해도 뱃살이 쏙쏙~ ‘혹~’ 했다가는 ‘호갱’ 됩니다  
날짜: 20161006  
기자: 이민종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161006102135716  
본문: SNS·팟캐스트등 매체 다변화<br/><br/>불법광고 1분기만 133건 적발<br/><br/>사이트차단 요청도 1만건 넘어<br/><br/><br/><br/>각종 질병에 효능·효과 표기<br/><br/>건강기능식품으로 오인케해<br/><br/><br/><br/>상품 체험기·감량체중 과장도<br/><br/>환불·해지요구엔 ‘不可’ 일쑤<br/><br/>소비자 “강력 단속” 한목소리<br/><br/><br/><br/>올 들어 체중이 늘어나 고민하던 A 씨. ‘굶지 않는 다이어트, 운동이 필요없는 다이어트, 체계적인 관리와 계약 기간 후의 애프터서비스(AS) 보장’이란 B 업체의 광고에 솔깃해 상담을 신청했다.<br/><br/><br/><br/> 이 업체는 “굶을 필요가 없고 담당 영양사가 1대 1로 관리를 해준다. 생애 마지막 다이어트가 될 것이다. 연예인 몸매로 거듭난다”고 했다. A 씨는 신용카드로 170만 원을 결제하고 3개월을 업체의 말대로 따라 했지만, 효과가 없었다. 처음 광고나 상담 내용과 너무 다르다는 생각에 계약을 해지해 달라고 했지만 돌아온 답은 ‘절대 불가’였다. <br/><br/><br/><br/>C 업체는 함초를 판매하면서 ‘혈액순환, 당뇨, 고혈압, 관절염, 변비, 성인병 예방에 효과가 있다’고 표시·광고했다. 더불어 자양강장, 피로해소, 뇌세포 활성화, 동맥경화 해소에 효과가 있고 항당뇨 효과까지 덧붙였다. ‘만병통치약’ 수준의 광고다. 그러나 일반식품을 이처럼 각종 질병에 효과가 있다고 표시·광고하는 것은 허위·과대광고 법령상의 제13조 허위 표시 등의 금지를 어긴 것이다. ‘질병의 예방 및 치료에 효능·효과가 있거나 의약품 또는 건강기능식품으로 오인·혼동할 우려가 있는 내용의 표시·광고’는 할 수 없게 돼 있다.<br/><br/><br/><br/>건강, 다이어트, 고령화 추세에 따른 질병 치료에 대한 관심이 높아지면서 소비자를 현혹하려는 불법 식품 허위·과대광고가 지속해서 기승을 부려 각별한 주의가 요망된다. <br/><br/><br/><br/>최근에는 광고 통로가 인쇄, 방송매체, 방문 판매 ‘떴다방’에서 TV홈쇼핑, 블로그, 카페, SNS, 오픈마켓을 포함한 온라인 ‘신종 매체’로까지 다변화하고 판매자 간의 경쟁이 심화하면서 쉽게 근절되지 않는 분위기다. 피해 보상은커녕 책임을 소비자에게 떠넘기는 업체도 많아지고 있는 것이다. 이에 따라 식품안전에 대한 불안감이 오히려 높아진 흐름을 살필 때 처벌을 강화해야 한다는 목소리가 높다. <br/><br/><br/><br/>6일 식품의약품안전처와 한국소비자연맹에 따르면 체중조절용 식품을 포함한 일반식품을 대상으로 한 허위·과대광고를 단속한 결과, 2013년 415건에서 지난해에는 423건으로 늘었고 올해 1∼3월에도 133건을 기록했다. 소비자연맹에도 올해 상반기에 37건의 다이어트 식품 관련 허위·과대광고 불만 사례가 접수됐다. <br/><br/><br/><br/>앞서 지난해 식약처가 국회 보건복지위원회 신경림(새누리당) 의원에게 낸 자료를 보면 카카오스토리, 인터넷방송 팟캐스트에 대해 허위·과대광고 모니터링을 한 결과, 78건의 불법광고를 찾아내 차단 조처를 했다. 주로 건강주스, 즙, 차, 소금, 식초, 약품 등이 당뇨, 심혈관 질환, 뇌졸중, 암 예방 등에 효과가 있다는 식으로 판매되고 있던 것으로 파악됐다. <br/><br/><br/><br/>식약처가 이런 종류의 허위·과대광고를 막기 위해 지난해 인터넷 사이트 차단을 요청한 건수는 1만3032건으로, 전년대비 10.3% 증가했다. 인터넷을 통한 거짓 광고가 가장 심하게 횡행하고 있음을 뒷받침한다. <br/><br/><br/><br/>허위·과대광고의 유형은 △질병의 예방 또는 치료에 효능이 있다고 알리거나 수입 신고했을 때의 표기 내용과 다른 경우 △건강기능식품으로 오인·혼동 △명칭·제조방법, 품질·영양표시, 식품 이력추적표시, 식품 또는 식품 첨가물의 영양가·원재료·성분·용도와 다른 경우 △제조 연월일 또는 유통기한을 사실과 다르게 표시한 경우 △식품학·영양학 등의 분야에서 공인된 사항 외의 내용을 표시·광고한 경우 등으로 구분할 수 있다. 각종 상장·감사장을 받았다거나 ‘인증’ ‘보증’ ‘추천’을 받았다고 하는 경우, 외국과 기술제휴한 것처럼 속이거나 체험기를 이용하는 광고도 이에 해당한다. <br/><br/><br/><br/>D 씨의 경우 방문판매원으로부터 “식사도 하면서 4개월 동안 섭취하면 12㎏을 감량할 수 있다. 책임 감량제이다. 4개월이 지나도 줄지 않으면 계속 식품을 제공하겠다”는 말에 속아 다이어트 식품을 150만 원에 샀다. 3개월 동안 영양사 지시대로 섭취했지만 단 1㎏도 줄지 않아 환급을 요구했지만 “계속 섭취해야 한다”는 말만 되풀이했고, 애초 약속과 다르게 추가 제공도 거부했다. <br/><br/><br/><br/>최근에는 TV의 식품 건강 방송에서 소위 전문가·연예인들이 질병 치료 효과를 빈번하게 언급하면서 소비자들에게 잘못된 정보를 제공하는 것은 물론, 업체의 마케팅에만 활용되는 부작용을 일으킨다는 지적도 제기되고 있다. <br/><br/><br/><br/>김승환 식약처 식품관리총괄과 연구관은 “<span class='quot0'>허위·과대광고로 인한 피해 예방을 위해서는 용기·포장의 한글표시 사항을 확인하고 건강기능식품의 경우 인터넷 사이트(www.foodsafetykorea.go.kr)를 통해 인증 여부 및 제품 기능성을 따져 봐야 한다</span>”고 강조했다. 광고를 한 업체의 신원 파악이 쉽지 않고 명의 변경을 통해 기민하게 다시 영업하는 행태를 보이고 있어 신고할 경우 전단, 녹음파일, 사이트화면 캡처 자료를 덧붙이는 게 효과적이라고 설명했다. 피해 사례는 허위·과대광고 정보 공개창(www.foodnara.go.kr/kwanggo)을 활용하면 판단에 많은 도움을 받을 수 있다. <br/><br/><br/><br/>남근아 소비자연맹 팀장은 “<span class='quot1'>운동, 식이요법을 동시에 병행하지 않고는 다이어트 효과를 볼 수 없는데 아무것도 하지 않아도 살을 뺄 수 있다는 식의 검증되지 않은 방식으로 무분별하게 광고하는 행위에 대한 강도 높은 단속과 규제가 필요하다</span>”며 “<span class='quot1'>효과가 없을 시 환불, 보상 내용 등을 반드시 계약서에 구체적으로 명시하고 녹취를 해 피해에 대비해야 한다</span>”고 조언했다. <br/><br/><br/><br/>이민종 기자 horizon@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-39.txt

제목: 김기현 시장 유전자기증 1호… ‘게놈사업’ 스타트  
날짜: 20161005  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161005142219523  
본문: 울산시, 4개기관과 공동착수 <br/><br/>2019년까지 1만명 게놈분석<br/><br/><br/><br/>게놈(genome)을 기반으로 바이오메디컬 산업 육성과 개인별 맞춤형 질병 치료를 가능하게 할 ‘게놈 코리아’ 사업이 울산에서 본격 시작됐다.<br/><br/><br/><br/>울산시는 5일 울산대병원에서 유전자 정보 제공식을 갖고 ‘울산 1만 명 게놈 프로젝트’와 ‘주민 게놈건강리포트 제공 사업’을 연계해 추진 중인 게놈 코리아 사업의 첫발을 내디뎠다. <br/><br/><br/><br/>이는 국내 최대 규모의 게놈 연구사업으로 울산시와 울산과학기술원(UNIST), 울산대, 울산대병원 등 4개 기관이 공동으로 참여하고 있다. <br/><br/><br/><br/>성공적인 사업 성공과 시민들의 참여를 유도하기 위해 김기현(사진) 시장이 1호 유전자 정보제공자가 됐다. 김 시장은 이날 가장 먼저 자신의 유전자 정보가 담긴 혈액을 울산대병원에 전달했으며, 이어 오연천 울산대 총장, 정무영 UNIST 총장, 조홍래 울산대병원장, 윤시철 시의회 의장 등 5명이 차례로 채혈을 했다. 연구 수행기관인 UNIST는 오는 2019년까지 모두 1만 명 이상의 게놈을 해독하고 분석할 계획이다.<br/><br/><br/><br/>이 사업이 성공적으로 추진되면 한국인 게놈 표준정보가 만들어지면서 게놈 기반의 바이오메디컬 산업 발전을 가져오고, 장기적으로 유전 질환이나 암 치료, 순환기질환 등을 치료하는 개인 맞춤형 치료도 가능할 것으로 기대를 모으고 있다.<br/><br/><br/><br/>게놈 분석을 통해 시민들에게 건강정보를 제공하는 ‘주민 게놈건강리포트 제공사업’도 속도를 내고 있다. <br/><br/><br/><br/>이 사업은 오는 2018년까지 유전자 정보를 제공한 시민 1000명에게 질병위험도와 암 발병 가능성, 생체나이 예측 등 건강정보를 제공하는 것이다. <br/><br/><br/><br/> 울산 = 곽시열 기자 sykwak@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-40.txt

제목: ‘3년 연속 노벨 과학상’ 日本에서 배워야 할 것들  
날짜: 20161004  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161004140255958  
본문: 2016년 노벨 생리의학상은 오스미 요시노리(71) 일본 도쿄공업대학 명예교수에게 돌아갔다. 오스미 교수는 세포가 스스로 불필요한 단백질 등을 분해하는 오토파지(autophagy·자가포식) 연구에 50년을 천착해왔다. 1992년 자가포식에 관여하는 유전자를 세계 최초로 규명한 논문이 수상에 결정적 계기가 됐다. 그의 연구 성과는 암·퇴행성 질환·노화 등의 치료제 개발에 폭넓게 활용되고 있다.<br/><br/><br/><br/>최근 몇 년 노벨상 시즌이 되면 일본에선 환호성이 끊이지 않았다. 오스미 교수는 일본의 2년 연속 생리의학상, 3년 연속 과학상, 22번째 과학상 수상자다. 1901년 이후 지난해까지 노벨 과학상을 받은 583명 중 미국·영국·독일 출신이 70%를 차지했으나 21세기 들어서는 일본이 선두 그룹에 당당히 포진해 있다. 최근 25년 간 노벨 과학상 수상자의 평균 연령은 64세지만, 대표적인 연구 성과를 발표한 시기는 39세였다. 일본이 이미 1970∼1980년대에 기초과학 연구에 집중 투자한 결실이 지금 나타나고 있는 것이다.<br/><br/><br/><br/>그러나 그것만으론 국내총생산(GDP) 대비 국가 연구개발(R&D) 예산이 세계 최상위인 한국의 부진을 설명하지 못한다. 오스미 교수는 “<span class='quot0'>과학이라는 것은 어디를 향해 가는지 모른다는 점이 즐거운 것</span>”이란 소감을 내놓았다. 자신도 암이나 수명 연구로 이어질 거라는 확신을 갖고 시작한 게 아니라 다른 사람이 하지 않은 일에 꾸준히 도전한 결과라는 것이다. 일본에서는 가능성이 없어 보이는 연구 주제라도 1년에 1억 원을 10년 간 대주는 식의 지원이 흔하다. 한국연구재단의 최근 설문조사에서 기초과학 분야 핵심 연구자의 48%는 노벨상을 받으려면 ‘한가지 연구 주제에 대한 장기 지원’이 가장 중요하다고 응답했다. 자신이 원하는 연구에 평생 한 우물을 팔 수 있는 환경 등 일본에서 배워야 할 점이 많다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-41.txt

제목: “아무도 하지 않는 분야 개척해가는 과정이 즐거웠다”  
날짜: 20161004  
기자: 박준희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161004114222414  
본문: ‘노벨 생리의학상’ 오스미 도쿄공업대 교수의 ‘별난 성격’<br/><br/><br/><br/>연구 집착 ‘심술쟁이’ 별명<br/><br/>아내엔 사랑스러운 ‘장난꾼’<br/><br/><br/><br/>日, 2001년이후 수상자 16명<br/><br/>과학분야 美 이어 2위에 올라<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>도쿄(東京)대에 남아 있었다면 이렇게까지 연구가 진전되지 못했을 것입니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>인체의 세포 내 손상된 소기관을 분해하는 역할을 하는 ‘오토퍼지(autophagy·자가포식)’ 현상을 연구해 일본에 25번째(외국 국적 2명 포함) 노벨상을 안긴 오스미 요시노리(大隅良典·71·사진) 도쿄공업대 명예교수는 연구자로서 보다 편안한 길을 택하지 않고 남들이 관심을 기울이지 않던 분야에 수십 년간 공을 기울임으로써 노벨 생리의학상 수상의 영예를 얻게 됐다. 그러나 연구자로서의 큰 업적에도 불구하고 그는 연구에 대한 집착 때문에 ‘심술쟁이 성격’이란 평을 듣기도 했으며, 집안에서는 ‘장난기 많은 남편’이란 의외의 면모를 보이기도 한 것으로 알려졌다.<br/><br/><br/><br/>3일 오스미 교수는 니혼게이자이(日本經濟)신문과의 인터뷰에서 “<span class='quot1'>도쿄대가 (연구하기에) 나빴던 것은 아니지만, 모든 것을 혼자서 (연구)해야 했다</span>”며 지난 1996년 도쿄대 조교수를 그만두고 기초생물학연구소로 이적했을 당시를 떠올렸다. 그곳에서 미즈시마 노보루(水島昇) 도쿄대 교수와 요시모리 다모쓰(吉森保) 오사카(大阪)대 교수 등 연구파트너를 만날 수 있었던 것에 대해 “연구 생활에 큰 전환기였다”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>오스미 교수는 다른 연구자들이 관심을 기울이지 않던 효모 연구에만 40년을 투자해 왔다. 이 같은 집착에 대해 아사히(朝日)신문은 “‘심술쟁이’ 정신으로 큰 결실을 맺었다”고 전했다. 이 신문은 오스미 교수의 이런 연구 이력에 대해 “연구자로서 순풍만범(順風滿帆·뒷바람을 받아 배가 잘 달리는 모습)의 인생을 살지 못했다”며 그가 43세에 조교수, 51세에 겨우 기초생물학연구소 교수가 될 수 있었던 삶을 소개했다. 현재의 도쿄공업대에서는 2009년 특임교수를 거쳐 2014년(69세)에 명예교수가 됐다. 오스미 교수는 “<span class='quot1'>남들과 경쟁하는 것이 싫었다</span>”며 “<span class='quot1'>아무도 하지 않는 분야를 개척해가는 것이 즐거웠다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>가정에서의 오스미 교수는 또 다른 면모를 지닌 ‘남편’이었다. 도쿄대 대학원 후배이자 역시 데이쿄(帝京)과학대 교수였던 아내 마리코(萬里子·69) 씨는 마이니치(每日)신문에 “<span class='quot2'>돈도, 직업도 없던 남편이 설마 노벨상을 타게 될 줄은 (결혼 당시에는) 생각도 못했다</span>”고 말했다. 마리코 씨는 오스미 교수가 집에서 아내의 안경을 숨겨 놓는 장난을 치거나 아내를 놀리는 것을 즐기는 ‘익살꾼’이며, 도자기 수집이나 쉬는 날 정원의 잡초를 뽑는 일이 그의 취미라고 전했다. 한편 스웨덴 노벨위원회는 이날 오스미 교수가 ‘오토퍼지’ 현상을 연구해 암이나 신경난치병 등을 치료하는 데 공헌했다며 그를 올해의 노벨 생리의학상 수상자로 선정했다. 오스미 교수를 포함해 일본인 노벨상 수상자는 25명이 됐다. 특히 2001년 이후 생리의학·물리학·화학 등 과학분야 노벨상 수상자는 미국의 55명에 이어 일본이 16명으로 두 번째로 많다. <br/><br/><br/><br/>박준희 기자 vinkey@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-42.txt

제목: 카이스트, 맞춤형 단백질 변형기술 세계 첫 개발  
날짜: 20161004  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20161004104222729  
본문: 학술지 사이언스 ‘가장 중요한 논문’<br/><br/>각종 질병 직접적인 원인 규명 기대<br/><br/><br/><br/>국내 연구진이 암과 치매 등 각종 질병을 유발하는 것으로 알려진 단백질의 비정상적인 변형을 구현하는 기술을 세계 최초로 개발하면서, 글로벌 신약개발 사업에 청신호가 켜졌다. 비정상적인 단백질을 구현하면 이 때문에 발생하는 각종 질병의 직접적인 원인을 밝혀낼 수 있을 것으로 기대되고 있기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>4일 미래창조과학부에 따르면 박희성 카이스트 교수·양애린 박사 연구팀과 이희윤 카이스트 교수팀이 개발한 맞춤형 단백질 변형기술 연구가 국제 학술지 사이언스 9월호에 ‘가장 중요한 논문(First Release)’으로 선정됐다. 김성훈 미래부 글로벌프론티어사업 연구단장은 “<span class='quot0'>이 기술이 실용화되면 맞춤형 표적항암제, 뇌 신경 치료제 개발 등이 가능해 현재 약 1500조 원에 달하는 글로벌 신약개발 연구에 새로운 패러다임을 열 수 있을 것</span>”이라고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>우리 몸을 이루는 기본 단위인 세포는 2만여 종의 유전자를 가진 것으로 알려졌고, 이로부터 만들어지는 단백질의 종류는 다양한 변형을 통해 100만 종 이상이 될 것으로 추정된다. 이런 단백질 변형의 원인으로는 인산화, 당화, 아세틸화, 메틸화 등 200여 종이 알려졌다. 다만 정상적으로 변형된 단백질들은 생체 내에서 세포 신호 전달과 성장 등 신진대사 활동에 매우 중요한 역할을 하지만, 유전적 요인 등으로 인해 비정상적인 단백질 변형이 일어나면서 암과 치매 등 각종 만성질환을 유발하는 것으로 알려졌다.<br/><br/><br/><br/>그동안 이런 비정상적인 단백질 변형은 어떻게 진행되는지 알지 못해 각종 질병의 원인 규명과 맞춤형 신약 개발 연구에 어려움이 있었다. 연구팀은 2011년 암을 일으키는 직접적인 원인으로 알려진 비정상적인 단백질 인산화를 구현하기 위해 맞춤형 인산화 변형 단백질 생산기술을 개발해 사이언스 8월호에 논문을 발표한 바 있다. 이번 연구에서는 선행연구 결과를 바탕으로 인산화 이외에 당화, 아세틸화 등과 같은 다른 200여 종의 단백질 변형을 직접 구현해 원하는 변형 단백질을 합성할 수 있는 기술을 세계 최초로 개발한 것이다.<br/><br/><br/><br/>연구팀은 “이번 기술을 활용하면 원하는 위치에서 원하는 종류의 맞춤형 변형 단백질 생산이 가능하게 돼 암과 치매 등 단백질 변형으로 인해 발생하는 각종 질병의 직접적인 원인을 밝힐 수 있다”며 “신약 및 치료제 개발 속도를 높이고, 발생할 수 있는 부작용을 최소화할 수 있는 획기적인 기술”이라고 밝혔다. 김 단장은 “<span class='quot1'>연구단은 현재 주력 핵심 표적에 이번 기술을 적용해 정밀한 신약 후보 물질을 개발할 계획</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-43.txt

제목: 작은 나, 큰 나  
날짜: 20160930  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160930145148636  
본문: 방민호 문학평론가, 서울대 교수<br/><br/><br/><br/>우리가 사는 이 시대, 어떻게 규정할 수 있을까. 어느 쪽에서 보느냐에 따라 무수히도 많은 얼굴을 가졌다. 우리네 생명과 관계해서 이 시대를 본다면? 역설적·모순적이다. 우리네 생명은 길어지고도 한결 위태로워졌다. 생명 연장의 꿈이 실현되어 가니 장수 시대다. 백 세 시대, 고령화 시대다. 암도 물리치는 건강 시대다.<br/><br/><br/><br/>한데, 이런 기술 의학의 도움에도 불구하고 우리는 생명의 위태로움을 매일같이, 매 순간 경험하며 산다. 지진이 제법 크게 나고 여진이 계속되었다. 사람들은 불안에 떨며 아파트에서 나왔다. 운동장 같은 데서 밤을 지새웠다. 원자력발전소, 핵미사일, 사드 같은 얘기들이 우리를 바짝 긴장시킨다. 이 중 어느 하나라도 현실에 나타나면 우리네 그 길어진 삶이라는 것도 한순간에 흔적도 없이 사라진다. 그래서 우리가 다니는 도로에도, 기찻길에도, 항로나 해로에도 위태로움, 생명의 불안이 놓여 있다.<br/><br/><br/><br/>현대 과학은 우리 삶의 지속을 약속한다. 하지만 죽음은 늘 우리 앞에 있다. 언제라도 무서운 얼굴을 들이댈 태세가 되어 있다. 죽음의 위험 앞에서 위태로워하는 나, 불안해하는 나. 이를 가리켜 신채호는 ‘작은 나’라 불렀다. 그는 ‘큰 나’와 ‘작은 나’를 나누며 이야기를 ‘작은 나’에서 시작했다.<br/><br/><br/><br/>우리가 보기에 ‘나’라고 불리는 것, 눈 코 귀 입 일곱 개 구멍을 갖추고 피부라는 것으로 외부와 내부를 확실히 경계 짓고 있는 것, 그 안쪽에 놓인 것, 이것을 가리켜 사람들은 ‘나’라 하니, 이는 실상 ‘작은 나’라 했다. 세상에 우연히 나와 80세, 100세, 130세 등 얼마를 살든 언제든 삶을 끝낼 수밖에 없는 것, 이것을 가리켜 ‘작은 나’라 했다. 중한 병을 앓은 끝에 코에 산소호흡기를 달고 마지막 순간까지 생명의 끈을 놓치지 않으려고 안타까운 노력을 다하지만 끝내 스러지고 마는 우리 각자의 물질적·육체적 경계를 가리켜 ‘작은 나’라 했다.<br/><br/><br/><br/>옛날에 철학의 근본 문제에 관해 설명하는 책을 본 적이 있다. 그에 따르면 그것은 이 세계의 본질이 물질에 있느냐, 정신에 있느냐 하는 것이라 했다. 그때는 그 말을 믿었으나 지금은 반신반의한다. 과연 중하기는 한데, 내가 죽고서야 무엇이 중하며, 그러니 ‘나’의 생명보다 더 중한 문제가 있으랴 싶다. 하지만 이보다 더 근본적인 것이 있을 것 같으니. 그것은 이 ‘나란 무엇이냐’일 것이다.<br/><br/><br/><br/>신채호는 ‘작은 나’의 덧없음을 일찍이 갈파했다. 그는 앞에서 말한 ‘작은 나’를 ‘가짜 나’라 했고, ‘진짜 나’ ‘큰 나’를 찾아야 한다고 했다. 각각의 사람의 물질적·육체적 경계를 넘어 그 생명의 유한성을 뛰어넘어 유동하고, 멀리 가고, 스며들고, 끝내는 죽지 않는 ‘나’, 그것을 가리켜 그는 정신으로서의 ‘나’, 영혼으로서의 ‘나’, 사상으로서의 ‘나’, 궁극에 있어 ‘큰 나’라 했다. 마음에 든다. 늘 깊이 존경하는 사상가의 생각답다. 나의 마음이 타인에게 스며 그이의 마음이 되면, 나는 그 마음에서 마음으로 이어지며 영원히, 죽음 없는 생명을 누릴 수도 있으리라. 그것은 가없이 확장되는 ‘나’요, 육체의 죽음 이후에도 이 현세 위에 남아, 살아 움직이는 ‘나’이리라.<br/><br/><br/><br/>한데, 이 ‘큰 나’를 믿는다면 세상의 어려움은 너무 ‘쉽게’ 초극되어 버리는 건 아닐까 하는 생각도 든다. 옛 노래에 ‘약사몽혼(若使夢魂)으로 행유적(行有跡)이면, 문전석로(門前石路)가 반성사(半成沙)라’는 것이 있다. 만약 내 꿈속 혼으로 하여금 흔적을 남길 수 있게 한다면 당신 집 문앞의 돌길이 반은 모래가 되었을 것이라는 뜻이다. 이 노랫말에서 내가 생각한 것은 세상의 모든 괴로움은 사람이 육체를 가지고 있기 때문이라는 것이다. 만약 사람이 혼만으로 이루어져 있어, ‘나’는 곧 ‘나의 혼’일 뿐이라면, 고통은 없다. 사랑하는 임은 형체가 있어 보고 싶은 것이요, 체온이 있어 끌어안고자 함이다. ‘내’가 ‘나의 혼’이라면, 보고픔도 없고 끌어안고자 하는 괴로움도 없다.<br/><br/><br/><br/>생각해 본다, 신채호 선생이 구상한 ‘큰 나’를. 사람을 정신과 육체 둘로 나눈, 그 하나를 버리고 하나를 취하는 방법 말고, 그 전체를 온전히 끌어안으며 ‘작은 나’에 갇히지 않고 ‘큰 나’로 이월하는 방법 말이다. 정신과 육체는 흔한 이분법으로는 설명할 수 없는 뒤얽힘 속에 있다. 우리의 ‘나’는 우리 몸에 난 일곱 개 구멍뿐만 아니라, 우리가 비로소 알게 된 몸의 피부에 난 모든 숨구멍을 통해 ‘나’의 바깥을 부단히 내부로 이끌고, 나의 안쪽을 끊임없이 바깥으로 변화케 한다. 우리는 이 가시적인 ‘작은 나’의 경계에도 불구하고 늘 ‘큰 나’를 이루는 다른 ‘작은 나’들에 연결·접속되어 있다.<br/><br/><br/><br/>몸뿐 아니라 우리의 생각 역시 본디부터 ‘작은 나’에만 속했던 것으로 이루어진 것이 없고, 이 ‘작은 나’의 것으로만 끝나는 것도 없다. 궁극에 있어 ‘작은 나’라는 생각이 우리의 감각에 의존하는 환각일 수도 있음을 깨닫고 나면, 비로소 타인을 향한, 아니 ‘작은 나’들이 모여 이루는 ‘큰 나’의 크고 넓은 형상을 우리 마음속에 가질 수 있을 것이며, 내 한 몸, 내 한 식구, 내 고장, 내 민족에 국한되지 않는 사랑의 마음도 품을 수 있지 않을까.<br/><br/><br/><br/>그런데 여기서 또 하나, ‘큰 나’의 환각, 아니 가짜인 ‘큰 나’의 위험도 있다. 지금 세상은 저마다 ‘큰 나’를 지어내는 ‘작은 나’가 범람하는 곳이다. 그들은 너나없이 그 자신의 ‘큰 나’를 말한다. 하지만 그것이 가짜 이상에 그칠 때, 사람들은 그로 인해 더 큰 고통을 겪는다. 그야말로 헛된 믿음의 죄다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-44.txt

제목: “집착은 명상의 敵… 있는 그대로 받아들여야”  
날짜: 20160928  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160928144252395  
본문: (8) 명상의 근본태도 12가지 - 中<br/><br/><br/><br/>지난 회에는 치유명상을 함에 있어 필요한 12가지 근본태도 중 세 가지를 먼저 알아봤다. “보는 관점을 바꿔라” “판단하지 말라” “인내심을 가져라”는 것이었다. 윤종모(사진)성공회 주교는 “<span class='quot0'>어떤 주제를 명상하고 어떤 대상을 바라보더라도 명상에 대한 근본태도가 형성된 사람은 올바르게 깨닫고 치유를 경험하지만, 그렇지 못한 사람은 오랜 명상수련을 통해서도 바르게 깨닫지 못하고 마음의 평화와 치유를 얻지 못하는 경우가 많다</span>”고 말한다. 사실 이 같은 근본태도는 죽을 때까지 수련하고 깨달아야 하는 심오한 내용이라고 윤 주교는 강조한다. 언제까지가 아니라 끊임없이 자신을 돌아봐야 하는 주제라는 것이다. 지난 회에 이어 명상의 근본태도를 들어봤다.<br/><br/><br/><br/>◇자신을 신뢰하라 = “명상수련에서 자신을 신뢰하는 것은 매우 중요합니다. 자신을 신뢰하는 사람은 자신의 느낌이나 감정, 생각 등을 소중히 여깁니다. 이것들이 다른 사람과 다르다고 해서 무시하지 마세요. 자존감이 높다는 것은 우월감과는 다릅니다. 다른 사람과 비교할 필요 없이 그냥 자신을 신뢰하는 것입니다. 자신을 신뢰해 자존감이 높은 사람은 다른 사람을 모방해 의미도 모르는 말이나 행동을 하지 않습니다. 자신의 내면 깊은 곳에서 울려 나오는 소리에 귀를 기울이고 개성 있는 자신의 존재를 형성해 갑니다. 자신을 신뢰하면 잠재력이 크게 향상되고 명상을 비롯해 모든 일에서 성취도가 높습니다. 자신을 신뢰하는 사람은 다른 사람도 존중하고 신뢰하게 됩니다. 정신과 의사 토머스 해리스가 말한 ‘자기 긍정-타인 긍정’(I’m OK, You’re OK)의 건전한 태도를 가지게 됩니다.”<br/><br/><br/><br/>◇물 흐르듯 자연스럽게 하라 = “우리는 명상을 할 때 뭔가 기대하는 것이 있습니다. 마음의 평화나 깨달음, 어떤 초자연적인 능력을 얻고 싶다든지, 두통을 없애고 싶다든지 하는 기대가 있습니다. 명상할 때 이런 기대는 당연한 일입니다만, 안간힘을 쓰면서 꼭 이뤄야 한다는 강박증에 빠지기 쉽습니다. 그렇게 되면 마음의 평화는 오지 않습니다. 영성치유 수련회라든지 기독교의 피정에 다녀온 사람들이 여전히 판단하고, 편견에서 벗어나지 못하고, 심지어 이전보다 더욱 작위(作爲)적으로 다른 사람을 변화시키려는 모습을 보고 저는 의아했던 적이 있습니다. 왜 그럴까요. 이는 작위를 피하면서 물 흐르듯이 바라보는 훈련을 하지 않고 강박적으로 어떤 성취를 얻으려고 애썼기 때문입니다. 노자는 모든 일에서 작위를 피하고 무위자연(無爲自然)을 깨닫는 것이 도의 근본이라고 가르칩니다. 이것은 명상수련에서 매우 중요한 태도입니다.”<br/><br/><br/><br/>◇수용하라 = “어떤 일을 받아들인다는 것은 비록 그것이 슬프고 고통스러운 일일지라도 치유에 이르는 지름길입니다. 암 선고를 받았다든지, 사랑하는 사람을 사고로 잃었다든지 하는 슬픈 일을 당하면 부정하거나 분노를 터트리거나 합니다. 하지만 마음의 상처를 치유할 수 있는 유일한 길은 받아들이는 것뿐입니다. 이미 일어난 일을 부정하거나 저항하는 데 너무 많은 에너지를 쓰다 보면 사실을 있는 그대로 받아들이는 힘이 고갈되기 쉽습니다. 긍정적으로 변하려는 힘이 고갈되면 치유와 성장은 일어나지 않습니다. 수용한다는 것은 모든 사물을 있는 그대로 받아들인다는 의미입니다. ‘나’라는 집착에서 벗어나 자연의 섭리 가운데서 사물을 본다는 뜻입니다. 받아들이는 태도를 몸에 익히는 것은 치유의 길이며 지혜를 키우는 길입니다. 물론 이것은 변화와 성장에 대한 욕망을 포기하거나 인정하라는 말은 아닙니다.”<br/><br/><br/><br/>◇집착하지 말고 내려놓으라=“어떤 사람은 일중독에 빠져 자신을 지치게 만들고 가족을 불행하게 합니다. 어떤 사람은 원한을 버리지 못해 자신의 심장을 갉아먹게 해서 마음이 황폐해집니다. 과거의 실수에 대한 죄책감을 버리지 못해 알코올의존증에 걸린 사람, 성폭력을 당한 악몽에서 벗어나지 못해 우울증 환자가 된 사람도 있습니다. 이런 사람은 창조적이고 생산적인 일에 쏟아부을 에너지가 고갈돼 인생의 패배자가 되기 쉽습니다. 이런 사람은 치유를 통해 자신을 짓누르고 있는 무거운 짐을 내려놔야 합니다. 상처뿐 아니라 돈, 명예, 애정, 권력 등에 대한 집착도 마찬가지입니다. 집착에서 벗어나는 태도를 기르는 것은 치유명상에서 매우 중요합니다. 명상하는 사람이 내려놔야 할 가장 중요한 것은 ‘나’라는 집착입니다. 고통과 번뇌는 모두 거기서 비롯되기 때문입니다.”<br/><br/><br/><br/>◇의미를 추구하라 = “바쁜 마음을 잠시 내려놓고 앉아서 눈을 감고 내면의 자아를 바라보노라면 깨달음과 감동과 황홀함의 신비스러운 느낌을 경험하게 됩니다. 명상이란 그런 것입니다. 그런데 깨달음을 얻는 데는 의미를 추구하는 것이 효과적인 방법입니다. 왜 사는지, 왜 이 일을 하는지, 태어나고 늙고 병들고 죽어가는 것이 자연의 섭리이긴 하지만 그 의미가 뭔지, 마음의 고요 속에서 한번 살펴보십시오. 어떤 주제든 괜찮습니다. 의미를 살펴보는 습관을 기르십시오. 명상의 대가들은 의미를 살펴보다 깨달음을 얻으면 ‘시원하다’고 합니다. 공자는 ‘아침에 도를 깨달으면 저녁에 죽어도 가하다’고 했고, 예수는 ‘진리가 너희를 자유롭게 하리라’고 했습니다.”<br/><br/><br/><br/> 엄주엽 선임기자 ejyeob@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-45.txt

제목: “다리 아닌 온몸으로 걸어야… 팔꿈치가 배보다 나오면 안돼”  
날짜: 20160928  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160928144310245  
본문: 병의 90%는 걷기만 해도…<br/><br/><br/><br/>‘병의 90%는 걷기만 해도 낫는다.’ 일본 효고(兵庫)현 아마가사키(尼崎)에서 병원을 운영하는 동네 의사 나가오 가즈히로(長尾和廣)는 이렇게 주장한다. <br/><br/><br/><br/>저자는 걸으면 근육과 뼈가 튼튼해지면서 무릎이 쑤시거나 허리가 결리는 증상을 줄일 수 있고 암, 치매, 우울증 등 많은 병도 예방하거나 치료할 수 있다고 말한다.<br/><br/><br/><br/>독자들을 현혹시키는 말이 아니라 지난 20여 년간 의사로 환자를 치료한 경험과 진심을 담은 결론이라고 했다. 다만 제대로 걸어야 하고, 걷기를 일상의 일부로 만들어야 한다는 것이 저자의 조언이다. ‘병의 90%는 걷기만 해도 낫는다’(북라이프)에서 나가오 의사가 제안하는 바르게 걷는 법을 정리했다.<br/><br/><br/><br/>△바른 자세가 기본 = 자세가 가장 중요하다. 턱을 가볍게 당기고 어깨가 굽지 않도록 가슴을 앞으로 조금 내민다. 등과 허리를 앞으로 구부리거나 뒤로 젖히지 말고 곧게 편다. 배를 앞으로 내밀지 않는다. 좌우 다리에 균등하게 체중이 실리도록 똑바로 선다. 좌우 균형이 맞지 않으면 체중이 한쪽 다리로 몰리고 한쪽 골반이 튀어나오며 허리가 비틀어진다. <br/><br/><br/><br/>△골반은 앞으로 = 골반은 좌우 두 개의 볼기뼈와 그 가운데에 있는 한 개의 엉치뼈로 이뤄져 있다. 골반이 뒤로 누우면 배와 엉덩이에 힘이 들어가지 않아 골반이 부드럽게 움직이지 않는다. 골반을 앞으로 내밀려면 단전에 힘을 준 상태에서 항문을 조이고 엉덩이를 위로 올려줘야 한다. 직접 해보면 확실히 골반이 살짝 앞으로 기울어져 허리 주위가 시원해지는 느낌이 든다. <br/><br/><br/><br/>△팔꿈치는 가능한 한 뒤로 = 하체에만 집중해 걸으면 빨리 지친다. 하체가 아니라 온몸으로 걸어야 한다. 이때 주의할 곳은 팔꿈치. 팔꿈치를 뒤로 당기면 견갑골이 움직이므로 상반신 근육을 고루 쓸 수 있다. 이때 팔꿈치 위치가 중요한데 행진할 때처럼 팔꿈치가 배보다 앞으로 나가면 안 된다. 팔이 뒤로 나갈 때 팔꿈치를 최대한 뒤로 당기고, 앞으로 나갈 때는 안쪽으로 살짝 굽힌다.<br/><br/><br/><br/>△가슴을 펴고 스트레칭 = 아랫배에 힘을 주고 머리 위에서 끈으로 잡아당긴다는 느낌으로 등을 편 다음 가슴을 열고 어깨를 쭉 펴면서 모델처럼 걸어 보자. 걸음걸이가 바르면 스트레칭 효과도 있다. <br/><br/><br/><br/>△생각하면서 걸어라 = 상체와 하체를 모두 사용하는 걷기에 더해 머리를 쓰면서 걷기도 추천한다. 동서고금의 위대한 발견은 걷기를 통해 이뤄졌다. 발걸음을 옮기며 복잡한 고민을 훌훌 털어버려라. 걸으면서 한 줄 짧은 시를 짓는 것도 추천하는 방법이다.<br/><br/><br/><br/>△생활의 일부로 만들어라 = 걷기를 특별한 활동으로 의식하기보다는 생활의 일부로 자연스럽게 받아들여야 한다. 지하철 한두 정거장 앞에서 내려 걷거나 점심시간에 멀리 떨어진 식당까지 걷는 식이다. 거리와 지하철을 나만의 피트니스센터로 만드는 것이다. 이러면 많은 시간을 투자하지 않아도 하루에 30분 정도는 확보할 수 있다. <br/><br/><br/><br/>최현미 기자 chm@munhwa.com<br/><br/>일러스트 북라이프 제공 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-46.txt

제목: 장흥서 46개국 통합의학 ‘한마당’  
날짜: 20160928  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160928143437235  
본문: ‘통합의학박람회’ 내일 개막 <br/><br/>암 등 10대 질환 진료·상담<br/><br/><br/><br/>세계 46개국의 통합의학을 소개하고 체험토록 하는 2016장흥국제통합의학박람회(사진)가 오는 29일 전남 장흥군 안양면에서 개막, 10월 31일까지 33일간 열린다. 통합의학은 환자 증상별로 현대의학, 한의학, 보완·대체의학이 협진하는 체계로, 각국의 통합의학이 한자리에 집결한 것은 세계적으로 이번이 처음이다. <br/><br/><br/><br/>개막에 앞서 27일 둘러본 박람회장은 득량만이 내려다보일 정도로 전망 좋은 사자산(해발 666m) 중턱에 있었다. 13개 전시·체험관 중 가장 많은 사람이 몰릴 곳은 체험존 4개관(통합의학관, 스트레스통증관, 뷰티미용관, 만성성인병관)이 될 것이라는 게 박람회 조직위원회의 설명. 이곳에선 입장료(성인 1만2000원)만 낸 관람객들이 별도 비용 없이 상담 및 진료를 받을 수 있다. 통합의학관에서는 암·뇌졸중 등 10대 주요 질환에 대해 현대의학, 한의학, 보완·대체의학 전문가들이 협진을 한다. 스트레스통증관은 10~20대를 타깃으로 비만·아토피 등을 상담한다. 뷰티미용관은 30~40대를 겨냥해 우울증·갱년기질환 등을, 만성성인병관은 50~60대에 많은 고혈압·당뇨·간질환 등을 상담한다.<br/><br/><br/><br/>교류존(3개관) 중 하나인 통합의학국제관에는 46개국 병원·단체·학회 등이 번갈아 상주하면서 자기 나라의 통합의학을 소개한다. 인도 국립동종의학연구원의 동종의학, 이르쿠츠크대학의 러시아 전통의학, 바레인·몽골 등 오스테오파시학회의 정골요법 등도 있다. <br/><br/><br/><br/>28~30일 열리는 국제학술대회에서는 영국, 미국, 노르웨이, 독일 등 13개국 33명의 석학들이 각국의 통합의학 현황 및 미래전략을 논의한다.<br/><br/><br/><br/>입장권은 최종 판매목표액 34억4000만 원의 80.8%인 27억8000만 원어치가 사전예매로 팔려나갔다. 전남도 관계자는 “<span class='quot0'>이번에 처음으로 입장료를 받는 국제행사로 치른다</span>”며 “<span class='quot0'>유치 목표 관람객은 95만 명</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>장흥 = 글·사진 정우천 기자 sunshine@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-47.txt

제목: 아모레퍼시픽, 여성 癌환우 1500명에 메이크업·피부관리 등 전수  
날짜: 20160927  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160927144327719  
본문: 아모레퍼시픽은 지난 2008년부터 ‘아모레퍼시픽 메이크업 유어 라이프(AMOREPACIFIC Makeup Your Life·사진)’ 캠페인을 선보이고 있다. 암 치료 과정에서 피부변화와 탈모 등 급작스러운 외모 변화로 인해 고통받는 여성 암 환우들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등 자신을 아름답게 가꾸는 노하우를 전수하는 캠페인이다. 이를 통해 환우들이 투병 중 겪는 심적 고통과 우울증을 극복하고 내면의 아름다움과 삶에 대한 긍정적 태도를 고취할 수 있도록 돕고 있다.<br/><br/><br/><br/>특히, 이 캠페인에는 방문판매를 담당하는 아모레 카운슬러와 교육강사가 자원봉사자로 참가해 여성 암 환우들을 위한 ‘진정한 미의 전도사’로 활동한다. 2015년까지 여성 암 환우 1만29명과 아모레 카운슬러 3336명이 자원봉사자로 참가해 아모레퍼시픽의 대표적 사회공헌 캠페인으로 자리 잡았다.<br/><br/><br/><br/>올해 캠페인은 서울 및 전국 주요 지역 35개 병원, 1500여 명의 환우를 대상으로 전개되며, 500여 명의 아모레 카운슬러가 자원봉사자로 활동한다. 암 수술 후 2년 이내로, 현재 방사선 또는 항암치료 중인 여성 환우라면 누구나 신청할 수 있다. 참가자 전원에게는 브로셔, 헤라(HERA) 메이크업 제품과 프리메라(Primera) 스킨케어 제품으로 특별 구성된 ‘메이크업 유어 라이프 키트’가 제공된다.<br/><br/><br/><br/>메이크업 유어 라이프 캠페인은 지난 2011년부터는 중국, 베트남 등 해외에서도 전개되고 있다. 아모레퍼시픽 관계자는 “<span class='quot0'>기업의 사회적 소임을 다하기 위해 최선을 다하겠다</span>”고 말했다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-48.txt

제목: 정우성 “이젠 잘생김보다 캐릭터 본연으로 승부”  
날짜: 20160927  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160927105157978  
본문: - 영화 ‘아수라’서 생계형 비리 형사役 <br/><br/><br/><br/>23년 연기인생 최고의 악역<br/><br/>惡에 빠진 중년의 방황 표현<br/><br/><br/><br/>20대 땐 반항심도 있었고<br/><br/>생각도 경직돼 있었는데<br/><br/>이젠 내 직업에 대한 의무<br/><br/>깊이 생각하는 나이가 돼<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>오롯이 캐릭터에 저를 맡기고, 중년 남성의 방황을 표현하려 했어요.</span>”<br/><br/><br/><br/>배우 정우성(사진)은 자신의 연기인생 중 최고조의 악역을 소화해낸 감회를 이같이 밝혔다. 그는 28일 개봉하는 영화 ‘아수라’(감독 김성수)에서 말기 암 환자인 아내의 치료비를 대기 위해 어쩔 수 없이 악행을 저지르는 강력계 형사 한도경을 연기했다. 이 영화는 가상의 도시를 배경으로 재개발 이익을 독식하기 위해 법을 무시한 채 온갖 나쁜 짓을 일삼는 악덕 시장과 그에게 돈을 받고, 뒤처리를 하는 형사, 시장을 잡기 위해 불법 수사를 하는 검사 등이 서로 물어뜯는 이야기를 처절하게 펼쳐냈다. 황정민이 시장 역을 맡았으며 곽도원이 검사로, 주지훈이 한도경을 통해 악에 물들어가는 후배 형사로 나온다. <br/><br/><br/><br/> 26일 서울 종로구 삼청동 한 카페에서 문화일보와 만난 정우성은 “<span class='quot1'>뻔뻔하고 치졸한 인간군상의 악행을 통해 사회 시스템에 녹아 있는 폭력이 사람들에게 얼마나 큰 고통을 안겨주는지를 적나라하게 보여주는 영화</span>”라고 소개했다. 그는 이 영화에서 얼굴에 피 칠갑을 하고 내내 맞고 때리는 거친 연기를 펼쳤지만 여전히 ‘잘생겼다’ ‘멋지다’ 등의 반응이 앞선다. 이에 대해 그는 “배우를 생김새로 받아들이는 것도 관객이 받는 느낌 중 하나라고 생각한다. 그 부분 역시 고맙다”며 “하지만 이제는 그런 반응을 즐기고, 우쭐해하기보다는 캐릭터 본연의 맛을 살리는 충실한 연기를 하려고 한다. 그런 면에서 균형이 잡히고 있다”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>또 여전히 연기력에 대한 논란이 이는 것에 대해서는 “내 연기에 대해 계속 고민할 수 있는 자극제가 된다”며 “배역에 안 어울린다는 평가를 받으면 ‘다음 작품에서는 그런 아쉬움을 없애야겠다’는 생각을 하게 된다”고 털어놓았다. <br/><br/><br/><br/>올해 데뷔 23년 차 배우로 40대 중반을 향해 가는 그는 “아직 철이 안 들었다”고 말하면서도 “배우가 지닌 영향력을 생각하면 철 드는 게 중요하다”고 강조했다. 그는 “20대 때는 반항심도 있었고 생각도 경직돼 있었다. 어린 친구들이 내 영향을 받는 것에 으쓱하기도 했었다”며 “이제는 내 직업에 대한 의무를 깊이 생각하게 된다. 하지만 자유를 박탈당하면 숨이 막혀 살 수 없기 때문에 내 스스로 정한 아주 작은 자유를 유지하고 있다”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>지난 1월 개봉한 ‘나를 잊지 말아요’에 제작자로도 참여한 그는 연출에도 도전하겠다는 뜻을 내비쳤다. <br/><br/><br/><br/>그는 “관객이 좋아하는 영화가 양산되며 우리 영화계가 질적으로 퇴보하고 있다. 그러다 보니 새로운 것을 시도하는 용기를 낼 수 없는 분위기가 팽배해졌다”며 “배우로서 다양한 연기를 해오며 이제는 감독으로 나설 수 있는 여유가 생겼다. 곧 연출도 할 계획”이라고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com비트→태양은→무사… 김성수감독과 15년만의 재회<br/><br/>“의리보다 믿음으로 출연”<br/><br/><br/><br/>정우성은 영화 ‘아수라’를 통해 김성수 감독과 15년 만에 다시 만났다. ‘비트’(1997년), ‘태양은 없다’(1998년), ‘무사(2001년)’에 이어 김 감독과 4번째 호흡을 맞춘 그에게 “의리로 출연 결정을 했느냐”고 묻자 “의리보다는 선배에 대한 믿음이 강했다. 김 감독님은 어린 배우 정우성에게 영화 작업의 묘미를 처음 느끼게 해준 분”이라는 답이 돌아왔다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-49.txt

제목: “폐암 환자 살릴 3세대 표적치료제 보험급여 시급”  
날짜: 20160927  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160927104159202  
본문: 환자 3분의 2가 내성 생겨<br/><br/>타그리소 등 신약에 ‘희망’<br/><br/>한달에 약값만 1000만원<br/><br/>효과 있는데 치료 포기도<br/><br/><br/><br/>보험 등재기간 601일 걸려<br/><br/>혜택받는 항암 신약 29%<br/><br/>OECD 평균의 절반 수준<br/><br/><br/><br/>4년 전 건강검진에서 폐암 4기 진단을 받은 A(여·45) 씨는 치료제와 치료비 때문에 우여곡절을 겪어온 대표적 사례다. 특정 유전자를 가진 환자에게 효과가 있는 표적치료제로 최근까지 치료받으며 삶을 유지해 왔다. 문제는 지난 여름부터 이 치료제가 더는 말을 듣지 않으면서 몸이 급속도로 나빠졌다. 검사 결과 폐암이 뇌까지 전이됐다는 판정을 받았다. 다행히 최근 식품의약품안전처의 허가를 받은 3세대 표적치료제를 복용하면서 효과를 보고 있다. A 씨의 고민은 끝나지 않았다. 3세대 표적치료제는 건강보험급여가 적용되지 않아 한 달에 1000만 원가량의 약값을 감당해야 하는 탓이다.<br/><br/><br/><br/> 사망률 1위인 폐암의 조기 발견을 위해 최근 보건복지부가 국가 암 검진에 폐암 검진을 추가 도입하는 등 예방에 대한 지원을 확대하고 있지만, A 씨처럼 이미 폐암을 선고받아 고통받고 있는 환자들에 대한 지원도 필요하다는 지적이 나오고 있다. 실제 건강보험심사평가원 게시판 및 온라인 환자 커뮤니티에는 이런 내용을 호소하는 건의가 잇따르고 있다. 대부분 기존 치료제에 내성이 생겨 죽음을 목전에 둔 폐암 환자와 그 가족들이다. 이들은 표적치료제의 임상시험 정보를 애타게 찾거나, 급여가 되지 않는 치료제로 인한 경제적 부담을 토로하고 있다.<br/><br/><br/><br/>◇ 돌연변이 유전자로 표적치료 가능 = 폐암 환자는 대부분 말기에 발견돼 수술보다는 항암제로 치료하는 경우가 많다. 대부분 독한 항암제가 투여되면서 정상 세포도 죽어 각종 부작용에 시달리다가 결국 사망으로 이어진다. 그런데 폐암 환자 가운데 유전자에서 ‘EGFR(epidermal growth factor receptor·상피세포성장인자수용체)변이’라는 돌연변이가 나타나면 상황을 바꿀 수 있다. EGFR 변이는 비소세포폐암 환자의 30∼40% 정도에 나타난다. 이들에게는 ‘EGFR 표적치료제’가 좋은 반응을 보인다. 이에 따라 폐암 환자들은 유전자 검사를 통해 EGFR 변이가 있는지 확인하고, 해당 변이가 있으면 ‘이레사·타세바·지오트립’ 등의 1세대 또는 2세대 EGFR 표적치료제로 치료하면 효과가 있다. 일반 독성항암제는 정상 세포도 공격해 각종 부작용으로 환자 상태를 급속도로 쇠약하게 하지만, 표적치료제는 그렇지 않다.<br/><br/><br/><br/>다만, 표적치료제에도 문제는 있다. 1∼2세대 표적치료제를 일정 기간 사용하면 내성이 나타나 더는 치료제가 말을 듣지 않는 경향이 있기 때문이다. 환자의 3분의 2 정도가 1∼2세대 EGFR 표적치료제를 8∼16개월 정도 사용하면 내성이 생겨 다시 폐암이 진행되는 것으로 보고되고 있다. 결국, 재차 독성 항암 화학요법을 사용해야 한다. 다행히 최근 ‘타그리소’ 등 3세대 표적치료제가 개발되면서, 1∼2세대 표적치료제에 내성을 보인 환자에게 효과를 보이고 있다. 이에 따라 1∼2세대 표적치료제는 1차 치료제, 3세대 표적치료제는 2차 치료제 등으로 불리고 있다.<br/><br/><br/><br/>우리나라에서도 지난 5월 3세대 표적치료제인 타그리소와 ‘올리타’가 식약처의 승인을 받았다. 수술이 불가능하고, 기존 치료에 실패해 더 이상 대안이 없던 폐암 환자들을 대상으로 한 신약이 우리나라에도 들어온 것이다. 조병철 연세암병원 폐암센터 교수는 “<span class='quot0'>3세대 EGFR 표적치료제 타그리소는 국내외 임상 결과에서 독한 항암 화학요법을 쓸 때보다 두 배 이상 생존 기간을 연장하고, 뇌까지 암세포가 전이된 환자에게서도 효과를 보였다</span>”고 밝혔다. 조 교수는 “<span class='quot1'>현재 임상 현장에선 내성이 생겨 더는 치료 방법이 없는 환자들에게 이번 신약이 유일한 희망으로 인정받고 있다</span>”고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>◇ 결국 ‘돈’, 보험급여 목소리 높아 = 문제는 식약처의 허가를 받아도 건강보험이 적용되지 않아 모든 환자가 사용하는 데 한계가 있다는 점이다. 항암제가 건강보험에 등재되기까지 심사와 평가 등 오랜 시간이 걸리는 탓이다. 글로벌 항암 신약의 건강보험 등재 기간이 약 310일이라는 보건당국 분석과 달리 실제 등재 기간은 601일이라는 주장이 업계에서 제기되고 있다. 우리나라에서 건강보험 혜택을 받는 항암 신약은 29%로 경제협력개발기구(OECD) 회원국 평균(62%)에도 못 미친다. 이를 근거로 암 환자 가족들은 고가의 신약 비용을 감당하기 위한 해결 방안으로 보험 급여화를 요구하고 있다. “<span class='quot2'>현재 1∼2세대 표적치료제를 복용하고 있다</span>”는 한 폐암 환자는 건강보험심사평가원 공개 게시판에 “<span class='quot2'>언제 내성이 올지 늘 마음 졸이며 1개월, 2개월을 연명 중인데 앞으로 돈 문제까지 걱정해야 하니 암담하다</span>”며 “<span class='quot2'>하루라도 빨리 신약 보험급여가 적용돼 약은 있으나 돈이 없어 치료받지 못하는 사람이 없었으면 좋겠다</span>”고 글을 올렸다. 온라인을 통해 해외 신약의 임상에 참여한 환자나 자비로 치료받고 있는 환자들의 치료 효과가 실시간으로 공유되면서, 신약 임상시험에 참여할 수 있도록 해달라고 요구하는 경우도 흔하게 찾아볼 수 있다.<br/><br/><br/><br/>조 교수는 “<span class='quot1'>현재 연세암병원에서는 임상연구에 참여함으로써 많은 환자가 고가의 신약 치료를 받고 있지만, 막대한 경제적 부담을 감수하며 자비로 치료받는 환자들도 있다</span>”고 말했다. 한 폐암 환자 자녀는 “아버지가 표적치료제를 2년 6개월 복용한 후 내성이 발견돼 1년이 넘도록 타그리소 임상시험만 알아보고 있다”며 “우리 부모님인데 한 달에 1000만 원이라는 약값에 움찔하게 되는 내가 싫고, 서럽고 속상하다”고 하소연했다. 조 교수는 “<span class='quot1'>아직 보험 적용이 되지 않기 때문에 모든 환자가 사용할 수 없는 상황</span>”이라며 “<span class='quot1'>환자의 삶을 연장해 줄 혁신적인 신약이 등장해도 임상 현장 도입이 늦어지는 것이 안타깝다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>한 전문가는 “<span class='quot3'>환자들의 신약에 대한 보험 급여를 요청하는 목소리도 높은 만큼, 당장 치료 대안이 없는 ‘투병 중 폐암 환자’를 위한 신약의 급여에 유연한 적용이 필요할 것으로 보인다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-50.txt

제목: 여류 원로화가 한영옥 개인展 등  
날짜: 20160926  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160926105306923  
본문: 여류 원로화가인 한영옥 작가의 개인전이 27일부터 오는 10월 9일까지 서울 종로구 삼청로 금호미술관에서 열린다. 이번 전시에는 작가의 개성적인 표현력으로 완성된 회화와 한지의 콜라주 작품(그림) 등 30여 점이 선보인다. 한 작가는 서울대 미대 회화과를 졸업하고 30여년간 미술교사로 제자들을 가르쳤다. 02-720-5114<br/><br/><br/><br/>내달 4일까지 김승민 초대展<br/><br/><br/><br/>‘핑크리본’으로 유명한 김승민 덕성여대 시각디자인학과 교수의 초대전이 28일부터 오는 10월 4일까지 서울 종로구 인사동의 아리수갤러리에서 열린다. 김 교수가 만든 핑크리본은 ‘핑크 솔’(Pink Soul)이라고도 불리며, 소아암환자와 유방암환자 등에 희망을 주기 위해 제작된 디자인이다. 핑크리본은 2014년부터 해마다 2만5000여 명이 참여하는 ‘핑크리본 사랑 마라톤’ 대회 티셔츠로 사용되면서 널리 알려졌다. 아모레퍼시픽과 한국유방건강재단이 함께 마련한 이번 초대전에서는 김 교수의 핑크리본을 활용한 작품을 만날 수 있다. 070-8848-5653<br/><br/><br/><br/>내일부터 대구서 김양수 개인展<br/><br/><br/><br/>시를 쓰며 그림도 그리는 김양수 작가의 25회 개인전 ‘개구리들의 몸짓은 바람을 만든다’ 전이 대구 중구 서성로 봄갤러리에서 27일부터 오는 10월 5일까지 열린다. 전시장에서는 김 작가의 회화 작품 20여 점 외에 최근 출간한 시집 ‘내 속뜰에도 상사화가 피고 진다’ ‘고요를 본다’ ‘함께 걸어요 그 꽃길’ 3권도 만나볼 수 있다. 053-622-8456 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-51.txt

제목: 저커버그 “아이들 질병서 보호할 것”… 30억달러 기부 약속  
날짜: 20160922  
기자: 손고운  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160922144301369  
본문: 저커버그와 부인 챈 뜻 모아<br/><br/>스탠퍼드大 연구진 등 동참<br/><br/><br/><br/>페이스북의 CEO인 마크 저커버그(32)와 부인 프리실라 챈(31)이 세계 질병 퇴치를 위해 30억 달러(약 3조3000억 원)를 기부하겠다고 약속했다.<br/><br/><br/><br/>21일 AFP통신 등 외신에 따르면 이날 저커버그는 샌프란시스코에서 열린 ‘챈 저커버그 이니셔티브’ 재단 행사에 참석해 이 같은 사실을 밝혔다. 저커버그는 “<span class='quot0'>우리 아이들이 평생에 걸쳐 질병으로부터 보호받을 수 있고, 치료받을 수 있도록 하기 위해</span>” 이 같은 기부를 기획했다며 “<span class='quot0'>큰 목표긴 하지만 지난 몇 년 간 전문가들과 함께 이 일이 가능한지 검토했고 이 일에 뛰어들기로 했다</span>”고 설명했다. 아내 챈도 이날 행사에서 “우리가 인간의 몸과 질병에 대해 이해하는 수준이 한계에 와있다”며 “우리는 그 장벽을 밀어내고자 한다”고 취지를 설명했다.<br/><br/><br/><br/>이에 따라 향후 저커버그의 기부금은 샌프란시스코에 ‘바이오 허브’ 생명과학 연구센터를 설립하고, 질병 진단 전자칩, 혈류 모니터링 기술, 세포 지도 등을 연구하는 데 사용될 예정이다. 캘리포니아대, 스탠퍼드대 등의 연구진이 이에 동참한다. 그는 자신의 페이스북 페이지를 통해 “오늘날 인류는 크게 암, 심장질환, 전염병, 신경질환 등 단 4가지 질병에 의해서만 위협을 받고 있다”며 “우리는 올바른 방향의 기술발전을 통해 우리 모두를 위한 더 나은 진보를 만들 수 있다”고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>챈 저커버그 이니셔티브는 저커버그가 아내와 함께 설립한 자선재단으로, 이들 부부는 지난해 딸을 출산하면서 페이스북 주식의 99%를 챈 저커버그 이니셔티브에 기부할 예정이라고 밝힌 바 있다.<br/><br/><br/><br/> 손고운 기자 songon11@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-52.txt

제목: ‘민주화운동’ 조비오 신부 선종  
날짜: 20160921  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160921145307217  
본문: 광주 시민사회 대표적 원로 인사인 천주교 광주대교구 조철현(세례명 비오·사진) 신부가 21일 오전 3시 20분 췌장암으로 선종했다. 78세. 고인은 서울의 한 병원에서 암 투병생활을 하다 최근 광주의 한 요양병원으로 옮겨졌다.<br/><br/><br/><br/>조 신부는 1938년 4월 1일 광주 광산구에서 태어나 1969년 12월 16일 사제 서품을 받았다. 전남 나주·진도, 광주 계림동 등 성당의 주임신부, 광주전남 민주언론운동협의회 의장, 5·18기념재단 초대 이사장, 조선대 이사장 등을 역임했다. 고인은 ‘민주화운동의 산 증인’으로 불린다. 1980년 5·18민주화운동 당시 시민수습위원으로 활동했던 고인은 신군부에 의해 체포돼 고 김대중 전 대통령과 함께 옥고를 치렀다. 2006년 8월 사목 일선에서 은퇴한 뒤에도 사회복지법인 소화자매원 이사장, 광주·전남 우리민족서로돕기운동 상임대표를 맡으며 통일과 민족화합, 사회복지운동에 주력했다. 2008년 1월에는 국내에서 28번째로 고위 성직자 품위이자 교황의 명예 사제인 ‘몬시뇰’에 임명됐다. 빈소는 광주 요한병원 장례식장에 마련됐다. 고인은 23일 전남 담양군 천주교공원묘원에 안장될 예정이다.<br/><br/><br/><br/>광주 = 정우천 기자 sunshine@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-53.txt

제목: SK주식회사 C&C 인공지능 서비스 Aibril, 감염병 조기 진단, 치료, 확산 차단 길 연다  
날짜: 20160920  
기자: 임정환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160920155117370  
본문: SK㈜ C&C는 20일 서울 성북구 고려대 안암 캠퍼스에서 ‘KU-MAGIC 연구원’과 ‘왓슨 기반의 인공지능(AI) 에이브릴(Aibril) 감염병 서비스 개발 협약(MOU)’을 체결했다고 밝혔다. 고려대가 지난해 출범한 KU-MAGIC 연구원은 바이오 메디컬 관련 융합연구 촉진과 이를 통한 사업화, 글로벌 네트워킹, 국책과제 수행 등을 바탕으로 의료산업화를 선도하는 것을 목표로 하고 있다.<br/><br/><br/><br/>특히 이번 MOU는 메르스(중동호흡기증후군), 콜레라 등의 감염병이 발생할 경우 병원 어디에서나 조기에 정확한 진단과 치료법을 제시할 수 있어야만 감염병 확산을 막을 수 있다는 사실에 양 기관이 공감하면서 이뤄졌다. 양 기관은 이번 MOU에 따라 AI 왓슨 기반의 ‘에이브릴 감염병 서비스’ 플랫폼을 통해 감염병의 예방과 조기 진단 및 치료법을 세계 최초로 제시한다는 방침이다. <br/><br/><br/><br/>AI를 활용한 기존의 의료서비스는 암진단 위주로만 만들어졌고 국민 대다수의 건강을 직접적으로 빠르게 위협하는 메르스, 콜레라 등의 감염병을 대상으로 한 AI 의료 서비스는 세계 어디에도 없었다. SK㈜ C&C는 이른 시일 내 AI 에이브릴 감염병 서비스를 상용화해 세계 의료 AI 서비스 시장 개척에도 적극 나선다는 계획이다. 특히 양 기관은 왓슨 기반의 에이브릴 감염병 서비스를 전국의 1차 진료기관인 개인병원과 중소 병원에서도 활용케 할 계획이다.<br/><br/><br/><br/>KU-MAGIC 관계자는 “<span class='quot0'>감염병은 동일 증상이라도 원인과 병명의 종류가 다양하기 때문에 치료법을 잘못 제시할 가능성이 크다</span>”면서 “<span class='quot0'>의료진이 AI를 적절히 활용해 해당 질병의 첫 진료에 따른 인식적 오류(오진)를 잡고 낮은 발생 확률의 감염병도 감지할 수 있어야만 감염병 조기 극복의 길이 열린다</span>”고 말했다. 양 기관은 이외에도 과거 유사 감염병의 발생 및 확산 상황을 검토 분석해 국내 상황과 비교해 예상 확산 경로 제시, 병원별 행동 요령 전파, 보건 당국이 취해야 할 조치 등을 적시에 제공한다는 방침이다. <br/><br/><br/><br/>박정호 SK㈜ C&C 사장은 “<span class='quot1'>에이브릴 감염병 서비스는 AI를 활용해 보다 건강한 사회와 보다 나은 미래를 만들기 위한 변화의 시작</span>” 이라며 “<span class='quot1'>AI 기반의 새로운 의료 산업을 창출하며 글로벌 의료 강국 도약의 발판을 마련하겠다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>임정환 기자 yom724@ <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-54.txt

제목: 한·미·일 ‘癌 극복 공동연구’ 합의  
날짜: 20160920  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160920142230658  
본문: 뉴욕서 보건장관회의 개최<br/><br/><br/><br/>한·미·일 3국이 암 극복을 위해 공동연구와 국가 간 데이터 표준화·인공지능 공동 활용 등을 추진키로 했다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부는 미국 뉴욕 롯데 팰리스호텔에서 개최된 한·미·일 3국 보건장관 회의에서 암 종식을 위한 연구협력과 국제공조에 합의했다고 20일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>조 바이든 미국 부통령 주재로 열린 3국 장관 회의는 지난 3월 31일 워싱턴에서 열린 한·미·일 3국 정상회의에서 처음 제안돼 성사된 것으로, 정진엽 보건복지부 장관과 실비아 버웰 미국 보건후생부 장관, 시오자키 야스히사(鹽崎恭久) 일본 후생노동성 장관이 참석했다.<br/><br/><br/><br/>3국 대표들은 각국의 첨단 의·생명연구센터 간 국제 컨소시엄을 구축하고, 암 단백질 유전체학 관련 데이터 연구 및 분석결과 공개도 진행하기로 했다. 또 단백질 유전체학 활용을 통한 암환자 개개인에 대한 맞춤형 치료를 개발하고, 단백질 유전체학 데이터 분석 시 딥러닝 알고리즘 적용 등의 협력 방안에 대해서도 합의했다. <br/><br/><br/><br/>딥러닝 알고리즘은 컴퓨터가 마치 사람처럼 생각하고 배울 수 있도록 하는 기술로 인간과 바둑 대전을 펼쳤던 ‘알파고’에 적용됐다. 3국 간 공동연구, 데이터 공유, 인적교류의 강화를 위한 실무자 회의도 진행된다. 정 장관은 “<span class='quot0'>이 회의가 인류의 암 정복을 위한 ‘작지만, 동시에 위대한’ 도약으로 기억되기를 기원한다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-55.txt

제목: 양악 수술, 턱 예뻐지는 수술 아니라 입 편해지는 수술  
날짜: 20160920  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160920105236367  
본문: 음식 씹고 말하기 불편한 환자 대상<br/><br/>얼굴 비대칭·턱뼈 발육이상 등 교정<br/><br/><br/><br/>신경 손상 방지를 위한 검사는 필수<br/><br/>수술후 교합을 조절하는 기간 길어<br/><br/><br/><br/>부종·감각이상 등 후유증도 있지만<br/><br/>대부분 6∼12개월 사이에 회복돼<br/><br/><br/><br/>얼굴의 비대칭이 심하거나 턱뼈 발육에 이상이 있을 경우 시행하는 양악 수술(악교정 수술)은 턱과 안면부의 기능을 회복시키는 효과가 있다. 연예인들의 양악 수술 전후 외모 변화가 알려지면서 ‘양악수술=예뻐지는 수술’이라고 인식하는 사람들이 많지만, 양악 수술은 단지 외모의 개선이 아닌 안면 골격계 이상으로 저하된 구강기능 회복이 꼭 필요한 환자에게 시행하는 효과적인 치료 방법이다. 최근 미용적 측면이 지나치게 강조되면서 서울 강남의 일부 성형외과 등에서 수술을 받다가 사망하는 사례가 잇따라 발생하면서 위험한 수술이라는 인식도 생겨나고 있다. 권용대 경희대 치과병원 구강악안면외과 교수는 20일 “<span class='quot0'>양악 수술이 교정 치료보다는 미용적 측면이 강조되다 보니 위험하다는 인식이 높아지고 있지만, 부정교합 등 구강기능이 불편한 사람에게는 혜택이 많고 수술법도 시스템만 잘 갖추면 비교적 안전하다</span>”고 조언했다. <br/><br/><br/><br/>◇ 미용보다는 교정 치료가 ‘우선’= 양악 수술은 턱의 위치나 모양을 변형시키는 수술이다. 구체적으로는 위턱인 상악(上顎)과 아래턱인 하악(下顎)을 함께 수술하는 것을 양악(兩顎) 수술이라 부른다. 양악 수술 방법은 상악과 하악의 뼈를 잘라서 2개로 분리한 다음, 정상 교합에 맞게 상악과 하악 뼈를 이동시키고, 이동된 뼈를 고정하는 방법이다. <br/><br/><br/><br/>양악 수술은 얼굴의 비대칭이 심하거나 턱뼈 발육에 이상이 있어 음식을 씹고 섭취하는 데 불편을 겪는 환자들을 대상으로 이뤄진다. 턱뼈나 치아의 불규칙성을 바로잡음으로써 씹거나 말하거나 숨을 쉬는 기능을 향상시킬 수 있다. 또 수술 후 비대칭적이었던 얼굴이 개선되고, 돌출된 아래턱뼈가 들어가면서 외모 개선 효과도 가져온다. 중요한 것은 양악 수술은 구강 기능 회복과 사회·심리적 기능 회복이 목적이지, 단순히 외모를 개선시키기 위한 것이 아니라는 점이다. 양악 수술은 턱뼈의 위치를 변화시키기 때문에 수술 전후 교정치료를 동반한다. 교정과 구강악안면외과 의사의 협의에 따라 수술 및 치료단계가 결정된다. 턱뼈는 음식을 씹고 섭취하며, 언어를 구사하는 능력과 관련이 크기 때문에 치료 전 전문의와 충분히 상의해야 한다. 일반적인 수술과 달리 준비 단계부터 수술 후 교합을 조절하기까지 기간이 길고, 전문지식을 필요로 하기 때문에 환자와 의료진 사이의 신뢰가 무엇보다 중요하다. <br/><br/><br/><br/>양악 수술이 꼭 필요한 경우는 △교정만으로 치료하기 어려운 부정교합 △위·아래턱 골격의 부조화가 심해 씹거나 발음하는 데 문제가 있는 경우 △심한 안면 비대칭을 가진 환자 △심한 수면 무호흡 환자 등이다.<br/><br/><br/><br/>◇ 어렵지만, 위험한 수술은 아냐 = 양악 수술은 위험한 수술이라는 인식 확산과 관련, 권 교수는 “<span class='quot1'>수술 자체가 생사를 결정하는 위험한 수술이라고 단정할 수는 없지만 ‘어려운 수술’이라고 표현하는 것이 맞다</span>”고 설명했다. 권 교수는 “<span class='quot1'>악안면부는 해부학적으로 구조가 복잡해 반드시 이 분야 전문의에게 양악 수술을 받는 것이 중요하다</span>”고 강조했다. 응급시스템이 잘 갖춰져 있고, 수술 경험이 많으며, 구강악안면외과 전문의와 마취전문의 간의 협진체계가 잘 이뤄지는 것이 중요하다. 이러한 시스템이 잘 갖춰진 대학병원이 더 안전하게 평가받는 이유다. 또 대학병원들은 영리 목적보다는 치료에 초점을 맞추기 때문에 무리한 수술계획으로 인한 부작용과 후유증도 적은 편이다.<br/><br/><br/><br/>권 교수는 정확한 진단과 정교한 수술을 위해 3차원 영상 분석 시스템을 도입해 활용하고 있다. 기존에는 석고 모형과 2차원 평면 엑스레이를 사용하다 보니 턱의 모양을 정확히 알기 어렵고, 입체적 관점에서의 진단과 치료 계획 수립의 어려움이 있었다. 이런 단점은 3D 시뮬레이션 소프트웨어로 컴퓨터단층촬영(CT) 검사 결과를 3차원 영상으로 재구성해 모의수술을 먼저 시행하는 방법으로 해결했다. 이 방법은 실제 수술 과정에서 이동할 턱뼈의 부위를 정확히 인식하고 수술에 반영할 수 있어 효과적이다.<br/><br/><br/><br/>권 교수는 “<span class='quot1'>3차원 영상 시뮬레이션을 통해 수술 후 턱과 얼굴의 모양을 예측할 수 있고, 수술 과정이나 수술 후 모습을 환자가 충분히 이해함으로써 의료진과 환자의 소통이 원활해졌다</span>”고 말했다. 권 교수는 현재 같은 과의 이정우 교수와 ‘두경부 재건을 위한 가상수술계획 시스템’을 개발, 최근 미래창조과학부 장관상을 수상하기도 했다. 해당 시스템은 구강암 또는 두경부 암 제거나 턱·얼굴 재건 수술 시 컴퓨터 시뮬레이션을 이용해 빠르고 정확하게 수술하는 방법이다.<br/><br/><br/><br/>◇ 수술 전 다양한 검사와 분석 필수 = 양악 수술의 치료 과정은 세 단계로 나눌 수 있다. 첫 번째는 수술 전 교정치료다. 교정치료 계획을 세울 때 수술의 방법, 턱뼈의 이동 정도를 미리 계산해 수술 후 안정된 교합이 되도록 준비하는 단계다. 수술에 적합한 위치로 치아를 이동시키는 과정이며 약 6∼18개월이 소요된다. 두 번째 단계로 양악 수술이 이뤄진다. 수술 후에는 5∼7일가량 입원하고, 큰 불편함이 없다면 퇴원한 직후 일상생활이 가능하다. 수술 후 약 2∼4주 정도 지나면 부기가 빠지면서 턱과 얼굴의 모양이 달라진다. 일반적으로 수술 부위가 아물 때까지 교정치료는 일시적으로 중단한다. 마지막으로 수술 후 교정치료다. 수술로 변화된 턱과 얼굴의 모습을 확인하고 이를 유지하면서 교합(이의 맞물림)을 정밀하게 맞추는 단계로 약 6개월 이상의 기간이 걸린다. 이 과정을 소홀히 하면 재발이나 후유증이 생길 수 있기 때문에 철저한 관리가 중요하다.<br/><br/><br/><br/>얼굴에는 각종 신경조직과 혈관이 있어 수술 중 손상이 있으면 후유증을 남긴다. 양악 수술의 대표적인 후유증은 ‘부종’으로, 수술 후 초기에는 많은 환자에게서 나타나지만 적절한 처치와 약물로 개선할 수 있다. 또 다른 후유증은 ‘신경 손상’으로 인한 감각 이상이다. 신경 손상을 최소화하기 위해서는 수술 전 다양한 검사와 정확한 분석이 필수인데, 대부분 6∼12개월 사이에 회복된다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-56.txt

제목: ‘色 다른 男’은 通한다… 男-男 배우 새 흥행공식  
날짜: 20160920  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160920104110548  
본문: 主演간 ‘낙차’ 통해 재미 선사… 기존 ‘브로맨스’와 다른 방식<br/><br/>대조적인 캐릭터로 입체성 줘… 캐스팅할 때 ‘배우 조합’ 고려<br/><br/><br/><br/>‘남-남’ 배우 간 ‘믹스 앤드 매치’가 한국 영화의 새로운 흥행 요소로 부상했다. 기존 비슷한 남자 캐릭터를 붙인 ‘브로맨스’와는 달리 주연 배우 사이의 ‘낙차’를 통해 다양한 재미를 선사하는 영화가 연이어 성공을 거두고 있다. <br/><br/><br/><br/>추석 연휴 극장가를 휩쓸며 관객 수 600만 명을 넘어선 ‘밀정’은 조선인 일본 경찰 역의 송강호가 우직하게 이야기의 틀을 이끌고, 여기에 의열단 리더 역의 공유가 부드러운 연기로 받쳐주며 작품의 완성도를 높였다. 이 영화 연출자인 김지운 감독은 두 배우 캐스팅에 대해 “모험이었다”고 밝혔다. 그는 “<span class='quot0'>배우들의 연기 앙상블을 고민했다</span>”며 “<span class='quot0'>밀정 이전엔 송강호와 공유의 조합을 상상하지 못했을 것</span>”이라고 말했다. 올해 첫 ‘1000만 돌파’를 기록한 ‘부산행’도 공유와 마동석이 상호 보완적인 연기를 펼쳐 흥행에 성공했으며 700만 명 이상의 관객을 동원한 ‘터널’도 ‘웃기는’ 하정우와 ‘진지한’ 오달수를 배치해 조화를 이뤘다. <br/><br/><br/><br/>가을 화제작들도 이 같은 요소를 갖췄다. 오는 28일 개봉하는 ‘아수라’는 죄짓기가 일상화된 악덕 시장 박성배(황정민)와 생계형 비리 형사 한도경(정우성) 등 악인 캐릭터의 대립각을 앞세워 살기 위해 서로 물어뜯는 인물들의 이야기를 세게 펼쳤다. 박 시장은 유권자들에게는 선한 이미지로 다가가지만 뒤에서는 온갖 나쁜 짓을 거리낌 없이 저지르는 인물이고, 한 형사는 암 말기인 아내의 병원비를 마련하기 위해 돈을 받고 박 시장이 저지른 일들의 뒤처리를 맡는다. 황정민과 정우성은 각각 공세적이고 수세적인 악역의 온도 차를 섬세하게 표현해내며 이야기를 뜨겁게 달군다. 10월 13일 관객과 만나는 ‘럭키’는 냉혹한 킬러 형욱(유해진)이 삶의 의욕을 잃고 자살을 결심한 무명배우 재성(이준)과 목욕탕 열쇠가 바뀌며 삶도 뒤바뀌는 이야기를 그렸다. 유해진은 카리스마 넘치는 캐릭터를 특유의 코믹 연기로 녹여냈고, 이준은 지질한 캐릭터를 개성 있게 소화해내며 큰 웃음을 선사한다.<br/><br/><br/><br/>흥행 트렌드가 변화하며 제작자들의 캐스팅 고민이 더 깊어졌다. 부산행 제작자인 이동하 레드피터 대표는 “<span class='quot1'>주인공인 석우(공유) 캐릭터는 극의 균형을 잡아주는 인물이지만 밋밋하게 보일 수 있기 때문에 상화(마동석)를 통해 색을 강하게 입혔다</span>”며 “<span class='quot1'>관객이 계속 봐온 조합을 반복하기보다는 새로운 조합을 구성해야 하기 때문에 고민이 더 늘었다</span>”고 토로했다. 이에 대해 강유정 영화평론가는 “예전 영화에서는 비슷한 남자 캐릭터 둘을 붙였지만 요즘은 대조적인 캐릭터의 믹스 앤드 매치를 통해 입체적이고 다양한 맛을 전한다. 이는 브로맨스와는 다른 방식”이라며 “이를 위해 단순히 ‘티켓 파워’만 지닌 배우를 캐스팅하기보다는 배우들의 조합에 신경 써야 한다”고 설명했다. 강 평론가는 이어 “<span class='quot2'>시나리오 단계부터 남자 배우들을 장기 말처럼 쓰며 작전을 짜야 한다</span>”며 “<span class='quot2'>기존 이미지와 다른 캐릭터로 변주하는 것도 중요하다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/><br/><br/>영화계 일각에서는 이 같은 흥행 트렌드가 설 자리가 좁아진 여배우의 운신 폭을 더욱 줄어들게 만든다는 우려의 목소리도 나오고 있다. 강 평론가는 “<span class='quot2'>남자 배우들이 새로운 캐릭터를 보여주며 흥행 성공을 거두다 보니 여배우에게는 뻔한 역할만 주어진다</span>”며 “<span class='quot2'>남녀 배우들의 부익부 빈익빈 현상이 심화하고 있다</span>”고 지적했다. <br/><br/><br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-57.txt

제목: 게놈 통해 질병 가능성 제공… 울산 ‘바이오 메디컬’ 본격화  
날짜: 20160919  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160919143130875  
본문: 시민에게 건강정보와 질병 예측 상황을 제공하는 ‘게놈 기반 바이오 메디컬 육성사업’이 울산에서 본격 시작됐다.<br/><br/><br/><br/>울산시는 울산과학기술원(UNIST), 밀양시와 공동으로 지역행복생활권 선도사업으로 ‘게놈 기반의 바이오 메디컬 육성사업’을 벌이기로 하고 오는 27일까지 유전자 정보를 제공할 시민 100명을 모집하고 있다고 19일 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이어 내년에는 600명, 2018년에는 300명 등 모두 1000명을 모집하기로 했다. <br/><br/><br/><br/>유전자 정보를 제공하는 시민들에게는 게놈을 해독·분석해 나온 건강검진 결과와 질병위험도, 일반 질환과 암에 대한 발병 가능성, 생체나이 예측 등 건강리포트 등을 제공한다. <br/><br/><br/><br/>세계적으로 대규모 게놈 연구는 많이 이뤄졌지만, 게놈 분석을 통해 시민에게 건강리포트를 제공하는 것은 울산이 처음이다. <br/><br/><br/><br/>울산 = 곽시열 기자 sykwak@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-58.txt

제목: 패스트푸드 좋아하다간 암 걸릴 가능성 높아  
날짜: 20160913  
기자: 김대종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160913140211575  
본문: 패스트푸드를 지나치게 섭취하면 암과 관련된 유전자 변이를 지닌 손상된 적혈구 수가 늘어날 수 있다는 연구결과가 나왔다.<br/><br/><br/><br/>영국 데일리메일 인터넷 판은 12일 웨일스 스원시 대학 의과대학 암 전문의 하산 하부비 박사의 말을 인용, 항산화 성분이 많은 채소, 과일을 적게 먹고 패스트푸드 등 가공식품을 많이 먹으면 골수의 조혈 줄기세포에 의해 만들어지는 적혈구 가운데 암과 관련된 유전자 변이를 지닌 적혈구 수가 많아질 수 있다고 보도했다.<br/><br/><br/><br/>하부비 박사는 건강한 사람은 골수에서 만들어지는 적혈구 중 암과 관련된 유전자 변이를 지닌 비율이 100만 개당 3∼5개 미만이지만 가공식품을 지나치게 섭취한 사람은 적혈구의 유전자 변이 비율이 건강한 사람의 2배가 넘는다고 밝혔다. 적혈구는 폐에서 산소를 받아 온몸을 돌아다니며 각 조직에 산소를 공급하고 노폐물인 이산화탄소를 거두어 간다. 연구에 따르면 적혈구에 유전자 변이가 발생하면 결함을 지닌 적혈구가 만들어지고 이것이 암 위험을 높일 수 있는 것으로 드러났다.<br/><br/><br/><br/>하부비 박사는 채소, 과일 같은 항산화 성분이 풍부한 식품을 먹는 사람은 유전자 변이를 지닌 적혈구도 적은 것으로 밝혀졌는데, 올바른 식습관이 필요하다고 강조했다. <br/><br/><br/><br/>김대종 기자 bigpaper@ <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-59.txt

제목: 가공육·적색육 섭취의 得과 失  
날짜: 20160913  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160913134159422  
본문: 2015년 10월 26일 세계보건기구(WHO) 산하 국제암연구소(IARC)가 소시지, 햄 등 가공육을 담배나 석면처럼 발암 위험성이 높은 ‘1군 발암물질(Group 1)’로 분류하고 ‘붉은 고기’ 섭취도 암을 유발할 가능성이 있다는 평가를 내렸다. IARC는 ‘세계질병부담평가 프로젝트(the Global Burden of Disease Project·GBD)’의 연구 결과를 인용해 전 세계적으로 고기 섭취를 통해 매년 3만4000명이 사망한다고 했다. 담배는 100만 명, 알코올은 60만 명, 대기오염으로 20만 명이 숨진다는 비교 또한 제시했다. <br/><br/><br/><br/>그러나 IARC 발표의 메시지는 ‘고기는 암을 유발한다’가 아니라 ‘인류는 고기 섭취량을 줄여야 한다’는 일종의 경고 메시지로 봐야 한다. IARC 측도 가공육을 적게 섭취할 경우엔 직장암 발생 위험이 통계적으로 그리 높지 않으나, 대다수 사람이 가공육을 섭취하고 있어 공중보건 차원에서 암의 충격에 대비하기 위해 발표한 것이라고 한다. <br/><br/><br/><br/>최근 지구온난화의 주요 원흉으로 ‘축산업’ 즉, ‘가축의 생산’이 지목받고 있다. 좁은 공간에 가축을 몰아넣고 사육하는 공장식 밀집사육으로 수질과 대기가 오염되고, 이산화탄소 발생으로 지구온난화가 촉진된다는 것이다. IARC의 고기 발암물질 지정도 이러한 환경보호운동, 기후변화 대응 등과 연관이 있다는 생각이 든다.<br/><br/><br/><br/>모든 식품에는 좋은 성분도 있고 미량이나마 독(毒)이 되는 물질도 포함하고 있다. 그래서 음식이 주는 좋은 면과 나쁜 면을 균형 있게 판단해야 한다. 고기를 먹으면 암 발생 증가 등 손해도 있으나, 고기를 먹지 않으면 면역력이 떨어져 사소한 감염성 질환에 걸리기 쉬워 더 큰 건강상 피해를 볼 수 있다. 옛날 고기가 귀해 단백질과 영양 섭취가 부족했던 시대에는 사람의 수명이 훨씬 더 짧았다. 고기의 ‘동물성 포화지방’이 혈중 콜레스테롤 수치를 높여 심혈관질환을 일으키는 것은 사실이다. 그러나 콜레스테롤과 포화지방 섭취가 부족하면 암 발생, 기억력 소실, 파킨슨병, 호르몬 불균형, 뇌졸중, 우울증, 자살, 과격한 행동이 증가해 고기를 먹지 않는 것보다 먹는 게 이익이라고 한다. 고기가 주는 장점들은 무시한 채 발암성 등 고기의 나쁜 면만 부각시키는 것은 괜한 사회적 불안을 일으킬 수 있다. <br/><br/><br/><br/>가공육은 냉장·냉동 등 콜드체인(cold chain·저온유통체계)이 없어 고기를 신선하게 보관할 방법이 마땅치 않던 시절에 어쩔 수 없는 선택이었다. 당연히 ‘저장성’이라는 이익을 얻기 위해 보존료나 가공처리에 의한 ‘안전성 손해’를 볼 수밖에 없다. <br/><br/><br/><br/>고기는 어차피 대안이 없고 먹지 않을 수 없는 식품이다. 위해성평가 없이 양과 섭취 방법 등을 고려하지 않은 채 위해요소(hazard)의 존재 여부만으로 위해성(risk)을 추정해 ‘먹어라 마라, 좋다 나쁘다’ 등 소비자의 판단을 왜곡시키는 극단적인 안전성 발표는 적절하지 않다. 국민 건강을 위해서라도 소모적인 ‘안전성 문제’ 제기는 바람직하지 않다. <br/><br/><br/><br/>그보다는 건강에 유해하지 않은 섭취방법을 정확히 알려줄 필요가 있다. 즉, ‘고기를 먹지 마라’가 아니라 ‘고기를 먹을 때 연탄이나 번개탄에 굽지 마라’ ‘고기를 까맣게 태워서 먹지 마라’ ‘석쇠 직화구이보다는 불판을 사용하거나 삶아 먹어라’ 등 육류 섭취 가이드라인을 제시하는 게 현실적이다. <br/><br/><br/><br/>중앙대 식품공학부 교수 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-60.txt

제목: 화폭에 옮겨진 고비사막 雪山  
날짜: 20160913  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160913101204527  
본문: 김동연 ‘… 욜린 암’ 초대전<br/><br/><br/><br/>오랫동안 인간 본연의 근원을 파헤치며 심리학적 측면에서 인물 위주의 작업을 펼쳐왔던 김동연 작가가 ‘산’을 소재로 한 새로운 작품으로 미술애호가들을 만난다. <br/><br/><br/><br/>서울 강남구 압구정로 칼리파갤러리에서 김 작가가 직접 지난 몇 년 동안 몽골을 오가며 그린 산 그림 20여 점을 소개하는 ‘스프링 인 욜린 암(Spring in Yolyn am)’ 초대전이 오는 29일까지 열린다. <br/><br/><br/><br/>이번 전시 작품에 등장하는 ‘욜린 암’은 황량하기 그지없는 고비사막 한가운데 장엄하면서도 신비로운 자태로 우뚝 솟은 산으로, 산 이름 욜린 암은 ‘독수리의 입’이라는 뜻을 지녔다. 고비사막 여행을 위한 거점도시인 달란자드가드의 서쪽에 있으며 1년 내내 얼음으로 덮여 있다. 김 작가는 “<span class='quot0'>몇 해 전 세속의 분주함과 소란함을 벗어나기 위해 불쑥 고비사막을 찾아 방황하다가 태초의 신비를 지닌 설산인 욜린 암과 조우했다</span>”며 “<span class='quot0'>눈보라를 견디며 영욕의 인간사를 묵묵히 지켜보는 관찰자인 산을 단순히 탐미적 관점으로서의 풍경이 아닌, 물질의 원형을 더듬어가는 과정으로서 나만의 새로운 조형언어와 기호들로 재해석하기 위해 노력했다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>김 작가는 어린 시절부터 유난히 산을 좋아해 혼자서도 늘 산을 떠돌았으며, 틈틈이 산 그림도 그렸다. 그러나 이처럼 전시를 통해 산 그림을 선보인 것은 이번이 처음이다. 순수미술(서양화)을 전공한 김 작가는 신문사에서 10년간 삽화가, 시사만평화가, 편집미술기자로 근무했으며 현재는 전업 작가로 활동 중이다. 최근 인도네시아 발리의 화가이자 조각가인 안토니우스 고와 공동 기획으로 맥아트 미술관에서 한국-인도네시아 국제교류전을 열었으며 오는 10월에는 발리에 있는 아궁라이의 아르마 미술관에서 초대전을 갖는다. <br/><br/><br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-61.txt

제목: 마사지의 의학적 효능 구현… 이용자 79%가 “통증 줄었다”  
날짜: 20160913  
기자: 유현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160913100057954  
본문: - 바디프랜드 ‘안마의자’ 설문<br/><br/><br/><br/>허리·무릎·목 어깨 등은 물론<br/><br/>우울증 감소 - 두통 완화 느껴<br/><br/>‘癌환자 통증 해소’에도 도움<br/><br/><br/><br/>“産婦 손발저림 호전” 연구도<br/><br/>수험생은 ‘집중력 향상’기대<br/><br/>91% “스트레스 해소에 도움” <br/><br/><br/><br/>최근 ‘메디컬 R&D센터’ 구축<br/><br/>‘차세대 안마의자’ 본격 개발<br/><br/><br/><br/>안마의자 사용이 실제로 통증 완화, 스트레스 해소, 집중력 향상 등의 의학적 효능·효과를 볼 수 있다는 조사 결과가 나와 주목을 받고 있다. 헬스케어 그룹 바디프랜드(대표이사 박상현)는 의학 전문가들이 중심인 연구·개발(R&D)센터를 통해 의학적 효과를 더욱 극대화할 예정이다. 12일 바디프랜드는 리서치 전문 업체 두잇서베이에 의뢰해 바디프랜드의 안마의자를 쓰는 고객 500명을 대상으로 ‘안마의자의 건강관리 기능’에 대해 설문 조사한 결과, 약 80%가 안마의자 사용 후 통증 완화 효과를 경험한 것으로 나타났다고 밝혔다. 응답자 중 58%는 ‘어느 정도 도움이 됐다’, 21%는 ‘매우 도움이 됐다’고 답했다. ‘보통이다’는 14%, ‘도움이 되지 않았다’는 7%에 그쳤다.<br/><br/><br/><br/>통증 완화를 경험한 부위로는 ‘허리’가 52%로 제일 많았고 이어 어깨(50%), 팔·다리(36%), 목(32%), 두통(7%) 순(복수 응답)으로 나타났다. <br/><br/><br/><br/>안마의자 사용이 스트레스 해소에 도움이 됐는지에 대해서도 90% 이상이 ‘도움이 됐다’는 반응을 보였다. 세부적으로는 ‘약간 스트레스가 해소됐다’(46%), ‘상당 부분 해소됐다’(35%), ‘매우 해소됐다’(10%), ‘미미하다’(9%) 순이었다.<br/><br/><br/><br/>이는 안마의자가 단순히 근육통 등을 완화하기 위해 사용됐던 것에서 탈피해 생활 속 각종 스트레스를 해소할 수 있는 주요 수단으로 활용도가 확대되고 있음을 보여준다. <br/><br/><br/><br/>명절 효도 선물뿐 아니라 신혼부부의 혼수로도 인기를 끌고 있으며, 대학수학능력시험을 앞둔 수험생 등 학생들까지 안마의자를 쓰는 비율이 높아지고 있는 것은 이런 배경 때문으로 업계는 파악하고 있다. <br/><br/><br/><br/>안마의자는 사용자의 집중력 향상에도 도움이 되는 것으로 나타났다. 이번 설문에서 응답자 중 39%는 안마의자를 사용한 후에 ‘상당 부분 집중력 향상에 도움이 됐다’고 답했다. ‘매우 도움이 됐다’는 6%, ‘보통이다’는 48%, ‘아니다’는 7%였다.<br/><br/><br/><br/>이 외 안마의자의 의학적 효과에 대해 긍정적인 답변을 한 응답자는 56%로 조사됐다. ‘보통이다’는 37%, 부정적 의견은 7%였다.<br/><br/><br/><br/>실제로 마사지의 의학적 효과는 여러 연구 결과를 통해 입증된 바 있다. 마사지는 허리와 무릎 통증은 물론 두통에도 효과가 있고, 피로 및 우울증 감소 등 정신 건강에도 좋다. 특히 암 환자의 통증 완화에 도움이 된다. <br/><br/><br/><br/>임신부들이 임신기간 중 마사지를 받으면 부종이나 허리 및 골반 통증, 손발 저림 등의 증상이 호전된다는 연구 결과도 있다. 미국 국립보건원(NIH)은 마사지의 효능을 공식 게재하고 있다. <br/><br/><br/><br/>바디프랜드는 마사지의 의학적 효과와 효능을 안마의자를 통해 구현할 수 있도록 보다 전문적이고 과학적인 R&D에 박차를 가하고 있다. 최근에는 한·양방 분야별 최고의 전문의를 중심으로 메디컬 R&D센터를 구축했다.<br/><br/><br/><br/>조수현(정형외과 전문의) 메디컬R&D센터장은 “<span class='quot0'>이번 설문 조사에서 이미 의학적으로 입증된 마사지의 효능을 안마의자 사용자들도 일부 경험하고 있는 것으로 파악됐다</span>”며 “<span class='quot0'>사용자들이 막연하게만 느끼던 안마의자의 효능을 과학적으로 입증해 더 많은 사용자와 효능을 나누고, 이를 토대로 차세대 안마의자 개발에 힘을 기울이겠다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>바디프랜드는 의학적인 효과를 집에서 쉽게 누릴 수 있도록 이용흠 연세대 의공학부 교수 연구진과 최근 산학협력을 통해 각종 특허와 제조기술, 노하우를 양도받기로 했다. <br/><br/><br/><br/>대표적인 기술은 ‘자기장발생장치(PEMF)’를 이용한 복합 치료 자극장치에 관한 특허다. 이를 통해 본격적인 차세대 안마의자 개발에 나선다. PEMF란 ‘펄스’ 형태의 자기장을 이용해 인체 내 세포 활성화를 촉진, 근골격계 등 다양한 부위의 질환을 치료하고 예방하는 기술이다. <br/><br/><br/><br/>바디프랜드 관계자는 “<span class='quot1'>해당 기술을 응용해 일차적으로 근육통 개선에 도움을 주는 의료기기형 안마의자를 개발할 계획</span>”이라며 “<span class='quot1'>근육통뿐만 아니라 골다공증, 관절염, 관절 통증 등 다양한 골 질환 치료에 효과가 있는 안마의자도 선보일 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>유현진 기자 cworange@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-62.txt

제목: ‘알파고’ 친구 ‘왓슨’ “진료영역에서 수많은 기술혁신 가져올 것”  
날짜: 20160912  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160912165227343  
본문: “IBM 왓슨은 환자들이 이곳저곳 병원을 돌아다니면서 얻을 수 있는 최적의 치료 정보를 순식간에 내놓습니다. 앞으로 수많은 기술혁신을 가져올 것으로 확신합니다.”<br/><br/><br/><br/>IBM의 슈퍼컴퓨터 ‘왓슨’(Watson for Oncology)을 암 치료에 활용하고 있는 미국 메모리얼 슬로언 케더링 암센터의 마크 크리스(종양내과 전문의·사진) 박사는 지난 9일 서울 영등포구 여의동 IBM 코리아 본사에서 이같이 밝혔다. 왓슨은 클라우드 기반의 플랫폼으로 방대한 분량의 데이터를 빠르게 분석해 의료진이 암 환자들에게 개별화된 치료 옵션을 제공하는 시스템. 오는 10월부터 길병원이 국내에 처음으로 도입한다.<br/><br/><br/><br/>크리스 박사는 세계적 암센터인 메모리얼 슬로언 케더링 암센터의 폐암 전문 의료진으로서 왓슨에게 폐암에 대한 정보를 학습시켰던 인물이다. <br/><br/><br/><br/>그는 “왓슨은 300개 이상의 전문의학 논문을 비롯해 200개 이상의 교과서 등 1500만 페이지에 달하는 의료정보를 학습했다”며 “여기에 환자의 영상기록, 검사결과 등을 대입하면 불과 수초 만에 최적화된 치료옵션을 제공한다”고 밝혔다. 의료진은 이러한 정보를 토대로 보다 정확한 자료를 가지고 진료에 임할 수 있게 되는 것이다. 특히 환자에게 각종 정보를 제공하는 점에서 장점이 있다고 크리스 박사는 강조했다. 그는 “환자들은 어떻게 치료받고, 어떠한 증상이 있는지, 앞으로 어떻게 될지 궁금해한다”며 “왓슨은 의료진이 왜 암 진단을 내렸는지를 비롯해 과학적인 근거를 제공할 수 있다”고 설명했다. 또 “보통 환자가 암에 걸리면 병원 이곳저곳을 거쳐 암 치료법을 찾는 경우가 많지만 왓슨의 도움을 받게 되면 모든 환자정보와 세계적인 의학지식을 통해 진단을 내리기 때문에 그럴 필요가 없다”고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>또 한국인에 대한 의료데이터가 아직 풍부하지 않은 점에 대해서 크리스 박사는 “<span class='quot0'>국가별·인종별 차이를 극복하기 위해 전 세계에서 표준적으로 활용되는 진료기법이 들어가 있으므로 한국에서도 활용 영역을 넓힐 것으로 기대한다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-63.txt

제목: 癌, 한국인 사망원인 28.6%로 1위  
날짜: 20160912  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160912141204737  
본문: 발생률 OECD 평균 뛰어넘어 <br/><br/>폐암·간암이 癌사망률 1·2위<br/><br/><br/><br/>암은 1983년부터 33년째 우리나라 국민 사망의 가장 큰 원인으로 자리 잡고 있는 ‘난공불락’의 병이다.<br/><br/><br/><br/>12일 보건복지부에 따르면 2014년 한해, 우리나라의 암 사망자는 모두 7만6611명으로 전체 사망자의 28.6%를 차지하면서 사망 원인 1위를 기록하고 있다. 사망원인 2위는 심장질환으로 사망자 중 2만6588명(9.9%)을 차지한다. 뇌혈관질환(사망자 2만4486명)과 자살(1만3836명) 등이 뒤를 잇고 있다. 사망률(인구 10만 명당 사망자)도 암이 159.9명으로 단연 ‘선두’다. 심장질환(52.4명)과 뇌혈관질환(48.2명), 자살(27.3명)을 압도하고 있다.<br/><br/><br/><br/>암 중에서 갑상선암이 가장 많이 발병한다. 2013년 갑상선암 발생자는 모두 4만2541명으로, 암 발생률(인구 10만 명당 암 발생자)이 71.3명에 달한다. 위암(발생자 3만184명, 발생률 38.9명)이나 대장암(2만7618명, 35.2명), 폐암(2만3177명, 27.9명) 등을 크게 웃돌고 있다. 유방암의 경우 2009년까지는 간암보다 발생률이 낮았지만, 2010년 이후부터는 간암을 제치고 발생률 5위를 기록하고 있다. 암 사망률은 폐암과 간암이 독보적이다. 그만큼 폐암과 간암은 일단 걸리면 치명적이라는 얘기다. 암 사망 현황을 보면 폐암이 사망자 1만7440명(2014년 기준), 사망률 19.1명으로 1위를 기록하고 있다. 간암이 사망자 1만1566명, 사망률 13.8명으로 그 뒤를 잇고 있다. 위암(사망자 8917명, 사망률 10.1명)이나 대장암(8338명, 9.2명), 유방암(2271명, 3.0명) 등은 폐암과 간암 사망률에 비하면 그 비중이 작다.<br/><br/><br/><br/>국제적으로도 우리나라의 암 발생률은 경제협력개발기구(OECD) 가입국 평균치를 넘어서고 있다. 2013년 기준, 우리나라의 암 발생률은 285.7명으로 OECD 평균(270.3명)을 훌쩍 뛰어넘는다.<br/><br/><br/><br/>임대환 기자 hwan91@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-64.txt

제목: ‘폐암’ 내년부터 국가 癌검진 추가  
날짜: 20160912  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160912115618701  
본문: 복지부 ‘3차 종합계획’ 확정 <br/><br/>30년간 하루한갑 ‘골초’ 부터<br/><br/><br/><br/>우리나라 암 사망률 1위인 폐암이 내년부터 국가 암 검진에 추가되며, 저소득층은 국가 암 검진과 관계없이 의료비를 지원받을 수 있게 된다. 또 137만 명에 달하는 암 생존자를 관리하는 통합지지센터가 설립되고, 호스피스 완화의료 서비스도 다양화된다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부는 12일 서울 서초구 쉐라톤서울팰리스강남호텔에서 국가암관리위원회를 열고 이런 내용의 ‘제3차(2016∼2020년) 국가암관리 종합계획’을 확정했다. 이번 종합계획에 따라 내년부터 지난 30년간 하루 한 갑 정도 담배를 피워온 흡연자 8000명을 대상으로 무료 폐암 검진이 시행된 뒤 단계적으로 확대된다. 현행 국가 암 검진 프로그램은 위·간·대장·유방·자궁경부암 등 5개 항목에 한해 지원해왔다. 폐암 사망자는 전체 암 사망자의 22.8%로 가장 높은 비중을 차지하고 있지만, 조기 검진이 생존기간을 연장할 수 있다는 의학적 근거가 부족해 국가 암 검진 항목에서 제외돼 왔다. 그러나 최근 저선량 컴퓨터단층촬영(CT) 검사를 통해 폐암 사망률이 낮아진다는 연구결과가 나오면서 검진항목에 포함됐다.<br/><br/><br/><br/>국가 암 검진을 통해 암 확진을 받아야만 치료비 지원을 받을 수 있었던 저소득층 암환자의 경우, 암 검진 여부와 관계없이 의료비를 지원받을 수 있게 된다. 정부는 2020년까지 말기 암 환자 이용률을 25%까지 높인다는 목표로, 말기 암 환자가 원하는 곳에서 임종을 맞을 수 있도록 돕는 호스피스 완화의료 서비스 체계도 다양화할 계획이다. 현재 위암과 대장암에만 지원하던 확진 검사 비용도 간암·유방암·자궁경부암으로 확대한다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-65.txt

제목: “직장암 4기도 완치”… 가짜 만병통치약으로 노인들에게 30억 원 뜯은 일당 적발  
날짜: 20160909  
기자: 김리안  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160909170122668  
본문: 일반 가공식품을 말기 암까지 완전히 치료할 수 있는 ‘만병통치약’이라고 속여 노인 등에게 판매, 수십억 원을 챙긴 일당이 경찰에 적발됐다.<br/><br/>　서울 성동경찰서는 누에고치 추출물로 만든 가공식품을 건강기능식품으로 속여 판매한 혐의(식품위생법 위반)로 가공식품 판매업체 대표 윤모(56) 씨 등 5명을 불구속 입건했다고 9일 밝혔다.<br/><br/>　경찰에 따르면 윤 씨 등은 성동구 사무실에서 2014년 2월부터 최근까지 노인과 암 환자 등을 상대로 누에고치 가공식품을 판매하면서 불치병을 치료할 수 있다는 등 허위·과장 광고를 한 혐의를 받고 있다. 이들은 한 상자당 15만 원인 제품 가격을 7배 가까이 부풀려 99만 원에 판매하는 수법으로 모두 3032상자를 팔아 약 30억 원에 이르는 부당이득을 취한 것으로 조사됐다.<br/><br/>　경찰 조사 결과 윤 씨 일당은 암 환자를 섭외해 “<span class='quot0'>직장암 4기에 전립선암까지 있었는데 완치됐다</span>”고 체험사례를 발표하게 하는 등 치밀하게 각본을 짜기도 한 것으로 드러났다. 제품의 효과를 믿은 한 노인이 지병인 당뇨병 치료를 거부하다가 대상포진에 걸리게 됐고, 노인의 가족이 경찰에 이런 사실을 알리면서 이들의 덜미가 잡혔다. 김리안 기자 knra@ <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-66.txt

제목: 걱정으로 머리가 터질 것 같을때, 영어로 걱정을 한다면…  
날짜: 20160909  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160909103216826  
본문: 나는 왜 걱정이 많을까 / 데이비드 카보넬 지음, 유숙열 옮김 ／ 사우<br/><br/><br/><br/>성경에도 ‘내일 일은 내일 걱정하라’는 말이 있다. 아마 2000년 전의 예수님도 걱정에 빠진 사람은 온통 생각이 다른 데 가 있어서 ‘복음의 말씀’ 전달이 불가능하는 것을 일찌감치 간파하셨던 모양이다. <br/><br/><br/><br/>정리해고 당하면 어쩌지? 사랑하는 사람이 죽으면 어쩌지? 운전 중 사람을 치면 어쩌지? 암에 걸리면 어쩌지? 발표하는 자리에서 갑자기 생각이 안 나면 어쩌지? 이 책은 우리의 몸과 마음을 온통 사로잡고 놓아주지 않는 각종 만성적인 걱정에 관한 책이다. <br/><br/><br/><br/>공포증·불안장애 치유 전문가, 임상 심리학자로 널리 알려진 저자는 우선 걱정이 발생하는 메커니즘을 여러 비유를 통해 설명해준다. 오래전 우리의 뇌는 사냥꾼에게 근처에 호랑이가 있다는 위험 신호를 보내는 역할을 했다. 환경이 급변해서 옛날처럼 호랑이나 바위절벽, 늪과 대치하지 않는데도 여전히 뇌는 위험을 감지하고 대처하려고 한다. <br/><br/><br/><br/>또 오랜 시간 동안 음식을 먹지 않으면 위는 소화시킬 음식이 없어도 희한한 소리를 내며 무언가를 소화시키기 시작한다. 위가 자신의 역할을 다하려고 움직이는 것이다. 뇌도 마찬가지다. 풀어야 할 문제가 없을 때 뇌는 문제를 만들어내 풀고자 한다. 그것이 바로 만성적 걱정이다. 그리고 당신은 뇌가 만들어낸 문제를 진지하게 받아들인다.<br/><br/><br/><br/>저자는 이를 ‘뇌의 속임수(worry trick)’라고 규정한다. 불안과 걱정은 삶의 질을 떨어뜨린다. 자신은 물론 자신이 내린 결정을 믿지 못하고, 수시로 원인 모를 두려움에 휩싸인다. 저자는 심지어 만성적인 걱정, 즉 인간의 심신을 지배하는 걱정을 호박달팽이에 기생하며 달팽이의 뇌에 특정 호르몬을 주입해 달팽이의 욕구와 행동까지 마음대로 조정하는 납작벌레에 비유하기도 한다. <br/><br/><br/><br/>저자는 걱정은 여러 가지여도 한 가지 공통점이 있다고 말한다. 걱정을 하지 않으려고 노력할수록 걱정이 더 커진다는 점이다. 저자가 상담한 사람들은 모두 “<span class='quot0'>(걱정을 안 하려고) 노력할수록 더 심해져요</span>”라고 말한다. 그렇다면 걱정에 어떻게 대처해야 할까. 책에는 인지행동치료 등 여러 가지 최신 심리치료 기법들이 등장한다. 그러나 결론적으로 제시하는 해답은 걱정을 몰아내기 위해 일부러 노력해선 안 되고 오히려 걱정과 좋은 관계를 맺을 것을 권한다. 즉 ‘피할 수 없다면 관계를 바꿔라’다. <br/><br/><br/><br/>걱정과 친해지는 것도 한 방법이다. 책에 등장하는 ‘걱정과 싸우지 않고 같이 노는 방법 7가지’를 소개한다. ‘걱정(가사가 들어간) 노래를 (만들어) 불러라’ ‘(내 걱정을 주제로) 하이쿠(일본 전통시)를 써라 ’ ‘(걱정을 소재로) 5행시를 써라’ ‘제2 언어로 걱정하라’ ‘가짜 외국어로 걱정하라’ ‘걱정 목록을 작성하라’ ‘걱정거리를 녹음하라’. 좀 엉뚱해 보이지만 몰입하면 걱정이 사라질 것도 같다.<br/><br/><br/><br/>언론인 출신의 역자는 “<span class='quot1'>내가 불안장애를 앓았던 적이 있기 때문에 이 책의 내용에 절실한 공감을 하며 우리말로 옮겼다</span>”고 전했다. <br/><br/><br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-67.txt

제목: 바이오헬스 육성… 수출 20兆·일자리 94만개로 확대  
날짜: 20160908  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160908121325491  
본문: - 보건산업 발전 첫 종합계획 <br/><br/><br/><br/>건강 수명 73세 → 76세로 <br/><br/>한국형 메디 클러스터 조성<br/><br/><br/><br/>정부가 보건산업을 주력산업으로 육성해 오는 2020년까지 수출규모를 현재 9조 원의 2배 이상인 20조 원으로 늘리고, 관련 일자리도 18만 개를 새로 창출해 94만 개로 확대한다는 계획을 발표했다. 연구·개발(R&D) 투자와 지원을 통해 글로벌 경쟁이 치열한 제약·의료기기·화장품 분야에서 혁신제품을 개발하고, 대학과 병원의 기초연구 활성화와 의료로봇 실용화도 추진해 나가기로 했다.<br/><br/><br/><br/>정부는 8일 정부서울청사에서 황교안 국무총리 주재로 국가정책조정회의를 열고 이 같은 내용의 ‘보건산업 종합발전전략(2016∼2020년)’을 확정했다. 보건산업 전반을 조망하는 정부의 첫 종합계획으로, 박근혜정부 국정과제인 ‘바이오 헬스 7대 강국 도약’ 이행을 위한 후속조치 차원이다.<br/><br/><br/><br/>이번 종합전략에 따라 제약과 의료기기, 화장품 분야에 대한 정부의 지원이 대폭 강화된다. 정부는 국내에서 수행한 의약품 임상시험(3상), R&D시설 투자에 세제혜택을 주고 의료기기의 경우 10대 우수기업을 선정해 임상부터 수출까지 지원키로 했다. 의료로봇 실용화를 위한 중개연구도 확대할 방침이다. 항노화·감성화장품 개발을 위한 R&D 투자를 신설하고, 세계인의 피부특성을 한 곳에서 파악할 수 있는 ‘국가별 피부특성은행’도 늘리기로 했다.<br/><br/><br/><br/>또 차세대 의료서비스로 주목받는 ‘정밀의료’ 기반 구축을 위해 10만 명의 유전체 정보를 데이터베이스(DB)화한다. 기관들이 정밀의료 자원을 공유할 수 있도록 플랫폼을 개발하고, 암 진단·치료법 개발도 추진할 방침이다. 줄기세포를 이용한 세포치료제 등 첨단 재생의료기술이 환자 진료에 활용될 수 있도록 실용화도 앞당긴다. 2018년까지 병원·기업·연구소가 결합한 ‘한국형 메디 클러스터’도 조성하기로 했다. 정부는 이번 종합전략을 통해 국민 건강수명이 평균 73세(2015년 기준)에서 2025년까지 76세로 늘어날 것으로 기대하고 있다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-68.txt

제목: 세계 첫 안면 이식 디누아르, 수술 11년만에 49세로 숨져  
날짜: 20160907  
기자: 김석  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160907155227924  
본문: 세계 최초로 안면 이식 수술을 받았던 프랑스 여성 이자벨 디누아르(사진)가 수술 11년 만인 올해 4월에 숨진 사실이 뒤늦게 전해졌다. <br/><br/><br/><br/>6일 르피가로와 AFP 통신 등은 지난 2005년 안면 이식 수술을 받았던 디누아르가 4월 22일 49세의 나이로 숨졌다고 보도했다. 수술과 치료를 담당했던 아미앵 병원은 디누아르 사망 사실을 확인했으나, 디누아르 가족들의 사생활 보호를 위해 이를 발표하지 않은 것으로 알려졌다. <br/><br/><br/><br/>디누아르는 2005년 5월 사고로 코와 입술을 잃고 잇몸과 아래턱이 모두 드러나는 상해를 입었다. 디누아르는 상처가 너무 심해 얼굴 재건 수술이 아닌 안면 이식 수술이 필요하다는 아미앵 병원 측 제안에 따라 그해 11월 뇌사 상태 환자의 얼굴 일부를 떼어내 자신의 얼굴에 부분 이식하는 수술을 받았다. 르 피가로는 하지만 디누아르가 수술 후 이식 거부 반응으로 인해 2015년에는 입술 일부를 사용할 수 없었다고 전했다. 또 이식 거부 반응을 없애려 받은 면역 억제제 처방 때문에 신체 면역력이 떨어져 몸 두 군데서 암이 발병했고 결국 사망에 이르렀다고 보도했다. 한편 디누아르 이후 미국, 스페인, 터키, 중국, 폴란드 등에서 총 30여 건의 안면 이식 수술이 시행됐다. <br/><br/><br/><br/>김석 기자 suk@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-69.txt

제목: “직장암 방사선 치료, 수술前 고농도 요법땐 횟수 5분의 1로 줄여”  
날짜: 20160906  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906112529520  
본문: - 강동경희대병원 연구<br/><br/><br/><br/>종양에 5회 집중 투사… 28회 치료와 효과 동일<br/><br/><br/><br/>직장암 수술 전에 항암 방사선 치료를 일반적인 수준의 5분의 1 이하로 적게 받아도 고농도로 치료하면 효과를 볼 수 있다는 연구결과가 나왔다. 치료 기간도 5주 이상 줄어든다. 이는 항암 방사선 치료가 불편하고 힘든 환자에게 희소식이 될 것으로 전망된다.<br/><br/><br/><br/>강동경희대병원 대장암 다학제 팀(외과 이석환·방사선종양학과 정미주·정원규 교수)은 현재 진행성 직장암 수술을 받기 전 항암 방사선 치료를 5회 시행한 환자와 28회 시행한 환자 등 총 72명을 비교 분석한 결과, 동등한 효과를 확인했다고 6일 밝혔다. 이번 연구결과는 종양학 분야의 국제학술지 ‘온코타깃(Oncotarget)’에 게재됐다.<br/><br/><br/><br/>현재 진행성 직장암(2∼3기) 환자에게는 대부분 방사선 치료를 28회 시행한 후 수술을 하는 게 일반적인 치료 방법이다. 이는 환자의 진단 시 병기를 낮춰서 수술 후에 암 재발률을 낮추고, 가능한 한 항문 괄약근을 유지하기 위해서였다. 강동경희대병원 연구팀은 이러한 28회의 방사선 치료를 5회로 줄였다. 고농도로 5회 치료한 군은 28회에 치료한 군과 병기 감소율, 항문 괄약근 보존율, 주변 부위 재발률 또는 원격 전이율, 환자들의 전체 생존율, 무병 생존율 등 모든 임상결과 항목에서 통계학적 차이가 없는 것으로 확인됐다.<br/><br/><br/><br/>이석환 교수는 “<span class='quot0'>방사선 5회 치료 시에도 장기간 치료 방법에 비해 고농도 항암요법 치료를 하면서 치료 효과를 극대화 시켰다</span>”고 말했다. 연구팀은 방사선 치료를 적게 받도록 하기 위해 한 번에 들어가는 방사선 양이 많아지도록 했다. 반면 방사선 부위를 작게 나눠 종양에는 많은 양을 투사하는 반면, 종양 주변 정상조직에 도달하는 방사선량은 최소화했다. 연구팀은 “부작용과 치료 효과는 비슷하면서도 전체 치료기간을 5주 이상 줄이는 효과를 볼 수 있었다”며 “환자에게 같은 치료 효과를 보이면서도 치료비 절감과 함께 환자가 치료 후 일상생활에 빨리 복귀할 수 있게 됐다”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-70.txt

제목: 없는 게 없는 복합쇼핑몰… ‘미래 유통大戰’ 시작됐다  
날짜: 20160906  
기자: 최재규  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906110303199  
본문: - ‘스타필드 하남’ 9일 개장<br/><br/><br/><br/>국내·외 유명 브랜드 총집결<br/><br/>축구장 70개 크기 ‘국내 최대’<br/><br/>암벽등반 등 ‘스포츠 몬스터’<br/><br/>3~4년內 누적 매출 5조 목표<br/><br/><br/><br/> 유통업계가 ‘몰링(Malling) 전쟁’으로 빠져들고 있다. 롯데, 신세계 등 업계 1, 2위를 다투는 유통업체들이 대형 복합 쇼핑몰 계획을 잇달아 발표하면서 미래 유통 선점 경쟁이 불붙고 있기 때문이다. 몰링이란 대형 복합 쇼핑몰에서 쇼핑과 엔터테인먼트, 문화체험 등 다양한 여가 활동을 즐기는 소비 행위를 말한다.<br/><br/><br/><br/>오는 9일 개장을 앞두고 5일 프리 오픈 행사를 한 복합 쇼핑몰 스타필드 하남은 유통업계의 몰링 전쟁이 본궤도에 올랐다는 것을 극명하게 보여줬다. 신세계 프라퍼티와 터브먼 아시아가 합작, 경기 하남시 신장동에 세운 스타필드 하남은 연면적 약 45만3000㎡, 축구장 70개와 맞먹는 넓이로 규모 면에서 압도적이었다. 국내 등록된 단일 건축물 중 최대 크기다. <br/><br/><br/><br/>내부에는 신세계 백화점·이마트 트레이더스 등 기본 매장에 그간 신세계 그룹에서 출시한 ‘일렉트로마트’, ‘피코크’ 등 전문 매장과 인테리어 전문인 ‘메종티시아’와 같은 새로운 전문 매장까지 들어섰다. ‘이토피아’, ‘고메 스트리트’ 등 푸드코트에서는 ‘문배동 육칼’, ‘피닉스 얌차’ 등 국내외 맛집들을 선보인다. 자유낙하·암벽 등반 등 다양한 스포츠를 즐길 수 있는 ‘스포츠 몬스터’, 스파와 워터파크를 함께 이용할 수 있는 ‘아쿠아 필드’, 메가박스 상영관 등 엔터테인먼트 기능도 완비했다. <br/><br/><br/><br/>신세계 그룹에서는 올해 스타필드 하남에서 8000억 원 이상의 매출을 기대하고 있다. 향후 3~4년 이내에 누계 기준 5조 원 이상의 매출 달성을 목표로 잡았다. 신세계 그룹은 내년 상반기에 고양 삼송 지구에 스타필드 2호점을 연 뒤 2020년까지 인천·부천 등지에 잇달아 3·4호점을 내 몰링 전쟁의 승자가 되겠다는 의지이다. <br/><br/><br/><br/>우리나라 몰링의 시작은 스타필드 하남이 첫 사례가 아니다. 롯데가 2011년 개장한 ‘롯데몰 김포공항’은 연면적 31만4000㎡로 자연과 쇼핑·문화·엔터테인먼트를 모두 즐길 수 있도록 구성됐다. 2013년 9월 충남 부여군에 개장한 롯데 프리미엄 아웃렛 부여점(2만9000㎡), 2014년 10월 송파구 잠실에 개장한 ‘롯데월드몰 쇼핑몰(영업면적 7만7000여㎡)’, 같은 해 11월 경기 수원시에 문을 연 ‘롯데몰 수원(23만4000여㎡)’ 등 역시 복합 쇼핑몰 형태의 매장들이다. 롯데는 내년 상반기에 은평구에 ‘롯데몰 은평’을 여는 등 복합 쇼핑몰 사업을 계속 확장해 나갈 예정이다.<br/><br/><br/><br/>한 유통 전문가는 “<span class='quot0'>도시 발달과 인구밀집이 쇼핑과 여가를 한데 묶는 몰링 시대를 앞당기고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>유통업계의 몰링 경쟁이 당분간 이어질 것으로 보인다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>하남 = 최재규 기자 jqnote91@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-71.txt

제목: 병시중들던 남편, 아내와 숨져  
날짜: 20160902  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160902161149299  
본문: ○…암 말기 환자인 아내와 병시중 들던 남편이 아내의 60세 생일날 함께 세상을 등졌다. <br/><br/><br/><br/>2일 전남 순천경찰서에 따르면 1일 오전 11시쯤 순천시 서면 한 야산 나무줄기에 A(68) 씨 부부가 나란히 목을 매 숨져 있는 것을 실종신고를 받고 수색하던 의무경찰대원이 발견했다. A 씨 부부는 아내 B 씨가 60번째 생일을 맞은 지난달 31일 오후 2시 무렵부터 자녀들의 전화를 받지 않았다. 이에 광주에 사는 A 씨의 아들이 순천의 부모 아파트를 찾아가 유서를 발견하고 경찰에 실종신고를 했다. 폐암 말기 환자인 B 씨는 약 두 달 전 두통을 호소하며 병원을 찾았다가 암세포가 뇌까지 전이됐다는 진단을 받았다고 한다. <br/><br/><br/><br/> 순천=정우천 기자 sunshine@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-72.txt

제목: ‘빈자의 어머니’ 테레사 수녀, 聖女가 되다  
날짜: 20160901  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160901111108407  
본문: 4일 바티칸 시성식서 공식선포<br/><br/><br/><br/>‘빈자의 성녀’로 불리는 테레사 수녀(‘마더 테레사’·1910∼1997)의 시성식(諡聖式·성인품에 오를 때 드리는 가톨릭 예식)과 시성 미사가 오는 4일 프란치스코 교황의 주례로 바티칸 성베드로대성당에서 열린다. <br/><br/><br/><br/>프란치스코 교황은 지난해 초 ‘자비의 희년’(2015년 12월 8일∼2016년 11월 20일)을 선포했으며, 테레사 수녀가 선종한 9월 5일에 앞서 2∼4일을 ‘자비 활동가들과 자원봉사자들을 위한 희년’으로 정했다. 테레사 수녀가 공식적인 성녀(聖女·saintess) 반열에 오르는 시성식은 ‘자비의 희년’의 의미를 되새기는 하이라이트가 될 것으로 보인다.<br/><br/><br/><br/>테레사 수녀는 선종 6년 만인 2003년 10월 19일 요한 바오로 2세 교황에 의해 성인의 전 단계인 복자품(福者品)에 올랐고, 이후 시성을 위한 작업이 진행됐다. 가톨릭교회에서 성인으로 추대되려면 두 가지 이상의 기적을 인정받아야 한다. 교황청은 지난해 12월 다발성 뇌종양을 앓던 브라질 남성이 2008년 테레사 수녀에게 기도한 뒤 완치된 것을 테레사 수녀의 두 번째 기적으로 인정했고, 이에 따라 올 3월 프란치스코 교황이 성인 추대를 결정했다. <br/><br/><br/><br/>앞서 교황청은 2002년 테레사 수녀 타계 1주년(1998년) 특별 기도회에 참석했던 30대 인도 여성 암환자의 종양이 모두 사라진 것을 테레사 수녀의 첫 번째 기적으로 인정했으며 이듬해 테레사 수녀를 성인의 전 단계인 복자의 반열에 올렸었다. 당시 성베드로 광장에서 요한 바오로 2세 교황의 집전으로 거행된 시복식에는 테레사 수녀가 돌보던 ‘사랑의 선교회’의 빈자 2000명을 비롯해 300여 명의 추기경과 대주교, 신자 등 30여만 명이 운집했다. 이번 시성식에는 더 많은 인파가 몰릴 것으로 보인다. 이번 시성식은 바티칸 중앙 텔레비전인 CTV(www.ctv.va)를 통해 오후 5시 15분(한국시간)부터 온라인 생중계된다. <br/><br/><br/><br/>한국천주교회는 테레사 수녀 시성을 기념해 23일 오후 3시 서울 명동성당에서 서울대교구장인 염수정 추기경 주례로 미사를 연다.<br/><br/><br/><br/>테레사 수녀는 마케도니아 수도 스코페의 알바니아인 부모 사이에서 태어났다. 1928년 아일랜드에서 수녀 생활을 시작했으며 이듬해 인도로 넘어가 귀화한 이후 콜카타에서 사랑의 선교회를 설립하고 평생 빈민과 병자, 고아들을 위해 봉사했다. 생전인 1979년 노벨평화상과 1980년 인도의 최고 시민 훈장인 ‘바라트 라트나’를 받았다. <br/><br/><br/><br/>1997년 선종해 장례는 인도 국장(國葬)으로 치러졌다. 지난달 26일은 시성식을 앞둔 테레사 수녀의 106번째 생일이었는데, 인도 전역에서 기념행사가 열렸다.<br/><br/><br/><br/>그가 1950년 세운 사랑의 선교회는 현재 130여 개국에서 빈민 구호 활동을 펼치고 있다. 국내에서는 1977년 남자 수도회인 ‘사랑의 선교 수사회’, 1981년 여자 수도회인 ‘사랑의 선교 수녀회’가 각각 설립돼 노숙인을 위한 봉사활동 등을 하고 있다. <br/><br/><br/><br/>엄주엽 선임기자 ejyeob@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-73.txt

제목: 대법 “삼성전자 반도체 백혈병, 産災 아니다”  
날짜: 20160830  
기자: 손기은  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160830143243905  
본문: 삼성전자 반도체 사업장에서 일하다 급성 백혈병과 악성 림프종 진단을 받은 근로자 3명이 끝내 산업재해 인정을 받지 못했다.<br/><br/><br/><br/>대법원 3부(주심 김신 대법관)는 30일 삼성반도체 전 직원 김은경(47) 씨와 백혈병으로 사망한 황민웅(2005년 사망) 씨의 부인 정모(39) 씨 등 3명이 근로복지공단을 상대로 낸 유족급여 및 장의비 부지급처분 취소 청구소송 상고심에서 원고 패소 판결한 원심을 확정했다.<br/><br/><br/><br/>김 씨 등은 “<span class='quot0'>삼성반도체에서 근무하다 백혈병이 발병했으므로 산재로 보상받아야 한다</span>”며 2007∼2008년 근로복지공단에 유족급여 등을 신청했으나 공단이 백혈병 발병과 삼성반도체 근무 사이의 인과관계가 인정되지 않는다는 이유로 거부하자 소송을 제기했다. <br/><br/><br/><br/>이들은 “삼성전자 기흥·온양 공장 등에서 생산직 직원으로 근무하거나 퇴사한 이후 급성골수성 백혈병 등 조혈계 암에 걸려 투병 중이거나 숨졌으므로 산재로 인정해야 한다”고 주장했다. <br/><br/><br/><br/>1심은 이들에게 “근로자들이 유해화학물질에 지속적으로 노출돼 발병했다고 보기 어렵다”며 원고 패소 판결했다. <br/><br/><br/><br/>2심도 “삼성전자 반도체 사업장의 환기시스템상 인근 공정에서 발생한 유해물질에 일부 노출됐을 가능성이 있고 3교대제로 근무하면서 지속적인 야간·초과근무 등으로 과로해 스트레스를 받았을 것으로 보인다”면서도 “업무 수행과 발병 사이에 상당한 인과관계가 있다고 보기 어렵고 달리 이를 인정할 증거가 없다”며 1심과 같이 패소 판결했다.<br/><br/><br/><br/>한편 이들과 함께 소송을 제기한 고 황유미·이숙영 씨는 1, 2심에서 “<span class='quot1'>사업장에서 근무하는 동안 각종 유해화학물질과 미약한 전리방사선에 지속적으로 노출돼 발병했거나 적어도 발병이 촉진됐다고 추정할 수 있다</span>”며 백혈병 발병과 업무 사이의 인과관계가 인정됐고, 공단이 상고를 포기해 2심 승소가 확정된 바 있다. <br/><br/><br/><br/> 손기은 기자 son@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-74.txt

제목: 시한부 선고받고 딸을 가졌다… 죽음前 2년의 기록  
날짜: 20160826  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160826104217408  
본문: 숨결이 바람 될 때 / 폴 칼라니티 지음, 이종인 옮김 / 흐름출판<br/><br/><br/><br/>서른여섯 살 된 남자가 삶을, 죽음을 논한다면 과연 귀 기울일 이가 몇이나 될까? 하지만 이 나이에 폐암 말기 판정을 받고 죽음과 마주하게 된 젊은 의사 폴 칼라니티의 이야기를 담은 ‘숨결이 바람 될 때’는 뉴욕타임스 베스트셀러 1위 자리를 12주간 지키고, 38개국에 수출될 정도로 큰 반향을 일으켰다. <br/><br/><br/><br/>단순히 그가 젊어서도, 의사여서도 아니다. 원래는 작가가 되고 싶어 영문학과 철학 등을 전공했으나 모든 학문의 교차점에 있는 의학을 공부하기로 마음먹고 늦은 나이에 의사의 길을 걷다가 청천벽력 같은 소식을 접한 그가 적은 2년간의 기록은 처절하되 아름답고, 슬프되 희망적이다. <br/><br/><br/><br/>시한부 선고를 받고도 수술실에서 엄청난 업무량을 소화하고, 인공수정으로 딸을 갖고, 소생 치료를 거부하다 맑은 정신으로 아내와 8개월 된 딸의 곁을 떠난 저자의 삶은 웰빙과 웰다잉의 가치를 동시에 웅변한다. <br/><br/><br/><br/>저자는 자신의 컴퓨터단층촬영(CT) 사진을 직접 분석했다. 자신에게 해줄 희망적인 조언은 찾기 어려웠다. 그때 그는 깨달았다. 의사의 의무는 죽음을 늦추거나 환자에게 예전의 삶을 돌려주는 것이 아니라, 삶이 무너진 환자와 그 가족이 현실을 직시한 후 딛고 일어나도록 돕는 것이란 사실을. <br/><br/><br/><br/>며칠 전까지만 해도 내년 수입이 6배가량 늘겠다고 예상했지만 이제는 눈앞의 재정 계획을 바꿔야 할 처지인 저자에게 아버지는 “이렇게 계획을 수정하는 것은 병에 지는 것”이라고 말했다. 의사로서 그가 환자와 가족들에게 숱하게 했던 말이다. <br/><br/><br/><br/>하지만 이런 조언이 뜬구름 잡는 이야기였다는 것을 저자는 의사가 아닌 환자의 입장이 된 후 깨달았다. 그래서 혼자 남을 아내와 상의 끝에 인공수정을 해 두 사람의 분신인 딸을 남겼다. 또한 그가 떠난 후 출간된 이 책은 아빠를, 남편을 잃은 가족들에게 큰 재정적 버팀목이 되고 있다.<br/><br/><br/><br/>사실, 미래는 아무도 모른다. 암에 걸리기 전 언제 죽을지 몰랐듯, 폐암 말기 진단을 받고도 언제 죽을지 알 수 없다. 그래서 살아 있는 동안은 계속 살아가야 하는 것이다. 그리고 어떻게 사는 것이, 어떻게 죽음을 준비하는 것이 현명한 것인지 저자는 담담히 적어 내려갔다. 죽어가고 있더라도, 죽기 전까지는 살아 있는 것이니.<br/><br/><br/><br/>육체가 조금씩 무너져가는 순간에도 저자는 죽음이 아니라 희망을 봤다. 꺼져가는 자신의 삶이 아니라 이제 막 태어나 세상에서 자리 잡아 가려는 딸의 삶에서다. 그래서 저자는 딸에게 이렇게 마지막 편지를 남겼다.<br/><br/><br/><br/>“네가 어떻게 살아왔는지, 무슨 일을 했는지, 세상에 어떤 의미 있는 일을 했는지 설명해야 하는 순간이 온다면, 바라건대 네가 죽어가는 아빠의 나날을 충만한 기쁨으로 채워줬음을 빼놓지 말았으면 좋겠구나. 아빠가 평생 느껴보지 못한 기쁨이었고, 그로 인해 아빠는 이제 더 많은 것을 바라지 않고 만족하며 편히 쉴 수 있게 되었단다.”<br/><br/><br/><br/> 안진용 기자 realyong@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-75.txt

제목: “삶의 마지막을 병실서 맞는 대신 대륙횡단 택했지”  
날짜: 20160825  
기자: 손고운  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160825115200415  
본문: 癌선고 받은 91세 노마 할머니 ‘美 대륙 횡단 여행’ 1년째 <br/><br/><br/><br/>암 진단을 받은 상태에서 남편마저 세상을 떠나자, 치료를 포기한 채 미국 대륙횡단 여행을 시작한 91세 할머니가 건강하게 여행 1주년을 맞았다. <br/><br/><br/><br/>1년 전 미 미시간주 북동부 프레스크아일의 자택을 떠난 노마 바우어슈미트(91·사진 왼쪽) 할머니는 24일 자신의 페이스북 페이지 ‘드라이빙 미스 노마’(Driving Miss Norma)를 통해 “<span class='quot0'>오늘은 드라이빙 미스 노마 여행 팀에 대단한 날</span>”이라고 말문을 열었다. 이어 “(아들 팀(오른쪽), 며느리 라미, 애완견 링고를 포함한) 우리는 그간 미국 32개 주 75개 도시 곳곳을 돌며 약 2만1000㎞를 주행했다”며 “그동안 한 번도 경험해 본 적이 없었던 ‘처음들’을 경험하게 됐다”고 말했다. 노마 할머니는 이번 여행에서 난생처음 열기구 탑승, 승마, 시간 변경선 횡단 등을 경험했고 굴 튀김을 맛보고 손톱 관리를 즐기기도 했다. <br/><br/><br/><br/>처음 노마 할머니가 항암치료를 거부하고 무기한 장거리 여행을 떠난다고 했을 때 의료진은 모두 걱정했지만, 할머니는 지금 그 어느 때보다 건강한 것으로 알려졌다. 할머니는 “가는 곳마다 사람들의 친절과 사랑에 압도됐다”며 “우리가 가는 어디든 그곳이 우리 집”이라고 전했다. <br/><br/><br/><br/>실제로 할머니의 여정을 아들과 며느리가 틈틈이 페이스북 페이지에 게재하는데, 포스팅마다 수만 명이 반응을 보이며 할머니를 응원하고 있다. 할머니는 이제 페이스북 팬 42만여 명을 보유한 유명 인사가 돼 미 해군, 미 프로농구(NBA) 애틀랜타 호크스 팀 등 다양한 기관과 단체, 마을로부터 초대도 받았었다. <br/><br/><br/><br/>노마 할머니는 ‘지금까지 여행에서 어디가 가장 좋았느냐’는 질문을 받을 때마다 “바로 이곳”이라고 답한다. 특별한 여행 계획도 없이 가고 싶은 곳을 가고 싶을 때 가는 방식으로 여행을 다니는데, 이 여행을 할머니는 생이 끝날 때까지 계속 할 것이라고 밝혔다. 그는 “병실에서 생의 마지막을 맞는 대신 길을 나서길 잘했다고 생각한다”며 “내 여행이 ‘삶을 어떻게 마무리할까’에 대한 대화를 불러일으킬 수 있으면 좋겠다”고 전했다.<br/><br/><br/><br/> 손고운 기자 songon11@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-76.txt

제목: 간호사, 마약진통제 빼내 투약  
날짜: 20160824  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160824145217101  
본문: 부산 기장경찰서는 24일 국립의료기관인 동남권 원자력의학원에서 마약 성분이 있는 진통제를 빼돌려 집에서 투약한 혐의(마약류관리법 위반)로 이 병원 간호사 A(여·35) 씨를 조사 중이다. 경찰에 따르면 A 씨는 지난 3일 담당의사의 ID와 비밀번호를 도용해 환자에게 투약할 치료용 마약류 진통제를 처방한 것처럼 꾸민 뒤 ‘페치딘’ 앰풀(25㎎) 4개를 빼돌려 투약한 혐의를 받고 있다. 이 진통제는 암 환자의 고통을 경감시킬 때 사용하는 것으로 다량 투약하면 환각증세를 일으키는 것으로 알려졌다. 병원 측은 진통제 수량이 실제로 보관된 것과 일치하지 않아 A 씨를 불러 이 사실을 밝혀내고 수간호사를 해임한 뒤 병가 중인 A 씨는 중징계할 방침이다. <br/><br/><br/><br/>부산 = 김기현 기자 ant735@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-77.txt

제목: 항생제 남용 막을 ‘3대 행동 수칙’  
날짜: 20160819  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160819143205251  
본문: 정진엽 보건복지부 장관<br/><br/><br/><br/>수백 년 전만 해도 인간의 평균수명은 20∼30년에 불과했다. 그런데 최근 통계청의 조사에 따르면 우리나라의 100세 이상 인구가 3000명을 넘어섰다고 한다. 또, 100세 진입을 앞둔 90대 노인도 15만 명을 넘어섰다.<br/><br/><br/><br/>이런 드라마틱한 변화에 최초의 항생제 ‘페니실린’도 큰 기여를 했다. 페니실린을 비롯해 여러 항생제가 등장하면서 사형선고나 다름없었던 감염병은 치료의 영역이 됐다. 이러한 기쁨도 잠시, 우리는 다시 항생제가 없는 시대로 들어서고 있다. 바로 항생제 내성균의 출현 때문이다.<br/><br/><br/><br/>최근 국제사회는 신종감염병(에볼라, 메르스(중증호흡기증후군) 등) 이상의 파급력을 가진 항생제 내성의 심각성을 경고하고 있다. 지난 5월에 발표된 영국 보고서에 따르면, 현재 연간 70만 명이 내성균으로 목숨을 잃는데, 항생제 내성에 적절히 대응하지 못할 경우 2050년에는 연간 1000만 명이 사망할 것이라고 한다. 이는 암 사망자 수를 넘어서는, 인류의 생존과 지속 가능한 발전을 위협할 만한 수치다. 오는 9월에 열리는 주요 20개국(G20) 정상회의와 유엔총회에서도 항생제 내성을 논의할 만큼 글로벌 보건 안보의 위협으로 급부상하고 있다.<br/><br/><br/><br/>항생제는 여러 의약품 중 단지 하나가 아니라, 현대 의학을 지탱하는 필수불가결한 요소다. 효과적인 항생제가 사라진다면 맹장 수술, 제왕절개 수술, 인공관절 수술 등 흔하게 이뤄지는 수술에 대해서도 감염을 두려워해야 한다. 또한, 항암치료, 장기이식 등과 같이 면역력이 떨어지는 치료를 적극적으로 시행하기 어려워진다. 폐렴으로 인한 사망자가 기하급수적으로 늘어날 것이며, 사소한 부상으로도 목숨을 잃을 수 있다.<br/><br/><br/><br/>이러한 세균의 역습은 우리가 자초한 바 크다. 진화론적으로 내성균의 출현은 불가피하지만, 그동안 항생제를 부주의하게 사용하면서 내성균 출현을 가속화시킨 책임이 있다. 우리나라는 1000명당 항생제 소비량이 경제협력개발기구(OECD) 회원국 평균보다 35% 많으며, 항생제가 불필요한 감기의 항생제 처방률이 50%에 육박한다. 또한, 가축은 성장 촉진이나 밀집 사육에 따른 질병 예방 목적으로 다량의 항생제를 투여받고 있다. 양식업 역시 마찬가지다.<br/><br/><br/><br/>내성균과의 싸움에서 이기기 위해선 새로운 항생제를 개발하고 기존 항생제에 대한 내성균 출현을 최대한 늦춰야 한다. 불필요한 항생제 사용을 줄여 세균의 내성 획득 시간을 버는 것이 가장 중요한 전략이다. 덧붙여 내성균의 출현 및 확산을 탐지하는 감시망을 촘촘히 구축한다면 승산은 더욱 높아질 것이다.<br/><br/><br/><br/>최근 정부는 보건복지부 주도 아래 관계 부처 합동으로 ‘국가 항생제 내성 관리대책’을 발표했다. 항생제 적정 사용, 내성균 확산 방지, 감시체계 강화, 항생제에 대한 인식 개선, 인프라 및 연구·개발(R&D) 확충, 국제 협력 활성화 등 6대 주요 분야의 5개년 계획을 담았다. 이러한 노력을 통해 5년 후에는 감기의 항생제 처방률을 절반으로 줄이고, 보건 및 축산 영역의 중요 항생제 내성률을 10∼20% 낮추겠다는 의지를 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>덧붙여 항생제의 올바른 사용에 관해 국민에게 몇 가지 당부한다. 첫째, 감기는 바이러스 질환이므로 세균 질환에 사용되는 항생제는 불필요하다는 인식을 가져야 한다. 둘째, 항생제는 의사의 지시대로 용량과 복용 기간을 지켜야 한다. 증상이 좋아졌다고 스스로 중단하면 내성균 발생을 초래하게 된다. 셋째, 열이 난다고 해서 남겨둔 항생제를 임의로 복용하지 말고 진료를 받아야 한다. 폐의약품은 약국이나 보건소로 갖다 주면 된다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-78.txt

제목: 교양있는 엄마 - 왈가닥 딸 ‘갈등과 사랑’  
날짜: 20160819  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160819104207887  
본문: ★세계의 명화-애정의 조건(EBS1 20일 오후 11시45분)=보스턴 출신의 교양있는 부인 오로라(셜리 맥클레인)는 왈가닥 딸 엠마(데브라 윙거)와 둘이 휴스턴에 살고 있다. 오로라는 하나뿐인 딸 엠마에게 집착에 가까운 애정을 준다. 하지만 엠마는 지나친 걱정으로 자신을 괴롭게 하는 엄마가 가끔 귀찮다. 엠마가 열여섯살이 되던 해, 엠마는 이웃 청년 플랩(제프 다니엘스)과 결혼하려 한다. 오로라는 기껏해야 교사가 되겠다는 작은 꿈을 가진 청년이 마음에 들지 않아 결혼식마저 불참한다. 엠마는 플랩과 보란 듯이 사랑의 도피를 하고, 아이 셋을 낳게 된다. 오로라는 마지못해 엠마와 플랩의 결혼을 인정하지만 엠마는 곧 플랩의 교수 임용으로 인해 아이오와로 이사를 가게 된다. 혼자가 되었지만 여전히 아름답고 교양있는 오로라는 뭇 남성들에게 구애를 받고, 그 중 이웃집의 괴팍한 남자 게릿(잭 니콜슨)과 가까워진다. 아무 연고 없는 아이오와에서 육아에 전념하던 엠마는 어느새 나이가 들고, 플랩은 어린 여학생과 바람을 피운다. 괴로워하던 엠마는 자신의 현실에 충격을 받고 얼마 후 암 진단을 받게 된다. <br/><br/><br/><br/>안진용 기자 realyong@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-79.txt

제목: 된장·고추장 등 전통발효식품, 항암·면역기능 향상 효과 확인  
날짜: 20160817  
기자: 이민종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160817145143055  
본문: 된장, 고추장, 발효효소 등 장류 발효식품이 탁월한 건강 기능성 개선 효과를 지니고 있다는 산·학 협력 연구 결과가 나왔다.<br/><br/><br/><br/>CJ제일제당은 16일 대구 엑스코에서 4일 일정으로 막을 올린 한국식품과학회 국제학술대회 기간중 대학 연구진과 공동 진행한 연구결과를 ‘발효식품의 생물학적 기능과 대사체학((代謝體學·대사물질의 기능과 상호작용을 연구하는 학문)’을 주제로 발표한다고 17일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>허용 대구 가톨릭대 산업보건학과 교수는 동물을 대상으로 된장을 급여한 결과, 체액 면역, 세포 면역, 병원성 바이러스에 대한 방어능력이 골고루 늘어 암 발생과 바이러스 감염에 대한 방어력을 키우고 아토피 발생을 억제해 면역기능이 향상된 점을 확인한 점을 소개한다. <br/><br/><br/><br/>이충환 건국대 생명공학과 교수는 장류 원료와 발효 미생물 발효 과정 중 생성되는 발효 대사체의 종류를 규명하고 이를 발효식품의 제조 공정에 재적용해 최적화 한 점을, 김세헌 고려대 식품생명공학과 교수는 전통식품에서 찾아낸 유익한 미생물로 곡물을 발효해 만든 효소를 쥐에게 먹인 결과, 독소, 염증 인자, 중성지방이 줄어 지질대사 개선에 도움을 주는 것으로 확인된 점을 각각 설명할 예정이다. <br/><br/><br/><br/>문병석 CJ제일제당 식품연구소장은 “<span class='quot0'>된장, 고추장, 발효효소 등 한식 발효식품에 대한 연구성과를 토대로 한식의 글로벌 확산을 주도하고 다양한 기능성 식품 개발에 힘을 쏟겠다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 이민종 기자 horizon@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-80.txt

제목: 총량·종류 감시 필요한 항생제 대책  
날짜: 20160817  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160817141142137  
본문: 설대우 중앙대 약학대 교수·세포분자병리학<br/><br/><br/><br/>정부는 지난 11일 ‘국가 항생제 내성 관리대책(2016~2020)’을 수립하며 항생제 내성균과의 전쟁을 선포했다. 정부의 이런 조치는 비단 우리나라에만 국한된 일이 아니다. 지난해 5월 세계보건기구(WHO)는 항생제 내성에 대한 글로벌 수준의 대책을 주문하며 국가별 대책 마련과 국제 공조를 강력히 요청한 바 있다. 오는 9월에는 주요 20개국(G20) 정상회의에서 항생제 내성 관리 대책이 논의될 예정이다. 그만큼 세계가 처한 항생제 내성 문제가 심각하고, 세계를 위협할 전염병 수준의 국제 공조가 절실한 상황이 됐다는 인식이다.<br/><br/><br/><br/>항생제는 세균을 죽이는 막강한 수단이자 세균성 질병을 치료하는 최후의 보루다. 세균은 증식이 매우 빨라 항생제 없이는 적절히 대응하기가 쉽지 않다. 우리 몸이 가진 기본적인 면역 기능이 세균에 대항해 싸울 수는 있지만, 강력한 세균은 항생제의 도움을 받아야 이길 수 있다. 세균을 이기지 못할 경우 우리 몸을 파고든 세균은 불과 몇 시간, 길어도 이틀 이내에 감염자를 사망에 이르게 한다.<br/><br/><br/><br/>우리나라에서는 특히 항생제가 많이 처방되고 있다. 감기를 포함한 매우 간단한 질병에도 항생제 처방은 일반적이다. 대부분의 감기는 바이러스성이라 통상적으로는 필요 없는데도 항생제가 처방된다. 그러다 보니 2014년 통계를 보면, 하루에 1000명 가운데서 31.7명이 항생제 처방을 받은 것으로 나타난다. 이는 산출 기준이 유사한 경제협력개발기구(OECD) 12개국 평균에 비해 23.7배나 높은, 매우 심각한 상황이다.<br/><br/><br/><br/>항생제 과다 사용은 필연적으로 항생제 내성균의 도래를 촉발한다. 세균은 99.99999%가 죽더라도 반드시 소수의 내성균이 생기게 되고, 빠른 증식으로 이들 내성균은 순식간에 전체를 장악하게 된다. 더 이상 그 항생제가 듣지 않는 상황이 되면 반드시 다른 항생제를 사용해야 이 항생제에 내성을 가진 세균을 죽일 수 있다. 매우 심각한 상황, 즉 내성균이 지속적으로 생겨 더는 적절한 제어 수단을 갖지 못한다고 할 때, 2050년쯤에는 지구촌에서 3초에 1명, 연간 1000만 명 정도가 사망할 것으로 예측된다. 이는 암으로 인한 사망자를 훨씬 웃돈다. 이렇게 되면 중동호흡기증후군(메르스)이나 에볼라는 위협 수준도 못 된다.<br/><br/><br/><br/>더욱 암담하기로는, 항생제 개발에 제약사들이 더 이상 적극적으로 나서지 않고 있다는 점이다. 개발 기간이 길고, 실패 위험성이 큰 항생제 개발은 제약사에게 그렇게 매력적이지 않기 때문이다. 지금도 선진국, 우리나라 할 것 없이 병원 수술실이 내성균 문제로 몸살을 앓고 있다. 결국, 상당 기간 제한된 항생제로 어떻게 내성균 도래를 억제하느냐가 우리 인류가 당면한 과제인 셈이다.<br/><br/><br/><br/>그럼 지금 상황에서 내성균 도래를 늦출 방안은 없는가. 무엇보다도, 의료인들의 각성이 필요하다. 인류가 심각한 위험에 직면할 수도 있다는 대승적 견지에서 양심적인 처방이 절실하다. 다음으로는, 보건 당국이 적극적으로 항생제 처방을 감시해야 한다. 총량뿐 아니라 종류도 일선 의료기관에만 맡겨두지 말고 관리·감독해야 한다. 항생제 사용자인 국민 일반도 가능한 한 항생제 처방에 의존하지 않으려는 보다 적극적인 자세가 필요하다.<br/><br/><br/><br/>실제 항생제 내성균 문제는 우리가 생각하는 것보다 훨씬 더 위험하다. 정부의 대처가 늦은 감은 있지만, 지금부터라도 내성균의 위험을 최소화할 필요가 있다. 정부의 적극적인 대응을 기대해 본다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-81.txt

제목: 클로스 “암투병 부모님이 스퍼트 원동력”  
날짜: 20160812  
기자: 이근평  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160812144137226  
본문: - 런던대회때 펠프스 꺾고 접영200m 金땄던 남아공 클로스<br/><br/><br/><br/>부모님이 경기장 찾아 응원<br/><br/>“펠프스와 맞붙는 것 보고파”<br/><br/>내일 접영 100m 라이벌전<br/><br/><br/><br/>비록 수영 황제 마이클 펠프스(31·미국)를 꺾는 기적 같은 일이 반복되진 않았지만 이미 목에 건 은메달로도 몸이 성치 않은 아버지와 어머니는 아들이 대견스러웠다. “<span class='quot0'>마지막 50m를 두고 나 자신보다 위대한 가족을 떠올리며 박차를 가한다</span>”는 아들은 부모님이 지켜보는 마지막까지 최선을 다하겠다는 각오를 다지고 있다.<br/><br/><br/><br/>주인공은 채드 르 클로스(24·남아프리카공화국). 2012 런던올림픽 남자 접영 200m에서 펠프스를 0.05초 차로 꺾고 금메달을 따 깜짝 스타로 떠오른 그는 지난 10일 브라질 리우데자네이루 올림픽 아쿠아틱 스타디움에서 열린 올림픽 ‘리턴매치’에선 펠프스보다 0.7초 늦은 1분54초06으로 4위에 머물렀다. <br/><br/><br/><br/>하지만 그에게 스포트라이트가 쏠리고 있다. 미국 USA투데이는 클로스의 아버지 버트 르 클로스가 올해 초 전립선암을 진단받았고 어머니 제럴딘은 2010년 유방암 수술을 받았다고 전했다. 아버지와 어머니는 불편한 몸이지만 클로스가 출전하는 경기는 거르지 않고 관중석을 찾았을 뿐 아니라 열광적인 환호를 멈추지 않아 화제를 모으고 있다.<br/><br/><br/><br/>이들이 아쿠아틱 스타디움의 유명인사로 본격적으로 떠오른 건 지난 9일 펼쳐진 자유형 200m 결승전이었다. 은메달을 목에 건 클로스는 “<span class='quot1'>관중석에서 큰 목소리로 응원하는 아버지, 어머니가 큰 힘이 됐다</span>”고 밝혔다. 그는 아버지의 암 진단 소식을 듣자마자 올림픽 훈련캠프에 합류할 수밖에 없었고 그래서 가족의 의미를 더욱 간절하게 느꼈다고 말했다.<br/><br/><br/><br/>클로스는 “<span class='quot1'>나 자신보다 더 위대한 것을 위해 수영을 한다는 생각이 더욱 대단한 걸 얻게 만든다</span>”며 “<span class='quot1'>나는 국가, 코치, 동료뿐 아니라 가족을 위해 수영한다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/><br/><br/>클로스의 부모님은 13일 오전 열리는 접영 100m 결승에서 다시 한 번 열렬한 응원을 준비하고 있다. 버트 르 클로스는 “<span class='quot1'>4년 전 올림픽 이후 그동안 많은 일을 겪어 기억이 명확하진 않지만 지금 일어나고 있는 일이 엄청난 흥분이라는 건 확실하다</span>”며 “<span class='quot1'>내 아들이 펠프스와 다시 맞붙는 걸 보고 싶다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 이근평 기자 istandby4u@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-82.txt

제목: 항생제 안듣는 돌연변이 속출… 방치땐 ‘百藥이 無效’  
날짜: 20160811  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160811143146816  
본문: 정부, 처방률 절반 감축 배경 <br/><br/>OECD 평균보다 35% 높아<br/><br/><br/><br/>정부가 ‘국가 항생제 내성 관리대책’을 내놓은 것은 우리나라 항생제 처방률이 지나치게 높아 신종감염병에 버금가는 파급력을 지닌 항생제 내성균이 만연할 수 있다는 우려에서다. 항생제 내성에 적절히 대응하지 못할 경우 내성균에 의한 사망자가 암 사망자를 훨씬 웃돌 것이라는 경고도 나오고 있다.<br/><br/><br/><br/>11일 보건복지부에 따르면 우리나라의 항생제 사용량은 31.7DDD(Defined Daily Dose·국민 1000명 중 매일 항생제를 복용하는 사람 숫자)로, 산출기준이 유사한 경제협력개발기구(OECD) 12개국 평균(23.7DDD)보다 35% 더 높다. 우리나라는 특히 감기 환자에게 불필요한 항생제 처방을 많이 하고 있다. 2002년 73.3%에서 지난해 44.0%로 감소세를 보여왔던 ‘급성 상기도 감염’(감기 포함) 항생제 처방률이 최근 4년 동안에는 44∼45%로 정체 상태를 보이고 있다.<br/><br/><br/><br/>항생제 과다 사용은 유전자 변이 등 돌연변이를 일으켜 항생제 효과를 상쇄시킬 수 있다. 결국 치료 효과가 있는 항생제는 줄어들고, ‘슈퍼박테리아’에 감염될 경우 치료 항생제가 없어 단순 상처에도 생명이 위태로울 수 있다. 실제, 우리나라는 항생제 내성률이 이미 높은 상태다. 대표적 내성균인 ‘장알균’(반코마이신 항생제에 내성을 보이는 균)의 내성률은 36.5% 수준으로, 영국(21.3%)과 독일(9.1%)·프랑스(0.5%)보다 심각하다. <br/><br/><br/><br/>복지부 관계자는 “<span class='quot0'>내성균 환자들이 종합병원에서 요양병원 및 지역사회 병원으로 이동하면서 내성균이 확산하는 양상을 보인다</span>”고 분석했다.<br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-83.txt

제목: 유전 정보 등 ‘빅데이터’ 분석… 건강수명 3년 늘린다  
날짜: 20160810  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160810142201393  
본문: ‘삶의 질 개선’ 4대 프로젝트 <br/><br/><br/><br/>탄소 자원화… 화학소재 활용 <br/><br/>미세먼지 생성 원인 정밀규명<br/><br/><br/><br/>정부가 국민의 삶의 질 개선을 위해 개발하는 ‘정밀 의료’ 기술은 국민의 유전체·진료·생활습관 정보 등 빅데이터를 종합 분석해 개개인에게 적합한 의료서비스를 제공하겠다는 것이 핵심이다. 정밀의료기술 개발을 통해 건강수명은 2014년 기준 73세에서 2025년 76세로 3년 늘어나고 3대 암 5년 생존율은 8.4%에서 14.4%로 증가할 것으로 정부는 기대하고 있다.<br/><br/><br/><br/>정부는 10일 제2차 과학기술전략회의에서 국민의 삶의 질 향상 방안으로 정밀의료, 바이오 신약, 탄소자원화, 미세먼지 해소 등 4가지 프로젝트를 추진한다고 밝혔다. 보건복지부는 정밀의료 기술 기반을 마련하기 위해 일반인 최소 10만 명의 유전정보, 진료정보, 생활환경·습관 정보 등을 실시간으로 수집·축적하는 ‘정밀의료 코호트’를 구축한다. 또 한국인 3대 전이암(폐암, 위암, 대장암) 환자 1만 명의 유전체 정보도 확보한다. 이렇게 축적된 연구자원은 기업체와 병원 등에서 활용할 수 있도록 플랫폼을 구축하고, 이를 기반으로 맞춤형 진단과 치료법·신약을 개발하기로 했다. 정밀의료는 환자에게 맞는 치료법과 의약품을 처방해 치료 효과는 높이고 부작용은 줄일 수 있으며, 미래 발생할 수 있는 질병을 예측해 이에 맞는 건강관리를 통해 발병을 예방할 수 있는 새로운 패러다임이다. 정밀의료가 완성되면 제약 기업은 유전체 정보 등을 신약개발에 활용할 수 있어 성공확률도 높아진다. 복지부는 정밀의료 기술 개발을 위해 정밀의료특별법을 제정하고, ‘차세대 염기서열분석’ 기반 유전자 검사법에 대해 올해 말 건강보험을 적용할 계획이다.<br/><br/><br/><br/>미래창조과학부는 최근 강화된 온실가스 감축 의무 등으로 관련 시장이 확대될 것으로 보고 탄소를 자원으로 활용해 화학 소재를 만드는 기술을 확보할 예정이다. 이를 통해 4조9000억 원의 경제적 가치 창출을 기대하고 있다. 초미세먼지 해결 기술 개발 사업은 오는 2019년까지 입체 관측망을 구축하고, 오염물질이 생성되는 과정을 인위적으로 만드는 스모그 챔버 실험을 통해 2019년까지 미세먼지 생성 기제와 발생원인을 정밀 규명한다는 목표다. <br/><br/><br/><br/>이용권·장석범 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-84.txt

제목: 상심자차, 뽕나무 열매 말려 茶로 … 안토시아닌 풍부해 눈·혈관에 ‘굿’  
날짜: 20160810  
기자: 김호웅  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160810111111178  
본문: 요즘 블루베리, 블랙베리, 크랜베리, 아사이베리, 마퀴베리 등 여러 종류의 다양한 베리가 인기를 끌고 있다. 거의 모든 베리는 붉은색 혹은 보라색을 띠는데 이는 대표적인 항산화물질인 안토시아닌을 다량 함유하고 있음을 뜻하며, 체내 활성산소를 제거하고 신체조직의 노화를 늦추는 공통적인 특징을 지니고 있다. <br/><br/><br/><br/>언뜻 이름만 보면 베리류는 모두 외국에서 수입된 과일처럼 보일지도 모른다. 하지만 알고 보면 우리 땅에서 나는 것들도 꽤 있다. 예를 들어 서양의 라즈베리를 우리는 복분자라 하고 고지베리는 구기자라고 한다. 그 외에도 오미자, 앵두, 꾸지뽕 등 베리라는 이름만 없을 뿐 서양 베리 못지않은 맛과 영양을 지니고 있고, 각종 생리활성물질이 밝혀지기 훨씬 이전부터 차나 술 등의 다양한 형태로 이용돼 왔다. 그중에서 오늘은 ‘오디’라는 이름으로 더 잘 알려져 있는 상심자(桑침子·Mulberry)에 대해서 알아보자.<br/><br/><br/><br/>상심자는 뽕나무의 열매로 오뉴월 즈음에 완전히 익기 전 홍자색을 나타낼 때 볕에 말린 것이지만 근래에는 완전히 성숙한 검붉은 과실도 즐겨 먹는다. 색이 검을수록 신맛이 줄고 단맛이 풍성해진다. 상심자는 뽕나무의 찬 성질이 어우러져 진액과 혈액을 보충하면서도 비정상적인 열로 인해 체액이 소모되는 것을 막는다. 그래서 잦은 갈증과 불면, 안구건조, 피부건조, 노인성 변비 등 진액 부족으로 인한 증상과 빈혈, 어지럼증, 이명, 탈모 등 혈액 부족으로 인한 증상에 두루 사용된다. 단 평소 소화가 잘되지 않거나 속이 차 설사를 자주 하는 경우에는 삼가야 한다.<br/><br/><br/><br/>또한 상심자는 다른 베리류에 비해서 다양하고 풍부한 생리활성물질을 많이 지녔다. 안토시아닌 함량이 블루베리보다 1.5배 많고, 비타민C가 복분자의 9배나 들어 있다. 그래서 자외선으로부터 눈을 보호하고 당뇨병과 암도 예방해준다.<br/><br/><br/><br/>그리고 혈관 확장 기능이 있는 레스베라트롤과 심박동과 혈압을 조절하는 인, 산소포화도를 높이는 철분 함량이 높아 뇌졸중, 협심증, 심근경색 등의 뇌혈관질환과 심혈관질환을 예방하는 데 효과적이다. 더욱이 칼로리도 낮아 다이어트에도 부담 없이 섭취할 수 있다. <br/><br/><br/><br/>건조되지 않은 상심자 즉 오디는 꼭지가 신선하고 단단한 것이 좋다. 단시간에 먹고, 그렇지 않은 경우 물기를 제거해 냉동 보관해야 짓무르거나 상할 염려가 없다. 우유나 요구르트와 섞거나 바나나, 딸기 등 제철 과일과 함께 갈아 먹어도 된다. 단 당뇨가 있거나 걱정된다면 2차 발효까지 진행해 식초로 만들어 섭취하는 것을 권한다.<br/><br/><br/><br/>차로 마실 때는 만들어 놓은 원액을 따뜻한 물에 희석해 마시거나 잘 말린 상심자를 끓는 물에 넣어 1∼2분 정도 우려내어 마신다. 기력이 쇠한 경우엔 인삼을, 흰머리와 탈모 방지엔 하수오를, 불면증에는 산조인을 함께 차로 우려내면 좋다. 술로 빚는다면 최소 3개월 이상 숙성시켜야 한다. 술은 혈액순환을 촉진하여 피로해소뿐만 아니라 저혈압과 냉증에도 유익하다. <br/><br/><br/><br/>유창석 차서레시피 한의사 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-85.txt

제목: 新성장동력 찾기… 해외 이통사 ‘박차’ 국내 이통사 ‘답보’  
날짜: 20160802  
기자: 임정환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160802144153826  
본문: 美 버라이즌, AOL·야후 인수<br/><br/>종합미디어 플랫폼 기업 추구<br/><br/><br/><br/>日 소프트뱅크, ARM 인수<br/><br/>IoT 기술 표준 선점에 주력<br/><br/><br/><br/>SKT-CJ헬로비전 M&A 실패<br/><br/>국내업체 새 전략 못찾아 난항<br/><br/><br/><br/>글로벌 이동통신 시장에서 ‘탈(脫) 통신’ 바람이 불고 있어 주목된다. 특히 해외 이통사들은 적극적인 인수·합병(M&A) 전략을 통해 ‘성장 절벽’에 부딪힌 이통 사업에서 벗어나 신성장동력 모색에 나서고 있다. 마침 국내 이통사 SK텔레콤과 케이블 방송사 CJ헬로비전의 M&A가 정부의 불허로 중단된 직후에 나타난 것이어서 묘한 대비를 이룬다.<br/><br/><br/><br/> 이런 가운데 최근 2분기 실적을 발표한 국내 이통사들의 성장 절벽도 현실화하고 있다. 특히 M&A에 실패한 SK텔레콤은 2분기 전년 동기 대비 매출이 0.3% 증가했다고 밝혔다. KT가 그나마 나아 전년 동기 대비 4.5% 매출이 증가했으나 금융(BC카드)과 콘텐츠(KTH, 나스미디어) 등 계열사들의 매출을 뺀 개별 실적으로는 0.2% 성장에 그쳤다. SK텔레콤의 경우 개별 실적으로는 매출이 오히려 1.6% 감소했다. SK텔레콤의 경우 미디어 사업을 담당하는 SK브로드밴드의 매출이 연결 매출을 플러스(+)로 만들었다. 전통적인 통신의 영역에서 벗어난 계열사들의 성장이 두드러졌다는 의미로 국내에도 SK텔레콤과 CJ헬로비전의 M&A 무산과 별도로 탈통신 바람이 더욱 거세게 불 것으로 전망된다. 지난 7월 28일 실적발표와 함께 진행된 SK텔레콤 콘퍼런스콜에서 투자자들의 질문이 자회사 SK플래닛이 운영하는 온라인몰 11번가의 성장성에 쏠린 장면은 시사하는 바가 크다는 평가다.<br/><br/><br/><br/>2일 관련 업계와 외신 등에 따르면 미국 1위 이통사 버라이즌은 지난해 온라인 콘텐츠 기업 AOL을 인수한 데 이어 최근 야후의 인터넷 사업을 인수했다. 인수 대상은 야후 뉴스, 야후 금융 등 뉴스 콘텐츠 분야다. 동영상 중심 블로그 텀블러, 사진 공유 서비스 플리커 등도 포함된다. 버라이즌은 AOL과 야후를 통합해 운영할 방침인 것으로 알려졌다. <br/><br/><br/><br/>업계에서는 이에 대해 통신 사업자가 탈통신 전략을 통해 신성장 동력을 만들기 위한 시도로 평가하고 있다. 실제 버라이즌은 자체 통신 인프라와 AOL의 콘텐츠, 야후의 트래픽을 더해 종합 미디어 플랫폼 기업으로 방향성을 설정한 것으로 보인다. 팀 암스트롱 AOL CEO는 버라이즌이 야후 인수 발표 직후 인터뷰에서 “<span class='quot0'>미디어 시장의 가장 중요한 경쟁력은 규모의 경제</span>”라고 이번 인수의 배경을 설명했다.<br/><br/><br/><br/>일본의 소프트뱅크는 영국의 반도체 설계 업체 ARM(암)을 인수했다. ARM은 생산 공장이 없이 칩 설계도만 개발해 제조기업들에 로열티를 받는 팹리스(Fabless) 업체다. 이 때문에 경기 흐름에 따른 여파가 적고 마진율이 높다. 삼성전자, 애플, 퀄컴 등이 모두 ARM 아키텍처에 기반을 둔 주요 칩을 생산한다. 현재 전 세계 스마트폰의 95%가 ARM의 원천기술을 기반으로 하는 AP를 탑재하고 있다.<br/><br/><br/><br/>업계에서는 소프트뱅크가 ARM 인수를 통해 사물인터넷(IoT) 기술의 표준을 선점하려는 의도가 있는 것으로 보고 있다. IoT는 모든 기기를 인터넷으로 연결해 작동시키는 기술로 이를 구현하려면 기기마다 저전력 반도체 칩이 필수적이기 때문이다. ARM은 저전력 반도체로 모바일 시장에서 인텔을 제치고 새로운 반도체 강자로 자리를 잡은 바 있다. 특히 소프트뱅크는 미국 4위 통신회사인 스프린트와 미국 단말기 공급사 브라이스타도 보유하고 있다.<br/><br/><br/><br/>그러나 국내의 상황을 돌아보면 암울하다는 평가다. SK텔레콤과 CJ헬로비전의 M&A가 최근 좌절된 가운데 국내 업체들은 신성장 동력 마련에 난항을 겪고 있기 때문이다. IoT 등을 신성장 동력으로 삼고는 있지만 이제 막 생태계 구축을 시작한 단계로 평가된다. 특히 지난해의 경우 사상 처음으로 이통 3사가 동시에 매출이 하락하는 사태를 겪기도 했다. <br/><br/><br/><br/>업계 관계자는 “<span class='quot1'>SK텔레콤의 CJ헬로비전 M&A는 통신사업자가 미디어 플랫폼으로서 도약하고 콘텐츠 사업을 강화해 새로운 산업 생태계를 만들려고 했던 시도였다</span>”면서 “<span class='quot1'>이미 구글과 페이스북, 유튜브 등과 같은 글로벌 기업들이 국내 시장에서 점유율을 높여가고 있는 가운데 이러한 기업들과 경쟁할 새로운 동력을 찾지 못하면 국내 기업들은 도태될 수밖에 없다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>임정환 기자 yom724@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-86.txt

제목: 하루 한갑 피우면 폐암 위험 10~20배↑  
날짜: 20160802  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160802113701807  
본문: ‘세계 폐암의 날’… 가장 확실한 예방법은 금연<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>이것은 전 세계적으로 모든 암으로 인한 사망을 20% 증가시키는 것으로 알려져 있으며, 폐암 사망률도 70% 증가시킨다.</span>”(세계보건기구)<br/><br/><br/><br/>“폐암의 가장 큰 발병 요인이다. 폐암 예방법 중 가장 확실한 방법은 이것을 하지 않는 것이다.”(국가암정보센터)<br/><br/><br/><br/>‘흡연’을 두고 하는 말이다. 17년째 한국인 암 사망률 1위는 폐암이다. 대한의학회와 대한폐암학회에 따르면, 이런 추세는 2032년까지 계속될 것으로 전망되고 있다. <br/><br/><br/><br/>폐암 사망의 가장 큰 원인은 단연 ‘흡연’이다. 전 세계에 발표된 대규모 역학 연구결과를 보면, 흡연자가 비흡연자보다 폐암에 걸릴 위험은 평균 10배에서 20배 정도 높다. 영국에서는 하루 한 갑 이상 담배를 피운 사람은 비흡연자보다 폐암 발병 위험도가 30배라는 연구결과도 있었다.<br/><br/><br/><br/>8월 1일은 ‘세계 폐암의 날(World Lung Cancer Day)’이다. 최초 미국 흉부외과의사협회에서 제정한 뒤, 국제호흡기협회(FIRS) 및 국제폐암연구협회(IASLC) 등과 함께 폐암에 대한 인식을 고취하고 폐암 환자들을 지원하기 위해 마련된 날이다. 폐암의 날을 기념해 폐암은 물론 폐암의 가장 확실한 예방법인 금연에 대해 점검해봤다.<br/><br/><br/><br/>◇폐암의 최대 원인 ‘흡연’=폐암은 폐에 생기는 악성종양(암)을 말하며, 폐를 구성하는 조직에서 종양이 일차적으로 발생한 ‘원발성 폐암’과 폐가 아닌 다른 장기에서 종양이 발생해 혈관이나 림프관을 타고 폐로 이동해 증식하는 ‘전이성 폐암’으로 나눌 수 있다. 폐암은 조직학적 모양에 따라 크게 ‘소세포폐암(small cell lung cancer· 폐암 중 비중 20%)’과 ‘비소세포폐암(non-small cell lung cancer·80%)’으로 분류한다. <br/><br/><br/><br/>폐암의 가장 흔한 원인은 흡연이다. 그 외 다른 원인으로는 유전적 소인과 방사선, 석면, 공해, 간접흡연, 바이러스 등이 있다. 폐암의 가장 흔한 증상은 호흡곤란, 기침, 혈담, 체중감소다. 이 외에 흉통, 숨 쉴 때 쌕쌕거림, 피로, 식욕감소, 목쉼, 삼킴(연하) 곤란 등이 있을 수 있다.<br/><br/><br/><br/>폐암이 다른 장기로 전이된 경우에는 전이된 장기에 따라 증상이 달라진다. 폐암의 뇌전이 환자는 두통·어지러움·보행실조 등이 나타나고, 뼈로 전이된 경우 뼈에 통증이 심할 수 있고, 척추에 전이된 경우 갑작스러운 하지마비가 나타날 수 있다. 증상이 이미 나타난 경우에는 다른 암과 마찬가지로 폐암 역시 병이 진행된 경우가 많다. 폐암 환자 대다수가 증상 없이 건강 검진이나 다른 병의 검사에서 우연히 발견되는 경우가 많기 때문에 증상이 없더라도 정기적인 검진을 받는 게 매우 중요하다.<br/><br/><br/><br/>◇흡연 유혹하는 ‘가향 담배’ 주의해야=직·간접적 흡연의 위해성은 잘 알려져 있지만, 그렇다고 금연도 쉽지 않다. 지난해 담뱃값 인상과 금연구역 확대로 흡연 공간도 줄어들고 있지만, 오히려 상반기에 멘톨담배나 캡슐담배 등 ‘가향 담배’ 판매량은 늘어났다. 담배회사들이 담배에 달콤한 맛과 향을 첨가하면서 비흡연자는 물론, 금연을 시도하는 흡연자들을 유혹하고 있는 탓이다. <br/><br/><br/><br/>그러나 가향 담배에 첨가되는 코코아나 커피 등에 포함된 카페인은 기관지 확장제 역할을 하기 때문에 니코틴 흡수를 오히려 도와줘 결국, 중독 증상을 심화시킨다. 가향 담배에 많이 사용되는 멘톨은 ‘신경 말단’을 무력화해 담배 연기를 흡입할 때 느껴지는 자극을 줄여주는 역할을 한다. 결국, 가향 담배에 첨가되는 첨가물들은 니코틴중독을 더욱 심화시키게 되는 셈이다. <br/><br/><br/><br/>정부도 최근 가향 물질이 함유된 담배 시장이 급성장하고 있는 점과 가향 물질이 담배의 매력도를 상승시키는 데에 이용되는 점 등 규제의 필요성을 인식하고, 가향 물질을 담배에 첨가하는 것을 규제하는 정책을 추진하기로 했다.<br/><br/><br/><br/>◇흡연은 질병, 치료로 접근해야=담배가 끊기 어려운 이유는 흡연이 단순한 습관이 아닌 니코틴중독 질환이기 때문이다. 담배에 들어있는 니코틴은 뇌에 작용해 도파민이라는 호르몬을 분비시키는데, 이 호르몬으로 인해 흡연 시 흡연자는 쾌감을 느끼게 된다. 이런 작용이 담배에 대한 의존 및 중독으로 이어지게 되고, 담배를 피우지 않을 때 금단증상을 일으켜 금연을 어렵게 하는 것이다. 담배를 많이, 오랜 기간 피울수록 니코틴 수용체의 개수가 늘어나 중독은 더 강화된다. 니코틴중독을 ‘의지’만으로 이겨내기는 매우 어렵다. 연구에 따르면 의지만으로 금연에 성공할 확률은 약 3~5%인 것으로 알려졌다. 반면 병·의원을 방문해 의사의 상담치료와 금연치료·약물치료를 병행해 치료할 경우 금연 성공률은 44%까지 높아진다. <br/><br/><br/><br/>병·의원을 통한 금연치료는 기본적으로 의사의 금연상담치료와 함께 약물치료가 병행된다. 금연치료에 사용되는 전문의약품에는 ‘바레니클린’과 ‘부프로피온’이 있다. 금연치료 목적으로 개발된 바레니클린은 니코틴 대신 체내 니코틴 수용체와 결합해 흡연의 만족도를 떨어뜨리고 금단 증상을 줄여준다. 우울증 치료를 목적으로 개발된 부프로피온은 도파민의 분비를 유발해 금연을 돕는다.<br/><br/><br/><br/>정부는 올해부터는 상담료와 약제비 등 금연치료 비용의 20%만 개인이 부담하도록 하고, 3회차 병원 방문부터는 비용을 전액 국가가 지원해 주기로 했다. 12주 프로그램을 모두 이수할 경우 1~2회차에 냈던 비용도 모두 돌려준다. 금연치료를 시작했다면 중간에 포기하지 말고 끝까지 프로그램을 이수하는 것이 중요하다. 가까운 금연치료 의료기관은 국민건강보험공단 홈페이지(www.nhis.or.kr)에서 확인할 수 있다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-87.txt

제목: 애기똥풀, 독성 있어 처방 필수… 위통·황달에 효과  
날짜: 20160801  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160801140217917  
본문: 잎과 줄기를 자르면 등황색 유액이 애기(‘아기’의 방언)의 똥물처럼 나온다고 해 ‘애기똥풀’이라는 이름이 붙여졌다. 애기똥풀은 전국의 산과 들에서 자라는 양귀비과의 두해살이풀로 유독성 식물이다. 그래서 약용, 관상용으로 가치는 높지만, 민간약으로 쓰기에는 위험한 풀이다.<br/><br/><br/><br/>약으로 쓸 때는 반드시 한의사의 처방에 따라 써야 한다. 봄에 꽃이 피기 전에 잎을 산나물로 오인하고 먹는 경우가 있는데 위험하다. 애기똥풀을 약초로 쓸 때는 5∼7월에 잎이 달린 전초를 채취하여 통풍이 잘되는 곳에서 말려서 쓴다. 맛은 쓰고 매우며 성질은 약간 따뜻하다. 뿌리는 쓰고 떫으며 독이 있다. 약리 실험에서 진통 작용, 해열 작용, 이뇨 작용, 해독 작용, 살균 작용, 항암 작용을 하는 것으로 밝혀졌다. 한방에서는 뿌리를 백굴채(白屈菜)라 부르며 주로 위통, 월경통, 황달, 만성기관지염, 습진, 악성 종기, 암 등에 다른 약재와 함께 처방한다. 다량을 쓰면 중독된다. 민간에서는 사마귀, 습진, 무좀, 악성 종기 등에 잎과 뿌리를 짓찧어 환부에 발랐다.<br/><br/><br/><br/> 정구영 한국토종약초나무연구회장 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-88.txt

제목: 고혈압·당뇨·5대癌, 2018년부터 확진검사 ‘무료’  
날짜: 20160728  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160728115128099  
본문: 복지부, 2차 국가검진 계획 <br/><br/><br/><br/>연간 142만명 혜택 받을듯 <br/><br/>골다공증·우울증 검진 확대<br/><br/><br/><br/>오는 2018년부터 국가건강검진에서 고혈압과 당뇨, 5대 암(위암·대장암·간암·유방암·자궁경부암) 질환 의심자는 전액 무료로 확진 검사를 받을 수 있게 된다. 연간 142만 명 정도가 혜택을 받을 것으로 예상된다. 보건복지부는 이 같은 내용의 ‘제2차(2016∼2020년) 국가 건강검진 종합계획’을 국가건강검진위원회 의결을 거쳐 28일 확정했다고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>지금은 국가건강검진에서 질환 의심자로 판정받아도 검진기관을 재방문해 2차 검진을 통해 확진 검사를 받거나, 다른 의료기관을 찾아 자기 부담으로 검사를 받아야 한다. 현재 일반검진의 경우 본인부담금은 4480원, 자궁경부암은 1만6935원, 유방암은 6만1060원, 간암은 9만6107원이다.<br/><br/><br/><br/>특정 연령대에 제공되는 검진과 의료서비스도 확대된다. 현행 40세와 66세에 제공되는 의사의 ‘생활습관상담 서비스’가 앞으로는 40세 이후 10년마다 제공되고, B형간염 검사는 기존 40세에서 30세로 앞당겨 받을 수 있다. 골다공증 검사 대상도 66세 여성에서 54·66세 여성으로, 우울증 검사는 40·66세에서 40·50·60세로, 노인신체기능 검사는 66세에서 60·70·80세로 확대된다. 인지기능장애검사의 경우 66·70·74세에서 66·70세 이상 2년 1회로 조정되고, 이상지질혈증 검사는 2년 1회에서 4년 1회로 바뀐다.<br/><br/><br/><br/>검진결과는 스마트폰 등을 통해 ‘맞춤형’으로 제공된다. 동일 연령대와 비교한 자신의 건강 수준과 앞으로의 건강 상태 전망도 알아볼 수 있다.<br/><br/><br/><br/>복지부는 이와 함께 취약계층 건강검진 지원을 강화하기 위해 장애인 건강검진프로그램도 2018년부터 단계적으로 도입하기로 했다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-89.txt

제목: “잡념 들어도 ‘옴 샨티’ 되뇌며 마음챙김 유지”  
날짜: 20160727  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160727145142799  
본문: 5 호흡법<br/><br/><br/><br/>얼마 전 독일 정신과의사협회는 의식적으로 깊게 호흡을 하면 즉각 심리적, 육체적인 반응을 일으켜 스트레스를 줄일 수 있다는 연구결과를 발표했다. 또 하버드대의 연구에 따르면, 노인이 올바른 호흡과 명상을 일정 기간 하면 심장병 입원율이 87%, 암 입원율이 57%, 신경계통 입원율이 88%나 떨어진다고 한다. 호흡은 모든 생명의 기초라고 할 수 있다.<br/><br/><br/><br/>―주교님, 지난 회에 호흡은 단순히 숨을 쉬는 것 이상의 의미가 있다고 하셨습니다.<br/><br/><br/><br/>“호흡은 우리의 육체와 무한한 우주 공간을 연결해 주는 유일한 끈입니다. 심호흡은 존재의 중심으로, 현재 우리가 의식하는 것과는 다른 차원의 의식으로 들어가는 통로입니다. 숨을 들이쉬면서 우주 공간의 한 부분을 몸 안으로 받아들이고, 숨을 내쉬면서 몸 안의 한 부분을 우주 공간의 한쪽으로 배출하는 것입니다. 우주의 생명력을 들이마셔서 몸 안의 구석구석까지, 특히 병들고 아픈 부위로 보낸다는 느낌을 가져 보세요. 그리고 날숨을 통해 몸 안의 나쁜 기운과 병든 마음의 찌꺼기도 함께 내보낸다고 느껴 보세요.”<br/><br/><br/><br/>―호흡을 하기 전에 어떤 준비를 하면 좋을까요.<br/><br/><br/><br/>“호기법(呼氣法)이 있습니다. 먼저 코로 숨을 깊이 들이쉽니다. 그리고 상체를 앞으로 숙이면서 입으로 힘차게 숨을 내뿜어줍니다. 서너 번 정도 반복합니다. 다음에는 코로 숨을 깊이 들이마신 다음 세 번으로 나누어 입으로 내뿜어 봅니다. 이 역시 서너 번 반복합니다. 폐 속에 있는 탁한 공기를 밖으로 내보내고, 신선한 공기를 들이마시기 위해서입니다. 일종의 폐 청소법이라고 할 수 있습니다.”<br/><br/><br/><br/>―명상 시 호흡에서 들이마실 때는 코로, 내쉴 때는 입으로 하나요.<br/><br/><br/><br/>“명상을 할 때는 코로만 숨을 쉬어야 합니다. 명상할 때뿐만 아니라 보통 숨을 쉴 때도 반드시 코로만 숨을 쉬어야 합니다. 우리가 들이마시는 공기 속에는 각종 먼지와 세균들이 들어 있어서 코로 숨을 쉬어야 코털이나 코의 점액 등이 이것들을 걸러내기 때문입니다.”<br/><br/><br/><br/>―심호흡은 훈련이 필요할까요.<br/><br/><br/><br/>“매일 잠깐이라도 앉아 눈을 감고 심호흡에 정신을 집중하는 훈련을 하는 것이 중요합니다. 숨을 들이쉬고 내쉴 때에 정신을 온통 코끝에 집중해 보십시오. 코끝을 바라보며 ‘하나’ 하고 세며 숨을 깊게 들이마십니다. 잠깐 멈춘 다음 이번에는 코끝을 바라보며 ‘하나’ 하고 세며 숨을 길게 내쉽니다. 숨을 들이마실 때는 배를 볼록하게 앞으로 내밀고, 숨을 내쉴 때는 배를 안으로 밀어 넣어 홀쭉하게 만듭니다. 들이마시는 숨보다 내쉬는 숨은 가능하면 길게 합니다. 마음속의 불안이나 어떤 응어리를 함께 내보내어 마음을 안정시키기 위해서입니다. 처음부터 욕심을 내기보다는 2분, 5분, 10분, 나중에는 한 시간 정도로 점점 늘려가 보십시오.”<br/><br/><br/><br/>―가만히 앉아 호흡만 하다 보면 잡념에 빠지거나 졸음이 와서 힘이 듭니다.<br/><br/><br/><br/>“심호흡을 할 때는 모든 생각을 멈추고 온전히 호흡에만 의식을 집중해야 합니다. 마음이 호흡에서 벗어나 방황하고 있으면 그것을 느끼는 순간 곧 호흡으로 돌아오십시오. 이것을 보통 ‘마음챙김’(止·지, mindfullness)이라고 하는데 초보자는 쉽지 않지요. 심호흡 도중에 어떤 소리가 들린다든지, 몸이 가려움을 느낀다고 할지라도 저항하지 말고 호흡으로 돌아오세요. 스물, 열아홉, 열여덟 하고 세어 내려가면서 하나까지 천천히 세어보는 방법도 있습니다. 그러고는 마음속으로 ‘아, 편안하다, 편안하다…, 마음의 평화…’하고 말한 다음 ‘입정(入定)’ 혹은 ‘옴 샨티(Om Shanti)’라고 마음속으로 되뇌어 봅니다. ‘옴 샨티’는 ‘나는 평화로운 영혼’이라는 뜻입니다.”<br/><br/><br/><br/>―지난 회에 심호흡과 ‘만트라’(반복해서 마음으로, 혹은 소리 내 하는 말이나 음)를 함께 하면 지혜로운 깨달음을 얻기도 한다고 하셨는데요.<br/><br/><br/><br/>“이런 간단한 심호흡과 ‘만트라’만으로 우리는 무한한 위로와 즐거움을 느낄 수 있습니다. 2009년 7월 로스앤젤레스에서 열린 미국 성공회 총회의 주제는 우분투(Ubuntu)였습니다. ‘나는 네 안에, 너는 내 안에’라는 뜻입니다. 나는 명상을 하면서 심호흡 가운데 ‘우분투’라는 말을 되뇌어 보았습니다. 당시에 ‘나’라는 것은 거대하고 신비한 우주의식(cosmic consciousness)이, 기독교에서는 하느님이라고 부르는 이 엄청난 존재가 이 시공간(時空間)에 잠시 존재케 했다가 다시 그 뿌리로 데려가는 존재라는 사실을 깨달았습니다. 물론 다른 모든 존재와 함께 말이죠. 이때 나는 영혼의 깊은 차원을 어렴풋이 경험했는데, 명상이 주는 하나의 기쁨입니다.”<br/><br/><br/><br/> 엄주엽 선임기자 ejyeob@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>바람소리·꽃향기… 무엇이든 하나에 집중하기<br/><br/><br/><br/>◇명상실습 네 번째<br/><br/><br/><br/>“명상하는 장소에 있는 무엇이든지 하나를 집중하여 바라봅니다. 촛불이든, 여행지에서 산 기념품이든 그 어떤 것이라도 새로운 느낌을 가지고 바라봅니다. 소리를 들어도 좋습니다. 바람소리, 새소리, 물소리 등 어떤 소리라도 좋습니다. 주위에 들리는 소리가 별로 없으면 엄지손가락으로 귀를 막아보십시오. 귀에서 어떤 소리가 들릴 것입니다. 그 소리를 집중하여 들어보십시오. 새로운 느낌으로 들어야 합니다. 아로마 등 집중하여 냄새를 맡아보아도 좋습니다. 과거에 경험했던 숲 속의 꽃향기를 맡거나, 새소리 혹은 바람소리를 듣거나, 흘러가는 시냇물 등을 바라보아도 좋습니다.” <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-90.txt

제목: ‘암살’ 日서 정식개봉… 1곳 뿐인 상영관 확대 관건  
날짜: 20160722  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160722110447271  
본문: 최근 경색된 한일관계도 걸림돌<br/><br/>‘귀향’ 판권 못팔아 순회상영회<br/><br/><br/><br/>일제 시대를 배경으로 한 한국 영화 두 편이 일본 현지 상영을 통해 역사 바로 세우기에 앞장서고 있다. <br/><br/><br/><br/>지난해 7월 국내에서 개봉된 영화 ‘암살’(감독 최동훈·사진)은 친일파 척결을 소재로 삼아 국민적 호응을 얻으며 1270만 관객을 모았다. 암살은 이후 1년 만인 지난 16일 도쿄에서 정식 개봉됐다. 일본 배급사인 하크(HARK)가 수입했지만 현재 암살을 상영 중인 일본의 영화관은 시네마신주쿠 단 한 곳이다. <br/><br/><br/><br/>암살의 해외 배급을 담당하는 쇼박스 측은 “<span class='quot0'>이 곳을 기점으로 일본 전역 20∼30개관으로 확대 개봉하는 것이 목표</span>”라고 밝혔지만 최근 역사 문제를 놓고 한일 관계가 경색됐기 때문에 개봉관 확대는 쉽지 않을 전망이다. 하지만 암살이 일본에 정식 수출됐고, 극장 상영을 성사시켰다는 것 자체 만으로 의미가 크다. 그 동안 반일 감정을 다룬 영화들이 수차례 일본 시장을 노크했으나 번번이 좌절됐기 때문이다. 암살을 제작한 케이퍼필름의 측은 “암살이 일본에 정식 소개된 것도 의미있는 일”이라며 “소재에만 초점을 맞추지 않고 다양한 볼거리를 제공하는 장르 영화로 판단했기에 일본 수출이 가능했던 것 같다. 일본 배급사 측도 일본 내 반응을 살피며 상영관을 확대시키려 노력하고 있고, 반드시 극장 상영이 아니더라도 2차 부가 시장을 통해 더 많이 이들이 암살을 볼 것”이라고 내다봤다.<br/><br/><br/><br/>일본군 위안부 할머니의 참상을 그린 ‘귀향’(감독 조정래) 역시 일본 진출을 노렸으나 판권을 사가는 곳이 없어 정식 상영은 불가능한 상황이다. 하지만 귀향 측은 재일교포 사회의 도움으로 일본 전역에서 상영회를 열 계획이다. 21일 일본 도쿄에 위치한 한 호텔의 공연장에서 첫 상영회가 열렸고 준비된 400여 객석은 재일 교포와 일본 시민들로 가득 찼다. 귀향 측은 향후 13개 도시를 돌며 상영회를 이어갈 예정이다.<br/><br/><br/><br/>한 영화계 관계자는 “<span class='quot1'>정치적 공방보다 문화적인 접근이 역사 의식을 바로 잡는데 더 큰 힘을 발휘할 수 있을 것</span>”이라며 “<span class='quot1'>암살과 귀향에 이어 조선인 강제 노역의 역사를 그린 영화 ‘군함도’가 촬영 중인 것처럼 일본의 부끄러운 역사를 꼬집는 영화계의 외침은 계속될 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/>안진용 기자 realyong@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-91.txt

제목: 철학교수 감정선 변화 따라 장르도 로맨스서 스릴러로  
날짜: 20160719  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160719144205846  
본문: ‘이레셔널 맨’<br/><br/><br/><br/>우디 앨런 감독의 46번째 연출작인 ‘이레셔널 맨’(사진)은 그의 작품 중 중간쯤의 색채를 띤다. 회색 톤의 무거운 주제를 담았지만 내내 밝은 파스텔 톤으로 전개되며 흥미를 자극한다. <br/><br/><br/><br/>지난해 칸국제영화제 비경쟁부문에 초청된 이 영화는 앨런 감독 특유의 유머를 바탕에 깔고, 삶에 대한 다양한 질문을 던진다. 앨런 감독은 이 영화에 대해 “<span class='quot0'>우리 모두는 전적으로 부서지기 쉬운 만일의 사태를 조건으로 살고 있다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>21일 개봉하는 이 영화는 로맨스물의 말랑말랑한 맛과 함께 미스터리 스릴러의 긴장감도 전한다. 소도시 대학에 여러 권의 저서를 쓴 저명한 철학 교수 에이브(호아킨 피닉스)가 전임 오고, 이 학교 교수들과 학생들은 설레는 마음으로 그를 맞이한다. 특히 매혹적인 여학생 질(에마 스톤)은 에이브의 과거를 파헤치며 그에게 강한 끌림을 느낀다. 이상과 현실 사이에서 갈등하며 삶의 의지마저 희미해지고 있는 에이브는 동료 여교수의 유혹에도 무관심하게 대응하며 무기력한 나날을 이어간다. 하지만 질의 끈질긴 구애에 에이브의 마음은 조금씩 흔들린다. 그러던 어느 날 질과 함께 식당에 간 에이브는 우연히 뒷자리에 앉은 여인이 자신의 양육권 소송을 맡은 부도덕한 판사가 남편의 편을 들어줘서 아이를 빼앗기게 됐다며 그 판사가 암에 걸려 죽었으면 좋겠다고 푸념하는 것을 듣고 흥분한다. 그날 이후 삶의 목적을 찾게 된 에이브는 질과의 연애를 본격적으로 시작한다. <br/><br/><br/><br/>영화 전반부에서는 에이브의 강의를 통해 관객에게 철학적 지식을 선사한다. 그러다가 달콤한 사랑 이야기로 전환된 후 이내 복잡하게 꼬인 사건을 풀어가는 형식으로 바뀐다. 사이사이 재즈 피아노의 선율이 관객의 감정선을 건드리며 이야기 속으로 끌어들인다. <br/><br/><br/><br/>비이성적인(Irrational) 사람들의 이야기를 재미있게 즐긴 후 극장을 나설 때쯤 묵직한 덩어리가 가슴 언저리에 걸린 듯한 느낌이 전해진다. 앨런 감독이 던진 메시지 중 어느 부분에 집중했느냐에 따라 정도의 차이는 있을 거다. 청소년 관람불가. <br/><br/><br/><br/>김구철 기자 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-92.txt

제목: 朴정부, 사드 왜곡·선동 세력에 단호히 대처하라  
날짜: 20160718  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160718140258673  
본문: 경북 성주군민이 아닌 외부세력이 사드 문제를 ‘제2의 광우병’ 파동으로 악화시키려는 의도가 나타나고 있다. 그럼에도 정부는 여전히 적절한 대응을 못한 채 위기 대응의 한계를 드러내고 있다. 심지어 박근혜 대통령 부재 상황에서 설득차 현지에 내려간 황교안 총리가 폭력시위에 노출되고, 한때 주요국가 정책을 메모한 수첩과 휴대전화를 분실하는 어이없는 상황도 발생했다. 이런 혼란이 계속된다면 자칫 한·미 동맹마저 흔들릴 수 있는 심각한 국면이다.<br/><br/><br/><br/>무차별 유포되는 괴담 때문에 성주군민은 더 큰 공포를 느끼고 있다. ‘전자파 참외’를 넘어 ‘레이더 앞 보초병이 뇌가 녹아 없어졌다더라’에서부터 ‘전자파가 방사능처럼 몸에 축적된다’는 등 암 공포가 확산하고 있다. 세계보건기구(WHO)와 국립전파과학원 등에 따르면 사드는 와이파이·블루투스와 같은 대역의 주파수를 써 안전기준치 이하면 별문제가 없다. 전기장판에 눕거나 고급차의 자동주행시스템 앞으로 지날 때가 더 많은 전자파를 쐴 수 있다. 하지만 악의적으로 왜곡된 괴담 탓에 이런 ‘과학’은 설득력을 잃고 있다. 일본에서 사드 전자파로 인해 어지럼증과 구토를 일으켰다는 예와 ‘괌 사드기지 지역에 살 수 있는 건 두 마리 돼지뿐’이란 보도도 사실이 아닌 것으로 드러났다.<br/><br/><br/><br/>전문 시위꾼의 개입도 더 이상 방치할 수 없는 상황이다. 성주군 측은 총리 폭력 사태에 대해 “<span class='quot0'>외부인이 개입한 것도 한 원인</span>”이라며 “<span class='quot0'>시위꾼이 붙어 순수한 농민의 군중심리를 이용한 점이 있다</span>”고 밝혔다. 경찰도 수사에 나섰다. 평화와 통일을 여는 사람들 등 51개 단체로 구성된 ‘사드한국배치반대전국대책회의’에는 법원이 이적단체로 적시한 조국통일범민족연합 등 일련의 반미 시위와 연관된 단체가 상당수 포함돼 있다. 정부는 오늘 박 대통령의 귀국을 계기로 보다 철저하고 적극적으로 상황을 수습해야 한다. 불법 폭력세력은 철저히 엄단하되 괴담은 과학적으로 설득해야 한다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-93.txt

제목: 삼성창원병원 신축본관 개원…“환자중심 병원 탈바꿈”  
날짜: 20160715  
기자: 박영수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160715162123503  
본문: 성균관대 삼성창원병원이 15일 병원 특설행사장에서 ‘본관 개원식’을 개최했다.<br/><br/><br/><br/>삼성창원병원은 35년간 활용해 온 노후시설을 전면 개선해 쾌적한 의료시설을 갖추고, 성균관대 부속병원으로서의 역량 강화와 삼성그룹의 사회공익 사업을 수행하기 위해 본관을 신축했다. 개원식에는 박재용 창원시 제1부시장, 홍민희 경남도 복지보건국장, 조철현 마산회원구청 구청장, 경남도의사회 박양동 회장, 서정돈 성균관대 이사장과 정규상 총장, 이태협 상임이사, 어환 의무부총장, 이경수 학장, 성인희 삼성생명공익재단 대표이사, 신호철 강북삼성병원 원장 등이 참석했다.<br/><br/><br/><br/>삼성창원병원 본관은 6만5800㎡에 지하 6층, 지상 9층 규모로 건립됐다. 본관 개원으로 병원 연면적은 9만1400㎡로 2배 확장돼 병동과 중환자실, 수술실 및 각종 검사실의 면적과 인프라가 대폭 개선됐다. 전체 744병상 규모는 유지하면서 환자 전용 공간을 2배 이상 확장하는 내실을 기했다. 지역에서는 처음으로 진료와 검사, 시술이 한 공간에서 이뤄지는 센터형 외래시스템을 도입했고 암 치료 전용 병실과 음·양압 격리병실을 확대하는 등 환자 중심적 병원으로 새롭게 탈바꿈했다.<br/><br/><br/><br/>삼성창원병원은 본관 개원에 따라 삼성서울병원, 강북삼성병원과의 네트워크를 기반으로 최근 심평원 평가에서 1등급으로 선정된 위, 대장, 유방, 폐암 치료분야를 더욱 강화해 원정 진료를 가지 않고도 수도권 수준의 진료를 받을 수 있는 시스템을 마련할 계획이다. 특히 권역 응급의료센터를 대폭 확장해 병원의 강점인 심뇌혈관질환, 고위험 미숙아, 대규모 재난 및 감염병 대응체계를 갖춘 국내 응급의료체계의 혁신적 모델을 마련할 방침이다.<br/><br/><br/><br/>홍성화 원장은 “<span class='quot0'>양질의 의료와 감동 서비스를 제공하는 성균관대 부속병원, 삼성의 병원으로서 동남권역 의료복지 향상을 이끌어 갈 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/>창원=박영수 기자 buntle@ <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-94.txt

제목: 줄기세포 연구와 ‘투명과 정직’ 의무  
날짜: 20160714  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160714140220190  
본문: 김학수 서강대 교수, 한국과학기술한림원 정책연구소장<br/><br/><br/><br/>‘배아줄기세포’는 정자와 난자가 결합해 만들어진 수정란이 다양한 조직 세포로 분화하기 전의 상태를 말한다. 이번에 정부가 승인한 ‘체세포복제배아’ 연구는 난자의 핵을 제거한 후 체세포 핵을 이식해 만든 배아에서 줄기세포주를 생산해 시신경 손상, 뇌졸중 같은 난치병 환자의 세포 치료용 물질을 만들겠다는 것이다. 세계 과학계는 이 줄기세포를 이용한 치료용 연구에 총력을 기울이고 있다. 이제 황우석 사태 후 주춤했던 우리도 동참할 수 있게 됐다. 이 과정에서 가장 우려되는 ‘인간 복제’를 방지하기 위해 모니터링 장치를 엄격하게 규정하고 있다.<br/><br/><br/><br/>우주가 지속적으로, 그것도 최근의 발견에 따르면 매우 가속으로 팽창하고 있다는 사실은 곧 과학이 묻고자 하는 질문에 끝이 없다는 것을 암시하는 것이기도 하다. ‘변화(change)’가 우주의 핵심 조건인 이상, ‘끝없는 질문’과 ‘끝없는 상상’은 과학(자)에게 수반되는 가장 긴요한 인지적(認知的) 조건들이다. 드디어 생명의 태동과 분화 과정에 관한 수수께끼들이 풀리면, 인체가 지닌 각종 난치병과 질병들이 맞춤형으로 완치될 날도 머지않은 것처럼 보인다.<br/><br/><br/><br/>영생(永生)은 종교적 구원 이전에 무기체·유기체 가릴 것 없이 모든 존재의 꿈이다. 그래서 과학은 생존(survival)을 지고의 가치에 두고서 그것의 연장을 위해 온갖 질문과 상상에 응답하려는 노력을 기울인다. 그런 노력으로 지금 대한민국의 최빈(最頻) 사망연령은 이미 89세에 이르렀고, 무병장수(無病長壽)의 100세 시대가 가까이 있는 것으로 보인다. 이번에 승인된 줄기세포 연구를 포함한 생명과학의 발전은 인체의 보존과 유지를 획기적으로 개선시킬 것으로 보인다.<br/><br/><br/><br/>미국 펜실베이니아대의 암 연구자이며 생명윤리학자인 에제키엘 이매뉴얼 교수는 2014년 10월 미국 월간지 ‘더 애틀랜틱’에 ‘내가 75세에 죽고 싶은 이유’라는 제목으로 장문의 글을 기고했다. 그에 따르면 지금까지 이뤄진 온갖 생명과학 발전들은 “죽음을 연장시킬 뿐 젊음을 연장시키는 것은 아니다”는 것이다. 그러면서 우리는 그토록 오래 살아야 하는 목적과 이유에 대해 숙고하는 것을 기피하고 있으며, 그 결과 지구촌과 사회에 온갖 환경적·경제적 폐해(弊害)만 가중시키고 있다고 말한다. ‘몸 덩어리’만의 생존주의가 개인의 정신세계와 공동체 삶을 더욱 황폐화시키고 있다는 것이다.<br/><br/><br/><br/>영생의 희구에 대한 상반된 가치 충돌을 엿볼 수 있다. 그럼에도 불구하고, 젊음의 연장은 물론 영생까지 추구하는 의학 연구의 질주는 막을 길이 없어 보인다. 그것은 우주와 과학이 내포한 끝없는 변화와 그에 따른 끊임없는 질문과 상상의 조건 때문이다. 특히, 국가 경쟁력을 앞세운 정치·경제적 이해관계와 만날 때 그 질주는 더욱 맹목적일 수 있고, 그것은 우리의 풍토이기도 하다.<br/><br/><br/><br/>황우석 논문 조작 사태는 그런 질주의 결과물이다. 따라서 연구 과정의 투명함과 정직은 이번 연구 승인에 따르는 첫 번째 충족요건임은 말할 것도 없다. 다음으로, 줄기세포 연구 또한 아무리 좋은 난치병 치료 방안을 내놓더라도, 새로운 부작용(들)을 담고 있을 수밖에 없다. 그런 잠재된 부작용이 바로 리스크(risk)이며, 그것은 새로운 가치충돌을 불러일으키게 마련이다. 줄기세포 연구가 의학 및 인류 발전에 기여하는 길도, 그것이 가져올 부작용 내지 가치 충돌을 얼마나 능동적으로 고려하느냐에 달렸다. 이매뉴얼의 경문(警文)은 여전히 시사적이지 않은가! <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-95.txt

제목: “위기의 한국경제, 돌파구는 ‘디지털 혁명’ 뿐입니다”  
날짜: 20160713  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160713152213206  
본문: ‘4차 산업혁명’ 토론회… 이병태 교수 등 ‘규제 개혁’ 한목소리<br/><br/><br/><br/>“4차 산업혁명(디지털 혁명)이 위기에 빠진 한국 경제를 회생시킬 수 있는 유일한 대안입니다. 4차 산업혁명을 위해서는 규제 개혁이 시급합니다.”<br/><br/><br/><br/>이병태(사진) 카이스트 경영학과 교수는 13일 서울 중구 바른사회시민회의 회의실에서 열린 ‘4차 산업혁명 시대 일자리, 어떻게 만들 것인가’ 토론회에서 “<span class='quot0'>글로벌 경기침체와 한국 경제의 저성장 기조로 인해 실업과 소득격차의 확대, 사회이동성 축소 등의 문제가 불거지고 있는 상황에서, 디지털 혁명을 통해 신시장 개척과 양질의 일자리 창출을 이룰 수 있다</span>”고 강조했다. <br/><br/><br/><br/>이번 토론회는 로봇화·자동화·인공지능화로 대표되는 4차 산업혁명 시대를 맞아 적절한 대응 전략을 미리 준비해 경제 활성화를 효과적으로 이끌어보자는 취지에서 마련됐다.<br/><br/><br/><br/>이 교수는 “<span class='quot1'>정보기술(IT)이 기대를 거는 부문이 고용의 70% 이상을 담당하는 서비스산업이지만, ‘암 덩어리’ 규제와 이해집단의 저항, 선거에 민감한 정치인의 인기영합적 태도 등으로 인해 혁신이 철저히 봉쇄되고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>각종 규제와 이해집단의 포로가 된 정치권 및 정부조직으로 인해 한국이 디지털 창조경제로 전환할 수 있는 가능성이 낮은 상황</span>”이라고 진단했다. 그는 “<span class='quot1'>결국 적극적인 규제개혁과 함께 금융이나 의료, 호텔 등 기존 사업에 존재하던 ‘보호 장치’들을 거둬내야 새로운 상품과 서비스, 거래 등의 창출이 가능하고 성장 잠재력도 극대화할 수 있다</span>”고 역설했다.<br/><br/><br/><br/>천양하 용인대 교육대학원 교수는 교육 개혁을 강조했다. 천 교수는 “<span class='quot2'>4차 산업혁명 시대를 성공적으로 맞이하기 위해선 근본적으로 교육시스템의 개선이 시급하다</span>”고 지적했다. <br/><br/><br/><br/>그는 “<span class='quot2'>다양하고 세분화된 교육을 통해 IT 역량 격차를 해소하고, 기존 인력 재교육으로 고숙련 일자리 수요를 충족해야 한다</span>”며 “<span class='quot2'>특히 기술적 이론과 실용적 학습이 결합된 ‘도제 제도’나 산학협력 교육 모델 등을 채택해 4차 산업혁명에 필요한 인재를 육성해야 한다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>이웅희 한양대 경영학과 교수는 “<span class='quot3'>젊은 세대들은 근로자나 노동자에 머무르려는 태도보단 창업가로 거듭나려는 노력을 통해 창의적인 작업에 집중하며 환경 변화에 유연하게 대응해야 한다</span>”고 조언했다.<br/><br/><br/><br/>한정섭 KCC정보통신 대표는 “<span class='quot4'>4차 산업혁명 시대에는 소위 ‘ICBM(사물인터넷, 클라우드, 빅데이터, 모바일)’과 인공지능(AI), 무인자율주행차 등이 신성장동력으로 꼽히는데, 이들 산업의 핵심이 바로 소프트웨어</span>”라며 “<span class='quot4'>정부가 앞장서 인재양성 환경을 개선하고, 기술에 대해 적정한 가치를 인정해줘야 답보상태에 머물러 있는 소프트웨어 산업을 발전시킬 수 있을 것</span>”이라고 지적했다.<br/><br/><br/><br/> 최준영 기자 cjy324@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-96.txt

제목: “전자파에 불임·原電 오작동”… 인터넷 ‘사드 괴담’ 확산  
날짜: 20160713  
기자: 김만용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160713122151818  
본문: 민간인 거주지역 영향 없지만<br/><br/>국방부 “100m 이상 안전지역”<br/><br/>美육군 교범과 달라 불신 자초<br/><br/><br/><br/>미국 고고도미사일방어체계(THAAD·사드)에서 발생하는 전자파의 안전성 문제를 둘러싸고 광우병 파동을 연상시키는 각종 괴담과 근거 없는 의혹들이 제기돼 배치 예상 지역 주민들의 불안을 증폭시키고 있다.<br/><br/><br/><br/>사드 포대에 배치될 X밴드 레이더가 내뿜는 전자파가 사드 배치 후보 지역에서 15∼20㎞나 떨어진 원전의 오작동을 불러일으킬 수 있다는 주장이 제기돼 해당 지역 주민들이 강력 반발하고 인터넷에 사드 레이더의 전자파가 불임과 암을 유발시킨다는 의혹이 광범위하게 퍼지고 있는 것이 대표적 사례다.<br/><br/><br/><br/>레이더는 전자파를 쏠 수밖에 없고 전자파가 인체에 유해한 것은 사실이다. 특히 이 레이더가 내뿜는 강력한 전자파에 직접 노출되면 건강에 치명적인 손상을 입을 수 있다. 그러나 사드가 배치될 것으로 알려진 경북 성주 성산리의 방공포대는 해발 400m 고지대에 위치하기 때문에 성산 지역 주민들에게 거의 영향을 미치지 않는다는 게 국방부와 전문가들의 분석이다.<br/><br/><br/><br/>전자파는 기본적으로 직진한다. 또 지상으로부터 고도 5∼90도 사이로 전자파를 발사하기 때문에 방공포대 아래 민간인 거주지역에 영향을 준다는 주장은 과학적으로 근거가 없다. 더구나 군은 안전 구역도 설정한다. 레이더에서 전방 100ｍ까지는 안전펜스를 설치해 접근을 통제한다. 전방 3.6㎞까지는 통제된 인원만 출입할 수 있다. 항공기의 비행도 제한된다. 그럼에도 불구하고 사드를 둘러싸고 각종 괴담이 나도는 것은 국방부가 사드의 안전 문제에 대해 정확하고 충분한 정보를 제공하지 않았기 때문이라는 지적도 나오고 있다. 예를 들어 국방부는 사드 레이더 전자파 안전구역은 100m 이상이라고 밝힌데 반해 미 육군 교범에는 일반인 비인가자 안전지대를 3.6㎞로 명시하고 있어 불필요한 의혹을 사고 있다는 것이다. <br/><br/><br/><br/>김만용 기자 mykim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-97.txt

제목: 불량식품 ‘4대 사회악’ 규정 불구 올 판매업자 증가… 2995명 검거  
날짜: 20160706  
기자: 장병철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160706142246360  
본문: 정부가 불량식품을 4대 사회악 중 하나로 규정하고 근절을 위해 강도 높은 정책을 추진하고 있지만, 여전히 현장에서는 먹거리 안전을 위협하는 사례가 빈발하고 있는 것으로 나타났다.<br/><br/><br/><br/>경찰청은 올해 1월부터 6월 말까지 6개월 동안 불량식품 단속을 시행한 결과, 총 1578건의 위법 행위를 적발하고 2995명을 검거했다고 6일 밝혔다. 이는 지난해 같은 기간과 비교해 위법 행위는 374건(31.1%), 검거 인원은 845명(39.3%) 증가한 수준이다. 경찰은 또 이 과정에서 불량식품 53t을 압수해 폐기하고 585건에 대해서는 관련 부처에 영업정지 등의 행정처분을 통보했다.<br/><br/><br/><br/>위법 행위별로는 ‘인터넷을 통한 불량식품 유통 사범’이 488명(16.3%)으로 가장 많았다. 이어 ‘노인 상대 가짜 건강식품 판매’ 436명(14.6%), ‘급식비리’ 326명(10.9%) 등의 순이었다.<br/><br/><br/><br/>실제 경찰은 올해 2월 부산 지역 6개 초·중·고교를 상대로 유통기한이 지났거나 원산지를 속인 해산물 수백만 원 상당을 납품한 혐의(학교급식법 위반 등)로 음식재료 납품업자 A(62) 씨를 불구속 입건했다. <br/><br/><br/><br/>또 지난달에는 서울 금천구 가산동에 속칭 ‘떴다방’을 차린 뒤 노인들을 상대로 건강식품 인증을 받지 않은 일반 음료를 ‘암, 당뇨, 혈압 등에 좋다’며 허위·과장 광고해 판매한 일당이 경찰에 붙잡히기도 했다. <br/><br/><br/><br/>장병철 기자 jjangbeng@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-98.txt

제목: ‘이란 영화 거장’ 키아로스타미 타계  
날짜: 20160705  
기자: 손고운  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160705163207658  
본문: ‘체리 향기’로 칸 황금종려상 <br/><br/>위암 치료받다 파리서 숨져 <br/><br/>“세계 영화사 바꿔놓은 감독”<br/><br/><br/><br/>영화 ‘체리 향기’로 칸 영화제 황금종려상을 수상한 이란 영화의 거장 아바스 키아로스타미 감독이 4일 프랑스 파리에서 76세로 세상을 떠났다. 가디언은 4일 “<span class='quot0'>암 치료를 위해 프랑스를 방문한 키아로스타미 감독이 별세했다</span>”고 보도했다. 키아로스타미 감독은 지난 3월 위암 진단을 받은 뒤 몇 차례 수술을 받은 것으로 알려졌다.<br/><br/><br/><br/>키아로스타미 감독은 영화 ‘체리 향기’에 얽힌 이야기로 유명하다. ‘체리 향기’는 자살을 시도하는 한 남자의 하루를 통해 역설적으로 삶의 아름다움을 보여준 영화인데, 1997년 이란 정부는 자살이 이슬람 경전 코란(꾸란)의 율법에 위배된다는 이유로 영화를 상영 금지 조치했다. 이 때문에 키아로스타미 감독은 칸 영화제 폐막 3일 전 간신히 작품을 출품했고 영화제 공식 책자에 상영 정보조차 실리지 못했다. 그럼에도 불구하고 영화는 왕자웨이(王家衛) 감독의 ‘해피 투게더’ 등 유명 작품들을 제치고 황금종려상을 수상, 당시 큰 화제를 불러모았다. <br/><br/><br/><br/>키아로스타미 감독의 별세 소식이 전해지자 영화계에서는 애도의 물결이 이어지고 있다. 1940년 테헤란에서 태어난 키아로스타미 감독은 테헤란대에서 미술을 전공한 후 TV 광고 그래픽 디자이너로 일하다, 우연한 계기로 1969년 카눈(아동지능 개발연구소)의 영화제작 부서에서 일하며 영화계에 입문했다. 훗날 그는 가디언과의 인터뷰에서 “<span class='quot0'>카눈에서 아동 문제를 다루는 영화를 제작하기로 돼 있었는데, 사실 그건 단순히 업무에 불과했다</span>”며 “<span class='quot0'>그러나 내게는 그것이 예술가의 길을 걷게 된 계기가 됐다</span>”고 회고했다. <br/><br/><br/><br/> 손고운 기자 songon11@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-99.txt

제목: 길병원, 인천에 ‘암 맞춤 치료클리닉’ 개소  
날짜: 20160705  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160705152212468  
본문: 가천대 길병원은 전국에서 4번째, 인천 지역에서는 최초로 ‘암 맞춤 치료클리닉’을 개소했다고 5일 밝혔다.<br/><br/>　<br/><br/>인천 남동구 남동대로 가천대 길병원 암센터 2층에 위치한 암 맞춤 치료클리닉은 개인별 암 유전자를 검사해 찾아내고 이에 맞는 표적치료를 수행하는 전문 클리닉이다. <br/><br/><br/><br/>조은경 혈액종양내과 과장은 “<span class='quot0'>버락 오바마 미국 대통령도 올해 초 연두교서에서 ‘정밀 의학추진계획(Precision Medicine Initiative)’을 2016년 우선 정책과제로 선정하고 총 2억1500만 달러의 예산을 투여한다고 밝힐 정도로 표적치료는 미래 의료 서비스의 핵심 키워드</span>”라며 “<span class='quot0'>가천대 길병원 암 맞춤 치료클리닉이 환자에게 최상의 진료를 제공하고, 나아가 국내 표적치료 분야의 발전을 견인하는 초석이 될 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>표적치료는 암세포만을 타깃으로 정해 공격하는 치료법이다. 기존 항암제는 암세포뿐 아니라 정상 세포까지 영향을 줘 부작용이 컸다. 하지만 최근에는 암 생물학과 분자생물학의 발달로 암 유발 유전자 돌연변이나 암세포에 특히 많이 발현되는 단백질 등을 표적으로 하는 치료제 개발이 활발히 이뤄지고 있다.<br/><br/><br/><br/>클리닉은 암환자의 암 조직을 떼어낸 후 유전자의 유전체 전체를 차세대염기서열분석법으로 분석한다. 이를 바탕으로 환자가 가지고 있는 유전자 돌연변이를 찾고, 이에 가장 적합한 표적항암제를 선택해서 치료한다. 이근 가천대 길병원장은 “<span class='quot1'>암 맞춤 치료 클리닉 개소를 시작으로 인천에서 본격적인 암 맞춤 치료 시대를 열 것</span>”이라고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@ <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-100.txt

제목: 80세까지 질병 없으면 100세까지 보장 연장  
날짜: 20160704  
기자: 윤정아  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160704163122224  
본문: ING생명 ‘오렌지3케어보험’<br/><br/><br/><br/>ING생명이 업계 최초로 80세 미만까지 3대 질병을 진단받지 않으면 100세까지 보장 기간을 20년 연장해주는 ‘오렌지 3케어보험(무배당·무해지환급형)’을 개발했다.<br/><br/><br/><br/>4일 ING생명은 지난 1일부터 오렌지3케어보험 판매를 시작하고, 이 상품에 대해 배타적 사용권을 신청할 계획이라고 밝혔다. 이 상품은 한국인 사망원인의 47.7%를 차지하는 암, 심장 질환, 뇌혈관 질환에 대비할 수 있도록 일반암(유방암·남녀생식기암·소액암 제외), 뇌출혈, 급성심근경색증 등 3대 질병의 진단비를 2000만 원에서 최고 4000만 원까지 보장한다. 의무부가특약을 통해 제자리암, 대장점막내암, 기타 피부암 등에 대해서도 꼼꼼하게 보장한다.<br/><br/><br/><br/>특히 ‘100세 연장형’ 가입 시에는 3대 질병 진단 없이 80세 만기까지 보험을 유지할 경우 보장을 100세까지 20년간 연장해 준다. 연장 기간 중 추가 보험료는 없다. 또 납입기간 동안 같은 보험료를 내도록 했으며, 고객의 부담을 낮추기 위해 중도 해지 시 해지 환급금을 없앴다. 가입 기간에 3대 질병 중 하나라도 진단을 받거나 50% 이상 장해 상태일 경우 보험료 납입 면제 혜택을 받을 수 있다. <br/><br/><br/><br/> 윤정아 기자 jayoon@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-101.txt

제목: ‘참 나’를 찾아 한국 온 ‘벽안의 탱화匠’ 외롭게 잠들다  
날짜: 20160704  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160704161239788  
본문: ‘조계종 서양인 포교사 1호’ 브라이언 배리 법사 입적<br/><br/><br/><br/>조계종의 첫 서양인 국제포교사이자 ‘탱화의 거장’ 만봉 스님의 전수자였던 브라이언 배리 법사가 3일 별세했다. 한국에서 배운 탱화장으로서 1999년 불교의 나라 태국 왕실사원의 탱화를 그려 CNN에 소개되기도 했던 배리 법사는 평화봉사단 일원으로 한국에 들어와 탱화와 인연을 맺었고 한국불교를 서구에 알린 번역가로 활약하는 등 한국과 끊을 수 없는 인연을 가졌던 인물이다.<br/><br/><br/><br/>배리 법사는 미국 코네티컷대에서 정치학을 전공하다 1967년 평화봉사단으로 전북 부안군 변산반도에서 활동했다. 그는 평생 구수한 전라도 사투리를 구사했으며, 스스로 ‘부안 부씨’로 명명해 주변의 가까운 이들은 ‘부 형’이라고 불렀다. 2년간 봉사활동을 마치고 미국으로 돌아가 대학을 졸업했지만, 한국을 잊지 못해 다시 찾았다.<br/><br/><br/><br/>한국에 돌아와 불상 앞에 앉아 있는 꿈을 자주 꾸던 그는 1979년 우연히 조계사 앞을 지나다 불교와 인연을 맺으며 방황을 끝내는 경험을 했고, 당시 대우그룹에서 일하게 됐다. 1980년 대원불교대학에서 불교 공부를 시작했고, 1986년 한국의 단청을 연구하러 온 미국 건축가의 통역을 맡아 찾았던 서울 신촌 봉원사에서 만봉 스님을 만나 탱화에 빠지게 됐다. 스님의 문하에 들기 위해서는 탱화의 밑그림인 시왕초(十王草) 3000장을 그려야 했으며, 2년 만에 정식 수학하는 전수자가 됐다. 그는 만봉 스님 입적 후 유작의 완성을 맡았을 정도로 실력을 인정받았다.<br/><br/><br/><br/>광덕 스님으로부터 ‘도해(道海)’라는 법명을 받은 그는 1987년 조계종에서 첫 번째로 서양인 포교사가 됐으며, 그 인연으로 해외 포교를 위해 건립된 연등국제불교회관 설립에 참여했다. <br/><br/><br/><br/>배리 법사는 이후 성철 스님의 ‘자기를 바로 봅시다’ ‘이뭣고’를 비롯해 일타 스님과 법정 스님의 책, 세계적으로 널리 알려진 ‘한국의 불화’ 전 40권 등을 영어로 번역해 한국불교를 세계에 알리는 데 이바지했다. 이런 공로로 2009년 문화관광체육부로부터 화관문화훈장을 받기도 했다.<br/><br/><br/><br/>배리 법사는 2001년 폐와 신장에 암이 생긴 것을 알았지만, 그 치료를 수행의 과정으로 생각하며 지내왔다. 빈소는 서울 서대문구 적십자병원 장례식장, 발인은 5일 오전 11시, 다비장은 서울 서초구 원지동 서울추모공원에서 거행된다.<br/><br/><br/><br/> 엄주엽 선임기자 ejyeob@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-102.txt

제목: ‘급여 항목’ 본인부담금 20%… 선택진료·간병비 등 ‘비급여’는 환자가 전액 내야  
날짜: 20160630  
기자: 김충남  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160630141257426  
본문: 올 유도초음파·수면내시경 등 비급여 258개 건강보험 적용<br/><br/><br/><br/>국민건강보험은 크게 급여·비급여 항목으로 나뉜다. 환자는 보통 건강보험에서 보장을 받는 급여 항목 치료와 보장을 받지 못하는 비급여 항목 치료를 받게 된다. 환자가 병원에서 진료비 청구서를 받으면 급여 항목과 비급여 항목이 구분돼 있다. 급여 항목은 본인 부담금 20%(입원비 기준, 외래 30∼60%)만 내면 나머지 금액은 건강보험심사평가원의 심사를 거쳐 국민건강보험공단에서 병원에 지급하는 구조다. 하지만 선택진료비나 상급병실료, 간병비 등의 비급여 항목은 100% 환자가 부담해야 한다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부는 그동안 건강보험의 보장성 확대 계획에 따라 비급여 항목에 대한 건강보험 적용 확대를 꾸준히 추진해 왔다. 4대 중증질환(암·심장·뇌혈관·희귀난치질환)에 대한 보장성을 강화하기 위해 건강보험 적용을 확대하고 있다. 올해부터는 유도초음파, 수면내시경, 고가 항암제 등 258개 비급여 항목에 건강보험이 신규 적용된다. 하지만 이 같은 보장성 확대 계획에도 불구하고 여전히 건강보험을 적용받지 않는 고가의 비급여 항목이 적지 않다. 실손보험은 이런 비급여 항목을 보장해 환자의 경제적 부담을 줄여 주자는 취지에서 판매되는 민간보험이다. <br/><br/><br/><br/>실손보험은 가입자가 질병이나 상해로 입원 또는 통원 치료 시 의료비로 실제 부담한 금액을 보장해 준다. 손해보험사들이 2000년대 중반 이후 집중 판매하기 시작했고, 생명보험사들도 2008년 이후부터 실손보험 시장에 뛰어들었다. <br/><br/><br/><br/>실손보험은 애초에는 급여 항목의 본인 부담금과 비급여 항목을 100% 보장했으나 과잉진료 문제가 불거지고 보험사들의 손해율이 높아지면서 급여·비급여 모두 90%로 줄었고, 지난해 9월부터는 80%로 다시 축소됐다. 예컨대 환자가 급여 항목 50만 원(본인 부담금 10만 원+건강보험 부담금 40만 원)과 비급여 항목 50만 원 등 100만 원어치의 치료를 받았다면 전에는 급여 항목의 건강보험 부담금을 제외한 60만 원을 실손보험 가입자에게 보험금으로 지급했다. 하지만 제도가 변경되면서 이제는 60만 원의 80%인 48만 원을 보험금으로 받는다. <br/><br/><br/><br/>실손보험은 급여 및 비급여와 관계없이 입원실료, 입원 관련 제 비용, 상급병실료 차액 등을 보장한다. <br/><br/><br/><br/>하지만 피보험자가 고의로 자신을 해친 경우, 건강검진(검사 결과 이상 소견에 따라 건강검진센터 등에서 발생한 추가 의료 비용은 보장), 영양제·비타민제·호르몬 투여, 불임검사 및 수술, 쌍꺼풀 수술, 지방흡입술, 외모 개선 목적의 다리 정맥류 수술 등은 보장하지 않는다. <br/><br/><br/><br/> 김충남 기자 utopian21@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-103.txt

제목: 디어 마이 프렌즈, 황혼녘의 인생에 대한 극적 성찰  
날짜: 20160629  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160629151212086  
본문: 늙음은 정녕 자연이 인간에게 내린 형벌일까. 불로장생(不老長生)의 꿈을 포기하지 못하는 것을 보면, 늙음은 분명 축하할 일은 아닌 듯하다. 그렇다고 해서 늙음을 마냥 두려워할 필요는 없다. 삶의 연륜과 함께 지혜로워지기 때문이다. 하지만 대부분 드라마에서 늙음은 형벌과도 같았다. 늙음과 병듦이라는 자연현상을 외면하고 싶어 하는 대중심리가 만들어낸 현상이 아닐까 싶다. <br/><br/><br/><br/>이런 현실에서 ‘황혼 청춘들의 인생 찬가’를 표방한 tvN 금토드라마 ‘디어 마이 프렌즈’는 상당히 이례적이었다. 게다가 아무리 연기파 배우들이 대거 출연한다 해도 ‘꼰대’로 폄훼됐던 노인들의 사연, 그것도 늙음과 병듦을 통해 인생을 이야기하는 드라마가 시청자의 이목을 집중시킬지 의문이었다. 하지만 작가와 연출 그리고 배우들이 부르는 황혼의 인생 찬가에 대한 시청자의 반응은 뜨거웠다. 인간과 삶에 대한 진정성이 통한 것이다.<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>미안하지만, 난 당신들이 궁금하지 않아.</span>” 번역가 박완(고현정)은 요즘 시니어 이야기가 대세니 그들에 대한 글을 써보는 것이 어떻겠느냐는 엄마 장난희(고두심)의 제안에 늙은이들 이야기를 누가 읽겠느냐면서 아무것도 궁금하지 않다고 단언한다. 하지만 그녀는 엄마를 이해하고 싶어서, 그래야만 엄마에게 예속돼 있었던 자신을 바로 세울 수 있을 것 같아서 엄마와 엄마 친구들의 이야기를 쓰기로 결심한다. 시니어의 삶에 대한 글쓰기는 그녀에게도 유학 시절 교통사고로 하반신 마비가 된 애인 서연하(조인성)와의 사랑을 다시 시작하는 계기이기도 하다.<br/><br/><br/><br/>여전히 현재진행형인 시니어들의 인생은 말 그대로 한 편의 드라마와 다를 바 없었다. 매사에 거침없이 시원한 성격이지만 젊은 시절 남편의 불륜 때문에 남몰래 가슴앓이를 했던 장난희, 신혼 시절 남편이 약속했던 세계일주의 꿈을 안고 살아가는 문정아(나문희), 망상성 치매기가 있다는 진단을 받고 남은 인생이 두려워진 천생소녀 조희자(김혜자), 열아홉 살 어린 시절부터 배우와 모델로 승승장구했어도 결혼생활은 순조롭지 않았고 암까지 걸렸지만 유머를 잃지 않는 연기자 이영원(박원숙), 진보적인 연애관과 타고난 입담으로 언제나 주위에 사람이 끊이지 않지만 결혼 한번 해보지 못한 늙은 처녀 오충남(윤여정)까지 어느 누구 하나 파란만장하지 않은 인생이 없다.<br/><br/><br/><br/>이 드라마는 황혼녘의 인생에 대한 찬가를 넘어 삶과 죽음에 대한 성찰까지 시도한다. “<span class='quot0'>끝까지 엄마답게, 끝까지 투사처럼</span>”의 부제를 달고 있는 에피소드에서 알 수 있듯이, 나이가 들면서 더 커지는 암과 치매에 대한 두려움과 공포를 가슴 먹먹하게 형상화하면서 삶에 내재돼 있는 죽음을 직시하라고 나지막하게 이야기한다. 그토록 씩씩했던 장난희는 간암 진단을 받고, 남편의 죽음 이후 혼자 살 수 있다고 자신했던 조희자는 치매에 걸려 내일을 장담할 수 없다. 하지만 장난희와 조희자가 병에 걸린 것보다 더 가슴 아픈 일은 이들이 젊은 시절 감내했던 상처가 현재진행형이라는 사실이다. <br/><br/><br/><br/>장난희는 간암 수술을 앞두고 너무 무섭고 억울하고 살고 싶다며 오열하고, 조희자는 등에 업은 갓난아이가 병원에 도착하기 전에 죽은 것을 자책한다. 이들에게서 투사처럼 굳세다고 생각했던 우리의 엄마가 보이기 때문에 더 슬프다. <br/><br/><br/><br/> 충남대 교수·드라마평론가 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-104.txt

제목: ‘보험료 변동없이 100세까지’ 어린이보험 나와  
날짜: 20160622  
기자: 윤정선  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160622142534873  
본문: NH농협손보, ‘무배당 꿈모아’<br/><br/><br/><br/>NH농협손해보험이 보험료 변동 없이 태아부터 최장 100세까지 보장해주는 어린이 보험을 내놓았다.<br/><br/><br/><br/>NH농협손보는 질병과 상해 등 다양한 위험을 보장하는 ‘무배당 꿈모아 어린이 보험’(사진)을 출시했다고 22일 밝혔다. 이 상품은 저체중, 선천성 이상질환 등 태아에게 발견될 수 있는 위험부터 백혈병과 뇌종양, 악성림프종 등 고액 치료비가 드는 질병까지 보장한다. 특히 어린이에게 자주 발생하는 폐렴과 기관지염, 중이염 등 잔병치레까지 보장해준다.<br/><br/><br/><br/>아울러 중증화상, 교통사고 등 중대한 사고와 골절, 화상, 깁스 및 치아치료에 자녀배상책임까지 더해 일상생활에서 발생할 수 있는 여러 위험을 보장해주고 있다. 100세 만기로 가입할 경우 암과 뇌졸중, 급성심근경색 등 성인 질병에 대한 고액보장과 재발방지를 위한 검진비도 보장한다. 보험료 변동은 없다. 실손의료비 보장 외 모든 담보에 대해 비갱신형으로 구성, 보험료 인상에 따른 경제적 부담을 덜어준다는 게 NH농협손보의 설명이다.<br/><br/><br/><br/>경우에 따라 보험료 납입 면제와 할인 혜택도 챙길 수 있다. 자녀나 부양자가 80% 이상 후유장해 진단을 받으면 남은 보험료를 내지 않아도 된다.<br/><br/><br/><br/> 윤정선 기자 wowjota@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-105.txt

제목: 中 - 日 ‘슈퍼컴’ 자존심 경쟁  
날짜: 20160622  
기자: 박준희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160622141522493  
본문: 中선웨이 독자기술로 세계 1위<br/><br/>日케이보다 연산속도 9배 빨라<br/><br/>日, 英기술 채용하며 설욕 나서<br/><br/><br/><br/>가장 빠른 슈퍼컴퓨터(슈퍼컴)의 자리를 놓고 순수 국산 기술을 고집하는 중국과 해외 기술 융합을 추구하는 일본의 경쟁이 더욱 치열해질 전망이다. 최근 비약적인 기술 발전을 이룩한 중국 슈퍼컴에 대항해 일본 측은 영국의 기술을 도입해 이를 능가하는 슈퍼컴을 개발할 계획이다. <br/><br/><br/><br/>22일 니혼게이자이(日本經濟)신문과 파이낸셜타임스 등에 따르면 매년 2차례 슈퍼컴 성능 순위를 발표하는 전문가그룹 TOP500은 지난 20일 중국의 ‘선웨이 타이후 라이트(神威太湖之光)’를 세계에서 가장 빠른 슈퍼컴으로 선정했다. 이 슈퍼컴은 중국 국가병렬컴퓨터연구센터에서 개발하고 중국산 프로세서를 장착한 것으로 중국 기술로 제작된 슈퍼컴이 TOP500에서 1위를 차지한 것은 이번이 처음이다. 지난해까지 연속 두 차례 1위에 올랐다 이번에 2위를 차지한 중국의 ‘톈허(天河) 2호’는 중국 국가국방과기대가 제작했지만, 핵심 부품인 프로세서는 미국 인텔사의 것이었다.<br/><br/><br/><br/>중국, 미국과 함께 슈퍼컴 순위 상위를 겨루고 있는 일본은 이번 순위에서 중국, 미국에 모두 앞 순위를 내줬다. 3∼4위는 미국 슈퍼컴 ‘타이탄’과 ‘세퀘이어’가 각각 차지했으며 일본의 ‘케이(京)’는 5위에 그쳤다. 성능 면에서도 중국의 슈퍼컴은 일본을 크게 앞서고 있는 것으로 나타났다. 이번 1위인 선웨이 타이후 라이트는 93페타플롭(petaflop·1초당 1000조 회 연산)의 성능을 지녔다. 즉, 1초당 9경3000조 회의 연산을 할 수 있다는 의미이며, 이는 그 이름처럼 초당 1경 회의 연산 성능을 보유한 일본의 케이에 비해 9배 이상 빠른 속도다.<br/><br/><br/><br/>슈퍼컴은 각국의 과학 기술력을 반영한다는 의미가 있어 주요국 간의 개발 경쟁이 이어지고 있다. 슈퍼컴은 차세대 핵심 산업분야로 여겨지는 인공지능(AI) 개발이나 신약 개발, 가상현실(VR), 일기예보 등에 활용되기 때문이다. 미국은 1초당 100경 회의 계산 능력을 보유한 슈퍼컴 개발 계획을 선언한 상태이며 일본도 2020년까지 이와 동일한 성능의 차세대 슈퍼컴 개발을 목표하고 있다.<br/><br/><br/><br/>이런 가운데 중국산 슈퍼컴이 두각을 나타내자 일본은 기존의 순수 자국산 슈퍼컴 개발 기조를 변경하기까지 하며 슈퍼컴 경쟁에 박차를 가하고 있다. 일본이 독자적인 슈퍼컴 개발을 포기하고 영국 회사의 기본설계를 활용하는 ‘범용기술’을 채용하기로 한 것이다. <br/><br/><br/><br/>일본의 슈퍼컴 주개발회사인 후지쓰(富士通)는 이화학연구소와 공동개발하는 슈퍼컴의 두뇌 부분에 반도체 설계기업 영국 ‘암(ARM)홀딩스’의 기본설계를 쓰기로 했다. 암의 중앙처리장치(CPU)는 유럽의 차세대 슈퍼컴 프로젝트에도 사용되는 등 ‘사실상의 표준’ 가운데 하나의 지위를 얻어가는 중이다.<br/><br/><br/><br/>그러나 일본이 이 같은 슈퍼컴 기술 기조를 변경한 것에 대한 우려도 제기되고 있다. 후지쓰는 슈퍼컴 CPU에 타사의 기본설계를 채용해도 “<span class='quot0'>회로 구축 방법에서 독자성은 잃어버리지 않는다</span>”고 밝히면서 기술 종속의 우려를 불식시키려 하고 있다. 그러나 비용만 지불하면 모든 기업이 후지쓰처럼 암의 기본설계를 이용할 수 있다는 점에서 후지쓰가 새로운 독자성을 계속 창출하지 못하면 세계 슈퍼컴 업계에서 존재감이 떨어질 수 있다는 우려도 나온다. <br/><br/><br/><br/>박준희 기자 vinkey@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-106.txt

제목: 유병자·고령자도 쉽게 가입할 수 있는 보험 나와  
날짜: 20160617  
기자: 윤정선  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160617142543481  
본문: ‘KDB 간편한 OK보험’<br/><br/><br/><br/> KDB생명이 간편 심사를 통해 누구나 쉽게 가입할 수 있는 상품을 내놓았다. KDB생명은 6가지 질문만으로 유병자와 고령자도 가입할 수 있는 건강보험 ‘KDB 간편한 OK보험(갱신형·사진)’을 판매한다고 17일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>KDB 간편한 OK보험의 특징은 기존 표준체 청약과 달리 보험사에 알려야 할 사항을 10개에서 1개로 대폭 축소, 고혈압과 당뇨병이 있어도 가입할 수 있다는 점이다. 고지 의무기간도 기존 5년에서 2년으로 줄였다. 또 △최근 3개월 내 입원·수술·추가검사 등 의사 필요소견 여부 △최근 2년 내 질병이나 사고로 입원·수술 여부 △최근 5년 내 암 진단·입원·수술 여부 등에 해당하지 않으면, 과거 병력에 상관없이 보험에 가입할 수 있다. KDB 간편한 OK보험은 ‘입원·수술형’과 ‘사망보장형’ 등 두 종목으로 구성된다. 입원수술형의 경우 40세부터 75세까지 가입할 수 있다. 사망보장형은 74세까지다. 보험기간은 입원·수술형의 경우 100세까지 갱신할 수 있다. 사망보장형은 90세까지 보험기간을 이어갈 수 있다.<br/><br/><br/><br/>윤정선 기자 wowjota@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-107.txt

제목: “임상시험때 시한부 환자 살려… 20년 넘게 성탄카드 보내와”  
날짜: 20160615  
기자: 방승배  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160615143451017  
본문: ‘백신 이용 癌치료’ 세계적 권위자 래리 곽<br/><br/><br/><br/>차분하고 인자한 미소를 짓는 그를 보면 점잖은 한국의 아저씨 같다. 나지막하고 나긋나긋한 말투도 예상을 벗어나지 않았지만, 한국어가 아닌 100% 영어였다. 2010년 미국 시사주간지 타임이 뽑은 ‘세계에서 가장 영향력 있는 100인’에 선정됐을 정도로 암 면역학계의 세계적 권위자인 래리 곽(57) 교수를 지난 5월 31일 서울 용산구 리움 미술관에서 만났다. 그는 지난 1일 호암아트홀에서 열린 호암상 시상식에서 의학상을 수상했다. 그와의 인터뷰에는 그의 아내 루스 곽 씨도 함께했다. 교포 2세인 그는 미국 노스웨스턴대 의대를 졸업하고, 미국 국립암센터(NCI)에 이어 세계적 암 연구기관인 미국 텍사스대 MD앤더슨 암센터에서 11년간 근무해오다 지난해부터 시티 오브 호프 병원 암센터 교수로 재직 중이다. 그는 백신을 이용해 혈액암의 한 종류인 림프종(임파선암)을 치료하는 연구 분야에서 독보적인 성과를 이룬 인물이다. <br/><br/><br/><br/>본인이 주도한 림프종 백신 임상시험을 통해 혈액암 치료에 암 백신이 효과가 있음을 세계 최초로 입증했다. 그는 20여 년 동안 우리 몸의 면역체계를 이용해 암세포를 죽이는 연구로 새로운 지평을 연 인물로 평가받는다. 그의 이런 연구는 고등학교 때 가진 작은 물음 하나가 계기가 됐다고 한다. <br/><br/><br/><br/>“고등학교 재학시절 캔자스대의 의학연구소에서 일할 기회가 있었는데, 나의 멘토라고 할 수 있는 분이 자기 연구실로 데려가 한 시간 동안 현미경으로 촬영한 종양세포 사진을 보여주며 ‘우리 몸의 일반 면역세포가 암세포를 못 잡는 게 너무 잘못돼 보이고 이상해 보이지 않느냐’고 말한 게 저한테 확 와 닿았어요. 한동안 그 생각이 머릿속을 떠나지 않더라고요.”<br/><br/><br/><br/>그가 20년 이상 집요하게 자기 연구에 대한 신뢰를 보내며 연구해온 면역체계를 이용한 치료법은 부작용이 많고 반복 치료를 해야 했던 기존의 방사선 치료와 항암제를 쓰는 화학요법에 비해 부작용이 적으면서도 다양한 가능성을 내포한 치료법이라고 설명했다. 5년 전에만 해도 미국 학계에서 면역체계를 이용한 암 치료법은 하나의 범주(카테고리)에 들지 못했지만 그의 선구자적 연구로 새로운 영역이 구축됐다.<br/><br/><br/><br/>“암 백신은 암세포 표면에 있는 특이 단백질(종양 항원)을 이용해 환자 몸속의 면역세포가 암세포를 공격하게 하는 치료법이에요. 비유하자면 어렸을 때 약한 독감 백신을 맞는 원리와 같아요. 아주 약한 독감 바이러스를 몸에 주사해 면역체계가 스스로 싸우게 만드는 것이죠. 암 백신이 들어가 몸 안에서 암세포와 싸우게 만드는 것이죠. 백신 치료법은 혈액암에서 시작했지만 모든 암으로 치료가 확산되는 연구를 하고 있죠. 길을 열어 주는 의미예요.”<br/><br/><br/><br/>그는 자신의 연구가 이른바 ‘맞춤형 의학(personalized medicine)’이라고 설명한다. 그래서 상용화가 쉽지 않은 게 현실이다. 래리 곽 교수는 그 이유가 “<span class='quot0'>백신이 반드시 개인의 암세포로부터 만들어져야 하기 때문</span>”이라고 설명했다. 여러 사람을 치료할 수 있는 하나의 약을 만드는 것이 보편적인 제약산업과는 접근법이 다르다. 그는 현재까지 각각의 다른 300여 명 환자에게 이런 백신을 이용한 치료를 시도했다고 한다. 그에게 특별한 에피소드가 있는지 물었다. <br/><br/><br/><br/>“1993년 메릴랜드에 있었을 때 사람이 아닌 생쥐에다 해서 임상시험에 성공했을 때였어요. 그때 마침 6개월 시한부 선고를 받은 사람한테 연락이 왔어요. 자신이 암에 걸렸다는 사실을 받아들이지 못하고 혼자 극복할 방법을 연구하던 일반인 환자였어요. 저의 연구 소식을 듣고 자기를 상대로 임상시험을 해달라고 했던 거죠. 그런데 미국 내에선 허가 절차가 무척 까다로워요. 그 기간도 길어서 이분은 죽음 직전까지 갔다가 우여곡절 끝에 치료받고 살아났어요. 그 후 20년 이상 크리스마스 때마다 카드를 보내왔어요. 한 해, 한 해 더 살게 해줘서 고맙다는 내용이었어요. 이분이 강연에 오셔서 한 말이 있어요. ‘저는 면역력이 약해서 비행기를 안 타는데 곽 교수가 부를 땐 탄다’는 것이었죠.” <br/><br/><br/><br/>래리 곽 교수에게 성공을 장담할 수 없는 새로운 분야에서 포기하지 않고 갈 수 있는 인내력의 비결을 물었다.<br/><br/><br/><br/>“언젠가 한 환자가 나한테 ‘하나님의 도구(Instrument of God)’라고 불렀는데 그 말이 와 닿았어요. 그것이 지금까지 연구를 계속 하게 만들었죠.”<br/><br/><br/><br/>래리 곽 교수는 독실한 기독교인이다. 그는 자신의 연구를 단순한 하나의 직업이 아니라 소명으로 받아들이고 있었다. 래리 곽 교수는 게놈프로젝트를 주도한 프랜시스 콜린스의 ‘신의 언어(The Language of God)’라는 책을 언급하면서 “<span class='quot0'>과학자(의학자)의 역할은 신앙(faith)을 뒷받침(support)하는 역할</span>”이라고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>“앞으로 저의 목표는 3개로 요약되죠. 첫 번째는 실험실에서 암 백신 연구를 계속하면서 환자들을 돌보는 것이고, 두 번째는 젊은 과학자와 의사들을 교육하고 그들의 멘토가 돼주는 것, 세 번째는 어떻게 과학이 신앙을 뒷받침할 수 있는지 젊은 과학자들과 대화를 시작하는 것이죠.”<br/><br/><br/><br/>래리 곽 교수처럼 되고 싶어하는 후학들에게 조언을 해달라고 요청했다. 그는 “꿈 좇기를 포기하지 말고, 다른 사람 말을 따르지 말고, 좋은 롤 모델을 찾으라고 하고 싶네요. 또 너무 다양하게 파지 말고 하나를 깊게 파라, 집중해라, 이런 얘기를 해주고 싶다”고 했다. <br/><br/><br/><br/>그는 연구 분야뿐만 아니라 자녀교육으로도 성공한 사람으로 국내에 알려져 있다. 수십 년간 한 분야의 연구에 무섭게 몰두하는 그이지만 집에 오면 가족에게만 집중했다고 한다. 그런 그의 가족관과 자녀교육관을 담아 2009년에 ‘아이의 잠재력을 깨워라’(푸르메)는 책을 펴내 국내에서 주목을 받았다. 자녀 4명(3남 1녀)을 모두 명문대에 진학시킨 걸로 이미 유명한데 근황이 궁금했다. <br/><br/><br/><br/>“큰아들은 내시경을 전공하는 의사가 됐어요. 레지던트 과정을 끝내고 전문의를 준비하고 있어요. 둘째와 셋째 아들은 엔지니어링을 전공해 회사에서 일하고 있죠. 막내딸은 대학에서 경영학을 전공하고 있는데 시카고의 한 비즈니스 컨설팅사로부터 좋은 오퍼를 받았어요.” <br/><br/><br/><br/>자식들 자랑에 그의 얼굴이 더욱 환해졌다. 그는 자신의 책에서 “<span class='quot0'>생업전선에 지쳐도 귀가 후 5분이라도 아이의 눈을 들여다보라</span>”는 등 ‘따뜻한 아버지론’을 설파해 공감을 얻은 바 있다. 그런 그에게 한국 아버지들이 ‘난 저렇게까지 못하겠다, 바쁜데 가능한가’라는 반응이 나온 것에 대해 물었다.<br/><br/><br/><br/>“저는 항상 가족 우선주의였어요. 집에 오면 아예 휴대전화를 꺼놨어요. 침대에 가서 다시 전화를 켜놓긴 했지만. 애들한테 집중할 땐 전화를 꺼놨어요. 지금도 애들과 시간을 갖고 얘기하려고 해요. 저는 우리가 옳다, 잘났다기보다 단 하나 아이들에게 집중해라, 이런 걸 전하고 싶었던 거예요. 물론 미국과 한국은 다르지만 그 정도는 전할 수 있다고 봤어요.”<br/><br/><br/><br/>옆에 있던 부인 루스 곽 씨가 “막내딸이 다른 집도 다 우리 같은 줄 알았는데 대학 가서 그게 아니라는 걸 알았다고 하더라고요(웃음)”라고 거들었다. 이어 그는 짧은 일화도 소개했다. 그는 “과거 MD 앤더슨 센터에 펠로로 와 있던 아산병원 종양학과 김성배 교수가 ‘두 시간 동안 곽 교수에게 연락이 안 됐는데 알고 보니 애랑 같이 수학 문제 풀었다더라’고 말한 적이 있다”면서 “남편은 매일 30분만이라도 TV, 전화 다 끄고 오로지 애들만을 위한 시간을 보내려고 했다”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>그런 교육법을 누구한테서 배웠는지 물었다.<br/><br/><br/><br/>“어렸을 적 제 경험에서 우러난 거죠. 저의 부모님은 체육 활동을 이해하지 못했어요. 그 세대에선 스포츠는 별로 중요한 게 아니었으니까요. 그런데 미국에서 자란 나한테 스포츠는 매우 중요했거든요. 가끔 부모님은 저를 야구 연습에 늦게 데려가기도 했는데 저는 ‘내가 부모가 되면 그렇게 하지 않아야지’ 했어요.(웃음) 애들은 아빠한테 배우는 영향이 크거든요. 아빠는 애들과 좋은 관계를 유지해야 해요.” <br/><br/><br/><br/>아내 루스 곽 씨는 “한국의 바쁜 아버지들에게 갑자기 변하라고 할 수는 없지만 주말에 30분이라도 놀 수 있잖아요, 희생이라고 할까요. 그런 자세가 필요하다”고 했다. 아내는 교육에 있어서만은 래리 곽 교수와 ‘하나의 팀’으로서 역할 분담을 했다고 한다. <br/><br/><br/><br/>“한 배를 탄 거죠. 우리는 항상 한 팀이고 원하는 게 같아요. 아이들이 중요하다는 걸 마음에 새기고, 남편은 제가 집에서 애를 키우는 게 더 힘들다는 사실을 인정했어요. 그래서 집에 와서 집안일을 도와주는 등 팀워크를 유지했어요.” <br/><br/><br/><br/>부부는 아이들에게 관심을 가졌을 뿐 절대 강요하지 않았다고 했다. <br/><br/><br/><br/>“아이마다 각자 프로그램이 달라요. 저는 과학자가 됐지만 아이들은 다 독특할 수 있어요. 성격, 재능 등등 다 달라요. 부모님은 더 많은 관심을 기울여야 하고 그게 좋은 부모로서 옳은 방향이에요.” <br/><br/><br/><br/>아내 루스 곽 씨도 거들었다.<br/><br/><br/><br/>“동양의 부모님은 직업에 대해 무엇을 해야 한다는 인식이 있잖아요. 그런데 우리는 각자 개성이 다르다는 걸, 내면을 살피는 거죠. 음악 교육도 그래서 우리는 네 명 모두한테 시키지 않았어요. 한국 부모 같았으면 일단 모두에게 다 시켜봤겠죠.” <br/><br/><br/><br/>래리 곽 교수 부부는 사진 촬영 중에도 서로에게 따뜻한 미소를 짓는 것을 잊지 않았고, 서로 존중하는 모습이 그대로 드러났다. <br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 방승배 차장(경제산업부) bsb@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-108.txt

제목: 화학요법 일괄적용 않고 ‘개인별 癌유형’ 정확히 파악해 치료  
날짜: 20160615  
기자: 방승배  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160615143452443  
본문: ‘맞춤형 의학’의학계 주목<br/><br/><br/><br/>래리 곽 교수의 유전자 백신을 이용한 치료법은 이른바 맞춤형 의학(personalized medicine) 혹은 정밀의학(precision medicine)의 한 예로 최근 의학계의 주목을 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>DNA 유형 차이는 특정 치료법이 어떤 환자에겐 잘 듣지만 다른 사람에겐 효과가 없기 때문에 유전적 소인에 따라 진단하고 치료하는 방식이다. 미국암연구협회는 유방암 환자를 대상으로 유전체 검사를 해보니, 무려 46%의 환자에게서 부적절한 항암제가 투여되고 있다는 사실을 공개한 바 있다. 유전자를 이용한 맞춤형 치료법은 환자를 매우 고통스럽게 하면서도 사실상 효과가 없거나 떨어지는 화학요법 등을 불필요하게 일괄 적용하는 대신에 개인별 암 유형을 정확히 파악, 가장 효과적인 치료 방식을 택할 수 있는 장점이 있다.<br/><br/><br/><br/>의학계에 따르면 맞춤형 의학은 13년 전 인류 역사상 최대의 과학 프로젝트라고 평가받았던 인간게놈프로젝트가 완성된 이후부터 발전해 왔다. 10여 년이나 걸리던 염기서열 분석이 이제는 몇 시간 만에 가능해졌고, 당시엔 천문학적인 비용이 들었지만 불과 1000달러 정도면 충분한 시대가 됐다. 이제는 항암치료를 받기 전에 유전체 검사를 해서 미리 최적화된 약물을 선택하는 것이 보편화됐다. <br/><br/><br/><br/>미국은 이 분야에 국가적 투자를 이미 시작했다. 버락 오바마 미국 대통령은 지난해 국정연설에서 개인 맞춤형 의학으로도 불리는 ‘정밀의학’에 2억1000만 달러를 투입하겠다고 발표했다. 오바마 행정부는 개인 맞춤형 치료를 위해 100만 개 이상의 유전자 샘플을 연구용으로 수집하는 방안을 추진하기로 했다. <br/><br/><br/><br/>영국은 ‘10만 게놈 프로젝트’를 2012년부터 가동했다. 국민보건서비스(NHS)에 등록된 환자 10만 명의 유전체를 분석해 임상데이터와 연계하는 계획이다. 암과 희소질환에 대한 맞춤치료를 개발할 수 있을 것으로 기대하고 있다. 일본도 지난해 4월 일본판 NIH를 목표로 ‘일본의료연구개발기구(AMED)’를 설립했다.<br/><br/><br/><br/> 방승배 기자 bsb@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-109.txt

제목: 대장암 수술 2만7000건 달성… 직장암 치료뒤 생존율 94%  
날짜: 20160607  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160607144449276  
본문: - 국내 최다 암 수술 서울아산병원<br/><br/><br/><br/>국내 암 수술 10% 이상 집도<br/><br/>지난해 1만8815건 실적 올려<br/><br/>세계1위 명성 엠디앤더슨 추월<br/><br/>의료진 풍부한 경험 최대 장점<br/><br/><br/><br/>‘최소침습’ 고난도 시술 특화<br/><br/>흉강경 폐암수술 4000건 성공<br/><br/>환자 삶의 질 향상 클리닉 운영<br/><br/>재활치료 등 지속적 밀착 관리<br/><br/><br/><br/>암환자에게 가장 중요한 것은 훌륭한 치료를 통한 완치가 첫 번째지만, 치료 과정에서 악화하는 ‘삶의 질’ 개선도 완치 못지 않게 중요하다. 수많은 환자가 암 치료과정에서 극한 통증과 스트레스로 삶의 질이 망가지며 온갖 합병증에 시달리고 있기 때문이다. 결국 치료 성적도 좋고, 환자 ‘삶의 질’도 잘 관리하는 병원일수록 암 환자가 선호하는 병원일 수밖에 없다. 그러면 우리나라에서 암 환자가 가장 많이 찾는 병원은 어디일까. 국내 암 수술의 10% 이상을 집도하고 있는 서울아산병원이다. 서울아산병원은 국내는 물론 세계 유명 암 병원과 비교해도 실적이 뒤지지 않는다. 중증 암환자들이 많이 찾는 만큼, 환자의 ‘삶의 질’ 관리를 위한 시스템도 잘 구축돼 있다. 많은 암 환자가 서울아산병원을 찾는 이유에 대해 분석했다.<br/><br/><br/><br/>◇풍부한 암 수술 경험 = 건강보험심사평가원에 따르면 서울아산병원은 한국인이 가장 많이 걸리는 10대 암 중에서 위암, 대장암, 간암, 유방암, 췌장암, 자궁경부암의 수술 건수가 압도적 1위다. <br/><br/><br/><br/>대장암센터는 국내 최초로 대장암 수술 2만7000건 이상을 달성했는데, 1기 직장암 환자의 5년 생존율은 94.1%로 미국(88.2%)보다 높다. 진행성 암인 2∼3기 직장암의 5년 생존율도 각각 87.8%, 75.4%로 미국(각 69.5%)보다 우수하다.<br/><br/><br/><br/>유방암센터 안세현 교수팀은 현재까지 약 2만6000건 이상의 유방암 수술로 국내에서 가장 많은 수술을 집도하고 있다. 수술 후 5년 생존율도 90%를 넘는다. 서울아산병원의 암 수술 실적은 세계 최고 수준의 병원들과 비교해도 뒤지지 않는다. 서울아산병원 암병원의 수술 실적은 2013년 1만7467건, 2014년 1만8508건, 2015년 1만8815건으로 지속적인 증가세에 있다. 이는 ‘유에스 뉴스 앤드 월드 리포트(US News & World Report)’가 선정한 ‘최고 병원 순위(Best Hospitals Ranking 2015-2016)’에서 암 치료 분야 1위로 선정된 ‘엠디앤더슨 암센터’의 수술 건수 8656건보다 높다. 2위 병원에 선정된 메모리얼 슬로언 케터링 암센터도 수술 건수는 1만1370건으로 서울아산병원보다 적다.<br/><br/><br/><br/>◇특화된 고난도 수술 = 서울아산병원은 개복 수술보다 난도가 높은 ‘최소침습수술’ 등 고난도 수술에 특화됐다. 김병식 위암센터 교수팀은 복강경 위암 수술을 세계 최대인 7500건 이상 실시했다. 위를 절제하고 나머지 부분을 연결하는 수술 전 과정을 배 속에서 마치는 ‘체내문합술’을 적용해 절개 부위를 줄인 게 특징이다. 치료 성적과 환자 만족도 모두를 높이기 위해서다. 폐암센터에서는 박승일·김동관 교수팀이 현재까지 4000건 이상의 흉강경 폐암 수술을 시행하고 있다. 개흉술과 달리 갈비뼈를 절개하고 가슴을 크게 열 필요가 없어 수술 후 통증도 적고, 흉터도 거의 남지 않는다. 폐암센터는 2015년 전체 폐암 수술의 약 75%를 비디오 흉강경 수술로 시행했다. 또 간암센터 김기훈 교수팀은 현재까지 350건 이상의 복강경 간암 수술에 성공했다. 간의 경우 혈관 다발이 복잡하게 얽혀 있어 수술 중 출혈 위험이 크기 때문에 복강경으로 수술하기가 쉽지 않다는 점을 고려하면 놀라운 수술성적이다. 암병원 부인암센터에서는 남주현 교수팀이 복강경 자궁경부암 수술을 세계 최다인 1600건 이상 실시했다.<br/><br/><br/><br/>유창식 서울아산병원 암병원장은 “<span class='quot0'>환자의 상태가 너무 나빠 다른 병원에서 수술을 꺼리는 경우에도 끝까지 포기하지 않고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>어렵고 복잡한 수술이라도 마다치 않은 결과 다른 곳에서 쉽게 접할 수 없는 풍부한 수술 경험과 노하우가 쌓였고, 이는 자연스럽게 의료진의 수술 실력 향상으로 이어졌다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>◇암 통합진료시스템 = 서울아산병원 암병원은 2006년 국내 최초로 암 통합진료시스템을 구축했다. 통합진료시스템이란 암 환자 1명이 진료실에 들어섰을 때 암의 진단, 수술, 항암치료, 방사선치료 각각을 담당하는 암 치료 전문의 모두가 동시에 모여 맞춤진료 서비스를 제공하는 것을 말한다. 기존 시스템으로 암 치료를 받을 경우 환자들은 최소 1개월에서 수개월까지 여러 진료과와 검사실을 오가며 시간을 허비해야 하는 불편함이 있었다. 통합진료센터에서는 각 분야의 전문의들이 한자리에 모여 치료 계획을 결정하기 때문에 암 환자가 첫 외래진료를 받은 후 정밀검사를 거쳐 수술이나 항암치료를 받기까지 빠르면 2∼3주면 가능하다. 통합진료센터는 치료가 복잡하고 까다로운 전이·복합·재발성 암에 특화된 맞춤형 통합진료팀을 지난해 신설했다. 암이 다른 장기로 전이되는 등 치료가 복잡해지는 경우 다양한 진료과 전문의들이 한자리에 모여 치료 계획을 세우는 것이 빠르고 효율적이기 때문이다. 실제 통합진료센터 진료 환자는 연간 2만 명을 돌파하는 등 증가하고 있으며, 통합진료를 경험한 환자 만족도는 99%에 달한다.<br/><br/><br/><br/>◇암 환자 삶의 질 관리 = 서울아산병원 암병원은 수술 이후에도 암 환자들의 삶의 질을 높이기 위해 ‘삶의 질 향상 클리닉’을 운영하고 있다. 암 환자들은 치료과정에서 암 통증, 수면장애, 스트레스 등으로 인해 완치판정 전까지는 삶의 질이 크게 저하될 수밖에 없다.<br/><br/><br/><br/>그러나 암 치료 과정 중 삶의 질 관리는 중요하다. 삶의 질이 떨어지면 환자의 치료 의지가 떨어지고 궁극적으로는 치료 결과 자체에도 영향을 줄 수 있기 때문이다. 삶의 질 향상을 위해서는 재활치료는 물론 앞으로 나타날 수 있는 다양한 신체적 증상 및 변화를 밀착 관리하는 게 중요하다. ‘삶의 질 향상 클리닉’에서는 이 같은 다양한 부작용을 관리해 환자들의 치료 의지를 북돋아 준다. 또 암으로 인한 ‘통증’을 치료하는 한편, 암 치료 이후에도 ‘재활치료’와 ‘재발 및 전이 예방’ ‘만성질환관리’를 통해 암환자의 삶의 질을 관리, 암 발병 이전의 삶의 질을 유지할 수 있도록 도와준다. ‘삶의 질 향상 클리닉’은 종양내과, 재활의학과, 정신건강의학과, 가정의학과 등 전문 의료진이 암병원 내 여러 진료과와 협력하는 시스템을 구축하고 있다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-110.txt

제목: ‘소리를 읽고 화면을 듣는’ 음악축제  
날짜: 20160602  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160602143544481  
본문: 3, 4일 ‘나다 뮤직페스티벌’<br/><br/>시청각 장애인 위한 이벤트<br/><br/>암전공연·수화통역·파장화면<br/><br/>성인장애인 위한 19금 영화도<br/><br/><br/><br/>장애인과 비장애인이 어우러져 즐기는 음악 축제가 열린다. <br/><br/><br/><br/>3, 4일 양일간 서울 마포구 KT&G 상상마당 라이브홀에서 ‘나다 뮤직페스티벌’이 개최된다. 이 행사에는 노브레인(위쪽 사진)을 비롯해 장미여관(아래쪽), 블루파프리카, 갈릭스, 바이올렛트리, 고요한 가을, 배희관 밴드 등이 출연한다. <br/><br/><br/><br/>‘숨겨진 감각축제’라는 부제가 붙은 제5회 ‘페스티벌 나다’의 한 프로그램으로 진행되는 이 행사에서는 청각장애인이 공연장 분위기를 고스란히 느낄 수 있도록 다양한 서비스를 제공한다. 라이브 공연의 소리 파장을 미디어아트로 시각화해 대형 스크린에 펼치며 수화통역원이 무대에 올라 가수들과 함께 춤을 추며 역동적인 공연 상황을 전달한다. 또 사전 예약을 통해 진동 스피커를 제공하고, 속기사가 노래 가사를 비롯해 가수들의 입에서 나오는 모든 소리를 문자로 전송한다.<br/><br/><br/><br/>출연 가수들은 스테이지당 한 곡을 암전 공연으로 펼친다. 이는 시각이 제한된 상태에서 남은 감각만으로 공연에 집중하게 하기 위한 것으로, 시각장애인에 대한 인식 개선을 위해 마련됐다.<br/><br/><br/><br/>4일에는 상상마당 앞 거리에서 그룹 세자전거가 공연을 벌이며 유지환, 조효정, 이영현, 김영민, 윤경식, 친구네옥상아트 등 퍼포먼스 아티스트들이 행위 예술을 선보인다. 이날 감각의 전이와 변환을 주제로 체험 행사도 열린다. 참가자들은 다양한 형태의 장애를 체험하며 소품 만들기, 색칠하기 등 임무를 수행하게 된다. 독고정은 페스티벌 나다 총감독은 “<span class='quot0'>장애는 ‘감각의 부재’가 아니라 ‘감각의 차이’임을 몸으로 체험하고, 나아가 장애는 배려의 대상이지 동정이나 혐오의 대상이 아님을 이해할 수 있도록 자연스럽게 유도하기 위해 이 행사를 마련했다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>앞서 행사 첫날인 1일 복합문화공간 네스트나다에서 나눔 콘서트가 열렸으며 2일에는 ‘감각과 예술장르의 해체와 재구성’을 주제로 한 네트워킹 포럼 ‘나다 아이디어’가 진행됐다. 또 마지막 날인 5일에는 네스트나다에서 영화 ‘수상한 언니들’(감독 노진수) 상영회가 열린다. 청각장애인을 위해 자막을 넣었으며 변사가 해설을 통해 시각장애인에게 영화 속 상황과 내용을 생생하게 전달한다. 행사 관계자는 “<span class='quot1'>시청각 장애인을 위한 ‘베리어프리’ 영화는 대부분 12세 이상 관람가 등급의 가족 영화</span>”라며 “<span class='quot1'>‘수상한 언니들’은 청소년 관람불가 등급으로 성인 장애인들을 위해 ‘에로 베리’라는 이름을 붙여 상영한다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-111.txt

제목: “고가新藥 못써서 삶 포기”… 健保적용 확대 급하다  
날짜: 20160601  
기자: 박민철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160601114743050  
본문: - 3명중 1명이 암환자… “보건 정책 개선” 목소리<br/><br/><br/><br/>항암신약 건보적용 비율 29%<br/><br/>OECD 20개 국가중 하위 4위<br/><br/>관련 재정 지출도 9%에 그쳐<br/><br/><br/><br/>1,2기 생존율 90% 세계 최고<br/><br/>4기땐 보험제한에 치료 불충분<br/><br/>“<span class='quot0'>암치료 절감된 재정 재분배를</span>”<br/><br/><br/><br/>4기 암환자로 투병 중인 남편을 둔 이연희 씨는 “<span class='quot1'>환자가 살고 싶다는 눈빛을 보내고 있지만, 가족으로서 그 눈빛을 저버릴 수 없어 마음이 타들어 간다</span>”고 하소연했다. 그러나 신약은 비보험 등으로 엄청난 치료 비용 등의 현실에 부닥치게 된다. <br/><br/><br/><br/>정현철 연세대 암센터 종양내과 교수는 “<span class='quot2'>진료 시 가장 속상할 때는 환자의 눈빛에서 ‘이제는 삶을 접어야겠다’는 마음이 읽히는 순간</span>”이라며 “<span class='quot2'>최근에 개발된 항암신약은 비보험인 경우가 많고, 기존의 치료제에 저항성이 생겨서 신약을 쓸 수밖에 없는 상황이라고 설명하면, 살고 싶다는 눈빛이 아니라 모든 것을 포기해야겠다는 눈빛으로 바뀐다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>항암제는 환자 본인 분담금이 5%이기 때문에 보장성이 좋다는 인식이 강하지만, 이는 착시현상일 수 있다. 약제가 보험금이 지급되는 ‘급여’인 경우는 환자 부담이 상대적으로 낮지만, 다수의 항암신약이 급여 문턱을 넘지 못해 평균적인 보장성은 낮은 수준이다. <br/><br/><br/><br/>1일 한국 암 치료 보장성확대 협력단에서 발표한 백서에 따르면, 경제협력개발기구(OECD) 20개 국가를 대상으로 보험등재 된 항암제의 수를 비교한 결과, 한국은 하위 4위였다. 한국에서 허가된 항암신약 중 보험에 등재된 비율은 OECD 20개 국가 평균(62%)의 절반에도 미치지 못하는 29%로 나타났다. <br/><br/><br/><br/>지난 30여 년간 우리나라 국민의 사망원인 1위는 암이다. 최근 데이터에 따르면 한국인 3명 중 1명이 암에 걸릴 수 있으며, 3명 중 1명은 암으로 사망하는 시대다. 지난 5년간(2009∼2013년), 암 발생률은 28.5% 증가했으며, 유병률은 69.7%, 사망률은 5.7% 증가했다. 이 수치는 인구 고령화와 맞물려 계속해서 증가할 것으로 전망된다. 하지만 우리나라 암환자 치료에는 항암제 급여제한 등으로 제한해 3명 중 1명이 암에 걸리는 시대에 맞는 보건 의료정책이 필요하다는 목소리도 높아지고 있다.<br/><br/><br/><br/>우리나라의 항암제 재정지출 비율도 낮았다. 헬스케어 데이터 통계 분석 및 컨설팅 서비스 회사인 IMS 자료에 따르면, 우리나라 전체 약제비 재정 지출 중 항암제의 비율은 9% 수준으로, OECD 국가 평균인 19%에 절반도 못 미치는 수준이었다. 문제는 암 발생률이 증가하고 있지만, 환자 치료를 위한 투자는 그 속도를 따라오지 못한다는 것이다. 국회예산정책처 자료에 따르면, 암환자 수는 매년 11% 증가하는 반면 항암제 관련 지출은 매년 5%만 증가했다. 암환자의 요구가 적절히 반영되고 있지 못하는 현실을 바로 보여준다. 암 치료의 혁신이 계속되고 있지만, 우리나라 암환자들의 생존율은 세계 비교에서 순위가 올라가고 있지 못하다. 이는 암 치료 보장성의 불균형 때문으로 분석된다. <br/><br/><br/><br/>정 교수는 “<span class='quot3'>조기 검진, 수술의 발전으로 1∼2기 암환자 생존율은 세계 최고 수준으로 높아졌으나 4기 암환자는 복합적인 치료가 필요함에도 보험 제한 등으로 충분한 치료를 받지 못하기 때문</span>”이라고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>실제 암 병기별로 생존율에는 큰 차이가 있는데, 국립암센터에 따르면 암이 처음 발생한 장기를 벗어나지 않은 경우 상대 생존율은 89%, 주위 장기나 인접한 조직 혹은 림프샘을 침범한 국소 진행단계 상대 생존율은 72.7%였으나, 멀리 떨어진 다른 부위로 전이된 단계 상대 생존율은 급격히 떨어져 19.7%였다. <br/><br/><br/><br/>일부 환자나 전문의들은 4기 암환자의 치료 향상을 위해 건강보험 재정에 부담을 주자는 얘기가 아니라고 강조한다. 조기 검진 및 예방 등으로 암 치료 분야의 재정이 전체적으로 절감되고 있는데 이 몫을 4기 환자에 재분배하는 것도 하나의 해결방안으로 나오고 있다. 즉 재정자원을 효율적으로 운용하는 방안을 사회가 함께 고안해 보자는 것이다. <br/><br/><br/><br/>한국 암 치료 보장성확대 협력단 관계자는 “<span class='quot4'>우리 가족 중에 1명이 암환자인 시대</span>”라며 “<span class='quot4'>육체·정신·경제적으로 더 많은 고통을 받는 4기 암환자들이 최선의 치료를 받을 수 있도록 사회적 논의와 합의를 시작해야 하는 시점</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 박민철 기자 mindom@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-112.txt

제목: 위암 치료 환자 36% 당뇨 前 단계  
날짜: 20160531  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160531144636237  
본문: 위암 치료를 받은 사람 중 상당수가 다른 질환에도 걸릴 가능성을 갖고 있지만, 이를 제대로 알지 못해 적절한 관리를 받지 않고 있다는 연구 결과가 발표됐다. 양한광 서울대병원 외과 교수와 신동욱·이지은 가정의학과 교수팀은 2013년 10월부터 위암 치료 후 3년 이상 생존한 250명의 건강 상태를 분석한 결과 조사 대상자의 5%와 3%가 각각 당뇨와 고지혈증을 앓고 있었으며, 36%는 당뇨 전 단계인 것으로 조사됐다고 31일 밝혔다. 이번 연구 결과는 ‘대한의학회지’ 최근호에 게재됐다. 이들은 대부분 자신의 질환에 대해 모르는 것으로 나타났다. 골밀도 상태는 “자신의 상태를 모른다”고 답한 사람 88.4%(221명) 중 골다공증과 골감소증을 새롭게 진단받은 경우가 각각 24%, 37%에 달했다. 또 위암 환자의 다른 신체 부위 암 발생 여부를 점검하는 ‘2차 암 검진 현황’을 보면 조사 대상자의 86%가 폐암 검진을 제때 받지 않았다. 신 교수는 “<span class='quot0'>대부분 환자가 암 치료에 관심을 집중하다 보니 다른 질환에 상대적으로 소홀하다는 사실이 입증됐다</span>”며 “<span class='quot0'>이를 보완하는 효율적이고 체계적인 진료 시스템이 마련돼야 한다</span>”고 말했다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-113.txt

제목: “갑질·사이코패스·여성혐오 진화심리 눈으로 보면 풀려”  
날짜: 20160527  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160527150516409  
본문: ‘본성이 답이다’펴낸 전중환 교수<br/><br/><br/><br/>“우리 마음은 수백만 년에 걸쳐 이뤄진 인류 진화의 결과물이다. 과거 수백만 년 전 먼 조상들이 생존과 번식에 관련해 직면했던 문제들을 해결하기 위해 진화된 심리적 적응의 집합이다. 우리 마음이 어떤 목적을 잘 달성하게끔 설계됐는지, 우리 마음은 왜 이렇게 생겨 먹었는지 알려면 진화심리학적 분석은 당연하다.” <br/><br/><br/><br/>한국 사회의 다양한 문제와 현상들을 진화심리학적으로 분석한 ‘본성이 답이다’(사이언스북스)를 내놓은 전중환(사진) 경희대 후마니타스칼리지 부교수는 진화심리학적 접근은 ‘당연함’을 넘어 유일하게 옳은 답이라고 말했다. 책은 보수 vs 진보, 여성 혐오, 갑질 논란, 아동학대, 성매매, 사이코패스, 성범죄 등 사회적 문제부터 방송인 유재석이 인기 있는 이유와 ‘응답하라’ 시리즈의 남편 찾기까지 여러 현상을 분석한다. 최근 비만, 노화, 록스타에 대한 열광 같은 익숙한 현상들을 진화생물학·진화심리학적으로 분석한 번역서들이 꽤 나오고 있지만 이 책은 지금, 여기, 우리의 구체적인 문제를 분석했다는 점에서 반갑고 요긴하다. 올 한 해 미국 텍사스대에서 교환교수로 지내던 중 잠깐 귀국한 그는 긴 인류 역사 속에서 자연 선택된 인간 본성을 정확히 이해해야 대안과 해결책도 마련할 수 있다고 했다. <br/><br/><br/><br/>그는 “예를 들어 전통과 규범을 강조하는 보수 이념은 병원체 감염에 대한 저항 기제로 만들어졌다. 실제로 1960∼1970년대 미국 50개 주의 정치 성향을 조사했더니 병원체가 창궐한 주일수록 보수 성향이 강했다”며 “이념이 개인의 굳건한 가치관이 아니라 지극히 실용적인 이유로 진화된 결과라는 싱거운 사실을 알면 극단적인 좌우파 갈등을 줄이는 데도 도움이 될 것이다”고 말했다. 이어 갑질 논란은 수렵 채집 시절 길러진 인간의 평등 본성에 반하는 행위로, 아동 유기는 아이가 어른으로 자랄 가능성이 희박할 경우 미래 자식을 기약하며 자원을 아끼게 설계된 본능으로 설명했다. 남성의 바람기는 가능한 한 많은 자녀를 낳기 위한 남성의 본능, 성희롱은 많은 성관계를 갖기 위해 여성의 작은 친절도 성적 호감으로 잘못 해석하는 본능으로 해석했다. 사이코패스는 공감능력이 결여되고 죄책감을 느끼지 않는 돌연변이 형질이 등장한 후 인류 역사에서 지속적으로 존재해온 소수로 설명했다. 또 사회적 문제가 된 여성 혐오에 대해서는 “<span class='quot0'>여성 지위가 높아지면서 남성들이 자신의 계급 지위가 위협받는 것을 거부하는 것</span>”으로 풀어냈다. 이 지점에서 전 교수는 오해를 경계했다. “흔히 남성의 바람기, 아동학대, 사이코패스 등을 설명하면 면죄부를 주고 정당화하는 것 아니냐고 오해하는데 그렇지 않다. 의학자들이 암 원인을 연구하는 것이 암을 치료하지 않아도 된다는 주장은 아니지 않은가. 또 남성의 바람기가 본능이지만 반대로 가정을 지키려는 본능도 있다. 복수 본능도 있지만 용서 본능도 있다”며 진화적 분석은 설명일 뿐 도덕적 판단이 아니라고 했다. 이에 그는 ‘인간 성욕은 근본적으로 남녀 차가 없다’는 식의 성매매 예방 교육에 대해 비판했다. “불편하다고 해서 엄연히 존재하는 차이를 부정해서는 안 된다. 민감한 문제일수록 진화된 인간 본성을 정확히 알고, 이를 충분히 고려해 현명하게 접근해야 한다.” <br/><br/><br/><br/>최현미 기자 chm@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-114.txt

제목: 빵~빵한 브로콜리… 답답한 코 뻥~뻥  
날짜: 20160525  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160525155823054  
본문: 비타민 C 함유량 레몬의 2배 <br/><br/>세계 10대 슈퍼 푸드로 선정 <br/><br/><br/><br/>황화합물인 ‘설포라판’ 함유 <br/><br/>비염·축농증 등에 효과 입증 <br/><br/><br/><br/>염증 유발성분 활성화 억제 <br/><br/>‘콕스-2’의 생성을 차단시켜 <br/><br/><br/><br/>기미·주근깨 등도 예방해줘 <br/><br/>봉오리 꽉 다물어져야 싱싱<br/><br/><br/><br/>최근 건강식에 대한 사람들의 관심이 급증하며 조명을 받고 있는 식품이 바로 십자화과 채소다. 네 개의 꽃잎이 십자 모양을 이룬다고 해서 십자화과(十字花科) 이름이 붙었다. 십자화과 채소로 유명한 것이 배추와 무다. <br/><br/><br/><br/>많이 알려져 있지 않지만 브로콜리 역시 십자화과 채소다. 저지방·저칼로리 식품인 브로콜리에는 십자화과 채소의 주요 성분이 모두 들어 있으면서도 비타민 C 함량이 레몬의 2배에 이르는 등 몸에 유익한 각종 비타민과 미네랄이 풍부하게 들어 있다. 미국 타임지가 ‘세계 10대 슈퍼푸드’의 하나로 브로콜리를 선정한 것도 그 때문이다. <br/><br/><br/><br/>십자화과 채소에서 가장 주목할 성분은 황화합물의 일종인 설포라판이다. 비염이나 축농증 등의 이비인후과 질환에 브로콜리를 권하는 이유도 설포라판의 효능 때문이다. <br/><br/><br/><br/>오염된 공기나 꽃가루, 매연, 담배 연기 속에서 숨을 쉴 때 활성산소 같은 유해물질이 기도의 세포나 조직 등을 공격해 손상시키는데 설포라판이 항산화 효소를 늘려 유해물질의 공격을 막는다.<br/><br/><br/><br/>미국의 한 대학 연구팀의 실험 결과 브로콜리를 먹은 사람들은 비강 세포에서 항산화 효소가 2~3배 증가한 것으로 나타났다. 항염증과 관련, 설포라판의 효능에 대해선 국내에서의 연구 결과도 있다. 설포라판이 염증 유발 성분의 활성화를 억제함으로써 염증 효소인 ‘콕스-2(COX-2)’의 생성을 차단하고 염증세포의 활성화를 억제한다는 사실이 광주과학기술원(GIST) 연구진에 의해 밝혀졌다. <br/><br/><br/><br/>설포라판의 항암 효능과 관련한 연구도 활발히 진행되고 있다. 한 연구에서는 설포라판이 종양의 성장을 60% 예방했을 뿐 아니라 이미 성장한 종양의 크기도 75% 줄이는 것으로 나타났다. 설포라판은 특히 위암, 유방암 같은 암의 발생을 억제하는 효과가 있다고 한다.<br/><br/><br/><br/>설포라판은 간의 해독 과정에서도 없어서는 안 되는 성분이다. 간에는 1·2차 해독과정이 있는데 2차 해독과정이란 1차 해독과정에서 발생한 활성산소를 제거하는 해독을 이른다. 그런데 이 2차 해독과정에서 필요한 것이 글루타티온이고, 글루타티온의 체내 합성을 촉진하는 성분이 바로 설포라판이다. <br/><br/><br/><br/>비염이나 축농증이 면역력 저하와도 직접 연관이 있다는 점에서 브로콜리에 풍부한 엽산 성분도 눈여겨볼 필요가 있다. 엽산은 면역계에 속한 백혈구의 정상적인 기능과 생성을 촉진한다. 엽산이 부족하면 면역력이 약해져 각종 질병에 쉽게 걸리고 증상이 악화된다. 임신부의 경우 엽산이 부족하면 기형아 출산의 위험이 있다는 보고도 있다. <br/><br/><br/><br/>감기 예방에 좋다는 비타민 C도 브로콜리에는 많다. 100g당 98㎎으로 성인 하루 권장 섭취량의 98%에 이른다. 면역력 결핍에 따른 질병 중에서도 특히 호흡기 질환을 예방하기 위해서는 비타민 C 섭취가 중요하다는 것은 이제 상식으로 통한다. 기미나 주근깨 등 색소 침착도 막아 준다.<br/><br/><br/><br/>브로콜리 성분 중 루테인과 제아크산틴은 눈에 좋다. 눈의 황반(눈 망막의 중심부에 위치한 신경조직)에는 루테인과 제아크산틴 물질이 있는데 노화 등으로 인해 황반변성이 일어난 경우에는 양이 적어진다. 이 외에도 브로콜리에는 베타카로틴이 100g당 766㎍, 뼈의 건강에 필요한 칼슘이 100g당 64㎎ 들어 있다. 또한 몸속의 나트륨을 배출해 주는 칼륨 역시 100g당 307㎎으로 비교적 많이 들어 있다.<br/><br/><br/><br/>한편 브로콜리는 봉오리가 꽉 다물어져 있고 색이 짙은 것이 싱싱하다. 너무 반질반질하면 왁스 코팅한 제품일 수 있다. 또 잘린 단면이 마르고 비어 있으면 수확한 지 오래된 것이다. 기둥은 짧은 것이 좋다. <br/><br/><br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-115.txt

제목: “파킨슨병 첫 증상은 손떨림… 저항력 떨어져 평균 13년 생존”  
날짜: 20160524  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160524115510068  
본문: - 최경규 梨大 목동병원 센터장과 알아보는 ‘파킨슨病’<br/><br/><br/><br/>신경전달물질 ‘도파민’ 부족해 발생<br/><br/>행동둔화·무표정·종종걸음 등 증상<br/><br/>우울·기억장애·통증도 함께 나타나<br/><br/><br/><br/>초기 3~4년은 정상인처럼 생활 가능<br/><br/>약물 치료하면 5~6년으로 기간 연장<br/><br/>신경·병리과 등 다학제적 진료 필요<br/><br/><br/><br/>파킨슨병은 60세 이상 인구의 약 1%가 앓고 있는 신경퇴행성 질환이다. 한국 사회가 고령사회로 진입함에 따라 파킨슨병 환자 수도 크게 늘어날 것으로 예상된다. 파킨슨병은 통상적으로 알려졌듯 노년층에서만 발생하는 병은 아니다. 50세 이전에 증상이 나타나는 경우도 많기 때문이다. 파킨슨병을 주로 손을 떠는 병으로 알고 있는 경우가 많지만 실제로 손 떨림은 증상의 일부에 속한다. 주로 떨림, 근육의 강직, 몸동작이 느려지는 서동증 등의 운동장애가 나타나 심해지면 혼자서 생활을 유지하기가 어려워지게 된다. 정확한 진단하에 적절한 약물치료와 재활치료를 받으면 오랜 기간 큰 불편 없이 일상생활을 유지할 수 있지만, 진단이 늦어질 경우가 많아 적절한 치료 시기를 놓치는 경우가 흔하다. 파킨슨병과 유사한 다른 병들이 파킨슨병으로 진단되는 경우도 있고, 사후에 뇌병리 소견을 통해 비로소 정확한 진단명이 확진되는 경우도 있는 탓이다. 대한신경과학회장과 대한치매학회장을 지낸 최경규(사진) 이화여대 목동병원 파킨슨센터장을 통해 파킨슨병에 대해 상세히 분석했다.<br/><br/><br/><br/>◇다양한 증상 = 파킨슨병은 4가지의 증상 가운데 손 떨림 증상이 가장 먼저 나타난다. 보통 수전증은 밥을 먹을 때나 글씨를 쓸 때 손이 떨리지만 파킨슨병은 가만히 있을 때 떨리는 게 특징이다. 한쪽 손부터 다음 양쪽으로 확대된다. 또 행동이 아주 느려지기 때문에 걸음을 빨리 걷지 못하고 얼굴도 무표정하게 변한다. 종종걸음으로 걷다 보니 앞으로 넘어져 골절이 많다. 최 센터장은 “<span class='quot0'>파킨슨병인지 모르다가 골절로 병원에서 치료받다가 알게 되는 경우도 많다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>파킨슨병은 운동증상 외에도 우울증, 기억력 장애, 수면 장애, 자율신경계 장애, 통증 등 다양한 비운동증상이 함께 나타날 수 있는 것으로 알려져 있다. 최 센터장은 “<span class='quot0'>평균적으로 파킨슨병에 걸리면 13년 정도 생존하는데, 초기 3∼4년 정도는 약물치료로 정상인처럼 생활하고 그 이후 3∼4년 정도는 정상적인 사회생활이 불가능해진다</span>”고 설명했다. 최 센터장은 “<span class='quot0'>마지막 3∼4년 정도는 몸을 움직일 수가 없어 주변 사람의 도움이 없으면 기본적인 생활이 어려워지고, 결국 몸의 저항력이 떨어져 폐렴 등의 합병증으로 사망한다</span>”고 전했다.<br/><br/><br/><br/>◇뇌신경 퇴행이 원인 = 파킨슨병은 결국 도파민이 부족해서 나타난다. 도파민이라는 뇌 신경전달물질을 분비하는 신경세포가 줄어드는 게 원인이다. 도파민은 우리 몸의 속도, 각도, 타이밍 등 운동기능을 조절한다. 도파민은 뇌의 ‘흑질’이라는 곳에 있는 신경세포를 통해 분비되는데 이 흑질이 70% 이상 줄어들 경우 운동기능에 이상이 발생한다. <br/><br/><br/><br/>최 센터장은 “<span class='quot0'>즉 운동기능 이상 등의 증상은 흑질이 30% 이하로 떨어졌을 때 나타나는 것으로, 파킨슨병 환자들은 10년 또는 15년 전부터 증상만 없을 뿐 흑질은 사라지기 시작했을 것</span>”이라고 말했다. 증상이 나타나기 전에 흑질이 사라진다는 사실을 조기에 발견하는 것이 필요하지만, 조기 진단도 쉽지는 않다. 증상이 나타난 뒤에도 다양한 증상으로 인해 신경과 의사의 신경학적 진단으로 파킨슨병 여부를 알 수 있기 때문이다. 이에 따라 정확한 진단을 위해서는 신경과 전문의의 진료가 필요하다. 최근에는 양전자 컴퓨터 단층촬영기(PET-CT)를 통해 증상이 뚜렷하지 않은 초기 파킨슨병 환자를 찾아내기도 한다.<br/><br/><br/><br/>◇지역사회 기반 포괄 치료가 해법 = 파킨슨병의 치료는 모자라는 도파민을 생성하도록 하는 약물을 투여하는 방법이 기본 치료법으로 이용되고 있다. 처음에 약을 처방하면 상당히 호전되기 때문에 약 3년 정도는 정상인과 똑같이 생활할 수 있다. 최 센터장은 “<span class='quot0'>하지만 30% 정도 남아 있던 흑질이 점점 없어져 20% 이하가 되면 약을 투여해도 도파민을 만들어내는 양이 모자라 증상이 점점 나빠진다</span>”며 “<span class='quot0'>또 처방하는 약의 양이 늘어나면 몸이 마르거나 수면장애 등의 부작용도 심해진다</span>”고 말했다. 가장 좋은 치료법은 흑질의 감소를 막는 방법이지만, 아직까지 뇌세포를 생성하는 것은 의학기술의 한계로 여겨지고 있다.<br/><br/><br/><br/>현재 상황에서 가장 중요한 것은 포괄적 서비스라고 최 센터장은 강조했다. 그는 “<span class='quot0'>파킨슨병은 암과 같이 첨단시설과 대형병원이 필요하기보다는 지역사회를 기반으로 환자와 가족을 연결해주는 긴밀한 협조체계가 중요하다</span>”고 말했다. 최 센터장은 “<span class='quot0'>지방자치단체 등과 지역 경찰서, 주민, 의료기관이 파킨슨병에 대한 인식을 공유하고 치료를 넘어 ‘돌봄’으로 관리해야 한다</span>”고 대안을 제시했다. 파킨슨병은 약물치료보다 자세 교정, 규칙적 운동 비약물치료가 더 효과적이기 때문이다. 비약물치료와 함께 약물치료를 잘 받게 되면 정상적으로 생활할 수 있는 기간을 3∼4년에서 5년으로 또는 6년으로 늘려갈 수 있다. 또 지자체 커뮤니티 등을 통해 노인들의 활동도 늘려주는 것 역시 치료에 큰 도움이 된다. <br/><br/><br/><br/>최 센터장은 “<span class='quot0'>비운동장애는 경우에 따라 운동장애보다도 더 환자와 가족의 삶의 질에 영향을 미칠 수 있는 증상이므로 전문적이고 서로 다른 전문 과목 전문의들이 동시에 진료하는 다학제적인 진료가 필요하다</span>”며 “<span class='quot0'>특히 파킨슨병 환자의 운동 장애와 이를 돌보는 보호자의 어려움을 고려하면 다학제적 진료는 환자의 동선과 이동시간을 최대한 배려해 이뤄져야 한다</span>”고 말했다. 그의 논리에 따라 이대목동병원 파킨슨센터는 신경과, 병리과, 재활의학과 등 여러 과가 함께 토론하고 협진진료를 한다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-116.txt

제목: 고래와 산골영화제  
날짜: 20160520  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160520143912000  
본문: 김종호 / 논설위원<br/><br/><br/><br/>‘푸른 바다에 고래가 없으면／ 푸른 바다가 아니지／ 마음속에 푸른 바다의／ 고래 한 마리 키우지 않으면／ 청년이 아니지／ 푸른 바다가 고래를 위하여／ 푸르다는 걸 아직 모르는 사람은／ 아직 사랑을 모르지／ 고래도 가끔 수평선 위로 치솟아 올라／ 별을 바라본다／ 나도 가끔 내 마음속의 고래를 위하여／ 밤하늘 별들을 바라본다’. 정호승의 시 ‘고래를 위하여’ 전문이다. 꿈을 상징하기도 하고, 희망을 뜻하기도 하고, 태곳적부터의 그리움에 비유되기도 하는 포유류 고래를 읊은 대표적 시 중에 하나다. 박목월은 이렇게도 절창(絶唱)했다. ‘고래 등에 빨간 천막을 치고／ 동해 바다 한 바퀴 돌아봤으면／ 밀려오는 파도 머리에 올라서서／ 우쭐거리며 둘러봤으면’.<br/><br/><br/><br/>고래에 담긴 의미는 선사시대에도 크게 다르지 않았던 것으로 보인다. 국보 제285호인 울산 울주군 언양읍 대곡리의 ‘반구대(盤龜臺) 암각화(巖刻화)’는 5000년 전에 만들어진 세계적 문화 유적으로, 이를 생생하게 뒷받침하는 대표적 예다. 절벽에 새긴 그림 296점 중에 193점을 여러 종류의 동물로 채우면서, 가장 많은 58점은 고래의 다양한 특징과 움직임을 놀랄 만큼 생생하게 묘사했다. 암각화는 당시 사람들이 기원하는 바를 표현한 것으로 이해되는 것이다. 인근의 울산 남구가 2009년부터 4월 25일을 ‘고래의 날’로 지정해 매년 다채로운 문화 콘텐츠를 개발·선보이고 있는 배경도 다르지 않다. 시인 정일근이 이끄는 ‘고래를 사랑하는 시인들의 모임’은 올해 ‘고래의 날’에도 ‘고래사랑 시(詩) 콘서트’를 남구의 선암호수공원에서 열어 그 취지를 더 살렸다.<br/><br/><br/><br/>암각화가 있는 대곡리 반구마을에서 해마다 산골영화제를 여는 것도 그 연장선이다. 영화제조직위원회는 오는 27일 개막해 29일까지 이어갈 제6회 산골영화제의 주제를 ‘공명(共鳴)’으로 삼아 ‘사랑해, 파리’ ‘그녀’ ‘바람의 소리’ ‘녹차의 맛’ 등을 야외극장에서 상영한다. ‘간밤에 꾸었던 꿈의 세계는／ 아침에 일어나면 잊혀지지만／ 그래도 생각나는 내 꿈 하나는 ／ 조그만 예쁜 고래 한 마리／ 자, 떠나자 동해 바다로／ 신화처럼 숨을 쉬는 고래 잡으러’ 하고 송창식이 작곡·노래한 최인호 작사의 ‘고래사냥’도 목청 높여 부르며, 고래가 상징하는 의미들을 아름다운 풍광 속에서 가슴에 담을 수 있는 기회일 것 같다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-117.txt

제목: 파프리카, 여름철 피부 지켜주는 ‘빨간 비타민’  
날짜: 20160518  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160518153812303  
본문: 체내 합성 안되는 비타민C <br/><br/>100g에 하루 권장량 함유 <br/><br/>가능한 생으로 먹는게 좋아 <br/><br/><br/><br/>라이코펜, 자외선차단 효과 <br/><br/>β카로틴 세포층 손상 방지<br/><br/><br/><br/>알록달록한 색깔과 아삭하면서 상큼한 식감으로 요리에 많이 쓰이는 파프리카는 빨강, 노랑, 주황, 녹색 등 색깔별로 효능도 다르다. 어떤 색은 피부 보습에 유익하고, 어떤 색은 면역력 증진 효과를 높여 감기를 예방해 준다. <br/><br/><br/><br/>여러 가지 색깔의 파프리카 가운데 피부와 관련해 유익한 것으로 빨간 파프리카가 많이 거론된다. 빨간색 파프리카는 비타민C 함량이 높고, 몸에서 비타민A로 전환되는 베타카로틴이 많이 들어있다. 또 붉은색을 띠는 라이코펜 성분이 함유돼 있어 활성산소가 피부에 손상을 입히는 것을 방지해 준다. <br/><br/><br/><br/>우선 ‘피부비타민’이라는 비타민C부터 보자. 피부가 촉촉하면서 탄력을 띠려면 필요한 것이 콜라겐이다. 그런데 콜라겐 합성에 없어서는 안 되는 것이 비타민C다. 비타민C가 각종 세균성 질환을 예방한다는 것도 콜라겐과 무관하지 않다. 콜라겐은 세포 사이의 벽을 형성해 감염된 세균이 물리적으로 전염되는 것을 막는다. 즉 세균이 세포로 들어오는 것을 저지한다. <br/><br/><br/><br/>비타민C는 체내에서 합성되지 않기 때문에 식품으로 섭취해야 한다. 한국영양학회는 성인 기준 하루 권장량으로 100㎎을 제시한다. 빨간 파프리카 100g에는 비타민C 108㎎이 들어있다. <br/><br/><br/><br/>한편 비타민C가 많이 들어 있는 식품을 섭취할 때 육류와 조개류, 해조류, 잡곡류, 콩류, 견과류 등 철분이 풍부한 식품과 함께 먹으면 좋다. 철분은 비타민C가 체내에 더 잘 흡수되게 돕는다. 비타민C는 열이 가해지는 조리과정에서 쉽게 파괴되기 때문에 가능하면 생으로 먹거나, 탕에는 먹기 직전에 넣어야 한다. 대부분의 과일은 피부 재생을 촉진하는 비타민C 등이 풍부하게 들어 있으나, 지나치게 단 열대과일은 혈당을 급격히 높일 수 있으므로 피해야 한다.<br/><br/><br/><br/>빨간 파프리카의 색소 성분인 라이코펜도 피부 건강에 중요한 성분이다. 특히 라이코펜은 피부를 햇볕으로부터 보호하는 자외선 차단제와 같은 역할을 하며 자외선으로 인한 피부 손상을 방지해 준다. 외국 대학의 한 연구결과에 따르면 라이코펜이 자외선에 노출될 때 생기는 활성산소를 빠른 속도로 제거해 준다. <br/><br/><br/><br/>라이코펜은 강력한 항산화 작용을 하며 몸에 유해한 저밀도리포단백질(LDL) 콜레스테롤이 산화되는 것을 방해해 동맥경화를 막는다. 라이코펜이 골관절염은 물론 여러 종류의 노화 질환과 암 예방에 효과가 있다는 보고도 있다. 특히 라이코펜은 전립선암과 심장병 예방에도 효과가 좋다. 몸에 좋은 라이코펜을 더 많이 섭취하려면 조리해서 먹는 것이 바람직하다. 조리를 하면 생으로 먹었을 때보다 흡수율이 5배 이상 높아진다. <br/><br/><br/><br/>또 피부와 관련지어 파프리카에서 눈여겨볼 성분은 베타카로틴이다. 베타카로틴은 인체에 흡수되면 비타민A로 전환되는데, 비타민A는 피부의 얇은 세포층이 손상되는 것을 막아준다. 여기에다 유해산소로부터 몸을 보호하고 해독작용도 한다. 비타민A는 눈 건강에 필수적인 로돕신을 만드는 영양소이기도 하다. 야맹증 등 안과 관련 질환에도 유익한 성분이다. 비타민A는 여드름을 포함한 박테리아와 관련된 피부 트러블에 효과적인 항균 능력을 보여준다. <br/><br/><br/><br/>파프리카는 어떤 색이건 비타민, 철분, 칼슘, 칼륨 등 몸에 유익한 성분을 많이 함유하고 있으면서 열량은 낮아 다이어트 식품으로서도 인기다. 색깔별로 효능을 보면 주황색 파프리카는 비아토피성 피부염에 좋고, 콜레스테롤 조절에도 유익하다고 알려져 있다. 노란색 파프리카는 혈액순환을 촉진하는 등 고혈압, 심혈관계 질환 예방에 좋다. 초록색 파프리카는 다른 색깔의 파프리카보다 특히 열량이 적어 다이어트에 효과적이다. 유기질과 철분도 풍부해 빈혈 예방에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>한편 파프리카를 살 때는 꼭지가 마르지 않고 싱싱하며, 표피가 두껍고 광택이 나고 표면이 단단한 것을 골라야 한다. 표피가 무른 것은 저장기간이 오래된 것이다. 요리하고 남은 파프리카는 한 개씩 랩으로 꼭지 부분까지 밀봉해 냉장고에 보관하면 된다. <br/><br/><br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-118.txt

제목: 梨大 의료원 새 병원 이름 공모  
날짜: 20160517  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160517143757582  
본문: 이화여대 의료원(의료원장 김승철)은 2018년 하반기 완공 예정인 새 병원의 이름을 공모한다. 서울 강서구 마곡지구에 건축 중인 새 병원은 국내 최초로 기준병실 3인실, 모든 중환자실 1인실로 구성된다. 또 새 병원은 암, 심뇌혈관, 장기이식 등 고난도 중증 질환 진료를 특화 육성하며 외국인 환자를 위한 첨단 국제진료센터 및 프리미엄 건강증진센터를 운영한다. 응모 기간은 6월 15일까지 한 달 동안이며, 홈페이지(www.eumc.ac.kr)에서 공모 양식을 다운 받아 새 병원의 이름과 의미를 적어 이메일로 제출하면 된다. 대상 1명 200만 원, 행운상 2명 각 100만 원의 상금이 주어지며 아차상 3명은 각 60만 원 상당의 건강검진 혜택이 주어진다. 당선작 발표 일정은 올해 8월 중 홈페이지를 통해 다시 안내된다. 02-2650-5504 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-119.txt

제목: 현대해상 ‘암스트롱보험’ 출시… ‘고액 치료비’ 4기 암 집중보장  
날짜: 20160509  
기자: 윤정선  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160509140938278  
본문: 현대해상이 고액의 치료비가 드는 4기 암을 집중 보장하는 상품을 내놓았다.<br/><br/><br/><br/>현대해상은 암 예방과 치료, 관리를 위한 ‘메디케어 서비스’를 제공하는 ‘암에 강한 암보험-암스트롱 암보험’을 판매한다고 9일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>보험 가입 시 모든 고객은 전문 의료진 건강상담과 병원 진료예약 대행, 전담 간호사 방문, 24시간 상담서비스를 받는다. 특히 이 상품은 4기 암을 집중 보장, 환자의 치료비 부담을 덜어준다. 최초 암 진단 시 진단금을 지급하고, 4기로 진행되면 추가 진단금을 지원해 기존 암보험의 공백을 해소했다는 게 현대해상의 설명이다.<br/><br/><br/><br/>아울러 ‘암 치료 관리 특약’에 가입하고, 암 진단 시 ‘프리미엄 메디케어 서비스’를 제공 받는다. 이 서비스는 암 발병 초기 환자와 보호자를 위한 ‘심리치료’와 면역기능 감소에 대비해 ‘자가면역 세포 보관 프로그램’을 제공하는 게 특징이다. <br/><br/><br/><br/>또 치료와 함께 웨어러블 기기를 통해 측정된 정보를 기초로 개별 맞춤 운동·영양관리, 면역력·세포건강도, PET-CT(양전자방출 컴퓨터 단층촬영장치) 검사 등을 제공한다. 이 상품은 70세까지 가입할 수 있고 최장 100세까지 보장받는다.<br/><br/><br/><br/> 윤정선 기자 wowjota@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-120.txt

제목: 염증 캐내는 바지락… 붓고 쑤시던 관절이 ‘시원’  
날짜: 20160504  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160504114151401  
본문: ‘오메가3’가 관절 염증반응 억제<br/><br/>체내 ‘셀레늄’ 10분의 1 증가하면<br/><br/>무릎 관절염 위험 20%가량 줄어<br/><br/><br/><br/>껍데기 쳤을 때 입 꽉 닫혀야 신선<br/><br/>7~8월 산란기엔 毒 있어 피해야<br/><br/><br/><br/>예로부터 바지락은 술을 마신 다음 날 해장국에 사용되던 대표적 재료였다. 과음으로 머리가 지끈거릴 때 바지락을 넣고 맑게 끓여낸 조개탕을 훌훌 마시면 머리가 맑아지며 막혔던 속이 개운해지는 기분을 맛볼 수 있다. 이는 바지락 특유의 시원한 감칠맛 때문인데 실제로 바지락의 각종 영양성분은 알코올 섭취로 지쳐 있는 간 해독에 유익하다. 비타민B12는 간 기능을 강화해주며, 아미노산 중에 타우린은 담즙산과 결합해 직접적으로 간의 독을 배출한다. <br/><br/><br/><br/>간 해독 외에도 바지락에는 양질의 아미노산과 비타민 그리고 여러 미네랄이 풍부하게 들어 있어 몸에 유익한 역할을 많이 한다. 관절염에 대한 바지락의 효능도 그중의 하나다. <br/><br/><br/><br/>이와 관련해 눈길을 끄는 것이 항산화 성분으로 알려진 셀레늄. 셀레늄은 비록 많은 양은 아니어도 인체가 반드시 필요로 하는 필수 미네랄이다. 한국영양학회에 따르면 셀레늄의 일일권장섭취량은 30∼60㎍(마이크로그램)이다. 그런데 바지락의 셀레늄 함량은 100g당 41㎍에 이른다. <br/><br/><br/><br/>셀레늄은 인체의 고환과 전립선에 몰려 있는 성분이기 때문에 그동안 남성의 생식기능과 관련해서만 주목을 받았다. 그러나 최근 잇단 연구에 따르면 셀레늄은 활성산소를 억제하는 항산화 기능이 탁월하다. 한 연구에서는 항산화 기능이 비타민E의 2000배에 이르는 것으로 나타났다. 바이러스 퇴치 단백질인 사이토카인의 생성을 도와 면역기능을 강화해줄 뿐 아니라 암치료와 예방에도 유익하다는 주장도 있다. <br/><br/><br/><br/>관절염 예방이나 치유에 셀레늄이 효능을 보일 수 있는 것도 그 같은 항산화 작용 때문이다. 얼마 전 미국의 한 연구에서는 셀레늄이 충분하게 공급되는 경우 무릎 관절염 발생 위험성이 감소한다는 사실이 밝혀져 눈길을 끌기도 했다. <br/><br/><br/><br/>노스캐롤라이나대 연구팀이 940명의 데이터를 분석한 결과에 따르면 체내 셀레늄의 양이 10분의 1가량 증가하면 무릎 관절염 발생 위험성이 15%에서 20%가량 줄었다. 자가면역질환으로 알려진 류머티즘 관절염의 경우에도 환자의 셀레늄 함량이 비환자의 함량보다 낮다는 연구 결과가 있다. <br/><br/><br/><br/>류머티즘 관절염만 놓고 보면 비타민B12 성분도 눈여겨봐야 한다. 류머티즘 관절염 환자에게는 마치 ‘악성 콜레스테롤’과도 같은 호모시스테인이라는 아미노산이 많이 생산된다. 그런데 비타민 B12가 이를 감소시켜 준다. 노년층에서 호모시스테인의 증가는 곧바로 골절이나 골다공증을 유발한다. 비타민B12는 철분과 함께 조혈 작용을 도와 빈혈도 예방해준다. <br/><br/><br/><br/>바지락의 오메가3 등 불포화 지방산 성분도 관절염의 염증반응을 억제한다. 오메가3 성분은 염증을 일으키는 프로스타글란딘을 억제해 관절염 등 체내 각종 염증을 예방한다. 바지락 100g에는 0.81g의 지방산이 함유돼 있으며, 이 가운데 0.27g의 포화지방산을 제외한 나머지가 모두 오메가3 등 양질의 불포화지방산으로 조성돼 있다. 오메가3 지방산은 바지락 등 어패류 외에도 고등어, 참치, 연어 등에 많이 들어있다.<br/><br/><br/><br/>바지락의 효능을 거론할 때 타우린 역시 빼놓으면 안 된다. 피로 해소와 간 해독에 좋은 타우린은 각종 성인병에도 유익한 아미노산이다. 타우린은 혈액에 있는 악성 콜레스테롤을 배출시켜 혈액순환을 촉진하기 때문에 동맥경화 예방에 효과적이다. <br/><br/><br/><br/>또 뇌신경 세포의 사멸 즉 ‘세포자살(apoptosis)’을 억제함으로써 뇌신경 세포도 보호해준다. 신경세포가 지나치게 흥분하면 세포자살이 일어나는데 타우린이 이를 방지해 준다. 바지락 100g에는 타우린 1052㎎이 들어있다. 타우린의 대명사로 알려진 오징어(372㎎)의 거의 3배에 이르는 함량이다.<br/><br/><br/><br/>한편 바지락을 구입할 때는 살아있는 상태의 것을 골라야 한다. 껍데기를 탁탁 쳐 보았을 때 입이 꽉 닫혀야 한다. 제철은 4∼5월이며 산란기는 7∼8월이다. 패류는 대개 산란기에 독소가 있을 수 있으므로 여름철을 제외한 다른 계절에 먹는 게 좋다. <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-121.txt

제목: 사이버범죄 작년 14만여건… 10년새 63% 급증  
날짜: 20160502  
기자: 장병철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160502153003149  
본문: 해킹·악성코드,전년비 37%↑ <br/><br/>개인·기업 PC 암호화시킨 뒤 <br/><br/>암호해제 대가 돈 요구도 기승<br/><br/><br/><br/>회사원 이모(40) 씨는 최근 인터넷 게시판에 “<span class='quot0'>컴퓨터가 바이러스에 걸렸는지 파일들이 암호화됐다</span>”며 “<span class='quot0'>이후 컴퓨터 화면에 50달러를 내야만 파일을 복구할 수 있다는 메시지가 떴다</span>”며 자신의 컴퓨터에 있는 파일들을 열어볼 수조차 없었던 황당한 경험을 올렸다. ‘랜섬웨어’ 등 악성 코드를 심어 개인이나 기업의 PC를 암호화시킨 뒤, 암호를 해제해 주는 대가로 돈을 요구하는 사이버 해킹 범죄의 피해자가 됐던 것.<br/><br/><br/><br/>정보기술(IT)이 발전하면서 사이버 범죄의 수법이 날로 정교해지고 지능화되고 있다. 특히 국가 주요 기관을 대상으로 발생하던 해킹이나 디도스(분산서비스거부) 등 사이버 테러형 범죄가 최근에는 기업과 개인으로 빠르게 확산하고 있다. 기업 중에선 LG화학이 최근 이메일 해킹으로 막대한 거래대금을 날렸다. 지난달 사우디아라비아의 한 거래처로부터 납품대금 계좌가 변경됐다는 이메일을 받고 아무런 의심 없이 거래대금 240억 원을 송금했는데, 나중에 알고 보니 제3자의 계좌였다. LG화학은 이메일 해킹을 통한 무역대금 사기로 보고 검찰에 수사를 의뢰했다.<br/><br/><br/><br/>지난 2005년 8만8731건이었던 전체 사이버 범죄 발생 건수는 지난해엔 14만4679건으로 늘어났다. 10년 새 63.0%나 증가한 수치다. 특히 해킹이나 악성 코드 등을 이용한 사이버 테러형 범죄가 급증하는 추세다. 지난해 ‘정보통신망침해범죄(해킹, 디도스, 악성 코드 등 테러형 범죄)’ 발생 건수는 모두 3154건으로, 2014년 2291건 대비 37.7% 늘었다.<br/><br/><br/><br/>이처럼 사이버 테러형 범죄가 기승을 부리면서 경찰은 특별 단속에 나섰다. 경찰청은 오는 10월 말까지 6개월 동안 해킹, 디도스 등 ‘사이버 테러형 범죄’에 대한 특별 단속을 시행한다고 2일 밝혔다. 경찰 관계자는 “<span class='quot1'>최신 보안 업데이트를 꼼꼼히 챙기고 중요 파일은 외부 저장장치에 백업을 해두는 습관을 들이는 것이 피해를 최소화하는 방법</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/>장병철 기자 jjangbeng@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-122.txt

제목: 개미취, 癌·항균작용… 열 있는 사람 복용 피해야  
날짜: 20160502  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160502152856116  
본문: 개미취는 봄에 꽃이 피기 전 잎을 따서 끓는 물에 살짝 데쳐 나물로 무쳐 먹거나 쌈으로 먹는다. 조금 성장한 잎은 쓴맛이 강하므로 물에 우려낸 다음 햇볕에 말린 후 삶아서 묵나물로 만들어 먹는다. 꽃을 따서 말려서 보관했다가 물에 타서 우려먹는다. 개미취 꽃은 가을 들꽃처럼 아름다워 관상용으로도 가치가 높다.<br/><br/><br/><br/>개미취를 약초로 쓸 때는 뿌리와 뿌리줄기를 가을에 채취해 그늘에서 말려서 쓴다. 약리 실험에서 복수 암에 일정한 억제 작용, 대장균을 억제하는 항균 작용, 진해와 거담 작용이 있는 것으로 밝혀졌다. <br/><br/><br/><br/>한방에서는 주로 천식, 기침, 가래를 가라앉히는 데 다른 약재와 함께 처방한다. 민간에서 가래에 피가 섞여 나올 때 차로 먹었고, 인후가 건조하고 아플 때 통증을 다스리는 데 썼다. 그러나 열이 있는 사람은 복용을 금한다. <br/><br/><br/><br/>효소는 봄에 잎을 뜯어 물로 씻고 물기를 뺀 다음 항아리에 넣고 설탕을 녹인 시럽을 30%가량 부어 100일 이상 발효시키면 만들어진다. ‘효소 1에 찬물 5’ 비율로 먹는다. <br/><br/><br/><br/>정구영 한국토종약초나무연구회장 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-123.txt

제목: 이해인 “대상포진 걸려 병원다녔는데 위독說 퍼져 당황”  
날짜: 20160502  
기자: 김인구  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160502152741698  
본문: 이해인 수녀 인터뷰 <br/><br/>“민들레의 영토는 내게 첫사랑 <br/><br/>늘 마지막날로 생각하며 최선”<br/><br/><br/><br/>“요즘 몸과 마음이 아픈 분들이 많죠. 저도 지독한 병과 싸우며 고통스러웠습니다. 하지만 자신에게 ‘쿨’하려고 했어요. ‘나만 아픈 게 아니다. 약을 먹으면서 치료받을 수 있는 게 행복한 것’이라고. 이렇게 생각하는 건 쉬운 일은 아닙니다. 그러나 항상 오늘이 내 인생의 마지막이라고 생각하면 삶에 감사하게 됩니다.”<br/><br/><br/><br/>1976년 첫 시집 ‘민들레의 영토’ 출간 후 40주년을 맞은 시인 이해인(71·사진) 수녀가 투병생활에서 우러나온 경험을 토대로 독자들에게 사랑과 화합의 메시지를 전했다. 이 수녀는 1일 문화일보와의 인터뷰에서 “<span class='quot0'>암 투병 중이던 지난해 12월엔 대상포진까지 걸려 병원에 다녔는데 그게 와전돼 위독설이 돌아 당황스러웠다</span>”면서 “<span class='quot0'>아직도 통증이 있지만 수도자로서 다시 한 번 죽음에 대비하고 생각하는 계기가 됐다</span>”고 밝혔다. 이 수녀는 특히 애플의 스티브 잡스가 2005년 미국 스탠퍼드대 졸업식에서 “<span class='quot1'>오늘이 내 생애 마지막 날로 생각하고 노력했다</span>”고 했던 연설문을 인용해 “<span class='quot1'>사실 2008년 대장암 판정을 받았을 때 심각한 상태였으나 늘 오늘이 마지막이라고 생각하며 최선을 다했다</span>”고 전했다.<br/><br/><br/><br/>이 수녀는 앞서 4월 30일 서울 종로구 혜화동 가톨릭대 교회음악대학원에서 ‘민들레의 영토’ 발간 40주년 기념 강연회를 열고 오랜만에 독자들과 만났다. ‘민들레의 영토’는 이 수녀가 종신 서원을 받은 것을 기념해 펴낸 서정시 모음이다. 그런데 이 시집이 폭발적인 반응을 얻었고, 지금까지 무려 38만여 부가 판매되는 스테디셀러가 됐다. 이 수녀는 “<span class='quot0'>‘민들레의 영토’는 문학적 가치를 떠나 지금의 나를 있게 한 아름다운 첫사랑</span>”이라고 표현했다.<br/><br/><br/><br/>이날 강연회에는 대한불교 조계종 뉴욕불광선원의 부주지이자 베스트셀러 작가인 혜민 스님, 여배우 김현주 등이 참석해 40주년을 축하했다. 이 수녀는 “<span class='quot0'>혜민 스님과는 종교를 떠나 서로의 고민을 나누는 사이</span>”라며 “<span class='quot0'>김현주 양과도 2011년부터 돈독한 관계를 유지하고 있다</span>”고 설명했다. 이 시인은 1970년 가톨릭출판사의 어린이 잡지인 ‘소년’을 통해 등단했다. 이후 ‘민들레의 영토’로 대중적으로 알려졌고, 투병 중에도 작품활동을 멈추지 않았다. <br/><br/><br/><br/>김인구 기자 clark@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-124.txt

제목: 알로에 대장암 억제 효과 확인 “면역다당체, 염증 감소 작용”  
날짜: 20160428  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160428144134505  
본문: 이종길 충북대교수 연구 발표<br/><br/><br/><br/>알로에의 대장암 억제 효과가 국내 산학공동체의 장기간 연구프로젝트에서 확인됐다. 이종길 충북대 약대 교수는 28일 서울대 호암교수회관에서 열린 한국생약학회 춘계 학술대회에서 ‘알로에 소재 PAG의 대장암 발생 억제 효능’ 논문을 통해 이같이 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이번 연구는 23년간 진행된 산학공동체 CAP(알로에 신약 연구개발 프로젝트·Creation of Aloe Pharmaceuticals) 연구팀에 의해 진행됐다. <br/><br/><br/><br/>이 교수는 암 유발 화학 물질을 주사한 실험용 생쥐에 알로에 속에 들어있는 PAG(알로에 면역다당체)를 투입해 분석했다. 이 결과 PAG는 장 속에서 헐거워진 점막들을 탄탄하게 해주고 다양한 면역세포를 활성화해 장내 염증이나 용종을 줄여주는 것으로 확인됐다. 또 PAG는 면역계의 활성화를 통해 분비된 특정 사이토카인(신체 방어체계를 제어하는 신호물질)이 골수에서 피를 만들어내는 작용을 촉진해 암세포와 싸울 수 있는 백혈구를 생성할 수 있다는 점도 발견했다. 현재 이 교수는 사이토카인에 대한 심화연구를 진행하고 있다. 앞서 CAP 연구팀은 2013년 알로에가 면역력을 증진한다는 연구결과를 국제학술지에 발표하기도 했다. <br/><br/><br/><br/>알로에가 면역을 담당하는 대식세포의 생산을 촉진시키고, 비정상세포를 공격하는 수지상세포의 활동 기능을 높인다는 내용이다. 한편, 이날 학술대회에서는 알로에의 항인플루엔자 효능, 알레르기 억제 효능 등에 대한 연구결과도 발표됐다. <br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-125.txt

제목: 동아오츠카 ‘오로나민C’, 레몬 11개 함량 비타민C 듬뿍  
날짜: 20160428  
기자: 최재규  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160428144136743  
본문: 롯데제과 ‘드림 카카오’, 고혈압 예방 효과 ‘진한 카카오’<br/><br/><br/><br/>비타민을 듬뿍 담은 음료와 레저 때 영양 보충과 혈당 저하에 효과가 있는 초콜릿이 인기몰이를 하고 있다.<br/><br/><br/><br/>28일 식음료업계에 따르면 동아오츠카의 오로나민C는 레몬 11개에 준하는 비타민 C와 비타민 B2·B3·B6, 필수아미노산 3종류를 함유하고 있어 하루에 필요한 종합 비타민 섭취가 가능하다. 상쾌한 맛을 위해 벌꿀과 탄산수도 첨가했다. 오로나민C의 가장 큰 특징은 국내 최초로 도입된 맥시캡(MAXI-CAP)이다. 맥시캡은 지렛대의 원리를 적용한 새로운 병뚜껑으로, 손잡이를 위쪽으로 올려주면 한 번에 분리되는 방식이다. 기존의 돌려 따는 뚜껑에 비해 안전하고 개봉하기도 쉽다. 오로나민C는 일본과 아랍에미리트, 사우디아라비아, 카타르 등 중동 6개국에서 누적 판매량 300억 병을 기록한 글로벌 제품이다. 앞서 배용준과 동방신기가 일본 내 CF모델로 활동해 국내에도 잘 알려졌다.<br/><br/><br/><br/>동아오츠카는 국내 자체 생산라인을 통해 안정적으로 물량을 확보하고 있으며, 전국 편의점을 시작으로 대형마트, 소매점 등으로 점차 확대해 나갈 예정이다. 홍광석 동아오츠카 오로나민C 팀장은 “<span class='quot0'>오로나민C는 국내 드링크 시장의 새로운 카테고리가 될 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>봄철 레저 활동으로 지친 몸에는 영양 보충과 혈당 저하 등 효과가 있는 초콜릿이 맞춤이다. 롯데제과의 ‘드림 카카오 56%·72%’는 기존 초콜릿과 견줘 카카오 함량을 높인 ‘하이 카카오’ 초콜릿의 대표 주자다. 하이 카카오 제품은 일반 초콜릿에 비해 맛이 씁쓸하지만, 건강에는 더 좋은 것으로 알려졌다. 폴리페놀로 대표되는 초콜릿의 건강 성분이 사실은 카카오에서 나오기 때문이다. 드림 카카오 56%·72%는 제품 이름에 숫자를 써서 카카오 함량을 강조했다.<br/><br/><br/><br/>카카오의 효능은 이미 여러 연구로 입증됐다. 독일 쾰른대학병원이 발표한 연구 결과로는 고혈압 환자들에게 18주 동안 매일 카카오 함량이 60∼70% 이상인 다크초콜릿을 한 조각씩 먹도록 했더니 혈압이 20% 가까이 떨어졌다. 국내에서는 롯데중앙연구소와 서울대 의과대학 정명희 교수팀, 농업생명과학대학 이형주 교수팀의 공동연구를 통해 카카오의 폴리페놀 성분이 위점막 손상을 억제해 위염 예방 효과뿐만 아니라, 암 억제 효과도 있다는 사실이 입증됐다. <br/><br/><br/><br/>롯데제과 관계자는 “<span class='quot1'>폴리페놀은 와인, 녹차보다 함량이 높고 생리적 기능성이 우수하다</span>”며 “<span class='quot1'>차세대 기능성 식품 및 의약 소재로도 세계적으로 주목받고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>최재규 기자 jqnote91@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-126.txt

제목: 비실비실 腸엔 청국醬이 짱!  
날짜: 20160427  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160427145121086  
본문: 익힌콩의 소화흡수율은 60% <br/><br/>된장은 85% ·청국장은 90% <br/><br/><br/><br/>10g 속에 ‘고초균’ 10억마리 <br/><br/>각종 소화 효소 대량 생산해 <br/><br/><br/><br/>크론병 일으키는 인터류킨6 <br/><br/>청국장 속 펩티드가 억제 <br/><br/><br/><br/>치매 · 뇌졸중 등에도 효과<br/><br/><br/><br/>염증성 장질환의 가장 큰 문제는 환자를 영양결핍 상태로 몰아간다는 것이다. 염증성 장질환에 의해 탄수화물, 단백질, 지방 등 3대 영양소를 비롯, 각종 비타민과 미네랄 등의 성분들을 섭취 못할 경우 결국 면역력 저하를 유발해 질환에 노출되기 마련이다. <br/><br/><br/><br/>특히 여러 영양소 중에서 염증을 치료하고 장세포 재생을 위해 직접적으로 필요한 것이 단백질이다. 그러나 같은 단백질이어도 복통이나 설사 등을 유발할 수 있는 자극이 강한 음식이나, 기름진 육류는 제외해야 한다. 그런 점에서 많은 전문가가 권하는 음식이 바로 청국장이다. <br/><br/><br/><br/>청국장의 재료인 대두부터 살펴보자. 우리 몸에 필요한 20종의 아미노산 중 몸에서 합성하지 못하는 아미노산은 8가지인데, 대두는 콩과식물 중 유일하게 이 8가지 필수 아미노산(아이소류신, 류신, 라이신, 메티오닌, 페닐알라닌, 트레오닌, 트립토판, 발린)을 모두 함유하고 있다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩을 익혀 먹으면 소화흡수율이 60%에 이르지만 된장으로 만들어 먹으면 85%, 청국장은 90%, 두부는 95% 정도로 소화흡수율이 급격히 향상된다. 또 콩이 발효되는 과정에 원래 콩에 없거나 부족했던 비타민 B1, B2, B6, B12 등이 새로 생기거나 늘어난다. <br/><br/><br/><br/>청국장이 직접적으로 염증성 장질환 치료에 기여한다는 연구 결과도 있다. 얼마 전 국내 연구팀이 몸속 염증물질의 과잉 발현을 억제할 수 있는 펩티드를 전통식품 청국장에서 찾았다고 밝혀 화제가 됐다. <br/><br/><br/><br/>김한복 호서대 생명공학과 교수 연구팀은 만성염증과 연관돼 다양한 암과 류머티즘 관절염, 크론병을 일으키는 인터류킨6(IL6)이 청국장의 생리활성 물질인 펩티드에 의해 억제된다는 연구 결과를 발표했다. 펩티드는 일종의 단백질 조각으로, 50개 미만의 아미노산이 연결된 형태다. 펩티드는 변형이 쉽고 면역반응을 일으키지 않아 단백질에 결합시켜 주로 질병의 진단과 치료에 사용한다.<br/><br/><br/><br/>청국장 속 유익균인 고초균도 염증성 장질환의 각종 증상에 효과적으로 작용한다. 청국장 10g에는 약 10억 마리의 고초균이 존재하는데 이 균이 증식되면서 각종 소화효소(단백질 분해효소, 섬유질 분해효소)를 대량으로 만들어낸다. 따라서 변비를 치료해주며 장의 기능도 개선한다. 실제로 생청국장을 반 컵 정도 먹으면 대변 색깔까지 황금색으로 변한다. <br/><br/><br/><br/>청국장의 성인병과 관련된 효능은 많이 알려져 있다. 우선 만성피로에 대한 효능과 관련해서 청국장의 고초균을 다시 살펴보자. 고초균은 유해물질을 흡착하고 배설시키는 역할을 하면서 자연히 간에서 해독해야 할 유해물질을 제거한다. 이에 따라 간의 부담이 줄어들며 피로해소 효과를 거둘 수 있다. 청국장은 뇌졸중 예방에도 좋다. 이는 콩의 이소플라본 성분 때문이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높이는 효과가 있다. 이에 따라 뇌졸중이나 심부전 등 각종 심혈관계 질환을 예방해준다. <br/><br/><br/><br/>콩의 레시틴 성분도 성인병과 관련해 주목해볼 성분이다. 레시틴은 물과 기름을 섞이게 하는 독특한 성질로 인체 안의 지방을 작은 입자로 분해하는 등 지방 대사를 촉진한다. 그래서 지방간 예방에 유익하다. 레시틴은 뇌의 지질대사와 혈액순환도 촉진해 기억력 향상은 물론 치매도 예방해준다. <br/><br/><br/><br/>또 콩에는 동맥경화를 예방하는 칼슘이 100g당 96㎎으로 성인 하루 권장량의 13.7%가 들어있다. 이뿐 아니다. 콩의 비타민K2는 칼슘의 뼈 흡수를 촉진해 고칼슘으로 인한 부작용도 예방해준다. 칼슘만 과다하게 섭취할 경우 혈관 내에 침착돼 혈관 벽을 손상시키며 동맥경화를 일으킬 수 있는데, 칼슘과 청국장을 같이 섭취하면 이런 문제에서 벗어날 수 있다. <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-127.txt

제목: 말기癌 환자 가족, 평균 하루15시간 8개월 간병  
날짜: 20160425  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160425142532968  
본문: “감정적 스트레스 극심” 논문<br/><br/><br/><br/>말기 암 환자의 가족은 간병할 때 평균적으로 하루 15시간·주 5일 이상 환자에게 붙어있으며, 이를 8개월이 넘도록 지속한다는 조사결과가 나왔다. 이들은 간병에 대한 극심한 부담감을 호소하는데 경제적인 측면보다는 감정적인 스트레스로 인해 어려움을 겪는 것으로 나타났다. 감정적 스트레스가 높을수록 가족 간병인의 일상생활이 중단되는 경우가 많고, 신체적인 부담도 크게 높아지는 것으로 분석돼 호스피스·완화의료의 필요성이 요구되고 있다.<br/><br/><br/><br/>25일 황인철 가천대 가정의학과 교수(길병원 완화의료팀장)팀의 ‘말기 암 환자 가족 간병인의 간병 부담과 관련된 요인’ 논문에 따르면 2014년 1월 1일부터 12월 31일까지 서울성모병원 등 국내 7개 기관의 완화의료병동에서 입원치료를 받는 말기 암 환자의 가족 간병인 289명의 자료를 분석한 결과, 하루 평균 간병 시간은 15.7시간, 주당 환자 방문 날은 5.6일, 간병 기간은 평균 8.4개월이었다. 이번 논문은 한국호스피스·완화의료학회지 봄호에 게재됐다.<br/><br/><br/><br/>연구팀은 간병에 대한 부담을 생활패턴 변화, 가족협조 부족, 신체적 부담, 경제적 부담 등으로 분류해 점수화(5점 척도·높을수록 부정적) 했다. 이 결과, 본인의 일상생활이 간병으로 중단되는 생활패턴 변화(3.4점)를 가장 부담스러워했다. 이어 신체적 부담(3.0점), 경제적 부담(2.6점) 순이었다. 이러한 간병 부담은 감정적 요인이 가장 폭넓은 영향을 끼쳤다. 감정적 스트레스가 높은 가족은 그렇지 않은 가족에 비해 생활 패턴이 변할 가능성이 2.54배, 신체적 부담이 커질 가능성이 5.44배 높아졌다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-128.txt

제목: 신한생명 ‘3대 건강보험’ 출시… 가입 간소하고 병력 있어도 OK  
날짜: 20160422  
기자: 김충남  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160422144141436  
본문: 신한생명은 일반 건강보험보다 가입 절차를 간소화해 고령자와 유병자들도 쉽게 가입할 수 있는 ‘신한THE필요한3大건강보험’을 최근 출시했다고 22일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>이 상품은 고객의 필요에 맞도록 간편심사형과 일반심사형으로 구성됐다. 간편심사형은 최근 3개월 내 입원, 수술하거나 2년 내 질병이나 사고로 입원, 수술하지 않은 경우, 5년 내 암으로 진단·입원·수술하지 않은 경우 암, 당뇨 등의 병력이 있어도 가입할 수 있다. <br/><br/><br/><br/>최대 75세까지 가입할 수 있으며, 10년 단위 갱신형으로 최고 100세까지 보장된다. <br/><br/><br/><br/>김충남 기자 utopian21@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-129.txt

제목: 뷔페음식, 성인병 위험?… “영양 따져 골라드세요”  
날짜: 20160420  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160420151946889  
본문: ‘가지·연어·잡곡밥·한방차’ 추천<br/><br/><br/><br/>결혼식 시즌이다. 언제부터인지 식장에서 하객에게 대접하는 음식으로 뷔페가 대세를 이루고 있다. 고혈압, 당뇨, 부정맥 등 각종 성인병에 노출돼 있는 대사증후군 환자들에게 식사량 조절을 어렵게 만드는 뷔페 음식은 분명 치명적인 유혹이다. 무턱대고 많이 먹자니 건강 걱정이 되고, 왠지 덜 먹으면 손해 보는 심정이다. 그러나 이제 양보다 질의 시대…. 건강을 고려하여 현명하게 음식을 골라 먹을 줄 알아야 한다. 김형미(사진) 강남세브란스 영양팀장의 도움말로 대사증후군 환자들에게 유익한 피로연 음식에 대해 알아 보았다.<br/><br/><br/><br/>우선 맛은 차치하더라도 눈 앞에 펼쳐진 뷔페식은 현란한 색상으로 하객들의 구미를 자극한다. 솟구치는 식욕을 감당하기 어려우면 우선 심호흡부터 하자. 음식을 선택할 수 있는 여유가 생긴다. <br/><br/><br/><br/>찬 요리 코스로 먼저 시작해 보자. 채소는 가리지 않고 먹어도 된다. 가급적 종류별로 다양하게 골라 먹는 것이 유리하다. 여기서 중요한 것은 드레싱의 선택이다. 설탕 혹은 기름, 마요네즈 등이 들어간 소스보다는 식초와 간장 베이스인 ‘오리엔탈 드레싱’이 좋다. 일단 이 코너에서 칼로리를 아껴야 한다.<br/><br/><br/><br/>최근에는 채소 코너에도 다양한 식감 제공을 위해 익힌 것들이 많이 차려져 있다. 가지구이도 그중 하나다. 가지에서 보라색을 구성하는 안토시아닌은 항암·항노화 성분이다. 탄 음식에서 나오는 벤조피렌 등의 발암물질과 독소 곰팡이인 아플라톡신 등을 억제해 준다. 가지는 혈액 속 콜레스테롤을 낮춰줘 지방 식품을 먹을 때 함께 섭취하면 유리하다.<br/><br/><br/><br/>회 코너에 가서는 신선도에 주의해 종류별로 선택할 수 있다. 신선도가 의심된다면 훈제 연어 정도를 선택하자. 연어에는 체내 칼슘 흡수를 돕는 비타민D가 풍부하게 들어있다. 연어 80g에는 비타민D 일일 권장섭취량의 75% 가까이가 함유돼 있다. 연어의 오메가-3 지방산은 관절염의 염증과 통증을 완화해 주고, 콜레스테롤을 함께 배출시킨다. <br/><br/><br/><br/>육류 요리로는 가급적 불고기나 튀긴 것보다는 로스트비프나 수육, 편육 요리가 좋다. 육류를 불에 익히면 동물성 단백질이 발암물질인 벤조피렌을 발생시켜 암을 유발한다고 알려져 있다. 또 굽거나 튀길 때보다 찌거나 삶아낼 때 비타민B1 등 주요 영양성분의 손실을 최대한 줄일 수 있다. 물론 섭취량이 중요하다. 크기에 따라 좀 다르지만 3∼4점 정도면 좋다. <br/><br/><br/><br/>한식코너에서는 잡곡밥으로 선택하되 반 공기 정도가 적합하다. 잡곡밥은 포만감이 들게 하고 다른 음식의 섭취량을 줄여 주는 효과가 있다.<br/><br/><br/><br/>여기에 쌈밥과 나물 반찬을 곁들이면 금상첨화다. 결혼식 요리에 빠질 수 없는 국수도 양이 적다면 먹어도 된다. 그러나 캘리포니아롤이나 김밥, 샌드위치 등은 괜히 먹은 것 없이 배부르기만 하니 삼가는 것이 유리하다. <br/><br/><br/><br/>김치나 나물 반찬은 짜면 식욕을 자극하게 돼 과식할 수 있으니 신경써야 한다. 중식 코너는 가능하면 맛보기 정도로 끝내는 것이 좋다. 중식에는 튀김이 많고 전분에 설탕까지 많이 들어가, 그야말로 고칼로리 음식이다. <br/><br/><br/><br/>마지막 디저트 코너가 고비. 이 코너에는 단 음식 일색이어서 자칫 엄청난 칼로리를 섭취할 수도 있다. 그래서 과감히 넘어가면 좋지만 꼭 먹어야 한다면 단 케이크나 쿠키보다는 차라리 인절미나 증편 한 조각을 선택하고 과일로는 사과 2∼3쪽, 귤은 1개 정도면 충분하다. 음료는 아메리카노커피나 활활 불타오르는 식욕을 잠재울 수 있는 카모마일 등 허브티나 우엉차 등 한방차로 입가심하는 것이 좋다. 최근 많이 마시는 카모마일 차의 경우 숙면, 진정, 피로해소부터 암 억제 효과까지 다양한 효능을 지녔다.<br/><br/><br/><br/>건강을 챙기려면 먹는 방법도 신경써야 한다. 한 접시에 가득 담지 말고 한 코너에서 2∼3종류씩 간단히 담아 먹고 또 다음 코너에서 한 접시 추가로 더 담아서 먹어 보자. 음식을 가지러 오고가며 운동 효과와 더불어 식욕을 중단시키는 효과까지 얻을 수 있다. 아무리 주의해도 과식했다면 저녁을 평소보다 적게 먹고 1시간 정도 걷는 것도 요령이다. <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-130.txt

제목: “AI, 의료·제약서 가장 활약”  
날짜: 20160420  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160420142326072  
본문: 보건산업진흥원 미래 예측 <br/><br/><br/><br/>1만여개 질병·임상사례 기억 <br/><br/>개인정보와 결합 치료 큰 성과<br/><br/><br/><br/>로봇이 인간의 건강을 관리하고 질병을 예측하며, 1만 가지가 넘는 복잡다단한 질환을 정확히 진단하는 등 보건의료 분야에서 혁신적인 변화의 바람이 나타나고 있다. ‘알파고’의 바둑 대국으로 주목받고 있는 인공지능(Artificial Intelligence·AI) 산업이 보건의료 분야에서도 진단 효율화, 의료 빅데이터 활용 등으로 발전하고 있기 때문이다. <br/><br/><br/><br/>20일 보건산업진흥원은 다양한 분야에서 혁신적인 변화를 이끌 핵심 기술로 부상하고 있는 AI가 가장 광범위하게 사용될 영역 중 하나로 의료·제약 분야를 꼽았다. 현재까지 알려진 인간의 질병은 1만여 가지에 달하지만, 특정 상황에서 의료진이 기억해 적용할 수 있는 질병의 종류는 이보다 적을 수밖에 없다. 그러나 AI를 활용할 경우 수백만 종에 달하는 임상 사례 등의 자료를 환자 개인 정보와 결합하면 진단과 치료의 효율성을 높일 것으로 기대했다.<br/><br/><br/><br/>이미 글로벌 혁신기업들은 AI를 보건의료 분야에 접목하고 있다. IBM이 만든 ‘닥터 왓슨’이 대표적이다. AI 시스템인 왓슨은 각종 의학저널, 교과서 등의 빅데이터는 물론 미국 뉴욕 메모리얼슬로언케더링 암센터에서 진료와 치료과정도 학습해 암 진단 등에 활용될 전망이다. <br/><br/><br/><br/>구글도 자회사 ‘베릴리’를 통해 머신러닝(AI가 경험을 통해 더 똑똑해지는 기술)을 기반으로 한 수술로봇을 개발 중이다. 방대한 데이터가 축적된 AI가 수술을 분석하고 최적의 수술 방법을 판단해 실행하는 방식이다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-131.txt

제목: 이문세, 갑상선암과 싸우며 ‘1년 전국투어’ 끝냈다  
날짜: 20160419  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160419114139966  
본문: 재발로 일부 남겨둔채 강행<br/><br/>56회 ‘全공연 매진’ 진기록<br/><br/><br/><br/>가수 이문세(사진)가 갑상선암을 딛고 1년간에 걸친 전국 투어를 마무리했다.<br/><br/><br/><br/>19일 가요계에 따르면, 이문세는 지난 16일 서울 강남구 역삼동 LG아트센터에서 열린 서울 앙코르 공연을 끝으로 1년간 이어온 전국 투어 ‘씨어터(Theatre) 이문세’의 대장정에 마침표를 찍었다. 그는 지난 1년 동안 전국 19개 도시를 돌며 총 56회의 공연을 열었다. 또한 전 공연 매진이라는 진기록도 세웠다.<br/><br/><br/><br/>이문세는 2007년 갑상선암으로 한 차례 수술을 받은 후 2014년 7월 재발해 다시 투병을 시작했다. 하지만 전이된 부위가 성대와 가까워 성대에 붙은 암조직을 긁어내면 더 이상 목소리를 낼 수 없는 상황이었다. 결국 그는 암조직 일부를 남겨둔 채 수술 부위를 덮었다. <br/><br/><br/><br/>항암 치료를 계속하던 이문세는 주위의 우려 속에 지난해 4월 타이틀곡 ‘봄바람’이 수록된 정규 15집 ‘뉴 디렉션’을 발표한 후 1년에 걸친 전국 투어에 돌입했다. 이문세 측 관계자는 “<span class='quot0'>2015년 4월 14일 서울 LG아트센터에서 공연을 시작해 지난 16일 같은 장소에서 대단원의 막을 내렸다</span>”며 “<span class='quot0'>1년을 정리하는 자리인 만큼 특별히 떡을 준비해 모든 관객에게 선물한 이문세는 공연 중 눈물을 보이기도 했다</span>”고 전했다.<br/><br/><br/><br/>이문세는 올해 초 케이블채널 tvN 드라마 ‘응답하라 1988’에 그의 히트곡인 ‘소녀’를 리메이크한 노래가 삽입되며 다시 주목받았다. 또한 극 중 MBC 라디오 ‘별이 빛나는 밤에’의 진행자로 목소리 출연하기도 했다. <br/><br/><br/><br/>이 관계자는 “<span class='quot1'>이문세의 공연 관객은 10대 청소년들부터 60∼70대 장·노년층까지 전 세대에 걸쳐 고루 분포돼 음악을 통한 세대 통합을 이루는 자리</span>”라며 “<span class='quot1'>‘소녀’ 외에도 ‘깊은 밤을 날아서’ ‘광화문 연가’ ‘붉은 노을’ 등 시간이 지날수록 더욱 사랑받고 있는 히트곡들을 모두가 함께 불렀다</span>”고 전했다.<br/><br/><br/><br/>안진용 기자 realyong@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-132.txt

제목: 운동이 만병통치약? ‘맹신’ 현대인에 경고  
날짜: 20160415  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160415150230675  
본문: 나는 왜 늘 아픈가 / 크리스티안 구트 지음, 유영미 옮김 / 부키<br/><br/><br/><br/>먹는 걸 좋아하고, 에어로빅 따위에는 관심이 없는 사람들을 건강이라는 이데올로기로 구박하는 것이 온당한 일일까. 동물원에 갇힌 동물이 야생동물보다 더 오래 살기도 한다. 하지만 아무도 그런 동물들을 부러워하지 않는다. 피트니스 센터의 통유리 너머 운동기구 앞에서 졸고 있는 사람들을 보면 그런 동물들이 생각난다.(에필로그)<br/><br/><br/><br/>40대 초반에 이른 독일 신경과 의사이자 의학 칼럼니스트인 크리스티안 구트 박사는 에필로그에서 밝힌 것처럼 현대사회에 들어와 특히 급증한 ‘건강염려증’ 환자들을 결코 호의적인 시선으로 보지 않는다. 그래서 책은 건강과 의학을 둘러싼 현대인들의 온갖 과민반응과 이로 인해 빚어지는 세태를 날카롭게 풍자하는 내용으로 가득 채워져 있다. 여기에 전문가로서 현대의학의 한계를 신랄하게 풍자하며 건강검진, 식이요법, 약품, 유전자검사, 운동, 예방접종, 줄기세포, 안티에이징 등을 둘러싼 갖가지 오해를 유쾌하게 풀어준다. <br/><br/><br/><br/>엑스선 촬영이나 컴퓨터단층촬영(CT), 자기공명영상(MRI) 등 영상의학에 대한 현대인들의 믿음을 꼬집는 내용도 그중의 하나다. 많은 사람이 머리를 부딪히는 사고를 당하면 ‘혹시’하는 생각에 대부분 CT를 의뢰한다.<br/><br/><br/><br/>그러나 CT 촬영을 한 번 하면 엑스레이를 50번 찍은 정도의 방사선에 노출된다. 구트 박사는 독일에서만 1년에 2000명이 의료방사선 노출로 암에 걸린다며 신경학적으로 눈에 띄는 증상이 없고, 외적으로 찰과상이 심하지 않으면 CT를 금해야 한다고 주장한다. <br/><br/><br/><br/>운동을 만병의 예방책처럼 맹신하는 현 세태도 필자는 비판한다. ‘코펜하겐시 심장연구센터’의 연구 결과를 보자. 35년간 일주일에 2시간 반을 조깅에 할애해 늘어나는 수명은 남성은 6.2년, 여성은 5.6년이다. 여기에 투입되는 총 시간을 합산하면 4550시간으로 약 반년에 해당한다. 6년간 수명이 연장되는 효과를 보려면 어쨌든 반년은 꼬박 달려야 한다.<br/><br/><br/><br/>그러나 일주일에 두세 번 헉헉대며 뛰는 활동이 기쁨과 행복을 주지 못하고, 지겹고 어렵기만 하다면 나중에 6년을 더 산다 해도 그 6년 내내 지난 세월을 왜 그렇게 살았는지 후회하게 될 것이라고 필자는 지적한다. <br/><br/><br/><br/>그렇다면 건강에 신경 쓰는 일은 부질없는 짓일까. 구트 박사는 개개인이 아무리 노력해도 궁극적으로 노화와 죽음을 피할 수 없고 심장검사나 혈액검사가 더 이상 괜찮지 않은 날이 누구에게나 닥쳐올 것이기 때문에 그때까지는 체중이나 항체 수준 등에 대한 관심은 건강한 정도로 줄이고, 우리에게 주어진 삶을 누려야 한다고 조언한다. <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-133.txt

제목: 한센인 위해 평생 바친 ‘천사 할매수녀’ 소록도 다시 방문  
날짜: 20160415  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160415115856428  
본문: ‘내달 소록도병원 100주년’ 초청에 마리안느 수녀 13일 입국<br/><br/><br/><br/>전남 고흥군 소록도에서 40여 년 동안 한센인들을 돌보다 지난 2005년 11월 고국 오스트리아로 귀국한 ‘천사 수녀’ 2명 중 마리안느 스퇴거(82) 수녀가 소록도를 다시 찾았다. 국립소록도병원 개원 100주년(오는 5월 17일) 행사를 맞아 병원 측과 고흥군, 소록도성당 등의 초청에 응한 것.(문화일보 2005년 12월 1일자 27면, 2016년 1월 15일자 36면 참조)<br/><br/><br/><br/>15일 소록도성당과 국립소록도병원에 따르면 마리안느 수녀는 14일 오후 6시 40분쯤 소록도에 도착해 소록도병원 박형철 원장 및 직원들, 김연준 주임신부 및 교우들로부터 뜨거운 환영을 받았다. 마리안느 수녀는 앞서 13일 인천공항을 통해 입국, 전북 지역의 지인 집에서 하룻밤 묵은 것으로 알려졌다.<br/><br/><br/><br/>박 원장은 “<span class='quot0'>수녀님이 떠난 지 2년 뒤(2007년)에 제가 부임했기 때문에 수녀님을 처음 뵈었다</span>”며 “<span class='quot0'>예상했던 것보다 훨씬 건강해 보이셨다</span>”고 말했다. 박 원장은 “<span class='quot0'>암 투병 중이시고 고령이셔서 수녀님과 친하게 지내다 2년 전 퇴직한 박성희 전 간호팀장을 오스트리아로 보내 모셔오도록 했다</span>”며 “<span class='quot0'>초청하는 입장에서 수녀님의 건강이 매우 걱정됐는데 다행</span>”이라고 덧붙였다. 박 원장은 “<span class='quot0'>수녀님은 오스트리아에 가신 뒤에도 과거에 친하게 지냈던 병원 직원들과 전화, 이메일 등으로 계속 연락을 해왔다</span>”며 “<span class='quot0'>일부 병원 직원은 유럽 여행을 갈 때 수녀님 댁에서 자고 오기도 했다</span>”고 전했다.<br/><br/><br/><br/>이날 소록도에 다시 온 마리안느 수녀는 ‘마리안느 마가렛의 집’이라 명명된 자신의 옛 거처에서 방한 기간 내내 머물게 된다. <br/><br/><br/><br/>김 신부는 “<span class='quot1'>수녀님이 100주년 행사 때까지 소록도에 머무르시면서 만나고 싶은 분들을 만나고 가고 싶은 곳들을 가시게 될 것</span>”이라며 “<span class='quot1'>언론과 접촉하는 것은 좋아하지 않으신다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>한센인들에게 ‘할매 수녀’로 불리는 마리안느 수녀와 마가렛 피사렉(81) 수녀는 20대였던 1960년대 소록도를 찾아 한평생을 이곳에서 보냈다. 마가렛 수녀는 치매를 앓는 등 건강이 좋지 않아 이번에 오지 못했다.<br/><br/><br/><br/>이들은 누구도 한센인들에게 다가서려 하지 않았을 때 비닐장갑 하나 끼지 않고 맨손으로 한센인들을 간호하며, 돈 한 푼 받지 않고 돌봤다. 하지만 10년 전 이들 할매 수녀는 “이제 나이가 들었다. 소록도에 부담되고 싶지 않다”는 편지만 달랑 남긴 채 아무에게도 알리지 않고 홀연히 고국으로 돌아가면서 주위를 안타깝게 했다. 소록도성당과 고흥군은 소록도병원 100주년 기념사업에 즈음해 노벨상 후보 추천 등 할매 수녀들의 희생정신을 되살릴 수 있는 다양한 선양사업을 준비하고 있다. 고흥군 관계자는 “<span class='quot2'>연고도 없는 작은 나라에 와서 40년간 아무런 보상도 없이 한센인을 위해 사시다 고국으로 가셨는데 더 늦기 전에 보답할 기회를 찾고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>고흥=정우천 기자 sunshine@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-134.txt

제목: 나이 따라 ‘김밥 소’… 맛은 기본, 성인병도 예방한다  
날짜: 20160412  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160412152401522  
본문: ‘캠핑 마니아’ 김정은 교수 추천 세대별 김밥재료<br/><br/><br/><br/>본격적인 나들이 계절이 시작됐다. 이맘때 가장 인기 있는 음식 중의 하나가 바로 김밥이다. 김밥은 언뜻 생각하기에 탄수화물 함량이 높아 성인병 환자에게는 피해야 할 음식으로 여겨진다. 그러나 김밥에는 쌀밥 외에도 시금치와 노란무, 계란지단, 어묵, 맛살, 우엉 등 여러 식재료가 들어간다. 이처럼 다양한 식재료를 함께 먹다보면 대사과정 자체만으로도 에너지 소모가 커지며 혈당도 천천히 오른다. 게다가 영양학적으로 그만큼 균형이 잡힌 김밥에 연령대별로 더 필요로 하는 성분이 들어간 식재료까지 추가한다면 아마 금상첨화일 것이다. 캠핑 마니아인 김정은(42·전통조리·사진) 배화여대 교수가 나이 따라 ‘꼭 빼놓아서는 안될 김밥 소’한 가지씩을 추천했다. <br/><br/><br/><br/># 10대-멸치<br/><br/><br/><br/>성장기의 10대 청소년에게 칼슘이 풍부한 멸치는 절대적으로 필요한 성분이다. 골격 형성을 돕기 때문이다. 100g당 멸치에는 칼슘이 496㎎이 들어 있다. 참고로 우유 100g당 칼슘 함량은 105㎎이다. 멸치의 칼슘은 골격계 외에도 인체 내에서 여러 중요한 효능을 발휘한다. 마그네슘과 함께 근육 수축과 이완 작용을 돕는다. 또 칼슘을 충분히 먹으면 혈관 건강에 해로운 포화지방을 많이 몸 밖으로 배설시켜 ‘나쁜’ 콜레스테롤인 저밀도 지단백(LDL)의 혈중 농도를 낮춰준다.<br/><br/><br/><br/>멸치에서 칼슘을 제대로 섭취하려면 궁합이 맞는 음식을 골라 먹는 것이 유리하다. 김밥에 들어가는 계란지단도 그중의 하나로 단백질로 인해 멸치의 칼슘 흡수를 용이하게 한다. 반대로 콩을 같이 먹으면 불리하다. 콩의 인 성분이 체내 칼슘을 오히려 배출시킨다. <br/><br/><br/><br/># 20대-김치<br/><br/><br/><br/>20대에는 취업 준비와 직장생활의 시작 등으로 누구나 스트레스를 많이 받는다. 과음과 폭음도 빈발하며 이에 따라 당연히 면역력도 급격히 떨어진다. 면역력을 키우기 위해선 장이 튼튼한 것이 관건이다. <br/><br/><br/><br/>김치 유산균이 요즘 주목받고 있다. 김치 유산균은 김치의 마늘, 고추, 젓갈 등 강한 염도와 산도 등 극한의 상황에서도 살아남는다. 그만큼 장 끝까지 살아남아 장내 유산균 증식에 기여할 수 있는 확률이 높다.<br/><br/><br/><br/>최근 연구에 따르면 김치 유산균 중에서도 CJLP243은 장 상피세포에서 유해균 억제 및 유익균 증식에 도움을 주는 것으로 밝혀졌다. 또 김치 유산균이 스트레스·우울증 완화에 이롭다는 연구도 있다. 김치 유산균이 뇌에서 ‘행복 물질’이자 ‘숙면 물질’인 세로토닌의 생성량을 증가시킨다고 한다. <br/><br/><br/><br/># 30대-케일<br/><br/><br/><br/>30대는 왕성하게 사회활동을 할 시기다. 음주도 많이 한다. 동시에 노화가 본격적으로 시작된다. 따라서 활성산소를 몸에서 제거해주는 녹색 채소를 많이 먹어야 한다. 김밥 소로 케일을 추천하는 것도 그 때문이다. <br/><br/><br/><br/>케일과 같은 녹색 잎채소에는 엽록소가 풍부하다. 이 성분은 소화기관의 작용을 원활하게 해준다. 환경 독소 제거와 간 해독에도 유익하다. 암도 예방해 준다. 얼마 전 케일이 항돌연변이 활성 및 암세포 사멸 효과를 보였다는 연구결과도 발표됐다.<br/><br/><br/><br/>또 요즘은 직장에서 장시간 컴퓨터를 사용하기 때문에 30대 후반 무렵부터 눈의 노화가 나타난다. 그런 측면에서도 케일이 유익한 채소다. 케일에는 눈의 건강을 보호해주는 ‘루테인’과 ‘제아크산틴’이라는 두 가지 물질이 풍부하게 들어 있다. <br/><br/><br/><br/># 40대-미역줄기<br/><br/><br/><br/>40대부터는 신진대사율이 떨어지고 몸무게를 줄이는 것이 어려워진다. 고혈압이나 고지혈증, 당뇨 등 각종 성인병을 유발하는 ‘대사증후군’ 증상도 나타나기 시작한다. <br/><br/><br/><br/>미역에는 미끈거리는 성분인 알긴산과 후코이단이 콜레스테롤과 지방의 체내 흡수를 막는다. 또 담즙산 배설로 염분이나 식품첨가물을 몸에서 배출시킨다. 이와 함께 혈중 콜레스테롤 수치도 내린다. 얼마 전에는 일본암학회를 통해 후코이단의 아포토시스(암세포 자살) 유도 작용에 관한 논문이 발표되면서 세계 의학계로부터 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>미역의 수용성 식이섬유도 주목해볼 만하다. 장에서 쉽게 용해되는데, 끈적끈적한 점성을 띠며 포만감을 갖게 하고 포도당의 흡수를 지연시켜 준다. 이에 따라 심혈관계 질환과 당뇨병 예방 등에 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/># 50대 이후-돼지고기<br/><br/><br/><br/>50대는 조금만 움직여도 피로를 느끼기 시작할 연령대다. 고혈압이나 당뇨 등 각종 성인병도 많이 걸린다. 따라서 질 좋은 아미노산이나 미네랄 섭취가 더 필요한 시점이다. <br/><br/><br/><br/>돼지고기는 완전한 단백질 식품이다. 체내에서 합성이 안 되는 8종의 필수 아미노산(아이소류신, 류신, 라이신, 메티오닌, 페닐알라닌, 트레오닌, 트립토판, 발린)을 모두 함유하고 있다. 비타민B1이나 불포화지방산 등의 성분들 역시 몸에 이로운 것들이다. 특히 돼지고기에는 포화지방산과 불포화지방산이 4대 6으로 불포화지방산이 더 많다. 불포화지방산은 혈관 속 콜레스테롤 배출을 돕고 혈액순환도 원활하게 한다. 돼지고기에는 아라키돈, 리놀렌산 같은 불포화지방산이 소고기의 2배 이상 들어있다. <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-135.txt

제목: 골프는 운동 안된다 ?… 카트 안타면 400칼로리 소모  
날짜: 20160408  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160408155257500  
본문: 막 불혹을 넘긴 후배에게 “이제 골프할 나이가 되지 않았느냐”고 권했다. 그런데 돌아온 대답은 “골프가 운동이 되나요. 사이클이라면 몰라도”였다.<br/><br/><br/><br/>정말 그럴까. 골프는 운동이 되지 않는 것일까. 과격하지 않아서, 뛰어다니지 않아서 운동이 안 되는 것일까. <br/><br/><br/><br/>그래서 따져보았다. 먼저 골프는 약 6.4㎞를 걷는다. 약 1만2000보가 된다. 2500보를 걸을 때 약 80칼로리가 소모된다. 1만2000보면 약 400칼로리가 소모된다. <br/><br/><br/><br/>미국의 의학박사 플라이드에 의하면 400칼로리를 섹스를 통해 소모하려면 쉬지 않고 2시간 동안 해야 한다. 2시간 동안 섹스를 할 수 있는 사람은 드물 것이다. 400칼로리를 소모시키려면 보행은 4시간, 조깅은 2시간, 수영과 테니스는 1시간 30분, 배드민턴은 1시간 40분이 걸린다. 이와 견줘 볼 때 결코 골프 운동량은 만만치 않다.<br/><br/><br/><br/>다음은 운동대사율이다. 아무것도 하지 않고 있어도 자율신경 작용으로 소모되는 에너지를 기초대사량이라고 한다. 남자의 경우 1시간에 약 60칼로리, 하루에 1400칼로리가 소모된다. 기초대사량을 1로 놓고 운동을 할 때 몇 배가 소모되는가를 따져 보는 것이 바로 운동대사량이다. 놀랍게도 골프의 운동대사량은 배구(2), 야구(2)보다도 높은 3∼4다. 이는 승마, 배드민턴, 테니스, 스키와 비슷한 운동량이다.<br/><br/><br/><br/>골프가 운동이 되지 않는다는 인식은 버려야 한다. 골프만큼 건강한 운동은 없다. 자연 속에서 걸어 다녀 신선한 산소를 마음껏 마시니 암 예방은 물론 정신 건강에도 가장 좋다. 짙푸른 녹색과 눈부신 햇볕을 맘껏 쬐니 우울증이 올 일이 없고 비타민D가 부족할 일이 없다. 비타민D 부족은 골다공증, 낙상, 고관절 골절 발생률을 높인다. 또 비만, 당뇨, 심장병, 암까지 유발한다.<br/><br/><br/><br/>산천이 깊은 겨울잠에서 깨어나 형형색색 물감을 토해내고 있다. 산은 점점 연녹색으로 갈아입고, 바람은 가슴을 드러내도 용서할 수 있을 만큼 따듯하다. 아주 천천히 자연을 즐기며, 봄을 만끽하면서 골프장으로 가자. 우유를 마시는 사람보다 우유를 배달하는 사람이 더 건강한 것은 매일 아침 걸으면서 상쾌한 공기를 마시기 때문이다. 마음껏 걷고 또 신선한 공기와 햇살, 바람을 마음껏 맞으면서 하는 골프야말로 제대로 된 운동이다. <br/><br/><br/><br/> 이종현 시인(레저신문 편집국장) <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-136.txt

제목: 호갱님! 오늘도 또 낚이셨네요… 피싱의 경제학  
날짜: 20160408  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160408113440886  
본문: 피싱의 경제학 / 조지 애커로프·로버트 쉴러 지음, 조성숙 옮김 / RHK<br/><br/><br/><br/>‘호갱’이라는 신조어가 수년째 생명력을 유지하고 있다. 호구와 고객의 합성어인 이 단어는 기업이나 상점 입장에서 등쳐 먹기 좋은 어리숙한 소비자를 뜻한다. 분명 전통 경제학은 수요와 공급의 원리에 따라 상품의 가격이 결정된다고 말했는데, 현실은 이를 적용할 데가 없다. 같은 상품도 시간, 장소는 물론 사람에 따라 가격이 천차만별이다. 수많은 구매 건마다 일일이 가격을 따질 수도 없는 노릇이니 소비자는 언제라도 호갱이 될 위험에 처한다.<br/><br/><br/><br/>‘피싱의 경제학’은 이런 현실을 경제학적으로 분석한다. ‘피싱(phishing)’은 보이스 피싱처럼 주로 개인 금융정보를 불법적으로 빼내 돈을 갈취하는 사기수법을 일컫지만, 책은 그 의미를 금융과 마케팅, 정치 분야로까지 확장해 속임수와 기만, 사기가 난무하는 원인과 결과, 대책을 논한다. 저자는 각각 2001년과 2013년 노벨경제학상을 받은 조지 애커로프 미 조지타운대 교수와 로버트 쉴러 미 예일대 교수. 애커로프 교수는 ‘레몬이론’을 통해 정보의 비대칭성에 따른 시장의 오류를 지적한 것으로, 쉴러 교수는 행동경제학의 대가로 잘 알려졌다. <br/><br/><br/><br/>전통 경제학은 인간이 자유경쟁시장에서 이윤을 창출하기 위해 물건을 생산하고, 욕구를 충족하려 소비를 하면서 상품 수량과 가격의 균형을 맞춘다는 핵심 전제를 가진다. 외부효과나 불공평한 소득 분배 등은 자유경쟁시장의 작동을 방해하는 비정상적인 것으로 판단한다. 두 석학은 이런 이유로 피싱을 정확히 설명하지 못하는 전통 경제학의 한계를 짚고, 전제 수정을 요구한다. 경쟁의 압력 아래서는 이윤 창출의 동기만큼 소비자들을 속이기 위한 속임수도 정상적이기 때문에 항상 고려사항으로 둬야 한다는 주장이다.<br/><br/><br/><br/>저자들은 이를 암세포에 비유해 설명하기도 한다. 암의 발병 원인은 바이러스나 박테리아 같은 외부 침입자가 아니고 건강한 생리현상을 이끄는 자연적 힘 때문이다. 신체의 방어능력이 너무 잘 작동해 세포의 돌연변이인 암세포도 강한 생명력을 가지는 것이다. 피싱이 다양한 변종을 만들어내면서 소비자를 현혹하는 것 또한 자유시장에 본질적으로 내재된 특징으로, 잘 작동할 때 벌어진다. 저자들은 피싱 균형(Phishing equilibrium)이라는 개념까지 만들었다. 시장이 수요와 공급의 법칙에 따라 균형을 이루듯 피싱도 균형을 이룬다는 것. 비양심적 행동을 한 이가 사라지면 또 누군가 나타나 그 자리를 채울 것이라는 설명이다. <br/><br/><br/><br/>마찬가지로 피싱을 당하는 피해자도 언제나 존재한다. 책은 이들을 ‘바보(phool)’라는 신조어로 부른다. 정보의 부족에서 오는 ‘정보 바보’와 심리적 자극에 쉽게 동요하는 ‘심리 바보’가 대표적이다. ‘어깨에 올라탄 원숭이’(마케터)들은 약점을 파고들고, 소비자들은 실제로 원하는 것이나 이득이 되는 것이 아닌 그들이 원하는 선택을 하곤 한다. <br/><br/><br/><br/>책은 이를 자동차, 주택, 주류 시장과 선거 유세 등에서 벌어지는 다양한 피싱 사례와 연구로 보여준다. 사비에 가베와 데이비드 레입슨의 연구는 소비자가 얼마나 비합리적으로 제품을 구매하는지 드러낸다. 미국에서 프린터의 잉크 카트리지 가격은 프린터의 평균 3분의 2이다. 소비자들은 당연히 잉크의 가격을 고려해 제품을 구매해야 하지만, 설문조사를 한 결과 잉크 가격을 알고 프린터를 산 구매자는 겨우 3%에 불과했다. 가베와 레입슨은 프린터 회사가 잉크 가격을 여러 웹사이트에 분산하며 의도적으로 정보를 숨긴다고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>심리학자 리처드 파인버그가 실시한 신용카드 실험도 흥미롭다. 파인버그는 피험자 집단을 둘로 나눈 뒤 한쪽에만 책상에 다음 실험에 쓸 것이라며 신용카드 그림과 로고를 올려놓았다. 다음 드레스, 텐트 등 7가지 물품군 사진을 보여주고 각 물건에 돈을 얼마나 쓸 것인지 물으니 신용카드를 본 집단이 그렇지 않은 집단보다 훨씬 높은 금액의 지출 의향을 보였다. 드레스의 경우 50%까지 차이가 났다. 신용카드 자체가 소비 패턴의 변화를 가져온다는 결과다. <br/><br/><br/><br/>2008년 서브프라임모기지(비우량주택담보대출) 사태로 인한 세계 금융위기는 피싱이 경제에 미치는 영향을 잘 보여주는 사건이다. 저자들은 이를 금융계의 평판 파내기(reputation mining)로 분석한다. 투자은행은 과거 쌓은 명성을 토대로 투자자를 유혹하기 쉬웠고, 전문가도 분석하기 어려운 파생상품이 나오면서 이윤 추구에 날개를 달았다. 대형 신용평가사들 또한 한 세기 넘게 채권 신용등급을 평가하면서 평판을 쌓았지만, 투자은행으로부터 신용등급 평가 비용을 받기 시작하면서 밀월 관계를 맺었다. 최하급 증권에 트리플A 등급을 매기며 투자은행의 ‘사기’를 도운 것이다. 경제학자들이라도 위험성을 예측해야 했지만, 속임과 기만의 시장 작동을 체계적으로 무시하거나 폄하했다.<br/><br/><br/><br/>두 저자는 시장의 한계를 극복하기 위해 규제의 필요성을 논한다. 피싱은 본능이기에 이를 제어할 정부의 힘이 필요하다는 주장이다. 작은 정부의 위험성을 지적하며 증권규제법, 사회보장법, 선거자금법 등을 통해 감독 기능을 수행해야 한다고 말한다.<br/><br/><br/><br/>노벨경제학상을 받은 두 학자가 쓴 책치곤 신선하지 않은 결론이다. 사실 책의 중심을 이루는 정보의 빈약함과 심리적 약점으로 인한 시장의 실패 또한 새로운 내용이 아니다. 그래서인지 저자들은 “<span class='quot0'>어쩌면 이 책에는 새로운 내용은 없을지도 모른다</span>”는 말을 몇 번 꺼낸다. 새로운 경제학보다는 바보를 노리는 피싱이 기존 경제학과는 상이한 결론을 이끈다는 것을 보여주는 데 목표를 뒀다는 설명과 함께.<br/><br/><br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-137.txt

제목: 광주시 ‘실험용 늙은 쥐’ 생육시설 건립  
날짜: 20160405  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160405151625175  
본문: 기초과학연구원과 투자협약 <br/><br/>노인질환 연구 본격화 추진<br/><br/><br/><br/>인간의 80∼100세 연령대로 키운 실험용 쥐, 이른바 ‘고령(高齡)동물’을 활용한 노인질환 연구가 본격화될 것으로 보인다. 국내 유일의 고령동물 공급기관인 한국기초과학지원연구원(KBSI) 광주센터의 생육 규모가 연간 300마리에서 수년 후 10배인 3000마리로 크게 늘기 때문이다. 광주광역시와 KBSI는 5일 광주시청에서 총 417억 원 투자 규모의 ‘노화연구 및 고령친화산업 육성 협약’을 체결했다. 광주시는 남구 도시첨단산업단지 내 부지(1만6500여㎡)와 건축비 일부(10억 원)를 지원하고, KBSI는 오는 2021년까지 357억 원을 투입해 고령동물 생육시설과 노화연구동을 건립할 예정이다. 현재 전남대 내 KBSI 광주센터의 고령동물 생육시설은 도시첨단산업단지로 확대 이전된다.<br/><br/><br/><br/>사업이 완료되면 고령동물의 국내 수요량인 3000여 마리를 안정적으로 공급, 연구자들도 맘껏 실험을 할 수 있는 환경이 조성된다. 문원진 KBSI 광주센터 분석연구부장에 따르면 2012년부터 고령동물을 대학 및 대기업 연구소, 제약회사 등에 연 300마리씩 공급해왔으나 암·뇌졸중·퇴행성 관절염 같은 노인성 질환 연구에 턱없이 부족한 실정이다. 어린 쥐는 면역성, 생체리듬 등에서 고령동물과 차이가 커 시료로 부적합하다. 쥐는 24개월 정도 기르면 인간의 80세, 30개월 기르면 인간의 100세에 해당한다. 생육이 그만큼 어렵기 때문에 30개월 된 쥐의 가격은 마리당 54만(생쥐·mouse)∼90만 원(쥐·rat)에 달한다. 수입하려 해도 외국산 고령동물 18개월 이상짜리는 구하기 어렵고 제때 공급도 안 된다.<br/><br/><br/><br/> 광주 = 정우천 기자 sunshine@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-138.txt

제목: ‘2016 호암상’ 5개부문 6명 선정  
날짜: 20160405  
기자: 방승배  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160405150601231  
본문: 과학 김명식 · 공학 오준호 <br/><br/>의학 래리 곽· 예술 황동규 <br/><br/>봉사 김현수·조순실 부부<br/><br/><br/><br/>호암재단(이사장 손병두)은 5일 ‘2016년도 제26회 호암상 수상자’를 확정해 발표했다. <br/><br/><br/><br/>올해 부문별 수상자는 △과학상=김명식(54·영국 임피리얼 칼리지 런던 교수 및 고등과학원 석좌교수) 박사 △공학상=오준호(62·카이스트 교수) 박사 △의학상=래리 곽(57·미국 시티 오브 호프 병원 교수) 박사 △예술상=황동규(78·서울대 명예교수) 시인 △사회봉사상=김현수(61)·조순실(59·들꽃청소년세상 공동대표) 씨 부부 등 6명이다.<br/><br/><br/><br/>과학상을 수상한 김 박사는 상대성 이론과 양자역학을 통일하기 위한 기초 마련에 기여했다. 공학상을 수상한 오 박사는 순수 독자 기술로 한국 최초의 이족보행 인간형 로봇 휴보를 제작했다. 의학상을 받은 곽 박사는 혈액암의 일종인 여포성 림프종 표면 단백질을 이용한 환자 맞춤형 암 백신을 개발, 3상 임상시험을 통해 암 재발 억제 효능을 세계 최초로 입증했다. 예술상을 받은 황 시인은 시의 형태적 혁신을 이끌며 한국 현대시의 지평을 넓혔다. 사회봉사상을 받은 김 씨 부부는 가출한 거리의 청소년들을 22년간 사랑과 정성으로 보살펴 왔다. <br/><br/><br/><br/>호암재단은 “<span class='quot0'>노벨상 수상자를 포함한 국내외 저명 학자, 전문가로 구성된 심사위원회(38명)가 업적을 검토하고 저명한 해외석학(37명)으로 구성된 자문단이 평가해 현장을 실사했다</span>”고 선정 과정을 설명했다. 시상식은 오는 6월 1일 오후 3시 호암아트홀에서 개최되며 각 수상자에게는 상장과 순금 50돈으로 만든 메달, 3억 원의 상금이 수여된다. <br/><br/><br/><br/>방승배 기자 bsb@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-139.txt

제목: ‘약 팔려고 병 만드는’ 글로벌 제약사들의 음모  
날짜: 20160401  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160401113625659  
본문: 의약에서 독약으로 / 미켈 보쉬 야콥슨 외 지음, 전혜영 옮김 ／ 율리시즈<br/><br/><br/><br/>이윤 추구에 눈먼 제약사와 의약품의 부작용을 지적하는 많은 책 중 이 책의 존재가치는 650쪽을 넘어서는 방대한 분량에 담아낸 다양한 사례에 있다. 제약사가 수익을 창출하는 과정에서 최소한의 윤리성마저 저버린 이야기들이 쉴 새 없이 펼쳐진다. 책의 기획자이자 대표 저자인 미켈 보쉬 야콥슨 워싱턴대 교수는 제약산업의 폐단을 경고해온 세계적인 의학전문가 12인을 선별하고 그들의 대표 저작물과 인터뷰 등을 모아 책을 구성했다. 처음으로 항우울제의 위험성을 고발한 데이비드 힐리 영국정신약리학협회 책임자, 소염제 성분 COX-2의 문제를 지적한 존 에이브럼슨 하버드대 교수 등 필진이 쟁쟁하다. <br/><br/><br/><br/>글로벌 제약시장 조사기관인 IMS헬스에 따르면 거대 제약사들의 전 세계 연간 매출액은 2011년 9560억 달러에 이른다. 2002년 4000억 달러에서 2배 이상으로 뛰었다. 2012년 1월 의약품산업의 국제 종합주가지수는 1조6000억 달러로, 은행보험(4조 달러)과 석유회사(3조4000억 달러) 부문에 이어 전 품목 중 3위를 차지했다. <br/><br/><br/><br/>책에 따르면 이런 급속한 성장의 내면에는 거대 제약사의 부조리가 자리한다. 이들은 빈곤국가에서 발생하는 수면병, 말라리아 등 질병 치료제는 수익성이 없기 때문에 관심이 없다. 제약사 훽스트 마리온 러셀은 수면병을 호전시키는 에플로니틴을 개발하고도 기대했던 이윤을 얻지 못하자 생산을 중단했다. <br/><br/><br/><br/>거대 제약사의 관심은 우울증, 암, 고혈압, 당뇨, 발기부전 등 선진국의 병, 그중에서도 지속적인 투약이 필요한 것들이다. 여기에 경쟁사보다 빨리 약을 개발하기 위해 무리가 따른다. 부작용이 발견되고 효능이 낮아도 덮어두고 제품 출시에 나선다. 리처드슨-머렐의 콜레스테롤 치료제 MER/29는 유명한 이야기다. 1960년 나온 약은 피부가 파충류의 비늘처럼 굳는 비늘증, 탈모, 백내장 등 부작용이 발생했지만, 리처드슨-머렐은 개인의 ‘특이체질’에서 비롯된 것이라며 약의 위험성을 부인했다. 1962년 내부 직원이 경영진으로부터 의약품의 유해성을 조작하라는 지시를 받았다고 폭로하고 나서야 회사는 약품 회수에 나섰다. <br/><br/><br/><br/>이처럼 안전성이 담보되지 않은 약들이 시중에 나올 수 있는 것은 로비력과 광고를 통한 눈가림, 제약사와 감독기관 간 회전문 인사 등 때문이라고 책은 말한다. 2007년 한 해 거대 제약회사들이 미국 국회의원에게 뿌린 로비 금액은 1억8900만 달러에 달했다. 제약사는 대중매체 광고는 물론, 관련 협회에 지원금을 주며 비판을 사전에 차단한다. 프랑스 강직성척추염협회의 경우 2013년까지 애보트, 화이자 등으로부터 3만2500유로를 받았다. 제약사 직원들은 위키피디아 등 인터넷 공간의 의약 정보 중 불리한 내용을 삭제하는 데 많은 시간을 쓴다. 또 공을 들이는 것이 주요 인물 스카우트. 제약회사 자문관으로 이직한 유럽 의약청 행정책임관 토마스 론그렌 등 사례가 많다.<br/><br/><br/><br/>제약사는 약을 팔기 위해 기존에 없던 병도 만든다. 미국 정신과협회가 발간하는 정신질환의 진단 및 통계 편람(DMS)에 실린 정신질환은 1952년 106가지에서 1994년 297개로 늘었다. 섬유근육통, 월경전증후군, 저장강박장애 등은 제약사가 용어를 만들고 관련 약을 팔면서 자리를 잡은 질병이다. 제약업계에서는 이를 ‘질병의 브랜드화’로 부른다. 불안완화제, 수면제 등 생명보다 ‘라이프스타일을 개선해 주는 약’이 넘쳐나면서 ‘약품의 일상화’는 이제 현실이 됐다. 병을 만들어 내면 건강한 사람도 언제든 환자가 될 수 있는 것이다. <br/><br/><br/><br/>책에서 저자는 의사들의 직업적 도덕성을 확인하기 위해 한 가지 실험을 한다. 제약사 직원으로 가장해 독일과 오스트리아의 유명 의사 5명에게 중증환자들을 상대로 한 플라세보(가짜 약을 먹어도 심리적 영향으로 효능이 발생하는 현상) 효과 실험을 의뢰한 것. 이런 실험 형태는 환자에게 위험을 줄 수 있어 세계의사협회의 ‘헬싱키 선언’에 의해 배척되고 있다. 그러나 의뢰를 받은 5명의 의사 모두 실험 참여에 동의했다. <br/><br/><br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-140.txt

제목: 제10회 ‘포스코청암상’ 시상  
날짜: 20160331  
기자: 김남석  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160331144528772  
본문: 올해 포스코 청암상에 조윤제 포스텍 생명과학부 교수(과학상), 금오공업고등학교(교육상), 라파엘클리닉(봉사상)이 선정·시상됐다.<br/><br/><br/><br/>포스코청암재단은 30일 서울 강남구 대치동 포스코센터에서 이사장인 권오준 포스코 회장과 이준식 부총리 겸 교육부 장관 등 관계자 250여 명이 참석한 가운데 ‘제10회 포스코청암상’ 시상식을 열었다.<br/><br/><br/><br/>과학상을 받은 조 교수는 구조생물학 분야의 권위자로 암의 생성·억제 메커니즘 이해에 이바지한 공로를 인정받았고, 교육상을 받은 금오공고는 1973년 설립이래 산업발전의 기초인 뿌리산업 관련 기술·기능인을 양성해 온 점이 높게 평가됐다. 봉사상을 받은 라파엘클리닉은 이주노동자를 위한 무료 진료 활동을 묵묵히 펼쳐와 수상자로 선정됐다. 상금은 2억 원씩이다.<br/><br/><br/><br/>포스코청암상은 고 박태준 포스코 명예회장의 업적을 기리고 창업이념인 창의·인재육성·희생·봉사 정신에 대한 사회적 관심과 참여를 높이기 위해 2006년 처음 제정됐다. <br/><br/><br/><br/>김남석 기자 namdol@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-141.txt

제목: 담뱃갑 폐암·노화 ‘충격 그림’ 금연유도 될까  
날짜: 20160331  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160331120028919  
본문: 담뱃갑 ‘경고그림’ 시안 공개 <br/><br/><br/><br/>후두암 등 질병부위 담은 5종 <br/><br/>조기사망 등 폐해 5종 ‘10종’ <br/><br/><br/><br/>앞·뒷면 상단 30% 이상 크기 <br/><br/>12월부터 경고그림 부착해야<br/><br/><br/><br/>올해 말부터 국내에서 판매되는 담뱃갑에는 폐암, 후두암 등으로 손상된 장기의 모습이 게재된다. 조기 사망, 피부노화 등 담배로 인한 폐해를 담은 그림도 경고그림으로 삽입된다. 특히 경고그림에는 흡연 폐해로 발생한 질병 부위를 한국인 모델을 사용해 촬영한 강도 높은 사진이 포함돼 있어, 흡연자 단체 등으로부터 지나친 혐오감을 준다는 비판이 나올 것으로 예상된다.<br/><br/><br/><br/>31일 담뱃갑 경고그림위원회가 공개한 경고그림 시안 10종은 질환별 전문가 단체의 조언을 얻어 강도 높은 실제 환자의 사진으로 구성됐다.<br/><br/><br/><br/>폐암 환자의 사진은 대한흉부외과학회의 조언을 얻어 폐암 수술장면을 담았다. 후두암 사진도 국립암센터의 도움을 얻어 후두암 환자의 목에 구멍이 뚫려 있는 충격적인 모습이 표현됐다. 구강암 환자의 사진은 대한치과의사협회의 조언을 얻어 입술주위가 붕괴한 모습이 담겼다. 또 간접흡연과 조기 사망, 피부노화 등 담배와 사진을 합성한 이미지도 게재됐다. <br/><br/><br/><br/>보건복지부가 오는 6월 23일까지 10개 이하의 경고그림을 최종 확정하면, 국내 담배 제조사와 수입사는 12월 23일부터 확정된 경고그림을 담뱃갑 포장지의 앞면과 뒷면 상단에 면적의 30%(경고 문구 포함 50%)를 넘는 크기로 게재해야 한다.<br/><br/><br/><br/>담뱃갑 경고그림 도입은 2002년부터 꾸준히 입법화가 시도됐지만, 13년 만인 지난해 5월 국민건강증진법 개정안이 국회를 통과하면서 제도화됐다. 각계 전문가들로 구성된 담뱃갑 경고그림위원회는 국내외 800여 장의 사진을 놓고 논의를 거친 뒤 가급적 한국에서 자체 제작된 사진을 중심으로 시안을 선정했다. <br/><br/><br/><br/>일부 사진은 직접 의료기관을 방문해 촬영하기도 했다. 흡연 폐해와 건강에 대한 경고 메시지를 효과적으로 전달할 수 있도록 그림의 구도, 배경 색깔, 등장인물의 수, 표현기법 등 시각적 효과를 고려했으며 그림 속의 은유와 상징도 함께 검토했다. 또, 혐오감 정도를 판단하기 위해 주제별로 시안을 3개 이상 제작(40개)해 온라인 설문조사를 진행하고, 해외사례와 비교·검토하는 사전절차도 거쳤다. 이날 위원회는 전자담배, 물담배, 씹는 담배, 머금는 담배에도 위원회가 제시한 10가지 그림 중에서 싣도록 복지부에 권고했다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-142.txt

제목: 기억력 ‘쑥쑥’… 완두콩 오메가3로 ‘두뇌 회춘’  
날짜: 20160330  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160330115255967  
본문: 비타민K, 腦신경 손상 방지 <br/><br/>알츠하이머 등 치료에 효과 <br/><br/><br/><br/>엽산 많아 심혈관질환에‘굿’ <br/><br/>동의보감서는 “천연 소화제”<br/><br/><br/><br/>한때 짜장면에 녹색 완두콩을 고명처럼 서너 알씩 올리는 것이 유행한 적이 있다. 그냥 보기 좋으라고 올렸을까. <br/><br/><br/><br/>정답은 없지만 한방에서 말하는 완두콩의 효능을 알고 나면 단지 장식용만은 아니었다는 사실을 알 수 있다. 한방에서는 더부룩하고 울렁거리거나 설사 날 때 완두콩죽을 권한다. 동의보감에도 완두는 막힌 ‘위’를 시원하게 뚫어 준다고 돼 있다. 완두콩이 한방에서 ‘천연 소화제’처럼 여겨진 것은 비타민 B1 성분과 식이섬유를 풍부하게 지녔기 때문이다. 티아민으로도 불리는 비타민 B1은 탄수화물 분해와 에너지 대사를 도와 쌀을 주식으로 하는 한국인에게는 필요한 비타민이다. 또 식이섬유는 장에서 소화를 돕는 유익균을 합성해낸다. <br/><br/><br/><br/>꼭 그런 이유 때문이 아니어도 완두콩은 구수한 맛 덕분에 밥을 지을 때 많이 넣는다. 단백질과 탄수화물을 풍부하게 함유하고 있으며 비타민 B1 외에도 각종 비타민과 미네랄 등을 다량 함유하고 있다.<br/><br/><br/><br/>특히 최근에는 두뇌의 건강과 관련해 완두콩의 효능이 주목받고 있다. 우선 완두콩에 풍부한 오메가3 성분도 그중 하나다. 연어 등의 생선에 풍부한 오메가3는 뇌 건강에 필요한 성분으로 이미 공인을 받았다. 완두콩에는 알파리놀렌산(ALA)의 형태로 식물성 오메가3 지방산이 함유돼 있다. ALA는 체내에서 EPA와 DHA로 전환돼 기억력과 집중력 등 뇌 기능을 향상시킨다. 또 완두콩에 풍부한 비타민 C와 비타민 B6, 판토텐산 등도 뇌 기능 활성화를 돕는 신경전달물질 합성에 일조하며 뇌의 건강을 유지시켜 준다. <br/><br/><br/><br/>우선 비타민 C는 신경전달물질인 노르에피네프린 생성을 촉진한다. 이 물질은 심혈관계에 작용해 혈압을 올리고 심장 박동을 늘리지만 한편으로는 기억력 증강에도 도움을 준다. 비타민 B6도 노르에피네프린 생성에 관여하며 세로토닌 등 기분조절에 필요한 신경전달물질을 만들어 낸다. 판토텐산 역시 신경전달물질인 아세틸콜린 합성을 촉진하는데 이 물질은 기억력과 학습능력을 개선해 준다. <br/><br/><br/><br/>완두콩의 비타민 K 성분도 눈여겨볼 만하다. 혈액응고인자로 알려진 비타민 K에 대해서는 그동안 골다공증 개선과 관련한 연구가 대부분이었다. 그런데 최근 비타민 K가 뇌 안에서 신경 손상을 방지해 치매의 하나인 알츠하이머병 환자의 치료에 유익하다는 연구 결과가 발표됐다. 이러한 효능 덕분에 완두콩은 건망증이나 집중력 저하 등의 인지기능장애는 물론 과잉행동장애, 약물중독, 섭식장애 등에 모두 좋은 식품으로 최근 각광받고 있다. <br/><br/><br/><br/>한편 뇌 기능 활성화 외에 건강식으로 완두콩에 대한 연구도 국내외에서 활발히 전개되고 있다. 심혈관계 질환과 완두콩과의 관련성에 대한 연구도 그중 하나다. 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인인데 이 호모시스테인을 몸에서 제거해 주는 엽산이 완두콩에는 풍부하다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생기는 부산물이다. 혈관 속에서 이 물질은 마치 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤처럼 행동한다. <br/><br/><br/><br/>완두콩의 항산화·항염증 효능도 얼마 전부터 잇달아 검증되고 있다. 완두콩에는 카테킨 등의 각종 플라보노이드와 인체에서 비타민 A로 합성되는 베타카로틴 등이 풍부해 노화 방지와 주름 예방 등의 피부미용에도 유익하게 작용한다. 또 항염증 효능을 지닌 사포닌 성분도 콩과 식물에서는 유일하게 함유하고 있다. 제니스테인이라는 성분은 암세포의 증식을 억제하고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>암과 관련해서는 완두콩이 위암을 예방해 준다는 연구 결과도 있다. 완두콩에 들어 있는 폴리페놀 성분 중의 하나인 쿠메스트롤(Coumestrol)이 위암 위험을 낮춰 준다는 연구 결과가 얼마 전 멕시코에서 발표돼 학계에서 비상한 관심을 받기도 했다.<br/><br/><br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-143.txt

제목: 아모레퍼시픽, “외모 당당하게”… 女암환우에 메이크업  
날짜: 20160324  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160324151804841  
본문: 지난 2008년부터 시작된 아모레퍼시픽의 ‘메이크업 유어 라이프(AMOREPACIFIC Makeup Your Life)’ 캠페인은 암 치료 과정에서 외모 변화로 고통받는 여성 암 환우들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등 자신을 가꾸는 노하우를 전수하는 캠페인이다. 캠페인에는 아모레 카운셀러 및 교육강사가 자원봉사자로 참가, 여성 암 환우들을 위한 ‘진정한 미의 전도사’로 활동하고 있다.<br/><br/><br/><br/>지난해까지 모두 1만여 명의 여성 암 환우 및 3337명의 아모레 카운셀러 자원봉사자가 캠페인에 참가해 아모레퍼시픽의 대표적 사회공헌 캠페인으로 자리 잡았다. 특히 지난 2011년부터는 수혜 지역을 중국까지 확장해 현지 병원과 손을 잡고 중국 환우들에게도 사랑의 손길을 내밀고 있다. <br/><br/><br/><br/>한편, 병원 캠페인 외에도 거동이 불편하고 시간적 여유가 없는 이유로 병원 행사에 참여하지 못하는 환우를 대상으로 아모레 카운셀러 자원봉사단이 직접 환우 자택 및 병실을 방문하는 ‘찾아가는 서비스’(사진)도 운영하고 있다. 다도 체험과 꽃 공예, 나에게 잘 맞는 색상 선택법 등 특별 프로그램도 새롭게 업그레이드시키고 있다. 아모레퍼시픽 관계자는 “<span class='quot0'>환우들이 심신을 안정시키고 내·외면의 아름다움을 더욱 폭넓게 경험할 수 있도록 돕고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>이 캠페인에 참여한 유방암 환우의 스트레스 지수가 약 17% 감소하고 암에 대한 회피적 대응 정도도 12% 감소하는 등 긍정적인 심리 변화가 있는 것으로 조사됐다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-144.txt

제목: “떨어지는 벚꽃사이로 언뜻언뜻 보이는 虛空 내게 말을 거는것 같아”  
날짜: 20160323  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160323144743791  
본문: 11번째 시집 ‘모두 허공이야’ 낸 김종해<br/><br/><br/><br/>한국시인협회장을 지낸 김종해(75·사진) 시인이 11번째 시집 ‘모두 허공이야’(북레시피)를 펴냈다. ‘눈송이는 나의 각을 지운다’ 이후 3년 만이다. 1963년 등단한 시인은 삶과 죽음을 따뜻한 서정과 깊은 통찰로 보듬는 시들을 발표해 왔다. 이런 기조를 충실히 잇고 있는 이번 시집을 관통하는 소재는 ‘허공(虛空)’이다.<br/><br/><br/><br/>지난 21일 대표로 있는 서울 마포구 문학세계사에서 만난 시인은 “<span class='quot0'>허공은 그저 텅 빈 공중을 뜻하는 것이 아니다</span>”며 “<span class='quot0'>허공은 잠시 모습을 보이는 숨어 있는 선(禪)</span>”이라고 말했다. 표제작에서 허공은 “하르르 떨어지는 벚꽃”이 만들어내는 장면이다. <br/><br/><br/><br/>그는 이를 “봄날 하루 허공 속의 문자”라며 “<span class='quot1'>서로서로 뭐라고 소리치는 마지막 안부</span>”라고 표현했다. “떨어지는 꽃잎 사이로 언뜻언뜻 보이는 허공의 갖가지 모습이 문자 같기도 하고, 춤 같기도 해 나에게 말을 걸고 있다는 생각이 들었습니다. 꽃은 마지막 존재의 모습을 그렇게 아름답게 보여주고 있었고, 그 존재의 절실함에 어떤 ‘가치’ 같은 것을 부여해 주고 싶었어요.”<br/><br/><br/><br/>시인은 삶의 유한성을 직시하지만 허무주의와 거리를 두고 있다. 그는 “<span class='quot1'>우주의 대자연 속에서 인간의 삶이란 것은 그 벚꽃이 떨어지는 순간과 비할 것 없이 짧다</span>”면서도 “<span class='quot1'>모두 존재의 의미가 있고, 생명체가 남기는 마지막 아름다움이 담긴 허공까지 사랑한다</span>”고 말했다. 수록시 ‘매미로 우화하다’에서는 “무슨 슬픔으로 살아가더라도／ 살아 있는 날들이 그대의 낙원이다”라고 생을 긍정한다. 그는 암병동 진료실 앞에서 일흔을 넘긴 부부가 끌어안고 다독이는 모습을 “<span class='quot2'>세상의 철길 벼랑 끝에 서서 남기는 숨 막히는 마지막 행위예술</span>”(시 ‘이별을 보았다’)이라고도 했다.<br/><br/><br/><br/>동생인 고 김종철(1947∼2014) 시인을 애도하는 10여 편의 시는 시집을 구성하는 또 다른 축이다. 형제 한국시인협회장인 둘은 문학계에서 깊은 우애로 유명했다. 시인은 동생의 암 투병 중인 모습, 장례식, 함께했던 추억 등을 담아내며 고인을 기억한다. 자신도 노년에 이른 그는 “<span class='quot2'>요즘 들어 시 쓰는 일이 굉장히 힘들어졌다</span>”며 “<span class='quot2'>앞으로 시집을 한 권쯤밖에 더 쓰지 못할 것 같다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>그는 “<span class='quot2'>힘 부친다고 수준에 이르지 못하는 작품을 내놓지 않을 것</span>”이라며 “<span class='quot2'>상대방의 마음에 울림을 주는, ‘물기’가 있는 서정시를 더 남기고 싶다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/><br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-145.txt

제목: 하지불안증후군, 다리 저리고 벌레 기어다니는 듯한 느낌  
날짜: 20160323  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160323144808122  
본문: 대기업 임원 김모(56) 씨는 졸음과 싸우느라 하루 일과의 대부분을 보낸다. 밤에 잠을 제대로 못 자기 때문에 빚어진 현상이다. 당연히 업무 효율도 떨어지기 마련이다. 김 씨가 밤잠을 못 이루는 이유는 다리 때문인데, 잠자리에 누우면 다리에서 이상한 감각이 느껴져 잠들기가 어렵다. 활동하는 동안은 괜찮지만 오래 앉아 있거나 잠을 자려고 누우면 양쪽 다리가 저리고 벌레가 기어 다니는 것 같이 불편해 다리를 움직이고 싶은 충동이 강하게 든다. 다리를 주무르고 두드리거나 자리에서 일어나 돌아다니면 증상이 일시적으로 완화되지만 결국 잠을 설치게 된다. <br/><br/><br/><br/>이와 같은 증상을 하지불안증후군(Restless Legs Syndrome·RLS)이라고 한다. 하지불안증후군은 수면장애의 하나로, 잠들기 전 다리에 이상하고 불편한 감각 증상이 나타나고, 다리를 움직이거나 주물러야 증상이 일시적으로 완화된다. <br/><br/><br/><br/>성인의 5∼10% 정도가 이 같은 증상을 겪는 것으로 알려져 있다. 정확한 원인은 밝혀지지 않았지만 뇌의 도파민이라는 신경전달물질이 부족해서 나타난다고 추정되며, 일부는 철분 부족이 원인으로 여겨지기도 한다. 또한 다리에 충분하지 못한 혈액 공급, 말초신경증과 같은 신경 손상, 당뇨병, 빈혈, 신장병, 전립선염 및 방광염 같은 질병으로 인해 유발될 수 있으며 임신 후기에 나타나기도 한다. <br/><br/><br/><br/>고혈압, 암, 심혈관계 질환 및 불면증이 있는 환자가 하지불안증후군을 동시에 겪으면 그렇지 않은 사람에 비해 조기 사망률이 높아진다는 연구 결과도 있다. 그럼에도 하지불안증후군은 증상이 일시적으로 나타났다가 없어지기도 하고, 질환으로 인지하는 경우가 적어 치료에 소극적인 환자가 대부분이다. 전문의들은 하지불안증후군 치료를 위해서는 정확한 진단과 원인 교정, 효과적인 치료제를 이용한 치료가 중요하다고 입을 모은다. <br/><br/><br/><br/>치료법은 증상의 중등도에 따라 결정한다. 증상이 심하지 않고 밤에 가끔 나타나는 경증에는 약물치료보다는 비약물적 치료를 권한다. 비약물적 치료로는 발·다리 마사지, 족욕, 가벼운 운동 등이 도움이 된다. 증상이 자주 나타나고 수면장애까지 동반되는 중증의 경우에는 수면의학 전문가의 진료를 받고 전문적인 치료를 받을 것을 권장한다. <br/><br/><br/><br/>원인에 따라 철분 결핍인 경우 철분제제를 투여하는 것만으로도 호전될 수 있다. 그리고 주된 치료제로는 부족한 도파민을 보충해 주는 도파민제가 많이 쓰인다. 도파민제는 미국 식품의약국(FDA)에서 공인된 치료법으로 하지불안증후군의 증상 개선에 좋다. 복용 후 하루 만에 효과가 나타나기도 하며, 대개 1∼2주 내에 상당한 호전을 보인다. 하지만 장기간 복용 시에는 효과가 떨어지거나 드물게 증상이 악화되는 경우가 있으니 반드시 전문가와 상의하고 복용해야 하며, 비약물요법을 병행하는 것이 유리하다.<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-146.txt

제목: 앤디 그로브 前 인텔CEO 별세  
날짜: 20160323  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160323144741123  
본문: 애플 창업자 스티브 잡스의 멘토였던 앤디 그로브 전 인텔 CEO가 지난 21일 미국 캘리포니아주 로스 알토스 자택에서 별세했다. 80세.<br/><br/><br/><br/>월스트리트저널(WSJ) 등은 한때 전립선암으로 투병했던 그로브가 파킨슨병을 오랫동안 앓아왔다고 22일 전했다. ‘실리콘 밸리의 사자’라는 별명의 그로브는 30여 년간 세계 최대 반도체 기업인 인텔의 대표이사와 CEO 등을 역임하면서 미국의 정보기술(IT) 혁명을 이끈 대부다. 잡스가 생전에 그로브에 수시로 조언을 구했으며, 빌 게이츠도 이날 “<span class='quot0'>대화를 나눌 때마다 현명한 조언에 감명을 받았다</span>”면서 그로브의 사망을 애도했다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-147.txt

제목: 서진영 서울대 연구원, 美암학회 ‘젊은 과학자賞’  
날짜: 20160321  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160321145641181  
본문: 암연구자 대상 최고권위상<br/><br/><br/><br/>서울대 약학대학의 연구원이 세계적으로 권위를 인정받는 암 학회에서 ‘젊은 과학자상’(Scholar-in-Training)을 수상하는 영예를 안게 됐다.<br/><br/><br/><br/>서울대 종양 미세환경 연구센터는 이 센터 소속 서진영(30·사진) 연구원이 다음 달 중순 미국 뉴올리언스에서 열리는 ‘미국암학회 연례학술대회(AACR) 2016’에서 수상한다고 21일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>전 세계의 유명한 암 전문가들이 참여하고 있는 미국암학회는 매년 2만여 명의 임상 전문가가 참여하는 연례학술대회를 열어 새로운 연구 성과를 발표하고 의견을 교환한다. <br/><br/><br/><br/>이 학술대회에서 시상되는 젊은 과학자상은 암 연구 분야에서 대학원생, 박사후과정 등을 밟고 있는 연구자가 받을 수 있는 가장 권위 있는 상으로 알려져 있다.<br/><br/><br/><br/>서 연구원은 ‘종양섬유아세포에서 분비되는 FGF2 물질을 통한 암세포의 증식’이라는 연구를 통해 수상의 영예를 안게 됐다. 그는 “종양조직에서 분비되는 물질이 주변 암세포의 증식에 영향을 미쳐 암의 전이를 촉발시킬 수 있다는 사실을 규명하는 과정”이라고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>서 연구원은 “<span class='quot0'>기존 암 연구는 암세포 자체에 대한 치료에 집중하느라 암세포 주변의 미세한 환경을 고려하지 못한다는 한계가 있었고, 이 때문에 암의 재발과 치료제에 대한 내성이 발생했다</span>”며 “<span class='quot0'>이 연구가 마무리된다면 보다 효율적인 암 치료가 가능해질 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 김다영 기자 dayoung817@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹 ]

언론사: 문화일보-1-148.txt

제목: 만성질환 막아주는 ‘안티에이징 100세 푸드’  
날짜: 20160316  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160316113249604  
본문: ‘노화 방지’ 에 도움되는 음식들<br/><br/><br/><br/>중장년기를 맞으면 누구나 흰 머리와 주름이 늘어나는 것을 느끼게 된다. 살이 처지고 자세도 구부정하게 변한다. 외관뿐만이 아니다. 몸속에 지방의 대사산물이 쌓이며 고지혈증이 나타나고, 지방간, 통풍, 당뇨 등의 만성질환도 생긴다. 어떻게 하면 멀어져 가는 젊음을 지키고, 다가오는 노화를 방지할 수 있을까. 정세연 한국식치연구원 원장이 펴낸 ‘식치의 기적’(라의눈 출간)을 참고해 ‘안티 에이징(Anti-Aging)’에 도움이 되는 음식을 알아보았다. 경희대 한의대에서 공부한 정 원장은 초야재 한의원을 운영하고 있기도 하다. <br/><br/><br/><br/>중장년기 식치의 키워드는 ‘해독’이다. 숙변, 담음, 어혈, 과잉된 당과 지방, 콜레스테롤을 몸에서 배출해내야 한다는 것이다. 이에 따라 노화를 예방하는 식품도 몸의 해독을 돕는 것들이 대부분이다. <br/><br/><br/><br/>혈관에 쌓인 찌꺼기를 청소해주는 식품으로 팽이버섯을 많은 전문가들이 추천하고 있다. 혈관 속 찌꺼기는 심근경색에서부터 뇌졸중 등 각종 심혈관 질환을 유발하기 마련이다. 여러 연구를 통해 팽이버섯 균사체 배양액에서 혈전 분해효소가 만들어진다는 연구 결과가 있다. <br/><br/><br/><br/>또 팽이버섯의 다당류는 불용성 식이섬유로 장벽을 자극하여 장운동을 활발하게 해서 음식물 찌꺼기도 빠르게 배출한다. 혈액순환을 돕는 식품으로 팽이버섯 외에 카레의 커큐민 성분으로 유명한 강황, 미세혈관의 순환을 돕는 솔잎 가루 등도 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>40∼50대 중장년층의 가장 큰 고민 중 하나는 전립선이다. 전립선에 문제가 생기면 소변이 나가는 길을 압박할 뿐 아니라 발기와 사정에도 영향을 주어 삶의 질을 떨어뜨린다. 전립선 질환의 가장 직접적인 유발요인은 고지방 식단이다. 전립선에 좋은 식품으로는 토마토가 꼽힌다. 토마토의 리코펜(lycopene) 성분은 전립선 세포의 돌연변이를 방지해 전립선암을 예방해준다. 이뿐만이 아니다. <br/><br/><br/><br/>리코펜은 항산화물질로 노인성 황반, 백내장 등 실명장애 예방에 중요한 역할을 한다. 몸속 혈청과 조직에 리코펜 수치가 높을수록 심장질환 및 폐암, 유방암, 난소암과 같은 주요 암과 전립선암 예방에 탁월한 효과가 있다는 연구 결과도 있다. <br/><br/><br/><br/>이와 함께 전립선으로 가는 혈류를 원활하게 만드는 양파와 전립선 운동을 돕는 유채싹도 각종 전립선 질환 예방에 좋다. 양파는 한방에서 오래전부터 자양 강장과 노화 방지에 도움이 되는 것은 물론 해열, 구충, 해독, 장염 치료에도 쓰였다. 양파에서 겉껍질에 많은 퀘르세틴은 특히 항산화 작용으로 혈관 청소에 유익하게 작용한다. 중국인들이 기름진 음식을 즐겨 먹으면서 건강을 유지하는 것도 양파와 녹차 때문이라는 얘기가 있다. 유채싹은 간 기능을 향상시키고 혈중 콜레스테롤을 낮게 하는 기능과 고혈압을 개선시키고 혈당 수치를 정상으로 되돌리는 작용을 하는 식품으로 최근 새롭게 각광 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>아무리 건강 체질이었던 사람도 나이가 들면 관절의 고통을 호소한다. 퇴행성 관절염은 연골이 닳아 노화되면서 생기는 질환이다. 이미 마모된 연골을 재생시키기는 어렵지만 염증과 통증 없이 살아갈 정도로 회복시킬 수는 있다. 닭은 관절식치방의 주요 식재료 중 하나다. <br/><br/><br/><br/>닭은 머리, 쓸개, 창자, 모래주머니 등 부위별로 효능이 조금씩 다른데 관절에 특효가 있는 부위는 닭발이다. 닭은 매일 발로 모래를 헤집는다. 그만큼 그 부위가 튼튼하고 영양분이 밀집돼 있다. 특히 연골의 주요 구성성분인 콜라겐이 풍부하다. 닭발 속에는 관절에 좋은 콜라겐이 풍부하지만 분자량이 커서 흡수가 어렵다. 이를 해결하기 위해선 요리할 때 엿기름을 같이 사용하면 좋다는 주장도 있다. 닭발을 엿기름으로 삭혀서 발효시키면 인체에 흡수가 잘되는 쪽으로 닭발의 콜라겐이 바뀐다는 것이다. 여기에 근육을 강화하는 모과를 더하고, 진통 효과가 좋은 엄나무를 같이 쓰면 금상첨화다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@ <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-149.txt

제목: “정상세포·암세포 모두 있는 콘덴신 밝혀 암 치료 활용”  
날짜: 20160315  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160315144226941  
본문: ‘제9회 아산의학상’ 기초의학 부문 오병하 카이스트 교수<br/><br/><br/><br/>“연구는 2등을 하면 소용이 없습니다. 먼저 알아내야 인정받을 수 있습니다. 항상 긴장하고 첫 번째가 되도록 연구해야 합니다.”<br/><br/><br/><br/>아산사회복지재단이 수여하는 ‘제9회 아산의학상’의 기초의학 부문 수상자로 선정된 오병하(사진) 카이스트 생명과학과 교수는 15일 “<span class='quot0'>과학적 발견에 있어 2등은 아무런 의미가 없는 게 현실</span>”이라며 기초연구의 어려움에 관해 설명했다. 오 교수는 “<span class='quot1'>과학적 발견은 모르던 것을 알아내는 것으로, 알아내는 순간 이미 새로운 것이 아니게 된다</span>”며 “<span class='quot1'>결국 2등은 아무 의미가 없으니 항상 긴장하면서 연구해야 한다고 후배 연구자들에게 자주 말하곤 한다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot1'>이 때문에 수년 동안 진행해온 연구도 단지 1등이 아니어서 모두 소용없게 되는 경우가 자주 발생한다</span>”고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>오 교수는 세포분열 때 필수적으로 나타나는 현상인 DNA가 염색체로 응축되는 과정에 작용하는 단백질 ‘콘덴신’의 구조와 작용 원리를 밝혀낸 업적을 높이 평가받아 아산의학상 수상자로 선정됐다. 오 교수는 “<span class='quot1'>정상 세포에도 콘덴신이 있고, 암세포에도 있는데 앞으로 이 차이를 발견하는 연구를 계획하고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>이들의 성질을 알아낸다면 암세포 치료에 활용할 수 있을 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>오 교수는 기초의학에 대한 사회적 관심도 촉구했다. 그는 “<span class='quot1'>기초연구는 당장 눈앞에 성과가 나오지 않는 탓에 마치 밑 빠진 독처럼 생각하는 경향이 많다</span>”며 “<span class='quot1'>그러나 우리가 주변에서 접하는 응용연구도 기초연구에서부터 출발하는 것인 만큼 기초연구에 대한 지원은 계속돼야 할 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>한편 임상의학 부문은 로베르토 로메로 미국 국립보건원(NIH) 주산의학연구소 교수가 선정됐다. 로메로 교수는 1970년대까지 초기 임산부 사망의 가장 큰 원인이었던 자궁외임신을 조기 진단하는 방법을 고안해 초기 임산부 사망률을 크게 낮췄으며, 조산과 선천성기형의 원인을 규명하고 치료법을 개발하는 등 30여 년간 산모와 태아의 건강 증진에 기여한 업적을 인정받았다. 젊은 의학자 부문에는 조승우 연세대 생명공학과 교수와 김준범 울산대 의대 흉부외과 교수가 수상한다. 시상식은 오는 21일 서울 용산구 한남동 그랜드 하얏트에서 열리며 기초의학 부문 3억 원, 임상의학 부문 25만 달러, 젊은 의학자 부문 각 5000만 원의 상금이 주어진다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-150.txt

제목: 지친 일상, 행복은 어디에… 삶을 향한 질문  
날짜: 20160314  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160314153533045  
본문: ‘월터 교수의 마지막 강의’ <br/><br/>상처 속에 살아가는 사람들 <br/><br/>고통 극복하며 인생 돌아봐 <br/><br/><br/><br/>‘아노말리사’ <br/><br/>권태빠진 중년男 환희와 우울 <br/><br/>애니메이션에 이례적 정사신<br/><br/><br/><br/>“우리는 대체 왜 사는가? 어떻게 하면 인간답게 살 수 있나?”<br/><br/><br/><br/>오는 17일 개봉하는 영화 ‘월터 교수의 마지막 강의’는 철학을 통해 삶과 행복을 이야기한다. 34년간 미국 뉴욕 콜롬비아 대학원에서 철학을 가르쳐온 월터(샘 워터스톤) 교수는 은퇴를 결심하고, 마지막 강의에서 학생들에게 산업화로 인한 소외, 혼란, 인구팽창 등 난관에 부딪힌 사람들이 의미를 잃어버린 자아를 찾기 위해 자기 자신에게 질문을 던지며 살고 있다고 말한다. 그러면서 도저히 소통이 불가하다는 그릇된 믿음이 만연한 시대에 마음의 빗장을 열고, 서로 타인이 되지 말자고 강조한다. <br/><br/><br/><br/>철학을 바탕에 깐 영화지만 어렵거나 지루하지 않다. 다양한 인물을 등장시켜 그들이 고통을 이겨내며 꿋꿋이 살아가는 모습을 담담하게 풀어냈다. <br/><br/><br/><br/>이 영화는 마지막 강의를 끝낸 월터 교수가 아내를 위해 꽃을 사서 집으로 향하다 갑자기 피를 흘리며 쓰러지는 장면으로 시작한다. 이렇게 궁금증을 유발한 후 아내가 암에 걸려 고민하는 월터 교수의 아들 아담(팀 블레이크 넬슨)과 학업성적은 우수하지만 사람들과 소통을 못 하고 자해를 하며 외로움을 달래는 소피(크리스틴 스튜어트), 대학 시절에 일찍 결혼해 두 딸을 낳은 후 관계가 멀어진 샘(코리 스톰)과 사라(그레첸 몰) 부부, 마약 중독에 빠진 친구 조(K 토드 프리먼)를 약물의 늪에서 구해내려 안간힘 쓰는 대형 로펌 변호사 제프리(마이클 K 윌리엄스) 등의 사연을 따라간다. <br/><br/><br/><br/>관객은 이들이 사는 방식을 지켜보며 자연스럽게 자신의 삶을 돌아보게 된다. 후반부에 강의 장면이 나온 후 등장인물들이 서로 스치듯 엮이며 이야기가 마무리된다. 이 영화의 연출자로 월터 교수의 아들 아담 역을 연기하기도 한 팀 블레이크 넬슨 감독은 “<span class='quot0'>우리를 인간으로 정의할 일종의 성찰을 위한 여유가 남아있는지에 대해 고민할 수 있길 바란다</span>”고 연출 의도를 밝혔다. 청소년 관람불가.<br/><br/><br/><br/>30일에는 중년의 고독과 회의를 독특하게 풀어낸 애니메이션 ‘아노말리사’(감독 찰리 카우프만)가 관객과 만난다. <br/><br/><br/><br/>유명작가이자 동기유발 전문가인 마이클은 일상에 찌들어 있다. 그는 강연차 신시내티로 출장을 가 10년 전 헤어진 옛 애인을 만나지만 다시 상처를 받고 깊은 우울감에 빠진다. 거리를 배회하다 호텔로 돌아온 마이클은 자신의 강연을 들으러 온 제과회사 세일즈 담당자 리사와 우연히 만나게 되고, 감정이 달아오른 두 사람은 함께 하룻밤을 보낸다. <br/><br/><br/><br/>이 영화는 삶에 지친 중년 남성이 영혼의 반려자를 만나 환희에 빠지는 순간과 그로 인한 내적 갈등을 섬세하게 그려냈다. 스톱모션(여러 대의 카메라로 정지된 물체의 위치를 바꿔가며 촬영해 만든 영상) 기법으로 만들어진 이 애니메이션에는 마이클과 리사를 제외하고 모든 배역이 같은 모습으로 등장한다. 또 한 명의 성우가 남녀노소 모두의 목소리 연기를 했다. 이는 마이클의 시각에서 자신에게 운명처럼 다가온 리사 외에는 모두 의미 없는 사람들이라는 것을 강조하는 장치로 다가온다. 이 영화의 제목인 ‘아노말리사’는 예외라는 뜻을 지닌 ‘아노말리(anomaly)’에 리사(lisa)의 이름을 붙여 만들었다. <br/><br/><br/><br/>이례적으로 ‘청소년 관람불가’ 등급을 받은 이 애니메이션에는 마이클과 리사의 전라 노출신과 정사신이 나온다. 두 사람이 사랑을 나누는 장면이 실사 영화처럼 느껴질 정도로 정교하게 만들어졌다. <br/><br/><br/><br/>제작진은 작은 인형들의 움직임을 한 프레임씩 촬영하는 복잡한 과정을 거쳤다. 약 3년간 총 11만8089개의 프레임을 만들어냈으며 1000개가 넘는 얼굴과 의상, 소품 등도 제작했다.<br/><br/><br/><br/> 김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-151.txt

제목: 癌과 관련된 ‘편견과 신화’ 해부  
날짜: 20160311  
기자: 박동미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160311154749315  
본문: 암연대기 / 조지 존슨 지음, 김성훈 옮김 / 어마마마<br/><br/><br/><br/>의학적 지식이 없는 대중도 쉽게 읽을 수 있는 암 교양 에세이. 우주물리학 분야를 탐색해 온 과학 저널리스트 조지 존슨은 아내의 암 판정을 계기로, ‘암 전문가’가 됐다. 수백 편의 논문을 섭렵하고, 각종 세미나에 참석하며 암을 공부했는데, 책에는 저자가 습득한 정보와 인식이 총망라됐다. 또한, 남편으로서, 사랑하는 아내를 간호했던 과정도 진솔하게 기록했다. 아내가 암을 극복해 가는 시간을 담은 감동적인 에세이는 그가 발견한 현대적이고 새로운 정보와 함께 각 장마다 자연스럽게 연결돼 있다. 그동안 막연하게 생각했던 암과 관련한 풍문들을 모조리 해체한다. 우리 주위에는 암과 관련한 편견과 신화가 얼마나 많은가. <br/><br/><br/><br/>저자는 ‘특히, 암세포’에 대한 놀라운 통찰을 보여준다. 세포 재생 과정에서 태어난 돌연변이 세포가 우리 몸의 수많은 방어 시스템을 통과해 어떻게 하나의 종양으로 정착하는지, 책에 표현된 묘사들을 읽다 보면 흔히 쓰는 ‘암적인 존재’라고 말을 자연스럽게 떠올리게 된다. 저자는 때로 아픈 가족 옆에서 함께 고통스러워하는 사람으로서, 때로는 아주 냉정한 과학자의 시선으로, 병 앞에 영원히 약자일 수밖에 없는 인간들의 우울한 풍경도 가감 없이 담아내고 있다.<br/><br/><br/><br/>박동미 기자 pdm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-152.txt

제목: ‘알파고’의 다음 상대는 華陀(화타)  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160310142113322  
본문: 윤성로 / 서울대 교수·전기정보공학<br/><br/><br/><br/>알파고는 강했다. 인공지능(AI)의 한 분야인 기계학습을 연구하는 필자조차 이세돌의 우세를 예상했지만, 승리는 최신 기술로 무장한 ‘알파고’의 몫이었다. 9일은 첫 대국이어서 최종 승부가 난 건 아니지만, 이세돌 본인이 “<span class='quot0'>알파고가 한 번만 승리해도 사실상 인간의 패배</span>”라 했을 만큼 첫 패배는 충격적이다.<br/><br/><br/><br/>1950년대 탄생한 인공지능은 딥러닝(deep learning)으로 대표되는 기계학습의 진보, 강력한 반도체의 등장 및 빅데이터 시대의 도래 등 삼박자가 맞아떨어지면서 전성기를 맞고 있다. 정보가 충분하지 않았던 시절에는 주로 규칙기반 (rule-based)의 인공지능 기술이 연구됐으나 큰 주목을 받지 못했다. 하지만 빅데이터를 효율적으로 처리하는 병렬처리 기술과 다양한 실제 사례를 통해 학습하는 데이터 주도적(data-driven) 기계학습 기술이 꽃을 피우면서 알파고와 같은 인간 수준 인공지능 구현이 가능하게 됐다.<br/><br/><br/><br/>기계가 넘보기 힘든 인간 최후의 지적 보루 중 하나로 여겨지던 바둑 정복 이후 인공지능 기술의 단계는 무엇일까? 단기적으로는 또 다른 게임인 스타크래프트 등이 언급되고 있다. 하지만 알파고 제작사인 딥마인드의 CEO 데미스 하사비스에 따르면, 게임 등 한정된 분야가 아닌 여러 분야에서 지능을 발휘할 수 있는 인공범용지능(AGI) 구현이 될 것이며, 우리 삶에 직접적인 영향을 미치는 의료 분야 적용이 계획되고 있다고 한다.<br/><br/><br/><br/>이미 인간이 해독하기 벅찰 만큼 방대한 의료 정보가 축적되고 있으며, 1997년 체스 챔피언 게리 카스파로프를 꺾었던 IBM의 ‘왓슨’이 최근 정밀 의료 분야에 활용돼 약 80%의 암 진단 정확도를 보이는 것을 고려하면 그리 놀랍지 않은 전망이다. 의료진의 집단 지성에서 도출되는 규칙 기반(rule-based)으로 이뤄지는 임상적 진단 과정에, 다양한 의료 정보에 근거한 데이터 주도적 판단이 접목된다면 의학 분야에서 또 한 번 인공지능의 결실을 보게 될 것이다. 이세돌-알파고의 대국에 앞서 “결과와 관계없이 승자는 인류다”고 한 에릭 슈미트 구글 지주회사 알파벳 회장의 언급처럼, 그 혜택은 고스란히 인류의 몫이 될 것이다. 바둑에서 이세돌을 꺾은 알파고의 다음 상대는 전설적 명의 화타(華陀)가 되는 셈이다.<br/><br/><br/><br/>싫든 좋든 생각보다 빨리 찾아온 인공지능 시대는 우리에게 도전이자 기회가 될 것이다. 자동차 발명 이전에 도로교통법이 없었던 것처럼, 지금까지는 인간 수준의 지능을 갖는 인간 외 법적 주체에 대한 고려가 필요 없었다. 하지만 또 다른 인공지능 기술인 자율주행차의 딜레마(사고 시 운전자·보행자 중 누구를 살릴지 결정함)에서 보듯이, 기술적 진보를 사회에 올바로 환원하기 위해서는 충분한 사회·윤리적 논의 및 법제적 장치 마련이 시급하다. 스티븐 호킹의 경고처럼 전투 게임인 스타크래프트를 정복한 인공지능 기술이 ‘전쟁 기계’의 발명으로 이어지지 않으리란 보장이 없다. 국가적으로는 한국의 강점 분야인 하드웨어와 미래 유망주인 소프트웨어 분야의 고른 발전을 이끌 인공지능에 대한 선제적 연구·개발이 필수적이다. 이를 발판으로 한 제조업·서비스업의 도약이 절실하다.<br/><br/><br/><br/>바둑을 수담(手談)이라 했던가. 인공지능을 넘어 ‘인공감성’ 시대가 온다면, 어려운 환경에서도 따뜻한 인술(仁術)을 펼치던 의사의 손길이, 다정다감하게 고민을 들어주던 어르신들의 지혜가, 함께 일하며 정을 쌓아가던 동료의 숨결이 그리워지게 되는 건 아닐까.

언론사: 문화일보-1-153.txt

제목: 사망보험금 평균 3000만원도 안돼  
날짜: 20160310  
기자: 장병철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160310142123138  
본문: 삼성생명 10년간 분석 결과<br/><br/>1인 평균 보험금 2926만원<br/><br/>“<span class='quot0'>유족 생활비 등 고려 설계를</span>”<br/><br/><br/><br/>지난 10년 동안 우리나라 보험가입자들이 받은 사망보험금이 1인당 평균 3000만 원이 채 되지 않는 것으로 나타났다. 전문가들은 본인 사망 이후 남은 가족의 생활비와 자녀 교육비 등 경제적 부담이 적지 않다는 점에서 보험 가입 시 더 꼼꼼하게 보장금액을 설계할 필요가 있다고 지적한다.<br/><br/><br/><br/>10일 삼성생명이 지난 2006년부터 2015년까지 지급한 사망보험금 16만6000건을 분석한 결과, 지난 10년간 지급된 1인당 평균 사망보험금은 2926만 원인 것으로 집계됐다. 이 금액은 우리나라 도시 가구의 월 평균 소비 지출액인 259만 원(2015년 3분기)을 기준으로 약 1년간 지출할 수 있는 규모에도 미치지 못하는 수준이다. 사망 원인별 보험지급액을 살펴보면 교통사고 등 재해의 경우 1인당 지급된 사망보험금이 6796만 원으로 높았던 반면 암과 같은 질병은 2220만 원으로 평균에도 미치지 못한 것으로 나타났다.<br/><br/><br/><br/>문제는 국내 사망 원인 1∼3위를 차지하고 있는 암, 심장 질환, 뇌혈관 질환과 같은 질병이 발생할 경우 자칫 보험에 가입돼 있음에도 불구하고 낮은 보장금액으로 인해 막대한 추가 비용을 지급할 수 있다는 점이다.<br/><br/><br/><br/>이처럼 우리나라의 사망보험 지급액이 전반적으로 낮은 이유는 선진국보다 사망보험의 가입금액 수준이 낮기 때문이다. 가구를 기준으로 사망 시 보장 수준을 살펴보면 우리나라 보험 가입 가구의 사망보험 보장 금액은 가구 연 소득의 1.7배 정도인 1억2000만 원 정도지만 미국은 연 소득의 3.5배 수준인 3억5000만 원인 것으로 분석됐다.<br/><br/><br/><br/>윤원아 삼성생명 은퇴연구소 연구원은 “<span class='quot1'>우리나라 국민은 보험에 가입할 때 장래에 필요한 금액을 따져보지 않고 현재 낼 수 있는 최소한의 범위에서 가입금액을 정하는 경향이 있다</span>”며 “<span class='quot1'>사망보험 가입 시에는 남겨진 가족의 생활비, 자녀 교육비나 결혼자금 등 가구 단위 개념의 미래 필요 금액을 꼼꼼히 따져 보장 금액을 설계할 필요가 있다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>장병철 기자 jjangbeng@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-154.txt

제목: “대장암 男질병은 오해… 5∼6년 늦을 뿐 女도 조심해야”  
날짜: 20160310  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160310114449590  
본문: ‘한국인에 맞는 건강 수칙’ 공표한 김나영 암예방학회장<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>우리나라 식생활의 급격한 서구화로 대장암 발병이 잦아지고 있어 적합한 예방법이 필요합니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>분당서울대병원 소화기내과 교수인 김나영(55·사진) 대한암예방학회 회장은 10일 ‘대장암을 이기는 식생활 및 건강수칙’을 발표했다. 김 회장은 ‘암 예방의 날’(3월 21일)을 앞두고 국내 최고 암 예방학자들의 모임인 대한암예방학회 소속 영양사·의사·약학자와 함께 대장암을 이기는 건강수칙을 만들었다. 한국인에게 맞는 대장암 예방 수칙이 마련된 것은 이번이 처음이다.<br/><br/><br/><br/>김 교수는 “<span class='quot1'>최근 선진국들은 철저한 예방으로 대장암 발병이 줄고 있지만, 우리나라는 식생활의 급격한 서구화로 발병이 늘고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>대장암은 우리나라에서 3번째로 흔한 암으로, 한국의 대장암 발병률은 10만 명당 45명에 달하는 만큼 예방에 힘써야 한다</span>”고 지적했다. 김 교수가 제시한 예방 수칙은 △과식하지 않는다 △밥이나 빵을 먹을 때는 백미 대신 현미나 잡곡밥을 먹는다 △채소, 해조류, 버섯 등을 자주 먹는다 △짜지 않은 채소를 자주 먹어 섬유소와 비타민, 칼슘 및 기타 무기질을 충분히 섭취하도록 한다 △과일을 매일 적정량 먹는다 △고기를 구울 때 숯불로 굽는 것을 피하고, 고기가 타지 않도록 한다 △견과류는 매일 조금씩 먹는다 △소고기, 돼지고기, 육가공식품은 적당량만 섭취한다 △칼슘, 비타민D, 비타민B 성분을 충분히 섭취한다 △몸을 많이 움직인다 △술을 줄인다 등이다.<br/><br/><br/><br/>김 교수는 “<span class='quot1'>이번 대장암 예방수칙은 학회 소속 영양사·의사·약학자들이 함께 참여해 국내외 많은 학술적 근거를 찾아 만들었다</span>”고 강조했다. 그는 이어 “<span class='quot1'>대장암이 남성의 질병이라고 생각하기 쉽지만, 여성은 발병시기가 남성보다 평균 5~6세 높은 것뿐 차이가 없다</span>”며 “<span class='quot1'>이 때문에 대장내시경 검진을 남성보다 5년 늦게 시작하는 등 검진 시기를 조정하는 것도 좋다</span>”고 제안했다. 김 교수는 암 예방의 날과 학회 설립 20주년을 맞아 오는 18일 서울대병원 의생명연구원에서 일반인을 대상으로 이번 대장암 예방수칙을 설명하고, 상담도 함께 진행할 계획이다. <br/><br/><br/><br/> 김다영 기자 dayoung817@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-155.txt

제목: “노총각이 애 셋 딸린 이혼녀인 내게 접근할 때 ‘바람둥인가’ 했죠”  
날짜: 20160309  
기자: 신보영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160309113717689  
본문: 한국계 첫 美주지사 부인 유미 호건<br/><br/><br/><br/>철문 앞에서 인터폰을 눌렀다. 기자의 신분을 확인한 경호원이 정문 앞까지 걸어 나왔다. 현관문까지는 겨우 30m 남짓. 하지만 초대받지 못한 자는 절대 들어설 수 없는 공간이다. ‘꽃샘추위’가 기승을 부린 지난 2월 25일 방문한 미국 메릴랜드주 아나폴리스의 주지사 관저는 미국인이라도 아무 때나 쉽게 방문할 수 있는 곳이 아니다. 주 정부 청사와 달리 관저가 사적인 영역이기도 하지만, 주지사는 차기 대통령 후보 출마 가능성이 높은 미국 정치계의 핵심 자리이기 때문이다. 특히 메릴랜드는 인구는 597만 명이지만 1634년부터 유럽 이주민들이 정착할 정도로 역사가 깊은 주로, 미국의 수도 워싱턴과 인접한 만큼 정치적 영향력도 상당하다. 이런 메릴랜드 주지사 관저의 안방을 한국계 이민 1세대 여성이 꿰차고 있다. 2004년 래리 호건(60) 주지사와 결혼한 유미 호건(57·한국명 김유미) 여사. “<span class='quot0'>20대에 이민을 와서인지 한국보다 미국 문화에 더 익숙하다</span>”지만, 유미 여사의 남편 뒷바라지는 전형적인 한국형 ‘내조’에 가까웠다. 2014년 선거 캠페인 당시 유권자가 2명이라도 모여 있으면 득달같이 달려가서 지지를 호소했던 가녀린 체구의 유미 여사는 지난해 호건 주지사의 암 투병 당시에도 “<span class='quot1'>오전 6시부터 밤 12시까지</span>” 남편을 극진히 간호했다. 목표도 거창한 프로젝트보다는 “어머니 같은 마음”으로 소외된 주민들에게 다가가는 것이라고 했다. 김치냉장고를 들여다 놓고 한국 음식을 직접 만드는 것도 영락없는 한국인이었다.<br/><br/><br/><br/>하지만 호건 주지사와의 첫 데이트에서 자신을 “딸 셋이 딸린 이혼녀”라고 소개하면서 ‘돌직구’를 날리고, “<span class='quot2'>뒤를 돌아보지 않는 것이 신조</span>”라고 강조하는 유미 여사에게서는 상당한 강단이 느껴졌다. 이민과 이혼, 재혼, 남편의 암 투병까지 하나하나가 절대 쉽지 않았을 인생 역정을 거쳐 ‘한인 최초 주지사 영부인’에까지 오른 ‘여장부’다웠다. 기자는 커피·쿠키와 함께 ‘정부 관저’라는 금박 글씨가 박힌 냅킨이 정갈하게 깔린 탁자를 앞에 두고 유미 여사와 50분 동안 만났다.<br/><br/><br/><br/>―주지사 영부인이라는 직함을 달고 관저에 입주한 지 1년이 넘었는데.<br/><br/><br/><br/>“주지사 관저에 입주한 것 자체가 영광이죠. 동시에 부담이 많아요. 메릴랜드의 어머니 역할을 해야 하는 것에 대한 부담이 얼마나 큰지 몰라요. 그래도 지난해 1월 남편이 주지사가 된 뒤 1년이 좀 지나니 뭘 해야 할지 윤곽은 잡혀요. 뒤에서 돕는 것이 제 일이죠. 제가 수묵 화가인 데다, 학교에서 강의도 하니까 아무래도 미술과 관련된 공동체를 중심으로 움직이면서 내조를 하고 있어요.”<br/><br/><br/><br/>―미국 정치인의 부인들은 ‘내조’보다는 더욱 적극적으로 정치적 목소리를 내던데요.<br/><br/><br/><br/>“미국 대통령이나 주지사 영부인들은 나름대로 특정 프로젝트를 정해 놓고 하는 편이지만, 전 그렇지는 않아요. 어려운 사람들과 아픔을 함께 나누려고 해요. 그리고 남편이 바빠서 미처 챙기지 못하는 부분은 제가 주로 맡죠. 예를 들면 아시아계 인구에 대한 정책 등은 거의 100% 제가 담당해요.”<br/><br/><br/><br/>문득 궁금해졌다. 유미 여사는 2000년 처음 호건 주지사를 만났을 때 미래의 주지사 영부인이 되리라고 짐작이나 했을까. 질문은 자연스럽게 정치 명문가 자제인 호건 주지사와의 만남, 연애, 결혼에 이르는 과정으로 넘어갔다. ‘이혼녀-노총각’의 결혼이 분명 순탄하지만은 않았을 것 같았다.<br/><br/><br/><br/>―주지사와 처음 만났을 때 ‘이 사람이 정치를 하겠구나’라는 예감이 들던가요.<br/><br/><br/><br/>“전혀 아니죠. 처음 만났을 때 남편 직업이 한국말로 하면 ‘복덕방업자’, 즉 부동산업자였죠. 저도 단순하게 부동산업자라고 생각했어요.”<br/><br/><br/><br/>―그럼 언제 남편이 정치를 본격적으로 하겠다고 하셨나요.<br/><br/><br/><br/>“사실 딱 특별한 시점이 있는 게 아니에요. 시아버님이 연방 하원의원을 3번이나 하시면서 남편은 어릴 때부터 정치에 익숙했죠. 아홉 살 때에는 시아버님 손잡고 백악관도 들락날락했대요. 아무래도 장남이니까 더욱 그런 듯해요. 밥 얼리히 전 메릴랜드 주지사가 시아버님 선거사무소에서 인턴을 했는데, 그때 남편과 친구가 됐죠. 그 이후로 얼리히 주지사 정부에서 총무처 장관도 했고요. 하지만 저희가 만났을 때에는 정치와는 아무 상관이 없었죠. 그런데 약혼을 한다고 하니까 남편 친구들이 ‘정치를 할 것이냐’고 묻더군요.”―호건 주지사는 어떻게 만나신 건가요.<br/><br/><br/><br/>“미술 전시회를 하고 있는데, 명함을 주면서 연락하라고 하더라고요. 전혀 모르는 사람이니까 연락을 안 했죠. 바람둥이인가 하는 생각도 들었고요. 그런데 딸들이 ‘엄마도 이제 재혼할 때가 됐다’고 말하기 시작하고, 그래서 애들에게 먼저 승낙을 받았죠. 그러고 1년 뒤 같은 전시회에서 또 만났어요. 나 보고 ‘왜 전화 안 했느냐’고 하길래 솔직하게 제 생각을 말했더니 ‘커피나 한잔 사라’고 해서 만났어요. 그런데 생각보다 사람이 괜찮더라고요. 제 이상형에 거의 들어맞았어요. 당연히 이혼했거나 부인과 사별했거니 생각했는데 결혼도 한 번 안 한 노총각이었어요. 나이도 적당하고, 직장도 확실하게 가지고 있고. 게다가 얼굴이 이웃집 아저씨처럼 착해 보였는데, 실제로도 착했어요.”<br/><br/><br/><br/>―호건 주지사는 어디가 맘에 들었다고 하시던가요.<br/><br/><br/><br/>“저를 상당히 어리게 봤더라고요. 처음 만난 날 ‘애가 셋 있고, 여자나 꼬시는 남자랑은 연애하지 않겠다. 딸들이 인정하는 남자와 만나겠다’고 했더니 덥석 ‘그렇게 하겠다’고 답하더군요. 나중에 들어보니 혼자 애를 셋이나 키운 저에게 상당히 감동 받았다고 하더라고요. 남편도 부모가 이혼한 것도 있고 해서 그렇게 느꼈나 봐요. 처음 우리 집에 초대받아 왔을 때 평생 처음으로 한국 음식을 먹는데, 하필 매운 돼지 불고기였죠. 제게 점수를 따려고 두 접시나 먹더니만, 얼마나 매웠는지 물을 5컵은 마시더군요.”<br/><br/><br/><br/>―당연히 정식 청혼도 받으신 거죠. <br/><br/><br/><br/>“2년 반 정도 사귀었을 때 야자수가 있는 달빛 아래에서. 친구 부부와 같이 저녁 식사를 하다가 따로 산책하자고 하더니만 갑자기 무릎을 꿇었어요. 제가 답을 안 하니까 ‘빨리 예스(Yes)해라’고 해서 답했죠. 저야 그냥 한국처럼 반지만 주면 끝나는 줄 알았지 답을 해야 하는 줄은 몰랐죠 뭐. 남편이 엄청 멋쩍어했어요.”<br/><br/><br/><br/>결혼 12년째인 호건 주지사 내외에게 지난해 최대 시련이 닥쳤다. 2014년 11월 당선된 뒤 얼마 지나지 않은 지난해 6월 호건 주지사가 암의 일종인 비(非)호지킨 림프종 투병을 시작했던 것. ‘청천벽력’ 같은 소식이었다.<br/><br/><br/><br/>―지난해 호건 주지사의 암 발병 소식에 많이 놀라셨죠.<br/><br/><br/><br/>“많이 놀랐죠. 6개월간 항암 치료를 받는데, 13일에 한 번씩 5일간 입원해야 했어요. 남편 암이 3∼4기 정도여서 매우 독하게 치료하다 보니 아무것도 못 먹더라고요. 그래서 제가 ‘허니, 뭐든지 꼭 먹어야 한다’면서 옆에서 계속 먹였어요. 그랬더니 투병 전보다 살이 더 쪘어요. 물론 주지사로 당선될 때는 언제고, 왜 이런 고난이 있나 하면서 종교적으로 잠깐 의심하는 마음이 들기도 했죠. 하지만 바로 마음을 바꾸고 열심히 기도했죠. 주지사로 당선될 때도 한국 분들은 메릴랜드는 민주당 텃밭이니 남편은 절대 당선 안 된다고 했어요. 제가 그때 선거운동하면서 목소리가 지금처럼 변해 버렸어요. 2명이라도 앉아 있는 곳이라면 어디든 찾아갔거든요. 하루에 차를 얼마나 달렸는지 몰라요. 우리 남편이 메릴랜드 역사상 공화당 출신으로는 3번째 주지사입니다. 그만큼 어려웠죠. ‘민주·공화가 무슨 소용이냐, 우리는 한국인’이라고 목이 쉴 정도로 이야기했죠. 같은 한국인인데도 어떤 분은 선거 유세 전단을 건네면 ‘거기 놓고 가세요’ 할 정도로 차가웠죠. 그럴 때에는 돌아서면 눈물이 핑 돌았어요. 그분들을 원망하지 않아요. 반대로 또 많은 한국 분들이 정말로 많이 도와주셨고, 그 은혜를 절대 잊지 않고 있어요.”<br/><br/><br/><br/>―아무래도 이민자이다 보니 반이민 정책이 많은 공화당에 부정적인 게 아닐까요.<br/><br/><br/><br/>“그게 잘못된 인식이에요. 이민 1세대 때는 민주당이 이민자들에게 많은 혜택을 주기는 했지만, 공화당에는 기독교인이 많죠. 여기 한국인들도 기독교인이 많고요. 또 한국 분들은 다 사업을 하고 세금을 낸다는 점을 감안하면 어쩌면 공화당에 더 가까워요.”<br/><br/><br/><br/>한인 사회의 지지를 받는 것이 쉽지 않았지만, 유미 여사는 ‘한국 문화 전도사’ 역할을 톡톡히 하고 있다. 결혼 당시에도 한국식 폐백을 하고, 남편에게 두루마기까지 다 갖춰 입힐 정도였다. 어머니의 마음으로 직접 한국 요리를 지금도 만들고 있다. 이 덕분에 정치적으로 한인의 목소리도 커졌다. 메릴랜드주 역사상 처음으로 소수계 장관에 한인인 지미 리가 임명됐고, 올해 1월 13일에는 ‘미주 한인의 날’이 공식 선포됐다. 4월 5일에는 ‘메릴랜드 태권도의 날’도 지정될 예정이다.<br/><br/><br/><br/>―한국을 떠난 지 37년째인데, 지금 이 자리까지 오리라고 예상이나 하셨나요.<br/><br/><br/><br/>“전혀 못 했죠. 한국에서 어릴 때 학교만 다니다가 이민 와서 한국에 대한 기억이 별로 없어요. 그동안 한국이 많이 발전하기도 했고요. 2005년 결혼 뒤에 한 번 가고, 지난해 주지사에 당선된 뒤에도 한 번 갔어요. 결혼할 때도 서양식으로 한 번 하고, 한국식으로 폐백도 했어요. 당시 남편이 ‘모자가 밀짚모자 같다’면서 안 하겠다는 것을 제가 ‘한국 문화를 자랑하고 싶다’고 우겨서 했죠. 한국에서 두루마기까지 치수 재서 맞춰 가지고 왔어요. 결혼 다음 날 한국인 분들께 인사하러 가는데 남편이 ‘옷이 매우 편하다’고 하더라고요. 지난해 경복궁에 갔을 때에도 한복을 같이 입었어요.”<br/><br/><br/><br/>―호건 주지사가 가장 좋아하는 한국 요리를 꼽는다면요.<br/><br/><br/><br/>“갈비찜이죠. 그리고 생애 처음 먹은 한국 음식인 돼지 불고기요. 참 제가 오늘도 요리를 했는데, 관저 직원이 여기 온 지 40년 됐다길래 기념할 겸 해서 불고기랑 잡채 등을 직접 만들어 직원들과 같이 먹었어요. 관저에 김치냉장고도 있어요.”<br/><br/><br/><br/>―사실 인생이 순탄하지는 않았는데, 힘든 순간을 어떻게 극복하셨는지.<br/><br/><br/><br/>“한 번도 부정적으로 생각해본 적이 없고, 항상 희망을 갖고 살려고 노력해요. 애들에게도 ‘뒤를 돌아보지 말고 앞만 보고 가라’고 늘 이야기했죠. 한 번도 화장 안 한 흐트러진 모습을 안 보이니까 사람들은 ‘고생 안 하나 보다’ 했대요. 하지만 3년 전 돌아가신 어머니는 제가 8남매 중 유일하게 이혼한 자식이다 보니 많이 가슴 아파 하셨죠. 저도 몇 년간 이혼 사실을 얘기 못 했어요. 어머니 마음 아프실까 봐요. 그런데 지금 이 자리까지 오니 이게 다 하나님의 뜻인가 해요. 미국으로 오게 한 것도 그렇고요.”<br/><br/><br/><br/>―한국이나 미국에 있는 한인들에게 전하고 싶은 말이 있다면.<br/><br/><br/><br/>“이제 한인 사회도 이민 2세대가 자리 잡을 수 있게 독려해야 해요. 우리가 뿌리를 내리려면 2세들이 자리를 잡아야죠. 그러려면 이민 1세대가 유권자 등록을 해서 목소리를 높여야 합니다. 메릴랜드에 한국인들이 많이 산다고 하지만 투표율은 낮아요. 민주당이든 공화당이든 투표를 해야 대우를 받아요. 이제 한국도 세계 경제 10위권 국가잖아요. 그만큼 한국인들도, 미국의 한인들도 모범적인 모습을 보여야죠. 이민자 분들도 희망을 갖고 열심히 살면 꼭 기회가 옵니다. 미국은 누구에게나 기회를 주는 사회예요. 저는 이민 온 분들께 ‘세상에 늦은 것은 없습니다. 항상 꿈을 가지세요(Never too late, always have a dream)’라고 말해요. 열심히 살다 보면 기회가 꼭 와요.”<br/><br/><br/><br/>마지막으로 최근 인기가 급등하고 있는 호건 주지사의 차기 행보를 물었다. 어쩌면 2020년 미국 대선에서 한국계 부인을 가진 첫 대선 후보가 등장할 수 있지 않을까 하는 마음에서. 유미 여사는 “그 문제는 ‘노 코멘트’예요. 주지사 임기가 아직 3년 더 남았고, 남편에게도 현재에 충실하라고 이야기해요. 그저 전 아침저녁으로 남편이 ‘솔로몬의 지혜와 다윗의 정직함을 갖춰 국민이 원하는 정치인이 되게 해달라’고 기도해요.” 어딘가 여운이 묻어나는 답변이었다.<br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 신보영 워싱턴 특파원<br/><br/>아나폴리스=boyoung22@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>◇유미 호건(57) 메릴랜드 주지사 영부인 △전남 나주 출생 △미국 하와이 이민 △메릴랜드로 이주 △메릴랜드예술대학(MICA) 졸업 △래리 호건 메릴랜드 주지사와 결혼 △아메리칸대 미술대 석사 △MICA 강사 △메릴랜드 주지사 영부인

언론사: 문화일보-1-156.txt

제목: 癌보다도 강한 모성애… 투병 임산부 79% 출산  
날짜: 20160307  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160307144428764  
본문: 삼성서울병원, 5만명 조사<br/><br/>87명이 암으로 진단 받아<br/><br/><br/><br/>임신 중에 암 진단을 받은 산모 가운데 10명 중 8명은 출산을 포기하지 않고 임신을 유지했다는 조사결과가 나왔다.<br/><br/><br/><br/>최석주 삼성서울병원 산부인과 교수팀은 “<span class='quot0'>1995년부터 2013년까지 아이를 낳은 임산부 5만412명을 분석한 결과, 총 87명(암 경계 환자 11명 제외)이 암으로 진단받았고 이 중 79.3%인 69명이 임신을 유지했다</span>”고 7일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>임신부가 암에 걸리면 임신주수, 암의 종류, 병기(病期·잠복기, 발열기, 회복기 등으로 나누는 병의 특징 시기) 등 환자와 태아를 지킬 가능성을 의학적으로 먼저 고려해야 하지만, 임신 유지 결정은 강력한 모성애가 밑바탕에 있어야 할 수 있는 선택이라는 것이 연구팀 분석이다.<br/><br/><br/><br/>이번 연구에서는 24명(34.7%)이 임신 기간 중 치료를 받았으며, 골수성백혈병으로 치료 도중 사망한 1명을 빼고 69명 중 68명이 출산을 마쳤다. 평균 임신주수 37주 만에 출산했으며, 신생아의 평균 몸무게는 2.53㎏이었다. 신생아 사망률은 4.5%(68명 중 3명)로, 미숙아로 태어난 경우가 아니면 대부분 특별한 문제 없이 퇴원했다.<br/><br/><br/><br/>다만 산모의 암 치료 결과는 환자에 따라 달랐다. 추적관찰이 가능한 84명 중에서 52명은 완치됐지만, 26명(31%)은 출산 후 암으로 사망했다. 나머지 5명(5.9%)은 병이 진행 중이었으며, 1명(1.2%)은 재발한 상태였다. 최 교수는 “<span class='quot1'>우리나라 여성들의 강인함 때문인지 암에 걸리고 나서도 출산을 포기하지 않는 임신부가 많다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>이번 연구를 담은 논문은 대한산부인과학회가 발행하는 국제학술지(Obstetrics & Gynecology Science) 최근호에 발표됐다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-157.txt

제목: 우주 의학  
날짜: 20160307  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160307142413995  
본문: 예진수 / 논설위원<br/><br/><br/><br/>장기 우주여행은 인체에 어떤 영향을 미칠까. 우주 정거장에서는 중력(重力)이 사라지기 때문에 피가 머리 쪽으로 더 몰린다. 장기간 우주여행을 하면 하체가 부실해지면서 갈수록 영화 속의 ET를 닮아간다. 나사(미 항공우주국)의 우주비행사 스콧 켈리(52)가 340일의 우주 체류 생활을 마치고 지난 2일(현지시간) 지구로 돌아왔다. 미국 역사상 우주에서 가장 오래 머문 우주인으로 기록됐다. 켈리에게는 미국 뉴저지에 사는 쌍둥이 형 마크 켈리가 있다. 일란성 쌍둥이는 유전자가 일치한다. 두 사람의 비교를 통해 지구와 우주에서의 노화 진행 속도까지 파악할 수 있다. 나사는 2030년대에 화성에 사람을 보낼 계획이다. 영화 ‘마션’의 주인공 마크 와트니는 화성에서 감자를 재배하는 실험을 한다. 실제 우주인인 켈리는 지난해 8월 국제우주정거장의 미니 농장에서 직접 키운 상추를 시식했다. <br/><br/><br/><br/>우주에서 1년을 보낸 켈리의 몸 자체가 화성 탐사를 위한 귀중한 정보다. 켈리의 키는 지구에 있을 때보다 약 5㎝ 정도 커졌다. 척추가 중력을 받지 않아 키가 커진 것이다. 하지만 지구로 돌아온 직후 원래 키로 돌아갔다. 우주에서 켈리의 키는 커졌지만, 근육 단백질과 골밀도는 감소해 약골이 됐다. 장기적으로는 우주 입자 방사선의 영향이 나타날 것으로 추정된다. 방사선이 몸을 수시로 관통하면 암과 심장병 같은 질환이 발생할 가능성이 높아진다. 우주 방사선 저감은 앞으로 풀어야 할 숙제다.<br/><br/><br/><br/>한국은 2020년을 목표로 무인 달 탐사 등의 우주 실험을 수행하면서 제2 한국 우주인도 배출할 예정이다. 한국의 우주 분야 산업 경쟁력은 미국의 45.8분의 1, 중국의 10분의 1, 일본의 3분의 1 수준이다. 하지만 한국의 의료 분야는 선진국 수준의 기술력을 보유하고 있다. 지난 5년(2011∼2015년) 새 한국 의료 기관의 해외 진출 누적 건수가 141건으로 그 이전과 비교할 때 2.4배나 증가했다. 한국은 우주 방사선의 인체 영향에 대한 연구 등 우주 의학 분야에서도 단기간에 높은 기술력을 축적할 수 있는 잠재력을 갖고 있다. 켈리의 우주 체류를 계기로 민간 우주여행도 활기를 띨 전망이며, 우주 의학이 주요 의료 분야의 핵심원천기술 개발을 선도하게 될 것으로 예상된다. 이젠 한국도 우주 분야와 연관된 의료산업 생태계를 육성하기 위한 전략을 가다듬어야 할 때다.

언론사: 문화일보-1-158.txt

제목: 난소암 ‘표적약’ 값 비싸 부담 커… 건강보험 적용해줬으면  
날짜: 20160302  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160302151647707  
본문: 난소암으로 1년하고도 3개월째 투병 중인 50대 주부입니다. 암 진단과 항암에 대한 설명을 들으며 더 나은 치료약은 없는지 의사선생님께 물어봤습니다. 의사선생님이 ‘아바스틴’이라는 표적약을 설명해줬는데 약 가격이 웬만한 사람 한 달 월급보다 비쌌습니다. <br/><br/><br/><br/>기존 항암제와 병행해서 쓰다가 7차부터는 표적약만 쓰기 시작했는데, 기존 항암제에서 나타나는 부작용(특히 탈모)도 없고 기존 항암제 부작용으로 빠졌던 머리카락도 다시 자라나고 제 삶도 이전의 일상으로 돌아올 수 있었습니다.<br/><br/><br/><br/>그러나 저와 같은 상황의 일차치료 환자들은 국가보험을 적용받을 수 없습니다. 너무 비싼 치료비를 가족들이 부담해야 하는 이 같은 현실이 안타깝습니다. <br/><br/><br/><br/>참 기이한 건 암이 재발한 환자들 중에 어떤 이들은 국가에서 보험 지원을 해준다네요. 의사와 환자는 재발하지 않게 하려고, 그 적은 확률에 매달리는 와중에 재발한 환자들한테만 보험 혜택이 적용된다니요. 저로서는 정책을 결정하는 분들이 무슨 생각으로 그런 기준을 만들었는지 도통 이해가 되지 않습니다.<br/><br/><br/><br/>표적약이 필요한 난소암 환자들이 재발할까 전전긍긍하지 않도록 이 약을 일찍부터 사용할 수 있게 나라에서 지원을 해줬으면 좋겠습니다. 건강보험만 적용되면 되는데, 그게 안 돼서 치료를 포기하고 노심초사하며 가족에게 짐이 될까 걱정하는 난소암 환자가 많은데 이런 상황이 꼭 개선되기를 소망합니다. <br/><br/><br/><br/>박순자·경북 구미시

언론사: 문화일보-1-159.txt

제목: “나이 많고 病있어도 보험가입됩니다”  
날짜: 20160229  
기자: 장병철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160229141908796  
본문: 삼성화재 ‘간편하게…’ 출시<br/><br/><br/><br/>보험 가입이 어려웠던 고령층과 유병자도 쉽게 가입할 수 있는 건강보험 상품이 출시됐다. <br/><br/><br/><br/>삼성화재는 29일 상대적으로 보험 가입이 어려웠던 고령층과 유병자도 쉽게 가입할 수 있는 건강보험 상품 ‘간편하게 건강하게’를 출시했다고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이 상품은 50~75세의 유병자를 대상으로 계약자의 ‘알릴 의무사항’을 간소화하고 10년마다 재가입을 통해 최대 100세까지 보장받을 수 있도록 한 것이 특징이다. 이 상품은 이른바 ‘3·2·5’에 해당하지 않으면 누구나 가입할 수 있다. ‘3·2·5’는 △최근 3개월 이내 입원과 수술, 추가 검사(재검사) 의사 소견 여부 △2년 이내 질병이나 사고로 입원 및 수술 여부 △5년 이내 암 진단, 입원 및 수술 여부 등이 있는 것을 의미한다. <br/><br/><br/><br/>‘간편하게 건강하게’는 상해·질병 사망 시 최고 3000만 원, 3대 질병(암, 뇌출혈, 급성심근경색증) 진단 시 최고 2000만 원까지 보장한다. 수술비(상해, 암)와 입원 일당(상해, 질병, 암)도 선택할 수 있다. 또 최근 고령 운전자가 늘어남에 따라 운전자 벌금, 자동차사고 변호사선임비용, 교통사고 처리지원금 등 운전자 비용 담보도 마련했다. 더불어 전문 의료진의 전화 상담 및 3차 병원 진료 예약을 대행해 주는 건강관리서비스, 본인과 배우자 사망 시 장례지원서비스 등도 무료로 제공한다. <br/><br/><br/><br/>정병록 삼성화재 장기상품개발팀장은 “<span class='quot0'>삼성화재는 업계 최초로 유병자 할증 제도를 도입해 보장 사각지대를 줄이고자 지속해서 노력해 왔다</span>”며 “<span class='quot0'>‘간편하게 건강하게’ 출시를 계기로 다양한 고객 계층별로 꼭 필요한 보장을 제공해 보험사 본연의 역할에 최선을 다하겠다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 장병철 기자 jjangbeng@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-160.txt

제목: 네티즌, 성금 십시일반… ‘白凡 조형물’ 세운다  
날짜: 20160229  
기자: 김도연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160229115518053  
본문: 네티즌들이 십시일반 모은 성금 3000만 원이 올해 광복절을 기해 백범 김구 선생의 독립·민주·통일 정신을 형상화시킨 조형물로 거듭난다.<br/><br/><br/><br/>29일 민족문제연구소와 서울 강북구에 따르면 올해 상반기 개관을 목표로 막바지 공사가 한창 진행 중인 강북구 근현대사기념관 경내에 백범의 정신을 주제로 한 조형물이 시민 성금으로 설치된다. 이 조형물은 일본대사관 앞 ‘평화의 소녀상’ 등을 만든 김운성-김서경 부부가 만들 예정이며, 다음 달부터 제작에 들어가 광복절 제막식을 목표로 하고 있다. <br/><br/><br/><br/>조형물은 여러 독립운동가들이 함께 등장하는 형태를 구상하고 있으나 구체적인 안은 아직 나오지 않았다. <br/><br/><br/><br/>강북구 북한산역사문화관광벨트 조성사업의 핵심인 근현대사기념관은 연 면적 897㎡, 지하 1층, 지상 1층 규모로 이준, 손병희, 이시영, 신익희 등 순국선열 애국지사 16위 전시관과 역사체험관으로 구성된다.<br/><br/><br/><br/>이번 모금은 2014년 암에 걸렸다가 네티즌들의 도움으로 수술을 받고 아픈 몸을 이끌며 봉사활동을 이어가는 유정호 씨, 백범에게 바치는 곡 ‘나의 소원’이 포함된 앨범을 이달 출시하고 ‘클라인’이라는 예명의 가수로 데뷔한 김윤민 씨가 지난해 인터넷 커뮤니티인 ‘웃긴대학’과 ‘오늘의유머’에 인천대공원에 있는 백범 김구 선생 동상을 재건립하겠다는 글을 올리면서 시작됐다. <br/><br/><br/><br/>김도연 기자 kdychi@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-161.txt

제목: “늦은 나이라도 외국어 배우면 뇌에 큰 자극… 치매 예방 탁월”  
날짜: 20160226  
기자: 김세동  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160226115451613  
본문: 한설희 대한치매학회 이사장(건국대병원장)<br/><br/><br/><br/>평균 수명이 늘어나면서 치매 환자가 급증하고 있다. 보건복지부에 따르면 26일 현재 치매 환자는 66만 명을 넘었고, 이 추세대로면 2030년 127만 명, 2050년 271만 명으로 급증할 것으로 전망된다. 치매로 인한 사회적 비용도 2013년 11조7000억 원에서 2050년 43조2000억 원까지 늘어날 것으로 보인다. <br/><br/><br/><br/>65세 이상 노인 10명 중 1명 이상이 걸릴 정도로 치매는 흔한 질병이 됐다. 건망증 증상을 조금씩 보이다 어느 날 갑자기 사랑하는 가족은 물론 자기 자신마저 잊어버리게 하는 치매의 무서움은 어느새 영화나 드라마의 단골 주제가 됐다. <br/><br/><br/><br/>치매 연구와 치료에서 독보적인 위치를 차지하고 있는 한설희(62) 대한치매학회 이사장을 지난 15일 건국대병원장실에서 만났다. 건국대병원 신경과 교수로 재직 중인 한 이사장은 국내 치매 연구가 전무하다시피 했던 1992년 미국 듀크대병원 알츠하이머병연구소 연구원으로 시작해 워싱턴대 세인트루이스 의대 알츠하이머병연구소 교수, 대한치매학회 회장, 대한신경과학회 국제이사 등을 역임하고 현재 치매학회 이사장으로 활동하고 있는 치매의 대가다. 그는 노인 복지 향상에 기여한 공로를 인정받아 2009년 대통령 표창, 2003년 보건복지부 장관상을 받았다. 그런 한 이사장을 만나자마자 곧바로 본론으로 들어갔다. <br/><br/><br/><br/>치매가 무엇이고 왜 생기는지, 치료는 되는지, 예방은 가능한지 등을 물어봤는데, 2시간이 넘는 인터뷰 동안 그는 지루한 기색 없이 문외한의 질문에 때때로 자료를 찾아 보여주며 성실히, 열정적으로 답변해 줬다. <br/><br/><br/><br/>―치매 환자가 갑자기 많아진 건가.<br/><br/><br/><br/>“예전에도 치매가 있었지만, 지금처럼 많지는 않았다. 60세의 1∼2%가 치매인데, 나이가 5세 증가할 때마다 대략 두 배씩 증가한다. 즉 65세의 5%가 치매이고, 85세가 되면 약 47%가 치매 환자다. 두 분 중 한 분이 치매인 거다. 우리나라의 경우 지금 약 3년에 수명이 1년씩 늘어나는 추세다. 60년 전보다 수명이 20세가 늘어났다. 이전에는 치매가 드물었는데 노인 인구가 늘어나니 치매 환자도 많아진 거다.”<br/><br/><br/><br/>―치료 전망은.<br/><br/><br/><br/>“일상 인지기능이 망가지면 치매라 하는데, 예전에는 치매를 앓다가 돌아가시면 뇌 부검으로 조직검사를 해서 단백질 찌꺼기를 확인해야만 알츠하이머 진단을 했다. 그런데 최근에는 의료과학의 발달로 살아있는 사람한테서 그 찌꺼기를 볼 수 있게 됐다. 10∼15년 정도 미리 뇌 사진을 찍어서 이 사람은 나중에 치매가 될 것인지 예측이 가능한 시대가 됐다. 알츠하이머병은 30대 후반에서 40대 초반에 뇌에 이상 단백질이 20∼30년 동안 쌓여 60대 이상에서 증상이 나타난다. 다른 말로 하면 20∼30년 동안 예방할 기회가 생기는 것이다. 혈관 위험인자를 잘 조절하거나 운동습관을 들이면 상당 부분 막을 수 있다. 또 우리나라 치매는 60% 정도가 알츠하이머이고, 20% 정도가 혈관성 치매다. 나머지는 두 개 원인이 합쳐져 발생한다. 서양은 혈관성 치매가 10∼15%인데 우리는 그보다 높다. 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 비만 등이 원인이 된 치매 발병이 상대적으로 높다. 이런 혈관 위험인자 때문에 알츠하이머병이 더 빨리 진행되므로 조기에 체중이나 혈압 관리를 잘하면 치매를 줄일 수 있다.”<br/><br/><br/><br/>―현재까지는 치료제가 없다고 봐야 하나.<br/><br/><br/><br/>“반은 맞고 반은 틀린 질문이다. 예를 들면 감기는 특효약이 지금 없다. 감기에 걸리면 어떤 사람은 열이 나고, 누구는 기침을 심하게 하고, 누구는 설사를 한다. 한데 그런 종류를 다 감기라고 하면서 특효약이 없어 열나면 해열제를 쓰고, 기침하면 해소약을 쓴다. 똑같이 알츠하이머도 병의 원인이 밝혀진 것도 아니고 완치제도 없다. 감기에 해열제를 쓰듯이, 기억력 중에서 특히 주의집중력을 도와주는 정도다. 신경세포가 70% 정도 없어지면 치매 증상이 나타난다. 사실 조기에 진단하지 않으면 70%쯤 망가진 뒤에야 증상이 나타나니 약이 있어도 치료가 어려운 거다. 남은 신경세포 중에서도 서로 연결하려면 신경세포 전달물질이 필요한데, 그것도 나오면 부서진다. 그 부서지는 것을 막는 게 요즘 나오는 약이다. 최대한 없어지지 않도록. 그래서 그걸 유지하는 동안에는 주의집중도 더 잘 되고 단기기억도 살아나는 정도이지 한번 없어진 기억을 되살리는 방법은 없다.”<br/><br/><br/><br/>일단 치매에 걸리면 그것을 되돌릴 치료 약은 없다는 거다. 이 때문에 예방에 치중해야 하고, 현재 치료는 치매의 진행을 완화하는 정도밖에 안 된다는 말이다. 그는 “향후 10년 이내에 알츠하이머병의 진행을 완화할 수 있는 약물이 개발돼 사용이 가능할 것으로 생각한다”며 “결국 정도의 차이는 있으나 수명이 급속히 늘어나면서 인지기능이 떨어지는 고령자도 급증할 것으로 예상된다. 현재 사용하는 약물은 완치를 목표로 하는 것이 아니고 증상을 완화해 주는 대증요법이라 할 수 있다”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>―치매는 왜 걸리나.<br/><br/><br/><br/>“치매는 어느 날 갑자기 나타나는 병이 아니다. 기억력 저하 등 인지기능이 상실되는 직접적인 원인은 정보를 생산·전달하는 신경세포의 수와 기능이 지속적으로 감소하기 때문이다. 즉 나이가 들어감에 따라 신경세포가 사멸하므로 정상적인 활동이 가능한 세포 수가 줄어든다. 우리 몸의 다른 조직들, 예를 들면 피부나 근육 등은 손상돼도 시간이 지나면 회복되지만, 뇌 조직은 재생능력이 없어 일단 손상되면 회복이 불가능하다. 노화에 동반돼 나타나는 신경세포 사멸의 원인은 아밀로이드 베타단백이라는 물질이 뇌 조직 내에 축적돼 신경 독성을 나타내기 때문으로 추정된다. 아밀로이드는 뇌 신경세포 안에서 정상적으로 생산되는 물질이다. 생리적 농도에서는 신경세포의 활성을 도와주는 역할을 하는 것으로 추정되나 아직 정확한 기능은 밝혀지지 않았다. 이 아밀로이드는 정상 상태에서는 분해 효소에 의해 완전히 분해돼 제거되나, 나이가 들면서 분해 효소의 기능이 떨어지면 조금씩 찌꺼기가 남게 된다. 오래된 수도관 안에 이물질이 끼는 것과 유사하다. 정상적으로도 70∼80세 노인의 뇌에는 소량의 아밀로이드가 쌓이게 된다. 향후 인간의 수명이 늘어나면 뇌에 쌓이는 아밀로이드의 양이 더 많아진다. 만약 인간의 수명이 130∼140세에 이르면 모든 사람이 알츠하이머병에 걸릴 것이다. 그런데 우리가 성년기 이후 어떻게 뇌를 관리하는가에 따라 아밀로이드 침착(沈着) 속도가 다르게 나타난다. 지속적인 스트레스, 우울증, 만성 불면증을 겪는 경우 아밀로이드가 적절히 제거되지 않아 더 많이 쌓이며 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 비만 등 혈관 위험인자들에 의해 아밀로이드 생산량이 많아지거나 염증 반응이 가속화돼 더 빨리 쌓이게 된다. 알츠하이머, 혈관성 치매 외에 넘어지거나 맞아서 뇌를 다치는 외상성 치매, 술을 계속 마셔 뇌가 작아지는 알코올성 치매 등이 있다. 90여 개 서로 다른 요인들이 치매를 유발한다.”<br/><br/><br/><br/>―술을 마시고 소위 필름이 끊기는 것을 치매 초기 증상이라고 봐도 되나.<br/><br/><br/><br/>“최근 연구에 의하면 술을 많이 마심으로써 신경 전달물질이 차단돼 순간 기억을 못 하는 거다. 연구자에 따라 다르지만 일단 과도한 음주 때문에 일시적인 기억망각증이 자주 있는 사람은 그렇지 않은 사람보다 치매에 걸릴 확률이 5배 정도 높다. 실제로 만성 알코올의존증 환자들의 뇌를 촬영해 보면 동년배들보다 뇌가 한 7∼10년 정도 더 빨리 퇴화돼 있다. 술을 자주 마시면 그만큼 신경세포가 많이 망가진다.”<br/><br/><br/><br/>직업 때문이라는 핑계를 대고 술을 적잖이 마시는 입장에서 갑자기 무서워져 대책이 있는지 물어봤다.<br/><br/><br/><br/>―어떻게 하면 치매를 예방할 수 있나.<br/><br/><br/><br/>“치매는 하루아침에 생기는 병이 아니고 적어도 20∼30년에 걸쳐 뇌 안에 서서히 독성물질이 축적돼 생기는 질환이므로 원인 치료제가 개발될 때까지는 건강한 생활습관으로 독성물질의 축적을 막아야 한다. 이를 위해 ‘생각 바꾸기’를 권한다. 좋은 것은 적극적으로 취하고 나쁜 것은 무조건 멀리해야 한다. 지속적인 두뇌 활동, 유산소운동, 항산화 물질이 많이 포함된 뇌 건강식은 신경세포의 활성을 도와주며 신경세포의 가지치기가 활발해져 아밀로이드 독성에 어느 정도 저항성을 갖게 해 신경세포가 사멸되는 것을 막아준다.”<br/><br/><br/><br/>―두뇌를 많이 쓰는 게 좋고, 특히 외국어 공부가 치매 예방에 큰 도움이 된다는데.<br/><br/><br/><br/>“문맹, 무학인 사람들이 8년 이상 교육을 받은 사람에 비해 치매 위험성이 5배 정도 높다. 왜냐하면 우리가 뇌를 쓰고 뇌 활동을 지속할수록 그걸 기억하기 위해 신경세포들이 가지를 뻗는다. 그래서 평생 공부가 중요하다. 캐나다 연구 중에 재미있는 게 있다. 밴쿠버는 영어를 쓰는데 퀘벡주, 토론토 이쪽으로 가면 프랑스어를 같이 쓴다. 그것에 착안해 캐나다 학자가 퀘벡과 밴쿠버의 치매 발생비율을 조사해 봤더니, 정말 놀라운 게 평생 2개 국어를 사용한 그룹과 영어만 쓰는 그룹은 치매 발생시기가 4.8년 정도 차이 났다. 2개 국어를 하면 5년 정도 뒤늦게 치매가 발생한 거다. 인도가 영국 식민지였기 때문에 영어를 쓰는 사람이 아직도 많다. 인도에서도 똑같은 조사를 했는데 힌두어만 쓰는 사람보다 영어를 함께 쓰는 사람이 치매 발생시기가 4.5년 정도 늦었다. 그래서 강연에 다닐 때마다 외국어를 배우는 게 굉장히 중요하다고 말씀드린다. 그러면 어르신들이 ‘지금 이 나이에 배워도 효과가 있겠느냐’고 반문하시는데, 외국어는 늦게 배울수록 뇌에 더 좋다. 아주 어려서 자기 모국어가 굳기 전에 외국어를 배우면 언어 영역이 한 군데 붙어 있다. 그런데 모국어가 굳어진 후 성인이 돼 외국어를 배우면 언어 중추가 떨어져 있어 새로운 뇌 영역이 자극된다.”<br/><br/><br/><br/>틈날 때마다 외국어 공부의 중요성을 강조하는 한 이사장은 지금도 여러 외국어를 공부하는 등 스스로 모범을 보이고 있다. 그 이유를 물었더니 ‘대단하다’는 생각을 들게 하는 대답이 돌아온다. “저도 그런(치매 예방) 필요성이 있고요. 또 하나는 유럽, 특히 프랑스나 이탈리아·스페인, 이런 데서 국제학회를 하게 되면 사실 영어가 공용어로 통하긴 하지만, 시골이나 시장 같은 데 가서 그 나라 말을 좀 알아서 이야기해 보면 굉장히 정감 있고 재미있다. 실제로 스페인에서 학회가 있다고 하면 학회 날짜는 1년 전에 정해지니까 가기 6개월 전부터 그 나라 말을 리마인드해서 회화공부를 해보고 간다. 영어는 어려서부터 했으니까. 프랑스어하고 이탈리아어, 스페인어를 지금까지 배우고 있다. 또 우리 병원에 중국인 환자가 많고, 중국 진출도 있을 것 같아서 최근에는 중국어를 배우기 시작했다.”<br/><br/><br/><br/>―치매 예방에 좋은 음식은 뭐가 있나.<br/><br/><br/><br/>“제가 그런 책을 좀 썼는데, 불포화지방산이 제일 중요하다. 제철 과일과 채소·견과류, 이런 것들이 좋다. 세계적인 장수지역으로 이름난 일본 오키나와(沖繩)나 미국 캘리포니아의 로마린다, 그리스·이탈리아의 섬들을 보면 먹는 음식들이 굉장히 독특하다. 특히 지중해 연안 사람들이 먹는 건 올리브유, 등푸른생선, 통밀·귀리 같은 정제되지 않은 곡식들, 과일과 채소, 적당량의 적포도주 등인데, 이런 것들이 심장병과 뇌졸중, 치매 발생을 많이 낮추는 것으로 드러났다. 유명한 ‘지중해 식단’이란 건데, 제철 과일에는 폴리페놀, 안토시아닌같이 항산화 효과를 내는 성분이 있다. 생선에는 불포화지방산이 많은데 그게 혈관 동맥경화를 예방하는 인자다. 특히 등푸른생선에 들어 있는 오메가3는 항산화·항염증 효과가 탁월하다. 생선을 좋아하지 않는 사람들은 오메가3 약을 먹으려 하는데 그건 생선을 구하기 어려울 때 얘기고, 약보다 음식을 중시해야 한다. 등푸른생선에 양질의 단백질, 비타민, 무기염류 같은 게 들어 있으니 약보다 좋다.”<br/><br/><br/><br/>―과음은 치매에 좋지 않다고 했는데, 적포도주가 좋다는 건 뭔가.<br/><br/><br/><br/>“그게 상당히 모순돼 보이는데, 미국에서 돌아와 신경세포 보호물질을 연구하다 레스베라트롤이라는 물질을 문헌상에서 발견했다. 보니까 적포도주 주성분이더라. 그래서 논문을 많이 찾아봤는데, ‘프랑스의 역설’, 프렌치 패러독스라는 게 있더라. 특히 프랑스 보르도 지역 사람들이 치즈, 돼지고기 등 육류를 많이 섭취하는데도 미국 사람보다 심장병, 뇌졸중 위험이 적다. 왜 그런가 보니까 먹는 음식은 다 비슷한데 딱 하나 프랑스인들이 적포도주를 즐겨 마시고 있다는 거다. 더 재밌는 건 똑같은 프랑스 사람인데 백포도주를 마시는 독일 접경 알자스 쪽은 심장병, 뇌졸중이 많다. 음식 문화는 같은데 한 가지 다른 건 포도주다. 그래서 최근에는 적포도주가 왜, 어떤 과학적 근거에 의해 뇌세포, 신경세포, 심혈관계 세포들을 보호할 수 있는가를 탐구하는 연구가 이뤄지고 있다. 동물한테 생명연장 유전자란 게 있는데, 레스베라트롤이 자연계에 존재하는 것 중에 가장 강력하게 생명연장 유전자를 활성화한다. 그래서 이론적으로는 적포도주 적당량을 오래 마시면 장수할 수 있다는 것이다.”<br/><br/><br/><br/>―과유불급이라고, 적포도주도 많이 마시면 안 좋겠지.<br/><br/><br/><br/>“그게 유명한 ‘J형 커브’다. 세로축이 심장병·치매 발병률, 가로축이 음주량인데, 적포도주를 아예 안 마시는 사람이 오히려 적당히 마시는 사람보다 위험하다는 거다. 적당량이란 게 개인차가 있는데, 보통 포도주잔으로 하루 한 잔 또는 두 잔을 말한다. 가득 채우는 게 아니라, 밑에서 약 3분의 1인 한 잔이다. 그렇게 매일 한두 잔 마시는 사람이 아예 안 마시는 사람보다 건강하다고 한다.”<br/><br/><br/><br/>이쯤하고 오늘의 치매 전문가 한설희를 있게 한 과거로 들어가 봤다. 그는 왜 불모지나 다름없던 치매 연구를 선택한 걸까.<br/><br/><br/><br/>―우리나라에서 치매 연구를 거의 처음으로 시작했다고 봐도 되나.<br/><br/><br/><br/>“의과대 학생 때 우리나라에는 알츠하이머가 없다고 교수님들께 배웠다. 그런데 전임강사 시절에 아주 친한 재일교포 친구가 있었는데, 그 친구가 일본에서 신경학을 전공하는 친구를 소개해 줬다. 그 사람이 ‘혹시 너희는 치매에 대해 어떻게 준비하고 있느냐’고 묻더라. 그때 우리나라는 고령화 사회도 아니었고, 치매를 잘 알지 못했다. 그런데 그 친구가 ‘일본을 봐라. 세계 최고령국가가 되면서 치매가 문제가 됐다. 틀림없이 한국도 문제가 될 테니 미리 준비하는 게 어떻겠느냐’고 하더라. 그래서 1992년에 신경외과 의사로는 처음으로 미국 듀크대에 가서 연구를 시작했다. 그때 연구한 게 지금으로서는 획기적인 것이었는데, 당시에는 사람들이 별로 믿지 않았다. 아포지질 단백질이란 게 있는데, 그게 알츠하이머의 가장 중요한 위험인자라는 걸 밝혀냈다. 그 이론을 지금도 아무도 깨지 못한다. 그게 어떻게 보면 운이라 할 수 있다. 처음 그 연구를 시작하는 단계에 연구팀에 참여해 기초연구를 했는데, 그때 동물실험을 처음 배웠다. 아포지질 단백질과 알츠하이머의 연관성 연구가 시작될 때니 2년 동안 논문 10편을 쓸 수 있었다.”<br/><br/><br/><br/>―그 후 귀국해 치매연구학회를 만들어 키웠나.<br/><br/><br/><br/>“한국에 돌아와 조금 있으니 치매에 관심 있는 친구들이 하나둘 나타났다. 저 이후에 3∼4명이 미국의 알츠하이머병연구소에 다녀왔다. 지금 삼성서울병원에 있는 나덕렬 교수와 이대목동병원의 최경규 교수, 또 당시 가톨릭대 교수로 있었던 양귀화 교수 등 몇 사람이 모여 ‘우리나라도 앞으로 치매가 문제가 될 테니 같이 토론하고 연구모임을 가져보자’고 해서 ‘치매연구회’라는 걸 1996년부터 시작해 2002년도까지 6년 동안 했다. 자기가 만들고 자기가 회장을 한 거다. 매월 정기모임을 열었는데, 나중에 전공의나 전임의들도 와서 학술적으로 진행되니 ‘연구회 가지고는 안 되겠고 정식 학술단체를 만들면 좋겠다’고 해서 2002년에 대한치매학회를 정식 발족했다. 그때는 회원이 150명 정도 됐다. 학회지, 학술지를 만들고 교과서도 만들었다. 지금은 2000명 가까이 되는 큰 학회가 됐다.”<br/><br/><br/><br/>―치매와 관련해 현재 진행 중이거나 계획 중인 게 있나.<br/><br/><br/><br/>“우선 환자를 대상으로 하는 임상연구와 세포나 실험동물을 이용하는 기초연구를 진행 중이다. 글로벌 제약회사에서 시행하는 알츠하이머병 치료제 임상연구에 참여하고 있다. 기초연구로는 아밀로이드의 신경세포 독성에 관여하는 인자들과 이를 극복할 수 있는 약물 개발에 전력하고 있다. 발병 기전(機轉) 측면에서 보면 알츠하이머병과 주의력결핍과잉행동장애(ADHD) 및 자폐증에 유사성이 많아 이를 치료할 수 있는 치료제 개발을 시도하고 있다. 인생 100세 시대를 맞아 몸도 마음도 건강한 노년을 맞기 위한 소위 ‘성공적 노화(successful aging)’에 대한 관심을 기울이고 있으며, 뇌 노화를 억제할 수 있는 건강기능식품도 개발하고 있다.”<br/><br/><br/><br/>―좀 구체적으로 설명해 달라.<br/><br/><br/><br/>“최근에 발표한 건데, 레스베라트롤과 멜라토닌이라는 수면 호르몬이 있다. 멜라토닌은 강력한 항산화 물질 중 하나다. 이 둘을 각각 아주 소량을 쓰면 신경세포 보호 효과가 없는데, 두 개를 합쳐 놨더니 효과가 확 올라갔다. 그래서 멜라토닌과 레스베라트롤을 적당히 섞은 약을 개발하려고 하고 있다. 지난해에 쥐 수면박탈 실험을 했는데, 72시간 정도 잠을 못 자게 하면 나중에 충분한 잠을 자더라도 쥐는 바보가 되더라. 뇌에 염증이 많이 생겨 바보가 됐다. 한데 똑같이 잠을 안 재워도 멜라토닌을 먹이면서 하면 그런 결과가 나오지 않았다. 그게 왜 중요하냐면, 적포도주에 멜라토닌도 레스베라트롤과 함께 들어 있다. 포도주를 마시면 잠이 오는 것도 그런 이유다. 또 하나는, 세계적인 제약회사들과 함께 새로운 치매 치료제 임상연구를 하고 있다. 뇌 속에 조금씩 쌓여 알츠하이머를 일으키는 이상 단백질, 아밀로이드를 미리 감지해서 제거하는 약을 연구하고 있다.”<br/><br/><br/><br/>―치매 환자가 늘면서 사회문제화도 예상된다.<br/><br/><br/><br/>“우리가 두려워하는 질병 가운데에는 암, 심장병, 뇌졸중이 있는데 이 질환들은 안정기에 접어들면 보호자의 도움 없이도 하루 수시간 정도는 지낼 수 있다. 그러나 진행된 치매 환자의 경우 잠시도 보호자의 도움 없이는 독립적인 생활이 불가능하다. 따라서 경제활동을 해야 하는 건강한 사람이 치매 환자를 돌보는 데 묶여 있어 경제적 부담이 수반된다. 그 외 진행된 치매 환자의 경우 환각, 망상, 과격한 행동이 흔히 동반되며 약물 복용에서부터 식사 수발, 화장실 사용 등 일거수일투족을 도와줘야 하므로 보호자의 심리적·신체적 부담이 가중된다.”<br/><br/><br/><br/>―의학적 치료도 중요하지만, 정부 정책이나 사회적으로 필요한 점이 있다면.<br/><br/><br/><br/>“치매는 일단 증상이 나타나면 계속 진행된다. 따라서 치매 환자를 돌보는 가족의 부담이 커질 수밖에 없다. 현재 시행되고 있는 노인장기요양보험제도는 매우 좋은 정책이지만 일부 환자에게만 적용되는 등 도움이 편중돼 있다. 현재와는 달리 앞으로는 (출산율 저하에 따라) 노인 인구를 돌보는 부양자 수의 급격한 감소가 예상되므로 치매 가족의 부양 부담은 더 커질 것이다. 따라서 치매 환자를 체계적으로 관리할 수 있는 사회 안전망을 구축해야 한다. 이를 위해 각 개인은 물론 사회적으로도 공감대가 형성돼 민관이 책임을 공유하는 확고한 시스템이 마련돼야 할 것이다.”<br/><br/><br/><br/>―의사이면서 동시에 병원장인데, 병원 경영에 대한 철학이 있다면.<br/><br/><br/><br/>“의사의 수가 절대적으로 적었던 시절에는 의료인이라는 자체만으로도 존경을 받던 때가 있었다. 하지만 지금은 우수한 실력을 갖춘 의사가 최선의 치료를 하는 것은 기본이고 그 외에 환자 관리와 편의사항에 대해서도 최상의 서비스를 제공하며 경쟁해야 하는 ‘의료 서비스’의 시대가 됐다. 따라서 시대가 요구하는 의료인이 되기 위해 최신 의학 지식과 신기술 습득을 위한 부단한 노력이 필요하다. 이를 실행에 옮기기 위해 최선을 다하고 있다. 말처럼 쉬운 일은 아니나 초심으로 돌아가 전 직원에게 ‘병원을 찾는 모든 이들이 내 가족이다’고 생각하며 진료 업무에 임하기를 독려하고 있다.”<br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 김세동 차장 (사회부) sdgim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-162.txt

제목: 달래로 고혈압 달래고 쑥으로 면역력 ‘쑥쑥’  
날짜: 20160224  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160224152237331  
본문: 입맛 돋우는 건강 만점 ‘藥나물’<br/><br/><br/><br/>봄나물의 계절이 오고 있다. 벌써 시장에는 냉이를 비롯해 각종 봄나물이 진열돼 팔리고 있다. 봄나물은 의식동원(醫食同源)이란 말을 실감케 해주는 음식이다. 나물 속의 비타민과 미네랄 등 여러 영양성분은 암을 비롯해 각종 성인병 예방에 유효하게 작용한다. 가히 ‘약(藥)나물’로 불러도 손색이 없을 정도다. 제철을 맞아 시장에 선보이고 있는 <br/><br/><br/><br/>주요 봄나물의 성분과 효능을 알아봤다. <br/><br/> 나물 이름에 ‘씀’이 붙을 정도로 쓴맛을 내는 씀바귀부터 살펴보자. 예로부터 씀바귀는 간 해독에 좋은 식품으로 알려져 있다. 동의보감에는 씀바귀가 오장의 사기와 속의 열기를 없애고 마음과 정신을 안정시킨다고 기록돼 있다. <br/><br/><br/><br/>현대 영양학에서도 씀바귀의 해독 효능이 실험을 통해 잇달아 밝혀지고 있다. 씀바귀에는 간 기능을 회복시켜 피로 해소를 돕는 아르기닌, 알코올 분해효소 작용을 촉진하는 알라닌, 간의 지방 형성을 억제해 주는 트레오닌, 간 해독에 유익한 아스파르트산 등의 아미노산 성분이 풍부하게 들어 있다. 또 항산화 효과도 뛰어나다. 추출물이 토코페롤에 비해 항산화 효과는 14배, 항박테리아 효과는 5배, 콜레스테롤 억제 효과는 7배에 달한다는 국내 한 대학의 연구 결과도 있다. <br/><br/><br/><br/>오신채의 하나로 불가에서 먹기를 꺼리는 달래는 어떨까. 마늘과 영양 및 효능이 비슷해 ‘산마늘’로도 불리는 달래에는 비타민 A·B1·B2·C 등이 풍부하게 들어 있으며, 칼슘과 철분 함량도 비교적 높다. <br/><br/><br/><br/>특히 달래에 풍부한 칼륨은 몸속의 나트륨과 결합해 밖으로 배출되므로 염분 과다 섭취로 인한 고혈압 등의 성인병을 예방한다. 그래서 염분이 많이 들어가는 찌개류에 달래를 넣고 끓이면 좋다. 마늘처럼 달래에서 매운맛을 내는 알리신 성분은 혈액순환을 촉진한다. 해산물과 함께 요리하면 해산물의 비린내를 잡아 준다. <br/><br/><br/><br/>냉이는 봄나물의 대명사다. 칼슘과 철분, 비타민 A·C 등이 풍부하게 들어 있으며, 특유의 향미로 소화액 분비를 도와준다. 또 식물임에도 단백질 함량이 비교적 높아 몸이 허약한 사람에게 많이 권해지는 나물이다. 냉이 100g에는 3.4g의 단백질이 들어 있다.<br/><br/><br/><br/>피로 해소는 물론 피부 콜라겐 합성을 도와 피부를 윤택하게 만들어 주는 비타민 C도 많이 들어 있다. 냉이 100g당 비타민 C 함량은 74㎎이다. 감귤(조생귤 기준 44㎎)보다 오히려 많다. 또 냉이의 비타민 B1과 콜린 성분은 음주 후 숙취 해소에 좋다. 냉이 속 칼슘·철분 등 미네랄 성분은 끓여도 파괴되지 않는 특징을 지녔다. <br/><br/><br/><br/>쑥은 민간에서 손발이 찬 사람이나 부인병 등에 걸린 여성들이 ‘약’으로 즐겨 먹던 음식이다. 이는 쑥에 풍부한 비타민 B1·B2·C 등이 에너지 대사를 도와 몸을 따뜻하게 해주기 때문으로 보인다. <br/><br/><br/><br/>쑥에는 특히 비타민 A가 풍부하게 함유돼 있다. 100g당 비타민 A가 베타카로틴 형태로 3982㎍ 들어 있다. 따라서 쑥 한 접시(약 80g)면 하루 필요한 비타민 A를 모두 섭취할 수 있다. 비타민 A가 눈 건강에도 좋지만 감기 예방 등 면역력도 강화해 준다는 것은 이미 잘 알려진 사실이다. 쑥에 함유돼 있는 탄닌 성분이 과산화 지질의 생성을 강력하게 억제해 세포 노화를 방지해 준다는 주장도 있다.<br/><br/><br/><br/>‘산에서 나는 고기’라고도 불리는 고사리는 최근 장수 식품으로 많이 거론되는 나물이다. 이는 고사리가 특히 면역력이 약한 노인들에게 좋은 음식이기 때문인 것으로 여겨진다. 고사리에는 면역체계를 활성화하는 기능성 다당류와 산성 다당류가 함유돼 있어 면역체계를 강화시키는 데 도움을 준다. 요즘처럼 일교차가 커서 면역력이 떨어지기 쉬운 계절에는 고사리를 자주 먹어 면역력을 키우는 것도 한 방법이다. 또한 고사리에는 비타민 C가 풍부하며 칼륨도 많이 들어 있어 혈압을 떨어뜨리는 효과가 있다. <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-163.txt

제목: 엄마의 ‘감정 파도’, 다크초콜릿으로 달콤하게…  
날짜: 20160224  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160224115926819  
본문: 카카오 함량 높은 다크초콜릿<br/><br/><br/><br/>많은 사람이 헛갈려 하는 용어가 카카오와 코코아 그리고 초콜릿이다. 카카오는 초콜릿의 원재료가 되는 카카오콩을 생산하는 식물의 이름이다. 카카오나무의 열매 속에 들어 있는 씨앗을 카카오콩이라고 하며 이 카카오콩이 초콜릿의 원재료다. 코코아란 이 카카오콩에서 지방질을 뽑아낸 후 갈아 만든 분말이며, 이때 뽑아낸 지방질이 코코아버터다. 초콜릿은 분말 상태의 코코아와 코코아버터에 설탕 우유 향료 등을 첨가해서 만든 것이다. <br/><br/><br/><br/>최근 초콜릿 중에서 다크초콜릿의 효능이 많이 거론되고 있다. 다크초콜릿은 카카오 함량이 높아 달콤함과 함께 쌉싸래한 카카오 본연의 맛을 느낄 수 있게 해준다. 우리나라에서는 보통 카카오가 전체 함유량 중 20% 이상, 코코아 버터가 10% 이상이면 다크초콜릿이라고 한다.<br/><br/><br/><br/>초콜릿의 효능에 관한 연구는 그동안 다양한 분야에서 실시됐다. 그중의 하나가 카카오의 우울증에 대한 효능이다. 일반적으로는 다크초콜릿의 당분이 피로 해소와 뇌 활성화에 도움을 주며, 중추 신경을 자극하기 때문에 우울할 때 초콜릿을 먹으면 행복한 기분이 들도록 해준다고 알려져 있다. <br/><br/><br/><br/>물론 초콜릿의 당분은 신경을 부드럽게 하고 피로를 풀어주는 역할도 하기 때문에 피로하거나, 심리적으로 안정이 필요할 때 혹은 신경과민일 때 효과적이다. 호텔 객실 침대의 머리맡에 초콜릿을 놓아두는 것도 그 같은 효능을 인정받고 있기 때문이다. <br/><br/><br/><br/>이처럼 당분도 관련이 있지만 보다 직접적으로 우울증 조절에 도움이 되는 것은 카카오의 폴리페놀 성분이다. 항산화 효능으로 인해 암 및 노화 방지에 도움이 되는 카카오 폴리페놀은 신체적 스트레스 상황에서 감정에 따른 행동변화를 억제해주고, 스트레스 상황에 적응을 돕는다. <br/><br/><br/><br/>이와 관련 일본에서 열렸던 ‘초콜릿-카카오 국제심포지엄’에서는 카카오 폴리페놀이 전반적 스트레스뿐 아니라 심리적 스트레스 상황의 행동 변화도 억제하는데 유효한 항스트레스 성분을 지녔다는 연구결과가 발표돼 주목을 받았다. <br/><br/><br/><br/>카카오 폴리페놀은 우울증 외에도 갱년기 증상과 함께 찾아오는 각종 만성질환에도 효능이 있다는 연구결과가 계속 발표되고 있다. 한 연구에서는 카카오 폴리페놀이 동맥 및 동맥 탄성섬유에서 마치 비타민E와 비타민K처럼 칼슘과 콜레스테롤 침착을 억제하며 항동맥경화 작용을 하는 것이 확인됐다. <br/><br/><br/><br/>이뿐 아니다. 카카오 폴리페놀이 악성 콜레스테롤인 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤의 산화 감수성을 낮춰서 혈관질환 위험을 감소시키며, 혈압의 상승에 관여하는 성분인 안지오텐신 전환효소(ACE)의 저해 효과가 있어서 혈압을 낮추는 생리활성 효과를 보여준다는 연구도 있다. <br/><br/><br/><br/>그리고 카카오 폴리페놀은 충치예방 효과도 지녔다. 폴리페놀이 치아의 세균증식 억제를 돕는다는 것이다. 카카오 추출물이 치석 제거를 돕는다는 연구 결과도 얼마 전 발표됐다. <br/><br/><br/><br/>코코아 버터의 지방에는 몸에 안 좋다는 포화지방산이 많지만 코코아버터의 포화지방산은 오히려 건강에 유익하다는 것이 최근 밝혀졌다. 코코아버터의 포화지방산은 혈중 콜레스테롤에 대해 다른 포화지방산과 다르게 활동한다. 이것은 코코아 버터에 많이 함유된 스테아린산 때문이다. 스테아린산은 혈중 콜레스테롤을 낮춰준다. 코코아버터에는 스테아린산 외에도 악성콜레스테롤 증식을 억제해주는 올레인산도 풍부하게 들어있다.<br/><br/><br/><br/>초콜릿이 다이어트에 도움을 준다는 주장도 있다. 식사를 평소 양의 80% 정도만 하고 식후에 단것을 먹으면 즉시 혈당치에 영향을 주어 뇌로부터 ‘배가 부르다’는 신호를 내기 때문에 과식을 방지하게 된다. 또 식전의 공복 때에 단것을 먹으면 위가 당 반사를 일으키며 휴식 상태에 돌입하고 연동운동도 멈추게 돼 식욕이 감퇴한다. 실제로 일본에서는 아나운서 출신의 유명 연예인이 발간한 ‘초콜릿 다이어트’란 책이 화제가 되기도 했다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-164.txt

제목: 현대重, 월급 우수리 모아 2억 여원 기부  
날짜: 20160217  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160217143523180  
본문: 심장재단·소아암협회 등에 6년간 13억4000만원 달해<br/><br/><br/><br/>현대중공업 임직원들이 급여 우수리로 모은 2억2600여 만 원을 소아암환자 등 불우이웃에게 전달(사진)했다.<br/><br/><br/><br/>현대중은 지난 16일 울산 본사에서 ‘급여 우수리 기금 전달식’을 열고, 지난해 임직원들이 마련한 우수리 기금 2억2600여 만 원을 한국심장재단과 한국백혈병소아암협회, 울산사회복지공동모금회에 기탁했다.<br/><br/><br/><br/>현대중은 지난 2010년부터 매월 급여에서 1000원 미만의 금액(우수리)을 모아 불우이웃을 위한 기금을 조성하고 있으며, 전체 임직원 가운데 96%가 동참하고 있다. 현대중이 지난 6년간 급여 우수리로 기탁한 기금은 모두 13억4000여 만 원에 달한다. 이 기금은 심장질환과 백혈병, 소아암 환자 등 140여 명에게 수술비용으로 지원되고, 환자와 가족들의 심리안정치료를 비롯해 지역 독거노인, 소년소녀 가장 등 저소득층 이웃을 돕는 데 사용됐다.<br/><br/><br/><br/>현대중 관계자는 “<span class='quot0'>직원 개개인에게는 작은 금액이지만 불우이웃에게 큰 도움을 줄 수 있다는 점에서 임직원들이 급여 우수리 기금 조성에 기쁜 마음으로 동참하고 있으며, 보람도 많이 느끼고 있다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>울산=곽시열 기자 sykwak@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-165.txt

제목: 음식에도 ‘五行궁합’… 원숭이띠, 土의 기운 ‘당근’ 최고  
날짜: 20160217  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160217121512356  
본문: 지윤철학원장 추천 ‘컬러푸드’<br/><br/><br/><br/>원숭이띠인 내가 병신년(丙申年)인 올해 더 신경을 써서 챙겨 먹어야 할 음식이 있을까? 지윤(지윤 철학원 원장) 한국역술인협회 중앙학술위원은 음양오행(陰陽五行)의 원리에 따르면 분명히 띠와 궁합이 맞는 음식이 있다고 설명한다. 특히 그는 띠별로 물(水), 나무(木), 불(火), 흙(土), 쇠(金)로 이뤄진 오행의 상생하는 기운이 다르기 때문에, 그 오행의 색깔에 맞는 ‘컬러 푸드’를 섭취할 것을 적극 권하고 있다. 컬러 푸드는 각양각색의 채소와 과일을 일컫는 말로 영양소 성분에 따라 색깔이 다르다고 해서 붙여진 이름. 최근 암과 각종 만성질환에 대한 효능이 밝혀지며 ‘건강식’의 대명사로 떠오르고 있다. 지윤 철학원장의 도움말로 2016년 한 해 동안 띠별로 몸에 맞는 컬러 푸드에 대해 알아본다. <br/><br/><br/><br/> 올 한 해 쥐띠에게 좋은 건강 음식은 뭘까? 쥐띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘금’에 해당한다. ‘금’의 기운은 컬러로 흰색. 흰색 컬러 푸드 중에서도 쥐띠에게는 뿌리채소로 땅 속의 음의 기운을 가지고 있는 양파가 좋다. 양파는 동맥경화를 예방하는 식품으로 유명하다. <br/><br/><br/><br/>그러면 소띠는 어떨까. 소띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘화’와 ‘금’. ‘화’의 기운은 컬러로는 붉은색. 그래서 레드 컬러 푸드가 유익하다. 토마토를 추천했다. ‘토마토가 익으면 의사의 얼굴이 파랗게 질린다’는 서양 속담이 있을 정도로 몸에 좋은 식품이다. <br/><br/><br/><br/>호랑이띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘수’에 속한다. ‘수’의 기운은 컬러로는 검은색. 호랑이띠에게는 블랙 컬러 푸드 중에서도 바닷속의 기운을 머금은 다시마가 좋다. 다시마는 칼륨이 풍부해 혈압을 내려준다.<br/><br/><br/><br/>토끼띠도 상생하는 기운은 호랑이띠와 마찬가지로 ‘수’다. 그러나 토끼띠에게는 블랙 컬러 푸드 중에서도 육지에서 나는 검은콩이 좋다. 검은콩은 노화 방지에 많이 권해지는 식품이다. <br/><br/><br/><br/>용띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘화’와 ‘수’다. ‘화’의 기운은 컬러로는 붉은색. 레드 컬러 푸드 중에서도 딸기가 좋다. 딸기에는 자일리톨이 풍부해 충치를 예방한다. <br/><br/><br/><br/>뱀띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘목’이다. ‘목’의 기운 중에서도 녹색이 적합하다. 그린 컬러 푸드 중 최근 항암효능으로 주목받고 있는 브로콜리가 좋다. <br/><br/><br/><br/>말띠도 상생하는 기운인 오행이 ‘목’이다. ‘목’의 기운 중에서도 보라색이 적합하다. 또 보라색 컬러 푸드 중에서 블루베리가 좋다. 블루베리의 안토시아닌 성분은 항암효능을 지녔고 뇌 건강에도 유익하다. <br/><br/><br/><br/>양띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘화’와 ‘목’이다. ‘화’의 기운은 컬러로는 붉은색. 레드 컬러 푸드 중에서도 사과를 많이 먹는 것이 유리하다. 사과는 혈관 속 지방을 청소해서 고지혈증을 예방한다. <br/><br/><br/><br/>원숭이띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘토’다. ‘토’의 기운은 컬러로는 황금색(오렌지). 오렌지 컬러 푸드 중에서 비타민A가 풍부해 눈 건강에 유익한 당근이 좋다.<br/><br/><br/><br/>닭띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘토’다. ‘토’의 기운 중에서도 닭띠에게는 노란색이 적합하다. 노란색 컬러 푸드 중에서 옥수수를 추천한다. 옥수수에는 비타민B 성분과 엽산이 풍부해 치매를 예방한다. <br/><br/><br/><br/>개띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘화’와 ‘토’다. ‘화’의 기운은 컬러로는 붉은색이다. 개띠에게는 레드 컬러 푸드 중에서도 대추가 좋다. 대추 속의 플라보노이드 성분은 수면을 돕는다. <br/><br/><br/><br/>돼지띠는 상생하는 기운인 오행이 ‘금’이다. ‘금’의 기운은 컬러로는 흰색. 흰색 컬러 푸드 중에서도 돼지띠에게는 양의 기운을 가지고 있는 콩나물이 좋다. 콩나물의 아스파라긴산은 간을 해독해 준다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-166.txt

제목: “의사 되면 배 곯지 않는다는 선친 뜻에 군말없이 의대 선택”  
날짜: 20160217  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160217115406058  
본문: 박재갑 국제암대학원대학교 석좌교수<br/><br/><br/><br/>한국세포주연구재단, 한국세포주은행, 담배없는세상연맹, 한국담배제조및매매금지추진운동본부, 글로벌문화경제포럼, 한국종교발전포럼. 모두 암 전문가와 금연 운동가로 유명한 박재갑 국립암센터 국제암대학원대학교 석좌교수가 만든 단체다. 그의 명함 뒷면에는 그가 만든 6개의 단체가 빼곡히 적혀 있다. 현재도 적극적으로 활동하고 있다는 의미다. 그의 활동은 여기서 그치지 않는다. 서울대암연구소 박 교수의 연구실에는 서예, 그림, 사진 등 그의 작품들이 가득했다. 개인전을 열 만큼 전문가 수준의 작품이다. ‘만능 탤런트’다.<br/><br/><br/><br/>실제 그는 그동안 살아온 삶에서 항상 다양한 재능을 발휘해왔다. 서울대 의대 교수, 서울대암연구소장, 국립암센터원장, 국립중앙의료원장 등 대한민국 의료기관의 중추역할을 맡아오면서 세포주은행, 국가암검진사업, 금연운동, 운동화출근생활속운동 등 굵직굵직한 프로젝트를 추진해 성과를 냈다. 박 교수는 “어찌하다 보니 그리됐다”고 겸손해 했지만, 항상 끊임없이 새로운 것을 추구하는 그의 열정이 고스란히 전해졌다.<br/><br/><br/><br/>박 교수를 1월 26일 서울대암연구소에 위치한 한국세포주연구재단 연구실에서 만났다. 의사가 된 계기부터 물어봤다.<br/><br/><br/><br/>“아버지는 어린 시절 저에게 늘 이렇게 말씀하셨습니다. ‘배 곯지 않으려면 공부 열심히 해라.’ 당시 충북 청주에서 양조장을 운영하셨으면 잘사는 집안이었음에도 불구하고, 당신 자식만큼은 배를 곯지 않기를 원하셨던 겁니다. 아버지는 일제강점기도 겪었고, 전쟁도 경험해보시는 등 배고픈 시절을 겪으신 세대입니다. 대학에 진학할 때가 되니 아버지께서 이렇게 말씀하셨습니다. ‘세상이 바뀌어도 배를 곯지 않으려면 기술이 있어야 한다. 의사가 되면 밥은 굶지 않을 거다.’ 세상이 바뀌어도 병원은 필요하니 의사는 밥을 굶지 않는다는 말씀에 따라 의대에 진학하게 됐습니다.”<br/><br/><br/><br/>외과를 전공하게 된 계기도 비슷했다.<br/><br/><br/><br/>“당시 제 고향 청주에는 한의원들이 많았습니다. 아버지와 형들은 내과를 전공하면 많은 한의사와 경쟁해야 한다며 외과를 추천하셨습니다. 한의사가 칼 들고 수술하는 것을 보지 못했다면서 외과를 해야 경쟁률이 적다는 겁니다. 저는 형님과 아버지 말씀을 하늘같이 따랐습니다. 무조건 복종했었지요. 대장은 왜 전공했느냐. 저를 지도하셨던 교수님께서 위암을 전공하셨는데, 그분이 제게 ‘위암을 하는 내가 아직 젊으니 너는 우리 과에 없는 대장암을 해라’고 하셨지요. 윗사람이 정해준 겁니다. 그러니까 저는 의대도 부모님 뜻, 외과도 부모 형님 뜻, 대장암은 지도교수님 뜻이었습니다.”<br/><br/><br/><br/>그는 자신이 두각을 나타냈던 자리에 대해서도 자신의 의지와 상관없이 맡게 됐다고 했다. 성과를 내게 된 것은 ‘자리가 사람을 만든다’는 것이 이유라며 겸손해 했다.<br/><br/><br/><br/>“저는 원래 대학교수가 되려 했던 사람이 아니었습니다. 우수한 사람도 아니고, 대학 때 공부를 열심히 하지도 않았죠. 지도 교수님이 과장이 되면서 저를 대학 전임강사를 시켰습니다. 내 마음속은 늘 불안했습니다. ‘나 같은 사람이 무슨 교수라는 거지.’ 그러던 차에 학장님께서 이렇게 말씀하셨습니다. ‘서울대의대 교수들이 똑똑하다고 말들을 많이 하고, 이것저것 많이 하는데 정년이 되면 이뤄놓은 것이 하나도 없다. 하나라도 제대로 해라.’ 그래서 이렇게 생각했습니다. 나같이 별 볼 일 없는 놈이 교수까지 됐는데 그러면 진짜 하나를 해야 한다. 그러면 세포주를 만드는 것은 내가 한번 해볼 수 있겠지 하고 시작한 것이 지금의 한국세포주연구재단의 한국세포주은행입니다.”<br/><br/><br/><br/>세포주은행은 암, 유전병 등의 각종 세포주를 수집 보관하며 연구나 치료 등에 활용할 수 있도록 제공하는 기관이다. 1982년 박 교수가 서울대의대 암연구소에서 세포주 수립을 시작하고 1987년 은행 업무를 시작한 것이 처음이며, 현재는 보유하고 있는 세포주가 전 세계 세포주은행 가운데 5위 수준일 정도로 성장했다. 박 교수팀이 수립한 세포주가 항암제 약효검사 세계 세포 시장의 7.5%를 차지하고 있으며, 특히 자체 개발한 세포주를 많이 가지고 있다는 면에서 한국세포주은행은 독보적이라는 평가를 받고 있다.<br/><br/><br/><br/>“1981년에 전임강사가 됐는데 지도교수님의 지시로 환자의 백혈구가 암세포를 죽이는 능력을 연구하려니 K562 암세포주가 필요했습니다. 그런데 그 암세포주를 찾다 보니 경희대에 있었고, 미국에서 수입했다고 하더군요. 우리나라에서 만든 세포가 없기 때문이었죠. 말이 안 된다고 생각했습니다. 그래서 시작했습니다. 처음에는 가르쳐 주는 사람이 없으니 우여곡절이 많았습니다. 1~2년 정도 연구해 세포를 만들기 시작했고, 다른 기관에 제공하게 됐죠.”<br/><br/><br/><br/>그의 활동은 자연스럽게 암 전문가로 이어진다. 서울대 암연구소장을 맡게 된 것이다.<br/><br/><br/><br/>“서울대 암연구소장도 제가 하려고 해서 된 것이 아닙니다. 윗사람들이 48세이던 저를 서울대 암연구소장을 시켰습니다. 전임소장보다 17~18년 차이 나는 젊은 저를 소장으로 맡겨놨으니 제가 얼마나 스트레스를 받았겠습니까. 서울대 암연구소장은 정말 기라성 같은 권위자들이 맡았던 자리입니다. 그래서 욕을 먹지 않도록 해야겠다는 생각 때문이었는지 서울대 암연구소장에 있을 때 암 정복 10개년 계획을 정부에 제안하고 수립했습니다. 사실 사람들은 잘 모르지만, 현재 우리 국민 중 약 2500만 명 이상이 5대 암 무료검진을 받는 대상이 되는 게 그것입니다. 국립암센터도 제가 1987년 미국 국립암연구소를 다녀온 뒤에 1989년도에 정부에 제안해 시작된 것입니다. 당시 복지부 담당자가 암 대책에 대해 물어 와서 일본의 국립암센터, 미국의 국립암연구소 같은 것을 우리나라도 만들어야 한다고 제안했던 것이 출발점입니다.” 이후 그는 국립암센터 초대 원장을 맡았다.<br/><br/><br/><br/>―국립암센터 원장을 맡으면서 금연운동을 적극적으로 펼치셨습니다.<br/><br/><br/><br/>“자리가 사람을 만드는 겁니다. 서울대에 있을 때와 달리 암센터로 오게 되니까 5000만 국민들이 암으로 죽지 않게 하는 것이 제 책임이라는 생각에 시야가 넓어졌습니다. 제가 암 대책 사령관인 것이죠. 그러면 국민이 암으로 죽지 않게 해야 합니다. 언뜻 생각하면 암 치료를 잘해야겠다고 생각하겠지만, 이미 치료는 모든 병원이 사활을 걸고 합니다. 결국, 제가 할 일은 국민들이 암에 안 걸리게 하는 것이었습니다. 외국의 통계를 보면서 암에 왜 걸리는가 알아봤습니다. 우리나라에서 해결해야 할 남아있는 원인은 담배와 감염입니다. 간암의 70%는 B형간염인데 거의 잡았고, 자궁경부암의 원인은 인유두종 바이러스인데 백신이 나와 있습니다. 감염은 선진국이 돼가면서 거의 줄었고, 이제 남은 것은 담배 하나입니다.”<br/><br/><br/><br/>그는 전국을 돌아다니면서 금연 강연을 펼쳤고, 국가를 상대로 담배사업법 위헌소송을 청구했으며, 각종 금연단체에서 흡연의 폐해를 지금도 알리고 있다. <br/><br/><br/><br/>“결론적으로 말하면 국가가 가장 큰 사기를 벌이고 있는 것이 담배입니다. 지금까지 제가 16년 동안 외쳤는데 변하지 않고 있습니다. 담배가 1년에 우리 국민 6만 명을 죽이고, 매일 160명이 죽습니다. 이는 교통사고의 10배를 넘고, 6·25 전쟁 때 공식 집계된 일일 전사자만큼 매일 담배로 사망합니다. 그런데 국민의 생명과 재산을 보호해야 할 책임이 있는 국가가 담배를 사업법으로 관리하는 것이 말이 안 됩니다. 지금처럼 기획재정부가 담배사업법을 통해 담배 산업을 육성하면 안 됩니다. 보건복지부에서 담배 관리법으로 바꿔서 국민들이 담배를 끊도록 관리하고 치료해줘야 합니다.”<br/><br/><br/><br/>―국립중앙의료원장도 맡으면서 생활 속 운동을 강조하기도 하셨습니다.<br/><br/><br/><br/>“국립중앙의료원장은 사실 의사 중에서 직급이 가장 높은 자리입니다. 암센터 원장 때는 국민이 암으로 죽지 않도록 하는 것이 제 책임이었는데, 국립중앙의료원장으로서는 사람들이 질병으로 죽지 않게 하는 것이 제 역할이었습니다. 한국사람에게 많은 암, 심혈관 질환, 뇌혈관 질환, 자살, 당뇨 등 5대 질환이 있습니다. 6개월 만에 내린 결론은 운동입니다. 교과서에도 나왔지만 모든 질환을 예방하는 가장 확실한 방법은 운동입니다. 그러면 운동을 어떻게 하자는 거냐. 결국은 운동화 신고 하루에 30분 이상 빨리 걷기입니다. 저는 이미 수년 전부터 지금까지 운동화를 신고 다닙니다. 지금도 담배 안 피우고, 운동화 신고 생활 속 운동을 강조하고 있습니다. 여기에 최근에는 ‘정기적인 건강 검진’도 권장하고 있습니다.”<br/><br/><br/><br/>―종교포럼에서도 적극적으로 활동하고 계십니다.<br/><br/><br/><br/>“저는 교양서적을 별로 보지 못해 늘 인문학을 공부하고 싶어 했습니다. 그러던 2009년에 제 4년 선배인 서정돈 당시 성균관대 총장님이 유학대학원에 입학하셨습니다. 저보다 10배 이상 인문학적으로도 많이 아는 분이 공부하겠다는 것을 보고서 저도 바로 입학하게 됐습니다. 공부하다 보니 유학도 상당히 좋았습니다. 그러나 종교를 하나만 알면 모르는 것이나 같다는 말이 있죠. 제 아내는 천주교 신자이고, 어머니는 미션계학교를 나오셨으며, 아버지는 제사를 지내셨습니다. 아내 종교도, 어머니 종교도 알고 싶었고 다른 종교에도 관심이 생겼습니다. 그래서 모든 종교를 다 모아서 공부하는 모임을 만들자 했죠. 그래서 2009년 겨울 목사님, 신부님, 스님 등 170명 정도가 모여서 ‘한국종교발전포럼’을 시작했습니다. 서정돈 현재 성균관대 이사장님이 저보고 ‘박 원장 참 좋은 일 많이 했는데, 가장 좋은 일 한 게 종교 포럼 만든 거야’라고 하셨습니다.”<br/><br/><br/><br/>그는 사회 지도층이 편향을 갖지 않고 문화경제적으로 국제적인 균형감각을 갖자는 의미에서 ‘글로벌문화경제포럼’도 2009년에 만들었다.<br/><br/><br/><br/>인터뷰가 끝날 무렵 박 교수는 “나는 행복하다. 마음이 무지하게 부자다”라고 했다.<br/><br/><br/><br/>“남들은 잘 모르지만, 제가 만든 세포주은행을 통해 많은 연구소를 도와주고 있습니다. 그리고 암 정복 10개년 계획으로 인해 현재 돈 없는 사람들이 암을 일찍 발견하고 있어요. 또 병원의 개념도 치료보다는 조기검진으로 변하고 있습니다. 여한이 없습니다. 다만 금연, 운동, 검진. 이 세 가지 키워드가 우리 5000만 국민의 머릿속에 늘 있게 해주고 싶습니다. 우리 국민이 건강하게 살 수 있는 것은 금연, 운동, 검진 이 세 가지가 핵심입니다. 가장 쉽고도 중요한 것이지요.” <br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-167.txt

제목: ‘침묵의 살인자’ 난소암 1차 진료 시기 ‘골든타임’  
날짜: 20160216  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160216114738355  
본문: 말기에 발견될 때 많아<br/><br/>10년 생존율 51.5%뿐<br/><br/>재발땐 ‘위험한 합병증’<br/><br/><br/><br/>외국선‘표적치료’지원<br/><br/>국내선 100% 본인부담<br/><br/><br/><br/>대한민국의 평범한 워킹맘 이모(여·45) 씨는 어느 날 속이 더부룩하고 배가 조금 부른 것 같아 병원을 찾았다가 난소암 4기 판정을 받았다. 암 판정에 앞길이 막막했지만, 다행스럽게도 무사히 수술을 마치고 1차 항암치료를 앞두고 있다. 그러나 이 씨에게 또 다른 고민이 생겼다. 값비싼 치료비용이다. <br/><br/><br/><br/>담당 의사의 판단에 따라 표적치료제를 쓰는 것이 가장 효과적이라는 말을 들었지만, 평소 사보험에 가입하지 않았던 이 씨에게 100% 본인이 부담해야 하는 치료비는 큰 부담이 될 수밖에 없다. 진료 현장에서는 이 씨와 같은 고민을 하는 난소암 환자들이 적지 않다.<br/><br/><br/><br/>난소암은 여성 생식 및 호르몬 분비에 중요한 역할을 담당하는 난소에서 발생하는 암으로 자궁경부암, 자궁내막암 등과 함께 ‘부인암(Gynecologic Cancer)’에 속한다. 난소암은 우리나라에서 매년 2000여 건 발생하는 대표적인 부인암이다. 지난 2013년 국내에서 총 22만5343명의 암 환자가 발생했고 이 중 여성 환자 수는 총 11만1599명이었다. 그중 난소암 환자는 전체 여성 암 환자의 2%를 차지했다. <br/><br/><br/><br/>김병기(삼성서울병원 산부인과 교수) 대한부인종양연구회 회장은 “<span class='quot0'>난소암은 예방 백신이 있는 자궁경부암이나 자가 진단과 다양한 검진기술이 발달한 유방암과 달라 원인도 불분명하고 특이 증상이 없는 경우가 많다</span>”며 “<span class='quot0'>이 때문에 진료 현장에서는 난소암을 ‘침묵의 살인자’로 부른다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>난소암은 거의 절반 가까이 되는 환자가 치료가 어려운 말기 암 상태에서 발견된다. 부인암 중 압도적으로 높다. 병이 늦게 발견되니 치료 성과도 좋지 않다. 2004∼2008년을 기준으로 환자가 10년 이상 생존할 확률은 유방암이 85.5%, 자궁경부암이 77.3%이지만, 난소암은 51.5%에 불과했다. 또 유방암, 자궁경부암 등의 10년 생존율은 1990년대에 비해 2000년대 들어 개선되고 있지만, 난소암은 오히려 떨어졌다. 이러한 통계는 난소암 치료의 어려움을 극명하게 보여준다.<br/><br/><br/><br/>◇골든타임은 1차 치료 = 암이 상당히 전이된 진행성 난소암 환자는 치료도 까다롭다. <br/><br/><br/><br/>보통 난소암의 치료는 수술과 항암치료로 나뉜다. 우선 난소를 포함해 배 안쪽 장기 곳곳으로 퍼진 종양을 수술로 최대한 제거한 후, 항암제를 투여해 잔류 암을 없앤다. 여기까지가 진행성 난소암의 1차 치료 시기로 본다. <br/><br/><br/><br/>그러나 난소암 환자는 1차 치료 후 대부분 재발을 경험한다. 난소암이 재발하면 환자는 완치의 기회와 멀어지게 되며, 이후부터는 재발이 반복될 수 있다. 따라서 전문가들은 진행성 난소암 1차 치료에서 재발 가능성을 최대한 줄이는 것이 치료 핵심이라고 본다. <br/><br/><br/><br/>김 회장은 “<span class='quot1'>수술 이후 암세포를 죽이거나 성장을 멈추게 하도록 항암치료를 계속하지만, 재발 후 항암 치료가 반복될수록 치료 효과는 떨어지고 환자에게는 위험한 합병증이 발생할 수 있다</span>”며 “<span class='quot1'>특히 재발이 쉬운 고위험 환자와 복수가 차오르는 증상을 보이는 환자의 1차 항암치료에서는 표적치료제를 사용해 재발 가능성을 낮추는 동시에 재발 시점을 늦추는 것이 중요하다</span>”고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>그러나 난소암의 치료 옵션은 매우 제한적이다. 현재까지 국내에서 난소암에 식품의약품안전처 허가를 받은 표적치료제는 2개다. <br/><br/><br/><br/>이 중 1차 치료로 사용 가능한 표적치료제는 겨우 1개뿐이며, 이조차도 급여가 적용되지 않고 있다.<br/><br/><br/><br/>◇1차 치료 환자 표적치료제 급여 = 문제는 역시 비용이다. <br/><br/><br/><br/>김 회장은 “<span class='quot1'>의료진과 환자들의 고민이야 늘 한결같이 시간과 돈</span>”이라며 “<span class='quot1'>인터넷에서 정보 공유가 워낙 활발해 환자들이 먼저 표적치료제를 사용하고 싶다고 말하지만, 난소암 1차 항암치료에서 표적치료제는 보험 급여가 안 된다는 사실에 절망하는 경우가 많다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot1'>의료진 입장에서도 비용 때문에 승부를 볼 수 있는 결정적 기회를 놓치는 것이 안타깝다</span>”고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>외국은 표적치료제를 통한 난소암 1차 치료에 우리보다 적극적이다. 현재 20개의 유럽 국가 및 호주에서는 1차 치료제로 사용할 수 있는 난소암 표적치료제에 급여를 지원해 주고 있다. <br/><br/><br/><br/>김 회장은 “<span class='quot1'>현재 우리나라에서 급여가 지원되는 난소암 1차 치료제들은 대부분 20년 전에 개발된 기존 항암제</span>”라며 “<span class='quot1'>우리나라도 난소암 환자들이 경제적 여건과 관계없이 가장 효과적인 치료제를 치료의 ‘골든타임’인 1차 치료에서 선택할 수 있도록 접근성 강화 대책이 절실하다</span>”고 강조했다.<br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-168.txt

제목: 싱그러운 자연, 설렘, 소통, 나눔, 건강… 골프를 해야 할 이유  
날짜: 20160212  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160212145900518  
본문: 미국의 인터넷사이트 골프닷컴은 얼마 전 ‘골프를 지금 당장 시작해야 할 59가지 이유’를 밝혀 눈길을 끌었다. 골프닷컴은 각종 기술 발전으로 골프 치기가 쉬워지고 비용도 예전에 비해 적게 든다며 지금 당장 골프를 해야 할 이유를 들었다. 또 각종 측정기를 이용할 수 있어 빨리 배울 수 있으며 올림픽에 정식 종목으로 채택된 것 등의 59가지 이유를 말했다.<br/><br/><br/><br/>그 어느 나라보다도 골프에 대한 열정이 뜨거운 한국에서 살고 있는 필자 역시 지금 당장 골프를 해야 하는 이유 10가지를 나름대로 정리해 봤다. <br/><br/><br/><br/>첫 번째가 ‘싱그러운 자연’을 만나게 해 준다. 현대 생활에 지친 사람들이 위로받는 곳은 고작 집 안에 있는 소파 정도에 불과하다. 맑은 공기와 자연에서 나를 치유해주는 것이 골프이다. <br/><br/><br/><br/>두 번째는 ‘목표와 꿈’이 생긴다. 스코어를 줄이고 싶은 것은 인간의 공통된 욕망이다. 이로 인해 부단한 노력과 연습을 통해 꿈을 이루려고 한다. <br/><br/><br/><br/>세 번째는 ‘치매와 암 예방’ 등의 건강을 관리해준다. 골프만큼 정신건강에 좋은 운동은 없다. 여기에 숫자와 계속되는 전략이 필요하기 때문에 치매를 예방하는 데 최고의 스포츠다. 산소량이 풍부해 암 예방에도 좋다. <br/><br/><br/><br/>네 번째는 보다 더 깊은 ‘관계’를 형성해주며, ‘소통’을 통해 공감할 수 있도록 해준다. 골프를 치고 나면 관계가 더 돈독해진다. 진실한 깊은 대화를 통해 함께 소통하며 공감대가 형성되어 가족 그 이상의 관계로 발전한다. <br/><br/><br/><br/>다섯 번째는 ‘가족이 함께 할 수 있는 스포츠’다. 나이와 근력, 그리고 세대차이로 인해 함께 할 수 있는 운동이 드물다. 하지만 골프만큼은 3대가 함께 할 수 있다. <br/><br/><br/><br/>여섯 번째로 골프는 ‘소풍 같은 설렘의 여행’을 만들어 준다. 골프장이 아니면 이름 모를 강원도 산골, 남해의 섬까지 가겠는가. 가족, 친구와 함께 여행을 갈 수 있는 것도 바로 골프 때문이다. <br/><br/><br/><br/>일곱 번째로 골프는 ‘맛있는 음식’을 먹을 수 있게 해준다. 인간의 3대 욕구 중 하나인 먹는 즐거움을 골프장 주변 맛집을 다니면서 경험할 수 있다. <br/><br/><br/><br/>여덟 번째는 골프를 통해 ‘많은 것을 배우게’ 해준다. 말솜씨, 행동거지, 배려 등의 예의범절을 어르신 혹은 선배를 통해 배울 수 있다. <br/><br/><br/><br/>아홉 번째는 ‘패션 감각’이 살아난다. 대충 아무렇게나 입는 것이 우리의 미덕이었다. 하지만 옷이 날개라고 어떻게 입느냐에 따라 사람 평가가 달라진다. 골프를 하게 되면 패션에 대한 관심이 늘어나는 것은 당연하다. <br/><br/><br/><br/>마지막 열 번째는 ‘나눔’에 눈뜨게 한다. 골프의 가장 큰 덕목은 아마도 ‘노블레스 오블리주’일 것이다. 함께 나누고 함께 하려는 운동이 골프이다. <br/><br/><br/><br/>필립 몽클리에프는 “골프 실력은 금방 좋아지지는 않지만, 어느 나이에 시작해도 절대 늦지는 않다”고 했다. 엘즈워스 바인스는 “골프는 배우면 배울수록 배울 것이 많아진다”고 했다. 두 골프 명언만 들어도 지금 당장 골프를 시작해야 하는 이유를 말해주고 있다. <br/><br/><br/><br/> 이종현 시인(레저신문 편집국장)

언론사: 문화일보-1-169.txt

제목: “목숨 끊은 제자때문에…” ‘39년 교단’ 퇴임뒤 병원서 봉사  
날짜: 20160211  
기자: 박효목  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160211120055278  
본문: - 14년째 서울아산병원서 봉사하는 ‘유홍엽 선생님’ <br/><br/><br/><br/>매주 6일 중환자실 등 맡아<br/><br/>병원 설립이래 최장기 기록<br/><br/>“나이 들수록 봉사해야 건강”<br/><br/><br/><br/>39년간 중·고등학교에서 학생들을 가르치고 퇴임한 유홍엽(76·사진) 씨가 서울아산병원에서 환자들을 돌본지 어느덧 14년이 흘렀다. <br/><br/><br/><br/>유 씨는 수요일만 빼고 매일 오전 8시 30분부터 오후 4시까지 병원에서 외과 중환자실과 수면내시경실의 환자들을 챙긴다. 의식 없는 환자들의 수건 등 용품을 갈기도 하고 수면 내시경을 마치고 나온 환자들을 부축하는 일을 하기도 한다. 유 씨는 병원 설립 이래 최장 기간(9300시간) 봉사활동을 한 사람이다. <br/><br/><br/><br/>교사 재직 시절에 체육을 가르쳤던 유 씨는 학생들을 데리고 충북 음성 꽃동네로 봉사활동을 다니곤 했다. ‘왕따’ 문제로 사이가 좋지 않던 학생들이 꽃동네에서 같이 봉사한 뒤 친구가 되는 것을 보며 교사로서 보람을 느낀 유 씨는 퇴직 후에도 봉사활동을 꾸준히 하겠다고 다짐했다. <br/><br/><br/><br/>유 씨가 가르쳤던 체육 특기생 제자가 명문대에 입학해 석·박사 학위까지 받고도 취업 실패로 자살한 것은 유 씨에게 큰 상처였고, 이 또한 봉사활동의 계기가 됐다. ‘좀 더 챙기고 신경을 썼더라면…’하는 죄책감을 가슴에 품고 살았다. <br/><br/><br/><br/>그렇게 퇴직 후 봉사활동가의 길로 접어든 유 씨가 서울아산병원에 정착하게 된 것은 자신을 기억해준 한 환자 덕분이었다. <br/><br/><br/><br/>유 씨는 “서울아산병원에서 1년 동안 봉사활동을 하고 앞으로 남은 인생을 어떤 봉사활동을 하며 살아야 할지 고민하던 시기가 있었다”며 “경기 용인시 샘물호스피스병원을 우연히 찾았다가 날 반갑게 알아봐 주던 말기 암 환자를 보게 된 후 병원 봉사활동을 계속해야겠다는 확신을 하게 됐다”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>그는 “서울아산병원에 입원해 있을 때 내가 그분 침대를 끌어줬다고 하더라”며 “삶이 2개월밖에 남지 않은 그 환자분이 오히려 내 손을 잡고 ‘건강을 계속 유지해서 더 많은 환자에게 힘이 돼달라’고 기도하는데 많이 감동했다”고 회상했다.<br/><br/><br/><br/>이후 유 씨는 평소 참가했던 각종 모임도 나가지 않을 만큼 오로지 봉사활동에 전념하며 살았다. 그는 “봉사활동을 하며 신체적·정신적으로 더 건강해지는 것을 느낀다”며 “건강이 허락할 때까지 환자들 곁에서 묵묵히 힘을 주고 싶다”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>유 씨는 “퇴직 후 봉사활동에 참여하고 싶어도 기회가 없어 아쉬워하는 분들을 주변에서 많이 봤다”며 “노인들이 건강함과 당당함을 찾을 수 있도록 봉사활동 기회가 많아졌으면 좋겠다”고 당부했다. <br/><br/><br/><br/> 박효목 기자 soarup624@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-170.txt

제목: 이어령 “한국정치, 右클릭하고 左회전하니 곳곳서 접촉사고”  
날짜: 20160205  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160205105500821  
본문: 이어령 前 문화부 장관<br/><br/><br/><br/>이어령, 그를 어떻게 불러야 할까. 문학평론가, 에세이스트, 소설가, 시인, 전 논설위원, 명예교수, 전 문화부 장관, 전 문학잡지 주간, 문명비평가, 문화기획자…. <br/><br/><br/><br/>그가 이제껏 가졌던 직함들을 나열하자면 훨씬 길어진다. 어느 하나도 그의 정체성을 명료하게 드러내는 타이틀로는 모자란다. 각각의 것 앞에 ‘당대 최고’를 붙인다면 또 어느 하나 어울리지 않을 것도 없다.<br/><br/><br/><br/>한 가지로 명료하게 묶어낼 수 없다는 그 지점에 그의 정체성이 있는 건 아닐까. 끝없는 창의성과 ‘워커홀릭’의 열정은 거기서 나온다. <br/><br/><br/><br/>스스로 말하듯, 아웃사이더로 인사이더의 삶을 살아온 사람 이어령. 그가 아스팔트만 달려왔다고 본다면 뭘 모르는 것이다. 그가 문화 권력을 비판하고 스스로 권력이 됐다고 하는 이들도 마찬가지다. <br/><br/><br/><br/>친체제와 반체제로 문단이 갈릴 때 그는 비체제를 선언했다. 문학은 어떤 체제에서도 자유로워야 한다는 것이다.<br/><br/><br/><br/>그는 기질상 자기 패거리를 만들지 못하며, 펜을 잡은 ‘두 손가락’의 힘으로 고독과 싸우며 새 길을 열어 온 사람이다. <br/><br/><br/><br/>존재적 외로움이야말로 그를 문학의 길로 들어서게 했으며, 한국인이면 첫손가락에 꼽는 ‘거대 지식인’으로 끌고 온 동력이었다. 일본을 대표하는 사상가 가라타니 고진(柄谷行人)은 일본의 재무장을 우려할 때마다 항상 이어령의 저서 ‘축소지향의 일본인’에서 제시한 시각을 인용한다. 밖에서도 이어령을 한국의 대표적 지식인으로 보고 있다. <br/><br/><br/><br/>연령대를 넘어 가장 폭넓은 세대의 멘토인 이어령을 지난 1월 22일 그가 이사장으로 있는 서울 종로구 평창동 ‘한중일비교문화연구소’에서 만났다. 연구소 이름과 관련해서 먼저 최근 한반도를 둘러싼 현안부터 물었다.<br/><br/>―얼마 전 북한이 수소폭탄이라 주장하는 핵실험을 했고, 우리 정부는 중국과 두텁게 관계를 쌓았다고 해왔는데, 실제 중국의 행보는 기대에 한참 어긋납니다. 일본과는 일본군 위안부 문제 등으로 여전히 껄끄럽고요. 한·중·일 관계가 우리의 미래와 관련해 여러모로 어렵게 합니다.<br/><br/><br/><br/>“그 물음에 대한 해답은 내가 지금 여기 있는 한중일비교문화연구소라는 이름에 있어요. 아시아시대를 예견하고 2008년에 발족했지요. 중국을 비롯한 브릭스(BRICS)의 대륙세력이 커지면 불가불 해양세력과 충돌하게 될 것이고 그러면 대륙의 중국과 해양의 일본이 아시아의 패권 경쟁을 벌이게 될 것입니다. 그 사이에 낀 한국이 가장 큰 피해를 받습니다. 반도라는 지정학적 위치를 살리지 않으면 그 존재감도 소멸됩니다. 여기에서 지정학(지오폴리틱스·Geo Politics)을 지문화(지오 컬처·Geo Culture)로 대전환하는 전략이 요구됩니다. 중국과 일본의 대립과 충돌로 향하는 패권 경쟁을 가위, 바위, 보의 게임처럼 대륙과 해양 사이 반도의 존재를 회복하고 강화시켜 삼항순환의 상생 패러다임으로 이끌어가는 큰 그림을 그려야 합니다. 제 생각만이 아니라 자크 아탈리(프랑스 미래학자·전 유럽부흥개발은행 총재)도 그와 비슷한 말을 한 적이 있어요. 유럽연합(EU)처럼 아시아공동체가 생기게 되면 베이징(北京)이나 도쿄(東京)가 아니라 서울에 그 본부가 설치될 것이라고 말입니다. 이름은 사고(思考)의 집이죠. 그래서 저는 동아시아란 말 대신 한중일이라는 말을 사용해서 한국인의 역할이 충돌을 상생으로 향하는 비전을 만들어내야 하는 것으로 보았습니다. 이것이 바로 유불선 삼교 일체와 융합을 이야기한 고운 최치원 선생의 접화군생(接化群生)의 비전이지요.”<br/><br/><br/><br/>―정부나 정치권이 우리의 생존이 걸린 한·중·일 문제에 예측과 대비를 제대로 하고 있는지, 의구심도 듭니다.<br/><br/><br/><br/>“중국이 우크라이나에서 폐선을 사들였을 때 정치계는 물론이고 언론도, 학계도 주목한 사람이 없었지요. 그러나 그것이 초음속기가 발진할 수 있는 항모로 구축돼 남중국해의 분쟁해역에 출현했을 때, 그제야 우리는 자다가 깬 사람처럼 야단들을 합니다. 나는 메르스(중동호흡기증후군) 사태가 나기 8개월 전 아프리카에서 에볼라가 발생했을 때 이머징 바이러스(emerging virus)의 위험성을 경고하는 글을 신문지상에 발표했지만 그러나 누구도 주목하는 사람이 없었지요. 메르스 사태가 일어나자 그제야 온 나라가 패닉 상태에 빠졌지요. 북핵도 예외는 아닙니다. 중국과 북한의 관계에 대해서도 우리는 미리 그런 사태가 올 것을 알았어야 해요.”<br/><br/><br/><br/>―한·중·일의 비교문화 연구가 어떤 역할을 할 수 있을까요?<br/><br/><br/><br/>“중국 사람이 좋아하는 꽃은 모란, 일본은 벚꽃, 한국은 무궁화지요. 다 다르지만 3국을 이어주는 꽃이 하나 있어요. 매화예요. 아무런 통일성이 없는데 매화는 통하는 것이 있다, 그러니까 세 나라를 비교해, 의자가 세 다리를 가져야 안전하듯이 문화적으로 공통의 것을 찾는 게 시작이에요. 값비싼 대가를 치르지 않고 얻을 수 있는 게 많아요. 그게 지식인의 역할이죠. 공통의 문화기반을 가짐으로써 패권 없는 아시아를 만들고 중국, 한국, 일본이 상생할 수 있는 것이에요. 최근에 ‘한중일 공통 808자’를 선정한 것도 그런 맥락에서 자화자찬 같지만 중요한 일을 한 것이지요. EU가 왜 EU가 됐어요? 정치, 경제가 만든 게 아니고 문화였어요. 한·중·일 공통의 기반을 만드는 저수지를 만들어야지. 물을 끌어다가 논에 주느냐, 밭에 주느냐는 정치, 경제가가 할 일이고.”<br/><br/><br/><br/>―말씀하신 김에, 현실 정치에 대해선 거의 언급을 안 했지만, 4월 총선을 앞두고 선량(選良)들이 화급한 국제 정세나 민생보다는 여전히 진보·보수 타령에다가 자리 보존에 급급해 이합집산을 거듭하고 있는데, 한 말씀해 주시지요.<br/><br/><br/><br/>“한국 정치는 후미등만 켜고 질주하는 자동차와도 같습니다. 정치인이나 정당의 이슈가 항상 좌클릭이냐 우클릭이냐가 쟁점이 되고 있기 때문이지요. 하지만 색깔 논쟁을 하던 때에는 그래도 단순하지만 분명한 선택이 있고, 소박하지만 정치적 정체성이라는 것을 지니고 있었지요. 그런데 요즘은 우클릭하고 좌회전하고, 좌클릭하고 우회전하는 정치인이나 정당이 많아 도처에서 접촉사고나 충돌이 발생합니다. 표를 찍는 유권자들도 헷갈려 ‘멘붕’ 상태에 빠져 있습니다. 큰 선거를 치를 때 당명을 바꾸거나 분당하는 일이 잦은 것도 모두가 후미등의 깜빡이를 잘못 켰거나 위장한 데서 비롯되는 일도 많습니다. 앞이 보이지 않는 컴컴한 길을 가려면 가장 중요한 것이 미래의 비전을 보여주고 밝혀주는 전조등인데 결국 한국의 정치차(車)에는 후미등의 후향성밖에 없다는 것이지요. 소돔의 성이 불타고 있을 때 롯의 아내는 뒤를 돌아다보다가 소금기둥이 되었습니다. 위기의 시대에는 미래의 입법자라는 시인이나 예술가처럼 미래를 투시하는 상상력과 창조력을 발휘하는 전조등의 정치가 필요할 것입니다.”<br/><br/><br/><br/>―선생님은 미래를 예측해온 상상과 창조의 아이콘인데요. ‘창조학교’도 만들었고요. 창조성에 대해 말씀하신다면요.<br/><br/><br/><br/>“누구나 창조자가 될 수는 없습니다. 그보다는 창조인을 알아볼 수 있는 능력과 안목을 교육하고 육성하는 쪽이 유효할 것입니다. 한국의 비극은 천리마는 있는데 그 천리마를 알아보는 백락(伯樂)이 없다는 것입니다. 스티브 잡스를 부러워할 것이 아니라 잡스를 알아보고 그가 학생 시절부터 도와준 명사들이 있었다는 것을 부러워해야 합니다. 왜 맨토링시스템의 창조학교를 만들었겠어요? 정치가들의 이슈가 김구, 이승만, 박정희, 김대중(DJ), 노무현 묘에 가느냐, 마느냐예요. 왜 정치가 과거에만 목을 맵니까. TV를 틀어봐도 ‘응답하라’야. 전부 과거 얘기야. ‘응답하라’는 책임을 묻는 거잖아요. 국회 청문회도 ‘응답하라’예요. 응답하라 스트레스에 걸려 있어요. 응답하다라는 것이 영어로 리스폰드(respond)이고, 리스폰서빌리티(responsibility)가 책임이죠. 미래라는 것은 책임을 묻는 것이 아니고 질문을 하는 거예요. 질문은 누구도 모르기 때문에 응답할 자가 없어. 그럼 뭐야, 만들어야 해요. 심판의 반대가 창조야.”<br/><br/><br/><br/>―‘창조경제’니 해서 정부와 기업도 창조를 여러모로 고민하는데요.<br/><br/><br/><br/>“미래를 좌우하는 첨단산업은 대개가 다 무지와 규제 때문에 기지개를 켜지 못합니다. 드론과 3D 프린터 그리고 전기자동차의 경우 한국은 중국, 대만보다도 뒤지고 있습니다. 일본만 해도 드론을 날릴 수 있는 특별구를 만들어 요코하마(橫濱)시에서는 자유로이 사용할 수 있도록 숨통을 열어주고 있지요. 만약 우리가 농촌 지역만이라도 규제를 풀어 드론을 사용할 수 있게 되면 논이나 과수원의 병충해 발생지를 정확히 촬영해 그곳에만 농약을 뿌려 비용과 환경오염을 막을 수 있고 청년 일자리도 생깁니다. 농업과 공업이 공생하고 오락산업까지 영향을 주는 일석삼조, 사조의 성과를 낼 수 있지요. 세계 드론 대회를 열면 평창동계올림픽 개회식에 활용해 드론의 예술 문화를 창조하는 중심국이 될 수도 있습니다. 센서가 달린 스마트 젓가락을 휴대전화와 연계하면 매일 먹는 식품의 중금속 오염, 염분과 당분 측정 등 빅데이터를 만들어 운영할 수 있습니다. 당뇨병, 암 등 온갖 식품공해로 인한 질병에서 벗어날 수 있을 뿐만 아니라 한국이 세계의 의료시스템을 창출할 수 있게 됩니다. 젓가락질을 모르는 구글과 애플을 이길 수 있는 비즈니스 분야가 열리는 겁니다.”<br/><br/><br/><br/>―현재 신자유주의가 빈부격차를 극단으로 몰며 세계를 옥죄고 있습니다. 우리 젊은이들도 ‘금수저, 흙수저’에 ‘헬조선’을 말하는 지경입니다.<br/><br/><br/><br/>“2008년 리먼브러더스 금융쇼크 이후 금융 자본주의가 벽에 부딪혔을 때 저는 ‘생명이 자본이다’라는 책으로 ‘산업=금융’의 물질자본주의에서 생명 공감을 밑천으로 삼는 자본주의 문명론으로 가야 한다고 주장했지요. 인적자본에서 사회자본 그리고 문화자본과 자연자본으로 확산시키고 통합하는 생명자본 개념을 제창하게 된 것입니다. 사람들은 자본주의가 요즘 폐해가 있다고만 생각하지, 그보다 자본주의의 폐해가 있다고 생각해서 만들어진 환상이 어떤 결과를 가져왔는지는 잊고 있어요. 사회주의도 있었고, 히틀러, 일본 제국주의도 있었단 말이죠. 그것으로 얼마나 많은 사람이 죽었습니까. 그래도 마지막 살아남은 게 자본주의예요. 리먼 쇼크 이후에 삼척동자가 봐도 금융, 돈 먹고 돈 먹는 카지노 자본주의예요. 이걸, 물질자본주의를 생명자본주의로 돌리는 얼터너티비티(alternativity)밖에 없어요. 사람이 살려 하는 것을 살림살이라고 하는데, 나는 살림살이라는 말을 참 좋아해요. 한국 사람은 뭐가 밑천이야? 자식이, 인간이 밑천, 그게 생명사상이에요. 젊은이들이 ‘헬조선’을 말하는데, 해방되고 선진국 대열 10위권 내에 그래도 턱걸이한 나라가 있나요? 상대적으로 평가해야죠. 젊은이들이, 그걸 말이라고 하느냐고. 진짜 지옥이 뭔지 가르쳐 줄까요? 포기하는 게 지옥이야. 진짜 지옥은 아무것도 안 하고 죽는 거예요.”<br/><br/><br/><br/>―책에서 ‘메멘토 모리’(Memento mori·죽음을 생각하라)를 말씀하시고 했는데, 죽음의 문제에 대해 어떻게 정리하고 계신지요.<br/><br/><br/><br/>“그래서 내가 문학을 하게 된 거예요. 나는 6세 때 어머니가 돌아가셨고, 돌아가시기 전에도 어머니 코에다 손을 대서 숨 쉬는 거 확인하고 잠들곤 했어요. 6세 때부터 끝없이 죽음의 문제를 생각한 거죠. 죽음 앞에서 권력이 어디 있고, 돈이 무슨 소용인가, 누구나 공평해요. 그러니까 나는 죽음의 문제를 해결한다는 것, 안 죽을 순 없지만 죽음 이상의 가치를 만들지 않는 한 사형선고 받은 채로 사는 것이라 생각했어요. 소위 메멘토 모리, 이런 것들이 계속 문학에서 머무르게 한 것이고, 세속적 가치관보다 존재론적 사유를 하게 한 거예요. 마지막에는 종교문제로 들어간 것이죠. 그런데 딸(이민아 목사·2012년 작고)이 죽고, 외손자가 죽고, 나도 몇 번씩 수술을 하고 보니까, 이제는 모색하는 단계는 지났고 나에게 시간이 얼마 남지 않았어. 이제야말로 세속적 언어라도 남겨야겠다고 ‘한국인 이야기’ 10권 저술에 착수한 거예요. 유언을 쓰듯. 난 자서전은 절대 안 써요. 왜 남들이 내 변명 들어주고, 나 잘난 얘기를 해요. 내가 만난 이웃들, 내가 기억하고 사랑하는 사람들이 어떻게 이 세상을 열심히 살아왔는지, 그 의미가 뭐였는지에 대해 남기고 싶어요. 내가 일제강점기, 6·25전쟁, 독재시대 등 가혹한 시대를 살았는데, 이제는 감사하고 있어요. 내가 그 시절에 안 살았다면 제국주의가, 전쟁이, 독재가 얼마나 무서운지 알겠어요. 어떤 의미에서는 버림받은 세대인 줄 알았는데, 아니다, 하나님이 선택을 하셨구나. 문학 하는 사람, 생각하는 사람에게는 최고의 삶이었다는 거예요.”<br/><br/><br/><br/>―2007년으로 기억합니다만, 병고를 겪으면서도 밝게 살아가는 따님 이민아 목사를 기쁘게 해주겠다는 마음으로 처음 기독교 신자가 됐지요. 당시 언론들이 ‘지성에서 영성으로’라는 제목으로 1면 머리기사를 쓰기도 했습니다. 외람된 질문입니다만, 따님이 세상을 떴는데, 신앙에 대한 생각이 달라진 건 없는지요.<br/><br/><br/><br/>“딸애는 죽을 때도 참 의연했어요. 죽음아, 너 오너라, 한 번 해보자, 웃어가면서. 의사가 3개월 남았다고 하니 씩 웃었어요. 그러고서 책 세 권을 썼잖아요. 나는 인간이 안 죽을 순 없지만 죽음보다 강할 수 있다는 걸 우리 딸에게서 봤어요. 죽기 직전까지도 세계를 긍정하고, 하나님을 원망하지 않고. 나는 밤마다 하나님을 원망하거든. 나는 절대로 지성에서 못 벗어나요. 욥처럼. 처음에는 욥처럼 나도 하늘을 원망했습니다. 세례를 받은 후 외손자가 그리고 내 딸이 내 곁을 떠났습니다. 그리고 나 자신이 세 번이나 큰 수술을 받는 재앙의 연속이었어요. 하지만 생각해 보세요. 예수님의 열두 제자 가운데 누구 하나 순탄한 길을 걸었는지. 다 순교했습니다. 그것을 알면서도 오히려 그런 불행들이 기독교를 천 년의 반석 위에 올려놓았지요. 예수님처럼 아무 죄도 없는 분이 죄인으로 형틀에서 돌아가셨는데 하물며 죄 많은 사람이 겪는 고통은 당연한 것이지요. 그런데도 밤중에도 열 번 속으로 외칩니다. ‘주여 날 버리시나이까.’”<br/><br/><br/><br/>―선생님은 20대부터 글로 세상에 이름을 알렸고, 60년 동안 ‘베스트셀러’를 수없이 냈습니다. 선생님을 만든 것은 무엇일까요?<br/><br/><br/><br/>“어릴 적 서울에서 학교 다니는 형님들이 방학 동안에 가져온 책들을 초등학교 2, 3학년 때 다 볼 수가 있었어요. 남들이 동화 읽을 때 세계문학전집을 읽으니 뇌세포가 활성화될 수밖에 없어요. 어머니는 밤낮 책을 읽어주셨고, 형들은 방학 때 오면 서울에서 본 영화 얘기를 해줬는데, 호기심에 가득 찬 초등학생이 대학생들과 어울려서 대화를 나눈 거예요. 단순한 독서가 아니라 문학적 상상력과 창조력을 키우는 기회였어요. 내가 세계 규모의 행사에서 기조연설을 여러 번 했잖아요. 내가 독서만으로 배운 거라면 그 사람들 앞에서 말 못해요. 그때의 상상력으로 하니까 상대가 아무리 노벨상을 탄 사람 앞이라도 가능한 거죠. 아버지는 지적 호기심이 많으신 분이었어요. 당시로선 첨단산업, 벤처인 비닐하우스를 하시고 했거든요. 아버지의 지적 호기심에 어머니의 문학적 상상력, 형님들과의 대화가 나를 만들었죠.”<br/><br/><br/><br/>―‘이어령은 새로운 것을 만들어야 한다는 강박으로 평생을 산 사람이다’라는 말이 있습니다.<br/><br/><br/><br/>“맞는 말이에요. 내가 하나밖에 없는 삶인데 왜 남을 되풀이해서 살아요. 강박관념이지, 트라우마. 나는 항상 새것을 하지 않으면 못 움직여요. 가령 참치는 헤엄을 쳐야 물을 빨아들여 호흡합니다. 그래서 잠을 잘 때도 헤엄을 쳐요. 나한테 있어서 산소라고 하는 것은 창조, 그게 멈추면 죽어. 나는 내 지문이 남들과 다르듯, ‘온리 원(only one)’을 추구했어요. 모방하거나 되풀이하면 나는 존재하지 않죠. 나를 아주 잘 표현했는데. 그게 없었으면 나는 쓰러졌을 것이야. 이걸 나만의 강박관념이 아니라 온 국민이 가져야 한다는 것이에요.”<br/><br/><br/><br/>―끝으로, 독자들은 선생님이 탄탄대로를 달려온 것으로 보는데, 선생님 자신은 ‘아웃사이더이면서 인사이더로 살아왔다’는 말씀도 하셨는데, 무슨 의미입니까.<br/><br/><br/><br/>“평생 대학교수로, 언론사 논설위원으로, 수많은 위원장, 고문, 장관까지 지냈으니, 사람들은 내가 레드카펫 위를 지난 줄 알아요. 앞서도 얘기했지만, 내가 살아온 시대는 가혹한 시절이었습니다. 대학 등록금을 벌려고 문경에서 영어교사 생활한 건 모르죠. 또 내가 30대에 승용차를 사서 다녔는데, 남들은 내가 과시하는 것으로 봐요. 당시 대학과 언론사를 같이 하며 마감에 맞추려 어쩔 수 없어 차를 산 거예요. 나는 평생을 오해와 편견 속에서 살았어요. 평탄치 않은 길을 걸어왔죠. 더군다나 한국처럼 모든 것이 정치화되고 분파된 데서 외톨이로, 모든 적에게 둘러싸인 곳에서 내 편 없이 살았어요. 이아무개 편이 누구인가 물어봐요. 한 사람도 없어. 그 안에서 손가락 두 개 가지고 팔십까지 살아온 것이 그게 파란만장의 삶이 아니고 무엇인가요. 문단 정치 밖에 있었고, 언론계도 오래 있었지만 나를 언론인이라고 하는 사람 있어요? 대학에서도 학과장도 해본 적이 없어요. 평생 나는 인볼브(involve)된 적이 없어요. 항상 손님처럼 살았어요. 나는 내가 한국인인가 할 정도로 한국을 비판하고 한국 바깥에서 살아오고 그랬어요. 5∼6년 주기로 프랑스, 미국, 일본 등 바깥에 가서 살지 않으면 못 견뎠단 말이지. 아웃사이더로 살아온 거야, 고독한 아웃사이더. 만약 내가 인사이더로 매몰됐으면 지금 평범한 늙은이, 글 써서 돈 몇 푼 벌어 집 한 채 자식들한테 물려주는 많은 사람 중 하나였을 거예요. 남들은 우물을 파도 한 우물을 파라고 하지만 나는 반대예요. 우물을 파다가 물이 나오면 다른 우물을 팝니다. 나에게 중요한 것은 우물물을 마시는 것이 아니라 생에 대한 갈증 그 자체인 것입니다. 지적 호기심, 충족은 오히려 죽음이지요. 목마르지도 않은 사람에게 물을 퍼마시게 하면 그게 바로 ‘물고문’이에요. 그래서 80세 먹은 피터 팬처럼 살지요. 영원히 어른이 되지 않는 아이로 살아요.”<br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 엄주엽 문화부장 ejyeob@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-171.txt

제목: 경기도의료원 파주병원, 운영평가 최우수상 수상  
날짜: 20160203  
기자: 오명근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160203172554019  
본문: “<span class='quot0'>경기도의료원 파주병원은 최고의 공공병원으로 공공의료의 변화와 혁신을 이끌고 있습니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>경기도의료원 파주병원이 지난해 정부가 전국 지방의료원 등 공공병원을 대상으로 실시한 운영 평가에서 최우수상을 수상하는 등 지역주민들의 신뢰를 얻는 지역거점 병원 역할을 톡톡히 하고 있다. <br/><br/><br/><br/>3일 파주시에 따르면 경기도의료원 파주병원이 보건복지부에서 최근 전국 지방의료원 33곳과 적십자병원 5곳을 대상으로 실시한 공공 보건의료 관리 및 운영 서비스 평가에서 최우수상(A등급)을 수상했다. 이번 운영 평가는 양질의 의료를 비롯해 합리적 운영, 공익적 보건의료서비스, 공공적 관리 등 4가지 영역에서 실시됐다.<br/><br/><br/><br/>또 건강보험심사평가원이 최근 실시한 표준진료지침 우수사례에서도 전국 유수의 대학병원을 제치고 인하대학교 병원과 함께 최우수상을 수상했다. 이번 수상은 경기도가 운영 중인 6개 의료원 가운데 최초로 A등급을 받은 것으로 지역 거점 병원으로서 자리를 잡아가고 주민들의 사랑을 받고 있는 것으로 평가되고 있다.<br/><br/><br/><br/>이밖에도 파주병원은 지난해 보건복지부가 전국지방의료원을 대상으로 실시한 QI 경진대회에서 최우수상을, 건강보험심사평가원에서 주관한 ‘급성기 뇌졸중 주임상경로’에서 최우상을 수상하기도 했다. 진단검사의학재단에서 실시하는 우수검사실 인증에서도 5년 연속 최우수 등급을 유지하고 있다.<br/><br/><br/><br/>지난해 2월에는 주민들에게 최상의 의료 서비스를 제공한 공로로 경기도의료원 가운데 최초로 보건복지부로부터 ‘의료기관 인증’을 획득하는 등 지역 의료기관으로서 우수성을 인정받았다. <br/><br/><br/><br/>연간 7억여 원에 달하는 손실비용을 감수하면서까지 운영하고 있는 호스피스 완화병동은 파주병원의 가장 큰 자랑거리다. 호스피스 완화 의료를 위해 병동 시설을 재정비하고 필요한 장비를 구입하는 것은 물론 의사·간호사·사회복지사·성직자·자원봉사자 등 전문적인 완화의료 전문가들을 영입해 질 높은 서비스를 제공하고 있다. 호스피스완화 의료는 치료가 어려운 말기암 환자들을 대상으로 통증 및 신체적, 심리적, 정신적, 영적 고통을 완화해 삶의 질을 향상시키는 의료서비스를 말한다.<br/><br/><br/><br/>지난해 메르스 거점병원으로 지정됐던 파주병원은 음압병실을 늘리고 건강검진센터·주차장 등을 신축하는 등 대대적인 시설확장에 나선다. 파주병원은 올해 도비 10억 원을 지원받아 5층에 음압병실 5개실을 설치할 예정이다. 음압병실은 기압 차를 이용해 병실 내부의 공기가 외부로 빠져나가지 못하게 해 병원균과 바이러스를 차단하는 병실로 지난해 메르스 발생 때 메르스 감염을 차단하는 능력을 십분 발휘했다. <br/><br/><br/><br/>특히 파주병원에 구리시 카이저 재활병원 입원 환자 51명이 이송되면서 의료진들은 장례식장과 어린이집이 무기한 문을 닫은 채 외래진료도 중단하고 의료진이 힘겹게 메르스 의심 환자들을 돌보았다. 당시 의료진들은 누적된 피로 속에서도 이송된 환자를 24시간 진료하면서 시민들의 따가운 질책까지 받는 등 이중고를 겪어 왔었다. 파주병원은 또 26억 원을 투자해 오는 3월 건강검진센터를 착공, 12월에 준공한다. 지역사회 기관 및 단체, 기업의 종합검진 활성화를 통한 지역검진율을 향상시키고 심·뇌혈관 클리닉 운영으로 최신의료장비의 활용도를 높여 의료의 질을 높인다는 계획이다. 재활의학과 및 지역응급의료센터와 연계해 심·뇌혈관에 대한 종합적인 의료서비스가 향상될 전망이다. <br/><br/><br/><br/>파주=오명근 기자 omk

언론사: 문화일보-1-172.txt

제목: 계명대 동산병원, 103세 할머니 대장암 수술 성공  
날짜: 20160202  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160202171344952  
본문: 103세의 초고령 할머니가 대장암 수술을 받고 건강한 모습으로 퇴원한다.<br/><br/><br/><br/>대구 계명대 동산병원은 백성규 대장항문외과 교수가 지난 1월 25일 추득실(103) 할머니에 대한 대장절제술을 복강경 수술로 성공해 오는 4일 퇴원한다고 밝혔다. 추 할머니의 실제 나이는 106세로, 100세 이상 초고령자의 암 수술은 국내는 물론 세계적으로도 드문 편이다. <br/><br/><br/><br/>추 할머니는 속이 불편하고 혈변이 동반되는 증상으로 병원을 찾았으며, 대장내시경을 통해 암 진단을 받았다. 백 교수는 지속적인 출혈과 함께 대장 대부분이 막혀있는 추 할머니에게 복강경 대장절제술을 시행했다. <br/><br/><br/><br/>백 교수는 “<span class='quot0'>고령 환자의 경우 수술 후 회복이 더디고 여러 합병증이 생길 가능성이 일반 성인 환자에 비해 높기 때문에 추 할머니에게 피부절개 부위가 작고, 출혈이 적으며 수술 후 회복이 빠른 복강경 수술을 진행했다</span>”며 “<span class='quot0'>이 수술 사례는 ‘100세 시대’를 살고 있는 현대인들에게 의미가 크다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>추 할머니는 “나이가 많아서 수술이 겁이 났는데, 막상 하고 나니 건강을 회복해 몸과 마음도 젊어진 기분”이라며 “평소 인스턴트식품을 멀리하고 제철 채소와 생식, 발효 식품 위주로 음식을 먹은 게 장수 비결”이라고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>대구=박천학 기자 kobbla@

언론사: 문화일보-1-173.txt

제목: “말기암·정력에 좋다”… 중금속 명태기름 속여 팔아  
날짜: 20160202  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160202144213666  
본문: 부산 기장경찰서는 2일 유해 중금속이 함유된 명태기름을 만병통치약으로 속여 판 혐의(식품위생법 위반)로 김모(76) 부자를 불구속 입건했다. 경찰에 따르면 김 씨 부자는 지난 2013년 5월부터 지난해 11월까지 수입산 명태의 간을 유압기에 넣어 기름으로 짜낸 일명 ‘어간유’를 제조한 뒤 150여 명에게 7500만 원 상당을 팔아온 혐의를 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>이들은 이 제품을 인터넷을 통해 “매일 150∼200㏄씩 복용하면 말기 암 치료에 효능이 있고 얼굴이 맑아지면서 남성은 정력에, 여성은 자궁에 좋다”고 홍보해 2ℓ 1병당 50만 원씩에 판매해온 것으로 드러났다. 그러나 경찰 조사결과 이 제품에서는 중금속인 ‘비소’가 기준치의 19배나 검출돼 구입자들이 부작용을 호소해온 것으로 드러났다. <br/><br/><br/><br/> 부산 = 김기현 기자 ant735@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-174.txt

제목: 질병 있는 고령층도 건강보험 가입 ‘OK’  
날짜: 20160128  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160128140651251  
본문: 삼성화재 ‘간편하게…’출시<br/><br/><br/><br/>삼성화재가 질환이 있는 고령층도 쉽게 가입할 수 있는 건강보험 ‘간편하게 건강하게’를 출시했다고 28일 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이 상품은 50∼75세의 유병자를 위한 보험이다. ‘아픈 사람은 보험 가입이 어렵다’는 편견을 깨고, 유병자 할증과 약간의 절차를 통해 나이가 들고 질환이 있는 사람들도 보험 보장을 받을 수 있게 했다. <br/><br/><br/><br/>이 상품은 계약자의 ‘알릴 의무사항’을 간소화해 가입이 어렵지 않으며, 10년마다 재가입을 통해 최대 100세까지 보장받을 수 있다. <br/><br/><br/><br/>다음 조건만 피하면 가입할 수 있다. △최근 3개월 이내 입원·수술·추가검사 의사 소견 여부 △2년 이내 질병·사고로 입원·수술 여부 △5년 이내 암 진단·입원 및 수술 여부 등이다. <br/><br/><br/><br/>상해·질병 사망 시 최고 3000만 원, 3대 질병(암·뇌출혈·급성심근경색) 진단 시 최고 2000만 원까지 보장이 된다. 수술비, 입원 일당도 선택할 수 있다. 의료사고, 교통사고 등 개인 소송 발생 시 손해를 보장하며, 운전자 벌금, 자동차 사고 변호사 선임 비용, 교통사고 처리지원금 등 운전자 비용 담보도 마련됐다. <br/><br/><br/><br/>삼성화재 측은 “<span class='quot0'>업계 최초로 유병자 할증 제도를 도입해 보장 사각지대를 줄이고자 노력했다</span>”며 “<span class='quot0'>‘간편하게 건강하게’ 출시를 계기로 다양한 고객 계층별로 꼭 필요한 보장을 제공하겠다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/> 박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-175.txt

제목: ‘햇살 담은’ 기관지藥… 점막 촉촉·기침 싹 ‘호박고지’  
날짜: 20160127  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160127152850952  
본문: 호박 영양이 그대로 농축 <br/><br/>비타민A, 세포재생 촉진 <br/><br/>감기에 좋고 야맹증 예방 <br/><br/>건조 과정 비타민D 듬뿍 <br/><br/>칼륨 풍부 … 혈관 깨끗이<br/><br/><br/><br/>호박고지는 호박을 얇게 썰어서 말린 것으로 보통 물에 불려 나물로 쓴다. 호박고지는 호박오가리로도 불리는데 ‘오가리’는 ‘오글다, 오그라지다’와 관련된 낱말로 말린 호박의 모습에서 나온 단어다. 호박고지는 호박을 생으로 말려서 만들기 때문에 호박의 영양성분이 농축된 상태로 들어 있다. 호박고지에서 특히 주목할 성분은 비타민A로 체내에서 전환되는 베타카로틴이다. <br/><br/><br/><br/>비타민A는 우리 신체의 기본 단위인 세포 중에서도 점막세포의 생성을 돕는 성분이다. 비타민A가 구강, 기도, 위, 장의 점막을 보호할 수 있는 것도 점막 세포 재생능력을 지니고 있기 때문이다. 비타민A가 부족해 점막 생성이 원활하지 못하면 잦은 기침이 나게 된다. 또 바이러스 등 외부 질환 균이 체내 침입할 때 우리 몸의 일차 방어선이 기관지 점막의 상피세포인 만큼 목감기 예방에 비타민A는 절대적으로 필요한 성분이다. <br/><br/><br/><br/>비타민A는 또한 세포의 산화를 막아주는 항산화제 역할을 한다. 그리고 눈의 망막에 있는 로돕신(rhodopsin)의 생산을 도와 야맹증을 예방해준다. 야맹증에 좋은 식품으로 당근을 추천하는 것도 당근에 베타카로틴이 많이 들어있기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>비타민D 역시 호박고지에서 눈여겨볼 성분이다. 모든 동식물은 햇빛을 받으면 비타민D를 합성해낸다. 호박고지 역시 건조되는 과정에서 비타민D를 많이 만들어낸다. 비타민D는 골격 성장 및 유지에 필수적인 영양소로 칼슘의 체내 흡수와 골다공증의 예방·치료를 돕는다. 인체에 비타민D가 부족하면 아무리 칼슘을 풍부하게 함유하고 있다는 멸치를 많이 먹어도 ‘말짱 도루묵’이 된다. 비타민D가 부족하면 칼슘이 제대로 흡수되지 못한다. 비타민D는 혈액 속을 떠돌다가 소장에 작용해 음식으로부터의 칼슘 흡수를 촉진한다. <br/><br/><br/><br/>최근에는 목감기 등 면역성 질환과 관련된 비타민D의 효능에 관해서도 연구가 많이 진행되고 있다. 최근 외국에서의 한 연구에 따르면 비타민D가 인플루엔자 바이러스로 인한 질환도 예방해주는 것으로 밝혀졌다. 이는 비타민D가 신체의 초기 면역계를 자극하고, 염증반응을 조절하기 때문이라고 연구진은 주장했다.<br/><br/><br/><br/>또 세계적인 비타민D 권위자로 미 보스턴대 교수인 마이클 홀릭 박사는 최근 발간한 저서 ‘건강 솔루션 비타민D’(푸른솔)에서 비타민D가 골다공증은 물론, 심장질환, 암, 자가면역질환, 우울증, 불면증, 관절염, 당뇨병, 만성통증, 건선, 섬유근육통, 기타 만성질환 등을 예방하고 치료해 준다고 주장, 학계에서 비상한 관심을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>호박고지에는 칼슘과 칼륨 등의 미네랄 성분도 농축된 상태로 들어있다. 특히 칼륨의 경우 100g당 무려 3105㎎이 들어있다. 이는 식품의약품안전처에서 제안한 칼륨의 한국인 하루 충분 섭취량(4.7g)에 거의 육박하는 수치다. 칼륨은 나트륨을 배출해 고혈압을 예방해줄 뿐 아니라 콜레스테롤 합성을 억제해 혈관을 깨끗하게 해주므로 동맥경화, 뇌졸중에 좋다.<br/><br/><br/><br/>그 외에도 호박고지에는 식이섬유가 풍부해 변비에도 도움이 되고 대장암 예방에도 좋다. 물론 체중 감량에도 당연히 효과가 있다.<br/><br/><br/><br/>또한 감기를 예방해주고 피부도 윤택하게 만들어주는 비타민C도 풍부하게 함유하고 있다. 비타민C는 체내에서 피부노화 방지 성분으로 알려진 콜라겐 생성을 돕는다. 콜라겐은 피부에 탄력을 준다. 또 비타민C는 간의 해독 과정에 유익하다. 특히 해독 1차과정에서 발생한 활성산소가 다시 간에 손상을 입히는 것을 방지해준다. 그래서 비타민C가 부족하면 간의 2차 해독과정이 원활하게 진행되지 못해 결국 간이 손상되는 사태가 벌어진다. <br/><br/><br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-176.txt

제목: “의료 인재 육성·발굴·교육에 집중”  
날짜: 20160127  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160127151931463  
본문: 김효명 고려대의료원장 <br/><br/>인재·연구 청사진 밝혀<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>인재경영과 연구경영을 통해 튼튼한 인프라를 구축하고, 이를 바탕으로 의료경영을 하겠습니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>올해부터 2년의 임기를 시작한 김효명(사진) 고려대 제13대 의무부총장 겸 의료원장은 “<span class='quot1'>고려대의료원의 지속성장이 가능하도록 바른 인재경영에 투자를 아끼지 않겠다</span>”며 “<span class='quot1'>국내 최고의 의료진이 앞으로 더욱 소신껏 역량을 펼칠 수 있도록 활력과 희망을 주는 풍토를 만들겠다</span>”고 27일 밝혔다. 그는 “<span class='quot1'>인재는 우리 의료원을 넘어 국내외 보건의료산업의 미래를 짊어질 꿈과 희망의 원천</span>”이라며 “<span class='quot1'>우수한 의료진, 즉 교수진을 통한 지속적인 의료 인재의 육성, 인재 발굴과 영입, 교육에 집중하겠다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>김 원장은 “<span class='quot2'>미래 의료의 핵심 키워드는 연구</span>”라며 연구경영도 강조했다. 올해는 바이러스와 감염병, 미래형 의료기기, 맞춤형 암 치료, 스마트 에이징(노화 방지), 의생명 빅데이터 등 5개 분야를 중점적으로 연구키로 했다. 그는 2300억 원을 투자해 융복합의료센터를 설립하겠다는 계획도 밝혔다. 융복합의료센터에 의대, 보건과학대, 생명과학대, 병원(안암, 구로, 안산)을 통합해 시너지 효과를 내겠다는 것이다.<br/><br/><br/><br/>고려대는 지난해 ‘KU-MAGIC(Medical Applied R&D Global Initiative Center)’이라는 프로젝트도 시작했다. 이 프로젝트는 연구·개발(R&D)과 국책 연구과제 수행, 연구 사업화 등 대학의 바이오 의료 연구 플랫폼을 활성화하는 것이 주목표다. 김 원장은 “<span class='quot2'>의료원 차원의 연구지원 시스템, 컨트롤타워를 구축해 연구에 매진할 수 있는 환경을 조성해 각 병원과 학교에서 연구하는 데 있어서 부족함과 어려움이 없도록 하겠다</span>”며 “<span class='quot2'>지역 기반 공동연구교류를 활성화하고, 연구행정지원제도를 강화하는 등 대형 국가연구개발비 수주에도 앞장서겠다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-177.txt

제목: ‘암환자 자녀 마음건강 클리닉’ 오픈  
날짜: 20160126  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160126143611565  
본문: 서울아산병원(병원장 박성욱)은 암 환자의 자녀가 부모의 암 투병으로 인해 겪는 스트레스를 효과적으로 관리하기 위한 ‘암 환자 자녀 마음건강 클리닉’을 오픈했다. 매주 화요일 오후에 열리는 암 환자 자녀 마음건강 클리닉에서는 우선 부모의 양육스트레스와 자녀의 정신건강에 대한 선별검사를 시행하고, 이에 따른 치료뿐 아니라 적응의 어려움을 겪고 있는 아이들에게는 무료로 놀이치료 프로그램을 제공하는 등 부모의 암 투병으로 인한 아이들의 스트레스를 덜어준다.

언론사: 문화일보-1-178.txt

제목: 춘향전의 현대화  
날짜: 20160122  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160122141322753  
본문: 예진수 / 논설위원<br/><br/><br/><br/>암행어사 출또로 끌려가는 변학도는 외친다. ‘닭 모가지를 비틀어도 새벽은 온다! 이놈들아.’ 난데없는 고 김영삼 대통령 패러디에 관객들은 웃음보를 터뜨린다. 이몽룡은 변학도 생일잔치에서 ‘금준미주는 천인혈’로 시작되는 풍자시를 노트북에 작성한다. 시를 읽은 이방은 부들부들 떨다 ‘후보등록 시간이라 먼저 가겠다’며 줄행랑을 친다. 한류 스타 이몽룡 등장에 여기저기서 플래시가 터진다. 국립극장 무대에 올려진 마당놀이 ‘춘향이 온다’에 유쾌한 장면이 한둘이 아니다. 잇달아 나온 끔찍한 가족 살해 사건 등으로 웃음을 잃어버린 시대다. 이 작품은 춘향과 함께 울고 웃으며 신명으로 한을 풀어가는 카타르시스를 관객에게 안겨준다. 지난 연말 99%의 관객 점유율을 기록한 데 이어 지난 20일 관객 3만 명을 돌파한 힘이다. 이 작품은 설 연휴 기간을 포함해 2월 10일까지 장장 58일간 공연된다. <br/><br/><br/><br/>올해는 마당놀이가 시작된 지 35주년이 되는 해다. 그간 255만 관객을 동원했다. ‘춘향이 온다’의 손진책 연출과 김성녀 연희 감독은 ‘발 디딘 세상이 마당이요, 인생이 한바탕 놀이’라고 마당놀이의 의미를 압축했다. 국립극장 마당놀이는 조선시대 관리가 오토바이를 타고 등장하며, 영화의 컷을 통한 장면전환 방식을 도입하는 등 장르의 격식을 파괴하고 있다. 이 작품에서 와이어를 타고 내려온 홍길동이 번지수를 잘못 찾은 것을 알고는 “<span class='quot0'>출동 요청이 하도 많아 GPS가 망가졌다</span>”고 말하는 장면에도 폭소가 터진다. 다음 마당놀이 주인공이 홍길동임을 넌지시 알리는 예고편이다. <br/><br/><br/><br/>정부는 20일 문화 융성 핵심 사업인 문화창조융합벨트에 1328억 원을 지원해 청년 일자리 창출 동력으로 육성키로 했다. 인프라 및 기술 분야 투자와 함께 ‘춘향이 온다’처럼 문화 융합을 시도하면서 고전 현대화로 한류 콘텐츠의 질을 높이는 일도 병행해야 한다. 객석에는 외국인 관광객도 적지 않다. 춘향전은 조선 후기 신분 사회 변동의 역동성을 계층을 뛰어넘는 사랑이라는 스토리에 담아낸 심오한 작품이다. 1882년 오사카아사히 신문에 ‘계림정화(鷄林情話) 춘향전’이라는 타이틀로 일본어로 번역돼 연재(20회)되기도 한 최초의 한류 콘텐츠이기도 하다. 전통문화란 케케묵은 것이 아니라 켜켜이 묵은 한류 콘텐츠의 보고다. 그 곳간에 우리가 찾고 누릴 수 있는 에너지와 자원이 풍부하다.

언론사: 문화일보-1-179.txt

제목: 수면내시경·고가 항암제 등 건보 적용… 환자부담 2200억 ↓  
날짜: 20160120  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160120135351155  
본문: 선택 진료 33%까지 축소 <br/><br/>결핵 치료비 전액 무료화 <br/><br/><br/><br/>건강보험 적용대상 확대 <br/><br/>임플란트·틀니 65세이상 <br/><br/>임부 초음파 · 상급병실도<br/><br/><br/><br/>올해 유도 초음파, 수면내시경, 고가의 항암제 등 200여 개 항목이 건강보험적용을 받아 진료비가 내려간다. 또 선택진료의사 비율은 33%까지 축소되며, 간호사가 간호와 간병서비스도 같이 제공하는 ‘간호·간병통합서비스’ 병원도 지난해보다 두 배 이상 늘어난 400개 병원으로 확대된다. 7월부터는 결핵 치료의 본인부담금이 면제되며, 9월부터는 분만 시 상급병실에도 건강보험이 적용되는 등 정부가 단계적으로 의료보장을 강화한다.보건복지부는 20일 2016년도 업무보고에서 4대 중증질환(암, 심장, 뇌혈관, 희소난치성질환)과 임신부·노인 진료에 대한 건강보험 적용을 확대하고, 3대 비급여(선택진료비, 상급병실료, 간병비)의 지원도 강화하겠다고 밝혔다. 지난 2013년부터 시작된 4대 중증질환 보장성 강화를 위해 정부는 올해 유도 초음파, 수면내시경, 고가의 항암제 등 200여 개의 항목에 대해 건강보험을 적용한다. 정부는 4대 중증질환 보장성 강화로 올해 약 2200억 원의 환자 부담액이 경감하고 총 4년 동안(2013∼2016년) 환자의 부담은 총 8350억 원 줄어들 것으로 전망했다.<br/><br/><br/><br/>정부는 결핵 박멸을 위해 7월부터는 결핵 치료비를 전액 무료화 한다. 또 임신, 출산, 아동·청소년, 청년, 중년, 장년, 노년 등에 맞춰 지원하는 ‘생애주기별 맞춤형보장’도 강화한다. 6월부터 초경 청소년(12세) 23만여 명을 대상으로 자궁경부암 국가예방접종과 건강상담서비스의 본인부담금을 지원한다. 7월부터는 제왕절개 후 입원 본인부담금이 20%에서 5%로 줄어들고, 노인의 치과 임플란트 및 틀니의 건강보험 적용 대상 연령이 70세 이상에서 65세 이상으로 낮아진다. <br/><br/><br/><br/>9월부터는 분만 시 상급병실도 급여가 적용되며, 9월부터는 신생아 집중치료실도 비급여에서 벗어난다. 10월부터는 임신부의 초음파 검사도 급여가 적용된다. 이외에도 취약 계층의 장애인 보장구 지원도 늘어나 지원을 받는 기준 금액이 인상되고 수리비도 지원받을 수 있게 된다. <br/><br/><br/><br/>정진엽 복지부 장관은 이날 “<span class='quot0'>이외에도 소아당뇨에 대한 지원도 추가로 확대를 추진하고 있으며, 고혈압에 대한 교육상담 지원과 장기이식에 필요한 진단검사 비용 등도 보험으로 보장할 계획</span>”이라며 “<span class='quot0'>또 아직 검토 중인 단계이지만 10대 고액질환에 대한 환자부담을 줄이는 방안도 살펴보고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>3대 비급여에 대한 부담도 줄이기 위해 정부는 지난해 67% 수준이었던 선택진료의사의 비율을 올해 33%까지 축소한다. 선택진료비는 일정 자격을 갖춘 의사 중 지정한 선택의사로부터 진료받는 경우 추가 부담하는 비급여 진료비다. 정부는 올해 선택진료의사 비율이 축소되면 약 4300억 원의 환자부담이 줄어들 것으로 추산했다. 또 입원환자의 간병서비스를 병원의 전문 간호인력이 수행해 별도의 간병인 고용이 필요없는 ‘간호·간병통합서비스(구 포괄간호서비스)’ 병원도 지난해 말 112개에서 올해 400개로 확대할 예정이다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-180.txt

제목: 한미약품, 혁신신약 20여건 개발중… 또 ‘잭팟’ 기대  
날짜: 20160119  
기자: 박민철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160119141826476  
본문: 올 ‘인성장호르몬’개발 유망<br/><br/>동유럽 8개국서 임상 2상 중<br/><br/><br/><br/>美·中에 항암신약 기술 수출<br/><br/>美社의 망막신약 투자하기도<br/><br/><br/><br/>지난해 3분기까지 1380억원<br/><br/>매출액의 20% R&D에 투자<br/><br/><br/><br/>지난 14일 미국 샌프란시스코에서 열린 ‘JP모건 헬스케어 콘퍼런스’에 참석한 이관순 한미약품 대표는 어느 때보다 자신감이 있었다. 이날 이 대표는 ‘인성장호르몬신약(LAPSrhGH)’과 2세대 RAF저해제(표적항암제)인 ‘HM95573’ 등의 새로운 신약개발 일정(파이프 라인)을 소개, 올해도 투자자들의 주목을 받았다.<br/><br/><br/><br/> 2011년 취임 후 올해로 5번째 참석한 이 대표는 “<span class='quot0'>지난해에 이어 올해도 세계 최고의 바이오제약 기업들이 모인 자리에서 한미약품의 미래가치를 소개해 관심이 집중됐다</span>”며 “<span class='quot0'>이번 콘퍼런스는 올해 한미약품이 주력할 연구·개발(R&D) 전략을 구체화하는 계기가 됐다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>LAPSrhGH는 해외 전체 임상 및 국내 1상을 완료하고, 현재 한국과 동유럽 8개국 22개 의료기관에서 성인환자 대상 임상 2상을 진행하고 있다. 특히 건강한 한국 성인남성 대상 국내 1상에서 1회 투여 시 약물의 안전성 및 1주 이상 약효가 지속하는 것으로 확인됐다. 현재 우리나라를 비롯해 동유럽 8개국 22개 의료기관에서 성장호르몬 결핍증 성인 환자를 대상으로 진행 중인 글로벌 2상을 통해 약물의 안전성, 약효지속 효과 등 개발을 위한 적합용량을 확인했다.<br/><br/><br/><br/>올해 34회째를 맞은 JP모건 헬스케어 콘퍼런스는 글로벌 금융기업 JP모건체이스앤 컴퍼니가 주최하는 헬스케어 분야 최고 권위의 투자 행사다. <br/><br/><br/><br/>그는 지난해에 한미약품의 당뇨 신약후보물질 ‘퀀텀 프로젝트’를 소개한 이후 기대 이상의 효과를 봤다. 퀀텀프로젝트는 3가지 당뇨 신약(LAPSCA-Exendin4, LAPSInsulin115, LAPSInsulin Combo)으로 이미 지난해 11월 프랑스의 세계적인 제약사 사노피와 국내 제약업계 사상 최대규모인 39억 유로(약 5조 원)의 기술수출 계약이라는 성과로 이어졌다. LAPSCA-Exendin4는 최장 월 1회 투약을 목표로 개발 중인 GLP-1 계열의 당뇨 치료제로 우리나라를 비롯해 미국 등 8개국 90여 개 기관에서 제2형 당뇨 환자를 대상으로 여러 국가에서 후기 2상이 진행되고 있다. <br/><br/><br/><br/>한미약품은 당뇨, 인성장호르몬 등 혁신신약 R&D 20여 건을 국내외에서 진행 중이다. 1973년 창립 이래 의약품 합성기술 자체 개발을 시작으로 개량·복합신약, 바이오 신약, 항암신약 등 혁신 신약 개발을 가동하며 대한민국 최초의 글로벌 제약회사에 도전하고 있다. <br/><br/><br/><br/>한미약품은 2005년 매출 3765억 원 대비 R&D 대비 8.6%인 325억 원의 투자를 늘리기 시작해 2007년 548억 원으로 10.9%로 증가했다. 이후에도 R&D는 2014년에는 매출 7613억 원 대비 20%인 1525억 원까지 늘렸다. <br/><br/><br/><br/>지난 2013년 코스피 상장 제약기업으로는 처음으로 연간 R&D 투자액 1000억 원을 돌파한 데 이어 2014년에는 1525억 원을 썼고, 지난해에는 지난 3분까지만 1380억 원을 투자했다.<br/><br/><br/><br/>한미약품은 ‘제네릭(복제약)→개량 신약→복합신약→혁신 신약’으로 이어지는 ‘한국형 R&D 전략’을 구사한다. 이는 투자 리스크를 최소화하면서 R&D 성과를 극대화하기 위한 것이다. ‘개방형 혁신’이라는 기조 아래 세계 유망 제약사·바이오벤처와 공동으로 활발한 신약개발 연구를 진행한다. <br/><br/><br/><br/>한미약품은 항암신약 R&D에도 박차를 가하고 있다. 다중표적 항암신약 포지오티닙과 EGFR변이 세포를 선택적으로 억제하는 내성표적항암신약 ‘HM61713’은 현재 국내에서 임상 중이다. 포지오티닙은 비소세포폐암을 비롯해 유방암, 위암, 두경부암 등에 대한 국내 임상 2상이 진행되고 있다. 최근 포지오티닙은 중국 루예제약집단과 미국 스펙트럼에 기술수출돼 글로벌 신약으로 도약하는 발판을 마련했다. <br/><br/><br/><br/>한미약품은 국내에 유망 바이오벤처들과의 공동 R&D를 통해 신약개발 효율을 극대화하고 있다. <br/><br/><br/><br/>올해 초 미국 안과 전문 벤처기업 알레그로와 2000만 달러 투자 계약을 체결하고 알레그로가 개발 중인 망막질환 치료 신약 ‘루미네이트’의 한국·중국시장 개발·판매권을 확보했다. 당뇨, 암 분야에 집중된 한미약품의 미래가치를 안과 영역으로까지 확대한다는 계획이다.<br/><br/><br/><br/>중국 현지법인 베이징한미약품은 글로벌 신약 개발을 위한 한미약품의 전초기지다. 한국 제약기업 중 가장 성공한 해외진출 사례로 손꼽힌다. 베이징한미약품은 2002년 6월에는 현지 생산기지를, 2008년 8월에는 독자적인 연구센터를 출범시키는 등 R&D부터 생산, 영업 등 제약 관련 전 산업 분야를 아우르는 제약 토털서비스 기업으로 자리 잡았다. 항암 및 대사질환 분야에서 5∼6건의 자체 신약도 개발 중이다.<br/><br/><br/><br/> 박민철 기자 mindom@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-181.txt

제목: 美말기암소년 “유명해지고싶어”… 中 누리꾼 사진들고 꿈 들어줘  
날짜: 20160115  
기자: 김리안  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160115153604793  
본문: 중국인들이 말기 암으로 시한부판정을 받은 8세 미국 소년의 ‘꿈’을 들어준 사연이 알려져 훈훈한 감동을 주고 있다. 14일 차이나데일리 등 중국 언론에 따르면 사연의 주인공은 미국 로드 아일랜드에 사는 도리안 머리 군이다. 도리안의 아버지는 페이스북을 통해 “도리안의 마지막 소원이 ‘중국에서 유명해지는 것’”이라면서, 전 세계 누리꾼들에게 ‘D-스트롱’이란 문구를 포함한 사진을 보내달라고 부탁했다. 이 글은 인터넷을 타고 급속도로 퍼져 나갔다. 중국인들은 ‘D-스트롱’, ‘도리안’ 등의 피켓을 들고 만리장성에 올라가 사진을 찍어 이들에게 전송했다.<br/><br/><br/><br/>김리안 기자 knra@munhwa.com, 연합뉴스 뉴시스

언론사: 문화일보-1-182.txt

제목: 경찰 ‘암행 순찰차’ 등장… 3월부터 고속道 투입  
날짜: 20160115  
기자: 손기은  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160115143535891  
본문: ‘마크’측면에 탈부착 <br/><br/>‘비노출’상태로 추적 <br/><br/>주간 시간대만 운용<br/><br/><br/><br/>오는 3월부터 순차적으로 전국 고속도로에 ‘암행 순찰차’가 투입돼 교통법규 위반 차량을 단속한다.<br/><br/><br/><br/>경찰청은 “<span class='quot0'>3월 차량 통행량이 많은 경부고속도로부터 비노출 차량을 투입해 교통 법규 위반 차량 단속에 돌입한다</span>”고 15일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>경찰은 오는 10월까지 시범 단속을 한 뒤 11월부터 본격적인 단속에 나설 계획이다. 경찰은 우선 3월부터 6월까지 경부고속도로에 2대의 암행 순찰차를 투입하고, 7월부터 10월까지는 서울외곽순환·영동·서해안고속도로에도 암행 순찰차 3대를 투입한다. <br/><br/><br/><br/>중점 단속 대상은 버스전용차로·지정차로 위반, 갓길 운행 등 얌체 운전과 ‘칼치기(급차선 변경)’나 급제동 등 난폭운전이다.<br/><br/><br/><br/>암행순찰차에는 대형 경찰 마크 대신, 탈부착이 가능한 소형 경찰 마크가 차량 측면에 부착된다. 또 경광등·전광판을 차량 내부에 설치해 외형상으로는 순찰차라는 사실을 눈치채기 어렵게 했다. 아울러 블랙박스를 전면 유리에 설치해 위반행위 단속과정을 녹화하고, 블랙박스에 녹화된 단속 영상을 적발된 운전자가 확인할 수 있도록 했다. 암행 순찰차는 주간 시간대에만 운용된다. <br/><br/><br/><br/>또 위법행위 발견 시 운전자에게 경고할 수 있는 거리까지 비노출 상태로 추적하다, 단속 사정거리 안에 위반 차량이 들어오면 경광등을 켜고 사이렌을 울리는 방식으로 단속에 나서게 된다.<br/><br/><br/><br/>경찰 관계자는 “<span class='quot1'>경제협력개발기구(OECD) 국가 대부분이 비노출 단속을 하고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>경찰관이 없어도 교통법규를 잘 지키는 문화가 형성되는데 큰 효과가 있을 것으로 기대된다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>손기은 기자 son@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-183.txt

제목: 가족드라마에서 엄마는 어떤 존재인가  
날짜: 20160113  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160113150809583  
본문: 결혼은 힘들다. 인륜지대사라서 그런 것은 아니다. 사랑하는 청춘남녀의 개인적 관계가 집안 문제로 확장되는 과정에서 맞닥뜨려야 하는 장애물들이 너무 많기 때문이다. 물론 대부분의 장애물은 사랑의 힘으로 그리 어렵지 않게 제거된다. 하지만 사랑으로도 쉽게 극복하기 어려운 것이 있다. 바로 경제적 격차에서 발생하는 문제이다. 경제력은 부족하면 부족한 대로, 넘치면 넘치는 만큼 갈등의 원인이 된다.<br/><br/><br/><br/>“난, 이 결혼 반대일세!” 가족드라마에서 주로 (시)어머니가 자식의 결혼 상대자를 인정하지 않을 때 자주 사용하는 표현이다. 진부하고 상투적이지만, 자식의 결혼 문제로 인한 갈등이 압축되어 있다.<br/><br/><br/><br/>그런데 가족드라마에 등장하는 어머니의 역할이 대부분 부정적으로 그려지는 것은 무슨 이유 때문일까. 어쩌면 자식의 결혼을 양쪽 집안이 결합하여 가족이 확산되는 과정으로 생각하는 어머니의 태도를 혼사장애 유발 원인으로 바라본 탓이 클 것이다. 아버지가 자식의 결혼을 당사자 문제로 생각하여 혼사장애를 해소하는 역할을 하는 것과 사뭇 다르다. <br/><br/><br/><br/>가족드라마에서 어머니는 언제나 가족을 위해 희생하고 헌신하지만, 결혼 문제로 자식들과 갈등하는 존재였다. 경제력이 떨어지는 연하의 남편 이동출(김갑수)을 대신하여 집안 경제를 책임지면서 억척스럽게 삼남매를 건사한 임산옥(고두심), 그리고 엄마처럼 살지 않겠다고 다짐하지만 어느새 엄마와 다르지 않은 삶을 살아가는 딸 이진애(유진)의 대립과 갈등에 초점을 맞춘 KBS 2TV 주말드라마 ‘부탁해요, 엄마’도 마찬가지였다. <br/><br/><br/><br/>엄마의 희생과 헌신이 장남에게 집중되어 있는 것은 물론, 일방적으로 딸을 희생시키는 극적 상황은 전근대적일 정도로 시대착오적이었다. 물론 장남이 성공해야 가족이 행복할 수 있다는 임산옥의 생각을 비난할 수는 없다. 여성의 사회적 위상 변화를 반영하지 못한 것은 분명하지만, 대부분 어머니가 갖고 있는 생각일 수 있기 때문이다. 게다가 내리사랑은 있어도 치사랑은 없다는 말처럼, 임산옥 역시 하나뿐인 딸이 행복하게 살기를 바라는 마음만은 분명하다. 딸이 경제적으로 부유한 집안의 아들과 결혼해서 행복하게 살았으면 하는 바람 때문에 온갖 잔소리를 늘어놓는 임산옥 또한 우리 주변에서 흔히 만날 수 있는 어머니일 뿐이다. 엄마처럼 살지 않겠다고 외치면서도 결국은 엄마처럼 살아가는 딸을 통해 어머니의 삶을 돌아보는 상당히 익숙한 극적 상황이 시청자의 이목을 집중시키는 것도 이러한 극적 상황의 보편성 때문이었다.<br/><br/><br/><br/>그러나 결말을 앞두고 임산옥이 말기 암 진단을 받는 상황이 너무 진부하고 상투적이다. 자식들의 이기적인 행동조차 어머니가 시한부 인생이라는 것을 알게 되었을 때의 눈물을 극대화하기 위한 작위적인 설정으로 느껴질 정도이다. 애지중지 키운 장남은 어린 아들이 딸린 이혼녀와 결혼해서 처가로 들어가고, 자기 자리를 찾지 못해 노심초사하게 만들던 막내아들마저 철없이 시작했던 사랑을 정리하고 새로운 삶을 살겠다고 떠나는 상황 전개가 그렇다. 이러한 상황 전개가 시청자의 눈물샘을 자극할 수는 있을지 몰라도, ‘임산옥’이라는 어머니의 삶을 돌아보기에는 역부족인 결말이 될 것 같아 아쉬움이 크다. <br/><br/><br/><br/> 충남대 교수·드라마평론가

언론사: 문화일보-1-184.txt

제목: 슬리퍼 신고… 환자 보호자 행세 병원 돌며 금품 털어  
날짜: 20160113  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160113145858506  
본문: 부산 서부경찰서는 13일 환자 보호자 행세를 하고 대형 병원을 돌아다니며 빈 병실만 골라 상습적으로 금품을 훔쳐온 혐의(절도)로 김모(63) 씨를 구속했다. 경찰에 따르면 김 씨는 지난 2015년 8월 8일 오전 11시쯤 부산 서구 모 대학병원 입원실에서 120만 원 상당의 금품을 훔치는 등 병원에 침입해 17회에 걸쳐 1000여 만 원을 훔친 혐의를 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>경찰 조사결과 김 씨는 슬리퍼를 신고 상의 외투를 벗은 셔츠 차림으로 한 손에는 개통도 하지 않은 휴대전화로 통화하는 척 가장하는 등 입원환자 보호자로 행세해 주변을 속여왔다. 김 씨는 말기 암 환자의 가족 지갑까지 훔친 것으로 드러났다.<br/><br/><br/><br/>부산 = 김기현 기자 ant735@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-185.txt

제목: 韓醫도 ‘표준지침’ 따라 진료한다  
날짜: 20160113  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160113135848365  
본문: ‘3차 한의약육성계획’ 확정<br/><br/>첩약중심서 알약 등으로 현대화<br/><br/><br/><br/>암, 치매, 감기 등에 대한 한의진료도 앞으로 양방처럼 표준화된 진료 지침대로 치료받게 된다. 또 그동안 첩약 중심이었던 한약을 알약 등으로 현대화해 해외 수출기반을 조성하는 작업에 정부가 적극 나선다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부는 13일 서울 중구 소공동 롯데호텔에서 한의약육성발전심의위원회를 열고 한의약의 표준 임상진료 지침을 개발하는 내용의 ‘제3차 한의약육성발전종합계획(2016∼2020년)’을 확정했다. 정부는 앞으로 5년간 암, 치매 등 30개 주요 질환에 대한 진료지침을 개발해 보급한다. 또 현재 첩약 중심의 한약을 알약 등으로 현대화하도록 건강보험 적용도 확대한다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-186.txt

제목: 일(事)의 생명성  
날짜: 20160112  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160112151457535  
본문: ‘지금 일할 수 있다는 것 자체가 행복이다’는 이야기가 요즘 사람들의 가장 일반적인 현실인식인 것 같다. 지금까지 일은 지위나 재물의 수단이거나, 명예나 권세의 상징이었다. 자식들 혼사(婚事)가 다 끝날 때까지는 반드시 지켜야 하는 ‘자리(체면)’이거나, 퇴직연금 호봉을 채우기 위해 몇 년은 더 버텨야 하는 ‘재물(창고)’이기도 했고, 결혼정보회사에서 매겨주는 ‘등급’이며 이른바 ‘갑질’과 ‘끗발’에 대한 욕망이기도 했다.<br/><br/><br/><br/>일로써 지위와 재물, 명예와 권세를 탐착하는 지난 시절의 중력장은 여전히 강고하다. 하지만 어떤 일이 더 좋은 일이고 어떻게 해야 일을 더 잘할 수 있는지 이전에, 내 삶을 살아 숨 쉬게 하는 일 자체의 생명성이 구체적으로 감각되고 인지되지 못한다면, 인간의 생활은 그 비루함(鄙)과 천박함(薄), 탐욕스러움(貪)과 나약함(懦)을 떨쳐내지 못하게 된다. 또 세상의 변화상 앞에서 항상 겁내고(怯), 근심하고(懼), 불안하고(不安定), 분주한(急迫) 마음 상태를 벗어나지 못할 것이다.<br/><br/><br/><br/>지지난해 미국 일리노이의 한 지역 방송이 전 세계적으로 큰 화제가 된 적이 있다. 이 방송국에서 9년째 뉴스를 진행하고 있던 50대 초반의 한 남성 앵커가 생방송 진행 중 동료 앵커와의 인터뷰에서 자신은 몇 주 전 의사로부터 뇌종양 판정을 받았으며 종양의 크기가 너무 커 4개월에서 6개월밖에 살 수 없다는 진단을 받았다고 털어놓았다. 그는 “며칠을 살더라도 삶에 있어 최선을 다하는 것이 목표”라며 “내가 할 수 있는 한 뉴스를 전하기 위해 이 자리에 있겠다”고 담담한 어조로 말했다. 그는 또 “격려해주는 많은 시청자들의 힘이 나의 인생을 바꿔 놓았다”고 덧붙이며, 다시 한 번 “뉴스를 진행한 지난 9년 동안 항상 최선을 다하고자 했으며 어느 날 일을 그만두어야 하는 날이 온다면 ‘나는 최선을 다했다’는 말을 하는 것이 희망이었다”고 강조했다.<br/><br/><br/><br/>이와 유사한 맥락에서, 미국 MD앤더슨 암센터 종신교수로 있는 김의신 박사는, 한국에서 행한 어느 강연 자리에서, 암(癌)을 대하는 한국인들만의 유난스러운 자세를 꼬집은 적이 있다. 요지는 “미국인은 암에 걸려도 묵묵히 자신이 할 일을 한다. 항암 치료를 받으면서도 회사에 출근을 한다. 죽기 전날까지 일을 하는 경우도 봤다. 그러면 암에 대해서 걱정하는 시간이 훨씬 줄어든다. 그런데 한국인은 암에 걸리면 일단 직장부터 그만둔다. 그리고 하루 종일 암과 죽음에 대해 걱정하기 시작한다. 그건 환자의 상태를 더 악화시킬 뿐이다”는 것이다. 혹자는 죽음을 앞둔 질병 상태에서도 계속 출근할 수 있는 미국의 현실에 더 눈길이 갈지도 모르겠으나, 여기서 더욱 중요한 것은 일을 대하는, 또 일에 임하는 보통사람들의 태도와 이러한 태도를 바람직한 삶의 건강성으로 합의할 수 있는 사회적 분위기일 것이다.<br/><br/><br/><br/>한 생명(物)이 그 형체(身)에 의탁하여 스스로 마음(心)을 굴리는 원리, 그것이 ‘일(事)’에 대한 동의학적 정의다. 어느 순간 내 삶의 건강성을 확인해 보고자 한다면, 가장 먼저 지금 나에게 일다운 일이 있는지를 자문해 봐야 한다. <br/><br/><br/><br/>카페방하 디렉터 lee\_sy@egoneco.com

언론사: 문화일보-1-187.txt

제목: 두 가지 암 24시간내 진단 국내연구진 나노캡슐 개발  
날짜: 20160112  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160112143458500  
본문: 나노캡슐을 이용해 두 가지 이상의 암을 24시간 내에 진단할 수 있는 기술이 국내 연구진에 의해 개발됐다.<br/><br/><br/><br/>한 가지 암을 진단하는 데에만 일주일가량 걸렸던 기존 진단시간을 대폭 줄이는 것은 물론 진단 방법도 간단해 검진 대상자의 불편이 크게 줄어들 것으로 전망된다.<br/><br/><br/><br/>한국기초과학지원연구원은 한국생명공학연구원, 미국 매사추세츠공대(MIT), 예일대 등과 공동으로 두 가지 이상의 암을 24시간 안에 동시에 진단할 수 있는 ‘상향변환(Upconversion) 나노캡슐’을 개발했다고 12일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>이 결과는 나노과학 분야의 국제학술지 ‘ACS 나노’지 온라인판에 지난 7일 게재됐다.<br/><br/><br/><br/>송현석(사진) 기초과학지원연구원 박사는 “<span class='quot0'>이번 성과는 신체 조직의 투과율이 좋고 조직 손상을 주지 않아 여러 종류의 암을 선택적으로 진단할 수 있어 암의 종류뿐 아니라 암의 전이까지 진단할 수 있을 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/> 박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-188.txt

제목: 지구촌 스타들,‘보위’ 애도 물결… “마법을 선물하고 화성으로 떠났다”  
날짜: 20160112  
기자: 박동미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160112143451374  
본문: “당신을 만난 건 행운.” 팝스타 마돈나는 11일 자신의 인스타그램에 10일 타계한 영국 록 가수 데이비드 보위와 함께 찍은 사진을 올렸다. 사진 속 마돈나는 젊고 아름다우며, 보위는 건강한 얼굴로 활짝 웃고 있다. ‘글램록의 대부’, 데이비드 보위가 69세로 세상을 떠났다. 보위 측은 공식 SNS를 통해 “보위가 가족들이 지켜보는 가운데 편안하게 죽음을 맞이했다”고 밝혔다. 이어 “18개월의 암 투병이 끝났다”고 덧붙였다.<br/><br/><br/><br/>전 세계 스타들의 애도가 이어졌다. 카녜이 웨스트는 “내게 가장 중요한 영감을 준 사람. 평생 우리에게 마법을 줬다”고 추모했다. 퍼렐 윌리엄스도 “보위는 진정한 혁신가, 진정한 창조자다. 편히 잠드소서”라고 애도했다. <br/><br/><br/><br/>1967년 데뷔한 보위는 음악뿐 아니라 미술과 패션에서도 독창적인 세계를 구축, 한 시대를 풍미한 문화 아이콘이었다. 2000년에는 영국 음악잡지 ‘NME’가 20세기 가장 영향력 있는 아티스트로 선정하기도 했다. 그는 1970년대 자신이 만들어낸 ‘글램 록’의 대표주자였다. 글램 록은 글래머러스(Glamorous)와 록(Rock)을 합친 말로, 화려한 화장과 의상이 특징이다. 보위는 지금까지 1억3000만 장이 넘는 음반을 판매했다.<br/><br/><br/><br/>국내 뮤지션들도 그의 죽음을 슬퍼했다. 밴드 혁오는 11일 SNS에 보위의 젊은 시절 사진을 게재했고, 빅뱅 지드래곤은 보위의 사진과 함께 “<span class='quot0'>Rest In Peace #Davidbowie(편히 잠드소서 데이비드 보위)</span>”라는 글로 애도의 뜻을 전했다. 가수 이승환은 자신의 페이스북에 “<span class='quot1'>언제나 앞서 가던 분, 언제나 좇아가고 싶었던 분</span>”이라고, DJ 배철수는 자신이 진행하는 라디오 프로그램에서 “보위가 화성으로 돌아갔다”며 추모했다.<br/><br/><br/><br/>보위는 세상을 떠나기 이틀 전이자 자신의 생일이기도 한 1월 8일 스물여덟 번째 새 앨범 ‘블랙 스타(Black Star)’를 발표했다. 총 7곡이 수록된 그의 새 앨범은 발표 3일 만에 유작이 되고 말았다. 현재 영국·미국 아이튠즈에서 앨범 판매량 1위를 차지하고 있다. <br/><br/><br/><br/>박동미 기자 pdm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-189.txt

제목: “한국 사위 별명, 자랑스러워요”  
날짜: 20160112  
기자: 신보영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160112143457229  
본문: 래리 호건 메릴랜드 주지사 <br/><br/>‘한인의 날’ 선포식서 “감사”<br/><br/><br/><br/>미국 수도 워싱턴DC 인근 메릴랜드주가 1월 13일을 ‘미주 한인의 날’로 공식 선포한 가운데 ‘한국 사위’로 불리는 래리 호건(60·사진) 주지사가 부인 유미 호건 여사와 함께 11일 오후 메릴랜드주 아나폴리스의 주 의사당에서 미주 한인의 날 선포 기념식을 열고 한인들의 기여를 높이 평가했다. <br/><br/><br/><br/>1월 13일은 1903년 한인 이민 선구자 102명이 갤릭호를 타고 태평양을 건너 사탕수수 농장의 노동자로 하와이에 첫발을 내디딘 날로, 미 연방 상·하원이 2005년 이날을 미주 한인의 날로 제정·공포했으나, 주 정부 차원에서 이를 별도로 선포해 기념하는 것은 또 다른 의미가 있다. <br/><br/><br/><br/>호건 주지사는 이날 기념사에서 미주 한인 이민 역사 113주년을 기념하면서 “한인 사회는 메릴랜드주 및 미국 전체에 매우 중요하다. <br/><br/><br/><br/>한인 사회는 지난 한 세기 넘게 미국의 부와 다양성 증진에 기여해 왔다”고 말했다. 그러면서 그는 한국말로 “나 스스로 한국 사위라고 부르는 것이 매우 자랑스럽다”고 덧붙였다. <br/><br/><br/><br/>호건 주지사는 암 투병과정에서 자신의 쾌유를 위해 기도하고 성원해 준 한인 사회에 고마움을 표시하는 대목에서 잠시 울컥하며 눈물을 보이기도 했다. 그는 지난해 6월 암의 일종인 비 호지킨 림프종(non-Hodgkin Lymphoma)에 걸린 사실을 자진해 공개했으며 화학치료를 거쳐 같은 해 11월 암 완치를 선언했다. <br/><br/><br/><br/>호건 주지사는 이날 워싱턴 특파원들과 만난 자리에서 부인 유미 호건 여사에 대해 “<span class='quot0'>메릴랜드의 퍼스트레이디로서 믿을 수 없을 만큼 일을 많이 한다</span>”면서 “<span class='quot0'>메릴랜드의 모든 사람과 한인 사회를 더 가깝게 만드는 그녀가 자랑스럽다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 아나폴리스 = 신보영 특파원 boyoung22@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-190.txt

제목: “치료 급한 ‘중태 고교생’ 치료하세요”… 60대, 자신의 癌치료비 쾌척  
날짜: 20160111  
기자: 박성훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111231822833  
본문: 김외수 창원 동양교통 대표 <br/><br/><br/><br/>본보 보도 접한뒤 1060만원<br/><br/><br/><br/>가족의 생계를 위해 아르바이트를 하다 교통사고로 중태에 빠진 고등학생 김윤호(가명·18) 군을 돕기 위해 자신의 암 수술 위로비 등 1000여 만 원의 거금을 내놓은 이가 있어 주위를 훈훈하게 하고 있다. (문화일보 2015년 12월 30일자 36면 참조)<br/><br/><br/><br/>이 사연의 주인공은 김외수(60·사진) 동양교통 대표다. 11일 경기공동모금회에 따르면 김 대표는 언론을 통해 김 군의 안타까운 사고 소식을 듣고 1060만 원을 기부했다. 김 대표는 문화일보와의 전화통화에서 “어려운 사연을 접하고 그냥 지나칠 수 없어 학생에게 도움을 전하기 위해 경기공동모금회에 연락했다”고 말했다. 김 군은 지난해 10월 오토바이를 타고 배달 아르바이트를 하던 중 경기 수원시 권선구의 한 도로에서 달려오던 1t 트럭과 부딪혀 의식불명에 빠지게 됐으며 현재 생명유지장치에 의존해 연명하고 있다. 아버지, 여동생(15)과 함께 사는 김 군은 아버지가 한쪽 눈을 실명한 뒤 직장을 잃자 직접 생계 해결을 위해 나섰다가 이 같은 변을 당했다. <br/><br/><br/><br/>김 대표는 특히 지난해 12월 후두암 수술을 받으면서 지인들로부터 받은 위로비와 치료비를 보태 기부에 동참하게 됐다. 그는 경남 창원에서 동양교통을 운영하고 있으며, 봉사조직인 동양사랑나눔회의 회장을 맡아 저소득가정 학생들의 장학금 지원 등 기부활동에 적극 앞장서 활동하고 있다. 김효진 경기공동모금회 사무처장은 “<span class='quot0'>타 지역의 일임에도 불구하고 안타까운 소식을 접하고 앞장서 나눔을 실천해준 김외수 대표께 진심으로 감사드린다</span>”며 “<span class='quot0'>전해 주신 성금은 김 군의 치료비로 사용될 수 있도록 소중히 전달하겠다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>수원=박성훈 기자 pshoon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-191.txt

제목: <오후여담>‘유전자 가위’혁명  
날짜: 20160111  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111231759319  
본문: 예진수 / 논설위원<br/><br/><br/><br/>2016년은 ‘유전자 가위의 해’로 기록될 것 같다. 취약한 표적 유전자를 잘라내는 ‘3세대 유전자 가위 기술(크리스퍼 방식)’이 생명공학 역사를 바꾸고 있다. 그 원리는 철도 레일에서 고장 난 부분만 빼내 갈아 끼우는 식이다. 어떤 유전자 기술보다 신속하며 파급력이 크다. 이 기술은 2∼3년간의 워밍업 기간을 거쳐 올해 본격 추진 기어를 넣는 형국이다. 하루가 다르게 새로운 연구결과가 쏟아져 나온다. 미국 최고의 과학 두뇌들은 암이 퍼질 때의 DNA 변화과정을 알아내는 데 성공했다. 이젠 암을 유전자 가위로 치료하는 길로 한발 다가서고 있다. 해충에 강한 농산물이 잇달아 등장하고 있다. <br/><br/><br/><br/>바이오 연료에 쓰이는 원료들의 염기 배열을 특별한 ‘DNA절단 효소’로 잘라낸 뒤 새로 붙이는 실험도 활기를 띠고 있다. 결과에 따라 연료혁명이 일어날 수 있다. 이미 2005년에 미래학자 레이 커즈와일은 저서 ‘특이점이 온다’에서 2020년부터는 유전자 정보를 자유자재로 바꾸는 기술로 수명을 연장하게 될 것이라고 예측한 바 있다. <br/><br/><br/><br/>미래창조과학부는 7일 열린 국가과학기술심의회에서 세계 톱 1% 정상급 과학자 300명을 발굴키로 했다. 이와 함께 유전자 가위 기술과 인공지능 등 2개 분야를 콕 집어 다양한 대비책을 마련해야 한다고 보고했다. 혈우병 치료 등 의료분야에서 활발하게 응용되기 시작한 유전자 가위 기술의 윤리 논란과 생태계 교란 우려 등에 대한 사회적 합의와 가이드라인 마련이 절실하다.<br/><br/><br/><br/>중국 광저우(廣州) 중산대(中山大)의 황쥔주(黃軍就) 박사팀은 독자 생존이 불가능한 인간 배아를 얻은 뒤 치명적인 혈관 질환을 일으킬 수 있는 유전자를 ‘크리스퍼 유전자 가위’로 제거했다는 내용의 논문을 지난해 4월 한 온라인 과학잡지에 게재했다. ‘맞춤형 아기’ 논란이 일었다. 부자들이 열성 유전자를 잘라낸 뒤 우수 유전자만 붙여서 자식을 낳으면 흙수저, 금수저의 대물림이 고착화될 것이다. 미래부도 이 기술을 인간에게 적용할 때는 윤리성과 고도의 안전성이 확보돼야 한다는 단서를 달았다. <br/><br/><br/><br/>한국의 유전자 가위 기술은 세계 톱 수준이다. 윤리 문제의 칼날을 피하면서 인류의 질병 퇴치에도 기여하고, 생명과학 분야의 선도 산업 발전에도 기여할 수 있도록 연구 시스템을 가다듬어야 한다. 불필요한 규제를 제거하면서 추가 연구에 가속을 붙여야 함은 물론이다.

언론사: 문화일보-1-192.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩·콩·콩 뱃살 탈출  
날짜: 20160106  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111231351424  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-193.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩·콩·콩 뱃살 탈출  
날짜: 20160106  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111231134594  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-194.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩·콩·콩 뱃살 탈출  
날짜: 20160106  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111231126400  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-195.txt

제목: ‘공포의 배둘레햄’… 콩·콩·콩 뱃살 탈출  
날짜: 20160106  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160112005310234  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-196.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩콩콩 뱃살 탈출  
날짜: 20160106  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111231124872  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-197.txt

제목: 차세대융합기술연구원, 세포배양기술 이용 새로운 암치료법 개발  
날짜: 20160105  
기자: 오명근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160112012405996  
본문: 국내 연구팀이 실제 암 환자의 세포를 활용하여 새로운 세포배양기술을 개발하고 이를 이용해 암을 치료할 수 있는 약물을 검색해내는 등 암 치료의 획기적인 계기를 마련해 주목을 받고 있다.<br/>차세대융합기술연구원(이하 융기원) 김성훈 교수 연구팀(바이오융합연구소장)은 삼성서울병원 난치암연구사업단과 대구경북과학기술원이 참여하는 공동연구를 통해 ‘암세포의 3차원 배양기술을 이용한 유효 약물 검색법’을 개발했다고 6일 밝혔다. <br/>이 연구성과는 암 분야 최고 국제학술지인 캔서 리서치(Cancer Research) 지난해 12월 16일자 온라인에 게재되는 등 세계적으로 인정받고 있는 것으로 알려졌다. <br/>암 치료제 개발은 암 발생 원인 및 치료가 다양하고 복잡해 질병 가운데 가장 난이도가 높은 분야로 암을 단순하게 분류하고 시기적절한 유효 약물을 신속하게 찾아내는 방법이 대안으로 연구돼 왔다.<br/>연구팀은 유전적 배경과 종류가 다른 100가지 암세포들을 3차원으로 배양하여, 이들이 그 모양에 따라 4가지 유형(구형, 집단형, 포도형, 비형성형)으로 단순하게 구분된다는 사실을 발견했다. 또한 각 유형의 암들은 기존의 항암제에 대하여 매우 다른 감수성을 가지고 있는 특성도 밝혀냈다.<br/>특히 암세포 중 3차원적 모형에서 구형(round type)을 이루는 암들은 많은 항암제에 대하여 내성을 보이고 있어서 이러한 종류의 암들을 치료하기 위해서는 약물의 투과력을 높일 수 있는 치료가 병행되어야 한다는 사실도 밝혀냈다. <br/>이번 연구는 뇌종양 환자들로부터 유래한 암세포에 적용해 동일한 결과를 얻음으로써 암세포의 3차원 배양기술을 이용한 분석이 항암제 개발 및 치료를 위한 방안이 될 수 있는 가능성을 제시했다. 연구팀은 기존 암 치료제 개발에 전환점이 될 수 있는 것으로 자동화된 최첨단 3차원 세포 약물 검색시스템 개발에도 성공했다. 연구팀은 시스템 자체 상용화뿐 아니라 시스템이 필요한 제약회사와 연구기관에 이 기술을 제공할 계획이다.<br/>김성훈 교수는 “<span class='quot0'>암 치료제 개발에 새로운 관점을 제공하고 개발 기간을 단축할 수 있는 등 앞으로 많은 암 치료제 개발이 기대되는 획기적인 기술</span>”이라며 “<span class='quot0'>이를 활용하여 다양한 암 치료제 개발 연구를 진행할 계획</span>”이라고 밝혔다. <br/>의정부=오명근 기자 omk@

언론사: 문화일보-1-198.txt

제목: <2016 신춘문예>전에도 봐놓고 그래 - 최정나  
날짜: 20160104  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160112012347257  
본문: - 단편소설 당선작<br/>노모는 거실에 웅크리고 앉아 졸고 있었다. 텔레비전에서는 기독교방송이 나왔다. 목사의 말끝마다 탄성을 내지르는 성도들을 카메라가 훑고 지나갔다. 거실에 들어선 여자가 노모의 손에서 빠져나온 리모컨을 집어 텔레비전을 껐다. 집안이 고요해지자 노모가 눈을 떴다. 여자와 그 뒤에 서 있는 남자를 바라보던 노모는 두 눈이 휘둥그레져서 일어났다. 껑충하게 올라간 바짓단 밑으로 붉은색 내복이 삐져나왔다. 절반쯤 드러난 종아리엔 살비듬이 껴 있었다. 노모가 허둥대며 다가가 여자의 목을 끌어안았다. 여자의 목 뒤에서 노모의 손가락이 단단하게 겹쳐졌다 풀어졌다. 얼굴이 붉어진 여자가 헛기침을 했다. 노모가 남자를 향해 두 팔을 벌렸을 때 남자는 케이크 상자를 바닥에 내려놓았다. 남자의 등을 물끄러미 바라보던 노모는 불쑥 여자에게 다가가 리모컨을 빼들었다. <br/>“<span class='quot0'>설교 중에 끄면 벌 받는다.</span>” 노모가 말했다. <br/>“잘 지내셨어요? 엄마?” 남자가 물었다. <br/>“손님들은 언제 오세요? 어머니?” 여자가 물었다. <br/>“<span class='quot0'>돈 들여서 저런 건 뭐 하러 사왔냐?</span>” 노모가 케이크 상자를 가리켰다. <br/>“아버지 생신인데 있어야죠.” 남자가 형광등 스위치를 올렸다. <br/>“아껴야 한다.” 노모가 형광등 스위치를 내렸다.<br/>여자가 케이크 상자를 가지고 주방으로 갔다. 노모도 따라갔다. 식탁 위는 어수선했다. 그릇과 된장병이 여러 개 나와 있었고 플라스틱 반찬통엔 약봉지가 수북하게 쌓여 밖으로 흘러넘쳤다. 노모는 무엇을 해야 할지 모르겠다는 표정으로 여자의 움직임을 주시했다. 여자가 싱크대 선반에서 물 잔을 꺼내자 노모는 그제야 생각났다는 듯 가스레인지에 주전자를 올렸다. <br/>“조금만 기다려라, 새아가.” 여자가 쳐다보자 노모가 다시 말했다. <br/>“물 말이다. 이게 느릅나무 거죽을 끓인 거다. 그러니까 이걸 마셔라. 찬물을 마시면 콜레스테롤이 혈관에서 그대로 굳는다. 뜨거운 걸 마셔야 혈관에 붙은 기름기도 쏙 빠지고, 게다가 느릅나무는 염증에도 좋단다. 나도 너 때는 그걸 모르고 찬물을 하루에 한 통씩 마셨지 않았겠냐? 텔레비전에서 박사님이 하는 말을 들었으니까 알았지. 안 그랬으면 혈관이 다 굳을 뻔했다.” <br/>냉장고 옆에 쌓인 빈 생수병을 내려다보던 여자가 인상을 찡그렸다. <br/>“아니다. 너, 내가 어디 전봇대 밑에 가서 주워 온 줄 알지? 아버지가 약수터에서 매일 떠 오신다. 병을 버리고 가는 사람들이 그렇게나 많다는구나. 아버지도 너처럼 찬물을 좋아하셨잖냐? 그런데 요즘은 이것만 드신다. 아버지가 떠오는 물은 밥 지을 때 쓴단다. 그게 건강에도 좋다.”<br/>주전자 밑바닥에서 물 끓는 소리가 났다. 물 잔을 쥔 노모의 약지가 살짝 들렸다. 여자는 물 잔을 입에 대는 척하다 내려놓았다. <br/>“왜, 뜨겁냐? 호호 불어가며 마셔라. 그래야 혈관에 들러붙은 기름이 싹 다 떨어져 나간다.” <br/>“약재엔 부작용도 있어요. 어머니.” <br/>“그게 무슨 말이냐?” <br/>“<span class='quot0'>몸에 맞지 않으면 더 안 좋아질 수도 있고요.</span>” <br/>“내가 말하는 게 아니야. 공부 많이 하신 박사님께서 말씀하신 거야. 신문에서도 봤는데 그러는구나.” <br/>“<span class='quot0'>손님들은 언제 오시는 거예요?</span>” <br/>“올 때 되면 오겠지.”<br/>“몇 분이나 오시는 거예요?”<br/>여자가 물었을 때 남자가 화장실에 들어갔다. <br/>“소변이냐?” 노모가 소리쳤다. <br/>남자는 대꾸하지 않았다. 노모가 화장실에 다가가 문에 귀를 붙였다. <br/>“대변이냐?” <br/>남자의 한숨 소리가 들렸다. <br/>“휴지도 아껴야 한다. 알고 있지?” <br/>여자는 노모의 비틀어진 목에 사선으로 난 주름을 바라보다 고개를 돌린 노모와 눈이 마주쳤다. 미소 짓는 여자의 얼굴이 한쪽으로 틀어졌다. <br/>“몇 분이나 오시는 거예요. 어머니?” <br/>“<span class='quot0'>가만 있어봐라, 내가 병원에서 받아 온 게 있는데 그게 아주 유용하다.</span>” 노모가 약봉지 사이에서 종이 한 장을 빼들었다. <br/>“읽어봐라. 얼마 전에 병원에서 준 거다. 밑을 닦을 땐 앞에서 뒤로 닦아야 한다. 세균이 자궁으로 들어가면 안 되니까 말이다. 내가 그걸 모르고 반대로 닦아서 고생이 많았다. 너네도 비데 놓았냐? 나는 너네가 사준 비데 쓰다가 치질에 걸린 줄도 몰랐다. 다 의사선생님이 가르쳐 주니까 알게 된 거다. 몰라서 좋아했지. 정말 무식했다. 너도 쓰면 안 된다. 알아들었냐? 알고 있지?” 노모가 종이를 건넸다. <br/>“그게 무슨 말씀이세요? 비데하고 치질하고 무슨 상관이라고요?”<br/>“생각해봐라. 비데를 쓰면 휴지를 안 쓰지 않냐. 휴지를 안 쓰면 항문에서 피가 나는지 치질이 빠졌는지 알 수가 없지 않냐? 휴지를 써야 금방 아는데 그걸 안 쓰니까 치질이 걸린 줄도 모르고 살지 않겠냐? 그렇지? 그러니까 한번 읽어봐라. 거기 다 나와 있다. 이런 걸 많이 알아야 한다.” <br/>“음식준비는 어떻게 할까요?” 여자가 몸을 돌려 노모의 시선을 피했다. <br/>“못 봤냐? 아버지가 마당에 계신다.” <br/>“<span class='quot0'>날도 추운데 또 보신탕이에요?</span>” <br/>“그래도 오늘은 날이 푹하다. 은혜지 뭐냐. 이것 좀 가져다주고 오너라. 아니다. 그러지 말고 인제 그만 들어오시라고 해라. 날이 암만 푹해도 오래 계시면 감기 들린다.” 노모는 건네려던 물 잔을 자신의 가슴께로 말아 넣었다. <br/>노부는 노란 들통 앞에 쭈그리고 앉아 있었다. 들통 안에는 국이 끓었다. 구수하고 누릿한 냄새가 주변에 떠돌았다. 노부가 국자로 기름을 걷어내 마당에 뿌렸다. 붉은 국물이 시멘트 바닥에 스며들어 마당에 얼룩이 졌다. 남자가 들통을 들여다봤다. <br/>“늦었구나.” 노부가 국자로 탕국을 휘저었다. <br/>“죄송해요.” <br/>“아니다. 내일 안 오고 오늘 왔으니 다행이다.” <br/>남자가 어색하게 웃었다. <br/>“<span class='quot0'>생신인데 아버지가 음식을 차리세요?</span>” <br/>“그럼 누가 차려 주냐?” <br/>“나가서 드시면 편하죠.” <br/>“니들 주려고 잡아왔다. 잡느라 애먹었어.”<br/>“<span class='quot0'>사오면 되지, 왜 애를 먹어요?</span>” <br/>“말도 마라! 며칠 전에 개를 보러 갔는데 말이다. 내가 이놈을 점찍어두고 백숙까지 고아 먹이지 않았냐? 토실하게 살이 올랐다기에 어제 잡으러 갔는데, 이번에 통장이랑 간 게 화근이다. 그놈이 내 개에 눈독을 들이더라 이 말이다. 귀한 것엔 원래가 액이 끼는 법이다. 그래도 안 나눴으니 다행이다. 우리가 맛있게 먹으면 된 거다. 개장수가 깨끗하게 잡아서 핏물까지 싹 빼줬지 뭐냐. 너네 주려고 하는 거지, 너네 아니면 하지도 않는다.” 노부가 흐뭇한 표정으로 들통 안을 들여다봤다. <br/>“<span class='quot0'>안 드시는 분들도 계시잖아요?</span>” 멀찍이 서 있던 여자가 껴들었다. <br/>“<span class='quot0'>너나 안 먹지, 다들 좋아한다.</span>” <br/>“<span class='quot0'>이제 저이도 안 먹기로 했어요.</span>” <br/>“쟨 이거 좋아한다. 니가 안 먹는다고 쟤까지 못 먹냐?” <br/>노부가 막걸리병을 들고 일어나 마당 이쪽저쪽에 술을 뿌리며 고함쳤다. <br/>“고수레다, 고수레에!” <br/>들통 앞에 앉은 노부가 개고기를 도마에 올렸다. 나무로 된 도마는 개 한 마리가 다 놓이고도 남을 만큼 컸다. 머리와 내장이 제거된 개가 모로 누웠다. 뻣뻣해진 네 개의 다리가 허공에 들렸다. 발톱 몇 개가 떨어져 나간 게 여자가 서 있는 곳에서도 보였다. 노부가 왼손으로 갈빗대를 잡고 넓적다리 안쪽에 식칼을 꽂았다. 손놀림이 능숙했다. 순식간에 몸통에서 다리가 잘려 나왔다. 엉치뼈, 등뼈, 갈빗대가 부위별로 분리됐다. 노부가 차례대로 살점을 발라 큼직하게 찢었다. 양념에 무친 살점과 남은 뼈들은 다시 들통으로 들어갔다. 도마에 넓적다리만 남았을 때 노부는 크게 숨을 몰아쉬었다. 다리 안쪽에서 조심스레 살점을 저며 입에 넣었다. <br/>“잘 익었다. 이건 수육으로 먹자.” <br/>노부가 다시 살점을 발라 남자에게 건넸다. 남자가 입을 벌렸다. 노부의 기름진 손가락이 남자의 턱에 닿았다. <br/>“어떠냐?” <br/>“육질이 살아있는데요.” 남자는 손으로 턱을 닦았다. 기름이 가로로 번졌다.<br/>“불알도 먹어볼 테냐?” <br/>“<span class='quot0'>어휴, 그건 아버지 드세요.</span>” <br/>“너도 먹어봐라.” 칼을 쥔 노부의 손이 움찔거렸다. 여자가 몸서리치며 고개를 저었다. <br/>“다 됐다. 이제 놔두면 된다.” <br/>노부는 무릎을 양손으로 짚고 일어나 담장으로 걸어갔다. 담장은 노부의 허리춤 높이였다. 마당 안쪽에서 자라난 담쟁이넝쿨이 외벽까지 줄기를 틀어 담장은 붉은 잎으로 뒤덮였다. 줄기에 달라붙은 마른 잎사귀가 작은 바람에도 들썩거렸다. 노부가 담장에 몸을 붙이고 서서 골목길을 살폈다. 노부의 몸이 넝쿨을 눌렀다. 잎사귀가 바스락대며 줄기에서 떨어져 나왔다. 움켜쥔 손가락처럼 생긴 잎사귀 몇 장이 허공에서 갈지자를 그렸다. 소리에 놀란 개가 제집 밖으로 나왔다. 개는 페키니즈와 누런 개의 잡종이었다. 오래전 동네를 오가던 유기견이었는데 대문 안으로 들어와 나가지 않았다고 노부가 말했다. 개가 노부의 다리에 매달리며 꼬리를 흔들었다. 목줄이 짧아 움직일 때마다 줄이 팽팽하게 당겨졌다. <br/>“언제들 오려나?” <br/>“누가 와요?” 남자가 물었다.<br/>“누구긴 누구냐? 작은아버지랑 둘째, 넷째 작은 아버지네지. 올 사람이 또 있냐?” <br/>“<span class='quot0'>그냥 생신인데 뭘 다 부르셨어요?</span>” <br/>“<span class='quot0'>생신이 뭐, 그냥 생신, 특별 생신 따로 있냐?</span>” <br/>“<span class='quot0'>사촌들이랑 제수씨들도 오겠네요.</span>”<br/>“<span class='quot0'>부모가 움직이는데 자식들이 모셔야지!</span>”<br/>“귀찮아해요.”<br/>“닦아야겠다.” 노부가 평상을 가리켰다. <br/>“여기서 드시게요?” <br/>“<span class='quot0'>개는 밖에서 먹어야 제맛이다.</span>” <br/>“추운데요.” <br/>“가을인데도 춥냐?” <br/>“아버지도. 이제 겨울이죠.” <br/>“<span class='quot0'>지하실에 가서 파라솔이나 좀 꺼내 와라.</span>” <br/>“파라솔은 뭐하게요?” <br/>“<span class='quot0'>평상에 파라솔 꽂고 그 위에 비닐이라도 씌우면 되지 않냐?</span>” <br/>“<span class='quot0'>어머니가 감기 걸린다고 그만 들어오시래요.</span>” 여자가 말했지만 아무도 대답하지 않았다. <br/>남자는 지하실 문을 열고 들어서다 장도리에 발이 걸렸다. 휘청대던 남자가 이내 중심을 잡았다. 여자도 남자를 따라 들어갔다. 퀴퀴하고 습했다. 어둠이 눈에 익을 때까지 기다렸다가 남자가 형광등을 켰다. 촉 낮은 전구가 노랗게 빛났다. 쪽창 아래 네 개의 운동기구들이 나란히 놓여 있었다. 발판이나 손잡이가 고장 난 것들이 대부분이었다. 남자는 복지관에서 버린 것들을 옮겨오는 노부를 이해할 수 없다며 투덜댔다. 기구들은 몇십 년 동안 한 번도 쓰지 않은 것처럼 보였다. 고장 난 곳엔 철사나 노끈이 둘둘 말려 있었다. 칠이 벗겨진 데는 기름을 먹여놓았다. 누런 기름이 흐르던 채로 진득하게 굳었다. 날개가 부러진 선풍기나 오래된 텔레비전 같은 것들은 김장용 비닐에 싸여 있었다. <br/>“당신, 개고기 먹을 거야?” 여자가 남자에게 바짝 다가섰다. <br/>“왜 그래?” 남자가 바닥에서 파라솔을 찾아냈다. <br/>“<span class='quot0'>개를 어떻게 죽이는지 몰라서 그래?</span>” <br/>“<span class='quot0'>그렇게 다 따지면 먹을 게 없어.</span>”<br/>“쇠파이프로 머리를 후려 패잖아? 그것도 다른 개들이 보는 앞에서. 저번에 봐놓고도 그래?” <br/>“원래 그래.”<br/>“<span class='quot0'>그렇게 원한을 가지고 죽은 애들이 몸에 좋을 리 없어.</span>”<br/>“<span class='quot0'>아버지가 정성 들여 끓이니까 몸에 좋을 거야.</span>”<br/>“쟤넨 힘없는 애들이라고.”<br/>“우리도 힘없어.” <br/>남자가 파라솔에 묻은 먼지를 손바닥으로 털었다. 먼지가 일자 남자는 눈살을 찌푸렸다. 여자도 뒤로 물러났다. 남자는 플라스틱 의자 위에 파라솔을 겹쳐 들고 밖으로 나갔다. 뒤뚱대며 계단을 오르는 뒷모습을 여자가 바라봤다. 남자가 시야에서 사라질 때까지 여자는 움직이지 않았다. <br/>노란 불빛이 여자 아래 그림자를 만들었다. 여자는 자신의 그림자를 응시했다. 여자의 머리 높이에 달린 쪽창으로 남자의 다리가 지나갔다. 노부의 다리도 스쳤다. 여자는 박제품처럼 놓인 운동기구를 피해 쪽창 가까이 다가갔다. 흙물이 들이쳐 생긴 물 자국이 벽면을 타고 흘렀다. 자국은 누렇고 얼룩덜룩했다. 그 위에 곰팡이가 슬었다. 여자가 사방 벽을 둘러봤다. 벽면엔 실금이 나 있었다. 뿌리처럼 뻗은 틈이 아래로, 옆으로, 위로 퍼져나갔다. 여자가 뒷걸음쳤다. 시멘트 더미가 떨어져 나간 곳 안쪽에서는 붉은 흙이 삐져나왔다. 흙은 시멘트를 밀어내며 구멍을 키웠다. 구멍을 비집고 넝쿨 줄기가 나왔다. 줄기는 흡착근을 벽에 붙이고 자라났다. 여러 개의 넝쿨손이 벽을 휘감았다. 여자가 쫓기듯 지하실을 빠져나왔다. <br/>남자가 평상에 파라솔을 고정했다. 파라솔은 평상에 비해 턱없이 작았다. 노부가 비닐막을 덮어씌웠다. 담장 밖에서 몸집이 작은 노파가 그들의 모습을 지켜봤다. 노파는 눈꼬리가 늘어져 매서웠다. 여자와 눈이 마주치자 노파는 굽은 등을 보이며 어디론가 사라졌다. 현관문이 열리며 노모가 걸어 나왔다.<br/>“아이, 이게 다 뭐예요?”<br/>노모가 마당을 휘둘러봤다. 여자는 평상 위에 놓여 있던 마른걸레로 플라스틱 의자를 닦기 시작했다. 노모가 이쪽저쪽 오가며 말을 건넸지만 노부와 남자는 귀먹은 사람들처럼 아무 말도 하지 않았다. 여자가 구두를 벗고 평상에 올라갔다. 마른걸레로 먼지를 털어내는 여자에게 노모가 소리쳤다.<br/>“너, 그런 신발을 신으면 안 된다. 넘어진다. 얼마 전에 내가 그런 신발을 신었다가 미끄러져서 얼마나 고생했는지 아냐? 아직까지도 쑤신다.” 노모가 자신의 허리에 손을 가져다 댔다.<br/>그들 셋은 여자가 벗어둔 삼 센티미터 굽 달린 구두를 바라봤다. 여자도 자신의 구두를 내려다봤다. <br/>“<span class='quot0'>엄마는 그러니까 왜 어울리지도 않는 신발을 신어요?</span>” 남자가 말했다. <br/>“그 신발은 벗어두고 가거라. 너 발이 몇이냐?” <br/>“괜찮아요. 어머니.” <br/>“아니다. 안 된다. 그런 신발은 아예 거들떠보지도 말아야 한다.”<br/>“뭐, 별로 높지도 않은데?” 비닐막을 고정하던 노부가 말했다. <br/>“모르는 소리 말아요. 저런 신발이 사람 잡아요. 말해봐라. 발이 몇이냐? 이백사십이냐? 신발을 준 이가 이백사십이던데, 너도 그렇지?” 노모가 해맑게 웃었다. <br/>“커요. 어머니. 저번에 주신 것도 컸어요.” <br/>“운동화는 괜찮다. 조금 커도 끈을 단단히 매면 된다. 그건 여기에 벗어두고 가거라. 아니다. 여기서 이럴 게 아니라 얼른 들어가자.”<br/>앞장서 걷던 노모가 뒤돌아서서 소리쳤다. <br/>“빨리 들어오세요. 감기 걸리면 약값이 더 들어요.” <br/>“들어가 봐라. 신발 하나 생기겠구나.” 노부가 어정쩡하게 서 있는 여자에게 말했다. <br/>“저도 들어갈래요.” 남자가 말했다. <br/>노모는 작은 방을 향해 굼뜨게 걸었다. 남자가 결혼한 후에 작은 방은 노모의 물건을 쌓아두는 창고로 쓰였다. 노모가 방문을 열자 고릿하고 누릿한 냄새가 냉기에 딸려 나왔다. 열린 틈새로 실타래 같은 것이 얼크러져 나왔다. 노모가 몸을 비틀어 방으로 들어갔다. 안쪽에서 부스럭대는 소리가 들렸다. 남자가 손잡이를 비틀었다. <br/>“아니다. 여긴 들어오지 마라.” 방에서 노모가 소리쳤다. <br/>“거긴 엄마 비밀 창고다. 나도 못 들어간다.” 노부가 웃을 듯 말 듯한 표정을 지었다. <br/>“<span class='quot0'>저 방에 뭐가 있는데 그래요?</span>” <br/>“난들 아냐? 얻어온 옷들이 산더미처럼 쌓였을 테지. 저번에는 거기서 나방이 나왔다.” <br/>“나방이라니요?”<br/>“여름에 말이야. 이만한 게 나왔어.” 노부가 주먹 쥔 손을 내보였다. <br/>“<span class='quot0'>아버지도 참, 옷은 어디서 난 거래요?</span>”<br/>“<span class='quot0'>나도 모르지, 죄다 쓸모없는 것들인데 신당을 차렸다.</span>”<br/>“<span class='quot0'>그럼 교회에 갖다 주지 그래요?</span>”<br/>“하나님이 달래도 안 줄걸. 그냥 놔둬라. 시끄러워지면 나만 힘들다.”<br/>한참 후에 발그레한 얼굴로 방에서 나온 노모는 손에 움켜쥐었던 대여섯 벌의 옷을 바닥에 펼쳐놓았다. 목이 늘어나거나 색이 변한 것들이었다. 남자가 힐끔대다 텔레비전 채널을 바꿨다. 뒤축이 닳고 발볼이 해진 운동화는 여자의 손에 들렸다. 여자가 멍한 표정으로 운동화를 내려다봤다. 노모가 보풀이 인 보라색 스웨터를 남자의 몸에 이리저리 대보았다. <br/>“입어봐라. 이건 너한테 참 잘 어울리겠다.”<br/>“<span class='quot0'>그런 거 입으면 사람들이 쳐다봐요.</span>” <br/>“가끔 이런 것도 입어야 기분전환이 된다. 돈도 아끼고 일석이조지?”<br/>“필요하면 사야죠.”<br/>“이것도 다 비싼 거야. 만져봐라, 아주 보들보들한 게 따뜻하겠지?” <br/>“집에 다 있어요.” <br/>“샀냐?”<br/>“샀죠.”<br/>“그냥 가져가라.” 노부가 슬그머니 일어나 종이봉투를 들이밀었다. <br/>“싫다는데 그러세요.”<br/>“너는 괜히 그러는구나. 이거 다 좋은 거야.” <br/>“<span class='quot0'>그게 다 어디서 난 거예요?</span>” <br/>“앞집 엄마가 백화점에서만 산다더라. 한 번 입고 맘에 안 들면 안 입어.” <br/>“십 년은 됐겠네.” 남자가 혀를 찼다. <br/>“<span class='quot0'>전도한다고 가서 집안일까지 다 해주고 저런 걸 받아온다.</span>” 노부가 말했다. <br/>“집안일까지 해줘요?” <br/>“<span class='quot0'>전도하면 교회에서 한 명에 이만 원씩 준다더라.</span>” <br/>“<span class='quot0'>당신도 그걸로 먹고 입잖아요.</span>” 노모가 말했다. <br/>“<span class='quot0'>그게 다 자식들 욕 먹이는 일이에요.</span>” 남자가 나무라듯 말했다. <br/>“모르는 소리 마라. 거기는 집이 아주 따끈따끈하다. 아버지가 니들 올 때만 집에 불 때지. 나 있을 때는 불 안 땐다. 아주 으슬으슬해. 가서도 일 많이 하는 줄 알지? 안 한다. 그냥 빨래만 해준다. 손빨래하는 것도 아니고 세탁기가 다 알아서 해주는데 뭐가 어렵냐. 널고, 걷고, 개고, 그게 끝인데 어렵지 않다. 힘든 건 나도 못한다. 게다가 갈 때마다 만 원씩 돈도 주는데, 이게 일석 몇 조냐? 나도 예전엔 일도 하고 살림도 해봐서 그 마음 잘 안다. 서로 돕고 살면 좋은 것 아니냐? 게다가 우리도 좋고 니들도 좋고.” <br/>“<span class='quot0'>며느리도 일하는데 거긴 안 가잖아?</span>” <br/>“행사장은 요즘 안 가세요?” 여자가 화제를 바꿨다. <br/>“안 간다.” 노모가 대답했다. <br/>“뭘 안 가? 요즘에도 간다.” 노부가 말했다. <br/>“행사장이라뇨?” 남자가 물었다. <br/>“싸구려 물건 가져다 비싸게 파는 데 있지 않냐? 노인들이 돈을 엄청 쓴다더라.” <br/>“거긴 아들 같은 청년들이 어깨도 주물러준다. 친절한 데다 갈 때마다 휴지도 하나씩 나눠준다. 옥장판에 누워있으면 찜질방이 따로 없으니 몸도 풀리고, 따끈하고, 그만한 게 없다.” <br/>“<span class='quot0'>백만 원이나 주고 옥장판을 샀으니까 그렇지.</span>” <br/>“백만 원요?” 남자가 놀라 물었다. <br/>“아들 같은 청년들이라면서요? 어머니.” 여자가 물었다. <br/>집안은 점점 어두워졌다. 창문엔 간유리가 끼워져 있었고 그 때문에 창을 투과한 흐릿한 석양빛이 거실의 어둠에 섞여들었다. 선반엔 주민 센터에서 받은 표창장과 상패가 놓여 있었다. 노부가 물걸레로 먼지를 닦았다. 남자와 여자의 결혼사진도 닦았다. 사진 속에서 여자는 조금 놀란 표정으로 정면을 응시하고 있었다. 여자의 얼굴 위로 물걸레가 지났다. 남자는 오락 프로그램을 보며 킥킥 웃었다. 웃을 때마다 모로 누운 남자의 한쪽 다리가 허공에 들렸다. 남자를 바라보던 여자가 흠칫 놀라 눈을 돌렸다. 여자는 화면에 시선을 두었지만, 텔레비전을 보고 있지 않았다. 노모는 멍하니 앉아 유리창을 바라보다가 갑자기 일어나 주방으로 들어갔다. 소쿠리 한가득 귤을 가지고서 다시 나왔다. 주먹만 한 귤은 껍질이 다 말랐다. 노모가 귤을 집어 하나씩 건넸다. 노부가 손을 저었다. 여자도 고개를 흔들었다. 남자는 귤을 받아들었다. 노모가 남자를 주시했다. 남자가 껍질을 깠다. 노모가 침을 삼켰다. 남자가 과육에 붙은 하얀 실을 떼어냈다. <br/>“귤은 그 흰 부분을 다 먹어야 한다. 나도 니 나이 때는 흰 거를 다 까냈다. 그땐 너무 몰랐다. 지금이라도 이렇게 알았으니 얼마나 다행이냐? 그게 피를 맑게 해준다. 뿐이냐? 암도 없애주고 숙변도 제거해주고 피부도 좋게 한단다. 너는 까지 말래도 그렇게 까니?” <br/>남자는 대답하지 않았고, 노모는 다시 시무룩해졌다. 두 눈을 끔뻑대며 옷가지를 바라보던 노모는 자신의 방문 너머 어딘가를 응시했다. <br/>“손님들이 늦으시네요.” 여자가 시계를 바라봤다. <br/>“<span class='quot0'>고기가 많은데 무슨 걱정이냐?</span>” 노부가 말했다. <br/>“<span class='quot0'>고기도 다됐는데 언제까지 기다리고만 있어요?</span>” 남자가 간유리를 쳐다봤다. <br/>“채소나 넣어야겠다.” <br/>“전화비가 아까워서 그러는 거예요? 전화해보면 되잖아요.” <br/>노부는 대답하지 않고 자리에서 일어났다. <br/>“당신이 나갔다가 와.” 여자가 말했다. <br/>“당신이 갔다 오면 되잖아.” 남자가 길게 뻗은 다리를 꼬고 움지럭거렸다. <br/>노부를 따라 여자가 밖으로 나갔을 때 도마 앞에 쭈그리고 앉은 노파와 마주쳤다. 몸집이 작은 노파는 열심히 입을 우물거렸다. 도마엔 넓적다리가 저며져 있었다. 입이 쩍 벌어진 노부는 말없이 노파를 노려봤다. <br/>“누구세요?” 여자가 물었다. <br/>“권사님 보러 왔는데.” <br/>“어머니는 집에 계시는데요.” 여자가 얼떨떨한 목소리로 말했다. <br/>“<span class='quot0'>권사님이 여기 어디 폐지를 모아 놨을 텐데 영 찾을 수가 없잖아.</span>” <br/>“폐지라니요?”<br/>“<span class='quot0'>평소엔 잘도 가져가더니 오늘따라 안 보인다는 건 무슨 소린지.</span>” 노부의 얼굴이 일그러졌다. <br/>노파가 수육을 뭉텅이로 집어 입에 구겨 넣었다. <br/>“고기가 다 풀어졌어. 너무 삶았어!” <br/>“이 망할 놈의 노인네가! 이도 없으면서 뭐가 풀어졌다는 거요?” <br/>“<span class='quot0'>들어왔다가 있길래 잘 익었는지 잠깐 본 건데 뭐, 잘못됐나?</span>” <br/>“<span class='quot0'>우리도 아직 안 먹은 건데 이러시면 <span class='quot0'>어떻게 해요?</span></span>” 여자가 말했다. <br/>“뉘신가? 처음 보는 얼굴인데?” 노파가 마당에 가래침을 뱉었다. <br/>“할머니! 침을 뱉어놓으면 그걸 누구 보고 치우라는 거예요?” <br/>“<span class='quot0'>폐지도 모자라서 남의 집 귀한 고기까지 축내기요?</span>” 노부가 허공에 대고 삿대질했다. <br/>“<span class='quot0'>아이고, 맛도 없는데 유세는?</span>”<br/>“맛이 없다니? 그게 얼마나 귀한 건데?”<br/>“이번 주엔 교회도 갈라고 했는데 못 가겠네. 못 가겠어!” 노파는 탕국에 침 뱉는 시늉을 하며 자리에서 일어났다. <br/>“저놈의 노인네가?” <br/>노부가 노파 앞으로 달려갔다. 노파가 노부를 피해 대문 쪽으로 걸어갔다. 노파는 정강이까지 내려오는 바지를 입고 있었는데 노모의 것과 같았다. 종아리엔 부푼 핏줄이 징그럽게 엉켜 있었다. <br/>“<span class='quot0'>다시 이 집에 얼씬거리지 마요!</span>” 노부가 소리쳤다. <br/>노파가 개집 위에서 폐지를 그러모아 대문 밖으로 사라졌다. <br/>“<span class='quot0'>저런 정신 나간 할망구들을 전도한다고 저런다.</span>” <br/>주저앉은 노부가 들통에 채소를 밀어 넣었다. <br/>거실엔 대여섯 벌의 옷가지와 운동화, 빈 종이봉투가 늘어져 있었다. 소쿠리 주변엔 귤껍질이 떨어져 지저분했다. 남자는 텔레비전을 보느라 노부와 여자가 들어온 줄도 몰랐다. 힘이 빠진 노부가 바닥에 앉았다. 여자도 벽에 등을 붙이고 앉았다. 노모는 작은 방 문지방 쪽에 머리를 두고 잠들었다. 노부가 잠든 노모를 슬쩍 쳐다봤다. 피곤한 표정이었다. 노부가 노모를 깨웠다. 노모는 잠에서 깨어나지 않았다. 여자가 노모를 흔들었다. 코를 고는 노모의 입이 벌어졌다. <br/>“곧 손님들이 오실 텐데.” 여자가 걱정된다는 투로 말했다. <br/>“<span class='quot0'>온다고 한 지가 언젠데 아직까지 안 온다냐?</span>” <br/>“오시긴 하는 거예요?” 남자가 시계를 봤다. <br/>“<span class='quot0'>저녁이 다 지나는데 왜 아직까지 한 명도 안 오냐?</span>” <br/>“<span class='quot0'>어떻게 해요?</span>” 여자가 물었다. <br/>“우리라도 먼저 먹자.” 노부가 체념한 듯 말했다. <br/>“어머니는요?” <br/>“배고프면 일어나겠지.” <br/>셋이 마당으로 나왔다. 노부가 도마 앞에 앉아 넓적다리를 저몄다. 소쿠리에 수육이 차곡차곡 놓이는 동안 남자는 냄비에 탕국을 퍼 담았다. 여자는 평상 위에 상을 폈다. 양념장과 깻잎, 들깻가루를 가져다 놓고는 다시 파절임과 깍두기를 꺼내왔다. 수저통은 통째로 옮겨놓았다. 날은 이미 어두웠다. 노부가 지하실에서 손전등 몇 개를 꺼내왔다.<br/>“수육이 알맞게 익었구나.” 노부가 말했다. <br/>“발은 별미로 구워 먹을까요? 족발보다 쫄깃하다던데?” 남자가 웃었다. <br/>“먹어봤냐?” <br/>“아니요.”<br/>“이거나 먹어봐라.” 노부는 남자의 그릇에 개 껍데기를 올려놓았다. <br/>껍데기를 먹던 남자가 갑자기 헛기침했다. 음식물이 비닐막에 튀었다. <br/>“개털이 들어갔어요.” 얼굴이 붉어진 남자가 말했다. <br/>여자는 눈살을 찌푸리고는 들키지 않으려고 담장을 바라봤다. 담쟁이넝쿨이 뻗어 가고 있었다. 담벼락이 붉었다. 넝쿨손은 마당 안쪽까지 감겨 내려와 회양목 화단으로 줄기를 늘어뜨렸다. 부푼 줄기가 마당을 타고 뻗어 나와 평상 다리를 휘감았다. 바람이 일자 잎사귀들이 일었다. 마른 잎사귀들은 쉭쉭 소리를 냈다. <br/>밖에서 소리가 들릴 때마다 그들은 누가 먼저랄 것도 없이 대문을 쳐다봤다. 그러다가 동시에 탕국으로 시선을 옮겼다. 개가 꼬리를 흔들며 짖었다. 노부가 갈비뼈를 던졌다. 뼈에 코를 박고 킁킁대던 개가 뼈다귀를 물고 집으로 들어갔다. 오독오독, 개집 밖으로 뼈 씹는 소리가 빠져나왔다. 수육을 입 안에 넣고 우물대는 노부의 입 주변이 번들댔다. 남자는 탕국을 퍼먹었다. 노란 손전등 불빛이 남자의 얼굴에 음영을 만들었다. <br/>“맛이 어떠냐?” 노부가 물었다. <br/>“개죽 같아요.” 남자가 대답했다. <br/>“얘도 꼬리를 흔들었겠죠?” 여자가 젓가락으로 수육을 들췄다. <br/>“그야 개니까.” 노부가 수육 한 점을 여자 앞에 놓았다. <br/>“아버지, 도저히 못 먹겠어요. 케이크를 가져와야겠어요.” <br/>여자가 들어갔을 때 노모는 잠들어 있었다. 케이크 상자를 들고 선 여자가 노모의 얼굴을 내려다봤다. 노모의 얼굴은 허물처럼 흐늘거렸다. 눈 아래 불룩 튀어나온 지방이 늘어져 눈두덩엔 검은 그림자가 졌다. 다리를 대자로 벌리고 잠든 노모의 발목에서 불거진 혈관이 종아리를 휘감고 올라갔다. 굵고 가는 줄기가 아래로, 옆으로, 위로 퍼지며 꼬이고 풀어졌다. 꽈리처럼 부푼 것도 있었고 거미줄처럼 펼쳐진 것도 있었다. 꼬불꼬불한 줄기는 노모의 몸을 타고 넘어 바닥까지 퍼져나갔다. 바닥에서 뻗어 나온 줄기가 노모의 몸을 타고 자라는 것 같기도 했다. 여자는 한동안 잠든 노모를 내려다보다가 방문 가까이 다가갔다. 노모가 여자의 발밑에서 뒤척였다. 여자가 흠칫 놀라 걸음을 멈췄다. 망설이며 서 있던 여자가 손잡이를 돌렸다. 틈새가 벌어졌다. 방안을 들여다보던 여자의 손에서 케이크 상자가 툭, 소리를 내며 떨어졌다. 감겨있던 노모의 눈꺼풀이 스르르 열렸다. <끝>

언론사: 문화일보-1-199.txt

제목: 지구 밖의 로맨스라 전해라 ‘오 마이 비너스’  
날짜: 20151223  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906182634984  
본문: “지구를 떠나거라∼”라는 말이 유행했던 적이 있었다. 언제였는지 기억조차 가물가물한 유행어가 다시 떠오른 것은, 순전히 ‘지구 밖의 로맨스’ 때문이었다. “당신의 지구 밖으로!”를 수시로 남발하며 아슬아슬하게 ‘19금’ 연애를 즐기는 청춘남녀의 사랑 때문인 듯도 하다. 그래도 좋다. 한 겨울밤의 추위를 녹이기에 이보다 적합한 것은 없을 터이니. 다만 이제 막 사랑을 시작한 연인들에게는 연애교과서처럼 보일지도 모를 그 로맨스가 지구 밖의 일이라는 것을 주의할 필요는 있다. <br/><br/><br/><br/>KBS 2TV 월화 미니시리즈 ‘오 마이 비너스’는 그리스 신화에 나오는, 사랑과 미와 풍요의 여신 비너스를 ‘역변(逆變)’이라는 다소 생소한 방식으로 호출한다. 주인공 강주은(신민아)은 마음만 먹으면 뭐든지 할 수 있다고 믿는 로펌 변호사로 과체중의 여성이다. 물론 그녀가 처음부터 과체중이었던 것은 아니다. 뛰어난 외모와 몸매로 ‘대구 비너스’로 불렸던 어린 시절만 해도 그녀는 남부러울 것 없었다. 그런데 타고난 미모로 선택할 수 있었던 인생 대신, 타고나지 못한 머리로 법대를 지망하고 변호사가 되기 위해 치열하게 살다 보니 다른 사람의 손가락질을 받는 몸매로 변해버렸다. 역변이 일어난 것이다.<br/><br/><br/><br/>날씬했던 과거는 현대의 비너스요, 뚱뚱한 현재는 고대의 비너스라 해도 망가진 외모처럼 첫사랑 임우식(정겨운)과의 사랑이 허망하게 부서진다. 게다가 그녀의 첫사랑을 빼앗아간 상대가 여고 동창 오수진(유인영)이라는 것을 알게 된 뒤, 그녀는 원래의 자신으로 돌아가기 위해 다이어트를 결심한다. 그때 그녀 앞에 너무 진부한 것 같지만, 운명처럼 한 남자가 나타난다. 그는 바로 미국 할리우드 스타 트레이너로 유명하지만, 얼굴이 공개된 적 없는 베일에 싸인 남자 존 킴(소지섭)이다. <br/><br/><br/><br/>존 킴의 본명은 김영호로 의료그룹 가홍의 후계자다. 남의 일에 신경 쓰지 않고 직설화법을 구사해서 차가운 이미지이지만, 한 번 마음을 연 사람에게는 상당히 따뜻한 인물이다. 초등학생 때 사고로 엄마를 잃고 골육종 암이라는 희귀병 때문에 정신적 외상을 겪고 있다. 감당하기 어려운 통증이 수반되는 골육종 암은 완치되었으나, 몸이 기억하는 증상 때문에 종종 통증에 시달린다. 가홍 미국 지사장과 시크릿 트레이너란 이중생활을 하던 중 할리우드 톱스타와 스캔들이 터져 한국으로 들어오던 비행기에서 복통으로 괴로워하던 강주은을 구해주면서 그녀의 다이어트까지 책임지게 된다.<br/><br/><br/><br/>다소 엉성하고 작위적인 우연의 연속 끝에 김영호는 강주은에게 제대로 된 다이어트 프로그램을 진행시키고, 그녀는 마침내 예전의 몸매로 돌아온다. 그 와중에 강주은은 김영호에게 마음을 빼앗기고, 김영호는 가홍으로 돌아갈 준비를 한다. 가홍의 법무팀 변호사 자격으로 회의에 참석했다가 김영호가 가홍의 후계자라는 사실을 알게 된 강주은은 그에게 배신감을 느낀다. 서로의 감정을 확인한 강주은과 김영호는 우여곡절 끝에 본격적으로 19금 연애를 시작한다.<br/><br/><br/><br/>그러나 강주은과 김영호의 세계는 전혀 다르다. 로펌 변호사와 의료그룹 후계자의 거리만큼 멀리 떨어져 있다. 이들이 서로에게 “당신의 지구 밖으로!”라고 말하며 “탑승 완료!”를 외치는 것도 그래서이다. 비현실적인 연애라 해도 상관없다. 우울할 때 필요한 달콤한 사탕 같은 드라마이니까. 그저 시청자에게 지구 밖의 로맨스라고 전하면 그뿐이다. <br/><br/><br/><br/> 충남대 교수·드라마평론가 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-200.txt

제목: 영양학자 김갑영의 우리 음식 이야기 - 양탕국 (커피)  
날짜: 20151223  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906182820190  
본문: 커피는 세계 인구의 3분의 1이 즐겨 마시는 음료다. 9세기에 에티오피아 동북부 지역에서 기운을 북돋우는 효과로 처음 발견된 커피는 이후 아랍 지역을 거쳐 무슬림 세계에서 인도, 이탈리아를 거쳐서 17세기에 유럽 전 지역으로, 인도네시아, 미주 대륙으로 전파되었다.<br/><br/><br/><br/>우리나라에서는 1884년 3월 27일자 한성순보(漢城旬報)에서 커피에 대한 최초의 기록을 발견할 수 있다. 당시 한성순보에는 “이태리 정부에서 시험 삼아 차와 커피를 시칠리아 섬에 심어 아주 번식하게 되었으므로 정부에서는 이것을 국민들에게 많이 재배하게 해서 국산 증식을 도모했다고 한다”라고 적혀있다. 또 이보다 11년 후인 우리나라 최초의 미국 유학생이었던 유길준의 서유견문록에 “우리가 숭늉을 마시듯 서양 사람들은 커피를 마신다”고 소개한다. 우리나라에 커피가 처음 들어왔을 때 당시의 사람들은 이상한 서양의 탕국 같다 하여 ‘양탕국’이라 불렀다. <br/><br/><br/><br/>1896년 아관파천 당시 고종황제가 러시아 공사관 생활을 하면서 커피를 처음 접하고 궁으로 돌아온 후 ‘덕수궁 정관헌’에서 커피를 즐겨 마실 정도로 커피 애호가가 되었다고 한다. 고종황제가 마신 커피는 원두커피 열매를 건조해서 으깬 다음 뜨거운 물을 부어 마신 형태로 오늘날 드립커피의 전단계 수준이었을 것으로 추측된다. <br/><br/><br/><br/>커피는 1919년 이후 명동, 충무로, 종로 등지에 다방이 생기며 많은 이들이 쉽게 접할 수 있는 음료가 됐다. 그리고 1950년 6·25전쟁 이후 미군 주둔을 통하여 인스턴트 커피가 시중에 보급됐다. 최근에는 커피메이커나 반자동 에스프레소 머신 등으로 원두에서 추출한 커피를 마시는 전문점이 증가하면서 커피에 대한 외형성장뿐만 아니라 커피의 기호도 다양하게 변화하고 있다. 한 언론사에서 직장인을 대상으로 한국인의 커피 섭취에 대하여 조사한 결과, 평소에 커피를 마신다는 사람이 95%나 됐다. 커피를 좋아하는 이유에 대하여 제일 많은 대답은 ‘습관적’, 그 다음이 ‘맛’, 세 번째가 ‘각성효과’ 때문이라고 답했다.<br/><br/><br/><br/>‘신맛, 쓴맛, 단맛’이 오묘하게 어우러진 커피의 효능이 최근 새롭게 밝혀져 주목받고 있다. 포항공대 연구팀은 커피의 향을 유발하는 화합물인 ‘멜라노이딘’을 활용한 항암치료 기술을 얼마 전 개발해 발표했다. 아미노산과 당의 마이야르(Maillard) 반응으로 만들어지는 멜라노이딘은 식품 가공이나 저장 과정에서 생겨나는 물질로 항산화작용이나 암 예방물질로도 잘 알려져 있다. <br/><br/><br/><br/>공주대 명예교수·전 한국가정과학회장 <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-201.txt

제목: 부정맥, 심장 ‘전기 전달 체계’에 이상… 가슴 쿵쾅대고 통증·어지럼증  
날짜: 20151223  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906182806295  
본문: 야근을 밥먹듯이 하는 직장인 김모(47) 씨는 얼마 전 어지럽고 가슴이 두근거리는 증상이 생겨 병원을 찾았다. 김 씨의 병명은 부정맥. <br/><br/><br/><br/>최근 부정맥 환자가 급격히 증가하고 있다. 실제 건강보험심사평가원의 자료를 살펴보면 부정맥 환자는 2011년에 14만7159명에서 2013년 18만7085명으로 약 27% 증가했다. 이는 암에 이어 국내 주요 사망원인 2위인 심혈관 질환(협심증·심근경색)의 환자가 동일한 기간 내에 5% 증가율을 보인 것에 비해, 약 5배나 많은 수치이다.<br/><br/><br/><br/>심장은 자발적으로 전기를 발생시켜 생성된 전기 신호로 근육을 수축·이완한다. 부정맥은 전기 전달 체계에 변화 및 이상이 생겨 심장 박동과 맥박이 불규칙하거나 비정상적인 것을 말한다. 정상인의 맥박이 분당 약 60∼100회인데, 이보다 지나치게 느리거나 빠른 경우 또는 불규칙적인 상태일 때 부정맥으로 진단한다. 맥박이 100회를 넘으면 ‘빈맥’, 60회 미만인 경우엔 ‘서맥’, 맥박이 불규칙적으로 아주 빠르게 뛰면 ‘심방세동’으로 구분한다.<br/><br/><br/><br/>부정맥의 대표적인 증상은 긴장하지 않았는데 심장이 자주 쿵쾅거리거나 참기 어려운 가슴 통증 발생, 반대로 힘이 빠지면서 어지럼증, 호흡 곤란, 무력감, 피로감 등을 느끼는 것이다. 다만 증상을 느끼지 못하는 경우도 적지 않다. 실제 15∼35%의 심방세동 환자는 증상을 체감하지 못하는 것으로 알려져 있다.<br/><br/><br/><br/>찬바람이 불면 흔히 호흡기 질환만을 신경 쓰기 쉽지만, 부정맥은 계절 변화의 영향을 받는 심혈관 질환의 최초의 증상이자 급사의 직접적인 원인이 될 수 있으므로 각별한 관심이 필요하다. 부정맥이 발생하는 원인으로는 심장의 선천적인 이상, 흡연과 음주, 다른 심장 질환(심근경색, 고혈압 등), 갑상선기능항진증 등이 꼽힌다. 스트레스도 혈압을 높이고 부정맥을 유발할 수 있다. <br/><br/><br/><br/>이대목동병원 심장혈관센터 박준범 교수는 “<span class='quot0'>가장 대표적인 심혈관 질환인 협심증 및 심근경색 환자 수는 지난 몇 년간 정체되어 있는 반면 부정맥 환자 수는 급증해 최근 심장질환의 발생 트렌드가 변화하고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>부정맥은 단순한 심장의 리듬 이상일 수 있지만 방치하면 심장 내 피떡(혈전)이 생겨 뇌졸중이나 심부전 등의 원인이 될 수 있고, 심한 경우 심정지로 이어질 수 있는 만큼 평소 자신의 맥박이나 심장 박동 변화에 관심을 가져야 한다</span>”고 조언했다.<br/><br/><br/><br/>부정맥 예방·관리 Tip… 비만·스트레스·커피·술·담배는 敵<br/><br/><br/><br/>△비만이 부정맥 부른다. 규칙적인 운동 통해 적정 체중 유지 : 체중이 많이 나가면 혈압이 높아지면서 심장 근육이 두꺼워지고, 이로 인해 심장의 이완 기능이 잘 이루어지지 않아 부정맥 유발 위험이 높아진다. <br/><br/><br/><br/>△부정맥 악화시키는 3요소, 커피·술·담배를 피하라 : 건강한 사람도 술이나 담배, 카페인 등이 원인이 되어 심장의 전기 시스템이 고장 날 수 있다. 이에 술은 하루에 1∼2잔 이하로 줄이는 것이 좋고, 반드시 금연한다. 커피와 부정맥 발생 위험과의 연관성에 대한 의견은 분분하나, 하루에 1∼2잔 정도가 적당하다.<br/><br/><br/><br/>△스트레스는 부정맥에도 악영향, 스트레스 줄이고 즐거운 마음으로 생활 : 만병의 근원인 스트레스는 혈압을 직접 높일 뿐 아니라 부정맥을 유발하는 흡연이나 음주, 폭식 등의 생활습관을 갖게 한다.<br/><br/><br/><br/>△소금 적게 먹어도 부정맥 유발, 소금은 하루에 3∼5g 정도 섭취 : 나트륨은 심장 박동수를 조절하는데 양이 부족하면 심장이 제대로 수축하지 않아 부정맥이 발생할 수 있다. 현재 세계보건기구(WHO)는 1일 소금 섭취량을 5g, 미국심장학회는 3.75g을 권장한다. <br/><br/><br/><br/>△부정맥은 중년 남성 질환? 폐경기 여성도 관심 갖고 검진해야 : 폐경기를 맞아 심장 보호 효과를 가진 여성호르몬 에스트로겐의 분비가 줄어들면, 심혈관 질환 위험에 쉽게 노출된다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-202.txt

제목: ‘숨막히는 베이징’…오늘 스모그 절정 “돈벌어 다 병원에 바칠판”  
날짜: 20151222  
기자: 박세영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906180207144  
본문: SNS로 재확산… 지지·공감<br/><br/><br/><br/>올 들어 두 번째 스모그 적색 경보가 중국 수도 베이징(北京)에 내려진 가운데 22일이 이번 스모그의 절정이 될 전망이다. 중국 수도권 일대가 한반도 면적 3배 크기의 거대한 스모그에 갇혀 있는 상태로 시민들은 스모그가 새로운 일상이 되는 것을 우려하고 나섰다. 마윈(馬雲) 알리바바 회장이 강연에서 “<span class='quot0'>중국인들은 열심히 돈을 벌고 있지만 결국 병원에 다 갖다 줄 판</span>”이라고 한 스모그 관련 발언도 다시 중국의 네티즌에게 주목을 받으며 공감을 자아냈다. <br/><br/><br/><br/>22일 신징바오(新京報)는 이날 스모그가 가장 극심한 하루가 될 것이라면서 베이징 대기는 6급의 매우 심각한(嚴重) 오염 수준을 보일 것이며 공기 질 지수 중 가장 심각한 단계라고 전했다. 이날 베이징의 대부분 지역에서는 PM2.5의 농도가 300㎍/㎥을 넘는 가장 높은 단계의 오염 수준을 보일 것으로 환경보호부는 예상했다. 환경 당국은 23일부터는 냉기류가 유입되면서 오염도는 4급 정도로 조금씩 완화해 24일과 25일에는 2급으로 낮아질 것으로 전망했다. 베이징시는 19일 오전 7시부터 이날까지 스모그 적색 경보를 발령한 상태다. 시 당국은 적색경보 발령으로 차량 홀짝제 시행, 공장 가동 중단 등의 조치가 이뤄져 오염물질 배출량이 10∼30% 감소했다고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>이런 가운데 스모그에 대한 시민들의 우려도 커지면서 과거 스모그에 대해 마윈 회장이 공개 강연에서 했던 동영상이 다시 최근 SNS에서 퍼져 공감을 얻으며 인기를 끌고 있다. 마 회장은 “<span class='quot1'>베이징에 스모그가 심각하다는 말을 듣고 나는 너무 기뻤다, 그렇게 기뻤던 적이 없었다, 왜냐하면 베이징에 있는 특권층이라고 해서 특수하게 제공된 공기가 공급되는 것이 아니기 때문</span>”이라고 지적했다.<br/><br/><br/><br/>그러면서 마 회장은 “10년 뒤 중국에서는 가정, 동료, 친척이든 주변에서 오염된 물로 인한 간암, 오염된 공기로 인한 폐암, 오염된 음식으로 인한 위암 환자들을 쉽게 접할 수 있을 것이며 과거 중국에서는 ‘암’이라는 병이 희귀했지만 이제 암은 중국인의 ‘신창타이(新常態·뉴노멀)’가 될 것”이라면서 “나는 알리바바 때문에 잠 못 든 적이 없다. 나를 잠 못 들게 하는 것은 우리 음식이 안심하고 먹을 수 없고 물도 안심하고 마실 수 없으며 공기도 마실 수 없는 수준이라는 점”이라고 지적했다. <br/><br/><br/><br/>베이징 = 박세영 특파원 go@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-203.txt

제목: 치매 관리 대책 실효성 더 높여야  
날짜: 20151221  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906175511998  
본문: 양재진 / 연세대 교수·행정학<br/><br/><br/><br/>선친께서 암으로 돌아가셨고, 어머니 또한 마찬가지 운명이셨다. 어느 날 의사인 사촌 형에게 왜 현대인은 암에 잘 걸리느냐 물었더니, “<span class='quot0'>내구(耐久) 연한을 넘겨 오래 살아 그렇다</span>”는 무심한 답이 돌아왔다. 기대했던 과학적인 설명은 아니었지만, 고개가 끄덕여졌다. 치매에 대해서도 물어보고 싶었는데, 더 이상 물어볼 필요가 없어졌다. 치매는 암보다도 더 연령이 높아짐에 따라 발병 위험도 더 높아지는 질환이기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부의 2012년 조사를 보면, 우리나라 치매 유병률은 65~69세에서는 1.3~3.6%였으나, 85세 이상에서는 33.2%로 급증한 것으로 나타난다. 유럽 통계에 따르면 95세가 넘는 경우 유병률이 50%가 넘는다고 한다. 이미 우리나라 평균수명이 80세를 넘었고 100세 시대도 머지않다. 치매에 걸릴 확률이 저렇게 높다면, 이제 장수(長壽)한다고 해서 그것이 축복만은 아니다.<br/><br/><br/><br/>치매 쓰나미가 몰려옴에 따라 정부는 제3차 치매관리 종합계획(2016~2020년)을 세워 대응에 나섰다. 그동안 치매 대책의 핵심은 노인요양병원 등 인프라 구축과 장기노인요양보험 제도를 통해 치매 관련 요양 비용을 낮추고, 모두가 이를 분담하는 시스템 형성에 있었다. 그 결과 이제는 부모가 치매에 걸려 가족과 생활이 어려운 지경이 되면, 큰 비용 부담 없이 노인요양병원이나 노인요양시설에 모신다. 치매 환자들은 가족과 한참을 떨어져 살다가 요양병원에서 임종을 맞는다. 치매 환자 가족이 겪는 어려움과 고통을 이해하면서도, 현대판 고려장이 따로 없다는 씁쓸함을 지울 길 없다.<br/><br/><br/><br/>이번 3차 종합대책에서 눈에 띄는 것은 선진국처럼 ‘지역사회 중심의 치매 예방과 관리’를 가장 중요한 정책 목표로 삼고 있다는 점이다. 2014년 경제협력개발기구(OECD)는 치매 예방과 조기 발견에 방점을 찍고, 치매 환자의 존엄성을 존중해주는 차원에서 이들이 익숙한 생활 터전에서 치료와 요양, 그리고 품위 있는 임종을 맞이할 수 있게 정책 설계를 하도록 권고하고 있다.<br/><br/><br/><br/>일본은 이미 치매의료센터를 곳곳에 세우고, 이를 기반으로 사후 대응이 아닌 사전·초기 치료에 나서고 있다. ‘오렌지 플랜’이라 불리는 일본 치매 대책의 핵심은 간호사, 정신보건사회복지사, 치료사 등으로 구성된 치매조기집중대응팀이 지역 밀착형으로 동네 치매 의심 노인을 조기 발견하고 치매 전문의의 치료를 받을 수 있도록 돕는 데 있다. 그리고 배우자와 가족에 대한 상담과 치매 교육에 나서고, 이들의 휴식을 보장하며 재정적 어려움을 덜어주고 있다. 경증치매 독거노인의 경우 해당 지역에서 환자들이 함께 공동생활을 할 수 있게 하고, 일상생활 기능 훈련과 돌봄 서비스를 제공한다.<br/><br/><br/><br/>치매 관리가 사후 대응, 격리성 시설요양에 머물러선 안 된다. 치매 예방과 조기 치료에 집중하고, 환자들의 삶의 질을 개선하는 방향으로 한 걸음 더 나아가야 한다. 이런 점에서, 이번 3차 종합대책에 치매 정밀진단과 치매 가족상담을 건강보험에서 급여 처리해 주고, 지역 보건소에서 75세 이상 독거노인과 경도인지저해자를 집중 관리하며, 대국민 치매 예방교육 등을 포함시킨 것은 환영할 만하다. <br/><br/><br/><br/>그러나 사안의 시급성과 중대성에 비춰볼 때, 5년 간 총 4800억 원만이 투입돼 세부 정책들이 얼마나 큰 효과를 볼 수 있을지 의문이다. 초고령사회를 목전에 둔 마당에, 정부는 치매 관리에 더 높은 정책적 우선순위를 두기 바란다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-204.txt

제목: “폐암환자 ‘맞춤형 면역치료’로 3년간 재발률 0”  
날짜: 20151218  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906173701918  
본문: 양광모 부산 원자력의학원장 <br/><br/>“개원 5돌… 흑자 원년될 것 <br/><br/>타지역 환자가 절반에 육박”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>국내 최초로 폐암 환자의 면역치료 기법을 이용해 재발률을 크게 줄이는 임상시험에도 성공하는 등 암 환자 치료와 관련 연구에 성과를 내고 있습니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>지방의 유일한 원자력 의학원인 부산 기장군 장안읍 ‘동남권 원자력 의학원’이 이달 초 개원 5주년을 맞았다. 5년 만에 지역 대표 암센터이자 전문 병원으로의 도약을 이끈 양광모(56·사진) 동남권 원자력 의학원장은 18일 문화일보와의 인터뷰에서 “<span class='quot1'>최신 진단장비와 수술장비인 로봇 수술기, 사이버 나이프 등을 갖춘 데 이어 2018년에는 ‘꿈의 암 치료기’로 불리는 ‘중입자가속기’를 도입할 예정</span>”이라며 “<span class='quot1'>미래창조과학부 산하 공공의료기관이지만 하루에 20∼30명의 환자가 입원을 기다리는 등 올해 처음으로 흑자가 예상된다</span>”고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>그는 또 “<span class='quot1'>방사선·약물치료 전문기관 및 암 연구기관답게 서울 대형병원에서 수술받은 환자들도 장기 치료는 우리 병원에서 받는 경우가 많다</span>”고 소개했다. 이 때문에 동남권 의학원은 부산 외에 타 지역 환자가 50%에 육박하고, 개원 5년 만에 등록 암환자 1만3500명을 기록해 설립 초기보다 전체적으로 64%가 급증했다고 설명했다. 수도권과 같은 수준의 치료를 받을 수 있어 만족도가 높다는 것. <br/><br/><br/><br/>3년 전부터 암 중 가장 생존율(평균 30%)이 낮은 폐암 환자의 혈액을 채취해 개인마다 암 정보를 인식, 맞춤형 ‘수지상 세포’를 직접 제조·배양해 환자에게 다시 투여하는 면역치료기법이 식품의약품안전처의 승인을 받아 처음으로 시행됐다. <br/><br/><br/><br/>그는 “<span class='quot1'>수지상 세포는 림프기관으로 빠르게 번져 암을 공격하는 세포를 대폭 활성화시킨다</span>”며 “<span class='quot1'>이 면역치료기법으로 지난 2012년부터 7명의 폐암 환자에 대한 임상시험 결과 3년간 한 명도 재발하지 않아 위암 환자들도 치료를 시도하고 있다</span>”고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>그는 또 “<span class='quot1'>우리 병원은 진단에서 치료까지 100% 암 전문의가 직접 진료하고 영상 판독은 물론 치료까지 원스톱 시스템으로 진행된다</span>”며 “<span class='quot1'>혈액 종양내과, 방사선 종양학과, 영상의학과, 핵의학과 등 4명 이상의 암 전문의들이 한자리에 모여 치료효율을 높이는 ‘다학제 통합 진료시스템’도 운영하고 있다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/>방사선 종양의학 전문가인 양 원장은 인제대 의대를 졸업하고, 동아대 의대 교수, 동남권 의학원 연구센터장 등을 지냈다. <br/><br/><br/><br/>부산=김기현 기자 ant735@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-205.txt

제목: ‘대호’ 호랑이역 모션캡처 연기자 “나도 배우다”  
날짜: 20151217  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906170412639  
본문: 온몸 던지는 모션캡처 연기자<br/><br/><br/><br/>배우 최민식이 주연을 맡은 영화 ‘대호’(감독 박훈정)의 또 다른 주인공은 호랑이다. 제목도 ‘대호(大虎)’니 호랑이가 타이틀 롤이다. 물론 촬영 현장에 호랑이는 없었다. 그렇지만 출연진과 제작진은 영화에서 가장 큰 비중을 차지하는 호랑이를 ‘김대호’라고 불렀다. 호랑이가 등장하는 장면을 촬영하기 위한 카메라 세팅이 끝나면 스태프들은 “준비됐습니다. 김대호 씨 오세요”라고 외쳤고, 자연스럽게 가상의 호랑이와 함께 촬영이 시작됐다. <br/><br/><br/><br/>하지만 엄밀히 말해 ‘대호’ 촬영장에 김대호는 있었다. 실제 호랑이는 없었어도 호랑이를 연기한 배우는 있었다. 그의 이름은 곽진석, 서울액션스쿨 스턴트맨 출신으로 2008년 영화 ‘우리는 액션배우다’의 주연을 맡기도 했다. 그는 촬영장에서 푸른 옷을 입고 그의 동작을 읽는 마커를 부착한 후 촬영기간 내내 호랑이로 살았다. 대사는 없었다. 오직 몸으로 말할 뿐이었다.<br/><br/><br/><br/>당초 곽진석은 ‘대호’에서 호랑이를 잡으려는 포수대의 일원으로 출연할 예정이었다. 하지만 프리프로덕션이 진행되던 중 호랑이 역을 제안받은 곽진석은 이를 수락한 후 동물원을 찾아가 실제 호랑이의 움직임을 관찰하고 호랑이가 서식하는 곳으로 설정된 촬영장 헌팅에도 동행하며 호랑이의 행동 패턴을 익혔다. 곽진석은 “<span class='quot0'>최민식 선배님과 독대할 수 있는 역할이었고, 이렇게 큰 영화를 처음부터 끝까지 끌고 나가는 역할이라 욕심이 났다</span>”며 “<span class='quot0'>포수 역할은 포기했는데 무술감독님의 도움으로 포수대의 일원으로도 출연할 수 있었다</span>”고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>곽진석에 앞서 모션 캡처 연기에 도전한 배우가 있었다. 2013년 개봉된 영화 ‘미스터 고’에서 고릴라 링링을 연기했던 배우 김흥래다. 그는 오디션을 통해 고릴라 역을 따냈고, 미국에서 고릴라의 동작을 연구하고 연기했던 배우로부터 2주간 트레이닝을 받았다. 영화가 흥행하진 못했지만 당시 그의 노력과 열정은 화제를 모았다.<br/><br/><br/><br/>동물 연기를 하는 배우들의 가장 큰 애로사항은 보행이다. 직립보행을 하는 인간과 달리 대부분 동물은 사족보행을 하기 때문이다. 김흥래는 팔이 긴 고릴라를 표현하기 위해 특수 제작된 ‘익스팬션 암’을 착용한 후 네 발로 걸었고 곽진석은 구부정한 자세로 촬영장을 누볐다. <br/><br/><br/><br/>곽진석은 “<span class='quot0'>인간의 몸으로 어떻게 해도 사족보행이 잘 안 됐다</span>”며 “<span class='quot0'>호랑이의 키높이에 맞추기 위해 구부정한 상태로 연기하다가 달리는 장면에서는 속도를 내기 위해 일어서서 달리고 호랑이의 감정 표현 연기도 따로 준비했다</span>”고 전했다.<br/><br/><br/><br/>국내에서 모션 캡처 연기에 도전했던 배우들이 듣기 원하는 수식어는 ‘한국의 앤디 서키스’다. 영화 ‘반지의 제왕’의 골룸과 ‘혹성탈출’의 시저 역을 맡았던 할리우드 배우 앤디 서키스는 출연작이 세계적으로 큰 성공을 거두며 모션 캡처를 새로운 연기의 장르로 개척했다는 평가를 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>하지만 할리우드에서도 앤디 서키스의 평가는 엇갈린다. ‘혹성탈출’에서 당당히 주인공으로서 뛰어난 연기를 펼쳤지만 모션 캡처 배우라는 한계를 넘지 못하고 아카데미나 골든글로브 시상식에서 주요 부문 후보에도 오르지 못했다. 지난해 영국에서 열린 엠파이어 필름 어워즈에서 그에게 남우주연상을 안기기는 했지만 상대적 박탈감은 여전하다. <br/><br/><br/><br/>이와 마찬가지로 이제 모션 캡처 기법의 걸음마를 뗀 한국에서도 모션 캡처 연기를 한 배우들에 대한 대우와 평가가 박한 편이다. 영화 개봉을 전후해 잠시 관심을 받지만 이내 잊어지곤 한다. ‘대호’의 관계자는 “<span class='quot1'>아직까지 모션 캡처를 필요로 하는 영화가 많지 않기 때문에 이를 연기하는 배우들을 지속적으로 양성하기 어렵고, 그들에 대한 처우 역시 그리 좋은 편은 아니다</span>”며 “<span class='quot1'>하지만 영화 산업의 발달과 함께 주·조연 배우들 외에 영화를 위해 노력하는 모든 이들에 대한 평가가 개선될 필요가 있다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/> 안진용 기자 realyong@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-206.txt

제목: ‘겨울名藥’ 무청·우엉 납신다!… “癌·당뇨 물렀거라”  
날짜: 20151216  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906164646767  
본문: 겨울 제철 채소의 영양성분 · 효능<br/><br/><br/><br/>봄 여름 가을 겨울 등 특정 계절의 기운을 가득 머금고 성장한 것을 제철음식이라고 한다. 요즘은 ‘하우스 재배’로 사계절 다양한 채소와 과일을 즐길 수 있지만 제철이 아닌 시기에 나온 농산물은 신선도가 떨어지며 맛도 덜하다. 또 하우스 안에서 키워지면 대기와 땅으로부터 흡수하는 각종 영양소의 비축에도 제약을 받기 마련이다. 여전히 많은 사람이 건강을 생각해 ‘제철 식재료’를 선호하는 것도 그 때문이다. 제철 채소하면 보통 봄이나 여름에만 생산되는 것으로 생각하지만 겨울에도 제철 채소가 있다. 대표적인 것이 무청(왼쪽 사진)과 우엉(오른쪽)이다. 주요 성분과 효능을 알아봤다. <br/><br/><br/><br/>#무청<br/><br/><br/><br/>병원에 가면 암 환자 식단에 단골로 오르는 음식이 바로 시래기 된장국이다. 시래기로 말려서 겨우내 된장국 등으로 끓여 먹는 무청에는 무의 각종 영양소가 고스란히 들어 있다. 어떤 성분은 무보다 더 풍부하다. <br/><br/><br/><br/>무청에는 체내에서 비타민A로 전환되는 베타카로틴이 100g당 무려 2210㎍ 들어 있다. 시래기에는 건조과정을 통해 비타민A가 추가돼 함량이 무려 9792㎍으로 늘어난다. 비타민A는 기관지 계통의 질환은 물론 야맹증 등 안과 관련 질환에도 유익한 성분이다. <br/><br/><br/><br/>무청에 풍부한 비타민B 복합체 역시 몸에 이롭다. 비타민B1은 신경계, 소화기에 없어서는 안 되는 성분이며, 비타민B2가 부족하면 구강에 나타나는 각종 염증, 즉 구강염·구순염·설염 등으로 고생하게 된다.<br/><br/><br/><br/>만성피로감을 호소할 경우 약국에서 비타민B 복합제제를 추천하는 것도 그 같은 효능 때문이다. <br/><br/><br/><br/>또 무청에는 비타민C가 100g당 75㎎으로 감귤(조생귤 기준 44㎎)보다 더 많이 들어 있다. 비타민C의 효능은 이미 유명하다. 감기를 예방해 주는 항산화 영양제이며, 피부의 콜라겐 형성을 도와 뽀얀 피부를 만들어 준다. 간 해독에도 비타민C가 없어서는 안 된다. <br/><br/><br/><br/>이와 함께 무청에는 철분, 칼슘 등의 미네랄도 풍부하게 들어 있어 무청을 먹으면 빈혈이 예방된다는 얘기도 있다.<br/><br/><br/><br/>칼슘은 뿌리인 무보다 4배 정도 더 많이 함유하고 있다. 무청에도 역시 십자화과 채소에 풍부한 글루코시놀레이트가 많이 들어 있다. 이 성분은 최근 항암 효능과 관련해 연구가 많이 진행되고 있다. <br/><br/><br/><br/>#우엉<br/><br/><br/><br/>무청이 암 환자의 식단에 많이 오른다면, 우엉은 당뇨 환자에게 많이 권해지는 채소다. <br/><br/><br/><br/>우엉이 당뇨병 환자에게 좋은 이유는 이눌린 때문이다. 우엉에 들어 있는 당질의 반 가까이를 차지하는 이눌린은 체내에서 인슐린처럼 작용해 당뇨병을 개선해 준다. 이눌린 성분은 장내 환경도 개선한다. 국내외 임상연구에서도 이눌린을 섭취한 실험군에서 장내 유익균이 증가했다는 결과가 여러 차례 보고됐다. <br/><br/><br/><br/>우엉을 잘랐을 때 나오는 끈적거리는 성분인 리그닌 역시 장에 좋다. 불용성 식이섬유소인 리그닌은 변비 해소뿐 아니라 장내 발암물질을 흡착해 체외로 배출해낸다. 최근에는 우엉과 췌장암에 관한 연구도 동물실험 등을 통해 활발히 이뤄지고 있다. <br/><br/><br/><br/>인삼의 주요 성분으로 알려진 사포닌 역시 우엉에 많이 들어 있다. 사포닌은 고지혈증을 예방하고, 뛰어난 항산화 효능으로 인해 피부 면역력을 높이며 노화를 예방해 주는 것으로 효능을 인정받고 있다. 그리고 우엉에 풍부한 칼슘은 뼈를 튼튼하게 만들어 주어 성장기 어린이들은 물론 골다공증이 우려되는 나이 드신 분들에게도 유익하다. 이처럼 각종 비타민과 미네랄 등이 풍부해 우엉을 ‘산에서 내려온 산삼’으로 부르기도 한다.<br/><br/><br/><br/>한편 우엉은 보관에 주의를 기울여야 한다. 우엉의 영양성분은 주로 뿌리의 껍질 가까운 곳에 들어 있기 때문에 보관할 때 흙이 묻은 상태로 씻지 않고 신문지로 말아 냉암소에 두는 것이 좋다. 조리할 때도 껍질을 벗기지 말고 물에 잘 씻어야 한다. <br/><br/><br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-207.txt

제목: 가족력 20~30대 당뇨·고지혈증 꼭 체크를… 정상B 판정은 예방조치 필요한 ‘경계 수치’  
날짜: 20151215  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906161431082  
본문: - ‘건강검진’ 바로알기<br/><br/><br/><br/>최근 건강검진 수요가 급증하면서 올바른 건강검진의 중요성도 덩달아 높아지고 있다. 연말연시를 맞아 건강한 새해를 준비하기 위해 건강검진을 선택하는 사람도 많은 데다, 특히 지난 5월부터 7월까지 국내를 뒤흔든 메르스(중동호흡기증후군) 사태로 인해 의료기관 방문을 꺼리던 건강검진 수검자들이 하반기에 몰리면서 각 병의원의 건강검진센터가 인산인해를 이루고 있다. 국가건강검진을 수행하는 건강보험공단은 메르스가 없더라도 연말에는 평소보다 수검자가 20% 정도 몰려 불편이 반복된다며, 되도록 상반기에 미리미리 검진을 받을 것을 조언하고 있을 정도다. 바쁜 시기 건강검진을 제대로 받기 위해서는 정확한 정보를 알아두는 것은 필수다.<br/><br/><br/><br/>◇자신에 맞는 건강검진 찾아야 = 먼저 건강보험공단이 실시하는 국가건강검진은 우리나라 국민이라면 누구나 받아야 할 혜택인 만큼 놓치지 말자. 건강보험 직장가입자의 경우 사무직은 2년마다 1회, 비사무직은 매년 혈액검사 등 22개 항목에 대한 일반건강검진을 받을 수 있다. 지역가입자도 세대주는 만 18세 이상부터 격년 단위로, 세대원과 피부양자는 만 40세 이상부터 격년으로 받을 수 있다. 또 직장, 지역가입자 구분 없이 일정 나이가 되면 암 검진 등을 받을 수 있다. 다만, 정해진 기간 내에 국가건강검진을 받지 않으면 과태료도 부과되니 주의하자. 불가피하게 올해 받아야 할 국가건강검진을 놓쳤더라도 한 번 더 기회가 있다. 건강보험공단은 메르스 사태로 인한 연말검진 집중에 따른 불편을 해소하기 위해 올해 검진대상자 중 검진을 받지 못한 경우 내년까지 추가검진을 시행한다. 내년 1월 2일부터 3월 말까지 건강보험공단에 전화(1577-1000) 또는 방문해 신청하면 된다. 추가검진은 내년 말까지 신청자가 원하는 시기에 가능하다. <br/><br/><br/><br/>다만, 건강검진을 받는다고 우리 몸의 모든 질환을 찾아낼 수는 없다. 대부분의 종합검진은 암, 고혈압, 당뇨병, 위장, 심장질환 등 주요 질환 검사에 치중하기 때문에 개개인의 모든 질환을 알아내기에는 한계가 있다. 특히 발병 속도가 빠르고 찾기 힘든 폐암, 난소암 등은 종합검진을 받더라도 자칫 증상이 없다고 생각해 조기발견을 놓치는 경우도 있다. 이 때문에 평소 흡연 여부·가족력 등 개인별 특이점을 미리 점검하는 것이 중요하다. <br/><br/><br/><br/>예를 들어 가족이나 친척 중 심근경색 같은 심장질환이 있었다면 심장 정밀검사를 권한다. 복부비만이 있다면 심근경색, 협심증 같은 심장질환과 함께 지방간이나 고혈압, 당뇨 등의 정밀검사가 필요하다. 20∼30대 젊은이들은 스스로 건강하다는 생각에 검진에 소홀할 수 있다. 그러나 가족 중에 암 환자가 있는 경우 이른 나이부터 건강검진을 받는 것이 좋다. <br/><br/><br/><br/>20∼30대는 노후에 나타날 수 있는 심장질환이나 뇌졸중 등의 발생 가능성을 높이는 고혈압·당뇨·고지혈증 등과 같은 만성질환의 발견에 중점을 둬야 한다. 직장생활로 인한 스트레스, 술자리가 잦은 30대는 위내시경과 복부 초음파를 받아보는 것도 나쁘지 않다.<br/><br/><br/><br/>◇검진결과표 제대로 보기 = 건강검진 결과지는 꼼꼼히 살펴보고 실행에 옮겨야 한다. 건강검진표의 맨 앞장에는 ‘정상A’ ‘정상B’ ‘일반질환 의심’ ‘고혈압 또는 당뇨병 질환 의심(2차 검진 대상)’ ‘유질환자’로 분류가 돼 있고 수진자의 종합 소견에 ‘V’ 표시로 체크된다. 정상B는 경계 수치로 식생활습관, 환경 개선 등 자기관리 및 예방조치가 필요한 사람이다. 일반 질환 의심은 질환으로 발전할 가능성이 있어 추적검사나 의사를 통한 진단과 치료가 필요한 사람이며, 2차 검진 대상은 고혈압·당뇨병이 의심돼 치료와 관리가 필요한 사람, 유질환자는 이미 진단된 질환으로 현재 약물치료를 받고 있는 사람을 뜻한다.<br/><br/><br/><br/>판정란 밑으로는 ‘바로 조치’가 필요한 부분과 ‘적극적인 관리’가 필요한 부분으로 나누어져 검진자가 가지고 있는 이상 소견과 그에 따라서 해야 할 일들이 적혀 있다. 바로 조치 부분에는 일반질환 의심 소견들과 고혈압 또는 당뇨병 질환 의심 소견, 유질환 소견 등의 문제가 될 수 있는 소견들이 기록돼 있기 때문에 주의 깊게 보고 의사와 상의하거나 적혀 있는 권고들을 따르는 것이 필요하다. 적극적 관리 부분에는 정상B에 해당하는 것들이 주로 기록돼 있으므로 권고들에 따라 식생활 습관을 관리하자.<br/><br/><br/><br/>그 다음 장에는 고혈압, 혈당, 비만, 신 질환 검사 등 각 검사항목이 막대그래프로 표시돼 있다. 그래프가 오른쪽에 있을수록 정상에서 많이 벗어난 것으로 보면 된다. 특히 주의해서 봐야 할 항목은 대사증후군에 관련된 요인이다. 대사증후군은 복부비만(허리둘레 남자 90㎝ 이상, 여자 85㎝ 이상), 높은 혈압(수축기 130, 이완기 85㎜Hg 이상), 높은 혈당(100㎎ 이상), 높은 중성지방(150㎎/㎗ 이상), 낮은 HDL 콜레스테롤(남자 40㎎/㎗ 미만, 여자 50㎎/㎗ 미만) 중 세 가지 이상을 가지고 있는 것을 말한다. 김어진 가톨릭대 대전성모병원 건강검진센터 소장은 “<span class='quot0'>대사증후군인 사람은 당뇨병, 심혈관계질환(협심증, 심근경색), 뇌졸중, 고혈압, 암 등의 질병으로 발전할 가능성이 높아 꾸준한 관리가 중요하다</span>”고 조언했다.<br/><br/><br/><br/>건강검진표에 ‘정상’이라고 나왔더라도 관리는 필요하다. 정상은 의학적으로 건강한 사람(큰 질환이 없고 술·담배를 거의 안 한 정상인)의 측정치로부터 가장 높은 쪽과 가장 낮은 쪽의 2.5%를 제외한 95%를 말하는 것으로 절대적이지 않기 때문이다. 김정숙 이대목동병원 건강증진센터 센터장은 “<span class='quot1'>암 검진 등을 받았는데 이상이 없다고 해서 술·담배 등 좋지 않은 습관을 지속하다가 건강검진에서 미처 발견하지 못한 암이 악화되는 경우도 있다</span>”며 “<span class='quot1'>정상이지만 수치가 높게 나왔다면, 평소 본인의 식습관·운동·수면·스트레스 등을 점검하는 등 건강습관을 돌아보는 계기로 삼아야 한다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-208.txt

제목: 성공만능주의와 교만  
날짜: 20151215  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906161441261  
본문: 개인의 성취가 곧 한 인간의 사회적 완성으로까지 칭송받는 시절이다. 이른바 입신양명(立身揚名)에 대한 꿈은 어느 사회 어느 시절에나 존재해 왔으나, 미국식 ‘민주자본주의’가 전 세계에 일반화된 이후로는 개인의 자유로운 성취욕이 곧 인권(人權)이며, 그 욕구가 얼마나 잘 실현됐는지 여부가 한 사회 발전의 척도가 됐다. 출판계의 불황 속에서도 자기계발서 시장만큼은 여전히 활황이다. 경기불황이 장기화할수록 불평등에 대한 분노만큼이나 개인들의 성공신화는 항상 ‘팔리는 아이템’인 것이다.<br/><br/><br/><br/>인간은 누구나 성공을 희망한다. 무엇을 성취해내고자 하는 힘은 인간이 가지고 있는 사회적·생물학적 체계단위 중 하나다. 동의학에서는 이를 ‘비취인륜(鼻臭人倫)’이라고 한다. 직역하면 코가 사람들이 무리 짓는 순서를 냄새 맡는다는 것이다. ‘코가 냄새 맡는다(鼻臭)’는 것은 어떤 분위기와 낌새를 알아차리는 능력을 말한다. ‘인륜(人倫)’이란 인간들이 관계하고 모이는 방식에는 항상 그에 맞는 질서(이른바 윤리·倫理)가 내재된다는 말이다. 요컨대 ‘비취인륜’이란 일상생활 속에서 벌어지는 다양한 인간행위와 그 행위들이 얽히는 보이지 않는 패턴을 느끼고 읽어 내고자 하는 인간의 소양·능력을 의미한다.<br/><br/><br/><br/>인간의 코가 인륜의 향기에 민감해지면 그 내면은 ‘희성광장(喜性廣張)’하다고 한다. 자기가 좋아하는 일을 더 넓게 펼쳐 나갈 줄 알고, 많은 사람에게 베풀고 그들과 함께 기뻐하는 것을 제 천성인 것처럼 할 줄 안다. 어느 영역에서든 소위 입신출세한 인간들을 보면 그들의 행위동기에 이러한 심성이 다 있다. 또한 이러한 마음씀이 반복되면서 동시에 갖게 되는 그 내면의 특징이 ‘낙정촉급(樂情促急)’이다. 낙정(樂情)이란 본래 자신의 거처(居處)가 스스로 즐겁고 만족스럽다는 것이다. <br/><br/><br/><br/>하지만 이러한 개인적 정서가 공적인 사무(事務)관계로까지 넘쳐나게 되면 일처리에 있어서도 이른바 ‘좋은 게 좋은 거지’식의 사고방식이 자리 잡게 된다. 더 많은 사람이 추구하는 만족(최대다수의 최대행복)과 당장의 상황에서 달성될 수 있는 편리가 최고의 행위가치인 것처럼 조장되는 것이다.<br/><br/><br/><br/>내 살림살이(居處)를 좀 더 때깔 나고 편리하며 즐겁게 하고자 하는 욕망(樂情)으로 매일매일 힘써 일하는(事務) 인간의 마음습관을 일컬어 동의생리학에서는 ‘턱에는 교만한 마음이 감춰져 있다(함유교심·암有驕心)’고 한다. 또한 그렇게 드러난 태도를 ‘주책(籌策)없다’고 한다. ‘주책없다’는 말은 뭐든 ‘닥치고’하는 오늘의 성공만능주의를 상징한다. 학생은 ‘닥치고 시험’이다. 조직원은 ‘닥치고 진급’이다. 창업자는 ‘닥치고 대박’이다. 당장 눈앞의 이익이 분명하면 전후좌우 잴 것 없이 오로지 그것만 ‘닥치고 성취’하는 게 유일한 인생의 정답(실리)이라는 것이다. 이렇게 주책이 없으려면 한껏 교만해야 한다. 목에 핏대를 세우고 턱을 치켜들고 내 요구사항(교의·驕意)을 당당하게 PR할 줄도 알아야 한다. 그럴수록 우리 사회의 사무는 더 사유화되고, 개인들의 살림살이는 더더욱 종속돼 가는 까닭은 무엇일까? 찬찬히 다시 생각해 볼 일이다. <br/><br/><br/><br/>카페방하 디렉터 lee\_sy@egoneco.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-209.txt

제목: <한의사 이상엽의 인문학 건강론>성공만능주의와 교만  
날짜: 20151215  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107211450913  
본문: 개인의 성취가 곧 한 인간의 사회적 완성으로까지 칭송받는 시절이다. 이른바 입신양명(立身揚名)에 대한 꿈은 어느 사회 어느 시절에나 존재해 왔으나, 미국식 ‘민주자본주의’가 전 세계에 일반화된 이후로는 개인의 자유로운 성취욕이 곧 인권(人權)이며, 그 욕구가 얼마나 잘 실현됐는지 여부가 한 사회 발전의 척도가 됐다. 출판계의 불황 속에서도 자기계발서 시장만큼은 여전히 활황이다. 경기불황이 장기화할수록 불평등에 대한 분노만큼이나 개인들의 성공신화는 항상 ‘팔리는 아이템’인 것이다.<br/>인간은 누구나 성공을 희망한다. 무엇을 성취해내고자 하는 힘은 인간이 가지고 있는 사회적·생물학적 체계단위 중 하나다. 동의학에서는 이를 ‘비취인륜(鼻臭人倫)’이라고 한다. 직역하면 코가 사람들이 무리 짓는 순서를 냄새 맡는다는 것이다. ‘코가 냄새 맡는다(鼻臭)’는 것은 어떤 분위기와 낌새를 알아차리는 능력을 말한다. ‘인륜(人倫)’이란 인간들이 관계하고 모이는 방식에는 항상 그에 맞는 질서(이른바 윤리·倫理)가 내재된다는 말이다. 요컨대 ‘비취인륜’이란 일상생활 속에서 벌어지는 다양한 인간행위와 그 행위들이 얽히는 보이지 않는 패턴을 느끼고 읽어 내고자 하는 인간의 소양·능력을 의미한다.<br/>인간의 코가 인륜의 향기에 민감해지면 그 내면은 ‘희성광장(喜性廣張)’하다고 한다. 자기가 좋아하는 일을 더 넓게 펼쳐 나갈 줄 알고, 많은 사람에게 베풀고 그들과 함께 기뻐하는 것을 제 천성인 것처럼 할 줄 안다. 어느 영역에서든 소위 입신출세한 인간들을 보면 그들의 행위동기에 이러한 심성이 다 있다. 또한 이러한 마음씀이 반복되면서 동시에 갖게 되는 그 내면의 특징이 ‘낙정촉급(樂情促急)’이다. 낙정(樂情)이란 본래 자신의 거처(居處)가 스스로 즐겁고 만족스럽다는 것이다. <br/>하지만 이러한 개인적 정서가 공적인 사무(事務)관계로까지 넘쳐나게 되면 일처리에 있어서도 이른바 ‘좋은 게 좋은 거지’식의 사고방식이 자리 잡게 된다. 더 많은 사람이 추구하는 만족(최대다수의 최대행복)과 당장의 상황에서 달성될 수 있는 편리가 최고의 행위가치인 것처럼 조장되는 것이다.<br/>내 살림살이(居處)를 좀 더 때깔 나고 편리하며 즐겁게 하고자 하는 욕망(樂情)으로 매일매일 힘써 일하는(事務) 인간의 마음습관을 일컬어 동의생리학에서는 ‘턱에는 교만한 마음이 감춰져 있다(함유교심·암有驕心)’고 한다. 또한 그렇게 드러난 태도를 ‘주책(籌策)없다’고 한다. ‘주책없다’는 말은 뭐든 ‘닥치고’하는 오늘의 성공만능주의를 상징한다. 학생은 ‘닥치고 시험’이다. 조직원은 ‘닥치고 진급’이다. 창업자는 ‘닥치고 대박’이다. 당장 눈앞의 이익이 분명하면 전후좌우 잴 것 없이 오로지 그것만 ‘닥치고 성취’하는 게 유일한 인생의 정답(실리)이라는 것이다. 이렇게 주책이 없으려면 한껏 교만해야 한다. 목에 핏대를 세우고 턱을 치켜들고 내 요구사항(교의·驕意)을 당당하게 PR할 줄도 알아야 한다. 그럴수록 우리 사회의 사무는 더 사유화되고, 개인들의 살림살이는 더더욱 종속돼 가는 까닭은 무엇일까? 찬찬히 다시 생각해 볼 일이다. <br/>카페방하 디렉터 lee\_sy@egoneco.com

언론사: 문화일보-1-210.txt

제목: 60세 환자의 지루증세  
날짜: 20151214  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906155235328  
본문: 60세의 K 씨가 클리닉을 방문했다. 건장한 체격인 그는 부끄러워하며 “성관계를 할 때 사정이 잘 안 된다”고 하소연을 했다. 지루 증세가 나타난 것이다. <br/><br/><br/><br/>“발기는 됩니까? 관계를 하는 데는 지장은 없고요?”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>네, 1시간 넘게 관계를 해도 사정이 안 됩니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>“그래요? 이 연세가 되면 남들은 너무 빨라서 문제인데 나름은 즐거운 고민이네요. 부인은 좋아하시겠는데요?”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>글쎄요, 너무 지친다고 별로 좋아하지도 않아요.</span>”<br/><br/><br/><br/>“언제부터 그러셨나요?”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>최근 6개월 전부터 그랬습니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>K 씨는 “자위행위를 할 때는 사정이 된다”고 말했다. 성관계를 한 뒤에도 나중에 혼자 자위를 해서 마무리를 한다고 했다. 좀 이해하기 곤란한 사례다.<br/><br/><br/><br/>“부인과 크게 싸우셨나요? 아니면 갈등이라도?”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>집사람과는 그런 갈등이 별로 없습니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>“흠, 그럼 건강에 이상은 없나요? 혹시 수술받은 병력이나 먹는 약이라도 있습니까?”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>수술받은 적은 없고 고혈압, 전립선비대증, 위궤양 때문에 약을 몇 개 먹고 있어요.</span>”<br/><br/><br/><br/>우선 K 씨에 대해 기본 검사를 실시했다. 전립선은 28g으로 약간 커져 있고, 음경 귀두 감각도는 6∼8μ(마이크론)으로 예민한 상태다. 발기 설문 검사에서는 15점으로 발기력이 조금 약한 편이었다. 혈액 검사 결과, 신장 기능은 정상 범위였지만 유리 남성호르몬 수치가 낮았다. 종합적으로 봤을 때 건강에는 큰 문제가 없었다. <br/><br/><br/><br/>사정 기능에는 전립선이 중요한 역할을 하는 장기다. 정낭과 전립선에서 정액이 만들어져 정구(정액이 나오는 출구)로 사출이 되면 이곳이 성 신경과 혈관이 풍부한 가장 예민한 부위이므로 더 이상 참지 못하고 사정을 하게 되는 것이다. 전립선에 염증이 생기면 정구 부위가 예민해져서 조루증이 생기기도 한다. 전립선 암 수술을 받을 경우 정낭, 전립선을 모두 드러내기 때문에 사정을 할 수 없다. 전립선비대증 수술은 방관 입구 부위를 넓혀주는 수술이므로 사정이 역으로 안으로 들어갔다가 나오는 역행성 사정 현상이 나타날 수 있다. 또 갱년기에 남성호르몬 생성이 부족하고 성 신경 쇠약이 오면 정구로 사출되는 정액이 없으므로 지루 현상이 나타나기도 한다. <br/><br/><br/><br/>사정이 안 되는 지루 증상은 보통 △남성 갱년기 증세로 정액량이 줄어 나오지 않는 경우 △사정에 관여하는 성 신경계의 쇠약 △사정액이 나오는 정낭이나 전립선, 사정관이 막히는 경우 △약물에 의한 사정액 감소 및 성 신경기능 약화 등 △파트너와의 정신적 갈등 등 원인이 있다. K 씨의 사례는 약물에 의한 지루의 가능성이 높았다. 그는 “<span class='quot0'>혈압약은 10년, 전립선비대증 약은 3년 정도 먹었다</span>”고 했다. 특히 전립선비대증을 치료하는 5-알파 환원 효소 억제제는 정액 생성을 줄인다. K 씨의 경우는 아니지만, 향정신성 우울증과 관련된 약물을 복용해도 사정 반응이 지연된다. <br/><br/><br/><br/>“우선 먹는 약들을 가능하면 줄여 보세요. 약들이 사정액의 양을 줄이고, 반응을 지연시킵니다. 그리고 남성호르몬과 영양을 보충하고, 매일 뛰는 운동을 하세요.” <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-211.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>당진市 어깃장에 ‘부당결부 금지원칙’ 으로 초강경 대응  
날짜: 20151214  
기자: 박민철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107211359962  
본문: 당진市 건축허가 억지 거부<br/>국민에 부담전가 단절 의지<br/>당진 “평택, 全구간 지중화<br/>형평성에 문제 있어” 주장<br/>한전 “단위면적당 송전탑<br/>평택, 당진보다 많아” 반박<br/>정부 “땅문제가 반려 속내”<br/>정부와 한국전력이 북당진변환소 건설 허가를 ‘거부’하고 있는 충남 당진시에 대해 행정소송과 10억 원의 손해배상청구소송 등 강력대응에 나선 이유는 지방자치단체장의 정치적 입지 다지기에 활용하려는 의도에 대해 전력사업의 손실이 일반 국민의 부담으로 전가되는 것을 단절하겠다는 의지를 보인 것이다. <br/>14일 한전은 당진시의 건축허가 반려로 사업 착수가 장기 지연되고 있는 북당진변환소 건립과 관련해 지난 11월 27일에 건축허가를 반려한 당사자인 당진시장, 당진시 부시장, 국장, 과장, 팀장 등 관련 공무원들에게 건축허가 반환 처분으로 발생한 피해에 대한 책임을 묻는 손해배상 소송을 광주지방법원에 제기했다고 밝혔다. <br/>마을 주민과의 합의와 법적 요건을 완비하고도 계획된 2018년 6월 적기준공이 지연될 경우, 막대한 투자비(약 4200억 원)를 들여 설치한 전력설비를 사용할 수 없을 뿐만 아니라, 발전단가가 높은 발전기의 추가 가동으로 인해 발생하는 손실인 발전제약 비용이 연간 최소 약 300억 원에 이른다. 또 착공지연에 따른 시공사의 손해액(124억 원)과 사업지연에 따른 선투자 비용(157억 원), 그리고 준공설비 미가동으로 인한 감가상각 손실비용(629억 원) 등 연간 약 1210억 원이 예상 피해규모다. 여기에 당진시(70억 원), 태안군(30억 원), 충청남도(30억 원) 등 지역경제에 이바지하는 ‘발전소 주변 지역 지원금’ ‘지역자원 시설세’ 등의 수입 감소도 예상된다. 이 같은 손해는 전력사업이 국가기간사업이라는 특성상 궁극적으로는 일반 국민의 부담으로 고스란히 남을 수밖에 없다. 특히 북당진변환소는 평택 삼성반도체 공장에 전력 공급을 하기 위한 국가 기반 시설이기도 하다. 삼성반도체 공장은 1단계 투자비만 15조6000억 원에 이르고, 15만 명의 고용 창출 효과가 기대되는 초대형 사업이다. <br/>이에 대해 당진시는 건축허가를 거부하고 있는 주요 요인으로 평택지역으로 나가는 송전선로 전체 지중화와 관련해 당진시와 형평성 문제, 또 그동안 설치된 철탑은 500여 기로 전국에서 철탑이 가장 많은 지역이라고 주장한다. <br/>그러나 한전 측은 “<span class='quot0'>모든 지역의 송전선로에 대해 가공을 원칙으로 하되 도심지 등 송전탑 설치가 곤란한 경우에는 지중선로를 적용한다</span>”며 “<span class='quot0'>평택시의 단위면적당 송전탑 수는 당진시의 약 1.4배에 해당하는 만큼 ‘평택은 전 구간 지중화’라는 주장은 틀렸다</span>”고 밝혔다. 철탑수 기준으로 당진시는 전국 230개 기초자치단체 중 15번째 수준(한전 소유·운영 철탑 기준)이며, 지자체 면적을 고려한 철탑밀집도를 기준으로 하면 60번째에 해당해 당진시가 ‘철탑공화국’이라는 것 역시 사실이 아니라고 한전 측은 반박하고 있다. <br/>오히려 당진시의 건축허가 반려 이면에는 두 지자체 간 땅 문제가 있다는 게 정부 측의 시각이다. 지난 4월 행정자치부 산하 중앙분쟁조정위원회에서 평택·진항 매립지의 약 70%를 평택시 관할로 결정하자 당진시가 반발한 것이다. 당진시는 평택에 땅을 빼앗겼으니, 삼성반도체공장 등 평택으로 수송되는 전력설비는 허용할 수 없다는 입장인 것으로 알려졌다. <br/>박민철 기자 mindom@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-212.txt

제목: ‘냄새’로 病을 안다… 썩은 달걀·비린내 ‘간질환’  
날짜: 20151209  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906141612476  
본문: 과일·아세톤 냄새 … 당뇨병 <br/><br/>암모니아 냄새 … 신부전증<br/><br/><br/><br/>입냄새를 비롯해 사람 몸에서 나는 냄새는 병을 알리는 경보 역할도 한다. 40∼50대 중년 남성들에게 흔히 발견되는 간질환의 경우에는 비린내나 달걀 썩은 냄새가 난다. 당뇨병이 악화된 환자에게서는 과일의 상큼한 냄새, 혹은 아세톤 냄새가 난다. 당뇨는 구강 내의 산도에도 변화를 일으켜 구취를 만들어낼 수 있다.<br/><br/><br/><br/>또 신장에 이상이 생겨 소변을 제대로 만들지 못하는 신부전증 환자에게서는 암모니아 냄새가 난다. 소변으로 빠져나갈 질산염이나 암모니아가 몸에 축적돼 땀이나 입으로 배출되기 때문이다. 소화불량, 속쓰림, 잦은 트림 등이 나타나면서 입냄새가 난다면 역류성 식도염이나 위염이 원인일 수 있다. <br/><br/><br/><br/>한편 냄새는 몸이 노화하고 있다는 신호일 수도 있다. ‘노인 냄새’가 바로 그것이다. 나이가 들면 신진대사가 저하되고 피지의 배출이 원활하지 못해 피지 중 지방산이 과산화지질이란 물질로 산화되는 과정에서 불포화알데하이드인 ‘노네날’을 만들어낸다. 나이를 먹으면 타액 분비도 감소해 입냄새까지 더해진다. 노인 냄새란 노네날과 입냄새가 어우러져 만들어내는 역한 냄새를 이르는 표현이다. <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-213.txt

제목: “게놈 ‘맞춤의학’ 임박… 5년내 혁명 올 것”  
날짜: 20151209  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906140645687  
본문: 서정선 서울대 유전체의학연구소장<br/><br/><br/><br/>“인간 게놈(유전체) 연구는 가까운 미래에 새로운 혁명을 가져올 것입니다. 지금이 우리나라가 바이오산업으로 세계를 선도할 수 있는 가장 중요한 시기입니다.”<br/><br/><br/><br/>서정선(사진) 서울대 의대 유전체의학연구소장은 9일 “<span class='quot0'>유전체 정보를 전달하고 개발할 수 있는 신생 벤처 육성 등을 국가가 우선 사업으로 놓고 적극적으로 추진해야 한다</span>”며 이같이 말했다. 서울의대 교수인 서 소장은 인간 게놈 분석의 국내 선두주자이며, 관련 벤처기업을 출범시킨 바이오분야 1세대 벤처사업가다. 8일 한국산업기술진흥원 주관 ‘테크플러스 2015’에서 인문·예술·첨단기술 분야 혁신리더 8인에 포함되기도 했다. <br/><br/><br/><br/>서 소장은 “<span class='quot1'>미래는 노인 인구가 크게 증가해 세계 각국이 나라를 유지할 수 없을 정도로 의료비가 기하급수적으로 폭증할 것으로 예측되고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>이를 위해 미국 등 선진국에서는 현재의 치료중심 의학을 예측의학으로 옮기는 정보의학에 매진하고 있다</span>”고 말했다. 정보의학은 사람들에게 미래 생활습관을 교정할 수 있는 정보를 제공해 질병을 피하도록 하는 것을 말한다. 그 정보의학의 핵심이 1999년 10월부터 2000년 6월까지 미국에서 공개된 인간 게놈 프로젝트 초안이다. 서 소장은 “<span class='quot1'>인간 게놈은 우리 몸의 설계도로서, 이를 잘 알게 되면 미래의 질병 등을 예측할 수 있게 된다</span>”며 “<span class='quot1'>예를 들면 암과 치매·당뇨 등의 질병유전자부터 우유를 먹으면 설사하는 사람, 절대음감 등의 모든 유전자 정보가 게놈에 들어 있는 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/>게놈 유전자 분석의 대표적인 사례가 할리우드 배우 앤젤리나 졸리다. 서 소장은 “<span class='quot1'>앤젤리나 졸리는 유방암 유전자를 확인, 유방암 확률이 87%라는 사실을 알게 됐다</span>”며 “<span class='quot1'>이후 유방절제술을 통해 유방암 발병확률을 5%로 낮췄다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>선진국에서는 게놈 연구가 한창이다. 서 소장은 “<span class='quot1'>미국 대통령이 올해 1월 연두교서에서 정밀의학시대를 선언한 것도 게놈을 통한 맞춤의학을 의미한다</span>”고 설명했다. 게놈을 통한 맞춤의학은 임박해 있다고 말했다. <br/><br/><br/><br/>서 교수는 “<span class='quot2'>2000년에는 한 사람의 게놈을 분석하는 데 25억 달러가 들었지만, 2015년에는 1000달러로 가격이 하락했다</span>”며 “이는 혁명의 전조”라고 강조했다. 그는 “<span class='quot2'>1980년대 정보기술(IT) 혁명이 시작된 것은 PC 가격이 1000달러로 하락하면서 지성들이 각 컴퓨터를 연결지어 인터넷을 탄생시킨 것</span>”이라며 “<span class='quot2'>3∼5년 사이에 인간 게놈으로 인해 엄청난 일이 벌어질 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/>그는 우리나라는 우수한 IT기술과 의료기술의 강점을 토대로 게놈 분야에서 세계에서 두각을 보일 수 있다고 전망했다. 현재 우리나라의 게놈 분석은 870명 정도가 완료됐으며, 곧 1만 명의 분석을 진행할 예정이다. <br/><br/><br/><br/>서 소장은 “<span class='quot1'>정부가 국가 사업 우선순위로 정해 추진하고, 유전체 정보를 전달하고 개발하는 벤처도 1000개 이상 육성한다면 우리나라가 국제사회에서 새로운 혁명을 주도할 수 있을 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-214.txt

제목: 91세 카터 “癌, 완전히 나았어요”  
날짜: 20151207  
기자: 신보영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906131540986  
본문: 주치의 말 인용 완치선언 <br/><br/>“MRI서 암세포 발견 못해”<br/><br/><br/><br/>“병원에서 암을 더 이상 발견하지 못했습니다. 다 나았습니다”<br/><br/><br/><br/>지미 카터(91·사진 ) 전 미국 대통령이 6일 암 완치를 선언했다. NBC 방송이 공개한 동영상에 따르면 카터 전 대통령은 이날 미국 조지아주 플레인스의 머라나타 침례교회에서 열린 ‘카터 성경 교실’을 시작하면서 “<span class='quot0'>지난주 병원에 갔을 때 의사들이 더 이상 암을 발견하지 못했다고 말했다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>카터 전 대통령은 ‘카터 성경 교실’이 끝난 뒤 발표한 성명을 통해서도 “<span class='quot0'>최근 자기공명영상(MRI)촬영 결과 뇌에서 어떤 암세포도 발견하지 못했다</span>”면서 완치 사실을 확인했다.<br/><br/><br/><br/>앞서 에모리대 병원도 지난 11월 카터 전 대통령이 4차례 항암 치료를 잘 받았으며, 암이 전이됐다는 증거는 더 이상 발견하지 못했다고 밝힌 바 있다. 카터 전 대통령은 지난 8월 간에 이어 뇌에서도 암의 일종인 흑색종이 발견된 뒤 항암 치료를 받아 왔다. <br/><br/><br/><br/>특히 카터 전 대통령은 전통적인 방사선 치료와 함께 지난해 미국 식품의약국(FDA)의 승인을 받은 항암 면역치료 신약인 키트루다(Keytruda)를 투여받아 왔다. 키트루다는 암 환자 수명을 평균 1년 반 정도 연장하는 효과를 가진 것으로 알려져 있다.<br/><br/><br/><br/> 워싱턴=신보영 특파원 boyoung22@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-215.txt

제목: 암세포 ‘킬러’ 약물 개발… 신개념의 ‘표적 항암제’  
날짜: 20151207  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906131110558  
본문: 국내 연구진이 몸속 단백질의 비정상적인 상호작용을 직접 조절함으로써 암세포의 자살을 유도하는 ‘킬러’ 약물을 개발하는 데 성공, 신개념의 표적 항암제 개발에 청신호가 켜졌다. <br/><br/><br/><br/>7일 미래창조과학부에 따르면 임현석(화학과·사진) 포스텍(POSTECH) 첨단재료과학부 교수팀은 암 유발 단백질인 Skp2 단백질의 상호작용을 방해해 암세포를 효과적으로 사멸시키는 표적 항암제 후보 물질을 개발하는 데 성공했다. 연구결과는 화학 분야 국제 학술지인 ‘안게반테 케미’ 최근호를 통해 발표됐다.<br/><br/><br/><br/>암세포에서 과다하게 나타나는 Skp2 단백질은 비정상적인 단백질 상호작용을 통해 암세포가 몸속에서 생존할 수 있도록 하는 암 유발인자로 잘 알려져 있다. 이러한 Skp2 단백질의 비정상적인 단백질 상호작용을 조절하는 물질은 효과적인 항암제가 될 수 있지만, 이 물질을 발굴하는 일은 매우 어려운 과제로 여겨져 왔다. 연구팀은 단백질 상호작용에 효과적인 거대고리(12개 이상의 원자로 이뤄진 원형의 구조) 1형 골격을 갖는 물질을 개발했다. <br/><br/><br/><br/>박양수 기자 yspark@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-216.txt

제목: 삼겹살 먹을 때 튀는 사람 베스트 8  
날짜: 20151207  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906131345440  
본문: 삼겹살 먹을 때 튀는 사람 베스트 8<br/><br/><br/><br/>8위 : 불판에 삼겹살을 올려놓고 한쪽 구석부터 차례로 뒤집고 있는데 딴청하고 있다가 곧바로 뒤따라오며 뒤집어 놓은 삼겹살을 다시 하나씩 뒤집고 있는 사람.<br/><br/><br/><br/>7위 : 1인분 주문하면 대부분 안 되는 줄 알면서도 같이 있는 사람 민망하게 큰 소리로 1인분 추가로 주문하는 사람.<br/><br/><br/><br/>6위 : 구멍이 숭숭 뚫린 불판에 구워 먹으면서 나중에 밥 비벼 달라고 우기는 사람.<br/><br/><br/><br/>5위 : 기껏 삼겹살을 주문했더니 그때야 ‘다이옥신’이 어떻고, ‘암 유발 물질’이 어떻고 하며 열변을 토하는 사람.<br/><br/><br/><br/>4위 : 마늘을 모두 불판 위에 던지듯 올려놓고 자신은 하나도 안 먹는 사람.<br/><br/><br/><br/>3위 : 자기 옷은 냄새 밴다고 한쪽 구석에 걸쳐놓고 남의 옷을 무릎 위에 올려놓는 사람. 이런 사람 꼭 있죠? 그것도 모자라 거기에 쌈장까지 흘리는 사람.<br/><br/><br/><br/>2위 : 밥 먹으며 열변을 토하다 입에 든 음식을 삼겹살이 구워지는 불판 위로 계속 내뱉듯 튀기는 사람.<br/><br/><br/><br/>1위 : 처음 삼겹살을 불판에 올려놓고 먹음직스럽게 생긴 한 점을 골라 구워지기만을 기다리며 눈여겨보고 있는데, 채 구워지기도 전에 맛있게 생겼다며 홀랑 집어가는 사람.<br/><br/>서로를 위한 지출<br/><br/><br/><br/>한 부부가 돈을 너무 많이 쓴다는 사실을 깨닫고 함께 카드영수증들을 훑어보기로 했다. <br/><br/><br/><br/>“이것 봐. 술값으로 20만 원이나 들었어.” <br/><br/><br/><br/>아내가 따졌다.<br/><br/><br/><br/>그러자 남편이 응수했다.<br/><br/><br/><br/>“음, 이건 뭐야? 화장품에 30만 원?”<br/><br/><br/><br/>아내가 미소를 띤 채 남편을 보고 말했다.<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>여보, 당신에게 젊고 매력적으로 보이려면 화장을 해야 한단 말이야.</span>”<br/><br/><br/><br/>남편이 소리를 지르며 되받아쳤다.<br/><br/><br/><br/>“술이 그래서 필요한 거야!” <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-217.txt

제목: “4대중증 치료목적 수면내시경 건보적용 검토”  
날짜: 20151207  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906130924897  
본문: 정부가 4대 중증질환(암, 심장질환, 뇌혈관질환, 희귀난치질환)에 대한 건강보험 보장 강화 차원에서 수면내시경 등에도 건강보험 적용을 검토키로 했다.<br/><br/><br/><br/>정진엽 보건복지부 장관은 7일 서울아산병원을 찾아 “<span class='quot0'>2016년에는 4대 중증질환 치료나 특수 처치 목적으로 실시하는 유도용 초음파검사와 수면내시경에 건강보험을 적용하는 방안을 검토 중</span>”이라고 밝혔다. 지금까지는 4대 중증질환 진단 목적의 초음파 검사에만 건강보험이 적용됐다. 또 내년에도 저소득층 의료비 부담이 완화될 수 있도록 기획재정부의 복권기금 275억 원과 사회복지공동모금회의 275억 지원 등 총 550억 원 규모로 재난적 의료비 지원사업을 전개할 계획이라고 밝혔다. 재난적 의료비 지원사업은 과도한 의료비로 경제적 부담을 안고 있는 저소득층 중증질환자 가구에 최대 2000만 원까지 의료비를 지원해주는 제도다.<br/><br/><br/><br/>정부는 그동안 4대 중증질환에 대한 건강보험을 강화하기 위해 관련 암 수술 등 370항목에 대해 건강보험 급여를 확대 적용했다. 현재까지 건강보험 적용 확대로 4대 중증질환자가 부담하는 비급여 의료비가 약 6000억 원 감소한 것으로 복지부는 추정하고 있다. 또 복지부는 선택진료 의사가 올해 9월 이전 80%에서 9월 이후 67%로 줄고 상급종합병원 등의 일반병상도 같은 기간 50%에서 70%로 늘어났다고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-218.txt

제목: 선병원, 몽골의료진 초청 교육  
날짜: 20151203  
기자: 김창희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160906114404242  
본문: 몽골 국립병원 의료진이 대전 선병원에서 선진 의료시스템을 벤치마킹했다. <br/><br/><br/><br/>3일 선병원재단(이사장 선두훈) 산하 대전선병원에 따르면 몽골 국립 3병원 임직원 12명을 대상으로 2일 대전 중구 목동 본원에서 병원 서비스 교육과 견학이 실시됐다.<br/><br/><br/><br/>간호사와 행정직원들로 구성된 이들은 기본예절과 전화 응대, 표정 연습 등의 서비스 교육에 참여했으며, 교육 후 수료증을 받았다. 대전선병원, 유성선병원, 국제검진센터, 선치과병원 등 재단 산하 4개 의료 시설도 방문해 최신의 첨단 암치료 장비인 래피드아크를 비롯, 1일 보철치료가 가능한 캐드캠(CAD/CAM) 디지털 시스템 등 선진 의료 시스템을 견학했다. 몽골 국립 3병원 참석자들은 “한국 의료의 우수성을 몸소 체험할 수 있어 기쁘고, 몽골 현지에서 활용 가능한 실무 교육을 받을 수 있어서 대단히 만족스러웠다”고 소감을 전했다. 이규은 선병원 경영총괄원장은 “<span class='quot0'>향후 몽골뿐 아니라 해외 각국에 한국 의료의 우수성을 알리기 위해 해외환자 유치 및 해외진출 사업에 더욱 책임감을 갖고 노력하겠다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/> 대전=김창희 기자 chkim@munhwa.com <br/> <br/>[ 문화닷컴 바로가기 | 소설 서유기 | 모바일 웹]

언론사: 문화일보-1-219.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>공장유휴지 발전소 허용… 7600억 투자 효과  
날짜: 20151203  
기자: 유현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107211007469  
본문: 정부, 3차 98건 규제개혁 발표<br/>800명 일자리… 960억원 절감 <br/>사방사업 위탁 풀어 독점 해소 <br/>급유선 없이 선박 급유 가능케 <br/>불합리‘유해물질관리자’ 없애<br/>정부가 3일 제3차 규제개혁 현장점검회의에서 발표한 총 98건의 규제개혁을 통해 앞으로 7800억 원의 투자 유발, 960억 원 비용 절감, 800여 명의 일자리 창출 효과가 발생할 것으로 전망된다.<br/>황교안 국무총리 주재로 이날 부산상공회의소에서 열린 ‘제3차 규제개혁 현장점검회의’는 이번에도 현장점검 형태로 열렸다. 지난 10월 국무조정실·경제단체 간담회에서 제기된 90건의 규제안 중 73건을 수용한 규제개혁 결과와 ‘경쟁제한 규제개선 태스크포스(TF)’에서 개선한 18건, 민관합동규제개선추진단이 개선한 7건 등 총 98건이 발표됐다.<br/>특히 기업인들의 경우 환경 관련 규제를 완화해달라는 요청이 많아 90건의 건의안 중 무려 40건이 환경부 소관 사안이었다. 이 중 올해 새로 추진된 규제가 20여 건에 달해 현장을 고려하지 않은 법들이 추진되고 있다는 지적이 인 바 있다. 환경부는 총 40건 중 무려 35건을 수용해 파격적인 규제 개혁을 단행했다. 유해화학물질을 취급하지도 않는 단순 판매대리점도 유해물질 관리자까지 선임해야 했던 불합리한 규제가 개선돼 안전교육을 8시간 이수한 이가 관리할 수 있도록 했다. 대리점 형태로 화학물질을 취급하는 7000여 개 사업장에서 35억 원의 비용 절감 효과가 나타날 것으로 예상된다.<br/>또 기존에는 산업단지 내 공장 유휴부지가 있는데도 이곳에 연료전지발전소를 건립할 수 없었는데, 앞으로 유휴부지를 지원용지로 전환해 연료전지발전소를 건립할 수 있게 됐다. 이에 따라 총 7개 입지에 발전소가 들어설 예정이라 7600억 원의 투자가 유발되고 700명의 일자리가 창출될 것으로 전망된다. 그동안에는 산림청이 사방사업을 산림조합에만 위탁할 수 있도록 제한해 그 독점 수의계약 규모가 연 1800억 원에 달했다. 앞으로는 일정 자격요건을 갖춘 산림법인에서도 위탁을 받을 수 있도록 사방사업법이 개정된다. 사방사업자들 간 경쟁을 통해 연간 36억에서 90억 원의 국가 예산이 절감될 것으로 기대된다.<br/>선박에 기름을 넣는 선박급유업은 급유선을 반드시 확보해야 하는 규정도 폐지됐다. 이 규정 때문에 기상악화 시 급유가 어려워 각종 어려움이 발생했다. <br/> 유현진 기자 cworange@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-220.txt

제목: “치료 급한 ‘중태 고교생’ 치료하세요”… 60대, 자신의 癌치료비 쾌척  
날짜: 20151201  
기자: 박성훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111223258792  
본문: 김외수 창원 동양교통 대표 <br/><br/><br/><br/>본보 보도 접한뒤 1060만원<br/><br/><br/><br/>가족의 생계를 위해 아르바이트를 하다 교통사고로 중태에 빠진 고등학생 김윤호(가명·18) 군을 돕기 위해 자신의 암 수술 위로비 등 1000여 만 원의 거금을 내놓은 이가 있어 주위를 훈훈하게 하고 있다. (문화일보 2015년 12월 30일자 36면 참조)<br/><br/><br/><br/>이 사연의 주인공은 김외수(60·사진) 동양교통 대표다. 11일 경기공동모금회에 따르면 김 대표는 언론을 통해 김 군의 안타까운 사고 소식을 듣고 1060만 원을 기부했다. 김 대표는 문화일보와의 전화통화에서 “어려운 사연을 접하고 그냥 지나칠 수 없어 학생에게 도움을 전하기 위해 경기공동모금회에 연락했다”고 말했다. 김 군은 지난해 10월 오토바이를 타고 배달 아르바이트를 하던 중 경기 수원시 권선구의 한 도로에서 달려오던 1t 트럭과 부딪혀 의식불명에 빠지게 됐으며 현재 생명유지장치에 의존해 연명하고 있다. 아버지, 여동생(15)과 함께 사는 김 군은 아버지가 한쪽 눈을 실명한 뒤 직장을 잃자 직접 생계 해결을 위해 나섰다가 이 같은 변을 당했다. <br/><br/><br/><br/>김 대표는 특히 지난해 12월 후두암 수술을 받으면서 지인들로부터 받은 위로비와 치료비를 보태 기부에 동참하게 됐다. 그는 경남 창원에서 동양교통을 운영하고 있으며, 봉사조직인 동양사랑나눔회의 회장을 맡아 저소득가정 학생들의 장학금 지원 등 기부활동에 적극 앞장서 활동하고 있다. 김효진 경기공동모금회 사무처장은 “<span class='quot0'>타 지역의 일임에도 불구하고 안타까운 소식을 접하고 앞장서 나눔을 실천해준 김외수 대표께 진심으로 감사드린다</span>”며 “<span class='quot0'>전해 주신 성금은 김 군의 치료비로 사용될 수 있도록 소중히 전달하겠다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>수원=박성훈 기자 pshoon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-221.txt

제목: <오후여담>‘유전자 가위’혁명  
날짜: 20151201  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111223221160  
본문: 예진수 / 논설위원<br/><br/><br/><br/>2016년은 ‘유전자 가위의 해’로 기록될 것 같다. 취약한 표적 유전자를 잘라내는 ‘3세대 유전자 가위 기술(크리스퍼 방식)’이 생명공학 역사를 바꾸고 있다. 그 원리는 철도 레일에서 고장 난 부분만 빼내 갈아 끼우는 식이다. 어떤 유전자 기술보다 신속하며 파급력이 크다. 이 기술은 2∼3년간의 워밍업 기간을 거쳐 올해 본격 추진 기어를 넣는 형국이다. 하루가 다르게 새로운 연구결과가 쏟아져 나온다. 미국 최고의 과학 두뇌들은 암이 퍼질 때의 DNA 변화과정을 알아내는 데 성공했다. 이젠 암을 유전자 가위로 치료하는 길로 한발 다가서고 있다. 해충에 강한 농산물이 잇달아 등장하고 있다. <br/><br/><br/><br/>바이오 연료에 쓰이는 원료들의 염기 배열을 특별한 ‘DNA절단 효소’로 잘라낸 뒤 새로 붙이는 실험도 활기를 띠고 있다. 결과에 따라 연료혁명이 일어날 수 있다. 이미 2005년에 미래학자 레이 커즈와일은 저서 ‘특이점이 온다’에서 2020년부터는 유전자 정보를 자유자재로 바꾸는 기술로 수명을 연장하게 될 것이라고 예측한 바 있다. <br/><br/><br/><br/>미래창조과학부는 7일 열린 국가과학기술심의회에서 세계 톱 1% 정상급 과학자 300명을 발굴키로 했다. 이와 함께 유전자 가위 기술과 인공지능 등 2개 분야를 콕 집어 다양한 대비책을 마련해야 한다고 보고했다. 혈우병 치료 등 의료분야에서 활발하게 응용되기 시작한 유전자 가위 기술의 윤리 논란과 생태계 교란 우려 등에 대한 사회적 합의와 가이드라인 마련이 절실하다.<br/><br/><br/><br/>중국 광저우(廣州) 중산대(中山大)의 황쥔주(黃軍就) 박사팀은 독자 생존이 불가능한 인간 배아를 얻은 뒤 치명적인 혈관 질환을 일으킬 수 있는 유전자를 ‘크리스퍼 유전자 가위’로 제거했다는 내용의 논문을 지난해 4월 한 온라인 과학잡지에 게재했다. ‘맞춤형 아기’ 논란이 일었다. 부자들이 열성 유전자를 잘라낸 뒤 우수 유전자만 붙여서 자식을 낳으면 흙수저, 금수저의 대물림이 고착화될 것이다. 미래부도 이 기술을 인간에게 적용할 때는 윤리성과 고도의 안전성이 확보돼야 한다는 단서를 달았다. <br/><br/><br/><br/>한국의 유전자 가위 기술은 세계 톱 수준이다. 윤리 문제의 칼날을 피하면서 인류의 질병 퇴치에도 기여하고, 생명과학 분야의 선도 산업 발전에도 기여할 수 있도록 연구 시스템을 가다듬어야 한다. 불필요한 규제를 제거하면서 추가 연구에 가속을 붙여야 함은 물론이다.

언론사: 문화일보-1-222.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩·콩·콩 뱃살 탈출  
날짜: 20151201  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111223632351  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-223.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩·콩·콩 뱃살 탈출  
날짜: 20151201  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111223740527  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-224.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩·콩·콩 뱃살 탈출  
날짜: 20151201  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111222812435  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-225.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩·콩·콩 뱃살 탈출  
날짜: 20151201  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111223447221  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-226.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩콩콩 뱃살 탈출  
날짜: 20151201  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111222809660  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-227.txt

제목: <힐링푸드>‘공포의 배둘레햄’… 콩콩콩 뱃살 탈출  
날짜: 20151201  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160111223738752  
본문: - 다이어트에 좋은 콩<br/><br/>식이섬유 많아 독성물질 흡착<br/><br/>포만감 높이고 뱃살 제거 효과<br/><br/>각종 성인병·암 예방에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>콩은 과학적으로 다이어트에 효과가 있다고 증명된 식품이다. 콩의 다이어트 효과는 풍부한 식이섬유와 밀접한 관련이 있다. 식이섬유 중 수용성 성분은 담즙산, 콜레스테롤, 독성물질 등을 흡착하고 내장지방으로 인한 뱃살 제거에 효과적이고, 포만감도 쉽게 느끼게 해 준다. 미국의 한 연구에서는 콩 단백질이 폐경 여성의 뱃살을 억제하는 데 효과적이라는 결과도 발표돼 주목을 받기도 했다. <br/><br/><br/><br/>게다가 콩은 각종 성인병 및 암 예방에도 효과가 있는 ‘슈퍼푸드’다. 콩은 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩에 풍부한 칼륨은 나트륨 배출을 도와 혈압을 낮춰준다. 고혈압은 뇌졸중 등 각종 심혈관계 질환을 유발한다. 시판 중인 콩들의 주요 성분과 효능을 알아보았다. <br/><br/><br/><br/>◇ 메주콩 = 노란 콩으로 대두로도 알려진 메주콩은 콩의 대표주자다. 식탁의 단골손님인 된장이나 청국장을 빚을 때도 이 콩을 사용한다. 메주콩에서 가장 주목할 성분은 이소플라본이다. 이소플라본은 동맥경화를 유발하는 것으로 알려진 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤과 중성지방을 낮추며, 동맥경화를 예방하는 고밀도지단백(HDL) 콜레스테롤을 높여준다. 뱃살이 나온 사람들의 경우 대부분 저밀도지단백 콜레스테롤의 함량이 높다. <br/><br/><br/><br/>레시틴 성분은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 레시틴은 고지혈증을 유발하는 혈액 속 LDL 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 LDL 콜레스테롤이 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 어린이의 두뇌 발달에 도움을 준다. <br/><br/><br/><br/>◇ 완두콩 = 최근 혈관을 망치는 주범으로 지목받고 있는 것이 호모시스테인이다. 호모시스테인은 혈류를 타고 순환하는 작고 파괴적인 분자로 우리 세포가 단백질을 만들 때 생겨나는 부산물이다. 호모시스테인은 마치 LDL 콜레스테롤처럼 혈관에 유해하다. 따라서 몸 안에 필요없이 축적되면 혈관 벽을 손상시켜 동맥경화, 치매, 심혈관계 질환을 유발한다. 이 호모시스테인을 제거해 주는 성분이 비타민B군의 일종인 엽산으로 완두콩에 풍부하게 들어있다. 완두콩 100g당 엽산 함량은 65㎍이다. 완두콩에는 엽산 외에도 좋은 성분들이 많이 들어 있다. 제니스틴이라는 성분은 암세포의 증식을 억제시키고 유해 발암물질을 해독해 준다.<br/><br/><br/><br/>◇ 서리태 = 서리태는 겉은 검고 껍질을 벗기면 속은 초록색인 콩이다. 서리태는 대표적인 블랙푸드로 사포닌과 항산화 물질인 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 한의학적에서는 서리태가 눈을 맑게 하고, 신장을 보하고, 종기를 없애며, 수독을 조절하고, 통증을 없애고, 혈액순환을 돕고, 머리를 까맣게 한다고 돼 있다. 그래서 탈모로 고민하는 이들에게도 많이 권해진다.<br/><br/><br/><br/>서리태는 항노화 콩으로도 유명하다. 이는 안토시아닌 성분 때문이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다.<br/><br/><br/><br/>◇ 강낭콩 = 강낭콩에는 ‘면역 비타민’으로 통하는 비타민B 복합체가 유난히 많다. 비타민B1은 질병에 걸렸거나 수술 후 회복기에 있거나 스트레스를 많이 받을 때 필요한 성분이다. 신경계에 유효하게 작용한다. 특히 탄수화물 소화를 돕기 때문에 쌀밥이 주식인 한국인들에게 꼭 필요하다. 또 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강을 유지한다. 혀, 입안, 입술 등이 헐었을 때 효능이 있다. 눈을 맑게 하고, 눈의 피로를 덜어주며 백내장 예방에도 도움을 준다.<br/><br/><br/><br/>또 강낭콩에는 칼슘과 칼륨, 아연 등의 미네랄이 많이 들어있다. 그래서 우울증이나 신경쇠약 환자들에게도 강낭콩이 많이 권해진다. <br/><br/><br/><br/>◇ 쥐눈이콩 = 쥐눈이콩은 검은콩의 일종으로 껍질은 까맣고 크기는 보통 검은콩보다 훨씬 잘아 마치 쥐눈처럼 생겼다고 해 그런 이름이 붙여졌다. 서목태(鼠目太)라고도 한다.<br/><br/><br/><br/>동의보감에는 ‘쥐눈이콩이 신장병에 좋고 기를 내려서 모든 풍열을 억제하며, 모든 독을 풀며, 혈액순환을 활발하게 해준다’고 돼 있다. 쥐눈이콩은 특히 피부 노화에 유익한 작용을 한다. 한 연구논문에 따르면 쥐눈이콩 추출물이 레티노산(retinoic acid) 수용체를 활성화해 피부노화 및 염증을 억제했다. 레티노산은 비타민A의 유도체로 비타민A산이라고도 하는데 상피 조직의 성장과 분화를 조절한다. <br/><br/><br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/><br/><br/>사진 = 김낙중 기자 sanjoong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-228.txt

제목: 국민 96% “호스피스 필요”  
날짜: 20151126  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107210723665  
본문: 국민 10명 중 9명 이상은 말기 환자에게 ‘호스피스’가 필요하다고 생각한다는 설문결과가 나왔다. 호스피스는 말기 또는 임종과정에 있는 환자와 그 가족의 삶의 질을 높이기 위해 신체적 치료와 심리사회적 치료가 함께 이뤄지는 종합적인 의료행위다.<br/>서울대 의대는 여론조사기관(월드리서치, 마켓링크)과 전국 20∼69세 국민 500명을 대상으로 설문조사를 실시한 결과 응답자의 95.5%가 ‘호스피스가 필요하다’고 답했다고 26일 밝혔다. 환자의 증상 호전 없이 임종을 연장하는 의학적 시술을 보류하거나 중단하는 ‘연명의료결정’에 대해서도 응답자의 80.2%가 필요하다는 의견을 내놨다. 또 응답자의 96.1%는 암 이외의 질환에 대해서도 환자가 말기 상태일 경우 호스피스 대상에 포함해야 한다고 답했다. 응답자의 92.0%는 사전연명의료의향서에 찬성했다. <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-229.txt

제목: 가구 의료비 지출 최근 5년새 41% 늘어  
날짜: 20151126  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107210723211  
본문: 생활비 30% 이상 의료비로 써<br/>4가구 中 1곳이 ‘재난적 의료비’<br/>가구의 의료비 지출이 최근 5년 사이에 41.3% 이상 늘었으며, 4가구 중 1가구는 의료비 지출이 가구 전체 지출의 30%를 넘는 것으로 나타났다. <br/>건강보험공단과 보건사회연구원이 2008년부터 매년 7000가구 이상을 추적 조사하는 ‘한국의료패널’ 분석 결과가 26일 서울 대한상공회의소에서 열린 ‘제7회 한국의료패널 학술대회’에서 발표됐다.<br/>이태진 서울대 보건대학원 교수가 2008∼2013년의 한국의료패널을 분석해 공개한 자료에 따르면 외래·입원·응급 수납금액과 처방 약값 등을 합친 가구의 본인부담 의료비는 2008년 평균 105만3000원에서 2013년 148만9000원으로 41.3% 상승했다. 또 가구의 생활비에서 의료비가 차지하는 비중도 2008년 6.2%, 2009년 6.5%, 2010년 7.1%, 2011년 7.6%, 2012년 7.5%로 증가했다. 특히 의료비는 저소득층에서 부담이 컸다. 2012년 기준 가구 생활비 가운데 의료비의 비중은 소득 상위 20%에 있는 5분위가 4.2%이지만, 소득하위 20%인 1분위의 경우 15.6%로 4배가량 차이가 났다. 저소득층 가구의 의료비는 암, 뇌혈관, 신부전 등 질환에 따라 전체 가구소득의 20∼80%를 차지하기도 했다.<br/>실제 이날 발표된 이경용 산업안전보건연구원 연구위원의 분석에 따르면 전체 가구의 4곳 중 1곳은 최근 6년 사이 전체 가구 지출의 30% 이상을 의료비로 지출(재난적 의료비)했다. 2008∼2013년 한국의료패널 4693가구를 분석한 결과 1년 이상 전체 가구 지출의 30% 이상을 의료비로 지출한 가구는 분석 대상 가구의 23.5%에 해당하는 1103가구에 달했다. 재난적 의료비 지출 연수가 1년인 가구는 14.8%(694가구), 2년인 가구는 5.3%(251가구)였으며 3년 이상인 경우도 3.3%(158가구)나 됐다.<br/>소득 수준이 낮을수록 재난적 의료비 지출이 많았다. 1분위 가구 중 재난적 의료비를 1년 이상 지출한 가구의 비중은 44.9%로 나타나 전체 가구 평균인 23.5%보다 21.4%포인트 높았다. 반면 5분위의 경우 재난적 의료비를 1년 이상 지출한 가구의 비중은 전체의 10.2%였다. <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-230.txt

제목: SK, 반도체 - 직업병 인과관계 확인 안됐지만 ‘보상 제안’ 수용  
날짜: 20151125  
기자: 방승배  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107210632057  
본문: 백혈병·뇌종양 등 대표 질환<br/>유의미한 결과 나오지 않아 <br/>건강손상된 근로자 치료 등 <br/>‘포괄적 지원보상 체계’제시 <br/>“<span class='quot0'>기업 사회적 역할 차원 보상</span>”<br/>SK하이닉스 반도체 공장 근로자들의 백혈병 등 직업병 발생에 대한 외부 전문가들의 검증 결과 반도체 작업장과 발병 간 인과관계가 확인되지 않았다.<br/>이들 외부 전문가들은 그러나 인과관계 확인 여부와 상관없이 SK하이닉스가 암과 희귀난치성질환 발병자에 대해 포괄적인 지원보상체계를 마련할 것을 제안했다. 이에 SK하이닉스 측은 입장자료를 통해 “<span class='quot1'>검증위원회의 제안을 전격 수용해 인과관계에 상관없이 기업의 사회적 역할에 기반해 의심사례로 나타난 전 질환환자를 대상으로 지원과 보상을 실시하겠다</span>”고 밝혔다. <br/>이에 따라 SK하이닉스 반도체 공장 근로자들의 직업병 발생 원인을 둘러싼 공방은 마무리되고 보상 절차에 들어가게 됐다.<br/> SK하이닉스 산업보건검증위원회는 25일 서울 광화문 교보빌딩 컨벤션홀에서 기자회견을 열고 지난 1년간 진행한 SK하이닉스 작업장 산업보건 실태 검증결과를 발표했다.<br/>SK하이닉스는 반도체 사업장 내 직업병 관련 문제가 제기되자 지난해 10월 회사와 독립적으로 선정된 외부 전문가들을 중심으로 하는 산업보건검증위를 구성했다. 검증위는 이후 1년간 작업환경 실태 및 직업병 의심사례 조사 등을 포함한 산업보건진단을 실시했다.<br/>검증위 조사 결과 지난 2010∼2014년 암으로 병가를 신청한 SK하이닉스 근로자는 모두 108명으로 이중 갑상선암이 전체의 56.5%(61명)로 가장 많았다. 이어 뇌종양(10.2%), 위암(9.3%), 유방암(8.3%) 등의 순이었다. 백혈병 등 조혈기계 암은 4.6%였다.<br/>검증위는 SK하이닉스 근로자들의 갑상선암 발생 확률이 우리나라 전체 근로자에 비해 남성은 2.6배, 여성은 1.3배 통계적으로 유의미하게 높게 나왔다고 밝혔다.<br/>그러나 대표적인 직업병으로 거론된 뇌종양이나 백혈병, 남성 비호지킨림프종 등은 유의미한 결과가 나오지 않았다고 설명했다.<br/>검증위는 “암이나 발생률이 극히 낮은 희귀질환들은 인과관계 평가 자체가 근본적으로 어려웠다”면서 “질병 발생의 원인이 되는 유해인자에 상당한 수준의 노출이 있음을 확인하는 방식으로 반도체 직업병 관련 논란은 해결하기 어렵다”고 판단했다.<br/>검증위는 인과관계가 확인되지 않았더라도 SK하이닉스가 근로자들의 치료와 일상유지에 필요한 기본수준을 지원하도록 ‘포괄적 지원보상체계’를 제안했다.<br/>지원 대상자로 재직자는 물론 질병에 따라 협력업체 재직자와 퇴직자, 자녀 등도 포함하고 대상 질환으로는 반도체 산업과 조금이라도 상관성이 있을 것으로 예상되는 모든 암으로 정했다.<br/> 구체적으로 갑상선암, 뇌종양, 위암, 전립선암, 직장암, 췌장암, 난소암, 백혈병, 다발성골수종, 폐암, 비호지킨림프종, 기타 조혈기계 암 등이다. 다발혈관염육아종증, 전신성 홍반루푸스, 전신경화증, 파킨슨병, 다발성경화증 등의 희귀난치성질환, 불임, 자녀의 소아암과 선천성 심장기형 등도 포함하도록 권고했다.<br/>검증위는 보상과 별도로 SK하이닉스 등 반도체 작업장에서 산업보건안전 시스템을 갖출 수 있도록 총 127개 개선과제를 제안했다.<br/>검증위는 “이번 경험과 제안이 다른 기업으로 확산하고 근로자 질병에 대한 사회적 보장의 확대, 산재보험 개혁의 계기가 되기를 바란다”고 말했다.<br/>방승배 기자 bsb@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-231.txt

제목: 삼성전자, 120명 보상신청 中 55명 합의… 연말까지 80명 채울 듯  
날짜: 20151125  
기자: 임정환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107210631258  
본문: 삼성전자와 삼성직업병가족대책위원회(가대위) 등이 반도체 백혈병 문제 해결을 위해 구성한 보상위원회의 보상 절차가 급물살을 타고 있다.<br/>25일 삼성전자에 따르면 현재까지 120여 명이 보상을 신청한 가운데 55명이 합의 후 보상을 받은 것으로 나타났다. 연말까지 80명 이상이 보상을 받을 수 있을 것으로 전망된다. <br/>다만 지난 9월 18일 본격적인 보상 절차가 시작된 첫주에만 지금까지 신청자의 절반가량인 60여 명이 보상을 신청한 이후 최근에는 신청자가 거의 없는 상황이다. 삼성전자 측은 반도체 문제로 인해 본인이 피해를 봤다고 여기는 사람들은 대부분 신청을 마친 것으로 보고 있다. 삼성전자 관계자는 “<span class='quot0'>신청자가 급격하게 줄고 있다</span>”면서 “<span class='quot0'>최근에는 한 분도 신청하지 않는 날도 있다</span>”고 말했다.<br/>삼성전자의 반도체 백혈병 보상 절차가 진행되고 있지만 이를 반대하는 ‘반도체 노동자의 건강과 인권지킴이(반올림)’의 반대 목소리도 덩달아 높아지고 있다. 반올림은 반도체 백혈병 문제의 협상을 위해 꾸려진 조정위원회가 삼성전자에 1000억 원을 출연, 공익법인을 설립하고 이를 통해 보상과 재발방지책을 마련하라고 권고한 만큼 이에 따라야 한다고 주장하고 있다. <br/>삼성전자가 가대위와 협상을 통해 별도로 보상위를 구성하고 보상에 나선 것은 조정위 권고안과 다르기 때문에 당장 이를 중단해야 한다는 주장이다. <br/>그러나 조정위 권고안에 대해서 이미 협상 주체마다 수정안을 내놨고 협상 주체가 각자 안을 고집하면서 추가 조정이 어려워졌다는 평가가 많다. 특히 반올림은 법인이 존속하는 한 매년 100억 원 이상의 비용을 삼성전자가 추가로 기부하도록 수정 제안을 내기도 했다.<br/>조정위는 이날 삼성전자, 가대위, 반올림 등 협상 3주체를 대상으로 추가 조정을 위한 면담을 협상 당사자 간에 진행할 예정이다. 특히 삼성전자 측과는 반도체 백혈병 재발 방지 방안 등에 대한 논의를 벌일 전망이다. 그러나 발생기전이 복잡한 암이나 발생률이 극히 낮은 희귀질환들은 질환의 특성상 인과관계 평가 자체가 근본적으로 어렵기 때문에 논의가 성과를 거두기는 어려울 것으로 보인다. <br/>임정환 기자 yom724@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-232.txt

제목: 男 전립선암-女 췌장암 사망률 10배-4배 늘어  
날짜: 20151123  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107210459086  
본문: 공주대 최근 30년 추이 분석<br/>육류 등 식습관 서구화 원인 <br/>남녀 위암 사망률 70% 급감<br/>최근 30년 동안 암 사망률을 분석한 결과 남성의 경우 전립선암, 여성의 경우 췌장암으로 인한 사망이 각각 10배, 4배 증가해 가장 높은 증가율을 기록한 것으로 조사됐다. 반면, 남녀 모두 위암으로 인한 사망률은 70% 이상 감소했다.<br/>23일 임달오 공주대 보건행정학과 교수팀이 1983년부터 2012년까지 30년간 국내 13개 주요 암 사망률 추이를 분석한 결과에 따르면 암 사망률은 폐암과 위암 등이 여전히 가장 높았지만, 암 사망 증가율은 남성의 경우 전립선암, 여성의 경우 췌장암이 가장 높았다. <br/>분석 결과 1983년의 10만 명당 암 사망률은 남성의 경우 위암(83.5명), 간암(48.6명), 폐암(18.4명) 등의 순으로 높았다. 여성은 위암(23.1명), 간암(8.0명), 자궁암(7.2명) 순이었다. 30년이 지난 2012년에는 남성의 경우 폐암(44.4명), 간암(34.0명), 위암(22.4명) 등의 순으로 변화했다. 여성도 폐암(16.5명), 대장암(14.0명), 위암(13.0명) 등이었다.<br/>각 암 사망률의 증가 추이를 분석한 결과 남성의 경우 전립선암이 30년간 10.5배가 늘어 증가율 1위를 기록했다. 이어 대장암(3.7배), 췌장암(2.9배) 등의 순이었다. 같은 기간 여성은 췌장암(4.0배), 비호치킨림프종(3.4배), 뇌암(3.1배) 등의 순으로 암 사망 증가율이 높았다. 암 사망 감소율은 남성이 위암(-73.2%), 간암(-30.0%), 식도암(-26.8%) 등의 순으로, 여성은 위암(-73.3%), 간암(-16.8%), 식도암(-63.0%), 자궁암(-56.8%) 등의 순으로 분석됐다.<br/>전립선암과 췌장암 사망률이 크게 증가한 것은 서구화된 식습관 등이 주된 원인으로 분석된다. 위암 등은 조기 검진 확대 등으로 인해 사망률이 크게 줄어들긴 했지만, 여전히 사망 빈도가 높은 암으로 관리가 필요한 상황이다.<br/>전립선암의 경우 1999년에 발생률은 10만 명당 8.5명이었지만, 2010년에는 10만 명당 25.3명으로 발생 자체가 크게 증가하고 있다. 전립선암의 발생 원인은 아직 정확하게 밝혀지지 않았으나 유전적 요인 외에 육류나 고지방 음식들을 선호하는 식생활 등이 큰 영향을 미치는 것으로 알려졌다. 이번 연구 결과는 국제학술지 ‘암 역학(Cancer Epidemiology)’ 12월호에 발표됐다.<br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-233.txt

제목: 과학전시물 80%가 체험형… 원리 ‘쏙쏙’ · 재미 ‘쏠쏠’  
날짜: 20151120  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107210446039  
본문: 학생들 실험·토론하도록 차·선박·에너지관 등 설치<br/>야외전시장·캠프장도 조성… 50명 동시에 우주관측 가능<br/>해설사·강사 170명 지도로 무중력 실험·열기구 이용도<br/>“<span class='quot0'>과학원리 및 이론을 놀면서 재미있게 익힐 수 있게 체험형으로 꾸민 것이 가장 큰 특징입니다.</span>”<br/>최근 둘러본 부산 기장군 기장읍 동부산관광단지 내 국립부산과학관은 선박의 앞모습을 형상화한 거대한 외부 모습부터 인상적이었다. 동남권의 유일 과학관인 국립부산과학관은 12월 11일 정식 개관을 앞두고 시험 가동 등 각종 준비작업에 분주한 모습을 보였다. 이 과학관은 1217억 원이 투입돼 11만3000㎡의 부지에 180여 개의 각종 과학전시물이 설치돼 있다. 내부 시설을 둘러보니 지역 청소년의 ‘과학 문화 메카’로 성장하는데 손색이 없어 보였다. <br/>부산과학관은 동남권의 주력산업인 자동차, 항공우주, 선박, 에너지·방사선의학을 주제로 한 지역 거점형 시설이다. 전시물의 80%가 기초과학 원리와 첨단기술을 직접 느낄 수 있는 체험형으로 꾸며져 있어 전국의 다른 과학관들과 차별화를 이뤘다. 손동운 부산과학관 전시연구본부장은 “<span class='quot1'>과학 전문 해설사와 석·박사급 강사 170여 명의 지도로 청소년들이 직접 소규모 실험도 할 수 있게 실험·강의·토론실도 대거 마련했다</span>”고 설명했다. <br/>이 과학관은 자동차·항공우주관(1관), 선박관(2관), 에너지·방사선의학관(3관), 어린이관, 천체 관측관, 야외전시장, 캠프장 등을 갖추고 있다. 1관에서는 고대인들이 발명한 바퀴를 시작으로 자동차·항공기 엔진의 진화와 우주로 향하는 인류의 도전을 다양한 전시물로 보여준다. ‘트랜스토피아 영상관’에는 자동차의 발달과정과 자동차의 내부 기계 움직임을 웅장한 음향과 스크린 영상으로 표현했다.<br/>항공기 제트엔진, 달의 중력 현상을 실제 체험하는 ‘월면 걷기’ 등의 전시물은 과학 원리부터 첨단 과학기술의 미래까지 쉽게 알 수 있도록 도와준다. 잠수함이 수중에서 무게중심을 바로 잡는 원리를 익히고, 선박 설계·조립·운항을 체험할 수 있다. 3관에서는 풍력·조력·태양열 등 청정에너지 활용기술을 배우고 난치병인 암을 치유하는 중입자 가속기 등 첨단 방사선의학의 원리를 이해할 수 있다. 컴퓨터 그래픽 집도로 인체의 뼈와 다양한 장기를 해부해 보는 것도 가능하다. 어린이 관은 증기기관, 열기구 등의 원리를 체험하는 과학 놀이 기구들로 구성돼 있다. 야외전시장에는 여름엔 물놀이 시설로 이용되는 워터 플레이그라운드, 사이언스 파크, 무선으로 자동차를 직접 조종해 보는 레이스장이 있다. <br/>120도로 편안히 누워 대형스크린에서 쏟아져 나오는 밤하늘의 신비를 체험하는 천체 투영관도 눈길을 끌었다. 천문관측소에는 국내 과학관에서 가장 규모가 큰 360㎜ 굴절 천체망원경을 비롯, 학생 50명이 동시에 천체를 관측할 수 있는 태양 관측장비와 반사 천체망원경 등을 갖추고 있다.<br/>이영활 부산과학관장은 “<span class='quot2'>우리 과학관은 시민 114만 명이 서명운동으로 어렵게 유치한 만큼 개관은 의미가 더욱 크다</span>”며 “<span class='quot2'>시민과 학생들이 과학기술을 쉽고 재미있게 배워 과학문화를 확산시킬 수 있도록 노력하겠다</span>”고 말했다. 개관 직후 자유 학기제 및 이공계 진로교육, 과학 영재반, 동아리반 탐구교실 등 초·중·고 단체 맞춤형 교육프로그램 19개도 운영될 예정이다. 12월 11일 개관식은 최양희 미래창조과학부 장관, 서병수 부산시장 등 500여 명이 참가한 가운데 열린다. 개관식에 앞서 12월 1일부터 무료 임시 개관으로 먼저 문을 연다. 관람료는 일반인 3000원, 청소년 2000원이다. 과학관 측은 대중교통 확충을 위해 시내버스 노선을 신설하고 주변을 오가는 전용 셔틀 버스를 운영키로 했다.<br/> 부산=김기현 기자 ant735@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-234.txt

제목: 엠아이텍, 혁신적 의료기기 ‘스텐트’ 50여개국 수출  
날짜: 20151117  
기자: 박민철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107210231995  
본문: 가는 철사 꼬아 제조, 100% 수공업<br/>기술 가진 직원들 ‘장인’이라 불려<br/>특허기술 60여건 보유 … 개발 주도<br/>올 매출 30% 늘어 140억 육박할 듯<br/>최근 제휴 통해 日시장 진출 길 열어<br/>美·加 개척도 나서 ‘의료 韓流’ 견인<br/>16일 찾은 경기 평택시 진위면 동아에스티 계열사 엠아이텍. 깨끗하게 정돈된 공장 내부로 들어서자 의료용 기기인 ‘스텐트’ 생산이 한창이었다.<br/>스텐트는 사람의 몸속에서 혈액이 흐르는 길인 혈관이나 십이지장과 같은 장기의 길이 암이나 종양 등에 의해 막혔을 경우 막힌 공간을 뚫어 통로를 확보하기 위해 체내에 삽입되는 원통형의 장치를 말한다. 이날 생산라인에서 스텐트는 직원들의 손으로 만들어지고 있었다. 100% 수공업 제품인 셈이다. 이 ‘핸드메이드’ 제품은 생산량의 절반 이상이 품질 기준이 까다롭다는 유럽 등 해외시장으로 수출되고 있다. <br/>스텐트는 니켈과 티탄을 섞어 만든 형상기억합금의 가는 철사를 숙련된 손으로 일일이 꼬아서 만든다. 이 때문에 스텐트를 만드는 생산현장 직원들은 10∼20년의 경력을 가진 베테랑들이다. 특히 엠아이텍 직원들은 ‘장인’이라고 불릴 정도로 숙달된 기술력을 자랑한다. <br/>엠아이텍은 1991년 설립한 의료기 제조 및 판매 업체로 지난 2013년 동아쏘시오그룹의 전문의약품 사업회사인 동아에스티의 계열사로 편입됐다. 엠아이텍은 비혈관 스텐트 분야에서 끊임없는 연구·개발(R&D)의 결과로 고성능 스텐트를 개발해 세계적인 선두 의료업체들과 어깨를 나란히 하고 있다. 60여 건의 국내외 특허기술을 보유해 엠아이텍의 스텐트 개발 역사가 곧 한국의 스텐트 역사라 할 만큼 스텐트 개발에 주도적인 역할을 하고 있다. <br/>스텐트 세계시장 규모는 연간 12조 원이다. 그중 비혈관 스텐트는 8000억 원에 달할 정도로 규모가 크고 성장세가 높은 시장이다. 엠아이텍은 장기용 비혈관 스텐트 중 소화기관 시술에 사용되는 스텐트를 제조해 국내는 물론 프랑스, 독일 등을 포함한 세계 50여 개국에 판매한다. 특히 주력으로 생산하는 소화기관용 비혈관 스텐트인 ‘하나로 스텐트’는 유연성이 뛰어나 많이 휘어져 있는 소화기관에 사용해도 합병증이 낮아 수출액이 꾸준히 늘어나고 있다.<br/>엠아이텍은 지난해 매출 약 106억 원 중 88억 원이 해외에서 발생해 해외에서 그 기술력을 더 높이 인정받고 있다. 올해는 지난해보다 30%가량 매출이 증가할 것으로 예상되며 해외 매출은 100억 원대를 넘어설 전망이다.<br/>엠아이텍은 지난 5월 스텐트 제조 및 판매 글로벌 기업인 ‘보스턴 사이언티픽 재팬(Boston Scientific, Japan)’사와 전략적 사업제휴를 맺어 일본 시장 진출의 길을 열었다. 최근 인허가 작업이 일본 후생성 산하 의약품의료기기종합기구(PMDA)로부터 최종 승인을 받아 12월 10일에 첫 물량이 선적될 예정이다. 미국에 본사가 있는 보스턴 사이언티픽은 전 세계 약 7조5000억 원 매출 규모의 의료기기 선두기업으로 일본 내에서 관련 분야 사업을 활발하게 진행하고 있다. 보스턴 사이언티픽 재팬은 정형화된 기계적 대량생산으로 기존 제품들을 공급했으나, 의사들의 기호에 따라 상시적인 제품으로 사양 변경을 요청해 그동안 시장 환경에 대응하는 데 어려움을 겪었다. 엠아이텍은 일본 외에도 최근 미국 식품의약국(FDA)과 브라질 위생검역기관(ANVISA)에서 인증을 받는 등 글로벌 수준의 품질관리 시스템을 보유하고 미국, 캐나다 등의 시장 개척에 적극적으로 나서고 있다. <br/>엠아이텍은 현재의 주력 분야 외에도 뇌혈관 및 심혈관 분야의 사업 진출을 위해 국가연구개발사업에 참여, 차세대 고기능성 스텐트 개발에도 나서고 있다. 이를 통해 ‘탄소나노튜브(CNT)’ 기반의 바이오센서용 나노플랫폼 등 고부가가치 생체이식형 의용전자 제품을 개발해 글로벌 의료기기 전문기업으로 성장한다는 계획이다. 한종현 엠아이텍 사장은 “<span class='quot0'>이번 계약으로 일본 비혈관 스텐트 시장 84억 엔(약 805억 원) 가운데 시장점유율 30%를 목표로 하고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>우수 인력 확보와 함께 매년 매출액 대비 10% 이상의 R&D 투자로 고기능성 스텐트와 다양한 의료기기 신제품 등을 개발해 글로벌 시장에서 영향력을 키워 나갈 것</span>”이라고 말했다.<br/> 평택 = 박민철 기자 mindom@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-235.txt

제목: 경기도 ,10,12일 전통시장 힐링콘서트 개최  
날짜: 20151109  
기자: 오명근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205914970  
본문: 경기도가 전통시장 상인들이 마음을 힐링(Healing)할 수 있도록 여유와 휴식의 장(場)을 마련해 주는 등 전통시장 활성화를 위해 발 벗고 나섰다. 경기도는 오는 10일과 12일 수원과 의정부에서 전통시장 상인을 대상으로 ‘힐링 콘서트, 시장 속으로’라는 주제로 전통시장 힐링 콘서트를 개최한다고 9일 밝혔다.<br/>이번 힐링 콘서트는 메르스(중동호흡기증후군)와 경기침체로 힘든 한 해를 보낸 도내 전통시장 상인들에게 지친 마음을 달래고 힘을 북돋워주기 위해 마련한 행사로, 경기도가 주최하고 경기도 상인연합회가 주관한다.<br/>행사는 10일과 12일로 나뉘어 진행된다. 10일에는 수원 시민회관 대강당에서 남부지역 상인들을 대상으로, 12일에는 의정부 신한대 벧엘관에서 북부지역 상인들을 대상으로 행사를 진행한다. <br/>주요 출연진으로는 유명 개그우먼이자 스타 강사로 활동 중인 배연정 씨와, 포크 가수인 ‘여행스케치’, 남궁옥분 씨가 함께한다. <br/>무대는 우선 ‘여행스케치’의 어쿠스틱 음악으로 분위기를 달굴 예정이다. 이어서 배연정 씨의 ‘웃기는 여자의 웃기지 않은 세상살이 삶의 지혜’라는 주제로 토크 콘서트를 진행한다. 이 자리에서 그녀는 그동안 암을 견디며 외식업 CEO와 스타 강사로 성공하기까지 겪었던 좌절과 아픔, 그리고 포기하지 않는 삶의 자세에 대해 자신의 진솔한 이야기를 전달할 예정이다. <br/>토크 콘서트 후에는 남궁옥분 씨가 상인들의 사연을 소개하고 소통하는 시간도 준비돼 있다. <br/>사연 소개는 행사장 입구에 위치한 메시지 보드에 적힌 상인들의 메시지를 바탕으로 진행된다. 사연의 주제는 ‘시장에서 있었던 에피소드’로 장사를 하다가 생겼던 즐거웠던 일, 속상했던 일 등 다양한 사연을 접수할 예정이다. 접수한 사연 중 2~3건의 사연을 채택해 주인공을 인터뷰하며 듣고 싶은 노래를 직접 불러주는 이벤트를 진행한다. <br/>의정부=오명근 기자 omk@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-236.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>사물인터넷 키운다… 주파수 폭 확대  
날짜: 20151106  
기자: 박정민  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205819389  
본문: 새 융합기술 임시허가 늘려<br/>IoT 오픈랩 中企에 무료개방<br/>정부는 무인항공기(드론)와 자율주행차 시험 사업에 이어 사물인터넷(IoT) 융합제품·3D 프린팅 등 차세대 먹거리로 부상한 첨단산업 육성에 본격적으로 나선다. 6일 청와대에서 열린 제4차 규제개혁장관회의에서 산업통상자원부, 미래창조과학부, 국토교통부 등은 융합·신산업 분야 규제개혁 추진성과를 점검하고, 과도한 규제나 관련 규정 부재로 인해 시장 출시가 지연되고 있는 6개 융합 신산업을 추가 발굴, 개선안을 제시했다.<br/>차기 지원 대상으로 거론된 신산업은 모두 6개로 IoT 융합제품·3D 프린팅·스마트홈·탄소섬유·일체형 태양광 모듈·가정용 전기발전 보일러다. 정부는 이들 산업의 연구·개발(R&D)에 필요한 기반 자원을 제공하고 규제 부담은 최대한 낮춰 기업들이 신상품을 쏟아낼 수 있는 환경을 만드는 것을 목표로 삼고 있다. <br/>미래부는 IoT 발전의 물꼬를 트고자 이 기술의 바탕인 통신 주파수를 추가로 제공하는 방안을 추진하고 있다. 현재 7㎓폭인 ‘용도 자유 대역’ 주파수에다 이번 달 8㎓폭 주파수를 더 배분해 모두 15㎓ 대역을 사물인터넷 연구자들에게 열어줄 방침이다. <br/>산업부는 임시 허가제를 도입해 현행 규제 규격에 안 맞아 불법의 멍에를 졌던 새 융합 기술에 대해 최장 2년 동안 임시 승인·등록·인가를 허용, 시장 개척 기회를 주기로 했다. 지금껏 임시 허가가 된 사례는 ‘블루투스 네트워크 저울’과 ‘접시 없는 위성 방송’ 등 2건에 불과하지만 앞으로 적극적으로 임시 허가 대상을 늘려 규제 때문에 혁신이 늦춰지는 문제를 해결할 계획이다. <br/>또 스마트홈 산업을 육성하기 위해 호환성 테스트시설인 ‘IoT 오픈랩’을 서울 가산디지털단지에 최근 개소해 중소기업에 무료로 개방키로 했다. 이밖에 조명·실내환기시스템·커튼·전력 차단기 등 스마트홈 장비의 통신 기술을 통일하고자 관련 표준을 제정키로 했다.<br/> 박정민 기자 bohe00@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-237.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>新의료기술평가 280일→140일 단축  
날짜: 20151106  
기자: 김영주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205819079  
본문: 줄기세포치료제 인허가 前<br/>위급한 환자에게 투약 허용<br/>안전성 우려가 크지 않은 의료기기는 시장에 더 빨리 출시될 수 있도록 제도가 정비된다. 또 개발이 완료되지 않은 줄기세포 치료제 등 첨단재생의료제품도 안전성만 확보되면 허가 전에라도 환자에게 사용할 수 있도록 규제가 완화된다.<br/>보건복지부는 6일 박근혜 대통령 주재로 열린 제4차 규제개혁장관회의에서 안전성 우려가 낮은 의료기술은 신의료기술 평가에서 제외하고, 평가에 걸리는 기간도 절반으로 줄이는 등의 내용의 ‘바이오헬스산업 규제개혁 및 활성화 방안’을 발표했다고 밝혔다.<br/>현재 새로운 의료기술은 복지부 산하 기관인 한국보건의료연구원에서 안전성과 유효성을 따지는 신의료기술 평가를 받아야 의료 현장에서 사용할 수 있는데, 이 평가에는 최대 280일이 소요된다. 지금까지는 인체에 안전상 위해를 끼칠 우려가 적은 체외진단검사(혈액 등을 채취해 몸 외부에서 시행하는 검사 등)도 신의료기술 평가대상으로 포함되는 경우가 많았다. 복지부는 그러나 이번 규제 완화에 따라 앞으로는 안전성 우려가 적은 체외진단검사의 경우 신의료기술 평가를 면제해 바로 임상 현장에 투입할 수 있도록 한다고 밝혔다.<br/>또 일부 평가 대상은 ‘신속 평가’ 대상으로 설정해 신의료기술 평가에 걸리는 기간을 280일에서 140일로 대폭 단축한다. 복지부는 신의료기술 평가 대상 중 약 55%가 신속 평가로 분류됨으로써 의료기기 산업 매출이 약 700억 원 증대되는 효과가 날 것으로 예상했다. <br/>아울러 줄기세포치료제, 유전자치료제 등 첨단 의료의약품은 인허가를 받기 전이라도 환자에게 적용할 수 있도록 규제를 푼다. 국내에서는 현재 인허가를 받아야만 줄기세포치료제 등 첨단 의약품을 사용할 수 있도록 규정돼 있어 위급한 환자에게 신약을 적용하기가 어려운 실정이다. <br/>김영주 기자 everywhere@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-238.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>직장인 대학생 ‘학기당 이수학점 제한’ 폐지  
날짜: 20151106  
기자: 신선종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205820995  
본문: 교육부, 재학연한도 없애<br/>‘선취업 후진학’ 활성화<br/>‘선취업 후진학’ 활성화를 위해 회사 재직 중에 대학을 다니는 직장인의 재학 연한과 학기당 이수학점 제한이 없어진다. 또 대학구조개혁평가에서 낮은 등급을 받은 대학은 직업교육기관이나 평생교육시설 등으로 전환할 수 있도록 지원된다. <br/>교육부는 6일 박근혜 대통령이 주재한 제4차 규제개혁장관회의에서 이런 내용의 교육개혁 촉진을 위한 대학규제 혁신방안을 발표했다고 밝혔다. 혁신방안은 우선 시간이 부족해 일반 대학생들과 같은 수업을 받기가 어려웠던 직장인의 부담을 덜고 대학에 쉽게 다닐 수 있도록 하는 데 초점을 맞췄다. 성인학습자 전형으로 선발된 직장인 학생의 수업 일수는 현행 학기당 15주 이상에서 4주 이상으로 완화되고 통상 8년 이내였던 재학 연한은 폐지된다. 학기당 15∼20학점으로 제한했던 이수학점 역시 제한을 두지 않도록 학칙 개정을 유도한다. 전임교원들이 성인 대상 평생교육과정에 적극적으로 참여하도록 전임교원의 주당 수업시간을 산정할 때 학점인정과정 강의도 포함된다.<br/>일부 산학협력 교육과정에 한해 허용됐던 학교 밖 수업도 시민 대상 무료 공개강좌와 평생교육단과대학의 재직자 전담 수업으로 확대된다. ‘찾아가는 수업’으로 재직자들의 시간 부담을 덜어준다는 취지다. 또 평생교육법을 개정해 기업이 사내 대학의 운영을 대학에 위탁할 수 있도록 추진한다. 교육부는 규제 완화로 대학 내 직장인을 포함한 성인학습자가 2015학년도 2만1000명에서 2017학년도에는 2만4000명까지 늘어날 것으로 기대했다. <br/>교육부는 또 대학구조개혁평가에서 D·E 등급을 받은 66개 대학 중 경쟁력이 낮다고 판단되는 경우 직업교육기관이나 교육 목적의 공익기관, 평생교육시설 등으로 기능을 전환할 수 있도록 고용노동부 등과 ‘원스톱’ 지원체제를 마련한다. 교육부는 2017학년도까지 6개 내외 대학이 기능 전환에 나설 것으로 보고 있다. <br/>황우여 부총리 겸 교육부 장관은 “<span class='quot0'>대학뿐 아니라 초·중등 분야의 규제개선 과제도 조속히 발굴해 규제 혁신을 계속할 것</span>”이라고 말했다. <br/>신선종 기자 hanuli@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-239.txt

제목: 癌선고 이후 마주한 삶, 체념보다 행복이었다  
날짜: 20151106  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205809107  
본문: 죽는게 뭐라고 / 사노 요코 지음, 이지수 옮김 / 마음산책<br/>유방암 선고를 받고 한쪽 가슴을 절제했다. 암세포는 이미 뇌와 허벅지 뼈까지 전이된 상태. 의사가 선고한 남은 여생은 2년이다. 세계적 밀리언셀러 ‘100만 번 산 고양이’로 국내에서도 많은 팬을 거느리고 있는 그림책 작가이자 빼어난 산문집으로 잇따라 주목받은 사노 요코. 책은 암으로 시한부 선고를 받은 그가 죽음 앞에서 써내려간 에세이다. 경쾌한 문체로 써내려간 작은 판형의 200쪽짜리 에세이 모음이지만 묵직한 무게감이 느껴진다. 사소한 에피소드를 다루고 있는 듯하지만 글 하나하나가 죽음에 대한, 혹은 죽음을 앞둔 자신에 대한, 또 그런 자신과 관계를 맺고 있는 주위 사람에 대한 깊은 사유로 가득 차있기 때문이다. <br/>앞서 일본에서 출간된 책의 원제목은 ‘죽을 의욕 가득’이다. 암 선고를 받고 나서도 밝은 표정으로 일상을 누리는 그를 보고 아들이 무심코 던진 말이 “엄마, 왠지 요즘 죽을 의욕이 가득하네”였다. 원제는 거기서 따온 것이다. 가장 가까운 가족이 ‘죽음에 대한 의욕’이라고 표현할 만큼 저자는 죽음 앞에서 놀랄 만큼 초연하다. 암 선고를 받고 가장 먼저 든 생각이 ‘더 고통스러운 병도 많은데 암 따위로 으스대지 말자’였다니 말 다했다. 시한부 판정을 받은 이들이 보통 부정→분노→협상→우울→수용의 단계를 거친다는 것도 그에게는 해당되는 얘기가 아니었다. <br/>어떻게 이렇게 초연할 수 있을까. 그의 치료를 담당했던 의사는 저자에게 “<span class='quot0'>작가로 살면서 읽고, 생각하고, 쓰는 과정을 통해서 죽음에 대한 충분한 대비가 돼 있기 때문일 것</span>”이라고 했다. 여기다 가족의 죽음에도 날마다 그 죽음을 잊고 있는 자신을 보며, 죽음을 단순하고 당연한 일처럼 여기게 된 것도 이런 평온함에 한몫했을 것이었다. <br/>암 선고를 받은 때 그의 나이는 일흔. 그는 ‘죽기에 딱 좋은 나이’라고 했다. 질병과 장렬하게 싸울 생각은 애초부터 없었다. 고통에 대한 두려움으로 호스피스 병동을 예약해두는 것 정도가 죽음을 맞는 준비의 전부였다. 체념도, 객기도, 달관도 아니었다. 죽음 앞에 서자 그는 세간의 평판에 좌우되지 않아도 됐고, 지겨운 일을 하지 않아도 됐으며 주머니를 털어 고급 외제 차를 살 수도 있었다. 그러고는 그는 ‘지금이 인생 중 가장 행복하다’고 썼다. <br/>암환자가 된 그는 주변 사람들을 훨씬 더 잘 이해하게 됐고, 암 발병을 알게 된 주위 사람들의 과분한 친절도 경험하게 됐다. 한때 싸우고 할퀴었던 이들을 새로운 눈으로 바라보게 됐으며 추억의 상자의 뚜껑을 열고서 기억을 골라내는 여유도 갖게 됐다. 그렇게 길어낸 기억과 생각들은 이 책에 실린 글이 됐다. 책은 세 부분으로 나뉜다. 앞부분은 암 선고 이후의 그의 삶을 다룬 것이고, 중간 부분은 죽음을 맞는 자세를 놓고 의사와 나눈 대담. 그리고 뒷부분은 암 선고 이전 이유를 알 수 없는 통증으로 입원했던 호스피스 병동에서 만났던 환자 관찰기로 구성돼 있다. 글 하나하나마다 저자의 삶과 죽음에 대한 저자의 통찰력이 스며들어 있다. 저자는 지난 2012년 사망했다. <br/>박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-240.txt

제목: < His Story >팝페라 테너 임형주 “2019년 영화감독 데뷔”  
날짜: 20151104  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205635598  
본문: “<span class='quot0'>시나리오 직접 쓰고 연기도 할 것</span>”<br/>예원학교 성악과 수석 졸업. 미국 뉴욕 줄리아드 음대 예비학교 성악과 심사위원 만장일치로 합격. 뉴욕 카네기홀에서 남성 성악가 중 세계 최연소로 데뷔한 후 한국인 최초로 카네기홀 3개 홀에서 단독 공연. 대통령 취임식에서 역대 최연소로 애국가 선창. 한국인 최초이며 역대 최연소로 유엔 평화메달 수상. 뉴욕 링컨센터를 비롯해 로스앤젤레스 할리우드 볼, 파리 살 가보, 네덜란드 암스테르담 콘서트 헤보, 잘츠부르크 미라벨궁전 마블홀, 빈 콘체르트 하우스 등 세계 주요 공연장에서 공연. 베를린교향악단과 빈 심포니 오케스트라, 체코 심포니 오케스트라, 도쿄 필하모닉 오케스트라, 뉴욕 메트로폴리탄 오페라 체임버 오케스트라 등 세계 유수의 오케스트라와 협연. <br/>이렇듯 어린 시절부터 자신의 이름 앞에 화려한 수식어를 붙이고, 전 세계 큰 무대를 누비며 많은 사람들에게 사랑을 받아 온 한국 대표 팝페라 테너 임형주를 만나러 가며 기대보다는 우려가 앞섰다. 왠지 거만하게 사람을 대할 것 같았고, 유복한 가정에서 곱게 자라 자기밖에 모르는 이기적인 성격의 소유자일 것 같았다. 또 어머니 손에 이끌려 자라온 ‘마마보이’일 거란 생각도 들었다. 하지만 그와 만나 5분 정도 이야기를 나누자 이런 추측은 일거에 씻겨졌고, 그의 예의 바른 태도와 의젓한 모습에 반해 그의 삶 속으로 빠져들었다.<br/>올해 서른이 됐지만 아직 앳된 ‘소년’의 모습이 남아있는 임형주는 문화일보와 만나 자신이 처음 노래에 빠져들어 열두 살 때 데뷔하게 된 과정을 자세히 소개했다. <br/>“초등학교 4학년 때 방과 후 특활반에서 동요를 불렀어요. 지도 선생님이 제 노래를 들으시고는 ‘목소리가 범상치 않다. 성악을 전공해도 될 것 같다’고 말씀해 주셨고, 서울시 동요대회에 나가서 우승을 했어요. 전국대회에서 대상도 받았고요. 그 이야기를 듣고 삼성영상사업단 임원이신 어머니 친구 남편분이 제 노래를 들으러 집으로 찾아오셨어요. 마이클 잭슨의 ‘벤’을 불렀는데 바로 데뷔를 권하시더라고요. 얼떨결에 음반을 냈고, 그게 한국 최초의 보이 소프라노 앨범으로 기록됐어요. 삼성영상사업단에서 그 앨범을 적극적으로 홍보해 인터뷰를 했는데 KBS 2TV ‘이소라의 프로포즈’ 담당 PD가 그 기사를 보고 ‘이 꼬마 한 번 데려오라’고 해서 PD 앞에서 노래를 불렀어요. 그 PD가 제 노래를 듣고, 저를 바로 방송에 출연시켰어요. 그 프로그램에서 ‘마법의 성’과 ‘돈 크라이 포 미 아르헨티나’를 부른 후 제 이름이 세상에 알려졌죠.”<br/>방송 출연 이후 음악 ‘신동’으로 떠오른 그는 두 달 정도 활동하다 부모의 반대에 부딪혀 꿈을 접어야만 했다. 하지만 자신의 뜻을 굽히지 않고 어머니를 설득해 예원학교에 입학, 본격적으로 성악을 공부하기 시작했다.<br/>“어머니는 제가 외교관이 되길 바라셨어요. 그래서 저를 미군 부대에 데려가 영어를 가르치셨고요. 저는 어린 마음에 방송국에서 연예인들을 보고 신기해하며 신승훈, 조성모 같은 대중가수가 되려고 했는데 어머니는 제가 연예계에 진출하는 걸 원치 않으셨죠. 당시 성악에는 전혀 관심이 없었는데 이모에게서 마리아 칼라스 앨범을 선물받고 제 진로를 성악으로 정하게 됐어요. 칼라스가 부른 벨리니 오페라 ‘노르마’의 아리아 ‘카스타 디바’를 듣고 충격을 받았어요. 성악가라고 하면 배가 불뚝 나온 아저씨나 뚱뚱한 아줌마가 연상됐는데 할리우드 여배우처럼 아름다운 칼라스의 노래를 듣고 ‘성악가가 돼야겠다’는 결심을 했어요. 어머니께 ‘예원학교에 가겠다’고 선전포고를 했더니 ‘합격하면 가라’고 하셨어요. 입시 두 달 전에 아무 준비도 안 돼 있어서 못 갈 거라고 생각하신 거죠. 성악 개인 레슨을 딱 4번 받고 합격했더니 어머니가 놀라시더라고요. 지금은 회사 대표(임형주의 어머니 김민호 씨는 그의 소속사인 디지엔콤 대표다)로 저를 지원해주시며 뿌듯해하세요.”<br/>2003년은 그의 인생에 큰 획을 그은 중요한 해다. 첫 정규 앨범을 내며 세계 무대에 데뷔했고, 노무현 대통령 취임식에서 애국가도 불렀다. 그는 그해를 기억해내며 다시 감격에 빠졌다.<br/>“뉴욕 카네기홀 무대에 오르던 기억이 지금도 생생해요. 대기실에서 초조하게 앉아 있는데 흑인 스태프가 와서 ‘5분 후에 무대에 올라가야 한다’고 말해줬어요. 떨리는 발걸음으로 무대에 올라 객석을 바라보며 처음 든 생각이 ‘내가 이 자리에 서기 위해 얼마나 연습을 많이 했나’였어요. 그러고는 ‘내 자신을 믿자’라고 속으로 되뇌며 노래를 불렀어요. 그해에 낸 첫 정규앨범 ‘샐리 가든’(Salley Garden)은 40만 장이 팔렸어요. 또 노무현 대통령 취임식에서 애국가를 부른 기억도 소중하죠. 제게 2003년은 평생 잊을 수 없는 뜻깊은 한 해예요.”<br/>‘샐리 가든’에 이어 2집 ‘실버 레인’(Silver Rain·2003년), 3집 ‘미스티 문’(Misty Moon·2004년), 4집 ‘더 로터스’(The Lotus·2005년), 5집 ‘파이널리’(Finally·2013년) 등 5장의 정규앨범을 비롯해 그가 지금까지 발표한 15장의 앨범 누적 판매량이 100만 장을 돌파했다. 이는 한국 성악가 중 조수미에 이은 두 번째 기록이다. 또 지난 2월에는 자신의 첫 가요앨범 ‘사랑’(Sarang:Love)을 발표한 후 10월 5일부터 ‘2015 임형주 콘서트-L.O.V.E’ 전국 투어를 돌고 있다.<br/>“세계적인 팝페라 테너로 찬사를 받으며 외국에서 한국 문화를 알리는 일을 한다는 보람이 크면서도 몇 해 전부터 국내 무대에 대한 목마름이 있었어요. 보아 씨가 일본 활동을 하며 ‘한국에서도 1위를 하고 싶다’고 밝혔듯 저도 국내 팬들에게 사랑받는 게 가장 중요하다는 생각이 들었어요. 12월 31일까지 이어지는 이번 전국 투어에서는 ‘사랑’(Love)과 ‘오페라’(Opera) ‘버라이어티’(Variety) ‘이터너티’(Eternity) 등 4가지 주제에 맞춰 다양한 레퍼토리를 들려드리고 있어요. 앞으로도 매년 국내 투어를 진행할 계획이에요.”<br/>세계 무대를 누비며 화려한 삶을 살고 있는 그에게도 고독한 순간이 있다. 그는 자신의 이름 앞에 붙은 수많은 수식어가 부담스럽게 다가오기도 한다고 털어놓았다.<br/>“제가 좀 애늙은이 같아요. 어렸을 때부터 어른들과 함께 활동하며 일찍 성숙해졌죠. 항상 기대치에 부응해야 한다는 부담이 컸어요. 세상엔 공짜가 없잖아요. 어렸을 때 PC방에도 못 가보고, 술·담배도 멀리한 채 수도승처럼 살아왔어요. 하지만 다시 하라면 못 할 것 같아요. 전에는 매사에 완벽하려고 했어요. 공연에서 가사를 틀리면 집에 와서 그 생각만 나곤 했죠. 그러다 암에 걸릴 것 같아서 지금은 마음을 비웠어요. 조금 틀려도 ‘다음 번에 잘하면 되지’라고 생각해요. 2009년에 깊은 고독감에 빠졌었어요. 중국에 공연하러 갔다가 맹장염이 걸렸는데 심한 복통을 참아가며 한국에 와서 수술을 했어요. 그해에 김수환 추기경님이 선종하셨고, 노무현 전 대통령과 제 후견인이었던 일본 음악가 가토 가즈히코(加藤和彦) 할아버지도 돌아가셨어요. 다 부질없다는 생각이 들었죠. 그러다 음악이 저를 구원해줬어요. 무대에 서 있는 모습이 가장 나답다는 생각을 하며 ‘이래서 업(業)이라는 말이 있구나’ 하고 느꼈어요.”<br/>올해 한국출신 문화예술인 중 역대 최연소로 미국 대통령상을 수상했고, CNN의 오피니언 뉴스사이트인 CNN아이리포트 선정 ‘세계 3대 팝페라 테너’와 BBC뮤직매거진 선정 ‘세계에서 가장 영향력 있는 팝페라 가수 톱5’에도 오른 그는 새로운 도전을 꿈꾸고 있다. 바로 영화 감독이다.<br/>“전에는 상을 받아도 별로 기쁘지 않았는데 지금은 열심히 즐기고 있어요. ‘샴페인을 터뜨렸으니 끝까지 마셔보자’는 생각으로요(웃음). 제가 영화를 정말 좋아해요. 시나리오도 몇 편 써놨고요. 자비에 돌란처럼 연출과 연기를 병행하고 싶어요. 대한민국 임시정부수립 100주년에 맞춰 2019년에 제가 쓴 시나리오로 연출을 하려고 해요. 얼마 전에 MBC ‘복면가왕’에서 불렀던 ‘사의 찬미’에 대한 영화예요. 윤심덕과 김우진의 사랑 이야기죠. 홍난파 역으로 출연도 할 계획이에요. 작년에 제 ‘파이널리’ 앨범 뮤직비디오를 직접 연출했어요. 제가 만든 영화도 많이 사랑해주시길 바랄게요.”<br/>인터뷰 = 김구철 부장대우 (문화부) kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-241.txt

제목: 발암물질, 등급 아닌 群으로 분류 ‘혼란’  
날짜: 20151102  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205602694  
본문: 소시지, 獨서만 1200종<br/>첨가물도 각기 다르지만 <br/>관련 데이터는 발표안해<br/>세계보건기구(WHO) 산하 국제암연구소(IARC)는 지난 10월 26일 햄·소시지 등 가공육과 소·돼지 등 붉은고기를 발암물질로 분류했다. <br/>주변에서 흔히 접해왔던 음식이 발암물질에 포함된 탓에 전 세계적으로 파장이 큰 데다, 특히 발암물질 군을 분류하는 기준이 위해 정도에 따른 것이 아니어서 일반인들이 과잉 공포를 겪을 수 있다는 지적도 나오고 있다.<br/>2일 식품의약품안전처에 따르면 WHO는 소시지, 햄, 베이컨 등 가공육을 1군 발암물질(Group1)로 지정했고, 붉은고기를 2A군으로 포함시켰다. 이번 발표는 전 세계 10개국 22명의 전문가와 800여 건에 달하는 보고서를 분석해 이뤄졌다. 1군 발암물질에는 석면, 벤젠, 벤조피렌 등 맹독성 유해물질이 포함돼 있지만, 술·햇빛·자외선·미세먼지·젓갈 등도 포함돼 있다. 이는 WHO의 분류기준이 발암 위험성에 따라 발표되는 것이 아니라, 얼마나 발암물질 근거가 있는지를 기준으로 분류되기 때문이다.<br/>WHO는 발암물질의 종류를 ‘1∼4군(群·group)으로 구분하고 있으며, 위험성의 등급을 나타내는 ‘급(級·grade)’으로 표현하지 않고 있다. <br/>즉 1군은 발암물질이라는 근거가 많고, 2∼4군으로 올라갈수록 근거가 적은 것이 된다. 햇볕도 많이 쬐면 자외선 때문에 피부암에 걸린다는 근거가 확인돼 1군에 포함됐다. 하지만 햇볕을 쬐는 것은 좋은 호르몬을 생성시켜 우울증을 감소시켜줄 뿐 아니라 비타민 D도 합성해 인간에게 필요하다.<br/>가공육과 붉은고기도 많이 섭취하면 암에 걸릴 수 있다는 연구결과가 많아 1군에 포함된 것이다. 세계암연구재단(World Cancer Research Fund)은 매주 붉은고기 요리 섭취를 500g(혹은 생고기로 700g)으로 제한할 것을 권한 바 있다. <br/>그러나 소시지는 독일에서만 1200종이나 될 정도로 다양하고, 각 종류에 사용되는 첨가물이 각기 다른 상황에서 첨가물이 문제인지, 육류 자체가 문제인지 등에 대한 구체적인 데이터가 함께 발표되지 않아 혼란이 가중됐다.<br/>이번 발표가 세계적으로 논란이 되자 WHO 측은 “<span class='quot0'>최근 IARC의 보고서는 가공육 섭취를 중단하라는 의미가 아니라 이를 줄이면 대장·직장암 위험이 줄어들 수 있다는 뜻</span>”이라며 “<span class='quot0'>다만 지금까지 연구 결과로는 안전한 섭취 허용량이 어느 정도인지 정하기는 어렵다</span>”고 해명한 바 있다. <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-242.txt

제목: 이토록 달콤한 태만… 이곳에 갇히고 싶다  
날짜: 20151028  
기자: 최설영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205320768  
본문: 감각을 채우는 여행 ‘태국 방콕·후아힌’<br/>몸도 마음도 쉬고 싶은 욕구에 짓눌렸다. 월급쟁이에게 꿀 같은 일주일 휴가, 미련없이 태국으로 결정했다. 고달픈 일상을 잠시 잊게 해줄 이국의 땅. 비행거리 대비, 가격 대비 이보다 만족할만한 여행지가 있을까. 부담 없이 떠나도 좋은 곳. 몇 번을 가도 지루하지 않은 곳. 자유로운 공기가 감각을 깨우는 그곳. 방콕으로 떠났다.<br/>햇살, 바람, 자유 - 방콕<br/>방콕공항 밖으로 나오자마자 훅, 더운 열기가 느껴진다. 새뜻한 햇살이 내리쬐고 경쾌한 말소리가 시끌시끌. 금세 가슴이 두근댄다. <br/>친구에게 추천받은 레스토랑을 먼저 찾았다. 차오프라야강에 있는 더 잼팩토리. 잼 공장을 개조해 북카페, 레스토랑, 건축 사무실로 쓰고 있다. 디자이너들이 모여 전시회도 열고 작업도 한다. 빈티지하면서 모던한 분위기라 젊은이들에게 인기가 좋다. 네버엔딩 서머라는 이름의 레스토랑은 유명해진 사연이 있었다. 사장이 암에 걸린 어머니를 위해 건강에 좋은 요리를 개발하고 메뉴로 올려봤는데 손님들 반응이 굉장했단다. 깊은 효심이 성공의 길을 터줬다.<br/>자그마한 북카페에 들어갔다. 쓴맛이 강한 커피와 담백한 케이크가 일품이다. 뜻을 알 수 없는 단어를 훑어보며 시간을 흘려보냈다. 아무것도 하지 않는 순간의 희열. 시간에 쫓기지 않고 느릿느릿 무료한 오후를 즐겼다. <br/>저녁에는 최근 방콕의 뜨는 명소인 기차마켓으로 향했다. 가이드북에는 아직 등장하지 않은 숨겨진 곳이다. 마켓 입구 휘황찬란한 불빛이 압도했다. 의류, 액세서리, 그림, 가죽 공예품, 디자인 제품들이 즐비하다. 안쪽으로 들어서면 앤티크 창고숍이 있다. 1920년대 클래식 자동차와 고가구들이 전시돼있어 고풍스러운 분위기가 물씬 풍겼다. 한 블록 옆 클럽에선 시끄러운 음악이 터져 나오고 양옆으로 노천카페가 늘어서 있다. 20∼30대 남녀들이 반짝반짝한 표정으로 술잔을 들고 있다. 방콕의 잘나가는 젊은이들이 다 모인듯하다. 웃고 마시고 노래하느라 떠들썩하다. 청춘의 광휘에 내 심장도 펄떡펄떡 뛴다.<br/>나무, 바다, 일몰 - 후아힌<br/>보다 완벽한 휴식을 즐기기 위해 후아힌으로 이동했다. 방콕에서 차로 2시간 반 거리. 왕의 휴양지로 유명한 곳이다. 1920년대에 라마 7세가 여름 별장을 짓고 ‘끌라이 깡원(Klai Kangwon)’이라는 특별 칭호를 붙였다. ‘걱정은 저 멀리’라는 뜻이다. 라마 7세, 풍류를 좀 아는 분이었나보다. 여름별궁에 들어서니 사람 얼굴보다 큰 넓적한 잎, 울퉁불퉁 세월을 품은 나무기둥, 열대의 식생에 눈이 즐겁다. 쭉쭉 뻗은 나무 그늘 속을 따라 걷다 보면 절로 “좋다∼”고 혼잣말을 되뇌게 된다. 왕의 소박한 집무실, 우아한 왕비의 거처, 화려한 접견실이 그대로 보존돼 있다. <br/>후아힌에는 수준급의 세계적 리조트 호텔이 즐비하지만 현지인은 물론 여행자들 사이에서도 최고로 꼽히는 리조트가 하얏트 리젠시다. 요즘 고급숙소는 단순히 호화롭기만 해선 고객 유치가 어렵다. 예술적 요소가 가미되고 자연친화적 성격까지 갖춰야 한다. 하얏트 리젠시는 이런 추세를 영리하게 버무려 세련되면서도 태국 고유의 정체성을 뚜렷이 살렸다. <br/>배추 잎처럼 축축 늘어지는 몸을 이끌고 스파를 찾았다. 리조트 안의 바라 스파(BARAI Spa)는 스파 받는 2시간을 짧은 여행으로 승화시켰다. 별모양으로 총총 뚫린 높다란 벽에서 출발한다. 미로처럼 이어지는 긴 복도를 따라 사막, 연못, 정원 등을 형상화한 공간들을 지난다. 스파를 받는 방은 작은 성(城) 같다. 나만을 위한 작은 신전처럼 느껴지기도 한다. 몽환적 음악이 잔잔히 깔리고 오랫동안 정성스럽게 근육을 풀어준다. 지긋지긋하게 붙은 피로를 떼어낸다. 짧은 안락에서 깨어나기 싫었다.<br/>리조트 앞은 해변이다. 파도소리를 친구 삼아 백사장을 걷는다. 지나쳐 가는 사람 하나 없다. 해가 진다. 불덩이가 바닷속으로 천천히 내려앉는다. 하염없이 일몰을 바라봤다. 세월의 더께가 차곡차곡 쌓이는 동안 뜨겁던 열정에서 얼마나 멀어졌던가. 문득 울컥했다. 슬픔도 기쁨도 아닌 헤아릴 수 없는 감정이 밀려왔다. 마음을 괴롭히는 울분이 반으로 사그라드는 것 같았다. 천천히 황혼이 온몸을 감싸온다. 포근한 안도감이 차올랐다. <br/> 방콕·후아힌 = 최설영 기자 ssul99@munhwa.com<br/>여행수첩<br/> 타이항공은 인천∼방콕 노선을 매일 오전 9시 35분 오후 9시 25분 두 번 운항한다. 오전 비행기를 타면 낮 1시쯤 도착, 저비용항공의 저녁 비행보다 하루를 버는 셈이다. 연중 덥고 습하지만 11월부터 3월까지 건기라 여행하기 가장 좋다. 태국 통화는 바트. 100바트에 3200원 정도 한다. <br/>방콕 여행에서 수상시장·야시장을 빼놓고 얘기할 수 없다. 담넌사두억 시장과 암파와 시장이 가장 인기다. 배낭 여행객의 성지인 카오산로드도 꼭 들러야 하는 곳. 거리 곳곳의 어느 레스토랑에서건 맥주나 칵테일 한 잔에 다국적 여행객들과 친구가 될 수 있는 묘한 매력이 있다. ‘바다 보며 쉰다’가 유일한 목적이라면 후아힌에서 섬 일정을 하루 넣는 것도 좋다. 에메랄드빛 바다, 고운 백사장이 펼쳐진 후아힌 인근의 섬 코탈루. 몰디브처럼 섬 하나에 리조트 하나다. 아담한 방갈로 바로 앞에 펼쳐진 그림 같은 바다, 물놀이하는 아이들의 웃음소리. ‘이런 곳에서 딱 한 달만 늘어져 있었으면’하는 아쉬움에 발길을 돌리기 힘들 정도다. 문의 태국관광청 www.visitthailand.or.kr 02-779-5417

언론사: 문화일보-1-243.txt

제목: “표적 항암제 써도 癌 퍼지는 내성문제 해결”  
날짜: 20151028  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205250096  
본문: 이호영 서울대 약대 교수팀<br/>새로운 ‘유도기전’ 첫 발견<br/>차세대 암 치료제로 주목받는 표적 항암제에 대해 새로운 내성 기전(현상)이 한국 연구진에 의해 규명됐다. 이번 연구는 표적 항암제를 써도 암이 퍼지는 내성 문제를 해결하는 데 도움이 될 것으로 보인다.<br/>미래창조과학부는 28일 이호영(사진) 서울대 약대 교수팀이 종양과 이 종양 주변에 모인 정상 세포(미세환경세포) 사이의 상호 작용이 표적 항암제의 암 전이 부작용을 일으킨다는 사실을 세계 최초로 규명했다고 밝혔다.<br/>표적 항암제는 암세포의 신호 전달 과정을 차단해 암 세포의 성장 억제 및 사멸을 유도하는 항암제다. 그러나 현재 개발되는 각종 표적 항암제의 임상 시험에서는 암을 도로 전이시켜 환자 상태를 더 나쁘게 만드는 내성 현상이 발견되는 경우가 많아 신약 개발의 걸림돌이 돼 왔다.<br/>이 교수는 “<span class='quot0'>이번 연구로 암 환자의 치료 효과 감소 및 사망률 증가의 주요 원인인 표적 항암제의 내성을 막는 기법을 연구하는 기반을 마련했다</span>”고 밝혔다. <br/>이번 연구는 미래부의 기초연구사업 지원으로 이뤄졌으며 과학 학술지 ‘네이처 커뮤니케이션스’ 최근호에 게재됐다.<br/> 박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-244.txt

제목: “베이컨·소시지 발암물질, 담배와 동급”  
날짜: 20151026  
기자: 김대종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205143108  
본문: WHO, 위협요인 규정 예정<br/>포장에 경고문 부착 가능성도<br/>세계보건기구(WHO)가 베이컨과 소시지 등 가공육을 담배 못지 않은 발암 위협 요인으로 규정한다.<br/>영국의 텔레그래프, 데일리메일 등은 25일 WHO가 10개국 전문가들의 회의를 거쳐 가공육을 발암물질로 규정할 예정이라고 보도했다. WHO 산하 국제암연구기관은 가공육을 비소나 석면과 함께 가장 위험한 발암 물질로 규정할 계획이며 붉은 고기 역시 암을 일으킬 가능성이 있는 물질로 규정할 것으로 전해졌다. <br/>WHO가 결정을 공식화하면 세계인의 식생활에 큰 변화를 가져오는 것이 불가피하며, 베이컨이나 소시지 같은 가공육 포장에 담뱃갑에 포함되는 경고문이 부착될 가능성도 배제할 수 없다. 경고문 부탁 등은 축산업과 패스트푸드 업계에 적지 않은 영향을 미칠 것으로 분석된다.<br/>앞서 세계암연구기금(WCRF)은 가공육과 붉은 고기를 많이 소비하는 것이 대장암을 일으킬 수 있다는 ‘강력한 증거’가 있다고 수차례 밝힌 바 있고, 영국 정부도 최근 붉은 고기가 위암과 췌장암 발병까지 시킬 수 있다고 경고했다. WHO는 관련 연구 등을 바탕으로 건전한 식습관을 통해 대장암 발생을 절반 이하로 낮출 수 있다고 판단, 이 같은 결정을 내린 것으로 알려졌다. 한편 WHO의 결정이 부적절하다는 의견도 제기되고 있다. 영국식품연구학회 명예연구원 이안 존슨 박사는 텔레그래프에 “<span class='quot0'>가공육과 대장암 사이에 유의미한 상관관계가 있다는 연구 데이터가 있지만, 그 효과가 상대적으로 매우 작다는 것을 알아야 한다</span>”고 말했다. <br/> 김대종 기자 bigpaper@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-245.txt

제목: <파워인터뷰>“韓 임상능력 세계최고… 법·제도 정비 ‘의료 한류’ 확대해야”  
날짜: 20151023  
기자: 김세동  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107205114060  
본문: 오병희 서울대병원장<br/>서울대병원은 지난해 6월 아랍에미리트(UAE) 왕립 셰이크 칼리파 전문병원(Sheikh Khalifa Specialty Hospital)에 대한 1조 원 규모의 5년간 운영권을 따내는 데 성공했다. 라스 알카이마에 위치한 이 병원은 UAE 대통령이 국가 통합을 위해 지역사회 기부 목적으로 설립한 248병상 규모의 비영리 공공병원으로, 암·심장질환·신경계질환 등 중증질환에 중점을 둔 3차 전문병원이다. 지상 5층 지하 1층에 대지면적 20만㎡, 연면적 7만2248㎡ 규모다. 이 성과는 미국 존스홉킨스·스탠퍼드 대학병원과 영국 킹스칼리지 병원, 독일 훔볼트대 샤리테 병원 등 세계 유수 병원들과의 경쟁 끝에 얻어낸 것이어서 더욱 값지다.<br/>지난해 서울대병원에서만 외국인 환자 4만7000여 명을 진료해 230여 억 원의 수익을 올렸다. 보건복지부에 따르면 우리나라 전체적으로는 지난해에 26만6501명의 외국인 환자가 다녀갔고 진료수입은 5569억 원에 달했다. 5년 만에 외국인 환자 수는 4배, 수입은 10배 이상 증가하는 등 ‘의료 한류’가 빠르게 확산하고 있다. 이 흐름의 중심에 서 있는 오병희(62) 서울대병원장을 지난 19일 서울 종로구 대학로에 있는 서울대병원 원장실에서 만났다. 병원장에 취임한 지 석 달 만인 지난 2013년 9월 셰이크 칼리파 병원 운영권 수주전(戰)에 뛰어들어 10개월 만에 개가(凱歌)를 올린 과정에 대해 먼저 질문을 던졌다.<br/>―UAE 왕립병원 운영권 수주 경쟁에 참여할 생각을 하기가 쉽지 않았을 텐데.<br/>“입찰에 참여할 당시, 과연 우리가 그럴 능력이 있을지 병원 내부에서도 고민이 많았다. 그렇지만 2006년 세계 속의 서울대병원으로 거듭날 것을 천명하는 비전을 선포한 이래 전담조직(국제사업본부 등)을 신설하는 등 해외 진출을 꾸준히 준비해온 역량을 기반으로, 이제는 시도해봐야 하지 않겠느냐는 의견이 모여 참여하기로 했다.”<br/>―세계 유수 병원과의 경쟁에서 이긴 요인은 뭔가.<br/>“사실 스탠퍼드, 존스홉킨스에 비해서 서울대병원의 인지도는 낮다. 독일의 샤리테 병원도 잘 모르는 사람이 많은데, 유명한 병원이다. 독일 노벨의학상의 반이 거기서 나왔다. UAE에서 디테일하게 조사했다. 임상 실력, 즉 환자 보는 능력은 우리가 좋다. 2002년부터 UAE에서 환자를 서울대병원, 서울성모병원, 서울아산병원, 삼성서울병원 등에 보내기 시작했다. 와서 보니 진료 성적이 좋을 뿐만 아니라 입원기간도 짧고, 여러 면에서 탄탄함을 인정한 것이다. 두 번째는, 연구나 인력에서 서울대병원의 임상 능력이 뛰어난 것이다. 미국의 클리니컬트라이얼(ClinicalTrials.gov·미국 국립 의학도서관이 미국 국립보건원 각 산하기관의 협조를 얻어 구축한 사이트)에 들어가면 2013년 기준으로 서울대병원이 전체 임상시험 건수가 세계 1위다. 세 번째는 의료정보시스템이 아주 잘돼 있다. 전산시스템을 잘해놨다. 무엇보다도 가장 중요한 것은 사람이다. 우리는 적어도 UAE 병원 운영 인력의 20%는 현지에 파견하겠다고 하는 등 병원 운영에 대한 적극적인 의지가 인정을 받았기 때문이라 생각한다.”<br/>―1년이 지난 현재 운영상황을 평가한다면.<br/>“UAE 왕립병원은 암, 심장질환, 신경계질환 등 중증 환자 전문 3차 병원으로서 현재 외래와 병동, 수술실, 중환자실, 응급실 등을 운영하고 있다. 병원 운영은 의사 40여 명 등 서울대병원에서 파견한 250여 명을 포함해 의사 70여 명, 간호사 260여 명 등 700여 명이 맡고 있다. 총 240여 개 병상 중 현재는 130여 개 병상을 가동하고 있으며, 올해 9월 한 달에만 외래환자 1600여 명, 입원환자 110여 명을 진료했다. 개원 후 총 진료 인원을 보면, 외래환자 8500여 명, 입원환자 750여 명에 달하며 각종 암 수술을 비롯해 흉부외과·신경외과 등에서 약 200건의 수술을 시행했다. 특히 위탁 계약 후 6개월 이내에 가장 난이도가 높은 심장우회로수술을 시행하는 등 신속하면서도 계획에 맞추어 병원을 운영하고 있는 모습이 현지의 다른 위탁 병원에서는 그 전례를 찾아볼 수 없었다고 한다. 특히 큰 의미가 있는 건, 이 병원에 오는 환자가 병원이 위치한 라스 알카이마 지역 외에 두바이와 아부다비 등 UAE 전역의 1, 2차 의료기관에서 전원(轉院)된 환자이고, 15% 정도의 환자는 UAE 외 다른 나라에서 전원된 환자라는 것이다.”<br/>―개원 반년 만에 성공적으로 정착할 수 있었던 비결을 꼽는다면.<br/>“모든 진료분야에서 서울대병원이 보유하고 있는 탁월한 역량과 풍부한 노하우가 현지 환자에 대한 수준 높은 의료서비스로 이어지고 있는 점이라고 생각한다. 또 대한민국 의료를 대표한다는 자부심과 사명감에서 헌신적으로 진료하는 우리 의료진의 모습이 현지에서도 긍정적으로 평가받고 있다고 생각한다. 처음 현지에 갔을 때만 해도 의사소통이 큰 걱정이었지만 일을 맡으면 반드시 해내고야 마는 한국인 특유의 근성과 열정이 밑거름이 됐다고 본다. 셰이크 칼리파 병원이 의료 한류의 상징적인 성공모델이자 중동지역의 메디컬 허브로 성장해 나갈 것으로 기대하며, 이를 통해 서울대병원은 대한민국 대표 의료브랜드로서 국익 창출과 국가 이미지 제고에 기여할 수 있을 것으로 자부한다.”<br/>―현재 우리나라의 의료수준은 객관적으로 어느 정도 위치인가.<br/>“일률적으로 우리나라 의료수준을 평가하기는 어렵지만, 서울대병원과 같은 국내 유수의 대학병원이라면 미국 병원의 95% 이상 수준이라고 생각한다. 또 위암 등 일부 분야에서는 이미 세계 최고 수준임이 잘 알려져 있다. 제가 올해 3월 미국심장학회에 다녀왔는데, 학회장으로부터 ‘미국은 의료특허가 줄어들고 있고, 일본은 정체돼 있는 반면에 한국은 의료관련특허가 세계 8위로 증가하고 있다’는 말을 들었다. 서울대병원의 경우 대부분의 진료분야에서 세계적 경쟁력을 갖고 있다고 자부한다. 한 가지 사례를 꼽는다면, 세계 최고의 명성을 가진 미국 하버드대 의대 부속병원의 제안으로 2012년 12월부터 두 병원 간 위암 환자 임상치료를 주제로 화상회의가 열리고 있다. 이는 두 병원이 암 치료와 연구·교육을 위한 협력관계를 구축한 데 따른 것으로, 갑상선센터와 뇌종양센터와도 자문 교환을 위한 정기적인 화상회의가 이어지고 있다. 이는 서울대병원의 국제적인 역량을 상징적으로 보여주는 사례라 하겠다. 이뿐만 아니라 의료분야 가운데서도 특히 관심이 집중되고 있는 임상시험에서 탁월한 실적을 거두고 있다. 또 매년 세계적 학술지에 2500여 편의 연구논문을 발표하는 등 세계 최상위권의 학술적 역량을 과시하고 있다. 다만, 얼마 전 발표된 노벨 생리의학상 수상자와 관련해 많은 언론에서 보도했는데, 기초의학분야에서는 아직은 세계적인 수준이라고 보기 어려운 점이 있다고 생각한다. 꼭 노벨상을 목표로 하기보다 기초의학분야에 대한 장기적인 안목의 꾸준한 관심과 투자가 있어야만 비로소 의과학 모든 분야의 균형 있는 발전이 가능할 것이다.”<br/>―의료기관의 해외 진출을 위해 필요한 점은 무엇인가.<br/>“국내 의료는 이미 세계적 수준에 도달해 있고 해외에서도 역량을 인정받고 있다고 생각한다. 의료는 고부가가치 지식산업으로서 국가 경제를 이끌어갈 신성장동력으로 오래전부터 기대를 모으고 있음에도 각종 규제 등으로 인해 어려움에 처해 있는 것이 현실이다. 이 같은 상황에서 의료기관들이 해외에 진출하기 위해서는 정부 차원의 법·제도적 정비와 더불어 사회 전반의 인식 개선이 뒷받침되지 않으면 실현되기 어려울 것이라고 생각한다. 지난해 서울대병원에 온 해외 환자 수는 5만 명 가까이 된다. 국적별로는 몽골, UAE, 러시아, 카자흐스탄, 미국, 중국 등의 순서다. 문제는 해외 환자를 위한 독립적인 병동이 없다 보니, 문화와 종교의 차이 때문에 입원 기간에 국내 환자뿐만 아니라 해외 환자도 불편한 상황이 발생하는 경우가 많다. 그래서 해외 환자만을 전담 진료하는 국제병원의 건립 필요성을 말씀드리고 싶다. 국제병원은 해외 환자에 대한 수준 높은 진료, 국제적 수준의 의료 인력 양성, 해외 의료 인력의 교육뿐 아니라 고용창출 등 의료 한류의 확대에 필수적인 구심점이 될 수 있어 건립이 절실하다.<br/>국제병원에서 해외 환자를 전문적으로 진료하다 보면 저절로 전문인력을 양성할 수 있고, 또한 해외 환자에 최적화된 진료시스템 등 병원운영 노하우를 국내에서 상당 수준 축적할 수 있다. 충분한 훈련을 받은 의료인과 검증된 병원운영시스템을 기반으로 해외에 진출할 경우 성공 가능성은 더욱 높아질 것이다. 또 국제병원은 외국인 진료수가를 받을 수 있기 때문에 수익 측면에서 긍정적인 효과를 거둘 수 있는 장점도 있다. 국제병원에서 교육받은 해외 의료 인력이 자국에 돌아가 우리나라의 의료수준을 널리 알리는 역할을 하게 되면 그로 인한 파생효과가 클 것으로 생각한다.”<br/>이 대목에서 오 병원장의 목소리가 조금 높아졌다. 한국국제의료협회장, 한국유헬스협회장, 국립대병원장협의회장 등을 맡고 있는 그는 국제병원 건립, 의료산업 활성화, 모바일·정보기술(IT)과 의료를 접목한 유헬스(u-Health), 원격의료 등에 대해 강한 소신을 피력했다.<br/>―보건의료산업이 새로운 미래 산업으로 주목받고 있다.<br/>“앞서 말씀드린 바와 같이 서울대병원이 미국, 유럽의 유수 병원과 치열한 경쟁을 이겨내고 UAE 왕립병원을 운영하게 됨으로써 국제적으로 역량을 인정받았듯이 우리나라 의료는 이미 세계적 수준에 도달해 있다. 고부가가치 지식산업으로서 국가 경제에 기여하면서도 국격 또한 높일 수 있는 유효적절한 분야가 바로 의료라고 생각한다. 더불어 중요한 과제로 대두되고 있는 고령화 추세, 만성질환 증가 등으로 인한 문제 또한 우수한 의료기술과 IT를 접목한 선진형 의료서비스 창출 등으로 해결 가능하다고 예측한다. 의료산업 활성화를 통해 국민건강을 증진하고 국가 경제에 기여할 수 있도록 사회적·정책적 논의가 시급하다는 점을 말씀드리고 싶다.”<br/>―일각에서 의료는 공공성이 필요하다며, 산업화해서는 안 된다는 목소리가 높다.<br/>“의료민영화하고 산업화는 전혀 다르다. 병원에서 돈을 벌어 밖으로 빼내 가지 않고 병원에 재투자하면 영리화나 민영화가 아니다. 새로운 헬스케어 서비스를 개발할 수 있도록 정부의 지원이 필요하다. 그렇게 해서 반도체가 썼던 신화를 보건의료 쪽에서 쓸 수 있도록 해야 한다. 지금이 가장 좋은 기회다. 5년 후가 되면, 무섭게 치고 올라오는 중국 때문에 이런 기회가 없어질 것으로 생각한다. 그러기 위해서는 여러 가지 방법이 있겠지만, 국제진료가 의료의 키스테이션이 될 수 있도록 국제병원에 대한 정부의 관심과 투자가 필요하다. 나라를 먹여 살릴 신성장동력으로 의료분야가 거론된 지 오래되었음에도 의료는 공공재라는 인식으로 인해 각종 규제에 발목이 잡혀 있다. 우리는 충분한 능력을 갖고 있다. 의료분야에는 우수한 인재들이 몸담고 있고, IT는 세계적 수준임을 자타가 공인하고 있다. 이 같은 환경이라면 유헬스 산업 등 선진형 의료서비스 창출이 어렵지 않다. 고령화 시대 도래에 따른 건강보험 재정의 어려움을 해결하기 위해서도 다양한 의료서비스산업 발전 방안에 대한 논의를 서둘러야 한다. 의료 산업화와 공공성 강화는 상충되는 개념이 아니라는 인식이 필요하다.”<br/>―관련해서, 원격의료가 논의되다가 잠잠해졌다.<br/>“개인병원 의사들이 반대해서 그렇다. 나라 전체의 틀에서 보면 반드시 해야 한다. 이런 것으로 만성질환을 관리해서 중증질환 발생도 줄이고, 서비스 산업화 할 수 있다고 생각한다. 그런데 1, 2차 개원의들이 많이 반대한다. 원격의료시스템을 갖출 수 있는 능력이 큰 대학병원밖에 없다고 생각해서 반대하는데, 국가적으로 잘 디자인해서 1차 의료기관에 주면 된다. 예를 들어 혈압이 높은 사람에게 석 달에 한 번 약을 주면 환자는 3개월에 한 번 잰 혈압치를 토대로 약을 조절하게 된다. 그런데 1주일에 한 번씩 혈압을 재서 그 데이터를 가지고 약을 조절하면, 석 달 동안 12번의 혈압 데이터를 가지고 약을 조절하게 된다. 어느 것이 더 정확하겠나. 꼭 원격의 개념이 아니다. 오히려 더 자주 콘택트(contact)가 된다. 미국은 그래서 원격의료라고 하지 않고 ‘커넥티드 케어(connected care)’라고 한다. 연결돼 있다. 더 밀접하게. 그런 개념으로 접근하면 된다.”<br/>―우리나라 의료계가 개선해야 할 문제점은 뭐라고 보나.<br/>“긴 대기시간, 이른바 3분 진료 문제, 입원실 부족 등 국민적 기대에 부응하지 못하는 점이 있는 것이 사실이다. 이런 문제를 해결하기 위해 우리 병원에서도 프로세스혁신 태스크포스(TF)를 발족해 다양한 개선방안을 찾고 있지만 병원에 대한 국민의 기대치가 갈수록 높아지고 있어 해결이 쉽지 않다. 더욱이 우리 병원을 비롯한 유수의 대학병원들도 예외 없이 경영상 어려움을 겪고 있는 것이 의료계의 현실이다. 한 가지 더 말씀드린다면 당초 의료전달체계의 취지에 부합하도록 1, 2, 3차 의료기관의 기능을 분명히 하고 각각의 역할을 충실히 수행할 수 있도록 국가의료시스템의 재정립을 통해 지원하는 등 자원을 효율적으로 활용하는 방안이 가장 기본적이면서도 효과적인 해결책이 될 수 있다고 생각한다. 최근의 메르스(중동호흡기증후군) 사태에서도 여실히 드러났지만 몇몇 대형병원에 경증 환자에서부터 암환자까지 몰리다 보니 재난에 가까운 감염 사태가 벌어진 것이다. 의료전달체계의 붕괴가 초래한 단면이라고 생각한다.”<br/>―서울대병원은 우리나라를 대표하고 의료계를 선도하는 국가중앙병원이다. 서울대병원이 가져야 할 역할과 의미, 위치가 있다면.<br/>“서울대병원은 우리나라 최초의 서양식 국립의료기관인 제중원(濟衆院)의 설립 정신을 이어받은 국가중앙병원으로서 교육, 연구, 진료 등 모든 의료영역에서 우리나라 보건의료를 세계적 수준으로 이끌어왔다고 자부한다. 앞으로도 우리나라 의료의 표준을 정립해 최상의 의료서비스를 제공하는 국가중앙병원으로서의 소임, 우리나라 의료의 세계화 선도, 지속적인 변화와 혁신을 통한 세계적 연구중심병원으로의 도약, 국내는 물론 세계 의료의 리더 양성, 의료시스템 개선을 위한 정부의 국가정책협력병원 역할 등 국민적 기대에 부응하고 국가 발전에 기여하는 병원이 될 수 있도록 저희가 갖고 있는 역량과 지혜를 모아 더욱 노력해나갈 것이다. 이 같은 막중한 소임을 수행하기 위해선 국민 여러분의 관심과 애정, 특히 국가적 지원이 절실함을 이 기회를 빌려 말씀드리고 싶다. 우리 병원은 매년 수백억 원의 적자를 보이는 등 경영상 큰 어려움을 겪고 있다. 저수가 체계를 비롯해 많은 원인이 있는데, 올해로 개원 30주년을 맞은 어린이병원에서만 지난해 150억 원의 적자를 기록했다. 어린이병원 사례를 말씀드렸습니다만 독자적인 운영이 가능할 만큼의 재정자립도를 유지할 수 있는 수준으로 국가에서 지원해준다면 국민건강에 기여하면서 우리 병원이 잘해낼 수 있는 많은 일을 주저 없이 수행해나갈 수 있다고 자신한다.”<br/>―메르스 사태 때 우리나라 의료시스템의 그늘이 그대로 노출됐다. 개선을 위한 해법은 뭔가.<br/>“서울대병원의 메르스 대처 상황을 먼저 말씀드리면, 지난 5월 20일 첫 환자 확진 발표 후, 메르스대응팀을 구성하고, 음압시설을 완비한 격리병동을 가동해 본원을 비롯한 분당서울대병원과 보라매병원에서 40명의 메르스 환자, 특히 인공호흡기나 에크모(ECMO·환자의 폐를 대신해 산소를 공급해주는 첨단의료장비)가 필요한 중증 환자들을 치료하는 데 주력했다. 이번 메르스 사태는 우리나라 의료시스템의 몇 가지 근본적인 문제에 대해 의료계뿐만 아니라 정부와 국민 모두가 되돌아보는 계기가 됐다고 생각한다. 먼저, 응급실 과밀화와 시설에 대한 문제인데, 충분한 격리시설이 완비된 선진국과 달리 우리는 한 공간에서 많은 환자를 치료할 수밖에 없다 보니 슈퍼전파자에 의한 대규모 감염사례가 발생하는 구조적인 문제가 노출됐다. 우리 병원과 같은 대학병원 응급실에서는 말 그대로 응급 중증 환자를 치료하고, 비교적 경증 환자는 병원과 의원급 응급외래의 활성화 등을 통해 환자를 분산 수용하는 제도적 정비가 필요하다고 생각한다. 선진국 응급실과 같은 격리된 시설을 갖추려면 정부의 지원이 필요하다. 현행 응급의료 수가로는 병원 자체의 시설투자가 거의 불가능하기 때문이다. 또 다인실 위주의 병실시스템도 재고할 필요가 있다. 좁은 병실에 여러 명의 환자가 입원해 있다 보면 감염질환의 전파 위험이 커지므로 환자의 안전과 수준 높은 진료를 최우선 순위에 두는 정책적 결단이 필요하다고 생각한다. 우리나라의 특수한 병원이용 문화 또한 개선해야 한다. 많은 문병객 방문이나 여러 병원을 전전하는 의료소비 행태 등에 대해서 이번 사태를 계기로 국민들에게 이해를 구할 좋은 기회라고 생각한다. 메르스와 같은 신종 감염병은 언제든지 발생할 가능성이 있다. 해외유입 감염병 등에 효율적으로 대처하려면 정부 차원의 효율적인 제도 마련과 전담조직 강화, 전문인력 양성 등 예방관리시스템을 구축하는 것이 시급하다. 감염병이나 재난에 대비한 전담 공공병원의 설립도 고려해야 한다. 덧붙여 말씀드린다면, 사태 초기부터 지역마다 거점병원을 지정해 그 지역의 환자를 한곳에 모아 진료하고, 중환자는 지역 내 대학병원에서 치료하는 방식이 효과적이라는 의견을 드린다.” <br/>인터뷰 = 김세동 차장 (사회부) sdgim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-246.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>청년고용 막는 ‘서비스업 규제’ 철폐 시급  
날짜: 20151021  
기자: 조해동  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107204917243  
본문: 7대 유망업종 고용 비중<br/>4년새 27.0% → 26.0%<br/>매출 10억원당 고용 규모<br/>서울대병원은 7.7명<br/>삼성전자 0.6명 불과<br/>서비스업 활성화 없이는<br/>청년 실업 극복 불가능<br/>청년층을 위한 양질의 일자리를 창출할 수 있는 물류(운수), 금융보험, 교육 등 7대 유망 서비스업의 고용 비중이 2009년 27.0%에서 2013년 26.0%로 하락한 것으로 드러났다. <br/>청년 고용 대란을 극복하기 위해 반드시 필요한 유망 서비스업의 고용 비중이 올라가기는커녕 오히려 추락한 것으로 확인되면서 적극적인 규제 개혁을 통해 서비스업이 성장할 수 있는 여건을 조성하는 일이 시급하다는 목소리가 커지고 있다.<br/>최경수 한국개발연구원(KDI) 산업·서비스경제연구부장은 21일 국회 의원회관에서 열린 ‘서비스산업과 청년일자리에 대한 토론회’에서 ‘청년일자리 창출을 위한 서비스산업 발전 방향’이라는 주제 발표를 통해 이같이 밝혔다. 이번 토론회는 KDI와 대통령 직속 청년위원회, 국회경제정책포럼이 공동 주최했다.<br/>KDI 연구 결과에 따르면 미래의 청년층 일자리를 많이 창출할 것으로 기대되는 물류(운수), 금융보험, 교육, 보건의료, 관광, 콘텐츠, 소프트웨어산업 등 7대 유망서비스업의 성장이 정체되면서 청년층을 위한 양질의 일자리 창출이 되지 않고 있는 것으로 나타났다.<br/>특히 이들 7대 유망서비스업 취업자가 전체 취업자에서 차지하는 비중은 2009년 27.0%에서 2013년 26.0%로 오히려 감소한 것으로 드러났다. <br/>7대 유망서비스업 종사자 수는 2009년 454만6000명에서 2013년 499만2000명으로 늘었지만, 전체 취업자 중에서 차지하는 비중은 하락한 것이다.<br/>최 부장은 “<span class='quot0'>우리나라의 경우 선진국에 비해 서비스업의 고용 비중이 작고, 특히 금융·의료·사업서비스 등 지식집약적 서비스업의 고용 비중이 작기 때문에 추가적인 일자리 창출 잠재력이 크다</span>”며 “<span class='quot0'>청년층 고용 대란을 극복하기 위해서는 특히 지식집약적 서비스업의 육성이 필요하다</span>”고 강조했다.<br/>KDI는 ‘서비스업=내수 산업’으로 굳어 있는 편견에서 벗어나 서비스를 수출하기 위해서도 노력해야 한다고 지적했다. <br/>KDI의 분석에 따르면 외국 환자 1명의 평균 진료비는 반도체 1154개 수출, 액정표시장치(LCD) 9.5대 수출과 동일한 효과가 있는 것으로 분석됐다.<br/>매출액 10억 원당 고용 규모를 따지면 서울대병원이 7.7명인 반면 삼성전자는 0.6명, 현대자동차는 0.7명에 불과한 것으로 나타났다. 서비스업을 활성화하지 않고는 청년 고용 대란 극복이나 고용 상황 개선이 사실상 불가능하다는 뜻이다.<br/>김준경 KDI 원장은 “<span class='quot1'>규제와 기득권층의 ‘지대(地代) 추구(공급량이 고정된 재화나 서비스의 공급자가 독점적으로 얻는 이익)’가 서비스 부문의 산업 경쟁력을 빼앗아 가고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>서비스업을 새로운 성장산업으로 정립하고, 혁신과 규제 개혁을 전략으로 성장동력을 회복해야만 청년 일자리 문제를 해결할 수 있다</span>”고 강조했다.<br/>조해동 기자 haedong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-247.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘일자리法’ 3년째 국회가 발목  
날짜: 20151021  
기자: 조해동  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107204916921  
본문: 청년 고용 대란을 해소하기 위해서는 서비스업 활성화가 반드시 필요하지만, 아직도 갈 길이 첩첩산중이다.<br/>국회에 제출된 경제활성화 법안 중에서 아직도 계류 중인 법안 대부분이 서비스업 관련 법안이다. 국가 경제 전체의 고용 창출이 안 되더라도 ‘내 밥그릇’만은 지켜야겠다는 이해 관계자들의 저항이 그만큼 강하다는 뜻이다.<br/>21일 기획재정부 등에 따르면 아직도 국회를 통과하지 못한 경제활성화 법안은 서비스산업발전기본법, 관광진흥법, 국제의료지원법, 의료법 등 서비스업과 관련된 것들이다.<br/>정부가 국가적 차원에서 서비스업 육성을 위해 노력하겠다는 의지를 담은 ‘선언적 법안’인 서비스산업발전기본법은 3년째 국회에서 발목이 잡혀있다. 서비스산업발전기본법이 국회를 통과하지 못하는 상황에서 국제무대에서 우리나라가 서비스업을 육성하기 위해 노력하고 있다고 주장하는 것 자체가 불가능하다.<br/>지난 7월 의원입법 형식으로 국회에 발의된 ‘기업 활력 제고를 위한 특별법’(기활법)은 서비스업만을 대상으로 하는 것은 아니지만, 기업의 사업 재편이나 인수·합병(M&A) 과정에서 서비스업이 신규로 편입되거나 확대될 경우에는 서비스업 활성화에 이바지할 수 있다. 특히 최근에는 국내 기업들이 제조업보다 수익성이 높은 서비스업에 앞다퉈 진출하려는 경향이 있기 때문에 기활법의 조속한 국회 통과도 서비스업 활성화에 도움이 될 것으로 전망된다.<br/>정부와 새누리당은 ‘서비스업 발전=청년 일자리 창출’이라는 새로운 전략을 내세워 국회 통과를 밀어붙일 계획이다. 서비스업의 고용창출 능력이 제조업보다 월등하기 때문이다. <br/>한국개발연구원(KDI)의 분석에 따르면 매출액 10억 원당 고용 규모를 따지면 서울대병원이 7.7명인 반면 삼성전자는 0.6명, 현대자동차는 0.7명에 불과한 실정이다.<br/>서비스업 활성화에 가장 중요한 것은 국회에 계류된 서비스업 관련 법안을 조속히 통과시키는 것이다. <br/>정희수 국회 기획재정위원장은 “<span class='quot0'>전체 실업률의 2.5배가 넘는 청년 실업률 문제를 해결하기 위해서는 보건, 교육, 관광 등의 유망 서비스업을 집중적으로 육성해야 한다</span>”며 “<span class='quot0'>서비스산업 활성화를 위한 다양한 방안과 관련 법안에 깊은 관심을 두고 최선의 노력을 다하겠다</span>”고 말했다. <br/>조해동 기자 haedong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-248.txt

제목: 혈관속 ‘침묵의 살인자’ 3040부터 ‘카운트다운’  
날짜: 20151013  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107204503159  
본문: 환자 10명중 4명 50대미만<br/>주요 발병원인 동맥경화증<br/>30대부터 이미 진행될수도<br/>뇌로가는 혈관 파열 증상<br/>팔다리 감각 둔해지거나<br/>발음 어눌해지면 의심해야<br/>중년이면서, 최근 부쩍 피로감이 심해졌다. 몸이 뚱뚱한데다, 평소 혈압이 높고, 회식자리가 많다. 음식도 짜게 먹는 습관이 있다. 본인이 이 같은 사례에 해당된다면, 뇌졸중 건강에 특별히 신경써야 한다. 특히 요즘과 같이 부쩍 추워지는 시기에는 혈관이 수축되면서 뇌졸중의 발생확률이 더 높아진다. 흔히 중풍으로 알려진 뇌졸중은 우리나라에서 암 다음으로 많은 성인의 사망요인이다. 또 전체 뇌졸중 환자의 10명 중 4명 정도가 50대 미만에서 발생할 정도로 최근에는 더이상 노인만의 질병도 아니다. 아직 젊고 건강하다고 생각하는 30∼40대에게서도 이미 60세의 뇌졸중을 향한 카운트다운이 시작됐을 수 있다. 뇌졸중은 사망에 이르지 않더라도 반신마비, 언어장애 등 후유증으로 고생하는 경우가 흔하다. 그럼에도 불구하고 뇌졸중에 대한 국민적 관심은 부족한 편이다.<br/>◇감각이 둔해지면 의심해야 = 뇌졸중은 뇌에 영양 및 산소를 공급하는 혈관이 막히거나 파열돼 나타나는 증상을 말한다. 뇌 일부에 혈액을 공급하는 뇌혈관이 막히거나(허혈성 뇌졸중·뇌경색), 터져서(출혈성 뇌졸중·뇌출혈) 뇌가 부분적으로 손상되는 병이다. 뇌혈관이 막혀 생기는 뇌졸중을 뇌경색이라 부르는데 뇌경색은 대부분 뇌혈관의 동맥경화에 기인한다. 뇌졸중은 의심증상이 나타난다. 뇌졸중이 발생하면 한쪽 팔다리를 갑자기 못쓰거나(반신마비), 감각이 둔해지거나(감각장애), 저리거나 시린 느낌(감각이상), 정신은 명료한데 갑자기 말을 못하거나 남의 말을 이해 못하며(언어장애), 발음이 어둔하거나(발음장애) 빙빙 돌고(어지럼증), 메스껍거나 토하기도 한다. 그 외에도 잘 삼키지 못하거나, 한쪽 눈 또는 양쪽 눈이 갑자기 안 보이거나(시력장애), 사물이 똑똑히 보이지 않고 두 개로 겹쳐(복시)보이기도 한다. 뇌출혈 시에는 극심한 두통이 갑자기 발생하며 의식을 잃어버리기도 한다. 일반적으로 수년 이상 지속되는 만성적인 또는 간헐적인 두통의 경우는 대부분 뇌졸중이 아닌 경우가 많으나 평소의 두통 강도와 양상이 달라졌을 경우에는 주의해야 한다.<br/>◇30∼40대부터 시작 = 뇌졸중은 55세 이후로 그 발생률이 커지는데, 10세가 증가할 때마다 발생률이 약 2배씩 높아진다. 즉, 60세에 비해 70세는 약 2배, 80세는 4배 정도로 뇌졸중 발생률이 높아진다. 이처럼 뇌졸중은 주로 50, 60대의 노년층에 발병하는 질환이지만 인체를 해부해보면 뇌졸중의 주요 원인인 동맥경화증은 이미 30∼40대부터 발견되기 시작한다. 뇌졸중의 증세는 갑작스럽게 발생하지만, 수년 혹은 수십 년 동안 우리 몸 안에서 조용히 진행될 수 있다는 의미다. 가장 중요한 뇌졸중의 위험인자는 고혈압이다. 또 심장질환, 당뇨병 등도 뇌혈관에 손상을 준다. 그밖에도 고지혈증, 혈중혈색소의 증가, 비만, 술, 담배 등이 있다. 특히 뇌졸중에 걸린 사람은 다시 걸릴 가능성이 높으므로 정기적으로 의사에게 검진받으며 재발방지를 위해 힘써야 한다.<br/><도움말 주신 분 : 김종성 서울아산병원 뇌졸중센터 소장> <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-249.txt

제목: 노벨화학상 암치료법 개발 학자들 선정  
날짜: 20151008  
기자: 박준희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107204339089  
본문: 올해 노벨화학상은 손상된 DNA가 회복되는 원리를 밝혀 새로운 암 치료법 개발에 기여한 학자들에게 돌아갔다.<br/>스웨덴 왕립과학원 노벨위원회는 토마스 린달(77·스웨덴) 프랜시스크릭연구소 명예교수와 폴 모드리치(69·미국) 미국 듀크대 의과대학 교수 겸 하워드 휴스 연구소 연구원, 아지즈 산자르(69·터키 및 미국 이중국적) 노스캐롤라이나대 교수 등 3명을 올해 노벨화학상 수상자로 선정했다고 7일 밝혔다. 왕립과학원은 “<span class='quot0'>이들의 연구는 세포가 어떻게 손상된 DNA를 복구하고 유전자 정보를 보호하는지를 밝혀 살아있는 세포 기능에 대한 근본적인 지식을 제공했다</span>”며 “<span class='quot0'>이들의 연구 성과는 몇몇 유전적 질환, 암 발병, 노화 과정을 설명해 준다</span>”고 전했다. <br/>우리 몸의 유전자 물질이 시간이 지나도 온전한 상태를 유지할 수 있는 것은 분자 차원에서 DNA가 지속적으로 교정·복구되기 때문인데 올해 수상자들은 이런 과정들을 규명해냈다. 왕립과학원은 상당수 암이 이런 복구 시스템 한두 개가 작동하지 않아서 생긴 것이라며 수상자들의 연구가 새로운 암 치료법 연구에 이용될 수 있다고 평가했다. <br/>수상자들은 상금 800만 크로나(약 11억2000만 원)를 나눠 가지게 되며 시상식은 창시자 알프레드 노벨의 기일인 12월 10일 스웨덴 스톡홀름과 노르웨이 오슬로에서 열린다. <br/>박준희 기자 vinkey@

언론사: 문화일보-1-250.txt

제목: <힐링푸드>연인에 버림받거나 火날때… “상큼한 토마토로 달래세요”  
날짜: 20151007  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107204229572  
본문: 닥터의 힐링푸드 - 김율리 서울백병원 교수 추천 ‘컴포트 푸드’<br/>기분전환 신경전달물질 ‘가바’발견<br/>흥분 완화시켜 스트레스 해소 효과<br/>식사전 섭취하면 체중 증가 막아줘<br/>리코펜 성분 덕에 만성질환 예방도<br/> 누군가와의 언쟁 등으로 화가 났을 때, 직장 상사의 말도 안 되는 명령으로 속이 끓을 때, 사랑하는 사람으로부터 버림받았을 때 등등…. 그처럼 심리적으로 언짢은 상태에 빠졌을 경우 어떻게 하면 기분을 풀 수 있을까. 최근의 과학적 연구들은 음식을 잘만 골라 먹어도 어느 정도 기분전환이 가능하다고 주장한다. 그리고 그 같은 음식을 ‘컴포트 푸드(comfort food)’라고 말한다. <br/>컴포트 푸드는 1966년 미국 일간지 팜비치포스트에 처음 등장한 용어다. 어머니의 사랑을 느끼게 해주는 음식으로 기쁨·안정을 주거나 슬프거나 아플 때 많이 찾는다고 돼 있다. 우리나라에선 식품영양학계를 중심으로 2000년대부터 사용되기 시작했다. <br/>그러면 어떤 음식이 컴포트 푸드일까. 서울백병원 정신의학과 교수로 ‘섭식과 마음’의 상태를 집중적으로 연구해 오고 있으며 인제대 섭식장애·정신건강연구소의 소장도 맡고 있는 김율리 교수는 컴포트 푸드로 토마토를 꼽는다. <br/>토마토가 몸에 좋은 식품이라는 사실은 이제 누구나 다 안다. ‘토마토가 빨갛게 익으면 의사 얼굴이 파랗게 질린다’는 유럽 속담이 있을 정도로 토마토는 슈퍼푸드로 인정받고 있다. 뉴욕타임스에서는 마늘, 시금치 등과 함께 토마토를 10대 슈퍼푸드로 발표해 화제가 되기도 했다. 그런데 기분전환과 토마토가 연관돼 있다는 주장은 조금 낯설다. “토마토는 ‘가바’(GABA)라고 불리는 감마아미노낙산이 높은 작물로 꼽힙니다. 가바는 중추신경계에서 신경전달물질을 억제하는 기능을 합니다. 그래서 가바를 충분히 섭취할 경우 현대인들의 스트레스를 완화시키는데 효과가 있습니다. 특히 익어가는 초록 토마토에 가바가 많습니다. ”<br/>가바는 중추신경계에 널리 분포돼 있는 물질로 뇌가 스트레스를 받았을 때 신경을 이완시켜 흥분을 가라앉히는 역할을 한다. 뇌 속에 가바의 양이 적으면 우울증, 불면증 등이 나타난다. 가바는 뇌의 산소 공급량을 증가시켜 뇌세포의 대사기능을 촉진하고, 집중력과 기억력 향상을 도와준다. 일각에선 자신감 결여 등의 비정상적인 심리 상태를 개선하기 위해 술을 찾는 알코올의존증 환자에게도 가바가 필요하다고 주장한다. <br/>“<span class='quot0'>대뇌에서 부신으로 이어지는 중추신경계의 이상에서 비롯되는 어지럼증 개선에도 가바가 중요한 역할을 한다</span>”며 “<span class='quot0'>혈압을 낮추는 데 효과적이고, 면역력을 강화하는 데도 가바가 긍정적인 작용을 하는 만큼 인체에 절대적으로 필요한 물질</span>”이라고 김 교수는 설명했다. <br/>김 교수에 따르면 토마토는 다이어트에도 효과적인 식품이다. 그는 “최근 포르투갈의 과학자 아나 F 빈하(Ana F. Vinha)와 동료들이 젊은 여성을 대상으로 식사 전 토마토를 섭취할 경우에 나타나는 효과에 대해 연구했는데, 실제로 식사 전에 토마토를 섭취하는 것이 젊은 여성의 체중 증가를 억제하는 것으로 나타났다”고 말했다. <br/>김 교수는 토마토의 유익한 성분 중에서 가바와 함께 아무리 강조해도 지나치지 않는 것이 리코펜(lycopene) 성분이라고 주장했다. 토마토의 카로티노이드 성분 중 하나인 리코펜은 항산화물질로 노인성 황반, 백내장 등 실명장애 예방에 중요한 역할을 한다. 또한 리코펜은 암이나 심혈관질환과 같은 만성질환 위험을 감소시키는 데 효과가 있다. 몸속 혈청과 조직에 리코펜 수치가 높을수록 심장질환 및 폐암, 유방암, 난소암과 같은 주요 암과 전립선암 예방에 탁월한 효과가 있다. 김 교수는 “<span class='quot1'>체내에서 높아진 리코펜 수치는 산화스트레스를 줄여주어 암의 전이를 촉진하는 활성산소를 낮춰 산화적 손상을 막아줄 뿐 아니라 유전자 기능과 호르몬, 면역능력 등을 조절해 발암물질 신진대사 등에도 영향을 미친다</span>”고 밝혔다. <br/>김 교수는 연세대 의과대학에서 정신과 전문의를 취득한 후 동 대학원에서 의학박사 학위를 받았으며 킹스칼리지런던(King’s College London) 연구 전임의와 임피리얼칼리지 선임 연구원을 지냈다. 인제대 서울백병원에서는 2005년부터 정신건강의학과 교수로 일하고 있다. 최근 김 교수는 미국 공공도서관 학술지 플로스원(PLoS ONE) 최신호에 킹스칼리지런던의 재닛 트레저 교수팀과 함께 폭식증 환자에게 옥시토신이 유용한 결과를 낳는다는 연구 내용을 발표, 학계의 주목을 받기도 했다. <br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-251.txt

제목: <지식카페>허니버터칩 인기 언제 시작됐나… 位相學으로 풀면 보인다  
날짜: 20151007  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107204228964  
본문: 박형주의 수학 이야기 - ⑥ 모양을 다루는 위상수학<br/>사물의 모양을 다루는 수학 분야인 위상학(topology)은 기하학(geometry)과 달리 크기를 따지지 않는다. 진흙으로 둥그런 공을 만들고는 이걸 툭툭 쳐서 큐브를 만드는 과정을 생각해 보자. 이건 대상 물체의 손상 없이 일어나는 연속적인 과정인데, 그래서 공과 큐브는 위상적으로 같다 또는 위상적으로 동형이라고 한다. 반면에 공 가운데에 구멍을 내고 진흙 일부를 튕겨내면 도넛이 만들어진다. 이건 대상 물체에 손상을 입히는 불연속적인 과정이라서, 공과 도넛은 위상적으로 동형이 아니다. 이런 구멍의 개수를 종수(genus)라고 한다. 그러니까 공은 종수 0, 도넛은 종수 1, 도넛 두 개를 붙여서 만든 구멍 두 개의 도넛은 종수 2가 된다. 위상적으로 동형인 물체들은 반드시 종수가 같기 때문에, 이 종수는 위상적 불변량이다.<br/> 위상수학은 초·중등 교과과정에서 다루지 않고, 대학에서도 수학 전공 고학년에서 처음 가르친다. 당연히 일반인들에게는 생소한 수학 분야이다. <br/>그런데 반전이 생겼다. 요즘 스타트업하는 사람들 중에 위상수학이라는 단어를 쓰는 분들이 생기는가 하더니 점점 늘어나는 중이다. 실리콘밸리의 능력 있는 벤처투자자가 되려면 이 정도는 알아야 한다나. 참 오래 살고 볼 일이란 게 이런 거려나.<br/>이건 순전히 빅데이터의 새로운 화두인 ‘위상적 데이터 분석(TDA·topological data analysis)’ 때문이다. 그러니까, 위상수학이라는 순수수학의 한 분야를 잘 사용하면, 당뇨병 환자 데이터를 분석해서 서로 다른 뭉쳐있는 소그룹(cluster)들을 발견할 수 있고, 내 데이터가 어느 소그룹에 가까운지를 파악하면 나의 당뇨 유무뿐 아니라 치료 방법도 해당 소그룹의 것을 사용하면 되므로 자동으로 처방까지 되는 시대가 온 것이다. 각종 의료 응용뿐 아니라, 우리나라에서는 KT 빅데이터 팀이 이 위상적 분석 방법을 사용해서 허니버터칩이 어느 시점에서 어떤 계기로 갑자기 유행하기 시작했는지를 분석해 내기도 했다. 이 분석의 결론은, 인기 연예인들의 SNS 포스팅이 아니라 파워블로거들의 SNS 평이 인기 폭발로 가는 기점이었다는 것이다. 상식적 접근으로 규명하기 어려운 이런 영향력 분석도 TDA로 가능해진 것이니 그 응용 가능성은 무궁무진하다.<br/>보통의 데이터 분석이 통계적 방법을 많이 사용하는 데 비해서, 위상적 데이터 분석의 가장 중요한 특징은 통계적 이론을 적용하기 전에 데이터의 형태를 먼저 보는 것이다. 데이터의 양이 아주 많은 경우 그 자체가 시각화할 수 있는 유의미한 형태를 보이기 때문이다. 이 형태에 내재하는 특징을 위상수학적인 불변량으로 표현해서 이 불변량과 데이터가 나타내는 현상과의 관련을 파악하는 것이 기본적인 아이디어다. <br/>역시 어렵긴 하다. 그러니까 어려운 건 유용하지 않을 거라는 건 정말 순진한 착각이다. <br/>최근 빅데이터 분석의 수요가 급속도로 증가함에 따라 TDA는 위상수학의 본질이 그대로 적용될 뿐 아니라 데이터 분석에서 새로운 거시적 관점을 제공하는 수학의 응용분야로 주목을 받게 됐다. 외국에서 TDA는 이미 암 연구를 포함한 의학으로부터 스포츠 데이터 분석에 이르기까지 여러 분야의 전문가들이 발견하지 못했던 중요한 현상들을 지적해 내면서 혁신적이라는 찬사를 받고 있다. 이 분야의 스타트업들도 다수 출현하면서 벤처투자자들을 열광시키고 있다.<br/>대수적 위상수학(algebraic topology)은 앙리 푸앵카레의 20세기 초 연구에서 시작된 것으로 보는 게 일반적이다. 물리학이나 공학 등에도 탁월한 업적을 남겼던 유명한 프랑스 수학자 푸앵카레가 또 여기에 등장한다. 푸앵카레는 이 분야의 연구를 진행하면서, 20세기 내내 많은 수학자를 괴롭힌 문제 하나를 남겼다. 그 자신 답을 몰라서 질문한 것인데, 언제부턴가 사람들은 이 질문에 대한 답이 긍정일 거라고 믿고 이를 푸앵카레 추론이라고 부르기 시작했다. 이 문제는 20세기를 거치면서 수학의 난제 중의 난제로 꼽히게 되었고, 100년 동안 수학자들을 끊임없이 괴롭혔다. 그 과정에서 “결국은 잘못된 것으로 판명된” 증명이 여러 개 출현하기도 했다. 새천년이 시작되던 2000년에 미국 클레이 재단이 선정하여 발표한 일곱 개의 ‘천년의 수학문제(Millenium Problems)’ 중의 하나이고, 다른 ‘천년의 문제’와 마찬가지로 백만 달러의 상금이 걸려있다.<br/>이 문제는 설명이 쉽지 않은데 보통의 3차원에서 간단한 상황을 생각해 보자. 아이가 큰 풍선을 들고 있는데, 이 풍선 위에 개미가 기어가고 있다. 개미에게는 자신이 있는 풍선 표면이 보통의 2차원 평면과 다름이 없을 것이다. 수학자들은, 이를 “국지적으로 2차원 평면”이라는 말로 표현한다. 이제 상황을 바꾸어, 먹음직스러운 도넛 위에 개미가 기어가고 있는 장면을 연상해 보자. 역시 개미에게는 2차원 평면으로 보일 것이고 큰 차이가 없다. 그러니까 풍선과 도넛은 국지적으로는 다를 게 없고, 수학자들의 표현으로는 둘 다 2차원 매너폴드(manifold)이다. 종잇조각 같은 2차원 매너폴드는 경계선이 있지만, 풍선이나 도넛은 경계가 없는 2차원 매너폴드이다. <br/>하지만 이 둘 사이에는 근본적인 차이가 있다. 풍선 표면에 동그란 루프를 그리면 조금씩 연속해서 점으로 오그라트릴 수 있다. 그 안에 있는 임의의 루프를 점으로 오그라트릴 수 있으면, 우리는 그 매너폴드가 단순연결(simply connected) 되었다고 한다. 하지만 도넛에는 점으로 오그라트릴 수 없는 루프를 적어도 두 가지 방법으로 그릴 수 있다. 끈을 도넛 구멍에 넣은 뒤에 묶어서 도넛을 매다는 장면을 연상하면 쉽다. 도넛의 구멍 둘레로 루프를 그리면 역시 문제의 루프가 나온다. 그러니까 풍선은 단순연결이고, 도넛은 단순연결이 아니다. 그렇다면 임의의 루프를 점으로 오그라트릴 수 있는 (경계선 없는) 2차원 매너폴드가 2차원 구 말고 또 있을까? 2차원 구를 눌러 변형한 걸 모두 2차원 구로 본다면(위상적으로 동형이니까), 이러한 ‘단순연결’ 2차원 매너폴드는 구밖에 없다는 게 답이다. 이는 그리 어렵지 않게 증명할 수 있다. 푸앵카레의 질문은 “그다음 차원에서는 어떤가”이다. 즉 “4차원에 놓여 있는 3차원 구도 이런 유일성을 갖는가”라는 질문인데, 불행하게도 4차원을 그림으로 그리기가 어려우니 쉽게 연상하기는 힘들다.<br/>오히려 3차원 구보다 더 높은 차원의 구는 이런 유일성을 갖는다는 게 일찍 증명되었다. 1961년에 미국 수학자 스메일은 5차원 이상의 구가 이런 성질을 갖는다는 것을 증명했는데, 이로 인해 1966년 필즈상을 받았으니 쉬운 증명이 아닌 것은 분명하다. 1982년 프리드먼이 4차원 구의 경우를 증명했고, 1986년 필즈상을 수상했다. 그러니 푸앵카레 추론은 많은 수학자를 괴롭히긴 했지만 필즈상을 3명이나 배출한 문제가 된 것이다.<br/>푸앵카레 추론과 관련한 3번째 필즈상은 러시아의 그리고리 페렐만에게 돌아갔다. 이거야말로 원래 푸앵카레가 알고 싶어 했던 3차원 구의 문제이니, 진정한 푸앵카레 추론의 해결사가 된 것이다. 그의 업적이 21세기 초의 최대 수학 업적이라는 것엔 수학계에 이견이 거의 없다.<br/>그런데 페렐만은 2006년에 그에게 수여되었던 필즈상을 거부하여 일대 파란을 일으켰다. 클레이 재단이 각 백만 달러를 내걸고 해답을 공모한 밀레니엄 문제 중 하나여서 백만 달러 수여가 결정됐지만, 페렐만은 이조차도 거절했다. 그래서 그에게 ‘은둔의 수학자’라는 별칭이 따라다닌다. 도대체 뭐가 문제일까? 자신의 천재성을 알아주는 데 인색했던 세상에 대한 불만 때문인가?<br/>그를 잘 아는 사람들은 그가 결코 모나지도 공격적이지도 않으며 예의 바르고 따뜻한 품성의 사람이라고 한다. 외부의 상이나 상금과 무관하게 자신의 지적 호기심으로 한 일이고, 그 문제를 푼 기쁨으로 충분히 보답받았다고 생각한다는 것이다.<br/>페렐만의 은둔생활과 기행을 거론하며, 수학자들은 외부와의 교류나 협력 없이 종이와 연필만 있으면 연구할 수 있는 것으로 생각하는 사람들도 있다. 하지만 푸앵카레 추론에 대한 그의 증명이 독방에서 이뤄진 깜짝 업적이 아니라는 것은 그의 연구 내용을 보면 분명해진다. 1982년 이후 미국 수학자 해밀턴은 리치 플로(Ricci Flow)의 개념을 도입하여 푸앵카레 추론의 특별한 경우들을 증명했는데, 난관에 봉착하며 일반적인 해결엔 다다르지 못했다. 하지만 그의 업적은 페렐만에게 결정적인 영향을 주었고, 페렐만은 미국 체류 기간에 해밀턴 앞에서 세미나 발표 등을 통하여 검증을 받고 싶어 했다. 불행하게도 해밀턴이나 다른 전문가들이 그의 업적을 인정하거나 큰 관심을 보이지 않은 듯하고, 페렐만이 마음의 상처를 받았던 건 사실인 모양이다. <br/>하지만, 페렐만의 주요 업적은 그가 관련 분야의 전문가들과 교류하고 영향을 받던 시절에 이루어진 것이다. 페렐만은 몇 년 동안의 미국 체류 기간에 여러 지역의 수학자들을 방문하고 본인의 아이디어를 발표했는데, 이때 생긴 인연으로 그의 업적을 깊이 있게 이해하게 된 컬럼비아대의 수학자 모르간은 난해한 그의 연구 결과를 해설하는 연설과 저서를 통해 그의 업적이 수학계의 검증을 통과하게 하는 데 결정적으로 기여했다. <br/>그래서 수학자들은 다른 이들의 생각과 그들이 만들어낸 돌파구에 끊임없이 관심을 갖는다. 자신 앞에 버티고 있는 장애물의 돌파는 바로 그런 생각의 교환에서 나온다고 믿기 때문이다.(문화일보 9월 9일자 24면 5회 참조)<br/>국가수리과학연구소장<br/>아주대 석좌교수

언론사: 문화일보-1-252.txt

제목: ‘황혼再婚’느는데… 자식들은 잇단 ‘무효訴’  
날짜: 20151002  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107204058345  
본문: 아버지 간병하던 새엄마 상대<br/>1·2심 모두 원고 패소 판결 <br/>사실혼 파기땐 재산 분할 가능 <br/>사망땐 유산 상속 권리 없어<br/>황혼 이혼·재혼이 증가하고 있는 가운데, 나이 든 부모의 재혼에 반대해 자식들이 혼인무효 소송을 내는 사례도 잇따르고 있는 것으로 나타났다. <br/>2년 전 세상을 떠난 A(사망 당시 68세) 씨는 생전에 20여 년간 결혼생활을 한 본처와 협의이혼하고 나서 B(55) 씨와 사귀다 4년 만에 동거를 시작해 11년간 사실혼 부부로 지냈다. A 씨는 숨지기 1년 전 암 판정을 받았고, B 씨는 A 씨의 병시중을 드는 등 간호를 하다 A 씨가 숨지기 3개월 전에 관할 구청에 혼인신고를 했다. 하지만 A 씨가 숨지자 전처 딸은 아버지와 B 씨의 혼인을 무효로 해달라는 소송을 제기했다. A 씨의 딸은 “B 씨가 일방적으로 혼인신고서를 작성해 제출한 것으로, 아버지의 진정한 혼인의사가 없었다”고 주장했다. 하지만 법원은 딸의 청구를 받아들이지 않았다. 항소심을 맡은 서울가정법원 가사2부(부장 배인구)는 1심과 마찬가지로 “<span class='quot0'>A 씨의 혼인의사가 없었음을 인정하기에는 부족하다</span>”고 판결했다고 2일 밝혔다.<br/>하지만 대다수의 경우 ‘황혼 결합’은 혼인신고 없이 사실혼 관계로 지내기 때문에 사실혼 배우자가 법적 보호를 받을 수 있는 경우는 많지 않다. 60대 여성 C 씨는 남편 사별 후 홀로 지내다 소개로 만난 D 씨와 20년간 사실혼 관계를 유지해 왔지만, 지난해 80대 후반이었던 D 씨가 사망한 후 D 씨의 자녀들로부터 ‘살고 있는 집에서 나가 달라’는 소장을 받게 됐다. C 씨는 D 씨가 운영하는 음식점에서 조리를 도맡아 왔으며, D 씨가 사망하기 5년 전 치매에 걸리자 간병도 해왔다. 하지만 C 씨는 사실혼 배우자라서 상속권이 없고 D 씨가 사망했기 때문에 재산분할도 청구할 수 없다. 현행법상 사실혼 관계 배우자는 사실혼 파기 시 재산분할을 청구할 수 있지만, 상대 배우자가 사망하면 유산을 상속받을 수 있는 권리가 없다. 2일 법조계에 따르면 이 때문에 사실혼 관계를 유지하며 함께 살던 배우자가 다른 한쪽의 사망을 앞두고 뒤늦게 혼인신고를 하는 경우가 빈번하다. 그러다 보니 고인의 상속 재산이 적지 않으면 자식들이 재혼 배우자를 상대로 혼인무효 소송을 내는 사례가 적지 않게 나타나고 있다. <br/>이런 법 제도로 인해 동거하던 사실혼 배우자가 사망하기 전에 재산을 확보하려고 건강한 배우자가 사실혼 파기 소송을 내는 경우도 적지 않은 것으로 알려졌다. 대법원은 이런 경우 재산분할 청구권을 인정한 바 있다. 2007년 3월 E 씨가 의식을 잃고 쓰러지자 사실혼 배우자 F 씨가 한 달 후 사실혼 파기를 이유로 한 재산분할을 청구하고 한 달 뒤 E 씨가 사망한 사건에서 대법원은 “<span class='quot1'>E 씨 생전에 F 씨의 의사 표시로 사실혼이 종료됐기 때문에 F 씨에겐 재산분할 청구권이 있다</span>”고 판단했다.<br/> 이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-253.txt

제목: <50代 리포트>진료 틈틈이 운동… ‘나만의 스트레스 해소법’ 찾아라  
날짜: 20151001  
기자: 박준우  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203951907  
본문: 술·담배·자극적 음식 피하고<br/>하루 1만2000보 이상 걷기도 <br/>건강검진 ‘맞춤형’으로 받아<br/>김경수(55) 서울성모병원 가정의학과 교수는 자투리 시간을 활용해 운동을 한다. 하루에 팔굽혀펴기 50회, 윗몸일으키기 50회, 레그레이즈(누워서 다리를 위로 차올리는 동작) 100회는 무슨 일이 있어도 채운다. 진료 중 쉬는 시간 등 틈나는 대로 운동한다. 평소 컴퓨터 앞에 앉아 업무를 보지만 다리는 무릎 운동을 위해 계속 움직인다. 김 교수는 “<span class='quot0'>운동하려고 해도 시간이 없는 경우가 대부분</span>”이라며 “<span class='quot0'>목표를 정해놓고 틈날 때마다 팔다리를 움직이면 체력도 보강되고 스트레스도 풀린다</span>”고 말했다. 김 교수는 “<span class='quot0'>스트레스는 50대 건강의 가장 위험한 적</span>”이라며 “<span class='quot0'>스트레스를 푸는 방법을 개인적으로 찾는 게 무엇보다 중요하다</span>”고 조언했다. 김 교수는 “<span class='quot0'>스트레스 해소를 위해선 운동과 음악감상, 대화 등 다양한 방법이 있다</span>”며 “<span class='quot0'>이 중 건강을 해치지 않는 방법을 찾아 꾸준히 스트레스를 풀어주는 것이 바람직하다</span>”고 덧붙였다. 운동의 효과인지 김 교수는 173㎝에 69㎏의 체형을 유지하고 있다.<br/>김 교수는 건강검진도 철저하게 자신의 체형에 맞춘다. 자신의 현재 몸 상태에 따라 맞춤형 건강검진을 받는 것. 김 교수는 위축성 위염이 있기 때문에 위내시경 검사는 한 해도 거르지 않는다. 혈액암 검사 등은 3~4년에 한 번씩 받는 편이다. 김 교수는 “<span class='quot0'>병원의 패키지형 검진은 편리하기는 하지만 가격 대비 효율성이 떨어지는 편</span>”이라며 “<span class='quot0'>자신의 병력과 가족력을 파악해 건강검진에 활용하는 것이 필요하다</span>”고 말했다.<br/>이제 막 50세가 된 조비룡 서울대병원 가정의학과 교수도 시간이 없기는 마찬가지. 조 교수는 그래서 되도록 많이 걸어 다니며 부족한 운동량을 채운다. 하루 최소 1만2000보 이상을 걷는다. 또한 술과 담배를 하지 않고 과식을 피하고 있다. 맵고 짠 음식은 멀리하고 담백한 먹거리 위주의 식단을 지킨다. 조 교수는 “<span class='quot1'>한국의 50대 사망 원인의 절반 이상은 암, 심장병, 중풍, 폐쇄성 폐 질환 등 4가지 질병</span>”이라며 “<span class='quot1'>실제 이로 인한 사망률은 계속 올라가고 있는 추세</span>”라고 지적했다. 조 교수는 “<span class='quot1'>병에 걸리는 원인은 비만과 음주, 흡연, 운동 부족</span>”이라며 “<span class='quot1'>개인적으로 꾸준한 운동과 관리가 필요하겠지만 금연·금주 등에 도움을 줄 수 있는 정책적 지원도 필요하다</span>”고 말했다.<br/>박준우 기자 jwrepublic@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-254.txt

제목: <50代 리포트>“함께 살면 서로 불편”… 따로 모시고 자주 뵙는걸로 타협  
날짜: 20150930  
기자: 김영주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203918396  
본문: 실버아파트 모신 A씨<br/>“<span class='quot0'>모시지 못해 죄책감 들지만 주 1·2회 찾아뵙는 게 최선 어르신들과 잘 어울려 다행</span>” <br/>경제적 여유 없는 B씨 <br/>“<span class='quot0'>요양원 보내드릴 형편 안돼 老母 홀로 ‘치매 부친’ 돌봐</span>” 봉양 싸고 형제간 갈등까지 <br/>“모셔야”→“사회부조로”변화 ‘봉양 ’이 상속 기준 되기도<br/>“당연히 자식이 부모를 모셔야 한다는 책임감이 있지만, 아들 내외와 생활하신다고 부모님이 행복하실지 확신이 안 듭니다. <br/>노인복지아파트에 입주하셔서 새로 만난 친구분들과 잘 지내고 계시는 부모님이 자식들한테나 본인에게나 행복인 것 같네요.”<br/>2009년 평생 일한 직장을 퇴직한 뒤 제2의 취업에 성공한 A(58) 씨는 2년 전 80세가 넘어 거동이 불편한 아버지를 서울 시내 한 노인복지아파트에 입주시켰다. <br/>어머니가 5년 전 세상을 떠난 뒤 아버지의 건강은 급속히 나빠졌다. <br/>처음엔 장남으로서 홀로 된 아버지를 모시는 게 당연하다고 생각했다. <br/>부인에게 이야기를 꺼내자 표정이 밝지 않았다. <br/>그런 데다 아버지 역시 자식, 손자와 동거하면 불편하고 심심할 것 같다는 의사를 나타냈다. <br/>평생 떨어져 살았는데 갑자기 같이 살면 불편한 점이 이만저만이 아닐 것이고, 자식 내외에게 부담 주면서 사는 것보다는 또래가 많은 곳에 가서 즐거운 말년을 보내고 싶다는 것이었다. <br/>A 씨는 “다들 말로는 부모를 잘 모셔야 한다고 하지만, 실제로 쉽지 않은 문제”라며 “1주일에 한두 번 노인복지아파트에 계신 아버님을 찾아뵙는 걸로 자식 도리를 다하는데 죄책감도 들지만, 이게 최선이라는 생각이 든다”고 말했다. <br/>다행히 노인복지아파트에는 아버지와 비슷한 연배의 어르신이 많고, 각종 운동과 취미생활을 즐길 수 있는 시설도 잘 갖춰져 있다. 의료시설이나 식단도 고령자에게 적절한 프로그램으로 짜여 있다. 노인복지아파트 전세보증금 4억 원이 적은 액수는 아니지만, 현명한 선택이었다고 느낀다. <br/>우리 사회 50대는 나이 든 부모를 자식이 당연히 모셔야 한다는 전통적인 사고와, 노인 부양은 사회적 부조로 해결해야 한다는 새로운 가치관 사이에서 혼란을 겪고 있다. A 씨와 같이 경제적인 여유가 있어 노인복지아파트 등 환경이 비교적 양호한 시설에 부모를 모실 수 있다면 상황이 나은 편이다. 적지 않은 50대가 배우자와 자식과의 관계, 경제적 형편 등으로 나이 든 부모를 봉양하는 데 심리적 부담을 안고 있다. <br/>B(56) 씨는 “자식 둘을 키우느라 사교육비를 많이 지출했고, 지금도 자식들의 대학 등록금이 부담”이라며 “치매에 걸린 아버지를 어머니 혼자 모시는 게 힘들어서 남동생 여동생과 이야기를 나눠 봤지만, 몇 시간을 얘기해도 결론이 나지 않았다”고 말했다. 전업주부인 여동생은 “당연히 장남이 모셔야 한다”며 B 씨에게 책임을 미뤘다. 다들 살기가 빠듯한 마당에 한 달에 200만~300만 원씩 모아 요양원에 맡길 형편이 못 되고, 노모도 “그럴 바에야 내가 돌보겠다”고 말했다. 결국 뚜렷한 해결책 없이 어머니가 아버지를 돌보고 있다. <br/>대한민국 50대에게 부모 봉양은 부부갈등의 원인이 되기도 한다. C(52) 씨는 모진 시집살이를 견디며 고된 농사일로 자신을 대학 공부시킨 노모에 대해 애틋함이 지극하다. 이에 따라 부인이 어머니에게 자식처럼 효도하길 원했다. 하지만 시골 생활을 정리하고 아들 내외와 함께 산 지 2년 만에 노모는 홀로 살겠다고 선언했다. 성격 차이가 컸던 시어머니와 며느리는 2년 동안 극심한 갈등을 겪었다. 이는 C 씨와 부인의 관계에 금이 가게 했다. C 씨는 “어머니를 행복하게 해드리지 못한다는 생각에 아내를 원망한 적도 있지만, 효도가 강요해서 될 일은 아니었다”고 말했다. <br/>우리 사회에서 부모 봉양은 상속의 조건으로 여겨지기도 했다. 하지만 이처럼 개인이 부모를 봉양하는 문화가 점차 쇠퇴하는 가운데 상속재산분쟁 해결을 위해 소송을 택하는 사람들이 해마다 늘어나고 있다. <br/>서울가정법원에 따르면 상속재산분할 사건 접수 건수가 2011년 154건에서 2012년 183건, 2013년 200건, 2014년 266건 등 매년 증가세를 보이고 있다. 올 상반기에만 176건에 달해 이 같은 추세라면 4년 전에 비해 두 배가 넘는 규모로 늘어나게 된다. 법조계의 한 인사는 “<span class='quot1'>과거에는 혈연의 가치를 중시했다면 요즘엔 자신의 이익을 우선하는 경향이 강한 것이 주요 원인으로 보인다</span>”고 말했다.<br/>2013년 땅과 건물 등 13억 원의 부동산을 남기고 아버지가 숨지면서 어머니와 자녀들 사이에 다툼이 벌어졌다. 세 자녀 중 법정상속비율이 부당하다고 생각한 D 씨는 “2008년부터 부모를 모셨고, 2010년부터 암에 걸린 아버지를 간호했다”며 자신의 기여분 30%를 제외한 나머지를 나눠야 한다고 소송을 냈다. 이에 맞서 어머니는 1950년 결혼 이후 5년 이상 시부모를 모시고 남편 소유 재산 형성에 대부분 기여했다고 주장했다. 서울가정법원은 아버지를 특별히 부양하거나 재산 형성에 기여했다고 볼 만한 증거가 없는 D 씨의 청구는 받아들이지 않고, 어머니의 손을 들어줘 기여분 20%를 인정했다.<br/> 김영주·김동하 기자 everywhere@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-255.txt

제목: 5명중 1명은 심·뇌혈관질환死 … 年진료비 癌보다 많다  
날짜: 20150930  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203928458  
본문: 사회경제적 비용부담 크지만<br/>흡연·음주 등 생활습관‘위험’<br/>국내 사망자 가운데 5명 중 1명은 심장과 뇌혈관 질환으로 인한 심·뇌혈관질환 사망자이지만, 암 같은 다른 질병에 비해 심각성이 과소평가되는 것으로 나타났다. 질병관리본부는 ‘세계 심장의 날’(9월 20일)을 맞아 30일 국내 심·뇌혈관질환으로 인한 사망자를 분석한 결과 2013년 기준 전체 사망자의 20%나 되는 5만803명에 달한다고 밝혔다. <br/>심·뇌혈관질환 등 순환기계 질환(심장, 뇌혈관, 고혈압성 질환)의 연간 진료비도 6조1000억 원으로 암 진료비(4조1000억 원)보다 많은 등 사회경제적 부담이 크다. 그러나 한국인의 생활습관을 분석해보면 심·뇌혈관질환에 대한 경각심은 크지 않다. 현재 흡연율은 20% 중반대에서 개선되지 않고 있으며, 성인 남성의 경우 여전히 40%를 넘는다. 또 고위험 음주율(1회 평균 음주랑 7잔 이상(여성 5잔 이상)이며 주 2회 음주하는 분율) 역시 10% 초반에서 한 자릿수로 내려오지 않고 있다. 중등도(하루 30분·주 5회 이상 숨이 약간 찰 정도의 운동) 이상 신체활동 실천율은 2007년 54.7%에서 2013년 47.2%로 오히려 7.5%포인트 떨어졌다. <br/>또 심·뇌혈관질환 중 심근경색은 증상 발현 후 2시간 이내, 뇌졸중은 3시간 이내에 치료를 받아야 하지만 이조차도 지켜지지 않고 있다. 2012년 기준 증상 발현 후 병원 도착까지 평균 소요 시간은 심근경색 2시간 20분, 뇌졸중 3시간 24분으로 ‘골든타임’을 초과했다. 질병관리본부는 이날 ‘심·뇌혈관질환 예방과 관리를 위한 9대 생활 수칙’을 공개해 금연과 절주, 충분한 운동, 정기적 혈압 관리 등을 권고했다. <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-256.txt

제목: FIFA 차기회장 선거 새국면… 플라티니 입후보조차 못할수도  
날짜: 20150930  
기자: 박준우  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203904102  
본문: “블라터가 24억원 줬다”<br/>플라티니 “정당한 급여” <br/>9년지나 받은것 해명못해 <br/>檢 “진실위해 모든 조치” <br/>UEFA 본부 수사할수도 <br/>FIFA 윤리위 조사 가능성 <br/>독일 축구협회 성명 발표 <br/>“의혹 신속하게 설명하라”<br/>국제축구연맹(FIFA) 비리 수사가 FIFA 최고위층으로 확대되고 있다. 제프 블라터 회장과 제롬 발케 사무총장에 이어 유력한 차기 회장 후보 미셸 플라티니 유럽축구연맹(UEFA) 회장까지 ‘입체적’으로 수사를 받고 있다. 이에 따라 FIFA 비리 수사 속도는 더욱 빨라질 것으로 예상된다.<br/>29일 영국의 BBC에 따르면 미하엘 라우버 스위스 검찰총장은 “<span class='quot0'>플라티니 회장은 <span class='quot0'>피의자와 참고인 사이의 신분</span></span>”이라고 밝혔다. <br/>플라티니 회장은 앞서 블라터 FIFA 회장으로부터 200만 스위스프랑(약 24억 원)을 받은 혐의로 스위스 검찰의 조사를 받았다. <br/>현지 외신들에 따르면 블라터 회장은 2011년 2월 플라티니 회장에게 200만 스위스프랑을 준 것으로 알려졌다. <br/>거액의 거래는 FIFA 비리의 몸통이란 의혹을 받아온 블라터 회장, 유럽을 지지 기반으로 삼는 유력한 차기 FIFA 회장 후보 플라티니 회장에게 치명타가 될 수도 있다. 스위스 검찰은 지난 24일엔 FIFA 2인자인 발케 사무총장의 이메일 내역 공개를 요구하며 발케 사무총장과 블라터 회장을 압박했다.<br/>스위스 사법당국은 25일 “관리부실과 배임 등의 혐의로 블라터 회장 수사에 착수했다”고 밝혔다. <br/>스위스 언론에 따르면 연방검찰 수사관들이 블라터 회장을 피의자 신분으로 대면 수사했으며, 플라티니 회장도 조사했다. <br/>블라터 회장은 스위스 연방 형법 158조의 배임, 형법 138조의 횡령 등을 위반한 혐의를 받고 있다. 또 잭 워너 전 FIFA 부회장에게 2010남아프리카공화국, 2014브라질월드컵의 방송 중계권을 헐값에 넘겨 결과적으로 FIFA의 이익에 반하는 행동을 한 혐의도 받고 있다.<br/>블라터 회장도, 플라티니 회장도 일단 혐의를 부인하고 있다. 블라터 회장은 “<span class='quot1'>플라티니 회장에게 지급한 돈은 고용관계에 따른 근거 있는 보상</span>”이라고 밝혔다. <br/>FIFA는 “<span class='quot2'>플라티니가 1988년부터 FIFA 회장 고문 역할을 하면서 FIFA와 고용관계에 있었다</span>”고 주장하고 있다. 플라티니 회장은 “<span class='quot3'>1999년 1월부터 2002년 6월까지 FIFA와 계약을 맺고 일한 대가를 2011년 2월에 지급받은 것</span>”이라고 해명했다. <br/>스위스 검찰은 그러나 2002년 6월까지의 ‘급여’가 9년이나 2011년에 지급됐던 것에 주목하고 있는 것으로 전해졌다. <br/>게다가 플라티니 회장은 블라터 회장의 측근이었다. 플라티니 회장이 FIFA 집행위원(2002년), FIFA 기술발전위원장(2006년) 등 요직을 두루 거친 건 블라터 회장의 비호 덕분이란 평가다. 2007년 UEFA 회장 선거에선 블라터 회장의 지지를 받았다. 스위스 검찰이 블라터 회장과 플라티니 회장에게 화살을 겨누는 이유다.<br/>라우버 검찰총장의 “<span class='quot0'>피의자와 참고인 사이의 신분</span>”이란 발언은 플라티니 회장이 정식 수사 대상이 될 수 있다는 의미다. 라우버 회장은 또 스위스 니옹에 있는 UEFA 본부 수사 가능성도 언급하면서 플라티니 회장을 압박했다.<br/>BBC는 스위스 검찰의 수사와는 별개로 “<span class='quot4'>FIFA 윤리위원회가 블라터 회장과 플라티니 회장을 조사할 수도 있다</span>”고 보도했다. 플라티니 회장이 윤리위의 징계를 받을 경우 차기 회장 후보 자격에 대한 논란이 불거질 전망이다. 차기 회장 선거는 내년 2월 26일 치러진다.<br/>국제 축구계, 외신들은 블라터 회장과 플라티니 회장에 대한 비판의 목소리를 높이고 있다. <br/>독일축구협회는 성명을 통해 “<span class='quot5'>의혹에 대한 일관되고 신속한 설명을 요구한다</span>”고 강조했다. <br/>스위스 언론 슈바이츠 암 존탁은 “블라터 회장과 플라티니 회장이 윤리위에 회부돼 조사를 받을 수 있다”며 “FIFA 회장 선거 후보자의 자격을 윤리위가 판단하기 때문에 플라티니 회장의 비리 혐의가 밝혀질 경우 입후보가 불가능할 수 있다”고 전했다. <br/>AP통신은 “<span class='quot6'>스위스 검찰과 FIFA 윤리위에서 플라티니의 설명을 수용할 경우 그는 FIFA 회장 선거에 나설 수 있겠지만 후보 신청 마감일(오는 10월 26일)까지 남은 한 달 사이에 또 다른 새로운 주장이 제기될 수도 있다</span>”고 전망했다. <br/>박준우 기자 jwrepublic@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-257.txt

제목: <인터넷 유머>속담의 현대적 재해석  
날짜: 20150925  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203856893  
본문: 1. 암탉이 울면 집안이 망한다.<br/>암탉은 알이나 낳고 울지,수탉이 울면 날만 새더라.<br/>2. 가는 말이 고와야 오는 말이 곱다.<br/>지금은 목소리 큰 놈이 이긴다고, 가는 말이 거칠어야 오는 말이 부드럽다오.<br/>3. 도둑 보고 개 짖는다.<br/>모두가 도둑놈, 주인까지도 도둑인데 밤낮 짖기만 하나?<br/>4. 돌다리도 두드려 보고 건너라.<br/>성수대교, 두드리지 않아서 무너졌나?<br/>5. 윗물이 맑아야 아랫물이 맑다.<br/>윗물은 흐려도 여과되어 내려오니 맑기만 하더라.<br/>6. 서당 개 3년에 풍월을 읊는다.<br/>식당 개도 3년이면 라면을 끓인답디다.<br/>7. 개천에서 용 난다.<br/>개천이 오염되어 용은커녕 미꾸라지도 안 난다오.<br/>8. 처녀가 애를 낳아도 할 말이 있다.<br/>처녀가 애 낳았다고 벙어리 되나?<br/>9. 젊어서 고생은 금을 주고도 못 산다.<br/>젊어서 고생은 늙어서 신경통 온답디다.<br/>10. 굶어 보아야 세상을 안다.<br/>굶어보니 세상은커녕 하늘만 노랗더라.<br/>11. 콩으로 메주를 쑨대도 곧이 안 듣는다.<br/>요즘 사람 메주를 쒀봤어야 콩인지 팥인지 알지.<br/>12. 하늘이 무너져도 솟아날 구멍이 있다.<br/>하늘까지도 부실공사를 했나? 무너지게.<br/>13. 떡본 김에 제사 지낸다.<br/>옛날 사람은 떡만 가지고 제사 지냈나?<br/>14. 눈 먼 놈이 앞장 선다.<br/>보이지 않으니, 앞인지 뒤인지 알 수가 있나?

언론사: 문화일보-1-258.txt

제목: <우리 말글 이야기>바짓단은 늘이고, 수명은 늘리고!  
날짜: 20150925  
기자: 김정희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203806849  
본문: 셀카봉을 1.3m까지 늘리고 시계의 실행버튼만 누르면 흔들리지 않고 사진이 잘 찍혔다.<br/>쌓인 피로를 풀기 위해 수면 시간도 늘이고 운동도 시작했다.<br/>남자아이들이 폭풍 성장하는 중학교 시절엔 금세 교복 바지가 깡총해져서 폼이 안 나게 됩니다. 이때 비싼 교복을 새로 구입하긴 부담스러우니 넉넉하게 접어둔 바짓단을 수선하게 되는데요. 이처럼 본래의 것보다 물리적으로 길이를 길게 할 때 ‘늘이다’를 쓸 수 있어요. 따라서 첫째 인용문의 ‘늘리고’는 ‘늘이고’로 고쳐야 합니다. <br/>반면 둘째 인용문의 ‘늘이고’는 ‘늘리고’로 써야 하는데요. 헷갈리기 쉬운 부분이 바로 시간이나 기간과 관련한 것입니다. ‘늘리다’는 물체의 넓이, 부피 따위를 커지게 하다, 수나 분량 따위가 본디보다 많아지게 하다, 힘이나 기운, 세력 따위가 이전보다 큰 상태가 되게 하다, 재주나 능력 따위가 나아지게 하다, 살림이 넉넉해지게 하다, 시간이 길어지게 하다 등 다양한 뜻이 있어요. 그러니 수면 시간은 늘이는 게 아니라 늘려야 하지요.<br/>‘늘리다’는 체급을 올리려면 몸무게를 늘려야 한다, 평균수명을 늘리기 위한 프로젝트, 시험시간을 30분 늘렸다, 실력을 늘려서 다시 도전할 계획이다, 살림을 늘려 부모님 집을 사드렸다, 새로운 공법으로 유통기한을 늘렸다 등 ‘늘이다’에 비해 쓰임이 훨씬 많습니다. <br/>셀카봉의 등장으로 타인의 도움 없이도 동행한 사람끼리 다 함께 사진 찍는 게 가능해졌습니다. 게다가 항암치료의 패러다임을 바꾼 면역세포치료제의 등장으로 암환자의 생존 기간을 늘릴 수 있게 돼 세상은 유용한 소품부터 평균수명을 늘리는 기술까지 발전을 거듭하고 있습니다.<br/>김정희 교열팀장 kjh214@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-259.txt

제목: ‘가짜 수컷+암컷=100% 암컷’…넙치 전성시대 온다  
날짜: 20150917  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203406686  
본문: “<span class='quot0'>유전자조작 아니라서 회맛 똑같죠</span>”… “양식어민 소득증대 기대”<br/> “<span class='quot0'>1년 뒤부터는 가장 인기 있는 생선 횟감인 넙치의 가격이 싸지고, 양식어민들도 소득 증대가 기대됩니다.</span>”<br/>국립수산과학원 생명공학과 연구팀이 최근 ‘국민 횟감’인 넙치의 암컷만 생산하는 기술을 세계 최초로 개발했다. 이 연구를 주도한 김우진(50·사진) 박사는 17일 문화일보와의 인터뷰에서 “<span class='quot1'>넙치 암컷은 수컷보다 성장이 2배 이상 빨라 일정 상품 크기로 키우는 데 드는 생산비용을 줄일 수 있어 지난 2009년부터 암컷만을 생산하는 연구에 주력해 왔다</span>”고 개발 동기를 밝혔다. 김 박사는 “<span class='quot2'>넙치도 유전적으로 암·수컷이 따로 있지만 넙치는 태어난 지 60일이 지나 성분화 시기(크기 3㎝)에 수온이 높으면 유전적으로는 암컷이 생리적으로는 수컷인 ‘가짜 수컷’으로 변하기도 한다</span>”고 말했다. <br/>따라서 이 가짜 수컷은 암컷 인자만 있는 정자를 만들어 암컷과 교배를 시키면 새끼는 100% 암컷만 나오게 된다. 이를 위해서는 일단 성분화 시기 이전 초기에 암컷과 수컷을 판별해 내는 기술이 가장 중요하다고 그는 설명했다. 그래야 암컷을 수온변화 등에 따라 가짜 수컷으로 키울 수 있기 때문이다. 김 박사팀은 암수 판별기술인 ‘넙치 성감별 DNA 분석법’을 세계 처음으로 개발해 국내 특허 등록을 했고, 국제특허도 출원했다. <br/>김 박사가 이 가짜 수컷을 교배시켜 생산한 암컷 종자들은 현재 140여 일이 넘게 자라 몸길이 20㎝ 정도로 1년이 지나면 성어로 성장하게 된다. 그는 “1년가량 양식한 수컷의 평균 무게는 510g이지만 암컷은 1kg으로 바로 출하할 수 있고, 2kg 이상의 대형으로 키우는 데는 암컷의 성장 속도가 2. 5배까지 빨라 대량 생산이 가능해질 것”이라고 말했다. 또 “이 같은 기법은 자연상태에서도 발생하는 성전환 시기를 적절히 활용한 것으로 인위적 유전자 조작, 변이 등이 아니기 때문에 일반 양식 넙치와 똑같이 상품성이 뛰어나다”고 설명했다. <br/>부산=김기현 기자 ant735@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-260.txt

제목: 가족력 20~30대 당뇨·고지혈증 꼭 체크를… 정상B 판정은 예방조치 필요한 ‘경계 수치’  
날짜: 20150915  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203304528  
본문: - ‘건강검진’ 바로알기<br/>최근 건강검진 수요가 급증하면서 올바른 건강검진의 중요성도 덩달아 높아지고 있다. 연말연시를 맞아 건강한 새해를 준비하기 위해 건강검진을 선택하는 사람도 많은 데다, 특히 지난 5월부터 7월까지 국내를 뒤흔든 메르스(중동호흡기증후군) 사태로 인해 의료기관 방문을 꺼리던 건강검진 수검자들이 하반기에 몰리면서 각 병의원의 건강검진센터가 인산인해를 이루고 있다. 국가건강검진을 수행하는 건강보험공단은 메르스가 없더라도 연말에는 평소보다 수검자가 20% 정도 몰려 불편이 반복된다며, 되도록 상반기에 미리미리 검진을 받을 것을 조언하고 있을 정도다. 바쁜 시기 건강검진을 제대로 받기 위해서는 정확한 정보를 알아두는 것은 필수다.<br/>◇자신에 맞는 건강검진 찾아야 = 먼저 건강보험공단이 실시하는 국가건강검진은 우리나라 국민이라면 누구나 받아야 할 혜택인 만큼 놓치지 말자. 건강보험 직장가입자의 경우 사무직은 2년마다 1회, 비사무직은 매년 혈액검사 등 22개 항목에 대한 일반건강검진을 받을 수 있다. 지역가입자도 세대주는 만 18세 이상부터 격년 단위로, 세대원과 피부양자는 만 40세 이상부터 격년으로 받을 수 있다. 또 직장, 지역가입자 구분 없이 일정 나이가 되면 암 검진 등을 받을 수 있다. 다만, 정해진 기간 내에 국가건강검진을 받지 않으면 과태료도 부과되니 주의하자. 불가피하게 올해 받아야 할 국가건강검진을 놓쳤더라도 한 번 더 기회가 있다. 건강보험공단은 메르스 사태로 인한 연말검진 집중에 따른 불편을 해소하기 위해 올해 검진대상자 중 검진을 받지 못한 경우 내년까지 추가검진을 시행한다. 내년 1월 2일부터 3월 말까지 건강보험공단에 전화(1577-1000) 또는 방문해 신청하면 된다. 추가검진은 내년 말까지 신청자가 원하는 시기에 가능하다. <br/>다만, 건강검진을 받는다고 우리 몸의 모든 질환을 찾아낼 수는 없다. 대부분의 종합검진은 암, 고혈압, 당뇨병, 위장, 심장질환 등 주요 질환 검사에 치중하기 때문에 개개인의 모든 질환을 알아내기에는 한계가 있다. 특히 발병 속도가 빠르고 찾기 힘든 폐암, 난소암 등은 종합검진을 받더라도 자칫 증상이 없다고 생각해 조기발견을 놓치는 경우도 있다. 이 때문에 평소 흡연 여부·가족력 등 개인별 특이점을 미리 점검하는 것이 중요하다. <br/>예를 들어 가족이나 친척 중 심근경색 같은 심장질환이 있었다면 심장 정밀검사를 권한다. 복부비만이 있다면 심근경색, 협심증 같은 심장질환과 함께 지방간이나 고혈압, 당뇨 등의 정밀검사가 필요하다. 20∼30대 젊은이들은 스스로 건강하다는 생각에 검진에 소홀할 수 있다. 그러나 가족 중에 암 환자가 있는 경우 이른 나이부터 건강검진을 받는 것이 좋다. <br/>20∼30대는 노후에 나타날 수 있는 심장질환이나 뇌졸중 등의 발생 가능성을 높이는 고혈압·당뇨·고지혈증 등과 같은 만성질환의 발견에 중점을 둬야 한다. 직장생활로 인한 스트레스, 술자리가 잦은 30대는 위내시경과 복부 초음파를 받아보는 것도 나쁘지 않다.<br/>◇검진결과표 제대로 보기 = 건강검진 결과지는 꼼꼼히 살펴보고 실행에 옮겨야 한다. 건강검진표의 맨 앞장에는 ‘정상A’ ‘정상B’ ‘일반질환 의심’ ‘고혈압 또는 당뇨병 질환 의심(2차 검진 대상)’ ‘유질환자’로 분류가 돼 있고 수진자의 종합 소견에 ‘V’ 표시로 체크된다. 정상B는 경계 수치로 식생활습관, 환경 개선 등 자기관리 및 예방조치가 필요한 사람이다. 일반 질환 의심은 질환으로 발전할 가능성이 있어 추적검사나 의사를 통한 진단과 치료가 필요한 사람이며, 2차 검진 대상은 고혈압·당뇨병이 의심돼 치료와 관리가 필요한 사람, 유질환자는 이미 진단된 질환으로 현재 약물치료를 받고 있는 사람을 뜻한다.<br/>판정란 밑으로는 ‘바로 조치’가 필요한 부분과 ‘적극적인 관리’가 필요한 부분으로 나누어져 검진자가 가지고 있는 이상 소견과 그에 따라서 해야 할 일들이 적혀 있다. 바로 조치 부분에는 일반질환 의심 소견들과 고혈압 또는 당뇨병 질환 의심 소견, 유질환 소견 등의 문제가 될 수 있는 소견들이 기록돼 있기 때문에 주의 깊게 보고 의사와 상의하거나 적혀 있는 권고들을 따르는 것이 필요하다. 적극적 관리 부분에는 정상B에 해당하는 것들이 주로 기록돼 있으므로 권고들에 따라 식생활 습관을 관리하자.<br/>그 다음 장에는 고혈압, 혈당, 비만, 신 질환 검사 등 각 검사항목이 막대그래프로 표시돼 있다. 그래프가 오른쪽에 있을수록 정상에서 많이 벗어난 것으로 보면 된다. 특히 주의해서 봐야 할 항목은 대사증후군에 관련된 요인이다. 대사증후군은 복부비만(허리둘레 남자 90㎝ 이상, 여자 85㎝ 이상), 높은 혈압(수축기 130, 이완기 85㎜Hg 이상), 높은 혈당(100㎎ 이상), 높은 중성지방(150㎎/㎗ 이상), 낮은 HDL 콜레스테롤(남자 40㎎/㎗ 미만, 여자 50㎎/㎗ 미만) 중 세 가지 이상을 가지고 있는 것을 말한다. 김어진 가톨릭대 대전성모병원 건강검진센터 소장은 “<span class='quot0'>대사증후군인 사람은 당뇨병, 심혈관계질환(협심증, 심근경색), 뇌졸중, 고혈압, 암 등의 질병으로 발전할 가능성이 높아 꾸준한 관리가 중요하다</span>”고 조언했다.<br/>건강검진표에 ‘정상’이라고 나왔더라도 관리는 필요하다. 정상은 의학적으로 건강한 사람(큰 질환이 없고 술·담배를 거의 안 한 정상인)의 측정치로부터 가장 높은 쪽과 가장 낮은 쪽의 2.5%를 제외한 95%를 말하는 것으로 절대적이지 않기 때문이다. 김정숙 이대목동병원 건강증진센터 센터장은 “<span class='quot1'>암 검진 등을 받았는데 이상이 없다고 해서 술·담배 등 좋지 않은 습관을 지속하다가 건강검진에서 미처 발견하지 못한 암이 악화되는 경우도 있다</span>”며 “<span class='quot1'>정상이지만 수치가 높게 나왔다면, 평소 본인의 식습관·운동·수면·스트레스 등을 점검하는 등 건강습관을 돌아보는 계기로 삼아야 한다</span>”고 말했다. <br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-261.txt

제목: 표적 항암제 병용투여땐 생존 연장… 삶의 질 위해 적극적으로 치료해야  
날짜: 20150915  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203304137  
본문: 흔히 드라마의 배역이 암 환자로 설정되는 경우, 극적인 효과를 위해 부작용을 과장해 표현하는 경우가 많다. 드라마에 자주 등장하는 백혈병의 항암 치료가 대표적이다. 문제는 모든 암 치료가 심각한 부작용을 초래하는 것이 아님에도 불구하고 암 환자들은 브라운관을 통한 경험에서 비롯된 막연한 두려움으로 인해 치료를 거부하거나 주저하는 경우가 많다는 것이다. 의료진은 환자의 병기, 상황 등을 고려한 치료제를 선택해 부작용을 최소화하는 치료를 제안하지만, 환자가 마음의 안정을 되찾기란 쉽지 않은 과정이다.<br/>암 중에서도 재발과 전이가 잦은 유방암의 경우, 유병기간이 길어 평생 관리를 요하기 때문에 항암 치료에 대한 환자들의 부담이 더욱 크다. 하지만 최근 조기 진단율이 증가하고, 항암 화학요법·호르몬치료법·표적치료법 등 다양한 치료제가 개발되면서 유방암은 치료 가능한 질환으로 인식이 전환되고 있다. 그뿐만 아니라 환자들의 질환 유형·상태 등을 고려해 개개인에 맞는 최적의 치료 대안을 제시할 수 있게 됐다.<br/>전이성 유방암에 대한 중심적인 치료는 여전히 항암 화학요법이다. 그간 항암 화학요법은 암 치료의 가장 기본적이자 중요한 치료법임에도 불구하고 표적항암제 등 최신 치료제들에 가려 그 역할이 주목받지 못했다. 하지만 표적항암제나 바이오마커를 활용한 맞춤 치료 등은 특정 유전자나 생체 지표를 가진 환자에게 제한적으로 사용이 가능하고 내성 등의 한계점이 존재해 단독 투여로 완치에 이르기는 어렵다고 평가받고 있다. 전통적인 항암 화학요법과 표적항암제를 병용 투여하는 요법이 하나의 표준 치료로 자리 잡는 등 항암 화학요법은 항암 치료에서 여전히 중요한 의미를 지닌다.<br/>다만 항암 화학요법으로 인한 선입견이 여전히 문제다. 환자들이 지레 겁을 먹다 보니 항암 화학요법으로 치료를 받으면 오히려 상태가 악화될 것이라고 오해하기도 한다. 하지만 이는 암 자체가 삶의 질에 영향을 끼친다는 부분을 간과하는 데서 기인하는 것으로, 암을 잘 치료하면 삶의 질은 개선될 수 있다는 점을 고려해야 한다.<br/>전이성 유방암은 일종의 만성병으로 인지해야 하며 그 치료 목표를 ‘생존기간 연장’에 두고 향상된 삶의 질을 추구할 수 있도록 적극적으로 치료하는 것이 의료진이 추구하는 바다. 항암 화학요법도 입증된 치료제를 통해 증상, 질병의 진행 속도, 환자 병력을 고려하면서 적절한 시기에 치료를 순차적으로 잘 진행하면 생존기간 연장과 더불어 삶의 질 향상도 가능하다. 생존기간 연장과 같은 치료 효과를 높이면서도 부작용은 줄인 할라벤(성분명 에리불린 메실산염) 등의 최신 치료제가 전이성 유방암 치료에 새로운 대안으로 자리 잡고 있는 이유다.<br/>유방암 전이나 재발 후의 생존기간이 기존 6개월에서 1년 정도에 불과했던 데 반해, 지금은 전체 전이성 유방암의 생존기간이 2∼3년 정도로 향상됐다. 또 항구역(抗嘔逆)제, 백혈구촉진제 등 보조 요법제가 개발되면서 증상 조절이 가능해져 환자들이 사회생활을 영위하면서 치료를 받는 등 치료 환경은 지속적으로 개선되고 있다. 암 치료에 대한 오해로 거부감을 갖는 것을 막기 위해서는 ‘의료진과 환자의 대화’가 무엇보다 중요하다. 담당 의료진과 충분한 상담을 통해 암 환자 자신에게 가장 적합한 치료법을 찾아 치료를 하면서 상태가 개선됐는지 논의하는 자세를 가져야 할 것이다.<br/> 문병인 이화여대 여성암병원 유방암센터 교수

언론사: 문화일보-1-262.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>60세 환자의 지루증세  
날짜: 20150914  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107203210786  
본문: 60세의 K 씨가 클리닉을 방문했다. 건장한 체격인 그는 부끄러워하며 “성관계를 할 때 사정이 잘 안 된다”고 하소연을 했다. 지루 증세가 나타난 것이다.<br/>“발기는 됩니까? 관계를 하는 데는 지장은 없고요?”<br/>“<span class='quot0'>네, 1시간 넘게 관계를 해도 사정이 안 됩니다.</span>”<br/>“그래요? 이 연세가 되면 남들은 너무 빨라서 문제인데 나름은 즐거운 고민이네요. 부인은 좋아하시겠는데요?”<br/>“<span class='quot0'>글쎄요, 너무 지친다고 별로 좋아하지도 않아요.</span>”<br/>“언제부터 그러셨나요?”<br/>“<span class='quot0'>최근 6개월 전부터 그랬습니다.</span>”<br/>K 씨는 “자위행위를 할 때는 사정이 된다”고 말했다. 성관계를 한 뒤에도 나중에 혼자 자위를 해서 마무리를 한다고 했다. 좀 이해하기 곤란한 사례다.<br/>“부인과 크게 싸우셨나요? 아니면 갈등이라도?”<br/>“<span class='quot0'>집사람과는 그런 갈등이 별로 없습니다.</span>”<br/>“흠, 그럼 건강에 이상은 없나요? 혹시 수술받은 병력이나 먹는 약이라도 있습니까?”<br/>“<span class='quot0'>수술받은 적은 없고 고혈압, 전립선비대증, 위궤양 때문에 약을 몇 개 먹고 있어요.</span>”<br/>우선 K 씨에 대해 기본 검사를 실시했다. 전립선은 28g으로 약간 커져 있고, 음경 귀두 감각도는 6∼8μ(마이크론)으로 예민한 상태다. 발기 설문 검사에서는 15점으로 발기력이 조금 약한 편이었다. 혈액 검사 결과, 신장 기능은 정상 범위였지만 유리 남성호르몬 수치가 낮았다. 종합적으로 봤을 때 건강에는 큰 문제가 없었다. <br/>사정 기능에는 전립선이 중요한 역할을 하는 장기다. 정낭과 전립선에서 정액이 만들어져 정구(정액이 나오는 출구)로 사출이 되면 이곳이 성 신경과 혈관이 풍부한 가장 예민한 부위이므로 더 이상 참지 못하고 사정을 하게 되는 것이다. 전립선에 염증이 생기면 정구 부위가 예민해져서 조루증이 생기기도 한다. 전립선 암 수술을 받을 경우 정낭, 전립선을 모두 드러내기 때문에 사정을 할 수 없다. 전립선비대증 수술은 방관 입구 부위를 넓혀주는 수술이므로 사정이 역으로 안으로 들어갔다가 나오는 역행성 사정 현상이 나타날 수 있다. 또 갱년기에 남성호르몬 생성이 부족하고 성 신경 쇠약이 오면 정구로 사출되는 정액이 없으므로 지루 현상이 나타나기도 한다. <br/>사정이 안 되는 지루 증상은 보통 △남성 갱년기 증세로 정액량이 줄어 나오지 않는 경우 △사정에 관여하는 성 신경계의 쇠약 △사정액이 나오는 정낭이나 전립선, 사정관이 막히는 경우 △약물에 의한 사정액 감소 및 성 신경기능 약화 등 △파트너와의 정신적 갈등 등 원인이 있다. K 씨의 사례는 약물에 의한 지루의 가능성이 높았다. 그는 “<span class='quot0'>혈압약은 10년, 전립선비대증 약은 3년 정도 먹었다</span>”고 했다. 특히 전립선비대증을 치료하는 5-알파 환원 효소 억제제는 정액 생성을 줄인다. K 씨의 경우는 아니지만, 향정신성 우울증과 관련된 약물을 복용해도 사정 반응이 지연된다. <br/>“우선 먹는 약들을 가능하면 줄여 보세요. 약들이 사정액의 양을 줄이고, 반응을 지연시킵니다. 그리고 남성호르몬과 영양을 보충하고, 매일 뛰는 운동을 하세요.”

언론사: 문화일보-1-263.txt

제목: <10문10답 뉴스 깊이보기>치료비 보상해주는 ‘실손의료보험’의 모든 것  
날짜: 20150904  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107202754163  
본문: 비급여 항목 기준 없어 과잉진료 … 진료비 표준화 시급<br/>지난해 국립암센터의 ‘통계로 본 암 현황’ 자료에 따르면 국민건강보험을 적용받더라도 췌장암은 약 1500만 원, 간암은 약 1480만 원을 환자가 부담하는 것으로 조사됐다. 살면서 중병에 걸리거나 큰 사고를 당한 경우 막대한 의료비가 발생해 경제적 어려움을 겪을 수밖에 없다. 이 때문에 국민건강보험이 보장하지 않는 의료비를 지원해 주는 실손의료보험 가입은 이제 ‘필수’처럼 인식되고 있다. <br/>가입자 수만 해도 3000만 명에 달해 이제는 ‘국민 보험’으로 불릴 정도다. 하지만 실손의료보험에 가입해 놓고도 정작 상품의 구조나 보험금을 청구하는 방법을 모르는 사람이 적잖다. 게다가 9월부터 실손보험 자기부담금이 비급여 항목에서 10%에서 20%로 오르는 만큼 실손의료보험에 대해 꼼꼼히 따져 실속있게 활용할 필요가 있겠다. <br/>1. 실손의료보험은<br/>가입자가 질병, 상해로 입원하거나 통원치료를 받았을 때 국민건강보험에서 보상하는 부분을 제외한 나머지를 보험회사가(자기부담금 제외) 보상해주는 보험상품이다. 치료비 규모와 상관없이 보험사고가 발생하면 계약 당시에 보상하기로 약정한 금액을 보험금으로 지급하는 정액형 보험과 달리 실제로 본인이 지출한 의료비를 보험 가입금액 한도 내에서 보상한다 해서 이렇게 불린다. <br/>국민건강보험과 실손의료보험은 환자의 의료비 부담을 경감시켜 준다는 공통점이 있다. 하지만 국민건강보험은 국가(국민건강보험공단)가 운영하고 국민이 의무가입해야 하는 반면, 실손의료보험은 보험사가 운영하고 소비자가 자유롭게 가입 여부를 선택할 수 있다.<br/>보험기간은 1년이고, 매년 보험료가 갱신된다.<br/>2. 고령자도 가입할 수 있나<br/>보험 회사별로 차이는 있지만 일반적으로 현행 실손의료보험은 최대 가입연령이 65∼70세로 제한되어 있어 고령자의 경우 실손의료보험 가입이 제한되거나 불가능할 수 있다. 다만 지난해 8월 가입 연령을 최대 75∼80세까지 늘린 ‘노후 실손의료보험’이 출시됐다. 노후 실손의료보험은 일반 실손의료보험과 마찬가지로 질병이나 상해로 입원 또는 통원치료를 할 경우 실제로 들어간 의료비를 보상해준다. 요양병원에 입원 또는 통원할 경우의 의료비 또한 보장받을 수 있으며 상급병실에 입원해 치료받을 경우 그 병실료의 일부를 보상받을 수도 있다. 손해보험협회 공시실 자료에 따르면 노후 실손의료보험의 보험료는 평균적으로 5만 원을 넘지 않는 것으로 나타났다. 그러나 노후 실손의료보험은 보험료가 1년마다 변동되는 갱신형 상품으로 설계돼 있으며 현행 실손의료보험보다 자기부담금이 높다. 가입을 위해서는 병원에서 신체검사를 받는 등의 심사과정을 거쳐야 해 가입까지 수 주의 시간이 소요되며 3년마다 재가입해야 한다. <br/>3. 중복 가입도 가능한가<br/>실제 의료비로 쓴 돈을 보장해 준다는 취지이기 때문에 보험 1개를 가입하든 10개를 가입하든 받는 금액은 별 차이가 없다. 다시 말해 실손의료보험은 실제로 발생한 의료비 한도 내에서 보험금을 ‘비례보상’하는 것이 원칙이다. 두 개 이상의 실손의료보험에 가입해도 여러 보험사가 보장한도 내에서 보험금을 나눠 지급한다. 또한, 단체 실손의료보험과 개인 실손의료보험에 중복 가입한 경우에도 비례보상한다. <br/>보험사는 보험 모집시 중복 가입 여부를 사전에 확인토록 규정되어 있으므로 보험설계사 등을 통해 중복가입 여부를 꼭 확인받고 난 후 가입해야 한다. 중복된 실손보험을 해지할 경우 중복가입 사실을 설명 받았는지 아닌지에 따라 보험료 환불액이 달라진다. 중복가입 확인서가 없거나 보험사가 실손의료비 이상 보험비를 주지 않는다는 점을 미리 설명하지 않았다면 불완전 판매에 해당하기 때문에 이미 납부한 보험료 전체에 이자까지 포함해서 환불받을 수 있다. 반면에 이러한 설명을 다 듣고도 중복가입을 했다면 완전판매에 해당돼 보험사 약관에 정해진 대로 전체 납부 보험료의 일부만 해지 환급금으로 받을 수 있다. 실손의료보험 가입 여부가 기억나지 않는다면 생명보험협회, 손해보험협회 및 보험개발원 홈페이지에서 실손의료보험 가입내역을 확인할 수 있다.<br/>4. 보상 받지 못하는 항목은<br/>실손의료보험은 입원보장에 해당하는 ‘질병입원’ ‘상해입원’, 통원보장에 해당하는 ‘질병통원’ ‘상해통원’의 4가지 담보로 구성되어 있다. 가입자는 4가지 담보를 모두 가입할 수도 있고 선택하여 가입할 수도 있다. 즉 기본적으로 입원 또는 통원을 통해 치료를 받았을 때 본인이 지출한 의료비를 보상하고 있다. 실손 보장이 가능한 의료실비보험이라도 약관상 보장되지 않는 사항이 있다. 치료 목적이 아니거나, 불필요한 의료 이용량 증가를 불러올 수 있는 일부 항목 등에 대해서는 보상하지 않는다. 예를 들어 성형수술과 같이 외모 개선 목적의 의료비나 약국에서 구입한 영양제, 종합비타민 구입 비용, 위험을 감수하는 예방접종, 건강이 우려되어 받는 건강검진에 필요한 검사비, 진단서 발급비용 등은 보상하지 않기 때문에 보험 약관 및 상품설명서를 꼼꼼하게 확인할 필요가 있다. <br/>5. 놓치기 쉬운 보상 항목은<br/>해외 소재 병원에서 발생한 의료비는 보상하지 않는다. 다만, 해외에서 발생한 상해 또는 질병이더라도 국내로 돌아와 치료를 받은 경우에는 보상 가능하다. 의사 처방 없이 구입한 일반의약품(마데카솔, 파스, 무좀약 등)은 보상하지 않으나, 치료 목적으로 의사 처방을 받아 구입하였다면 보상 가능하다. 다만, 의사 처방이 있는 경우에도 미용 목적 등 약관상 보상하지 않는 사항에 해당할 경우 보상되지 않을 수 있음에 유의해야 한다. <br/>의사의 임상적 소견과 관련 없는 검사비용은 보상하지 않으나, 치료 목적상 임상적 소견을 받아 검사한 비용은 보상 가능하다. 청구 방법도 올해 1월부터 간소화됐다. 청구금액이 3만∼10만 원에 해당하는 통원 의료비에 대해 진단서 없이 영수증과 질병분류코드가 기재된 처방전만으로 보험금 청구가 가능해졌다. <br/>6. 단독형과 특약형은 뭐가 다른가<br/>이미 가입한 보험이 많아 실손의료보험만 가입하고 싶다면 ‘단독형’을 선택하면 된다. 반면, 기존에 가입한 보험이 없거나 보장이 충분하지 않아서 실손의료보장 외에도 사망, 후유장해 등 다른 보장을 추가하고 싶다면 ‘특약형’을 선택한다. 일반적으로 특약형은 사망, 후유장해 등 다른 항목을 보장하므로 단독형보다 보험료가 상대적으로 높은 편이다. 가입 전에 회사별 보험료 수준을 꼼꼼하게 비교할 필요가 있다.실손의료보험은 표준화돼 보장 내용은 같으나 회사별 위험관리능력 등에 따라 보험료는 차이가 생긴다. 또한 현재 보험료 수준이 저렴해도 손해율(지급 보험금을 위험 보장을 위한 보험료로 나눈 비율)이 높을 경우 앞으로 보험료 인상요인으로 작용할 수 있어 손해율도 고려할 필요가 있다. 생명보험협회(pub.insure.or.kr)나 손해보험협회(kpub.knia.or.kr)의 홈페이지 공시실에 접속해서 회사별 보험료 수준과 인상률, 손해율을 자세하게 비교할 수 있다. 일부 보험사는 무사고자에 대해 보험료를 할인해 주는 제도를 운용하고 있는 것도 참고할 필요가 있다. 할인율은 갱신보험료의 10% 수준으로, 때에 따라서 소액 보험금을 청구하는 것보다 무사고 할인 혜택을 받는 것이 더 유리할 수도 있다. <br/>7. 재가입 및 보험료 인상은<br/>실손의료보험은 국민건강보험의 제도 변화 등을 반영하기 위해 15년마다 재가입 절차를 거치도록 하고 있다. 가입자는 재가입 시점에 판매되고 있는 실손의료보험 상품 판매유형 중에서 선택해 가입할 수 있다. 다만 재가입 시점에 보장 내용이 확대된 경우 보험사는 재가입 시점의 인수기준에 따라 승낙 또는 거절할 수 있으며, 승낙이 거절된 경우에도 가입자는 기존과 같은 조건으로 보험 계약을 연장할 수 있다. 한편 보험료는 피보험자의 나이 증가, 진료비 상승, 손해율 변동 등에 따라 인상될 수 있다. 나이별 의료 이용량 등을 기초로 보험료가 책정돼 통상 피보험자 나이가 증가할수록 보험료는 높아진다. 또 손해율 상승은 보험료의 인상 요인으로 작용한다. 특히, 갱신주기가 3년인 상품의 경우에는 1년인 상품보다 변동 폭이 더 클 수 있다. 보험사는 일반적으로 갱신일로부터 15일 전(보험사별 상이) 가입자에게 갱신 전후의 보험료 차이를 안내하고 갱신 여부를 확인한다.<br/>8. 이달부터 보험료가 인하됐는데<br/>이번 인하는 진료비에 대한 자기부담금 비중이 이달부터 오른 데 따른 후속 조치다. 인하 폭은 가입자의 나이와 성별, 보험사마다 다르지만 대략 2∼7% 수준이다. 실제로 A보험사는 전체 나이 평균적으로 입원 관련 보험료를 7%, 통원 관련 보험료를 4.1% 낮췄다. 40세 남자 기준으로 질병입원에 관한 실손보험 보험료는 6.9%, 상해입원은 6.3%, 상해통원 2.4%, 질병통원 3.3%를 인하했다. B보험사도 40세 남자 기준으로 질병입원은 7.0%, 상해입원은 6.4%, 상해통원 3.0%, 질병통원 4.0%를 인하했다. 다만 금융소비자에게 체감되는 인하 효과는 그다지 크지 않을 수 있다. 비급여 부문 자기부담금이 오르면서 고가 치료를 받아야 하는 경우에는 가입자의 지갑에서 나가는 돈이 더 늘 수 있기 때문이다. 보험업계 관계자는 “<span class='quot0'>그간 병원들은 환자에게 필요하지 않을 때에도 고가의 비급여 부문 치료를 관행적으로 권했다</span>”며 “<span class='quot0'>비급여 치료를 받을 때 부담하는 병원비가 늘어나는 만큼 병원에서 비싼 치료를 권할 때 꼭 필요한 것인지 따져볼 필요가 있다</span>”고 말했다.<br/>9. 자기부담금은 얼마나 올랐나<br/>보험업 감독규정 개정에 따라 비급여 의료비에 대한 자기부담금은 이달부터 10%에서 20%로 올랐다. 참고로 병원에서 진료나 검진을 받고 내는 병원비는 급여 부문과 비급여 부문으로 나뉜다. 급여 부문은 기본적인 검사나 진료를 위해 필요한 비용으로 가격이 정해져 있다. 국민건강보험공단에서 60∼70%를 부담하고 나머지는 보험사가 부담한다. 비급여 부문은 자기공명영상(MRI) 촬영 등 통상 건강보험 혜택을 받지 못하는 값비싼 치료·검진비다. 금융당국은 자기부담금 인상을 통해 보험료 인상을 막고 과잉 진료를 억제하겠다는 방침이다.<br/>10. 과잉진료 어느 정도이길래<br/>급여 부문과 달리 건강보험공단에서 일괄적으로 가격을 정하지 않았기 때문에 진료·검사비는 병원마다 다르다. 비급여 대부분을 보험사가 부담하다 보니 도덕적 해이를 노린 병원의 과잉 진료 사례가 급증해 왔다. 감사원이 지난 2013년 1년 동안 건강심사평가원에 제출된 비급여 진료 자료를 분석한 결과에 따르면 총 1만6680개 비급여 항목 가운데 표준화돼 가격 비교가 가능한 항목은 1611개(9.7%)에 불과했다. 나머지 90.3%는 명칭이나 코드를 병원마다 제각각 사용하고 있어 가격 비교가 불가능했다. 이런 허점을 노리고 비급여 항목에 대해 과잉 진료를 하거나 비합리적으로 가격을 비싸게 매기는 경우가 속출하고 있다. 가격 비교가 가능한 비급여 항목의 병원별 가격 차이가 7.5배에 달해 표준화가 안 된 나머지 항목의 가격 차이는 훨씬 클 것으로 보인다. 이 때문에 실손의료보험의 손해율은 갈수록 악화하고 있다. 실제로 2007년만 해도 93.9%였으나 지난해 9월 말에는 128.4%까지 상승했다. 지난 한 해 동안 보험료 100원을 받았다면 보험금으로 122.5원을 지급했다는 얘기다. 보험연구원은 비급여 문제가 해결되지 않은 상황에서 국민건강보험이 현재의 보장 수준을 유지하기 위해서는 2040년까지 매년 1.5%의 보험료를 인상해야 할 것으로 보고 있다. 국민의 의료비와 보험료 부담을 덜기 위해서는 한 해 20조 원대에 달하는 비급여 부문의 표준화를 통한 투명성 확보가 무엇보다 시급하다는 게 전문가들의 진단이다. <br/>이관범·박정경 기자 frog72@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-264.txt

제목: 선병원, 몽골의료진 초청 교육  
날짜: 20150903  
기자: 김창희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107202717577  
본문: 몽골 국립병원 의료진이 대전 선병원에서 선진 의료시스템을 벤치마킹했다.<br/>3일 선병원재단(이사장 선두훈) 산하 대전선병원에 따르면 몽골 국립 3병원 임직원 12명을 대상으로 2일 대전 중구 목동 본원에서 병원 서비스 교육과 견학이 실시됐다.<br/>간호사와 행정직원들로 구성된 이들은 기본예절과 전화 응대, 표정 연습 등의 서비스 교육에 참여했으며, 교육 후 수료증을 받았다. 대전선병원, 유성선병원, 국제검진센터, 선치과병원 등 재단 산하 4개 의료 시설도 방문해 최신의 첨단 암치료 장비인 래피드아크를 비롯, 1일 보철치료가 가능한 캐드캠(CAD/CAM) 디지털 시스템 등 선진 의료 시스템을 견학했다. 몽골 국립 3병원 참석자들은 “한국 의료의 우수성을 몸소 체험할 수 있어 기쁘고, 몽골 현지에서 활용 가능한 실무 교육을 받을 수 있어서 대단히 만족스러웠다”고 소감을 전했다. 이규은 선병원 경영총괄원장은 “<span class='quot0'>향후 몽골뿐 아니라 해외 각국에 한국 의료의 우수성을 알리기 위해 해외환자 유치 및 해외진출 사업에 더욱 책임감을 갖고 노력하겠다</span>”고 말했다. <br/> 대전=김창희 기자 chkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-265.txt

제목: 삼성서울병원, 메르스 백신 개발 등 1000억 투자  
날짜: 20150902  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107202638485  
본문: 메르스(중동호흡기증후군) 확산의 중심지라는 오명을 썼던 삼성서울병원이 병원 감염관리와 메르스 백신 개발 등에 총 1000억 원을 투자한다.<br/>송재훈 삼성서울병원 원장은 2일 오전 기자회견을 열고 “<span class='quot0'>메르스 백신 개발을 적극 지원하고, 환자의 안전과 진료의 질을 혁신하기 위한 대책을 마련했다</span>”고 밝혔다. 대책에 따르면 삼성서울병원은 메르스 백신 개발을 위해 한국계 미국인 제롬 김이 사무총장으로 있는 국제백신연구소(IVI)에 5년간 410억 원을 지원한다. 또 응급진료시스템 혁신을 위해 내년 3월까지 응급실을 현재의 1.6배 규모로 확장한다. 응급실의 내부 구조도 감염, 외상, 소아, 암환자 등 6개의 전문 진료 영역별로 구역화하고 음압격리병실도 11개 설치한다. 일반환자와 감염환자의 동선은 분리되도록 설계된다. 앞서 삼성서울병원은 새 응급실이 설치되기 전까지 응급실 입구에 발열 여부를 점검하는 예진실을 설치하고, 응급실 병상을 1인 구역으로 개선한 바 있다. 응급진료 프로세스도 개선, 응급실 과밀화를 해소하기 위해 환자들이 30분 내 첫 진료를 마치고 6시간 내에 입·퇴원하도록 프로세스도 혁신키로 했다. 또 응급실 환자는 레지던트가 아닌 각 분야 전문의가 진료하도록 조정하고, 응급실에 내원하는 환자의 보호자는 1명으로 제한한다. <br/>송 원장은 “<span class='quot0'>삼성서울병원이 메르스 사태와 관련해 국민에게 큰 심려를 끼쳐 드린 점을 다시 한 번 사과드린다</span>”며 “<span class='quot0'>이번 후속 대책을 성실하게 수행해 환자의 안전과 진료의 질을 높이는 데 최선의 노력을 다하겠다</span>”고 말했다.<br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-266.txt

제목: 세계적인 美 뇌과학자 ‘의학계 시인’ 색스 별세  
날짜: 20150831  
기자: 김대종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107202512229  
본문: ‘의학계의 시인’으로 불리는 미국의 저명한 의학자 올리버 색스가 30일 82세의 나이로 생을 마감했다.<br/>뉴욕타임스(NYT) 등은 이날 색스 비서의 말을 인용해 “색스가 미국 뉴욕의 자택에서 지병인 암으로 사망했다”고 보도했다. 그는 환자들을 치료한 경험을 토대로 ‘아내를 모자로 착각한 남자’, ‘화성의 인류학자’, ‘소생’ 등 10여 권의 책을 출간하는 등 베스트셀러 작가로도 유명하다.<br/>앞서 색스는 올해 2월에 NYT 기고문을 통해 자신의 암투병 사실을 고백하며 생의 아름다움을 전해 세계인들에게 감동을 줬다. 그는 “남은 몇 개월을 어떻게 살지는 내게 달렸습니다. 풍성하고 깊고 생산적으로 살려고 합니다”고 글을 시작하며 “두려움이 없는 척하지 않겠습니다. 그렇지만 가장 강한 느낌은 고마움입니다. 저는 많은 걸 받았고 돌려주었습니다”고 밝혔다. 이어 “사랑하던 사람들에게 작별인사를 하고 더 많이 쓰고 여행하면서 인식과 통찰력의 새 지평에 다다르려 합니다”라며 여생의 계획을 공개하기도 했다. 마지막으로 “이 아름다운 행성에서 저는 생각하는 동물로 살았고 이는 엄청난 특권이자 모험이었습니다”라고 기고문을 맺었다.<br/>1933년 영국 런던의 유대인 의사 가정에서 태어난 색스는 옥스퍼드대를 졸업하고 1960년대 초에 미국으로 이주했다. 1966년 기면성 뇌염 환자를 L-도파로 치료하며 세계적인 관심을 끌기 시작한 그는 신경과 전문의로 일하며 만난 희귀질환 환자들의 삶을 따뜻하게 조명하고 그들의 특별한 재능을 아름다운 언어로 기록해 왔다. 그의 노력은 대중이 투렛증후군(틱 장애)과 아스퍼거증후군(발달 장애) 등의 질환에 대한 편견에서 벗어날 수 있게 했다.<br/>김대종 기자 bigpaper@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-267.txt

제목: 100세 이상 살고싶다면 ‘접촉’하라  
날짜: 20150828  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107202450462  
본문: 빌리지 이펙트 / 수전 핀커 지음, 우진하 옮김／21세기북스<br/>이탈리아의 사르데냐 섬 주민은 세계에서 유일하게 남녀 평균수명이 비슷하다. 100세 노인이 세계 평균보다 여섯 배 이상 많고, 특히 100세 이상 남성의 숫자는 무려 열 배 이상이다. 다른 지역보다 20∼30년을 더 오래 살며, 섬의 어느 마을은 열 명 중 한 명이 100세 이상이다.<br/>이 마을 사람들에서 불로장생의 영약은 발견되지 않았다. 결국 알아낸 결정적 요소는 접착제처럼 아주 끈끈한 사회적 유대감이었다. 이 마을을 오래 연구해온 반니 페스 박사는 이곳의 장수 비결이 가족·이웃 문제와 관련되어 있다고 본다. 유전적인 고립, 산지의 지형적 특성, 식습관 등 구별되는 요소도 있지만, 일상생활에서 가족이나 친지, 이웃들과 얼굴을 마주하는 접촉이 많다는 것이다. 자식은 성장한 뒤에도 부모와 끈끈한 관계를 유지하고, 이웃과 친구 관계는 마치 가족 같다.<br/>이 책의 부제목은 ‘페이스 투 페이스-접속하지 말고 접촉하라’이다. 발달심리학자이자 저널리스트인 저자 수전 핀커는 ‘접속’과 ‘접촉’의 차이에 대해 책 전체를 통해 말하고 있다고 해도 과언이 아니다. 컴퓨터를 통해 하나로 통합된 네트워크, 즉 ‘접속’의 연결망은 사람의 관계를 예전보다 훨씬 다양하게, 거미줄처럼 얽어놓았지만, 마주하는 실제 관계, 즉 ‘접촉’을 모두 삼켜버렸다. 그 결과는? 우리는 모르지 않는다. <br/>책은 사람과 얼굴을 맞대는 접촉이 몸의 면역력을 증가시키고, 스트레스를 이겨내고, 암 완치율을 네 배나 높이며, 치매에 걸릴 확률을 낮추고, 평균수명을 15년 이상 늘릴 방법이라고 여러 증거자료를 통해 말한다. 디지털 시대에서 더욱 고립돼 불행해지는 현대인들에게 가족과 친구, 그리고 공동체의 중요성을 일깨워준다. <br/>엄주엽 기자 ejyeob@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-268.txt

제목: 91세 카터 “癌, 완전히 나았어요”  
날짜: 20150827  
기자: 신보영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107202315298  
본문: 주치의 말 인용 완치선언<br/>“MRI서 암세포 발견 못해”<br/>“병원에서 암을 더 이상 발견하지 못했습니다. 다 나았습니다”<br/>지미 카터(91·사진 ) 전 미국 대통령이 6일 암 완치를 선언했다. NBC 방송이 공개한 동영상에 따르면 카터 전 대통령은 이날 미국 조지아주 플레인스의 머라나타 침례교회에서 열린 ‘카터 성경 교실’을 시작하면서 “<span class='quot0'>지난주 병원에 갔을 때 의사들이 더 이상 암을 발견하지 못했다고 말했다</span>”고 밝혔다. <br/>카터 전 대통령은 ‘카터 성경 교실’이 끝난 뒤 발표한 성명을 통해서도 “<span class='quot0'>최근 자기공명영상(MRI)촬영 결과 뇌에서 어떤 암세포도 발견하지 못했다</span>”면서 완치 사실을 확인했다.<br/>앞서 에모리대 병원도 지난 11월 카터 전 대통령이 4차례 항암 치료를 잘 받았으며, 암이 전이됐다는 증거는 더 이상 발견하지 못했다고 밝힌 바 있다. 카터 전 대통령은 지난 8월 간에 이어 뇌에서도 암의 일종인 흑색종이 발견된 뒤 항암 치료를 받아 왔다. <br/>특히 카터 전 대통령은 전통적인 방사선 치료와 함께 지난해 미국 식품의약국(FDA)의 승인을 받은 항암 면역치료 신약인 키트루다(Keytruda)를 투여받아 왔다. 키트루다는 암 환자 수명을 평균 1년 반 정도 연장하는 효과를 가진 것으로 알려져 있다.<br/> 워싱턴=신보영 특파원 boyoung22@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-269.txt

제목: 9·11때 먼지 탈출 42세女 테러후유증 시달리다 사망  
날짜: 20150827  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015082710018376321  
본문: 2001년 9·11 테러 당시 머리부터 발끝까지 먼지를 뒤집어 쓰면서 ‘먼지 여인(Dust Lady)’이라는 별명으로 알려졌던 마시 보더스(사진)가 25일 42세의 나이로 숨졌다고 CNN은 26일 보도했다.<br/>CNN에 따르면 보더스의 사인은 지난해 발병한 위암으로, 보더스는 9·11 테러 후유증으로 우울증을 겪어 왔으며 약물 중독으로 2011년 재활 시설에서 치료를 받았던 것으로 전해졌다. 보더스는 9·11 테러 당시 비행기가 충돌한 세계무역센터(WTC)의 남측 건물에 위치한 뱅크 오브 아메리카에서 근무하고 있었으며, 먼지를 뒤집어 쓴 채 건물을 빠져 나오는 보더스를 프리랜서 사진작가인 스탠 혼다가 사진에 담았다. 보더스는 이 사진 때문에 ‘먼지 여인’이라는 별명을 얻었다고 CNN은 전했다.<br/>CNN은 당시 WTC 인근이나 구조 활동 등으로 현장에 있었던 상당수가 건물 붕괴에 따른 먼지 등으로 인해 화학적인 발암 물질에 노출됐을 가능성이 크다고 전했다. 실제로 미국질병관리센터(CDC)에 따르면 지난 5월 현재 9·11 테러 생존자 및 구조요원 중 3700여 명이 이미 암 진단을 받은 것으로 집계됐다.<br/> 워싱턴=신보영 특파원 boyoung22@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-270.txt

제목: 流産 등 입원비 80% 보장… 항암 치료도 적용  
날짜: 20150825  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015082510018349321  
본문: 삼성화재 ‘NEW엄마맘에쏙드는’보험<br/>삼성화재는 기존 자녀보험을 개정해 ‘NEW엄마맘에쏙드는’ 보험을 출시했다. 이 보험은 산모 보장을 강화했고 출산용품 지원 등 차별화된 부가 서비스가 특징이라고 삼성화재 측은 설명했다.<br/>25일 삼성화재에 따르면 이번에 새롭게 출시된 보험은 기존 실손의료비에서 보상되지 않던 임신과 출산 관련 질환을 보장하는 ‘임신질환 실손입원의료비(통상분만 제외)’ 담보를 업계 최초로 도입했다. 해당 담보는 통상적인 분만을 제외한 유산, 입덧, 임신성 당뇨, 자궁경관 무력증, 조기진통 등으로 입원 시 1000만 원 한도로 입원비의 80%를 보장한다. 임신중독증도 최초 1회에 한해 진단비를 보장받고 선천성 발달장애 중 뇌성마비 및 다운증후군 진단 시 10년간 매년 양육자금을 지원하는 방안도 포함됐다. <br/>또 유치 또는 영구치의 충치 등으로 인한 치료를 보장하는 ‘치아보존치료지원금’과 세균성 감염으로 인한 중증 뇌수막염 등을 보장하는 ‘중증세균성수막염진단비’ 같이 실질적인 보장 혜택을 제공할 수 있는 담보도 강화했다. 특히 암 진단·수술·입원, 항암 방사선 약물치료에 이르기까지 종합적인 암 보장도 가능하다. <br/>이밖에 일정한 가입조건을 만족하면 출산용품 지원, 포토북 제작, 문화체험 중 한 가지 서비스를 1회에 한해 제공하는 등 부가서비스 측면에서도 차별화에 나섰다.

언론사: 문화일보-1-271.txt

제목: ‘나’를 초상 치러야 ‘진정한 소통’도 가능하다  
날짜: 20150821  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107201613396  
본문: 소통의 사상가 장자 / 김정탁 지음 / 사람의무늬<br/>커뮤니케이션 학자인 김정탁 성균관대 신문방송학과 교수가 장자(莊子)를 소통의 관점에서 풀었다. 여기서 소통은 간단치 않은 의미다. 저자가 어렵기 그지없는 장자를 이해하는 맥으로 내세우는 게 제물론(齊物論)의 처음에 나오는 오상아(吾喪我·내가 나를 초상 치르다)이다. 오(吾)는 불교에서 말하는 부모미생전(父母未生前) 본래진면목(本來眞面目)의 ‘나’이다. 아(我)는 우리가 태어나고 살아오면서 만들어지는 자아(自我) 곧 에고(ego)다.<br/>종교나 수행 세계는 종국에 자아를 해체하는 데에서 만나는데, 불교의 ‘항복기심’(降伏其心·마음을 항복받는 것)이나 기독교의 ‘거듭남’, 장자의 ‘무기’(無己)는 그런 차원이다. 저자는 불교뿐 아니라 기독교 등 종교 쪽의 해박한 지식을 접목해 장자를 수행의 방법론으로 읽는다는 생각이 든다. 에고가 없어진 상태야말로 사람뿐 아니라 자연과 소통하는 최고의 단계에 이른 것이다. 주체와 객체, 상하 구별 없는 수평적 소통(커뮤니케이션)의 단계다. 저자는 장자에서 그 목표와 방법론을 구체적으로 읽어간다.<br/>저자가 지난 7월 포르투갈 리스본에서 열린 세계커뮤니케이션학회(WCA) 콘퍼런스에서 최우수논문상을 받은 ‘암과 동아시아 전통적 커뮤니케이션의 역할’도 그 연장선에 있다. 그는 암 환자의 커뮤니케이션 관련 연구팀을 만들어 암이 완치됐거나 호전 중인 환자 19명을 대상으로 심층 인터뷰를 진행해 논문을 작성했다. 진정한 소통의 단계는 암을 치유한다는 놀라운 발견인데, 그는 장자의 사상을 바탕으로 한 커뮤니케이션을 기초로 암 환자 대상 정신치료법을 개발하려 하고 있다.<br/>책은 장자가 직접 쓴 것으로 여겨지는 ‘내편’ 중에 소요유(逍遙遊), 제물론, 양생주(養生主), 인간세(人間世)까지 다룬다. 나머지 덕충부(德充符), 대종사(大宗師), 응제왕(應帝王)은 다른 책으로 낼 예정이다. 소요유는 총론, 제물론은 그것의 이론적인 틀, 나머지는 각론에 해당한다.<br/>제물론에서 제물(齊物)은 ‘사물을 가지런히 하다’는 의미다. 세상 만물을 자연이 준 그대로 우리 마음속에 놔둠으로써 하나 되게 만드는 것이다. 즉 에고가 만들어 내는 망상을 깨고 있는 그대로를 볼 수 있어야 하는데, 그것은 나(我)를 없애고 본래의 나(吾)를 찾아 무기(無己)의 상태에 이를 때 가능하다. 제물론 첫머리의 남곽자기(南郭子기)와 제자 안성자유(顔成子游)의 문답 속에 그 방법론이 나온다. ‘말라죽은 나무와 같은 몸’(槁木之形)과 ‘불 꺼진 재와 같은 마음’(死灰之心)이다. 남곽자기는 감관(感官)작용을 멈춤으로써 몸은 죽은 나무처럼 됐고, 심관(心官)작용을 멈춤으로써 마음은 불 꺼진 재처럼 돼 상아(喪我)의 상태에 이른 것이다. 즉 몸의 감각과 마음이 만들어 낸 에고를 죽이는 방법은 감각과 마음의 작용을 멈추는 것이다. 이는 불교에서 명상할 때 몸과 마음이 정지된 사마타(samatha) 개념과 흡사하다. 온전한 소통은 치유를 가져온다. 장자를 그런 관점에서 읽을 수 있는 책이다.<br/> 엄주엽 기자 ejyeob@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-272.txt

제목: <가는 법·먹을 것·볼거리>팔금·암태·자은도까지 한바퀴 ‘뚜벅이’ 좋지만 드라이브 제맛  
날짜: 20150821  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107201604352  
본문: 전남 신안군 안좌면 반월·박지도를 방문할 때는 차량을 배에 싣고 가는 것을 권한다. 배편은 안좌도로 바로 오는 것도 있지만 암태도 또는 팔금도행을 타도 된다. 안좌도행 배편은 목포여객선터미널에서 하루 3편, 목포 북항에서 4편이 있다. 안좌도 읍동선착장에서 박지도 입구인 두리마을까지는 차량으로 15분 거리다.<br/>암태도에서 내릴 경우 두리마을까지 오는 데 차량으로 40분, 팔금도로부터는 25분가량 소요된다. 신안군 압해도 송공항에서 타는 암태도행 배는 하루 17편, 팔금도행 배는 하루 5편이다. 안좌도∼팔금도∼암태도∼자은도 사이에는 연도교가 가설돼 있다. 두리∼박지도∼반월도를 잇는 ‘천사의 다리’를 모두 걸어보는 것이 좋지만 경우에 따라 9인승 선박 ‘천사섬호’를 이용할 수도 있다. 요금은 편도 1000원. <br/>안좌도에서는 읍동마을에 있는 고 김환기(1913∼1974) 화백의 생가와 화실을 둘러볼 일이다. 생가는 ㄱ 자형 목조 기와집 형태로 곳간, 건넌방, 대청마루, 안방, 정지(부엌) 등으로 구성돼 있다. 1940년대에 별채로 지어진 화실은 한국을 대표하는 서양화가 김 화백이 작품 활동을 했던 공간이다. 두 건물 모두 최근 국가지정문화재인 중요민속자료로 지정됐다. 생가에서 700여m 떨어진 곳에 김환기 미술관 건립 예정부지가 있다. 오는 9월 지상 2층(연면적 2890㎡) 규모로 착공될 예정이다. 신안군은 김 화백의 생가에서 미술관까지 걸을 수 있는 ‘모실길’도 조성할 계획이다.<br/>팔금·암태·자은도까지 한 바퀴 드라이브를 하는 것도 색다른 추억을 안긴다. 빨리 돌아보면 3∼4시간 소요된다. <br/>신안=정우천 기자 sunshine@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-273.txt

제목: <그림이 있는 골프에세이>오늘의 나쁜 스윙, 내일의 ‘굿샷’ 밑거름  
날짜: 20150821  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107201552797  
본문: 좋은 사람을 자주 소개해주시는 나종억 통일문화연구원 원장께서 “<span class='quot0'>좋은 사람들끼리 운동이나 한번 하자</span>”고 제안했습니다. 한 분은 건설업을, 또 한 분은 인테리어업을 하신답니다. 건설업을 하는 분은 인상이 매우 좋고 따뜻함이 풍겼습니다. 또 다른 분은 절도가 있고 의지가 강해 보였습니다. 4명은 금세 친해졌고, 많은 이야기를 주고받았습니다.<br/>그중 인테리어 사업을 하시는 분은 골프장을 비롯해 일반 건물 등의 인테리어를 맡아 연 600억 원의 매출을 올리다 그만 실패를 했다고 합니다. 아내마저 곁을 떠나는 이중고를 겪었지만 그는 그늘에 있지 않고 식당에 들어가 허드렛일부터 시작했습니다. 정말 열심히 일했습니다. 그러던 중 그곳에서 거래하던 건설사 회장을 만났고 그 회장께서 다시 일을 줘서 재기에 성공, 지금은 200억 원 가까운 매출을 올리고 있다고 합니다. 또 하나 희소식은 그 식당의 여사장님과 다시 가정을 꾸렸다고 합니다. 성실함, 부지런함, 인간성에 매료된 것이었습니다. 그래서인지 라운드를 할 때 정말 열정적이고, 마지막 퍼터까지도 결코 포기하지 않았습니다.<br/>일본의 유명한 기업인 마쓰시타 고노스케는 “<span class='quot1'>사업에서 실패하지 않는 유일한 방법은 성공할 때까지 포기하지 않는 것</span>”이라고 말했습니다. 골프도 마찬가지라고 생각합니다. 포기하는 순간 모든 목표와 삶의 방향이 바뀔 수 있으며 꿈은 사라지는 것 같습니다.<br/>올해 미국프로골프(PGA)투어의 메이저대회인 PGA챔피언십 우승자 제이슨 데이(호주)도 절대 포기하지 않았기에 지금과 같은 영광을 품었다고 봅니다. 데이는 12세 때 아버지가 암으로 세상을 떠났고 알코올 의존자가 돼 싸움질만 하면서 하루하루를 보냈습니다. 호주 빈민촌의 다 허물어진 집에서 살았다고 합니다. <br/>쓰레기장에서 주워온 3번 우드가 그의 인생을 바꿔 놓았습니다. 그의 어머니는 집을 팔아 골프 아카데미에 갈 비용을 보탰고, 결국 지금 세계랭킹 4위까지 오르게 된 것입니다. 데이가 골프와 삶을 포기했다면 지금도 뒷골목 어딘가에서 부랑자 생활을 하고 있을지 모릅니다.<br/>많은 사람들은 말합니다. 포기만큼 인간을 나약하게 만드는 것은 없다고. 우린 너무도 쉽게 “에이! 다시는 골프 안 쳐. 오늘 정말 진짜 안 되네”라고 말합니다. <br/>골프는 멘털(심리) 게임이어서, 그 생각을 하는 순간 스윙은 휘청거리고 성적은 좋아질 수 없습니다. 끝까지 포기하지 않고 목표를 향해 나아갈 때 꿈은 이뤄집니다.<br/>버트런드 러셀은 “모든 일은 망설이기보다는 불완전한 채로 시작해야 한 걸음 앞서게 된다. 망설이기보다는 차라리 실패를 선택하라”고 말했습니다. 실패를 해봐야 성공하는 법을 알게 되기 때문입니다. 오늘 못 친 골프 스윙은 분명 내일 성공적인 스윙으로 다가올 것입니다. <br/>윈스턴 처칠 전 영국 총리가 어린 학생들에게 연설할 때마다 항상 강조한 말이 있습니다. “<span class='quot2'>절대, 절대 포기하지 마십시오.</span>” 우리네 삶도, 골프도 이 말을 깊이 새겨야 합니다. <br/> 이종현 시인(레저신문 편집국장)

언론사: 문화일보-1-274.txt

제목: <북팀장의 북레터>좀 나쁘면 어때 사는 게 뭐라고  
날짜: 20150821  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150821100000161  
본문: 2010년 세상을 떠난 일본 그림책 작가 사노 요코(佐野洋子)의 에세이 ‘사는 게 뭐라고’(마음산책)가 예상치 못한 반응을 얻고 있습니다. 지난달 나온 책은 한 달여 만에 6쇄 8000부를 찍고 곧 7쇄에 들어갑니다. 사노는 삶과 죽음, 사랑의 의미를 담아내 읽을 때마다 울컥하게 만드는 그림책 ‘100만 번 산 고양이’로 유명하지만, 일반 독자들에겐 거의 알려져 있지 않은 작가입니다. 그런 점에서 책의 선전이 놀랍습니다. <br/><br/><br/><br/>출판사는 이유를 제목으로 설명합니다. 사는게 뭐라고. ‘사는 게 뭘까’라는 의문문도 아니고 ‘사는 건 뭐다’라며 한 수 가르치는 것도 아닌 묘한 말입니다. 삶에 대한 자신만의 이해. 한 걸음 물러선 관조. 좀 나쁘면 어때라는 쿨함, 여기에 약간의 피곤함의 냄새까지 뒤섞인 말이 독자들의 마음, 그 간지럽고 아픈 곳에 닿은 것 같습니다. 책의 원제는 ‘쓸모없는 나날’. 너무 염세적이어서 그래도 힘을 내보자는 의미로 바꾼 것이 성공했습니다.<br/><br/><br/><br/>하지만 제목에 끌렸다 해도 결국 책의 힘은 까칠하고 까다로운 예술가로 알려진 사노가 솔직하게 풀어내는 일상 이야기가 주는 공감, 삶을 대하는 냉정하면서도 따뜻한 시선 때문입니다. 냉정하기에 객관적일 수 있고, 객관적이기에 자신과 주변을 받아들이고 삶을 껴안는 따뜻함도 가능하다는 것을 보여줍니다.<br/><br/><br/><br/>책은 작가가 2003년부터 2008년, 예순 다섯부터 일흔까지 쓴 일상 기록입니다. 두 번 이혼한 이 ‘독거 할머니’는 전날 전자 매장에서 12만 엔을 썼는데 뭘 샀는지 기억나지 않는다며 절망하지만 곧 친구와의 전화 한 통으로, 또 기억 속 생선밥을 만들어 먹으며 하루를 웃으며 넘깁니다. 치매에 걸려 요양원에 누워있는 늙은 엄마를 바라보며 평생 자기 삶을 힘들게 한 엄마를 이제는 용서하고 싶다고 말하고, 20년 만에 만난 남자 친구를 껴안으며 “당신도 잘 살아냈구나. 이 체온으로 이 뼈로 이 피부로. 사람은 사랑스럽고 그리운 존재”라고 이야기합니다. 1년간 한국 드라마에 빠져 같은 자세로 TV만 보다 턱이 돌아간 사연에선 폭소가 터집니다. <br/><br/><br/><br/>예순 아홉, 암이 재발해 2년 정도 시간이 남았다는 의사 말을 들었을 때 그는 항암 치료를 거부하고 그냥 일상을 살아가겠다고 말합니다. 그는 병원에서 돌아오는 길에 오랫동안 사고 싶었던 재규어를 삽니다. 남은 시간이 2년이라는 말을 듣자 십 수년간 앓았던 우울증이 거의 사라졌고, 인생이 갑자기 알차게 변했다고, 매일 매일이 너무 생생해 즐거워 견딜 수 없다고 합니다. <br/><br/><br/><br/>“사는 건 쉽지 않아. 내 삶도 피곤했지. 난 성격도 좋지 않아. 그래도 이만하면 괜찮아. 자 밥이나 먹자.” 사노라면 ‘사는 게 뭐라고’ 뒤에 이런 말을 붙이지 않을까 합니다. ‘사는 게 뭐라고.’ 여러분은 어떤 뒷말을 갖고 있는지요. 마음에 드는 말을 찾으시길 바랍니다. <br/><br/><br/><br/>최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-275.txt

제목: <그림이 있는 골프에세이>오늘의 나쁜 스윙, 내일의 ‘굿샷’ 밑거름  
날짜: 20150821  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150821100000121  
본문: 좋은 사람을 자주 소개해주시는 나종억 통일문화연구원 원장께서 “<span class='quot0'>좋은 사람들끼리 운동이나 한번 하자</span>”고 제안했습니다. 한 분은 건설업을, 또 한 분은 인테리어업을 하신답니다. 건설업을 하는 분은 인상이 매우 좋고 따뜻함이 풍겼습니다. 또 다른 분은 절도가 있고 의지가 강해 보였습니다. 4명은 금세 친해졌고, 많은 이야기를 주고받았습니다.<br/><br/><br/><br/>그중 인테리어 사업을 하시는 분은 골프장을 비롯해 일반 건물 등의 인테리어를 맡아 연 600억 원의 매출을 올리다 그만 실패를 했다고 합니다. 아내마저 곁을 떠나는 이중고를 겪었지만 그는 그늘에 있지 않고 식당에 들어가 허드렛일부터 시작했습니다. 정말 열심히 일했습니다. 그러던 중 그곳에서 거래하던 건설사 회장을 만났고 그 회장께서 다시 일을 줘서 재기에 성공, 지금은 200억 원 가까운 매출을 올리고 있다고 합니다. 또 하나 희소식은 그 식당의 여사장님과 다시 가정을 꾸렸다고 합니다. 성실함, 부지런함, 인간성에 매료된 것이었습니다. 그래서인지 라운드를 할 때 정말 열정적이고, 마지막 퍼터까지도 결코 포기하지 않았습니다.<br/><br/><br/><br/>일본의 유명한 기업인 마쓰시타 고노스케는 “<span class='quot1'>사업에서 실패하지 않는 유일한 방법은 성공할 때까지 포기하지 않는 것</span>”이라고 말했습니다. 골프도 마찬가지라고 생각합니다. 포기하는 순간 모든 목표와 삶의 방향이 바뀔 수 있으며 꿈은 사라지는 것 같습니다.<br/><br/><br/><br/>올해 미국프로골프(PGA)투어의 메이저대회인 PGA챔피언십 우승자 제이슨 데이(호주)도 절대 포기하지 않았기에 지금과 같은 영광을 품었다고 봅니다. 데이는 12세 때 아버지가 암으로 세상을 떠났고 알코올 의존자가 돼 싸움질만 하면서 하루하루를 보냈습니다. 호주 빈민촌의 다 허물어진 집에서 살았다고 합니다. <br/><br/><br/><br/>쓰레기장에서 주워온 3번 우드가 그의 인생을 바꿔 놓았습니다. 그의 어머니는 집을 팔아 골프 아카데미에 갈 비용을 보탰고, 결국 지금 세계랭킹 4위까지 오르게 된 것입니다. 데이가 골프와 삶을 포기했다면 지금도 뒷골목 어딘가에서 부랑자 생활을 하고 있을지 모릅니다.<br/><br/><br/><br/>많은 사람들은 말합니다. 포기만큼 인간을 나약하게 만드는 것은 없다고. 우린 너무도 쉽게 “에이! 다시는 골프 안 쳐. 오늘 정말 진짜 안 되네”라고 말합니다. <br/><br/><br/><br/>골프는 멘털(심리) 게임이어서, 그 생각을 하는 순간 스윙은 휘청거리고 성적은 좋아질 수 없습니다. 끝까지 포기하지 않고 목표를 향해 나아갈 때 꿈은 이뤄집니다.<br/><br/><br/><br/>버트런드 러셀은 “모든 일은 망설이기보다는 불완전한 채로 시작해야 한 걸음 앞서게 된다. 망설이기보다는 차라리 실패를 선택하라”고 말했습니다. 실패를 해봐야 성공하는 법을 알게 되기 때문입니다. 오늘 못 친 골프 스윙은 분명 내일 성공적인 스윙으로 다가올 것입니다. <br/><br/><br/><br/>윈스턴 처칠 전 영국 총리가 어린 학생들에게 연설할 때마다 항상 강조한 말이 있습니다. “<span class='quot2'>절대, 절대 포기하지 마십시오.</span>” 우리네 삶도, 골프도 이 말을 깊이 새겨야 합니다. <br/><br/><br/><br/> 이종현 시인(레저신문 편집국장)

언론사: 문화일보-1-276.txt

제목: <가는 법·먹을 것·볼거리>팔금·암태·자은도까지 한바퀴 ‘뚜벅이’ 좋지만 드라이브 제맛  
날짜: 20150821  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150821100000132  
본문: 전남 신안군 안좌면 반월·박지도를 방문할 때는 차량을 배에 싣고 가는 것을 권한다. 배편은 안좌도로 바로 오는 것도 있지만 암태도 또는 팔금도행을 타도 된다. 안좌도행 배편은 목포여객선터미널에서 하루 3편, 목포 북항에서 4편이 있다. 안좌도 읍동선착장에서 박지도 입구인 두리마을까지는 차량으로 15분 거리다.<br/><br/><br/><br/>암태도에서 내릴 경우 두리마을까지 오는 데 차량으로 40분, 팔금도로부터는 25분가량 소요된다. 신안군 압해도 송공항에서 타는 암태도행 배는 하루 17편, 팔금도행 배는 하루 5편이다. 안좌도∼팔금도∼암태도∼자은도 사이에는 연도교가 가설돼 있다. 두리∼박지도∼반월도를 잇는 ‘천사의 다리’를 모두 걸어보는 것이 좋지만 경우에 따라 9인승 선박 ‘천사섬호’를 이용할 수도 있다. 요금은 편도 1000원. <br/><br/><br/><br/>안좌도에서는 읍동마을에 있는 고 김환기(1913∼1974) 화백의 생가와 화실을 둘러볼 일이다. 생가는 ㄱ 자형 목조 기와집 형태로 곳간, 건넌방, 대청마루, 안방, 정지(부엌) 등으로 구성돼 있다. 1940년대에 별채로 지어진 화실은 한국을 대표하는 서양화가 김 화백이 작품 활동을 했던 공간이다. 두 건물 모두 최근 국가지정문화재인 중요민속자료로 지정됐다. 생가에서 700여m 떨어진 곳에 김환기 미술관 건립 예정부지가 있다. 오는 9월 지상 2층(연면적 2890㎡) 규모로 착공될 예정이다. 신안군은 김 화백의 생가에서 미술관까지 걸을 수 있는 ‘모실길’도 조성할 계획이다.<br/><br/><br/><br/>팔금·암태·자은도까지 한 바퀴 드라이브를 하는 것도 색다른 추억을 안긴다. 빨리 돌아보면 3∼4시간 소요된다. <br/><br/><br/><br/>신안=정우천 기자 sunshine@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-277.txt

제목: <가는 법·먹을 것·볼거리>팔금·암태·자은도까지 한바퀴 ‘뚜벅이’ 좋지만 드라이브 제맛  
날짜: 20150821  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150821100000184  
본문: 전남 신안군 안좌면 반월·박지도를 방문할 때는 차량을 배에 싣고 가는 것을 권한다. 배편은 안좌도로 바로 오는 것도 있지만 암태도 또는 팔금도행을 타도 된다. 안좌도행 배편은 목포여객선터미널에서 하루 3편, 목포 북항에서 4편이 있다. 안좌도 읍동선착장에서 박지도 입구인 두리마을까지는 차량으로 15분 거리다.<br/><br/><br/><br/>암태도에서 내릴 경우 두리마을까지 오는 데 차량으로 40분, 팔금도로부터는 25분가량 소요된다. 신안군 압해도 송공항에서 타는 암태도행 배는 하루 17편, 팔금도행 배는 하루 5편이다. 안좌도∼팔금도∼암태도∼자은도 사이에는 연도교가 가설돼 있다. 두리∼박지도∼반월도를 잇는 ‘천사의 다리’를 모두 걸어보는 것이 좋지만 경우에 따라 9인승 선박 ‘천사섬호’를 이용할 수도 있다. 요금은 편도 1000원. <br/><br/><br/><br/>안좌도에서는 읍동마을에 있는 고 김환기(1913∼1974) 화백의 생가와 화실을 둘러볼 일이다. 생가는 ㄱ 자형 목조 기와집 형태로 곳간, 건넌방, 대청마루, 안방, 정지(부엌) 등으로 구성돼 있다. 1940년대에 별채로 지어진 화실은 한국을 대표하는 서양화가 김 화백이 작품 활동을 했던 공간이다. 두 건물 모두 최근 국가지정문화재인 중요민속자료로 지정됐다. 생가에서 700여m 떨어진 곳에 김환기 미술관 건립 예정부지가 있다. 오는 9월 지상 2층(연면적 2890㎡) 규모로 착공될 예정이다. 신안군은 김 화백의 생가에서 미술관까지 걸을 수 있는 ‘모실길’도 조성할 계획이다.<br/><br/><br/><br/>팔금·암태·자은도까지 한 바퀴 드라이브를 하는 것도 색다른 추억을 안긴다. 빨리 돌아보면 3∼4시간 소요된다. <br/><br/><br/><br/>신안=정우천 기자 sunshine@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-278.txt

제목: 아모레퍼시픽, 여성 癌환자에 외모 관리법 전수·유방 건강 캠페인  
날짜: 20150820  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150820100000116  
본문: 1945년 창립한 ‘해방둥이’ 기업으로 K-뷰티 열풍을 주도하고 있는 아모레퍼시픽은 기업 위상만큼이나 사회공헌철학도 뚜렷하다. ‘당신의 삶에 아름다운 변화, 메이크업 유어 라이프(MAKEUP YOUR LIFE)’란 슬로건 아래 화장품 업계 1위 기업으로서의 책임과 사회적 소임을 다하는 데 초점을 맞추고 다양한 활동을 선보이고 있다.<br/><br/><br/><br/>이를 잘 보여주는 게 지난 2008년부터 시작한 ‘메이크업 유어 라이프’(사진). 암 치료 과정에서 탈모 등 급작스러운 외모 변화로 고통받는 여성 암 환자들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등 자신을 아름답게 가꾸는 기법을 전수한다. 지난해까지 9221명의 여성 암 환자와 2904명의 아모레 카운슬러가 참가한 대표적인 사회공헌 캠페인이다. 올해도 510명의 아모레 카운슬러가 전문 기법을 전수할 예정이다. 병원 캠페인 외에도 거동이 불편하거나 시간적 여유가 없는 이들을 위해 자원봉사단이 환자의 자택이나 병실을 찾아 봉사한다.<br/><br/><br/><br/>앞서 2000년부터는 국내에서 처음으로 유방건강 비영리 공익재단인 한국유방건강재단을 설립한 후 유방건강 의식 향상을 내걸고 ‘핑크리본캠페인’을 펼치고 있다. 지난해까지 성과도 놀랍다. 핑크리본 사랑마라톤에 24만4000명이 참가해 26억 원의 기부금을 모았고 유방건강강좌는 18만 명이 수강했다. 2만7000명이 유방암 무료예방검진 혜택을 누렸고 저소득층 유방암 수술 및 치료비에 20억 원이 지원됐다.

언론사: 문화일보-1-279.txt

제목: ‘비타민 C’ 효능 논란 “6000㎎이상 섭취 효과” vs “도움된다는 임상 결과 없어”  
날짜: 20150820  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150820100000079  
본문: 비타민C는 건강보호식품의 대표격으로 알려지면서 관련 시장이 급속도로 성장하고 있다. 보충제는 물론, 각종 음료나 기호식품에도 비타민C 가 등장할 만큼 우리 주변에서 흔히 접할수 있지만 인위적 섭취에 대한 논란은 분분하다. <br/><br/><br/><br/>20일 명승권 국립암센터 교수는 비타민C 보충제 섭취에 대해 강한 반대 의견을 냈다. 명 교수는 “<span class='quot0'>비타민C가 사람에게 도움이 된다는 임상연구결과는 없다</span>”며 “<span class='quot0'>기존의 연구결과들은 모두 동물실험에 관한 것으로 사람에게 효과가 있다는 것은 이론에 불과한 것</span>”이라고 주장했다. 명 교수는 “<span class='quot0'>의학적으로 일부 결핍증이 있는 사람에게 비타민 처방을 하기도 하지만, 그조차도 임상결과가 충분치 않다</span>”며 “<span class='quot0'>더구나 영양결핍이 거의 없는 일반인들은 비타민C 보충제를 사서 먹을 필요가 전혀 없다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>실제 비타민 C가 각종 암의 예방과 심혈관계 질환의 예방에 효능이 있다는 인식이 퍼지면서 관련 연구가 활발하지만, 아직까지는 임상적 근거가 부족한 상황이다. 이에 따라 의료계에서 암 또는 심혈관계 질환의 예방에 있어 비타민 C의 섭취는 특별히 권장되지 않는 상황이다. 서울대병원은 질병의 예방 목적으로 비타민 C 제제를 복용하는 것보다는 채소와 과일을 충분히 섭취할 것을 추천하고 있다. 또 감기를 예방하는 데도 비타민 C 제제의 복용보다는 적당한 운동이 더 유용하다고 권고하고 있다.<br/><br/><br/><br/>하지만 이왕재(해부학) 서울대 교수는 “<span class='quot1'>비타민C는 일반 용량을 먹었을 때는 큰 차이가 없을 수 있지만, 하루 6000㎎ 이상 고용량으로 섭취함으로써 효과를 볼 수 있다</span>”며 “<span class='quot1'>비타민C는 과량 복용해도 몸에서 필요한 만큼만 쓰고 남는 것은 소변으로 배출돼 부작용이 없다</span>”고 주장했다. 한편, 비타민 C는 인체의 기능과 건강 유지를 위한 미량 원소 중의 하나로 아스코르빈산이라고도 불린다. 인체가 감염에 저항하며 상처를 치유하고 조직을 건강하게 유지할 수 있도록 돕는다. 식품의약품안전처는 성인 남녀의 하루 비타민 C 평균 필요량은 75㎎, 권장섭취량은 100㎎으로 정하고 있다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-280.txt

제목: <힐링푸드>아삭아삭!… 바캉스 피로 날려주는 ‘천연강장제’  
날짜: 20150819  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150819100000181  
본문: 아스파라거스 영양학 <br/><br/><br/><br/>‘항스트레스’ 비타민B 풍부 <br/><br/>신진대사 돕고 신경 안정 <br/><br/><br/><br/>‘피로 해소’ 아스파라긴산 <br/><br/>콩나물보다 훨씬 많이 들어 <br/><br/>단백질·철분도 다량 함유<br/><br/><br/><br/>아스파라거스는 유럽에서 비교적 최근인 19세기까지도 강정제로 통했다. 프랑스에선 신랑들이 첫날밤을 앞두고 아스파라거스 요리를 먹는 풍습까지 있었다. 반면 우리 사찰에서 오신채를 금했듯 유럽의 수도원에서는 아스파라거스를 금기시했다. 아스파라거스가 그 같은 효능을 지녔다는 믿음에는 남성 생식기를 닮은 외모도 한몫했다.<br/><br/><br/><br/>물론 아스파라거스 섭취를 통해 유럽의 민간에서 기대했던 ‘천연 비아그라’ 효과를 볼 수 있다는 것은 무리다. 그러나 아스파라거스의 성분과 효능을 살펴보면 분명히 몸의 신진대사를 원활케 해 간접적으로는 강정의 효과를 거둘 수도 있다. <br/><br/><br/><br/>아스파라거스에는 비타민A와 비타민B, 비타민C, 엽산 등을 비롯해 칼슘과 칼륨, 아연 등 각종 비타민과 미네랄이 풍부하게 함유돼 있다. 모두 몸의 활력을 북돋워 주는 성분들이다. 또 채소로는 드물게 아스파라거스에는 단백질과 철분도 다량 들어있다. 특히 아스파라긴산 같은 성분은 해독 능력도 뛰어나다. 휴가에서 돌아와 직장 복귀 후 제대로 적응하지 못해 무기력증을 느끼거나 과도하게 여겨지는 스트레스 등으로 면역력이 떨어졌을 때 아스파라거스를 추천할 수 있는 것도 그처럼 몸에 유익한 성분을 많이 지니고 있기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>우선 여름휴가 증후군과 관련해 가장 눈길을 끄는 성분이 비타민B복합체다. 비타민B는 ‘항스트레스 비타민’으로 불리며 몸의 신진대사를 돕고, 신경계에도 긍정적으로 작용하는 성분이다. 비타민B1은 질병 회복기나 수술 직후에 스트레스를 많이 받을 경우 권해지며, 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강에 관여해 ‘피부비타민’이다. 비타민B2가 부족하면 구내염 등의 증상도 나타난다. 또 비타민B3로도 불리는 니아신은 탄수화물과 지방 등 음식물 대사에 없어서는 안 되는 성분이다. 그래서 쌀밥을 주식으로 하는 한국인들에게 꼭 필요한 성분 중의 하나다. 또 엽산으로도 불리는 비타민B9은 치매 예방에 절대적인 성분이다. 아스파라거스 100g에는 엽산이 190㎍ 들어 있다. 엽산과 함께 작용해 심혈관 질환 예방에 시너지 효과를 발휘하는 비타민B6도 0.12㎎ 함유하고 있다. 엽산과 비타민B6는 호모시스테인을 잡기 위해서도 반드시 필요한 성분이다. 호모시스테인은 혈관 속에서 몸에 나쁜 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤처럼 작용하며 뇌 신경세포도 파괴하는 것으로 알려져 있다. 엽산은 호모시스테인을 메티오닌으로 재생시켜주고, 비타민B6는 호모시스테인을 무독성의 시스테인으로 만들어버린다.<br/><br/><br/><br/>이와 함께 아스파라거스에는 숙취 및 피로 해소에 좋은 아스파라긴산이 콩나물보다 훨씬 많이 들어 있다. 아스파라긴산이라는 이름도 아스파라거스에서 유래한다. 이 성분은 독성유발물질인 혈액 속에 있는 암모니아를 제거해 주며 체내 열량을 분해하고 순환시키는 속도를 빠르게 해서 피로 해소를 돕는다.<br/><br/><br/><br/>특히 아스파라거스의 아스파라긴산에는 강력한 항산화물질인 글루타치온이 많이 함유돼 있다. 글루타치온은 담배연기, 방사선노출, 항암치료제, 알코올 등에 의해 체내에 생성된 활성산소가 신체를 손상하는 것을 막아주고, 암을 유발하는 DNA 손상을 방지한다. 또 몸속의 각종 중금속과 약물도 해독한다. 혈액질환과 간질환 예방에도 좋은 작용을 한다. 글루타치온이 부족하면 신경계통에 영향을 미쳐 정신질환, 경련, 평형감각 상실 등을 일으키는 것으로 학계에는 보고돼 있다.<br/><br/><br/><br/>아스파라거스를 구입할 때는 줄기가 연하면서 중간 정도 굵기에 녹색이 진하고 줄기에 수염뿌리가 나와 있지 않은 것을 골라야 한다. 아스파라거스는 수확하고 시간이 지날수록 쓴맛이 생기기 때문에 구입 후 되도록이면 빨리 먹는 것이 좋다. 혹시 남을 경우에는 젖은 신문지로 싸서 랩을 한 번 더 씌워 냉장고에 보관해야 한다. <br/><br/><br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-281.txt

제목: <힐링푸드>아삭아삭!… 바캉스 피로 날려주는 ‘천연강장제’  
날짜: 20150819  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150819100000204  
본문: 아스파라거스 영양학 <br/><br/><br/><br/>‘항스트레스’ 비타민B 풍부 <br/><br/>신진대사 돕고 신경 안정 <br/><br/><br/><br/>‘피로 해소’ 아스파라긴산 <br/><br/>콩나물보다 훨씬 많이 들어 <br/><br/>단백질·철분도 다량 함유<br/><br/><br/><br/>아스파라거스는 유럽에서 비교적 최근인 19세기까지도 강정제로 통했다. 프랑스에선 신랑들이 첫날밤을 앞두고 아스파라거스 요리를 먹는 풍습까지 있었다. 반면 우리 사찰에서 오신채를 금했듯 유럽의 수도원에서는 아스파라거스를 금기시했다. 아스파라거스가 그 같은 효능을 지녔다는 믿음에는 남성 생식기를 닮은 외모도 한몫했다.<br/><br/><br/><br/>물론 아스파라거스 섭취를 통해 유럽의 민간에서 기대했던 ‘천연 비아그라’ 효과를 볼 수 있다는 것은 무리다. 그러나 아스파라거스의 성분과 효능을 살펴보면 분명히 몸의 신진대사를 원활케 해 간접적으로는 강정의 효과를 거둘 수도 있다. <br/><br/><br/><br/>아스파라거스에는 비타민A와 비타민B, 비타민C, 엽산 등을 비롯해 칼슘과 칼륨, 아연 등 각종 비타민과 미네랄이 풍부하게 함유돼 있다. 모두 몸의 활력을 북돋워 주는 성분들이다. 또 채소로는 드물게 아스파라거스에는 단백질과 철분도 다량 들어있다. 특히 아스파라긴산 같은 성분은 해독 능력도 뛰어나다. 휴가에서 돌아와 직장 복귀 후 제대로 적응하지 못해 무기력증을 느끼거나 과도하게 여겨지는 스트레스 등으로 면역력이 떨어졌을 때 아스파라거스를 추천할 수 있는 것도 그처럼 몸에 유익한 성분을 많이 지니고 있기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>우선 여름휴가 증후군과 관련해 가장 눈길을 끄는 성분이 비타민B복합체다. 비타민B는 ‘항스트레스 비타민’으로 불리며 몸의 신진대사를 돕고, 신경계에도 긍정적으로 작용하는 성분이다. 비타민B1은 질병 회복기나 수술 직후에 스트레스를 많이 받을 경우 권해지며, 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강에 관여해 ‘피부비타민’이다. 비타민B2가 부족하면 구내염 등의 증상도 나타난다. 또 비타민B3로도 불리는 니아신은 탄수화물과 지방 등 음식물 대사에 없어서는 안 되는 성분이다. 그래서 쌀밥을 주식으로 하는 한국인들에게 꼭 필요한 성분 중의 하나다. 또 엽산으로도 불리는 비타민B9은 치매 예방에 절대적인 성분이다. 아스파라거스 100g에는 엽산이 190㎍ 들어 있다. 엽산과 함께 작용해 심혈관 질환 예방에 시너지 효과를 발휘하는 비타민B6도 0.12㎎ 함유하고 있다. 엽산과 비타민B6는 호모시스테인을 잡기 위해서도 반드시 필요한 성분이다. 호모시스테인은 혈관 속에서 몸에 나쁜 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤처럼 작용하며 뇌 신경세포도 파괴하는 것으로 알려져 있다. 엽산은 호모시스테인을 메티오닌으로 재생시켜주고, 비타민B6는 호모시스테인을 무독성의 시스테인으로 만들어버린다.<br/><br/><br/><br/>이와 함께 아스파라거스에는 숙취 및 피로 해소에 좋은 아스파라긴산이 콩나물보다 훨씬 많이 들어 있다. 아스파라긴산이라는 이름도 아스파라거스에서 유래한다. 이 성분은 독성유발물질인 혈액 속에 있는 암모니아를 제거해 주며 체내 열량을 분해하고 순환시키는 속도를 빠르게 해서 피로 해소를 돕는다.<br/><br/><br/><br/>특히 아스파라거스의 아스파라긴산에는 강력한 항산화물질인 글루타치온이 많이 함유돼 있다. 글루타치온은 담배연기, 방사선노출, 항암치료제, 알코올 등에 의해 체내에 생성된 활성산소가 신체를 손상하는 것을 막아주고, 암을 유발하는 DNA 손상을 방지한다. 또 몸속의 각종 중금속과 약물도 해독한다. 혈액질환과 간질환 예방에도 좋은 작용을 한다. 글루타치온이 부족하면 신경계통에 영향을 미쳐 정신질환, 경련, 평형감각 상실 등을 일으키는 것으로 학계에는 보고돼 있다.<br/><br/><br/><br/>아스파라거스를 구입할 때는 줄기가 연하면서 중간 정도 굵기에 녹색이 진하고 줄기에 수염뿌리가 나와 있지 않은 것을 골라야 한다. 아스파라거스는 수확하고 시간이 지날수록 쓴맛이 생기기 때문에 구입 후 되도록이면 빨리 먹는 것이 좋다. 혹시 남을 경우에는 젖은 신문지로 싸서 랩을 한 번 더 씌워 냉장고에 보관해야 한다. <br/><br/><br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-282.txt

제목: <힐링푸드>식욕부진, 체내 신진대사 기능 저하·노화·우울증 등 원인  
날짜: 20150812  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150812100000151  
본문: 요즘 같은 무더위에는 사실 식욕이 넘치는 사람이 조금 이상하게 보일 정도다. 작열하는 태양과 끈끈한 습기는 불쾌지수를 높이고 자연히 밥맛을 떨어뜨린다. 식욕부진 증상이 나타나는 것이다. 의학적으로는 식욕부진이란 음식물을 먹고자 하는 욕구가 떨어지거나 없어진 상태를 말한다. 평소에 먹던 양보다 음식물 섭취량이 줄거나 전혀 먹지 못하는 수도 있다.<br/><br/>이 같은 증상이 나타나는 가장 큰 원인은 날이 덥기 때문이다. 기온이 계속 올라가며 일사병이나 열사병이 나타나는 상태가 되면 체내 신진대사가 제대로 작동하지 못한다. 중추신경이 지배하는 식욕에도 문제가 생긴다. 컴퓨터로 말하자면 중앙처리장치(CPU)에 과부하 상태가 생긴 것이다.<br/><br/>그래서일까. 여름철에 밥맛이 없다고 하면 사람들은‘더위 먹었다’고 대수롭지 않게 여긴다. 그러나 식욕부진을 결코 가볍게 보아 넘겨서는 안된다. 식욕부진이 계속될 경우 대부분 영양 불균형 상태로 이어지고 영양실조 증상도 유발한다. 그리고 이 같은 상황은 다시 인체에 영향을 미쳐 면역력을 떨어뜨려 다양한 질환의 원인으로 작용하고 노화를 촉진할 수도 있다.<br/><br/>폭염에 의해 식욕부진 증상이 나타났다면 생활습관, 특히 식습관에 변화를 주어야 한다. 제일 중요한 것은 충분한 수분 섭취다. 이 경우에도 그냥 생수를 마시기보다는 미네랄과 각종 비타민이 녹아있는 보리차가 유리하다. 물론 제철 과일도 좋다. 나물 반찬과 해조류 섭취로 영양의 균형을 맞춰주는 것도 중요하다. 이 같은 식품에 들어있는 양질의 단백질과 비타민, 미네랄 등은 신진대사를 개선해 식욕을 높여줄 뿐 아니라 결과적으로 각종 질환에 대한 면역력도 키워준다. <br/><br/>노화로 인한 식욕부진이 여름철에 더 악화될 수도 있다. 예로부터 노인들이 곡기를 끊으면 위태롭다고 했다. 이처럼 나이가 들어 식욕이 떨어지는 증상은 맛을 느끼는 미각세포가 녹슬었기 때문이다. 즉 몸에 해로운 활성산소에 의해 미각세포가 산화된 것이다. 맛을 느끼는 데는 ‘뇌세포의 촉수’라고 할 수 있는 후각세포도 역시 중요한데 이 세포 역시 퇴화하면 맛에 대해 무감각해진다. 나이 드신 어른들이 음식을 만들면서 ‘맛을 모르겠다’고 하는 얘기들이 다 그런 연유에서 나온 것이다. <br/><br/>이런 증상을 보일 경우 병원에서는 식욕을 촉진하는 메게스테롤 아세테이트(Megestrol acetate) 등의 약재를 처방한다. 또 사이토카인 억제성분이 함유된 약재도 함께 쓰는데 사이토카인은 염증 유발물질로 특히 노화를 촉진한다. 병원 처방도 중요하지만 환자 본인도 노화에 의한 활성산소에 노출되지 않도록 노력해야 한다.<br/><br/>가장 문제가 되는 것은 암과 같은 만성질환에 의해 나타나는 식욕부진이다. 따라서 식욕부진 증상이 오랜 기간 지속되거나 심해지고, 기침이나 우울감까지 동반한다면 병원을 방문해 그 원인을 찾는 것이 중요하다. 우울증 등에 의한 신경성 식욕부진일 경우 정신과적 상담을 통해 치료를 받아야 한다. 또한 각종 암 등 악성 종양에 의해서 식욕부진이 발생할 수 있으므로 유의해야 한다. <br/><br/> <br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>폭염속 몸 관리 이렇게…<br/>매시간 물 2 ~ 4잔 섭취하고 땀많을땐 염분·미네랄 보충<br/><br/> 여름철에 식욕이 떨어지는 현상은 대부분 폭염에 의한 일사병, 열사병 등에 의한 것이다. 질병관리본부에서 제시하는 폭염 대처법을 알아보자. <br/><br/>① 충분한 양(매시간 2~4잔)의 물을 섭취한다. 그러나 신장 질환이 있는 사람은 의사와 상담 후 물을 마셔야 한다. ② 땀을 많이 흘렸을 때는 염분과 미네랄을 보충한다. ③ 헐렁하고 밝은 색깔의 가벼운 옷을 입어 체온을 적당한 수준으로 유지한다. ④ 노인, 영·유아, 고도비만환자, 만성 질환자는 야외활동을 삼가며 자신의 건강상태에 따라 활동 강도를 조절한다. ⑤ 냉방기기를 사용해도 실내온도를 적정수준(26~28도)으로 유지한다.

언론사: 문화일보-1-283.txt

제목: 이상돈 중앙대교수, 동생들과 상속 법정다툼  
날짜: 20150810  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150810100000104  
본문: 이상돈(64) 중앙대 명예교수가 동생들과 상속 재산을 두고 법정 공방을 벌이고 있는 것으로 드러났다. <br/><br/>10일 법조계에 따르면 이 교수의 세 동생은 이 교수에게 상속회복청구 및 협의분할무효 청구 소송 등을 제기했으며, 오는 13일 서울중앙지법에서 첫 변론 기일이 있을 예정이다. <br/><br/>법정 공방을 벌이고 있는 재산은 이 교수의 아버지가 남긴 서울 종로구 통의동의 3층짜리 건물(약 22억 원)이다. 2005년 10월 이 교수의 아버지가 유언을 남기지 않고 사망한 뒤 해당 재산은 협의 분할로 이 교수와 모친이 절반씩 나눠 소유하게 됐다. 법적 상속지분대로 하면 부인인 이 교수의 모친이 11분의 3을 소유하고, 나머지 자식 넷이 똑같이 11분의 2씩 가지게 된다. 그러다 지난 2014년 이 교수의 어머니도 타계했다. <br/><br/>이에 이 교수 측은 본래 본인에게 상속된 재산 절반을 제외하고 어머니에게 상속된 재산을 넷으로 나눠 동생들에게 각각 8분의 1씩 상속 재산이 있다고 알렸다. 최종적으로 상속 재산에 대한 지분은 이 교수가 8분의 5, 나머지 동생 셋이 8분의 1씩 가지게 된 것이다. <br/><br/>동생 측은 “2005년의 합의 분할은 해당 건물에 대한 임대료를 어머니께서 생활비로 사용하시는데 실무적 절차를 편하게 하도록 건물주를 줄이는 형식적 절차에 불과했다”며 “어머니가 돌아가신 뒤 나중에 법정 상속 비율대로 똑같이 4분의 1씩 나누기로 합의했다”고 주장했다. <br/><br/>또 “당시 동생 중 두 명이 해외에 있었고, 나머지 한 명은 자식의 암 투병을 돌보느라 정신이 없었다”며 “동생 중 해외에 있던 한 명은 아예 당시 협의 분할에 대해 알지도 못하고 인감도장 등을 도용당했다”며 협의분할 자체가 무효라고 밝혔다.<br/><br/>반면 이 교수 측은 답변서를 통해 “<span class='quot0'>상속된 건물에 대한 협의분할은 동생들도 모두 합의한 상태에서 진행한 것이며, 나중에 반환해 주기로 한 적도 없다</span>”며 “<span class='quot0'>해당 건물은 어머니가 직접 소유권의 절반은 이 교수에게, 나머지는 자신이 갖도록 한 뒤 자식들에게 통보하고 실무 절차를 진행한 것</span>”이라고 주장하며 원고 측 주장을 모두 부인했다. <br/><br/>이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-284.txt

제목: 암세포 ‘킬러’ 약물 개발… 신개념의 ‘표적 항암제’  
날짜: 20150807  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107194757160  
본문: 국내 연구진이 몸속 단백질의 비정상적인 상호작용을 직접 조절함으로써 암세포의 자살을 유도하는 ‘킬러’ 약물을 개발하는 데 성공, 신개념의 표적 항암제 개발에 청신호가 켜졌다.<br/>7일 미래창조과학부에 따르면 임현석(화학과·사진) 포스텍(POSTECH) 첨단재료과학부 교수팀은 암 유발 단백질인 Skp2 단백질의 상호작용을 방해해 암세포를 효과적으로 사멸시키는 표적 항암제 후보 물질을 개발하는 데 성공했다. 연구결과는 화학 분야 국제 학술지인 ‘안게반테 케미’ 최근호를 통해 발표됐다.<br/>암세포에서 과다하게 나타나는 Skp2 단백질은 비정상적인 단백질 상호작용을 통해 암세포가 몸속에서 생존할 수 있도록 하는 암 유발인자로 잘 알려져 있다. 이러한 Skp2 단백질의 비정상적인 단백질 상호작용을 조절하는 물질은 효과적인 항암제가 될 수 있지만, 이 물질을 발굴하는 일은 매우 어려운 과제로 여겨져 왔다. 연구팀은 단백질 상호작용에 효과적인 거대고리(12개 이상의 원자로 이뤄진 원형의 구조) 1형 골격을 갖는 물질을 개발했다. <br/>박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-285.txt

제목: “매년 정원 5% 이상 의무고용”… 14년 뒤엔 정원 2배로 늘어  
날짜: 20150807  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107194739252  
본문: 癌 임종 2주 의무휴가 강제<br/>자녀 입영 동행 유급휴가도 <br/>‘이모작’ 의무시행 규정까지 <br/>정부 “규제 줄인다” 무색게<br/>정호준 새정치민주연합 의원 등이 발의한 ‘청년고용촉진 특별법’에는 공공기관·지방공기업의 경우 매년 정원의 5% 이상 청년 미취업자를 의무적으로 고용토록 하고 있다. <br/>300명 이상 기업은 3%, 500명 이상은 4%, 1000명 이상은 5% 이상을 고용하고, 이를 이행하지 않는 기업은 고용의무 부담금을 부과하도록 하고 있다. 이 법안대로라면 자연감소 분이 없다고 가정할 경우 불과 14년 후면 공기업 정원이 현재의 2배가 된다. 청년 실업 문제가 심각하기는 하지만, 채용 인원을 법으로 의무 강제하는 것은 공기업의 자율성은 아예 무시하는 규제 조항이라고 할 수 있다.<br/>하태경 새누리당 의원 등이 발의한 ‘남녀 고용 평등과 일·가정 양립 지원에 관한 법률’에도 황당한 규제가 있다. 근로자 가족 중에 말기 암환자가 있으면 14일의 가족 임종 휴가를 허용토록 하고 있다. 이를 위반하면 500만 원 이하의 과태료를 부과토록 했다. 재계에서 “다른 중증 환자를 둔 근로자들이 형평성을 문제 삼을 수 있다”는 반응이 나오고 있다. <br/>김춘진 새정치민주연합 의원 등이 발의한 같은 법안에서는 근로자가 학교운영위원회나 학교폭력대책자치위원회, 어린이집운영위원회, 유치원운영위원회 등에 참석하기 위해 휴가를 신청할 경우 유급으로 이를 허용하도록 규정하고 있다.<br/>정부와 국회의원들이 말로는 “<span class='quot0'>규제를 줄여 국가 경제를 살리겠다</span>”고 외치고 있지만, 정작 규제 법안 발의는 더 늘어나고 있다. <br/>17일 국회와 재계에 따르면 이러한 현상은 내년 4월 총선이 다가오면서 더욱 두드러지고 있다. 표심을 의식한 ‘포퓰리즘 법안’일 공산이 크다는 지적이 나올 수밖에 없는 상황이다.<br/>유성엽 새정치민주연합 의원 등이 발의한 ‘농어업·농어촌 및 식품산업 기본법’에도 황당한 내용이 들어있다. 특정한 경우(대통령령 지정)를 제외하고는 이모작을 의무적으로 시행하도록 규정했다. 여기에 국가나 지방자치단체가 장려금을 지급하고, 이모작을 하지 않을 경우 임대나 위탁을 하도록 했다. 이모작으로 유휴 농지를 적극적으로 활용해 농산물의 안정적 생산과 농가소득 증대를 도모하겠다는 취지인데, 경작자가 자율적으로 결정해야 할 농사 계획을 나라가 이래라저래라 하는 것이 과연 옳은지를 놓고 논란이 일고 있다.<br/>안규백 새정치민주연합 의원 등이 내놓은 ‘병역법’ 개정안에는 직장인의 배우자나 자녀, 형제자매가 입영할 때 유급 입영 동행 휴가를 주도록 규정해 놓고 있다. 입대하는 가족들까지 기업이 예산을 들여 지원을 해줘야 한다.<br/>박인숙 새누리당 의원 등이 입법 발의한 ‘공공기관의 운영에 관한 법률’에는 공공기관 비상임 임원의 경우 특정 성별이 70% 이상 되지 않도록 강제하고 있다. 무조건 여성 임원을 30% 이상 넘게 임명해야 하는 것이다. 이를 두고 기업 관계자들은 “<span class='quot1'>기업의 고유한 권한인 임직원 채용 권한을 국가가 대신하도록 강제하고, 이를 어기면 과태료 등을 부과함으로써 결과적으로 기업을 법을 어기는 집단처럼 인식하게 만든다</span>”고 반발하고 있다.<br/>신학용 새정치민주연합 의원 등이 발의한 ‘공정거래법’ 개정안에는 상호 출자제한 기업집단의 해외 계열사를 통한 편법 상호출자를 규제하기 위해 대주주나 특수 관계인이 지배하는 회사의 외국 법인에 대해 주식소유 현황과 주식현황을 공정거래위원회에 신고토록 하고 있다. 롯데그룹의 경영권 분쟁에서 베일에 가려져 있던 일본 롯데홀딩스의 경영현황을 파악하려는 방편으로 추진된 법안이다. 그러나 기업이 제출한 해외 법인에 대한 정보를 공정위가 확인할 수 있는 별다른 방안이 없어 벌써 실효성이 없는 법안이라는 지적이 일고 있다.<br/>재계 관계자는 “<span class='quot2'>이들 법안의 내용을 뜯어보면 기업 경영이나 환경을 개선하기 위한 조항들이라기보다는 다분히 표를 의식한 내용이라는 것을 알 수 있다</span>”며 “<span class='quot2'>이 점이 정부가 규제 총량제 등을 도입해 규제를 대폭 줄이겠다고 얘기하고 있으나 오히려 규제가 늘어나는 이유</span>”라고 말했다. <br/>임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-286.txt

제목: <50代 리포트>“부모부양·자녀지원·노후준비 모두 짊어져 ‘3重苦’”  
날짜: 20150807  
기자: 신선종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107194737112  
본문: “<span class='quot0'>재취업 지원·최소소득 보장 등으로 은퇴 부담 덜어줘야</span>”<br/>우리 사회 50대는 급변하는 대한민국의 격동기에서 다양한 경험을 한 세대다.<br/>가파른 경제성장을 이끌면서 윗세대에 비해 풍요로운 생활을 누린 세대이기도 하지만, 취업난과 고령화로 인해 성년을 넘은 다 큰 자녀는 물론 부모세대도 책임져야 하는 샌드위치 세대로도 평가되고 있다. <br/>이러한 부담으로 인해 대부분의 50대는 노후 준비 부족으로 은퇴하게 되는 시기에 큰 사회문제가 예상되기도 한다. 50대 기획을 정리하면서 각계 전문가를 초청해 우리 사회 50대를 분석해 보고 정책적 대안을 모색했다. 지난 1일 세종시 한국보건사회연구원 회의실에서 2시간가량 진행된 전문가 좌담에는 장옥주 보건복지부 차관, 김상호 한국보건사회연구원 원장, 박경숙 경기대 사회복지학과 교수가 참석했다.<br/>사회 = 신선종 차장 (사회부)<br/>△사회자=이번 연구조사에서도 확인됐지만 50대는 이전과 다른 위치에 있다. 이번 연구도 이러한 50대의 위치를 파악하는 데서부터 출발했다. <br/>△김상호 원장=개인적으로도 50대여서 나에 대한 이야기라는 느낌으로 대담을 준비했다. 현재 50대는 1955년부터 1963년 기간에 태어난, 소위 베이비붐 세대다. 그리고 50대는 우리나라의 교육이 보편화되면서 대부분 고등교육을 받았다. 가장 큰 특징이 1970년부터 1980년대 초반까지 고도경제성장기에 취업했던 사람들이다. 그런 측면에서 매우 축복받은 세대이지만, 또 다른 측면에서는 한창 일하던 1997년에 뼈아픈 국제통화기금(IMF) 외환위기를 경험했다. 이들의 가장 큰 특징은 본인의 노후뿐 아니라 자녀의 취업, 그리고 부모 부양이라고 하는 3중고에 끼어 있는 샌드위치 세대다. 이런 점에서 우리 사회에서 상당히 독특한 세대로 볼 수 있다. 우리가 경험하고 있는 급격한 사회 구조 변화 때문에 50대가 향후 노인이 되면 가족관계도 현재와 다르고, 여가활동도 하기 어렵고, 노동에 대한 태도도 달라지면서 노후 소득 구성도 많이 바뀔 것이다. 이러한 다양한 조건과 가치관 때문에 이들의 안정적인 노후생활이 고령사회의 안정적인 정착에 중요하다고 생각된다.<br/>△사회자=50대의 위치가 예전과 많이 달라졌다. 먼저 50대의 노후 준비부터 살펴보자. 연구 결과를 보니 자신을 위해 노후자금을 쓰겠다는 50대가 많았지만, 대부분 미래에 대한 준비는 부족했다.<br/>△박경숙 교수=샌드위치 세대가 노후 준비가 힘든 것은 다양한 사회 변화에서 그 원인을 찾을 수 있다. 현대화 현상, 고령화 현상, 자녀양육 책임, 문화적 차이, 가치관 변화 등 네 가지 측면에서 봐야 한다는 생각이 든다. 현대화 현상 중에서는 도시화가 진행되면서 자녀와 부모가 물리적으로 떨어져 살기에 부양받을 수 없는 상황이 증가하고 있다. 두 번째로 고령화 현상은 젊은이들의 취업난과 만혼, 이에 따른 출산율 감소 등으로 인한 부담이다. 젊은이들이 부모에게 경제적으로 의존하는 시기가 점점 길어지면서 자녀에 대해 책임의식을 느끼고 부양하는 것이다. 세 번째로 우리나라는 가족을 중요시하는 문화가 강하다. 서구에서는 고등학교만 졸업하면 자녀를 독립시키지만, 이번 조사에서 우리나라 50대는 자녀가 성년이 된 이후에도 책임을 지겠다는 비율이 95%나 됐다. 이런 문화적 차이도 50대의 노후 준비를 어렵게 하는 요인이다. 여기에 사교육비, 결혼비용 등도 노후 준비를 어렵게 하는 요인이 되고 있다. 요즘 젊은이들은 부모에게 오랜 시간 도움을 받았지만, 부모를 부양하겠다는 의식은 감소하고 있다. 부모도 그들에게 도움을 받겠다는 의식이 적다. 이러한 전반적인 사회 변화가 50대를 샌드위치로 만드는 원인이 된다. <br/>△사회자=50대는 현 사회의 중추이기도 하다. 그들이 노후 준비를 제대로 하지 못한 채, 조만간 은퇴시기로 밀려난다면 큰 사회적 문제가 발생할 수 있다. 정부 차원의 준비나 대책이 필요할 것 같다.<br/>△장옥주 차관=50대가 노후에 안정적이고 활기차게 생활하려면 기본적으로 해결돼야 할 문제들이 있다. 소득이 보장되고 건강도 보장돼야 한다. 여유 있는 여가생활을 할 수 있는 여건도 필요하다. 사람관계도 중요한데, 가족만이 아니라 주변 사람들과의 관계가 원활하게 유지될 때 안정적일 것이다. 하지만 그들이 개인적으로 대비하기는 매우 어려운 상황이다. 50대에 대한 정부 정책도 다른 세대에 비해 뒤처져 있는 면이 있는 것 같다. 정부 입장에서도 50대에 관심을 갖고 더 노력해야 할 상황이라고 생각한다. <br/>△김상호 원장=50대에 대한 지원은 직접적인 지원과 간접적인 지원으로 나눌 수 있다. 직접적인 지원은 연금에 오래 가입할 수 있도록 하는 방법이 있다. 또 다른 하나는 우리나라 노인은 은퇴 이후에 재취업 활동을 활발하게 한다. 이분들이 재취업할 기회를 마련해 주는 것이다. 그 외에 건강을 유지하게 한다든가, 사회적 활동을 할 수 있게 한다든가, 원만한 가족관계를 유지할 수 있게 해주는 방법 등이 있을 수 있다. 노후 준비를 돕는 방식에는 간접적인 지원도 있다. 예를 들면 현재 자녀에 대한 지원도 있다. 자녀가 연애·결혼·출산을 포기하는 ‘3포 세대’인 것은 취업에 대한 부담이 크기 때문이다. 취업에 대한 비용을 지원해 주는 것, 결혼에 대한 비용을 지원해 주는 것. 이것이 간접적이지만 넓은 의미에서 50대 부모에 대한 지원방안이라고 볼 수 있다. 노부모 부양 부담을 덜어 주기 위해 노인에 대한 비용을 줄여 주는 것도 방법이 될 수 있다.<br/>△박경숙 교수=샌드위치 세대 문제의 원인이 되는 도시화·고령화를 비롯해 자녀들의 부모 의존성이 증가하는 것, 노인에 대한 가치관 변화 등은 단기간에 해소될 수 있는 문제가 아니다. 그래서 현재 50대 노후 대책은 이들의 10년 후 대책이라고 생각하고 10년 동안 스스로 준비할 수 있도록 최대한 지원하고, 정년 60세가 넘었을 때 노후 준비가 안 된 사람들에게는 최소한의 소득을 보장해 주는 대책이 필요하다. 이들을 위해서는 앞으로 일할 수 있는 기회 등 고용문제를 해결해 줘야 한다. 이런 측면에서 최근 60세 정년연장은 필요한 대책이었다고 본다. 또 노인 일자리 지원사업도 확대돼야 한다. 정년연장은 국민연금의 사각지대를 줄이는 효과도 있다. 국민연금을 조금 더 강화하면, 이 사람들이 노인이 됐을 때 조금 더 강한 소득보장을 받을 수 있다. 또 현재의 노부모 부양 부담을 줄여 주기 위해 기초연금의 급여 수준도 점진적으로 늘려야 한다. <br/>△사회자=그들의 건강문제도 짚어볼 필요가 있다. 대체로 과거와 달리 건강에 대한 관심은 높다. 그러나 소득계층별로 차이가 있었다. <br/>△김상호 원장=다행스러운 것은 건강을 중시하는 사회현상이 나타나고 있다는 점이다. 이 때문인지 50대에서 본인의 건강 수준에 대해 긍정적으로 생각하는 사람이 81.3%로 굉장히 높게 나타났다. 특히 건강관리를 위해 금연한다는 비율이 82.1%로 개인적으로 예상했던 것보다 높게 나와서 놀랐다. 안타까운 점은, 50대 평균으로 봐서는 큰 문제가 없는데 사회적 취약계층은 자신이 평가하는 건강 상태도 나쁠 뿐 아니라, 흡연·음주를 많이 하고 운동을 적게 하는 등 건강습관도 좋지 않았다. 그런 측면에서 우리가 조금 더 평균이 아닌 계층별로 목표집단을 세분화해 정책을 세워야 한다는 생각이다. 특히 50대의 건강문제가 개인 문제뿐 아니라 높은 사회적 비용을 유발하기 때문에 사회 전체가 관심을 가져야 한다.<br/>△박경숙 교수=우리나라는 소득계층별로 의료 이용에서도 차이가 난다. 본인 부담률이 높아 건강보험체계에서는 저소득층의 의료 이용이 적은 것으로 나타났다. 저소득층의 나쁜 건강습관과 의료비 부담으로 인한 의료 이용 감소 등이 종합적으로 큰 고통이 되고 있다. 이는 사회 형평성 등에서 문제가 될 수 있다. 이런 건강습관을 바꿔 주는 예방 대책들이 필요하다고 생각한다.<br/>△사회자=정부도 50대 건강을 돌보기 위해 많은 정책을 펼치고 있는 것으로 알고 있다. <br/>△장옥주 차관=병에 걸리기 전에 예방하는 것이 중요하다. 어려운 계층은 정부 지원으로 치료받을 수 있다. 그 외에 의료급여 대상자는 아니지만 우리가 많이 걸리는 4대 중증질환(암, 심장질환, 뇌혈관질환, 희귀난치성질환)의 보장성을 강화하고, 국민이 부담을 많이 가지는 3대 비급여(선택진료비, 상급병실료, 간병비)를 완화하기 위해 정부가 상당한 재원을 지원하고 있다. 50대는 만성질환에 많이 노출돼 있다. 술도 많이 먹고, 흡연도 잦을뿐더러 만병의 근원인 스트레스도 많다. 신체적으로 몸 상태가 취약해져 있는 데다, 정년을 앞두고 언제 내가 생업을 그만두게 될지 모른다는 불안감이 있는 시기다. 그래서 정부에서는 금연이나 절주, 규칙적인 운동, 올바른 식습관 등을 전파하기 위한 사업을 보건소 중심으로 전개하고 있다. 전국 254개 보건소에서 지역 특성과 주민 수요에 맞게 프로그램을 개발하는 건강증진사업을 기획해 추진하고 있다. 또 일반 의료기관에서도 만성질환 중심의 상담 프로그램을 추진하고 있다. <br/>△사회자=건강관리도 중요하지만 50대는 바쁜 업무 탓인지 문화생활도 제대로 즐기지 못하는 것으로 조사됐다. <br/>△김상호 원장=이런 표현이 적절할지 모르겠지만, 고기도 먹어본 사람이 잘 먹는다. 50대는 젊어서 워낙 힘들게 살다 보니 문화는 사치로 여겼다. 여력이 될 때는 조금이라도 경제활동을 하려고 하다 보니 문화생활이 익숙지 않은 것 같다. 주된 이유가 경제적 여유가 없거나, 시간적 여유가 부족한 것으로 볼 수 있다. 젊은 시절 치열한 경제활동을 해온 50대는 시간적 여유에 익숙하지 못한 것도 주된 원인으로 보인다. 하지만 문화·여가활동은 중요하다. 자살, 고독, 소외 등 여러 가지 문제는 문화활동을 통해 다른 사람들과 접촉하는 것만으로도 해소하는 데 도움이 된다. 과거에는 ‘젊어서 일하고 늙어서 논다’는 패러다임이었다. 그런데 노년기를 의미 있게 보내기 위해서는 젊어서 놀아본 사람이 놀 수 있듯이 평소에 여가활동을 잘해야 한다. 50대가 시간을 유용하게 사용할 수 있는 방법에는 자원봉사활동이 있다. <br/>△박경숙 교수=중요한 말씀이다. 제가 20년 전 일본에 있던 양로시설을 견학한 적이 있다. 한 곳은 한국인만 있는 양로시설이고 또 다른 곳은 일본인만 있는 양로시설이었다. 환경과 시설은 비슷했지만 일본 노인들은 시설에서 제공하는 프로그램의 참여율이 한국인 양로시설에 비해 크게 높았다. 한국인 양로시설에도 같은 프로그램이 있지만 참여율이 낮았다. 어르신들이 방에서 나오지 않았다. 말씀하신 대로 젊었을 때 일하느라 바빠서, 여가활동이 습관이 안 돼서 그렇다. 물어보니 그냥 누워 있는 게 편하다고 하셨다. 앞으로도 과연 크게 나아질까 하는 우려가 있다. 통계청 조사에 따르면 50대는 물론 그 이하 세대도 주말을 보내는 형태가 거의 차이가 없다. 오히려 10대가 제일 많이 하는 것이 TV 시청이다. 그 외 게임, 컴퓨터 등의 비율이 높다. 이 때문에 앞으로도 낙관론을 가질 수 없다. 건강하고 활동적인 생활을 위해서는 자기계발, 창의적 취미활동, 스포츠 활동, 사회적 관계 맺기 등을 젊었을 때부터 할 수 있도록 문화를 만들어 주는 것이 필요하다.<br/>△사회자=정부나 지방자치단체에서도 문화·여가활동을 적극적으로 장려하고 있는 것으로 알고 있다.<br/>△장옥주 차관=노인복지관을 다녀보면 프로그램을 잘하는 곳은 대기자가 많다. 1~2년 참여하면 1년을 쉬었다가 참여해야 하는 곳도 있다. 좋은 노인복지관을 찾아 집을 이사하는 경우도 있다. 문제는 노인복지관이다 보니 노인이 대상이다. 50대는 노인복지관에 갈 수 없다. 50대가 여가생활을 하려면 개인이 해결해야 한다. 최근 문화시설이 많이 설치되고 있지만 50대가 개인적으로 찾아다녀야 하는 실정이다. 올해 5월 여가활성화기본법이 제정돼 11월에 시행된다. 정부는 이것을 통해 국가 차원에서 여가를 활성화할 계획이다. 지금 법 시행을 앞두고 연령대별·생애주기별 여가활동을 마련하기 위해 노력하고 있다. 여가정책이 주로 노인 중심이어서 프로그램을 50대까지 확대하는 방안도 논의하고 있다. <br/>△사회자=이번 연구에서는 50대의 삶의 만족도가 비교적 높은 것으로 나왔다. 그러나 실제로는 체감하기 어렵다는 평가도 많다. 대부분 본인의 삶을 부정하고 싶지 않을 것이라는 측면이다.<br/>△김상호 원장=결론적으로 봐서는 다행이다. 먼저 성공했다고 생각하는 사람의 비율이 79%, 행복하다고 답한 사람이 90%로 높게 나왔다. 주된 이유는 50대가 한창 취업했던 시기에는 거의 완전고용시대였다. 직장을 선택해서 가는 시기였고, 1997·2008년 등 일시적인 금융위기를 빼면 고용이 안정돼 있었다. 이처럼 직장생활에 대한 어려움이 없었기 때문에 부모세대에 비하면 큰 부가 축적된 세대다. 나도 50대인데 어렸을 때만 해도 주위에서 굶주리는 것을 많이 봤다. 지금은 나뿐만 아니라 주변의 친구들도 다이어트를 걱정한다. 굶주리는 경우는 거의 없고, 부모세대보다 학력도 높고, 경제적 고통도 극복했다. 상대적으로 비교해 보면 상당히 만족스러울 수 있다. 다만 걱정은 노후 준비, 문화, 건강과 마찬가지로 사회적 약자계층에서는 만족도도 낮게 나타났다. 사회적 약자계층을 위한 맞춤형 복지정책을 펼칠 필요가 있다.<br/>△박경숙 교수=다른 연령이나 외국과 비교해 어떻게 느끼는지 봐야 할 것 같다. 외국에서는 연령과 행복과의 관계가 U자형 곡선을 그리고 있다는 연구 결과가 많이 나와 있다. 젊을 때는 행복도가 높다가, 직장생활을 하면서 힘들었다가, 은퇴하면서 다시 높아지는 것이다. 현대경제연구원에서 매년 경제적 행복지수를 조사하는데. 2013년까지는 50대의 경제적 행복지수가 20대, 30대, 40대보다 낮았다. 그런데 2014년에 처음으로 20대에서 40대까지 행복지수가 낮아지다가 50대, 60대에서 높아지는 U자형 곡선을 보였다. 노인 자살률도 2011년부터 감소세를 보이고 있다. 50대를 비롯해 노인의 삶과 행복이 조금씩 나아지고 있는 것으로 본다. 공적연금, 기초연금, 노인 일자리 등의 제도들이 경제적 안정감을 강화시켜 주는 역할을 하고 있다고 보는 사람이 많다. 이런 노후를 위한 경제적 지원이 50대 행복도를 높이기 위해 필요하지만 경제적 안정이 행복을 높이기 위한 충분조건은 아니라는 점을 유념해야 한다.<br/>△장옥주 차관=조사에서 행복도가 높게 나왔다니 다행이다. 그러나 행복도는 주관적이어서 행복이 유지되기 위해서는 객관적인 여건도 같이 가야 한다는 생각이다. 지금 50대는 직업을 가지고 있고, 임금도 가장 많은 시기다. 앞날에 대한 걱정이 있지만, 현실로 다가오지 않았고 아직은 감당할 만하다고 생각하는 것으로 보인다. 결국 행복도가 곧 급격하게 떨어질 개연성이 있다. 이런 행복감을 오래 유지하기 위해서는 여러 가지 준비가 필요하다. 소득도 있지만 필요충분조건은 아니다. 건강도 유지되고, 여가, 사람과의 관계문제 등 여러 가지가 복합적으로 충족돼야 한다. 평균 53세에 퇴직하지만 국민연금은 61세에 받을 수 있다. 그 사이를 극복하기 위해 60세 정년이 정착돼야 하고, 이후에도 경제활동을 할 수 있도록 전직지원 서비스·퇴직연금 등도 같이 마련돼야 한다. 정부는 지난 6월 노후준비지원법을 제정해 12월 23일부터 시행한다. 본인이 노후에 행복하게 살 수 있도록 갖춰야 할 건강문제, 소득문제, 여가활동 문제, 사회적 사람과의 관계문제 등 이런 부분에 대해 상세히 진단하는 서비스를 도입한다. 또 진단에 따라 본인이 준비를 어떻게 해야 하는지 전문적으로 상담하고 교육받을 수 있다. 50대가 막연한 걱정에서 벗어나 조금 더 체계적인 삶을 살 수 있을 것으로 기대한다.<br/>△사회자=짧지 않은 시간 동안 한 시대를 살아가는 50대의 여러 가지 고민들을 짚어 봤다. 우리 사회가 이만큼 성장하는 데 50대가 역할을 한 것은 분명하고, 앞으로도 많은 역할을 해야 하는 세대다. 50대가 그들의 삶을 제대로 누리기 위해서는 어떠한 점이 있어야 할까.<br/>△김상호 원장=경제적 측면과 사회적 측면으로 나눌 수 있다. 경제적 측면에서는 취업하고 공적·사적연금을 활용하는 게 있다. 하지만 현실적으로 50대가 더 많은 소득을 얻기는 쉽지 않다. 50대의 가장 큰 부담은 자녀 결혼에 대한 부담인 것 같다. 현실적으로 자녀 결혼에 대한 과도한 책임의식에서 벗어나는 균형 잡힌 시각이 필요하다. 자녀의 결혼에 대해 우리 사회가 부담을 줄이는 방향으로 가야 한다. 또 하나 사회적 측면에서는 인간과의 관계다. 특히 정부가 저소득층 등 사회적 약자에게 관심을 가지고 정책을 실시해야 한다. 우리 사회가 건전한 사회를 유지하기 위해서는 공동체 의식이 있어야 한다. 우려되는 점은 최근 세대 간 갈등 조짐이 나타나고 있다. 하나의 운명공동체라는 의식을 가지고 어려움을 극복하려는 마인드가 세대 간의 갈등을 해소하는 데 가장 필요하다는 생각이다.<br/>△박경숙 교수=샌드위치 세대의 문제는 그들이 모시는 노부모, 그들의 자녀 등 세대 전체가 엮인 문제다. 모든 세대를 통합할 수 있는 방향이 중요하다는 데 동의한다. 50대는 노후가 불안한 시기이지만, 제2의 인생을 꿈꿀 수 있는 시기이기도 하다. 50대는 자식들에게 기대지 않고 설 수 있도록 노후설계를 해야 한다. 그러기 위해서는 자신에 대한 편견을 깨고 꿈을 꿔야 한다. 최근 복지관 프로그램 중 요리교육 등에는 남성들이 참여하지 않는 경우가 많다. ‘나는 이런 것은 못한다’는 편견 때문이다. 그러면 제2의 활동 기회가 줄어든다. 고정관념을 깨고 새로운 설계를 할 수 있는 기회를 찾았으면 좋겠다.<br/>△장옥주 차관= 50대는 현재도 우리 사회의 중추이지만 저출산으로 인해 2017년부터 생산인구가 줄기 때문에 앞으로도 중요한 역할을 해야 하는 세대다. 지금은 일자리 갈등이 있지만, 생산인구가 줄어드는 시기가 오면 어느 정도 정리가 될 수 있다. 50대는 기존 노인세대와 달리 굉장히 복합적인 가치관을 지니고 있다. 50대가 노인세대로 접어들 때를 대비해 정부가 정확한 실태 파악을 통해 정책 방향을 올바르게 설정해야 하겠다.<br/>정리 = 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-287.txt

제목: 일곱살에 처음 僧舞(승무) 배워 80년 외길… ‘전통 춤 거목’ 지다  
날짜: 20150807  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150807100000109  
본문: ‘승무·살풀이춤’ 등 예능 보유자 이매방 명인 별세<br/><br/>중요무형문화재 제27호 ‘승무’와 제97호 ‘살풀이춤’ 예능 보유자인 한국 전통춤의 거목 우봉 이매방 명인이 7일 오전 서울 강남구 삼성서울병원에서 별세했다. 88세.<br/><br/>1927년 전남 목포에서 5남매의 막내로 태어난 고인은 7세 때 옆집에 살던 목포 권번장의 권유로 권번 학교에 들어가 할아버지 이대조에게 춤을 배우면서 80년 춤 외길 인생을 시작했다. 이대조는 당시 목포 권번에서 승무와 고법을 가르치던 명무·명고수였다. 할아버지에게 검무, 승무, 법무를, 박영구에게 승무와 북, 이창조에게 검무를 배워 춤의 바탕을 닦아가던 고인은 15세 때 우연히 판소리 명창 임방울 공연에서 승무를 추면서 얼굴을 알리기 시작했다. <br/><br/>23세엔 군산 영화동에 처음으로 이매방 무용연구소를 개설했다. 고인은 1960년대 3고무, 5고무, 7고무 등을 창안해 명성과 함께 인기를 얻다 1987년에 승무 중요무형문화재, 1990년 살풀이 중요무형문화재로 지정받았다. 그의 승무는 전라도 지역을 중심으로 한 ‘호남형 승무’로 고고하고 단아한 정중동의 춤사위로 인간의 희열과 인욕(忍辱)의 세계를 그려낸다는 평가를 받았고, 그의 살풀이춤은 정중동의 단아한 멋과 함께 정(情)과 한(恨)이 서린 비장미로 관객을 압도했다.<br/><br/>“춤이 좋아 평생 춤을 췄다”는 그는 무대에서 언제나 완벽주의자였다. 춤에 대한 열정으로 직접 재봉틀로 자신의 의상은 물론 제자들의 장삼, 저고리, 버선 등을 만든 것으로 유명하다. 평소 “우리 춤은 한복 선처럼 곡선의 아름다움이며 가장 중요한 요소는 정중동에 있다”고 했던 고인은 “살풀이춤은 아련함이 있고 승무는 박력이 있다”고 비교하기도 했다.<br/><br/>70대 초반에 암으로 위 대부분을 절제했지만 고인은 3년 전까지 무대에 섰다. 전성기 때 몸짓을 재현할 수는 없지만 관객들에게 실망을 안겨주지 않기 위해 혼신의 힘을 다해 춤을 추던 그의 모습은 많은 이들에게 감동을 줬다. 지난해에는 ‘이매방이 살아있다’는 것을 보여주겠다며 휠체어를 타고 공연에 참가하기도 했다. 용인대 무용학과 교수를 지냈고, 한국 무용계를 지탱하고 있는 임이조, 채향순, 최영순, 정명숙 등 제자들이 1000명을 넘는다. <br/><br/>옥관문화훈장, 성옥문화상 수상, 프랑스 예술문화훈장 수상, 제12회 대한민국 국회 대상 공로상 등을 받았다. 유족으로는 부인 김명자 씨와 딸 이현주 씨, 사위 이석열 씨가 있다. <br/><br/>빈소는 삼성서울병원 장례식장. 발인은 10일 오전. 장지는 미정이다. <br/><br/> 최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-288.txt

제목: 김정탁 교수, WCA 최우수논문상  
날짜: 20150806  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107194654286  
본문: 김정탁(소통학·사진) 성균관대 교수가 지난 7월 30일 포르투갈 리스본에서 폐막된 세계커뮤니케이션학회(WCA)에서 최우수논문상을 받았다. 논문 제목은 ‘암과 동아시아 전통적 커뮤니케이션의 역할’로 유불선의 사유, 그중에서도 장자(莊子)의 성심(成心)과 허심(虛心) 및 유대(有待)와 무대(無待)의 관점에서 암의 발생원인과 그 치료방법을 찾고자 하는 연구다. 김 교수는 문화일보에 ‘장자이야기’를 연재하고 있다.

언론사: 문화일보-1-289.txt

제목: 김정탁 교수, WCA 최우수논문상  
날짜: 20150806  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150806100000067  
본문: 김정탁(소통학·사진) 성균관대 교수가 지난 7월 30일 포르투갈 리스본에서 폐막된 세계커뮤니케이션학회(WCA)에서 최우수논문상을 받았다. 논문 제목은 ‘암과 동아시아 전통적 커뮤니케이션의 역할’로 유불선의 사유, 그중에서도 장자(莊子)의 성심(成心)과 허심(虛心) 및 유대(有待)와 무대(無待)의 관점에서 암의 발생원인과 그 치료방법을 찾고자 하는 연구다. 김 교수는 문화일보에 ‘장자이야기’를 연재하고 있다.

언론사: 문화일보-1-290.txt

제목: < Consumer >“항암 특효” 유혹… 노인·부녀자 상대 ‘떴다방 사기’  
날짜: 20150805  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20160107194524330  
본문: 효능 없는데 약처럼 속여 팔아<br/>사용후기엔 ‘주문쇄도’ 허위글<br/>불특정 다수에 무차별적 선전<br/>3년간 1826건 행정처분 내려<br/>올 상반기에만 3225건 접수<br/>복용땐 설사·복통 등 부작용<br/>전남 나주경찰서는 최근 단순 건강식품을 만병통치약으로 속여 수억 원대의 식품을 판 업자 2명을 구속하고 영업에 가담한 6명을 불구속 입건했다. 피해자는 노인들이었다. “<span class='quot0'>흑삼과 녹용을 먹으면 암과 치매까지 낫는다</span>”는 허위·과장광고에 속은 것이다. 판매한 식품과 의료기기만 2억3000만 원이었고 여행 상품까지 팔아 모두 8억9000만 원의 수입을 올렸다. 건강식품을 달콤한 광고로 속여 파는 이른바 ‘떴다방’(신종 홍보관) 사기 행각이다. 이들은 공짜 선물을 나눠주고 효도 관광을 보내준다거나 의료기기체험을 시켜주고 무료 공연 등을 하면서 노인들을 유혹해 효능도 없는 식품을 약으로 부풀려 판매한다.<br/>서울 송파구의 J 업체는 B 제품을 팔면서 “강력한 항산화제로 심장 건강을 증진하고 성인병을 예방하는 한편, 염산이 풍부해 혈액 응고와 동맥경화증을 예방한다”고 허위표시했다가 식품의약품안전처로부터 식품위생법 위반 혐의로 조사를 받고 있다. <br/>서울 노원구의 H 업체의 경우 다이어트 제품을 팔면서 사용 후기를 실었다가 제재를 받았다. 건강기능식품에 관한 법률은 각종의 감사장 또는 체험기 등을 이용하거나 ‘주문쇄도’, ‘단체 추천’ 등의 표현을 하지 못하게 돼 있다. <br/>고령화 추세로 건강에 대한 관심이 높아지는 흐름을 악용해 떴다방이나 무료 체험방으로 노인들을 현혹하거나 인터넷상에서 식품을 약처럼 판매하는 행위가 여전히 기승을 부려 각별한 주의가 요망된다. 공통점은 허위·과대광고다.<br/>식약처가 모니터링한 결과, 주로 만성질환, 성 기능 개선, 암 치료, 다이어트, 키 성장에 도움을 준다는 내용이 태반을 차지하고 있다. 현재 식품위생법은 식품 등의 명칭·제조방법, 품질·영양표시, 유전자재조합식품 등 식품 이력추적관리 표시에 관해서는 질병의 예방 및 치료에 효능·효과가 있거나 의약품 또는 건강기능식품으로 오인·혼동할 우려가 있는 표시·광고 등을 금지하고 있다. <br/>15일 식약처에 따르면, 2012년부터 지난해까지 허위·과대광고 단속을 편 결과, 영업정지와 품목제조정지, 시정명령 등의 행정처분을 내린 건수는 1826건으로 연평균 608건에 달했다. 올해 1~6월에도 256건에 대해 조치를 취했다. <br/>떴다방, 무료 체험방을 빙자한 사기성 식품 판매행위와 모바일을 포함한 인터넷상에서 허위·과대광고가 줄어들지 않음에 따른 것으로, 단속과 함께 기만에 속지 않도록 홍보를 강화하고 있다. 떴다방의 경우 정보에 취약한 노인이나 부녀자들을 상대로 건강식품과 질 낮은 불량 의료기기 등을 노인성 질병에 탁월한 효과가 있는 것처럼 부풀려 광고해 판매한 후 곧바로 다른 도시로 옮기는 수법을 써 경제적 부담을 주거나 가정불화의 원인이 되기도 한다. <br/>한국소비자원에 접수된 건강식품 위해정보 신고의 경우 2013년에는 670건, 지난해에는 695건으로 늘었고 올해는 ‘가짜 백수오’ 사태의 영향으로 상반기에만 3225건이나 접수됐다. 인터넷 공간도 불특정 다수를 대면한다는 특성 때문에 허위·과대광고가 더 횡행하고 있다. <br/>식약처가 지난 7월 1일부터 29일까지 다이어트 식품을 판매하는 사이트를 단속한 결과, 356개를 찾아내 고발하고 방송통신심의위원회에 사이트 차단을 요청했을 정도다. 주로 비만 등의 치료 또는 예방에 효과가 있다고 부풀리거나 식품을 건강기능식품 등으로 오인·혼동케 하는 광고, 체험기를 이용한 광고, 광고 심의를 받지 않거나 심의와는 다른 엉뚱한 광고를 실은 행위 등이다. <br/>이들의 공통점은 ‘비만 예방 및 치료용 조성물 특허 출원’ 등을 내세워 질병 치료나 예방 효과가 있는 것처럼 속이거나 ‘하체 예방 감소 효과’, ‘뛰어난 지방 분해력’, ‘대한민국 모델들의 몸매 관리 비법’ 등의 표현을 써 체지방감소 건강기능식품인 것처럼 오인케 하는 데 있다. ‘수주일 만에 ○○㎏ 감량 성공’ 등 일반 소비자의 체험기를 내세우기도 한다. 성 기능 개선 관련 제품의 경우 ‘건강과 파워, 젊음과 활력을 되찾아 주는 탁월한 약효’ 식으로 자극적인 문구가 쓰인다. 이러한 과장·광고에 속아 섭취한 불량 식품은 부작용과 피해를 부른다. A 씨의 경우 ‘한 달에 4~8㎏ 감량이 확실하며 체내에 가장 적합한 다이어트 식품’이란 광고를 접한 후 효소식품을 사들여 복용했다. 하지만 체중이 줄기는커녕 설사, 복통 등에 시달려 소비자원에 보상을 받을 수 있는지 문의했다. B 씨는 지난해 10월 키가 큰다는 성장보조제 6개월분을 144만 원에 신용카드로 결제해 구매한 후 열 살 된 딸에게 먹였으나 2주일 동안 입 주변에 두드러기가 났다. 피부과 치료까지 받았지만 사업자는 계속 복용을 권유했다. B 씨는 올 초 인터넷 검색을 하다가 이 제품이 식약처 회수대상 품목임을 알게 돼 제품 구매대금 전액 환급을 요구했다. <br/>소비자원 측은 “<span class='quot1'>허위, 과장 광고로 판명되거나 부작용이 식품의 복용에 따른 것으로 입증되면 구매가 환급, 치료비 및 경비 등을 보상받을 수 있다</span>”고 밝혔다.<br/>이민종 기자 horizon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-291.txt

제목: <인터넷 유머>한국에서 없어진 것 다섯 가지  
날짜: 20150803  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150803100000136  
본문: 한국에서 없어진 것 다섯 가지<br/><br/>① 귀신과 도깨비는 전기가 들어오면서 없어졌고, ② 호랑이와 늑대는 6·25전쟁 때 없어졌다. ③ 보릿고개와 굶주림은 박정희 때 없어졌고, ④‘간첩 잡자’는 말은 김대중, 노무현 때 없어졌다. ⑤ 2014년 12월 19일 통합진보당이 없어졌다.<br/><br/><br/><br/>현대인들은 그저 말만 한다<br/><br/>△ 친구A : (전화를 받으며) 응, 너구나. 요즘 어떻게 지내니?<br/><br/>△ 친구B : 좋아! 넌 어때?<br/><br/>△ 친구A : 엉망진창이야. 아파서 병원에 갔더니 글쎄 암이라는구나.<br/><br/>△ 친구B : 그래? 뭐 새로운 소식은 없고?<br/><br/><br/><br/>여자라서 좋은 이유<br/><br/>△ 택시 잡기가 쉬우니까.<br/><br/>△ 공짜로 술 마시고 식사하고 영화를 볼 수 있으니까.<br/><br/>△ 남자가 먼저 죽으니 보험금을 받아 챙길 수 있으니까.<br/><br/>△ 길을 물어서 가는 게 길을 잃지 않는 상책이라는 걸 깨달을 정도로 머리가 돌아가니까.<br/><br/>△ 립스틱 자국으로 내 유리잔을 식별할 수 있으니까.<br/><br/>△ 타이태닉호가 난파했을 때 여자가 먼저 구출됐으니까. <br/><br/><br/><br/>남자라서 좋은 이유<br/><br/>△ 맥주 두 잔으로 나가떨어지는 일은 없으니까.<br/><br/>△ 뭘 입을까 결정하는 데 몇 시간을 들이지 않아도 되니까.<br/><br/>△ 아무리 길어도 5분이면 머리 손질을 끝낼 수 있으니까.<br/><br/>△ 친구들에 대해 쑥덕거리거나 중상모략하는 일이 없으니까.<br/><br/>△ 고추와 방울 덕분에 서서 소변을 볼 수 있으니까.<br/><br/>△ 아이를 낳을 수 없는 걸 다행으로 생각하니까.

언론사: 문화일보-1-292.txt

제목: <삶의 질 높이는 생애주기별 건강관리-下>암 환자들에게 웃음은 치료제  
날짜: 20150729  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150729100000136  
본문: 자존감지수에 웃음요법 효과<br/>방사선치료 우울·긴장 ‘개선’<br/><br/>웃음요법이 암 환자들의 기분 상태와 자존감을 높인다는 연구 결과가 나왔다.<br/><br/>서울아산병원 암병원 연구팀은 방사선 치료를 받는 암 환자에게 웃음요법을 시행한 뒤 심리적 효과를 측정한 결과, 우울·분노 등의 부정적 기분 상태가 줄어들었다고 29일 밝혔다. 연구팀은 방사선 치료를 받는 암 환자 62명을 대상으로 실험군(33명)에는 3회에 걸쳐 정기적인 웃음 치료와 방사선 치료를 함께 시행하고, 나머지 29명에게는 방사선 치료만 했다. 이 결과 웃음요법 치료를 받은 그룹에서는 긴장, 우울, 분노, 혼돈, 활기 등의 기분 상태 점수가 약 88% 개선됐다. 하지만 웃음요법을 시행하지 않은 그룹은 약 1% 개선에 그쳤다.<br/><br/>자존감 지수에서도 웃음요법이 효과적이었다. 웃음요법을 받은 그룹은 자존감이 약 12% 증가한 반면 웃음요법을 받지 않은 그룹은 자존감에 변화가 발견되지 않았다.<br/><br/>웃음요법은 약 10분에 걸쳐 웃음이 신체와 정신 건강에 미치는 효과를 교육한 후 40분 동안 다양한 신체활동과 함께 크게 소리를 내는 방식으로 이뤄졌다. 의료진은 이 과정에서 환자들이 한 번에 15초 이상 웃게 했다. 마지막 10분간은 서로 느낀 감정에 대해 공유하는 시간을 줘 웃음요법 효과를 극대화할 수 있도록 했다.<br/><br/>김연희 서울아산병원 간호부원장은 “<span class='quot0'>암 치료 과정에서 웃음요법을 적극적으로 활용할 수 있는 과학적 근거가 마련됐다</span>”고 의미를 부여했다. 이번 연구 결과는 국제학술지인 ‘대체·보완의학저널’(The Journal of Alternative and Complementary Medicine) 최근호에 게재됐다.<br/><br/>2006년부터 매주 수요일 ‘신나는 웃음교실’을 운영 중인 서울아산병원 암병원의 안승도 암교육정보센터 책임교수는 “<span class='quot1'>암 투병 과정에서 가장 중요한 것 중에 하나가 바로 암을 이겨내겠다는 의지</span>”라며 “<span class='quot1'>웃음요법을 통해 환자들의 기분 상태와 자존감을 높여 환자들이 포기하지 않고 암 치료 과정을 끝까지 이겨낼 수 있을 것으로 기대한다</span>”고 말했다.<br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-293.txt

제목: 한의대·음대·체대 협력… ‘암 병원’ 2017년 완공  
날짜: 20150729  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150729100000127  
본문: 경희대는 경희의료원과 ‘후마니타스 암 병원’ 설립을 추진한다. 암 병원은 경희의료원 주차장과 정보 행정동 옆 부지에 전체면적 5950㎡(약 1800여 평·지상 1520평, 지하 280평) 규모로 지상 7층, 지하 2층으로 2017년 완공될 예정이다. 병원에는 △신환자 센터 △외과 △내과 및 기타 암 △치유복합공간 △국제회의 및 암연구소 △단기병동 및 외래 항암 주사실 △종양 혈액 내과 병동 및 격리병동(조혈모세포이식실) △운동치료실 등이 들어선다.<br/><br/>암 병원은 경희대가 보유한 학술적 역량을 치료 기술과 결합해 환자의 몸과 마음의 균형을 회복시키는 것을 최대 목표로 한다. 이를 위해 경희대 한의과대학, 치과대학, 후마니타스 칼리지, 음악대학, 체육대학 등이 협력한다는 계획이다. <br/><br/>또 최신 분자 프로파일링 기술을 통해 환자별로 차이를 보이는 암 증상을 정밀 진단해 치료하고 예후를 관찰한다. 한의학적 통합치료도 병행된다. 또 암환자가 가족 또는 사회적 관계에 지장을 느끼는 점을 고려해 가족 관계 및 사회적 능력을 강화할 수 있는 다양한 치유프로그램도 함께 진행한다.<br/><br/>이를 위해 △상담(직업 및 인생) △관광(박물관 및 치유길) △자가관리(건강마사지·암환자 네트워크) △미용 클래스(이미지 강화) △마음치유(기공·명상·웃음·치유동물) △예술치료(표현심리·음악·마술·치유 댄스·영화) △영양관리 및 교육(요리교실·식이요법) 등의 치유프로그램이 제공된다. 또한 △재활 및 운동(코어 운동) △로봇수술 △방사선(토모테라피) △항암 △진단 △한방 △정신건강관리 등의 진료 프로그램도 마련된다. 암 병원은 당일 진료·검사를 원칙으로 원스톱 진료 프로세스를 구축해 치료 전 모든 과정을 7일 이내에 처리한다는 계획이다. <br/><br/>임영진 경희대 의무부총장은 “<span class='quot0'>암 환자들에게 수술과 항암 치료뿐만 아니라 정서적 치유를 위한 프로그램도 제공하겠다</span>”고 말했다. <br/><br/>정유진 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-294.txt

제목: <삶의 질 높이는 생애주기별 건강관리-下>국가검진, 연령별 필요검사 다 있다… 癌, 모르고 키우지 마세요  
날짜: 20150729  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150729100000161  
본문: 일반검진자중 18% 질환 확인<br/>암확진 8898명·의심 9610명<br/><br/>국가검진-미실시자 비교결과<br/>수검자 심혈관계 발병률 낮아<br/><br/>서울 송파구에 거주하는 50대 주부 이모 씨는 2년 전만 생각하면 가슴이 뜨거워진다. 2년마다 검진 혜택을 받을 수 있는 국민건강보험공단의 국가암검진을 계속 무시하다가 한 차례 검사를 받았는데 ‘유방촬영 검사 결과 비대칭적인 국소 음영이 관찰되니, 정확한 진단을 위해 유방 초음파 촬영을 받으시기 바랍니다’는 소견서를 받았던 기억 때문이다. 다행히 이 씨는 즉시 병원에서 유방암 초기 판정을 받아 부분 절제 수술을 받고 현재는 건강하게 생활하고 있다. 이후 그는 만나는 사람마다 국가건강검진의 중요성을 알리고 있다. 그는 “아직도 공단검진표를 서랍 깊숙이 넣어두고 ‘시간이 없어서’라고 미루고 있는 많은 사람에게 시간을 만들어서 꼭 검진을 받으라고 권한다”며 “그 일보다 더 중요한 일은 없다고 말해 주고 싶다”고 했다.<br/><br/> 29일 국민건강보험공단에 따르면 일반건강검진에서 질환 여부를 확인하는 사람은 2013년 기준으로 전체 수검자 1138만1295명 중에서 209만2473명(18.40%)에 달했다. 일반건강검진을 받으면 10명 중 2명 가까이는 본인의 질병을 확인하는 셈이다. 또 전체 일반건강검진 수검자 중 363만여 명에게는 ‘일반질환 의심’을 통보했고, 고혈압과 당뇨병이 의심되는 사람들도 92만9000명이나 확인해 건강관리를 조언했다. <br/><br/>국가암검진은 암 판정 사례가 일반건강검진보다는 적지만, 꾸준히 확인된다. 2013년 위암 검진을 받은 사람 588만3648명 중에서 암을 확진받은 사람은 8898명이었으며, 암이 의심된 사람도 9610명이나 됐다. 해마다 수천, 수백만 명에 달하는 사람이 암이나 각종 질병에 감염된 사실을 모르고 지내다 국가건강검진을 통해 확인한 셈이다.<br/><br/>각종 질환 감염 사실에 대해 알고 대처하는 것과 모르고 대처하는 것은 완치 결과에 큰 영향을 줄 수밖에 없다. <br/><br/>이러한 요인으로 인해 실제로 국가건강검진은 국민의 질병 예방에 크게 기여하는 것으로 분석됐다. 서울대병원 건강증진센터 연구팀이 국가건강검진 수검자를 대상으로 사망률 감소와 심뇌혈관계 질환 예방에 미치는 영향을 분석한 결과에서 그 효과가 입증된 것이다. 연구팀은 40세 이상 건강보험 가입자 44만3337명을 대상으로 2003~2004년 사이 건강보험공단에서 제공하는 건강검진을 받은 그룹(16만607명)과 받지 않은 그룹(28만2730명)을 나눠 2010년 12월까지 6~7년 동안 추적 관찰했다. 심근경색과 뇌졸중 등의 심뇌혈관계 질환 발생률은 검진을 받은 그룹이 받지 않은 그룹보다 18% 낮았다. 심뇌혈관계 질환으로 인한 사망률은 검진받은 그룹이 42% 낮았다. 또 2005~2006년에 국가건강검진을 받은 그룹을 추적 조사한 결과 심뇌혈관계 질환 사망률은 27%의 차이를 나타냈다. 특히 국가건강검진을 받은 그룹은 받지 않은 그룹보다 병원 이용횟수가 더 많았지만, 입원을 적게 하고 의료비도 적게 쓰는 것으로 분석됐다. 검진을 받은 그룹의 심뇌혈관계 질환에 따른 외래비용과 입원의료비는 각각 연간 12만5000원, 37만5000원이었다. 반면 검진을 받지 않은 그룹은 연평균 13만5000원의 외래비용과 48만 원의 입원의료비를 사용했다.<br/><br/>한국인 사망원인의 3분의 1을 차지하는 심뇌혈관계 질환은 고혈압, 당뇨, 고지혈증 등 만성질환이 위험 요인이다. 이 질환은 위험 요인의 조기 발견과 약물치료, 금연, 식이조절, 운동량 증가 등의 생활습관 개선으로 예방할 수 있다.<br/><br/>건강보험공단 관계자는 “<span class='quot0'>국가건강검진은 일반건강검진과 5대암검진, 생애전환기건강진단, 영유아건강검진, 구강검진 등 영유아에서 노인에 이르기까지 연령대에 맞는 목표 질환을 설정해 세분화됐다</span>”며 “<span class='quot0'>보건학적으로 입증된 필수 항목 위주로 검진을 진행해 비용 대비 효과가 매우 크다</span>”고 전했다. <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-295.txt

제목: <삶의 질 높이는 생애주기별 건강관리-下>국가검진, 연령별 필요검사 다 있다… 癌, 모르고 키우지 마세요  
날짜: 20150729  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150729100000134  
본문: 일반검진자중 18% 질환 확인<br/>암확진 8898명·의심 9610명<br/><br/>국가검진-미실시자 비교결과<br/>수검자 심혈관계 발병률 낮아<br/><br/>서울 송파구에 거주하는 50대 주부 이모 씨는 2년 전만 생각하면 가슴이 뜨거워진다. 2년마다 검진 혜택을 받을 수 있는 국민건강보험공단의 국가암검진을 계속 무시하다가 한 차례 검사를 받았는데 ‘유방촬영 검사 결과 비대칭적인 국소 음영이 관찰되니, 정확한 진단을 위해 유방 초음파 촬영을 받으시기 바랍니다’는 소견서를 받았던 기억 때문이다. 다행히 이 씨는 즉시 병원에서 유방암 초기 판정을 받아 부분 절제 수술을 받고 현재는 건강하게 생활하고 있다. 이후 그는 만나는 사람마다 국가건강검진의 중요성을 알리고 있다. 그는 “아직도 공단검진표를 서랍 깊숙이 넣어두고 ‘시간이 없어서’라고 미루고 있는 많은 사람에게 시간을 만들어서 꼭 검진을 받으라고 권한다”며 “그 일보다 더 중요한 일은 없다고 말해 주고 싶다”고 했다.<br/><br/> 29일 국민건강보험공단에 따르면 일반건강검진에서 질환 여부를 확인하는 사람은 2013년 기준으로 전체 수검자 1138만1295명 중에서 209만2473명(18.40%)에 달했다. 일반건강검진을 받으면 10명 중 2명 가까이는 본인의 질병을 확인하는 셈이다. 또 전체 일반건강검진 수검자 중 363만여 명에게는 ‘일반질환 의심’을 통보했고, 고혈압과 당뇨병이 의심되는 사람들도 92만9000명이나 확인해 건강관리를 조언했다. <br/><br/>국가암검진은 암 판정 사례가 일반건강검진보다는 적지만, 꾸준히 확인된다. 2013년 위암 검진을 받은 사람 588만3648명 중에서 암을 확진받은 사람은 8898명이었으며, 암이 의심된 사람도 9610명이나 됐다. 해마다 수천, 수백만 명에 달하는 사람이 암이나 각종 질병에 감염된 사실을 모르고 지내다 국가건강검진을 통해 확인한 셈이다.<br/><br/>각종 질환 감염 사실에 대해 알고 대처하는 것과 모르고 대처하는 것은 완치 결과에 큰 영향을 줄 수밖에 없다. <br/><br/>이러한 요인으로 인해 실제로 국가건강검진은 국민의 질병 예방에 크게 기여하는 것으로 분석됐다. 서울대병원 건강증진센터 연구팀이 국가건강검진 수검자를 대상으로 사망률 감소와 심뇌혈관계 질환 예방에 미치는 영향을 분석한 결과에서 그 효과가 입증된 것이다. 연구팀은 40세 이상 건강보험 가입자 44만3337명을 대상으로 2003~2004년 사이 건강보험공단에서 제공하는 건강검진을 받은 그룹(16만607명)과 받지 않은 그룹(28만2730명)을 나눠 2010년 12월까지 6~7년 동안 추적 관찰했다. 심근경색과 뇌졸중 등의 심뇌혈관계 질환 발생률은 검진을 받은 그룹이 받지 않은 그룹보다 18% 낮았다. 심뇌혈관계 질환으로 인한 사망률은 검진받은 그룹이 42% 낮았다. 또 2005~2006년에 국가건강검진을 받은 그룹을 추적 조사한 결과 심뇌혈관계 질환 사망률은 27%의 차이를 나타냈다. 특히 국가건강검진을 받은 그룹은 받지 않은 그룹보다 병원 이용횟수가 더 많았지만, 입원을 적게 하고 의료비도 적게 쓰는 것으로 분석됐다. 검진을 받은 그룹의 심뇌혈관계 질환에 따른 외래비용과 입원의료비는 각각 연간 12만5000원, 37만5000원이었다. 반면 검진을 받지 않은 그룹은 연평균 13만5000원의 외래비용과 48만 원의 입원의료비를 사용했다.<br/><br/>한국인 사망원인의 3분의 1을 차지하는 심뇌혈관계 질환은 고혈압, 당뇨, 고지혈증 등 만성질환이 위험 요인이다. 이 질환은 위험 요인의 조기 발견과 약물치료, 금연, 식이조절, 운동량 증가 등의 생활습관 개선으로 예방할 수 있다.<br/><br/>건강보험공단 관계자는 “<span class='quot0'>국가건강검진은 일반건강검진과 5대암검진, 생애전환기건강진단, 영유아건강검진, 구강검진 등 영유아에서 노인에 이르기까지 연령대에 맞는 목표 질환을 설정해 세분화됐다</span>”며 “<span class='quot0'>보건학적으로 입증된 필수 항목 위주로 검진을 진행해 비용 대비 효과가 매우 크다</span>”고 전했다. <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-296.txt

제목: <삶의 질 높이는 생애주기별 건강관리-下>30代 간 - 40代 암 - 50代 대장내시경 ‘잊지 마세요’  
날짜: 20150729  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150729100000135  
본문: 정부는 ‘생애주기별 맞춤형 복지’ 차원에서 국가건강검진을 일반건강검진, 생애전환기건강진단, 5대암검진, 영유아건강검진 등 4단계로 구분했다. 실제 연령대별로 나타나는 증상과 질환의 종류도 각기 다르다. 건강검진을 통해 꼼꼼히 세대별 질환을 확인해야 한다.<br/><br/>◇영유아 = 어린이들은 면역력이 약해 각종 감염병 등에 취약하므로 국가에서 제공하는 필수 예방접종을 해야 한다. 정부에서 제공하는 영유아건강검진도 적극적으로 활용할 필요가 있다.<br/><br/>◇10~20대 = 신체 발육이 왕성하게 진행되는 10대는 일생 중 가장 건강한 시기이지만, 이 때문에 건강관리에 소홀해지는 경우가 많다. 특히 왕성한 식욕으로 인해 비만이 나타나면 성인 비만으로 이어질 수 있어 주의해야 한다. 20대에는 사회생활을 시작하고 가정에서 독립하는 등 환경 변화가 커지면서 식생활은 불규칙해지고 운동 부족으로 체지방이 증가한다. 따라서 남성은 혈압과 위내시경, 갑상선, 흉부 방사선 검사 등을 활용해 몸 상태를 적절히 체크해야 한다. 여성은 기본검진과 필요에 따라 자궁경부암 및 유방 초음파 검사를 하는 것이 좋다.<br/><br/>◇30~40대 = 30대에 들어서면 여성은 남성보다 조금 더 빨리 피로감을 느끼게 되고, 남성은 간 기능 저하나 고혈압 등이 올 수 있다. 30대에는 별다른 몸의 이상이 나타나지 않지만 40대로 넘어가면 문제가 발생한다. 신체의 노화가 서서히 진행되는 40대부터는 당뇨병과 고지혈증, 성 기능 장애, 관절염, 심혈관계 질환뿐 아니라 위암과 간암 발병 가능성도 높아서 어느 때보다 세심하게 스스로 몸을 관찰하는 습관이 필요하다. 특히 40세 이상 남성은 자신의 건강 상태에 따라 위암, 간암, 대장암 검사를 받는 것이 좋다. 40세 이상 여성은 유방암과 자궁경부암 검사를 받아야 한다.<br/><br/>◇50대 이상 = 50대부터는 5년에 한 번씩(대변검사는 매년 실시) 대장 내시경 검사를 받아 대장 건강을 확인하는 것이 좋다. 또 이 시기부터는 퇴행성 관절염과 관절 류머티즘 등도 주의해야 한다. 특히 관절 류머티즘을 내버려두면 체내 주요 장기에도 심각한 악영향을 미치므로 생활에 불편감을 주는 관절 통증이 느껴지면 반드시 병원을 방문해 관절염의 원인을 찾아야 한다.<br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-297.txt

제목: <삶의 질 높이는 생애주기별 건강관리-上>휴가때 건강검진 받으면 ‘일석삼조’  
날짜: 20150728  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150728100000108  
본문: 메르스 여파 검진 연기 많아… 10~12월 수검자 집중 예상<br/><br/>건보공단 “예약 몰리지않는 여름 휴가철 적극 활용하길”<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 사태로 인해 의료기관 방문을 꺼리는 사람들이 늘어나면서 정부가 ‘생애주기별 맞춤형 복지’ 차원에서 제공하는 국가건강검진을 받지 않은 사람도 많이 증가해 부작용이 우려되고 있다. 건강검진 지연은 조기발견을 통한 질병의 예방기능이 잠정 중단된 것으로서 국민의 건강관리에 위협이 될 수 있기 때문이다. <br/><br/> 또 건강검진 수검기관은 기관대로 수검자가 없어 경영상의 어려움을 겪고 있는 데다, 검진을 받아야 하는 수검자들의 검진도 연말로 집중될 전망이어서 수검과정에서의 혼잡 등의 불편도 예상된다. 전문가들은 메르스의 지역사회 유행 가능성이 사실상 종식되면서 지금 건강검진을 받으면 더 쾌적한 환경에서 검진을 받을 수 있다며 적극적인 수검을 조언하고 있다.<br/><br/>28일 국민건강보험공단에 따르면 메르스가 기승을 부렸던 지난 6월 10일부터 이달 20일까지 일반 건강검진 수검 현황을 분석한 결과 102만1635명이 건강검진을 받아, 전년동기 153만5074명보다 51만4069명이 줄었다. 국가 암 검진 수검인원도 같은 기간 전년동기 대비 19만여 명이 줄어, 전체 감소인원은 70만 명을 넘어섰다. 이를 비용으로 계산하면 전년동기 대비 감소한 검진비용은 390억7300만 원에 달한다. 건강보험공단 관계자는 “<span class='quot0'>검진청구 기간이 보통 1개월 정도 소요되므로 7월 말까지 감소 추세가 지속될 것으로 전망된다</span>”고 밝혔다. 암 등의 심각한 질병의 경우 발견 시기가 한 달여만 늦어도 회복이 어려운 상태에 이를 수 있는 만큼 적절한 건강검진은 필수다.<br/><br/>하지만 메르스 여파가 아니어도 평소 상당수의 건강검진 대상자들은 ‘바쁘거나 건강하다’는 이유 등으로 검진 시기를 미루어 오다가 10~12월에야 검진을 받는다. 여기에 메르스 사태까지 확산되면서 올해 건강검진은 연말집중에 따른 검진 예약 불편 등으로 인한 민원 발생이 예상된다. 검진기관도 수검대상자가 연말에 집중됨에 따라 검진인력 운용 등 관리의 어려움도 예상된다.<br/><br/>이 같은 문제점을 해소하기 위해 건강보험공단은 10인 이상 사업장 11만5000개소에 건강검진 활성화를 위한 이사장 서한문을 최근 발송했다. 또 올해 건강검진(일반, 생애, 암) 미수검자에 대한 수검안내문도 지난 2월에 이어 다시 일괄발송할 계획이다. 또 영유아 검진기간도 메르스 발생기간 동안 만큼(6~7월 2개월) 연장한다. 또 매년 연말에 건강검진을 진행하는 직장가입자 사업장을 조사해 조기검진도 독려한다는 방침이다.<br/><br/>성상철 건강보험공단 이사장은 “<span class='quot1'>최근 국내에서 발생한 메르스 여파로 각 사업장에서 건강검진 시기를 연기하는 사례가 대량 발생해 검진기관은 경영의 어려움을 겪고 있으며, 수검자가 연말에 집중되면 검진의 불편까지 예상된다</span>”며 “<span class='quot1'>검진을 자꾸 미루다 보면 수검자가 연말에 집중돼 검진예약 곤란 등의 불편이 예상되므로 비교적 검진이 한가한 시기인 여름 휴가철을 활용한다면 더 쾌적한 환경에서 검진을 받을 수 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-298.txt

제목: <삶의 질 높이는 생애주기별 건강관리-上>휴가때 건강검진 받으면 ‘일석삼조’  
날짜: 20150728  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150728100000148  
본문: 메르스 여파 검진 연기 많아… 10~12월 수검자 집중 예상<br/><br/>건보공단 “예약 몰리지않는 여름 휴가철 적극 활용하길”<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 사태로 인해 의료기관 방문을 꺼리는 사람들이 늘어나면서 정부가 ‘생애주기별 맞춤형 복지’ 차원에서 제공하는 국가건강검진을 받지 않은 사람도 많이 증가해 부작용이 우려되고 있다. 건강검진 지연은 조기발견을 통한 질병의 예방기능이 잠정 중단된 것으로서 국민의 건강관리에 위협이 될 수 있기 때문이다. <br/><br/> 또 건강검진 수검기관은 기관대로 수검자가 없어 경영상의 어려움을 겪고 있는 데다, 검진을 받아야 하는 수검자들의 검진도 연말로 집중될 전망이어서 수검과정에서의 혼잡 등의 불편도 예상된다. 전문가들은 메르스의 지역사회 유행 가능성이 사실상 종식되면서 지금 건강검진을 받으면 더 쾌적한 환경에서 검진을 받을 수 있다며 적극적인 수검을 조언하고 있다.<br/><br/>28일 국민건강보험공단에 따르면 메르스가 기승을 부렸던 지난 6월 10일부터 이달 20일까지 일반 건강검진 수검 현황을 분석한 결과 102만1635명이 건강검진을 받아, 전년동기 153만5074명보다 51만4069명이 줄었다. 국가 암 검진 수검인원도 같은 기간 전년동기 대비 19만여 명이 줄어, 전체 감소인원은 70만 명을 넘어섰다. 이를 비용으로 계산하면 전년동기 대비 감소한 검진비용은 390억7300만 원에 달한다. 건강보험공단 관계자는 “<span class='quot0'>검진청구 기간이 보통 1개월 정도 소요되므로 7월 말까지 감소 추세가 지속될 것으로 전망된다</span>”고 밝혔다. 암 등의 심각한 질병의 경우 발견 시기가 한 달여만 늦어도 회복이 어려운 상태에 이를 수 있는 만큼 적절한 건강검진은 필수다.<br/><br/>하지만 메르스 여파가 아니어도 평소 상당수의 건강검진 대상자들은 ‘바쁘거나 건강하다’는 이유 등으로 검진 시기를 미루어 오다가 10~12월에야 검진을 받는다. 여기에 메르스 사태까지 확산되면서 올해 건강검진은 연말집중에 따른 검진 예약 불편 등으로 인한 민원 발생이 예상된다. 검진기관도 수검대상자가 연말에 집중됨에 따라 검진인력 운용 등 관리의 어려움도 예상된다.<br/><br/>이 같은 문제점을 해소하기 위해 건강보험공단은 10인 이상 사업장 11만5000개소에 건강검진 활성화를 위한 이사장 서한문을 최근 발송했다. 또 올해 건강검진(일반, 생애, 암) 미수검자에 대한 수검안내문도 지난 2월에 이어 다시 일괄발송할 계획이다. 또 영유아 검진기간도 메르스 발생기간 동안 만큼(6~7월 2개월) 연장한다. 또 매년 연말에 건강검진을 진행하는 직장가입자 사업장을 조사해 조기검진도 독려한다는 방침이다.<br/><br/>성상철 건강보험공단 이사장은 “<span class='quot1'>최근 국내에서 발생한 메르스 여파로 각 사업장에서 건강검진 시기를 연기하는 사례가 대량 발생해 검진기관은 경영의 어려움을 겪고 있으며, 수검자가 연말에 집중되면 검진의 불편까지 예상된다</span>”며 “<span class='quot1'>검진을 자꾸 미루다 보면 수검자가 연말에 집중돼 검진예약 곤란 등의 불편이 예상되므로 비교적 검진이 한가한 시기인 여름 휴가철을 활용한다면 더 쾌적한 환경에서 검진을 받을 수 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-299.txt

제목: <삶의 질 높이는 생애주기별 건강관리-上>만40세·만66세, B형간염·골밀도 검사 등 무료  
날짜: 20150728  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150728100000109  
본문: 올해 국가건강검진은 정부가 ‘생애주기별 맞춤형 복지’ 차원에서 어린이부터 노인까지 전 국민에게 맞춤형 건강검진을 제공하고 있다. 전국 거주지 인근 검진기관에서 예약한 뒤에 받을 수 있다.<br/><br/>◇ 일반건강검진 = 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증(콜레스테롤) 등 심뇌혈관질환의 조기발견을 위해 국가에서 무료로 제공한다. 건강보험 직장가입자와 지역세대주 및 만 40세 이상 지역세대원·직장피부양자, 만 19~ 39세 의료급여세대주 및 만 40~64세 의료급여수급권자 등을 대상으로 2년에 1회(직장가입자 비사무직 1년에 1회) 실시된다. 검진항목은 문진 및 체위검사·흉부방사선 검사·혈액검사·요검사·구강검진 등이다.<br/><br/>◇ 생애전환기 건강진단 = 만 40세(올해 1975년 출생자)와 만 66세(올해 1949년 출생자)에 해당하는 모든 국민을 대상으로 제공되는 연령별 맞춤검사다. 검사결과를 토대로 개인별 위험평가 및 적극적인 생활습관 개선이 처방된다. 역시 본인부담 비용은 없으며, 문진 및 체위검사·B형간염검사(만 40세)·골밀도 검사(만 66세 여성)·정신건강검사 등이 제공된다.<br/><br/>◇ 암검진 = 우리나라에서 발병률이 높고 조기에 진단하면 치료할 수 있는 위암, 간암, 대장암, 유방암, 자궁경부암 등 5대 암을 검진해주는 제도다. 본인부담금은 10%다. 대상자는 출생연도에 따라 암종별 연령 및 검진주기에 따라 다르다. 위암(만 40세 이상·2년 주기), 간암(만 40세 이상 고위험군·1년 주기), 대장암(만 50세 이상·1년 주기), 유방암(만 40세 이상 여성·2년 주기), 자궁경부암(만 30세 이상 여성·의료급여수급자는 만 20세 이상 여성·2년 주기) 등이다.<br/><br/>◇ 영유아건강검진 = 모든 영유아가 건강하게 성장할 수 있도록 필수적인 검사 및 보호자 교육이 제공된다. 생후 4개월부터 71개월까지의 영유아는 문진 진찰, 신체 계측, 시력 검사, 구강검진, 발달 평가와 건강교육 등을 받을 수 있다.<br/><br/>◇ 구강검진 = 일반건강검진 또는 생애전환기 건강진단 대상자에게 시행된다. 문진과 진찰(구강건강관련습관 등 상담), 치아검사, 치주조직검사(치면세균막검사·만 40세만) 등이 본인 부담 없이 제공된다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-300.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘규제 지뢰밭’에 ‘창업 포기’ 속출… 숨통 막힌 창조경제  
날짜: 20150727  
기자: 이민종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150727100000044  
본문: 여행업 ‘과도한 자본금’ 요구 <br/>카셰어링은 ‘차고지’ 가 발목<br/><br/>예비창업자 A 씨는 농산물 작황 정보를 분석해 계절상품의 수급변동 등의 농산물 관련 정보를 제공하는 사업에 주목했다. 이를 위해서는 기상정보와 작물생육정보 등이 필요했다. 그러나 기상청을 통해 공개되는 데이터는 일부에 불과하고 기상정보를 제공하려면 기상업 등록을 해야 한다는 사실을 알게 됐고 사업을 포기했다. 기상 예보업에 등록하려면 ‘기상산업진흥법’상 상근 기상예보사 1명 이상과 사무실 및 기상정보를 수집·처리할 1대 이상의 컴퓨터를 갖춰야 하기 때문이다. 정보의 단순 제공 서비스인데도 창업 장벽이 너무 높은 것이다. <br/><br/>27일 관련 업계에 따르면 정보기술(IT)의 발달과 스마트 기기의 보급 확대 등으로 융합 서비스 분야의 청년창업이 늘고 있지만, 진입 장벽 및 인프라 부족 등에 따른 장애요인이 숱한 것으로 드러나고 있다. 곳곳에 깔린 창업규제로 ‘청년 고용’의 한 축을 옥죄고 있는 셈이다.<br/><br/>중소기업청 창업진흥원이 신산업 관련 청년 창업기업의 애로사항을 발굴하기 위해 2009∼2014 기간 중 신산업에 속하는 1250개 청년창업기업 및 예비창업자를 8대 신산업 카테고리로 분류해 창업 준비 과정의 주요 규제와 애로사항, 개선방안 등을 파악한 결과가 이를 여실히 보여준다. 이 보고서에 따르면, 기상정보 유통서비스와 여행정보제공 서비스는 각각 기상 예보업과 여행업 등록이 높은 진입 장벽으로 작용한다는 문제점이 지적됐다. 개선방안으로 가칭 기상정보유통업과 여행정보제공업 신설 필요성 및 신고제 도입이 제시됐다. <br/><br/>여행업등록의 최소자본금도 오프라인 여행사 기준으로 2억 원으로 높다. 산업디자인도 전문인력 3인 이상 보유, 직전 사업연도 매출액 또는 직전 3개 사업연도의 평균 매출액 1억 원 이상으로 부담이 과도한 것으로 나타났다. <br/><br/>무인대여시스템인 카셰어링은 매년 2배 이상 급성장하고 있지만 다른 운송사업과 달리 차고지가 필요 없는데도 불구, 차고지 설치 의무로 인해 사업화의 장애요인이 되고 있다. 전기자전거는 현행법상 운전면허를 취득해야 운전할 수 있고, 자전거 전용도로 진입도 금지돼 있다. <br/><br/>창업진흥원은 보고서에서 “<span class='quot0'>차세대디지털광고매체로 꼽히는 디지털 사이니, 공공데이터 기반 지식정보서비스, 교통정보제공 서비스, 주차정보제공 및 공유서비스도 인프라 부족 등으로 어려움에 부닥쳐 있다</span>”며 “<span class='quot0'>과도한 허가요건(자격증, 사업장) 및 등록기준 등을 먼저 개선해 청년 창업 활성화를 이끌어 내야 한다</span>”고 권고했다. <br/><br/>이민종·박민철 기자 horizon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-301.txt

제목: 3D 프린팅 치료시대 열렸다  
날짜: 20150724  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150724100000156  
본문: 조직 복제해 인체삽입 등 정교 “고가장비 일반인 적용엔 한계”<br/><br/>국내 의료계에서 3D 프린팅 기술이 본격적으로 적용되고 있어 주목된다. 금속 3D 프린터를 활용해 신체조직을 복제해 인체에 삽입하거나 수술의 정확도를 높이는 데 사용하는 것으로서, 국내 의료기술의 수준을 한 단계 업그레이드하는 계기로 평가되고 있다. 하지만 워낙 고가의 장비인 탓에 일반인이 혜택받는 데까지는 더 시간이 필요할 것이라는 예상이다.<br/><br/>24일 의료계에 따르면 이미 국내 의학계에는 3D 프린팅 연구가 활발하다. 가장 최근인 지난 23일에는 연세대 세브란스병원에서 신경외과 신동아 교수팀이 3D 프린팅 기술로 골육종(뼈에 발생하는 악성종양) 환자 맞춤형 인공 골반뼈를 만들어 교체하는 수술에 성공했다고 밝혀 화제를 모았다. 3D 프린팅 기술로 만든 정교한 골반뼈를 사용해 기존 수술에서 나타날 수 있는 하반신 마비 등의 부작용을 차단한 것이다. <br/><br/>이보다 앞선 2013년에는 서울성모병원의 성형외과 이종원 교수가 3D 프린팅 기술로 인공 코를 제작해 이식수술에 성공했으며, 세브란스병원 신경외과 심규원 교수도 두개골 결손 환자에게 3D 프린터를 활용해 만든 ‘인공 머리뼈’를 이식하는 데 성공했다.<br/><br/>3D 프린팅 기술은 수술의 정교함도 높인다. 지난해 서울성모병원 흉부외과 송현·강준규 교수팀은 수술 중 사망률이 매우 높은 질환 중 하나인 대동맥박리 수술을 3D 프린터의 도움을 받아 성공적으로 끝냈다. 서울아산병원 비뇨기과 김청수 교수팀도 지난 3월 3D 프린터로 신장암 환자의 몸 안에 있는 신장과 암 조직과 거의 같은 모형을 만들어 수술의 정확성을 높였다.<br/><br/>하지만 3D 프린터 장비 등이 워낙 고가이다 보니 일반에게 적용하기에는 한계가 있다는 지적도 나온다. <br/><br/>의료계 한 관계자는 “<span class='quot0'>3D 프린터가 억대의 가격인 데다 소프트웨어도 수천만 원에 달하고, 보형물도 수십만 원인 탓에 환자는 물론 연구자들이 선뜻 치료에 적용하기 어려운 상황</span>”이라며 “<span class='quot0'>신기술 활성화 등을 위한 정부의 지원 등이 필요하다</span>”고 말했다. <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-302.txt

제목: <이 책>사랑에 관하여 등  
날짜: 20150724  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150724100000134  
본문: ★사랑에 관하여(뤽 페리 지음 / 이세진 옮김 / 은행나무) = 프랑스 대표적 정치철학자인 뤽 페리가 ‘사랑’을 말한다. 철학자 클로드 카플리에와의 대담집이며, 사랑을 우리의 삶과 이 세상을 설명하는 단 하나의 원리로 강조한다. 19세기 연애결혼이 가문 간의 결합인 타산적 결혼을 대체하면서 부각된 ‘사랑’이 가족관계뿐 아니라 정치, 교육, 예술 등 공적 분야의 새로운 동력이 되었다며 이를 ‘사랑 혁명’이라 부른다.<br/><br/><br/><br/>★달콤한 모험(성신제 지음 / 생각정원) = ‘인생 2막, 어떻게 원하는 것을 얻을 것인가’라는 부제가 붙어있다. 저자는 1948년생으로 국내 대기업을 제치고 미국의 ‘피자헛’을 한국에 들여오는 등 30년 동안 한국 외식업계의 대표 아이콘이다. 외환위기 이후 몰아친 위기를 이겨내지 못했다. 2011년에는 직장암과 간암, 폐암 선고를 받았지만 5년이 되어가는 현재 암을 이겨내고 있다.<br/><br/><br/><br/>★나는 아직 내게 끌린다(남인숙 지음 / 위즈덤하우스) = ‘어쨌거나 남자는 필요하다’, ‘나는 무작정 결혼하지 않기로 했다’ 등 젊은 세대 여성을 위한 에세이를 꾸준히 펴내온 저자의 새 책. 자기 입장에서 최선을 다해 살아왔지만 해결되지 않는 고민을 안고 있는 7명의 여자에게 신비한 구두가 나타난다. 12㎝ 굽을 가진 이 ‘야하게 생긴’ 구두는 일곱 여자를 차례로 찾아가며 그녀들과 함께 고민하고, 욕망한다.<br/><br/><br/><br/>★한국사 스크랩(배한철 지음 / 서해문집) = 중앙일간지 기자 경력 20년, 현재는 문화재 분야를 담당하고 있는 저자가 쓴 우리 역사 이야기. 취재현장에서 떠오른 사소한 호기심을 붙들고 답을 찾아내 독자들 앞에 풀어놓는다. ‘미스터리 왕국 가야는 어디로 사라졌나’ ‘그 많던 조선의 무슬림은 어디로 사라졌나’ ‘해저 유물은 왜 죄다 청자뿐일까’ 등 40여 개의 주제에 대해 간결하면서도 깊게 논한다.<br/><br/><br/><br/>★도시에 미학을 입히다(고명석 지음 / 워치북스) = ‘도시는 생명체’라는 바탕 위에서 도시 미학과 재생, 안전에 대해 이야기한다. 덕수궁 돌담길, 염리동 소금길, 종로 북촌과 문래동 예술촌 등을 걷으면서 가볍게 도시 미학의 개념을 설명하고, 다양한 미술작품과 건축물을 통해 예술적 원리를 갖춘 도시계획의 방향을 논한다. 지속가능한 미래도시, 매력적인 도시의 모습에 대한 답도 들을 수 있다.

언론사: 문화일보-1-303.txt

제목: ‘삼성전자 백혈병’ 조정위 권고안 3대 논란  
날짜: 20150724  
기자: 방승배  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150724100000048  
본문: 초법 결정… 산재보상법 근간 흔들어<br/><br/>경영 침해… 공익법인에 내부 점검권<br/><br/>졸속 도출… 당사자 의견 수렴 3회뿐<br/><br/>삼성전자 반도체 공장에서 발생한 백혈병 피해자들과 삼성전자 간 보상 및 사과 방식 등에 대한 민간조정위원회(조정위)가 23일 삼성전자에 1000억 원을 기부해 공익재단을 설립할 것을 권고한 것과 관련, 3가지 논란이 일고 있다. 논란은 산업재해보상보험법의 근간을 흔들 수 있는 초법적 결정이라는 점, 외부 공익법인 이사회의 내부 점검권이 경영권을 침해할 우려가 있다는 점, 조정위 권고안의 도출 과정의 적절성 등으로 요약된다.<br/><br/>24일 관련 전문가들에 따르면 조정위가 정한 질환과 업무 연관성을 불문한 채 치료비 전액을 보전하라는 권고는 현행 산업재해보상보험법의 근간을 흔들 우려가 있다는 주장이다. 공적 영역이 존재하는데도 불구하고 개별기업의 예외를 인정했기 때문이다. <br/><br/>퇴직 후 잠복기를 최장 14년까지 보장해 보상하라는 조항도 문제로 지적된다. 60세에 은퇴한다면 74세까지 보장하라는 것인데, 70대 남성의 3분의 1이 암환자로 조사되는 상황에서는 불가능한 일로 평가된다.<br/><br/>재계는 이런 보상안이 기준이 되면 삼성전자는 물론 산업계 전반에 감당할 수 없는 후폭풍이 일어날 것으로 보고 심각하게 우려하고 있다. 앞서 이날 조정위는 28개 질환을 명시하고, 이 병에 걸린 근로자들에 대해 업무 연관성과 무관하게 치료비 전액을 보전하라고 권고했다.<br/><br/>두 번째 논란은 권고안을 실행하기 위한 공익법인에 사업장 내부 점검권을 줘 경영권을 침해할 우려가 있다는 부분이다. 권고안에 따르면 공익법인 이사회가 추천한 옴부즈맨 3명은 삼성전자 사업장의 주요 정보를 들여다볼 수 있고, 필요할 경우 시정을 요구할 수 있다. 이럴 경우 사실상 회사 경영 전반에 대한 간섭 우려가 제기된다.<br/><br/>세 번째는 조정위 권고안 도출 과정의 적절성이다. 당사자 의견 반영 없이 4개월 침묵 끝에 나온 일방적 권고안이라는 것이다. <br/><br/>실제로 조정이 진행된 지난 6개월 동안 당사자와 만나 의견을 들은 것은 3차례밖에 되지 않았던 것으로 나타났다. 권고안에 ‘유보적 입장’을 냈던 삼성직업병피해자가족대책위원회’(가대위) 송창호 대표는 이날 문화일보와의 통화에서 “<span class='quot0'>그동안 조정위와 가족위원회 간의 소통이 불충분했다</span>”면서 “<span class='quot0'>새로운 공익법인에 문제를 또 떠넘기지 않을까 하는 우려가 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>삼성전자도 이번 조정위의 권고안에 대해 내부적으로는 불만이 상당한 것으로 전해졌다. 앞서 삼성전자는 “<span class='quot1'>회사가 수차례에 걸쳐 받아들이기 어렵다고 밝힌 내용이 포함돼 고민되는 것이 사실</span>”이라고 밝힌 바 있다. <br/><br/>방승배 기자 bsb@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-304.txt

제목: 아모레퍼시픽, 암투병 환자 메이크업 서비스  
날짜: 20150723  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150723100000179  
본문: 아모레퍼시픽은 올해도 서울 및 전국 주요 병원에서 뜻깊은 행사 하나를 연중 선보이고 있다. 510명의 아모레 카운셀러가 자원봉사자로 나서 암 수술 후 2년 이내로 방사선이나 항암치료 중인 여성 환우를 대상으로 ‘메이크업 유어 라이프’ 캠페인(사진)을 펼치고 있는 것. 암 치료 과정에서 피부변화와 탈모 등 급작스러운 외모 변화로 고통받는 여성 암 환우들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등 자신을 아름답게 가꾸는 기법을 전수한다. 2008년에 처음 시작했고 지난해까지 9221명의 여성 암 환우가 참가한 아모레퍼시픽의 간판 사회공헌 캠페인이다. 2011년부터는 중국으로도 수혜지역을 확대해 현지 병원 및 중국 환우들로부터도 큰 호응을 얻고 있다.<br/><br/>이뿐만이 아니다. 2000년에는 설립기금 전액을 출자해 국내 최초의 유방건강 비영리 공익재단인 한국유방건강재단을 만들고 유방건강 의식 향상을 위한 ‘핑크리본캠페인’도 전개하고 있다. 2001년부터 46만 명이 참여할 정도로 여성 건강을 위한 대표적인 행사로 자리 잡았다. 이의 일환인 ‘핑크리본 사랑마라톤’에는 25만4000명이 참가해 26억 원이 넘는 기부금을 모았다. 저소득층 유방암 수술과 치료비 지원, 유방건강 관련 학술연구 등에 값지게 쓰였다. 아울러 저소득 한부모 가정의 자활과 자립을 위한 ‘희망가게’ 후원, 빈 병의 수거와 창의적 재활용으로 가치를 창출하는 ‘그린사이클 캠페인’ 등도 아모레퍼시픽만의 차별화된 사회공헌으로 꼽힌다. 아모레퍼시픽 관계자는 “<span class='quot0'>화장품 업계 1위 기업으로서의 책임과 ‘기업 시민’이란 사회적 소임을 다하기 위해 노력하고 있다</span>”고 말했다.

언론사: 문화일보-1-305.txt

제목: <힐링푸드>以魚治冷(이어치냉)… 병어로 면역력 충전!  
날짜: 20150722  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150722100000176  
본문: 살 부드러워 서양선 ‘Butter Fish’ <br/>비타민B군·필수아미노산 등 풍부 <br/>원기회복·소화 ‘굿’… 냉방병 예방<br/><br/>여름 제철 생선인 병어는 농어목 병어과의 바닷물고기로, 몸이 납작하며 청색과 은색을 띤다. 특히 입술이 귀엽고 앙증맞게 생겼다. 바다 물고기 중에 입이 제일 작은 어종으로 알려져 있다.<br/><br/>젖빛 흰살에 살결도 곱고 부드럽다. 조림으로 만들면 입에서 살점이 살살 녹는다. 비린내도 거의 없다. 지방과 수분이 많아 버터처럼 부드러운데 그래서 서양에서는 버터피시(Butter Fish)라고 부른다.<br/><br/>우리나라에서 병어의 산지는 전남 신안군 지도 및 임자도 영광지역 일대다. 제철이 되면 산지 식당에서는 병어회, 병어찜, 병어튀김, 병어회무침, 병어회덮밥 등 병어를 이용한 각종 요리가 등장한다. 매년 6월 전남 신안에서는 병어 축제가 열리는데 올해는 중동호흡기증후군(메르스) 여파로 안타깝게 취소됐다. 병어를 여름 제철 생선으로 분류하는 것은 산란기를 앞두고 지방을 비축하기 때문이다. 그래서 식도락가들 사이에는 ‘봄 도다리, 여름 병어, 가을 전어, 겨울 방어’라는 말도 있다. 병어는 회와 조림으로 먹는다. 회는 활어가 아닌 선어로 즐겨 먹는다. 뼈째 썰어 막된장에 찍어 마늘 한점 같이 올리고 깻잎에 싸 먹는다. <br/><br/>병어는 원기회복에 좋고 소화가 잘되는 생선으로 예로부터 노약자나 환자에게 많이 권해졌다. 이는 병어에 각종 비타민이 풍부하게 들어있으며, 아미노산 조성도 훌륭하기 때문이다. 면역력이 떨어지고 피로가 쌓여 걸리는 냉방병 등에 병어가 좋은 식품으로 권해지는 것도 그 때문이다. <br/><br/>이와 관련해 눈여겨볼 성분은 인체의 면역력을 강화시켜 줘 ‘면역비타민’으로도 불리는 비타민B군이다. 에너지 대사에 필수적인 비타민B1은 쌀밥을 주식으로 하는 우리나라 사람들에게 특히 부족하기 쉬운 성분으로 결핍될 경우 에너지 대사가 조화를 이루지 못해 피루빈산이나 젖산 등의 피로물질을 축적해 현기증, 식욕부진, 피로, 전신 권태감 등을 유발한다. 비타민B1은 신경계와 정신적인 태도에 긍정적인 영향을 미치며, 신경계, 근육, 심장의 기능을 정상적으로 유지시켜 준다. 피부, 손발톱, 머리카락의 건강에 관여해 ‘피부비타민’으로 불리는 비타민B2 역시 병어에 풍부하다. 부족하면 입 주변에 염증이 생기거나 구순구각염, 설염 등이 발생한다. <br/><br/>최근 면역비타민의 하나로 새롭게 각광받고 있는 비타민D도 병어에는 많이 들어있다. 남녀 성인의 비타민D 하루 충분 섭취량은 5㎍인데 병어 100g에는 5㎍의 비타민D가 들어있다. 비타민D는 호르몬처럼 몸 전체에 영향을 미친다. 전문가들은 비타민D의 섭취나 체내 합성이 부족하면 골다공증은 물론 면역력을 낮추고 암 발생 위험이 높아진다고 주장한다. <br/><br/>외국에서의 한 연구에 따르면 비타민D 결핍은 골다공증은 물론, 심장질환, 암, 자가면역질환, 우울증, 불면증, 관절염, 당뇨병, 만성통증, 건선, 섬유근육통, 기타 만성질환 등에 좋지 않는 영향을 미친다. 또 병어에는 체내에서 항산화 작용을 해 노화를 방지해주는 비타민 E도 비교적 많이 들어있다. <br/><br/>면역력과 관련해 또 놓쳐선 안 되는 성분으로 아미노산이 있다. 병어에는 이소루신, 루신, 라이신, 메티오닌, 페닐알라닌, 트레오닌, 트립토판, 발린 등 반드시 식품을 통해서 섭취해야만 하는 8대 필수아미노산이 풍부하게 들어있다. 아미노산은 인체의 면역력을 유지해주는 백혈구 합성재료다. 영양실조인 사람들이 질병에 취약한 것도 아미노산 섭취가 부족하기 때문이다. <br/><br/>병어는 흰살생선이면서도 지방은 붉은 살 생선 못잖게 많다. 특히 지방 함량이 100g당 6.3g으로 삼치(2.7g), 연어(1.9g)보다 높다. 지방의 60%가량도 모두 불포화지방산이다. 특히 EPA와 DHA가 풍부하다. 동맥경화, 뇌졸중 등 순환기계통 성인병을 예방해 주는 데 효과적이다. 불포화지방산은 콜레스테롤과 결합하여 담즙을 만든다. 담즙은 음식물로 섭취한 지방의 소화 흡수를 돕고 몸 밖으로 배출됨으로써 콜레스테롤이 체지방으로 전환되는 것을 사전에 예방한다. <br/><br/>한편 병어는 표면이 매끄럽고 윤기가 흐르며 눌렀을 때 살이 단단하고 탄력이 있는 것이 좋다. 병어 몸통을 수평으로 들어보면 싱싱한 것은 육질이 단단하여 비교적 빳빳하게 수평을 유지한다.<br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@

언론사: 문화일보-1-306.txt

제목: 전 충남교육감 캐디 성추행 혐의 조사  
날짜: 20150722  
기자: 김창희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150722100000141  
본문: 요리방송 스타 아들을 둔 전 충남교육감 백모(81) 씨가 골프장 캐디 성추행 혐의로 피소돼 경찰 조사를 받고 있다. 그러나 백 씨는 혐의를 강하게 부인하고 있다.<br/><br/>　<br/><br/>22일 경찰에 따르면 최근 대전 유성구의 한 골프장 경기보조원 A 씨가 지난 6월 골프장에서 알게 된 백 씨와 사석에서 만났다가 성추행을 당했다는 내용의 고소장을 최근 대전 둔산경찰서에 제출했다. 골프장을 그만둔 A 씨는 대전지역 시민단체의 도움을 받아 고소장을 제출했다. 경찰은 최근 백 씨를 불러 사실관계를 조사했으며, 백 씨는 “억울하다”며 혐의를 부인한 것으로 전해졌다. 경찰은 이날 중 백 씨를 불구속 기소 의견으로 송치할 예정이다. <br/><br/><br/><br/>경찰 관계자는 “<span class='quot0'>성 관련 사건인 관계로 구체적인 조사 내용은 밝힐 수 없다</span>”고 말했다. 결백을 주장하고 나선 백 씨는 “평생을 살며 한 번도 허튼 짓 하지 않고 살았고 암수술을 4차례나 해 건강이 악화됐다”며 “누군가 나를 욕보여 이득을 보려는 것 같은데, 법정에서 시시비비가 가려질 것”이라고 말했다.백 씨는 유명세를 타고 있는 한 외식사업가의 부친으로 관선·민선 충남교육감을 역임했다. <br/><br/><br/><br/>대전=김창희 기자 chkim@

언론사: 문화일보-1-307.txt

제목: <오후여담>‘봄여름가을겨울’ 음악 30년  
날짜: 20150720  
기자: 김종호  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150720100000064  
본문: 김종호 / 논설위원<br/><br/>‘후회로 가득한 지난 날/ 그리 좋지는 않았지만/ 그리 나쁜 것만도 아니었어/ 석양도 없는 저녁/ 내일 하루도 흐리겠지/ 힘든 일도 있지/ 드넓은 세상 살다 보면.’ 한국 대중음악계 최초의 본격적인 퓨전재즈 그룹 ‘봄여름가을겨울’이 2002년에 발표한 7집 앨범 ‘브라보 마이 라이프(Bravo my life)’의 타이틀 곡 가사 일부다. 지적이고 실험적이면서 완성도 높은 음악으로 일관해 ‘한국 대중음악의 자존심’으로 불리는 이들의 명곡은 이밖에도 많다. ‘사람들은 모두 변하나 봐’ ‘어떤 이의 꿈’ ‘나의 아름다운 노래가 당신의 마음을 깨끗하게 할 수 있다면’ ‘그대, 별이 지는 밤으로’ 등.<br/><br/>올해 53세 동갑인 김종진(기타·보컬)과 전태관(드럼)은 1988년 봄여름가을겨울을 출범시키며 한국 대중음악사에 한 획을 그은 제1집 앨범을 발표했다. 그러나 같은 그룹에서 활동한 것은 요절한 가수 김현식이 1986년에 결성한 5인조 ‘김현식의 봄여름가을겨울’부터다. 그래서 올해를 봄여름가을겨울 활동 30년째로 친다. 김현식이 대마초 사건으로 활동을 못하게 되기 전에 유재하는 그룹을 떠났고, 장기하는 유재하 자리를 이었던 박성식과 함께 2인조 ‘빛과 소금’으로 독립했다. 김종진과 전태관은 2인조 봄여름가을겨울로 뭉쳤다.<br/><br/>전태관은 현재 암 투병 중이다. 봄여름가을겨울의 노래와 연주곡 거의 모두를 작사·작곡해온 뮤지션이면서 와인 애호가인 김종진의 제안에 따라, 2004년부터 매년 ‘보졸레 누보’의 세계 동시 출시 시점에 맞춰 서울의 와인 바에서 열어온 ‘와인 콘서트’의 지난해 11월 27일 10주년 기념 무대에도 그는 서지 못했다. 그런 전태관의 쾌유를 기원하기 위해 김종진은 지난 3월 25일 스페인으로 출국, 한 달 남짓 동안 산티아고 순례길 800㎞를 걷기도 했다. 힘든 순례 후 그곳 성당의 기둥을 만지며 소원을 빌면, 한 가지는 반드시 이뤄진다는 말이 전해오기 때문이다. 완벽을 추구해 콘서트 이듬해에 한정판으로 내놓아온 관례에 따라, 지난해 공연 실황 앨범이 최근에 나왔다. 전태관은 “<span class='quot0'>위대한 그룹 봄여름가을겨울이 사람들의 기억 속에만 남게 되지 않았으면 좋겠다</span>”면서 “<span class='quot0'>내가 빠져도 멈추지 말기 바란다</span>”고 하지만, 그가 병마를 털고 일어나 김종진과 함께 완성하는 봄여름가을겨울의 음악과 더 오래 만나기를 간절하게 소망하는 사람이 많다.

언론사: 문화일보-1-308.txt

제목: <이 책>사는 게 뭐라고 등  
날짜: 20150717  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150717100000136  
본문: ★사는 게 뭐라고(사노 요코 지음, 이지수 옮김 / 마음산책)= 전 세계에서 사랑받은 밀리언셀러 동화 ‘100만 번 산 고양이’의 작가이자 일러스트레이터, 일본의 국민 시인 다니카와 ？타로를 남편으로 뒀던 사노 요코(1938∼2010)가 세상을 떠나기 2년 전까지 5년간 쓴 꼼꼼한 생활 기록. 암으로 시한부 선고를 받은 뒤 녹색 재규어로 차를 바꾸고, 일흔이 넘었어도 ‘욘사마’를 좋아하는 할머니의 일상이 담겼다.<br/><br/><br/>★알 왈리드, 물은 100도씨에서 끓는다(리즈 칸 지음, 최규선 옮김 / 김영사)= 세계적 투자기업 킹덤홀딩스(KHC)의 회장, 세계 4대 부호 알 왈리드. 그는 사우디아라비아 왕족 출신이지만 부모가 이혼한 뒤 어머니 편에서 자랐다. 대출금 3만 달러로 컨테이너 사무실을 차렸고, 25년간 매년 25%의 수익률을 올리며 월스트리트 ‘투자의 신’으로 거듭났다. <br/><br/><br/>★생명의 수학(이언 스튜어트 지음, 안지민 옮김 / 사이언스북스)= DNA 구조 분석은 수학 없이 불가능했다. 결정 속의 원자가 구조를 만들어내는 회절 패턴을 통해 원자구조를 재구성하는 수학기법 중 하나인 브래그 법칙과 원자의 배열 형태를 구체적으로 알려주는 수학기법인 푸리에 변환이 도움을 줬다. 책은 수학적 기술과 관점이 어떻게 생명을 이해하는 데 적용되는지 살핀다.<br/> <br/><br/>★처음 만나는 물고기 사전(이상권 지음, 김민정 그림 / 한권의책)= 각시붕어, 강준치, 꺽지, 꾸구리, 망둥이, 배스 등 스물세 종류의 물고기 친구들을 어린이들에게 소개한다. 단순한 정보전달이 아니다. 자식을 위해 가시를 힘껏 세우고 죽을힘을 다해 싸우는 가시고기, 지금은 멸종 위기에 처해서 안타까움을 주는 논두렁 구멍 뚫기 선수 드렁허리 등 아이들의 흥미를 끌 수 있는 이야기를 함께 전한다.<br/><br/><br/>★위치우위, 문화란 무엇인가(위치우위 지음, 심규호 옮김 / 이다미디어)= 중국 대표작가로 꼽히는 위치우위가 중국 대륙과 세계 각국의 고대 문명 유적지를 직접 답사하고 쓴 문화 이야기. 대지 위에 솟은 비석의 비문을 통해 유적과 폐허가 남긴 문화의 흔적을 증언하고, 중국 문화예술계 인사들의 삶도 그려낸다. 중국 고대로부터 현대까지 내려온 문화 전통에 빛나는 헌사를 바치지만, 중국사회의 치부에 대해서는 신랄한 비판도 마다하지 않는다.

언론사: 문화일보-1-309.txt

제목: <울산창조경제혁신센터 출범>‘한국형 의료 자동화 수출’ 전진기지로  
날짜: 20150715  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150715100000035  
본문: 서울아산병원·현대重 등 협력 <br/>3년뒤 70조원 시장 본격 공략<br/><br/>울산창조경제혁신센터(울산센터)가 한국의 수준 높은 의료 서비스와 의료 로봇을 결합한 ‘한국형 의료 패키지’의 수출 전진기지 역할을 맡는다.<br/><br/>15일 울산센터에 따르면 서울아산병원·울산대병원·현대중공업 등은 이 센터를 거점 삼아 의료서비스 기술과 로봇 제조기술을 융합한 자동 의료로봇 등 한국형 고부가가치 의료 시스템을 만든다. 울산시에는 산업재해 치료와 재활 수요가 높고, 현대중공업의 산업용 로봇 생산규모가 국내 1위라는 점에서 첨단 의료 자동화 신산업을 위한 충분한 잠재력을 보유하고 있는 것으로 평가받고 있다.<br/><br/>현대종합상사는 해외 영업망을 활용해 ‘의료로봇+의료서비스’로 구성된 의료 패키지의 해외 병원 수출을 지원한다. 현대중공업과 서울아산병원·울산대병원, 현대종합상사를 연계한 의료자동화 패키지화 및 해외진출 지원체계가 갖춰지는 셈이다.<br/><br/>의료자동화산업은 세계적으로 연평균 9.1%의 높은 성장세를 보이는 유망 서비스산업 분야다. 지난 2013년 43조 원을 기록한 세계시장 규모는 2018년에는 70조 원대까지 대폭 늘어날 전망이다.<br/><br/>현대중공업은 세계 5위의 산업용 로봇 생산업체로서, 대·중소기업 및 병원 간 협업 생태계를 통해 의료자동화 제품 개발을 추진 중이다. 현대중공업은 연구·개발(R&D)·설계·디자인 등을 담당하고, 서울아산병원은 아이디어 발굴과 의료서비스 개발 및 테스트베드 제공을, 의료전문 중소기업은 소프트웨어(SW)·부품·소모품 개발을 맡는다. <br/><br/>이 같은 협업을 통해 지난해 보행재활 로봇과 환자이동 로봇을 상용화했고, 현재 세계 최초로 종양치료 로봇과 정형외과수술 로봇을 개발하고 있다. 개발된 의료자동화기기를 기반으로 한 첨단 치료기술은 해외 의료관광객 유치와 해외 의료진 연수 등 의료관광산업 활성화에 이용된다. <br/><br/>서울아산병원은 지난해 전 세계 45개국, 482명의 의료인에게 암 치료 등 첨단 수술법을 교육한 바 있다.<br/><br/> 박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-310.txt

제목: 건보公 ‘담배 폐해’ 국제심포… 美 소송 전문가들 대거 참석  
날짜: 20150715  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150715100000080  
본문: “<span class='quot0'>모든 흡연자가 폐암에 걸리는 것은 아니더라도 대부분의 폐암을 유발하는 것은 흡연이다.</span>”<br/><br/>오는 16일 서울 중구 한국프레스센터에서 건강보험공단 주최로 열리는 ‘담배의 폐해’ 국제심포지엄에 참석하기 위해 한국을 찾은 조너선 샤멧(사진) 미국 서던캘리포니아대학 국제보건연구소장은 15일 미리 공개한 발표요지문을 통해 이같이 밝혔다. 전 세계 금연운동에 큰 영향을 준 ‘2014년 미국 보건총감보고서’의 수석 과학 편집장인 조너선 샤멧 박사는 “<span class='quot1'>20갑년(하루 1갑을 20년 동안 흡연) 이상, 30년 이상 흡연한 후 폐암과 후두암이 발병했다면, 흡연이 암을 유발했을 가능성은 극단적으로 높다</span>”며 “<span class='quot1'>대한민국의 건강보험공단은 담배소송에서도 이를 활용하라</span>”고 조언했다. 또 다국적 담배회사의 내부기밀문건을 처음으로 미국의학협회지에 발표한 스탠튼 글란츠 미국 샌프란시스코 주립의대 교수는 “<span class='quot2'>담배회사들이 과학 연구를 공격하기 위하여 만들어 낸 각본은 지난 50년 동안 작동했다</span>”며 담배회사를 비판했다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-311.txt

제목: <힐링푸드>인삼 맛 나는 삼채 … 디톡스 심봤다!  
날짜: 20150715  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150715100000123  
본문: 단맛 · 쓴맛 · 매운맛 난다고 ‘三菜’ … 뿌리 맛이 蔘 같다고 ‘蔘菜’<br/><br/>삼채는 단맛, 쓴맛, 매운맛을 지녔다고 삼채(三菜)라는 이름이 붙여졌다. 일각에서는 뿌리에서 인삼 맛이 난다고 해 ‘삼채(蔘菜)’로도 쓴다. 원산지는 인도와 부탄, 중국 남서부. 미얀마 일대로 현지에서는 오래전부터 피로해소 및 면역력 증강 등을 위해 식용과 약용으로 동시에 쓰였다. <br/><br/>국내의 경우 최근 몇 년 전부터 수입되어 농가에서 재배되기 시작했다. 삼채가 건강식품으로 주목받기 시작한 것은 양파, 부추, 마늘, 파, 달래 등과 같은 파(allium) 속 식물이면서도 효능 면에서 오히려 뛰어날 수 있다는 사실이 알려지면서부터다. 삼채는 부추를 닮아서 ‘뿌리 부추’라고도 불리는데, 부추와 비교했을 때, 전체적으로 회분(무기질), 칼슘, 칼륨, 베타카로틴과 니아신의 함량이 높게 나타났다. 우리나라에서는 삼채가 약초처럼 취급되지만, 사실 미얀마 등에서는 파나 마늘처럼 양념 채소로 널리 이용되고 있다. 또한 삼채는 민간에서 다양한 치료 목적으로 사용되는데, 이에 대한 과학적인 근거 자료가 미흡한 실정이다. 따라서 국내에서는 농촌진흥청 국립농업과학원과 대학, 그리고 식품연구기관 등을 중심으로 연구가 활발히 진행되고 있다. <br/><br/>삼채의 효능과 관련해 가장 많이 거론되는 것이 식이유황성분. MSM(Methyl Sulfonyl Methane)으로도 불리는 이 성분은 소화를 촉진하고, 생리활성을 도와 원기를 북돋워준다. 불가에서 파, 마늘, 달래 등의 오신채를 금기시한 것도 이 식이유황 때문이다. 식이유황은 자체가 강력한 항산화물질로 DNA 손상을 예방하고, 항염·항균작용으로 면역력 증진에 도움을 준다. 현재까지의 연구결과에 따르면 삼채의 식이유황성분이 황함유 식품의 대명사로 꼽히는 양파나 마늘보다도 많다. 전북대 헬스케어기술개발사업단의 양재헌 교수 연구팀은 삼채를 48시간 건조 후 ‘비휘발성 식이유황’ 함량을 분석한 결과 삼채의 함량(0.5%)이 같은 조건에서의 양파(0.4%), 마늘(0.3%), 부추(0.2%)보다 상대적으로 높았다고 밝혔다. <br/><br/>우리 몸은 칼에 베이거나 못에 찔리는 등 손상이 생기면 곧바로 빨갛게 부풀어 오르고 열이 난다. 이것은 외부 침입 물질로부터 우리 몸을 지키려는 ‘염증 반응’으로, ‘종기’를 유발하는 모낭염도 포도알균이 모낭에 침범하면서 나타나는 염증질환이다. 따라서 삼채의 항염작용이 예방과 치유를 도울 수 있다. <br/><br/>피부에서의 염증뿐 아니다. 몸속에도 계속해서 미세염증이 생기고 없어진다. 몸속 장기세포나 혈관세포가 손상되거나 죽었을 때 이 세포를 외부 침입자로 착각하고, 없애기 위해 체내에서 비정상적으로 작은 염증반응을 일으키는 것이다. 이런 반응은 정상 세포까지 손상시키고, 잠재되어 있는 노화나 암 유전자 등 해로운 유전자를 자극한다. ‘나쁜 염증’이라고나 할까?<br/><br/>한국교통대 식품공학과와 건국대 생명공학과 연구팀에 의해 수행된 ‘물과 주정을 이용한 삼채 뿌리와 잎 추출물의 항산화 활성 및 항염증 효과 비교’ 연구에 따르면 삼채 잎 추출물은 항산화 활성이 우수하고, 삼채 뿌리 추출물은 항염증 활성이 높음이 확인됐다. 국립농업과학원과 김치연구소의 공동 연구 결과에서도 삼채 뿌리는 대식세포에서 염증성 사이토카인 물질들의 생성을 현저히 저해했고, 발효 삼채는 염증 관련 유전자가 일하지 못하도록 막으며, 염증 유발 물질의 생성을 억제했다. <br/><br/>삼채의 효능과 관련한 연구로 당질대사와 관련한 동물연구도 최근에 수행됐다. 농촌진흥청 국립농업과학원이 발표한 ‘삼채의 급여가 당뇨마우스의 당질대사에 미치는 영향’에 관한 연구에 따르면 제2형 당뇨모델인 실험쥐에게 삼채 잎과 뿌리 분말을 8주간 급여한 결과 삼채 잎에서 항당뇨 활성이 입증되었다. <br/><br/>따라서 전문가들은 이렇게 기능성이 다양한 삼채가 보다 많은 국민의 밥상에 잘 올려질 수 있도록, 여름철 삼채 잎의 유통 및 품질이 우수한 삼채의 재배법 개선과 삼채 이용 제품 개발 등이 실현돼야 하고 국산 품종 삼채가 자리매김할 수 있도록 국가 차원에서의 관심도 필요한 시점이라고 입을 모은다. 한편 삼채 구입은 재배 중인 농가에서 운영하는 인터넷 몰(www.samchaemall.com) 등을 이용하면 된다. <br/><br/> <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-312.txt

제목: 국립암센터 통계 최다사용처 ‘영리 목적’ 민간보험사  
날짜: 20150714  
기자: 고서정  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150714100000095  
본문: 국립암센터 중앙암등록본부가 보유한 암 등록 통계자료를 가장 많이 요구해 사용하는 기관은 영리 목적의 민간 보험사인 것으로 나타났다.<br/><br/>14일 보건복지부가 2012∼2014년 최근 3년간 국립암센터 내외부 기관의 암 등록 통계자료 요구실적을 기관별로 분석한 감사 결과에 따르면 총 353건 중에서 보험회사 등 민간기업이 영리를 목적으로 요구한 것이 110건(31.1%)으로 가장 많았다. 국립암센터 내부 자체적으로 요구한 게 77건(21.8%)으로 두 번째를 차지했다. 이어 국회 59건(16.7%), 의료기관 44건(12.5%), 대학 37건(10.5%), 정부(연구기관 포함) 19건(5.4%), 언론 6건(1.7%) 등의 순이었다. 국립암센터는 2004년 12월부터 암 발생 및 치료와 관련한 자료를 체계적으로 수집, 분석해 암 발생률, 암 생존율 등의 암 통계자료를 만들어 보관하고 있다. 보건당국이 암 관리 정책을 수립하고 대학 등 외부의 관련 연구기관이 암 연구를 하는 데 기초자료로 활용하기 위한 것이다. <br/><br/>그러나 이런 취지와는 달리 민간 보험회사가 영리 목적으로 가장 많이 사용하고 있는 것으로 나타났다. 반면 대학 등 연구기관에서 암 등록 통계자료를 요구한 건수는 상대적으로 적었다. 이에 대해 보험회사들이 암 등 질병 정보를 얻게 되면 질병이 있는 사람의 보험 가입을 막고 보험금 지급을 거부하는 근거로 삼을 수 있다는 우려의 목소리도 나오고 있다. <br/><br/>고서정 기자 himsgo@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-313.txt

제목: <세상 만사-나라 밖>美의사 거짓치료로 거액 챙겨  
날짜: 20150713  
기자: 김리안  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150713100000115  
본문: 미국에서 거짓으로 암 진단을 내리고 불필요한 화학치료를 해 거액을 가로챈 의사가 중형을 선고받았다고 11일 CNN 방송과 AP통신 등이 보도했다. 미국 미시간주 동부 연방지방법원의 폴 보먼 판사는 10일 사기와 돈세탁 등 혐의로 기소된 파리드 파타(50)에게 징역 45년을 선고했다. 파타는 디트로이트에서 혈액·종양 전문의로 일하면서 불필요하거나 지나친 암 치료를 해 보험회사로부터 거액을 받아 챙긴 혐의로 체포됐으며 지난해 9월 범죄사실 일부를 인정했다.<br/><br/>김리안 기자 knra@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-314.txt

제목: <인터넷 유머>한국에서 없어진 것 다섯 가지  
날짜: 20150713  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015071310017890564  
본문: 한국에서 없어진 것 다섯 가지<br/>① 귀신과 도깨비는 전기가 들어오면서 없어졌고, ② 호랑이와 늑대는 6·25전쟁 때 없어졌다. ③ 보릿고개와 굶주림은 박정희 때 없어졌고, ④‘간첩 잡자’는 말은 김대중, 노무현 때 없어졌다. ⑤ 2014년 12월 19일 통합진보당이 없어졌다.<br/>현대인들은 그저 말만 한다<br/>△ 친구A : (전화를 받으며) 응, 너구나. 요즘 어떻게 지내니?<br/>△ 친구B : 좋아! 넌 어때?<br/>△ 친구A : 엉망진창이야. 아파서 병원에 갔더니 글쎄 암이라는구나.<br/>△ 친구B : 그래? 뭐 새로운 소식은 없고?<br/>여자라서 좋은 이유<br/>△ 택시 잡기가 쉬우니까.<br/>△ 공짜로 술 마시고 식사하고 영화를 볼 수 있으니까.<br/>△ 남자가 먼저 죽으니 보험금을 받아 챙길 수 있으니까.<br/>△ 길을 물어서 가는 게 길을 잃지 않는 상책이라는 걸 깨달을 정도로 머리가 돌아가니까.<br/>△ 립스틱 자국으로 내 유리잔을 식별할 수 있으니까.<br/>△ 타이태닉호가 난파했을 때 여자가 먼저 구출됐으니까. <br/>남자라서 좋은 이유<br/>△ 맥주 두 잔으로 나가떨어지는 일은 없으니까.<br/>△ 뭘 입을까 결정하는 데 몇 시간을 들이지 않아도 되니까.<br/>△ 아무리 길어도 5분이면 머리 손질을 끝낼 수 있으니까.<br/>△ 친구들에 대해 쑥덕거리거나 중상모략하는 일이 없으니까.<br/>△ 고추와 방울 덕분에 서서 소변을 볼 수 있으니까.<br/>△ 아이를 낳을 수 없는 걸 다행으로 생각하니까.

언론사: 문화일보-1-315.txt

제목: 건강보험료 매년 오르고, 적립금 쌓이는데… 국민 의료혜택은 4년연속 떨어졌다  
날짜: 20150710  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150710100000091  
본문: 2009년 65%서 62%로 하락…“2014년엔 보장률 반등할 것”<br/><br/>건강보험료가 매년 오르고 누적적립금도 불어나고 있지만 ‘건강보험 보장률’은 4년 연속 하락하는 등 국민이 체감하는 건강보험 혜택이 계속 낮아지는 것으로 분석됐다.<br/><br/>국민건강보험공단은 ‘2013년도 건강보험환자 진료비 실태조사’ 연구 결과 2013년 건강보험 보장률이 62.0%로 전년보다 0.5%포인트 감소했다고 10일 밝혔다. 건강보험 보장률은 의료비 중 건강보험 급여비가 차지하는 비중이다. 보장률 조사는 당해 연도 진료비 정산이 끝난 그다음 해 조사해 그 이듬해에 발표한다.<br/><br/>건강보험 보장률은 2009년 65.0%로 절정을 이뤘지만 2010년 63.6%, 2011년 63.0%, 2012년 62.5%, 2013년 62.0% 등으로 하락했다. 하지만 건강보험료는 2009년 동결 이후 2010년 4.9%, 2011년 5.9%, 2012년 2.8%, 2013년 1.6%, 2014년 1.7% 인상됐다. 건강보험 누적적립금도 2011년 1조6000억 원을 기록하며 재정 흑자로 돌아선 뒤, 2012년 4조6000억 원, 2013년 8조2000억 원, 2014년 12조8000억 원으로 늘어나고 있다.<br/><br/>2013년에는 노인 부분틀니, 치아 스케일링, 초음파 촬영 등이 건강보험 보장 항목에 포함돼 1400억 원 정도의 재정이 투입됐지만 보장률은 오히려 떨어졌다. 이에 대해 건보공단은 “<span class='quot0'>2013년은 3대 비급여(선택진료료, 상급병실료, 간병비), 4대 중증질환(암, 심장, 뇌혈관, 희귀난치성질환) 등의 신규 보장성 확대가 본격화되기 전이라서 보장성 확대에 소요된 지출이 크지 않았다</span>”며 “<span class='quot0'>제도 개선이 본격화된 2014년도 통계에서는 건강보험 보장률이 반등할 것</span>”이라고 설명했다. <br/><br/>지난해 신규 보장성 강화에 투입된 재정은 3대 비급여제도 개선 및 4대 중증질환 보장 강화에1조2000억 원이다. 2014년 건강보험 보장률은 1.5%포인트 증가할 것으로 건보공단 측은 기대했다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-316.txt

제목: 포스코수사 4개월… 사상 유례없는 장기화 왜?  
날짜: 20150710  
기자: 김병채  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150710100000014  
본문: 법조계 “내사 충분하지 못했다”<br/>중수부 폐지로 효율성도 떨어져<br/>檢 “정 前회장 추가혐의 수사”<br/><br/>유례를 찾기 힘들 정도로 장기화하고 있는 포스코 관련 검찰 수사는 충분한 내사가 진행되지 않은 가운데 사정(司正) 정국 분위기 속에서 수사가 시작됐기 때문이라는 지적이 나오고 있다. <br/><br/>검찰 안팎에서는 대검찰청 중앙수사부 폐지로 과거와 같이 신속하고 효율적인 수사가 불가능한 환경 탓이라는 평가도 있다.<br/><br/>서울중앙지검 특수2부(부장 조상준)는 이완구 전 국무총리가 ‘부정부패 발본색원’ 관련 기자회견을 한 지 하루만인 지난 3월 13일 인천 송도에 있는 포스코건설을 압수수색했다. <br/><br/>이 전 총리가 부정부패의 구체적 사례로 대기업의 비자금 조성과 횡령을 언급한 상황이었기 때문에 정부의 대대적인 사정 분위기를 뒷받침하기 위한 압수수색이라는 말이 나왔다. <br/><br/>수사 초기부터 정준양(67) 전 포스코 회장, 정동화(64) 전 포스코건설 부회장 등이 수사 대상으로 거론됐지만 검찰은 좀처럼 이들과 관련된 혐의점을 확인하지 못했다. <br/><br/>수사 돌입 2개월이 지나 정 전 부회장을 소환하고, 구속영장을 청구했지만 법원이 영장을 기각했다 .이 사이 포스코건설 전·현직 임원과 협력업체 대표 등 10명이 구속됐다. 포스코건설 수사가 시작된 지 1개월이 지난 시점부터는 포스코그룹 본사와 관련된 하청업체들도 수사 선상에 올랐다. <br/><br/>코스틸, 동양종합건설 등을 통한 비자금 조성 의혹과 성진지오텍 고가 인수와 관련한 압수수색이 잇따라 진행됐다. 한 검사장 출신 변호사는 10일 “<span class='quot0'>검찰 수사가 확실하게 방향을 정하지 못한 상태에서 여러 곳을 건드린다는 인상을 지울 수 없다</span>”고 말했다.<br/><br/>검찰은 포스코의 장기간에 걸친 구조적 부패를 수사하다 보니 수사가 오래 걸리고 있다는 입장이다. 검찰 관계자는 “<span class='quot1'>포스코는 썩은 부위만 도려낼 수 있는 수준이 아니고 암세포가 온몸에 퍼진 말기 암환자에 비유할 수 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>검찰은 최근 정 전 회장의 성진지오텍 고가 인수 관련 배임 혐의에 대해 상당 부분 증거를 확보한 상태로, 횡령 등 추가 혐의를 밝히는 데 수사력을 모으고 있는 것으로 알려졌다. <br/><br/>또 다른 검사장 출신 변호사는 “<span class='quot0'>중수부가 있던 시절과 비교하면 수사 인력의 양과 질에서 큰 차이가 난다</span>”며 “<span class='quot0'>여건이 예전 같지 않기 때문에 검찰을 비난할 수만도 없는 상황</span>”이라고 말했다. <br/><br/>김병채 기자 haasskim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-317.txt

제목: 포스코수사 4개월… 사상 유례없는 장기화 왜?  
날짜: 20150710  
기자: 김병채  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150710100000180  
본문: 법조계 “내사 충분하지 못했다”<br/>중수부 폐지로 효율성도 떨어져<br/>檢 “정 前회장 추가혐의 수사”<br/><br/>유례를 찾기 힘들 정도로 장기화하고 있는 포스코 관련 검찰 수사는 충분한 내사가 진행되지 않은 가운데 사정(司正) 정국 분위기 속에서 수사가 시작됐기 때문이라는 지적이 나오고 있다. <br/><br/>검찰 안팎에서는 대검찰청 중앙수사부 폐지로 과거와 같이 신속하고 효율적인 수사가 불가능한 환경 탓이라는 평가도 있다.<br/><br/>서울중앙지검 특수2부(부장 조상준)는 이완구 전 국무총리가 ‘부정부패 발본색원’ 관련 기자회견을 한 지 하루만인 지난 3월 13일 인천 송도에 있는 포스코건설을 압수수색했다. <br/><br/>이 전 총리가 부정부패의 구체적 사례로 대기업의 비자금 조성과 횡령을 언급한 상황이었기 때문에 정부의 대대적인 사정 분위기를 뒷받침하기 위한 압수수색이라는 말이 나왔다. <br/><br/>수사 초기부터 정준양(67) 전 포스코 회장, 정동화(64) 전 포스코건설 부회장 등이 수사 대상으로 거론됐지만 검찰은 좀처럼 이들과 관련된 혐의점을 확인하지 못했다. <br/><br/>수사 돌입 2개월이 지나 정 전 부회장을 소환하고, 구속영장을 청구했지만 법원이 영장을 기각했다 .이 사이 포스코건설 전·현직 임원과 협력업체 대표 등 10명이 구속됐다. 포스코건설 수사가 시작된 지 1개월이 지난 시점부터는 포스코그룹 본사와 관련된 하청업체들도 수사 선상에 올랐다. <br/><br/>코스틸, 동양종합건설 등을 통한 비자금 조성 의혹과 성진지오텍 고가 인수와 관련한 압수수색이 잇따라 진행됐다. 한 검사장 출신 변호사는 10일 “<span class='quot0'>검찰 수사가 확실하게 방향을 정하지 못한 상태에서 여러 곳을 건드린다는 인상을 지울 수 없다</span>”고 말했다.<br/><br/>검찰은 포스코의 장기간에 걸친 구조적 부패를 수사하다 보니 수사가 오래 걸리고 있다는 입장이다. 검찰 관계자는 “<span class='quot1'>포스코는 썩은 부위만 도려낼 수 있는 수준이 아니고 암세포가 온몸에 퍼진 말기 암환자에 비유할 수 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>검찰은 최근 정 전 회장의 성진지오텍 고가 인수 관련 배임 혐의에 대해 상당 부분 증거를 확보한 상태로, 횡령 등 추가 혐의를 밝히는 데 수사력을 모으고 있는 것으로 알려졌다. <br/><br/>또 다른 검사장 출신 변호사는 “<span class='quot0'>중수부가 있던 시절과 비교하면 수사 인력의 양과 질에서 큰 차이가 난다</span>”며 “<span class='quot0'>여건이 예전 같지 않기 때문에 검찰을 비난할 수만도 없는 상황</span>”이라고 말했다. <br/><br/>김병채 기자 haasskim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-318.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>혈압관리 앱-밴드형 체지방측정기, 의료기기 신고 안 해도 된다  
날짜: 20150710  
기자: 신선종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150710100000038  
본문: 식품 천연성분인 폴리페놀<br/>특정 수질유해물질서 제외<br/>소음측정 ‘馬力’ 기준 대체<br/><br/>혈압관리 애플리케이션 등 개인용 건강관리용품이 의료기기가 아닌 공산품으로 관리돼 개발 즉시 시장 출시가 가능해졌다. 또 천연식품 성분으로 만들어진 페놀류인 폴리페놀이 수질 유해물질에서 제외된다.<br/><br/>환경부와 식품의약품안전처는 10일 오전 국무조정실 주재로 열린 민·관 합동 규제회의에서 경제단체 등이 건의한 각종 규제를 풀기로 했다고 밝혔다.<br/><br/>식약처는 이날부터 혈압관리 앱, 밴드형 체지방 측정기 등 개인용 건강관리제품을 공산품으로 관리, 의료기기로 허가·신고가 필요 없도록 해 개발 활성화와 신속한 시장 출시가 가능해졌다고 밝혔다. <br/><br/>또 식약처는 규제개선의 일환으로 의료기기와 운동·레저 등에 사용되는 개인용 건강관리제품(웰니스 제품)을 명확하게 구분할 수 있는 ‘의료기기와 개인용 건강관리 제품 판단 기준’을 마련해 시행한다.<br/><br/>그동안 질병의 진단·치료에 사용되는 의료기기와 웰니스 제품과의 구분경계가 모호해 산업계가 제품 개발단계부터 판매까지 애로를 겪어왔다. 대표적으로 스마트폰에 탑재된 심박수, 맥박수 및 산소포화도 측정 앱의 경우 의료기기나 공산품으로 정하는 판단 기준이 없어 논란이 되면서 4개월 이상 시장진입이 지연되기도 했다.<br/><br/>식약처가 이번에 판단기준을 명확히 함에 따라, 개인 건강관리제품은 의료기기와 달리 허가 준비에 소요되는 기간이 통상 1년(임상필요 시 4년)에서 2개월로 크게 단축된다. 허가 준비 및 등록 비용도 기존 1억5000만~4억 원에서 1000여 만 원 정도로 크게 절약된다.<br/><br/>환경부는 특정 수질유해물질인 페놀류를 배출하는 시설의 경우 사전에 배출시설 설치허가를 받아야 하는 데, 현행법상 페놀류에는 독성이 없고 녹차 등 식품에도 있는 폴리페놀까지 포함하고 있어 폴리페놀이 포함된 천연원료를 사용하는 배출시설의 경우 페놀류가 높게 검출될 수 있다고 밝혔다. 이에 따라 환경부는 오는 12월까지 ‘수질 및 수생태계보전에 관한 법률 시행규칙’을 개정해 천연폴리페놀 성분을 페놀류에서 분리해 측정하거나, 폴리페놀 배출량을 페놀류에서 차감하는 관리방안을 마련할 계획이다.<br/><br/>또 환경부는 소음진동배출시설의 경우 실제 소음을 측정하는 대신 기기의 동력기준인 ‘마력’을 기준으로 배출시설 해당 여부를 판별하고 있지만 최근 기술 발달로 마력이 크지만 소음이 적은 기기가 나와 오는 10월까지 ‘소음진동관리법 시행규칙’을 개정, 기기의 마력과 실제 소음을 고려해 소음배출시설을 판별토록 할 계획이다.<br/><br/>신선종·이용권 기자 hanuli@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-319.txt

제목: ‘비타민 C’ 효능 논란 “6000㎎이상 섭취 효과” vs “도움된다는 임상 결과 없어”  
날짜: 20150630  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015063010017756855  
본문: 비타민C는 건강보호식품의 대표격으로 알려지면서 관련 시장이 급속도로 성장하고 있다. 보충제는 물론, 각종 음료나 기호식품에도 비타민C 가 등장할 만큼 우리 주변에서 흔히 접할수 있지만 인위적 섭취에 대한 논란은 분분하다.<br/>20일 명승권 국립암센터 교수는 비타민C 보충제 섭취에 대해 강한 반대 의견을 냈다. 명 교수는 “<span class='quot0'>비타민C가 사람에게 도움이 된다는 임상연구결과는 없다</span>”며 “<span class='quot0'>기존의 연구결과들은 모두 동물실험에 관한 것으로 사람에게 효과가 있다는 것은 이론에 불과한 것</span>”이라고 주장했다. 명 교수는 “<span class='quot0'>의학적으로 일부 결핍증이 있는 사람에게 비타민 처방을 하기도 하지만, 그조차도 임상결과가 충분치 않다</span>”며 “<span class='quot0'>더구나 영양결핍이 거의 없는 일반인들은 비타민C 보충제를 사서 먹을 필요가 전혀 없다</span>”고 말했다.<br/>실제 비타민 C가 각종 암의 예방과 심혈관계 질환의 예방에 효능이 있다는 인식이 퍼지면서 관련 연구가 활발하지만, 아직까지는 임상적 근거가 부족한 상황이다. 이에 따라 의료계에서 암 또는 심혈관계 질환의 예방에 있어 비타민 C의 섭취는 특별히 권장되지 않는 상황이다. 서울대병원은 질병의 예방 목적으로 비타민 C 제제를 복용하는 것보다는 채소와 과일을 충분히 섭취할 것을 추천하고 있다. 또 감기를 예방하는 데도 비타민 C 제제의 복용보다는 적당한 운동이 더 유용하다고 권고하고 있다.<br/>하지만 이왕재(해부학) 서울대 교수는 “<span class='quot1'>비타민C는 일반 용량을 먹었을 때는 큰 차이가 없을 수 있지만, 하루 6000㎎ 이상 고용량으로 섭취함으로써 효과를 볼 수 있다</span>”며 “<span class='quot1'>비타민C는 과량 복용해도 몸에서 필요한 만큼만 쓰고 남는 것은 소변으로 배출돼 부작용이 없다</span>”고 주장했다. 한편, 비타민 C는 인체의 기능과 건강 유지를 위한 미량 원소 중의 하나로 아스코르빈산이라고도 불린다. 인체가 감염에 저항하며 상처를 치유하고 조직을 건강하게 유지할 수 있도록 돕는다. 식품의약품안전처는 성인 남녀의 하루 비타민 C 평균 필요량은 75㎎, 권장섭취량은 100㎎으로 정하고 있다. <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-320.txt

제목: <時評>메르스보다 무서운 ‘無恥病(무치병)’  
날짜: 20150630  
기자: 김형오  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150630100000052  
본문: 김형오 / 부산대 석좌교수, 前 국회의장<br/><br/>작가 박완서는 ‘부끄러움을 가르칩니다’란 제목의 소설을 썼다.<br/><br/>부끄러움을 가르치는 학교는 없는가. 우리는 정녕 부끄러움을 아는 국민인가. 세월호에 이어 중동호흡기증후군(메르스) 사태를 겪으면서 한동안 그런 의구심과 회의감에 휩싸였다. 언제부터 우리 사회는 ‘내 덕 네 탓’만 전염병처럼 창궐할 뿐, ‘내 탓 네 덕’이라는 자성과 겸허가 사라져 버렸는가. 수치심을 잊으면 인간으로서의 자존감을 잃게 되는 법이다.<br/><br/>메르스 발병 이후 매스컴과 인터넷, 소셜네트워크서비스(SNS)는 낯 뜨거운 얘기들로 넘쳐났다. 남의 편법과 일탈은 참지 못하면서, 스스로는 위법과 탈법을 버젓이 저지르는 개념 없는 사람, 양심 불량의 사회였다. 환자는 거짓말을 일삼고 격리 대상자들은 마스크도 벗은 채 집 밖을 돌아다녔다. 단지 아빠가 의사, 엄마가 간호사란 이유로 자녀들은 따돌림을 당하고 등교마저 눈치를 봐야 했다. 입주민 중 소방관이 살고 있으니 조심하라는 아파트 안내 방송이 아무렇지도 않게 흘러나왔다. 일부 지도층 인사는 표를 얻고 지지율을 높일 생각에만 골몰했다. ‘나만 살면 된다’는 이기주의가 판을 쳤다. 덕분에 병원을 제집처럼 드나들던 ‘나이롱환자’들이 발길을 끊었지만 말이다. 불안과 공포를 퍼뜨리는 심리적 바이러스의 슈퍼 전파자들이 방역망과 저지선을 무너뜨리며 우리 사회를 잠식하는 듯했다. 신뢰지수는 추락하고 갈등지수는 솟구쳤다. 마음과 마음은 더 멀어지고 더 두껍게 격리되었다. 그렇게 우리의 자화상은 일그러져갔다.<br/><br/>컨트롤타워는 작동하지 않았고 시스템은 엉망이었다. 90명 안팎을 감염시킨 14번째 환자는 퇴원 며칠 전까지도 자기가 슈퍼 전파자란 사실을 모른 채 자신도 14번째 환자에게 감염된 줄 알았다니, 누가 누구를 탓했단 말인가. 그나마 다행인 것은 그런 그가 자책감이나 낙인(주홍글씨) 효과에 시달리지 않도록 심리 치료를 하고 있다는 의료진의 성숙한 자세다. 우리 사회가 조금씩 이성을 되찾아가고 있는 걸까.<br/><br/>그렇다, 절망하기엔 이르다. 큰불이 잡힌 지금, 뭔가 달라져 가는 조짐이 보인다. 막장 드라마에서 휴먼 드라마로 채널이 돌려지고 있다. 자원 봉사자들이 점차 늘어나 병원을 청소하고 집에도 못 들어가는 의료진 자녀들의 돌봄이 역할을 한다. 뇌종양 소년과 암 환자 노인 두 명도 메르스를 이겨냈다. 임신부도 완치 판정을 받고 제왕절개로 건강한 아기를 낳았다. 메르스로 폐쇄 조치된 전북 순창의 한 마을과 서울의 한 병원에선 주민·환자·의료진이 ‘전우애’나 다름없는 마음과 자세로 2주가량의 격리 생활을 이겨냈다. 이천에 사는 어린 두 자매는 저금통을 비워 산 선물을 감사 편지와 함께 병원으로 보내 간호사들을 울렸다. 울산에선 6중 추돌 사고가 발생한 터널 안에서 200여 대의 차량이 일제히 벽 양쪽으로 붙으며 구급차와 소방차에 길을 터주어 인명 피해와 2차 사고를 막는 ‘모세의 기적’이 일어났다….<br/><br/>이제부터가 중요하다. 태풍도 홍수도 세월호도 메르스도 단 한 번으로 종식되지 않는다. 곧 다시 찾아온다, 또 다른 모습으로. 우리는 한 해 사이에 거듭 두 번이나 큰일을 당하면서 소도 잃고 외양간까지 망가졌다. 그래도 살 집은 남았다. 먼저 흔들리는 집부터 새롭게 뜯어고치자. 그런 다음 외양간을 다시 짓고 소를 들여야 한다. 더는 허둥대는 모습을 보이지 말자. 나라의 체통을 깎아내린 우리 모두가 아니던가. 제발 이번엔 우선순위를 착각하지 않았으면 좋겠다.<br/><br/>지금 우리에게 필요한 것은 무엇일까. 바위(주먹)를 이기는 것은 가위가 아니라 보(보자기)다. 갈등과 분열의 가위를 접고 포용과 상생의 보자기를 펼치자. ‘네 탓’만 하는 나쁜 정치에 물들지 말고 부끄러움을 아는 선한 사람으로 돌아가자. 나이팅게일의 마음과 슈바이처의 정신으로 헌신하는 의료 종사자들을 생각하자. 그들의 노고에 감사하고 그들의 분투를 응원하며 온 국민이 공동체 의식을 갖춘 선진 시민으로 거듭나야 할 때다.<br/><br/>6월도 오늘로 마지막이다. 한 해의 절반이 지나갔다. 내일은 7월의 첫날, 축구로 치면 후반전의 시작이다. 전반전의 어이없는 실점을 만회할 득점의 기회가 지금 우리 앞에 펼쳐져 있다. 플레이어는 남이 아니다. 내가 바로 희망의 슈퍼 전파자다.

언론사: 문화일보-1-321.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>팽창형 보형물 삽입술의 일석이조  
날짜: 20150629  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150629100000123  
본문: 56세 C 씨. 5년 전에 우연히 검진에서 전립선 특이항원(psa) 수치가 12로 높게 나왔다고 통보를 받았다. 암이 의심되나 비대증이나 염증이 있어도 높게 나올 수 있다고 하여 우선 염증과 과비대증에 대한 약물 치료를 3개월 동안 받았다. 그후 다시 검사해도 수치가 떨어지지 않았다. <br/><br/>조직검사를 권해서 받아보니 글리아슨 스코어 7의 악성 전립선암으로 진단됐다. 전이 여부를 알아보기 위해 실시한 자기공명영상(MRI)이나 뼈 동위원소 검사에서 암전이 소견은 없었고, 암 전문 의사와 상담하게 되었다 . <br/><br/>“<span class='quot0'>초기암이니 근치적 전립선 절제술을 받는 게 좋겠습니다.</span>”<br/><br/>“저는 아무 증세가 없고 불편한 것도 없는데 꼭 수술을 받아야 하나요? 수술 안 하고 다른 치료법은 없을까요?”<br/><br/>“글쎄요. 전립선 암은 비교적 순하게 천천히 진행되므로 수술하지 않고 적극적 관찰요법으로 psa 수치를 철저히 관찰하면서 두고 보는 방법을 권하는 의사도 있습니다. 질적인 삶을 유지할 수 있고 생존율에도 별차이가 없다고 주장하는 설입니다. 그러나 한번뿐인 생명을 담보로 모험하실 수 있겠습니까? 수술 시기를 놓치면 완치는 어렵고 나중엔 증세에 따른 보조적인 치료만 받는 것입니다.”<br/><br/>“<span class='quot0'>수술받으면 남성기능이 다 망가지고 기저귀를 차야 한다고 하던데요?</span>”<br/><br/>“예, 그 두 문제가 수술 후 생길 수 있는 가장 중요한 합병증이지요. 최근 로봇 수술로 정밀하게 성신경과 혈관들을 잘 보존시키고 있어 발기 기능을 최대한 보존시킵니다. 처음엔 요실금이 생기기도 하나 대부분 일년 이내에 소실됩니다.”<br/><br/>고민하며 망설이던 C 씨는 가족과 상의를 하고 수술받기로 결심했다. 이렇게 하여 유명 대학병원에서 로봇을 이용한 근치적 수술을 받았다. <br/><br/>하지만 C 씨는 수술 후 원치 않는 요실금이 생겨 기저귀를 차야 했다. 또 남성도 전혀 신호가 안 오고 반응이 없다. 오직 암에서 완치됐다는 것만으로 위안을 삼았다. 이렇게 말 못할 고민이 5년이나 계속되었다 .<br/><br/>우연한 기회에 필자의 본 칼럼을 접하게 된 C 씨는 필자를 찾아왔다. C 씨는 팽창형 보형물 삽입 수술을 받게 됐다.<br/><br/>국소마취로 삽입 수술을 끝내고 2시간 만에 요도 카테터를 제거하고 바로 걸어보라고 했다. 요실금이 나타나지 않자 환자는 놀라는 표정이다. <br/><br/>“아직 수술 후라 요도 주위가 부어서 요실금이 잠시 없어진 것입니다. 부기가 가라 앉으면 요실금이 다시 나타날 겁니다. 그러나 앞으로 그곳을 팽창시켜 요도 내압을 올려주면 요실금이 치료됩니다.”<br/><br/>“<span class='quot0'>그런데 발기 상태라 불편하지 않겠어요?</span>”<br/><br/>“아니요. 요실금이 좋아지니 기분이 좋고 또한 남성이 살아나니 제가 다시 살아나는 기분입니다.” <br/><br/>“<span class='quot0'>꼭 필요할 때는 이렇게 팽창시켜 놓으시고 집에서 쉴 때나 주무실 때는 풀어놓으시면 됩니다.</span>”<br/><br/>일석이조의 효과를 확인한 C 씨, 이제 오랜만에 부인을 위로해 줄 희망에 부풀어 있다. <br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-322.txt

제목: “술·담배만 피해도 癌 절반 예방”  
날짜: 20150626  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015062610017716656  
본문: 노동영 亞太 암학회장 취임<br/>“2017년 학회 성공개최만큼<br/>취약국에 치료법 전파 중요”<br/>“<span class='quot0'>암을 성공적으로 예방하고 조절하는 의료기술을 가진 한국을 비롯해 일본과 싱가포르 등 의료 선진국가의 경험을 의료 취약 국가에 전파하겠습니다.</span>”<br/>지난 20∼22일 인도네시아 발리에서 열린 제23차 아시아·태평양암학회(APCC)에서 2년 임기의 학회장으로 취임한 노동영(사진) 서울대병원 외과 교수는 26일 “<span class='quot1'>아·태 지역의 암 연구 활성화와 교류를 위해 적극적으로 활동하겠다</span>”며 이같이 말했다. <br/>아태암학회는 아시아·태평양 암연맹 기구(APFOCC)가 2년마다 개최하는 학술대회다. 한국은 이번 학회에서 오는 2017년 24회 학회 개최국으로 최종 선정됐다. 우리나라는 1987년, 2005년에도 아태암학회를 개최한 바 있다.<br/>노 교수는 “<span class='quot2'>아시아·태평양은 지리학적인 측면과 인구 규모를 보더라도 지구의 반 이상을 차지하는 중요한 지역</span>”이라며 “<span class='quot2'>2017년 학술대회를 성공적으로 개최하는 것도 중요하지만 암 예방과 조절 등이 동남아 지역 의료 취약국가에서 제 기능을 할 수 있도록 학회가 역할을 할 것</span>”이라고 말했다. <br/>노 교수는 “<span class='quot2'>우리나라는 암 치료 관련 의료기기 및 제약 개발 등에서는 아직 더디지만, 암 5년 생존율은 69%에 달해 의술과 관리 면에서는 세계 ‘톱’ 수준</span>”이라며 “<span class='quot2'>암 극복의 목표를 어느 수준으로 정하느냐에 따라 달라지겠지만, 암을 예방하고 치료하는 것을 기준으로 현재를 50% 정도로 보면 앞으로 10∼20년 후에는 70% 수준까지 도달할 것</span>”이라고 전망했다. <br/>노 교수는 “<span class='quot2'>이미 술·담배 등 몸에 해로운 것들을 피하는 생활습관만으로도 암을 절반 정도 예방할 수 있다</span>”며 “<span class='quot2'>나머지 10∼20% 정도는 유전자 개인 서열 분석을 통한 맞춤형 암치료, 자궁경부암 예방 주사와 같은 예방 백신 개발 등 의료기술의 선진화를 통해 암 극복이 가능할 것</span>”이라고 말했다. <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-323.txt

제목: <세상 만사-나라 밖>‘결혼 67년’ 부부 2시간差 사망  
날짜: 20150626  
기자: 김리안  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150626100000146  
본문: 뉴질랜드의 90대 부부가 인생의 동반자가 된 지 67년 만에 같은 방에서 불과 2시간 차이를 두고 세상을 떠났다.<br/><br/>25일 뉴질랜드헤럴드에 따르면 카피티에 살던 휴 니즈(94)와 조앤 니즈(92) 부부는 지난 23일 요양원 같은 방에서 2시간의 시차를 두고 별세했다. 아들인 로버트 니즈는 침례교 목사를 지낸 아버지가 암을 앓아오다 숨을 거두고 나서 지난 21일 뇌졸중으로 쓰러졌던 어머니도 곧바로 별세했다고 말했다. 가족들이 지켜보는 가운데 한 방에 나란히 놓인 침대 위에서 두 사람이 숨을 거두었지만, 어머니는 아버지가 먼저 세상을 떠났다는 사실은 몰랐을 것이라고 설명했다. <br/><br/>김리안 기자 knra@munhwa.com, 연합뉴스

언론사: 문화일보-1-324.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>“규제 풀어야 한국판 구글핏·헬스킷 가능”  
날짜: 20150626  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150626100000078  
본문: 美 헬스케어 규제 완화로 <br/>관련 산업 폭발적 성장세 <br/>한국은 가이드라인도 없어<br/><br/>최근 선진국을 중심으로 활발히 일어나고 있는 ‘제조-서비스업 융합’이 발전하기 위해서는 지속적인 규제 완화가 필요하다는 지적이 제기됐다.<br/><br/>한국경제연구원은 26일 내놓은 ‘제조-서비스 융합 활성화를 위한 규제 개선과제’라는 보고서를 통해 이같이 주장했다. <br/><br/>보고서는 최근 출시를 앞둔 미국 애플사의 ‘헬스킷’과 구글 ‘구글핏’의 등장이 미국 정부의 디지털 헬스케어 분야에 대한 규제 완화 덕분이라고 분석했다. 헬스킷과 구글핏은 실제 병원들과 연계해 다양한 의료 정보 기능을 지원하는 애플리케이션(응용프로그램) 플랫폼이다.<br/><br/>리서치 업체 ‘리서치투가이던스’에 따르면 올해 전 세계 의료 관련 모바일 앱 이용자는 5억 명에 이를 전망이고, 의료 관련 모바일 앱 매출 규모 역시 지난해 40억 달러에서 오는 2017년에는 265억6000만 달러로 급증할 것으로 예상된다. <br/><br/>보고서는 “최근 정보통신기술(ICT) 발달로 제조-서비스업 융합이 기업의 혁신능력과 국제경쟁력을 강화할 기회를 제공하고 있다”고 밝혔다.<br/><br/>미국의 경우 디지털 헬스케어 산업 규제 완화로 애플과 구글 등 세계적 기업들이 뛰어들면서 관련 산업이 폭발적으로 성장하고 있다. <br/><br/>보고서는 “미국은 2011년 ‘모바일 의료용 앱 규제 가이드라인 초안’과 2013년 식품의약국(FDA) 허가 대상 기준을 보다 구체적으로 정리한 가이드라인을 발표했다”며 “올해에도 ‘의료 보조기기 가이드라인’ ‘의료기기 데이터시스템 가이드라인’ 등을 계속 제시하고 있다”고 설명했다.<br/><br/>이에 반해 ‘ICT 강국’이라고 자부하는 우리나라는 모바일 앱 의료기기 가이드라인이 제대로 갖춰지지 않은 상태다. <br/><br/>이병기 한경연 기업연구실장은 “<span class='quot0'>우리나라는 가이드라인이 명확하지 않아 오히려 디지털 헬스케어 생산자 영업활동에 지장을 주고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>의료기기 본체와 보조기기의 구분 가이드라인과 의료용과 건강관리용 모바일 앱·웨어러블 기기 가이드라인 등의 제정이 시급하다</span>”고 말했다. <br/><br/>임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-325.txt

제목: 癌 발병때 가입금액 80% 先지급  
날짜: 20150626  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150626100000083  
본문: 한화생명이 중도인출, 추가납입 등 보험료 납입의 유연성을 강화한 ‘한화생명 스마트플러스 변액유니버셜CI 보험’을 출시했다. 26일 한화생명에 따르면 지난 8일 출시한 이 상품은 중대한 암, 급성 심근경색증, 뇌졸중 등 13가지의 치명적 질병(CI) 진단 때 가입금액의 80%를 선지급하고 나머지 금액인 20%는 사망보험금으로 지급하는 보험이다. 특히 이 상품은 주식·채권 등에 간접투자해 기본 보장에 추가 수익까지 얻을 수 있고, 자유로운 보험료 납입과 중도인출 및 추가납입을 가능하게 했다. 여성만을 위한 ‘여성특정 4대 질병 보장특약’도 가능하다. 유방암으로 인한 유방절제술, 특정 류머티스 관절염 등 여성들에게 발병하기 쉬운 질병을 보험료 갱신 없이 평생 보장한다. 중증 치매 상태나 일상생활 장해 상태로 진단받을 경우 가입금액만큼의 간병자금을 최대 100세까지 받을 수 있도록 ‘치매보장’도 강화했다. <br/><br/>박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-326.txt

제목: 아모레퍼시픽, ‘핑크리본 캠페인’… 여성 건강 예방에 앞장  
날짜: 20150625  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150625100000155  
본문: 아모레퍼시픽은 매년 뜻깊은 행사 하나를 치른다. 한국유방재단과 공동으로 진행하는 ‘핑크리본 사랑마라톤’(사진). 2010년 첫발을 뗀 이 행사는 지난해까지 누적으로 25만4000명이 참가했다. 이를 통해 26억 원이 넘는 기부금을 모아 유방건강에 대한 지속적인 애정과 관심을 환기시켰다. 유방건강강좌도 18만 명이 수강했고 유방암 무료예방검진도 2만7000명이 혜택을 받았다. 저소득층 유방암 수술과 치료비로 780건에 20억 원이 지원됐다. 유방건강 관련 학술연구 역시 124건에 12억 원이 쓰였다. 아모레퍼시픽 관계자는 “<span class='quot0'>‘핑크리본 캠페인’으로 이름 붙인 이 프로그램은 국내의 대표적인 여성 건강 공익행사로 자리 잡았다</span>”고 말했다.<br/><br/>이는 1945년 창립 후 ‘당신의 삶에 아름다운 변화, 메이크업 유어 라이프(MAKEUP YOUR LIFE)’라는 슬로건 아래 나눔경영에 각별한 신경을 쓰고 있는 아모레퍼시픽의 노력을 잘 웅변해 준다. 아모레퍼시픽은 공익재단을 설립해 운영·후원하는 부문과 직접 참여하는 방식으로 나누어 사회공헌에 속도를 붙이고 있다. <br/><br/>메이크업 유어 라이프 캠페인은 암 치료과정에서 피부 변화와 탈모 등 급작스러운 외모 변화로 고통받는 여성 암 환우들에게 메이크업 및 피부 관리, 헤어 연출법 등을 전수해줘 자신을 아름답게 가꿀 수 있도록 돕는다. 이 역시 지난해까지 9221명의 여성 암 환우가 참여했다.

언론사: 문화일보-1-327.txt

제목: 시간제 ·18세미만 근로자 국민연금보험료 절반 낸다  
날짜: 20150625  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150625100000120  
본문: 앞으로 시간제 근로자와 18세 미만 근로자는 국민연금 보험료를 절반만 내면 된다. 다음 달부터 만 70세 이상 노인은 반값에 틀니와 임플란트 시술을 받을 수 있다.<br/><br/>보건복지부는 이런 내용을 포함한 국민연금법 시행령 일부 개정안과 국민건강보험 시행령 일부 개정안, 사회보장급여의 이용·제공 및 수급권자 발굴에 관한 법률 시행령안이 25일 국무회의에서 의결됐다고 밝혔다. 개정안에 따르면 둘 이상 사업장에서 일하는 시간제 근로자의 국민연금 사업장 가입 기준이 완화된다. 지금까지는 개별 사업장에서 월 60시간 이상 일해야만 사업장 가입자가 될 수 있었다. 앞으로는 한 사업장에서 근로시간이 60시간 미만이어도 둘 이상 사업장을 합해 60시간 이상이면 본인의 희망에 따라 사업장 가입자가 될 수 있다. 이 규정은 내년 1월 1일부터 시행된다. 이를 통해 연간 약 21만 명이 혜택을 볼 것으로 복지부는 내다봤다. 18세 미만 근로자는 앞으로 국민연금 사업장 가입자로 당연 가입하게 된다. 지금까지는 사용자가 동의해야만 사업장 가입자가 될 수 있었다. 이 규정은 7월 29일부터 적용된다.<br/><br/>‘실업 크레딧’ 제도 도입의 근거가 마련됐다. 이 제도는 실직해서 보험료를 내지 못하는 구직급여 수급자가 보험료의 25%만 내면 최대 1년간 국가가 나머지 75%(월 최대 5만 원)를 지원해주는 사회보장 장치다. 틀니(완전, 부분)와 치과 임플란트 건강보험 급여대상 연령이 다음 달 1일부터 현행 만 75세 이상에서 만 70세 이상으로 낮춰진다. 이에 따라 만 70세 이상 노인은 본인부담률 50% 적용으로 시중보다 절반 이상 낮은 가격에 틀니와 치과 임플란트 시술을 받을 수 있다. 또 7월 15일부터 말기 암환자가 완화의료전문기관에서 호스피스·완화의료 입원 진료를 받을 때 건강보험이 적용된다. <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-328.txt

제목: 비타민D 풍부한 木耳버섯으로 녹슨 관절에 ‘기름칠’  
날짜: 20150624  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150624100000011  
본문: 비타민D가 칼슘 흡수 촉진 <br/>골밀도 높여 근골격계 튼튼 <br/><br/>식이섬유도 많아 변비 해소 <br/>베타글루칸 성분, 면역 증강 <br/>메르스 등 바이러스 예방도<br/><br/>잡채를 만들 때 꼭 들어가는 버섯이 있다. 바로 목이버섯이다. 꼬들꼬들하게 말린 목이버섯을 한나절 불리면 부드럽게 ‘사람의 귀’처럼 생긴 버섯 모양이 살아나며 오돌오돌하면서 쫄깃한 식감으로 미각을 자극한다. 목이버섯은 짬뽕에도 빠지지 않고 들어간다. <br/><br/>최근 목이버섯의 성분과 효능이 잇달아 밝혀지며 건강식으로도 인기다. 우선 가장 눈길을 끄는 것이 비타민D다. 그동안 비타민D 하면 표고버섯을 으뜸으로 쳤으나 얼마 전 마른 목이버섯의 비타민D 함량이 알려지며 순위가 뒤바뀌었다. 농촌진흥청 자료에 의하면 마른 목이버섯의 100g당 비타민D 함량은 435㎍이다. 반면 말린 표고버섯의 비타민D 함량은 16.8㎍이다. 거의 20여 배 차이가 난다. <br/><br/>비타민D는 얼마 전부터 암을 비롯해 각종 면역계 질환에 유익하다는 연구결과가 잇따라 나오며 새삼 주목받고 있는 성분이다. 특히 뼈 건강과 관련해서는 절대 부족해서는 안 되는 성분으로 정평을 얻고 있다. 비타민D는 결핍 시 뼈에 필요한 칼슘을 체내에 흡수시키지 못하기 때문에 골다공증 및 고관절 골절, 퇴행성관절염 등의 근골격계 질환을 야기시킬 수 있다. 비타민D는 혈관을 타고 소장에 가서 음식으로부터의 칼슘 흡수를 촉진한다. 칼슘 입장에서 보면 비타민D가 사람 체내로 들어갈 수 있게 해주는 ‘열쇠’인 셈이다. 칼슘은 골밀도를 높이며 근골격계를 튼튼하게 유지시켜 주는 성분이다.<br/><br/>목이버섯엔 비타민D의 전구물질인 에르고스테롤(ergosterol)이 많이 존재한다. 그런데 적당량의 햇빛을 받아 마르면 에르고스테롤이 비타민D로 전환된다. 말린 목이버섯은 생목이버섯에 비해 비타민D 함량이 수십여 배에 이른다. 최근에는 비타민D 함량이 보다 높은 흰목이버섯 재배 농가가 늘어 화제가 되기도 했다. 흰목이버섯은 시중의 검은 목이버섯에 비해 비타민D 함량이 두 배에 이른다. <br/><br/>비타민D가 자가면역성 질환인 류머티스 관절염에도 좋다는 연구결과도 있다. 부산 고신대 복음병원 류마티스내과 김근태 교수는 최근 대한류마티스학회지에 ‘류머티스 질환에서의 식품과 민간요법’이란 제목의 논문을 통해 자외선을 받으면 피부에서 합성되는 비타민D도 류머티스 관절염 예방을 도울 가능성이 있다고 추정했다. 김 교수는 “<span class='quot0'>비타민 D의 결핍이 류머티스 관절염·루푸스 등의 발생과 연관이 있다는 연구결과들은 이미 제시됐다</span>”며 “<span class='quot0'>미국에서 약 3만 명의 여성을 대상으로 한 연구에선 비타민D 섭취가 적으면 류머티스 관절염 발생이 늘어나는 것으로 밝혀졌다</span>”고 전했다. <br/><br/>목이버섯은 식이섬유가 풍부해 만성변비 해소에 도움을 준다. 목이버섯은 건조된 중량의 60%가 식이섬유다. 목이버섯 100g당 식이섬유가 62.9g으로 수용성 식이섬유 6.5g과 불용성 식이섬유 56.4g으로 구성돼 있다. 이는 식용버섯 중 가장 높은 수치다.<br/><br/>물에 잘 녹는 수용성 식이섬유는 장에서 쉽게 용해되는데, 끈적끈적한 점성을 띠며 포만감을 갖게 하고 포도당의 흡수를 지연시키는 기능이 있어 심혈관계 질환과 당뇨병 예방 등에 도움을 준다. 불용성 식이섬유는 음식 찌꺼기의 장 통과시간을 짧게 해 용종, 대장암 등 대장질환 발병률을 낮춘다. <br/><br/>한편 목이버섯은 최근 유행하는 메르스 등의 바이러스에도 좋은 식품이다. 이는 버섯에 풍부한 베타글루칸(β-glucan) 성분 때문이다. 베타글루칸은 면역증강물질이다. 1941년 효모의 세포벽에서 발견한 성분으로 효모와 같은 균류인 곰팡이, 버섯에도 많다. 베타글루칸은 현재까지 나온 면역증강물질 중 가장 안전성이 높고 효과가 좋은 것으로 유명하다. <br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-329.txt

제목: <힐링푸드>비타민D 풍부한 木耳버섯으로 녹슨 관절에 ‘기름칠’  
날짜: 20150624  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150624100000015  
본문: 비타민D가 칼슘 흡수 촉진 <br/>골밀도 높여 근골격계 튼튼 <br/><br/>식이섬유도 많아 변비 해소 <br/>베타글루칸 성분, 면역 증강 <br/>메르스 등 바이러스 예방도<br/><br/>잡채를 만들 때 꼭 들어가는 버섯이 있다. 바로 목이버섯이다. 꼬들꼬들하게 말린 목이버섯을 한나절 불리면 부드럽게 ‘사람의 귀’처럼 생긴 버섯 모양이 살아나며 오돌오돌하면서 쫄깃한 식감으로 미각을 자극한다. 목이버섯은 짬뽕에도 빠지지 않고 들어간다. <br/><br/>최근 목이버섯의 성분과 효능이 잇달아 밝혀지며 건강식으로도 인기다. 우선 가장 눈길을 끄는 것이 비타민D다. 그동안 비타민D 하면 표고버섯을 으뜸으로 쳤으나 얼마 전 마른 목이버섯의 비타민D 함량이 알려지며 순위가 뒤바뀌었다. 농촌진흥청 자료에 의하면 마른 목이버섯의 100g당 비타민D 함량은 435㎍이다. 반면 말린 표고버섯의 비타민D 함량은 16.8㎍이다. 거의 20여 배 차이가 난다. <br/><br/>비타민D는 얼마 전부터 암을 비롯해 각종 면역계 질환에 유익하다는 연구결과가 잇따라 나오며 새삼 주목받고 있는 성분이다. 특히 뼈 건강과 관련해서는 절대 부족해서는 안 되는 성분으로 정평을 얻고 있다. 비타민D는 결핍 시 뼈에 필요한 칼슘을 체내에 흡수시키지 못하기 때문에 골다공증 및 고관절 골절, 퇴행성관절염 등의 근골격계 질환을 야기시킬 수 있다. 비타민D는 혈관을 타고 소장에 가서 음식으로부터의 칼슘 흡수를 촉진한다. 칼슘 입장에서 보면 비타민D가 사람 체내로 들어갈 수 있게 해주는 ‘열쇠’인 셈이다. 칼슘은 골밀도를 높이며 근골격계를 튼튼하게 유지시켜 주는 성분이다.<br/><br/>목이버섯엔 비타민D의 전구물질인 에르고스테롤(ergosterol)이 많이 존재한다. 그런데 적당량의 햇빛을 받아 마르면 에르고스테롤이 비타민D로 전환된다. 말린 목이버섯은 생목이버섯에 비해 비타민D 함량이 수십여 배에 이른다. 최근에는 비타민D 함량이 보다 높은 흰목이버섯 재배 농가가 늘어 화제가 되기도 했다. 흰목이버섯은 시중의 검은 목이버섯에 비해 비타민D 함량이 두 배에 이른다. <br/><br/>비타민D가 자가면역성 질환인 류머티스 관절염에도 좋다는 연구결과도 있다. 부산 고신대 복음병원 류마티스내과 김근태 교수는 최근 대한류마티스학회지에 ‘류머티스 질환에서의 식품과 민간요법’이란 제목의 논문을 통해 자외선을 받으면 피부에서 합성되는 비타민D도 류머티스 관절염 예방을 도울 가능성이 있다고 추정했다. 김 교수는 “<span class='quot0'>비타민 D의 결핍이 류머티스 관절염·루푸스 등의 발생과 연관이 있다는 연구결과들은 이미 제시됐다</span>”며 “<span class='quot0'>미국에서 약 3만 명의 여성을 대상으로 한 연구에선 비타민D 섭취가 적으면 류머티스 관절염 발생이 늘어나는 것으로 밝혀졌다</span>”고 전했다. <br/><br/>목이버섯은 식이섬유가 풍부해 만성변비 해소에 도움을 준다. 목이버섯은 건조된 중량의 60%가 식이섬유다. 목이버섯 100g당 식이섬유가 62.9g으로 수용성 식이섬유 6.5g과 불용성 식이섬유 56.4g으로 구성돼 있다. 이는 식용버섯 중 가장 높은 수치다.<br/><br/>물에 잘 녹는 수용성 식이섬유는 장에서 쉽게 용해되는데, 끈적끈적한 점성을 띠며 포만감을 갖게 하고 포도당의 흡수를 지연시키는 기능이 있어 심혈관계 질환과 당뇨병 예방 등에 도움을 준다. 불용성 식이섬유는 음식 찌꺼기의 장 통과시간을 짧게 해 용종, 대장암 등 대장질환 발병률을 낮춘다. <br/><br/>한편 목이버섯은 최근 유행하는 메르스 등의 바이러스에도 좋은 식품이다. 이는 버섯에 풍부한 베타글루칸(β-glucan) 성분 때문이다. 베타글루칸은 면역증강물질이다. 1941년 효모의 세포벽에서 발견한 성분으로 효모와 같은 균류인 곰팡이, 버섯에도 많다. 베타글루칸은 현재까지 나온 면역증강물질 중 가장 안전성이 높고 효과가 좋은 것으로 유명하다. <br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-330.txt

제목: <힐링푸드>비타민D 풍부한 木耳버섯으로 녹슨 관절에 ‘기름칠’  
날짜: 20150624  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150624100000168  
본문: 비타민D가 칼슘 흡수 촉진 <br/>골밀도 높여 근골격계 튼튼 <br/><br/>식이섬유도 많아 변비 해소 <br/>베타글루칸 성분, 면역 증강 <br/>메르스 등 바이러스 예방도<br/><br/>잡채를 만들 때 꼭 들어가는 버섯이 있다. 바로 목이버섯이다. 꼬들꼬들하게 말린 목이버섯을 한나절 불리면 부드럽게 ‘사람의 귀’처럼 생긴 버섯 모양이 살아나며 오돌오돌하면서 쫄깃한 식감으로 미각을 자극한다. 목이버섯은 짬뽕에도 빠지지 않고 들어간다. <br/><br/>최근 목이버섯의 성분과 효능이 잇달아 밝혀지며 건강식으로도 인기다. 우선 가장 눈길을 끄는 것이 비타민D다. 그동안 비타민D 하면 표고버섯을 으뜸으로 쳤으나 얼마 전 마른 목이버섯의 비타민D 함량이 알려지며 순위가 뒤바뀌었다. 농촌진흥청 자료에 의하면 마른 목이버섯의 100g당 비타민D 함량은 435㎍이다. 반면 말린 표고버섯의 비타민D 함량은 16.8㎍이다. 거의 20여 배 차이가 난다. <br/><br/>비타민D는 얼마 전부터 암을 비롯해 각종 면역계 질환에 유익하다는 연구결과가 잇따라 나오며 새삼 주목받고 있는 성분이다. 특히 뼈 건강과 관련해서는 절대 부족해서는 안 되는 성분으로 정평을 얻고 있다. 비타민D는 결핍 시 뼈에 필요한 칼슘을 체내에 흡수시키지 못하기 때문에 골다공증 및 고관절 골절, 퇴행성관절염 등의 근골격계 질환을 야기시킬 수 있다. 비타민D는 혈관을 타고 소장에 가서 음식으로부터의 칼슘 흡수를 촉진한다. 칼슘 입장에서 보면 비타민D가 사람 체내로 들어갈 수 있게 해주는 ‘열쇠’인 셈이다. 칼슘은 골밀도를 높이며 근골격계를 튼튼하게 유지시켜 주는 성분이다.<br/><br/>목이버섯엔 비타민D의 전구물질인 에르고스테롤(ergosterol)이 많이 존재한다. 그런데 적당량의 햇빛을 받아 마르면 에르고스테롤이 비타민D로 전환된다. 말린 목이버섯은 생목이버섯에 비해 비타민D 함량이 수십여 배에 이른다. 최근에는 비타민D 함량이 보다 높은 흰목이버섯 재배 농가가 늘어 화제가 되기도 했다. 흰목이버섯은 시중의 검은 목이버섯에 비해 비타민D 함량이 두 배에 이른다. <br/><br/>비타민D가 자가면역성 질환인 류머티스 관절염에도 좋다는 연구결과도 있다. 부산 고신대 복음병원 류마티스내과 김근태 교수는 최근 대한류마티스학회지에 ‘류머티스 질환에서의 식품과 민간요법’이란 제목의 논문을 통해 자외선을 받으면 피부에서 합성되는 비타민D도 류머티스 관절염 예방을 도울 가능성이 있다고 추정했다. 김 교수는 “<span class='quot0'>비타민 D의 결핍이 류머티스 관절염·루푸스 등의 발생과 연관이 있다는 연구결과들은 이미 제시됐다</span>”며 “<span class='quot0'>미국에서 약 3만 명의 여성을 대상으로 한 연구에선 비타민D 섭취가 적으면 류머티스 관절염 발생이 늘어나는 것으로 밝혀졌다</span>”고 전했다. <br/><br/>목이버섯은 식이섬유가 풍부해 만성변비 해소에 도움을 준다. 목이버섯은 건조된 중량의 60%가 식이섬유다. 목이버섯 100g당 식이섬유가 62.9g으로 수용성 식이섬유 6.5g과 불용성 식이섬유 56.4g으로 구성돼 있다. 이는 식용버섯 중 가장 높은 수치다.<br/><br/>물에 잘 녹는 수용성 식이섬유는 장에서 쉽게 용해되는데, 끈적끈적한 점성을 띠며 포만감을 갖게 하고 포도당의 흡수를 지연시키는 기능이 있어 심혈관계 질환과 당뇨병 예방 등에 도움을 준다. 불용성 식이섬유는 음식 찌꺼기의 장 통과시간을 짧게 해 용종, 대장암 등 대장질환 발병률을 낮춘다. <br/><br/>한편 목이버섯은 최근 유행하는 메르스 등의 바이러스에도 좋은 식품이다. 이는 버섯에 풍부한 베타글루칸(β-glucan) 성분 때문이다. 베타글루칸은 면역증강물질이다. 1941년 효모의 세포벽에서 발견한 성분으로 효모와 같은 균류인 곰팡이, 버섯에도 많다. 베타글루칸은 현재까지 나온 면역증강물질 중 가장 안전성이 높고 효과가 좋은 것으로 유명하다. <br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-331.txt

제목: <힐링푸드>여름밤 술안주 ?… 뱃살은 ‘쏙’ 영양은 ‘듬뿍’  
날짜: 20150624  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150624100000149  
본문: 분당서울대병원 이동호 교수의 ‘추천 안주’<br/><br/>무더위가 계속되며 잠을 설치는 사람들이 많다. 이즈음 숙면을 위해 많이 찾는 것이 술이다. 사실 적당량의 술이 불면증 해소에 좋은지는 아직 논란의 여지가 많지만 분명한 사실은 ‘뱃살’을 더 키워준다는 것이다. 특히 안주를 어떤 것으로 선택하느냐 여하에 따라 그 정도가 심해진다. 뱃살은 대사증후군으로 이어져 각종 성인병을 유발한다. 애주가로 소문난 분당서울대병원 소화기내과의 이동호(사진) 교수가 소화가 잘되며 몸에도 유익한 술안주를 추천했다. <br/><br/><br/><br/># 치킨샐러드<br/><br/>‘치맥’은 여름밤 많이 찾는 술자리 메뉴다. 여기서 치킨은 기름에 튀겨낸 것으로 조리하는 과정에서 몸에 해로운 트랜스지방이 치킨 살점에 파고든다. 특히 트랜스지방은 치킨의 지방덩어리들과 합류하여 위장 안에서 위산분비를 촉진, 소화불량 증상까지 야기한다. <br/><br/>반면 치킨샐러드에 들어가는 치킨은 삶은 닭가슴살로 담백하면서 지방도 적다. 실제로 닭가슴살은 대표적인 다이어트식품이다. 저지방·고단백 식품으로 유익한 아미노산을 풍부하게 함유하고 있다. 닭고기 중에서 가슴 부위는 지방이 적은 대신 단백질은 약 20% 더 함유하고 있다. 특히 간 해독을 돕는 메티오닌 성분을 풍부하게 함유하고 있다. 닭가슴살에는 쇠고기보다 메티오닌을 비롯한 필수아미노산이 더 많이 들어있다. 따라서 닭가슴살을 먹으면 체중감량 과정에서 비롯된 영양부족도 채워준다. <br/><br/>여기에 장에 좋은 채소의 식이섬유가 가세해 변비와 숙변 등의 제거에 유익한 작용을 한다. 단백질이 풍부한 닭가슴살과 채소를 함께 먹으면 채소의 비타민까지 섭취하게 돼 영양상 균형잡힌 식단이 완성된다고 전문가들은 입을 모은다. <br/><br/># 두부김치 <br/><br/>김치는 대표적인 유산균 식품이다. 김치의 일부 유산균은 알코올의 분해를 도와 숙취를 예방해준다. 또 김치는 채소를 재료로 만드는 음식이어서 비타민과 섬유질이 풍부하고, 항산화 성분도 많이 포함하고 있다. 노화예방을 위해서도 김치만큼 좋은 식품이 없다. 또 김치는 암의 치료에도 상당히 좋은 역할을 한다. 특히 배추의 설포라판, 인돌 등의 파이토케미칼 성분은 건강한 세포 상태를 유지시켜줘 대장암이나 유방암, 전립선암 등의 발생 위험도를 낮춰준다. 또 고추의 매운 캡사이신 성분은 몸에 열을 내면서 칼로리를 소모한다. 기초대사율을 높여 체중 감량을 효과적으로 돕는다. 캡사이신이 에너지 대사와 관련된 교감신경을 활성화해 지방 축적을 막아 비만을 예방한다는 연구결과도 있다. <br/><br/>그리고 무엇보다 중요한 것은 두부다. 두부는 식물성 단백질이다. 육류의 단백질과 달리 식물성 단백질은 콩팥에 부담을 주지 않는다. 그러면서도 두부의 각종 아미노산이 간의 해독작용을 돕는다. 콜린 성분이 풍부한데 콜린은 신경전달물질인 아세틸콜린의 구성성분으로 기억력 향상 등 뇌기능 활성화를 위해 없어서는 안 되는 성분으로 치매 예방에도 좋다.<br/><br/># 고갈비<br/><br/>지금이야 찾는 이가 많지 않지만 고등어를 연탄불에 구워내는 고갈비는 요즘 40∼50대 세대에게는 아련한 추억의 술안주다. 서울에서는 종로 술집골목 일대에서 고갈비가 많이 팔렸고, 부산이나 인천 등의 항구도시에서도 고갈비는 애주가들이 가장 좋아하는 술안주 중의 하나였다. <br/><br/>그러나 고등어의 영양성분과 효능을 따지면 요즘도 훌륭한 안줏감으로 손색이 없다. 고등어는 오메가3 지방산으로 많이 알려진, 고도 불포화지방산인 EPA를 어류 중에서 가장 많이 함유하고 있다. 이에 따라 동맥경화, 혈전증, 고혈압, 심장질환 등의 각종 성인병 예방에 효과가 있다. 또 몸의 각종 염증도 완화해준다. 병원에서도 만성 장염에 오메가3 성분을 처방해줄 때가 많다. 고등어의 이 같은 효능은 우리 조상들도 인정했다. 정약전의 ‘자산어보’에는 ‘고등어가 간과 신장의 기능을 발달시키며 깊지 않은 바다에서 사는 물고기라 육질이 연하다’고 돼 있다. <br/><br/>고등어의 오메가3 지방산은 우울증도 예방해준다. 오메가3는 사람의 기분을 관장하는 두뇌 화학물질인 도파민과 세로토닌의 수치를 높여 준다. 도파민은 쾌락적이고 긍정적인 기분을 만들어 주며, 세로토닌은 흥분하거나 불안한 감정을 떨쳐 버리고 평온함을 유지시켜 주는 역할을 한다. 고등어 100g당 불포화지방산 함량은 8g이다. <br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-332.txt

제목: ‘로레알 생명과학상’ 문애리 교수 ‘펠로십’ 문재희 · 유승아 ·이혜미  
날짜: 20150623  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150623100000097  
본문: 로레알코리아(대표 얀 르부르동)와 유네스코한국위원회(사무총장 민동석), 여성생명과학기술포럼(회장 이종은)은 ‘2015 한국 로레알-유네스코 여성생명과학상’ 학술진흥상 수상자로 덕성여대 약학대학 문애리(56·사진) 교수를 선정했다고 밝혔다. <br/><br/>또 전도유망한 젊은 여성과학자들에게 주어지는 펠로십 수상자는 문재희 서울아산병원 암 연구단 박사 후 연구원, 유승아 가톨릭대 면역질환 융합연구소 연구교수, 이혜미 충남대 기초의과학연구센터 연구교수가 선정됐다. ‘2015 한국 로레알-유네스코 여성생명과학상’은 학술 진흥상 수상자에게 상장과 부상 2000만 원을, 펠로십 수상자 3명에게 상장과 부상 500만 원을 각각 수여한다.

언론사: 문화일보-1-333.txt

제목: <약초 이야기>방풍, 풍증 제거하는 ‘묘약’… 김치 담가 먹기도  
날짜: 20150622  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150622100000057  
본문: 인체는 나이가 들면서 세포 수가 감소하고, 신진대사에 관여하는 효소가 부족해져 장기, 신경, 세포, 뼈, 근육이 노화돼 기능이 떨어진다. 조기 발견과 의학의 발달로 일부 암은 완치도 가능해졌지만 혈관 질환은 완치가 없다. 조사에 의하면 중풍, 치매, 암, 당뇨 순으로 무서운 병이다. 특히 중풍은 한순간에 사람의 사회활동을 막기도 한다. <br/><br/>전통 의서에서 방풍은 일체의 풍증을 제거하는 묘약으로 기술돼 있다. 풍한습(風寒濕)이 원인이 돼 발생하는 사지관절(四肢關節)의 굴신이 안 되는 증상, 외감성으로 춥고 열나며 전신 통증의 증상, 반신불수나 팔과 다리의 근육 경련 증상 등에 좋은 것으로 알려졌다. <br/><br/>방풍은 훌륭한 식재료이기도 하다. 식물 전체에서 향기가 나며 제주도, 울릉도, 남부해안의 섬 등지에 자생하고 있어서 일반적으로 널리 알려지지 않은 나물이지만 자생지에서는 즐겨 이용하는 맛있고 영양가 높은 산나물이다. 방풍은 독이 없어 어린 순, 연한 잎, 열매, 뿌리 모두를 식용으로 쓴다. 잎과 줄기를 채취해 김치를 담가 먹거나, 살짝 데쳐서 나물로 무쳐 먹는다. <br/><br/> 정구영 한국토종약초나무연구회 회장

언론사: 문화일보-1-334.txt

제목: 메르스 환자 3명 추가 172명…사망자 2명 늘어 27명  
날짜: 20150622  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150622100000002  
본문: 국내 중동호흡기증후군(메르스) 환자가 3명 추가 확인돼 172명으로 늘었다. 기존 확진자 중에서 2명이 숨져 전체 사망자는 27명으로 집계됐다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부 중앙메르스관리대책본부는 22일 메르스 유전자 검사에서 3명이 추가로 양성 판정을 받았다고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>170번 환자(77)는 지난 6일 76번 환자와 건국대병원 같은 병동에 입원했다가 감염됐다.<br/><br/><br/><br/>171번 환자(60·여)는 지난달 27∼29일 삼성서울병원 응급실에 내원했던 환자로, 최대 잠복기(14일)를 10일 가량 넘겨 확진 판정을 받았다. <br/><br/><br/><br/>172번 환자(61·여)는 대청병원에 근무한 간병인이다.<br/><br/><br/><br/>이로써 전체 환자는 172명으로 늘어났다. 이 중에는 병원에 입원 또는 내원한 환자가 80명(46.5%)으로 가장 많고, 환자 가족이나 방문객이 59명(34.3%), 의료진 등 병원 관련 종사자가 33명(19.2%)이다. <br/><br/><br/><br/>사망자도 2명 늘었다. <br/><br/><br/><br/>기존 확진자 가운데 101번(84), 128번(97) 환자가 지난 21일과 22일 새벽에 잇따라 사망했다. <br/><br/><br/><br/>101번은 삼성서울병원에서, 128번은 대청병원에서 각각 감염된 환자로, 암 등의 기저질환을 앓고 있었다. <br/><br/><br/><br/>사망자는 총 27명으로 늘어 전체 확진자를 기준으로 한 치명률은 전날보다 소폭 오른 15.7% 수준이다. <br/><br/><br/><br/>사망자 연령별로는 60대가 9명(33.3%)으로 가장 많았고, 70대 8명(29.6%), 80대 5명(18.5%), 50대 4명(14.8%), 40대 1명(3.7%) 순이다.<br/><br/><br/><br/>주말 사이 새로 완치된 사람은 모두 7명이었다. <br/><br/><br/><br/>유일한 10대 환자였던 67번 환자(16)가 증상이 호전돼 두 차례 메르스 검사를 모두 음성으로 통과하고 완치판정을 받은 것을 비롯해 22번(39·여), 49번(75), 55번(36), 68번(55·여), 130번(65·여), 144번(71) 환자가 완치해 퇴원했다.<br/><br/><br/><br/>다만 67번 환자는 다른 질환 치료를 위해 20일부터 일반 병상으로 옮겨 치료를 받고 있다고 대책본부는 설명했다. <br/><br/><br/><br/>현재까지 퇴원자는 모두 50명이다. <br/><br/><br/><br/>한편 이날 오전 현재 격리 중인 사람은 3천833명으로 전날보다 202명 줄었다. 4일 연속 감소세다. <br/><br/><br/><br/>하루 사이 격리가 해제된 사람이 519명 늘어 전체 격리 해제자는 9천331명에 달했다.

언론사: 문화일보-1-335.txt

제목: 진정세 속 비격리 환자 확진… 입원 재활병원 폐쇄조치  
날짜: 20150622  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150622100000047  
본문: 76번째 환자와 접촉했지만 <br/>격리 등 조치없이 입원치료 <br/>예식장 · 은행 등 몰려있어 <br/>병원 입주한 9층 건물 폐쇄 <br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 추가 확진 환자가 9일 연속 한자릿수에 머무르면서 진정세를 유지하고 있다. 발표일 기준 20일에는 확진자가 한 명도 발생하지 않아 종식에 대한 기대감도 커졌다. <br/><br/>하지만 추가 확진자 중 격리대상자가 아니었던 환자가 1명 포함된 것으로 나타나고 격리가 해제된 사람에게서도 확진자가 나오는 등 여전히 긴장을 늦출 수 없는 상황이다. <br/><br/>◇진정세 유지돼 = 확진자가 3명 추가돼 전체 환자는 172명으로 늘었다. 확진자 수는 지난 14일 7명, 15일 5명, 16일 4명, 17일 8명, 18일 3명, 19일 1명, 20일 0명, 21일 3명, 22일 3명으로 9일 연속 한자릿수를 유지하고 있다.<br/><br/>확진자 중에는 환자가 80명(46.5%)으로 가장 많고, 환자 가족이나 방문객이 59명(34.3%), 의료진 등 병원 관련 종사자가 33명(19.2%)이다. 사망자는 2명 늘어 지금까지 총 27명이 사망했다. 기존 확진자 가운데 101번째 환자(84), 128번째 환자(87)가 지난 21일과 22일 새벽에 잇따라 사망했다. 101번째 환자는 삼성서울병원에서, 128번째 환자는 대청병원에서 각각 감염된 환자로, 암 등의 기저질환을 앓고 있었다. <br/><br/>주말 사이 새로 완치된 사람은 모두 7명으로 현재까지 퇴원자는 모두 50명으로 증가세가 이어지고 있다. 유일한 10대 환자였던 67번째 환자(16)가 완치 판정을 받은 것을 비롯해 22번째(여·39), 49번째(75), 55번째(36), 68번째(여·55), 130번째(여·65), 144번째(71) 환자가 완치해 퇴원했다. <br/><br/>격리 중인 사람은 3833명으로 317명이 새로 격리되고 519명의 격리가 해제돼 전날보다 202명 줄었다. 4일 연속 감소세다. 격리됐다가 해제된 사람은 9331명이다.<br/><br/>◇비격리자 중 또다시 환자 발생 = 메르스 사태가 진정세를 유지하고 있지만 확진자 1명이 격리 조치를 받지 않은 상태였던 것으로 드러나면서 잔 불씨는 여전히 남아 있는 것으로 드러났다. <br/><br/>확진자 중 170번째 환자(77)는 76번째 환자(사망·여·75)와 지난 6일 건국대병원 같은 병동에 입원했다. 170번째 환자는 5월 30일 건국대병원에서 대퇴골 수술을 받고 76번째 환자가 있던 병실 인근 병실에 입원했지만 격리 조치되지 않은 것으로 확인됐다. 170번째 환자는 아무런 제재 없이 20일 재활치료를 위해 경기 구리시의 카이저병원에 입원했고 X레이 촬영을 위해 속편한내과를 거쳐 한양대구리병원을 찾아 1차 검사에서 양성 판정을 받았다. <br/><br/>170번째 환자가 입원했던 재활전문병원 카이저병원과 병원이 위치한 9층짜리 건물 전체를 폐쇄하고 접촉 의심 환자들을 격리 조치했다. 건물에는 사람들이 많이 모이는 예식장, 은행은 물론이고 영유아들이 모이는 패밀리레스토랑과 키즈카페까지 위치한 것으로 확인돼 보건 당국은 추가 감염자 발생에 신경을 곤두세우고 있다. <br/><br/>확진자 중 171번째 환자(여·60)는 5월 27일부터 29일 삼성서울병원 응급실에 내원했다. 171번째 환자는 123번째 환자(65), 124번째 환자(36)의 가족인 것으로 확인됐다. 172번째 환자(여·61)는 대전 대청병원에서 근무한 간병인이다. 13일 격리 해제됐지만 확진됐다. <br/><br/>정유진 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-336.txt

제목: 시한부 삶 선고받고도 오직 詩만 생각한 그…  
날짜: 20150618  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150618100000095  
본문: ‘절두산 부활의 집/ 그곳에 영생의 터를 얻은 아우여/ 절두산 순교 성지 누대의/ 거룩한 사랑과 영광을 그곳에 봉헌하며/ 내가 이곳에 온 이유/ 나는 잠시 아우와 교감한다/ 문득 가슴을 저미는 한마디의 말/ 아우여, 사랑해!’<br/><br/>김종해 시인이 세상을 먼저 떠난 동생 김종철(사진) 시인에게 바치는 추모시 ‘아우여 사랑해!’의 마지막 부분이다. 지난해 7월 세상을 떠난 김종철 시인의 1주기를 앞두고, 계간 ‘시인수첩’이 추모특집 ‘내가 만난, 내가 읽은 김종철’을 마련한다. 고인의 형이자 문단의 원로인 김종해 시인의 추모시 ‘아우여 사랑해!’로 시작해 정진규, 이근배, 백시종, 이건청, 문정희, 도종환, 박주택 등 생전에 그와 두터운 친분을 쌓아온 18명의 선후배와 지인들이 그를 기리는 글을 묶었다. <br/><br/>친구이자 동문, 문단 선후배였던 이들의 기억 속에서 고인은 누구보다 호탕하고 자유로우며 타고난 시인이자, 카리스마 넘치는 호인이었다. 정진규 시인은 암 발병 이후 ‘박두진 문학상’ 수상식에 나온 김 시인이 “그나마 최소 6개월이란 시간이 보장되어 있어 자신을 추스를 수 있는 시간이 있다는 것만으로도 다행이란 생각이 들었다. 절망의 순간에 기도했고, 또 시만 생각했다. 하지만 삶은 허투루 덮인 껍질을 벗고 아주 진실한 모습으로 다가왔고 기도하는 그 절실함이 저를 낮게 내려놓게 했다”는 수상 소감을 기억했다. <br/><br/>또 이건청 시인은 “<span class='quot0'>언제 어디서도 당당했고, 주저하거나 망설임 없는 사람</span>”으로 돌아봤다. 한편 김종철 시인의 1주기를 맞아 추모의 밤 행사가 7월 4일 한국 시인협회와 가톨릭 문인회의 후원으로 문학의 집 서울에서 열린다. <br/><br/>최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-337.txt

제목: 2년전 세상 뜬 한국인 아내 못잊는 加 68세 순정男  
날짜: 20150617  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150617100000130  
본문: 스튜어트, 2년째 추모광고 <br/>‘가장 많이 본 기사’에 올라<br/><br/>‘Maria (Kim) Stewart(마리아 김 스튜어트). 마리아! 우리가 사랑한 30년 동안 당신은 내가 되었고, 나는 당신이 되었소. 부디 영면하기를.’<br/><br/>지난 4월 중순 캐나다 한국일보에 실린 신문광고(오른쪽 사진)다. 광고를 낸 주인공은 레이크이리에 사는 빌 스튜어트(68·얼굴 사진) 씨. 2년 전 암으로 투병하다 세상을 떠난 아내 김 씨를 위해 사진과 함께 이 같은 추모의 광고를 게재했다. 신문에 따르면, 서울 출신인 김 씨는 부모를 일찍 여의어 서울 명동성당에서 자랐다. <br/><br/>1981년 한 의류업체의 후원으로 70여 명의 여성과 함께 캐나다에 이민했다. 처음에는 의류 분야에서 일하다가 ‘밴틀리스 도넛’ 가게로 자리를 옮겨 샌드위치를 만들었다. 김 씨가 일하는 가게는 당시 스튜어트 씨가 일하던 보안업체와 가까운 거리에 있었다.<br/><br/>“한 2주 동안 마리아가 일하던 도넛 가게 근처에서 경보기를 설치하고 있었어요. 그러다 보니 가게를 자주 찾았죠. 나흘째 되는 날 갑자기 마리아가 제게 영어를 가르쳐 달라고 부탁하는 것이었어요. 그래서 토요일마다 그의 아파트로 가 영어를 가르쳤죠.”<br/><br/>그렇게 영어 선생과 제자로 만난 이들은 사랑도 함께 싹 틔웠다. 이민 3년 차이던 1984년 2월 마침내 결혼에 골인했고, 맞벌이를 하던 부부는 1988년 레이크이리에 위치한 농장으로 이사했다. 이듬해 ‘레이크사이드 컨비니언스’라는 이름의 편의점을 사들여 사장이 됐다.<br/><br/>그러나 2004년 7월 청천벽력처럼 김 씨에게 암 진단이 내려졌다. 그는 2013년 4월 22일 온타리오주 던빌의 헐드먼병원에서 ‘캐나디안 드림’을 마감했다. 스튜어트 씨는 아내를 떠나 보낸 뒤 중국계 여성을 만나 재혼했지만, 지난해 아내의 기일이 다가오자 그가 생전에 읽던 한국일보에 추모 광고를 냈고, 올해에도 광고를 게재했다. 현재 이 부부의 사연을 소개한 기사는 이 신문 인터넷판에서 ‘가장 많이 본 기사’에 올라 있다. <br/><br/>연합뉴스·최현미 기자 chm@

언론사: 문화일보-1-338.txt

제목: <힐링푸드>광어로 ‘미네랄 마사지’ 뭉쳤던 근육 ‘릴랙스 ~’  
날짜: 20150617  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150617100000193  
본문: 본명이 넙치인 광어는 하얀 살에 맛이 담백하고 쫄깃쫄깃한 데다 가격도 저렴해 미식가들이 가장 많이 찾는 어종 중 하나다. 비린내가 없어 횟감으로 애용돼 ‘국민 생선회’로도 불린다. 부드럽고 소화가 잘돼 튀김이나 매운탕, 국의 재료로도 많이 이용된다.<br/><br/>그러나 광어는 맛뿐만 아니라 영양학적으로도 우수한 식품이다. 광어는 고단백·저지방·저칼로리로 다이어트에 좋은 식품이다. 양질의 단백질과 불포화지방산, 특히 오메가3계 지방산은 물론 각종 무기질과 비타민을 풍부하게 함유하고 있다. 특히 지느러미 부근의 살은 지방 함량이 20% 정도로 높은 대신 피부의 탄력을 유지해 주는 콜라겐과 엘라스틴을 많이 지니고 있다. <br/><br/>광어에서 쥐경련 등 근육경련과 관련해 주목해야 할 성분은 풍부한 미네랄과 각종 비타민이다. 특히 마그네슘은 쥐경련과 직접적으로 연관 있는 미네랄이다. 일반적으로 마그네슘은 300여 가지 인체 내 효소반응을 활성화한다. 따라서 탄수화물·단백질·지방 대사와 핵산 합성에도 없어서는 안 된다. 칼슘과 함께 신경전도와 근육수축, 혈액응고에 관여하며 뼈와 치아 구성 및 유지에도 한몫한다. 비타민 C·E와 비타민 B군의 체내 이용을 도울 뿐만 아니라 단백질과 호르몬 합성에도 필요한 성분이다. 그런데 마그네슘이 부족하면 생기는 대표적인 증상이 근육경련과 골다공증, 손저림증 등이다. 광어 204g에는 169㎎의 마그네슘이 들어 있다. 마그네슘 1일 권장 섭취량이 남성 350㎎, 여성 280㎎인 만큼 광어회 한 접시 정도면 1일 권장 섭취량의 반 이상을 충족시킬 수 있다. 마그네슘이 부족하면 우울, 신경과민 등의 정서적 문제를 일으킬 뿐 아니라 부정맥 등 심장질환도 악화시킨다는 연구 결과가 있다. <br/><br/>인체의 원활한 신진대사를 위해 없어서는 안 되는 성분인 비타민B 복합체도 광어에는 많다. 비타민B1(티아민)은 에너지 대사를 원활하게 해 피로해소를 돕고, 신경전달물질 합성에 관여해 정신건강에 긍정적인 작용을 한다. 비타민B1이 부족하면 각기병 등이 생긴다. 또 비타민B2(리보플래빈) 역시 에너지 대사에 도움을 주고 항산화 기능을 하며, 부족할 경우 구내염이나 구순염 등 구강 내부와 입술, 혀 등에 염증이 생긴다. 성인의 비타민B2 권장 섭취량은 남자 1.5㎎, 여자 1.2㎎이다.<br/><br/>비타민B3로도 불리는 니아신은 탄수화물 대사에 없어서는 안 되는 성분이다. 비타민B6 역시 혈액을 구성하는 항체와 적혈구를 만들어 주며, 육류 소화에도 필요한 성분이다. 결핍되면 면역력이 저하된다. 코발라민으로도 불리는 비타민B12도 광어에는 풍부하다. 비타민B12는 뇌 신경세포의 활동과 재생에 중요한 성분으로, 혈관 속에서 몸에 나쁜 LDL콜레스테롤처럼 작용하는 호모시스테인을 감소시킨다. 또 비타민B12는 DNA와 RNA 합성에 관여해 유전자 손상을 방지하며, 노화 예방은 물론 일부 암 예방에도 효능이 있는 것으로 학계에서는 보고 있다.<br/><br/>최근에는 국내에서 광어의 단백질 성분이 인체 내에서 장내 소화효소에 의해 분해돼 항산화·항고혈압 작용을 하며 노화를 방지한다는 연구 결과가 나왔다. 인간의 장 속 주요 단백질 분해효소인 알파 키모트립신(α-chymotrypsin)에 의해 광어 근육의 단백질이 가수분해돼 생성되는 ‘펩티드’가 체내 활성산소를 제거해 항산화 작용을 하고, 혈압 상승을 유발하는 ‘앤지오텐신 전환 효소’의 활성도 막아 혈압을 낮춰 준다는 것이다.<br/><br/>이러한 효과는 제주대 전유진 교수팀의 연구 결과에서 밝혀졌고, 세계적인 저명 학술지(SCI)인 식품·화학독성학회지(Food & Chemical Toxicology, 2013)와 어·패류면역학회지(Fish & Shellfish Immunology, 2014)에서 인정을 받았다. <br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-339.txt

제목: <힐링푸드>광어로 ‘미네랄 마사지’ 뭉쳤던 근육 ‘릴랙스 ~’  
날짜: 20150617  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150617100000206  
본문: 본명이 넙치인 광어는 하얀 살에 맛이 담백하고 쫄깃쫄깃한 데다 가격도 저렴해 미식가들이 가장 많이 찾는 어종 중 하나다. 비린내가 없어 횟감으로 애용돼 ‘국민 생선회’로도 불린다. 부드럽고 소화가 잘돼 튀김이나 매운탕, 국의 재료로도 많이 이용된다.<br/><br/>그러나 광어는 맛뿐만 아니라 영양학적으로도 우수한 식품이다. 광어는 고단백·저지방·저칼로리로 다이어트에 좋은 식품이다. 양질의 단백질과 불포화지방산, 특히 오메가3계 지방산은 물론 각종 무기질과 비타민을 풍부하게 함유하고 있다. 특히 지느러미 부근의 살은 지방 함량이 20% 정도로 높은 대신 피부의 탄력을 유지해 주는 콜라겐과 엘라스틴을 많이 지니고 있다. <br/><br/>광어에서 쥐경련 등 근육경련과 관련해 주목해야 할 성분은 풍부한 미네랄과 각종 비타민이다. 특히 마그네슘은 쥐경련과 직접적으로 연관 있는 미네랄이다. 일반적으로 마그네슘은 300여 가지 인체 내 효소반응을 활성화한다. 따라서 탄수화물·단백질·지방 대사와 핵산 합성에도 없어서는 안 된다. 칼슘과 함께 신경전도와 근육수축, 혈액응고에 관여하며 뼈와 치아 구성 및 유지에도 한몫한다. 비타민 C·E와 비타민 B군의 체내 이용을 도울 뿐만 아니라 단백질과 호르몬 합성에도 필요한 성분이다. 그런데 마그네슘이 부족하면 생기는 대표적인 증상이 근육경련과 골다공증, 손저림증 등이다. 광어 204g에는 169㎎의 마그네슘이 들어 있다. 마그네슘 1일 권장 섭취량이 남성 350㎎, 여성 280㎎인 만큼 광어회 한 접시 정도면 1일 권장 섭취량의 반 이상을 충족시킬 수 있다. 마그네슘이 부족하면 우울, 신경과민 등의 정서적 문제를 일으킬 뿐 아니라 부정맥 등 심장질환도 악화시킨다는 연구 결과가 있다. <br/><br/>인체의 원활한 신진대사를 위해 없어서는 안 되는 성분인 비타민B 복합체도 광어에는 많다. 비타민B1(티아민)은 에너지 대사를 원활하게 해 피로해소를 돕고, 신경전달물질 합성에 관여해 정신건강에 긍정적인 작용을 한다. 비타민B1이 부족하면 각기병 등이 생긴다. 또 비타민B2(리보플래빈) 역시 에너지 대사에 도움을 주고 항산화 기능을 하며, 부족할 경우 구내염이나 구순염 등 구강 내부와 입술, 혀 등에 염증이 생긴다. 성인의 비타민B2 권장 섭취량은 남자 1.5㎎, 여자 1.2㎎이다.<br/><br/>비타민B3로도 불리는 니아신은 탄수화물 대사에 없어서는 안 되는 성분이다. 비타민B6 역시 혈액을 구성하는 항체와 적혈구를 만들어 주며, 육류 소화에도 필요한 성분이다. 결핍되면 면역력이 저하된다. 코발라민으로도 불리는 비타민B12도 광어에는 풍부하다. 비타민B12는 뇌 신경세포의 활동과 재생에 중요한 성분으로, 혈관 속에서 몸에 나쁜 LDL콜레스테롤처럼 작용하는 호모시스테인을 감소시킨다. 또 비타민B12는 DNA와 RNA 합성에 관여해 유전자 손상을 방지하며, 노화 예방은 물론 일부 암 예방에도 효능이 있는 것으로 학계에서는 보고 있다.<br/><br/>최근에는 국내에서 광어의 단백질 성분이 인체 내에서 장내 소화효소에 의해 분해돼 항산화·항고혈압 작용을 하며 노화를 방지한다는 연구 결과가 나왔다. 인간의 장 속 주요 단백질 분해효소인 알파 키모트립신(α-chymotrypsin)에 의해 광어 근육의 단백질이 가수분해돼 생성되는 ‘펩티드’가 체내 활성산소를 제거해 항산화 작용을 하고, 혈압 상승을 유발하는 ‘앤지오텐신 전환 효소’의 활성도 막아 혈압을 낮춰 준다는 것이다.<br/><br/>이러한 효과는 제주대 전유진 교수팀의 연구 결과에서 밝혀졌고, 세계적인 저명 학술지(SCI)인 식품·화학독성학회지(Food & Chemical Toxicology, 2013)와 어·패류면역학회지(Fish & Shellfish Immunology, 2014)에서 인정을 받았다. <br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-340.txt

제목: <자치 20년 지방의 꿈>“케이블카는 미래 먹거리 환경훼손 최소화 할 것”  
날짜: 20150617  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150617100000210  
본문: “영남알프스는 울산뿐 아니라 대한민국의 보물이기도 합니다. 이제 이 보물을 가능한 한 많은 사람이 보고 즐길 수 있도록 해야 합니다.”<br/><br/>영남알프스 개발에 한창 열을 올리고 있는 신장열(사진) 울주군수는 최근 문화일보와의 인터뷰에서 ‘영남알프스’가 어떤 의미가 있느냐는 질문에 이같이 답했다. 신 군수는 영남알프스를 세계적인 산악관광지로 만들기 위해 지난 2010년부터 마스터플랜을 수립, 개발사업을 추진하고 있다.<br/><br/>그가 현재 가장 중점을 두고 추진 중인 사업은 케이블카 사업이다. 울주군 상북면 등억리에서 신불산까지 2.46km에 이르는 케이블카는 미래 울산을 먹여 살릴 영남알프스 관광의 핵심사업으로 보고 있기 때문이다. 신 군수는 “<span class='quot0'>울산은 현재 3대 주력산업의 위기로 새로운 성장동력 발굴이 시급한 시점인데, 전국의 산악관광객을 불러들일 영남알프스 케이블카는 울산의 미래 먹거리가 될 핵심 인프라시설</span>”이라고 강조했다.<br/><br/>신 군수는 영남알프스 케이블카 설치의 또 하나의 타당성으로 ‘누구에게나 영남알프스의 풍광을 즐길 기회를 부여해야 한다는 것’을 들었다. 그는 “<span class='quot0'>지금은 건강한 사람만이 험한 등산로를 통해 영남알프스에 오르지만, 앞으로는 나이 많은 어르신과 어린이, 장애인 등 모두가 영남알프스에 쉽게 올라갈 수 있도록 해야 한다</span>”며 “<span class='quot0'>이는 케이블카가 없으면 불가능하다</span>”고 강조했다. <br/><br/>하지만 환경훼손 등을 우려하는 목소리도 많아 현재 어려움을 겪는 것도 사실이다. 이에 대해 신 군수는 “<span class='quot0'>환경훼손을 최소화하는 한편, 미래 울산경제를 견인할 거시적 관점에서 상호 이해와 적극적인 설득을 통해 사업을 추진해 나갈 것</span>”이라고 밝혔다. <br/><br/>또 “케이블카 사업의 조속한 추진을 위해 울산시민 각계각층의 시민단체로 구성된 ‘범시민 추진위원회’를 구성해 본격적인 시민홍보활동도 벌여나갈 계획”이라고 주장했다.<br/><br/>신 군수는 영남알프스에 오는 7월 준공되는 ‘복합웰컴센터’와 ‘인공암벽장’ 등도 산악관광객들을 유혹하는 좋은 명물이 될 것으로 기대하고 있다. 그는 “오는 2016년 열리는 세계산악영화제와 이를 기념해 올해 8월 열리는 울주세계산악영화제 프레페스티벌 행사는 영남알프스를 세계에 널리 알리는 좋은 계기가 될 것”이라고 자랑했다. <br/><br/>울산=곽시열 기자 sykwak@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-341.txt

제목: <자치 20년 지방의 삶>“케이블카는 미래 먹거리 환경훼손 최소화 할 것”  
날짜: 20150617  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150617100000173  
본문: “영남알프스는 울산뿐 아니라 대한민국의 보물이기도 합니다. 이제 이 보물을 가능한 한 많은 사람이 보고 즐길 수 있도록 해야 합니다.”<br/><br/>영남알프스 개발에 한창 열을 올리고 있는 신장열(사진) 울주군수는 최근 문화일보와의 인터뷰에서 ‘영남알프스’가 어떤 의미가 있느냐는 질문에 이같이 답했다. 신 군수는 영남알프스를 세계적인 산악관광지로 만들기 위해 지난 2010년부터 마스터플랜을 수립, 개발사업을 추진하고 있다.<br/><br/>그가 현재 가장 중점을 두고 추진 중인 사업은 케이블카 사업이다. 울주군 상북면 등억리에서 신불산까지 2.46km에 이르는 케이블카는 미래 울산을 먹여 살릴 영남알프스 관광의 핵심사업으로 보고 있기 때문이다. 신 군수는 “<span class='quot0'>울산은 현재 3대 주력산업의 위기로 새로운 성장동력 발굴이 시급한 시점인데, 전국의 산악관광객을 불러들일 영남알프스 케이블카는 울산의 미래 먹거리가 될 핵심 인프라시설</span>”이라고 강조했다.<br/><br/>신 군수는 영남알프스 케이블카 설치의 또 하나의 타당성으로 ‘누구에게나 영남알프스의 풍광을 즐길 기회를 부여해야 한다는 것’을 들었다. 그는 “<span class='quot0'>지금은 건강한 사람만이 험한 등산로를 통해 영남알프스에 오르지만, 앞으로는 나이 많은 어르신과 어린이, 장애인 등 모두가 영남알프스에 쉽게 올라갈 수 있도록 해야 한다</span>”며 “<span class='quot0'>이는 케이블카가 없으면 불가능하다</span>”고 강조했다. <br/><br/>하지만 환경훼손 등을 우려하는 목소리도 많아 현재 어려움을 겪는 것도 사실이다. 이에 대해 신 군수는 “<span class='quot0'>환경훼손을 최소화하는 한편, 미래 울산경제를 견인할 거시적 관점에서 상호 이해와 적극적인 설득을 통해 사업을 추진해 나갈 것</span>”이라고 밝혔다. <br/><br/>또 “케이블카 사업의 조속한 추진을 위해 울산시민 각계각층의 시민단체로 구성된 ‘범시민 추진위원회’를 구성해 본격적인 시민홍보활동도 벌여나갈 계획”이라고 주장했다.<br/><br/>신 군수는 영남알프스에 오는 7월 준공되는 ‘복합웰컴센터’와 ‘인공암벽장’ 등도 산악관광객들을 유혹하는 좋은 명물이 될 것으로 기대하고 있다. 그는 “오는 2016년 열리는 세계산악영화제와 이를 기념해 올해 8월 열리는 울주세계산악영화제 프레페스티벌 행사는 영남알프스를 세계에 널리 알리는 좋은 계기가 될 것”이라고 자랑했다. <br/><br/>울산=곽시열 기자 sykwak@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-342.txt

제목: <자치 20년 지방의 삶>“케이블카는 미래 먹거리 환경훼손 최소화 할 것”  
날짜: 20150617  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150617100000028  
본문: “영남알프스는 울산뿐 아니라 대한민국의 보물이기도 합니다. 이제 이 보물을 가능한 한 많은 사람이 보고 즐길 수 있도록 해야 합니다.”<br/><br/>영남알프스 개발에 한창 열을 올리고 있는 신장열(사진) 울주군수는 최근 문화일보와의 인터뷰에서 ‘영남알프스’가 어떤 의미가 있느냐는 질문에 이같이 답했다. 신 군수는 영남알프스를 세계적인 산악관광지로 만들기 위해 지난 2010년부터 마스터플랜을 수립, 개발사업을 추진하고 있다.<br/><br/>그가 현재 가장 중점을 두고 추진 중인 사업은 케이블카 사업이다. 울주군 상북면 등억리에서 신불산까지 2.46km에 이르는 케이블카는 미래 울산을 먹여 살릴 영남알프스 관광의 핵심사업으로 보고 있기 때문이다. 신 군수는 “<span class='quot0'>울산은 현재 3대 주력산업의 위기로 새로운 성장동력 발굴이 시급한 시점인데, 전국의 산악관광객을 불러들일 영남알프스 케이블카는 울산의 미래 먹거리가 될 핵심 인프라시설</span>”이라고 강조했다.<br/><br/>신 군수는 영남알프스 케이블카 설치의 또 하나의 타당성으로 ‘누구에게나 영남알프스의 풍광을 즐길 기회를 부여해야 한다는 것’을 들었다. 그는 “<span class='quot0'>지금은 건강한 사람만이 험한 등산로를 통해 영남알프스에 오르지만, 앞으로는 나이 많은 어르신과 어린이, 장애인 등 모두가 영남알프스에 쉽게 올라갈 수 있도록 해야 한다</span>”며 “<span class='quot0'>이는 케이블카가 없으면 불가능하다</span>”고 강조했다. <br/><br/>하지만 환경훼손 등을 우려하는 목소리도 많아 현재 어려움을 겪는 것도 사실이다. 이에 대해 신 군수는 “<span class='quot0'>환경훼손을 최소화하는 한편, 미래 울산경제를 견인할 거시적 관점에서 상호 이해와 적극적인 설득을 통해 사업을 추진해 나갈 것</span>”이라고 밝혔다. <br/><br/>또 “케이블카 사업의 조속한 추진을 위해 울산시민 각계각층의 시민단체로 구성된 ‘범시민 추진위원회’를 구성해 본격적인 시민홍보활동도 벌여나갈 계획”이라고 주장했다.<br/><br/>신 군수는 영남알프스에 오는 7월 준공되는 ‘복합웰컴센터’와 ‘인공암벽장’ 등도 산악관광객들을 유혹하는 좋은 명물이 될 것으로 기대하고 있다. 그는 “오는 2016년 열리는 세계산악영화제와 이를 기념해 올해 8월 열리는 울주세계산악영화제 프레페스티벌 행사는 영남알프스를 세계에 널리 알리는 좋은 계기가 될 것”이라고 자랑했다. <br/><br/>울산=곽시열 기자 sykwak@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-343.txt

제목: 롯데손해보험, 암 진행단계별로 보험금 차등 지급 … 최대 1억3000만원  
날짜: 20150616  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000102  
본문: 암의 진행단계별로 보험금을 최대 1억3000만 원까지 지급하는 롯데손해보험의 ‘롯데 안심건강 암보험(사진)’이 주목을 받고 있다. 이 상품은 암의 진행단계에 상관없이 같은 금액을 보장하던 기존 암보험과 달리 암 진행단계에 따라 보험금을 차등 지급한다. 특히 치료비 부담이 큰 특정 암(간암, 폐암, 백혈병, 뇌암, 골수암 등) 진단 또는 4기 암 진단을 받을 경우 일반 암 진단비 포함, 최대 1억3000만 원의 진단비를 담보한다.<br/><br/>15세부터 65세까지 가입할 수 있고 기존 암보험 가입자의 보장 강화 요구를 반영해 100세 만기 보장 외에 10년, 20년 만기를 추가했다. 1종은 100세 만기로 10년 납∼30년 납 중 5년 단위로 납부 기간을 선택할 수 있다. 2종 정기보장형은 10년 납 혹은 20년 납으로 구성됐다.<br/><br/>또 암 발병 시 지속적인 건강관리와 검진으로 인한 지출 및 소득 상실에 따른 경제적 위험이 크다는 점을 고려해 가족을 위한 생활자금을 5년간 매월 지급하도록 구성했다. 암 진단에 따른 치료비뿐만 아니라 치료 후 건강관리 및 소득보전 기능도 갖추고 있다. 암 진단을 받으면 보장보험료가 납부 면제돼 보험료 부담을 덜 수 있는 장점도 있다. 이뿐만 아니라 상해 또는 질병으로 80% 이상 후유장해가 발생했을 경우 앞으로 내야 할 보험료는 물론 그동안 냈던 보험료까지 지원해 주는 특약으로 고객이 상해 및 질병 때문에 보험료를 내지 못해 해지되는 상황을 대비하도록 했다.

언론사: 문화일보-1-344.txt

제목: 안치환 “정호승 詩 덕에 암 이겨냈죠”  
날짜: 20150616  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000008  
본문: 11곡 담은 11집 ‘50’ 발표 투병기 삶에 대한 단상 담아<br/><br/>직장암을 이겨낸 가수 안치환이 5년 만에 새 앨범을 발표하며 정호승 시인의 손을 잡았다.<br/><br/>안치환은 15일 11집 앨범 ‘50’을 온·오프라인을 통해 공개했다. 올해 50세가 된 그가 겪고 있는 좌절과 고통, 그리고 희망을 노래한 이 앨범에는 총 11곡이 수록됐다. 특히 타이틀곡 ‘희망을 만드는 사람’은 정호승 시인의 시 ‘희망을 만드는 사람이 되라’에서 영감을 얻어 시구에 음악을 덧대 만들었다. 정호승 시인에 대해 남다른 애착을 보이며 2008년 ‘정호승을 노래하다’라는 앨범을 발표했던 안치환은 7년 만에 다시금 그의 시를 모티브로 삼아 대중 곁으로 돌아왔다.<br/><br/>안치환의 소속사는 “삶에 대한 희망과 애환을 서정적으로 그려냈다는 평을 받는 시인 정호승의 시를 노랫말 삼아 부른 곡”이라며 “시련 속에서도 삶에 대한 의지를 다지며 살아가야 하는 이유는 마음속 희망이 있기 때문이라는 메시지를 전하는 라틴풍 록음악”이라고 소개했다.<br/><br/>안치환은 지난해 직장암 수술을 받은 후 요양을 하며 느낀 삶에 대한 단상을 이번 앨범에 고스란히 담았다. 암 투병을 시작하며 이겨내리라는 자신의 의지를 노래한 2번 트랙 ‘나는 암환자’, 그 의지를 굳건히 할 수 있게 곁을 지켜준 아내를 보며 만든 3번 트랙 ‘병상에 누워’, 이 앨범의 두 번째 타이틀곡으로 긴 투병기간 동안 본인 존재에 대한 물음과 믿음을 긍정적으로 노래한 4번 트랙 ‘바람의 영혼’, 갑작스러운 시련이 닥치고 그 인생이 덧없음을 느끼며 노래한 8번 트랙 ‘길지 않으리’ 등은 안치환의 경험이 담긴 곡이라 듣는 이의 폐부를 깊숙이 찌르며 귀를 파고든다. <br/><br/>소속사 측은 “2014년은 안치환 개인에게도 힘든 시기였지만 대한민국이 비통에 빠졌던 시기였다. 세월호 침몰 참사로 인해 모두가 아파했을 당시 그가 발표했던 추모곡도 이번 앨범에 수록했다”고 덧붙였다. <br/><br/>안진용 기자 realyong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-345.txt

제목: 안치환 “정호승 詩 덕에 암 이겨냈죠”  
날짜: 20150616  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000005  
본문: 직장암을 이겨낸 가수 안치환이 5년 만에 새 앨범을 발표하며 정호승 시인의 손을 잡았다.<br/><br/>안치환은 15일 11집 앨범 ‘50’을 온·오프라인을 통해 공개했다. 올해 50세가 된 그가 겪고 있는 좌절과 고통, 그리고 희망을 노래한 이 앨범에는 총 11곡이 수록됐다. 특히 타이틀곡 ‘희망을 만드는 사람’은 정호승 시인의 시 ‘희망을 만드는 사람이 되라’에서 영감을 얻어 시구에 음악을 덧대 만들었다. 정호승 시인에 대해 남다른 애착을 보이며 2008년 ‘정호승을 노래하다’라는 앨범을 발표했던 안치환은 7년 만에 다시금 그의 시를 모티브로 삼아 대중 곁으로 돌아왔다.<br/><br/>안치환의 소속사는 “삶에 대한 희망과 애환을 서정적으로 그려냈다는 평을 받는 시인 정호승의 시를 노랫말 삼아 부른 곡”이라며 “시련 속에서도 삶에 대한 의지를 다지며 살아가야 하는 이유는 마음속 희망이 있기 때문이라는 메시지를 전하는 라틴풍 록음악”이라고 소개했다.<br/><br/>안치환은 지난해 직장암 수술을 받은 후 요양을 하며 느낀 삶에 대한 단상을 이번 앨범에 고스란히 담았다. 암 투병을 시작하며 이겨내리라는 자신의 의지를 노래한 2번 트랙 ‘나는 암환자’, 그 의지를 굳건히 할 수 있게 곁을 지켜준 아내를 보며 만든 3번 트랙 ‘병상에 누워’, 이 앨범의 두 번째 타이틀곡으로 긴 투병기간 동안 본인 존재에 대한 물음과 믿음을 긍정적으로 노래한 4번 트랙 ‘바람의 영혼’, 갑작스러운 시련이 닥치고 그 인생이 덧없음을 느끼며 노래한 8번 트랙 ‘길지 않으리’ 등은 안치환의 경험이 담긴 곡이라 듣는 이의 폐부를 깊숙이 찌르며 귀를 파고든다. <br/><br/>소속사 측은 “2014년은 안치환 개인에게도 힘든 시기였지만 대한민국이 비통에 빠졌던 시기였다. 세월호 침몰 참사로 인해 모두가 아파했을 당시 그가 발표했던 추모곡도 이번 앨범에 수록했다”고 덧붙였다. <br/><br/>안진용 기자 realyong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-346.txt

제목: <메르스 비상-오늘 발병 현황>첫 40代 사망자 간경화·당뇨병 앓아  
날짜: 20150616  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000021  
본문: “<span class='quot0'>장기간 음주·흡연 악영향… 간·폐 기능 떨어져 위험</span>”<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 감염 때 기저질환 외에 과도한 음주나 흡연 등도 사망률에 영향을 미칠 수 있다고 전문가들은 경고했다.<br/><br/>엄중식 한림대강동성심병원 감염내과 교수는 16일 “<span class='quot1'>당뇨병이 있거나, 폐 질환, 신부전, 암 치료를 받는 경우뿐 아니라 장기간 음주나 흡연한 경우에도 메르스 바이러스 감염으로 인한 후유증을 앓거나 사망할 위험이 커진다</span>”고 말했다. 장기간 흡연으로 폐와 심장의 기능이 약해진 사람은 메르스 바이러스에 감염될 경우 폐와 심장의 기능이 떨어지는 속도가 매우 빠르다는 것이다. <br/><br/>특히 한번 망가진 폐와 심장은 치료해도 쉽게 회복되지 않아 사망까지 이어질 가능성이 높다는 것이 전문가들의 분석이다. <br/><br/>장기간 음주를 한 경우에도 간 기능이 떨어져 메르스 감염으로 사망할 확률이 높다. 간 기능은 치명적인 질환에 걸린 환자 회복에 큰 영향을 미친다고 전문가들은 설명했다.<br/><br/>사망한 메르스 감염자 중 특별한 지병이 없던 2명이 사망하면서 기저질환이 없는 건강한 사람도 메르스로 사망할 수 있다는 우려가 제기되고 있다. 81번째 환자(61)와 51번째 환자(여·72) 2명은 별다른 지병이 없는 환자였기 때문이다. <br/><br/>하지만 전문가들은 여전히 기저질환 유무가 메르스 사망률에 가장 큰 영향을 미친다고 분석했다. <br/><br/>19명의 사망자 가운데 17명(89%)은 만성 호흡기질환이나 암, 뇌혈관질환 등 기저질환을 앓고 있었다. 이날 정부가 발표한 사망자 중 38번째 환자(49) 역시 알코올성 간경화와 당뇨병을 앓고 있었다. <br/><br/>이와 관련해 엄 교수는 “<span class='quot2'>지병이 있을 경우 감염으로 인한 합병증을 이겨내지 못하고 사망할 가능성이 높지만, 건강한 사람이라고 100% 안심할 수 있는 상황은 아니다</span>”며 “<span class='quot2'>가족 간호를 위해 병원을 자주 방문하거나 바이러스 등에 감염된 환자와의 노출이 잦은 의료진도 평소 감염 관리에 주의해야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/>고령일 경우에도 사망 위험이 큰 것으로 전문가들은 분석했다. 실제 메르스 사망자 19명 중 70대가 7명(37%)으로 가장 많았고, 다음으로 60대 6명(32%), 50대 3명(16%) 등이었다. 사망자 가운데 남성이 14명(74%), 여성이 5명(26%)으로 성별에 따라 큰 차이를 보였지만, 전문가들은 성별이 사망률에 영향을 주는 것으로 보기는 어렵다고 설명했다.<br/><br/> 정유진 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-347.txt

제목: ‘재테크 빙하기’… 우대금리·할인 ‘온기 상품’ 찾아라  
날짜: 20150616  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000141  
본문: 사상 처음으로 기준금리 1.5% 시대가 열리면서 ‘재테크 빙하기’가 현실로 다가오고 있다. 이에 한 푼이라도 더 많은 이자를 지급하는 정기예금 상품을 찾거나 한 푼이라도 더 많은 혜택을 제공하는 카드나 보험에 대한 관심이 높아지고 있다. 특히 전통적인 예·적금 상품에서 벗어나 각종 우대 혜택을 제공하는 정기예금 상품이나 모바일 서비스 및 쇼핑을 좀 더 저렴하게 이용할 수 있는 카드, 사망 보험금을 담보로 연금을 받는 종신보험, 암 등 질병에 대한 혜택을 강화한 보장보험 등이 유용한 시기다. 또 안정적인 수익률을 유지할 수 있는 자산운용 상품 등도 초저금리 시대를 맞아 큰 관심을 받고 있다. <br/><br/>이관범·박정경·장병철 기자 frog72@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-348.txt

제목: ‘재테크 빙하기’… 우대금리·할인 ‘온기 상품’ 찾아라  
날짜: 20150616  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000097  
본문: 사상 처음으로 기준금리 1.5% 시대가 열리면서 ‘재테크 빙하기’가 현실로 다가오고 있다. 이에 한 푼이라도 더 많은 이자를 지급하는 정기예금 상품을 찾거나 한 푼이라도 더 많은 혜택을 제공하는 카드나 보험에 대한 관심이 높아지고 있다. 특히 전통적인 예·적금 상품에서 벗어나 각종 우대 혜택을 제공하는 정기예금 상품이나 모바일 서비스 및 쇼핑을 좀 더 저렴하게 이용할 수 있는 카드, 사망 보험금을 담보로 연금을 받는 종신보험, 암 등 질병에 대한 혜택을 강화한 보장보험 등이 유용한 시기다. 또 안정적인 수익률을 유지할 수 있는 자산운용 상품 등도 초저금리 시대를 맞아 큰 관심을 받고 있다. <br/><br/>이관범·박정경·장병철 기자 frog72@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-349.txt

제목: <세상 만사-나라 밖>숨진 딸 난자로 대리모 되려는 어머니… ‘不可’ 판결  
날짜: 20150616  
기자: 김리안  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000001  
본문: 암으로 사망한 딸의 냉동 보관된 난자를 이용해 대리모가 되어 아이를 낳으려는 영국 여성의 시도가 법원에서 거부됐다. 15일 BBC 등에 따르면 59세인 이 영국 여성의 무남독녀였던 딸은 23세에 장암 판정을 받은 뒤 자신의 난자를 냉동 보관, 어머니에게 “대리모가 되어 (자신의) 딸을 낳아 달라”고 부탁하고 4년 전 숨졌다. 그러나 인간임신태생학기구(HFEA)가 딸이 대리모를 요청했다는 명확한 증거가 없다는 이유로 이 부부의 바람을 거부했고, 법정 공방으로까지 이어진 것이다. <br/><br/>HFEA 측 변호인 캐서린 칼라간은 “법원은 매우 신중해야 한다”면서 “<span class='quot0'>대리모 시도는 이 부부가 원하는 것인데 이는 기본적으로 그녀의 딸 역시 원했었다는 것이 확인돼야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/>김리안 기자 knra@munhwa.com, 연합뉴스

언론사: 문화일보-1-350.txt

제목: 과도한 운동은 오히려 毒… 스트레스 피하고 비타민 섭취해야  
날짜: 20150616  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000119  
본문: 감염병은 바이러스가 인체의 약해진 면역체계를 뚫고 들어온다. 면역력이란 외부 이물질, 세균, 바이러스에 대한 인체 방어시스템이다. <br/><br/>면역력이 강하면 병원균이 몸 안으로 들어와도 별다른 힘을 쓰지 못한다. 반대로 면역력이 약해지면 각종 세균과 바이러스 질환에 노출되기 쉬워 각종 질환에 쉽게 걸린다. 면역력을 높이는 것이 중요하다.<br/><br/>◇과도한 운동은 면역력에 독 = 규칙적인 운동은 면역력을 높이는 데 도움을 주지만, 갑작스럽게 심한 운동을 하면 오히려 면역력 저하를 초래할 수 있다. 특히 감염성 질환에 이미 걸린 이후에는 운동이 오히려 도움되지 않는다. 가벼운 운동은 깊은 호흡과 긴장 이완을 통해 혈액 순환을 원활하게 한다. <br/><br/>◇오후 11시부터 오전 3시까지 깊은 잠 = 불규칙한 수면은 면역력을 낮춘다. 수면은 평소 8시간 정도로 충분히 취하고, 규칙적으로 자고 일어나야 한다. 특히 가장 깊은 잠을 자는 시기인 오후 11시부터 오전 3시까지는 면역력을 강화하는 호르몬인 ‘멜라토닌’이 분비되니 꼭 잠을 자야 한다.<br/><br/>◇스트레스 피하기 = 지나친 스트레스는 면역력을 떨어뜨린다. 스트레스는 불유쾌한 자극에 적응하기 위한 우리 몸의 종합 반응이다. 자주 웃고, 긍정적으로 생각하고, 적당한 취미 생활을 즐기는 등 생활 속 작은 습관들을 변화시킬 필요가 있다. 또한, 삶을 긍정적으로 보고, 사회적으로 좋은 인간관계를 유지하는 한편, 숙면과 일광욕을 통해 좋은 기분을 유지하고, 요가나 명상으로 긴장을 푸는 것도 면역력 강화에 도움이 된다. <br/><br/>◇비타민 활용 = 좋은 영양소가 함유된 음식은 감염이나 질병, 알레르기 등에 대항하는 힘을 높여준다. 비타민 C는 바이러스의 증식을 억제하는 인터페론의 생성을 촉진한다. 구아바, 유자, 풋고추, 피망, 파프리카, 양배추 등에 많다. 면역세포를 활성화 시키는 베타글루칸이 많이 함유된 버섯도 좋다. 몸의 저항력을 높여 암을 예방하는 음식에는 수수, 보리, 율무, 기장, 메밀 등이 있다. 비타민A는 점막을 구성하고 유지하는데 필수적인 요소로, 특히 호흡기 점막을 튼튼하게 해주는 역할을 하는데 말린 살구나 붉은 고추에 가장 많이 포함돼 있다. 김치, 된장, 청국장, 간장 등도 면역력 강화에 도움이 된다. <br/><br/> <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-351.txt

제목: “메르스 병원 의료인 자녀 학교 나오지 마라”  
날짜: 20150616  
기자: 손기은  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000015  
본문: 엄마가 삼성서울병원서 <br/>암치료 받는다는 이유로 <br/>유치원 등원 거부하기도 <br/><br/>“소방관 사니 조심하라” <br/>아파트서 공개 방송도 <br/><br/>한달치 라면·즉석밥 구입 <br/>전쟁 일어난양 ‘칩거’까지<br/><br/>말도 안 될 정도로 과도한 ‘중동호흡기증후군(메르스) 공포’로 인해 애꿎은 피해를 보는 일이 속출하고 있다. 학교에서 의료인 자녀를 메르스 감염 의심자 취급을 하며 집으로 돌려보내는가 하면, 아이 엄마가 메르스 발생 병원에서 치료를 받고 있다는 이유만으로 유치원에서 해당 가정에 자녀를 등원시키지 말 것을 요구하는 일도 발생했다. 아울러 과도한 메르스 공포로 한 달 가까이 ‘칩거’를 계획하는 가정도 생겼다.<br/><br/>◇의료인 “<span class='quot0'>메르스 감염보다 자녀 차별 대우가 훨씬 공포스럽다</span>”= 16일 의료계에 따르면, 일선에서 메르스와 싸우고 있는 의사·간호사 등 의료인들은 메르스 감염 공포보다 자녀가 학교·유치원에서 당하는 차별 대우가 더 걱정되고 무섭다고 호소하고 있다. <br/><br/>대전의 A 초등학교는 지난 3일 전교생을 대상으로 병원 진료 여부와 부모의 건양대병원 근무 여부를 조사했다. 서울 양천구 B 중학교는 이대목동병원에서 메르스 확진 환자가 치료 중이라는 사실이 공개되자 이 병원에서 근무하는 의료인 자녀 10여 명을 귀가 조치했다. 전북 전주의 C 초등학교도 재학생들에게 메르스 안전수칙에 대한 가정통신문을 발송하면서, 메르스 환자가 나온 병원의 의료인 자녀는 학교에 나오지 말라고 공지한 사실이 알려졌다. 대형 대학병원에 다니는 과장급 의사는 “<span class='quot1'>‘부모가 의사면 짐 싸서 집에 가라’고 대놓고 말하는 학교는 많지 않아도, 부모의 병원 근무 여부를 알게 모르게 확인하는 경우는 많은 것 같다</span>”며 “<span class='quot1'>해당 지역에 메르스 환자가 나오면 아이를 돌려보내겠다는 뜻인 것 같아 괜히 아이에게 미안하다는 생각이 든다</span>”고 말했다.<br/><br/>이 같은 현실에 한 간호사는 소셜네트워크서비스(SNS)에 “쉼 없이 일하는 노고는 알아주지 않아도 괜찮다. 하지만 병균 보듯, 메르스 바이러스 보균자 대하듯 하는 사람들의 시선이 무섭다”는 글을 올리기도 했다. 의료인 가정 자녀들에 대한 학교의 차별 대우가 반복되자 대한의사협회는 급기야 보건복지부가 교육부 등 관계 부처에 공문을 보내 유사한 사례가 재발하지 않도록 처리할 것을 요구하기도 했다.<br/><br/>아울러 메르스 진원지가 된 삼성서울병원에서 아이 엄마가 암 치료를 받고 있다는 이유로 이 가정 자녀의 유치원 등원을 거부하는 일도 발생했다. <br/><br/>또 서울 한 아파트에서는 소방관이 아파트에 거주하는 사실이 알려지자 “우리 아파트에 소방관이 살고 있으니 주민들은 조심하라”는 방송을 하기도 한 것으로 전해졌다.<br/><br/>◇한 달 칩거 계획하는 메르스 공포에 휩싸인 가정 = 영유아 자녀가 있는 가정에서 ‘칩거’를 위해 라면이나 통조림, 즉석밥 등 비상식량과 생필품 등을 대량으로 구매하는 경우도 생겨나고 있다. 서울 강동구 길동에서 7개월 된 아기를 키우는 김모(여·34) 씨는 “<span class='quot2'>메르스 사태가 생각보다 길어져 라면, 통조림, 즉석 밥 등 2주일 치 먹거리를 더 샀다</span>”며 “<span class='quot2'>이달 말까지는 최대한 외출을 자제할 생각</span>”이라고 말했다. 그는 “<span class='quot2'>아이 걱정에 6월 들어 거의 외출을 하지 않고 있어 아기가 좀 답답해하는 것 같지만 어쩔 수 없는 일</span>”이라고 말했다. 어린이집과 유치원 휴원과 상관없이 자체 휴원을 하는 학부모도 많다. 서울 마포구에 사는 이모(여·35) 씨는 “<span class='quot3'>메르스 감염을 우려해 지난 2주간 어린이집에 보내지 않고 있다</span>”며 “<span class='quot3'>메르스 감염자가 계속 나오고 있어 앞으로 최소 1주간은 아이를 어린이집에 안 보낼 생각</span>”이라고 말했다.<br/><br/>◇전문가 “<span class='quot4'>지역사회 감염 가능성 극히 낮다</span>”= 전문가들은 지나친 공포를 자제해야 한다고 지적하고 있다. 이재갑 한림대강남성심병원 감염내과 교수는 “<span class='quot5'>지역사회 감염 가능성은 극히 낮다</span>”며 “<span class='quot5'>각 가정이 외출하지 않는 등 극단적인 행동을 보일 필요는 없다</span>”고 말했다. 대한감염학회와 대한의료관련감염관리학회도 15일 “삽관, 기관지 내시경 등 의료시술을 시행할 때 바이러스가 공기 중으로 분출돼 감염될 수 있지만, 이는 병원 내 국한된 상황”이라며 “의료시술이 있을 수 없는 지역사회에서 메르스 공기감염이 일어날 수 없다”고 밝혔다. <br/><br/>한편 환자들이 메르스 감염을 우려해 응급차를 이용하지 않으려는 현상도 나타나고 있다. 경북 포항의 한 사설 응급환자이송센터는 지난달 말 메르스 발생 전 7대의 응급이송차량으로 하루 평균 20명의 환자를 이송했지만, 최근 하루 1명 이송도 어려운 것으로 나타났다. <br/><br/>손기은 기자 son@munhwa.com <br/>대구 = 박천학 기자 kobbla@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-352.txt

제목: 일부 학교 “메르스 병원 의료인 자녀 나오지 마라”  
날짜: 20150616  
기자: 손기은  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000014  
본문: 엄마가 삼성서울병원서 <br/>암치료 받는다는 이유로 <br/>유치원 등원 거부하기도 <br/>“소방관 사니 조심하라” <br/>아파트서 공개 방송도 <br/>한달치 라면·즉석밥 구입 <br/>전쟁 일어난양 ‘칩거’까지<br/>말도 안 될 정도로 과도한 ‘중동호흡기증후군(메르스) 공포’로 인해 애꿎은 피해를 보는 일이 속출하고 있다. 학교에서 의료인 자녀를 메르스 감염 의심자 취급을 하며 집으로 돌려보내는가 하면, 아이 엄마가 메르스 발생 병원에서 치료를 받고 있다는 이유만으로 유치원에서 해당 가정에 자녀를 등원시키지 말 것을 요구하는 일도 발생했다. 아울러 과도한 메르스 공포로 한 달 가까이 ‘칩거’를 계획하는 가정도 생겼다.<br/>◇의료인 “<span class='quot0'>메르스 감염보다 자녀 차별 대우가 훨씬 공포스럽다</span>”= 16일 의료계에 따르면, 일선에서 메르스와 싸우고 있는 의사·간호사 등 의료인들은 메르스 감염 공포보다 자녀가 학교·유치원에서 당하는 차별 대우가 더 걱정되고 무섭다고 호소하고 있다. <br/>대전의 A 초등학교는 지난 3일 전교생을 대상으로 병원 진료 여부와 부모의 건양대병원 근무 여부를 조사했다. 서울 양천구 B 중학교는 이대목동병원에서 메르스 확진 환자가 치료 중이라는 사실이 공개되자 이 병원에서 근무하는 의료인 자녀 10여 명을 귀가 조치했다. 전북 전주의 C 초등학교도 재학생들에게 메르스 안전수칙에 대한 가정통신문을 발송하면서, 메르스 환자가 나온 병원의 의료인 자녀는 학교에 나오지 말라고 공지한 사실이 알려졌다. 대형 대학병원에 다니는 과장급 의사는 “<span class='quot1'>‘부모가 의사면 짐 싸서 집에 가라’고 대놓고 말하는 학교는 많지 않아도, 부모의 병원 근무 여부를 알게 모르게 확인하는 경우는 많은 것 같다</span>”며 “<span class='quot1'>해당 지역에 메르스 환자가 나오면 아이를 돌려보내겠다는 뜻인 것 같아 괜히 아이에게 미안하다는 생각이 든다</span>”고 말했다.<br/>이 같은 현실에 한 간호사는 소셜네트워크서비스(SNS)에 “쉼 없이 일하는 노고는 알아주지 않아도 괜찮다. 하지만 병균 보듯, 메르스 바이러스 보균자 대하듯 하는 사람들의 시선이 무섭다”는 글을 올리기도 했다. 의료인 가정 자녀들에 대한 학교의 차별 대우가 반복되자 대한의사협회는 급기야 보건복지부가 교육부 등 관계 부처에 공문을 보내 유사한 사례가 재발하지 않도록 처리할 것을 요구하기도 했다.<br/>아울러 메르스 진원지가 된 삼성서울병원에서 아이 엄마가 암 치료를 받고 있다는 이유로 이 가정 자녀의 유치원 등원을 거부하는 일도 발생했다. <br/>또 서울 한 아파트에서는 소방관이 아파트에 거주하는 사실이 알려지자 “우리 아파트에 소방관이 살고 있으니 주민들은 조심하라”는 방송을 하기도 한 것으로 전해졌다.<br/>◇한 달 칩거 계획하는 메르스 공포에 휩싸인 가정 = 영유아 자녀가 있는 가정에서 ‘칩거’를 위해 라면이나 통조림, 즉석밥 등 비상식량과 생필품 등을 대량으로 구매하는 경우도 생겨나고 있다. 서울 강동구 길동에서 7개월 된 아기를 키우는 김모(여·34) 씨는 “<span class='quot2'>메르스 사태가 생각보다 길어져 라면, 통조림, 즉석 밥 등 2주일 치 먹거리를 더 샀다</span>”며 “<span class='quot2'>이달 말까지는 최대한 외출을 자제할 생각</span>”이라고 말했다. 그는 “<span class='quot2'>아이 걱정에 6월 들어 거의 외출을 하지 않고 있어 아기가 좀 답답해하는 것 같지만 어쩔 수 없는 일</span>”이라고 말했다. 어린이집과 유치원 휴원과 상관없이 자체 휴원을 하는 학부모도 많다. 서울 마포구에 사는 이모(여·35) 씨는 “<span class='quot3'>메르스 감염을 우려해 지난 2주간 어린이집에 보내지 않고 있다</span>”며 “<span class='quot3'>메르스 감염자가 계속 나오고 있어 앞으로 최소 1주간은 아이를 어린이집에 안 보낼 생각</span>”이라고 말했다.<br/>◇전문가 “<span class='quot4'>지역사회 감염 가능성 극히 낮다</span>”= 전문가들은 지나친 공포를 자제해야 한다고 지적하고 있다. 이재갑 한림대강남성심병원 감염내과 교수는 “<span class='quot5'>지역사회 감염 가능성은 극히 낮다</span>”며 “<span class='quot5'>각 가정이 외출하지 않는 등 극단적인 행동을 보일 필요는 없다</span>”고 말했다. 대한감염학회와 대한의료관련감염관리학회도 15일 “삽관, 기관지 내시경 등 의료시술을 시행할 때 바이러스가 공기 중으로 분출돼 감염될 수 있지만, 이는 병원 내 국한된 상황”이라며 “의료시술이 있을 수 없는 지역사회에서 메르스 공기감염이 일어날 수 없다”고 밝혔다. <br/>한편 환자들이 메르스 감염을 우려해 응급차를 이용하지 않으려는 현상도 나타나고 있다. 경북 포항의 한 사설 응급환자이송센터는 지난달 말 메르스 발생 전 7대의 응급이송차량으로 하루 평균 20명의 환자를 이송했지만, 최근 하루 1명 이송도 어려운 것으로 나타났다. <br/>손기은 기자 son@munhwa.com <br/>대구 = 박천학 기자 kobbla@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-353.txt

제목: ‘구멍’ 여전한 방역 … 잠복기 만료 1~2일前 뒤늦게 통보  
날짜: 20150616  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150616100000111  
본문: 보건소 가고 사람 만나고 <br/>확진 판정자들 제멋대로<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 감염의 우려가 있는 의심 대상자에 대한 지방자치단체 통보가 아예 없거나, 잠복기 만료가 임박해서야 이뤄져 여전히 메르스 예방에 많은 허점을 드러내고 있다는 지적이 일고 있다.<br/><br/>16일 울산시에 따르면 이날 울산지역에서 메르스 감염 우려가 있어 모니터링을 받고 있는 대상자는 모두 16명에 이르고 있다. 그러나 이들 중 상당수는 의심대상자가 스스로 신고를 했거나, 잠복기 만료기간을 1∼2일 남긴 상태에서 울산시에 통보된 것으로 드러났다. <br/><br/>울산 중구의 K(61) 씨는 지난 5월 30일 삼성서울병원에서 암치료를 받고 퇴원했다가 15일 열이 나서 병원을 찾아 메르스 검사를 받았다. K 씨는 삼성서울병원 메르스 환자와 접촉 가능성이 있어 사전에 관리가 돼야 했지만, 지자체인 울산시는 질병관리본부로부터 아무런 통보를 받지 못했다.<br/><br/>메르스 잠복기 만료기간이 임박해 관리 대상자로 통보되는 경우도 상당수다. 지난 14일 질병관리본부로부터 울산시에 통보된 K(61) 씨는 5월 27일 삼성서울병원에 입원해 심장 수술을 받고 3일 퇴원해 메르스 잠복 만료시점(16일) 2일을 남겨두고 울산시에 관리 대상자로 통보됐다. 또 다른 K(57) 씨도 삼성서울병원 메르스 환자 접촉이 의심됐으나, 울산시는 잠복기 만료일인 16일을 2일 남겨두고 14일 알게 됐다.<br/><br/>또 메르스 환자들은 감염의 위험을 인지하면서도 스스로 관리를 소홀히 해 화를 키웠다는 지적이 나오고 있다. 대구에서 메르스 첫 확진 환자로 판명 난 공무원 K(52) 씨는 5월 27, 28일 누나와 함께 삼성서울병원을 방문하고 누나가 10일 메르스 환자로 확진 판정을 받았음에도 뒤늦은 15일 보건소를 찾아 주변에 메르스 확산 가능성을 높였다는 지적을 받고 있다. 이에 앞서 12일 메르스 확진 판정을 받은 경북 포항의 B(59) 교사 역시 5월 27일과 30일 삼성서울병원 응급실과 중환자실에 다녀온 뒤 발열 증상이 있는 데도 자진신고를 않고 수업을 하는 등 대외접촉을 계속한 것으로 드러났다.<br/><br/> 울산 = 곽시열·대구 = 박천학 기자 sykwak@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-354.txt

제목: <약초 이야기>산마늘, 항균·면역력 증진… 목숨 이어주는 ‘명이’  
날짜: 20150615  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150615100000142  
본문: 산마늘은 울릉도에서 자생하는 우리 토종 산나물이다. 지금은 치악산을 비롯해 재배지가 전국으로 확대돼 있고 대형 마트에서 쉽게 접할 수 있다. 산마늘은 목숨(命)을 이어준다 하여 ‘명이’라는 애칭도 지녔다. 예로부터 산마늘을 말려서 한약재로 사용했다. <br/><br/>산마늘은 잎과 줄기, 뿌리 등 전체에서 마늘 향이 난다. 산마늘은 높이 20∼30㎝ 정도이고, 잎은 3∼10㎝로 넓고 보통 2∼3장 나오고, 꽃은 6∼7월에 긴 꽃대 끝에 둥근 모양으로 횐색으로 피고, 열매는 꽃이 진 후에 작은 삭과로 여문다. <br/><br/>허준의 동의보감에서 ‘산마늘은 비장과 신장을 돕고 몸을 따뜻하게 하며 소화를 촉진시킨다’고 했듯이, 산마늘은 쌉싸름한 맛과 향이 고기의 느끼한 맛을 없애주고 부드럽게 해 준다. 레몬 못지않게 비타민 C를 다량 함유하고 있고, 유황성분과 미네랄이 많아 체내 항균, 면역력 증진에 효과적이다. 고혈압과 당뇨병에 좋고, 혈관성 질환을 예방해 주고 발암물질을 억제해 암 예방에 도움이 된다. <br/><br/> 정구영 한국토종약초나무연구회 회장

언론사: 문화일보-1-355.txt

제목: 삼성서울병원, 수술예정 75%가 중증 환자  
날짜: 20150615  
기자: 박성훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150615100000037  
본문: 삼성서울병원이 14일 부분 폐쇄돼 기존 입원 환자와 외래 환자 외에는 이 병원에서 진료를 받을 수 없다. <br/><br/>응급실은 이 병원에서 통원 치료를 받아 온 환자의 병세가 악화되는 경우에만 이용이 가능하고 입원 환자는 당분간 받지 않는다.<br/><br/>15일 의료계에 따르면 삼성서울병원은 중동호흡기증후군(메르스) 확산 우려에 따라 병원 기능을 일부 폐쇄하기로 했다. 이에 따라 통상적인 외래 진료와 수술을 오는 24일까지 연기하기로 했다. 삼성서울병원에 입원해 있는 환자는 모두 837명으로, 이 중 메르스 감염(의심)자를 제외한 일반 환자는 619명이다. <br/><br/>현재 병원 내 수술을 앞둔 환자들의 3분의 2가 중증이라 일정을 조정하기 쉽지 않은 것으로 전해졌다. 실제 전국 암 수술의 10분의 1이 이곳에서 이뤄지고 있어 부분 폐쇄 조치가 풀린 뒤 수술 일정이 밀리면 암 치료 전반에 혼선이 예상된다는 지적이다. <br/><br/>특히 전이가 우려되는 폐암·대장암·유방암·위암 등은 제때 수술하지 않으면 병이 악화할 우려가 크다는 분석이다. 이에 삼성서울병원은 진료과목별로 환자들을 어떻게 치료할지에 대한 가이드라인을 정하고 있다. 병원은 우선 부분 폐쇄 상황에서도 기존 입원 환자와 특수 환자의 진료는 계속하는 것을 원칙으로 하고, 부득이한 경우 대한병원협회를 통해 다른 병원에 환자를 옮기기로 했다. 항암주사치료·방사선치료·혈액투석 등 특별 외래 환자 역시 이 병원에서 진료하되, 다른 병원들이 삼성서울병원으로부터 환자 의료정보를 받아 진료할 수 있도록 의료기관 간 실시간으로 정보를 공유하기로 했다. 또한 천식이나 심장병·당뇨병 등 만성 질환의 경우 가족 등이 병원을 대신 방문하더라도 처방전을 주기로 했다.<br/><br/>다만 기존 입원 환자와 외래 환자를 제외하고는 진료를 받을 수 없고, 응급실도 이 병원에서 통원치료를 받아 온 환자의 병세가 갑자기 악화한 경우에만 허용하기로 했다. 신규 입원 환자도 당분간 받지 않기로 하고, 보호자는 환자당 1명만 출입증을 받아 병원에 머물 수 있도록 했다. <br/><br/>박성훈 기자 pshoon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-356.txt

제목: 정부, 역학조사 떠넘기고… 삼성서울병원, 직원 점검 소홀  
날짜: 20150615  
기자: 신선종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150615100000040  
본문: 질병관리본부, 접촉자 파악 <br/>병원에만 맡겨둬 사태 악화 <br/><br/>삼성서울병원, 이송요원 등 <br/>응급실 직원 체온측정 없어<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스)의 2차 유행뿐만 아니라 3차 유행지가 될 수 있다는 우려를 사고 있는 삼성서울병원이 오는 24일까지 부분 폐쇄키로 했다. <br/><br/>하지만 초동대처부터 병원 부분 폐쇄까지 보건 당국과 삼성서울병원은 큰 문제점을 드러냈다. 정부는 삼성서울병원의 이름을 여론에 밀려 뒤늦게 공개하는가 하면 감염 환자 역학조사 등 보건 당국이 할 일도 삼성서울병원에 맡겼다는 비판을 받고 있다. <br/><br/>삼성서울병원은 최우선으로 감시해야 할 슈퍼전파자를 격리하지 않은 것은 물론 가장 기본인 직원들에 대한 체온 측정도 하지 않은 것으로 드러났다. 이 때문에 삼성서울병원을 거치면서 메르스 확진 판정을 받은 환자가 73명이고 구급차 운전사 및 동행자 2명 등 75명의 메르스 환자가 이 병원과 직간접적으로 관련이 있는 것으로 나타났다.<br/><br/>◇메르스 역학조사 삼성서울병원이 대신해=보건 당국은 삼성서울병원발 메르스 확산에 대해 별로 할 말이 없어 보인다. 곳곳에서 나타난 보건 당국의 안일한 관리 시스템이 이번 사태를 키웠기 때문이다.<br/><br/>보건 당국은 삼성서울병원 이름을 지난 7일 공개했다. 그것도 여론에 못 이겨서다. 슈퍼전파자(14번 환자)가 이 병원 응급실에 머물렀던 기간(5월 27∼29일)에서 8일이 지나서다. <br/><br/>이 때문에 이 기간 동안 이 병원에 머물렀던 환자와 방문자들을 대상으로 초동대처를 할 수 있는 ‘골든 타임’을 놓쳤다는 지적을 받고 있다.<br/><br/>또 질병관리본부는 역학조사와 접촉자 파악을 삼성서울병원에 맡겨 둬 사태를 악화시켰다. 14번 환자와 접촉한 환자 등이 모두 893명이었다. <br/><br/>하지만 삼성서울병원은 1차로 제출한 접촉자를 158명으로 보고했다. 초반기 이 병원에서 감염된 71명 가운데 34명(47.9%)이 관리 명단에 없었다. 정부가 할 일을 삼성서울병원이 해 초반기 접촉자 명단이 빠진 것이다.<br/><br/>또 보건 당국은 삼성서울병원이 오는 24일까지 병원을 잠정 폐쇄키로 했지만 “<span class='quot0'>삼성서울병원을 다니던 환자라고 진료를 거부하면 의료법에 따라 처벌받는다</span>”고 말할 뿐 뚜렷한 대책을 내놓지 못하고 있다.<br/><br/>◇슈퍼전파자 관련 직원 관리 부실=삼성서울병원은 국내 최고급 병원이라는 평가에 걸맞지 않게 이번 메르스 사태에서 연속적으로 헛발질하며 ‘메르스 국내 감염자 첫 확진’이라는 공로를 무색하게 만들었다.<br/><br/>삼성서울병원은 응급실 이송요원이 메르스 14번 환자가 한창 폐렴 증세로 기침을 해대던 5월 27일 응급실 당직 근무자였기 때문에 조기 격리해야 했다. <br/><br/>하지만 이 이송요원은 슈퍼전파자가 메르스로 확진된 이후에도 격리되지 않은 채 환자를 이송카트나 휠체어에 태우고 밀착해서 병원 곳곳을 돌아다녔다. 이 병원 응급실은 메르스 2차 진원지인데도 응급실 근무 직원들의 체온을 병원이 직접 측정하지 않았다. 초대형병원이 가장 기본적인 점검도 하지 않은 것이다.<br/><br/>삼성서울병원은 하루 외래 환자가 8000여 명인데도 14일 전격적으로 외래와 진료 폐쇄 결정을 내렸다. 진료 예약 암 환자들은 어떻게 행동하라는 지침 발표도 없었다. 메르스에 노출됐을 수 있는 이 병원 환자들이 전국 병원으로 흩어질 경우 메르스의 또 다른 확산을 막을 수 없다는 우려도 나오고 있다.<br/><br/>신선종 기자 hanuli@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-357.txt

제목: 진정세 속 비격리 환자 확진… 입원 재활병원 폐쇄조치  
날짜: 20150612  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015061210017576597  
본문: 76번째 환자와 접촉했지만<br/>격리 등 조치없이 입원치료 <br/>예식장 · 은행 등 몰려있어 <br/>병원 입주한 9층 건물 폐쇄 <br/>중동호흡기증후군(메르스) 추가 확진 환자가 9일 연속 한자릿수에 머무르면서 진정세를 유지하고 있다. 발표일 기준 20일에는 확진자가 한 명도 발생하지 않아 종식에 대한 기대감도 커졌다. <br/>하지만 추가 확진자 중 격리대상자가 아니었던 환자가 1명 포함된 것으로 나타나고 격리가 해제된 사람에게서도 확진자가 나오는 등 여전히 긴장을 늦출 수 없는 상황이다. <br/>◇진정세 유지돼 = 확진자가 3명 추가돼 전체 환자는 172명으로 늘었다. 확진자 수는 지난 14일 7명, 15일 5명, 16일 4명, 17일 8명, 18일 3명, 19일 1명, 20일 0명, 21일 3명, 22일 3명으로 9일 연속 한자릿수를 유지하고 있다.<br/>확진자 중에는 환자가 80명(46.5%)으로 가장 많고, 환자 가족이나 방문객이 59명(34.3%), 의료진 등 병원 관련 종사자가 33명(19.2%)이다. 사망자는 2명 늘어 지금까지 총 27명이 사망했다. 기존 확진자 가운데 101번째 환자(84), 128번째 환자(87)가 지난 21일과 22일 새벽에 잇따라 사망했다. 101번째 환자는 삼성서울병원에서, 128번째 환자는 대청병원에서 각각 감염된 환자로, 암 등의 기저질환을 앓고 있었다. <br/>주말 사이 새로 완치된 사람은 모두 7명으로 현재까지 퇴원자는 모두 50명으로 증가세가 이어지고 있다. 유일한 10대 환자였던 67번째 환자(16)가 완치 판정을 받은 것을 비롯해 22번째(여·39), 49번째(75), 55번째(36), 68번째(여·55), 130번째(여·65), 144번째(71) 환자가 완치해 퇴원했다. <br/>격리 중인 사람은 3833명으로 317명이 새로 격리되고 519명의 격리가 해제돼 전날보다 202명 줄었다. 4일 연속 감소세다. 격리됐다가 해제된 사람은 9331명이다.<br/>◇비격리자 중 또다시 환자 발생 = 메르스 사태가 진정세를 유지하고 있지만 확진자 1명이 격리 조치를 받지 않은 상태였던 것으로 드러나면서 잔 불씨는 여전히 남아 있는 것으로 드러났다. <br/>확진자 중 170번째 환자(77)는 76번째 환자(사망·여·75)와 지난 6일 건국대병원 같은 병동에 입원했다. 170번째 환자는 5월 30일 건국대병원에서 대퇴골 수술을 받고 76번째 환자가 있던 병실 인근 병실에 입원했지만 격리 조치되지 않은 것으로 확인됐다. 170번째 환자는 아무런 제재 없이 20일 재활치료를 위해 경기 구리시의 카이저병원에 입원했고 X레이 촬영을 위해 속편한내과를 거쳐 한양대구리병원을 찾아 1차 검사에서 양성 판정을 받았다. <br/>170번째 환자가 입원했던 재활전문병원 카이저병원과 병원이 위치한 9층짜리 건물 전체를 폐쇄하고 접촉 의심 환자들을 격리 조치했다. 건물에는 사람들이 많이 모이는 예식장, 은행은 물론이고 영유아들이 모이는 패밀리레스토랑과 키즈카페까지 위치한 것으로 확인돼 보건 당국은 추가 감염자 발생에 신경을 곤두세우고 있다. <br/>확진자 중 171번째 환자(여·60)는 5월 27일부터 29일 삼성서울병원 응급실에 내원했다. 171번째 환자는 123번째 환자(65), 124번째 환자(36)의 가족인 것으로 확인됐다. 172번째 환자(여·61)는 대전 대청병원에서 근무한 간병인이다. 13일 격리 해제됐지만 확진됐다. <br/>정유진 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-358.txt

제목: 노벨상 英과학자 “여자는 실험실 골칫거리”  
날짜: 20150611  
기자: 김대종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150611100000049  
본문: 여성 비하 발언에 비판 ‘일파만파’<br/>팀 헌트 교수, 결국 명예교수 사임<br/><br/>‘여자는 실험실의 골칫거리’라는 비하 발언으로 논란이 일으킨 영국의 노벨상 수상자가 결국 자신이 명예교수로 있던 대학에서 사임했다. <br/><br/>10일 영국 일간 더타임스는 유니버시티칼리지런던(UCL)의 성명을 인용, “<span class='quot0'>팀 헌트(72) 생명과학과 명예교수가 사임했다</span>”고 보도했다. 2001년 노벨 생리의학상 수상자 헌트 교수는 전날 서울 강남구 코엑스에서 열린 ‘2015 세계과학기자대회’에 참석해 “<span class='quot1'>여성이 실험실에 있으면 세 가지가 일어난다</span>”며 “<span class='quot1'>먼저 내가 그들과 사랑에 빠지고, 그들이 나와 사랑에 빠지고, 그들에 대해 비판하면 운다</span>”고 말해 논란을 일으켰다. 가디언 등 영국 언론은 “이날 헌트 교수는 자신이 남성우월주의자라고 밝히며 동성 과학자들만 있는 실험실을 선호하고 여성들에게 방해받기를 원치 않는다고 말했다”고 전했다.<br/><br/>헌트 교수의 발언은 행사에 참석한 런던시립대 과학저널리즘 담당 강사 코니 세인트루이스가 트위터에 해당 내용을 올리며 전파됐다. 영국 왕립협회는 협회 회원인 헌트 교수의 발언이 문제가 되자 “<span class='quot2'>우리의 시각을 반영한 게 아니다</span>”고 해명했고, 데이비드 콜크헌 UCL 약리학과 교수는 “<span class='quot2'>여성 혐오적이고, 끔찍한 발언</span>”이라고 평가하며 헌트 교수를 비난했다.<br/><br/>여성 과학자들은 헌트 교수의 발언에 일제히 비판을 쏟아냈다. 여성 신경과학자인 우타 프리스는 트위터에 “<span class='quot3'>DNA 구조를 발견해 노벨상을 받고 나서 흑인이 지적으로 열등하다고 한 제임스 왓슨의 발언과 같은 발언</span>”이라며 “<span class='quot3'>그의 남성우월주의적 발언이 매우 속상하다</span>”고 올렸다. 세인트루이스는 “<span class='quot4'>우리가 아직 빅토리아 시대에 사는 줄 아는가</span>”라며 “<span class='quot4'>그가 영국인이라는 사실이 너무 끔찍했다</span>”고 말했다.<br/><br/>헌트 교수는 논란이 확대되자 “<span class='quot1'>이번 일에 대해 여성 과학자들에게 진심으로 사과한다</span>”면서도 “<span class='quot1'>하지만 솔직한 내 심정을 이야기한 것</span>”이라고 밝혔다. 헌트 교수는 ‘세포 주기’라는 개념을 처음 만들고 이를 토대로 암 발생 원인을 규명한 공로로 2001년 노벨 생리의학상을 받았다. 그의 아내 메리 콜린스는 런던대 면역학과 교수이자 여성 과학자다. <br/><br/>김대종 기자 bigpaper@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-359.txt

제목: <힐링푸드>메르스 예방하는 식탁 위 ‘컬러푸드’  
날짜: 20150610  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150610100000015  
본문: 면역력 강화에 도움되는 식품들<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 예방을 위해선 면역력 강화가 제일 중요하다. 전문가들도 메르스 바이러스가 변이를 일으키지 않는 한 면역력이 강한 사람이 걸린다면 감기처럼 지나갈 확률이 크다고 보고 있다. 체내 면역력을 강화해주는 식품들의 성분과 효능에 대해 알아보았다. <br/> <br/>활성산소는 몸의 면역력을 떨어뜨리는 주범 중의 하나다. 활성산소는 호흡과정에서 몸속으로 들어간 산소가 산화과정에 이용되면서 여러 대사과정에서 만들어진 부산물로 생체조직을 공격하고 세포를 망가뜨린다. 사실 암을 비롯해 인체에서 발생하는 대부분의 질환도 이 활성산소와 관련이 있는 것으로 여러 연구를 통해 밝혀져 있다. 이처럼 몸에 유해한 활성산소를 제거해 몸의 면역력을 높여주는 작용을 하는 것이 바로 항산화 물질이다. 최근 연구에 따르면 안토시아닌은 항산화 물질 중에서도 가장 강력한 효과를 내는 것으로 알려져 있다.<br/><br/>블루베리가 면역력을 높여주는 식품으로 요즘 각광 받고 있는 것도 바로 높은 안토시아닌 함량 때문이다. 블루베리의 안토시아닌 함유량은 포도의 30배에 이른다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신(빛을 감지하는 광색소의 일종)’의 재합성을 촉진하는 기능을 해 눈의 피로는 물론 시력 저하, 망막박리, 백내장 등의 예방에 효과적이다. <br/><br/>견과류 식품인 아몬드도 체내 면역력을 높여준다. 아몬드에는 항산화 효능이 뛰어나고 노화를 방지하는 식물성 불포화지방산인 리놀렌산, 폴리페놀, 비타민E 등이 풍부하게 들어 있다. 특히 항산화 성분인 비타민 E는 100g당 31.2㎎이 들어 있어 호두(1.8㎎)보다 17배나 많다. 그래서 심혈관질환 예방에도 아몬드를 많이 권한다. 아몬드는 껍질째 먹는 것이 좋다고 전문가들은 권한다. 껍질의 폴리페놀 성분이 백혈구를 강화시켜 면역력을 증진시켜 준다. <br/><br/>비타민의 일종인 엽산은 뇌신경계를 건강하게 유지시켜 줘 치매를 예방해준다. 세포 발달을 도와 임산부에게도 좋은 성분이다. 그런데 많이 알려져 있지 않지만 엽산 또한 면역력을 높여준다. 엽산이 면역계에 속한 백혈구의 정상적인 기능과 생성을 촉진해 주기 때문이다. 따라서 엽산이 부족하면 면역력이 떨어지며 각종 질병에 쉽게 노출된다. 엽산이 풍부한 식품으로 요즘 제철인 것이 참외다. 참외 100g당 엽산 함량이 132.4㎍으로 성인 1일 엽산 권장섭취량의 3분의 1에 이른다. <br/><br/>브로콜리는 미국 타임지가 선정한 ‘세계 10대 슈퍼 푸드’ 중의 하나다. 면역력과 관련해 브로콜리에서 눈여겨볼 성분은 유황화합물인 설포라판이다. 특히 설포라판은 폐에 유익한 성분이다. 정상적인 폐에선 백혈구가 폐를 청소해주지만 약해지면 그 같은 기능이 떨어진다. 그럴 때 설포라판이 폐에 붙은 유해물질을 청소해준다. 항산화 성분인 셀레늄도 브로콜리에 많다. <br/><br/>식탁에 자주 오르는 시금치도 면역력에 좋은 식품이다. 이는 시금치에 항산화 효능을 발휘해 면역력을 높여주는 비타민A와 비타민C가 많이 들어 있기 때문이다. 체내에 섭취되면 비타민A로 전환되는 베타카로틴 함량이 2.8㎎으로 식품의약품안전처의 하루 권장량 4㎎에 육박한다. 감기예방에 좋은 항산화 물질인 비타민C 함량도 60㎎으로 비교적 높다. 비타민C의 한국인 하루 권장섭취량은 100㎎이다. <br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-360.txt

제목: 메르스 예방하는 식탁 위 ‘컬러푸드’  
날짜: 20150610  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150610100000003  
본문: 면역력 강화에 도움되는 식품들<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 예방을 위해선 면역력 강화가 제일 중요하다. 전문가들도 메르스 바이러스가 변이를 일으키지 않는 한 면역력이 강한 사람이 걸린다면 감기처럼 지나갈 확률이 크다고 보고 있다. 체내 면역력을 강화해주는 식품들의 성분과 효능에 대해 알아보았다. <br/> <br/>활성산소는 몸의 면역력을 떨어뜨리는 주범 중의 하나다. 활성산소는 호흡과정에서 몸속으로 들어간 산소가 산화과정에 이용되면서 여러 대사과정에서 만들어진 부산물로 생체조직을 공격하고 세포를 망가뜨린다. 사실 암을 비롯해 인체에서 발생하는 대부분의 질환도 이 활성산소와 관련이 있는 것으로 여러 연구를 통해 밝혀져 있다. 이처럼 몸에 유해한 활성산소를 제거해 몸의 면역력을 높여주는 작용을 하는 것이 바로 항산화 물질이다. 최근 연구에 따르면 안토시아닌은 항산화 물질 중에서도 가장 강력한 효과를 내는 것으로 알려져 있다.<br/><br/>블루베리가 면역력을 높여주는 식품으로 요즘 각광 받고 있는 것도 바로 높은 안토시아닌 함량 때문이다. 블루베리의 안토시아닌 함유량은 포도의 30배에 이른다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신(빛을 감지하는 광색소의 일종)’의 재합성을 촉진하는 기능을 해 눈의 피로는 물론 시력 저하, 망막박리, 백내장 등의 예방에 효과적이다. <br/><br/>견과류 식품인 아몬드도 체내 면역력을 높여준다. 아몬드에는 항산화 효능이 뛰어나고 노화를 방지하는 식물성 불포화지방산인 리놀렌산, 폴리페놀, 비타민E 등이 풍부하게 들어 있다. 특히 항산화 성분인 비타민 E는 100g당 31.2㎎이 들어 있어 호두(1.8㎎)보다 17배나 많다. 그래서 심혈관질환 예방에도 아몬드를 많이 권한다. 아몬드는 껍질째 먹는 것이 좋다고 전문가들은 권한다. 껍질의 폴리페놀 성분이 백혈구를 강화시켜 면역력을 증진시켜 준다. <br/><br/>비타민의 일종인 엽산은 뇌신경계를 건강하게 유지시켜 줘 치매를 예방해준다. 세포 발달을 도와 임산부에게도 좋은 성분이다. 그런데 많이 알려져 있지 않지만 엽산 또한 면역력을 높여준다. 엽산이 면역계에 속한 백혈구의 정상적인 기능과 생성을 촉진해 주기 때문이다. 따라서 엽산이 부족하면 면역력이 떨어지며 각종 질병에 쉽게 노출된다. 엽산이 풍부한 식품으로 요즘 제철인 것이 참외다. 참외 100g당 엽산 함량이 132.4㎍으로 성인 1일 엽산 권장섭취량의 3분의 1에 이른다. <br/><br/>브로콜리는 미국 타임지가 선정한 ‘세계 10대 슈퍼 푸드’ 중의 하나다. 면역력과 관련해 브로콜리에서 눈여겨볼 성분은 유황화합물인 설포라판이다. 특히 설포라판은 폐에 유익한 성분이다. 정상적인 폐에선 백혈구가 폐를 청소해주지만 약해지면 그 같은 기능이 떨어진다. 그럴 때 설포라판이 폐에 붙은 유해물질을 청소해준다. 항산화 성분인 셀레늄도 브로콜리에 많다. <br/><br/>식탁에 자주 오르는 시금치도 면역력에 좋은 식품이다. 이는 시금치에 항산화 효능을 발휘해 면역력을 높여주는 비타민A와 비타민C가 많이 들어 있기 때문이다. 체내에 섭취되면 비타민A로 전환되는 베타카로틴 함량이 2.8㎎으로 식품의약품안전처의 하루 권장량 4㎎에 육박한다. 감기예방에 좋은 항산화 물질인 비타민C 함량도 60㎎으로 비교적 높다. 비타민C의 한국인 하루 권장섭취량은 100㎎이다. <br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@

언론사: 문화일보-1-361.txt

제목: 메르스 때문에 남편 임종 못지켜…병원 격리 자청  
날짜: 20150610  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150610100000188  
본문: 중동호흡기증후군(메르스) 능동감시대상자로 분류된 50대 여성이 갑작스러운 발열로 병실에 격리되는 바람에 암환자였던 남편 임종을 지켜보지 못한 사연이 알려졌다. 그러나 이 여성은 자신으로 인해 메르스가 번질 것을 우려해 스스로 격리를 자청해 주위를 훈훈하게 하고 있다.<br/><br/>　<br/><br/>10일 경북도에 따르면 경북 영양에 사는 A(56) 씨는 지난 5월 27일 삼성서울병원 응급실에 있던 남편(71) 보호자로 방문했다가 이틀 뒤 보건복지부 복지콜센터에서 능동감시대상자로 통보받았다. 이후 남편의 병세가 악화되자 지난 7일 안동의 모 병원 응급실에 남편과 함께 갔고, 9일 오전 미열 증세를 보여 주변 다른 병원에 격리 조치됐다. 이 과정에서 남편은 9일 오후 3시쯤 사망했으며 A 씨는 1차 검사에서 음성으로 나왔다. <br/><br/>　<br/><br/>남편의 임종을 지키지 못한 A 씨는 보호장구를 한 채 장례식장에 갈 수 있다는 통보를 관할 보건소로부터 받았지만 2차 정밀검사 결과가 나올 때까지 격리병실에 계속 있겠다는 의사를 병원 측에 밝혔다. 또 A 씨의 둘째 아들도 아버지와 한때 같이 있었다는 이유로 장례식장에 가지 않고 장남만 장례식에 참석해 조문객들을 받고 있다. 영양군 보건소 관계자는 “<span class='quot0'>A 씨에 대해 2차 검사 결과 음성으로 나올 가능성이 높아 A 씨는 발인에는 갈 수 있을 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/>대구=박천학 기자 kobbla@

언론사: 문화일보-1-362.txt

제목: <메르스 비상-잠복기 분석>천식·고령·면역력 약한 만성질환자 취약  
날짜: 20150610  
기자: 김영주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150610100000022  
본문: 추가 사망 2명 간암·골수종 앓아<br/>말기암·세균성 폐렴·고혈압 등<br/>모두 중증 기저질환 보유자<br/><br/>10일 중동호흡기증후군(메르스) 사망자가 전날보다 2명 늘어난 9명으로 집계된 가운데 메르스로 인한 사망자는 천식을 앓았거나 기저질환이 있어 면역력이 떨어진 고령층이 대부분인 것으로 나타났다. 전문가들은 메르스에 지나친 공포감을 가질 필요가 없다고 지적하는 한편, 만성질환으로 면역력이 약한 상태에 있는 고령층은 메르스 바이러스에 노출되지 않도록 각별히 주의해야 한다고 조언했다. <br/><br/>보건 당국에 따르면 이날 추가 사망자 2명은 모두 메르스 감염 전부터 건강이 크게 약화된 상태였다. 90번째 환자(62)는 알코올성 간경변과 간암을, 76번째 환자(75)는 다발성 골수종을 앓았다. <br/><br/>의료 전문가들은 현재까지 발생한 사망자는 모두 어떤 형태로든 만성적인 기저질환을 갖고 있었다는 점에 주목하고 있다. 사망한 9명의 평균 연령은 71.7세로, 25번째 환자(여·57)와 90번째 환자를 제외하면 모두 65세 이상 고령층에 속한다. 이재갑 한림대 강남성심병원 감염내과 교수는 “<span class='quot0'>신장 질환, 암, 당뇨, 고혈압 등 대부분 종류의 만성질환은 면역체계에 영향을 줄 수 있고, 고령자라면 메르스 바이러스가 더욱 치명적일 수 있다</span>”며 “<span class='quot0'>건강한 사람보다 더 조심해야 한다</span>”고 말했다. <br/><br/>3번째 환자(76)는 중증의 담관암과 천식, 만성폐쇄성 질환 등으로 입원치료 중 메르스에 감염됐다. 확진 판정을 받은 후 국가지정 격리병상에서 상태가 악화돼 사망했다. 6번째 환자(71) 역시 1번째 환자와 같은 병실에 입원했다가 메르스 바이러스에 노출됐다. 그는 만성폐쇄성 호흡기질환자로 지난 2011년에는 신장암으로 신장 적출 수술을 받은 적이 있었다. 메르스 확진 판정 이후 격리치료를 받는 과정에서 기존의 신장 질환에 메르스 증세가 겹쳐 사망한 것으로 파악됐다. 25번째 환자 역시 1번째 환자와 같은 병동에 입원해 있었으며 평소 천식 등을 앓고 있었다. 천식에 따른 호흡곤란으로 입원치료를 받다가 메르스 증세가 더해져 사망에 이르렀다. 36번째 환자(82)는 16번째 환자와 같은 병실에 있다가 메르스에 감염됐다. 평소 천식, 세균성 폐렴을 앓고 있었고, 발열 및 호흡곤란으로 5월 9일부터 입원해 있었던 것으로 알려졌다. 64번째 환자(75)는 말기 위암 등 각종 질환으로 면역력이 떨어진 상태에서 응급실을 찾았다가 메르스 바이러스에 감염돼 사망한 것으로 나타났다. 8일 사망한 84번째 환자(80) 역시 3월 9일부터 흡인성 폐렴 증세를 보여 입원치료를 받다가 메르스 바이러스에 감염됐다. 7번째 사망자인 47번째(68) 환자는 심장 판막 질환을 갖고 있었다. <br/><br/>한편 10일 현재 메르스의 치사율은 108명 감염에 9명 사망으로 8.3%로 집계됐다. 이종구 서울대 의대 글로벌의학센터장은 “<span class='quot1'>건강한 사람은 잘 이겨낼 수 있는 병이라고 볼 수 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>김영주 기자 everywhere@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-363.txt

제목: “30초만 허락된다면 그날로 돌아가 널 안아줄텐데…”  
날짜: 20150609  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150609100000006  
본문: “딸을 잃었다. 처음에는 나에게만 닥쳐온 비극이라고 생각했지만 사실 모든 사람이 그것을 겪는다. 딸의 3주기를 맞으면서 나와 똑같은 슬픔과 고통을 좇고 있는 사람들에게 말을 걸고 싶은 생각이 든다. 당신도 그랬냐고, 그때 그 골목을 지나다 그런 기억들이 떠올랐느냐고, 그게 죽음인데도 오히려 그 애가 태어나던 때 생각이 나더냐고···.”<br/><br/>이어령(81) 전 문화부 장관이 2012년 먼저 세상을 떠난 딸 이민아 목사를 추모하는 글을 모아 ‘딸에게 보내는 굿나잇 키스’(열림원)를 출간했다. 딸이 태어나 자라고 결혼하고 아이를 낳고, 암 선고를 받아 세상을 떠나기까지의 시간, 기억, 그리움과 아픔을 풀어냈다. 이 전 장관과 강인숙 건국대 명예교수의 맏딸로 태어난 이민아 목사는 첫 결혼에 실패하고 미국에서 변호사로 활동하다 실명 위기와 큰아들을 먼저 떠나 보내는 아픔을 겪었다. 그 뒤 목사 안수를 받고 미국, 남미 등에서 청소년 구제 활동을 벌이다 암으로 세상을 떠났다. <br/><br/>이 전 장관은 “네가 태어나던 날, 나도 아버지로 다시 태어났다”며 “아이들을 추운 겨울날 방 안에서 떨게 하지 않겠노라고 다짐했다. 너로 인해 나의 꿈은 항상 땅을 향해 있었다”고 했다. 그렇기에 그는 항상 바빴다. 딸이 떠난 뒤 그것이 이 전 장관에겐 큰 아픔으로 남은 듯하다. 딸이 밤늦게까지 일하는 아빠에게 ‘굿나잇’ 인사를 했을 때 돌아보지 않은 채 손만 흔들었던 기억도 그중 하나다.<br/><br/>“만일 지금 나에게 30초의 시간이 주어진다면, 그때의 옛날로 돌아가자. 나는 그때처럼 글을 쓸 것이고, 너는 엄마가 사준 레이스 달린 하얀 잠옷을 입거라. 그리고 힘차게 서재 문을 열고 아빠 굿나잇하고 외치는 거다. 약속한다. 이번에는 머뭇거리며 서 있지 않아도 된다. 나는 글 쓰던 펜을 내려놓고, 읽다가 만 책장을 덮고, 두 팔을 활짝 편다. 너는 달려와 내 가슴에 안긴다. 내 키만큼 천장에 다다를 만큼 널 높이 끌어 올리고 졸음이 온 너의 눈, 상기된 너의 뺨 위에 굿나잇 키스를 하는 거다. 굿나잇 민아야. 잘 자라 민아야.”<br/><br/>그는 “딸을 잃은 슬픔을 처음에는 독백처럼 썼다. 나를 향해 쓴 글이다. 그런데 시간이 지나면서 독백은 대화가 되어 딸에게 이야기하는 글로 바뀌었다. 그러다가 다시 시간이 흐르면서 내 마음과 생각들이 3인칭으로 변했다. 산문이 되고 시가 되었다”고 했다. <br/><br/>이어 그는 “사랑하는 사람이 세상을 떠나면 슬픔만 남는 것이 아니다. 죽음은 씨앗과도 같은 것이다. 슬픔의 자리에 싹이 나고 꽃이 피고 떨어진 자리에서 열매를 맺는다. 오히려 살아있는 사람들보다 삶을 더 푸르게 하고 풍요롭게 하는 추임새로 돌아온다”고 밝혔다. “<span class='quot0'>아직도 내 딸에 대해 쓴 글이 출판되어 나오는 것에 거부감을 느끼고 있다</span>”는 이 전 장관은 “<span class='quot0'>다만 이 글들이 나와 내 딸만이 아니라 이 세상의 모든 딸들에게, 딸을 잃은 이 세상 모든 아버지들에게 그리고 사랑하는 이를 잃은 세상 모든 이에게 바치는 글이 되었으면 한다</span>”고 말했다.<br/><br/> 최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-364.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>‘남성 꿀단지’ 전립선을 지켜라  
날짜: 20150608  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150608100000080  
본문: 58세의 M 씨가 우연히 건강검진을 받게 됐다. 병원에서 전립선특이항원(PSA) 수치가 정상보다 높아 전문의 상담을 받아보라는 연락이 왔다.<br/><br/>“<span class='quot0'>저는 불편한 곳도 없고, 아무 증세가 없는데요?</span>”<br/><br/>“염증이나 비대증, 성관계 후의 여러 원인에 의해 수치가 올라갈 수 있습니다. 그러나 암을 감별하기 위해 정밀검사를 해보는 게 좋습니다.”<br/><br/>서구에서 가장 빈발하는 암인 남성 전립선암이 국내에서도 서구식 식생활과 조기검진으로 점점 늘어나는 추세다. 전립선이란 무엇인가? 남성에게만 있는 전립선은 20g 정도의 호두 크기와 비슷한 작은 장기이다.<br/><br/>전립선의 뒤쪽 옆으로 한 쌍의 주머니 모양의 정낭이 있는데 이곳에서 정액의 3분의 2가량이 생산된다. 전립선액과 정낭액은 정자가 난자를 만나기 위해 여성의 질, 자궁, 나팔관으로 장거리 이동하는 데 필요한 영양분을 함유하고 있다. 전립선액, 부고환액, 정낭액 등의 분비물이 고환에서 나오는 정자와 함께 섞여 정액이 된다. 섹스에 관여하는 이러한 분비액들의 기능 부분은 아직도 신비의 분야다.<br/><br/>오르가슴을 느낄 때 전립선 근육과 주위 요도근 수축으로 정액이 요도를 통해 밖으로 나온다. 전립선 주위로 성 신경과 혈관들이 풍부하게 분포한다. 그러므로 이곳이 성적으로 가장 예민한 남성 꿀단지로, 여성의 G-스폿에 상응하는 기관이다. 이곳을 마사지하면 성적 자극을 받기도 한다. 경험 많은 비뇨기과 의사는 전립선 촉진만으로도 대부분 질환을 감별해 낼 수 있다. 가령 암일 경우 딱딱한 결절 부위가 만져진다. <br/><br/>정상인이 한번 사정할 때 배출하는 정액의 양은 대략 2∼6㎖이며 이 중 50∼80%는 정낭에서, 15∼30%는 전립선과 요도 주위 샘에서 분비된다. 고환에서 생성되는 정자는 1% 정도다. 정관수술은 정자가 나오는 관을 막아주므로 수술 후에도 정액 양에는 큰 차이가 없다. 전립선에서는 유기화합물과 무기화합물이 섞인 전립선액이 분비된다. 이 액체는 약산성이고 아연, 마그네슘, 칼슘, 구연산 그리고 단백질이 주를 이룬다.<br/><br/>전립선에서 각종 단백질을 분비하는데 그중 PSA가 가장 중요한 단백질이다. 사정 뒤엔 점액 상태에서 한천 같은 반고체 상태로 굳어진 정액은 15분 이내에 PSA에 의해 다시 끈끈한 액체 상태로 변한다. 이러한 PSA가 암 표지자로서 전립선암 조기진단에 이용된다. 전립선액의 구연산, 아연은 살균 작용이 있어서 정자를 감염으로부터 보호한다. 즉, 외부로부터 요도를 통한 세균 감염을 막는 방어벽을 치는 것이다.<br/><br/>이러한 전립선의 1차 방어벽이 무너지고 만성 전립선염이 되면 치료가 어렵고 오래간다. 염증이 더 올라가서 부고환염이 생기면 치명적인 남성 불임의 원인이 되기도 한다. 남성이 여성보다 요로감염이 적은 이유는 이러한 전립선의 역할 때문이기도 하다. 요도를 통해 내시경으로 비대증을 수술받는 환자들은 수술 후 사정액이 방광 안으로 들어갔다가 소변과 같이 나오는 역행성 사정이 나타날 수 있으므로 이런 어쩔 수 없는 희생을 충분히 이해해야 한다. 전립선암의 근치적 수술 시에도 요실금이나 발기부전 등 합병증이 생길 수도 있다.<br/><br/> 성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-365.txt

제목: <메르스 비상 - ‘과도한 공포’ 안된다>급한 수술도 미뤄… 병원 발길 뚝  
날짜: 20150608  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150608100000024  
본문: Hospital Run (진료 기피) <br/><br/>골절·암환자도 검진 취소 <br/>영유아 등 병 키우면 위험 <br/>친지 병문안은 자제해야<br/><br/>정부가 지난 7일 중동호흡기증후군(메르스) 확진 환자가 발생한 병원 6곳과 이들이 거쳤던 병원 20곳 등 전국 26개 병원의 실명(實名)을 공개하면서 병원 기피 현상이 나타나고 있다. <br/><br/>메르스 3차 감염자가 대거 발생한 삼성서울병원의 경우 하루 8000명 이상이던 외래환자가 30% 이상 준 것으로 알려졌다. 메르스 관련 병원뿐만 아니라 다른 병원 환자들도 예약된 외래진료와 입원, 수술, 건강 검진 일정을 미루거나 취소하고 있다. 일반 감기는 물론 골절과 암 등 중증 질환을 앓는 환자들까지 병원 기피 현상을 보이고 있는 것으로 확인됐다. 전문가들은 메르스에 대한 필요 이상의 불안감 때문에 병을 키우는 것은 바람직하지 않다고 조언했다.<br/><br/>◇병 키우면 역효과 = 병원 진료나 수술을 예약했다면 예정대로 진행하는 것이 현명하다. 전문가들은 메르스 감염에 대한 필요 이상의 공포감 때문에 다른 질환의 적절한 치료 시기를 놓치면 안 된다고 조언했다. 몸이 아파서 검진이나 수술이 필요한데도 무작정 참는 것은 또 다른 심각한 질환을 부를 수 있다. 당뇨, 고혈압과 같이 정기적인 병원 진료가 필요한 환자가 예정된 진료 일정에 따라 진찰을 받지 않으면 합병증이 발생할 수 있다. <br/><br/>암, 뇌출혈 등 조기 치료가 완치에 큰 영향을 미치는 질환의 경우에도 병원 진료를 미루지 말고 적절한 진료와 검사를 받아야 한다. 질환에 대한 방어 능력이 성인과 비교해 현저히 떨어지는 영유아도 병원 방문을 무작정 미루는 것은 위험하다. <br/><br/>◇바이러스 생존 기간만 위험 = 메르스 관련 병원이라고 해도 환자가 머문 지 이틀이 지난 뒤라면 메르스 바이러스가 생존해 있을 가능성이 희박하다는 것이 전문가들의 분석이다. 메르스 바이러스가 환자의 체내에서 밖으로 나왔을 때 활동하는 기간은 최대 48시간이다. 이미 메르스 환자가 거쳐 간 의료기관은 현재 시점에서는 위험 지역이 아니라는 것이 전문가들의 설명이다. <br/><br/>다만 메르스 환자가 머물렀던 시기에 해당 의료기관을 방문했다면 주의해야 한다. 메르스에 감염됐을 가능성은 바이러스가 활동하는 시기를 고려하면 환자가 거쳐 간 이틀 뒤까지로 볼 수 있다. 이 기간에 해당 의료기관을 방문한 이후 37.5도 이상의 고열, 기침 등의 증상이 나타나면 즉각 치료받고 보건소에 신고해야 한다. <br/><br/>◇병문안은 자제해야 = 병원 진료나 검사를 제외한 불필요한 병원 방문은 자제하는 것이 좋다. 메르스 사태가 종료될 때까지 병문안 등도 피하는 것이 좋다. 32·33번 환자는 평택성모병원에서 11번 환자를 1시간 남짓 만난 뒤 감염됐다. 32번 환자(54)와 33번 환자(47)는 11번 환자(여·79, 32번 환자의 어머니)를 병문안하는 과정에서 메르스에 노출된 것으로 전문가들은 보고 있다. <br/><br/>정유진 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-366.txt

제목: <메르스 비상 - ‘과도한 공포’ 안된다>기침·근육통·설사 증상 동반… 자각없이 증세 호전될수도  
날짜: 20150608  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150608100000023  
본문: 사람마다 증상 각각 달라 <br/>고열 나타나지 않는 경우도 <br/>백신없지만 완치가능성 높아<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 환자와 사망자, 격리자가 계속해서 늘면서 국민들의 불안감이 가라앉지 않고 있다. 메르스와 관련해 부정확한 정보나 검증되지 않은 내용이 인터넷이나 소셜네트워크서비스(SNS)에도 퍼지면서 불필요한 공포감도 커지고 있다. <br/><br/>하지만 전문가들은 메르스는 초기에 적절히 치료하면 충분히 완치할 수 있고, 감염돼도 특별한 증상 없이 자연 치유되는 경우도 있다고 조언했다. 전문가들을 통해 메르스 감염 시 환자별 증상의 차이, 일반인의 치유 가능성, 전염력 등에 대해 알아봤다.<br/><br/>◇환자마다 증상이 다른가 = 메르스의 대표적인 증상은 고열과 기침, 호흡 곤란 등이다. 하지만 실제 메르스 환자마다 나타나는 증상은 근육통을 동반한 가벼운 몸살 기운부터 구토·설사 등 소화기 질환, 급성 호흡부전과 패혈증(세균이 혈액에 들어가 전신에 감염증 등을 일으키는 병)까지 각각 달랐다. <br/><br/>환자 중 초기에는 메르스의 대표적인 증상인 38도 이상의 고열이 나타나지 않는 경우도 있었다. 건강한 일반인 중에는 가벼운 감기 증세를 보이다가 메르스에 감염됐다는 자각 없이 증세가 호전될 가능성도 있다고 전문가들은 설명했다. <br/><br/>◇치유 가능성은 = 감염자가 급속히 늘고 있지만 이와 반대로 일부 환자들은 완치돼 퇴원했거나 퇴원을 앞두고 있다. 메르스는 건강에 문제가 없는 사람이 걸리면 생명에 큰 위협 없이 치유될 수 있다. 치료제와 예방 백신이 없지만 감염됐을 때 나타나는 증상에 따른 치료를 적절히 하면 완치 가능성이 높다는 것이 전문가들의 설명이다. <br/><br/>열이 오르면 해열제 처방을 통해 열을 내리도록 처치하고 기타 증상 완화를 위해 항바이러스제, 면역력을 높이는 영양수액제 등이 처방된다. 호흡곤란이 심하면 인공호흡 조치를 하기도 한다. 하지만 호흡기나 폐 질환, 말기 암 등 중증 질환을 앓고 있는 환자가 감염됐을 경우 치유 가능성은 급격히 낮아진다. <br/><br/>◇잠복기 환자의 전염력은 = 메르스는 일반적으로 환자가 2m 이내에서 기침, 재채기할 경우 나오는 분비물로 전파된다. 하지만 발열, 기침, 호흡곤란 등 일반적인 호흡기 증상이나 메스꺼움, 구토, 설사 등의 증상이 나타나기 전의 환자에게는 전염력이 없다고 전문가들은 설명한다. <br/><br/>증상은 감염 후 최소 2일에서 14일 사이에 나타난다. 증상이 있는 환자와 밀접한 접촉을 한 경우에는 증상이 없더라도 보건소에 연락하고 가족과 주변 사람을 위해 접촉일로부터 14일간 자가 격리를 해야 한다. <br/><br/> 정유진 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-367.txt

제목: <메르스 비상 - ‘과도한 공포’ 안된다>“치명적인 병 아냐… 중증질환자 아니면 충분히 극복 가능”  
날짜: 20150608  
기자: 손기은  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150608100000019  
본문: 치사율 6.9%… 폐렴 수준 <br/>전세계 40.8%보다 낮아 <br/>건강한 성인은 자연 치료 <br/>지역사회 감염 가능성 낮아 <br/>2~3주내 진정 국면될 것<br/>중동호흡기증후군(메르스) 공포가 시간이 갈수록 확산되고 있지만, 감염질환 전문가들은 국민 여론과는 달리 “건강한 사람에게 메르스는 치명적이지 않다. 과도한 공포감은 금물이다”는 일관된 진단을 내놓고 있다. 실제 우리나라 메르스 치사율은 8일 오전 현재 6.9%로, 메르스 근원지인 사우디아라비아의 치사율(43.4%)에 한참 못 미친다. 이는 7% 수준인 폐렴 치사율과 비슷한 수준이다. 공포의 근원이 된 메르스 치사율이 적어도 우리나라에서는 ‘허수’가 될 가능성이 높은 것이다.<br/>◇“치사율이 소문처럼 높지 않다… 과도한 우려 자제해야” = 이재갑 한림대강남성심병원 감염내과 교수는 이날 문화일보와의 전화통화에서 “메르스는 치명적인 병이 아니다”고 여러 번 강조했다. 이 교수는 “<span class='quot0'>기저 질환이 없는 건강한 사람에게 메르스는 전혀 치명적이지 않고, 건강한 성인은 ‘자연 치료’되는 경우가 많으니 국민들이 지나치게 불안해할 필요가 없다</span>”고 말했다.<br/>실제 우리나라 메르스 치사율은 이날 오전 10시 현재 6.9%(87명 감염, 6명 사망) 수준이다. 메르스 근원지인 사우디아라비아의 치사율인 43.4%(1002명 감염, 434명 사망)의 6분의 1 수준이다. 유럽질병통제센터가 집계한 전 세계 메르스 치사율(40.8%)보다도 현저히 낮다. 이종구 서울대 의대 글로벌의학센터장(전 질병관리본부장)은 “<span class='quot1'>우리나라 메르스 치사율은 최종적으로 40% 수준보다 훨씬 낮게 집계될 것</span>”이라며 “<span class='quot1'>현재 한 자리로 치사율이 집계되고 있는데, 낮다고는 할 수는 없지만 적어도 두려워할 이유는 없는 수치</span>”라고 말했다.<br/>◇“기저질환 없다면, 안심해도 된다” = 전문가들은 또 고령에다 기저 질환이 있는 사람이 아니라면, 메르스는 “충분히 극복이 가능하다”고 분석하고 있다. 실제 메르스 감염 사망자들은 보건당국이 메르스 국내 확산 초기부터 ‘고위험군’으로 분류한 고령의 기저 질환자였다. 김우주 대한감염학회 이사장은 “<span class='quot2'>당뇨병이 있거나, 만성폐쇄성폐질환, 신부전, 암 치료를 받는 경우에는 메르스 감염으로 후유증을 앓거나 사망할 가능성이 있다</span>”고 말했다.<br/>그러나 사망자를 제외한 확진 환자 대다수는 감기와 비슷한 증상을 보이고 회복 중인 것으로 전해졌다. 대한감염학회에 따르면, 메르스 환자 중 약 80%가 감기와 비슷한 증상을 보인 반면 나머지 20%에서 폐렴으로 발전했다. 폐렴으로 발전하지 않은 환자들은 대부분 고열이나 기침, 근육통 증상이 나타나다가 회복하는 양상을 보였다. 이종구 센터장은 “<span class='quot3'>사망에는, 기저 질환이라는 ‘1차 요인’이 있었고, 여기에 메르스가 병세를 나빠지게 했다고 봐야 한다</span>”고 말했다. 그는 이어 “<span class='quot3'>현재의 메르스는 건강한 사람은 잘 이겨낼 수 있는 병이라는 판단</span>”이라고 덧붙였다.<br/>실제 환자를 돌보다 감염됐던 365서울열린의원 의사인 5번째 환자(50)는 이날 상태가 호전돼 퇴원했다. 지금까지 메르스 확진자 가운데 퇴원한 사람은 모두 2명이다.<br/>◇“2∼3주 안에 진정 국면 들어설 것” = 감염병 전문가들은 지역 사회 감염을 막을 수 있다면, 2∼3주 안에 메르스 공포 국면이 빠르게 진정될 것으로 전망했다. 설대우 중앙대 약학대학 교수는 “<span class='quot4'>정부가 지금부터라도 제대로 된 조치를 하면, 2∼3주 안에 메르스가 사그라들 것</span>”이라고 전망했다. <br/> 손기은·김영주·김다영 기자 son@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-368.txt

제목: 메르스 Q&A… 공기전파? 오해! 노인위험? 취약!  
날짜: 20150604  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150604100000016  
본문: 3개월에 8000명 감염된 사스 전파력과는 달라 <br/><br/>기존질환자 사망률이 건강한 사람의 4배<br/><br/>고령자가 감염에 취약… 中東서도 60~70대 많아<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 감염자가 늘어나면서 “공기 중으로 전파하는 것이 아니냐” “대유행 사태가 오는 것 아니냐”는 등의 우려도 확산하고 있다. 이 시점에서 꼭 알아둬야 할 정확한 정보를 전문가들을 통해 정리했다. <br/><br/>◇공기 중 전파 가능성은= 낮다는 것이 공통된 의견이다. 만일 공기로 전파됐다면 이미 중동은 물론 전 세계에서 환자가 많이 늘어나야 한다. 하지만 메르스 환자는 지난 2012년 사우디아라비아에서 최초 발생한 이후 현재까지 3년 동안 1100명을 조금 넘는다. 반면 공기로 전파되는 중증급성호흡기증후군(사스)의 경우 2002년 발생 후 3개월 동안 유행하면서 8000명이 넘게 감염됐다. 메르스도 공기로 전파됐다면 중동은 물론 우리나라에서도 지금보다 훨씬 빠른 속도로 늘어나야 한다.<br/><br/>◇면역력이 저하된 경우는= 면역력이 저하된 사람은 메르스 감염과 사망에 취약할 수 있다. 암환자나 인간면역결핍바이러스(HIV) 감염자 등은 면역이 떨어진 상태이므로 메르스 감염 예방에 더욱 주의를 기울여야 한다. 항암제나 장기이식 후 거부반응을 막기 위해 면역억제제를 투약하는 환자와 스테로이드제 등을 투약하는 환자들도 면역저하 상태가 되기 쉬우므로 주의해야 한다. 전문가들은 첫 번째로 사망한 57세 여성 환자도 관절염 치료를 위해 스테로이드제를 복용하면서 면역저하 상태가 된 것으로 분석하고 있다.<br/><br/>◇취약한 질환자는= 세계보건기구(WHO)는 당뇨, 신부전, 만성 폐질환을 앓고 있는 환자를 메르스 감염의 고위험군으로 분류하고 있다. 실제로 두 번째 사망환자는 만성폐쇄성폐질환을 가진 데다 지난 2011년 신장암으로 한쪽 신장을 적출한 상태였다. 전문가들은 메르스 바이러스가 폐에 침범하는 점은 사스와 같지만, 신장 기능을 망가뜨리는 특성은 사스와 다르다고 설명한다. 기모란 대한예방의학회 메르스위원장이 해외의 메르스 환자 1018명을 대상으로 분석한 결과로는 기존 질환이 있는 메르스 환자의 사망률은 44.3%로, 건강한 환자의 10.7%보다 4배 이상으로 높았다.<br/><br/>◇노인들이 더 위험한가= 메르스의 감염과 사망 여부에 영향을 미치는 대표적인 요인은 연령이다. 지난 3일 새로 메르스 진단을 받은 43세의 남성 환자는 처음으로 확진을 받은 환자와 같은 병동에 입원했던 자녀를 간호하고자 해당 병동에 머물다 감염됐다. 또 다른 보호자였던 이 환자의 아내(39)도 지난 1일 먼저 확진 판정을 받았다. 그러나 이들보다 더 오랜 시간을 첫 환자와 같은 병동에서 보냈을 이들 부부의 자녀는 정작 최대 잠복 기간(14일)을 넘긴 지금까지 감염 증상을 보이지 않고 있다. 높은 연령대의 환자가 감염에 취약하다는 것을 보여주는 사례다. 메르스 환자가 많이 발생한 중동도 60∼70세 고령 환자가 많다. 감염 예방을 위해 고령자는 외출을 자제하고 외출 시 반드시 마스크를 착용해야 한다.<br/><br/>◇의료기관은 안전한가= 전문가들은 확진 환자가 발생한 병동, 격리실 등의 공간은 일반 환자들이 들어올 수 없게 통제하고 있기 때문에 그 외 지역은 안전하다고 설명했다. 현재 메르스 확진 판정을 받은 이들은 ‘국가격리음압병상’에서 치료를 받게 된다. 음압(陰壓)병실은 병실 내부와 바깥의 압력이 달라 오염된 공기가 다른 병동으로 유입되지 않도록 설계돼 있어 바이러스 등 병원체가 빠져나갈 수 없다. 전문가들은 병에 걸리면 메르스 감염에 대한 우려 때문에 병원 방문을 꺼리다 병을 키우기보다는 기존에 하던 대로 의료기관에서 진료받을 것을 권고했다. <br/><br/>◇극장이나 쇼핑몰처럼 인파가 몰리는 시설에 가는 것도 꺼려지는데= 인파가 몰리는 시설을 방문할 때는 ‘기침 에티켓’ 등을 잘 지키는 것이 중요하다. 메르스 바이러스는 공기 중으로 전파되지 않는 것으로 알려졌지만 기침이나 재채기를 할 때 튀는 침방울을 통해 감염된다. 따라서 혹시라도 생길 수 있는 감염을 차단하기 위해 기침할 때 침이 튀지 않도록 입과 코를 휴지 등으로 가리고 하는 ‘기침 에티켓’을 잘 지켜야 한다. <br/><br/> 정유진·고서정 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-369.txt

제목: 메르스 Q&A… 공기전파? 오해! 노인위험? 취약!  
날짜: 20150604  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150604100000019  
본문: 3개월에 8000명 감염된 사스 전파력과는 달라 <br/><br/>기존질환자 사망률이 건강한 사람의 4배<br/><br/>고령자가 감염에 취약… 中東서도 60~70대 많아<br/><br/> 중동호흡기증후군(메르스) 감염자가 늘어나면서 “공기 중으로 전파하는 것이 아니냐” “대유행 사태가 오는 것 아니냐”는 등의 우려도 확산하고 있다. 이 시점에서 꼭 알아둬야 할 정확한 정보를 전문가들을 통해 정리했다. <br/><br/>◇공기 중 전파 가능성은= 낮다는 것이 공통된 의견이다. 만일 공기로 전파됐다면 이미 중동은 물론 전 세계에서 환자가 많이 늘어나야 한다. 하지만 메르스 환자는 지난 2012년 사우디아라비아에서 최초 발생한 이후 현재까지 3년 동안 1100명을 조금 넘는다. 반면 공기로 전파되는 중증급성호흡기증후군(사스)의 경우 2002년 발생 후 3개월 동안 유행하면서 8000명이 넘게 감염됐다. 메르스도 공기로 전파됐다면 중동은 물론 우리나라에서도 지금보다 훨씬 빠른 속도로 늘어나야 한다.<br/><br/>◇면역력이 저하된 경우는= 면역력이 저하된 사람은 메르스 감염과 사망에 취약할 수 있다. 암환자나 인간면역결핍바이러스(HIV) 감염자 등은 면역이 떨어진 상태이므로 메르스 감염 예방에 더욱 주의를 기울여야 한다. 항암제나 장기이식 후 거부반응을 막기 위해 면역억제제를 투약하는 환자와 스테로이드제 등을 투약하는 환자들도 면역저하 상태가 되기 쉬우므로 주의해야 한다. 전문가들은 첫 번째로 사망한 57세 여성 환자도 관절염 치료를 위해 스테로이드제를 복용하면서 면역저하 상태가 된 것으로 분석하고 있다.<br/><br/>◇취약한 질환자는= 세계보건기구(WHO)는 당뇨, 신부전, 만성 폐질환을 앓고 있는 환자를 메르스 감염의 고위험군으로 분류하고 있다. 실제로 두 번째 사망환자는 만성폐쇄성폐질환을 가진 데다 지난 2011년 신장암으로 한쪽 신장을 적출한 상태였다. 전문가들은 메르스 바이러스가 폐에 침범하는 점은 사스와 같지만, 신장 기능을 망가뜨리는 특성은 사스와 다르다고 설명한다. 기모란 대한예방의학회 메르스위원장이 해외의 메르스 환자 1018명을 대상으로 분석한 결과로는 기존 질환이 있는 메르스 환자의 사망률은 44.3%로, 건강한 환자의 10.7%보다 4배 이상으로 높았다.<br/><br/>◇노인들이 더 위험한가= 메르스의 감염과 사망 여부에 영향을 미치는 대표적인 요인은 연령이다. 지난 3일 새로 메르스 진단을 받은 43세의 남성 환자는 처음으로 확진을 받은 환자와 같은 병동에 입원했던 자녀를 간호하고자 해당 병동에 머물다 감염됐다. 또 다른 보호자였던 이 환자의 아내(39)도 지난 1일 먼저 확진 판정을 받았다. 그러나 이들보다 더 오랜 시간을 첫 환자와 같은 병동에서 보냈을 이들 부부의 자녀는 정작 최대 잠복 기간(14일)을 넘긴 지금까지 감염 증상을 보이지 않고 있다. 높은 연령대의 환자가 감염에 취약하다는 것을 보여주는 사례다. 메르스 환자가 많이 발생한 중동도 60∼70세 고령 환자가 많다. 감염 예방을 위해 고령자는 외출을 자제하고 외출 시 반드시 마스크를 착용해야 한다.<br/><br/>◇의료기관은 안전한가= 전문가들은 확진 환자가 발생한 병동, 격리실 등의 공간은 일반 환자들이 들어올 수 없게 통제하고 있기 때문에 그 외 지역은 안전하다고 설명했다. 현재 메르스 확진 판정을 받은 이들은 ‘국가격리음압병상’에서 치료를 받게 된다. 음압(陰壓)병실은 병실 내부와 바깥의 압력이 달라 오염된 공기가 다른 병동으로 유입되지 않도록 설계돼 있어 바이러스 등 병원체가 빠져나갈 수 없다. 전문가들은 병에 걸리면 메르스 감염에 대한 우려 때문에 병원 방문을 꺼리다 병을 키우기보다는 기존에 하던 대로 의료기관에서 진료받을 것을 권고했다. <br/><br/>◇극장이나 쇼핑몰처럼 인파가 몰리는 시설에 가는 것도 꺼려지는데= 인파가 몰리는 시설을 방문할 때는 ‘기침 에티켓’ 등을 잘 지키는 것이 중요하다. 메르스 바이러스는 공기 중으로 전파되지 않는 것으로 알려졌지만 기침이나 재채기를 할 때 튀는 침방울을 통해 감염된다. 따라서 혹시라도 생길 수 있는 감염을 차단하기 위해 기침할 때 침이 튀지 않도록 입과 코를 휴지 등으로 가리고 하는 ‘기침 에티켓’을 잘 지켜야 한다. <br/><br/> 정유진·고서정 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-370.txt

제목: 메르스 Q&A… 공기전파? 오해! 노인위험? 취약!  
날짜: 20150604  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150604100000032  
본문: 3개월에 8000명 감염된 사스 전파력과는 달라 <br/>기존질환자 사망률이 건강한 사람의 4배<br/>고령자가 감염에 취약… 中東서도 60~70대 많아<br/><br/>중동호흡기증후군(메르스) 감염자가 늘어나면서 “공기 중으로 전파하는 것이 아니냐” “대유행 사태가 오는 것 아니냐”는 등의 우려도 확산하고 있다. 이 시점에서 꼭 알아둬야 할 정확한 정보를 전문가들을 통해 정리했다. <br/><br/>◇공기 중 전파 가능성은= 낮다는 것이 공통된 의견이다. 만일 공기로 전파됐다면 이미 중동은 물론 전 세계에서 환자가 많이 늘어나야 한다. 하지만 메르스 환자는 지난 2012년 사우디아라비아에서 최초 발생한 이후 현재까지 3년 동안 1100명을 조금 넘는다. 반면 공기로 전파되는 중증급성호흡기증후군(사스)의 경우 2002년 발생 후 3개월 동안 유행하면서 8000명이 넘게 감염됐다. 메르스도 공기로 전파됐다면 중동은 물론 우리나라에서도 지금보다 훨씬 빠른 속도로 늘어나야 한다.<br/><br/>◇면역력이 저하된 경우는= 면역력이 저하된 사람은 메르스 감염과 사망에 취약할 수 있다. 암환자나 인간면역결핍바이러스(HIV) 감염자 등은 면역이 떨어진 상태이므로 메르스 감염 예방에 더욱 주의를 기울여야 한다. 항암제나 장기이식 후 거부반응을 막기 위해 면역억제제를 투약하는 환자와 스테로이드제 등을 투약하는 환자들도 면역저하 상태가 되기 쉬우므로 주의해야 한다. 전문가들은 첫 번째로 사망한 57세 여성 환자도 관절염 치료를 위해 스테로이드제를 복용하면서 면역저하 상태가 된 것으로 분석하고 있다.<br/><br/>◇취약한 질환자는= 세계보건기구(WHO)는 당뇨, 신부전, 만성 폐질환을 앓고 있는 환자를 메르스 감염의 고위험군으로 분류하고 있다. 실제로 두 번째 사망환자는 만성폐쇄성폐질환을 가진 데다 지난 2011년 신장암으로 한쪽 신장을 적출한 상태였다. 전문가들은 메르스 바이러스가 폐에 침범하는 점은 사스와 같지만, 신장 기능을 망가뜨리는 특성은 사스와 다르다고 설명한다. 기모란 대한예방의학회 메르스위원장이 해외의 메르스 환자 1018명을 대상으로 분석한 결과로는 기존 질환이 있는 메르스 환자의 사망률은 44.3%로, 건강한 환자의 10.7%보다 4배 이상으로 높았다.<br/><br/>◇노인들이 더 위험한가= 메르스의 감염과 사망 여부에 영향을 미치는 대표적인 요인은 연령이다. 지난 3일 새로 메르스 진단을 받은 43세의 남성 환자는 처음으로 확진을 받은 환자와 같은 병동에 입원했던 자녀를 간호하고자 해당 병동에 머물다 감염됐다. 또 다른 보호자였던 이 환자의 아내(39)도 지난 1일 먼저 확진 판정을 받았다. 그러나 이들보다 더 오랜 시간을 첫 환자와 같은 병동에서 보냈을 이들 부부의 자녀는 정작 최대 잠복 기간(14일)을 넘긴 지금까지 감염 증상을 보이지 않고 있다. 높은 연령대의 환자가 감염에 취약하다는 것을 보여주는 사례다. 메르스 환자가 많이 발생한 중동도 60∼70세 고령 환자가 많다. 감염 예방을 위해 고령자는 외출을 자제하고 외출 시 반드시 마스크를 착용해야 한다.<br/><br/>◇의료기관은 안전한가= 전문가들은 확진 환자가 발생한 병동, 격리실 등의 공간은 일반 환자들이 들어올 수 없게 통제하고 있기 때문에 그 외 지역은 안전하다고 설명했다. 현재 메르스 확진 판정을 받은 이들은 ‘국가격리음압병상’에서 치료를 받게 된다. 음압(陰壓)병실은 병실 내부와 바깥의 압력이 달라 오염된 공기가 다른 병동으로 유입되지 않도록 설계돼 있어 바이러스 등 병원체가 빠져나갈 수 없다. 전문가들은 병에 걸리면 메르스 감염에 대한 우려 때문에 병원 방문을 꺼리다 병을 키우기보다는 기존에 하던 대로 의료기관에서 진료받을 것을 권고했다. <br/><br/>◇극장이나 쇼핑몰처럼 인파가 몰리는 시설에 가는 것도 꺼려지는데= 인파가 몰리는 시설을 방문할 때는 ‘기침 에티켓’ 등을 잘 지키는 것이 중요하다. 메르스 바이러스는 공기 중으로 전파되지 않는 것으로 알려졌지만 기침이나 재채기를 할 때 튀는 침방울을 통해 감염된다. 따라서 혹시라도 생길 수 있는 감염을 차단하기 위해 기침할 때 침이 튀지 않도록 입과 코를 휴지 등으로 가리고 하는 ‘기침 에티켓’을 잘 지켜야 한다. <br/><br/> 정유진·고서정 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-371.txt

제목: miRNA 탄생 비밀 규명 김빛내리 연구팀 첫 발견  
날짜: 20150529  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150529100000177  
본문: ‘마이크로알엔에이(miRNA)’ 연구로 세계 과학계의 주목을 받아온 김빛내리(사진) 기초과학연구원(IBS) RNA연구단장 연구팀이 세계 최초로 miRNA를 만드는 물질인 단백질 복합체(드로셔-DGCR8)의 구성과 기능을 밝혀냈다.<br/><br/><br/><br/>29일 연구팀에 따르면 일명 ‘마이크로프로세서’로 불리는 ‘드로셔-DGCR8’ 단백질 복합체가 1개의 드로셔 분자와 2개의 DGCR8 분자로 구성돼 있다는 사실이 밝혀졌다. 드로셔는 miRNA의 재료가 되는 물질(miRNA 1차 전구체)의 하단 부분을 인식한 뒤 절단할 위치를 찾아 자르는 재단사 역할을 수행하며, 파트너인 DGCR8은 상단 부분을 인식해 드로셔가 정확한 절단 부위를 찾도록 도와주는 조수 역할을 한다는 사실을 연구팀은 확인했다.<br/><br/><br/><br/>miRNA는 21∼23개의 염기로 구성된 매우 작은 RNA로, 전령 RNA와 결합해 우리 몸에 필요한 단백질을 만드는 과정을 조절함으로써 세포의 분화와 성장, 사멸 활동에 질서를 부여하는 ‘세포 내의 경찰’과 같은 역할을 수행한다. 따라서 miRNA의 생성과 작동에 이상이 생기면 암과 같은 질병이 발생할 수 있다.<br/><br/><br/><br/>이번 연구 결과는 생명과학 분야에서 세계적인 권위를 인정받는 과학저널 ‘셀(Cell)’ 28일자(현지시간) 온라인판에 게재됐다.<br/><br/><br/><br/>김 단장은 “<span class='quot0'>앞으로 miRNA를 활용해 암이나 유전 질환 등의 치료에도 활용할 수 있을 것으로 기대된다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/> 박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-372.txt

제목: 실업계 최초 골든벨 우승 김수영 암 선고후…  
날짜: 20150527  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150527100000018  
본문: KBS1 ‘그대가 꽃’ 오늘 방송<br/><br/>‘미래의 성공을 위해 오늘을 희생할 게 아니라 오늘 행복해야겠다’는 생각으로 세계 곳곳을 다니며 자신을 변화시킨 꿈을 전하는 ‘꿈 전도사’ 김수영(사진 가운데). <br/><br/>KBS는 27일 오후 7시 30분에 방송되는 1TV 토크드라마 ‘그대가 꽃’-미운오리새끼, 날다!’를 통해 김수영의 파란만장한 인생 이야기를 펼쳐낸다고 밝혔다. <br/><br/>그는 초등학교 시절 불우한 가정환경을 비관해 자살을 생각했고, 중학교에 들어가 ‘문제아’로 낙인 찍히며 가출해 방황하다 결국 학교를 자퇴했다. 하지만 그는 파지 줍는 일을 하는 어머니가 자신이 집에 돌아오길 바라며 매일 초를 켜놓고 기도하고 있다는 것을 알게 된 후 다시 마음을 잡고 공부를 하기로 결심한다. 검정고시 합격 후 실업계 고등학교에 진학한 그는 우연한 기회에 기자가 되겠다는 꿈을 꾸게 되고, 대입 공부에 돌입해 명문대에 합격했지만 등록금 마련에 고심한다. 그러던 중 지난 1999년 12월 17일 방송된 ‘도전! 골든벨’에 출연해 실업계 최초로 우승을 거머쥐며 장학금을 받게 된 그는 대학 졸업 후 외국계 투자회사에 입사해 가족의 생계를 책임진다. <br/><br/>하지만 그에게 암 선고가 내려지고, 충격에 빠진 그는 ‘사람이 언제 죽을 지 모르는구나’라는 생각을 하며 83가지 버킷리스트를 쓰고, 도전에 나선다. 에베레스트에 오르기, 인도 발리우드 영화 출연하기, 부모님과 성지순례 하기 등을 하나하나 이룬 그는 현재 세계 곳곳을 다니며 희망을 전파하고 있다. <br/><br/>한편 지난 2010년 ‘멈추지 마, 다시 꿈부터 써봐’를 낸 후 작가로도 활동하고 있는 그가 22개국에서 만난 108가지 사랑에 대해 쓴 ‘당신의 사랑은 무엇입니까’(웅진지식하우스)가 지난 20일 출간됐다. <br/><br/> 김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-373.txt

제목: <힐링푸드>광어로 ‘미네랄 마사지’ 뭉쳤던 근육 ‘릴랙스 ~’  
날짜: 20150527  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015052710017388567  
본문: 본명이 넙치인 광어는 하얀 살에 맛이 담백하고 쫄깃쫄깃한 데다 가격도 저렴해 미식가들이 가장 많이 찾는 어종 중 하나다. 비린내가 없어 횟감으로 애용돼 ‘국민 생선회’로도 불린다. 부드럽고 소화가 잘돼 튀김이나 매운탕, 국의 재료로도 많이 이용된다.<br/>그러나 광어는 맛뿐만 아니라 영양학적으로도 우수한 식품이다. 광어는 고단백·저지방·저칼로리로 다이어트에 좋은 식품이다. 양질의 단백질과 불포화지방산, 특히 오메가3계 지방산은 물론 각종 무기질과 비타민을 풍부하게 함유하고 있다. 특히 지느러미 부근의 살은 지방 함량이 20% 정도로 높은 대신 피부의 탄력을 유지해 주는 콜라겐과 엘라스틴을 많이 지니고 있다. <br/>광어에서 쥐경련 등 근육경련과 관련해 주목해야 할 성분은 풍부한 미네랄과 각종 비타민이다. 특히 마그네슘은 쥐경련과 직접적으로 연관 있는 미네랄이다. 일반적으로 마그네슘은 300여 가지 인체 내 효소반응을 활성화한다. 따라서 탄수화물·단백질·지방 대사와 핵산 합성에도 없어서는 안 된다. 칼슘과 함께 신경전도와 근육수축, 혈액응고에 관여하며 뼈와 치아 구성 및 유지에도 한몫한다. 비타민 C·E와 비타민 B군의 체내 이용을 도울 뿐만 아니라 단백질과 호르몬 합성에도 필요한 성분이다. 그런데 마그네슘이 부족하면 생기는 대표적인 증상이 근육경련과 골다공증, 손저림증 등이다. 광어 204g에는 169㎎의 마그네슘이 들어 있다. 마그네슘 1일 권장 섭취량이 남성 350㎎, 여성 280㎎인 만큼 광어회 한 접시 정도면 1일 권장 섭취량의 반 이상을 충족시킬 수 있다. 마그네슘이 부족하면 우울, 신경과민 등의 정서적 문제를 일으킬 뿐 아니라 부정맥 등 심장질환도 악화시킨다는 연구 결과가 있다. <br/>인체의 원활한 신진대사를 위해 없어서는 안 되는 성분인 비타민B 복합체도 광어에는 많다. 비타민B1(티아민)은 에너지 대사를 원활하게 해 피로해소를 돕고, 신경전달물질 합성에 관여해 정신건강에 긍정적인 작용을 한다. 비타민B1이 부족하면 각기병 등이 생긴다. 또 비타민B2(리보플래빈) 역시 에너지 대사에 도움을 주고 항산화 기능을 하며, 부족할 경우 구내염이나 구순염 등 구강 내부와 입술, 혀 등에 염증이 생긴다. 성인의 비타민B2 권장 섭취량은 남자 1.5㎎, 여자 1.2㎎이다.<br/>비타민B3로도 불리는 니아신은 탄수화물 대사에 없어서는 안 되는 성분이다. 비타민B6 역시 혈액을 구성하는 항체와 적혈구를 만들어 주며, 육류 소화에도 필요한 성분이다. 결핍되면 면역력이 저하된다. 코발라민으로도 불리는 비타민B12도 광어에는 풍부하다. 비타민B12는 뇌 신경세포의 활동과 재생에 중요한 성분으로, 혈관 속에서 몸에 나쁜 LDL콜레스테롤처럼 작용하는 호모시스테인을 감소시킨다. 또 비타민B12는 DNA와 RNA 합성에 관여해 유전자 손상을 방지하며, 노화 예방은 물론 일부 암 예방에도 효능이 있는 것으로 학계에서는 보고 있다.<br/>최근에는 국내에서 광어의 단백질 성분이 인체 내에서 장내 소화효소에 의해 분해돼 항산화·항고혈압 작용을 하며 노화를 방지한다는 연구 결과가 나왔다. 인간의 장 속 주요 단백질 분해효소인 알파 키모트립신(α-chymotrypsin)에 의해 광어 근육의 단백질이 가수분해돼 생성되는 ‘펩티드’가 체내 활성산소를 제거해 항산화 작용을 하고, 혈압 상승을 유발하는 ‘앤지오텐신 전환 효소’의 활성도 막아 혈압을 낮춰 준다는 것이다.<br/>이러한 효과는 제주대 전유진 교수팀의 연구 결과에서 밝혀졌고, 세계적인 저명 학술지(SCI)인 식품·화학독성학회지(Food & Chemical Toxicology, 2013)와 어·패류면역학회지(Fish & Shellfish Immunology, 2014)에서 인정을 받았다. <br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-374.txt

제목: 맞춤형 치료로 10대癌 생존율 독보적… 해외 의료진도 견학  
날짜: 20150526  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150526100000137  
본문: ‘글로벌 癌병원’ 우뚝 선 서울아산병원<br/><br/><br/><br/>국내 암환자들이 가장 많은 찾는 병원은 서울아산병원이다. 건강보험심사평가원의 연간 암 수술 실적에 따르면 우리나라 암 수술 중 약 10%가 서울아산병원 암병원에서 이뤄졌다. 주목할 만한 점은 세계적으로도 서울아산병원의 암 진료 기록은 독보적이라는 것이다. 서울아산병원 암병원(712병상) 수술실적은 지난 2012년 1만7267건, 2013년 1만7467건, 2014년 1만8508건으로 해마다 증가했다. 이는 미국 암치료 분야 1위로 선정된 메모리얼 슬로언 케터링 암센터(MSKCC·469병상)의 수술실적 1만1370건, 2위 MD 앤더슨 암센터(631병상)의 8656건보다 많은 수치다. 이미 세계 유수 의료기관의 의료진들이 서울아산병원으로 암 치료 기술을 배우기 위해 찾아온다. 서울아산병원에 왜 이렇게 암환자들이 몰리는지 그 이유를 분석해 봤다.<br/><br/><br/><br/>◇‘수술실적이 진료실적’= 서울아산병원은 한국인이 가장 많이 걸리는 10대 암 중에서 특히 간암·유방암·대장암·위암·췌장암·자궁경부암 등의 수술 건수가 압도적 1위인 것으로 나타났다. 수술 건수가 많다는 것은 수술 성적도 좋다는 것이 일반적인 의료계 평가다. 수술 건수가 많으면 그만큼 수술경험과 숙련 정도가 높아지기 때문으로 관련 연구도 학계에 많이 보고되고 있다. 실제 심평원은 진료량이 많은 기관의 진료결과가 그렇지 않은 기관에 비해 좋다는 ‘진료량-진료결과 간의 관계(volume-outcome relationship)’에 근거해 병원 평가를 시행한다.<br/><br/><br/><br/>서울아산병원의 독보적인 암 수술 실적은 진료실적으로 나타난다. <br/><br/><br/><br/>서울아산병원 대장암센터는 국내 최초로 대장암 수술 2만4000건 이상을 달성했을 뿐만 아니라 대장암 수술 중 고난도로 꼽히는 직장암 수술의 생존율도 미국보다 높다. 미국의 경우 직장암을 조기(1기)에 발견했을 경우 5년 생존율은 88.2%, 진행(2∼3기) 암에서는 69.5%에 그치고 있다. 하지만 서울아산병원 대장암센터에서 수술받은 직장암 환자들의 5년 생존율은 조기에서 94.1%, 진행 암에서는 각각 87.8%(2기), 75.4%(3기)로 높았다. <br/><br/><br/><br/>서울아산병원 유방암센터도 2010년 이후 연평균 2000여 건의 수술을 하고 있으며 5년 생존율 역시 92.3%로 미국, 유럽, 일본 등 선진국과 대등하거나 높은 것으로 분석됐다. 김병식 위장관외과 교수팀은 복강경 위암 수술을 세계 최다인 5000건 이상 실시하고 있으며, 풍부한 임상경험을 바탕으로 ‘체내문합술’(위를 자르고 연결하는 모든 수술 과정을 복강경을 통해 뱃속에서 마치는 수술법) 등 최고난도 복강경 위암 수술법을 시행하면서도 배를 절개해 열고 수술하는 ‘개복수술’과 같은 95% 이상의 높은 완치율을 기록하고 있다.<br/><br/><br/><br/>부인암 분야에서는 남주현 산부인과 교수팀이 세계에서 처음으로 자궁경부암 복강경 수술 1000건을 달성, 기존 개복수술 생존율과 대등한 95.2%의 생존율을 달성했다. <br/><br/><br/><br/>◇해외에서도 인정 = 서울아산병원의 앞선 수술 기법을 배우기 위해 미 샌디에이고 의대 등 세계 각지의 의료진들이 매년 서울아산병원을 방문하고 있다. 이달에도 사우디아라비아 킹사우드대 의대생들이 고난도 암 수술과 맞춤형 암 치료 등 선진 의료기술을 배우기 위해 서울아산병원을 찾았다. 이는 서울아산병원 암병원의 수술실적이 ‘유에스 뉴스 앤드 월드 리포트(US News & World Report)’에서 암 치료 분야 1위 병원에 선정된 메모리얼 슬로언 케터링 암센터와 2위 MD 앤더슨 암센터보다 많기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>해외 현지로 진출하지 않아도 중동의 부호들이 서울아산병원으로 찾아와 고난도 복강경 위암 수술을 받는다. 미국, 유럽의 유명 병원을 제쳐 두고 서울아산병원을 선택하는 해외 중증환자들이 많아졌다. 실제로 서울아산병원을 찾은 외국인 환자는 매년 20% 이상 증가하고 있다.<br/><br/><br/><br/>◇신의료 기술도 선도 = 서울아산병원은 유전체 분석을 통한 맞춤형 암 치료도 추진 중이다. 같은 암이라도 환자의 유전자 발현 양상이나 활성화 정도에 따라 항암 치료제 효과가 다른데, 연구를 통해 환자 개개인의 유전체를 분석해 최적의 항암치료를 선택하겠다는 것이 목표다. 치료기간과 비용을 줄이는 것은 물론, 약물 부작용도 경감시킬 수 있다. 서울아산병원은 지난 2011년 아산-다나파버 암유전체연구센터를 설립하고, 2012년에는 국내 최초로 유전체 맞춤 암치료센터를 개소했다. <br/><br/><br/><br/>또 미국 하버드 의대와 공동으로 맞춤형 암 치료 첨단 기술 개발을 추진하고 있다. 이미 표준적인 항암요법이 잘 듣지 않는 경우와 난치성 암 등이 그 대상이다. 현재 폐암, 위암, 유방암, 담도암 등 대부분 암에 대해 유전체 분석 검사를 시행하고 있으며, 특히 폐암의 경우에는 실제로 유전체 맞춤 표적치료제를 통한 암 치료가 이뤄지고 있다. 서울아산병원 암병원은 폐암, 대장암, 악성 흑색종 환자 등을 대상으로 한 ‘맞춤형 암 치료’를 적용 중이다.<br/><br/><br/><br/>또 서울아산병원 암병원은 2006년 국내 최초로 암 통합진료시스템을 구축, 암환자 한 명이 진료실에 들어섰을 때 암의 진단·수술·항암치료·방사선치료 각각을 담당하는 암 치료 전문의 모두가 동시에 한자리에 모여 최적의 맞춤진료 서비스를 제공하고 있다. 서울아산병원 암병원 통합진료센터에서 진료를 받은 환자는 2012년 1만4882명, 2013년 1만8380명, 그리고 2014년에는 2만 명을 돌파했다. 현재 27개의 암 통합진료팀이 암 완치를 위해 활동하고 있다.<br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-375.txt

제목: 안치환 “정호승 詩 덕에 암 이겨냈죠”  
날짜: 20150526  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015052610017369777  
본문: 11곡 담은 11집 ‘50’ 발표 투병기 삶에 대한 단상 담아<br/>직장암을 이겨낸 가수 안치환이 5년 만에 새 앨범을 발표하며 정호승 시인의 손을 잡았다.<br/>안치환은 15일 11집 앨범 ‘50’을 온·오프라인을 통해 공개했다. 올해 50세가 된 그가 겪고 있는 좌절과 고통, 그리고 희망을 노래한 이 앨범에는 총 11곡이 수록됐다. 특히 타이틀곡 ‘희망을 만드는 사람’은 정호승 시인의 시 ‘희망을 만드는 사람이 되라’에서 영감을 얻어 시구에 음악을 덧대 만들었다. 정호승 시인에 대해 남다른 애착을 보이며 2008년 ‘정호승을 노래하다’라는 앨범을 발표했던 안치환은 7년 만에 다시금 그의 시를 모티브로 삼아 대중 곁으로 돌아왔다.<br/>안치환의 소속사는 “삶에 대한 희망과 애환을 서정적으로 그려냈다는 평을 받는 시인 정호승의 시를 노랫말 삼아 부른 곡”이라며 “시련 속에서도 삶에 대한 의지를 다지며 살아가야 하는 이유는 마음속 희망이 있기 때문이라는 메시지를 전하는 라틴풍 록음악”이라고 소개했다.<br/>안치환은 지난해 직장암 수술을 받은 후 요양을 하며 느낀 삶에 대한 단상을 이번 앨범에 고스란히 담았다. 암 투병을 시작하며 이겨내리라는 자신의 의지를 노래한 2번 트랙 ‘나는 암환자’, 그 의지를 굳건히 할 수 있게 곁을 지켜준 아내를 보며 만든 3번 트랙 ‘병상에 누워’, 이 앨범의 두 번째 타이틀곡으로 긴 투병기간 동안 본인 존재에 대한 물음과 믿음을 긍정적으로 노래한 4번 트랙 ‘바람의 영혼’, 갑작스러운 시련이 닥치고 그 인생이 덧없음을 느끼며 노래한 8번 트랙 ‘길지 않으리’ 등은 안치환의 경험이 담긴 곡이라 듣는 이의 폐부를 깊숙이 찌르며 귀를 파고든다. <br/>소속사 측은 “2014년은 안치환 개인에게도 힘든 시기였지만 대한민국이 비통에 빠졌던 시기였다. 세월호 침몰 참사로 인해 모두가 아파했을 당시 그가 발표했던 추모곡도 이번 앨범에 수록했다”고 덧붙였다. <br/>안진용 기자 realyong@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-376.txt

제목: 유창식 암병원 원장 “26년간 ‘환자중심’ 서비스로 최고 시설·의사·숙련도 완성”  
날짜: 20150526  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150526100000138  
본문: “<span class='quot0'>훌륭한 하드웨어에 환자에 집중하는 의사의 신념, 숙련도를 높일 수 있는 많은 수술경험 등이 복합적으로 작용한 것입니다.</span>”<br/><br/><br/><br/>유창식(사진) 서울아산병원 암병원 원장에게 이 병원에 암환자들이 몰리는 이유를 물어봤더니 돌아온 답이다. 요약하면 병원 시설과 해당 의사의 숙련도 때문이란다. <br/><br/><br/><br/>우선 서울아산병원은 규모가 우수하다. 암병원으로 국내 최대 규모인 712병상을 갖추고 있다. 그는 “<span class='quot0'>수술방이 많고 수술인력이 많으니 수술을 많이 하는 것은 당연하다</span>”고 설명했다.<br/><br/><br/><br/>서울아산병원에는 다른 병원과 다른 점이 또 있다. 주니어, 시니어 스태프를 가리지 않고 대부분 오전 7시부터 병원에 나와 밤늦게까지 환자를 진료하고 수술한다. 다른 대학병원 교수들이 보통 일주일에 2∼3차례 오전이나 오후에만 진료하는 것과는 다르다. 이에 대해 유 원장은 “<span class='quot1'>서울아산병원 의사들은 다른 병원 의사보다 환자를 한 명이라도 더 보고 진료하고 싶어하는 ‘좋은 문화’가 자리 잡고 있다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot1'>간이식 분야 세계 최고 명의로 평가받은 이승규 선생님도 은퇴하지 않고 아직도 젊은 의사보다 더 열심히 수술하는 것을 보면서 후배 의사들이 열정을 배우고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>이는 우리 병원이 가진 좋은 전통이자 문화</span>”라고 소개했다.<br/><br/><br/><br/>그는 서울아산병원에 암환자들이 몰리는 이유를 한 가지 더 꼽았다. 서비스다. 유 원장은 “<span class='quot1'>서울아산병원이 개원 후 26년 동안 ‘환자중심’이라는 서비스 정신을 일관되게 추진해 병원문화를 선도했다</span>”며 “<span class='quot1'>현재는 모든 병원이 병원도 환자에게 친절해야 한다는 ‘환자중심’이라는 말을 쓰고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>유 원장에게는 앞으로의 과제도 명확했다. 연구·개발(R&D) 활성화다. 그는 “<span class='quot1'>병원이 단순히 환자만 보는 것에서 그치지 않고 신약, 신기술을 개발해 부가가치를 창출해야 하는 시대</span>”라며 “<span class='quot1'>이는 진료수준을 높일 수도 있고, 보건의료기술(HT)·생명공학기술(BT) 등 새로운 미래 산업을 개척할 수도 있다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot1'>이미 국내 의료기술은 세계 최고 수준이지만, R&D 면에서는 아직 더 가야 할 점이 많다</span>”며 “<span class='quot1'>연구를 활성화하기 위한 정부의 정책적 배려가 필요하다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-377.txt

제목: 과도한 운동은 오히려 毒… 스트레스 피하고 비타민 섭취해야  
날짜: 20150526  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015052610017370636  
본문: 감염병은 바이러스가 인체의 약해진 면역체계를 뚫고 들어온다. 면역력이란 외부 이물질, 세균, 바이러스에 대한 인체 방어시스템이다.<br/>면역력이 강하면 병원균이 몸 안으로 들어와도 별다른 힘을 쓰지 못한다. 반대로 면역력이 약해지면 각종 세균과 바이러스 질환에 노출되기 쉬워 각종 질환에 쉽게 걸린다. 면역력을 높이는 것이 중요하다.<br/>◇과도한 운동은 면역력에 독 = 규칙적인 운동은 면역력을 높이는 데 도움을 주지만, 갑작스럽게 심한 운동을 하면 오히려 면역력 저하를 초래할 수 있다. 특히 감염성 질환에 이미 걸린 이후에는 운동이 오히려 도움되지 않는다. 가벼운 운동은 깊은 호흡과 긴장 이완을 통해 혈액 순환을 원활하게 한다. <br/>◇오후 11시부터 오전 3시까지 깊은 잠 = 불규칙한 수면은 면역력을 낮춘다. 수면은 평소 8시간 정도로 충분히 취하고, 규칙적으로 자고 일어나야 한다. 특히 가장 깊은 잠을 자는 시기인 오후 11시부터 오전 3시까지는 면역력을 강화하는 호르몬인 ‘멜라토닌’이 분비되니 꼭 잠을 자야 한다.<br/>◇스트레스 피하기 = 지나친 스트레스는 면역력을 떨어뜨린다. 스트레스는 불유쾌한 자극에 적응하기 위한 우리 몸의 종합 반응이다. 자주 웃고, 긍정적으로 생각하고, 적당한 취미 생활을 즐기는 등 생활 속 작은 습관들을 변화시킬 필요가 있다. 또한, 삶을 긍정적으로 보고, 사회적으로 좋은 인간관계를 유지하는 한편, 숙면과 일광욕을 통해 좋은 기분을 유지하고, 요가나 명상으로 긴장을 푸는 것도 면역력 강화에 도움이 된다. <br/>◇비타민 활용 = 좋은 영양소가 함유된 음식은 감염이나 질병, 알레르기 등에 대항하는 힘을 높여준다. 비타민 C는 바이러스의 증식을 억제하는 인터페론의 생성을 촉진한다. 구아바, 유자, 풋고추, 피망, 파프리카, 양배추 등에 많다. 면역세포를 활성화 시키는 베타글루칸이 많이 함유된 버섯도 좋다. 몸의 저항력을 높여 암을 예방하는 음식에는 수수, 보리, 율무, 기장, 메밀 등이 있다. 비타민A는 점막을 구성하고 유지하는데 필수적인 요소로, 특히 호흡기 점막을 튼튼하게 해주는 역할을 하는데 말린 살구나 붉은 고추에 가장 많이 포함돼 있다. 김치, 된장, 청국장, 간장 등도 면역력 강화에 도움이 된다. <br/><도움말=서희선 가천대 길병원 가정의학과 교수> <br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-378.txt

제목: 한화생명 ‘고혈압케어 건강보험’ 인기  
날짜: 20150526  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150526100000145  
본문: 한화생명이 지난 1월부터 판매한 고혈압 환자 전용 ‘한화생명 고혈압케어 건강보험’이 업계 안팎의 주목을 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>26일 금융권에 따르면 대형 생명보험사 중 최초로 유병자 전용 보험시장에 뛰어든 한화생명은 당시 우리나라 만성질환 질병 중 가장 많은 것으로 꼽히는 고혈압에 주목했다. 우리나라 고혈압 환자는 550만 명을 넘어섰지만 고혈압 진단을 받거나 약을 복용하면 성인 질환을 보장하는 건강보험 가입이 어려운 상태였기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>한화생명이 내놓은 고혈압케어 건강보험은 혈압이 높아도, 혈압약을 복용해도 제한 없이 간편 심사로 가입 가능한 것이 특징. 가입금액 1000만 원 기준으로 주요 성인 질환인 암·뇌출혈·급성심근경색증·말기 신부전증 진단 시 관련 특약을 통해 각 2000만 원씩 보장한다. 질병 조기 진단 시 보험금을 50% 삭감 지급하는 기간도 1년으로 줄여 보장금액을 최대화했다.<br/><br/><br/><br/>갱신주기는 15년으로 연장하고 보장기간도 100세까지 확대했다. 가입 후 15년 시점까지 뇌출혈이 발생하지 않으면 건강관리자금으로 200만 원도 지급한다. 단 가입금액 1000만 원 기준, 1회에 한해 적용한다. 보험 가입 후 건강관리로 정상혈압을 유지할 경우 보험료가 인하된 일반상품으로의 전환이 가능하다. <br/><br/><br/><br/>박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-379.txt

제목: <1사1촌이 행복시대 이끈다>회장님도 브로콜리 순 따기·모내기 ‘유쾌한 봉사’  
날짜: 20150526  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150526100000101  
본문: NH농협금융지주 - 강원 홍천 왕대추마을<br/><br/><br/><br/>전국에 봄비가 지나간 지난 14일 강원 홍천군 동면 좌운1리 금계천 왕대추마을. ‘NH농협봉사단’이라 적힌 노란 조끼를 입은 NH농협금융지주 직원 30여 명이 마을회관 앞 브로콜리 밭에서 구슬땀을 흘리고 있었다. <br/><br/><br/><br/>왕대추마을은 본래 벼농사를 주로 해왔지만, 벼농사만으로는 농가 소득을 올리는 데 한계가 있어 몇 해 전부터 특용작물 재배에 눈을 돌리기 시작했는데 그중 하나가 브로콜리다. 브로콜리가 농가의 높은 수익작물로 떠오르면서 마을 주민 과반이 브로콜리 재배를 시작한 것이다. 하지만 다 기를 때까지 워낙 손이 많이 가는 작물이라 주민들이 애를 먹고 있던 때, 이날 농협금융지주 직원들이 두 팔을 걷어붙이고 마을 주민들과 브로콜리 순 따기에 나섰다. <br/><br/><br/><br/>브로콜리 순을 따는 게 처음인 직원들은 “<span class='quot0'>어떤 걸 따야 할지 모르겠어요</span>” “어려워요”라고 아우성을 쳤다. 마을 주민 시윤정(여·42) 씨가 나서 직원들에게 차근차근 순 따는 법을 설명했다. <br/><br/><br/><br/>시 씨는 “우리가 먹는 브로콜리는 꽃인데, 꽃이 크고 튼튼하게 성장할 수 있도록 꽃 주변에 나는 접순을 따줘야 한다”면서 “접순이 여러 개가 나 있어 잘 봐야 한다”고 말했다. 그는 “브로콜리를 100개 심으면 저마다 익는 속도가 모두 다르다”면서 “잎사귀가 익었는지 살피면서 익은 것만 따야 한다”고 당부했다. <br/><br/><br/><br/>농협금융지주에서 4대 보험 업무를 담당하고 있는 박선미(여·26) 주임은 “<span class='quot1'>주민분들은 노하우가 있는데 직원들은 순 따는 일조차 쉽지 않다</span>”면서 “<span class='quot1'>일손을 도우러 와서 괜한 피해를 주지 않도록 집중해야겠다</span>”며 웃었다. <br/><br/><br/><br/>이날 직원들이 딴 순은 따로 큰 비닐봉지에 담았다. 암 예방 효과가 있다고 알려진 브로콜리 새순은 물에 데쳐서 초장을 찍어 먹거나 된장에 무쳐 먹으면 좋아 주민들이 직원들이 서울로 올라갈 때 한 봉지씩 나눠 줄 생각이었다. <br/><br/><br/><br/>시 씨는 “브로콜리는 버릴 부분이 전혀 없는 채소”라면서 “흔히 먹는 꽃 부분보다 잎사귀와 줄기 대에 영양이 많기 때문에 갈아서 먹거나 다양한 양념으로 요리해서 먹으면 영양도 맛도 만점이다”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>브로콜리 새순 따기를 마친 직원들은 이어 모내기에 나섰다. 김용환 농협금융지주 회장과 직원들은 허벅지까지 올라오는 고무장화를 신고 논으로 들어갔다. 물 대기를 해 질퍽한 논에서 일부 직원은 제대로 발걸음을 떼지 못하고 뒤뚱거렸다. <br/><br/><br/><br/>최근에는 이앙기를 운전해 모판을 심지만, 이앙기가 제대로 닿을 수 없는 논 구석구석에 직원들이 모를 심기로 했다. 마을 영농지도자 김영철(50) 씨가 직원들에게 모 심는 방법을 자세히 설명하고 나섰다. <br/><br/><br/><br/>김 씨는 “<span class='quot2'>모판에서 모를 잘 떼어내야 한다</span>”며 “<span class='quot2'>해충이 생기지 않도록 10개 정도의 모만 떼어서 못줄에 맞춰 일자로 심으면 된다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>직원들은 김 씨의 설명에 따라 집중해 모를 논에 심었다. 봄 햇볕 아래 직원들의 얼굴이 벌겋게 달아올랐지만, 누구 하나 허리 한번 펴지 않고 쉼 없이 손을 움직였다. <br/><br/><br/><br/>생각 이상으로 능숙한 솜씨로 모내기를 하는 농협금융지주 직원들의 모습에 김 씨를 비롯해 지켜보던 주민들은 “<span class='quot3'>작년에 왔던 직원들보다 훨씬 잘한다</span>”면서 “<span class='quot3'>일하는 솜씨를 보니 회사 안에서도 만능이겠다</span>”며 즐거워했다. <br/><br/><br/><br/>농협금융지주에서 세무 업무를 담당하고 있는 신승국(32) 계장은 “<span class='quot4'>제주도에서 근무할 때 지역 내에서 1사1촌을 여러 번 다니긴 했는데 모내기는 오늘 처음 해 봤다</span>”면서 “<span class='quot4'>농민들이 이렇게 고생하는지 몸소 느꼈다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot4'>결연마을에서 주민들을 위해 봉사활동도 하고 좋은 풍광도 보니 기분이 좋다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>모내기가 끝나고 마을회관에서 열린 농협금융지주와 마을 주민들과의 점심식사는 흥겨운 잔치 한마당이었다. 농업·농촌에 기반을 둔 국내 굴지의 금융지주와 왕대추마을이 도농 상생을 위한 깊은 우의의 정을 맺은 지 2년여가 된 자리에 참석한 직원들과 주민들은 강원도 토속 순댓국밥에 막걸리 잔을 나누며 웃음꽃을 피웠다. <br/><br/><br/><br/>주민들은 새로 취임한 김용환 농협금융지주 회장에게 축하의 말도 잊지 않았다. 한 주민은 “<span class='quot5'>회장님이 취임하던 날 직접 서울까지 가야 하나 고민했다</span>”면서 “<span class='quot5'>괜히 부담될까 봐 우리가 멀리서 대신 축하의 박수를 많이 쳤다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>이날 주민들은 마을 입구에다 “김용환 회장님, 취임을 축하드립니다”라고 적힌 플래카드를 걸기도 했다. <br/><br/><br/><br/>농협금융지주는 지난 2013년 7월 왕대추마을과 결연을 맺었다. 만 2년이란 시간 동안 농협금융지주 직원들은 농사철·수확철마다 마을을 찾아 모내기, 감자 캐기 등의 일손돕기에 나섰다. 지난해 11월에는 마을 주민들과 김장김치를 담가 서울역 쪽방촌 독거노인들에게 전달하는 봉사활동도 펼쳤다. 마을회관에 대형 TV와 사무용 복사기를 전달하고, 생활형편이 어려운 독거노인과 다문화가정을 찾아 20㎏ 쌀 15포와 진공청소기 등을 지원하는 일도 잊지 않았다. <br/><br/><br/><br/>농협금융지주 관계자는 “<span class='quot6'>농촌 현장에 와 보면 농협의 최대 주주인 농민들에게 혜택이 많이 돌아갈 수 있도록 농협금융지주가 더 열심히 해야겠다는 생각을 한다</span>”면서 “<span class='quot6'>왕대추마을과 농협금융지주 간의 우정이 계속 이어질 수 있도록 최선을 다하겠다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/> 홍천 = 박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-380.txt

제목: <1사1촌이 행복시대 이끈다>회장님도 브로콜리 순 따기·모내기 ‘유쾌한 봉사’  
날짜: 20150526  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150526100000047  
본문: NH농협금융지주 - 강원 홍천 왕대추마을<br/><br/><br/><br/>전국에 봄비가 지나간 지난 14일 강원 홍천군 동면 좌운1리 금계천 왕대추마을. ‘NH농협봉사단’이라 적힌 노란 조끼를 입은 NH농협금융지주 직원 30여 명이 마을회관 앞 브로콜리 밭에서 구슬땀을 흘리고 있었다. <br/><br/><br/><br/>왕대추마을은 본래 벼농사를 주로 해왔지만, 벼농사만으로는 농가 소득을 올리는 데 한계가 있어 몇 해 전부터 특용작물 재배에 눈을 돌리기 시작했는데 그중 하나가 브로콜리다. 브로콜리가 농가의 높은 수익작물로 떠오르면서 마을 주민 과반이 브로콜리 재배를 시작한 것이다. 하지만 다 기를 때까지 워낙 손이 많이 가는 작물이라 주민들이 애를 먹고 있던 때, 이날 농협금융지주 직원들이 두 팔을 걷어붙이고 마을 주민들과 브로콜리 순 따기에 나섰다. <br/><br/><br/><br/>브로콜리 순을 따는 게 처음인 직원들은 “<span class='quot0'>어떤 걸 따야 할지 모르겠어요</span>” “어려워요”라고 아우성을 쳤다. 마을 주민 시윤정(여·42) 씨가 나서 직원들에게 차근차근 순 따는 법을 설명했다. <br/><br/><br/><br/>시 씨는 “우리가 먹는 브로콜리는 꽃인데, 꽃이 크고 튼튼하게 성장할 수 있도록 꽃 주변에 나는 접순을 따줘야 한다”면서 “접순이 여러 개가 나 있어 잘 봐야 한다”고 말했다. 그는 “브로콜리를 100개 심으면 저마다 익는 속도가 모두 다르다”면서 “잎사귀가 익었는지 살피면서 익은 것만 따야 한다”고 당부했다. <br/><br/><br/><br/>농협금융지주에서 4대 보험 업무를 담당하고 있는 박선미(여·26) 주임은 “<span class='quot1'>주민분들은 노하우가 있는데 직원들은 순 따는 일조차 쉽지 않다</span>”면서 “<span class='quot1'>일손을 도우러 와서 괜한 피해를 주지 않도록 집중해야겠다</span>”며 웃었다. <br/><br/><br/><br/>이날 직원들이 딴 순은 따로 큰 비닐봉지에 담았다. 암 예방 효과가 있다고 알려진 브로콜리 새순은 물에 데쳐서 초장을 찍어 먹거나 된장에 무쳐 먹으면 좋아 주민들이 직원들이 서울로 올라갈 때 한 봉지씩 나눠 줄 생각이었다. <br/><br/><br/><br/>시 씨는 “브로콜리는 버릴 부분이 전혀 없는 채소”라면서 “흔히 먹는 꽃 부분보다 잎사귀와 줄기 대에 영양이 많기 때문에 갈아서 먹거나 다양한 양념으로 요리해서 먹으면 영양도 맛도 만점이다”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>브로콜리 새순 따기를 마친 직원들은 이어 모내기에 나섰다. 김용환 농협금융지주 회장과 직원들은 허벅지까지 올라오는 고무장화를 신고 논으로 들어갔다. 물 대기를 해 질퍽한 논에서 일부 직원은 제대로 발걸음을 떼지 못하고 뒤뚱거렸다. <br/><br/><br/><br/>최근에는 이앙기를 운전해 모판을 심지만, 이앙기가 제대로 닿을 수 없는 논 구석구석에 직원들이 모를 심기로 했다. 마을 영농지도자 김영철(50) 씨가 직원들에게 모 심는 방법을 자세히 설명하고 나섰다. <br/><br/><br/><br/>김 씨는 “<span class='quot2'>모판에서 모를 잘 떼어내야 한다</span>”며 “<span class='quot2'>해충이 생기지 않도록 10개 정도의 모만 떼어서 못줄에 맞춰 일자로 심으면 된다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>직원들은 김 씨의 설명에 따라 집중해 모를 논에 심었다. 봄 햇볕 아래 직원들의 얼굴이 벌겋게 달아올랐지만, 누구 하나 허리 한번 펴지 않고 쉼 없이 손을 움직였다. <br/><br/><br/><br/>생각 이상으로 능숙한 솜씨로 모내기를 하는 농협금융지주 직원들의 모습에 김 씨를 비롯해 지켜보던 주민들은 “<span class='quot3'>작년에 왔던 직원들보다 훨씬 잘한다</span>”면서 “<span class='quot3'>일하는 솜씨를 보니 회사 안에서도 만능이겠다</span>”며 즐거워했다. <br/><br/><br/><br/>농협금융지주에서 세무 업무를 담당하고 있는 신승국(32) 계장은 “<span class='quot4'>제주도에서 근무할 때 지역 내에서 1사1촌을 여러 번 다니긴 했는데 모내기는 오늘 처음 해 봤다</span>”면서 “<span class='quot4'>농민들이 이렇게 고생하는지 몸소 느꼈다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot4'>결연마을에서 주민들을 위해 봉사활동도 하고 좋은 풍광도 보니 기분이 좋다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>모내기가 끝나고 마을회관에서 열린 농협금융지주와 마을 주민들과의 점심식사는 흥겨운 잔치 한마당이었다. 농업·농촌에 기반을 둔 국내 굴지의 금융지주와 왕대추마을이 도농 상생을 위한 깊은 우의의 정을 맺은 지 2년여가 된 자리에 참석한 직원들과 주민들은 강원도 토속 순댓국밥에 막걸리 잔을 나누며 웃음꽃을 피웠다. <br/><br/><br/><br/>주민들은 새로 취임한 김용환 농협금융지주 회장에게 축하의 말도 잊지 않았다. 한 주민은 “<span class='quot5'>회장님이 취임하던 날 직접 서울까지 가야 하나 고민했다</span>”면서 “<span class='quot5'>괜히 부담될까 봐 우리가 멀리서 대신 축하의 박수를 많이 쳤다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>이날 주민들은 마을 입구에다 “김용환 회장님, 취임을 축하드립니다”라고 적힌 플래카드를 걸기도 했다. <br/><br/><br/><br/>농협금융지주는 지난 2013년 7월 왕대추마을과 결연을 맺었다. 만 2년이란 시간 동안 농협금융지주 직원들은 농사철·수확철마다 마을을 찾아 모내기, 감자 캐기 등의 일손돕기에 나섰다. 지난해 11월에는 마을 주민들과 김장김치를 담가 서울역 쪽방촌 독거노인들에게 전달하는 봉사활동도 펼쳤다. 마을회관에 대형 TV와 사무용 복사기를 전달하고, 생활형편이 어려운 독거노인과 다문화가정을 찾아 20㎏ 쌀 15포와 진공청소기 등을 지원하는 일도 잊지 않았다. <br/><br/><br/><br/>농협금융지주 관계자는 “<span class='quot6'>농촌 현장에 와 보면 농협의 최대 주주인 농민들에게 혜택이 많이 돌아갈 수 있도록 농협금융지주가 더 열심히 해야겠다는 생각을 한다</span>”면서 “<span class='quot6'>왕대추마을과 농협금융지주 간의 우정이 계속 이어질 수 있도록 최선을 다하겠다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/> 홍천 = 박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-381.txt

제목: 삼성화재 ‘뉴(NEW)엄마맘에꼭드는 자녀보험’ 출시  
날짜: 20150521  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150521100000130  
본문: 삼성화재가 임신·출산 관련 질환에 대한 실손 입원의료비를 지원하는 자녀보험을 출시했다. <br/><br/>　<br/><br/>21일 삼성화재에 따르면 이번에 새롭게 출시한 ‘뉴(NEW)엄마맘에꼭드는’ 보험은 기존 자녀보험을 개정한 상품으로 ‘임신질환 실손입원의료비(통상분만 제외)’ 담보를 업계 최초로 도입했다. 기존 실손의료보험은 자연재해와 임신·출산 등에 대해 면책조항이 있어 임신·출산과정 중에 입원의료비가 발생하더라도 보험사가 따로 보험금을 지급하지 않았다.<br/><br/>　<br/><br/>NEW엄마맘에쏙드는 자녀보험은 분만을 제외한 유산, 입덧, 임신성 당뇨, 자궁경관 무력증, 조기진통 등으로 입원 시 1000만 원 한도로 입원비의 80%를 보장하도록 했다. 많은 산모들이 걱정하는 임신중독증도 최초 1회에 한해 진단비를 보장받을 수 있다. <br/><br/>　<br/><br/>늦어지는 여성의 출산 시기에 따라 태아의 선천성 이상에 대한 걱정이 커지고 있는 만큼 선천성 발달장애 중 뇌성마비 및 다운증후군 진단 시 10년간 매년 양육자금 지원도 보장하도록 했다. <br/><br/>　<br/><br/>이 상품은 유치 또는 영구치의 충치 등으로 인한 치료를 보장하는 ‘치아보존치료지원금’과 세균성 감염으로 인한 중증 뇌수막염 등을 보장하는 ‘중증세균성수막염진단비’도 지급한다. 또한 암 진단·수술·입원, 항암 방사선 약물치료에 이르기까지 종합적인 암 보장이 가능하다. 암 입원일당의 경우 입원 1일째부터 보장한다. <br/><br/>　<br/><br/>산모를 위한 차별화된 부가 서비스도 제공된다. 일정 가입조건을 만족하면 △출산용품 지원 △포토북 제작 △문화체험 중 한 가지 서비스를 1회에 한해 제공한다. <br/><br/>　<br/><br/>정병록 삼성화재 장기상품개발팀장은 “<span class='quot0'>소중한 내 아이를 위한 엄마의 마음으로 만든 상품</span>”이라며 “<span class='quot0'>계속 확대되고 있는 자녀보험 시장을 적극 공략하기 위해 엄마들에게 정말 필요한 보장을 담았다</span>”고 말했다. <br/><br/>　<br/><br/>더욱 자세한 내용은 삼성화재 보험설계사를 통해 확인할 수 있다. <br/><br/><br/><br/>박정경 기자 verite@

언론사: 문화일보-1-382.txt

제목: 아모레퍼시픽, 여성 癌환자에 외모 관리법 전수·유방 건강 캠페인  
날짜: 20150520  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015052010017341428  
본문: 1945년 창립한 ‘해방둥이’ 기업으로 K-뷰티 열풍을 주도하고 있는 아모레퍼시픽은 기업 위상만큼이나 사회공헌철학도 뚜렷하다. ‘당신의 삶에 아름다운 변화, 메이크업 유어 라이프(MAKEUP YOUR LIFE)’란 슬로건 아래 화장품 업계 1위 기업으로서의 책임과 사회적 소임을 다하는 데 초점을 맞추고 다양한 활동을 선보이고 있다.<br/>이를 잘 보여주는 게 지난 2008년부터 시작한 ‘메이크업 유어 라이프’(사진). 암 치료 과정에서 탈모 등 급작스러운 외모 변화로 고통받는 여성 암 환자들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등 자신을 아름답게 가꾸는 기법을 전수한다. 지난해까지 9221명의 여성 암 환자와 2904명의 아모레 카운슬러가 참가한 대표적인 사회공헌 캠페인이다. 올해도 510명의 아모레 카운슬러가 전문 기법을 전수할 예정이다. 병원 캠페인 외에도 거동이 불편하거나 시간적 여유가 없는 이들을 위해 자원봉사단이 환자의 자택이나 병실을 찾아 봉사한다.<br/>앞서 2000년부터는 국내에서 처음으로 유방건강 비영리 공익재단인 한국유방건강재단을 설립한 후 유방건강 의식 향상을 내걸고 ‘핑크리본캠페인’을 펼치고 있다. 지난해까지 성과도 놀랍다. 핑크리본 사랑마라톤에 24만4000명이 참가해 26억 원의 기부금을 모았고 유방건강강좌는 18만 명이 수강했다. 2만7000명이 유방암 무료예방검진 혜택을 누렸고 저소득층 유방암 수술 및 치료비에 20억 원이 지원됐다.

언론사: 문화일보-1-383.txt

제목: 암환자 돕기 2000억원 ‘흥청망청’… 미국 州정부들, 자선단체 4곳 고소  
날짜: 20150520  
기자: 김리안  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150520100000037  
본문: 암 환자를 돕기 위해 모은 성금 수억 달러를 흥청망청 쓴 미국의 자선기금 모금 단체 4곳이 법의 심판을 받게 됐다.<br/><br/>19일 뉴욕타임스(NYT)에 따르면 미국 연방거래위원회(FTC)와 50개 주 법무장관들은 미국암기금, 암지원서비스, 미국아동암기금, 유방암협회 등 4개 단체에 대해 지난 2008년부터 2012년까지 성금 1억8700만 달러(약 2048억 원)를 낭비한 사기 혐의로 애리조나주 연방법원에 고소했다. 이는 그동안 발생한 자선금 사기 사건 가운데 가장 큰 규모 중 하나로, FTC와 50개 주 정부가 자선금 사기 공동소송을 진행하기는 이번이 처음이다.<br/><br/>FTC에 따르면 4개 단체는 텔레마케팅이나 우편 등을 통해 접근한 미국 시민들에게 기부금이 항암화학요법이나 어린이 진통제 등을 구매하는 데 쓰일 것이라며 설득했지만, 성금의 상당 부분을 단체 운영진의 대학 등록금, 콘서트 티켓 구매 등 개인 비용으로 유용한 것으로 드러났다. FTC는 “<span class='quot0'>자선금으로 일부 개인들 배만 불렸다</span>”며 “<span class='quot0'>그 사이 실제 암 환자들에게 돌아간 성금은 모금액의 3%도 안 된다</span>”고 폭로했다.<br/><br/>또 이들 단체가 모두 회장 제임스 레이놀스를 중심으로 그의 자녀와 동료들로 구성된 동일한 인적 네트워크에 의해 설립, 운영됐다고 밝혔다. FTC는 이들이 모금액이나 기부 물품을 부풀려 보고하는 등 회계 문서를 위조한 혐의도 받고 있다고 덧붙였다.<br/><br/>소송이 진행되자 미국아동암기금과 유방암협회는 곧바로 FTC와 단체 해산을 약속하며 소 취하 협상에 들어갔다. 설립자 레이놀스의 장남인 레이놀스 2세는 자선기금 감독과 자선재단 운영, 기금 모금 등 세 가지 행위에 대한 전면 금지 조치를 받아들이기로 했다.<br/><br/>다만 레이놀스가의 차남은 이날 유방암협회 홈페이지에 올린 메시지를 통해 “몇몇 유명 자선단체들이 정부 당국의 정밀 조사를 받는 일이 늘어나고 있다”며 “더 많은 환자들을 돌보려는 우리의 사업이 커질수록 정부의 소송 위협 또한 증가하는 실정”이라는 입장을 밝혔다.<br/><br/>김리안 기자 knra@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-384.txt

제목: <힐링푸드>메르스 예방하는 식탁 위 ‘컬러푸드’  
날짜: 20150520  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015052010017341433  
본문: 면역력 강화에 도움되는 식품들<br/>중동호흡기증후군(메르스) 예방을 위해선 면역력 강화가 제일 중요하다. 전문가들도 메르스 바이러스가 변이를 일으키지 않는 한 면역력이 강한 사람이 걸린다면 감기처럼 지나갈 확률이 크다고 보고 있다. 체내 면역력을 강화해주는 식품들의 성분과 효능에 대해 알아보았다. <br/>활성산소는 몸의 면역력을 떨어뜨리는 주범 중의 하나다. 활성산소는 호흡과정에서 몸속으로 들어간 산소가 산화과정에 이용되면서 여러 대사과정에서 만들어진 부산물로 생체조직을 공격하고 세포를 망가뜨린다. 사실 암을 비롯해 인체에서 발생하는 대부분의 질환도 이 활성산소와 관련이 있는 것으로 여러 연구를 통해 밝혀져 있다. 이처럼 몸에 유해한 활성산소를 제거해 몸의 면역력을 높여주는 작용을 하는 것이 바로 항산화 물질이다. 최근 연구에 따르면 안토시아닌은 항산화 물질 중에서도 가장 강력한 효과를 내는 것으로 알려져 있다.<br/>블루베리가 면역력을 높여주는 식품으로 요즘 각광 받고 있는 것도 바로 높은 안토시아닌 함량 때문이다. 블루베리의 안토시아닌 함유량은 포도의 30배에 이른다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신(빛을 감지하는 광색소의 일종)’의 재합성을 촉진하는 기능을 해 눈의 피로는 물론 시력 저하, 망막박리, 백내장 등의 예방에 효과적이다. <br/>견과류 식품인 아몬드도 체내 면역력을 높여준다. 아몬드에는 항산화 효능이 뛰어나고 노화를 방지하는 식물성 불포화지방산인 리놀렌산, 폴리페놀, 비타민E 등이 풍부하게 들어 있다. 특히 항산화 성분인 비타민 E는 100g당 31.2㎎이 들어 있어 호두(1.8㎎)보다 17배나 많다. 그래서 심혈관질환 예방에도 아몬드를 많이 권한다. 아몬드는 껍질째 먹는 것이 좋다고 전문가들은 권한다. 껍질의 폴리페놀 성분이 백혈구를 강화시켜 면역력을 증진시켜 준다. <br/>비타민의 일종인 엽산은 뇌신경계를 건강하게 유지시켜 줘 치매를 예방해준다. 세포 발달을 도와 임산부에게도 좋은 성분이다. 그런데 많이 알려져 있지 않지만 엽산 또한 면역력을 높여준다. 엽산이 면역계에 속한 백혈구의 정상적인 기능과 생성을 촉진해 주기 때문이다. 따라서 엽산이 부족하면 면역력이 떨어지며 각종 질병에 쉽게 노출된다. 엽산이 풍부한 식품으로 요즘 제철인 것이 참외다. 참외 100g당 엽산 함량이 132.4㎍으로 성인 1일 엽산 권장섭취량의 3분의 1에 이른다. <br/>브로콜리는 미국 타임지가 선정한 ‘세계 10대 슈퍼 푸드’ 중의 하나다. 면역력과 관련해 브로콜리에서 눈여겨볼 성분은 유황화합물인 설포라판이다. 특히 설포라판은 폐에 유익한 성분이다. 정상적인 폐에선 백혈구가 폐를 청소해주지만 약해지면 그 같은 기능이 떨어진다. 그럴 때 설포라판이 폐에 붙은 유해물질을 청소해준다. 항산화 성분인 셀레늄도 브로콜리에 많다. <br/>식탁에 자주 오르는 시금치도 면역력에 좋은 식품이다. 이는 시금치에 항산화 효능을 발휘해 면역력을 높여주는 비타민A와 비타민C가 많이 들어 있기 때문이다. 체내에 섭취되면 비타민A로 전환되는 베타카로틴 함량이 2.8㎎으로 식품의약품안전처의 하루 권장량 4㎎에 육박한다. 감기예방에 좋은 항산화 물질인 비타민C 함량도 60㎎으로 비교적 높다. 비타민C의 한국인 하루 권장섭취량은 100㎎이다. <br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-385.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘꼭지 뗀 수박’ 年 600억 경제효과  
날짜: 20150520  
기자: 박영수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150520100000082  
본문: 수박의 신선도를 꼭지로 평가하는 ‘농산물 품질규격’이 다음 달쯤 개정된다. 관행적으로 꼭지가 시들지 않은 수박이 신선한 과일로 평가됐으나, 꼭지를 제거(사진)하고 출하해도 당도와 색도 등 신선도에 영향을 주지 않는 것으로 확인됐기 때문이다. 꼭지를 제거한 뒤 수박을 수확, 유통할 경우 노동력 절감 등 한 해 600억 원 이상의 경제적 효과가 예상된다.<br/><br/>경남도농업기술원과 함안군은 수박 꼭지로 신선도를 판단하는 농림축산식품부의 ‘수박품질 표준규격’을 규제개혁 대상으로 정해 개정 노력을 한 끝에 이르면 오는 6월 개정될 예정이라고 20일 밝혔다. 농산물 품질 표준규격의 수박 신선도 규정은 현행 ‘꼭지가 시들지 않고 신선하며 과피(껍질)가 단단하고 신선한 것’에서 ‘꼭지 절단 부분의 마른 정도가 양호하고 과피가 단단하고 신선한 것(꼭지는 1㎝ 이내로 절단한 것을 권장)’으로 바뀐다.<br/><br/>소비자들은 신선한 수박을 고를 때 꼭지를 보고 시들지 않은 것을 구입했고 농식품부는 이러한 일상적인 소비 행위를 바탕으로 수박품질 표준규격을 만들었다. 하지만 이러한 수박품질 표준규격은 생산자와 유통업자에게 강력한 덧이 됐다. 꼭지가 없는 수박은 3분의 1 가격으로 떨어지는데 수확이나 유통 과정에서 ‘T자’ 형태의 수박 꼭지를 유지하는 게 현실적으로 쉽지 않기 때문이다.<br/><br/>경남도농업기술원과 함안군은 일본, 미국, 유럽, 중남미 등에서는 수박 꼭지를 완전 절단하거나 5㎝ 이하로 절단해 유통되고 있는 것에 착안, 2009년부터 수박 꼭지의 유무가 신선도에 미치는 영향을 실험했다. 실험 결과 꼭지 유무가 당도, 색도, 경도 등 신선도에 차이가 없다는 것을 밝혀낸 후 규격 개정에 노력해 6년 만에 결실을 맺게 됐다. 최근 충남대는 ‘T자’ 수박 꼭지 유통 관행을 바꿀 경우 노동력 절감과 가치하락 방지 등으로 전국적으로 연간 344억∼627억 원의 경제적 효과가 기대된다는 연구결과를 발표했다. <br/><br/>함안 = 박영수 기자 buntle@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-386.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘움직이는 광고판’서 年 4억 수익  
날짜: 20150520  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150520100000081  
본문: 대구시가 모노레일 방식으로 운행 중인 도시철도 3호선의 외부 광고(사진) 규제를 완화하면서 전동차가 ‘움직이는 광고판’ 역할을 톡톡히 하고 있다. 지상 11m에서 이동해 시민들의 눈에 잘 보이는 이 전동차는 광고물 규제 해소로 연간 4억 원의 수익을 내고 있다.<br/><br/>20일 대구시에 따르면 도시철도 전동차의 외부 광고물 표시면적은 ‘옥외 광고물 등 관리법 시행령’에 따라 전동차 옆면의 4분의 1 범위로 규제됐다. 이 때문에 대구시는 도시철도 3호선 광고주 모집에 애를 먹었다. 광고주들이 광고물 부착 면적이 좁고 시각적 효과마저 떨어져 실효가 없다며 난색을 보였기 때문이다. 이에 대구시는 행정자치부에 시행령 개정을 건의했으며 지난해 말 광고물 표시면적이 전동차 옆면의 2분의 1 범위까지 확대됐다. <br/><br/>이처럼 시행령이 개정되자 대구은행, 대백프라자, DGB생명, SK텔레콤, 벤츠자동차, 대구경북과학기술원(DGIST), 계명대, 효성병원 등 8개 업체가 도시철도 3호선 전체 28편성(1편성은 전동차 3량) 가운데 14편성에 광고물을 잇달아 부착해 대구시는 연간 4억 원의 수익을 얻을 수 있게 됐다.<br/><br/>대구시는 나머지 편성에도 광고물을 부착하기 위해 업체를 모집 중이다. 대구 도시철도 3호선은 북구 동호동∼수성구 범물동까지 23.95㎞를 5∼7분 간격으로 운행하고 있으며 운행 최고 속도는 시속 70㎞(평균 37.8㎞)다. 대구시 관계자는 “<span class='quot0'>도시철도 3호선 전동차의 광고 표시면적 확대로 기업체 등은 시민을 상대로 한 홍보가 강화되고 시는 부가 수익을 얻는 효과를 동시에 볼 수 있게 됐다</span>”고 설명했다. <br/><br/>대구 = 박천학 기자 kobbla@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-387.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘非대면 실명확인제도’ 도입… 은행권 구조조정 역풍 불러  
날짜: 20150520  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150520100000101  
본문: 인터넷·모바일 등 비대면 거래 증가로 은행권의 점포 축소가 이어지는 가운데 시중은행들이 ‘비대면 실명확인 제도’ 도입을 계기로 점포 통폐합 작업에 가속도를 낼 것이란 전망이 제기되고 있다.<br/><br/>날로 악화하는 점포 수익성 때문에 가뜩이나 점포와 인력 감축에 혈안이 된 은행들은 비대면 실명 인증제나 인터넷 전문은행 도입 추진을 내세워 대대적인 점포 축소와 인력 구조조정의 명분으로 악용하는 것 아니냐는 우려의 목소리도 높아지고 있다. <br/><br/>금융그룹 핵심 관계자는 20일 “<span class='quot0'>7∼8년 전만 해도 점포 확장 경쟁을 벌여온 시중은행들이 지금은 어떻게든 전체 점포의 30% 이상을 감축해야 하는 상황</span>”이라며 “<span class='quot0'>비대면 실명 확인제를 도입하면 시중은행의 점포 감축에 더 속도가 붙을 것</span>”이라고 말했다. 시중은행 고위 관계자도 “<span class='quot1'>점포를 찾는 고객이 더 줄어들 것으로 보이는 만큼 점포 축소는 불가피할 것</span>”이라고 설명했다. <br/><br/>문화일보가 KB국민·신한·우리·하나·NH농협·기업은행 등 6개 주요 시중은행의 점포 수 변동 추이를 살펴본 결과, 5월 현재 기준 이들 은행의 전체 점포 수는 5442개로 지난해 말 대비 35개 줄었다. 금융권 관계자는 “<span class='quot2'>기존 창구인력이 대폭 줄고, 상담 등의 전문인력 양성 및 관련 업무배치가 이뤄질 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-388.txt

제목: < Research & Doctor >85%가 수술 어려운 3~4기 발견… 금연 등 위험인자를 줄여야 예방  
날짜: 20150519  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150519100000164  
본문: 폐 질환은 진료가 어렵다. 획기적인 신약이 개발되거나 신약개발을 목전에 둔 다른 질환에 비해 연구 성과도 더딘 편이다. 전 세계적으로 공통적이다.<br/><br/>최천웅 강동경희대병원 호흡기내과 교수는 “<span class='quot0'>폐는 다른 장기에 비해 유일하게 외부 환경에 노출된 장기</span>”라며 “<span class='quot0'>심장, 간 등은 외부와 접촉이 없지만 폐는 외부 공기와 직접 연결돼 미세먼지 등 환경적인 영향을 많이 받아 치료가 어렵다는 것이 호흡기 내과 교수들의 공통된 의견</span>”이라고 말했다. 또 폐 조직도 심장 등 다른 조직에 비해 복잡하고 정교한 조직이어서 관련 연구도 어렵다. 인공 심장보다 인공 폐에 대한 연구가 뒤처져 있는 것도 이 같은 이유 때문으로 분석된다.<br/><br/>특히 폐암은 난치성 암으로 분류된다. 특별한 증상이 없고 진단이 늦어져 주로 상당히 진행된 이후에 발견되다. 이에 따라 초기 증상이 없다는 이유로 ‘조용한 암’이라 불리며, 약 85%가 이미 수술이 어려운 3∼4기에 접어들어서야 발견된다. 이에 따라 암 중에서는 폐암으로 인한 사망률이 가장 높다.<br/><br/>폐암 위험 인자를 줄여주는 것이 가장 좋은 예방법이다. 최근 건강보험공단의 담배 소송으로 주목받고 있는 것처럼 담배가 가장 큰 위험인자다. 금연하고 간접흡연이나 3차 흡연도 조심해야 한다. 나이가 40세를 넘는 사람, 담배를 한 갑씩 10년 또는 반 갑씩 20년 이상(10갑년) 흡연한 만성흡연자, 폐암 가족력이 있는 사람, 석면이나 중금속 등 발암 물질에 노출되는 직업군을 가진 사람은 정기적으로 폐암 검사를 받아보는 것이 좋다.<br/><br/>폐암 검사는 가래 세포 검사 또는 흉부 X레이 촬영으로 확인할 수 있다. 조금 더 정확한 진단을 위해서는 방사선을 크게 낮춘 저선량 컴퓨터 단층촬영으로도 확인할 수 있다.<br/><br/>최 교수는 “<span class='quot1'>폐 건강을 해치는 위험 요인은 여러 가지이지만, 담배를 피우지 않는 것이 가장 좋다</span>”며 “<span class='quot1'>폐는 특성상 한 번 손상되면 다시 좋아지지 않으므로 돌이킬 수 없는 상태에 이르기 전에 담배를 끊어야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/>폐 운동도 폐 건강에 도움이 되지만, 폐에 직접적인 도움을 주는 것은 아니다. 흔히 운동을 열심히 하면 폐활량이 늘어난다고 생각하기 쉬운데, 정기적인 운동은 폐활량을 늘려주는 것이 아니라 폐를 움직이는 근육을 강화해주는 효과가 있다. 운동을 열심히 한다고 해서 폐활량 자체가 늘어나는 것은 아니다. <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-389.txt

제목: < Research & Doctor >85%가 수술 어려운 3~4기 발견… 금연 등 위험인자를 줄여야 예방  
날짜: 20150519  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150519100000115  
본문: 폐 질환은 진료가 어렵다. 획기적인 신약이 개발되거나 신약개발을 목전에 둔 다른 질환에 비해 연구 성과도 더딘 편이다. 전 세계적으로 공통적이다.<br/><br/>최천웅 강동경희대병원 호흡기내과 교수는 “<span class='quot0'>폐는 다른 장기에 비해 유일하게 외부 환경에 노출된 장기</span>”라며 “<span class='quot0'>심장, 간 등은 외부와 접촉이 없지만 폐는 외부 공기와 직접 연결돼 미세먼지 등 환경적인 영향을 많이 받아 치료가 어렵다는 것이 호흡기 내과 교수들의 공통된 의견</span>”이라고 말했다. 또 폐 조직도 심장 등 다른 조직에 비해 복잡하고 정교한 조직이어서 관련 연구도 어렵다. 인공 심장보다 인공 폐에 대한 연구가 뒤처져 있는 것도 이 같은 이유 때문으로 분석된다.<br/><br/>특히 폐암은 난치성 암으로 분류된다. 특별한 증상이 없고 진단이 늦어져 주로 상당히 진행된 이후에 발견되다. 이에 따라 초기 증상이 없다는 이유로 ‘조용한 암’이라 불리며, 약 85%가 이미 수술이 어려운 3∼4기에 접어들어서야 발견된다. 이에 따라 암 중에서는 폐암으로 인한 사망률이 가장 높다.<br/><br/>폐암 위험 인자를 줄여주는 것이 가장 좋은 예방법이다. 최근 건강보험공단의 담배 소송으로 주목받고 있는 것처럼 담배가 가장 큰 위험인자다. 금연하고 간접흡연이나 3차 흡연도 조심해야 한다. 나이가 40세를 넘는 사람, 담배를 한 갑씩 10년 또는 반 갑씩 20년 이상(10갑년) 흡연한 만성흡연자, 폐암 가족력이 있는 사람, 석면이나 중금속 등 발암 물질에 노출되는 직업군을 가진 사람은 정기적으로 폐암 검사를 받아보는 것이 좋다.<br/><br/>폐암 검사는 가래 세포 검사 또는 흉부 X레이 촬영으로 확인할 수 있다. 조금 더 정확한 진단을 위해서는 방사선을 크게 낮춘 저선량 컴퓨터 단층촬영으로도 확인할 수 있다.<br/><br/>최 교수는 “<span class='quot1'>폐 건강을 해치는 위험 요인은 여러 가지이지만, 담배를 피우지 않는 것이 가장 좋다</span>”며 “<span class='quot1'>폐는 특성상 한 번 손상되면 다시 좋아지지 않으므로 돌이킬 수 없는 상태에 이르기 전에 담배를 끊어야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/>폐 운동도 폐 건강에 도움이 되지만, 폐에 직접적인 도움을 주는 것은 아니다. 흔히 운동을 열심히 하면 폐활량이 늘어난다고 생각하기 쉬운데, 정기적인 운동은 폐활량을 늘려주는 것이 아니라 폐를 움직이는 근육을 강화해주는 효과가 있다. 운동을 열심히 한다고 해서 폐활량 자체가 늘어나는 것은 아니다. <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-390.txt

제목: < Research & Doctor >환자를 가족처럼…‘폐암 진단 3~4일내 수술’ 시스템 구축  
날짜: 20150519  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150519100000116  
본문: 오전 조직 검사·오후 결과 확인<br/>환자와 수술 · 약물치료 중 결정<br/>빠르면 다음날 바로 수술하기도<br/><br/>검사·진료·판독 등 신속하게<br/>모든 일정 환자에게 맞춰 진행<br/><br/>최천웅 강동경희대병원 호흡기 내과 교수는 호흡기 내과 과장을 맡으면서 암 진료 시스템을 바꿨다. 진료부터 수술까지 오랜 기간 기다려야 했던 암환자에게 시간을 절약할 수 있도록 최대한 빨리 치료를 시작하게 한 것이다. 이미 많은 병원에서 도입한 새롭지 않은 시스템처럼 보이지만, 그의 방식은 조금 다르다. 초대형 암센터처럼 대규모 인력과 시설을 확충한 것이 아니라 현재의 인원 속에서 의료진이 개인의 시간을 조절하면서 만들어졌다. 최 교수가 의료진을 직접 찾아다니면서 공감을 얻어내며 만들어낸 것이다. 강동경희대병원의 암 진료진은 자신의 시간을 조금 더 내고, 희생하면서 신속한 암 진료 시스템을 완성했다. 암환자에 대한 빠른 시스템은 환자를 많이 진료하기 위해서라기보다는 ‘환자=가족’이라는 기본적인 원칙에서부터 시작했다는 것이 그의 설명이다.<br/><br/> “가족처럼 환자를 대해야 합니다. 틀에 박힌 이야기처럼 들리지만 정말입니다. 환자가 정말 내 가족이라면 신속하게 진료받았으면 좋겠고, 설명도 충분히 해주게 되는 것이죠.”<br/><br/>지난 12일 서울 강동경희대병원 진료실에서 환자를 대하는 그의 모습에서는 ‘환자는 가족’이라는 그의 주장이 전혀 상투적으로 보이지 않았다. 환자를 대할 때마다 그의 얼굴에는 미소가 번졌으며 몸짓과 말투에도 자상함이 배어있었다. <br/><br/>최 교수의 병원 내 별명은 ‘모든 직원의 주치의’일 만큼 자상한 사람으로 통한다.<br/><br/>그는 강동경희대병원의 암 진료 시스템을 크게 단축했다. 폐암을 진료하는 의사인 그는 암환자가 오전에 조직검사를 받으면 그날 오후에 병리검사 결과를 확인할 수 있게 했으며, 결과가 나오면 바로 환자와 수술에 들어갈지, 혹은 약물치료를 할지 결정하도록 했다. 다음날 바로 수술에 들어갈 정도로 신속성을 갖췄다. 보통 환자가 암이 의심되면 3∼4일 이내에 수술을 받게 되는 시스템이다.<br/><br/>이는 일반 대학병원에서 찾아보기 힘든 구조라는 것이 최 교수의 설명이다. 우선 조직을 떼어 암 여부를 판단하는 병리검사가 일반적으로 3∼4일 소요된다. 이후에 검사를 잡는 기간이 필요하고, 수술방을 잡고 마취과 의사, 간호사 등의 일정을 잡는 데만 며칠이 걸리기 때문이다. 물론 검사와 진료 수술인원을 늘리고 검사장비와 수술 장비를 확충하면 진료시간 단축은 쉽다. 그러나 최 교수의 개선 방식은 병리과 의사, 검사결과 판독하는 영상의학과 의사, 수술 집도의사, 마취의사 등 각 의료진과 만나 “진료일정을 빠르게 당겨보자”라는 합의 과정에서 만들어졌다. <br/><br/>최 교수는 “<span class='quot0'>일단 암 의심환자가 발생하면, 모든 일정을 환자에게 맞춰준다</span>”며 “<span class='quot0'>일반적인 일정보다 검사나 진료, 판독을 빠르게 해주는 것</span>”이다. 언뜻 듣기에는 간단해 보이지만 개인의 희생이 뒤따른다. 의료진이 빽빽하게 정해진 일정 외에 시간을 더 내야 하기 때문이다. 이를 위해 최 교수는 의료진을 찾아다니며 양해를 구했고, 다른 의료진이 흔쾌히 받아들여 가능해졌다. <br/><br/>이 같은 시스템을 만들게 된 계기는 최 교수의 경험이 바탕에 있다. “친척 중 한 명이 10년 전 심근경색으로 국내 유명 병원에 갔습니다. 진료결과 당장 수술을 해야 한다는 진단을 받았는데 아이러니하게도 수술일정을 2개월이 지난 뒤에 잡아줬다는 겁니다. 환자의 가족 입장에서 황당했던 기억이었습니다.”<br/><br/>그때부터 환자의 입장에서 진료시스템을 개선해야 한다는 생각을 해왔고, 호흡기내과 과장을 맡으면서 실행에 옮긴 것이다. 이 같은 신속한 진료를 시작한 이유는 폐암이 치료가 어렵고 별다른 징후가 없어 발견했을 경우 증상이 많이 악화 된 경우가 많기 때문이다. 기침이나 가래, 각혈 등이 나타나면 이미 암이 많이 진행된 상태여서 신속한 치료가 필수다.<br/><br/>폐 분야의 연구는 아직 전 세계적으로 더디지만 최 교수는 연구에 대한 의지도 강했다. 현재 만성폐쇄성폐질환을 비롯해 폐질환에 대한 연구는 폐포의 염증을 잡는 것이 국제적 화두다. 전 세계 의료진이 갖가지 염증치료제를 폐에 적용하는 실험을 진행하면서 실패를 거듭해오고 있다. 최 교수도 관절염과 피부재생 치료제를 폐염증 치료에 적용해보는 연구를 구상하고 있다. 그는 “<span class='quot0'>소화기 내과에서 위궤양에 관절염 치료제를 적용해보니 성과가 나타났다는 사실을 확인하고 기전을 확인해보니 폐손상 기전과 비슷했다</span>”며 “<span class='quot0'>아직 구체화 되지는 않았지만 해당 치료제를 폐에 적용하는 실험을 해보고 싶다</span>”고 말했다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-391.txt

제목: ‘유서대필 無罪’ 강기훈 “檢·法, 사과 한마디라도…”  
날짜: 20150518  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150518100000079  
본문: ‘한국판 드레퓌스 사건’으로 불리는 유서대필 사건의 주인공 강기훈(51) 씨가 자신에게 누명을 씌운 검찰과 법원의 사과를 공식 요구했다.<br/><br/>강 씨는 18일 민주사회를 위한 변호사모임(민변)을 통해 입장을 내고 “<span class='quot0'>당시 수사 검사들과 검찰 조직은 제가 유서를 쓰지 않은 것을 알면서 진실을 왜곡했다</span>”며 “<span class='quot0'>지금이라도 잘못을 인정하고 사과해야 한다</span>”고 밝혔다. 이어 “법원은 1991년, 1992년은 물론 재심 후에도 2009년 검찰 재항고 사건을 3년이나 방치하고 이번 대법원 판결에서도 과거의 잘못에 대해 어떤 언급도 하지 않았다”며 “법원도 한 마디 사과라도 있어야 하는 것 아니냐”고 물었다. 강 씨는 “<span class='quot0'>‘유서는 김기설 본인이 쓴 것이고 강기훈이 쓴 것이 아니다’(라는) 이 단순한 것을 확인받는데 무려 24년이 걸렸다</span>”며 “<span class='quot0'>당연한 판결을 받기 위해 너무 많은 시간이 필요했다</span>”고 말했다. 그는 이어 “다시는 이런 피해자가 없어야 한다”며 “이를 위해서라도 책임을 질 사람은 책임을 져야 마땅하다. 스스로 책임을 지지 않는다면 그 책임을 물을 수밖에 없다”고 강조했다.<br/><br/>강 씨의 입장 발표는 대법원이 지난 14일 강 씨에게 무죄를 선고한 원심을 확정한 뒤 처음 나온 것이다. 현재 암 투병 중인 강 씨는 이번 선고 당시 법정에 모습을 드러내지 않았다. 강 씨는 전국민족민주운동연합(전민련) 동료였던 김기설 씨가 1991년 5월 노태우 정권 퇴진을 요구하며 분신했을 때 유서를 대신 써주고 자살을 방조한 혐의로 억울한 옥살이를 했고, 재심 끝에 누명을 벗었다. <br/><br/>이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-392.txt

제목: 꽉 막힌 고속도로 마법처럼 쉽게 풀리는 이유는?  
날짜: 20150515  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150515100000007  
본문: 복잡한 세계 숨겨진 패턴 / 닐 존슨 지음, 한국복잡계학회 엮음 ／바다<br/><br/>도전과 시도가 수없이 있었다. 복잡성 과학을 누구도 접근할 수 없는 ‘복잡한 과학’으로 방치하지 않고, 아무나 이해할 수 있는 ‘단순한 과학’으로 만들어 보려는 행위. 그런데도 책들이 계속 출간되는 걸 보면, ‘고르디우스의 매듭’ 같은 난제임이 틀림없다. 이번에는 영국의 복잡성 과학자 닐 존슨이 전면에 나섰다. 원제는 과제 이름대로 ‘simply complexity’다. <br/><br/>저자에 따르면, 복잡성 과학은 “<span class='quot0'>상호작용하는 개체들의 집합에서 창발하는 현상에 대한 연구</span>”다. ‘창발’이란 각 구성요소가 상호작용한 결과, 각 구성요소의 특성만으로 설명할 수 없는 일이 벌어지는 것을 말한다. <br/><br/>가령, 저마다 빠르게 목적지로 가려고, 길을 세심히 고르고 출발시간까지 바꾸어 가면서 운전하는데, 순식간에 교통체증이 발생하는 경우다. 게다가 어제 30분 만에 집에 도착했다고, 오늘도 그러리라는 법은 없다. 우연히 사고가 나거나 고장 차가 있을 수도 있고, 어제의 안 막히는 시간을 택해서 모두 같은 시간, 같은 도로로 차를 운행할 수도 있으니까 말이다. 더욱 신비한 것은 고속도로 같은 곳에서 어떤 구간의 길이 꽉 막혀 있다가 마법처럼 풀리는 경우이다. 거기를 지나가면서 아무리 곰곰이 따져보아도 길이 막힌 이유를 알 수 없었던 경험은 운전자라면 누구에게나 있을 것이다.<br/><br/>일상생활에서 이런 창발성은 식량, 공간, 에너지, 권력, 부(富) 등 한정된 자원을 놓고 수많은 개체가 집합적으로 경쟁할 때 나타난다. 교통체증은 도로라는 제한된 공간을 수많은 자동차가 누가 유리하게 점유하느냐를 두고 다투어서 일어난다. 운전자들은 어제를 반성하고 옆 차량의 움직임을 신경 쓰면서, 즉 기억이나 외부 정보에 따라 운전 전략을 수정해 가면서 조금이라도 덜 막히는 도로를 차지하려고 애쓴다. 물론 별 소용은 없다. 도로라는 복잡계에서는 아무도 통제하지 않아도 ‘막힘’이라는 질서와 ‘뚫림’이라는 무질서가 자발적으로(저절로) 교체된다.<br/><br/>그렇다면 복잡성 과학을 어디에 써먹을 수 있을까? 도로라는 세계는 극도로 복잡하지만 때때로 ‘교통체증’이라는 질서를 표시한다. 만약 복잡성 과학이 이 질서를 어느 정도 예측하거나 설명할 수 있다면, 교통체증을 이루는 작은 구성요소를 손댐으로써 적은 노력으로 놀라운 결과를 빚을 수도 있다. <br/><br/>복잡계에서는 전체가 작은 요소에 의해 결정적인 영향을 받을 수 있으므로 모형 설계를 잘하고 전략을 잘 짜면 어려운 문제를 아주 손쉽게 해결할 수 있다. 최근 복잡성 과학이 자연과학의 영역을 넘어 정치, 사회, 의료 등 분야로 급속히 확산 중인 이유일 것이다.<br/><br/>이 책은 전반부에서 복잡성 과학을 풀어서 설명하고, 후반부에서는 복잡성 과학이 적용되는 응용분야의 최신 연구결과를 해설한다. <br/><br/>이론과 실전이라고 할까, 두 부분은 거울처럼 서로를 비추면서 “모든 과학의 과학”이라는 복잡성 과학의 윤곽선을 풀어내고 있다. 주가를 예측할 수 있을까, 교통체증을 해결할 수 있을까, 천생연분을 찾을 수 있을까, 테러를 예방할 수 있을까, 바이러스 감염을 차단하고 암을 치료할 수 있을까 등등. 어느 하나 쉬운 문제는 없지만, 복잡성 과학의 관점에서 조금씩 기본 규칙이 발견되고 실마리가 풀려가는 중이다. 아직 해결 수준에 이른 것은 없지만 말이다.<br/><br/>과학책치고는 쉽게 쓰였으며, 번역도 매끄러워 읽기 좋다. 전반적으로 중언부언이 많은 것은 복잡성 과학에 처음 입문하는 사람들을 위한 저자의 서비스라고 믿고 싶다. <br/><br/>복잡성 과학에 대한 방대한 참고자료가 딸린 부록은 이런 종류의 책이 반드시 갖추어야 할 편집의 전형을 보여준다. 번역자인 한국복잡계학회의 적절하고 꼼꼼한 역주는 대단한 미덕이다. 단, 공동작업의 경우 꼭 들어가는 게 맞는 ‘옮긴 이의 말’이 누락돼, 누가 어디를 분담해서 어떻게 작업했는지를 알려주는 정보가 없어서 답답했다. 옥에 티다. <br/><br/> 장은수

언론사: 문화일보-1-393.txt

제목: 꽉 막힌 고속도로 마법처럼 쉽게 풀리는 이유?  
날짜: 20150515  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150515100000009  
본문: 복잡한 세계 숨겨진 패턴 / 닐 존슨 지음, 한국복잡계학회 엮음 ／바다<br/><br/>도전과 시도가 수없이 있었다. 복잡성 과학을 누구도 접근할 수 없는 ‘복잡한 과학’으로 방치하지 않고, 아무나 이해할 수 있는 ‘단순한 과학’으로 만들어 보려는 행위. 그런데도 책들이 계속 출간되는 걸 보면, ‘고르디우스의 매듭’ 같은 난제임이 틀림없다. 이번에는 영국의 복잡성 과학자 닐 존슨이 전면에 나섰다. 원제는 과제 이름대로 ‘simply complexity’다. <br/><br/>저자에 따르면, 복잡성 과학은 “<span class='quot0'>상호작용하는 개체들의 집합에서 창발하는 현상에 대한 연구</span>”다. ‘창발’이란 각 구성요소가 상호작용한 결과, 각 구성요소의 특성만으로 설명할 수 없는 일이 벌어지는 것을 말한다. <br/><br/>가령, 저마다 빠르게 목적지로 가려고, 길을 세심히 고르고 출발시간까지 바꾸어 가면서 운전하는데, 순식간에 교통체증이 발생하는 경우다. 게다가 어제 30분 만에 집에 도착했다고, 오늘도 그러리라는 법은 없다. 우연히 사고가 나거나 고장 차가 있을 수도 있고, 어제의 안 막히는 시간을 택해서 모두 같은 시간, 같은 도로로 차를 운행할 수도 있으니까 말이다. 더욱 신비한 것은 고속도로 같은 곳에서 어떤 구간의 길이 꽉 막혀 있다가 마법처럼 풀리는 경우이다. 거기를 지나가면서 아무리 곰곰이 따져보아도 길이 막힌 이유를 알 수 없었던 경험은 운전자라면 누구에게나 있을 것이다.<br/><br/>일상생활에서 이런 창발성은 식량, 공간, 에너지, 권력, 부(富) 등 한정된 자원을 놓고 수많은 개체가 집합적으로 경쟁할 때 나타난다. 교통체증은 도로라는 제한된 공간을 수많은 자동차가 누가 유리하게 점유하느냐를 두고 다투어서 일어난다. 운전자들은 어제를 반성하고 옆 차량의 움직임을 신경 쓰면서, 즉 기억이나 외부 정보에 따라 운전 전략을 수정해 가면서 조금이라도 덜 막히는 도로를 차지하려고 애쓴다. 물론 별 소용은 없다. 도로라는 복잡계에서는 아무도 통제하지 않아도 ‘막힘’이라는 질서와 ‘뚫림’이라는 무질서가 자발적으로(저절로) 교체된다.<br/><br/>그렇다면 복잡성 과학을 어디에 써먹을 수 있을까? 도로라는 세계는 극도로 복잡하지만 때때로 ‘교통체증’이라는 질서를 표시한다. 만약 복잡성 과학이 이 질서를 어느 정도 예측하거나 설명할 수 있다면, 교통체증을 이루는 작은 구성요소를 손댐으로써 적은 노력으로 놀라운 결과를 빚을 수도 있다. <br/><br/>복잡계에서는 전체가 작은 요소에 의해 결정적인 영향을 받을 수 있으므로 모형 설계를 잘하고 전략을 잘 짜면 어려운 문제를 아주 손쉽게 해결할 수 있다. 최근 복잡성 과학이 자연과학의 영역을 넘어 정치, 사회, 의료 등 분야로 급속히 확산 중인 이유일 것이다.<br/><br/>이 책은 전반부에서 복잡성 과학을 풀어서 설명하고, 후반부에서는 복잡성 과학이 적용되는 응용분야의 최신 연구결과를 해설한다. <br/><br/>이론과 실전이라고 할까, 두 부분은 거울처럼 서로를 비추면서 “모든 과학의 과학”이라는 복잡성 과학의 윤곽선을 풀어내고 있다. 주가를 예측할 수 있을까, 교통체증을 해결할 수 있을까, 천생연분을 찾을 수 있을까, 테러를 예방할 수 있을까, 바이러스 감염을 차단하고 암을 치료할 수 있을까 등등. 어느 하나 쉬운 문제는 없지만, 복잡성 과학의 관점에서 조금씩 기본 규칙이 발견되고 실마리가 풀려가는 중이다. 아직 해결 수준에 이른 것은 없지만 말이다.<br/><br/>과학책치고는 쉽게 쓰였으며, 번역도 매끄러워 읽기 좋다. 전반적으로 중언부언이 많은 것은 복잡성 과학에 처음 입문하는 사람들을 위한 저자의 서비스라고 믿고 싶다. <br/><br/>복잡성 과학에 대한 방대한 참고자료가 딸린 부록은 이런 종류의 책이 반드시 갖추어야 할 편집의 전형을 보여준다. 번역자인 한국복잡계학회의 적절하고 꼼꼼한 역주는 대단한 미덕이다. 단, 공동작업의 경우 꼭 들어가는 게 맞는 ‘옮긴 이의 말’이 누락돼, 누가 어디를 분담해서 어떻게 작업했는지를 알려주는 정보가 없어서 답답했다. 옥에 티다. <br/><br/> 장은수

언론사: 문화일보-1-394.txt

제목: <세상 만사-나라 안>돈 욕심에 동료 살해· 암매장  
날짜: 20150513  
기자: 고광일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150513100000129  
본문: 고의로 교통사고를 내고 합의금을 뜯어내려던 20대 2명이 돈 욕심으로 동료를 살해한 뒤 암매장했다가 경찰에 붙잡혔다. <br/><br/>충북 청주시 흥덕경찰서는 13일 A(20) 씨를 살해한 김모(20) 씨와 지모(20) 씨 및 시신을 차에 옮기도록 도운 이모(20) 씨 등 3명에 대해 강도살인과 사체 유기 혐의 등으로 구속영장을 신청했다. 김 씨 등은 지난해 10월 24일 오전 2시쯤 김 씨의 원룸으로 A 씨를 불러 둔기로 때린 뒤 목을 졸라 살해한 혐의를 받고 있다.<br/><br/>조사 결과 이들은 퀵서비스 일을 하며 알게 된 뒤 2∼3년 전부터 고의로 교통사고를 내고 합의금 명목으로 돈을 뜯어내다 실질적으로 돈을 관리한 A 씨가 자신들보다 합의금을 더 많이 챙기는 것 같다는 의심을 하게 되면서 통장을 빼앗으려다 반발하자 살해하고 수중에 있던 20만 원과 수백만 원이 입금된 A 씨의 통장도 챙긴 것으로 밝혀졌다.<br/><br/>청주 = 고광일 기자 kik@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-395.txt

제목: “홍삼으로 급성신부전 치료 길 열렸죠”  
날짜: 20150512  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150512100000154  
본문: “<span class='quot0'>홍삼으로 급성신부전을 치료할 수 있는 가능성이 열린 것입니다.</span>”<br/><br/>정주영(사진) 충남대 수의과대학 교수는 12일 급성신부전 증상에 홍삼이 효과적이라는 연구논문을 국제학술지 ‘플란타 메디카(Planta Medica)’에 게재한 것에 대해 이같이 말했다. 그는 “<span class='quot0'>급성신부전 증상에는 혈압강하제, 이뇨제, 스테로이드 약물 등이 쓰이고 있지만 근본적인 치료제는 아직 개발되지 않았다</span>”며 “<span class='quot0'>홍삼 성분을 이용한 급성신부전 치료제 개발 가능성을 동물실험에서 확인한 데 의미가 있다</span>”고 설명했다.<br/><br/>정 교수팀의 연구는 항암제 ‘시스플라틴’을 투여한 후 부작용으로 발생하는 급성신부전 증상에 대해 홍삼의 효과를 분석했다. 시스플라틴은 난소암·방광암·두경부암 등의 암 치료에 널리 사용되는 항암제 중 하나지만 부작용이 많은 것이 단점이다. 부작용 중에는 콩팥이 갑자기 제 기능을 못하는 급성신부전이 대표적이다. <br/><br/>정 교수는 실험 쥐에 시스플라틴과 홍삼을 투여해 관찰한 결과 홍삼 투여군에서 시스플라틴 단독 투여군보다 체중감소 정도가 덜했다. 또 신장 내 조직손상도 홍삼 투여군에서 상대적으로 적으며, 신장기능 지표는 개선됐다. 항암제 투여 후 급격히 증가했던 소변량도 줄었다. <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-396.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>잠 잘 자야 섹스가 좋아진다  
날짜: 20150511  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150511100000109  
본문: 최근 세계 성의학회지 3월호에 젊은 여성의 충분한 수면이 다음 날 섹스에 좋다는 논문이 보고됐다. 데이비드 박사 연구팀은 심리학 강의를 수강한 평균 20세의 젊은 대학생 171명을 대상으로 연구했다. 이들에게 피임약 사용 여부, 성 관련 개인적 고뇌, 우울증 및 불안증 관련 사항을 적게 했다. 한 달 이내에 항우울제를 복용한 병력이 있는 학생은 제외했다. 대상자 중 50%는 고정적 성 파트너가 있었다.<br/><br/>연구팀은 대상자들에게 2주간 잠드는 데 걸린 시간, 숙면 시간, 수면 시간, 24시간 동안의 자위를 포함한 성행동, 파트너와의 섹스 욕구와 충동 정도, 피로 및 감정의 긍정적·부정적 영향 등을 설문해 결과를 분석했다. 그 결과, 여성이 한 시간 이상 수면을 더하면 다음 날 성욕과 성 충동이 증가하고 성감이 좋아져 파트너와 섹스할 기회가 14% 증가하는 것으로 나타났다. 젊은 여성에게 충분한 수면이 성 건강에 중요하다는 점을 재차 강조한 보고였다. 연구팀은 호르몬이나 수면장애의 영향이 주요 원인으로 추정된다고 했다.<br/><br/>우리 몸에서 휴식과 잠이 얼마나 중요한가? 우리는 일생의 3분의 1을 잠을 자며 휴식을 취한다. 깨어 있는 낮에는 많은 스트레스를 안고 살아간다. 그러므로 잠을 잘 자는 것이 건강을 지키고 장수하는 비결이다. 잠은 어떤 상태일까? 잠을 잘 때는 의식은 없어지지만, 뇌 혈류량이나 산소 소모량은 깨어 있을 때에 비해 크게 저하되지 않는 상태다. 깊은 잠을 잘 때에도 뇌신경 세포 사이에 신호가 전달돼 전기 흐름이 생겨 뇌파가 나타난다. 잘 때는 아주 느린 델타파가 나타나며, 활동할 때는 빠른 베타파가 나타난다. 명상할 때는 비교적 느린 중간 정도의 알파파가 나타난다. 즉 델타파는 수면 뇌파, 알파파는 명상 뇌파, 베타파는 활동 뇌파라 할 수 있다.<br/><br/>사람이 일상생활을 할 때는 베타파가 주로 나와서 일을 처리한다. 스트레스가 심해서 흥분하게 되면 빠른 베타파가 나타난다. 감정을 잘 조절해 마음이 편안하고 명상에 빠지면 알파파가 나온다. 이때 집중력이 좋아지고 여러 창의적인 아이디어가 떠오른다. <br/><br/>최근 자연을 벗 삼아 걸으며 명상을 즐기는 ‘자연 숲 힐링치료’가 인기를 끌고 있다. 자연 속의 바람 소리, 새소리, 물 흐르는 소리 등은 마음과 정신을 맑고 쾌적하게 해주며 알파파가 많이 나오도록 한다. 그러므로 이러한 치료법이 스트레스를 많이 받는 암 환자의 면역력을 높여주므로 도움이 되는 것이다.<br/><br/>깊은 잠을 잘 때는 느린 델타파가 나타나고 눈동자가 빠르게 움직이는 렘수면에서는 거의 깨어 있을 때와 비슷한 빠른 진폭의 뇌파가 나타난다. 이때 남성은 교감신경 톤이 떨어지므로 움츠러들어 있던 해면체 근육이 늘어나면서 혈액이 많이 유입되므로 야간 발기가 나타나게 된다. 발기 해면체가 산소를 공급받는 시간이다. 남성의 중요한 곳을 녹슬지 않게 재충전시키는 하나님의 섭리다. 이러한 렘수면 현상이 하룻밤에 서너 번 나타난다. 남성이 계속되는 스트레스와 수면 부족을 잘 해소하지 못하면 이러한 재충전이 안 돼 발기부전에 빠지게 된다.<br/><br/>여성의 생식기도 남성과 똑같이 혈관계, 신경계, 내분비계의 영향을 받는다. 충분한 수면 시에 내분비 기능이 좋아져 테스토스테론, 프로게스테론, 에스트로겐 등의 성호르몬이 증가돼 성욕을 증가시키고 여성 생식기에 혈류 공급을 좋게 한다.<br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-397.txt

제목: 현대해상, ‘실속꾸러미정기상해보험’ 출시  
날짜: 20150511  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150511100000127  
본문: 현대해상(대표이사 이철영·박찬종)은 차별화된 新담보로 고객 맞춤형 설계가 가능하고, 증액형 선택 시 5년마다 전담보 보험금이 상향되는 ‘실속꾸러미정기상해보험’을 판매한다고 11일 밝혔다.<br/><br/>　<br/><br/>이 상품은 남성·여성·암·중증질환별 新담보를 신설하고 각 특성에 맞는 맞춤형 설계가 가능하도록 한 것이 특징이다.<br/><br/>　<br/><br/>남성은 전립선질환수술과 요로결석수술, 여성은 안면부상해흉터성형수술과 유방암으로 인한 유방수술, 암은 암진단, 이차암진단, 암입원 및 수술, 중증질환은 뇌혈관질환, 허혈성심장질환 등의 다양한 담보를 탑재해 고객들의 니즈를 반영했다. <br/><br/>　<br/><br/>또한 의료비 및 물가 상승률을 감안해 업계 최초로 전 담보의 보험금이 5년마다 10%씩 최대 150%까지 증가하는 보험금 체증형 구조를 도입했다. <br/><br/>　<br/><br/>예를 들어 ‘증액형’ 가입 시 ‘암진단보장’ 특약의 가입금액이 1000만 원이라면 5년 후부터는 1100만 원, 10년 후부터는 1200만 원의 보험금 수령이 가능하다.<br/><br/>　<br/><br/>이 상품은 정기보험의 특성에 맞게 사망, 진단, 입원, 수술 등의 각종 담보들을 최초에는 필요에 따라 저렴한 보험료로 가입이 가능하면서도, 가입 5년 이후부터는 ‘계약전환제도’를 통해 최대 80세까지 보험기간 연장이 가능하다는 점이 특징이다. <br/><br/>　<br/><br/>적립보험료를 납입하는 고객 대상으로 상해 및 질병 80% 후유장해 발생 시 보장보험료 납입면제에 더해 ‘적립보험료 납입대체’ 특약을 통한 적립보험료의 납입대체도 가능하다.<br/><br/>　<br/><br/>가입연령은 만 15세부터 최대 65세까지, 보험기간은 10/15/20/25/30년 만기로 운영되며, 보험료는 40세 남자 기준 30년 만기 전기납 가입 시 3만 원 수준이다. <br/><br/><br/><br/>이관범 기자 frog72@

언론사: 문화일보-1-398.txt

제목: 유성선병원 암센터 개원 3주년… 제4의 암치료법 심포지엄 열어  
날짜: 20150506  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015050610017188319  
본문: 선병원재단(이사장 선두훈) 유성선병원 암센터가 개원 3주년을 맞아 25일 ‘체온 1도가 내 몸을 살린다’의 저자이자 할리우드 여배우 앤젤리나 졸리의 주치의였던 마사시 사이토(사진 속 서 있는 사람) 박사를 초청, 심포지엄을 개최했다.<br/>지난해 4월에 이어 두 번째로 선병원을 찾은 사이토 박사는 종양내과 전문의이자 안티에이징(항노화) 관련 미국 전문의로 미국, 유럽 등을 오가며 안티에이징과 면역력을 이용한 암 치료 전문가로, 세계적인 각광을 받고 있는 석학이다. <br/>이번 심포지엄에서 사이토 박사는 수술·항암제·방사선 치료에 이어 ‘제4의 암 치료법’으로 불리는 ‘광역동 치료(Photodynamic therapy·PDT)’ 등에 대해 소개했다. 광역동 치료는 빛을 조사(照射)해 활성산소를 발생시키고 광감각제를 정맥주사로 암조직에 축적시킨 후 특정 파장의 레이저를 조사, 암세포만 선택적으로 파괴하는 치료법이다.

언론사: 문화일보-1-399.txt

제목: <힐링푸드> 국민 ‘솔푸드’ 라면의 변신 시원한 국물…‘속풀이 名藥’  
날짜: 20150506  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015050610017186302  
본문: 농심 스프개발팀 윤재원 부장 ‘해장라면’ 끓이기<br/>라면은 억울하다. 많은 사람이 유난히 식생활 건강에 뜨거운 관심을 보이는 요즘, 라면을 먹고 싶어도 이런 저런 이유 때문에 고민하는 사람들이 많다. ‘라면은 열량이 높고 영양가가 낮다’,‘라면은 다이어트에 적이다’라는 이야기 때문이다. 하지만 라면의 성분을 곰곰이 따져보면 오히려 ‘웰빙식’쪽에 더 가깝다.<br/>라면 한 봉지에는 약 500kcal 전후의 열량과 탄수화물, 단백질, 지방, 칼슘 등이 고루 들어있다. 성인 기준 한 끼당 600~700kcal의 열량이 필요하다고 봤을 때 적정량인 셈이다. 또 어떤 음식이건 탄수화물, 단백질, 지방의 3가지 영양소를 골고루 섭취하는 것이 중요하며 이상적인 비율은 탄수화물:단백질:지방=55~70: 7~20 : 15~25다. 그런데 라면의 이 비율이 62: 8 : 30이다.<br/>얼마 전 한 조사에 따르면 1인당 인스턴트 라면 소비량에서 한국은 세계 1위다. 한국인 한 사람당 1년에 약 70개의 라면을 먹는다. 특히 과음한 다음 날 ‘속풀이용’으로 아마 가장 많이 찾는 음식이 라면일 것이다. 가히 ‘국민 음식’이라고 해도 과언이 아니다. 이에 따라 최근에는 많은 이가 라면을 거부하기보다는 라면을 어떻게 하면 몸에 더 유익한 음식으로 만들까 고민하고 있다. <br/>지난 1994년 농심에 입사해 21년간 라면 ‘스프’를 연구해온 ‘스프 개발팀’ 윤재원(46·사진) 부장의 도움말로 몸에도 유익할 뿐 아니라 숙취해소에도 좋은 ‘해장라면’ 세 가지를 소개한다. 윤 부장은 “<span class='quot0'>라면에 계란과 김치만 더해도 비빔밥 못잖은 균형식이 된다</span>”며 “<span class='quot0'>취향에 따라 다른 식재료들을 더 추가하면 라면은 훌륭한 건강식으로 거듭난다</span>”고 말했다.<br/>#토마토·양파 라면<br/>시원한 맛을 내기 위해 토마토와 양파를 가미했다. 라면 한 개에 토마토 100g, 양파 30g을 준비한다. 조리법은 간단하다. 적정량인 550g의 물이 끓으면 라면의 분말 스프와 플레이크스프를 넣은 후 함께 약 4분 30초간 끓이면 된다. 텁텁한 맛이 줄고, 대신 깔끔한 맛이 살아난다. <br/>조리법은 쉽지만 토마토와 양파라는 두 가지 재료 때문에 라면이 ‘엄청난 건강식’으로 거듭난다. 토마토에는 라이코펜 성분이 많이 들어 있다. 라이코펜은 노화를 촉진하는 활성산소를 몸 밖으로 배출해 내고, 베타카로틴보다 2배나 높은 항암 효과를 지녔다. 그런데 이처럼 몸에 좋은 라이코펜을 더 많이 섭취하려면 익혀서 먹는 것이 바람직하다. 토마토를 삶거나 구우면 생으로 먹었을 때보다 라이코펜 흡수율이 5배 이상 높아진다. <br/>양파도 역시 훌륭한 식재료다. 히포크라테스는 암 등 불치병에 걸린 환자들을 위해 수프를 만들 때 양파를 넣었다고 한다. 중국인들이 기름진 음식을 많이 먹으면서도 심장병에 잘 걸리지 않는 것에 대해 모두 양파를 즐겨 먹기 때문인 것으로 전문가들은 보고 있다. 양파의 이 같은 효능은 혈관에서 콜레스테롤을 청소해주는 쿼서틴과 알리신 등의 성분에서 비롯된 것이다. <br/>#미역 냉라면<br/>플레이크스프에 미역 등이 가미된 너구리면 등을 활용해서 만들 수 있는 ‘해장 라면’이다. 일반 라면에 건미역을 잘게 잘라서 넣고 만들어도 된다. 우선 400㎖ 정도의 물에 분말 스프와 미역 등이 들어간 플레이크스프를 넣고 5분간 끓인 후 냉동실에서 차게 식힌다. 그리고 면만 따로 삶아서 찬물에 헹구어 물기를 뺀다. 미리 만들어 차게 식힌 육수에 설탕(4g)과 식초(10g)를 넣어 간을 맞춘 후 면을 넣고 오이, 다시마 등을 썰어 올리면 완성된다. 미역냉국과 비슷한 맛으로 새콤하면서도 시원한 맛을 내 숙취로 잃은 입맛을 되살려준다. <br/>냉라면에 들어간 미역에는 다당류 식이섬유인 알긴산이 풍부하게 들어있다. 알긴산은 식도와 위장에 점막을 형성, 위염과 식도염 치료에 긍정적인 효과를 발휘한다. 알코올로 손상된 ‘주당’ 등의 위장을 편안하게 해준다. 알긴산은 최근 혈압 강하, 중금속 배출 등의 효능으로도 주목받고 있다.<br/>#닭개장 라면 <br/>여름철 계속되는 폭염으로 입맛을 잃었을 때 ‘보양식’으로도 좋은 해장라면이다. 라면 한 개에 닭가슴살 80g, 양파 40g, 대파 30g, 청양고추 2g, 달걀 한 개, 고춧가루 2g, 다진마늘 8g, 식용유 20g 등을 각각 준비한다. <br/>먼저 닭가슴살과 양파, 대파, 청양고추를 씻어서 자른다. 프라이팬에 식용유를 넣고 다진마늘을 볶다가 미리 잘라놓은 재료들을 고춧가루와 넣고 함께 볶는다. 그리고 이처럼 조리된 재료들을 500㎖ 분량의 물에 넣고 끓인 후 라면과 함께 4분 30초 정도 더 끓인다. 달걀은 마지막에 넣는데 30초 정도 더 익히면 된다. 각종 파와 청양고추, 마늘 등의 양념이 풍부하게 들어가서 얼큰한 맛을 내 속 푸는 데 아주 제격인 음식이다. 파는 물론 고추, 마늘 모두 건강식재료다. 특히 고추에서 매운맛을 내는 캡사이신 성분은 몸에 열을 내면서 칼로리를 소모케 한다. 캡사이신은 에너지 대사와 관련된 교감신경도 활성화해준다. 매운 음식을 먹고 ‘어~ 시원해’라고 감탄사를 연발하는 것도 그 때문이다. 게다가 고단백 저지방으로 필수아미노산을 풍부하게 함유한 닭가슴살도 들어가 술에 지친 몸에 기운을 북돋워 준다. <br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@<br/> 라면 레시피=농심 영양연구팀 장진아 셰프

언론사: 문화일보-1-400.txt

제목: <북팀장의 북레터>좀 나쁘면 어때 사는 게 뭐라고  
날짜: 20150501  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015050110017152068  
본문: 2010년 세상을 떠난 일본 그림책 작가 사노 요코(佐野洋子)의 에세이 ‘사는 게 뭐라고’(마음산책)가 예상치 못한 반응을 얻고 있습니다. 지난달 나온 책은 한 달여 만에 6쇄 8000부를 찍고 곧 7쇄에 들어갑니다. 사노는 삶과 죽음, 사랑의 의미를 담아내 읽을 때마다 울컥하게 만드는 그림책 ‘100만 번 산 고양이’로 유명하지만, 일반 독자들에겐 거의 알려져 있지 않은 작가입니다. 그런 점에서 책의 선전이 놀랍습니다.<br/>출판사는 이유를 제목으로 설명합니다. 사는게 뭐라고. ‘사는 게 뭘까’라는 의문문도 아니고 ‘사는 건 뭐다’라며 한 수 가르치는 것도 아닌 묘한 말입니다. 삶에 대한 자신만의 이해. 한 걸음 물러선 관조. 좀 나쁘면 어때라는 쿨함, 여기에 약간의 피곤함의 냄새까지 뒤섞인 말이 독자들의 마음, 그 간지럽고 아픈 곳에 닿은 것 같습니다. 책의 원제는 ‘쓸모없는 나날’. 너무 염세적이어서 그래도 힘을 내보자는 의미로 바꾼 것이 성공했습니다.<br/>하지만 제목에 끌렸다 해도 결국 책의 힘은 까칠하고 까다로운 예술가로 알려진 사노가 솔직하게 풀어내는 일상 이야기가 주는 공감, 삶을 대하는 냉정하면서도 따뜻한 시선 때문입니다. 냉정하기에 객관적일 수 있고, 객관적이기에 자신과 주변을 받아들이고 삶을 껴안는 따뜻함도 가능하다는 것을 보여줍니다.<br/>책은 작가가 2003년부터 2008년, 예순 다섯부터 일흔까지 쓴 일상 기록입니다. 두 번 이혼한 이 ‘독거 할머니’는 전날 전자 매장에서 12만 엔을 썼는데 뭘 샀는지 기억나지 않는다며 절망하지만 곧 친구와의 전화 한 통으로, 또 기억 속 생선밥을 만들어 먹으며 하루를 웃으며 넘깁니다. 치매에 걸려 요양원에 누워있는 늙은 엄마를 바라보며 평생 자기 삶을 힘들게 한 엄마를 이제는 용서하고 싶다고 말하고, 20년 만에 만난 남자 친구를 껴안으며 “당신도 잘 살아냈구나. 이 체온으로 이 뼈로 이 피부로. 사람은 사랑스럽고 그리운 존재”라고 이야기합니다. 1년간 한국 드라마에 빠져 같은 자세로 TV만 보다 턱이 돌아간 사연에선 폭소가 터집니다. <br/>예순 아홉, 암이 재발해 2년 정도 시간이 남았다는 의사 말을 들었을 때 그는 항암 치료를 거부하고 그냥 일상을 살아가겠다고 말합니다. 그는 병원에서 돌아오는 길에 오랫동안 사고 싶었던 재규어를 삽니다. 남은 시간이 2년이라는 말을 듣자 십 수년간 앓았던 우울증이 거의 사라졌고, 인생이 갑자기 알차게 변했다고, 매일 매일이 너무 생생해 즐거워 견딜 수 없다고 합니다. <br/>“사는 건 쉽지 않아. 내 삶도 피곤했지. 난 성격도 좋지 않아. 그래도 이만하면 괜찮아. 자 밥이나 먹자.” 사노라면 ‘사는 게 뭐라고’ 뒤에 이런 말을 붙이지 않을까 합니다. ‘사는 게 뭐라고.’ 여러분은 어떤 뒷말을 갖고 있는지요. 마음에 드는 말을 찾으시길 바랍니다. <br/>최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-401.txt

제목: 암환자 돕기 2000억원 ‘흥청망청’… 미국 州정부들, 자선단체 4곳 고소  
날짜: 20150430  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015043010017150633  
본문: 암 환자를 돕기 위해 모은 성금 수억 달러를 흥청망청 쓴 미국의 자선기금 모금 단체 4곳이 법의 심판을 받게 됐다.<br/>19일 뉴욕타임스(NYT)에 따르면 미국 연방거래위원회(FTC)와 50개 주 법무장관들은 미국암기금, 암지원서비스, 미국아동암기금, 유방암협회 등 4개 단체에 대해 지난 2008년부터 2012년까지 성금 1억8700만 달러(약 2048억 원)를 낭비한 사기 혐의로 애리조나주 연방법원에 고소했다. 이는 그동안 발생한 자선금 사기 사건 가운데 가장 큰 규모 중 하나로, FTC와 50개 주 정부가 자선금 사기 공동소송을 진행하기는 이번이 처음이다.<br/>FTC에 따르면 4개 단체는 텔레마케팅이나 우편 등을 통해 접근한 미국 시민들에게 기부금이 항암화학요법이나 어린이 진통제 등을 구매하는 데 쓰일 것이라며 설득했지만, 성금의 상당 부분을 단체 운영진의 대학 등록금, 콘서트 티켓 구매 등 개인 비용으로 유용한 것으로 드러났다. FTC는 “<span class='quot0'>자선금으로 일부 개인들 배만 불렸다</span>”며 “<span class='quot0'>그 사이 실제 암 환자들에게 돌아간 성금은 모금액의 3%도 안 된다</span>”고 폭로했다.<br/>또 이들 단체가 모두 회장 제임스 레이놀스를 중심으로 그의 자녀와 동료들로 구성된 동일한 인적 네트워크에 의해 설립, 운영됐다고 밝혔다. FTC는 이들이 모금액이나 기부 물품을 부풀려 보고하는 등 회계 문서를 위조한 혐의도 받고 있다고 덧붙였다.<br/>소송이 진행되자 미국아동암기금과 유방암협회는 곧바로 FTC와 단체 해산을 약속하며 소 취하 협상에 들어갔다. 설립자 레이놀스의 장남인 레이놀스 2세는 자선기금 감독과 자선재단 운영, 기금 모금 등 세 가지 행위에 대한 전면 금지 조치를 받아들이기로 했다.<br/>다만 레이놀스가의 차남은 이날 유방암협회 홈페이지에 올린 메시지를 통해 “몇몇 유명 자선단체들이 정부 당국의 정밀 조사를 받는 일이 늘어나고 있다”며 “더 많은 환자들을 돌보려는 우리의 사업이 커질수록 정부의 소송 위협 또한 증가하는 실정”이라는 입장을 밝혔다.<br/>김리안 기자 knra@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-402.txt

제목: <힐링푸드>킁킁거릴땐… 콩콩! 뇌 건강 블랙푸드 ‘검은콩’  
날짜: 20150429  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150429100000165  
본문: 콩밥 좀 먹어보라고? 듣기 별로 좋지 않은 말이다. ‘콩자반’도 마찬가지다. 집에서 도시락을 싸들고 등교하던 시절에 자주 등장하던 반찬이 바로 콩자반이다. 그런데 ‘콩자반’의 당시 다른 이름이 바로 ‘염소똥’이었다. 그러나 영양학적으로만 보면 콩밥이나 콩자반만큼 좋은 음식도 드물다. 콩은 풍부한 식물성 단백질을 보유하고 있다. 특히 콩 단백질은 동물성 단백질보다 체내 소화·흡수가 빠르고 잘 된다. 밭에서 나는 쇠고기라는 말도 그래서 붙었다. <br/><br/>콩은 또 각종 비타민과 칼슘·인 등 미네랄의 보고다. 콩의 비타민B1 성분은 탄수화물의 에너지 대사를 돕고, 근육과 골격의 성장을 촉진한다. 비타민B1이 부족하면 각기병으로부터 뇌세포의 수축, 근위축 등의 증상이 나타난다. 또 동맥경화 등 성인병 예방에 좋은 불포화지방산도 많이 들어있다.<br/><br/> 그처럼 몸에 좋은 콩 중에서도 ‘검은콩’은 ‘블랙푸드’의 대명사로 통하는 안티에이징(항노화) 식품이다. 검은콩은 일반 콩보다 노화방지 성분을 4배가량 많이 함유하고 있다. 특히 주목해야 할 성분이 안토시아닌이다. 안토시아닌은 과일이나 채소, 꽃에 들어있는 수용성 플라보노이드 색소로 꽃이나 과일, 곡류가 검은색, 청색, 자주색으로 보이게 한다. <br/><br/>안토시아닌이 몸에 좋은 것은 강력한 항산화 작용 때문이다. 세포를 손상시키는 활성산소의 축적을 막아 노화를 늦춰주고 피부 탄력을 증진시킨다. 피로 해소와 시력 보호에도 효과적이다. 또한 혈전형성을 억제하고 염증과 콜레스테롤을 줄여준다. 검은콩의 껍질이 검은 것도 안토시아닌 때문이다. <br/><br/>또 하나 검은콩에서 중요한 항노화 성분이 레시틴이다. 검은콩이 틱장애 등에 좋은 식품으로 권해지는 것도 레시틴 성분 때문이다. 복합지질 성분인 레시틴은 두뇌발달과 기억력 증진, 집중력 향상에 도움을 준다.<br/><br/>레시틴은 뇌에서 신경전달 물질로 작용, 뇌기능이 정상적으로 작동할 수 있도록 해준다. 그래서 레시틴은 틱장애나 주의력결핍과잉행동장애(ADHD) 등 뇌기능의 이상에서 초래된 질환에 일정 효능을 보이며 긍정적으로 작용한다. <br/><br/>이외에도 레시틴은 심부전과 같은 심혈관계 질환 예방에 유익하다. 고지혈증 등을 유발하는 혈액 속의 저밀도지단백(LDL) 콜레스테롤을 미세한 분자로 바꿔줘 혈관 벽에 들러붙는 것을 차단한다. <br/><br/>항산화작용을 하는 이소플라본도 검은콩에서 놓쳐선 안 되는 성분이다. 인체 내에 활성산소가 많이 생기면 혈관 조직에 손상이 나타나는 것은 물론 각종 암의 원인이 될 수 있다. 검은콩에 함유된 이소플라본은 인체에 해로운 활성산소의 독성이 커지는 것을 억제한다. <br/><br/>또 이소플라본은 체내에서 여성호르몬인 에스트로겐과 비슷한 작용을 한다. 따라서 여성호르몬의 분비가 줄어들며 나타나는 초조와 불안, 긴장감, 불면증, 안면 홍조 등의 갱년기 증상을 완화해 준다. 콩의 이소플라본은 엔도르핀 등 뇌 신경전달 호르몬의 생성도 돕는다. <br/><br/>이소플라본은 전립선 질환으로 고생하는 중년 남성들에게도 유익한 성분이다. 학계에서는 이소플라본 요소인 제니스테인(genistein), 다이제인(daidzein)과 그 대사물의 혈중 농도가 높을수록 전립선암이 발병할 확률이 낮다고 보고 있다. 전립선암과 콩의 관계를 조사한 논문들을 보면 콩 식품 섭취량이 많은 남성은 그렇지 않은 남성보다 전립선암의 위험성이 26% 낮은 것으로 나타났다. <br/><br/>최근에는 콩의 가용성 식이섬유가 당뇨에 좋다는 연구 결과도 있다. 검은콩의 식이섬유가 위장관에서 포도당의 흡수 속도를 낮추어 천천히 흡수되도록 하는 역할을 한다는 것. 또 콩의 식이섬유는 포만감을 유지하도록 만들어 다이어트에도 효과적이다. <br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-403.txt

제목: <힐링푸드>아삭아삭!… 바캉스 피로 날려주는 ‘천연강장제’  
날짜: 20150429  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015042910017139206  
본문: 아스파라거스 영양학<br/>‘항스트레스’ 비타민B 풍부 <br/>신진대사 돕고 신경 안정 <br/>‘피로 해소’ 아스파라긴산 <br/>콩나물보다 훨씬 많이 들어 <br/>단백질·철분도 다량 함유<br/>아스파라거스는 유럽에서 비교적 최근인 19세기까지도 강정제로 통했다. 프랑스에선 신랑들이 첫날밤을 앞두고 아스파라거스 요리를 먹는 풍습까지 있었다. 반면 우리 사찰에서 오신채를 금했듯 유럽의 수도원에서는 아스파라거스를 금기시했다. 아스파라거스가 그 같은 효능을 지녔다는 믿음에는 남성 생식기를 닮은 외모도 한몫했다.<br/>물론 아스파라거스 섭취를 통해 유럽의 민간에서 기대했던 ‘천연 비아그라’ 효과를 볼 수 있다는 것은 무리다. 그러나 아스파라거스의 성분과 효능을 살펴보면 분명히 몸의 신진대사를 원활케 해 간접적으로는 강정의 효과를 거둘 수도 있다. <br/>아스파라거스에는 비타민A와 비타민B, 비타민C, 엽산 등을 비롯해 칼슘과 칼륨, 아연 등 각종 비타민과 미네랄이 풍부하게 함유돼 있다. 모두 몸의 활력을 북돋워 주는 성분들이다. 또 채소로는 드물게 아스파라거스에는 단백질과 철분도 다량 들어있다. 특히 아스파라긴산 같은 성분은 해독 능력도 뛰어나다. 휴가에서 돌아와 직장 복귀 후 제대로 적응하지 못해 무기력증을 느끼거나 과도하게 여겨지는 스트레스 등으로 면역력이 떨어졌을 때 아스파라거스를 추천할 수 있는 것도 그처럼 몸에 유익한 성분을 많이 지니고 있기 때문이다.<br/>우선 여름휴가 증후군과 관련해 가장 눈길을 끄는 성분이 비타민B복합체다. 비타민B는 ‘항스트레스 비타민’으로 불리며 몸의 신진대사를 돕고, 신경계에도 긍정적으로 작용하는 성분이다. 비타민B1은 질병 회복기나 수술 직후에 스트레스를 많이 받을 경우 권해지며, 비타민B2는 피부, 손발톱, 머리카락의 건강에 관여해 ‘피부비타민’이다. 비타민B2가 부족하면 구내염 등의 증상도 나타난다. 또 비타민B3로도 불리는 니아신은 탄수화물과 지방 등 음식물 대사에 없어서는 안 되는 성분이다. 그래서 쌀밥을 주식으로 하는 한국인들에게 꼭 필요한 성분 중의 하나다. 또 엽산으로도 불리는 비타민B9은 치매 예방에 절대적인 성분이다. 아스파라거스 100g에는 엽산이 190㎍ 들어 있다. 엽산과 함께 작용해 심혈관 질환 예방에 시너지 효과를 발휘하는 비타민B6도 0.12㎎ 함유하고 있다. 엽산과 비타민B6는 호모시스테인을 잡기 위해서도 반드시 필요한 성분이다. 호모시스테인은 혈관 속에서 몸에 나쁜 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤처럼 작용하며 뇌 신경세포도 파괴하는 것으로 알려져 있다. 엽산은 호모시스테인을 메티오닌으로 재생시켜주고, 비타민B6는 호모시스테인을 무독성의 시스테인으로 만들어버린다.<br/>이와 함께 아스파라거스에는 숙취 및 피로 해소에 좋은 아스파라긴산이 콩나물보다 훨씬 많이 들어 있다. 아스파라긴산이라는 이름도 아스파라거스에서 유래한다. 이 성분은 독성유발물질인 혈액 속에 있는 암모니아를 제거해 주며 체내 열량을 분해하고 순환시키는 속도를 빠르게 해서 피로 해소를 돕는다.<br/>특히 아스파라거스의 아스파라긴산에는 강력한 항산화물질인 글루타치온이 많이 함유돼 있다. 글루타치온은 담배연기, 방사선노출, 항암치료제, 알코올 등에 의해 체내에 생성된 활성산소가 신체를 손상하는 것을 막아주고, 암을 유발하는 DNA 손상을 방지한다. 또 몸속의 각종 중금속과 약물도 해독한다. 혈액질환과 간질환 예방에도 좋은 작용을 한다. 글루타치온이 부족하면 신경계통에 영향을 미쳐 정신질환, 경련, 평형감각 상실 등을 일으키는 것으로 학계에는 보고돼 있다.<br/>아스파라거스를 구입할 때는 줄기가 연하면서 중간 정도 굵기에 녹색이 진하고 줄기에 수염뿌리가 나와 있지 않은 것을 골라야 한다. 아스파라거스는 수확하고 시간이 지날수록 쓴맛이 생기기 때문에 구입 후 되도록이면 빨리 먹는 것이 좋다. 혹시 남을 경우에는 젖은 신문지로 싸서 랩을 한 번 더 씌워 냉장고에 보관해야 한다. <br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-404.txt

제목: <이 책>사랑에 관하여 등  
날짜: 20150424  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015042410017082255  
본문: ★사랑에 관하여(뤽 페리 지음 / 이세진 옮김 / 은행나무) = 프랑스 대표적 정치철학자인 뤽 페리가 ‘사랑’을 말한다. 철학자 클로드 카플리에와의 대담집이며, 사랑을 우리의 삶과 이 세상을 설명하는 단 하나의 원리로 강조한다. 19세기 연애결혼이 가문 간의 결합인 타산적 결혼을 대체하면서 부각된 ‘사랑’이 가족관계뿐 아니라 정치, 교육, 예술 등 공적 분야의 새로운 동력이 되었다며 이를 ‘사랑 혁명’이라 부른다.<br/>★달콤한 모험(성신제 지음 / 생각정원) = ‘인생 2막, 어떻게 원하는 것을 얻을 것인가’라는 부제가 붙어있다. 저자는 1948년생으로 국내 대기업을 제치고 미국의 ‘피자헛’을 한국에 들여오는 등 30년 동안 한국 외식업계의 대표 아이콘이다. 외환위기 이후 몰아친 위기를 이겨내지 못했다. 2011년에는 직장암과 간암, 폐암 선고를 받았지만 5년이 되어가는 현재 암을 이겨내고 있다.<br/>★나는 아직 내게 끌린다(남인숙 지음 / 위즈덤하우스) = ‘어쨌거나 남자는 필요하다’, ‘나는 무작정 결혼하지 않기로 했다’ 등 젊은 세대 여성을 위한 에세이를 꾸준히 펴내온 저자의 새 책. 자기 입장에서 최선을 다해 살아왔지만 해결되지 않는 고민을 안고 있는 7명의 여자에게 신비한 구두가 나타난다. 12㎝ 굽을 가진 이 ‘야하게 생긴’ 구두는 일곱 여자를 차례로 찾아가며 그녀들과 함께 고민하고, 욕망한다.<br/>★한국사 스크랩(배한철 지음 / 서해문집) = 중앙일간지 기자 경력 20년, 현재는 문화재 분야를 담당하고 있는 저자가 쓴 우리 역사 이야기. 취재현장에서 떠오른 사소한 호기심을 붙들고 답을 찾아내 독자들 앞에 풀어놓는다. ‘미스터리 왕국 가야는 어디로 사라졌나’ ‘그 많던 조선의 무슬림은 어디로 사라졌나’ ‘해저 유물은 왜 죄다 청자뿐일까’ 등 40여 개의 주제에 대해 간결하면서도 깊게 논한다.<br/>★도시에 미학을 입히다(고명석 지음 / 워치북스) = ‘도시는 생명체’라는 바탕 위에서 도시 미학과 재생, 안전에 대해 이야기한다. 덕수궁 돌담길, 염리동 소금길, 종로 북촌과 문래동 예술촌 등을 걷으면서 가볍게 도시 미학의 개념을 설명하고, 다양한 미술작품과 건축물을 통해 예술적 원리를 갖춘 도시계획의 방향을 논한다. 지속가능한 미래도시, 매력적인 도시의 모습에 대한 답도 들을 수 있다.

언론사: 문화일보-1-405.txt

제목: <포럼>미세먼지에 대한 眞實과 오해  
날짜: 20150424  
기자: 원종욱  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150424100000057  
본문: 원종욱 / 연세대 의과대 교수·예방의학<br/><br/>봄 나들이가 많은 주말과 휴일을 하루 앞둔 24일 오전에도 수도권 지역에 ‘나쁨’ 수준의 미세먼지가 예보되면서 국민의 관심이 부쩍 많아졌다. 최근 대한직업환경의학회지에 발표된 미세먼지 관련 연구 논문이 일부 언론을 통해 보도된 이후의 현상이다. 이 연구와 이 논문을 인용한 신문 보도에 따르면, 30세 이상 성인이 미세먼지 때문에 서울 경기 지역에서만 한 해 1만5000명이 사망한다고 한다. 또한, 미세먼지가 원인으로 병원에서 치료받은 호흡기질환·심혈관질환·폐암·천식 환자 등에 대한 구체적인 숫자를 소개함으로써 더욱 신뢰성을 높여주고 있다.<br/><br/>그런데 이 논문을 조금 더 자세히 읽어 보면 사실과 다소 거리가 있음을 알 수 있다. 즉, 보도 내용은 모든 사망 원인의 6% 정도가 미세먼지와 관련이 있을 것으로 추정했다는 점, 그리고 미세먼지가 직접적 사망 원인은 아니라는 점이다.<br/><br/>미세먼지는 지름이 10㎛ 이하의 아주 작은 크기의 먼지를 말한다. 10㎛는 100분의 1㎜ 크기이다. 그래서 미세먼지를 대개 영어로는 ‘PM10’이라고도 한다. 미세먼지가 위험한 이유는 명쾌하다. 입자가 너무 작아 사람의 폐 안쪽으로 깊게 들어가서 호흡기에 직접적인 영향을 줄 뿐만 아니라, 폐를 통해 몸에 흡수돼 다른 장기에도 영향을 줄 수 있기 때문이다.<br/><br/>미세먼지는 황사가 아니다. 물론 황사 중에도 미세먼지가 포함돼 있긴 하다. 하지만 미세먼지는 주로 자동차 배기가스에서 나온다. 앞에서 언급한 논문에 소개된 미세먼지도 질소나 황산화물을 포함한 대기오염 물질로서 미세먼지를 말한다. 미세먼지가 인체에 주는 악영향은 굳이 논문을 인용하지 않더라도 기침과 가래를 통해 체험적으로 알 수 있다. 만성기관지염이나 천식 등 호흡기질환을 악화시키는 것은 자명하다. 그리고 호흡기가 약한 어린아이나 노인들에게도 치명적이다. 그뿐만 아니라 미세먼지에 포함돼 있는 여러 대기오염 물질들은 폐암 등 각종 암과도 관련이 있다.<br/><br/>미세먼지가 직접 사망의 원인이 될 수 있을까? 현명한 독자라면 벌써 눈치챘겠지만, 미세먼지는 직접적인 사망 원인으로 생각하기는 어렵다. 미세먼지가 호흡 기능을 악화시키고, 천식 등 호흡기 질환을 악화시킴으로써 사망에 관여한다. 다시 말해 30대의 건장한 청년이 미세먼지로 사망하는 것이 아니라, 호흡기 질환이 있는 환자들이 질병의 악화로 사망한다고 보는 것이 맞을 것이다.<br/><br/>어떻게 하면 미세먼지로 인해 발생하는 건강장애를 예방할 수 있는가. 흔히 마스크를 착용하라고 추천한다. 하지만 근래에 황사가 오면 많은 여성이 착용하는, 얼굴 전체를 가리는 가면 같은 마스크는 미세먼지를 막아주지 못한다. 미세먼지는 그 크기가 너무 작다. 그러니 코와 입을 완전히 밀착해서 차단할 수 있는 분진 마스크를 착용해야만 미세먼지로부터 보호받을 수가 있다. 문제는 이런 마스크는 숨쉬기가 힘들어 호흡기가 약한 어린이나 노인, 호흡기 질환자들이 착용하고 생활하기가 매우 어렵다는 데 있다.<br/><br/>따라서 미세먼지 농도가 높으면 외출을 삼가고 실내에서 생활하는 것이 가장 바람직하다. 물론 창문을 닫아서 외부로부터 유입되는 미세먼지를 차단해야 한다. 또 실내에서는 충분한 습도를 유지하는 것이 좋다. 미세먼지가 습기와 함께 가라앉을 수 있기 때문이다. 미세먼지를 무시해선 안 되지만, ‘침묵의 살인자’라고 너무 호들갑을 떨 일도 아니다. 정확히 알고 올바르게 대처하는 것이 중요하다.

언론사: 문화일보-1-406.txt

제목: <힐링푸드>식욕부진, 체내 신진대사 기능 저하·노화·우울증 등 원인  
날짜: 20150422  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015042210017049488  
본문: 요즘 같은 무더위에는 사실 식욕이 넘치는 사람이 조금 이상하게 보일 정도다. 작열하는 태양과 끈끈한 습기는 불쾌지수를 높이고 자연히 밥맛을 떨어뜨린다. 식욕부진 증상이 나타나는 것이다. 의학적으로는 식욕부진이란 음식물을 먹고자 하는 욕구가 떨어지거나 없어진 상태를 말한다. 평소에 먹던 양보다 음식물 섭취량이 줄거나 전혀 먹지 못하는 수도 있다.<br/>이 같은 증상이 나타나는 가장 큰 원인은 날이 덥기 때문이다. 기온이 계속 올라가며 일사병이나 열사병이 나타나는 상태가 되면 체내 신진대사가 제대로 작동하지 못한다. 중추신경이 지배하는 식욕에도 문제가 생긴다. 컴퓨터로 말하자면 중앙처리장치(CPU)에 과부하 상태가 생긴 것이다.<br/>그래서일까. 여름철에 밥맛이 없다고 하면 사람들은‘더위 먹었다’고 대수롭지 않게 여긴다. 그러나 식욕부진을 결코 가볍게 보아 넘겨서는 안된다. 식욕부진이 계속될 경우 대부분 영양 불균형 상태로 이어지고 영양실조 증상도 유발한다. 그리고 이 같은 상황은 다시 인체에 영향을 미쳐 면역력을 떨어뜨려 다양한 질환의 원인으로 작용하고 노화를 촉진할 수도 있다.<br/>폭염에 의해 식욕부진 증상이 나타났다면 생활습관, 특히 식습관에 변화를 주어야 한다. 제일 중요한 것은 충분한 수분 섭취다. 이 경우에도 그냥 생수를 마시기보다는 미네랄과 각종 비타민이 녹아있는 보리차가 유리하다. 물론 제철 과일도 좋다. 나물 반찬과 해조류 섭취로 영양의 균형을 맞춰주는 것도 중요하다. 이 같은 식품에 들어있는 양질의 단백질과 비타민, 미네랄 등은 신진대사를 개선해 식욕을 높여줄 뿐 아니라 결과적으로 각종 질환에 대한 면역력도 키워준다. <br/>노화로 인한 식욕부진이 여름철에 더 악화될 수도 있다. 예로부터 노인들이 곡기를 끊으면 위태롭다고 했다. 이처럼 나이가 들어 식욕이 떨어지는 증상은 맛을 느끼는 미각세포가 녹슬었기 때문이다. 즉 몸에 해로운 활성산소에 의해 미각세포가 산화된 것이다. 맛을 느끼는 데는 ‘뇌세포의 촉수’라고 할 수 있는 후각세포도 역시 중요한데 이 세포 역시 퇴화하면 맛에 대해 무감각해진다. 나이 드신 어른들이 음식을 만들면서 ‘맛을 모르겠다’고 하는 얘기들이 다 그런 연유에서 나온 것이다. <br/>이런 증상을 보일 경우 병원에서는 식욕을 촉진하는 메게스테롤 아세테이트(Megestrol acetate) 등의 약재를 처방한다. 또 사이토카인 억제성분이 함유된 약재도 함께 쓰는데 사이토카인은 염증 유발물질로 특히 노화를 촉진한다. 병원 처방도 중요하지만 환자 본인도 노화에 의한 활성산소에 노출되지 않도록 노력해야 한다.<br/>가장 문제가 되는 것은 암과 같은 만성질환에 의해 나타나는 식욕부진이다. 따라서 식욕부진 증상이 오랜 기간 지속되거나 심해지고, 기침이나 우울감까지 동반한다면 병원을 방문해 그 원인을 찾는 것이 중요하다. 우울증 등에 의한 신경성 식욕부진일 경우 정신과적 상담을 통해 치료를 받아야 한다. 또한 각종 암 등 악성 종양에 의해서 식욕부진이 발생할 수 있으므로 유의해야 한다. <br/><도움말 = 이동호 분당서울대병원 소화기내과 교수> <br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>폭염속 몸 관리 이렇게…<br/>매시간 물 2 ~ 4잔 섭취하고 땀많을땐 염분·미네랄 보충<br/> 여름철에 식욕이 떨어지는 현상은 대부분 폭염에 의한 일사병, 열사병 등에 의한 것이다. 질병관리본부에서 제시하는 폭염 대처법을 알아보자. <br/>① 충분한 양(매시간 2~4잔)의 물을 섭취한다. 그러나 신장 질환이 있는 사람은 의사와 상담 후 물을 마셔야 한다. ② 땀을 많이 흘렸을 때는 염분과 미네랄을 보충한다. ③ 헐렁하고 밝은 색깔의 가벼운 옷을 입어 체온을 적당한 수준으로 유지한다. ④ 노인, 영·유아, 고도비만환자, 만성 질환자는 야외활동을 삼가며 자신의 건강상태에 따라 활동 강도를 조절한다. ⑤ 냉방기기를 사용해도 실내온도를 적정수준(26~28도)으로 유지한다.

언론사: 문화일보-1-407.txt

제목: <힐링푸드>천연 ‘항히스타민제’ 쑥갓… 콧물·재채기·염증, 향긋하게 ‘탈출’  
날짜: 20150422  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150422100000127  
본문: 알레르기 예방과 치유에는 면역력 강화가 선결돼야 한다. 면역력을 강화하기 위해서는 첫째, 우리 몸에 방어체계인 면역력을 강화해 주는 식품들을 잘 먹어야 한다. 쌀밥보다는 한두 가지 잡곡을 혼합하는 것이 좋다. 녹황색 채소의 비타민 및 다양한 무기질 또한 우리 몸의 신진대사를 원활하게 해준다. 특히 비타민C가 많이 함유된 채소나 과일류는 면역력을 증가시킨다. <br/><br/>쑥갓을 항알레르기 식품으로 권하는 것도 각종 비타민과 미네랄을 풍부하게 함유하고 있기 때문이다. 알레르기는 코와 입을 통해 미세먼지가 몸속으로 들어올 때 염증반을 유도하는 히스타민이 필요 이상으로 과도하게 분비되며 비염이나 천식을 유발하는 것이다. <br/><br/>따라서 알레르기 질환 치유에도 항히스타민 효과가 있는 영양성분 섭취가 많이 권해진다. 항히스타민 역할을 하는 영양성분은 비타민C, 비타민A, 비타민B 복합체 등의 비타민과 칼슘, 마그네슘 등의 미네랄이다. 그 같은 성분들을 모두 함유하고 있는 채소 가운데 대표적인 것이 바로 쑥갓이다.<br/><br/>쑥갓에는 비타민A가 풍부해 120g만 먹어도 비타민A의 하루 필요량이 충족될 정도다. 쑥갓 100g에는 비타민A가 베타카로틴 형태로 무려 3755㎍이나 들어 있다. 이는 비타민A의 보고라는 단호박의 베타카로틴 함량 4018㎍에 육박하는 수치다. 물론 늙은 호박(712㎍)이나 애호박(201㎍) 함량보다도 훨씬 많다. <br/><br/>베타카로틴은 피부나 점막을 튼튼하게 하고, 소화 및 호흡기 건강에 매우 유익하다. 피부 트러블에도 효능이 있다. 또 베타카로틴은 항산화 작용으로 활성산소를 억제해 암을 예방해 준다. 성대 점막을 강화해 목소리를 윤택하게 하며 감기 예방, 눈의 피로 현상도 예방한다. 이 같은 효과는 물론 비타민A 성분이 체내 면역력을 강화시켜 줘서 나온 결과다. <br/><br/>또 쑥갓에는 비타민B와 철분이 풍부해 빈혈을 예방하고 피부 건강에 도움을 준다. 쑥갓에 들어 있는 항산화 물질인 피토케미컬은 혈중 콜레스테롤 수치를 낮춰 줘 고지혈증 예방에도 효과적이다. <br/><br/>한 가지 쑥갓에서 더 주목할 성분은 클로로겐산이다. 이 성분은 항산화 효과를 발휘해 심장질환, 조기 노화 피부, 암과 다른 질병에 연루된 물질을 파괴한다. 또 식사 후 혈액으로 포도당 방출을 느리게 해 체중 감소 효과와 당뇨 치유 효능도 보인다. 즉 식후 혈액으로 글루코스 방출을 지연시켜 심장병, 뇌졸중, 중풍 등 심장질환을 예방하며, 췌장에서 포도당 분비를 통제해 혈당을 조절함으로써 당뇨병을 예방한다. 특히 폐암, 대장암 등 각종 암에 효과는 물론 치매와 알츠하이머 예방에도 유익하다. 발모를 촉진하고 골다공증 등의 예방에 좋다는 연구 결과도 있다. <br/><br/>쑥갓에는 비타민C가 풍부해 기미, 주근깨를 제거하는 효능이 있어 피부미용에 좋다. 쑥갓의 비타민C는 비타민A와 어우러져 피부를 매끄럽게 해줄 뿐 아니라 면역력도 강화해 준다. 칼슘이 풍부하게 들어 있어 자율신경계의 원활한 활동을 돕고, 칼륨 성분은 나트륨 배출을 도와 짠 음식을 선호하는 한국인들에게 유익한 작용을 한다. <br/><br/>한편 쑥갓의 향을 싫어하는 사람들도 있는데 쑥갓의 독특한 향기는 10종류 정도의 성분으로 이뤄진 데다 자율신경에 작용해 식욕 증진, 소화 촉진 작용을 한다. <br/><br/>쑥갓과 특히 궁합이 잘 맞는 식품은 조개다. 조개는 단백질 함량이 높고 지방 함량이 적은 반면 쑥갓은 칼슘이 많고 비타민A와 C가 풍부한 알칼리성 식품이다. 또 쑥갓에는 엽록소가 풍부해 적혈구 형성에 도움을 주고 혈중 콜레스테롤 저하 효과가 있다. 엽록소와 비타민A, C 등은 조개류에는 전혀 없어 함께 먹으면 상호 보완작용을 한다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-408.txt

제목: <힐링푸드>천연 ‘항히스타민제’ 쑥갓… 콧물·재채기·염증, 향긋하게 ‘탈출’  
날짜: 20150422  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150422100000212  
본문: 알레르기 예방과 치유에는 면역력 강화가 선결돼야 한다. 면역력을 강화하기 위해서는 첫째, 우리 몸에 방어체계인 면역력을 강화해 주는 식품들을 잘 먹어야 한다. 쌀밥보다는 한두 가지 잡곡을 혼합하는 것이 좋다. 녹황색 채소의 비타민 및 다양한 무기질 또한 우리 몸의 신진대사를 원활하게 해준다. 특히 비타민C가 많이 함유된 채소나 과일류는 면역력을 증가시킨다. <br/><br/>쑥갓을 항알레르기 식품으로 권하는 것도 각종 비타민과 미네랄을 풍부하게 함유하고 있기 때문이다. 알레르기는 코와 입을 통해 미세먼지가 몸속으로 들어올 때 염증반을 유도하는 히스타민이 필요 이상으로 과도하게 분비되며 비염이나 천식을 유발하는 것이다. <br/><br/>따라서 알레르기 질환 치유에도 항히스타민 효과가 있는 영양성분 섭취가 많이 권해진다. 항히스타민 역할을 하는 영양성분은 비타민C, 비타민A, 비타민B 복합체 등의 비타민과 칼슘, 마그네슘 등의 미네랄이다. 그 같은 성분들을 모두 함유하고 있는 채소 가운데 대표적인 것이 바로 쑥갓이다.<br/><br/>쑥갓에는 비타민A가 풍부해 120g만 먹어도 비타민A의 하루 필요량이 충족될 정도다. 쑥갓 100g에는 비타민A가 베타카로틴 형태로 무려 3755㎍이나 들어 있다. 이는 비타민A의 보고라는 단호박의 베타카로틴 함량 4018㎍에 육박하는 수치다. 물론 늙은 호박(712㎍)이나 애호박(201㎍) 함량보다도 훨씬 많다. <br/><br/>베타카로틴은 피부나 점막을 튼튼하게 하고, 소화 및 호흡기 건강에 매우 유익하다. 피부 트러블에도 효능이 있다. 또 베타카로틴은 항산화 작용으로 활성산소를 억제해 암을 예방해 준다. 성대 점막을 강화해 목소리를 윤택하게 하며 감기 예방, 눈의 피로 현상도 예방한다. 이 같은 효과는 물론 비타민A 성분이 체내 면역력을 강화시켜 줘서 나온 결과다. <br/><br/>또 쑥갓에는 비타민B와 철분이 풍부해 빈혈을 예방하고 피부 건강에 도움을 준다. 쑥갓에 들어 있는 항산화 물질인 피토케미컬은 혈중 콜레스테롤 수치를 낮춰 줘 고지혈증 예방에도 효과적이다. <br/><br/>한 가지 쑥갓에서 더 주목할 성분은 클로로겐산이다. 이 성분은 항산화 효과를 발휘해 심장질환, 조기 노화 피부, 암과 다른 질병에 연루된 물질을 파괴한다. 또 식사 후 혈액으로 포도당 방출을 느리게 해 체중 감소 효과와 당뇨 치유 효능도 보인다. 즉 식후 혈액으로 글루코스 방출을 지연시켜 심장병, 뇌졸중, 중풍 등 심장질환을 예방하며, 췌장에서 포도당 분비를 통제해 혈당을 조절함으로써 당뇨병을 예방한다. 특히 폐암, 대장암 등 각종 암에 효과는 물론 치매와 알츠하이머 예방에도 유익하다. 발모를 촉진하고 골다공증 등의 예방에 좋다는 연구 결과도 있다. <br/><br/>쑥갓에는 비타민C가 풍부해 기미, 주근깨를 제거하는 효능이 있어 피부미용에 좋다. 쑥갓의 비타민C는 비타민A와 어우러져 피부를 매끄럽게 해줄 뿐 아니라 면역력도 강화해 준다. 칼슘이 풍부하게 들어 있어 자율신경계의 원활한 활동을 돕고, 칼륨 성분은 나트륨 배출을 도와 짠 음식을 선호하는 한국인들에게 유익한 작용을 한다. <br/><br/>한편 쑥갓의 향을 싫어하는 사람들도 있는데 쑥갓의 독특한 향기는 10종류 정도의 성분으로 이뤄진 데다 자율신경에 작용해 식욕 증진, 소화 촉진 작용을 한다. <br/><br/>쑥갓과 특히 궁합이 잘 맞는 식품은 조개다. 조개는 단백질 함량이 높고 지방 함량이 적은 반면 쑥갓은 칼슘이 많고 비타민A와 C가 풍부한 알칼리성 식품이다. 또 쑥갓에는 엽록소가 풍부해 적혈구 형성에 도움을 주고 혈중 콜레스테롤 저하 효과가 있다. 엽록소와 비타민A, C 등은 조개류에는 전혀 없어 함께 먹으면 상호 보완작용을 한다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-409.txt

제목: “癌 고민 풀 ‘젖산의 비밀’ 밝혔죠”  
날짜: 20150417  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150417100000201  
본문: 생명공학硏 염영일 박사팀<br/>‘젖산 악영향 원리’ 첫 규명<br/><br/>피로물질로 알려진 젖산이 세포 성장과 혈관 생성을 촉진하는 신호물질로 작용, 암을 악화시킨다는 사실을 밝혀냈다.<br/><br/>한국생명공학연구원 유전체구조연구센터 염영일(사진) 박사팀은 17일 저산소 환경의 암세포에서 발현이 증가하고, 암세포 성장과 주변 혈관 생성을 촉진하는 발암성 단백질 ‘NDRG3’를 새로 발견했으며, 이 단백질이 젖산에 의해 조절된다는 사실을 확인했다고 밝혔다. 이 연구결과는 국제학술지 ‘셀(Cell)’에 이날 게재됐다.<br/><br/>젖산은 강도 높은 운동을 할 때 근육세포에서 에너지원인 포도당이 분해될 때 생성되며 근육통을 유발하는 피로물질로 알려져 있다. 저산소 상태에서 암세포에 의한 젖산 생성이 암의 악성화와 관련이 있다는 것은 보고된 바 있으나 젖산이 어떤 작용과정을 거쳐 어떤 역할을 하는지는 아직 알려지지 않았다. <br/><br/>염 박사팀은 이번 연구에서 NDRG3나 젖산 생성 효소가 없는 간암 세포주는 종양 형성 능력이 크게 떨어지지만, 젖산 생성 효소가 없는 간암세포주도 NDRG3를 인위적으로 발현시키면 종양 형성이 많이 증가한다는 사실을 확인했다. <br/><br/>이는 암세포가 저산소 환경에서 다량으로 만들어내는 젖산이 암 촉진 단백질인 NDRG3를 증가시키고 NDRG3는 암세포에 성장을 촉진하는 신호를 보내 암을 악화시킨다는 것을 보여주는 것이라고 연구진은 설명했다. <br/><br/>염 박사는 “<span class='quot0'>이 연구는 암 및 염증 질환을 효과적으로 치료하려면 젖산의 생성을 조절하는 것이 중요하다는 사실을 밝힌 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>암세포의 대사과정과 신호전달체계를 동시에 표적으로 하는 암 치료제뿐만 아니라 염증 질환, 심혈관 질환, 고산병 등의 치료제 개발에도 이바지할 것으로 기대한다</span>”고 말했다.<br/><br/> 박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-410.txt

제목: 일곱살에 처음 僧舞(승무) 배워 80년 외길… ‘전통 춤 거목’ 지다  
날짜: 20150417  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015041710017001936  
본문: ‘승무·살풀이춤’ 등 예능 보유자 이매방 명인 별세<br/>중요무형문화재 제27호 ‘승무’와 제97호 ‘살풀이춤’ 예능 보유자인 한국 전통춤의 거목 우봉 이매방 명인이 7일 오전 서울 강남구 삼성서울병원에서 별세했다. 88세.<br/>1927년 전남 목포에서 5남매의 막내로 태어난 고인은 7세 때 옆집에 살던 목포 권번장의 권유로 권번 학교에 들어가 할아버지 이대조에게 춤을 배우면서 80년 춤 외길 인생을 시작했다. 이대조는 당시 목포 권번에서 승무와 고법을 가르치던 명무·명고수였다. 할아버지에게 검무, 승무, 법무를, 박영구에게 승무와 북, 이창조에게 검무를 배워 춤의 바탕을 닦아가던 고인은 15세 때 우연히 판소리 명창 임방울 공연에서 승무를 추면서 얼굴을 알리기 시작했다. <br/>23세엔 군산 영화동에 처음으로 이매방 무용연구소를 개설했다. 고인은 1960년대 3고무, 5고무, 7고무 등을 창안해 명성과 함께 인기를 얻다 1987년에 승무 중요무형문화재, 1990년 살풀이 중요무형문화재로 지정받았다. 그의 승무는 전라도 지역을 중심으로 한 ‘호남형 승무’로 고고하고 단아한 정중동의 춤사위로 인간의 희열과 인욕(忍辱)의 세계를 그려낸다는 평가를 받았고, 그의 살풀이춤은 정중동의 단아한 멋과 함께 정(情)과 한(恨)이 서린 비장미로 관객을 압도했다.<br/>“춤이 좋아 평생 춤을 췄다”는 그는 무대에서 언제나 완벽주의자였다. 춤에 대한 열정으로 직접 재봉틀로 자신의 의상은 물론 제자들의 장삼, 저고리, 버선 등을 만든 것으로 유명하다. 평소 “우리 춤은 한복 선처럼 곡선의 아름다움이며 가장 중요한 요소는 정중동에 있다”고 했던 고인은 “살풀이춤은 아련함이 있고 승무는 박력이 있다”고 비교하기도 했다.<br/>70대 초반에 암으로 위 대부분을 절제했지만 고인은 3년 전까지 무대에 섰다. 전성기 때 몸짓을 재현할 수는 없지만 관객들에게 실망을 안겨주지 않기 위해 혼신의 힘을 다해 춤을 추던 그의 모습은 많은 이들에게 감동을 줬다. 지난해에는 ‘이매방이 살아있다’는 것을 보여주겠다며 휠체어를 타고 공연에 참가하기도 했다. 용인대 무용학과 교수를 지냈고, 한국 무용계를 지탱하고 있는 임이조, 채향순, 최영순, 정명숙 등 제자들이 1000명을 넘는다. <br/>옥관문화훈장, 성옥문화상 수상, 프랑스 예술문화훈장 수상, 제12회 대한민국 국회 대상 공로상 등을 받았다. 유족으로는 부인 김명자 씨와 딸 이현주 씨, 사위 이석열 씨가 있다. <br/>빈소는 삼성서울병원 장례식장. 발인은 10일 오전. 장지는 미정이다. <br/> 최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-411.txt

제목: 메리츠화재, 암 등 3대질병 발병-치료-요양 단계별 종합 보장  
날짜: 20150416  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150416100000155  
본문: 메리츠화재가 암과 뇌혈관 질환, 심장 질환을 집중 보장하는 ‘무배당 메리츠 3대질병보장보험1504’(사진)를 출시했다. <br/><br/>이 상품은 업계 최초로 3대질병에 대해 진단 및 입원, 수술, 요양 등 치료 3단계로 구분해 단계별로 종합 보장한다. 암, 뇌졸중, 심근경색 등 3대 질병은 진단 시 최고 5000만 원, 사망 시 최고 1억 원을 보장한다. 3대질병 입원비는 입원 첫날부터 180일까지로 보장을 확대했다. 기존 5대고액치료비암진단비를 16대특정암진단비로, 30대질병수술비를 최대 300만원 한도로 보장한다.<br/><br/>메리츠화재는 질병의 치료 3단계인 진단 및 입원, 수술, 요양을 종합 보장하기 위해 뇌졸중 및 급성심근경색증에 대한 ‘입원일당·수술비’ 신위험률을 개발했다. <br/><br/>이는 치료 후 생활자금이 필요한 암과 발병 후 후유증으로 평균입원기간이 길어지는 뇌혈관 및 심장 질환의 특성을 반영한 것이다.<br/><br/>보험료 납입면제를 3대질병 외에 상해 및 질병으로 인한 50% 이상 후유장해 시까지로 확대했다. 보험료 할증제도를 통해 기존 19개 질병에서 총 160여 개에 이르는 질병에 대해 인수가 가능하도록 대상 질병을 늘렸다. 할증담보 대상특약도 기존 3대질병진단비에서 질병후유장해 및 2대질병에 대한 사망, 수술, 일당까지 넓혔다. <br/><br/>메리츠화재 관계자는 “<span class='quot0'>국내 성인 2명 중 1명은 3대질병으로 인해 사망하지만 보험가입률은 절반에 못 미치고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>수술 후에도 충분한 치료를 위해 발병에서 요양까지 종합보장하는 상품을 업계 최초로 출시하게 됐다</span>”고 말했다.

언론사: 문화일보-1-412.txt

제목: 인스턴트 식품 먹으면 위암확률 4배 증가  
날짜: 20150414  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150414100000009  
본문: 식품 첨가물·염분 함유 많아… 스트레스 못 풀어도 4.48배<br/><br/> 인스턴트 식품을 먹으면 위암에 걸릴 확률이 4배 이상 증가한다는 연구 결과가 나왔다.<br/><br/>14일 대한보건협회에 따르면 유양경 군산대 간호학과 교수가 위암 환자 103명과 일반 성인 141명의 생활습관을 비교 분석한 결과 인스턴트 식품을 조금이라도 먹는 사람은 인스턴트 식품을 전혀 먹지 않는 사람보다 위암에 걸릴 확률이 4.37배 증가했다. 질산염 등이 위암 발생을 증가시키는데, 이는 방부제와 착색료 등 인스턴트 식품의 첨가물에 많이 포함돼 있다. 또 인스턴트 식품에 많은 염분도 위암과 연관성이 있는 것으로 알려졌다.<br/><br/>스트레스와 운동부족, 음주횟수도 위암 발생의 위험요인으로 꼽혔다. 조사 결과 평소 스트레스 해소를 잘하지 못하는 사람은 그렇지 않은 사람보다 위암에 걸릴 확률이 4.48배 높았다. 스트레스는 면역체계에 필요한 단백질의 합성을 방해해 면역력을 감소시켜 암 발생을 증가시키는 탓이다. 규칙적인 운동을 하지 않는 사람도 규칙적인 운동을 하는 사람보다 위암 발병 확률이 1.95배 높았다. 또 음주횟수가 월 1회 증가할 때마다 위암에 걸릴 확률은 1.05배 증가하는 것으로 분석됐다.<br/><br/>이외에도 위암 환자는 건강한 일반인에 비해 육류를 탈 정도로 익혀 먹으며, 식사습관이 불규칙하고, 뜨거운 음식을 선호한 것으로 분석됐다.<br/><br/>반면, 수분 및 커피 섭취량, 외식 빈도, 육류 섭취 빈도 등에서는 위암 환자와 일반인 간의 차이가 거의 나타나지 않았다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-413.txt

제목: 인스턴트 식품 먹으면 위암확률 4배 증가  
날짜: 20150414  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150414100000111  
본문: 식품 첨가물·염분 함유 많아… 스트레스 못 풀어도 4.48배<br/><br/> 인스턴트 식품을 먹으면 위암에 걸릴 확률이 4배 이상 증가한다는 연구 결과가 나왔다.<br/><br/>14일 대한보건협회에 따르면 유양경 군산대 간호학과 교수가 위암 환자 103명과 일반 성인 141명의 생활습관을 비교 분석한 결과 인스턴트 식품을 조금이라도 먹는 사람은 인스턴트 식품을 전혀 먹지 않는 사람보다 위암에 걸릴 확률이 4.37배 증가했다. 질산염 등이 위암 발생을 증가시키는데, 이는 방부제와 착색료 등 인스턴트 식품의 첨가물에 많이 포함돼 있다. 또 인스턴트 식품에 많은 염분도 위암과 연관성이 있는 것으로 알려졌다.<br/><br/>스트레스와 운동부족, 음주횟수도 위암 발생의 위험요인으로 꼽혔다. 조사 결과 평소 스트레스 해소를 잘하지 못하는 사람은 그렇지 않은 사람보다 위암에 걸릴 확률이 4.48배 높았다. 스트레스는 면역체계에 필요한 단백질의 합성을 방해해 면역력을 감소시켜 암 발생을 증가시키는 탓이다. 규칙적인 운동을 하지 않는 사람도 규칙적인 운동을 하는 사람보다 위암 발병 확률이 1.95배 높았다. 또 음주횟수가 월 1회 증가할 때마다 위암에 걸릴 확률은 1.05배 증가하는 것으로 분석됐다.<br/><br/>이외에도 위암 환자는 건강한 일반인에 비해 육류를 탈 정도로 익혀 먹으며, 식사습관이 불규칙하고, 뜨거운 음식을 선호한 것으로 분석됐다.<br/><br/>반면, 수분 및 커피 섭취량, 외식 빈도, 육류 섭취 빈도 등에서는 위암 환자와 일반인 간의 차이가 거의 나타나지 않았다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-414.txt

제목: “옌볜大서 시작한 연구, 서울大서 마무리했네요”  
날짜: 20150413  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150413100000080  
본문: 美 암학회 ‘젊은 과학자상’ <br/>조선족 국비 장학생 초청돼<br/><br/>“<span class='quot0'>세계 최고 수준의 대학에서 좋은 지도교수 아래서 연구하다 보니 새로운 것을 발견하게 된 듯 싶습니다.</span>” <br/><br/>박연옥(사진) 서울대 약대 종양미세환경 연구센터 연구원이 오는 18일 미국 필라델피아에서 열리는 ‘미국암학회 연례 학술대회(AACR) 2015’에서 젊은 과학자상(Scholar-in-Training)을 받는다. <br/><br/>그는 13일 “<span class='quot0'>연구수준이 세계에서 1∼2위로 평가받는 서울대 약대에서 서영준 교수님의 지도를 받은 덕분에 상을 받게 된 것 같다</span>”며 겸손해했다. 박 연구원은 조선족 부모 사이에서 태어나 옌볜(延邊)대에서 석사를 마친 조선족으로 정부 초청 국비 장학생 프로그램을 통해 서울대 약대에서 서 교수의 지도를 받고 있다. 그가 수상하는 젊은 과학자상은 세계 최고 권위의 학회에서 주는 상이다. 서 교수는 “<span class='quot1'>미국 암학회는 모든 암 전문가들이 최고로 치는 학회이며 특히 젊은 과학자상은 일반적으로 포스트닥(박사과정 후 연구원)이나 대학병원의 수련의사에게만 주는 상이었는데, 박사과정을 밟고 있는 연구원에게 주는 것은 이례적</span>”이라며 “<span class='quot1'>또 상을 받은 것뿐 아니라 해당 논문은 이번 학회에서 발표 대상으로도 채택됐다</span>”고 전했다.<br/><br/>박 연구원은 ‘헬리코박터 파일로리에 유도된 인산화를 통한 위암 세포의 미토파지 촉진’이라는 연구 논문으로 상을 받는다. 위암이 생기는 과정에서 암을 일으키는 단백질의 새로운 신호 전달 양식을 관찰한 논문이다. 헬리코박터 파일로리균은 위암의 주요 원인으로 추정되지만, 아직 이 균이 위암과 어떻게 연결돼 있는지는 과학적으로 밝혀지지 않은 상태다. 그는 “<span class='quot1'>이번 연구는 현상을 관측한 것으로 아직 어떻게 관여하는지는 실험을 하지 못했다</span>”며 “<span class='quot1'>앞으로 헬리코박터 파일로리균의 주요 메커니즘을 밝히고 싶다</span>”고 말했다. <br/><br/>그는 “<span class='quot1'>옌볜대에서 석사를 마치면서 실험이 재미있어서 연구를 해왔는데 한국에까지 오게 됐다</span>”며 “<span class='quot1'>좋은 기회를 얻은 만큼 헬리코박터 파일로리균에 대한 연구를 더 열심히 하겠다</span>”고 말했다.<br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-415.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>건축물·그린벨트 심의 등 ‘막강 권한’  
날짜: 20150413  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150413100000074  
본문: 도시계획위원회는 개발행위의 허가와 그린벨트의 지정·해제 등 기업의 설비투자에 큰 영향을 미치는 안건들을 심의하고 행정부에 조언하는 권한을 지니고 있다. 행정부가 이들 안건을 통과시키는 과정에서 위원회 심의를 반드시 거치기 때문에 심의 결과가 기업활동에 직·간접적으로 영향을 줄 수밖에 없는 구조다. <br/><br/>13일 국토교통부 등에 따르면, 도시계획위원회는 지난 1950년 대통령령으로 제정된 도시계획위원회 규정에 따라 설치됐다. 이후 1962년 도시계획법에 의해 도시계획에 관한 사항을 조사·심의하기 위한 기구로서 경제기획원에 정부 및 민간위원들로 구성된 중앙도시계획위원회가 만들어졌다. <br/><br/>2002년 ‘국토의 계획 및 이용에 관한 법률’이 제정된 후 중앙정부인 국토교통부엔 중앙도시계획위원회, 도시계획에 대한 지방의 역량을 강화하고 계획 권한을 위임하기 위해 광역자치단체인 시·도에는 16개 시·도 도시계획위원회, 기초자치단체에는 230개 시·군·구도시계획위원회가 설치됐다. <br/><br/>위원회의 가장 큰 권한은 개발행위의 허가에 대한 심의다. 건축물을 짓거나 공작물의 설치, 토지의 형질변경, 토석의 채취를 위해선 ‘국토의 계획 및 이용에 관한 법률’에 의해 지방자치단체장의 허가가 필요한데, 허가에 영향을 미치는 조사와 심의를 지방정부의 도시계획위원회가 담당한다. 개발제한구역(그린벨트)의 지정 또는 해제 안건의 심의도 위원회의 몫이며 이들 안건에 대한 지방자치단체의 자문역할도 하고 있다.<br/><br/>토지의 투기적인 거래가 성행하거나 땅값이 급격히 상승하는 지역에서 토지거래계약 체결 때 허가를 받도록 하는 ‘토지거래허가구역’의 지정도 ‘국토의 계획 및 이용에 관한 법률’에 따라 국토교통부 장관이 도시계획위원회의 심의를 거쳐 지정하도록 돼 있다. <br/><br/>노기섭 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-416.txt

제목: <산업강국 도약의 조건, 사업재편>무인車·지능형 로봇·드론 등 기존사업 연관·확장에 ‘무게’  
날짜: 20150410  
기자: 오승훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150410100000161  
본문: 자율주행 자동차, 증강현실(VR), 3차원 의료, 사물인터넷(IoT), 드론, 지능형 로봇…. <br/><br/>정보기술(IT) 기업들이 가까운 미래에 꽃피울 것으로 판단해 투자·육성 중인 사업부문은 기존 기술·사업과의 연관성과 확장성에 초점이 맞춰져 있다.<br/><br/>10일 관련업계에 따르면 최근 주요 IT기업들은 상용 시장이 열리고 있는 VR에 꽂혀 있다. 눈 앞의 현실을 3차원으로 보여주는 기술이다. 구글의 ‘구글 글라스’, 마이크로소프트의 ‘홀로렌즈’, 삼성전자의 ‘기어 VR’, 소니의 ‘프로젝트 모피어스’ 등은 아직 초기 형태의 헤드셋 기기들이다. 엔터테인먼트뿐만 아니라 산업용까지 VR의 활용분야를 넓혀가려면 통신수단, 디스플레이 방식, 용량, 적용 분야 등의 개발 영역이 블루오션으로 남아있다. 애플과 페이스북도 뛰어들었다.<br/><br/>자동차가 주변 상황을 판단해 스스로 달리는 자율주행차 사업은 글로벌 자동차 업체들이 주도하고 있으나, 센서·카메라·운영프로그램 등에서 앞선 IT업계도 만만치 않은 경쟁자가 되고 있다. 애플의 무인 전기차 개발 프로젝트 ‘타이탄’, 구글의 시험주행차인 ‘구글차’ 등이 대표적이다. 차량과 외부의 정보·콘텐츠 연결에 기술력을 가진 이동통신업계도 자율주행차 시대의 한 축으로 뛰어들고 있다. 구글은 조립식 자동차 회사인 OS비이클도 인수해 조립식 전기차 사업에 뛰어들 것이라는 전망도 있다.<br/><br/>의료분야에도 IT업계의 진출이 활발하다. 구글은 수술용 로봇을 개발 중이다. 이를 위해 제약 회사인 존슨앤드존슨의 자회사로 수술 기기를 생산하는 에디콘과 제휴했다. 빅데이터를 활용한 수술 신기술 개발은 물론 이미지, 센서 기술을 수술기기에 접목하는 연구가 진행 중이다. 암 세포를 탐지하는 알약 개발도 진행되고 있는 것으로 알려졌다.<br/><br/>미국 실리콘밸리에선 인공지능(AI) 개발관련 기업에 대한 투자가 붐을 형성하고 있다. 뇌과학과 IT산업의 만남이다. 예측 분석 솔루션업체 콘텍스트 렐러번트, 인지학습능력 소프트웨어업체인 바이캐리어스 등이 거액의 투자 유치에 성공했다. <br/><br/>이들의 기술이 의료, 교육, 국방, 재무분석 등의 분야와 결합돼 창출할 수 있는 시장은 그야말로 무궁무진하다는 게 관련 업계의 판단이다. <br/><br/> 오승훈 기자 oshun@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-417.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>팽창형 보형물 삽입술의 일석이조  
날짜: 20150409  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015040910016907962  
본문: 56세 C 씨. 5년 전에 우연히 검진에서 전립선 특이항원(psa) 수치가 12로 높게 나왔다고 통보를 받았다. 암이 의심되나 비대증이나 염증이 있어도 높게 나올 수 있다고 하여 우선 염증과 과비대증에 대한 약물 치료를 3개월 동안 받았다. 그후 다시 검사해도 수치가 떨어지지 않았다.<br/>조직검사를 권해서 받아보니 글리아슨 스코어 7의 악성 전립선암으로 진단됐다. 전이 여부를 알아보기 위해 실시한 자기공명영상(MRI)이나 뼈 동위원소 검사에서 암전이 소견은 없었고, 암 전문 의사와 상담하게 되었다 . <br/>“<span class='quot0'>초기암이니 근치적 전립선 절제술을 받는 게 좋겠습니다.</span>”<br/>“저는 아무 증세가 없고 불편한 것도 없는데 꼭 수술을 받아야 하나요? 수술 안 하고 다른 치료법은 없을까요?”<br/>“글쎄요. 전립선 암은 비교적 순하게 천천히 진행되므로 수술하지 않고 적극적 관찰요법으로 psa 수치를 철저히 관찰하면서 두고 보는 방법을 권하는 의사도 있습니다. 질적인 삶을 유지할 수 있고 생존율에도 별차이가 없다고 주장하는 설입니다. 그러나 한번뿐인 생명을 담보로 모험하실 수 있겠습니까? 수술 시기를 놓치면 완치는 어렵고 나중엔 증세에 따른 보조적인 치료만 받는 것입니다.”<br/>“<span class='quot0'>수술받으면 남성기능이 다 망가지고 기저귀를 차야 한다고 하던데요?</span>”<br/>“예, 그 두 문제가 수술 후 생길 수 있는 가장 중요한 합병증이지요. 최근 로봇 수술로 정밀하게 성신경과 혈관들을 잘 보존시키고 있어 발기 기능을 최대한 보존시킵니다. 처음엔 요실금이 생기기도 하나 대부분 일년 이내에 소실됩니다.”<br/>고민하며 망설이던 C 씨는 가족과 상의를 하고 수술받기로 결심했다. 이렇게 하여 유명 대학병원에서 로봇을 이용한 근치적 수술을 받았다. <br/>하지만 C 씨는 수술 후 원치 않는 요실금이 생겨 기저귀를 차야 했다. 또 남성도 전혀 신호가 안 오고 반응이 없다. 오직 암에서 완치됐다는 것만으로 위안을 삼았다. 이렇게 말 못할 고민이 5년이나 계속되었다 .<br/>우연한 기회에 필자의 본 칼럼을 접하게 된 C 씨는 필자를 찾아왔다. C 씨는 팽창형 보형물 삽입 수술을 받게 됐다.<br/>국소마취로 삽입 수술을 끝내고 2시간 만에 요도 카테터를 제거하고 바로 걸어보라고 했다. 요실금이 나타나지 않자 환자는 놀라는 표정이다. <br/>“아직 수술 후라 요도 주위가 부어서 요실금이 잠시 없어진 것입니다. 부기가 가라 앉으면 요실금이 다시 나타날 겁니다. 그러나 앞으로 그곳을 팽창시켜 요도 내압을 올려주면 요실금이 치료됩니다.”<br/>“<span class='quot0'>그런데 발기 상태라 불편하지 않겠어요?</span>”<br/>“아니요. 요실금이 좋아지니 기분이 좋고 또한 남성이 살아나니 제가 다시 살아나는 기분입니다.” <br/>“<span class='quot0'>꼭 필요할 때는 이렇게 팽창시켜 놓으시고 집에서 쉴 때나 주무실 때는 풀어놓으시면 됩니다.</span>”<br/>일석이조의 효과를 확인한 C 씨, 이제 오랜만에 부인을 위로해 줄 희망에 부풀어 있다. <br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-418.txt

제목: <세상 만사-나라 밖>암환자·가족 비행기서 쫓겨나  
날짜: 20150409  
기자: 인지현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150409100000075  
본문: ○…미국의 알래스카항공이 암 환자와 그 가족을 비행기에서 쫓아낸 사실이 알려져 비난이 쏟아지고 있다. 다발성 골수종 환자인 엘리자베스 세드웨이(51)는 남편, 두 아들과 함께 하와이에서 휴가를 보낸 뒤 8일 하와이 공항에서 새너제이로 가는 알래스카항공 여객기에 올랐다. 그런데 세드웨이가 마스크를 낀 것을 본 항공사 직원이 “혹시 도움이 필요하냐”고 물었고, 세드웨이는 처음에 “필요 없다”고 답했다가 두 번째로 같은 질문을 받고는 “<span class='quot0'>몸이 아파서 탑승하는 데 시간이 조금 더 필요할지도 모르겠다</span>”고 말했다. 이에 항공사 직원은 의사를 불렀고 다른 직원이 와서 “<span class='quot1'>비행기를 타도 괜찮다는 의사의 비행 허용 진단서가 없으면 비행기를 탈 수 없다</span>”며 비행기에서 내릴 것을 요구했다.<br/><br/> 인지현 기자 loveofall@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-419.txt

제목: 한국, 줄기세포치료제 임상시험 ‘세계 2위’  
날짜: 20150407  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150407100000113  
본문: 우리나라의 줄기세포치료제 개발이 미국에 이어 세계에서 두 번째로 활발한 것으로 분석됐다.<br/><br/>7일 식품의약품안전처 산하 식품의약품안전평가원이 발표한 ‘줄기세포치료제 개발 및 규제 동향 2014’에 따르면 1998년부터 2014년까지 미국 임상등록 사이트(www.clinicaltrials.gov)에 등록된 1215건의 줄기세포치료제 연구 중 제품 개발을 위해 진행하는 임상시험 277건을 분석한 결과 우리나라 임상건수는 39건으로 미국 135건 다음으로 많았다. 이어 중국(25건), 스페인(21건), 이스라엘·인도(각 13건), 독일·파나마(각 7건), 영국·말레이시아(각 4건), 일본(1건) 등의 순이었다. 미국 국립보건원(NIH)은 미국 안팎에서 이뤄지는 줄기세포 임상시험 정보를 이 사이트에 등록·관리하고 있다.<br/><br/>전 세계 줄기세포 임상시험을 대상 질환별로 구분해보면 심장 관련(51건), 신경(48건), 정형외과(29건), 소화기(26건), 면역(21건), 암(20건), 혈관(20건), 안과(12건) 등의 순이다. 우리나라는 척추 손상 등 신경(9건), 크론병(만성 염증성 장 질환) 등 소화기(6건), 퇴행성 관절염 등 정형외과(5건), 이식편대숙주병·아토피·두경부암 등 면역·피부·암(각 3건) 등의 순으로 개발이 많이 진행되고 있다.<br/><br/>반면 미국의 경우 심장 관련(39건) 임상이 가장 많았고 이어 신경(22건), 암(13건), 혈관(10건), 면역·소화기(각 8건) 등의 순이었다.<br/><br/>세포의 종류는 특정세포 또는 조직 분화가 가능한 성인 중간엽줄기세포 연구가 190건으로 가장 많았다. 그다음으로는 혈액 구성성분으로 분화가 가능한 조혈모줄기세포(35건), 신경세포로 분화되는 신경줄기세포(11건) 등이다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-420.txt

제목: 신규입주전에 꼭 ‘베이킹 아웃’ 환기는 자주… 온도·습도 유지  
날짜: 20150407  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150407100000100  
본문: 벤젠·톨루엔·포름알데히드… 호흡기질환·심장병·癌 유발<br/><br/>‘아토피’땐 3년넘은 집 거주… 산세비에리아 등 식물 효과<br/><br/>최근 봄 이사철이기도 하지만 치솟는 전셋값으로 인해 집을 사는 사람들이 늘어나면서 아파트 분양시장이 호조를 보이고 있다. 이 가운데 집을 사는 사람이든, 전·월세로 이사를 준비하는 사람이든 이사를 준비할 때 꼭 고려해야 하는 게 가격이나 위치만은 아니다. ‘새집증후군(Sick House Syndrome or Sick Building Syndrome)’ 에 대한 점검도 필수다. 새 집이 아니어도 내부를 보수하거나, 리모델링한 주택이라면 새집증후군이 나타날 수 있다. 조성용 순천향대 구미병원 직업환경의학과 교수는 “<span class='quot0'>특히 가족 중에 노약자나, 알레르기에 민감한 사람이 있다면 사전에 꼼꼼히 확인하고 대비해야 한다</span>”고 말했다. 새집증후군은 새 집이나 수리한 집으로 이사한 뒤에 이전에 없었던 천식, 알레르기성 비염, 아토피성 피부염, 만성 두드러기 등의 알레르기성 질환이 나타나는 현상을 일컫는다. 알레르기 질환이 아니라 눈, 코, 목의 자극이나 두통 등이 나타나기도 한다. <br/><br/>새집증후군의 주요 원인 물질로는 벤젠, 톨루엔, 포름알데히드 등의 휘발성 유기화합물(VOCs·Volatile Organic Compounds)이다. 주로 건물의 신축이나 보수에 사용되는 페인트, 절연제, 접착제, 바닥재 등의 건축자재나 가구 등에서 방출된다. 일반적으로 포름알데히드 농도가 0.04PPM일 때 아토피성 피부염이나 신경조직에 자극을 일으키는데, 사람은 이보다 높은 수치인 0.05∼0.1PPM의 농도에서야 화학물질 냄새를 느끼게 된다. 자신도 모르는 사이에 오랜 기간 노출되면 호흡기질환은 물론 심장병, 암 등의 질병으로 나타날 수도 있다.<br/><br/>새집증후군을 예방하는 가장 손쉬운 방법은 환기를 자주 하는 것이다. 하루에 30분 이상 자주 창문을 열어 환기를 시키면 오염된 공기를 밖으로 배출할 수 있다. 외출할 때 환기구를 열어 두거나 욕실이나 주방의 환풍기를 틀어 놓는 것도 방법이다. 새 아파트를 분양받았다면 입주 전에 베이킹 아웃(Baking out)을 실시한다. 베이킹 아웃은 2∼3일간 가구, 수납장의 문을 모두 열고, 창을 모두 닫은 상태에서 난방을 5∼6시간 한 후, 환기를 시키는 것이다. 모든 문을 닫았다가 일정 시간 뒤 현관문까지 모두 여는 것을 반복하면 된다. 입주한 뒤에도 하루 30분 이상 세 차례 정도 환기를 시키는 것이 좋다.<br/><br/>적정 실내 온도와 습도를 유지하는 것도 중요하다. 코, 눈, 목 등의 점막이 자극되는 증상은 온도가 높을수록, 습도가 낮을수록 심해진다. 특히 포름알데히드의 경우 습도와 온도가 올라갈수록 방출량이 많아지기 때문에 지나친 난방 및 가습은 피하는 것이 좋다. 겨울철에는 실내 온도를 18∼21도, 습도는 30∼40%를 유지하는 것이 좋다.<br/><br/>리모델링을 하거나 새 가구를 들여놓을 때는 친환경 마크 인증을 받은 가구나 건축자재를 사용하는 것도 좋다. 또 각종 화학물질이 함유된 방향제나 스프레이도 사용을 자제하는 것이 도움이 된다. 공기청정기를 적절히 활용하는 것도 방법이다. <br/><br/>새 집이나 인테리어를 새로 한 집은 3년 정도 지나야 화학물질이 문제 되지 않을 정도로 줄기 때문에 아토피가 있는 사람은 되도록 새집보다는 지은 지 3년 이상 된 집을 선택하는 것이 현명하다. 국립환경과학원에 따르면 포름알데히드는 톨루엔, 에틸벤젠과 같은 휘발성 유기화합물에 비해 상대적으로 분해 속도가 느리며, 계절에 따른 온·습도의 영향을 많이 받아 새 아파트의 경우 입주 1년 후에도 초기 농도의 약 80%까지 남아 있기 때문이다. 이 밖에도 집안에 공기 속 오염물질을 흡수해 분해할 수 있는 산세비에리아, 디펜바키아, 앤슈리엄, 크로톤 등의 식물을 들여놓는 것도 새집증후군을 줄일 수 있는 방법이다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-421.txt

제목: “음주에 대한 경각심 부족 가장 큰 문제”  
날짜: 20150407  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150407100000152  
본문: “<span class='quot0'>우리나라는 보건의료 분야 인프라가 잘 갖춰져 있지만, 아직도 만성질환에 대한 경각심은 많이 부족한 편입니다.</span>”<br/><br/>7일 ‘제43회 보건의 날’을 맞아 정부로부터 국민훈장 무궁화장을 받은 신영수(사진) 세계보건기구(WHO) 서태평양지역 사무처장은 우리나라의 보건수준을 평가해달라는 질문에 이같이 답했다. 신 사무처장은 “<span class='quot1'>한국은 그동안 경제뿐 아니라 보건의료도 발전해 후진국에 선망의 대상이었다</span>”며 “<span class='quot1'>하지만 우리나라의 성인 당뇨 유병률은 10%까지 증가하는 등 고지방·고열량 식습관을 가진 서구의 유병률 수준으로 높아졌고, 사회적으로도 음주와 흡연 등 만성질환과 관련된 요인에 대해 너무 관대하다</span>”고 말했다. <br/><br/>그는 특히 음주에 대한 인식개선을 주문했다. 신 사무처장은 “<span class='quot1'>흡연은 최근 금연운동 등 사회 제도적으로 개선되고 있지만, 음주에 대한 인식은 우려할 정도로 경각심이 떨어진다</span>”며 “<span class='quot1'>특히 드라마 등 매체를 통해 과음하는 장면이 자주 나오는 점은 개선해야 할 것</span>”이라고 지적했다.<br/><br/>WHO 서태평양지역의 현재 화두도 ‘만성질환’이다. 전 세계 인구의 25%(17억 명)를 차지하는 서태평양지역의 건강을 책임지고 있는 신 사무처장은 “<span class='quot1'>과거와 달리 중국을 비롯한 많은 나라가 경제발전을 이뤄내, 전염병 위주의 정책이 만성질환 정책 중심으로 변화하고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>이미 아시아 태평양 지역 사망원인의 80%가 당뇨·고혈압·암 등 만성 퇴행성 질환</span>”이라고 말했다. 그는 “<span class='quot1'>이들 질병은 움직이지 않는 생활습관이나 과식을 비롯해 공해·환경 등 산업 발달에 따른 사회 편의성에서 온다</span>”며 “<span class='quot1'>이런 문제를 해소하기 위해 각국 정부와 힘을 합쳐 대응할 수 있도록 노력하고 있다</span>”고 말했다. 신 사무처장은 “<span class='quot1'>올해 보건의 날 주제인 ‘건강한 식습관’도 만성질환 예방법 중 하나</span>”라며 “<span class='quot1'>국민들의 많은 관심과 호응이 필요하다</span>”고 말했다. <br/><br/>각종 자연재해도 WHO의 보건 현안 중의 하나다. 신 사무처장은 “<span class='quot1'>전 세계 태풍, 지진 등의 재난은 아시아 태평양 지역에서 40%가량이 발생하고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>이를 어떻게 적절하게 대비하고 발생 시 신속하게 대응할 수 있는지가 큰 화두</span>”라고 말했다. 또 에볼라 바이러스 등 신종 전염병이 발생했을 때 신속하게 대처할 수 있는 방어체계 구축도 WHO의 새로운 과제로 떠올랐다고 덧붙였다. 신 사무처장은 보건의료교육과 제도를 연구한 서울대 의대 교수 출신으로 2009년부터 필리핀 마닐라에 있는 WHO 서태평양지역 사무처에서 사무총장으로 재임하고 있다. <br/><br/>한편, 보건복지부는 이날 정부세종청사에서 보건의날 행사를 열고 신 사무처장을 비롯해 원희목 대한약사회 자문위원에게 약사제도 발전에 기여한 공로로 국민훈장 모란장을, 미국인으로서 우리나라의 간호교육을 개척했던 고(故) 마거릿 제인 에드먼즈에게 국민훈장 동백장을 추서하는 등 보건의료인 및 공무원 229명과 3개 기관에 대해 시상했다. <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-422.txt

제목: 롯데손해보험, 암 진행단계별로 보험금 차등 지급 … 최대 1억3000만원  
날짜: 20150406  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015040610016866489  
본문: 암의 진행단계별로 보험금을 최대 1억3000만 원까지 지급하는 롯데손해보험의 ‘롯데 안심건강 암보험(사진)’이 주목을 받고 있다. 이 상품은 암의 진행단계에 상관없이 같은 금액을 보장하던 기존 암보험과 달리 암 진행단계에 따라 보험금을 차등 지급한다. 특히 치료비 부담이 큰 특정 암(간암, 폐암, 백혈병, 뇌암, 골수암 등) 진단 또는 4기 암 진단을 받을 경우 일반 암 진단비 포함, 최대 1억3000만 원의 진단비를 담보한다.<br/>15세부터 65세까지 가입할 수 있고 기존 암보험 가입자의 보장 강화 요구를 반영해 100세 만기 보장 외에 10년, 20년 만기를 추가했다. 1종은 100세 만기로 10년 납∼30년 납 중 5년 단위로 납부 기간을 선택할 수 있다. 2종 정기보장형은 10년 납 혹은 20년 납으로 구성됐다.<br/>또 암 발병 시 지속적인 건강관리와 검진으로 인한 지출 및 소득 상실에 따른 경제적 위험이 크다는 점을 고려해 가족을 위한 생활자금을 5년간 매월 지급하도록 구성했다. 암 진단에 따른 치료비뿐만 아니라 치료 후 건강관리 및 소득보전 기능도 갖추고 있다. 암 진단을 받으면 보장보험료가 납부 면제돼 보험료 부담을 덜 수 있는 장점도 있다. 이뿐만 아니라 상해 또는 질병으로 80% 이상 후유장해가 발생했을 경우 앞으로 내야 할 보험료는 물론 그동안 냈던 보험료까지 지원해 주는 특약으로 고객이 상해 및 질병 때문에 보험료를 내지 못해 해지되는 상황을 대비하도록 했다.

언론사: 문화일보-1-423.txt

제목: <밀라노에 가는 ‘K-푸드’>된장 숙성중 항암물질 생성… 日된장 보다 조선된장 우수  
날짜: 20150406  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150406100000164  
본문: 몇 해 전 미국의 한 의학논문집에 된장에 발암물질이 있다는 연구결과가 실려 주목을 받은 적이 있다. 당시 연구내용에 따르면 메주를 띄울 때 끼는 푸른 곰팡이가 ‘아플라톡신’이라는 발암물질을 만들어낸다는 것이다. 그러나 이 학설은 곧 맞지 않는 것으로 결론났다. <br/><br/>메주를 띄울 때 발암물질인 아플라톡신이 생기는 것은 맞다. 메주를 건조시킬 때 생기는 하얗고 검은 곰팡이가 그것이다. 그러나 우리 선조들은 메주를 담글 때 메주를 소금물에 넣어 곰팡이를 솔로 문대어 씻어냈다. 그러고도 남는 곰팡이들은 장이 발효될 때 다 없어진다. 또 장독에 넣는 숯은 발암물질을 없애는 기능이 있다. 이렇게 해서 숙성된 된장에는 발암물질이 하나도 남아있지 않게 된다. 오히려 숙성과정에서 된장에는 항암물질이 생성된다. <br/><br/>일본국립암센터의 연구 결과에 의하면 콩이나 된장에 포함된 ‘제니스타인’이라는 물질이 암 발생을 억제할 가능성이 높다고 한다. 도쿄 농대의 와타나베 교수는 암 예방을 위해서는 식사 때마다 된장국을 한 그릇씩 먹으면 좋다고 말한다. 그리고 이 된장국에 역시 암 예방 효과가 있는 채소, 마늘이나 버섯을 넣으면 그야말로 최고의 항암된장국이 된다는 것이다. 또 된장에 들어있는 지방 성분은 대부분 불포화지방산이어서 콜레스테롤 함유량이 낮고, 콜레스테롤이 체내에 축적되는 것을 막아 원활한 혈액순환을 돕는다.<br/><br/>한편 조선 재래된장과 일본식 된장, 그리고 공장에서 만든 된장으로 항암효능을 검사한 결과 조선 재래 된장이 항암효과가 제일 뛰어나다는 결과가 나왔다. 이것은 장 제조과정에 숨겨진 기막힌 과학 때문이다.

언론사: 문화일보-1-424.txt

제목: ‘2015 호암상’ 나노과학 대가 등 5명  
날짜: 20150402  
기자: 박준희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150402100000067  
본문: ‘나노과학의 대가’ 천진우(53·연세대 언더우드 특훈교수) 박사와 ‘말라위의 나이팅게일’ 백영심(53) 간호사 등 5명이 ‘2015년도 제25회 호암상 수상자’로 확정됐다.<br/><br/><br/><br/>호암재단은 올해 호암상 수상자로 과학상에 천 박사와 사회봉사상에 백 간호사를 선정한 것을 비롯해 공학상에 김창진(57·미 UCLA 교수) 박사, 의학상 김성훈(57·서울대 교수) 박사, 예술상 김수자(58) 현대미술작가 등 5명을 선정했다고 2일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>천 박사는 나노과학을 의학 분야와 성공적으로 접목, 진보적 융합과학 연구분야를 개척했다. 또 김창진 박사는 나노(1나노미터=10억 분의 1m) 사이즈의 바늘 구조 표면을 개발해 더 작은 에너지로 동작 가능한 제품 상용화에 기여하는 기술 기반을 마련했다. 김성훈 박사는 암 억제 단백질들을 발견함으로써 새로운 항암제 개발의 가능성을 제시했으며 김 작가는 독창적 예술세계를 구축해 뉴욕을 기반으로 전 세계에서 활약하고 있는 현대미술작가다. <br/><br/><br/><br/>또 백 간호사는 ‘말라위의 나이팅게일’로 평가받는 인물이다. 수상자들은 상장과 메달(순금 50돈), 3억 원의 상금을 받게 된다. 시상식은 오는 6월 1일 호암아트홀. <br/><br/><br/><br/>박준희 기자 vinkey@

언론사: 문화일보-1-425.txt

제목: 존 레넌 첫 부인, 癌으로 숨져… 아들 줄리언이 ‘추모곡’ 올려  
날짜: 20150402  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150402100000061  
본문: 비틀스의 기타리스트 존 레넌의 첫 부인인 신시아 레넌(사진 오른쪽)이 1일(현지시간) 스페인 마요르카의 자택에서 암으로 숨졌다. 75세. <br/><br/><br/><br/>신시아의 아들 줄리언(51·왼쪽)은 자신의 웹사이트와 트위터 계정을 통해 별세 사실을 알리면서 어머니를 위해 본인이 직접 가사를 쓰고 부른 노래를 담은 동영상을 올렸다.<br/><br/><br/><br/>신시아는 1957년 리버풀의 음악학교에서 존을 만나 비틀스가 명성을 얻기 직전 결혼했지만, 당시 10대 우상이었던 비틀스의 이미지를 지키고자 결혼 사실을 숨겼다. 이들은 존이 오노 요코(小野洋子)와 만나기 시작한 이후인 1968년 이혼했다. <br/><br/><br/><br/>연합뉴스

언론사: 문화일보-1-426.txt

제목: <인터넷 유머>죽으나 사나 마누라 생각  
날짜: 20150402  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150402100000135  
본문: 죽으나 사나 마누라 생각<br/><br/><br/><br/>한 남자가 암으로 죽어가고 있었다. <br/><br/><br/><br/>아들이 아버지에게 물었다. <br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>아버지, 왜 사람들에게는 왜 에이즈로 죽어가고 있다고 말씀하시는 거예요?</span>” <br/><br/><br/><br/>이에 아버지가 대답했다.<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>내가 죽고 나서 아무도 네 엄마를 건드리지 못하게 하려고 그런다.</span>”<br/><br/>인연 vs 연인<br/><br/><br/><br/>옷깃만 스쳐도 인연.<br/><br/><br/><br/>속옷을 스치면 연인? <br/><br/>참을 수 없는 유혹<br/><br/><br/><br/>보기 드문 육감적인 미녀가 산부인과를 찾았다. 의사는 환자를 보고 옷을 벗으라고 했다. <br/><br/><br/><br/>여자의 허벅다리를 만지면서 의사는 “<span class='quot0'><span class='quot0'><span class='quot0'><span class='quot1'><span class='quot1'><span class='quot1'>내가 뭘 하고 있는지 알아요?</span></span></span></span></span></span>” 하고 물었다. <br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>네, 피부에 이상이 없나 살피고 계시는 거잖아요.</span>” <br/><br/><br/><br/>“맞아요.” 다음으로 여자의 유방을 만지면서 물었다. <br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'><span class='quot0'><span class='quot0'><span class='quot1'><span class='quot1'><span class='quot1'>내가 뭘 하고 있는지 알아요?</span></span></span></span></span></span>” <br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>네, 혹이 생기지 않았나 보고 계시는 거잖아요.</span>” <br/><br/><br/><br/>마침내 의사는 환자 위로 올라가더니 묻는 것이었다. <br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'><span class='quot0'><span class='quot0'><span class='quot1'><span class='quot1'><span class='quot1'>내가 뭘 하고 있는지 알아요?</span></span></span></span></span></span>” <br/><br/><br/><br/>“그럼요, 임질균을 옮겨 받고 있는 거잖아요. 난 임질 때문에 온 거란 말이에요.”<br/><br/>짧은 치마의 위력<br/><br/><br/><br/>짧은 치마는 남자들을 매너 있게 만들어주곤 한다. <br/><br/><br/><br/>버스에서 짧은 치마 입은 여자를 앞질러 타는 남자를 본 적 있는가? <br/><br/>난센스 퀴즈<br/><br/><br/><br/>눈이 예쁜 사슴을 ‘굿아이디어’, <br/><br/><br/><br/>눈이 없는 사슴을 ‘노아이디어’라 한다면, ‘너는 센스있는 친구야’를 영어로 하 면? <br/><br/><br/><br/>정답 : 넌센스키즈

언론사: 문화일보-1-427.txt

제목: “졸속 시행” 여론에 귀 닫았던 정부… ‘USTR 공세’ 표적으로  
날짜: 20150402  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150402100000057  
본문: 美 기업들도 지속적 반발 <br/>암참 통해 환경부에 서한 <br/>결국‘무역장벽 보고서’에 <br/><br/>미국 무역대표부(USTR)가 무역장벽으로 규정한 ‘화학물질의 등록 및 평가 등에 관한 법률’(화평법)과 ‘중소기업 적합업종’은 그동안 국내 기업들이 “과도한 기업 규제”라고 줄기차게 시정을 요구해 온 것들이다. 정부가 기업들의 의견을 무시한 채 제도 시행을 강행한 결과, 국내 기업들엔 큰 부담이 됐고 국가 간 통상마찰 요인으로 떠오르게 된 셈이다.<br/><br/>2일 USTR와 관련 업계 등에 따르면 USTR는 1974년 제정된 통상법에 따라 무역장벽 보고서를 작성해 매년 3월 말 의회에 제출하고 있다. 2010년부터는 동식물 위생 및 검역(SPS)과 무역에 대한 기술장벽(TBT) 관련 사안은 국가별 무역장벽 보고서와 별도로 각각 발표하고 있다. 미국은 지난 2013년 8월 주한미국상공회의소(AMCHAM)를 통해 ‘화평법’ 개정과 관련한 건의서한을 환경부에 보낸 바 있다. 당시 서한에는 “한국에 진출한 미국 기업의 연구·개발용 화학물질에 대해 예외조항을 추가하고 기업의 영업기밀에 대한 보호조치가 필요하다”는 내용이 담겼었다. 이후 산업계에서 산발적인 우려가 나오긴 했지만, 이번 보고서엔 무역을 저해하는 기술장벽의 첫째 요인으로 규정했다. 듀폰과 다우케미컬 등 한국 내 공장을 두고 있는 미국 기업들로부터 지속적인 반발이 터져 나왔기 때문으로 보인다.<br/><br/>제도가 시행 중인 지금도 국내 제약사들을 중심으로 “화평법 규제가 과도하다”는 주장은 끊이지 않고 있다. 원료의약품을 제조할 때 필요한 물질(중간체)이 화평법 적용을 받을 경우, 모든 중간체를 환경부에 등록해야 하고, 이 물질의 연간 사용량이 1t이 넘을 경우 추가로 독성시험을 실시해야 하기 때문이다. 이렇게 되면 원료의약품의 경우, 약사법과 화평법에 중복 적용되고 산업안전보건법의 규제대상에도 포함되기 때문에 원료의약품을 제조하는 제약사들은 보고와 시험에 막대한 시간과 자금을 들여야 할 수밖에 없는 상황이다.<br/><br/>한편 동반성장위원회는 올해 하반기부터 2013년 중소기업 적합업종으로 지정된 바 있는 음식점업과 제과점업의 재지정 여부에 대한 논의 절차에 착수할 계획이지만, 착수단계에서부터 국내외에서 반발에 부딪힐 가능성이 커졌다. 제과점업은 내년 2월 29일, 음식점업은 내년 5월 31일 3년간의 적합업종 권고기간이 만료된다. USTR는 보고서에서 “<span class='quot0'>중소기업 적합업종 규정으로 인해 미국계 레스토랑 체인이 3년간 매년 5개 점포의 신규 출점만 가능했고 그나마 출점 지역도 제한을 받았다</span>”며 “<span class='quot0'>지난해엔 미국 기업들이 영향을 받을 수 있는 시스템통합(SI)업체들에 대한 규제도 이어갔는데 올해도 면밀히 들여다볼 것</span>”이라고 밝혔다. <br/><br/>노기섭 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-428.txt

제목: < His Story >무속인 정호근이 바라본 세상… “큰 돈 번 사람들이 더 많이 벌기위해 부적 · 굿 부탁”  
날짜: 20150401  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150401100000124  
본문: 무속인 정호근은 매일 오전 6시쯤 일어나 목욕재계를 하고, 신당에 모신 19위의 신들에게 옥수(玉水)를 올린 후 오전 8시부터 손님을 맞는다. 요즘 그의 신당에는 하루 20∼30명이 찾아와 절절한 사연들을 털어놓고 도움을 청한다. 그의 팬들을 비롯해 동료 배우, 유명 방송작가, 종교인 등 다양한 사람들이 그의 말에 울고 웃는다. <br/><br/>“신당을 차리자마자 선배, 동료 배우들이 찾아왔어요. 그분들의 점을 봐주면서 워밍업을 했죠. 저한테 굿을 한 연예인도 몇 돼요. 얼마 전에는 이름만 말해도 다 아는 유명 방송작가가 오셨길래 ‘신병이 걸려 무당이 되는 배역 하나 만들어달라’고 했더니 그냥 웃더라고요. 토크쇼에 출연하기 위해 대기실에 앉아 있으면 사람들이 제 주변에 몰려들어요. 또 제 팬들은 ‘배우로도 좋았는데 무속인이 되니 더 멋있다’고 하며 사인을 해달라고 해요. 전보다 인기가 많아진 것 같아요(웃음).”<br/><br/>그는 무속인이 된 후 사람들이 얼마나 사악한지 알게 됐다고 말했다. 남편이 아픈 데도 재산만 탐하려 하고, 남을 짓밟아서라도 자신이 잘 되기를 바라는 사람들을 보면 호통을 치게 된다고 했다. <br/><br/>“친정엄마와 딸이 함께 와서는 다짜고짜 ‘올해 안에 건물을 팔 수 있냐’고 묻더군요. 제가 ‘남편이 피 보는 직업이네요. 의사인가’라고 했더니 치과의사라고 하더라고요. 그래서 ‘남편이 많이 아프네. 잘 돌봐야겠어요’라고 했는데도 계속 ‘암이 걸렸는데 죽기 전에 건물을 팔 수 있냐’고 되묻더라고요. 화가 치밀어 올라서 내쫓았어요. 또 30대 여성이 들어오는데 남자가 둘이 보이더라고요. 그렇게 말했더니 ‘그래서 제 남편을 처리해야 되는데 방법을 알려주세요’라고 말하며 복채를 놓길래 ‘돈 가지고 가라’고 돌려보낸 적도 있고요.”<br/><br/>“<span class='quot0'>지푸라기라도 잡으려고 나를 찾아오는 사람들을 보며 그동안 내가 부질없이 살았다는 생각을 했다</span>”고 말하는 그는 자신의 운명을 받아들이고, 지혜롭게 살아야 한다고 강조했다.<br/><br/>“오죽하면 무당을 찾아오겠어요. 저도 미국 가족들 챙기느라 돈 버는 데 혈안이 됐었지만 그게 전부가 아니라는 걸 깨달았어요. 큰돈을 번 사람들도 많이 오는데 그 사람들은 돈을 더 벌기 위해 부적을 써가고, 굿을 해요. 그런 사람들 집안을 들여다보면 엉망이에요. 풍요 속 빈곤이죠. 자신의 일을 열심히 하고, 자식들 건강하게 잘 키우면 모든 일이 다 잘 풀리는 거예요. 마음이 편안해야 돈도 잘 들어오죠.”<br/><br/>그는 “<span class='quot0'>사람들의 화두는 결국 사랑이더라</span>”며 지금의 인연과 진실 된 사랑을 나누는 게 행복이라고 말했다. <br/><br/>“70세 할아버지도 사랑 때문에 울더라고요. 사랑하는 사람과 소원해지면 삶이 황폐해져요. 항상 새로운 사랑을 갈구하지 말고, 자신의 옆에 있는 사람에게 정성을 다해야 돼요.” <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-429.txt

제목: < His Story >무속인 정호근이 바라본 세상… “큰 돈 번 사람들이 더 많이 벌기위해 부적 · 굿 부탁”  
날짜: 20150401  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150401100000007  
본문: 무속인 정호근은 매일 오전 6시쯤 일어나 목욕재계를 하고, 신당에 모신 19위의 신들에게 옥수(玉水)를 올린 후 오전 8시부터 손님을 맞는다. 요즘 그의 신당에는 하루 20∼30명이 찾아와 다양한 사연을 털어놓고 도움을 청한다. 그의 팬들을 비롯해 동료 배우, 유명 방송작가, 종교인 등 다양한 사람들이 그의 말에 울고 웃는다. <br/><br/>“처음 신당을 차리고 선배, 동료 배우들이 찾아왔어요. 그분들의 점을 봐주면서 워밍업을 했죠. 저한테 굿을 한 연예인도 몇 돼요. 얼마 전에는 이름만 말해도 다 아는 유명 방송작가가 오셨길래 ‘신병이 걸려 무당이 되는 배역 하나 만들어달라’고 했더니 그냥 웃더라고요. 토크쇼에 출연하기 위해 대기실에 앉아 있으면 사람들이 제 주변에 몰려들어요. 또 제 팬들은 ‘배우로도 좋았는데 무속인이 되니 더 멋있다’고 하며 사인을 해달라고 해요. 전보다 인기가 많아진 것 같아요(웃음).”<br/><br/>그는 무속인이 된 후 사람들이 얼마나 사악한지 알게 됐다고 말했다. 남편이 아픈 데도 재산만 탐하려 하고, 남을 짓밟아서라도 자신이 잘 되기를 바라는 사람들을 보면 호통을 치게 된다고 했다. <br/><br/>“친정엄마와 딸이 함께 와서는 다짜고짜 ‘올해 안에 건물을 팔 수 있냐’고 묻더군요. 제가 ‘남편이 피 보는 직업이네요. 의사인가’라고 했더니 치과의사라고 하더라고요. 그래서 ‘남편이 많이 아프네. 잘 돌봐야겠어요’라고 했는데도 계속 ‘암이 걸렸는데 죽기 전에 건물을 팔 수 있냐’고 되묻더라고요. 화가 치밀어 올라서 내쫓아버렸어요. 또 30대 여성이 들어오는데 남자가 둘이 보이더라고요. 그렇게 말했더니 ‘그래서 제 남편을 처리해야 되는데 방법을 알려주세요’라고 말하며 복채를 놓길래 ‘돈 가지고 가라고’ 돌려보낸 적도 있고요.”<br/><br/>“<span class='quot0'>지푸라기라도 잡으려고 나를 찾아오는 사람들을 보며 그동안 내가 부질없이 살았다는 생각을 했다</span>”고 말하는 그는 자신의 운명을 받아들이고, 지혜롭게 살아야 한다고 강조했다.<br/><br/>“오죽하면 무당을 찾아오겠어요. 저도 미국 가족들 챙기느라 돈 버는 데 혈안이 됐었지만 그게 전부가 아니라는 걸 깨달았어요. 큰돈을 번 사람들도 많이 오는데 그 사람들은 돈을 더 벌기 위해 부적을 써가고, 굿을 해요. 그런 사람들 집안을 들여다보면 엉망이에요. 풍요 속 빈곤이죠. 자신의 일을 열심히 하고, 자식들 건강하게 잘 키우면 모든 일이 다 잘 풀리는 거예요. 마음이 편안해야 돈도 잘 들어오죠.”<br/><br/>그는 “<span class='quot0'>사람들의 화두는 결국 사랑이더라</span>”며 지금의 인연과 진실 된 사랑을 나누는 게 행복이라고 말했다. <br/><br/>“70세 할아버지도 사랑 때문에 울더라고요. 사랑하는 사람과 소원해지면 삶이 황폐해져요. 항상 새로운 사랑을 갈구하지 말고, 자신의 옆에 있는 사람에게 정성을 다해야 돼요.” <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-430.txt

제목: 공구 한양대 교수 연구팀… “난치성 유방암 완치 길 열릴 것”  
날짜: 20150331  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150331100000095  
본문: “다른 종류의 유방암에 비해 전이 및 재발률이 높고, 항호르몬 치료에 내성을 나타내는 난치성 유방암의 새로운 치료법 개발이 가능하게 돼 기쁩니다. 앞으로 표적 치료제 개발에도 성공함으로써 난치성 유방암 치료의 길을 열고 싶습니다.”<br/><br/><br/><br/>국내 연구진이 난치성 유방암인 ‘삼중음성 유방암’의 발생에 관여하고, 항 여성 호르몬 치료에 내성을 갖도록 만드는 새로운 암 유전자를 세계 최초로 발견했다. 이번 발견은 미래창조과학부의 바이오의료기술개발사업 및 일반연구자지원사업의 지원을 받은 한양대 의과대학 공구(사진) 교수 연구팀의 주도로 이뤄졌다. 이번 연구는 유방암 환자 중에 난치성인 삼중음성 유방암 환자 및 항호르몬 치료 내성 환자를 구별해내는 진단과 치료 가능성을 열어줬다는 점에서 높은 평가를 받고 있다.<br/><br/><br/><br/>공 교수는 31일 “<span class='quot0'>삼중음성 유방암 및 항호르몬 치료 내성에 대한 예후 진단과 치료 지침을 위한 진단에 바로 적용 가능할 것으로 보인다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이번 연구 결과는 의생명과학 분야의 국제 학술지인 ‘저널 오브 클리니컬 인베스티게이션(Journal of Clinical Investigation)’ 온라인판 30일 자에 게재됐다.<br/><br/><br/><br/>공 교수에 따르면 대부분의 유방암은 항호르몬 치료를 통해 비교적 쉽게 치료가 가능하지만, 이 중 20∼30%는 치료에 대한 내성이 발생한다. <br/><br/><br/><br/>특히 전체 유방암의 15∼20%를 차지하는 삼중음성 유방암은 항호르몬 치료 등 기존 치료법에 내성을 나타내고, 암 재발 및 전이가 빈번하지만 정확한 원인과 치료법 등이 알려져 있지 않았다. 연구팀은 유방암 발생 중 ‘MEL-18 유전자’의 소실이 여성호르몬 수용체를 감소시켜 삼중음성 유방암을 유발하고, 항호르몬 치료에 대한 내성을 일으키는 주요 요인이 된다는 점을 새로 밝혀냈다. MEL-18 유전자가 있는 유방암 환자들의 10년간 생존율은 98%에 가깝고, 치료 후 3년 이내 암 재발 확률도 5% 이내로 매우 낮은 반면 MEL-18 유전자가 없어진 환자는 항호르몬 치료에도 불구하고 10년간 생존율이 60%에 불과하고, 재발률도 30%가량에 불과했다.<br/><br/><br/><br/>박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-431.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>잠 잘 자야 섹스가 좋아진다  
날짜: 20150331  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015033110016801564  
본문: 최근 세계 성의학회지 3월호에 젊은 여성의 충분한 수면이 다음 날 섹스에 좋다는 논문이 보고됐다. 데이비드 박사 연구팀은 심리학 강의를 수강한 평균 20세의 젊은 대학생 171명을 대상으로 연구했다. 이들에게 피임약 사용 여부, 성 관련 개인적 고뇌, 우울증 및 불안증 관련 사항을 적게 했다. 한 달 이내에 항우울제를 복용한 병력이 있는 학생은 제외했다. 대상자 중 50%는 고정적 성 파트너가 있었다.<br/>연구팀은 대상자들에게 2주간 잠드는 데 걸린 시간, 숙면 시간, 수면 시간, 24시간 동안의 자위를 포함한 성행동, 파트너와의 섹스 욕구와 충동 정도, 피로 및 감정의 긍정적·부정적 영향 등을 설문해 결과를 분석했다. 그 결과, 여성이 한 시간 이상 수면을 더하면 다음 날 성욕과 성 충동이 증가하고 성감이 좋아져 파트너와 섹스할 기회가 14% 증가하는 것으로 나타났다. 젊은 여성에게 충분한 수면이 성 건강에 중요하다는 점을 재차 강조한 보고였다. 연구팀은 호르몬이나 수면장애의 영향이 주요 원인으로 추정된다고 했다.<br/>우리 몸에서 휴식과 잠이 얼마나 중요한가? 우리는 일생의 3분의 1을 잠을 자며 휴식을 취한다. 깨어 있는 낮에는 많은 스트레스를 안고 살아간다. 그러므로 잠을 잘 자는 것이 건강을 지키고 장수하는 비결이다. 잠은 어떤 상태일까? 잠을 잘 때는 의식은 없어지지만, 뇌 혈류량이나 산소 소모량은 깨어 있을 때에 비해 크게 저하되지 않는 상태다. 깊은 잠을 잘 때에도 뇌신경 세포 사이에 신호가 전달돼 전기 흐름이 생겨 뇌파가 나타난다. 잘 때는 아주 느린 델타파가 나타나며, 활동할 때는 빠른 베타파가 나타난다. 명상할 때는 비교적 느린 중간 정도의 알파파가 나타난다. 즉 델타파는 수면 뇌파, 알파파는 명상 뇌파, 베타파는 활동 뇌파라 할 수 있다.<br/>사람이 일상생활을 할 때는 베타파가 주로 나와서 일을 처리한다. 스트레스가 심해서 흥분하게 되면 빠른 베타파가 나타난다. 감정을 잘 조절해 마음이 편안하고 명상에 빠지면 알파파가 나온다. 이때 집중력이 좋아지고 여러 창의적인 아이디어가 떠오른다. <br/>최근 자연을 벗 삼아 걸으며 명상을 즐기는 ‘자연 숲 힐링치료’가 인기를 끌고 있다. 자연 속의 바람 소리, 새소리, 물 흐르는 소리 등은 마음과 정신을 맑고 쾌적하게 해주며 알파파가 많이 나오도록 한다. 그러므로 이러한 치료법이 스트레스를 많이 받는 암 환자의 면역력을 높여주므로 도움이 되는 것이다.<br/>깊은 잠을 잘 때는 느린 델타파가 나타나고 눈동자가 빠르게 움직이는 렘수면에서는 거의 깨어 있을 때와 비슷한 빠른 진폭의 뇌파가 나타난다. 이때 남성은 교감신경 톤이 떨어지므로 움츠러들어 있던 해면체 근육이 늘어나면서 혈액이 많이 유입되므로 야간 발기가 나타나게 된다. 발기 해면체가 산소를 공급받는 시간이다. 남성의 중요한 곳을 녹슬지 않게 재충전시키는 하나님의 섭리다. 이러한 렘수면 현상이 하룻밤에 서너 번 나타난다. 남성이 계속되는 스트레스와 수면 부족을 잘 해소하지 못하면 이러한 재충전이 안 돼 발기부전에 빠지게 된다.<br/>여성의 생식기도 남성과 똑같이 혈관계, 신경계, 내분비계의 영향을 받는다. 충분한 수면 시에 내분비 기능이 좋아져 테스토스테론, 프로게스테론, 에스트로겐 등의 성호르몬이 증가돼 성욕을 증가시키고 여성 생식기에 혈류 공급을 좋게 한다.<br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-432.txt

제목: ‘1000원 밥상’ 김선자 할머니 타계…광주시장 이례적 추모 글  
날짜: 20150319  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150319100000052  
본문: 윤장현 광주광역시장이 이례적으로 18일 작고한 한 시민을 애도하는 글을 발표했다. 제목은 ‘김선자 할머니 타계에 부쳐’이다. <br/><br/>　<br/><br/>김 할머니는 2010년 8월부터 광주 동구 대인시장에서 1000원짜리 백반 식당을 운영해온 인물로 암 투병 끝에 이날 별세했다. 그가 차린 ‘해뜨는 식당’은 1식 3찬과 된장국이 나오는 백반을 1000원에 팔아, 끼니를 거르며 시장에 채소를 팔러 온 할머니나 홀로 사는 노인들에게 한 끼 이상의 행복을 전해줬다. <br/><br/>　<br/><br/>이 식당은 김 할머니가 2012년 5월 말기 대장암 판정을 받으면서 운영이 중단됐다가 대인시장 상인들과 기업, 시민들의 도움으로 다시 문을 열기도 했다. 김 할머니는 “식당 운영을 계속 이어가 주길 바란다”는 유언을 남겼다.<br/><br/>　<br/><br/>윤 시장은 이 글에서 “할머니께서는 낮은 곳에서 ‘더불어 사는 삶’을 몸소 실천해오셨다. 젊은 시절 밥 한 공기에 마음 따뜻해지던 때를 떠올리며 가난한 이웃들과 1000원으로 마음을 나누셨다. 할머니는 ‘1000원은 이익을 남기려는 것이 아니라 부끄러워 말고 떳떳하라고 받는 돈이다’고 늘 말씀하셨다”고 회고했다. 이어 “1000원 밥상이야말로 세상에서 가장 따뜻한 밥상이요, 가장 배부른 밥상일 것이다. 할머니의 삶은 곧 ‘광주 정신’의 다른 이름이다. 남은 저희들이 그 뜻을 이어받겠다. 단 한 사람도 낙오됨 없이 더불어 살아가는 광주공동체를 건설하는 데 매진하겠다”고 다짐했다. <br/><br/><br/><br/>광주=정우천 기자 sunshine@

언론사: 문화일보-1-433.txt

제목: “전립선 질환 폭증… 국가적 관심 시급”  
날짜: 20150319  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150319100000110  
본문: “전립선암, 비대증 등 전립선 질환이 한국에서 갑자기 폭발적으로 증가해 국제학술 교류 등을 통한 발병 인과관계 연구, 데이터 축적 등 많은 노력이 필요합니다. ”<br/><br/><br/><br/>최근 정기학술대회 및 총회에서 신임 회장으로 취임한 정재일(인제대 부산백병원 연구부원장·사진) 대한전립선학회 회장은 “<span class='quot0'>전립선암 환자는 10만 명당 27명으로 10여 년 만에 3배 이상 늘어나고 40대 후반부터 발생하는 전립선 비대증도 계속 급증 추세를 보이고 있다</span>”고 진단했다. 그런데도 전립선염이 처음에는 세균성 질환으로 알려졌다가 아닌 것으로 확인되는 등 전립선 질환 모두가 아직 정확한 원인이 아직 밝혀지지 않고 있다고 그는 설명했다. <br/><br/><br/><br/>정 회장은 “<span class='quot1'>우리는 미미하던 전립선암이 남성 5대 암으로 뛰어올랐지만 10만 명당 일본은 60명, 미국은 100~150명, 유럽은 200명 정도로 훨씬 많아 붉은색 육류(소, 돼지고기)를 많이 구워 먹는 식사형태가 원인으로 추정되고 있다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>따라서 정 회장은 “<span class='quot1'>인과관계를 밝히고 예방을 위해 호주 및 일본 학회를 비롯해 다양한 나라들과의 학술 교류, 공동연구 등을 활발히 진행해 나갈 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/><br/>또 관련 전문의를 위한 전립선 질환 교과서는 물론 일반인을 위한 건강 지침서 등을 계속 발간해 전립선 건강을 위한 홍보활동도 펼쳐 나갈 것이라고 덧붙였다.그는 “<span class='quot1'>20여 년 전 1년에 한두 건 하던 전립선 수술을 이제는 1주일에 이 정도 하고 있으니 증가추세가 놀랍다</span>”며 “<span class='quot1'>의료기술 발전과 국민 건강을 지키기 위해 다양한 활동을 전개할 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/> 부산=김기현 기자 ant735@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-434.txt

제목: 과도한 비타민D, 사망위험 커질 가능성  
날짜: 20150314  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150314100000003  
본문: 우리 몸에 비타민D가 너무 많아도 심근경색, 뇌졸중 등 심혈관질환으로 인한 사망위험이 커질 수 있다는 연구결과가 나왔다.<br/><br/>　<br/><br/>13일 영국 텔레그래프 인터넷판에 따르면 덴마크 코펜하겐 대학 연구팀이 24만7574명을 대상으로 7년간 진행한 조사 자료를 분석한 결과 비타민D의 혈중 농도가 100nmol/L(리터 당 나노몰) 이상이거나 50nmol/L 이하인 사람은 뇌졸중, 심근경색, 관상동맥질환(심장병)으로 사망할 위험이 커지는 것으로 나타났다.<br/><br/>　<br/><br/>연구팀을 이끈 페테르 슈바르츠 임상의학 교수는 비타민D의 혈중수치는 50~100nmol/L 사이가 안전하며 70nmol/L 정도가 가장 적합할 것으로 판단된다고 밝혔다.<br/><br/>　<br/><br/>비타민D는 체내에서 칼슘의 흡수를 돕기 때문에 비타민D 보충제를 장기간에 걸쳐 복용하면 흡수되는 칼슘이 배설되는 것보다 많아져 신장기능이 손상될 수 있다.<br/><br/>　<br/><br/>비타민D가 부족하면 암을 비롯한 여러 가지 건강문제가 발생할 수 있다는 것은 널리 알려진 사실이지만 지나치게 많아도 사망위험이 커진다는 연구결과가 나오기는 처음이다.<br/><br/>　<br/><br/>비타민D는 태양의 자외선에 노출된 피부를 통해 체내에서 합성되기 때문에 ‘햇볕 비타민’이라고 불린다. 이를 통해 우리 몸에 필요한 비타민D의 90%가 공급된다. 이번 연구결과는 ‘내분비학-대사 저널’ (Journal of Endocrinology and Metabolism) 최신호에 실렸다. <br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@

언론사: 문화일보-1-435.txt

제목: 시민저항운동, 왜 스스로 ‘기업화’ 됐나 ?  
날짜: 20150313  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150313100000160  
본문: 저항주식회사 / 피터 도베르뉴·제네비브 르바론 지음, 황성원 옮김 / 동녘<br/><br/><br/><br/> 미국에서 가장 오래된 환경보호단체인 시에라 클럽은 2008년부터 2년간 세제업체인 클로록스사의 홍보를 도왔다. 이 회사가 만든 천연세제 ‘그린웍스’에 자신들의 로고를 박을 수 있도록 허가했고, 대가로 판매액의 1%를 챙겼다. 미 가스산업계로부터는 2007∼2010년 2500만 달러의 후원금을 받았다. 120여 년의 전통을 지닌 환경단체가 환경파괴의 책임을 피할 수 없는 기업들에게 활동자금을 지원받고 있었던 셈이다.<br/><br/><br/><br/>이런 ‘아이러니’는 어렵지 않게 찾을 수 있다. KFC는 2010년 수잔 코멘 유방암 재단과 함께 ‘유방암 치료를 위한 치킨’을 출시했다. 암 연구 기금을 모은다는 목적이었지만 비만은 유방암의 위험 요인이라는 게 학계의 중론이다. 패스트푸드를 많이 팔아 암을 치료한다는 논리도 고개를 갸웃거리게 한다. 제약업체와 환자단체의 밀월 관계는 더 하다. 미국정신건강협회의 경우 2009년 수입 320만 달러 중 4분의 3 이상이 제약회사로부터 들어온 돈이었다.<br/><br/><br/><br/>저자 피터 도베르뉴(국제관계학) 캐나다 브리니시컬럼비아대 교수와 제네비브 르바론(정치학) 영국 셰필드대 선임연구원은 시민들의 자발적인 참여와 지지를 기반으로 했던 비영리단체가 점차 효율성과 실용주의를 앞세운 거대조직으로 변모하고 있다고 지적한다. 이들은 자본주의 체제를 넘어 새 해법을 찾으려 했던 ‘저항’ 세력에 ‘저항주식회사’라는 새 이름을 붙여준다. 자본주의에 순응하고, 스스로 기업이 되어가는 시민사회운동을 한 단어로 꼬집은 것이다. <br/><br/><br/><br/>시장경제의 세계화라는 흐름 속에 시민사회운동은 기업의 원리와 방식을 그대로 답습한다. 덩치 불리기는 전형적인 기업의 속성이지만 오늘날의 비영리 기구는 다르지 않다. 그린피스는 재정 후원자가 300만 명에 달하고, 전 세계 40여 개국에 지부가 있다. 2011년 그린피스의 소득은 6000만 유로(750억 원)를 웃돌았고 상임이사의 연봉은 11만5000유로(1억5000만 원) 수준이었다. 세계자연기금 네트워크는 2012년 무려 1조20억 원의 영업이익을 냈다. 같은 해 모금활동을 벌이는 데만 1800억 원을 썼다. 국제앰네스티도 전 세계 80여 개국에 사무실을 두고 해마다 3400억 원의 돈을 유치한다.<br/><br/><br/><br/>문제는 많은 비영리 기구들이 자신들의 규모를 키우는 데 기업들의 도움을 받는다는 점. 직접적인 후원금은 물론, 제휴를 맺어 공동 캠페인을 벌인다. 세계자연기금은 코카콜라·피앤지와 협력 관계를 유지하고, 국제자연보호협회는 보잉·브리티시페트롤리움·셸·월마트 등 대기업과 동반자 관계를 맺는다. 비영리 기구는 기업의 광고처럼 모금활동에 연예인 등 유명인사를 내세우는 방식을 활용하는 한편, ‘브랜드 이미지’를 높이기 위해 마케팅업체도 고용한다.<br/><br/><br/><br/>물론 이런 기업화가 역효과만 있는 것은 아니다. 기업들과 동반자 관계를 맺으면 지배적 정치·경제제도 내에서 영향력을 강화할 수 있다. 재정을 확보해 더 많은 활동을 운영할 수도 있다. 하지만 “자본주의의 틀 안에서 활동을 하게 되면 정해놓은 울타리 안에서 움직여야 하기 때문에 세계 질서를 바꾼다는 생각은 애당초 접어야 한다”는 게 저자들의 지적이다.<br/><br/><br/><br/>책은 국가가 안보와 안전을 내세워 시민사회운동을 뭉개는 현실이 ‘저항 주식회사’를 만드는 데 많은 기여를 했다는 점도 강조한다. 9·11 테러 이후 국가들은 반자본주의 운동 집단과 시위를 테러리즘의 잠재적 발원으로 여기고 있다. 활동가와 시위를 관리하기 위한 감시 시스템이 조직적으로 이뤄지고, 일반경찰이 군대식 장비를 늘린다. 저자들은 “<span class='quot0'>운동의 기업화 경향에 대한 논의가 필요한 때</span>”라고 말한다. <br/><br/><br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-436.txt

제목: <세상 만사-나라 밖>美서 항암치료 환자 탈모 막는 ‘냉각모자’ 인기  
날짜: 20150311  
기자: 인지현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150311100000137  
본문: 미국에서 항암치료를 받는 환자들의 탈모를 막을 수 있도록 고안된 ‘냉각모자’(cold cap) 요법이 인기를 끌고 있다. <br/><br/><br/><br/>10일 뉴욕타임스(NYT)에 따르면 암 환자들이 항암치료를 받게 될 경우 대개 몇 주 내에 모발의 상당 부분이 빠지기 마련이지만 항암제를 투여받기 직전부터 투여받는 동안, 투여받고 난 후 길게는 4∼5시간 동안 냉각모자를 쓰면 모발 손상을 막아주는 효과가 있는 것으로 나타났다. <br/><br/><br/><br/>냉각모자 요법은 아주 차갑게 얼린 냉매가 들어 있는 모자를 장시간 쓰고 있는 방식이다. 냉각모자를 쓰면 모근이 동면 상태에 들어가 결국 항암제 성분이 도달하기 어렵게 돼 모근의 파괴를 막는다는 원리 때문이라고 NYT는 설명했다. <br/><br/><br/><br/>냉각모자를 아주 차갑게 유지해야 하기 때문에 드는 비용과 노력이 적지 않지만 효과는 꽤 좋은 것으로 알려졌다고 이 신문은 전했다. <br/><br/><br/><br/>암 치료를 받는 여성 환자의 경우 탈모로 받는 심리적 충격을 최소화할 수 있고 가발이나 모자로 머리를 가릴 필요성이 줄어든다는 장점도 있다. <br/><br/><br/><br/>냉각모자 요법은 유럽에서는 비교적 알려진 편이지만 미국 등에서는 당국의 승인이 나지 않은 데다 보험 문제가 있어 아직 대중적으로 확산되지 않은 단계라고 NYT는 설명했다. <br/><br/><br/><br/> 인지현 기자 loveofall@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-437.txt

제목: <힐링푸드>충치균 물렀거라~ 빨간 자일리톨 납신다!  
날짜: 20150311  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150311100000166  
본문: 입 안 상쾌·잇몸 튼튼하게 해 <br/><br/>먹고나면 ‘치아 미백’ 효과도 <br/><br/><br/><br/>비타민C 함량, 레몬보다 높고 <br/><br/>수용성 식이섬유·철분도 듬뿍 <br/><br/>당뇨·대장 질환·암·빈혈 예방 <br/><br/><br/><br/>빨간색 띠게 하는 안토시아닌<br/><br/>노화 예방 … 눈 건강에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>봄의 전령사는 개나리, 진달래, 벚꽃 같은 꽃들뿐만이 아니다. 향긋하면서도 상큼한 식감으로 봄을 알리는 과일이 있다. 바로 딸기다. <br/><br/><br/><br/>최근 베리류 과일이 ‘건강식품’으로 큰 인기를 얻고 있다. 대표적인 것이 블루베리, 아사이베리, 라즈베리 등이다. 그런데 많은 사람들이 모르는 것 한 가지가 있다. 딸기도 역시 ‘베리’류 과일이라는 점이다. 딸기의 영어명은 ‘스트로-베리’다. <br/><br/><br/><br/>베리류에는 섬유질과 비타민C가 가득하다. 딸기에 가장 많이 함유된 영양소도 역시 비타민C다. 딸기 100g에는 82㎎의 비타민C가 들어있다. 이는 레몬(100g당 70㎎)보다도 많은 수치다. 비타민C의 항산화 효과는 이미 널리 알려져 있다. <br/><br/><br/><br/>소화기 계통의 핵심기관인 간의 해독을 위해 절대적으로 필요한 것이 비타민C다. 또 비타민C는 몸의 면역력을 강화해 외부의 박테리아와 바이러스로부터 우리 몸을 지킨다.<br/><br/><br/><br/>이뿐만이 아니다. 비타민C는 피부 콜라겐의 합성 촉진제인 만큼 피부 노화 예방을 위해 절대적으로 필요한 성분이다. 비타민C 등의 항산화 비타민을 충분히 섭취하면 암을 예방할 수 있다는 주장도 최근 대세를 이루고 있다. 특히 딸기의 항산화 영양소는 위에서 발암물질인 니트로사민의 생성을 억제하고 헬리코박터균 감염자의 위암 발생률을 낮추어주는 데 도움이 된다. <br/><br/><br/><br/>그러면 딸기와 충치는 어떤 상관관계가 있을까. 여느 과일과 달리 딸기를 먹고 나면 입안이 상쾌해지는 느낌을 받을 수 있다. 양치질을 한 듯 이가 희어지는 ‘미백’ 효과를 볼 수도 있다. 이 같은 현상이 나타나는 것은 딸기에 풍부한 자일리톨 성분 때문이다. 충치예방 추잉 검에도 많이 들어가는 자일리톨은 인공 감미료의 일종으로 단맛이 나지만 설탕과 달리 충치를 유발하는 것이 아니라 예방한다. <br/><br/><br/><br/>자일리톨이 충치를 예방하는 것은 충치균이 자일리톨을 당분으로 오인하고 분해하기 때문이다. 이 과정에 충치균들이 자연사멸한다. 한 연구결과에 따르면 딸기 100g에는 326㎎의 자일리톨이 들어있다. 그러나 딸기에는 충치균이 좋아하는 일반 당분도 들어있기 때문에 지나친 섭취는 오히려 충치를 유발할 수도 있다. 특히 액상과당이 과다하게 첨가된 딸기 주스는 충치뿐 아니라 고지혈증이나 비만 등 각종 대사증후군을 유발할 수 있기 때문에 제품별로 잘 살펴보고 먹어야 한다. <br/><br/><br/><br/>그외에도 제철과일인 딸기는 우리 몸에 좋은 영양소를 많이 지녔다. 빨간색을 만들어내는 안토시아닌도 그중 하나다. 안토시아닌은 노화를 예방하는 대표적인 항산화 물질로 눈에 특히 좋다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신’(빛을 감지하는 광색소의 일종)의 재합성을 촉진한다. 당연히 노안을 예방하기 위해서라도 이번 봄에는 딸기를 많이 챙겨먹을 필요가 있다.<br/><br/><br/><br/>또 딸기에 있는 수용성 식이섬유는 대장 관련 질환예방에 좋다. 수용성 식이섬유는 위에 오래 머무르며 당의 흡수를 지연시켜 주며, 콜레스테롤과 중성지방을 저하시켜 준다. 또한 위장의 포만감을 유발해 소화를 돕는다. 그래서 변비예방은 물론이고 대장암 예방에도 유익하다. 또 당뇨 등 성인병 관련 질환에도 딸기가 긍정적으로 작용한다. 특히 딸기의 칼로리는 100g에 29㎉에 불과해 다이어트를 하는 사람도 부담 없이 먹을 수 있다. <br/><br/><br/><br/>이와 함께 딸기에는 철분이 풍부하기 때문에 임산부에 좋다는 견해도 있다. 임신기간에는 태아가 엄마 뱃속에서 활발한 대사 작용과 성장을 하기 때문에 혈액량이 증가하며 철분의 섭취요구량이 늘어난다. 이때 철이 부족하면 빈혈이 생긴다. 이를 예방하기 위해 철분이 풍부한 육류와 딸기를 함께 먹으면 좋다. 딸기가 철분의 흡수를 돕기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>식품 전문가들은 딸기와 궁합이 잘 맞는 식재료로 우유, 요구르트 등의 칼슘함유 식품이나 두유, 콩 등 철분 함유 식품을 꼽는다. 한편 식품의약품안전처에 따르면 딸기를 1분간 물에 담근 후 흐르는 물에 30초간 씻으면 농약이 말끔히 없어진다. 그러나 그 이상 씻으면 비타민C가 물에 녹아 빠져나가므로 주의해야 한다.<br/><br/><br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com, 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-438.txt

제목: <힐링푸드>충치균 물렀거라~ 빨간 자일리톨 납신다!  
날짜: 20150311  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150311100000158  
본문: 입 안 상쾌·잇몸 튼튼하게 해 <br/><br/>먹고나면 ‘치아 미백’ 효과도 <br/><br/><br/><br/>비타민C 함량, 레몬보다 높고 <br/><br/>수용성 식이섬유·철분도 듬뿍 <br/><br/>당뇨·대장 질환·암·빈혈 예방 <br/><br/><br/><br/>빨간색 띠게 하는 안토시아닌<br/><br/>노화 예방 … 눈 건강에도 ‘굿’<br/><br/><br/><br/>봄의 전령사는 개나리, 진달래, 벚꽃 같은 꽃들뿐만이 아니다. 향긋하면서도 상큼한 식감으로 봄을 알리는 과일이 있다. 바로 딸기다. <br/><br/><br/><br/>최근 베리류 과일이 ‘건강식품’으로 큰 인기를 얻고 있다. 대표적인 것이 블루베리, 아사이베리, 라즈베리 등이다. 그런데 많은 사람들이 모르는 것 한 가지가 있다. 딸기도 역시 ‘베리’류 과일이라는 점이다. 딸기의 영어명은 ‘스트로-베리’다. <br/><br/><br/><br/>베리류에는 섬유질과 비타민C가 가득하다. 딸기에 가장 많이 함유된 영양소도 역시 비타민C다. 딸기 100g에는 82㎎의 비타민C가 들어있다. 이는 레몬(100g당 70㎎)보다도 많은 수치다. 비타민C의 항산화 효과는 이미 널리 알려져 있다. <br/><br/><br/><br/>소화기 계통의 핵심기관인 간의 해독을 위해 절대적으로 필요한 것이 비타민C다. 또 비타민C는 몸의 면역력을 강화해 외부의 박테리아와 바이러스로부터 우리 몸을 지킨다.<br/><br/><br/><br/>이뿐만이 아니다. 비타민C는 피부 콜라겐의 합성 촉진제인 만큼 피부 노화 예방을 위해 절대적으로 필요한 성분이다. 비타민C 등의 항산화 비타민을 충분히 섭취하면 암을 예방할 수 있다는 주장도 최근 대세를 이루고 있다. 특히 딸기의 항산화 영양소는 위에서 발암물질인 니트로사민의 생성을 억제하고 헬리코박터균 감염자의 위암 발생률을 낮추어주는 데 도움이 된다. <br/><br/><br/><br/>그러면 딸기와 충치는 어떤 상관관계가 있을까. 여느 과일과 달리 딸기를 먹고 나면 입안이 상쾌해지는 느낌을 받을 수 있다. 양치질을 한 듯 이가 희어지는 ‘미백’ 효과를 볼 수도 있다. 이 같은 현상이 나타나는 것은 딸기에 풍부한 자일리톨 성분 때문이다. 충치예방 추잉 검에도 많이 들어가는 자일리톨은 인공 감미료의 일종으로 단맛이 나지만 설탕과 달리 충치를 유발하는 것이 아니라 예방한다. <br/><br/><br/><br/>자일리톨이 충치를 예방하는 것은 충치균이 자일리톨을 당분으로 오인하고 분해하기 때문이다. 이 과정에 충치균들이 자연사멸한다. 한 연구결과에 따르면 딸기 100g에는 326㎎의 자일리톨이 들어있다. 그러나 딸기에는 충치균이 좋아하는 일반 당분도 들어있기 때문에 지나친 섭취는 오히려 충치를 유발할 수도 있다. 특히 액상과당이 과다하게 첨가된 딸기 주스는 충치뿐 아니라 고지혈증이나 비만 등 각종 대사증후군을 유발할 수 있기 때문에 제품별로 잘 살펴보고 먹어야 한다. <br/><br/><br/><br/>그외에도 제철과일인 딸기는 우리 몸에 좋은 영양소를 많이 지녔다. 빨간색을 만들어내는 안토시아닌도 그중 하나다. 안토시아닌은 노화를 예방하는 대표적인 항산화 물질로 눈에 특히 좋다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신’(빛을 감지하는 광색소의 일종)의 재합성을 촉진한다. 당연히 노안을 예방하기 위해서라도 이번 봄에는 딸기를 많이 챙겨먹을 필요가 있다.<br/><br/><br/><br/>또 딸기에 있는 수용성 식이섬유는 대장 관련 질환예방에 좋다. 수용성 식이섬유는 위에 오래 머무르며 당의 흡수를 지연시켜 주며, 콜레스테롤과 중성지방을 저하시켜 준다. 또한 위장의 포만감을 유발해 소화를 돕는다. 그래서 변비예방은 물론이고 대장암 예방에도 유익하다. 또 당뇨 등 성인병 관련 질환에도 딸기가 긍정적으로 작용한다. 특히 딸기의 칼로리는 100g에 29㎉에 불과해 다이어트를 하는 사람도 부담 없이 먹을 수 있다. <br/><br/><br/><br/>이와 함께 딸기에는 철분이 풍부하기 때문에 임산부에 좋다는 견해도 있다. 임신기간에는 태아가 엄마 뱃속에서 활발한 대사 작용과 성장을 하기 때문에 혈액량이 증가하며 철분의 섭취요구량이 늘어난다. 이때 철이 부족하면 빈혈이 생긴다. 이를 예방하기 위해 철분이 풍부한 육류와 딸기를 함께 먹으면 좋다. 딸기가 철분의 흡수를 돕기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>식품 전문가들은 딸기와 궁합이 잘 맞는 식재료로 우유, 요구르트 등의 칼슘함유 식품이나 두유, 콩 등 철분 함유 식품을 꼽는다. 한편 식품의약품안전처에 따르면 딸기를 1분간 물에 담근 후 흐르는 물에 30초간 씻으면 농약이 말끔히 없어진다. 그러나 그 이상 씻으면 비타민C가 물에 녹아 빠져나가므로 주의해야 한다.<br/><br/><br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com, 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-439.txt

제목: “제3보험 손해사정 의무규정 없애야”  
날짜: 20150306  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150306100000064  
본문: “<span class='quot0'>보험료 인상을 초래하는 ‘제3보험’의 손해사정 의무 규정을 없애야 합니다.</span>”<br/><br/>6일 금융권에 따르면 생명보험협회는 국회 기획재정위원회 강석훈(새누리당) 의원이 손해사정 의무대상을 손해보험 상품을 판매하는 보험사로 한정하는 내용의 ‘보험법 개정안’을 최근 발의한 것과 관련해 찬성하는 의견서를 국회와 금융당국에 제출한 것으로 확인됐다. 제3보험은 질병·재해 등으로 간병이 필요한 상태를 보장하는 보험으로 생보사와 손보사 모두 영위하고 있다.<br/><br/>생보협회는 의견서에서 “<span class='quot1'>‘손해사정’을 ‘손해액 및 보험금의 사정’으로 규정하고 있는데, 정액형 상품(암보험 등)의 경우에는 의사 진단에 따라 정해진 보험금이 지급되므로 손해사정사가 손해액 및 보험금 사정에 관여할 여지가 없다</span>”면서 “<span class='quot1'>실손형 상품(실손의료보험)도 본인 부담 의료비 중 약관에서 지급하기로 한 금액을 지급하되, 지급보험금은 병원 진료비계산서·입원치료 내역 등으로 결정되기 때문에 재물보험과 달리 손해사정이 불필요하다</span>”고 주장했다.<br/><br/>협회는 이어 “특히 제3보험은 보험금 청구가 빈번한 대신 대부분 소액(3일 이내)이어서 손해사정이 불필요하다”면서 “이런 현실을 고려할 때 일률적으로 손해사정 의무를 부여하는 것은 규제 실익에 비해 비용 부담이 큰 과잉 규제에 해당되고 결국 계약자의 비용부담으로 전가될 수밖에 없다”고 강조했다. 하지만 손보업계는 강 의원의 개정안에 반대하는 취지의 의견을 낸 것으로 전해져 보험업계를 대표하는 두 협회 간의 ‘미묘한 갈등 기류’가 포착되고 있다. <br/><br/>이관범 기자 frog72@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-440.txt

제목: 癌 때문에… 사회경제적 비용 ‘年 14조원’  
날짜: 20150305  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150305100000131  
본문: 암의 사회경제적 비용이 2012년 기준 14조 원이 넘는다는 연구결과가 나왔다. 암·심장질환·뇌혈관질환·자살·당뇨병 등 사망률이 가장 높은 5대 사망원인의 전체 사회적 비용은 32조 원이 넘었다. <br/><br/><br/><br/>5일 건강보험공단 산하 건강보험정책연구원의 ‘5대 사망원인의 사회경제적 비용 분석’ 보고서에 따르면 직접비와 간접비를 포함, 5대 사망원인으로 발생하는 사회경제적 비용은 2008년 27조3635억 원, 2009년 28조1845억 원, 2010년 28조8860억 원, 2011년 31조4990억 원, 2012년 32조4086억 원 등으로 연평균 4.3%의 증가율을 보였다. 직접비는 질병을 고치고자 의료기관 등에서 발생하는 입원·외래치료 등 직접 의료비와 교통비·간병비 등을 합친 비용이다. 간접비는 질병으로 조기 사망할 때 발생하는 미래소득 손실액과 직장 결근으로 생기는 생산성 손실액을 더한 비용이다.<br/><br/><br/><br/>2012년 기준 5대 사망원인의 사회경제적 비용 중에서 암 14조86억 원(43.2%), 자살 6조4769억 원(20.0%), 뇌혈관질환 5조1297억 원(15.8%), 심장질환 4조186억 원(12.4%), 당뇨병 2조7748억 원(8.6%) 순이었다. <br/><br/><br/><br/>연령별로는 60대 이상이 8조8596억 원(27.3%)으로 가장 규모가 컸다. 50대 8조633억 원(26.5%), 40대 7조3791억 원(22.8%), 30대 4조3289억 원(13.4%), 20대 2조1573억 원(6.7%), 10대 이하 1조803억 원(3.3%) 등의 순이었다. <br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-441.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>규제개혁 백방으로 뛰는 중앙정부, 노력조차 않는 지방정부  
날짜: 20150303  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150303100000062  
본문: 朴정부 2년간 3000건 개선때 <br/><br/>4곳 중 1곳서 개선실적 全無 <br/><br/><br/><br/>서울, 실적없는 구청 9개 최다 <br/><br/>인천, 10개 구중 8개 구 포함 <br/><br/>조례개정 미뤄 규제 유지되기도<br/><br/><br/><br/>박근혜정부가 ‘경제혁신 3개년 계획’을 통해 강도 높은 규제개혁에 나서고 있지만 지방자치단체 4곳 중 1곳은 지난 2년간 규제개선 실적이 전혀 없는 것으로 나타나 정부의 규제개혁 노력이 무색하다는 지적이 나오고 있다.<br/><br/><br/><br/>규제개선 노력이 미흡한 지자체에서는 기업 활동도 저조한 것으로 나타나 지역경제와 국가 경제 활력을 높이기 위해 지방 규제개선 노력이 시급한 것으로 나타났다.<br/><br/><br/><br/>3일 대한상공회의소의 ‘전국 규제지도(http://bizmap.korcham.net)’와 국무조정실 등에 따르면 박근혜정부 출범 직전인 지난 2013년 1월부터 2014년 11월까지 약 2년간 중앙정부 규제개선 건수는 3000여 건에 달하지만 비슷한 시기(2013년 1월∼2014년 9월) 전국 228개 지자체 중 자치법규 규제개선 실적이 단 한 건도 없는 지자체가 무려 56개(24.6%)에 달하는 것으로 나타났다.<br/><br/><br/><br/>대한상의가 규제지도를 제작하면서 자치법규(기업활동 관련 조례 및 규칙, 업무지침 등 규제 개선) 실적 여부를 묻는 말에 “실적이 없다”고 지자체 스스로 답변한 내용이다.<br/><br/><br/><br/>지역별로는 서울이 9개 자치구에서 실적이 없다고 답해 전국 지자체 중에 가장 많았고, 부산이 8개 자치구로 뒤를 이었다. 이어 인천이 8개 자치구, 전북·경북(5개), 대구·전남(4개), 강원·충북·울산(3개) 등의 순이었다.<br/><br/><br/><br/>그러나 보유 자치구 수를 고려할 경우, 인천이 10개 자치구 중에서 8개 자치구가 규제개선 실적이 전혀 없었던 것으로 나타나 규제개선 노력이 가장 저조한 지자체로 나타났다. 8개 자치구가 있는 대구도 절반인 4개 자치구에서 규제개선 노력이 없었다.<br/><br/><br/><br/>반면 경기도의 경우 행정구역상 국내에서 인구가 가장 많고 자치구도 23개로 전국 지자체 중 가장 많았지만, “규제개선 건수가 없다”고 답한 자치구는 시흥시 한 곳뿐이어서 규제개선에 가장 적극적인 곳으로 나타났다. 수도권 규제개선과 가장 밀접하게 연관된 지자체라는 특성이 반영된 결과로 보인다.<br/><br/><br/><br/>중앙정부에서 규제를 풀어도 지자체가 적극적으로 호응하고 나서지 않으면서 규제개선 효과가 전혀 나타나지 않는 지자체도 허다했다.<br/><br/><br/><br/>실제 전남 신안군과 경남 남해군 등은 국토교통부가 이미 지난 2009년 폐지한 ‘계획관리 지역 내 공장입지 업종제한 근거 규정’을 그대로 조례에 준용하고 있다. 이 규제 때문에 ‘제철·제강업’과 ‘펄프제조업’ 등 79개 업종의 공장 설립이 여전히 제한되고 있다.<br/><br/><br/><br/>대한상의 관계자는 “<span class='quot0'>중앙정부에서 폐지한 규정은 지자체들이 즉시 반영해 조례 규정 등을 바꿔야 하지만 차일피일 미루면서 결과적으로 규제가 그대로 유지되는 경우가 적지 않다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>이에 따라 취임 초부터 암 덩어리 규제 철폐를 외쳐온 박근혜 대통령이 실제 기업들이 현장에서 이를 느끼도록 하기 위해서는 시·도별, 지자체별 규제개선 실적을 따져 지방교부세 등 예산 지원 여부에 반영하는 등의 노력이 필요하다는 지적이 나오고 있다. 대한상의 관계자는 “<span class='quot0'>최근 규제개선에 소홀해진 것 아니냐는 지적이 나오는 만큼 대통령이 직접 나서 규제개선 작업을 지휘해야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/> 임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-442.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>규제개혁 백방으로 뛰는 중앙정부, 노력조차 않는 지방정부  
날짜: 20150303  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150303100000171  
본문: 朴정부 2년간 3000건 개선때 <br/><br/>4곳 중 1곳서 개선실적 全無 <br/><br/><br/><br/>서울, 실적없는 구청 9개 최다 <br/><br/>인천, 10개 구중 8개 구 포함 <br/><br/>조례개정 미뤄 규제 유지되기도<br/><br/><br/><br/>박근혜정부가 ‘경제혁신 3개년 계획’을 통해 강도 높은 규제개혁에 나서고 있지만 지방자치단체 4곳 중 1곳은 지난 2년간 규제개선 실적이 전혀 없는 것으로 나타나 정부의 규제개혁 노력이 무색하다는 지적이 나오고 있다.<br/><br/><br/><br/>규제개선 노력이 미흡한 지자체에서는 기업 활동도 저조한 것으로 나타나 지역경제와 국가 경제 활력을 높이기 위해 지방 규제개선 노력이 시급한 것으로 나타났다.<br/><br/><br/><br/>3일 대한상공회의소의 ‘전국 규제지도(http://bizmap.korcham.net)’와 국무조정실 등에 따르면 박근혜정부 출범 직전인 지난 2013년 1월부터 2014년 11월까지 약 2년간 중앙정부 규제개선 건수는 3000여 건에 달하지만 비슷한 시기(2013년 1월∼2014년 9월) 전국 228개 지자체 중 자치법규 규제개선 실적이 단 한 건도 없는 지자체가 무려 56개(24.6%)에 달하는 것으로 나타났다.<br/><br/><br/><br/>대한상의가 규제지도를 제작하면서 자치법규(기업활동 관련 조례 및 규칙, 업무지침 등 규제 개선) 실적 여부를 묻는 말에 “실적이 없다”고 지자체 스스로 답변한 내용이다.<br/><br/><br/><br/>지역별로는 서울이 9개 자치구에서 실적이 없다고 답해 전국 지자체 중에 가장 많았고, 부산이 8개 자치구로 뒤를 이었다. 이어 인천이 8개 자치구, 전북·경북(5개), 대구·전남(4개), 강원·충북·울산(3개) 등의 순이었다.<br/><br/><br/><br/>그러나 보유 자치구 수를 고려할 경우, 인천이 10개 자치구 중에서 8개 자치구가 규제개선 실적이 전혀 없었던 것으로 나타나 규제개선 노력이 가장 저조한 지자체로 나타났다. 8개 자치구가 있는 대구도 절반인 4개 자치구에서 규제개선 노력이 없었다.<br/><br/><br/><br/>반면 경기도의 경우 행정구역상 국내에서 인구가 가장 많지만, “규제개선 건수가 없다”고 답한 자치구는 시흥시 한 곳뿐이어서 규제개선에 가장 적극적인 곳으로 나타났다. 수도권 규제개선과 가장 밀접하게 연관된 지자체라는 특성이 반영된 결과로 보인다.<br/><br/><br/><br/>중앙정부에서 규제를 풀어도 지자체가 적극적으로 호응하고 나서지 않으면서 규제개선 효과가 전혀 나타나지 않는 지자체도 허다했다.<br/><br/><br/><br/>실제 전남 신안군과 경남 남해군 등은 국토교통부가 이미 지난 2009년 폐지한 ‘계획관리 지역 내 공장입지 업종제한 근거 규정’을 그대로 조례에 준용하고 있다. 이 규제 때문에 ‘제철·제강업’과 ‘펄프제조업’ 등 79개 업종의 공장 설립이 여전히 제한되고 있다.<br/><br/><br/><br/>대한상의 관계자는 “<span class='quot0'>중앙정부에서 폐지한 규정은 지자체들이 즉시 반영해 조례 규정 등을 바꿔야 하지만 차일피일 미루면서 결과적으로 규제가 그대로 유지되는 경우가 적지 않다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>이에 따라 취임 초부터 암 덩어리 규제 철폐를 외쳐온 박근혜 대통령이 실제 기업들이 현장에서 이를 느끼도록 하기 위해서는 시·도별, 지자체별 규제개선 실적을 따져 지방교부세 등 예산 지원 여부에 반영하는 등의 노력이 필요하다는 지적이 나오고 있다. 대한상의 관계자는 “<span class='quot0'>최근 규제개선에 소홀해진 것 아니냐는 지적이 나오는 만큼 대통령이 직접 나서 규제개선 작업을 지휘해야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/> 임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-443.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>소송 이겼지만… 건물 인허가 3년 소송에 100억 손실  
날짜: 20150303  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150303100000012  
본문: 전국 지자체 228곳 중 56곳 <br/><br/>현정부 들어 규제개선 ‘제로’<br/><br/><br/><br/>전남의 A 건설사는 3년 전 2종 일반 주거지역에 지구 단위계획을 세워 15층 건물을 신축하기 위해 해당 지방자치단체와 3개월 동안 협의했다. <br/><br/><br/><br/>A 건설사는 구청 요구 자료를 충실히 준비해 인허가에는 별 문제가 없을 것으로 생각했지만, 구청은 교통과 경관 등을 문제 삼아 최종 불허 판정을 내렸다. 불허 이유가 도무지 납득가지 않았던 A 건설사는 행정소송을 제기해 최근 최종 승소 판결을 받았다. A 건설사 대표는 “<span class='quot0'>행정소송에서 승소는 했지만 3년간 이자 부담과 세금 등으로 이미 손실액이 100억 원대에 달했다</span>”고 한숨을 내쉬었다.<br/><br/><br/><br/>부산의 B 폐기물 처리업체도 지자체 횡포에 피해를 입었다. 3년 전 폐기물 처리 사업계획서를 지자체에 제출했는데, 지자체가 분진이나 악취 등을 이유로 검증자료를 요구한 것이다. <br/><br/><br/><br/>B 업체가 “문제없다”는 전문기관의 환경영향평가 용역 보고서까지 제출했지만, 끝내 허가를 받지 못했다. 이 업체도 행정소송을 제기한 끝에 최근 승소했지만, 지자체의 트집잡기식 규제로 막대한 경제적 손실을 입었다.<br/><br/><br/><br/>중앙정부의 노력에도 불구하고 실제 인허가를 맡고 있는 지자체의 규제개혁은 갈 길이 먼 것으로 분석됐다. <br/><br/><br/><br/>3일 대한상공회의소의 ‘전국 규제지도’에 따르면 전국 228개 지자체(226개 기초 지자체+세종특별자치시+제주특별자치도) 가운데 박근혜정부 출범 이후 지난 2년간 자치법규 규제 개선 실적이 단 한 건도 없는 지자체가 56개에 달하는 것으로 나타났다. <br/><br/><br/><br/>또 최근 3년간 211개 지자체가 행정소송을 당했고, 이 가운데 패소율이 50%를 넘는 지자체도 22개에 이르는 것으로 조사됐다. <br/><br/><br/><br/>임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-444.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>소송 이겼지만… 건물 인허가 3년 소송에 100억 손실  
날짜: 20150303  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150303100000135  
본문: 전국 지자체 228곳 중 56곳 <br/><br/>현정부 들어 규제개선 ‘제로’<br/><br/><br/><br/>전남의 A 건설사는 3년 전 2종 일반 주거지역에 지구 단위계획을 세워 15층 건물을 신축하기 위해 해당 지방자치단체와 3개월 동안 협의했다. <br/><br/><br/><br/>A 건설사는 구청 요구 자료를 충실히 준비해 인허가에는 별 문제가 없을 것으로 생각했지만, 구청은 교통과 경관 등을 문제 삼아 최종 불허 판정을 내렸다. 불허 이유가 도무지 납득가지 않았던 A 건설사는 행정소송을 제기해 최근 최종 승소 판결을 받았다. A 건설사 대표는 “<span class='quot0'>행정소송에서 승소는 했지만 3년간 이자 부담과 세금 등으로 이미 손실액이 100억 원대에 달했다</span>”고 한숨을 내쉬었다.<br/><br/><br/><br/>부산의 B 폐기물 처리업체도 지자체 횡포에 피해를 입었다. 3년 전 폐기물 처리 사업계획서를 지자체에 제출했는데, 지자체가 분진이나 악취 등을 이유로 검증자료를 요구한 것이다. <br/><br/><br/><br/>B 업체가 “문제없다”는 전문기관의 환경영향평가 용역 보고서까지 제출했지만, 끝내 허가를 받지 못했다. 이 업체도 행정소송을 제기한 끝에 최근 승소했지만, 지자체의 트집잡기식 규제로 막대한 경제적 손실을 입었다.<br/><br/><br/><br/>중앙정부의 노력에도 불구하고 실제 인허가를 맡고 있는 지자체의 규제개혁은 갈 길이 먼 것으로 분석됐다. <br/><br/><br/><br/>3일 대한상공회의소의 ‘전국 규제지도’에 따르면 전국 228개 지자체(226개 기초 지자체+세종특별자치시+제주특별자치도) 가운데 박근혜정부 출범 이후 지난 2년간 자치법규 규제 개선 실적이 단 한 건도 없는 지자체가 56개에 달하는 것으로 나타났다. <br/><br/><br/><br/>또 최근 3년간 211개 지자체가 행정소송을 당했고, 이 가운데 패소율이 50%를 넘는 지자체도 22개에 이르는 것으로 조사됐다. <br/><br/><br/><br/>임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-445.txt

제목: <오후여담>완화의료  
날짜: 20150302  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150302100000082  
본문: 박현수 / 조사팀장 <br/><br/><br/><br/> 임종을 앞둔 이들이 가장 바라는 것은 뭘까. 최근 한 호스피스 병원에서 입원 환자들에게 마지막 소원이 뭔지 물었더니 대부분 “집에서 생을 마감하고 싶다”는 것이었다. 그러나 정작 집에서 죽음을 맞는 환자는 10명 중 1명 정도다. 이를 반영하듯 선진국들은 2000년대부터 병원이 아닌 ‘가정’ 호스피스제로 전환하고 있다. 국내에도 가정 호스피스를 원하는 환자는 해마다 늘고 있지만, 일부 병원에서만 운영하고 있을 뿐이다.<br/><br/><br/><br/>건강보험공단 산하 건강보험정책연구원이 지난해 성인남녀 1500명을 대상으로 벌인 설문조사에서 응답자의 85.8%가 호스피스가 필요하다고 답했다. 최근 호스피스병동의 환자와 가족들의 삶을 다룬 영화 ‘목숨’이 화제가 된 것과도 무관치 않다. 하지만 말기 암으로 숨지는 환자는 매년 7만여 명. 호스피스 전문병원은 전국에 56곳, 수용인원 800여 명에 불과한 실정이다.<br/><br/><br/><br/>호스피스(hospice)란 라틴어 hospes(손님)에서 유래한다. 중세기에 성지순례자들이 하룻밤을 쉬어가는 곳이라는 의미로 쓰였다. 요즘은 ‘완화의료’라는 용어와 함께 말기 환자의 육체적 통증을 완화해주기 위한 치료를 하며 편안하게 죽음을 맞을 수 있도록 돌보는 전문병원을 일컫는다. 우리나라에서는 ‘마리아의 작은 자매회’ 수녀들이 1963년 강릉의 갈바니병원에서 호스피스 활동을 시작한 것이 최초다. 이후 1982년 서울의 강남성모병원을 중심으로 본격화해 현재 대부분의 가톨릭계 병원에서 운영하고 있다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부는 최근 말기 암 환자의 호스피스 완화의료에 대해 오는 7월부터 건강보험을 전면 적용하고, 가정 호스피스는 시범 운영키로 했다. 적용 대상에 간병비도 포함돼 경제적 어려움을 겪고 있는 환자와 그 가족들에겐 여간 반가운 소식이 아닐 수 없다. 병원급 호스피스 병동에서 5인실을 이용할 경우, 하루 평균 22만 원 하던 진료비를 1만5000원만 내면 된다.<br/><br/><br/><br/>세계보건기구(WHO)에서 정의한 호스피스 완화의료 대상은 암 외에도 치매, 감염성 질환, 에이즈, 호흡부전증, 선천적 기형도 포함된다. 차제에 이들 질환의 말기 환자들에게도 건강보험이 적용될 수 있도록 정부의 지원이 필요하다. 또한 ‘가정 호스피스’에 대한 지원도 늘려 무의미한 연명치료 대신 품위 있는 죽음을 맞는 문화가 확산되길 기대한다.

언론사: 문화일보-1-446.txt

제목: <힐링푸드>면역력 저하… 필수 영양소 품은 어린 羊고기, 내 몸 방어벽 튼튼해질거  
날짜: 20150225  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150225100000176  
본문: 스트레스를 받으면 암 등 각종 질환에 쉽게 노출된다고 한다. 그래서 많은 사람이 스트레스가 건강에 나쁘다는 것은 모두 알고 있다. 그러나 왜 나쁜지는 명확히 모른다. 결론부터 말하면 스트레스가 우리 몸에 좋지 않은 것은 신체의 자체 방어무기인 면역력을 떨어뜨리기 때문이다. <br/><br/><br/><br/>스트레스는 질병과 싸우는 면역체계에 영향을 미쳐 외부의 세균, 바이러스 등의 병원체에 속수무책으로 당하게 만든다. 실제로 스트레스를 많이 받는 사람은 환절기마다 감기에 잘 걸리고, 치주염 등이 악화돼 고생한다는 연구결과가 많다. <br/><br/><br/><br/>짧은 기간의 스트레스는 백혈구의 이동을 활성화해 건강에 이롭다는 몇몇 보고도 있지만 스트레스 요인에 장기적으로 노출되면 코티솔 호르몬의 장기간 방출로 초기 면역반응을 억제하고, 백혈구 분화에도 지장을 초래하는 등 면역계에 이상을 야기한다는 것이 정설이다. <br/><br/><br/><br/>특히 스트레스는 면역체계의 핵심인 ‘흉선’이란 조직을 위축시키고, 세로토닌 아세틸콜린 등 뇌 내 신경전달물질의 분비에도 영향을 미친다. 이 때문에 인체의 면역력이 전반적으로 떨어져 세균이나 바이러스, 박테리아 등 각종 병원체에 쉽게 감염된다. 감기나 폐결핵 등의 감염성 질환은 물론 류머티즘, 암 등의 발생도 면역력 약화와 깊은 관계가 있다. 면역력은 스트레스 외에도 과로, 수면부족, 과음, 과도한 운동, 잘못된 식습관, 전자파나 환경호르몬에의 노출 등으로도 저하된다. <br/><br/><br/><br/>면역력과 관련해 주목해야 할 것은 교감신경과 부교감신경으로 이뤄진 자율신경이다. 자율신경은 사전적으로 우리의 의지와 상관없이 독립적으로 기능하는 신경으로 몸속의 장기 등을 지휘하는 기관이다. 우리의 의지와 상관없이 심장이 뛰고, 위에서 소화액을 내보내며 연동운동을 시키고, 간의 해독기능이 제 역할을 할 수 있는 것도 자율신경이 있기 때문이다. 말하자면 우리의 생명을 관장하는 기관이라고 볼 수 있다. <br/><br/><br/><br/>그런데 이 자율신경을 좀 더 자세히 들여다보면 교감신경과 부교감신경으로 이뤄져 있다는 것을 알 수 있다. 특히 이 두 가지의 신경은 길항상태(서로 맞버티고 있는 상태)에서 조절되고 있다. 교감신경은 일을 하거나 운동을 하거나 흥분하거나 고민할 때 작용하는 신경이다. 부교감신경은 휴식을 취하거나 음식을 먹거나 자고 있을 때 몸의 안정을 유지케 해주는 신경이다. 이 두 신경의 길항상태가 만들어내는 자율신경이 우리 몸속 대부분 세포들의 활동을 지배하고 있다. 인체의 화학 방어무기인 백혈구도 예외는 아니다. <br/><br/><br/><br/>백혈구는 과립구, 임파구 대식세포 등으로 이뤄져 있다. 그중에서도 과립구와 임파구는 방어기능의 최전선에서 중심적인 역할을 한다. 과립구는 활성산소를 이용해 세균 등과 같은 이물질을 공격, 분해 처리한다. 임파구는 항체를 만들고 이를 무기 삼아 바이러스처럼 비교적 작은 외적을 공격한다. 암세포와 싸우는 것도 임파구다. <br/><br/><br/><br/>그런데 과립구는 교감신경의 지배를 받고, 임파구는 부교감신경의 영향을 받는다. 따라서 백혈구를 이용한 인체의 면역체계가 최상의 상태에 도달하려면 적절한 균형이 필요하다. 과립구가 지나치게 많아지면 오히려 우리 몸을 공격하는 자가면역질환이 생길 수 있으며, 임파구가 저하돼 있으면 세균이나 바이러스에 인체가 대항할 수 없게 된다. <br/><br/><br/><br/>그런데 문제는 현대인들 대부분은 교감신경이 너무 항진돼 있고, 부교감신경은 너무 저하돼 있다는 것이다. 이런 상태는 직접적으로 백혈구의 면역기능에 악영향을 미치게 된다. <br/><br/><br/><br/>흔히 안정을 취하면 면역력이 높아진다고 하는 것도 교감신경이 지나치게 항진돼 있는 현대인들의 부교감신경이 활성화 되며 면역기능이 높아지기 때문이다. 섹스 후에도 부교감신경이 자극돼 정신적으로 편안한 느낌을 갖게 된다는 주장도 있다. <br/><br/><br/><br/>그래서 많은 전문가는 면역력을 높이기 위해 적당한 운동으로 교감신경을 자극하는 한편 부교감신경도 활성화될 수 있도록 스트레스를 덜 받고 안정을 취할 수 있는 생활습관을 가지라고 권한다. <br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-447.txt

제목: <힐링푸드>면역력 저하… 필수 영양소 품은 어린 羊고기, 내 몸 방어벽 튼튼해질거‘양’  
날짜: 20150225  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150225100000208  
본문: 스트레스를 받으면 암 등 각종 질환에 쉽게 노출된다고 한다. 그래서 많은 사람이 스트레스가 건강에 나쁘다는 것은 모두 알고 있다. 그러나 왜 나쁜지는 명확히 모른다. 결론부터 말하면 스트레스가 우리 몸에 좋지 않은 것은 신체의 자체 방어무기인 면역력을 떨어뜨리기 때문이다. <br/><br/><br/><br/>스트레스는 질병과 싸우는 면역체계에 영향을 미쳐 외부의 세균, 바이러스 등의 병원체에 속수무책으로 당하게 만든다. 실제로 스트레스를 많이 받는 사람은 환절기마다 감기에 잘 걸리고, 치주염 등이 악화돼 고생한다는 연구결과가 많다. <br/><br/><br/><br/>짧은 기간의 스트레스는 백혈구의 이동을 활성화해 건강에 이롭다는 몇몇 보고도 있지만 스트레스 요인에 장기적으로 노출되면 코티솔 호르몬의 장기간 방출로 초기 면역반응을 억제하고, 백혈구 분화에도 지장을 초래하는 등 면역계에 이상을 야기한다는 것이 정설이다. <br/><br/><br/><br/>특히 스트레스는 면역체계의 핵심인 ‘흉선’이란 조직을 위축시키고, 세로토닌 아세틸콜린 등 뇌 내 신경전달물질의 분비에도 영향을 미친다. 이 때문에 인체의 면역력이 전반적으로 떨어져 세균이나 바이러스, 박테리아 등 각종 병원체에 쉽게 감염된다. 감기나 폐결핵 등의 감염성 질환은 물론 류머티즘, 암 등의 발생도 면역력 약화와 깊은 관계가 있다. 면역력은 스트레스 외에도 과로, 수면부족, 과음, 과도한 운동, 잘못된 식습관, 전자파나 환경호르몬에의 노출 등으로도 저하된다. <br/><br/><br/><br/>면역력과 관련해 주목해야 할 것은 교감신경과 부교감신경으로 이뤄진 자율신경이다. 자율신경은 사전적으로 우리의 의지와 상관없이 독립적으로 기능하는 신경으로 몸속의 장기 등을 지휘하는 기관이다. 우리의 의지와 상관없이 심장이 뛰고, 위에서 소화액을 내보내며 연동운동을 시키고, 간의 해독기능이 제 역할을 할 수 있는 것도 자율신경이 있기 때문이다. 말하자면 우리의 생명을 관장하는 기관이라고 볼 수 있다. <br/><br/><br/><br/>그런데 이 자율신경을 좀 더 자세히 들여다보면 교감신경과 부교감신경으로 이뤄져 있다는 것을 알 수 있다. 특히 이 두 가지의 신경은 길항상태(서로 맞버티고 있는 상태)에서 조절되고 있다. 교감신경은 일을 하거나 운동을 하거나 흥분하거나 고민할 때 작용하는 신경이다. 부교감신경은 휴식을 취하거나 음식을 먹거나 자고 있을 때 몸의 안정을 유지케 해주는 신경이다. 이 두 신경의 길항상태가 만들어내는 자율신경이 우리 몸속 대부분 세포들의 활동을 지배하고 있다. 인체의 화학 방어무기인 백혈구도 예외는 아니다. <br/><br/><br/><br/>백혈구는 과립구, 임파구 대식세포 등으로 이뤄져 있다. 그중에서도 과립구와 임파구는 방어기능의 최전선에서 중심적인 역할을 한다. 과립구는 활성산소를 이용해 세균 등과 같은 이물질을 공격, 분해 처리한다. 임파구는 항체를 만들고 이를 무기 삼아 바이러스처럼 비교적 작은 외적을 공격한다. 암세포와 싸우는 것도 임파구다. <br/><br/><br/><br/>그런데 과립구는 교감신경의 지배를 받고, 임파구는 부교감신경의 영향을 받는다. 따라서 백혈구를 이용한 인체의 면역체계가 최상의 상태에 도달하려면 적절한 균형이 필요하다. 과립구가 지나치게 많아지면 오히려 우리 몸을 공격하는 자가면역질환이 생길 수 있으며, 임파구가 저하돼 있으면 세균이나 바이러스에 인체가 대항할 수 없게 된다. <br/><br/><br/><br/>그런데 문제는 현대인들 대부분은 교감신경이 너무 항진돼 있고, 부교감신경은 너무 저하돼 있다는 것이다. 이런 상태는 직접적으로 백혈구의 면역기능에 악영향을 미치게 된다. <br/><br/><br/><br/>흔히 안정을 취하면 면역력이 높아진다고 하는 것도 교감신경이 지나치게 항진돼 있는 현대인들의 부교감신경이 활성화 되며 면역기능이 높아지기 때문이다. 섹스 후에도 부교감신경이 자극돼 정신적으로 편안한 느낌을 갖게 된다는 주장도 있다. <br/><br/><br/><br/>그래서 많은 전문가는 면역력을 높이기 위해 적당한 운동으로 교감신경을 자극하는 한편 부교감신경도 활성화될 수 있도록 스트레스를 덜 받고 안정을 취할 수 있는 생활습관을 가지라고 권한다. <br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-448.txt

제목: <힐링푸드>면역력 저하… 필수 영양소 품은 어린 羊고기, 내 몸 방어벽 튼튼해질거  
날짜: 20150225  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150225100000192  
본문: 스트레스를 받으면 암 등 각종 질환에 쉽게 노출된다고 한다. 그래서 많은 사람이 스트레스가 건강에 나쁘다는 것은 모두 알고 있다. 그러나 왜 나쁜지는 명확히 모른다. 결론부터 말하면 스트레스가 우리 몸에 좋지 않은 것은 신체의 자체 방어무기인 면역력을 떨어뜨리기 때문이다. <br/><br/><br/><br/>스트레스는 질병과 싸우는 면역체계에 영향을 미쳐 외부의 세균, 바이러스 등의 병원체에 속수무책으로 당하게 만든다. 실제로 스트레스를 많이 받는 사람은 환절기마다 감기에 잘 걸리고, 치주염 등이 악화돼 고생한다는 연구결과가 많다. <br/><br/><br/><br/>짧은 기간의 스트레스는 백혈구의 이동을 활성화해 건강에 이롭다는 몇몇 보고도 있지만 스트레스 요인에 장기적으로 노출되면 코티솔 호르몬의 장기간 방출로 초기 면역반응을 억제하고, 백혈구 분화에도 지장을 초래하는 등 면역계에 이상을 야기한다는 것이 정설이다. <br/><br/><br/><br/>특히 스트레스는 면역체계의 핵심인 ‘흉선’이란 조직을 위축시키고, 세로토닌 아세틸콜린 등 뇌 내 신경전달물질의 분비에도 영향을 미친다. 이 때문에 인체의 면역력이 전반적으로 떨어져 세균이나 바이러스, 박테리아 등 각종 병원체에 쉽게 감염된다. 감기나 폐결핵 등의 감염성 질환은 물론 류머티즘, 암 등의 발생도 면역력 약화와 깊은 관계가 있다. 면역력은 스트레스 외에도 과로, 수면부족, 과음, 과도한 운동, 잘못된 식습관, 전자파나 환경호르몬에의 노출 등으로도 저하된다. <br/><br/><br/><br/>면역력과 관련해 주목해야 할 것은 교감신경과 부교감신경으로 이뤄진 자율신경이다. 자율신경은 사전적으로 우리의 의지와 상관없이 독립적으로 기능하는 신경으로 몸속의 장기 등을 지휘하는 기관이다. 우리의 의지와 상관없이 심장이 뛰고, 위에서 소화액을 내보내며 연동운동을 시키고, 간의 해독기능이 제 역할을 할 수 있는 것도 자율신경이 있기 때문이다. 말하자면 우리의 생명을 관장하는 기관이라고 볼 수 있다. <br/><br/><br/><br/>그런데 이 자율신경을 좀 더 자세히 들여다보면 교감신경과 부교감신경으로 이뤄져 있다는 것을 알 수 있다. 특히 이 두 가지의 신경은 길항상태(서로 맞버티고 있는 상태)에서 조절되고 있다. 교감신경은 일을 하거나 운동을 하거나 흥분하거나 고민할 때 작용하는 신경이다. 부교감신경은 휴식을 취하거나 음식을 먹거나 자고 있을 때 몸의 안정을 유지케 해주는 신경이다. 이 두 신경의 길항상태가 만들어내는 자율신경이 우리 몸속 대부분 세포들의 활동을 지배하고 있다. 인체의 화학 방어무기인 백혈구도 예외는 아니다. <br/><br/><br/><br/>백혈구는 과립구, 임파구 대식세포 등으로 이뤄져 있다. 그중에서도 과립구와 임파구는 방어기능의 최전선에서 중심적인 역할을 한다. 과립구는 활성산소를 이용해 세균 등과 같은 이물질을 공격, 분해 처리한다. 임파구는 항체를 만들고 이를 무기 삼아 바이러스처럼 비교적 작은 외적을 공격한다. 암세포와 싸우는 것도 임파구다. <br/><br/><br/><br/>그런데 과립구는 교감신경의 지배를 받고, 임파구는 부교감신경의 영향을 받는다. 따라서 백혈구를 이용한 인체의 면역체계가 최상의 상태에 도달하려면 적절한 균형이 필요하다. 과립구가 지나치게 많아지면 오히려 우리 몸을 공격하는 자가면역질환이 생길 수 있으며, 임파구가 저하돼 있으면 세균이나 바이러스에 인체가 대항할 수 없게 된다. <br/><br/><br/><br/>그런데 문제는 현대인들 대부분은 교감신경이 너무 항진돼 있고, 부교감신경은 너무 저하돼 있다는 것이다. 이런 상태는 직접적으로 백혈구의 면역기능에 악영향을 미치게 된다. <br/><br/><br/><br/>흔히 안정을 취하면 면역력이 높아진다고 하는 것도 교감신경이 지나치게 항진돼 있는 현대인들의 부교감신경이 활성화 되며 면역기능이 높아지기 때문이다. 섹스 후에도 부교감신경이 자극돼 정신적으로 편안한 느낌을 갖게 된다는 주장도 있다. <br/><br/><br/><br/>그래서 많은 전문가는 면역력을 높이기 위해 적당한 운동으로 교감신경을 자극하는 한편 부교감신경도 활성화될 수 있도록 스트레스를 덜 받고 안정을 취할 수 있는 생활습관을 가지라고 권한다. <br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-449.txt

제목: <세상 만사-나라 안>“암 고쳐줄게” 不法침술 사망  
날짜: 20150224  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150224100000093  
본문: 이른바 ‘아바타’ 기치료를 하다가 환자가 낫지 않자 직접 침을 놓아 숨지게 한 무자격 침 시술자가 경찰에 붙잡혔다. 대구 달서경찰서는 24일 이 같은 혐의(보건범죄 단속에 관한 특별조치법 위반 등)로 김모(50) 씨를 구속했다. 경찰에 따르면 김 씨는 지난 7일 오후 3시 30분쯤 대구 달서구 한 주택에서 암환자인 A(여·56) 씨의 배 등 6곳에 길이 13㎝의 침을 놓아 패혈성 쇼크로 숨지게 한 혐의를 받고 있다. 경찰 조사 결과 경기도에 살고 있는 김 씨는 지난해 12월부터 2개월여 동안 A 씨 치료를 위해 손바닥 크기의 인형에 A 씨의 이름과 생년월일을 적은 아바타를 만들어 온열기에 넣고 원격으로 기를 불어넣었다. 그러나 김 씨는 A 씨가 심리적으로만 기를 받는 것처럼 여기자 대구로 찾아가 직접 침을 놓아 숨지게 한 것으로 드러났다. <br/><br/><br/><br/>대구 = 박천학 기자 kobbla@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-450.txt

제목: 명절의 그늘… 10代 · 30代 · 70代 ‘안타까운 죽음’  
날짜: 20150223  
기자: 고서정  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150223100000017  
본문: 아버지 입원한 병원 안치 <br/><br/>실직 말 못하고 극단 선택 <br/><br/>설 음식 전한 누나가 발견<br/><br/><br/><br/>암 투병 중인 아버지와 단둘이 살다 배달 아르바이트 중 교통사고로 숨진 10대, 실직을 비관해 스스로 목숨을 끊은 30대, 혼자 쓸쓸히 숨진 채 발견된 70대….<br/><br/><br/><br/>가족 간에 따뜻한 정을 나누는 설 연휴 기간 중 애처로운 사연의 사건 사고가 잇따라 발생해 주위를 안타깝게 하고 있다.<br/><br/><br/><br/>23일 일선 경찰서 등에 따르면 지난 21일 오후 9시쯤 서울 영등포구 양평동 오목교 위에서 오토바이를 타고 가던 추모(19) 씨가 빗길에 미끄러졌다. 반대편 차로로 튕겨 나간 추 씨는 마주 오던 아반떼 승용차에 깔린 채 7∼8m를 끌려갔고, 이후 병원으로 옮겨졌지만 끝내 숨졌다. 추 씨는 음식 배달 대행업체에서 아르바이트를 하며 암 투병 중인 아버지와 함께 생활해 왔던 것으로 알려졌다. 특히 추 씨는 아버지가 입원 중인 같은 병원에 안치됐으나 아버지는 병환이 깊어 아들 시신조차 확인하지 못했고, 장례 추진도 제대로 하지 못하고 있다. 경찰이 추 군의 사망 소식을 아버지에게 전했을 때 아버지는 눈물만 하염없이 흘렸던 것으로 전해졌다.<br/><br/><br/><br/>명절 연휴 마지막 날인 22일에는 최근 실직한 30대가 숨진 채 발견됐다. 서울 강서경찰서에 따르면 지난 22일 오전 10시 45분쯤 강서구 화곡동 까치산 근린공원에서 김모(33) 씨가 목을 매 숨져 있는 것을 인근을 지나던 한 시민이 발견, 신고했다. 식당에서 서빙 일을 하며 생활비를 마련해 오던 김 씨는 최근 일을 그만둔 것으로 알려졌다. 하지만 김 씨는 가족들에게는 일을 그만둔 사실을 숨겨왔던 것으로 전해졌다. 김 씨는 발견 전날인 21일 오전에도 일하러 간다며 집을 나섰던 것으로 조사됐다.<br/><br/><br/><br/>지하 단칸방에서 쓸쓸히 살던 70대 노인도 설 연휴 기간 숨진 채 발견돼 안타까움을 더했다. 지난 21일 오전 11시 30분쯤 서울 종로구 숭인동 한 연립주택 지하 1층 단칸방에서 한모(76) 씨가 숨져 있는 것을 한 씨 누나가 발견해 119에 신고했다. 한 씨 누나는 설 당일인 19일 명절음식을 싸들고 동생 집을 찾아갔지만, 문이 잠겨 있어 음식만 둔 채 발길을 돌렸다. 이틀 후 다시 동생을 찾았으나 두고 간 음식이 문 앞에 그대로 있는 것을 보고 경찰에 신고했다. 발견 당시 한 씨는 이불을 덮고 있었으며 시신은 이미 부패가 진행된 상태였다.<br/><br/><br/><br/>지난 19일 경남 거제에서는 부인 명의의 1억5000만 원 가량의 부채를 고민하던 유모(35) 씨가 아내(39)와 딸(9), 쌍둥이 두 아들(6) 등 일가족에게 수면유도제를 먹인 뒤 흉기로 살해하고 스스로 목숨을 끊은 것으로 추정되는 사건이 발생하기도 했다. <br/><br/><br/><br/>고서정·강승현 기자 himsgo@munhwa.com<br/><br/>거제 = 박영수 기자 buntle@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-451.txt

제목: 명절의 그늘… 10代·30代·70代 ‘안타까운 죽음’  
날짜: 20150223  
기자: 고서정  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150223100000024  
본문: 아버지 입원한 병원 안치 <br/><br/>실직 말 못하고 극단 선택 <br/><br/>설 음식 전한 누나가 발견<br/><br/><br/><br/>암 투병 중인 아버지와 단둘이 살다 배달 아르바이트 중 교통사고로 숨진 10대, 실직을 비관해 스스로 목숨을 끊은 30대, 혼자 쓸쓸히 숨진 채 발견된 70대….<br/><br/><br/><br/>가족 간에 따뜻한 정을 나누는 설 연휴 기간 중 애처로운 사연의 사건 사고가 잇따라 발생해 주위를 안타깝게 하고 있다.<br/><br/><br/><br/>23일 일선 경찰서 등에 따르면 지난 21일 오후 9시쯤 서울 영등포구 양평동 오목교 위에서 오토바이를 타고 가던 추모(19) 씨가 빗길에 미끄러졌다. 반대편 차로로 튕겨 나간 추 씨는 마주 오던 아반떼 승용차에 깔린 채 7∼8m를 끌려갔고, 이후 병원으로 옮겨졌지만 끝내 숨졌다. 추 씨는 음식 배달 대행업체에서 아르바이트를 하며 암 투병 중인 아버지와 함께 생활해 왔던 것으로 알려졌다. 특히 추 씨는 아버지가 입원 중인 같은 병원에 안치됐으나 아버지는 병환이 깊어 아들 시신조차 확인하지 못했고, 장례 추진도 제대로 하지 못하고 있다. 경찰이 추 씨의 사망 소식을 아버지에게 전했을 때 아버지는 눈물만 하염없이 흘렸던 것으로 전해졌다.<br/><br/><br/><br/>명절 연휴 마지막 날인 22일에는 최근 실직한 30대가 숨진 채 발견됐다. 서울 강서경찰서에 따르면 지난 22일 오전 10시 45분쯤 강서구 화곡동 까치산 근린공원에서 김모(33) 씨가 목을 매 숨져 있는 것을 인근을 지나던 한 시민이 발견, 신고했다. 식당에서 서빙 일을 하며 생활비를 마련해 오던 김 씨는 최근 일을 그만둔 것으로 알려졌다. 하지만 김 씨는 가족들에게는 일을 그만둔 사실을 숨겨왔던 것으로 전해졌다. 김 씨는 발견 전날인 21일 오전에도 일하러 간다며 집을 나섰던 것으로 조사됐다.<br/><br/><br/><br/>지하 단칸방에서 쓸쓸히 살던 70대 노인도 설 연휴 기간 숨진 채 발견돼 안타까움을 더했다. 지난 21일 오전 11시 30분쯤 서울 종로구 숭인동 한 연립주택 지하 1층 단칸방에서 한모(76) 씨가 숨져 있는 것을 한 씨 누나가 발견해 119에 신고했다. 한 씨 누나는 설 당일인 19일 명절음식을 싸들고 동생 집을 찾아갔지만, 문이 잠겨 있어 음식만 둔 채 발길을 돌렸다. 이틀 후 다시 동생을 찾았으나 두고 간 음식이 문 앞에 그대로 있는 것을 보고 경찰에 신고했다. 발견 당시 한 씨는 이불을 덮고 있었으며 시신은 이미 부패가 진행된 상태였다.<br/><br/><br/><br/>지난 19일 경남 거제에서는 부인 명의의 1억5000만 원 가량의 부채를 고민하던 유모(35) 씨가 아내(39)와 딸(9), 쌍둥이 두 아들(6) 등 일가족에게 수면유도제를 먹인 뒤 흉기로 살해하고 스스로 목숨을 끊은 것으로 추정되는 사건이 발생하기도 했다. <br/><br/><br/><br/>고서정·강승현 기자 himsgo@munhwa.com<br/><br/>거제 = 박영수 기자 buntle@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-452.txt

제목: 명절의 그늘… 10代·30代·70代 ‘안타까운 죽음’  
날짜: 20150223  
기자: 고서정  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150223100000020  
본문: 아버지 입원한 병원 안치 <br/><br/>실직 말 못하고 극단 선택 <br/><br/>설 음식 전한 누나가 발견<br/><br/><br/><br/>암 투병 중인 아버지와 단둘이 살다 배달 아르바이트 중 교통사고로 숨진 10대, 실직을 비관해 스스로 목숨을 끊은 30대, 혼자 쓸쓸히 숨진 채 발견된 70대….<br/><br/><br/><br/>가족 간에 따뜻한 정을 나누는 설 연휴 기간 중 애처로운 사연의 사건 사고가 잇따라 발생해 주위를 안타깝게 하고 있다.<br/><br/><br/><br/>23일 일선 경찰서 등에 따르면 지난 21일 오후 9시쯤 서울 영등포구 양평동 오목교 위에서 오토바이를 타고 가던 추모(19) 씨가 빗길에 미끄러졌다. 반대편 차로로 튕겨 나간 추 씨는 마주 오던 아반떼 승용차에 깔린 채 7∼8m를 끌려갔고, 이후 병원으로 옮겨졌지만 끝내 숨졌다. 추 씨는 음식 배달 대행업체에서 아르바이트를 하며 암 투병 중인 아버지와 함께 생활해 왔던 것으로 알려졌다. 특히 추 씨는 아버지가 입원 중인 같은 병원에 안치됐으나 아버지는 병환이 깊어 아들 시신조차 확인하지 못했고, 장례 추진도 제대로 하지 못하고 있다. 경찰이 추 군의 사망 소식을 아버지에게 전했을 때 아버지는 눈물만 하염없이 흘렸던 것으로 전해졌다.<br/><br/><br/><br/>명절 연휴 마지막 날인 22일에는 최근 실직한 30대가 숨진 채 발견됐다. 서울 강서경찰서에 따르면 지난 22일 오전 10시 45분쯤 강서구 화곡동 까치산 근린공원에서 김모(33) 씨가 목을 매 숨져 있는 것을 인근을 지나던 한 시민이 발견, 신고했다. 식당에서 서빙 일을 하며 생활비를 마련해 오던 김 씨는 최근 일을 그만둔 것으로 알려졌다. 하지만 김 씨는 가족들에게는 일을 그만둔 사실을 숨겨왔던 것으로 전해졌다. 김 씨는 발견 전날인 21일 오전에도 일하러 간다며 집을 나섰던 것으로 조사됐다.<br/><br/><br/><br/>지하 단칸방에서 쓸쓸히 살던 70대 노인도 설 연휴 기간 숨진 채 발견돼 안타까움을 더했다. 지난 21일 오전 11시 30분쯤 서울 종로구 숭인동 한 연립주택 지하 1층 단칸방에서 한모(76) 씨가 숨져 있는 것을 한 씨 누나가 발견해 119에 신고했다. 한 씨 누나는 설 당일인 19일 명절음식을 싸들고 동생 집을 찾아갔지만, 문이 잠겨 있어 음식만 둔 채 발길을 돌렸다. 이틀 후 다시 동생을 찾았으나 두고 간 음식이 문 앞에 그대로 있는 것을 보고 경찰에 신고했다. 발견 당시 한 씨는 이불을 덮고 있었으며 시신은 이미 부패가 진행된 상태였다.<br/><br/><br/><br/>지난 19일 경남 거제에서는 부인 명의의 1억5000만 원 가량의 부채를 고민하던 유모(35) 씨가 아내(39)와 딸(9), 쌍둥이 두 아들(6) 등 일가족에게 수면유도제를 먹인 뒤 흉기로 살해하고 스스로 목숨을 끊은 것으로 추정되는 사건이 발생하기도 했다. <br/><br/><br/><br/>고서정·강승현 기자 himsgo@munhwa.com<br/><br/>거제 = 박영수 기자 buntle@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-453.txt

제목: 최고 사망원인, 부산 ‘혈압’ 전남 ‘치매’ 경기 ‘당뇨’  
날짜: 20150223  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150223100000016  
본문: 서울, 여성 생식기관 등 癌 최고… 제주는 ‘원인 불명확’ 가장 높아<br/><br/><br/><br/> 광역단체별 사망 원인을 분석한 결과 고혈압으로 인한 사망은 부산, 치매는 전남, 당뇨병은 경기에서 가장 높은 것으로 나타났다.<br/><br/><br/><br/>23일 보건정보통계학회지 최신호에 게재된 ‘사망원인과 지역의 관련성에 관한 연구’에 따르면 통계청 자료를 근거로 5년(2008~2012년)간 사망신고서 127만2257건을 분석한 결과, 전체적으로 가장 높은 사망원인은 암(악성 신생물)과 뇌혈관 질환이었지만 지역별로는 사망원인에 차이를 보였다.<br/><br/><br/><br/>연구팀은 각 사망 원인별로 각 지역의 사망자 수를 가중치로 해 ‘리프트(lift)’를 구했다. 리프트가 크다는 것은 해당 원인으로 사망하는 비율이 높다는 것을 뜻한다. 사인을 규명하기 어려운 ‘불명확한 사인’의 리프트는 제주(2.51)에서 가장 높았고, 부산(0.27)에서 가장 낮았다. 알츠하이머병이 포함된 신경계통의 퇴행성 질환은 전북(1.57)에서 가장 높았으며, 강원(0.45)에서 가장 낮았다. 심장병은 경남(1.50)에서 가장 높고, 인천(0.80)에서 가장 낮았다. 고혈압 질환과 허혈성 심장질환은 모두 부산(각 1.43, 1.32)이 가장 높았으며, 제주도(각 0.77, 0.70)가 가장 낮았다. 노쇠(자연사)가 포함된 전신증상 및 징후로 인한 사망 리프트는 충북(1.38)이 가장 높았고, 부산(0.56)이 가장 낮았다.<br/><br/><br/><br/>암은 소화기관의 경우 부산(1.09)이 가장 높았고, 호흡기 및 흉곽 내 기관은 경북(1.07)이, 여성생식기관·비뇨·림프 조혈 계통의 암은 서울(각 1.17, 1.15, 1.24)에서 가장 높았다. <br/><br/><br/><br/>당뇨병 리프트는 경기(1.21), 치매 등 기질성 정신장애는 전남(1.26), 뇌혈관 질환은 전북(1.14), 인플루엔자 및 폐렴은 충북(1.44), 만성 하기도(후두 이하부터 허파꽈리까지) 질환은 전북(1.35), 간 질환은 부산(1.21), 신부전은 대전(1.27), 결핵은 경북(1.23)이 가장 높았다.<br/><br/><br/><br/>질병 외에 운수사고에 의한 사망 리프트는 제주(1.48)가 가장 높았고, 부산(0.83)이 가장 낮았다. 또 추락에 의한 사망은 광주(1.24)가 가장 높고 경북(0.78)이 가장 낮았으며, 자살에 의한 사망은 인천(1.20)이 가장 높고 전남(0.64)이 가장 낮았다. <br/><br/><br/><br/>원인별로 상관관계를 분석한 결과 소화기관과 생식기관 암의 리프트는 음주율과 개인소득이 높을수록, 민간소비가 많을수록 높았다. 인플루엔자 및 폐렴은 고령자 비율이 높을수록, 만성하기도 질환은 일교차가 클수록 높았다. 간 질환은 음주 및 흡연율과 이혼율이 높을수록 높았다.<br/><br/><br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com munhwa.com

언론사: 문화일보-1-454.txt

제목: <콩트>건강 진단 받으세요  
날짜: 20150217  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150217100000011  
본문: 그의 몸무게가 한 달 사이에 10㎏이 줄었다 <br/><br/><br/><br/>그동안 담배 피우고 폭음… 어찌 병원이 두렵지 않겠는가 <br/><br/><br/><br/>아내는 병원 안 가면 이혼수속 밟자고 하고… <br/><br/><br/><br/>아내도 덩달아 진단을 받기로 했다 <br/><br/><br/><br/>어렵지 않은 검사들이었다… “우리 내년에도 꼭 받자”<br/><br/><br/><br/> 그(45세)의 몸무게가 한 달 사이에 10킬로그램이 줄었다. 불룩 솟았던 배가 쏙 들어갔고 얼굴은 반으로 줄어든 것처럼 보였고 꽉 끼던 청바지가 헐렁헐렁했다. 가벼운 운동조차 등한시했고 살 빼는 약도 먹지 않았는데 그처럼 놀라운 감량에 성공했다. 그는 칭찬받지 못했다. <br/><br/><br/><br/>아내(43세)로부터 “우리 남편이 갑자기 살이 빠졌는데…” 소리를 들은 사람마다 빨리 병원에 데려가라고 했다. 아내는 확인할 수 있었다. 갑작스러운 체중감량이 한국 사람에게 얼마나 큰 공포인지. 아내는 날마다 병원에 가자고 성화했다. 주삿바늘을 끔찍이도 싫어하는 그는 막무가내 버텼다.<br/><br/><br/><br/>초등학생인 그의 아들은 어처구니가 없었다.<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>그러니까 요새 만날 부부싸움 한 게 아빠 병원 가기 싫어서 그런 거야?</span>”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>아빠는 피 뽑는 게 무섭다고.</span>”<br/><br/><br/><br/>“아빠는 언제 철드냐.”<br/><br/><br/><br/>“너도 알지? 엄마가 만날 뱃살 빼라고 했던 거. 그 뱃살 쏙 빠졌으니 잘했다고 칭찬을 해줘야지 난데없이 웬 병원이냐고.”<br/><br/><br/><br/>“엄마가 참 안 됐어. 이런 남자랑 어떻게 사냐?”<br/><br/><br/><br/>아내는 비상수단을 썼다. 시골 부모님께 알린 것이다.<br/><br/><br/><br/>안골댁(69세)은 하늘이 노래졌다. 아들의 살이 빠졌다는 소리가 청천벽력처럼 들렸다. 그동안 얼마나 많은 일을 겪었던가. 문득 암 환자가 되어 고생길에 접어들었던 이들이 한둘인가. 고생길에서 빠져나오지 못하고 하늘로 바삐 가버린 이들이 한둘인가.<br/><br/><br/><br/>“그 사람들 공통점이 무엇이었냐. 갑자기 살이 빠졌던 것이여. 별일 없어야겠지만 당장 병원에 가봐야 한다.”<br/><br/><br/><br/>며느리에게 신신당부하고, 아들에게도 전화 걸어 야단쳤다.<br/><br/><br/><br/>“마흔댓 살이나 먹은 아들한테 다 늙은 어미가 병원 가라고 해서 미안하다. 근디 안 가면 엄마 볼 생각 말아.”<br/><br/><br/><br/>김 씨(75세)도 며느리에게 전화를 걸었다. 김 씨는 아들하고는 거의 말을 하지 않았다. 아들의 말은 벅벅대서 알아듣기가 힘들었다. 아내 말로는 아직도 아버지를 무서워하기 때문이란다. 기가 막힌 얘기다. 내가 뭘 어쨌다고. 반대로 며느리와는 말이 잘 통했다. 며느리는 제 주견도 확실했고 말도 또박또박 잘했다. 어떤 때는 며느리가 딸 같고 아들이 사위 같았다.<br/><br/><br/><br/>“네가 애를 좀 써야겠다. 밧줄로 묶어서라도 끌고 가라.”<br/><br/><br/><br/>그는 경악했다. 아내한테 시비를 걸었다.<br/><br/><br/><br/>“왜 시골에 알려서 이 난리법석을 피워. 그분들은 자식들 걱정할까 봐 비밀 유지에 최선을 다하시는데, 그깟 살 빠진 걸로 엄마 아버지한테 큰 걱정을 끼치다니, 이런 불효가 어디 있나.”<br/><br/><br/><br/>쓰쓰가무시병에 걸렸을 때도, 독사에게 물려 응급실에 실려갔을 때도, 보름이나 입원했을 때도 어버이는 철통보안과 뛰어난 통화 연기력으로 자식들이 모르게 하는 데 성공했다.<br/><br/><br/><br/>“자꾸 안 간다고 하니까 그렇지. 자기가 내 말은 안 들어도 어머님 아버님 말은 듣잖아. 한심하다. 어린애도 아니고.”<br/><br/><br/><br/>“우리 엄마 잠 다 주무셨어. 별거 아닌 걱정거리로도 전전반측하시는 분인데 얼마나 걱정을 많이 하실까.”<br/><br/><br/><br/>“효자 났네, 효자 났어.”<br/><br/><br/><br/>안골댁은 불당으로 달려갔다. 평생 모셔온 부처님과 신령님께 우리 아들 별일 없게 해달라고 비손했다. 아들은 평생 큰 수술 한 번 없이 살았다. 병원에 거의 안 가고도 무탈했다. 자신은 밥보다 약을 더 많이 먹고 살았다. 자신에게 그토록 가혹했으니 그분들이 자식은 봐주신 거라고 믿어왔다. 그런데 그게 더 두려운 것이었다. 이제까지 아무 일이 없었다는 것. 무슨 일이 있을 나이가 되었다는 것.<br/><br/><br/><br/>안골댁이 며느리에게 전화를 걸었더니 아직도 안 갔다는 것이다.<br/><br/><br/><br/>“어미 말이 우습냐?”<br/><br/><br/><br/>“아범이 말을 안 들어요.”<br/><br/><br/><br/>“내일 아침에 당장 가라. 내일도 안 가면 이 어미가 올라갈 거라고 전해라. 진짜로 올라갈 겨! 네가 못 끌고 가면 나라도 끌고 갈 겨.”<br/><br/><br/><br/>그는 왜 그렇게 병원에 가기 싫어하는 것일까? 실제로 무슨 병에라도 걸렸을까 봐 겁을 잔뜩 집어먹은 것일 수도 있었다. 수많은 인생 선배들이 그러했듯이 불쑥 병이 발각되어 기나긴 수술의 과정을 거치고 가계는 풍비박산이 나고 생각만 해도 끔찍했다. 그러니까 더더욱 진단을 받아보는 것이 이성적인 인간이겠으나, 갑작스레 병이 발견되었던 인생 선배들처럼 그 역시 비이성적으로 병원을 두려워하고만 있었다. 어머니는 직접 올라오겠다고 하고, 아내는 내일도 안 가면 이혼 수속 밟자고 하고, 아들은 아빠 병원에 안 가면 자기는 학교에 안 가겠다고 하니 그는 더는 버틸 수가 없게 되었다. 병원에 가야만 한다! 그러자 수많은 인생선배와 같은 황당한 일을 겪을까 봐 벌벌 떨지 않을 수 없었다. <br/><br/><br/><br/>병원을 두려워하는 가장들의 공통점이 있다. 가족이 하지 말라는 것을 청개구리 아이처럼 해왔다는 것이다. 고향에 계시는 부모님과 아내와 아이가 공통적으로 끝없이 되풀이하는 말이 있었다.<br/><br/><br/><br/>“담배 끊어라. 술 줄여라. 운동 좀 해라.”<br/><br/><br/><br/>이 세 가지를 실천하며 사는 가장들은 병원을 두려워할 이유가 없었다. 그는 청개구리처럼 담배를 피워왔고 폭음해왔으며 운동은커녕 걷는 것도 싫어했다. 어찌 병원이 두렵지 않겠는가.<br/><br/><br/><br/>아들이 전쟁에 나가는 아빠 배웅하듯 했다.<br/><br/><br/><br/>“떨지 말고 잘하고 와요. 피 뽑는 거 아무것도 아녜요. 따끔하고 만다고. 이참에 헌혈도 하지 그래요?” <br/><br/><br/><br/>아내도 덩달아 진단을 받기로 했다.<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>고마워, 당신 덕분에 나도 진단을 받아보네.</span>”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>자기도 한 번도 안 받아봤어?</span>”<br/><br/><br/><br/>“응. 우리가 나라에 충성을 너무 많이 했네. 보험료만 꼬박꼬박 내고 혜택은 못 찾아먹었으니. 앞으로는 2년에 한 번씩 꼭 받자. 손 꼭 붙잡고.”<br/><br/><br/><br/>“나 너무 떨려. 뭐라도 있으면 어떡하지?”<br/><br/><br/><br/>“없애면 되지.”<br/><br/><br/><br/>“자기는 좋겠네. 담배도 안 피우고 술도 안 마시고 겁날 게 없잖아.”<br/><br/><br/><br/>“운동 부족이라 나도 겁나.”<br/><br/><br/><br/>걱정한 게 수치스러울 만큼 어렵지 않은 검사들이었다. 복부 초음파 검사 때는 즉시 알려주었다. 폐도 이상이 없고 쓸개에 혹이 있기는 하나 작아서 걱정할 필요는 없고. 다만 위내시경 때는 괴롭고 힘들었다. 위염이라고 했다. 일주일 뒤에 검사한 대장도 별문제가 없었다. 그가 폭주하고 지독히 매운 것을 먹을 때마다 피를 뿜었던 치질도 굳이 수술할 정도는 아니라고 했다.<br/><br/><br/><br/>그의 입에서 이런 말이 절로 나왔다.<br/><br/><br/><br/>“해보길 잘했네. 고마워, 여보. 다 자기 덕분이야.”<br/><br/><br/><br/>자궁 쪽에 문제가 있을 수 있다는 진단을 받은 아내가 말했다.<br/><br/><br/><br/>“그래, 우리 내년에도 꼭 하자. 의료보험료 낸 보람을 처음 느껴본다. 근데 나 아프면 간호 잘 해줄 거지?”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>간호 못 해주니까 아프지 마.</span>”<br/><br/><br/><br/>그는 어머니에게 전화를 걸었다. <br/><br/><br/><br/>“걱정 많이 하셨죠? 아무것도 아니래요. 괜히 걱정만 끼쳐드렸어요. 우리가 입이 가벼워서.”<br/><br/><br/><br/>안골댁은 비로소 발을 뻗고 잘 수 있으면 좋았겠지만 걱정거리를 만들고 키우는 데 탁월한 능력을 가진 모성은 편히 쉬려고 하지 않았다. 김 씨는 팔순이 보이는 나이에 쉰 살 가까운 자식의 건강을 염려했다는 게 참 어이가 없었지만 아무튼 별거 없다니 밥맛이 좋았다.<br/><br/><br/><br/>아들이 물었다.<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>근데 아빠 몸무게는 도대체 왜 줄어든 거야?</span>”<br/><br/><br/><br/>그가 능청을 떨었다.<br/><br/><br/><br/>“너 때문이지. 네가 말을 안 들으니 어찌 스트레스가 안 쌓이겠냐?” <br/><br/><br/><br/>“부모님들은 참 좋겠어. 무슨 문제가 생기면 다 자식 때문이라고 우기면 되니까.” <br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>그러니까 말 잘 들으란 말이야.</span>”<br/><br/><br/><br/>“아빠나 엄마 말 잘 들으셔. 끊고 줄이고 하시고.”

언론사: 문화일보-1-455.txt

제목: <이 책>장자 등  
날짜: 20150213  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150213100000151  
본문: ★장자(앵거스 찰스 그레이엄 지음, 김경희 옮김/이학사) = 미국과 영국 학계에서 활약한 저자는 20세기 서양의 중국학 연구 흐름을 주도한 중국철학의 권위자. 이 책은 ‘장자’ 원문들을 통용본의 배열에 따라 순차적으로 번역하지 않고 지은이, 사상 경향, 주제에 따라 일정하게 재배열하고 재편집했다는 점에서 기존 번역서와 차별화된다.<br/><br/><br/><br/>★心 스틸러 -마침내 마음을 여는 열쇠를 얻다(이현종 지음/이와우) = 저자는 광고 크리에이티브 디렉터로 ‘엘라스틴 했어요’, 올림푸스의 ‘마이 디지털 스토리’, LG 명화, 배스킨 라빈스 닉네임, 프로스펙스 워킹화 캠페인 등으로 유명하다. 직장인에서 유명 크리에이티브 디렉터가 되기까지 저자가 습득한 남다른 생각의 비결을 풀어냈다.<br/><br/><br/><br/>★논어로 맹자를 읽다(이한우 지음/해냄출판사) = ‘논어로 논어를 풀다’ ‘논어로 중용을 풀다’ ‘논어로 대학을 풀다’에 이은 책. 학술 저널리스트인 저자는 ‘논어’에서 제시된 공자 어록 속의 기본 개념들과 어휘를 바탕으로 ‘중용’ ‘대학’의 핵심 개념들을 풀어내고자 했던 것처럼 ‘맹자’에서도 같은 시도를 한다.<br/><br/><br/><br/>★길에서 길을 묻다(김영현 지음/영남대학교출판부) = 교직에 30여 년 재직한 저자는 모든 길은 세상사와 통한다고 믿고 있다. 부산에서 시작해서 강원 고성 통일전망대까지 이어지는 해파랑길 770㎞ 전 코스를 직접 걸으며 다양한 자료들을 조사했고, 그 기록들을 이 책에 담았다. 해파랑 길에 묻어 있는 인물과 자연, 역사와 문화 등 인문학적인 내용들을 스토리텔링으로 엮어 흥미롭게 풀어내고 있다<br/><br/><br/><br/>★질병을 치료하는 한국의 산야초 민간요법(정구영·정경교 지음/중앙생활사) = 질병 치료에 효과적인 산야초를 주요 질환(뇌졸중, 치매, 암, 당뇨, 고혈압)과 신체부위(관절, 폐, 신장, 간, 심장, 위장)로 나누어 컬러사진과 함께 소개했다. 조선왕조로부터 내려온 산야초 왕실비방 65가지를 수록했다. 한방 및 민간요법은 물론이고 차·술·환·효소 만드는 법도 자세히 알려주고 있다.

언론사: 문화일보-1-456.txt

제목: 70세 이후 ‘男 폐암 · 女 대장암’ 최다  
날짜: 20150210  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150210100000082  
본문: 50代후반이후 癌발병 ‘男 > 女’ <br/><br/>평균수명까지 걸릴 확률 37% <br/><br/>10만명당발생률 年3.5% 증가<br/><br/><br/><br/>70세 이후 남성은 폐암, 여성은 대장암에 주의해야 한다는 분석 결과가 나왔다.<br/><br/><br/><br/>10일 국립암센터 암등록사업과의 ‘2012년 우리나라 암 발생 현황’ 보고서에 따르면 남성은 44세까지는 갑상선암이, 50∼69세까지는 위암이, 70세 이후에는 폐암이 가장 많이 발생했다. 또 여성은 69세까지는 갑상선암이, 70세 이후에는 대장암이 가장 많이 발생해 성별 및 연령별로 차이가 있었다. <br/><br/><br/><br/>모든 암의 연령별 발생률은 50대 초반까지는 여성이 남성보다 더 높았지만, 50대 후반부터는 남성의 암 발생률이 높아졌다.<br/><br/><br/><br/>1999년 이후 남녀 전체 주요 암의 연평균 증가율은 갑상선암(22.6%), 전립선암(12.7%), 유방암(5.8%), 대장암(5.2%) 등 순으로 높았다. 반면 간암(-1.9%)은 같은 기간 꾸준히 낮아지는 것으로 나타났다.<br/><br/><br/><br/>모든 암의 인구 10만 명당 발생률은 1999년 219.9명에서 2012년 319.5명으로 늘어 연평균 3.5%의 증가율을 보였다. 세계 표준인구를 감안한 암 발생률은 우리나라의 경우 10만 명당 294.3명으로, 미국(318.0명), 호주(323.0명)보다는 낮았으나 경제협력개발기구(OECD) 평균(271.5명)보다는 높았다. <br/><br/><br/><br/>우리나라 국민이 평균수명(81세)까지 생존할 때 암에 걸릴 확률은 37.3%였다. 남성(평균수명 77세)은 5명 중 2명(37.5%)에서, 여성(평균수명 84세)은 3명 중 1명(34.9%)에서 암이 발생할 것으로 추정됐다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-457.txt

제목: 이상돈 중앙대교수, 동생들과 상속 법정다툼  
날짜: 20150210  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015021010016768382  
본문: 이상돈(64) 중앙대 명예교수가 동생들과 상속 재산을 두고 법정 공방을 벌이고 있는 것으로 드러났다.<br/>10일 법조계에 따르면 이 교수의 세 동생은 이 교수에게 상속회복청구 및 협의분할무효 청구 소송 등을 제기했으며, 오는 13일 서울중앙지법에서 첫 변론 기일이 있을 예정이다. <br/>법정 공방을 벌이고 있는 재산은 이 교수의 아버지가 남긴 서울 종로구 통의동의 3층짜리 건물(약 22억 원)이다. 2005년 10월 이 교수의 아버지가 유언을 남기지 않고 사망한 뒤 해당 재산은 협의 분할로 이 교수와 모친이 절반씩 나눠 소유하게 됐다. 법적 상속지분대로 하면 부인인 이 교수의 모친이 11분의 3을 소유하고, 나머지 자식 넷이 똑같이 11분의 2씩 가지게 된다. 그러다 지난 2014년 이 교수의 어머니도 타계했다. <br/>이에 이 교수 측은 본래 본인에게 상속된 재산 절반을 제외하고 어머니에게 상속된 재산을 넷으로 나눠 동생들에게 각각 8분의 1씩 상속 재산이 있다고 알렸다. 최종적으로 상속 재산에 대한 지분은 이 교수가 8분의 5, 나머지 동생 셋이 8분의 1씩 가지게 된 것이다. <br/>동생 측은 “2005년의 합의 분할은 해당 건물에 대한 임대료를 어머니께서 생활비로 사용하시는데 실무적 절차를 편하게 하도록 건물주를 줄이는 형식적 절차에 불과했다”며 “어머니가 돌아가신 뒤 나중에 법정 상속 비율대로 똑같이 4분의 1씩 나누기로 합의했다”고 주장했다. <br/>또 “당시 동생 중 두 명이 해외에 있었고, 나머지 한 명은 자식의 암 투병을 돌보느라 정신이 없었다”며 “동생 중 해외에 있던 한 명은 아예 당시 협의 분할에 대해 알지도 못하고 인감도장 등을 도용당했다”며 협의분할 자체가 무효라고 밝혔다.<br/>반면 이 교수 측은 답변서를 통해 “<span class='quot0'>상속된 건물에 대한 협의분할은 동생들도 모두 합의한 상태에서 진행한 것이며, 나중에 반환해 주기로 한 적도 없다</span>”며 “<span class='quot0'>해당 건물은 어머니가 직접 소유권의 절반은 이 교수에게, 나머지는 자신이 갖도록 한 뒤 자식들에게 통보하고 실무 절차를 진행한 것</span>”이라고 주장하며 원고 측 주장을 모두 부인했다. <br/>이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-458.txt

제목: 기업윤리·과학·글로벌이슈… ‘贊 vs 反’ 으로 풀어보는 세상  
날짜: 20150206  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150206100000295  
본문: 당신의 선택은? (전3권) / 토머스 A 이스턴 외 엮음, 박중서 옮김 / 양철북<br/><br/><br/><br/> 종종 우리가 책을 읽는 이유는 무엇일까를 생각해 본다. 보편적 진리를 찾기 위해서가 아니라 그동안 읽은 양에 비해 현실 적응력이 현저히 떨어진다는 자책 때문이다. 이른바 ‘죽은 공부’에 길들여진 탓이 아닌가 싶다. 책 읽기를 직업으로 삼은 시간이 쌓여 갈수록 읽는 행위 자체보다는 읽고 난 후에 무엇을 할 것인가가 더 중요하게 여겨진다. 요즘은 읽는 사람도 점점 줄어 이런 말을 하는 게 쑥스럽지만 어쨌든 누구나 다 하는 읽기보다는 읽고 난 후가 문제다. 읽기의 궁극적 목표는 쓰기, 토론하기 그리고 실천하기다. 이 과정을 충분히 배우고 익히는 것, 그것이 가장 중요한 일이기도 하다. <br/><br/><br/><br/>물론 해결은 간단치 않다. 쓰고 토론하고 실천하기는 오랜 시간과 연습을 전제로 한다. 지금처럼 학교에서 성적을 매기고 우열을 가려 줄을 세우는 데는 불편하기 짝이 없는 방법이다. 그 결과는 어떤가. 텔레비전에 나오는 유명 전문가라도 막상 글을 받아보면 읽기 부끄러운 수준이고, 정치인들의 토론은 보고 있는 시간이 아까울 정도로 듣고 말하는 훈련이 안 되어 있다. 결국 다시 원점이다. 인간에게 유익한 거의 모든 것은 훈련의 산물일 뿐이다. <br/><br/><br/><br/>‘당신의 선택은?’ 시리즈는 이런 고민을 하는 현장에서 필요한 책이다. 권당 평균 페이지가 무려 700여 쪽에 이르는 ‘무식한’ 두께를 자랑하지만 알고 보면 만만하고 쓰임새도 분명하다. <br/><br/><br/><br/>원제는 ‘Taking Sides’, 즉 ‘편을 정하라’가 책의 콘셉트다. 각 분야의 최신 이슈들에 대해 상반된 입장을 가진 두 글을 실어 서로 다른 견해를 비교해가며 읽을 수 있도록 구성됐다. 이를 위해 논문, 칼럼, 연설문을 뒤져 생각해 볼 만한 이슈에 대해 상반된 의견을 개진한 글들을 골랐고, 사전 이해를 위한 배경지식을 전진 배치하고 더 읽을거리를 후방에 소개하며 한 챕터를 마무리한다. 우리 시대의 다양한 쟁점들을 서로 다른 입장에서 바라보게 한 다음, 토론을 이끌어내기 적절한 구성방식이다. 특히 교육현장에서 다르게 생각하기, 함께 의견을 나누고 이야기하기, 내 생각을 글로 써보기 등의 훈련을 위한 좋은 교재다. <br/><br/><br/><br/>1권의 주제는 ‘기업 윤리다’다. 애덤 스미스와 카를 마르크스가 ‘자본주의로 인간이 행복해질 수 있을까?’에 대해 격돌한다. ‘이익 증대가 기업의 유일한 사회적 책임일까?’라는 주제에는 밀턴 프리드먼과 마이클 E 포터가 맞붙고, 아이라 T 케이와 에드거 올러드 2세는 ‘실적이 CEO 보상의 명분이 될까?’에 대해 서로 다른 견해를 털어놓는다. <br/><br/><br/><br/>이런 책이 그렇듯 처음부터 끝까지 정독하겠다는 강박을 버리고, 읽고 싶은 주제를 찾아 선택적으로 읽어나가면 흥미로운 독서를 할 수 있다. 개인적으로 찾은 읽고 싶은 주제들은 예컨대 2권 ‘과학기술’에서 ‘휴대전화가 암을 유발한다고 결론 내릴 과학적 증거는 충분한가?’, ‘외계 생명체 탐색은 과연 성공할까?’, ‘세계의 모든 도서관을 디지털화해야 하는가?’ 등이고, 3권 ‘글로벌 이슈’에서는 ‘세계의 도시화는 바람직하지 못한 결과로 이어질까?’, ‘중국은 차세대 초강대국으로 떠오를 것인가’ 등이다.<br/><br/><br/><br/>시리즈가 특히 우리 시대 교양인들에게 생각할 여지를 마련하기 위해 노력했다는 것을 느낄 수 있는 대목은 1권의 주제가 자본주의가 아니라 ‘기업윤리’라는 점이다. 프랑스의 사회학자 에밀 뒤르켐이 ‘자살’에서 ‘개인이 도덕적 삶을 유지하는 데 필요한 사회적 뒷받침을 제공하던 가족과 교회가 붕괴하면 그 역할을 기업이 맡게 될 것’이라고 일찌감치 말한 것처럼 기업은 이미 우리 삶의 근간을 이루고 있다. <br/><br/><br/><br/>책은 바로 그 기업이 어떤 역할을 맡아주기를 바라는지를 함께 생각하고 이야기하자고 권한다. 예를 들어 천문학적 액수를 받는 기업 CEO의 연봉은 정당할까. 사적인 이익을 추구하는 탐욕이 너무 크다면 국민이 나서야 하지 않을까. 경영실적에 따라 CEO의 연봉이 책정되는 것이라면 그 자체로 자본주의의 이념을 실현한 것, 부를 증가시키기 위해 애쓴 대가다. 연봉은 주주를 대표한 이사회가 자발적으로 경영자와 맺은 계약의 합법적 결과물이기도 하다. 하지만 이것이 전부일까. CEO들의 연봉 상승률이 가팔라진 시기는 정확히 주식시장에 거품이 가득했던 1990~2000년대부터였다. 회사 가치를 크게 성장시켜 최고의 CEO로 평가받은 제너럴일렉트릭의 잭 웰치도 예외는 아니다. 시장의 거품이 꺼지자 제너럴일렉트릭의 주가는 절반으로 뚝 떨어졌다. 다시 말해 거품을 바탕으로 CEO의 보수가 가파르게 오른 탓도 있으며, 더 큰 문제는 불황이 닥쳤는데도 불구하고 CEO의 급여는 끝없이 인상되고 심지어 해고수당까지 두둑이 받아 챙기고 있다는 것이다. 자, 당신은 어느 편인가. CEO의 높은 연봉은 자본주의 원칙에 따라 정당한가 혹은 부도덕하고 파렴치한 일인가?<br/><br/><br/><br/>시리즈를 편집한 이들의 말처럼 ‘우리 중 그 누구도 진리를 온전한 상태로 가지고 있지는 않다.’ 다만 진리에 이르기 위해 한 가지 주제에 대해 나름의 의견을 세워 남에게 알리고, 다른 사람이 그 의견에 답하게 하고, 그 의견을 귀 기울여 듣는 일이 진리로 가는 길일 뿐이다. <br/><br/><br/><br/>본격적인 주제에 들어가기 전 권마다 여러 페이지를 할애해 머리말을 실었는데, 기업윤리, 과학 기술, 글로벌 이슈에 대해 알아야 할 핵심과 현재적 문제의식을 간명하고 솜씨 좋게 정리한 것도 이 책의 장점이다. 미국 맥그로힐 에듀케이션이 출간한 시리즈는 50여 권에 이른다. 이 중에서 기업윤리, 과학기술, 글로벌 이슈 등 3권을 먼저 소개했다.<br/><br/><br/><br/>한미화

언론사: 문화일보-1-459.txt

제목: 기업윤리·과학·글로벌이슈… ‘贊 vs 反’ 으로 풀어보는 세상  
날짜: 20150206  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150206100000164  
본문: 당신의 선택은? (전3권) / 토머스 A 이스턴 외 엮음, 박중서 옮김 / 양철북<br/><br/><br/><br/> 종종 우리가 책을 읽는 이유는 무엇일까를 생각해 본다. 보편적 진리를 찾기 위해서가 아니라 그동안 읽은 양에 비해 현실 적응력이 현저히 떨어진다는 자책 때문이다. 이른바 ‘죽은 공부’에 길들여진 탓이 아닌가 싶다. 책 읽기를 직업으로 삼은 시간이 쌓여 갈수록 읽는 행위 자체보다는 읽고 난 후에 무엇을 할 것인가가 더 중요하게 여겨진다. 요즘은 읽는 사람도 점점 줄어 이런 말을 하는 게 쑥스럽지만 어쨌든 누구나 다 하는 읽기보다는 읽고 난 후가 문제다. 읽기의 궁극적 목표는 쓰기, 토론하기 그리고 실천하기다. 이 과정을 충분히 배우고 익히는 것, 그것이 가장 중요한 일이기도 하다. <br/><br/><br/><br/>물론 해결은 간단치 않다. 쓰고 토론하고 실천하기는 오랜 시간과 연습을 전제로 한다. 지금처럼 학교에서 성적을 매기고 우열을 가려 줄을 세우는 데는 불편하기 짝이 없는 방법이다. 그 결과는 어떤가. 텔레비전에 나오는 유명 전문가라도 막상 글을 받아보면 읽기 부끄러운 수준이고, 정치인들의 토론은 보고 있는 시간이 아까울 정도로 듣고 말하는 훈련이 안 되어 있다. 결국 다시 원점이다. 인간에게 유익한 거의 모든 것은 훈련의 산물일 뿐이다. <br/><br/><br/><br/>‘당신의 선택은?’ 시리즈는 이런 고민을 하는 현장에서 필요한 책이다. 권당 평균 페이지가 무려 700여 쪽에 이르는 ‘무식한’ 두께를 자랑하지만 알고 보면 만만하고 쓰임새도 분명하다. <br/><br/><br/><br/>원제는 ‘Taking Sides’, 즉 ‘편을 정하라’가 책의 콘셉트다. 각 분야의 최신 이슈들에 대해 상반된 입장을 가진 두 글을 실어 서로 다른 견해를 비교해가며 읽을 수 있도록 구성됐다. 이를 위해 논문, 칼럼, 연설문을 뒤져 생각해 볼 만한 이슈에 대해 상반된 의견을 개진한 글들을 골랐고, 사전 이해를 위한 배경지식을 전진 배치하고 더 읽을거리를 후방에 소개하며 한 챕터를 마무리한다. 우리 시대의 다양한 쟁점들을 서로 다른 입장에서 바라보게 한 다음, 토론을 이끌어내기 적절한 구성방식이다. 특히 교육현장에서 다르게 생각하기, 함께 의견을 나누고 이야기하기, 내 생각을 글로 써보기 등의 훈련을 위한 좋은 교재다. <br/><br/><br/><br/>1권의 주제는 ‘기업 윤리다’다. 애덤 스미스와 카를 마르크스가 ‘자본주의로 인간이 행복해질 수 있을까?’에 대해 격돌한다. ‘이익 증대가 기업의 유일한 사회적 책임일까?’라는 주제에는 밀턴 프리드먼과 마이클 E 포터가 맞붙고, 아이라 T 케이와 에드거 올러드 2세는 ‘실적이 CEO 보상의 명분이 될까?’에 대해 서로 다른 견해를 털어놓는다. <br/><br/><br/><br/>이런 책이 그렇듯 처음부터 끝까지 정독하겠다는 강박을 버리고, 읽고 싶은 주제를 찾아 선택적으로 읽어나가면 흥미로운 독서를 할 수 있다. 개인적으로 찾은 읽고 싶은 주제들은 예컨대 2권 ‘과학기술’에서 ‘휴대전화가 암을 유발한다고 결론 내릴 과학적 증거는 충분한가?’, ‘외계 생명체 탐색은 과연 성공할까?’, ‘세계의 모든 도서관을 디지털화해야 하는가?’ 등이고, 3권 ‘글로벌 이슈’에서는 ‘세계의 도시화는 바람직하지 못한 결과로 이어질까?’, ‘중국은 차세대 초강대국으로 떠오를 것인가’ 등이다.<br/><br/><br/><br/>시리즈가 특히 우리 시대 교양인들에게 생각할 여지를 마련하기 위해 노력했다는 것을 느낄 수 있는 대목은 1권의 주제가 자본주의가 아니라 ‘기업윤리’라는 점이다. 프랑스의 사회학자 에밀 뒤르켐이 ‘자살’에서 ‘개인이 도덕적 삶을 유지하는 데 필요한 사회적 뒷받침을 제공하던 가족과 교회가 붕괴하면 그 역할을 기업이 맡게 될 것’이라고 일찌감치 말한 것처럼 기업은 이미 우리 삶의 근간을 이루고 있다. <br/><br/><br/><br/>책은 바로 그 기업이 어떤 역할을 맡아주기를 바라는지를 함께 생각하고 이야기하자고 권한다. 예를 들어 천문학적 액수를 받는 기업 CEO의 연봉은 정당할까. 사적인 이익을 추구하는 탐욕이 너무 크다면 국민이 나서야 하지 않을까. 경영실적에 따라 CEO의 연봉이 책정되는 것이라면 그 자체로 자본주의의 이념을 실현한 것, 부를 증가시키기 위해 애쓴 대가다. 연봉은 주주를 대표한 이사회가 자발적으로 경영자와 맺은 계약의 합법적 결과물이기도 하다. 하지만 이것이 전부일까. CEO들의 연봉 상승률이 가팔라진 시기는 정확히 주식시장에 거품이 가득했던 1990~2000년대부터였다. 회사 가치를 크게 성장시켜 최고의 CEO로 평가받은 제너럴일렉트릭의 잭 웰치도 예외는 아니다. 시장의 거품이 꺼지자 제너럴일렉트릭의 주가는 절반으로 뚝 떨어졌다. 다시 말해 거품을 바탕으로 CEO의 보수가 가파르게 오른 탓도 있으며, 더 큰 문제는 불황이 닥쳤는데도 불구하고 CEO의 급여는 끝없이 인상되고 심지어 해고수당까지 두둑이 받아 챙기고 있다는 것이다. 자, 당신은 어느 편인가. CEO의 높은 연봉은 자본주의 원칙에 따라 정당한가 혹은 부도덕하고 파렴치한 일인가?<br/><br/><br/><br/>시리즈를 편집한 이들의 말처럼 ‘우리 중 그 누구도 진리를 온전한 상태로 가지고 있지는 않다.’ 다만 진리에 이르기 위해 한 가지 주제에 대해 나름의 의견을 세워 남에게 알리고, 다른 사람이 그 의견에 답하게 하고, 그 의견을 귀 기울여 듣는 일이 진리로 가는 길일 뿐이다. <br/><br/><br/><br/>본격적인 주제에 들어가기 전 권마다 여러 페이지를 할애해 머리말을 실었는데, 기업윤리, 과학 기술, 글로벌 이슈에 대해 알아야 할 핵심과 현재적 문제의식을 간명하고 솜씨 좋게 정리한 것도 이 책의 장점이다. 미국 맥그로힐 에듀케이션이 출간한 시리즈는 50여 권에 이른다. 이 중에서 기업윤리, 과학기술, 글로벌 이슈 등 3권을 먼저 소개했다.<br/><br/><br/><br/>한미화

언론사: 문화일보-1-460.txt

제목: <힐링푸드>비만, 당뇨·고혈압 일으키고 불임·우울증 원인까지  
날짜: 20150204  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150204100000171  
본문: 한때 TV에 유명 트레이너가 등장해 혹독한 운동으로 살을 빼게 하는 ‘다이어트킹’이란 프로그램이 인기몰이를 했었다. 그야말로 지옥 같은 훈련을 통해 수십 킬로그램을 감량해서 누가 승리하는가 하는 서바이벌 프로그램이었다. 그 후에도 이와 유사한 프로그램들이 인기를 누렸다. 다이어트는 이제 누구나 한마디씩 할 수 있을 정도로 대중화되어 있는 개념이다. 그러나 진짜 다이어트가 필요한 사람들은 ‘비만환자’들이다.<br/><br/><br/><br/>비만이란 건강을 해치는 비정상적 또는 과도한 체지방의 축적이라고 할 수 있다. 비만은 당뇨병, 고지혈증, 대사증후군, 지방간, 담석증, 고혈압, 관상동맥질환, 위식도역류질환, 수면무호흡증, 골관절염, 월경이상 및 불임, 우울증, 각종 암 등의 발생률을 증가시키는 위험인자이다. <br/><br/><br/><br/>또한 비만도가 증가할수록 사망률도 증가한다. 예를 들어 체질량지수(비만지수)가 35㎏/㎡ 일 경우 정상인에 비해 사망률이 두 배나 증가한다. 체질량지수는 키와 몸무게를 이용하여 지방의 양을 추정하는 비만 측정법으로 몸무게를 키의 제곱으로 나눈 값이다.<br/><br/><br/><br/>비만 인구는 전 세계적으로 급증하고 있다. 세계보건기구(WHO)는 2005년 세계인구 중 16억 명이 과체중이고 4억 명이 비만이라고 추산하였고 2015년에는 23억 명이 과체중이 되고 7억 명이 비만이 될 것으로 예측하였다. 우리나라에서도 비만 유병률이 지속적으로 증가하는 추세이며 2005년에는 31.7%(남자 35.1%, 여자 28%)가 비만인 것으로 조사되었으며, 이는 1991년도 조사결과인 17.1%보다 2배 정도 증가 된 수치이다. <br/><br/><br/><br/>사실 비만 자체가 다인성 질환이라 어떤 요인이 더 크게 작용하는지는 잘 알 수 없다. 식습관부터 생활습관, 인종적 차이, 환경 및 사회경제적 요인, 유전적 요인 등 매우 다양한 원인이 있기 때문이다. 쌍둥이들을 대상으로 한 연구에 의하면 유전적인 요인이 비만에 상당히 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. <br/><br/><br/><br/>비만 치료를 위해선 식사요법, 운동요법, 행동요법이 모두 필요하다. 잘 짜인 저칼로리 식단, 비타민과 미네랄이 풍부한 채소의 충분한 섭취, 하루 1.5ℓ 이상 물 마시기, 최소한 하루 30분씩 주 5회 이상 운동하는 것과 좌식생활에서 탈피하는 것이 매우 중요하다. 그러나 일상생활에서 이런 방법을 꾸준히 지켜나가기가 쉽지 않고 효과도 천천히 나타나기 때문에 어떤 사람들은 약물치료를 받는다. <br/><br/><br/><br/>한때 시부트라민이라는 비만 치료제가 선풍적인 인기를 얻었던 적이 있었다. 유사제품도 많이 나와 있었고 처방전이 필요하기 때문에 지하에서 불법유통되다가 적발되는 사례도 종종 있었다. <br/><br/><br/><br/>그러나 심혈관 합병증으로 시부트라민은 시장에서 퇴출당했고, 현재 미 식품의약국(FDA)으로부터 장기간 사용이 승인되어 있는 약제는 오를리스타트뿐이다. 오를리스타트는 지방의 체내 흡수를 저해해 비만을 치료한다. 그러나 오를리스타트가 기름진 음식을 자주 먹는 서양인과는 다르게 탄수화물을 주식으로 하는 식생활을 가진 동양인에게는 잘 맞지 않는다는 주장도 있다. <br/><br/><br/><br/>고도비만 환자의 경우 수술요법이 동원되기도 한다. 비만은 체질량지수 25㎏/㎡ 이상, 고도비만은 30㎏/㎡ 이상을 말한다. 비만수술이란 고도비만환자의 위장관에 해부학적 변화를 가해 체중감소를 유도하고 비만 관련 합병증을 치료, 개선하기 위해 시행되는 수술이다. <br/><br/><br/><br/>비만수술의 원리는 음식의 섭취나 흡수를 제한토록 하는 것이다. 섭취 제한 수술로는 조절형위밴드술과 위소매절제술이 있고, 흡수를 제한하는 수술로는 담췌우회술·십이지장전환술이 있으며 두 가지 원리가 동시에 이루어지는 혼합형으로는 ‘루와이 위우회술’이 있다. <br/><br/><br/><br/>비만수술을 받게 되면 비수술군과 비교할 때 비만에 의한 조기 사망률이 30∼40% 감소하며 기대여명은 89% 증가한다. 따라서 수많은 동반질환을 유발하고 사망률을 높이는 만성 질환인 비만을 성공적으로 치료할 수 있는 유일한 방법은 비만수술이다. 각종 비만치료를 다 해봤으나 체중감량에 실패했을 때 외과적 방법으로 비만수술을 받을 수 있다. <br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-461.txt

제목: ‘모바일 다이렉트 보험’ 시대 열린다  
날짜: 20150130  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150130100000064  
본문: ‘모바일 다이렉트 보험’ 시대가 열린다. 인터넷 다이렉트 보험 1위 업체인 KDB생명(사장 조재홍)이 조만간 모바일 서비스를 선보일 예정이다.<br/><br/><br/><br/>KDB생명 관계자는 30일 “<span class='quot0'>모바일 다이렉트 보험 서비스를 올 상반기에 출시할 채비를 하고 있다</span>”면서 “<span class='quot0'>스마트폰 대중화에 따라 휴대전화나 태블릿PC 등 모바일 기기로도 상품 구성과 청약, 보험료 결제 등까지 원스톱으로 해결할 수 있도록 할 계획</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>KDB생명은 현재 자사가 다이렉트로 판매하는 암보험과 어린이보험, 정기보험, 연금보험, 연금저축보험 총 5종을 모바일로도 이용토록 하고, 모바일에 맞춤화된 상품도 추가로 개발해 나갈 방침이다. 지난 2012년 12월 인터넷 다이렉트 보험을 출시한 KDB생명은 2년 만에 누적 수입 보험료 100억 원을 돌파했다. 지난 한 해 동안의 수입 보험료는 88억 원으로 전년(20억 원)보다 3배 이상 증가하는 등 폭발적인 성장세를 기록하고 있다. 다이렉트 보험은 설계사 없이 본인이 직접 확인하고 가입하는 만큼 동일한 보장의 오프라인 보험 대비 20∼30% 정도 가격이 저렴하다. <br/><br/><br/><br/>이관범 기자 frog72@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-462.txt

제목: <10문10답 뉴스 깊이보기>‘13월의 세금폭탄’ 논란… 연말정산 소급 적용  
날짜: 20150123  
기자: 이민종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150123100000160  
본문: 1600만 명에 달하는 유리지갑 월급쟁이들의 최대 관심사로, ‘13월의 월급·보너스’로 불리던 연말정산이 ‘세금폭탄’으로 바뀌었다는 반발 때문에 정국이 한바탕 소용돌이에 휘말렸다. 이번 파동은 성난 민심에 놀란 당·정이 지난 21일 다급하게 공제폭 확대와 소급입법 방침을 담은, 전례를 찾기 힘든 ‘연말정산 보완책’을 내놓을 정도로 충격이 컸다. 보완책은 세액공제 틀은 유지하면서 저출산·고령화를 해소하기 위해 다자녀 가구와 고령자에 대한 공제 혜택을 확대하는 게 골자다. 자녀세액공제 상향, 자녀 출생·입양 세액공제 신설, 독신 근로자 표준세액 공제 확대, 연금보험료 세액공제 상향을 포함해 추가납부 분납허용 등을 담고 있다. 급한 불은 끈 모양새지만 산적한 과제가 적지 않다. 교육비나 의료비가 배제된 데다 구체적인 상향 폭이 확정되지 않았기 때문에 3월 정부안이 확정될 때까지 논란이 지속될 전망이다. 오락가락하는 당정의 조세정책에 대한 질타가 이어지고 있고 소급적용이 나쁜 선례를 남겼다는 지적도 나온다. 이번 연말정산 파동의 원인과 배경, 보완대책의 세부 내용, 전망 등을 짚어 본다.<br/><br/><br/><br/>1 연말정산 파동 배경<br/><br/><br/><br/>지난 15일 연말정산에 돌입하면서 지난해까지 더 낸 세금을 돌려받던 이들이 올해는 환급액이 줄거나 토해 내야 하는 사례가 빗발치면서 반발 수위가 높아졌다. 정부의 진화에도 불구, 여론은 급속도로 악화됐다. <br/><br/><br/><br/>정부가 총급여 5500만 원 이하는 세 부담이 늘지 않는다고 했지만 실제 적용해 보니 공제항목이나 부양가족 수 등에 따라 해당 구간에서도 세금이 늘어난 경우가 많아진 것이다. 별다른 공제가 없는 미혼 직장인, 지난해 자녀를 출산한 경우, 6세 이하 자녀가 2명 이상인 직장인 등 통상 예년에는 환급액이 적지 않았던 이들까지 ‘13월의 보너스’가 세금폭탄으로 변질된 것으로 확인되면서 중산층 증세 논란이란 불에 기름을 끼얹는 형국이 됐다. <br/><br/><br/><br/>세법 개정 취지에도 불구, 정부가 세수 추계 시뮬레이션에 정확성을 기하지 않았고 국회도 정부 안을 면밀하게 심의하지 않은 게 문제라는 비판이 제기되고 있다. 수년간 실질임금이 늘어나지 않아 가계살림이 팍팍했던데다, 새해 들어 담뱃세 인상 등이 맞물린 흐름도 한 원인으로 작용했다는 분석도 나오고 있다.<br/><br/><br/><br/>2 세액공제 방식 전환 이유<br/><br/><br/><br/>2013년 세법 개정 당시 정부는 과세 형평성을 높이기 위해 소득공제(所得控除·Deduction)를 세액공제(稅額控除·Tax Credit)로 전환하겠다고 밝혔다. 2013년 귀속 기준 근로소득 면세자가 전체 납세자 1636만 명의 31%(512만 명)에 달해 소득재분배 효과가 미약하다는 판단에 따른 것이다. <br/><br/><br/><br/>이에 따라 자녀 인적공제와 의료비, 교육비, 월세액 등의 항목을 소득공제에서 세액공제로 바꾸었다. 소득에서 공제대상 금액을 빼고 남은 금액에 구간별 세율을 적용하는 소득공제에서 소득에 대해 과세한 세금을 차감해 돌려주는 방식으로의 전환이다. 고소득자에 유리한 소득공제를 세액공제 방식으로 바꾼 것인데 고소득자는 환급액을 줄이고 저소득자는 늘리자는 것이다.<br/><br/><br/><br/>취지 자체나 방향은 맞지만 5500만 원 이하는 세 부담이 없다고 했던 것과 괴리가 발생해 정부 조세정책의 신뢰를 떨어뜨렸고 실제로 저소득층이나 중산층에서 예상보다 세 부담이 늘어나는 이들이 많아지면서 중산층이 타깃이 된 사실상의 증세라는 의견이 분출했다.<br/><br/><br/><br/>3 구체적으로 어떻게 바뀌었나<br/><br/><br/><br/>다자녀 인적공제의 경우 자녀 2명까지는 1인당 15만 원씩, 2명을 초과하는 경우 1명당 20만 원씩 세액공제가 이뤄지는 것으로 발표됐다. 종전에는 6세 이하는 1명당 100만 원, 출생·입양 시는 1명당 200만 원의 소득공제가 이뤄졌다. 이번에 다자녀 가구의 세 부담 증가 논란을 야기한 대목이다. 또 의료비, 교육비, 기부금도 소득공제에서 지출액의 15% 세액공제로 바뀌고 보장성 보험료와 연금보험료는 각 12%의 세액공제가 적용된다. 주택시장이 전세에서 월세로 바뀌는 점을 감안해 월세액 소득공제도 세액공제로 전환됐다. 고소득자에 대한 과세 역시 조정해 총급여 500만 원 이하는 80%에서 70%로 소득공제 한도를 줄이고 총급여 1억 원 초과분은 공제율을 5%에서 2%로 줄였다. 38%의 최고세율이 적용되던 과세표준 구간은 3억 원에서 1억5000만 원으로 인하했다. 신용카드 등 소득공제는 직불카드, 현금영수증, 전통시장, 대중교통 사용분에 대해 2013년 연간 사용액의 50%보다 지난해 하반기 사용액이 큰 경우, 증가 사용분에 대해 10%를 추가 공제해 모두 40%를 적용해 주기로 했다. 그러나 실제 적용해 보니 환급액이 너무 미미해 실효가 없다는 불만도 나오고 있다.<br/><br/><br/><br/>4 추가 납부 우려 제기 됐는데<br/><br/><br/><br/>예상보다 세금을 더 추징당하는 직장인들이 많을 것이란 지적은 지난해 8월 초에 이미 제기됐다. 한국납세자연맹은 당시 회원 가운데 약 1만682명의 연말정산 데이터로 자체 분석한 결과, 정부 세수 추계에 따라 증세가 전혀 없을 것으로 예측됐던 연봉 5500만 원 이하 중·저소득층 가운데 연봉 3000만~4000만 원 사이에서는 1인 평균 5만6442원씩 모두 893억 원가량 세금이 늘 것으로 나타났다고 밝혔다. 또 연봉 6000만~7000만 원 사이의 경우 1인당 3만 원가량 늘어날 것이란 정부 발표와는 달리 2.6배인 7만7769원 늘 것으로 보인다고 예상했다. 이런 직장인들이 많아져 대혼란이 빚어질 것이라고 했는데 결과적으로 맞아 떨어진 셈이다. 정부는 올 초까지 별 반응을 보이지 않았으나 실제 연말 정산 돌입 후 반발이 거세지자 “<span class='quot0'>올해 개별 세 부담 변화를 분석해 간이세액표 개정 등 보완방안을 내놓겠다</span>”고 했고 이후에도 진정되지 않자, “<span class='quot0'>총 급여 5500만 원 이하자 중에서 예외적으로 부양가족공제, 자녀의 교육비·의료비 공제 등을 적용받지 못해 세 부담이 증가할 수 있는데 이는 개인적인 사정에 따른 불가피한 것</span>”이라고 한발 물러서면서도 애매한 입장을 보였다. 그럼에도 불구, 비판여론이 걷잡을 수 없이 확산되자 보완대책을 내놓았다.<br/><br/><br/><br/>5 ‘싱글세’논란<br/><br/><br/><br/>정부가 5500만 원 이하 직장인은 증세효과가 없다고 했지만 부양가족공제나 의료비, 교육비 등 별도의 특별공제를 받지 못하는 연봉 2360만~3800만 원 사이의 미혼 직장인의 경우 최고 17만 원이 증세되는 등 ‘싱글세’ 효과가 나타났다는 점을 지적한 것이다. 미혼이거나 부양가족이 없는 이들이 정당한 이유 없이 더 많이 증세된다는 논리다. 정부도 이번 보완책에서 독신근로자의 경우 다가구 근로자보다 특별공제 혜택 적용 여지가 크지 않다고 판단해 표준세액공제(12만 원)를 상향해 조정키로 했다. 정부 관계자는 “<span class='quot1'>독신근로자는 특별공제 혜택을 적용받지 못하는 경우가 많고 싱글세 논란도 있는 만큼 독신자의 세 부담을 줄여주기로 했다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>6 출산·자녀공제 어떻게 바뀌나<br/><br/><br/><br/>자녀 2명까지 각 15만 원, 2명 초과 자녀에 대해 1명당 20만 원씩 공제하는 자녀세액공제를 상향 조정한다. 예를 들어, 자녀가 3명인 경우 올 연말정산 시 50만 원(15만 원×2+20만 원×1명)을 공제받는데 공제액을 높여서 돌려받는 액수를 늘린다는 것이다. 주호영 새누리당 정책위원회 의장이 “<span class='quot2'>첫째 아이에게 얼마를 줬다면 둘째는 그의 2~3배씩 줘야 한다</span>”고 말한 데 따르면 첫째는 15만 원, 둘째는 30만~40만 원 식으로 공제액이 늘어날 가능성이 거론된다. 자녀 구간별로 5만~10만 원 수준에서 책정될 것이라는 이야기도 나온다. 2013년 세법개정 때 폐지했던 출생·입양 공제 혜택도 다시 도입한다. 법 개정 전 소득공제 방식으로 자녀 1명당 200만 원이 공제된 바 있는데 이와 비슷한 수준에서 액수가 결정되지 않겠느냐는 전망이 나온다. 중간 정도의 소득세율인 15%를 가정했을 때 200만 원의 소득공제 시 대략 30만 원 정도 혜택을 받았다. <br/><br/><br/><br/>7 노후 연금보험 공제 확대는<br/><br/><br/><br/>당정의 연말정산 보완책에 따르면 당정은 노후생활 보장을 위해 12% 수준으로 정해진 연금보험료 세액공제도 확대키로 했다. 인상폭은 3%포인트 안팎에서 논의되고 있는 것으로 전해졌다. 예컨대, 지난해 1년간 연금보험료로 100만 원을 납입한 경우 당초 12만 원만 공제받는데 만약 3%포인트 인상된다면 추가 3만 원 정도를 더 돌려받을 수 있는 셈이다. 공제 한도액인 400만 원을 꽉 채워 넣었을 경우는 48만 원을 받았는데 60만 원까지 받을 수 있게 된다. 단, 한도액을 400만 원에서 더 올려주는 방안은 검토하고 있지 않은 것으로 전해졌다.<br/><br/><br/><br/>8 공제액 얼마나 늘어나나<br/><br/><br/><br/>당정이 마련한 보완책은 자녀 세액공제, 출생·입양 공제, 독신근로자 공제, 연금보험료 공제 상향 조정이 골자다. 정부는 구체적인 액수는 오는 3월 말까지 연말정산 결과를 분석해 보고 확정한다는 방침이다. 액수가 확정되면 새누리당은 새정치민주연합 등 야당과 협의해 오는 4월 소득세법 개정안을 국회에서 처리할 계획이다. 당정은 특히 이번 연말정산 대상인 지난해 귀속분 소득에 대해서도 소급적용을 추진한다. <br/><br/><br/><br/>한편, 납세자들도 연말 정산 과정에서 놓치기 쉬운 소득공제 항목이 적지 않은 만큼 잘 찾아보면 세금을 추가로 줄일 수 있는 여지가 있다. 만 60세 미만의 부모님은 기본공제 대상은 아니지만 만약에 소득금액이 연간 100만 원 이하라면 부모의 의료비·신용카드 사용액을 자녀가 공제받을 수 있다. 암이나 중풍, 치매 및 희귀난치병을 앓는 중증 환자는 세법상 장애인이기 때문에 나이와 관계없이 기본공제 150만 원, 장애인공제 200만 원에 더해 총급여의 3%를 초과하는 의료비를 최고 한도 없이 공제받을 수 있다. 국제결혼을 한 경우에도 해외에 거주하는 배우자 부모에게 생활비를 송금해주고 있다면 해당 금액에 대한 소득공제가 가능하다.<br/><br/><br/><br/>9 추가납부 분납 가능한가<br/><br/><br/><br/>정부는 연말정산 결과 추가로 세금을 더 내야 할 경우 분할납부가 가능토록 하겠다는 계획이다. 다만 올해 연말정산도 때부터 가능한지는 지켜봐야 한다. 연말정산 추가 납부세액 발생 시 분할 납부하는 것 역시 소득세법을 개정해야 하기 때문이다. 정부는 국회와 협의해 이른 시일 내에 세법 개정을 추진, 올해부터 적용 가능한지 여부를 확정하겠다는 방침이다. 만약 지난해 귀속분 소득에 대해 소급적용이 이뤄지면 종합소득 신고가 이뤄지는 5월쯤 환급을 받을 수 있을 것으로 당정은 내다보고 있다. <br/><br/><br/><br/>10 ‘13월 세금폭탄’ 논란 해소될까<br/><br/><br/><br/>당정이 긴급 당정협의를 열고 연말정산 보완책을 내놓으며 급한 불은 껐다고 하지만 ‘13월의 폭탄’ 논란이 수그러들 것으로 예단하기에는 일러 보인다. 우선 실제로 얼마만큼 공제혜택이 늘어날지 확정되지 않았기 때문에 납세자들이 돌려받을 수 있는 돈이 어느 정도인지 불확실하다. 당정이 올해 연말정산과 관련해 소급적용을 한다는 계획을 밝혔지만 소급적용이 전례가 없는 만큼 어떤 방식으로 이뤄질지도 미지수다. 소급적용이 나쁜 선례를 남긴 점, 정부에 대한 신뢰가 깨진 것 역시 정부나 정치권, 향후 조세정책 운용 측면에서 매우 우려스럽고 고민스러운 대목이다. <br/><br/><br/><br/>조세정책 전문가들도 여론의 질타를 받은 부문만 ‘땜질’식으로 부분 보완을 했기 때문에 미흡하다는 지적을 내놓고 있다. 홍기용 한국세무학회 회장은 “<span class='quot3'>현재 세액공제율은 소득수준과 세액수준에 따라 차등을 두지 않고 일률적으로 15%로 정해 놨는데 당정의 보완대책에 특별공제 항목에 대한 차등 공제율이 빠졌다</span>”며 “<span class='quot3'>특별공제 단일률을 건들지 않으면 다른 항목에서 공제율을 조금씩 올려준다고 해도 별로 효과가 없을 것</span>”이라고 말했다. 홍 회장은 “<span class='quot3'>자녀가 많을수록 의료비나 교육비를 많이 쓰고 세금 차이가 모두 여기에서 나오는데, 의료비나 교육비에 대한 언급 역시 이번 합의안에 없다</span>”고 지적했다. 이번 기회에 큰 틀에서 조세정책에 대한 중장기적인 대응방안이 필요하다는 의견이 제시되고 있는 배경이다.<br/><br/><br/><br/> 이민종·박수진 기자 horizon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-463.txt

제목: “유치원 90%에 CCTV 설치”  
날짜: 20150122  
기자: 신선종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150122100000151  
본문: 교대·사대 입시 인성평가 반영 <br/><br/>암·심혈관질환 등 200여개 <br/><br/>비급여진료비 건강보험 적용<br/><br/><br/><br/>내년까지 전국 8800여 개 유치원의 90%에 CCTV를 설치하는 것을 포함, 아동 폭력을 근절하기 위해 종합대책이 이번 주에 발표된다. 암, 심혈관 질환 등 200여 개 비급여 진료비에 대해 건강보험이 적용된다. 교육부, 보건복지부, 고용노동부 등 6개부처는 22일 청와대에서 열린 업무 보고에서 이번 주 중에 황우여 사회부총리 겸 교육부 장관 주재로 사회관계장관회의를 열어 어린이집 외에 가정, 유치원, 유아학원 등을 포괄하는 아동학대 종합 대책을 발표한다고 보고했다. 관계장관회의에서는 보육 교사의 선발, 양성, 근무여건, 처우 등에 대한 중장기 대책이 논의될 것으로 예상된다.<br/><br/><br/><br/>교육부는 유치원과 유아 대상 학원에서 아동학대가 발생할 경우 폐쇄 조치를 내리고 해당 학원장 및 강사는 영구히 학원 운영 또는 근무를 할 수 없도록 처벌 규정을 강화하는 방향으로 유아교육법 및 학원법을 올해 내 개정할 계획이다. 어린이집의 경우 CCTV를 의무화하는 입법을 여야가 추진하고 있다. 교육부는 전체 유치원의 90%에 CCTV를 설치할 경우 153억여 원이 필요한 것으로 추정하고 있다. 교육부는 지난해 말 제정된 ‘인성교육진흥법’에 따라 교대와 사대를 중심으로 대학 입시에서 인성평가 확대 반영을 유도해 나갈 방침이다.<br/><br/><br/><br/>복지부는 ‘실업크레디트’를 통해 보험료를 지원하거나 그간 내지 않은 보험료를 한꺼번에 내면 국민연금 수급자격을 주는 방식으로 경력단절 주부와 실직자, 저소득 근로자 등 557만 명이 국민연금을 받을 수 있도록 할 방침이다. <br/><br/><br/><br/>신선종·이용권·김영주·유현진 기자 hanuli@

언론사: 문화일보-1-464.txt

제목: “유치원 90%에 CCTV 설치”  
날짜: 20150122  
기자: 신선종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150122100000031  
본문: 교대·사대 입시 인성평가 반영 <br/><br/>암·심혈관질환 등 200여개 <br/><br/>비급여진료비 건강보험 적용<br/><br/><br/><br/>내년까지 전국 8800여 개 유치원의 90%에 CCTV를 설치하는 것을 포함, 아동 폭력을 근절하기 위해 종합대책이 이번 주에 발표된다. 암, 심혈관 질환 등 200여 개 비급여 진료비에 대해 건강보험이 적용된다. 교육부, 보건복지부, 고용노동부 등 6개부처는 22일 청와대에서 열린 업무 보고에서 이번 주 중에 황우여 사회부총리 겸 교육부 장관 주재로 사회관계장관회의를 열어 어린이집 외에 가정, 유치원, 유아학원 등을 포괄하는 아동학대 종합 대책을 발표한다고 보고했다. 관계장관회의에서는 보육 교사의 선발, 양성, 근무여건, 처우 등에 대한 중장기 대책이 논의될 것으로 예상된다.<br/><br/><br/><br/>교육부는 유치원과 유아 대상 학원에서 아동학대가 발생할 경우 폐쇄 조치를 내리고 해당 학원장 및 강사는 영구히 학원 운영 또는 근무를 할 수 없도록 처벌 규정을 강화하는 방향으로 유아교육법 및 학원법을 올해 내 개정할 계획이다. 어린이집의 경우 CCTV를 의무화하는 입법을 여야가 추진하고 있다. 교육부는 전체 유치원의 90%에 CCTV를 설치할 경우 153억여 원이 필요한 것으로 추정하고 있다. 교육부는 지난해 말 제정된 ‘인성교육진흥법’에 따라 교대와 사대를 중심으로 대학 입시에서 인성평가 확대 반영을 유도해 나갈 방침이다.<br/><br/><br/><br/>복지부는 ‘실업크레디트’를 통해 보험료를 지원하거나 그간 내지 않은 보험료를 한꺼번에 내면 국민연금 수급자격을 주는 방식으로 경력단절 주부와 실직자, 저소득 근로자 등 557만 명이 국민연금을 받을 수 있도록 할 방침이다. <br/><br/><br/><br/>신선종·이용권·김영주·유현진 기자 hanuli@

언론사: 문화일보-1-465.txt

제목: ‘건보 적용’ 일반 병상 850개 추가… 중증질환 가계부담 7000억 줄 듯  
날짜: 20150122  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150122100000063  
본문: 기초수급자 80만명 확대 <br/><br/>간병비·선택진료비 축소<br/><br/><br/><br/>올해 안에 방사선 치료, 암환자 유전자검사 등 200여 개의 비급여 진료 항목에 건강보험이 적용돼 진료비가 내려갈 전망이다. <br/><br/><br/><br/>또 추가 진료비가 가산되는 선택진료비도 줄고, 건강보험이 적용되는 일반병상(4∼6인실)도 대형병원에 850개가 추가된다. 정부로부터 교육, 주거 등의 혜택을 받는 기초생활수급자도 지난해보다 80만여 명이 늘어나고 지원 규모도 확대된다.<br/><br/><br/><br/>보건복지부는 22일 대통령 업무보고에서 이 같은 내용의 의료비 경감과 저소득층 지원 계획을 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>우선 암, 심장, 뇌혈관, 희귀난치질환 등 4대 중증질환의 각종 치료비와 검사료가 줄어든다. 방사선 치료, 암환자 유전자검사, 교육상담료, 소아크론병치료제, 항진균제 등 그동안 건강보험이 적용되지 않던 200여 개의 비급여 항목이 대상이다. 정부가 각 진료항목에 대한 건강보험 진료 수가를 정하게 되면 수십만 원에 달하는 방사선 치료 등의 진료비가 크게 내려갈 전망이다. <br/><br/><br/><br/>3대 비급여(간병비, 상급병실료, 선택진료비) 비용도 단계적으로 축소, 복지부는 4대 중증질환치료 건강보험 강화와 함께 약 7000억 원의 가계 의료비 부담이 줄어들 것으로 보고 있다.<br/><br/><br/><br/>또 기초생활수급자에게 지원하는 교육, 주거, 의료, 생계 급여도 맞춤형으로 전환해 오는 7월 20일부터 수급자 수가 현행 134만 명에서 210만 명으로 확대된다. 가구당 평균 수급액도 월 42만3000원에서 월 47만2000원으로 늘어난다. <br/><br/><br/><br/>복지부는 아동학대 사건과 관련, 맞벌이 부부에 대한 보육 지원을 늘리고 어린이집의 불필요한 이용을 줄이는 방향으로 보육체계 전반에 대한 개편도 추진키로 했다.<br/><br/><br/><br/>이 외에도 담뱃갑에 흡연 경고그림을 도입하고, 당구장과 스크린골프장 등에서도 담배를 피울 수 없도록 관련법 개정을 추진한다. <br/><br/><br/><br/>국민연금 사각지대 해소를 위해 경력단절 주부, 실직자 등 국민연금 가입이 불가능한 557만여 명에게 연금 자격을 주도록 법 개정도 추진한다. <br/><br/><br/><br/>원격의료 시범사업 활성화를 위해 참여 의료기관도 지난해 9곳에서 올해 50곳으로 확대된다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-466.txt

제목: 환경규제 7000개 일제 점검…‘암덩어리’혁파 지속  
날짜: 20150122  
기자: 김영주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150122100000062  
본문: 인·허가규제 최대 9종 통합 <br/><br/>초미세먼지 예보 정확도↑ <br/><br/>오염시설제한지역도 재점검<br/><br/><br/><br/>환경부가 20∼30년 전 지정한 환경오염 시설 제한지역의 실효성을 원천적으로 재검토하고, 지방자치단체에 위임한 환경규제 7000개를 일제 점검하는 등 규제개혁을 지속해 나갈 방침이다. <br/><br/><br/><br/>환경부는 22일 이 같은 내용을 포함한 2015년도 중점과제를 박근혜 대통령에게 보고했다. 일단 최대 9종에 이르는 환경 인허가 규제를 통합하기로 했다. 환경관리를 저비용·고효율 체계로 만들기 위해서다. 환경기술 발전과 국민인식 변화 등 달라진 환경여건에 맞춰 20∼30년 된 환경오염 시설 제한지역에 대한 실효성도 재점검할 계획이다. <br/><br/><br/><br/>지자체에 위임·이양된 조례·규칙 등 환경규제 7000개를 전수조사하는 한편, 환경기술인협회 등 직능단체를 대상으로 설문조사를 진행해 불합리한 규제는 정비하기로 했다. <br/><br/><br/><br/>규제개혁 외에도 국민 생활과 밀접한 미세먼지, 녹조, 유해물질, 악취 등 4개 환경 과제를 우선 해결할 계획이다. 일단 현재 시범예보 중인 초미세먼지를 본 예보로 전환하고, 미세먼지(PM10)·초미세먼지(PM2.5)의 예보 정확도를 끌어올리기로 했다. 미세먼지 예보 정확도를 현재 83%에서 85%로, 초미세먼지 예보 정확도를 현재 79%에서 80%까지 끌어올리는 것이 올해 목표다. 또 고농도 미세먼지가 나타날 경우 차량 부제운행, 도로 물청소 등 대응조치를 시행키로 했다. <br/><br/><br/><br/>여름마다 논란이 되는 녹조를 해결하기 위해 천변 저류지 조성·지류총량제 시범시행 등 오염물질의 하천 유입을 최소화하는 ‘윗물 살리기’를 추진할 방침이다. 오염 정도에 따른 수상활동 안전 여부를 알려 주기 위한 ‘친수경보제’를 도입하고, 824억 원을 투입해 124만 명에게 고도 정수 처리된 수돗물을 신규 공급한다. 방충제, 섬유유연제 등 15종의 생활화학제품에 함유될 수 있는 유해성분의 위험도를 표시하는 정책을 시행하고, 폐기물 차량 현대화와 정화조 악취 저감 시설 설치 등 도심의 악취를 줄이기 위한 정책도 추진키로 했다. <br/><br/><br/><br/>김영주 기자 everywhere@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-467.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>여객선에 농기계 선적 허용 … 섬주민 불편 해소  
날짜: 20150115  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150115100000114  
본문: 트랙터 등 구입·수리 원해도 <br/><br/>세월호 사고 이후 선적 거부 <br/><br/><br/><br/>여객선에 명확한 규정 없어 <br/><br/>화물차 임차 뒤 적재 ‘부담’ <br/><br/><br/><br/>건설장비는 높이 제한 ‘골치’ <br/><br/>4m로 상향조정돼 숙원 이뤄<br/><br/><br/><br/>카페리 여객선에 농기계와 건설장비를 사실상 실을 수 없도록 규정된 해양수산부 고시가 전남 완도 주민들의 건의로 결국 개정됐다.<br/><br/><br/><br/>15일 전남도에 따르면 지난해 4월 세월호 사고 이후 여객선 안전 관련 규정이 엄격히 적용되면서 완도군 청산도 주민들은 농기계를 여객선에 실을 수 없게 되자 큰 어려움에 봉착했다. 경운기, 트랙터 등 농기계를 새로 구입하거나 수리를 위해 육지 나들이를 할 때 여객선을 이용해야 하는데, 종전에 농기계를 실어줬던 여객선사들이 세월호 사고 이후에는 관련 규정을 내세우며 적재가 불가능하다고 난색을 표명한 것. <br/><br/><br/><br/>실제로 해수부 고시 ‘카페리 선박의 구조 및 설비 등에 관한 기준’에 따르면 경운기, 트랙터 등을 여객선에 실을 수 있는 명확한 근거 규정이 없었다. 특히 이 고시 기준을 근거로 만들어진 각 여객선의 차량적재도에도 농기계가 위치하는 구역이 표시되지 않았다. 이와 관련, 완도군 관계자는 “<span class='quot0'>주민들이 농기계를 구입해 여객선에 싣기 위해서는 농기계를 실을 수 있는 화물차를 60만∼70만 원에 임차해야만 했다</span>”며 “<span class='quot0'>전국적으로 계산하면 엄청난 헛돈을 쓴 셈</span>”이라고 말했다. 완도 주민들은 또 해수부 고시 기준상 여객선에 싣는 차량의 적재 높이가 ‘3.5m 이내’로 제한돼 있어, 굴착기 등 건설장비 운반이 곤란하다는 점도 호소했다. 화물차에 굴착기 등을 실으면 적재 높이가 3.5m를 초과할 수밖에 없는 실정이라는 것이다. 주민들은 이에 따라 여객선에 실리는 차량의 화물 적재 높이를 4m 이내로 높여줄 것을 요구했다.<br/><br/><br/><br/>전남도는 완도 주민들의 이 같은 요구를 받아들여 “전국 섬 주민들이 같은 고통을 당하고 있다”며 해수부에 이를 건의했다. 해수부는 결국 지난해 말 관련 고시를 개정, 농기계도 카페리 여객선에 실을 수 있도록 명확한 규정을 두는 한편 화물차 적재 높이를 종전의 3.5m에서 4m로 상향 조정했다. <br/><br/><br/><br/>완도=정우천 기자 sunshine@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-468.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>인천, 불합리 조례들 개정·폐기없이 방치  
날짜: 20150115  
기자: 이상원  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150115100000115  
본문: 인천시의 조례 가운데 일부가 현실에 맞지 않거나 불합리해 개정과 폐기가 시급한 것으로 드러났다.<br/><br/><br/><br/>15일 인천시와 인천시의회에 따르면 현재 646개의 조례가 제·개정을 통해 운영되고 있으며 대부분 시장과 시의원들이 발의한 것들이다. 문제는 이들 조례 가운데 일부가 비현실적이거나 아예 시행조차 되지 않고 있는데도 불구하고 버젓이 방치되고 있다. 우선 인천지역 지하상가 임차인들이 자신들로부터 시설을 재임차한 후 제3자에게 다시 임대를 주는 전대인들로부터 수십 배에 달하는 임대료를 받고 있어 관련 조례 개정이 시급하다는 주장이 제기되고 있다.<br/><br/><br/><br/>류제홍 인천시의원이 최근 인천시설관리공단으로부터 받은 자료에 따르면 부평지하상가 등 지하상가 임차인들은 시에 점포당 연간 최대 170만 원을 내고 빌린 점포를 전대인들에게는 14배 이상 많은 2500만∼3000만 원을 받고 임대해 주고 있는 것으로 드러났다. 지하상가 리모델링을 통해 임차기간이 늘어나는 것도 문제점으로 지적됐다. <br/><br/><br/><br/>이처럼 임차인이 전대인 등에게 높은 임대료를 요구하고 대부기간을 늘릴 수 있었던 것은 ‘지하도상가 관리 운영조례’가 임차인에게 일방적으로 유리하게 규정돼 있기 때문으로 추정된다. 그러나 인천시설관리공단은 이와 관련, 일부 지하상가의 전대금액은 개인 정보로 정확히 파악하기 어려우며 법인의 임대료 범위에 대해서는 관여할 사항이 아니라는 입장을 고수하고 있다.<br/><br/><br/><br/>시의 조례 가운데 있으나 마나 한 조례도 상당수에 달하는 것으로 밝혀졌다. ‘한복 장려를 위한 지원 등에 관한 조례’의 경우 전통의상인 한복을 입고 인천지역 박물관이나 미술관 등 공공시설을 이용하면 입장료와 관람료를 감면해 준다는 내용을 담고 있다. 그러나 해당 조례에 언급된 시립박물관, 송암미술관 등은 1년여 전부터 무료로 운영되고 있어 한복장려조례는 사실상 유명무실한 존재가 됐다. 2002년에 제정된 ‘장애극복상 조례’도 매년 장애인의 날인 4월 20일에 모범장애인 3명에게 시장이 직접 표창패와 500만 원의 상금을 수여토록 규정하고 있다. 그러나 시는 지난 2008년 이후 지금까지 단 한 차례도 관련 행사를 개최하지 않은 것으로 드러났다. <br/><br/><br/><br/>인천=이상원 기자 ysw@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-469.txt

제목: <힐링푸드>연초에 마신 술 싹~ ‘시자북’ 이 딱이네~  
날짜: 20150114  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150114100000169  
본문: 간의 중요성은 아무리 강조해도 지나침이 없다. 간은 단백질 등 몸에 필요한 영양소를 만들어 저장하고 탄수화물, 지방, 호르몬, 비타민 및 무기질 대사에 관여한다. 간은 소화 작용을 돕는 담즙산을 만들고, 간 내 면역세포가 몸에 들어오는 세균과 이물질을 제거한다. 그래서 간은 ‘인체의 화학공장’으로도 불린다. 그럼에도 이토록 소중한 장기를 많은 한국인들이 폭음·폭식 등으로 망가뜨리고 있다. 간에 독소가 쌓여서 혈액을 깨끗하게 해주는 기능을 제대로 하지 못하면 지방간이나 간염, 간경화 등 자체 질환뿐 아니라, 아토피, 알레르기, 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 중풍, 암 등 각종 합병증을 유발한다. 간 해독이 필요한 것도 그 때문이다. 간 해독에 도움이 되는 식품들을 알아본다. <br/><br/><br/><br/>#시래기 = 간 해독을 거론할 때 가장 먼저 거론되는 식품이 십자화(十字花)과 채소다. 십자화과 채소란 4개의 꽃잎으로 ‘십자’ 모양의 꽃을 피워 내는 식물을 말한다. 십자화과 채소가 간 해독을 돕는 것은 글루코시놀레이트 성분 때문이다. 글루코시놀레이트는 항암 효능이 있는 것으로 많이 알려져 있다. 실제로 글루코시놀레이트는 체내에 쌓일 수 있는 발암물질을 해독하고, 대장암 같은 암 발병률을 현저하게 낮춰 준다. 그러나 간의 해독과 관련해서도 이 성분을 빼놓을 수 없다. 글루코시놀레이트는 간에서 해독효소를 증가시켜 독소를 배출해낸다. 글루코시놀레이트는 소화과정 중에 가수분해돼 이소시아네이트의 일종인 설포라판으로 합성되는데 이 성분은 항산화 효능이 우수하며, 헬리코박터 파일로리 억제 효과 등을 지녔다. <br/><br/><br/><br/>겨울철 서민들의 대표적인 음식 재료인 무청, 즉 시래기 역시 브로콜리, 양배추, 콜리플라워 등과 함께 글루코시놀레이트를 풍부하게 함유하고 있는 십자화과 채소다. 그 외에도 시래기는 카로틴과 엽록소, 비타민B·C 등의 영양성분을 풍부하게 함유하고 있다. 특히 무청의 비타민C 함량은 100g당 75㎎으로 감귤(조생귤 기준 44㎎)보다 더 많다. 그런데 바로 이 비타민C야말로 간 해독에 없어서는 안 되는 성분이다. 식이섬유와 칼슘, 철분도 많이 들어 있다.<br/><br/><br/><br/>#자몽 = 과일 자몽이 간 해독에 좋은 것은 비타민C뿐 아니라 글루타티온 성분을 풍부하게 함유하고 있기 때문이다. 글루타티온은 시스테인·글루타민산·글리신이라는 3개의 아미노산의 결합체로 간의 2단계 해독과정에서 중요한 역할을 한다. <br/><br/><br/><br/>간은 보통 1단계 해독과정에서 비타민C나 미네랄 등을 사용하는데 이때 유해한 활성산소가 많이 만들어진다. 그래서 이 활성산소를 해독하기 위한 2단계 해독과정을 거쳐야 한다. 그런데 이 2단계 해독과정에 기여하는 성분이 글루타티온이다. 자몽 하나에는 70㎎의 글루타티온이 들어 있다. 자몽의 쓴맛을 내는 나린진(narngin)은 몸속의 불필요한 지방을 연소시켜 주고, 수용성 식이섬유인 펙틴은 체내의 콜레스테롤을 낮춰 준다. 펙틴은 사과에도 많이 들어 있는 성분이다. 한편 주의해야 할 사항은 고혈압 치료제, 고지혈증, 항우울제, 알레르기 약과 함께 자몽을 섭취할 경우 약물 대사에 이상이 나타날 수 있으므로 주의해야 한다. <br/><br/><br/><br/>#북어 = 주당들에게 해장국 하면 가장 먼저 떠오르는 것이 북어다. 실제로 과음한 다음 날 북엇국 한 사발을 들이켜면 몸이 개운해지는 느낌을 받을 수 있다. 이 같은 효능은 북어에 간을 보호해 주는 메티오닌이 풍부하게 들어 있기 때문이다. 메티오닌은 황 성분을 함유하고 있는 아미노산으로 병후 원기 회복은 물론 간의 해독작용을 돕는다. 북어에는 100g당 2444㎎의 메티오닌이 들어 있다. 반면 명태에는 526㎎의 메티오닌밖에 들어 있지 않다. 메티오닌은 피부를 매끄럽게 해주며, 체내 지방 축적을 막고, 히스타민 방출을 억제해 알레르기 질환에도 효과를 보인다. <br/><br/><br/><br/>그 외에도 북어에는 간에 축적된 아세트알데히드를 해독하는 데 뛰어난 효능을 지닌 알라닌, 아스파르트산, 글리신 등의 아미노산이 많이 들어 있다. 피로 해소를 돕는 베타인과 타우린도 풍부하다. 일반적으로 북어의 단백질과 아미노산 함량은 말리기 전의 생태보다 5배 정도 많다. <br/><br/><br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-470.txt

제목: <힐링푸드>왔다! ‘항균’ 보리… 갔다! ‘겨울식중독’  
날짜: 20150114  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150114100000171  
본문: ‘보릿고개’라는 말이 있다. 가을에 수확한 곡식은 다 떨어지고, 햇보리는 아직 덜 여물어 굶주린 배를 안고 지내야 했던 5∼6월 춘궁기를 이르는 말이다. 지금이야 보릿고개를 겪는 농촌 마을이 없지만 일제강점기와 해방 직후에는 그런 곳들이 흔했다.<br/><br/><br/><br/>당시 6월 초순이면 수확이 시작되던 보리는 배고픔과 허기로부터 민초들을 구해주던 소중한 곡물이었다. 한때 혼분식 장려 운동이 벌어지며 보리는 또 ‘찬밥’ 신세가 됐지만 근래에는 오히려 보리의 여러 성분들이 현대인의 성인병에 좋다고 해 다시 귀한 대접을 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>보리의 효능은 사실 어제오늘 나온 얘기가 아니다. 중국의 약초 백과사전이라고 할 수 있는 본초강목에 ‘보리는 오장을 건강하게 하고 기운을 내려주며 체한 것을 다스리며 식욕을 증진한다’고 돼 있다. 실제로 한방에서는 발아시킨 보리를 맥아라 하며 약재로 처방한다. 주로 건위(健胃)·소화촉진 작용을 해 비위허약, 소화불량에 쓰인다. <br/><br/><br/><br/>보리는 영양학적으로 확실히 훌륭한 곡물이다. 일단 칼슘, 인, 철, 나트륨, 칼륨 등 한국인들에게 부족하기 쉬운 미네랄을 풍부하게 함유하고 있다.<br/><br/><br/><br/>몸의 신진대사 과정에 없어서는 안 될 비타민B1, 비타민B2, 니아신 등의 성분도 많이 들어있다. 보리에 풍부한 식이섬유도 건강한 장을 위해 없어서는 안 될 성분이다. 식이섬유 중 물에 잘 녹는 수용성 식이섬유는 장에서 수분을 흡수해 점성의 겔(gel)을 형성, 변을 부드럽게 만들어 배변을 쉽게 한다. 또 물에 녹지 않는 불용성 식이섬유는 음식 찌꺼기의 장 통과시간을 짧게 해 각종 대장질환 발병률을 낮춘다. 그래서 만성변비 등의 치유식으로 보리를 식재료로 한 음식이 많이 추천된다. <br/><br/><br/><br/>그러면 ‘겨울 식중독’이라는 노로바이러스와 보리는 어떤 상관관계가 있을까. 이와 관련해 보리의 성분 중 최근 가장 주목받는 것이 항균·항산화 효능을 지닌 베타글루칸이다. 베타글루칸은 효모, 버섯류, 보리, 귀리 등 곡물의 세포벽에 많이 포함돼 있는 식이섬유의 일종으로 세포 유지에 반드시 필요한 성분이다. <br/><br/><br/><br/>최근 이 베타글루칸의 면역력 향상과 관련해 연구가 많이 진행되고 있다. 동물실험에선 베타글루칸을 먹이면 독감·헤르페스(대상포진)·탄저병 등에 덜 걸리는 것으로 밝혀졌다. 사람이 먹으면 면역력이 강화되고 상처가 빨리 아물며 항생제의 효과가 배가된다.<br/><br/><br/><br/>아직 노로바이러스에는 치유약이 없다. 따라서 예방에 신경을 쓰거나 평소 면역력을 키워 바이러스균이 침투하더라도 이겨낼 수 있도록 몸을 만들어야 한다. 그런 점에서 베타글루칸이 풍부한 보리야말로 노로바이러스가 유행하는 계절에 최적의 예방식일 수 있다. <br/><br/><br/><br/>그 외에도 베타글루칸의 효능은 여러 가지 더 있다. 우선 베타글루칸은 끈적거리는 성질이 강해 소장에서 영양소의 흡수를 방해한다. 그래서 당, 지질, 담즙산 등의 흡수를 지연시켜 주고 콜레스테롤의 합성을 억제한다. 이 같은 작용 때문에 혈당이 급격히 오르는 것을 막아 당뇨병을 예방해 준다. 보리를 다이어트식으로 권하는 것도 베타글루칸의 그 같은 효능 때문이다. <br/><br/><br/><br/>보리에 함유돼 있는 다량의 폴리페놀화합물도 항알레르기, 면역력 강화에 효과가 아주 탁월하다. 또 인체에 유해한 활성산소를 제거해 주기 때문에 항산화 작용이 뛰어나 노화방지에 아주 효과적이다. 특히 보리에 함유된 폴리페놀 성분의 하나인 프로안토시아니딘은 최근 암 예방 효과와 관련 연구가 활발히 진행되고 있다. <br/><br/><br/><br/>보리를 거론하며 보리차를 빼놓을 수 없다. 예전에 배탈이 나 설사를 자주 할 때 탈수를 막기 위해 따듯한 보리차를 먹인 것도 소화기에서의 보리 효능을 민간에서 실제로 체험했기 때문 아닐까.<br/><br/><br/><br/>보리의 중금속 해독에 대한 연구도 국내의 한 대학에서 진행돼 눈길을 끈 적이 있다. 당시 연구진은 수돗물에 볶은 보리를 넣어 보리차로 만들어 먹을 경우 납이나 비소 등 인체에 유해한 중금속이 상당 부분 제거되는 것으로 나타났다고 보고했다. <br/><br/><br/><br/> 글=이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/> 사진=김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-471.txt

제목: <사설>‘寸志 교사’ 예외 없이 엄단해 교육 오염 막아야  
날짜: 20150113  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150113100000031  
본문: 교단 일각에 학부모로부터 금품을 받아 챙기는 ‘촌지(寸志) 교사’가 여전히 똬리를 틀고 있다는 사실이 드러나고 있다. 서울시교육청은 12일 “<span class='quot0'>지난해 계성초등학교 교사들이 촌지를 받았다는 민원이 제기돼 11월 25일부터 12월 12일까지 감사를 벌인 결과, 사실인 것으로 확인됐다</span>”며 해당 교사 2명의 파면을 해당 학교법인에 요구하고 검찰에 고발했다고 밝혔다. 촌지 교사는 학생들을 제대로 가르치긴커녕 마음에 상처를 주면서 빗나간 길로 이끌게 마련이어서 하루라도 빨리 교단에서 추방해야 마땅하다.<br/><br/><br/><br/>지난해 4학년 담임이었던 한 교사는 어느 학부모로부터 4회에 걸쳐 현금 100만 원, 상품권과 한약 각각 200만 원과 30만 원 상당 등을 받았고, 또 다른 학부모에게서도 현금과 상품권 130만 원을 받았다가 학부모와 갈등을 빚고 나서야 돌려주었다고 한다. 그는 학부모 모임에서 “<span class='quot0'>촌지를 준 아이만 부드럽게 대하고 다른 아이들은 혼내거나 차별한다</span>”고 회자되기까지 했다니, 학생을 촌지의 볼모로 여긴 셈이다. 다른 교사는 5회에 걸쳐 현금 300만 원과 상품권 100만 원을 받았다고 한다. 이들 모두 교육의 암(癌)이다.<br/><br/><br/><br/>이런 교사는 예외일 뿐이라며 가볍게 치부할 일이 아니다. 학교생활기록부가 중요해지면서 이를 둘러싼 촌지 등이 은밀히 확산된다는 얘기도 있다. 서울시교육청이 촌지 교사에 대한 ‘원 스트라이크 아웃’ 제도를 시행 중인 것도 이 때문이다. 촌지 교사는 교육을 망치고 많은 학생의 미래를 그르친다. 예외 없이 엄단해 오염의 확산을 막아야 한다.

언론사: 문화일보-1-472.txt

제목: ‘하루 2갑 골초’ 기자, 금연 클리닉 체험기  
날짜: 20150112  
기자: 고광일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150112100000002  
본문: ‘담뱃값은 폭등하고 흡연구역은 매우 좁아졌는데 새해부터 금연해 볼까.’<br/><br/>지난 30여 년 동안 담배를 피워 ‘애연가’ 수준을 넘어 ‘골초’가 된 기자에게 금연은 한 번도 시도해 보지 않은 험난한 과제다. <br/><br/>가족과 주변 사람들의 핀잔과 싫어하는 기색에도 나 몰라라 하며 하루 2갑 가까이 피우는 ‘흡연 중독자’에게 담배는 긴장감을 완화해 주는 ‘꿀맛 같은 안식처’와 같은 존재다. 담배가 떨어지면 정서 불안으로 아무 일도 하지 못해 여유분까지 챙겨두며 체내 장기처럼 항상 주머니에서 떠나지 않을 정도로, ‘기호품’ 수준을 넘어 반드시 지녀야 하는 ‘필수품’이 돼 버린 지 오래다. <br/><br/> 하지만 연초부터 한 갑에 3000원짜리 담뱃값이 5000원으로 무려 2000원이나 껑충 뛰어 흡연 비용이 1개월에 15만 원 안팎에서 25만 원 정도로 큰 부담이 되었다. 특히 흡연으로 가족들의 원성이 계속되는 데다 공공장소 등의 금연구역이 대폭 확대되면서 이제는 흡연 장소를 찾아 헤매고 다녀야 하는 등 ‘미운 오리 새끼’로 전락했다.<br/><br/>금연에 대한 확고한 의지가 없던 기자에게 이 같은 상황은 ‘자의 반 타의 반’으로 호기심을 부추겨 지난 7일 충북 청주시 서원구 사직동 서원구청 지하1층 서원보건소 내 ‘금연클리닉’을 찾았다. 출입문을 열고 들어가자 상담사가 반갑게 맞았다. 자리에 앉자마자 니코틴 의존도 평가문항이 포함된 금연클리닉 등록카드를 작성했다. 하루 평균 흡연량과 금연구역에서 담배를 참기 어려운지를 묻는 항목 등에서 흡연 상태가 심각한 수준이어서 부끄러움과 창피함이 느껴졌다. 이어 일산화탄소 측정기를 입에 물고 힘껏 불자 흡연 정도가 강한 16PPM을 기록했다. 또 혈압기로 혈압을 측정하니 80∼130㎜Hg으로 정상이었다.<br/><br/>이 기록과 측정을 바탕으로 간호사 출신 금연 상담사의 상담이 본격적으로 시작됐다. 상담사는 담배 연기 속에 니코틴과 일산화탄소, 타르 등 40여 가지의 발암물질과 4000여 종의 유해물질이 들어 있어 암과 호흡기 질환 등 각종 질병의 원인이 된다는 것을 비롯해 정상적인 폐와 흡연한 폐의 색깔을 한눈에 볼 수 있는 인체 폐 구조물을 보여주며 흡연 시 폐해에 대한 경각심을 일깨워 주었다. 금연 성공을 위한 식습관 개선과 흡연 욕구를 느낄 때 물을 마시거나 취미에 몰두하는 등의 행동요법도 강조했다. 이어 6개월 동안 1∼2주 간격으로 모두 8차례 방문토록 하는 단계별 프로그램에 대한 설명이 이어졌다.<br/><br/>기자가 “<span class='quot0'>반드시 금연하겠다는 의지보다는 ‘한번 시도해 볼까’ 하는 마음으로 찾아왔다</span>”며 “<span class='quot0'>습관적으로 담배를 피우게 돼 중독 상태인데 끊을 수 있을지 걱정</span>”이라고 솔직한 마음을 드러내며 조언을 구했다. 이에 박현숙(여·51) 상담사는 “담배를 끊기 위해서는 본인의 실천 의지가 99%를 차지할 정도로 가장 중요하다”며 “금연클리닉은 (금연)생각이 행동을 바꾸고 (흡연)습관을 바꾸며 인생이 바뀔 수 있도록 필요한 정보를 제공해 성공할 수 있도록 도와주는 곳”이라며 금연 시도를 적극 권장했다.<br/><br/>약 15분 정도의 상담이 끝난 뒤 상담사는 기자에게 1주일 후 두 번째 방문할 때까지 하루 1개씩 팔과 다리·엉덩이 등에 붙이라며 7개의 니코틴(금연) 패치를 주었다. 금연클리닉에서 제공하는 패치는 10㎎, 20㎎, 30㎎ 등 3종류로 기자에게는 하루 30개비 이상 피우는 흡연자 용량인 30㎎짜리였다. 이를 주머니에 넣고 일어서는 기자에게 상담사는 “6개월 후 금연에 성공하면 체중계와 보온병, 손톱깎이 세트 중 원하는 한 종류를 기념품으로 제공한다”며 “꼭 성공해서 받아가길 바란다”고 덕담을 건넸다.<br/><br/>사무실로 돌아오자마자 팔을 걷어붙이고 패치를 붙였다. 이 패치는 흡연자의 건강 상태에 따른 반응이 제각각이어서 일부는 두통과 어지럼증, 울렁거림, 불면증 등의 부작용이 나타나기도 한다. 20여 분이 지나자 머릿속이 뻐근한 것이 느껴졌다. 패치의 부작용 때문인지 심리적 이유 때문인지는 알 수 없었으나 흡연 욕구를 억누르며 버텼다. 약 1시간 후쯤에는 다른 것을 생각하다 보니 머리도 평온해졌다. 담배를 피우러 사무실 밖으로 나가려던 것도 2∼3차례 참았다.<br/><br/>하지만 채 3시간도 견디지 못했다. 금연 의지가 약한 탓인지, 중독 상태가 심각하기 때문인지 습관처럼 굳어져 버린 흡연 습관을 하루아침에 고치지 못하고 사무실 밖에서 추위에 떨며 담배에 불을 붙였다. 30여 년의 흡연 인생에 처음 금연을 시도했다는 것을 위안으로 삼았으나 담배 맛은 어떤 때보다 씁쓸하고 독했다.<br/><br/>기자와 같은 상황에 놓인 흡연자들에게 최근 담뱃값 인상과 금연구역 확대는 ‘금연 열풍’을 몰고 와 전국 보건소 내 금연클리닉마다 상담자가 지난해보다 2∼3배씩 증가하고 상담 예약자도 1개월씩이나 밀릴 정도로 문전성시를 이루고 있다. 안미혜(여·35) 상담사는 “금연클리닉에 찾아오는 흡연자들은 남자 80%, 여자 20% 정도이며 이 가운데 청소년도 약 10% 정도를 차지하고 있다”며 “이들은 담배를 끊으려는 의지를 지니고 있어 약 30∼40% 정도는 금연에 성공한다”고 말했다.<br/><br/> 청주 = 글·사진 고광일 기자 kik@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-473.txt

제목: 다달이 ‘건강 암초’… 모르면 病 아는게 藥  
날짜: 20150106  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150106100000130  
본문: 지난해를 보내고 새해를 맞이하게 되면 많은 이들이 건강관리 계획을 세운다. 특히 40∼50대가 되면 한 살 더 먹을 때마다 체감하는 건강에 대한 부담감은 20∼30대에 비해 그 무게부터 다르다. 대부분 규칙적인 운동과 절주, 금연 등 교과서적인 계획을 세워 보지만 성공하는 경우는 많지 않다. 상당한 시간과 노력이 필요한데 바쁜 현대인들에게는 여유가 많지 않기 때문이다. 편리한 방법이 전혀 없는 것은 아니다. 월별로 많이 발생하는 질환을 평소 알아두는 것만으로도 건강관리에 큰 도움이 된다.다음을 참고해 자신만의 건강 캘린더를 만들어 보자.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com<br/><br/><br/><br/><br/>약물·음주시 저체온증 악화 주의<br/><br/>저체온증이 가장 흔하다. 저체온증은 체온이 35도 이하일 때로 우리 몸이 열을 잃어버리는 속도가 열을 만드는 속도보다 빠를 때 발생한다. 열 손실은 물과 바람 부는 환경에서 증가하므로 눈비, 바람을 맞거나, 물에 젖은 상황을 피해야 한다. 또 약물이나 음주 시 더 악화될 수 있다. 노인들은 빙판길 낙상을 주의해야 한다. 햇빛 쬐는 날 줄어 우울증 호소<br/><br/>겨울의 끝자락에 들어선 2월에는 추위로 인해 실내에서 지내는 시간이 누적되면서 우울증을 호소하는 이들이 늘어난다. 우울증은 햇빛을 쬐지 못하면서 우리 몸의 멜라토닌 호르몬 분비가 줄어들어 발생한다. 올 2월에는 설날이 있는 만큼, 명절 스트레스는 STRESS(Smile-웃으며, Together-온 가족 함께, Respect -서로 존중, Event-가족행사, Speak -고마움 표현, Slowly -안전운전) 실천법이 해소에 도움이 된다.운동부족·불규칙 식사… 춘곤증 불러<br/><br/>춘곤증이 증가하는 시기다. 낮 시간이 길어지고 기온이 오르는 등 주위 환경이 변하지만, 생체 리듬이 이를 따르지 못해 발생하는 것으로 만성피로, 수면장애 등이 뒤따른다. 대부분 자연스러운 현상이라고 여기고 대수롭지 않게 생각하지만, 춘곤증의 가장 큰 원인은 불규칙한 식사와 폭식, 인스턴트 식품 섭취, 과로, 운동 부족, 흡연 등 잘못된 생활습관이다. 황사 땐 물 자주 마셔야 도움<br/><br/>봄이 본격화되면 황사나 꽃가루 등으로 인한 알레르기 질환을 조심해야 한다. 황사는 겨울 동안 얼어 있던 중국과 몽골 사막지대의 건조한 땅이 봄이 돼 녹으면서 날아다니기 쉬운 아주 작은 먼지(20㎛ 이하)로 잘게 부서져 우리나라로 날아오는 것을 말한다. 황사가 발생하면 노약자나 호흡기 질환자는 실외 활동을 자제하고, 물을 자주 마셔야 한다. 수족구병·A형간염 등 주의해야<br/><br/>어린이는 수족구병을, 성인은 A형간염을 주의해야 한다. 수족구병은 입안의 물집과 궤양, 손과 발의 수포성 발진을 특징으로 하는 질환이다. 대부분 가벼운 감기 증상으로 끝나지만 심한 경우 무균성 수막염이나 뇌염 등이 발생하며 면역체계가 아직 발달되지 않은 신생아가 걸리면 사망할 수도 있다. 바이러스에 감염된 사람의 대변 또는 호흡기 분비물(침, 가래, 코)을 통해 다른 사람에게 전파되므로 개인위생이 가장 중요하다. 야간 야외활동 땐 모기 기피제<br/><br/>모기를 주의해야 한다. 특히 최근 한반도의 온난화 속도가 빨라지면서 말라리아도 나타나고 있다. 질병 매개 모기가 활발하게 활동하는 기간에는 모기 기피제 등을 활용하는 것이 좋다. 실내에서도 모기장이나 모기살충제를 적절히 사용한다. 동남아, 중남미, 아프리카 등 열대지방을 여행할 때에는 사전에 의사와 상담해 말라리아 유행지역을 확인하고, 필요한 경우 예방 목적의 항말라리아제를 복용하는 것도 방법이다. 비브리오패혈증 등 해산물 주의보<br/><br/>해수 온도가 높아지면서 비브리오 패혈증이 늘어난다. 비브리오 패혈증 고위험군인 간질환자(알코올성 간질환, 간염, 간경변, 간암)나 만성질환자(당뇨병, 암환자 등), 노약자들은 해산물을 충분히 익혀 먹어야 한다. 또 해산물을 조리할 때 고무장갑을 껴 바닷물과 접촉되지 않도록 하며, 피부에 상처가 있는 경우 낚시나 해수욕을 삼간다. 또 장마철이 시작되면서 높은 온도와 습도로 콜레라, 세균성 이질, 식중독 등이 발생하기 쉽다. 폭염 땐 식사는 가볍게 물은 충분히<br/><br/>폭염 건강에 주의하자. 식사는 가볍게 하고, 물을 충분히 섭취한다. 땀을 많이 흘렸을 때는 염분과 미네랄을 보충한다. 물놀이 사고도 이때 많이 발생한다. 여행 전에 응급처치 요령을 숙지하고 사전에 기상 상태나 일기예보도 확인하는 것이 좋다. 유행성 결막염이나 귓병 등도 많은 시기인 만큼 개인 청결이 필요하다. 휴가시즌이 끝나면서 나타나는 휴가 후유증도 극복해야 하는 시기다. 나들이·캠핑 후 발열성 전염병 많아<br/><br/>나들이 시즌에 많은 발열성 전염병을 주의하자. 쓰쓰가무시증, 렙토스피라증, 신증후군출혈열 등이다. 대부분 설치류나 감염된 동물의 소변으로 오염된 물이나 흙, 진드기 유충 등을 통해 감염된다. 예방을 위해서는 들쥐의 똥, 오줌이 배설된 풀숲에서 휴식이나 야영을 하는 것을 삼가야 한다. 풀밭 위에 옷을 벗어 놓고 눕거나 잠을 자지 말아야 한다. 겨울철 독감 대비 예방접종 필수<br/><br/>독감(인플루엔자) 예방접종이 필요한 시기다. 매년 12∼4월에 유행하는데 한 번 접종으로 6개월의 예방 효과를 기대할 수 있다. 만성질환자와 65세 이상 노인, 임신부, 6개월 이상 59개월 이하의 어린이 등은 우선 접종 대상자다. 9월처럼 3대 발열성 전염병도 계속 주의해야 하는 시기다.<br/><br/><br/><br/><br/>건조한 공기 탓 호흡기 질환 증가<br/><br/>환절기이며 공기도 건조해지고 일교차가 심해지므로 심혈관계 질환자들의 관리가 필요하다. 안구건조증이 나타나고 알레르기성 비염·결막염 등의 알레르기 질환, 지루성 피부염도 늘어난다. 집이나 사무실이 건조하지 않도록 가습기를 사용해 실내 습도 조절에 신경 쓴다. 독서를 하거나 TV 혹은 컴퓨터 모니터를 볼 경우에는 50분마다 10분씩 휴식을 취한다. 또 각종 호흡기 질환의 증가 속도가 빨라지는 시기이기도 하다.<br/><br/><br/><br/><br/>잦은 술자리…물이 최고의 안주<br/><br/>연말연시 잦은 술자리로 인한 질환을 조심해야 하는 시기다. 충분한 영양 섭취와 휴식이 필요하다. 술자리 건강관리법으로는 틈틈이 물을 많이 마시고, 원샷을 해야 하는 경우에는 물 한 잔을 마시는 것이 좋다. 물은 알코올을 희석하는 데 도움을 주고 포만감을 줘 평소보다 술을 적게 마시게 된다.

언론사: 문화일보-1-474.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>등록규제 되레 102건 늘어… 서울시 ‘逆주행’?  
날짜: 20150106  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150106100000160  
본문: 제2롯데월드 ‘주차 사전 예약제’<br/>현대車 초고층빌딩 건설 ‘포기’…<br/>규제 탓 시민불편·기업애로 가중 <br/><br/>‘규제개혁 속도 낸다더니 오히려 역주행?’<br/><br/>서울시가 정부의 규제개혁을 통한 경제활성화 시책에 발맞춰 불필요한 규제혁파에 나서겠다고 공언했지만 되레 규제가 소폭 증가한 것으로 파악돼 성과가 아직 미진하다는 지적이 나오고 있다. 특히 지방자치단체의 조례, 규칙, 지침 등의 법규가 규제의 온상이라는 지적까지 나오는 실정이지만 아직 정비가 제대로 이뤄지지 않으면서 경제성장 동력을 저해하는 주요 원인으로 작용하고 있다는 우려가 높아지는 상황이다.<br/><br/>6일 규제정보포털 등에 따르면 ‘2014년 서울시 등록규제 현황’에 명시된 지난해 4분기 등록규제(12월 말 기준) 합계는 조례 2065건, 규칙 455건, 훈령 9건, 고시 등 18건 등 총 2547건에 이르고 있다. 서울시 등록규제는 지난해 1분기 2435건에서 2분기엔 2492건으로 소폭 늘었다가 3분기 2445건으로 감소하기도 했지만 4분기엔 다시 102건이나 급증한 셈이다.<br/><br/>지자체 조례 등이 개정되려면 시의회 의결을 거쳐야 하는 데다 상위 법령 개정을 위해 중앙부처에 건의한 사안도 수용률이 기대에 미치지 못하면서 규제개혁 작업이 더뎌지고 있다는 지적이다.<br/><br/>서울시는 지난해 3월 규제개혁추진단을 발족하면서 “<span class='quot0'>서울의 경제활력을 저해하는 규제를 철폐하는 등 정부와 적극적으로 협력해 현장 중심의 규제개혁을 추진하겠다</span>”고 밝힌 바 있다. 하지만 서울시가 중점적으로 해결 의지를 밝힌 시민생활과 밀접한 규제는 물론 각종 대못규제들도 여전해 특히 기업들을 중심으로 애로를 호소하는 목소리가 꾸준히 제기되고 있다.<br/><br/>실례로 제2롯데월드의 경우 주차 사전예약제를 시행해 비싼 주차요금을 받으라는 서울시의 강력한 주차규제를 적용받으면서 오히려 불편을 호소하는 시민들로 인해 몸살을 앓고 있다. 삼성전자의 경우 2013년 서울 서초구 우면동 삼성전자 우면연구개발(R&D)센터 지하연결통로 조성사업을 추진하는 과정에서 관련법에 금지 조항이 없음에도 불구하고 ‘공무원 재량권’을 내세운 서울시와 서초구청 측의 규제에 막혀 18개월이나 사업 진행에 애를 먹기도 했다. 현대자동차그룹이 지난 7년여간 추진했던 뚝섬 110층 초고층빌딩 건설계획도 서울시 규제에 가로막혀 사실상 무산됐다는 지적이 나온다.<br/><br/>시 규제개혁추진단장을 맡고 있는 주용태 정책기획관은 “<span class='quot1'>지자체 규제의 80%가량이 중앙부처의 위임규제로 법령 개정을 통해서만 규제개혁을 추진할 수 있어 지자체 스스로 해결할 수 있는 권한이 그렇게 많지 않은 상황</span>”이라며 “<span class='quot1'>중앙부처에 상위 법령 개정을 수차례 건의했지만 반영이 제대로 되지 않은 측면이 있다</span>”고 토로했다. 그는 또 “<span class='quot1'>시 차원에서도 규제 철폐를 위한 노력을 통해 대못규제를 해소하는 데 일조하겠다</span>”고 덧붙였다.<br/><br/>최준영 기자 cjy324@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-475.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>등록규제 되레 102건 늘어… 서울시 ‘逆주행’?  
날짜: 20150106  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20150106100000017  
본문: 제2롯데월드 ‘주차 사전 예약제’<br/>현대車 초고층빌딩 건설 ‘포기’…<br/>규제 탓 시민불편·기업애로 가중 <br/><br/>‘규제개혁 속도 낸다더니 오히려 역주행?’<br/><br/>서울시가 정부의 규제개혁을 통한 경제활성화 시책에 발맞춰 불필요한 규제혁파에 나서겠다고 공언했지만 되레 규제가 소폭 증가한 것으로 파악돼 성과가 아직 미진하다는 지적이 나오고 있다. 특히 지방자치단체의 조례, 규칙, 지침 등의 법규가 규제의 온상이라는 지적까지 나오는 실정이지만 아직 정비가 제대로 이뤄지지 않으면서 경제성장 동력을 저해하는 주요 원인으로 작용하고 있다는 우려가 높아지는 상황이다.<br/><br/>6일 규제정보포털 등에 따르면 ‘2014년 서울시 등록규제 현황’에 명시된 지난해 4분기 등록규제(12월 말 기준) 합계는 조례 2065건, 규칙 455건, 훈령 9건, 고시 등 18건 등 총 2547건에 이르고 있다. 서울시 등록규제는 지난해 1분기 2435건에서 2분기엔 2492건으로 소폭 늘었다가 3분기 2445건으로 감소하기도 했지만 4분기엔 다시 102건이나 급증한 셈이다.<br/><br/>지자체 조례 등이 개정되려면 시의회 의결을 거쳐야 하는 데다 상위 법령 개정을 위해 중앙부처에 건의한 사안도 수용률이 기대에 미치지 못하면서 규제개혁 작업이 더뎌지고 있다는 지적이다.<br/><br/>서울시는 지난해 3월 규제개혁추진단을 발족하면서 “<span class='quot0'>서울의 경제활력을 저해하는 규제를 철폐하는 등 정부와 적극적으로 협력해 현장 중심의 규제개혁을 추진하겠다</span>”고 밝힌 바 있다. 하지만 서울시가 중점적으로 해결 의지를 밝힌 시민생활과 밀접한 규제는 물론 각종 대못규제들도 여전해 특히 기업들을 중심으로 애로를 호소하는 목소리가 꾸준히 제기되고 있다.<br/><br/>실례로 제2롯데월드의 경우 주차 사전예약제를 시행해 비싼 주차요금을 받으라는 서울시의 강력한 주차규제를 적용받으면서 오히려 불편을 호소하는 시민들로 인해 몸살을 앓고 있다. 삼성전자의 경우 2013년 서울 서초구 우면동 삼성전자 우면연구개발(R&D)센터 지하연결통로 조성사업을 추진하는 과정에서 관련법에 금지 조항이 없음에도 불구하고 ‘공무원 재량권’을 내세운 서울시와 서초구청 측의 규제에 막혀 18개월이나 사업 진행에 애를 먹기도 했다. 현대자동차그룹이 지난 7년여간 추진했던 뚝섬 110층 초고층빌딩 건설계획도 서울시 규제에 가로막혀 사실상 무산됐다는 지적이 나온다.<br/><br/>시 규제개혁추진단장을 맡고 있는 주용태 정책기획관은 “<span class='quot1'>지자체 규제의 80%가량이 중앙부처의 위임규제로 법령 개정을 통해서만 규제개혁을 추진할 수 있어 지자체 스스로 해결할 수 있는 권한이 그렇게 많지 않은 상황</span>”이라며 “<span class='quot1'>중앙부처에 상위 법령 개정을 수차례 건의했지만 반영이 제대로 되지 않은 측면이 있다</span>”고 토로했다. 그는 또 “<span class='quot1'>시 차원에서도 규제 철폐를 위한 노력을 통해 대못규제를 해소하는 데 일조하겠다</span>”고 덧붙였다.<br/><br/>최준영 기자 cjy324@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-476.txt

제목: 美사이언스지 “암의 3분의 2는 ‘불운’으로 발생”  
날짜: 20150102  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2015010210015887958  
본문: 암에 걸리는 것은 환경이나 유전자 관련 요인보다는 ‘불운’에 의한 것이 더 많다는 한 조사 결과가 발표됐다.<br/><br/>1일 출판된 미국의 ‘사이언스’지는 성인 암 발생 원인의 3분의 2는 건강한 줄기세포가 분할하는 과정에서 우발적 돌연변이에 의한 것이라는 조사 결과를 실었다.<br/><br/>이 조사는 암이 발생하는 3가지 원인인 불운(우발적 현상), 환경 및 유전자 등의 비율을 측정하기 위한 통계적 조사에 바탕을 둔 것으로 다양한 암의 예방 전략을 수립하기 위한 것이었다.<br/><br/>존스홉킨스 대학교 의대의 종양학 교수로 이번 연구의 공동 집필자인 크리스티안 토마세티는 “<span class='quot0'>우리의 생활 방식을 바꾸는 것도 일정한 암을 예방하는 데는 도움이 될 것이나 그것은 수많은 종류의 암을 예방하는 데는 무력하다</span>”면서 “<span class='quot0'>우리는 그런 암들을 보다 일찍 발견하는 데 더 많은 투자를 해야 할 것이다</span>”고 말했다.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-477.txt

제목: “병원 이름서 ‘産災’ 뺀 것은 ‘더 넓은 재활치료’의 뜻”  
날짜: 20141230  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141230100000126  
본문: 지역 주민에도 전문치료 제공… 거점 공공의료기관 역할 충실<br/><br/>사회적으로 심각한 고용난이 지속되면서 근로복지에 있어 ‘재활’의 중요성이 그 어느 때보다 높아지고 있다. 적절한 재활이 이뤄지지 않으면 일을 하고 싶어도, 일자리가 있어도 복귀하지 못하기 때문이다. 각종 작업장 사고·질병·외상(부상)·중독 등으로 전국적으로 연간 9만∼10만 명의 산재환자가 발생하고, 이 중 3만 명가량은 병원에서 집중치료 및 재활치료를 받아야 하는 것으로 추산된다. 여기에 산재가 아닌 크고 작은 사고 등으로 재활이 필요한 구직자, 학생 등까지 더하면 그 규모는 추산하기 어려울 정도로 많아진다. 하지만 단기 치료 중심으로 운영되는 국내 의료 체계에서는 장기간 입원 치료가 필요한 재활환자가 제대로 치료받을 곳이 부족한 게 현실이다. 이 가운데 전국에 10개의 산재병원을 운영하면서 근로자들의 재활치료를 선도해 온 근로복지공단이 올해 병원 명칭에서 ‘산재’를 뺐다. 산재환자뿐 아니라, 국내의 모든 환자에게 체계적인 재활서비스를 제공하겠다는 의미다. 지난 22일 이재갑 근로복지공단 이사장과 만나 재활의 중요성에 대해 들어 봤다<br/><br/>.<br/>―지난 7월 근로복지공단 직영병원 이름에서 ‘산재’의 명칭이 빠졌습니다. 특별한 이유가 있을 것 같습니다.<br/><br/>“현재 공단이 전국에 운영 중인 10개 직영병원은 공공병원으로서 두 가지 기능을 담당해야 합니다. 우선 산재보험시설로 산재환자를 위한 치료와 재활을 위한 병원으로서의 기능이죠. 둘째는 지역 주민들을 위한 지역 거점 공공의료기관으로서 역할입니다. 그동안 산재병원이라는 명칭을 사용했던 탓인지, 산재환자만 진료하는 특수병원이라는 인식이 강해 일반 근로자 또는 지역 주민들이 이용을 기피하는 경향이 있었습니다. 지역 거점 공공의료기관으로서의 역할이 제한되는 한계를 극복하기 위해 명칭에서 ‘산재’를 뺐습니다. 인천산재병원의 경우 ‘근로복지공단 인천병원’이 됐습니다. 앞으로 공단의 10개 직영병원을 하나의 네트워크로 묶어 맞춤형 통합서비스를 강화하고, 지역 사회의 접근성을 높이며 인지도를 개선해 지역 주민에게 최적의 의료서비스를 제공할 계획입니다.”<br/><br/>―기존 산재병원은 ‘재활’에서 우수한 기능을 가지고 있는 것으로 평가되고 있습니다.<br/><br/>“직영병원마다 재활전문센터를 설립하면서 재활 전문화를 추진하고 있습니다. 근골격계 질환자를 위한 근골격계 맞춤운동 프로그램, 절단·마비 장애인의 통합재활훈련, 직업 복귀를 위한 작업능력 강화 프로그램 등 민간병원에서는 받기 어려운 선진 재활서비스를 제공합니다. 특히 인천과 대구병원에는 국내 유일 및 최대 수중재활치료 전문시설인 ‘수중운동재활관’을 설치해 신체 상태·발병 단계별로 수중재활 프로그램을 운영하고 있는데 만족도가 매우 높습니다. 재활치료와 함께 레크리에이션이나 수중게임 같은 운동을 통해 사회성도 회복할 수 있습니다. 올해는 재활전문 인프라 강화를 위해 인천·대구병원에 척추손상 환자들을 위한 ‘로봇보행훈련기’도 설치했습니다.”<br/><br/>―근로복지공단의 ‘재활’의 의미는 일반적인 의료에서의 ‘재활’보다 범위가 넓은 것 같습니다.<br/><br/>“일반 병원에서 재활이 신체적인 재활이라면, 근로복지공단의 재활에는 사회적 재활도 포함돼 있습니다. 요양단계부터 산재근로자의 사회·직장 복귀를 목표로 재활서비스를 제공합니다. 주치의 및 재활의학과 전문의, 재활치료진, 사회복지사 등 전문가가 모여 재활 초기 단계부터 근로자 개별 욕구에 적합한 재활서비스가 제공될 수 있도록 ‘팀 평가회의’를 통해 치료계획을 수립하고 산재근로자 신체능력 회복에 따라 맞춤형 재활서비스를 합니다. 이를테면 사회복지사는 재활환자가 원래 근무하던 사업장을 방문해 어떤 일을 했는지 파악하고, 그에 맞는 재활서비스를 선택할 수 있도록 해 최적의 재활을 돕습니다. 이후 신체적으로 재활이 끝난 뒤에도 일자리에 복귀할 때까지 계속 돕습니다.”<br/><br/>―단기 치료 중심의 국내 의료 수가 체제에서는 재활센터를 운영하는 데 어려움이 많을 텐데요.<br/><br/>“근로복지공단 병원에서는 원칙적으로 비급여 진료를 하지 않습니다. 보통 일반 병원이 비급여 진료로 수익을 내지만, 공공병원의 모습은 아닙니다. 이를 해소하기 위해 병원 진료과의 구조조정 등 인력의 효율화를 추진했습니다. 또 병원 시설 장비를 현대화하고, 병원별 책임경영제와 진료성과급제도 확대했습니다. 그 결과 경영 이익이 큰 폭으로 개선되고 있습니다. 앞으로도 계속 노력하면 우리 병원이 공공병원 정상화의 모델로 안착할 수 있을 것으로 기대하고 있습니다. 다만 재활치료에 대한 수가 현실화가 필요하고, 이를 위해 재활 수가 개발도 진행하고 있습니다.” <br/><br/>―공단은 직영병원 운영 외에도 사업이 많습니다.<br/><br/>“지난해 10월에 취임했으니, 이제 1년이 조금 지났습니다. 취임 초기부터 산재 판정의 공정성 강화, 병원 경영 정상화, 미래 경영 등 공단의 핵심 역량을 축적하고 강화하는 데 집중했습니다. 우선 산업화가 진행되면서 직업성 암 등 희귀질병에 대한 사회적 관심이 증가함에 따라 업무상 질병 인정 기준을 대폭 개선했습니다. 또 올해 공단은 본부의 울산 이전, 산재보험 사각지대 해소 등 내·외부적으로 당면한 현안들이 많았습니다. 이를 위해 미래경영위원회도 발족했습니다. 올해는 산재보험 50주년이 되는 해이고, 2015년은 공단이 창립 20주년을 맞는 해입니다. 현안들을 체계적으로 관리하고 실행해 국민들이 체감할 수 있는 변화를 이끌어 내겠습니다.” <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-478.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘대형 단조제품 심야에만 운송’ 이젠 뚫리나  
날짜: 20141224  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141224100000069  
본문: 부산시가 업체들의 편의와 경쟁력 제고를 위해 대형 단조제품의 운송 문제 해결에 팔을 걷어붙이고 나섰다. 시는 현행 법령과 업체들의 편의 문제가 충돌하고 안전 문제가 제기되자 한 달간 직접 시험운행까지 하며 절충점을 찾고 있다. <br/><br/>24일 시에 따르면 강서구 녹산산업단지 내 22개 풍력발전기 부품업체는 플랜지, 링 등의 단조제품이 갈수록 대형화됨에 따라 폭 6m의 대형 부품 운송을 낮 시간대에도 허용해 줄 것을 요구하는 민원을 계속 제기하고 있다. 현재는 교통안전 및 도로 소통 등의 이유로 심야시간대(0시~오전 6시)에만 허용되고 있다. 업체들은 수출화물의 적기 운송과 협력업체의 원활한 작업을 위해서는 낮 시간대 운송이 필수적이고, 심야운송은 인건비를 포함한 단가 상승을 유발한다고 주장하고 있다.<br/><br/>업체들이 중간 가공 등을 위해 운송 허가를 요구하는 곳은 녹산공단~가락대로~미음산업단지 구간(6km)의 편도 3~4차로다. 다른 차량의 안전과 교통체증 등을 고려해 현행 도로법 77조와 동법 시행령 79조는 2개 차로의 범위를 침범할 수 없도록 제품 운송의 폭을 2.5~3.3m까지 허용하고 있다. 문제는 길이 6m의 대형 제품이 2~3개 차로까지 차지할 수 있다는 점이다. <br/><br/>업체들의 민원을 접수한 시 건설안전시험사업소는 일단 고심 끝에 지난 11월 말부터 한 달간 낮 시간대 시험운송을 통해 문제점과 개선방안을 모색하고 있다. 경찰의 협조 아래 출·퇴근 시간대를 피해 오전 10시~11시 30분, 오후 2시~ 3시 30분에 도로에서 시험운송을 실시하고 있다. 시는 이 과정에서 안전을 위해 호송 차량을 수송 차량 앞과 뒤에 각각 2대씩 모두 4대를 붙여서 이동시키고 있으며, 교량과 육교를 통과할 때는 시속 30㎞ 이내로 서행하고 있다. 시가 이 같은 조건에서 실제 도로 운송을 시험한 결과 안전에는 큰 문제는 없는 것으로 알려졌다. 시는 이에 따라 건설안전시험사업소는 연말까지 시험 운행기간을 끝내고 내년부터 출·퇴근 시간대를 제외한 낮 시간대에 운송을 허가하는 방안을 신중히 검토 중이다. 시 관계자는 “<span class='quot0'>각종 법령을 유연하게 해석해 업체들이 운송을 신청하면 제한을 풀어주는 형태로 상시 운행을 허가하는 방안을 검토 중</span>”이라며 “<span class='quot0'>이들 업체가 국내 대기업들에 납품할 뿐 아니라 외국에도 수출하고 있는 만큼 운송 허가가 지역 경제 활성화에 크게 기여할 것으로 기대된다</span>”고 말했다.<br/><br/> 부산 =김기현 기자 ant735@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-479.txt

제목: 장애인 아내 돌보는 암환자에 현대오일뱅크 1000만원 전달  
날짜: 20141223  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141223100000082  
본문: 현대오일뱅크 1%나눔재단은 붕어빵을 팔며 장애인 아내를 돌보는 후두암 3기 환자에게 ‘사랑의 SOS 기금’ 1000만 원을 전달했다고 23일 밝혔다.<br/><br/>1%나눔재단은 후두암 3기 환자임에도 불구하고 15년 전 뇌 손상을 입은 아내를 돌보기 위해 수술을 거부하고 있는 김정호(68) 씨의 딱한 사연을 접하고 지원에 나서게 됐다고 밝혔다.<br/><br/>김창기 1%나눔재단 이사장은 “<span class='quot0'>수술만 하면 완치할 수 있는 김 씨가 아내를 위해 방사선 치료로 연명한다는 사실을 전해 듣고 가슴이 아팠다</span>”며 “<span class='quot0'>부부가 다시 건강한 삶을 이어갈 수 있도록 작게나마 힘을 보태고 싶어 기금을 전달하게 됐다</span>”고 말했다. <br/><br/> 최준영 기자 cjy324@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-480.txt

제목: “교황청 사제들 권력·富에 혈안돼 ‘영적 치매’ 상태”  
날짜: 20141223  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141223100000077  
본문: 프란치스코 교황이 가톨릭 교회 최고 행정기관인 교황청 관리들의 권력과 재산 축적, 위선적 이중생활 등을 강도 높게 비판했다. <br/><br/>22일 AP, AFP통신 등에 따르면 프란치스코 교황은 이날 바티칸 클레멘타인 홀에서 성탄절에 앞서 행한 연설에서 교황청 관리들을 향해 “<span class='quot0'>어떤 희생을 치르든 권력과 부를 차지하려고 하고 신을 위해 봉사하는 자신의 본분을 잊은 ‘영적 치매’에 걸렸다</span>”고 강도 높게 비판했다. <br/><br/>프란치스코 교황은 교황청에 근무하는 추기경, 주교, 사제 등에게 교황청을 두고 ‘정신분열증’ ‘장례식에 간 듯한 얼굴’ 등 15개의 각종 질병에 시달리고 있는 상태로 진단했다. 그는 “<span class='quot0'>(바티칸 관리들은) 마치 영원히 살 수 있다거나 꼭 필요한 사람이라고 여기는 잘못된 마음의 질병 등 다양한 병을 앓고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>장례식에 간 듯한 표정이나 항상 우울한 얼굴 등과 같은 이들 질병은 모든 가톨릭 신도는 물론 행정 조직과 교구 등 개인과 조직에 부담을 주고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>교황은 “<span class='quot1'>내년에는 속죄하고 병이 낫기를 희망한다</span>”며 이 같은 비판의 말을 이어갔는데, AP통신은 바티칸 관계자의 말을 인용해 “<span class='quot1'>교황이 이렇게 강력하고 맹렬하게 비판하는 연설을 들어본 적이 없다</span>”며 “<span class='quot1'>이는 전임 교황인 베네딕토 16세부터 비밀리에 수사했던 교황청 내부 감사 결과를 암시하는 것으로 보인다</span>”고 보도했다. 지난해 3월 교황에 즉위한 이후 프란치스코 교황은 오랫동안 각종 비리의 온상으로 여겨져 왔던 바티칸은행의 개혁작업에 착수했으며 교황청의 행정 개혁을 위한 자문팀도 임명한 바 있다. <br/><br/>이어 프란치스코 교황은 “<span class='quot0'>특히 때로는 ‘언어 테러’가 교황청 관리들의 명성을 해치기도 하고 조직의 화합을 해치는 암적 존재가 되기도 한다</span>”면서 “<span class='quot0'>(교황청 관리들의) 이런 위선적인 이중생활은 전형적인 정신적 공허 때문</span>”이라고 지적했다. <br/><br/>그는 또 “<span class='quot0'>일부 교황청 관리들은 다른 사람이나 모든 존재보다 우월하다는 잘못된 생각을 하고 있다</span>”면서 “<span class='quot0'>이 지구에 영원히 사는 사람이 없다는 사실을 인정하고 겸손한 마음으로 가톨릭 전체를 위해 봉사하는 삶의 자세를 가져야 한다</span>”고 강조했다고 AP통신 등은 보도했다. <br/><br/>프란치스코 교황은 교황의 방문자 숙소 옆에 대형 펜트하우스를 소유하고 있다가 최근 물러난 로마 교황청 국무장관을 지낸 타르치시오 베르토네 추기경을 겨냥해 “<span class='quot0'>젊은 예수회 소속 신부가 간단한 짐과 책 등을 모아 이사를 했던 것을 기억하는데, 이것이 오래된 예수회 신부가 보여줘야 할 교회의 모범이 아니냐</span>”고 반문했다. <br/><br/>교황은 “<span class='quot1'>권력에 굶주린 일부 교황청 인사들은 아주 냉담해 형제애를 해치고 있다</span>”고 지적하고 “<span class='quot1'>모든 권력이 로마로 집중된 교황청의 권력 일부를 전 세계 가톨릭 주교들에게 나눠줌으로써 이 문제를 어느 정도 해결 수 있다고 말했다</span>”고 AFP통신은 전했다.<br/><br/> 이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-481.txt

제목: “침체된 사회 탓 어두운 작품 많았다”  
날짜: 20141219  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141219100000018  
본문: “사회가 복잡해졌다. 그만큼 작품 소재도 다양해졌다. 하지만 그것이 인간의 내면을 그렸든, 사회 현실을 다뤘든 대부분 어두웠다.” 지난 10일 마감한 ‘2015 문화일보 신춘문예’ 응모작들을 심사한 위원들은 경향성을 짚기 어려울 정도로 다양한 주제의 작품이 들어왔지만, 전반적으로 어두운 어조를 띠었다고 전했다. 심사위원들은 “<span class='quot0'>세월호 침몰 참사, 경주 마우나리조트 붕괴사고 등 잇따른 안전사고와 장기적인 경기 불황으로 인해 침체된 사회 분위기를 반영한 듯하다</span>”며 “<span class='quot0'>이전에는 발랄하고 유쾌한 작품, 주제는 어둡더라도 문체가 통통 튀는 스타일의 응모작들이 종종 있었던 반면, 이번엔 찾아보기 어려웠다</span>”고 했다.<br/><br/> 올해는 1558명의 응모자들이 4142편의 작품을 보내왔다. 시 3432편, 단편소설 439편, 동화 258편, 문학평론 13편이다. 응모작 수가 지난해(4391편)보다 전반적으로 줄어든 가운데, 동화 부문이 40여 편 늘었다. 올해도 미국·캐나다 등 해외에 거주하는 교포와 교도소에서 복역 중인 재소자 등도 작품을 응모해왔다. 시 예심은 12일, 단편소설 예심은 15일 진행됐다. 바로 본심을 진행하는 동화와 문학평론 심사도 15일 있었다. 시는 김기택·조은 시인, 단편소설은 문학평론가 김형중 씨와 소설가 이기호·강영숙 씨가 심사를 맡았다. 동화 본심은 아동문학평론가 김서정 씨와 동화작가 황선미 씨, 문학평론 본심은 문학평론가 서영채 씨가 참여했다.<br/><br/>단편소설 예심을 본 김형중 씨는 “<span class='quot1'>노인, 탈북자, 노동자, 해외입양, 가족해체 등 다양한 사회문제들이 소재로 쓰였다</span>”며 “<span class='quot1'>외국을 무대로 한 작품도 많았다</span>”고 했다. 특히, 질병을 통해 사회현실을 보여주려는 시도가 자주 등장했다. 이기호 작가는 “<span class='quot2'>정신병, 편집증, 암 등 질병을 은유로 사회현실을 얘기하는 작품들이 많이 눈에 띄었다</span>”며 “<span class='quot2'>이를 통해 우리 사회가 이만큼 병들어 있다거나, 병든 사람들이 살아가고 있다는 것을 보여주려 했다</span>”고 설명했다. 강영숙 작가 또한 “<span class='quot3'>뜻밖의 사고나 요양, 간병 등을 책임져야 하는 가족의 이야기, 노동현장, 밥벌이의 신산함 등을 어두운 문체로 얘기하는 작품이 주를 이뤘다</span>”고 덧붙였다.<br/><br/>각종 통계와 정보들을 버무린 지식조합형 소설이나 SF·추리소설, 백수, 편의점, 고시원 등을 다룬 응모작이 사라진 것도 주요한 경향이었다. 강 작가는 “<span class='quot3'>오히려 미술, 음악 등 인접 장르와의 결합을 시도하는 작품이 종종 눈에 띄었다</span>”고 했다. 심사위원들은 또 일상을 담은 에세이식의 소설도 많았다고 전했다. 이에 대해 김 씨는 “<span class='quot4'>우리가 사는 지금 이 세상이 너무도 극적이고 힘들기 때문에 가공의 필요를 느끼지 않았을 수도 있다</span>”면서 “<span class='quot4'>소설은 일상을 기록한 것이 아니기에 나름의 깊은 고민과 주제의식을 더 담아야 한다</span>”고 조언했다. <br/><br/>시 부문은 사회참여적인 시보다 일상의 평범한 소재를 통해 인간 내면의 고독, 고뇌, 죽음 등을 서정적으로 노래한 작품이 많았다. ‘미래파 시’나 ‘실험시’로 불리는 난해한 시풍의 작품이 줄어든 것도 특징이었다. 조은 시인은 “<span class='quot5'>가식이나 허풍 같은 것이 언어에서 많이 빠졌다</span>”며 “<span class='quot5'>난해한 시풍을 풍겨도 감수성이 현실로 많이 내려와 있었다</span>”고 했다. 김기택 시인은 작품 수준이 높아진 것을 주요 경향으로 꼽았다. 그는 “<span class='quot5'>아직 당선되기에는 미흡하지만, 깊이를 더하면 높은 수준에 올라갈 만한 응모자들이 많아졌다</span>”며 “<span class='quot5'>문학동호회나 강좌 등을 통해 시를 배우는 사람들이 많아진 영향으로 ‘중간층’이 두터워진 것을 느낀다</span>”고 말했다. <br/><br/>소설과 마찬가지로 시 또한 현실의 어려움, 슬픔 등 어두운 소재가 자주 등장했다. 김 시인은 “<span class='quot6'>자신의 고통과 슬픔에서 충분한 거리를 두고 여유 있게 형상화하는 작품에 높은 점수를 줬다</span>”고 했다. 조 시인도 “<span class='quot7'>시인에게는 치열함과 함께 자신을 관조할 수 있는 능력이 중요하다</span>”고 덧붙였다.<br/><br/>동화 부문은 ‘상상력’이 당락을 갈랐다. 황선미 작가는 “<span class='quot8'>많은 작품들이 학업 스트레스, 부모님의 잔소리 등 아이들의 일상에만 초점을 맞췄다</span>”며 “<span class='quot8'>기발한 상상력을 보여주는 작품이 많지 않아 아쉬웠다</span>”고 평했다. 김서정 씨도 “<span class='quot9'>거칠지만 소설적인 상상력을 동화에 접목해서 쓴 작품에 높은 점수를 줬다</span>”고 했다.<br/><br/>문학평론 부문은 수는 적지만, 높은 수준의 작품들이 응모돼 심사가 쉽지 않았다. 서영채 씨는 “<span class='quot10'>2편 정도를 제외하고는 기본을 갖춘 글들</span>”이라며 “<span class='quot10'>6∼7편은 어떤 것이 당선작이 돼도 괜찮을 만한 수준에 올랐다</span>”고 평했다. 특정 작가나 작품, 테마에 주제가 쏠리던 현상도 사라졌다. 서 씨는 “<span class='quot11'>주류에 쏠렸던 관심의 흐름이 흩어졌다</span>”고 설명했다. 다만 그는 “<span class='quot11'>작품이 대부분 텍스트를 읽었다는 전제하에 일반인에게 익숙지 않은 단어들을 구사하며 어렵게 쓰여졌다</span>”면서 “<span class='quot11'>특별한 개념이나 용어를 몰라도 소통할 수 있는 글이 돼야 한다</span>”고 조언했다.<br/><br/>이번 예심을 통해 시 21편, 단편소설 11편이 본심에 올랐다. 당선자는 내년 1월 1일자 문화일보 지면에 공식 발표되며, 당선작은 1월 2일자에 실린다. <br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-482.txt

제목: 사망원인 47% 차지… ‘3대 질환’ 보험 큰 호응  
날짜: 20141218  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141218100000130  
본문: 최근 들어 암·뇌혈관질환·심장질환 등 3대 질환을 폭넓게 보장하는 보험이 속속 등장하고 있다. 이들 3대 질병이 한국인 사망 원인의 절반에 육박하는 47%나 차지하는 데다, 한 번 발병하면 비싼 치료비와 긴 치료기간으로 가계에 큰 부담을 주기 때문이다. <br/><br/>18일 금융권에 따르면 NH농협생명은 주요 3대 질병인 암, 뇌출혈, 급성심근경색증의 진단보험금 보장에 특화된 ‘하나로NH3대질병보험(갱신형·무배당)’을 두 달 전부터 시중에 판매하고 있다. 이 상품은 출시 한 달 만에 2만 건 이상이 판매되는 등 큰 호응을 얻고 있다. 특히 60세까지 가입 가능한 하나로NH3대질병보험은 가입 후 10년마다 갱신을 통해 최대 100세까지 보장받을 수 있다. 3대 질병 진단을 받으면 최대 3000만 원씩을 지급받으며, 10년 만기 생존 시에는 100만 원을 받는다. <br/><br/>미래에셋생명은 ‘나’에 초점을 맞춘 종합 보장보험 ‘생활의 자신감’으로 시장을 파고들고 있다. 이 상품은 업계 최대 수준인 76개의 특약을 제공, 형편에 맞춰 원하는 보장 범위를 원하는 보험료로 자유롭게 선택할 수 있도록 했다. 특히 한국인이 가장 많이 걸리는 3대 질환을 ‘진단→수술→입원→통원→실손→사망’ 등 단계별로 지원한다. 입원도 첫날부터 보장되는 특약이 신설됐으며, 고혈압이나 당뇨가 있어 보험가입이 제한적이었던 고객을 위한 전용 특약도 제공된다. <br/><br/>박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-483.txt

제목: <오후여담>테레사 효과  
날짜: 20141217  
기자: 박학용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141217100000075  
본문: 박학용 / 논설위원<br/><br/>기부는 지갑을 여는 게 아니라 마음을 여는 행위라고 했던가. 올 연말에도 ‘가난한’ 기부천사 이야기들이 솔솔 들려 온다.<br/><br/>말기 암 치료를 중단하면서까지 모은 전 재산을 어려운 이들에게 주고 떠난 독거노인 최오남(75) 씨. 병원에서 위암 4기 치료를 받아 오던 그는 3개월 전 치료를 포기한 채 고독사를 선택했다. 의사가 권한 영양제도 끊었다. 기부할 돈을 한 푼이라도 더 모으기 위해서다. 기초수급비로 근근이 버텨온 그의 재산은 현금 40만 원과 영구 아파트 보증금 139만 원, 통장 잔액 9만8000원. 그는 숨을 거두기 직전 유언을 남겼다. “지금까지 보살펴주신 국가에 감사드립니다. 제가 죽은 뒤 남은 돈은 모두 어려운 이웃을 위해 드리고 싶습니다.” 휴지로 싸놓은 금가락지 한 쌍도 퇴원 이후 늘 죽을 끓여준 봉사자에게 건넸다. “<span class='quot0'>생의 끝자락을 함께 해줘 고맙다</span>”는 말과 함께.<br/><br/>대학 4년간 빠짐없이 받은 장학금 1100만 원 전액을 모교에 기부한 전주교육대 강민주(여·23) 씨. 그녀는 “‘인생에서 가장 끊임없고도 다급한 질문은 내가 남을 위해 뭘 하고 있느냐’라는 마틴 루서 킹 목사의 말을 늘 곱씹고 산다”고 말했다. 월급 120만 원을 쪼개 만든 1억 원을 기탁한 경비원 김방락(67) 씨, 4년째 1억 원을 서울 명동 구세군 자선냄비에 넣고 사라진 ‘신월동 주민’, 70대 노부부 김형수·김민선 씨의 ‘부창부수’ 기부(각각 1000만 원, 100만 원)도 올 연말 아름다운 나눔 감이다.<br/><br/>‘테레사 효과’라는 말이 있다. ‘고양(高揚) 효과’로도 불리는 이 용어는 하버드대의 한 연구 이후 명명됐다. 1998년 이 대학 데이비드 매클레인 교수팀은 자원봉사 경험자 15명과 무경험자 15명을 대상으로 테레사 수녀의 기록영상을 보기 전후의 타액을 채취해 성분 변화를 비교했다. 그 결과 영상 시청 전 114.92나노그램(ng)이던 면역항체 이뮤노글로불린A의 평균 수치가 165.71ng으로 급증했다. 자원봉사 유경험자의 수치는 무경험자보다 갑절가량 높았다. 연구진은 자선 활동을 보고 듣거나 생각하는 것만으로도 행복하고 건강해지는 현상에 테레사 효과라는 이름을 붙였다.<br/><br/>화려하진 않지만 묵직한 감동을 안겨 주는 ‘작은 기부 영웅’들. 그들의 잔잔한 사연들이 경기 침체로 유독 더 추운 겨울을 보내는 이들에게 큰 활력소가 됐으면 하는 바람이다.

언론사: 문화일보-1-484.txt

제목: <힐링푸드>비타민D가 단지 ‘뼈 튼튼’ 도우미라고? 몸의 모든 세포에 활력 주는 ‘팔방미인’  
날짜: 20141217  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141217100000159  
본문: 비타민D가 칼슘의 흡수를 촉진해 뼈를 강화한다는 사실은 잘 알려져 있었으나, 인체에서 모든 계통 및 세포의 건강을 유지하는 데 광범위한 역할을 한다는 사실이 밝혀진 것은 최근의 일이다. 세계적인 비타민D 권위자로 보스턴대 의료센터 교수인 마이클 홀릭(사진) 박사는 최근 발간한 저서 ‘건강 솔루션 비타민D’(푸른솔)에서 비타민D가 골다공증은 물론, 심장질환, 암, 자가면역질환, 우울증, 불면증, 관절염, 당뇨병, 만성통증, 건선, 섬유근육통, 기타 만성질환 등을 예방하고 치료해 준다고 주장한다.<br/><br/> <br/><br/> 이 같은 주장에는 홀릭 박사와 동료들이 1990년대 비타민D와 관련해 수확한 발견이 근저에 깔려 있다. 1990년대 중반까지는 비타민D 수용체가 뼈, 장과 신장에만 있다고 여겨졌다. 그러나 홀릭 박사는 체내 모든 세포에 비타민D 수용체가 존재해 전신의 조직 및 세포가 비타민D를 필요로 한다는 사실을 밝혀냈다. 비타민D가 신체에 광범위한 효과를 발휘하는 이유가 밝혀진 것이다. 체내 도처에 존재하는 수용체가 요구하는 것만큼 비타민D가 충분치 않으면 각종 질환에 취약해진다. <br/><br/>국내외 조사에 따르면 비타민D 결핍이 심각한 것으로 알려지고 있다. 2008년도 한국 국민건강영양조사의 추산에 따르면 대한민국 남성의 47.3%, 여성의 64.5%가 비타민D 결핍이고 남성의 86.8%, 여성의 93.3%가 비타민D 결핍 또는 부족인 것으로 나타났다.<br/><br/>그러면 체내 비타민D 수치를 높이려면 어떻게 해야 할까. 비타민D 결핍을 해결하기 위한 3단계 방안으로 분별 있는 햇빛 노출, 비타민D와 병용하는 칼슘 섭취, 그리고 보충제 복용을 제안한다. 특히 비타민D 섭취를 위해 식단의 중요성을 강조한다. 홀릭 박사가 추천하는 비타민D 식품에 대해 알아본다. <br/><br/>홀릭 박사는 비타민D 급원 식품으로 가장 먼저 연어를 권한다. 특히 그는 같은 연어라도 자연산을 강력하게 추천한다. 그가 제시하는 자료에 따르면 연어 99g당 자연산에는 600∼1000IU의 비타민D가 들어 있고, 양식에는 이보다 훨씬 적은 100∼250IU가 들어 있다. 여기서 IU는 비타민D 함량 단위로 1IU=0.025㎍(마이크로그램)이다.<br/><br/>남녀 성인의 비타민D 하루 충분 섭취량은 5㎍이고 59세 이상인 사람, 임신부와 수유부는 일반인의 2배인 10㎍이다. 연어 99g에는 최대 25㎍의 비타민D가 들어 있는 만큼 하루 충분 섭취량을 채우고도 남는 셈이다. <br/><br/>연어에는 오메가3 지방산도 다량 함유돼 있는데 이 성분은 관절염의 염증과 통증을 완화해줄 뿐만 아니라 성인병의 주범인 콜레스테롤을 제거하고 혈압도 낮춰 주는 효과도 지녔다.<br/><br/>이와 함께 버섯은 빛 노출에 따라 서로 다른 수치의 비타민D를 제공할 수 있는 유일한 천연식품이라고 홀릭 박사는 주장한다. 실제로 많은 버섯 재배업자들이 버섯을 자외선 빛에 더 많이 노출시킴으로써 버섯의 비타민D 함량을 높이고 있다. 그 같은 버섯 중에서도 비타민D 함량이 가장 높은 것이 표고버섯이다. 일반적으로 요리한 한 컵의 표고버섯에는 약 45IU의 비타민D가 함유돼 있는 데 비해 요리한 한 컵의 양송이버섯에는 12IU만 함유돼 있다. 햇빛에 말린 표고버섯 99g에는 최대 1600IU의 비타민D가 들어 있다. 버섯 역시 연어 못잖게 비타민D 외에 다양한 영양성분을 지니고 있다. 저지방에 식이섬유가 풍부한 식품이어서 다이어트식으로도 많이 추천되고 있으며 최근에는 표고버섯의 면역력 증강과 이로 인한 항암 효능에 대한 연구도 활발히 진행되고 있다. <br/><br/>계란 노른자에도 연어나 표고버섯보다는 적지만 99g당 20IU의 비타민D가 들어 있다. 그러나 계란 노른자에는 비타민D 외에도 뛰어난 영양소가 다량 들어 있다. 홀릭 박사가 비타민D 급원 식품으로 계란 노른자를 추천한 것도 그 때문으로 여겨진다. 우선 레시틴을 들 수 있다. 1850년쯤 프랑스 과학자 모리스 고골리가 발견한 성분으로 모든 생물의 뇌나 간장 등에 많이 함유돼 신경전달이나 효소계 조절에 중요한 역할을 하고 있다. 레시틴은 콜레스테롤의 체내 흡수를 저해해 심혈관계 질환을 예방한다. 또 최근에 발견된 비오틴은 지방과 단백질의 신진대사를 도와 피부질환을 예방해 준다. <br/><br/>한편 비타민D의 결핍 현상에 대해선 국내 의료계에서도 심각하게 우려하고 있다. 일부 병원 외래에선 비타민D의 혈중 농도를 측정해 주기도 한다. 김경수 가톨릭대 서울성모병원 가정의학과 교수는 “<span class='quot0'>비타민D는 호르몬처럼 몸 전체에 영향을 미친다</span>”며 “<span class='quot0'>비타민D의 섭취나 체내 합성이 부족하면 골다공증은 물론 면역력을 낮추고 암 발생 위험이 높아질 수 있다</span>”고 경고했다. <br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-485.txt

제목: <힐링푸드>만성폐쇄성폐질환, 기도 좁아지고 꽈리 손상…기침·가래 끓다 호흡곤란까지  
날짜: 20141217  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141217100000210  
본문: 만성폐쇄성폐질환은 폐 손상으로 숨쉬기 힘들어지는 폐질환이다. 폐는 기도와 꽈리로 이루어져 있는데, 건강한 폐는 기도가 넓고 꽈리가 잘 유지되어 있는 반면에 만성폐쇄성폐질환이 생기면 기도가 좁아지고 꽈리가 파괴되어 공기가 폐로 들어가고 나오는 것이 원활치 못해진다. <br/><br/>만성폐쇄성폐질환은 기도와 꽈리에 손상을 일으키는 물질에 의해 나타난다. 가장 흔한 원인은 흡연. 담배의 종류와 관계없이 발생하고, 하루 한 갑 기준으로 10년 이상 흡연한 사람에게 만성폐쇄성폐질환이 발생할 가능성이 높다. 간접흡연도 만성폐쇄성폐질환의 발생 원인이 된다. 누구나 나이가 들면서 폐활량이 매년 조금씩 감소하게 되는데, 흡연을 하면 폐활량이 현격하게 감소한다. 관절을 지나치게 많이 사용하면 연령층과 비교해 관절에 일찍 무리가 오는 것처럼 만성폐쇄성폐질환도 흡연으로 폐를 지나치게 혹사하면 쉽게 발생하는 질환이다. 흡연 이외에도 심한 대기오염이나 공기가 오염된 작업환경에서 오랫동안 일 하는 경우에도 발생할 수 있다.<br/><br/>개인에 따라 증상이 다르게 나타나지만, 초기에는 수개월 동안 지속되는 기침과 가래가 주 증상이다. 병이 진행되면 특히 운동할 때 호흡곤란이 나타난다. 병이 더욱 심해지게 될 경우 휴식 할 때에도 호흡곤란 증상이 생긴다. 빨대로 숨 쉬는 듯한 고통을 연상하면 된다. 그밖에 골격근육 약화, 골다공증, 우울증 및 불안, 심장질환을 동반한다. 대부분 40세 이후에 주로 발생한다. 노인에게서 나타나는 기침, 호흡곤란 등은 대부분 만성폐쇄성폐질환에 의한 것이라고 볼 수 있다. <br/><br/>진단은 비교적 간단해 30분 정도의 시간만 투자하면 된다. 담배를 피운 적이 있거나 현재 담배를 피우는 40세 이상에서 호흡곤란 증상이 있는 경우, 가슴사진과 폐기능 검사를 해서 진단한다. 만성폐쇄성폐질환의 증상은 수년간에 걸쳐서 서서히 진행하고, 초기에는 거의 느끼지 못하는 경우가 많기 때문에 진단이 늦어지는 경우가 많다. 조기진단 및 조기치료는 폐활량의 감소와 만성폐쇄성폐질환과 동반되는 다른 질환의 발생을 예방할 수 있기 때문에 매우 중요하다. 또한 천식과 증상이 비슷하기 때문에 적합한 검사를 시행해서 구분해야 한다.<br/><br/>만성폐쇄성폐질환의 예방과 치료를 위해선 발생원인을 제거하는 것이 가장 중요하다. 대부분 흡연에 의해서 걸리기 때문에 담배를 끊는 것이 최우선이다. 금연은 폐활량을 늘려주고, 증상악화의 횟수를 줄여주며, 치료약제에 대한 효과를 높이기 때문에 현재까지 알려진 가장 좋은 치료방법이다. 약물치료는 병의 정도 및 치료에 대한 반응에 따라 기관지 확장제와 항 염증제를 주로 흡입제 형태로 사용한다. 약물치료는 증상악화 횟수를 줄여주고 삶의 질을 높여 준다. 간혹 갑자기 증상이 악화되어 호흡곤란, 가슴 답답함과 함께 가래 양이 늘고 열이 오르는 경우가 있다. 이러한 급성 악화는 신속한 치료가 필요하다.<br/><br/>증상악화를 예방하기 위해서 매년 독감예방접종을 해야 하고, 폐렴구균 예방접종이 필요하다. 황사 및 대기오염이 심하면 실외활동을 삼가고, 기관지를 자극할 수 있는 연기와 흡연에 노출되지 않도록 주의해야 한다. 산소가 부족한 환자들은 전문가의 처방을 받아서 장기적인 산소요법을 시행하게 된다. 정기석 한림대성심병원 호흡기알레르기내과 교수는 “<span class='quot0'>만성폐쇄성폐질환은 전신동반 질환이 많아 전신질환이라고 해도 과언이 아닐 정도</span>”라며 “<span class='quot0'>심혈관질환, 골다공증, 각종 암, 우울증 등 및 불안, 골격근육 약화 등이 대표적으로 동반되며 특히 환자 사망원인의 20% 이상이 심혈관질환과 암인 만큼 초기에 적절한 치료와 대처가 중요하다</span>”고 말했다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-486.txt

제목: <힐링푸드>만성폐쇄성폐질환, 기도 좁아지고 꽈리 손상…기침·가래 끓다 호흡곤란까지  
날짜: 20141217  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141217100000187  
본문: 만성폐쇄성폐질환은 폐 손상으로 숨쉬기 힘들어지는 폐질환이다. 폐는 기도와 꽈리로 이루어져 있는데, 건강한 폐는 기도가 넓고 꽈리가 잘 유지되어 있는 반면에 만성폐쇄성폐질환이 생기면 기도가 좁아지고 꽈리가 파괴되어 공기가 폐로 들어가고 나오는 것이 원활치 못해진다. <br/>만성폐쇄성폐질환은 기도와 꽈리에 손상을 일으키는 물질에 의해 나타난다. 가장 흔한 원인은 흡연. 담배의 종류와 관계없이 발생하고, 하루 한 갑 기준으로 10년 이상 흡연한 사람에게 만성폐쇄성폐질환이 발생할 가능성이 높다. 간접흡연도 만성폐쇄성폐질환의 발생 원인이 된다. 누구나 나이가 들면서 폐활량이 매년 조금씩 감소하게 되는데, 흡연을 하면 폐활량이 현격하게 감소한다. 관절을 지나치게 많이 사용하면 연령층과 비교해 관절에 일찍 무리가 오는 것처럼 만성폐쇄성폐질환도 흡연으로 폐를 지나치게 혹사하면 쉽게 발생하는 질환이다. 흡연 이외에도 심한 대기오염이나 공기가 오염된 작업환경에서 오랫동안 일 하는 경우에도 발생할 수 있다.<br/>개인에 따라 증상이 다르게 나타나지만, 초기에는 수개월 동안 지속되는 기침과 가래가 주 증상이다. 병이 진행되면 특히 운동할 때 호흡곤란이 나타난다. 병이 더욱 심해지게 될 경우 휴식 할 때에도 호흡곤란 증상이 생긴다. 빨대로 숨 쉬는 듯한 고통을 연상하면 된다. 그밖에 골격근육 약화, 골다공증, 우울증 및 불안, 심장질환을 동반한다. 대부분 40세 이후에 주로 발생한다. 노인에게서 나타나는 기침, 호흡곤란 등은 대부분 만성폐쇄성폐질환에 의한 것이라고 볼 수 있다. <br/>진단은 비교적 간단해 30분 정도의 시간만 투자하면 된다. 담배를 피운 적이 있거나 현재 담배를 피우는 40세 이상에서 호흡곤란 증상이 있는 경우, 가슴사진과 폐기능 검사를 해서 진단한다. 만성폐쇄성폐질환의 증상은 수년간에 걸쳐서 서서히 진행하고, 초기에는 거의 느끼지 못하는 경우가 많기 때문에 진단이 늦어지는 경우가 많다. 조기진단 및 조기치료는 폐활량의 감소와 만성폐쇄성폐질환과 동반되는 다른 질환의 발생을 예방할 수 있기 때문에 매우 중요하다. 또한 천식과 증상이 비슷하기 때문에 적합한 검사를 시행해서 구분해야 한다.<br/>만성폐쇄성폐질환의 예방과 치료를 위해선 발생원인을 제거하는 것이 가장 중요하다. 대부분 흡연에 의해서 걸리기 때문에 담배를 끊는 것이 최우선이다. 금연은 폐활량을 늘려주고, 증상악화의 횟수를 줄여주며, 치료약제에 대한 효과를 높이기 때문에 현재까지 알려진 가장 좋은 치료방법이다. 약물치료는 병의 정도 및 치료에 대한 반응에 따라 기관지 확장제와 항 염증제를 주로 흡입제 형태로 사용한다. 약물치료는 증상악화 횟수를 줄여주고 삶의 질을 높여 준다. 간혹 갑자기 증상이 악화되어 호흡곤란, 가슴 답답함과 함께 가래 양이 늘고 열이 오르는 경우가 있다. 이러한 급성 악화는 신속한 치료가 필요하다.<br/>증상악화를 예방하기 위해서 매년 독감예방접종을 해야 하고, 폐렴구균 예방접종이 필요하다. 황사 및 대기오염이 심하면 실외활동을 삼가고, 기관지를 자극할 수 있는 연기와 흡연에 노출되지 않도록 주의해야 한다. 산소가 부족한 환자들은 전문가의 처방을 받아서 장기적인 산소요법을 시행하게 된다. 정기석 한림대성심병원 호흡기알레르기내과 교수는 “<span class='quot0'>만성폐쇄성폐질환은 전신동반 질환이 많아 전신질환이라고 해도 과언이 아닐 정도</span>”라며 “<span class='quot0'>심혈관질환, 골다공증, 각종 암, 우울증 등 및 불안, 골격근육 약화 등이 대표적으로 동반되며 특히 환자 사망원인의 20% 이상이 심혈관질환과 암인 만큼 초기에 적절한 치료와 대처가 중요하다</span>”고 말했다. <br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-487.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>급성 방광 출혈 예방하려면  
날짜: 20141215  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141215100000145  
본문: 어느 휴일 저녁 한밤중에 평소에 막역하게 지내는 선배로부터 급한 전화가 왔다.<br/><br/>“최 박사, 동생이 갑자기 소변에 피가 비치고 아파서 쩔쩔매고 있는데 미안하지만 한 번 봐줄 수 있어요? 대학병원 응급실에 보내려 해도 연휴라서 젊은 의사들만 있을 것 같아서 말이지. 최 박사에게 보낼 테니 잘 좀 부탁해요.”<br/><br/>눈으로 파악할 수 있는 급성혈뇨는 응급상태에서 출혈 부위를 알아내는 것이 중요하다. 중년에 통증 없이 혈뇨가 나오면 제일 먼저 암을 염두에 두어야 한다. ‘통증이 심하다는 걸 보니 결석인가? 염증인가?’ 한밤중이지만 평소 서로 깊은 신뢰감을 갖고 있는 사이라 부담 없이 부탁하는 모양이다. 좋아하는 선배의 부탁이므로 밤중이지만 바로 클리닉으로 나가면서 그 동생을 호출했다.<br/><br/>“급성 방광 출혈이라 초음파 검사와 내시경 검사를 해야겠습니다. 바로 클리닉으로 나오세요.”<br/><br/>혈뇨 부위를 알기 위해 초음파 검사를 하니 신장에는 이상이 없다. 전립선은 35gm으로 커져 있고, 석회화가 진행돼 만성 전립선염과 비대증 소견을 나타냈다. 내시경 검사를 해보니 전립선 요도에 흰 결절이 많아 만성 염증이 의심된다. 방광 안에는 여기저기 급성 출혈성 방광염으로 판단할 만한 증상들이 보인다. 우선 생리식염수로 고인 피를 씻어내니 다행히 종양은 없고 염증으로 충혈된 부위만 확인된다.<br/><br/>“우선 안심하세요. 신장이나 방광암은 아니고 염증에 의한 출혈이니까요. 전립선에 만성 염증이 있다가 스트레스와 과음, 과로로 면역 기능이 약해져서 요로 감염이 생긴 후 급성 방광 출혈로 진행된 것 같습니다. 약물치료를 하면 좋아지겠습니다.”<br/><br/>진단이 된 것만으로도 환자는 마음이 놓이고 안정된다.<br/><br/>그런데 전립선 특이항원 수치(PSA)가 12.5ng/㎖로 정상 범위(4ng/㎖)보다 훨씬 높게 나온다.<br/><br/>“<span class='quot0'>PSA 수치가 상당히 높습니다.</span>”<br/><br/>“암인가요?”<br/><br/>“글쎄요. 올라가는 원인은 여러 가지입니다. 비대증, 요로감염, 전립선 혈관 폐쇄, 전립선 마사지, 조직 검사 등 다양한 원인으로 올라갈 수 있습니다. 암 여부를 확인하려면 조직 검사를 꼭 해보는 게 좋습니다. 우선 요로 감염이 심하니까 염증 치료부터 하고 경과를 봐가며 결정하는 게 좋겠습니다.”<br/><br/>우선 항생제, 소염제 및 전립선 치료 약물들을 처방하니 한 달 만에 정상범위로 돌아왔다. <br/><br/>“계속 약을 먹으며 관찰해야 합니다. 나중에 약을 끊어도 수치가 안 올라가야 합니다. 다시 올라가면 조직검사를 해봅시다.”<br/><br/>많은 사람들이 PSA 수치로 스트레스를 받아 노이로제에 걸린다. 생명이 살아있는 한 PSA 수치는 조금씩 변동한다. 수치에 너무 예민해지지 않는 게 정신 건강에 좋다. 콜레스테롤이 많은 육식을 하면 테스토스테론 생성이 많아진다. <br/><br/>테스토스테론은 디하이드로 테스토스테론(DHT)으로 변환돼 암을 악화시킬 수 있으므로 가급적 육식을 줄이는 것이 좋다. 채식 위주의 식단을 짜고, 특히 토마토가 전립선에 좋다는 사실을 기억하자. <br/><br/> 성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-488.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>급성 방광 출혈 예방하려면  
날짜: 20141215  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141215100000169  
본문: 어느 휴일 저녁 한밤중에 평소에 막역하게 지내는 선배로부터 급한 전화가 왔다.<br/><br/>“최 박사, 동생이 갑자기 소변에 피가 비치고 아파서 쩔쩔매고 있는데 미안하지만 한 번 봐줄 수 있어요? 대학병원 응급실에 보내려 해도 연휴라서 젊은 의사들만 있을 것 같아서 말이지. 최 박사에게 보낼 테니 잘 좀 부탁해요.”<br/><br/>눈으로 파악할 수 있는 급성혈뇨는 응급상태에서 출혈 부위를 알아내는 것이 중요하다. 중년에 통증 없이 혈뇨가 나오면 제일 먼저 암을 염두에 두어야 한다. ‘통증이 심하다는 걸 보니 결석인가? 염증인가?’ 한밤중이지만 평소 서로 깊은 신뢰감을 갖고 있는 사이라 부담 없이 부탁하는 모양이다. 좋아하는 선배의 부탁이므로 밤중이지만 바로 클리닉으로 나가면서 그 동생을 호출했다.<br/><br/>“급성 방광 출혈이라 초음파 검사와 내시경 검사를 해야겠습니다. 바로 클리닉으로 나오세요.”<br/><br/>혈뇨 부위를 알기 위해 초음파 검사를 하니 신장에는 이상이 없다. 전립선은 35gm으로 커져 있고, 석회화가 진행돼 만성 전립선염과 비대증 소견을 나타냈다. 내시경 검사를 해보니 전립선 요도에 흰 결절이 많아 만성 염증이 의심된다. 방광 안에는 여기저기 급성 출혈성 방광염으로 판단할 만한 증상들이 보인다. 우선 생리식염수로 고인 피를 씻어내니 다행히 종양은 없고 염증으로 충혈된 부위만 확인된다.<br/><br/>“우선 안심하세요. 신장이나 방광암은 아니고 염증에 의한 출혈이니까요. 전립선에 만성 염증이 있다가 스트레스와 과음, 과로로 면역 기능이 약해져서 요로 감염이 생긴 후 급성 방광 출혈로 진행된 것 같습니다. 약물치료를 하면 좋아지겠습니다.”<br/><br/>진단이 된 것만으로도 환자는 마음이 놓이고 안정된다.<br/><br/>그런데 전립선 특이항원 수치(PSA)가 12.5ng/㎖로 정상 범위(4ng/㎖)보다 훨씬 높게 나온다.<br/><br/>“<span class='quot0'>PSA 수치가 상당히 높습니다.</span>”<br/><br/>“암인가요?”<br/><br/>“글쎄요. 올라가는 원인은 여러 가지입니다. 비대증, 요로감염, 전립선 혈관 폐쇄, 전립선 마사지, 조직 검사 등 다양한 원인으로 올라갈 수 있습니다. 암 여부를 확인하려면 조직 검사를 꼭 해보는 게 좋습니다. 우선 요로 감염이 심하니까 염증 치료부터 하고 경과를 봐가며 결정하는 게 좋겠습니다.”<br/><br/>우선 항생제, 소염제 및 전립선 치료 약물들을 처방하니 한 달 만에 정상범위로 돌아왔다. <br/><br/>“계속 약을 먹으며 관찰해야 합니다. 나중에 약을 끊어도 수치가 안 올라가야 합니다. 다시 올라가면 조직검사를 해봅시다.”<br/><br/>많은 사람들이 PSA 수치로 스트레스를 받아 노이로제에 걸린다. 생명이 살아있는 한 PSA 수치는 조금씩 변동한다. 수치에 너무 예민해지지 않는 게 정신 건강에 좋다. 콜레스테롤이 많은 육식을 하면 테스토스테론 생성이 많아진다. <br/><br/>테스토스테론은 디하이드로 테스토스테론(DHT)으로 변환돼 암을 악화시킬 수 있으므로 가급적 육식을 줄이는 것이 좋다. 채식 위주의 식단을 짜고, 특히 토마토가 전립선에 좋다는 사실을 기억하자. <br/><br/> 성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-489.txt

제목: <통증, 아는게 藥이다>통증이란… 몸의 이상에 대한 세포의 경보  
날짜: 20141215  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141215100000107  
본문: 세계통증연구학회에서는 통증(痛症·pain)이란 ‘실질적인 또는 잠재적인 조직손상과 관련돼 나타나는 감각적으로, 또는 정서적으로 불유쾌한 경험’으로 정의하고 있다. 보다 쉽게 풀이하면 몸에 위협적인 자극이 침입하면 통증 전달 세포들이 ‘신경’이라는 도로를 타고 경보 사이렌으로 ‘통증’을 울리는 것이다. 손을 찔렸을 때 따끔거리는 것도 손에 있는 통증 신경이 반응하면서 생기는 것이다. 통증이 뇌로 전달되면 뇌는 통각 신경을 흥분시켜 아프게 해 회피 반응을 유도한다. 더 이상의 조직 손상을 막을 수 있도록 하는 생리적 역할을 내리는 것이다.<br/><br/>통증은 크게 급성통증, 만성통증으로 구분된다. 급성통증은 외상이나 화상, 창상 등으로 인해 순간적으로 생기는 통증인 반면, 만성통증은 최소 3개월 이상 계속 통증이 지속되는 것에 해당한다. 모든 통증이 우리에게 나쁜 것은 아니다. 급성통증은 우리 몸에 이상이 있다는 것을 알려주는 경고 신호다. 최대 2개월 내 통증이 사라지고 자극을 줄 때만 통증이 증가해 몸의 이상을 감지하게 해준다. 반면 만성통증은 통증의 원인이 사라져도 오랜 기간 동안 통증이 지속되는 것으로 자극이 없어도 나타나 신경이 예민해지고, 우울해지는 등 일상생활에 불편을 준다. 급성통증을 방치 할 경우 만성통증으로 이어지기도 한다. <br/><br/>문제가 되는 만성통증은 통각수용 통증(수술 후 통증·외상 후 통증·분만 통증·관절염 통증 등), 신경병성 통증(당뇨병성 신경병증 통증·대상포진 후 신경통·삼차신경통 등), 복합 통증(척추수술후 통증·척추관협착증·손목터널증후군 등), 암성 통증 등으로 구분된다.<br/><br/>일반적으로 국내의 만성통증은 가슴과 허리 통증이 가장 많다. 다음으로 전신, 목, 안면 등으로 빈번한 것으로 보고 있다.<br/><br/>대한통증학회의 2011년 조사에 따르면 등과 가슴, 골반 및 엉덩이, 허리 등을 종합하는 ‘흉요부’ 통증이 전체 통증 환자의 52%를 넘었다. 이어 전신 통증이 약 15%, 목과 목디스크 등 경부 통증 11%, 얼굴과 머리 등 안면 및 두부 통증이 9%, 어깨·손목·팔꿈치 등 상지 통증이 8%, 허벅지·종아리·발 등 하지 통증이 5% 순으로 이어졌다.<br/><br/>연령대별로 통증의 차이도 존재했다. 노년층으로 갈수록 척추와 허리 통증이 많았고, 젊은 층은 전신 통증이 상대적으로 많았다. 젊은 층에서는 외상 등으로 인한 신경병증성 통증이 많았다.<br/><br/>성별로는 전신 통증은 남성이 절대적으로 많았고, 안면 및 두부 통증은 두통 등이 많은 여성이 압도적으로 많았다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-490.txt

제목: <인터넷 유머>카페 알바 암 걸리게 하는 말들  
날짜: 20141211  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141211100000132  
본문: 카페 알바 암 걸리게 하는 말들<br/><br/>1. 왜 카푸치노를 시켰는데 이렇게 거품만 많아요?<br/><br/>2. 시나몬롤 주문했는데 계피냄새나요. 바꿔주세요.<br/><br/>3. 저기요. 그린티 시켰는데 녹차가 나오는 건 뭐죠?<br/><br/>4. 캐러멜마키아토 주시는데, 캐러멜은 빼고 주세요.<br/><br/>5. 여기는 왜 녹차라떼 없어요?(메뉴판:그린티라떼)<br/><br/>6. 따뜻한 프라푸치노 주세요.(프라푸치노:‘차다’는 뜻의 이탈리아어)<br/><br/>7. 아메리카노, 연하게 하나 주세요.<br/><br/>8. 라떼, 우유 빼고 주세요.<br/><br/>9. 아메리카노에 물 빼고 주세요.<br/><br/>10. 에스프레소 쓴 거 말고요.<br/><br/>11. 아이스 아메리카노 핫으로 주세요. 너무 뜨거우니까 홀더 2개 끼워주세요.<br/><br/>12. 초코라떼 안 달게 해서 주세요.<br/><br/>13. 프라푸치노에 얼음 빼고 주세요.<br/><br/><br/>불쌍한 엄마<br/><br/>아주 비좁은 데서 살던 식구가 큰 집으로 이사를 했다. 동네 사람이 일곱 살 된 그 집 아이에게 새집이 어떠냐고 물었다.<br/><br/>“아주 마음에 들어요. 이젠 저도 방이 따로 생겼고, 누나들도 모두 자기 방을 가지게 되었어요. 그렇지만 엄마는 안됐지 뭐예요. 아빠랑 이사를 와서도 한방을 써야 하니까요.”<br/><br/><br/>“For here? To go?” <br/><br/>한국단체 관광객들이 미국에서 햄버거를 먹으러 갔습니다. 그나마 영어가 그중 낫다고 하는 사람이 대표해서 주문을 하러 갔습니다. 우여곡절 주문을 끝내고 직원이 묻습니다. <br/><br/>이렇게 물어보니까 그 영어 좀 한다는 사람이 좀 당황하는 기색을 보이더니…. <br/><br/>뒤에서 기다리고 있는 일행들에게 그랬답니다. <br/><br/>“<span class='quot0'>4명은 여기 남아있고 2명은 나가 있으라는데….</span>”

언론사: 문화일보-1-491.txt

제목: 유도만능줄기세포 생성과정 비밀 풀었다  
날짜: 20141211  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141211100000095  
본문: 서울대 연구팀이 참여한 국제 연구컨소시엄이 각종 세포로 성장할 수 있는 만능줄기세포의 생성 기전을 밝혀냈다.<br/><br/>서울대 의대 유전체의학연구소 등이 참여한 국제 줄기세포 연구 컨소시엄 ‘프로젝트 그란디오스’는 10일 체세포가 유도만능줄기세포로 역분화하는 과정의 비밀을 밝혀냈다고 밝혔다. <br/><br/>관련 연구는 이날 국제 학술지 ‘네이처’와 ‘네이처 커뮤니케이션스’에 게재됐다. 프로젝트 그란디오스는 캐나다, 한국, 호주, 네덜란드 등 4개국 47명의 연구원이 참여한 공동연구팀으로 2010년부터 체세포가 유도만능줄기세포로 역분화하는 과정을 연구해왔다. <br/><br/>이 중 서울대 연구팀은 유전체 분석을 통해 전분화성(모든 종류의 세포로 성장하는 성질)을 부여하는 유전자들의 발현 조절이 DNA 탈메틸화 스위치에 의해 활성화된다는 사실을 밝혀냈다. <br/><br/>메틸화와 탈메틸화는 각각 DNA 염기에 메틸기(-CH3)가 붙고 떨어지는 것을 의미하며 유전자 활성화와 정지에 중요한 역할을 한다. <br/><br/>우리 몸의 유전자들은 단백질 생산에 참여하려고 하면 활성화(유전자 발현)돼야 한다. 이때 메틸기 등의 특성물질이 조절인자로서 유전자에 결합해 활성화를 제어한다. <br/><br/>이 조절인자가 유전자에 결합할 때 단단하거나 느슨하게 붙는데, 학계에서는 이 결합 강도가 후성유전학(유전자들이 인간의 생장, 성장, 분열 등에 어떠한 영향을 미치는지 분석하는 학문)적 과정과 연관이 있다고 보고 있다. 연구팀은 이 과정에서 DNA의 탈메틸화가 중요 스위치라는 것을 규명한 것이다.<br/><br/>연구진은 또 역분화 과정에서 배아줄기세포와 완전히 같지는 않지만 전분화성을 가진 새로운 줄기세포 형태인 ‘F-클래스(F-class)’ 유사만능줄기세포의 존재를 밝혔다. <br/><br/>F-클래스 줄기세포는 기존 유도만능세포보다 생산 효율성이 높아 짧은 시간 안에 상당히 많은 양을 생산할 수 있어 암을 비롯해 시각장애, 파킨슨병, 알츠하이머병, 척수근위축증, 뇌졸중, 당뇨병, 혈액·신장 질환 등 퇴행성 질환들의 맞춤형 치료를 앞당기는 데 기여할 것으로 기대된다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-492.txt

제목: <힐링푸드>열 많으면 결명자, 찬 속엔 호두 ‘변비 안녕~’  
날짜: 20141210  
기자: 김호웅  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141210100000164  
본문: 유독 겨울이 되면 심해지는 증상 중의 하나가 변비다. 날이 추워지면서 옥외활동을 덜하게 되고, 실내에서 육식 위주의 식사를 하기 때문이다. 치질은 이처럼 변비가 심해질 때 바늘 가는데 실 가듯 따라붙는 질환이다. 따라서 치질 예방을 위해서도 쾌변이 필요하다. 사상체질 전문가인 안준철(사진) 동양한의원 원장의 도움말로 체질별 쾌변에 유익한 식품을 알아본다. <br/><br/><br/><br/>#태양인-키위, 번데기<br/><br/>태양인은 상체가 발달하고 하체가 부실한 체형으로 간기능이 부실한 경우가 많다. 따라서 간에 무리를 주는 식품은 좋지 않다. 키위는 위를 편하게 하는 대표적인 과일이다. 육류를 먹을 때 키위를 먹으면 단백질 분해효소 성분의 소화작용을 통해 위를 편하게 하며 식이섬유가 장운동을 도와 배변에 도움을 준다. 태양인에게 키위를 특히 권하는 것은 비타민C가 풍부해 간 해독을 돕기 때문이다. 태양인에게 맞는 동물성 약재가 많지 않은데 한 가지 예외가 있다. 바로 번데기다. 번데기는 저지방 고단백 식품으로 위에 부담을 주지 않아 소화가 잘되는 식품 중의 하나로 꼽힌다. 태양인의 기를 보충해 주면서 변비 해소에도 많은 도움을 준다. 번데기에 풍부한 레시틴 성분은 콜레스테롤 수치를 낮춰줘 성인병을 예방해 준다. <br/><br/><br/><br/>#태음인-호두, 들깨 <br/><br/>태음인의 쾌변에 많이 권해지는 식품은 호두와 들깨다. 일단 호두와 들깨는 오메가3 등 식물성 불포화지방을 풍부하게 함유하고 있어 비만형 체질 소유자의 성인병 예방을 도와준다. 호두는 장을 윤택하게 해주는 효과가 있어서 변비를 다스리는 중요한 약재인데 특히 몸이 찬 사람에게 좋다. 비타민E가 풍부해 피부의 노화방지에도 뛰어난 효과가 있다. 땅콩, 아몬드와 달리 식물성 오메가3의 일종인 리놀렌산이 많이 들어 있는데 이 성분은 남성의 성기능 및 불임에 효과가 좋다.<br/><br/>들깨 역시 한방에서는 장을 부드럽게 해주고 변비 완화에 탁월한 효능을 지닌 식품으로 정평이 나 있다. 들깨는 한국인이 먹는 음식 중에서 오메가3가 가장 풍부한 식품으로 나쁜 지방(저밀도지방, 중성지방)을 빼내 주고 좋은 지방(고밀도지방)을 보충시켜 준다. 이뿐 아니다. 암 유발 물질을 몸 밖으로 빼내 주고 혈관 내 콜레스테롤이 쌓이는 걸 막아서 각종 성인병, 치매 예방과 기억력 증진에 매우 좋다. <br/><br/>한편 태음인이 아닌 사람이 호두와 들깨를 많이 먹으면 속이 메슥거리고 식욕이 떨어진다.<br/><br/><br/><br/>#소양인-결명자, 참깨 <br/><br/>소양인은 열이 많은 체질이다. 열이 많기 때문에 신장이 약하다. 체형상으로는 일반적으로 가슴부위가 많이 발달해 있다. 열이 많기 때문에 약재의 성질이 찬 결명자가 많이 권해진다. 결명자는 한방에서 초결명이라고 부르며 간열을 내려 눈을 밝게 하고 혈압을 내려주는 작용도 있다. 또 대장의 열을 식혀서 쾌변을 돕는다. 참깨 역시 장을 윤택하게 해서 변비 치료와 신장을 돕는 자양강장제로 쓰인다. 한편 소양인들의 경우 변비에 좋다고 해 체질을 고려하지 않고 사과를 많이 먹으면 위산과다나 위궤양 등의 부작용이 발생할 수 있는 만큼 주의해야 한다. <br/><br/><br/><br/>#소음인-사과, 귤<br/><br/>소식하는 체질로 하체가 발달한 체형의 소유자다. 위장의 기능은 약하다. 평소 몸이 차가운 편이라 소화장애가 오기 쉬운 체질이다. 몸이 차갑기 때문에 결명자를 소음인이 먹으면 변비에는 도움이 되지만 오히려 설사 복통이 뒤따른다. 소음인의 변비에 좋은 식품으로는 사과와 감귤 등의 과일이 꼽힌다. 사과의 경우 껍질 부위에 몰려 있는 펙틴이라는 성분이 장내 유산균을 활성화시켜서 숙변 제거와 쾌변을 돕는다. 펙틴은 칼륨과 결합하여 나트륨(염분)을 배출하는 데도 역시 중요한 역할을 한다. 붉은 사과의 안토시아닌 성분은 활성산소를 억제하여 노화방지와 암 예방에도 이롭다.<br/><br/>감귤 역시 속껍질의 펙틴 성분이 쾌변을 유도한다. 귤에 풍부한 카로틴은 체내에 흡수되면 비타민A로 합성돼 안과질환 예방에도 한몫한다. 비타민A는 피부와 점막을 건강하게 만들어주기 때문에 감기 예방에도 좋다. 귤껍질을 말린 진피차는 한방에서 감기 예방 차로 적극 권해지고 있다. 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/> 사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-493.txt

제목: 경매로 팔린 노벨상 메달, 원주인 품으로  
날짜: 20141210  
기자: 박준우  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141210100000174  
본문: DNA 이중나선 구조를 밝힌 미국 과학자 제임스 왓슨(86·사진)이 생활고에 쫓겨 475만 달러(약 53억 원)에 경매로 판 노벨상 메달을 돌려받게 됐다.<br/><br/>10일(한국시간) 영국 인디펜던트지에 따르면, 메달의 낙찰자인 영국 프리미어리그 아스널의 알리셰르 우스마노프 구단주는 노벨상 메달을 원주인에게 돌려주겠다고 밝혔다. <br/><br/>우스마노프 구단주는 암으로 사망한 자신의 부친을 생각해 암 치료 연구에 밑거름을 제공한 왓슨을 돕고자 4일 열린 경매에 나섰다고 밝혔다. <br/><br/>우스마노프 구단주는 “뛰어난 과학자가 자신의 업적을 기리는 메달을 팔아야 하는 상황을 지켜볼 수만은 없었다”고 메달을 반환하는 이유를 설명했다.<br/><br/>왓슨은 DNA의 이중나선 구조와 기능을 밝힌 공로로 1962년 노벨 생리의학상을 받았다. <br/><br/>그러나 2007년 한 인터뷰에서 흑인이 백인보다 지적으로 열등하다고 말해 사회적으로 매장당했고 수입마저 줄어들어 생활고를 겪어왔다. <br/><br/> 박준우 기자 jwrepublic@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-494.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>“지열도 신재생에너지”… 정부 설득한 광주市  
날짜: 20141210  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141210100000039  
본문: 정부가 최근 ‘신재생에너지 공급인증서(REC) 운영지침’을 개정, 내년부터 지열발전에 대해서도 REC를 발급받을 수 있도록 한 것은 광주광역시의 2년여에 걸친 노력 때문이라고 해도 과언이 아니다.<br/><br/>10일 광주시에 따르면 시가 선진국에서 활발하게 진행되고 있는 지열발전 관련 산업 육성을 위해 정부에 심부(深部) 지열 관련 법령 개정을 건의한 것은 지난 2012년 8월. 지열발전소 건설을 촉진하기 위해서는 지열발전에도 REC 부여가 필요하다는 취지로, 광주지역 강소기업 한진디엔비㈜가 저비용 공법인 워터해머 굴착기술(인위적으로 발생시킨 수압을 굴착기구에 전달해 망치질하듯 움직이게 하는 방식)로 심부 지열 활용 가능성을 보여준 뒤였다.<br/><br/>그러나 정부는 지열발전 기술개발사업이 진행 중이지만 실증 사례가 없다는 이유 등을 내세워 난색을 표명했다. 이에 시는 지난해 말까지 한진디엔비와 함께 심부지열 실증시추사업을 추진한 결과 워터해머 분야 기존 세계기록(2008년 스웨덴의 608m)을 훨씬 능가하는 3502m 시추에 성공했다. 그 지점의 열수 온도는 98도였다.(문화일보 2013년 12월 9일 13면 참조)<br/><br/>시는 이어 심부지열 분야의 세계적 석학인 미국 SMU대학 블랙웰 교수 연구팀을 초빙해 객관적 타당성도 검토했다. 그 결과 5.8㎞ 깊이로 2공 시추할 경우 3.5MW(1만 가구 사용 가능), 3공 시추시 7.0MW 의 전력 생산이 가능한 것으로 분석됐다. <br/><br/>시는 올 초에는 구글의 자회사가 한진디엔비의 기술을 이용한 지열발전소 건립에 820억 원을 투자하는 내용의 협약을 체결하도록 도왔다.<br/><br/>산업통상자원부는 결국 최근 REC 운영지침을 개정해 지열발전 REC의 가중치를 연료전지와 같은 2.0을 부여하고 내년부터 적용토록 했다. <br/><br/> 광주 = 정우천 기자 sunshine@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-495.txt

제목: “20년간 가슴으로 58명 낳아… 아기 미소에 늘 행복”  
날짜: 20141208  
기자: 오명근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141208100000146  
본문: “<span class='quot0'>20년 동안 사랑하는 마음으로 58명의 천사 아이들을 돌보며 잠시나마 가족이 돼 참으로 행복했습니다.</span>” <br/><br/>20년간 홀트아동복지회에서 위탁모로 근무한 이순임(여·57·사진) 씨가 8일 아이들을 돌봐온 공로로 장기근속상을 수상해 화제다. 지난 2009년에도 15년 근속상을 받은 이 씨는 이날 장기근속상을 받은 후 “<span class='quot1'>부모로부터 버림받고 새로운 부모를 기다리는 아이들에게 가정이 돼주고 엄마가 돼주자는 마음이 생겨 어느덧 20년 동안 마음으로 낳아 입양을 보낸 아기만도 모두 58명에 달한다</span>”고 소감을 밝혔다.<br/><br/>입양 대상 아동들을 양부모가 정해질 때까지 양육해 주는 역할을 해온 그는 지난 1994년 7월 홀트아동복지회에서 위탁모 봉사활동을 시작한 이후 20년 동안 입양을 보낸 아기가 58명에 달하는 사실을 알고 자신도 놀라워했다.<br/><br/>이 씨는 갓 태어난 신생아부터 생후 두 달 사이의 아이들을 받아 짧게는 반년, 길게는 30개월까지 키워 입양 가정으로 보냈다. 이 씨는 장성한 30대 두 딸이 있는데도 아이들을 키우느라 힘든 나날을 보내야 했다. 이 씨는 암 수술을 받고 입·퇴원을 반복하며 힘든 나날을 보내면서도 남편의 도움을 받아 위탁모 활동을 할 수 있었다. <br/><br/>이 씨는 “<span class='quot1'>첫 아기인 도현이를 돌볼 때 ‘건강도 좋지 않은 사람이 어떻게 아기를 돌보느냐’는 남편의 강력한 반대를 뿌리치고 도현이를 정성껏 돌본 결과 남편도 감동을 받아 적극 내조했다</span>”고 말했다. 남편도 막상 도현이를 만나자 누구보다 아끼고 예뻐해 주며 든든한 지원군으로 변했고, 이 씨 가정의 중심에는 아기가 자리 잡게 됐다. 서울 양천구 신월동 이 씨의 집은 언제나 아기들의 울고 웃는 소리가 그치지 않았고 장난감 등이 가득한 채 TV에서는 늘 어린이 프로그램이 흘러나왔다.<br/><br/>이 씨는 늘 아기가 좋은 양부모를 만나길 기도했지만, 금지옥엽 키우던 아기를 양부모에게로 떠나보내야 할 때의 아픔은 상상 이상이었다. 이 씨는 ‘이렇게 예쁜 내 아들을 어떻게 품에서 떠나보낼까’하는 생각에 밤잠을 설쳤다. 특히 도현이가 떠나는 날엔 온 가족이 이별의 슬픔으로 눈이 퉁퉁 붓도록 울었다. 그는 몸이 불편했던 아기들이 아무래도 더 애틋하게 기억에 남고 눈에 선하다고 말했다. <br/><br/>선천성 장폐색증으로 수차례 입·퇴원을 반복했던 준성이, 발육이 늦어 언어·놀이치료를 해야 하는 수혁이를 30개월 이상 키운 후 입양 보낼 때는 왈칵 눈물이 쏟아졌다고 그는 회고했다. 그는 2009년에는 프랑스·노르웨이·덴마크에서 자신이 길러 보낸 아이 7명을 만나기도 했다.<br/><br/> 오명근 기자 omk@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-496.txt

제목: ‘인문학에 빠진’ 국민카드, 고객·직원 대상 인문학 기행  
날짜: 20141205  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141205100000066  
본문: KB국민카드가 시행하는 인문학 기행이 화제다.<br/><br/><br/><br/>5일 금융권에 따르면 KB국민카드는 지난 10월과 11월 한 차례씩 VIP 고객과 함께하는 ‘통영문학기행’ 행사를 개최했다. 국문학자 정선태 국민대 교수의 해설로 11월 20일부터 22일까지 2박 3일간 진행된 ‘통영문학기행’에는 24명의 고객이 초대됐다.<br/><br/><br/><br/>통영 미륵도의 박경리기념관과 묘소, 남망산 조각공원 일대의 청마 유치환 시비, 김춘수 꽃 시비, 초정 이상옥 시비, 박경리의 소설 ‘김약국의 딸들’의 무대가 된 중앙시장 등 통영 출신 문인들의 이야기가 담긴 문학 현장을 답사했다. 충무공 위패를 모신 충렬사 부근 시인 백석의 시비 앞에서는 문학기행 참가자들이 백석의 시 ‘통영2’를 낭송했다. <br/><br/><br/><br/>국민카드는 앞서 10월에는 임직원들을 대상으로 인문학 행사를 개최했다. 임직원들은 서울의 원형을 추적한 책 ‘오래된 서울’의 저자 김창희 통의도시연구소 이사와 함께 ‘북 트레킹’ 형식으로 수성동계곡, 옥인동 등을 둘러보며 서울의 역사와 문화를 탐방했다. 이 행사는 ‘암환자를 돕기 위한 희망 걷기’ 의 일환으로, 참여한 임직원 수와 이동한 거리에 비례해 조성한 기부금 2000만 원을 삼성서울병원에 전달하기도 했다. <br/><br/><br/><br/>박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-497.txt

제목: 복거일 ‘시장경제대상’ 공로상  
날짜: 20141204  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141204100000119  
본문: 소설가 복거일(사진) 씨가 전국경제인연합회가 주는 제25회 ‘시장경제대상’ 공로상을 받았다. 암 투병 중에도 시장경제와 자유주의의 가치를 전파해온 공로다. 출판 부문 대상은 ‘나는 왜 자유주의자가 되었나’(복거일 편저·FKI미디어), 기고 부문 대상은 김종석 홍익대 경영대학장이 수상했다.

언론사: 문화일보-1-498.txt

제목: <힐링푸드>쓰린 속 누가 달래주나 … 부추 강추!  
날짜: 20141203  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141203100000197  
본문: 부추는 ‘동의보감’에 ‘간의 채소’라고 기록되어 있을 정도로 간 기능을 강화하는 작용이 뛰어나다. <br/><br/>속풀이 해장국의 대명사로 통하는 재첩국에 부추가 빠지지 않고 들어가는 것도 수백 년 동안 임상적으로 부추가 간에 좋다는 사실이 입증돼왔기 때문이다. 부추의 이 같은 효능은 각종 비타민과 미네랄 등 몸에 유익한 성분을 많이 함유하고 있기 때문에 나온 결과다. 부추에는 비타민 A, B1, B2, C와 칼륨, 칼슘 등의 무기질이 풍부하게 들어있다. 또한 일반 채소에 비해 3대 영양소(단백질, 지방, 탄수화물)가 부추에는 많다. <br/><br/>그중에서도 간 건강과 관련해 가장 먼저 눈길을 끄는 것이 황화알릴 등 황 화합물이다. 황화알릴은 부추의 매운맛을 내는 성분으로 일반적으로 혈액순환을 원활하게 도와 발기에 도움이 된다고 알려져 있다. 불가에서 금기시해야 할 오신채(五辛菜)의 하나로 부추를 금한 것도 바로 황 화합물을 풍부하게 함유하고 있기 때문이다.<br/><br/>부추의 자양강장 기능과 관련해서는 ‘본초강목’에도 부추는 몸을 따뜻하게 하고 신장이나 고환, 부신 등 비뇨 생식기 계통을 다스린다는 기록이 있다. 부추에는 이 같은 황 화합물이 황화알릴을 비롯해 수십 종이 들어있다. 부추가 양기를 일으켜 세우는 풀이란 뜻의 ‘기양초’란 이름을 얻은 것도 그 같은 황 화합물의 효능 때문이다. <br/><br/>그런데 간 건강과 관련해서도 역시 주목해야 할 성분이 바로 부추의 황 화합물이다. 이 성분들은 체내지방 합성효소를 억제하고 콜레스테롤의 배설을 돕는다. 따라서 알코올대사과정에서 지방에 축적되는 중성지방의 양을 그만큼 줄여주면서 지방간을 예방한다. 이와 함께 간 해독에도 기여한다.<br/><br/>간에는 1차, 2차 해독과정이 있는데 2차 해독과정이란 1차 해독과정에서 발생한 활성산소를 제거하는 해독을 말한다. 그런데 이 2차 해독과정에서 필요한 것이 글루타치온이고, 글루타치온의 체내 합성을 촉진하는 성분이 부추의 황 화합물 중 하나인 디 알릴 설파이드다. 특히 부추에는 역시 활성산소 제거에 일익을 담당하는 비타민C도 풍부해 황 화합물과 함께 간 해독에 시너지 효과를 낸다. <br/><br/>황 화합물은 숙취해소에도 일정 부분 기여한다. 비타민 B1은 탄수화물의 대사를 촉진해서 에너지를 만들고, 신경과 근육이 정상적으로 움직이도록 해준다. 음주를 통해 섭취된 알코올을 분해하고 에너지를 만들어낼 때에도 신체는 비타민 B1을 사용한다.<br/><br/>그러나 알코올은 비타민 B1의 흡수를 저하시키고, 쉽게 배설시켜 버린다. 따라서 음주를 하게 되면 비타민 B1이 부족해지게 된다. 비타민B1이 결핍되면 식욕이 떨어지고, 피로를 빨리 느끼며, 몸이 처진다. 피부도 거칠어진다. 폭음한 다음날 직접적으로 나타나는 대부분의 증상이 비타민B1 결핍 때문이라고 봐도 과언이 아니다.<br/><br/>이처럼 알코올 섭취로 인해 부족해진 B1이 체내에 오래 머물도록 도와줘 체내 이용률을 향상시키는 것도 바로 황화알릴 등 부추의 황 화합물들이다. 술 마신 다음 날 해장국으로 즐겨 먹는 순댓국에 부추가 들어가는 것도 그 같은 효과 때문이다. 순댓국에 풍부한 비타민B1의 체내 흡수를 부추가 원활하게 해준다는 것이다. 물론 부추 자체에 풍부한 비타민B1 등 각종 비타민B군 들도 신진대사를 촉진해 숙취해소를 돕는다. <br/><br/>최근에는 마늘 등에도 풍부한 이 황화합물들이 항산화효능과 함께 강력한 암 예방 효과를 지녔다는 연구 결과도 속속 발표되고 있다. 발암 물질의 독성을 제거하는 해독 효소를 활성화시켜 특히 위암, 대장암, 피부암, 폐암, 간암 등의 억제에 효과적인 것으로 알려져 있다. <br/><br/>한편 부추에는 칼륨 또한 풍부해 혈압을 높이는 나트륨을 효과적으로 체외로 배출시키는 기능을 한다. 염분이 높은 된장찌개 등에 부추를 넣어 먹던 것도 다 그 같은 고혈압 예방 효능 때문이었다. 또 부추에는 식이섬유가 풍부하기 때문에 변비를 예방, 대장암의 발생 가능성을 현저하게 줄여준다. 이와 함께 부추의 매운 향이 신경을 진정시켜 잠들 수 있게 해 불면증을 해소해준다는 주장도 있다. <br/><br/> 글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-499.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘굴패각 매립규정’ 하나 바꿨을뿐인데…  
날짜: 20141203  
기자: 박영수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141203100000098  
본문: 매립자재·성토재로 사용 허용 <br/>공유수면업체 200억 절감 효과<br/><br/>악취를 풍기며 바닷가 곳곳에 산더미처럼 쌓여 있는 굴 껍데기를 매립할 수 있도록 규정을 바꾸면서 어촌환경 개선과 처리비용 및 건설경비 절감 등 ‘일석삼조’의 효과가 기대되고 있다.<br/><br/>경남도 찾아가는 종합 규제상담실은 굴 양식장과 굴 가공공장 등에서 매년 수십만t씩 발생하는 패각에 대한 재활용방안을 정부에 건의, 환경부가 분쇄된 폐패각을 공유수면 매립시설의 복토재로 사용이 가능하도록 ‘폐기물의 재활용 용도 및 방법에 대한 규정’을 개정했다고 3일 밝혔다. 그동안 굴 패각은 산업폐기물로 지정돼 폐화석 비료나 채묘용으로만 사용이 가능하고 매립은 불가능해 계속 쌓여만 있던 상황이었다. <br/><br/>특히 전국 굴 생산량의 60% 이상을 차지하고 있는 경남에서만 지난해 28만2000t의 굴패각이 발생했다. 이 가운데 16만1000t은 폐화석 비료공장으로 옮겨졌고, 채묘용으로 4만4000t이 사용됐다. 나머지 7만7000t은 처리하지 못해 굴 양식장과 굴 가공공장, 어촌 마을 어귀 등에 야적됐다. <br/><br/>비료공장으로 간 16만1000t 중에서도 정부가 1만9800t만 수매해 나머지 대부분은 공장 주변에 쌓였다. 농민들이 토질개량비료로 유기질 비료를 선호하면서 패각으로 만든 폐화석 비료 사용을 줄이고 있기 때문이다.<br/><br/>경남도는 계속 쌓여만 가는 굴 패각의 재활용 방안을 핵심 규제개혁 과제로 선정해 환경부와 해양수산부, 농림축산식품부 등에 건의했다. 정부도 이를 받아들여 20㎜ 이하로 분쇄된 굴 패각을 공유수면 매립지 성토재로 활용이 가능하도록 고시를 개정했다.<br/><br/>경남도는 산업폐기물로 지정된 굴 패각을 매립할 수 있게 됨에 따라 어업인들은 굴 패각 처리비용 절감과 마을 주변 및 연안변 환경개선 효과를, 공유수면업체는 200억 원의 비용 절감 효과를 볼 수 있을 것으로 기대하고 있다.<br/><br/> 창원 = 박영수 기자 buntle@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-500.txt

제목: 습도 높은데 입·눈 말라… 자가면역 질환 일종 ‘쇼그렌 증후군’ 의심  
날짜: 20141202  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141202100000141  
본문: 건조한 환경에서 지내지 않는데도 입과 눈이 자주 마른다면 쇼그렌증후군을 의심해 볼 수 있다.<br/><br/>쇼그렌증후군은 자가면역 질환의 하나로 자기 자신의 면역 세포들이 침샘이나 눈물샘 등을 공격해 염증을 반복적으로 일으키고, 조직을 파괴하는 비정상적인 면역반응이다. 40대 이후 중년 여성에게서 잘 발생하며, 여성이 남성보다 9배 정도 높은 발생률을 보인다. 일반적으로는 여성 인구 1만 명당 8명 정도 발병하는 것으로 추정된다. 원인으로는 유전적 요소, 호르몬, 세균, 바이러스 감염, 자가 항체 등 여러 가지가 거론되고 있으나 아직 원인이나 발생 과정이 명확히 밝혀지지 않았다.<br/><br/>쇼그렌증후군의 대표적 증상은 구강 건조와 안구 건조 증상이다. 쇼그렌증후군 환자들은 입이 잘 마르기 때문에 입안이 늘 까끌까끌하고, 음식을 먹을 때 물이 없이는 먹기 힘들어한다. 또 간혹 귀밑의 침샘이 붓고 아픈 증상을 호소하기도 한다. <br/><br/>입안이 오랫동안 마르다 보니 치석이 잘 생기고, 이로 인해 충치와 치주염이 발생하기도 한다. 눈도 뻑뻑하고 이물질이 들어간 느낌이 자주 들며, 만성적인 충혈과 눈부심이 있을 수 있다. 또 신체 전반에 건조한 증상이 나타나 여성의 경우 질 분비물이 감소해 질염이 생기기도 한다. 특히 5% 정도에서는 악성 림프종이라는 암이 발생하기 때문에 각별한 주의가 필요하다. <br/><br/>입이 마르는 원인은 고령, 폐경, 당뇨, 복용 중인 약의 영향 등 다양하기 때문에 증상만 가지고 무조건 쇼그렌증후군으로 단정하기는 어렵다. 이 때문에 복합적인 검사를 통해 병의 유무를 파악해야 한다. 쇼그렌증후군 검사는 침 분비 기능과 눈물샘 기능을 확인할 수 있는 영상 검사, 자가 항체 확인을 위한 혈액 검사, 또 침샘 조직 검사 등의 결과를 종합해 진단한다.<br/><br/>송란(류마티스내과) 강동경희대병원 교수는 “<span class='quot0'>40대 이상 여성 중 3개월 이상 구강 건조나 안구 건조 증상이 지속되고, 반복적으로 귀밑의 침샘이 붓고 아프거나 관절염이 나타난다면 병원을 찾아 정확한 진단을 받아봐야 한다</span>”고 전했다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-501.txt

제목: 40대 아들이 60대 어머니 머리에 화살 쏴 살해  
날짜: 20141201  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141201100000155  
본문: 미국 플로리다에서 60대 여성이 머리에 활을 맞아 숨진 채로 발견됐다. <br/><br/>　<br/><br/>AP통신은 지난 30일 미국 플로리다의 오컬루사 카운티 보안관의 말을 인용해 글로리아 와킨스(65)라는 여성이 머리에 활을 맞은 채 집 안 의자 위에 쓰러져 사망해 있는 것을 발견했다고 보도했다. 경찰에 따르면 와킨스 여사는 여러 군데에 총상과 자상을 입었다. <br/><br/>　<br/><br/>수차례 그녀를 찌르고 활과 총으로 쏘아 살해한 인물은 그의 아들인 마이클 와킨스(42)였다. 오컬루사 카운티 보안관은 30일 오전 2시 48분 한 남성이 크리스마스 장식을 때려눕히고 다른 사람에게 소리를 지르고 있다는 신고 전화를 받고 출동했다. 현장에서 와킨스 여사는 사망한 상태로 발견됐으며, 가해자인 와킨스는 경찰에 저항하다 끝내 두 차례 진압용 스턴 총을 맞고서야 투항했다. 와킨스는 살인 및 공무집행방해 혐의 등으로 체포됐으며, 경찰이 수차례 ‘바닥에 엎드려라’고 명령했지만 이행하지 않다가 막판에는 허리춤에 있는 칼집에서 칼을 꺼내기도 했다. <br/><br/>　<br/><br/>와킨스는 어머니를 살해한 이유를 묻는 경찰 조사에서 “<span class='quot0'>그녀가 나의 다이아몬드를 훔치고, 아버지를 암에 걸리게 만들었다</span>”며 “<span class='quot0'>당시 그녀가 나를 죽이려고 했기 때문에 (내가 먼저) 죽였다</span>”고 진술했다. 하지만 와킨스 여사가 왜, 그리고 어떻게 그를 죽이려고 했는지에 대해서는 알려지지 않았다고 AP통신은 보도했다. <br/><br/><br/><br/>이후연 기자 leewho@

언론사: 문화일보-1-502.txt

제목: “당신은 이 남성들에 반할 수밖에 없을 것이다”  
날짜: 20141127  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141127100000172  
본문: “<span class='quot0'>홉이 당신을 뜨겁게 만든다면, 당신은 이 남성들에게도 반할 수밖에 없을 것이다.</span>” <br/><br/><br/><br/>26일 AP통신은 맥주 애호가들의 이색적인 활동을 소개했다. 건장한 체격에, 수염이 덥수룩한 11명의 남성들은 거의 다 벗은 채로 2015년 달력 사진의 모델을 자청했다. 이들은 미국 위스콘신주의 셰보이건에서 맥주 양조업을 하는 ‘프로’ 맥주 제작자들이다. 맥주 양조업자들은 의기투합해 ‘누드 달력’을 제작한 뒤 판매 수익금을 자선 재단에 기부하기로 했다. <br/><br/><br/><br/>이들은 지난 10월 초부터 누드 달력 사진을 찍었다. 각 달의 달력 사진은 맥주의 양조 과정을 12개의 단계로 나눈 것 중의 하나로, 사진마다 옷을 걸치지 않은 양조업자가 등장해 진지하게 양조업을 하고 있는 모습이 담겨 있다. 해당 달력은 온라인을 통해 구매할 수 있으며, 위스콘신주와 일리노이주 북부의 술집과 식료품, 주류 판매점 등에서 20달러에 구매할 수 있다.<br/><br/><br/><br/>놀랍지 않게도, 이 아이디어는 맥주 양조업자들끼리 술을 마시다가 나왔다. ‘8번가 에일 하우스’ 컬트 젠슨 사장은 “<span class='quot1'>동료들과 술을 마시던 중 좋은 일을 해 보자는 뜻이 모아졌고, 잘할 수 있는 게 무엇이 있을까 생각하다 ‘수영복 달력’에서 착안한 이 달력을 제작하게 됐다</span>”고 설명했다. 해당 달력의 수익금은 남성 암과 관련한 활동을 펼치는 비영리 재단인 모벰버(Movember) 재단에 기부될 예정이다. ‘3마리 양’ 그랜트 파우리 대표는 “<span class='quot1'>남성들의 건강과 남성암에 대한 인식의 재고가 이뤄졌으면 좋겠다</span>”는 뜻을 전하기도 했다. <br/><br/><br/><br/>이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-503.txt

제목: ‘박원순 아들 병역기피’ 허위 공표 7명 기소  
날짜: 20141127  
기자: 정유진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141127100000075  
본문: 박원순 서울시장의 아들 주신(29) 씨의 병역기피 의혹을 제기한 의사, 출판사 직원 등 7명이 재판에 넘겨졌다. <br/><br/>서울중앙지검 공안1부(부장 이현철)는 27일 공직선거법상 허위사실 공표와 후보자 비방의 혐의로 영상의학과 전문의 양모(58) 씨, 치과의사 김모(53) 씨, 출판사 직원 이모(45) 씨 등 7명을 불구속 기소했다. 같은 혐의를 받고 있는 A 씨는 암을 앓고 있어 기소유예 처분했다. <br/><br/>이들은 지난 ‘6·4지방선거’를 앞두고 “주신 씨가 제3자를 내세워 병무청 신체검사에서 4급 판정을 받은 것은 99.99% 병역비리”라는 내용의 글을 소셜네트워크서비스(SNS)와 온라인 커뮤니티 등에 게재해 선거에 영향을 미치려 한 혐의를 받고 있다. <br/><br/>이들 중 양 씨는 주신 씨가 허리디스크 문제로 병역 면제를 받았다며 박 시장 측이 제시한 병무청 제출용 MRI 사진에 대해 “<span class='quot0'>20대의 허리 MRI 사진으로 볼 수 없다</span>”며 ‘MRI 바꿔치기’ 의혹을 제기하다, <br/><br/>2012년 2월 주신 씨가 신촌세브란스병원에서 MRI를 재촬영한 후 병원 측이 “<span class='quot1'>2011년 주신 씨가 병무청에 제출한 MRI가 본인 것이 맞다</span>”고 확인해 준 이후에는 ‘환자 바꿔치기’ 의혹을 제기하는 등 2012년부터 꾸준히 주신 씨의 병역기피 의혹을 제기해왔다. <br/><br/>박 시장 측은 올해 3월 이들을 서울시 선거관리위원회에 고발했으며 선관위는 5월 이들을 검찰에 고발했다. <br/><br/>정유진 기자 yoojin@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-504.txt

제목: <여론마당>흡연 등 생활습관 고치면 암 70% 예방… 금연 정책 추진을  
날짜: 20141126  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141126100000103  
본문: 담배가 강력한 발암물질이라는 것은 누구나 잘 아는 사실이다. 실제로 지금까지 밝혀진 암의 주요 원인의 32%는 흡연이라고 한다. <br/><br/>일반적으로 담배를 피우면 폐암에 걸릴 확률이 높다는 정도만 알려져 있지만, 사실 폐암 외에도 위암, 간암, 대장암 등 5대 암은 물론이고 췌장암, 신장암, 구강암, 후두암, 식도암 등 흡연이 암 발생에 미치는 영향은 너무나 광범위하고 치명적이다. <br/><br/>하지만 담배의 폐해를 아는 것과 실제로 금연에 성공하는 것은 다른 차원의 문제인가 보다. 얼마 전 흡연자 중 53%가 암 진단을 받은 후에도 담배를 끊지 못했다는 충격적인 연구결과가 나왔다. <br/><br/>더 놀라운 것은 상당수는 암 치료와 관계없이 담배를 끊을 생각조차 없다는 것이었다. 실제로 대한암협회에서 진행하고 있는 강좌나 행사에서 만나는 암 환자들에게서 금연에 자꾸 실패하며 괴로워하는 고민들을 종종 듣곤 한다. <br/><br/>이처럼 담배의 치명적인 중독성은 개인의 의지만으로 금연에 성공하는 것을 어렵게 한다. 따라서 암에 걸려도 담배를 끊지 못하는 환자들에게 그들의 의지를 비난하거나 탓하기보다는 암 환자들이 담배로 인한 니코틴 중독을 이겨낼 수 있는 방법과 환경을 만들어주는 것이 옳다고 생각한다.<br/><br/>이런 점에서 이번 담뱃세 인상과 함께 정부가 논의 중인 금연 지원 정책은 반드시 이른 시일 내에 추진돼야 한다. 개인적인 의견으로는 금연 지원 정책은 이번 담뱃세 인상 여부와 별개로 반드시 시행돼야 한다고 생각한다. 특히 실질적인 금연 효과를 보기 위해서는 이미 의학적으로 효과가 입증된 금연 치료법을 지원하는 것이 가장 중요하다. <br/><br/>담배를 끊지 못하는 암 환자들이 암 치료와 더불어 금연할 수 있도록 의료진들이 적극적으로 금연 치료를 해야 한다. 정부에서도 금연 치료제 보험 급여, 암 환자들도 참여할 수 있는 종합 금연 프로그램 시행 등 구체적이고 포괄적인 금연 지원 정책을 추진하길 바란다.<br/><br/>지난 50년 가까이 대한암협회가 암 퇴치를 위해 가장 주력하는 부분이 바로 암 예방이다. 암은 예방이 가능하고 충분히 극복할 수 있는 질환이다. 특히 암 발생의 가장 큰 원인인 흡연과 같은 생활 환경 및 습관만 개선하더라도 70% 이상 예방할 수 있다. <br/><br/>따라서 국가 차원의 적극적인 금연 지원을 통해 암으로 인한 우리나라의 사회경제적 부담을 줄이고 국민 전체의 건강 증진을 이뤄내길 기대해본다. <br/><br/>윤형곤·대한암협회

언론사: 문화일보-1-505.txt

제목: 서울시민 뚱뚱해지고 건강 불안감 커져  
날짜: 20141126  
기자: 김도연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141126100000120  
본문: 서울시민의 기대수명은 늘었지만 자신의 건강상태가 양호하다고 생각하는 비율은 오히려 감소한 것으로 나타났다. <br/><br/>서울시가 26일 공개한 ‘서울시민의 건강과 주요 사망원인’ 통계에 따르면 서울시민의 기대수명은 2000년 78.8세에서 지난해 82.9세로 증가한 반면, 자신의 건강이 양호하다고 인식하는 비율은 2008년 50.9%에서 2013년 44.5%로 감소했다. <br/><br/>지난해 기대수명은 여성이 86.0세로 남성 79.7세보다 높고, 건강상태가 좋다고 느끼는 비율은 남성이 49.9%로 여성 39.2%보다 높게 나타나 여성이 남성보다 평균수명은 더 길지만 건강에 대한 불안감은 더 높았다.<br/><br/>지난해 서울의 사망자 수와 사망률은 1983년 관련 통계를 작성한 이래 최고치를 기록했다. 청년층은 자살, 장노년층은 암이 사망원인 1위였다. 지난해 사망자는 총 4만2063명으로 2008년(3만8298명) 이후 5년 연속 증가했으며, 사망률(인구 10만 명당 사망자 수)도 375.6에서 420.1로 높아졌다. <br/><br/>사망원인 1위는 암으로 지난해 전체 사망자 중 31%(1만3028명)가 암으로 사망했다. 이어 뇌혈관질환, 심장질환, 자살, 당뇨병, 폐렴, 간질환, 만성하기도 질환, 운수사고, 알츠하이머병 순이었다. 19세 이상 시민의 비만율은 2008년 20.6%에서 지난해 23.2%로 증가했다. <br/><br/>같은 기간 남성 비만율은 26.6%에서 30.6%로, 여성 비만율은 14.7%에서 16%로 상승했다. 스스로 비만이라고 생각하는 주관적 비만 인지율도 2008년 30%에서 지난해 39.3%로 높아졌다. <br/><br/>특히 여성은 같은 기간 31.6%에서 41%로 급증했다. 남성도 28.2%에서 37.5%로 증가했다.<br/><br/> 김도연 기자 kdychi@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-506.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘경주 월성 왕궁터 발굴’ 주민들 불편 호소… 왜 ?  
날짜: 20141126  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141126100000071  
본문: 오는 12월부터 본격화하는 신라 천년 고도 경북 경주 월성 왕궁터(사적 16호) 복원을 위한 발굴조사를 두고 논란이 일고 있다. <br/>문화재청이 산하 국가기관만 단독으로 수행토록 하자 우월적 지위를 이용해 민간 조사기관의 참여를 규제하고 조속한 발굴도 가로막아 시민들의 불편을 가중시키고 있다는 비판이 일고 있는 것이다.<br/>26일 문화재청과 경북도, 경주지역 문화단체 등에 따르면 문화재청은 오는 12월 12일 인왕동 월성 왕궁터에서 고유제(告由祭)를 지낸 뒤 문화재청 산하 국립경주문화재연구소만 참여한 가운데 4개 권역(발굴면적 20만7528㎡)에 대한 발굴조사에 착수한다.<br/>그러나 발굴조사를 경주문화재연구소가 전담하면서 발굴 장기화로 수십 년이 지나도 성과를 확인하기 어렵고 주민들은 문화재 볼모에 잡혀 불편만 겪을 것이라는 지적이 제기되고 있다.<br/>경주지역 문화단체 관계자는 “<span class='quot0'>문화재청은 2010년 ‘매장 문화재 보호 및 조사에 관한 법률’을 제정, 이듬해 민간 전문기관 일제 정비를 통해 문화재 조사에 대한 전문성과 객관성을 지닌 기관만을 등록시킨 바 있다</span>”며 “<span class='quot0'>정부에서 민간 전문기관의 전문성과 객관성을 인증했음에도 불구하고 경주문화재연구소만 월성 왕궁터 복원 관련 발굴조사 권한을 부여한 것은 문제가 있다</span>”고 말했다. <br/>문화재청에 등록된 민간 전문기관은 경북도 내에만 18곳이 있다. 발굴의 비효율성도 문제다. 대릉원(사적 512호) 일원 인왕·황오·황남동 쪽샘지구의 경우 14개 발굴 대상 지구(15만6000㎡)를 경주문화재연구소가 2006년부터 단독으로 발굴하고 있는데 올해까지 발굴 면적은 겨우 3만6550㎡(23%)에 그치고 있다. <br/>발굴이 장기화되면서 유적지는 주차장과 쓰레기장으로 전락하다시피 했다. 주변 주민들 사이에선 아무리 문화재 발굴도 좋지만 주민 생활도 중요하지 않느냐는 볼멘 목소리도 심심찮게 터져 나오고 있다. 이에 따라 경주시는 쪽샘지구 장기 발굴조사에 따른 시민 불편을 줄이기 위해 환경 미화 등 임시 정비를 하기로 했다.<br/>사정이 이렇다 보니 고도지역인 경주의 전체 발굴 역시 더디게 진행될 수밖에 없다. 전체 발굴면적 4212만㎡ 중 93.5%인 3941만㎡에 대해서는 발굴계획조차 수립되지 않은 상태다. 발굴 면적 대부분에 대한 조사가 이뤄졌거나 작업이 진행 중인 충남 공주, 부여, 전북 익산 등 다른 고도지역과는 대조적인 모습이다. <br/>경북도 관계자는 “<span class='quot1'>다양한 기관을 동시에 투입, 발굴해 수대(代)에 걸쳐 감수해 온 주민들의 불편을 덜어 줄 것을 건의하기로 했다</span>”고 말했다. <br/>정수성(경주) 새누리당 국회의원도 이에 대한 문제를 제기하면서 감사원에 감사를 청구하기로 했다. <br/> 경주 = 박천학 기자 kobbla@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-507.txt

제목: <‘공생발전’ 2014 현장 리포트>“볼터치 이렇게”… 암에 뺏긴 미모·미소 찾아드려요  
날짜: 20141125  
기자: 이민종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141125100000167  
본문: “눈썹은 눈을 감았을 때 일자를 그린다는 생각으로 그려 주세요. 어때요, 훨씬 눈이 커 보이죠?” <br/><br/> 지난 18일 오후 서울 동대문구 회기동 경희의료원 정보행정동 제2 세미나실. 33명의 여성 암 환우들이 모델을 대상으로 메이크업 시연을 하는 강사의 말을 주의 깊게 경청하고 있었다. 벽면에는 ‘2014, 아름다운 손길, 희망을 메이크업하다. 메이크업 유어 라이프(Makeup Your Life)’란 플래카드가 걸려 있었다. 화장품·생활용품 전문기업인 아모레퍼시픽의 사회공헌활동 현장이다. <br/><br/> 메이크업 유어 라이프는 암 치료 과정에서 피부 변화와 탈모 등 갑작스러운 외모 변화로 상실감이 큰 여성 암 환우들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등 자신을 아름답게 가꾸는 비법을 전수하는 게 목적. 환우들이 투병 중에 겪는 심적 고통과 우울증을 극복해 내면의 아름다움을 되찾고 삶에 대한 긍정적 태도를 갖도록 하는 데 초점을 맞추고 있다. 기업이 직접 이 같은 깊은 배려가 담긴 사회공헌을 펼치는 것은 찾기 힘들다.<br/><br/>이선민(26) 강사는 이날 꼼꼼하고 상세한 메이크업 연출법을 알려줬다. “CC크림은 광대, 이마, 콧등, 턱 순으로 발라주는데 턱밑을 두껍게 바르면 얼굴이 커 보여요. 눈썹은 얼굴에서 ‘지붕’에 해당할 정도로 가장 중요한 부분이죠. 예전에는 ‘갈매기형’ 눈썹을 선호했지만 최근에는 트렌드가 바뀌었어요. 립스틱은 안쪽에서부터 발라줘야 합니다.” 이 강사는 이날 귀에 쏙쏙 들어오는 표현으로 환우들의 좋은 반응을 얻었다.<br/><br/>이혜영(38) 연성대 뷰티스타일리스학과 교수는 탈모로 고심하는 환우들에게 유용한 가발 활용법을 소개했다. 이 교수는 “<span class='quot0'>가발은 보관이 중요한데 샴푸를 할 때 물빨래 하듯 주무르면 숱이 엉켜 머리가 다 빠진다</span>”며 “<span class='quot0'>세척과 보관, 얼마나 예쁘게 쓰느냐가 중요하다</span>”고 제안했다. <br/><br/>마지막은 직접 메이크업을 해보는 시간. 유방암 치료를 받고 있는 최 유스티나(51) 씨는 “환우 친구 소개로 행사를 왔는데 화장법도 새로 배우고 같은 환우들끼리 교유하게 돼 매우 보람을 느낀다”고 말했다. <br/><br/>심미영(45) 씨는 “그동안 산행을 꾸준히 하고 같은 처지의 환우들끼리 모여 즐거운 마음으로 모임을 하다 보니 치료 경과가 좋은 것 같다”며 “탈모 때문에 신경이 쓰여 가발을 착용할까 생각했는데 아모레퍼시픽의 행사가 많은 도움이 됐다”고 즐거워했다.<br/><br/>이 캠페인에는 아모레퍼시픽 방문판매원들로 구성된 카운셀러 봉사단과 교육강사들이 바쁜 시간을 쪼개 자원봉사자로 나서 환우들에게 도움을 줬다. 메이크업을 돕던 방정화(44) 카운셀러는 “<span class='quot1'>오늘로 두 번째 봉사를 나왔는데 항암치료로 눈썹이 빠진 환우를 보니 같은 여성 입장에서 마음이 아픈 것은 물론, 역시 폐암으로 돌아가신 친정어머니가 떠올랐다</span>”며 “<span class='quot1'>암 환우들이 희망과 재기의 나래를 활짝 펴도록 부족하지만 성심껏 내가 가진 재능을 기부한다는 생각으로 돕고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>아모레퍼시픽의 이런 활동은 올해로 벌써 7년째다. 2008년 이후 매년 서울 및 전국 주요 지역 환우를 대상으로 상반기와 하반기로 나누어 각 병원을 찾아 진행된다. 암 수술 후 2년 이내로, 방사선이나 항암치료를 받고 있는 여성 환우라면 누구나 신청할 수 있다. 올해는 상반기에 전국 15개 병원을 찾았고, 하반기에는 이대여성암병원, 계명대 동산병원을 시작으로 20개 병원에서 활동을 마무리했다.<br/><br/>행사에 쏟는 아모레퍼시픽의 열정은 단연 돋보인다. 올해 한국예술원과 함께 여성 암 환우들이 쉽게 따라 하고 기억할 수 있도록 스킨케어 방법 영상을 제작했다. 참가자들에게는 가방, 교재, 브로셔, 메이크업 제품과 스킨케어 키트도 제공한다. 2010년부터는 거동이 불편하거나 시간 여유가 없어 행사장에 나오지 못하는 환우들을 위해 카운셀러 자원봉사단이 직접 자택과 병실을 수시로 찾아 도움을 주는 서비스도 도입했다. 1대 1 매칭으로 시간에 구애받지 않고 피부관리, 메이크업 기술을 공유할 수 있다는 점에서 높은 호응을 얻고 있다. <br/><br/>올해 상반기까지 캠페인에는 모두 8654명의 암 환우가 참여하고 2872명의 자원봉사자가 도움을 줬을 정도로 차별화된 사회공헌 캠페인으로 자리매김했다는 평가를 받고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽 관계자는 “<span class='quot2'>메이크업 유어 라이프는 화장품 업계 1위 기업으로써 책임과 사회적 소임을 완수하겠다는 의지와 노력을 담은 활동</span>”이라며 “<span class='quot2'>간판 사회공헌프로그램으로 높은 호응을 얻고 있는 만큼 계속 확대해 시행해 나갈 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>이민종 기자 horizon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-508.txt

제목: 이화여대여성암병원에 2억원 기부  
날짜: 20141125  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141125100000061  
본문: 다니엘 코스텔로(왼쪽 두 번째) AIA생명 대표가 24일 서울 양천구 이화여대여성암병원에서 이순남(〃세 번째) 이대 의료원장 등을 만나 저소득층 여성암 환우를 지원하는 기금 2억 원을 전달하고 기념촬영을 하고 있다. <br/><br/>AIA생명 제공

언론사: 문화일보-1-509.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>대청호 주변 건축제한 등 환경규제 100건 개혁한다  
날짜: 20141124  
기자: 김영주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141124100000012  
본문: 공해차량 운행제한 개선 등 환경규제 100건 폐지·완화… “낡은 대못 뽑아” 긍정반응, “환경 오염 부추겨” 우려도<br/><br/> 환경부가 국민의 생활불편을 줄이고 투자를 활성화하기 위해 연내 100가지 규제를 폐지·완화하기로 했다. 경직되거나 낡은 ‘대못’ 규제를 뽑았다는 긍정적인 시각과 함께 환경오염을 부추기는 거 아니냐는 우려도 제기된다. <br/><br/>환경부는 대청호 주변 건축제한, 공해차량 운행제한 제도 등 환경 규제 100건을 폐지·완화키로 하고, 연말까지 해당 법령 정비를 완료하거나 개정을 추진할 것이라고 24일 밝혔다. <br/><br/>이번에 추진되는 규제개선 사례 중에는 상수원 입지 규제 완화 등 수질 관련 규제가 다수 포함돼 있다. <br/><br/>환경부는 우선 충청권의 상수원인 대청호 주변 등 수질오염총량관리제(지방자치단체별로 목표 수질을 달성하고 유지할 수 있도록 오염물질의 배출 총량을 관리하는 제도) 시행지역에서 오염 총량 범위 내에서 숙박시설·식당 등의 입지를 허용키로 했다. <br/><br/>그동안은 수질오염총량관리제가 시행 중임에도 식당 등 상업시설 400㎡, 일반건축물 800㎡ 이상 건축물의 설치가 제한돼 주민들이 민원을 제기해 왔다. <br/><br/>환경부는 이 밖에도 내년 7월 1일부터 연면적 160㎡ 이상 건축물에만 부과된 환경개선부담금을 폐지한다. <br/><br/>환경개선부담금은 오염원 정화비용을 부과 목적으로 하고 있으며 연료·용수 사용량이 산정기준이었다. 전국 하수도보급률의 확대로 사실상 하수도요금과 중복되는 점이 인정돼 이를 폐지키로 했다. <br/><br/>또 환경부는 상수원 상류라 할지라도 2011년 공장설립제한 제도 도입 이전에 들어선 산업단지에 대해서는 폐수종말처리시설의 여유 용량이 허용하는 한 공장의 신·증설이나 업종 변경을 허용할 계획이다. <br/><br/>현재는 수도법에 따라 상수원 상류 공장설립제한 구역 내에서 모든 공장의 신·증설이 불가능하다. 수원 수질 보호를 위해 먹는 샘물 이외의 제품을 생산할 수 없도록 한 규제를 완화해 먹는 샘물 공장에서 탄산수 제조도 허용키로 했다. <br/><br/>환경부 관계자는 이번 규제개혁안에 대해 “<span class='quot0'>상수원 규제는 입지규제이다 보니 단순하면서도 경직적인 경우가 많다</span>”며 “<span class='quot0'>규제 자체를 없앨 수는 없고 수질에 영향을 미치지 않는 범위 안에서 경직적인 요소를 제거해 나가는 데 초점을 뒀다</span>”고 말했다. <br/><br/>이 같은 내용의 규제개선안에 대해 일각에서는 수질정책에 대한 국민 불안을 가중시킬 것이라는 비판이 나온다. 환경운동연합 관계자는 “<span class='quot1'>1%에 불과한 수돗물의 직접 음용률을 더 곤두박질치게 만들 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>이밖에 환경부는 노후차량의 수도권 진입을 막는 ‘공해차량 운행제한제도’에 예외 대상을 두기로 했다. 2010년 제도 시행 이후 저공해 장치를 부착하지 않은 모든 노후차량이 운행제한 대상으로 분류됐었다. <br/><br/>환경부는 저공해 엔진이 개발되지 않았거나 저공해장치 부착이 불가능한 일부 노후차량의 경우, 운행제한 등 행정조치 대상에서 제외키로 했다. <br/><br/>환경부와 산업부에서 따로 운영하는 전기자동차 성능인증시험에서 중복된 항목은 한 차례 테스트 결과를 두 시험에서 모두 인정하게 하는 규제 개선도 추진된다. <br/><br/>모든 200㎡ 규모 이상 일반음식점이나 휴게음식점이 대상이었던 폐기물다량배출사업자 등록 기준을 실제 폐기물 발생량 기준으로 개선키로 했다. <br/><br/>폐기물다량배출사업자로 등록되면 음식물 쓰레기 발생 억제와 처리 계획 신고 등 의무가 부과된다. 그동안 매장 면적은 크지만, 폐기물 발생량이 많지 않았던 커피전문점 등이 다량배출사업자로 등록되는 불합리한 사례가 발생한 데 따른 것이다. <br/><br/>김영주 기자 everywhere@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-510.txt

제목: <뉴스와 시각>‘75세에 죽고 싶은 이유’  
날짜: 20141120  
기자: 엄주엽  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141120100000004  
본문: 엄주엽 / 체육부장<br/><br/> 저명한 생명윤리학자이자 암(癌)연구자이면서 버락 오바마 행정부의 보건의료정책 특보를 지낸 이즈키얼 이매뉴얼 박사가 쓴 ‘75세에 죽고 싶은 이유’란 글이 크게 논란이 되고 있다. 국내 언론에는 흥밋거리로 가볍게 소개됐으나, 그가 월간지 ‘애틀랜틱’ 10월호에 기고한 글은 현대의료뿐 아니라 실존·죽음 등의 철학적 문제까지 건드리는 장문의 에세이다. 자신은 75세 이후에 생명연장을 위한 어떤 치료나 예방치료를 받지 않겠다고 선언하면서 글을 시작한다. 올해 57세인 이매뉴얼은 그동안 안락사나 자살에 대해 일관되게 반대해왔기 때문에 의외의 ‘공표’인 셈이다. 현대인에게 연명치료 중단은 안락사와 비슷한 두려움을 준다. 그의 글은 수명을 끝없이 연장하고자 하는 욕망이 개인은 물론, 공동체에 결국 재앙이 될 수 있다는 게 핵심이다. 이런 불사(不死)에의 욕망이 어떻게 형성됐는지를 캐묻고, 강요하진 않지만, ‘오래 산다는 것’에 대해 다시 생각하게 한다. <br/><br/>그가 뒤집어엎은 것은 현대의학과 의료체계를 30년이 넘게 물리적으로 지탱할 수 있게 해준 ‘질병의 압축(compression of morbidity)’ 이론이다. 현재 스탠퍼드 의대 명예교수인 제임스 F 프리즈가 1980년 고안한 이 이론은 현대의학의 도움을 받아 질병을 완치하고 앞으로 발생할 질병을 최대한 예방하면, 건강하게 살다가 마지막에 한꺼번에 모든 질환이 나타나 짧은 시간 안에 죽게 된다는 것이다. 이 이론은 80∼90세까지 건강하게 살 수 있다는 ‘판타지’를 사람들에게 심어줬다. 이미 기대수명이 70대를 바라보게 되면서 새로운 시장을 찾아야 했던 당시 현대의료 체계에 ‘장수’라는 블루오션을 제공한 것이다.<br/><br/>이매뉴얼 박사는 ‘질병의 압축’ 이론을 “<span class='quot0'>정확히 우리가 믿고 싶은 것일 뿐</span>”이라고 일축한다. 그는 남가주대 연구팀의 방대한 조사를 토대로, 수명의 증가가 노환으로 인한 장애와 비례하고 있다는 걸 보여준다. ‘질병의 압축’ 이론과 정반대로, 지난 50년간 현대 의료체계는 노화과정을 늦추지 못했고, 오히려 죽음의 과정을 오래 끌게 만들었다. 특히 현재 65세 이상 미국인 중 300만 명인 치매환자는 2050년이면 그 3배인 1500만 명으로 늘어나며, 치매 연구자들도 그동안 개발해온 치매를 늦추는 약물에 기대를 접었고, 이 질환에 대한 패러다임 자체를 바꾸려 한다는 것이다. 치매를 인류가 피할 수 없는 ‘장수의 저주’로 인정한다는 것이다. <br/><br/>그의 결론은 앞으로 장기이식 등 생명연장 ‘상품’에 집중된 의학과 의료체계에 대한 투자가 흑인 등 빈곤층과 청소년의 예방의학과 치매, 당뇨 등 만성질환으로 돌려져야 한다는 것이다. 그의 주장에 대한 반박의 글들이 미국 언론에 속속 올라오고 있다. 우리 식으로 말하자면, 그의 주장을 ‘21세기 고려장’으로 간주하는 비판이 주류다. 전문 의료인들의 반박은 이매뉴얼 박사가 의료정책에 영향을 미칠 수 있는 ‘거물’이라는 점에 초점을 두고 있다. 자신들의 ‘밥그릇’을 우려하는 것이다. 이 논란이 어떻게 번질지, 우리 의료인이나 의료 당국도 관심을 둘 만하다. <br/><br/>ejyeob@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-511.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>대통령 규제철폐 외쳐도… ‘대못’ 안 뽑혔다  
날짜: 20141120  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141120100000033  
본문: ‘기업투자 가로막는 첩첩산중 장애물.’<br/><br/>위기감이 고조되고 있는 한국경제가 재도약하기 위해선 기업 투자가 살아나는 것이 시급하다고 전문가들이 지적하고 있지만 정작 정부 부처나 정치권에는 기업 투자의욕을 위축시키는 각종 ‘장애물’이 난공불락의 요새처럼 버티고 있다는 분석이 나오고 있다. <br/><br/>20일 재계 등에 따르면 기업 투자를 저해하는 정책을 내놓고 있는 대표적인 부처로 환경부가 거론되고 있다. 실제로 한국전력 발전부문 자회사들이 산업통상자원부의 신재생에너지공급의무화(RPS) 제도에 따라 관련 사업을 추진했다가 환경부의 환경영향평가 등의 규제에 막혀 보류된 신재생에너지 투자규모가 1조 원을 넘어서고 있다. 정부의 의지에 따라 사업을 추진했지만 정작 정부에 막혀 발전사들이 쩔쩔매는 사이 막대한 투자금액이 공중에 떠 있는 셈이다. 특히 풍력발전소 건설 예정지가 대부분 자연환경 보전·복원이 필요한 생태자연도 1등급 지역에 속해 있어 발전사들이 계획했던 시설투자가 대체로 보류되고 있다. 이에 발전사들은 ‘중점 검토’ 지역에서 생태자연도 1등급 지역을 제외해 줄 것을 요청했지만 환경부는 명확한 답을 내놓지 않은 것으로 알려졌다. 이에 대해 환경부 관계자는 “<span class='quot0'>지난 10월 말에 환경영향평가 협의사항에 대해선 새로 완화된 지침을 마련한 데다 생태자연도 1등급 지역 문제도 건건이 해소를 하고 있는데 사업 신청이 들어오지 않을 뿐</span>”이라고 해명했다.<br/><br/>행정자치부도 기업에 각종 부담을 떠안겨 투자를 가로막는다는 지적을 받고 있다. 행자부는 지난해 말 지방세법을 개정해 기업들에 연간 9500억 원의 추가 세금(법인 지방소득세)을 부과한 데 이어, 올해는 산업단지 시행업체와 입주기업에 대한 세제 혜택을 줄이는 법인까지 추진 중이다. 줄어드는 지방세수 보충이 행자부가 앞세우는 이유다. 한 대기업 관계자는 “<span class='quot1'>정부가 지방세수를 걱정하는 사이 기업들의 속은 까맣게 타들어가고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>정부는 지난 3월 제1차 규제개혁장관회의를 개최한 이후 부처별로 강도 높은 규제 완화를 주문해왔지만, 정작 ‘규제정보포털’에 올라있는 환경부 등록규제 수는 지난 1월부터 11월 말 현재까지 854건으로 전혀 변화가 없는 상황이다. 문제가 제기된 규제가 해소되는 반면에 새로운 규제가 생겨나면서 규제 총량이 줄지 않고 있다는 뜻이다. 행자부의 경우 올 들어 등록규제 해소 실적이 단 2건에 그치고 있다. <br/><br/>정치권도 경제활성화를 위해 힘을 모으는 대신 그동안 국회 통과가 시급하다고 강조돼온 30개 민생안정·경제활성화 관련 중점 법안 등의 통과에 소극적인 모습을 보여 기업들의 사기를 꺾고 있다는 비판이 나오고 있다. 고용이 전국경제인연합회 규제개혁팀장은 “<span class='quot2'>정부 부처나 정치권은 무엇보다 기업이나 국민들이 실제 체감할 수준까지 규제개혁에 앞장서야 한다</span>”고 지적했다. <br/><br/>최준영 기자 cjy324@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-512.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>38년 묵은 창원 남산주공 ‘OK !’  
날짜: 20141119  
기자: 박영수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141119100000071  
본문: 지은 지 40년 가까이 됐지만 공장과 가깝다는 이유로 재건축 추진이 어려운 준공업지역 아파트에 대해 경남 창원시가 규제 완화에 적극 나서 재건축이 가능하게 됐다. <br/><br/>창원시는 성산구 남산주공아파트가 준공된 지 38년이 지나 재건축이 시급한 상황이지만 1991년 제정된 ‘주택건설기준 등에 관한 규정’의 공장과의 이격거리 규제에 묶여 재건축이 불가능, 제도 개선을 통해 규제를 해소했다고 19일 밝혔다. <br/><br/>남산주공아파트(5층짜리 9개 동)는 1976년 준공된 노후 아파트로 2006년 안전진단에서 D등급(조건부 재건축)을 받았다. 460가구 주민들은 재건축조합을 결성해 지난해 8월 창원시에 재건축사업 시행인가 신청서를 냈다. <br/><br/>그러나 시는 재건축 필요성을 공감하면서도 ‘대기 유해물질을 배출하는 공장으로부터 50m 이내에는 아파트를 지을 수 없다’는 ‘주택건설기준 등에 관한 규정’에 저촉돼 인가하지 않았다. <br/><br/>남산주공아파트 옆에는 연 매출 281억 원을 올리고 있는 업체가 입지해 있다. <br/><br/>주민들은 시의 결정에 반발해 행정소송을 제기했으며 창원지법 제1행정부는 지난 10월 6일 남산주공아파트 주택재건축정비조합이 창원시를 상대로 낸 ‘사업시행 인가 거부 취소 청구 소송’에서 “<span class='quot0'>처분으로 달성할 수 있는 공익에 비해 원고 측이 입게 되는 불이익이 지나치게 가혹하다</span>”며 시에 거부 처분을 취소하라는 판결을 선고하기에 이르렀다.<br/><br/>이 같은 상황에서 창원시는 남산주공아파트의 재건축이 가능하게 하기 위한 방안을 적극 모색, 국토교통부에 ‘주택건설기준 등에 관한 규정’ 개정을 건의했다. <br/><br/>국토부는 이를 받아들여 10월 28일 ‘1982년 6월 5일 이전에 사업계획 승인을 받은 주택의 재건축사업의 경우 예외로 인정하는 ‘주택건설기준 등에 관한 규정’을 개정해 남산주공아파트의 재건축이 가능하도록 했다. <br/><br/>창원시 관계자는 “<span class='quot1'>공장과의 이격거리 규제 완화로 창원지역 준공업지역 공동주택 재건축이 가능해져 지역 내 부동산 경기 활성화는 물론 노후 불량 아파트의 주거 환경 개선이 기대된다</span>”며 “<span class='quot1'>특히 공장입지규제 완화로 공동주택단지와 인접한 공장의 안정적인 경영활동도 보장받게 됐다</span>”고 말했다. <br/><br/> 창원 = 박영수 기자 buntle@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-513.txt

제목: 故 김자옥이 걸어온 길… 암 수술후에도 드라마·예능 등서 변함없는 활동  
날짜: 20141117  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141117100000015  
본문: 고 김자옥은 어린 시절부터 CBS 기독교방송 어린이 전속 성우로 활동하는 등 재능을 과시했으며 배화여중 재학 중 TBC 드라마 ‘우리집 5남매’에 출연하기도 했다. 1970년 MBC 2기 공채 탤런트로 정식 데뷔한 후에도 성우를 겸업했던 그는 1974년 MBC 라디오 드라마 ‘사랑의 계절’로 한국방송대상 성우상을 받았으며, 1975년에는 드라마 ‘수선화’로 백상예술대상 TV 부문 여자 최우수연기상을 거머쥐었다. 이후 영화 ‘보통여자’ ‘O양의 아파트’ ‘영아의 고백’ ‘지붕 위의 남자’ ‘상처’ 등을 통해 백상예술대상 영화부문 최우수연기상, 아시아영화제 우수배우상 등을 잇달아 받았고, 안방극장에서는 ‘모래 위의 욕망’ ‘배반의 장미’ ‘유혹’ ‘은빛 여울’ 등의 드라마를 통해 사랑받았다.<br/><br/>인기 절정이던 1980년 가수 최백호와 결혼하면서 연예계를 은퇴했던 그는 2년 후 KBS 드라마 ‘사랑의 조건’으로 복귀했고, 이듬해 성격 차를 이유로 최백호와 이혼했다. 고인은 1년 뒤 그룹 ‘금과 은’의 오승근과 재혼해 지금까지 연예계 대표 잉꼬부부로 살아왔다.<br/><br/>고인은 1996년 가수 태진아의 권유로 가수 활동도 했다. 태진아는 고인이 나이 들어도 예쁜 공주 이미지로 어필할 수 있다며 ‘공주는 외로워’라는 음반을 제작했고, 이 음반은 60여 만 장이 팔렸다. 이를 계기로 고인은 코믹하고 귀여운 이미지로 변신하면서 ‘제2의 전성기’를 구가했고, 여세를 몰아 시트콤 ‘지붕 뚫고 하이킥’ 등을 통해 새로운 모습을 보여주며 대중에게 더욱 친근하게 다가왔다.<br/><br/>2008년 건강검진 도중 대장암 판정을 받은 고인은 곧바로 수술대에 올랐으며 수술이 잘돼 3주 후 드라마 촬영장에 복귀했다. 당시 그는 “건강을 자신했는데 이런 일이 생겼다”면서 “암 수술을 받고 나니 삶이 감사하다”고 말했다. <br/><br/>수술 후에도 그는 드라마 ‘세 번 결혼하는 여자’와 예능 ‘꽃보다 누나’까지 6년간 변함없는 모습으로 활발히 활동했다.<br/><br/>지난 5월에는 악극 ‘봄날은 간다’에 출연하기도 했다. <br/><br/>고인은 지난해 8월 MBC ‘황금어장-무릎팍도사’에 출연해 “보통 혈압으로 죽거나 교통사고로 죽는 사람도 많은데 그런 분들은 아무 말도 못 하고 가족들도 모르고 본인도 모르고 아무 준비를 못 하지 않느냐”며 “암은 죽음을 준비할 수 있는 병이다. 절망적일 필요는 없다”고 암 투병에 대해 담담하게 얘기했지만 1년 3개월 만에 유명을 달리했다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-514.txt

제목: 故 김자옥 씨가 걸어온 길… 암 수술후에도 드라마·예능 등서 변함없는 활동  
날짜: 20141117  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141117100000007  
본문: 고 김자옥 씨는 어린 시절부터 CBS 기독교방송 어린이 전속 성우로 활동하는 등 재능을 과시했으며 배화여중 재학 중 TBC 드라마 ‘우리집 5남매’에 출연하기도 했다. 1970년 MBC 2기 공채 탤런트로 정식 데뷔한 후에도 성우를 겸업했던 그는 1974년 MBC 라디오 드라마 ‘사랑의 계절’로 한국방송대상 성우상을 받았으며, 1975년에는 드라마 ‘수선화’로 백상예술대상 TV 부문 여자 최우수연기상을 거머쥐었다. 이후 영화 ‘보통여자’ ‘O양의 아파트’ ‘영아의 고백’ ‘지붕 위의 남자’ ‘상처’ 등을 통해 백상예술대상 영화부문 최우수연기상, 아시아영화제 우수배우상 등을 잇달아 받았고, 안방극장에서는 ‘모래 위의 욕망’ ‘배반의 장미’ ‘유혹’ ‘은빛 여울’ 등의 드라마를 통해 사랑받았다.<br/><br/>인기 절정이던 1980년 가수 최백호와 결혼하면서 연예계를 은퇴했던 그는 2년 후 KBS 드라마 ‘사랑의 조건’으로 복귀했고, 이듬해 성격 차를 이유로 최백호와 이혼했다. 고인은 1년 뒤 그룹 ‘금과 은’의 오승근과 재혼해 지금까지 연예계 대표 잉꼬부부로 살아왔다.<br/><br/>고인은 1996년 가수 태진아 씨의 권유로 가수 활동도 했다. 태 씨는 고인이 나이 들어도 예쁜 공주 이미지로 어필할 수 있다며 ‘공주는 외로워’라는 음반을 제작했고, 이 음반은 60여 만 장이 팔렸다. 이를 계기로 고인은 코믹하고 귀여운 이미지로 변신하면서 ‘제2의 전성기’를 구가했고, 여세를 몰아 시트콤 ‘지붕 뚫고 하이킥’ 등을 통해 새로운 모습을 보여주며 대중에게 더욱 친근하게 다가왔다.<br/><br/>2008년 건강검진 도중 대장암 판정을 받은 고인은 곧바로 수술대에 올랐으며 수술이 잘돼 3주 후 드라마 촬영장에 복귀했다. 당시 그는 “건강을 자신했는데 이런 일이 생겼다”면서 “암 수술을 받고 나니 삶이 감사하다”고 말했다. <br/><br/>수술 후에도 그는 드라마 ‘세 번 결혼하는 여자’와 예능 ‘꽃보다 누나’(사진)까지 6년간 변함없는 모습으로 활발히 활동했다.<br/><br/>지난 5월에는 악극 ‘봄날은 간다’에 출연하기도 했다. <br/><br/>고인은 지난해 8월 MBC ‘황금어장-무릎팍도사’에 출연해 “보통 혈압으로 죽거나 교통사고로 죽는 사람도 많은데 그런 분들은 아무 말도 못 하고 가족들도 모르고 본인도 모르고 아무 준비를 못 하지 않느냐”며 “암은 죽음을 준비할 수 있는 병이다. 절망적일 필요는 없다”고 암 투병에 대해 담담하게 얘기했지만 1년 3개월 만에 유명을 달리했다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-515.txt

제목: 故 김자옥이 걸어온 길… 암 수술후에도 드라마·예능 등서 변함없는 활동  
날짜: 20141117  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141117100000013  
본문: 고 김자옥 씨는 어린 시절부터 CBS 기독교방송 어린이 전속 성우로 활동하는 등 재능을 과시했으며 배화여중 재학 중 TBC 드라마 ‘우리집 5남매’에 출연하기도 했다. 1970년 MBC 2기 공채 탤런트로 정식 데뷔한 후에도 성우를 겸업했던 그는 1974년 MBC 라디오 드라마 ‘사랑의 계절’로 한국방송대상 성우상을 받았으며, 1975년에는 드라마 ‘수선화’로 백상예술대상 TV 부문 여자 최우수연기상을 거머쥐었다. 이후 영화 ‘보통여자’ ‘O양의 아파트’ ‘영아의 고백’ ‘지붕 위의 남자’ ‘상처’ 등을 통해 백상예술대상 영화부문 최우수연기상, 아시아영화제 우수배우상 등을 잇달아 받았고, 안방극장에서는 ‘모래 위의 욕망’ ‘배반의 장미’ ‘유혹’ ‘은빛 여울’ 등의 드라마를 통해 사랑받았다.<br/><br/>인기 절정이던 1980년 가수 최백호와 결혼하면서 연예계를 은퇴했던 그는 2년 후 KBS 드라마 ‘사랑의 조건’으로 복귀했고, 이듬해 성격 차를 이유로 최백호와 이혼했다. 고인은 1년 뒤 그룹 ‘금과 은’의 오승근과 재혼해 지금까지 연예계 대표 잉꼬부부로 살아왔다.<br/><br/>고인은 1996년 가수 태진아 씨의 권유로 가수 활동도 했다. 태 씨는 고인이 나이 들어도 예쁜 공주 이미지로 어필할 수 있다며 ‘공주는 외로워’라는 음반을 제작했고, 이 음반은 60여 만 장이 팔렸다. 이를 계기로 고인은 코믹하고 귀여운 이미지로 변신하면서 ‘제2의 전성기’를 구가했고, 여세를 몰아 시트콤 ‘지붕 뚫고 하이킥’ 등을 통해 새로운 모습을 보여주며 대중에게 더욱 친근하게 다가왔다.<br/><br/>2008년 건강검진 도중 대장암 판정을 받은 고인은 곧바로 수술대에 올랐으며 수술이 잘돼 3주 후 드라마 촬영장에 복귀했다. 당시 그는 “건강을 자신했는데 이런 일이 생겼다”면서 “암 수술을 받고 나니 삶이 감사하다”고 말했다. <br/><br/>수술 후에도 그는 드라마 ‘세 번 결혼하는 여자’와 예능 ‘꽃보다 누나’(사진)까지 6년간 변함없는 모습으로 활발히 활동했다.<br/><br/>지난 5월에는 악극 ‘봄날은 간다’에 출연하기도 했다. <br/><br/>고인은 지난해 8월 MBC ‘황금어장-무릎팍도사’에 출연해 “보통 혈압으로 죽거나 교통사고로 죽는 사람도 많은데 그런 분들은 아무 말도 못 하고 가족들도 모르고 본인도 모르고 아무 준비를 못 하지 않느냐”며 “암은 죽음을 준비할 수 있는 병이다. 절망적일 필요는 없다”고 암 투병에 대해 담담하게 얘기했지만 1년 3개월 만에 유명을 달리했다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-516.txt

제목: 김자옥, 절친 송도순에 “6개월만 더 있었으면…”  
날짜: 20141117  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141117100000005  
본문: “6개월만 더 있었으면….”<br/><br/>폐암 투병 끝에 지난 16일 63세를 일기로 타계한 배우 김자옥 씨가 임종 전 아들 결혼식을 못 보고 가는 것을 아쉬워한 것으로 전해졌다. 김 씨와 절친한 사이인 방송인 송도순 씨는 “기침 나오니까 통화 말고 문자로 하라고 하더니…. 이렇게 빨리 가게 될지 몰랐다”며 “아들 결혼시킨다는 이야기에 웃으면서 좋아했었다”고 밝혔다. 그는 이어 “<span class='quot0'>임종 전에 ‘6개월만 더 있었으면’이라고 했다더라</span>”고 전했다. 배우 윤소정 씨도 “<span class='quot1'>내가 제일 예뻐했던 후배고, (김자옥이) 인터뷰할 때 나를 제일 좋아한다고 할 정도로 가깝게 지냈다</span>”며 “<span class='quot1'>지난번에 만났을 때도 며느리가 마음에 든다며 얼마나 예뻐했는데, 내년 3월에 날을 잡았는데 그걸 못 보고 가서…</span>”라고 안타까운 마음을 드러냈다. <br/><br/>김 씨의 소속사는 16일 보도자료를 통해 “김자옥 씨가 폐암에 따른 합병증으로 16일 오전 7시 40분 별세했다”며 “고인은 2008년 대장암 수술을 받았으며 최근 암이 재발해 항암 치료를 해왔으나 지난 14일 저녁 병세가 급속히 악화돼 강남성모병원 중환자실에서 치료 중 사랑하는 가족이 지켜보는 가운데 세상과 이별을 고했다”고 밝혔다. <br/><br/>유족으로는 가수 오승근 씨와 딸 오지연 씨, 아들 오영환 씨가 있으며 김태욱 SBS 아나운서가 막냇동생이다. 소속사 관계자는 “<span class='quot2'>어제(15일) 저녁 가까운 지인들에게 김자옥 씨의 위중한 상태에 대해 알렸고 가족과 친척, 동료들이 중환자실을 찾아오셨다</span>”며 “<span class='quot2'>만나야 할 분들은 다 만나고 가셨다</span>”고 설명했다<br/><br/>30∼40대 팬들로부터 절대적 지지를 받았던 가수 신해철 씨가 최근 별세한 데 이어 50대 이상 팬들에게 사랑받아온 김 씨까지 세상을 떠나자 문화계는 큰 충격에 빠졌다. <br/><br/>서울 서초구 반포동 서울성모병원에 마련된 김 씨의 빈소에는 동료 배우들을 비롯해 문화계 인사들의 조문 행렬이 이어지고 있으며 소셜네트워크서비스(SNS)에도 애도 글이 올라오고 있다.<br/><br/>배우 나문희 씨를 비롯해 개그맨 최병서 씨, 배우 김민자·유호정·정경순·나영희·이혜숙·허진·이광기·이아현·한지혜·주원 씨, 개그우먼 박미선 씨, 윤현진 SBS 아나운서 등이 빈소를 찾아 고인을 애도했으며 개그우먼 이성미 씨는 유족들과 함께 빈소를 지키고 있다.<br/><br/> 김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-517.txt

제목: 김자옥, 절친 송도순에 “6개월만 더 있었으면…”  
날짜: 20141117  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141117100000011  
본문: “6개월만 더 있었으면….”<br/><br/>폐암 투병 끝에 지난 16일 63세를 일기로 타계한 배우 김자옥 이 임종 전 아들 결혼식을 못 보고 가는 것을 아쉬워한 것으로 전해졌다. 김자옥과 절친한 사이인 방송인 송도순은 “기침 나오니까 통화 말고 문자로 하라고 하더니…. 이렇게 빨리 가게 될지 몰랐다”며 “아들 결혼시킨다는 이야기에 웃으면서 좋아했었다”고 밝혔다. 그는 이어 “<span class='quot0'>임종 전에 ‘6개월만 더 있었으면’이라고 했다더라</span>”고 전했다. 배우 윤소정도 “<span class='quot1'>내가 제일 예뻐했던 후배고, (김자옥이) 인터뷰할 때 나를 제일 좋아한다고 할 정도로 가깝게 지냈다</span>”며 “<span class='quot1'>지난번에 만났을 때도 며느리가 마음에 든다며 얼마나 예뻐했는데, 내년 3월에 날을 잡았는데 그걸 못 보고 가서…</span>”라고 안타까운 마음을 드러냈다. <br/><br/>김자옥의 소속사는 16일 보도자료를 통해 “김자옥 씨가 폐암에 따른 합병증으로 16일 오전 7시 40분 별세했다”며 “고인은 2008년 대장암 수술을 받았으며 최근 암이 재발해 항암 치료를 해왔으나 지난 14일 저녁 병세가 급속히 악화돼 강남성모병원 중환자실에서 치료 중 사랑하는 가족이 지켜보는 가운데 세상과 이별을 고했다”고 밝혔다. <br/><br/>유족으로는 가수 오승근과 딸 지연, 아들 영환이 있으며 김태욱 SBS 아나운서가 막냇동생이다. 소속사 관계자는 “<span class='quot2'>어제(15일) 저녁 가까운 지인들에게 김자옥 씨의 위중한 상태에 대해 알렸고 가족과 친척, 동료들이 중환자실을 찾아오셨다</span>”며 “<span class='quot2'>만나야 할 분들은 다 만나고 가셨다</span>”고 설명했다<br/><br/>30∼40대 팬들로부터 절대적 지지를 받았던 가수 신해철이 최근 별세한 데 이어 50대 이상 팬들에게 사랑받아온 김자옥까지 세상을 떠나자 문화계는 큰 충격에 빠졌다. <br/><br/>서울 서초구 반포동 서울성모병원에 마련된 고인의 빈소에는 동료 배우들을 비롯해 문화계 인사들의 조문 행렬이 이어지고 있으며 소셜네트워크서비스(SNS)에도 애도 글이 올라오고 있다.<br/><br/>배우 나문희를 비롯해 개그맨 최병서, 배우 김민자·유호정·정경순·나영희·이혜숙·허진·이광기·이아현·한지혜·주원, 개그우먼 박미선, 윤현진 SBS 아나운서 등이 빈소를 찾아 고인을 애도했으며 개그우먼 이성미는 유족들과 함께 빈소를 지키고 있다.<br/><br/> 김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-518.txt

제목: 김자옥, 절친 송도순에 “6개월만 더 있었으면…”  
날짜: 20141117  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141117100000014  
본문: “6개월만 더 있었으면….”<br/><br/>폐암 투병 끝에 지난 16일 63세를 일기로 타계한 배우 김자옥이 임종 전 아들 결혼식을 못 보고 가는 것을 아쉬워한 것으로 전해졌다. 김자옥과 절친한 사이인 방송인 송도순은 “기침 나오니까 통화 말고 문자로 하라고 하더니…. 이렇게 빨리 가게 될지 몰랐다”며 “아들 결혼시킨다는 이야기에 웃으면서 좋아했었다”고 밝혔다. 그는 이어 “<span class='quot0'>임종 전에 ‘6개월만 더 있었으면’이라고 했다더라</span>”고 전했다. 배우 윤소정도 “<span class='quot1'>내가 제일 예뻐했던 후배고, (김자옥이) 인터뷰할 때 나를 제일 좋아한다고 할 정도로 가깝게 지냈다</span>”며 “<span class='quot1'>지난번에 만났을 때도 며느리가 마음에 든다며 얼마나 예뻐했는데, 내년 3월에 날을 잡았는데 그걸 못 보고 가서…</span>”라고 안타까운 마음을 드러냈다. <br/><br/>김자옥의 소속사는 16일 보도자료를 통해 “김자옥 씨가 폐암에 따른 합병증으로 16일 오전 7시 40분 별세했다”며 “고인은 2008년 대장암 수술을 받았으며 최근 암이 재발해 항암 치료를 해왔으나 지난 14일 저녁 병세가 급속히 악화돼 강남성모병원 중환자실에서 치료 중 사랑하는 가족이 지켜보는 가운데 세상과 이별을 고했다”고 밝혔다. <br/><br/>유족으로는 가수 오승근과 딸 지연, 아들 영환이 있으며 김태욱 SBS 아나운서가 막냇동생이다. 소속사 관계자는 “<span class='quot2'>어제(15일) 저녁 가까운 지인들에게 김자옥 씨의 위중한 상태에 대해 알렸고 가족과 친척, 동료들이 중환자실을 찾아오셨다</span>”며 “<span class='quot2'>만나야 할 분들은 다 만나고 가셨다</span>”고 설명했다<br/><br/>30∼40대 팬들로부터 절대적 지지를 받았던 가수 신해철이 최근 별세한 데 이어 50대 이상 팬들에게 사랑받아온 김자옥까지 세상을 떠나자 문화계는 큰 충격에 빠졌다. <br/><br/>서울 서초구 반포동 서울성모병원에 마련된 고인의 빈소에는 동료 배우들을 비롯해 문화계 인사들의 조문 행렬이 이어지고 있으며 소셜네트워크서비스(SNS)에도 애도 글이 올라오고 있다.<br/><br/>배우 나문희를 비롯해 개그맨 최병서, 배우 김민자·유호정·정경순·나영희·이혜숙·허진·이광기·이아현·한지혜·주원, 개그우먼 박미선, 윤현진 SBS 아나운서 등이 빈소를 찾아 고인을 애도했으며 개그우먼 이성미는 유족들과 함께 빈소를 지키고 있다.<br/><br/> 김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-519.txt

제목: ‘가족’보다 ‘나’위한 종합보장보험 ‘눈길’  
날짜: 20141117  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141117100000151  
본문: 미래에셋생명이 ‘가족’보다 ‘나’에게 초점을 맞춘 종합보장보험을 선보여 눈길을 끌고 있다.<br/><br/>17일 금융권에 따르면 미래에셋생명의 종합보장보험인 ‘생활의 자신감’은 철저하게 나 개인에게 초점을 맞추고 생활 속에서 발생하는 여러 위험에 대비할 수 있게 고안됐다. 이 상품은 업계 최대 수준인 76개의 특약을 제공, 형편에 맞춰 원하는 보장 범위를 원하는 보험료로 자유롭게 선택할 수 있도록 했다. <br/><br/>또 한국인이 가장 많이 걸리는 3대 성인병(암·뇌혈관질환·심장질환)을 ‘진단→수술→입원→통원→실손→사망’ 등 단계별로, 체계적으로 지원한다.<br/><br/> 이관범 기자 frog72@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-520.txt

제목: “낭송, 심신을 자유롭게 하는 수행 소리로 텍스트를 몸에 새기는 것”  
날짜: 20141117  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141117100000114  
본문: 고전연구가 고미숙(사진)은 꽃이 흐드러지게 핀 지난봄, 지방강연을 하러 KTX에 몸을 실었다. 고전의 매개자를 자처하며 고전평론가로 왕성하게 활동하는 그이니 이동 중에도 책을 읽을 것이라고 생각하기 쉽지만 그는 평소처럼 느긋한 상태로 차창밖을 응시하고 있었다. 그때 문득 ‘낭송집을 내야 하지 않을까’라는 소리가 들렸다. 머리에서 떠오르지만, 가슴속에서 더 정확하게는 오장육부에서 솟아난 소리였다. 낭송집에 대한 온갖 아이디어가 피어올랐다. <br/><br/>그는 넘치는 생각을 참지 못하고 곧바로 학문 공부 공동체 네트워크에 있는 출판사인 북드라망에 전화를 넣었다. 낭송집을 내자고. 출판사의 답은 간단했다. “좋아요!” 그 결과가 고미숙이 직접 기획해 내놓은 ‘낭송 Q 시리즈’이다. 왜 낭송인가, 왜 낭송이 새로운 공부법인가를 풀어낸 ‘낭송의 달인 호모 큐라스’와 낭송을 위한 고전 7권이다. ‘낭송 춘향전’ ‘낭송 논어/맹자’ ‘낭송 아함경’ ‘낭송 열자’ ‘낭송 열하일기’ ‘낭송 전습록’ ‘낭송 동의보감 내경편’이다.<br/><br/>그렇다면 왜 낭송인가. 고전과 낭송은 무슨 관계가 있을까. 그 이유는 7년 전, 지금까지 8만 부가 팔려나간 인문분야 베스트셀러 ‘공부의 달인, 호모 쿵푸스’로 거슬러 올라간다. <br/><br/>“그때 ‘언어의 달인 호모 로스’ ‘예술의 달인 호모 아르텍스’가 완성됐는데, 달인 시리즈에 공부라는 테마가 꼭 있어야 한다는 편집자의 ‘강압’에 못 이겨 엄청 투덜거리며 원고를 썼어요. 그런데 뜻밖에 그 책이 인생의 전환점이 됐어요. 글을 쓰면서 공부란 무엇인가를 깊이 생각하게 됐고, 그 덕분에 수많은 독자, 특히 ‘외계인’이라는 중딩, 고딩과 소통하게 됐어요. 그때 그 책에 공부의 비법으로 ‘낭송과 구술’을 제시했습니다.”<br/><br/>고미숙은 그 뒤, 자신이 속한 인문공동체 ‘감이당’에서 학기마다 ‘낭송 오디션’을 치르고, ‘낭송 페스티벌’을 열면서 ‘낭송’이 공부와 우정을 북돋우고 나아가 ‘삶’까지 바꾸는 독서법이자 양생법임을 체험하게 됐다고 한다. 시리즈에 ‘호모 큐라스’라고 이름 붙인 것도 이 같은 맥락이다. 큐라스는 케어(care)의 어원이 되는 라틴어로 배려, 보살핌, 집필, 치유 등을 뜻한다. <br/><br/>낭송이 곧 큐라스, 즉 자기 배려가 되어 궁극적으로 우리의 몸과 마음을 자유롭게 하는 양생이자 수행이 된다는 것이다.<br/><br/>암기가 음소거 상태에서 의미 단위로 텍스트를 먹어 치우는 것이라면 암송은 소리로 텍스트를 몸 안에 새기는 행위라고 한다. 이에 그는 “낭송자체가 또 하나의 텍스트로 탄생되는 과정, 즉 몸이 곧 책이 되는 것”이라고 말한다. 특히 동양고전이 자연과 인생의 이치에 대한 탐구라는 점에서 동양고전으로 낭송을 시작하는 것이 좋다고 한다.<br/><br/> 최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-521.txt

제목: < ‘암덩어리 규제’ 혁파>부처간 규제충돌에 기업 ‘속앓이’ … ‘순환토사 재활용’ 농지法에 막혀  
날짜: 20141114  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141114100000050  
본문: “규제와 규제가 충돌하면서 순환토사가 갈 곳을 잃었습니다. 이런 경우엔 부처 간 보이지 않는 알력싸움까지 더해지기 때문에 업계에선 어찌할 도리가 없지요.”<br/><br/>경기 지역에서 건설 폐기물 처리업체를 운영하고 있는 A 사장은 14일 기자와 만나 이같이 말하며 야적장에 산더미처럼 쌓여 있는 순환토사를 바라봤다. <br/><br/>순환토사는 건설현장에서 발생한 폐토석을 ‘건설폐기물 재활용 촉진에 관한 법률’(건폐법) 제13조 1항에 따라 적합하게 재처리해 생산된 토사다. 연간 185만8000t(2012년 기준)이 발생하고 있는 것으로 파악되는 건설폐토석의 재활용을 촉진하기 위해 환경부에서는 건폐법 시행령 제4조를 지난해 12월 개정, ‘순환토사’ 개념을 도입했다. 순환토사는 건폐법 시행령 제4조 3호의 규정에 따라 인허가된 건설공사의 복토용, 매립시설의 복토용·농지개량용 등으로 활용이 가능해졌다. 순환토사는 지난 2008년 12월 한국건설생활환경시험연구원의 ‘순환토사 활용방안 연구’, 올해 4월 한국건설순환자원학회의 ‘건설폐기물의 고부가가치 재활용 촉진을 위한 처리체계 개선방향 마련 연구’를 통해 식물의 생장에 영향이 없을 정도로 품질이 확보된 상태다. 이에 A 사장을 비롯해 오랜 건설경기 불황에 어려움을 겪던 건설 폐기물 업체들은 “새로운 시장이 열렸다”고 반겼다. 하지만 기쁨은 잠시였다. 건폐법 개정으로 순환토사를 활용할 수 있는 길이 열렸음에도, 또 다른 규제가 폐기물 업체들의 앞을 가로막고 있었다. <br/><br/>농림축산식품부의 ‘농지법 시행규칙’ 제4조의 2항 및 ‘산지관리법’ 제39조 제4항에선 순환토사의 사용을 금지하고 있다. 서로 다른 규제가 부딪히다 보니 순환토사 재활용은 사실상 이뤄지지 않고 있으며 건설 폐기물 업체 내에 장기 보관돼 애물단지로 전락한 상태다. A 사장은 “<span class='quot0'>규제에 막혀 사용할 수 없다 보니 돈을 주고 팔아야 하는 상품임에도 몇몇 운송업자들이 농담 삼아 쓸 데도 없는데 공짜로 넘기라고 하는 상황</span>”이라며 한숨만 쉬었다. 이에 건설 폐기물 업체들은 국토교통부와 농식품부에 제도 개선을 줄기차게 요구하고 있다. <br/><br/> 노기섭 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-522.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>부처간 규제충돌에 기업 ‘속앓이’ … ‘순환토사 재활용’ 농지法에 막혀  
날짜: 20141114  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141114100000053  
본문: “규제와 규제가 충돌하면서 순환토사가 갈 곳을 잃었습니다. 이런 경우엔 부처 간 보이지 않는 알력싸움까지 더해지기 때문에 업계에선 어찌할 도리가 없지요.”<br/><br/>경기 지역에서 건설 폐기물 처리업체를 운영하고 있는 A 사장은 14일 기자와 만나 이같이 말하며 야적장에 산더미처럼 쌓여 있는 순환토사를 바라봤다. <br/><br/>순환토사는 건설현장에서 발생한 폐토석을 ‘건설폐기물 재활용 촉진에 관한 법률’(건폐법) 제13조 1항에 따라 적합하게 재처리해 생산된 토사다. 연간 185만8000t(2012년 기준)이 발생하고 있는 것으로 파악되는 건설폐토석의 재활용을 촉진하기 위해 환경부에서는 건폐법 시행령 제4조를 지난해 12월 개정, ‘순환토사’ 개념을 도입했다. 순환토사는 건폐법 시행령 제4조 3호의 규정에 따라 인허가된 건설공사의 복토용, 매립시설의 복토용·농지개량용 등으로 활용이 가능해졌다. 순환토사는 지난 2008년 12월 한국건설생활환경시험연구원의 ‘순환토사 활용방안 연구’, 올해 4월 한국건설순환자원학회의 ‘건설폐기물의 고부가가치 재활용 촉진을 위한 처리체계 개선방향 마련 연구’를 통해 식물의 생장에 영향이 없을 정도로 품질이 확보된 상태다. 이에 A 사장을 비롯해 오랜 건설경기 불황에 어려움을 겪던 건설 폐기물 업체들은 “새로운 시장이 열렸다”고 반겼다. 하지만 기쁨은 잠시였다. 건폐법 개정으로 순환토사를 활용할 수 있는 길이 열렸음에도, 또 다른 규제가 폐기물 업체들의 앞을 가로막고 있었다. <br/><br/>농림축산식품부의 ‘농지법 시행규칙’ 제4조의 2항 및 ‘산지관리법’ 제39조 제4항에선 순환토사의 사용을 금지하고 있다. 서로 다른 규제가 부딪히다 보니 순환토사 재활용은 사실상 이뤄지지 않고 있으며 건설 폐기물 업체 내에 장기 보관돼 애물단지로 전락한 상태다. A 사장은 “<span class='quot0'>규제에 막혀 사용할 수 없다 보니 돈을 주고 팔아야 하는 상품임에도 몇몇 운송업자들이 농담 삼아 쓸 데도 없는데 공짜로 넘기라고 하는 상황</span>”이라며 한숨만 쉬었다. 이에 건설 폐기물 업체들은 국토교통부와 농식품부에 제도 개선을 줄기차게 요구하고 있다. <br/><br/> 노기섭 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-523.txt

제목: 국민 1인당 보험 3.6개… 1가구 14개  
날짜: 20141112  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141112100000087  
본문: 우리나라 국민은 1인당 3.6개의 보험에 가입하고 있는 것으로 나타났다. 전체 계약 건수의 증가세는 해마다 약해지고 있기는 하지만 절대 건수 자체는 꾸준히 증가하고 있는 것으로 보인다. <br/><br/>12일 금융감독원에 따르면 지난 6월 말 현재 국민 1인당 보험 가입 건수는 3.59건으로 조사됐다. 1인당 4개에 가까운 보험에 가입하고 있는 셈이다. 한 가구를 4인 가족으로 봤을 때 가구당 보험 가입 건수는 14건을 넘는다. <br/><br/>1인당 가입 건수는 전체 계약 건수를 인구로 나눈 수치로, 전체 계약 건수는 지난 6월 말 기준 총 1억8000만여 건이었다. 지난해 말에는 1억7700만여 건, 2012년 말에는 1억7200만여 건이었다. <br/><br/>전문가들은 국내 보험시장이 포화상태에 이르렀다고 평가하지만, 1인당 보험 가입 건수는 2010년 3건(3.08건)을 넘어선 이후 3년 반 만에 0.5건이 더 늘었다. <br/><br/>1인당 생명보험에 가입한 건수는 1.65건이었고, 손해보험에 가입한 건수는 1.93건으로 손보 가입 건수가 생보 가입보다 많았다. <br/><br/>보험연구원의 올해 설문조사에 따르면 가구당 생명보험 가입률은 85.8%, 손해보험 가입률은 87.7%였다. 전체 가구의 97.5%는 둘 중 하나에는 모두 가입했다. <br/><br/>1인당 보유 보험으로는 자동차보험이나 실손보험, 암보험, 종신보험 등 보장성 보험이 많은 것으로 분석된다. 최근에는 저축성보험 가입도 늘어나는 추세다. <br/><br/>여기에 2011년부터 본격적으로 판매하기 시작한 고령자나 고혈압·당뇨 등 유병자를 겨냥한 틈새 보험 가입도 늘고 있다. <br/><br/>이관범 기자 frog72@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-524.txt

제목: ‘방사선 치료’ 부작용 웃으면 줄일 수 있다  
날짜: 20141111  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141111100000105  
본문: 2등급 이상 중증 피부염 웃음치료 때 20%P 개선<br/><br/> 암환자가 웃음치료를 받으면 방사선치료 부작용으로 발생하는 피부염을 줄일 수 있다는 임상 연구 결과가 나왔다.<br/><br/>공문규(방사선종양학) 경희대병원 교수팀은 유방암 수술 후 방사선치료를 받는 환자 34명을 웃음치료그룹(15명)과 방사선 단독치료그룹(19명)으로 나눠 중증 피부염 발생률을 비교한 결과, 웃음치료를 받은 그룹이 66.6%로, 웃음치료를 받지 않은 그룹의 84.2%보다 크게 낮은 것으로 나타났다고 밝혔다.<br/><br/>항암 방사선치료의 대표적 부작용인 ‘방사선 피부염’은 피부가 발갛게 되거나 열감, 가려움증 등의 증상이 나타난다. 보통 방사선치료를 받는 환자의 80% 정도가 이 같은 중증 피부염을 겪는 것으로 보고되고 있다.<br/><br/>공 교수팀은 총 16회에 걸쳐 웃음치료를 병행하면서 1∼3단계의 피부염 등급(RTOG)을 측정했다. 피부염 1등급은 특정 부위가 붓고 가려운 정도로 비교적 증상이 가볍지만 2등급(전체가 붓고 피부 일부가 벗겨지는 정도)과 3등급(전체가 벗겨지면서 진물이 나오는 화상과 비슷한 정도)은 중증에 해당한다.<br/><br/>웃음요법은 거울 보고 웃기, 음악에 맞춰 춤추기, 다른 사람과 눈 마주치며 활동하기 등의 신체활동과 타인과의 교감을 중심으로 주 2회, 1시간씩 실시됐다. 이 결과 웃음치료를 받은 그룹의 피부염은 2등급 이상의 중증 피부염 환자에서 특히 효과를 나타냈는데 그 차이는 최대 20%포인트에 달했다고 의료진은 설명했다.<br/><br/>공 교수는 “<span class='quot0'>웃음치료가 투병 중인 암환자의 정신에 긍정적 영향을 미쳤고 이 때문에 결과적으로 면역력이 높아진 것으로 추정된다</span>”면서 “<span class='quot0'>초기 단계의 연구이긴 하지만 웃음치료 효과의 검증 대상을 기존 삶의 질, 우울, 불안 등에서 항암치료 부작용으로 넓힌 데 의미가 있다</span>”고 말했다. 이번 연구 결과는 항암치료 국제학술지(OncoTargets and Therapy) 최근호에 발표됐다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-525.txt

제목: 남성 전립선질환 예방 캠페인  
날짜: 20141110  
기자: 김도연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141110100000098  
본문: 서울 서초구(구청장 조은희)는 11일 구청 2층 대강당에서 남성 전립선 질환의 올바른 관리와 효과적인 예방을 위한 ‘블루애플 캠페인’을 진행한다고 10일 밝혔다. 올해로 4회째 열리는 이 행사에서는 비뇨기과 전문의 상담과 초음파 검진(사전검사결과 유소견자 대상)을 무료로 받을 수 있고, 우울·스트레스 검사, 치매 조기검진, 금연 상담, 암·에이즈·결핵 예방 상담 등도 진행된다. <br/><br/>김도연 기자 kdychi@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-526.txt

제목: “건강수명 연장위해 다양한 캠페인 전개”  
날짜: 20141110  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141110100000111  
본문: “이 시대가 요구하는 건강 과제는 ‘건강수명의 연장’입니다. 다양한 건강증진프로그램을 개발해 질병 예방에 주력하겠습니다.”<br/><br/>올해로 창립 50주년을 맞은 한국건강관리협회의 조한익(서울의대 명예교수·사진) 회장은 10일 “<span class='quot0'>지난 50년 동안 건강관리협회는 국민의 건강증진을 위해 고민해 왔다</span>”며 이같이 말했다. 조 회장은 “<span class='quot1'>건강수명의 연장을 위해서는 믿을 수 있는 건강검진으로 건강위험을 조기에 발견해 건강생활을 실천하고 유도하도록 하는 것</span>”이라고 설명했다. 건강관리협회는 올해를 ‘건강수명 120세’ 달성을 위한 원년으로 선포하고, 건강수명 연장을 위한 비만 관리, 금연·절주 운동 등 다양한 캠페인을 전개할 계획이다. <br/><br/>건강관리협회는 1964년 한국기생충박멸협회로 창립, 1980년대 국민 건강검진 운동, 2000년대 질병예방활동 등을 펼쳐왔다. 현재 전국 16개 건강증진의원을 중심으로 200여 명의 의료진을 포함한 2000여 명의 전문 인력이 검진활동을 수행하며 건강검진 특화 의료기관으로 자리 잡았다. 한 해 412만 명의 건강검진을 실시하며, 지난해는 4436명의 암 확진자를 발견하기도 했다. <br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-527.txt

제목: 원전 인근 주민 갑상선암 책임관련 법정공방 ‘2라운드’  
날짜: 20141103  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141103100000176  
본문: 고리원전 인근 주민의 갑상선암 발병에 원전 운영사의 일부 책임을 인정한 1심 법원의 판결과 관련, 한국수력원자력과 해당 주민이 모두 항소했다. 또 같은 이유로 손해배상 청구소송을 하겠다는 주민이 수십 명에 달해 한수원과 원전 인근 주민 간의 법정 공방이 일 것으로 보인다. 고리원전 주변 부산 기장군 주민 이진섭(48) 씨는 한수원이 갑상선암에 걸린 아내 박모(48) 씨에게 청구금액의 일부인 1500만 원을 배상하라고 1심 법원이 지난 10월 17일 판결한 것에 불복, 항소했다고 3일 밝혔다. 이 씨는 “<span class='quot0'>법원이 한수원의 책임을 10분의 1만 인정했기 때문에 받아들일 수 없다</span>”고 항소 이유를 설명했다. <br/><br/>　<br/><br/>‘균도와 세상걷기’ 주인공인 이 씨는 그러나 자신의 직장암과 아들 균도(22) 씨의 발달장애에 대한 손배소가 기각된 것에 대해서는 항소를 포기했다. 이 씨는 “<span class='quot0'>직장암과 자폐증이 방사선 노출과 관계가 있다는 연구가 없고 갑상선암 피해에 집중하자는 변호인의 자문을 받아들였다</span>”고 설명했다. 반핵부산시민대책위원회는 이날 오전 연제구 부산법원 청사 앞에서 기자회견을 열고 “<span class='quot1'>법원이 기준치 이내의 방사선이라도 장기간 노출되면 암 등의 발병 가능성이 높다는 사실을 인정한 것은 의미가 크다</span>”며 “<span class='quot1'>한수원은 항소를 포기하고 전국 원전 주변 주민을 대상으로 건강영향조사를 해야 한다</span>”고 요구했다. 그러나 한수원 측은 “<span class='quot2'>역학조사에서 원전의 방사선과 갑상선암 발병이 무관한 것으로 나타난 만큼 법원의 판단을 다시 받기로 했다</span>”며 항소 이유를 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>부산=김기현 기자 ant735@

언론사: 문화일보-1-528.txt

제목: ‘11월1일 존엄사’ 예고 美 29세 여성 말기암환자 “버킷리스트에 적은 소원 다 이뤄”  
날짜: 20141029  
기자: 오애리  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141029100000216  
본문: “버킷리스트의 마지막 소원이었던 그랜드캐니언 여행을 이뤘다. 숨막힐 듯 아름다웠다. 내가 세상에서 가장 사랑하는 두 가지, 가족 그리고 자연과 함께 시간을 보낼 수 있었다.” <br/><br/>오는 11월 1일 ‘존엄사’를 예고해 큰 반향을 불러일으키고 있는 미국의 29세 말기암 여성 환자 브리트니 메이너드가 버킷리스트에 남은 마지막 소원이었던 그랜드 캐니언 여행에 성공했다고 CNN 등이 28일 전했다. <br/><br/>메이너드는 지난 25일 부모와 남편 댄과 함께 그랜드 캐니언을 찾았던 것으로 알려졌다. 그는 자신의 인스타그램에 그랜드캐니언 여행 사진을 공개하고 “많은 분들의 도움으로 여행을 할 수 있었다”고 감사해했다. 그러나 “아쉽게도 여행 후 심한 두통과 목 통증을 겪었고, 다음날 아침에는 최악의 발작을 겪었으며 정신이 든 이후엔 한동안 말을 할 수 없었다”고 밝혔다. <br/><br/>메이너드는 지난 1월 최악의 뇌종양인 ‘다형성교아종’으로 인해 6개월 정도 살 수 있을 것이란 판정을 받았다. 이후 그는 비탄에 빠지거나 가망없는 치료에 매달리기보다는 세상을 떠나기 전 꼭 해보고 싶은 소원들을 적은 버킷리스트를 작성해 하나씩 이뤄나갔다. <br/><br/>특히 그는 최근 유튜브를 통해 “남편 댄의 생일 이틀 뒤인 11월 1일 가족이 지켜보는 가운데 의사가 처방한 약을 먹고 존엄사하겠다”고 인터넷과 언론을 통해 공개해 화제가 됐다. 존엄사를 인정하는 오리건 주로 거주지를 옮긴 그는 주 법에 따라 의사가 준 약으로 스스로 세상을 마감할 계획이다. 현지언론 WGN TV는 메이너드가 마지막 소원을 이루고 차분한 마음으로 세상과의 작별을 준비하고 있을 것으로 전했다. <br/><br/>오리건 주는 몬태나, 버몬트, 워싱턴, 뉴멕시코 주와 함께 법으로 존엄사를 허용하고 있다. <br/><br/>의료진이 환자와 가족의 동의하에 약물을 주입해 사망에 이르게 하는 안락사와 달리, 존엄사는 6개월 이하의 시한부 환자가 의료진의 진료와 상담을 거친 후 의료진이 처방한 약물을 스스로 먹거나 주입해 생을 마감하는 방식이다. <br/><br/>오리건 주에서는 지금까지 1170명이 존엄사를 신청해 인정받았고, 이 가운데 절반 가까이가 실제 존엄사를 실행에 옮겼다.<br/><br/>오애리 선임기자 aeri@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-529.txt

제목: ‘11월1일 존엄사’ 예고 美 29세 여성 말기암환자 “버킷리스트에 적은 소원 다 이뤄”  
날짜: 20141029  
기자: 오애리  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141029100000186  
본문: “버킷리스트의 마지막 소원이었던 그랜드캐니언 여행을 이뤘다. 숨막힐 듯 아름다웠다. 내가 세상에서 가장 사랑하는 두 가지, 가족 그리고 자연과 함께 시간을 보낼 수 있었다.” <br/><br/>오는 11월 1일 ‘존엄사’를 예고해 큰 반향을 불러일으키고 있는 미국의 29세 말기암 여성 환자 브리트니 메이너드가 버킷리스트에 남은 마지막 소원이었던 그랜드 캐니언 여행에 성공했다고 CNN 등이 28일 전했다. <br/><br/>메이너드는 지난 25일 부모와 남편 댄과 함께 그랜드 캐니언을 찾았던 것으로 알려졌다. 그는 자신의 인스타그램에 그랜드캐니언 여행 사진을 공개하고 “많은 분들의 도움으로 여행을 할 수 있었다”고 감사해했다. 그러나 “아쉽게도 여행 후 심한 두통과 목 통증을 겪었고, 다음날 아침에는 최악의 발작을 겪었으며 정신이 든 이후엔 한동안 말을 할 수 없었다”고 밝혔다. <br/><br/>메이너드는 지난 1월 최악의 뇌종양인 ‘다형성교아종’으로 인해 6개월 정도 살 수 있을 것이란 판정을 받았다. 이후 그는 비탄에 빠지거나 가망없는 치료에 매달리기보다는 세상을 떠나기 전 꼭 해보고 싶은 소원들을 적은 버킷리스트를 작성해 하나씩 이뤄나갔다. <br/><br/>특히 그는 최근 유튜브를 통해 “남편 댄의 생일 이틀 뒤인 11월 1일 가족이 지켜보는 가운데 의사가 처방한 약을 먹고 존엄사하겠다”고 인터넷과 언론을 통해 공개해 화제가 됐다. 존엄사를 인정하는 오리건 주로 거주지를 옮긴 그는 주 법에 따라 의사가 준 약으로 스스로 세상을 마감할 계획이다. 현지언론 WGN TV는 메이너드가 마지막 소원을 이루고 차분한 마음으로 세상과의 작별을 준비하고 있을 것으로 전했다. <br/><br/>오리건 주는 몬태나, 버몬트, 워싱턴, 뉴멕시코 주와 함께 법으로 존엄사를 허용하고 있다. <br/><br/>의료진이 환자와 가족의 동의하에 약물을 주입해 사망에 이르게 하는 안락사와 달리, 존엄사는 6개월 이하의 시한부 환자가 의료진의 진료와 상담을 거친 후 의료진이 처방한 약물을 스스로 먹거나 주입해 생을 마감하는 방식이다. <br/><br/>오리건 주에서는 지금까지 1170명이 존엄사를 신청해 인정받았고, 이 가운데 절반 가까이가 실제 존엄사를 실행에 옮겼다.<br/><br/>오애리 선임기자 aeri@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-530.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>약속 뒤집는 정부… 복지부 규제개혁 없던 일?  
날짜: 20141028  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141028100000106  
본문: 식품위생 보수교육 관련 유사업종별 통합운영 건의<br/>복지부는 개선 약속했지만 식약처 업무 이관뒤 ‘철회’<br/><br/><br/>박근혜 대통령이 규제를 ‘암덩어리’로 규정하고 강도 높은 규제혁파를 강조하고 있지만 일부 정부 부처가 규제개혁을 약속했다가 말을 바꾸는 사례가 속속 나오면서 정부의 규제개혁 의지가 퇴색하고 있는 게 아니냐는 우려의 목소리가 높아지고 있다.<br/><br/>28일 정부 및 산업계에 따르면 정부의 ‘손톱 밑 가시’ 규제철폐 공언에도 불구하고 ‘시간이 지나면 자연스럽게 잊어진다’는 공무원 사회의 전형적인 ‘버티기’가 다시 고개를 드는 것 아니냐는 분석이 나오고 있다.<br/><br/>식품의약품안전처와 보건복지부 사이에서 갈피를 못 잡고 있는 식품위생 보수 교육 규제가 대표적이다. 식품업 종사자는 식품위생법에 의해 의무적으로 기존영업자 교육(보수교육)과 신규영업자 교육 등을 받아야 한다. 식품업계에서는 지난 2012년 유사업종별로 비슷한 식품위생 교육을 통합·운영해 줄 것을 복지부에 건의했었다. 동일한 장소에 여러 영업장을 운영하는 기업들의 경우 유사한 교육을 매번 받아야 하는 불편함이 있었다. 복지부도 통합교육을 받아도 되도록 개선하겠다는 약속을 했었다.<br/><br/>그러나 지난해 관련 업무가 복지부에서 식약처로 이관되면서 정부 말이 바뀌었다. 식약처가 복지부 약속을 뒤집고 ‘수용 불가’로 입장을 선회한 것이다. 이에 대해 식약처는 “<span class='quot0'>영업장별로 식품위생관리 책임자에게 분야별 특성에 맞게 교육을 실시할 필요가 있어 현행 유지가 바람직하다</span>”고 밝혔다.<br/><br/>복지부가 지난 2011년 100개 핵심규제개혁 과제로 꼽았던 미용업소 내 일부 의료기기 사용 금지 규제 철폐 약속도 뒤집어졌다. 의료기기 중 고주파 자극기 등 미용에 사용되는 일부 기기를 미용기기로 분류해 미용실에서도 합법적으로 사용할 수 있도록 하겠다는 약속이었는데 의료계가 거세게 반발하자 슬그머니 발을 뺐다. 최근 복지부가 규제완화 방안을 재검토 중인 것으로 알려졌지만 결론은 여전히 오리무중이다.<br/><br/>산업계에서 크게 반발하고 있는 탄소배출권거래제도 역시 박 대통령이 지난 4월 수석비서관 회의에서 “<span class='quot1'>기업들에 계속 부담이 되면 지키기도 어렵고 기업도 힘들어진다</span>”며 기업경쟁력을 감안한 제도 시행을 약속했지만 100% 무상 할당 원칙이 무너지는 등 당초 기업들과 약속한 것과는 정반대로 흘러가고 있다. 각 부처들이 이런 핑계, 저런 핑계를 대면서 차일피일 시간만 끌고 있는 것이다.<br/><br/>규제를 건의했다가 부처로부터 보복을 당할 우려도 제기되고 있다. 이를 방지하기 위해 중소기업옴부즈만에서 ‘기업 민원 보호·서비스 헌장 표준(안)’을 만들었지만 이를 채택한 부처는 국토교통부와 국방부, 해양수산부, 국가보훈처, 산림청, 중소기업청, 문화재청, 통계청, 새만금개발청 등 9개 기관뿐 나머지 부처는 관심조차 보이지 않고 있다.<br/><br/>재계 관계자는 “<span class='quot2'>정부가 기업 투자를 이끌어내려 한다면 무엇보다 기업 경영 활동을 옥죄는 ‘대못’ 규제와 ‘성역’ 규제 철폐 의지부터 진정성 있게 보여줘야 한다</span>”고 꼬집었다.<br/><br/> 노기섭·임대환 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-531.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>약속 뒤집는 정부… 복지부 규제개혁 없던 일?  
날짜: 20141028  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141028100000034  
본문: 식품위생 보수교육 관련 유사업종별 통합운영 건의<br/>복지부는 개선 약속했지만 식약처 업무 이관뒤 ‘철회’<br/><br/><br/>박근혜 대통령이 규제를 ‘암덩어리’로 규정하고 강도 높은 규제혁파를 강조하고 있지만 일부 정부 부처가 규제개혁을 약속했다가 말을 바꾸는 사례가 속속 나오면서 정부의 규제개혁 의지가 퇴색하고 있는 게 아니냐는 우려의 목소리가 높아지고 있다.<br/><br/>28일 정부 및 산업계에 따르면 정부의 ‘손톱 밑 가시’ 규제철폐 공언에도 불구하고 ‘시간이 지나면 자연스럽게 잊어진다’는 공무원 사회의 전형적인 ‘버티기’가 다시 고개를 드는 것 아니냐는 분석이 나오고 있다.<br/><br/>식품의약품안전처와 보건복지부 사이에서 갈피를 못 잡고 있는 식품위생 보수 교육 규제가 대표적이다. 식품업 종사자는 식품위생법에 의해 의무적으로 기존영업자 교육(보수교육)과 신규영업자 교육 등을 받아야 한다. 식품업계에서는 지난 2012년 유사업종별로 비슷한 식품위생 교육을 통합·운영해 줄 것을 복지부에 건의했었다. 동일한 장소에 여러 영업장을 운영하는 기업들의 경우 유사한 교육을 매번 받아야 하는 불편함이 있었다. 복지부도 통합교육을 받아도 되도록 개선하겠다는 약속을 했었다.<br/><br/>그러나 지난해 관련 업무가 복지부에서 식약처로 이관되면서 정부 말이 바뀌었다. 식약처가 복지부 약속을 뒤집고 ‘수용 불가’로 입장을 선회한 것이다. 이에 대해 식약처는 “<span class='quot0'>영업장별로 식품위생관리 책임자에게 분야별 특성에 맞게 교육을 실시할 필요가 있어 현행 유지가 바람직하다</span>”고 밝혔다.<br/><br/>복지부가 지난 2011년 100개 핵심규제개혁 과제로 꼽았던 미용업소 내 일부 의료기기 사용 금지 규제 철폐 약속도 뒤집어졌다. 의료기기 중 고주파 자극기 등 미용에 사용되는 일부 기기를 미용기기로 분류해 미용실에서도 합법적으로 사용할 수 있도록 하겠다는 약속이었는데 의료계가 거세게 반발하자 슬그머니 발을 뺐다. 최근 복지부가 규제완화 방안을 재검토 중인 것으로 알려졌지만 결론은 여전히 오리무중이다.<br/><br/>산업계에서 크게 반발하고 있는 탄소배출권거래제도 역시 박 대통령이 지난 4월 수석비서관 회의에서 “<span class='quot1'>기업들에 계속 부담이 되면 지키기도 어렵고 기업도 힘들어진다</span>”며 기업경쟁력을 감안한 제도 시행을 약속했지만 100% 무상 할당 원칙이 무너지는 등 당초 기업들과 약속한 것과는 정반대로 흘러가고 있다. 각 부처들이 이런 핑계, 저런 핑계를 대면서 차일피일 시간만 끌고 있는 것이다.<br/><br/>규제를 건의했다가 부처로부터 보복을 당할 우려도 제기되고 있다. 이를 방지하기 위해 중소기업옴부즈만에서 ‘기업 민원 보호·서비스 헌장 표준(안)’을 만들었지만 이를 채택한 부처는 국토교통부와 국방부, 해양수산부, 국가보훈처, 산림청, 중소기업청, 문화재청, 통계청, 새만금개발청 등 9개 기관뿐 나머지 부처는 관심조차 보이지 않고 있다.<br/><br/>재계 관계자는 “<span class='quot2'>정부가 기업 투자를 이끌어내려 한다면 무엇보다 기업 경영 활동을 옥죄는 ‘대못’ 규제와 ‘성역’ 규제 철폐 의지부터 진정성 있게 보여줘야 한다</span>”고 꼬집었다.<br/><br/> 노기섭·임대환 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-532.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>약속 뒤집는 정부… 복지부 규제개혁 없던 일?  
날짜: 20141028  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141028100000214  
본문: 식품위생 보수교육 관련 유사업종별 통합운영 건의<br/>복지부는 개선 약속했지만 식약처 업무 이관뒤 ‘철회’<br/><br/><br/>박근혜 대통령이 규제를 ‘암덩어리’로 규정하고 강도 높은 규제혁파를 강조하고 있지만 일부 정부 부처가 규제개혁을 약속했다가 말을 바꾸는 사례가 속속 나오면서 정부의 규제개혁 의지가 퇴색하고 있는 게 아니냐는 우려의 목소리가 높아지고 있다.<br/><br/>28일 정부 및 산업계에 따르면 정부의 ‘손톱 밑 가시’ 규제철폐 공언에도 불구하고 ‘시간이 지나면 자연스럽게 잊어진다’는 공무원 사회의 전형적인 ‘버티기’가 다시 고개를 드는 것 아니냐는 분석이 나오고 있다.<br/><br/>식품의약품안전처와 보건복지부 사이에서 갈피를 못 잡고 있는 식품위생 보수 교육 규제가 대표적이다. 식품업 종사자는 식품위생법에 의해 의무적으로 기존영업자 교육(보수교육)과 신규영업자 교육 등을 받아야 한다. 식품업계에서는 지난 2012년 유사업종별로 비슷한 식품위생 교육을 통합·운영해 줄 것을 복지부에 건의했었다. 동일한 장소에 여러 영업장을 운영하는 기업들의 경우 유사한 교육을 매번 받아야 하는 불편함이 있었다. 복지부도 통합교육을 받아도 되도록 개선하겠다는 약속을 했었다.<br/><br/>그러나 지난해 관련 업무가 복지부에서 식약처로 이관되면서 정부 말이 바뀌었다. 식약처가 복지부 약속을 뒤집고 ‘수용 불가’로 입장을 선회한 것이다. 이에 대해 식약처는 “<span class='quot0'>영업장별로 식품위생관리 책임자에게 분야별 특성에 맞게 교육을 실시할 필요가 있어 현행 유지가 바람직하다</span>”고 밝혔다.<br/><br/>복지부가 지난 2011년 100개 핵심규제개혁 과제로 꼽았던 미용업소 내 일부 의료기기 사용 금지 규제 철폐 약속도 뒤집어졌다. 의료기기 중 고주파 자극기 등 미용에 사용되는 일부 기기를 미용기기로 분류해 미용실에서도 합법적으로 사용할 수 있도록 하겠다는 약속이었는데 의료계가 거세게 반발하자 슬그머니 발을 뺐다. 최근 복지부가 규제완화 방안을 재검토 중인 것으로 알려졌지만 결론은 여전히 오리무중이다.<br/><br/>산업계에서 크게 반발하고 있는 탄소배출권거래제도 역시 박 대통령이 지난 4월 수석비서관 회의에서 “<span class='quot1'>기업들에 계속 부담이 되면 지키기도 어렵고 기업도 힘들어진다</span>”며 기업경쟁력을 감안한 제도 시행을 약속했지만 100% 무상 할당 원칙이 무너지는 등 당초 기업들과 약속한 것과는 정반대로 흘러가고 있다. 각 부처들이 이런 핑계, 저런 핑계를 대면서 차일피일 시간만 끌고 있는 것이다.<br/><br/>규제를 건의했다가 부처로부터 보복을 당할 우려도 제기되고 있다. 이를 방지하기 위해 중소기업옴부즈만에서 ‘기업 민원 보호·서비스 헌장 표준(안)’을 만들었지만 이를 채택한 부처는 국토교통부와 국방부, 해양수산부, 국가보훈처, 산림청, 중소기업청, 문화재청, 통계청, 새만금개발청 등 9개 기관뿐 나머지 부처는 관심조차 보이지 않고 있다.<br/><br/>재계 관계자는 “<span class='quot2'>정부가 기업 투자를 이끌어내려 한다면 무엇보다 기업 경영 활동을 옥죄는 ‘대못’ 규제와 ‘성역’ 규제 철폐 의지부터 진정성 있게 보여줘야 한다</span>”고 꼬집었다.<br/><br/>한편 식품의약품안전처는 동일장소에서 2가지의 유사 영업을 함께 하는 경우 식품위생 보수교육 통합해서 받을 수 있도록 하는 내용으로 식품위생법 시행규칙 개정을 준비하고있다고 밝혔다. 식약처 관계자는 “<span class='quot3'>중소기업청 옴부즈만실이 올 4월 ‘유사업종 식품위생 보수교육 통합’을 건의했고 지난 8월 해당 건의 사항을 수용하겠다는 입장을 통보했다</span>”며 “<span class='quot3'>앞으로 불필요한 규제를 지속적으로 발굴·개선해가겠다</span>”고 말했다.<br/><br/> 노기섭·임대환 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-533.txt

제목: 약속 뒤집는 정부… 복지부 규제개혁 없던 일?  
날짜: 20141028  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141028100000029  
본문: 식품위생 보수교육 관련 유사업종별 통합운영 건의<br/>복지부는 개선 약속했지만 식약처 업무 이관뒤 ‘철회’<br/><br/><br/>박근혜 대통령이 규제를 ‘암덩어리’로 규정하고 강도 높은 규제혁파를 강조하고 있지만 일부 정부 부처가 규제개혁을 약속했다가 말을 바꾸는 사례가 속속 나오면서 정부의 규제개혁 의지가 퇴색하고 있는 게 아니냐는 우려의 목소리가 높아지고 있다.<br/><br/>28일 정부 및 산업계에 따르면 정부의 ‘손톱 밑 가시’ 규제철폐 공언에도 불구하고 ‘시간이 지나면 자연스럽게 잊어진다’는 공무원 사회의 전형적인 ‘버티기’가 다시 고개를 드는 것 아니냐는 분석이 나오고 있다.<br/><br/>식품의약품안전처와 보건복지부 사이에서 갈피를 못 잡고 있는 식품위생 보수 교육 규제가 대표적이다. 식품업 종사자는 식품위생법에 의해 의무적으로 기존영업자 교육(보수교육)과 신규영업자 교육 등을 받아야 한다. 식품업계에서는 지난 2012년 유사업종별로 비슷한 식품위생 교육을 통합·운영해 줄 것을 복지부에 건의했었다. 동일한 장소에 여러 영업장을 운영하는 기업들의 경우 유사한 교육을 매번 받아야 하는 불편함이 있었다. 복지부도 통합교육을 받아도 되도록 개선하겠다는 약속을 했었다.<br/><br/>그러나 지난해 관련 업무가 복지부에서 식약처로 이관되면서 정부 말이 바뀌었다. 식약처가 복지부 약속을 뒤집고 ‘수용 불가’로 입장을 선회한 것이다. 이에 대해 식약처는 “<span class='quot0'>영업장별로 식품위생관리 책임자에게 분야별 특성에 맞게 교육을 실시할 필요가 있어 현행 유지가 바람직하다</span>”고 밝혔다.<br/><br/>복지부가 지난 2011년 100개 핵심규제개혁 과제로 꼽았던 미용업소 내 일부 의료기기 사용 금지 규제 철폐 약속도 뒤집어졌다. 의료기기 중 고주파 자극기 등 미용에 사용되는 일부 기기를 미용기기로 분류해 미용실에서도 합법적으로 사용할 수 있도록 하겠다는 약속이었는데 의료계가 거세게 반발하자 슬그머니 발을 뺐다. 최근 복지부가 규제완화 방안을 재검토 중인 것으로 알려졌지만 결론은 여전히 오리무중이다.<br/><br/>산업계에서 크게 반발하고 있는 탄소배출권거래제도 역시 박 대통령이 지난 4월 수석비서관 회의에서 “<span class='quot1'>기업들에 계속 부담이 되면 지키기도 어렵고 기업도 힘들어진다</span>”며 기업경쟁력을 감안한 제도 시행을 약속했지만 100% 무상 할당 원칙이 무너지는 등 당초 기업들과 약속한 것과는 정반대로 흘러가고 있다. 각 부처들이 이런 핑계, 저런 핑계를 대면서 차일피일 시간만 끌고 있는 것이다.<br/><br/>규제를 건의했다가 부처로부터 보복을 당할 우려도 제기되고 있다. 이를 방지하기 위해 중소기업옴부즈만에서 ‘기업 민원 보호·서비스 헌장 표준(안)’을 만들었지만 이를 채택한 부처는 국토교통부와 국방부, 해양수산부, 국가보훈처, 산림청, 중소기업청, 문화재청, 통계청, 새만금개발청 등 9개 기관뿐 나머지 부처는 관심조차 보이지 않고 있다.<br/><br/>재계 관계자는 “<span class='quot2'>정부가 기업 투자를 이끌어내려 한다면 무엇보다 기업 경영 활동을 옥죄는 ‘대못’ 규제와 ‘성역’ 규제 철폐 의지부터 진정성 있게 보여줘야 한다</span>”고 꼬집었다.<br/><br/> 노기섭·임대환 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-534.txt

제목: 암스트롱 美컬럼비아대 교수, 북한 연구로 ‘존 페어뱅크상’  
날짜: 20141027  
기자: 이미숙  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141027100000129  
본문: 찰스 암스트롱 (52) 미 컬럼비아대 역사학과 교수가 미역사학회가 수여하는 2014년 존 페어뱅크상 수상자로 27일 선정됐다. <br/><br/>암스트롱 교수는 북한 체제를 분석한 저서 ‘취약한 전제정치’(Tyranny of the Weak)로 이 상을 수상하게 됐다고 컬럼비아대 동아시아연구소 측이 밝혔다. ‘취약한 전제정치’는 구소련의 지원으로 세워진 북한이 중·소 분쟁 이후에도 독립국으로 살아남은 데 이어 한·미 양국과 갈등하면서 생존을 모색해온 역사를 분석한 책이다. 한국계 미국인인 암스트롱 교수는 예일대를 졸업한 뒤 시카고대에서 박사학위를 받았으며 ‘두 개의 코리아’ 등의 저서를 낸 미국의 중견 한반도 전문가다. <br/><br/>이미숙 기자 musel@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-535.txt

제목: 암스트롱 美컬럼비아대 교수, 북한 연구로 ‘존 페어뱅크상’  
날짜: 20141027  
기자: 이미숙  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141027100000200  
본문: 찰스 암스트롱 (52) 미 컬럼비아대 역사학과 교수가 미역사학회가 수여하는 2014년 존 페어뱅크상 수상자로 27일 선정됐다. <br/><br/>암스트롱 교수는 북한 체제를 분석한 저서 ‘취약한 전제정치’(Tyranny of the Weak)로 이 상을 수상하게 됐다고 컬럼비아대 동아시아연구소 측이 밝혔다. ‘취약한 전제정치’는 구소련의 지원으로 세워진 북한이 중·소 분쟁 이후에도 독립국으로 살아남은 데 이어 한·미 양국과 갈등하면서 생존을 모색해온 역사를 분석한 책이다. 한국계 미국인인 암스트롱 교수는 예일대를 졸업한 뒤 시카고대에서 박사학위를 받았으며 ‘두 개의 코리아’ 등의 저서를 낸 미국의 중견 한반도 전문가다. <br/><br/>이미숙 기자 musel@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-536.txt

제목: <시론>규제의 역설  
날짜: 20141027  
기자: 김병직  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141027100000056  
본문: 김병직 / 부국장 겸 경제산업부장<br/><br/><br/><br/># 삼성전자가 최근 출시한 갤럭시노트4에는 피로도 지표인 산소포화도를 측정하는 기능이 탑재돼 있다. 그런데 미국에서 출시된 제품은 이 기능이 정상적으로 탑재됐지만 한국에서는 이 기능이 제외된 채 판매되고 있다. 미국은 피로도나 혈당체크용 센서 등을 탑재해도 환자에게 제공하지 않으면 비(非)의료기기로 분류하지만 우리나라는 심박·맥박 측정기능과 운동·레저목적에 한해서만 의료기기법 적용을 면제하고 있기 때문이다. 기술 발전 속도를 따라가지 못하는 낡은 규제로 인해 스마트 기기 신제품을 개발하고도 적시에 제품을 내놓지 못하고 있는 것이다.<br/><br/><br/><br/># A사는 공장부지 내에서 유해물질이 유출돼 부지 내 토양이 극심하게 오염되는 사고를 당했다. 오염된 토양을 신속히 제거하고 복원하려고 했지만 ‘멈칫’할 수밖에 없었다. 토양을 제거하고 복원하는 작업도 형질변경으로 인한 개발행위에 해당돼 약 2개월 간의 인허가 절차를 거치도록 규정돼 있기 때문이다. 산업 현장과 동떨어진 ‘탁상규제’의 한 단면이다.<br/><br/><br/><br/>박근혜 대통령이 규제를 ‘암덩어리’로 규정하고 강도 높은 규제 혁파를 강조해왔지만 막상 산업 현장의 목소리를 들어보면 “글쎄올시다”다. 규제 혁파가 한창 탄력을 받을 즈음에 세월호 참사가 터졌고, 세월호에 밀려 뒷전으로 물러나 앉았던 규제 개혁이 좀처럼 힘을 받지 못하고 있기 때문이다. 강력한 규제를 통해 부처의 권한과 자리를 키워가려는 생리를 지닌 공무원들의 ‘규제 본능’이 또다시 힘을 발휘하는 것일까.<br/><br/><br/><br/>규제의 면면을 들여다보면 한 가지 공통점이 있다. ‘핑계 없는 무덤 없다’지만 규제 역시 한결같이 고귀하고 그렇듯한 명분을 갖고 있다는 점이다. 환경을 지키고, 중소기업을 보호하고, 과당경쟁을 막고…. 선한 의도로 규제를 만들었다고 해도 규제로 인한 결과는 전보다 훨씬 나빠지는 경우가 비일비재하다. 일종의 ‘규제의 역설’이라고 할 수 있다. 정부는 신용카드사들이 부가서비스를 마구잡이로 축소하는 걸 막고 카드 가입자들을 보호한다는 취지로 카드사들이 카드 출시 시점으로부터 최소 1년 간은 부가서비스를 유지토록 의무화하는 규제를 지난 2010년 4월 만들었다. 그랬더니 카드사들은 이를 ‘1년 뒤에는 부가서비스를 축소해도 무방하다’고 받아들여 출시 1년 뒤부터 부가서비스 축소가 잇따랐다. 조사 결과 규제 도입 이전까지는 부가서비스 유지 기간이 평균 3년이었지만 규제 도입 이후 부가서비스 유지 기간이 약 2년으로 1년이나 줄어든 것으로 나타났다. <br/><br/><br/><br/>청소년들이 게임에 과도하게 빠지는 것을 막는다는 취지로 도입한 새벽 시간대 청소년의 게임 이용을 제한하는 ‘셧다운제’도 여러 파장을 몰고오고 있다. 해외에 서버를 둔 게임업체는 규제 대상에서 제외되고, 우리나라에 서버를 둔 업체만 규제하다보니 잘 나가던 국내 게임업체들의 실적은 곤두박질치고, 우수 게임 인력의 해외 이탈만 가속화하고 있다. 반면 이웃 중국은 인터넷 게임 과몰입 현상에 대해 자율규제 방식으로 문제를 풀어가면서 ‘게임=고부가가치 산업’이라는 인식 아래 국가적 차원에서 각종 육성정책을 내놓고 있다. “<span class='quot0'>예전에는 한국 게임시장이 중국에 비해 50m는 앞서갔는데, 지금은 30m는 처져 있다</span>”는 탄식이 터져나오는 이유다.<br/><br/><br/><br/>최근 논란이 불거진 단말기유통구조개선법(단통법)도 선한 의도의 규제가 선한 결과를 가져오지 않는다는 점을 극명하게 보여준다. 정부는 단말기 통신시장의 무질서를 바로잡고 보조금 차별 지급을 없애겠다는 사명감으로 단통법 규제를 만들었는지 모르지만 그에 따른 후유증이 곳곳에서 불거지고 있다. 정부의 압박으로 이동통신사들이 보조금을 속속 상향 조정했지만 향후 어디로 튈지 모를 일이고, 오히려 정부 압박으로 보조금이 추가로 확대될 것이라는 기대감으로 휴대전화 구입을 미뤄 판매량만 70% 가까이 급감했다. 시장의 자생적인 질서를 무시하고 어설픈 평등주의를 적용한 단통법은 한 치 앞을 못 내다본 공무원의 ‘규제 근시주의’가 빚어낸 비극으로 기록될지도 모른다. 규제 혁파는 한국경제의 시작이자 끝이다. “<span class='quot0'>재도약이냐, 쇠락이냐의 골든타임에 놓인 한국경제가 환골탈태하기 위한 핵심 키는 규제개혁</span>”이라는 대한상공회의소의 호소문이 더욱 절박하게 다가온다.

언론사: 문화일보-1-537.txt

제목: <힐링푸드>면역력 ‘쑥쑥’ 버섯 가을의 ‘보약’  
날짜: 20141022  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141022100000202  
본문: 버섯의 계절이다. 사계절 시장에는 버섯이 전시돼 판매되고 있지만 요즘처럼 면역력이 떨어지는 환절기야말로 면역력 증진에 일등공신인 버섯을 섭취해야 할 때다. <br/><br/>버섯이 최근 건강식으로 대접받는 것은 면역력 향상 외에도 여러 효능을 지녔기 때문이다. 대표적인 것이 다이어트다. 버섯의 열량은 100g당 30㎈ 안팎에 불과하다. 몸에 좋다는 녹색 채소와 별 차이가 나지 않는다. 그 대신 수분이 90% 이상이고 식이섬유 역시 풍부하다. 변비 예방과 치료에 유효한 것도 그 때문이다.<br/><br/>그러나 역시 버섯의 효능 중 근래에 들어와 가장 주목받는 것은 항암 작용이다. 영지, 운지, 상황, 아가리쿠스, 차가버섯 등 수많은 버섯이 항암 식품으로 분류돼 있다. 버섯의 이 같은 항암 효능은 고유의 다당체인 베타글루칸 때문이라는 연구 결과가 많이 나와있다. <br/><br/>베타글루칸은 거의 모든 버섯에 들어있지만 그중에서도 몇몇 버섯이 특히 항암버섯으로 명성을 얻고 있는 것은 베타글루칸 함량이 높기 때문이다. 베타글루칸이 대식세포(암세포 등을 잡아먹는 면역세포)를 활성화한다는 연구 결과는 여러 차례 학계에 보고됐다. 일본은 30년 전부터 버섯에서 베타글루칸을 추출해 항암제로 사용해왔다. 전문가들은 버섯의 주요 성분인 베타글루칸이 암세포를 직접 죽이지는 못하지만 암 환자의 면역력을 높여 암세포의 활동을 억제한다고 주장한다. <br/><br/>물론 귀리나 보리 등의 곡물에도 베타글루칸이 많이 들어있다. 그러나 버섯과 그 구조가 다르다. 귀리나 보리의 베타글루칸은 단지 식이섬유로만 작용한다. 반면에 버섯에 들어있는 베타글루칸은 면역 증강작용이 있는데, 이 같은 효능은 버섯 베타글루칸의 독특한 구조(베타 1.3/1.6 글루칸) 때문이라는 연구 결과가 있다. <br/><br/>최근 제주도에서 화산토와 마분을 이용한 인공번식에 성공해 화제가 되고 있는 아가리쿠스버섯도 항암 효능이 있는 것으로 알려진 베타1.3글루칸을 풍부하게 함유하고 있다. 이 버섯은 브라질 피에디테 지역의 특수한 기후조건에서만 자라는데 로널드 레이건 전 미국 대통령이 대장암 치료에 사용했다는 것이 알려지면서 세계적으로 유명해졌다.<br/><br/>아가리쿠스버섯은 우리나라에서 ‘신령버섯’ 혹은 ‘흰들버섯’으로도 불리며, 1985년경부터 일부 암 투병 환자들이 해외에서 구입해 복용하면서 일반에 유통되기 시작했다. 일찌감치 아가리쿠스버섯 재배에 성공한 일본에서는 이 버섯이 특히 대장암, 갑상선암, 위암 등의 예방에 효능이 있다고 믿어져왔다. 이후 1990년대에 들어와 국내 일부 농가에서 재배되기 시작했다. 아가리쿠스버섯은 양송이와 유사하지만 버섯대가 양송이보다 두껍고 길며 흰색이다. 버섯을 씹으면 달고 담백한 맛이 나는데 ‘찐 밤’ 맛을 연상시킨다. <br/><br/>아가리쿠스의 베타글루칸 성분은 암 예방은 물론 당뇨병 예방에도 유익한 것으로 알려졌다. 비타민D는 골다공증 예방에도 좋다고 한다. 특히 아가리쿠스버섯은 42∼45% 정도의 식물성 단백질을 함유하고 있어서 육류 섭취에 어려움을 겪는 사람들의 영양보충에도 좋다. 그래서 달여서 차나 농축액을 만들고 남은 버섯은 찌개에 넣어 먹을 것을 생산자들은 권하고 있다. <br/><br/>제주시 노형동 도깨비도로 인근에서 제주아가리쿠스버섯농장을 운영하며 화산토와 마분(馬糞)을 이용한 버섯 재배에 성공한 김상민 대표는 “<span class='quot0'>아가리쿠스버섯은 우리 몸의 면역력을 증가시키는 탁월한 효과를 지녀 전 세계인들의 주목을 받고 있는 신비의 버섯으로 겉모양은 양송이와 비슷한데 버섯대는 양송이보다 두껍고 길며, 향기가 강렬한 것이 특징</span>”이라며 “<span class='quot0'>먹을 땐 금방 딴 버섯을 그냥 드셔도 좋지만 유통 과정에서 상하기 쉬우므로 동결건조시키거나 말려서 유통시키고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>얼마전 치매 예방효과가 밝혀지며 새롭게 주목받고 있는 노루궁뎅이버섯도 역시 유명한 항암 버섯 중 하나다. 농촌진흥청이 이 버섯으로 동물 실험을 한 결과 뇌의 기억력 중추인 해마 부위에서 노루궁뎅이버섯 추출물 투여군의 경우 신경성장인자(NGF)의 발현이 1.2배 늘어났다. 특히 공간능력에 영향을 준다고 알려져 있는 프로테인 카이네이즈 에이(PKA)가 증가하는 것이 확인됐다. 노루궁뎅이버섯은 우리나라와 일본, 중국, 북아메리카에 분포하는 버섯으로 활엽수에서 주로 자라며 최근 재배법이 개발돼 식용과 약용으로 많이 이용되고 있다. 농촌진흥청 인삼특작이용팀 노형준 박사는 “<span class='quot1'>노루궁뎅이버섯은 아미노산과 기타 영양요소가 높은 식품으로 치매의 일종인 인지능력 저하를 해결해줄 수 있는 기능성 식품 원료로 개발 가치가 높다</span>”고 말했다. <br/><br/>한편 전문가들은 이 같은 버섯의 효능을 놓고 아직 연구가 진행되고 있는 만큼 효능을 100% 확신하는 것은 금물이라고 말한다. 아무리 버섯이 천연물질이고 독성과 부작용이 없다 해도 자가면역질환 등 일부 질환은 오히려 증상을 악화시킬 수도 있다고 말한다. 또 항암 효능만 해도 환자의 증상, 체질 등에 따라 전혀 효능을 보이지 못할 수도 있다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-538.txt

제목: <힐링푸드>면역력 ‘쑥쑥’ 버섯 가을의 ‘보약’  
날짜: 20141022  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141022100000163  
본문: 버섯의 계절이다. 사계절 시장에는 버섯이 전시돼 판매되고 있지만 요즘처럼 면역력이 떨어지는 환절기야말로 면역력 증진에 일등공신인 버섯을 섭취해야 할 때다. <br/><br/>버섯이 최근 건강식으로 대접받는 것은 면역력 향상 외에도 여러 효능을 지녔기 때문이다. 대표적인 것이 다이어트다. 버섯의 열량은 100g당 30㎈ 안팎에 불과하다. 몸에 좋다는 녹색 채소와 별 차이가 나지 않는다. 그 대신 수분이 90% 이상이고 식이섬유 역시 풍부하다. 변비 예방과 치료에 유효한 것도 그 때문이다.<br/><br/>그러나 역시 버섯의 효능 중 근래에 들어와 가장 주목받는 것은 항암 작용이다. 영지, 운지, 상황, 아가리쿠스, 차가버섯 등 수많은 버섯이 항암 식품으로 분류돼 있다. 버섯의 이 같은 항암 효능은 고유의 다당체인 베타글루칸 때문이라는 연구 결과가 많이 나와있다. <br/><br/>베타글루칸은 거의 모든 버섯에 들어있지만 그중에서도 몇몇 버섯이 특히 항암버섯으로 명성을 얻고 있는 것은 베타글루칸 함량이 높기 때문이다. 베타글루칸이 대식세포(암세포 등을 잡아먹는 면역세포)를 활성화한다는 연구 결과는 여러 차례 학계에 보고됐다. 일본은 30년 전부터 버섯에서 베타글루칸을 추출해 항암제로 사용해왔다. 전문가들은 버섯의 주요 성분인 베타글루칸이 암세포를 직접 죽이지는 못하지만 암 환자의 면역력을 높여 암세포의 활동을 억제한다고 주장한다. <br/><br/>물론 귀리나 보리 등의 곡물에도 베타글루칸이 많이 들어있다. 그러나 버섯과 그 구조가 다르다. 귀리나 보리의 베타글루칸은 단지 식이섬유로만 작용한다. 반면에 버섯에 들어있는 베타글루칸은 면역 증강작용이 있는데, 이 같은 효능은 버섯 베타글루칸의 독특한 구조(베타 1.3/1.6 글루칸) 때문이라는 연구 결과가 있다. <br/><br/>최근 제주도에서 화산토와 마분을 이용한 인공번식에 성공해 화제가 되고 있는 아가리쿠스버섯도 항암 효능이 있는 것으로 알려진 베타1.3글루칸을 풍부하게 함유하고 있다. 이 버섯은 브라질 피에디테 지역의 특수한 기후조건에서만 자라는데 로널드 레이건 전 미국 대통령이 대장암 치료에 사용했다는 것이 알려지면서 세계적으로 유명해졌다.<br/><br/>아가리쿠스버섯은 우리나라에서 ‘신령버섯’ 혹은 ‘흰들버섯’으로도 불리며, 1985년경부터 일부 암 투병 환자들이 해외에서 구입해 복용하면서 일반에 유통되기 시작했다. 일찌감치 아가리쿠스버섯 재배에 성공한 일본에서는 이 버섯이 특히 대장암, 갑상선암, 위암 등의 예방에 효능이 있다고 믿어져왔다. 이후 1990년대에 들어와 국내 일부 농가에서 재배되기 시작했다. 아가리쿠스버섯은 양송이와 유사하지만 버섯대가 양송이보다 두껍고 길며 흰색이다. 버섯을 씹으면 달고 담백한 맛이 나는데 ‘찐 밤’ 맛을 연상시킨다. <br/><br/>아가리쿠스의 베타글루칸 성분은 암 예방은 물론 당뇨병 예방에도 유익한 것으로 알려졌다. 비타민D는 골다공증 예방에도 좋다고 한다. 특히 아가리쿠스버섯은 42∼45% 정도의 식물성 단백질을 함유하고 있어서 육류 섭취에 어려움을 겪는 사람들의 영양보충에도 좋다. 그래서 달여서 차나 농축액을 만들고 남은 버섯은 찌개에 넣어 먹을 것을 생산자들은 권하고 있다. <br/><br/>제주시 노형동 도깨비도로 인근에서 제주아가리쿠스버섯농장을 운영하며 화산토와 마분(馬糞)을 이용한 버섯 재배에 성공한 김상민 대표는 “<span class='quot0'>아가리쿠스버섯은 우리 몸의 면역력을 증가시키는 탁월한 효과를 지녀 전 세계인들의 주목을 받고 있는 신비의 버섯으로 겉모양은 양송이와 비슷한데 버섯대는 양송이보다 두껍고 길며, 향기가 강렬한 것이 특징</span>”이라며 “<span class='quot0'>먹을 땐 금방 딴 버섯을 그냥 드셔도 좋지만 유통 과정에서 상하기 쉬우므로 동결건조시키거나 말려서 유통시키고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>얼마전 치매 예방효과가 밝혀지며 새롭게 주목받고 있는 노루궁뎅이버섯도 역시 유명한 항암 버섯 중 하나다. 농촌진흥청이 이 버섯으로 동물 실험을 한 결과 뇌의 기억력 중추인 해마 부위에서 노루궁뎅이버섯 추출물 투여군의 경우 신경성장인자(NGF)의 발현이 1.2배 늘어났다. 특히 공간능력에 영향을 준다고 알려져 있는 프로테인 카이네이즈 에이(PKA)가 증가하는 것이 확인됐다. 노루궁뎅이버섯은 우리나라와 일본, 중국, 북아메리카에 분포하는 버섯으로 활엽수에서 주로 자라며 최근 재배법이 개발돼 식용과 약용으로 많이 이용되고 있다. 농촌진흥청 인삼특작이용팀 노형준 박사는 “<span class='quot1'>노루궁뎅이버섯은 아미노산과 기타 영양요소가 높은 식품으로 치매의 일종인 인지능력 저하를 해결해줄 수 있는 기능성 식품 원료로 개발 가치가 높다</span>”고 말했다. <br/><br/>한편 전문가들은 이 같은 버섯의 효능을 놓고 아직 연구가 진행되고 있는 만큼 효능을 100% 확신하는 것은 금물이라고 말한다. 아무리 버섯이 천연물질이고 독성과 부작용이 없다 해도 자가면역질환 등 일부 질환은 오히려 증상을 악화시킬 수도 있다고 말한다. 또 항암 효능만 해도 환자의 증상, 체질 등에 따라 전혀 효능을 보이지 못할 수도 있다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-539.txt

제목: 4000억 투자·12개 국가서 임상시험… 세계 최초로 췌장암 치료백신 개발  
날짜: 20141022  
기자: 박민철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141022100000130  
본문: 지난 16일 찾은 경기 성남시 분당구 운중동 젬백스앤카엘의 직원들은 소비자들로부터 잇달아 걸려오는 문의전화로 분주한 모습이었다. 한 달 전 췌장암 치료 백신으로 알려진 ‘리아백스주(코드명 GV1001)’가 식품의약품안전처로부터 신약 허가를 받은 후 밀려드는 문의와 함께 해외 투자자들의 방문이 쇄도하고 있기 때문이다. <br/><br/>리아백스주는 차세대 항암치료제 및 항염증제 약품으로 지난 30년에 걸친 노력 끝에 탄생한 신약이다. 특히 바이오마커(몸 안의 변화를 알아낼 수 있는 지표)인 ‘이오탁신’이 높은 환자의 경우 생존기간을 크게 늘릴 수 있는 것으로 알려졌다. <br/><br/>이오탁신은 체내에서 발견되는 유전물질로, 췌장암 환자의 절반 정도는 이오탁신 농도가 매우 높다. 식약처에 따르면 리아백스주는 췌장암을 비롯한 다양한 암에서 시행한 임상시험에서 부작용이 발견되지 않았다. 일반 항암제는 암세포 자체를 공격하지만 리아백스주는 인체 스스로 면역력을 높여 암을 치료하는 백신이라 그만큼 부작용이 적다. 이에 따라 국내 바이오 회사가 개발한 항암치료제로서는 5번째 신약으로 인정을 받게 됐다.<br/><br/>국내외 리아백스주에 대한 높은 관심은 세계 최초의 췌장암 치료 백신이라는 것이다. 그동안 췌장암은 수술해도 사망률과 재발률이 높아 ‘매우 고약한 암’으로 불린다. 일각에선 사실상 치료가 불가능한 난치병으로 분류하기도 한다. 모든 암 중 가장 낮은 생존율(5∼8%)을 보이면서 발병 후 생존기간도 6∼12개월로 매우 짧다. 따라서 글로벌 제약사들은 치료제 개발에 열을 올리고 있지만 아직 신약 개발에는 성공하지 못했다. 젬백스앤카엘은 내년 상반기 출시를 앞두고 절박한 상황에 놓인 췌장암 환자들을 위해 식약처의 허가를 받은 뒤 담당 의사들과 협의 후 무료로 투여할 계획을 준비 중이다. 내년 상반기 국내 출시에 이어 해외 시장 진출도 서둘고 있다. <br/><br/>젬백스앤카엘은 2008년 노르웨이의 항암백신 개발전문회사인 ‘젬백스AS’를 1000만 달러가량에 인수해 항암백신 후보 물질 ‘GV1001’을 확보한 뒤 글로벌 임상을 진행해 왔다. 2000년도부터 10여 개가 넘는 임상(1∼3상)을 미국, 영국, 프랑스를 포함한 전 세계 12개 국가에서 실시했다. 2012년 5월까지 약 5년간 영국에서 임상 3상 시험을 1062명 환자를 대상으로 진행했다. <br/><br/>리아백스주 개발에는 지금까지 4000억 원 정도가 투자됐다. 젬백스 인수 전 이미 신약 개발을 위해 영국 왕립암학회가 수백 억 원을 지원했다. 영국에서 췌장암 환자가 급증하고 있어 치료제 개발이 시급했기 때문이다. 젬백스앤카엘도 인수 후 연구·개발(R&D)비, 임상시험 경상비용 등으로 850억 원을 쏟아부었다.<br/><br/>젬백스앤카엘의 사업부문은 환경오염제어사업, 항암백신사업(카엘젬백스), LCD모듈사업(젬백스테크놀러지), 제약업(삼성제약)으로 구성돼 있다. 젬백스앤카엘과 젬백스테크놀러지에서는 매년 흑자를 달성하는 등 지난해 매출은 665억 원으로 전년 대비 2배 이상 성장했다. 다만 지난해 순이익은 항암백신사업의 R&D 투자로 33억 원 적자를 기록했다. <br/><br/>회사 측은 “<span class='quot0'>R&D 및 경상비용으로 연간 100억 원 규모의 투자가 이뤄지고 있어 2013년까지 최근 3년간 연결실적으로 적자를 기록했다</span>”며 “<span class='quot0'>하지만 신약 판매가 본격적으로 이뤄지는 내년 상반기부터는 실적 개선을 예상하고 있다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot0'>최근 3년간 R&D비는 연평균 약 70억 원에 달한다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/>젬백스앤카엘은 신약 개발에서 현재까지 20개가 넘는 국내외 주요 병원 및 연구기관과 연계를 통해 30여 개의 과제를 진행했다. 영국 리버풀 의과대학, 미국UCLA, 프로비던스 포트랜드병원 암센터, 일본 아베종양내과와의 긴밀한 해외 연구네트워크를 통한 R&D 역량 강화에도 노력해 왔다. 현재까지 세계적인 학술지에 게재된 논문만 3편을 포함, 지난해 6월 이후 현재까지 40여 개의 새로운 특허를 출원했다. 누적으로 세계 30여 국가에 420건 이상의 특허를 보유하고 있다. <br/><br/>김상재 젬백스앤카엘 대표는 “<span class='quot1'>이번 신약 허가로 췌장암 환자들의 치료 기회 확대와 글로벌 시장 진출로 항암면역 세계 시장을 주도할 계획</span>”이라며 “<span class='quot1'>전립선암, 전립선비대증, 알츠하이머 등 삶의 질과 직결된 질병뿐만 아니라 난치병의 신약을 지속적으로 개발해 글로벌 제약사로 거듭날 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>성남 = 박민철 기자 mindom@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-540.txt

제목: 4000억 투자·12개 국가서 임상시험… 세계 최초로 췌장암 치료백신 개발  
날짜: 20141022  
기자: 박민철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141022100000176  
본문: 지난 16일 찾은 경기 성남시 분당구 운중동 젬백스앤카엘의 직원들은 소비자들로부터 잇달아 걸려오는 문의전화로 분주한 모습이었다. 한 달 전 췌장암 치료 백신으로 알려진 ‘리아백스주(코드명 GV1001)’가 식품의약품안전처로부터 신약 허가를 받은 후 밀려드는 문의와 함께 해외 투자자들의 방문이 쇄도하고 있기 때문이다. <br/><br/>리아백스주는 차세대 항암치료제 및 항염증제 약품으로 지난 30년에 걸친 노력 끝에 탄생한 신약이다. 특히 바이오마커(몸 안의 변화를 알아낼 수 있는 지표)인 ‘이오탁신’이 높은 환자의 경우 생존기간을 크게 늘릴 수 있는 것으로 알려졌다. <br/><br/>이오탁신은 체내에서 발견되는 유전물질로, 췌장암 환자의 절반 정도는 이오탁신 농도가 매우 높다. 식약처에 따르면 리아백스주는 췌장암을 비롯한 다양한 암에서 시행한 임상시험에서 부작용이 발견되지 않았다. 일반 항암제는 암세포 자체를 공격하지만 리아백스주는 인체 스스로 면역력을 높여 암을 치료하는 백신이라 그만큼 부작용이 적다. 이에 따라 국내 바이오 회사가 개발한 항암치료제로서는 5번째 신약으로 인정을 받게 됐다.<br/><br/>국내외 리아백스주에 대한 높은 관심은 세계 최초의 췌장암 치료 백신이라는 것이다. 그동안 췌장암은 수술해도 사망률과 재발률이 높아 ‘매우 고약한 암’으로 불린다. 일각에선 사실상 치료가 불가능한 난치병으로 분류하기도 한다. 모든 암 중 가장 낮은 생존율(5∼8%)을 보이면서 발병 후 생존기간도 6∼12개월로 매우 짧다. 따라서 글로벌 제약사들은 치료제 개발에 열을 올리고 있지만 아직 신약 개발에는 성공하지 못했다. 젬백스앤카엘은 내년 상반기 출시를 앞두고 절박한 상황에 놓인 췌장암 환자들을 위해 식약처의 허가를 받은 뒤 담당 의사들과 협의 후 무료로 투여할 계획을 준비 중이다. 내년 상반기 국내 출시에 이어 해외 시장 진출도 서둘고 있다. <br/><br/>젬백스앤카엘은 2008년 노르웨이의 항암백신 개발전문회사인 ‘젬백스AS’를 1000만 달러가량에 인수해 항암백신 후보 물질 ‘GV1001’을 확보한 뒤 글로벌 임상을 진행해 왔다. 2000년도부터 10여 개가 넘는 임상(1∼3상)을 미국, 영국, 프랑스를 포함한 전 세계 12개 국가에서 실시했다. 2012년 5월까지 약 5년간 영국에서 임상 3상 시험을 1062명 환자를 대상으로 진행했다. <br/><br/>리아백스주 개발에는 지금까지 4000억 원 정도가 투자됐다. 젬백스 인수 전 이미 신약 개발을 위해 영국 왕립암학회가 수백 억 원을 지원했다. 영국에서 췌장암 환자가 급증하고 있어 치료제 개발이 시급했기 때문이다. 젬백스앤카엘도 인수 후 연구·개발(R&D)비, 임상시험 경상비용 등으로 850억 원을 쏟아부었다.<br/><br/>젬백스앤카엘의 사업부문은 환경오염제어사업, 항암백신사업(카엘젬백스), LCD모듈사업(젬백스테크놀러지), 제약업(삼성제약)으로 구성돼 있다. 젬백스앤카엘과 젬백스테크놀러지에서는 매년 흑자를 달성하는 등 지난해 매출은 665억 원으로 전년 대비 2배 이상 성장했다. 다만 지난해 순이익은 항암백신사업의 R&D 투자로 33억 원 적자를 기록했다. <br/><br/>회사 측은 “<span class='quot0'>R&D 및 경상비용으로 연간 100억 원 규모의 투자가 이뤄지고 있어 2013년까지 최근 3년간 연결실적으로 적자를 기록했다</span>”며 “<span class='quot0'>하지만 신약 판매가 본격적으로 이뤄지는 내년 상반기부터는 실적 개선을 예상하고 있다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot0'>최근 3년간 R&D비는 연평균 약 70억 원에 달한다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/>젬백스앤카엘은 신약 개발에서 현재까지 20개가 넘는 국내외 주요 병원 및 연구기관과 연계를 통해 30여 개의 과제를 진행했다. 영국 리버풀 의과대학, 미국UCLA, 프로비던스 포트랜드병원 암센터, 일본 아베종양내과와의 긴밀한 해외 연구네트워크를 통한 R&D 역량 강화에도 노력해 왔다. 현재까지 세계적인 학술지에 게재된 논문만 3편을 포함, 지난해 6월 이후 현재까지 40여 개의 새로운 특허를 출원했다. 누적으로 세계 30여 국가에 420건 이상의 특허를 보유하고 있다. <br/><br/>김상재 젬백스앤카엘 대표는 “<span class='quot1'>이번 신약 허가로 췌장암 환자들의 치료 기회 확대와 글로벌 시장 진출로 항암면역 세계 시장을 주도할 계획</span>”이라며 “<span class='quot1'>전립선암, 전립선비대증, 알츠하이머 등 삶의 질과 직결된 질병뿐만 아니라 난치병의 신약을 지속적으로 개발해 글로벌 제약사로 거듭날 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>성남 = 박민철 기자 mindom@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-541.txt

제목: <힐링푸드>멍게 피부, 미역귀로 미끈매끈  
날짜: 20141022  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141022100000166  
본문: 거친 식감 때문에 미역의 부속 찌끄러기 정도로 여겨졌던 미역귀의 효능이 요즘 새롭게 주목받고 있다. 얼마 전 국내 한 연구진에 의해 미역귀 추출물을 이용한 아토피 피부염 치료제 연구가 진행되고 있다는 소식이 들려 환자들의 주목을 받았다. <br/><br/>미역도 몸에 좋지만 미역뿌리 바로 위에 달리는 머리 부분으로 ‘포자’를 배출, ‘미역의 생식기’로도 통하는 미역귀에는 특히 알긴산과 후코이단 성분이 풍부하게 들어있다. <br/><br/>알긴산은 식이 섬유소로서 포만감을 주어, 식사량을 조절하는데 도움이 된다. 또한 장 내에 불필요한 중성지방이나 콜레스테롤, 중금속 등을 흡착하여 배설시켜 주며, 변비 해소에도 좋다. <br/><br/>또 후코이단 성분은 미역, 다시마종의 해조류에서 추출된 물질이며 햇빛과 파도에서 미역의 어린잎을 보호하기 위해 분비하는 점액질로 면역력을 활성화하고 항암작용도 하는 것으로 알려졌다.<br/><br/>특히 암세포가 스스로 죽도록 만드는 아포토시스 유도 기능이 눈길을 끄는데 후코이단이 암세포의 돌연변이를 막아 정상세포와 마찬가지로 일정시간이 되면 스스로 죽도록 만든다는 것이다. 또 인체의 면역반응을 향상시키고, 혈관의 종양 생성을 억제하며, 암세포가 혈소판에 점착하는 것을 방해해 전이를 막는 기능을 지녔다. <br/><br/>특히 항암제의 부작용 때문에 면역력이 극도로 떨어진 암환자들의 면역력을 향상시키는 효과가 뛰어난 것으로 알려져 있다. 다당류인 후코이단이 장에 들어가면 유익균의 먹이가 되어 장 면역력도 높여준다. 이 때문에 최근 들어 후코이단을 암 치료에 활용하려는 움직임이 활발하다.<br/><br/>그러면 여드름과 관련해서 미역귀는 어떤 효능을 지녔을까. 그동안에는 일반적으로 미역에 풍부하게 함유돼 있는 요오드 성분이 여드름을 악화시킨다는 의견이 많았었다. <br/><br/>그러나 최근 미역 등의 해조류에 여드름을 일으키는 박테리아인 여드름균의 증식을 차단하는 특정 지방산이 있다는 연구결과가 해외에서 발표돼 주목을 받았다.<br/><br/>해조류가 지니고 있는 에이코사펜타엔산(EPA)과 디호모감마리놀렌산(DGLA)이 여드름균을 억제하는 효능이 있다는 것. 연구에서 이 두 가지 지방산은 현재 여드름 치료에 쓰이는 벤조일퍼옥사이드와 살리실산 못지 않게 여드름균의 증식을 억제한다고 밝혀졌다. <br/><br/>국내 전문가들도 대체적으로 DGLA의 여드름 억제 효능에 동의를 하고 있다. DGLA는 오메가6계열의 지방산으로 과도한 경우 체내에서 염증을 유발하지만 피부에서는 오히려 염증을 잡아준다는 것이다. <br/><br/>DGLA는 다른 효능도 지녔다. 정기적으로 복용할 경우 당뇨성 신경합병증이 크게 개선됐다. 또 당뇨병과 심장병에 걸린 환자들이 DGLA를 섭취하면 콜레스테롤 수치가 떨어지는 등 긍정적인 방향으로 개선된다는 연구결과도 있다. <br/><br/>그러나 EPA의 여드름 억제 효능에 대해서는 아직 검증해야 할 부분이 많다고 전문가들은 말한다. EPA가 체내에서는 일정 부분 염증억제효능을 보여 당연히 여드름 등의 피부염증에 좋을 것이라고 많은 이들이 생각하지만 피부에서는 다르게 작용할 수도 있는 만큼 향후 연구가 더 진행돼야 한다는 것이다. <br/><br/>한편 여드름과 요오드의 상관관계에 대해서는 아직도 갑론을박이 많다. 미역이나 해파리 김 등 해조류에 많이 들어 있는 요오드 성분이 여드름을 생기게 할 수는 있으나, 여드름을 생기게 하려면 엄청나게 많은 양을 먹어야 한다고 일부에선 주장한다. <br/><br/>또 요오드가 체내에 과다 축적될 때 갑상선기능 항진증을 보이게 되고, 그 증상 중의 하나가 여드름이 많이 나는 것인 만큼 미역을 많이 먹으면 갑상선기능항진증으로 이어져 여드름을 악화시킨다는 견해도 있다. 그러나 이에 대해 많은 전문가들이 의학적 근거도, 신뢰할 만한 연구도 없다고 지적한다. <br/><br/>＜도움말 = 윤승일(한의기능영양학회장) 빙빙한의원 원장＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-542.txt

제목: <힐링푸드>멍게 피부, 미역귀로 미끈매끈  
날짜: 20141022  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141022100000205  
본문: 거친 식감 때문에 미역의 부속 찌끄러기 정도로 여겨졌던 미역귀의 효능이 요즘 새롭게 주목받고 있다. 얼마 전 국내 한 연구진에 의해 미역귀 추출물을 이용한 아토피 피부염 치료제 연구가 진행되고 있다는 소식이 들려 환자들의 주목을 받았다. <br/><br/>미역도 몸에 좋지만 미역뿌리 바로 위에 달리는 머리 부분으로 ‘포자’를 배출, ‘미역의 생식기’로도 통하는 미역귀에는 특히 알긴산과 후코이단 성분이 풍부하게 들어있다. <br/><br/>알긴산은 식이 섬유소로서 포만감을 주어, 식사량을 조절하는데 도움이 된다. 또한 장 내에 불필요한 중성지방이나 콜레스테롤, 중금속 등을 흡착하여 배설시켜 주며, 변비 해소에도 좋다. <br/><br/>또 후코이단 성분은 미역, 다시마종의 해조류에서 추출된 물질이며 햇빛과 파도에서 미역의 어린잎을 보호하기 위해 분비하는 점액질로 면역력을 활성화하고 항암작용도 하는 것으로 알려졌다.<br/><br/>특히 암세포가 스스로 죽도록 만드는 아포토시스 유도 기능이 눈길을 끄는데 후코이단이 암세포의 돌연변이를 막아 정상세포와 마찬가지로 일정시간이 되면 스스로 죽도록 만든다는 것이다. 또 인체의 면역반응을 향상시키고, 혈관의 종양 생성을 억제하며, 암세포가 혈소판에 점착하는 것을 방해해 전이를 막는 기능을 지녔다. <br/><br/>특히 항암제의 부작용 때문에 면역력이 극도로 떨어진 암환자들의 면역력을 향상시키는 효과가 뛰어난 것으로 알려져 있다. 다당류인 후코이단이 장에 들어가면 유익균의 먹이가 되어 장 면역력도 높여준다. 이 때문에 최근 들어 후코이단을 암 치료에 활용하려는 움직임이 활발하다.<br/><br/>그러면 여드름과 관련해서 미역귀는 어떤 효능을 지녔을까. 그동안에는 일반적으로 미역에 풍부하게 함유돼 있는 요오드 성분이 여드름을 악화시킨다는 의견이 많았었다. <br/><br/>그러나 최근 미역 등의 해조류에 여드름을 일으키는 박테리아인 여드름균의 증식을 차단하는 특정 지방산이 있다는 연구결과가 해외에서 발표돼 주목을 받았다.<br/><br/>해조류가 지니고 있는 에이코사펜타엔산(EPA)과 디호모감마리놀렌산(DGLA)이 여드름균을 억제하는 효능이 있다는 것. 연구에서 이 두 가지 지방산은 현재 여드름 치료에 쓰이는 벤조일퍼옥사이드와 살리실산 못지 않게 여드름균의 증식을 억제한다고 밝혀졌다. <br/><br/>국내 전문가들도 대체적으로 DGLA의 여드름 억제 효능에 동의를 하고 있다. DGLA는 오메가6계열의 지방산으로 과도한 경우 체내에서 염증을 유발하지만 피부에서는 오히려 염증을 잡아준다는 것이다. <br/><br/>DGLA는 다른 효능도 지녔다. 정기적으로 복용할 경우 당뇨성 신경합병증이 크게 개선됐다. 또 당뇨병과 심장병에 걸린 환자들이 DGLA를 섭취하면 콜레스테롤 수치가 떨어지는 등 긍정적인 방향으로 개선된다는 연구결과도 있다. <br/><br/>그러나 EPA의 여드름 억제 효능에 대해서는 아직 검증해야 할 부분이 많다고 전문가들은 말한다. EPA가 체내에서는 일정 부분 염증억제효능을 보여 당연히 여드름 등의 피부염증에 좋을 것이라고 많은 이들이 생각하지만 피부에서는 다르게 작용할 수도 있는 만큼 향후 연구가 더 진행돼야 한다는 것이다. <br/><br/>한편 여드름과 요오드의 상관관계에 대해서는 아직도 갑론을박이 많다. 미역이나 해파리 김 등 해조류에 많이 들어 있는 요오드 성분이 여드름을 생기게 할 수는 있으나, 여드름을 생기게 하려면 엄청나게 많은 양을 먹어야 한다고 일부에선 주장한다. <br/><br/>또 요오드가 체내에 과다 축적될 때 갑상선기능 항진증을 보이게 되고, 그 증상 중의 하나가 여드름이 많이 나는 것인 만큼 미역을 많이 먹으면 갑상선기능항진증으로 이어져 여드름을 악화시킨다는 견해도 있다. 그러나 이에 대해 많은 전문가들이 의학적 근거도, 신뢰할 만한 연구도 없다고 지적한다. <br/><br/>＜도움말 = 윤승일(한의기능영양학회장) 빙빙한의원 원장＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-543.txt

제목: 한화생명 ‘여성CI보험’ 출시… 사망보험금 80% 미리 지급  
날짜: 20141022  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141022100000086  
본문: 한화생명이 여성만을 위한 차별화된 CI(Critical Illness·치명적 질병)보험 ‘한화생명 여성CI보험’을 출시했다. CI보험이란 사망을 보장(종신)하면서 중대한 질병 발생시 사망보험금의 50∼80%를 미리 지급하는 보장성 보험이다.<br/><br/>한화생명 여성CI보험은 중대한 암, 급성심근경색증, 뇌졸중과 같은 질병 보장은 물론 유방암으로 인한 유방절제술, 특정 류머티스 관절염, 중증 루푸스 신염, 다발성경화증과 같이 여성들에게 발병하기 쉬운 질병도 특약으로 평생토록 보장한다.<br/><br/>특히 상속자금이 여성이 남성에 비해 부족하다는 점에 착안해 사망보장을 극대화한 것도 특징이다. <br/><br/>기존 CI보험은 CI진단자금으로 가입금액의 80%를 선지급한 후 나머지 금액인 20%만 사망보험금으로 지급했으나 ‘한화생명 여성CI보험’은 40%까지 사망보장을 확대해 최대 120%까지 보장받을 수 있도록 했다.<br/><br/>높은 보장급부에 비해 합리적인 보험료도 장점이다. 최저보험료 월 5만 원이며, 비갱신 보험이기 때문에 종신토록 보험료 변동 없이 보장받을 수 있다. <br/><br/>35세 여성이 주계약 2000만 원, 여성특정4대질병보장특약을 1000만 원씩 가입해도 월 보험료 5만 원대(20년납)로 가입할 수 있다. <br/><br/>박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-544.txt

제목: 아모레퍼시픽, 암 환우들에 메이크업 노하우 전수  
날짜: 20141021  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141021100000087  
본문: 아모레퍼시픽이 진행해 오고 있는 다양한 사회공헌활동 가운데 가장 활발히 활동하고 있는 것은 올해로 7년째를 맞는 ‘아모레퍼시픽 메이크업 유어 라이프(AMOREPACIFIC Makeup your life)’ 캠페인(사진)이다. <br/><br/>이 캠페인은 암치료 과정에서 피부 변화와 탈모 등 급작스러운 외모 변화로 인해 고통받는 여성 암환우들에게 메이크업 및 피부관리와 헤어연출법 등 스스로를 가꿀 수 있는 노하우를 전수하는 운동이다. 투병 중 여성으로서 겪어야 하는 심적 고통과 우울증을 극복하고 내면의 아름다움을 되찾을 수 있도록 돕는다. <br/><br/>이 캠페인에는 아모레 카운슬러 및 교육강사가 자원봉사자로 참가해 여성 암환우들을 위한 ‘미의 전도사’로 활동한다. 지난해까지 이 캠페인에는 모두 8000여 명의 여성 암환우와 2000여 명의 아모레 카운슬러 자원봉사자가 참가했다.<br/><br/>이 캠페인은 서울 및 전국 주요 지역 환우를 대상으로 각 병원에서 개최된다. 암 수술 후 2년 이내의 여성 환우로, 현재 방사선 또는 항암치료 중인 여성은 누구나 신청이 가능하다. (병원별 30∼60명 선착순 마감)<br/><br/>또 참가자 전원에게는 가방과 교재, 브로슈어, 헤라(HERA) 메이크업 제품과 ‘프리메라(Primera) 스킨케어 키트’로 특별 구성된 ‘메이크업 유어 라이프 키트’도 제공된다. 아모레퍼시픽은 올해에도 전국 35개 병원을 찾아가 사회공헌활동을 전개할 방침이다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 특히 이 캠페인을 중국으로까지 확장해 상하이(上海)지역 최고 권위의 푸단(復旦)대병원에서 처음으로 실시하기도 했다. 중국에서도 지금까지 460여 명의 암환우들이 이 캠페인에 참가해 활력을 되찾았다.

언론사: 문화일보-1-545.txt

제목: 체 게바라 ‘시가 사진’ 유명 스위스 거장 르네 뷔리 사망  
날짜: 20141021  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141021100000154  
본문: 1960년대 쿠바 혁명기에 시가를 문 체 게바라의 흑백사진을 찍어 유명해진 스위스의 사진 거장 르네 뷔리가 사망했다. 81세.<br/><br/>세계적 보도사진 작가 그룹인 매그넘은 암으로 투병중이던 뷔리가 20일 취리히에서 숨졌다고 밝혔다. 1933년생인 뷔리는 1946년 스위스를 방문한 윈스턴 처칠 당시 영국 총리 모습을 아버지의 카메라에 담으면서 사진에 발을 들였다. 그는 23세에 농아학교를 찍은 사진 ‘농아를 위한 탄주’가 미국 ‘라이프’지에 실리면서 주목받기 시작했다. 1956년 매그넘에 합류한 뷔리는 1963년 시가를 피우며 상념에 잠긴 듯한 전설적 혁명가 체 게바라의 모습을 찍었고, 이 사진은 곧 세계적으로 유명해졌다.

언론사: 문화일보-1-546.txt

제목: 통합의학박람회-농업박람회 22일-23일 개막  
날짜: 20141021  
기자: 정우천  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141021100000113  
본문: 전남도가 주최하는 대한민국통합의학박람회와 대한민국농업박람회가 각각 오는 22일과 23일 개막한다. 올해로 각각 5회, 12회째를 맞아 전국 규모 행사로 자리 잡은 이들 박람회에서 올해 처음 선보이는 프로그램들도 많다.<br/><br/>장흥군 관산읍에서 오는 28일까지 계속되는 올해 통합의학박람회에서는 통합의학의 한 축을 이루는 ‘자연치유’와 ‘약이 되는 음식’을 주제로 한 전시관이 별도로 마련된다. 강승완 서울대 간호대 교수가 운영을 주관하는 ‘자연치유관’에서는 자연치유력을 높이는 명상, 요가, 풍욕, 해독, 식이요법 등의 프로그램을 운영한다. ‘약선요리관’에서는 한국식품연구원에서 주관해 약이 되는 음식들을 전시하고 요리법도 전수해 준다.<br/><br/>유방암 환자들의 ‘암 극복 사례’ 발표와 국립재활원이 운영하는 ‘장애인 시설 체험’ 등도 올해 새롭게 선보인다. 초청 강연을 할 명의·명사 5명 중에는 자연요법 박사 실라바드라난다 씨가 포함돼 있다. 미국에서 태어나 현재 인도의 아난다마르가 수행센터의 수행승인 그는 27일 ‘긍정 에너지와 건강’이라는 주제로 강연한다. 도 관계자는 “<span class='quot0'>2016년에는 국제대회로 격상시켜 장흥국제통합의학박람회를 개최할 계획</span>”이라며 “<span class='quot0'>이를 위해 내년 행사는 열지 않을 방침</span>”이라고 말했다.<br/><br/>11월 2일까지 전남도농업기술원(나주)에서 열리는 농업박람회에서는 작목별 생산비 절감 기술과 농업인 성공 사례를 중점적으로 선보인다. 특히 쌀, 쌀보리, 콩, 녹두, 양파, 가을배추, 한우(비육우), 오리 등 20개 작목에 대해서는 우수 사례를 전시한다. 농업기술원이 새로 개발한 멜론, 장미, 차, 벼, 토마토, 참다래 등 신품종과 친환경 농업자재, 유기농업 재배기술 등 시험연구 성과물도 전시해 농업인들의 ‘배움의 장’으로 활용한다는 게 도의 복안이다.<br/><br/>주 전시관은 농업예술관, 곤충산업관, 농업기술관, 농업홍보관, 농산업관, 생명농업관, 농업미래관 등 10개 관으로 꾸며진다. 올해 첫선을 보이는 ‘이색 농산물 정원’은 특이한 생김새의 박과 채소로 꾸며져 일반 관람객들에게 최고의 인기몰이를 할 것으로 기대된다.<br/><br/>무안 = 정우천 기자 sunshine@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-547.txt

제목: <파워인터뷰>“IT, 장애인을 사회로 이끌고 그들 삶까지 바꿀 것”  
날짜: 20141017  
기자: 노성열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141017100000200  
본문: 이상철 한국장애인재활협회장 & LG유플러스 부회장 <br/><br/><br/><br/>8층 엘리베이터를 내려서니 복도 한 쪽에 전면을 가득 메운 유리문이 보였다. 전형적인 기업 고위 임원들의 사무실 구성이다. 비서실 직원이 안내하는 대로 접견실로 들어서자 둥근 탁자에 몇 개인가의 푹신한 의자도 배치돼 있다. 아마 인터뷰 장소인가 보다. 사진기자가 촬영할 위치를 고르느라 왔다갔다 하는 걸 한 눈으로 흘리며 노트북 전원을 연결하고 녹음기도 켰다. 이렇게 한참 부산을 떨고 있는데, 누군가 “부회장님 방으로 가시죠” 한다. 장소가 바뀐 모양이다. 인터뷰 준비 세팅을 새로 해야 했다. ‘아, 귀찮아’ 하는 순간의 게으름을 누른 건 ‘내 방에서 제대로 대접하겠다’는 주인의 따스한 호의가 어렴풋이 느껴져서였다. 다시 집무실로 이동했다. 창에는 대나무로 만든 발이 커튼처럼 걸려 햇볕을 가리고 있었다. 조명은 조금 어둡다고 해야 할까, 흡사 중세 유럽의 수도원이나 아늑한 선방(禪房)에 들어온 것처럼 마음이 차분해졌다. 고아한 방 분위기와 대조적으로 입구 쪽 벽에는 2대의 대형 액정표시장치(LCD) 모니터가 붙어있고, 여기에 김홍도의 민속화 같은 고풍스러운 디지털 화면들이 수 초 간격으로 계속 바뀌어 돌아갔다. 첨단 정보통신(IT) 기술과 우리 고유의 전통문화가 어우러져 묘한 조화미가 스며나왔다. 방 주인의 개성을 잘 드러내는 치장이라고 생각했다.<br/><br/><br/><br/>이윽고 안쪽에 달린 문이 열리며 키가 커보이는 노신사가 성큼성큼 걸어나오며 악수를 청했다. 큼직한 손아귀에서 만만찮은 힘이 전달돼 왔다. “안녕하세요, 이상철입니다.” <br/><br/><br/><br/>저음에 약간 쇳소리가 섞인 듯한 목소리가 귓속으로 파고 들었다. 큰 음성은 아니었지만 전달력 강한 울림이었다. 가는 눈매에 살짝 웃음을 띤 표정은 편안하고 친절하게 다가왔지만 결코 방심할 수 없는 단호함도 겸비한 걸로 보였다. 이 양반이 관상도 잘 보신다던데 내가 이렇게 어설픈 인상비평을 해도 될까, 살짝 걱정스러운 마음이 우러나왔다.<br/><br/><br/><br/>지난 9월 25일 서울 중구 남대문로 LG유플러스 타워에서 만난 이상철 부회장의 첫 인상은 대강 이랬다. 그는 1996년 KT의 전신인 KTF 대표이사를 거쳐 정보통신부 장관을 역임한 뒤 학계에 몸담다가 2010년 기업 일선으로 컴백했다. 이동통신사의 대표이사치고도 가히 메가톤급이다. 우리나라 IT업계의 거물이자, 성장사를 지켜봐온 산 증인이라 해도 과언이 아니다. <br/><br/><br/><br/>그러나 오늘 만남은 한국의 통신사(史)를 듣기 위함이 아니다. 그의 또다른 직함, 한국장애인재활협회장으로 지내온 지난 10년을 돌아보기 위함이다. 한국장애인재활협회는 9월 26일 창립 60주년을 맞았다. 서울 여의도의 전국경제인연합회 건물에서 기념식도 열었다. 이상철 협회장은 협회의 60년 봉사세월 가운데 6분의 1인 최근 10년을 함께했다. 정통 IT맨과 장애인, 무슨 사연일까. 그것도 1년, 2년 체면치레 봉직도 아니고 10년이나… 그의 입이 열리기를 기다리는 수밖에.<br/><br/><br/><br/>―장애인재활협회는 무슨 일을 하는 단체입니까.<br/><br/><br/><br/>“우리나라에서 장애와 관련된 협회로는 최초입니다. 장애인단체의 원조라 할 수 있지요. 시각장애인, 정신지체장애협회 같은 데가 모두 여기서 넓혀 나간 겁니다. 1954년 전쟁 직후 세계재활협회 회장인 하워드 러스크 박사가 한국전쟁 고아와 장애인을 돕는 활동이 필요하다고 보고, 그때 돈으로 5000달러를 희사한 것을 계기로 설립됐습니다. 초대 회장은 당시 세브란스 병원장이던 백낙준 박사님이셨고, 부회장에 이방자 여사 등 사회적 리더들이 많이 참여했답니다. 60년간 전문가 단체로서 장애인 정책을 만들고 새로운 봉사 분야를 개발하는 활동을 계속해 왔어요. 장애 분야에서 전문가와 교수들을 배출하는 산실의 역할을 하고 있습니다. 재활협회 300여 명의 회원은 대부분 사회복지사나 이 분야 전문가들입니다. 장애인차별금지법 초안도 여기서 냈지요. 전 세계 인구의 5%가 장애인입니다. 이분들 중 숨어살다시피하는 사람도 제법 있어 눈에 덜 띄지만 생각보다 주변에 훨씬 많습니다. 재작년 말에 인천 송도에서 인천장애대회를 열었는데요, 반기문 총장과 김윤옥 여사도 오시고…. 제가 기조연설을 하면서 ‘IT로 장애인에게 새로운 삶을 주자’라고 새로운 서약을 했어요. 제가 회장으로 온 지 서너 달 만에 50주년 행사를 했거든요. 10년을 할 거라곤 꿈도 못 꿨는데, 정말 10년이 후딱 지나갔어요.” <br/><br/><br/><br/>장애인재활협회는 현재 장애가정 청소년 인적투자와 국제개발협력에 주력하고 있다. 첫째, 장애가정 청소년(부모가 장애가 있거나 본인이 장애인인 청소년)에 대한 인적 투자사업으로 멘토링, 요술통장, 꿈투자, 장애대학생 해외연수 ‘장애청년드림팀’ 등을 진행하고 있다. 둘째, ‘2012 인천세계장애대회’를 성공적으로 치렀으며, 이를 계기로 3차 아태장애인10년을 선포하고 한국정부가 주도하겠다는 의지를 이끌어낸 것이 가장 큰 성과 중의 하나로 꼽힌다. 셋째, 이런 성과를 바탕으로 2013년부터는 본격적으로 아태지역과 함께 국제협력사업을 수행해 오고 있다. 특히 IT사업을 아태지역에 전수하는 활동을 하고 있다. 베트남에 정보화교육장을 건립했으며, 오는 12월에는 글로벌 IT챌린지대회를 한·아세안(동남아국가연합) 정상회의 공식 행사로 부산에서 개최할 예정이다.<br/><br/><br/><br/>―10년 전에는 어떤 인연으로 장애인재활협회장을 맡게 되신 겁니까.<br/><br/><br/><br/>“(2003년) 정보통신부 장관을 마치고 여러 가지로 구상을 하고 있을 때 잘 아는 사회복지학 교수가 협회장 직을 추천했어요. 많은 고민 끝에 IT가 장애인들을 바꿀 수 있다는 조언에 결단을 내렸습니다. 처음 사업을 만들어가는 건 어려웠죠. 그때만 해도 장애인들은 수혜집단이고 보호대상이라는 생각에 갇혀 있었거든요. 장애인들을 함께 참여하는 대상으로 변화시키고자 애썼고, 그런 과정에서 남들이 하지 못했던 IT를 이용한 사업, 장애인들의 리더를 키우는 프로그램들을 만들어 나갔습니다. 지난 10여년간 협회장 직을 맡아오면서 ‘IT가 장애인들의 삶을 바꿀 수 있구나’ 하는 걸 더더욱 느낄 수 있었어요. 이젠 IT가 장애인들에게 없어선 안 될 도구입니다. 아니, 도구 정도가 아니라 사회로 향하는 창이자 삶의 가장 중요한 반려자라고 봐요. 노 기자, 장애인에게 가장 중요한 사람이 누구라고 생각해요? 바로 장애인의 어머니예요. 가장 위대한 분들이죠. 일생을 갖다바친 사람들입니다. 불평하는 어머니 본 적 있어요? 장관할 때 명절에 소아암 재단을 방문한 적이 있었습니다. 아이들은 암에 걸려도 병원에 가만 누워있는 게 아니라 주사를 계속 맞으며 일상 생활을 하더군요. 애가 두 살쯤 됐나? 안아보니 두 살배기 몸무게의 3배는 넘는 것 같았어요. 깜짝 놀랐죠. 암 주사를 맞으면 아이들이 비만이 된답니다. 그래서 어머니들 팔뚝도 굵더라구요. ‘아름다운 팔이십니다’ 하고 나온 기억이 나네요. 자, 아름다운 어머니들 다음가는 반려자가 바로 IT입니다. 장애인들을 사회 참여자로 만들어 주지요. ‘한국의 스티븐 호킹’이라는 이상묵 서울대 교수도 IT가 없었으면 존재하지 않았겠죠? 스티븐 호킹 교수 자신도 스피칭 신시사이저란 IT 기기의 도움을 받지 않으면 말을 할 수가 없습니다. IT가 단순한 보조기능에 그치지 않고 마치 어머니들처럼 장애인의 일생을 바꾸는 역할을 하는 겁니다.”<br/><br/><br/><br/>―구글, 애플 같은 서구 IT 기업들은 장애인 관련 서비스도 많이 하잖아요? 우리보단 확실히 장애 선진국 같습니다.<br/><br/><br/><br/>“2005년 여름에 장애인 60명과 동행인 60명이 ‘6개 대륙에 도전하다’란 프로그램으로 외국에 나갔어요. 저는 장애인 10명과 런던으로 가게 됐습니다. 시각장애인 학생과 현지 뮤지컬을 보러 갔어요. 내 옆에 앉히고 무대 사이즈, 배우들 의상과 연기 같은 걸 공연 중에 계속 설명해줬죠. 인터미션(중간 휴식시간)에 옆자리 호주 여성이 시끄럽다고 항의를 하더라구요. 그래서 ‘미안하다. 그런데 사정이 이렇다’ 하고 양해를 구했습니다. 깜짝 놀라더니 미안하다며 자리를 바꿔 앉아 자기가 직접 설명을 해줍디다. 둘이 나중에 친해져서 이메일도 주고받고…. 대영박물관에서도 비슷한 일이 있었어요. 경비가 만지지 말라고 만류를 하길래 사정을 설명했더니 자기가 데리고 다니면서 안내를 해주더군요. 휠체어, 지하철 승강기 같은 장애인 시설을 만드는 일도 중요하지만 시민의식이 더 필요하다고 생각합니다. 의식의 변화 없이 진정한 장애인 복지는 없다고 봐요. 또 하나 핵심은 이겁니다. 장애인을 수혜대상으로 보고 혜택을 하나 주기보다 그들을 일하게 하고 비장애인과 똑같이 대해주는 게 진정한 복지라는 이야기입니다. LG유플러스는 ‘위드 유’란 자회사를 만들어 30명 가까운 장애인들에게 휴대폰 수리 같은 일자리를 제공하고 있습니다. 직원 어머니를 한 분 만났는데, 너무 마음이 편안하고 좋다고 하시더라구요. ‘25년 동안 마음 졸이고 걱정했는데, 오늘은 자기 혼자 출근하더라’ 이렇게요. 가장 큰 선물이죠.” <br/><br/><br/><br/>이상철 협회장은 소외계층, 특히 청소년에게 중요한 건 밥이나 돈을 지원하는 게 아니라 꿈을 키워주는 것이라는 생각을 하게 됐다고 한다. 재활협회의 주요 사업 중 하나인 ‘두드림(Do Dream)’도 장애인의 꿈을 키워주는 인적투자 사업이다. 예를 들면, 축구선수가 꿈인 아이를 위해 축구교실 등록비와 축구화가 필요하다는 사연을 재활협회 홈페이지에 등록하면, 사연을 본 사람들이 십시일반으로 꿈을 후원해 주는 식이다. 큰 돈은 아니지만, 꿈을 이루기 위한 첫 단추가 된다. 이 협회장은 “장애인재활협회 사무실에 가보면 사과나무가 한 그루가 있는데, 여기에 ‘두드림’을 통해 꿈을 찾아가고 있는 청소년들의 꿈을 적은 종이 열매가 열려있다”며 “꿈을 이루기 위한 후원금이 쌓이고, 꿈이 실현되면 파란 사과가 빨간 사과로 바뀐다. 시간을 내어 협회에 방문할 때마다, 빨갛게 익어가는 사과들을 보면 뿌듯함을 느낀다”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>―사모님도 복지재단 일을 하고 계시다는 말이 들리던데.<br/><br/><br/><br/>“부친께서 교육자로서 후진양성과 봉사에 늘 관심이 많으셨어요. 집사람도 이쪽에 관심이 많아 사회복지학을 공부해 석사 자격증을 취득했고, 2004년에는 부친의 유지를 받들어 ‘우리누리’라는 이름의 사회복지법인을 설립하게 됐습니다. 정릉에 한 200평 되는 살림집을 재단 사무실로 쓰고 있습니다. 형제들과 얘기를 해서 유년시절 추억이 담긴 정릉 집을 사회에 환원하기로 결정한 거죠. ‘우리누리’ 사무국 겸 지역아동센터로 꾸몄어요. 가정 형편이 좋지 않은 아이들의 공부방으로도 쓰고, 가족문제에 대한 상담과 치료도 합니다. 현재 저소득, 한부모, 조손가정 등 소외된 아이들 100여 명을 지원하고 있어요. 아까 제가 장관 그만두고 쉬고 있던 시기가 있었다고 했잖아요? 집사람이 그거(복지법인) 하자마자 재활협회 권유가 들어오고, 묘하게 이어집디다.” <br/><br/><br/><br/>이 협회장에 따르면 장애계도 최근 많은 변화를 보이고 있다. 첫째, 과거에는 전문가들이 주로 주도권을 갖고 일을 해왔다면 이젠 장애인 당사자들이 스스로 문제를 해결하려는 노력과 능력이 성장했다는 것. 둘째, 협회뿐 아니라 장애 관련 비정부기구(NGO)들이 정부보다 장애 이슈에 대한 민감도도 높지만 전문성도 상당히 높아졌다. 셋째, 10년 전만 해도 장애 당사자들이 전문가들을 배척하는 분위기가 컸는데, 지금은 서로 상생하려는 모습들이 많아졌다는 설명이다. <br/><br/><br/><br/>―장애인 재활에 있어 가장 중요한 점은 무엇이라고 생각하시나요.<br/><br/><br/><br/>“장애인에 대한 기본적인 생각은 첫째, 어릴 때 장애인이 되기 전에 예방을 해야 합니다. 어릴 때 장애를 얻지 않게 하면 사회적 부담을 줄여주게 됩니다. 국가가 최우선적으로 소아 장애인이나 장애 가능성이 있는 아이들을 케어해야 합니다. 둘째, 장애인이 성인이 된 후에는 IT를 이용해서 사회에 적극 참여할 수 있는 길을 열어줘야 합니다. 장애인들에게 새로운 기회를 열어주고 새로운 삶을 만들어 주는 것이 금전적인 지원보다 훨씬 중요합니다. 셋째, 장애인들을 국가가 세금으로 모두 해결한다는 건 불가능합니다. 온 국민이 다 같이 참여를 해야 하죠. 특히 노블레스 오블리주가 중요합니다. 이제는 장애 당사자들이 주도할 수 있도록 기회를 만들어주는 데 집중하면서 재능기부를 통해 각자의 강점을 활용한 진정한 노블레스 오블리주 정신을 실천하는 리더십이 발휘됐으면 합니다.”<br/><br/><br/><br/>―장애계 발전을 위해 제도적으로 개선되어야 할 사항이나 앞으로의 계획이 있다면. <br/><br/><br/><br/>“정부의 모든 부처가 포괄적 장애관점을 가져야 합니다. 장애인의 삶이 특정 부처만의 지원에 의해서 해결되는 것이 아니에요. 우리나라 정책의 가장 부족한 점은 장애문제를 특정 부처에서만 관여할 문제라고 제한적으로 인식하는 데 있어요. 장애문제는 경계를 넘는(Cross-cutting) 이슈로서, 모든 국민을 위한 정책 속에서 다루어져야 하는데 우리나라는 범국민을 위한 정책과 장애인을 위한 정책이 따로 존재하는 분리정책으로 이행되다 보니 체감도와 성과가 떨어진다고 생각합니다. 앞으로 계획이오? 첫째, 협회에 와서 지속적으로 투자한 것이 인재 양성이었거든요. 가난의 대물림이 존재하는 대상이 장애가정입니다. 부모의 장애나 자신의 장애로 인해 제한받는 기회의 장벽을 열어주고 싶습니다. 매년 800여 명의 청소년에게 지속적인 투자를 해오고 있습니다. 10년이 지난 지금 대학을 졸업하고 직장을 다니며 결혼을 하는 친구들이 점점 많아지고 있습니다. 앞으로 20여 년 더 투자하면 아마 선배들이 후배를 끌어줄 수 있는 기반이 만들어질 것이라고 믿습니다. 이것이 진정한 복지라고 전 생각해요. 둘째, 국제사회에 되돌려 줄 때가 되었다고 봅니다. 물론 여전히 우리나라 장애인들의 욕구도 해결 못하고 있는 상황임을 알고 있습니다. 그러나 이제는 우리가 받았던 것을 국제사회에 돌려줄 때가 되었다고 생각합니다. 협회만 보더라도 ‘1954년도에 세계재활협회에서 한국에 장애 NGO를 만들 수 있는 투자를 하지 않았다면 우리나라 장애인의 삶이 과연 이렇게 빠르게 성장할 수 있었을까’라는 생각이 듭니다. 국제 개도국에 사는 장애인들에게 기회를 만들어주는 노력이 필요합니다. 그래서 협회는 1954년 불모지의 한국땅에 장애인정책의 역사를 만들었던 것처럼 아태지역 개도국에 각각 장애인재활협회의 역사를 만들어낼 수 있도록 지원할 계획입니다.”<br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 노성열 경제산업부차장 nosr@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-548.txt

제목: <파워인터뷰>“IT, 장애인을 사회로 이끌고 그들 삶까지 바꿀 것”  
날짜: 20141017  
기자: 노성열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141017100000201  
본문: 이상철 한국장애인재활협회장 & LG유플러스 부회장 <br/><br/><br/><br/>8층 엘리베이터를 내려서니 복도 한 쪽에 전면을 가득 메운 유리문이 보였다. 전형적인 기업 고위 임원들의 사무실 구성이다. 비서실 직원이 안내하는 대로 접견실로 들어서자 둥근 탁자에 몇 개인가의 푹신한 의자도 배치돼 있다. 아마 인터뷰 장소인가 보다. 사진기자가 촬영할 위치를 고르느라 왔다갔다 하는 걸 한 눈으로 흘리며 노트북 전원을 연결하고 녹음기도 켰다. 이렇게 한참 부산을 떨고 있는데, 누군가 “부회장님 방으로 가시죠” 한다. 장소가 바뀐 모양이다. 인터뷰 준비 세팅을 새로 해야 했다. ‘아, 귀찮아’ 하는 순간의 게으름을 누른 건 ‘내 방에서 제대로 대접하겠다’는 주인의 따스한 호의가 어렴풋이 느껴져서였다. 다시 집무실로 이동했다. 창에는 대나무로 만든 발이 커튼처럼 걸려 햇볕을 가리고 있었다. 조명은 조금 어둡다고 해야 할까, 흡사 중세 유럽의 수도원이나 아늑한 선방(禪房)에 들어온 것처럼 마음이 차분해졌다. 고아한 방 분위기와 대조적으로 입구 쪽 벽에는 2대의 대형 액정표시장치(LCD) 모니터가 붙어있고, 여기에 김홍도의 민속화 같은 고풍스러운 디지털 화면들이 수 초 간격으로 계속 바뀌어 돌아갔다. 첨단 정보통신(IT) 기술과 우리 고유의 전통문화가 어우러져 묘한 조화미가 스며나왔다. 방 주인의 개성을 잘 드러내는 치장이라고 생각했다.<br/><br/><br/><br/>이윽고 안쪽에 달린 문이 열리며 키가 커보이는 노신사가 성큼성큼 걸어나오며 악수를 청했다. 큼직한 손아귀에서 만만찮은 힘이 전달돼 왔다. “안녕하세요, 이상철입니다.” <br/><br/><br/><br/>저음에 약간 쇳소리가 섞인 듯한 목소리가 귓속으로 파고 들었다. 큰 음성은 아니었지만 전달력 강한 울림이었다. 가는 눈매에 살짝 웃음을 띤 표정은 편안하고 친절하게 다가왔지만 결코 방심할 수 없는 단호함도 겸비한 걸로 보였다. 이 양반이 관상도 잘 보신다던데 내가 이렇게 어설픈 인상비평을 해도 될까, 살짝 걱정스러운 마음이 우러나왔다.<br/><br/><br/><br/>지난 9월 25일 서울 중구 남대문로 LG유플러스 타워에서 만난 이상철 부회장의 첫 인상은 대강 이랬다. 그는 1996년 KT의 전신인 KTF 대표이사를 거쳐 정보통신부 장관을 역임한 뒤 학계에 몸담다가 2010년 기업 일선으로 컴백했다. 이동통신사의 대표이사치고도 가히 메가톤급이다. 우리나라 IT업계의 거물이자, 성장사를 지켜봐온 산 증인이라 해도 과언이 아니다. <br/><br/><br/><br/>그러나 오늘 만남은 한국의 통신사(史)를 듣기 위함이 아니다. 그의 또다른 직함, 한국장애인재활협회장으로 지내온 지난 10년을 돌아보기 위함이다. 한국장애인재활협회는 9월 26일 창립 60주년을 맞았다. 서울 여의도의 전국경제인연합회 건물에서 기념식도 열었다. 이상철 협회장은 협회의 60년 봉사세월 가운데 6분의 1인 최근 10년을 함께했다. 정통 IT맨과 장애인, 무슨 사연일까. 그것도 1년, 2년 체면치레 봉직도 아니고 10년이나… 그의 입이 열리기를 기다리는 수밖에.<br/><br/><br/><br/>―장애인재활협회는 무슨 일을 하는 단체입니까.<br/><br/><br/><br/>“우리나라에서 장애와 관련된 협회로는 최초입니다. 장애인단체의 원조라 할 수 있지요. 시각장애인, 정신지체장애협회 같은 데가 모두 여기서 넓혀 나간 겁니다. 1954년 전쟁 직후 세계재활협회 회장인 하워드 러스크 박사가 한국전쟁 고아와 장애인을 돕는 활동이 필요하다고 보고, 그때 돈으로 5000달러를 희사한 것을 계기로 설립됐습니다. 초대 회장은 당시 세브란스 병원장이던 백낙준 박사님이셨고, 부회장에 이방자 여사 등 사회적 리더들이 많이 참여했답니다. 60년간 전문가 단체로서 장애인 정책을 만들고 새로운 봉사 분야를 개발하는 활동을 계속해 왔어요. 장애 분야에서 전문가와 교수들을 배출하는 산실의 역할을 하고 있습니다. 재활협회 300여 명의 회원은 대부분 사회복지사나 이 분야 전문가들입니다. 장애인차별금지법 초안도 여기서 냈지요. 전 세계 인구의 5%가 장애인입니다. 이분들 중 숨어살다시피하는 사람도 제법 있어 눈에 덜 띄지만 생각보다 주변에 훨씬 많습니다. 재작년 말에 인천 송도에서 인천장애대회를 열었는데요, 반기문 총장과 김윤옥 여사도 오시고…. 제가 기조연설을 하면서 ‘IT로 장애인에게 새로운 삶을 주자’라고 새로운 서약을 했어요. 제가 회장으로 온 지 서너 달 만에 50주년 행사를 했거든요. 10년을 할 거라곤 꿈도 못 꿨는데, 정말 10년이 후딱 지나갔어요.” <br/><br/><br/><br/>장애인재활협회는 현재 장애가정 청소년 인적투자와 국제개발협력에 주력하고 있다. 첫째, 장애가정 청소년(부모가 장애가 있거나 본인이 장애인인 청소년)에 대한 인적 투자사업으로 멘토링, 요술통장, 꿈투자, 장애대학생 해외연수 ‘장애청년드림팀’ 등을 진행하고 있다. 둘째, ‘2012 인천세계장애대회’를 성공적으로 치렀으며, 이를 계기로 3차 아태장애인10년을 선포하고 한국정부가 주도하겠다는 의지를 이끌어낸 것이 가장 큰 성과 중의 하나로 꼽힌다. 셋째, 이런 성과를 바탕으로 2013년부터는 본격적으로 아태지역과 함께 국제협력사업을 수행해 오고 있다. 특히 IT사업을 아태지역에 전수하는 활동을 하고 있다. 베트남에 정보화교육장을 건립했으며, 오는 12월에는 글로벌 IT챌린지대회를 한·아세안(동남아국가연합) 정상회의 공식 행사로 부산에서 개최할 예정이다.<br/><br/><br/><br/>―10년 전에는 어떤 인연으로 장애인재활협회장을 맡게 되신 겁니까.<br/><br/><br/><br/>“(2003년) 정보통신부 장관을 마치고 여러 가지로 구상을 하고 있을 때 잘 아는 사회복지학 교수가 협회장 직을 추천했어요. 많은 고민 끝에 IT가 장애인들을 바꿀 수 있다는 조언에 결단을 내렸습니다. 처음 사업을 만들어가는 건 어려웠죠. 그때만 해도 장애인들은 수혜집단이고 보호대상이라는 생각에 갇혀 있었거든요. 장애인들을 함께 참여하는 대상으로 변화시키고자 애썼고, 그런 과정에서 남들이 하지 못했던 IT를 이용한 사업, 장애인들의 리더를 키우는 프로그램들을 만들어 나갔습니다. 지난 10여년간 협회장 직을 맡아오면서 ‘IT가 장애인들의 삶을 바꿀 수 있구나’ 하는 걸 더더욱 느낄 수 있었어요. 이젠 IT가 장애인들에게 없어선 안 될 도구입니다. 아니, 도구 정도가 아니라 사회로 향하는 창이자 삶의 가장 중요한 반려자라고 봐요. 노 기자, 장애인에게 가장 중요한 사람이 누구라고 생각해요? 바로 장애인의 어머니예요. 가장 위대한 분들이죠. 일생을 갖다바친 사람들입니다. 불평하는 어머니 본 적 있어요? 장관할 때 명절에 소아암 재단을 방문한 적이 있었습니다. 아이들은 암에 걸려도 병원에 가만 누워있는 게 아니라 주사를 계속 맞으며 일상 생활을 하더군요. 애가 두 살쯤 됐나? 안아보니 두 살배기 몸무게의 3배는 넘는 것 같았어요. 깜짝 놀랐죠. 암 주사를 맞으면 아이들이 비만이 된답니다. 그래서 어머니들 팔뚝도 굵더라구요. ‘아름다운 팔이십니다’ 하고 나온 기억이 나네요. 자, 아름다운 어머니들 다음가는 반려자가 바로 IT입니다. 장애인들을 사회 참여자로 만들어 주지요. ‘한국의 스티븐 호킹’이라는 이상묵 서울대 교수도 IT가 없었으면 존재하지 않았겠죠? 스티븐 호킹 교수 자신도 스피칭 신시사이저란 IT 기기의 도움을 받지 않으면 말을 할 수가 없습니다. IT가 단순한 보조기능에 그치지 않고 마치 어머니들처럼 장애인의 일생을 바꾸는 역할을 하는 겁니다.”<br/><br/><br/><br/>―구글, 애플 같은 서구 IT 기업들은 장애인 관련 서비스도 많이 하잖아요? 우리보단 확실히 장애 선진국 같습니다.<br/><br/><br/><br/>“2005년 여름에 장애인 60명과 동행인 60명이 ‘6개 대륙에 도전하다’란 프로그램으로 외국에 나갔어요. 저는 장애인 10명과 런던으로 가게 됐습니다. 시각장애인 학생과 현지 뮤지컬을 보러 갔어요. 내 옆에 앉히고 무대 사이즈, 배우들 의상과 연기 같은 걸 공연 중에 계속 설명해줬죠. 인터미션(중간 휴식시간)에 옆자리 호주 여성이 시끄럽다고 항의를 하더라구요. 그래서 ‘미안하다. 그런데 사정이 이렇다’ 하고 양해를 구했습니다. 깜짝 놀라더니 미안하다며 자리를 바꿔 앉아 자기가 직접 설명을 해줍디다. 둘이 나중에 친해져서 이메일도 주고받고…. 대영박물관에서도 비슷한 일이 있었어요. 경비가 만지지 말라고 만류를 하길래 사정을 설명했더니 자기가 데리고 다니면서 안내를 해주더군요. 휠체어, 지하철 승강기 같은 장애인 시설을 만드는 일도 중요하지만 시민의식이 더 필요하다고 생각합니다. 의식의 변화 없이 진정한 장애인 복지는 없다고 봐요. 또 하나 핵심은 이겁니다. 장애인을 수혜대상으로 보고 혜택을 하나 주기보다 그들을 일하게 하고 비장애인과 똑같이 대해주는 게 진정한 복지라는 이야기입니다. LG유플러스는 ‘위드 유’란 자회사를 만들어 30명 가까운 장애인들에게 휴대폰 수리 같은 일자리를 제공하고 있습니다. 직원 어머니를 한 분 만났는데, 너무 마음이 편안하고 좋다고 하시더라구요. ‘25년 동안 마음 졸이고 걱정했는데, 오늘은 자기 혼자 출근하더라’ 이렇게요. 가장 큰 선물이죠.” <br/><br/><br/><br/>이상철 협회장은 소외계층, 특히 청소년에게 중요한 건 밥이나 돈을 지원하는 게 아니라 꿈을 키워주는 것이라는 생각을 하게 됐다고 한다. 재활협회의 주요 사업 중 하나인 ‘두드림(Do Dream)’도 장애인의 꿈을 키워주는 인적투자 사업이다. 예를 들면, 축구선수가 꿈인 아이를 위해 축구교실 등록비와 축구화가 필요하다는 사연을 재활협회 홈페이지에 등록하면, 사연을 본 사람들이 십시일반으로 꿈을 후원해 주는 식이다. 큰 돈은 아니지만, 꿈을 이루기 위한 첫 단추가 된다. 이 협회장은 “장애인재활협회 사무실에 가보면 사과나무가 한 그루가 있는데, 여기에 ‘두드림’을 통해 꿈을 찾아가고 있는 청소년들의 꿈을 적은 종이 열매가 열려있다”며 “꿈을 이루기 위한 후원금이 쌓이고, 꿈이 실현되면 파란 사과가 빨간 사과로 바뀐다. 시간을 내어 협회에 방문할 때마다, 빨갛게 익어가는 사과들을 보면 뿌듯함을 느낀다”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>―사모님도 복지재단 일을 하고 계시다는 말이 들리던데.<br/><br/><br/><br/>“부친께서 교육자로서 후진양성과 봉사에 늘 관심이 많으셨어요. 집사람도 이쪽에 관심이 많아 사회복지학을 공부해 석사 자격증을 취득했고, 2004년에는 부친의 유지를 받들어 ‘우리누리’라는 이름의 사회복지법인을 설립하게 됐습니다. 정릉에 한 200평 되는 살림집을 재단 사무실로 쓰고 있습니다. 형제들과 얘기를 해서 유년시절 추억이 담긴 정릉 집을 사회에 환원하기로 결정한 거죠. ‘우리누리’ 사무국 겸 지역아동센터로 꾸몄어요. 가정 형편이 좋지 않은 아이들의 공부방으로도 쓰고, 가족문제에 대한 상담과 치료도 합니다. 현재 저소득, 한부모, 조손가정 등 소외된 아이들 100여 명을 지원하고 있어요. 아까 제가 장관 그만두고 쉬고 있던 시기가 있었다고 했잖아요? 집사람이 그거(복지법인) 하자마자 재활협회 권유가 들어오고, 묘하게 이어집디다.” <br/><br/><br/><br/>이 협회장에 따르면 장애계도 최근 많은 변화를 보이고 있다. 첫째, 과거에는 전문가들이 주로 주도권을 갖고 일을 해왔다면 이젠 장애인 당사자들이 스스로 문제를 해결하려는 노력과 능력이 성장했다는 것. 둘째, 협회뿐 아니라 장애 관련 비정부기구(NGO)들이 정부보다 장애 이슈에 대한 민감도도 높지만 전문성도 상당히 높아졌다. 셋째, 10년 전만 해도 장애 당사자들이 전문가들을 배척하는 분위기가 컸는데, 지금은 서로 상생하려는 모습들이 많아졌다는 설명이다. <br/><br/><br/><br/>―장애인 재활에 있어 가장 중요한 점은 무엇이라고 생각하시나요.<br/><br/><br/><br/>“장애인에 대한 기본적인 생각은 첫째, 어릴 때 장애인이 되기 전에 예방을 해야 합니다. 어릴 때 장애를 얻지 않게 하면 사회적 부담을 줄여주게 됩니다. 국가가 최우선적으로 소아 장애인이나 장애 가능성이 있는 아이들을 케어해야 합니다. 둘째, 장애인이 성인이 된 후에는 IT를 이용해서 사회에 적극 참여할 수 있는 길을 열어줘야 합니다. 장애인들에게 새로운 기회를 열어주고 새로운 삶을 만들어 주는 것이 금전적인 지원보다 훨씬 중요합니다. 셋째, 장애인들을 국가가 세금으로 모두 해결한다는 건 불가능합니다. 온 국민이 다 같이 참여를 해야 하죠. 특히 노블레스 오블리주가 중요합니다. 이제는 장애 당사자들이 주도할 수 있도록 기회를 만들어주는 데 집중하면서 재능기부를 통해 각자의 강점을 활용한 진정한 노블레스 오블리주 정신을 실천하는 리더십이 발휘됐으면 합니다.”<br/><br/><br/><br/>―장애계 발전을 위해 제도적으로 개선되어야 할 사항이나 앞으로의 계획이 있다면. <br/><br/><br/><br/>“정부의 모든 부처가 포괄적 장애관점을 가져야 합니다. 장애인의 삶이 특정 부처만의 지원에 의해서 해결되는 것이 아니에요. 우리나라 정책의 가장 부족한 점은 장애문제를 특정 부처에서만 관여할 문제라고 제한적으로 인식하는 데 있어요. 장애문제는 경계를 넘는(Cross-cutting) 이슈로서, 모든 국민을 위한 정책 속에서 다루어져야 하는데 우리나라는 범국민을 위한 정책과 장애인을 위한 정책이 따로 존재하는 분리정책으로 이행되다 보니 체감도와 성과가 떨어진다고 생각합니다. 앞으로 계획이오? 첫째, 협회에 와서 지속적으로 투자한 것이 인재 양성이었거든요. 가난의 대물림이 존재하는 대상이 장애가정입니다. 부모의 장애나 자신의 장애로 인해 제한받는 기회의 장벽을 열어주고 싶습니다. 매년 800여 명의 청소년에게 지속적인 투자를 해오고 있습니다. 10년이 지난 지금 대학을 졸업하고 직장을 다니며 결혼을 하는 친구들이 점점 많아지고 있습니다. 앞으로 20여 년 더 투자하면 아마 선배들이 후배를 끌어줄 수 있는 기반이 만들어질 것이라고 믿습니다. 이것이 진정한 복지라고 전 생각해요. 둘째, 국제사회에 되돌려 줄 때가 되었다고 봅니다. 물론 여전히 우리나라 장애인들의 욕구도 해결 못하고 있는 상황임을 알고 있습니다. 그러나 이제는 우리가 받았던 것을 국제사회에 돌려줄 때가 되었다고 생각합니다. 협회만 보더라도 ‘1954년도에 세계재활협회에서 한국에 장애 NGO를 만들 수 있는 투자를 하지 않았다면 우리나라 장애인의 삶이 과연 이렇게 빠르게 성장할 수 있었을까’라는 생각이 듭니다. 국제 개도국에 사는 장애인들에게 기회를 만들어주는 노력이 필요합니다. 그래서 협회는 1954년 불모지의 한국땅에 장애인정책의 역사를 만들었던 것처럼 아태지역 개도국에 각각 장애인재활협회의 역사를 만들어낼 수 있도록 지원할 계획입니다.”<br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 노성열 경제산업부차장 nosr@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-549.txt

제목: <파워인터뷰>“IT, 장애인을 사회로 이끌고 그들 삶까지 바꿀 것”  
날짜: 20141017  
기자: 노성열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141017100000208  
본문: 이상철 한국장애인재활협회장 & LG유플러스 부회장 <br/><br/><br/><br/>24층 엘리베이터를 내려서니 복도 한 쪽에 전면을 가득 메운 유리문이 보였다. 전형적인 기업 고위 임원들의 사무실 구성이다. 비서실 직원이 안내하는 대로 접견실로 들어서자 둥근 탁자에 몇 개인가의 푹신한 의자도 배치돼 있다. 아마 인터뷰 장소인가 보다. 사진기자가 촬영할 위치를 고르느라 왔다갔다 하는 걸 한 눈으로 흘리며 노트북 전원을 연결하고 녹음기도 켰다. 이렇게 한참 부산을 떨고 있는데, 누군가 “부회장님 방으로 가시죠” 한다. 장소가 바뀐 모양이다. 인터뷰 준비 세팅을 새로 해야 했다. ‘아, 귀찮아’ 하는 순간의 게으름을 누른 건 ‘내 방에서 제대로 대접하겠다’는 주인의 따스한 호의가 어렴풋이 느껴져서였다. 다시 집무실로 이동했다. 창에는 대나무로 만든 발이 커튼처럼 걸려 햇볕을 가리고 있었다. 조명은 조금 어둡다고 해야 할까, 흡사 중세 유럽의 수도원이나 아늑한 선방(禪房)에 들어온 것처럼 마음이 차분해졌다. 고아한 방 분위기와 대조적으로 입구 쪽 벽에는 2대의 대형 액정표시장치(LCD) 모니터가 붙어있고, 여기에 김홍도의 민속화 같은 고풍스러운 디지털 화면들이 수 초 간격으로 계속 바뀌어 돌아갔다. 첨단 정보통신(IT) 기술과 우리 고유의 전통문화가 어우러져 묘한 조화미가 스며나왔다. 방 주인의 개성을 잘 드러내는 치장이라고 생각했다.<br/><br/><br/><br/>이윽고 안쪽에 달린 문이 열리며 키가 커보이는 노신사가 성큼성큼 걸어나오며 악수를 청했다. 큼직한 손아귀에서 만만찮은 힘이 전달돼 왔다. “안녕하세요, 이상철입니다.” <br/><br/><br/><br/>저음에 약간 쇳소리가 섞인 듯한 목소리가 귓속으로 파고 들었다. 큰 음성은 아니었지만 전달력 강한 울림이었다. 가는 눈매에 살짝 웃음을 띤 표정은 편안하고 친절하게 다가왔지만 결코 방심할 수 없는 단호함도 겸비한 걸로 보였다. 이 양반이 관상도 잘 보신다던데 내가 이렇게 어설픈 인상비평을 해도 될까, 살짝 걱정스러운 마음이 우러나왔다.<br/><br/><br/><br/>지난 9월 25일 서울 중구 남대문로 LG유플러스 타워에서 만난 이상철 부회장의 첫 인상은 대강 이랬다. 그는 1996년 KT의 전신인 KTF 대표이사를 거쳐 정보통신부 장관을 역임한 뒤 학계에 몸담다가 2010년 기업 일선으로 컴백했다. 이동통신사의 대표이사치고도 가히 메가톤급이다. 우리나라 IT업계의 거물이자, 성장사를 지켜봐온 산 증인이라 해도 과언이 아니다. <br/><br/><br/><br/>그러나 오늘 만남은 한국의 통신사(史)를 듣기 위함이 아니다. 그의 또다른 직함, 한국장애인재활협회장으로 지내온 지난 10년을 돌아보기 위함이다. 한국장애인재활협회는 9월 26일 창립 60주년을 맞았다. 서울 여의도의 전국경제인연합회 건물에서 기념식도 열었다. 이상철 협회장은 협회의 60년 봉사세월 가운데 6분의 1인 최근 10년을 함께했다. 정통 IT맨과 장애인, 무슨 사연일까. 그것도 1년, 2년 체면치레 봉직도 아니고 10년이나… 그의 입이 열리기를 기다리는 수밖에.<br/><br/><br/><br/>―장애인재활협회는 무슨 일을 하는 단체입니까.<br/><br/><br/><br/>“우리나라에서 장애와 관련된 협회로는 최초입니다. 장애인단체의 원조라 할 수 있지요. 시각장애인, 정신지체장애협회 같은 데가 모두 여기서 넓혀 나간 겁니다. 1954년 전쟁 직후 세계재활협회 회장인 하워드 러스크 박사가 한국전쟁 고아와 장애인을 돕는 활동이 필요하다고 보고, 그때 돈으로 5000달러를 희사한 것을 계기로 설립됐습니다. 초대 회장은 당시 세브란스 병원장이던 백낙준 박사님이셨고, 부회장에 이방자 여사 등 사회적 리더들이 많이 참여했답니다. 60년간 전문가 단체로서 장애인 정책을 만들고 새로운 봉사 분야를 개발하는 활동을 계속해 왔어요. 장애 분야에서 전문가와 교수들을 배출하는 산실의 역할을 하고 있습니다. 재활협회 300여 명의 회원은 대부분 사회복지사나 이 분야 전문가들입니다. 장애인차별금지법 초안도 여기서 냈지요. 전 세계 인구의 5%가 장애인입니다. 이분들 중 숨어살다시피하는 사람도 제법 있어 눈에 덜 띄지만 생각보다 주변에 훨씬 많습니다. 재작년 말에 인천 송도에서 인천장애대회를 열었는데요, 반기문 총장과 김윤옥 여사도 오시고…. 제가 기조연설을 하면서 ‘IT로 장애인에게 새로운 삶을 주자’라고 새로운 서약을 했어요. 제가 회장으로 온 지 서너 달 만에 50주년 행사를 했거든요. 10년을 할 거라곤 꿈도 못 꿨는데, 정말 10년이 후딱 지나갔어요.” <br/><br/><br/><br/>장애인재활협회는 현재 장애가정 청소년 인적투자와 국제개발협력에 주력하고 있다. 첫째, 장애가정 청소년(부모가 장애가 있거나 본인이 장애인인 청소년)에 대한 인적 투자사업으로 멘토링, 요술통장, 꿈투자, 장애대학생 해외연수 ‘장애청년드림팀’ 등을 진행하고 있다. 둘째, ‘2012 인천세계장애대회’를 성공적으로 치렀으며, 이를 계기로 3차 아태장애인10년을 선포하고 한국정부가 주도하겠다는 의지를 이끌어낸 것이 가장 큰 성과 중의 하나로 꼽힌다. 셋째, 이런 성과를 바탕으로 2013년부터는 본격적으로 아태지역과 함께 국제협력사업을 수행해 오고 있다. 특히 IT사업을 아태지역에 전수하는 활동을 하고 있다. 베트남에 정보화교육장을 건립했으며, 오는 12월에는 글로벌 IT챌린지대회를 한·아세안(동남아국가연합) 정상회의 공식 행사로 부산에서 개최할 예정이다.<br/><br/><br/><br/>―10년 전에는 어떤 인연으로 장애인재활협회장을 맡게 되신 겁니까.<br/><br/><br/><br/>“(2003년) 정보통신부 장관을 마치고 여러 가지로 구상을 하고 있을 때 잘 아는 사회복지학 교수가 협회장 직을 추천했어요. 많은 고민 끝에 IT가 장애인들을 바꿀 수 있다는 조언에 결단을 내렸습니다. 처음 사업을 만들어가는 건 어려웠죠. 그때만 해도 장애인들은 수혜집단이고 보호대상이라는 생각에 갇혀 있었거든요. 장애인들을 함께 참여하는 대상으로 변화시키고자 애썼고, 그런 과정에서 남들이 하지 못했던 IT를 이용한 사업, 장애인들의 리더를 키우는 프로그램들을 만들어 나갔습니다. 지난 10여년간 협회장 직을 맡아오면서 ‘IT가 장애인들의 삶을 바꿀 수 있구나’ 하는 걸 더더욱 느낄 수 있었어요. 이젠 IT가 장애인들에게 없어선 안 될 도구입니다. 아니, 도구 정도가 아니라 사회로 향하는 창이자 삶의 가장 중요한 반려자라고 봐요. 노 기자, 장애인에게 가장 중요한 사람이 누구라고 생각해요? 바로 장애인의 어머니예요. 가장 위대한 분들이죠. 일생을 갖다바친 사람들입니다. 불평하는 어머니 본 적 있어요? 장관할 때 명절에 소아암 재단을 방문한 적이 있었습니다. 아이들은 암에 걸려도 병원에 가만 누워있는 게 아니라 주사를 계속 맞으며 일상 생활을 하더군요. 애가 두 살쯤 됐나? 안아보니 두 살배기 몸무게의 3배는 넘는 것 같았어요. 깜짝 놀랐죠. 암 주사를 맞으면 아이들이 비만이 된답니다. 그래서 어머니들 팔뚝도 굵더라구요. ‘아름다운 팔이십니다’ 하고 나온 기억이 나네요. 자, 아름다운 어머니들 다음가는 반려자가 바로 IT입니다. 장애인들을 사회 참여자로 만들어 주지요. ‘한국의 스티븐 호킹’이라는 이상묵 서울대 교수도 IT가 없었으면 존재하지 않았겠죠? 스티븐 호킹 교수 자신도 스피칭 신시사이저란 IT 기기의 도움을 받지 않으면 말을 할 수가 없습니다. IT가 단순한 보조기능에 그치지 않고 마치 어머니들처럼 장애인의 일생을 바꾸는 역할을 하는 겁니다.”<br/><br/><br/><br/>―구글, 애플 같은 서구 IT 기업들은 장애인 관련 서비스도 많이 하잖아요? 우리보단 확실히 장애 선진국 같습니다.<br/><br/><br/><br/>“2005년 여름에 장애인 60명과 동행인 60명이 ‘6개 대륙에 도전하다’란 프로그램으로 외국에 나갔어요. 저는 장애인 10명과 런던으로 가게 됐습니다. 시각장애인 학생과 현지 뮤지컬을 보러 갔어요. 내 옆에 앉히고 무대 사이즈, 배우들 의상과 연기 같은 걸 공연 중에 계속 설명해줬죠. 인터미션(중간 휴식시간)에 옆자리 호주 여성이 시끄럽다고 항의를 하더라구요. 그래서 ‘미안하다. 그런데 사정이 이렇다’ 하고 양해를 구했습니다. 깜짝 놀라더니 미안하다며 자리를 바꿔 앉아 자기가 직접 설명을 해줍디다. 둘이 나중에 친해져서 이메일도 주고받고…. 대영박물관에서도 비슷한 일이 있었어요. 경비가 만지지 말라고 만류를 하길래 사정을 설명했더니 자기가 데리고 다니면서 안내를 해주더군요. 휠체어, 지하철 승강기 같은 장애인 시설을 만드는 일도 중요하지만 시민의식이 더 필요하다고 생각합니다. 의식의 변화 없이 진정한 장애인 복지는 없다고 봐요. 또 하나 핵심은 이겁니다. 장애인을 수혜대상으로 보고 혜택을 하나 주기보다 그들을 일하게 하고 비장애인과 똑같이 대해주는 게 진정한 복지라는 이야기입니다. LG유플러스는 ‘위드 유’란 자회사를 만들어 30명 가까운 장애인들에게 휴대폰 수리 같은 일자리를 제공하고 있습니다. 직원 어머니를 한 분 만났는데, 너무 마음이 편안하고 좋다고 하시더라구요. ‘25년 동안 마음 졸이고 걱정했는데, 오늘은 자기 혼자 출근하더라’ 이렇게요. 가장 큰 선물이죠.” <br/><br/><br/><br/>이상철 협회장은 소외계층, 특히 청소년에게 중요한 건 밥이나 돈을 지원하는 게 아니라 꿈을 키워주는 것이라는 생각을 하게 됐다고 한다. 재활협회의 주요 사업 중 하나인 ‘두드림(Do Dream)’도 장애인의 꿈을 키워주는 인적투자 사업이다. 예를 들면, 축구선수가 꿈인 아이를 위해 축구교실 등록비와 축구화가 필요하다는 사연을 재활협회 홈페이지에 등록하면, 사연을 본 사람들이 십시일반으로 꿈을 후원해 주는 식이다. 큰 돈은 아니지만, 꿈을 이루기 위한 첫 단추가 된다. 이 협회장은 “장애인재활협회 사무실에 가보면 사과나무가 한 그루가 있는데, 여기에 ‘두드림’을 통해 꿈을 찾아가고 있는 청소년들의 꿈을 적은 종이 열매가 열려있다”며 “꿈을 이루기 위한 후원금이 쌓이고, 꿈이 실현되면 파란 사과가 빨간 사과로 바뀐다. 시간을 내어 협회에 방문할 때마다, 빨갛게 익어가는 사과들을 보면 뿌듯함을 느낀다”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>―사모님도 복지재단 일을 하고 계시다는 말이 들리던데.<br/><br/><br/><br/>“부친께서 교육자로서 후진양성과 봉사에 늘 관심이 많으셨어요. 집사람도 이쪽에 관심이 많아 사회복지학을 공부해 석사 자격증을 취득했고, 2004년에는 부친의 유지를 받들어 ‘우리누리’라는 이름의 사회복지법인을 설립하게 됐습니다. 정릉에 한 200평 되는 살림집을 재단 사무실로 쓰고 있습니다. 형제들과 얘기를 해서 유년시절 추억이 담긴 정릉 집을 사회에 환원하기로 결정한 거죠. ‘우리누리’ 사무국 겸 지역아동센터로 꾸몄어요. 가정 형편이 좋지 않은 아이들의 공부방으로도 쓰고, 가족문제에 대한 상담과 치료도 합니다. 현재 저소득, 한부모, 조손가정 등 소외된 아이들 100여 명을 지원하고 있어요. 아까 제가 장관 그만두고 쉬고 있던 시기가 있었다고 했잖아요? 집사람이 그거(복지법인) 하자마자 재활협회 권유가 들어오고, 묘하게 이어집디다.” <br/><br/><br/><br/>이 협회장에 따르면 장애계도 최근 많은 변화를 보이고 있다. 첫째, 과거에는 전문가들이 주로 주도권을 갖고 일을 해왔다면 이젠 장애인 당사자들이 스스로 문제를 해결하려는 노력과 능력이 성장했다는 것. 둘째, 협회뿐 아니라 장애 관련 비정부기구(NGO)들이 정부보다 장애 이슈에 대한 민감도도 높지만 전문성도 상당히 높아졌다. 셋째, 10년 전만 해도 장애 당사자들이 전문가들을 배척하는 분위기가 컸는데, 지금은 서로 상생하려는 모습들이 많아졌다는 설명이다. <br/><br/><br/><br/>―장애인 재활에 있어 가장 중요한 점은 무엇이라고 생각하시나요.<br/><br/><br/><br/>“장애인에 대한 기본적인 생각은 첫째, 어릴 때 장애인이 되기 전에 예방을 해야 합니다. 어릴 때 장애를 얻지 않게 하면 사회적 부담을 줄여주게 됩니다. 국가가 최우선적으로 소아 장애인이나 장애 가능성이 있는 아이들을 케어해야 합니다. 둘째, 장애인이 성인이 된 후에는 IT를 이용해서 사회에 적극 참여할 수 있는 길을 열어줘야 합니다. 장애인들에게 새로운 기회를 열어주고 새로운 삶을 만들어 주는 것이 금전적인 지원보다 훨씬 중요합니다. 셋째, 장애인들을 국가가 세금으로 모두 해결한다는 건 불가능합니다. 온 국민이 다 같이 참여를 해야 하죠. 특히 노블레스 오블리주가 중요합니다. 이제는 장애 당사자들이 주도할 수 있도록 기회를 만들어주는 데 집중하면서 재능기부를 통해 각자의 강점을 활용한 진정한 노블레스 오블리주 정신을 실천하는 리더십이 발휘됐으면 합니다.”<br/><br/><br/><br/>―장애계 발전을 위해 제도적으로 개선되어야 할 사항이나 앞으로의 계획이 있다면. <br/><br/><br/><br/>“정부의 모든 부처가 포괄적 장애관점을 가져야 합니다. 장애인의 삶이 특정 부처만의 지원에 의해서 해결되는 것이 아니에요. 우리나라 정책의 가장 부족한 점은 장애문제를 특정 부처에서만 관여할 문제라고 제한적으로 인식하는 데 있어요. 장애문제는 경계를 넘는(Cross-cutting) 이슈로서, 모든 국민을 위한 정책 속에서 다루어져야 하는데 우리나라는 범국민을 위한 정책과 장애인을 위한 정책이 따로 존재하는 분리정책으로 이행되다 보니 체감도와 성과가 떨어진다고 생각합니다. 앞으로 계획이오? 첫째, 협회에 와서 지속적으로 투자한 것이 인재 양성이었거든요. 가난의 대물림이 존재하는 대상이 장애가정입니다. 부모의 장애나 자신의 장애로 인해 제한받는 기회의 장벽을 열어주고 싶습니다. 매년 800여 명의 청소년에게 지속적인 투자를 해오고 있습니다. 10년이 지난 지금 대학을 졸업하고 직장을 다니며 결혼을 하는 친구들이 점점 많아지고 있습니다. 앞으로 20여 년 더 투자하면 아마 선배들이 후배를 끌어줄 수 있는 기반이 만들어질 것이라고 믿습니다. 이것이 진정한 복지라고 전 생각해요. 둘째, 국제사회에 되돌려 줄 때가 되었다고 봅니다. 물론 여전히 우리나라 장애인들의 욕구도 해결 못하고 있는 상황임을 알고 있습니다. 그러나 이제는 우리가 받았던 것을 국제사회에 돌려줄 때가 되었다고 생각합니다. 협회만 보더라도 ‘1954년도에 세계재활협회에서 한국에 장애 NGO를 만들 수 있는 투자를 하지 않았다면 우리나라 장애인의 삶이 과연 이렇게 빠르게 성장할 수 있었을까’라는 생각이 듭니다. 국제 개도국에 사는 장애인들에게 기회를 만들어주는 노력이 필요합니다. 그래서 협회는 1954년 불모지의 한국땅에 장애인정책의 역사를 만들었던 것처럼 아태지역 개도국에 각각 장애인재활협회의 역사를 만들어낼 수 있도록 지원할 계획입니다.”<br/><br/><br/><br/>인터뷰 = 노성열 경제산업부차장 nosr@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-550.txt

제목: 원전 주변 주민 암발병, 원전과 일부 영향 첫 판결  
날짜: 20141017  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141017100000213  
본문: 원전 주변지역에 살다가 갑상선 암에 걸린 주민에 대해 원전측이 책임이 있다는 판결이 나왔다. 이번 판결은 주민의 암발병이 원전과 상관이 있어 정부의 원전운영에 대한 책임을 처음 인정한 것으로 향후 유사소송 속출 등 큰 파장이 예상된다. <br/><br/><br/><br/>부산지법 동부지원 민사2부(부장 최호식)는 17일 “<span class='quot0'>부산 기장군에 사는 박모(여·48) 씨의 갑상선암 발병에 원전의 책임이 일부 인정된다</span>”며 “<span class='quot0'>원전운영기관인 한국수력원자력은 박 씨에게 1500만 원의 위자료를 지급하라</span>”고 선고했다. 재판부는 “<span class='quot1'>갑상선암의 경우 원전 주변의 발병률이 높고, 갑상선과 방사능 노출과의 인과관계가 인정되는 논문 등이 발표되고 있다</span>”며 이같이 선고했다.<br/><br/><br/><br/>박 씨는 지난 2012년 7월 직장암에 걸린 남편 이모(50) 씨와 발달장애를 겪고 있는 아들(22), 위암 판정을 받은 친정어머니(72)와 함께 자신들의 질병이 고리원전에서 나오는 방사능과 연관이 있다며 정부를 상대로 손해배상청구 소송을 제기했다. 박 씨 가족은 최근 핵발전소 주변 지역(5㎞)에 거주하는 여성들의 갑상선암 발병률이 다른 지역보다 2.5배 높다는 정부 조사 결과가 있었다고 주장했다. 이들은 모두가 기장군 장안읍과 일광면 등 고리원전 반경 5㎞ 안에서 살아왔다. 그러나 가족 중 일단 박 씨 부분만 소송이 진행돼 왔다. <br/><br/><br/><br/>부산 법조계는 “그동안 한수원 근무자의 발병에 대해 한수원의 책임을 따지는 판결은 있었지만 일반 주민들의 소송에서 한수원의 책임을 인정한 경우는 이번이 처음으로 향후 원전과 질병의 상관관계 파악이나 피해소송에 상당히 의미 있는 판결”이라고 밝혔다. 이에 대해 한수원 측은 “<span class='quot2'>갑상선암은 최근 검사기술 발달로 많이 발견되고 있고, 원전가동이 갑상선암의 직접 원인인지는 밝혀지지 않은 만큼 항소하겠다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>부산=김기현 기자 ant735@

언론사: 문화일보-1-551.txt

제목: ‘규제혁파 역주행’ 환경부, 경제활성화 발목  
날짜: 20141016  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141016100000034  
본문: ‘경제활성화 발목 잡는 환경부?’<br/><br/>정부가 경제성장을 가로막는 ‘암덩어리 규제’ 혁파를 중점 추진과제로 내세운 가운데 문화일보가 주요 부처별 규제개혁 성과를 점검한 결과 환경부의 성과가 상대적으로 미진한 것으로 파악됐다. <br/><br/>특히 환경부가 규제개혁에는 꿈쩍하지 않으면서도 조직 규모를 늘리거나 퇴직 구성원들 챙기기에만 급급하다는 지적이 나오면서 기업들을 중심으로 불만의 목소리가 높아지고 있다.<br/><br/>16일 규제정보포털 등에 따르면 각각 지난 3월과 9월 두 차례의 규제개혁장관회의가 열렸지만 현재 환경부의 등록규제는 854건으로 지난 2월 이후 전혀 변화가 없는 상황이다. 오히려 2013년 11월 기준의 846건과 비교하면 8건이 증가한 것으로 조사됐다. 전체 중앙부처 등록규제는 같은 기간 1만5206건에서 1만4986건으로 1.45%가량 줄었다.<br/><br/>특히 기업들은 환경부 규제개선에 대한 수요가 많은 상황이어서 이같이 규제개혁에 ‘역주행’하는 환경부로 인해 속앓이를 크게 하고 있는 것으로 나타났다.<br/><br/>실제 전국경제인연합회가 발간한 ‘2014 규제개혁 종합건의 기준’에서 (기업들의) 부처별 규제개선 수요 건수는 환경부가 72건(11.5%)으로 주요 부처 중 3위를 기록했지만 상위권을 형성한 다른 부처와 비교하더라도 환경부의 규제개혁 의지가 부족한 것으로 분석됐다. 규제개선 수요 건수 각각 1위와 4위를 차지한 국토교통부(104건)와 산업통상자원부(71건)의 경우 규제가 소폭이나마 감소해 대조를 이뤘다. 국토부 등록규제는 2013년 11월 2411건에서 현재는 2374건으로, 산업부도 같은 기간 규제가 1188건에서 1104건으로 줄었다.<br/><br/>재계 관계자는 “<span class='quot0'>기업들 입장으로선 환경부의 규제완화가 특히 절실하지만 전혀 개선 의지가 보이지 않아 ‘정부의 경제활성화 정책과 따로 노는 환경부’라는 말도 나오고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>이러한 가운데 환경부는 신설되는 화학물질안전원에 35명을 새로 투입하는 등 올 하반기 공무원 증원 규모가 60명에 달해 조직 규모 늘리기에만 급급하다는 지적도 나오고 있다. 퇴직자 재취업도 도마 위에 올랐다. <br/><br/>국회 환경노동위원회 김용남(새누리당) 의원은 “<span class='quot1'>지난 5년간 환경부 4급 이상 퇴직자 72명 중 85%에 해당하는 61명이 재취업했고, 이 중 58명이 산하기관 및 유관단체 기관장이나 간부로 자리를 옮겼다</span>”며 ‘환피아’ 문제를 지적했다. <br/><br/>환노위 여당 간사인 권성동(새누리당) 의원은 “<span class='quot2'>환경부는 환경보전을 명분으로 기업을 옥죄기만 하지 말고 합리적인 기준에 따라 규제를 축소하는 데 힘을 모아야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/>환경부 관계자는 “<span class='quot3'>환경부 업무 속성 자체가 규제 성격을 갖고 있는 데 타 부처에 비해 핵심 규제개혁 성과는 결코 뒤지지 않는다고 판단된다</span>”며 “<span class='quot3'>일단 올 연말까지 최종 결과를 봐야 자세한 성과에 대해 논할 수 있을 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>최준영 기자 cjy324@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-552.txt

제목: ‘규제혁파 역주행’ 환경부, 경제활성화 발목  
날짜: 20141016  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141016100000009  
본문: ‘경제활성화 발목 잡는 환경부?’<br/><br/>정부가 경제성장을 가로막는 ‘암덩어리 규제’ 혁파를 중점 추진과제로 내세운 가운데 문화일보가 주요 부처별 규제개혁 성과를 점검한 결과 환경부의 성과가 상대적으로 미진한 것으로 파악됐다. <br/><br/>특히 환경부가 규제개혁에는 꿈쩍하지 않으면서도 조직 규모를 늘리거나 퇴직 구성원들 챙기기에만 급급하다는 지적이 나오면서 기업들을 중심으로 불만의 목소리가 높아지고 있다.<br/><br/>16일 규제정보포털 등에 따르면 각각 지난 3월과 9월 두 차례의 규제개혁장관회의가 열렸지만 현재 환경부의 등록규제는 854건으로 지난 2월 이후 전혀 변화가 없는 상황이다. 오히려 2013년 11월 기준의 846건과 비교하면 8건이 증가한 것으로 조사됐다. 전체 중앙부처 등록규제는 같은 기간 1만5206건에서 1만4986건으로 1.45%가량 줄었다.<br/><br/>특히 기업들은 환경부 규제개선에 대한 수요가 많은 상황이어서 이같이 규제개혁에 ‘역주행’하는 환경부로 인해 속앓이를 크게 하고 있는 것으로 나타났다.<br/><br/>실제 전국경제인연합회가 발간한 ‘2014 규제개혁 종합건의 기준’에서 (기업들의) 부처별 규제개선 수요 건수는 환경부가 72건(11.5%)으로 주요 부처 중 3위를 기록했지만 상위권을 형성한 다른 부처와 비교하더라도 환경부의 규제개혁 의지가 부족한 것으로 분석됐다. 규제개선 수요 건수 각각 1위와 4위를 차지한 국토교통부(104건)와 산업통상자원부(71건)의 경우 규제가 소폭이나마 감소해 대조를 이뤘다. 국토부 등록규제는 2013년 11월 2411건에서 현재는 2374건으로, 산업부도 같은 기간 규제가 1188건에서 1104건으로 줄었다.<br/><br/>재계 관계자는 “<span class='quot0'>기업들 입장으로선 환경부의 규제완화가 특히 절실하지만 전혀 개선 의지가 보이지 않아 ‘정부의 경제활성화 정책과 따로 노는 환경부’라는 말도 나오고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>이러한 가운데 환경부는 신설되는 화학물질안전원에 35명을 새로 투입하는 등 올 하반기 공무원 증원 규모가 60명에 달해 조직 규모 늘리기에만 급급하다는 지적도 나오고 있다. 퇴직자 재취업도 도마 위에 올랐다. <br/><br/>국회 환경노동위원회 김용남(새누리당) 의원은 “<span class='quot1'>지난 5년간 환경부 4급 이상 퇴직자 72명 중 85%에 해당하는 61명이 재취업했고, 이 중 58명이 산하기관 및 유관단체 기관장이나 간부로 자리를 옮겼다</span>”며 ‘환피아’ 문제를 지적했다. <br/><br/>환노위 여당 간사인 권성동(새누리당) 의원은 “<span class='quot2'>환경부는 환경보전을 명분으로 기업을 옥죄기만 하지 말고 합리적인 기준에 따라 규제를 축소하는 데 힘을 모아야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/>환경부 관계자는 “<span class='quot3'>환경부 업무 속성 자체가 규제 성격을 갖고 있는 데 타 부처에 비해 핵심 규제개혁 성과는 결코 뒤지지 않는다고 판단된다</span>”며 “<span class='quot3'>일단 올 연말까지 최종 결과를 봐야 자세한 성과에 대해 논할 수 있을 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>최준영 기자 cjy324@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-553.txt

제목: <1사1촌이 행복시대 이끈다>‘맛있는 공기’마셔가며 고구마 캐기…“오늘 계탔네”  
날짜: 20141015  
기자: 김창희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141015100000196  
본문: 지난 10일 찾아간 대전 중구 무수동 ‘무수천하마을’은 활기가 넘쳤다. 대전시청에서 불과 10㎞ 떨어진 대도시 근교라고 믿기 어려울 정도로 전통적인 농촌의 모습을 그대로 간직하고 있는 마을 여기저기가 울긋불긋 등산복 차림의 여성들로 붐볐다.<br/><br/>이곳은 대전 시내에 남아 있는 유일한 집성촌 마을로 안동 권 씨 일가 등 33가구 76명의 주민들이 살고 있다. 대전 시내 도심과 마을 사이에 솟아 있는 ‘대전의 진산’ 보문산 자락에 남서향으로 자리 잡은 마을은 그린벨트로 관리되면서 농촌의 원형 그대로 보전돼 있다.<br/><br/>마을 가장 위쪽에는 기와지붕과 추녀가 날아갈 듯 뻗어 있는 안동 권 씨 재실 ‘유회당(대전시유형문화재 6호)’이 300년 넘는 기품을 자랑하고 있다. 그 아래 장판각, 여경암, 유회당 종가 등 조선 후기 사대부 문화를 엿볼 수 있는 문화유산이 즐비하다. 옹기종기 모여 있는 농가와 황금빛으로 물든 들녘, 맑게 빛나는 구완천의 물굽이도 한눈에 들어온다. ‘하늘 아래 걱정이 없는(無愁) 마을’이란 마을 이름의 유래를 짐작하게 하는 풍광이다.<br/><br/>이날 마을을 찾은 방문객들은 NH농협생명 대전지점 소속 직원들. 권일순(52) 지점장과 여성 재무 설계사 등 30명이 무수천하마을과 1사1촌 자매결연 협약을 맺고 봉사활동을 하기 위해 1박 2일 일정으로 이곳을 방문했다.<br/><br/>오전 11시 NH농협생명과 마을 주민 등 50여 명이 참석한 가운데 마을 다목적회관에서 자매결연식이 열렸다. 권 지점장은 “<span class='quot0'>농협보험은 상부상조의 정신을 갖고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>오늘 1사1촌 자매결연을 통해 농촌일손돕기, 농산물 직거래, 여가 체험활동 등 적극적인 교류로 우리의 고향인 농촌과 도시가 더불어 발전할 수 있도록 돕겠다</span>”고 약속해 큰 박수를 받았다. 권용제(63) 마을 대표는 “<span class='quot1'>우리 마을은 도시 근교에 있지만 난개발이 없고 오염이 없는 옛 모습을 그대로 간직하고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>자매결연을 해 큰 힘이 되고 이 인연이 오래도록 지속되길 기원하겠다</span>”고 화답했다.<br/><br/>점심식사를 마친 일행은 테마체험장으로 이동했다. 비닐하우스 형태의 체험관에는 주민 홍경숙(여·68) 씨의 지도로 천연 염색 강의와 체험이 이뤄졌다. 대전 시내에서 교사생활을 하다가 4년 전 이곳 출신인 남편과 함께 귀촌한 홍 씨는 유창한 염색 강의를 이어갔다. 네모진 손수건 모양의 면으로 된 천 조각에 소목나무 껍질로 만든 붉은색 염료와 치자 열매에서 낸 노란색 염료 등을 찍어 묻히고 접자 어느새 독특한 무늬와 색감을 자랑하는 ‘작품’이 탄생했다. “어머! 피카소 그림이 나왔어요. 오늘은 여러분이 아티스트가 되는 겁니다. 시각과 촉각을 다 살려 섬세하게 작업하세요. 파란 하늘, 햇살, 천의 아름다움을 살려보세요.”<br/><br/>농협생명 소속 여성 설계사들도 들뜬 마음으로 정성스레 하얀 천을 곱게 물들였다. 저마다 방금 배운 솜씨로 만들어낸 작품을 줄에 걸어 건조시키며 동심으로 돌아간듯 얘기꽃을 피웠다. “<span class='quot2'>염색천을 암 수술을 받은 언니에게 선물할 거예요</span>” “<span class='quot2'>불교를 믿는데 수레바퀴 문양으로 윤회사상을 표현해봤습니다.</span>” <br/><br/>호박고구마 캐기 체험도 이어졌다. “심봤다!” “나는 왜 안 나와?” “오늘 계 탔네”. 1인당 2㎏까지 풍성한 가을걷이를 한 중년 여성들은 저마다 “나도 농민의 딸”이라며 팔뚝만큼 굵은 고구마를 캐면서 구슬땀을 흘렸다.<br/><br/>부지런한 여성들은 마을 노인회관을 찾아 청소 봉사 활동을 벌였다. 회관에서 소일하고 있던 송인순(82) 할머니 등 노인 5명이 이들을 반겼다. 고무장갑을 낀 채 이부자리와 바닥 깔판을 걷어 먼지를 털고 부지런히 진공청소기를 돌렸다. 어느새 깔끔해진 회관 내부를 본 할머니들이 “며느리보다 일솜씨가 낫다”며 흐뭇해했다. 송연우(58) 설계사는 “오늘 ‘맛있는 공기’ 속에서 1사1촌 체험 활동을 하면서 동료들끼리 정말 많이 웃었고 좋은 추억을 만들었다”며 “평소에 개인적으로 장애인 장학회 봉사도 하고 있지만 봉사라는 게 거창한 게 아니고 편하게 생각하면 실천하기 쉬운 것 같다”고 말했다.<br/><br/>임정례(55) 농협생명 FM매니저는 “<span class='quot3'>대전에 살면서도 가까운 곳에 이렇게 자연을 볼 수 있고 찌든 마음을 털어낼 수 있는 곳이 있는 줄 몰랐다</span>”며 “<span class='quot3'>오늘 자매결연을 계기로 앞으로 고객들에게 마을 홍보도 하고 함께 방문도 하고 농산물 직거래도 할 계획</span>”이라고 말했다.<br/><br/>대전 = 김창희 기자 chkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-554.txt

제목: <포럼>‘從北 단죄’ 필요성 일깨운 大法 판결  
날짜: 20141014  
기자: 이관희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141014100000055  
본문: 이관희 / 경찰대 교수·헌법학, 대한법학교수회장<br/><br/>지난 12일 대법원은 “<span class='quot0'>1980년대 권위주의적 통치에 맞서 노동운동을 한 것으로 보이더라도, 소속 단체의 이념과 목적이 자유민주적 기본질서를 위협하는 것이고 그 수단의 하나로 노동운동을 했다면 민주화운동으로 인정할 수 없다</span>”고 밝혔다. 즉, 인천부천민주노동자회(인노회) 회원이자 조국통일범민족연합(범민련) 간부였던 신 모 씨가 ‘자신의 활동이 민주화운동에 해당된다’며 민주화운동보상심의위원회를 상대로 제기한 상이(傷痍) 불인정 처분 취소 청구소송에서 원고 일부 승소 판결한 원심을 깨고 사건을 서울고법으로 되돌려보낸 것이다.<br/><br/>신 씨는 1985년 대우전자 인천공장 입사, 1986년 해직, 1988년 인노회 가입을 거쳐 국가보안법, 노동쟁의조정법 등 위반으로 유죄 판결을 받은 데 더해 이적(利敵)단체인 범민련 남측본부 간부로서 역시 2차례 국보법을 위반한 전과가 있었던 것이다.<br/><br/>‘민주화운동 관련자 명예회복 및 보상법’(2000년 제정)은 제2조에서 민주화운동을 ‘자유민주적 기본질서를 문란하게 하고 헌법에 보장된 국민의 기본권을 침해한 권위주의적 통치에 항거하여, 헌법이 지향하는 이념 및 가치의 실현과 민주헌정질서의 확립에 기여하고, 국민의 자유와 권리를 회복·신장시킨 활동’으로 정의하고 있다. 사회주의 혁명을 위한 노동운동은 민주화운동으로 볼 수 없다는 대법원의 이번 첫 판결은 큰 의미를 갖는다고 평가할 만하다. 즉, 그 법에 의거한 보상심의위원회가 2006년 12월 4일 간첩 활동으로 복역한 전력의 운동권 출신 인사를 민주화 유공자로 받들면서 “전력은 고려사항 아니다”고 강변한 사례가 말해주듯 그 시절의 노동·사회운동은 덮어놓고 민주화운동으로 ‘묻지마 인정’을 감행하게 한 ‘좌파 정권의 민주화’에 대한 반론이기 때문이다.<br/><br/>이와 관련해 반드시 따져봐야 하는 것이 1989년 부산 동의대사태다. 입시부정으로 총장실을 점거하고 전경 5명을 인질로 해서 시위를 벌이던 학생들이 이를 진압하려는 경찰·전경에 화염병을 던져 화재로 경찰관 7명이 사망하고 10명이 중화상을 입은 사건이다. 당시 농성을 주도했던 31명의 학생에게 징역 2년에서 무기징역까지 중형이 내려졌는데, 이 사건 관련자 46명을 2002년 4월 보상심의위원회가 찬성 5명, 반대 3명, 기권 1명으로 민주화운동 관련자로 인정해 보상금을 지급한 것이다. 사망 경찰관들은 사건 발생 24년 만인 지난해 4월 ‘동의대 사건 희생자 명예회복 및 보상에 관한 법’이 통과돼 국가유공자로 겨우 보상받았지만, 가해자들을 민주화 유공자라니 다시 따져봐서 정당한 공권력을 행사하는 경찰관들의 명예를 진정으로 회복시켜 줘야 한다.<br/><br/>이번 대법(大法) 판결을 계기로 우리의 자유민주주의 헌정질서를 어지럽히는 종북(從北)세력에 대해서도 우리 사회의 보다 적극적인 대응을 필요로 한다. 이석기 통합진보당 의원이 이른바 ‘RO(혁명조직)’ 혐의로 지난 8월 항소심에서 징역 9년을 선고받고 대법원 상고중이지만, 한시 바삐 헌법재판소에서 통진당에 대한 해산결정을 내려야 한다고 본다.<br/><br/>1956년 독일 헌재는 독일 공산당 해산 결정을 내릴 때 민주적 기본질서에 대한 현실적 위험성이 없더라도 정당(政黨) 해산이 가능하다고 결정했다. 애초부터 민주적 기본질서 침해를 목적으로 하는 정당은 국가가 보호하거나 지원할 필요가 없다는 것이었다. 민주주의의 적(敵)에 대한 투쟁적·방어적 민주주의 이론이다. 통합진보당의 강령과 행동을 보면 보편적 인권, 합리적 이성을 존중하는 건전한 좌파와는 거리가 먼 좌파세력에 기생하는 암 덩어리일 뿐이다. 노동해방운동, 계급투쟁적 민중민주주의, 주한미군 철수, 국보법 폐지, 북한 3대 세습체제 용인, 국가정보원 해체 등이 그것이다.

언론사: 문화일보-1-555.txt

제목: <힐링푸드>울며 겨자 먹기? 웃으며 비듬 퇴치!  
날짜: 20141008  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141008100000201  
본문: ‘컬러푸드’가 ‘건강식’으로 집중 조명되며 쌈채소에도 보라색 열풍이 일고 있다. 차조기는 물론 적근대, 적치커리가 쌈 식재료로 사랑받고 있다. <br/><br/>적겨자도 그중의 하나다. 적겨자 같은 보라색 채소가 각광받고 있는 것은 보라색 색소를 만들어내는 안토시아닌 성분 때문이다. <br/><br/>안토시아닌은 항산화물질로 눈에 특히 좋다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신’(빛을 감지하는 광색소의 일종)의 재합성을 촉진한다. 당연히 노안을 예방하기 위해서라도 이왕이면 보라색 채소를 많이 먹어야 한다. 적겨자는 이처럼 색깔만으로도 청겨자보다 ‘영양 경쟁력’ 측면에서 앞서 있다.<br/><br/>그외에도 적겨자에는 비타민과 미네랄 등 각종 영양소가 풍부하게 들어있다. 비타민A와 비타민B, 비타민C 성분이 고르게 있고 칼륨과 칼슘, 철, 인 등의 미네랄 성분도 많이 함유하고 있다. <br/><br/>농촌진흥청 관계자에 따르면 냉면 등에 넣어 먹는 겨자의 경우는 같은 겨자과 식물인 ‘겨자무’로 만들어진다. 겨자무를 건조시킨 후 분말을 내 겨자소스로 만든다. 한방에서는 겨자가 폐의 기능을 높여주고 가래를 삭여 편도선과 폐렴에 효능이 있고 담을 풀어줘 몸의 기운을 잘 돌게 하는 데 좋다고 돼 있다. 또 염증을 치료하고 살균소독하는 데도 겨자가 쓰인다. <br/><br/>적겨자에서 비듬 등의 피부질환과 관련지어 눈여겨 볼 성분은 황화합물인 설포라판(sulforaphane)이다. 독특한 향을 만들어내는 설포라판은 겨자와 같은 ‘십자화과(十字花科)’ 식물에 많이 들어있는 성분이다. 십자화과란 이름은 네 개의 꽃잎이 십자 형태를 보여준다고 해 붙여졌다. <br/><br/>황화합물이 피부에 좋다는 것은 오래전부터 임상적으로 인정을 받아왔다. 대표적인 예가 피부질환이 있는 환자들이 유황온천을 즐겨 찾았다는 사실에서 알 수 있다. 현대에 들어와 유황 성분의 해독기능이 피부질환 치유를 돕는다는 사실이 밝혀졌다. <br/><br/>식물 속 황화합물인 설포라판의 효능을 좀 더 구체적으로 살펴보자. 설포라판은 간과 피부에서 해독작용을 도와주고, 자외선으로 인한 피부 손상을 막아준다. 특히 피부에 자외선 차단막을 만들어 피부를 보호하는 자외선차단제와 달리 설포라판은 자외선에 저항하는 효소를 만들어 피부를 보호한다. <br/><br/>그래서 설포라판 성분이 결핍될 경우 대머리, 손발톱의 각질화, 피부의 노화 등이 일어난다. 또 한 연구에 따르면 피부의 탄력성을 유지시켜 주는 콜라겐 기능도 설포라판 성분이 활성화시킨다고 돼 있다. 피부암에도 설포라판 성분이 효능이 있다는 연구가 있다. <br/><br/>피부에 과산화물이 많이 생성되면 피부암을 일으키게 되는데, 우리 몸에는 글루타치온-S-전이효소(GST)라는 것이 있어서 이 과산화물을 제거하게 된다. 그런데 설포라판 성분이 이 효소의 합성을 도와줌으로써 과산화물을 제거하게 되고, 따라서 피부암을 예방해 준다는 것이다. <br/><br/>그래서 동양에서 가장 오래된 약물학 서적인 신농본초경(神濃本草經)에서는 유황에 대해 뼈를 강하게 하고 근육을 튼튼하게 하며 탈모를 방지한다고 기록하고 있다. <br/><br/>각종 피부병과 암은 물론 설포라판은 소화기에도 이롭게 작용한다. 설포라판은 대장을 자극하여 체내의 유독가스와 노폐물을 배출하고 만성적인 숙변을 제거하여 몸 안을 깨끗이 해준다. 유산균 보고인 장이 건강해야 면역력이 향상되고 피부가 매끄러워진다는 것은 이제 상식에 속한다. 설포라판의 이 같은 효능 때문에 여러 나라의 대체의학 병원에서 유황을 항암제, 통증완화제, 염증, 류머티즘, 우울증, 피부 치료제로 적극 사용하고 있다. <br/><br/>적겨자에서 또 눈여겨 볼 성분은 칼륨이다. 칼륨은 고혈압의 원흉인 나트륨을 몸 밖으로 배출해 주고, 눈과 귀를 밝게 하며, 마음을 안정시켜 주는 진정작용도 지녔다. 비타민A와 B복합체, C도 풍부하게 들어있다. 비타민A는 항산화 효능과 함께 눈 건강에 이롭게 작용하고 비타민B는 신경계에 유익하며, 비타민C 역시 감기로부터 암에 이르기까지 거의 모든 성인병을 예방하는 효능을 지녔다. <br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-556.txt

제목: <힐링푸드>울며 겨자 먹기? 웃으며 비듬 퇴치!  
날짜: 20141008  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141008100000191  
본문: ‘컬러푸드’가 ‘건강식’으로 집중 조명되며 쌈채소에도 보라색 열풍이 일고 있다. 차조기는 물론 적근대, 적치커리가 쌈 식재료로 사랑받고 있다. <br/><br/>적겨자도 그중의 하나다. 적겨자 같은 보라색 채소가 각광받고 있는 것은 보라색 색소를 만들어내는 안토시아닌 성분 때문이다. <br/><br/>안토시아닌은 항산화물질로 눈에 특히 좋다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신’(빛을 감지하는 광색소의 일종)의 재합성을 촉진한다. 당연히 노안을 예방하기 위해서라도 이왕이면 보라색 채소를 많이 먹어야 한다. 적겨자는 이처럼 색깔만으로도 청겨자보다 ‘영양 경쟁력’ 측면에서 앞서 있다.<br/><br/>그외에도 적겨자에는 비타민과 미네랄 등 각종 영양소가 풍부하게 들어있다. 비타민A와 비타민B, 비타민C 성분이 고르게 있고 칼륨과 칼슘, 철, 인 등의 미네랄 성분도 많이 함유하고 있다. <br/><br/>농촌진흥청 관계자에 따르면 냉면 등에 넣어 먹는 겨자의 경우는 같은 겨자과 식물인 ‘겨자무’로 만들어진다. 겨자무를 건조시킨 후 분말을 내 겨자소스로 만든다. 한방에서는 겨자가 폐의 기능을 높여주고 가래를 삭여 편도선과 폐렴에 효능이 있고 담을 풀어줘 몸의 기운을 잘 돌게 하는 데 좋다고 돼 있다. 또 염증을 치료하고 살균소독하는 데도 겨자가 쓰인다. <br/><br/>적겨자에서 비듬 등의 피부질환과 관련지어 눈여겨 볼 성분은 황화합물인 설포라판(sulforaphane)이다. 독특한 향을 만들어내는 설포라판은 겨자와 같은 ‘십자화과(十字花科)’ 식물에 많이 들어있는 성분이다. 십자화과란 이름은 네 개의 꽃잎이 십자 형태를 보여준다고 해 붙여졌다. <br/><br/>황화합물이 피부에 좋다는 것은 오래전부터 임상적으로 인정을 받아왔다. 대표적인 예가 피부질환이 있는 환자들이 유황온천을 즐겨 찾았다는 사실에서 알 수 있다. 현대에 들어와 유황 성분의 해독기능이 피부질환 치유를 돕는다는 사실이 밝혀졌다. <br/><br/>식물 속 황화합물인 설포라판의 효능을 좀 더 구체적으로 살펴보자. 설포라판은 간과 피부에서 해독작용을 도와주고, 자외선으로 인한 피부 손상을 막아준다. 특히 피부에 자외선 차단막을 만들어 피부를 보호하는 자외선차단제와 달리 설포라판은 자외선에 저항하는 효소를 만들어 피부를 보호한다. <br/><br/>그래서 설포라판 성분이 결핍될 경우 대머리, 손발톱의 각질화, 피부의 노화 등이 일어난다. 또 한 연구에 따르면 피부의 탄력성을 유지시켜 주는 콜라겐 기능도 설포라판 성분이 활성화시킨다고 돼 있다. 피부암에도 설포라판 성분이 효능이 있다는 연구가 있다. <br/><br/>피부에 과산화물이 많이 생성되면 피부암을 일으키게 되는데, 우리 몸에는 글루타치온-S-전이효소(GST)라는 것이 있어서 이 과산화물을 제거하게 된다. 그런데 설포라판 성분이 이 효소의 합성을 도와줌으로써 과산화물을 제거하게 되고, 따라서 피부암을 예방해 준다는 것이다. <br/><br/>그래서 동양에서 가장 오래된 약물학 서적인 신농본초경(神濃本草經)에서는 유황에 대해 뼈를 강하게 하고 근육을 튼튼하게 하며 탈모를 방지한다고 기록하고 있다. <br/><br/>각종 피부병과 암은 물론 설포라판은 소화기에도 이롭게 작용한다. 설포라판은 대장을 자극하여 체내의 유독가스와 노폐물을 배출하고 만성적인 숙변을 제거하여 몸 안을 깨끗이 해준다. 유산균 보고인 장이 건강해야 면역력이 향상되고 피부가 매끄러워진다는 것은 이제 상식에 속한다. 설포라판의 이 같은 효능 때문에 여러 나라의 대체의학 병원에서 유황을 항암제, 통증완화제, 염증, 류머티즘, 우울증, 피부 치료제로 적극 사용하고 있다. <br/><br/>적겨자에서 또 눈여겨 볼 성분은 칼륨이다. 칼륨은 고혈압의 원흉인 나트륨을 몸 밖으로 배출해 주고, 눈과 귀를 밝게 하며, 마음을 안정시켜 주는 진정작용도 지녔다. 비타민A와 B복합체, C도 풍부하게 들어있다. 비타민A는 항산화 효능과 함께 눈 건강에 이롭게 작용하고 비타민B는 신경계에 유익하며, 비타민C 역시 감기로부터 암에 이르기까지 거의 모든 성인병을 예방하는 효능을 지녔다. <br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-557.txt

제목: 홈플러스, 유방암 예방‘핑크플러스’ 캠페인  
날짜: 20141008  
기자: 이민종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141008100000026  
본문: 홈플러스가 세계 여성 암 발병률 1위인 유방암 예방과 치료에 팔을 걷어붙이고 나섰다.<br/><br/>홈플러스는 여성가족부, 국립암센터, 한국유방암학회, 대한암협회와 손잡고 유방암 조기 발견의 중요성에 대한 인식의 확산, 교육·진단을 통한 예방, 치료비 지원 등 3대 분야에 걸쳐 ‘핑크플러스 캠페인’에 들어가기로 했다고 8일 밝혔다. 회사 관계자는 “<span class='quot0'>장기 불황, 강제 휴무 등으로 경영 환경이 어렵지만 대형마트 주 고객이 30∼50대 주부</span>”라며 “<span class='quot0'>여성 직원 비율이 65% 이상인 기업으로서 여성에 대한 지원을 더 강화해야 한다는 경영진의 의지를 반영했다</span>”고 배경을 설명했다.<br/><br/>홈플러스는 온·오프라인 채널을 활용해 고객들에게 유방암의 현황과 조기 발견시 90%이상 완치가 가능한 상황, 진단·예방정보를 제공하고 국립암센터 등의 연구 활동을 지원하기로 했다. 또 매년 ‘핑크플러스 걷기 대회’를 열고 저소득층 환자를 대상으로 치료를 돕기로 했다. 첫 행사로 16∼22일에 유방암 예방에 도움을 주는 것으로 알려진 토마토, 브로콜리 등 40여 종을 할인 판매하고 구매시 평소보다 40배의 훼밀리카드 포인트를 적립해 줄 방침이다.<br/><br/>이민종 기자 horizon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-558.txt

제목: 홈플러스, 유방암 예방‘핑크플러스’ 캠페인  
날짜: 20141008  
기자: 이민종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141008100000194  
본문: 홈플러스가 세계 여성 암 발병률 1위인 유방암 예방과 치료에 팔을 걷어붙이고 나섰다.<br/><br/>홈플러스는 여성가족부, 국립암센터, 한국유방암학회, 대한암협회와 손잡고 유방암 조기 발견의 중요성에 대한 인식의 확산, 교육·진단을 통한 예방, 치료비 지원 등 3대 분야에 걸쳐 ‘핑크플러스 캠페인’에 들어가기로 했다고 8일 밝혔다. 회사 관계자는 “<span class='quot0'>장기 불황, 강제 휴무 등으로 경영 환경이 어렵지만 대형마트 주 고객이 30∼50대 주부</span>”라며 “<span class='quot0'>여성 직원 비율이 65% 이상인 기업으로서 여성에 대한 지원을 더 강화해야 한다는 경영진의 의지를 반영했다</span>”고 배경을 설명했다.<br/><br/>홈플러스는 온·오프라인 채널을 활용해 고객들에게 유방암의 현황과 조기 발견시 90%이상 완치가 가능한 상황, 진단·예방정보를 제공하고 국립암센터 등의 연구 활동을 지원하기로 했다. 또 매년 ‘핑크플러스 걷기 대회’를 열고 저소득층 환자를 대상으로 치료를 돕기로 했다. 첫 행사로 16∼22일에 유방암 예방에 도움을 주는 것으로 알려진 토마토, 브로콜리 등 40여 종을 할인 판매하고 구매시 평소보다 40배의 훼밀리카드 포인트를 적립해 줄 방침이다.<br/><br/>이민종 기자 horizon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-559.txt

제목: <세상 만사-나라 안>펜션을 병실로 제공…요양급여 1억대 불법수령  
날짜: 20141007  
기자: 송동근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141007100000134  
본문: 경기지방경찰청은 7일 요양병원을 운영하면서 암환자들에게 허가 없이 펜션을 병실로 제공하고 입원환자의 간호일지를 허위로 기재하게 한 후 국민건강보험공단으로부터 요양급여 1억7000만 원 상당을 타낸 병원장 권모(37) 씨를 국민건강보험법 위반 등 혐의로 불구속 입건했다.<br/><br/>권 씨는 지난 2013년 8월부터 경기 가평군 소재 요양병원(한방) 원장으로 일하면서 병원에서 약 1.3㎞가량 떨어진 펜션 건물 1동을 임차한 후 건물 10실을 허가 없이 환자들에게 병실로 제공, 건강보험공단으로부터 요양급여 1억7000만 원 상당을 불법 수령한 혐의다. 경찰은 권 씨와 함께 펜션을 이용하면서 병실에 계속 입원한 것처럼 속여 보험회사로부터 4억3800만 원을 받아 편취한 김모(50) 씨 등 13명도 함께 구속했다.<br/><br/>수원 = 송동근 기자 sdk@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-560.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>‘찔끔’ 8년… 협착방광 열어주니 ‘시원’  
날짜: 20141006  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20141006100000165  
본문: 68세 K 씨는 8년 전부터 소변이 잘 나오지 않아 자다가도 서너 번 깨서 화장실에 가야했다. 불편함을 느껴 유명 병원에서 전립선 레이저수술을 받았다. 수술 후 이틀 정도가 지났을 때에도 역시 소변이 잘 나오지 않아서 다시 가보니 요도가 좁아졌다고 해 2차 수술까지 받았다. 하지만 그후에도 소변 보는 게 좋지 않아 서너 군데 유명 대학병원을 여기저기 찾아 다녔다. 모두 방광 기능이 나빠서 그렇다고 진단을 했고 약을 처방받아 먹어봤지만, 별 효과가 없었다. 용하다는 한방병원 등을 찾아다녀도 별 차도가 없었다.<br/><br/>K 씨는 필자의 칼럼을 재미있게 보고 있었다. 성의학 분야의 이야기만 쓰는 줄 알고 있다가 얼마 전 우연히 앉아서 소변을 보며 고생하던 환자 이야기를 보게 되었다. 자기 이야기와 너무나 비슷하여 궁리하다가 문화일보에 전화하여 필자의 클리닉 전화번호를 알아내 찾아왔다는 것이다.<br/><br/>“어디가 불편하십니까?”<br/><br/>“아휴, 소변 좀 잘 보게 해주세요. 저는 8년간 고생하고 있어요. 서서도 잘 안 나오고 앉아서도 잘 안 나와요. 하도 답답해서 방에서 쿵쿵 뛰어야 조금씩 나와요. 아파트 아랫집에서 불평하는 전화가 옵니다. 소변문제만 해결되면 원이 없겠어요.”<br/><br/>“<span class='quot0'>우선 전립선과 방광에 대한 기본검사를 해봐야겠습니다.</span>”<br/><br/>소변검사에서는 정상 소견이었으나 오줌줄기검사에서는 5㎖/s로 줄기가 가늘고 매우 힘들게 소변이 나오는 것으로 관찰된다. 전립선 초음파검사에서는 22g 정도로 그리 크지는 않다.<br/><br/>“소변 줄기가 아주 가늘어서 내시경검사를 해봐야겠습니다. 내시경검사로 요도와 전립선, 방광 내부를 모두 볼 수 있으니까 제일 중요한 검사입니다.”<br/><br/>요도 마취 후 내시경을 삽입하려는데 잘 들어가지 않는다. 다시 요도를 따라 전립선 요도 부위를 보니 방광 입구가 꽉 막혀서 바늘 구멍 정도로만 열려 있었다.<br/><br/>“아주 심한 방광 입구 수축 협착증입니다. 사람에 따라 켈로이드 체질이면 레이저수술 후에 이런 문제가 생기기도 합니다.”<br/><br/>너무 작은 구멍이라 내시경 통과가 안 돼서 방광 안은 볼 수 없었다. 수술하면서 열어주어야 방광 안을 볼 수 있을 것이다. 이렇게 심한 방광 입구 협착증이니 그동안 환자가 얼마나 고생했겠는지 이해가 된다. 방에서 쿵쿵 뛰어야 소변이 나온다는 말이 이해가 된다.<br/><br/>“원인을 확실히 알았으니 희망이 보입니다. 소변은 잘 보게 할 수 있는데 사정할 때 정액이 방광 안으로 들어갔다가 나오는 역행성 사정은 어쩔 수 없이 생기게 됩니다. 이런 희생은 이해하셔야 합니다.”<br/><br/>“아휴! 소변만 잘 나오게 해주시면 그 정도는 감수해야지요.”<br/><br/>최신 투리스(Turis)-기화술로 좁아진 협착 부위를 조금씩 열어가며 뚫고 들어가니 드디어 내시경이 방광 안으로 들어갔다. 방광 안은 그동안 고생한 흔적들이 보이나 암이나 다른 이상은 없고 양측 요관구에서 소변이 방광으로 잘 들어오고 있었다. 방광 협착 부위와 전립선을 기화시키며 열어주니 이제 훤하게 입구가 뚫렸다. <br/><br/>“이 정도면 충분하겠습니다.”<br/><br/>다음 날 아침 요도관을 제거하고 소변을 보게 하였다. 요도 줄기가 35㎖/s로 정상 소견이며 잔뇨는 거의 없다.<br/><br/>“자 어떠십니까?”<br/><br/>“아주 시원합니다. 아! 이렇게 좋은 걸 그동안 8년이나 고생했어요. 추석에 조상과 부처님께 불공 드린 효험을 본 것 같네요. 감사합니다.”<br/><br/>어려운 환자의 문제를 잘 해결해주는 게 의사의 보람이다.<br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-561.txt

제목: <여론마당>치매노인 실종 年 8000건… 국가차원 체계적 대책 절실  
날짜: 20140926  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140926100000092  
본문: 우리나라 치매노인 실종사고가 연간 8000건에 달한다고 한다. 문제는 치매노인들은 실종 초기에 발견하지 못하면 사망 또는 심각한 부상으로 이어지는 경우가 많아 각별한 주의가 요구된다. <br/><br/><br/><br/>지난 2013년 실종신고 된 치매환자의 수는 총 7983명으로 집계됐다. 대부분 노인으로 추정되는 실종 치매환자의 수는 2010년 6569명에서 2011년 7604명으로 급증한 뒤 매년 꾸준히 늘어나고 있다. <br/><br/><br/><br/>하루 평균 20명이 넘는 치매노인이 실종되고 있음을 알 수 있다. 현재 노인치매 환자가 급증하고 있는데, 65세 이상 치매(알츠하이머병)환자 인구는 55만 명을 넘어섰다. 이런 추세라면 고령사회로 접어드는 2025년에는 환자수가 100만 명을 돌파하며, 20년마다 거의 2배씩 늘어나는 추세를 보일 것이라고 한다. <br/><br/><br/><br/>국민건강보험공단이 말하는 65세 이상 치매 환자에게 지출된 진료비를 분석하면 2006년 10만5000여 명이던 환자가 2011년에는 31만2000여 명으로 3배 가량에 달했다고 밝혔다. 고령화에 따른 국가 재앙은 암보다 더 무섭다는 치매에서 비롯될 것이라는 우려가 나오는 것도 무리는 아니다. <br/><br/><br/><br/>우리나라는 경제협력개발기구(OECD) 34개 회원국 중 자살사망률과 자살증가율이 세계 1위다. 저출산율도 세계 1위다. 행복지수는 26위다. 현재에 대한 불안감과 위기감·스트레스가 자살로 또는 치매로, 미래에 대한 불안이 출산율 저하로 드러난다. 이대로라면 현재는 물론 앞으로의 대한민국은 불안하고 두려운 사회가 된다는 것이다. 이제는 국가 차원에서 노인 치매 대책에 대한 체계적인 관리가 절실한 때다.<br/><br/><br/><br/>김도연·전남 영암군

언론사: 문화일보-1-562.txt

제목: <세상 만사-나라 밖>비행승무원, 대만 癌발생직종 1위  
날짜: 20140924  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140924100000173  
본문: 대만 노동부의 조사 결과 암 질병 발생률이 가장 높은 직종은 항공사 승무원인 것으로 나타났다. 대만 노동부의 직업안전 위생연구소는 최근 실시한 ‘대만 10대 암질병 노출 직종 보고서’를 통해 항공사의 비행 승무원을 암 발생이 잦은 직종 1위로 꼽았다고 대만 중국시보(中國時報) 등이 23일 보도했다. 연구소는 항공기 승무원들이 근무 환경 여건상 우주에서 대기권으로 들어오는 고에너지 입자인 ‘우주방사선’에 노출돼 있어 장기 근속자일수록 적혈구 내 산소운반 기능을 하는 헤모글로빈의 수치가 떨어지며 다른 직종의 종사자보다 혈액암, 임파선암, 골수암의 발병률이 높은 것으로 조사됐다고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-563.txt

제목: 대구의료원 간호인력 부족… 호스피스 병동 운영 중단  
날짜: 20140924  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140924100000166  
본문: 지방 병·의원의 간호사 부족난이 심각한 가운데 대구시 산하 대구의료원이 간호사를 구하지 못해 말기암 환자들이 입원 중인 호스피스병동 운영을 중단하기로 했다.<br/><br/><br/><br/>대구의료원은 호스피스 독립병동에 7명의 간호사가 3교대 근무를 했으나 지난 8월 이후 2명의 간호사가 사직한 뒤 관련 법이 정한 간호사를 확보하지 못해 오는 10월 1일부터 병동 운영을 한시적으로 중단한다고 24일 밝혔다. 이 병동은 2008년 6월 14개 병상으로 개설됐다. <br/><br/><br/><br/>암관리법은 호스피스병동에는 암환자 2명당 1명의 간호사를 배치하도록 규정하고 있다. 이 병동에는 연평균 하루 입원 환자가 12명으로 6명의 간호사가 있어야 하지만 1명이 부족한 상태다. 이에 따라 의료원 측은 관련 법이 정한 간호 인력 기준을 충족할 때까지 병동 운영을 중단하고 입원 중인 말기암 환자 7명은 환자와 보호자의 동의를 얻어 일반 병동으로 옮겨 치료하기로 했다. <br/><br/><br/><br/>대구 = 박천학 기자 kobbla@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-564.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>오래 ‘사용’안해 걸린 페이로니씨病  
날짜: 20140922  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140922100000103  
본문: 교감 선생님들이 단체로 성불륜 협박사기를 당하고, 정부 고위층 인사들이 성추행 및 성접대 등으로 구설수에 오르는 등 여러가지 성문제들이 큰 사회적 이슈로 떠오르고 있다. 어느날 언론인 K(65) 씨가 방문하였다.<br/><br/>“무엇을 도와드릴까요?”<br/><br/>“<span class='quot0'>내 페니스 뿌리 부분에 딱딱한 게 만져지고 발기가 되면 꼭 호리병 같이 됩니다.</span>”<br/><br/>“<span class='quot0'>언제부터 그런 게 생겼나요?</span>”<br/><br/>“몇 년 전부터 발기력이 약해지면서 뿌리 쪽에 조그만 굳은살이 생기기 시작했어요. 처음엔 별로 대수롭지 않게 생각했는데 점점 커져요. 혹시 암이 아닌가요?”<br/><br/>“암은 아닙니다. 그런데 성생활은 어떻게 하고 계신가요?”<br/><br/>“아이고! 우리 집사람은 성관계가 싫다고 거부한 지가 10년도 넘었어요. 그러니 집에서 받아주지 않는 우리 같은 사람은 어떻게 해야 합니까? 법을 안 어기고 욕구를 해소할 방법이 없어요. 돈 주고 성관계하면 성매수고, 젊은 여성이나 남의 여자와 관계하면 성범죄이고, 혼자 자위할 수밖에 없는데 이것은 또한 도덕적인 죄. 그러니 부인이 받아주지 않는 우리 같은 사람들은 죄를 짓지 않고는 해결할 방법이 없어요.”<br/><br/>“아! 듣고 보니 정말 그렇군요. 그런데 왜 부인이 거부하십니까?”<br/><br/>“<span class='quot0'>관계를 시도하려면 아프다고 하며 아주 싫어해요.</span>”<br/><br/>“여성들이 폐경 이후의 질 건조증으로 성교통을 호소하는 경우가 있습니다. 부부가 같이 잘 협조하면 치료가 가능합니다.”<br/><br/>K 씨는 평균수명이 증가돼 노인층의 수가 늘어나고, 황혼 이혼 등이 증가하면서 여러 가지 노년의 성건강 문제들이 대두되므로 이를 우습게만 볼 것이 아니라 사회적 관심을 가져야 한다고 목소리를 높였다.<br/><br/>진찰을 해보니 음경 해면체가 굳어서 딱딱해져 있다. 발기 초음파를 해보니 오랫동안 사용을 안 해서 작은 미세혈관들이 굳어져 혈액순환이 안 됐다. 또 뿌리 쪽에는 2∼3㎝ 정도의 굳은살이 있어 발기가 되면 정말 마치 호리병 같은 모양을 낸다. 오랫동안 ‘사용’을 안 해서 나타난 불용성 퇴화형상이다.<br/><br/>“‘페이로니씨병’이 생겼습니다. 국소 부위에 혈액순환이 나빠져 굳어지고 꼬부라지고 발기력이 점점 약해지는 병이지요.”<br/><br/>“이제 와서 보니 바로 제가 피해자가 된 것 같습니다. 부인이 거부하고 다른 곳에서 해소할 수 없으며 또한 오랫동안 해소를 못하니 이젠 점점 퇴화되고 굳어지고 꼬부라지는 것 같습니다. 최 박사님이 이러한 사회적 문제에 대해서도 솔직하게 지적해 주셔야 합니다.”<br/><br/>“예, 말씀을 들으니 이해가 됩니다. 선생님 이야기를 칼럼에 소개하겠습니다.”<br/><br/>노년의 성 건강을 대수롭지 않게 보는 시선이 많다. ‘그냥 살면 되지, 뭘 그 나이에 성생활까지 챙기냐’는 것이다. 하지만 성 건강은 모든 전신 건강의 지표이며 정신 건강을 좌우한다.<br/><br/>스웨덴의 관련 연구자들이 5년간 70세 이상 남성 128명과 여성 226명의 성생활과 사망률을 추적 관찰한 결과에 따르면 여성은 성관계를 하는 그룹과 안 하는 그룹의 사망률이 별 차이가 없지만, 남성은 일찍 성관계를 끊은 그룹의 사망률이 훨씬 높게 나타났다고 한다. 정상적인 성생활을 하는 남성 노인들이 훨씬 더 오래 건강하게 장수하는 것이다.<br/><br/>K 씨에게 이 이야기를 전하며 덧붙였다. “우선 혈액 순환을 좋게 하고, 굳어진 것이 풀리도록 약을 써보겠습니다. 술은 자제하시고 운동을 많이 하세요. 그리고 무엇보다도 부인과 잘 대화를 하시고 병원으로 함께 오시면 문제가 쉽게 해결될 수도 있습니다.”<br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-565.txt

제목: <시론>영웅을 용납하지 않는 사회  
날짜: 20140922  
기자: 박학용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140922100000046  
본문: 박학용/논설위원<br/><br/>필자에겐 일제 때 독립운동하다 고문으로 옥사한 애국지사 유관순은 지금도 누나다. 외국인들에겐 ‘한국에도 잔 다르크가 있다’며 우쭐댄 적도 있다. ‘삼월 하늘 가만히 우러러 보며 유관순 누나를 생각합니다…’. 익힌 지 50년 가까이 흘렀는데도 ‘유관순 누나’ 노래는 아직도 애국가처럼 입에 붙는다. 그러니 올해부터 고교에서 필수로 배우는 한국사 교과서 8종 중 4종에 유관순 열사가 한 줄도 언급되지 않았다는 소식에 먹먹할 수밖에. 누락 이유도 충격이다. 친일파가 만들어낸 영웅이라는 일각의 주장 때문이란다.<br/><br/>우리는 ‘영웅 부재’ 사회에 살고 있다. ‘있는’ 영웅도 죽이지 못해 안달이다. ‘사촌이 땅을 사면 배가 아프다’는 속담 그대로다. 국민에게 존경받는 ‘공인(公認)영웅’이래야 세종대왕과 이순신 장군이 고작이다. 지난 60여 년 간 경이로운 발전을 일군 대한민국의 심장부 광화문광장에 400∼500여 년 전 조선시대 두 인물만이 덩그러니 서 있다. 반만년 역사에 위대한 인물이 이렇게도 없을까 자괴감이 들 정도다. 그러나 따져보면 인물은 많다. 공(功)보다 과(過)를 잡아내려는 우리 사회가 영웅을 용납하지 않을 뿐이다. 자신들만이 옳다고 강변하는 극단주의자들이 근대화 주역은 독재자로, 민주화 운동의 공로자는 빨갱이로, 산업화 역군은 정경유착 재벌로 족족 폄훼하기 일쑤다.<br/><br/>며칠 전 한 중견그룹 오너가 들려준 일화가 머리를 맴돈다. 수년 전 초등학교 아들이 과제물을 도와달라고 했단다. 보통 사람들의 선행(善行) 이야기가 담긴 신문기사들을 스크랩해 오라는 내용이었다. 모처럼 만에 아버지 노릇도 할 겸 집에서 며칠치 신문만 뒤지면 되겠지 싶어 선뜻 응했다. 그런데 3개월치 신문을 샅샅이 훑었는데 단 한 건의 미담기사도 찾아내지 못했단다. 결국 동정란 한 귀퉁이에 박힌 한 인사의 1단짜리 기부기사 하나 달랑 오려 붙여 학교에 제출했다. 그는 “우리 사회, 우리 언론이 얼마나 사람 평가에 인색한지 절감했다”며 혀를 찼다.<br/><br/>선진국은 ‘영웅천국’이다. 미국은 유난하다. 결정적 흠이 없는 한 역대 대통령, 유명 기업인, 특정 분야 전문가 등은 존재만으로 존경의 대상이 된다. 이라크전에서 두 다리를 잃었지만 장애 퇴역군인을 돕는 사람, 빈민가에서 키운 채소를 사회적 약자에게 나눠주는 사람, 백혈병을 딛고 암환자들에게 교통편을 제공하는 사람 등 생활 속의 작은 영웅들도 수시로 발굴된다. 어디를 가든 워싱턴, 링컨, 케네디 등 전직 대통령의 이름을 딴 학교와 도로, 공원을 쉽게 접할 수 있다. 워싱턴 의사당 내 내셔널스태추어리홀(National Statuary Hall)엔 농부·작가·과학자 등 100명의 소영웅 동상이 들어서 있다. 종종 눈도 안 마주치는 여야 의원들도 동상 앞에선 이들의 역지사지(易地思之) 정신을 공유한다.<br/><br/>그렇다고 미국 국민이 영웅들의 과오를 마냥 덮어주진 않는다. 공로에 대한 예우는 깍듯하되 평가는 냉혹하다. 지난해 11월 존 F 케네디 전 대통령 서거 50주기를 즈음해 쏟아진 그에 대한 재평가가 그 예다. 뉴욕타임스와 워싱턴포스트 등 주요 언론은 그를 인종·종교를 초월한 인권법 입안 등 걸출한 업적을 남긴 ‘진보의 아이콘’으로 칭송하면서도 세금 감면 등 보수적 정책과 미국의 베트남전 개입에 적극 관여한 점 등을 들며 혹평했다. 유대인도 ‘다(多)영웅’ 민족이다. 그들의 영웅들 역시 공적도 많지만 과오도 적지 않다. 어찌 보면 다윗은 부하 장군의 부인과 통정하며 그 부하를 사지(死地)에 내보내 죽게 한 파렴치한이다. 그런데도 유대인은 그를 “잘한 일이 많았고, 진정한 참회를 했으며, 민족을 위해 큰 일을 했다”며 영웅시한다. 그들의 타고난 관용과 긍정적 인간관의 소산이다. <br/><br/>우리는 국가적 어려움이 닥칠 때마다 기댈 만한 영웅이 없다고들 한탄한다. 그러나 영웅을 인정해주려 하기보다 영웅을 죽이려 드는 풍토를 개탄해야 한다. 영웅은 국가를 지탱하는 저력이자 소중한 자산이다. 이제부터라도 ‘크고 작은’ 영웅들을 길이 기억하자. 3·1운동의 표상 유관순 열사도, 구명조끼를 친구에게 건네주고 또 다른 친구를 구하려다 숨진 ‘세월호 영웅들’도 모두 대한민국의 진정한 영웅이다. ‘가짜’ 영웅을 양산(量産)해서도 안 되지만 ‘진짜’ 영웅을 폄척(貶斥)해서도 안 된다.

언론사: 문화일보-1-566.txt

제목: <세상 만사-나라 안>말기암 환자 보험급여 편취  
날짜: 20140917  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140917100000165  
본문: 울산지방경찰청은 무허가 의료시설에 말기암 환자들을 유치한 뒤 서류를 조작해 건강보험공단 요양 급여 등 38억 원을 편취한 혐의(사기 등)로 의사 2명과 병원 사무장 등 3명을 불구속 입건했다고 17일 밝혔다.<br/><br/>경찰에 따르면 이들은 지난 2011년부터 2013년 말까지 경북 경주지역에 무허가 펜션형 요양시설 10개 동을 설치한 뒤 말기암 환자 345명을 대상으로 풍욕, 명상, 기치료 등의 자연치유 요법을 수행하도록 한 뒤 실제 의원에 입원해 암치료를 받은 것처럼 진료기록부를 조작해 건강보험공단으로부터 요양급여비 7억 원을 받고, 환자들에게도 민간보험사로부터 31억여 원의 보험금을 부당하게 수령하도록 한 혐의를 받고 있다.<br/><br/>울산=곽시열 기자 sykwak@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-567.txt

제목: <힐링푸드>열량은 쏙 빼고 배 속은 든든… 간식도 날씬하게  
날짜: 20140917  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140917100000209  
본문: 천고마비의 계절. 바야흐로 한여름 무더위로 잠잠했던 식욕이 돌아오는 가을이다. 식사 후에도 왠지 허전함이 느껴지고 결국 간식을 찾게 된다. 그러나 간식이야말로 많은 사람들이 다이어트에 실패하도록 만드는 결정적 해악이다. 전문가들은 말 그대로 식사와 식사 사이에 먹는 간식은 200㎉ 내에서 멈춰야 한다고 조언한다. 포만감도 느끼게 하면서 열량이 낮고, 인체에 유익한 비타민과 미네랄 등의 성분을 풍부하게 함유하고 있는 간식거리들을 소개한다. <br/><br/><br/># 방울토마토<br/><br/>방울토마토는 저칼로리(100g당 16㎉)에 알칼리성 식품으로 비만, 당뇨에 좋다. 또 나트륨과 단백질, 비타민A, B1 등이 골고루 들어있어 건강식으로도 손색이 없다. 비타민B1 성분의 경우 직장인들의 스트레스 해소에도 한몫한다. 따라서 하루 종일 격무에 시달린 후 식사로도 허기가 채워지지 않을 때 방울토마토 한 움큼이면 정서적으로도 포만감을 맛볼 수 있다. 그리고 루틴 성분은 지방을 없애주고 콜레스테롤과 중성지방을 줄여줘 혈관질환 예방에도 도움을 준다.<br/><br/>이와 함께 토마토의 빨간색은 라이코펜이라는 물질에서 나오는 것인데 라이코펜은 골관절염은 물론 여러 종류의 노인성 질환과 암 예방에 효과가 있다고 보고돼 있다. <br/><br/><br/># 오이 스틱<br/><br/>오이야말로 저열량 다이어트 식품의 대명사라고 해도 과언이 아니다. 시중에 나와 있는 개량종 오이의 경우 100g당 열량이 12㎉에 불과하다. 또 수분 함량도 95%에 이르러 다이어트 시 부족한 수분을 보충해 준다. 오이 속 비타민C인 아스코르빈산은 피부 구성물질인 콜라겐의 기본 재료로 피부 노화를 방지해 주고, 미백효과와 보습효과도 보여준다. 오이에 풍부한 칼륨 성분은 몸 속 나트륨은 물론 노폐물, 중금속을 흡착해 배출해 준다. 오이의 쓴맛을 내는 성분인 쿠쿠르비타신은 간 기능 보호, 심혈관질환 예방에 한몫한다.<br/><br/><br/># 찐계란<br/><br/>어릴 적 소풍 갈 때 작은 배낭에 사이다, 김밥과 함께 들어있던 것이 바로 찐계란이었다. 양질의 단백질로 이뤄진 계란에는 필수아미노산과 각종 비타민, 미네랄 등이 풍부하게 들어있다. 계란 하면 아직도 많은 사람들이 노른자의 콜레스테롤 함량을 걱정하지만 이는 잘못된 상식이다. <br/><br/>계란노른자의 레시틴 성분은 오히려 각종 성인병을 유발하는 콜레스테롤이 인체의 혈액 속으로 흡수되는 것을 방해한다. 또 레시틴은 인체 안의 지방 대사를 촉진, 지방간도 예방해 준다. 또 역시 노른자 속의 비오틴 성분은 여드름은 물론 비듬과 지루성 피부염, 탈모 등의 예방에도 좋은 성분으로 알려져 있다. <br/><br/><br/># 노가리 <br/><br/>무언가 입에 넣고 질겅질겅 씹고 싶을 때 권할 만한 간식이 노가리다. 맥주 안주로 많이 등장하는 노가리는 그 성분을 보면 ‘건강식 명단’에 충분히 이름을 올릴 만한 자격이 있다. 골밀도를 높여주는 칼슘은 100g당 432㎎, 나트륨의 배출을 돕는 칼륨은 무려 1230㎎ 함유하고 있다. 노가리의 알라닌, 아스파르트산, 글리신 등의 아미노산은 알코올로 인해 간에 축적된 아세트알데히드를 해독해 주고, 베타인, 타우린 등의 성분은 피로해소를 돕는다. 단지 열량(100g당 358㎉)이 높기 때문에 한번에 다량 섭취하는 것은 피해야 한다. <br/><br/><br/># 피스타치오<br/><br/>피스타치오 역시 허전한 몸과 마음에 포만감을 안겨주는 견과류 간식의 하나다. 피스타치오는 비타민B1, 칼륨, 철 등 30가지 이상의 비타민과 미네랄 등의 영양소를 함유, 성인병 예방에 효과가 있다.<br/><br/>피스타치오에는 지방이 100g당 44.4g 정도 함유돼 있으며 대부분이 심혈관질환 예방에 좋은 불포화지방이다. 피스타치오는 항암 효과도 지닌 것으로 알려져 있는데 비타민E의 일종인 감마 토코페롤이 폐암 등 특정한 유형의 암에 대해 어느 정도 예방 효과가 있다고 한다. 또 피스타치오 1컵(123g)엔 비타민B6가 1.7㎎ 함유돼 있는데 비타민B6는 혈액을 구성하는 항체와 적혈구를 만드는 데 필요한 성분으로 면역기능을 향상시켜 준다. 최근에는 비타민B6가 흥분억제성 물질인 가바(GABA) 합성을 도와 차분함, 안정성, 수면을 유도한다는 연구가 활발히 진행되고 있다. <br/><br/>＜도움말=강재헌(가정의학) 인제대 서울백병원 교수＞글 = 이경택 기자 ktlee@<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-568.txt

제목: <힐링푸드>열량은 쏙 빼고 배 속은 든든… 간식도 날씬하게  
날짜: 20140917  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140917100000146  
본문: 천고마비의 계절. 바야흐로 한여름 무더위로 잠잠했던 식욕이 돌아오는 가을이다. 식사 후에도 왠지 허전함이 느껴지고 결국 간식을 찾게 된다. 그러나 간식이야말로 많은 사람들이 다이어트에 실패하도록 만드는 결정적 해악이다. 전문가들은 말 그대로 식사와 식사 사이에 먹는 간식은 200㎉ 내에서 멈춰야 한다고 조언한다. 포만감도 느끼게 하면서 열량이 낮고, 인체에 유익한 비타민과 미네랄 등의 성분을 풍부하게 함유하고 있는 간식거리들을 소개한다. <br/><br/><br/># 방울토마토<br/><br/>방울토마토는 저칼로리(100g당 16㎉)에 알칼리성 식품으로 비만, 당뇨에 좋다. 또 나트륨과 단백질, 비타민A, B1 등이 골고루 들어있어 건강식으로도 손색이 없다. 비타민B1 성분의 경우 직장인들의 스트레스 해소에도 한몫한다. 따라서 하루 종일 격무에 시달린 후 식사로도 허기가 채워지지 않을 때 방울토마토 한 움큼이면 정서적으로도 포만감을 맛볼 수 있다. 그리고 루틴 성분은 지방을 없애주고 콜레스테롤과 중성지방을 줄여줘 혈관질환 예방에도 도움을 준다.<br/><br/>이와 함께 토마토의 빨간색은 라이코펜이라는 물질에서 나오는 것인데 라이코펜은 골관절염은 물론 여러 종류의 노인성 질환과 암 예방에 효과가 있다고 보고돼 있다. <br/><br/><br/># 오이 스틱<br/><br/>오이야말로 저열량 다이어트 식품의 대명사라고 해도 과언이 아니다. 시중에 나와 있는 개량종 오이의 경우 100g당 열량이 12㎉에 불과하다. 또 수분 함량도 95%에 이르러 다이어트 시 부족한 수분을 보충해 준다. 오이 속 비타민C인 아스코르빈산은 피부 구성물질인 콜라겐의 기본 재료로 피부 노화를 방지해 주고, 미백효과와 보습효과도 보여준다. 오이에 풍부한 칼륨 성분은 몸 속 나트륨은 물론 노폐물, 중금속을 흡착해 배출해 준다. 오이의 쓴맛을 내는 성분인 쿠쿠르비타신은 간 기능 보호, 심혈관질환 예방에 한몫한다.<br/><br/><br/># 찐계란<br/><br/>어릴 적 소풍 갈 때 작은 배낭에 사이다, 김밥과 함께 들어있던 것이 바로 찐계란이었다. 양질의 단백질로 이뤄진 계란에는 필수아미노산과 각종 비타민, 미네랄 등이 풍부하게 들어있다. 계란 하면 아직도 많은 사람들이 노른자의 콜레스테롤 함량을 걱정하지만 이는 잘못된 상식이다. <br/><br/>계란노른자의 레시틴 성분은 오히려 각종 성인병을 유발하는 콜레스테롤이 인체의 혈액 속으로 흡수되는 것을 방해한다. 또 레시틴은 인체 안의 지방 대사를 촉진, 지방간도 예방해 준다. 또 역시 노른자 속의 비오틴 성분은 여드름은 물론 비듬과 지루성 피부염, 탈모 등의 예방에도 좋은 성분으로 알려져 있다. <br/><br/><br/># 노가리 <br/><br/>무언가 입에 넣고 질겅질겅 씹고 싶을 때 권할 만한 간식이 노가리다. 맥주 안주로 많이 등장하는 노가리는 그 성분을 보면 ‘건강식 명단’에 충분히 이름을 올릴 만한 자격이 있다. 골밀도를 높여주는 칼슘은 100g당 432㎎, 나트륨의 배출을 돕는 칼륨은 무려 1230㎎ 함유하고 있다. 노가리의 알라닌, 아스파르트산, 글리신 등의 아미노산은 알코올로 인해 간에 축적된 아세트알데히드를 해독해 주고, 베타인, 타우린 등의 성분은 피로해소를 돕는다. 단지 열량(100g당 358㎉)이 높기 때문에 한번에 다량 섭취하는 것은 피해야 한다. <br/><br/><br/># 피스타치오<br/><br/>피스타치오 역시 허전한 몸과 마음에 포만감을 안겨주는 견과류 간식의 하나다. 피스타치오는 비타민B1, 칼륨, 철 등 30가지 이상의 비타민과 미네랄 등의 영양소를 함유, 성인병 예방에 효과가 있다.<br/><br/>피스타치오에는 지방이 100g당 44.4g 정도 함유돼 있으며 대부분이 심혈관질환 예방에 좋은 불포화지방이다. 피스타치오는 항암 효과도 지닌 것으로 알려져 있는데 비타민E의 일종인 감마 토코페롤이 폐암 등 특정한 유형의 암에 대해 어느 정도 예방 효과가 있다고 한다. 또 피스타치오 1컵(123g)엔 비타민B6가 1.7㎎ 함유돼 있는데 비타민B6는 혈액을 구성하는 항체와 적혈구를 만드는 데 필요한 성분으로 면역기능을 향상시켜 준다. 최근에는 비타민B6가 흥분억제성 물질인 가바(GABA) 합성을 도와 차분함, 안정성, 수면을 유도한다는 연구가 활발히 진행되고 있다. <br/><br/>＜도움말=강재헌(가정의학) 인제대 서울백병원 교수＞글 = 이경택 기자 ktlee@<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-569.txt

제목: <힐링푸드>骨骨~ 대는 술고래… ‘보랏빛 칼슘’ 건포도!  
날짜: 20140917  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140917100000012  
본문: 건포도를 많이 먹으면 충치가 생기지 않을까. 사실 다디단 건포도를 먹다보면 그런 생각이 드는 것도 당연하다. 그러나 결론부터 말하면 건포도는 오히려 충치를 예방해준다. 건포도에 들어있는 생리활성 성분인 올레노익산(oleanolic acid)은 잇몸질환 및 충치를 일으키는 원인균의 성장을 억제하는 활성을 지녔다. 충치 예방뿐만이 아니다. 건포도의 성분과 효능을 곰곰이 살펴보면 누구나 놀라지 않을 수 없다. <br/><br/>먼저 혈액순환 장애로 뼈조직이 죽어가는 골괴사증 얘기부터 해보자. 건포도가 골밀도 함량을 높여 골괴사증 등의 뼈질환 예방에 좋다는 것은 이미 여러 연구를 통해서 확인됐다. 건포도가 이처럼 골괴사증에 좋은 것은 보론(Boron)이라 불리는 붕소 덕분이다. 신체에 꼭 필요한 필수 미네랄 보론은 뼈 건강에 중요한 영향을 미치는 칼슘과 마그네슘 같은 성분들의 흡수를 돕는다. 또 비타민D3의 활성화에도 한몫한다. 비타민D3는 칼슘염과 인산염의 흡수를 촉진하며 골격 형성에 도움을 준다.<br/><br/>보론이 뼈 건강에 좋다는 것은 토양에 보론 농도의 수준이 높은 지역에 사는 주민들에게서 상대적으로 관절염 환자의 수가 적다는 한 연구에서도 검증된 적이 있다. 실제로 관절염 환자 비율이 전 세계에서 가장 높은 남미 한 국가의 보론 농도 수준은 세계 최저인 것으로 알려져 있다.<br/><br/>건포도가 지닌 다양한 효능도 이 보론과 깊은 관계가 있다. 특히 건포도가 뇌 인지기능 향상에 도움을 주는 것도 바로 이 보론 성분 때문이다. 보론은 집중력을 향상시켜주며 기억력도 높여준다.<br/><br/>물론 치매도 예방해준다. 건포도를 학습 능력 증진이 필요한 청소년부터, 치매 예방이 필요한 어르신들에게까지 적극 권하는 것도 이 같은 보론의 효능 때문이다. 보론의 하루 권장량은 5∼6㎎이며, 건포도의 경우 100g당 2.2㎎ 정도의 보론이 들어있다.<br/><br/>건포도의 효능 중 또하나 빼놓을 수 없는 것은 체내 콜레스테롤 함량과 관련된 것이다. 건포도에는 우리 몸에 나쁜 저밀도(LDL) 콜레스테롤을 제거해주는 성분이 다량 함유돼 있다. 또한 건포도에 풍부한 수용성 식이섬유 역시 혈중 콜레스테롤 함량을 낮춰주는 데 일조한다. 건포도의 식이섬유 성분은 변비 치료에도 한몫한다. <br/><br/>이와 함께 건포도가 혈압 저하에 좋다는 것은 고혈압 환자들에게는 상식이 됐을 정도로 유명하다. 실제로 외국의 한 연구에 따르면 하루 3회 이상 건포도를 간식으로 먹으면 다른 간식에 비해 혈압이 떨어지는 것으로 밝혀졌다. 건포도의 이 같은 효능은 칼륨 성분 때문인데 칼륨은 체내 혈압을 높이는 나트륨 배출을 돕는다. 건포도 100g에는 무려 671㎎의 칼륨이 들어있다. <br/><br/>건포도는 빈혈 예방에도 좋다. 신체에서 철분이 모자라게 되면 피로감을 느끼게 되고 면역력도 저하된다. 그리고 무엇보다도 중요한 사실은 철분이 있어야 적혈구가 만들어질 수 있다는 것이다. 그래서 미량이지만 철분은 인체에 꼭 필요한 미네랄이다. 건포도는 눈에 띌 만큼 철분을 많이 함유하고 있다. 100g당 2.1㎎의 철분이 들어 있는데 철분의 하루 권장량은 성인 기준 10㎎이다. <br/><br/>최근에는 건포도의 항암 효능과 관련된 연구가 활발히 진행되고 있다. 건포도는 항산화 물질을 다량 함유하고 있어 세포의 노화를 막아주는 효능이 뛰어나며, 이 같은 항산화작용이 암 예방에도 일조한다는 것이다. 건포도가 시력 보호는 물론 시력 상실까지 유발하는 녹내장이나 황반변성 예방에 좋다는 것도 이 같은 항산화 성분들 때문이다. <br/><br/>한편 건포도 섭취로 충치나 비만 등이 걱정된다면 구입할 때 설탕 첨가 여부를 반드시 확인해야 한다. 건포도의 달콤한 맛은 설탕을 전혀 넣지 않은 자연 상태의 당분이 만들어내는 것인데 이 당분은 설탕 등 인공적인 당분에 비해 인체 내에서 혈당을 급격히 올리지 않는다. 따라서 건포도는 충치를 유발하지 않을 뿐더러 비만과도 직접적인 연관성이 없다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-570.txt

제목: <힐링푸드>骨骨~ 대는 술고래… ‘보랏빛 칼슘’ 건포도!  
날짜: 20140917  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140917100000153  
본문: 건포도를 많이 먹으면 충치가 생기지 않을까. 사실 다디단 건포도를 먹다보면 그런 생각이 드는 것도 당연하다. 그러나 결론부터 말하면 건포도는 오히려 충치를 예방해준다. 건포도에 들어있는 생리활성 성분인 올레노익산(oleanolic acid)은 잇몸질환 및 충치를 일으키는 원인균의 성장을 억제하는 활성을 지녔다. 충치 예방뿐만이 아니다. 건포도의 성분과 효능을 곰곰이 살펴보면 누구나 놀라지 않을 수 없다. <br/><br/>먼저 혈액순환 장애로 뼈조직이 죽어가는 골괴사증 얘기부터 해보자. 건포도가 골밀도 함량을 높여 골괴사증 등의 뼈질환 예방에 좋다는 것은 이미 여러 연구를 통해서 확인됐다. 건포도가 이처럼 골괴사증에 좋은 것은 보론(Boron)이라 불리는 붕소 덕분이다. 신체에 꼭 필요한 필수 미네랄 보론은 뼈 건강에 중요한 영향을 미치는 칼슘과 마그네슘 같은 성분들의 흡수를 돕는다. 또 비타민D3의 활성화에도 한몫한다. 비타민D3는 칼슘염과 인산염의 흡수를 촉진하며 골격 형성에 도움을 준다.<br/><br/>보론이 뼈 건강에 좋다는 것은 토양에 보론 농도의 수준이 높은 지역에 사는 주민들에게서 상대적으로 관절염 환자의 수가 적다는 한 연구에서도 검증된 적이 있다. 실제로 관절염 환자 비율이 전 세계에서 가장 높은 남미 한 국가의 보론 농도 수준은 세계 최저인 것으로 알려져 있다.<br/><br/>건포도가 지닌 다양한 효능도 이 보론과 깊은 관계가 있다. 특히 건포도가 뇌 인지기능 향상에 도움을 주는 것도 바로 이 보론 성분 때문이다. 보론은 집중력을 향상시켜주며 기억력도 높여준다.<br/><br/>물론 치매도 예방해준다. 건포도를 학습 능력 증진이 필요한 청소년부터, 치매 예방이 필요한 어르신들에게까지 적극 권하는 것도 이 같은 보론의 효능 때문이다. 보론의 하루 권장량은 5∼6㎎이며, 건포도의 경우 100g당 2.2㎎ 정도의 보론이 들어있다.<br/><br/>건포도의 효능 중 또하나 빼놓을 수 없는 것은 체내 콜레스테롤 함량과 관련된 것이다. 건포도에는 우리 몸에 나쁜 저밀도(LDL) 콜레스테롤을 제거해주는 성분이 다량 함유돼 있다. 또한 건포도에 풍부한 수용성 식이섬유 역시 혈중 콜레스테롤 함량을 낮춰주는 데 일조한다. 건포도의 식이섬유 성분은 변비 치료에도 한몫한다. <br/><br/>이와 함께 건포도가 혈압 저하에 좋다는 것은 고혈압 환자들에게는 상식이 됐을 정도로 유명하다. 실제로 외국의 한 연구에 따르면 하루 3회 이상 건포도를 간식으로 먹으면 다른 간식에 비해 혈압이 떨어지는 것으로 밝혀졌다. 건포도의 이 같은 효능은 칼륨 성분 때문인데 칼륨은 체내 혈압을 높이는 나트륨 배출을 돕는다. 건포도 100g에는 무려 671㎎의 칼륨이 들어있다. <br/><br/>건포도는 빈혈 예방에도 좋다. 신체에서 철분이 모자라게 되면 피로감을 느끼게 되고 면역력도 저하된다. 그리고 무엇보다도 중요한 사실은 철분이 있어야 적혈구가 만들어질 수 있다는 것이다. 그래서 미량이지만 철분은 인체에 꼭 필요한 미네랄이다. 건포도는 눈에 띌 만큼 철분을 많이 함유하고 있다. 100g당 2.1㎎의 철분이 들어 있는데 철분의 하루 권장량은 성인 기준 10㎎이다. <br/><br/>최근에는 건포도의 항암 효능과 관련된 연구가 활발히 진행되고 있다. 건포도는 항산화 물질을 다량 함유하고 있어 세포의 노화를 막아주는 효능이 뛰어나며, 이 같은 항산화작용이 암 예방에도 일조한다는 것이다. 건포도가 시력 보호는 물론 시력 상실까지 유발하는 녹내장이나 황반변성 예방에 좋다는 것도 이 같은 항산화 성분들 때문이다. <br/><br/>한편 건포도 섭취로 충치나 비만 등이 걱정된다면 구입할 때 설탕 첨가 여부를 반드시 확인해야 한다. 건포도의 달콤한 맛은 설탕을 전혀 넣지 않은 자연 상태의 당분이 만들어내는 것인데 이 당분은 설탕 등 인공적인 당분에 비해 인체 내에서 혈당을 급격히 올리지 않는다. 따라서 건포도는 충치를 유발하지 않을 뿐더러 비만과도 직접적인 연관성이 없다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-571.txt

제목: <2014 대한민국 갈등 리포트>수천∼수만명 집단민원 급증… 이해관계 얽히며 사태 장기화  
날짜: 20140917  
기자: 손기은  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140917100000074  
본문: 극심한 갈등을 겪어왔던 밀양 송전탑 건설 공사가 올해 말 완료될 예정이다. 울산 울주군 신고리원자력발전소에서 생산된 전기를 경남 창녕군 북경남변전소까지 보내는 765㎸급 송전선로를 설치하는 이 공사는 거센 주민 반발로 인해 4년이나 공기가 연장됐다. 특히 전체 송전탑 161개 중 69개가 들어서는 경남 밀양시에서는 2012년 초 주민이 분신하는 사태가 발생하는 등 극심한 갈등을 보여왔다. 전문가들은 밀양 송전탑 갈등을 최악의 갈등 사례로 꼽고 있다. 국책사업이라는 명분하에 주민들과의 소통을 게을리하고 공사를 밀어붙인 점, 외부인 개입으로 갈등이 확대된 점, 정부의 어설픈 대응 등으로 초기에 갈등을 해결하지 못해 분열적 상황을 맞은 점 등이 ‘한국형 갈등’의 전형을 보여줬다는 평가다.<br/><br/>◆ 집단 갈등 급증 = 우리 사회에 집단갈등이 급증하고 있다. 특정 개인이 이해관계를 가지고 민원을 제기하는 게 아니라, 다수인이 공통된 이해관계를 가지고 민원을 제기하고, 이것이 사회 갈등으로 자리잡게 되는 특징을 보이고 있는 것이다. 17일 국민권익위원회에 따르면 지난 2008년 권익위 출범 이후 5인 이상 집단민원 접수 건수는 총 1881건으로 2008년 334건, 2009년 259건, 2010년 280건, 2011년 285건, 2012년 361건, 2013년 362건 등 증가하고 있다. ‘호남 KTX 정읍역사 신설 및 지하차도 건설 요구(7만3000명)’나 ‘익산역 단절 중앙지하차도 건설 요구(3만2936명)’ 등 사례에서 보듯 수천 명에서 수만 명이 제기하는 집단민원도 많다.<br/><br/>아울러 과거 하나의 피신청인을 대상으로 제기하는 단순한 민원이 많았다면, 최근에는 피신청인이 둘 이상이거나 피신청인 외에 관계기관도 관여하는 다수 이해관계자 집단민원 형태로 변모해 가고 있다는 게 권익위 설명이다. 실제 2008년 이후 권익위에서 조정한 187건의 집단민원 중 피신청인이 둘 이상인 경우가 107건으로 전체의 57%를 차지하고 있다. 피신청인 외 관계기관이 참여하는 집단민원도 59건으로 전체의 32%를 차지하는 것으로 나타났다. 권익위 관계자는 “<span class='quot0'>집단민원에 관련된 이해관계자 수가 많다는 것은 그만큼 갈등 양상이 복잡하게 나타나고, 이해를 조정하는 데 어려움이 따른다는 것을 의미한다</span>”고 말했다.<br/><br/>◆ 갈등 장기화 경향 = 또 하나의 특징은 갈등이 장기화하는 경향을 보인다는 점이다. 지난 1996년 첫삽을 뜬 ‘국립서울병원 연구·부속시설 증축 공사’는 6200여 일이 지난 2013년 5월에야 주민 반대를 딛고 비로소 공사를 시작할 수 있었다. 2007년 제주 강정마을에 해군기지건설이 추진되면서 시작된 ‘제주 강정마을 해군기지 사태’는 여전히 갈등이 진행 중이다. 주민 분신사태를 겪은 밀양 송전탑 건설 공사도 극심한 주민 반대로 인해 공기가 4년이나 연장됐다. 봉은역사공원 조성(476일), 군부대 이전을 통한 방화대로 조기 개설(380일) 등의 경우처럼 평균 300일 이상 걸리는 갈등 사례도 어렵지 않게 찾아볼 수 있다.<br/><br/>◆ 소통 노력 미흡 = 전문가들은 이처럼 갈등이 장기화하는 원인으로 정부 및 지방자치단체의 미흡한 소통 노력을 꼽고 있다. 밀양 송전탑 건설 갈등의 골이 깊어진 것도 이 때문이라는 지적이 나온다. 이강원 한국사회갈등해소센터 소장은 ‘한국사회 공공갈등 이렇게 풀자’에서 “<span class='quot1'>한전은 송전탑 공사가 공익사업이라는 이유로 ‘선 사업승인 후 대응’이라는 전략으로 일관해 주민들의 큰 반발을 초래했다</span>”며 “<span class='quot1'>2008년 5월 주민들의 경과지 변경 요구 등 민원이 있었지만 ‘공익사업이기 때문에 반대해도 소용없다’는 편의적인 태도로 대응했다</span>”고 분석했다. <br/><br/>제주 강정마을 해군기지 사태도 사업 초기 당시 제주도지사가 소수만이 참가한 여론조사를 근거로, 정부가 제주해군기지 최우선 대상지로 강정마을을 선정하는 등 초기 소통 노력이 미흡했던 점이 갈등 심화 원인이라는 지적이 나온다. 밀양 송전탑 건설 공사 역시, 2008년 8월 공사 시작 당시 “땅값이 크게 떨어질 것이다” “전자파가 암을 유발한다” 등의 소문이 돌았지만, 한전은 주민 설득 노력을 제대로 하지 않고 소극적인 대응으로 일관했다는 게 전문가들의 평가다. <br/><br/>◆ 정치적 이익 목적 외부세력 개입도 갈등 심화 원인 = 김종석 홍익대 경영대학장 등 지식인 150명은 지난 4일 지식인 선언에서 세월호 참사가 정치 투쟁에 이용되는 사태를 경계해야 한다고 지적했다. 이들은 “세월호 일반인 희생자 가족대책위원회측이 ‘(단원고 희생자가 중심이 된) 세월호가족대책위가 일부 진보단체의 의견에 영향받고 있다’고 밝힌 바 있다”며 “이번 참사를 계기로 외부세력에 의해 ‘정치투쟁’으로 변질되는 일이 있어서는 안 된다”고 주장했다. 이 같은 지적처럼 사회 갈등이 발생하면, 외부 세력이 개입해 갈등해결을 어렵게 만드는 경우가 다수 있어왔다. 밀양 송전탑 갈등 사례나 10년 전 전북 부안에서 방사성폐기물처리장 건설을 둘러싸고 빚어진 갈등 등은 외부 환경단체와 종교단체 등의 개입으로 인해 극한 대결로 치달은 대표적 사례다. <br/><br/>현택수 한국사회문제연구원장은 “<span class='quot2'>이슈가 있을 때마다 등장하는 반정부 성향 단체들은 극단적인 모습을 보여 갈등 해결에 전혀 도움을 주지 못하는 경우가 많다</span>”며 “<span class='quot2'>갈등 당사자의 약해진 감정을 이용해 자신들의 입장을 관철시키고, 정치적으로 이용하는 등 부정적 영향을 끼치는 사례가 빈번하게 발생하고 있다</span>”고 평가했다. <br/><br/>손기은 기자 son@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-572.txt

제목: 男 흡연자 사망률 비흡연자의 1.44배  
날짜: 20140916  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140916100000101  
본문: 흡연이 건강에 미치는 연구는 국내외를 막론하고 꾸준히 발표되고 있다. 주로 암 발생위험을 높여 사망률을 높인다는 연구결과들이다.<br/><br/>서울대 의대 예방의학교실이 최근 발표한 연구는 담배가 한국인을 비롯한 아시아인의 사망에 끼치는 영향을 분석했다. 연구팀은 한국을 포함해 중국, 일본, 싱가포르, 대만, 인도, 방글라데시 등 아시아 7개국 21개 코호트 연구에서 선정된 45세 이상 성인 105만 명을 10년 이상 장기간 추적 관찰했다. 이 결과 흡연자는 비흡연자에 비해 남성은 1.44배, 여성은 1.48배 사망률이 높았다. 추적 기간 중 총 12만3975명이 사망했는데, 흡연과 관련된 질병으로 사망한 비율이 남성은 15.8%, 여성은 3.3%에 달했다. 남성에서는 심혈관질환 사망자의 11.4%, 암 사망자의 30.5%, 호흡기계 질환 사망자의 19.8%가 흡연과 관련이 있었다. 흡연과 가장 관련이 높은 질환은 폐암이었다. 흡연자는 비흡연자에 비해 폐암 발생률이 3∼4배 높았다. 남성 폐암 환자의 60.5%, 여성 폐암 환자의 16.7%가 흡연과 관련 있었다. <br/><br/>동남권원자력의학원이 발표한 연구에는 PET-CT(양전자방출단층촬영기)를 촬영한 폐암환자 696명을 대상으로 흡연과 폐암과의 관련성을 연구한 결과, 85%가 넘는 폐암 환자들이 직접 또는 간접 흡연자였다. 직접흡연자는 74.4%에 해당하는 518명이었으며, 간접 흡연자(가족 또는 직장에서 흡연에 오랜 시간 노출된 경우)는 10.8%인 75명이었다. 직·간접 흡연 경험이 전혀 없는 환자는 14.8%인 103명이었다. 직접흡연자의 평균 흡연력은 42.5갑년(1갑년·1년 동안 하루 한 갑씩 피운 경우)이었다. <br/><br/>지난해 건강보험공단과 지선하 연세대 보건대학원 교수팀이 국내 흡연자 130만 명을 20년간 추적 관찰한 결과에서는 흡연자는 폐암·후두암 등 각종 암의 발생위험이 비흡연자보다 2.9∼6.5배 높은 것으로 나타났다. 또 2012년 전체 사망자 26만7221명 중 5만8155명이 흡연으로 인해 사망한 것으로 나타났다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-573.txt

제목: <뉴스와 시각>‘호모 헌드레드’ 시대  
날짜: 20140916  
기자: 예진수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140916100000059  
본문: 예진수/논설위원<br/><br/>100세 이상 노인은 ‘이스케이퍼’(escaper·탈출자)라고, 한 노인학 전문가가 표현했다. 암과 심장병 등 온갖 질병의 위협과 사고·재난을 모두 요리조리 피해 100년을 생존한 영웅이란 뜻이다. ‘이스케이퍼’는 실제로도 강하다. “<span class='quot0'>일단 100세가 넘으면 외부에서 병도 잘 침입하지도 못할 뿐 아니라 침투한 병균도 맥을 못추게 된다</span>”고 의사들이 말한다. <br/><br/>올해 101세가 된 음악평론가 박용구 옹 댁을 얼마전 방문했다. 박 옹이 최근에 완성한 무용극이 내년 봄 무대에 오른다. ‘심청’을 주제로 한 박 옹의 무용극 시놉시스(일종의 극본)에는 젊고 발랄한 볼거리가 풍성하다. 그 내용은 이렇다. ‘임당수에 빠지는 심청이 되기 위해 열리는 전국적 규모의 콘테스트에 미인들이 다투어 자원을 하고, 현대적 패션쇼가 펼쳐진다. 수중 용궁에서 스타가 된 심청이 재혼을 하기 위해 육지로 나온다. 왕비가 된 심청은 아버지를 찾기 위해 종각 앞에서 페스티벌을 연다. 심 봉사가 접시돌리기 묘기로 참가하고, 복합예술인 다양한 서커스 쇼가 시도된다.’ 왕성한 예술혼은 100세가 넘어도 녹슬지 않는다. 이밖에 올해 96세인 A 옹은 매일 자전거로 한강을 한 바퀴씩 도는 강철 체력을 자랑한다. 지금도 장작을 패는 101세 할아버지도 있다.<br/><br/>장수나라로 이름난 일본에는 100세의 현역 샐러리맨도 활동한다. 96세의 요시자와 히사코 할머니는 100세를 바라보며 매년 책을 한 권씩 출판해 인기다. 그녀는 스스로를 가사(家事)평론가라 부른다. 책을 쓰면서 생활 속의 경험과 느낌을 참신하게 풀어낸다. 94세 때는, ‘94세 쓰러질 것인가, 전진할 것인가’라는 책을 썼고, 96세인 올해는 ‘96세 지금이 가장 행복해’라는 책을 냈다. 아사히신문은 최근 ‘요시자와의 노후를 사는 법에 대한 생각’를 연재하며, 새로운 방식의 노후 라이프 스타일을 제시했다. <br/><br/>골골 노인이 아니라, 청년 못지않은 도전과 기지, 고도의 창조력을 과시하는 100세 노인이 우리 사회에 많아졌다. 한국도 본격적인 ‘호모 헌드레드(homo hundred)’시대로 진입 중이다. ‘호모 헌드레드’는 유엔이 2009년 세계인구 고령화 보고서에서 정의한 말이다. <br/><br/>한국은 이제 100세 시대를 위한 백년대계를 마련해야 한다. 일본은 이미 인구 감소와 초고령화 문제의 해결을 위해 로봇 활용 방안을 내놓는 등 고심 중이다. 산업연구원이 9일 경제협력개발기구(OECD) 34개 회원국을 대상으로 지난해 각국의 고령인구(65세 이상) 비중이 1970년의 몇 배로 증가했는지를 분석한 결과 한국은 4배로 1위였다. 한국의 고령화 속도는 OECD 회원국들의 평균(1.6배)에 비해 2배 이상 가팔랐다. ‘지한파 경제학자’로 꼽히는 후쿠가와 유키코 일본 와세다대 교수는 최근 “<span class='quot1'>한국도 일본처럼 여성, 노년층, 외국인의 노동 투입량을 늘리려는 노력을 기울여야 한다</span>”고 말했다.<br/><br/>고령화 대책은 노인복지 확충만으로는 부족하다. 노인들의 경제활동 참여 기회를 확대하는 방안을 적극 검토해야 하며, 궁극적으로는 ‘혼합복지’ 정책을 추구해야 한다. 혼합복지란 국가, 시장, 가족, 커뮤니티, 비영리조직이 서로 연대해 하나의 복지체계를 형성하는 것이다. 이상적인 초고령사회는 하루아침에 이뤄지지 않는다.<br/><br/>jinye@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-574.txt

제목: <사설>대선不服 부당성 거듭 보여준 ‘국정원 선거개입 無罪’  
날짜: 20140912  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140912100000022  
본문: 2012년 12월 제18대 대선 정국을 휘감던 국가정보원 댓글 사건에 대한 법원의 첫 심판은 ‘정치관여 = 유죄, 선거 개입 무죄(無罪)’로 귀결됐다. 서울중앙지법 형사21부는 11일 원세훈 전 국정원장의 국정원법 제9조(정치 관여 금지) 위반 혐의를 인정해 징역 2년6월에 집행유예 4년, 자격정지 3년을 선고했다. 그러나 지난해 4월1일 당시 민주당의 고발 이래 제1 쟁점인 선거법 제85조(공무원의 선거 관여 금지) 위반 혐의에 대해서는 형사소송법 제307조 증거재판주의에 비춰 합리적 의심이 없는 정도의 증명에 이르지 못했다고 심판했다. <br/><br/>재판부의 유·무죄 분계(分界)는 경찰이 지난해 4월 18일 발표한 수사 결과 및 검찰송치 의견과 그 범주를 같이한다. 당일 서울중앙지검에 특별수사팀을 구성해 보완 수사를 벌인 검찰이 이후 선거 개입 혐의를 부가해 지난해 6월 14일 기소했지만 재판부의 심증은 그 부분의 범죄 사실이 충분히 입증되지 않았다는 것이다. 지난해 6월 19일 대선범죄 공소시효가 완성되기 직전의 특별수사팀 선택이 결국 재판부에 의해 배척된 사실은 검찰 지휘부와 수사팀 간에 내연하던 갈등이 10월 국회 국정감사장에서의 ‘항명 사태’까지 새삼 되돌아보게 한다. 의심스러울 때는 피의자·피고인에게 유리하게 판단하라는 형사사법의 황금률에 비춰서도 검찰은 브레이크 없는 수사·기소였다는 지적을 감내해야 할 상황이다.<br/><br/>국정원 사건의 저류는 일각의 ‘대선 불복(不服)’ 기류와 맞닿아 있다. 재판부 선고 직후 일부 방청객들이 연출한 ‘난장(亂場)의 법정’은 그런 기류의 막판 축도쯤이다. 이번 사건에서 파생된 김용판 전 서울경찰청장의 축소·은폐 의혹 사건에서 같은 재판부가 선고한 무죄를 6월 5일 서울고법 형사2부 항소심도 유지했지만, 검찰의 연패(連敗)를 조장하다시피 한 권은희 전 수서경찰서 수사과장이 ‘새정치민주연합 의원’으로 변신한 과정도 그 본질은 같은 흐름이다.<br/><br/>그렇다고 ‘정치 관여 유죄’가 대선 개입 부분 무죄에 덮여선 안된다. 1심 심리가 진행중이던 1월 14일 국정원법을 개정해 정치활동 관여 지시에 대한 이의·신고 제도를 도입하고 벌칙을 상향한 것도, 이병기 원장이 7월 8일 국회 정보위 인사청문회에서 정치 중립 확보를 ‘암(癌) 제거 수술’에 비유한 것도 정치와 절연하기 위한 구체적 노력이다. 상급심 판단이 어떻든 국정원이 올곧은 최고정보기관으로 거듭나는 계기로 삼아야 할 것이다.

언론사: 문화일보-1-575.txt

제목: <2014 추석특집>蔬通, 복거일 부녀의 ‘특별한 이야기’  
날짜: 20140904  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140904100000134  
본문: ‘애정충만 독재자’ 복거일<br/>父 “세대간 대화 불가능하다 깨닫는 게 소통의 시작”<br/><br/>‘사려깊은 딸’ 조이스 진<br/>女 “불만 없진 않지만… 아버지 말씀 배려하려 노력”<br/><br/>‘사라진 것들을 기억하고 아쉬워하는 것은 이 험한 세상을 살아가는 데 도움이 되지 않는 일이다. 그러나 그는 자신이 그렇게 삶에 도움이 되지 않은 일을 직업적으로 하는 작가라는 사실이 뿌듯하다’(p19). 소설가 복거일(68)은 최근 자전적 소설 ‘한가로운 걱정들을 직업적으로 하는 사내의 하루’에 이렇게 썼다. <br/><br/>2년여 전 암 진단을 받았지만 이 ‘뿌듯한 직업’을 위해 치료를 거부한 그는 요즘 놀랄 만큼 활발하게 활동하고 있다. <br/><br/>지난여름에 나온 에세이집 ‘삶을 견딜만하게 만드는 것들’도 그런 작업의 하나로 화가인 외동딸 조이스 진(30·본명 복은조)이 삽화를 그렸다. <br/><br/>벌써 4번째 공동작업이다. 소통과 이해가 없으면 불가능한 멋진 부녀 작가팀이다. 특별한 비결은 없는지. 이들의 특별한 이야기를 들었다.<br/><br/><br/>소설가 복거일과 그의 외동딸 조이스 진. <br/><br/>인터뷰 전부터 이 부녀가 들려줄 얘기가 몹시 궁금했다. 집필을 위해 암 치료를 거부한 작가와 아버지의 선택을 옆에서 지켜봐야 하는 딸. 반대로 말하면 대학원에서 생명학을 전공하다 미술에 뛰어든 늦깎이 화가와 딸에게 책 삽화를 맡기며 공동작업을 해온 아버지. <br/><br/>조이스 진은 어머니의 성을 따른 예명이다. 복거일이 “<span class='quot0'>엄마가 수고를 많이 했으니 예명은 엄마 성을 쓰는 게 좋겠다</span>”고 제안해 그렇게 지었다고 한다. <br/><br/>지난 8월 25일 서울 중구 문화일보사 인근 카페에 들어선 복거일과 조이스 진을 보면서 궁금증은 더 커졌다. 백발의 작가 복거일이 딸이라고 소개한 이는 나이보다 앳돼보였다. 피부는 하얗고 몸은 가냘펐으며 얼굴은 맑았다. <br/><br/>인터뷰를 진행할수록 두 사람은 참 달랐다. 복거일은 능수능란하게 말을 이어갔지만 딸은 아버지 앞이어서 그런지 말이 없었다. 인터뷰가 끝난 뒤 조이스 진에게 전화를 해서 따로 인터뷰를 해야 할 정도였다. 또 복거일은 생각을 거침없이 말하는 반면, 딸은 한마디 한마디 말을 꺼내기 전에 깊이 생각하는 모습을 보였다. 아버지는 거침 없었고 딸은 침착했다. 닮은 점에 대해 묻자 “고집이 센 것”이란 말이 돌아왔다. 하지만 이에 대해서도 말은 엇갈렸다. 복거일이 “<span class='quot0'>얘는 백화점에 가서 눈에 들어오면 기어이 산다</span>”고 장난치듯 ‘센 고집’을 이야기하자 딸은 “돈 없으면 안 산다”며 눈을 흘겼다. 많이 달라보이는 아버지와 딸. 하지만 오히려 이런 모습이 요즈음 부녀 관계를 잘 드러내는 것 같기도 했다.<br/><br/>복거일에게 “따님과 어떻게 소통하십니까”라는 질문을 던졌다. 겉으로는 많이 달라보였지만 “우리 부녀는 이렇게 달라도 이런저런 방식으로 소통하기 위해 노력하고 있다”라는 답을 기대했었다. 하지만 이 질문에 참으로 민망하게도 “세대 간의 소통은 불가능하다”는 답이 돌아왔다.<br/><br/>“나는 비틀스 노래를 듣고 자랐고 딸은 서태지 노래를 듣고 자랐습니다. 우리는 배가 너무 고파서 통증을 느꼈던 세대인데, 딸은 비만을 걱정하는 세대예요. 6·25전쟁이 나에게는 현실이었지만 얘들은 임진왜란처럼 취급합니다. 이렇게 살아온 환경이 다른데 어떻게 소통이 가능합니까. 이건 우리 집만의 얘기가 아니에요. 세대 간의 대화라는 게 가족이 친척들에게 둘러싸여 하나의 커뮤니티를 형성했던 때의 얘기지, 요새는 다 핵가족이 돼서 가능하지 않아요.” 일명 ‘부모자식 소통 불가론’이었다. 그 대신 복거일은 “<span class='quot1'>딸에게 잔소리를 하고 싶을 때마다 꾹 참고 용돈을 준다</span>”고 했다. 가르치려는 말을 참는 것 그리고 그 대신 내미는 용돈이 그에겐 딸과의 소통 도구였다. <br/><br/>“세대 간의 대화는 원래 안 된다는 것을 깨닫는 게 중요해요. 어차피 제가 잔소리해봤자 듣지도 않아요. 자식을 가르치려고 해서는 안 됩니다. 용돈은 돈도 써봐야 잘 쓰는 거니까 주는 거죠. 친구 만나러 간다고 하면 항상 짜장면 값은 줬어요. 사회에 나와서 배운 것 중 하나가 먼저 기분 좋게 크게 내라는 거예요.” <br/><br/>아버지의 용돈이 잔소리 대신이라는 사실을 (아버지의)TV인터뷰를 통해 알았다는 조이스 진은 “<span class='quot2'>이젠 친구 만나러 갈 때 용돈을 주시면 오늘 잔소리를 많이 하고 싶으신가 보다 생각해요</span>”라며 웃었다. <br/><br/>―평소에 대화는 자주 하나.<br/><br/>조이스 진(이하 진) = 일상생활에서는 별로 없다. 아버지를 말로는 이길 수가 없다. 싸움도 잘 안 된다. 하지만 내가 작업을 하고 있으면 아버지와 어머니가 오며가며 이렇게 하면 더 좋겠다고 방향을 잡아주신다. 내 작업은 우리 가족이 함께 하는 것과 마찬가지다. <br/><br/>―대화란 많은 게 좋은 것 아닌가.<br/><br/>복거일(이하 복) = 꼭 직접적인 것만이 소통이 아니다. 엄마의 역할이 그래서 중요한 것이다. 나는 정말 하고 싶은 말은 아내를 통해서 한다. 내가 하면 잔소리지만, 아내를 통해서 하면 그나마 좀 낫다. 대통령도 그렇다. 사소한 것은 알고도 모른 척하는 게 제대로 된 국정운영이다. 장관 질책하고 하는 것은 총리가 하면 된다. 중간 단계가 있어야지, 각자의 역할이 있다. 가정도 가장이 직접 나서서 시시콜콜 ‘일찍 들어와라, 뭐 해라’ 하면 체계가 무너진다. <br/><br/>그는 여기서 박근혜 대통령의 소통에 대해 말했다. “박 대통령이 소통을 잘 못한다고는 하지만 어느 정도 국민하고는 된다고 봐요. 소통이 아예 안 됐으면 선거에서 다 졌겠지. 묘하게 국민의 마음과 닿고 있습니다. 소통은 꼭 직접적인 것만은 아니니까요.”<br/><br/>이 간접적인 소통의 힘 때문일까. 복거일과 조이스 진은 지난 2007년 장편 ‘그라운드 제로’, 2009년 에세이집 ‘서정적 풍경’1·2, 최근 발간한 ‘삶을 견딜 만하게 만드는 것들’까지 4편의 작품에서 공동작업을 했다. 아버지는 글을 쓰고, 딸은 삽화를 그렸다. 이 작업들을 통해 조이스 진의 그림은 조금씩 조금씩 더 좋아졌고, 지금은 한 신문에 그림 연재를 하고 있다. <br/><br/>―공동작업은 어떻게 하게 됐나.<br/><br/>진 = 아버지가 글을 주시면서 삽화를 그려보라고 했다. 항상 옆에 있으니까 지시하기 편했을 거다(웃음). 나도 그림 그리는 게 직업이니까 일이 생겨서 좋았다.<br/><br/>복 = 아비 입장에서 일거리를 준 거다. 출판사도 호의적이라서 시작하게 됐는데, 점점 그림이 좋아진다. 나는 이미 등단할 때 마흔이 넘었으니까 스타일이 굳어져 있는데, 얘(딸)는 아직 완성이 안 됐다. 스타일이 바뀌는 것을 보는 게 참 재미있다. 그런데 딸은 유화를 좋아하는데, 나는 초기에 색연필, 목탄으로 그렸던 것이 애잔하고 더 좋았다. 독특한 느낌이 있었다. <br/><br/>거침없는 복거일도 딸의 그림에 대해 얘기할 땐 표정이 참 따뜻했다. 그는 마치 자신이 가장 좋아하는 것에 대해 이야기하는 천진난만한 어린아이 같았다. 딸과는 말이 안 통한다고 했지만, 옆에서 묵묵히 딸의 성장을 지켜보는 아버지의 든든한 어깨 같은 것이 느껴졌다. <br/><br/>―글을 쓰기 위해 암 치료를 거부했는데, 가족들에게 미안하진 않은가.<br/><br/>복 = 가족에겐 미안한 마음이 있다. 하지만 작가가 된다는 것은 많은 희생이 따른다. 글 쓰는 것과 암 치료는 병행할 수 있는 일이 아니다. 독한 약을 써야 하니 당연히 평균에도 못 미치는 작품을 쓰거나 아주 작품을 못 쓰게 될 수도 있다. 작가가 글을 안 쓰면 의미가 없다. 사는 방식의 문제다.<br/><br/>“아버지의 뜻을 존중하느냐”는 질문에 조이스 진은 고개를 조금 끄덕일 뿐이었다. 아버지가 존경스럽지 않으냐고 묻자 조이스 진은 “<span class='quot2'>(인터뷰에선) 꼭 그런 모범답안을 원한다</span>”며 불편해했다. 흔한 ‘모범답안’에 담길 수 없는 복잡한 마음이 느껴져 더 이상은 묻지 못했다. 그녀는 아버지를 이해하려고 최대한 노력하고 있는 듯했다.<br/><br/>그런 면에서 복거일은 작가와 지식인으로서는 자유주의자지만, 아버지이자 가장으로서는 조금 완강한 듯했다. 딸에겐 오후 10시 전 귀가, 성형수술 불가라는 원칙을 적용하고 있으며, 학창시절엔 그림을 그리고 싶어하는 딸에게 생물학이라는 전공도 정해줬다. 서울대 경제학과를 나와 소설가라는 독특한 길을 가는 아버지를 따르듯, 딸도 생물학을 전공하다가 화가의 삶을 살아가고 있지만 말이다.<br/><br/>복거일은 “<span class='quot0'>미술을 바로 전공하면 그것밖에 할 줄 모르기 때문에 부대껴서 즐기지를 못할 것 같아서 그랬다</span>”며 “<span class='quot0'>진짜 그림을 그리고 싶으면 이과 공부, 딸은 수학과 담을 쌓았으니 그나마 영향이 없는 생물학을 배운 다음에 하라고 했다</span>”고 설명했다. 원칙에 대해서도 그는 “<span class='quot0'>가장은 가족을 보호할 의무가 있다</span>”며 “<span class='quot0'>원칙을 세우고, 서로 이를 존중하며 그 안에서 자유롭게 지내면 충돌할 일이 없다</span>”고 했다. 이에 대해 조이스 진은 “강요라고 느껴진 적은 없다. 제가 늦게 들어가면 아버지가 지하철역까지 마중을 나온다고 하시니 시간 맞춰 들어가려고 하는 식”이라며 “불만이 없진 않았지만 아버지 말을 최대한 배려하고 그 안에서 자유롭게 지낸다”고 했다.<br/><br/>부녀의 소통이 결코 일방적이지는 않다는 생각이 들었다. 복거일의 ‘부모자식 소통 불가론’은 사실 서로의 차이를 인정하는 것이고, ‘간접적인 소통’은 이를 표현하는 ‘실전방식’이었다. 더욱이 복거일에게는 딸에 대한 애정이, 조이스 진에게는 아버지에 대한 존경이 있었다. 소통의 방식은 모두 다 다를 수 있음을 보여주고 있었다. 복거일이 말했다. “공자도 가정 안에서는 독재자였습니다. 생활에 필요한 지식은 학교 가기 전에 이미 집에서 배워요. 사회는 민주주의가 필요하지만, 가정 안에서 민주주의가 되는 게 아닙니다. 그 대신 나는 대외적으로 돈 버는 역할을 잘하고, 안사람은 살림을 잘하고, 딸은 인터넷같이 자기가 잘하는 것을 하고, 각자 맡은 자리에서 할 일을 하면 됩니다. 그래야 가정이 잘 돌아갑니다.”<br/><br/>유민환·최현미 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-576.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>입지규제 ‘대못’은 뽑히지 않았다  
날짜: 20140904  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140904100000066  
본문: 제주도에서 20년 넘게 주류를 제조해온 중소기업 A사는 오는 2017년부터 적용될 식품의약품안전처의 위해요소중점관리기준(HACCP)을 충족시키기 위해 현재의 공장 바로 옆 토지를 매입해 공장증설을 준비해왔다. 하지만 토지를 매입한 후 그 주변이 상수원보호구역으로 지정되는 바람에 반경 7㎞ 내에서 공장증설이 불가능하게 됐다. 제주도에는 지하수원의 반경 1㎞ 내 공장증설이 안된다는 추가적인 규정까지 있다. 이 회사는 식약처의 기준에 따르기 위해 공장증설을 준비했다가 환경규제에 막혀 손을 놓고 있는 상황이다.<br/><br/>4일 중소기업옴부즈만실과 중소기업계에 따르면 과도한 입지규제 때문에 공장 신·증설 길이 막힌 지방 중소도시 소재 중소기업들의 “규제를 완화해달라”는 호소가 줄을 잇고 있다. 경기 평택시에서 농식품 포장재 제조업을 운영하는 B사의 경우 취수시설로부터 7.3㎞에 거리에 위치한 공장 증설을 추진하는 과정에서 납품업체의 증설요구로 300m 가량 이전을 희망하고 있지만, 상수도보호구역 7㎞ 이내 공장입지 제한 규정에 걸려 증설이 불가능한 상황이다. <br/><br/>인근 안성시의 한 중소기업은 현재 있는 공장 부근에 폐수 및 오수가 전혀 발생하지 않는 체육시설과 제품판매 전시장 증축을 계획중이지만, 그 시설도 공장에 포함돼 신설 및 증설이 원칙적으로 불가능하다는 답변을 받았다. <br/><br/>노기섭 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-577.txt

제목: 거장 감독들의 ‘스크린 귀환’  
날짜: 20140903  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140903100000156  
본문: 박찬욱 - ‘아가씨’ 내년 크랭크 인<br/>이명세 - ‘비정도시’ 내달 촬영 시작<br/>임권택 - ‘화장’ 국제영화제 순회중<br/><br/>국내 거장 영화 감독들이 신작을 들고 속속 귀환한다. ‘박쥐’(2009년) 이후 할리우드로 진출해 ‘스토커’로 호평을 받은 박찬욱 감독은 6년 만에 국내로 복귀하며, 이명세 감독도 ‘M’ 이후 7년 만에 장편 상업영화를 선보일 예정이다. 또 세계적 거장 임권택 감독의 102번째 작품이 오는 2015년 상반기에 관객을 찾아온다.<br/><br/>박찬욱 감독은 2일 자신의 제작사 모호필름을 통해 국내 영화 컴백을 알렸다. 모호필름에 따르면 박 감독의 복귀작은 영국 작가 세라 워터스의 소설 ‘핑거스미스’를 원작으로 한 ‘아가씨’다. 모호필름과 ‘표적’을 제작한 용필름이 공동 제작하는 이 영화는 귀족 가문의 딸과 그 집안의 돈을 훔치려는 여인의 갈등을 그린다. 임승용 용필름 대표는 “<span class='quot0'>원작은 19세기를 배경으로 소매치기로 자란 고아가 조직의 명령으로 시골에 사는 젊은 상속녀에게 접근하면서 벌어지는 이야기를 다뤘지만 영화는 조금 다른 이야기를 펼칠 예정</span>”이라며 “<span class='quot0'>지난해부터 이 영화를 준비해온 박 감독님이 현재 시나리오가 가장 만들 만하다고 판단해 제작에 들어가게 됐다</span>”고 설명했다. <br/><br/>모호필름과 용필름은 이 영화 제작을 위해 프로젝트 회사를 설립하고 이달 중 두 여주인공 오디션을 시작으로 본격적인 제작에 돌입할 계획이다. 이에 대해 임 대표는 “<span class='quot1'>원활한 제작을 위해 콘텐츠 유한 전문회사를 설립하기로 했다</span>”며 “<span class='quot1'>주인공은 신인, 기성 상관 없이 오디션을 통해 영화에 대한 이해도가 높은 배우들을 모은 후 조금씩 좁혀갈 예정</span>”이라고 말했다. <br/><br/>이 영화는 2015년 상반기에 촬영을 시작한다. 개봉 시기는 촬영 진행 상황에 따라 2015년 말이나 2016년 초가 될 것이라고 제작사는 밝혔다. <br/><br/>이명세 감독은 만화가 이현세의 ‘개미지옥’을 원작으로 한 ‘비정도시’를 준비 중이다. 이 영화는 유능한 광고인인 커리어우먼이 사랑과 복수에 휘말리는 내용을 담는다. 이 감독은 당초 ‘M’과 ‘형사 Duelist’에서 호흡을 맞췄던 배우 강동원을 캐스팅하려 했지만 불발된 후 현재 몇몇 배우들과 접촉 중인 것으로 알려졌다. 여주인공으로 물망에 오른 김민희는 출연을 검토 중이다. 이 영화의 제작사인 태원엔터테인먼트 이창세 부사장은 “<span class='quot2'>시간이 걸리더라도 이 작품에 대한 열정이 있는 배우를 캐스팅할 계획</span>”이라며 “<span class='quot2'>현재 몇몇 배우들이 이 감독과 접촉하고 있다</span>”고 밝혔다. 그는 이어 “<span class='quot2'>내년 상반기 개봉을 목표로 오는 10월에 촬영을 시작할 예정</span>”이라고 덧붙였다.<br/><br/>이번 영화는 그동안 이 감독이 보여온 스타일리시한 작품들과는 달리 강렬한 드라마가 펼쳐질 것으로 알려졌다. 이 부사장은 “<span class='quot2'>‘비정도시’는 다이내믹한 이야기를 중심으로 전개된다</span>”며 “<span class='quot2'>이 감독은 그동안 비주얼이 돋보이는 작품을 만들어왔지만 이번 영화에서 그의 새로운 세계를 볼 수 있을 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>임권택 감독의 102번째 작품 ‘화장’은 소설가 김훈의 동명소설을 원작으로, 암에 걸린 아내를 성심성의껏 간호하면서도 유능한 여자 후배를 깊이 사랑하게 되는 한 남자의 서글픈 갈망을 그렸다. 이 영화는 지난 8월 27일(현지시간) 개막한 제71회 베니스국제영화제 비경쟁(Out of Competition) 부문 중 마스터 감독들을 소개하는 갈라(gala) 상영작으로 초청됐다. <br/><br/>베니스영화제 외에도 토론토, 밴쿠버, 부산 등 국제영화제에 초청된 이 영화는 2015년 초에 개봉할 예정이다. 이 영화의 제작사인 명필름의 심재명 대표는 “<span class='quot3'>영화제를 다 돈 후 내년 1∼3월 중 개봉 시기를 잡을 예정</span>”이라고 밝혔다. 그는 이어 “<span class='quot3'>이 영화는 임 감독님의 끝없는 도전을 확인시켜주는 작품</span>”이라며 “<span class='quot3'>그동안 한국의 미와 역사에 천착해온 임 감독님이 이번에는 현재를 살고 있는 사람들의 삶 자체를 사실적으로 그려냈다</span>”고 소개했다.<br/><br/>심 대표는 또 “임 감독님이 지난 겨울에 이 영화를 찍으며 심한 감기몸살에 시달리는 등 육체적으로 힘들었다”며 “새로운 주제에 대한 부담감이 컸던 것 같다. 그런 만큼 이 영화가 많은 사람들에게 사랑 받게 되길 바란다”고 말했다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-578.txt

제목: 거장 감독들의 ‘스크린 귀환’  
날짜: 20140903  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140903100000162  
본문: 국내 거장 영화 감독들이 신작을 들고 속속 귀환한다. ‘박쥐’(2009년) 이후 할리우드로 진출해 ‘스토커’로 호평을 받은 박찬욱 감독은 6년 만에 국내로 복귀하며, 이명세 감독도 ‘M’ 이후 7년 만에 장편 상업영화를 선보일 예정이다. 또 세계적 거장 임권택 감독의 102번째 작품이 오는 2015년 상반기에 관객을 찾아온다.<br/><br/>박찬욱 - ‘아가씨’ 내년 크랭크 인<br/><br/>박찬욱 감독은 2일 자신의 제작사 모호필름을 통해 국내 영화 컴백을 알렸다. 모호필름에 따르면 박 감독의 복귀작은 영국 작가 세라 워터스의 소설 ‘핑거스미스’를 원작으로 한 ‘아가씨’다. 모호필름과 ‘표적’을 제작한 용필름이 공동 제작하는 이 영화는 귀족 가문의 딸과 그 집안의 돈을 훔치려는 여인의 갈등을 그린다. 임승용 용필름 대표는 “<span class='quot0'>원작은 19세기를 배경으로 소매치기로 자란 고아가 조직의 명령으로 시골에 사는 젊은 상속녀에게 접근하면서 벌어지는 이야기를 다뤘지만 영화는 조금 다른 이야기를 펼칠 예정</span>”이라며 “<span class='quot0'>지난해부터 이 영화를 준비해온 박 감독님이 현재 시나리오가 가장 만들 만하다고 판단해 제작에 들어가게 됐다</span>”고 설명했다. <br/><br/>모호필름과 용필름은 이 영화 제작을 위해 프로젝트 회사를 설립하고 이달 중 두 여주인공 오디션을 시작으로 본격적인 제작에 돌입할 계획이다. 이에 대해 임 대표는 “<span class='quot1'>원활한 제작을 위해 콘텐츠 유한 전문회사를 설립하기로 했다</span>”며 “<span class='quot1'>주인공은 신인, 기성 상관 없이 오디션을 통해 영화에 대한 이해도가 높은 배우들을 모은 후 조금씩 좁혀갈 예정</span>”이라고 말했다. <br/><br/>이 영화는 2015년 상반기에 촬영을 시작한다. 개봉 시기는 촬영 진행 상황에 따라 2015년 말이나 2016년 초가 될 것이라고 제작사는 밝혔다. <br/><br/>이명세 - ‘비정도시’ 내달 촬영 시작<br/><br/>이명세 감독은 만화가 이현세의 ‘개미지옥’을 원작으로 한 ‘비정도시’를 준비 중이다. 이 영화는 유능한 광고인인 커리어우먼이 사랑과 복수에 휘말리는 내용을 담는다. 이 감독은 당초 ‘M’과 ‘형사 Duelist’에서 호흡을 맞췄던 배우 강동원을 캐스팅하려 했지만 불발된 후 현재 몇몇 배우들과 접촉 중인 것으로 알려졌다. 여주인공으로 물망에 오른 김민희는 출연을 검토 중이다. 이 영화의 제작사인 태원엔터테인먼트 이창세 부사장은 “<span class='quot2'>시간이 걸리더라도 이 작품에 대한 열정이 있는 배우를 캐스팅할 계획</span>”이라며 “<span class='quot2'>현재 몇몇 배우들이 이 감독과 접촉하고 있다</span>”고 밝혔다. 그는 이어 “<span class='quot2'>내년 상반기 개봉을 목표로 오는 10월에 촬영을 시작할 예정</span>”이라고 덧붙였다.<br/><br/>이번 영화는 그동안 이 감독이 보여온 스타일리시한 작품들과는 달리 강렬한 드라마가 펼쳐질 것으로 알려졌다. 이 부사장은 “<span class='quot2'>‘비정도시’는 다이내믹한 이야기를 중심으로 전개된다</span>”며 “<span class='quot2'>이 감독은 그동안 비주얼이 돋보이는 작품을 만들어왔지만 이번 영화에서 그의 새로운 세계를 볼 수 있을 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>임권택 - ‘화장’ 국제영화제 순회중<br/><br/>임권택 감독의 102번째 작품 ‘화장’은 소설가 김훈의 동명소설을 원작으로, 암에 걸린 아내를 성심성의껏 간호하면서도 유능한 여자 후배를 깊이 사랑하게 되는 한 남자의 서글픈 갈망을 그렸다. 이 영화는 지난 8월 27일(현지시간) 개막한 제71회 베니스국제영화제 비경쟁(Out of Competition) 부문 중 마스터 감독들을 소개하는 갈라(gala) 상영작으로 초청됐다. <br/><br/>베니스영화제 외에도 토론토, 밴쿠버, 부산 등 국제영화제에 초청된 이 영화는 2015년 초에 개봉할 예정이다. 이 영화의 제작사인 명필름의 심재명 대표는 “<span class='quot3'>영화제를 다 돈 후 내년 1∼3월 중 개봉 시기를 잡을 예정</span>”이라고 밝혔다. 그는 이어 “<span class='quot3'>이 영화는 임 감독님의 끝없는 도전을 확인시켜주는 작품</span>”이라며 “<span class='quot3'>그동안 한국의 미와 역사에 천착해온 임 감독님이 이번에는 현재를 살고 있는 사람들의 삶 자체를 사실적으로 그려냈다</span>”고 소개했다.<br/><br/>심 대표는 또 “임 감독님이 지난 겨울에 이 영화를 찍으며 심한 감기몸살에 시달리는 등 육체적으로 힘들었다”며 “새로운 주제에 대한 부담감이 컸던 것 같다. 그런 만큼 이 영화가 많은 사람들에게 사랑 받게 되길 바란다”고 말했다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-579.txt

제목: 엄홍덕 원자력의학원 박사팀, 癌 전이 유전자 경로 밝혔다  
날짜: 20140902  
기자: 노성열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140902100000025  
본문: 암의 전이(轉移)를 일으키는 유전자 경로가 밝혀졌다. <br/><br/>2일 미래창조과학부에 따르면 엄홍덕(사진) 한국원자력의학원 박사팀은 암세포의 전이를 촉진·제어하는 새로운 경로를 규명해냈다. <br/><br/>엄 박사팀은 폐암 세포와 쥐를 이용한 동물실험에서 암세포 내 변이가 자주 관찰되는 콤플렉스 원(complex I ) 효소와 p21 단백질을 통해 암 전이가 조절되는 경로를 찾아냈다. <br/><br/>콤플렉스 원은 미토콘드리아에 있는 거대 효소로 세포의 에너지 대사에 관여하고, p21은 세포 성장을 조절하는 단백질을 말한다. ‘두 번째 암’으로 불리는 전이암은 그동안 치료 방법이 제한적이고, 특히 암 전이 발생원리에 대해 밝혀진 바가 거의 없어 극복에 어려움이 컸다. <br/><br/>최근 5년간 암 환자 생존율은 66.3%인 데 비해, 전이암 생존율은 18.7%에 불과하다. <br/><br/>연구팀은 콤플렉스 원 효소가 활성산소 생성으로 암 전이를 촉진하는데, 이 과정은 세포사멸 단백질로 알려진 ‘백스(Bax) 단백질’로 제어됨을 발견했다. <br/><br/>연구팀은 또 세포 성장을 조절하는 것으로 알려진 p21 단백질이 암 전이를 촉진하는 물질(슬러그)을 분해함으로써 암 전이를 억제한다는 사실도 처음으로 규명했다.<br/><br/>이번 연구 결과는 세계적 권위의 분자생물학 및 암 생물학 학술지인 ‘엠보 리포트(EMBO Reports)’와 ‘온코타깃(Oncotarget)’에 2편의 논문으로 게재됐다. <br/><br/>엄 박사는 “<span class='quot0'>그간 암 환자에서 콤플렉스 원과 p21의 변이가 많이 관찰됐으나 그 의미를 알기 어려웠다</span>”고 밝혔다. <br/><br/>노성열 기자 nosr@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-580.txt

제목: 내일 KBS ‘생로병사의 비밀’… 계단 걷기의 놀라운 효과  
날짜: 20140902  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140902100000164  
본문: KBS 1TV ‘생로병사의 비밀’은 오는 3일 오후 10시 ‘방송의 날 기획, 국민건강 프로젝트 계단혁명’을 방송한다. <br/><br/>이 프로그램에서는 각종 생활 습관병은 물론 암까지 고쳐 주는 계단 걷기의 놀라운 효과에 대해 알아본다. 이 프로그램은 귀찮고 힘들다는 이유로 계단을 음지의 공간으로 취급하는 ‘편견’을 버리라고 강조하며 계단 걷기를 통해 운동량이 부족해 생기는 대표적인 질환인 대사증후군, 심혈관질환 등과 암의 후유증까지 극복할 수 있다고 소개한다. <br/><br/>또 전 세계 비만율 1위 도시인 미국 뉴욕의 뉴스쿨대가 학생들의 계단 이용을 자연스럽게 유도하기 위해 마련한 ‘보이는 계단’과 서울시민청 입구에 설치된 ‘가야금 건강 계단’ 등도 보여준다.<br/><br/>제작진은 잘못된 식습관과 생활 습관으로 고통받고 있는 4명의 사례자를 대상으로 3주간의 계단 걷기를 실시해 이들에게 어떤 변화가 일어났는지 결과를 공개한다.<br/><br/> 김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-581.txt

제목: 작은 영화들 ‘크게 웃다’… ‘비긴 어게인’ 관객 85만명 돌파  
날짜: 20140902  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140902100000139  
본문: 따뜻한 가족애와 사랑, 우정 등을 담은 ‘작은 영화’ 2편이 극장가에서 의미 있는 흥행을 이어가고 있다. 관객들은 주인공들의 사연에 잔잔한 감동을 받으며 배경음악으로 ‘힐링’을 경험하게 된다.<br/><br/>2일 영화진흥위원회 영화관입장권통합전산망에 따르면 홀로 남겨진 여성 싱어송라이터의 화려한 성공을 그린 영화 ‘비긴 어게인’은 1일까지 누적 관객 수 85만6771명을 기록했다. 이는 지난 3월 개봉해 흥행 성공을 거둔 ‘그랜드 부다페스트 호텔’(77만3843명)을 넘어선 수치로, 올해 나온 다양성 영화 중 최고 성적이다. 또 암환자 모임에서 만난 10대들의 사랑을 그린 영화 ‘안녕 헤이즐’도 이날까지 72만9544명의 관객을 모으며 흥행세를 이어가고 있다.<br/><br/>‘비긴 어게인’은 오랜 연인이자 음악적 파트너였던 남자친구가 스타가 돼 변심한 후 우연히 만난 퇴물 프로듀서와 거리에서 음반 작업을 하는 여성 싱어송라이터의 이야기를 담았다. 남자친구 데이브(애덤 리바인)를 따라 뉴욕에 온 그레타(키이라 나이틀리)는 데이브가 다른 여자와 만나자 집을 나와 거리에서 공연하는 친구에게로 간다. 쓸쓸한 마음을 달래려 친구가 공연하는 바에서 노래를 부르던 그레타는 한때 잘나갔지만 이젠 퇴물 취급을 받는 음반 프로듀서 댄(마크 러팔로)으로부터 음반을 만들자는 제안을 받는다. 서로 마음이 통한 댄과 그레타는 뉴욕 거리에서 다양한 음악가들과 영감을 나누며 음악을 만들어간다. ‘원스’(2006년)를 통해 국내 관객에게도 잘 알려진 존 카니 감독의 신작인 이 영화에는 ‘라이크 어 풀’(Like a fool). ‘로스트 스타스’(Lost Stars) 등 16곡의 노래가 담겨 마음을 촉촉하게 적셔 준다. 상황에 맞는 가사를 담은 노래가 인물들의 감정 변화를 설명하며 뮤지컬 같은 느낌을 전한다. 데이브 역을 맡은 록밴드 마룬5의 보컬 애덤 리바인과 키이라 나이틀리가 부른 이 노래들은 각종 음원차트 상위권을 점령하고 있다.<br/><br/>‘안녕 헤이즐’은 시한부 삶을 사는 자녀를 둔 부모의 애절한 마음이 관객에게 고스란히 전해져 큰 울림을 전한다. 산소통을 캐리어처럼 끌고 다니는 헤이즐(셰일린 우들리)은 집에서만 지내다 가족의 권유로 암환자 모임에 참석한다. 그곳에서 냉소적인 남자 어거스터스(앤설 엘고트)를 만난 헤이즐은 그와 급속도로 가까워진다. 그러던 어느 날, 헤이즐이 좋아하는 네덜란드 작가를 만나게 해주겠다는 어거스터스의 제안에 따라 두 사람은 네덜란드로 떠난다. 뉴욕타임스 베스트셀러 1위에 올랐던 ‘잘못은 우리 별에 있어’를 원작으로, ‘스턱 인 러브’를 만든 조시 분 감독이 연출한 이 영화는 죽음을 앞에 두고도 밝은 모습으로 사랑하고, 서로에게 의지가 돼주는 남녀의 모습을 보여주며 관객에게 희망의 메시지를 전한다. 이 영화에도 에드 시런, 버디, 톰 오델 등 유명 가수들이 부른 감성적인 OST가 담겨 있다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-582.txt

제목: 작은 영화들 ‘크게 웃다’… ‘비긴 어게인’ 관객 85만명 돌파  
날짜: 20140902  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140902100000211  
본문: 따뜻한 가족애와 사랑, 우정 등을 담은 ‘작은 영화’ 2편이 극장가에서 의미 있는 흥행을 이어가고 있다. 관객들은 주인공들의 사연에 잔잔한 감동을 받으며 배경음악으로 ‘힐링’을 경험하게 된다.<br/><br/>2일 영화진흥위원회 영화관입장권통합전산망에 따르면 홀로 남겨진 여성 싱어송라이터의 화려한 성공을 그린 영화 ‘비긴 어게인’은 1일까지 누적 관객 수 85만6771명을 기록했다. 이는 지난 3월 개봉해 흥행 성공을 거둔 ‘그랜드 부다페스트 호텔’(77만3843명)을 넘어선 수치로, 올해 나온 다양성 영화 중 최고 성적이다. 또 암환자 모임에서 만난 10대들의 사랑을 그린 영화 ‘안녕 헤이즐’도 이날까지 72만9544명의 관객을 모으며 흥행세를 이어가고 있다.<br/><br/>‘비긴 어게인’은 오랜 연인이자 음악적 파트너였던 남자친구가 스타가 돼 변심한 후 우연히 만난 퇴물 프로듀서와 거리에서 음반 작업을 하는 여성 싱어송라이터의 이야기를 담았다. 남자친구 데이브(애덤 리바인)를 따라 뉴욕에 온 그레타(키이라 나이틀리)는 데이브가 다른 여자와 만나자 집을 나와 거리에서 공연하는 친구에게로 간다. 쓸쓸한 마음을 달래려 친구가 공연하는 바에서 노래를 부르던 그레타는 한때 잘나갔지만 이젠 퇴물 취급을 받는 음반 프로듀서 댄(마크 러팔로)으로부터 음반을 만들자는 제안을 받는다. 서로 마음이 통한 댄과 그레타는 뉴욕 거리에서 다양한 음악가들과 영감을 나누며 음악을 만들어간다. ‘원스’(2006년)를 통해 국내 관객에게도 잘 알려진 존 카니 감독의 신작인 이 영화에는 ‘라이크 어 풀’(Like a fool). ‘로스트 스타스’(Lost Stars) 등 16곡의 노래가 담겨 마음을 촉촉하게 적셔 준다. 상황에 맞는 가사를 담은 노래가 인물들의 감정 변화를 설명하며 뮤지컬 같은 느낌을 전한다. 데이브 역을 맡은 록밴드 마룬5의 보컬 애덤 리바인과 키이라 나이틀리가 부른 이 노래들은 각종 음원차트 상위권을 점령하고 있다.<br/><br/>‘안녕 헤이즐’은 시한부 삶을 사는 자녀를 둔 부모의 애절한 마음이 관객에게 고스란히 전해져 큰 울림을 전한다. 산소통을 캐리어처럼 끌고 다니는 헤이즐(셰일린 우들리)은 집에서만 지내다 가족의 권유로 암환자 모임에 참석한다. 그곳에서 냉소적인 남자 어거스터스(앤설 엘고트)를 만난 헤이즐은 그와 급속도로 가까워진다. 그러던 어느 날, 헤이즐이 좋아하는 네덜란드 작가를 만나게 해주겠다는 어거스터스의 제안에 따라 두 사람은 네덜란드로 떠난다. 뉴욕타임스 베스트셀러 1위에 올랐던 ‘잘못은 우리 별에 있어’를 원작으로, ‘스턱 인 러브’를 만든 조시 분 감독이 연출한 이 영화는 죽음을 앞에 두고도 밝은 모습으로 사랑하고, 서로에게 의지가 돼주는 남녀의 모습을 보여주며 관객에게 희망의 메시지를 전한다. 이 영화에도 에드 시런, 버디, 톰 오델 등 유명 가수들이 부른 감성적인 OST가 담겨 있다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-583.txt

제목: <한의사 장동민의 王의 병을 보면 건강이 보인다>氣부족·스트레스 많을때 백태 현상  
날짜: 20140902  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140902100000162  
본문: 사람의 몸은 스스로 말을 하지 못하기 때문에 무언가 얘기하고 싶은 것이 있을 때는 여러 가지 증상을 통해 자신의 의사를 표현한다. 물론 그중에서 가장 강력한 것이 통증이지만, 이 외에도 여러 가지 증상이 나타난다. 그래서 한의사는 진찰을 할 때 진맥 이 외에도 얼굴을 포함해 인체의 여기저기를 살피는 것이다. 그중에서 꼭 점검해야 하는 곳이 있으니, 바로 혀에 있는 ‘설태(舌苔)’다.<br/><br/>일반적으로 설태는 입 냄새의 범인으로 몰리다 보니, 무조건 없애려고 하는 경우가 많다. 그래서 한의원에 진찰받으러 올 때도 칫솔로 설태를 박박 닦아서 없애고 오는 사람들이 있다. 하지만 설태는 몸의 상태나 병의 원인을 알려 주는 경우가 많기 때문에 손대지 않고 있는 그 상태로 와야 정확한 진찰에 도움이 된다. <br/><br/>선조 8년 3월 2일의 ‘왕조실록’ 기록을 보면, 어의들이 왕을 진찰하고 아뢰기를 “성상의 환후는 폐맥(肺脈)이 허약하고 잦으며 양(兩) 척맥(尺脈)이 침약(沈弱)하고 잦으며 호흡은 거칠고 입이 마르고 혀에는 백태(白苔)가 끼었으며 얼굴은 전에 비해 더욱 수척하고 누러니, 이는 속 기운이 부족하여 노열(勞熱)이 위로 심폐(心肺)를 덥게 하여 그런 것입니다”라고 얘기하는 장면이 나온다. <br/><br/>여기서 호흡이 거칠고 폐맥이 약한 것으로 호흡기가 안 좋은 상태임을 알 수 있으며, 양 척맥의 상태와 구갈증 등으로 진액 부족과 허열이 있음을 알 수 있다. 그리고 하얀 설태를 통해 속 기운이 부족한 것을 알 수 있는데, 어의들이 이어서 “위기(胃氣)를 수렴(收斂)하고 허열을 식혀야 합니다”라고 치료법을 말한 것이 바로 그 증거라 하겠다. 다시 말해 선조의 위장 기운이 약해서 백태가 나타났다고 본 것이다.<br/><br/>실제 임상에서 설태를 관찰할 때는 설태의 색깔과 두께, 그리고 분포 정도를 살펴본다. 선조의 경우와 같이 일반적으로 설태와 가장 관련이 깊은 장기로 비위(脾胃)를 손꼽는다. 그래서 소화불량이나 위장 상태가 좋지 않을 때는 설태가 두껍게 나타난다고 보고 있는 것이다. 이 밖에 설태의 색깔이 황색을 띠는 경우에는 발열이나 감염 등의 질환을 의심하고, 하얀 경우에는 습담(濕痰) 쪽을 의심한다. 그리고 갈색이나 흑색을 나타낼 때에는 암과 같은 악성 질환으로 보는 경우가 많다. 반대로 설태가 너무 없거나 혀가 갈라지는 경우에는 몸의 진액 성분이 부족한 것으로 본다. 나아가 설태가 건조한 상태인지 미끈미끈한지 텁텁해 보이는지의 여부도 판단 기준이 된다.<br/><br/>선조 8년 3월 3일의 ‘왕조실록’ 기록을 보면, 약방 제조와 대신들이 공의전께 문안하니, 선복(善福)이 아뢰기를 “어제 생맥산(生脈散)을 서너 차례 복용하시고 사칠탕(四七湯)을 복용하신 뒤에 비로소 해독(解毒)하셨고 혀에 끼었던 백태도 다 없어졌으며 맥도 이전에 비하여 조금 화평해졌습니다”하므로, 와서 대전(大殿)께 아뢰었다는 기록이 나온다. 생맥산은 진액이 부족해서 허열이 뜨는 증상에 사용되는 처방이고, 사칠탕은 과도한 스트레스가 담기(痰氣)와 울결해서 생기는 답답한 증세를 풀어 주는 처방이다. 그런데 이러한 처방을 복용한 후에 백태가 줄어들었다는 얘기는, 결국 백태의 원인에 진액 부족으로 인한 허열과 스트레스도 관여했다는 얘기가 된다.<br/><br/>이처럼 설태는 여러 가지 원인으로 발생한다. 그러므로 평소에도 설태를 유심히 관찰해 볼 필요가 있다. 만약 설태에 이상이 나타난다면 빨리 가까운 한의원을 찾아가는 것이 좋다. 그러므로 설태가 있다고 해서 무조건 없앨 것이 아니라 일단 전문가의 진찰부터 받아서 설태가 발생한 원인부터 찾는 것이 근본 해결책이라 하겠다.<br/><br/>하늘땅한의원장 www.okskyland.com

언론사: 문화일보-1-584.txt

제목: <한의사 장동민의 王의 병을 보면 건강이 보인다>氣부족·스트레스 많을때 백태 현상  
날짜: 20140902  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140902100000232  
본문: 사람의 몸은 스스로 말을 하지 못하기 때문에 무언가 얘기하고 싶은 것이 있을 때는 여러 가지 증상을 통해 자신의 의사를 표현한다. 물론 그중에서 가장 강력한 것이 통증이지만, 이 외에도 여러 가지 증상이 나타난다. 그래서 한의사는 진찰을 할 때 진맥 이 외에도 얼굴을 포함해 인체의 여기저기를 살피는 것이다. 그중에서 꼭 점검해야 하는 곳이 있으니, 바로 혀에 있는 ‘설태(舌苔)’다.<br/><br/>일반적으로 설태는 입 냄새의 범인으로 몰리다 보니, 무조건 없애려고 하는 경우가 많다. 그래서 한의원에 진찰받으러 올 때도 칫솔로 설태를 박박 닦아서 없애고 오는 사람들이 있다. 하지만 설태는 몸의 상태나 병의 원인을 알려 주는 경우가 많기 때문에 손대지 않고 있는 그 상태로 와야 정확한 진찰에 도움이 된다. <br/><br/>선조 8년 3월 2일의 ‘왕조실록’ 기록을 보면, 어의들이 왕을 진찰하고 아뢰기를 “성상의 환후는 폐맥(肺脈)이 허약하고 잦으며 양(兩) 척맥(尺脈)이 침약(沈弱)하고 잦으며 호흡은 거칠고 입이 마르고 혀에는 백태(白苔)가 끼었으며 얼굴은 전에 비해 더욱 수척하고 누러니, 이는 속 기운이 부족하여 노열(勞熱)이 위로 심폐(心肺)를 덥게 하여 그런 것입니다”라고 얘기하는 장면이 나온다. <br/><br/>여기서 호흡이 거칠고 폐맥이 약한 것으로 호흡기가 안 좋은 상태임을 알 수 있으며, 양 척맥의 상태와 구갈증 등으로 진액 부족과 허열이 있음을 알 수 있다. 그리고 하얀 설태를 통해 속 기운이 부족한 것을 알 수 있는데, 어의들이 이어서 “위기(胃氣)를 수렴(收斂)하고 허열을 식혀야 합니다”라고 치료법을 말한 것이 바로 그 증거라 하겠다. 다시 말해 선조의 위장 기운이 약해서 백태가 나타났다고 본 것이다.<br/><br/>실제 임상에서 설태를 관찰할 때는 설태의 색깔과 두께, 그리고 분포 정도를 살펴본다. 선조의 경우와 같이 일반적으로 설태와 가장 관련이 깊은 장기로 비위(脾胃)를 손꼽는다. 그래서 소화불량이나 위장 상태가 좋지 않을 때는 설태가 두껍게 나타난다고 보고 있는 것이다. 이 밖에 설태의 색깔이 황색을 띠는 경우에는 발열이나 감염 등의 질환을 의심하고, 하얀 경우에는 습담(濕痰) 쪽을 의심한다. 그리고 갈색이나 흑색을 나타낼 때에는 암과 같은 악성 질환으로 보는 경우가 많다. 반대로 설태가 너무 없거나 혀가 갈라지는 경우에는 몸의 진액 성분이 부족한 것으로 본다. 나아가 설태가 건조한 상태인지 미끈미끈한지 텁텁해 보이는지의 여부도 판단 기준이 된다.<br/><br/>선조 8년 3월 3일의 ‘왕조실록’ 기록을 보면, 약방 제조와 대신들이 공의전께 문안하니, 선복(善福)이 아뢰기를 “어제 생맥산(生脈散)을 서너 차례 복용하시고 사칠탕(四七湯)을 복용하신 뒤에 비로소 해독(解毒)하셨고 혀에 끼었던 백태도 다 없어졌으며 맥도 이전에 비하여 조금 화평해졌습니다”하므로, 와서 대전(大殿)께 아뢰었다는 기록이 나온다. 생맥산은 진액이 부족해서 허열이 뜨는 증상에 사용되는 처방이고, 사칠탕은 과도한 스트레스가 담기(痰氣)와 울결해서 생기는 답답한 증세를 풀어 주는 처방이다. 그런데 이러한 처방을 복용한 후에 백태가 줄어들었다는 얘기는, 결국 백태의 원인에 진액 부족으로 인한 허열과 스트레스도 관여했다는 얘기가 된다.<br/><br/>이처럼 설태는 여러 가지 원인으로 발생한다. 그러므로 평소에도 설태를 유심히 관찰해 볼 필요가 있다. 만약 설태에 이상이 나타난다면 빨리 가까운 한의원을 찾아가는 것이 좋다. 그러므로 설태가 있다고 해서 무조건 없앨 것이 아니라 일단 전문가의 진찰부터 받아서 설태가 발생한 원인부터 찾는 것이 근본 해결책이라 하겠다.<br/><br/>하늘땅한의원장 www.okskyland.com

언론사: 문화일보-1-585.txt

제목: <인사>교육부 外  
날짜: 20140902  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140902100000095  
본문: ■교육부 △경기도제1부교육감 김원찬△제주도부교육감 홍민식△미래창조과학부창조경제기획국장전출 고경모△제주대사무국장 이용균<br/><br/>■문화체육관광부 ◆과장급전보△예술국문화예술교육과장 서영길△해외문화홍보원해외문화홍보콘텐츠과장 한성래<br/><br/>■국토교통부 ◆과장급전보△항공정책과장 김영국△광역도시도로과장 이윤상△중앙토지수용위원회사무국장 박성진<br/><br/>■통계청 ◆국장급전보△기획조정관 허남덕<br/><br/>■문화재청 ◆고위공무원단승진△국립무형유산원장 김홍동◆3급승진△문화재보존국유형문화재과 이경훈◆4급승진△기획조정관실기획재정담당관실 김성일△문화재정책국발굴제도과 김종수△문화재보존국보존정책과 안형순△문화재보존국고도보존육성과 박용기△문화재활용국활용정책과 원성규◆과장급전보△대변인 안형순△문화재보존국유형문화재과장 윤순호△문화재활용국활용정책과장 이경훈△국립문화재연구소보존과학연구실장 연웅△국립고궁박물관유물과학과장 김성배△국립무형유산원조사연구기록과장 이재필<br/><br/>■법제처 ◆과장급＜승진＞△경제법제국법제관 박준수△법제지원단법제관 김연신＜전보＞△법령해석정보국법제교육과장 김수미＜파견＞△국민대학교 김혜정<br/><br/>■한국과학기술연구원(KIST) △대외협력본부장 양은경 책임연구원△미래인재본부장 주오심 책임연구원△기술정책연구소장 신경호 책임연구원△기술사업단장직무대행 최치호 책임관리원△청정에너지연구센터장 민병권 책임연구원△중소기업지원센터장 오영주 책임연구원<br/><br/>■국립암센터 ◆연구소△이행성임상제2연구부장및방사선의학연구과장 김주영△이행성임상제2연구부특수암연구과장 김호진△기초실용화연구부비교생명의학연구과장 김용연◆부속병원△위암센터장 류근원△자궁암센터장 서상수△양성자치료센터장 김대용◆대외협력실△대외홍보관 신상훈<br/><br/>■딜로이트 안진회계법인＜딜로이트 안진회계법인＞ ◆부대표승진△유득상△윤영원△이길호△정우창◆전무승진△권기태△길기완△김명규△송기정△정인영◆상무승진△강준△강창완△권준엽△김남형△김도경△김희영△서영수△송의열△신민호△유대영△윤재웅△한민수◆상무보승진△박지현△정희석△조준형△이동영△히데아키이시바시＜딜로이트 컨설팅＞◆상무승진△장재혁<br/><br/>■ING생명 ◆임원선임△상품부문장상무 곽광오△채널전략부문장상무 김병철<br/><br/>■외환카드 ◆대표이사사장△권혁승◆본부장△경영지원본부 손창석△정보보호최고책임자(CISO) 석승징◆팀장△마케팅전략팀 김태홍△상품개발팀 김명제△CRM팀 민형기△영업전략팀 이병웅△채널영업팀 안광재△법인영업팀 김성주△영업지원팀 허용△경영전략팀 홍윤기△인사총무팀 김상현△업무운영팀 박찬명△신용관리팀 강희창△회원심사팀 최을룡△채권관리팀 곽종규△특수관리팀 이형수△IT기획운영팀 정상돈△IT개발팀 김상석△감사팀 임창업△준법지원팀 허유성△정보보호팀 이만열△소비자보호팀 임완수

언론사: 문화일보-1-586.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>전립선염은 완치후에도 관리 필수  
날짜: 20140901  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014090110015105670  
본문: 바야흐로 남성의 전립선 문제가 중요 건강이슈로 떠오르고 있다. 전립선은 방광 바로 앞에 요도를 도넛 모양으로 에워싸고 있는 밤톨 크기의 기관으로 작은 샘들이 벌집처럼 모여 있다. 정액 분비물의 3분의 1가량을 만들어 내고 아연, 인지질, 인산 분해효소 등이 풍부해 정자에 영양을 공급하고 세균 감염을 예방하는 역할을 하는 부속 성선기관이다. 이곳의 여러 문제들은 남성을 괴롭히면서 중요 질환이기도 해 관심이 집중되고 있다.<br/><br/>전립선은 사춘기 이후부터 커지기 시작하여 30세 전후면 약 20g 정도 크기가 된다. 젊어서는 염증으로, 나이가 들어서는 소변 줄기를 막아 힘들게 하는 비대증과 암으로 남성들을 괴롭힌다. 이러한 병들은 평소에 전립선 촉진검사나 요검사, 초음파 검사, 혈액화학검사 등으로 쉽게 조기 진단될 수 있다. 전립선 장애는 거의 대부분 남성호르몬과 여성호르몬의 불균형에서 온다고 보고 있으나 정설은 없다. 나이가 들면서 테스토스테론이 전립선에서 5-알파 환원 효소에 의해 강력한 남성 호르몬인 디하이드로테스토스테론(DHT)으로 되며 여기에 전립선 세포가 민감하게 반응해서 전립선이 커지는 것으로 보고 있다. 이러한 5-알파 환원효소 차단제들이 남성 호르몬 억제 기능으로 비대증 치료제로 사용되나 장기복용을 할 때는 성욕감퇴가 나타나기도 한다.<br/><br/>48세 K 씨가 병원을 방문했다.<br/><br/>“어디가 불편하신가요?”<br/><br/>“회음부가 뻐근하고 소변이 자주 마렵습니다. 가끔 아침에 요도 분비물이 나옵니다.”<br/><br/>“언제부터인가요? 혹시 예전에 요도염을 앓은 적 있나요?”<br/><br/>“몇 년 전에 한 번 치료를 받았어요. 그 후 별다른 증세 없이 이제까지 지내왔어요.”<br/><br/>“<span class='quot0'>전립선 검사를 하는 게 좋겠습니다.</span>”<br/><br/>우선 요검사와 혈액화학검사를 시행했다. 요검사에서는 이상 소견이 없고 전립성 특이항원(PSA) 수치가 4.30으로 정상보다 약간 높게 나왔다.<br/><br/>“<span class='quot0'>전립 PSA 수치가 좀 높게 나왔습니다.</span>”<br/><br/>“PSA가 무엇인가요? 왜 그런가요 ?”<br/><br/>“PSA는 전립선 세포에서 분비되는 단백질로서 비대증, 요로감염, 암 등에 걸렸을 때 올라갑니다. 우선 요로감염 여부를 알기 위해 초음파검사와 전립선액검사를 해봐야겠습니다.”<br/><br/>전립선 초음파에서는 28㎎으로 약간 커져 있었고 여러 군데 석회화 모양이 나타났으나 전립선 촉진에서는 암을 의심할 만한 결절이나 이상 조직은 만져지지 않았다. 마사지한 후 전립선액을 채취했다. 전립선액을 현미경 검사해 보니 백혈구가 많이 나타나서 만성 염증 소견이 나온다.<br/><br/>“만성 전립선염이 있었군요. 1차 요검사에는 나타나지 않으나 전립선액 검사를 하니 염증 소견이 나타났습니다. 이러한 염증 때문에 PSA 수치가 올라갈 수도 있습니다. 전립선 염증은 잘 치료가 안 되고 재발이 잘되므로 우선 항생제 치료를 4주간 받아보고 그후에 다시 검사를 해봐야 합니다. 술 드시면 안 되고 따뜻한 좌욕을 많이 하세요.”<br/><br/>4주 후 염증 소견은 많이 호전되었고 PSA 수치가 3.2로 조금 내려갔다.<br/><br/>“염증 치료로 증세가 좋아지고 있습니다. 전립선염은 완치가 힘들고 잘 재발되므로 계속 주시 관찰해야 합니다. 염증 치료에도 계속 PSA 수치를 관찰해야 하며 더 올라갈 때는 조직검사를 해봐야 합니다.”<br/><br/>전립선암은 고지방 고칼로리 식사를 하는 사람들에게 잘 생기므로 고기를 줄이고 콩류, 토마토 등 채소류를 많이 섭취해야 한다. 특히 토마토의 라이코펜은 상피세포를 보호하므로 전립선에 제일 좋은 과일로 추천된다.<br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-587.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>게임 셧다운제, 부모 동의 있으면 제외  
날짜: 20140901  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140901100000109  
본문: 앞으로 16세 미만 청소년이라도 부모의 허락을 받은 경우에는 자정 이후 심야시간에도 인터넷 온라인 게임을 할 수 있게 된다. 그동안 정부는 게임 과몰입 방지를 위해 청소년보호법에 의해 16세 미만 청소년들에 대해서는 자정부터 이튿날 오전 6시까지 예외없이 게임 이용을 차단하는 ‘게임 셧다운제’를 적용해왔다. 정부는 또 셧다운제를 위반하는 업체를 곧바로 형사처벌하는 대신 시정명령 등의 중간단계를 도입하기로 했다. <br/><br/><br/><br/>문화체육관광부와 여성가족부는 1일 오전 이 같은 내용을 골자로 한 게임규제 관련 개선안을 발표했다. 개선안에 따르면 정부는 청소년보호법 개정 등을 통해 셧다운제 대상인 청소년의 부모가 게임 제공 회사에 요청하는 경우 셧다운제 대상에서 제외키로 했다. 또 셧다운제를 위반한 게임업체에 대해 곧바로 2년 이하의 징역 또는 1000만 원 이하의 벌금에 처하도록 돼있으나, 1차 위반시 시정명령 등을 내리도록 해 업계의 처벌 부담을 완화해주기로 했다.<br/><br/><br/><br/>문체부는 또 셧다운제와는 별도로 ‘게임산업진흥에 관한 법률’로 운영하고 있는 ‘게임시간선택제’의 대상 연령을 현행 18세에서 청소년보호법의 연령기준과 맞춰 16세로 낮추겠다고 밝혔다. 게임시간선택제란 부모가 자녀가 이용하는 게임을 파악한 뒤 일정한 시간을 정해서 게임사에 서비스를 이용하도록 요청할 수 있는 제도다. 이와 함께 문체부와 여성부는 양부처와 게임업계, 청소년계 등이 참여하는 상설협의체를 구성해 게임 규제논의 창구를 일원화할 방침이다. <br/><br/><br/><br/>이른바 셧다운제로 대표되는 게임 관련 규제를 둘러싸고 사회적 논란은 물론이고 그동안 정부 부처 간에도 적잖은 이견이 대립돼왔다. 문체부는 게임을 ‘산업’의 영역으로 보고 진흥책을 주장해온 반면, 여성부는 청소년 게임 과몰입의 폐해 등을 주장하며 규제를 추진해온 입장이었다. 그러나 박근혜정부 2기 내각 출범으로 홍익대 디자인과 교수 출신에다 게임 제작 등에 관여한 경험이 있는 김종덕 문체부 장관과 한국인터넷진흥원장 등을 역임한 김희정 여성부 장관이 입각함에 따라 게임업계에서는 셧다운제 등 게임산업 규제조항 폐지 등의 조치를 내심 기대해왔다. 다만 황우여 사회부총리 겸 교육부 장관은 새누리당 대표 시절이던 지난해 10월 국회교섭단체 대표연설에서 “<span class='quot0'>게임을 도박, 마약, 알코올과 함께 4대 중독물질로 규정해 관리하겠다</span>”고 발언할만큼 게임산업에 대해 부정적인 입장을 취해왔다. <br/><br/><br/><br/>일단 이번 개선안에 따라 게임규제와 관련한 정부의 방향은 ‘조심스러운 완화’쪽으로 방향을 잡은 모양새다, 셧다운제를 일부 ‘선택’으로 바꾸고 처벌기준을 낮춘 이번 개선안에 대해 게임업계는 그러나 실망스러워하는 기색이 역력하다. <br/><br/><br/><br/>김성곤 한국인터넷디지털엔터테인먼트협회 사무국장은 “<span class='quot1'>강제 셧다운제와 게임시간선택제라는 두 제도가 그대로 살아있고, 규제법을 일원화한 것도 아니다</span>”라며 “<span class='quot1'>규제기관만이라도 문체부로 일원화해달라는 요구가 받아들여지지 않아 긍정적인 평가가 나올 것 같지 않다</span>”고 말했다. 반면에 일부 학부모단체들은 “셧다운제도의 후퇴가 청소년의 건강한 성장보다 특정업계의 이득만 앞세우는 조치”라며 반발하고 있다.<br/><br/><br/><br/>박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-588.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>게임 셧다운제, 부모 동의 있으면 제외  
날짜: 20140901  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140901100000066  
본문: 앞으로 16세 미만 청소년이라도 부모의 허락을 받은 경우에는 자정 이후 심야시간에도 인터넷 온라인 게임을 할 수 있게 된다. 그동안 정부는 게임 과몰입 방지를 위해 청소년보호법에 의해 16세 미만 청소년들에 대해서는 자정부터 이튿날 오전 6시까지 예외없이 게임 이용을 차단하는 ‘게임 셧다운제’를 적용해왔다. 정부는 또 셧다운제를 위반하는 업체를 곧바로 형사처벌하는 대신 시정명령 등의 중간단계를 도입하기로 했다. <br/><br/><br/><br/>문화체육관광부와 여성가족부는 1일 오전 이 같은 내용을 골자로 한 게임규제 관련 개선안을 발표했다. 개선안에 따르면 정부는 청소년보호법 개정 등을 통해 셧다운제 대상인 청소년의 부모가 게임 제공 회사에 요청하는 경우 셧다운제 대상에서 제외키로 했다. 또 셧다운제를 위반한 게임업체에 대해 곧바로 2년 이하의 징역 또는 1000만 원 이하의 벌금에 처하도록 돼있으나, 1차 위반시 시정명령 등을 내리도록 해 업계의 처벌 부담을 완화해주기로 했다.<br/><br/><br/><br/>문체부는 또 셧다운제와는 별도로 ‘게임산업진흥에 관한 법률’로 운영하고 있는 ‘게임시간선택제’의 대상 연령을 현행 18세에서 청소년보호법의 연령기준과 맞춰 16세로 낮추겠다고 밝혔다. 게임시간선택제란 부모가 자녀가 이용하는 게임을 파악한 뒤 일정한 시간을 정해서 게임사에 서비스를 이용하도록 요청할 수 있는 제도다. 이와 함께 문체부와 여성부는 양부처와 게임업계, 청소년계 등이 참여하는 상설협의체를 구성해 게임 규제논의 창구를 일원화할 방침이다. <br/><br/><br/><br/>이른바 셧다운제로 대표되는 게임 관련 규제를 둘러싸고 사회적 논란은 물론이고 그동안 정부 부처 간에도 적잖은 이견이 대립돼왔다. 문체부는 게임을 ‘산업’의 영역으로 보고 진흥책을 주장해온 반면, 여성부는 청소년 게임 과몰입의 폐해 등을 주장하며 규제를 추진해온 입장이었다. 그러나 박근혜정부 2기 내각 출범으로 홍익대 디자인과 교수 출신에다 게임 제작 등에 관여한 경험이 있는 김종덕 문체부 장관과 한국인터넷진흥원장 등을 역임한 김희정 여성부 장관이 입각함에 따라 게임업계에서는 셧다운제 등 게임산업 규제조항 폐지 등의 조치를 내심 기대해왔다. 다만 황우여 사회부총리 겸 교육부 장관은 새누리당 대표 시절이던 지난해 10월 국회교섭단체 대표연설에서 “<span class='quot0'>게임을 도박, 마약, 알코올과 함께 4대 중독물질로 규정해 관리하겠다</span>”고 발언할만큼 게임산업에 대해 부정적인 입장을 취해왔다. <br/><br/><br/><br/>일단 이번 개선안에 따라 게임규제와 관련한 정부의 방향은 ‘조심스러운 완화’쪽으로 방향을 잡은 모양새다, 셧다운제를 일부 ‘선택’으로 바꾸고 처벌기준을 낮춘 이번 개선안에 대해 게임업계는 그러나 실망스러워하는 기색이 역력하다. <br/><br/><br/><br/>김성곤 한국인터넷디지털엔터테인먼트협회 사무국장은 “<span class='quot1'>강제 셧다운제와 게임시간선택제라는 두 제도가 그대로 살아있고, 규제법을 일원화한 것도 아니다</span>”라며 “<span class='quot1'>규제기관만이라도 문체부로 일원화해달라는 요구가 받아들여지지 않아 긍정적인 평가가 나올 것 같지 않다</span>”고 말했다. 반면에 일부 학부모단체들은 “셧다운제도의 후퇴가 청소년의 건강한 성장보다 특정업계의 이득만 앞세우는 조치”라며 반발하고 있다.<br/><br/><br/><br/>박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-589.txt

제목: 아모레퍼시픽, 피부관리 등 암 투병 여성들의 ‘자신감 살리기’  
날짜: 20140828  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140828100000112  
본문: 아모레퍼시픽은 ‘당신의 삶에 아름다운 변화, MAKEUP YOUR LIFE’라는 슬로건을 바탕으로 화장품 기업의 특성을 살린 다양한 사회공헌 활동을 펼치고 있다. <br/><br/>지난 2008년부터 시작한 ‘메이크업 유어 라이프’ 캠페인(사진)은 암 투병 중인 여성 환우들을 위한 맞춤형 사회공헌 활동이다.<br/><br/>치료를 받는 과정에서 급작스러운 외모의 변화 때문에 고통받는 환우들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등을 전수해 삶에 대한 긍정적 태도를 고취할 수 있도록 돕고 있다. 국내에서 8000명이 넘는 환우들이 참여할 정도로 호응이 크자, 2011년부터는 중국에서도 캠페인을 벌이고 있다.<br/><br/>유방건강에 대한 의식 향상을 위해 벌이고 있는 ‘핑크리본캠페인’도 특색 있다. 아모레퍼시픽은 2000년에 설립기금 전액을 출자, 국내 최초 유방건강 비영리 공익재단인 한국유방건강재단을 설립했다. 핑크리본캠페인의 대표적 프로그램으로는 ‘핑크리본 사랑마라톤’이 있다. 2001년부터 시작해 올해로 14년째를 맞이한 사랑마라톤은 유방건강에 관한 유용한 정보를 제공하고, 조기 검진의 중요성을 알리기 위한 취지로 매년 열리고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 지난해 4월 사내용 시스템으로 운영되던 사회공헌포털을 ‘MAKEUP YOUR LIFE’ 웹사이트(www.makeupyourlife.net)로 새롭게 단장, 모든 사람들에게 개방했으며, 정보 접근의 편의성을 높인 모바일용 사회공헌 웹사이트(http://m.makeupyourlife.co.kr)도 열었다.

언론사: 문화일보-1-590.txt

제목: 아모레퍼시픽, 피부관리 등 암 투병 여성들의 ‘자신감 살리기’  
날짜: 20140828  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140828100000167  
본문: 아모레퍼시픽은 ‘당신의 삶에 아름다운 변화, MAKEUP YOUR LIFE’라는 슬로건을 바탕으로 화장품 기업의 특성을 살린 다양한 사회공헌 활동을 펼치고 있다. <br/><br/>지난 2008년부터 시작한 ‘메이크업 유어 라이프’ 캠페인(사진)은 암 투병 중인 여성 환우들을 위한 맞춤형 사회공헌 활동이다.<br/><br/>치료를 받는 과정에서 급작스러운 외모의 변화 때문에 고통받는 환우들에게 메이크업 및 피부관리, 헤어 연출법 등을 전수해 삶에 대한 긍정적 태도를 고취할 수 있도록 돕고 있다. 국내에서 8000명이 넘는 환우들이 참여할 정도로 호응이 크자, 2011년부터는 중국에서도 캠페인을 벌이고 있다.<br/><br/>유방건강에 대한 의식 향상을 위해 벌이고 있는 ‘핑크리본캠페인’도 특색 있다. 아모레퍼시픽은 2000년에 설립기금 전액을 출자, 국내 최초 유방건강 비영리 공익재단인 한국유방건강재단을 설립했다. 핑크리본캠페인의 대표적 프로그램으로는 ‘핑크리본 사랑마라톤’이 있다. 2001년부터 시작해 올해로 14년째를 맞이한 사랑마라톤은 유방건강에 관한 유용한 정보를 제공하고, 조기 검진의 중요성을 알리기 위한 취지로 매년 열리고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 지난해 4월 사내용 시스템으로 운영되던 사회공헌포털을 ‘MAKEUP YOUR LIFE’ 웹사이트(www.makeupyourlife.net)로 새롭게 단장, 모든 사람들에게 개방했으며, 정보 접근의 편의성을 높인 모바일용 사회공헌 웹사이트(http://m.makeupyourlife.co.kr)도 열었다.

언론사: 문화일보-1-591.txt

제목: ‘일반인 유족’ 생활고·소외감에도 관심을…  
날짜: 20140827  
기자: 박세영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140827100000044  
본문: 세월호특별법 처리에 대한 여야 합의가 무산되고 국회가 파행을 거듭하는 가운데 일반인 희생자 가족들의 고통이 가중되고 있다. 일반인 희생자 중에는 가장을 잃거나 가족 모두를 잃은 어린아이가 생활고를 겪는 등 안타까운 사연이 많지만 이들은 세월호 참사 이후 단원고 희생자 유가족들에게만 사회의 관심이 집중되면서 소외감까지 느끼고 있다.<br/><br/>세월호 일반인 희생자유가족대책위원회 측은 27일 여야 합의안을 거부하고 있는 단원고 유가족 측에 대해 “<span class='quot0'>현실화가 어려운 주장으로 세월호 법안 처리가 늦어질수록 오히려 더 빠르고 정확한 진상규명은 늦어질 것</span>”이라며 안타까움을 드러냈다. <br/><br/>이들은 또 “같은 국민으로서 유가족이 무리한 요구를 하면서 민생법안 처리에 차질을 주는 것 역시 안 될 일”이라며 입장변화를 촉구하고 있다. 장종열 대책위 대표는 이날 문화일보와의 전화통화에서 “<span class='quot1'>정부도, 정치권도, 언론도 단원고 유가족에게만 관심을 가졌지, 일반인 유가족들 역시 안타까운 사연이 많고 고통을 많이 겪고 있는데 소외돼 있었다</span>”며 “<span class='quot1'>특별법안을 빨리 처리해 진상규명이 조속히 이뤄지길 바란다</span>”고 밝혔다. <br/><br/>정명교 부대표 역시 “<span class='quot2'>일반인 유가족들의 경우 어떤 시민단체나 정치적 입장을 가진 단체와도 함께 한 적이 없다</span>”면서 “<span class='quot2'>진상규명을 하려면 관련자들을 빨리 확보해야 하는 시급한 상황에 무리한 주장을 하면서 민생법안 통과까지 가로막아 다른 국민들에게 피해를 줘서는 안 된다고 생각했다</span>”고 말했다.<br/><br/>일반인 희생자는 총 43명으로 이 중에는 입고 있던 구명조끼를 여학생에게 나눠주며 승객들을 대피시키고 본인은 구조되지 못해 사망, 의사자로 지정된 고 박지영(22) 승무원 등 의사자 3명도 포함돼 있다. 박 씨는 부친이 암으로 사망한 뒤 홀어머니와 여동생의 생계를 책임지고 있었으며 박 씨의 어머니는 서울대 미대 동아리가 전달한 성금을 “더 어려운 실종자 가족들을 위해 써달라”고 양보해 일가족이 모두 희생되고 홀로 구조된 조요셉(7) 군에게 전달되기도 했다. 조 군과 함께 권지연(5) 양 역시 일가족이 모두 귀농하기 위해 제주도로 이동 중 희생되고 홀로 구조됐다. <br/><br/>고 이광진(42) 씨는 10년 넘게 치매를 앓고 있는 부친 병수발을 드느라 미혼으로 회사 기숙사에서 살며 노부모에게 생활비를 송금하던 효자였으나 그의 사망으로 노부모는 생활에 어려움을 겪고 있는 상황이다. 이들 일반인 유가족들 중에 직계 가족이 아닌 경우에는 생활긴급지원금을 받지 못한 사례도 많은 것으로 알려졌다.<br/><br/> 박세영 기자 go@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-592.txt

제목: 착한 胃종양도 적극 절제 필요… 3.7%가 癌이나 선종  
날짜: 20140826  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140826100000154  
본문: 위 용종의 90%를 차지할 정도로 발생빈도가 높지만 암일 가능성이 적어 ‘착한 종양’으로 알려져 왔던 과증식성 위 용종도 적극적인 절제가 필요하다는 연구결과가 나왔다. <br/><br/>서울아산병원의 안지용(소화기내과)·박영수(병리과) 교수팀이 1995년부터 2011년까지 1㎝ 이상의 과증식성 위 용종으로 내시경 절제술을 받은 784명 환자들의 용종 809개를 분석한 결과, 3.7%에서 암 혹은 암 전 단계인 선종으로 나타났다고 26일 밝혔다.<br/><br/>위에서 발견되는 용종은 크게 선종성·염증성·과증식성 용종으로 나뉜다. 선종성 위 용종은 암으로 진행되는 게 확실하며, 염증성 용종은 극히 드물게 발생하는 위 용종이다. 하지만 과증식성 용종은 위 용종의 90%를 차지할 정도로 발생빈도가 높지만, 암세포가 있을 가능성이 매우 희박하고, 2㎝ 이상으로 커져도 암세포를 동반할 가능성이 1∼2% 정도로만 증가한다고 알려졌었다. 이에 따라 의사 재량에 따라 치료여부가 달라지곤 했다.<br/><br/>하지만 이번 연구 결과 과증식성 위 용종이 암 혹은 선종을 동반할 가능성이 확인됐으며, 특히 암과 선종으로 분석된 30개의 용종 중 5개의 크기가 1.0∼1.9㎝인 것으로 나타나 2㎝ 미만의 용종도 제거해야 안전하다는 분석이 나왔다. 또 암 혹은 선종으로 밝혀진 과증식성 용종의 96.7%가 올록볼록하고 불규칙한 모양을 하고 있어, 검사 시 발견된 용종의 모양이 매끄럽지 않다면 특히 주의를 기울여야 하는 것으로 나타났다.<br/><br/>안 교수는 “<span class='quot0'>대부분의 용종은 특별한 신체적 증상이 없어 내시경 검사를 받을 때 우연히 발견되는 경우가 많아, 정기적인 내시경 검사를 통해 용종의 유무를 파악하는 것이 중요하다</span>”며 “<span class='quot0'>용종이 한번 생기면 이를 제거해도 다른 부위에서 새로운 용종이 생길 가능성이 있으므로 위 용종 진단을 받으면 치료여부에 관계없이 정기적인 검사를 받아야 한다</span>”고 덧붙였다. 이번 연구는 소화기내시경 분야의 세계적 권위지인 ‘미국 소화기내시경학회지(Gastrointestinal Endoscopy)’ 최근호에 게재됐다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-593.txt

제목: ‘수렁에서…’ 배우 김진아씨 별세  
날짜: 20140822  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140822100000067  
본문: 영화 ‘수렁에서 건진 내딸’의 주연 배우인 김진아 씨가 지난 20일(현지시간) 미국 하와이 자택에서 별세했다. 51세.<br/><br/>김 씨의 동생인 탤런트 김진근의 소속사 태원아트미디어는 21일 이같이 전하며 “<span class='quot0'>김진근 씨가 누나와 마지막 시간을 보내기 위해 두 달 전 하와이로 떠났고 오늘 아침 부고 소식을 전해 왔다</span>”고 밝혔다. 배우 김진규(1998년 별세)-김보애의 딸이기도 한 김 씨는 지난봄 말기 암 선고를 받은 것으로 알려졌다. <br/><br/>1983년 영화 ‘다른 시간 다른 장소’로 데뷔한 김 씨는 ‘창밖에 잠수교가 보인다’ ‘밤의 열기 속으로’ ‘연산일기’ 등에 출연하며 1980년대 영화계를 풍미했다. 김 씨의 사망 소식이 전해지자 윤종신 등 연예계 후배들이 추모의 글을 트위터에 올렸고, 네티즌들의 애도 물결도 이어지고 있다.

언론사: 문화일보-1-594.txt

제목: 스위스 ‘자살여행 관광객’ 3년새 2배로 늘어  
날짜: 20140822  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140822100000005  
본문: 안락사로 생을 마감하려고 스위스를 찾는 이른바 ‘자살 여행자’가 3년새 배로 증가했다. 21일 월스트리트저널(WSJ)과 CNN방송 등에 따르면 스위스 취리히대 연구팀이 최근 수년간 취리히에서 안락사 지원 전문 병원 등의 도움으로 안락사한 사례를 분석한 결과 2009년 86건이던 외국인 안락사가 2012년 172건으로 늘어났다. <br/><br/>외국인 안락사는 2008년 123건에서 2009년 86건으로 잠시 줄었다가 이후 계속 증가세다. 조사 대상 기간인 2008∼2012년 스위스에서 안락사한 이들 자살 여행자는 모두 611명이었다. 국적별로는 독일과 영국인이 가장 많았다. 연령은 23세에서 97세까지로 다양했고 평균연령은 69세였다. 성별은 여성이 58%로 약간 더 많았다. 절반가량이 신경질환 환자였고 류머티즘성 질환, 암, 심혈관계 질환 등이 뒤를 이었다. 스위스는 1940년대부터 안락사와 이를 지원하는 행위를 사실상 허용하고 있다. <br/><br/>이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-595.txt

제목: ‘섹시스타’ 배우 김진아, 하와이 자택서 별세  
날짜: 20140821  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140821100000207  
본문: 1980년대를 풍미한 배우 김진아가 지난 20일(현지시간) 미국 하와이 자택에서 암으로 별세했다. 향년 51세.<br/><br/><br/><br/>김진아의 동생인 탤런트 김진근의 소속사 태원아트미디어는 21일 이같이 전하며 “<span class='quot0'>김진근 씨가 누나와 마지막 시간을 보내기 위해 두달 전 하와이로 떠났고 오늘 아침 부고 소식을 전해왔다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>배우 김진규(1998년 별세)-김보애의 딸이기도 한 김진아는 지난봄 말기 암 선고를 받은 것으로 알려졌다. <br/><br/><br/><br/>태원아트미디어는 “고인의 정확한 병명은 확인이 안된다. 말기 암이었다는 사실만 안다”면서 “김진근 씨와 가족들이 지난 두달 하와이에서 김진아 씨와 함께 보냈고 임종도 지켰다. 김진근 씨는 장례를 치르고 내달 중순 귀국할 것”이라고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>1983년 영화 ‘다른 시간 다른 장소’로 데뷔한 김진아는 이후 ‘수렁에서 건진 내딸’ ‘창밖에 잠수교가 보인다’ ‘밤의 열기 속으로’ ‘내시’ ‘고속도로’ ‘연산일기’ 등의 작품에 쉼 없이 출연하며 섹시한 이미지로 80년대 인기를 끌었다. <br/><br/><br/><br/>2001년에는 드라마 ‘명성황후’ ‘사랑’ 등에 출연하며 TV에서도 활동했으며, 가장 최근작은 2010년 출연한 영화 ‘하녀’다. <br/><br/><br/><br/>연기 활동은 중단했지만 그는 2011년 SBS ‘스타 부부쇼- 자기야’에 출연하고 올 초에도 방송을 통해 연예계 복귀 계획을 밝히는 등 연예계와 계속 끈을 이어갔다. <br/><br/><br/><br/>태원아트미디어는 “김진아 씨의 암 선고는 갑작스러운 것이었다”면서 “이에 한창 드라마 출연을 이어가던 동생 김진근 씨도 갑자기 스케줄을 전면 취소하고 하와이로 건너가 누나 곁을 지키게 됐다”고 전했다.

언론사: 문화일보-1-596.txt

제목: <힐링푸드>대파·양파·쪽파… 피부 곰팡이 격퇴 ‘3파전’  
날짜: 20140820  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140820100000172  
본문: 대파 : 조리하면 항균제 알리신 합성<br/>양파 : 겉껍질에 쿼서틴…항산화 작용<br/>쪽파 : 비타민A 많아 감기 예방 탁월<br/><br/>‘발무좀’ 같은 백선은 피부에 곰팡이가 침입해 발병하는 질환이다. 그런 점에서 알린과 플라보노이드 성분 등을 다양하게 지닌 대파와 양파, 쪽파 등의 파 식품은 백선에 분명히 효능을 보이는 식품인 만큼 백선 환자들은 섭취에 관심을 가질 필요가 있다. 실제로 여러 연구를 통해 파는 면역력을 향상시켜줄 뿐만 아니라 살모넬라균이나 대장균, 그리고 습진이나 무좀의 원인이 되는 곰팡이균에 대한 치료 효능도 지니고 있다고 밝혀졌다. <br/><br/>우선 파의 대명사로 통하는 대파부터 살펴보자. 대파에는 칼슘, 인 같은 무기염류와 비타민A, C 등이 풍부하게 들어있다. 그래서 예로부터 피로 해소와 감기 예방에 좋다고 했다. 특히 비타민C는 파 100g당 11∼22㎎으로 사과(4∼10㎎)나 양파(8㎎)보다 많다.<br/><br/>이와 함께 대파에는 유황화합물이 많이 들어 있다. 대표적인 것이 알린으로 대파가 음식으로 조리될 때 효소의 작용에 의해 알리신으로 재합성된다. 알리신은 곰팡이 등 외부 세력의 침입으로부터 스스로를 지키기 위해 만들어낸 항균, 항산화 성분이다. <br/><br/>또 대파에는 ‘글루코키닌’이라는 물질이 들어 있으며 이 성분이 당뇨 등 환자에게 유익하게 작용한다. 글루코키닌은 혈당치를 내려주는 작용을 한다. 또 대파의 글루쿠민 역시 혈당 강하에 좋은데 울금에 많은 성분으로 커큐민으로도 불린다. <br/><br/>조리 과정에서 대파의 효능을 최대한 뽑아내기 위해선 대파를 살짝 익히는 것이 좋다. 알리신의 경우 휘발성이 강해서 오래 가열하면 약효 성분이 모두 날아가 버린다. 또 살짝 익혀서 요리해야 맛과 향도 최대한 살릴 수 있다. <br/><br/>대파는 효능만 놓고 볼 때 파의 흰 뿌리 부분인 ‘총백(蔥白)’을 절대로 버려서는 안된다. 한방에서는 총백이 모공을 열어 땀을 내게 하고, 몸에 들어온 한기를 몰아내서 양기(온기)를 회복시키는 효험이 있다고 했다. ‘동의보감’에서도 총백탕이라 해서 파의 뿌리가 붙어 있는 흰 부분과 생강을 넣고 달여 감기에 걸린 임산부나 아이들이 먹도록 권했다. <br/><br/>양파 또한 대파 못잖게 좋은 성분을 많이 지녔다. 히포크라테스는 암 등 불치병에 걸린 환자들을 위해 수프를 만들었다는 기록이 있는데 수프에 들어간 주요 재료가 바로 양파였다고 한다. 한방에서도 양파의 효능은 유명하다. 자양 강장과 노화 방지에 도움이 되는 것은 물론 해열, 구충, 해독, 장염 치료에도 양파가 쓰였다. <br/><br/>양파에서 가장 눈길을 끄는 성분은 쿼서틴. 쿼서틴은 양파의 겉껍질에 특히 많으며, 항산화 작용으로 혈관 벽에 혈전이 뭉치는 것을 막고, 나쁜 콜레스테롤인 저밀도 지단백(LDL) 콜레스테롤의 농도도 낮춘다. 따라서 동맥경화 등의 혈관질환 예방에 양파를 많이 권하고 있다. 중국인들이 기름진 음식을 많이 먹으면서도 심장병에 잘 걸리지 않는 것을 두고 식품학계에서는 ‘차이니스 패러독스’라고도 하는데 모두 양파 덕분인 것으로 전문가들은 보고 있다.흔히 쿼서틴이라고 하면 사과를 많이 거론하지만 100g당 함유량을 비교하면 양파가 21.42㎎으로 사과종의 대표격인 부사(2.02㎎)보다 무려 10배 가까이 많다.<br/><br/>파김치의 재료인 쪽파 역시 대파나 양파 못잖은 영양 성분을 고루 지니고 있다. 쪽파에는 칼슘과 비타민이 많아 위를 보호하고 빈혈과 감기를 예방해준다. <br/><br/>특히 튼튼한 섬유질로 구성되어 있어 대장활동을 활발하게 하고 인체의 근육을 튼튼하게 해준다. 각종 고지혈증, 고혈압 같은 성인병과 노화 방지에도 좋은 성분을 다량 함유하고 있다. 특히 비타민A 성분을 많이 지니고 있어 감기 예방에 좋은 식품으로 꼽힌다. 쪽파가 혈청 내 인슐린 농도를 낮추면서 노화 억제와 암 예방 물질을 다량 함유하고 있다는 연구 결과도 나와 있다.<br/><br/>한편 파와 궁합이 맞지 않는 식품도 있다. 대표적인 것이 미역이다. 파에는 인과 유황이 많아 미역국에 넣으면 미역의 칼슘 흡수를 방해한다. 맛만 어울리지 않는 것이 아니고 영양 효율도 떨어진다고 전문가들은 입을 모은다.<br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-597.txt

제목: <힐링푸드>대파·양파·쪽파… 피부 곰팡이 격퇴 ‘3파전’  
날짜: 20140820  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140820100000229  
본문: 대파 : 조리하면 항균제 알리신 합성<br/>양파 : 겉껍질에 쿼서틴…항산화 작용<br/>쪽파 : 비타민A 많아 감기 예방 탁월<br/><br/>‘발무좀’ 같은 백선은 피부에 곰팡이가 침입해 발병하는 질환이다. 그런 점에서 알린과 플라보노이드 성분 등을 다양하게 지닌 대파와 양파, 쪽파 등의 파 식품은 백선에 분명히 효능을 보이는 식품인 만큼 백선 환자들은 섭취에 관심을 가질 필요가 있다. 실제로 여러 연구를 통해 파는 면역력을 향상시켜줄 뿐만 아니라 살모넬라균이나 대장균, 그리고 습진이나 무좀의 원인이 되는 곰팡이균에 대한 치료 효능도 지니고 있다고 밝혀졌다. <br/><br/>우선 파의 대명사로 통하는 대파부터 살펴보자. 대파에는 칼슘, 인 같은 무기염류와 비타민A, C 등이 풍부하게 들어있다. 그래서 예로부터 피로 해소와 감기 예방에 좋다고 했다. 특히 비타민C는 파 100g당 11∼22㎎으로 사과(4∼10㎎)나 양파(8㎎)보다 많다.<br/><br/>이와 함께 대파에는 유황화합물이 많이 들어 있다. 대표적인 것이 알린으로 대파가 음식으로 조리될 때 효소의 작용에 의해 알리신으로 재합성된다. 알리신은 곰팡이 등 외부 세력의 침입으로부터 스스로를 지키기 위해 만들어낸 항균, 항산화 성분이다. <br/><br/>또 대파에는 ‘글루코키닌’이라는 물질이 들어 있으며 이 성분이 당뇨 등 환자에게 유익하게 작용한다. 글루코키닌은 혈당치를 내려주는 작용을 한다. 또 대파의 글루쿠민 역시 혈당 강하에 좋은데 울금에 많은 성분으로 커큐민으로도 불린다. <br/><br/>조리 과정에서 대파의 효능을 최대한 뽑아내기 위해선 대파를 살짝 익히는 것이 좋다. 알리신의 경우 휘발성이 강해서 오래 가열하면 약효 성분이 모두 날아가 버린다. 또 살짝 익혀서 요리해야 맛과 향도 최대한 살릴 수 있다. <br/><br/>대파는 효능만 놓고 볼 때 파의 흰 뿌리 부분인 ‘총백(蔥白)’을 절대로 버려서는 안된다. 한방에서는 총백이 모공을 열어 땀을 내게 하고, 몸에 들어온 한기를 몰아내서 양기(온기)를 회복시키는 효험이 있다고 했다. ‘동의보감’에서도 총백탕이라 해서 파의 뿌리가 붙어 있는 흰 부분과 생강을 넣고 달여 감기에 걸린 임산부나 아이들이 먹도록 권했다. <br/><br/>양파 또한 대파 못잖게 좋은 성분을 많이 지녔다. 히포크라테스는 암 등 불치병에 걸린 환자들을 위해 수프를 만들었다는 기록이 있는데 수프에 들어간 주요 재료가 바로 양파였다고 한다. 한방에서도 양파의 효능은 유명하다. 자양 강장과 노화 방지에 도움이 되는 것은 물론 해열, 구충, 해독, 장염 치료에도 양파가 쓰였다. <br/><br/>양파에서 가장 눈길을 끄는 성분은 쿼서틴. 쿼서틴은 양파의 겉껍질에 특히 많으며, 항산화 작용으로 혈관 벽에 혈전이 뭉치는 것을 막고, 나쁜 콜레스테롤인 저밀도 지단백(LDL) 콜레스테롤의 농도도 낮춘다. 따라서 동맥경화 등의 혈관질환 예방에 양파를 많이 권하고 있다. 중국인들이 기름진 음식을 많이 먹으면서도 심장병에 잘 걸리지 않는 것을 두고 식품학계에서는 ‘차이니스 패러독스’라고도 하는데 모두 양파 덕분인 것으로 전문가들은 보고 있다.흔히 쿼서틴이라고 하면 사과를 많이 거론하지만 100g당 함유량을 비교하면 양파가 21.42㎎으로 사과종의 대표격인 부사(2.02㎎)보다 무려 10배 가까이 많다.<br/><br/>파김치의 재료인 쪽파 역시 대파나 양파 못잖은 영양 성분을 고루 지니고 있다. 쪽파에는 칼슘과 비타민이 많아 위를 보호하고 빈혈과 감기를 예방해준다. <br/><br/>특히 튼튼한 섬유질로 구성되어 있어 대장활동을 활발하게 하고 인체의 근육을 튼튼하게 해준다. 각종 고지혈증, 고혈압 같은 성인병과 노화 방지에도 좋은 성분을 다량 함유하고 있다. 특히 비타민A 성분을 많이 지니고 있어 감기 예방에 좋은 식품으로 꼽힌다. 쪽파가 혈청 내 인슐린 농도를 낮추면서 노화 억제와 암 예방 물질을 다량 함유하고 있다는 연구 결과도 나와 있다.<br/><br/>한편 파와 궁합이 맞지 않는 식품도 있다. 대표적인 것이 미역이다. 파에는 인과 유황이 많아 미역국에 넣으면 미역의 칼슘 흡수를 방해한다. 맛만 어울리지 않는 것이 아니고 영양 효율도 떨어진다고 전문가들은 입을 모은다.<br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-598.txt

제목: <힐링푸드>대파·양파·쪽파… 피부 곰팡이 격퇴 ‘3파전’  
날짜: 20140820  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140820100000221  
본문: 대파 : 조리하면 항균제 알리신 합성<br/>양파 : 겉껍질에 쿼서틴…항산화 작용<br/>쪽파 : 비타민A 많아 감기 예방 탁월<br/><br/>‘발무좀’ 같은 백선은 피부에 곰팡이가 침입해 발병하는 질환이다. 그런 점에서 알린과 플라보노이드 성분 등을 다양하게 지닌 대파와 양파, 쪽파 등의 파 식품은 백선에 분명히 효능을 보이는 식품인 만큼 백선 환자들은 섭취에 관심을 가질 필요가 있다. 실제로 여러 연구를 통해 파는 면역력을 향상시켜줄 뿐만 아니라 살모넬라균이나 대장균, 그리고 습진이나 무좀의 원인이 되는 곰팡이균에 대한 치료 효능도 지니고 있다고 밝혀졌다. <br/><br/>우선 파의 대명사로 통하는 대파부터 살펴보자. 대파에는 칼슘, 인 같은 무기염류와 비타민A, C 등이 풍부하게 들어있다. 그래서 예로부터 피로 해소와 감기 예방에 좋다고 했다. 특히 비타민C는 파 100g당 11∼22㎎으로 사과(4∼10㎎)나 양파(8㎎)보다 많다.<br/><br/>이와 함께 대파에는 유황화합물이 많이 들어 있다. 대표적인 것이 알린으로 대파가 음식으로 조리될 때 효소의 작용에 의해 알리신으로 재합성된다. 알리신은 곰팡이 등 외부 세력의 침입으로부터 스스로를 지키기 위해 만들어낸 항균, 항산화 성분이다. <br/><br/>또 대파에는 ‘글루코키닌’이라는 물질이 들어 있으며 이 성분이 당뇨 등 환자에게 유익하게 작용한다. 글루코키닌은 혈당치를 내려주는 작용을 한다. 또 대파의 글루쿠민 역시 혈당 강하에 좋은데 울금에 많은 성분으로 커큐민으로도 불린다. <br/><br/>조리 과정에서 대파의 효능을 최대한 뽑아내기 위해선 대파를 살짝 익히는 것이 좋다. 알리신의 경우 휘발성이 강해서 오래 가열하면 약효 성분이 모두 날아가 버린다. 또 살짝 익혀서 요리해야 맛과 향도 최대한 살릴 수 있다. <br/><br/>대파는 효능만 놓고 볼 때 파의 흰 뿌리 부분인 ‘총백(蔥白)’을 절대로 버려서는 안된다. 한방에서는 총백이 모공을 열어 땀을 내게 하고, 몸에 들어온 한기를 몰아내서 양기(온기)를 회복시키는 효험이 있다고 했다. ‘동의보감’에서도 총백탕이라 해서 파의 뿌리가 붙어 있는 흰 부분과 생강을 넣고 달여 감기에 걸린 임산부나 아이들이 먹도록 권했다. <br/><br/>양파 또한 대파 못잖게 좋은 성분을 많이 지녔다. 히포크라테스는 암 등 불치병에 걸린 환자들을 위해 수프를 만들었다는 기록이 있는데 수프에 들어간 주요 재료가 바로 양파였다고 한다. 한방에서도 양파의 효능은 유명하다. 자양 강장과 노화 방지에 도움이 되는 것은 물론 해열, 구충, 해독, 장염 치료에도 양파가 쓰였다. <br/><br/>양파에서 가장 눈길을 끄는 성분은 쿼서틴. 쿼서틴은 양파의 겉껍질에 특히 많으며, 항산화 작용으로 혈관 벽에 혈전이 뭉치는 것을 막고, 나쁜 콜레스테롤인 저밀도 지단백(LDL) 콜레스테롤의 농도도 낮춘다. 따라서 동맥경화 등의 혈관질환 예방에 양파를 많이 권하고 있다. 중국인들이 기름진 음식을 많이 먹으면서도 심장병에 잘 걸리지 않는 것을 두고 식품학계에서는 ‘차이니스 패러독스’라고도 하는데 모두 양파 덕분인 것으로 전문가들은 보고 있다.흔히 쿼서틴이라고 하면 사과를 많이 거론하지만 100g당 함유량을 비교하면 양파가 21.42㎎으로 사과종의 대표격인 부사(2.02㎎)보다 무려 10배 가까이 많다.<br/><br/>파김치의 재료인 쪽파 역시 대파나 양파 못잖은 영양 성분을 고루 지니고 있다. 쪽파에는 칼슘과 비타민이 많아 위를 보호하고 빈혈과 감기를 예방해준다. <br/><br/>특히 튼튼한 섬유질로 구성되어 있어 대장활동을 활발하게 하고 인체의 근육을 튼튼하게 해준다. 각종 고지혈증, 고혈압 같은 성인병과 노화 방지에도 좋은 성분을 다량 함유하고 있다. 특히 비타민A 성분을 많이 지니고 있어 감기 예방에 좋은 식품으로 꼽힌다. 쪽파가 혈청 내 인슐린 농도를 낮추면서 노화 억제와 암 예방 물질을 다량 함유하고 있다는 연구 결과도 나와 있다.<br/><br/>한편 파와 궁합이 맞지 않는 식품도 있다. 대표적인 것이 미역이다. 파에는 인과 유황이 많아 미역국에 넣으면 미역의 칼슘 흡수를 방해한다. 맛만 어울리지 않는 것이 아니고 영양 효율도 떨어진다고 전문가들은 입을 모은다.<br/><br/> 이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-599.txt

제목: ‘평등하게 열린’ 240㎞… 無念無想의 ‘힐링로드’  
날짜: 20140820  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140820100000225  
본문: 전주 풍남문∼ 원불교 聖地 / 나바위성당∼미륵산 사자암<br/>금산사∼ 금산교회 / 완주 ‘모악마실길’<br/><br/>프란치스코 교황은 방한 마지막 날인 지난 18일 다른 종교 지도자들을 만난 자리에서 ‘삶은 혼자서 갈 수 없는 길’이라며 ‘서로를 인정하며 함께 걸어가도록 하자’고 말했다. 교황이 말한 대로 ‘종교가 함께 걸어가는 길’을 상징적으로 구현한 순례길이 전북 전주에 있다. 전주에는 천주교 성지를 비롯해 불교, 기독교, 원불교, 유교, 민족종교의 성지들이 모여있다. 이런 성지를 도보길로 이어놓은 것이 ‘아름다운 순례길’이다. 전주와 익산, 완주, 김제를 아우르는 이 길은 총연장 거리가 240㎞에 이른다. 순례길을 관통하는 정신은 교황의 말 그대로 이해와 나눔, 그리고 화합이다. 종교를 가졌든, 가지지 않았든 스스로 양심의 소리에 귀기울이며 마음을 닦고자 하는 이들에 활짝 열린 길이다.<br/><br/><br/># 종교와 역사가 집약된 으뜸 순례길 <br/><br/>전북 전주에서 시작해 다시 제자리로 돌아오는 ‘아름다운 순례길’은 모두 9개 코스로 구성돼 있다. 짧은 코스가 14㎞ 남짓이고, 그중 긴 것이 27.5㎞에 이른다. 짧게는 4시간, 길게는 8시간이 넘는다. 이 길은 완주를 목적으로 하지 않는다. 순서도 없다. 그러니 마음이 가는 코스를 택해서 걷고, 원하는 만큼 걷다가 문득 멈추면 그뿐이다. <br/><br/>먼저 ‘아름다운 순례길’ 1코스. 전체 순례길 중에서 종교의 역사적 공간들이 집약된 코스다. 순례길 코스 중 딱 한 곳만 걸으라면 이 길을 택하는 게 좋겠다. 출발 지점은 전주 한옥마을 남쪽의 풍남문이다. 여기서 전동성당을 거쳐 전주천의 그윽한 누각 한벽당을 지나 순교한 동정부부 일가가 묻힌 치명자산을 지난다. 이어 전주 시가지가 내려다보이는 사찰 남고사를 거쳐 원불교 만덕산성지를 들르게 된다. <br/><br/>순례길이 시작되는 풍남문은 최초의 천주교 순교지다. 이 땅의 최초 순교자 윤지충이 사촌형인 권상연과 함께 바로 이곳에서 참수됐다. 호남지역에 천주교를 전파해 ‘호남의 사도’로 일컬어지는 유항검도 여기서 목이 베였다. 전동성당은 잇따랐던 순교의 자리 위에다 100년 뒤 프랑스 보두네 신부가 부지를 매입해 지은 성당이다. <br/><br/>순례길이 지나는 남고사는 내력이 1500여 년을 헤아릴 정도의 고찰이다. ‘전주 8경’에 ‘해질녘 남고사의 종소리’로 이름을 올렸을 정도로 이름난 사찰이었다. 사찰 마당에 서면 발 아래로 전주 시가지가, 그 뒤로는 완산칠봉이 펼쳐진다. 원불교 만덕산성지는 소태산 대종사가 수시로 머물며 선(禪)에 들었던 곳이다. 대종사는 만덕산의 만덕암에 머물며 제자들을 모아 원불교 창립의 주요 인재를 확보했다. 이후 원불교 최초의 ‘하선(夏禪)’과 ‘동선(冬禪)’이 여기서 진행됐다. 원불교에서는 대종사가 12명의 제자와 1개월 동안 최초의 선(禪)을 했다는 의미로 여기를 성지로 정했다. <br/><br/>천주교의 깊은 자취가 새겨진 길이라면 1코스와 함께 천호성지에서 나바위성당을 잇는 순례길 3코스도 이 못지않다. 천호성지는 전주 숲정이와 여산, 충남 공주 등에서 순교한 10명과 함께 이름없는 순교자들이 함께 묻혀있는 성지다. 천호성지를 나와서 길은 병인박해 당시 수많은 순교자들이 죽임을 당한 여산 숲정이를 지나간다. <br/><br/><br/># 이야기가 잠겨있는 길을 걷다 <br/><br/>순례길 4코스는 대하드라마를 방불케하는 드라마틱한 이야기들이 잠겨있는 길이다. 나바위성당, 숭림사, 함열성당을 거쳐 미륵산 사자암까지 오르는 데 8시간은 잡아야 하는 제법 긴 코스다. 나바위성당은 고딕식 종탑과 한옥 건물이 어우러진 독특한 모습이다. 성당이 들어선 곳은 첫 한국인 사제인 김대건 신부가 1845년 중국에서 사제서품을 받은 뒤 귀국길에 올라 첫발을 내디딘 곳이다. 사제가 우리 땅에 찍은 첫 발자국 위에 나바위성당은 세워졌다. 길은 두동교회도 지나간다. 두동교회는 내로라하던 지주가 기독교를 믿는 소작농과 종교로 화해하고 또 갈등하는 과정이 드라마틱한 이야기로 잠겨있다. 두동교회를 들르게 되면 교회 관계자나 인근 주민들에게 그 내력을 청해 듣기를 권한다. <br/><br/>숭림사는 통일신라 때 진표율사가 창건한 절집으로 고즈넉한 분위기가 인상적인 곳이다. 규모는 크지 않지만 절집 마당의 정갈한 빗질 자국에 마음이 절로 맑아진다. 숭림사에서는 산사명상과 발우공양을 비롯해 탁본, 사경, 불화 등의 문화체험을 할 수 있는 템플스테이를 운영하고 있다. 이어 들르는 함열성당은 박해 당시 천주교인들이 모여살았다던 교우촌의 내력도 내력이지만, 붉은 벽돌로 아름답게 지어낸 성당의 모습이 눈길을 붙잡는다. 미륵산 사자암은 삼국유사에 전하는 미륵사지 창건 내력이 깃든 곳이다. 백제 무왕은 부인과 함께 여기 사자암에 향을 올리러 가다가 아내의 청으로 미륵사지를 짓게 된다. 순례길 7코스는 화해와 교유의 정신으로 걷는 길이다. 이 길에서는 삼층목탑 형식으로 화려하게 서있는 미륵전이 인상적인 금산사를 비롯해 금산교회, 그리고 수류성당을 차례로 만나게 된다. 금산사는 통일신라 때 창건돼 미륵신앙의 성지로 추앙받아온 절이다. 미륵전과 그 안에 세워진 11.8m의 거대한 장륙불에는 현실의 고통에서 신음하는 이들이 닿고자 했던 이상세계의 꿈이 담겨 있다. 한옥교회인 금산교회는 지역의 부호였던 조덕삼이 머슴이자 마부였던 이자익을 목사로 모셨던 이야기가 전해지고, 수류성당은 아시아에서 가장 많은 신부를 배출한 성당으로 이름이 높다. <br/><br/><br/># 성지순례에서 만나는 아름다운 풍경<br/><br/>종교 성지와 함께 농촌마을의 그윽한 아름다움을 함께 누리겠다면 단연 순례길 8코스다. 수류성당에서 밤티재를 넘어 소박한 농촌의 전경이 펼쳐지는 도보여행 코스 ‘모악마실길’의 일부 구간을 지나간다. 수류성당에서 안덕마을로 이어지는 구간에서 만나는 안덕저수지를 끼고 걷는 호반길이 특히 빼어나다. 물 속이 훤히 비치는 맑은 저수지의 물빛을 따라 수변을 걷는 맛이 청량하다. 길 끝에서 만나는 완주군 상관면 죽림리의 공기마을 일원에 조성된 10만 그루의 편백나무 숲은 순례길 전체를 통틀어 최고의 경관이라 할 만하다. 하늘을 가릴 듯 치솟은 편백나무 숲에서 짙은 나무향을 맡으며 산책을 하거나 쉬어갈 수 있는 곳이다. 완주 송광사에서 천호성지에 이르는 2코스도 빼어나다. 평지형 가람인 송광사의 고즈넉한 풍경과 함께 위봉폭포와 위봉산성, 오도재, 대아저수지 등 명소를 두루 거쳐간다. 위봉산성 너머 자그마한 저수지인 오성저수지를 끼고 갤러리와 카페를 겸한 오스갤러리가 그림처럼 들어서있다. 잘 가꿔진 잔디밭과 미술품이 어우러져 낭만적인 풍경을 빚어낸다. 전주에서 젊은이들이 일부러 찾아오는 명소다. <br/><br/>박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-600.txt

제목: ‘평등하게 열린’ 240㎞… 無念無想의 ‘힐링로드’  
날짜: 20140820  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140820100000181  
본문: 전주 풍남문∼ 원불교 聖地 / 나바위성당∼미륵산 사자암<br/>금산사∼ 금산교회 / 완주 ‘모악마실길’<br/><br/>프란치스코 교황은 방한 마지막 날인 지난 18일 다른 종교 지도자들을 만난 자리에서 ‘삶은 혼자서 갈 수 없는 길’이라며 ‘서로를 인정하며 함께 걸어가도록 하자’고 말했다. 교황이 말한 대로 ‘종교가 함께 걸어가는 길’을 상징적으로 구현한 순례길이 전북 전주에 있다. 전주에는 천주교 성지를 비롯해 불교, 기독교, 원불교, 유교, 민족종교의 성지들이 모여있다. 이런 성지를 도보길로 이어놓은 것이 ‘아름다운 순례길’이다. 전주와 익산, 완주, 김제를 아우르는 이 길은 총연장 거리가 240㎞에 이른다. 순례길을 관통하는 정신은 교황의 말 그대로 이해와 나눔, 그리고 화합이다. 종교를 가졌든, 가지지 않았든 스스로 양심의 소리에 귀기울이며 마음을 닦고자 하는 이들에 활짝 열린 길이다.<br/><br/><br/># 종교와 역사가 집약된 으뜸 순례길 <br/><br/>전북 전주에서 시작해 다시 제자리로 돌아오는 ‘아름다운 순례길’은 모두 9개 코스로 구성돼 있다. 짧은 코스가 14㎞ 남짓이고, 그중 긴 것이 27.5㎞에 이른다. 짧게는 4시간, 길게는 8시간이 넘는다. 이 길은 완주를 목적으로 하지 않는다. 순서도 없다. 그러니 마음이 가는 코스를 택해서 걷고, 원하는 만큼 걷다가 문득 멈추면 그뿐이다. <br/><br/>먼저 ‘아름다운 순례길’ 1코스. 전체 순례길 중에서 종교의 역사적 공간들이 집약된 코스다. 순례길 코스 중 딱 한 곳만 걸으라면 이 길을 택하는 게 좋겠다. 출발 지점은 전주 한옥마을 남쪽의 풍남문이다. 여기서 전동성당을 거쳐 전주천의 그윽한 누각 한벽당을 지나 순교한 동정부부 일가가 묻힌 치명자산을 지난다. 이어 전주 시가지가 내려다보이는 사찰 남고사를 거쳐 원불교 만덕산성지를 들르게 된다. <br/><br/>순례길이 시작되는 풍남문은 최초의 천주교 순교지다. 이 땅의 최초 순교자 윤지충이 사촌형인 권상연과 함께 바로 이곳에서 참수됐다. 호남지역에 천주교를 전파해 ‘호남의 사도’로 일컬어지는 유항검도 여기서 목이 베였다. 전동성당은 잇따랐던 순교의 자리 위에다 100년 뒤 프랑스 보두네 신부가 부지를 매입해 지은 성당이다. <br/><br/>순례길이 지나는 남고사는 내력이 1500여 년을 헤아릴 정도의 고찰이다. ‘전주 8경’에 ‘해질녘 남고사의 종소리’로 이름을 올렸을 정도로 이름난 사찰이었다. 사찰 마당에 서면 발 아래로 전주 시가지가, 그 뒤로는 완산칠봉이 펼쳐진다. 원불교 만덕산성지는 소태산 대종사가 수시로 머물며 선(禪)에 들었던 곳이다. 대종사는 만덕산의 만덕암에 머물며 제자들을 모아 원불교 창립의 주요 인재를 확보했다. 이후 원불교 최초의 ‘하선(夏禪)’과 ‘동선(冬禪)’이 여기서 진행됐다. 원불교에서는 대종사가 12명의 제자와 1개월 동안 최초의 선(禪)을 했다는 의미로 여기를 성지로 정했다. <br/><br/>천주교의 깊은 자취가 새겨진 길이라면 1코스와 함께 천호성지에서 나바위성당을 잇는 순례길 3코스도 이 못지않다. 천호성지는 전주 숲정이와 여산, 충남 공주 등에서 순교한 10명과 함께 이름없는 순교자들이 함께 묻혀있는 성지다. 천호성지를 나와서 길은 병인박해 당시 수많은 순교자들이 죽임을 당한 여산 숲정이를 지나간다. <br/><br/><br/># 이야기가 잠겨있는 길을 걷다 <br/><br/>순례길 4코스는 대하드라마를 방불케하는 드라마틱한 이야기들이 잠겨있는 길이다. 나바위성당, 숭림사, 함열성당을 거쳐 미륵산 사자암까지 오르는 데 8시간은 잡아야 하는 제법 긴 코스다. 나바위성당은 고딕식 종탑과 한옥 건물이 어우러진 독특한 모습이다. 성당이 들어선 곳은 첫 한국인 사제인 김대건 신부가 1845년 중국에서 사제서품을 받은 뒤 귀국길에 올라 첫발을 내디딘 곳이다. 사제가 우리 땅에 찍은 첫 발자국 위에 나바위성당은 세워졌다. 길은 두동교회도 지나간다. 두동교회는 내로라하던 지주가 기독교를 믿는 소작농과 종교로 화해하고 또 갈등하는 과정이 드라마틱한 이야기로 잠겨있다. 두동교회를 들르게 되면 교회 관계자나 인근 주민들에게 그 내력을 청해 듣기를 권한다. <br/><br/>숭림사는 통일신라 때 진표율사가 창건한 절집으로 고즈넉한 분위기가 인상적인 곳이다. 규모는 크지 않지만 절집 마당의 정갈한 빗질 자국에 마음이 절로 맑아진다. 숭림사에서는 산사명상과 발우공양을 비롯해 탁본, 사경, 불화 등의 문화체험을 할 수 있는 템플스테이를 운영하고 있다. 이어 들르는 함열성당은 박해 당시 천주교인들이 모여살았다던 교우촌의 내력도 내력이지만, 붉은 벽돌로 아름답게 지어낸 성당의 모습이 눈길을 붙잡는다. 미륵산 사자암은 삼국유사에 전하는 미륵사지 창건 내력이 깃든 곳이다. 백제 무왕은 부인과 함께 여기 사자암에 향을 올리러 가다가 아내의 청으로 미륵사지를 짓게 된다. 순례길 7코스는 화해와 교유의 정신으로 걷는 길이다. 이 길에서는 삼층목탑 형식으로 화려하게 서있는 미륵전이 인상적인 금산사를 비롯해 금산교회, 그리고 수류성당을 차례로 만나게 된다. 금산사는 통일신라 때 창건돼 미륵신앙의 성지로 추앙받아온 절이다. 미륵전과 그 안에 세워진 11.8m의 거대한 장륙불에는 현실의 고통에서 신음하는 이들이 닿고자 했던 이상세계의 꿈이 담겨 있다. 한옥교회인 금산교회는 지역의 부호였던 조덕삼이 머슴이자 마부였던 이자익을 목사로 모셨던 이야기가 전해지고, 수류성당은 아시아에서 가장 많은 신부를 배출한 성당으로 이름이 높다. <br/><br/><br/># 성지순례에서 만나는 아름다운 풍경<br/><br/>종교 성지와 함께 농촌마을의 그윽한 아름다움을 함께 누리겠다면 단연 순례길 8코스다. 수류성당에서 밤티재를 넘어 소박한 농촌의 전경이 펼쳐지는 도보여행 코스 ‘모악마실길’의 일부 구간을 지나간다. 수류성당에서 안덕마을로 이어지는 구간에서 만나는 안덕저수지를 끼고 걷는 호반길이 특히 빼어나다. 물 속이 훤히 비치는 맑은 저수지의 물빛을 따라 수변을 걷는 맛이 청량하다. 길 끝에서 만나는 완주군 상관면 죽림리의 공기마을 일원에 조성된 10만 그루의 편백나무 숲은 순례길 전체를 통틀어 최고의 경관이라 할 만하다. 하늘을 가릴 듯 치솟은 편백나무 숲에서 짙은 나무향을 맡으며 산책을 하거나 쉬어갈 수 있는 곳이다. 완주 송광사에서 천호성지에 이르는 2코스도 빼어나다. 평지형 가람인 송광사의 고즈넉한 풍경과 함께 위봉폭포와 위봉산성, 오도재, 대아저수지 등 명소를 두루 거쳐간다. 위봉산성 너머 자그마한 저수지인 오성저수지를 끼고 갤러리와 카페를 겸한 오스갤러리가 그림처럼 들어서있다. 잘 가꿔진 잔디밭과 미술품이 어우러져 낭만적인 풍경을 빚어낸다. 전주에서 젊은이들이 일부러 찾아오는 명소다. <br/><br/>박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-601.txt

제목: “힐링캠프 조성해 환자·가족들 마음 치유”  
날짜: 20140819  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140819100000161  
본문: “<span class='quot0'>문화단체 등 재능기부 받아 병원 넘어선 병원 선도할것</span>”<br/><br/>“병원이 질병만 치료하던 시대는 지났습니다. 환자와 가족들의 마음 치유와 함께 가정과 사회로의 복귀까지 적극 도와야 합니다.” <br/><br/>정남식(62) 신임 연세대 의료원장은 18일 기자간담회에서 “<span class='quot1'>세브란스는 병원을 넘어선 병원, ‘Beyond Hospital 의료문화’를 선도할 것</span>”이라며 “<span class='quot1'>이를 위해 ‘제중원 힐링캠프’를 조성하겠다</span>”고 말했다. 정 의료원장은 “<span class='quot2'>대학, 종교, 문화단체 등의 재능기부를 받아 제중원 힐링캠프를 조성해 암 환자와 중증·난치성 질환자, 만성질환 환자와 가족 등을 위한 모임마당, 미술·음악 치료, 식사 및 영양치료 등의 다양한 프로그램을 운영하겠다</span>”고 말했다. 연세대 의료원은 장소와 운영 규모 등이 확정되는 대로 힐링 캠프를 본격 운영한다는 계획이다.<br/><br/>정 의료원장은 3차 의료기관으로서 중증 질환 치료에 치중하겠다는 의지도 밝혔다. 그는 “<span class='quot2'>중증 환자를 돌봐야 하는 대학병원들이 상당수의 경증 환자를 진료하고 있는데, 세브란스는 암, 심뇌혈관질환 등 중증 환자 진료의 비중을 높여 나갈 것</span>”이라며 “<span class='quot2'>이를 위해서는 굳이 대학병원에서 진료할 필요가 없는 경증 환자들을 설득하고, 협력 병원으로 보내게 될 때 환자와 가족들의 이해와 협조도 필요하다</span>”고 말했다.<br/><br/>아울러 정 의료원장은 “<span class='quot2'>대학병원은 우리 사회의 요청에 대해서도 적극 호응할 필요가 있다</span>”며 “<span class='quot2'>재난 대응 의료 안전망 사업을 확대해 에볼라 바이러스 등 유행성 질병에도 대비할 수 있도록 할 계획</span>”이라고 말했다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-602.txt

제목: “힐링캠프 조성해 환자·가족들 마음 치유”  
날짜: 20140819  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140819100000047  
본문: “<span class='quot0'>문화단체 등 재능기부 받아 병원 넘어선 병원 선도할것</span>”<br/><br/>“병원이 질병만 치료하던 시대는 지났습니다. 환자와 가족들의 마음 치유와 함께 가정과 사회로의 복귀까지 적극 도와야 합니다.” <br/><br/>정남식(62) 신임 연세대 의료원장은 18일 기자간담회에서 “<span class='quot1'>세브란스는 병원을 넘어선 병원, ‘Beyond Hospital 의료문화’를 선도할 것</span>”이라며 “<span class='quot1'>이를 위해 ‘제중원 힐링캠프’를 조성하겠다</span>”고 말했다. 정 의료원장은 “<span class='quot2'>대학, 종교, 문화단체 등의 재능기부를 받아 제중원 힐링캠프를 조성해 암 환자와 중증·난치성 질환자, 만성질환 환자와 가족 등을 위한 모임마당, 미술·음악 치료, 식사 및 영양치료 등의 다양한 프로그램을 운영하겠다</span>”고 말했다. 연세대 의료원은 장소와 운영 규모 등이 확정되는 대로 힐링 캠프를 본격 운영한다는 계획이다.<br/><br/>정 의료원장은 3차 의료기관으로서 중증 질환 치료에 치중하겠다는 의지도 밝혔다. 그는 “<span class='quot2'>중증 환자를 돌봐야 하는 대학병원들이 상당수의 경증 환자를 진료하고 있는데, 세브란스는 암, 심뇌혈관질환 등 중증 환자 진료의 비중을 높여 나갈 것</span>”이라며 “<span class='quot2'>이를 위해서는 굳이 대학병원에서 진료할 필요가 없는 경증 환자들을 설득하고, 협력 병원으로 보내게 될 때 환자와 가족들의 이해와 협조도 필요하다</span>”고 말했다.<br/><br/>아울러 정 의료원장은 “<span class='quot2'>대학병원은 우리 사회의 요청에 대해서도 적극 호응할 필요가 있다</span>”며 “<span class='quot2'>재난 대응 의료 안전망 사업을 확대해 에볼라 바이러스 등 유행성 질병에도 대비할 수 있도록 할 계획</span>”이라고 말했다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-603.txt

제목: <세상 만사-나라 안>정신장애 40代 모친 살해 암매장  
날짜: 20140818  
기자: 김창희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140818100000107  
본문: 충남 천안동남경찰서는 18일 어머니를 살해하고서 암매장한 혐의(존속살해 등)로 이모(46) 씨를 구속했다. 경찰에 따르면 정신장애 3급인 이 씨는 지난 14일 오후 10시쯤 천안 동남구 병천면 자택에서 어머니 A(77) 씨를 때려 숨지게 한 뒤 시신을 집 인근 텃밭에 몰래 파묻은 혐의를 받고 있다. <br/><br/><br/><br/>경찰은 이 씨 동생으로부터 실종신고가 들어온 A 씨 소재를 찾던 중 이 씨로부터 범행 일체를 자백받았다고 설명했다. 이 씨는 경찰이 범행 동기를 추궁하자 ‘(어머니가 삶아 준) 옥수수 맛이 이상했다’고 답하는 등 횡설수설하는 모습을 보였던 것으로 전해졌다. 경찰은 이 씨를 상대로 정확한 사건 경위를 조사하고 있다. <br/><br/><br/><br/>천안 = 김창희 기자 chkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-604.txt

제목: 아주대의료원, 컴퓨터 예측으로 실험 결과 80% 예측  
날짜: 20140818  
기자: 송동근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140818100000176  
본문: 신체 내 각종 유전자와 세포를 구성하는 단백질의 기능 변화를 컴퓨터로 예측하는 기법이 세계 최초로 개발됐다. <br/><br/><br/><br/>18일 아주대의료원에 따르면 이기영 의과대학 의료정보학과 교수와 허원기 서울대 생명과학부 교수, 트레이 아이데커 미국 샌디에이고 캘리포니아 주립대 교수 등 연구팀이 공동으로 단백질이 특정 조건마다 세포 내 어느 위치로 이동해 어떤 역할을 할지를 컴퓨터가 자동으로 예측하는 기법을 개발했다. <br/><br/><br/><br/>우리 몸 안에 있는 단백질은 저마다 역할이 달라 신체기능 전반은 물론 암세포를 활성화시키거나 억제하는 등 질병에도 직접적인 영향을 미친다. 그러나 신체에는 10만 개가 넘는 수많은 단백질이 있어 지금까지 생물학 실험만으로는 그 기능을 예측하는 데 한계가 있었다.<br/><br/><br/><br/>연구팀은 단백질이 다른 단백질(일명 ‘친구 단백질’)과 상호작용을 해야만 제 기능을 한다는 점에 착안, ‘친구’ 단백질 정보를 컴퓨터에 입력해 조건에 따라 단백질의 위치와 기능이 어떻게 변화할 것인지를 예측하도록 했다.<br/><br/><br/><br/>이번에 개발한 예측기법을 이용, 200가지의 실험을 한 결과 80% 가까운 예측률을 보였다고 연구팀은 설명했다. <br/><br/><br/><br/>이기영 교수는 “<span class='quot0'>그동안 전 세계 의료진과 연구팀이 축적한 의료학과 생물학 정보를 기반으로 컴퓨터 공학 기술을 접목시켜 ‘바이오 빅데이터’를 분석한 연구</span>”라며 “<span class='quot0'>앞으로 암을 포함한 질병의 진단과 치료, 줄기세포의 분화유도 등 단백질 기능 연구에 혁신적인 변화를 가져올 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>또 이 교수는 “<span class='quot0'>현재까지 알려진 단백질 기능은 극히 일부이기 때문에 더 정확한 예측이나 질병 치료와 같은 원하는 결과를 도출하려면 단백질에 대한 심층적인 연구가 뒤따라야 한다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/><br/><br/>수원=송동근 기자 sdk@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-605.txt

제목: 아주대의료원, 단백질 기능 변화 예측기법 개발  
날짜: 20140818  
기자: 송동근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140818100000184  
본문: 신체 내 각종 유전자와 세포를 구성하는 단백질의 기능 변화를 컴퓨터로 예측하는 기법이 세계 최초로 개발됐다. <br/><br/><br/><br/>18일 아주대의료원에 따르면 이기영 의과대학 의료정보학과 교수와 허원기 서울대 생명과학부 교수, 트레이 아이데커 미국 샌디에이고 캘리포니아 주립대 교수 등 연구팀이 공동으로 단백질이 특정 조건마다 세포 내 어느 위치로 이동해 어떤 역할을 할지를 컴퓨터가 자동으로 예측하는 기법을 개발했다. <br/><br/><br/><br/>우리 몸 안에 있는 단백질은 저마다 역할이 달라 신체기능 전반은 물론 암세포를 활성화시키거나 억제하는 등 질병에도 직접적인 영향을 미친다. 그러나 신체에는 10만 개가 넘는 수많은 단백질이 있어 지금까지 생물학 실험만으로는 그 기능을 예측하는 데 한계가 있었다.<br/><br/><br/><br/>연구팀은 단백질이 다른 단백질(일명 ‘친구 단백질’)과 상호작용을 해야만 제 기능을 한다는 점에 착안, ‘친구’ 단백질 정보를 컴퓨터에 입력해 조건에 따라 단백질의 위치와 기능이 어떻게 변화할 것인지를 예측하도록 했다.<br/><br/><br/><br/>이번에 개발한 예측기법을 이용, 200가지의 실험을 한 결과 80% 가까운 예측률을 보였다고 연구팀은 설명했다. <br/><br/><br/><br/>이기영 교수는 “<span class='quot0'>그동안 전 세계 의료진과 연구팀이 축적한 의료학과 생물학 정보를 기반으로 컴퓨터 공학 기술을 접목시켜 ‘바이오 빅데이터’를 분석한 연구</span>”라며 “<span class='quot0'>앞으로 암을 포함한 질병의 진단과 치료, 줄기세포의 분화유도 등 단백질 기능 연구에 혁신적인 변화를 가져올 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>또 이 교수는 “<span class='quot0'>현재까지 알려진 단백질 기능은 극히 일부이기 때문에 더 정확한 예측이나 질병 치료와 같은 원하는 결과를 도출하려면 단백질에 대한 심층적인 연구가 뒤따라야 한다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/><br/><br/>수원=송동근 기자 sdk@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-606.txt

제목: <인터넷 유머>남친은 괜찮죠?  
날짜: 20140818  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140818100000115  
본문: 남친은 괜찮죠?<br/><br/>어떤 의사가 요염한 표정으로 자신 앞에 서 있는 아리따운 여자에게 진찰 결과를 설명했다. <br/><br/>“진단 결과가 매우 좋지 않군요. 당분간 남편과 잠자리를 같이하면 안 되겠습니다. 반드시 지키셔야 합니다.”<br/><br/>“그럼요, 박사님. 그건 문제가 없는데요. 남친도 안 되나요?” <br/><br/><br/>장수(?)의 비결<br/><br/>어떤 여자가 공원 벤치에서 명상을 하고 있는 어르신에게 다가가 말했다. “할아버지 너무 행복해 보이세요. 그렇게 행복하게 오래 사는 비결이 뭐예요?”<br/><br/>그러자 그가 대답했다. “특별한 건 없어…. 난 하루에 담배 세 갑을 피우고 소주를 한 병씩 마시지. 또 기름진 음식을 먹고 운동은 절대로 안 해.” “놀랍군요. 그런데 연세가 어떻게 되시죠?” “응∼ 그게… 마흔여섯밖에 안 됐어∼.”<br/><br/><br/>가장 무서운 동물<br/><br/>어느 초등학교에서 아이들을 데리고 동물원에 소풍을 갔다. 호랑이 우리 앞에서 선생님은 아이들에게 물었다. <br/><br/>“자, 여러분! 밀림에서 가장 무서운 동물은 무슨 동물이죠?”<br/><br/>그러자 아이들이 말했다. “호랑이요!”<br/><br/>선생님은 다시 물었다. “잘했어요! 그렇다면 호랑이가 제일 무서워하는 동물은 무엇일까요?”<br/><br/>아이들은 잘 몰라 서로 쳐다보고 있는데 아이들 뒤에서 구경하고 있던 한 아저씨가 외쳤다. “암호랑이요!”<br/><br/><br/>보험금<br/><br/>기업으로 성공한 두 친구가 해외 유명 관광지 호텔에서 마주쳤다.<br/><br/>“김 회장, 여긴 웬일인가?” 하고 한 사람이 물었다.<br/><br/>“불이 나는 바람에 내가 하던 사업이 잿더미가 돼버렸지 뭐야. 그래서 보험금으로 50억 원을 받았기에 휴가를 즐기고 있는 거야.” <br/><br/>“거 참, 우연의 일치로군. 난 물난리로 사업이 결딴나는 바람에 보험금으로 100억 원을 받았어.” <br/><br/>잠시 생각에 잠기던 친구는 귀엣말로 묻는 것이었다.<br/><br/>“<span class='quot0'>물난리는 어떻게 하면 일어나는 건가?</span>”

언론사: 문화일보-1-607.txt

제목: 험프리 보가트의 부인 바콜 별세  
날짜: 20140813  
기자: 오애리  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140813100000159  
본문: ‘빅 슬립’ ‘키 라르고’ 등의 영화에서 허스키한 목소리와 세련된 미모로 팬들을 사로잡았던 1940∼1950년대 할리우드의 대표 여배우 로렌 바콜이 12일 89세로 세상을 떠났다. AFP통신은 바콜이 이날 아침 집에서 심장마비를 일으켜 사망했다고 전했다. 바콜은 1942년 잡지 표지모델을 계기로 영화계에 뛰어든 뒤 영화 ‘가진자와 못 가진자’로 데뷔했고 함께 출연했던 25세 연상의 명배우 험프리 보가트(왼쪽)와 1945년 결혼했다. 1957년 보가트가 암으로 사망한 이후에는 영화 대신 연극에 몰두해 토니상을 두 차례 수상했다. 가수 프랭크 시내트라와 잠시 염문을 뿌렸던 바콜은 1961년 배우 제이슨 로바즈와 재혼했다. <br/><br/>오애리 선임기자 aeri@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-608.txt

제목: 2014연암장학생 증서 수여식… 52명에 등록금 전액 등 지원  
날짜: 20140813  
기자: 오승훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140813100000165  
본문: LG연암문화재단(이사장 구자경)은 13일 서울 영등포구 여의대로 LG트윈타워에서 ‘2014 연암장학생 증서수여식’을 열고, 각 대학 총장 추천을 통해 선발된 장학생 52명에게 3학기 등록금 전액과 교재대 등 총 7억 원 상당의 장학금을 지원했다.<br/><br/>이날 장학증서 수여식에는 강유식 LG경영개발원 부회장, 정윤석 LG연암문화재단 전무 등 LG 관계자와 장학생 등 70여 명이 참석했다.<br/><br/>강 부회장은 “<span class='quot0'>새로운 지식을 탐구하고 새로운 가치를 창조해 나가야 할 위치에 있는 젊은 여러분이 우리의 희망</span>”이라며 “<span class='quot0'>세계적으로 경쟁력 있는 학자가 되고 전문가가 되기 위해 노력해 달라</span>”고 격려했다.<br/><br/>1970년부터 시작된 ‘연암장학생 지원사업’은 1969년 재단 설립 이후 가장 오래된 지원사업으로, 인재 육성을 위해 학업능력이 뛰어난 석·박사과정 대학원생들을 후원하는 사업이다. 한편 LG그룹은 지난 1970년부터 올해까지 45년간 총 2900여 명에게 약 131억 원의 장학금을 지원했다고 밝혔다. <br/><br/>오승훈 기자 oshun@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-609.txt

제목: “매운 음식 많이 먹으면 위암… 캡사이신, 癌발생 촉진 입증”  
날짜: 20140813  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140813100000113  
본문: 매운 음식을 지나치게 많이 먹으면 위암에 걸린다는 속설이 의학적으로 입증됐다.<br/><br/>김헌식 울산의대 서울아산병원 교수팀은 고추의 매운맛을 내는 캡사이신이 우리 몸에 미치는 영향을 연구한 결과 암세포를 공격하는 자연살해세포(혈액 속에서 암세포를 분해하는 항암면역세포)의 기능을 떨어뜨리는 것으로 확인됐다고 13일 밝혔다.<br/><br/>연구팀은 “캡사이신 자체가 발암물질은 아니지만 캡사이신을 과다하게 섭취하면, 자연살해세포의 세포질 과립방출 기능장애를 일으켜 암 발생을 촉진한다는 사실을 세계 최초로 규명한 것”이라고 밝혔다. 이번 연구는 미래창조과학부 글로벌프런티어 사업 지원으로 이뤄졌으며, 영국의 국제 과학기술논문인용색인(SCI) 학술지 ‘칼시노제네시스(발암학회지)’ 최근호에 게재됐다.<br/><br/>연구진은 여러 암세포를 대상으로 캡사이신의 양을 10μM(마이크로몰·몰은 원자나 분자의 양을 재는 단위), 20μM, 50μM, 100μM 등으로 각각 다르게 투여한 후 자연살해세포 활성도를 비교 분석했다.<br/><br/>이 결과 위암의 경우 자연살해세포 활성도(세포질 과립 방출 정도)가 캡사이신 투여 전에는 15%였지만, 캡사이신 고용량(50μM)을 투여한 뒤에는 10%로 활성도가 감소했다.<br/><br/>또 혈액암을 대상으로 한 실험에서는 캡사이신 투여 전에는 자연살해세포 활성도가 32%였지만, 캡사이신을 50μM 투여하자 활성도가 16%로 감소했고, 캡사이신을 100μM 투여하자 4%로 뚝 떨어졌다. 반면 저용량의 캡사이신 10μM, 20μM을 투여했을 때에는 자연살해세포 활성도가 각 28%, 27%로 투여 전 32%와 큰 차이가 없었다.<br/><br/>김 교수는 “<span class='quot0'>매운 음식을 좋아하는 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 캡사이신을 고용량으로 섭취할 개연성이 크다</span>”고 말했다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-610.txt

제목: 癌투병 ‘80세 SNS 스타’ 美 베티 할머니, ‘웃음과 긍정’ 선물하고 떠나다  
날짜: 20140807  
기자: 인지현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140807100000079  
본문: “<span class='quot0'>80세라는 나이도, 고통스러운 암도 그녀에게서 웃음을 앗아갈 수는 없었다.</span>” 인스타그램에서 가장 주목 받는 스타 ‘베티 할머니(Grandma Betty)’가 지난 2일 끝내 폐암으로 숨졌다고 CNN, 허핑턴포스트 등 미국 언론들이 일제히 보도했다. 수십만에서 수백만 명에 이르는 팬들이 베티 할머니가 생전에 남긴 사진들을 온라인 상에서 다시 공유하며 그녀가 몸소 보여준 ‘긍정의 정신’을 기리고 있다.<br/><br/>미국 인디애나주 제퍼슨빌에 사는 베티 조 심슨 할머니는 인스타그램 팔로어만 70만 명이 넘는 소셜미디어 스타. 베티 할머니가 일약 유명인사가 된 계기는 우연하게 찾아왔다. 지난해 12월 폐암 진단을 받은 후, 살 날이 얼마 남지 않은 할머니의 마지막 날들을 기록하고 싶다는 고등학생 증손자의 뜻에 따라 인스타그램에 사진을 올리기 시작했던 것이 시초였다. 베티 할머니는 지독한 병마에도 불구하고 스스로를 “암과 싸우는 전사”로 묘사하면서 우스꽝스럽게 분장하거나 익살스러운 표정을 지은 사진들을 올리기 시작했다. <br/><br/>사진에 등장하는 베티 할머니는 하얗게 변해버린 머리, 주름 가득한 얼굴, 커다란 안경 등 푸근하고 인자한 인상의 전형적인 동네 할머니다. 그러나 전 세계인들이 열광한 모습은 따로 있다. 푸른 색소가 들어있는 사탕을 먹어 혀가 온통 파랗게 물들어버린 모습이나 피에로처럼 무지개색 파마머리 가발을 쓰고 빨갛고 동그란 가짜 코를 얼굴에 단 모습, 검정 가죽 점퍼와 진분홍색 두건을 착용한 채 오토바이에 올라타 포즈를 취한 모습들은 베티 할머니의 사진을 본 사람이면 누구나 그녀의 팬이 되도록 만들었다. 최근 ‘해피’라는 노래로 선풍적인 인기를 끈 가수 패럴 윌리엄스도 베티 할머니의 팔로어 중 한 명이다. <br/><br/>8개월여 동안 암과 사투를 벌여온 베티 할머니는 2일 세상을 떠났지만 가족들은 그녀의 죽음에 대해 “(암과의) 전쟁이 끝났을 뿐, 전투에서는 이겼다”고 표현했다. 가족들은 인스타그램에 남긴 글을 통해 “베티 할머니는 암과의 전투에서 지지 않았다. 그녀가 남긴 유산들이 수많은 사람들에게 영감을 불어넣어줄 것이기 때문”이라고 밝혔다. <br/><br/>인지현 기자 loveofall@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-611.txt

제목: <힐링푸드>수박 속껍질 버리지 마세요… ‘혈압’에 특효  
날짜: 20140806  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140806100000201  
본문: 여름 제철과일에는 비타민, 무기질류 그리고 항산화물질 등이 풍부하게 들어 있다. 최근에는 여름 과일이 다이어트나 피부미용에 도움이 될 뿐만 아니라, 성인 질환과 암 예방 및 치료에도 도움이 된다 하여 많은 사람들이 즐겨 먹고 있다. 하지만 과일이라고 마음껏 먹어도 되는 걸까? 과일의 지나친 섭취 또한 ‘과유불급’이다. 특히 과일은 당질에 해당하는 과당의 함량이 높기 때문에 비만이거나 체중 조절이 필요한 사람은 주의가 필요하다. 과일 섭취량이 많아지면 칼로리 섭취량이 증가하게 되고, 과당은 오로지 간에서만 대사가 이뤄지는 만큼 간에서 포도당으로 전환되지 못한 과당은 지방으로 바뀌어 간에 축적돼 지방간을 유발하거나 혈액 내 중성지방 수치를 높인다. 게다가 요즘은 농사법의 발달로 과일 당도는 높아졌고, 단백질이나 필수지방산, 철분, 아연, 비타민B12 등 특정 영양소는 오히려 낮아졌다. 그러나 과일이 건강식품인 것은 틀림없다. 따라서 제대로 골라서 적당히 먹는다면 과일이 지닌 특유의 효능을 만끽할 수 있다. 김형미 연세세브란스 영양팀장의 도움말로 여름 제철과일의 질환별 주요 효능을 알아본다.<br/><br/><br/># 블루베리 ‘노안’<br/><br/>블루베리가 보라색을 띠는 것은 노화 방지에 탁월한 효능을 가진 항산화 성분 ‘안토시아닌’ 때문이다. 블루베리에는 이 안토시아닌 외에 비타민, 미네랄, 무기질이 무려 18종이나 들어 있다. 시중에서 판매하는 종합영양제 성분과 흡사하다. <br/><br/>안토시아닌은 항산화물질로 눈에 특히 좋다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신(빛을 감지하는 광색소의 일종)’의 재합성을 촉진한다. 당연히 노안 예방에도 도움을 준다. 또 ‘테로스틸벤(pterostilbene)’이란 물질은 콜레스테롤 수치를 낮춰 준다. 이와 함께 각종 플라보노이드 성분은 피부 노화를 방지해 준다. 1회 섭취 권장량은 20알 정도다. 냉동으로 보관해도 영양성분이 파괴되거나 맛이 변하지 않는 장점이 있다. 당뇨나 신장질환 환자 모두 섭취 권장량 범위에서 간식으로 먹는 것은 무방하다. 그러나 건베리류의 경우에는 섭취량을 줄이는 것이 좋다. <br/><br/>미국하이부시블루베리협회(USHBC) 박선민 이사는 “<span class='quot0'>블루베리를 하루 한 컵 정도 꾸준히 섭취하면 별도의 영양제 없이도 건강관리를 할 수 있다</span>”며 “<span class='quot0'>특히 생과로 나오는 요즘이 제철</span>”이라고 강조했다.<br/><br/><br/># 수박 ‘고혈압’<br/><br/>수박은 90% 이상이 물이라 여름철 갈증을 달래고 탈수를 막는 데 좋다. 수분 외에 나머지 과육에도 비타민을 비롯해 단백질, 불포화지방산까지 각종 영양성분이 풍부하게 들어 있다. <br/><br/>토마토의 라이코펜은 붉은색을 내는 식물 색소로 암 예방 및 암세포 전이 억제 효과가 탁월한데, 수박의 붉은색 과육에도 많이 들어 있다. 최근에는 흰 속껍질에 풍부한 시트룰린이 동맥 기능을 향상시키고 혈압을 낮추는 작용을 하며, 몸속 과다한 수분을 배출하는 데 도움을 준다고 밝혀져 주목을 받기도 했다. <br/><br/>수박은 칼로리가 낮기 때문에 상대적으로 1회 섭취량이 많다. 1회 섭취 권장량은 150g 정도(크게 1쪽)로 50㎉다. 당뇨 환자는 수박 화채 등 설탕이나 단 음료를 첨가하여 먹기보다는 수박을 차갑게 해서 먹도록 한다. 수분 섭취를 줄여야 하는 신장질환 환자의 경우에는 많이 먹지 않도록 해야 한다. <br/><br/><br/># 자두 ‘갱년기’<br/><br/>자두에는 여성호르몬 에스트로겐의 분비를 촉진시켜 주는 보론 성분이 풍부하게 함유돼 있다. 따라서 여성호르몬이 감소하는 갱년기 여성들에게 여름철 제철과일인 자두가 많이 권해진다. 이뿐만 아니라 자두에는 구연산과 사과산 등 유기산이 풍부해 피로 해소에 도움을 주며, 식욕 증진과 불면증을 해소해 주기도 한다. 자두는 껍질째 먹는데 껍질에 함유된 수용성 식이섬유가 변비 예방과 치료에 도움을 준다. <br/><br/>이와 함께 다른 과일에 비해 자두에는 철분이 많이 함유되어 있어 여성에게 발생하기 쉬운 빈혈 증상에도 도움이 된다. 그러나 역시 섭취량에 대한 주의가 필요한 법. 1회 섭취 권장량은 80g(대 1개)으로 하루 2회 정도가 좋다. 당뇨 환자의 경우에는 섭취 권장량 범위에서 간식으로 먹는 것은 무방하다. 건자두는 칼륨의 함량이 높기 때문에 신장질환 환자는 주의해야 한다. <br/><br/><br/># 복숭아 ‘피부 노화’<br/><br/>복숭아는 예로부터 건강과 장수를 상징하는 과일이었다. 복숭아는 다른 과일과 마찬가지로 비타민C, 펙틴질이 풍부해 피부 미용과 변비 등에 도움을 주며 수분도 풍부하여 탈수 예방에도 효과적이다. 복숭아 또한 껍질째 먹는 것이 좋으므로 깨끗이 씻어서 먹어야 한다. 1회 섭취 권장량은 150g으로 반쪽 정도가 적당하다. 복숭아는 너무 차가운 곳에 보관하면 단맛이 감소하므로 약간 서늘한 곳에 보관하는 것이 좋다. <br/><br/>당뇨 환자의 경우 권장 섭취량 범위에서 먹는 것은 무방하며, 통조림이나 주스보다는 생과일로 섭취하는 것이 좋다.<br/><br/>신장질환 환자는 복숭아에 칼륨 성분이 많으므로 1회 섭취량을 초과하면 안 된다. 복숭아를 먹으면 알레르기 반응이 나타날 수 있으므로 면역력이 떨어진 환자의 경우에는 처음에는 적은 양을 먹고 반응에 따라 섭취량을 늘리는 것이 권장된다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-612.txt

제목: 수박 속껍질 버리지 마세요… ‘혈압’에 특효  
날짜: 20140806  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140806100000001  
본문: 여름 제철과일에는 비타민, 무기질류 그리고 항산화물질 등이 풍부하게 들어 있다. 최근에는 여름 과일이 다이어트나 피부미용에 도움이 될 뿐만 아니라, 성인 질환과 암 예방 및 치료에도 도움이 된다 하여 많은 사람들이 즐겨 먹고 있다. 하지만 과일이라고 마음껏 먹어도 되는 걸까? 과일의 지나친 섭취 또한 ‘과유불급’이다. 특히 과일은 당질에 해당하는 과당의 함량이 높기 때문에 비만이거나 체중 조절이 필요한 사람은 주의가 필요하다. 과일 섭취량이 많아지면 칼로리 섭취량이 증가하게 되고, 과당은 오로지 간에서만 대사가 이뤄지는 만큼 간에서 포도당으로 전환되지 못한 과당은 지방으로 바뀌어 간에 축적돼 지방간을 유발하거나 혈액 내 중성지방 수치를 높인다. 게다가 요즘은 농사법의 발달로 과일 당도는 높아졌고, 단백질이나 필수지방산, 철분, 아연, 비타민B12 등 특정 영양소는 오히려 낮아졌다. 그러나 과일이 건강식품인 것은 틀림없다. 따라서 제대로 골라서 적당히 먹는다면 과일이 지닌 특유의 효능을 만끽할 수 있다. 김형미 연세세브란스 영양팀장의 도움말로 여름 제철과일의 질환별 주요 효능을 알아본다.<br/><br/><br/># 블루베리 ‘노안’<br/><br/>블루베리가 보라색을 띠는 것은 노화 방지에 탁월한 효능을 가진 항산화 성분 ‘안토시아닌’ 때문이다. 블루베리에는 이 안토시아닌 외에 비타민, 미네랄, 무기질이 무려 18종이나 들어 있다. 시중에서 판매하는 종합영양제 성분과 흡사하다. <br/><br/>안토시아닌은 항산화물질로 눈에 특히 좋다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신(빛을 감지하는 광색소의 일종)’의 재합성을 촉진한다. 당연히 노안 예방에도 도움을 준다. 또 ‘테로스틸벤(pterostilbene)’이란 물질은 콜레스테롤 수치를 낮춰 준다. 이와 함께 각종 플라보노이드 성분은 피부 노화를 방지해 준다. 1회 섭취 권장량은 20알 정도다. 냉동으로 보관해도 영양성분이 파괴되거나 맛이 변하지 않는 장점이 있다. 당뇨나 신장질환 환자 모두 섭취 권장량 범위에서 간식으로 먹는 것은 무방하다. 그러나 건베리류의 경우에는 섭취량을 줄이는 것이 좋다. <br/><br/>미국하이부시블루베리협회(USHBC) 박선민 이사는 “<span class='quot0'>블루베리를 하루 한 컵 정도 꾸준히 섭취하면 별도의 영양제 없이도 건강관리를 할 수 있다</span>”며 “<span class='quot0'>특히 생과로 나오는 요즘이 제철</span>”이라고 강조했다.<br/><br/><br/># 수박 ‘고혈압’<br/><br/>수박은 90% 이상이 물이라 여름철 갈증을 달래고 탈수를 막는 데 좋다. 수분 외에 나머지 과육에도 비타민을 비롯해 단백질, 불포화지방산까지 각종 영양성분이 풍부하게 들어 있다. <br/><br/>토마토의 라이코펜은 붉은색을 내는 식물 색소로 암 예방 및 암세포 전이 억제 효과가 탁월한데, 수박의 붉은색 과육에도 많이 들어 있다. 최근에는 흰 속껍질에 풍부한 시트룰린이 동맥 기능을 향상시키고 혈압을 낮추는 작용을 하며, 몸속 과다한 수분을 배출하는 데 도움을 준다고 밝혀져 주목을 받기도 했다. <br/><br/>수박은 칼로리가 낮기 때문에 상대적으로 1회 섭취량이 많다. 1회 섭취 권장량은 150g 정도(크게 1쪽)로 50㎉다. 당뇨 환자는 수박 화채 등 설탕이나 단 음료를 첨가하여 먹기보다는 수박을 차갑게 해서 먹도록 한다. 수분 섭취를 줄여야 하는 신장질환 환자의 경우에는 많이 먹지 않도록 해야 한다. <br/><br/><br/># 자두 ‘갱년기’<br/><br/>자두에는 여성호르몬 에스트로겐의 분비를 촉진시켜 주는 보론 성분이 풍부하게 함유돼 있다. 따라서 여성호르몬이 감소하는 갱년기 여성들에게 여름철 제철과일인 자두가 많이 권해진다. 이뿐만 아니라 자두에는 구연산과 사과산 등 유기산이 풍부해 피로 해소에 도움을 주며, 식욕 증진과 불면증을 해소해 주기도 한다. 자두는 껍질째 먹는데 껍질에 함유된 수용성 식이섬유가 변비 예방과 치료에 도움을 준다. <br/><br/>이와 함께 다른 과일에 비해 자두에는 철분이 많이 함유되어 있어 여성에게 발생하기 쉬운 빈혈 증상에도 도움이 된다. 그러나 역시 섭취량에 대한 주의가 필요한 법. 1회 섭취 권장량은 80g(대 1개)으로 하루 2회 정도가 좋다. 당뇨 환자의 경우에는 섭취 권장량 범위에서 간식으로 먹는 것은 무방하다. 건자두는 칼륨의 함량이 높기 때문에 신장질환 환자는 주의해야 한다. <br/><br/><br/># 복숭아 ‘피부 노화’<br/><br/>복숭아는 예로부터 건강과 장수를 상징하는 과일이었다. 복숭아는 다른 과일과 마찬가지로 비타민C, 펙틴질이 풍부해 피부 미용과 변비 등에 도움을 주며 수분도 풍부하여 탈수 예방에도 효과적이다. 복숭아 또한 껍질째 먹는 것이 좋으므로 깨끗이 씻어서 먹어야 한다. 1회 섭취 권장량은 150g으로 반쪽 정도가 적당하다. 복숭아는 너무 차가운 곳에 보관하면 단맛이 감소하므로 약간 서늘한 곳에 보관하는 것이 좋다. <br/><br/>당뇨 환자의 경우 권장 섭취량 범위에서 먹는 것은 무방하며, 통조림이나 주스보다는 생과일로 섭취하는 것이 좋다.<br/><br/>신장질환 환자는 복숭아에 칼륨 성분이 많으므로 1회 섭취량을 초과하면 안 된다. 복숭아를 먹으면 알레르기 반응이 나타날 수 있으므로 면역력이 떨어진 환자의 경우에는 처음에는 적은 양을 먹고 반응에 따라 섭취량을 늘리는 것이 권장된다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-613.txt

제목: <힐링푸드>수박 속껍질 버리지 마세요… ‘혈압’에 특효  
날짜: 20140806  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140806100000036  
본문: 여름 제철과일에는 비타민, 무기질류 그리고 항산화물질 등이 풍부하게 들어 있다. 최근에는 여름 과일이 다이어트나 피부미용에 도움이 될 뿐만 아니라, 성인 질환과 암 예방 및 치료에도 도움이 된다 하여 많은 사람들이 즐겨 먹고 있다. 하지만 과일이라고 마음껏 먹어도 되는 걸까? 과일의 지나친 섭취 또한 ‘과유불급’이다. 특히 과일은 당질에 해당하는 과당의 함량이 높기 때문에 비만이거나 체중 조절이 필요한 사람은 주의가 필요하다. 과일 섭취량이 많아지면 칼로리 섭취량이 증가하게 되고, 과당은 오로지 간에서만 대사가 이뤄지는 만큼 간에서 포도당으로 전환되지 못한 과당은 지방으로 바뀌어 간에 축적돼 지방간을 유발하거나 혈액 내 중성지방 수치를 높인다. 게다가 요즘은 농사법의 발달로 과일 당도는 높아졌고, 단백질이나 필수지방산, 철분, 아연, 비타민B12 등 특정 영양소는 오히려 낮아졌다. 그러나 과일이 건강식품인 것은 틀림없다. 따라서 제대로 골라서 적당히 먹는다면 과일이 지닌 특유의 효능을 만끽할 수 있다. 김형미 연세세브란스 영양팀장의 도움말로 여름 제철과일의 질환별 주요 효능을 알아본다.<br/><br/><br/># 블루베리 ‘노안’<br/><br/>블루베리가 보라색을 띠는 것은 노화 방지에 탁월한 효능을 가진 항산화 성분 ‘안토시아닌’ 때문이다. 블루베리에는 이 안토시아닌 외에 비타민, 미네랄, 무기질이 무려 18종이나 들어 있다. 시중에서 판매하는 종합영양제 성분과 흡사하다. <br/><br/>안토시아닌은 항산화물질로 눈에 특히 좋다. 안토시아닌은 안구 망막에 있는 ‘로돕신(빛을 감지하는 광색소의 일종)’의 재합성을 촉진한다. 당연히 노안 예방에도 도움을 준다. 또 ‘테로스틸벤(pterostilbene)’이란 물질은 콜레스테롤 수치를 낮춰 준다. 이와 함께 각종 플라보노이드 성분은 피부 노화를 방지해 준다. 1회 섭취 권장량은 20알 정도다. 냉동으로 보관해도 영양성분이 파괴되거나 맛이 변하지 않는 장점이 있다. 당뇨나 신장질환 환자 모두 섭취 권장량 범위에서 간식으로 먹는 것은 무방하다. 그러나 건베리류의 경우에는 섭취량을 줄이는 것이 좋다. <br/><br/>미국하이부시블루베리협회(USHBC) 박선민 이사는 “<span class='quot0'>블루베리를 하루 한 컵 정도 꾸준히 섭취하면 별도의 영양제 없이도 건강관리를 할 수 있다</span>”며 “<span class='quot0'>특히 생과로 나오는 요즘이 제철</span>”이라고 강조했다.<br/><br/><br/># 수박 ‘고혈압’<br/><br/>수박은 90% 이상이 물이라 여름철 갈증을 달래고 탈수를 막는 데 좋다. 수분 외에 나머지 과육에도 비타민을 비롯해 단백질, 불포화지방산까지 각종 영양성분이 풍부하게 들어 있다. <br/><br/>토마토의 라이코펜은 붉은색을 내는 식물 색소로 암 예방 및 암세포 전이 억제 효과가 탁월한데, 수박의 붉은색 과육에도 많이 들어 있다. 최근에는 흰 속껍질에 풍부한 시트룰린이 동맥 기능을 향상시키고 혈압을 낮추는 작용을 하며, 몸속 과다한 수분을 배출하는 데 도움을 준다고 밝혀져 주목을 받기도 했다. <br/><br/>수박은 칼로리가 낮기 때문에 상대적으로 1회 섭취량이 많다. 1회 섭취 권장량은 150g 정도(크게 1쪽)로 50㎉다. 당뇨 환자는 수박 화채 등 설탕이나 단 음료를 첨가하여 먹기보다는 수박을 차갑게 해서 먹도록 한다. 수분 섭취를 줄여야 하는 신장질환 환자의 경우에는 많이 먹지 않도록 해야 한다. <br/><br/><br/># 자두 ‘갱년기’<br/><br/>자두에는 여성호르몬 에스트로겐의 분비를 촉진시켜 주는 보론 성분이 풍부하게 함유돼 있다. 따라서 여성호르몬이 감소하는 갱년기 여성들에게 여름철 제철과일인 자두가 많이 권해진다. 이뿐만 아니라 자두에는 구연산과 사과산 등 유기산이 풍부해 피로 해소에 도움을 주며, 식욕 증진과 불면증을 해소해 주기도 한다. 자두는 껍질째 먹는데 껍질에 함유된 수용성 식이섬유가 변비 예방과 치료에 도움을 준다. <br/><br/>이와 함께 다른 과일에 비해 자두에는 철분이 많이 함유되어 있어 여성에게 발생하기 쉬운 빈혈 증상에도 도움이 된다. 그러나 역시 섭취량에 대한 주의가 필요한 법. 1회 섭취 권장량은 80g(대 1개)으로 하루 2회 정도가 좋다. 당뇨 환자의 경우에는 섭취 권장량 범위에서 간식으로 먹는 것은 무방하다. 건자두는 칼륨의 함량이 높기 때문에 신장질환 환자는 주의해야 한다. <br/><br/><br/># 복숭아 ‘피부 노화’<br/><br/>복숭아는 예로부터 건강과 장수를 상징하는 과일이었다. 복숭아는 다른 과일과 마찬가지로 비타민C, 펙틴질이 풍부해 피부 미용과 변비 등에 도움을 주며 수분도 풍부하여 탈수 예방에도 효과적이다. 복숭아 또한 껍질째 먹는 것이 좋으므로 깨끗이 씻어서 먹어야 한다. 1회 섭취 권장량은 150g으로 반쪽 정도가 적당하다. 복숭아는 너무 차가운 곳에 보관하면 단맛이 감소하므로 약간 서늘한 곳에 보관하는 것이 좋다. <br/><br/>당뇨 환자의 경우 권장 섭취량 범위에서 먹는 것은 무방하며, 통조림이나 주스보다는 생과일로 섭취하는 것이 좋다.<br/><br/>신장질환 환자는 복숭아에 칼륨 성분이 많으므로 1회 섭취량을 초과하면 안 된다. 복숭아를 먹으면 알레르기 반응이 나타날 수 있으므로 면역력이 떨어진 환자의 경우에는 처음에는 적은 양을 먹고 반응에 따라 섭취량을 늘리는 것이 권장된다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-614.txt

제목: 유방암 완치女, ‘버킷 리스트’ 실천하려다 사망  
날짜: 20140804  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140804100000169  
본문: 유방암 말기에도 불구하고 꾸준한 치료와 삶에 대한 의지로 ‘완치 판정’을 받은 한 여성이 안타깝게도 자신의 ‘버킷 리스트’였던 승마를 하다가 말에서 떨어져 사망했다. <br/><br/><br/><br/>3일 영국 텔레그래프에 따르면 제랄딘 존스(여·51)는 최근 4년 동안의 유방암 항암 치료 끝에 ‘건강에 아무 이상이 없다’는 진단을 받았지만 사우스웨일스의 해변가를 말을 타고 달리다가 낙마해 머리를 부딪혀 사망했다. 해변가에서의 승마는 존스가 유방암 판정을 받은 뒤 죽기 전에 해 봐야 할 목록인 ‘버킷 리스트’를 작성하며 넣었던 소원 중 하나로 결국 버킷 리스트를 실천하려다 죽음을 맞은 형국이 돼버렸다. <br/><br/><br/><br/>지난 2010년 유방암 말기 판정을 받은 존스는 두 아이의 엄마이자 PR 컨설턴트로, 암 판정 뒤에도 밝고 활기찬 생활을 했던 것으로 전해졌다. 존스의 지인들은 “그녀는 암 판정을 받은 뒤 오히려 삶에 대해 더욱 감사하며 자신이 보내는 매 순간순간을 소중하게 여겼다”며 “그녀의 버킷 리스트는 다른 사람들처럼 죽음을 앞두기 전에 해야 할 일에 대한 목록이 아니라 삶을 더욱 풍부하게 살아가기 위한 노력의 일환이었다”고 말하며 그녀의 죽음을 애도했다. <br/><br/><br/><br/>사우스웨일스 해변은 평소에도 승마를 즐기는 사람들이 많이 방문하는 곳이다. 사우스웨일스 해양경찰대 소속 스티브 존스는 “<span class='quot0'>제랄딘 존스와 함께 달리던 사람들은 그녀가 낙마하자마자 다시 돌아와 심폐소생술을 하며 초동조치를 완벽하게 했다</span>”며 “<span class='quot0'>비록 병원으로 이송되는 도중 존스가 사망하는 안타까운 일이 발생했지만 함께 달리던 사람들의 잘못은 없다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-615.txt

제목: <세상 만사-나라 안>가짜 원적외선 소금 25배 폭리  
날짜: 20140731  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140731100000120  
본문: 부산 동부경찰서는 31일 일반 소금을 특허받은 원적외선 방출 소금으로 속여 전국에 유통시켜 25배가량의 폭리를 취한 혐의(사기 등)로 A(42) 씨 등 3명을 불구속 입건했다. 경찰에 따르면 A 씨 등은 지난 1∼4월 부산 수영구에 사무실을 차려놓고 시중에서 파는 일반 정제소금에 방사선기를 1시간가량 쬔 뒤 원적외선이 방출돼 암과 탈모 등에 효과가 있는 것처럼 속여 전국의 소비자 300여 명에게 1억2000만 원을 받고 4t을 판매한 혐의를 받고 있다. 경찰 조사 결과 이들은 일반 정제소금 25㎏을 8000원에 구입, 허위광고를 통해 20㎏ 1포씩 재포장해 16만 원에 판매하는 등 암환자 등의 절박한 심정을 악용해 25배의 폭리를 취한 것으로 드러났다. <br/><br/>부산 = 김기현 기자 ant735@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-616.txt

제목: 흩어진 고용복지 한군데로… 일자리까지 ‘원스톱’ 서비스  
날짜: 20140730  
기자: 김영주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140730100000091  
본문: 28세 미혼 여성인 김모 씨는 아버지의 사업 실패에 따른 경제적 어려움으로 어린 시절부터 가족과 떨어져 살았다. 어눌한 말투에 우울증까지 앓고 있어 병원치료를 받고 있지만 의료비가 없어 더 이상 진료도 받기 어려운 처지가 됐다. 돈을 벌기 위해 일자리를 찾아야겠다고 생각한 김 씨는 지난 1월 남양주 ‘고용복지플러스센터’를 찾았다. 하지만 상담 결과 김 씨는 심리적으로 당장 구직활동을 하기 어려운 상황이었다. 센터는 생활비를 지원받으면서 사회적응력을 키워줄 수 있는 사업장에서 경험을 쌓는 것이 급선무라고 판단, 김 씨를 복지지원팀으로 연결시켰다. 복지지원팀은 김 씨에게 의료비를 지원해주는 동시에 자활사업장에서 일할 수 있도록 했다. 자활사업장에서 충실히 경험을 쌓은 김 씨는 지난 4월 한 중소기업에 취직, 현재는 성공적인 직장생활을 해나가고 있다.<br/><br/>30일 고용노동부에 따르면 지난해 말 개소한 남양주 고용복지플러스센터는 6개월 만에 4만3774명이 상담 등을 위해 방문하는 등 기대 이상의 성과를 내고 있다. 고용복지플러스센터는 부처별로 분리돼 있었던 고용·복지 서비스를 통합연계해서 수요자 중심의 서비스를 제공하기 위해 추진됐다. 고용부, 보건복지부, 여성가족부, 지방자치단체 등이 부처 간 칸막이를 넘어 협업을 해나가자는 정부3.0의 일환이다. 제1호 고용복지플러스센터는 지난해 12월 24일 남양주에 둥지를 틀었다. <br/><br/>고용부 산하 고용센터 직원 20명, 남양주시 일자리센터와 복지지원팀 직원 12명, 여성부 산하 여성새로일하기센터 직원 10명, 복지부 산하의 지역자활센터직원 13명 등 총 55명이 통합된 공간에서 업무를 보기 시작했다. 원래 따로 떨어져 있었던 4개 부처 및 지자체의 고용·복지 서비스 기관이 고용복지플러스센터로 통합되자 방문자가 크게 늘고 있다. 일자리센터에는 전년 동기 대비 1000명가량 많은 3217명이 방문했고, 여성새로일하기센터에는 전년 동기의 3배인 1718명이 방문했다. 고용센터를 통한 취업실적도 3845건으로 전년 동기 대비 34.1% 증가했다. <br/><br/>신현수 남양주 고용복지플러스센터 소장은 “<span class='quot0'>고용과 복지 통합연계는 과거에 존재하지 않는 모델이었던 탓에 시작 전에는 서로 다른 부처가 모여 성공적으로 협업이 될지 의구심이 없지 않았다</span>”며 “<span class='quot0'>그러나 우려가 무색하게 수요자들이 정말 편하다며 좋은 반응을 나타내고 있고, 행정 효율성도 높아지고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>김 씨의 사례처럼 취약계층은 일반적으로 다양한 서비스를 필요로 한다. 하지만 자신에게 어떤 서비스가 필요하고, 어느 기관을 찾아야 적절한 서비스를 받을 수 있는지 정확하게 알고 있는 수요자는 많지 않다. 고용과 복지가 분리돼 있던 이전의 시스템이었다면 정보 접근성이 떨어지는 김 씨가 사회서비스의 사각지대로 밀려나 또다시 생활고에 시달리게 될 수 있는 것이다.<br/><br/>지난 4월 실직 후 실업급여 신청을 위해 고용복지플러스센터를 찾은 박모(42) 씨도 비슷한 경우다. 박 씨는 당장 실업급여를 받을 수는 있었지만 고용서비스를 통해 생활을 개선하기는 힘들었다. 이혼 후 노부모와 동거하고 있는 박 씨 자신도 당뇨병을 앓고 있는 데다 아버지는 3년 전부터 항암치료를 받고 있는 암환자였기 때문이다. 이에 센터는 박 씨를 복지지원팀으로 연결해 차상위 장애수당과 의료비 감면 지원을 받을 수 있도록 했다. 박 씨는 현재 복지서비스와 함께 고용센터에서 재취업 활동에 대한 지원도 받고 있다.<br/><br/>이처럼 고용·복지 서비스 통합이 수요자들의 편의를 제고하는 효과를 나타냄에 따라 고용부는 고용복지플러스센터를 2017년까지 전국에 70개로 확대할 계획이다.<br/><br/>남양주=김영주 기자 everywhere@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-617.txt

제목: 임권택 “이 나이에 작품 만들고 관객과 호흡할수 있어 행복”  
날짜: 20140728  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140728100000148  
본문: “<span class='quot0'>고령자로서 아직도 영화 현장에서 작품을 만들고 있고, 세계적인 영화제에도 갈 수 있어 매우 기쁩니다.</span>”<br/><br/>자신의 102번째 작품인 ‘화장’이 베니스국제영화제에 초청된 임권택(78·사진)은 28일 문화일보와의 인터뷰에서 이같이 소감을 밝혔다. 소설가 김훈의 동명소설을 영화화한 ‘화장’은 오는 8월 27일 개막하는 제71회 베니스영화제 비경쟁(Out of Competition) 부문 중 마스터 감독들을 소개하는 갈라(gala) 상영작으로 초청됐다. 비경쟁 부문에는 그해의 가장 중요하게 손꼽히는 작품들이 최대 12편까지 선정된다. 이 중에는 역대 영화제 경쟁부문에 초청된 적이 있는 거장 감독들의 작품들도 포함된다. ‘화장’의 해외배급을 맡고 있는 화인컷에 따르면 베니스영화제 프로그래머인 엘레나 폴라치는 이 영화에 대해 “<span class='quot1'>진정한 영화 마스터만이 이런 어려운 소재를 이 정도의 자신감을 갖고 만들 수 있다고 생각한다</span>”며 “<span class='quot1'>‘화장’은 인생의 여러 단계에서 마주칠 수 있는 인간관계에 대해 풍부하게 얘기하는 멋진 영화</span>”라고 평했다.<br/><br/>임 감독의 이번 베니스영화제 진출은 ‘씨받이’ ‘하류인생’ ‘천년학’에 이어 4번째다. 임 감독은 “<span class='quot2'>어떤 영화든 내가 만든 것에 대한 애착은 이루 말할 수 없다</span>”며 “<span class='quot2'>특히 영화제에 초청된 작품들은 많은 사람들에게 보여줄 수 있는 기회가 생겼다는 점에서 내 영화인생에 큰 보람을 느끼게 한다</span>”고 말했다. <br/><br/>‘화장’은 암에 걸린 아내를 성심성의껏 간호하면서도 유능한 여자 후배를 깊이 사랑하게 되는 한 남자의 서글픈 갈망을 그렸다. 임 감독은 김훈의 작품을 선택한 것에 대해 “<span class='quot2'>전에 김훈의 소설 ‘칼의 노래’를 영화화하려 했는데 스케일이 워낙 커서 제작비를 감당하기 어려울 듯싶어 포기했다</span>”며 “<span class='quot2'>아쉽게 생각하던 중에 명필름에서 ‘화장’의 영화화를 권유해 연출에 나서게 됐다</span>”고 설명했다. 그는 이어 “<span class='quot2'>원작소설이 인간의 삶의 단면을 간결하게 잡아내 표현하기에는 대단한 무게가 실려 있어 많이 어려웠다</span>”며 “<span class='quot2'>다양한 실험을 하면서 찍은 이 작품이 관객들에게 좋은 인상으로 남는 영화가 됐으면 좋겠다</span>”고 덧붙였다.<br/><br/>한편 이번 베니스영화제 비경쟁 부문에는 김기덕 감독의 ‘일대일’과 미국에서 활동 중인 김소영 감독의 신작도 초청됐다. 홍상수 감독의 ‘자유의 언덕’은 새로운 경향을 소개하는 오리종티(Orizzonti) 부문에 진출했다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-618.txt

제목: 임권택 “이 나이에 작품 만들고 관객과 호흡할수 있어 행복”  
날짜: 20140728  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140728100000064  
본문: “<span class='quot0'>고령자로서 아직도 영화 현장에서 작품을 만들고 있고, 세계적인 영화제에도 갈 수 있어 매우 기쁩니다.</span>”<br/><br/>자신의 102번째 작품인 ‘화장’이 베니스국제영화제에 초청된 임권택(78·사진)은 28일 문화일보와의 인터뷰에서 이같이 소감을 밝혔다. 소설가 김훈의 동명소설을 영화화한 ‘화장’은 오는 8월 27일 개막하는 제71회 베니스영화제 비경쟁(Out of Competition) 부문 중 마스터 감독들을 소개하는 갈라(gala) 상영작으로 초청됐다. 비경쟁 부문에는 그해의 가장 중요하게 손꼽히는 작품들이 최대 12편까지 선정된다. 이 중에는 역대 영화제 경쟁부문에 초청된 적이 있는 거장 감독들의 작품들도 포함된다. ‘화장’의 해외배급을 맡고 있는 화인컷에 따르면 베니스영화제 프로그래머인 엘레나 폴라치는 이 영화에 대해 “<span class='quot1'>진정한 영화 마스터만이 이런 어려운 소재를 이 정도의 자신감을 갖고 만들 수 있다고 생각한다</span>”며 “<span class='quot1'>‘화장’은 인생의 여러 단계에서 마주칠 수 있는 인간관계에 대해 풍부하게 얘기하는 멋진 영화</span>”라고 평했다.<br/><br/>임 감독의 이번 베니스영화제 진출은 ‘씨받이’ ‘하류인생’ ‘천년학’에 이어 4번째다. 임 감독은 “<span class='quot2'>어떤 영화든 내가 만든 것에 대한 애착은 이루 말할 수 없다</span>”며 “<span class='quot2'>특히 영화제에 초청된 작품들은 많은 사람들에게 보여줄 수 있는 기회가 생겼다는 점에서 내 영화인생에 큰 보람을 느끼게 한다</span>”고 말했다. <br/><br/>‘화장’은 암에 걸린 아내를 성심성의껏 간호하면서도 유능한 여자 후배를 깊이 사랑하게 되는 한 남자의 서글픈 갈망을 그렸다. 임 감독은 김훈의 작품을 선택한 것에 대해 “<span class='quot2'>전에 김훈의 소설 ‘칼의 노래’를 영화화하려 했는데 스케일이 워낙 커서 제작비를 감당하기 어려울 듯싶어 포기했다</span>”며 “<span class='quot2'>아쉽게 생각하던 중에 명필름에서 ‘화장’의 영화화를 권유해 연출에 나서게 됐다</span>”고 설명했다. 그는 이어 “<span class='quot2'>원작소설이 인간의 삶의 단면을 간결하게 잡아내 표현하기에는 대단한 무게가 실려 있어 많이 어려웠다</span>”며 “<span class='quot2'>다양한 실험을 하면서 찍은 이 작품이 관객들에게 좋은 인상으로 남는 영화가 됐으면 좋겠다</span>”고 덧붙였다.<br/><br/>한편 이번 베니스영화제 비경쟁 부문에는 김기덕 감독의 ‘일대일’과 미국에서 활동 중인 김소영 감독의 신작도 초청됐다. 홍상수 감독의 ‘자유의 언덕’은 새로운 경향을 소개하는 오리종티(Orizzonti) 부문에 진출했다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-619.txt

제목: <북팀장의 북레터>낯선 곳에서 보내온 산문  
날짜: 20140725  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140725100000178  
본문: 휴가철이 본격적으로 시작되면서 여행서들도 잇따라 나오고 있습니다. <br/><br/>그곳 정보를 담은 단순 안내서부터 청춘들의 좌충우돌 여행담, 그 지역에 대한 역사와 문화를 깊게 풀어낸 인문서까지 다양합니다. 여행의 질이 높아지면서 여행서도 진화중입니다. 한때 여행서의 전범으로 꼽혔던 정보 나열식 안내서는 비중이 낮아졌습니다. 인터넷으로 가장 최신 정보까지 얻을 수 있는 시대니, 정보성 가이드북의 위상은 떨어질 수밖에 없습니다. 그 대신 여행지에서 보낸 시간과 공간에 대한 인문학적 지식이나 깊은 사유를 풀어낸 책들이 돋보입니다. 관광객들에겐 설레는 여행지인 그곳에서 오랫동안 생활한 이들의 책도 눈에 띕니다. 여행자와 삶을 사는 사람의 시선은 다를 수밖에 없으니, 여행서이면서도 여행서가 아닌 책, 낯선 곳에서 전해온 산문들입니다. <br/><br/>페트릭 리 퍼머의 ‘그리스의 끝 마니’(봄날의 책)와 김민정의 ‘엄마의 도쿄’(효형출판)가 그런 책입니다. 다만 ‘그리스의 끝 마니’가 여행기에 가까운 산문이라면 ‘엄마의 도쿄’는 도쿄(東京)를 무대로 삶을 풀어낸 에세이입니다.<br/><br/>패디라는 애칭으로 불리며 영국인들의 사랑을 받은 퍼머는 제2차 세계대전의 영웅이자 20세기 최고의 여행작가 중 한 명입니다. 패디는 18세이던 1933년, 네덜란드에서 지금의 이스탄불인 터키의 콘스탄티노플까지 도보여행에 나섰습니다. 처음엔 길거리에서 노숙을 하다시피 했지만 곧 농가의 헛간과 빈 방을 거쳐 지방 귀족과 영주의 손님용 침실에 머물게 됩니다. 여행길에서 만난 사람들이 기꺼이 잠자리와 음식을 내주고 떠나는 그의 손에 지인의 주소와 소개장을 쥐여준 덕분입니다. 14개월 만에 목적지에 닿은 그는 이번에는 그리스로 향합니다. <br/><br/>그 길에서 열여섯 살 연상의 루마니아 공주와 사랑에 빠졌다고 하니 그에게 여행은 여행이 아니라 삶 그 자체였던 것 같습니다. 유럽 최남단 심장부인 그리스의 마니. 패디는 그곳에서 마술, 신화, 종교, 역사, 예술, 구비 설화와 환상을 넘나드는 사색을 풀어내면서도, 자신은 독자들에게 그리스가 아니라 그리스인들은 누구인가 라는 질문을 던지게 하고 싶었다고 합니다. <br/><br/>‘엄마의 도쿄’는 아빠가 세상을 떠나자 일본으로 건너온 마흔 살의 엄마와 열여섯 살의 딸이 20년간 일본에서 보낸 이야기입니다. 신주쿠(新宿)에서 가게를 운영하며 생활을 꾸리던 엄마는 환갑을 한 달 앞둔 날 암 선고를 받고, 2011년 예순한 살 나이에 삶을 마감합니다. 책에서 딸은 도쿄에서 보낸 엄마와의 추억을 하나씩 더듬어갑니다. 도쿄이야기가 아니라 도쿄를 배경으로 한 모녀 이야기입니다. 결국 우리의 관심은 풍경보다는 그 속에서 살아가는 사람들과 삶이 아닐까 합니다.<br/><br/>최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-620.txt

제목: <파워인터뷰>[단독] “‘가장 창조적인 5% 인재’는 그냥 내버려두는 게 최상”  
날짜: 20140725  
기자: 박민  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140725100000027  
본문: 김대식(47) 카이스트대 교수의 학력과 경력은 눈부시다. 독일에서 초·중·고와 대학을 졸업한 그는 노벨상 수상자만 32명을 배출, 노벨상사관학교로 불리는 막스플랑크연구소에서 석사와 박사학위를 취득했다. 이어 미국 최고의 대학 중 하나로 꼽히는 MIT대학에서 박사후 과정을 밟은 뒤 일본의 노벨상 수상의 산실로 꼽히는 이화학(RIKEN)연구소에 재직했다. 이후 미국 미네소타대, 보스턴대 등에서 15년간 교수생활을 한 그는 지난 2009년부터 카이스트대 교수로 재직 중이다. 그런 그가 지난 21일 분홍색 운동화에 찢어진 청바지를 입고 헤어무스로 머리를 잔뜩 세운 채 문화일보에 나타났을 때, 그리고 “공부를 잘 못해서 오래 하게 됐지만 그래서 다양한 분야를 공부하게 됐다”고 말할 때 ‘잘난 척’한다는 생각보다는 신선함이 느껴졌다. 실제로 그는 인터뷰 내내 자신의 경험과 생각을 솔직하게 말했고 뇌과학과 인공지능의 미래를 열정적으로 설명했고 우리 과학계의 문제를 냉정하게 비판했다. 그의 생각과 말에는 여기저기 눈치를 보는 듯한 머뭇거림이 없었다. 그래서 인터뷰를 마무리할 때쯤에는 독일, 미국, 일본 등 선진국을 오가며 첨단의 학문을 해온 과학자의 자유분방함과 진취성이 바로 창의의 핵심이라는 생각에 자연스러워졌다.<br/><br/>―뇌과학은 어떤 공부를 하나.<br/><br/>“막스플랑크연구소에서 신경생물학, 전자생물학 등을 공부했고 동물들 뇌수술을 하기도 했다. 뇌수술을 했을 때 정말 신기했던 것은 뇌에는 신기한 것이 없다는 점이었다. 뇌는 그냥 1.5㎏짜리 고깃덩어리였다. 뇌를 아무리 해부해봐도 그 속에 영상도 없고, 소리도 없고, 자아도 없고 기억력도 없다. 그런데 그 고깃덩어리로 우주를 이해하고 몇 천 년 동안 철학적 질문을 던지고 해답을 구한 거다. 어떻게 물질적인 기계가 지능과 감정과 영혼과 자아를 만드는지, 그게 제가 보기에는 뇌과학의 가장 재미있는 부분이다. 개인적으로 뇌과학을 실험철학이라고 부른다. 철학자들과 같은 질문을 하지만 실험으로 문제를 풀려고 한다는 점에서 기존철학과 다르다.”<br/><br/>―오랫동안 실험철학을 해오면서 철학적으로 깨달은 것도 많겠다.<br/><br/>“과학적으로 뇌를 분석하면서 많은 것을 배웠다. 뇌를 연구하면 알츠하이머 치료법을 발견한다든지 기계에 지능을 부여해 부가가치를 높인다든지 하는 긍정적인 효과에 기대할 수 있다. 그런데 이런 메시지는 이미 많이 알려져있다. 내가 말씀드리고 싶은 것은 다분히 부정적이고 비관적인 것이라고 할 수 있지만 대단히 중요한 것이다. 첫째는 현대 뇌과학이 알려주는 인간의 모습이 그다지 훌륭하지 않다는 점이다. 인간의 정치적 선호나 종교적 믿음 등과 같은 것은 다 착각이다. 뇌가 얘기하는 거짓말이다. 뇌과학은 이런 현실을 구체적으로 증명하려 한다. 둘째 인간처럼 생각하는 인공지능을 만들 수 있는 미래가 엄청난 편리함을 가져다주겠지만 아름답기만 하지는 않을 것 같다는 것이다.”<br/><br/>―‘착각’이나 ‘착시’가 진화생물학자가 주장하는 ‘자유의지는 없다’는 주장과 일맥상통하는 것인가.<br/><br/>“일반인들이 생각하는 자유의지란 내가 뭔가를 원했을 때 그것을 할 수 있다는 것이다. 인생은 선택의 꼬리물기다. 인간은 팔을 올리는 아주 단순한 결정에서부터 결혼을 하는 대단히 복잡한 결정에 이르기까지 다양한 결정을 한다. 그런데 이게 말로는 쉽지만 사실 물리적으로는 불가능한 일이다. 팔을 든다는 것은 그 과정에서 에너지가 소모되는 등 엄청난 물질적인 일들이 벌어지는 것이다. 반면 내가 뭘 원한다는 것은 비물질적인 것이다. 사실 비물질적인 의도가 물질적인 세상에 변화를 준다는 것은 물리학에서는 근본적으로 불가능한 것이다. 그런데 우리는 ‘내가 원하는 것을 한다’는 느낌을 가지고 있다. 벤저민 리벳 박사가 자유의지와 관련된 실험을 했다. 그런데 내가 무엇을 하고 싶다는 생각을 하기 몇백 밀리 세컨드 정도의 극히 짧은 시간 전에 뇌에서는 이미 많은 변화가 일어났다. 자유의지라고 하면 내가 원하는 것을 하는 것인데 사실은 나라는 자아가 무언가를 원하기 전에 뇌는 뭔가를 하고 있는 것이다. 일반인들이 생각할 때는 내가 무언가를 원해서 선택을 한다. 즉 선호가 있어 선택을 한다고 생각하지만 현대 뇌과학에서 선택을 먼저 하고 선호를 만드는 게 아닐까 생각한다. 인간의 선택은 하나의 당구공이 다른 당구공을 치면 그 당구공이 움직이는 것처럼 단일한 인과관계만으로 이뤄지는 것이 아니라 수많은 인과관계가 합쳐져 이뤄진다. 그래서 현대과학에서 ‘선택의 풍경’이란 말을 쓴다. 산꼭대기에서 하나의 공을 굴리면 산의 풍경에 따라 공이 굴러내려 온다. 프레임은 선택돼 있지만 어떤 결정이 날지는 모른다. 이처럼 인간은 예측할 수 없는 기계다.”<br/><br/>―인간은 왜 그런 착각을 하도록 만들어졌나.<br/><br/>“인간에게 자유의지가 있다는 착각이 없다면 ‘나’와 ‘자아’가 연결될 수가 없다. 매 순간마다 수백 가지 다른 이유들로 선택을 하게 되는데 ‘나’라는 ‘자아’가 있고 그 ‘자아’가 이런저런 이유로 선택을 했다는 스토리를 만들면 그 스토리를 통해 연관이 없는 점들을 연결시킬 수 있다. 이렇게 점들을 연결시켜주는 선이 결국 ‘나’라는 자아다. 따라서 ‘나’라는 존재 자체도 사실은 착각이다. 진짜로 존재하는 것이 아니다.”<br/><br/>―자유의지가 없다면 ‘책임’이라는 개념도 설 자리가 없는 것 아닌가.<br/><br/>“책임이라는 개념은 계몽주의의 산물이다. 인간은 자유롭고 선택에 대한 자유가 있기 때문에 그에 대한 책임을 져야 한다는 것이다. 그런데 자유의지란 것이 알고 보니 뇌에서 만들어진 것이라고 하면 누가 책임을 지겠는가. 미국에 있을 때 한 달에 한 번 보스턴에서 뇌과학자들과 법조계들 모임이 있었다. 판사 한 분이 뉴욕에 있을 때 은행 임원이 부인을 살해하는 사건이 발생했다. 멀쩡하던 사람이 부인을 살해했다. 이유를 알아보니 그 임원 자신도 모르는 사이에 전두엽에 암이 있었다. 전두엽은 사람의 성격과 선택을 좌우하는 것으로 알려져있다. 결국 그 임원이 자유의지로 부인을 살해한 것이 아니라 뇌가 병에 걸려 살인을 저질렀다고 주장했다. 그런데 판사는 그 주장을 인정하지 않았다. 법에 따르면 인간은 자신의 행동에 대해 책임을 져야 한다고 규정돼 있지 인간의 신경세포가 책임을 져야 한다고 규정돼 있지 않다는 것이다. 다른 교수님은 자유의지가 없더라도 자유의지가 있는 것처럼 믿는 사회가 없다고 검증된 사회보다 낫다는 말을 했다. 독일에 있는 제 지도교수님은 과학적으로 자유의지(프리 윌)는 없는 것 같지만 적어도 프리 언윌(free unwill)은 있을 것 같다고 하셨다. 내 머리 안에서는 내가 컨트롤 할 수 없는 일들이 벌어져 나를 선택하게 만들지만(그런 프로세스 자체는 내가 선택할 수 없지만), 적어도 ‘선택을 자제할 수 있는 능력’(free unwill)은 있다는 것이다. 따라서 한 사람이 자제를 얼마나 했느냐를 가지고 책임을 따질 수 있다고 했다. 지도교수님은 현재 교황의 자문 역할을 맡고 계시다. 이처럼 우리는 과학적으로 증명된 사실을 없다고 할 수는 없다. 과학의 핵심은 자연을 있는 그대로 바라보는 것이다. 마음에 안 든다고 숨겨서는 안 된다. 뇌과학에 있어서는 불편하고 숨기고 싶은 사실들이 많다.”<br/><br/>―또 어떤 것들을 숨기고 싶어 하나.<br/><br/>“숨기고 싶은 또 다른 진실은 우리가 보고 있는 것들이 사실은 보이는 대로 생기지 않았다는 것이다. 우리 눈에 보이는 세상은 뇌가 계산해 낸 아웃풋(결과물)이다. 고양이는 컬러를 못 보니 흑백으로 세상을 본다. 박쥐는 세상을 초음파로 본다. 초음파로 보는 세상은 어떨까 인간은 상상할 수 없다. 세상이 지금 우리 눈에 보이는 대로 있는 게 아니고 뇌가 만들어낸 것이라면, 인간들 간의 소통이 가능할까? 인간 각자가 뇌도 다르고 유전자도 다르고 경험도 다를 텐데. 이런 의문을 가질 수 있다. 우리는 사과를 보고 ‘빨갛다’고 말을 하지만 빨간색에도 복잡한 패턴과 색깔이 있다. 문제는 언어의 해상도가 생각의 해상도보다 더 낮다. 그래서 언어로는 빨갛다고 표현할 수밖에 없다. 결국 ‘빨간사과’라는 말로 표현하고 서로 이해했다고 착각하는 것이다.”<br/><br/>―요즘 소통을 강조하는데 인간의 소통이라는 게 굉장히 한정된 것일 수밖에 없군요.<br/><br/>“개인적으로 소통은 언어로 해서는 안 된다고 생각한다. 동일한 경험을 통해 소통하는 것이 그나마 나은 방법이라고 할 수 있다. 외계인의 경우 경험한 것이 다르고 개념이 다른 만큼 소통이 불가능하다. 사실 소통을 말로 하면 착각만 커질 뿐이다. 비슷한 경험을 했을 때 소통이 된다. 인공지능 연구에서도 이 문제가 가장 큰 이슈다. 50년에서 100년 후에 인공지능이 발달해서 생각하는 기계가 나왔는데 그 기계가 생각하는지 어떻게 알 수 있나. 그래서 엘렌 튜링이라는 과학자가 인간과 기계를 구분하는 튜링테스트를 만들었다. 생각해보면 인간끼리도 정신이나 자아를 증명할 방법이 없다. 이 세상에서 정신이 있다는 것은 자기 자신밖에 모른다. 상대방의 머릿속에 들어갈 수 없기 때문이다. 다만 지금은 인간을 존엄한 존재로 간주하고 인간끼리는 믿어주고 있다. 그러나 인간처럼 생각하거나 인간보다 뛰어난 기계가 나오면 인간과 기계를 구분하지 못할 수 있다. 이처럼 뇌과학에서는 철학적인 질문이 계속 나오고 있다. 인간이란 무엇인가, 우리에게 선택의 자유란 있는가, 우리가 보는 현실이 정말 현실인가, 소통은 가능한가. 이런 문제들에 대해 실험을 통해 검증하고 있다.”<br/><br/>―뇌과학이 소통에 대해 제기하는 근본적인 문제제기는 사회과학적으로도 상당한 의미가 있는 것 같다. <br/><br/>“인간은 같은 공동체에 소속돼 있으니 그나마 소통이 되는 것이다. 우리나라와 일본사람은 서로 뇌가 다르기 때문에 생각하는 것도 다를 수밖에 없다. 뇌를 연구해보면 뇌 안에 있는 10의 11승 되는 엄청난 신경세포들이 있고 이 세포들이 다른 신경세포들과 연결돼 있다. 그런데 태어날 때는 서울에서 부산까지 가는 큰 고속도로 정도의 기본적인 연결만 이뤄진 상태다. 부산에서 다시 시내로 이어지는 길은 만들어져 있지 않다. 태어나서 여러 가지 경험을 통해 연결이 만들어진다. 모든 동물들에게는 ‘결정적 시기’라는 게 있다. 오리는 태어나서 몇 시간, 원숭이는 태어나서 1년, 사람은 태어나서 10∼12년 정도가 결정적 시기다. 이 기간에는 뇌의 연결이 형성된다. 자주 사용되는 회로망은 살아남고 사용 안 하면 리사이클 해버린다. 그래서 자신이 살아가는 환경에 적합한 인간형이 만들어진다. 나는 태어나서 11년간 한국에 살다가 독일로 갔다. 결정적 시기에 한국에서 산 셈이다. 그래서 외국에 있다 한국에 오면 뭔가 모르게 편하다. 그래서 고향이라는 게 제일 편한 것이다. 고향의 환경이 바로 나의 뇌를 만든 환경이다. 크게 고민하거나 생각할 필요가 없는 최적화된 환경인 것이다. 따라서 국제적으로 대화를 나눌 때는 서로 싸울 필요가 있는 이슈와 싸울 필요가 없는 이슈가 있다. 어떤 사안에 대해서 한국사람은 이렇게 생각하는 게 당연하지만 일본사람은 전혀 다르게 생각하는 것이 당연하다. 이런 이슈는 싸울 필요가 없다. 그것을 이해하지 못하면 토론이 안된다.”<br/><br/>―12세까지면 초등학교 교육을 마칠 때까진데 그때면 뇌가 거의 형성되나.<br/><br/>“그래서 초등학교 선생님들이 대학교 교수들보다 월급을 많이 받아야 한다고 본다. 어린이들의 뇌를 만들어주는 게 초등학교 교사다. 학교에서 가르쳐주는 커리큘럼을 바꿔야 한다. 어렸을 때 교육은 평생 바꾸기 어렵다. 특정 이념이나 특정 종교, 정치적 성향 같은 것은 집어넣으면 바꿀 수 없다. 그래서 뇌가 유연성이 높은 시기에는 수학, 물리와 같은 변하지 않는 진리를 먼저 가르치고 역사, 사회, 윤리 등의 개념은 나중에 가르쳐야 한다. 어렸을 때 이런 것을 가르쳐 놓으면 사고가 자유롭지 못하다.”<br/><br/>―결정적 시기가 지나고 나면 뇌가 거의 변하지 않나.<br/><br/>“동물에게는 결정적 시기가 한 번밖에 없는데 사람에게는 결정적 시기가 여러 번 있을 것으로 본다. 태어나서 10∼12년에는 언어적으로 결정적인 시기라고 할 수 있다. 그러나 뇌는 계속 변한다. 언어 관련 뇌의 연결이 완성됐어도 뇌 앞쪽은 여전히 미완성이다. 뇌 앞쪽인 전두엽은 성격과 독립성 등을 좌우하는데 17∼19년쯤 되면 전두엽이 완성된다고 본다. 이때 사회성도 결정된다. 성인의 나이를 18∼21세로 정한 것도 이와 무관하지 않을 것이다.”<br/><br/>―나이가 들면 시간이 빨리 가는 것 같다고들 한다. 그런데 그게 단순히 그런 느낌이 아니라 과학적 근거가 있다고 하던데.<br/><br/>“인간이 가진 많은 착시 중의 하나가 시간의 흐름에 대한 착시다. 다들 같은 세상을 사는데 나이가 먹으면 시간이 빨리 지나가는 것 같은 이유는 나이가 먹으면 먹을수록 뇌의 정보 전달속도가 느려지기 때문이다. 정보를 빨리 전달하면 세상을 더 자주 볼 수 있다. 즉 같은 시간에 어린 사람들은 10∼20번 세상을 보는데 반해 나이가 든 사람들은 1∼2번만 볼 뿐이다. 그러니 같은 시간이라도 나이가 들면 휙휙 지나가는 것처럼 느껴지는 것이다. 나이가 어린 사람들은 세상을 슬로모션으로 보는 셈이고 늙은 사람은 기억에 저장되는 영화필름의 프레임이 나이가 들수록 줄어드는 것이다. 그래서 지금 신경세포의 정보전달 속도를 높여주는 약을 개발 중이다. 약이 개발되면 나이가 들어도 시간이 가는 속도가 느려질 수 있다. 물론 약이 없는 상황에서도 정보전달 속도를 빨리해 시간의 흐름을 늦출 수 있다. 가장 간단한 방법이 커피를 먹는 것이다. 그런데 커피 효과는 3분에 불과하다. 집중하면 정보전달 속도가 빨라진다. 그러나 역시 한계가 있다.”<br/><br/>―좀 더 장기적으로 효과를 볼 수 있는 방법이 없나.<br/><br/>“세상에 불만스러운 부분이 있는데 내가 태어났을 때 이미 세상이 있었다는 것이다. 즉 우리가 태어난 순간 게임의 법칙이 이미 정해져 있었고 나는 내가 정하지도 않는 게임의 룰에 최적화되기 위해 노력을 한다. 결국 세상이 갑이고 우리는 세상에 맞춰 살아야 하는 을이다. 뇌과학에서 인생의 갑이 되는 방법은 지금 이 순간 ‘지금의 나’를 생각하는 것이 아니라 ‘10∼20년 후의 미래의 나’로서 ‘지금의 나’를 상상하는 것이다. 그러면 ‘지금 이 순간’이 얼마나 중요한지를 깨닫게 되고 ‘지금 이 순간’에 집중하게 돼 정보전달 속도를 높일 수 있을 뿐 아니라 집중과 선택을 통해 나중에 내가 기억할 인생에서 괴로운 것과 즐거운 것의 길이를 조절할 수 있다.”<br/><br/>―갑을 관계의 세상 속에서 어떻게 행복을 추구할 수 있나. 아니 뇌과학의 입장에서 행복이라는 것은 뭔가.<br/><br/>“매시 슬로는 인간의 욕구를 식욕, 안전, 사랑, 자긍심, 인정받는 것, 자아실현으로 구분했다. 사회마다 조금씩 다르겠지만 자아실현의 욕구 쪽으로 가야 한다. 내가 누구고 내가 원하는 게 뭔가를 남에게 피해주지 않으면서 실현할 수 있는 것이 행복이다. 갑을 관계에서 을이 돼서 갑이 원하는 대로 잘 사는 것은 ‘만족감’을 줄 수 있지만 ‘행복’은 아니다. 행복은 나 자신이 나에게 내준 숙제를 잘했을 때 오는 것이다. 자신이 인생의 갑이자 주인공이 돼야 한다. 내 인생에서 내가 조연이 될 필요는 없다. 인간은 태어나는 순간 이미 정해진 게임의 법칙을 만나고 뇌도 거기에 최적화되지만 동시에 함께 살고 서로 소통하면 주어진 틀을 극복할 수 있다. 그래서 혼자 사는 것보다 함께 사는 것이 자아실현에 도움이 된다. 독서를 하는 것은 남의 삶을 경험하고 소통하는 것으로 역시 자아실현에 도움이 된다.”<br/><br/>―뇌과학의 발달로 인공지능이 개발된 미래가 결코 밝지만 않다고 했는데 어떤 위험이 있나.<br/><br/>“인공지능을 연구하는 사람으로서 50∼100년 안에 강한 수준의 인공지능이 개발될 것으로 본다. 약한 수준의 인공지능은 빠르면 20년 후에도 가능할 것이다. 약한 인공지능은 정보를 이해하는 능력이 생기는 것으로 이 세대를 ‘2차 기계혁명’이라고 한다. 1차 기계혁명의 핵심은 사람의 육체적 노동력을 대체한 것이었다. 그런데 2차 기계혁명에서는 인공지능이 우리의 인지능력을 대신한다. 인간이 훨씬 자유로워지고 부자가 될 것이라고 낙관하는 사람들도 있지만 반드시 그렇지 않을 수 있다. 기계는 지치지 않고 기억력도 무한대다. 결국 2차 기계혁명에서는 기계가 인간을 이길 수 있다. 그래서 인공지능이 개발되면 전사회적으로 50%가 일자리를 잃게 될 수 있다. 그런데 이것도 약한 인공지능이 개발됐을 때 이야기다. 만약 지능과 자율성을 가진 강한 인공지능이 개발되면 기계가 인간을 뛰어넘게 된다. 지금까지는 지구에서 인간이 가장 똑똑해서 갑이었다. 그런데 기계가 지구의 갑이 되면 모든 것을 자기 위주로 해석하기 시작할 것이다. 지금까지 지구에서 인간의 존엄은 절대적인 것으로 설정돼 있었다. 그러나 그것을 설정한 것은 인간이다. 인간의 존엄은 기계에게는 절대적인 것이 아니다. 기계가 봤을 때 인간은 논리적이지도 않고 말과 행동이 일치하지 않는다. 결국 기계가 인간을 없애버려야 할 존재로 볼 수 있다. 영화 매트릭스에서 기계가 인간을 전염병이라고 부르는 것도 이 때문이다.”<br/><br/>―노벨상의 산실이라는 연구소와 대학에 재직했는데 연구환경에 어떤 차이가 있나.<br/><br/>“우리나라도 하드웨어 측면에서는 결코 선진국에 뒤지지 않는다. 교수들도 학생들도 모두 똑똑하고 연구시설도 좋아졌다. 모든 것을 갖춰 놨는데 맛있는 음식이 안 나오는 환경이다. 그 이유는 연구를 못 하게 한다는 것이다. 연구할 시간에 연구하는 보고서를 쓰고 그래서 연구가 잘 안 되면 또 연구를 왜 못하는지에 대한 보고서를 쓰게 한다. 만약 연구비를 지원하고 10년만 가만히 내버려두면 노벨상을 받을 수 있을 것이다. 이건 마치 공부하려고 책상에 앉아 있는데 5분마다 들어와서 왜 1등 못하냐고 채근하는 식이다. 기업은 더 심하다. 매일 보고서를 써야 한다. 그러다 보니 보고서에 쓸 내용이 없다는 보고서를 써야 할 판이다. 또 많은 연구자들과 학생들이 용기가 없다. 실패에 대한 두려움 때문이다. 사실 실패를 안 한다는 것은 중요한 문제를 안 풀고 있다는 것이다. 과학자로서 평생 실패를 안 했다는 것은 아무것도 새로운 것을 안 했다는 의미다.”<br/><br/>―창조경제가 화두인데 어떤 정책적 대안이 필요한가.<br/><br/>“우리나라의 문화에 최적화된 뇌를 가진 애들이 대학에 들어오면 손 볼 여지가 거의 없다. 질문하면 안 되고 남의 말 듣는 게 미덕이고 실패하면 안 된다고 생각하는 애들 데려다 놓고 창조경제하라고 해봐야 안 된다. 가장 창조적인 5%는 어떤 교육을 받든 창조적으로 행동한다. 이들은 그냥 내버려두는 것이 가장 좋다. 모차르트와 스티브 잡스는 그냥 천재고 돌연변이로 모방할 수 없다. 모방해봐야 못 따라가기 때문에 ‘잡스만들기 프로젝트’ 같은 것은 그야말로 난센스다. 반대로 아무리 노력해도 안 되는 5%도 있다. 문제는 노력하면 되는 90%는 어떻게 할 것인가다. 비창조적인 것으로 세팅된 애들의 뇌를 리셋시키는 방법이 필요하다. 지금 우리나라는 공교육과 사교육에 수십조 원을 투자할 텐데 그중 일부를 잘라서 고등학교 졸업한 모든 애들에게 1년 동안 세계여행을 시켜주는 것을 생각해볼 필요가 있다. 그러면 시야가 넓어지면서 뇌가 창조적으로 리셋될 가능성이 있을 것이다.”<br/><br/>인터뷰 = 박민 사회부장 minp@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-621.txt

제목: 공기업 팀장, 보험금 노리고 여성 살해 암매장  
날짜: 20140724  
기자: 곽시열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140724100000203  
본문: 울산 울주경찰서는 24일 지인을 살해한 뒤 시신을 유기한 혐의(살인 등)로 공기업 팀장급 직원 김모(50) 씨를 체포했다고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>경찰에 따르면 지난달 17일 경기도에서 울산으로 온 이모(여·43) 씨가 실종됐다는 신고를 접수 받고 탐문수사를 벌이던 중, 한 달여만인 지난 17일 울산 울주군 삼남면 공터에 파묻혀 있는 이 씨를 발견했다. <br/><br/><br/><br/>경찰은 이에 이 씨를 마지막으로 만난 공기업 팀장 김 씨가 이 씨의 생명보험(2억 원) 수익자로 지정된 점을 확인, 김 씨를 추궁한 끝에 자백을 받아냈다. 김 씨는 지난달 17일 오후 10시쯤 울산 울주군 삼남면의 한 도로변에서 둔기로 이 씨를 때려 숨지게 한 뒤 약 1㎞ 떨어진 공터로 시신을 옮겨 암매장한 혐의를 받고 있다.<br/><br/><br/><br/>경찰 조사 결과 김 씨는 2년 전 내연녀인 고모(45) 씨와 고 씨의 지인인 이 씨가 운영하는 음식점에 약 4억5000만 원을 투자했으나, 사업 실패로 투자금을 돌려받지 못하자 지난해 5월쯤 고 씨와 이 씨에게 수익자를 김 씨 자신으로 하는 생명보험(1인 2억 원)에 가입하도록 하면서 범행을 계획했던 것으로 알려졌다. 고 씨 등이 갑자기 보험 가입 권유를 의심하자, 김 씨는 “<span class='quot0'>공기업에서 보조금이 나와 주변 사람을 보험에 가입시킬 수 있는데, 내가 수익자로 지정돼야만 지원이 가능하다</span>”라고 거짓말을 했다고 경찰은 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>김 씨는 최근 고 씨 등이 새로운 사업 투자를 권유하면서 “<span class='quot0'>투자하지 않으면 내연 관계를 아내에게 알리겠다</span>”고 협박하자 이들을 살해하기로 결심, 이 씨와 고 씨에게 각각 연락해 6월 17일과 18일 차례로 울산을 방문하도록 유도했다.<br/><br/><br/><br/>김 씨는 이 씨를 살해한 뒤 다음 날 고 씨를 만났지만, 이 씨의 실종이 사건화되는 바람에 추가 범행계획을 실행에 옮기지는 못했다. <br/><br/><br/><br/>울산=곽시열 기자 sykwak@

언론사: 문화일보-1-622.txt

제목: <‘불혹’의 우울증>우울증 환자 10년새 77% 증가… 66% 自殺 생각  
날짜: 20140718  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140718100000010  
본문: 우울증(우울장애)은 의욕 저하와 우울감을 주요 증상으로 일상 기능의 저하를 가져오는 질환이다. 우울증은 스트레스와 생물학적 노화가 두드러지는 40세 이후부터 많이 나타난다.<br/><br/>2011년 보건복지부가 발표한 정신질환 역학조사에 따르면 우리나라에서 평생 한 번 이상 정신질환을 경험한 사람은 전체 인구의 27.6%에 달한다. 이 중 우울증 평생 유병률은 6.7%로 남자와 여자 모두 10년 전에 비해 1.5배 수준으로 증가했다. 건강보험공단에 따르면 우울증으로 병원을 찾아 진료를 받은 환자는 2012년 기준으로 58만여 명에 달했다. 이 역시 10년 전에 비해 77% 증가했다. 이 같은 수치는 의사 진단이 필요한 상태로, 병원을 찾지 않은 가벼운 우울증 환자까지 포함하면 실제 우울증세를 보이는 사람은 더 많은 것으로 분석된다.<br/><br/>우울증의 발생요인은 아직 명확하지 않지만 호르몬 불균형 등의 생화학적 요인, 우울 유전자로 인한 유전적 요인, 강한 스트레스 등 환경적 요인 등이 주된 원인으로 분석된다. 특히 우울증은 40세 이후부터 급격하게 늘어난다. <br/><br/>2010년 국민건강영향조사에 따르면 우울증 경험률은 40대의 경우 남성이 7.8%, 여성이 14.3%였다. 또 50대에 들어서면 남성은 11.7%, 여성은 22.0%로 증가한다. 일반적으로 만 40세가 되면 체력과 성호르몬이 감소하고, 체지방이 증가하는 등 생물학적 노화가 두드러지기 시작하는 중·노년 시기의 전환점에 서게 된다. <br/><br/>40세 전후는 또 가정과 사회에서 자신의 역할에 대한 내적 혼란이 시작되는 시기이기도 하다. 이 같은 신체적 정신적 변화가 급격히 진행되면서 우울증이 늘어나는 것으로 분석된다.<br/><br/>문제는 우울증이 심할 경우 삶을 포기하는 극단적인 선택으로 이어지는 경우가 많다. 우울증 환자의 66% 정도가 자살을 생각하며, 이 중 10∼15%는 실제로 자살을 시도하는 것으로 보고되고 있다. 자살까지 이어지지 않아도 우울증은 정상적인 일상생활을 어렵게 한다. 우울증 환자의 80% 정도가 수면 장애를 호소하고, 90% 정도는 불안 증상을 보인다. 성욕 저하 등의 성적 문제와 집중력 저하와 같은 인지기능 저하 증상도 나타날 수 있다.<br/><br/>세계보건기구(WHO)는 2020년이면 전 세계에서 우울증이 심장병 다음으로 많이 앓는 질병이 될 것으로 보고 있다. 또 2030년에는 주요 선진국에서 경제적 부담 1위 질병이 될 것이라고 전망했다. 건강보험정책연구원이 추산한 우울증에 따른 국내 사회·경제적 비용은 2011년 기준으로 10조3826억 원으로 2007년(7조3367억 원)보다 41.5% 늘었다. 이는 암으로 인한 사회·경제적 비용(14조1000억 원·2009년 기준)에 육박하는 수치다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-623.txt

제목: <힐링푸드>잠 못 이루는 여름밤… 체리 한 알이면 ‘스르륵∼’  
날짜: 20140716  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140716100000128  
본문: 폭염이 계속 이어지며 ‘잠 못 이루는 밤’도 점차 많아지고 있다. 끈끈하고 왠지 불쾌한 기분 때문에 벌떡 깨어 일어나면 다시 잠을 이루기가 쉽지 않다. 그리고 이 같은 현상이 반복되다 보면 수면 리듬 자체가 깨지며 습관으로 자리잡아 장기적인 ‘수면장애’, 즉 불면증으로 발전하게 될 가능성이 높아진다. 김경수(가정의학) 가톨릭대 서울성모병원 교수는 이같이 잠 못 이루는 밤에 도움을 주는 식품으로 요즘 제철을 맞은 체리를 가장 먼저 꼽았다.<br/><br/>“여름 과일 체리에는 인체 내부 시계를 맞춰주는 멜라토닌이 풍부하게 들어있습니다. 일반적으로 수면 장애를 겪는 환자가 정상적인 수면 형태로 회복되기 위해서는 1∼5㎎ 정도의 멜라토닌이 필요한데, 말린 체리 100g에는 약 7㎎의 멜라토닌이 들어 있다고 합니다.”<br/><br/>수면 유도체 멜라토닌은 뇌에 딸린 내부 분비선에서 분비되는 호르몬인데, 수면 각성 사이클과 생체 리듬을 조절하여 열대야로 인한 불면증 치료를 돕는다. 김 교수는 체리를 한입 베어물며 “멜라토닌뿐만이 아니다. 체리의 검붉은 색상을 만들어내는 안토시아닌 성분도 숙면을 돕는다”고 설명했다. <br/><br/>“체리의 안토시아닌 성분은 아스피린의 10배에 달하는 소염 효과를 지녔다고 합니다. 안토시아닌이 몸의 각종 통증과 염증을 완화시키는 천연 진통제 역할을 하여 숙면을 유도하죠. 또 대표적 항산화 물질로 손꼽히는 안토시아닌은 세포의 손상을 막고 노폐물의 증가를 억제하여 노화와 암 예방에 효과적입니다. 어떤 분들은 과일의 단맛을 걱정하기도 하는데 과일의 당은 당분자가 여러 개 결합된 복합당이어서 설탕 같은 단순당과 다릅니다. 인체에 무해하다고 봐도 됩니다.”<br/><br/>비만전문의이기도 한 김 교수는 숙면이 비만 예방에 얼마나 좋은지도 역설했다. 그는 “만성적으로 수면시간이 부족하게 되면 식욕 억제 호르몬인 랩틴의 분비량이 떨어지고 식욕을 촉진시키는 그렐린이라는 호르몬이 증가되어서 결국 많이 먹게 된다. 또한 수면 부족은 코티솔이라고 하는 스트레스 호르몬 분비를 자극해 지방을 축적시켜서 결국 살이 찌게 만든다”며 숙면이 다이어트에 얼마나 중요한지도 강조했다. <br/><br/>가정의학·산업의학 등 2개 전문의 자격증을 갖고 있는 김 교수는 서울성모병원 임상시험센터장, 가톨릭의대 통합의학교실 주임교수 등을 역임하고 대한비만학회 회장, 대한임상약리학회 이사장 등으로도 활동했다. 현재는 한국통합의학회 회장을 맡고 있다. 한편 미국 북서부 체리 협회 관계자는 “<span class='quot0'>알이 단단하고 탱탱하며 광택이 나고 꼭지가 선명한 녹색일수록 싱싱하고 맛있다</span>”며 “<span class='quot0'>물이 닿으면 흐물흐물해지기 때문에 씻지 말고 냉장 보관하고, 그때 그때 먹을 만큼 꺼내 물에 씻어 먹는 것이 좋다</span>”고 말했다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-624.txt

제목: <힐링푸드>잠 못 이루는 여름밤… 체리 한 알이면 ‘스르륵∼’  
날짜: 20140716  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140716100000216  
본문: 폭염이 계속 이어지며 ‘잠 못 이루는 밤’도 점차 많아지고 있다. 끈끈하고 왠지 불쾌한 기분 때문에 벌떡 깨어 일어나면 다시 잠을 이루기가 쉽지 않다. 그리고 이 같은 현상이 반복되다 보면 수면 리듬 자체가 깨지며 습관으로 자리잡아 장기적인 ‘수면장애’, 즉 불면증으로 발전하게 될 가능성이 높아진다. 김경수(가정의학) 가톨릭대 서울성모병원 교수는 이같이 잠 못 이루는 밤에 도움을 주는 식품으로 요즘 제철을 맞은 체리를 가장 먼저 꼽았다.<br/><br/>“여름 과일 체리에는 인체 내부 시계를 맞춰주는 멜라토닌이 풍부하게 들어있습니다. 일반적으로 수면 장애를 겪는 환자가 정상적인 수면 형태로 회복되기 위해서는 1∼5㎎ 정도의 멜라토닌이 필요한데, 말린 체리 100g에는 약 7㎎의 멜라토닌이 들어 있다고 합니다.”<br/><br/>수면 유도체 멜라토닌은 뇌에 딸린 내부 분비선에서 분비되는 호르몬인데, 수면 각성 사이클과 생체 리듬을 조절하여 열대야로 인한 불면증 치료를 돕는다. 김 교수는 체리를 한입 베어물며 “멜라토닌뿐만이 아니다. 체리의 검붉은 색상을 만들어내는 안토시아닌 성분도 숙면을 돕는다”고 설명했다. <br/><br/>“체리의 안토시아닌 성분은 아스피린의 10배에 달하는 소염 효과를 지녔다고 합니다. 안토시아닌이 몸의 각종 통증과 염증을 완화시키는 천연 진통제 역할을 하여 숙면을 유도하죠. 또 대표적 항산화 물질로 손꼽히는 안토시아닌은 세포의 손상을 막고 노폐물의 증가를 억제하여 노화와 암 예방에 효과적입니다. 어떤 분들은 과일의 단맛을 걱정하기도 하는데 과일의 당은 당분자가 여러 개 결합된 복합당이어서 설탕 같은 단순당과 다릅니다. 인체에 무해하다고 봐도 됩니다.”<br/><br/>비만전문의이기도 한 김 교수는 숙면이 비만 예방에 얼마나 좋은지도 역설했다. 그는 “만성적으로 수면시간이 부족하게 되면 식욕 억제 호르몬인 랩틴의 분비량이 떨어지고 식욕을 촉진시키는 그렐린이라는 호르몬이 증가되어서 결국 많이 먹게 된다. 또한 수면 부족은 코티솔이라고 하는 스트레스 호르몬 분비를 자극해 지방을 축적시켜서 결국 살이 찌게 만든다”며 숙면이 다이어트에 얼마나 중요한지도 강조했다. <br/><br/>가정의학·산업의학 등 2개 전문의 자격증을 갖고 있는 김 교수는 서울성모병원 임상시험센터장, 가톨릭의대 통합의학교실 주임교수 등을 역임하고 대한비만학회 회장, 대한임상약리학회 이사장 등으로도 활동했다. 현재는 한국통합의학회 회장을 맡고 있다. 한편 미국 북서부 체리 협회 관계자는 “<span class='quot0'>알이 단단하고 탱탱하며 광택이 나고 꼭지가 선명한 녹색일수록 싱싱하고 맛있다</span>”며 “<span class='quot0'>물이 닿으면 흐물흐물해지기 때문에 씻지 말고 냉장 보관하고, 그때 그때 먹을 만큼 꺼내 물에 씻어 먹는 것이 좋다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>[체리 못잖은 숙면 유도 ‘오형제’]<br/><br/><br/><br/>밤잠을 못 이뤄 고생하는 날이 계속된다면 저녁에 상추 쌈밥을 만들어 먹어보자. 상추 줄기에 있는 불투명한 흰색의 액에는 락투세린이라는 성분이 들어있는데, 알카로이드 성분의 이 락투세린은 진정과 최면 효과가 있다고 전해진다. <br/><br/><br/><br/><br/>양파에 풍부하게 함유된 칼슘과 유화프로필 성분은 신경을 안정시켜 불면증 해소에 도움을 준다. 특히 운동 조절기능을 가진 뇌간 이상에서 비롯되는 수면장애의 경우, 혈액순환에 효과가 좋은 양파를 섭취하면 문제를 해결할 수 있다. 잠자리에 들기 전 양파의 껍질을 벗기고 머리맡에 두어도 숙면을 돕는다. <br/><br/><br/><br/>참치와 연어, 넙치(광어) 같은 생선에 함유된 칼슘, 마그네슘, 철, 트립토판 등의 비타민과 무기질 성분 역시 기분을 좋게 해주고 적당한 수면을 유도해 준다. 특히 칼슘은 수면 호르몬인 멜라토닌 생성에 도움을 주기 때문에 좋다. 소화기관을 거쳐 잠이 오게 하는 효과를 보기 위해선 잠들기 1∼2시간 전에 먹는 것이 좋다. <br/><br/><br/><br/>몸을 따뜻하게 해주는 연근은 해독 작용을 도와 마음의 안정을 가져다 줘 숙면에 도움이 된다. 불면증이 심한 사람이라면 연근을 삶은 뒤 썰어서 꿀과 함께 먹으면 피로해소에도 효과를 볼 수 있다. 비타민C는 간 해독을 돕는데 연근에는 100g당 비타민C를 57㎎ 함유하고 있다. 따라서 술꾼들의 수면제로 추천할 만하다. <br/><br/><br/><br/>호두에는 아미노산의 일종인 트립토판 성분이 풍부한데, 일명 ‘행복 호르몬’인 세로토닌은 진정효과가 있는 호르몬으로 잠을 유도하고 신경을 안정시켜 스트레스를 견디는 데 도움을 준다. 칼슘과 레시틴 성분 역시 불면증과 노이로제를 완화시켜 두뇌발달과 숙면에 탁월한 효능이 있다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-625.txt

제목: <힐링푸드>잠 못 이루는 여름밤… 체리 한 알이면 ‘스르륵∼’  
날짜: 20140716  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140716100000136  
본문: 폭염이 계속 이어지며 ‘잠 못 이루는 밤’도 점차 많아지고 있다. 끈끈하고 왠지 불쾌한 기분 때문에 벌떡 깨어 일어나면 다시 잠을 이루기가 쉽지 않다. 그리고 이 같은 현상이 반복되다 보면 수면 리듬 자체가 깨지며 습관으로 자리잡아 장기적인 ‘수면장애’, 즉 불면증으로 발전하게 될 가능성이 높아진다. 김경수(가정의학) 가톨릭대 서울성모병원 교수는 이같이 잠 못 이루는 밤에 도움을 주는 식품으로 요즘 제철을 맞은 체리를 가장 먼저 꼽았다.<br/><br/>“여름 과일 체리에는 인체 내부 시계를 맞춰주는 멜라토닌이 풍부하게 들어있습니다. 일반적으로 수면 장애를 겪는 환자가 정상적인 수면 형태로 회복되기 위해서는 1∼5㎎ 정도의 멜라토닌이 필요한데, 말린 체리 100g에는 약 7㎎의 멜라토닌이 들어 있다고 합니다.”<br/><br/>수면 유도체 멜라토닌은 뇌에 딸린 내부 분비선에서 분비되는 호르몬인데, 수면 각성 사이클과 생체 리듬을 조절하여 열대야로 인한 불면증 치료를 돕는다. 김 교수는 체리를 한입 베어물며 “멜라토닌뿐만이 아니다. 체리의 검붉은 색상을 만들어내는 안토시아닌 성분도 숙면을 돕는다”고 설명했다. <br/><br/>“체리의 안토시아닌 성분은 아스피린의 10배에 달하는 소염 효과를 지녔다고 합니다. 안토시아닌이 몸의 각종 통증과 염증을 완화시키는 천연 진통제 역할을 하여 숙면을 유도하죠. 또 대표적 항산화 물질로 손꼽히는 안토시아닌은 세포의 손상을 막고 노폐물의 증가를 억제하여 노화와 암 예방에 효과적입니다. 어떤 분들은 과일의 단맛을 걱정하기도 하는데 과일의 당은 당분자가 여러 개 결합된 복합당이어서 설탕 같은 단순당과 다릅니다. 인체에 무해하다고 봐도 됩니다.”<br/><br/>비만전문의이기도 한 김 교수는 숙면이 비만 예방에 얼마나 좋은지도 역설했다. 그는 “만성적으로 수면시간이 부족하게 되면 식욕 억제 호르몬인 랩틴의 분비량이 떨어지고 식욕을 촉진시키는 그렐린이라는 호르몬이 증가되어서 결국 많이 먹게 된다. 또한 수면 부족은 코티솔이라고 하는 스트레스 호르몬 분비를 자극해 지방을 축적시켜서 결국 살이 찌게 만든다”며 숙면이 다이어트에 얼마나 중요한지도 강조했다. <br/><br/>가정의학·산업의학 등 2개 전문의 자격증을 갖고 있는 김 교수는 서울성모병원 임상시험센터장, 가톨릭의대 통합의학교실 주임교수 등을 역임하고 대한비만학회 회장, 대한임상약리학회 이사장 등으로도 활동했다. 현재는 한국통합의학회 회장을 맡고 있다. 한편 미국 북서부 체리 협회 관계자는 “<span class='quot0'>알이 단단하고 탱탱하며 광택이 나고 꼭지가 선명한 녹색일수록 싱싱하고 맛있다</span>”며 “<span class='quot0'>물이 닿으면 흐물흐물해지기 때문에 씻지 말고 냉장 보관하고, 그때 그때 먹을 만큼 꺼내 물에 씻어 먹는 것이 좋다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>[체리 못잖은 숙면 유도 ‘오형제’]<br/><br/><br/><br/>밤잠을 못 이뤄 고생하는 날이 계속된다면 저녁에 상추 쌈밥을 만들어 먹어보자. 상추 줄기에 있는 불투명한 흰색의 액에는 락투세린이라는 성분이 들어있는데, 알카로이드 성분의 이 락투세린은 진정과 최면 효과가 있다고 전해진다. <br/><br/><br/><br/><br/>양파에 풍부하게 함유된 칼슘과 유화프로필 성분은 신경을 안정시켜 불면증 해소에 도움을 준다. 특히 운동 조절기능을 가진 뇌간 이상에서 비롯되는 수면장애의 경우, 혈액순환에 효과가 좋은 양파를 섭취하면 문제를 해결할 수 있다. 잠자리에 들기 전 양파의 껍질을 벗기고 머리맡에 두어도 숙면을 돕는다. <br/><br/><br/><br/>참치와 연어, 넙치(광어) 같은 생선에 함유된 칼슘, 마그네슘, 철, 트립토판 등의 비타민과 무기질 성분 역시 기분을 좋게 해주고 적당한 수면을 유도해 준다. 특히 칼슘은 수면 호르몬인 멜라토닌 생성에 도움을 주기 때문에 좋다. 소화기관을 거쳐 잠이 오게 하는 효과를 보기 위해선 잠들기 1∼2시간 전에 먹는 것이 좋다. <br/><br/><br/><br/>몸을 따뜻하게 해주는 연근은 해독 작용을 도와 마음의 안정을 가져다 줘 숙면에 도움이 된다. 불면증이 심한 사람이라면 연근을 삶은 뒤 썰어서 꿀과 함께 먹으면 피로해소에도 효과를 볼 수 있다. 비타민C는 간 해독을 돕는데 연근에는 100g당 비타민C를 57㎎ 함유하고 있다. 따라서 술꾼들의 수면제로 추천할 만하다. <br/><br/><br/><br/>호두에는 아미노산의 일종인 트립토판 성분이 풍부한데, 일명 ‘행복 호르몬’인 세로토닌은 진정효과가 있는 호르몬으로 잠을 유도하고 신경을 안정시켜 스트레스를 견디는 데 도움을 준다. 칼슘과 레시틴 성분 역시 불면증과 노이로제를 완화시켜 두뇌발달과 숙면에 탁월한 효능이 있다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-626.txt

제목: <세상 만사-나라 안>암치료 가짜 후기 올려 4억원 챙겨  
날짜: 20140715  
기자: 김기현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140715100000042  
본문: ●…부산 해운대경찰서는 15일 환자 사용 후기를 조작해 독성 한약재로 만든 가짜 암치료제를 판매해온 혐의(건강기능식품에 관한 법률 위반)로 정모(68) 씨를 구속했다. 경찰에 따르면 정 씨는 2009년 7월부터 지난 6월까지 한약재인 ‘천남성’ ‘반하’와 오리머리, 닭발 등을 섞어서 달인 제품을 암치료제라고 속여 말기암 환자 가족 등 565명에게 팔아 4억4000만 원의 부당이득을 챙긴 혐의를 받고 있다. 경찰 조사 결과 정 씨는 인터넷 홈페이지에 ‘국립대학병원과 외국대학병원 암환자들로부터 검증된 사실’ 등의 가짜후기를 조작해 올려 피해자들을 속인 것으로 드러났다. <br/><br/>부산 = 김기현 기자 ant735@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-627.txt

제목: 피아니스트 사카모토 류이치, 암치료 위해 활동 중단  
날짜: 20140711  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140711100000196  
본문: 일본의 세계적인 작곡가 겸 피아니스트 사카모토 류이치(坂本龍一·62)가 암 치료를 위해 공연 등 외부 활동을 전면 중단한다고 발표했다.<br/><br/><br/><br/>10일 NHK 등 일본언론에 따르면 사카모토는 지난 6월 목 부위에 이상을 느껴 병원에서 정밀 검사를 받은 결과 중인두암 진단을 받았다. 사카모토는 자택이 있는 미국에서 치료에 전념하면서 공연이나 무대 연출 등 올해 예정된 외부 활동은 전면 중단하기로 했다. 암의 진행 정도는 알려지지 않았지만, 가능한 범위 내에서 작곡 활동은 계속하겠다는 입장이다.<br/><br/><br/><br/>사카모토는 소속사를 통해 “모든 관계자 여러분께 큰 폐를 끼치게 되어 진심으로 사과드린다”면서 “반드시 나아서 돌아가겠다. 당분간은 조용히 지켜봐주시면 좋겠다”고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>도쿄(東京)예술대 작곡과를 졸업하고 대학원 재학 중이었던 1975년 데뷔한 사카모토는 영화 ‘마지막 황제’, ‘철도원’, ‘전장의 메리 크리스마스’ 등의 영화 음악으로 유명하다. ‘마지막 황제’에 삽입된 음악으로는 일본인 최초로 아카데미상 작곡상을 수상했다. 1978년 결성한 밴드 ‘옐로우 매직 오케스트라(YMO)’의 곡 ‘비하인드 더 마스크’는 에릭 클랩튼과 마이클 잭슨이 리메이크하면서 세계적으로 사랑받았다.<br/><br/><br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-628.txt

제목: <실용서 펼쳐 보기>물만 먹어도 살이 찔까?… 77개 건강 궁금증 풀이  
날짜: 20140711  
기자: 장재선  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140711100000186  
본문: 우리 가족 주치의 굿닥터스 / 대한의학회·대한의사협회 지음 / 맥스미디어<br/><br/>갑상선암이 한국 여성들 사이에서 급증하고 있다는 뉴스를 들었다. 그것을 새삼 실감한 것은, 최근 두 사람의 지인이 같은 고민을 하고 있는 것을 알게 됐기 때문이다. “<span class='quot0'>갑상선암 초기라는데 꼭 수술을 받아야 할까?</span>” <br/><br/>이런 고민은 갑상선암을 흔히 ‘거북이암’ 또는 ‘착한 암’이라 부르는 것과 관련이 있다. 다른 암과 달리 천천히 자라 크게 문제를 일으키지 않는다는데, 꼭 수술을 받아서 몸에 그 자국을 남겨야 할까? 이런 의문을 갖는 것이다. 이 책을 보면 그 답이 명확하게 나와 있다. “<span class='quot0'>다른 암과 마찬가지로 수술이 필요하지 않은 경우도 있으나, 완치하려면 수술을 받아야 한다.</span>”<br/><br/>이 책은 전문의 76명이 현장 의료 경험을 통해 얻은 건강상식 노하우를 77개 챕터로 알기 쉽게 정리한 것이다. ‘담배, 반드시 끊어야 하나?’ ‘물은 얼마나 먹어야 할까? 물만 먹어도 살이 찔까?’ ‘비타민, 과연 건강에 유익한가?’<br/><br/>담배를 끊어야 건강해진다는 것은 상식이다. 하지만 흡연자는 스트레스 해소에 도움이 된다는 등 갖은 핑계를 대며 금연을 미루고자 한다. 이 책을 읽으면 그것이 의학적으로 얼마나 허무맹랑한 핑계인지 알 수 있다. 부모가 흡연하면 자녀들이 생후 두 살이 될 때까지 폐렴 또는 기관지염에 걸린 위험이 높다고 한다. 또한 담배 피우는 아버지를 둔 자녀는 학습능력이 떨어지고 신장 발육도 늦다. <br/><br/>이 책에 따르면, 물은 성인 기준으로 하루 2ℓ를 여러 차례 나눠 마시는 게 좋다. 식사 전에 물을 마시고, 식후 30분 정도 물을 마시지 않는 것이 바람직하다. 물만 마셔도 살이 찐다는 말은 낭설에 불과하다. 비타민은 몸에 필수적인 요소로 섭취하면 좋지만, 운동이 그런 것처럼 지나치면 병이 된다. 대한의학회와 대한의사협회를 대표하는 의사들이 의학적 근거를 분명하게 밝혔기 때문에 신뢰가 간다. 지극히 상식적인 내용을 새삼 상기하며 건강한 삶을 다짐한다는 점에서 의미가 있다. 77개 챕터 중 우선적으로 궁금한 대목부터 찾아보는 것도 좋겠다. <br/><br/>장재선 기자 jeijei@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-629.txt

제목: <볼만한 TV>아르헨 에바 페론의 극적인 삶  
날짜: 20140711  
기자: 안진용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140711100000127  
본문: ★에비타(EBS 12일 오후 11시 세계의 명화)= 아르헨티나 후닌에서 한 농부의 사생아로 태어난 에바(마돈나)는 더 나은 삶을 찾아 부에노스아이레스로 향한다. <br/><br/>모델 겸 배우로 활동하던 에바는 한 자선 파티에서 후안 페론(조나단 프라이스)이라는 대령을 만나게 된다. 당시 라디오 방송을 하고 있던 에바는 방송을 통해 페론을 홍보하는 데 주력한다. 페론의 정치적 영향력을 꺾으려 드는 정부의 탄압에도 불구하고 결국 페론은 노동자 계급의 절대적 지지를 받아 대통령으로 당선된다. 페론뿐 아니라 에바 역시 국민들의 사랑을 한몸에 받는다. 에바는 가난한 자들을 돕기 위한 재단을 세우고 해외 순방도 하면서 퍼스트레이디로서 활발한 활동을 펼친다. 그러나 곧 자신이 암으로 살날이 얼마 남지 않았음을 알게 된다. 에바는 슬픔에 잠긴 국민들에게 마지막 라디오 방송을 한 뒤 곧 세상을 떠난다. <br/><br/>이 영화는 아르헨티나 국민들에게 ‘에비타’라는 애칭으로 불렀던 후안 페론 전 대통령의 부인 에바 두아르테 데 페론의 실화를 다룬 작품이다. 가난한 집안에서 태어나 힘든 유년기를 보낸 그가 아르헨티나의 퍼스트레이디로 거듭나기까지 과정을 뮤지컬 형식으로 다뤘다. 끊임없는 자선 사업과 정치적 영향력으로 에바는 군부와 상류층으로부터 지탄받았으나, 노동자와 빈민 계급으로부터는 더없는 사랑과 존경을 받았다. 그럼에도 불구하고 정작 본인은 독재 정권의 파트너로서 화려한 생활을 누리는 모순을 보이기도 했다. 이 때문에 에바는 아르헨티나 역사상 가장 유명하며 수많은 이들의 사랑을 받은 동시에 가장 미움을 받은 인물이기도 하다. <br/><br/>안진용 기자 realyong@munhwa.com<br/><br/>★하이스쿨: 러브온(KBS2 11일 오후 8시 55분)= 보이지 않는 곳에서 인간의 운명을 다스리는 운명지킴이 천사 슬비(김새론). 우현(남우현)이 사는 동네를 담당하던 천사 슬비는 뜻밖의 사고 현장에서 우현을 구하게 되고, 그로 인해 자신의 운명이 뒤바뀔 위기에 처한다. 슬비의 도움으로 목숨을 구한 우현은 갈 곳 없는 슬비를 모른 척할 수 없어 집으로 데리고 온다. 하이틴 로맨틱드라마를 표방하는 ‘하이스쿨: 러브온’은 장난기로 무장한 열여덟 우현과 천사 슬비의 사랑과 성장에 대한 기록이다. 위기에 빠진 남학생을 구하려다 인간이 되어버린 천사와 그의 존재를 믿지 않는 남학생의 서툴지만 애틋한 사랑과 우정을 그린다.<br/><br/>★오 마이 베이비(SBS 12일 오후 5시)= 셰프 강레오 - 가수 박선주 부부가 19개월 된 딸 에이미와 함께 에이미가 가장 아끼는 인형과 이불을 빨며 단란한 시간을 보낸다. 빨래를 하는 과정에서 옷이 흠뻑 젖은 에이미는 의외의 관능미(?)를 선보이며 말괄량이 이미지 탈피를 시도한다. 아빠 강레오가 비가 오듯이 물을 뿌려주자 에이미는 아빠를 향해 입술을 쭉 내밀고 애교를 부린다. 이날 에이미는 방송에서 처음으로 말하는 모습을 선보인다. 그동안 에이미는 비 내리는 소리, 강아지 울음소리, 고양이 울음소리 등 의성어를 흉내낸 적은 있어도 직접적으로 말을 한 적은 없기 때문에 에이미가 어떤 말을 할지 시청자들의 관심이 쏠리고 있다.<br/><br/>★왔다 장보리(MBC 13일 오후 8시 45분)= 옥수(양미경)는 재화(김지훈)를 통해 일부분 타다가 남은 여자아이의 한복을 보낸다. 이를 의미심장하게 여긴 수미(김용림)는 우연히 수봉(안내상)과 인화(김혜옥)가 나누는 대화를 엿듣게 된다. 그러다가 20년 전, 침선장 경합에서 이기기 위해 인화가 옥수의 경선 과제였던 치마를 태우는 일을 저질렀다는 사실을 알게 된다. 민정(이유리)은 인화가 궁지에 몰리자 이번에야말로 수미의 바느질 실력을 뛰어넘겠다고 약속하고 다시 계략을 짜낸다. 한편 재화와 장난을 치던 도중 불현듯 잊고 지내던 어릴 적 기억을 떠올린 보리(오연서)는 점점 더 자신을 둘러싼 진실을 향해 다가간다.

언론사: 문화일보-1-630.txt

제목: 음악으로, 삶을 연주하다  
날짜: 20140711  
기자: 박동미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140711100000180  
본문: 스팅 / 스팅 지음, 오현아 옮김 / 마음산책<br/>엔니오 모리코네와의 대화 / 엔니오 모리코네, 안토니오 몬다 지음, 윤병언 옮김 / 작은 씨앗<br/><br/>스팅과 엔니오 모리코네. 두 음악 ‘거장’에 대한 책이 나왔다. 하나는 자서전이고, 하나는 수 개월에 걸친 인터뷰를 묶었다. 스팅의 자서전은 그의 유년시절부터 시작해 20대에 일찍 부모님을 여의게 될 때까지를 다룬다. 시어처럼 짧은 노랫말을 경쾌한 멜로디와 리듬에 담아 세계적인 싱어송라이터가 된 스팅. 그러나 책은 ‘성공담’보다 성장소설에 가깝다. 슬픔을 달래기 위해 피아노를 부수듯 두들기던 아이가 교사가 되고, 부모님이 돌아가신 10년 후에야 진정한 애도가 가능했던 이유 등을 따라가다 보면 “<span class='quot0'>억겁의 세월 속에서 보면 무의미한 것은 단 하나도 없다</span>”라고 말하는 지극히 평범한 ‘인간’ 스팅을 만날 수 있다. 엔니오 모리코네는 영화 전문가와 지적인 대화를 나눈다. 인간적인 측면보다는 50년간 450편의 영화음악을 만든 작곡가로서의 전문적인 식견이 두드러진다. 특히 국내 팬들에게도 익숙한 ‘황야의 무법자’ ‘미션’ 등의 영화음악이 만들어지게 된 배경, 과정을 비롯해 영화와 음악, 세상을 바라보는 그만의 시각을 엿볼 수 있다.<br/><br/>자서전(自敍傳)은 아무래도 남사스럽다. 스스로 쓰는 자기(自己)의 전기(傳記)라니. 태생적으로 염치가 좀 없는 책이 될 수밖에 없다. 하지만 ‘팝 스타’ 스팅(63)의 자서전은 확연히 다른 느낌이다. 장애 극복, 인간승리의 감동을 안겨주기보다는 애잔한 슬픔과 신묘한 기대감에 휩싸이게 한다. <br/><br/>예민하고 똘똘한 꼬마 화자(스팅)는 마치 제제(나의 라임 오렌지 나무)와 모모(자기 앞의 생)를 연상케 한다. 책의 전반부는 완벽한 하나의 ‘성장소설’이며, 대학에 진학하고 본격적인 음악활동 과정을 그린 후반부는 꿈과 사랑을 찾아가는 여정이 된다. 특히 1987년(당시 36세) 브라질 리우데자네이루에서 종교의식을 통해 과거와 조우한 신비한 경험을 풀어낸 도입부는 장르소설을 읽는 듯 흥미진진한데, 슬픈 노래도 경쾌하게 부르는 주특기가 긴 호흡의 글에서도 빛난다. 그의 글솜씨는 2009년 짧은 에세이를 통해 이미 정평이 나 있다. <br/><br/>책의 원제는 ‘깨진 음악(Broken music)’이다. 스팅은 어머니의 불륜을 알게 된 후 피아노를 두들기기 시작했는데 그는 이 소리가 “지옥 같았다”고 회상한다. “페달을 힘껏 밟으면서 건반을 미친 듯이 두들겨댄다. 상처 입은 영혼을 보듬어줄 천상의 화음을 원한 것인지도 모르지만, 그런 화음은 훈련받지 않은 내 손가락으로는 감히 흉내도 낼 수 없는 소리였다.”(68쪽) 이때 할머니가 부탁했다. “<span class='quot1'>그런 깨진 음악(Broken music) 말고, 부드러운 걸 연주해 달라</span>”고. 사실 깨진 건 스팅의 마음이고, 엄마에 대한 믿음이었다. 그의 삶은 이 조각들을 다시 맞춰 나가는 과정이 된다. 그 속에서 음악적 성공을 이루고, 가족과도 화해한다. <br/><br/>애석한 건 그가 조각난 삶을 마주할 용기를 냈을 때, 부모님은 이미 죽음 가까이 갔다는 점. 사랑과 가족 사이에서 방황하던 어머니는 50대 초반에 암으로 세상을 떠난다. 무뚝뚝하던 아버지 역시 몇 달 못가 아내 뒤를 따른다. 스팅은 어머니의 마지막 모습을 담담히 묘사한다. “산소마스크 고무줄이 반백의 머리 뒤로 씌워져 있다. 엄마의 눈에 물기가 어려 반짝거린다. 여전히 아름답다.(…)우리들 중 그 누구도 엄마에게 손을 뻗을 수 없다. 그런데도 엄마는 우리에게 괜찮다고 말한다. 엄마의 모성애는 완전무결하다.”(390쪽) 아버지와의 이별에선 처음으로 ‘칭찬’을 듣는다. “나는 아버지의 손을 이리저리 뒤집으며 한참 내려다본다. 내 손하고 이렇게 똑같은데 어째서 지금껏 몰랐을까?(…)아버지는 당신 손과 내 손을 번갈아 쳐다본다. ‘정말 그렇구나. 하지만 네가 나보다 손을 훨씬 더 잘 썼지’. 정적이 감돈다. 울음이 목울대까지 차오르면서 숨이 컥 막힌다.”(394쪽) <br/><br/>책은 스팅의 가족사를 큰 축으로 하지만, 음악 이야기도 촘촘하게 실었다. 무명 밴드로 활동하던 시절, 제리 리처드슨을 만나 ‘마지막 비상구’의 멤버로 공연을 다녔던 일, ‘폴리스’를 결성한 뒷이야기, ‘재즈 거장’ 마일스 데이비스와의 만남 등 그 자체로 팝 음악의 역사가 된다. <br/><br/>‘전설’이라는 수식어로도 모자란 엔니오 모리코네(86)는 뉴욕대 영화과 교수인 안토니오 몬다와 수 개월에 걸쳐 대화를 나눈다. 마에스트로와 교수의 만남답게 전문적이고 지적이지만 대화는 시종일관 깊은 성찰과 유머를 잃지 않는다. 2009년 시작돼 2010년 6월까지 계속된 인터뷰에서 모리코네는 영화음악 작곡가로서의 삶을 허심탄회하게 털어놓는다. 미국과 이탈리아를 오가며 영화음악을 만든 뒷이야기, 영화인들과 나눈 우정, 성공적인 사운드트랙의 조건 등 예술작품을 만들어내는 창조자의 세계가 얼마나 신비롭고 오묘한지 속삭인다. <br/><br/>‘황야의 무법자’ ‘시네마 천국’ ‘파시스트’ ‘바리아’ ‘원스 어폰 어 타임 인 아메리카’…. ‘거장’의 대표곡을 나열하는 건 의미가 없지만 모리코네 하면 국내팬들은 ‘미션’부터 떠올린다. 아마존 강가에 나지막이 울려퍼지는 오보에 멜로디는 이미 영화에서 유명해졌지만 지난 2010년 TV 프로그램 ‘남자의 자격’ 을 통해 ‘넬라판타지아’로서 더욱 알려졌기 때문이다. 모리코네는 ‘미션’과의 만남을 “운명”이라고 회상한다. “제작자 데이비드 푸트남이 처음에는 무슨 수를 써서라도 레너드 번스타인을 써야 한다고 고집을 부렸습니다. 하지만 운명이라는 것이 바로 그런 거겠죠. 무슨 연유에선지 번스타인한테는 도무지 연락이 닿지 않았다는 거예요.” 아직 음악이 없는 상태의 ‘미션’을 보고 모리코네는 충격을 받는다. “정말 감동적이었죠. 그래서 제가 했던 말입니다. ‘제가 했다가는 다 망치겠는걸요. 그대로가 훨씬 나아요’.”(130쪽) <br/><br/>열렬한 축구팬이기도 한 모리코네는 저자와의 마지막 만남에선 2010 남아공월드컵 경기 결과를 토론할 만큼 이탈리아 남성 특유의 면모도 보인다. 몬다 교수는 “스위스가 스페인을 꺾고 멕시코가 프랑스를 꺾는, 모두가 놀랄 만한 이변이 일어났다. 그리고 그날은 독일이 예상을 뒤엎고 세르비아에 패배하고 말았다”며 “엔니오는 모든 소식을 먼저 알고 있었다. 그래서인지 결과에 대해서는 태연한 듯했고 그 대신에 AS 로마의 새로운 선수 영입에 대해 훨씬 많은 관심을 기울였다”고 전한다. <br/><br/>또 모리코네는 미국 작곡가들에 대해 부정적인 견해를 밝히기도 했다. 그는 “<span class='quot1'>미국 작곡가들이 자신들의 음악에 오케스트레이션(악곡을 관현악화하는것)을 안한다는 사실을 알고는 적지 않은 충격을 받았다</span>”며 “<span class='quot1'>내가 대단하다고 생각했던 작곡가들의 진정한 가치를 다시 저울질해 볼 수 있는 기회였다</span>”고 말했다. <br/><br/>박동미 기자 pdm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-631.txt

제목: 年 피해 3조4000억… 국민 1人 7만원꼴  
날짜: 20140708  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140708100000028  
본문: 우리나라 보험 사기 규모가 연간 수조 원에 이르고 있다. 보험 사기 적발 규모도 지난해 5000억 원을 넘어섰다. 보험 사기는 국가 경제를 좀먹고 금융산업의 발전을 저해하는 사회의 ‘암 덩어리’라고 할 수 있다. 하지만 아직까지도 우리 사회에선 보험 사기를 하나의 범죄로 인식하기보다는 편법 정도로 여긴다는 데 문제의 심각성이 있다. 문화일보는 보험 사기의 실태와 문제점, 근본적인 해결책이 무엇인지 3회에 걸쳐 집중 점검한다.<br/><br/>보험 사기의 수법이 갈수록 대담해지고 있다. 지난 6월 망치로 코뼈와 손가락 등을 부러뜨리고, 칼로 얼굴에 상처를 낸 뒤 산재보험과 민영보험으로부터 30억 원 넘게 타낸 보험사기 조직이 적발됐다. 이 조직에는 일가족 6명이 가담했고, 병원장 등 병원 관계자들의 방조도 한몫했다. <br/><br/>지난해에는 브로커와 의사가 공모해 환자를 유치한 뒤, 환자가 입원 보험금을 청구할 수 있도록 하루 4만∼12만 원을 받고 허위 입원 확인서를 발급해 주는 방법으로 21억 원 규모의 보험금을 청구한 사무장 운영 ‘모텔형 병원’ 4곳과 환자 102명이 적발된 사례도 있다.<br/><br/>8일 손해보험협회와 보험연구원 등에 따르면 우리나라 보험 사기 규모는 연간 3조4000억 원 규모인 것으로 추정되고 있다. 보험금 누수로 인한 경제적 피해액도 국민 1인당 7만 원에 달한다. <br/><br/>지난해 보험 사기 적발 규모는 5189억6000만 원(적발 인원 7만7112명)으로 전년(4533억3500만 원, 8만3181명)과 비교해 금액은 14.5% 증가한 반면 인원은 7.3% 감소한 것으로 나타났다. 이는 상대적으로 고액인 장기보험 관련 기획조사에 집중한 결과 적발 인원이 다소 줄어든 가운데 적발금액은 증가한 것이다.<br/><br/>보험 사기의 유형을 보면 과거에는 소액의 보험금을 노린 생계형 범죄가 많았다. 최근에는 가족, 친인척 등이 공모하거나 인터넷을 통해 범죄자를 모집하는 등 조직화, 대형화하는 추세를 보이는 게 특징이다. 특히 고액의 보험금을 노리고, 배우자나 친족을 살해하거나 방화하는 등 강력 사건과 관련된 보험 범죄가 발생해 사회적 문제로 대두되고 있는 실정이다.<br/><br/>또 정비업체와 병·의원의 수리비, 진료비 허위·과장청구, 경미한 사고를 빙자한 과다한 입원 치료 등 그 수법도 지능화되고 있어 보험업계가 골머리를 앓고 있다. 지난 2011년에는 외제차량 동호회원들끼리 짜고, 고의로 사고를 유발한 후 평소 알고 있던 정비업체를 통해 수리비 견적서를 부풀리는 등의 방법으로 보험금 6억 원을 타낸 보험사기단이 적발된 적도 있다. 10대 청소년이 연루된 보험사기 관련 사건도 지속적으로 증가하고 있다.<br/><br/>정부는 이 같은 보험 범죄의 심각성을 인식해 ‘보험 사기 근절’을 10대 분야 핵심과제로 채택하는 등 그간 총리실을 중심으로 보험 범죄 근절 대책을 추진해왔다. 금융위원회도 보험 사기 방지를 위한 제도 개선 방안을 마련 중이다.<br/><br/>박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-632.txt

제목: 年 피해 3조4000억… 국민 1人 7만원꼴  
날짜: 20140708  
기자: 박양수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140708100000032  
본문: 우리나라 보험 사기 규모가 연간 수조 원에 이르고 있다. 보험 사기 적발 규모도 지난해 5000억 원을 넘어섰다. 보험 사기는 국가 경제를 좀먹고 금융산업의 발전을 저해하는 사회의 ‘암 덩어리’라고 할 수 있다. 하지만 아직까지도 우리 사회에선 보험 사기를 하나의 범죄로 인식하기보다는 편법 정도로 여긴다는 데 문제의 심각성이 있다. 문화일보는 보험 사기의 실태와 문제점, 근본적인 해결책이 무엇인지 3회에 걸쳐 집중 점검한다.<br/><br/>보험 사기의 수법이 갈수록 대담해지고 있다. 지난 6월 망치로 코뼈와 손가락 등을 부러뜨리고, 칼로 얼굴에 상처를 낸 뒤 산재보험과 민영보험으로부터 30억 원 넘게 타낸 보험사기 조직이 적발됐다. 이 조직에는 일가족 6명이 가담했고, 병원장 등 병원 관계자들의 방조도 한몫했다. <br/><br/>지난해에는 브로커와 의사가 공모해 환자를 유치한 뒤, 환자가 입원 보험금을 청구할 수 있도록 하루 4만∼12만 원을 받고 허위 입원 확인서를 발급해 주는 방법으로 21억 원 규모의 보험금을 청구한 사무장 운영 ‘모텔형 병원’ 4곳과 환자 102명이 적발된 사례도 있다.<br/><br/>8일 손해보험협회와 보험연구원 등에 따르면 우리나라 보험 사기 규모는 연간 3조4000억 원 규모인 것으로 추정되고 있다. 보험금 누수로 인한 경제적 피해액도 국민 1인당 7만 원에 달한다. <br/><br/>지난해 보험 사기 적발 규모는 5189억6000만 원(적발 인원 7만7112명)으로 전년(4533억3500만 원, 8만3181명)과 비교해 금액은 14.5% 증가한 반면 인원은 7.3% 감소한 것으로 나타났다. 이는 상대적으로 고액인 장기보험 관련 기획조사에 집중한 결과 적발 인원이 다소 줄어든 가운데 적발금액은 증가한 것이다.<br/><br/>보험 사기의 유형을 보면 과거에는 소액의 보험금을 노린 생계형 범죄가 많았다. 최근에는 가족, 친인척 등이 공모하거나 인터넷을 통해 범죄자를 모집하는 등 조직화, 대형화하는 추세를 보이는 게 특징이다. 특히 고액의 보험금을 노리고, 배우자나 친족을 살해하거나 방화하는 등 강력 사건과 관련된 보험 범죄가 발생해 사회적 문제로 대두되고 있는 실정이다.<br/><br/>또 정비업체와 병·의원의 수리비, 진료비 허위·과장청구, 경미한 사고를 빙자한 과다한 입원 치료 등 그 수법도 지능화되고 있어 보험업계가 골머리를 앓고 있다. 지난 2011년에는 외제차량 동호회원들끼리 짜고, 고의로 사고를 유발한 후 평소 알고 있던 정비업체를 통해 수리비 견적서를 부풀리는 등의 방법으로 보험금 6억 원을 타낸 보험사기단이 적발된 적도 있다. 10대 청소년이 연루된 보험사기 관련 사건도 지속적으로 증가하고 있다.<br/><br/>정부는 이 같은 보험 범죄의 심각성을 인식해 ‘보험 사기 근절’을 10대 분야 핵심과제로 채택하는 등 그간 총리실을 중심으로 보험 범죄 근절 대책을 추진해왔다. 금융위원회도 보험 사기 방지를 위한 제도 개선 방안을 마련 중이다.<br/><br/>박양수 기자 yspark@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-633.txt

제목: “詩에 대한 고민 놀랍도록 꾸준히 한 분”  
날짜: 20140707  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140707100000085  
본문: 김종철 한국시인협회장이 5일 오후 6시 57분 지병인 암으로 별세했다. 67세. 이날 서울 강남구 삼성서울병원에 마련된 빈소에는 김남조, 신달자, 이근배, 정진규, 이건청 시인 등 그를 애도하는 많은 문인들의 발길이 이어졌다. <br/><br/>이근배 시인은 “<span class='quot0'>50년 가까이 곁에 지켜본 김 회장은 시에 대한 고민을 놀랍도록 꾸준하게 해온 시인</span>”이라며 “<span class='quot0'>특히 ‘못’이라는 소재를 통한 연작시로 인간 내면의 고뇌를 형상화해내는 등 독창적인 시세계를 구축했다</span>”고 말했다.<br/><br/>1947년 부산에서 태어난 고인은 서라벌예술대학 재학 중인 1968년 한국일보 신춘문예에 ‘재봉’, 1970년 서울신문 신춘문예에 ‘바다 변주곡’이 당선돼 등단했다. ‘서울의 유서’(1975)를 시작으로‘오이도’(1984), ‘오늘이 그날이다’(1990),‘못에 관한 명상’(1992), ‘등신불 시편’(2001), ‘못의 귀향’(2009), ‘못의 사회학’(2013) 등의 시집을 출간했다.<br/><br/>지난 3월 제39대 한국시인협회장에 추대된 고인은 ‘한 줄의 시가 세상을 살립니다’라는 프레이즈를 내걸고 ‘시의 달’ 제정, ‘남북시인대회’ 개최 등을 의욕적으로 추진했으나 췌장암이 간으로 전이되는 지병 악화를 끝내 이기지 못했다. 유족으로는 미망인 강봉자(문학수첩 대표이사) 씨와 장녀 김은경(문학수첩 공동 대표이사), 차녀 시내(문학수첩 이사) 씨, 사위 김종표(안양 속편한내과 원장), 박상준(인천지방법원 판사) 씨가 있다. <br/><br/>제34대 한국시인협회장을 지냈던 김종해 시인은 고인의 형이다. 발인은 8일 오전 마포구 절두산 순교성지 부활의 집에서 치러지고, 앞서 7일 오후 5시 삼성서울병원에서 추모식이 열릴 예정이다.<br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-634.txt

제목: ING생명 ‘ING튼튼 어린이보험’ 출시  
날짜: 20140704  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140704100000180  
본문: ING생명은 자녀를 태아단계에서부터 100세까지 건강하게 지켜주는 ‘ING튼튼 어린이보험’을 출시했다고 4일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>이 보험은 임신 중이거나 만 14세 미만의 자녀를 둔 부모가 가입할 수 있으며, 기본적으로 주계약은 처음 납입한 보험료 그대로 최대 100세까지 고액의 치료비가 드는 중대질병 및 재해를 보장해준다. <br/><br/><br/><br/>더불어 아이의 성장단계별 맞춤보장을 위해 11가지의 다양한 특약이 준비돼 있다. 산모를 위한 임신 및 출산 관련 질병과 사고는 물론, 신생아의 주요 이상과 치아치료, 재해골절 등 성장기 어린이에게 자주 발생하는 질병 및 수술 등에 대해 보장을 받고, 30세 이후에는 성인특약을 중도에 추가할 수 있다.<br/><br/><br/><br/>특히 부모에게 사고가 발생했을 시에도 안심하고 보장을 받을 수 있도록, 부모가 암 진단을 확정적으로 받았거나, 사고로 장해상태(장해지급률 50% 이상) 진단을 받았을 경우 보험료 납입이 면제되며, 부모의 유고 시 자녀의 생활과 교육에 어려움이 없도록 생활자금과 학자금이 지급된다. (해당 특약 가입 시)<br/><br/><br/><br/>이구현 ING생명 상품개발부 이사는 “<span class='quot0'>저체중아의 출산이 증가하고 어린이 사고 경험률이 높아짐에 따라 부모들의 불안감이 커지고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>자녀가 출생 전부터 생애 기간 동안 튼튼하게 잘 자라길 바라는 부모의 마음으로 성장단계별 맞춤보장을 할 수 있는 상품을 개발하게 된 것</span>”이라고 밝혔다. <br/><br/><br/><br/>보험료 자동이체를 신청하면 1% 할인이 적용되며, 형제와 자매 1명 추가 가입 시 각각의 계약에 대해 2회차 보험료부터 1% 할인혜택이 있다. (각각 계약별 최대 2% 할인) 가입나이는 자녀의 경우 0세(태아)부터 최고 만 14세까지이며, 부모는 최고 60세까지 가능하다. 이 상품에 관한 자세한 내용은 ING생명 재정컨설턴트 및 콜센터(1588―5005), 홈페이지(www.inglife.co.kr)를 통해 안내받을 수 있다. <br/><br/><br/><br/>노기섭 기자 mac4g@

언론사: 문화일보-1-635.txt

제목: <힐링푸드>‘오백원짜리’ 머리구멍 나지않게… ‘오디’로 주문 걸자  
날짜: 20140702  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140702100000180  
본문: 동의보감 탕액 편에 보면 “까만 오디는 뽕나무의 정령이 모여 있는 것이며 당뇨병에 좋고 오장에 이로우며 오래 먹으면 배고픔을 잊게 해준다”고 돼 있다. 또 “귀와 눈을 밝게 한다”고 돼 있으며, “오디를 오래 먹으면 백발이 검게 변하고, 노화가 늦춰진다”는 표현도 있다. 마치 뽕나무 열매인 오디가 만병통치약처럼 동의보감에 소개돼 있는데 주요 성분들을 살펴보면 어느 정도 수긍이 간다. <br/><br/>특히 최근 첨단과학에 의한 영양 분석으로 오디의 여러 유익한 성분들이 밝혀지면서 건강 기능성 식품 및 식의약 소재로 눈부신 조명을 받고 있다. 요즘 주목받는 오디의 성분들은 바로 루틴과 레스베라트롤, C3G(cyanidin-3-glucoside) 등이다. 그러면 이 가운데 어떤 성분이 탈모와 관련이 있을까. 동의보감에도 ‘백발이 검게 변하고’라며 오디의 효능이 표현돼 있듯이 오디가 두피 건강에 좋다는 사실은 오랜 세월 임상적으로 입증됐다. <br/><br/>결론부터 말하면 오디에 풍부한 루틴 성분이 바로 두피를 건강하게 만들어줘 탈모를 예방하는 데 이롭게 작용한다. 루틴은 식물계에 널리 분포돼 있는 플라보노이드의 일종으로, 메밀에서 최초로 분리돼 메밀을 대표하는 성분으로 알려져 있다. <br/><br/>루틴은 고혈압 억제물질로 유명하며 특히 모세혈관의 강화작용 및 수축작용을 도와 심혈관계 질환을 예방해 준다는 연구 결과가 많다. 실제로 옛날 사람들은 중풍(뇌졸중)을 예방하기 위해 오디를 상복했다. <br/><br/>그런데 모발 역시 모세혈관과 밀접한 관련이 있다. 모발은 혈액에서 영양분을 흡수하기 때문에 모근까지 제대로 혈액이 공급돼야 모발에 필요한 영양소를 공급받을 수 있고 정상적인 성장을 할 수 있다. <br/><br/>두피의 모세혈관이 막혀 있으면 영양이 제대로 공급되지 않아 모낭이 부실해지며 머리카락이 빠지게 된다. 따라서 탈모 방지를 위해 루틴이 풍부한 음식을 섭취해야 한다는 결론이 나온다. <br/><br/>농촌진흥청 국립농업과학원의 연구에 따르면 여러 종의 ‘말린 오디’를 분석한 결과 루틴 함량이 100g당 평균 0.14g으로 메밀 100g에 들어 있는 0.12g보다 더 많았다. 루틴 성분이 가장 많이 들어 있는 것으로 알려져 온 메밀보다 더 많은 루틴이 오디에 들어 있는 것이다. <br/><br/>오디에는 혈관을 튼튼히 해주는 루틴 외에도 몸에 유익한 성분들이 많이 들어 있다. 특히 좋은 성분이 노화 억제 항산화 색소인 C3G다. C3G는 오디의 까만색을 만들어 주는 성분으로 가지에도 많이 들어 있는 안토시아닌의 일종이다. 안토시아닌은 노화 억제, 망막장애 치료, 시력 개선, 항산화 작용 등에 대한 생리 활성 효과가 이미 검증돼 있는 성분이다. <br/><br/>그런데 여느 채소나 과일의 안토시아닌과 달리 오디에 함유된 C3G는 가장 안정된 형태의 안토시아닌으로 노화 억제 효과가 있는 토코페롤보다 7배나 강한 노화 억제 효과를 보이는 것으로 나타났다. 실제로 연구 결과 오디의 C3G 최고 함량은 1.27%로 포도의 23배에 달했다. <br/><br/>또 하나 눈여겨볼 성분은 레스베라트롤이다. 레스베라트롤은 식물이 생물학적·비생물학적 스트레스에 대항하며 자신을 지키기 위해 만들어낸 항독성 물질로, 그동안 포도와 땅콩 등에 많은 것으로 알려져 왔다. 레스베라트롤이 유명해진 것도 육류와 술을 좋아하는 프랑스인들의 심장이 튼튼한 것이 포도로 만든 와인의 레스베라트롤 성분 때문이라고 알려지면서부터다. 이런 현상을 국제사회에서는 ‘프렌치 패러독스’라고 한다. <br/><br/>실제로 레스베라트롤은 인체 내에서 혈소판 응집 억제, 지질대사 제어, 지방과산화 억제 등의 항산화 작용을 한다. 그런데 최근 분석 결과 오디의 레스베라트롤 함량이 월등히 많은 것으로 밝혀졌다. 오디의 레스베라트롤 함량은 100g당 78㎎에 이르는데 포도의 경우 0.5㎎, 땅콩은 0.1㎎ 정도에 불과해 비교 대상조차 되지 않는다.<br/><br/>레스베라트롤의 효능 중 가장 눈길을 끄는 것은 항암 효능이다. 연구 결과 레스베라트롤은 암의 발전 과정인 ‘개시-촉진-진행’ 3단계 모든 과정에서 강력한 항암 작용을 한다. <br/><br/>한편 요즘 오디가 제철이어서 온라인 쇼핑 등을 통해 직접 구입할 수 있다. 오디는 색깔이 짙고 통통한 것이 좋다. 그리고 쉽게 무르기 때문에 물기 없이 비닐팩에 담아 냉동 보관해야 한다. 물에 가볍게 씻어 생으로 먹을 수 있으며 요구르트를 가미해 믹서기에 갈아 주스로 만들어 먹어도 좋다. <br/><br/>＜도움말 = 김현복 농촌진흥청 잠사양봉소재과 연구사＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-636.txt

제목: <힐링푸드>‘오백원짜리’ 머리구멍 나지않게… ‘오디’로 주문 걸자  
날짜: 20140702  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140702100000102  
본문: 동의보감 탕액 편에 보면 “까만 오디는 뽕나무의 정령이 모여 있는 것이며 당뇨병에 좋고 오장에 이로우며 오래 먹으면 배고픔을 잊게 해준다”고 돼 있다. 또 “귀와 눈을 밝게 한다”고 돼 있으며, “오디를 오래 먹으면 백발이 검게 변하고, 노화가 늦춰진다”는 표현도 있다. 마치 뽕나무 열매인 오디가 만병통치약처럼 동의보감에 소개돼 있는데 주요 성분들을 살펴보면 어느 정도 수긍이 간다. <br/><br/>특히 최근 첨단과학에 의한 영양 분석으로 오디의 여러 유익한 성분들이 밝혀지면서 건강 기능성 식품 및 식의약 소재로 눈부신 조명을 받고 있다. 요즘 주목받는 오디의 성분들은 바로 루틴과 레스베라트롤, C3G(cyanidin-3-glucoside) 등이다. 그러면 이 가운데 어떤 성분이 탈모와 관련이 있을까. 동의보감에도 ‘백발이 검게 변하고’라며 오디의 효능이 표현돼 있듯이 오디가 두피 건강에 좋다는 사실은 오랜 세월 임상적으로 입증됐다. <br/><br/>결론부터 말하면 오디에 풍부한 루틴 성분이 바로 두피를 건강하게 만들어줘 탈모를 예방하는 데 이롭게 작용한다. 루틴은 식물계에 널리 분포돼 있는 플라보노이드의 일종으로, 메밀에서 최초로 분리돼 메밀을 대표하는 성분으로 알려져 있다. <br/><br/>루틴은 고혈압 억제물질로 유명하며 특히 모세혈관의 강화작용 및 수축작용을 도와 심혈관계 질환을 예방해 준다는 연구 결과가 많다. 실제로 옛날 사람들은 중풍(뇌졸중)을 예방하기 위해 오디를 상복했다. <br/><br/>그런데 모발 역시 모세혈관과 밀접한 관련이 있다. 모발은 혈액에서 영양분을 흡수하기 때문에 모근까지 제대로 혈액이 공급돼야 모발에 필요한 영양소를 공급받을 수 있고 정상적인 성장을 할 수 있다. <br/><br/>두피의 모세혈관이 막혀 있으면 영양이 제대로 공급되지 않아 모낭이 부실해지며 머리카락이 빠지게 된다. 따라서 탈모 방지를 위해 루틴이 풍부한 음식을 섭취해야 한다는 결론이 나온다. <br/><br/>농촌진흥청 국립농업과학원의 연구에 따르면 여러 종의 ‘말린 오디’를 분석한 결과 루틴 함량이 100g당 평균 0.14g으로 메밀 100g에 들어 있는 0.12g보다 더 많았다. 루틴 성분이 가장 많이 들어 있는 것으로 알려져 온 메밀보다 더 많은 루틴이 오디에 들어 있는 것이다. <br/><br/>오디에는 혈관을 튼튼히 해주는 루틴 외에도 몸에 유익한 성분들이 많이 들어 있다. 특히 좋은 성분이 노화 억제 항산화 색소인 C3G다. C3G는 오디의 까만색을 만들어 주는 성분으로 가지에도 많이 들어 있는 안토시아닌의 일종이다. 안토시아닌은 노화 억제, 망막장애 치료, 시력 개선, 항산화 작용 등에 대한 생리 활성 효과가 이미 검증돼 있는 성분이다. <br/><br/>그런데 여느 채소나 과일의 안토시아닌과 달리 오디에 함유된 C3G는 가장 안정된 형태의 안토시아닌으로 노화 억제 효과가 있는 토코페롤보다 7배나 강한 노화 억제 효과를 보이는 것으로 나타났다. 실제로 연구 결과 오디의 C3G 최고 함량은 1.27%로 포도의 23배에 달했다. <br/><br/>또 하나 눈여겨볼 성분은 레스베라트롤이다. 레스베라트롤은 식물이 생물학적·비생물학적 스트레스에 대항하며 자신을 지키기 위해 만들어낸 항독성 물질로, 그동안 포도와 땅콩 등에 많은 것으로 알려져 왔다. 레스베라트롤이 유명해진 것도 육류와 술을 좋아하는 프랑스인들의 심장이 튼튼한 것이 포도로 만든 와인의 레스베라트롤 성분 때문이라고 알려지면서부터다. 이런 현상을 국제사회에서는 ‘프렌치 패러독스’라고 한다. <br/><br/>실제로 레스베라트롤은 인체 내에서 혈소판 응집 억제, 지질대사 제어, 지방과산화 억제 등의 항산화 작용을 한다. 그런데 최근 분석 결과 오디의 레스베라트롤 함량이 월등히 많은 것으로 밝혀졌다. 오디의 레스베라트롤 함량은 100g당 78㎎에 이르는데 포도의 경우 0.5㎎, 땅콩은 0.1㎎ 정도에 불과해 비교 대상조차 되지 않는다.<br/><br/>레스베라트롤의 효능 중 가장 눈길을 끄는 것은 항암 효능이다. 연구 결과 레스베라트롤은 암의 발전 과정인 ‘개시-촉진-진행’ 3단계 모든 과정에서 강력한 항암 작용을 한다. <br/><br/>한편 요즘 오디가 제철이어서 온라인 쇼핑 등을 통해 직접 구입할 수 있다. 오디는 색깔이 짙고 통통한 것이 좋다. 그리고 쉽게 무르기 때문에 물기 없이 비닐팩에 담아 냉동 보관해야 한다. 물에 가볍게 씻어 생으로 먹을 수 있으며 요구르트를 가미해 믹서기에 갈아 주스로 만들어 먹어도 좋다. <br/><br/>＜도움말 = 김현복 농촌진흥청 잠사양봉소재과 연구사＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-637.txt

제목: 올해만 책 12권 집필 복거일 “일찍 죽을줄알고 썼는데…”  
날짜: 20140702  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140702100000003  
본문: ‘한가로운 걱정들을 직업적으로 하는 사내의 하루’(문학동네), ‘삶을 견딜 만하게 만드는 것들’(다사헌), ‘굳세어라 금순아를 모르는 이들을 위하여’(기파랑), ‘리지웨이, 대한민국을 구한 지휘관’(백년동안). 올해 들어 벌써 4권째다. 자신의 작품을 영어로 직접 옮겨서 싱가포르에서 출간한 소설 ‘더 조비언 세잉스(The Jovian Sayings)’와 희곡 ‘디 언포가튼 워(The Unforgotten War)’를 합치면 6권이다. 최근 한 달에 한 권꼴로 소설가 복거일(68·사진) 씨의 책이 나오고 있다. <br/><br/>그는 2년 반 전 간암4기 판정을 받았지만 오직 글쓰기를 위해 치료를 거부했다. 이를 증명하듯 최근 잇달아 출간되고 있는 그의 책은 마치 죽음과 맞바꾼 삶의 기록들 같다.<br/><br/>복 씨는 문화일보와의 인터뷰에서 “일찍 죽을 줄 알고 한꺼번에 내다보니까 그렇게 됐다”며 크게 웃었다. “책을 하도 많이 내서 나도 뭐가 뭔지 모르겠다. 작전계획이 잘못된 것 같다”는 우스갯소리도 했다.<br/><br/>올해 그의 책은 적어도 6권이 더 출간될 것으로 보인다. 복 씨는 문학과 지성사에 6권 분량의 ‘역사 속의 나그네’ 원고를 이미 넘긴 상태다. ‘역사 속의 나그네’는 그가 20여 년 전 3권의 책으로 출간한 바 있어 의미가 남다르다. 기존에 나온 1∼3권은 다시 손보고, 4∼6권은 새로 썼다. 문학과 지성사는 이를 9월 중 동시 출간할 계획이다. 올해만 12권의 책이 나오는 것이다. <br/><br/>“일종의 과학소설인데 21세기 사람이 임진왜란 직전인 16세기 조선으로 가서 현대의 지식으로 사회를 개혁하는 내용입니다. 노비를 해방하고 현대의술로 아픈 사람도 치료하죠. 앞으로 다른 책들은 시작을 하지 않을 것 같고, 이 시리즈를 죽을 때까지 써보려고 합니다. 몇 십 권짜리로 생각하고 있어요, 말하자면 대하소설이죠.”<br/><br/>“왜 하필 이 책이냐”는 질문에 “재미있지 않냐”는 답이 돌아왔다. “정치가가 나라 바꾸는 것보다 흥미롭지 않습니까. 세상을 좌파식으로 뒤엎는 것이 아니고, 시장을 활성화하고 해외와 교역해 나라를 부유하게 만드는, 저의 우파 이념을 담은 책입니다. 우리가 못살게 된 이유는 사농공상이라 해서 상업을 등한시했기 때문이에요. 가난을 벗어나는 조선의 이야기는 꼭 써보고 싶었던 것입니다.”<br/><br/>그는 여전히 암치료를 받지 않고 있다. 항암화학요법 등 치료를 받다 몸이 상해서 글을 쓰지 못하는 것보다 몸이 완전히 고장나기 전에 한 편이라도 더 쓰겠다는 설명이다. <br/><br/>“병원은 가지 않아요. 치료도 안 받을 거면서 진척 상황이 궁금해서 병원을 기웃하다 보면 시간만 뺏깁니다. 음식이라도 가려 먹어야 하는데 사람들 만나면 술 마셔서 말짱 도루묵이고, 담배는 예전에 끊었지만 사람들이 주면 또 피워요. 사는 것이 얼마나 연장이 되겠습니까. 저한테 더 중요한 건 좋은 글을 쓰는 겁니다.”<br/><br/>그에게도 죽음에 대한 두려움이 없진 않을 것이다. 하지만 무조건적인 생명 연장보다 자신에게 의미있는 일을 택한 ‘죽음에 대한 태도’가 많은 생각거리를 던져주고 있다. 글을 위해 죽음을 초월한 듯한 모습에서 작가적 비장함마저 묻어났다.<br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-638.txt

제목: 요즘 여성, 29세에 초혼하고 42세에 재혼  
날짜: 20140626  
기자: 유현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140626100000187  
본문: 지난해 우리나라 여성들의 초혼 연령 평균이 29.6세로 나타났다. 여성의 고등교육기회 확대와 경제활동참가율 증가로 인해 20여 년 전인 1990년(24.8세)보다 무려 4.8세가 높아진 것이다.<br/><br/>26일 여성가족부와 통계청은 여성 인구와 각종 지표를 통해 우리 사회 여성들의 삶을 돌아보는 ‘2014 통계로 보는 여성의 삶’ 보고서를 발표했다. 이에 따르면 여성의 초혼 연령은 지난 1990년 24.8세에서 2013년 29.6세로 크게 높아졌다. 남성도 1990년 27.8세에서 지난해 32.2세로 높아졌지만, 여성의 증가폭이 더 크다. 이 때문에 초혼 연령 평균의 남녀 나이차는 1990년 3세에서 지난해 2.6세로 점점 줄어들고 있다. 여성의 평균 재혼 연령도 1990년 34세에서 지난해 42.5세로 크게 높아졌다.<br/><br/>올해 국내 여성 인구는 2520만4000명으로 총인구의 50.0%를 차지했다. 2015년에는 통계를 시작한 지 처음으로 여성 인구가 남성 인구를 앞지를 것으로 전망되고 있다. 여성 인구는 고령화도 빠르게 진행되고 있는 것으로 나타났다. 60세 이상 비중은 504만 명으로 전체의 20.0%를 차지했는데, 이는 1990년 9.6%에 비해 두 배 이상으로 늘어난 수치다. 40대(16.6%)가 2위, 50대(15.7%)가 3위를 기록했다. 또 올해 우리나라 여성가구주는 27.9%로 집계됐다.<br/><br/>여성들의 건강을 위협하는 가장 큰 요인은 암인 것으로 나타났다. 2012년 기준 여성 인구 10만 명당 108.5명이 암으로 사망했다. 여성의 사망 요인 중 남성에 비해 높은 비율을 기록한 것은 고혈압성질환(10만 명당 14.4명)으로 남성(6.4명)의 2.25배에 달했다. 20세 이상 여성 중 10.6%는 자살을 생각해본 적이 있다고 답했다.<br/><br/>한편 통계청이 최근 만 6세 미만의 미취학 아동을 키우는 여성 중 일부를 대상으로 설문조사를 실시한 결과, 이들 중 90.9%는 ‘여성이 직업을 갖는 게 좋다’고 응답했다. 그러나 72.8%는 ‘육아부담’이 취업을 어렵게 한다고 답했다. 육아부담이 여성들의 경제활동에 여전히 큰 어려움을 주고 있기 때문에 일·가정양립정책의 확대가 필요하다는 목소리가 높아지고 있다. <br/><br/>실제로 여성의 경제활동참가율은 지난해 50.2%로 남성(73.2%)보다 크게 낮았다. 게다가 연령별로 보면 여성의 경제활동참가율은 20∼29세가 71.8%로 가장 높아 결혼 후 경력이 단절되는 여성이 많은 것으로 분석되고 있다.<br/><br/>유현진 기자 cworange@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-639.txt

제목: 아모레퍼시픽, 7년째 암투병 환우들에 ‘아름다움’ 선물  
날짜: 20140625  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140625100000094  
본문: 아모레퍼시픽의 사회공헌활동은 ‘화장품 전문 1위 기업’이란 위상에 걸맞게 세밀하고 촘촘하다는 평가를 받는다. 공익재단을 설립해 운영·후원하는 한편, 직접 참여를 통해 ‘기업시민’으로서 역할을 충실히 하는 데 중점을 두고 있다.<br/><br/>올해 7년째인 ‘아모레퍼시픽 메이크업 유어 라이프’(사진)는 암 치료 과정에서 피부 변화, 탈모 등으로 고통받는 여성 암 환우들에게 메이크업 피부 관리, 헤어 연출법 등의 노하우를 전수해 삶에 대한 긍정적 태도를 높이도록 돕는 간판 사회공헌활동이다. 지금까지 8000여 명의 암 환우 및 2000여 명의 아모레 카운슬러 자원봉사자가 참가했다. 올해도 전국 35개 병원에서 지속된다.<br/><br/>앞서 지난 2000년에는 설립기금 전액을 출자해 국내 최초의 유방건강 비영리 공익재단인 ‘한국유방건강재단’을 설립해 ‘핑크리본 사랑마라톤’, 유방건강 강좌인 ‘핑크투어’, 저소득층 여성 수술치료비 지원, 학술연구비 지원 등의 유방건강활동을 펼치고 있다. <br/><br/>저소득 한부모 여성가장을 위해서는 창업을 통해 자활·자립을 모색해 주는 ‘희망가게’ 사업을 빼놓을 수 없다. 지금까지 200호점 개설이라는 괄목할 만한 성과를 얻었다. 희망가게 창업주들의 평균 소득이 창업 전 98만 원에서 253만 원으로 2.5배로 증가했다. 환경경영의 하나로 각 매장의 공병을 수거해 뷰티포인트를 적립해 주는 ‘그린 사이클’ 캠페인을 진행하고 있는데 2009년 이후 누적수거량이 431t에 달했다. 어린 소나무 4107그루를 심은 것과 같은 이산화탄소(CO₂) 저감 효과를 얻었다.

언론사: 문화일보-1-640.txt

제목: <힐링푸드>어질어질? 마른 오징어 질겅질겅!  
날짜: 20140625  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140625100000151  
본문: 인스턴트 식품에 밀려 예전만은 못해도 짭쪼름하면서 씹을수록 단맛이 배어나는 ‘마른 오징어’는 여전히 ‘심심풀이 땅콩’ 못잖은 국민간식이다. 그러나 간식거리라는 그런 인식 때문에 마른 오징어는 영양 측면에서 크게 조명을 받지 못했다.<br/><br/>한방에서는 오징어에 대해 기(氣)를 돕고, 간(肝)과 신장(腎臟)에 작용해 피가 부족해서 나타나는 무월경, 자궁출혈, 대하를 치료해주며, 심장을 강하게 하고 혈맥(血脈)을 통하게 한다며 그 효능이 상세히 설명돼 있다. 최근 오징어의 그 같은 효능이 타우린 등 특정 성분들이 지닌 효능 때문인 것으로 점차 밝혀지고 있다. 마른 오징어는 어떻게 보면 몸에 유익한 성분들이 건조 과정에서 더욱 농축된 식품이다. 실제로 마른 오징어의 성분들을 살펴보면 ‘건강식’ 명단에 이름을 올려도 손색이 없는 식품이라는 것을 실감할 수 있다.<br/><br/>우선 오징어하면 가장 먼저 연상되는 타우린 성분부터 보자. 오징어는 콜레스테롤 함량이 높은 식품이지만 콜레스테롤의 체내 흡수를 억제해주는 타우린 역시 풍부하게 함유하고 있다. 타우린은 마른 오징어 표면에 보이는 하얀 가루로 피로 해소에 도움을 주는 것은 물론 콜레스테롤 함량을 낮춰주고, 혈압을 내려주며, 심장병이나 동맥경화 등의 성인병 그리고 암 예방에도 유용한 성분이라는 연구결과가 많이 발표돼 있다. 또 마른 오징어에 역시 풍부한 DHA, EPA 같은 불포화지방산 역시 모든 성인병의 원인 유발자인 혈관질환을 예방해준다.<br/><br/>그러면 기립성 저혈압에 대해 마른 오징어는 어떤 작용을 할까. 앉았다 일어서면 머리가 핑 돌고, 눈앞이 하얘지며 어지럼증을 느끼게 되는 기립성 저혈압은 여러 요인이 있지만 부신 기능에 문제가 생겨도 발생하는 질환이다. 신장의 위쪽 안쪽에 모자처럼 얹혀 있는 내분비기관인 부신은 스트레스 조절호르몬인 코르티솔 등 환경 변화에 적응토록 하는 각종 호르몬을 분비하는데 만성적인 스트레스 상태에 놓이게 되면 부신 기능에 문제가 발생할 수 있다.<br/><br/>부신에서 제대로 호르몬이 분비되지 못하면 가장 먼저 자율신경에 문제가 발생한다. 앉았다가 일어서면 중력에 의해 피가 아래쪽으로 몰리는 것이 당연한데 정상적이라면 자율신경계의 반사작용으로 하체의 근육 및 혈관 수축을 통해 그 영향이 잘 나타나지 않는다. 그러나 부신에 문제가 생기면 반사작용이 둔화하면서 혈압을 정상적으로 유지하지 못하게 돼 기립성 저혈압 증상이 나타난다.<br/><br/>이 대목에서 눈여겨봐야 할 마른 오징어의 성분이 바로 비타민B 복합체들이다. 특히 ‘항스트레스 비타민’으로 불리는 판토텐산(비타민B5)은 부신 기능을 도와 부신호르몬 생성을 촉진, 자율신경이 정상적으로 작동할 수 있도록 만들어준다. 마른 오징어가 기립성 저혈압 증상 개선에 일정 부분 작용할 수 있는 것도 비타민B5 성분을 많이 함유하고 있기 때문이다.<br/><br/>그외에도 마른 오징에는 탄수화물과 에너지 대사를 도와 만성피로를 개선해주는 비타민B1(티아민), 체내 면역력을 키워 구내염 등을 예방해주는 비타민 B2(리보플래빈), 세로토닌 등 신경 전달 호르몬 합성에 관여하는 비타민B6(피리독신), 치매 등을 예방해주는 엽산(비타민B9) 등의 성분이 풍부하게 들어 있다.<br/><br/>단지 마른 오징어의 경우 높은 나트륨 함량이 문제될 수 있지만, 저혈압 특히 부신 기능 저하로 인한 기립성 저혈압 등에는 나트륨이 오히려 긍정적으로 작용할 수도 있다는 것이 일부 전문가의 견해다.<br/><br/>또 한 가지 마른 오징어를 거론하며 빼놓을 수 없는 성분이 아연이다. 아연은 남녀 모두의 생식기관 발달과 호르몬 생산에 필요한 미네랄이다. 그래서 불임에도 아연이 처방되는 경우가 많다. 특히 아연은 정자의 숫자와 활동성을 향상시키고 성 능력을 배가한다. 비타민B6와 함께 복용하면 발기부전 치료 효과가 있다는 연구결과도 있다. 우리나라 성인 남녀의 아연 평균 필요량은 각각 8.1㎎/일, 7.0㎎/일이며, 권장섭취량은 10㎎/일, 8㎎/일이다. 마른 오징어 100g에는 5.4㎎의 아연이 들어 있다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com <br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-641.txt

제목: <힐링푸드>‘두·보·낙’으로 술배 걱정 끝!  
날짜: 20140625  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140625100000155  
본문: 노출의 계절, 중년남에게 가장 큰 고민은 역시 ‘술배’다. 고칼로리 식품인 술(알코올 1g당 7㎉)이 복부비만을 유발한다는 것은 이제 삼척동자도 다 아는 사실이지만 ‘사회생활’에 전념해야 하는 직장인들에게 술을 끊는다는 것은 결코 쉽지 않은 일이다. 그러면 술을 마시더라도 술배가 덜 나오게 하는 묘책은 없을까.<br/><br/>비만전문의인 박용우(의학박사·전 성균관대 의대 교수) 리셋클리닉 원장이 ‘뱃살을 덜 나오게 하는 안주’를 제안했다. 최근 ‘박용우 4주 해독 다이어트’를 출간한 박 원장은 본인 역시 ‘술을 평생 마시기 위해 다이어트를 한다’고 공언하고 다닐 정도의 애주가다.<br/><br/>박 원장에 따르면 알코올은 소장에서 아미노산이 체내에 흡수되는 것을 방해한다. 또 알코올로 인해 당대사에 문제가 생기며 인체는 당이 떨어지는 것을 막으려고 근육 내의 아미노산을 끌어다 쓰게 된다. 근육량을 줄인다는 얘기다. 반면 지방은 늘어난다. 알코올은 분해되어 일차적 에너지로 쓰이므로 나머지 영양소는 우리 몸에 지방으로 쌓인다. 따라서 뱃살 걱정을 하며 음식을 일부러 줄이면서 술을 계속 마실 경우 특히 근육량은 점차 줄어들고 뱃살만 나온다는 것이 박 원장의 주장이다. 박 원장이 추천하는 안주는 낙지, 보쌈, 두부 등 양질의 단백질 식품들이다. 지방으로 축적되지 않으면서 동시에 근육량 감소도 예방해 준다는 것이 그의 주장이다. <br/><br/># 낙지연포탕 <br/><br/>낙지에는 단백질과 칼슘, 비타민B1과 B2, 니아신, 인, 철분 등 각종 무기질 성분이 풍부하다. 특히 낙지의 단백질을 구성하는 아미노산들 중엔 익히 효능이 검증된 타우린 외에도 메티오닌, 시스테인 등 황성분을 함유하고 있는 아미노산이 많다. 함황 아미노산은 피로 해소와 병후 원기 회복에 유익하고, 간의 해독작용을 돕는다고 알려져 있다. <br/><br/>히스티딘 등의 아미노산도 낙지에 풍부하게 들어 있는데 성장기의 필수 아미노산인 히스티딘은 성적 욕구 및 능력을 향상시키는 아미노산으로도 유명하다. 실제로 성관계 전 히스티딘을 먹은 여성들의 성감이 훨씬 향상됐다는 연구 결과까지 있다. 또 남성에게는 히스티딘이 혈관을 확장시켜 발기에 도움이 된다. 또 히스티딘은 위산 분비를 촉진해 소화기능을 높여 주고, 폐 기관 근육 강화와 면역 강화 기능도 지녔다.<br/><br/># 보쌈수육<br/><br/>수육의 재료인 돼지고기는 자타가 공인하는 완전한 단백질 식품이다. 체내에서 합성이 안 돼 반드시 음식으로 섭취해야 하는 8종의 필수 아미노산(아이소류신, 류신, 라이신, 메티오닌, 페닐알라닌, 트레오닌, 트립토판, 발린)이 돼지고기에는 모두 들어 있다. 이와 함께 돼지고기에 포함된 비타민B1이나 불포화지방산 등의 성분들 역시 몸에 이로운 것들이다. 비타민B1 역시 돼지고기에서 주목할 만한 성분이다. 비타민B1이 결핍되면 에너지 대사에 문제가 생기며, 현기증과 식욕 부진, 피로감, 권태감 등이 나타날 수 있다. 돼지고기에는 비타민B1이 다른 육류에 비해 6∼10배나 많이 들어 있다고 알려져 있다. 한편 돼지고기는 구워서도 많이 먹는데 수육으로 먹는 것이 훨씬 유리하다고 전문가들은 입을 모은다. <br/><br/># 두부김치<br/><br/>두부는 최근 다이어트식으로 적극 권유되는 음식이다. 단백질, 지방, 탄수화물이 골고루 균형을 이루고 있으며 높은 소화흡수율을 자랑한다. 열량도 100g당 79㎉로 낮아 다이어트 식품으로 각광받고 있다. 또 두부에는 콜린 성분이 풍부한데 콜린은 신경전달물질인 아세틸콜린의 구성성분으로 기억력 향상 등 뇌기능 활성화를 위해 없어서는 안 되는 성분이다. 치매 예방에도 좋다. 콜린은 혈관을 따라 이동하는 콜레스테롤이 혈관 벽에 달라붙는 것을 방해해 동맥경화증, 고혈압 등을 예방해 준다. 이와 함께 두부 속의 불포화지방산인 리놀렌산도 암 발생 억제 등 각종 성인병 예방에 좋은 성분으로 알려져 있다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-642.txt

제목: <포럼>치매 예방·치료는 福祉국가의 책무  
날짜: 20140625  
기자: 김 윤  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140625100000064  
본문: 김 윤/서울대 의대 교수·의료관리학<br/><br/>치매는 노인에게 가장 두려운 병(病)이다. 암보다 더 무서워한다고 한다. 노인이라면 누구에게나 언제든 찾아올 수 있는 병이기 때문이다. 게다가 본인과 가족은 물론 주위 사람들에게 정신적으로 큰 고통을 주기까지 한다. 경제적 부담도 만만찮다. 환자 1명을 치료하고 간병하는 데 한 해 2000만 원 가까이 든다고 한다. 여러 모로 개인이 감당하기에는 어려운 부담이다. 그런데 우리나라 노인 10명 중 1명, 전국적으로 약 60만 명이 치매환자라고 한다. 국가가 적극 나서야 할 사회적 문제다.<br/><br/>정부는 2008년부터 치매 관리 대책을 세우고 치매관리법을 제정하는 등 적극 노력해 왔다. 하지만 아직 만족할 만한 수준은 못 된다. 지난해 조사 결과를 보면 치매환자의 약 43%인 25만 명은 진단도 받지 않은 채 방치돼 있다. 그리고 치매환자는 여전히 급증하고 있다.<br/><br/>보건복지부가 24일 내놓은 치매 관리 대책 중 가장 눈에 띄는 것은 치매 예방을 강조한 점이다. 치매가 어느 날 갑자기 생기는 병이 아니라, 과음과 운동 부족 등 잘못된 생활습관이 누적돼 발생한다는 점에 주목한 것이다. 젊었을 때 술을 적게 먹고 운동을 더 많이 하도록 해 노인이 되더라도 치매에 덜 걸리도록 하겠다는 것이다. 이를 위해 대학 등 공공시설에서의 음주와 주류 판매를 금지하고, 대중교통수단·옥외광고물의 주류 광고를 금지할 것이라고 한다. 치매 예방을 위해 노인의 운동과 친구 만들기 등 사회적 관계 형성도 지원한다고 한다.<br/><br/>늦은 감이 있지만 바람직한 방향이다. 나쁜 생활습관을 고치고 고혈압이나 당뇨병을 잘 관리하면 치매를 예방할 수 있다는 것은 전문가들 사이에는 이미 널리 알려진 사실이다. 따라서 복지(福祉) 선진국에서는 이미 오래 전부터 치매 예방의 중요성을 강조해왔다. 지나친 음주와 운동 부족은 고혈압이나 당뇨병처럼 만성질환의 원인일 뿐 아니라, 중풍·심장병 같은 중증질환의 주요 원인이기도 하다. 더구나 한국의 1인당 음주량은 세계 최고 수준이라는 점을 고려하면 음주량은 반드시 줄여야 한다.<br/><br/>정부는 다음 달부터 경증 치매환자도 장기요양 서비스를 받을 수 있도록 ‘치매 특별등급’ 제도와 간병으로 지친 치매환자 가족을 위한 ‘치매가족 휴가제’도 시행할 계획이라고 한다. 노인 요양시설과 요양병원의 시설·인력 기준도 강화해 장성 요양병원 화재와 같은 사건의 재발을 막겠다는 것이다. 치매환자와 그 가족의 부담을 크게 덜어줄 것으로 기대된다.<br/><br/>하지만 여전히 아쉬운 점도 많다. 치매는 조기 발견과 조기 치료가 중요하다. 그런데 치료를 받은 치매환자 중 상태가 나빠져 요양시설에 입원해야 할 노인은 10명 가운데 1명에 불과했던 반면, 치료를 받지 않은 환자 10명 중 6명이 요양시설에 입원해야 할 환자였다. 조기 치료를 받지 않아 상태가 악화된 것이다. 그럼에도 이번 정부 대책에는 방치된 치매환자에 대해 조기 발견과 조기 치료를 획기적으로 강화할 수 있는 대책이 눈에 띄지 않는다. 또 나쁜 생활습관 못지않게 치매를 일으키는 중요한 원인인 고혈압이나 당뇨병에 대한 관리 대책이 눈에 띄지 않는 것도 아쉽다.<br/><br/>전문가들은 치매를 ‘몰라서 두려운 병’이라고 말한다. 현대의학의 발전으로 치매는 더 이상 불치병이 아니다. 아직 충분치는 않지만 치매도 예방하고 치료하고 관리할 수 있다. 하지만 아직도 많은 환자가 치매의 초기 증상을 나이 들어 생기는 병으로 무심코 넘긴다. 치매를 불치병으로 생각하고 치료를 포기하는 것이다. 이제부터라도 정부는 치매를 충분히 예방할 수 있고 치료하면 관리가 가능한 병이라는 사실을 국민에게 더 적극적으로 알려야 한다. 국민이 건강한 생활습관을 가질 수 있도록 지속적으로 제도와 환경을 개선하는 일도 국가의 책무다.

언론사: 문화일보-1-643.txt

제목: <포럼>치매 예방·치료는 福祉국가의 책무  
날짜: 20140625  
기자: 김윤  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140625100000206  
본문: 김 윤/서울대 의대 교수·의료관리학<br/><br/>치매는 노인에게 가장 두려운 병(病)이다. 암보다 더 무서워한다고 한다. 노인이라면 누구에게나 언제든 찾아올 수 있는 병이기 때문이다. 게다가 본인과 가족은 물론 주위 사람들에게 정신적으로 큰 고통을 주기까지 한다. 경제적 부담도 만만찮다. 환자 1명을 치료하고 간병하는 데 한 해 2000만 원 가까이 든다고 한다. 여러 모로 개인이 감당하기에는 어려운 부담이다. 그런데 우리나라 노인 10명 중 1명, 전국적으로 약 60만 명이 치매환자라고 한다. 국가가 적극 나서야 할 사회적 문제다.<br/><br/>정부는 2008년부터 치매 관리 대책을 세우고 치매관리법을 제정하는 등 적극 노력해 왔다. 하지만 아직 만족할 만한 수준은 못 된다. 지난해 조사 결과를 보면 치매환자의 약 43%인 25만 명은 진단도 받지 않은 채 방치돼 있다. 그리고 치매환자는 여전히 급증하고 있다.<br/><br/>보건복지부가 24일 내놓은 치매 관리 대책 중 가장 눈에 띄는 것은 치매 예방을 강조한 점이다. 치매가 어느 날 갑자기 생기는 병이 아니라, 과음과 운동 부족 등 잘못된 생활습관이 누적돼 발생한다는 점에 주목한 것이다. 젊었을 때 술을 적게 먹고 운동을 더 많이 하도록 해 노인이 되더라도 치매에 덜 걸리도록 하겠다는 것이다. 이를 위해 대학 등 공공시설에서의 음주와 주류 판매를 금지하고, 대중교통수단·옥외광고물의 주류 광고를 금지할 것이라고 한다. 치매 예방을 위해 노인의 운동과 친구 만들기 등 사회적 관계 형성도 지원한다고 한다.<br/><br/>늦은 감이 있지만 바람직한 방향이다. 나쁜 생활습관을 고치고 고혈압이나 당뇨병을 잘 관리하면 치매를 예방할 수 있다는 것은 전문가들 사이에는 이미 널리 알려진 사실이다. 따라서 복지(福祉) 선진국에서는 이미 오래 전부터 치매 예방의 중요성을 강조해왔다. 지나친 음주와 운동 부족은 고혈압이나 당뇨병처럼 만성질환의 원인일 뿐 아니라, 중풍·심장병 같은 중증질환의 주요 원인이기도 하다. 더구나 한국의 1인당 음주량은 세계 최고 수준이라는 점을 고려하면 음주량은 반드시 줄여야 한다.<br/><br/>정부는 다음 달부터 경증 치매환자도 장기요양 서비스를 받을 수 있도록 ‘치매 특별등급’ 제도와 간병으로 지친 치매환자 가족을 위한 ‘치매가족 휴가제’도 시행할 계획이라고 한다. 노인 요양시설과 요양병원의 시설·인력 기준도 강화해 장성 요양병원 화재와 같은 사건의 재발을 막겠다는 것이다. 치매환자와 그 가족의 부담을 크게 덜어줄 것으로 기대된다.<br/><br/>하지만 여전히 아쉬운 점도 많다. 치매는 조기 발견과 조기 치료가 중요하다. 그런데 치료를 받은 치매환자 중 상태가 나빠져 요양시설에 입원해야 할 노인은 10명 가운데 1명에 불과했던 반면, 치료를 받지 않은 환자 10명 중 6명이 요양시설에 입원해야 할 환자였다. 조기 치료를 받지 않아 상태가 악화된 것이다. 그럼에도 이번 정부 대책에는 방치된 치매환자에 대해 조기 발견과 조기 치료를 획기적으로 강화할 수 있는 대책이 눈에 띄지 않는다. 또 나쁜 생활습관 못지않게 치매를 일으키는 중요한 원인인 고혈압이나 당뇨병에 대한 관리 대책이 눈에 띄지 않는 것도 아쉽다.<br/><br/>전문가들은 치매를 ‘몰라서 두려운 병’이라고 말한다. 현대의학의 발전으로 치매는 더 이상 불치병이 아니다. 아직 충분치는 않지만 치매도 예방하고 치료하고 관리할 수 있다. 하지만 아직도 많은 환자가 치매의 초기 증상을 나이 들어 생기는 병으로 무심코 넘긴다. 치매를 불치병으로 생각하고 치료를 포기하는 것이다. 이제부터라도 정부는 치매를 충분히 예방할 수 있고 치료하면 관리가 가능한 병이라는 사실을 국민에게 더 적극적으로 알려야 한다. 국민이 건강한 생활습관을 가질 수 있도록 지속적으로 제도와 환경을 개선하는 일도 국가의 책무다.

언론사: 문화일보-1-644.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>스트레스에 예민한 방광  
날짜: 20140623  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140623100000151  
본문: 골프 마니아 K(60) 씨가 외래에 찾아왔다.<br/><br/><br/><br/>“요즘 공 잘 맞습니까?”<br/><br/><br/><br/>“아휴! 말도 마세요. 지난주엔 완전히 죽 쑤었어요. 친구들과 오랜만에 한번 게임을 했지요. 초반 4홀까진 파로 잘 나가다가 중간에 갑자기 소변이 급해지는 바람에 그만 실례하고 말았어요. 그 후부턴 게임 리듬이 완전히 깨져서 엉망이 됐지요.”<br/><br/><br/><br/>“<span class='quot0'>자주 보고, 참지 못하는 증세인가요?</span>”<br/><br/><br/><br/>“네. 최근 들어 이런 증세가 자주 나타나는데 왜 그렇지요?”<br/><br/><br/><br/>“과민성 방광에서 나타나는 급박성 요실금이라는 증세지요. 소변 보는 게 힘들지는 않습니까? 밤에 깨는 경우가 많습니까?”<br/><br/><br/><br/>“힘들진 않으나 자주 보고 마려울 땐 잘 참기가 어렵습니다. 하복부가 항상 뻐근하고 불쾌한 느낌이에요. 밤에 자다가 소변 때문에 한두 번 일어납니다.”<br/><br/><br/><br/>“위축성 방광 내지 과민성 방광 때문인 것 같습니다. 우선 소변 검사로 염증 여부를 알아보고 잔뇨가 얼마나 남아 있나 봐야겠습니다. 그다음 전립선 초음파와 방광 내시경 검사를 해서 요도와 전립선, 방광의 이상 여부를 직접 확인하는 게 좋겠습니다.”<br/><br/><br/><br/>검사 결과 요 검사는 깨끗했고 염증 소견도 없었다. 잔뇨는 거의 없었으며 오줌 줄기는 좀 약해져 있었다. <br/><br/><br/><br/>전립선에 대한 초음파 검사에서 30㎎ 크기로 나타났고 PSA(전립선 특이항원)는 3.0㎍/㎖로 정상이고 오랫동안 염증을 앓아 석회화된 결석들이 보였다. <br/><br/><br/><br/>내시경 검사에서 전립선 요도는 양측의 비대된 조직이 서로 마주보며 키스하는 것 같은 특징적인 ‘키싱 사인(kissing sign)’을 보여주고 있었다. 또한 전립선 조직에 만성 염증으로 석회화된 결절들이 여기저기에 있었다. <br/><br/><br/><br/>방광 안에는 양측 콩팥으로부터 요관구를 통해 소변이 잘 나오는 것이 확인됐고 암이나 결석이나 다른 이상소견은 없었다.<br/><br/><br/><br/>“암은 아니고 전립선 비대증과 염증 및 과민성 방광이 동반돼 있습니다. 내기게임으로 스트레스를 받으면 과민성 방광 증세가 더 심해집니다. 이제부터는 그냥 즐거운 마음으로 편하게 운동하시지요. 그리고 약을 좀 드릴 테니까 잡숴 보세요.”<br/><br/><br/><br/>K 씨에게 비대증과 과민성 방광약을 처방해 주었다. <br/><br/><br/><br/>한 달 후에 나타난 K 씨의 얼굴이 좋다. <br/><br/><br/><br/>“잘 지내셨습니까?”<br/><br/><br/><br/>“약을 먹고 많이 좋아졌어요. 소변이 잘 나오고 횟수가 줄어서 편안하게 운동했습니다.”<br/><br/><br/><br/>스트레스와 같이 살아가는 현대사회에서 중년 남성들에게 이러한 과민성 증세들이 많이 나타난다. 방광은 가장 예민한 스트레스 기관으로 그러한 스트레스 상태가 바로 급박성 요실금 증세로 나타난다. 시험 때 긴장하면 소변을 참기 어려운 것과 같은 기전이다. <br/><br/><br/><br/>이러한 만성 전립선염과 과민성 방광이 오래되면 방광 용적이 점점 더 오그라들어 빈뇨 증세가 더욱 심해진다. 스트레스를 가급적 줄이고 증세가 심할 때는 약물 치료를 받아야 한다. <br/><br/><br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-645.txt

제목: 9월 ‘오송국제바이오산업엑스포’ 의료·제약산업 ‘한눈에’  
날짜: 20140623  
기자: 고광일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140623100000102  
본문: 생명공학을 활용한 바이오 산업을 한눈에 볼 수 있는 ‘2014 오송국제바이오산업엑스포’가 3개월 앞으로 다가왔다.<br/><br/><br/><br/>23일 충북도에 따르면, 도와 산업통상자원부·청주시·청원군 등이 총 사업비 232억 원을 들여 오는 9월 26일부터 10월 12일까지 17일 동안 청원군 KTX 오송역 주변 오송생명과학단지 내 10만㎡에서 바이오산업엑스포(조감도)를 개최할 예정이다. 이를 위해 도는 현재 막바지 기초공사에 한창이며 7월 초까지 부지정리와 기초공사를 마무리 짓고 각종 주제전시관·체험관 등의 건축시설 작업에 들어갈 계획이다.<br/><br/><br/><br/>이번 엑스포에는 국내 163개와 외국 60개 등 총 223개 기업이 참여해 다양한 체험행사와 함께 의료와 제약 등 바이오 관련 신제품을 선보이게 된다. 특히 ‘생활 속의 생명’을 주제로 바이오미래관·주제영상관·건강체험관·뷰티체험관·에듀체험관 등이 운영돼 관람객들로부터 큰 관심을 끌 전망이다. 이 가운데 바이오미래관에서는 바이오산업의 발전과정과 함께 최첨단 의료 로봇과 세계 최초 복제견인 ‘스너피’, 복제기술로 태어난 토종개·형광돼지 등을 볼 수 있다. 또 미래 핵심기술로 각광받는 3D프린터로 인공장기를 제작하는 과정도 살펴볼 수 있다.<br/><br/><br/><br/>주제영상관에서는 인류의 질병·환경·전쟁위기 등을 바이오기술로 극복하는 이야기를 담은 ‘바이오가 꿈꾸는 세상’을 상영한다. 건강체험관과 뷰티체험관·에듀체험관 등 3개의 체험관은 생소하게 느껴지던 ‘바이오’를 쉽고 친근하게 체험할 수 있는 공간이다. 이곳에서는 혈액 한 방울로 10분 만에 암, 심장질환과 같은 질병을 파악하는 특정질병 검사를 체험할 수 있다. 또 지문 하나로 본인의 성격과 미래직업을 알아보는 바이오 적성검사와 생체신호로 우울증이나 치매 위험도를 체크하고 언제 어디서나 편하게 모바일로 건강을 관리하는 방법도 배울 수 있다. 3D프린터로 관람객이 직접 물건을 만들어 보고 피부상태 진단과 탈모검사 등도 받을 수 있다. 이와 함께 세계적인 제약회사가 참여하는 학술회의와 비즈니스포럼도 마련돼 바이오산업과 관련된 각종 지식도 논의될 예정이다.<br/><br/><br/><br/>이차영(53) 엑스포조직위 사무총장은 “<span class='quot0'>바이오산업엑스포는 기존의 전시·관람 형식에서 벗어나 다양한 교육·건강·미용체험 등 실생활과 밀접한 전시물로 꾸며지기 때문에 향후 다가오는 ‘바이오 사회’에 대한 교육·홍보의 장으로 미래를 짊어질 꿈나무들이 바이오 분야를 이해하는 좋은 기회가 될 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>이번 엑스포를 통해 오송이 국내는 물론 세계 바이오산업의 중심지로 도약할 수 있을 것으로 기대된다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>청주=고광일 기자 kik@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-646.txt

제목: 9월 ‘오송국제바이오산업엑스포’ 의료·제약산업 ‘한눈에’  
날짜: 20140623  
기자: 고광일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140623100000202  
본문: 생명공학을 활용한 바이오 산업을 한눈에 볼 수 있는 ‘2014 오송국제바이오산업엑스포’가 3개월 앞으로 다가왔다.<br/><br/><br/><br/>23일 충북도에 따르면, 도와 산업통상자원부·청주시·청원군 등이 총 사업비 232억 원을 들여 오는 9월 26일부터 10월 12일까지 17일 동안 청원군 KTX 오송역 주변 오송생명과학단지 내 10만㎡에서 바이오산업엑스포(조감도)를 개최할 예정이다. 이를 위해 도는 현재 막바지 기초공사에 한창이며 7월 초까지 부지정리와 기초공사를 마무리 짓고 각종 주제전시관·체험관 등의 건축시설 작업에 들어갈 계획이다.<br/><br/><br/><br/>이번 엑스포에는 국내 163개와 외국 60개 등 총 223개 기업이 참여해 다양한 체험행사와 함께 의료와 제약 등 바이오 관련 신제품을 선보이게 된다. 특히 ‘생활 속의 생명’을 주제로 바이오미래관·주제영상관·건강체험관·뷰티체험관·에듀체험관 등이 운영돼 관람객들로부터 큰 관심을 끌 전망이다. 이 가운데 바이오미래관에서는 바이오산업의 발전과정과 함께 최첨단 의료 로봇과 세계 최초 복제견인 ‘스너피’, 복제기술로 태어난 토종개·형광돼지 등을 볼 수 있다. 또 미래 핵심기술로 각광받는 3D프린터로 인공장기를 제작하는 과정도 살펴볼 수 있다.<br/><br/><br/><br/>주제영상관에서는 인류의 질병·환경·전쟁위기 등을 바이오기술로 극복하는 이야기를 담은 ‘바이오가 꿈꾸는 세상’을 상영한다. 건강체험관과 뷰티체험관·에듀체험관 등 3개의 체험관은 생소하게 느껴지던 ‘바이오’를 쉽고 친근하게 체험할 수 있는 공간이다. 이곳에서는 혈액 한 방울로 10분 만에 암, 심장질환과 같은 질병을 파악하는 특정질병 검사를 체험할 수 있다. 또 지문 하나로 본인의 성격과 미래직업을 알아보는 바이오 적성검사와 생체신호로 우울증이나 치매 위험도를 체크하고 언제 어디서나 편하게 모바일로 건강을 관리하는 방법도 배울 수 있다. 3D프린터로 관람객이 직접 물건을 만들어 보고 피부상태 진단과 탈모검사 등도 받을 수 있다. 이와 함께 세계적인 제약회사가 참여하는 학술회의와 비즈니스포럼도 마련돼 바이오산업과 관련된 각종 지식도 논의될 예정이다.<br/><br/><br/><br/>이차영(53) 엑스포조직위 사무총장은 “<span class='quot0'>바이오산업엑스포는 기존의 전시·관람 형식에서 벗어나 다양한 교육·건강·미용체험 등 실생활과 밀접한 전시물로 꾸며지기 때문에 향후 다가오는 ‘바이오 사회’에 대한 교육·홍보의 장으로 미래를 짊어질 꿈나무들이 바이오 분야를 이해하는 좋은 기회가 될 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>이번 엑스포를 통해 오송이 국내는 물론 세계 바이오산업의 중심지로 도약할 수 있을 것으로 기대된다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>청주=고광일 기자 kik@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-647.txt

제목: <여론마당>암치료약 건강보험 적용 미뤄져 환자 가족들 고통  
날짜: 20140618  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140618100000073  
본문: 아버지는 3년 전 말기 전이성 전립선암 판정을 받았다. 말기 전립선암 선고 후 아버지는 암세포가 뼈까지 전이된 채로 2년 간 호르몬 치료와 수술, 항암 치료를 받았다. <br/><br/>독한 약으로 인한 심한 부작용과 완치가 불가능하다는 불확실성으로 아버지는 하루에도 수십 번씩 삶을 포기하겠다는 말을 하며 불안감과 괴로움으로 하루하루를 연명했다. <br/><br/>그러던 중 당시 의사가 부작용도 거의 없고 치료효과도 좋은 약이 있다며 복용을 권했다.<br/><br/>그 동안의 치료가 너무 힘들었기에 이 약의 효과가 얼마나 좋을까 반신반의했지만 이는 기우에 불과했다. 약 복용을 시작한 후 그 어떤 치료 방법으로도 떨어지지 않았던 아버지의 혈액검사 수치가 정상인 수준까지 내려갔다. 아버지의 상태는 놀라울 만큼 나아졌다. <br/><br/>이렇게 아버지에게 잘 맞는 치료방법이 있는데 단 한 가지 문제가 있다. 치료제가 너무 비싸다는 점이다. <br/><br/>이 약이 비싼 이유는 현재 이 약은 건강보험이 적용되지 않기 때문이다. 나 같은 평범한 소시민들은 한 달치 생활비를 쏟아부어도 약값을 감당하기 어렵다. 이렇게 환자들에게 절실하게 필요한 약임에도 불구하고 왜 자꾸만 보험급여 결정이 연기되는지 이제는 궁금함을 넘어서 억울하고 화가 나기까지 한다. <br/><br/>답답한 마음에 이 약을 생산하는 제약회사와 정부기관 등 여기저기 문의를 해 보아도 어떤 이유에서인지 이 약의 보험급여 등재를 위한 의사결정이 미뤄지고 있다고 한다. <br/><br/>다른 암 치료제들 중에선 보험급여가 되는 약제들이 여러가지 있는 것으로 안다. 전립선암 환자들은 영영 정책적인 보호를 받지 못하게 되는 것인지 불안감에 아버지와 우리 가족들의 삶은 점점 엉망이 돼 고통의 연속이다. 이제는 정말 보험급여가 적용돼 이 ‘희망고문’을 끝내고 싶다. <br/><br/>사람의 생명이 걸린 문제인 만큼 정부 관계자들이 하루속히 이 약의 보험급여를 결정해 주길 소망한다. <br/><br/>정영재·서울 구로구

언론사: 문화일보-1-648.txt

제목: <힐링푸드>서양의 감초 파슬리, 냄새 먹는 香草  
날짜: 20140618  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140618100000147  
본문: 이탈리안 레스토랑에 가서 수프를 시키면 수프 위에 초록색 가루가 뿌려져 나온다. 이 가루가 바로 파슬리다. 파슬리는 이처럼 주로 음식 위에 흩뿌려 먹는 식재료로 쓰이며 수프나 소스, 샐러드, 튀김요리에 많이 사용된다. 즙을 내어 소스나 드레싱에 첨가할 수도 있다. 여러 음식에 ‘한약방의 감초’처럼 모습을 나타내기에 ‘서양의 감초’로도 불린다.<br/><br/>파슬리가 이처럼 요리에서 활용도가 높은 것은 자기만의 특유한 향 때문이다. 음식의 풍미를 더해주는 이 향은 아피올과 피넨이라는 정유(精油·향기가 강한 휘발성 기름) 성분에 의한 것이다. 그래서 한국에서는 파슬리를 ‘향나물’이라고 부르는 이들도 있다. 사실 파슬리가 구취, 즉 입 냄새 제거에 유익한 식품으로 정평을 얻고 있는 것도 파슬리에 함유된 아피올 성분 때문이다. 특히 아피올 성분은 한국인들의 입 냄새에 한몫하는 마늘 냄새 제거에 효력이 큰 것으로 알려져 있다. 실제로 마늘을 먹은 뒤나 흡연, 음주 후에 파슬리를 몇 번 씹으면 텁텁한 입 냄새가 가시는 느낌을 받을 수 있다.<br/><br/>파슬리의 이 같은 정유 성분은 내장 안에서 부패를 일으키는 박테리아 번식을 방지할 뿐만 아니라 식욕을 촉진시키는 역할도 한다. 특히 박테리아와 관련해서는 파슬리를 집에서 키워보면 곧 알 수 있다. 파슬리에선 병충해로 인한 피해를 발견하기가 쉽지 않다.<br/><br/>또 파슬리는 생선이나 달걀 같은 산성 식품을 섭취한 후에도 입 냄새 제거에 유용하게 작용한다. 이는 파슬리가 알칼리성 식품이기 때문이다. 실제로 비린내 나는 생선을 섭취한 후 파슬리를 조금 씹어 먹으면, 음식이 중화되며 입안이 개운해진다.<br/><br/>파슬리는 인체에 유용한 정유성분 외에도 비타민A, 비타민C를 다량 함유하고 있으며, 마그네슘, 칼슘, 철 등 각종 무기질이 많이 들어 있어 영양이 풍부한 식품 중 하나로 꼽힌다. 우선 항산화 효능이 뛰어나다는 비타민A와 비타민C부터 보자. 비타민A의 경우 인체에서 비타민A로 합성되는 베타카로틴이 100g당 2941㎍ 들어 있는데 이는 당근의 베타카로틴 함량(7620㎍)보다는 낮은 수치지만 호박(712㎍)보다는 훨씬 높은 수치다. 비타민C 역시 마찬가지다. 파슬리의 비타민C 함량은 100g당 139㎎으로 레몬의 비타민C 함량 70㎎보다 높은 수치다. 우리나라 성인 일일 비타민C 권장량은 70㎎이다.<br/><br/>또 파슬리에 풍부한 비타민B군은 면역체계를 강화해주고 신진대사를 촉진한다. 파슬리를 섭취하면 노화가 지연되고 암, 심장병, 뇌졸중, 백내장의 발생 위험이 낮아진다는 것도 그 같은 비타민 함량에 근거한 것이다.<br/><br/>파슬리에서 또 눈여겨볼 성분은 칼슘과 마그네슘이다. 특히 골격 형성에 큰 역할을 하는 칼슘의 경우 100g당 206㎎ 들어 있는데 우유(120㎎)보다도 많다. 그리고 천연진정제로 알려진 마그네슘도 파슬리에는 100g당 42㎎으로 많이 들어 있다. 근육의 수축·이완작용에는 칼슘과 마그네슘이 교대로 작용하는데 이완작용을 하는 것이 바로 마그네슘이다. 파슬리를 먹으면 신경이 안정되고 초조, 불안감이 덜어지는 것도 칼슘과 마그네슘 등 풍부한 미네랄 성분 때문이다.<br/><br/>파슬리는 천연의 이뇨제로도 유명하다. 실제로 많은 전문가가 소금기가 많은 젓갈이나 장아찌 종류를 섭취할 때 파슬리를 함께 먹으면 이뇨 효과가 있어 부종을 예방할 수 있다고 주장한다.<br/><br/>한편 최근 국내외 연구 결과들은 파슬리의 항암효능에도 주목하고 있다. 파슬리나 양파, 카모마일 등에 들어 있는 아피게닌은 플라보노이드 성분의 일종으로 한 연구결과에 따르면 전립선암, 유방암, 결장직장암, 폐암 등의 발병위험성을 높이는 요인으로 알려진 인슐린 유사 성장호르몬-1(IGF-1)의 수치를 감소시킨 것으로 나타났다. 아피게닌은 세포자살(apoptosis)을 유도하여 암세포를 제거한다는 연구결과도 있다.<br/><br/>한편 파슬리를 구입할 때는 잎이 진한 녹색으로 잎자루와 잎맥 사이의 간격이 짧고 광택이 있는 것이 좋다. 누런색이 나거나 꽃이 핀 것은 신선도가 떨어진 것이라고 보면 된다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-649.txt

제목: <힐링푸드>서양의 감초 파슬리, 냄새 먹는 香草  
날짜: 20140618  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140618100000196  
본문: 이탈리안 레스토랑에 가서 수프를 시키면 수프 위에 초록색 가루가 뿌려져 나온다. 이 가루가 바로 파슬리다. 파슬리는 이처럼 주로 음식 위에 흩뿌려 먹는 식재료로 쓰이며 수프나 소스, 샐러드, 튀김요리에 많이 사용된다. 즙을 내어 소스나 드레싱에 첨가할 수도 있다. 여러 음식에 ‘한약방의 감초’처럼 모습을 나타내기에 ‘서양의 감초’로도 불린다.<br/><br/>파슬리가 이처럼 요리에서 활용도가 높은 것은 자기만의 특유한 향 때문이다. 음식의 풍미를 더해주는 이 향은 아피올과 피넨이라는 정유(精油·향기가 강한 휘발성 기름) 성분에 의한 것이다. 그래서 한국에서는 파슬리를 ‘향나물’이라고 부르는 이들도 있다. 사실 파슬리가 구취, 즉 입 냄새 제거에 유익한 식품으로 정평을 얻고 있는 것도 파슬리에 함유된 아피올 성분 때문이다. 특히 아피올 성분은 한국인들의 입 냄새에 한몫하는 마늘 냄새 제거에 효력이 큰 것으로 알려져 있다. 실제로 마늘을 먹은 뒤나 흡연, 음주 후에 파슬리를 몇 번 씹으면 텁텁한 입 냄새가 가시는 느낌을 받을 수 있다.<br/><br/>파슬리의 이 같은 정유 성분은 내장 안에서 부패를 일으키는 박테리아 번식을 방지할 뿐만 아니라 식욕을 촉진시키는 역할도 한다. 특히 박테리아와 관련해서는 파슬리를 집에서 키워보면 곧 알 수 있다. 파슬리에선 병충해로 인한 피해를 발견하기가 쉽지 않다.<br/><br/>또 파슬리는 생선이나 달걀 같은 산성 식품을 섭취한 후에도 입 냄새 제거에 유용하게 작용한다. 이는 파슬리가 알칼리성 식품이기 때문이다. 실제로 비린내 나는 생선을 섭취한 후 파슬리를 조금 씹어 먹으면, 음식이 중화되며 입안이 개운해진다.<br/><br/>파슬리는 인체에 유용한 정유성분 외에도 비타민A, 비타민C를 다량 함유하고 있으며, 마그네슘, 칼슘, 철 등 각종 무기질이 많이 들어 있어 영양이 풍부한 식품 중 하나로 꼽힌다. 우선 항산화 효능이 뛰어나다는 비타민A와 비타민C부터 보자. 비타민A의 경우 인체에서 비타민A로 합성되는 베타카로틴이 100g당 2941㎍ 들어 있는데 이는 당근의 베타카로틴 함량(7620㎍)보다는 낮은 수치지만 호박(712㎍)보다는 훨씬 높은 수치다. 비타민C 역시 마찬가지다. 파슬리의 비타민C 함량은 100g당 139㎎으로 레몬의 비타민C 함량 70㎎보다 높은 수치다. 우리나라 성인 일일 비타민C 권장량은 70㎎이다.<br/><br/>또 파슬리에 풍부한 비타민B군은 면역체계를 강화해주고 신진대사를 촉진한다. 파슬리를 섭취하면 노화가 지연되고 암, 심장병, 뇌졸중, 백내장의 발생 위험이 낮아진다는 것도 그 같은 비타민 함량에 근거한 것이다.<br/><br/>파슬리에서 또 눈여겨볼 성분은 칼슘과 마그네슘이다. 특히 골격 형성에 큰 역할을 하는 칼슘의 경우 100g당 206㎎ 들어 있는데 우유(120㎎)보다도 많다. 그리고 천연진정제로 알려진 마그네슘도 파슬리에는 100g당 42㎎으로 많이 들어 있다. 근육의 수축·이완작용에는 칼슘과 마그네슘이 교대로 작용하는데 이완작용을 하는 것이 바로 마그네슘이다. 파슬리를 먹으면 신경이 안정되고 초조, 불안감이 덜어지는 것도 칼슘과 마그네슘 등 풍부한 미네랄 성분 때문이다.<br/><br/>파슬리는 천연의 이뇨제로도 유명하다. 실제로 많은 전문가가 소금기가 많은 젓갈이나 장아찌 종류를 섭취할 때 파슬리를 함께 먹으면 이뇨 효과가 있어 부종을 예방할 수 있다고 주장한다.<br/><br/>한편 최근 국내외 연구 결과들은 파슬리의 항암효능에도 주목하고 있다. 파슬리나 양파, 카모마일 등에 들어 있는 아피게닌은 플라보노이드 성분의 일종으로 한 연구결과에 따르면 전립선암, 유방암, 결장직장암, 폐암 등의 발병위험성을 높이는 요인으로 알려진 인슐린 유사 성장호르몬-1(IGF-1)의 수치를 감소시킨 것으로 나타났다. 아피게닌은 세포자살(apoptosis)을 유도하여 암세포를 제거한다는 연구결과도 있다.<br/><br/>한편 파슬리를 구입할 때는 잎이 진한 녹색으로 잎자루와 잎맥 사이의 간격이 짧고 광택이 있는 것이 좋다. 누런색이 나거나 꽃이 핀 것은 신선도가 떨어진 것이라고 보면 된다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-650.txt

제목: 삼성그룹 “이건희 회장 문안인사에 반응 보여”  
날짜: 20140618  
기자: 오승훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140618100000220  
본문: 급성 심근경색으로 쓰러져 입원 중인 이건희(72) 삼성전자 회장이 병상에서 문안인사를 하면 반응도 한다고 삼성그룹이 18일 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>이준 삼성그룹 미래전략실 커뮤니케이션팀장(전무)은 이날 수요 사장단회의 브리핑에서 이 회장의 병세를 묻자 “조금씩 차도를 보이고 있다”면서 이같이 말했다.<br/><br/><br/><br/>이 전무는 “<span class='quot0'>아침저녁으로 병원을 찾는 최지성 미래전략실 실장(부회장)이 (지난달 30일 열린) 호암상 시상식에 대한 보고를 하자 눈을 맞추고 반응을 보였다고 한다</span>”면서 “<span class='quot0'>사람을 구분할 정도로 의식이 돌아온 것인지에 대해선 의료진의 판단을 구해야 할 사인이라 답변하기 어렵다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>이 전무는 특히 “<span class='quot0'>삼성서울병원 의료진뿐만 아니라 외부의 실력 있는 의료진과 협력해 이 회장 치료에 최선을 다하고 있다</span>”면서 “<span class='quot0'>협진은 한국에 와서 치료하는 것도 포함되는 것</span>”이라고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>이 회장의 협진에 참여하고 있는 외국 의료진은 지난 2000년 이 회장의 폐암 수술을 집도했던 미국 MD앤더슨 병원 의료진인 것으로 알려졌다. 이 회장은 당시 폐암의 일종인 림프절암 수술을 받았으며, 해마다 이 병원 암센터에서 정기검진을 받아왔다. MD앤더슨은 텍사스대 부속 병원으로 암치료 분야에서 권위를 인정받고 있다.<br/><br/><br/><br/>삼성서울병원 의료진은 지난 9일 이 회장의 상태에 대해 “손발을 조금씩 움직이고 있다. 눈을 뜬 시간이 하루 중 7, 8시간 정도 된다”면서 “인지기능 회복도 희망적일 것으로 판단하고 있다”고 밝힌 바 있다.<br/><br/><br/><br/>이 회장은 지난 5월 10일 서울 한남동 자택에서 호흡곤란 증세를 일으켜 인근 순천향대학병원에서 심폐소생술을 받은 뒤 삼성서울병원으로 옮겨 심혈관 확장시술을 받고 입원 치료 중이다. <br/><br/><br/><br/>오승훈 기자 oshun@

언론사: 문화일보-1-651.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>부부관계 너무 없으면 女방광염 생겨  
날짜: 20140616  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140616100000176  
본문: 60세 부인이 클리닉을 방문했다.<br/><br/>“소변이 자주 마렵고 피가 나와서 산부인과 가려다 이곳에 왔어요. 이곳이 맞는지요?”<br/><br/>“예! 번지수를 아주 잘 찾아오셨습니다. 소변과 관련된 이상은 여성들도 비뇨기과에서 치료합니다.”<br/><br/>소변을 만들어내는 신장, 요관, 방광 및 요도의 질환이 모두 비뇨기과 영역이다. <br/><br/>많은 여성들이 비뇨기과는 남자들만 가는 곳으로 여성들과는 아무 상관없는 줄 알고 있어 오랫동안 딴 곳을 헤매다 늦게 오는 경우가 많은데 이 부인은 제대로 잘 찾아왔다. <br/><br/>“<span class='quot0'>언제부터 이런 증세가 있었나요?</span>”<br/><br/>“3개월 전에 비슷한 증세가 있었어요. 요즘 과로를 좀 했더니 증세가 더 심해졌어요. 눈으로 보기에도 피가 묻어 나와요.”<br/><br/>“소변에 피가 보이는 것은 아주 중요한 소견이므로 그냥 가볍게 넘어가서는 안 됩니다. 그 원인을 잘 찾아보아야 합니다.”<br/><br/>우선 소변 검사를 해보았다. 소변에서 혈뇨가 심하게 나타나고 요로 감염도 확인됐다.<br/><br/>“<span class='quot0'>소변에 피가 나오므로 내시경 검사를 해보아야겠습니다.</span>”<br/><br/>“그건 아프다고 하던데요….”<br/><br/>“요즘 최신 내시경 기구는 잘 구부러지고 부드러워서 아프지 않습니다. 아주 쉽게 5분 정도면 됩니다.”<br/><br/>피가 나올 때는 바로 내시경 검사를 해서 어느 곳에서 피가 나오는지 그 부위를 알아야 한다. 시간이 지나 피가 멈추어버리면 나중에는 잘 알기 어렵기 때문이다.<br/><br/>혹시 콩팥에서 나오는 혈뇨인지 여부를 알아보기 위해 신장 초음파 검사를 해보았다. 양측 모두 정상 범위였다.<br/><br/>방광경 검사에서는 만성 방광염과 출혈성 방광의 특징적 소견이 나타나 방광 출혈임이 확인됐다.<br/><br/>우측 요관구가 제 위치가 아니라 좌측으로 열려 있어서 기형으로 요로 감염이 잘 되는 것으로 생각됐다.<br/><br/>“<span class='quot0'>방광에는 암이나 나쁜 소견은 없으나 방광 충혈과 만성 방광염 소견이 나타납니다.</span>”<br/><br/>“과도한 성관계 후에는 방광염이 잘 생기기도 합니다. 부부 관계는 언제 있었나요?”<br/><br/>“아휴. 3년도 넘었어요.”<br/><br/>“예? 아니 어떻게 그렇게 지내세요? 남편이 무슨 문제가 있나요?”<br/><br/>“저는 폐경 후엔 관계할 때 통증이 와서 재미있는지 모르겠어요. 그래서 오히려 제가 성관계를 피해요. 또 남편도 제대로 하지 못하니까 차라리 안 하는 게 좋아요.”<br/><br/>“남편은 불평하지 않으시나요? 치료는 받으시나요?”<br/><br/>“<span class='quot0'>병원에 가겠다는 것을 제가 말렸어요.</span>”<br/><br/>“너무 오랫동안 부부 관계가 없으면 스트레스로 골반이 충혈돼 스트레스성 방광염이 잘 생깁니다. 적당한 관계로 스트레스를 풀어야 합니다.”<br/><br/>섹스는 우리 몸의 가장 좋은, 자연적인 자동 스트레스 해소 방법이다. 너무 오래 참는 것은 자율신경 조절에 좋지 않다.<br/><br/>“부인은 만성방광염이 동반된 출혈성 방광염입니다. 항생제와 소염제 및 방광 진정제로 잘 치료되지만 과로, 스트레스로 재발이 잘 됩니다. 주기적인 요검사로 예방해야 합니다.”<br/><br/>“무엇보다 남편과의 정상적인 성생활이 제일 중요합니다. 폐경 이후 질 건조증으로 통증을 호소하기도 하지만 남편과의 협조로 두 분이 함께 치료를 받으시면 쉽게 해결되고 두 분이 모두 즐겁게 됩니다. 다음에 오실 땐 꼭 남편과 같이 오세요.”<br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-652.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>부부관계 너무 없으면 女방광염 생겨  
날짜: 20140616  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140616100000101  
본문: 60세 부인이 클리닉을 방문했다.<br/><br/>“소변이 자주 마렵고 피가 나와서 산부인과 가려다 이곳에 왔어요. 이곳이 맞는지요?”<br/><br/>“예! 번지수를 아주 잘 찾아오셨습니다. 소변과 관련된 이상은 여성들도 비뇨기과에서 치료합니다.”<br/><br/>소변을 만들어내는 신장, 요관, 방광 및 요도의 질환이 모두 비뇨기과 영역이다. <br/><br/>많은 여성들이 비뇨기과는 남자들만 가는 곳으로 여성들과는 아무 상관없는 줄 알고 있어 오랫동안 딴 곳을 헤매다 늦게 오는 경우가 많은데 이 부인은 제대로 잘 찾아왔다. <br/><br/>“<span class='quot0'>언제부터 이런 증세가 있었나요?</span>”<br/><br/>“3개월 전에 비슷한 증세가 있었어요. 요즘 과로를 좀 했더니 증세가 더 심해졌어요. 눈으로 보기에도 피가 묻어 나와요.”<br/><br/>“소변에 피가 보이는 것은 아주 중요한 소견이므로 그냥 가볍게 넘어가서는 안 됩니다. 그 원인을 잘 찾아보아야 합니다.”<br/><br/>우선 소변 검사를 해보았다. 소변에서 혈뇨가 심하게 나타나고 요로 감염도 확인됐다.<br/><br/>“<span class='quot0'>소변에 피가 나오므로 내시경 검사를 해보아야겠습니다.</span>”<br/><br/>“그건 아프다고 하던데요….”<br/><br/>“요즘 최신 내시경 기구는 잘 구부러지고 부드러워서 아프지 않습니다. 아주 쉽게 5분 정도면 됩니다.”<br/><br/>피가 나올 때는 바로 내시경 검사를 해서 어느 곳에서 피가 나오는지 그 부위를 알아야 한다. 시간이 지나 피가 멈추어버리면 나중에는 잘 알기 어렵기 때문이다.<br/><br/>혹시 콩팥에서 나오는 혈뇨인지 여부를 알아보기 위해 신장 초음파 검사를 해보았다. 양측 모두 정상 범위였다.<br/><br/>방광경 검사에서는 만성 방광염과 출혈성 방광의 특징적 소견이 나타나 방광 출혈임이 확인됐다.<br/><br/>우측 요관구가 제 위치가 아니라 좌측으로 열려 있어서 기형으로 요로 감염이 잘 되는 것으로 생각됐다.<br/><br/>“<span class='quot0'>방광에는 암이나 나쁜 소견은 없으나 방광 충혈과 만성 방광염 소견이 나타납니다.</span>”<br/><br/>“과도한 성관계 후에는 방광염이 잘 생기기도 합니다. 부부 관계는 언제 있었나요?”<br/><br/>“아휴. 3년도 넘었어요.”<br/><br/>“예? 아니 어떻게 그렇게 지내세요? 남편이 무슨 문제가 있나요?”<br/><br/>“저는 폐경 후엔 관계할 때 통증이 와서 재미있는지 모르겠어요. 그래서 오히려 제가 성관계를 피해요. 또 남편도 제대로 하지 못하니까 차라리 안 하는 게 좋아요.”<br/><br/>“남편은 불평하지 않으시나요? 치료는 받으시나요?”<br/><br/>“<span class='quot0'>병원에 가겠다는 것을 제가 말렸어요.</span>”<br/><br/>“너무 오랫동안 부부 관계가 없으면 스트레스로 골반이 충혈돼 스트레스성 방광염이 잘 생깁니다. 적당한 관계로 스트레스를 풀어야 합니다.”<br/><br/>섹스는 우리 몸의 가장 좋은, 자연적인 자동 스트레스 해소 방법이다. 너무 오래 참는 것은 자율신경 조절에 좋지 않다.<br/><br/>“부인은 만성방광염이 동반된 출혈성 방광염입니다. 항생제와 소염제 및 방광 진정제로 잘 치료되지만 과로, 스트레스로 재발이 잘 됩니다. 주기적인 요검사로 예방해야 합니다.”<br/><br/>“무엇보다 남편과의 정상적인 성생활이 제일 중요합니다. 폐경 이후 질 건조증으로 통증을 호소하기도 하지만 남편과의 협조로 두 분이 함께 치료를 받으시면 쉽게 해결되고 두 분이 모두 즐겁게 됩니다. 다음에 오실 땐 꼭 남편과 같이 오세요.”<br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-653.txt

제목: <10문10답 뉴스 깊이보기>비타민의 효능 A to Z  
날짜: 20140613  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140613100000142  
본문: 웰빙시대를 맞아 비타민은 건강의 대명사로 통하고 있다. 비타민은 건강이라는 인식을 넘어, ‘꼭 필요한 요소’라는 의미로 사회 각 분야에서 통용될 정도로 널리 알려져 있다. 이 같은 흐름에 따라 비타민을 주제로 한 각종 연구도 전 세계적으로 활발하며, 특정 질환에 효과가 있다는 연구 결과도 속속 발표되고 있다. 소위 몸에 좋다는 음식에는 비타민이 얼마큼 함유됐다는 설명이 기본처럼 뒤따르고, 제약사는 물론 식음료회사에서도 비타민 제품을 앞다퉈 출시하는 등 그야말로 비타민 천국이다. 최근 국제학술지에 비타민D가 간암에 효과가 있다는 연구결과가 발표되면서 비타민이 다시 한번 주목받고 있다. 그러나 비타민이 무엇인지 정확하게 인지하고 있는 사람은 많지 않다. 인체에 필수적인 요소이지만 과다복용하거나 다른 약과 함께 먹으면 부작용도 있다는 사실도 그다지 알려져 있지 않다.<br/><br/><br/>1. 비타민의 유래는<br/><br/>비타민이란 대부분 식품에 조금씩 함유된 복합유기화학물질로 체내의 다양한 생리반응을 최적으로 조절하는 필수 물질이다. 비타민이라는 이름이 붙여지게 된 것은 100여 년 정도밖에 되지 않았다. 1900년대 초까지만 해도 동물의 성장과 생명유지에 필요한 성분은 탄수화물, 단백질, 지방, 무기질, 물 등 5가지로 설명됐다. 그러나 이 5가지의 영양물질로 사료를 만들어 동물을 사육한 결과 생존하지 못했다. 학계는 생명유지에 필수적인 물질이 추가로 있다는 사실에 주목했고 관련 연구가 시작됐다. 이후 1912년 폴란드의 화학자 캐시미어 풍크는 쌀겨로부터 각기병에 효과가 있는 성분을 분리해 내는 데 성공했다. 그는 이 물질에 아민(amine·질소를 함유하는 유기물질)이 함유됐다는 사실을 발견하고 라틴어의 ‘생명’을 의미하는 ‘vita’를 붙여 ‘vitamine’이라고 이름을 붙였다. 생명유지에 필수적인 물질이란 뜻이다. 후에 다른 화학자들이 모든 비타민들이 아민을 함유하고 있지 않다는 사실을 밝혀내면서 vitamine에서 vitamin으로 바뀌었고 현재까지 이어져오고 있다.<br/><br/><br/>2. 비타민의 기능은<br/><br/>비타민은 신체의 정상적인 기능과 성장 및 유지를 위해 미량을 섭취해야 하는 필수적인 유기(有機) 물질이다. 비타민은 체내에서 한 가지 이상의 생화학적 작용이나 생리적 작용에 관여하므로 정상적인 체내 기능을 위해 반드시 필요하다. 비타민은 인체에서 대부분은 효소나 또는 효소의 역할을 보조하는 조효소의 구성성분으로서 탄수화물, 지방, 단백질 등의 대사에 관여한다. 인체는 조직 내에서 수많은 연쇄 화학반응에 의해 생명을 유지하는데, 이때 생화학 반응은 유기 촉매인 효소가 있어야 정상적으로 진행된다. 이때 효소의 대사를 도와주는 것이 비타민이다. 효소나 조효소는 화학반응에 직접 참여하지 않기 때문에 소모되지 않아 소량으로 충분하다. 그러나 부족하면 체내 영양소의 대사가 지장을 받게 된다. 이외에도 항산화 기능, 호르몬 기능 등을 수행한다.<br/><br/><br/>3. 비타민은 어떻게 분류되나<br/><br/>비타민은 비타민 A, B복합체(B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9, B12), C, D, E, F, K, U, L, P 등으로 분류된다. 또 물에 녹느냐 기름에 녹느냐에 따라 수용성과 지용성 비타민으로 나뉜다. 지용성 비타민은 지방이나 지방을 녹이는 유기용매에 녹는 비타민으로서 비타민 A, D, E, F, K, U가 해당된다. 이들은 수용성 비타민보다 열에 강해 식품의 조리가공 중에 비교적 덜 손실되며, 장 속에서 지방과 함께 흡수된다. 그러나 소변으로 배출되지 않아 몸 속에 축적돼 과잉섭취하면 부작용이 있을 수 있다. 수용성 비타민은 물에 녹는 비타민으로서 비타민 B복합체·비타민 C·비오틴·폴산·콜린·이노시톨·비타민 L·비타민 P 등이 알려져 있다. 대개 음식으로 섭취되고 일정량이 흡수된 후에는 소변으로 모두 배출된다. 비타민은 발견순서에 따라 알파벳의 대문자가 붙여지는 것이 일반적이다. 또는 순서와 상관없이 체내의 기능을 나타내는 단어의 첫글자를 따기도 한다. 비타민 K가 대표적이다. 비타민 K가 혈액응고에 필요하다는 사실이 밝혀지면서 응고라는 의미의 독일어 Koagulation의 앞자가 붙었다. 또 비타민 B복합체는 비타민 B가 한 가지 물질이 아니라는 것이 알려지면서 B1, B2 등으로 분류됐다. 일부 비타민은 화학명으로 불리기도 한다. <br/><br/><br/>4. 부족하면 어떻게 되나<br/><br/>대부분의 비타민은 체내에서 전혀 합성되지 못하거나 또는 합성되는 양이 필요량에 미치지 못하기 때문에 반드시 식품으로 섭취해야 한다. 비타민A는 눈의 성장과 발육을 지원하기 때문에 비타민A가 결핍되면 야맹증, 안구건조증 등을 유발할 수 있다. 비타민B군은 면역 체계를 강화해주고 신진대사를 촉진해주며 근육 건강과 피부색을 유지해준다. 비타민 B가 부족하면 각기병이나 악성빈혈이 나타날 수 있다. 비타민C는 인체 내에서 영양소 대사를 돕고, 생체의 세포를 접합시키는 시멘트와 같은 물질인 콜라겐(collagen)의 형성과 유지에 필요하다. 따라서 결핍되면 세포 사이의 콜라겐이 감소함으로써 혈관벽이 약화돼 신체에 출혈이 생기며, 치아와 잇몸의 구조가 변하고, 빈혈 등 괴혈병 증세가 나타난다. 또 비타민D는 칼슘과 인의 농도를 유지해주는 기능을 하며, 부족할 경우 뼈와 관련된 구루병, 골연화증 등에 걸릴 수 있다. 비타민E는 노화를 지연시켜 주며 불포화지방산의 산화를 방지시켜준다. 비타민E가 부족하면 신경손상, 생식불능 등을 겪을 수 있다.<br/><br/><br/>5. 비타민이 암에 효과가 있다는데<br/><br/>국제저널 ‘간장병학’(Hepatology) 6월 6일자에는 비타민D가 간암을 막는 데 상당히 도움이 된다는 연구결과가 게재됐다. 세계보건기구(WHO) 산하 국제암연구소(IARC), 영국 임피리얼 칼리지 런던(ICL), 미국 에머리대의 국제연구진이 참여한 이 연구는 유럽 암·영양 전향연구(EPIC)에 참여한 52만여 명 중에서 간암이 발생한 138명의 자료를 분석한 결과, 혈중 비타민D 수치 상위 30% 그룹이 하위 30% 그룹에 비해 간세포암 발생률이 49% 낮았다고 발표했다. 또 중국 과학원 상하이(上海) 생명과학연구원 연구팀도 암환자 1만7000여 명을 대상으로 한 25편의 관련 논문을 종합 분석한 결과, 비타민D의 혈중 수치가 1ℓ에 10nmole(나노몰)씩 늘어날 때 암 생존율이 4%씩 높아졌다고 발표했다. 비타민D의 이러한 효과는 유방암과 대장암, 임파선암 환자에게서 두드러졌다고 연구팀은 발표했다.<br/><br/><br/>6. 비타민 효과가 부풀려졌다?<br/><br/>토코페롤로 잘 알려진 비타민E의 경우 전립선암 예방에 효과적이라는 연구가 발표되면서, 이를 바탕으로 대규모 연구가 진행됐다. 그러나 알파 토코페롤은 전립선암을 예방하는 데 효과가 없었다. 오히려 또 다른 연구에서는 알파 토코페롤이 심부전 발생을 증가시킨다는 결과가 나오기도 했다. 또 학계에서 인정하는 대규모 연구에서는 피부노화를 막는다고 알려진 레티놀, 즉 비타민A는 흡연자가 복용할 경우 폐암의 발생률이 증가한다는 결과가 나왔다. 또 가임기 여성이 복용하면 기형아 출산위험을 낮춰주는 엽산, 즉 비타민 B6도 최근 전립선암 증가와 관련이 있고 대장 선종증가와 유방암 발생과도 관련이 있을 수 있다는 연구 결과가 나왔다. 김정아(혈액종양내과) 인제대 서울백병원 교수는 “<span class='quot0'>암환자 증가에 맞춰 비타민 건강기능식품 시장이 확대되면서 책임감 없는 상술은 비타민의 효과를 부풀려 보고하는 경향을 나타낸다</span>”며 “<span class='quot0'>정확한 사실과 연구 결과를 바탕으로 올바른 비타민을 정확한 용법 용량에 따라 복용하는 것이 필요하다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/>7. 과다복용하면 문제가 있나<br/><br/>비타민도 과잉 섭취하면 독성이 나타난다. 특히 지용성 비타민은 소변으로 배출되지 않으므로 체내에 축적돼 문제를 일으킬 수 있다. 복합제나 음료 등으로 제품이 많이 출시된 비타민 C의 경우 학계에서 논란이 가장 많다. 학계에는 비타민 C가 세포의 산화를 방지해 암과 각종 만성 질환을 예방하고, 노화도 억제한다는 논문이 꾸준히 발표됐다. 그러나 반대로 비타민 C가 오히려 세포의 산화를 촉진하며, 유전자 돌연변이를 유발한다는 논문도 있다. 과다 복용할 경우 설사와 신장 결석 등의 부작용이 나타날 수 있다는 보고도 있다. 또 질병 치료제와 비타민제가 상호 작용을 일으킬 수도 있다. 결핵약의 경우 비타민 B6와 함께 복용하면 대사가 억제되는 현상이 나타날 수 있다. 따라서 치료제 복용 시에는 의사와 상의해서 비타민제를 복용해야 한다. 임신부가 과량의 비타민을 복용하면 태아에게 영향을 미쳐 출생 후 비타민 결핍증을 초래할 수도 있다.<br/><br/><br/>8. 비타민 올바른 복용법은<br/><br/>비타민은 비타민 성분 단독으로 몸에 흡수될 때보다 다른 음식에 들어있는 영향 성분과 어울려 체내에 들어갈 때 흡수율이 더 높아진다. 식품으로 섭취하는 것이 가장 좋지만, 여의치 않아 비타민제로 복용할 경우 식사 직후에 먹는 것이 좋다. 비타민제를 차와 함께 복용하면 녹차, 홍차 등에 들어있는 탄닌 성분이 약물의 고유 성분을 변화시켜 약효를 저하시킨다. 비타민은 성별, 연령, 몸 상태에 따라 필요한 성분과 섭취량이 각기 다르므로 정확히 어떤 성분이 필요한지 알고 먹어야 한다. 전문가들은 식사를 자주 거르는 사람의 경우 모든 영양소를 골고루 섭취할 수 있는 종합 비타민제를 권한다. 스트레스를 많이 받는 사람은 스트레스에 대처하는 호르몬 합성과 에너지 생산을 돕는 비타민 A·B·C를 복용하면 좋다. 술과 담배에 많이 노출된 사람은 알코올과 니코틴이 비타민 B·C의 흡수를 저해하므로 비타민 B·C 복합제가 필요하다. 수험생은 에너지 생산을 도와주는 비타민 B군이 권장되며, 가임기 여성과 임신 초기 임신부는 태아 기형을 예방하는 데 도움이 되는 엽산이 필요하다. 노인은 영양소를 흡수하는 기능이 떨어지므로 합성 비타민제보다 흡수율이 1.5배 정도 높은 천연 비타민제가 더 좋다.<br/><br/><br/>9. 합성 비타민돚천연 비타민 차이는<br/><br/>원료에 따라 구분된다. 시중에 판매되는 비타민제의 90%가 넘는 합성 비타민제는 원유의 정제 과정에서 나오는 부산물을 화학적으로 재조성해서 만든다. 일반적으로 천연 비타민은 합성 비타민에 천연 추출물이나 분말 등을 첨가하거나 천연 원료에서 진액을 추출한 뒤 비타민 함량과 흡수율을 높이기 위해 이를 화학적으로 변형하는 등의 방식으로 만들어진다. 천연 비타민의 가격이 합성 비타민보다 비싸지만, 이들 두 가지 비타민은 동일한 화학 물질로 체내 작용과 효능이 거의 비슷하다. 음식물에 함유되어 있는 비타민은 천연 또는 합성 비타민에 비해 체내 흡수가 더 빠르며, 여러 가지 다른 영양소와 함께 상승 효과를 가져온다.<br/><br/><br/>10. 비타민 주사도 있다는데<br/><br/>원기회복제로 많이 알려진 비타민 주사는 보통 수술 전·후 식사가 어려운 환자에게 아미노산을 공급해주는 수액주사인 ‘링거’에 각종 비타민과 마그네슘, 칼슘 성분 등을 혼합한 주사다. 혼합 성분에 따라 종류도 다양하다. 주사 시 마늘냄새가 난다고 해서 붙여진 ‘마늘 주사’는 비타민 B1을 공급해 전신피로, 근육통 및 신경통 완화 등에 도움이 된다고 알려져 있다. 가장 유명한 것이 고용량 비타민C 주사다. 한번 주사에 1만㎎ 이상의 비타민C 용량이 투입된다. 항산화 작용으로 원기회복, 안색개선 등에 효과가 있는 것으로 알려져 있다. 그러나 비타민 주사는 과잉 섭취에 따른 부작용 논란도 있는데다 고용량의 비타민이 들어가는 탓에 건강한 사람이나 임신부, 청소년, 신장병이나 고혈압이 있는 사람들은 전문가의 상담이 필요하다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-654.txt

제목: ‘줄기세포 논문 조작’ 오보카타 부적절 채용 드러나  
날짜: 20140613  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140613100000190  
본문: 신형 만능 줄기세포 ‘스탭(STAP·Stimulus―Triggered Acquisition of Pluripotency·자극 야기 다능성 획득) 세포’를 발표해 세계의 이목을 집중시켰다가 논문 조작 의혹으로 논란에 휩싸인 일본 이화학연구소가 논문 주요 저자인 오보카타 하루코(小保方晴子·여·30) 연구주임을 채용하는 과정에서 자질 검증 절차를 생략한 것으로 드러났다.<br/><br/><br/><br/>논문 조작 파문 수습을 위해 구성된 이화학연구소 개혁위원회는 12일 오후 논문 발표를 주도한 연구소 산하 ‘발생·재생과학종합연구센터(CDB)’의 성과주의가 허술한 관리로 이어졌다고 진단한 뒤, 획기적인 연구 성과를 내기 위해 스탭세포 관련 연구를 하고 있었던 오보카타 주임을 부적절한 방법으로 채용했다고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>아사히(朝日)신문 보도에 따르면 니시카와 신이치(西川伸一) CDB 부센터장은 채용 심사에 앞서 오보카타 주임의 의사를 타진한 뒤 사실상 채용을 확정지었던 것으로 알려졌다. 오보카타 주임이 지원 서류 제출 마감일까지 관련 서류를 제출하지 못했는데도 인사위원회가 과거 논문, 추천서 등을 모두 확인하지 않은 상태로 면접을 진행했다는 것이다. 지원자 전원이 의무적으로 실시하는 영어 공개 세미나는 물론 비공개 세미나도 생략됐다.<br/><br/><br/><br/>개혁위는 “(교토(京都)대의 노벨상 수상 연구인) 유도만능줄기세포(iPS) 연구를 능가하는 획기적인 성과를 달성하겠다는 강한 동기에 이끌려 오보카타의 채용을 처음부터 거의 결정해 놓았던 것으로 평가할 수밖에 없다”며 “성과주의의 부정적 측면이 스탭세포 문제를 낳은 하나의 원인이 됐다”고 지적했다.<br/><br/><br/><br/>개혁위는 이와 관련, “CDB가 부정행위를 유도하거나, 억제하지 못하는 등 조직으로서 구조적인 결함이 있다”면서 조직 해체를 촉구했다. 오보카타 주임에 대해서는 “<span class='quot0'>연구자 윤리나 과학에 대한 성실하고 겸허한 자세가 결여돼 있다</span>”고 평가하면서 엄중한 처분을 내려야 한다고 했다. 연구를 지도한 CDB의 사사이 요시키(笹井芳樹) 부센터장, 다케이치 마사토시(竹市雅俊) 센터장은 물론, 노요리 료지(野依良治) 이화학연구소 이사장에 대해서도 경질, 퇴진 등을 촉구했다.<br/><br/><br/><br/>지난 1월 말 영국 과학잡지 ‘네이처’를 통해 발표된 스탭 세포는 체세포를 약산성 용액에 담그는 간단한 방법으로 만들어지는 만능 줄기세포로, 신체의 다양한 조직으로 자랄 수 있는데다 암으로 변이될 가능성이 낮다는 점에서 획기적이라는 평가를 받았다. 그러나 국제적 주목을 받은 지 불과 2주 만에 주 저자인 오보카타 주임의 2011년 박사학위 논문 속 골수세포 사진과 비슷한 사진이 스탭 세포의 근거로 제시됐다는 의혹이 제기됐다. <br/><br/><br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-655.txt

제목: <카메라 기행>낯선 곳에서 익숙한 아픔을 잊었습니다  
날짜: 20140612  
기자: 김연수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140612100000144  
본문: ‘와아~ 뜬다 떠!’ <br/><br/>인천발 일본 사가(佐賀)행 티웨이(Tway)항공 기내에 조그만 탄성이 울렸다. 일본 규슈(九州)올레길 2박 3일 여행길에 오른 소아암 환우 여섯 가족 25명. <br/><br/>여행박사 임직원들이 월급여의 자투리를 모아 마련한 사회공헌 여행기금의 수혜자로 선정된 어린이들은 대부분 생애 처음 비행기를 탔다. 잘 먹고 탈 없이 뛰어놀아야 할 시기에 독한 항암주사에 시달리며, 학교와 놀이터 대신 수술방을 드나든 아이들에게 소아암의 질곡에서 탈출하는 행복한 시간이 펼쳐졌다. <br/><br/>당초 7개월밖에 살 수 없다던 이아로(23)는 이 중 가장 큰언니다. 아로는 한쪽 폐도 없고, 갈비뼈도 인공뼈로 대체됐지만, 절망을 희망으로 일궈 내고 있다. 우리나라의 멋진 패션디자이너가 되기 위한 장학생 대학생이다. 어린 동생들에게 할 수 있다는 희망의 미소로 늘 용기를 북돋워 주었다. 여행팀의 막내 임주하(2)는 신경모세포종으로 초기 항암치료를 막 마치고 합류했다. <br/><br/>사가공항-사세보(佐世保)-우레시노(嬉野)-아리타(有田)-사가로 이어지는 짧은 여정의 강행군 속에 이들은 정상인들보다 더 강인한 정신력으로 올레길을 걷고, 도자기 제작체험도 하며 이웃 나라 일본의 문화를 맛보았다. 여행길에서 처음 만난 낯선 가족끼리도 모두 한가족처럼 금세 친해졌고, 서로 용기를 주며, 힘든 항암투쟁을 이겨내는 격려와 소통이 현해탄을 넘어 조선의 도공들이 한 많은 세월을 보냈던 아리타 도자기 마을까지 이어졌다. <br/><br/>유명 온천마을 우레시노의 전통료칸 와라쿠엔에서 가진 ‘손으로 만드는 가족 스토리텔링’ 시간에 가족들은 점토로 가족이야기를 형상으로 만들면서 ‘소아암은 반드시 극복할 수 있다’는 자신감으로 뭉클한 가족애를 결집했다. <br/><br/>고달픈 현실에서 잠시 탈출해 삶의 진정한 가치와 가족이라는 공동체를 느낄 수 있었던 소아암 환우와 가족들의 짧은 나들이. 이들과 비슷한 우리 이웃들에게 보다 여유 있고, 편안한 체험의 장이 될 수 있도록 우리 사회가 더 많은 관심과 온정을 갖고 이들이 모두 건강을 되찾기를 기대해 본다. <br/><br/>규슈 = 글·사진 김연수 선임기자 nyskim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-656.txt

제목: <카메라 기행>낯선 곳에서 익숙한 아픔을 잊었습니다  
날짜: 20140612  
기자: 김연수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140612100000131  
본문: ‘와아~ 뜬다 떠!’ <br/><br/>인천발 일본 사가(佐賀)행 티웨이(Tway)항공 기내에 조그만 탄성이 울렸다. 일본 규슈(九州)올레길 2박 3일 여행길에 오른 소아암 환우 여섯 가족 25명. <br/><br/>여행박사 임직원들이 월급여의 자투리를 모아 마련한 사회공헌 여행기금의 수혜자로 선정된 어린이들은 대부분 생애 처음 비행기를 탔다. 잘 먹고 탈 없이 뛰어놀아야 할 시기에 독한 항암주사에 시달리며, 학교와 놀이터 대신 수술방을 드나든 아이들에게 소아암의 질곡에서 탈출하는 행복한 시간이 펼쳐졌다. <br/><br/>당초 7개월밖에 살 수 없다던 이아로(23)는 이 중 가장 큰언니다. 아로는 한쪽 폐도 없고, 갈비뼈도 인공뼈로 대체됐지만, 절망을 희망으로 일궈 내고 있다. 우리나라의 멋진 패션디자이너가 되기 위한 장학생 대학생이다. 어린 동생들에게 할 수 있다는 희망의 미소로 늘 용기를 북돋워 주었다. 여행팀의 막내 임주하(2)는 신경모세포종으로 초기 항암치료를 막 마치고 합류했다. <br/><br/>사가공항-사세보(佐世保)-우레시노(嬉野)-아리타(有田)-사가로 이어지는 짧은 여정의 강행군 속에 이들은 정상인들보다 더 강인한 정신력으로 올레길을 걷고, 도자기 제작체험도 하며 이웃 나라 일본의 문화를 맛보았다. 여행길에서 처음 만난 낯선 가족끼리도 모두 한가족처럼 금세 친해졌고, 서로 용기를 주며, 힘든 항암투쟁을 이겨내는 격려와 소통이 현해탄을 넘어 조선의 도공들이 한 많은 세월을 보냈던 아리타 도자기 마을까지 이어졌다. <br/><br/>유명 온천마을 우레시노의 전통료칸 와라쿠엔에서 가진 ‘손으로 만드는 가족 스토리텔링’ 시간에 가족들은 점토로 가족이야기를 형상으로 만들면서 ‘소아암은 반드시 극복할 수 있다’는 자신감으로 뭉클한 가족애를 결집했다. <br/><br/>고달픈 현실에서 잠시 탈출해 삶의 진정한 가치와 가족이라는 공동체를 느낄 수 있었던 소아암 환우와 가족들의 짧은 나들이. 이들과 비슷한 우리 이웃들에게 보다 여유 있고, 편안한 체험의 장이 될 수 있도록 우리 사회가 더 많은 관심과 온정을 갖고 이들이 모두 건강을 되찾기를 기대해 본다. <br/><br/>규슈 = 글·사진 김연수 선임기자 nyskim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-657.txt

제목: 호스피스 시설 기준 요건 완화  
날짜: 20140611  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140611100000104  
본문: 정부가 말기암 환자에 대한 완화 의료를 활성화하기 위해 완화 의료 전문기관의 시설 규제를 개선하고, 종사자 교육을 신설해 서비스의 질 제고에 나선다.<br/><br/>보건복지부는 지난해 발표한 ‘호스피스 완화 의료 활성화 대책’의 후속 조치 등을 반영해 ‘암 관리법 시행령 및 시행규칙’ 일부 개정안을 마련해 입법예고한다고 11일 밝혔다.<br/><br/>완화 의료는 회복의 가능성이 없고 몇 개월 내에 사망할 것으로 보이는 말기 암환자를 위한 치료다. 통증과 증상의 완화를 포함한 신체·심리사회·영적 치료를 종합적으로 가리킨다. 개정안은 완화 의료전문기관의 확대를 위해 그동안 기관설립 시 병동 내 필수적으로 설치해야 했던 목욕탕을 건물 구조와 이동 거리 등을 고려해 병동 외 지역에도 설치를 허용했다. 또 완화 의료의 질을 효율적으로 관리하기 위해 완화 의료전문기관의 지정과 지정 취소 권한을 현행 시·도지사에서 복지부 장관으로 변경하고, 연간 4시간의 종사자 보수 교육 규정도 신설했다.<br/><br/>이외에도 개정안에는 ‘국가 암검진’과 ‘건강보험공단 암검진’에 대한 일선 집행기관 및 국민들의 혼선이 있다는 지적에 따라, 공고 등에 국가 암 검진에 건강보험공단 암 검진이 포함됨을 명시하는 내용도 포함됐다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-658.txt

제목: <힐링푸드>치맥 대신 ‘채두’… 올빼미 응원 속편하게 !  
날짜: 20140611  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140611100000161  
본문: 브라질에서 열리는 월드컵 개막이 코앞이 닥쳤다. 이번 월드컵은 특히 야간과 새벽에 경기가 집중돼 있어 밤늦은 시간에 TV 앞에 앉아 있어야 하고, 이에 따라 야식의 유혹도 어느 때보다 거세다. 야식의 대명사로 알려진 치킨과 피자, 족발, 맥주 등의 매출도 크게 늘어날 것으로 보인다. 그러나 고열량, 고단백, 고지방 음식은 역류성 식도염이나 기능성 위장장애를 유발할 수 있다. 대한영양사협회 임경숙(수원대 식품영양학과 교수·사진) 회장의 도움말로 맛도 있고, 몸에도 좋은 ‘저칼로리 웰빙 야식’을 알아보았다.<br/><br/><br/># 입이 심심할 때 채소 스틱<br/><br/>오이와 당근은 길게 썰어 놓으면 입이 심심할 때 마치 스틱비스킷처럼 즐길 수 있는 채소다.<br/><br/>시중에 나와 있는 개량종 오이의 경우 100g당 열량이 12㎉에 불과하다. 오이의 쓴맛을 내는 성분인 쿠쿠르비타신은 간 기능 보호, 심혈관질환 예방 등의 효능도 지닌 것으로 알려져 있다.<br/><br/>당근도 100g당 열량이 37㎉로 저칼로리 식품이다. 칼륨 함유량은 100g 당 395㎎으로 높은 편이다. 칼륨은 나트륨 배출을 돕기 때문에 짠 음식을 먹는 한국인에게 꼭 필요한 영양소다. 당근에 풍부한 베타카로틴은 몸속의 배기가스라 할 수 있는 활성산소의 체내 세포 손상을 방지하고 발암물질과 독성물질을 무력화해 면역력을 높여준다.<br/><br/><br/><br/># 과일은 방울토마토와 참외로<br/><br/>토마토는 타임지가 선정한 ‘건강에 좋은 10대 식품’에 가장 먼저 이름을 올린 슈퍼 푸드다. 저칼로리(100g당 18㎉)에 알칼리성 식품으로 비만, 당뇨에 좋다. 또 토마토의 빨간색은 라이코펜이라는 물질에서 나오는 것인데 라이코펜은 골관절염은 물론 여러 종류의 노화 질환과 암 예방에 효과가 있다고 보고돼 있다.<br/><br/>참외 역시 저칼로리(100g당 38㎉) 식품이다. 과육에는 나트륨 배출을 돕는 칼륨이 100g당 663㎎이 들어 있다. 또 껍질에는 항산화물질인 베타카로틴이 100g당 90㎍ 정도 들어 있다. 특히 참외에서 눈길을 끄는 것은 엽산의 함량인데 100g당 엽산 함량이 11.2㎍으로 비교적 높다. 이처럼 엽산이 풍부해 임신부들에게 유익한 여름과일로 꼽힌다.<br/><br/><br/># 속이 출출하면 도토리묵과 두부<br/><br/>도토리묵도 위에 부담을 주지 않으면서도 독특한 식감과 맛으로 출출한 속을 채워주는 식품이다. 열량도 100g당 43㎉로 낮다. <br/><br/>도토리묵은 중금속 배출에 탁월한 효능을 보이는데 이는 도토리 속에 함유돼 있는 아콘산이 체내 유해물질을 흡수해 배출시켜주기 때문이다. <br/><br/>이와 함께 도토리의 떪은맛을 내는 타닌은 체내에서 지방흡수를 억제해 준다. 타닌은 몸에 좋지 않은 중성지방 분해도 촉진한다.<br/><br/>두부는 열량이 100g당 88㎉로 비교적 높은 편이지만 소화흡수율이 뛰어나 야식으로 많이 추천되는 식품이다. <br/><br/>두부 소화율은 콩(65%)보다 높은 95%다. 또 두부는 월드컵 야간경기 시청으로 인한 불면증 등의 치유에도 좋은 식품이다. <br/><br/>두부에는 불면증을 개선해주는 트립토판이 100g당 약 76㎎ 들어 있다.<br/><br/>이와 함께 두부에 함유된 식물성 단백질 이소플라본은 동물성 단백질에 비해 콜레스테롤을 낮춰준다고 알려져 있다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-659.txt

제목: <힐링푸드>치맥 대신 ‘채두’… 올빼미 응원 속편하게 !  
날짜: 20140611  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140611100000210  
본문: 브라질에서 열리는 월드컵 개막이 코앞이 닥쳤다. 이번 월드컵은 특히 야간과 새벽에 경기가 집중돼 있어 밤늦은 시간에 TV 앞에 앉아 있어야 하고, 이에 따라 야식의 유혹도 어느 때보다 거세다. 야식의 대명사로 알려진 치킨과 피자, 족발, 맥주 등의 매출도 크게 늘어날 것으로 보인다. 그러나 고열량, 고단백, 고지방 음식은 역류성 식도염이나 기능성 위장장애를 유발할 수 있다. 대한영양사협회 임경숙(수원대 식품영양학과 교수·사진) 회장의 도움말로 맛도 있고, 몸에도 좋은 ‘저칼로리 웰빙 야식’을 알아보았다.<br/><br/><br/># 입이 심심할 때 채소 스틱<br/><br/>오이와 당근은 길게 썰어 놓으면 입이 심심할 때 마치 스틱비스킷처럼 즐길 수 있는 채소다.<br/><br/>시중에 나와 있는 개량종 오이의 경우 100g당 열량이 12㎉에 불과하다. 오이의 쓴맛을 내는 성분인 쿠쿠르비타신은 간 기능 보호, 심혈관질환 예방 등의 효능도 지닌 것으로 알려져 있다.<br/><br/>당근도 100g당 열량이 37㎉로 저칼로리 식품이다. 칼륨 함유량은 100g 당 395㎎으로 높은 편이다. 칼륨은 나트륨 배출을 돕기 때문에 짠 음식을 먹는 한국인에게 꼭 필요한 영양소다. 당근에 풍부한 베타카로틴은 몸속의 배기가스라 할 수 있는 활성산소의 체내 세포 손상을 방지하고 발암물질과 독성물질을 무력화해 면역력을 높여준다.<br/><br/><br/><br/># 과일은 방울토마토와 참외로<br/><br/>토마토는 타임지가 선정한 ‘건강에 좋은 10대 식품’에 가장 먼저 이름을 올린 슈퍼 푸드다. 저칼로리(100g당 18㎉)에 알칼리성 식품으로 비만, 당뇨에 좋다. 또 토마토의 빨간색은 라이코펜이라는 물질에서 나오는 것인데 라이코펜은 골관절염은 물론 여러 종류의 노화 질환과 암 예방에 효과가 있다고 보고돼 있다.<br/><br/>참외 역시 저칼로리(100g당 38㎉) 식품이다. 과육에는 나트륨 배출을 돕는 칼륨이 100g당 663㎎이 들어 있다. 또 껍질에는 항산화물질인 베타카로틴이 100g당 90㎍ 정도 들어 있다. 특히 참외에서 눈길을 끄는 것은 엽산의 함량인데 100g당 엽산 함량이 11.2㎍으로 비교적 높다. 이처럼 엽산이 풍부해 임신부들에게 유익한 여름과일로 꼽힌다.<br/><br/><br/># 속이 출출하면 도토리묵과 두부<br/><br/>도토리묵도 위에 부담을 주지 않으면서도 독특한 식감과 맛으로 출출한 속을 채워주는 식품이다. 열량도 100g당 43㎉로 낮다. <br/><br/>도토리묵은 중금속 배출에 탁월한 효능을 보이는데 이는 도토리 속에 함유돼 있는 아콘산이 체내 유해물질을 흡수해 배출시켜주기 때문이다. <br/><br/>이와 함께 도토리의 떪은맛을 내는 타닌은 체내에서 지방흡수를 억제해 준다. 타닌은 몸에 좋지 않은 중성지방 분해도 촉진한다.<br/><br/>두부는 열량이 100g당 88㎉로 비교적 높은 편이지만 소화흡수율이 뛰어나 야식으로 많이 추천되는 식품이다. <br/><br/>두부 소화율은 콩(65%)보다 높은 95%다. 또 두부는 월드컵 야간경기 시청으로 인한 불면증 등의 치유에도 좋은 식품이다. <br/><br/>두부에는 불면증을 개선해주는 트립토판이 100g당 약 76㎎ 들어 있다.<br/><br/>이와 함께 두부에 함유된 식물성 단백질 이소플라본은 동물성 단백질에 비해 콜레스테롤을 낮춰준다고 알려져 있다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-660.txt

제목: <힐링푸드> 칡, 땀 뻘뻘 ‘막힌 코 뻥뻥’… 鼻 HAPPY!  
날짜: 20140611  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140611100000181  
본문: 칡은 생명력이 매우 강한 식물이다. 뿌리를 캐고 잔뿌리만 조금 남아도 거기서부터 다시 살아난다고 한다. 칡이 지닌 각종 약효도 그 같은 칡 특유의 생명력에서 비롯된 것으로 보인다. <br/><br/>동의보감에는 칡뿌리에 대해 ‘성질은 평하고 서늘하다. 맛이 달며 독이 없다. 풍한으로 머리가 아픈 것을 낫게 하며 땀이 나게 하여 표를 풀어주고 땀구멍을 열어주며 술독을 푼다. 번갈을 멈추며 입맛을 좋게 하고 소화를 잘되게 하며 가슴에 열을 없애고 소장을 잘 통하게 한다’고 돼 있다. <br/><br/>이 같은 효능 때문인지 민간에서는 오래전부터 칡을 식품 이상의 귀한 약재로 여겨 왔다. <br/><br/>칡의 효능들은 최근 과학적 성분 분석을 통해 하나씩 밝혀지고 있는데 감기나 알레르기성 비염 등으로 인한 코막힘 등의 증상에 좋은 것도 칡이 지닌 각종 항산화 성분들 때문인 것으로 알려지고 있다. <br/><br/>칡은 전통적으로 해열작용이 뛰어난 약재로 한방에서 처방돼 왔다. 한의사들은 칡이 피부혈관을 확장해주고, 이로 인해 땀구멍을 열어줘 땀이 나게 해 열발산을 촉진하는데 그 과정에서 막힌 코가 뚫린다고 주장한다. 실제로 한방에서는 축농증이나 비염, 코막힘이 심할 때는 칡에 천궁과 신이 등을 가미한 갈근탕을 처방하기도 한다. 민간에서도 날씨가 추워서 코가 막히고 재채기가 멎지 않을 때에는 칡차를 즐겨 음용했다. <br/><br/>최근 칡이 지닌 코막힘 해소 효능과 관련, 각종 플라보노이드 성분들이 복합적으로 작용해 나타나는 효과라는 주장이 지배적이다. 식물 속의 플라보노이드 성분은 일반적으로 혈압을 낮추고, 뇌혈관 및 관상동맥의 혈류량을 늘려주며 심근의 산소소비량을 줄이고, 혈중의 산소공급량을 늘린다고 알려져 있다. 그런데 칡에는 그와 같은 플라보노이드 성분들이 다이드진(daidzin)과 다이드제인(daidzein), 푸에라린(puerarin) 등의 형태로 들어 있다. <br/><br/>이 같은 플라보노이드 성분들은 면역력 저하로 인해 비롯되는 감기, 알레르기 등에 의한 코막힘 증상에 유용하게 작용하는 것으로 알려져 있다. <br/><br/>항산화 효능을 지닌 것으로 알려진 이 성분들은 체내에 과잉 생성된 활성산소가 단백질과 DNA의 손상 및 세포막지질의 과산화를 촉진해 유발하는 노화뿐만 아니라 심장병, 당뇨병, 관절염 등 각종 성인병 예방에도 효율적으로 작용한다. 최근 연구결과에 따르면 다이드진은 알코올 흡수율을 낮춰준다. 또 다이드제인과 푸에라린은 항염증 효능을 지녔다. 칡의 플라보노이드 성분들은 중금속의 체내 배출에도 유용하다는 연구결과도 최근 많이 나오고 있다. <br/><br/>특히 다이드제인 성분은 마치 파파베린 성분처럼 몸의 통증을 줄여주는 진경작용을 해 편두통, 고혈압, 협심증 등에도 유용한 것으로 전해진다. <br/><br/>또 칡에는 식이섬유와 사포닌 성분이 많이 함유돼 있어 고혈압이나 당뇨병 등 성인병 예방에 좋다. 칡의 쌉싸래한 맛을 내는 성분인 사포닌은 호흡기 내 점액 분비량을 늘려 알레르기성 비염 등에 긍정적으로 작용한다. <br/><br/>이외에도 칡에는 식물성 에스트로겐이 대두의 30배, 석류의 626배나 많이 들어 있는 것으로 알려져 있는데 식물성 에스트로겐은 얼굴이 후끈 달아오르고, 열이 나며, 우울증을 유발하는 여성들의 갱년기 증상 치유에 유익하다. 식물성 에스트로겐이 부족하면 골다공증도 심해질 수 있다. <br/><br/>숙취 해소에 칡차를 권하는 것은 카테킨 성분 때문인 것으로 알려져 있다. 녹차 특유의 떫은맛 성분인 카테킨은 아세트알데히드의 분해를 돕는데 칡의 카테킨 또한 같은 작용을 해 간 기능을 보호해준다. 카테킨 성분은 암 예방에 좋은 것은 물론 콜레스테롤 수치와 혈당 수치를 저하시켜 동맥경화 예방에도 좋다고 한다. <br/><br/>한편 칡을 구매할 때는 암칡과 수칡을 구분해 구입해야 하는데 일반적으로 굵고 통통한 것이 암칡이며 상품으로 여겨진다. 암칡은 먹었을 때 수분이 많이 나오며 단맛도 강하다. 또 중국산 칡은 잘라놓은 절편의 크기가 비교적 작고 독특한 향기가 있으며 약품냄새가 난다. <br/><br/>＜도움말 = 안준철 동양한의원 원장＞<br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-661.txt

제목: <힐링푸드> 칡, 땀 뻘뻘 ‘막힌 코 뻥뻥’… 鼻 HAPPY!  
날짜: 20140611  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140611100000166  
본문: 칡은 생명력이 매우 강한 식물이다. 뿌리를 캐고 잔뿌리만 조금 남아도 거기서부터 다시 살아난다고 한다. 칡이 지닌 각종 약효도 그 같은 칡 특유의 생명력에서 비롯된 것으로 보인다. <br/><br/>동의보감에는 칡뿌리에 대해 ‘성질은 평하고 서늘하다. 맛이 달며 독이 없다. 풍한으로 머리가 아픈 것을 낫게 하며 땀이 나게 하여 표를 풀어주고 땀구멍을 열어주며 술독을 푼다. 번갈을 멈추며 입맛을 좋게 하고 소화를 잘되게 하며 가슴에 열을 없애고 소장을 잘 통하게 한다’고 돼 있다. <br/><br/>이 같은 효능 때문인지 민간에서는 오래전부터 칡을 식품 이상의 귀한 약재로 여겨 왔다. <br/><br/>칡의 효능들은 최근 과학적 성분 분석을 통해 하나씩 밝혀지고 있는데 감기나 알레르기성 비염 등으로 인한 코막힘 등의 증상에 좋은 것도 칡이 지닌 각종 항산화 성분들 때문인 것으로 알려지고 있다. <br/><br/>칡은 전통적으로 해열작용이 뛰어난 약재로 한방에서 처방돼 왔다. 한의사들은 칡이 피부혈관을 확장해주고, 이로 인해 땀구멍을 열어줘 땀이 나게 해 열발산을 촉진하는데 그 과정에서 막힌 코가 뚫린다고 주장한다. 실제로 한방에서는 축농증이나 비염, 코막힘이 심할 때는 칡에 천궁과 신이 등을 가미한 갈근탕을 처방하기도 한다. 민간에서도 날씨가 추워서 코가 막히고 재채기가 멎지 않을 때에는 칡차를 즐겨 음용했다. <br/><br/>최근 칡이 지닌 코막힘 해소 효능과 관련, 각종 플라보노이드 성분들이 복합적으로 작용해 나타나는 효과라는 주장이 지배적이다. 식물 속의 플라보노이드 성분은 일반적으로 혈압을 낮추고, 뇌혈관 및 관상동맥의 혈류량을 늘려주며 심근의 산소소비량을 줄이고, 혈중의 산소공급량을 늘린다고 알려져 있다. 그런데 칡에는 그와 같은 플라보노이드 성분들이 다이드진(daidzin)과 다이드제인(daidzein), 푸에라린(puerarin) 등의 형태로 들어 있다. <br/><br/>이 같은 플라보노이드 성분들은 면역력 저하로 인해 비롯되는 감기, 알레르기 등에 의한 코막힘 증상에 유용하게 작용하는 것으로 알려져 있다. <br/><br/>항산화 효능을 지닌 것으로 알려진 이 성분들은 체내에 과잉 생성된 활성산소가 단백질과 DNA의 손상 및 세포막지질의 과산화를 촉진해 유발하는 노화뿐만 아니라 심장병, 당뇨병, 관절염 등 각종 성인병 예방에도 효율적으로 작용한다. 최근 연구결과에 따르면 다이드진은 알코올 흡수율을 낮춰준다. 또 다이드제인과 푸에라린은 항염증 효능을 지녔다. 칡의 플라보노이드 성분들은 중금속의 체내 배출에도 유용하다는 연구결과도 최근 많이 나오고 있다. <br/><br/>특히 다이드제인 성분은 마치 파파베린 성분처럼 몸의 통증을 줄여주는 진경작용을 해 편두통, 고혈압, 협심증 등에도 유용한 것으로 전해진다. <br/><br/>또 칡에는 식이섬유와 사포닌 성분이 많이 함유돼 있어 고혈압이나 당뇨병 등 성인병 예방에 좋다. 칡의 쌉싸래한 맛을 내는 성분인 사포닌은 호흡기 내 점액 분비량을 늘려 알레르기성 비염 등에 긍정적으로 작용한다. <br/><br/>이외에도 칡에는 식물성 에스트로겐이 대두의 30배, 석류의 626배나 많이 들어 있는 것으로 알려져 있는데 식물성 에스트로겐은 얼굴이 후끈 달아오르고, 열이 나며, 우울증을 유발하는 여성들의 갱년기 증상 치유에 유익하다. 식물성 에스트로겐이 부족하면 골다공증도 심해질 수 있다. <br/><br/>숙취 해소에 칡차를 권하는 것은 카테킨 성분 때문인 것으로 알려져 있다. 녹차 특유의 떫은맛 성분인 카테킨은 아세트알데히드의 분해를 돕는데 칡의 카테킨 또한 같은 작용을 해 간 기능을 보호해준다. 카테킨 성분은 암 예방에 좋은 것은 물론 콜레스테롤 수치와 혈당 수치를 저하시켜 동맥경화 예방에도 좋다고 한다. <br/><br/>한편 칡을 구매할 때는 암칡과 수칡을 구분해 구입해야 하는데 일반적으로 굵고 통통한 것이 암칡이며 상품으로 여겨진다. 암칡은 먹었을 때 수분이 많이 나오며 단맛도 강하다. 또 중국산 칡은 잘라놓은 절편의 크기가 비교적 작고 독특한 향기가 있으며 약품냄새가 난다. <br/><br/>＜도움말 = 안준철 동양한의원 원장＞<br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-662.txt

제목: <메디컬 프런티어>“겨드랑이 통한 로봇수술 연세암병원이 세계 표준”  
날짜: 20140610  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140610100000095  
본문: “<span class='quot0'>단기간 진료뿐 아니라 환자에 따라서 맞춤형 수술을 할 수 있는 병원은 저희 병원뿐이라고 해도 과언이 아닐 겁니다.</span>”<br/><br/>남기현(사진) 연세암병원 갑상선암센터 교수는 지난 5월 28일 갑상선암 로봇 수술을 마치고 나와 이같이 말했다. 최근 갑상선암 수술은 다빈치 로봇을 이용한 로봇 수술이 주목받고 있지만, 연세암병원은 로봇 수술은 물론 최소절개 수술, 내시경 수술 등 다양한 수술을 모두 진행하고 있다. <br/><br/>남 교수는 “<span class='quot1'>갑상선암의 전통적인 수술은 목 정중앙 5㎝를 절개해 갑상선을 떼어낸다</span>”며 “<span class='quot1'>그러나 우리는 갑상선 절반만 제거하면 되는 환자의 경우 3㎝만 절개하는 최소절개 갑상선 절개술을 할 수 있다</span>”고 말했다. 최소절개 갑상선 절개술은 ‘한국 갑상선 수술의 개척자’로 평가받는 박정수 연세의대 명예교수가 개발한 것으로 남 교수를 비롯한 그의 제자들이 세브란스병원에서 이어가고 있다. <br/><br/>남 교수는 “<span class='quot1'>물론 초기암일 경우에만 최소절개를 하고, 임파선 전이가 되면 12∼13㎝를 절개한다</span>”며 “<span class='quot1'>흉터가 부담스러운 젊은 여성 환자의 경우 겨드랑이를 통해 임파선 절제술을 하기도 한다</span>”고 말했다. 겨드랑이를 통해서 수술하는 방법은 정확도가 높은 다빈치 로봇으로 진행하는 경우가 많다. 연세암병원은 이 분야 세계 표준을 선도하고 있다. 남 교수는 “<span class='quot1'>다빈치 로봇을 이용한 갑상선 수술은 우리 병원 정웅윤 교수님이 2010년 10월에 국내에서 처음 시작했는데, 성과가 좋아 현재 미국의 다빈치 로봇 제조사에서 정 교수님의 액와부(겨드랑이) 접근 수술법을 가이드로 등재했다</span>”고 말했다. 연세암병원은 환자의 경제적 요건도 고려, 다빈치 로봇이 고가의 치료비가 드는 만큼 여유가 없는 환자들에게는 내시경으로도 액와부 접근 수술을 한다. 남 교수는 “<span class='quot1'>내시경을 이용한 액와부 접근 수술법은 외과적으로 피로도가 증가하기도 하지만, 경제적 여건이 안 되는 분들에게는 권하고 있는 만큼 다양한 선택권을 환자에게 주고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>남 교수는 최근 논란이 된 갑상선암 과잉 치료 논란에 대해서도 의견을 분명히 했다. 그는 “<span class='quot1'>갑상선암에 대한 장기 추적관찰을 한 미국의 데이터를 보면 1㎝ 미만의 미세암이라도 임파선 전이는 1㎝ 이상의 암과 동등했고, 드물긴 하지만 미세암에서 폐 등에 원격 전이 사례도 나타났다</span>”며 “<span class='quot1'>작은 암이라도 전이가 가능한 암 상태이기 때문에 조기진단, 조기치료가 대원칙</span>”이라고 말했다. 또 그는 “<span class='quot1'>일부 의사들이 갑상선암은 말기에 치료해도 괜찮다고 하지만 이는 위험한 생각</span>”이라며 “<span class='quot1'>미국의 장기 연구를 보면 3∼4기에 발견돼 치료한 환자들의 20년 생존율이 60∼70%에 불과했다</span>”고 말했다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-663.txt

제목: “희귀 유전질환은 ‘세포내 안테나’ 섬모 이상서 비롯”  
날짜: 20140610  
기자: 노성열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140610100000128  
본문: “<span class='quot0'>원인이 불분명했던 희귀 유전질환의 발병원인이 세포기관인 섬모(纖毛) 기능 이상에 의한 세포 내 신호전달 문제 때문이라는 점, 인간에게 질병을 유발하는 유전자 변형이 동물에서도 유사 질병을 유발시킨다는 점이 입증된 것입니다.</span>”<br/><br/>고혁완 동국대 약대 교수는 10일 선천성 유전병을 치료할 수 있는 발병 메커니즘의 단서를 밝혀낸 연구의 성과를 이같이 요약했다. 고 교수와 복진웅 연세대 의대 교수팀은 수뇌증·다지증·구순열 등 희귀 유전질환이 ‘세포 안의 안테나’로 불리는 섬모의 이상으로 인한 신호전달 문제라는 점을 규명하는 데 성공했다. 이 성과는 지난 5월 22일자 미국립과학원회보(PNAS) 온라인판에 게재됐다. <br/><br/>미래창조과학부에 따르면 연구팀은 태아의 발생과정 중 신경계·내분비계·골격계 기관 형성에 이상을 유발하는 유전병 ‘ECO 증후군’의 원인으로 알려진 인산화효소(ICK) 유전자를 실험대상인 생쥐에 조작한 결과, 섬모의 길이에 변화가 생긴다는 사실을 발견했다. 세포에 ICK 유전자를 과다 발현시키면 섬모의 길이가 짧아지거나 없어졌고, 반대로 ICK 유전자의 효소 활성을 제거했을 때 섬모의 길이가 길어진다는 사실을 밝혀낸 것이다. 섬모가 길어지면 신호를 분류하고 전달하는 단백질 형성 허브로서의 기능을 제대로 수행하지 못하면서 각종 장기를 만드는 데 중요한 발생신호에 이상이 생겨 결국 선천성 유전병을 지닌 채로 태어나게 된다는 결론에 도달했다.<br/><br/>이번 연구결과는 비만이나 암 발생, 발달장애, 줄기세포 유지 관련 세포 내 신호전달 제어 등 다양한 신약 개발에 응용될 가능성이 높은 것으로 평가된다. 미래부의 중견연구자지원사업, 바이오·의료기술개발사업 등의 지원이 낳은 또 하나의 성과로 불리는 이유다.<br/><br/>복 교수는 “<span class='quot1'>ICK 효소활성을 억제할 수 있는 저분자 화합물 선도물질 발굴을 거쳐 약물 타깃으로서 검증이 끝날 때까지 장기적으로 연구에 매진하고 싶다</span>”고 포부를 밝혔다. <br/><br/>노성열 기자 nosr@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-664.txt

제목: “희귀 유전질환은 ‘세포내 안테나’ 섬모 이상서 비롯”  
날짜: 20140610  
기자: 노성열  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140610100000168  
본문: “<span class='quot0'>원인이 불분명했던 희귀 유전질환의 발병원인이 세포기관인 섬모(纖毛) 기능 이상에 의한 세포 내 신호전달 문제 때문이라는 점, 인간에게 질병을 유발하는 유전자 변형이 동물에서도 유사 질병을 유발시킨다는 점이 입증된 것입니다.</span>”<br/><br/>고혁완 동국대 약대 교수는 10일 선천성 유전병을 치료할 수 있는 발병 메커니즘의 단서를 밝혀낸 연구의 성과를 이같이 요약했다. 고 교수와 복진웅 연세대 의대 교수팀은 수뇌증·다지증·구순열 등 희귀 유전질환이 ‘세포 안의 안테나’로 불리는 섬모의 이상으로 인한 신호전달 문제라는 점을 규명하는 데 성공했다. 이 성과는 지난 5월 22일자 미국립과학원회보(PNAS) 온라인판에 게재됐다. <br/><br/>미래창조과학부에 따르면 연구팀은 태아의 발생과정 중 신경계·내분비계·골격계 기관 형성에 이상을 유발하는 유전병 ‘ECO 증후군’의 원인으로 알려진 인산화효소(ICK) 유전자를 실험대상인 생쥐에 조작한 결과, 섬모의 길이에 변화가 생긴다는 사실을 발견했다. 세포에 ICK 유전자를 과다 발현시키면 섬모의 길이가 짧아지거나 없어졌고, 반대로 ICK 유전자의 효소 활성을 제거했을 때 섬모의 길이가 길어진다는 사실을 밝혀낸 것이다. 섬모가 길어지면 신호를 분류하고 전달하는 단백질 형성 허브로서의 기능을 제대로 수행하지 못하면서 각종 장기를 만드는 데 중요한 발생신호에 이상이 생겨 결국 선천성 유전병을 지닌 채로 태어나게 된다는 결론에 도달했다.<br/><br/>이번 연구결과는 비만이나 암 발생, 발달장애, 줄기세포 유지 관련 세포 내 신호전달 제어 등 다양한 신약 개발에 응용될 가능성이 높은 것으로 평가된다. 미래부의 중견연구자지원사업, 바이오·의료기술개발사업 등의 지원이 낳은 또 하나의 성과로 불리는 이유다.<br/><br/>복 교수는 “<span class='quot1'>ICK 효소활성을 억제할 수 있는 저분자 화합물 선도물질 발굴을 거쳐 약물 타깃으로서 검증이 끝날 때까지 장기적으로 연구에 매진하고 싶다</span>”고 포부를 밝혔다. <br/><br/>노성열 기자 nosr@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-665.txt

제목: <세계 석학 긴급 진단>“치매는 불치병 아냐… 醫·政 손잡으면 20년내 정복할 것”  
날짜: 20140610  
기자: 오애리  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140610100000171  
본문: 피터 히슬롭·케이 조 교수<br/><br/>한국이 급속한 고령화사회로 진입하고 치매 발병률이 급증하면서 치매 환자에 대한 치료와 관리가 시급한 문제로 대두되고 있다. 특히 최근 전남 장성 효실천사랑나눔요양병원에서 치매 노인에 의한 방화로 무려 21명이 목숨을 잃는 참사를 통해 치매 환자를 위한 요양 시설의 열악한 실태가 여실히 드러나 충격을 줬다. 올해 초에는 한류 스타 아이돌 가수의 아버지가 치매에 걸린 부모를 목졸라 살해하고 스스로 목숨을 끊는 비극적인 사건이 일어나기도 했다. 보건복지부에 따르면 우리나라의 65세 이상 노인 중 치매 비율은 2008년 8.4%에서 2012년 9.1%로 해마다 치솟고 있다. 이런 추세라면 치매 인구는 2030년 127만 명, 2050년에는 271만 명으로 20년마다 배로 증가할 것으로 예상되고 있다.<br/><br/>때마침 한국을 방문한 세계적인 치매 연구자 피터 세인트 조지 히슬롭(60) 영국 케임브리지대 의대 신경과학과 교수와 케이 조(49·한국명 조광욱) 영국 브리스톨대 신경과학과 석좌교수를 지난 3일 서울 종로구 연건동 서울대병원 암연구소에서 만났다. 두 사람은 치매의 한 원인인 알츠하이머를 일으키는 뇌단백질 연구 분야에서 세계 최고 권위를 인정받고 있는 학자이다. 두 학자로부터 치매 연구 현황, 치매에 대한 올바른 이해, 그리고 환자 관리와 연구 활성화를 위해 국가가 해야 할 역할 등에 대해 들었다. <br/><br/>―한국에서는 최근 요양병원 화재사건으로 많은 노인 환자들이 사망하는 사건이 일어났는데 알고 있나. <br/><br/>“(히슬롭·이하 히) 물론 알고 있다. 솔직히 놀라지는 않았다. 한국뿐만 아니라 다른 나라에서도 유사한 사건이 크고 작은 형태로 일어나기 때문이다. 치매환자가 불을 지르거나 다른 사람을 다치게 하고, 심지어 살인을 저지르는 경우도 있다. 이런 환자들을 효과적으로 관리할 수 있는 시스템을 구축하는 일이 얼마나 중요하고 시급한지를 이번 사건을 통해 다시 한번 인식했으면 좋겠다. 환자의 상태를 빨리 파악하고 진행 과정을 모니터링하면서 치료하는 과정과, 치매에 관한 연구를 병행하는 것이 무엇보다 필요하다.” <br/><br/>“(케이 조·이하 조) 우선, 많이 놀랐다. 하지만 있을 수 있는 일이란 생각도 했다. 한국의 요양시설 상태에 대해 잘 알고 있기 때문이다. 언젠가는 일어날 것으로 예상했던 일이 터졌다는 그런 느낌이었다.” <br/><br/>―영국의 치매환자 요양시설의 실태는 어떤가. <br/><br/>“(조) 영국과 한국을 나란히 비교하기는 사실 어렵다. 왜냐하면 영국은 국가가 국민의 보건을 100% 책임지는 국가보건서비스(NHS)를 시행하고 있기 때문이다. 한 가지 분명한 점은 이번 장성 요양병원 경우처럼 1명의 간호사 또는 간호조무사가 수십 명의 환자를 돌보지는 않는다는 것이다.” <br/><br/>영국은 국가 차원에서 ‘치매와의 전쟁’을 벌이고 있는 국가이다. 지난 2012년 데이비드 캐머런 총리가 치매 정복을 위한 연구와 환자 관리를 국가의 최우선 정책 중 하나로 선포했고, 이에 따라 NHS는 연간 230억 파운드(약 40조 원)를 치매환자 치료 요양비로 사용하고 있다.<br/><br/>―영국 사회에서 치매에 대한 사회적 인식은 어느 정도인가. 마거릿 대처 전 총리가 치매에 걸린 사실이 알려져 영국 내에서도 이 질병에 대한 관심이 높아진 것으로 알고 있다. <br/><br/>“(히) 영국에서도 치매에 대한 사회적 관심이 높아진 게 비교적 최근 들어와서이다. 불과 5년 전만 해도 대부분의 사람들이 치매의 심각성에 대해 잘 인식하지 못했다. 하지만 지금은 점점 더 관심이 많아지고 있고, 사회적으로도 이슈화하고 있는 추세이다. 이런 상황에서 정부의 ‘치매와의 전쟁’ 선언이 나왔다고 본다.”<br/><br/>“(조) 앞서 언급했듯이 영국은 NHS를 시행하고 있기 때문에, 치매 경우에도 환자 자신과 가족들의 부담이 그리 크지 않은 편이다. 하지만 한국은 환자 가족이 사실상 100% 책임을 져야 하는 구조가 아닌가. 그러니 사회적 심각성은 영국보다 한국이 훨씬 더 클 수밖에 없다. 앞으로 한국에서도 치매환자가 급증할 텐데, 환자 관리시설을 어떻게 만들어 나갈지, 비용은 어떻게 해결할지 등을 시급히 고민해야 한다. 치매 증세를 가지고도 정상적인 생활을 할 수 있는 사회적 시스템을 갖추는 것이 필요하다.”<br/><br/>히슬롭 교수와 조 교수가 연구하고 있는 알츠하이머는 기억력의 점진적인 퇴행을 초래하는 뇌 이상에서 오는 질병으로, 일상생활을 하기 어려울 정도로 심각한 지적 기능의 상실을 가져오는 치매를 초래하는 것으로 알려져 있다. 1906년 독일 의사 알로이스 알츠하이머 박사가 처음으로 이 질병을 학계에 보고했을 당시만 해도 극소수에 불과했던 환자는 현재 65세 이상의 약 10%, 85세 이상은 거의 절반에 이르는 노인에게 영향을 주는 치매증의 가장 일반적인 원인으로 꼽히고 있다. <br/><br/>―치매에 대한 연구는 현재 어디까지 와있나. <br/><br/>“(히) 사실 이제 시작단계라고 할 수 있다. 아직은 연구자가 너무 적다. 암에 비하면 치매 분야 연구자는 매우 부족한 상태이다. 3년 전 한·영 알츠하이머 공동연구 컨소시엄을 만들어 연구자 간 교류를 시작한 것도 연구 인력을 더 양성하기 위해서이다. 암 경우, 1950년대부터 전 세계적으로 관심이 커지면서 기초연구가 활발하게 진행돼 환자 치료에도 큰 성과를 거두고 있다. 반면 시작단계에 있는 치매 분야 경우 투자가 부족하니까 연구자가 적고, 연구가 잘 안 되니까 투자가 활발하게 이뤄지지 않는 악순환이 일어나고 있는 것 같다.” <br/><br/>―치매에 대해 일반인들이 가지고 있는 가장 큰 오해가 무엇이라고 보나. <br/><br/>“(히) 가장 큰 오해는 치매를 유전적인 질병으로 생각하는 것이다. 부모가 치매환자였다는 이유로 본인이 치매에 걸릴까봐 두려워하는 사람이 많은데, 그런 경우는 극소수이다. 유전보다는 뇌경색, 파킨슨병 등 다른 원인들이 훨씬 많다. 두 번째 오해는 치매를 평생 치료할 수 없는 불치병으로 생각해 절망하는 것이다. 초기에는 증상을 완화할 수 있는 치료방법이 많이 있다. 따라서 조기진단이 매우 중요하고, 절대 치료를 포기하지 말아야 한다.” <br/><br/>―치매를 예방할 수 있는가. <br/><br/>“(조) 생활습관으로 치매 발병을 줄일 수 있다. 혈압이 높아지지 않도록 식생활과 체중을 잘 관리하고, 당뇨병에 걸리지 않도록 조심하며, 운동을 충분히 해서 대사작용을 활발하게 만들어 주면 치매 발병 가능성을 줄일 수 있다.” <br/><br/>―한국뿐만 아니라 전 세계적으로 고령화가 가속화되면서, 치매환자 관리 문제가 시한폭탄처럼 돼가고 있다. 정부의 역할이 무엇이라고 보나. <br/><br/>“(조) 우선 정부 차원에서 치매환자 현황부터 정확히 파악하는 것이 중요하다고 본다. 여기에 연구 인력 양성을 위한 국가 차원의 지원이 반드시 필요하다.”<br/><br/>“(히) 치매에 대한 연구, 환자 치료와 관리, 그리고 치료약 개발, 이 세 가지가 균형있게 발전해야 한다. 환자를 치료하려면 약이 있어야 하는데, 치매 관련 신약 개발을 민간 제약회사에만 맡겨 두면 부담이 너무 크기 때문에 정부의 지원이 필요하다. 연구, 치료, 신약 개발이 고르게 이뤄질 수 있도록 정책을 수립해서 실행에 옮기는 게 바로 정부가 해야 할 역할이라고 본다.” <br/><br/>―치매를 정복할 수 있는 질병으로 보는가. <br/><br/>“(히) 물론이다. 치매공포증을 가진 사람들이 있는데, 나는 걱정하지 않는다. 불치병이라고 생각하지 않기 때문이다. 암처럼 치매도 20년 내에 효과적으로 치료가 가능해질 것으로 확신한다.” <br/><br/>오애리 선임기자 aeri@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-666.txt

제목: <세계 석학 긴급 진단>“치매는 불치병 아냐… 醫·政 손잡으면 20년내 정복할 것”  
날짜: 20140610  
기자: 오애리  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140610100000143  
본문: 피터 히슬롭·케이 조 교수<br/><br/>한국이 급속한 고령화사회로 진입하고 치매 발병률이 급증하면서 치매 환자에 대한 치료와 관리가 시급한 문제로 대두되고 있다. 특히 최근 전남 장성 효실천사랑나눔요양병원에서 치매 노인에 의한 방화로 무려 21명이 목숨을 잃는 참사를 통해 치매 환자를 위한 요양 시설의 열악한 실태가 여실히 드러나 충격을 줬다. 올해 초에는 한류 스타 아이돌 가수의 아버지가 치매에 걸린 부모를 목졸라 살해하고 스스로 목숨을 끊는 비극적인 사건이 일어나기도 했다. 보건복지부에 따르면 우리나라의 65세 이상 노인 중 치매 비율은 2008년 8.4%에서 2012년 9.1%로 해마다 치솟고 있다. 이런 추세라면 치매 인구는 2030년 127만 명, 2050년에는 271만 명으로 20년마다 배로 증가할 것으로 예상되고 있다.<br/><br/>때마침 한국을 방문한 세계적인 치매 연구자 피터 세인트 조지 히슬롭(60) 영국 케임브리지대 의대 신경과학과 교수와 케이 조(49·한국명 조광욱) 영국 브리스톨대 신경과학과 석좌교수를 지난 3일 서울 종로구 연건동 서울대병원 암연구소에서 만났다. 두 사람은 치매의 한 원인인 알츠하이머를 일으키는 뇌단백질 연구 분야에서 세계 최고 권위를 인정받고 있는 학자이다. 두 학자로부터 치매 연구 현황, 치매에 대한 올바른 이해, 그리고 환자 관리와 연구 활성화를 위해 국가가 해야 할 역할 등에 대해 들었다. <br/><br/>―한국에서는 최근 요양병원 화재사건으로 많은 노인 환자들이 사망하는 사건이 일어났는데 알고 있나. <br/><br/>“(히슬롭·이하 히) 물론 알고 있다. 솔직히 놀라지는 않았다. 한국뿐만 아니라 다른 나라에서도 유사한 사건이 크고 작은 형태로 일어나기 때문이다. 치매환자가 불을 지르거나 다른 사람을 다치게 하고, 심지어 살인을 저지르는 경우도 있다. 이런 환자들을 효과적으로 관리할 수 있는 시스템을 구축하는 일이 얼마나 중요하고 시급한지를 이번 사건을 통해 다시 한번 인식했으면 좋겠다. 환자의 상태를 빨리 파악하고 진행 과정을 모니터링하면서 치료하는 과정과, 치매에 관한 연구를 병행하는 것이 무엇보다 필요하다.” <br/><br/>“(케이 조·이하 조) 우선, 많이 놀랐다. 하지만 있을 수 있는 일이란 생각도 했다. 한국의 요양시설 상태에 대해 잘 알고 있기 때문이다. 언젠가는 일어날 것으로 예상했던 일이 터졌다는 그런 느낌이었다.” <br/><br/>―영국의 치매환자 요양시설의 실태는 어떤가. <br/><br/>“(조) 영국과 한국을 나란히 비교하기는 사실 어렵다. 왜냐하면 영국은 국가가 국민의 보건을 100% 책임지는 국가보건서비스(NHS)를 시행하고 있기 때문이다. 한 가지 분명한 점은 이번 장성 요양병원 경우처럼 1명의 간호사 또는 간호조무사가 수십 명의 환자를 돌보지는 않는다는 것이다.” <br/><br/>영국은 국가 차원에서 ‘치매와의 전쟁’을 벌이고 있는 국가이다. 지난 2012년 데이비드 캐머런 총리가 치매 정복을 위한 연구와 환자 관리를 국가의 최우선 정책 중 하나로 선포했고, 이에 따라 NHS는 연간 230억 파운드(약 40조 원)를 치매환자 치료 요양비로 사용하고 있다.<br/><br/>―영국 사회에서 치매에 대한 사회적 인식은 어느 정도인가. 마거릿 대처 전 총리가 치매에 걸린 사실이 알려져 영국 내에서도 이 질병에 대한 관심이 높아진 것으로 알고 있다. <br/><br/>“(히) 영국에서도 치매에 대한 사회적 관심이 높아진 게 비교적 최근 들어와서이다. 불과 5년 전만 해도 대부분의 사람들이 치매의 심각성에 대해 잘 인식하지 못했다. 하지만 지금은 점점 더 관심이 많아지고 있고, 사회적으로도 이슈화하고 있는 추세이다. 이런 상황에서 정부의 ‘치매와의 전쟁’ 선언이 나왔다고 본다.”<br/><br/>“(조) 앞서 언급했듯이 영국은 NHS를 시행하고 있기 때문에, 치매 경우에도 환자 자신과 가족들의 부담이 그리 크지 않은 편이다. 하지만 한국은 환자 가족이 사실상 100% 책임을 져야 하는 구조가 아닌가. 그러니 사회적 심각성은 영국보다 한국이 훨씬 더 클 수밖에 없다. 앞으로 한국에서도 치매환자가 급증할 텐데, 환자 관리시설을 어떻게 만들어 나갈지, 비용은 어떻게 해결할지 등을 시급히 고민해야 한다. 치매 증세를 가지고도 정상적인 생활을 할 수 있는 사회적 시스템을 갖추는 것이 필요하다.”<br/><br/>히슬롭 교수와 조 교수가 연구하고 있는 알츠하이머는 기억력의 점진적인 퇴행을 초래하는 뇌 이상에서 오는 질병으로, 일상생활을 하기 어려울 정도로 심각한 지적 기능의 상실을 가져오는 치매를 초래하는 것으로 알려져 있다. 1906년 독일 의사 알로이스 알츠하이머 박사가 처음으로 이 질병을 학계에 보고했을 당시만 해도 극소수에 불과했던 환자는 현재 65세 이상의 약 10%, 85세 이상은 거의 절반에 이르는 노인에게 영향을 주는 치매증의 가장 일반적인 원인으로 꼽히고 있다. <br/><br/>―치매에 대한 연구는 현재 어디까지 와있나. <br/><br/>“(히) 사실 이제 시작단계라고 할 수 있다. 아직은 연구자가 너무 적다. 암에 비하면 치매 분야 연구자는 매우 부족한 상태이다. 3년 전 한·영 알츠하이머 공동연구 컨소시엄을 만들어 연구자 간 교류를 시작한 것도 연구 인력을 더 양성하기 위해서이다. 암 경우, 1950년대부터 전 세계적으로 관심이 커지면서 기초연구가 활발하게 진행돼 환자 치료에도 큰 성과를 거두고 있다. 반면 시작단계에 있는 치매 분야 경우 투자가 부족하니까 연구자가 적고, 연구가 잘 안 되니까 투자가 활발하게 이뤄지지 않는 악순환이 일어나고 있는 것 같다.” <br/><br/>―치매에 대해 일반인들이 가지고 있는 가장 큰 오해가 무엇이라고 보나. <br/><br/>“(히) 가장 큰 오해는 치매를 유전적인 질병으로 생각하는 것이다. 부모가 치매환자였다는 이유로 본인이 치매에 걸릴까봐 두려워하는 사람이 많은데, 그런 경우는 극소수이다. 유전보다는 뇌경색, 파킨슨병 등 다른 원인들이 훨씬 많다. 두 번째 오해는 치매를 평생 치료할 수 없는 불치병으로 생각해 절망하는 것이다. 초기에는 증상을 완화할 수 있는 치료방법이 많이 있다. 따라서 조기진단이 매우 중요하고, 절대 치료를 포기하지 말아야 한다.” <br/><br/>―치매를 예방할 수 있는가. <br/><br/>“(조) 생활습관으로 치매 발병을 줄일 수 있다. 혈압이 높아지지 않도록 식생활과 체중을 잘 관리하고, 당뇨병에 걸리지 않도록 조심하며, 운동을 충분히 해서 대사작용을 활발하게 만들어 주면 치매 발병 가능성을 줄일 수 있다.” <br/><br/>―한국뿐만 아니라 전 세계적으로 고령화가 가속화되면서, 치매환자 관리 문제가 시한폭탄처럼 돼가고 있다. 정부의 역할이 무엇이라고 보나. <br/><br/>“(조) 우선 정부 차원에서 치매환자 현황부터 정확히 파악하는 것이 중요하다고 본다. 여기에 연구 인력 양성을 위한 국가 차원의 지원이 반드시 필요하다.”<br/><br/>“(히) 치매에 대한 연구, 환자 치료와 관리, 그리고 치료약 개발, 이 세 가지가 균형있게 발전해야 한다. 환자를 치료하려면 약이 있어야 하는데, 치매 관련 신약 개발을 민간 제약회사에만 맡겨 두면 부담이 너무 크기 때문에 정부의 지원이 필요하다. 연구, 치료, 신약 개발이 고르게 이뤄질 수 있도록 정책을 수립해서 실행에 옮기는 게 바로 정부가 해야 할 역할이라고 본다.” <br/><br/>―치매를 정복할 수 있는 질병으로 보는가. <br/><br/>“(히) 물론이다. 치매공포증을 가진 사람들이 있는데, 나는 걱정하지 않는다. 불치병이라고 생각하지 않기 때문이다. 암처럼 치매도 20년 내에 효과적으로 치료가 가능해질 것으로 확신한다.” <br/><br/>오애리 선임기자 aeri@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-667.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>내 나이가 어때서 ?  
날짜: 20140609  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140609100000140  
본문: “무얼 도와드릴까요?”<br/><br/>“전립선암 수술을 받기 전까지는 생활에 아무 지장이 없었는데 수술 후 소변이 새고 요실금이 남아 있어서 집사람에게 미안합니다. 더구나 부부관계도 안 되니….”<br/><br/>75세의 M 씨는 소변이 자주 마렵고 힘들어 전립선 비대증 치료를 받고 있었다. 하지만 혈액 검사에서 전립선 특이항원(PSA) 수치가 조금씩 올라가 5를 넘었다. 이에 조직 검사를 받아 보니 초기암으로 판명됐다. <br/><br/>이후 이 환자는 유명 대학병원에서 로봇으로 근치적 전립선 절제술을 받았다. 수술 후 회복은 잘됐으나 후유증으로 불편해 찾아온 것이다.<br/><br/>“후유증 치료는 받으셨나요?”<br/><br/>“젊은 교수가 요실금은 좀 더 기다려 보라고 하고 생명을 건졌으면 됐지 제 나이에 무슨 성생활까지 관심을 갖느냐고 핀잔을 줍니다. 어, 참! 내 나이가 어때서. 자기 문제가 아니라고 그렇게 쉽게 말하는데 기분이 아주 나빴습니다. 그래서 수소문 끝에 선생님을 찾아왔지요.”<br/><br/>“잘 오셨어요. 암을 전공하는 의사들은 생명이 중요하기 때문에 암 치료에만 집중하고 그 후 삶의 질에 대해서는 관심을 갖지 않기가 쉽지요. 나이 든 어르신들께는 삶의 질이 매우 중요하지요. 선생님 고민은 수술로 다 치료될 수 있으니 너무 걱정 마세요.”<br/><br/>인간은 몇 살까지 섹스가 가능할까? 많은 사람들이 나이가 들면 자연적으로 성기능도 약해지고, 그런 이유로 섹스를 못하게 되는 것으로 알고 있다. <br/><br/>하지만 이는 잘못된 지식이다. 결론적으로 말해 특별한 질병이 없는 한 나이를 가리지 않는다. <br/><br/>성기능 감퇴 현상은 나이가 들면서 당뇨, 고혈압, 동맥경화증 같은 성인병을 동반하는 경우에 나타나고 골반 장기 수술 후의 합병증이나 먹는 약 때문에 오는 경우도 많다. <br/><br/>이러한 성인병 없이 건강관리를 잘하는 분들은 90세가 넘어서도 성생활이 가능하다.<br/><br/>어느 날 50대 신사 한 분이 75세 된 부친을 모시고 클리닉에 왔다.<br/><br/>“어떻게 오셨나요?”<br/><br/>“실은 아버님 문제로….”<br/><br/>“<span class='quot0'>아버님이 어디가 안 좋으신가요?</span>”<br/><br/>“아직 건강은 좋으세요. 3년 전 어머님이 돌아가시고 홀로 지내시는데 최근에 새로운 여자 친구가 생겼어요. 홀로 지내시는 게 안쓰러워 재혼을 권해 드리는데 아버님이 왠지 망설이세요. 회춘수술을 할 수 있다는 말을 들었는데 아버님 연세에도 가능할까요?”<br/><br/>“아무 염려 없습니다. 건강이 좋으시니까 충분히 가능합니다. 80세가 넘으신 분들도 많이 합니다. 그런 부분까지 신경 쓰시는 걸 보니 아드님이 아주 효자이시네요.”<br/><br/>“자식들이 아버님을 잘 못 모시니까 좋은 파트너를 만나 노후를 외롭지 않고 행복하게 지냈으면 좋겠어요. 기왕이면 금실 좋게 오래오래 사셨으면 합니다.”<br/><br/>요즘은 효자란 말이 골동품처럼 귀하게 쓰인다. 부모님에게 새로운 애인이 생겨도 재산이 빠져나갈까 하는 생각에 재혼을 적극 반대하는 자식들이 많은데 이렇게 부모님의 잠자리까지 보살펴 드리는 자식을 보니 그 마음이 실로 감동스러웠다. <br/><br/>부모님이 장수하시길 바란다면 마음을 편하게 해드리고 외롭지 않고 규칙적인 성생활로 스트레스를 해소할 수 있도록 해드리는 것이 최대 비결이다.<br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-668.txt

제목: <인터넷 유머>평소에 잘해  
날짜: 20140602  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140602100000126  
본문: 평소에 잘해 <br/><br/>결혼 생활 20년 동안 한 번도 아내에게 칭찬을 해 본 적이 없던 맹구가 큰마음을 먹고 아내에게 한마디했다. <br/><br/>“<span class='quot0'>여보, 당신 요즘 예뻐 죽겠어.</span>” <br/><br/>그러자 걱정스러운 눈빛으로 아내가 말한다.<br/><br/>“당신 암 걸렸지?” <br/><br/><br/>이런 남자들 어떻게 해야 하나요<br/><br/>▲ 길거리<br/><br/>1. 자기 차 앞에 조금만 방해가 되어도 경음기 울리고 추월하여 욕지거리하는 분<br/><br/>2. 개똥녀 욕하면서 자기는 차 창문을 열고 피우던 담배꽁초 튕겨 버리는 분 <br/><br/>3. 지하철, 버스 노약자석에 자기보다 나이 적은 사람 있으면 째려보고 욕하는 분 <br/><br/>4. 걸어갈 땐 차 욕하고, 운전할 땐 걷는 사람 욕하는 분 <br/><br/>▲ 결혼, 초상<br/><br/>1. 초상집에서 꼭 소맥으로 폭탄주 제조해 돌리는 분 <br/><br/>2. 잘 알지도 못하면서 청첩이나 부고를 돌리며 계좌번호까지 보내는 분<br/><br/>▲ 목욕탕<br/><br/>1. 스킨과 로션으로 온몸을 떡칠하는 분<br/><br/>2. 드라이어로 거시기와 똥꼬만 말리는 분<br/><br/>3. 거시기 크다고 자랑하면서 아무 데나 자빠져 코 고는 분<br/><br/><br/>어떤 선물<br/><br/>늘 아내의 잔소리와 바가지에 시달리는 남자가 장모에게 생일 선물로 묘지 터를 사드렸다.<br/><br/>이듬해 생일이 다시 돌아왔지만 이번에는 장모에게 아무 선물도 사주지 않았다. <br/><br/>장모는 화가 나서 사위에게 왜 이번에는 선물을 잊었느냐고 다그쳤다. <br/><br/>사위도 화가 나서 대꾸했다. <br/><br/>“<span class='quot0'>작년에 사드린 것도 아직 사용하지 않으셨잖아요!</span>”<br/><br/><br/>오늘의 명언<br/><br/>가는 말이 고우면 오는 말도 곱고 <br/><br/>가는 말이 꼬우면 오는 말도 꼬운 법.

언론사: 문화일보-1-669.txt

제목: < His Story >한만청 “7세에 父, 16세에 母 잃자 6·25, 64세땐 癌... 그때마다 단단해져”  
날짜: 20140528  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014052810014393669  
본문: 국내 인터벤션(중재적) 영상의학의 선구자, 전 서울대병원장, 전 아시아·태평양 심혈관 및 중재적방사선학회장, 세계방사선의학회 종신명예회원. 한만청(80) 국민경제과학만화운동본부 이사장을 수식하는 용어는 화려하다.<br/><br/>더욱이 그의 부친은 상하이(上海) 대한민국임시정부 법무위원이자 조선일보 편집국장을 지낸 독립운동가 월봉 한기악(1898∼1941) 선생이다. 큰형 고 한만춘 씨는 연세대 초대 이공대학장을 지냈고, 작은 형 고 한만년 씨는 출판사 일조각 대표로 대한출판문화협회장을 지냈다. 프로필로 보자면, 그는 명망 있는 집안에서 태어나 유복하게 자란 막내아들이었을 법하다.<br/><br/>하지만 속을 들여다보면 한 이사장의 삶은 순탄치가 않다. 아버지는 그가 일곱 살 때 패혈증으로 세상을 떠났다. 그리고 10년도 안 돼 어머니가 간경변으로 숨을 거뒀다. 1950년 6월 23일의 일이다.<br/><br/>어머니 장례를 치르고 곧바로 6·25전쟁이 터졌다. 형들과는 기약 없는 이별을 했다. 서울대 의대에 입학했을 당시는 전쟁통이라 부산에 있는 임시건물에서 공부를 했다. 서울대병원 영상의학과 교수로 왕성하게 활동하던 1998년에는 간암이 찾아왔다. 간 오른쪽 부위에 14㎝까지 자란 종양을 떼내고 기적적으로 살아났다. 한 이사장은 “<span class='quot0'>인생에 3번의 큰 위기가 찾아왔는데 모두 긍정적인 전환점이 된 것 같다</span>”며 웃어 보였다.<br/><br/>그는 현재 만화를 통해 청소년들에게 과학에 대한 관심과 역사의식을 심어주는 국민경제과학만화운동본부에서 일하고 있다. 의학계 원로였던 한 이 사장과 과학, 역사, 만화는 언뜻 어울리지 않는 조합이다. 그는 어떤 연유로 이 일에 뛰어들었을까. 지난 21일 서울 성북구 산학연종합센터에서 한 이사장을 만나 그동안 걸어왔던 길과 찾아왔던 위기들, 그리고 현재의 삶에 대한 이야기를 나눴다.<br/><br/>부친의 존재가 큰 만큼 그에게 우선 ‘아버지에 대한 기억’을 물었다. 하지만 “남은 기억이 별로 없다”는 답이 돌아왔다. “아버지가 독립운동을 하셨던 언론인이라는 사실은 가족들과 주변인들에게 들은 게 전부예요. 훌륭한 분이셨으니 ‘너도 바르게 살아야 한다’는 교훈적인 내용이었습니다. 하지만 현실적으로는 아버지 때문에 집안이 경제적으로 매우 어려웠어요. 신문사 운영에 사비를 써서 그나마 있던 기와집도 없어졌고, 우리 가족은 절에 딸린 오막살이 단칸방에서 살았습니다. 그 당시 어머니 배 속에 제가 있었는데 절 안에서 해산은 곤란하다고 해서 서울 왕십리에 있는 사촌 집에 가서 저를 낳으셨다고 해요.”<br/><br/>일찍 아버지를 여읜 한 이사장에게는 열세 살, 아홉 살 많은 큰형과 작은형이 아버지였다. 큰형은 그가 학업을 이어갈 수 있도록 뒷바라지를 계속했고, 출판사로 경제적 여유가 있던 작은형은 대학원을 마칠 때까지 모든 학비를 댔다. 큰형과 작은형은 인촌 김성수 선생의 도움으로 학업을 마칠 수 있었다. 한 선생은 인촌이 창립한 동아일보에서 경제부장 등을 지냈고, 이런 인연으로 인촌은 절에 살던 그들을 서울중앙중학교의 관사에서 지낼 수 있도록 돕기도 했다. “인촌이 형들을 키웠고, 형들은 저를 키웠던 셈입니다. 부모님의 빈자리가 컸지만 엄한 형들 밑에서 모자람 없이 자랐어요. 그리고 주어진 환경에 적응해 살아가는 것을 체화했습니다. 현실을 탓하면서 흥분하거나 좌절하는 것은 곧 지는 것이라고 배웠어요.”<br/><br/>하지만 1950년 어머니의 죽음과 6·25가 동시에 찾아왔다. 슬픔을 추스를 새도 없었다. 북한군과 남한군이 서울을 뺏고, 뺏기는 사이 집에 남은 것은 한 이사장과 할머니, 큰 형수, 세 살배기 조카, 가정부 누나뿐이었다. 형들은 국민방위군에 자원해 남쪽으로 내려갔다. 이제 겨우 고등학교 1학년이었던 그가 얼떨결에 가장이 된 것이다.<br/><br/>“어렸을 때 성격이 소극적이고 내성적이었어요. 그런데 전쟁이 나니 이것저것 따질 게 없었죠. 어떻게든 가족을 살려야겠다는 생각뿐이었습니다. 그때가 1·4후퇴 때쯤인데 중공군이 서울로 내려온다는 소문이 있었어요. 강도가 들어서 집에 남은 게 얼마 없었지만 돈 되는 것은 전부 팔아치우고 동대문 시장에서 리어카를 한 대 샀습니다. 할머니는 창신동 친척집에 모셔드리고 형수, 조카를 태우고 언 한강을 건넜죠. 예산에서 형수와 조카를 친가에 맡기고 대전까지 내려와 미군 부대에 취직하려고 돌아다니다 큰 형을 다시 만나게 됐습니다. 극적인 상봉이었고, 작은형도 살아 있다는 소식을 듣게 됐어요.”<br/><br/>6·25전쟁통에 다시 만난 형제들은 대구 부근에서 다시 모였다. 한 이사장은 이제 대학을 가야 할 시기였다. 사실 그는 어렸을 때부터 과학자가 꿈이었던 터라 전기공학과에 진학하고 싶었다. 하지만 작은형의 설득으로 의대에 진학했다. 혼란한 시기일수록 경제적 안정을 찾고, 가족을 부양해야 한다는 이유였다. “막상 의대에 진학을 했는데, 공학 쪽에 대한 미련이 계속 남았어요. 그런데 영상의학과라는 것이 있더라고요. 당시는 왜 그것을 기사들이 하지, 의사가 하느냐는 인식이 강했고 방사선이 몸에 해롭다고 해서 하려는 사람이 없었습니다. 제가 의대에서 교수가 된 이후 후임이 들어오기까지 12년이나 걸릴 정도였으니까요. 하지만 저는 기계를 만지는 일이 좋았고, 환자의 병을 신기술로 빠르게 진단한다는 점이 즐거웠습니다.”<br/><br/>영상의학도의 길에 들어선 한 이사장은 이후 승승장구했다. 하버드의대에서 3년 동안 유학을 하면서 새롭게 발전하는 의료분야에 대한 지식을 넓혔다. 특히 국내에서 영상의학은 미개척 분야인 만큼 그가 할 일이 많았고 자기공명영상(MRI), 컴퓨터단층촬영(CT), 초음파 등 장비도 속속 들어왔다.<br/><br/>그는 혈관에 조영제를 넣은 후 엑스레이를 이용해 병을 진단하는 혈관조영술의 권위자가 됐고 이어 간암화학색전술 등 스탠트로 최소침습적 시술을 하는 인터벤션 영상의학의 선구자가 됐다. 한 이사장이 선후배와 함께 쓴 인체단면해부학 등 책은 해외로 수출되기까지 했다. 영상의학과 출신으로는 처음으로 서울대병원장에도 올랐다. 그는 “학문적으로는 좋은 논문을 쓴 게 없다”며 “국내에 영상의학 분야를 소개하고, 병원 발전을 위해 힘썼던 시절이었다”고 했다.<br/><br/>하지만 또 한 번의 시련이 찾아왔다. 1998년, 그의 나이 예순네 살에 간암에 걸린 것이다. “3개월에 한 번씩 관련 검사를 받다가 학회 때문에 조금 기간이 길어졌는데 종양이 14㎝까지 커졌더라고요. 제가 매일하는 일이기 때문에 검사 결과를 딱 보면 아는데 ‘아, 이건 2∼3년 안에 죽겠구나’ 하는 판단이 들었습니다. 삶을 조금씩 정리해야겠다고 생각했지만 가족이 눈에 밟혀 하는 데까지 해보자는 생각에 수술을 받았습니다. 하지만 좀 더 지나고 보니까 이게 폐로 전이가 된 거예요. 이건 4기니까 당시는 잘 듣는 약도 없었고 길어야 3∼4개월 살려나 했어요. 그런데 지금까지도 그런 사례가 드문데 기적적으로 약이 효과를 발휘했습니다. 6개월 지나니 종양이 거의 사라졌고 완치할 수 있었죠.”<br/><br/>한 이사장은 이런 자신의 암 극복기를 책으로 썼다. ‘암과 싸우지 말고 친구가 되라’는 책은 암을 ‘죽음의 전령사’로 여겼던 당시로서는 파격적인 내용이었고, 순식간에 베스트셀러에 올랐다. “암에 걸린다고 무조건 죽는 것이 아니에요. 고령화사회가 되면서 암환자가 많이 늘어나고 있고 잘 관리하면 살 수 있습니다. 암을 단번에 없애겠다고 생각하면 죽어요. 희망을 잃지 말고 최선을 다하는 것이 중요합니다. 긍정적인 생각으로 나는 살 수 있다는 생각을 가지는 것이 중요해요. 살 확률이 10%라면 그 10%에 들어가면 된다는 마음가짐을 가져야죠.”<br/><br/>그는 교수에서 퇴임한 2001년 산학연 정책과정원장으로 새 삶을 시작했다. 몸담았던 의학계와는 직접적인 관련이 없는 곳이다. 지인이었던 황선우 산학연종합센터장의 거듭된 요청이 있었다. “우리나라가 발전하려면 과학이 일어서야 하고, 과학이 일어서려면 산업계, 학계, 연구 분야가 협력을 하는 것이 중요하다는 게 황 센터장의 생각이었어요. 저 또한 같은 생각을 했고 과학자가 꿈이었던 만큼 이공계에 관심도 많아서 일을 맡게 됐습니다. 당시에는 이공계 기피현상이 심각할 때이기도 했죠.”<br/><br/>한 이사장은 이때부터 산학연 정책과정에서 기업인 등을 위한 강좌를 맡아 진행했고, 산하에 있는 국민경제과학만화운동본부를 통해 청소년들을 위한 과학 만화를 만들었다. 5년 전부터는 방향을 틀어 역사의식을 고취시키기 위한 만화를 내고 있다. 그는 “이공계 기피만큼이나 청소년들의 희미해진 역사의식이 문제로 떠올랐다”며 “역사관, 국가관이 제대로 서는 게 더 우선이라고 판단했다”고 설명했다. 한편으로 한 이사장은 1억 원가량의 기금을 마련해 매년 서울대 의대 재학생 2∼3명에게 연구 장학금을 지급하고 있다. 그는 “현재 10여 년째 운영 중이지만, SCI급 논문은 아직 나오지 않았다”며 “액수는 크지 않지만 지원을 받은 학생이 높은 수준의 연구를 해냈으면 하는 것이 남은 바람”이라고 했다.<br/><br/>한 이사장은 젊은 세대들에게 “<span class='quot0'>시련을 겪으면서 사람은 더 단단해진다는 조언을 하고 싶다</span>”고 말했다. 그는 “<span class='quot0'>요즘 젊은이들은 진취적이고 모험심도 강하고, 창의적</span>”이라면서도 “<span class='quot0'>그에 비해 끈기는 좀 부족한 것 같다</span>”고 말했다. “때때로 버틸 수 없을 정도의 고통이 찾아옵니다. 벗어날 수 없다는 생각에 잘못된 선택을 하게 되죠. 하지만 포기해서는 안 됩니다. 포기하기에는 남아 있는 삶이, 기회가 너무도 많습니다.”<br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-670.txt

제목: 아모레퍼시픽, 癌치료 여성에 아름다움 찾아주기  
날짜: 20140527  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140527100000186  
본문: ㈜아모레퍼시픽은 화장품 업계 1위 기업으로서의 사회적 책임을 실현하기 위해 사회적 약자 지원이나 환경보호 등 다양한 사회공헌 활동에 박차를 가하고 있다.<br/><br/>특히 지난 2008년부터 시작한 ‘아모레퍼시픽 메이크업 유어 라이프(AMOREPACIFIC Make-up Your Life)’ 캠페인(사진)은 회사의 대표 사회공헌 활동으로 자리 잡고 있다. 이 활동을 통해 암 치료 과정에서 피부 변화와 탈모 등 갑작스러운 외모 변화를 겪으며 우울증을 앓는 여성들을 지원하고 있다. 캠페인에 참가한 여성 환자들에게 메이크업과 피부관리, 헤어연출법 등을 교육해 자신감을 회복할 수 있도록 돕고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 2000년부터는 비영리 공익재단인 한국유방건강재단을 설립해 유방 건강 의식 향상을 위한 ‘핑크리본 캠페인’도 지속해 오고 있다. 특히 매년 ‘핑크리본 사랑마라톤’을 열어 유방 건강에 관한 유용한 정보를 제공하고, 유방암 조기검진의 중요성을 알리고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 아름다운재단과 함께 저소득 한부모 여성가장의 창업을 돕는 ‘희망가게’ 등 마이크로 크레디트(Micro Credit) 사업도 지원하고 있다. 모자가정이 생활안정을 이룰 수 있도록 음식점, 미용실, 개인택시, 매점, 천연비누 제조 등 다양한 분야의 사업 창업을 돕고 있다는 설명이다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 최근엔 환경경영 활동의 하나로 ‘그린사이클(GREENCYCLE)’ 캠페인에도 힘써 친환경 사회공헌 캠페인을 한 단계 발전시켰다는 평가를 받고 있다. 화장품 공병 수거에 보다 적극적으로 나서 환경 보호에 힘쓰는 한편 고객들의 참여도 적극 독려하고 있다.

언론사: 문화일보-1-671.txt

제목: 아모레퍼시픽, 癌치료 여성에 아름다움 찾아주기  
날짜: 20140527  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140527100000110  
본문: ㈜아모레퍼시픽은 화장품 업계 1위 기업으로서의 사회적 책임을 실현하기 위해 사회적 약자 지원이나 환경보호 등 다양한 사회공헌 활동에 박차를 가하고 있다.<br/><br/>특히 지난 2008년부터 시작한 ‘아모레퍼시픽 메이크업 유어 라이프(AMOREPACIFIC Make-up Your Life)’ 캠페인(사진)은 회사의 대표 사회공헌 활동으로 자리 잡고 있다. 이 활동을 통해 암 치료 과정에서 피부 변화와 탈모 등 갑작스러운 외모 변화를 겪으며 우울증을 앓는 여성들을 지원하고 있다. 캠페인에 참가한 여성 환자들에게 메이크업과 피부관리, 헤어연출법 등을 교육해 자신감을 회복할 수 있도록 돕고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 2000년부터는 비영리 공익재단인 한국유방건강재단을 설립해 유방 건강 의식 향상을 위한 ‘핑크리본 캠페인’도 지속해 오고 있다. 특히 매년 ‘핑크리본 사랑마라톤’을 열어 유방 건강에 관한 유용한 정보를 제공하고, 유방암 조기검진의 중요성을 알리고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 아름다운재단과 함께 저소득 한부모 여성가장의 창업을 돕는 ‘희망가게’ 등 마이크로 크레디트(Micro Credit) 사업도 지원하고 있다. 모자가정이 생활안정을 이룰 수 있도록 음식점, 미용실, 개인택시, 매점, 천연비누 제조 등 다양한 분야의 사업 창업을 돕고 있다는 설명이다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 최근엔 환경경영 활동의 하나로 ‘그린사이클(GREENCYCLE)’ 캠페인에도 힘써 친환경 사회공헌 캠페인을 한 단계 발전시켰다는 평가를 받고 있다. 화장품 공병 수거에 보다 적극적으로 나서 환경 보호에 힘쓰는 한편 고객들의 참여도 적극 독려하고 있다.

언론사: 문화일보-1-672.txt

제목: “교황 ‘팔’ 방문은 순수한 종교적 성격”  
날짜: 20140523  
기자: 인지현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140523100000071  
본문: 교황 프란치스코가 24일부터 3일간 ‘중동의 화약고’로 불리는 팔레스타인을 방문한다. 교황 측은 방문에 앞서 “순수한 종교적 성격”이라고 강조했지만, 이스라엘을 거치지 않고 바로 팔레스타인을 방문한다는 사실이 알려지면서 이목을 끌고 있다. <br/><br/>이 같은 방식으로 팔레스타인을 방문하는 교황은 프란치스코가 처음이다. <br/><br/>22일 워싱턴포스트(WP), USA 투데이 등에 따르면 교황은 24일 요르단 수도 암만을 시작으로 25일부터 26일까지 팔레스타인 베들레헴, 이스라엘 텔아비브 등을 차례로 방문할 예정이다. <br/><br/>교황은 앞서 이번 방문이 중동지역의 평화와 기독교인 간 화합의 정신을 고취시키기 위한 “순수한 목적”이라고 강조했다. 그러나 일부 팔레스타인 당국자들과 아랍계 기독교인들은 교황이 이스라엘을 방문하기 전에 팔레스타인을 찾는다는 사실에 대해 “<span class='quot0'>팔레스타인을 (하나의 국가로서) 인정하기 위한 목적</span>”이 있다고 주장해 이스라엘 정부를 발끈하게 만들고 있다고 AFP는 지적했다. <br/><br/>그뿐만 아니라 교황은 이번 이스라엘 방문 시 예수가 최후의 만찬을 가진 장소 시나클(Cenacle)에서 미사를 개최할 계획이어서 논란이 되고 있다. <br/><br/>예수가 로마군에 체포되기 전날 제자들과 만찬을 나눈 것으로 전해지는 이 건물은 유대교와 이슬람, 가톨릭 모두가 성지로 여기는 곳이다. 일부 유대인들은 교황이 이곳에서 미사를 여는 것은 영국의 신탁통치시절부터 세 종교 모두 이 장소에 접근할 수 있지만 종교의식을 갖는 것은 대부분 금지해온 기존 합의를 어긴 것이라고 주장하고 있다. <br/><br/>또 이스라엘에서는 유대교 극단주의자들로 추정되는 세력이 교황 방문을 앞두고 타 종교 건물이나 종교인들의 자동차를 훼손하는 등 증오범죄를 저지르고 있다고 WP는 전했다.<br/><br/>인지현 기자 loveofall@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-673.txt

제목: <10문10답 뉴스 깊이보기>인공조명에 오염된 밤… 빛공해 A to Z  
날짜: 20140516  
기자: 김영주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140516100000142  
본문: ‘어둡지 않은 밤’ 생체리듬 깨 發癌 원인… 21개 세계 주요도시중 서울이 가장 밝아<br/><br/><br/><br/>미국 항공우주국(NASA)이 국제우주정거장에서 밤이 된 지구의 모습을 촬영한 장면을 보면, 지구를 수놓는 도시의 불빛이 더없이 아름답게 느껴진다. 도시화 정도에 따라 지역마다 내뿜는 불빛의 밝기는 천양지차다. 한반도의 경우, 도시화가 진행된 남한은 밤에도 꺼지지 않는 불빛들로 환히 빛나는 반면 미개발지가 많은 북한은 밤이 되면 암흑에 묻힌다. 어두운 밤을 밝히는 인공조명은 인류가 이룩한 풍요로움을 나타내는 상징이라 볼 수 있다. 그러나 밤에도 멈추지 않는 경제활동을 가능하게 하는 도시의 조명들은 그 아름다움 이면에 적잖은 부작용을 안고 있다. 지구의 탄생 이래 100년 전까지만 해도 인류는 낮이면 활동하고 밤이면 쉬었다. 동식물도 그랬다. 인공조명의 과도한 사용이 인간을 비롯한 자연생태계에 혼란을 가져오는 ‘빛공해’ 현상은 어찌보면 필연적인 일이었는지 모른다. 빛공해의 실태와 관련 규제, 방지대책 등을 살펴본다.1. 빛공해란<br/><br/><br/><br/>2013년 2월부터 시행된 ‘인공조명에 의한 빛공해 방지법’은 빛공해를 ‘인공조명의 부적절한 사용으로 과도한 빛이나 누출되는 빛이 국민의 건강하고 쾌적한 생활을 방해하거나 환경에 피해를 주는 상태’라고 규정하고 있다. 인공조명에 의한 피해만을 말하고, 태양 등의 자연광에 의한 피해는 빛공해 방지법에서 정의한 빛공해에 포함되지 않는다. 빛공해 방지법 제2조는 빛공해를 초래할 수 있는 인공조명의 범주에 가로등, 형광등, 보안등, 광고조명, 장식조명 등을 명시하고 있다. 2. 빛공해의 폐해<br/><br/><br/><br/>빛공해는 사람의 생체리듬을 파괴한다. 사람이 자연스럽게 수면상태로 접어들기 위해선 몸에서 멜라토닌이라는 호르몬이 분비돼야 한다. 멜라토닌은 어두운 상태에서 생성되는 호르몬이다. 해가 지면 잠이 오고, 방 안의 불을 껐을 때 더 깊게 잠드는 이유가 여기에 있다. 야간에 빛공해가 지속되면 멜라토닌 호르몬 생성 억제로 생체리듬이 깨지고 불면증에 시달리게 된다. 이에 따른 피로, 스트레스와 불안 증세는 암을 유발할 가능성이 높다. 이에 따라 2007년 국제보건기구(WHO)산하 국제암연구기구(IARC)에서는 빛공해를 발암물질로 볼 수 있다고 인정했다. 빛공해는 동·식물의 생태계도 교란한다. 빛공해로 낮과 밤이 모호해지면 식물 번식률이 떨어지고, 양서류·포유류 등의 생식률이 저하된다. 밤하늘이 밝아져서 천체관측이 어려워지기도 한다. 세계 인구의 3분의 2는 도시 조명 때문에 밤하늘의 별을 볼 수 없는 상황이다. 3. 빛공해의 종류<br/><br/><br/><br/>당초 목적으로 했던 장소 밖으로 누출돼 빛공해를 유발하는 조명을 ‘침입광’이라고 한다. 침입광은 강한 불빛이 외부에서 생활공간의 창문을 통해 들어가는데 불면증, 내분기계 장애 등을 유발한다. ‘눈부심’은 눈이 순응하고 있는 정도보다 강렬한 빛에 눈이 노출돼 순간적으로 시각이 마비되거나 불쾌감을 유발하는 현상이다. 운전자에게 일시적인 시각장애를 유발해 사고로 연결될 수 있다. ‘산란광’은 상향으로 누출된 빛이 대기 중의 수증기, 먼지 등에 의해 굴절·산란되면서 하늘의 전체적인 밝기가 밝아지는 현상이다. 자연 상태의 밤하늘은 육안으로 수천개의 별과 은하수가 분명하게 보이지만, 산란광이 심한 지역에서는 별을 거의 볼 수가 없다. ‘군집된 빛’은 한 장소에 과도하게 조명이 집중돼 혼란스러움을 유발하는 현상이다. 4. 우리나라 빛공해 실태<br/><br/><br/><br/>환경부가 2012년 국내 빛공해 실태를 조사한 결과 서울은 세계 주요 도시 21개 중 가장 밝다. 전체 조명지역의 45%가 국제조명위원회(CIE)기준치를 초과하고 서비스 상가와 복합쇼핑 건물 등 일부 조명은 CIE의 상업지역 기준(25cd/㎡)의 7배 이상이다. 부산 해안지역의 조명은 교외지역 기준(5cd/㎡)의 7∼20배에 달한다. 목포의 자연경관지역은 기준 대비 4∼80배 이상 높은 수준이다. 국립환경과학원이 지난해 국내 빛공해 실태를 조사한 결과에 따르면 옥외조명기구의 27%가량이 우리나라 빛방사허용기준을 초과하고 있었다. 국제기준(국제조명위원회)을 적용했을 경우 절반에 가까운(47%) 옥외조명기구가 기준을 초과한다. 5. 관련 민원은 얼마나<br/><br/><br/><br/>전국 6개 지역(서울·광주·경기·강원·충남·전남)을 대상으로 빛공해 민원 현황을 분석한 결과 빛공해 민원은 매년 늘고 있다. 연도별 추이를 보면 빛공해방지법 제정 논의가 본격화된 2009년 이후 민원이 급증하는 경향이 나타나고 있다. 2007년까지 한 해 100건도 되지 않았던 빛공해 분쟁건수가 2008년 170여 건, 2009년 500여 건, 2010년에는 1000건을 넘어섰고, 2011년에는 1400여 건에 달했다. 주거지역이 많은 서울에서는 빛공해로 수면방해가 발생한다는 민원이 전체 빛공해 민원의 78%에 달했다. 농업지역이 많은 지자체의 경우 빛공해가 농작물 피해를 초래하고 있다는 민원이 대다수다. 경기는 전체 빛공해 민원의 83%, 충남은 88%, 전남은 91%, 강원은 90%, 제주는 48% 정도가 농작물 피해를 호소하고 있었다. 6. 해외에서는 어떻게 해결하나<br/><br/><br/><br/>미국은 1972년 애리조나주를 시작으로 100개 넘는 도시에서 관련 법규와 조례가 시행되고 있다. 애리조나주의 경우 옥외조명의 정도에 따라 전등갓을 씌우도록 규제하고 있다. 캘리포니아주는 구역 성격에 따라 조도와 조명시간을 제한하고, 조명갓을 씌우는 방법, 사용 램프의 규정 등 기술적 규제뿐만 아니라 에너지 저감대책까지 세워놓고 있다. <br/><br/><br/><br/>호주는 환경보호법을 제정해 지나친 조명으로 인한 빛공해를 불법행위로 간주해 관리하고 있다. 일본은 1989년 오카야마(岡山)현에서 빛공해 방지 조례가 최초로 제정됐다. 이후 각 지역에서 빛공해 관련 조례들이 생겼고, 1998년에는 일본 환경성에서 빛공해 대책 가이드라인을 만들었다. 영국은 청정근린 환경법에 따라 개인의 사생활을 침해하는 불빛에 대해 이의제기를 할 수 있도록 하고, 해당 지자체는 시정명령 조치 불이행 시 최고 5만 파운드의 벌금을 부과 받는다. 7. 환경부의 방지 대책<br/><br/><br/><br/>환경부는 빛공해 기준 초과율 27%를 2018년까지 13%로 떨어뜨리는 것을 목표로한 ‘빛공해방지종합계획(2014∼2018)’을 지난 14일 발표했다. 이를 위해 2018년까지 국토의 50%를 조명환경관리구역으로 지정키로 했다. 자연환경보전지역은 가장 엄격한 빛공해기준을 적용하고, 도시지역은 조명환경관리지역으로 지정해 관리한다는 계획이다. 조명환경관리구역 지정을 위해 인공조명이 미치는 영향을 분석·평가하는 빛공해영향평가를 실시할 방침이다. 환경부는 또 에너지 낭비를 초래하는 상향광이나 보행자에게 눈부심을 유발하는 가로등에 대한 제한기준을 마련할 예정이다. 이를 국가표준인증, 안전인증 기준에 반영하고 조명환경관리구역 내 조명 등을 단계적으로 교체해 나갈 계획이다. 8. 시행하고 있는 관련 법은<br/><br/><br/><br/>지난해부터 시행된 ‘인공조명에 의한 빛공해 방지법’은 인공조명으로부터 발생하는 국민 건강 또는 환경에 대한 위해를 방지하고 인공조명을 환경친화적으로 관리하는 것을 목적으로 한다. 환경부 장관이 빛공해방지계획을 5년마다 수립·시행하고 빛공해방지위원회를 구성, 계획수립 및 제도정비에 관한 사항을 심의하도록 하고 있다. 각 지방자치단체는 관할 지역의 빛공해 방지를 위한 시·도 빛공해방지계획을 수립하고 빛공해방지지역위원회를 구성해야 한다.9. 도시가 어두워지나<br/><br/><br/><br/>최근 빛공해의 심각성에 대한 사회적 인식이 높아지면서 한편으로 빛공해 저감 노력이 도시를 어둡게 만들어 결과적으로 범죄가 유발될 수 있다는 우려도 나온다. 실제 밝은 거리가 범죄를 예방하고 어두운 거리는 범죄를 유발한다는 연구결과도 나와 있다. 하지만 빛공해 방지 대책은 빛공해가 심하고 유동 인구가 많은 지역의 조명기구를 교체해서 조명이 필요한 곳 이외로의 침투를 최소화하려는 것이지 단순히 도시를 어둡게 만들려는 취지가 아니다. 빛공해 방지대책 역시 빛을 줄이는 방향이 아닌 필요한 조명을 적절히 관리하는 방향으로 나아가고 있다. 10. 개인적으로 실천할 수 있는 일은<br/><br/><br/><br/>옥외조명 설치 시 환경과 이웃을 배려하는 일이 중요하다. 환경부는 ‘좋은빛 만들기’를 위한 8개 체크항목을 제시하고 있다. 첫째, 빛이 위쪽으로 불필요하게 누출되지 않는가. 둘째, 주변지역 거주자의 수면방해 등 생활에 악영향을 미치지는 않는가. 셋째, 주변의 농작물이나 가축 등에 직접 빛이 비칠 가능성이 없는가. 넷째, 야생동식물이 생식하고 있는 지역과 인접하지 않은가. 다섯째, 천문관측 등의 연구 활동에 피해를 주고 있지 않는가. 여섯째, 보행자·운전자의 눈에 광원의 빛이 직접 비칠 가능성은 없는가. 일곱째, 운전자가 보행자를 알아보는데 장해를 발생시킬 가능성은 없는가. 여덟째, 근처의 신호, 교통표식 등에 빛이 반사될 가능성이 없는가.<br/><br/><br/><br/>김영주 기자 everywhere@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-674.txt

제목: <10문10답 뉴스 깊이보기>인공조명에 오염된 밤… 빛공해 A to Z  
날짜: 20140516  
기자: 김영주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140516100000058  
본문: ‘어둡지 않은 밤’ 생체리듬 깨 發癌 원인… 21개 세계 주요도시중 서울이 가장 밝아<br/><br/><br/><br/>미국 항공우주국(NASA)이 국제우주정거장에서 밤이 된 지구의 모습을 촬영한 장면을 보면, 지구를 수놓는 도시의 불빛이 더없이 아름답게 느껴진다. 도시화 정도에 따라 지역마다 내뿜는 불빛의 밝기는 천양지차다. 한반도의 경우, 도시화가 진행된 남한은 밤에도 꺼지지 않는 불빛들로 환히 빛나는 반면 미개발지가 많은 북한은 밤이 되면 암흑에 묻힌다. 어두운 밤을 밝히는 인공조명은 인류가 이룩한 풍요로움을 나타내는 상징이라 볼 수 있다. 그러나 밤에도 멈추지 않는 경제활동을 가능하게 하는 도시의 조명들은 그 아름다움 이면에 적잖은 부작용을 안고 있다. 지구의 탄생 이래 100년 전까지만 해도 인류는 낮이면 활동하고 밤이면 쉬었다. 동식물도 그랬다. 인공조명의 과도한 사용이 인간을 비롯한 자연생태계에 혼란을 가져오는 ‘빛공해’ 현상은 어찌보면 필연적인 일이었는지 모른다. 빛공해의 실태와 관련 규제, 방지대책 등을 살펴본다.1. 빛공해란<br/><br/><br/><br/>2013년 2월부터 시행된 ‘인공조명에 의한 빛공해 방지법’은 빛공해를 ‘인공조명의 부적절한 사용으로 과도한 빛이나 누출되는 빛이 국민의 건강하고 쾌적한 생활을 방해하거나 환경에 피해를 주는 상태’라고 규정하고 있다. 인공조명에 의한 피해만을 말하고, 태양 등의 자연광에 의한 피해는 빛공해 방지법에서 정의한 빛공해에 포함되지 않는다. 빛공해 방지법 제2조는 빛공해를 초래할 수 있는 인공조명의 범주에 가로등, 형광등, 보안등, 광고조명, 장식조명 등을 명시하고 있다. 2. 빛공해의 폐해<br/><br/><br/><br/>빛공해는 사람의 생체리듬을 파괴한다. 사람이 자연스럽게 수면상태로 접어들기 위해선 몸에서 멜라토닌이라는 호르몬이 분비돼야 한다. 멜라토닌은 어두운 상태에서 생성되는 호르몬이다. 해가 지면 잠이 오고, 방 안의 불을 껐을 때 더 깊게 잠드는 이유가 여기에 있다. 야간에 빛공해가 지속되면 멜라토닌 호르몬 생성 억제로 생체리듬이 깨지고 불면증에 시달리게 된다. 이에 따른 피로, 스트레스와 불안 증세는 암을 유발할 가능성이 높다. 이에 따라 2007년 국제보건기구(WHO)산하 국제암연구기구(IARC)에서는 빛공해를 발암물질로 볼 수 있다고 인정했다. 빛공해는 동·식물의 생태계도 교란한다. 빛공해로 낮과 밤이 모호해지면 식물 번식률이 떨어지고, 양서류·포유류 등의 생식률이 저하된다. 밤하늘이 밝아져서 천체관측이 어려워지기도 한다. 세계 인구의 3분의 2는 도시 조명 때문에 밤하늘의 별을 볼 수 없는 상황이다. 3. 빛공해의 종류<br/><br/><br/><br/>당초 목적으로 했던 장소 밖으로 누출돼 빛공해를 유발하는 조명을 ‘침입광’이라고 한다. 침입광은 강한 불빛이 외부에서 생활공간의 창문을 통해 들어가는데 불면증, 내분기계 장애 등을 유발한다. ‘눈부심’은 눈이 순응하고 있는 정도보다 강렬한 빛에 눈이 노출돼 순간적으로 시각이 마비되거나 불쾌감을 유발하는 현상이다. 운전자에게 일시적인 시각장애를 유발해 사고로 연결될 수 있다. ‘산란광’은 상향으로 누출된 빛이 대기 중의 수증기, 먼지 등에 의해 굴절·산란되면서 하늘의 전체적인 밝기가 밝아지는 현상이다. 자연 상태의 밤하늘은 육안으로 수천개의 별과 은하수가 분명하게 보이지만, 산란광이 심한 지역에서는 별을 거의 볼 수가 없다. ‘군집된 빛’은 한 장소에 과도하게 조명이 집중돼 혼란스러움을 유발하는 현상이다. 4. 우리나라 빛공해 실태<br/><br/><br/><br/>환경부가 2012년 국내 빛공해 실태를 조사한 결과 서울은 세계 주요 도시 21개 중 가장 밝다. 전체 조명지역의 45%가 국제조명위원회(CIE)기준치를 초과하고 서비스 상가와 복합쇼핑 건물 등 일부 조명은 CIE의 상업지역 기준(25cd/㎡)의 7배 이상이다. 부산 해안지역의 조명은 교외지역 기준(5cd/㎡)의 7∼20배에 달한다. 목포의 자연경관지역은 기준 대비 4∼80배 이상 높은 수준이다. 국립환경과학원이 지난해 국내 빛공해 실태를 조사한 결과에 따르면 옥외조명기구의 27%가량이 우리나라 빛방사허용기준을 초과하고 있었다. 국제기준(국제조명위원회)을 적용했을 경우 절반에 가까운(47%) 옥외조명기구가 기준을 초과한다. 5. 관련 민원은 얼마나<br/><br/><br/><br/>전국 6개 지역(서울·광주·경기·강원·충남·전남)을 대상으로 빛공해 민원 현황을 분석한 결과 빛공해 민원은 매년 늘고 있다. 연도별 추이를 보면 빛공해방지법 제정 논의가 본격화된 2009년 이후 민원이 급증하는 경향이 나타나고 있다. 2007년까지 한 해 100건도 되지 않았던 빛공해 분쟁건수가 2008년 170여 건, 2009년 500여 건, 2010년에는 1000건을 넘어섰고, 2011년에는 1400여 건에 달했다. 주거지역이 많은 서울에서는 빛공해로 수면방해가 발생한다는 민원이 전체 빛공해 민원의 78%에 달했다. 농업지역이 많은 지자체의 경우 빛공해가 농작물 피해를 초래하고 있다는 민원이 대다수다. 경기는 전체 빛공해 민원의 83%, 충남은 88%, 전남은 91%, 강원은 90%, 제주는 48% 정도가 농작물 피해를 호소하고 있었다. 6. 해외에서는 어떻게 해결하나<br/><br/><br/><br/>미국은 1972년 애리조나주를 시작으로 100개 넘는 도시에서 관련 법규와 조례가 시행되고 있다. 애리조나주의 경우 옥외조명의 정도에 따라 전등갓을 씌우도록 규제하고 있다. 캘리포니아주는 구역 성격에 따라 조도와 조명시간을 제한하고, 조명갓을 씌우는 방법, 사용 램프의 규정 등 기술적 규제뿐만 아니라 에너지 저감대책까지 세워놓고 있다. <br/><br/><br/><br/>호주는 환경보호법을 제정해 지나친 조명으로 인한 빛공해를 불법행위로 간주해 관리하고 있다. 일본은 1989년 오카야마(岡山)현에서 빛공해 방지 조례가 최초로 제정됐다. 이후 각 지역에서 빛공해 관련 조례들이 생겼고, 1998년에는 일본 환경성에서 빛공해 대책 가이드라인을 만들었다. 영국은 청정근린 환경법에 따라 개인의 사생활을 침해하는 불빛에 대해 이의제기를 할 수 있도록 하고, 해당 지자체는 시정명령 조치 불이행 시 최고 5만 파운드의 벌금을 부과 받는다. 7. 환경부의 방지 대책<br/><br/><br/><br/>환경부는 빛공해 기준 초과율 27%를 2018년까지 13%로 떨어뜨리는 것을 목표로한 ‘빛공해방지종합계획(2014∼2018)’을 지난 14일 발표했다. 이를 위해 2018년까지 국토의 50%를 조명환경관리구역으로 지정키로 했다. 자연환경보전지역은 가장 엄격한 빛공해기준을 적용하고, 도시지역은 조명환경관리지역으로 지정해 관리한다는 계획이다. 조명환경관리구역 지정을 위해 인공조명이 미치는 영향을 분석·평가하는 빛공해영향평가를 실시할 방침이다. 환경부는 또 에너지 낭비를 초래하는 상향광이나 보행자에게 눈부심을 유발하는 가로등에 대한 제한기준을 마련할 예정이다. 이를 국가표준인증, 안전인증 기준에 반영하고 조명환경관리구역 내 조명 등을 단계적으로 교체해 나갈 계획이다. 8. 시행하고 있는 관련 법은<br/><br/><br/><br/>지난해부터 시행된 ‘인공조명에 의한 빛공해 방지법’은 인공조명으로부터 발생하는 국민 건강 또는 환경에 대한 위해를 방지하고 인공조명을 환경친화적으로 관리하는 것을 목적으로 한다. 환경부 장관이 빛공해방지계획을 5년마다 수립·시행하고 빛공해방지위원회를 구성, 계획수립 및 제도정비에 관한 사항을 심의하도록 하고 있다. 각 지방자치단체는 관할 지역의 빛공해 방지를 위한 시·도 빛공해방지계획을 수립하고 빛공해방지지역위원회를 구성해야 한다.9. 도시가 어두워지나<br/><br/><br/><br/>최근 빛공해의 심각성에 대한 사회적 인식이 높아지면서 한편으로 빛공해 저감 노력이 도시를 어둡게 만들어 결과적으로 범죄가 유발될 수 있다는 우려도 나온다. 실제 밝은 거리가 범죄를 예방하고 어두운 거리는 범죄를 유발한다는 연구결과도 나와 있다. 하지만 빛공해 방지 대책은 빛공해가 심하고 유동 인구가 많은 지역의 조명기구를 교체해서 조명이 필요한 곳 이외로의 침투를 최소화하려는 것이지 단순히 도시를 어둡게 만들려는 취지가 아니다. 빛공해 방지대책 역시 빛을 줄이는 방향이 아닌 필요한 조명을 적절히 관리하는 방향으로 나아가고 있다. 10. 개인적으로 실천할 수 있는 일은<br/><br/><br/><br/>옥외조명 설치 시 환경과 이웃을 배려하는 일이 중요하다. 환경부는 ‘좋은빛 만들기’를 위한 8개 체크항목을 제시하고 있다. 첫째, 빛이 위쪽으로 불필요하게 누출되지 않는가. 둘째, 주변지역 거주자의 수면방해 등 생활에 악영향을 미치지는 않는가. 셋째, 주변의 농작물이나 가축 등에 직접 빛이 비칠 가능성이 없는가. 넷째, 야생동식물이 생식하고 있는 지역과 인접하지 않은가. 다섯째, 천문관측 등의 연구 활동에 피해를 주고 있지 않는가. 여섯째, 보행자·운전자의 눈에 광원의 빛이 직접 비칠 가능성은 없는가. 일곱째, 운전자가 보행자를 알아보는데 장해를 발생시킬 가능성은 없는가. 여덟째, 근처의 신호, 교통표식 등에 빛이 반사될 가능성이 없는가.<br/><br/><br/><br/>김영주 기자 everywhere@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-675.txt

제목: 불치암 청년 55억 모금후 숨져… 英 ‘눈물 바다’  
날짜: 20140515  
기자: 오애리  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140515100000152  
본문: 불치암과 싸우면서도 자신과 같은 처지인 10대 암환자들을 위해 모금운동을 펼쳐 화제가 됐던 19세 청년의 안타까운 죽음에 영국 국민들이 애도의 눈물을 흘리고 있다. <br/><br/><br/><br/>BBC, 로이터통신 등은 ‘10대암재단’을 위한 열정적인 캠페인으로 320만 파운드(약 55억2000만 원)를 모금한 주인공 스티븐 서턴이 14일 스태퍼드셔 번트우드의 한 병원에서 눈을 감았다고 보도했다. 스티븐의 엄마 제인 서턴은 이날 아들의 페이스북에 올린 글에서 “스티븐이 오늘 잠자듯 평온하게 숨을 거뒀다. 용기 있고 열정적이며, 언제나 남을 생각했던 내 아들에 대한 자부심으로 지금 가슴이 터질 듯하면서도 고통으로 갈가리 찢겨 나가는 것 같다”고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>스티븐의 사망소식은 소셜네트워크서비스(SNS)를 통해 영국 전역으로 순식간에 확산됐으며, 스티븐이 마지막까지 헌신했던 ‘10대암재단’에는 기부금이 쏟아져들어오고 있다고 BBC는 전했다. 재단 측은 스티븐이 숨진 후 불과 2시간 동안 약 6만 파운드의 기부금이 들어왔으며, 접속자가 폭주해 서버를 긴급 교체했다고 밝혔다. 데이비드 캐머런 총리, 닉 클레그 부총리, 데이비드 밀리밴드 노동당 당수 등은 페이스북, 트위터에 “스티븐의 사망 소식에 깊은 슬픔을 느낀다. 고인은 진정 용기 있고 영감을 불러일으키는 청년이었다”고 애도를 나타냈다.<br/><br/><br/><br/>스티븐이 치료 불가능한 결장암 판정을 받은 것은 15세때인 지난 2010년이었다. 평범한 학생이었던 스티븐은 절망에 빠지기보다는 남은 생을 최대한 충실하게 살기 위해 해보고 싶은 소원 약 50개를 적은 ‘버킷 리스트’를 만들었다. 문신하기, 스카이다이빙, 드럼 치기, 나보다 큰 동물 안아보기 등 평범한 것들이 대부분이었다. 소원을 하나씩 실천에 옮기는 과정에서 그는 자신과 같은 불치암을 앓는 10대들을 알게 됐고, ‘10대암재단’을 위해 페이스북으로 ‘저스트 기빙(Just Giving)’캠페인을 벌이기 시작했다. 처음에는 1만 파운드를 모으는 것이 목표였지만, 입소문이 나기 시작하면서 모금액이 점점 늘어나더니 무려 320만 파운드가 됐다. ‘10대암재단’ 역사상 단일 기부로는 최대 액수 기록이었다. ‘저스트 기빙’캠페인에 재능기부를 한 코미디언 제이슨 맨퍼드는 14일 언론과의 인터뷰에서 “<span class='quot0'>스티븐은 생의 마지막 순간까지도 10대 환자들을 위해 바쳤다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>스티븐이 자신의 페이스북에 마지막으로 사진을 올린 것은 지난 4월 22일이었다. 사진 속의 그는 병원 침상에 누워서도 환하게 웃으며 양 엄지손가락을 치켜 올린 모습(사진)이었다. 그가 함께 올린 메시지는 이랬다. “마지막이 이렇게 갑자기 와서 속상하네요. 제대로 감사인사와 작별인사를 하지 못한 사람이 너무 많은데. 제 삶은 좋았어요. 아주 좋았어요. 이런 여행을 함께 해준 모든 이들에게 감사해요. 모두 사랑합니다. 키스.” 하지만 이틀 뒤인 4월 24일에 다시 메시지를 올렸다. 이번에는 진짜 마지막이었다. “모두들 안녕. 나 아직 여기 있어요. 지난번엔 가는 줄 알았는데 아직도 파이팅하고 있네요…. 육체적으로나 정신적으로 아주 힘든 싸움이지만 지금 나는 행복해요. 그게 중요한 거잖아요!” <br/><br/><br/><br/>오애리 선임기자 aeri@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-676.txt

제목: 불치암 청년 55억 모금후 숨져… 英 ‘눈물 바다’  
날짜: 20140515  
기자: 오애리  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140515100000210  
본문: 불치암과 싸우면서도 자신과 같은 처지인 10대 암환자들을 위해 모금운동을 펼쳐 화제가 됐던 19세 청년의 안타까운 죽음에 영국 국민들이 애도의 눈물을 흘리고 있다. <br/><br/><br/><br/>BBC, 로이터통신 등은 ‘10대암재단’을 위한 열정적인 캠페인으로 320만 파운드(약 55억2000만 원)를 모금한 주인공 스티븐 서턴이 14일 스태퍼드셔 번트우드의 한 병원에서 눈을 감았다고 보도했다. 스티븐의 엄마 제인 서턴은 이날 아들의 페이스북에 올린 글에서 “스티븐이 오늘 잠자듯 평온하게 숨을 거뒀다. 용기 있고 열정적이며, 언제나 남을 생각했던 내 아들에 대한 자부심으로 지금 가슴이 터질 듯하면서도 고통으로 갈가리 찢겨 나가는 것 같다”고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>스티븐의 사망소식은 소셜네트워크서비스(SNS)를 통해 영국 전역으로 순식간에 확산됐으며, 스티븐이 마지막까지 헌신했던 ‘10대암재단’에는 기부금이 쏟아져들어오고 있다고 BBC는 전했다. 재단 측은 스티븐이 숨진 후 불과 2시간 동안 약 6만 파운드의 기부금이 들어왔으며, 접속자가 폭주해 서버를 긴급 교체했다고 밝혔다. 데이비드 캐머런 총리, 닉 클레그 부총리, 데이비드 밀리밴드 노동당 당수 등은 페이스북, 트위터에 “스티븐의 사망 소식에 깊은 슬픔을 느낀다. 고인은 진정 용기 있고 영감을 불러일으키는 청년이었다”고 애도를 나타냈다.<br/><br/><br/><br/>스티븐이 치료 불가능한 결장암 판정을 받은 것은 15세때인 지난 2010년이었다. 평범한 학생이었던 스티븐은 절망에 빠지기보다는 남은 생을 최대한 충실하게 살기 위해 해보고 싶은 소원 약 50개를 적은 ‘버킷 리스트’를 만들었다. 문신하기, 스카이다이빙, 드럼 치기, 나보다 큰 동물 안아보기 등 평범한 것들이 대부분이었다. 소원을 하나씩 실천에 옮기는 과정에서 그는 자신과 같은 불치암을 앓는 10대들을 알게 됐고, ‘10대암재단’을 위해 페이스북으로 ‘저스트 기빙(Just Giving)’캠페인을 벌이기 시작했다. 처음에는 1만 파운드를 모으는 것이 목표였지만, 입소문이 나기 시작하면서 모금액이 점점 늘어나더니 무려 320만 파운드가 됐다. ‘10대암재단’ 역사상 단일 기부로는 최대 액수 기록이었다. ‘저스트 기빙’캠페인에 재능기부를 한 코미디언 제이슨 맨퍼드는 14일 언론과의 인터뷰에서 “<span class='quot0'>스티븐은 생의 마지막 순간까지도 10대 환자들을 위해 바쳤다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>스티븐이 자신의 페이스북에 마지막으로 사진을 올린 것은 지난 4월 22일이었다. 사진 속의 그는 병원 침상에 누워서도 환하게 웃으며 양 엄지손가락을 치켜 올린 모습(사진)이었다. 그가 함께 올린 메시지는 이랬다. “마지막이 이렇게 갑자기 와서 속상하네요. 제대로 감사인사와 작별인사를 하지 못한 사람이 너무 많은데. 제 삶은 좋았어요. 아주 좋았어요. 이런 여행을 함께 해준 모든 이들에게 감사해요. 모두 사랑합니다. 키스.” 하지만 이틀 뒤인 4월 24일에 다시 메시지를 올렸다. 이번에는 진짜 마지막이었다. “모두들 안녕. 나 아직 여기 있어요. 지난번엔 가는 줄 알았는데 아직도 파이팅하고 있네요…. 육체적으로나 정신적으로 아주 힘든 싸움이지만 지금 나는 행복해요. 그게 중요한 거잖아요!” <br/><br/><br/><br/>오애리 선임기자 aeri@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-677.txt

제목: 불치암 청년 55억 모금후 숨져… 英 ‘눈물 바다’  
날짜: 20140515  
기자: 오애리  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140515100000033  
본문: 불치암과 싸우면서도 자신과 같은 처지인 10대 암환자들을 위해 모금운동을 펼쳐 화제가 됐던 19세 청년의 안타까운 죽음에 영국 국민들이 애도의 눈물을 흘리고 있다. <br/><br/><br/><br/>BBC, 로이터통신 등은 ‘10대암재단’을 위한 열정적인 캠페인으로 320만 파운드(약 55억2000만 원)를 모금한 주인공 스티븐 서턴이 14일 스태퍼드셔 번트우드의 한 병원에서 눈을 감았다고 보도했다. 스티븐의 엄마 제인 서턴은 이날 아들의 페이스북에 올린 글에서 “스티븐이 오늘 잠자듯 평온하게 숨을 거뒀다. 용기 있고 열정적이며, 언제나 남을 생각했던 내 아들에 대한 자부심으로 지금 가슴이 터질 듯하면서도 고통으로 갈가리 찢겨 나가는 것 같다”고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>스티븐의 사망소식은 소셜네트워크서비스(SNS)를 통해 영국 전역으로 순식간에 확산됐으며, 스티븐이 마지막까지 헌신했던 ‘10대암재단’에는 기부금이 쏟아져들어오고 있다고 BBC는 전했다. 재단 측은 스티븐이 숨진 후 불과 2시간 동안 약 6만 파운드의 기부금이 들어왔으며, 접속자가 폭주해 서버를 긴급 교체했다고 밝혔다. 데이비드 캐머런 총리, 닉 클레그 부총리, 데이비드 밀리밴드 노동당 당수 등은 페이스북, 트위터에 “스티븐의 사망 소식에 깊은 슬픔을 느낀다. 고인은 진정 용기 있고 영감을 불러일으키는 청년이었다”고 애도를 나타냈다.<br/><br/><br/><br/>스티븐이 치료 불가능한 결장암 판정을 받은 것은 15세때인 지난 2010년이었다. 평범한 학생이었던 스티븐은 절망에 빠지기보다는 남은 생을 최대한 충실하게 살기 위해 해보고 싶은 소원 약 50개를 적은 ‘버킷 리스트’를 만들었다. 문신하기, 스카이다이빙, 드럼 치기, 나보다 큰 동물 안아보기 등 평범한 것들이 대부분이었다. 소원을 하나씩 실천에 옮기는 과정에서 그는 자신과 같은 불치암을 앓는 10대들을 알게 됐고, ‘10대암재단’을 위해 페이스북으로 ‘저스트 기빙(Just Giving)’캠페인을 벌이기 시작했다. 처음에는 1만 파운드를 모으는 것이 목표였지만, 입소문이 나기 시작하면서 모금액이 점점 늘어나더니 무려 320만 파운드가 됐다. ‘10대암재단’ 역사상 단일 기부로는 최대 액수 기록이었다. ‘저스트 기빙’캠페인에 재능기부를 한 코미디언 제이슨 맨퍼드는 14일 언론과의 인터뷰에서 “<span class='quot0'>스티븐은 생의 마지막 순간까지도 10대 환자들을 위해 바쳤다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/><br/>스티븐이 자신의 페이스북에 마지막으로 사진을 올린 것은 지난 4월 22일이었다. 사진 속의 그는 병원 침상에 누워서도 환하게 웃으며 양 엄지손가락을 치켜 올린 모습(사진)이었다. 그가 함께 올린 메시지는 이랬다. “마지막이 이렇게 갑자기 와서 속상하네요. 제대로 감사인사와 작별인사를 하지 못한 사람이 너무 많은데. 제 삶은 좋았어요. 아주 좋았어요. 이런 여행을 함께 해준 모든 이들에게 감사해요. 모두 사랑합니다. 키스.” 하지만 이틀 뒤인 4월 24일에 다시 메시지를 올렸다. 이번에는 진짜 마지막이었다. “모두들 안녕. 나 아직 여기 있어요. 지난번엔 가는 줄 알았는데 아직도 파이팅하고 있네요…. 육체적으로나 정신적으로 아주 힘든 싸움이지만 지금 나는 행복해요. 그게 중요한 거잖아요!” <br/><br/><br/><br/>오애리 선임기자 aeri@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-678.txt

제목: <대학구조개혁 우리가 이끈다>건국대, 부동산·수의학 등 5개 학과 집중 육성…‘대학 특성화’ 선도  
날짜: 20140515  
기자: 유현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140515100000180  
본문: 지난 10년간 가장 역동적인 변화와 발전을 보여주고 있는 대학 중 하나로 평가받고 있는 건국대는 대학구조개혁에 앞서 특성화에도 선도적으로 대응하고 있다. 건국대의 특성화는 ‘다른 대학은 하지 않는 분야’ ‘국내에서 최고가 되고 국제적 경쟁도 가능한 분야’의 집중 육성이다. 이를 위해 ‘건국대 하면 이것’ 하고 곧바로 떠오를 분야가 무엇이 될지를 오랜 연구와 검토를 거쳐 장기 발전계획을 마련했다. 그 결과가 바로 ‘프라이드 건국(PRIDE KONKUK) 2016’이다.<br/><br/><br/><br/>선도학문 분야를 리딩그룹으로 만들어 집중 투자하고, 이들 리딩그룹이 나머지 분야까지 끌어올릴 수 있는 체제를 만들겠다는 전략이다. 이를 바탕으로 건국대는 창립 100주년을 맞는 2031년까지 ‘세계 100대 대학’에 진입해 ‘신지식 경제사회를 선도하는 글로벌 창의 인재’ 양성을 꿈꾸고 있다.<br/><br/><br/><br/>◆세계적 수준의 학과 육성 = 건국대는 지난해 세계적인 수준으로 성장시킬 학과 특성화 계획을 발표했다. ▲부동산학과 ▲수의학과 ▲기계공학부 ▲물리학부 양자상 및 소자전공 ▲특성화학부 생명공학전공 등 ‘프라이드 리딩 그룹(Pride leading group)’ 5개 학과다. 이들 5개 학과에는 연간 2억 원의 별도 연구비가 지원되고 우수 인력들이 투입된다.<br/><br/><br/><br/>이런 전략은 전국 최초로 부동산학과를 개설하고 다양한 시도로 특성화에 성공한 전력이 있기 때문이다. 부동산학과는 미국 조지아주립대, 중국 칭화(淸華)대, 홍콩대 등 세계 유수 대학과 다양한 교류협정을 맺고 공동연구를 진행하고 있다.<br/><br/><br/><br/>기초학문인 물리학을 기반으로 응용학문이 융합된 물리학부는 양자상 및 소자전공 부문에서 차세대 부품 및 소재 시장을 선점할 연구진 양성에 힘을 쏟고 있다. 앞으로 반도체의 한계를 넘어선 다양한 초고속·초고집적 메모리 개발을 이끌 것으로 기대되고 있다. 박배호 교수는 “<span class='quot0'>현재 예일대, 라이스대, 브라운대 등 미국 최고 명문대에서도 앞다퉈 관련 학과를 운영 중</span>”이라면서 “<span class='quot0'>차세대 반도체 시대에 필요한 신개념 소자를 개발하는 데 우리가 앞장설 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>수의학과는 암치료센터와 줄기세포치료센터를 설립해 동물백신기술을 주도할 계획이다. 동물용 백신 연구·개발(R&D)센터를 설립해 세계 10위권으로 발전시키고, 국내 최초의 동물용 백신분야 기술지주회사 자회사를 설립한다는 계획이다.<br/><br/><br/><br/>기계공학부는 전통적 기계기술에 정보기술(IT), 나노기술(NT), 생명공학기술(BT) 등을 융합한 ‘융합형 기계시스템 사업단’을 통해 친환경 IT 제품 생산 방식의 혁신을 이룬다는 목표를 갖고 있다. 지능형·청정 생산시스템과 의료로봇 및 질병예방, 바이오 의료 기계시스템 기술 등을 특성화하고 연구해 나갈 예정이다. 특성화학부의 생명공학전공도 최첨단 BT 융합 연구를 통해 생물자원을 활용한 고부가가치 제품 개발과 신약개발을 주도할 예정이다.<br/><br/><br/><br/>◆글로벌 인재 양성 = 특성화를 통한 세계적인 연구, 교육 역량 강화도 적극적으로 추진하고 있다. <br/><br/><br/><br/>최근에는 세계 혁신을 주도하고 있는 미국 실리콘밸리에 국내 대학 최초로 대학생들의 해외 취업과 창업을 지원하는 ‘KU미래창조센터(KU Silicon Valley Innovation Center)’를 설립했다. 매년 30∼50명의 학생들이 3학년을 마친 뒤 1년 동안 미래창조센터에서 취업, 창업 관련 실무경험을 쌓으며 공부할 수 있도록 하는 ‘3+1 프로그램’에 참여하게 된다. 구글이나 야후, 휴렛팩커드 등 세계적인 기업에 취업할 수 있도록 대학이 적극 나서는 것이다. 미국 현지기업과 교류 협약을 체결해 인턴십과 현지기업 최고경영자(CEO) 특강, 기업체 견학, 세미나 프로그램 등도 추진하고 있다.<br/><br/><br/><br/>또 실리콘밸리에서 독특한 아이디어와 새로운 기술을 통해 어떻게 창업이 이뤄지는지 학생들이 직접 관찰하고 경험하면서 세계적인 기업을 세울 수 있는 인재로 성장하도록 돕는다. 현지에서 활발하게 열리는 창업 아이디어 경연대회 등에도 학생들의 참여를 적극 지원할 계획이다. 이뿐만 아니라 현재 글로벌 취업, 창업 교육을 위해 차별화된 커리큘럼도 개발하고 있다. 이 가운데 생명공학분야는 미국 위스콘신메디슨대 생화학과를 벤치마킹해 학부생들에게 국제적 표준의 전공교과목을 제공하고 있다.<br/><br/><br/><br/>◆한국판 실리콘밸리 양성 = 건국대는 학생들의 다양한 아이디어를 바탕으로 한 창업을 적극적으로 육성하고 있다. 특히 올해 중소기업청과 창업진흥원이 지원하는 ‘창업선도대학’으로 선정됨에 따라 오는 2017년까지 창업동아리 20개를 활성화해 예비창업자 1000명을 발굴하고 이를 바탕으로 창업 스타기업 10개를 집중 육성한다는 계획이다. <br/><br/><br/><br/>올해부터는 대학원 석·박사 과정에 창업융합전공도 신설됐다. 특히 건국대는 오는 2020년까지 국내에도 실리콘밸리와 같은 첨단기술 창업 거점을 마련한다는 목표를 세웠다. 서울 광진구 서울캠퍼스를 중심으로 서울 동부권역 5개구(중랑, 동대문, 강동, 송파, 성동)와 경기지역 5개시(남양주, 구리, 하남, 광주, 성남)를 묶어 창업 클러스터를 형성한다는 계획이다. <br/><br/><br/><br/>유현진 기자 cworange@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-679.txt

제목: <대학구조개혁 우리가 이끈다>건국대, 부동산·수의학 등 5개 학과 집중 육성…‘대학 특성화’ 선도  
날짜: 20140515  
기자: 유현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140515100000163  
본문: 지난 10년간 가장 역동적인 변화와 발전을 보여주고 있는 대학 중 하나로 평가받고 있는 건국대는 대학구조개혁에 앞서 특성화에도 선도적으로 대응하고 있다. 건국대의 특성화는 ‘다른 대학은 하지 않는 분야’ ‘국내에서 최고가 되고 국제적 경쟁도 가능한 분야’의 집중 육성이다. 이를 위해 ‘건국대 하면 이것’ 하고 곧바로 떠오를 분야가 무엇이 될지를 오랜 연구와 검토를 거쳐 장기 발전계획을 마련했다. 그 결과가 바로 ‘프라이드 건국(PRIDE KONKUK) 2016’이다.<br/><br/><br/><br/>선도학문 분야를 리딩그룹으로 만들어 집중 투자하고, 이들 리딩그룹이 나머지 분야까지 끌어올릴 수 있는 체제를 만들겠다는 전략이다. 이를 바탕으로 건국대는 창립 100주년을 맞는 2031년까지 ‘세계 100대 대학’에 진입해 ‘신지식 경제사회를 선도하는 글로벌 창의 인재’ 양성을 꿈꾸고 있다.<br/><br/><br/><br/>◆세계적 수준의 학과 육성 = 건국대는 지난해 세계적인 수준으로 성장시킬 학과 특성화 계획을 발표했다. ▲부동산학과 ▲수의학과 ▲기계공학부 ▲물리학부 양자상 및 소자전공 ▲특성화학부 생명공학전공 등 ‘프라이드 리딩 그룹(Pride leading group)’ 5개 학과다. 이들 5개 학과에는 연간 2억 원의 별도 연구비가 지원되고 우수 인력들이 투입된다.<br/><br/><br/><br/>이런 전략은 전국 최초로 부동산학과를 개설하고 다양한 시도로 특성화에 성공한 전력이 있기 때문이다. 부동산학과는 미국 조지아주립대, 중국 칭화(淸華)대, 홍콩대 등 세계 유수 대학과 다양한 교류협정을 맺고 공동연구를 진행하고 있다.<br/><br/><br/><br/>기초학문인 물리학을 기반으로 응용학문이 융합된 물리학부는 양자상 및 소자전공 부문에서 차세대 부품 및 소재 시장을 선점할 연구진 양성에 힘을 쏟고 있다. 앞으로 반도체의 한계를 넘어선 다양한 초고속·초고집적 메모리 개발을 이끌 것으로 기대되고 있다. 박배호 교수는 “<span class='quot0'>현재 예일대, 라이스대, 브라운대 등 미국 최고 명문대에서도 앞다퉈 관련 학과를 운영 중</span>”이라면서 “<span class='quot0'>차세대 반도체 시대에 필요한 신개념 소자를 개발하는 데 우리가 앞장설 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/><br/><br/>수의학과는 암치료센터와 줄기세포치료센터를 설립해 동물백신기술을 주도할 계획이다. 동물용 백신 연구·개발(R&D)센터를 설립해 세계 10위권으로 발전시키고, 국내 최초의 동물용 백신분야 기술지주회사 자회사를 설립한다는 계획이다.<br/><br/><br/><br/>기계공학부는 전통적 기계기술에 정보기술(IT), 나노기술(NT), 생명공학기술(BT) 등을 융합한 ‘융합형 기계시스템 사업단’을 통해 친환경 IT 제품 생산 방식의 혁신을 이룬다는 목표를 갖고 있다. 지능형·청정 생산시스템과 의료로봇 및 질병예방, 바이오 의료 기계시스템 기술 등을 특성화하고 연구해 나갈 예정이다. 특성화학부의 생명공학전공도 최첨단 BT 융합 연구를 통해 생물자원을 활용한 고부가가치 제품 개발과 신약개발을 주도할 예정이다.<br/><br/><br/><br/>◆글로벌 인재 양성 = 특성화를 통한 세계적인 연구, 교육 역량 강화도 적극적으로 추진하고 있다. <br/><br/><br/><br/>최근에는 세계 혁신을 주도하고 있는 미국 실리콘밸리에 국내 대학 최초로 대학생들의 해외 취업과 창업을 지원하는 ‘KU미래창조센터(KU Silicon Valley Innovation Center)’를 설립했다. 매년 30∼50명의 학생들이 3학년을 마친 뒤 1년 동안 미래창조센터에서 취업, 창업 관련 실무경험을 쌓으며 공부할 수 있도록 하는 ‘3+1 프로그램’에 참여하게 된다. 구글이나 야후, 휴렛팩커드 등 세계적인 기업에 취업할 수 있도록 대학이 적극 나서는 것이다. 미국 현지기업과 교류 협약을 체결해 인턴십과 현지기업 최고경영자(CEO) 특강, 기업체 견학, 세미나 프로그램 등도 추진하고 있다.<br/><br/><br/><br/>또 실리콘밸리에서 독특한 아이디어와 새로운 기술을 통해 어떻게 창업이 이뤄지는지 학생들이 직접 관찰하고 경험하면서 세계적인 기업을 세울 수 있는 인재로 성장하도록 돕는다. 현지에서 활발하게 열리는 창업 아이디어 경연대회 등에도 학생들의 참여를 적극 지원할 계획이다. 이뿐만 아니라 현재 글로벌 취업, 창업 교육을 위해 차별화된 커리큘럼도 개발하고 있다. 이 가운데 생명공학분야는 미국 위스콘신메디슨대 생화학과를 벤치마킹해 학부생들에게 국제적 표준의 전공교과목을 제공하고 있다.<br/><br/><br/><br/>◆한국판 실리콘밸리 양성 = 건국대는 학생들의 다양한 아이디어를 바탕으로 한 창업을 적극적으로 육성하고 있다. 특히 올해 중소기업청과 창업진흥원이 지원하는 ‘창업선도대학’으로 선정됨에 따라 오는 2017년까지 창업동아리 20개를 활성화해 예비창업자 1000명을 발굴하고 이를 바탕으로 창업 스타기업 10개를 집중 육성한다는 계획이다. <br/><br/><br/><br/>올해부터는 대학원 석·박사 과정에 창업융합전공도 신설됐다. 특히 건국대는 오는 2020년까지 국내에도 실리콘밸리와 같은 첨단기술 창업 거점을 마련한다는 목표를 세웠다. 서울 광진구 서울캠퍼스를 중심으로 서울 동부권역 5개구(중랑, 동대문, 강동, 송파, 성동)와 경기지역 5개시(남양주, 구리, 하남, 광주, 성남)를 묶어 창업 클러스터를 형성한다는 계획이다. <br/><br/><br/><br/>유현진 기자 cworange@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-680.txt

제목: <힐링푸드>나이 거꾸로 먹고 싶다면 ‘제철음식’ 꼭 챙기세요  
날짜: 20140514  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140514100000169  
본문: 젊게 살려면 체내 에너지 대사 과정에서 만들어지는 활성산소를 잡아내야 한다. 활성산소는 세포막을 이루는 지질의 과산화를 유도해 세포막을 파괴하고, DNA를 공격해 암의 주요 인자인 돌연변이를 유발하며, 피부의 콜라겐을 산화시켜 주름살을 만든다. 각종 채소와 과일이 ‘안티 에이징(Anti-Aging)’ 식품으로 꼽히는 것도 주요 성분들이 노화의 주범인 활성산소의 그 같은 체내 산화 작용을 억제해주기 때문이다. ‘건강 식생활’ 전도사로 유명한 ‘정이안한의원’의 정이안(동국대 한의대 외래교수·사진) 원장 도움말로 노화를 방지하기 위해 요즘 밥상에서 빠뜨려선 안 될 제철 채소류와 곡물류 중 항산화 효능이 특히 뛰어나다는 팥에 대해 알아보았다.<br/><br/><br/>▶ 열무<br/><br/>열무는 여린 무를 뜻한다. 더울 열(熱), 없을 무(無)를 써서 더위를 식혀주는 음식이라고 부르기도 한다. 여름철에 먹는 열무김치는 원기를 북돋아주며, 갈증을 풀어주고, 땀으로 손실된 무기질을 보충해준다.<br/><br/>열무의 비타민C는 활성산소에 의해 신체가 노화되는 현상을 막는 항산화 효능을 지녔으며, 면역력도 키워준다. 100g당 비타민C 함량이 23㎎으로 사과(부사 기준 4㎎)의 6배에 이른다. 또한 녹말 분해 효소와 식이섬유가 풍부해 변비에도 효과가 있다.<br/><br/>열무 속의 사포닌은 혈관의 탄력을 조절하고 혈중 콜레스테롤을 감소시켜 고혈압, 동맥경화 등을 예방하고 개선해준다. <br/><br/>그래서 예로부터 몸에 열이 많은 사람은 인삼 대신 열무를 먹으라고 했다. 열무는 고칼슘, 고칼륨 식품이다. 열무 100g에는 칼슘 120㎎, 칼륨 772㎎이 들어 있다. 체질적으로는 몸에 열이 많은 소양인에게 좋다.<br/><br/>▶ 가지<br/><br/>가지 성분을 보면 수분이 94%인 반면, 단백질은 1% 정도에 불과해 영양학적으로 높은 점수를 매기기는 쉽잖다.<br/><br/>그러나 가지의 가장 큰 강점은 항암효능이다. 이는 가지의 보라색을 구성하고 있는 안토시아닌 색소 때문인데, 항산화 활성 및 암 예방에 있어 중요한 역할을 한다. 특히 이 천연 색소 속에는 발암물질인 벤조피렌과 아플라톡신이나 탄 음식에서 나오는 PHA 등을 억제하는 항암 성분이 브로콜리나 시금치의 2배에 이른다.<br/><br/>그리고 가지는 혈액 속 콜레스테롤 양을 낮춰주 고 지방 식품을 먹을 때 함께 섭취하면 유리하다. 또 불포화지방산과 비타민E 흡수율도 높여준다. 가지는 특히 들기름과 궁합이 잘 맞는다. 들기름으로 조리하면 리놀레산과 비타민E를 더 많이 섭취할 수 있다. 체질적으로는 소양인과 맞다.<br/><br/>▶ 팥<br/><br/>팥에는 비타민B1이 많이 들어 있다. 붉은 팥(마른 것)의 경우 비타민B1 함량이 100g 당 0.54㎎에 이른다. 식약처의 비타민B1 일일권장섭취량은 성인남자 기준 1.2㎎이다.<br/><br/>비타민B1은 탄수화물 소화에 꼭 필요한 성분으로 부족하면 당질대사가 잘 안돼 몸 안에 피로물질이 쌓여 식욕이 떨어지고, 잠이 잘 오지 않고, 기억력이 감퇴된다. 그래서 쌀밥에 팥을 섞어 먹으면 이뇨, 피로 해소, 기억력 증진 등에 좋다. 물론 소화불량이나 식욕부진에도 좋다.<br/><br/>팥은 소금과 궁합이 잘 맞는다. 팥으로 만든 음식에 소금을 넣으면 독을 풀고 배변을 부드럽게 해준다. 팥에 풍부한 섬유질과 식이섬유, 그리고 사포닌도 장기능을 원활하게 해준다.<br/><br/>또한 팥에는 항산화 산물인 폴리페놀이 있어 노화, 암 등의 원인이 되는 활성산소를 제거해준다. 한편 위장이 약한 사람이 팥을 많이 먹으면 복부에 가스가 차면서 불편해질 수 있으니 주의해야 한다. 체질적으로는 열이 많은 소양인에게 잘 맞다.<br/><br/>▶ 애호박<br/><br/>애호박은 항산화물질인 카로티노이드를 풍부하게 함유하고 있다. 호박의 카로티노이드 성분은 베타카로틴, 루테인, 크산토필 등으로 구성돼 있으며 베타카로틴은 체내 활성산소를 제거해주고, 루테인은 눈을 건강하게 만들어준다.<br/><br/>애호박에는 당질과 비타민A와 C 등이 많아 소화도 잘 된다. 그래서 회복식이나 유아식에 자주 쓰인다. 특히 씨의 레시틴 성분은 기억력을 증진시켜준다. 이와 함께 이뇨작용을 원활히 해 노폐물 배출을 돕는다. 또 쌀에 비해 열량이 10분의 1에 불과해 다이어트 식품으로 추천된다. 또한 비타민E가 풍부해 고운 피부를 만드는 데도 그만이다.<br/><br/>애호박은 콩기름, 참기름, 들기름 등 식물성 기름과 궁합이 잘 맞는다. 풍미도 좋아지고, 베타카로틴 흡수율도 높여준다. 체질적으로는 태음인에게 좋다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-681.txt

제목: “유전자 따라 맞춤치료 癌사망률 크게 줄일것”  
날짜: 20140513  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014051310014239883  
본문: 유창식 서울아산병원 암센터 소장<br/><br/>“암 치료가 사실은 상당히 어렵습니다. 그러나 맞춤형 암 치료가 되면 얘기는 달라집니다.”<br/><br/>유창식(사진) 서울아산병원 암센터 소장은 ‘맞춤형 암 치료’를 설명하면서 “<span class='quot0'>현재 완치에 실패하는 30% 정도의 암 환자에게서 사망률을 더 드라마틱하게 줄일 수 있을 것</span>”이라고 말했다. 그는 “<span class='quot0'>최근 암 치료의 슬로건은 ‘개인 맞춤형 암 치료’</span>”라며 “<span class='quot0'>맞춤형 암 치료에 대한 개념은 10년 전부터 있었지만, 아직도 이를 위한 과학적 근거와 시스템이 갖춰진 나라와 기관은 많지 않다</span>”고 설명했다. 서울아산병원은 지난 2012년 12월 국내에서 처음으로 유전체 맞춤암치료센터를 열고 이 시스템을 시행하고 있다. 유 소장은 “<span class='quot1'>똑같은 폐암, 대장암이라도 환자별로 유전형이 달라 적합한 치료가 다르다</span>”며 “<span class='quot1'>이 같은 유전체 정보를 모으고 있으며, 일부 암에 대해서는 축적해 놓은 데이터를 가지고 치료에도 적용하고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>서울아산병원은 이를 위해 하버드 의과대학과 공동으로 한국형 암맞춤의학 시스템을 개발했다. 간단한 검사만으로도 동시에 500개의 암 관련 유전자 돌연변이를 분석해 특정 환자에게 가장 적합한 표적항암제를 치료 전에 결정할 수 있다.<br/><br/>통합암진료도 서울아산병원이 선도한 치료방식이다. 유 소장은 “<span class='quot1'>통합진료는 복잡한 암 치료방법을 여러 전문가들이 한데 모여서 환자의 의견을 들어보고 최적의 치료방법을 선택하는 방식</span>”이라며 “<span class='quot1'>이미 우리 병원은 2006년부터 시행했지만, 아직까지도 이 같은 진료를 하지 못하는 병원에서 문의가 많다</span>”고 말했다. 환자들은 각 분야의 최고 전문가들이 찾아낸 최적의 치료방법을 선택할 수 있고, 의료진은 새로운 치료방법을 배우는 기회가 되는 셈이다.<br/><br/>유 소장은 “<span class='quot1'>우리나라에 선진 의료시스템을 도입해 좋은 치료의 새 패러다임을 만들어 가고 있다는 사실에 굉장한 사명감을 느낀다</span>”고 말했다. 그러면서 “우리나라의 수술능력과 진료 수준은 세계 최고이지만, 글로벌 병원에 비하면 연구역량은 아직도 일천한 수준”이라며 “의료선진국이 되기 위해서는 더 많은 연구와 투자가 필요하다”고 강조했다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-682.txt

제목: 전문의 4명이 癌환자 ‘통합진료’... 최단기간에 최적치료  
날짜: 20140513  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014051310014239886  
본문: 서울아산병원 암센터<br/><br/>▲ 아산생명과학연구원의 아산·다나파버암유전체연구센터에서 연구원들이 맞춤형 진료를 위한 암환자의 유전체 특성을 파악하고 있다.(위 사진) 이후 환자의 유전체 특성 등을 바탕으로 진단과 수술, 약물과 방사선 치료 분야 전문가가 한데 모여 환자·보호자와 함께 최적의 치료방식을 정하고 있다.(아래) 정하종 기자 maloo@munhwa.com <br/><br/>최근 온라인 등을 중심으로 무분별한 의료 정보와 병원 소개가 쏟아지면서 정보의 왜곡 현상이 심각하다. 의료 정보의 홍수 속에서 환자들은 정확한 정보를 구분해내기 어려워 과잉진료에 노출되곤 한다. 이에 따라 문화일보는 국내 의료계를 선도하는 병·의원의 진료 현장을 직접 찾아 객관적인 시각으로 치료하는 모습을 조명하는 ‘메디컬 프런티어 현장을 가다’ 기획 시리즈를 시작한다. 의료진이 환자를 진료하고 수술하는 모습 등을 가감없이 소개함으로써 독자들이 진료 현장을 간접적으로 체험하고 올바른 정보를 얻을 수 있도록 돕는다는 취지다.<br/><br/>5월 초 서울 송파구 풍납동 서울아산병원 암센터 1층 통합진료실. 4대의 모니터가 놓여진 책상 앞에 4명의 교수들이 앉아 벽면의 자기공명영상(MRI) 화면에 시선을 모으고 있다. 최창민 호흡기내과 교수가 사진 환자에 대해 설명했다. “환자는 엑스레이에서 이상이 발견돼 컴퓨터단층(CT) 촬영 후 (서울아산병원으로) 의뢰됐습니다. 뇌 MRI, 양전자단층(PET) 촬영을 했는데 쇄골상부 림프절에 세포흡입검사상 전이된 암으로 나왔습니다.” 오른쪽 끝에 앉아 있던 도경현 영상의학과 교수가 말을 이었다. “<span class='quot0'>다른 병원에서 촬영한 가슴 CT에서는 왼쪽 폐문 림프절에서도 전이 소견이 있었습니다.</span>” 곁에 있던 김동관 흉부외과 교수가 수술에 대해 설명했다. “<span class='quot0'>PET 검사상 쇄골상부 림프절에도 전이가 돼 수술이 어려운 상황입니다.</span>” 송시열 방사선종양학과 교수는 방사선 치료 가능성을 설명했다. “<span class='quot0'>범위가 국소적이지(좁지) 않아 방사선 치료도 어려울 것 같습니다.</span>” 환자에 대한 진단이 마무리될 무렵 김 교수가 정리했다. “그러면 다시 가슴 CT를 촬영한 후 항암치료를 시작하는 것이 좋을 것 같습니다. 교수님들 다른 의견 없으시죠? 환자분 들어오시라고 하세요.”<br/><br/>잠시 뒤 문이 열리고 80대 노인이 자녀와 함께 들어와 앉았다. 긴장하고 있는 환자에게 최 교수가 말을 시작했다. “안녕하세요.” 환자의 약한 청력을 배려한 듯 목소리 톤이 다소 높아졌다. “<span class='quot0'>저희가 환자분의 검사 결과를 보고 치료에 대해 미리 논의를 했습니다.</span>” 도 교수가 말을 이었다. “PET 검사에서 쇄골상부 림프절도 이상 소견이 보여 조직검사를 하셨는데요. 검사 결과 전이된 암으로 나왔습니다.” 김 교수가 덧붙였다. “수술은 좀 어려울 것 같아요. 여기 방사선 치료를 담당하는 교수님도 계시지만, 지금은 방사선 치료도 어려울 것 같습니다.” 이어 송 교수가 설명을 받았다. “<span class='quot0'>암의 범위가 넓어서 방사선 치료도 하기가 곤란합니다.</span>”<br/><br/>긴장한 듯한 환자가 물었다. “수술이 안 된다고 하면 3기, 4기인가요? 얼마나 더 살 수 있을까요.” 환자 곁에 있던 보호자는 고개를 숙였다.<br/><br/>최 교수는 낮고 조용하게 설명했다. “환자분들께서 보통 수술만이 최선의 치료라고 생각하시는데 수술을 할 수 없다라고만 생각하지 마시고 수술은 어렵지만 다른 치료방법이 있다고 긍정적으로 생각하시는 것이 필요합니다. 얼마나 더 살 수 있느냐가 중요한 것이 아니라 항암치료에 얼마나 잘 반응하는지가 더 중요합니다. 항암치료를 견디시려면 체력이 뒷받침돼야 하는데 체력을 위해서는 잘 드셔야 합니다.” 고개를 숙이고 있는 환자는 다소 진정된 듯 말을 이었다. “갑작스러운 결정에 아직도 멍하고 막막하지만 여러 선생님들께서 최선을 다해 주신다고 하니 믿고 한번 해보겠습니다. 잘 부탁드립니다.” <br/><br/>진료실을 나간 환자는 바로 가슴 CT 촬영을 하고 종양내과에서 약물치료 스케줄을 확정했다. 현재까지 항암치료를 비교적 잘 이겨내고 있다. 간호사는 “<span class='quot1'>환자가 의료진을 믿고, 병을 이겨낼 수 있다는 마음가짐을 가질수록 치료성적이 더 좋다</span>”고 말했다.<br/><br/>서울아산병원 암센터 통합진료실을 방문한 환자들은 기본적으로 진단, 수술, 약물치료, 방사선 치료, 판독 전문 교수를 한번에 만날 수 있다. 각 분야의 전문의들이 환자가 보는 앞에서 암의 정확한 진단과 치료방법을 직접 협의한 후 환자에게 가장 적합한 치료계획을 세운다. 한 명의 환자를 위해 각 분야의 교수들이 한자리에 모인 것이다. 그러나 환자는 4명의 전문의 가운데 한 의사에게만 진료비를 지불한다. 김 교수는 “<span class='quot2'>환자의 진료기록만으로 치료방법을 결정하는 일반적인 콘퍼런스와 다르다</span>”며 “<span class='quot2'>통합진료는 환자의 상태와 가족들의 의견 등을 직접 확인하면서 결정하고, 모든 의사들이 함께 결정해 효율적</span>”이라고 말했다. 서울아산병원 암센터는 이미 지난 2006년부터 시행해 다른 병원에서도 벤치마킹할 정도로 성공한 시스템이다.<br/><br/>서울아산병원 암센터는 최근에는 맞춤형 암 치료에도 적극적으로 나서고 있다. 맞춤형 암 치료는 환자의 유전체 특성을 먼저 분석하고, 그에 따른 맞춤형 암 치료제를 적용하는 기술이다. 내시경으로 환자의 암 조직을 추출하면, 서울아산병원 인근 아산생명과학연구원 5층에 위치한 아산·다나파버암유전체연구센터로 옮겨진다. 연구원들이 DNA 추출 자동화 장비를 이용해 환자 시료에서 암세포 유전자를 추출하고, 약 1∼2주에 걸쳐 유전체 특성을 파악한다. 여기서 환자의 유전체 특성에 맞는 최적의 항암치료 방법이 나온다.<br/><br/>환자 개인별 암 종양의 특징을 확인하면, 환자에게 맞는 최적의 표적 항암치료제 사용이 가능하다. 암세포 성장을 유도하는 신호가 활발하면 이를 끊기 위한 항암제를 쓰고, 암 조직 주변에 혈관이 형성돼 빠르게 전이된다면 혈관의 형성을 막는 표적항암제를 사용한다. 같은 암이라고 체질이 각기 다른 사람에게 모두 같은 항암제를 적용하는 것은 옛날 치료방식이다. 서울아산병원의 ‘맞춤형 암 치료’ 기술은 아직 연구 단계지만 실용화 직전 단계다. 올해에는 폐암, 대장암, 악성 흑색종 환자 550여 명에게 시범 적용할 계획이다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-683.txt

제목: <오후여담>감동의 나비효과  
날짜: 20140512  
기자: 박학용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140512100000246  
본문: 박학용/논설위원<br/><br/>가슴 뭉클한 감동의 이야기는 사람들에게 늘 위안과 희망을 가져다 준다. 그래서 한 나라에서 일어난 기적 같은 감동 이야기는 단지 그 나라 국민뿐 아니라 전 세계인들에게도 ‘힐러’(healer·치유자) 역할을 한다.<br/><br/>세월호 참사로 온 국민이 비탄에 빠져 있을 때 외국발 두 이야기가 세상에 잔잔한 감동을 주고 있다. 우선 아들을 죽인 사형수를 용서한 이란의 한 어머니 얘기다. 얼마전 이란의 한 작은 마을에서 공개 처형식이 열렸다. 사형수는 7년 전 시비 끝에 18세 청년을 흉기로 찔러 숨지게 한 20대 젊은이. 검은 천으로 눈을 가린 채 교수대에 오른 그는 의자 위에 섰고 목에는 올가미가 걸렸다. 아들을 잃은 부모도 교수대에 올랐다. 이란 형법은 살인죄의 경우 유족 입회 아래 사형을 집행토록 하고 있다. 그러나 예기치 않은 일이 벌어졌다. 피살자의 어머니가 사형수에게 ‘용서의 따귀’를 후려치더니 ‘사형 중단’을 외쳤다. 얼마전 둘째아들도 교통사고로 잃은 그녀는 사형수의 올가미를 풀어준 뒤 그의 모친을 부둥켜안고 눈물을 쏟았다. “<span class='quot0'>아들이 꿈 속에서 복수하지 말라</span>”고 했다는 말과 함께.<br/><br/>말기암 환자인 영국 청년 스티븐 서튼(19)의 얘기도 감동적이다. 15세 때 장암 판정을 받은 그는 말기에 접어든 지난해 죽기 전에 꼭 하고 싶은 46가지의 ‘버킷 리스트’를 작성했다. 이미 드럼 공연과 스카이 다이빙 등 33가지는 마쳤다. 하나씩 이룰 때마다 페이스북에 ‘해냈다’는 의미로 엄지 손가락을 치켜세운(Thumbs up!) 사진도 올렸다. 그러나 34번째인 청소년 암환자를 위한 100만 파운드 모금운동에서 제동이 걸렸다. 그는 “여기까지가 전부다. 그래도 좋은 삶이었다”며 ‘포기 선언’을 했다. 그런데 기적이 일어났다. 사연이 알려지면서 동참자가 10만여 명으로 늘어났다. 57만 파운드였던 모금액도 300만 파운드를 훌쩍 넘어섰다. 상태도 호전됐다. “살아 있는 매초가 특별하다. 위대한 섬스 업!”<br/><br/>세월호 참사가 발생한 지 한 달 가까이 됐지만 국민들은 여전히 트라우마 속에 갇혀 있다. 단 한 명이라도 살아 돌아왔으면 하는 실낱 같은 염원(念願)도 점점 옅어지고 있다. 미국의 과학자 에드워드 로렌츠는 “<span class='quot1'>브라질에 있는 나비의 날갯짓이 텍사스에 토네이도를 일으킬 수 있다</span>”고 했다. 이른바 ‘나비효과’다. 지금도 세상 어디에선가 들려오는 감동의 이야기들이 ‘대한민국(大恨民國)’에 두루 전해져 집단 우울증에 빠진 국민들을 보듬어줬으면 하는 바람이 간절하다.

언론사: 문화일보-1-684.txt

제목: <오후여담>감동의 나비효과  
날짜: 20140512  
기자: 박학용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140512100000061  
본문: 박학용/논설위원<br/><br/>가슴 뭉클한 감동의 이야기는 사람들에게 늘 위안과 희망을 가져다 준다. 그래서 한 나라에서 일어난 기적 같은 감동 이야기는 단지 그 나라 국민뿐 아니라 전 세계인들에게도 ‘힐러’(healer·치유자) 역할을 한다.<br/><br/>세월호 참사로 온 국민이 비탄에 빠져 있을 때 외국발 두 이야기가 세상에 잔잔한 감동을 주고 있다. 우선 아들을 죽인 사형수를 용서한 이란의 한 어머니 얘기다. 얼마전 이란의 한 작은 마을에서 공개 처형식이 열렸다. 사형수는 7년 전 시비 끝에 18세 청년을 흉기로 찔러 숨지게 한 20대 젊은이. 검은 천으로 눈을 가린 채 교수대에 오른 그는 의자 위에 섰고 목에는 올가미가 걸렸다. 아들을 잃은 부모도 교수대에 올랐다. 이란 형법은 살인죄의 경우 유족 입회 아래 사형을 집행토록 하고 있다. 그러나 예기치 않은 일이 벌어졌다. 피살자의 어머니가 사형수에게 ‘용서의 따귀’를 후려치더니 ‘사형 중단’을 외쳤다. 얼마전 둘째아들도 교통사고로 잃은 그녀는 사형수의 올가미를 풀어준 뒤 그의 모친을 부둥켜안고 눈물을 쏟았다. “<span class='quot0'>아들이 꿈 속에서 복수하지 말라</span>”고 했다는 말과 함께.<br/><br/>말기암 환자인 영국 청년 스티븐 서튼(19)의 얘기도 감동적이다. 15세 때 장암 판정을 받은 그는 말기에 접어든 지난해 죽기 전에 꼭 하고 싶은 46가지의 ‘버킷 리스트’를 작성했다. 이미 드럼 공연과 스카이 다이빙 등 33가지는 마쳤다. 하나씩 이룰 때마다 페이스북에 ‘해냈다’는 의미로 엄지 손가락을 치켜세운(Thumbs up!) 사진도 올렸다. 그러나 34번째인 청소년 암환자를 위한 100만 파운드 모금운동에서 제동이 걸렸다. 그는 “여기까지가 전부다. 그래도 좋은 삶이었다”며 ‘포기 선언’을 했다. 그런데 기적이 일어났다. 사연이 알려지면서 동참자가 10만여 명으로 늘어났다. 57만 파운드였던 모금액도 300만 파운드를 훌쩍 넘어섰다. 상태도 호전됐다. “살아 있는 매초가 특별하다. 위대한 섬스 업!”<br/><br/>세월호 참사가 발생한 지 한 달 가까이 됐지만 국민들은 여전히 트라우마 속에 갇혀 있다. 단 한 명이라도 살아 돌아왔으면 하는 실낱 같은 염원(念願)도 점점 옅어지고 있다. 미국의 과학자 에드워드 로렌츠는 “<span class='quot1'>브라질에 있는 나비의 날갯짓이 텍사스에 토네이도를 일으킬 수 있다</span>”고 했다. 이른바 ‘나비효과’다. 지금도 세상 어디에선가 들려오는 감동의 이야기들이 ‘대한민국(大恨民國)’에 두루 전해져 집단 우울증에 빠진 국민들을 보듬어줬으면 하는 바람이 간절하다.

언론사: 문화일보-1-685.txt

제목: <오후여담>감동의 나비효과  
날짜: 20140512  
기자: 박학용  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140512100000145  
본문: 박학용/논설위원<br/><br/>가슴 뭉클한 감동의 이야기는 사람들에게 늘 위안과 희망을 가져다 준다. 그래서 한 나라에서 일어난 기적 같은 감동 이야기는 단지 그 나라 국민뿐 아니라 전 세계인들에게도 ‘힐러’(healer·치유자) 역할을 한다.<br/><br/>세월호 참사로 온 국민이 비탄에 빠져 있을 때 외국발 두 이야기가 세상에 잔잔한 감동을 주고 있다. 우선 아들을 죽인 사형수를 용서한 이란의 한 어머니 얘기다. 얼마전 이란의 한 작은 마을에서 공개 처형식이 열렸다. 사형수는 7년 전 시비 끝에 18세 청년을 흉기로 찔러 숨지게 한 20대 젊은이. 검은 천으로 눈을 가린 채 교수대에 오른 그는 의자 위에 섰고 목에는 올가미가 걸렸다. 아들을 잃은 부모도 교수대에 올랐다. 이란 형법은 살인죄의 경우 유족 입회 아래 사형을 집행토록 하고 있다. 그러나 예기치 않은 일이 벌어졌다. 피살자의 어머니가 사형수에게 ‘용서의 따귀’를 후려치더니 ‘사형 중단’을 외쳤다. 얼마전 둘째아들도 교통사고로 잃은 그녀는 사형수의 올가미를 풀어준 뒤 그의 모친을 부둥켜안고 눈물을 쏟았다. “<span class='quot0'>아들이 꿈 속에서 복수하지 말라</span>”고 했다는 말과 함께.<br/><br/>말기암 환자인 영국 청년 스티븐 서튼(19)의 얘기도 감동적이다. 15세 때 장암 판정을 받은 그는 말기에 접어든 지난해 죽기 전에 꼭 하고 싶은 46가지의 ‘버킷 리스트’를 작성했다. 이미 드럼 공연과 스카이 다이빙 등 33가지는 마쳤다. 하나씩 이룰 때마다 페이스북에 ‘해냈다’는 의미로 엄지 손가락을 치켜세운(Thumbs up!) 사진도 올렸다. 그러나 34번째인 청소년 암환자를 위한 100만 파운드 모금운동에서 제동이 걸렸다. 그는 “여기까지가 전부다. 그래도 좋은 삶이었다”며 ‘포기 선언’을 했다. 그런데 기적이 일어났다. 사연이 알려지면서 동참자가 10만여 명으로 늘어났다. 57만 파운드였던 모금액도 300만 파운드를 훌쩍 넘어섰다. 상태도 호전됐다. “살아 있는 매초가 특별하다. 위대한 섬스 업!”<br/><br/>세월호 참사가 발생한 지 한 달 가까이 됐지만 국민들은 여전히 트라우마 속에 갇혀 있다. 단 한 명이라도 살아 돌아왔으면 하는 실낱 같은 염원(念願)도 점점 옅어지고 있다. 미국의 과학자 에드워드 로렌츠는 “<span class='quot1'>브라질에 있는 나비의 날갯짓이 텍사스에 토네이도를 일으킬 수 있다</span>”고 했다. 이른바 ‘나비효과’다. 지금도 세상 어디에선가 들려오는 감동의 이야기들이 ‘대한민국(大恨民國)’에 두루 전해져 집단 우울증에 빠진 국민들을 보듬어줬으면 하는 바람이 간절하다.

언론사: 문화일보-1-686.txt

제목: 당신은 ‘죽음의 식탁’서 그들에게 살해되고 있다  
날짜: 20140511  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014051110014216380  
본문: 죽음의 식탁 / 마리 모니트 로뱅 지음 / 판미동 펴냄<br/><br/>국민의 건강과 안전을 지켜야 하는 보건당국이 독성 화학물질을 만들어 내는 대기업과 결탁하고 있다면? <br/><br/>‘죽음의 식탁’은 밭에서 쓰는 농약에서부터 식품에 들어가는 첨가제와 플라스틱 용기까지 일상에 만연한 독성화학물질이 어떻게 건강과 생존을 위협하고 있는지 추적해 밝힌다.<br/><br/>프랑스 언론인이자 다큐멘터리 제작자인 저자는 수십년 간 암, 백혈병, 알츠하이머, 파킨슨병, 불임, 자가면역질환 등이 비약적으로 늘어난 이유를 조사하기 위해 프랑스, 독일, 미국, 인도, 칠레 등 10개국에서 50명의 과학자, 활동가, 규제기관 대표들을 인터뷰했다. 2년 간의 조사와 추적 끝에 일상을 점령한 수만 개의 화학물질이 질병의 주요 원인임을 밝히고 대기업과 과학자, 규제기관의 기만과 속임수를 파헤친다.<br/><br/>저자에 따르면, 인간의 건강이나 환경보다 이윤을 중시하는 것이 기업과 규제기관의 논리이기에 현 시스템으로는 질병을 양산하는 독성화학물질이 일상에 넘쳐날 수밖에 없다. 전쟁에서 쓰던 화학무기가 농약으로 재활용되고, 병충해 ‘킬러’에서 식물 ‘약재’로 둔갑한 농약은 해충보다 더 큰 피해를 준다. 또 화학물질 유해성의 기준이 되는 ‘일일섭취 허용’과 ‘잔류농약 최대허용량’의 개념은 기업과 규제기관이 합작해 만든 속임수라고 주장한다.<br/><br/>그로 인해 아스파르탐, 비스페놀A와 같은 독성화학물질이 식탁 위로 올라오는 결과를 낳았다. 이권을 지키기 위한 기업의 횡포, 고용된 과학자들의 연구 결과 조작, 국민의 건강과 환경을 지켜야 할 공권력의 의도적인 침묵으로 소비자들의 건강이 공공연하게 위협받고 있다는 것이다.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-687.txt

제목: <좋은 선생님>“날마다 글쓰기 한편… 아이들 스스로 삶의 지표 찾죠”  
날짜: 20140508  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140508100000068  
본문: “매일매일 쓰고 읽으면 삶을 설계하고 감성을 키우는 데 큰 도움이 됩니다. 이 때문에 교직 생활 내내 아이들에게 시와 산문 쓰는 것을 가르치고 있습니다.”<br/><br/>지난 2일 오전 경북 김천시 신음동 동신초교 3학년 4반 교실. 눈빛이 초롱초롱한 24명의 학생들이 공책에 시를 쓰고 있었다. 주제는 따로 없었다. 친구들과의 관계, 엄마에 대한 서운함, 운동장에서 놀던 이야기 등 자신이 쓰고 싶은 주제의 시였다. 이 반 아이들은 날마다 등교하면 이같이 시를 쓴다. 담임인 서순원(여·61) 교사가 아이들의 정서활동을 돕기 위해 개학하자마자 시작한 것이다. <br/><br/>서 교사는 아이들에게 시 쓰기 숙제도 수시로 내지만 아이들은 싫증을 내지 않는다. 신유빈(10) 군은 “시를 쓰면 상상력이 풍부해지고 이해와 사고력이 좋아진다”고 말했다. 이창훈(10) 군은 “친구들과 다툰 뒤 시를 써서 화해하면 마음이 넓어지고 홀가분해진다”고 자랑했고, 김동혁(10) 군은 “부모와 대화할 때 더욱 자연스러워진다”고 귀띔했다.<br/><br/>서 교사는 내년 2월, 39년의 교직생활을 마감한다. 그는 교직생활 동안 줄곧 아이들에게 시와 산문, 독후감 등 글쓰기를 지도했다. 교사들 사이에서 ‘글쓰기 전도사’로 불릴 정도다. 그는 “어린이들에게 꿈을 이룰 수 있다는 자신감과 포부를 심어주기 위해 시나 산문을 쓰도록 하고 있다”고 말했다. <br/><br/>서 교사는 특히 교직생활 동안 평범한 아이들보다 집안에 문제가 있거나 불우한 아이들에게 더 많은 글쓰기를 시켰다. 부모가 장애인인 학생, 아버지의 폭력으로 어머니가 가출한 학생, 소년가장, 알코올중독인 아버지에게 학대받는 학생, 아버지가 희귀병에 걸려 직장을 잃은 학생, 한부모 학생, 암으로 아버지를 잃은 다문화가정 학생 등 불우한 가정 환경으로 힘들고 어렵게 살아가는 아이들에게 글쓰기를 특별히 지도했다. <br/><br/>그는 지난해 초 이 학교로 오기 전에는 김천지역 시골학교에서 글쓰기로 어린이들을 다독였으며 학부모들에게 감동도 안겼다. 지난 2006년 김천시 개령초교에 근무할 때는 글쓰기 교육이 큰 호응을 얻어 학부모들이 전근을 막기도 했다. 이는 김천지역 학교에서 유명한 일화가 됐다. 그는 “당시 부모들이 자신의 아이들이 어렵게 살면서도 올곧게 생활하는 것은 글쓰기 교육 때문”이라며 “다른 학교로 발령이 나자 소매를 붙잡던 학부모들의 모습이 생생하다”고 말했다. 그는 자신의 집으로 아이들을 초대해 백일장을 열어 상을 주었고, 시 낭송회를 열기도 했다. 또 글쓰기 후 시화전도 개최했다. <br/><br/>서 교사의 글쓰기교육은 학생들에게만 해당되는 것은 아니다. 학부모들에게도 글쓰기를 지도해 학부모들이 2000년, 2010년, 2013년 지역과 전국에서 열린 각종 백일장에서 장원이나 입상을 하기도 했다. 또 중학교 때 교통사고를 당해 전신마비가 된 20대 장애인에게 개인적으로 글쓰는 연습을 시켜 이 장애인이 지난해 한 잡지사를 통해 등단토록 했다. 그는 “매일 자살만 생각하고 참담하고 절망적인 삶을 살던 청년에게 밝은 빛을 안겨줘서 교사로서 큰 보람을 느끼고 있다”고 말했다. <br/><br/>서 교사는 2010년 4월 천안함 폭침 당시 해군 홈페이지에 ‘어머니의 노래(아들아, 이젠 널 보내줄게)’라는 시를 올려 큰 반향을 일으키기도 했다. 서 교사는 “<span class='quot0'>시와 산문 등을 쓰면 생각이 깊어지고 자신의 앞길을 열어가는 데 큰 도움이 된다</span>”며 “<span class='quot0'>얼마 남지 않은 교직생활 동안 아이들이 글쓰기를 열심히 하도록 힘을 실어줄 계획</span>”이라고 말했다. <br/><br/>김천 = 글·사진 박천학 기자 kobbla@ munhwa.com

언론사: 문화일보-1-688.txt

제목: <좋은 선생님>“날마다 글쓰기 한편… 아이들 스스로 삶의 지표 찾죠”  
날짜: 20140508  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140508100000166  
본문: “매일매일 쓰고 읽으면 삶을 설계하고 감성을 키우는 데 큰 도움이 됩니다. 이 때문에 교직 생활 내내 아이들에게 시와 산문 쓰는 것을 가르치고 있습니다.”<br/><br/>지난 2일 오전 경북 김천시 신음동 동신초교 3학년 4반 교실. 눈빛이 초롱초롱한 24명의 학생들이 공책에 시를 쓰고 있었다. 주제는 따로 없었다. 친구들과의 관계, 엄마에 대한 서운함, 운동장에서 놀던 이야기 등 자신이 쓰고 싶은 주제의 시였다. 이 반 아이들은 날마다 등교하면 이같이 시를 쓴다. 담임인 서순원(여·61) 교사가 아이들의 정서활동을 돕기 위해 개학하자마자 시작한 것이다. <br/><br/>서 교사는 아이들에게 시 쓰기 숙제도 수시로 내지만 아이들은 싫증을 내지 않는다. 신유빈(10) 군은 “시를 쓰면 상상력이 풍부해지고 이해와 사고력이 좋아진다”고 말했다. 이창훈(10) 군은 “친구들과 다툰 뒤 시를 써서 화해하면 마음이 넓어지고 홀가분해진다”고 자랑했고, 김동혁(10) 군은 “부모와 대화할 때 더욱 자연스러워진다”고 귀띔했다.<br/><br/>서 교사는 내년 2월, 39년의 교직생활을 마감한다. 그는 교직생활 동안 줄곧 아이들에게 시와 산문, 독후감 등 글쓰기를 지도했다. 교사들 사이에서 ‘글쓰기 전도사’로 불릴 정도다. 그는 “어린이들에게 꿈을 이룰 수 있다는 자신감과 포부를 심어주기 위해 시나 산문을 쓰도록 하고 있다”고 말했다. <br/><br/>서 교사는 특히 교직생활 동안 평범한 아이들보다 집안에 문제가 있거나 불우한 아이들에게 더 많은 글쓰기를 시켰다. 부모가 장애인인 학생, 아버지의 폭력으로 어머니가 가출한 학생, 소년가장, 알코올중독인 아버지에게 학대받는 학생, 아버지가 희귀병에 걸려 직장을 잃은 학생, 한부모 학생, 암으로 아버지를 잃은 다문화가정 학생 등 불우한 가정 환경으로 힘들고 어렵게 살아가는 아이들에게 글쓰기를 특별히 지도했다. <br/><br/>그는 지난해 초 이 학교로 오기 전에는 김천지역 시골학교에서 글쓰기로 어린이들을 다독였으며 학부모들에게 감동도 안겼다. 지난 2006년 김천시 개령초교에 근무할 때는 글쓰기 교육이 큰 호응을 얻어 학부모들이 전근을 막기도 했다. 이는 김천지역 학교에서 유명한 일화가 됐다. 그는 “당시 부모들이 자신의 아이들이 어렵게 살면서도 올곧게 생활하는 것은 글쓰기 교육 때문”이라며 “다른 학교로 발령이 나자 소매를 붙잡던 학부모들의 모습이 생생하다”고 말했다. 그는 자신의 집으로 아이들을 초대해 백일장을 열어 상을 주었고, 시 낭송회를 열기도 했다. 또 글쓰기 후 시화전도 개최했다. <br/><br/>서 교사의 글쓰기교육은 학생들에게만 해당되는 것은 아니다. 학부모들에게도 글쓰기를 지도해 학부모들이 2000년, 2010년, 2013년 지역과 전국에서 열린 각종 백일장에서 장원이나 입상을 하기도 했다. 또 중학교 때 교통사고를 당해 전신마비가 된 20대 장애인에게 개인적으로 글쓰는 연습을 시켜 이 장애인이 지난해 한 잡지사를 통해 등단토록 했다. 그는 “매일 자살만 생각하고 참담하고 절망적인 삶을 살던 청년에게 밝은 빛을 안겨줘서 교사로서 큰 보람을 느끼고 있다”고 말했다. <br/><br/>서 교사는 2010년 4월 천안함 폭침 당시 해군 홈페이지에 ‘어머니의 노래(아들아, 이젠 널 보내줄게)’라는 시를 올려 큰 반향을 일으키기도 했다. 서 교사는 “<span class='quot0'>시와 산문 등을 쓰면 생각이 깊어지고 자신의 앞길을 열어가는 데 큰 도움이 된다</span>”며 “<span class='quot0'>얼마 남지 않은 교직생활 동안 아이들이 글쓰기를 열심히 하도록 힘을 실어줄 계획</span>”이라고 말했다. <br/><br/>김천 = 글·사진 박천학 기자 kobbla@ munhwa.com

언론사: 문화일보-1-689.txt

제목: “日줄기세포 사진은 바빠서 실수한 것”  
날짜: 20140508  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140508100000039  
본문: 신형 만능 줄기세포 ‘스탭(STAP·Stimulus-Triggered Acquisition of Pluripotency·자극 야기 다능성 획득) 세포’를 발표해 세계의 이목을 집중시켰다가 논문 조작 의혹으로 논란에 휩싸인 오보카타 하루코(小保方晴子·여·30) 일본 이화학연구소 연구주임이 문제의 논문 속 세포 사진에 대해 “<span class='quot0'>매우 바쁜 상황에서 사진을 교체하는 것을 잊어버려 실수를 했다</span>”는 해명 문서를 연구소에 제출했다고 NHK 등 일본 언론이 보도했다.<br/><br/>7일 변호인이 공개한 문서에서 오보카타 주임은 “<span class='quot1'>데이터 날조에 해당하는 부정행위를 했다</span>”는 연구소 조사위원회의 조사결과에 불복, 재조사를 요구하면서 부정행위가 아닌 단순 실수라고 주장했다. 오보카타 주임은 “<span class='quot0'>미국의 (하버드)대학에서 (이화학연구소로) 소속이 바뀌는 등 매우 바쁜 시기에 논문을 썼다</span>”며 “<span class='quot0'>다른 연구자에게 (연구내용을) 선점당할 수 있다는 생각이 있었던 가운데, 화상을 교체해야 한다는 것을 잊어버리는 실수가 일어났다</span>”고 밝혔다. 그러면서 “당시의 상황을 이해받고 부정이 아니라는 점을 확인받기를 바란다”며 “그 이후에 다시 이화학연구소에서 스탭 세포 연구를 진행하겠다”고 덧붙였다.<br/><br/>그러나 이화학연구소 측은 재조사를 하지 않겠다는 방침을 정하고, ‘논문의 이미지 2곳에 조작이 있었다’는 결론을 확정할 계획이어서 스탭세포 연구는 결국 백지화될 가능성이 높다. 연구부정 결론을 담은 최종 보고서가 채택되면 이화학연구소는 오보카타 주임을 비롯한 주요 저자를 대상으로 징계위원회를 열고, 해당 논문이 게재된 영국 과학잡지 ‘네이처’에 논문 철회를 권고하게 된다.<br/><br/>스탭 세포는 체세포를 약산성 용액에 담그는 간단한 방법으로 만들어지는 만능 줄기세포로, 신체의 다양한 조직으로 자랄 수 있는데다 암으로 변이될 가능성이 낮다는 점에서 획기적이라는 평가를 받았다. 그러나 국제적 주목을 받은 지 불과 2주 만에 주 저자인 오보카타의 2011년 박사학위 논문 속 골수세포 사진과 비슷한 사진이 스탭 세포의 근거로 제시됐다는 의혹이 제기됐다.<br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-690.txt

제목: <인터넷 유머>웃음의 종류  
날짜: 20140508  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140508100000112  
본문: ▲약이 되는 웃음 <br/><br/>가가대소(呵呵大笑):큰소리로 껄껄 웃음 <br/><br/>교소(巧笑):귀엽고 요염하게 웃는 웃음 <br/><br/>담소(談笑):이야기하며 웃음 <br/><br/>대소(大笑):소리내어 크게 웃음 <br/><br/>목소(目笑):눈 웃음 <br/><br/>무음소(無音笑):소리 없이 빙그레 웃는 웃음 <br/><br/>미소(微笑):빙긋이 웃는 웃음 <br/><br/>미소(媚笑):아양을 떨며 곱게 웃는 웃음 <br/><br/>박장대소(拍掌大笑):박수를 치며 크게 웃음 <br/><br/>방소(放笑):소리를 내어 웃음 <br/><br/>신소(？v笑):소리없이 빙그레 웃음 <br/><br/>실소(失笑):피식 웃는 웃음 <br/><br/>앙천대소(仰天大笑):하늘을 우러러 크게 웃음 <br/><br/>언소(言笑):웃으며 이야기 함 <br/><br/>절제소(節制笑):웃다가 멈추었다를 다시 반복하여 웃는 웃음 <br/><br/>치소(恥笑):부끄러워 웃는 웃음<br/><br/>치소(癡笑):바보처럼 어리석게 웃는 웃음 <br/><br/>파안대소(破顔大笑):얼굴이 활짝 펴지면서 크게 웃는 웃음 <br/><br/>폭소(爆笑):별안간 마구 터져 나오는 웃음 <br/><br/>홍소(哄笑):떠들썩 하게 웃는 웃음 <br/><br/>홍연대소(哄然大笑):큰웃음을 터트려 웃음 <br/><br/>희소(喜笑):매우 기쁜 표정을 짓고 웃는 웃음 <br/><br/>▲독이 되는 웃음 <br/><br/>가소(可笑):대수롭지 않게 웃음 <br/><br/>가소(假笑):거짓 웃음(같잖아서 웃는 웃음) <br/><br/>간소(奸笑):간교한 웃음 <br/><br/>검소(劍笑):칼같이 날카로운 웃음(귀신 웃음) <br/><br/>경소(輕笑):가볍고 대수롭지 않게 웃는 웃음 <br/><br/>고소(苦笑):쓴 웃음<br/><br/>기소(欺笑):남을 속이고 웃음 <br/><br/>기소(譏笑):꾸짖어 웃음 <br/><br/>냉소(冷笑):쌀쌀한 태도로 비웃는 웃음 <br/><br/>독소(毒笑):독기를 품고 웃는 웃음 <br/><br/>비소(誹笑):비웃음 <br/><br/>비소(鄙笑):얕보고 비웃음 <br/><br/>비소(鼻笑):코 웃음(흥) <br/><br/>암소(暗笑):속으로 비웃음<br/><br/>일소(一笑):한번 웃음. 업신 여기며 웃음 <br/><br/>조소(嘲笑):비웃는 태도로 웃는 웃음 <br/><br/>치소(嗤笑):빈정 거리며 웃는 웃음

언론사: 문화일보-1-691.txt

제목: 가출 여중생 등 7명이 여고생 살해 암매장  
날짜: 20140503  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014050310014170403  
본문: 여중생 4명과 20대 3명 등 7명이 가출해 함께 지내던 여고생이 집에 가려 한다는 이유로 때려 숨지게 한 뒤 암매장한 사건이 발생했다.<br/><br/>경남 김해중부경찰서는 2일 양모(15) 양 등 여중생 4명을 붙잡아 조사 중이다.<br/><br/>이들은 4월 10일 오전 0시 30분께 대구시내 한 모텔 근처 차량에서 이모(25)씨 등 20대 남성 3명과 함께 고교 1학년인 윤모(15) 양을 벽돌 등으로 마구 때려 숨지게 한 혐의다.<br/><br/>이들은 숨진 윤양을 수십㎞ 떨어진 경남 창녕군 대지면 용소리의 야산에 암매장했다. 경찰은 이날 오후 4시께 윤양의 시신을 발굴했다.<br/><br/>이들은 윤양이 함께 지내다 말을 잘 듣지 않고 집에 가고 싶어한다는 이유로 집단 폭행한 것으로 알려졌다.<br/><br/>앞서 20대 3명은 조건만남을 빙자해 40대 남성을 모텔로 유인한 뒤 미성년자와 성관계를 했다며 돈을 뜯으려다 이 남성이 반항하자 마구 때려 숨지게 한 혐의(강도 살인)로 지난달 대전 둔산경찰서에 의해 구속된 상태다.<br/><br/>경찰은 피해자 윤양의 아버지로부터 가출 신고를 받은 뒤 통화 내역을 분석해 소재지를 찾다 암매장한 사실을 밝혀냈다.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-692.txt

제목: “금연·균형잡힌 식사·적절한 운동, 최선의 癌예방”  
날짜: 20140502  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140502100000142  
본문: “암 극복의 핵심은 검진과 조기발견입니다. 대부분 암 발견 이후 치료 단계부터라고 생각하지만 미리 발견하는 것이 더 중요하고 그것이 암 극복으로 가는 길입니다.”<br/><br/>1일 서울 서대문구 홍은동 그랜드힐튼호텔에서 만난 로널드 데핀호 미국 텍사스 의대 엠디앤더슨 암센터 원장은 ‘암 극복’에 대해 이같이 설명했다. 그는 이날부터 3일까지 연세암병원 주최로 그랜드힐튼호텔에서 열리는 GAP(Global Academic Programs Annual Conference)에 참여하기 위해 한국을 방문했다. 미국 엠디앤더슨 암센터는 세계에서 규모가 가장 큰 독립 암센터로 연구원 1600여 명을 포함해 직원만 1만9000명에 달하며, 전세계 암학자로부터 세계 최고의 암치료 센터로 평가받고 있다. 이건희 삼성전자 회장이 폐암 치료를 받았던 곳으로도 유명하다.<br/><br/>데핀호 원장이 말하는 암 극복의 해법은 암을 미리 발견하는 것이다. 보통 암은 검진, 고위험군 예방, 조기발견, 치료, 생존 등의 5 단계로 이어지는데 보통 치료 단계부터 극복을 생각한다는 것이다. 하지만 암 극복을 위한 최선의 길은 검진을 통해 고위험군을 찾아 조기 발견 확률을 높이는 것이다. 데핀호 원장은 이같이 조기 발견을 토대로 하는 암 극복은 곧 실현 가능하다고 전망했다.<br/><br/>그는 “초기만 해도 학계에서 암은 곧 정복될 것이라고 봤지만, 암세포가 계속 내성이 생기면서 변화해 암 목표가 ‘정복’에서 ‘관리’로 수정됐다”며 “그러나 최근 의학기술의 발달로 인간의 유전체 염기 서열의 틀이 밝혀지면서 점차 정복에 가까워지고 있다”고 말했다. 유전체 정보를 통해 암 발생 고위험군을 찾아내고, 제각각 특성에 맞는 방식으로 암을 치료하는 것이다. <br/><br/>데핀호 원장은 “<span class='quot0'>바이오테크놀로지(생명공학)가 발전하면서 암의 개인 맞춤치료가 가능한 시기가 되고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>특히 면역체계에 대한 생물학적 정보에 기반을 둔 면역치료가 앞으로 암치료의 중요한 기법 중 하나가 될 것으로 확신한다</span>”고 말했다. 이와 관련, 엠디앤더슨 암센터는 ‘문샷(moon shots)’프로그램을 추진 중이다. 환자의 유전특성에 맞는 맞춤형 암치료를 위해 유전체, 암 유전자 등을 축적하는 프로젝트다. 현재 급성 골수 백혈병, 만성 림프구성 백혈병, 악성 흑생종, 폐암, 전립선압, 유방암 및 난소암 등에 적용하고 있다. 아시아의 경우 연세암병원과 함께 추진 중이다.<br/><br/>세계 최고의 암병원 원장이 말하는 암 예방법은 아주 상식적인 것이다. 그는 “<span class='quot0'>고령화와 함께 암의 발생은 늘어날 수밖에 없는데, 우리가 늙지 않을 수는 없기 때문에 건강한 습관을 가지도록 노력하는 것이 필요하다</span>”며 “<span class='quot0'>균형 잡힌 식사와 적절한 운동으로 적절한 체중을 유지하는 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>그는 특히 금연을 강조했다. 데핀호 원장은 “<span class='quot0'>많은 발암원인 중 가장 중요하며 조절 가능한 것이 담배</span>”라며 “<span class='quot0'>금연은 폐암뿐 아니라 많은 암과 다른 질병 예방에도 필수적</span>”이라고 말했다. 또 일부 암은 바이러스 감염과 관련되는 경우가 있어 백신접종과 감염치료도 암 예방에 중요하다고 조언했다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-693.txt

제목: “금연·균형잡힌 식사·적절한 운동, 최선의 癌예방”  
날짜: 20140502  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140502100000220  
본문: “암 극복의 핵심은 검진과 조기발견입니다. 대부분 암 발견 이후 치료 단계부터라고 생각하지만 미리 발견하는 것이 더 중요하고 그것이 암 극복으로 가는 길입니다.”<br/><br/>1일 서울 서대문구 홍은동 그랜드힐튼호텔에서 만난 로널드 데핀호 미국 텍사스 의대 엠디앤더슨 암센터 원장은 ‘암 극복’에 대해 이같이 설명했다. 그는 이날부터 3일까지 연세암병원 주최로 그랜드힐튼호텔에서 열리는 GAP(Global Academic Programs Annual Conference)에 참여하기 위해 한국을 방문했다. 미국 엠디앤더슨 암센터는 세계에서 규모가 가장 큰 독립 암센터로 연구원 1600여 명을 포함해 직원만 1만9000명에 달하며, 전세계 암학자로부터 세계 최고의 암치료 센터로 평가받고 있다. 이건희 삼성전자 회장이 폐암 치료를 받았던 곳으로도 유명하다.<br/><br/>데핀호 원장이 말하는 암 극복의 해법은 암을 미리 발견하는 것이다. 보통 암은 검진, 고위험군 예방, 조기발견, 치료, 생존 등의 5 단계로 이어지는데 보통 치료 단계부터 극복을 생각한다는 것이다. 하지만 암 극복을 위한 최선의 길은 검진을 통해 고위험군을 찾아 조기 발견 확률을 높이는 것이다. 데핀호 원장은 이같이 조기 발견을 토대로 하는 암 극복은 곧 실현 가능하다고 전망했다.<br/><br/>그는 “초기만 해도 학계에서 암은 곧 정복될 것이라고 봤지만, 암세포가 계속 내성이 생기면서 변화해 암 목표가 ‘정복’에서 ‘관리’로 수정됐다”며 “그러나 최근 의학기술의 발달로 인간의 유전체 염기 서열의 틀이 밝혀지면서 점차 정복에 가까워지고 있다”고 말했다. 유전체 정보를 통해 암 발생 고위험군을 찾아내고, 제각각 특성에 맞는 방식으로 암을 치료하는 것이다. <br/><br/>데핀호 원장은 “<span class='quot0'>바이오테크놀로지(생명공학)가 발전하면서 암의 개인 맞춤치료가 가능한 시기가 되고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>특히 면역체계에 대한 생물학적 정보에 기반을 둔 면역치료가 앞으로 암치료의 중요한 기법 중 하나가 될 것으로 확신한다</span>”고 말했다. 이와 관련, 엠디앤더슨 암센터는 ‘문샷(moon shots)’프로그램을 추진 중이다. 환자의 유전특성에 맞는 맞춤형 암치료를 위해 유전체, 암 유전자 등을 축적하는 프로젝트다. 현재 급성 골수 백혈병, 만성 림프구성 백혈병, 악성 흑생종, 폐암, 전립선압, 유방암 및 난소암 등에 적용하고 있다. 아시아의 경우 연세암병원과 함께 추진 중이다.<br/><br/>세계 최고의 암병원 원장이 말하는 암 예방법은 아주 상식적인 것이다. 그는 “<span class='quot0'>고령화와 함께 암의 발생은 늘어날 수밖에 없는데, 우리가 늙지 않을 수는 없기 때문에 건강한 습관을 가지도록 노력하는 것이 필요하다</span>”며 “<span class='quot0'>균형 잡힌 식사와 적절한 운동으로 적절한 체중을 유지하는 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>그는 특히 금연을 강조했다. 데핀호 원장은 “<span class='quot0'>많은 발암원인 중 가장 중요하며 조절 가능한 것이 담배</span>”라며 “<span class='quot0'>금연은 폐암뿐 아니라 많은 암과 다른 질병 예방에도 필수적</span>”이라고 말했다. 또 일부 암은 바이러스 감염과 관련되는 경우가 있어 백신접종과 감염치료도 암 예방에 중요하다고 조언했다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-694.txt

제목: 영국 신사는 ‘인간의 도리’ 중시… 한국서 필요한 건 ‘원칙적 인간’  
날짜: 20140502  
기자: 박동미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140502100000177  
본문: 영국소설을 통해 본 영국신사도의 명암<br/>서지문 지음 / 세창출판사<br/><br/>마음에 안 드는 이성에게 데이트 신청을 받았다. 어떻게 대처할 것인가. 혼돈의 지점이다. 그 방식이 천차만별이기 때문이다. “인연이 아닌가봐요”라는 고전 영화 대사를 읊는 사람, 예의상 “오늘은 바쁜데 다음에 뵙죠” 하며 은근슬쩍 미루는 사람. “죄송합니다”라는 정중하지만 단호한 어법으로 ‘잘’ 거절하는 사람도 있다. 요즘 회자되는 20∼30대 젊은이들의 연애 ‘행태’에 따르면, 대답을 아예 하지 않는 경우도 상당하다. 그러면 상대는 ‘아, 내가 싫구나’ 하고 더는 보채지 않는다고. 일면, 이해가 된다. 대부분 스마트폰 문자로 대화를 하니, ‘모른 척하기’도 쉽다. 간편하다. 그런데 모양새는 참 예의 없다. ‘모름지기 신사(숙녀)라면…’이란 말이 불쑥 나온다. <br/><br/>서지문(영문학·사진) 고려대 명예교수의 ‘영국소설을 통해 본 영국신사도의 명암’을 보면, 실제로 18∼19세기 영국 ‘신사 사회’에서 예의 없는 거절은 상상할 수 없다. 당시 청춘남녀가 안면을 트고 가까워지는 사교계에선 구애의 법도가 매우 엄격했다. 예를 들면, 춤은 반드시 남성이 요청을 하고 여성이 수락을 한다. 이 남성이 마음에 들지 않아 적당히 핑계를 댄 여성이 만일 다른 상대와 춤을 추면 지탄의 대상이 된다. 또 한 여자와 상당히 가까워진 남성이 어느 날 갑자기 발을 딱 끊거나 다른 여자에게 구애를 하면 부도덕한 남성으로 비난을 받았다. 오늘날 ‘예의 바른 사람’, 혹은 ‘도리를 아는 사람’의 대명사격이 된 ‘신사’라는 말은 바로 영국의 이 특정계층의 문화에서 비롯된 것이다. <br/><br/>서 교수는 “19세기 영국소설은 신사 사회를 배경으로 한다. 당시 사회적 윤리와 기강이 흔들려 응집력이 필요했는데, 소설은 주인공인 신사·숙녀가 얼마나 예의범절을 잘 지키며 인간과 사회를 배려하는지를 검증했다. ‘신사의 도리’가 관념적으로 남녀 간의 매너로 여겨졌지만, 이는 결국 ‘인간의 도리’와도 같다”고 말했다. 즉 ‘모름지기 신사라면’은 ‘모름지기 인간이라면’으로 바꿔도 무방한 셈이다. 당시 신사 계층은 귀족이 아닌 지주들로, 토지를 소유해 경제력이 있었고, 타인을 수단으로 삼지 않으며 인격적 교류를 중요시했다. 생존에 몰입하지 않은 덕에 인문학적 교양을 꾸준히 쌓을 수 있었다.<br/><br/>서 교수는 “신사적 행동이란 단순한 인정이 아니고 절제, 배려, 교양 등으로 품격 있는 삶과 관계를 유지하는 것이다. 또 조언을 하거나 타인을 돕는 일도 요란하게 내세우지 않아야 했다”고 강조했다. 그는 “<span class='quot0'>19세기의 격랑 속에서도 영국이 폭동이나 유혈혁명 없이 안정된 변화를 겪은 것도 이 신사 계층이 ‘순리적인 해결’을 주장했기 때문에 가능했다</span>”고 덧붙였다. <br/><br/>물론 모든 신사가 인간의 도리를 다한 것은 아니다. 아니, 진짜 신사는 오히려 드물었다. 신사 계층의 다양한 모습을 그려낸 대표 작가는 제인 오스틴(1775∼1817)인데, 그는 후반기 작품에서 주로 이 집단에 대한 환멸과 염증을 쏟아낸다. 서 교수는 “교양을 갖춘 인간에 대한 갈망이 컸던 오스틴은 소설 속 주인공들에게 매우 엄격한 기준을 적용했다. 그러다 결국 현실 속 신사 계층에 대한 기대를 버린다. 도덕관이 확고한 비(非)신사 계층을 등장시켜 대조시키는 등 새로운 세대와 집단이 영국을 이끌어야 한다고 믿었던 것 같다”고 설명했다. 그러나 서 교수는 “<span class='quot1'>모든 사람이 신사가 될 수는 없지만 이에 대한 갈망, 즉 ‘이상적 인간형’이 존재하는 사회와 그렇지 않은 사회는 확연한 차이가 날 수밖에 없다</span>”며 “<span class='quot1'>영국의 신사는 이상적 인간형이 최대의 순기능을 냈고, 역기능은 최소화한 성공적인 사례</span>”라고 주장했다. <br/><br/>그렇다면, 한국은 이상적 인간형을 가진 사회일까. 그건 어떤 모습일까. 서 교수는 이에 대해 “사회의 형편에 따라 이상적 인간형은 변화한다. 급속한 경제성장으로 우리의 이상적 인간형이 너무 흐려졌다. 한때 성공에 대한 의욕과 투지가 강한 ‘자수성가형’이 주목받았지만 시대가 달라졌다. ‘이상형’이 바뀌어야 한다. 보다 안정적이고 침착하고 곧은 원칙을 가진 인간형을 갈망해야 한다. 세월호 참사의 충격을 통해 더욱 많은 사람들이 이를 깨닫고 있다”고 전했다.<br/><br/>박동미 기자 pdm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-695.txt

제목: ‘역린’‘표적’ 개봉날 박스오피스 1, 2위  
날짜: 20140501  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140501100000078  
본문: 현빈 주연 영화 ‘역린’과 류승룡 주연 영화 ‘표적’이 개봉 첫날 박스오피스 1, 2위를 차지하며 할리우드 블록버스터의 흥행세를 꺾고, 한국영화의 자존심을 세웠다.<br/><br/>1일 영화진흥위원회 영화관입장권통합전산망에 따르면 30일 나란히 개봉한 ‘역린’과 ‘표적’은 각각 28만7876명, 10만5848명의 관객을 동원하며 박스오피스 1, 2위에 올랐다. 지난 4월 23일 개봉 이후 줄곧 1위를 지켜온 ‘어메이징 스파이더맨2’는 이날 관객 수 10만4560명을 기록하며 3위로 밀렸다.<br/><br/>암살 위협 속에서도 왕권을 지켜낸 조선 정조의 이야기를 그린 ‘역린’은 현빈의 군제대 후 복귀작으로 개봉 전부터 관심을 모아왔다. 또 류승룡의 본격 액션 도전작인 ‘표적’은 군더더기 없는 깔끔한 전개로 호평이 이어졌다. 두 영화는 지난 3월 26일 개봉한 ‘캡틴 아메리가:윈터 솔져’부터 ‘어메이징 스파이더맨2’까지 이어져온 할리우드 블록버스터의 흥행행진에 제동을 걸었다.<br/><br/>한편 ‘역린’은 947개의 스크린으로 데뷔했으며 ‘표적’도 첫날 546개의 스크린을 잡았으나 ‘황금연휴’ 기간에는 상영관 수를 대폭 늘릴 것으로 예상돼 한국영화의 흥행몰이가 계속될 것으로 전망된다. 지난 주말 1300여 개의 스크린에서 상영됐던 ‘어메이징 스파이더맨2’는 30일 스크린 수가 752개로 줄었다. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-696.txt

제목: < Her Story >“난 실패한 美이민자의 딸… 탈북자 소설 쓰다 전업작가 길로”  
날짜: 20140430  
기자: 박영출  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140430100000159  
본문: 연세대에서 영작문을 가르치는 작가 출신의 한국계 미국인 여교수. 인터뷰 약속을 잡고서 봄날 같은 설렘이 일었다. 그의 인생과 문학을 들으며 세월호 참사의 슬픔과 분노에서 잠시 벗어나고 싶었다. 담쟁이에 덮인 고풍스러운 본관을 배경으로 울긋불긋 철쭉이 만발해 있을 캠퍼스의 풍경도 그리웠다. 캠퍼스에선 그래도 대학생활을 갓 시작한 새내기들의 풋풋한 웃음을 볼 수 있지 않을까. 하지만 이런 기대는 상상으로 족했다. 28일 오후 동문으로 들어선 연세대 신촌캠퍼스는 비에 젖어 있었다. 청송대 갓길을 따라 늘어선 철쭉은 이미 제철을 지났고, 마지막 꽃잎도 이틀째 내린 비에 바닥을 뒹굴었다. 우산을 받쳐 든 학생들의 얼굴에도 표정이 없었다.<br/><br/>그의 연구실은 백양관 북쪽 건물 3층에 있었다. 회색빛이 가득한 복도의 끝쪽 방이다. 문이 닫혀 있었다. 알림판에는 ‘부재중’이란 글씨가 선명했다. 시계를 보니 약속시간이 아직 5분이 남았다. 문 앞에 놓인 우편물에 눈길이 잠시 머무는 사이 저쪽에서 걸어오는 그의 모습이 눈에 들어왔다. 가지런한 단발머리를 손으로 빗어 넘기며 그가 먼저 인사를 건네왔다. 환한 미소가 촛불 같다. 막 강의를 마치고 오는 길이라 했다.<br/><br/>“<span class='quot0'>연구실에선 신발을 벗고 지내요.</span>”<br/><br/>그는 문을 열고 들어서면서 구두를 벗었다. 그러고 보니 연구실 바닥에는 조그만 카펫 두 장이 깔려 있었다. 남쪽으로 창이 난 연구실은 아늑해 보였다. 양쪽 벽을 기대선 세 개의 대형 책장에는 낯선 영문 소설책이 빼곡했다. 책상 위에는 소설가 김영하 씨의 ‘너의 목소리가 들려’가 놓여 있었다. 지금 읽고 있는 책인 듯했다. 벽에 걸린 대형 액자에는 알듯 모를 듯한 흑백 그림이, 소파 옆에도 비슷한 그림의 액자가 하나 더 놓여 있었다.<br/><br/>“그림이 아니라 사진이에요. 콘크리트 벽에 비친 나무의 그림자랍니다. 사진을 찍는 친구가 선물로 줬어요.”<br/><br/>소파의 양쪽 끝에 앉아서야 명함을 건넸다. 언더우드국제대학 조교수 크리스 리. 명함 반대쪽에는 이은경이라는 한글 이름도 적혀 있었다. 나이는 묻지 말라고 했다. 독자들이 궁금해할 것이라 해도 “절대, 절대로 안 된다”며 표정까지 바꿨다. “<span class='quot0'>여자로서 늙어가는 모습을 보이고 싶지 않고, 나이에 따라 말이나 작품이 달리 평가된다</span>”는 것이 나이를 밝히지 않는 이유라 했다. 그 고집을 꺾을 자신이 없어 ‘한국을 떠날 때 몇 살이었느냐’고 과거의 나이를 물었다. 어릴 때 목사 아버지를 따라 미국으로 건너갔다는 그는 우리말이 유창했다.<br/><br/>“다섯 살 반쯤이오. 부모님은 다섯 살 때라고 했다가 또 어떤 때는 여섯 살 때라고 했어요. 우리 집은 모든 것이 불투명했어요. 나이뿐만 아니라 한국에서의 삶에 대한 얘기도 늘 달랐어요. 이민자들은 외국에 살면서 힘드니까 본인도 모르게 진짜 현실과 다른 현실을 만들어 내는 것 같아요. 현실에 맞게 과거를 조금씩 바꿔가기도 하고, 희망하는 미래를 현실인 것처럼 얘기할 때도 있어요.”<br/><br/>그의 대답이 ‘동문서답’인지 ‘우문현답’인지 잠시 헷갈렸다. ‘다섯 살’ 혹은 ‘여섯 살’이라고 대답하면 족할 질문에 그는 과거·현실·미래라는 단어를 동원하며 이민자의 삶을 설명했다. 순간 미국 출판사들이 인정한 유망 작가라는 사실이 떠올랐다. 두 번째 질문을 던졌다. 이번에도 ‘미국에서의 초기 생활은 어땠느냐’는 평범한 질문이었다. 아버지가 목사였으니 그리 어렵지 않게 미국생활에 적응할 수 있지 않았을까.<br/><br/>“샌프란시스코 인근의 작은 백인 마을에 정착했어요. 아버지는 장학금으로 대학을 다니는 가난한 고학생이었죠. 백인 전도사의 배려로 지하 단칸방에서 온 가족이 함께 지냈어요. 우리는 말하자면 미국사회 적응에 실패한 집안이었습니다. 아버지는 목사였지만 미국사회를 두려워했어요. 문제를 만나면 해결하지 않고 곧바로 다른 곳으로 옮기고 싶어했고, 그래서 한곳에 정착을 못하고 거의 3년마다 한 번씩 이사를 다녔죠. 그럴 때마다 저도 새로운 환경, 새로운 친구들을 만나야 하니 적응하기가 정말 힘들었어요.”<br/><br/>청산유수처럼 흘러가던 그의 말이 초기 미국생활에 관한 얘기로 접어들면서 중간중간 끊겼다. 아버지 얘기에선 더욱 그랬다. 두 딸이 미국사회의 개방적인 문화에 젖어들까봐, 행여 친구들과 어울리다 마약을 하지나 않을까 노심초사하는 아버지였단다. 당시 자식 가진 이민자들이 대부분 그랬던 모양이다. 그래서 부모·자식 간에 문화적 갈등도 심했다. “<span class='quot0'>아는 목사님의 두 아들이 자살했다</span>” “<span class='quot0'>부모를 때리는 아들도 있었다</span>” “<span class='quot0'>공식기관이 우리를 보호하기 위해 개입한 적도 있다</span>”는 그의 얘기에 이민가족의 모습이 그려졌다. 그는 “<span class='quot0'>아버지와 충돌했던 사건들은 너무 마음이 아파서 얘기하지 못하겠다</span>”며 말을 끊었다. 입술은 여전히 미소를 머금고 있었지만 커다란 눈망울은 젖어 있었다. 질문을 돌리려는데 그가 말을 이었다.<br/><br/>“미국에서 목사들은 대부분 가난합니다. 목사가 헌금을 가족을 위해 쓰면 손가락질을 받죠. 특히 이민사회에서 목사 월급의 절반은 다른 데로 갔어요. 우리는 건강보험료를 낼 수 없어서 병원에도 가 본 적이 없었습니다. 미국에서는 병원비가 비싸기 때문에 가족 중에 한 사람이라도 많이 아프게 되면 집안이 무너지게 됩니다. 나중에 그걸 피부로 느꼈죠.”<br/><br/>그의 말을 종합해 보면, 그의 집안은 한마디로 찢어지게 가난했다. 특히 아버지는 이재에 밝지 못했다. 가난한 집안에서 태어나 서울의 명문고와 사관학교를 졸업하고 장학금으로 유학길에 올랐다고 했다. 그도 “학자가 어울리는 사람”이라고 평했다. 집안에는 3000권 이상의 책이 있었다고 했다. 어머니는 유복한 집안에서 자랐지만 가난한 고학생을 만난 경우였다. 어머니도 미국사회 속에서 섬 같았던 한인교회를 거의 벗어나지 않았다.<br/><br/>“어머니도 책을 좋아했죠. 저도 책으로 영어를 먼저 배웠어요. 학교에 들어가기 전에 어머니가 글을 가르쳐 주었답니다. 입학했을 때 영어로 할 수 있는 말은 ‘선생님’과 ‘화장실’이 전부여서 친구들을 사귀는 데도 시간이 걸렸어요. 소통이 어려우니까 심심해서 책을 많이 읽었어요. 현실이 힘드니까 도피한 측면도 있었겠죠. 사실 도피는 긍정적인 의미도 있습니다. 현실은 주어지는 것이어서 어떤 면에서는 좁죠. 하지만 상상은 한계가 없잖아요. 교실에 있는 책을 다 읽고 고학년 반에 가서 책을 빌려볼 정도로 책을 좋아했어요.”<br/><br/>그에게 있어 책은 특별한 존재다. 행여 눈이 멀어 책을 읽을 수 없는 게 가장 큰 두려움일 정도다. 그는 “죽을 때까지 책을 읽고 쓰는 게 꿈”이라고 했다. 또 “책은 스승”이라고도 했다. 어머니를 통해 처음 글을 알게 된 후 책은 늘 그의 곁에 있었다. 하지만 그에게 책이라는 인생의 동반자를 선물한 어머니는 대학 2학년 때 세상을 일찍 떠났다.<br/><br/>“어머니는 젊고 예뻤어요. 흰머리도 하나 없었죠. 그런데 어느 날부턴가 시름시름 앓았는데 오랫동안 참고 지냈어요. 병원에서 신장암 판정을 받았고, 이미 암이 뼈까지 전이된 상태였죠. 우리 가족은 보험이 없으니까 아파도 병원에 갈 수 없었어요. 내가 의사 선생님 얼굴을 처음 본 게 대학 졸업하고 영국에 가서였죠.”<br/><br/>더 이상 질문을 던질 수가 없었다. 더 이상은 그의 아픈 과거를 건드리고 싶지는 않았다. 당초 ‘아메리칸 드림’을 들어보기 위해 한 인터뷰였다. 그럼에도 그의 입에서는 세상에 존재할 수 있는 모든 종류의 슬픔들이 꼬리를 물고 계속해서 달려 나왔다. 그의 인생 스토리는 언제쯤 비극에서 희극으로 바뀌는 것일까. 그런데 어머니가 돌아가시고, 이듬해 아버지도 따라 가셨다고 했다. 어머니가 아플 때부터 아버지는 망가지기 시작했고, 아내의 빈자리를 견디지 못했다고 했다. 자세한 얘기는 들을 필요가 없었다. 시를 좋아했던 그는 UCLA에서 영문학을 전공했다. 성적이 우수해 장학금으로 대학을 다녔다. 어머니가 돌아가신 뒤 대학 3학년을 마치고 영국 요크대로 유학을 떠났다.<br/><br/>“내 머릿속에서 미국은 비극과 얽혀 있어요. 미국을 사랑했지만 가족의 사연 때문에 어렵고 힘든 나라였죠. 엉켜 있는 뭔가를 회피할 수 있는 공간이 영국이었어요.”<br/><br/>선택은 옳았다. 적어도 그에게 있어 영국은 미국과는 완전히 달랐다. 무엇보다 사랑인 동시에 질곡이었던 가족이라는 울타리에서 벗어날 수 있었다. 한국 유학생들을 만나 한국말도 배웠고, 사랑하는 사람도 생겼다. 그길로 결혼했다면 지금쯤 영국에서 영국인으로 살고 있을 것이라 했다. 그는 “결혼을 결정할 땐 세 가지를 생각해야 한다”고 말했다. 우선 순위가 다를 수 있지만 대충 돈·외모·성격이 아닐까. 그런데 그가 제시한 기준은 사람·언어·국가였다. 결혼을 망설이던 즈음에 그는 한국으로 왔다. 한국 유학생들과 지내면서 한국에 대한 관심이 부쩍 생겼던 터였다.<br/><br/>“처음에는 잠깐만 머무를 생각이었어요. 그런데 막상 오니까 낯설면서도 편안했어요. 내 뿌리니까요. 그러다 박사학위를 할 게 아니라면 그냥 한국에서 지내야겠다는 생각이 들더군요. 결혼을 생각했던 영국 남자는 백인이고, 유럽을 사랑했고, 한국에 대해서는 아무것도 모르는 사람이었어요. 포기했죠.”<br/><br/>그는 한국문학번역원에서 한국 소설을 번역하고, 대학에서 영작문을 강의하면서 틈틈이 소설을 썼다. 하지만 전업 작가가 되겠다는 생각은 없었다. 한국에서 그가 주목한 사람은 탈북자였다. 탈북자 지원 단체에서 일하는 지인을 통해 그들을 알게 됐다고 했다. 한국인이면서도 한국사회에서 이방인이라는 동질감 때문이었을까, 그는 탈북자들의 삶에 푹 빠지게 됐다.<br/><br/>“탈북자의 존재를 알게 됐을 때부터 그들의 처지가 너무 안타까워서 관심을 갖게 됐어요. 너무나 큰 위험을 안고 탈출하는 그들의 얘기에 마음이 움직였죠. 가족을 잃게 된 사연이나 달리는 기차에서 뛰어내렸다는 얘기를 들으면서 그들을 돕고 싶었어요.”<br/><br/>실제 그는 10년 가까이 탈북자 지원활동을 해 왔다. 지난 2010년 1월 LA타임스에는 그가 중국에서 탈북자를 남한으로 데려와 돌봐주는 사연이 소개되기도 했다. 그는 틈틈이 이들의 얘기를 소재로 삼아 소설을 쓰기도 했다. 그러다 2010년 단편소설 한 편을 들고 찾아간 미국 캘리포니아에서 열린 북 콘퍼런스가 인생의 변곡점이 됐다. 콘퍼런스는 작가 지망생들이 습작을 발표하고 기성 작가들의 의견을 청취하는 자리였다. 여기서 그는 미국의 유명한 출판 에이전트 수전 골롬브의 눈에 띄었다. 골롬브를 통해 크리스 리의 습작을 접한 펭귄그룹, 랜덤하우스, 리틀브라운 등 미국의 내로라하는 대형 출판사 9곳이 그와 계약하기를 원했다. 그는 경매를 거쳐 최종 낙찰을 받은 펭귄그룹과 2권의 책을 내기로 계약했다. 이렇게 나온 단편집이 ‘떠도는 집(Drifting House)’이다. 9편의 단편소설을 묶은 소설집의 표제작도 두만강을 건너 중국으로 탈북하는 어린 삼남매에 관한 얘기다. 이 소설집은 ‘더 스토리 프라이즈’ ‘푸시카트 프라이즈’ 등 미국 내 문학상을 휩쓸게 된다. 그는 일약 세계적인 유망 작가로 떠올랐다. 그의 작품이 평가받는 이유가 뭔지 궁금했다.<br/><br/>“나만의 목소리, 나만의 언어라는 평가를 받았습니다. 본래 시를 써서 그런지 시적인 언어라는 평가도 있었고요. 소설에선 캐릭터와 스토리가 중요하지만 자기만의 목소리와 언어가 있어야 하죠. 저의 글은 화려하진 않지만 시구처럼 문장 하나하나를 다듬어 낭비하는 단어가 없답니다.”<br/><br/>그는 지난해 연세대 교수로 임용돼 가을학기부터 언더우드국제대학에서 영작문을 가르치고 있다. 그는 “학생들에게 여러 작품을 통해 폭력, 사랑, 고독, 여성, 동성, 죽음 등 다양한 소재를 가르쳐 주고 싶다”며 “모든 테마가 결국은 인간의 사랑”이라고 말했다.<br/><br/>지금도 그는 두 권의 책을 계약해 쓰고 있는 중이다. 이번에는 장편이다. 여기에도 탈북자가 등장한다. 내용에 대해서는 입을 닫았다. 다만 “탈북자를 희생자가 아닌 서바이버(생존자)로 보는 시선이 담긴다”고 귀띔했다. 그는 세 번째 책도 이미 구상 중이다. 이번에는 문학 판타지 장르란다. “<span class='quot0'>다른 세계, 다른 시간과 같은 물리학적인 측면도 있고, 미술이란 무엇인가 하는 물음도 있다</span>”고 설명했다.<br/><br/>“꿈이오? 죽을 때까지 동반자와 행복하게 사는 것? 아니 죽음 앞에서 무릎을 꿇었을 때 부끄럽지 않았으면 합니다. 실수할 수 있고 또 실수하면서 살지만, 사과하면서 살고 싶습니다.”<br/><br/>인생의 꿈이 뭐냐는 질문에 돌아온 그의 대답이다. 윤동주 시인의 ‘서시’가 생각났다. 인터뷰를 마치고 연구실 건물 옆에 있는 윤동주 시비를 찾았다. 혹독했던 긴 겨울을 이겨내고 이제 막 꽃망울을 터뜨린 한 여자의 인생이 ‘서시’ 앞에 섰다.<br/><br/>인터뷰=박영출 차장(사회부) even@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-697.txt

제목: ‘솜방망이처벌 관행’ 가장 먼저 손본다  
날짜: 20140424  
기자: 오남석  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140424100000141  
본문: 청와대와 정부가 여객선 진도 침몰 참사를 계기로 ‘국가 개조’ 수준의 적폐(積弊) 일소에 나서기로 한 가운데, 국민 안전과 관련한 민·관 등 각 부문의 책임성을 대폭 강화하는 게 핵심 기조가 될 것으로 24일 전해졌다.(문화일보 4월23일자 1·2면 참조) <br/><br/>청와대는 특히 사고가 수습된 뒤에는 유야무야되곤 했던 기존의 잘못된 관행에서 탈피해 ▲민·관 결탁에 의한 부정부패 구조 개혁 ▲복지부동과 무사안일주의에 빠진 공직사회 일신 ▲솜방망이식 처벌 관행 척결 등을 골자로 한 ‘국가 개조 그랜드 플랜’을 힘 있게 밀어붙이겠다는 구상이다.<br/><br/>청와대 관계자는 이날 “<span class='quot0'>세월호 참사와 관련해 단계별 문제점과 책임 소재를 명확히 밝히고 지위고하를 막론하고 책임 있는 모든 사람들에게 끝까지 책임을 묻겠다는 대통령의 발언에 앞으로 정부가 해야 할 모든 것이 담겨 있다</span>”고 말했다. 이 관계자는 “<span class='quot1'>지금까지 드러난 문제점만 봐도 세월호 참사는 예고된 재난으로 봐야 한다</span>”며 “<span class='quot1'>아무 잘못 없는 국민들을 위협하는 이런 구조적인 적폐들을 끝까지 추적해 바로잡지 않고서는 이런 비극이 재발되는 것을 막기 어려울 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>무엇보다 원자력발전소 비리, 저축은행 부실대출 사태 등에서도 확인됐던 관료와 민간기업·협회 간의 유착을 철폐하는 방안도 다각도로 검토되고 있다. <br/><br/>이른바 해피아(해양수산부), 모피아(기획재정부) 등 ‘관피아(官pia·관료 천국)’로 불리는 ‘암적 결탁’ 구조야말로 부정부패를 낳고 국민안전을 위협하는 주요인이라는 판단에서다. 퇴직 관료의 관련 협회나 단체, 기업 취업 규정이 대폭 강화될 것으로 전망된다. <br/><br/>이와 관련, 유일호 새누리당 정책위의장은 이날 당 최고위원회의에서 “<span class='quot2'>끔찍한 대형 참사 뒤엔 부처 업계 협회의 유착이 있었다는 증거가 속속 드러나고 있다</span>”면서 “<span class='quot2'>구조적 문제를 총체적으로 점검하고 해결하는 개혁이 필요하며, 당 정책위 차원에서 제도 개선 과제를 점검하고 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>‘철밥통’으로 불리는 공무원 조직의 복지부동과 눈치보기 행정 역시 주요 개혁 대상이다. 일각에서는 사정당국이 이준석 세월호 선장에 대해 ‘부작위에 의한 살인’ 혐의를 적용하는 방안을 검토 중인 것과 마찬가지로 마땅히 해야 할 일을 해태한 공직자에 대해서도 강력한 제재 근거가 마련돼야 한다는 주장도 나오고 있다. 일하다 사고를 친 공무원은 징계를 받고 일을 안 한 공무원은 승진하는 구조는 혁파돼야 한다는 것이다. <br/><br/>전 사회적으로 안전불감증을 키운 요인으로 지목되는 솜방망이식 처벌 관행에 대한 개혁도 우선적으로 검토되는 것으로 전해졌다. 최근 5년간 3770건의 해양 사고가 발생해 사망 316명, 실종 326명 등 1266명의 인명피해가 났는데도 사고를 낸 업체에 대한 면허 취소 사례가 단 한 건도 없는 현실은 바로잡아야 한다는 것이다. 업체와 관련자에 대한 강력한 민·형사상 책임추궁도 포함된다.<br/><br/>오남석 기자 greentea@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-698.txt

제목: <힐링푸드>부종, 신장기능 저하·심장질환·당뇨… 노폐물 배출·혈액공급 등 문제  
날짜: 20140423  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140423100000174  
본문: 자고 일어나면 심하게 얼굴이 붓거나, 발이 부어 신발이 잘 맞지 않는 등 부종을 경험하는 사람들이 많이 있다. 부종은 우리 몸의 림프관을 통해 수분과 영양분, 노폐물이 운반되는 과정에 문제가 생기면서 나타나는 증상이다. <br/><br/>몸은 전체의 60% 정도가 수분으로 세포 속에 약 60%, 나머지는 세포 밖에 있다. 세포 밖 수분 중 25%는 혈액이고 나머지는 세포 사이의 간질액으로 존재한다. 간질액은 세포로 수분, 영양분, 노폐물을 운반하는 역할을 하며, 림프관을 통해 흐름이 이뤄진다. 하지만 이 흐름이 막히거나 원활하지 않으면 부종을 유발하게 된다. 흔히 찌개류나 라면 등과 같이 짠 음식을 먹고 난 후 아침에 일어나면 얼굴이 부어 있는 경우를 쉽게 볼 수 있다. 짠 음식을 자주 먹으면 염분과 함께 체내에 수분이 쌓여 몸이 붓게 되는 것이다. <br/><br/>음식 외에도 여러 가지 질병에 의해 부종이 발생한다. 우선 붓는 부위에 따라 각기 다른 질환을 의심할 수 있다. 얼굴 및 팔다리가 함께 부으면 신장질환, 심장에서 먼 다리 부위에 부기가 나타나면 심장질환에 의한 것일 수 있다. <br/><br/>신장 기능 저하로 인한 부종은 다량의 단백질이 소변으로 배출되면서 혈중 단백질 농도가 떨어지는 것과 관련이 있다. 이렇게 되면 체내 삼투압 농도가 저하되면서 부종이 발생한다. 삼투압 농도가 낮아지면 얼굴, 팔 등의 부위에 부기가 나타난다. 다시 말해 혈관 속에 수분을 머물러 있게 하는 힘이 약해져 수분이 혈관 밖으로 빠져나가서 비롯되는 현상이다. 이런 형태의 부종을 일으키는 질환은 신장질환 외에도 암, 빈혈, 당뇨병, 백혈병 등 다양하다. <br/><br/>또 심장 기능이 떨어지면 전신에 혈액을 공급하는 것이 원활하지 못하게 된다. 이때 혈관 밖으로 나갔던 혈액을 정맥이 끌어당겨 다시 내보내지 못하고 모세혈관 속 수분이 세포와 세포 사이로 흐르면 몸이 붓게 되는 것이다. 심장질환이 있는 경우에는 심장에서 먼 쪽부터 부종이 시작되는데 주로 다리 부위에 부종이 발생한다. 초기에는 대개 발과 발목 주위에만 부종이 나타나지만 심해지면 범위가 확장돼 종아리, 복부, 폐 등까지 부종이 보이며 호흡곤란도 동반된다.<br/><br/>특정 부위가 아닌 몸 전체에 부종이 발생하는 경우도 있다. 전신부종은 간질환, 갑상선 기능 저하 및 항진 등의 내분비질환 등에 의해 발생한다. <br/><br/>질병과 무관하게 부종이 나타나는 경우도 있다. 이때에는 평소 복용하고 있는 약이 주요 원인일 수 있다. 흔히 복용하는 감기약 중 비스테로이드성 진통제가 포함되어 있는 경우에도 부종을 야기할 수 있으며, 항우울제, 고혈압약, 부신피질호르몬제 등에 의해서도 부종이 발생한다. 아침엔 얼굴과 손등이 붓고, 저녁엔 하지에 부종이 생기기도 한다.<br/><br/>정훈 서울특별시 북부병원 부종클리닉 과장은 “질병이 원인이 아닌 부종은 안정을 취하고 다리를 높이고 쉬면 호전되는 경우가 많다. 또한 저염식을 섭취하고 잠들기 3∼4시간 전에는 음식 섭취를 제한하는 것도 도움이 된다. 하지만 원인이 불분명할 경우 전문의와의 상담을 통해 신장이나 심장질환 등 질병에 의한 부종이 아닌지 확인하고 필요시에는 적절한 약물요법을 병행하는 것이 중요하다”고 말했다.<br/><br/>부종은 체내 수분이 저류된 상태이기 때문에 소변 배출을 늘려 증상을 완화하기 위해 이뇨제를 사용한다. 하지만 이뇨제를 장기간 사용하게 되면 전해질 대사에 문제가 생길 수 있기 때문에 반드시 전문의와 상담을 통해 필요한 경우에만 약물을 사용해야 한다.<br/><br/>이와 함께 염분(하루 5g 이하)과 탄수화물(하루 90g 이하)을 적게 섭취하고, 낮 동안에도 자주 안정과 휴식을 취하며 다리를 높게 올리고 있는 것이 좋다. 다리 전체를 감싸고 조이는 탄력스타킹을 낮에 착용하는 것도 방법이다. <br/><br/>부종은 일상생활 속에서 조금만 관심을 기울이면 쉽게 자각할 수 있다. ▲평소 자주 신던 신발이 작아진 것 같은 느낌이 든다 ▲부은 부위를 손가락으로 누르면 쑥 들어갈 정도로 붓는다 ▲오래 앉아 있거나 서있으면 다리가 쉽게 붓는다 ▲유난히 물을 자주 마신다 ▲밤이 되면 반지가 손가락에서 잘 빠지지 않는다. 위 내용 중 2가지 이상 해당된다면 병원을 찾아가는 것이 바람직하다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-699.txt

제목: <힐링푸드>부종, 신장기능 저하·심장질환·당뇨… 노폐물 배출·혈액공급 등 문제  
날짜: 20140423  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140423100000206  
본문: 자고 일어나면 심하게 얼굴이 붓거나, 발이 부어 신발이 잘 맞지 않는 등 부종을 경험하는 사람들이 많이 있다. 부종은 우리 몸의 림프관을 통해 수분과 영양분, 노폐물이 운반되는 과정에 문제가 생기면서 나타나는 증상이다. <br/><br/>몸은 전체의 60% 정도가 수분으로 세포 속에 약 60%, 나머지는 세포 밖에 있다. 세포 밖 수분 중 25%는 혈액이고 나머지는 세포 사이의 간질액으로 존재한다. 간질액은 세포로 수분, 영양분, 노폐물을 운반하는 역할을 하며, 림프관을 통해 흐름이 이뤄진다. 하지만 이 흐름이 막히거나 원활하지 않으면 부종을 유발하게 된다. 흔히 찌개류나 라면 등과 같이 짠 음식을 먹고 난 후 아침에 일어나면 얼굴이 부어 있는 경우를 쉽게 볼 수 있다. 짠 음식을 자주 먹으면 염분과 함께 체내에 수분이 쌓여 몸이 붓게 되는 것이다. <br/><br/>음식 외에도 여러 가지 질병에 의해 부종이 발생한다. 우선 붓는 부위에 따라 각기 다른 질환을 의심할 수 있다. 얼굴 및 팔다리가 함께 부으면 신장질환, 심장에서 먼 다리 부위에 부기가 나타나면 심장질환에 의한 것일 수 있다. <br/><br/>신장 기능 저하로 인한 부종은 다량의 단백질이 소변으로 배출되면서 혈중 단백질 농도가 떨어지는 것과 관련이 있다. 이렇게 되면 체내 삼투압 농도가 저하되면서 부종이 발생한다. 삼투압 농도가 낮아지면 얼굴, 팔 등의 부위에 부기가 나타난다. 다시 말해 혈관 속에 수분을 머물러 있게 하는 힘이 약해져 수분이 혈관 밖으로 빠져나가서 비롯되는 현상이다. 이런 형태의 부종을 일으키는 질환은 신장질환 외에도 암, 빈혈, 당뇨병, 백혈병 등 다양하다. <br/><br/>또 심장 기능이 떨어지면 전신에 혈액을 공급하는 것이 원활하지 못하게 된다. 이때 혈관 밖으로 나갔던 혈액을 정맥이 끌어당겨 다시 내보내지 못하고 모세혈관 속 수분이 세포와 세포 사이로 흐르면 몸이 붓게 되는 것이다. 심장질환이 있는 경우에는 심장에서 먼 쪽부터 부종이 시작되는데 주로 다리 부위에 부종이 발생한다. 초기에는 대개 발과 발목 주위에만 부종이 나타나지만 심해지면 범위가 확장돼 종아리, 복부, 폐 등까지 부종이 보이며 호흡곤란도 동반된다.<br/><br/>특정 부위가 아닌 몸 전체에 부종이 발생하는 경우도 있다. 전신부종은 간질환, 갑상선 기능 저하 및 항진 등의 내분비질환 등에 의해 발생한다. <br/><br/>질병과 무관하게 부종이 나타나는 경우도 있다. 이때에는 평소 복용하고 있는 약이 주요 원인일 수 있다. 흔히 복용하는 감기약 중 비스테로이드성 진통제가 포함되어 있는 경우에도 부종을 야기할 수 있으며, 항우울제, 고혈압약, 부신피질호르몬제 등에 의해서도 부종이 발생한다. 아침엔 얼굴과 손등이 붓고, 저녁엔 하지에 부종이 생기기도 한다.<br/><br/>정훈 서울특별시 북부병원 부종클리닉 과장은 “질병이 원인이 아닌 부종은 안정을 취하고 다리를 높이고 쉬면 호전되는 경우가 많다. 또한 저염식을 섭취하고 잠들기 3∼4시간 전에는 음식 섭취를 제한하는 것도 도움이 된다. 하지만 원인이 불분명할 경우 전문의와의 상담을 통해 신장이나 심장질환 등 질병에 의한 부종이 아닌지 확인하고 필요시에는 적절한 약물요법을 병행하는 것이 중요하다”고 말했다.<br/><br/>부종은 체내 수분이 저류된 상태이기 때문에 소변 배출을 늘려 증상을 완화하기 위해 이뇨제를 사용한다. 하지만 이뇨제를 장기간 사용하게 되면 전해질 대사에 문제가 생길 수 있기 때문에 반드시 전문의와 상담을 통해 필요한 경우에만 약물을 사용해야 한다.<br/><br/>이와 함께 염분(하루 5g 이하)과 탄수화물(하루 90g 이하)을 적게 섭취하고, 낮 동안에도 자주 안정과 휴식을 취하며 다리를 높게 올리고 있는 것이 좋다. 다리 전체를 감싸고 조이는 탄력스타킹을 낮에 착용하는 것도 방법이다. <br/><br/>부종은 일상생활 속에서 조금만 관심을 기울이면 쉽게 자각할 수 있다. ▲평소 자주 신던 신발이 작아진 것 같은 느낌이 든다 ▲부은 부위를 손가락으로 누르면 쑥 들어갈 정도로 붓는다 ▲오래 앉아 있거나 서있으면 다리가 쉽게 붓는다 ▲유난히 물을 자주 마신다 ▲밤이 되면 반지가 손가락에서 잘 빠지지 않는다. 위 내용 중 2가지 이상 해당된다면 병원을 찾아가는 것이 바람직하다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-700.txt

제목: 현빈, 섬세한 연기·화려한 액션 볼만… 몰입감은 부족  
날짜: 20140423  
기자: 김구철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140423100000141  
본문: 배우 현빈(왼쪽 사진)의 첫 사극 연기는 합격점을 줄 만하다. 그는 군 제대 후 복귀작으로 선택한 영화 ‘역린’에서 외로움과 두려움, 분노 등 다양한 감정 연기를 완벽하게 소화해냈다. 또 역동적인 승마장면과 활과 검을 이용한 액션장면 등을 매력적으로 펼쳐내며 팬들에게 자신의 건재를 알렸다. 하지만 영화는 다양한 이야기를 설명하며 과거 회상장면을 과도하게 넣어 몰입감을 떨어뜨린다. 한마디로 ‘선택과 집중’에 대한 아쉬움이 남는다. <br/><br/>이 영화는 조선시대 정조 즉위 1년인 1777년 7월 28일에 벌어진 정유역변을 모티프로 삼았다. 정유역변은 이날 정조의 서고이자 침전인 존현각에 자객이 침투했다는 사실이 알려진 후 정조가 이에 연루된 모든 사람들을 벌한 사건이다. 영화는 영조가 정순왕후와 노론의 입김으로 아들 사도세자를 뒤주에 가둬 죽게 한 후 왕이 된 정조가 할머니 정순왕후와 노론의 암살 위협 속에서 굳건히 왕위를 지켜낸다는 설정으로 전개된다. 정조와 정순왕후 외에도 혜경궁 홍씨, 홍국영 등 실존인물들을 등장시켜 사실감을 더한 이 영화는 고아를 모아 살수로 키워내는 비밀 살막의 가슴 아픈 이야기를 풀어내며 극의 재미를 배가시켰다. <br/><br/>암살 위협에 시달리며 몰래 몸을 단련시키는 정조(현빈)는 자신이 가장 신임하는 신하 상책(정재영)과 근위영 대장 홍국영(박성웅)의 호위를 받으며 아침 문안인사를 위해 대왕대비전으로 향한다. 노론의 수장인 정순왕후(한지민)는 이 자리에서 정조에게 심한 모욕감을 주고, 정조는 분노에 치를 떤다. 정조의 어머니 혜경궁 홍씨(김성령)는 아들을 찾아와 “지난밤 꿈자리가 흉하다”며 정조의 안위를 걱정한다. 그 사이 정조를 암살하려는 노론의 음모가 진행된다. <br/><br/>영화는 시간의 흐름을 자막으로 보여주며 하루 동안 일어난 사건을 긴박하게 풀어낸다. 하지만 사이사이 이런저런 설명과 많은 등장인물들의 과거사를 보여주느라 속도감을 제대로 살리지 못했다. 또 초반부터 정조의 감정 변화와 살수들의 숨은 사연 등 이야기의 중심이 되는 두 축을 깊이 있게 펼쳐내지 못하다 후반부에 급하게 힘을 싣다보니 감동의 폭이 줄어든다.<br/><br/>영화의 만듦새는 아쉽지만 배우들의 개성있는 연기가 튼튼한 기둥 역할을 한다. 현빈이 보여준 정조는 지금까지 여러 영화와 드라마에서 나왔던 정조 캐릭터와 차별화된다. 그는 왕으로서의 묵직한 존재감을 내뿜으면서도 섬세한 감수성을 지닌 정조를 자신만의 색깔로 표현해냈다. 현빈의 팬이라면 영화 첫 장면에 화면 가득 나오는 그의 단단한 근육질 몸매를 보고 숨이 멎는 듯한 충격을 받을 것으로 예상된다. 비밀을 간직한 캐릭터인 상책을 연기한 정재영(오른쪽)은 교과서적인 열연으로 극의 분위기를 한껏 돋운다. 상책과 애틋한 인연으로 맺어진 살수 역의 조정석도 깊은 내면 연기로 영화에 힘을 더했다. 또 살막 주인 광백 역의 조재현은 무자비한 캐릭터에 특유의 독특한 분위기를 입혀 입체적인 느낌을 전한다. 이밖에 한지민, 김성령, 정은채(세답방 나인 월혜) 등 여성 연기자들도 각자의 캐릭터에 적절한 옷을 입혀 영화의 맛을 살려준다. 이 영화는 ‘다모’ ‘베토벤 바이러스’ 등의 드라마를 연출한 이재규 감독의 스크린 데뷔작이다. <br/><br/>한편, 이 영화의 개봉에 맞춰 동명의 소설이 출간됐다. 이 영화의 각본을 맡은 최성현 작가가 쓴 소설 ‘역린’(황금가지)에는 영화의 이야기가 시작되기 전 배경이 세세하게 담겨 있다. 30일 개봉. 15세 이상 관람가. <br/><br/>김구철 기자 kckim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-701.txt

제목: “좌절 딛고 살아가는 모습 자체가 누군가엔 희망”  
날짜: 20140422  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140422100000167  
본문: “언제나 소설을 쓰고 싶었는데, 생활수기 공모 소식을 들으면서 딸들에게 제 이야기를 들려주고 싶었습니다. 그 글에 담긴 순간들을 떠올리면서 정말 힘들었어요. 3시간이면 쓸 수 있는 이야기를 보름에 걸쳐 썼습니다.”<br/><br/>샘터사 공모 샘터상 제35회 생활수기 부문에 당선돼 21일 상을 받은 천인자(53·여) 씨의 수상소감이다. 조울증으로 자살을 시도했고, 이혼 후 극심한 생활고에 시달리기도 했던 그가 시련을 딛고 당당하게 홀로서기에 성공했다.<br/><br/>그의 삶은 고통의 연속이었다. 한때 의대생이었던 천 씨는 조울증 때문에 학업을 포기해야 했다. 신혼여행 첫날밤에는 남편의 폭력으로 얼굴에 피멍이 들었다. 오래 지속된 남편의 외도로 결국 이혼한 천 씨는 그 뒤 식당 서빙, 애견마트 청소일 등을 하면서 두 딸을 키웠다. 고통스러운 시간의 보상인지, 첫딸은 사관학교를 나와 장교가 됐다. 둘째딸도 대학 3년내내 성적장학금으로 학비를 면제받는 등 두 딸은 씩씩하게 성장했다. <br/><br/>이날 서울 대학로 샘터파랑새극장에서 열린 시상식에서 김성구 샘터사 대표는 “<span class='quot0'>세월호 침몰 사고 이후 희망도 절망도 모두 잊어버린 우리의 마음과 몸은 풀 한 포기 나오지 못하는 딱딱한 콘크리트가 돼 버린 것 같다</span>”며 “<span class='quot0'>(생활 수기공모의 당선자들처럼) 아무리 고생스럽고 죽을 만큼 힘들어도 한 가닥 잡초처럼 굳세고 용기 있게 살아가는 것, 그 살아가는 모습 자체가 누군가에게는 희망이 될 수 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>우연히 그린 그림 한 점으로 알코올중독 치료를 시작한 회사원, 희귀병으로 투병하는 자신의 모습을 사진으로 남기며 삶을 포기하지 않는 암 환자의 수기가 생활수기 부문 가작으로 뽑혔다.<br/><br/>이날 월간 샘터의 독자들이 익명으로 기부하는 ‘샘물통장’ 성금 561만 원을 ‘샘물상’과 함께 전달하는 시간도 가졌다. 올해 ‘샘물상’은 과일 장사를 하면서 소외된 어린이들에게 농구를 가르치는 천수길(55) 씨에게 돌아갔다. 농구감독인 천 씨는 보육원 어린이들로 구성된 ‘드림팀’, 다문화 가정 아이들로 구성된 ‘글로벌 프렌즈’, 장애 아동으로 구성된 ‘좋은 친구들’ 등 세 농구팀을 가르치고 있다.<br/><br/> 최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-702.txt

제목: “좌절 딛고 살아가는 모습 자체가 누군가엔 희망”  
날짜: 20140422  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140422100000071  
본문: “언제나 소설을 쓰고 싶었는데, 생활수기 공모 소식을 들으면서 딸들에게 제 이야기를 들려주고 싶었습니다. 그 글에 담긴 순간들을 떠올리면서 정말 힘들었어요. 3시간이면 쓸 수 있는 이야기를 보름에 걸쳐 썼습니다.”<br/><br/>샘터사 공모 샘터상 제35회 생활수기 부문에 당선돼 21일 상을 받은 천인자(53·여) 씨의 수상소감이다. 조울증으로 자살을 시도했고, 이혼 후 극심한 생활고에 시달리기도 했던 그가 시련을 딛고 당당하게 홀로서기에 성공했다.<br/><br/>그의 삶은 고통의 연속이었다. 한때 의대생이었던 천 씨는 조울증 때문에 학업을 포기해야 했다. 신혼여행 첫날밤에는 남편의 폭력으로 얼굴에 피멍이 들었다. 오래 지속된 남편의 외도로 결국 이혼한 천 씨는 그 뒤 식당 서빙, 애견마트 청소일 등을 하면서 두 딸을 키웠다. 고통스러운 시간의 보상인지, 첫딸은 사관학교를 나와 장교가 됐다. 둘째딸도 대학 3년내내 성적장학금으로 학비를 면제받는 등 두 딸은 씩씩하게 성장했다. <br/><br/>이날 서울 대학로 샘터파랑새극장에서 열린 시상식에서 김성구 샘터사 대표는 “<span class='quot0'>세월호 침몰 사고 이후 희망도 절망도 모두 잊어버린 우리의 마음과 몸은 풀 한 포기 나오지 못하는 딱딱한 콘크리트가 돼 버린 것 같다</span>”며 “<span class='quot0'>(생활 수기공모의 당선자들처럼) 아무리 고생스럽고 죽을 만큼 힘들어도 한 가닥 잡초처럼 굳세고 용기 있게 살아가는 것, 그 살아가는 모습 자체가 누군가에게는 희망이 될 수 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>우연히 그린 그림 한 점으로 알코올중독 치료를 시작한 회사원, 희귀병으로 투병하는 자신의 모습을 사진으로 남기며 삶을 포기하지 않는 암 환자의 수기가 생활수기 부문 가작으로 뽑혔다.<br/><br/>이날 월간 샘터의 독자들이 익명으로 기부하는 ‘샘물통장’ 성금 561만 원을 ‘샘물상’과 함께 전달하는 시간도 가졌다. 올해 ‘샘물상’은 과일 장사를 하면서 소외된 어린이들에게 농구를 가르치는 천수길(55) 씨에게 돌아갔다. 농구감독인 천 씨는 보육원 어린이들로 구성된 ‘드림팀’, 다문화 가정 아이들로 구성된 ‘글로벌 프렌즈’, 장애 아동으로 구성된 ‘좋은 친구들’ 등 세 농구팀을 가르치고 있다.<br/><br/> 최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-703.txt

제목: 과학이야기로 풀어낸 타율·학생들 隱語  
날짜: 20140418  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140418100000173  
본문: 힘내라 브론토사우루스 / 스티븐 제이 굴드 지음, 김동광 옮김 / 현암사<br/><br/>“자화자찬이라는 비난을 받을 가능성을 감수하면서, 나는 이 책이 앞서 출간한 나의 저서 중에서 가장 뛰어나다는 건방진 주장을 하고자 한다. 이 책은 6년 동안 쓴 60편 중에서 최고 또는 가장 일관된 35편을 추려낸 것이다.”<br/><br/>고생물학자이자 진화생물학자인 스티븐 제이 굴드(1941∼2002)는 책의 서문에 이렇게 밝힌다. 저자가 자신의 저작 중 가장 뛰어나다니 ‘게임 끝’이다. <br/><br/>“진화는 진보가 아니다”며 “<span class='quot0'>생명의 역사에서 우연의 중요성</span>”을 역설해온 굴드는 과학 대중화 운동도 적극적으로 벌였다. 그는 과학은 사회로부터 분리된 절대적이고 균일한 것이 아니라 사회적 역사적 맥락 속에서 이해해야 한다고 주장했다. 그가 1997년부터 2002년 세상을 떠나기 직전까지 매달 미국 자연사박물관의 월간지 ‘내추럴 히스토리’에 다양한 주제에 대한 글을 연재한 것도 이 같은 맥락에서였다. 책은 굴드의 이들 에세이를 엮은 것인데 이번에 출간된 것이 ‘굴드의 자연학 에세이 선집’의 세 번째 권이다. <br/><br/>이 같은 평소 견해를 반영하듯 에세이집에 실린 주제는 너무 다양하다. 그의 전공인 과학과 과학사는 물론, 그 경계를 넘어 철학, 신학, 종교, 야구, 미술, 소설, 광고, 영화, 그림형제의 동화, 타자기의 설계, 음식, 학생들의 은어, 심지어 자신의 병까지 온갖 이야기를 풀어낸다. 하지만 이 다양한 이야기들이 그저 다양한 주제를 다룬 재미있는 에세이가 아니라 대부분 ‘진화적 변화’라는 굴드의 과학적 관심, 진화가 점진적이지 않고 갑작스럽게 일어날 수 있다는 ‘단속평형설’을 증명하는 예시로 선택됐다는 점에서 다시 한번 놀라게 된다. <br/><br/>예를 들어 고등학교 합창단의 30회 동창회에서 받은 향수에 대한 감미로운 추억으로부터 우수함의 본성을 고찰하고, 조 디마지오의 타격 경향에서는 확률과 패턴에 대한 연구를 펼친다. 또 야구의 기원을 추적하는 글들은 모든 제도의 기원에 대한 이야기로 풀려나가다 결국 창조론 대 진화론의 주제를 탐색하는 것으로 이어진다. 자신이 암과 벌이는 ‘한 판 승부’에 대한 에세이도 단순한 개인적 소회가 아니라, 인구 집단에서 나타나는 변이의 성격에 대한 일반적인 통계적 주장을 풀어놓는 자리가 된다. 책을 읽다 보면, ‘굴드가 왜 과학 글쓰기의 스탠 뮤지얼(메이저리그의 전설이었던 최고의 야구선수)’로 꼽히는지 알게 된다.<br/><br/>최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-704.txt

제목: 과학이야기로 풀어낸 타율·학생들 隱語  
날짜: 20140418  
기자: 최현미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140418100000187  
본문: 힘내라 브론토사우루스 / 스티븐 제이 굴드 지음, 김동광 옮김 / 현암사<br/><br/>“자화자찬이라는 비난을 받을 가능성을 감수하면서, 나는 이 책이 앞서 출간한 나의 저서 중에서 가장 뛰어나다는 건방진 주장을 하고자 한다. 이 책은 6년 동안 쓴 60편 중에서 최고 또는 가장 일관된 35편을 추려낸 것이다.”<br/><br/>고생물학자이자 진화생물학자인 스티븐 제이 굴드(1941∼2002)는 책의 서문에 이렇게 밝힌다. 저자가 자신의 저작 중 가장 뛰어나다니 ‘게임 끝’이다. <br/><br/>“진화는 진보가 아니다”며 “<span class='quot0'>생명의 역사에서 우연의 중요성</span>”을 역설해온 굴드는 과학 대중화 운동도 적극적으로 벌였다. 그는 과학은 사회로부터 분리된 절대적이고 균일한 것이 아니라 사회적 역사적 맥락 속에서 이해해야 한다고 주장했다. 그가 1997년부터 2002년 세상을 떠나기 직전까지 매달 미국 자연사박물관의 월간지 ‘내추럴 히스토리’에 다양한 주제에 대한 글을 연재한 것도 이 같은 맥락에서였다. 책은 굴드의 이들 에세이를 엮은 것인데 이번에 출간된 것이 ‘굴드의 자연학 에세이 선집’의 세 번째 권이다. <br/><br/>이 같은 평소 견해를 반영하듯 에세이집에 실린 주제는 너무 다양하다. 그의 전공인 과학과 과학사는 물론, 그 경계를 넘어 철학, 신학, 종교, 야구, 미술, 소설, 광고, 영화, 그림형제의 동화, 타자기의 설계, 음식, 학생들의 은어, 심지어 자신의 병까지 온갖 이야기를 풀어낸다. 하지만 이 다양한 이야기들이 그저 다양한 주제를 다룬 재미있는 에세이가 아니라 대부분 ‘진화적 변화’라는 굴드의 과학적 관심, 진화가 점진적이지 않고 갑작스럽게 일어날 수 있다는 ‘단속평형설’을 증명하는 예시로 선택됐다는 점에서 다시 한번 놀라게 된다. <br/><br/>예를 들어 고등학교 합창단의 30회 동창회에서 받은 향수에 대한 감미로운 추억으로부터 우수함의 본성을 고찰하고, 조 디마지오의 타격 경향에서는 확률과 패턴에 대한 연구를 펼친다. 또 야구의 기원을 추적하는 글들은 모든 제도의 기원에 대한 이야기로 풀려나가다 결국 창조론 대 진화론의 주제를 탐색하는 것으로 이어진다. 자신이 암과 벌이는 ‘한 판 승부’에 대한 에세이도 단순한 개인적 소회가 아니라, 인구 집단에서 나타나는 변이의 성격에 대한 일반적인 통계적 주장을 풀어놓는 자리가 된다. 책을 읽다 보면, ‘굴드가 왜 과학 글쓰기의 스탠 뮤지얼(메이저리그의 전설이었던 최고의 야구선수)’로 꼽히는지 알게 된다.<br/><br/>최현미 기자 chm@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-705.txt

제목: “우리 농산물로 차린 韓食 비만예방 효과”  
날짜: 20140418  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140418100000057  
본문: ‘함께해요 바른 식생활, 누려가요 건강백세!’<br/><br/>16일 오전 서울 중구 남산골 한옥마을 천우각 광장. 농림축산식품부와 농협중앙회가 주관하는 ‘바른 밥상, 밝은 100세’ 캠페인 발대식에는 이른 아침부터 모여든 200여 명의 시민들이 힘찬 구호를 외치고 있었다.<br/><br/>이날 행사에 모인 이들은 농협의 ‘식사랑농사랑운동추진위원회’ ‘식생활교육국민네트워크’ 등 지자체 및 소비자단체 소속 주부에서부터 ‘동국대학교’ ‘수원농생명과학고등학교’ ‘서울수서초등학교’ 등에서 온 학생, 직장인, 노인 등 다양했다.<br/><br/>이들은 성별과 세대는 달랐지만 ‘건강한 먹거리’와 ‘올바른 식체험’이란 공통의 관심을 갖고 있었다. 이날 행사에는 이동필 농식품부 장관, 윤명희(새누리당)·김춘진(새정치민주연합) 국회의원, 김태영 농협중앙회 부회장 등도 함께했다.<br/><br/>캠페인 발대식은 ‘함께해요 바른 식생활, 누려가요 건강백세’ 대표 슬로건 제창으로 시작됐다. 이 슬로건은 농식품부가 지난해 11월부터 올해 1월까지 전 국민을 대상으로 진행한 ‘소비·식생활 캠페인 공모전’에서 슬로건 부문 대상을 받은 작품이다. 농식품부에 따르면 슬로건과 캠페인 노래 가사 등 2개 부문에 총 7203명이 응모, 국민들의 뜨거운 관심을 확인할 수 있었다.<br/><br/>슬로건 제창에 이어 농식품부와 농협이 선정한 9명의 세대별 국민대표들이 바른 식생활에 대한 실천사항을 만들어 발표하는 ‘내가 생각하는 바른 식생활 발언대’ 행사도 진행했다.<br/><br/>김민선 경기 안양시 협신어린이집 교사는 “<span class='quot0'>어린이집 내에 직접 텃밭을 가꾼다</span>”면서 “<span class='quot0'>아이들 점심은 제철 농산물과 친환경 농산물을 사용해 5대 영양소를 맞춰 준비한다</span>”고 말해 사람들의 박수갈채를 받았다.<br/><br/>오지수 수원농생명과학고 식품생명화학과 학생은 “<span class='quot1'>아침밥을 꼭 먹고 다니는데, 집중력도 좋아지고 공부도 잘 되는 것 같다</span>”면서 “<span class='quot1'>학교에서 식품 가공이나 식품 관리 방법 등에 대한 다양한 실무 능력을 배우며 먹거리에 대한 관심이 더 많아졌다</span>”고 당차게 말했다.<br/><br/>김종광(식품산업관리학) 동국대 학생은 “<span class='quot2'>대학생들이 바쁘다는 이유로 패스트푸드 같은 서구화된 식습관에 물들어 있어 아쉽다</span>”면서 “<span class='quot2'>학교 축제 때 삼시 세 끼 먹기, 쌀 음식 먹기 운동 등을 전개할 예정이다</span>”고 말해 이목을 끌었다.<br/><br/>이날 참석자들의 뜨거운 관심 속에 진행된 ‘바른 밥상, 밝은 100세’ 캠페인은 농식품부가 잘못된 식생활로 건강을 잃어가는 국민들이 우리 농산물 중심의 바른 식생활로 100세까지 건강을 유지하도록 하자는 취지에서 기획됐다.<br/><br/>밥 중심의 한식 식사가 비만 예방과 건강 증진에 효과가 있고, 채소와 과일에 암을 예방하는 성분이 있어 식습관이 중요하다는 사례는 이미 많은 연구 결과로 나와 있다. 서양에서는 최근 밥 중심의 동양식 식단에 관심을 보이는 추세지만 정작 한국인들은 서구식 입맛으로 빠르게 전환했다. 잘못된 식습관으로 각종 암·성인병 발병도 날로 심각해지는 상황이다. 2011년 한국보건산업진흥보서에 따르면, 한국인 한 명이 한평생 쓰는 의료비는 남성 1억177만 원, 여성 1억2332만 원이라고 집계됐다.<br/><br/>농식품부는 더 늦기 전에 전세대를 아우르며 실천할 수 있는 ‘바른 밥상, 밝은 100세’ 캠페인으로 국민들의 참여를 유도, 바른 식습관으로 건강한 100세 시대를 만들고자 한 것이다.<br/><br/>농식품부는 캠페인의 구체적인 방안으로 ▲텃밭 가꾸기 ▲채소·과일 균형섭취 ▲음식물 쓰레기 줄이기 ▲아침밥 먹기 ▲축산물 저지방부위 소비촉진 등 전세대가 실천할 수 있는 항목들을 마련해 국민들의 참여를 유도해 나간다는 방침이다.<br/><br/>농협의 경우 지난 2011년부터 ‘식(食)사랑 농(農)사랑’ 대국민 먹거리 운동을 해오고 있다. 농협의 식사랑 농사랑 운동은 ‘식’의 가치 재발견으로 국민 건강을 중시하고, ‘농’의 중요성 인식 제고로 우리 농산물 소비를 확대하는 것을 골자로 한다.<br/><br/>1965년 시작한 새농민 운동과 1989년 신토불이 운동, 2003년 농촌사랑운동 등이 산업화·개방화 시대에 농업의 중요성을 일깨우고 국민 식탁의 건강성을 회복하는 데 상당히 기여했다는 점에 착안, 식사랑 농사랑 운동이 농촌과 도시가 상생할 수 있는 새로운 밑바탕이 마련될 것으로 기대하고 있다.<br/><br/>농협은 우리 농산식품 소비를 적극 권장해 국민들의 건강한 먹거리와 건강을 챙기고, 농촌과의 동반 성장도 모색하고 있다. 농협은 농식품부의 ‘바른 밥상, 밝은 100세’ 캠페인을 식사랑 농사랑 운동의 일환으로 적극 활용·지원한다는 방침이다.<br/><br/> 박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-706.txt

제목: “우리 농산물로 차린 韓食 비만예방 효과”  
날짜: 20140418  
기자: 박정경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140418100000269  
본문: ‘함께해요 바른 식생활, 누려가요 건강백세!’<br/><br/><br/><br/>16일 오전 서울 중구 남산골 한옥마을 천우각 광장. 농림축산식품부와 농협중앙회가 주관하는 ‘바른 밥상, 밝은 100세’ 캠페인 발대식에는 이른 아침부터 모여든 200여 명의 시민들이 힘찬 구호를 외치고 있었다.<br/><br/><br/><br/>이날 행사에 모인 이들은 농협의 ‘식사랑농사랑운동추진위원회’ ‘식생활교육국민네트워크’ 등 지자체 및 소비자단체 소속 주부에서부터 ‘동국대학교’ ‘수원농생명과학고등학교’ ‘서울수서초등학교’ 등에서 온 학생, 직장인, 노인 등 다양했다.<br/><br/><br/><br/>이들은 성별과 세대는 달랐지만 ‘건강한 먹거리’와 ‘올바른 식체험’이란 공통의 관심을 갖고 있었다. 이날 행사에는 이동필 농식품부 장관, 윤명희(새누리당)·김춘진(새정치민주연합) 국회의원, 김태영 농협중앙회 부회장 등도 함께했다.<br/><br/><br/><br/>캠페인 발대식은 ‘함께해요 바른 식생활, 누려가요 건강백세’ 대표 슬로건 제창으로 시작됐다. 이 슬로건은 농식품부가 지난해 11월부터 올해 1월까지 전 국민을 대상으로 진행한 ‘소비·식생활 캠페인 공모전’에서 슬로건 부문 대상을 받은 작품이다. 농식품부에 따르면 슬로건과 캠페인 노래 가사 등 2개 부문에 총 7203명이 응모, 국민들의 뜨거운 관심을 확인할 수 있었다.<br/><br/><br/><br/>슬로건 제창에 이어 농식품부와 농협이 선정한 9명의 세대별 국민대표들이 바른 식생활에 대한 실천사항을 만들어 발표하는 ‘내가 생각하는 바른 식생활 발언대’ 행사도 진행했다.<br/><br/><br/><br/>김민선 경기 안양시 협신어린이집 교사는 “<span class='quot0'>어린이집 내에 직접 텃밭을 가꾼다</span>”면서 “<span class='quot0'>아이들 점심은 제철 농산물과 친환경 농산물을 사용해 5대 영양소를 맞춰 준비한다</span>”고 말해 사람들의 박수갈채를 받았다.<br/><br/><br/><br/>오지수 수원농생명과학고 식품생명화학과 학생은 “<span class='quot1'>아침밥을 꼭 먹고 다니는데, 집중력도 좋아지고 공부도 잘 되는 것 같다</span>”면서 “<span class='quot1'>학교에서 식품 가공이나 식품 관리 방법 등에 대한 다양한 실무 능력을 배우며 먹거리에 대한 관심이 더 많아졌다</span>”고 당차게 말했다.<br/><br/><br/><br/>김종광(식품산업관리학) 동국대 학생은 “<span class='quot2'>대학생들이 바쁘다는 이유로 패스트푸드 같은 서구화된 식습관에 물들어 있어 아쉽다</span>”면서 “<span class='quot2'>학교 축제 때 삼시 세 끼 먹기, 쌀 음식 먹기 운동 등을 전개할 예정이다</span>”고 말해 이목을 끌었다.<br/><br/><br/><br/>이날 참석자들의 뜨거운 관심 속에 진행된 ‘바른 밥상, 밝은 100세’ 캠페인은 농식품부가 잘못된 식생활로 건강을 잃어가는 국민들이 우리 농산물 중심의 바른 식생활로 100세까지 건강을 유지하도록 하자는 취지에서 기획됐다.<br/><br/><br/><br/>밥 중심의 한식 식사가 비만 예방과 건강 증진에 효과가 있고, 채소와 과일에 암을 예방하는 성분이 있어 식습관이 중요하다는 사례는 이미 많은 연구 결과로 나와 있다. 서양에서는 최근 밥 중심의 동양식 식단에 관심을 보이는 추세지만 정작 한국인들은 서구식 입맛으로 빠르게 전환했다. 잘못된 식습관으로 각종 암·성인병 발병도 날로 심각해지는 상황이다. 2011년 한국보건산업진흥보서에 따르면, 한국인 한 명이 한평생 쓰는 의료비는 남성 1억177만 원, 여성 1억2332만 원이라고 집계됐다.<br/><br/><br/><br/>농식품부는 더 늦기 전에 전세대를 아우르며 실천할 수 있는 ‘바른 밥상, 밝은 100세’ 캠페인으로 국민들의 참여를 유도, 바른 식습관으로 건강한 100세 시대를 만들고자 한 것이다.<br/><br/><br/><br/>농식품부는 캠페인의 구체적인 방안으로 ▲텃밭 가꾸기 ▲채소·과일 균형섭취 ▲음식물 쓰레기 줄이기 ▲아침밥 먹기 ▲축산물 저지방부위 소비촉진 등 전세대가 실천할 수 있는 항목들을 마련해 국민들의 참여를 유도해 나간다는 방침이다.<br/><br/><br/><br/>농협의 경우 지난 2011년부터 ‘식(食)사랑 농(農)사랑’ 대국민 먹거리 운동을 해오고 있다. 농협의 식사랑 농사랑 운동은 ‘식’의 가치 재발견으로 국민 건강을 중시하고, ‘농’의 중요성 인식 제고로 우리 농산물 소비를 확대하는 것을 골자로 한다.<br/><br/><br/><br/>1965년 시작한 새농민 운동과 1989년 신토불이 운동, 2003년 농촌사랑운동 등이 산업화·개방화 시대에 농업의 중요성을 일깨우고 국민 식탁의 건강성을 회복하는 데 상당히 기여했다는 점에 착안, 식사랑 농사랑 운동이 농촌과 도시가 상생할 수 있는 새로운 밑바탕이 마련될 것으로 기대하고 있다.<br/><br/><br/><br/>농협은 우리 농산식품 소비를 적극 권장해 국민들의 건강한 먹거리와 건강을 챙기고, 농촌과의 동반 성장도 모색하고 있다. 농협은 농식품부의 ‘바른 밥상, 밝은 100세’ 캠페인을 식사랑 농사랑 운동의 일환으로 적극 활용·지원한다는 방침이다.<br/><br/><br/><br/> 박정경 기자 verite@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-707.txt

제목: “66명 ‘굿닥터팀’ 운영… 미래형 암병원 만들것”  
날짜: 20140416  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140416100000094  
본문: “<span class='quot0'>우리나라 암 치료 역사와 미래형 암병원의 새로운 모델을 만들겠습니다.</span>”<br/><br/>차세대 암병원을 목표로 오는 30일 정식 오픈하는 연세암병원의 노성훈 초대 원장은 16일 “<span class='quot1'>세계 최고 수준의 암병원이 목표</span>”라며 이같이 말했다. 지난 14일부터 암환자 진료를 시작한 연세암병원은 기존 병원과 다른 새로운 시도가 눈에 띈다. <br/><br/>노 원장은 “<span class='quot2'>호텔급 서비스를 위해 김진영 조선호텔 업무지원 상무를 창의센터장으로 영입해 의사들에게 환자를 친절하게 대하는 방법을 교육한다</span>”며 “<span class='quot2'>또 병원 공간에서 주차장과 복도를 제외한 15%는 환자와 가족이 안정을 취할 수 있도록 휴게공간</span>”이라고 말했다. 또 병원 전층을 백화점과 같은 에스컬레이터로 이동할 수 있도록 구성한 것도 환자 편의를 배려한 연세암병원만의 특색이라는 것이 노 원장 설명이다. <br/><br/>그는 “<span class='quot2'>진료에서도 의사 49명과 코디네이터 17명 등 총 66명으로 ‘굿닥터팀’을 운영해 환자의 상담, 치료 후 관리, 교육 등 전 과정에 대한 서비스를 제공한다</span>”며 “<span class='quot2'>특히 움직이는 장기 치료에 효과가 탁월한 로보틱 세기조절 방사선 치료기를 아시아 최초로 도입하는 등 첨단장비를 설치했다</span>”고 말했다. 노 원장은 “<span class='quot2'>병원 설립은 기획 단계에서부터 미국 MD앤더스, 에모리대, 일본 긴키대, 홍콩 중문대 등의 세계적인 암 전문가들이 참여했다</span>”며 “<span class='quot2'>환자들이 믿고 치료할 수 있는 병원이 되겠다</span>”고 말했다. <br/><br/>연세암병원은 연면적 10만5000㎡(3만2000평)에 지상 15층(지하 7층), 510병상 규모다. 건축비는 2530억여 원이 들었으며, 이 중에는 졸업생과 시민, 기업가 1930명이 기부한 430억 원이 포함돼 있다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-708.txt

제목: <힐링푸드>들기름 ‘영양이 자르르 ~’… ‘고장난’ 면역시스템 오메가3로 ‘기름칠’  
날짜: 20140416  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140416100000156  
본문: 한때 지중해식단이 유행하며 올리브기름 열풍이 불었던 적이 있다. 올리브기름의 이 같은 효능은 단일불포화지방산인 올레산 때문이다. 오메가9 지방인 올레산은 지중해 연안 사람들의 심혈관 질환 발병률을 낮춰 줬다고 알려져 있다. <br/><br/>그런데 우리 전통 기름 중에 올리브유 못잖은 성분과 효능을 지닌 것이 있다. 바로 풍부한 향과 고소한 맛이 일품인 들기름이다. 들기름은 맛도 좋지만 성분 중의 60%가량이 오메가3 지방산인 리놀렌산으로 이뤄져 있어 몸에 유익한 식품으로 꼽힌다.(표 참조) <br/><br/>오메가3 지방산은 사실 그 효능을 새삼 거론하지 않아도 될 정도로 많이 알려져 있다. 오메가3는 혈행을 개선해 심장마비와 뇌졸중을 예방한다. 오메가3가 혈전과 염증을 막아주고 혈압을 낮춰주기 때문이다. 특히 오메가3 지방산은 뇌신경세포 보호를 통해 대뇌로부터 시작되는 어지럼증이나 우울증, 치매 등을 예방해 준다. <br/><br/>자가면역질환과 관련해 들기름을 추천할 수 있는 것도 바로 오메가3 때문이다. 최근 오메가3 지방의 자가면역질환과 관련한 연구도 활발히 이뤄지고 있다. 연구에 따르면 오메가3대 오메가6의 체내함량이 1대 4보다 현저히 높은 경우 류머티스 관절염 등 자가면역질환에 걸릴 위험이 높아진다. <br/><br/>사람의 몸이 외부 바이러스에 대하여 백혈구를 출동시킬 때 이용하는 핵심물질이 류코트리엔B4로 아라키돈산을 재료로 해 만들어진다. 그런데 이 아라키돈산이 오메가6다. 대부분의 자가면역질환은 이 류코트리엔B4가 과잉 생산돼 나타난다. 반면에 오메가3는 류코트리엔B5로 체내에서 변하는데 이 물질 역시 백혈구를 유인해내지만 그 효과는 미미한 것으로 알려져 있다. 따라서 오메가3 지방을 많이 섭취하고, 오메가6 지방산을 적게 섭취하면 만성염증의 위험을 줄일 수 있다. <br/><br/>역시 염증을 유발하는 인터루킨-1의 과잉생산도 오메가3가 억제해준다는 연구결과도 있다. 또 다른 연구에서는 건강한 세포를 공격하도록 잘못 프로그램화된 T세포의 자멸도 오메가3가 촉진한다고 한다. <br/><br/>얼마 전에는 또 국내 우석대 연구진에 의해 들기름에서 혈중 내 콜레스테롤 수치 개선에 크게 기여하는 폴리코사놀이 발견돼 주목을 받기도 했다. 폴리코사놀은 콜레스테롤의 균형을 맞추어 줌으로써 심혈관계 질환 예방 및 지구력 증진 효과가 큰 것으로 알려져 있는 건강기능성 물질이다.<br/><br/>자가면역질환과 오메가6의 연관성을 보면 오메가6 지방 섭취를 금해야 할 것 같지만 전문가들은 적정비율로 섭취하는 것이 더 중요하다고 말한다. 오메가3 대 오메가6의 적정 비율은 1대 3∼10이 가장 좋다고 전문가들은 말한다. <br/><br/>그런데 문제는 한국인의 경우 오메가3의 섭취 함량이 항상 적다는 것이다. 오메가6의 경우 역시 필수지방산이지만 대부분의 식용유와 가공식품에 많이 들어있기 때문에 별도로 신경써서 찾아먹을 필요가 없다. 그러나 오메가3는 특정 식품에 들어있기 때문에 들기름처럼 함량이 높은 음식을 일부러 섭취할 필요가 있다. 식용유만 해도 콩기름이나 카놀라유를 제외하곤 대부분 오메가6를 더 많이 함유하고 있다. 특히 옥수수유와 해바라기씨 기름의 오메가 6함량이 높다. <br/><br/>그외에도 들기름의 효능은 열손가락으로 다 꼽아도 모자랄 정도다. 들기름은 암 발생률을 낮춰준다는 연구결과가 있다. 또 들기름의 로즈마리산은 항산화, 항염증·항암 작용을 한다.<br/><br/>한편 들기름의 리놀렌산은 산패가 잘 되기 때문에 뚜껑을 꼭 닫고 형광등이나 햇빛 등의 광선을 직접 쪼이지 않도록 한 후 냉장고에서 저온 보관해야 한다. 적은 양을 자주 구입하는 것도 한가지 현명한 방법이 될 것이다. 마트에서 구입할 때도 가능하면 생산일을 확인해 생산기일이 얼마되지 않은 제품을 고르는 것이 유리하다. 또 참기름에는 세사민, 세사몰린이라는 항산화 성분이 들어 있어 산패 속도가 느린 만큼 들기름과 참기름을 8대 2 비율로 섞어 놓으면 산패를 막고 오랫동안 보관할 수 있다. <br/><br/>＜도움말 = 정문웅 우석대 외식산업조리학과 교수＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-709.txt

제목: <힐링푸드>들기름 ‘영양이 자르르 ~’… ‘고장난’ 면역시스템 오메가3로 ‘기름칠’  
날짜: 20140416  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140416100000217  
본문: 한때 지중해식단이 유행하며 올리브기름 열풍이 불었던 적이 있다. 올리브기름의 이 같은 효능은 단일불포화지방산인 올레산 때문이다. 오메가9 지방인 올레산은 지중해 연안 사람들의 심혈관 질환 발병률을 낮춰 줬다고 알려져 있다. <br/><br/>그런데 우리 전통 기름 중에 올리브유 못잖은 성분과 효능을 지닌 것이 있다. 바로 풍부한 향과 고소한 맛이 일품인 들기름이다. 들기름은 맛도 좋지만 성분 중의 60%가량이 오메가3 지방산인 리놀렌산으로 이뤄져 있어 몸에 유익한 식품으로 꼽힌다.(표 참조) <br/><br/>오메가3 지방산은 사실 그 효능을 새삼 거론하지 않아도 될 정도로 많이 알려져 있다. 오메가3는 혈행을 개선해 심장마비와 뇌졸중을 예방한다. 오메가3가 혈전과 염증을 막아주고 혈압을 낮춰주기 때문이다. 특히 오메가3 지방산은 뇌신경세포 보호를 통해 대뇌로부터 시작되는 어지럼증이나 우울증, 치매 등을 예방해 준다. <br/><br/>자가면역질환과 관련해 들기름을 추천할 수 있는 것도 바로 오메가3 때문이다. 최근 오메가3 지방의 자가면역질환과 관련한 연구도 활발히 이뤄지고 있다. 연구에 따르면 오메가3대 오메가6의 체내함량이 1대 4보다 현저히 높은 경우 류머티스 관절염 등 자가면역질환에 걸릴 위험이 높아진다. <br/><br/>사람의 몸이 외부 바이러스에 대하여 백혈구를 출동시킬 때 이용하는 핵심물질이 류코트리엔B4로 아라키돈산을 재료로 해 만들어진다. 그런데 이 아라키돈산이 오메가6다. 대부분의 자가면역질환은 이 류코트리엔B4가 과잉 생산돼 나타난다. 반면에 오메가3는 류코트리엔B5로 체내에서 변하는데 이 물질 역시 백혈구를 유인해내지만 그 효과는 미미한 것으로 알려져 있다. 따라서 오메가3 지방을 많이 섭취하고, 오메가6 지방산을 적게 섭취하면 만성염증의 위험을 줄일 수 있다. <br/><br/>역시 염증을 유발하는 인터루킨-1의 과잉생산도 오메가3가 억제해준다는 연구결과도 있다. 또 다른 연구에서는 건강한 세포를 공격하도록 잘못 프로그램화된 T세포의 자멸도 오메가3가 촉진한다고 한다. <br/><br/>얼마 전에는 또 국내 우석대 연구진에 의해 들기름에서 혈중 내 콜레스테롤 수치 개선에 크게 기여하는 폴리코사놀이 발견돼 주목을 받기도 했다. 폴리코사놀은 콜레스테롤의 균형을 맞추어 줌으로써 심혈관계 질환 예방 및 지구력 증진 효과가 큰 것으로 알려져 있는 건강기능성 물질이다.<br/><br/>자가면역질환과 오메가6의 연관성을 보면 오메가6 지방 섭취를 금해야 할 것 같지만 전문가들은 적정비율로 섭취하는 것이 더 중요하다고 말한다. 오메가3 대 오메가6의 적정 비율은 1대 3∼10이 가장 좋다고 전문가들은 말한다. <br/><br/>그런데 문제는 한국인의 경우 오메가3의 섭취 함량이 항상 적다는 것이다. 오메가6의 경우 역시 필수지방산이지만 대부분의 식용유와 가공식품에 많이 들어있기 때문에 별도로 신경써서 찾아먹을 필요가 없다. 그러나 오메가3는 특정 식품에 들어있기 때문에 들기름처럼 함량이 높은 음식을 일부러 섭취할 필요가 있다. 식용유만 해도 콩기름이나 카놀라유를 제외하곤 대부분 오메가6를 더 많이 함유하고 있다. 특히 옥수수유와 해바라기씨 기름의 오메가 6함량이 높다. <br/><br/>그외에도 들기름의 효능은 열손가락으로 다 꼽아도 모자랄 정도다. 들기름은 암 발생률을 낮춰준다는 연구결과가 있다. 또 들기름의 로즈마리산은 항산화, 항염증·항암 작용을 한다.<br/><br/>한편 들기름의 리놀렌산은 산패가 잘 되기 때문에 뚜껑을 꼭 닫고 형광등이나 햇빛 등의 광선을 직접 쪼이지 않도록 한 후 냉장고에서 저온 보관해야 한다. 적은 양을 자주 구입하는 것도 한가지 현명한 방법이 될 것이다. 마트에서 구입할 때도 가능하면 생산일을 확인해 생산기일이 얼마되지 않은 제품을 고르는 것이 유리하다. 또 참기름에는 세사민, 세사몰린이라는 항산화 성분이 들어 있어 산패 속도가 느린 만큼 들기름과 참기름을 8대 2 비율로 섞어 놓으면 산패를 막고 오랫동안 보관할 수 있다. <br/><br/>＜도움말 = 정문웅 우석대 외식산업조리학과 교수＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-710.txt

제목: <새로나온 詩>개불알꽃 - 오탁번 -  
날짜: 20140416  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140416100000056  
본문: 연못가 누운 소나무 아래<br/><br/>올봄에도 개불알꽃이<br/><br/>두 송이나 피었다<br/><br/>눈썹만한 햇볕에서도 고개 돌리고<br/><br/>솔개그늘 좋아하는<br/><br/>개불알꽃<br/><br/><br/><br/>누운 소나무를<br/><br/>차일로 삼아<br/><br/>들깻빛 반점도 선명하니<br/><br/>발그레한 불알 두 쪽이<br/><br/>암내라도 맡았는가<br/><br/>갸웃갸웃 흔들린다<br/><br/>----------------------------------------------------------<br/><br/>·시집 ‘시집 보내다’(문학수첩) 중에서<br/><br/>·약력 : 충북 제천 출생. 1967년 중앙일보 신춘문예 시 당선 후 시집 ‘아침의 예언’ ‘우리 동네’ 등 출간. 계간 ‘시지’ 발행인, 한국시인협회 회장 역임.

언론사: 문화일보-1-711.txt

제목: <새로나온 詩>개불알꽃 - 오탁번 -  
날짜: 20140416  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140416100000197  
본문: 연못가 누운 소나무 아래<br/><br/>올봄에도 개불알꽃이<br/><br/>두 송이나 피었다<br/><br/>눈썹만한 햇볕에서도 고개 돌리고<br/><br/>솔개그늘 좋아하는<br/><br/>개불알꽃<br/><br/><br/><br/>누운 소나무를<br/><br/>차일로 삼아<br/><br/>들깻빛 반점도 선명하니<br/><br/>발그레한 불알 두 쪽이<br/><br/>암내라도 맡았는가<br/><br/>갸웃갸웃 흔들린다<br/><br/>----------------------------------------------------------<br/><br/>·시집 ‘시집 보내다’(문학수첩) 중에서<br/><br/>·약력 : 충북 제천 출생. 1967년 중앙일보 신춘문예 시 당선 후 시집 ‘아침의 예언’ ‘우리 동네’ 등 출간. 계간 ‘시지’ 발행인, 한국시인협회 회장 역임.

언론사: 문화일보-1-712.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘수출전진기지 울산·미포’ 공장 증설 숨구멍 트이나  
날짜: 20140415  
기자: 박준희  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140415100000126  
본문: 산업단지의 부지 용도 및 이용 제한으로 입주 업체들이 어려움을 겪고 있는 곳은 여수국가산업단지뿐만이 아니다. 지난 3월 20일 박근혜 대통령 주재 규제개혁 장관회의에서 언급된 여수산업단지의 녹지 문제와 관련해 윤상직 산업통상자원부 장관이 지난 9월 현장을 직접 방문해 해결을 약속했지만, 울산에서도 산업단지의 녹지 제한으로 공장 확장 등의 어려움이 생기고 있어 이를 해소하자는 논의가 진행되고 있다.<br/><br/>15일 울산상공회의소 등에 따르면 울산·미포국가산업단지는 현재 기업이 투자를 하고 싶어도 녹지 제한 등을 이유로 공장부지가 없어 투자가 어려운 상황이다. 따라서 울산 지역 기업체들은 “울산·미포산업단지 내 개발제한구역(그린벨트)과 근린공원 등 녹지공간을 공장부지로 이용할 수 있도록 규제를 풀어달라”고 요구하고 있다.<br/><br/>특정 기업체가 울산·미포산업단지 내의 기존 공장에서 인접한 곳에 공장을 증설하더라도 추가 사용부지만큼의 대체녹지공간을 조성하는 조건으로 현재 공장에 인접해 있는 녹지공간을 이용할 수 있도록 행정적인 지원책 마련이 필요하다는 지적이다.<br/><br/>현행 산업입지 및 개발에 관한 법률(산입법)에 따르면 산업단지 내 녹지 최소비율은 10% 이상으로 규정돼 있다. 현재 울산·미포산업단지의 녹지비율은 8%를 조금 넘는 수준으로 10%를 상회하는 여수국가산업단지의 녹지비율보다는 낮은 편이다. 그러나 울산·미포산업단지의 녹지비율은 인근의 온산국가산업단지의 녹지 비율이 3%대에 불과한 것에 비교하면 상대적으로 높은 수준이다.<br/><br/>정부도 여수산업단지와의 형평성 문제를 고려해 울산·미포산업단지의 녹지 사용에 대해 대체녹지조성을 조건으로 허용하는 방안을 검토 중이다. 지난 8일 울산상의에서 열린 정책 설명 및 규제개선 간담회에 참석한 산업부 관계자는 “<span class='quot0'>울산·미포산업단지의 녹지비율이 산입법의 규정에는 못 미치지만 인근의 산업단지와 비교하면 높은 편인만큼 대체녹지조성이 가능하도록 지원하겠다</span>”고 말했다. <br/><br/>박준희 기자 vinkey@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-713.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>약물요법, 잘 쓰면 ‘사랑의 묘약’  
날짜: 20140414  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140414100000149  
본문: 해외 교포들이 국내 의료보험에 가입하고 치료를 받으러 오는 환자들이 점점 늘어나고 있다. 이는 의료수준이 높고 가격이 매우 저렴하며 신속하게 해결되기 때문에 많은 해외 교포들이 고국에서 치료받으러 들어오고 있다.<br/><br/>재미교포 K(65) 씨는 국내에 들어와서 건강검진으로 항문 내시경 검사를 받던 중 우연히 직장암을 발견하였다. 조직 검사로 확인을 하고. 국내 유명 대학 병원에서 근치적 직장암 수술을 받았다.<br/><br/>암 수술 후 잘 회복되었으나 수술 후 점점 ‘남성’이 약해지는 것을 느낄 수 있었다. 처음엔 수술 후 너무 신경을 쓰고 스트레스가 많아서 그러려니 생각했으나 시간이 지나 1년이 되어도 호전되지 않았다. 최근 6개월 전부터는 더 기능이 악화되고 먹는 약들에도 반응이 없고 어쩌다 관계를 해도 사정이 전혀 안 되어 이제는 부부생활이 매우 힘든 상태가 되었다.<br/><br/>암수술로 목숨은 건졌으나 ‘남성’을 잃고 나니 인생이 이 정도로 끝나는 것인가 생각하니 모든 게 시들해지고 점점 우울해져 간다.<br/><br/>어느 날 부부가 필자를 찾아왔다. <br/><br/>“수술이 잘못돼서 그런 것 아닌가요? 치료할 수 있습니까.”<br/><br/>“근치적 암 수술은 모든 암 주위 의심 조직을 다 떼야 하니 수술 후 이러한 문제가 나타나기도 합니다. 생명이 더 중요하니 이러한 희생은 어쩔 수 없이 받아들여야 합니다. 요즘은 의술이 발달하여 그런 문제도 다 치료가 가능하니까 염려 마세요.”<br/><br/>기본적인 혈액검사에서 신체적으로 별 이상은 나타나지 않았다. 다음 초음파실로 가서 음경해면체 내에 프로스타글란딘 E1을 주사한 후 검사를 해보았다. 8분이 지나면서부터 ‘남성’이 서서히 일어서기 시작하더니 15분쯤 되니 아주 훌륭하게 솟아올랐다. 검사에서도 해면체 동맥의 굵기 및 혈류속도, 정맥기능 등이 모두 정상범위를 나타냈다.<br/><br/>“자, 어떻습니까. 이 정도면 되겠습니까?”<br/><br/>“아휴! 이 정도만 되면야 감지덕지하지요. 무슨 약인데 이렇게 즉각 효과가 나타나나요?”<br/><br/>“해면체 내의 혈관 근육을 늘어나게 하는 혈관 확장제를 주사해서 효과가 나타나는 것입니다. 이렇게 진단에 이용하기도 하고 필요에 따라 일회용으로 사용하기도 합니다.” <br/><br/>먹는 약에도 반응이 안 되고 수술적 치료를 원치 않는 환자들에겐 아쉬운 대로 이러한 주사요법을 이용할 수도 있다.<br/><br/>무엇보다 각 사람의 적당 주사 용량을 정하는 게 제일 중요하다. 주사 용량이 적으면 안되고 너무 많으면 화를 입는다. K 씨에게 스스로 주사할 수 있도록 기본지식 및 주의사항을 가르쳐 주려 하니 부인에게 가르쳐 주라고 한다.<br/><br/>며칠 후 K 씨는 환한 얼굴로 나타났다. 약 도움 없이 자력으로도 성공했다며 무엇보다 자신감이 생긴 것에 고마워했다.<br/><br/>최근 해면체의 평활근을 이완시키는 여러 약물들이 바로 이러한 ‘사랑의 묘약’으로 쓰이고 있다. 미국에서는 ‘caverjet’ 국내에서는 ‘스탠드로’라는 상품화된 자가주사제들이 있다. 한두 번 주사로 발기력을 회복하기도 하고, 많이 진행된 경우에는 매번 필요시마다 자신이 직접 주사하는 자가치료 방법인 것이다.<br/><br/>수칙을 잘 안 지키고, 욕심을 내어 함부로 다른 약을 병용하거나 주사약이 과량 투여했을 때는 6시간 이상까지도 죽지 않고 서 있는 ‘노상서’ 현상이 나타난다. 이것은 해면체 조직들이 질식하여 그 기능을 잃어가는 응급상황이므로 급히 전문의사의 치료를 받아야 한다. 잘 쓰면 사랑의 묘약(妙藥)이고, 남용하면 독약(毒藥)이다.<br/><br/>성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-714.txt

제목: 건보公 ‘537억 담배소송’ 시작  
날짜: 20140414  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140414100000096  
본문: 국민건강보험공단이 14일 국내외 담배회사에 소송을 제기하면서 공공기관에 의한 첫 담배소송이 시작됐다.<br/><br/>건보공단은 이날 오전 ㈜KT&G, 필립모리스코리아㈜, BAT코리아㈜ 등 3개 담배회사를 상대로 흡연 때문에 추가로 부담한 진료비를 물어내라며 537억 원을 청구하는 흡연피해 손해배상청구 소장을 서울중앙지방법원에 제출했다.<br/><br/>소송가액은 흡연과 암 발생 인과성이 높은 폐암 중 소세포암과 편평상피세포암, 후두암 중 편평세포암 등 3개암 환자 중 20년 이상 매일 한 갑 이상 담배를 피웠거나 흡연량에 상관없이 30년 이상 담배를 피운 사람의 10년간(2003∼2012년) 진료비(건강보험 부담금)다. <br/><br/>건보공단은 지난 3월 24일 임시이사회를 열고 일반건강검진 자료와 국립암센터 암환자 등록자료, 한국인 암예방연구(KCPS) 코호트(특정인구집단) 자료를 분석해 이 같은 소송 규모를 확정했다. 건보공단은 소송을 진행하면서 손해배상 대상을 다른 암까지 확대해 소송 규모를 최대 2302억 원까지 늘릴 방침이다.<br/><br/>건보공단은 안선영 변호사 등 3명의 내부 변호사와 외부 변호인단 공모를 통해 선임한 법무법인 남산 소속 변호사로 소송 대리인단을 구성해 소송을 진행한다.<br/><br/>건보공단 관계자는 “<span class='quot0'>빅데이터를 활용한 흡연 폐해 연구결과, 국내외 전문가 조언, 세계보건기구(WHO) 등 국제기구와의 협력 등을 활용해 흡연과 질병의 구체적인 인과성과 담배회사의 위법행위를 입증할 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>이는 국민건강을 책임지고 건강보험 재정을 관리하는 공단이 수행해야 할 당연한 책무</span>”라고 말했다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-715.txt

제목: ‘담배社가 위해성 은폐했나’ 쟁점  
날짜: 20140414  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140414100000094  
본문: 국민건강보험공단이 담배회사를 상대로 낸 소송의 핵심은 담배회사가 고의적으로 흡연의 위해성을 은폐했는지 여부다. 현재 건보공단과 담배회사들은 서로 상반된 주장을 펼치며 첨예하게 맞서있어 법적 공방은 수년 이상 장기화될 가능성이 높다. 그러나 해외사례처럼 담배소송이 본격화되면서 담배에 대한 부정적 여론이 확대될 수 있어 양측이 판결 전 조정절차를 밟을 것이라는 관측도 나오고 있다.<br/><br/>14일 건보공단과 담배업계 등에 따르면 그 동안 개인이 제기했던 담배소송은 흡연과 질병 간의 인과관계를 입증하는 것이 핵심 쟁점이었다. 그러나 이번 소송은 담배회사가 담배의 위해성을 인지하고도 이 같은 사실을 은폐했는지 여부가 주요 쟁점이다. 이미 법원이 흡연과 소세포암과 편평세포암 등과의 인과관계를 어느 정도 인정한데다 건보공단측이 이 두 암의 진료비를 근거로 손해배상청구액을 결정했기 때문이다. <br/><br/>지난 10일 대법원이 폐암의 일종인 비소세포암, 세기관지 폐포세포암의 경우 특정 흡연자의 질병으로 연관시키기 어렵다는 판결을 내렸지만, 다른 종류의 폐암인 소세포암과 편평세포암의 경우 2011년 항소심에서 흡연과의 인과관계를 인정한 바 있다. 건보공단 관계자는 “<span class='quot0'>흡연과 질병의 인과성은 인정된 만큼 이번 소송에서는 담배회사가 담배의 위해성과 중독성을 인지하고도 이를 제대로 알리지 않았다는 점을 집중적으로 제기할 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>건보공단은 미국 담배소송의 사례처럼 담배회사의 위법성이 소송 과정에서 드러날 것이라고 자신하고 있다. <br/><br/>반면 담배회사측은 적법한 절차에 따라 담배를 판매해왔다고 주장하고 있으며, 고등법원에서 인정했던 흡연과 질병과의 인과관계도 부정하고 있어 양측의 공방은 오랜 기간 계속될 전망이다. 미국 담배소송도 1994년에 시작해 공방을 이어가다 1998년에야 합의로 마무리됐다. 건보공단의 담배소송도 이처럼 장기간 공방을 거듭하다 합의에 이를 가능성도 있다. 미국의 경우 소송과정에서 담배회사에 근무했던 직원들이 회사의 은폐사실을 고백하면서 담배회사에 대한 사회적 비판 여론이 급증한 것이 합의의 배경이다. 미국의 담배회사는 당시 사회적 비판 여론을 감안해 2060억 달러(약 220조 원)의 배상금에 합의했다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-716.txt

제목: 신장암 투병 美10세 소녀 ‘NBA 입단’ 꿈 이루다  
날짜: 20140414  
기자: 이준호  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140414100000114  
본문: 10세 소녀가 미국프로농구(NBA) 입단의 꿈을 이뤘다.<br/><br/>화제의 주인공은 아마리스 잭슨. 학교 농구부에서 포인트가드를 맡고 있는 잭슨은 그러나 암과 싸우고 있다. 지난해 신장암 발병을 진단받고 두 차례 종양 제거 수술을 받았으며 현재 항암화학요법 치료를 받고 있다. 그리고 폐 종양 제거 수술을 곧 받을 예정이다.<br/><br/>병마와 싸우면서도 쾌활함을 잃지 않고 있는 잭슨은 NBA에 입단해 성(性) 장벽을 무너뜨리고 싶다는 꿈을 간직하고 있다. 잭슨의 사정을 전해들은 메이크어위시재단이 NBA의 워싱턴 위저즈 구단과 함께 잭슨의 소원성취를 도왔다. 메이크어위시는 난치병에 걸린 어린이들에게 희망을 주는 일을 하는 재단이다.<br/><br/>잭슨은 12일(현지시간) 워싱턴-밀워키 벅스의 경기에 앞서 홈인 미국 워싱턴의 버라이존 센터를 방문, 팀 ‘동료’들로부터 열렬한 환영을 받았다. 잭슨은 워싱턴 구단의 라커룸으로 안내됐고 그곳에서 워싱턴 구단의 유니폼과 농구화를 선물받았다. 그리고 잭슨은 워싱턴 구단의 테드 레온시스 구단주를 만나 ‘1일’짜리 정식 계약서에 사인했다.<br/><br/>비록 하루짜리 계약이고, ‘즉시전력감’이 아니지만 워싱턴 구단과 선수들은 잭슨을 선수단의 일원으로 인정했다. 위저즈 멤버가 된 잭슨은 샘 카셀 코치의 옆에서 동료들이 스트레칭 등 훈련하는 걸 지켜봤으며, 동료들과 함께 슛을 던지기도 했다. 자신보다 2배 가까이 큰 워싱턴 구단의 스타팅 멤버들과 함께 나란히 코트에 섰으며 동료의 도움을 받아 덩크슛을 넣는 기쁨도 누렸다. <br/><br/>장내 아나운서는 관중들을 향해 “<span class='quot0'>특별한 위저즈의 6번째 스타팅 멤버를 소개한다</span>”며 “<span class='quot0'>역사상 가장 예쁜 포인트가드 아마리스 잭슨!</span>”이라고 외쳐 박수갈채를 유도했다.<br/><br/>워싱턴의 포인트가드인 존 월은 13일 트위터를 통해 “<span class='quot1'>팀 동료인 아마리스 잭슨과 어젯밤 즐거운 시간을 보냈다</span>”며 “<span class='quot1'>잭슨의 적극적인 태도와 열정으로 인해 우리는 승리할 수 있었다</span>”고 밝혔다. 이날 워싱턴은 밀워키를 104-91로 꺾었다. 잭슨은 “<span class='quot2'>좋아하는 선수들을 만나 함께 운동해 너무 즐거웠다</span>”며 활짝 웃었다. <br/><br/>이준호 기자 jhlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-717.txt

제목: 대법 “담배 때문에 암 걸렸다고 인정하기 어렵다”  
날짜: 20140410  
기자: 김병채  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140410100000020  
본문: 대법원 2부(주심 신영철 대법관)는 10일 폐암 환자와 가족 26명이 “흡연 때문에 암에 걸렸다”며 국가와 KT&G를 상대로 제기한 손해배상 청구 소송 상고심에서 원고 패소로 판결한 원심을 확정했다. 같은 재판부는 폐암 사망자 가족 윤모(71) 씨 등 4명이 별도로 제기한 같은 취지의 소송에서도 원고 패소 확정 판결을 내렸다.<br/><br/>재판부는 “<span class='quot0'>흡연과 폐암 사이에 역학적 인과관계가 인정될 수 있다고 하더라도, 특정 흡연자가 담배를 피웠다는 사실만으로 암과 같은 비특이성 질환에 걸렸다고 인정하기는 어렵다</span>”며 “<span class='quot0'>제조된 담배에 설계상, 표시상 결함이 있다고 볼 증거가 없고 피고들이 담배의 위해성에 관한 정보를 은폐했다고 볼 수도 없다</span>”고 밝혔다. 이로써 지난 1999년 폐암 환자와 가족이 국내에서 최초로 제기한 담배소송은 15년 만에 원고 패소로 끝나게 됐다. 소송 제기 당시 폐암 생존자 3명이 참여했지만 재판이 진행되는 동안 2명이 숨졌다.<br/><br/>김병채 기자 haasskim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-718.txt

제목: 대법 “담배 때문에 암 걸렸다고 인정하기 어렵다”  
날짜: 20140410  
기자: 김병채  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140410100000051  
본문: 대법원 2부(주심 신영철 대법관)는 10일 폐암 환자와 가족 26명이 “흡연 때문에 암에 걸렸다”며 국가와 KT&G를 상대로 제기한 손해배상 청구 소송 상고심에서 원고 패소로 판결한 원심을 확정했다. 같은 재판부는 폐암 사망자 가족 윤모(71) 씨 등 4명이 별도로 제기한 같은 취지의 소송에서도 원고 패소 확정 판결을 내렸다.<br/><br/>재판부는 “<span class='quot0'>폐암의 일종인 비소세포암, 세기관지 폐포세포암과 흡연 사이에 역학적 인과관계가 인정될 수 있다고 하더라도 어느 특정 흡연자가 흡연을 했다는 사실만으로 이와 같은 비특이성 질환에 걸렸다고 인정하기는 어렵다</span>”며 “<span class='quot0'>제조된 담배에 설계상, 표시상 결함이 있다고 볼 증거가 없고 피고들이 담배의 위해성에 관한 정보를 은폐했다고 볼 수도 없다</span>”고 밝혔다. <br/><br/>이로써 지난 1999년 폐암 환자와 가족이 국내에서 최초로 제기한 담배소송은 15년 만에 원고 패소로 끝나게 됐다.<br/><br/>한편, 건강보험공단은 이번 판결과 별도로 흡연으로 인한 500억 원대 진료비를 KT&G로부터 회수하는 취지의 소송을 오는 14일 제기할 예정이다.<br/><br/>김병채 기자 haasskim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-719.txt

제목: 대법 “담배 때문에 암 걸렸다고 인정하기 어렵다”  
날짜: 20140410  
기자: 김병채  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140410100000035  
본문: 대법원 2부(주심 신영철 대법관)는 10일 폐암 환자와 가족 26명이 “흡연 때문에 암에 걸렸다”며 국가와 KT&G를 상대로 제기한 손해배상 청구 소송 상고심에서 원고 패소로 판결한 원심을 확정했다. 같은 재판부는 폐암 사망자 가족 윤모(71) 씨 등 4명이 별도로 제기한 같은 취지의 소송에서도 원고 패소 확정 판결을 내렸다.<br/><br/>재판부는 “<span class='quot0'>폐암의 일종인 비소세포암, 세기관지 폐포세포암과 흡연 사이에 역학적 인과관계가 인정될 수 있다고 하더라도 어느 특정 흡연자가 흡연을 했다는 사실만으로 이와 같은 비특이성 질환에 걸렸다고 인정하기는 어렵다</span>”며 “<span class='quot0'>제조된 담배에 설계상, 표시상 결함이 있다고 볼 증거가 없고 피고들이 담배의 위해성에 관한 정보를 은폐했다고 볼 수도 없다</span>”고 밝혔다. <br/><br/>이로써 지난 1999년 폐암 환자와 가족이 국내에서 최초로 제기한 담배소송은 15년 만에 원고 패소로 끝나게 됐다.<br/><br/>한편, 건강보험공단은 이번 판결과 별도로 흡연으로 인한 500억 원대 진료비를 KT&G로부터 회수하는 취지의 소송을 오는 14일 제기할 예정이다.<br/><br/>김병채 기자

언론사: 문화일보-1-720.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>“다양한 재질 허용, 환경보호 명분 살려야”  
날짜: 20140410  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140410100000148  
본문: “건설폐기물을 운송하는 과정에서 환경오염 방지를 위해 차량 덮개의 밀폐 필요성에는 업계도 충분히 공감합니다. 금속이라는 재질에 얽매이기보다는 업계의 현실을 감안해 밀폐가 가능한 다양한 재질을 허용하는 것이 입법취지를 살리는 일이라고 생각합니다.”<br/><br/>강창원 한국건설자원협회 사무총장은 10일 문화일보와의 인터뷰에서 업계를 옥죄고 있는 건폐법 개정안에 대한 입장을 이같이 밝혔다. <br/><br/>그는 “환경보존과 국민안전이라는 환경부의 입법취지는 이해한다”면서도 “단단하게 밀폐해야 한다는 생각에 환경부가 단단한 재질을 금속에 준하는 재질로만 인식하고 있다는 게 아쉽다”고 했다. 합성섬유나 기타 다양한 재질을 허용해도 ‘밀폐’라는 목적은 달성할 수 있으며, 그것이 곧 현실적으로 업계가 지킬 수 있는 규제라는 것이다.<br/><br/>그는 “업계의 요구대로 다양한 재질을 허용하는 대신 법을 어길 경우 처벌을 강화하면 된다”며 “완전한 밀폐를 하지 않고 차량을 운행하다 적발된 사업자의 경우 영업정지 등 무거운 처벌을 내리면 법의 실효성을 높일 수 있을 것”이라고 설명하기도 했다.<br/><br/>강 사무총장은 “<span class='quot0'>법안 시행일인 2016년 7월 1일까지 3년여의 시간이 있지만, 이대로 법이 시행되면 영세업체와 개인 트럭사업자들은 문을 닫을 수밖에 없는 상황에 몰린다</span>”며 “<span class='quot0'>이들에 대해서는 예외 규정을 두는 방안을 환경부에 건의해 보겠다</span>”고 밝혔다.<br/><br/>노기섭 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-721.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>재활용품 운반회사 사장 전과자 된 사연… 소량이라도 2~3 품목 車한대에 운송하면 위법  
날짜: 20140410  
기자: 유회경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140410100000155  
본문: 경기 파주시 교하동에 위치한 성진그린은 재활용 수집운반회사다.<br/><br/>이 회사의 백호진 사장은 사업을 하면서 본의 아니게 전과자가 됐다. 폐기물관리법 위반으로 과태료 300만 원, 형사고발로 인한 벌금 300만 원을 냈다. 한 달간 영업정지도 당했다.<br/><br/>10일 폐기물관리법에 따르면 1일 300㎏ 이상 폐기물(재활용품 포함)을 발생시키는 회사는 의무적으로 사업장 생활계 배출자 신고를 해야 한다. 재활용회사는 사업장 생활계 배출자 등이 배출하는 폐기물 중 각종 재활용품을 따로 분류해 재활용을 한다. 그리고 재활용 수집운반회사는 이러한 사업장 생활계 배출자와 재활용회사를 연결해주는 사업을 한다. 성진그린은 바로 여기에 속한다.<br/><br/>종이, 고철, 플라스틱, 병, 스티로폼 등 각종 재활용품을 사용해 새로운 물품을 만드는 산업은 통상 이러한 구조를 통해 이뤄진다.<br/><br/>하지만 이러한 구조에 대해 재활용품 수집운반회사들은 불만이 적지 않다. 현행 폐기물관리법 때문에 사업상 많은 손해를 감수해야 하는 입장이기 때문이다.<br/><br/>폐기물관리법에 따르면 재활용품 수집운반회사들은 배출자가 분리 배출한 재활용품을 품목별로 분리해서 운송해야 한다.<br/><br/>차량 한 대에 2∼3가지 품목을 한꺼번에 운송할 수 없다는 의미다. 아무리 소량이라도 다른 품목과 함께 나를 수 없기 때문에 재활용품 수집운반회사들은 경우에 따라 몇 차례 차량을 운용해야 한다.<br/><br/>환경부 관계자는 “<span class='quot0'>차량 한 대로 여러 품목의 물품을 실어나르다 보면 운송 도중에 애써 분리해놓은 재활용품들이 섞일 수 있어 혼합운송 금지 조항을 넣은 것</span>”이라고 법 취지를 설명했다. 만일 이를 어길 경우에는 폐기물관리법에 따라 과태료 300만 원, 한 달간 영업정지 또는 2000만 원 과징금, 형사고발로 인한 벌금(법인과 대표이사에 대한 2중 처벌) 등을 받게 된다. <br/><br/>백 사장은 이와 관련, “<span class='quot1'>재활용품 수집운반으로 먹고사는 사람들인데 만일 운송 도중에 섞이게 되면 우리가 손해를 보는데 그렇게 하겠느냐</span>”며 반문했다.<br/><br/>또 한 가지 불만이 있다. 사업장 생활계 배출자가 아무리 애써서 재활용품을 분리 배출한다고 해도 재활용품 수집운반회사 입장에선 재활용회사의 사업적 필요(니즈)에 맞추는 게 중요하다.<br/><br/>따라서 재활용품 수집운반회사들은 별도의 분리 작업을 해야 한다. 가령 종이라는 범주에 들어가지만 우유팩, 책, 종이상자, 신문 등은 모두 다른 용도로 재활용된다. 하지만 수집운반회사들이 중도에 분리 작업을 한다면 이는 폐기물 투기가 돼 현행법 위반이 된다. 처벌 조항은 혼합운송 금지때와 동일하다. 혼합운송과 중도 분리 작업은 사업상 불가피한 측면이 있어 법 테두리 밖에서 공공연하게 이뤄지는 게 현실이다. 하지만 여기에 법의 잣대를 들이대면 바로 범법행위가 되는 것이다. 백 사장이 억울하게 전과자가 된 것은 이러한 이유에서다. 백 사장은 “<span class='quot1'>수집운반회사들이 마음 놓고 혼합운송과 중도 분리 작업을 할 수 있도록 규제 개혁이 필요하다</span>”고 말했다.<br/><br/> 유회경 기자 yoology@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-722.txt

제목: 명백한 기여 증거 없으면 분할 대상서 제외  
날짜: 20140409  
기자: 김동하  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140409100000091  
본문: 이혼 시 재산분할은 두 사람의 합의가 우선이지만 합의가 어려울 경우 가정법원이 당사자 쌍방의 협력으로 이룩한 부부공동재산의 액수와 기타 사정을 참작해 재산분할 방법을 정한다. 결혼 전 부부 중 일방이 취득했던 집이나 자동차 등 고유재산과 혼인 중 한쪽 부모에게서 상속받은 재산 등은 모두 그 명의자의 특유재산으로 분류돼 부부공동재산에 포함되지 않는다. 다만 장기간 혼인 유지로 특유재산의 보유기간이 오래된 경우 해당재산을 부부공동재산으로 인정해 주기도 한다.<br/><br/><br/><br/>◆재산분할 결정요소 = 가정법원이 재산분할을 결정할 때 고려하는 요소는 공동재산 형성에 대한 직접적인 기여도, 가사노동의 가치, 혼인생활의 기간, 기타 혼인생활 및 재산형성과 관련된 사정, 이혼 후 당사자의 자립 가능성 등이다. 쌍방의 협력에는 경제활동을 통해 소득을 얻는 등의 실질·직접·적극적 협력은 물론 내조 등의 간접적인 협력도 포함된다. 과거에는 경제활동을 주로 하는 남편의 기여도를 더 크게 인정했지만 최근에는 부인이 경제활동을 하지 않았더라도 가사와 양육을 재산 감소를 막고 유지하는 행위로 인정해 주는 추세다. 이 경우 기여도는 대부분 동등한 것으로 간주된다.<br/><br/><br/><br/>◆재산형성에 일방의 노력이 명백한 경우 = 대법원은 지난해 12월 배우 박상민(44) 부부의 이혼 재산분할을 다시 산정하라고 파기환송하면서 “<span class='quot0'>혼인관계가 파탄된 이후 변론종결일 사이에 생긴 재산변동이 부부 중 일방에 의한 것이라면 재산분할 대상에서 제외해야 한다</span>”고 판시했다. 1심은 남편 85%, 아내 15%의 비율로 재산을 분할하도록 했고, 2심은 남편 75%, 아내 25%로 비율을 조정한 바 있다. 법원은 박 씨가 부인(40)과 별거 시점인 2009년 기준으로 4억여 원의 채무가 있었지만 그 후 박 씨가 방송출연료 등으로 이를 모두 갚았기 때문에 여기에 부인이 기여했다고 볼 증거가 없다고 판단했다.<br/><br/><br/><br/>◆채무도 분할 = 지난해 6월 대법원은 채무가 재산보다 많으면 분할이 안 된다는 기존 판례를 변경해 채무를 분할할 수 있다는 첫 판결을 내렸다. 2001년 결혼한 A 부부의 경우 남편 A(44) 씨는 결혼 후 정당에 가입해 정치·사회활동을 했고, 부인 B(40) 씨는 개인과외 교습을 하면서 가정경제를 전담하면서 대출을 받아 남편의 활동비와 선거비용 등을 뒷받침해 왔다. 재판 변론종결 당시 남편의 재산은 570만 원과 채무 350만 원, 부인은 1억8500만 원의 재산과 채무 2억2700만 원을 가지고 있었다. 기존 판례대로라면 부인은 이혼 후 채무 2억여 원을 혼자 감당해야 했지만 대법원은 “<span class='quot0'>채무의 성질 등 일체의 사정을 참작해 이를 분담하게 하는 것이 적합하다고 인정되면 구체적인 분담의 방법 등을 정해 재산분할 청구를 받아들일 수 있다</span>”고 판단했다.<br/><br/><br/><br/>◆이혼 후 생계도 고려 = 재산분할을 결정할 때는 이혼 후 각자의 생계와 부양해야 할 가족들도 감안한다. 서울가정법원은 2011년 공무원인 남편 C(57) 씨와 전업주부인 부인 D(53) 씨에 대해 재산분할 비율을 3대 7로 정해 남편이 가진 재산 2억7000여만 원 중 1억9000여만 원을 부인에게 주라고 판결했다. 재판부는 “<span class='quot1'>남편이 연봉 6000만 원을 받고 있는 데다 향후 퇴직연금 수령도 예상되지만 부인은 암 수술을 받은 딸과 대입 시험을 준비 중인 아들을 별다른 수입 없이 홀로 부양해야 하는 점을 고려했다</span>”고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>김동하 기자 kdhaha@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-723.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>시·도별 학원 최소면적 달라… 편법 난무  
날짜: 20140408  
기자: 유현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140408100000143  
본문: 인천 지역에서 학원 강사로 활동해 온 박모(44) 씨는 지난해 입시학원을 차리려 했지만, 자신이 임차한 공간 규모가 입시학원 설립 기준에 맞지 않아 포기해야 했다. 8일 인천시교육청에 따르면 입시학원으로 설립 가능한 최소 면적기준은 300㎡(약 90평)다. 그런데 박 씨가 임차한 공간은 260㎡로 40㎡가 모자랐다. 이 때문에 최소 면적 제한이 없는 교습소로 신고를 했다. 그런데 막상 교습소를 차리고 나서는 운영을 할 수가 없었다. 학원법에 따르면 교습소는 교습자가 한 장소에서 한 과목만을 가르칠 수 있다. 또 교습소에는 다른 강사를 둘 수가 없고, 한 교육과정당 9명의 수강생만 받을 수 있어 수익을 낼 수가 없는 상황이었다.<br/><br/><br/><br/>박 씨는 결국 계약을 해지해 위약금을 물고, 300㎡가 넘는 공간을 확보하느라 무리하게 추가 대출을 받았다. 개원 시기도 상당히 늦춰졌다. 박 씨는 “<span class='quot0'>비용이 생각했던 것보다 너무 많이 들었고, 2개월 정도 공백이 생기면서 일하기로 했던 강사도 놓쳤다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>박 씨처럼 입시학원 최소 면적 기준 탓에 대형 자본을 가진 이들만 입시학원을 차리거나, 학원 설립자들이 각종 편법을 이용하는 상황이 벌어지고 있다.<br/><br/><br/><br/>현재 학원법 8조에서는 ‘교습과정별로 시·도의 조례로 정하는 기준에 따라 교습과 학습에 필요한 시설과 설비를 유지해야 한다’고 규정하고 있다. 이에 따라 시·도별로 학원을 설립할 수 있는 최소 면적이 상이하지만, 딱히 명확한 기준은 없다. 서울의 경우 입시학원의 최소 면적은 660㎡, 검정고시학원은 480㎡, 보습·논술·진학상담학원은 각 70㎡, 외국어·대학편입·고시학원은 150㎡다. 그러나 충남 지역은 입시학원부터 고시학원까지 모두 60㎡다. 서울에 비해 지방이 도시 규모나 학생수가 적어서라고 볼 수도 있지만, 수도권인 경기 지역도 입시·검정고시·보습·진학상담학원이 60㎡, 외국어·고시학원은 90㎡, 대학편입학원은 60㎡이다.<br/><br/><br/><br/>학원 관계자들에 따르면 보습학원과 진학상담학원을 합하는 방법으로 입시학원을 운영하는 경우가 많기 때문에 편법을 모르는 이들만 피해를 보는 상황이 빚어지고 있다. 예를 들어 서울에서 입시학원(660㎡) 대신 주요 교과과정을 가르칠 수 있는 보습학원(70㎡)과 입시 컨설팅을 할 수 있는 진학상담학원(70㎡)을 합한 종합학원으로 신고하면 140㎡만 넘어도 입시학원 형태의 교육을 할 수 있다.<br/><br/><br/><br/>유현진 기자 cworange@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-724.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파 - 행정구역 다툼>시·도별 학원 최소면적 달라… 편법 난무  
날짜: 20140408  
기자: 유현진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140408100000151  
본문: 인천 지역에서 학원 강사로 활동해 온 박모(44) 씨는 지난해 입시학원을 차리려 했지만, 자신이 임차한 공간 규모가 입시학원 설립 기준에 맞지 않아 포기해야 했다. 8일 인천시교육청에 따르면 입시학원으로 설립 가능한 최소 면적기준은 300㎡(약 90평)다. 그런데 박 씨가 임차한 공간은 260㎡로 40㎡가 모자랐다. 이 때문에 최소 면적 제한이 없는 교습소로 신고를 했다. 그런데 막상 교습소를 차리고 나서는 운영을 할 수가 없었다. 학원법에 따르면 교습소는 교습자가 한 장소에서 한 과목만을 가르칠 수 있다. 또 교습소에는 다른 강사를 둘 수가 없고, 한 교육과정당 9명의 수강생만 받을 수 있어 수익을 낼 수가 없는 상황이었다.<br/><br/><br/><br/>박 씨는 결국 계약을 해지해 위약금을 물고, 300㎡가 넘는 공간을 확보하느라 무리하게 추가 대출을 받았다. 개원 시기도 상당히 늦춰졌다. 박 씨는 “<span class='quot0'>비용이 생각했던 것보다 너무 많이 들었고, 2개월 정도 공백이 생기면서 일하기로 했던 강사도 놓쳤다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>박 씨처럼 입시학원 최소 면적 기준 탓에 대형 자본을 가진 이들만 입시학원을 차리거나, 학원 설립자들이 각종 편법을 이용하는 상황이 벌어지고 있다.<br/><br/><br/><br/>현재 학원법 8조에서는 ‘교습과정별로 시·도의 조례로 정하는 기준에 따라 교습과 학습에 필요한 시설과 설비를 유지해야 한다’고 규정하고 있다. 이에 따라 시·도별로 학원을 설립할 수 있는 최소 면적이 상이하지만, 딱히 명확한 기준은 없다. 서울의 경우 입시학원의 최소 면적은 660㎡, 검정고시학원은 480㎡, 보습·논술·진학상담학원은 각 70㎡, 외국어·대학편입·고시학원은 150㎡다. 그러나 충남 지역은 입시학원부터 고시학원까지 모두 60㎡다. 서울에 비해 지방이 도시 규모나 학생수가 적어서라고 볼 수도 있지만, 수도권인 경기 지역도 입시·검정고시·보습·진학상담학원이 60㎡, 외국어·고시학원은 90㎡, 대학편입학원은 60㎡이다.<br/><br/><br/><br/>학원 관계자들에 따르면 보습학원과 진학상담학원을 합하는 방법으로 입시학원을 운영하는 경우가 많기 때문에 편법을 모르는 이들만 피해를 보는 상황이 빚어지고 있다. 예를 들어 서울에서 입시학원(660㎡) 대신 주요 교과과정을 가르칠 수 있는 보습학원(70㎡)과 입시 컨설팅을 할 수 있는 진학상담학원(70㎡)을 합한 종합학원으로 신고하면 140㎡만 넘어도 입시학원 형태의 교육을 할 수 있다.<br/><br/><br/><br/>유현진 기자 cworange@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-725.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파 - 행정구역 다툼>“하이패스 시속 30㎞ 속도제한 상향 조정해야”  
날짜: 20140408  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140408100000155  
본문: 하이패스 차로에 붙어있는 시속 30㎞의 속도제한이 운전자들로부터 현실성 없는 교통 규제라는 지적이 나오고 있다. 교통안전을 위해서는 일정 부분 필요하다는 의견이지만 시속 30㎞의 기준이 너무 낮아 대다수의 운전자가 규정을 지키지 않고 있다는 주장이다. <br/><br/><br/><br/>8일 각종 운전자 동호회 등에 따르면 최근 정부의 규제개혁 움직임에 맞춰 하이패스 속도제한 규제를 개선해야 한다는 의견이 나오고 있다. 경남 창원에 거주하는 한 운전자는 “1주일에 1회 이상 중부내륙고속도로를 이용하는데 시속 80∼100㎞로 달리다가 하이패스 앞에서 갑자기 30㎞로 줄이고 다시 가속해야 하는 이상한 상황”이라며 “연료 절감에도 문제가 있고 차량 배기가스도 많아 환경적으로도 좋지 않아 규제를 개선해야 한다”고 말했다. 또 다른 운전자는 “정부가 안전사고를 방지하기 위해 속도를 정해놨다지만 이전 사고를 보면 속도 때문이 아니라 차단기로 인한 급정거가 많았다”면서 “현실성 없는 30㎞를 고집할 것이 아니라 제대로 단속하고 벌금을 물리려면 50㎞로 상향 조정해야 한다”고 주장했다. <br/><br/><br/><br/>현행 경찰청 고시에 따르면 고속도로 본선 요금소는 50m 전방, 나들목(IC) 요금소는 30m 전방에서 시속 30㎞로 감속해 하이패스 차로를 통과해야 한다. 규정을 어기면 위반 속도에 따라 벌점은 최대 60점, 범칙금은 3만∼12만 원을 내야 한다. 그러나 운전자의 대다수가 지키지 않고 있어 규제를 개선해야 한다는 것이 운전자들의 입장이다. 실제 경기개발연구원의 연구에 따르면 경기지역 7곳의 하이패스 차로 통과 평균 시속은 50㎞ 이상이었으며, 시속 30㎞를 준수하는 운전자는 3.83%에 불과했다. 앞서 2012년에 실시된 한국도로공사의 연구에도 운전자의 83%가 제한속도를 지키지 않는 것으로 조사됐다. 규정대로라면 모두 범칙금을 부과해야 하는 상황이다.<br/><br/><br/><br/>그러나 정부는 교통안전을 위해 속도제한이 필요하다고 주장하고 있다. 이는 만일의 사고에 대비하기 위해 최소한의 안전거리를 확보해야 한다는 것이다. 속도는 국토교통부와 경찰청이 협의를 통해 외국 사례(일본 : 20㎞/h, 프랑스 : 출발 후 정차)를 참고해 결정했다.<br/><br/><br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-726.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파 - 지나친 규제>“폐수, 먹는 물보다 더 깨끗이 정화하라”… 결국 공장 폐쇄  
날짜: 20140408  
기자: 강승현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140408100000147  
본문: “아무리 환경보전이 목적이라지만 공장폐수를 먹는 물보다 깨끗하게 만들라는 게 말이 됩니까. 현실과 동떨어진 ‘악성 규제’ 때문에 영세기업들만 죽어날 지경입니다.”<br/><br/><br/><br/>경기 이천시에서 식품 생산공장을 운영하고 있는 김모(46) 씨는 지난해 환경부로부터 공장을 폐쇄하라는 청천벽력 같은 통보를 받았다.<br/><br/><br/><br/>김 씨의 공장에서 수질을 오염시킬 수 있는 극소량의 특정수질유해물질이 검출됐다는 게 그 이유. 환경정책기본법에 따르면 한강, 금강, 낙동강, 영산강 등 4대강 수계지역에 있는 기업들은 폐수에서 환경부가 정한 특정수질유해물질이 검출될 경우 영업장을 폐쇄하도록 규정하고 있다. 특정수질유해물질이란 사람의 건강, 재산이나 동식물의 성장에 직접 또는 간접적으로 위해를 줄 우려가 있는 수질 오염물질로 환경부령으로 정해진다.<br/><br/><br/><br/>지난해 9월 5일 개정된 수질 및 수생태계 보전에 관한 법률 제4조에 따라 현재 구리, 납, 비소, 수은 등 28가지 물질이 특정수질유해물질로 지정돼 있다.<br/><br/><br/><br/>하지만 현행 법률은 공장 밖으로 나오는 방류수뿐 아니라 공장 안에 있는 원폐수에 대해서도 특정유해물질 검출 여부를 확인하고 있기 때문에 기업들에 큰 부담이 되고 있다. 4대강 수계지역은 경기도만 해도 이천시, 남양주시 등 7개 시군에 달한다. 실제 김 씨의 공장에서 배출된 유해물질은 극소량으로 마시는 물과 비슷한 수준이었지만, 환경부는 공정을 개선하지 않으면 공장을 폐쇄할 수밖에 없다는 엄포를 놓았다. 김 씨는 하는 수 없이 울며 겨자 먹기로 정화시설을 갖췄지만 매년 4억 원의 추가적인 비용부담을 떠안아야만 했다. <br/><br/><br/><br/>업계에선 정화하지 않은 원폐수에 적용되는 기준이 먹는 물보다 더 엄격한 것은 4대강 유역 기업들을 ‘환경오염 범죄자’로 내모는 과잉규제라고 지적한다. 먹는물관리법의 수질 환경기준에 따르면 구리와 그 화합물은 1㎎/ℓ, 디클로로메탄은 0.02㎎/ℓ, 1, 1-디클로로에틸렌은 0.03㎎/ℓ이하만 허용된다. 하지만 특별대책지역 내 배출 허용 기준은 ▲구리 0.002∼0.01㎎/ℓ▲디클로로메탄 0.001∼0.005㎎/ℓ▲1,1-디클로로에틸렌 0.001∼-0.005㎎/ℓ로 먹는 물보다 수십 배에서 100배가량 엄격하다. 업계 관계자는 “<span class='quot0'>정화하지 않은 원폐수에서 특정수질유해물질이 극미량으로도 검출되면 사업장 폐쇄까지 되는데, 이는 측정오차의 발생 가능성이나 자연상태에서의 특정수질물질 존재 등을 감안할 때 너무 가혹한 것</span>”이라고 지적했다.<br/><br/><br/><br/>8일 중소기업계에 따르면 4대강 수계지역에 입지해 있는 기업들은 이같이 도가 지나친 규제 때문에 부도 위기를 맞거나 해당 지역을 떠나고 있는 것으로 나타났다. 특히 정화시설을 갖출 만한 능력이 부족한 영세기업들은 규제로 입는 타격이 더욱 심각했다.<br/><br/><br/><br/>경기도의 한 식품업체 대표 이모(45) 씨는 최근 지방에 생산 공장을 추가로 건설했다. 환경부의 갑작스러운 단속으로 이곳 공장 문을 닫아야 할 수도 있기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>이 씨는 “<span class='quot1'>현행 기준대로라면 제조 중소기업 대부분이 적발될 수밖에 없다</span>”면서 “<span class='quot1'>생산 불능 사태를 대비해 부득이하게 추가로 공장을 지어야 했다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>그는 “<span class='quot1'>천연원료나 지하수에서 자연스럽게 유입되는 유해물질까지 먹는 물보다 깨끗하게 정화시키라고 하는 건 기업을 하지 말라는 것</span>”이라며 “<span class='quot1'>무엇보다 정화시설을 갖추기 어려운 중소기업들에 1급수에 가까운 폐수를 강요하는 건 사형선고나 마찬가지</span>”라며 분통을 터뜨렸다.<br/><br/><br/><br/>이같이 빗발치는 중소기업들의 항의에 환경부는 최근 수질 및 수생태계 보전에 관한 법률 고시(1990년 4월) 이전 입주기업에 대해선 28개 물질 검출에 대한 제한을 두지 않기로 했다.<br/><br/><br/><br/>하지만 고시 이전에 입주한 기업들은 대부분 대기업으로, 결국 대기업에 면제부만 마련해준 꼴이 됐다. 이천시의 경우 폐수를 배출하는 345개 기업 가운데 면제대상에 오르지 못한 253개 기업의 90% 이상이 영세기업인 것으로 확인됐다. 사정이 이렇다보니 이 일대 대부분의 중소기업은 언제 나올지 모르는 환경부의 불시 단속 때문에 불안에 떨고 있고 있는 실정이다.<br/><br/><br/><br/>환경부는 한강수계 지역이 국민들이 마시는 식수와 직결돼 있는 만큼 철저히 관리해야 한다는 입장이지만, 규제 지역을 따져보면 설득력이 떨어진다. 환경부의 설명대로라면 경기지역과 맞닿아 있는 섬강과 홍천강도 남한강 줄기에 속해 같은 규제를 받아야 하지만, 이 두 강은 강원도가 발원지라는 이유로 정작 규제에서 제외돼 있다.<br/><br/><br/><br/>경기도청 한 관계자는 “<span class='quot2'>환경부의 비논리적 규제 때문에 중소기업들이 점점 경기도를 떠나면서 기업들뿐만 아니라 주민들도 지쳐가고 있다</span>”면서 “<span class='quot2'>오죽하면 경기도에 속해 있는 지자체 주민들이 차라리 우리를 강원도에 흡수시켜 달라는 이야기까지 하겠느냐</span>”고 최근 분위기를 전했다.<br/><br/><br/><br/>강승현 기자 byhuman@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-727.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>“폐수, 먹는 물보다 더 깨끗이 정화하라”… 결국 공장 폐쇄  
날짜: 20140408  
기자: 강승현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140408100000132  
본문: “아무리 환경보전이 목적이라지만 공장폐수를 먹는 물보다 깨끗하게 만들라는 게 말이 됩니까. 현실과 동떨어진 ‘악성 규제’ 때문에 영세기업들만 죽어날 지경입니다.”<br/><br/><br/><br/>경기 이천시에서 식품 생산공장을 운영하고 있는 김모(46) 씨는 지난해 환경부로부터 공장을 폐쇄하라는 청천벽력 같은 통보를 받았다.<br/><br/><br/><br/>김 씨의 공장에서 수질을 오염시킬 수 있는 극소량의 특정수질유해물질이 검출됐다는 게 그 이유. 환경정책기본법에 따르면 한강, 금강, 낙동강, 영산강 등 4대강 수계지역에 있는 기업들은 폐수에서 환경부가 정한 특정수질유해물질이 검출될 경우 영업장을 폐쇄하도록 규정하고 있다. 특정수질유해물질이란 사람의 건강, 재산이나 동식물의 성장에 직접 또는 간접적으로 위해를 줄 우려가 있는 수질 오염물질로 환경부령으로 정해진다.<br/><br/><br/><br/>지난해 9월 5일 개정된 수질 및 수생태계 보전에 관한 법률 제4조에 따라 현재 구리, 납, 비소, 수은 등 28가지 물질이 특정수질유해물질로 지정돼 있다.<br/><br/><br/><br/>하지만 현행 법률은 공장 밖으로 나오는 방류수뿐 아니라 공장 안에 있는 원폐수에 대해서도 특정유해물질 검출 여부를 확인하고 있기 때문에 기업들에 큰 부담이 되고 있다. 4대강 수계지역은 경기도만 해도 이천시, 남양주시 등 7개 시군에 달한다. 실제 김 씨의 공장에서 배출된 유해물질은 극소량으로 마시는 물과 비슷한 수준이었지만, 환경부는 공정을 개선하지 않으면 공장을 폐쇄할 수밖에 없다는 엄포를 놓았다. 김 씨는 하는 수 없이 울며 겨자 먹기로 정화시설을 갖췄지만 매년 4억 원의 추가적인 비용부담을 떠안아야만 했다. <br/><br/><br/><br/>업계에선 정화하지 않은 원폐수에 적용되는 기준이 먹는 물보다 더 엄격한 것은 4대강 유역 기업들을 ‘환경오염 범죄자’로 내모는 과잉규제라고 지적한다. 먹는물관리법의 수질 환경기준에 따르면 구리와 그 화합물은 1㎎/ℓ, 디클로로메탄은 0.02㎎/ℓ, 1, 1-디클로로에틸렌은 0.03㎎/ℓ이하만 허용된다. 하지만 특별대책지역 내 배출 허용 기준은 ▲구리 0.002∼0.01㎎/ℓ▲디클로로메탄 0.001∼0.005㎎/ℓ▲1,1-디클로로에틸렌 0.001∼-0.005㎎/ℓ로 먹는 물보다 수십 배에서 100배가량 엄격하다. 업계 관계자는 “<span class='quot0'>정화하지 않은 원폐수에서 특정수질유해물질이 극미량으로도 검출되면 사업장 폐쇄까지 되는데, 이는 측정오차의 발생 가능성이나 자연상태에서의 특정수질물질 존재 등을 감안할 때 너무 가혹한 것</span>”이라고 지적했다.<br/><br/><br/><br/>8일 중소기업계에 따르면 4대강 수계지역에 입지해 있는 기업들은 이같이 도가 지나친 규제 때문에 부도 위기를 맞거나 해당 지역을 떠나고 있는 것으로 나타났다. 특히 정화시설을 갖출 만한 능력이 부족한 영세기업들은 규제로 입는 타격이 더욱 심각했다.<br/><br/><br/><br/>경기도의 한 식품업체 대표 이모(45) 씨는 최근 지방에 생산 공장을 추가로 건설했다. 환경부의 갑작스러운 단속으로 이곳 공장 문을 닫아야 할 수도 있기 때문이다.<br/><br/><br/><br/>이 씨는 “<span class='quot1'>현행 기준대로라면 제조 중소기업 대부분이 적발될 수밖에 없다</span>”면서 “<span class='quot1'>생산 불능 사태를 대비해 부득이하게 추가로 공장을 지어야 했다</span>”고 말했다.<br/><br/><br/><br/>그는 “<span class='quot1'>천연원료나 지하수에서 자연스럽게 유입되는 유해물질까지 먹는 물보다 깨끗하게 정화시키라고 하는 건 기업을 하지 말라는 것</span>”이라며 “<span class='quot1'>무엇보다 정화시설을 갖추기 어려운 중소기업들에 1급수에 가까운 폐수를 강요하는 건 사형선고나 마찬가지</span>”라며 분통을 터뜨렸다.<br/><br/><br/><br/>이같이 빗발치는 중소기업들의 항의에 환경부는 최근 수질 및 수생태계 보전에 관한 법률 고시(1990년 4월) 이전 입주기업에 대해선 28개 물질 검출에 대한 제한을 두지 않기로 했다.<br/><br/><br/><br/>하지만 고시 이전에 입주한 기업들은 대부분 대기업으로, 결국 대기업에 면제부만 마련해준 꼴이 됐다. 이천시의 경우 폐수를 배출하는 345개 기업 가운데 면제대상에 오르지 못한 253개 기업의 90% 이상이 영세기업인 것으로 확인됐다. 사정이 이렇다보니 이 일대 대부분의 중소기업은 언제 나올지 모르는 환경부의 불시 단속 때문에 불안에 떨고 있고 있는 실정이다.<br/><br/><br/><br/>환경부는 한강수계 지역이 국민들이 마시는 식수와 직결돼 있는 만큼 철저히 관리해야 한다는 입장이지만, 규제 지역을 따져보면 설득력이 떨어진다. 환경부의 설명대로라면 경기지역과 맞닿아 있는 섬강과 홍천강도 남한강 줄기에 속해 같은 규제를 받아야 하지만, 이 두 강은 강원도가 발원지라는 이유로 정작 규제에서 제외돼 있다.<br/><br/><br/><br/>경기도청 한 관계자는 “<span class='quot2'>환경부의 비논리적 규제 때문에 중소기업들이 점점 경기도를 떠나면서 기업들뿐만 아니라 주민들도 지쳐가고 있다</span>”면서 “<span class='quot2'>오죽하면 경기도에 속해 있는 지자체 주민들이 차라리 우리를 강원도에 흡수시켜 달라는 이야기까지 하겠느냐</span>”고 최근 분위기를 전했다.<br/><br/><br/><br/>강승현 기자 byhuman@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-728.txt

제목: 母情, 역시 강했다… 항암치료 중단 출산후 숨져  
날짜: 20140404  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140404100000052  
본문: 암 치료를 거부한 채 아이를 낳고 세상을 떠난 미국 여성의 모정이 세계를 감동시키고 있다고 ABC방송이 3일 보도했다. 보도에 따르면, 항암치료로 인해 불임상태에 있었던 엘리자베스 조이스(36)는 지난해 여름 아이를 가졌다. 그러나 임신 한 달 만에 허리에 암이 재발했고 다시 수술을 받아야 했다. 종양은 제거했지만 수술 후 암의 전이 여부를 판별하기 위해선 아이를 지워야 했다. 조이스는 결국 아이의 생명을 택하기로 하고 암 치료를 중단키로 결정했다. <br/><br/>이후 조이스는 폐에도 종양이 생겨 숨쉬기조차 힘겨웠지만 아기를 지키기 위해 고통을 감수했고, 출산 예정일을 두 달 앞두고 인공분만을 통해 딸 릴리를 낳았다. 그러나 이미 암이 심장과 뼈에 전이된 상황이었고 출산 6주 만에 조이스는 딸을 안은 남편의 곁에서 영면에 들었다고 외신은 전했다. <br/><br/>김다영 기자<br/><br/> dayoung817@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-729.txt

제목: <그림이 있는 골프에세이>“골프카 No”… 걸어서 운동하자  
날짜: 20140404  
기자: 최명식  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140404100000127  
본문: 골프가 왜 좋은가라고 물으면 대부분의 골퍼들은 “<span class='quot0'>자연 속을 걸으며 운동할 수 있어서</span>”라는 답을 많이 한다. 그만큼 걷는 것은 우리의 신체와 정신을 강화시켜준다. 하지만 최근 들어 골프장에서 걷지 않고 골프카를 타려는 골퍼가 늘고 있다. 이유는 ‘쉼없이 돌아가는 경쟁사회 속에 내던져지다보니 힘이 들어서’라고 말한다. 하지만 골프카를 타는 것은 오히려 더 쉽게 피곤해지고 의욕을 상실하게 만든다.<br/><br/>걷는 것은 운동의 기초 동작이다. 긴장돼 있는 몸을 릴랙스하게 해 준다. 이뿐만 아니라 성기능까지 강화시켜 준다. 이는 의학적으로도 규명돼 있다. 발을 움직이는 신경과 남자 심벌은 같은 자율신경과 반사기능 하에 있다. 따라서 발을 강화시키는 것은 곧 정력을 강화시키는 것이다. 어디 그뿐인가. 걷는 것은 몸의 혈행을 좋게 해줘 나이가 들어서도 성기능을 저하시키지 않는다. 여성도 마찬가지다. 옛 사료를 보면 불임 여성은 여행을 하거나 산사를 찾아 100일 치성을 드리게 했다. 많이 걸으면 임신이 잘 됐기 때문이다. 많이 걸으면 긴장된 몸이 편하게 이완된다. 좋은 공기를 마시며 걷는 것은 암도 예방될 뿐더러 몸의 안정감을 가져와 임신율을 그만큼 높일 수 있다.<br/><br/>이 모든 것이 걸음으로써 생성되는 다양한 신체적인 변화 때문이다. 걷게 되면 심장이 두근거려 대량의 혈액을 흘려 보내고 폐는 더 많은 산소를 흡수한다. 이 시대를 살고 있는 현대인들 특히 남자들은 정력제라면 사족을 못 쓴다. 이는 그만큼 건강하지 못하다는 방증이다.<br/><br/>정력에 관한 유머를 보자. 80대 노인이 골프를 치다가 어렵게 구한 비아그라를 친구에게 자랑했다. 그러다가 그만 손에 힘이 빠져 비아그라를 카트 도로에 떨어뜨렸다. 비아그라는 비탈 카트 도로를 따라 또르르 굴러 내려갔다. 노인이 급히 주우려고 쫓아갔지만 그만 참새가 물고 가버렸다. 소나무에 앉은 참새가 웃으며 한마디 했다. “<span class='quot1'>오늘 밤 독수리 다 죽었어!</span>”<br/><br/>사람이나 동물이나 건강해야 사랑 받을 수 있다. 그런데도 왜 많은 골퍼들은 걸으려 하지 않는 것일까. 내일부터 골프장에 간다면 되도록 걸어서 운동을 하자. 건강한 나를 위해, 건강한 사랑을 위해 그리고 건강한 내일을 위해서 말이다.<br/><br/>이종현 시인(레저신문 편집국장)

언론사: 문화일보-1-730.txt

제목: <그림이 있는 골프에세이>“골프카 No”… 걸어서 운동하자  
날짜: 20140404  
기자: 최명식  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140404100000180  
본문: 골프가 왜 좋은가라고 물으면 대부분의 골퍼들은 “<span class='quot0'>자연 속을 걸으며 운동할 수 있어서</span>”라는 답을 많이 한다. 그만큼 걷는 것은 우리의 신체와 정신을 강화시켜준다. 하지만 최근 들어 골프장에서 걷지 않고 골프카를 타려는 골퍼가 늘고 있다. 이유는 ‘쉼없이 돌아가는 경쟁사회 속에 내던져지다보니 힘이 들어서’라고 말한다. 하지만 골프카를 타는 것은 오히려 더 쉽게 피곤해지고 의욕을 상실하게 만든다.<br/><br/>걷는 것은 운동의 기초 동작이다. 긴장돼 있는 몸을 릴랙스하게 해 준다. 이뿐만 아니라 성기능까지 강화시켜 준다. 이는 의학적으로도 규명돼 있다. 발을 움직이는 신경과 남자 심벌은 같은 자율신경과 반사기능 하에 있다. 따라서 발을 강화시키는 것은 곧 정력을 강화시키는 것이다. 어디 그뿐인가. 걷는 것은 몸의 혈행을 좋게 해줘 나이가 들어서도 성기능을 저하시키지 않는다. 여성도 마찬가지다. 옛 사료를 보면 불임 여성은 여행을 하거나 산사를 찾아 100일 치성을 드리게 했다. 많이 걸으면 임신이 잘 됐기 때문이다. 많이 걸으면 긴장된 몸이 편하게 이완된다. 좋은 공기를 마시며 걷는 것은 암도 예방될 뿐더러 몸의 안정감을 가져와 임신율을 그만큼 높일 수 있다.<br/><br/>이 모든 것이 걸음으로써 생성되는 다양한 신체적인 변화 때문이다. 걷게 되면 심장이 두근거려 대량의 혈액을 흘려 보내고 폐는 더 많은 산소를 흡수한다. 이 시대를 살고 있는 현대인들 특히 남자들은 정력제라면 사족을 못 쓴다. 이는 그만큼 건강하지 못하다는 방증이다.<br/><br/>정력에 관한 유머를 보자. 80대 노인이 골프를 치다가 어렵게 구한 비아그라를 친구에게 자랑했다. 그러다가 그만 손에 힘이 빠져 비아그라를 카트 도로에 떨어뜨렸다. 비아그라는 비탈 카트 도로를 따라 또르르 굴러 내려갔다. 노인이 급히 주우려고 쫓아갔지만 그만 참새가 물고 가버렸다. 소나무에 앉은 참새가 웃으며 한마디 했다. “<span class='quot1'>오늘 밤 독수리 다 죽었어!</span>”<br/><br/>사람이나 동물이나 건강해야 사랑 받을 수 있다. 그런데도 왜 많은 골퍼들은 걸으려 하지 않는 것일까. 내일부터 골프장에 간다면 되도록 걸어서 운동을 하자. 건강한 나를 위해, 건강한 사랑을 위해 그리고 건강한 내일을 위해서 말이다.<br/><br/>이종현 시인(레저신문 편집국장)

언론사: 문화일보-1-731.txt

제목: 고사리가 발암식물?… 우리 주변에 숨은 독초이야기  
날짜: 20140404  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140404100000126  
본문: 독을 품은 식물이야기 / 김원학·임경수·손창환 지음 / 문학동네<br/><br/>우리 땅에서 볼 수 있는 독초(毒草)에 대한 정확하고도 상세한 정보가 담긴 책. 환경단체에 몸담은 전직 기자 출신과 중독학, 독성학을 전문 분야로 삼은 두 명의 응급의학과 의사가 의기투합해서 함께 썼다. 저자는 머리글에서 이 책의 출간 이유를 ‘독초 오용으로 인한 희생자를 줄이기 위해서’라고 밝히고 있지만, 책은 단순한 독초의 종류와 사진 등을 담은 도감의 수준을 훌쩍 넘어선다. 책에는 독성 정보는 물론이고, 역사 이야기부터 과학 지식에 이르기까지 독초에 얽힌 다양한 이야기들이 촘촘히 담겨 있다. <br/><br/>독초라면 그저 독버섯부터 떠올리는 정도라면 이 책이 독초의 범주로 분류하는 식물군은 놀라울 정도다. 책의 첫머리에 등장하는 독초는 다름 아닌 감자. 감자가 처음 유럽에 전해질 무렵 한센병과 연관됐다는 소문이 퍼졌다. 감자가 열병을 일으킨다는 주장도 있었고, 심지어 만지기만 해도 병을 얻는다고 믿는 이들도 있었다. <br/><br/>감자에 대한 이런 믿음이 전적으로 근거가 없었던 건 아니었다. 감자의 초록 부분이나 줄기, 어린 잎, 새싹 등에는 운동중추 마비와 적혈구 파괴를 유발하는 독성이 있다. <br/><br/>특히 외부물질로부터 식물을 보호하는 역할을 하는 물질의 독성은 사용이 금지된 합성살충제만큼이나 강하다. 실제로 식물 중에서 감자 중독사고는 버섯 다음으로 많을 정도다. 그럼에도 저자는 “<span class='quot0'>감자를 안심하고 먹어도 된다</span>”고 설명한다. 감자는 분명 독초지만 독성이 미처 합성되지 않은 신선한 상태의 것을 선별해 조리한다면 전혀 문제될 게 없다는 얘기다. <br/><br/>독초에는 묵나물로 즐겨 먹는 고사리도 포함된다. 고전 의서(醫書)에는 ‘양기가 소모된다’거나 ‘오래 먹으면 눈이 어두워지고 머리가 빠진다’는 등 고사리의 유해성을 경고하는 대목이 적지 않다. 일찌감치 유럽에서는 생고사리를 뜯어먹은 방목 가축들이 다양한 질병에 시달리게 된다는 것을 알고 있었다. 고사리의 독성은 실험실에서도 확인됐다. 실제로 고사리가 섞인 사료를 먹은 흰쥐는 거의 모두 악성종양 발생으로 죽었다. 고사리를 먹은 암소의 우유에서 발암물질이 나온다는 연구도 있었다. <br/><br/>그럼에도 우리가 고사리를 별 염려 없이 먹을 수 있는 것은 익혀 먹으면 고사리의 독성이 크게 줄어드는 데다 소금물에 삶으면 암의 매개 기능이 90%나 감소되기 때문이란다. <br/><br/>이처럼 책은 독성을 품은 식용식물부터 꽃이 화려한 독초, 약초가 되는 독초 등에 이르기까지 두루 살핀다. 또 담배 등 유용작물이 품고 있는 치명적 독성과 주변에서 흔전만전하게 볼 수 있어 무심코 오용하기 쉬운 독초 종류에 대해서도 자세하게 설명한다. <br/><br/>독초를 중심으로 이야기를 풀어가면서 그릇된 상식으로 독초를 복용했다가 간 손상 등 심각한 피해를 입은 사례 등도 소개하고 잘못 알려진 정보의 위험성을 경고하기도 한다. <br/><br/>책에서 다룬 독초의 꽃과 열매의 컬러 사진을 빠짐없이 싣고 있어 실제 독초 구별에 적잖은 도움을 받을 수 있다는 점에서도 그렇지만, 이 같은 ‘실전 활용’의 기대 없이도 식물사와 독성학, 역사와 과학, 의학이 흥미롭게 교차하면서 풀어가는 흥미진진한 이야기만으로도 일독을 권할 만하다.<br/><br/>박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-732.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>기업들 공장건축시 ‘중복규제 불만’… 왜?  
날짜: 20140403  
기자: 강승현  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140403100000132  
본문: “당장 하루가 시급한데 똑같은 평가를 두 번이나 받으라니 공장을 짓지 말란 소리와 뭐가 다릅니까. 평가 결과만 기다리다가 사업을 포기한 기업도 많습니다.”<br/><br/>환경부가 난개발과 자연훼손 방지를 이유로 공장 설립 허가에 대한 절차를 대폭 강화하고 나섰지만 불필요한 ‘중복 규제’ 때문에 기업들만 피해를 보는 사례가 속출하고 있다.<br/><br/>3일 관련업계에 따르면 현행 ‘환경영향평가서 등에 관한 협의업무 처리규정’은 3만㎡ 이상의 지구단위계획 부지에 대해선 ‘전략환경영향평가’를 받도록 하고 있다. 환경영향평가란 해당 사업이 환경에 미치는 영향을 미리 평가해 사업계획을 보완함으로써 환경 피해를 최소화하기 위한 절차다.<br/><br/>기업들이 볼멘소리를 내는 건 평가 자체가 아니라 불필요한 ‘중복평가’ 때문이다. 관련법에 따르면 기업이 환경부의 평가를 받기 위해선 자치단체 소속 ‘평가협의회’의 심의를 우선적으로 통과해야 한다. 교수 등 외부 전문가 10명 남짓으로 구성된 이 협의회는 업체가 제출한 자료를 검토해 평가서 초안을 작성하고 공청회 등을 통해 주민 의견을 수렴한다. <br/><br/>협의회는 이 과정에서 업체가 환경영향평가를 받기 위해 집중적으로 검토해야 할 부분을 해당 업체에 통보하는데, 보통 이 절차를 거치는 데만 한 달가량 소요된다. 한마디로 환경부의 평가를 받기 위한 ‘자격’을 얻기 위해 한 달가량을 손 놓고 있어야 한다는 이야기다.<br/><br/>비슷한 내용의 평가를 두 번이나 받으며 최소 두 달 이상을 개점휴업 상태로 기다려야 하는 기업 입장에선 속이 탈 수밖에 없다. <br/><br/>경기도의 한 시에서 중소기업을 운영하는 정모(48) 씨는 “<span class='quot0'>공장 설립 기간이 길어지면 늘어나는 건 은행 빚뿐</span>”이라면서 “<span class='quot0'>결국 중요한 건 환경부의 최종 평가인데 왜 불필요한 협의회 평가를 거쳐야 하는지 도무지 이유를 모르겠다</span>”며 답답한 심정을 내비쳤다. 업계에 따르면 실제 지난해 4월 실시한 한 도시개발사업의 경우 전략환경영향평가에만 약 5개월이 소요된 것으로 확인됐다. <br/><br/>정 씨는 “<span class='quot1'>평가 기간을 한 달만 줄여도 기업당 수천만 원의 손해를 줄일 수 있다</span>”면서 “<span class='quot1'>협의회 대신 입지조건별 중점 검토사항을 매뉴얼로 만들고 환경부 심사 전에 자체 검토하게 하면 훨씬 더 효율적일 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>이에 대해 환경부는 “<span class='quot2'>공장마다 입지 환경이 다르기 때문에 두 번의 평가과정을 거치는 것</span>”이라면서 절차 개선에 대해 부정적인 반응을 보였다. <br/><br/>강승현 기자 byhuman@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-733.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>과일 포장재 단계적 감축制 폐지… 환경규제 75% 2016년까지 일몰제  
날짜: 20140403  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140403100000161  
본문: 정부가 올해 안으로 기존에 있던 환경규제를 10% 줄이고, 2016년까지 75%가량의 환경규제에 일몰제를 적용하기로 했다. 환경부는 3일 오전 서울 중구 한국프레스센터에서 정부·산업계·학계 관계자 등이 모인 가운데 제1차 환경규제개혁회의를 열고, 이 같은 내용을 담은 규제개혁 추진방안을 발표했다.<br/><br/>추진방안에 따르면 환경부는 우선 미생물 제조업종의 농어촌지역 입주를 허용하기로 했다. 미생물 제조 사업장은 오염물질 발생량이 적지만 현재 입주제한 규정에 막혀 농공단지에 들어가지 못하고 있기 때문이다. 합성수지 포장재를 쓰는 사과, 배 등의 생산·제조자가 연차별로 포장재 이용을 줄여야 하는 규제도 없애기로 했다. 관련 포장재가 90% 이상 재활용되는 현실에서 과도한 조치라는 판단에서다. <br/><br/>이와 함께 환경부는 폐기물 재활용 용도와 방법을 53가지로 한정한 네거티브 방식의 규제를 포지티브 방식으로 전환하고, 먹는 물보다 강한 원폐수 유해물질 검출기준을 완화하는 방안을 추진할 계획이다. 통합환경관리제, 화학사고 예방체계 구축 등 규제방식 전환 계획도 추진방안에 담았다.<br/><br/>환경부는 이 같은 규제개혁을 통해 기존에 있던 환경규제를 10% 줄이고, 2016년까지 전체 환경규제의 75%에 일몰제를 적용한다는 방침이다. 환경부의 등록 규제 건수는 849건으로, 정부부처 가운데 7번째로 많은 수준이다. 환경부는 지속적으로 산업계와 유관협회와 소통하기 위해 장관 주재의 환경규제개혁회의를 분기마다, 차관 주재의 민·관규제개혁협의회를 수시로 열기로 했다. <br/><br/>또 행정규칙 등에 숨어있는 미등록 규제는 원칙적으로 폐지하되 필요시에는 앞서 발족한 환경규제개혁추진단에서 즉결심판을 열어 존폐를 결정할 계획이다. 적극적으로 규제개혁을 수행한 소속 공무원과 기관은 성과평가에서 가산점을 부여하거나 감사에서 면책하는 방안도 고려하고 있다.<br/><br/>윤성규 환경부 장관은 “<span class='quot0'>기업 경영과 투자 활성화에 걸림돌이 되는 환경규제를 발굴하고 신속하게 해결해 환경과 경제가 생생할 수 있도록 하겠다</span>”고 말했다.<br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-734.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>과일 포장재 단계적 감축制 폐지… 환경규제 75% 2016년까지 일몰제  
날짜: 20140403  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140403100000143  
본문: 정부가 올해 안으로 기존에 있던 환경규제를 10% 줄이고, 2016년까지 75%가량의 환경규제에 일몰제를 적용하기로 했다. 환경부는 3일 오전 서울 중구 한국프레스센터에서 정부·산업계·학계 관계자 등이 모인 가운데 제1차 환경규제개혁회의를 열고, 이 같은 내용을 담은 규제개혁 추진방안을 발표했다.<br/><br/>추진방안에 따르면 환경부는 우선 미생물 제조업종의 농어촌지역 입주를 허용하기로 했다. 미생물 제조 사업장은 오염물질 발생량이 적지만 현재 입주제한 규정에 막혀 농공단지에 들어가지 못하고 있기 때문이다. 합성수지 포장재를 쓰는 사과, 배 등의 생산·제조자가 연차별로 포장재 이용을 줄여야 하는 규제도 없애기로 했다. 관련 포장재가 90% 이상 재활용되는 현실에서 과도한 조치라는 판단에서다. <br/><br/>이와 함께 환경부는 폐기물 재활용 용도와 방법을 53가지로 한정한 네거티브 방식의 규제를 포지티브 방식으로 전환하고, 먹는 물보다 강한 원폐수 유해물질 검출기준을 완화하는 방안을 추진할 계획이다. 통합환경관리제, 화학사고 예방체계 구축 등 규제방식 전환 계획도 추진방안에 담았다.<br/><br/>환경부는 이 같은 규제개혁을 통해 기존에 있던 환경규제를 10% 줄이고, 2016년까지 전체 환경규제의 75%에 일몰제를 적용한다는 방침이다. 환경부의 등록 규제 건수는 849건으로, 정부부처 가운데 7번째로 많은 수준이다. 환경부는 지속적으로 산업계와 유관협회와 소통하기 위해 장관 주재의 환경규제개혁회의를 분기마다, 차관 주재의 민·관규제개혁협의회를 수시로 열기로 했다. <br/><br/>또 행정규칙 등에 숨어있는 미등록 규제는 원칙적으로 폐지하되 필요시에는 앞서 발족한 환경규제개혁추진단에서 즉결심판을 열어 존폐를 결정할 계획이다. 적극적으로 규제개혁을 수행한 소속 공무원과 기관은 성과평가에서 가산점을 부여하거나 감사에서 면책하는 방안도 고려하고 있다.<br/><br/>윤성규 환경부 장관은 “<span class='quot0'>기업 경영과 투자 활성화에 걸림돌이 되는 환경규제를 발굴하고 신속하게 해결해 환경과 경제가 생생할 수 있도록 하겠다</span>”고 말했다.<br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-735.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>교통난 해소用 전기자전거, 수개월째 ‘스톱’  
날짜: 20140403  
기자: 이후연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140403100000136  
본문: “<span class='quot0'>아, 이건 거의 장식품이에요.</span>” <br/><br/>지난 3월 28일 서울 금천구 지하철 1호선 가산디지털단지역 5번 출구 앞에서 만난 환경미화원 이모(45) 씨는 역 앞에 즐비한 전기자전거들을 가리키며 이같이 말했다. 그는 “<span class='quot0'>종종 시민들이 ‘어떻게 이용하는 거냐’고 묻는데 항상 ‘운행하지 않는다’고 답한다</span>”며 “<span class='quot0'>가끔 청소를 하면서 쌓인 먼지를 털어내기도 하지만 계속 방치된 탓에 이미 곳곳에 묵은 때가 끼기 시작했다</span>”고 말했다.<br/><br/>금천구 일대의 교통난 해소를 위해 도입된 수십 대의 전기자전거가 불필요한 규제 탓에 수개월째 흉물로 방치되고 있다. <br/><br/>3일 금천구 등에 따르면 가산디지털단지 일대는 최근 10년간 각종 아웃렛(상설 할인매장)과 유통업체, 공장 등이 들어오면서 비약적으로 발전하고 있다. 하지만 도로 정비가 이뤄지지 않은 상태에서 대형 건물들이 들어서고 물류 공급을 위해 대형 트럭 등이 다수 운행되면서 만성적인 교통체증을 빚고 있다.<br/><br/>이 때문에 인근 지역 기업인들은 지난 2012년 교통환경 개선을 위해 ‘녹색산업도시 추진위원회’(이하 위원회)를 만들고 전기자전거 도입을 결정했다. 당시 위원회는 전기자전거가 도입되면 단지 내에서 근무하는 근로자들이 빠르고 편리하게 이동할 수 있어 교통난 해소에 크게 기여할 것으로 내다봤다. <br/><br/>취지에 공감한 기업은행이 대당 100만 원 가량의 전기자전거 50대를 선뜻 기부했다. 이 가운데 4대는 금천구청에서 업무용으로 쓰고, 나머지는 지난해 9월 일반 시민들이 이용할 수 있도록 가산디지털단지역과 독산역 주변에 각각 22대와 24대를 배치했다.<br/><br/>그러나 전기자전거가 배치된 뒤 수개월이 지난 지금까지 해당 전기자전거는 제대로 운행된 적이 없다. 현행법상 모터가 달린 전기자전거는 스쿠터와 같은 이륜자동차로 분류돼 자동차나 원동기 운전면허가 있어야만 탈 수 있다. 또 전기자전거는 자전거전용도로를 통행할 수 없다. <br/><br/>전기자전거는 속도가 다소 빠르지만 사고 방지를 위해 시속 25㎞ 이상이면 자동으로 멈추는 등 이용 시 일반 자전거와 큰 차이가 없다. 하지만 전기자전거를 일반 자전거처럼 운전면허 없이 탈 수 있도록 하는 내용의 ‘자전거 이용 활성화에 관한 법률 개정안’은 계속 국회에 계류 중이다. 또 전기자전거는 자전거보험에 가입할 수 없어 사고발생 시 피해보상 문제가 발생할 수 있다는 점도 운영을 지연시키고 있는 원인이다. <br/><br/>이후연 기자 leewho@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-736.txt

제목: “후쿠시마 피폭 주민 發癌 증가 확인안돼”  
날짜: 20140402  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140402100000031  
본문: 일본 후쿠시마(福島) 원자력발전소 사고가 피폭 주민들의 암 발병률에 영향을 미치지 않았다는 유엔의 조사 결과가 나왔다.<br/><br/>2일 아사히(朝日)신문에 따르면 유엔 과학위원회는 이날 발표하는 조사 보고서에서 “<span class='quot0'>사고 이후 후쿠시마현민의 암 발병률 증가를 확인할 수 없다</span>”고 평가했다. 사고 당시 원전 반경 30㎞ 이내에 있었던 1세 유아의 경우에는 갑상선암 발병이 증가했을 가능성이 있지만, 자료 부족으로 결론을 내기 어렵다고 판단했다.<br/><br/>유엔 과학위는 사고 후 1년간 후쿠시마 주민들의 인체 피폭선량은 성인의 경우 1∼10밀리시버트(ｍ㏜), 1세 유아는 최대 20ｍ㏜로 추산했다. 성인과 유아 모두 암 발병 위험이 높아지는 피폭선량 100ｍ㏜를 크게 밑도는 수치다. 학계에서는 피폭선량이 100ｍ㏜ 미만일 경우 암과의 관련성을 밝히기 어렵다고 보고 있다.<br/><br/>보고서는 피폭 피해를 입지 않은 일반적인 일본인이 평생 동안 암에 걸릴 확률이 35%라는 점을 지적하면서 “후쿠시마현 주민들 사이에서 피폭으로 암 발병이 늘었다고 해도 그 증가폭이 (일반적인 발병 확률인) 35%와 비교하면 매우 작기 때문에 통계적으로 확인할 수 없다”고 설명했다.<br/><br/>사고 당시 후쿠시마 원전 인근 20∼30㎞ 내에 있었던 1세 유아의 경우는 갑상선 피폭선량이 47∼83ｍ㏜로 추산돼 갑상선암 발병 위험이 있는 것으로 지적됐다. 그러나 80ｍ㏜ 수준의 고선량 피폭 유아가 많지 않아 위험성 여부에 대해 결론을 내기 어렵다고 밝혔다. 민간단체 조사 등에서 후쿠시마현 어린이·청소년의 갑상선암 의심 사례가 증가한 것과 관련해서는 “대다수는 원전사고로 인한 피폭과는 관계가 없다”고 판단했다.<br/><br/>유엔 과학위 보고서는 원전 사고와 관련한 가장 공신력 있는 보고서로 꼽힌다. 유엔 과학위는 일본 정부의 자료와 세계 각국 연구진의 논문 등을 바탕으로 후쿠시마현 내외 주민의 피폭 선량을 추정하고 건강에 미치는 영향을 검토하는 방식으로 이번 보고서를 작성했다.<br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-737.txt

제목: <힐링푸드>비타민B2 풍부한 ‘녹색 푸드’… 염증완화에 ‘굿’  
날짜: 20140402  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140402100000184  
본문: 시금치… 엽산 많아 우울증돚치매 등 막아줘<br/>브로콜리… 노화방지돚피부탄력 비타민E 가득<br/>완두콩… 레시틴성분은 소아 두뇌 발달 도움<br/><br/>구순염은 세균에 감염된 경우를 제외하면 대부분 비타민B2의 결핍으로 나타나는 현상이다.<br/><br/>모든 비타민은 신진대사에 중요한 효소 역할을 하지만 특히 비타민B2는 수용성 비타민으로 신체의 성장과 재생산에 중요한 역할을 한다. 피부와 손발톱, 머리카락의 건강을 지켜주며, 혀와 입안, 입술 등이 헐었을 때도 비타민B2가 긍정적으로 작용한다. 채소 중에서도 특히 비타민B2를 풍부하게 지닌 것으로 알려진 시금치와 브로콜리, 완두콩의 주요 성분과 효능을 알아봤다.<br/><br/><br/><br/>#시금치 = 요즘 시장에 나오는 채소 중에 시금치만큼 저렴하면서도 건강에 유익한 식품도 드물다. 한 단에 1000∼2000원밖에 안 하는데 한 단만 사다 데쳐서 무쳐내면 한 가족 한 끼 반찬으로 충분하다. <br/><br/>우선 시금치에는 각종 비타민이 풍부하다. 비타민A의 전구체인 베타카로틴(3640㎍), 비타민B1(0.12㎎), 비타민B2(0.34㎎), 니아신(0.5㎎), 비타민B6(0.09㎎), 비타민C(60㎎) 등 활성산소 축적을 억제해 주는 각종 비타민을 많이 함유하고 있다. 그중에서 구순염에 좋은 것이 비타민B2다. <br/><br/>또 시금치에는 196.2㎍의 엽산이 들어 있다. 엽산은 두뇌비타민으로 부족하면 우울증뿐 아니라 기억력에 문제가 생기고, 알츠하이머병과 치매 위험도도 높아지게 된다. 또 엽산은 혈액 속에 호모시스테인 함량도 낮춰줘 심혈관계 질환에도 좋은 것으로 알려져 있다. 시금치의 미네랄 성분 중 눈길을 끄는 것은 칼륨. 칼륨은 체내 나트륨 배출을 돕고 이뇨작용을 원활하게 해 체내 노폐물을 제거해준다. <br/><br/>#브로콜리 = 미국 타임지가 선정한 ‘10대 슈퍼푸드’ 중 하나인 브로콜리에도 구순염 예방과 개선에 유익한 비타민B2가 많이 들어 있다. 브로콜리 100g당 비타민B2 함량이 0.26㎎이다. 또 피부 항산화 효능이 뛰어난 비타민C도 98㎎ 들어 있다. 비타민E 함량 역시 100g당 2.5㎎으로 비교적 높다. 비타민E는 노화를 방지하고 피부에 생기를 불어넣는 영양소로 유명하다. <br/><br/>특히 브로콜리는 최근 항암효능에 대한 연구가 계속 진행되며 한층 더 주목을 받고 있다. 미국의 한 대학에서 연구한 결과 브로콜리에 들어 있는 화합물이 종양의 성장을 60% 예방했을 뿐 아니라 이미 성장한 종양의 크기도 75% 감소시키는 것으로 나타났다. 브로콜리의 이 같은 효능은 황화합물인 설포라판 때문인 것으로 학계에는 알려져 있다. 설포라판은 위암, 유방암 같은 암의 발생을 억제하는 효과가 있다고 한다. 또 브로콜리 속 설포라판은 당뇨병이나 심혈관 질환을 앓는 사람에게 도움이 된다는 주장도 있다. <br/><br/><br/><br/>#완두콩 = 고소한 맛으로 인해 밥을 지을 때 많이 넣는 완두콩 역시 비타민B2 성분을 풍부하게 함유하고 있다. 100g당 0.13㎎의 비타민B2가 들어 있다. <br/><br/>이 같은 비타민 성분 외에 완두콩에서 눈길을 끄는 성분은 레시틴이다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 소아의 두뇌 발달에 도움을 준다. 사포닌, 이소플라본 등의 성분도 완두콩에 들어 있으며 이러한 성분은 혈액순환에 유익하게 작용한다. <br/><br/>또 한 가지 완두콩에서 주목해야 할 성분은 인체에 유익한 각종 아미노산이다. 완두콩에는 이소류신, 류신, 라이신, 메티오닌, 페닐알라닌, 트레오닌, 발린 등의 필수아미노산이 풍부하게 들어 있다. 정력에 좋다는 아르기닌도 100g당 708㎎ 들어 있다. <br/><br/>이와 함께 완두콩에 풍부한 식이섬유는 변비를 해소하고 대장암 예방에 효과적이며 콜레스테롤 수치를 낮추고 소화를 돕는다. 완두콩 100g에는 모두 6.8g의 식이섬유가 들어 있다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-738.txt

제목: <힐링푸드>비타민B2 풍부한 ‘녹색 푸드’… 염증완화에 ‘굿’  
날짜: 20140402  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140402100000111  
본문: 시금치… 엽산 많아 우울증돚치매 등 막아줘<br/>브로콜리… 노화방지돚피부탄력 비타민E 가득<br/>완두콩… 레시틴성분은 소아 두뇌 발달 도움<br/><br/>구순염은 세균에 감염된 경우를 제외하면 대부분 비타민B2의 결핍으로 나타나는 현상이다.<br/><br/>모든 비타민은 신진대사에 중요한 효소 역할을 하지만 특히 비타민B2는 수용성 비타민으로 신체의 성장과 재생산에 중요한 역할을 한다. 피부와 손발톱, 머리카락의 건강을 지켜주며, 혀와 입안, 입술 등이 헐었을 때도 비타민B2가 긍정적으로 작용한다. 채소 중에서도 특히 비타민B2를 풍부하게 지닌 것으로 알려진 시금치와 브로콜리, 완두콩의 주요 성분과 효능을 알아봤다.<br/><br/><br/><br/>#시금치 = 요즘 시장에 나오는 채소 중에 시금치만큼 저렴하면서도 건강에 유익한 식품도 드물다. 한 단에 1000∼2000원밖에 안 하는데 한 단만 사다 데쳐서 무쳐내면 한 가족 한 끼 반찬으로 충분하다. <br/><br/>우선 시금치에는 각종 비타민이 풍부하다. 비타민A의 전구체인 베타카로틴(3640㎍), 비타민B1(0.12㎎), 비타민B2(0.34㎎), 니아신(0.5㎎), 비타민B6(0.09㎎), 비타민C(60㎎) 등 활성산소 축적을 억제해 주는 각종 비타민을 많이 함유하고 있다. 그중에서 구순염에 좋은 것이 비타민B2다. <br/><br/>또 시금치에는 196.2㎍의 엽산이 들어 있다. 엽산은 두뇌비타민으로 부족하면 우울증뿐 아니라 기억력에 문제가 생기고, 알츠하이머병과 치매 위험도도 높아지게 된다. 또 엽산은 혈액 속에 호모시스테인 함량도 낮춰줘 심혈관계 질환에도 좋은 것으로 알려져 있다. 시금치의 미네랄 성분 중 눈길을 끄는 것은 칼륨. 칼륨은 체내 나트륨 배출을 돕고 이뇨작용을 원활하게 해 체내 노폐물을 제거해준다. <br/><br/>#브로콜리 = 미국 타임지가 선정한 ‘10대 슈퍼푸드’ 중 하나인 브로콜리에도 구순염 예방과 개선에 유익한 비타민B2가 많이 들어 있다. 브로콜리 100g당 비타민B2 함량이 0.26㎎이다. 또 피부 항산화 효능이 뛰어난 비타민C도 98㎎ 들어 있다. 비타민E 함량 역시 100g당 2.5㎎으로 비교적 높다. 비타민E는 노화를 방지하고 피부에 생기를 불어넣는 영양소로 유명하다. <br/><br/>특히 브로콜리는 최근 항암효능에 대한 연구가 계속 진행되며 한층 더 주목을 받고 있다. 미국의 한 대학에서 연구한 결과 브로콜리에 들어 있는 화합물이 종양의 성장을 60% 예방했을 뿐 아니라 이미 성장한 종양의 크기도 75% 감소시키는 것으로 나타났다. 브로콜리의 이 같은 효능은 황화합물인 설포라판 때문인 것으로 학계에는 알려져 있다. 설포라판은 위암, 유방암 같은 암의 발생을 억제하는 효과가 있다고 한다. 또 브로콜리 속 설포라판은 당뇨병이나 심혈관 질환을 앓는 사람에게 도움이 된다는 주장도 있다. <br/><br/><br/><br/>#완두콩 = 고소한 맛으로 인해 밥을 지을 때 많이 넣는 완두콩 역시 비타민B2 성분을 풍부하게 함유하고 있다. 100g당 0.13㎎의 비타민B2가 들어 있다. <br/><br/>이 같은 비타민 성분 외에 완두콩에서 눈길을 끄는 성분은 레시틴이다. 레시틴은 치매 예방, 기억력 향상, 소아의 두뇌 발달에 도움을 준다. 사포닌, 이소플라본 등의 성분도 완두콩에 들어 있으며 이러한 성분은 혈액순환에 유익하게 작용한다. <br/><br/>또 한 가지 완두콩에서 주목해야 할 성분은 인체에 유익한 각종 아미노산이다. 완두콩에는 이소류신, 류신, 라이신, 메티오닌, 페닐알라닌, 트레오닌, 발린 등의 필수아미노산이 풍부하게 들어 있다. 정력에 좋다는 아르기닌도 100g당 708㎎ 들어 있다. <br/><br/>이와 함께 완두콩에 풍부한 식이섬유는 변비를 해소하고 대장암 예방에 효과적이며 콜레스테롤 수치를 낮추고 소화를 돕는다. 완두콩 100g에는 모두 6.8g의 식이섬유가 들어 있다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-739.txt

제목: 복거일 “갑자기 다가선 죽음… 절망만이 평정 주었다”  
날짜: 20140401  
기자: 김영번  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140401100000036  
본문: 복거일(68·사진) 작가가 자전적 소설 ‘한가로운 걱정들을 직업적으로 하는 사내의 하루’(문학동네)를 내놨다. 작가 스스로 “자서전을 완결한 셈”이라고 밝히고 있듯, 이 소설의 주인공 ‘현이립’은 작가의 이전 작품 ‘높은 땅 낮은 이야기’(1988)와 ‘보이지 않는 손’(2006)의 주인공이기도 하다. 따라서 세 작품은 ‘현이립 3부작’이라고 할 수 있다. 이는 곧 작가가 자신의 분신이라고 할 수 있는 주인공 현이립을 내세워 자서전 3부작을 완결한 것과 진배없다.<br/><br/>특히 소설 ‘한가로운 걱정들을…’에선 매우 세밀하게 작가 자신의 내면을 드러내고 있다. 예컨대 이런 대목. “갑자기 다가선 죽음은 정상적 삶을 불가능하게 만들었다. 이립은 아득해진 마음으로 깨달았다. 자신의 모든 꿈들과 계획들이 자신이 아주 늙은 나이까지 살리라는 가정에 바탕을 두었음을. 그 근본적 가정이 발밑에서 빠져나가면서, 그는 넘어지지 않으려고 발버둥쳤다. 자신의 삶이 최악의 경우를 맞았는데, 바뀐 것이 없는 듯 일상적 행위들을 그대로 한다는 것이 영 서툴렀다. 자신이 하는 일들이 연기처럼 느껴졌고 자신의 입에서 나온 말들은 대사처럼 들렸다.”<br/><br/>주인공 현이립은 간암 판정을 받았지만 항암 치료를 거부한다. 글을 쓰기 위해서다. 암 치료를 받다 더 이상 글을 쓰지 못한 채 생을 마감한 작가들을 곁에서 지켜봐온 그는 꼭 써야 할 작품을 떠올리며, 단순한 생명 연장보다 삶의 가치를 좇기로 결심한다. 이는 곧 작가 자신의 이야기다. 현이립이 죽기 전에 꼭 써야겠다고 생각하는 작품은 바로 복거일 작가 자신의 책 ‘역사 속의 나그네’ 완결판이다.<br/><br/>이렇듯 소설 속 주인공의 모습에 작가를 연결시키면 현이립의 독백에서 곧 작가의 심경을 고스란히 들여다볼 수 있다. 또 다른 대목. “…신기한 것은 그런 절망의 길도 마음의 평정을 줄 수 있다는 것이다. 하긴 절망만이 가장 확실한 평정을 줄 수 있다. 희망엔 불안이 따르는 법이다. 남은 날들이 점점 소중해지고 다가오는 죽음이 끔찍하지만, 그는 그렇게 느끼는 자신을 약간의 동정과 경멸로 바라본다. 어쩌다 말기 암 환자라는 것을 잊고 삶을 즐기는 자신의 모습을 보면, 약간의 칭찬이 어린 눈길로 고개를 끄덕여 보인다.”<br/><br/>실제로 2년 반 전에 간암 선고를 받은 작가는 현이립의 입을 통해 생과 사를 넘나든다. 항암 치료를 거부하고 평소와 다르지 않은 삶을 살아가는 현이립의 어느 하루를 그린 소설은 곧 작가 자신의 ‘어느 하루’인 것이다. 그래서 작가는 “이렇게 죽고 싶지는 않았다. 아직 힘이 남아 있을 때, 무슨 큰일에 참여해서 애쓰다가 문득 죽고 싶었다”며 안간힘을 쓰다가도, 뭇생명이 요동치는 도심 하천을 굽어보며 “이 순간엔 자신이 이곳 생태계의 한 부분이라는 생각이 마음을 부드럽게 씻어준다. 이 세상과 거의 화해한 느낌이 들면서, 행복에 가까운 감정이 가슴을 친다”고 털어놓는다.<br/><br/>김영번 기자 zerokim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-740.txt

제목: 여성암과 치매 건강강좌 등 ‘여성건강 캠페인’  
날짜: 20140401  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140401100000062  
본문: 이화여대의료원이 이대여성암병원과 이대여성건진센터·건강증진센터의 개소 5주년을 맞아 ‘여성건강 캠페인’을 실시한다. 우선 찾아가는 ‘건강강좌 및 무료 건강검진’ 행사를 매월 정례적으로 실시한다. 지난 3월 28일 청호나이스 본사에서 ‘암 예방을 위한 하버드식 건강법’ 강연을 시작으로 4월에는 AIA생명, 양천구 신정 6동 주민자치센터에서 여성암과 치매, 류머티스성 관절염 등 여성들에게 발병률이 높은 질환을 중심으로 건강강좌를 진행한다. 또 암환자의 효과적인 치료를 위해 실시해온 정서 치유 프로그램 ‘파워업(Power-up) 강좌’도 확대한다. 현재 강좌인 국선도, 노래교실, 합창반, 희망텃밭 등의 프로그램에 웃음 치유, 미술 치료 등 신규 프로그램도 개발할 예정이다. 이외에도 ‘명의와 함께하는 여성암 환자 힐링 여행’도 연례적 행사로 실시한다.

언론사: 문화일보-1-741.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>2001년 신기술→2011년 불법… 업체 죽이는 규제들  
날짜: 20140401  
기자: 오명근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140401100000026  
본문: 정부와 지방자치단체의 ‘엇박자 규제’와 ‘이중규제’로 피해를 보는 사례가 늘고 있다. <br/><br/>자동차 폐윤활유를 연료로 사용하는 난방기 생산·판매 업체 ㈜보명비엔엠은 엇박자 규제로 파산에 이른 중소기업이다. <br/><br/>경기 광주시 오포읍에 위치한 이 업체의 대표인 오창명(60) 씨는 최근 “<span class='quot0'>환경부의 갈팡질팡하는 행정과 규제 때문에 회사가 20억 원이 넘는 손해를 보고 파산했다</span>”며 국가를 상대로 수원지법 성남지원에 손해배상 청구소송을 제기했다.<br/><br/>오 씨는 자동차 폐윤활유를 수거·운반·처리하는 기존 방식에서 탈피해 대기오염 없이 발생 현장에서 태우는 기술을 개발, 지난 2001년 9월 환경부로부터 ‘환경 신기술’ 지정을 받았다. 환경부는 운반차량 운행 시 배출되는 가스와 처리시설 가동 때 나오는 2∼3차 오염원을 막기 위해 “<span class='quot1'>폐윤활유는 발생 현장에서 처리하는 게 바람직하다</span>”며 오 씨의 연구 결과를 신기술로 지정했다. <br/><br/>당시 오 씨는 환경부에 질의해 신기술이 폐기물관리법 규정에도 저촉되지 않는다는 점을 확인한 후 신기술을 적용한 난방기 제품을 개발한 것으로 알려졌다. 오 씨는 수십억 원을 들여 금형을 제작, 폐윤활유를 연료로 쓰는 난방기 생산에 즉각 들어갔고 전국 자동차수리업체와 군부대 등을 대상으로 판매를 확대해 나갔다. 그 결과 난방기를 10년 동안 4000여 대나 판매할 수 있었다. 그러나 직원이 17명인 보명비엔엠은 2013년 4월 수원지법에 파산신청을 했고, 법원은 이 업체의 파산을 선고했다. 환경부가 2011년 9월 액상폐기물인 폐유는 난방기 연료로 쓸 수 없게 에너지 회수 대상에서 제외하는 내용으로 폐기물관리법 시행규칙을 개정했기 때문이다. 환경부가 2차 오염을 막겠다며 폐윤활유를 현장에서 처리하도록 환경 신기술로 지정한 지 10년 만에 관련법 규정을 바꿔 ‘위법’으로 규정하는 바람에 판로가 막히고 회사가 파산에 이른 것이다.<br/><br/>개발제한구역(그린벨트)인 경기 하남시 덕풍동 축산농가들은 지자체의 이중규제로 생업에 어려움을 겪고 있다. <br/><br/>하남시가 지난 2009년 1월 주거밀집지역과 상수원보호구역에 가축사육을 금지하는 조례를 제정한 이후 상당수의 축산농가들이 허가를 받아 지은 축사에서 가축을 기르지 못하고, 축사를 물류창고 등으로 불법 용도변경해 사용하고 있다. 이곳 축사들을 농수산물 보관용 창고로 용도변경할 수 있도록 개발제한구역 지정 및 관리에 대한 특별조치법(개특법)이 2009년 8월 개정됐으나 제조업 물품 및 식품이 아닌 농수산물에만 국한하고 있어 농사를 짓지 않는 주민들의 생계에는 전혀 도움이 되지 않고 있다.<br/><br/>3월 29일 경기 하남시 덕풍동 서울외곽순환고속도로변 SH아파트 인근에는 축사를 개조한 공장을 비롯해 제품 보관창고, 청과물 및 식품 저장창고, 이삿짐 화물 보관창고 등이 즐비했다. <br/><br/>축사로 신고된 덕풍동 614를 찾아가자 벽돌로 지은 허름한 창고가 나타났다. 이곳은 P 씨가 2003년 4월 시로부터 축사 허가(880㎡)를 받아 건축한 뒤 가축을 기르다 주거지역에서 가축사육을 금지하는 조례 때문에 소·돼지 등을 사육하지 못하고, 농수산물 보관용 창고로도 사용할 수 없어 불법 용도변경해 일반 창고로 사용하고 있다. P 씨는 이 창고를 최근 O산업에 철근을 건축자재용으로 가공해 보관하는 창고 및 공장건물로 임대해 줬다.<br/><br/>P 씨는 축사를 불법 용도변경했다는 이유로 2009년 말 시로부터 이행강제금 부과와 함께 원상복구명령을 받았다. 그는 “<span class='quot1'>올해는 불법행위에 대한 이행강제금 부과 유예조치로 단속을 피할 수 있었지만 내년에 또 단속을 피할 수 없다는 생각에 늘 불안해하고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>인근에 있는 덕풍동 604-3 T렌탈 등 4곳의 물품창고용 축사도 사정은 마찬가지다. 이들 축사도 가축사육 제한을 받으면서 불법 용도변경으로 한 차례 이상 이행강제금을 내거나 행정 계고조치를 당한 것으로 확인됐다. <br/><br/>축사 이중규제로 인한 피해는 축사를 용도변경한 창고를 임차해 사용 중인 업자들의 경영난도 가중시키고 있다. 덕풍동 611-2 축사를 청과물 저온창고로 사용 중인 S유통 박모(45) 대표는 “<span class='quot2'>창고가 비좁은데도 간이시설을 설치할 수 없는 것은 물론 행정단속 때문에 영업을 제대로 할 수 없다</span>”며 “<span class='quot2'>정부가 가축사육 제한 대상 축사를 일반 창고 및 제조업으로 용도변경해줄 경우 중소기업들이 세금도 정상적으로 낼 수 있고 경영에 숨통이 트일 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>이와 같이 하남시와 남양주시, 시흥시 등에서 가축사육 금지 및 개발제한구역 용도변경 제한 등 이중규제를 받는 농가는 161곳에 달하는 것으로 파악됐다. 경기도 내 그린벨트에서 축사를 사용 중인 농가가 2216곳에 달하고 이 가운데 1390곳(하남시 477곳)이 축사를 일반 창고로 용도변경, 1000만∼2000만 원의 이행강제금을 내고 창고임대업을 강행하고 있다. 이를 해결하기 위해서는 그린벨트 내 축사를 농수산물 창고뿐만 아니라 공산품 보관용 창고로 용도변경, 활용할 수 있도록 개특법을 개정해야 한다는 여론이 일고 있다.<br/><br/>하남시는 그린벨트 내 축사를 일반 창고 및 제조업으로 용도변경할 수 있도록 하는 내용의 개특법 시행령 개정안을 국토교통부에 건의한 것으로 알려졌다. <br/><br/>하남 = 오명근 기자 omk@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-742.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>2001년 신기술→2011년 불법… 업체 죽이는 규제들  
날짜: 20140401  
기자: 오명근  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140401100000140  
본문: 정부와 지방자치단체의 ‘엇박자 규제’와 ‘이중규제’로 피해를 보는 사례가 늘고 있다. <br/><br/>자동차 폐윤활유를 연료로 사용하는 난방기 생산·판매 업체 ㈜보명비엔엠은 엇박자 규제로 파산에 이른 중소기업이다. <br/><br/>경기 광주시 오포읍에 위치한 이 업체의 대표인 오창명(60) 씨는 최근 “<span class='quot0'>환경부의 갈팡질팡하는 행정과 규제 때문에 회사가 20억 원이 넘는 손해를 보고 파산했다</span>”며 국가를 상대로 수원지법 성남지원에 손해배상 청구소송을 제기했다.<br/><br/>오 씨는 자동차 폐윤활유를 수거·운반·처리하는 기존 방식에서 탈피해 대기오염 없이 발생 현장에서 태우는 기술을 개발, 지난 2001년 9월 환경부로부터 ‘환경 신기술’ 지정을 받았다. 환경부는 운반차량 운행 시 배출되는 가스와 처리시설 가동 때 나오는 2∼3차 오염원을 막기 위해 “<span class='quot1'>폐윤활유는 발생 현장에서 처리하는 게 바람직하다</span>”며 오 씨의 연구 결과를 신기술로 지정했다. <br/><br/>당시 오 씨는 환경부에 질의해 신기술이 폐기물관리법 규정에도 저촉되지 않는다는 점을 확인한 후 신기술을 적용한 난방기 제품을 개발한 것으로 알려졌다. 오 씨는 수십억 원을 들여 금형을 제작, 폐윤활유를 연료로 쓰는 난방기 생산에 즉각 들어갔고 전국 자동차수리업체와 군부대 등을 대상으로 판매를 확대해 나갔다. 그 결과 난방기를 10년 동안 4000여 대나 판매할 수 있었다. 그러나 직원이 17명인 보명비엔엠은 2013년 4월 수원지법에 파산신청을 했고, 법원은 이 업체의 파산을 선고했다. 환경부가 2011년 9월 액상폐기물인 폐유는 난방기 연료로 쓸 수 없게 에너지 회수 대상에서 제외하는 내용으로 폐기물관리법 시행규칙을 개정했기 때문이다. 환경부가 2차 오염을 막겠다며 폐윤활유를 현장에서 처리하도록 환경 신기술로 지정한 지 10년 만에 관련법 규정을 바꿔 ‘위법’으로 규정하는 바람에 판로가 막히고 회사가 파산에 이른 것이다.<br/><br/>개발제한구역(그린벨트)인 경기 하남시 덕풍동 축산농가들은 지자체의 이중규제로 생업에 어려움을 겪고 있다. <br/><br/>하남시가 지난 2009년 1월 주거밀집지역과 상수원보호구역에 가축사육을 금지하는 조례를 제정한 이후 상당수의 축산농가들이 허가를 받아 지은 축사에서 가축을 기르지 못하고, 축사를 물류창고 등으로 불법 용도변경해 사용하고 있다. 이곳 축사들을 농수산물 보관용 창고로 용도변경할 수 있도록 개발제한구역 지정 및 관리에 대한 특별조치법(개특법)이 2009년 8월 개정됐으나 제조업 물품 및 식품이 아닌 농수산물에만 국한하고 있어 농사를 짓지 않는 주민들의 생계에는 전혀 도움이 되지 않고 있다.<br/><br/>3월 29일 경기 하남시 덕풍동 서울외곽순환고속도로변 SH아파트 인근에는 축사를 개조한 공장을 비롯해 제품 보관창고, 청과물 및 식품 저장창고, 이삿짐 화물 보관창고 등이 즐비했다. <br/><br/>축사로 신고된 덕풍동 614를 찾아가자 벽돌로 지은 허름한 창고가 나타났다. 이곳은 P 씨가 2003년 4월 시로부터 축사 허가(880㎡)를 받아 건축한 뒤 가축을 기르다 주거지역에서 가축사육을 금지하는 조례 때문에 소·돼지 등을 사육하지 못하고, 농수산물 보관용 창고로도 사용할 수 없어 불법 용도변경해 일반 창고로 사용하고 있다. P 씨는 이 창고를 최근 O산업에 철근을 건축자재용으로 가공해 보관하는 창고 및 공장건물로 임대해 줬다.<br/><br/>P 씨는 축사를 불법 용도변경했다는 이유로 2009년 말 시로부터 이행강제금 부과와 함께 원상복구명령을 받았다. 그는 “<span class='quot1'>올해는 불법행위에 대한 이행강제금 부과 유예조치로 단속을 피할 수 있었지만 내년에 또 단속을 피할 수 없다는 생각에 늘 불안해하고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/>인근에 있는 덕풍동 604-3 T렌탈 등 4곳의 물품창고용 축사도 사정은 마찬가지다. 이들 축사도 가축사육 제한을 받으면서 불법 용도변경으로 한 차례 이상 이행강제금을 내거나 행정 계고조치를 당한 것으로 확인됐다. <br/><br/>축사 이중규제로 인한 피해는 축사를 용도변경한 창고를 임차해 사용 중인 업자들의 경영난도 가중시키고 있다. 덕풍동 611-2 축사를 청과물 저온창고로 사용 중인 S유통 박모(45) 대표는 “<span class='quot2'>창고가 비좁은데도 간이시설을 설치할 수 없는 것은 물론 행정단속 때문에 영업을 제대로 할 수 없다</span>”며 “<span class='quot2'>정부가 가축사육 제한 대상 축사를 일반 창고 및 제조업으로 용도변경해줄 경우 중소기업들이 세금도 정상적으로 낼 수 있고 경영에 숨통이 트일 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>이와 같이 하남시와 남양주시, 시흥시 등에서 가축사육 금지 및 개발제한구역 용도변경 제한 등 이중규제를 받는 농가는 161곳에 달하는 것으로 파악됐다. 경기도 내 그린벨트에서 축사를 사용 중인 농가가 2216곳에 달하고 이 가운데 1390곳(하남시 477곳)이 축사를 일반 창고로 용도변경, 1000만∼2000만 원의 이행강제금을 내고 창고임대업을 강행하고 있다. 이를 해결하기 위해서는 그린벨트 내 축사를 농수산물 창고뿐만 아니라 공산품 보관용 창고로 용도변경, 활용할 수 있도록 개특법을 개정해야 한다는 여론이 일고 있다.<br/><br/>하남시는 그린벨트 내 축사를 일반 창고 및 제조업으로 용도변경할 수 있도록 하는 내용의 개특법 시행령 개정안을 국토교통부에 건의한 것으로 알려졌다. <br/><br/>하남 = 오명근 기자 omk@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-743.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>곳곳서 규제개혁 반발 움직임  
날짜: 20140328  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140328100000131  
본문: 규제개혁에 대한 이해 당사자들의 반발이 점차 거세지고 있다. 규제개혁에 대한 저항이 본격화하는 게 아니냐는 분석도 나오고 있다. <br/><br/>28일 관련부처 및 정치권에 따르면 공정거래위원회가 각 지방자치단체들의 불공정한 지방조례나 지침 등에 대해 규제개혁 차원에서 개선을 추진키로 하면서 해당 지자체나 정치인들이 반발하고 있다.<br/><br/>인천시장 출마예정자인 문병호 새정치민주연합 의원은 “<span class='quot0'>시장경쟁을 제한한다며 철폐하려는 조례 대부분은 소상공인들을 보호하고 육성하려는 것이거나 사회적기업, 협동조합 등의 대안경제 시스템을 지원하고 향토기업을 진흥시키려는 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>단순히 시장경쟁을 제약한다는 이유로 법적 근거까지 갖춘 지자체의 조례 등을 철폐하려는 것은 부적절하다</span>”고 반박했다. <br/><br/>각 지자체들도 중앙부처의 이 같은 움직임에 반발하고 있다. 향토기업의 제품 등을 타 지역 기업 제품보다 우선 사용토록 한 지방 조례 등은 지역의 열악한 경제상황을 감안한 불가피한 조항이라는 것이다. <br/><br/>인천시는 인천 지역에 기업유치가 안되고 있는 이유가 수도권정비계획법의 규제 때문이라며 중앙정부가 지자체에 규제 책임을 떠넘기고 있다고 공식브리핑까지 가졌다. <br/><br/>지난 20일 박근혜 대통령이 주재한 ‘제1차 규제개혁장관회의 및 민관합동 규제개혁 점검회의’의 최대 수혜분야인 푸드트럭 개조 합법화에 대해서도 반발이 거세지고 있다. 놀이공원이나 테마파크 같은 유원시설 내에서 일반화물차를 개조한 푸드트럭의 영업행위가 가능하게 되면서 공원 주변의 상인들이 반발할 수 있다는 것이다. 푸드트럭과 유사한 포장마차에 대해서도 규제를 풀어줘야 한다는 목소리도 나온다. <br/><br/>정은보 기획재정부 차관보는 “<span class='quot1'>불법 푸드트럭이나 포장마차에 대한 제도 개선은 좀 더 시간을 두고 종합적으로 검토해 나가겠다</span>”고 밝혔다. <br/><br/>학교 인근에 유해시설이 없는 관광호텔을 지을 수 있도록 하겠다는 정부 결정에 대해서는 반발 움직임이 일고 있다. 국회 교육문화체육관광위원회 소속 야당의원들은 “<span class='quot2'>학교환경위생정화구역 무력화는 결코 규제 개혁이 될 수 없다</span>”며 철회를 요구했다. <br/><br/>정부 관계자는 “<span class='quot3'>규제라는 것이 반드시 이해 당사자들이 복잡하게 얽혀 있고, 또 나름대로 일리있는 논리를 갖고 있기 때문에 조율이 쉽지 않다</span>”며 “<span class='quot3'>대통령이나 정부의 ‘강한 의지’가 필요한 이유가 바로 여기 있는 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-744.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>국세청, 기업들 세정고충 풀기 착수  
날짜: 20140327  
기자: 이민종  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140327100000073  
본문: 과도한 세무조사 논란으로 세정당국이 올해는 예년보다 세무조사 체계를 대폭 개편키로 했지만 규제 수준으로 인식하는 기업들의 세정 애로가 경영현장 곳곳에 도사리고 있어 개선책 마련이 시급하다는 지적이 나오고 있다. 국세청은 수용 가능한 범위 내에서 기업 현장의 애로를 풀기 위한 검토에 들어갔다.<br/><br/>국세청 핵심 관계자는 27일 “<span class='quot0'>최근 중소기업들이 제기해 온 국세행정에 관련된 애로 및 건의 과제 19개에 대해 수용할 수 있는 것은 받아들이고, 기획재정부 건의가 필요한 사항은 별도 분류해 요청할 것</span>”이라고 말했다. 이 관계자는 “<span class='quot1'>중기 애로와 관련된 개선 사항은 중소기업중앙회와 운영중인 ‘중소기업세정지원협의회’를 통해 수렴하고 소통을 강화할 계획</span>”이라고 덧붙였다. <br/><br/>중기중앙회가 건의한 경영애로사항은 전자세금계산서 발급 관련 가산세 부담 완화, 서비스사업자 납부세액경감제도 도입, 면세개인사업자 신고 연 2회 확대, 가업 승계 활성화를 위한 증여세 과세특례 확대, 중기투자세액공제율 확대 및 기간 연장 등이다. 주로 중소기업들이 경영 현장에서 피부로 체감했던 세정의 고충에 해당하는 사항이어서 최근 규제 개혁 분위기와 맞물려 개선 여부에 관심이 쏠리고 있다.<br/><br/>이와는 별도로 국세청은 외국기업 및 외국인투자기업에 대한 세정 지원도 국내기업과 차별없이 형평을 맞추기로 했다. 매출 3000억 원 이상 법인은 5년 주기의 정기순환조사 중심으로 세무조사를 운영하되, 비정기조사는 자제할 계획이다. 500억 원 미만 중소법인에 대한 조사비율도 줄이기로 했다. 조사 선정 대상이나 조사 방법, 절차 등을 표준화된 매뉴얼에 맞춰 공정하게 운영한다는 방침이다. <br/><br/>27일로 취임 1주년을 맞은 김덕중 국세청장은 최근 “<span class='quot2'>올해는 기업인들이 세무 부담을 적게 느끼면서 정상적인 경영 활동에 매진하도록 세무조사 건수를 줄이고 조사 기간도 단축하겠다</span>”고 밝힌 바 있다. <br/><br/>이민종 기자 horizon@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-745.txt

제목: <힐링푸드>속 뻥 뚫는 ‘ 빨·노·보’!… 상快 유快 통快  
날짜: 20140326  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140326100000155  
본문: 노폐물 배설 사과 / 지방분해 돕는 배 / 腸기능 개선 포도<br/><br/>모든 식물은 미생물이나 해충, 경쟁식물 등 외부로부터 침입해 오는 적을 막기 위해 독성 화학물질인 파이토케미컬(phytochemical)을 만들어 낸다. <br/><br/>플라보노이드나 카로티노이드 등 몸에 유익하다는 각종 과일과 채소의 성분들이 바로 파이토케미컬이다. 마늘의 매운맛을 내는 알리신 역시 일종의 파이토케미컬이다. 이 파이토케미컬이 노화는 물론 암 등의 각종 질병에 관여하는 인체의 ‘산화’를 억제하는 항산화 작용을 한다는 것은 이미 과학적으로 입증된 내용이다. <br/><br/>그런데 식물의 구성물 중에서 파이토케미컬을 가장 많이 함유하고 있는 부위가 껍질이다. 특히 껍질에는 장 기능을 개선, 과민성대장증후군 완화에 기여하는 식이섬유가 풍부하게 들어 있다. 과일을 껍질째 먹으면 다양한 항산화 성분은 물론 식이섬유까지 섭취할 수 있는 것이다. 여러 과일 중에서도 껍질 부위가 주목받는 사과와 배, 포도의 성분과 효능을 알아봤다. <br/><br/># 사과<br/><br/>사과를 껍질째 먹어야 한다는 얘기는 펙틴이라는 수용성 식이섬유 때문에 나온 것이다. 일반적으로 음식 찌꺼기의 장 통과시간을 짧게 해주는 불용성 식이섬유와 달리, 수용성 식이섬유는 장에서 수분을 흡수해 점성의 겔(gel)을 형성, 여러 가지 유익한 작용을 한다. <br/><br/>사과의 펙틴 성분도 그 같은 역할을 한다. 발암물질과 중금속을 몸 밖으로 배출시키고, 콜레스테롤 등 지방의 흡수를 방해함으로써 당뇨와 비만 예방에 한몫한다. 여기에 또 빼놓아서는 안 되는 펙틴의 중요한 기능 한 가지가 있다. 장내 유익균과 관련된 것으로 펙틴은 유익균에 의한 발효과정에서 짧은사슬지방산으로 변화, 대장 점막세포의 에너지원으로 활용된다. 즉 장 운동이 원활하게 이뤄지도록 돕는다. <br/><br/>사과 껍질에 있는 케르세틴이라는 폴리페놀 성분은 항산화 작용으로 노화 예방을 돕는다. 특히 케르세틴은 혈액 중 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤의 산화를 억제해 고지혈증 등을 예방해 준다고도 알려져 있다. 전문가들은 펙틴이나 케르세틴 대부분이 사과 껍질과 껍질 바로 아래 과육에 집중돼 있다고 말한다. <br/><br/># 배<br/><br/>배는 기관지에 좋은 과일로 유명하다. 배즙이 상품화해 팔리는 이유도 기관지 천식 예방에 좋다고 알려져 있기 때문이다. 그러나 배에는 소화를 돕는 성분도 풍부하게 들어 있다. 배 과육에 들어 있는 인베르타아제나 옥시다아제와 같은 소화효소들은 기름진 음식을 먹었을 때 속을 편안하게 해준다.<br/><br/>육류를 조리할 때 배를 갈아 넣으면 육질이 부드러워지는 것도 그 때문이다. 배는 숙취 해소에도 좋은데 이는 아스파라긴산이 간장활동을 도와 몸 안의 알코올 성분이 원활하게 분해될 수 있도록 해주기 때문이다. <br/><br/>장 기능 개선과 관련해서는 배 껍질 부위의 타닌 성분이 많이 거론된다. 타닌은 특히 설사를 멈추는 데 효과가 있다. 동의보감에 보면 식사가 끝나자마자 대변을 보는 사람, 심한 설사를 하는 사람에게 도토리를 권하고 있는데 이는 도토리의 타닌 성분 때문이다. 또 전문가들은 배 껍질에는 항산화 성분인 플라보노이드와 폴리페놀 함량이 과육보다 훨씬 많다고 입을 모은다. <br/><br/>한편 배 껍질은 특유의 떫은맛 때문에 식용을 꺼려 왔으나 최근 개발된 품종인 황금배의 경우 비교적 껍질이 얇아 큰 무리 없이 껍질째 먹을 수 있다. <br/><br/># 포도<br/><br/>껍질의 영양학을 거론할 때 포도 역시 빠지지 않는 과일이다. 포도 껍질에 풍부한 타닌은 장 운동을 자극, 기능을 개선해 준다. <br/><br/>특히 껍질에 들어 있는 라스베라트롤과 안토시아닌은 뛰어난 항산화 효능으로 오래전부터 영양학자들의 주목을 받아 왔다. 라스베라트롤은 강력한 항산화와 항암 작용을 하며, 콜레스테롤을 흡착해 심혈관 질환을 예방한다. 프랑스인들이 육식을 좋아하면서도 오히려 심혈관 질환은 적어 ‘프렌치 패러독스’라는 용어의 주인공이 될 수 있었던 것도 포도 껍질의 항산화 성분이 같이 녹아 있는 와인을 즐겨 마시기 때문이다. <br/><br/>또한 포도 껍질에는 식물의 자줏빛을 만들어 내는 안토시아닌도 풍부하게 들어 있다. 안토시아닌은 면역 체계를 증진하고 항암 효능이 있으며, 눈의 피로를 풀어 주고 시력 저하를 예방해 주는 작용도 한다고 알려져 있다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-746.txt

제목: <힐링푸드>속 뻥 뚫는 ‘ 빨·노·보’!… 상快 유快 통快  
날짜: 20140326  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140326100000116  
본문: 노폐물 배설 사과 / 지방분해 돕는 배 / 腸기능 개선 포도<br/><br/>모든 식물은 미생물이나 해충, 경쟁식물 등 외부로부터 침입해 오는 적을 막기 위해 독성 화학물질인 파이토케미컬(phytochemical)을 만들어 낸다. <br/><br/>플라보노이드나 카로티노이드 등 몸에 유익하다는 각종 과일과 채소의 성분들이 바로 파이토케미컬이다. 마늘의 매운맛을 내는 알리신 역시 일종의 파이토케미컬이다. 이 파이토케미컬이 노화는 물론 암 등의 각종 질병에 관여하는 인체의 ‘산화’를 억제하는 항산화 작용을 한다는 것은 이미 과학적으로 입증된 내용이다. <br/><br/>그런데 식물의 구성물 중에서 파이토케미컬을 가장 많이 함유하고 있는 부위가 껍질이다. 특히 껍질에는 장 기능을 개선, 과민성대장증후군 완화에 기여하는 식이섬유가 풍부하게 들어 있다. 과일을 껍질째 먹으면 다양한 항산화 성분은 물론 식이섬유까지 섭취할 수 있는 것이다. 여러 과일 중에서도 껍질 부위가 주목받는 사과와 배, 포도의 성분과 효능을 알아봤다. <br/><br/># 사과<br/><br/>사과를 껍질째 먹어야 한다는 얘기는 펙틴이라는 수용성 식이섬유 때문에 나온 것이다. 일반적으로 음식 찌꺼기의 장 통과시간을 짧게 해주는 불용성 식이섬유와 달리, 수용성 식이섬유는 장에서 수분을 흡수해 점성의 겔(gel)을 형성, 여러 가지 유익한 작용을 한다. <br/><br/>사과의 펙틴 성분도 그 같은 역할을 한다. 발암물질과 중금속을 몸 밖으로 배출시키고, 콜레스테롤 등 지방의 흡수를 방해함으로써 당뇨와 비만 예방에 한몫한다. 여기에 또 빼놓아서는 안 되는 펙틴의 중요한 기능 한 가지가 있다. 장내 유익균과 관련된 것으로 펙틴은 유익균에 의한 발효과정에서 짧은사슬지방산으로 변화, 대장 점막세포의 에너지원으로 활용된다. 즉 장 운동이 원활하게 이뤄지도록 돕는다. <br/><br/>사과 껍질에 있는 케르세틴이라는 폴리페놀 성분은 항산화 작용으로 노화 예방을 돕는다. 특히 케르세틴은 혈액 중 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤의 산화를 억제해 고지혈증 등을 예방해 준다고도 알려져 있다. 전문가들은 펙틴이나 케르세틴 대부분이 사과 껍질과 껍질 바로 아래 과육에 집중돼 있다고 말한다. <br/><br/># 배<br/><br/>배는 기관지에 좋은 과일로 유명하다. 배즙이 상품화해 팔리는 이유도 기관지 천식 예방에 좋다고 알려져 있기 때문이다. 그러나 배에는 소화를 돕는 성분도 풍부하게 들어 있다. 배 과육에 들어 있는 인베르타아제나 옥시다아제와 같은 소화효소들은 기름진 음식을 먹었을 때 속을 편안하게 해준다.<br/><br/>육류를 조리할 때 배를 갈아 넣으면 육질이 부드러워지는 것도 그 때문이다. 배는 숙취 해소에도 좋은데 이는 아스파라긴산이 간장활동을 도와 몸 안의 알코올 성분이 원활하게 분해될 수 있도록 해주기 때문이다. <br/><br/>장 기능 개선과 관련해서는 배 껍질 부위의 타닌 성분이 많이 거론된다. 타닌은 특히 설사를 멈추는 데 효과가 있다. 동의보감에 보면 식사가 끝나자마자 대변을 보는 사람, 심한 설사를 하는 사람에게 도토리를 권하고 있는데 이는 도토리의 타닌 성분 때문이다. 또 전문가들은 배 껍질에는 항산화 성분인 플라보노이드와 폴리페놀 함량이 과육보다 훨씬 많다고 입을 모은다. <br/><br/>한편 배 껍질은 특유의 떫은맛 때문에 식용을 꺼려 왔으나 최근 개발된 품종인 황금배의 경우 비교적 껍질이 얇아 큰 무리 없이 껍질째 먹을 수 있다. <br/><br/># 포도<br/><br/>껍질의 영양학을 거론할 때 포도 역시 빠지지 않는 과일이다. 포도 껍질에 풍부한 타닌은 장 운동을 자극, 기능을 개선해 준다. <br/><br/>특히 껍질에 들어 있는 라스베라트롤과 안토시아닌은 뛰어난 항산화 효능으로 오래전부터 영양학자들의 주목을 받아 왔다. 라스베라트롤은 강력한 항산화와 항암 작용을 하며, 콜레스테롤을 흡착해 심혈관 질환을 예방한다. 프랑스인들이 육식을 좋아하면서도 오히려 심혈관 질환은 적어 ‘프렌치 패러독스’라는 용어의 주인공이 될 수 있었던 것도 포도 껍질의 항산화 성분이 같이 녹아 있는 와인을 즐겨 마시기 때문이다. <br/><br/>또한 포도 껍질에는 식물의 자줏빛을 만들어 내는 안토시아닌도 풍부하게 들어 있다. 안토시아닌은 면역 체계를 증진하고 항암 효능이 있으며, 눈의 피로를 풀어 주고 시력 저하를 예방해 주는 작용도 한다고 알려져 있다.<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-747.txt

제목: <세상 만사-나라 밖>美 초등생, 암투병 친구 위해 삭발했다 정학  
날짜: 20140326  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140326100000123  
본문: 미국에서 암과 싸우는 친구를 격려하기 위해 삭발을 한 초등학생이 규정 위반으로 정학 처분을 받는 일이 발생했다. 25일 콜로라도 언론에 따르면, 콜로라도주 캡록아카데미에 다니는 캠린 린프로(여·9)는 지난 24일 삭발을 한 채 등교했다. 소아암에 걸려 머리를 깎은 친구 딜래니 클레멘츠를 격려하기 위해서다. 하지만 학교 측은 린프로가 용모 규정을 어겼다며 교실에 입장하지 못하는 징계를 내렸다.<br/><br/>딸이 정학 처분을 받자 어머니 제이미 올슨 린프로는 페이스북에 호소문을 올리고, 린프로가 삭발을 한 채 클레멘츠와 함께 찍은 사진도 공개했다. 클레멘츠의 어머니도 “린프로의 행동은 매우 용기 있고 칭찬받을 일”이라고 옹호하고 나섰다. 결국 온라인에서 학교를 비난하는 여론이 들끓었고, 캡록아카데미 측은 긴급 회의를 소집해 린프로에게 내려진 정학 처분을 거둬들여야 했다고 외신은 전했다.<br/><br/>김다영 기자 dayoung817@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-748.txt

제목: 덴마크 동물원 이번엔… 사자 도살 ‘파문’  
날짜: 20140326  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140326100000057  
본문: 근친교배를 막기 위해 2살 난 기린을 사살해 사자의 먹잇감으로 던져주면서 국제적 비난을 받았던 덴마크의 코펜하겐동물원이 사자 4마리를 또다시 도살해 논란이 일고 있다.<br/><br/>25일 BBC방송 등에 따르면 코펜하겐동물원은 지난 24일 새로운 수사자 1마리를 위한 공간마련을 목적으로, 노령의 암·수컷 사자 2마리와 그 새끼 2마리 등 총 4마리의 사자가족을 도살했다고 밝혔다. 동물원 측은 “다른 동물원으로 (사자 가족의) 거처를 옮기는 데 실패한 뒤, 이들을 안락사시켜야 했다”며 “16살 수컷과 14살 암컷은 어차피 수명이 다한 상태였다”고 설명했다. <br/><br/>이어 “사자 무리의 질서와 자연적인 행동을 위해 스스로를 지키지 못하는 사자들을 안락사시킬 수밖에 없었다”고 전했다. 이 사자 가족의 공간에는 젊은 수사자 1마리가 수 일 내에 들어올 예정이며, 이 수사자는 2012년 태어나 출산 적령기가 된 암사자 2마리와 함께 지내게 된다. <br/><br/>앞서 코펜하겐동물원은 ‘마리우스’라는 이름의 18개월 된 건강한 기린을 근친교배 방지를 위해 총으로 사살한 바 있다. 이후 동물원 관람객들이 보는 앞에서 사체를 해부해 사자의 먹이로 던져주면서 국제적인 공분을 샀고, 동물원 관리자는 이를 이유로 살해 협박을 받기도 했다. <br/><br/>김다영 기자 dayoung817@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-749.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>지자체 규제 5년새 41% 급증  
날짜: 20140326  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140326100000047  
본문: 공정한 경쟁을 가로막는 지방자치단체들의 규제가 급증한 것으로 나타나 중앙정부뿐 아니라 지방정부의 규제 개혁도 시급한 것으로 파악되고 있다. <br/><br/>26일 공정거래위원회에 따르면 지자체들의 시장경쟁 제한적 자치법규가 지난해 10월 말 현재 모두 2134건으로, 지난 2008년(1507건)에 비해 41.6%나 증가한 것으로 나타났다. 이들 자치법규는 대부분이 해당 지역 향토기업을 우대하고 다른 지역에 기반을 둔 기업의 진입을 막는 규제들로, 직접 규제보다는 각종 인증과 지원 등을 통해 지방 기업을 간접 지원하는 식으로 경쟁을 제한하고 있다. <br/><br/>지자체별로 보면 광역단체 228건·기초단체 1906건으로 2008년보다 각각 160건, 467건이 증가했다. 규제유형별로 보면, 광역단체의 경우 진입제한 규제가 9건, 가격제한 2건, 사업활동제한 5건, 차별적 규제 22건 등의 규제들이 있었다. 공정위 의뢰로 실태조사를 진행했던 한국규제학회는 이중 22건은 폐지하고 나머지는 개선할 것을 권고했다. 기초단체는 진입제한 9건, 가격제한 3건, 사업활동제한 3건, 차별적 규제 16건 등이 대표적 규제로 나타났다. <br/><br/>공정위는 경쟁제한적 자치법규에 대해 주무부처인 안전행정부 및 해당 지자체와 협의해 개선해 나간다는 방침이다. 다만, 대형마트의 영업시간 제한이나 신규입점 제한, 담배소매점 거리제한 등 상위법령에 근거한 자치법규들에 대해서는 신중한 검토가 필요하다는 입장이다.<br/><br/>김만환 공정위 경쟁제한규제개혁작업단장은 “<span class='quot0'>각 지자체 및 안행부와 조만간 협의를 갖고 개선과제들을 확정한 뒤 올해 안에 개선이 될 수 있도록 할 방침</span>”이라고 말했다.<br/><br/>임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-750.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>지자체 규제 5년새 41% 급증  
날짜: 20140326  
기자: 임대환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140326100000160  
본문: 공정한 경쟁을 가로막는 지방자치단체들의 규제가 급증한 것으로 나타나 중앙정부뿐 아니라 지방정부의 규제 개혁도 시급한 것으로 파악되고 있다. <br/><br/>26일 공정거래위원회에 따르면 지자체들의 시장경쟁 제한적 자치법규가 지난해 10월 말 현재 모두 2134건으로, 지난 2008년(1507건)에 비해 41.6%나 증가한 것으로 나타났다. 이들 자치법규는 대부분이 해당 지역 향토기업을 우대하고 다른 지역에 기반을 둔 기업의 진입을 막는 규제들로, 직접 규제보다는 각종 인증과 지원 등을 통해 지방 기업을 간접 지원하는 식으로 경쟁을 제한하고 있다. <br/><br/>지자체별로 보면 광역단체 228건·기초단체 1906건으로 2008년보다 각각 160건, 467건이 증가했다. 규제유형별로 보면, 광역단체의 경우 진입제한 규제가 9건, 가격제한 2건, 사업활동제한 5건, 차별적 규제 22건 등의 규제들이 있었다. 공정위 의뢰로 실태조사를 진행했던 한국규제학회는 이중 22건은 폐지하고 나머지는 개선할 것을 권고했다. 기초단체는 진입제한 9건, 가격제한 3건, 사업활동제한 3건, 차별적 규제 16건 등이 대표적 규제로 나타났다. <br/><br/>공정위는 경쟁제한적 자치법규에 대해 주무부처인 안전행정부 및 해당 지자체와 협의해 개선해 나간다는 방침이다. 다만, 대형마트의 영업시간 제한이나 신규입점 제한, 담배소매점 거리제한 등 상위법령에 근거한 자치법규들에 대해서는 신중한 검토가 필요하다는 입장이다.<br/><br/>김만환 공정위 경쟁제한규제개혁작업단장은 “<span class='quot0'>각 지자체 및 안행부와 조만간 협의를 갖고 개선과제들을 확정한 뒤 올해 안에 개선이 될 수 있도록 할 방침</span>”이라고 말했다.<br/><br/>임대환 기자 hwan91@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-751.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>‘손톱밑 가시’ 빼니 이런 효과가… 만화 ‘은밀하게 위대하게’ 등 영화로 성공  
날짜: 20140324  
기자: 노기섭  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140324100000119  
본문: ‘규제개선의 효과는 바로 이런 것.’<br/><br/>생활 속에서 체감할 수 있는 작은 규제들을 개선한 후 새로운 성과물과 소상공인들의 생활에도 도움이 된 사례가 속속 나오고 있어 주목된다.<br/><br/>24일 정부와 관련 업계에 따르면 지난해 영화로도 제작된 바 있는 만화 콘텐츠인 윤태호 작가의 ‘미생(未生)’과 최종훈 작가의 ‘은밀하게 위대하게’는 규제완화로 인한 대표적인 산물로 꼽힌다. <br/><br/>기존 창업투자회사 등의 등록 및 관리규정은 창투사들의 투자 인정 프로젝트 대상을 영화, 음반, 게임물, 공연 등으로 제한하고 있었다. 만화와 캐릭터는 투자 인정 대상에 포함되지 않았던 것이다. <br/><br/>그러나 지난해 3월부터 규정을 개정해 최근 투자수요가 많아진 출판, 만화, 캐릭터, 전시회 등의 문화산업을 창투사의 투자 인정 프로젝트 대상에 포함시켰다. 개정 이후 만화콘텐츠 제작이 활발해졌고 엔터테인먼트 산업의 좋은 창작콘텐츠로 활용되고 있다. 한 업계 관계자는 “<span class='quot0'>만화와 캐릭터 등의 문화산업을 투자 인정 프로젝트 대상에 포함한 것은 매우 시의적절했다</span>”며 “<span class='quot0'>실제 창투사들이 이 분야에 투자를 확대하고 있어 제작자들에게 많은 도움이 되고 있다</span>”고 반겼다.<br/><br/>규제완화는 소형용달차로 화물을 나르는 서민들에게도 가뭄의 단비 역할을 했다. 기존엔 보유한 용달차가 2대 이상인 사업자의 경우 최저자본금 5000만 원을 확보해야 해 거액의 자본금을 마련하지 못한 사람들은 용달사업을 확장하기가 여의치 않았다. <br/><br/>그러던 중 지난해 7월, 화물자동차 운수사업법령이 개정됐다. 개정법령에 따르면 용달화물자동차 운송사업 허가를 신청하는 사업자와 기존 업체를 양수해 화물자동차를 보유하게 되는 사업자는 오는 2016년까지 자본금 확보 의무를 유예했다. 이 사례는 소상공인들의 사업부담을 크게 줄여줬을 뿐만 아니라 서민들의 피부에 와닿는 매우 적절한 조치라는 평가를 받고 있다.<br/><br/>‘창의성과 전문성을 갖춘 1인이 상시근로자 없이 지식서비스업과 제조업 일부 업종을 영위하는 기업’으로 정부로부터 세제 및 마케팅 지원을 받는 1인 창조기업의 범위를 확대한 것도 시류에 맞는 규제완화라는 평가가 나오고 있다. 그동안 1인 창조기업 대상업종은 22개였지만, 1인 창조기업 육성법 개정을 통해 지난해 7월부터 최근 들어 창업이 많은 제조업 3개 업종(섬유제품, 의복 액세서리 모피제품, 가죽·가방·신발제품 제조업)과 지식서비스업 2개 업종(인터넷방송, 온라인 기술직업훈련학원)이 추가됐다.<br/><br/>노기섭 기자 mac4g@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-752.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>규제도 가지가지… “공원옆 레스토랑 와인 팔면 불법”  
날짜: 20140324  
기자: 장석범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140324100000020  
본문: “레스토랑에서 와인도 못 팔게 합니다. 스테이크를 주스랑만 먹으란 말입니까.”<br/><br/>정부가 운영하는 통합 규제정보 포털(www.better.go.kr)에 황당한 규제로 인한 피해를 호소하는 국민들의 애끓는 민원이 쇄도하고 있다.<br/><br/>박근혜 대통령이 최근 규제를 ‘원수’ ‘암덩어리’ 등으로 규정하고, 지난 20일 장장 7시간에 걸친 규제개혁 장관회의 및 민관합동규제개혁 점검회의를 여는 등 ‘규제와의 전쟁’을 선포한 영향이 반영된 것으로 풀이된다.<br/><br/>전남 순천의 한 공원 주변에서 레스토랑을 운영하는 문모 씨는 최근 통합 규제정보 포털에 황당한 규제 탓에 마음 상한 사연을 올렸다. 문 씨는 “<span class='quot0'>공원 지역이라며 주류를 판매할 수 없다고 규제한다</span>”면서 “<span class='quot0'>와인을 찾는 손님들이 있는데 판매 금지 구역이라 드릴 수 없다고 하면 짜증 내기 일쑤</span>”라고 하소연했다. 문 씨는 “<span class='quot0'>알코올 도수를 정해 허용한다든지 한정된 주류라도 판매할 수 있게 규제를 풀어달라</span>”고 요청했다.<br/><br/>이와 함께 김모 씨는 어머니께 사드렸던 자동차를 어머니가 돌아가신 뒤 자신 앞으로 명의 변경을 하려다 맞닥뜨렸던 황당 규제 관련 글을 올렸다. 김 씨는 “<span class='quot1'>어머니가 돌아가신 뒤 내 앞으로 자동차를 등록하기 위해 다섯 형제들에게 인감증명서, 인감도장, 동의서를 요구했으나 1명이 거부해 명의 변경을 하지 못했다</span>”면서 “<span class='quot1'>구청에다 보험금, 세금, 차량 구입비까지 내가 냈다는 사실을 증명하면 되지 않느냐고 따졌지만 구청에서는 어쩔 수가 없다고 하더라</span>”고 말했다. <br/><br/>한편 통합 규제정보 포털에는 2009년 1월 개설 이후 지난 19일까지 하루 한 건 가량에 불과했던 민원 제기가 최근 하루 54건에 이를 정도로 규제개혁 민원이 폭주하고 있다. <br/><br/>장석범 기자 bum@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-753.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>규제도 가지가지… “공원옆 레스토랑 와인 팔면 불법”  
날짜: 20140324  
기자: 장석범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140324100000167  
본문: “레스토랑에서 와인도 못 팔게 합니다. 스테이크를 주스랑만 먹으란 말입니까.”<br/><br/>정부가 운영하는 통합 규제정보 포털(www.better.go.kr)에 황당한 규제로 인한 피해를 호소하는 국민들의 애끓는 민원이 쇄도하고 있다.<br/><br/>박근혜 대통령이 최근 규제를 ‘원수’ ‘암덩어리’ 등으로 규정하고, 지난 20일 장장 7시간에 걸친 규제개혁 장관회의 및 민관합동규제개혁 점검회의를 여는 등 ‘규제와의 전쟁’을 선포한 영향이 반영된 것으로 풀이된다.<br/><br/>전남 순천의 한 공원 주변에서 레스토랑을 운영하는 문모 씨는 최근 통합 규제정보 포털에 황당한 규제 탓에 마음 상한 사연을 올렸다. 문 씨는 “<span class='quot0'>공원 지역이라며 주류를 판매할 수 없다고 규제한다</span>”면서 “<span class='quot0'>와인을 찾는 손님들이 있는데 판매 금지 구역이라 드릴 수 없다고 하면 짜증 내기 일쑤</span>”라고 하소연했다. 문 씨는 “<span class='quot0'>알코올 도수를 정해 허용한다든지 한정된 주류라도 판매할 수 있게 규제를 풀어달라</span>”고 요청했다.<br/><br/>이와 함께 김모 씨는 어머니께 사드렸던 자동차를 어머니가 돌아가신 뒤 자신 앞으로 명의 변경을 하려다 맞닥뜨렸던 황당 규제 관련 글을 올렸다. 김 씨는 “<span class='quot1'>어머니가 돌아가신 뒤 내 앞으로 자동차를 등록하기 위해 다섯 형제들에게 인감증명서, 인감도장, 동의서를 요구했으나 1명이 거부해 명의 변경을 하지 못했다</span>”면서 “<span class='quot1'>구청에다 보험금, 세금, 차량 구입비까지 내가 냈다는 사실을 증명하면 되지 않느냐고 따졌지만 구청에서는 어쩔 수가 없다고 하더라</span>”고 말했다. <br/><br/>한편 통합 규제정보 포털에는 2009년 1월 개설 이후 지난 19일까지 하루 한 건 가량에 불과했던 민원 제기가 최근 하루 54건에 이를 정도로 규제개혁 민원이 폭주하고 있다. <br/><br/>장석범 기자 bum@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-754.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>2004년 ‘당뇨폰’ 개발… 복잡한 절차 탓 사업접어  
날짜: 20140324  
기자: 장석범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140324100000125  
본문: 과학기술 발전의 빠른 속도를 규제가 뒤쫓지 못하면서 시대에 뒤떨어진 비현실적 ‘구석기 규제’들이 넘쳐나고 있다. 달 탐사선을 만드는 시대에 소 달구지 끌던 때의 규제가 발목을 잡고 있는 것. 강산도 변한다는 10년을 훌쩍 넘겨 6·25 전쟁 발발 이전에 도입된 규제가 60년 넘게 여전히 효력을 발휘하는 경우까지 있다.<br/><br/>24일 전국경제인연합회에 따르면 기술 발전 속도에 뒤처진 대표적인 ‘낡은 규제’로 정보기술(IT) 기기 활용 원격진료를 금지한 규제가 꼽힌다. 최근 IT 기기의 발전으로 원격 진료의 품질이 대면 진료보다 뒤떨어지지 않지만 이를 금지하면서 섬이나 오지처럼 의료 사각지대의 의료 복지 향상 가능성이 아예 차단돼 있다. <br/><br/>30여 년 전 이른바 ‘돌팔이’ 의사들이 많아 반드시 대면 진료토록 했던 규정 때문에 글로벌 시장에서 매년 15% 성장할 것으로 예상되는 U 헬스케어 산업에서 경쟁력이 뚝뚝 떨어지는 장면을 바라만 보고 있다. 실제 지난 2004년 휴대전화로 혈당을 측정하는 ‘당뇨폰’이 개발됐지만, 규제가 중첩된 복잡한 인허가 절차 탓에 사업을 접었다. 스마트폰 최초로 심박센서를 탑재한 삼성전자 갤럭시 S5는 의료기기법에 따라 제조허가를 별도로 받아야 하는 처지다. 관광숙박시설 확충 때 경사도 기준도 과거 건축기술이 발달하기 전의 낡은 기준(21도)을 꾸준히 적용하고 있다.<br/><br/>급변하는 경제환경 변화에 둔감한 규제들도 있다. ‘수도권 공장 총량제’가 대표로 꼽힌다. 1994년 도입된 수도권 공장 총량제는 공장과 학교 등 신·증설의 총량 범위를 정해놓은 장치다. 노동집약적 산업 중심에서 지식과 첨단 기술 위주로 산업구조가 변화한 데다, 첨단산업 구조에서 공격적 투자가 사업 성패를 좌우하는 마당에 수도권 규제로 산업 경쟁력을 떨어뜨린다는 비판을 받아왔다. 1949년 ‘농지는 자기의 농업 경영에 이용할 자’만 소유하도록 한 농지 규제는 국토 활용도 저하를 불러온다는 지적을 받고 있다. <br/><br/>생활 패턴이 달라졌는데 규제 현실은 그대로인 경우도 많다. 프로야구 관중(600만 명)보다 많은 골프장 이용객(1700만 명)이 있는 시대에 회원제 골프장에 대한 개별소비세를 카지노·경마장 등과 같은 사행성·사치성 업종으로 분류해 부과하는 것이나, 해외 여행객 면세한도가 1988년 이후 국민소득 5배 증가를 외면한 채 26년 동안 1인당 400달러로 묶여 있는 규제 등은 생활 변화상을 고려하지 않고 있다는 지적을 받고 있다.<br/><br/>장석범 기자 bum@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-755.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>국토부 규제 5년간 391개 늘어 ‘최다’  
날짜: 20140324  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140324100000120  
본문: 범정부적 규제개혁 움직임이 본격화하는 가운데 정부부처 중 지난 5년간 등록규제가 가장 많이 늘어난 곳은 총 391개가 증가한 국토교통부로 파악됐다. 농림축산식품부, 보건복지부, 금융위원회 등도 같은 기간 규제가 100개 이상 훌쩍 증가했고 국무조정실(15개), 국가인권위원회(1개) 등은 없던 규제가 새로 생기기도 했다.<br/><br/>24일 문화일보가 정부의 규제정보포털 부처별 등록규제현황을 분석한 결과, 주된 규제와 부수 규제를 합쳐 2014년 현재 총 1만5305개로 5년 전인 지난 2009년 1만2905개보다 18.6%가량 증가한 것으로 조사됐다.<br/><br/>국토부의 경우 이 기간 2052개에서 2443개로 등록규제 개수가 391개나 급증, 주요 부처 중 가장 많이 늘어난 것으로 나타났다. 우리나라는 특히 건설·부동산 관련 규제가 많기 때문에 국토부의 규제 개수 총량도 부처 가운데 가장 많은 것으로 파악됐다. 2006년 부동산 투기 광풍을 막기 위해 만들었다가 폐지를 추진 중인 ‘초과이익 환수제’와 ‘소형주택 의무비율’ 등이 대표적인 부동산 규제로 꼽힌다.<br/><br/>농식품부는 723개에서 940개로 규제 개수가 217개 늘어나 증가 규제 개수 기준으로 부처 중 2위를 차지했다. 복지부는 997개에서 1203개로, 금융위도 918개에서 1096개로 증가 규제 개수가 100개를 훌쩍 넘긴 것으로 조사됐다. 이 밖에 국무조정실과 국가인권위 등은 2009년엔 등록규제가 단 한 개도 없었으나 2014년까지 15개, 1개씩 없던 규제가 새로 생기기도 한 것으로 파악됐다. 특히 부처 중 규제 개수가 가장 적은 국가인권위의 경우 지난해 국가인권위원회법 시행령 제2조에 규정된 아동 및 장애인복지시설 등 다수인보호시설의 범위를 관련 법령의 규정과 사회현실 변화 등에 따라 조정, 추가해 없던 규제가 1개 새로 생겼다.<br/><br/>한편 여성가족부는 정부등록 규제 수 100개 이상인 23개 부처 가운데 규제 증가율이 가장 높았다. 같은 기간 규제가 98개에서 172개로 74개나 늘어나 규제 증가율이 75.5%에 달했다. 여성부의 규제가 유독 늘어난 것은 청소년 보호, 성폭력 예방 및 제재 등에 관한 법령이 급증했기 때문으로 분석됐다. 만 16세 미만 청소년의 심야시간 게임을 금지하는 셧다운제(청소년보호법) 등이 대표적이다. 이 밖에 방송통신위원회(43.3%), 기획재정부(37.3%), 산림청(34.1%), 농식품부(30.1%), 공정거래위원회(27.1%) 등도 규제 증가율이 높은 축에 속했다.<br/><br/>최준영 기자 cjy324@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-756.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>국토부 규제 5년간 391개 늘어 ‘최다’  
날짜: 20140324  
기자: 최준영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140324100000159  
본문: 범정부적 규제개혁 움직임이 본격화하는 가운데 정부부처 중 지난 5년간 등록규제가 가장 많이 늘어난 곳은 총 391개가 증가한 국토교통부로 파악됐다. 농림축산식품부, 보건복지부, 금융위원회 등도 같은 기간 규제가 100개 이상 훌쩍 증가했고 국무조정실(15개), 국가인권위원회(1개) 등은 없던 규제가 새로 생기기도 했다.<br/><br/>24일 문화일보가 정부의 규제정보포털 부처별 등록규제현황을 분석한 결과, 주된 규제와 부수 규제를 합쳐 2014년 현재 총 1만5305개로 5년 전인 지난 2009년 1만2905개보다 18.6%가량 증가한 것으로 조사됐다.<br/><br/>국토부의 경우 이 기간 2052개에서 2443개로 등록규제 개수가 391개나 급증, 주요 부처 중 가장 많이 늘어난 것으로 나타났다. 우리나라는 특히 건설·부동산 관련 규제가 많기 때문에 국토부의 규제 개수 총량도 부처 가운데 가장 많은 것으로 파악됐다. 2006년 부동산 투기 광풍을 막기 위해 만들었다가 폐지를 추진 중인 ‘초과이익 환수제’와 ‘소형주택 의무비율’ 등이 대표적인 부동산 규제로 꼽힌다.<br/><br/>농식품부는 723개에서 940개로 규제 개수가 217개 늘어나 증가 규제 개수 기준으로 부처 중 2위를 차지했다. 복지부는 997개에서 1203개로, 금융위도 918개에서 1096개로 증가 규제 개수가 100개를 훌쩍 넘긴 것으로 조사됐다. 이 밖에 국무조정실과 국가인권위 등은 2009년엔 등록규제가 단 한 개도 없었으나 2014년까지 15개, 1개씩 없던 규제가 새로 생기기도 한 것으로 파악됐다. 특히 부처 중 규제 개수가 가장 적은 국가인권위의 경우 지난해 국가인권위원회법 시행령 제2조에 규정된 아동 및 장애인복지시설 등 다수인보호시설의 범위를 관련 법령의 규정과 사회현실 변화 등에 따라 조정, 추가해 없던 규제가 1개 새로 생겼다.<br/><br/>한편 여성가족부는 정부등록 규제 수 100개 이상인 23개 부처 가운데 규제 증가율이 가장 높았다. 같은 기간 규제가 98개에서 172개로 74개나 늘어나 규제 증가율이 75.5%에 달했다. 여성부의 규제가 유독 늘어난 것은 청소년 보호, 성폭력 예방 및 제재 등에 관한 법령이 급증했기 때문으로 분석됐다. 만 16세 미만 청소년의 심야시간 게임을 금지하는 셧다운제(청소년보호법) 등이 대표적이다. 이 밖에 방송통신위원회(43.3%), 기획재정부(37.3%), 산림청(34.1%), 농식품부(30.1%), 공정거래위원회(27.1%) 등도 규제 증가율이 높은 축에 속했다.<br/><br/>최준영 기자 cjy324@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-757.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>“실직중 배움카드 등록하니 ‘알바 금지’… 생활 어쩌라고 !”  
날짜: 20140324  
기자: 장석범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140324100000103  
본문: “외국인 근로자 행정업무를 왜 고용노동부 따로, 법무부 따로 하나요. 미처 한 곳에 못했다고 벌금을 부과하는 게 정답인가요?”<br/><br/>“실직 중인데 고용부 내일배움카드(직업 훈련비 지원 제도) 등록해 재취업 준비 중입니다. 쥐꼬리만큼 지원금을 받는데 아르바이트는 금지돼 있어요. 생활은 어쩌라고….”<br/><br/>“오후 내내 똑같은 식품안전교육에 왜 꼭 대표이사가 참석해야 하나요. 담당 실무자가 교육에 가면 될 일을….”<br/><br/>24일 정부가 운영 중인 통합 규제정보포털(www.better.go.kr)에는 그동안 규제로 인해 한숨 지으며 억눌려 왔던 국민들의 분통과 울먹임이 가득했다. <br/><br/>지난 20일 박근혜 대통령이 규제개혁 장관회의 및 민관합동 규제개혁 점검회의를 주재한 뒤 신문고를 ‘둥둥’ 치고 규제로 몸살 앓던 괴로움을 올린 사연들이다.<br/><br/>외국인 근로자를 채용하고 있는 업체 대표라고 소개한 홍모 씨는 “<span class='quot0'>외국인 근로자 근무지 변경이나 퇴사, 입사 등을 노동부에 신고하면 전산자료를 법무부에서도 공유해 별도로 출입국관리사무소에 가서 신고를 해야 하는 불편함을 없애 달라</span>”고 지적했다. <br/><br/>홍 씨는 “<span class='quot1'>노동부에 신고를 정상적으로 했는데도 법무부에 변경 신고를 안 했다고 벌금을 부과하는 것은 부당하다</span>”고 억울함을 호소했다. 홍 씨처럼 최근 외국인 근로자 채용이 늘면서 중복 행정 업무 처리에 대한 불만이 증가하고 있다. <br/><br/>20일 박 대통령 주재 규제 관련 회의 때 소상공인을 대표해 참석한 고깃집 사장 김미정(여)씨는 “<span class='quot2'>외국인 직원을 고용하려면 내국인보다 4번이나 더 행정 업무를 봐야 한다</span>”고 지적한 바 있다.<br/><br/>비현실적 규제로 인한 고통을 하소연하는 경우도 있다. 실직 중인 박모 씨는 “배움카드를 등록해 네일아트를 배우려 준비 중인데 교통비를 포함해 28만 원을 지원받는다”면서 “보험료와 휴대전화 요금까지 내려면 어느 정도 생활비가 있어야 하는데 아르바이트까지 금지돼 있다”고 한탄했다. 박 씨는 “<span class='quot3'>배우는 기간이 3개월 걸리는데 3개월 동안은 생활비가 없다</span>”면서 “<span class='quot3'>아르바이트를 어느 정도 허용해 정상생활이 되도록 규제를 바꿔 달라</span>”고 요청했다.<br/><br/>정부의 엇박자 규제를 탓하는 목소리도 높다.<br/><br/>오모 씨는 “<span class='quot4'>문화체육관광부에서는 생활체육 스포츠로 당구가 권장 종목인데, 초등학교 상대정화구역 내에서는 당구장 업종 허가 규제를 하고 있다</span>”고 지적했다. <br/><br/>이모 씨는 “<span class='quot5'>도로교통법, 주차장법, 건축법 등에 저촉되지 않는 합법적인 테라스에서 영업행위를 할 수 있다는 중앙정부의 답변을 받았는데 해당 구청 위생과에서는 단속사항이라고 규제를 한다</span>”고 주장했다.<br/><br/>충분히 대리인을 통해서도 행정목적을 이룰 수 있는데 ‘반드시 누구’, ‘꼭 누구’식으로 규제하는 데 대한 불만도 있었다. <br/><br/>유모 씨는 “<span class='quot6'>식품의약품안전처 관련 법 절차에 따라 정식 수입 절차를 거치더라도 검사 기준이 갑작스레 바뀌다 보면 불합격 통보를 받기도 한다</span>”면서 “<span class='quot6'>검사 불합격 때 부적합 상품에 대한 대처를 적절하게 진행하면 충분할 일을 반드시 ‘대표이사’가 부적합 관련 식품안전교육에 직접 참석하도록 하는 것은 과도한 규제</span>”라고 지적했다. 그는 “<span class='quot6'>수입담당 실무자가 참가해 이수해야 할 교육을 대표이사에게 직접 참석해 오후 내내 똑같은 수업을 반복 청강토록 한 것은 시간 낭비일 뿐</span>”이라며 “<span class='quot6'>학급 학생 1명의 잘못을 반장을 불러 벌 주는 것과 다를 바 없다</span>”고 꼬집었다.<br/><br/>경남 창원에서 손녀를 키우는 이모 씨도 손녀 여권 발급을 위해 행정기관을 찾았다가 직업군인으로 전방에서 근무하는 아들의 인감증명서를 요구해 낭패를 봤다고 하소연했다.<br/><br/>경기 연천 일반 전초(GOP)에서 근무하는 아들이 인감증명서 대리 발급 때 필요한 신분증을 창원까지 급하게 보낼 수 없었기 때문이다. 이 씨는 “<span class='quot7'>아들이 휴대전화로 주민등록증 사진을 찍어 보내온 것을 컬러프린터로 출력해 들고 가도 무용지물이었다</span>”면서 “<span class='quot7'>전화로 본인 확인을 하는 식의 방법도 있을 텐데 오로지 아빠 주민등록증을 가져와야 한다는 규정을 두는지 참 이상했다</span>”고 지적했다.<br/><br/>장석범 기자 bum@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-758.txt

제목: ‘암 예방의 날’ 93명 훈·포장  
날짜: 20140321  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140321100000113  
본문: 정부가 21일 암 예방의 날을 맞아 유근영 서울대 교수 등 암 예방에 공헌한 93명에게 훈·포장을 수여했다. 암 예방 홍보대사는 홍서범·조갑경 부부가 지난해에 이어 다시 위촉됐다.<br/><br/>보건복지부는 이날 오전 서울 중구 대한상공회의소에서 ‘제7회 암 예방의 날’ 기념식을 열고 8년째 아시아태평양암예방기구(APOCP) 사무총장을 역임하면서 아시아 전역의 암 예방과 관리를 위해 노력한 유 교수에게 홍조근정훈장을 수여했다. <br/><br/>또 맞춤형 암 치료 유전체 연구를 선도한 김열홍 고려대 교수, 암 환자 삶의 질 개선에 앞장선 태영숙 고신대 교수에게는 근정포장을 수여하는 등 총 89명에게 정부포상을 전달했다.<br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-759.txt

제목: <힐링푸드>영양학자 김갑영의 우리 음식 이야기-곤떡  
날짜: 20140319  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140319100000189  
본문: 우리나라 떡은 만드는 법, 모양, 들어가는 재료, 만드는 지방에 따라 분류하면 그 종류가 200가지가 넘는다고 한다. 그중 하나가 한국민속종합조사보고서 향토음식편(1984)에 충청도의 특색 있는 향토음식으로 나와 있는 곤떡이다. 곤떡이라는 이름은 떡의 색과 모양이 특히 곱다 하여 처음에는 ‘고운떡’으로 불리다가 그렇게 바뀐 것이다. 곤떡은 찌는 떡, 치는 떡, 빚는 떡, 지지는 떡 중에서도 지지는 찹쌀 전병으로서 ‘색떡’으로 분류된다. 색떡은 오미자의 붉은색, 치자의 노란색을 우려낸 물에 쌀가루를 반죽해 색을 낸 것이다. <br/><br/>색떡 중의 하나인 곤떡에 색을 입히기 위해선 먼저 지치 나무뿌리를 짓이겨서 기름에 넣어 끓여 붉은 물이 기름에 우러나오게 만든다. 이어서 찹쌀가루를 익반죽해 밤톨만큼씩 떼어 낸 후 동글납작하게 빚어 번철에 붉은 지치기름을 두르고 지져낸다. <br/><br/>지치는 우리나라에서 자생하는 자연의 색을 내는 염료작물로서 지초(芝草)라고 하며 뿌리가 보랏빛을 내어 자초(紫草), 자근(紫根)이라고도 하는 등 여러 가지 이름으로 불리는 다년생 풀이다. 지치는 붉은색뿐만 아니라 약간 매콤한 맛과 향도 내며, 오래 묵은 것은 민간에서 산삼 못지않은 신비로운 약초로 인식되고 있다. <br/><br/>조선시대의 ‘규합총서’에는 우리나라 팔도에서 나는 산물로 청풍(淸風)의 지치를 기록하고 있다. 청풍 지역은 충북 제천에 있는 지역이다. <br/><br/>예전에는 지치가 있는 곳의 주변은 겨울철에는 눈 쌓인 산 주변의 눈이 빨갛게 물들고 마른 흙 주변도 붉은색으로 물든다고 했다. 이른 봄철이면 전문 약초꾼들이 눈이 녹기 전에 양지바른 산에 올라가 눈밭에 남아 있는 붉은 자국을 보고 지초를 찾아냈다. <br/><br/>요즘은 깊은 산속이 아니면 찾아보기 힘들 정도로 지치 구하기가 매우 어려워져서 지치를 이용한 붉은색 곤떡은 매우 귀한 떡이 됐다. 지치가 들어간 붉은색의 곤떡은 지치의 따뜻한 성질이 있어 녹차와 함께 먹으면 잘 어울리며, 생강차와 함께 먹어도 좋다. 지치는 전남 진도의 특산주인 홍주의 붉은색을 내는 중요한 약초 재료이기도 하다. <br/><br/>지치는 소화를 돕고, 어혈과 통증 등의 해독작용, 항균, 항염, 암치료 등의 다양한 생리활성기능을 가지고 있는 것으로 보고되고 있다. 진도 홍주의 생산지인 진도에서 2012년 지초의 인공재배에 성공했다고 한다. 이른 봄 입맛이 없고 춘곤증으로 힘들 때, 지치기름에 지져낸 고운 색의 곤떡과 지치가 들어간 붉은색 진도 홍주 한 잔은 어떨까. <br/><br/>공주대학교 명예교수·전 한국가정과학회장

언론사: 문화일보-1-760.txt

제목: <힐링푸드>영양학자 김갑영의 우리 음식 이야기-곤떡  
날짜: 20140319  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140319100000162  
본문: 우리나라 떡은 만드는 법, 모양, 들어가는 재료, 만드는 지방에 따라 분류하면 그 종류가 200가지가 넘는다고 한다. 그중 하나가 한국민속종합조사보고서 향토음식편(1984)에 충청도의 특색 있는 향토음식으로 나와 있는 곤떡이다. 곤떡이라는 이름은 떡의 색과 모양이 특히 곱다 하여 처음에는 ‘고운떡’으로 불리다가 그렇게 바뀐 것이다. 곤떡은 찌는 떡, 치는 떡, 빚는 떡, 지지는 떡 중에서도 지지는 찹쌀 전병으로서 ‘색떡’으로 분류된다. 색떡은 오미자의 붉은색, 치자의 노란색을 우려낸 물에 쌀가루를 반죽해 색을 낸 것이다. <br/><br/>색떡 중의 하나인 곤떡에 색을 입히기 위해선 먼저 지치 나무뿌리를 짓이겨서 기름에 넣어 끓여 붉은 물이 기름에 우러나오게 만든다. 이어서 찹쌀가루를 익반죽해 밤톨만큼씩 떼어 낸 후 동글납작하게 빚어 번철에 붉은 지치기름을 두르고 지져낸다. <br/><br/>지치는 우리나라에서 자생하는 자연의 색을 내는 염료작물로서 지초(芝草)라고 하며 뿌리가 보랏빛을 내어 자초(紫草), 자근(紫根)이라고도 하는 등 여러 가지 이름으로 불리는 다년생 풀이다. 지치는 붉은색뿐만 아니라 약간 매콤한 맛과 향도 내며, 오래 묵은 것은 민간에서 산삼 못지않은 신비로운 약초로 인식되고 있다. <br/><br/>조선시대의 ‘규합총서’에는 우리나라 팔도에서 나는 산물로 청풍(淸風)의 지치를 기록하고 있다. 청풍 지역은 충북 제천에 있는 지역이다. <br/><br/>예전에는 지치가 있는 곳의 주변은 겨울철에는 눈 쌓인 산 주변의 눈이 빨갛게 물들고 마른 흙 주변도 붉은색으로 물든다고 했다. 이른 봄철이면 전문 약초꾼들이 눈이 녹기 전에 양지바른 산에 올라가 눈밭에 남아 있는 붉은 자국을 보고 지초를 찾아냈다. <br/><br/>요즘은 깊은 산속이 아니면 찾아보기 힘들 정도로 지치 구하기가 매우 어려워져서 지치를 이용한 붉은색 곤떡은 매우 귀한 떡이 됐다. 지치가 들어간 붉은색의 곤떡은 지치의 따뜻한 성질이 있어 녹차와 함께 먹으면 잘 어울리며, 생강차와 함께 먹어도 좋다. 지치는 전남 진도의 특산주인 홍주의 붉은색을 내는 중요한 약초 재료이기도 하다. <br/><br/>지치는 소화를 돕고, 어혈과 통증 등의 해독작용, 항균, 항염, 암치료 등의 다양한 생리활성기능을 가지고 있는 것으로 보고되고 있다. 진도 홍주의 생산지인 진도에서 2012년 지초의 인공재배에 성공했다고 한다. 이른 봄 입맛이 없고 춘곤증으로 힘들 때, 지치기름에 지져낸 고운 색의 곤떡과 지치가 들어간 붉은색 진도 홍주 한 잔은 어떨까. <br/><br/>공주대학교 명예교수·전 한국가정과학회장

언론사: 문화일보-1-761.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>지자체 규제, 중앙정부보다 3.3배 많아  
날짜: 20140319  
기자: 손기은  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140319100000025  
본문: 중앙정부 규제보다 3배가량 많은 지방정부 규제개혁이 더욱 시급하다는 분석이 나왔다. 박근혜정부 들어 규제 증가 폭은 과거의 절반 수준으로 줄어들었지만, 규제 건수는 줄어들지 않고 계속 늘어나고 있는 것으로 분석됐다.<br/><br/>19일 현대경제연구원이 발표한 ‘규제 증가의 특징과 시사점’ 보고서에 따르면, 지난해 말 기준 등록 규제 건수는 1만5269건으로 1년 전에 비해 380건 증가한 것으로 나타났다.<br/><br/>지난해 증가한 규제 건수 380건은 이명박정부에 비해서는 대폭 줄어든 수치다. 2010년 512건, 2011년 665건, 2012년 807건 등 2010∼2012년 신규 등록 규제는 매년 증가세를 보였으나, 박근혜정부 출범 이후 증가 폭이 크게 둔화하고 있는 것이다.<br/><br/>규제 건수는 줄고 있지만 ‘강한 규제’ 비중은 증가하고 있고, 규제 1건당 규제 강도 역시 소폭 증가하는 추세를 보이고 있다. 강한 규제란 인가·허가·면허 등 정부의 ‘사전 승인’을 받아야 하고, 시험·검사·인정 등이 필요한 ‘강한 기준’을 가진 규제를 말한다. 강한 기준의 규제 비중은 2012년 34.9%에서 지난해 35.1%로, 사전 승인이 필요한 강한 규제의 비중은 2012년 55.0%에서 지난해 55.2%로 소폭 증가했다.<br/><br/>구체적으로 보면, 지난해 8월 현재 경제적 규제의 강도(2.50점)가 사회적 규제(2.47점)나 행정적 규제(2.14점)에 비해 높은 수준을 유지하고 있었다. 경제적 규제의 강도가 높아 기업인 등이 고통 받고 있는 현실을 방증하는 수치로 풀이된다.<br/><br/>또 규제개혁위원회의 심사를 받지 않아도 되는 ‘비중요’ 규제의 비중이 90% 수준에 육박했고, 중앙공무원 1000명당 규제건수도 2009년 21.2건에서 지난해 24.8건으로 증가 추세를 유지했다.<br/><br/>보고서는 또 중앙정부의 등록규제보다 3.3배 많은 지방자치단체의 규제를 개혁할 수 있는 시스템을 구축해야 한다고 강조했다. 보고서를 작성한 김동열 현대경제연구원 기업정책연구실장은 “<span class='quot0'>광역자치단체에 단체장 직속으로 ‘광역시도 규제개혁위원회’를 신설해 5만여 개에 달하는 지자체 등록규제를 완화할 필요가 있다</span>”고 말했다.<br/><br/>손기은 기자 son@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-762.txt

제목: 문화예술인 75명이 전하는 “사랑해, 용태형”  
날짜: 20140318  
기자: 신세미  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140318100000121  
본문: 1980년대 민중미술운동, 문화운동의 중심에 그가 있었다. 1979년 ‘현실과 발언’의 창립 동인으로 시작해 1985년 민족미술협의회(민미협) 초대 사무국장, 1988년 한국민족예술인총연합(민예총) 초대 사무처장을 지냈다. 2000년대 들어 민주화운동기념사업회 상임이사, 6·15 공동선언실천 남측위원회 공동대표와 민예총 이사장을 역임한 미술작가 김용태(68) 씨 이야기다. 동두천 소재 사진관에서 수집한 기지촌 사람들의 사진을 콜라주한 ‘DMZ’ 등이 그의 대표작이다. <br/><br/>미술을 통해 사회에 대해 발언하며 그림마당 민 등을 통해 미술운동을 펼쳤던 그는 그러나 3년 전 암수술 이후 대외활동을 못하고 있다. 투병 중인 그를 돕기 위해 문화예술인 75명이 뜻을 모아 출판과 기금 모금 전시 및 미술품 경매를 연다. <br/><br/>구중서 김윤수 김정헌 김태서 손장섭 신경림 신학철 유홍준 이애주 임재경 주재환 최민 씨 등 ‘김용태를 사랑하는 사람들의 모임’의 47명은 각기 ‘용태형’을 추억하는 글을 모은 저서 ‘산포도 사랑, 용태형’을 냈다. 서울 종로구 평창동 가나아트센터에서 오는 26∼30일 열리는 출판기념전 ‘함께 가는 길’에는 미술작품 100점이 선보인다, 민중미술계열 작가 43명의 작품을 한자리에 모은 대규모 기획전이다. 전시작 중 35점 대상의 기금 모금 경매행사는 30일 서울옥션스페이스에서 열린다.

언론사: 문화일보-1-763.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>부처, 규제권한 밥그릇 싸움  
날짜: 20140318  
기자: 박민철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140318100000099  
본문: 자동차 연비 조사, 저탄소차 협력금 등 관련 규제를 둘러싸고 산업통상자원부, 국토교통부, 환경부 등이 감독권 다툼을 벌이면서 갈등을 빚고 있다. <br/><br/>박근혜 대통령이 부처 간 칸막이를 없애고 불필요한 규제를 과감하게 없애야 한다고 역설하고 있지만 현장에선 여전히 중복 규제로 행정력을 낭비하고 있다는 지적이 나오고 있다.<br/><br/>재계의 한 관계자는 18일 “<span class='quot0'>산업부와 국토부가 동시에 승용차 연비 사후관리 규제를 한다는 건 말도 안 된다</span>”며 “<span class='quot0'>두 부처의 발표 내용이 달라 자동차 업계와 소비자가 혼란에 빠지는 사태도 생길 것으로 보인다</span>”고 말했다.<br/><br/>국토부가 2003년 제작자가 차량의 성능과 안전을 책임지는 자기인증제를 도입한 이후 2012년까지 국토부는 상용차의 연비만 조사했고, 승용차 연비 조사는 산업부가 맡았다. 하지만 2012년 미국에서 현대·기아차의 연비 과장으로 파문이 일자 국토부는 지난해 승용차까지 조사 대상에 포함했다. <br/><br/>이에 대해 산업부는 업무권한이 없는 국토부가 국내 공인인증 방식과 동떨어진 조사 방식을 도입하려는 것은 신뢰할 수 없다며 강력히 반발하고 있다. 두 부처는 함께 인정하는 표준방식으로 연비를 재조사 중이다. <br/><br/>산업부와 국토부는 연비 조사와 튜닝 등 자동차 규제정책에서 사사건건 마찰을 빚어 왔다. 두 부처가 양보 없이 서로의 업무영역이라며 밥그릇 싸움에 나서자 국무조정실이 지난해 9월부터 중복 업무 조정에 나섰지만, 6개월째인 지금도 두 부처 간 팽팽한 힘겨루기 속에 결론을 내리지 못하고 있다.<br/><br/>산업부와 환경부도 ‘저탄소차 협력금 제도’를 둘러싸고 치열한 신경전을 벌이고 있다. <br/><br/>박민철 기자 mindom@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-764.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>기존산업 성장 한계 불구… 미래 제조산업 진입장벽 ‘첩첩’  
날짜: 20140318  
기자: 오승훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140318100000113  
본문: 온갖 규제로 신시장 진출이 번번이 좌절돼 온 산업계에 최근 모처럼 단비 같은 소식이 전해졌다. <br/><br/>지난 6일 정부가 경제혁신 3개년계획 추진을 위한 ‘인수·합병(M&A) 활성화 방안’을 발표하면서 원유·제철원료·액화가스 등 대량화물의 화주에 대해 해운업 진출의 물꼬를 터준 것이다. <br/><br/>이 덕분에 포스코, 현대제철, GS칼텍스, SK에너지, 에쓰오일 등 해외에서 원료를 대량 수입하는 화주로 연관 서비스업계 진출을 모색해온 대기업들이 현재 구조조정 중인 해운사를 인수할 수 있게 됐다. 지지부진하던 해운업계 M&A시장에 활력이 생긴 것이다. <br/><br/>그동안 대형 화주들은 해운업 진출의 걸림돌이었던 현행 ‘해운법’의 규제 완화를 강력하게 요청해 왔다. 안정적인 운송경로 확보와 원가절감을 통한 경쟁력 강화 기회가 원천 봉쇄돼온 것이다.<br/><br/>18일 산업계에 따르면 이 같은 제조업의 서비스업 진출을 위한 진입장벽 제거가 규제개혁의 화두로 등장했지만 현실이 이를 따라가지 못하고 있다. <br/><br/>현행 제도와 법령들은 전통적 제조업과 서비스업의 업역·업종 구분, 대기업의 사업분야 확장에 대한 부정적 인식 등에 따라 산업계의 진화에 부응하지 못한 채 발목을 잡고 있다. 특정 산업·업종에 진출해 사업을 영위할 수 있는 길을 막는 진입규제다.<br/><br/>유환익 전국경제인연합회 산업본부장은 “<span class='quot0'>제조업의 수익성 악화와 고객 욕구의 다양화로 제조업의 서비스화가 광범위하게 진행 중</span>”이라며 “<span class='quot0'>이는 제조업의 성장성을 회복하는 한 가지 길</span>”이라고 분석했다. 제조업의 서비스화(servicizing)란 제조업에서 서비스의 역할이 늘어나면서 제조업과 서비스업의 구분이 모호해지는 현상이다.<br/><br/>기존 전력망에 정보통신기술(ICT)을 접목해 전력공급자와 소비자가 양방향으로 정보를 교환, 에너지 효율을 최적화하는 지능형전력망 구축사업은 정부가 앞장서서 추진 중인 에너지관리정책이다.<br/><br/>여기에는 전력 생산자, 공급자는 물론 ICT기업의 사업 진출이 필수적이다. 하지만 현재 지능형전력망 구축사업자의 등록 기준은 전기사업자와 한국전력거래소로 한정돼 있다. 관련 기술 개발이나 신규 사업모델 개발에 앞서 있는 민간 전력생산 기업이나 ICT기업들의 주도적인 참여가 차단돼 있는 것이다.<br/><br/>자동차업계 관계자는 “<span class='quot1'>제조업 기반의 서비스업 진입규제는 ICT를 활용한 신사업 개발 분야에 두드러진다</span>”면서 “<span class='quot1'>향후 제조업의 미래 산업이 될 것으로 예상되는 무인자동차, 웨어러블 기기, 사물인터넷 등에도 진입장벽이 높다</span>”고 지적했다. <br/><br/>삼성그룹은 지난 2010년 축적된 제조기술을 기반으로 의료기기산업 진출을 선언했지만 진입장벽에 막혀 애를 먹고 있다. 현재 의료기기 제품을 판매하려면 식품의약품안전처(제품 안정성 및 유효성 심사)→한국보건의료연구원(신의료기술 평가)→건강보험심사평가원(치료재료가격 산정)의 3단계 절차를 밟아야 한다. 동일 임상자료에 대해 3개 기관의 검토가 중복되는 부분이 많아 혁신적인 제품을 개발했는데도 출시가 늦어져 시장 진입에 실패하는 사례가 빈발하고 있다. <br/><br/>심(맥)박 측정 기능이 탑재된 삼성전자, LG전자의 최신 스마트폰만 해도 의료기기 관련 규제 때문에 자칫 출시 타이밍을 놓칠 뻔했다.<br/><br/>오승훈 기자 oshun@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-765.txt

제목: <‘암덩어리 규제’ 혁파>기존산업 성장 한계 불구… 미래 제조산업 진입장벽 ‘첩첩’  
날짜: 20140318  
기자: 오승훈  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140318100000179  
본문: 온갖 규제로 신시장 진출이 번번이 좌절돼 온 산업계에 최근 모처럼 단비 같은 소식이 전해졌다. <br/><br/>지난 6일 정부가 경제혁신 3개년계획 추진을 위한 ‘인수·합병(M&A) 활성화 방안’을 발표하면서 원유·제철원료·액화가스 등 대량화물의 화주에 대해 해운업 진출의 물꼬를 터준 것이다. <br/><br/>이 덕분에 포스코, 현대제철, GS칼텍스, SK에너지, 에쓰오일 등 해외에서 원료를 대량 수입하는 화주로 연관 서비스업계 진출을 모색해온 대기업들이 현재 구조조정 중인 해운사를 인수할 수 있게 됐다. 지지부진하던 해운업계 M&A시장에 활력이 생긴 것이다. <br/><br/>그동안 대형 화주들은 해운업 진출의 걸림돌이었던 현행 ‘해운법’의 규제 완화를 강력하게 요청해 왔다. 안정적인 운송경로 확보와 원가절감을 통한 경쟁력 강화 기회가 원천 봉쇄돼온 것이다.<br/><br/>18일 산업계에 따르면 이 같은 제조업의 서비스업 진출을 위한 진입장벽 제거가 규제개혁의 화두로 등장했지만 현실이 이를 따라가지 못하고 있다. <br/><br/>현행 제도와 법령들은 전통적 제조업과 서비스업의 업역·업종 구분, 대기업의 사업분야 확장에 대한 부정적 인식 등에 따라 산업계의 진화에 부응하지 못한 채 발목을 잡고 있다. 특정 산업·업종에 진출해 사업을 영위할 수 있는 길을 막는 진입규제다.<br/><br/>유환익 전국경제인연합회 산업본부장은 “<span class='quot0'>제조업의 수익성 악화와 고객 욕구의 다양화로 제조업의 서비스화가 광범위하게 진행 중</span>”이라며 “<span class='quot0'>이는 제조업의 성장성을 회복하는 한 가지 길</span>”이라고 분석했다. 제조업의 서비스화(servicizing)란 제조업에서 서비스의 역할이 늘어나면서 제조업과 서비스업의 구분이 모호해지는 현상이다.<br/><br/>기존 전력망에 정보통신기술(ICT)을 접목해 전력공급자와 소비자가 양방향으로 정보를 교환, 에너지 효율을 최적화하는 지능형전력망 구축사업은 정부가 앞장서서 추진 중인 에너지관리정책이다.<br/><br/>여기에는 전력 생산자, 공급자는 물론 ICT기업의 사업 진출이 필수적이다. 하지만 현재 지능형전력망 구축사업자의 등록 기준은 전기사업자와 한국전력거래소로 한정돼 있다. 관련 기술 개발이나 신규 사업모델 개발에 앞서 있는 민간 전력생산 기업이나 ICT기업들의 주도적인 참여가 차단돼 있는 것이다.<br/><br/>자동차업계 관계자는 “<span class='quot1'>제조업 기반의 서비스업 진입규제는 ICT를 활용한 신사업 개발 분야에 두드러진다</span>”면서 “<span class='quot1'>향후 제조업의 미래 산업이 될 것으로 예상되는 무인자동차, 웨어러블 기기, 사물인터넷 등에도 진입장벽이 높다</span>”고 지적했다. <br/><br/>삼성그룹은 지난 2010년 축적된 제조기술을 기반으로 의료기기산업 진출을 선언했지만 진입장벽에 막혀 애를 먹고 있다. 현재 의료기기 제품을 판매하려면 식품의약품안전처(제품 안정성 및 유효성 심사)→한국보건의료연구원(신의료기술 평가)→건강보험심사평가원(치료재료가격 산정)의 3단계 절차를 밟아야 한다. 동일 임상자료에 대해 3개 기관의 검토가 중복되는 부분이 많아 혁신적인 제품을 개발했는데도 출시가 늦어져 시장 진입에 실패하는 사례가 빈발하고 있다. <br/><br/>심(맥)박 측정 기능이 탑재된 삼성전자, LG전자의 최신 스마트폰만 해도 의료기기 관련 규제 때문에 자칫 출시 타이밍을 놓칠 뻔했다.<br/><br/>오승훈 기자 oshun@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-766.txt

제목: 아스팔트 조각이 운석?… 진주 ‘운석 로또’ 과열  
날짜: 20140317  
기자: 박영수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140317100000080  
본문: 경남 진주에서 발견된 암석(사진)이 운석으로 판명난 가운데 외지 탐사객이 운석 추정 암석을 찾아내 ‘운석 찾기’ 열풍이 더욱 과열될 조짐을 보이고 있다. 국제 운석사냥꾼이 등장한 가운데 아스팔트 조각을 가져와 전문가에게 운석 여부를 확인해 달라는 해프닝까지 벌어지고 있다.<br/><br/>17일 진주시 미천면사무소에 따르면 두 번째 운석이 발견된 미천면 중촌마을은 16일 운석을 찾으려는 외지인들의 발길이 잇따랐다. 도로가에는 평소 차량이 없었으나 30여 대가 주차돼 산으로 들로 운석을 찾아 나섰다.<br/><br/>이날 부산에서 온 탐사객이 낮 12시 30분쯤 미천면 오방리의 밭에서 운석으로 보이는 암석을 찾았다. 이곳은 두 번째 운석이 발견된 지점에서 직선거리로 3㎞ 정도 떨어진 곳이다. <br/><br/>암석을 확인한 진주교육대 부설 한국지질유산연구소장인 김경수 교수는 “<span class='quot0'>이 암석은 첫 번째와 두 번째 운석과 같은 범위에 떨어졌고 표본이 검은색 코팅 형상인 데다 크기보다 무게가 많이 나가는 특성으로 미뤄 운석일 확률이 90% 이상</span>”이라는 견해를 밝혔다.<br/><br/>국제 운석사냥꾼으로 보이는 외국인도 이날 운석 발견 현장을 방문해 마을주민들에게 정황을 묻고 다녔다. 그의 명함에는 ‘운석사냥꾼(Meteorite Hunter)’ ‘사고 팔고 교환(Buy, Sell, Trade)’이라는 문구가 적혀 있다. 이 외국인이 운석을 발견했다는 소문도 나돌고 있다.<br/><br/>이처럼 운석 찾기 열풍이 불면서 한국지질유산연구소에는 하루 3∼4통씩 운석 여부를 확인해 달라는 전화가 걸려오고 있다. 한 주민은 아스팔트 조각을 가져와 운석인지 여부를 확인해 달라고 하기도 했다. 김 교수는 “<span class='quot0'>운석과 함께 파편도 떨어졌을 가능성이 있지만 운석 찾기 소동을 벌이는 것은 우려된다</span>”며 “<span class='quot0'>우리나라는 산지가 많아 운석을 찾기에 어려운 지형이어서 산속까지 찾아다니는 것은 바람직하지 않고 운석을 재물적 가치로만 보는 것도 옳지 않다</span>”고 말했다. <br/><br/>앞서 한국해양과학기술원 부설 극지연구소는 지난 10일과 11일 진주에서 발견된 암석을 조사한 결과, 두 암석 모두 지구상에 떨어지는 운석 가운데 85%인 ‘오디너리 콘드라이트(ordinary chondrite)’로 분류되는 운석이라고 이날 발표했다.<br/><br/>국제 운석 시장에서는 같은 종류의 운석이 싸게는 g당 2달러에서 보통 5달러 수준에 거래되는 것으로 알려졌다. 이 가격을 적용하면, 진주 운석 중 큰 것이 9.4㎏이므로 우리 돈으로 따진다면 2000만 원에서 5000만 원 정도가 될 것으로 추정된다. 극지연구소의 한 관계자는 “<span class='quot1'>항간에 알려진 것처럼 10㎏ 운석이 10억 원 선에 달하는 일은 있을 수 없다</span>”고 밝히기도 했다.<br/><br/>한편 문화재청은 진주 운석에 대해 문화재로 접근, 보호조치에 나서기로 했다. ‘천연기념물’로 지정하는 것도 고려 중이다. <br/><br/>문화재청 관계자는 17일 “<span class='quot2'>현행 문화재보호법에 따라 문화재는 유·무형문화재와 기념물, 민속문화재 등 네 종류로 나뉜다</span>”며 “<span class='quot2'>이번 운석은 지질 혹은 광물로서 역사·경관·학술적 가치가 크기 때문에 기념물 세부 항목에 포함시킬 수 있다</span>”고 전했다. <br/><br/>진주 = 박영수, 박동미 기자 buntle@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-767.txt

제목: 아스팔트 조각이 운석?… 진주 ‘운석 로또’ 과열  
날짜: 20140317  
기자: 박영수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140317100000162  
본문: 경남 진주에서 발견된 암석(사진)이 운석으로 판명난 가운데 외지 탐사객이 운석 추정 암석을 찾아내 ‘운석 찾기’ 열풍이 더욱 과열될 조짐을 보이고 있다. 국제 운석사냥꾼이 등장한 가운데 아스팔트 조각을 가져와 전문가에게 운석 여부를 확인해 달라는 해프닝까지 벌어지고 있다.<br/><br/>17일 진주시 미천면사무소에 따르면 두 번째 운석이 발견된 미천면 중촌마을은 16일 운석을 찾으려는 외지인들의 발길이 잇따랐다. 도로가에는 평소 차량이 없었으나 30여 대가 주차돼 산으로 들로 운석을 찾아 나섰다.<br/><br/>이날 부산에서 온 탐사객이 낮 12시 30분쯤 미천면 오방리의 밭에서 운석으로 보이는 암석을 찾았다. 이곳은 두 번째 운석이 발견된 지점에서 직선거리로 3㎞ 정도 떨어진 곳이다. <br/><br/>암석을 확인한 진주교육대 부설 한국지질유산연구소장인 김경수 교수는 “<span class='quot0'>이 암석은 첫 번째와 두 번째 운석과 같은 범위에 떨어졌고 표본이 검은색 코팅 형상인 데다 크기보다 무게가 많이 나가는 특성으로 미뤄 운석일 확률이 90% 이상</span>”이라는 견해를 밝혔다.<br/><br/>국제 운석사냥꾼으로 보이는 외국인도 이날 운석 발견 현장을 방문해 마을주민들에게 정황을 묻고 다녔다. 그의 명함에는 ‘운석사냥꾼(Meteorite Hunter)’ ‘사고 팔고 교환(Buy, Sell, Trade)’이라는 문구가 적혀 있다. 이 외국인이 운석을 발견했다는 소문도 나돌고 있다.<br/><br/>이처럼 운석 찾기 열풍이 불면서 한국지질유산연구소에는 하루 3∼4통씩 운석 여부를 확인해 달라는 전화가 걸려오고 있다. 한 주민은 아스팔트 조각을 가져와 운석인지 여부를 확인해 달라고 하기도 했다. 김 교수는 “<span class='quot0'>운석과 함께 파편도 떨어졌을 가능성이 있지만 운석 찾기 소동을 벌이는 것은 우려된다</span>”며 “<span class='quot0'>우리나라는 산지가 많아 운석을 찾기에 어려운 지형이어서 산속까지 찾아다니는 것은 바람직하지 않고 운석을 재물적 가치로만 보는 것도 옳지 않다</span>”고 말했다. <br/><br/>앞서 한국해양과학기술원 부설 극지연구소는 지난 10일과 11일 진주에서 발견된 암석을 조사한 결과, 두 암석 모두 지구상에 떨어지는 운석 가운데 85%인 ‘오디너리 콘드라이트(ordinary chondrite)’로 분류되는 운석이라고 이날 발표했다.<br/><br/>국제 운석 시장에서는 같은 종류의 운석이 싸게는 g당 2달러에서 보통 5달러 수준에 거래되는 것으로 알려졌다. 이 가격을 적용하면, 진주 운석 중 큰 것이 9.4㎏이므로 우리 돈으로 따진다면 2000만 원에서 5000만 원 정도가 될 것으로 추정된다. 극지연구소의 한 관계자는 “<span class='quot1'>항간에 알려진 것처럼 10㎏ 운석이 10억 원 선에 달하는 일은 있을 수 없다</span>”고 밝히기도 했다.<br/><br/>한편 문화재청은 진주 운석에 대해 문화재로 접근, 보호조치에 나서기로 했다. ‘천연기념물’로 지정하는 것도 고려 중이다. <br/><br/>문화재청 관계자는 17일 “<span class='quot2'>현행 문화재보호법에 따라 문화재는 유·무형문화재와 기념물, 민속문화재 등 네 종류로 나뉜다</span>”며 “<span class='quot2'>이번 운석은 지질 혹은 광물로서 역사·경관·학술적 가치가 크기 때문에 기념물 세부 항목에 포함시킬 수 있다</span>”고 전했다. <br/><br/>진주 = 박영수, 박동미 기자 buntle@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-768.txt

제목: 앤젤리나 졸리, 두번째 암 예방수술 고려  
날짜: 20140314  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000174  
본문: 지난해 암 예방을 위해 유방절제수술과 재건수술을 받은 할리우드 배우 앤젤리나 졸리가 두 번째 암 예방 수술을 고려하고 있다. <br/><br/>졸리는 최근 미국 연예매체 엔터테인먼트 위클리와의 인터뷰에서 “아직 다른 수술(난소 절제술)이 남아 있다. 다음 단계를 위해 주변 사람에게 조언을 구할 것”이라고 말했다. <br/><br/>졸리는 지난해 5월 유방암과 난소암 위험 인자를 발견하고 예방 차원에서 유방절제수술을 받은 바 있다. 당시 그는 BRCA1으로 알려진 유전자 때문에 유방암에 걸릴 확률이 87%였고, 난소암에 걸릴 확률도 50%였다. 졸리는 지난해 수술을 통해 유방암 발병 확률을 87％에서 5％로 줄이는 데 성공했다.

언론사: 문화일보-1-769.txt

제목: 앤젤리나 졸리, 두번째 암 예방수술 고려  
날짜: 20140314  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000118  
본문: 지난해 암 예방을 위해 유방절제수술과 재건수술을 받은 할리우드 배우 앤젤리나 졸리가 두 번째 암 예방 수술을 고려하고 있다. <br/><br/>졸리는 최근 미국 연예매체 엔터테인먼트 위클리와의 인터뷰에서 “아직 다른 수술(난소 절제술)이 남아 있다. 다음 단계를 위해 주변 사람에게 조언을 구할 것”이라고 말했다. <br/><br/>졸리는 지난해 5월 유방암과 난소암 위험 인자를 발견하고 예방 차원에서 유방절제수술을 받은 바 있다. 당시 그는 BRCA1으로 알려진 유전자 때문에 유방암에 걸릴 확률이 87%였고, 난소암에 걸릴 확률도 50%였다. 졸리는 지난해 수술을 통해 유방암 발병 확률을 87％에서 5％로 줄이는 데 성공했다.

언론사: 문화일보-1-770.txt

제목: 앤젤리나 졸리, 두번째 암 예방수술 고려  
날짜: 20140314  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000200  
본문: 지난해 암 예방을 위해 유방절제수술과 재건수술을 받은 할리우드 배우 앤젤리나 졸리가 두 번째 암 예방 수술을 고려하고 있다. <br/><br/>졸리는 최근 미국 연예매체 엔터테인먼트 위클리와의 인터뷰에서 “아직 다른 수술(난소 절제술)이 남아 있다. 다음 단계를 위해 주변 사람에게 조언을 구할 것”이라고 말했다. <br/><br/>졸리는 지난해 5월 유방암과 난소암 위험 인자를 발견하고 예방 차원에서 유방절제수술을 받은 바 있다. 당시 그는 BRCA1으로 알려진 유전자 때문에 유방암에 걸릴 확률이 87%였고, 난소암에 걸릴 확률도 50%였다. 졸리는 지난해 수술을 통해 유방암 발병 확률을 87％에서 5％로 줄이는 데 성공했다.

언론사: 문화일보-1-771.txt

제목: <새책>스냅 등  
날짜: 20140314  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000119  
본문: ★ 스냅(매튜 헤르텐슈타인 지음, 강혜정 옮김/비즈니스북스) = 괴짜 심리학자인 저자는 신체의 행동 신호를 포착하는 훈련을 통해 상대 성격을 정확하게 예측할 수 있다고 주장한다. 다른 사람과 상호작용하는 모습을 담은 1분짜리 무성 영상을 통해 주인공의 지능지수, 학점, 대학수학능력시험 성적을 정확하게 예측한 예도 흥미롭다. 기존 정통 행동심리학이나 인지심리학 영역을 뛰어넘어 인간의 통찰력에 초점을 맞춘 셈이다. ‘느낌’에 따른 판단이 얼마나 중요하며 동시에 강력한지 알려준다. 배란기에 가까운 여자일수록 정확하게 남자들의 성적 취향을 식별한다거나 목소리, 표정, 발언 등에서 나온 신호를 분석해 거짓말 여부를 90%에 가까운 정확도로 판별해내는 실험 결과 등도 소개한다.<br/><br/>★ 마키아벨리 다시 읽기(곽준혁 지음/민음사) = 이탈리아의 정치사상가 마키아벨리는 종종 ‘엘리트주의자’ ‘귀족적 공화주의자’로만 여겨진다. 하지만 그는 ‘갈등’을 필연적으로 보고 문제가 아닌 ‘해법’으로 접근, 기존 공화주의자들보다 인민들의 역동적인 정치참여를 강조했다. 즉, ‘갈등의 정치사회학’이 주는 건강한 긴장의 역할을 조명한 것. 곽준혁 숭실대 가치와윤리연구소 소장은 이를 바탕으로 ‘꿈꾸는 현실주의자’가 되자고 역설한다. 마키아벨리 사상에 대한 오해를 풀기 위해 공화주의, 비(非)지배 자유, 참주와 군주 등 주요 쟁점을 15가지로 제시하여 폭넓은 논의의 장을 마련한다.<br/><br/>★ 아하!(오강남 지음/삼인)= 세계적인 종교학자 오강남 교수가 속담에서 얻은 삶의 지혜를 들려준다. 그는 단순히 속담의 문자적 의미가 무엇인가 알아내는 데에만 머물면 안 된다고 지적한다. 그는 속담을 하나의 화두로 받아들이고, 그에 대한 자신의 생각을 담담한 어조로 서술한다. 오늘날 우리의 삶에 도움이 되는 방향으로 ‘해몽’을 붙여 보는 식이다. 오 교수는 “<span class='quot0'>글을 통해 나의 내면에 무언가 일깨우는 것을 주목적으로 하는 이른바 ‘환기식 독법(evocative reading)’</span>”이라고 풀이한다.<br/><br/>★ 맨발의 학자들(전제성 외 지음/눌민)= 동남아시아는 한 해 동안 관광, 무역, 사업, 연수 등을 이유로 한국인 수백만 명이 드나드는 지역이다. 책은 동남아 전문가 6인이 박사 학위 논문을 위해 현지에서 수행한 조사결과를 정리한 책이다. 이들은 동남아 사람들과 함께 살고 부딪치며 이 같은 결과물을 내놨다. 저자들은 인도네시아 이슬람 농촌 마을, 태국·미얀마 국경 난민촌, 말레이시아정치현장 등을 직접 누빈다. 또 베트남 한인 기업의 노동자와 인도네시아 노동조합원들도 만난다. 동남아시아 사람들의 삶에 한결 가깝게 접근할 수 있게 해주는 책이다.<br/><br/>★ 독일리포트-미래 한국의 패러다임을 찾아(국민일보 특별취재팀 엮음/이지북)= 독일의 정치, 경제, 사회를 현장 취재를 통해 다각도로 해부한 책이다. 일과 학습을 병행하는 직업교육, 보수와 진보가 대연정을 모색하는 상생의 정치, 촘촘한 사회안전망 등을 통해 우리 정치·사회에 성찰의 실마리를 제공한다. 동네기업을 강소기업으로 만든 마이스터, 기독교적 소명의식으로 노블레스 오블리주(사회지도층의 책임과 도덕적 의무)를 실현한 사람들도 소개하고 있다.<br/><br/>★ 암 없는 세상(G. 에드워드 그리핀 지음, 석혜미 옮김/포북)= 다큐멘터리 작가인 저자가 비타민에서 암 치료법을 찾는다. 저자는 암에 대해 “영양 결핍증의 일종”이라고 규정하며 “<span class='quot1'>박테리아나 바이러스 혹은 알려지지 않은 독소에 의해 발생하는 질병이 아니라 현대인 식단에서 빠진 한 성분의 부재로 생기는 병</span>”이라고 주장한다. 저자는 제약 카르텔의 상업적 이익을 보호하기 위해 의료과학이 어떻게 휘둘려 왔는지를, 그리고 암 치료 세계의 장막 뒤에 감춰진 음모와 진실을 낱낱이 밝힌다.

언론사: 문화일보-1-772.txt

제목: ‘日과학계 신데렐라’ 오보카타 결국… 만능세포 논문 철회키로  
날짜: 20140314  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000182  
본문: 체세포에서 만능 줄기세포를 만들어내는 획기적인 방법을 개발해 세계 생명과학계의 ‘신데렐라’로 떠올랐던 일본의 30대 여성 과학자가 조작 의혹 속에 결국 논문을 철회하기로 결정했다. 이에 따라 연구 성과는 백지화되고, 줄기세포 연구 분야를 선도해 온 일본 학계의 신뢰성은 큰 타격을 입게 됐다.<br/><br/>14일 아사히(朝日)신문 등 일본 언론에 따르면 이화학연구소 소속 오보카타 하루코(小保方晴子·30·사진) 연구주임은 지난 1월 말 영국 과학잡지 ‘네이처’에 게재한 신형 만능 줄기세포 스탭(STAP·Stimulus-Triggered Acquisition of Pluripotency, 자극 야기 다능성 획득) 세포 논문을 철회하자는 공동저자들의 제안에 동의한다는 입장을 밝혔다. 논문 조작 의혹을 조사해 온 이화학연구소는 이날 오후 기자회견을 열고 중간 보고를 하면서 논문 철회 방침을 공식적으로 밝힐 예정이다.<br/><br/>스탭 세포는 체세포를 약산성 용액에 담그는 간단한 방법으로 만들어지는 만능 줄기세포로, 신체의 다양한 조직으로 자랄 수 있는 데다 암으로 변이될 가능성이 낮다는 점에서 획기적이라는 평가를 받았다. <br/><br/>그러나 국제적인 주목을 받은 지 불과 2주 만에 주 저자인 오보카타의 2011년 박사학위 논문 속 골수세포 사진과 비슷한 사진이 스탭 세포의 근거로 제시됐다는 의혹에 휩싸였다.<br/><br/>이화학연구소 측은 스탭 세포가 다양한 인체 조직으로 자랄 수 있는 만능성을 갖고 있다는 연구의 핵심을 입증할 과학적 근거가 불충분하다는 판단을 내린 것으로 알려졌다. 요미우리(讀賣)신문은 “이화학연구소 내에서 스탭 세포 연구에 참여한 논문의 주요 저자 가운데 스탭 세포 제작 실험에 성공한 것은 오보카타 연구팀밖에 없었다”고 보도했다.<br/><br/>그러나 연구에 참여한 일부 저자는 스탭 세포 연구의 성과를 강조하면서 논문 철회에 동의하지 않고 있다. 오보카타의 지도교수인 찰스 버캔티 하버드대 교수는 주요 저자 4명 가운데 유일하게 논문 철회를 반대하면서 “<span class='quot0'>논문에 일부 오류가 있지만 결론에 영향을 미치는 중대한 문제는 아니다</span>”고 주장하고 있다. <br/><br/>이에 대해 이화학연구소는 버캔티 교수를 설득해 논문을 철회하고, 다시 실험을 진행해 충분한 근거를 확보한 뒤 새 논문을 발표하겠다는 입장이다.<br/><br/>미모의 젊은 여성 과학자가 기존의 상식을 깨는 연구를 해냈다며 환호했던 일본 여론과 학계는 이제 논란을 일으킨 오보카타의 경험 부족을 지적하고 있다. 줄기세포 연구 전문가인 아카시 고이치(赤司浩一) 규슈(九州)대 교수는 “<span class='quot1'>경험이 풍부한 과학자가 책임을 지고, 실험에 참가하는 것이 필요하다</span>”고 말했다.<br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-773.txt

제목: ‘日과학계 신데렐라’ 오보카타 결국… 만능세포 논문 철회키로  
날짜: 20140314  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000060  
본문: 체세포에서 만능 줄기세포를 만들어내는 획기적인 방법을 개발해 세계 생명과학계의 ‘신데렐라’로 떠올랐던 일본의 30대 여성 과학자가 조작 의혹 속에 결국 논문을 철회하기로 결정했다. 이에 따라 연구 성과는 백지화되고, 줄기세포 연구 분야를 선도해 온 일본 학계의 신뢰성은 큰 타격을 입게 됐다.<br/><br/>14일 아사히(朝日)신문 등 일본 언론에 따르면 이화학연구소 소속 오보카타 하루코(小保方晴子·30·사진) 연구주임은 지난 1월 말 영국 과학잡지 ‘네이처’에 게재한 신형 만능 줄기세포 스탭(STAP·Stimulus-Triggered Acquisition of Pluripotency, 자극 야기 다능성 획득) 세포 논문을 철회하자는 공동저자들의 제안에 동의한다는 입장을 밝혔다. 논문 조작 의혹을 조사해 온 이화학연구소는 이날 오후 기자회견을 열고 중간 보고를 하면서 논문 철회 방침을 공식적으로 밝힐 예정이다.<br/><br/>스탭 세포는 체세포를 약산성 용액에 담그는 간단한 방법으로 만들어지는 만능 줄기세포로, 신체의 다양한 조직으로 자랄 수 있는 데다 암으로 변이될 가능성이 낮다는 점에서 획기적이라는 평가를 받았다. <br/><br/>그러나 국제적인 주목을 받은 지 불과 2주 만에 주 저자인 오보카타의 2011년 박사학위 논문 속 골수세포 사진과 비슷한 사진이 스탭 세포의 근거로 제시됐다는 의혹에 휩싸였다.<br/><br/>이화학연구소 측은 스탭 세포가 다양한 인체 조직으로 자랄 수 있는 만능성을 갖고 있다는 연구의 핵심을 입증할 과학적 근거가 불충분하다는 판단을 내린 것으로 알려졌다. 요미우리(讀賣)신문은 “이화학연구소 내에서 스탭 세포 연구에 참여한 논문의 주요 저자 가운데 스탭 세포 제작 실험에 성공한 것은 오보카타 연구팀밖에 없었다”고 보도했다.<br/><br/>그러나 연구에 참여한 일부 저자는 스탭 세포 연구의 성과를 강조하면서 논문 철회에 동의하지 않고 있다. 오보카타의 지도교수인 찰스 버캔티 하버드대 교수는 주요 저자 4명 가운데 유일하게 논문 철회를 반대하면서 “<span class='quot0'>논문에 일부 오류가 있지만 결론에 영향을 미치는 중대한 문제는 아니다</span>”고 주장하고 있다. <br/><br/>이에 대해 이화학연구소는 버캔티 교수를 설득해 논문을 철회하고, 다시 실험을 진행해 충분한 근거를 확보한 뒤 새 논문을 발표하겠다는 입장이다.<br/><br/>미모의 젊은 여성 과학자가 기존의 상식을 깨는 연구를 해냈다며 환호했던 일본 여론과 학계는 이제 논란을 일으킨 오보카타의 경험 부족을 지적하고 있다. 줄기세포 연구 전문가인 아카시 고이치(赤司浩一) 규슈(九州)대 교수는 “<span class='quot1'>경험이 풍부한 과학자가 책임을 지고, 실험에 참가하는 것이 필요하다</span>”고 말했다.<br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-774.txt

제목: ‘일본판 황우석’ 미녀 과학자 ‘만능줄기세포 쇼’ 끝  
날짜: 20140314  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000039  
본문: 지난 1월 28일 일본 고베(神戶)의 이화학연구소 발생·재생과학종합연구센터. 단정한 원피스 차림에 귀여운 앞머리를 한 미모의 여성이 몰려든 기자들에 둘러싸인 채 플래시 세례를 받고 있었다. 이화학연구소 소속 오보카타 하루코(小保方晴子·30·사진) 연구주임은 이날 인간 신체를 구성하는 어떤 세포로도 자라날 수 있는 만능 줄기세포를 아주 간단하고 안전한 방법으로 제작할 수 있다는 획기적인 연구결과를 발표하며 국제적인 화제의 주인공이 됐다.<br/><br/>오보카타는 체세포를 약산성 용액에 25분간 담그는 것만으로 ‘스탭(STAP·Stimulus―Triggered Acquisition of Pluripotency, 자극 야기 다능성 획득)’ 세포로 명명된 신형 만능줄기세포를 만들어냈다고 했다. 기존의 유도만능 줄기세포에 비해 암으로 변할 가능성이 현저히 낮은 데다 제작 방법도 간단해 인류의 역사를 바꿀 획기적 발견으로 평가받았다. 이튿날인 29일엔 권위있는 영국 과학잡지 ‘네이처’에 이 같은 내용의 논문이 실렸다.<br/><br/>일본 언론들은 ‘만능세포 대변혁, 세계가 흥분’ ‘생물학계의 코페르니쿠스적 혁명’이라는 평가와 함께 오보카타의 연구 성과를 대서특필했다. 오보카타는 “실험실에서는 늘 할머니가 주신 앞치마를 입고 실험한다” “멋을 내는 것을 좋아하고 학창시절부터 미인이었다”는 에피소드가 보도될 정도의 ‘연예인급’ 명사가 됐다.<br/><br/>상황이 반전된 건 불과 보름 만인 2월 13일이었다. 인터넷 과학사이트 등에서 “논문에 부자연스러운 이미지가 있다”는 의혹이 제기된 것이 시작이었다. 급기야 지난 10일에는 논문 공동저자인 와카야마 데루히코(若山照彦) 야마나시(山梨)대 교수가 “확신을 못 하겠다”며 논문 철회를 공개적으로 주장하고 나섰다. 환호했던 일본 여론도 싸늘하게 돌아섰다.<br/><br/>입장을 밝히지 않고 버텼던 오보카타는 14일 논문 철회 요청에 동의하고 이 같은 입장을 소속 연구소인 이화학연구소를 통해 발표하기로 했다. 젊은 여성 과학자의 ‘신데렐라 스토리’가 일본판 ‘황우석 사태’로 전락하는 순간이었다.<br/><br/>◆ 골수 세포가 스탭 세포로 둔갑? = 논란의 핵심은 네이처에 실린 논문 속의 스탭 세포 조직 사진이 2011년 오보카타의 박사 논문에 실린 골수세포 사진과 흡사하다는 것이다. 박사 논문에서 골수 세포를 배양한 것으로 설명됐던 사진이 이번 논문에서는 체세포에서 만들어진다는 스탭 세포로 둔갑했다는 의혹이다.<br/><br/>스탭 세포의 특징은 ▲어떤 신체기관으로도 자랄 수 있는 만능성을 갖고 있고 ▲일반적인 체세포에서 만들 수 있다는 점이다. 스탭 세포에서 만든 근육, 장(腸) 조직의 사진이 가짜라면 스탭 세포의 존재 자체가 부정될 수밖에 없다. 논문 철회를 요구하고 있는 공동저자 와카야마 교수는 10일 기자회견에서 “<span class='quot0'>세포가 여러 가지로 분화할 수 있다는 점을 나타내는 사진이기 때문에 (가짜라면) 연구의 근간이 흔들리게 된다</span>”며 “<span class='quot0'>내가 실험한 것이 무엇이었는지 확신을 가질 수 없게 됐다</span>”고 주장했다.<br/><br/>NHK는 데이터 보안 회사의 분석을 인용해 “<span class='quot1'>스탭 세포 논문에 실린 사진은 직접 촬영된 자료가 아니라, 종이 문서를 스캔하는 등의 방법으로 영상 자료화한 뒤 잘라 붙인 것으로 보인다</span>”면서 “<span class='quot1'>(문제가 된) 사진의 상단 부분에 다른 사진의 일부로 보이는 보라색의 선이 들어가 있다</span>”고 보도했다.<br/><br/>◆ 박사논문도 표절 … 학위 취소 거론 = 스탭 세포 논문 조작 의혹은 오보카타의 연구 역량, 진실성에 대한 논란으로 이어지고 있다. 11일 ‘논문 날조와 연구 부정’이라는 이름의 트위터 계정은 오보카타가 2011년 와세다(早稻田)대에 제출한 박사학위 논문의 상당 부분이 미국 국립 보건연구소가 웹사이트에 올려놓은 ‘줄기세포의 기초지식’ 내용과 매우 유사하다고 지적했다.<br/><br/>표절 의혹을 받고 있는 부분은 총 108쪽의 논문 가운데 5분의 1에 가까운 20쪽 분량에 달하며 인용 출처가 명시돼 있지 않다. 심지어 박사논문의 참고자료를 정리한 목록조차 다른 논문에서 베낀 것이라는 주장이 나오고 있다.<br/><br/>박사논문의 본문에는 인용표시가 없는데, 참고문헌 목록에는 인용을 했다는 잡지이름, 저자 등이 표시돼 있고 이 부분이 2010년 대만 연구진이 발표한 논문의 참고문헌과 거의 일치한다는 것이다. 아사히(朝日)신문은 “복사·붙여넣기한 것일 수 있다”며 “학위 취소를 검토할 필요가 있다”고 지적하고 있다.<br/><br/>◆ 오보카타 “논문 철회 동의” = 논란이 확산되는 가운데 오보카타의 지도 교수이자 스탭 세포 논문 공동저자인 찰스 버캔티 하버드대 교수는 “약간의 실수가 있었지만 우리의 발견과 성과에 영향을 주지 않는다고 굳게 믿고 있다”며 반론을 폈다.<br/><br/>버캔티 교수는 11일 언론 인터뷰에서 논문을 철회할 생각이 없다고 밝히면서 “<span class='quot2'>이렇게 중요한 논문이 동료의 압력으로 철회된다면, 굉장히 슬픈 일</span>”이라고도 했다. 과학계에서 ‘약자’라고 할 수 있는 젊은 여성 연구자에 대한 동료들의 정치적 압박이 의혹제기로 이어졌다는 뜻으로 해석될 수 있는 발언이다. 그러나 논문을 게재한 네이처, 이화학연구소가 조사에 돌입하면서 오보카타를 포함한 논문의 주요저자 4명 중 3명은 논문을 철회하기로 합의한 것으로 알려졌다. 이화학연구소 측은 주요 저자 중 유일하게 반대 입장을 고수하고 있는 버캔티 교수를 설득해 논문을 철회한다는 계획이다.<br/><br/>14일 일본 언론에 따르면 이화학연구소는 이날 오후 2시 기자회견을 열고 “<span class='quot3'>스탭 세포의 존재, 만능성에 대한 증명이 과학적으로 불충분하다고 판단했다</span>”며 “<span class='quot3'>실험을 다시 시도해 의문을 해결할 수 있는 논문으로 다시 작성하겠다는 목표</span>”라고 밝힐 예정이다.<br/><br/>네이처의 경우 논문 철회는 원칙적으로 주요 저자 전원의 동의가 필요하지만, 편집장의 판단으로 동의하지 않는 저자의 이름을 밝힌 뒤 철회할 수도 있다.<br/><br/>논문이 철회되면 국제 학술 데이터베이스에 ‘철회했다’는 주석이 달리고 연구 결과는 백지화된다. 마이니치(每日)신문은 “단순 실수라면 수정으로 끝나는 경우가 많고 수정이 되면 논문의 성과는 남게 된다”면서 “철회는 과학자로서의 업적과 소속기관의 신뢰성이 크게 손상되는 일”이라고 지적했다.<br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-775.txt

제목: < Global Focus >‘일본판 황우석’ 미녀 과학자 ‘만능줄기세포 쇼’ 끝  
날짜: 20140314  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000143  
본문: 지난 1월 28일 일본 고베(神戶)의 이화학연구소 발생·재생과학종합연구센터. 단정한 원피스 차림에 귀여운 앞머리를 한 미모의 여성이 몰려든 기자들에 둘러싸인 채 플래시 세례를 받고 있었다. 이화학연구소 소속 오보카타 하루코(小保方晴子·30·사진) 연구주임은 이날 인간 신체를 구성하는 어떤 세포로도 자라날 수 있는 만능 줄기세포를 아주 간단하고 안전한 방법으로 제작할 수 있다는 획기적인 연구결과를 발표하며 국제적인 화제의 주인공이 됐다.<br/><br/>오보카타는 체세포를 약산성 용액에 25분간 담그는 것만으로 ‘스탭(STAP·Stimulus―Triggered Acquisition of Pluripotency, 자극 야기 다능성 획득)’ 세포로 명명된 신형 만능줄기세포를 만들어냈다고 했다. 기존의 유도만능 줄기세포에 비해 암으로 변할 가능성이 현저히 낮은 데다 제작 방법도 간단해 인류의 역사를 바꿀 획기적 발견으로 평가받았다. 이튿날인 29일엔 권위있는 영국 과학잡지 ‘네이처’에 이 같은 내용의 논문이 실렸다.<br/><br/>일본 언론들은 ‘만능세포 대변혁, 세계가 흥분’ ‘생물학계의 코페르니쿠스적 혁명’이라는 평가와 함께 오보카타의 연구 성과를 대서특필했다. 오보카타는 “실험실에서는 늘 할머니가 주신 앞치마를 입고 실험한다” “멋을 내는 것을 좋아하고 학창시절부터 미인이었다”는 에피소드가 보도될 정도의 ‘연예인급’ 명사가 됐다.<br/><br/>상황이 반전된 건 불과 보름 만인 2월 13일이었다. 인터넷 과학사이트 등에서 “논문에 부자연스러운 이미지가 있다”는 의혹이 제기된 것이 시작이었다. 급기야 지난 10일에는 논문 공동저자인 와카야마 데루히코(若山照彦) 야마나시(山梨)대 교수가 “확신을 못 하겠다”며 논문 철회를 공개적으로 주장하고 나섰다. 환호했던 일본 여론도 싸늘하게 돌아섰다.<br/><br/>입장을 밝히지 않고 버텼던 오보카타는 14일 논문 철회 요청에 동의하고 이 같은 입장을 소속 연구소인 이화학연구소를 통해 발표하기로 했다. 젊은 여성 과학자의 ‘신데렐라 스토리’가 일본판 ‘황우석 사태’로 전락하는 순간이었다.<br/><br/>◆ 골수 세포가 스탭 세포로 둔갑? = 논란의 핵심은 네이처에 실린 논문 속의 스탭 세포 조직 사진이 2011년 오보카타의 박사 논문에 실린 골수세포 사진과 흡사하다는 것이다. 박사 논문에서 골수 세포를 배양한 것으로 설명됐던 사진이 이번 논문에서는 체세포에서 만들어진다는 스탭 세포로 둔갑했다는 의혹이다.<br/><br/>스탭 세포의 특징은 ▲어떤 신체기관으로도 자랄 수 있는 만능성을 갖고 있고 ▲일반적인 체세포에서 만들 수 있다는 점이다. 스탭 세포에서 만든 근육, 장(腸) 조직의 사진이 가짜라면 스탭 세포의 존재 자체가 부정될 수밖에 없다. 논문 철회를 요구하고 있는 공동저자 와카야마 교수는 10일 기자회견에서 “<span class='quot0'>세포가 여러 가지로 분화할 수 있다는 점을 나타내는 사진이기 때문에 (가짜라면) 연구의 근간이 흔들리게 된다</span>”며 “<span class='quot0'>내가 실험한 것이 무엇이었는지 확신을 가질 수 없게 됐다</span>”고 주장했다.<br/><br/>NHK는 데이터 보안 회사의 분석을 인용해 “<span class='quot1'>스탭 세포 논문에 실린 사진은 직접 촬영된 자료가 아니라, 종이 문서를 스캔하는 등의 방법으로 영상 자료화한 뒤 잘라 붙인 것으로 보인다</span>”면서 “<span class='quot1'>(문제가 된) 사진의 상단 부분에 다른 사진의 일부로 보이는 보라색의 선이 들어가 있다</span>”고 보도했다.<br/><br/>◆ 박사논문도 표절 … 학위 취소 거론 = 스탭 세포 논문 조작 의혹은 오보카타의 연구 역량, 진실성에 대한 논란으로 이어지고 있다. 11일 ‘논문 날조와 연구 부정’이라는 이름의 트위터 계정은 오보카타가 2011년 와세다(早稻田)대에 제출한 박사학위 논문의 상당 부분이 미국 국립 보건연구소가 웹사이트에 올려놓은 ‘줄기세포의 기초지식’ 내용과 매우 유사하다고 지적했다.<br/><br/>표절 의혹을 받고 있는 부분은 총 108쪽의 논문 가운데 5분의 1에 가까운 20쪽 분량에 달하며 인용 출처가 명시돼 있지 않다. 심지어 박사논문의 참고자료를 정리한 목록조차 다른 논문에서 베낀 것이라는 주장이 나오고 있다.<br/><br/>박사논문의 본문에는 인용표시가 없는데, 참고문헌 목록에는 인용을 했다는 잡지이름, 저자 등이 표시돼 있고 이 부분이 2010년 대만 연구진이 발표한 논문의 참고문헌과 거의 일치한다는 것이다. 아사히(朝日)신문은 “복사·붙여넣기한 것일 수 있다”며 “학위 취소를 검토할 필요가 있다”고 지적하고 있다.<br/><br/>◆ 오보카타 “논문 철회 동의” = 논란이 확산되는 가운데 오보카타의 지도 교수이자 스탭 세포 논문 공동저자인 찰스 버캔티 하버드대 교수는 “약간의 실수가 있었지만 우리의 발견과 성과에 영향을 주지 않는다고 굳게 믿고 있다”며 반론을 폈다.<br/><br/>버캔티 교수는 11일 언론 인터뷰에서 논문을 철회할 생각이 없다고 밝히면서 “<span class='quot2'>이렇게 중요한 논문이 동료의 압력으로 철회된다면, 굉장히 슬픈 일</span>”이라고도 했다. 과학계에서 ‘약자’라고 할 수 있는 젊은 여성 연구자에 대한 동료들의 정치적 압박이 의혹제기로 이어졌다는 뜻으로 해석될 수 있는 발언이다. 그러나 논문을 게재한 네이처, 이화학연구소가 조사에 돌입하면서 오보카타를 포함한 논문의 주요저자 4명 중 3명은 논문을 철회하기로 합의한 것으로 알려졌다. 이화학연구소 측은 주요 저자 중 유일하게 반대 입장을 고수하고 있는 버캔티 교수를 설득해 논문을 철회한다는 계획이다.<br/><br/>14일 일본 언론에 따르면 이화학연구소는 이날 오후 2시 기자회견을 열고 “<span class='quot3'>스탭 세포의 존재, 만능성에 대한 증명이 과학적으로 불충분하다고 판단했다</span>”며 “<span class='quot3'>실험을 다시 시도해 의문을 해결할 수 있는 논문으로 다시 작성하겠다는 목표</span>”라고 밝힐 예정이다.<br/><br/>네이처의 경우 논문 철회는 원칙적으로 주요 저자 전원의 동의가 필요하지만, 편집장의 판단으로 동의하지 않는 저자의 이름을 밝힌 뒤 철회할 수도 있다.<br/><br/>논문이 철회되면 국제 학술 데이터베이스에 ‘철회했다’는 주석이 달리고 연구 결과는 백지화된다. 마이니치(每日)신문은 “단순 실수라면 수정으로 끝나는 경우가 많고 수정이 되면 논문의 성과는 남게 된다”면서 “철회는 과학자로서의 업적과 소속기관의 신뢰성이 크게 손상되는 일”이라고 지적했다.<br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-776.txt

제목: 오보카타, 만능 줄기세포 논문 “철회 검토” 발표  
날짜: 20140314  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000195  
본문: 신형 만능 줄기세포 ‘스탭(STAP·Stimulus―Triggered Acquisition of Pluripotency, 자극 야기 다능성 획득) 세포’를 만들었다고 발표해 생명과학계의 ‘신데렐라’로 부상했던 오보카타 하루코(小保方晴子·여·30) 일본 이화학연구소 연구주임이 14일 “<span class='quot0'>논문에 미비한 점들이 발견된 것은 신뢰성을 손상시키는 것으로 논문의 철회 가능성에 대해서도 검토하고 있다</span>”고 공식적으로 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>일본 언론에 따르면 오보카타 등 논문의 공동저자 3명은 이날 오후 열린 이화학연구소의 기자회견에서 서면을 통해 이같이 발표했다. 오보카타가 입장을 밝힌 것은 논문의 사진 조작 의혹이 제기된 이후 처음이다.<br/><br/>스탭 세포는 체세포를 약산성 용액에 담그는 간단한 방법으로 만들어지는 만능 줄기세포로, 신체의 다양한 조직으로 자랄 수 있는 데다 암으로 변이될 가능성이 낮다는 점에서 획기적이라는 평가를 받았다. 그러나 국제적 주목을 받은 지 불과 2주 만에 주 저자인 오보카타의 2011년 박사학위 논문 속 골수세포 사진과 비슷한 사진이 스탭 세포의 근거로 제시됐다는 의혹이 일었다.<br/><br/><br/><br/>오보카타가 소속돼 있는 이화학연구소는 이날 기자회견에서 “<span class='quot1'>데이터를 비교해본 결과 박사논문과 같은 사진이라고 판단할 수밖에 없다</span>”며 논문의 철회를 권고했다. 그러나 “부적절한 점은 있었지만, 악의(가 있었다고)는 인정되지 않는다”는 이유를 들어 ‘연구 부정’은 아니라고 주장하면서 추가 조사를 진행해 추후 결론을 발표하겠다고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-777.txt

제목: <파워인터뷰>“인류, 신종 바이러스 가득한 ‘판도라 상자’ 매일 열어”  
날짜: 20140314  
기자: 박민  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000186  
본문: 판도라는 죽음과 병, 질투와 증오와 같이 인간에게 해악이 되는 것들을 세상에 풀어놓은 여자다. 그러나 사실 진짜 재앙은 판도라 자신이었다. 제우스는 프로메테우스가 인간들에게 선물한 ‘불’에 걸맞은 재앙을 주기 위해 판도라(신의 선물)를 만들었다. 바이러스는 판도라의 상자처럼 자신이 원래 있던 곳에 존재할 때 누구에게도 해를 끼치지 않는다. 인간에 의해 강제이주를 당하거나 형태변화(변이)를 강요받을 때 치명적 존재가 된다. 결국 모두가 평화롭게 공존하는 지구상에서 진짜 해악, 즉 판도라는 인간이다. <br/><br/>김우주(55) 고려대 구로병원 감염내과 교수는 스스로를 인기 없고 돈을 못 버는 의사라고 말한다. 그러나 올 초 유행한 조류인플루엔자(AI)와 관련, 공익광고 모델로 나설 정도로 감염병에 관한 한 국내 최고 권위자다. 감염병의 특성상 발생하지 않을 땐 까맣게 잊어지지만 일단 발병하면 전 사회가 몸서리를 치면서 그를 찾는다. 그가 인기 없는 감염병을 전공한 이유도 의사라면 사회에 뭔가를 기여해야 한다는 소박한 소명의식 때문이었다. 그러나 그의 고집스러운 행보가 인플루엔자 ‘백신주권’을 곧추세웠고 항체치료제 개발 기술을 세계적 수준으로 끌어올렸으며 바이러스에 대한 인식을 바꾸고 있다. <br/><br/>AI의 기세가 등등하던 지난 2월 26일 고려대 구로병원 연구실에서 만난 그는 여느 의사나 교수와 달리 기자를 편하게 대했고 사진촬영에도 적극적으로 응했다. 감염병에 대한 사회적 인식을 제고하기 위해 이러저리 뛰어다니다 보니 감염병 대변인이 된 것 같다고 했다. 그러나 막상 인터뷰가 시작되자 바이러스와 감염병에 대한 그의 깊은 고뇌와 열정이 고스란히 느껴졌다.<br/><br/>―최근 잇따라 등장하고 있는 신종 바이러스들은 과거에 몰랐을 뿐 오래전부터 존재했던 것 아닙니까.<br/><br/>“인플루엔자 바이러스의 소스(source:기원)는 야생 철새입니다. 철새의 장에는 인플루엔자 바이러스가 무수히 많지만 아무런 증상을 일으키지 않습니다. 수십만 년간 적응이 돼 서로 친구가 된 겁니다. 현명한 공존입니다. 왜냐하면 바이러스도 숙주가 죽으면 소멸하거든요. 대신 야생철새는 배설물을 통해 바이러스를 퍼트리는 매개체 역할을 합니다. 몇 만 년 전인지 모르지만 이처럼 야생철새를 통해 인류에 감염된 것 중 하나가 계절 인플루엔자(독감)입니다. 그런데 이 계절 인플루엔자는 인체에 어느 정도 적응했습니다. 매년 유행하지만 숙주인 인간을 죽일 정도의 증상을 일으키진 않습니다. 적당히 가볍게 앓다 보니 사람들이 심각하게 생각하지 않아 여기저기 퍼트리기도 합니다. 말 그대로 현명한 바이러스죠. 반면 에볼라 출혈열 바이러스의 경우 감염된 사람들은 며칠 사이에 모두 죽어버립니다. 이처럼 단기 치사율이 높으니 전파가 잘 되지 않습니다. 미련한 바이러스인 셈입니다. 10여 년 전 처음 인체감염을 일으킨 H5N1도 인체와 낯설다 보니 폐로 들어가 심한 염증을 일으키고 결국 숙주인 인간이 호흡부전으로 사망하게 됐습니다. 2003년 사스도 마찬가지여서 전 세계 8000여 명이 감염되고 이 중 900명이 죽어 치사율이 9% 정도를 기록했습니다. 나중에 사스 바이러스를 조사해보니 코로나 바이러스였습니다. 감기 바이러스의 변종인데, 애초에 중국 남부 광둥(廣東)성 지역 동굴에 있는 박쥐에서 시작됐습니다. 이게 사향고양이에게 감염되고 사향고양이를 조리하던 요리사가 병에 걸리고, 그 요리사가 병원에 가는 바람에 진찰하던 의사가 감염되고 그 의사가 홍콩의 친척 결혼식에 갔다가 발병을 해서 호텔 10층에 있는 여행객 십여 명이 다시 감염되고 이 사람들이 비행기를 타고 미국과 캐나다, 베트남으로 가서 바이러스를 퍼트렸습니다. 이처럼 야생에 숨어 있던 바이러스들이 처음 인체감염을 일으키면 치명적인 것이 됩니다.”<br/><br/>―결국 지구상에 지금도 무수한 바이러스가 있는데 인체 감염 통로를 찾지 못한 것이라고 할 수 있겠네요.<br/><br/>“코로나 바이러스는 박쥐, 인플루엔자 바이러스는 철새, 에이즈는 아프리카 원숭이로부터 시작됐다고 합니다. 이처럼 신종 감염병의 75%가 인수공통 감염병입니다. 동물에서 사람으로, 사람에서 동물로 왔다가 갔다가 하는 것들이죠. 1970년대 중반 이후로 지금 거의 매년 새로운 신종 감염병이 출현을 하는데, 지난해의 경우 3종의 신종 바이러스가 한꺼번에 출현했습니다. 중동에서는 사스, 중국에서는 H7N9, 한국에서는 중증열성혈소판감소증후군(SFTS)이 출현했죠. 그러니까 이제는 한 해에 2∼3개씩 신종 감염병이 생겨도 놀랍지 않을 수준이 됐습니다.”<br/><br/>―옛날에도 신종 감염병이 발병했는데 미처 몰랐던 건가요 아니면 최근 들어 실제로 신종 감염병이 늘고 있는 건가요.<br/><br/>“실제로 늘어나고 있습니다. 감염병이 발생하려면 병원체인 바이러스, 숙주인 사람이나 동물, 온도·습도·인구밀도 등 환경이 필요합니다. 환경은 대단히 중요합니다. 100년 전인 1914년에 비해 감염병이 확실히 늘었습니다. 당시에는 세계 인구가 20억 명이 채 안 됐을 겁니다. 그런데 지금은 70억 명입니다. 그리고 당시에는 감염병이 유행하는 데 3개월이 걸렸습니다. 사람들이 세계일주를 하는 데 대략 80일 정도 걸렸으니까요. 그런데 지금은 하루 반이면 지구 반대쪽으로 갈 수 있습니다. 결국 숙주가 되는 사람이 많고 더 빨리, 더 많이 이동하니까 감염병의 확산도 빨라집니다. 더구나 사람뿐 아니라 가축이나 동물 등의 이동도 활발합니다. 이들을 통해 바이러스가 옮아갈 수 있습니다.”<br/><br/>―예전에는 정글에만 살고 있었던 바이러스들이 결국 인간과 문명의 발전을 통해 인간세계로 나오는 셈이군요.<br/><br/>“네. 우리는 신종 바이러스가 가득 담긴 판도라의 상자를 계속 열고 있습니다. 오지 여행을 하고, 열대우림에 댐을 건설하는 등 각종 개발공사를 지속하면서 열대우림 등 오지의 동물에 적응해 있던 바이러스를 인간세계로 끌어들이고 있는 것입니다.”<br/><br/>―최근 유행하고 있는 AI와 관련, 철새가 옮겼을 것이라는 논란이 있습니다.<br/><br/>“그건 어쩌면 병아리가 먼저냐, 달걀이 먼저냐의 문제일 수도 있습니다. 저는 충청도 사람인데 과거에는 해안이 모두 개펄이었습니다. 그런데 1980∼1990년대 간척사업을 하다 보니 간척지에 거대한 논과 저수지가 생기면서 철새들이 대규모로 모여들기 시작했습니다. 옛날에는 가창오리 20∼30마리, 기러기 가족 7∼8마리 수준이었는데 수만 마리의 철새가 떼를 지어 몰려오다 보니 바이러스를 옮기게 되는 확률도 높아집니다. 결국 AI 파동은 철새가 아니라 인간이 불러들인 재앙이라고 볼 수도 있는 것입니다.”<br/><br/>―변종 바이러스의 출현도 문제가 되지 않습니까.<br/><br/>“바이러스나 세균도 생물체여서 우리가 항바이러스제나 백신, 항생제 등을 개발하면 살기 위해 변이를 일으킵니다. 최근 인플루엔자가 매년 유행하는 것도 바이러스가 자꾸 변이를 하기 때문입니다. 슈퍼박테리아, 항생제 내성균, 슈퍼 결핵균 등이 변이를 일으킨 것들입니다. 이들과 싸우는 것은 결코 쉽지 않은 전쟁입니다. 인간이 반드시 이길 수 있다고 말할 수 없는 것입니다. 물론 천연두를 박멸했고, 소아마비도 없어지는 등 승리의 기록도 있습니다. 그러나 문제가 되는 인체감염병만 현재 700∼800개에 이르는 것을 감안하면 승리는 극히 일부에 그치는 것입니다. 판도라의 상자는 아직 다 열리지 않았습니다.”<br/><br/>―문명이 발전할수록 감염병은 더 확산되니까 결국 인류문명이 발전하는 한 끝나지 않을 전쟁이 되겠군요.<br/><br/>“인간은 만물의 영장을 자처하면서 미생물을 박멸하고 승리하는 꿈을 꿨고 가능할 것으로 믿었습니다. 제너의 백신, 플레밍의 항생제, 깨끗한 물(위생)이 의학의 위대한 발견이라고 할 수 있는데 이 세 가지로 1960년대 전염병을 완전히 퇴치할 수 있다고 생각했지만 1970년대에 반전이 일어나 지금은 수세에 몰린 상황입니다. 그래서 최근 세계보건기구(WHO)나 유엔에서는 ‘One World, One Health(하나의 지구 하나의 건강)’란 운동을 전개하고 있습니다. 우주에서 보면 지구는 사람과 동물과 환경이 삼각관계를 이루고 있는 하나의 생태계인 만큼 서로 조화를 이뤄 인간도, 동물도, 환경도 건강하게 만들자는 겁니다. 육식 반대, 감염병에 걸린 닭·오리 등의 살처분 반대, 가축 좋은 환경에서 키우기, 밀림개발 억제 등 환경보호 등이 이런 맥락에서 이뤄지는 것입니다. 사실 인간이 무분별하게 개발을 한 것도 사실입니다. 공존을 해야 합니다.”<br/><br/>―최근 ‘감기’라는 영화나 ‘28’이라는 소설에서처럼 우리가 전혀 예상 못한 바이러스가 나타나거나 감염병의 대유행(팬데믹)과 같은 재앙이 올 수 있을까요.<br/><br/>“2009년에 신종플루 대유행을 겪었으니 없을 것이라는 낙관적인 생각도 있습니다. 그러나 팬데믹은 대체로 10∼40년 주기로 왔습니다. 인플루엔자 바이러스에만 국한한다면 지난 100년 동안 4번의 팬데믹이 있었습니다. 1918년 스페인지역에서의 H1N1, 1957년 아시아지역의 H2N2, 1967년 홍콩 팬데믹 H3N2, 2009년 신종플루 H1N1 등이 그것입니다. 물론 정확한 예측은 불가능합니다. 우리가 항바이러스제나 백신을 만들지만 바이러스는 변이를 통해 그것들을 피하려 합니다. 이처럼 변이를 계속하다 보면 처음 모습과 달라지게 되고 그런 변이들이 축적돼 10∼40년 주기로 크게 바뀌거나 전혀 다른 차원의 인체 감염 바이러스가 나오는 것입니다. 새로운 바이러스가 사람 간에 원활하게 전파되면 팬데믹이 됩니다.” <br/><br/>―그럼 백신을 개발하거나 국가 방역시스템을 잘 갖추더라도 팬데믹이 오는 것을 막지 못할 수도 있겠네요.<br/><br/>“그렇습니다. 제가 보건복지부나 질병관리본부의 자문에 응할 때 ‘우리만 감시하고 통제한다고 되는 게 아니다. 국제적인 것을 봐야 한다. 지구 반대편에 감염병이 생기면 모니터링을 해야 한다. 그리고 특히 중국은 중국대사관에 전염병 주재관을 보내야 한다’고 주장했습니다. 사실 외교관이 가 있지만 전문가가 아니면 감염병에 대해 알 수가 없습니다. 중국 광둥성에 원인 모를 괴질이 돈다고 하면 상황을 파악할 수 있어야 합니다. 2009년 신종플루도 멕시코에서 환자가 발생한 지 일주일 만에 감염된 수녀님이 입국을 했습니다. 이건 시나리오가 아니라 실제 벌어진 일입니다. 마치 전쟁과 비슷합니다. 총칼을 들지 않았어도 조기경보기나 정찰기가 왔다 갔다 하는 것처럼 감염 상황을 미리 감지해야 합니다. 확진환자가 나오거나 언론에 보도될 때면 이미 우리나라까지 확산된 겁니다. 주재관이 현지에 미리 가서 루머 서베이먼스(소문 조사)를 해야 합니다.”<br/><br/>―감염병과 관련해 정부에 조언을 하다 보면 또 다른 문제점도 발견하셨을 것 같습니다.<br/><br/>“정부에 감염병을 초기에 과학적으로 규명할 수 있는 시스템과 백신 개발 시스템을 구축해야 한다고 했더니 예산이 없다고 했습니다. 정부의 경우 아직 발생하지 않은 일에 대해 미리 예산을 책정하는 개념이 없더라고요. 유비무환이 안 되는 것입니다. 최근 수년간 감염병이 잇따라 발생하면서 교육부, 농림축산식품부, 복지부 등은 8000억 원대의 예산을 마련해 인수공통 감염병에 대한 대비책을 마련하려고 했습니다. 그런데 예비타당성 조사를 한 끝에 지난해 예산이 없어졌습니다. 2003년 사스나 2009년 신종플루 등을 겪으면서 느꼈지만 전염병에 대해 즉시 대응할 수 있는 일정 규모의 예산은 예비비처럼 늘 준비돼 있어야 합니다. 지난해만 해도 신종 전염병이 3종이나 발생했고 그중 하나는 우리나라까지 전파됐지 않습니까. 그래서 제 생각에는 전염병에 대비해 항상 일정 규모의 예산을 배정해놓도록 법을 만들어야 한다고 생각합니다.”<br/><br/>―우리나라는 신약개발 부분에서는 선진국 대열에 끼지 못하고 있는데 감염병과 관련한 백신이나 항바이러스제 개발 수준은 어떻습니까.<br/><br/>“백신은 2009년 신종플루 이전과 이후로 나눌 수 있습니다. 2009년 4∼5월에는 우리나라에 백신이 없어 전량 원료를 수입했습니다. 그런데 운이 좋았는지 2009년 5월 제가 이전부터 계절 독감 백신과 관련해 녹십자하고 진행해오던 임상을 완료했어요. 화순공장에서 백신 개발을 완료했으니 신종플루 예방을 할 수 있겠다고 생각했죠. 그래서 7월에 허가를 받아서 그 플랫폼을 가지고 신종플루 백신을 개발했습니다. 질병관리본부, 식품의약품안전처, 녹십자, 저를 포함한 전문가들이 매주 만나서 논의를 한 끝에 면역 증가제가 없는 1250만 명분, 면역 증가제가 있는 1250만 명분 등 2500만 명분, 도즈를 만들었습니다. 그리고 9월에 임상을 거쳤고 10월에 허가가 나서, 10월 27일 의사와 간호사부터 맞기 시작했어요. 그렇게 6개월 만에 백신을 만들기 쉽지 않습니다. 당시 한 언론이 ‘백신주권’이란 표현을 쓰기도 했습니다.”<br/><br/>―그 성공을 바탕으로 새로운 백신과 항체치료제를 개발 중이신 것으로 압니다.<br/><br/>“유정란을 이용한 백신개발은 계란에 바이러스를 접종하고 키운 뒤 계란을 깨서 바이러스를 순수 분리정제한 다음 항원만 뽑은 방식인데 그 과정에 6개월이 걸립니다. 더구나 유정란이자 청정란이 필요하데 이런 계란을 얻기 위해서 6개월 전부터 양계장에서 닭을 청정하게 키워야 합니다. 결국 1년이 걸려 예방백신으로서는 의미가 반감되는 셈이죠. 더구나 계란 알레르기가 있는 사람에게는 사용할 수 없는 등의 한계 때문에 선진국들은 세포배양 백신 쪽으로 선회하고 있습니다. 우리도 2009년의 경험을 바탕으로 해서 녹십자와 SK케미칼에서 세포배양 백신을 개발하고 있습니다. SK케미칼은 임상 3상을 완료했고 녹십자는 비임상을 완료해 올 전반기 1상에 들어가게 됩니다. 항체치료제는 셀트리온에서 개발하고 있는 것입니다. 항체치료제는 그냥 혈청이 아니라 바이러스 항체만 순수 분리정제한 것입니다. 혈청은 면역 부작용이 있지만 항체치료제는 바이러스를 중화시키는 항체만 순수 분리정제하기 때문에 부작용이 없고 이론상으로는 조류인플루엔자든 신종인플루엔자든 모두 중화시키는 기능이 칵테일로 들어가 있습니다. 아직 세계적으로는 허가가 된 것은 없고 몇몇 회사가 달려들어서 경쟁을 하고 있는데 먼저 나오면 ‘퍼스트 인 클래스’로서 시장 선점효과가 기대됩니다. 현재 항체치료제를 개발하는 곳은 4∼5곳 정도에 불과하니까 이 분야에서는 우리나라가 선두권에 있다고 볼 수 있습니다.”<br/><br/>―우리나라 감염병학의 학문적 수준은 어떻습니까.<br/><br/>“신종플루가 발생한 이후 감염내과에 대한 인식이 많이 좋아졌지만 여전히 별로 인기가 없습니다. 감염병은 기본적으로 완치가 가능하고 환자가 대학병원까지 오는 경우가 드뭅니다. 그러니까 수입이 생기지 않죠. 반면 암, 당뇨, 고혈압 같은 병은 완치가 되지 않고 계속 환자가 누적되니까 소화기내과 등 해당 과들의 교수들은 수입도 올리고 그러다 보면 명의도 되고 병원장도 됩니다.”<br/><br/>―전염성이 강한 바이러스에 감염된 환자를 치료하는 과정에서는 감염의 위험 같은 것을 느끼시지 않나요.<br/><br/>“2009년 신종플루가 발생했을 때는 정말 끔찍했습니다. 그때는 미처 준비가 갖춰지지 않아서 컨테이너 박스에서 환자들을 치료했습니다. 환자들이 많이 밀려들다 보니 영상의학과 의사들까지 교대로 치료에 나섰습니다. 20대 간호사들이 마스크를 쓰고 환자를 치료했는데도 대부분 신종플루에 걸렸는데 저는 걸리지 않았습니다. 특히 저는 당시 주말에 백신개발에 참여하고 언론을 상대로 대변인 역할을 하는 등 1인4역을 했는데도 바이러스를 오래 다룬 구력이 있어서인지 무사히 넘어갔습니다.”<br/><br/>―신종플루가 발생했을 때 김치가 감염을 예방하는 데 효과가 있다는 등의 속설이 있었는데 실제로 영향이 있습니까.<br/><br/>“기사화하기에는 재미있을지 모르지만 과학적 근거는 없습니다. 무서운 전염병이 유행하니까 지푸라기라도 잡은 심정에서 나오는 속설이라고 봅니다.”<br/><br/>―교수님 말씀에 따르면 감염병은 이제 우리가 일상적으로 경험하게 될 질병인데 공중의료체계나 개인위생 차원에서 인식의 전환이 필요할 것 같습니다.<br/><br/>“감염병은 다른 질환과 달리 국가가 많은 부분을 책임져야 합니다. 신종플루와 같은 감염병은 대통령을 포함해 누구든 걸릴 수 있는 병이고 개인위생으로 예방하는 데 한계가 있습니다. 더구나 백신이나 항바이러스제는 엄청난 재원이 투입돼야 하는데 수익을 담보할 수 없어 개인이나 기업이 개발할 수 없습니다. 그럼에도 불구하고 감염병이 발생하면 전 사회적으로 엄청난 피해를 입게 되는 만큼 마치 전쟁에 대비해 상비군을 유지하듯 감염병 예방과 대책에 예산을 투입해야 합니다. 개인이 할 수 있는 것은 손 씻기와 기침 에티켓입니다. 2009년에 모두들 열심히 손을 씻고 마스크를 쓰고 다녔는데 요즘 다시 소홀해졌습니다. 일본에서는 평상시에도 마스크를 쓰고 다닙니다. 처음엔 이상했는데 신종플루를 겪고 보니 본인이 걸렸을 경우 남에게 폐를 안 끼치고 본인이 안 걸렸을 경우 예방을 하겠다는 의미라는 것을 이해하게 됐습니다. 감염병 시대에는 이런 것이 바로 공중도덕입니다.”<br/><br/>인터뷰=박민 사회부장 minp@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-778.txt

제목: <파워인터뷰>“인류, 신종 바이러스 가득한 ‘판도라 상자’ 매일 열어”  
날짜: 20140314  
기자: 박민  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140314100000155  
본문: 판도라는 죽음과 병, 질투와 증오와 같이 인간에게 해악이 되는 것들을 세상에 풀어놓은 여자다. 그러나 사실 진짜 재앙은 판도라 자신이었다. 제우스는 프로메테우스가 인간들에게 선물한 ‘불’에 걸맞은 재앙을 주기 위해 판도라(신의 선물)를 만들었다. 바이러스는 판도라의 상자처럼 자신이 원래 있던 곳에 존재할 때 누구에게도 해를 끼치지 않는다. 인간에 의해 강제이주를 당하거나 형태변화(변이)를 강요받을 때 치명적 존재가 된다. 결국 모두가 평화롭게 공존하는 지구상에서 진짜 해악, 즉 판도라는 인간이다. <br/><br/>김우주(55) 고려대 구로병원 감염내과 교수는 스스로를 인기 없고 돈을 못 버는 의사라고 말한다. 그러나 올 초 유행한 조류인플루엔자(AI)와 관련, 공익광고 모델로 나설 정도로 감염병에 관한 한 국내 최고 권위자다. 감염병의 특성상 발생하지 않을 땐 까맣게 잊어지지만 일단 발병하면 전 사회가 몸서리를 치면서 그를 찾는다. 그가 인기 없는 감염병을 전공한 이유도 의사라면 사회에 뭔가를 기여해야 한다는 소박한 소명의식 때문이었다. 그러나 그의 고집스러운 행보가 인플루엔자 ‘백신주권’을 곧추세웠고 항체치료제 개발 기술을 세계적 수준으로 끌어올렸으며 바이러스에 대한 인식을 바꾸고 있다. <br/><br/>AI의 기세가 등등하던 지난 2월 26일 고려대 구로병원 연구실에서 만난 그는 여느 의사나 교수와 달리 기자를 편하게 대했고 사진촬영에도 적극적으로 응했다. 감염병에 대한 사회적 인식을 제고하기 위해 이러저리 뛰어다니다 보니 감염병 대변인이 된 것 같다고 했다. 그러나 막상 인터뷰가 시작되자 바이러스와 감염병에 대한 그의 깊은 고뇌와 열정이 고스란히 느껴졌다.<br/><br/>―최근 잇따라 등장하고 있는 신종 바이러스들은 과거에 몰랐을 뿐 오래전부터 존재했던 것 아닙니까.<br/><br/>“인플루엔자 바이러스의 소스(source:기원)는 야생 철새입니다. 철새의 장에는 인플루엔자 바이러스가 무수히 많지만 아무런 증상을 일으키지 않습니다. 수십만 년간 적응이 돼 서로 친구가 된 겁니다. 현명한 공존입니다. 왜냐하면 바이러스도 숙주가 죽으면 소멸하거든요. 대신 야생철새는 배설물을 통해 바이러스를 퍼트리는 매개체 역할을 합니다. 몇 만 년 전인지 모르지만 이처럼 야생철새를 통해 인류에 감염된 것 중 하나가 계절 인플루엔자(독감)입니다. 그런데 이 계절 인플루엔자는 인체에 어느 정도 적응했습니다. 매년 유행하지만 숙주인 인간을 죽일 정도의 증상을 일으키진 않습니다. 적당히 가볍게 앓다 보니 사람들이 심각하게 생각하지 않아 여기저기 퍼트리기도 합니다. 말 그대로 현명한 바이러스죠. 반면 에볼라 출혈열 바이러스의 경우 감염된 사람들은 며칠 사이에 모두 죽어버립니다. 이처럼 단기 치사율이 높으니 전파가 잘 되지 않습니다. 미련한 바이러스인 셈입니다. 10여 년 전 처음 인체감염을 일으킨 H5N1도 인체와 낯설다 보니 폐로 들어가 심한 염증을 일으키고 결국 숙주인 인간이 호흡부전으로 사망하게 됐습니다. 2003년 사스도 마찬가지여서 전 세계 8000여 명이 감염되고 이 중 900명이 죽어 치사율이 9% 정도를 기록했습니다. 나중에 사스 바이러스를 조사해보니 코로나 바이러스였습니다. 감기 바이러스의 변종인데, 애초에 중국 남부 광둥(廣東)성 지역 동굴에 있는 박쥐에서 시작됐습니다. 이게 사향고양이에게 감염되고 사향고양이를 조리하던 요리사가 병에 걸리고, 그 요리사가 병원에 가는 바람에 진찰하던 의사가 감염되고 그 의사가 홍콩의 친척 결혼식에 갔다가 발병을 해서 호텔 10층에 있는 여행객 십여 명이 다시 감염되고 이 사람들이 비행기를 타고 미국과 캐나다, 베트남으로 가서 바이러스를 퍼트렸습니다. 이처럼 야생에 숨어 있던 바이러스들이 처음 인체감염을 일으키면 치명적인 것이 됩니다.”<br/><br/>―결국 지구상에 지금도 무수한 바이러스가 있는데 인체 감염 통로를 찾지 못한 것이라고 할 수 있겠네요.<br/><br/>“코로나 바이러스는 박쥐, 인플루엔자 바이러스는 철새, 에이즈는 아프리카 원숭이로부터 시작됐다고 합니다. 이처럼 신종 감염병의 75%가 인수공통 감염병입니다. 동물에서 사람으로, 사람에서 동물로 왔다가 갔다가 하는 것들이죠. 1970년대 중반 이후로 지금 거의 매년 새로운 신종 감염병이 출현을 하는데, 지난해의 경우 3종의 신종 바이러스가 한꺼번에 출현했습니다. 중동에서는 사스, 중국에서는 H7N9, 한국에서는 중증열성혈소판감소증후군(SFTS)이 출현했죠. 그러니까 이제는 한 해에 2∼3개씩 신종 감염병이 생겨도 놀랍지 않을 수준이 됐습니다.”<br/><br/>―옛날에도 신종 감염병이 발병했는데 미처 몰랐던 건가요 아니면 최근 들어 실제로 신종 감염병이 늘고 있는 건가요.<br/><br/>“실제로 늘어나고 있습니다. 감염병이 발생하려면 병원체인 바이러스, 숙주인 사람이나 동물, 온도·습도·인구밀도 등 환경이 필요합니다. 환경은 대단히 중요합니다. 100년 전인 1914년에 비해 감염병이 확실히 늘었습니다. 당시에는 세계 인구가 20억 명이 채 안 됐을 겁니다. 그런데 지금은 70억 명입니다. 그리고 당시에는 감염병이 유행하는 데 3개월이 걸렸습니다. 사람들이 세계일주를 하는 데 대략 80일 정도 걸렸으니까요. 그런데 지금은 하루 반이면 지구 반대쪽으로 갈 수 있습니다. 결국 숙주가 되는 사람이 많고 더 빨리, 더 많이 이동하니까 감염병의 확산도 빨라집니다. 더구나 사람뿐 아니라 가축이나 동물 등의 이동도 활발합니다. 이들을 통해 바이러스가 옮아갈 수 있습니다.”<br/><br/>―예전에는 정글에만 살고 있었던 바이러스들이 결국 인간과 문명의 발전을 통해 인간세계로 나오는 셈이군요.<br/><br/>“네. 우리는 신종 바이러스가 가득 담긴 판도라의 상자를 계속 열고 있습니다. 오지 여행을 하고, 열대우림에 댐을 건설하는 등 각종 개발공사를 지속하면서 열대우림 등 오지의 동물에 적응해 있던 바이러스를 인간세계로 끌어들이고 있는 것입니다.”<br/><br/>―최근 유행하고 있는 AI와 관련, 철새가 옮겼을 것이라는 논란이 있습니다.<br/><br/>“그건 어쩌면 병아리가 먼저냐, 달걀이 먼저냐의 문제일 수도 있습니다. 저는 충청도 사람인데 과거에는 해안이 모두 개펄이었습니다. 그런데 1980∼1990년대 간척사업을 하다 보니 간척지에 거대한 논과 저수지가 생기면서 철새들이 대규모로 모여들기 시작했습니다. 옛날에는 가창오리 20∼30마리, 기러기 가족 7∼8마리 수준이었는데 수만 마리의 철새가 떼를 지어 몰려오다 보니 바이러스를 옮기게 되는 확률도 높아집니다. 결국 AI 파동은 철새가 아니라 인간이 불러들인 재앙이라고 볼 수도 있는 것입니다.”<br/><br/>―변종 바이러스의 출현도 문제가 되지 않습니까.<br/><br/>“바이러스나 세균도 생물체여서 우리가 항바이러스제나 백신, 항생제 등을 개발하면 살기 위해 변이를 일으킵니다. 최근 인플루엔자가 매년 유행하는 것도 바이러스가 자꾸 변이를 하기 때문입니다. 슈퍼박테리아, 항생제 내성균, 슈퍼 결핵균 등이 변이를 일으킨 것들입니다. 이들과 싸우는 것은 결코 쉽지 않은 전쟁입니다. 인간이 반드시 이길 수 있다고 말할 수 없는 것입니다. 물론 천연두를 박멸했고, 소아마비도 없어지는 등 승리의 기록도 있습니다. 그러나 문제가 되는 인체감염병만 현재 700∼800개에 이르는 것을 감안하면 승리는 극히 일부에 그치는 것입니다. 판도라의 상자는 아직 다 열리지 않았습니다.”<br/><br/>―문명이 발전할수록 감염병은 더 확산되니까 결국 인류문명이 발전하는 한 끝나지 않을 전쟁이 되겠군요.<br/><br/>“인간은 만물의 영장을 자처하면서 미생물을 박멸하고 승리하는 꿈을 꿨고 가능할 것으로 믿었습니다. 제너의 백신, 플레밍의 항생제, 깨끗한 물(위생)이 의학의 위대한 발견이라고 할 수 있는데 이 세 가지로 1960년대 전염병을 완전히 퇴치할 수 있다고 생각했지만 1970년대에 반전이 일어나 지금은 수세에 몰린 상황입니다. 그래서 최근 세계보건기구(WHO)나 유엔에서는 ‘One World, One Health(하나의 지구 하나의 건강)’란 운동을 전개하고 있습니다. 우주에서 보면 지구는 사람과 동물과 환경이 삼각관계를 이루고 있는 하나의 생태계인 만큼 서로 조화를 이뤄 인간도, 동물도, 환경도 건강하게 만들자는 겁니다. 육식 반대, 감염병에 걸린 닭·오리 등의 살처분 반대, 가축 좋은 환경에서 키우기, 밀림개발 억제 등 환경보호 등이 이런 맥락에서 이뤄지는 것입니다. 사실 인간이 무분별하게 개발을 한 것도 사실입니다. 공존을 해야 합니다.”<br/><br/>―최근 ‘감기’라는 영화나 ‘28’이라는 소설에서처럼 우리가 전혀 예상 못한 바이러스가 나타나거나 감염병의 대유행(팬데믹)과 같은 재앙이 올 수 있을까요.<br/><br/>“2009년에 신종플루 대유행을 겪었으니 없을 것이라는 낙관적인 생각도 있습니다. 그러나 팬데믹은 대체로 10∼40년 주기로 왔습니다. 인플루엔자 바이러스에만 국한한다면 지난 100년 동안 4번의 팬데믹이 있었습니다. 1918년 스페인지역에서의 H1N1, 1957년 아시아지역의 H2N2, 1967년 홍콩 팬데믹 H3N2, 2009년 신종플루 H1N1 등이 그것입니다. 물론 정확한 예측은 불가능합니다. 우리가 항바이러스제나 백신을 만들지만 바이러스는 변이를 통해 그것들을 피하려 합니다. 이처럼 변이를 계속하다 보면 처음 모습과 달라지게 되고 그런 변이들이 축적돼 10∼40년 주기로 크게 바뀌거나 전혀 다른 차원의 인체 감염 바이러스가 나오는 것입니다. 새로운 바이러스가 사람 간에 원활하게 전파되면 팬데믹이 됩니다.” <br/><br/>―그럼 백신을 개발하거나 국가 방역시스템을 잘 갖추더라도 팬데믹이 오는 것을 막지 못할 수도 있겠네요.<br/><br/>“그렇습니다. 제가 보건복지부나 질병관리본부의 자문에 응할 때 ‘우리만 감시하고 통제한다고 되는 게 아니다. 국제적인 것을 봐야 한다. 지구 반대편에 감염병이 생기면 모니터링을 해야 한다. 그리고 특히 중국은 중국대사관에 전염병 주재관을 보내야 한다’고 주장했습니다. 사실 외교관이 가 있지만 전문가가 아니면 감염병에 대해 알 수가 없습니다. 중국 광둥성에 원인 모를 괴질이 돈다고 하면 상황을 파악할 수 있어야 합니다. 2009년 신종플루도 멕시코에서 환자가 발생한 지 일주일 만에 감염된 수녀님이 입국을 했습니다. 이건 시나리오가 아니라 실제 벌어진 일입니다. 마치 전쟁과 비슷합니다. 총칼을 들지 않았어도 조기경보기나 정찰기가 왔다 갔다 하는 것처럼 감염 상황을 미리 감지해야 합니다. 확진환자가 나오거나 언론에 보도될 때면 이미 우리나라까지 확산된 겁니다. 주재관이 현지에 미리 가서 루머 서베이먼스(소문 조사)를 해야 합니다.”<br/><br/>―감염병과 관련해 정부에 조언을 하다 보면 또 다른 문제점도 발견하셨을 것 같습니다.<br/><br/>“정부에 감염병을 초기에 과학적으로 규명할 수 있는 시스템과 백신 개발 시스템을 구축해야 한다고 했더니 예산이 없다고 했습니다. 정부의 경우 아직 발생하지 않은 일에 대해 미리 예산을 책정하는 개념이 없더라고요. 유비무환이 안 되는 것입니다. 최근 수년간 감염병이 잇따라 발생하면서 교육부, 농림축산식품부, 복지부 등은 8000억 원대의 예산을 마련해 인수공통 감염병에 대한 대비책을 마련하려고 했습니다. 그런데 예비타당성 조사를 한 끝에 지난해 예산이 없어졌습니다. 2003년 사스나 2009년 신종플루 등을 겪으면서 느꼈지만 전염병에 대해 즉시 대응할 수 있는 일정 규모의 예산은 예비비처럼 늘 준비돼 있어야 합니다. 지난해만 해도 신종 전염병이 3종이나 발생했고 그중 하나는 우리나라까지 전파됐지 않습니까. 그래서 제 생각에는 전염병에 대비해 항상 일정 규모의 예산을 배정해놓도록 법을 만들어야 한다고 생각합니다.”<br/><br/>―우리나라는 신약개발 부분에서는 선진국 대열에 끼지 못하고 있는데 감염병과 관련한 백신이나 항바이러스제 개발 수준은 어떻습니까.<br/><br/>“백신은 2009년 신종플루 이전과 이후로 나눌 수 있습니다. 2009년 4∼5월에는 우리나라에 백신이 없어 전량 원료를 수입했습니다. 그런데 운이 좋았는지 2009년 5월 제가 이전부터 계절 독감 백신과 관련해 녹십자하고 진행해오던 임상을 완료했어요. 화순공장에서 백신 개발을 완료했으니 신종플루 예방을 할 수 있겠다고 생각했죠. 그래서 7월에 허가를 받아서 그 플랫폼을 가지고 신종플루 백신을 개발했습니다. 질병관리본부, 식품의약품안전처, 녹십자, 저를 포함한 전문가들이 매주 만나서 논의를 한 끝에 면역 증가제가 없는 1250만 명분, 면역 증가제가 있는 1250만 명분 등 2500만 명분, 도즈를 만들었습니다. 그리고 9월에 임상을 거쳤고 10월에 허가가 나서, 10월 27일 의사와 간호사부터 맞기 시작했어요. 그렇게 6개월 만에 백신을 만들기 쉽지 않습니다. 당시 한 언론이 ‘백신주권’이란 표현을 쓰기도 했습니다.”<br/><br/>―그 성공을 바탕으로 새로운 백신과 항체치료제를 개발 중이신 것으로 압니다.<br/><br/>“유정란을 이용한 백신개발은 계란에 바이러스를 접종하고 키운 뒤 계란을 깨서 바이러스를 순수 분리정제한 다음 항원만 뽑은 방식인데 그 과정에 6개월이 걸립니다. 더구나 유정란이자 청정란이 필요하데 이런 계란을 얻기 위해서 6개월 전부터 양계장에서 닭을 청정하게 키워야 합니다. 결국 1년이 걸려 예방백신으로서는 의미가 반감되는 셈이죠. 더구나 계란 알레르기가 있는 사람에게는 사용할 수 없는 등의 한계 때문에 선진국들은 세포배양 백신 쪽으로 선회하고 있습니다. 우리도 2009년의 경험을 바탕으로 해서 녹십자와 SK케미칼에서 세포배양 백신을 개발하고 있습니다. SK케미칼은 임상 3상을 완료했고 녹십자는 비임상을 완료해 올 전반기 1상에 들어가게 됩니다. 항체치료제는 셀트리온에서 개발하고 있는 것입니다. 항체치료제는 그냥 혈청이 아니라 바이러스 항체만 순수 분리정제한 것입니다. 혈청은 면역 부작용이 있지만 항체치료제는 바이러스를 중화시키는 항체만 순수 분리정제하기 때문에 부작용이 없고 이론상으로는 조류인플루엔자든 신종인플루엔자든 모두 중화시키는 기능이 칵테일로 들어가 있습니다. 아직 세계적으로는 허가가 된 것은 없고 몇몇 회사가 달려들어서 경쟁을 하고 있는데 먼저 나오면 ‘퍼스트 인 클래스’로서 시장 선점효과가 기대됩니다. 현재 항체치료제를 개발하는 곳은 4∼5곳 정도에 불과하니까 이 분야에서는 우리나라가 선두권에 있다고 볼 수 있습니다.”<br/><br/>―우리나라 감염병학의 학문적 수준은 어떻습니까.<br/><br/>“신종플루가 발생한 이후 감염내과에 대한 인식이 많이 좋아졌지만 여전히 별로 인기가 없습니다. 감염병은 기본적으로 완치가 가능하고 환자가 대학병원까지 오는 경우가 드뭅니다. 그러니까 수입이 생기지 않죠. 반면 암, 당뇨, 고혈압 같은 병은 완치가 되지 않고 계속 환자가 누적되니까 소화기내과 등 해당 과들의 교수들은 수입도 올리고 그러다 보면 명의도 되고 병원장도 됩니다.”<br/><br/>―전염성이 강한 바이러스에 감염된 환자를 치료하는 과정에서는 감염의 위험 같은 것을 느끼시지 않나요.<br/><br/>“2009년 신종플루가 발생했을 때는 정말 끔찍했습니다. 그때는 미처 준비가 갖춰지지 않아서 컨테이너 박스에서 환자들을 치료했습니다. 환자들이 많이 밀려들다 보니 영상의학과 의사들까지 교대로 치료에 나섰습니다. 20대 간호사들이 마스크를 쓰고 환자를 치료했는데도 대부분 신종플루에 걸렸는데 저는 걸리지 않았습니다. 특히 저는 당시 주말에 백신개발에 참여하고 언론을 상대로 대변인 역할을 하는 등 1인4역을 했는데도 바이러스를 오래 다룬 구력이 있어서인지 무사히 넘어갔습니다.”<br/><br/>―신종플루가 발생했을 때 김치가 감염을 예방하는 데 효과가 있다는 등의 속설이 있었는데 실제로 영향이 있습니까.<br/><br/>“기사화하기에는 재미있을지 모르지만 과학적 근거는 없습니다. 무서운 전염병이 유행하니까 지푸라기라도 잡은 심정에서 나오는 속설이라고 봅니다.”<br/><br/>―교수님 말씀에 따르면 감염병은 이제 우리가 일상적으로 경험하게 될 질병인데 공중의료체계나 개인위생 차원에서 인식의 전환이 필요할 것 같습니다.<br/><br/>“감염병은 다른 질환과 달리 국가가 많은 부분을 책임져야 합니다. 신종플루와 같은 감염병은 대통령을 포함해 누구든 걸릴 수 있는 병이고 개인위생으로 예방하는 데 한계가 있습니다. 더구나 백신이나 항바이러스제는 엄청난 재원이 투입돼야 하는데 수익을 담보할 수 없어 개인이나 기업이 개발할 수 없습니다. 그럼에도 불구하고 감염병이 발생하면 전 사회적으로 엄청난 피해를 입게 되는 만큼 마치 전쟁에 대비해 상비군을 유지하듯 감염병 예방과 대책에 예산을 투입해야 합니다. 개인이 할 수 있는 것은 손 씻기와 기침 에티켓입니다. 2009년에 모두들 열심히 손을 씻고 마스크를 쓰고 다녔는데 요즘 다시 소홀해졌습니다. 일본에서는 평상시에도 마스크를 쓰고 다닙니다. 처음엔 이상했는데 신종플루를 겪고 보니 본인이 걸렸을 경우 남에게 폐를 안 끼치고 본인이 안 걸렸을 경우 예방을 하겠다는 의미라는 것을 이해하게 됐습니다. 감염병 시대에는 이런 것이 바로 공중도덕입니다.”<br/><br/>인터뷰=박민 사회부장 minp@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-779.txt

제목: “혈관분야 진료에 새 패러다임 만들 것”  
날짜: 20140313  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140313100000086  
본문: “<span class='quot0'>심장과 뇌졸중, 혈관 분야에 새로운 진료 패러다임을 만들겠습니다.</span>”<br/><br/>오재건 삼성서울병원 심장뇌혈관병원 원장은 13일 “<span class='quot1'>심장뇌혈관병원을 통해 심장·뇌졸중·혈관의 복합질환이 의심되는 환자를 즉시 협진하는 시스템을 만들겠다</span>”고 말했다. <br/><br/>삼성서울병원은 12일 오 원장을 초대 원장으로 심장뇌혈관병원을 출범시켰다. 미국 미네소타주 메이요클리닉 순환기내과 교수인 오 원장은 350여 편의 국제 학술지 논문을 발표했으며, 6개 언어로 번역된 심장초음파 교과서를 저술하는 등 세계적 석학으로 꼽힌다. 그는 1년의 절반은 미국에서, 절반은 한국에서 근무할 예정이다.<br/><br/>삼성서울병원은 암에 이어 한국인 사망원인 2·3위인 뇌혈관질환과 심장질환을 심장뇌혈관병원에서 동시에 진료하면서 시너지 효과를 얻겠다는 목표를 세웠다. 이는 뇌혈관질환과 심장질환의 치료법이 비슷하고, 나타나는 합병증도 유사하다는 것에서 착안됐다. <br/><br/>이에 따라 심장뇌혈관병원에는 혈관외과, 심장외과 등 대동맥 질환과 관련된 전문의로 구성된 대동맥 전담팀이 24시간 운영된다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-780.txt

제목: ‘아산의학상’에 서판길·이경수 교수  
날짜: 20140312  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140312100000136  
본문: 아산사회복지재단이 수여하는 ‘제7회 아산의학상’ 수상자에 서판길 울산과학기술대 교수와 이경수 성균관대 의대교수가 선정됐다. 기초의학부문 수상자로 선정된 서 교수는 생명현상의 기본원리인 세포신호전달의 개념과 원리에 대한 연구를 통해 암 성장과 전이 과정을 밝힌 업적을 높이 평가받았다. 임상의학부문 수상자인 이 교수는 영상장비를 이용해 폐암의 조기진단과 암의 진행 상태를 확인하는 데 기여한 공로를 인정받았다.<br/><br/>또 아산재단은 젊은의학자 부문 수상자로 뇌신경세포들을 연결해주는 시냅스의 핵심 분자 원리를 밝혀낸 고재원 연세대 생명시스템대 교수와 심장동맥질환 시술 과정에서 약물의 적절한 사용기간에 대한 지침을 제시한 박덕우 울산대 의대 교수를 선정했다.<br/><br/>기초의학과 임상의학부문 수상자에게는 각각 상금 3억 원이, 젊은의학자 부문 수상자에게는 각각 상금 5000만 원이 주어지며 시상식은 오는 21일 열린다.<br/><br/> 이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-781.txt

제목: <포럼>잇단 軍의료사고… 부모들은 불안하다  
날짜: 20140312  
기자: 김양균  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140312100000170  
본문: 김양균/경희대 교수·의료경영학<br/><br/>지난 2월 24일 육군의 한 말년 병장이 체력단련 중 호흡곤란과 기침 증세로 소속 부대 의무대에서 치료를 받던 중 증세가 악화(惡化)돼 나흘 뒤 진해 해양의료원에서 정밀검사를 받은 결과 악성종양 4기 판정을 받았다.<br/><br/>그는 지난해 7월 상병 진급 예정자들을 대상으로 실시하는 건강검진을 받았으며, 당시 엑스레이 촬영에서 양쪽 폐 사이에 지름 9㎝ 크기의 종양이 발견됐다고 한다. 당시 판독을 책임진 영상의학과 군의관이 진료기록지에 이러한 사실을 기재했지만 최종 판정을 책임진 가정의학과 군의관은 아무 이상이 없다며 ‘합격’ 판정을 내렸다. 7개월 동안 암 덩어리는 15㎝로 자랐으며 비장, 림프절, 폐 등으로 전이돼 매우 심각한 상태인 것으로 알려진다.<br/><br/>유사한 사건이 발생할 때마다 자녀를 군대에 맡긴 부모들은 자녀의 안전과 건강에 대해 노심초사한다. 지난 1월에도 당뇨합병증을 앓고 있던 한 훈련병이 두통과 어지럼증 등을 호소했으나 적절한 치료를 받지 못해 숨졌으며, 2월에는 만삭의 여군 중위가 산부인과 시설이 열악한 전방 부대 근무 환경에서 출산 다음날 숨진 사고도 있었다. 이런 사고가 발생하면 당국에서는 의료체계를 개선하겠다는 대책을 내놓는다. 하지만 사고는 잊힐 만하면 재발하곤 한다. 자녀를 군에 보낸 부모의 마음을 헤아리는 자세가 필요하다.<br/><br/>예전에는 군대에서 아프다고 하면 ‘군기가 빠졌다’거나 ‘정신력이 약하다’거나 하는 식으로 대응했지만, 오늘에는 군이 선진화된 만큼 의료체계도 선진화돼야 한다. 눈에 보이는 골절이나 부상 등 안전과 관련된 부문은 상당 부분 개선됐지만, 생활습관과 유전 등으로 인한 암과 당뇨를 포함한 만성질환에 대한 검사나 치료에 대한 대응은 많이 부족하며, 젊기 때문에 이러한 질환과는 관계가 없다는 인식이 많이 퍼져 있다. 무엇보다 이러한 부분에 대한 인식 전환이 중요하다.<br/><br/>말년 병장의 사례에서 보듯이 환자에게 검사 결과를 알려야 함에도 진료기록지에 기재한 것만으로 의무가 끝났다고 생각하는 군 의무 관계자들의 생각도 바뀌어야 한다. 육안으로 현저한 차이를 보이는 급성질환의 경우에는 충분히 인지하고 치료할 수 있지만, 육안으로 차이가 없는 만성질환의 경우에는 각별한 관심과 애정을 기울여야 할 것이다.<br/><br/>국방부가 제시한 전산화를 통한 하드웨어 개선도 필요하지만, 군대 문화와 실질적인 병사 관리에 중심을 둔 의료체계 개선도 필요하다.<br/><br/>먼저, 위생병에 대한 교육을 강화해 이상이 있다고 보고한 병사에 대해 관심을 기울이고, 지속적인 고통을 호소하는 경우에는 의무대 군의관에게 즉각 보고하는 체계를 마련해야 한다.<br/><br/>다음으로, 지속적인 고통을 호소하는 병사들에게 군의관은 진단과 치료를 병행하고, 위중한 질환이 의심되면 병사나 그 보호자에게 질환의 상태를 정확하게 알리며, 민간 종합병원이나 군통합병원 등에서 진단과 검사를 받도록 해야 한다. 그러나 군 병원의 특성상 외상 치료와 관련된 부분은 비교적 안정적으로 치료할 수 있으나 자살충동 등 정신질환, 고혈압, 당뇨합병증, 암 같은 만성질환의 경우 민간 병원의 검사와 치료가 더 나을 수 있기 때문에 민간 병원에 의뢰하는 것이 타당할 것이다.<br/><br/>마지막으로, ‘병은 자랑하라’는 속담도 있듯이 병을 앓고 있음을 알릴 수 있는 군대 문화로 바뀌어야 한다. ‘꾀병’이라든지 ‘군기’라든지 하는 말은 이제 사라져야 할 용어다. 병사도 군인이기 이전에 사람이다. 따라서 사람에 대한 관심과 관리가 군의 전투력 증강에도 도움이 된다는 생각이 더욱 중요하다. 이제 군도 소통을 통해 다 함께 문제점을 찾고 개선 방안을 찾아 나가야 할 때다.

언론사: 문화일보-1-782.txt

제목: <포럼>잇단 軍의료사고… 부모들은 불안하다  
날짜: 20140312  
기자: 김양균  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140312100000068  
본문: 김양균/경희대 교수·의료경영학<br/><br/>지난 2월 24일 육군의 한 말년 병장이 체력단련 중 호흡곤란과 기침 증세로 소속 부대 의무대에서 치료를 받던 중 증세가 악화(惡化)돼 나흘 뒤 진해 해양의료원에서 정밀검사를 받은 결과 악성종양 4기 판정을 받았다.<br/><br/>그는 지난해 7월 상병 진급 예정자들을 대상으로 실시하는 건강검진을 받았으며, 당시 엑스레이 촬영에서 양쪽 폐 사이에 지름 9㎝ 크기의 종양이 발견됐다고 한다. 당시 판독을 책임진 영상의학과 군의관이 진료기록지에 이러한 사실을 기재했지만 최종 판정을 책임진 가정의학과 군의관은 아무 이상이 없다며 ‘합격’ 판정을 내렸다. 7개월 동안 암 덩어리는 15㎝로 자랐으며 비장, 림프절, 폐 등으로 전이돼 매우 심각한 상태인 것으로 알려진다.<br/><br/>유사한 사건이 발생할 때마다 자녀를 군대에 맡긴 부모들은 자녀의 안전과 건강에 대해 노심초사한다. 지난 1월에도 당뇨합병증을 앓고 있던 한 훈련병이 두통과 어지럼증 등을 호소했으나 적절한 치료를 받지 못해 숨졌으며, 2월에는 만삭의 여군 중위가 산부인과 시설이 열악한 전방 부대 근무 환경에서 출산 다음날 숨진 사고도 있었다. 이런 사고가 발생하면 당국에서는 의료체계를 개선하겠다는 대책을 내놓는다. 하지만 사고는 잊힐 만하면 재발하곤 한다. 자녀를 군에 보낸 부모의 마음을 헤아리는 자세가 필요하다.<br/><br/>예전에는 군대에서 아프다고 하면 ‘군기가 빠졌다’거나 ‘정신력이 약하다’거나 하는 식으로 대응했지만, 오늘에는 군이 선진화된 만큼 의료체계도 선진화돼야 한다. 눈에 보이는 골절이나 부상 등 안전과 관련된 부문은 상당 부분 개선됐지만, 생활습관과 유전 등으로 인한 암과 당뇨를 포함한 만성질환에 대한 검사나 치료에 대한 대응은 많이 부족하며, 젊기 때문에 이러한 질환과는 관계가 없다는 인식이 많이 퍼져 있다. 무엇보다 이러한 부분에 대한 인식 전환이 중요하다.<br/><br/>말년 병장의 사례에서 보듯이 환자에게 검사 결과를 알려야 함에도 진료기록지에 기재한 것만으로 의무가 끝났다고 생각하는 군 의무 관계자들의 생각도 바뀌어야 한다. 육안으로 현저한 차이를 보이는 급성질환의 경우에는 충분히 인지하고 치료할 수 있지만, 육안으로 차이가 없는 만성질환의 경우에는 각별한 관심과 애정을 기울여야 할 것이다.<br/><br/>국방부가 제시한 전산화를 통한 하드웨어 개선도 필요하지만, 군대 문화와 실질적인 병사 관리에 중심을 둔 의료체계 개선도 필요하다.<br/><br/>먼저, 위생병에 대한 교육을 강화해 이상이 있다고 보고한 병사에 대해 관심을 기울이고, 지속적인 고통을 호소하는 경우에는 의무대 군의관에게 즉각 보고하는 체계를 마련해야 한다.<br/><br/>다음으로, 지속적인 고통을 호소하는 병사들에게 군의관은 진단과 치료를 병행하고, 위중한 질환이 의심되면 병사나 그 보호자에게 질환의 상태를 정확하게 알리며, 민간 종합병원이나 군통합병원 등에서 진단과 검사를 받도록 해야 한다. 그러나 군 병원의 특성상 외상 치료와 관련된 부분은 비교적 안정적으로 치료할 수 있으나 자살충동 등 정신질환, 고혈압, 당뇨합병증, 암 같은 만성질환의 경우 민간 병원의 검사와 치료가 더 나을 수 있기 때문에 민간 병원에 의뢰하는 것이 타당할 것이다.<br/><br/>마지막으로, ‘병은 자랑하라’는 속담도 있듯이 병을 앓고 있음을 알릴 수 있는 군대 문화로 바뀌어야 한다. ‘꾀병’이라든지 ‘군기’라든지 하는 말은 이제 사라져야 할 용어다. 병사도 군인이기 이전에 사람이다. 따라서 사람에 대한 관심과 관리가 군의 전투력 증강에도 도움이 된다는 생각이 더욱 중요하다. 이제 군도 소통을 통해 다 함께 문제점을 찾고 개선 방안을 찾아 나가야 할 때다.

언론사: 문화일보-1-783.txt

제목: <힐링푸드>위염, 헬리코박터균·흡연·음주 등 원인  
날짜: 20140312  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140312100000191  
본문: 위는 위산, 음식, 헬리코박터 파일로리(HP)균 등에 의해 끊임없이 자극을 받는 기관이다. 따라서 위내시경에서 위 표면만 손상된 ‘표재성 위염’이 발견되는 것은 그리 놀랄 일이 아니다. 그러나 위점막의 손상이 지속될 경우엔 얘기가 달라진다. 위의 표면 점막이 얇아지며 위산분비가 잘 안 되는 ‘위축성 위염’으로 발전할 수 있다. <br/><br/>만성위염으로도 불리는 위축성 위염은 전 국민의 10% 이상이 갖고 있을 정도로 흔하며 이 자체가 질병을 의미하는 것은 아니다. 다만 위축성 위염은 표재성 위염과는 달리 오래 방치하면 암으로 진행할 가능성이 크기 때문에 주의가 필요하다. <br/><br/>위축성 위염을 일으키는 위험인자로는 헬리코박터균, 흡연, 음주, 고염식이(소금에 절인 식품), 불에 탄 음식, 질산염 함유 음식(가공된 햄, 소시지류, 베이컨, 핫도그 등) 등이 있다. 이중 헬리코박터균 감염은 위 점막 위축의 주 원인으로 꼽히고 있다. <br/><br/>헬리코박터균은 위의 날문(파일로리·위와 작은 창자 사이의 문) 부위에 사는 나선(헬리코)모양의 균(박터)이다. 1979년 호주의 병리학자 로빈 워런이 발견했고 1982년 호주의 미생물학자 배리 마셜이 배양에 성공해 의학계를 놀라게 했다. 이전에는 위산으로 덮인 위 속에는 세균이 살 수 없다고 생각했기 때문.<br/><br/>헬리코박터균의 길이는 2∼7㎛. 헬리코박터균은 ‘우레아제’라는 효소를 만들어 위 점막에 있는 극미량의 요소를 분해, 알칼리성의 암모니아를 만들어 주변을 중화시킨다. 이렇게 해서 위산으로 가득찬 위 속에서 살아남을 수 있다.<br/><br/>3, 4개의 편모를 갖고 있어 위벽의 점액 단백질인 뮤신층을 자유롭게 지나다닌다. 균 자체에서 여러 가지 독소를 분비하고 위장이나 십이지장 점막에 장애를 일으켜 궤양을 발생시키거나 궤양이 재발하기 쉬운 환경을 만든다.<br/><br/>세균에 의해 위염이 지속되면 위상피세포의 점액 및 중탄산염 분비기능, 상피 재생기능이 떨어져 결국 위상피세포가 감소하면서 위벽이 얇아지는 위축성 위염이 온다. 위축 정도가 심하면 위산이 거의 분비되지 않는다.<br/><br/>위축성 위염은 특이한 증상을 유발하지 않는다. 다만 속쓰림, 복부 팽만감, 소화장애, 트림, 식욕부진 등 일반적인 위장관 증상을 동반할 수는 있다. <br/><br/>위점막의 손상을 줄이는 것이 위축성 위염 예방에 도움이 될 수 있다. 비타민A와 C가 풍부한 채소 및 과일을 많이 섭취하고, 위점막을 손상시키고 위염을 유발하는 짜거나 절인 음식의 섭취를 삼가며, 단백질이나 지방을 태울 때 생기는 발암물질을 섭취하지 않도록 탄 고기나 탄 생선의 섭취를 피하는 등 식생활 개선이 필요하다.<br/><br/>이외에 음식물에 첨가된 감미료, 방부제, 향료, 색소 등에는 질산염이 많이 포함되어 있는데 이것이 위 내에서 발암 물질인 아질산염으로 변화되기 때문에 가급적 피해야 한다. 또한 금주 및 금연과 더불어 과도한 스트레스를 받는 환경에서 벗어나야 한다. 위축성 위염으로 진단을 받으면 환자들의 경우 위의 부담을 가볍게 하기 위해 식사 시 음식을 충분히 씹어 먹고, 단단하고 소화하기 힘든 음식은 피하며, 1회 식사량은 줄이되 식사 횟수를 늘리는 것이 바람직하다.<br/><br/>약물치료로는 헬리코박터균 제균치료, 항산화제의 섭취, 위방어인자 증강제와 같이 위장관 염증을 감소시킬 수 있는 약물을 복용할 수 있다. 헬리코박터균 감염 후 위축성 위염이 진행된 경우에는 제균 치료를 하더라도 위축성 위염이 좋아지지 않지만 더 진행되는 것은 어느 정도 막을 수 있다.<br/><br/>위축성 위염이 내시경에서 관찰되더라도 너무 걱정하거나 두려워할 필요는 없다. 그러나 한 조사에 따르면 위축성 위염이 10년 이상 지나면 1년에 약 150명당 한 명 정도에게서 위암이 발견된다. 따라서 생활습관의 개선과 함께 매년 내시경 검사를 하는 것이 좋다. ＜도움말=서정훈 국민건강보험 일산병원 소화기내과 교수＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-784.txt

제목: <힐링푸드>위염, 헬리코박터균·흡연·음주 등 원인  
날짜: 20140312  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140312100000162  
본문: 위는 위산, 음식, 헬리코박터 파일로리(HP)균 등에 의해 끊임없이 자극을 받는 기관이다. 따라서 위내시경에서 위 표면만 손상된 ‘표재성 위염’이 발견되는 것은 그리 놀랄 일이 아니다. 그러나 위점막의 손상이 지속될 경우엔 얘기가 달라진다. 위의 표면 점막이 얇아지며 위산분비가 잘 안 되는 ‘위축성 위염’으로 발전할 수 있다. <br/><br/>만성위염으로도 불리는 위축성 위염은 전 국민의 10% 이상이 갖고 있을 정도로 흔하며 이 자체가 질병을 의미하는 것은 아니다. 다만 위축성 위염은 표재성 위염과는 달리 오래 방치하면 암으로 진행할 가능성이 크기 때문에 주의가 필요하다. <br/><br/>위축성 위염을 일으키는 위험인자로는 헬리코박터균, 흡연, 음주, 고염식이(소금에 절인 식품), 불에 탄 음식, 질산염 함유 음식(가공된 햄, 소시지류, 베이컨, 핫도그 등) 등이 있다. 이중 헬리코박터균 감염은 위 점막 위축의 주 원인으로 꼽히고 있다. <br/><br/>헬리코박터균은 위의 날문(파일로리·위와 작은 창자 사이의 문) 부위에 사는 나선(헬리코)모양의 균(박터)이다. 1979년 호주의 병리학자 로빈 워런이 발견했고 1982년 호주의 미생물학자 배리 마셜이 배양에 성공해 의학계를 놀라게 했다. 이전에는 위산으로 덮인 위 속에는 세균이 살 수 없다고 생각했기 때문.<br/><br/>헬리코박터균의 길이는 2∼7㎛. 헬리코박터균은 ‘우레아제’라는 효소를 만들어 위 점막에 있는 극미량의 요소를 분해, 알칼리성의 암모니아를 만들어 주변을 중화시킨다. 이렇게 해서 위산으로 가득찬 위 속에서 살아남을 수 있다.<br/><br/>3, 4개의 편모를 갖고 있어 위벽의 점액 단백질인 뮤신층을 자유롭게 지나다닌다. 균 자체에서 여러 가지 독소를 분비하고 위장이나 십이지장 점막에 장애를 일으켜 궤양을 발생시키거나 궤양이 재발하기 쉬운 환경을 만든다.<br/><br/>세균에 의해 위염이 지속되면 위상피세포의 점액 및 중탄산염 분비기능, 상피 재생기능이 떨어져 결국 위상피세포가 감소하면서 위벽이 얇아지는 위축성 위염이 온다. 위축 정도가 심하면 위산이 거의 분비되지 않는다.<br/><br/>위축성 위염은 특이한 증상을 유발하지 않는다. 다만 속쓰림, 복부 팽만감, 소화장애, 트림, 식욕부진 등 일반적인 위장관 증상을 동반할 수는 있다. <br/><br/>위점막의 손상을 줄이는 것이 위축성 위염 예방에 도움이 될 수 있다. 비타민A와 C가 풍부한 채소 및 과일을 많이 섭취하고, 위점막을 손상시키고 위염을 유발하는 짜거나 절인 음식의 섭취를 삼가며, 단백질이나 지방을 태울 때 생기는 발암물질을 섭취하지 않도록 탄 고기나 탄 생선의 섭취를 피하는 등 식생활 개선이 필요하다.<br/><br/>이외에 음식물에 첨가된 감미료, 방부제, 향료, 색소 등에는 질산염이 많이 포함되어 있는데 이것이 위 내에서 발암 물질인 아질산염으로 변화되기 때문에 가급적 피해야 한다. 또한 금주 및 금연과 더불어 과도한 스트레스를 받는 환경에서 벗어나야 한다. 위축성 위염으로 진단을 받으면 환자들의 경우 위의 부담을 가볍게 하기 위해 식사 시 음식을 충분히 씹어 먹고, 단단하고 소화하기 힘든 음식은 피하며, 1회 식사량은 줄이되 식사 횟수를 늘리는 것이 바람직하다.<br/><br/>약물치료로는 헬리코박터균 제균치료, 항산화제의 섭취, 위방어인자 증강제와 같이 위장관 염증을 감소시킬 수 있는 약물을 복용할 수 있다. 헬리코박터균 감염 후 위축성 위염이 진행된 경우에는 제균 치료를 하더라도 위축성 위염이 좋아지지 않지만 더 진행되는 것은 어느 정도 막을 수 있다.<br/><br/>위축성 위염이 내시경에서 관찰되더라도 너무 걱정하거나 두려워할 필요는 없다. 그러나 한 조사에 따르면 위축성 위염이 10년 이상 지나면 1년에 약 150명당 한 명 정도에게서 위암이 발견된다. 따라서 생활습관의 개선과 함께 매년 내시경 검사를 하는 것이 좋다. ＜도움말=서정훈 국민건강보험 일산병원 소화기내과 교수＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-785.txt

제목: 봄 나비  
날짜: 20140312  
기자: 심만수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140312100000204  
본문: 꽃샘추위가 한풀 꺾인 11일 서울 성동구 성수동 서울숲 나비체험관에서 암끝검은표범나비가 꿀을 빨기 위해 유채꽃으로 날아들고 있다. <br/><br/>심만수 기자 panfocus@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-786.txt

제목: <수요 초대석>“중요한 건 ‘사람’… 産災 판정, 고개 끄덕일 때까지 소통”  
날짜: 20140312  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140312100000139  
본문: 산업재해(산재)에 대한 보상은 ‘잘 해야 본전’이라는 말을 듣는다. 산업현장에서 불의의 사고를 당한 근로자의 억울함은 금전적 보상으로 계산하기 어렵기 때문이다. 산재 근로자들은 등급이 잘 나오면 당연하게 받아들이는 반면, 그렇지 않을 경우에는 격한 분노를 표출한다. 이 때문에 근로복지공단 내에서도 산재보험 업무는 직원들의 기피 대상이 되고 있는 게 현실이다.<br/><br/>지난해 11월 취임한 이재갑(56) 근로복지공단 이사장이 조직 최우선 과제로 ‘산재보험 바로 세우기’를 꼽은 것은 그래서다. 근로복지공단 업무의 60∼70%를 차지하는 산재보험 처리가 국민의 신뢰를 받지 못한다면 조직의 존재 이유가 없다는 것이다. 이 이사장은 산재 등급 판정에 대한 전문성과 객관성을 높이는 한편, 직원들에게 산재 근로자들이 고개를 끄덕일 때까지 소통을 계속하라는 지시를 내렸다. 그는 “산재보험 관련 민원을 잘 들여다보면 등급 자체에 대한 것보다 의사소통이 잘 안돼 발생한 불만들이 많다”며 “민원인의 얘기를 끝까지 들은 후 판정 기준과 방식에 대해 이해할 수 있도록 설명해야 한다”고 말했다.<br/><br/>고용노동부에서 지낸 30년간의 공직생활 중에도 소통은 이 이사장의 주무기였다. 인터뷰 전 고용부 관계자들로부터 전해들은 이 이사장에 대한 평은 한결같이 “<span class='quot0'>말이 잘 통하는 몇 안 되는 상관이었다</span>”는 것이다. 지난 1월 21일 서울 영등포구 근로복지공단 사무실에서 만난 이 이사장은 실제로 권위주의적이지 않고 대화를 자연스럽게 이끌어 가는 능력이 탁월했다. 옆집에 사는 할아버지 같은 인상에 소탈한 미소가 특히 인상적이었다. 그는 취임 석달 만에 부서별 식사자리를 세 차례씩이나 가졌다고 했다.<br/><br/>―직원들과 만남을 자주 갖는다고 들었습니다.<br/><br/>“만나서 얼굴을 보고 얘기를 해야 직원들의 생각을 정확히 알 수 있기 때문입니다. 특히 근로복지공단은 업무 특성상 지사가 많아 직접 방문을 해야 현장 상황을 잘 파악할 수 있습니다. 형식적이고 딱딱한 만남은 오히려 안 하느니만 못하기 때문에 제 발언은 최대한 줄이고 분위기를 부드럽게 유지하려고 노력하는 편입니다. 직원들의 얘기를 듣다보면 조직의 문제도 드러나고 앞으로 나아가야 할 방향에 대한 힌트도 얻게 됩니다.”<br/><br/>―이 이사장님에게 소통은 어떤 의미입니까.<br/><br/>“아무리 시스템적으로 잘 만들어진 조직이라도 그 안에 있는 ‘사람’이 어떻게 소통하고 협력해 나가느냐에 따라 조직의 운명과 경쟁력이 좌우된다고 생각합니다. 특히 우리 근로복지공단은 사회 취약계층에 대한 보험·복지 서비스를 담당하는 기관입니다. 고객, 즉 사람을 대하는 것이 주된 업무이고 중요한 일이기 때문에 사람 중심의 경영 철학을 취임 때부터 밝혔습니다.”<br/><br/>―산재보험 처리 과정에서의 소통을 강조한 것도 같은 취지인가요.<br/><br/>“그렇습니다. 결국 문제는 불신과 불투명에서 생겨난다고 생각합니다. 사실 산재 결정 과정에서 공단 직원들이 재량으로 할 수 있는 부분은 현재 거의 없습니다. 질병과 관련된 부분은 의사들로 구성된 ‘업무상 질병 판정위원회’가 심의하고 사고 처리 또한 자문 의사와의 논의를 통해 이뤄집니다. 이런 과정을 근로자들에게 투명하게 드러내놓고 충분히 설명해 객관성에 대한 신뢰를 줄 수 있도록 해야 합니다. 적어도 몰라서 불만이 생기는 부분은 없어야 한다는 겁니다.”<br/><br/>―그렇다고 모든 불만이 사라지지는 않을 텐데요.<br/><br/>“교통사고 같은 경우 보존된 현장을 보고 바로 보험처리가 되기 때문에 불만이 나올 가능성이 낮습니다. 하지만 산재 처리는 청구기간이 최대 3년이기 때문에 이미 사라진 현장을 조사해 그 여부를 판정해야 하는 일이 부지기수입니다. 따라서 산재 판정 인력의 전문성을 높이고 판정서 내용도 좀 더 상세하게 구성하는 작업을 진행하고 있습니다. 요양 승인에 대한 기준을 더 투명하게 보여줘 국민들도 손쉽게 관련 기준이 어떻고, 이 정도면 몇 급이 되겠다고 생각할 수 있는 예측가능성을 높이려 합니다.” <br/><br/>이 부분에서 이 이사장은 다시 한 번 사람의 중요성을 강조했다.<br/><br/>“지난 2008년 전문 브로커들이 끼어들어 등급을 높이는 등 부정수급 문제가 발생한 적이 있습니다. 근로복지공단 직원까지 일부 연루돼 큰 홍역을 치렀습니다. 이런 일이 한 번이라도 발생하면 신뢰가 무너지는 것은 순식간입니다. 이후 부정수급과 비리를 막기 위해 위험 소지(리스크)가 있는 분야에 대한 업무를 처리할 때 리포트를 작성하거나 외부 모니터링을 통해 의심이 가는 데이터를 재조사하는 등 다양한 장치를 만들었습니다. 하지만 결국 중요한 것은 다시 사람입니다. 청렴도를 끌어올리기 위한 조직적 ‘다잡음’이 항상 필요합니다.” <br/><br/>근로복지공단은 이 같은 쇄신 조치를 통해 지난해 국민권익위원회의 반부패경쟁력 평가에서 3000명 이상인 공공기관 19곳 가운데 유일하게 1등급을 받았다.<br/><br/>―올해는 산재보험이 생긴 지 50주년이 되는 해인데 앞으로의 추진 방향은 무엇입니까.<br/><br/>“산재보험은 지난 1964년 생겨 4대 보험 중 역사가 가장 길고 의미도 큽니다. 그런데 그 사이 특수고용직종이 많이 생겨 사각지대가 많아졌습니다. 앞서 보험설계사와 학습지 교사, 콘크리트믹서트럭 운전자, 골프장 캐디, 택배 기사, 퀵서비스 기사 등 6개 직종의 특수고용근로자와 문화예술인에 대해 산재보험을 확대했지만 현 제도에서는 적용 제외 신청을 통해 본인들이 거부하면 빠질 수 있도록 돼 있습니다. 산재보험 적용 직종을 확대하는 한편, 적용 제외 사유를 제한하는 노력을 해나가려고 합니다. 또 전국에 10개의 산재병원을 운영하고 있지만 급성기 질환 진료 기능과 직업성 암 등에 대한 치료 기능이 약한 상황입니다. 근로복지공단이 3월 말에 울산으로 이전하는 만큼 생명공학 연구개발에 강한 울산과학기술대(UNIST)와 협력체계를 구축하고 이 지역에 500병상 규모의 산재모병원도 건립해 응급외상, 수지접합, 화상 등의 분야를 특성화하려 합니다.”<br/><br/>―최근 정부가 특수고용근로자도 실업급여를 받을 수 있도록 하는 방안을 내놓았는데요.<br/><br/>“특수고용직근로자의 고용안전성 강화를 위해 실업급여 등 고용보험 확대가 시급합니다. 우리 근로복지공단은 지난해 9월부터 고용부와 함께 ‘고용보험 적용확대 추진 실무 태스크포스(TF)’를 구성해 실효성 있는 적용 방안을 논의해 왔습니다. 일단 산재보험이 적용되는 6개 직종 특수고용근로자와 예술인을 고용보험 대상에 포함시킬 계획입니다. 향후 하위 법령 개정, 업무지침 마련과 함께 사업 홍보를 통해 제도가 성공적으로 안착될 수 있도록 노력할 것입니다.”<br/><br/>―근로복지공단은 산재업무 외에는 국민들의 인식도가 낮아 보입니다.<br/><br/>“근로복지공단이 운영하는 예산 5조3000억여 원 가운데 4조4600억 원 정도가 산재업무에 쓰입니다. 하지만 나머지 8000억 원은 취약계층 근로자의 복지 사업에 투입합니다. 저소득층 근로자에게 생활안정자금을 빌려주고 직장어린이집 제공, 퇴직연금 서비스, 임금 체불금 우선 지원 등도 하고 있습니다. 앞으로 ‘일하는 복지’에 대한 중요성이 커지는 만큼 근로자 복지에 대한 사업 규모도 점차 커질 전망입니다.”<br/><br/>―근로자들의 복지가 중요한 이유는 무엇입니까.<br/><br/>“일은 자아실현의 방법이기도 하지만 기본적으로는 생계를 유지하기 위한 중요 수단입니다. 하지만 업무 중 예기치 않은 산업재해나 실직, 임금 체불, 낮은 임금 등으로 근로자와 그 가족이 사회 취약계층으로 전락할 수 있는 위험이 항시 존재합니다. 따라서 근로자들이 안심하고 일할 수 있는 보호 장치가 곧 근로자의 복지인 셈입니다. 이는 인간다운 생활을 위한 최소한의 기본적인 삶을 국가에서 보장하는 것으로 국가의 책무인 동시에 국가경제를 유지하는 근간이기 때문에 무엇보다 중요합니다.”<br/><br/>―근로자의 복지 중 밑바탕이 되는 정책은 무엇입니까.<br/><br/>“가장 기본은 일한 만큼 임금을 보장해주는 것입니다. 과거에 비해 많이 좋아졌다고 하지만 아직도 한 해 약 1조2000억 원의 임금 체불이 발생하고 있습니다. 우리 공단은 임금채권보장제도에 따라 평소 사업주들이 보험료 형태로 돈을 내게 해 체불임금이 발생했을 때 3000억 원 이상을 해결하고 있습니다. 그 다음으로 중요한 것은 사회보험입니다. 저임금 근로자들일수록 건강보험, 국민연금, 고용보험 등 사회보험 혜택에서 소외될 가능성이 큽니다. 이들의 사회보험료를 일부 지원해 10명 미만 사업장의 고용보험 가입률이 4년 전보다 10%포인트 증가한 13.9%를 기록하는 등 적지 않은 성과를 보이고 있습니다.”<br/><br/>―최근에는 여성 근로자에 대한 복지의 중요성이 높아지고 있는데요.<br/><br/>“고용률 70% 달성을 위해서는 여성 근로자들의 고용률을 높이는 방안이 시급한데 이를 위해서는 일·가정 양립이라는 사회적 분위기가 형성돼야 하고, 정부는 육아에 대한 완벽한 지원을 이뤄내는 것을 목표로 해야 합니다. 현재 근로복지 공단에서는 고용보험기금을 통해 직장어린이집 설치 지원을 하고, 경기 안산시 등 주요 산업단지에는 공동 직장어린이집 24곳을 직접 설치해 운영하고 있습니다. 특히 이 공동 직장어린이집의 경우는 직장어린이집의 표준 보육 모델을 만드는 것이 목적으로 좋은 모델이 형성되면 이를 다른 곳으로 확산하는 역할을 수행합니다. 저소득층 근로자들이 걱정 없이 아이를 키울 수 있는 어린이집 체계를 만들어 낼 것입니다.”<br/><br/>―시간선택제 일자리에 대해서는 어떻게 생각하십니까.<br/><br/>“단순히 시간제 일자리를 늘리는 것보다 ‘질’이 높은 시간제 일자리를 늘리는 것이 중요합니다. 특히 정규직이 육아나 가사 때문에 휴직을 할 수도 있지만 그 대신 필요한 경우 시간선택제 일자리로 전환했다가 원하면 무리 없이 돌아올 수 있는 유연한 근무체계가 필요합니다. 그래서 일단 우리 근로복지공단부터 직원들이 시간선택제 일자리를 활용할 수 있도록 유연한 근무체계를 만드는 등 자체적으로 인사관리 시스템을 개선할 계획입니다.”<br/><br/>―올해부터 시간선택제 일자리 사회보험료 지원 사업도 시작한다고 들었습니다.<br/><br/>“중소기업에서 최저임금의 130% 이상을 지급하는 시간선택제 근로자를 채용하면 해당 근로자 몫의 사회보험료를 대신 지급해주는 사업입니다. 올해 이 사업이 잘 이뤄지면 시간선택제 일자리가 확산되는 데 큰 도움을 줄 것으로 생각합니다. 정규직과 차별 없는 양질의 시간제 일자리가 되기 위해서는 사회보험료 혜택은 필수입니다. 근로복지공단 차원에서 이런 지원 제도가 있다는 것을 국민에게 충분히 알리고 고용부와 협력해 시간선택제 일자리 창출을 유도하는 노력을 계속해 나갈 계획입니다.”<br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-787.txt

제목: <수요 초대석>“중요한 건 ‘사람’… 産災 판정, 고개 끄덕일 때까지 소통”  
날짜: 20140312  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140312100000186  
본문: 산업재해(산재)에 대한 보상은 ‘잘 해야 본전’이라는 말을 듣는다. 산업현장에서 불의의 사고를 당한 근로자의 억울함은 금전적 보상으로 계산하기 어렵기 때문이다. 산재 근로자들은 등급이 잘 나오면 당연하게 받아들이는 반면, 그렇지 않을 경우에는 격한 분노를 표출한다. 이 때문에 근로복지공단 내에서도 산재보험 업무는 직원들의 기피 대상이 되고 있는 게 현실이다.<br/><br/>지난해 11월 취임한 이재갑(56) 근로복지공단 이사장이 조직 최우선 과제로 ‘산재보험 바로 세우기’를 꼽은 것은 그래서다. 근로복지공단 업무의 60∼70%를 차지하는 산재보험 처리가 국민의 신뢰를 받지 못한다면 조직의 존재 이유가 없다는 것이다. 이 이사장은 산재 등급 판정에 대한 전문성과 객관성을 높이는 한편, 직원들에게 산재 근로자들이 고개를 끄덕일 때까지 소통을 계속하라는 지시를 내렸다. 그는 “산재보험 관련 민원을 잘 들여다보면 등급 자체에 대한 것보다 의사소통이 잘 안돼 발생한 불만들이 많다”며 “민원인의 얘기를 끝까지 들은 후 판정 기준과 방식에 대해 이해할 수 있도록 설명해야 한다”고 말했다.<br/><br/>고용노동부에서 지낸 30년간의 공직생활 중에도 소통은 이 이사장의 주무기였다. 인터뷰 전 고용부 관계자들로부터 전해들은 이 이사장에 대한 평은 한결같이 “<span class='quot0'>말이 잘 통하는 몇 안 되는 상관이었다</span>”는 것이다. 지난 1월 21일 서울 영등포구 근로복지공단 사무실에서 만난 이 이사장은 실제로 권위주의적이지 않고 대화를 자연스럽게 이끌어 가는 능력이 탁월했다. 옆집에 사는 할아버지 같은 인상에 소탈한 미소가 특히 인상적이었다. 그는 취임 석달 만에 부서별 식사자리를 세 차례씩이나 가졌다고 했다.<br/><br/>―직원들과 만남을 자주 갖는다고 들었습니다.<br/><br/>“만나서 얼굴을 보고 얘기를 해야 직원들의 생각을 정확히 알 수 있기 때문입니다. 특히 근로복지공단은 업무 특성상 지사가 많아 직접 방문을 해야 현장 상황을 잘 파악할 수 있습니다. 형식적이고 딱딱한 만남은 오히려 안 하느니만 못하기 때문에 제 발언은 최대한 줄이고 분위기를 부드럽게 유지하려고 노력하는 편입니다. 직원들의 얘기를 듣다보면 조직의 문제도 드러나고 앞으로 나아가야 할 방향에 대한 힌트도 얻게 됩니다.”<br/><br/>―이 이사장님에게 소통은 어떤 의미입니까.<br/><br/>“아무리 시스템적으로 잘 만들어진 조직이라도 그 안에 있는 ‘사람’이 어떻게 소통하고 협력해 나가느냐에 따라 조직의 운명과 경쟁력이 좌우된다고 생각합니다. 특히 우리 근로복지공단은 사회 취약계층에 대한 보험·복지 서비스를 담당하는 기관입니다. 고객, 즉 사람을 대하는 것이 주된 업무이고 중요한 일이기 때문에 사람 중심의 경영 철학을 취임 때부터 밝혔습니다.”<br/><br/>―산재보험 처리 과정에서의 소통을 강조한 것도 같은 취지인가요.<br/><br/>“그렇습니다. 결국 문제는 불신과 불투명에서 생겨난다고 생각합니다. 사실 산재 결정 과정에서 공단 직원들이 재량으로 할 수 있는 부분은 현재 거의 없습니다. 질병과 관련된 부분은 의사들로 구성된 ‘업무상 질병 판정위원회’가 심의하고 사고 처리 또한 자문 의사와의 논의를 통해 이뤄집니다. 이런 과정을 근로자들에게 투명하게 드러내놓고 충분히 설명해 객관성에 대한 신뢰를 줄 수 있도록 해야 합니다. 적어도 몰라서 불만이 생기는 부분은 없어야 한다는 겁니다.”<br/><br/>―그렇다고 모든 불만이 사라지지는 않을 텐데요.<br/><br/>“교통사고 같은 경우 보존된 현장을 보고 바로 보험처리가 되기 때문에 불만이 나올 가능성이 낮습니다. 하지만 산재 처리는 청구기간이 최대 3년이기 때문에 이미 사라진 현장을 조사해 그 여부를 판정해야 하는 일이 부지기수입니다. 따라서 산재 판정 인력의 전문성을 높이고 판정서 내용도 좀 더 상세하게 구성하는 작업을 진행하고 있습니다. 요양 승인에 대한 기준을 더 투명하게 보여줘 국민들도 손쉽게 관련 기준이 어떻고, 이 정도면 몇 급이 되겠다고 생각할 수 있는 예측가능성을 높이려 합니다.” <br/><br/>이 부분에서 이 이사장은 다시 한 번 사람의 중요성을 강조했다.<br/><br/>“지난 2008년 전문 브로커들이 끼어들어 등급을 높이는 등 부정수급 문제가 발생한 적이 있습니다. 근로복지공단 직원까지 일부 연루돼 큰 홍역을 치렀습니다. 이런 일이 한 번이라도 발생하면 신뢰가 무너지는 것은 순식간입니다. 이후 부정수급과 비리를 막기 위해 위험 소지(리스크)가 있는 분야에 대한 업무를 처리할 때 리포트를 작성하거나 외부 모니터링을 통해 의심이 가는 데이터를 재조사하는 등 다양한 장치를 만들었습니다. 하지만 결국 중요한 것은 다시 사람입니다. 청렴도를 끌어올리기 위한 조직적 ‘다잡음’이 항상 필요합니다.” <br/><br/>근로복지공단은 이 같은 쇄신 조치를 통해 지난해 국민권익위원회의 반부패경쟁력 평가에서 3000명 이상인 공공기관 19곳 가운데 유일하게 1등급을 받았다.<br/><br/>―올해는 산재보험이 생긴 지 50주년이 되는 해인데 앞으로의 추진 방향은 무엇입니까.<br/><br/>“산재보험은 지난 1964년 생겨 4대 보험 중 역사가 가장 길고 의미도 큽니다. 그런데 그 사이 특수고용직종이 많이 생겨 사각지대가 많아졌습니다. 앞서 보험설계사와 학습지 교사, 콘크리트믹서트럭 운전자, 골프장 캐디, 택배 기사, 퀵서비스 기사 등 6개 직종의 특수고용근로자와 문화예술인에 대해 산재보험을 확대했지만 현 제도에서는 적용 제외 신청을 통해 본인들이 거부하면 빠질 수 있도록 돼 있습니다. 산재보험 적용 직종을 확대하는 한편, 적용 제외 사유를 제한하는 노력을 해나가려고 합니다. 또 전국에 10개의 산재병원을 운영하고 있지만 급성기 질환 진료 기능과 직업성 암 등에 대한 치료 기능이 약한 상황입니다. 근로복지공단이 3월 말에 울산으로 이전하는 만큼 생명공학 연구개발에 강한 울산과학기술대(UNIST)와 협력체계를 구축하고 이 지역에 500병상 규모의 산재모병원도 건립해 응급외상, 수지접합, 화상 등의 분야를 특성화하려 합니다.”<br/><br/>―최근 정부가 특수고용근로자도 실업급여를 받을 수 있도록 하는 방안을 내놓았는데요.<br/><br/>“특수고용직근로자의 고용안전성 강화를 위해 실업급여 등 고용보험 확대가 시급합니다. 우리 근로복지공단은 지난해 9월부터 고용부와 함께 ‘고용보험 적용확대 추진 실무 태스크포스(TF)’를 구성해 실효성 있는 적용 방안을 논의해 왔습니다. 일단 산재보험이 적용되는 6개 직종 특수고용근로자와 예술인을 고용보험 대상에 포함시킬 계획입니다. 향후 하위 법령 개정, 업무지침 마련과 함께 사업 홍보를 통해 제도가 성공적으로 안착될 수 있도록 노력할 것입니다.”<br/><br/>―근로복지공단은 산재업무 외에는 국민들의 인식도가 낮아 보입니다.<br/><br/>“근로복지공단이 운영하는 예산 5조3000억여 원 가운데 4조4600억 원 정도가 산재업무에 쓰입니다. 하지만 나머지 8000억 원은 취약계층 근로자의 복지 사업에 투입합니다. 저소득층 근로자에게 생활안정자금을 빌려주고 직장어린이집 제공, 퇴직연금 서비스, 임금 체불금 우선 지원 등도 하고 있습니다. 앞으로 ‘일하는 복지’에 대한 중요성이 커지는 만큼 근로자 복지에 대한 사업 규모도 점차 커질 전망입니다.”<br/><br/>―근로자들의 복지가 중요한 이유는 무엇입니까.<br/><br/>“일은 자아실현의 방법이기도 하지만 기본적으로는 생계를 유지하기 위한 중요 수단입니다. 하지만 업무 중 예기치 않은 산업재해나 실직, 임금 체불, 낮은 임금 등으로 근로자와 그 가족이 사회 취약계층으로 전락할 수 있는 위험이 항시 존재합니다. 따라서 근로자들이 안심하고 일할 수 있는 보호 장치가 곧 근로자의 복지인 셈입니다. 이는 인간다운 생활을 위한 최소한의 기본적인 삶을 국가에서 보장하는 것으로 국가의 책무인 동시에 국가경제를 유지하는 근간이기 때문에 무엇보다 중요합니다.”<br/><br/>―근로자의 복지 중 밑바탕이 되는 정책은 무엇입니까.<br/><br/>“가장 기본은 일한 만큼 임금을 보장해주는 것입니다. 과거에 비해 많이 좋아졌다고 하지만 아직도 한 해 약 1조2000억 원의 임금 체불이 발생하고 있습니다. 우리 공단은 임금채권보장제도에 따라 평소 사업주들이 보험료 형태로 돈을 내게 해 체불임금이 발생했을 때 3000억 원 이상을 해결하고 있습니다. 그 다음으로 중요한 것은 사회보험입니다. 저임금 근로자들일수록 건강보험, 국민연금, 고용보험 등 사회보험 혜택에서 소외될 가능성이 큽니다. 이들의 사회보험료를 일부 지원해 10명 미만 사업장의 고용보험 가입률이 4년 전보다 10%포인트 증가한 13.9%를 기록하는 등 적지 않은 성과를 보이고 있습니다.”<br/><br/>―최근에는 여성 근로자에 대한 복지의 중요성이 높아지고 있는데요.<br/><br/>“고용률 70% 달성을 위해서는 여성 근로자들의 고용률을 높이는 방안이 시급한데 이를 위해서는 일·가정 양립이라는 사회적 분위기가 형성돼야 하고, 정부는 육아에 대한 완벽한 지원을 이뤄내는 것을 목표로 해야 합니다. 현재 근로복지 공단에서는 고용보험기금을 통해 직장어린이집 설치 지원을 하고, 경기 안산시 등 주요 산업단지에는 공동 직장어린이집 24곳을 직접 설치해 운영하고 있습니다. 특히 이 공동 직장어린이집의 경우는 직장어린이집의 표준 보육 모델을 만드는 것이 목적으로 좋은 모델이 형성되면 이를 다른 곳으로 확산하는 역할을 수행합니다. 저소득층 근로자들이 걱정 없이 아이를 키울 수 있는 어린이집 체계를 만들어 낼 것입니다.”<br/><br/>―시간선택제 일자리에 대해서는 어떻게 생각하십니까.<br/><br/>“단순히 시간제 일자리를 늘리는 것보다 ‘질’이 높은 시간제 일자리를 늘리는 것이 중요합니다. 특히 정규직이 육아나 가사 때문에 휴직을 할 수도 있지만 그 대신 필요한 경우 시간선택제 일자리로 전환했다가 원하면 무리 없이 돌아올 수 있는 유연한 근무체계가 필요합니다. 그래서 일단 우리 근로복지공단부터 직원들이 시간선택제 일자리를 활용할 수 있도록 유연한 근무체계를 만드는 등 자체적으로 인사관리 시스템을 개선할 계획입니다.”<br/><br/>―올해부터 시간선택제 일자리 사회보험료 지원 사업도 시작한다고 들었습니다.<br/><br/>“중소기업에서 최저임금의 130% 이상을 지급하는 시간선택제 근로자를 채용하면 해당 근로자 몫의 사회보험료를 대신 지급해주는 사업입니다. 올해 이 사업이 잘 이뤄지면 시간선택제 일자리가 확산되는 데 큰 도움을 줄 것으로 생각합니다. 정규직과 차별 없는 양질의 시간제 일자리가 되기 위해서는 사회보험료 혜택은 필수입니다. 근로복지공단 차원에서 이런 지원 제도가 있다는 것을 국민에게 충분히 알리고 고용부와 협력해 시간선택제 일자리 창출을 유도하는 노력을 계속해 나갈 계획입니다.”<br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-788.txt

제목: <동일본 대지진 3년>후쿠시마 청소년·어린이 갑상선암 의심사례 급증  
날짜: 20140310  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140310100000103  
본문: 지난 2011년 3월 발생한 일본 후쿠시마(福島) 원자력발전소 사고 이후 후쿠시마 지역 어린이·청소년의 갑상선암 의심 사례가 급증하면서 피폭 공포가 커지고 있다.<br/><br/>10일 후쿠시마 지역 언론에 따르면 후쿠시마 의대는 지난달 원전 사고 발생 당시 18세 이하였던 주민 25만4000여 명을 대상으로 갑상선 검사를 실시한 결과, 갑상선암 의심 사례가 75명으로 지난해 9월 같은 조사의 59명에 비해 16명 늘어났다고 발표했다. 실제 갑상선암 진단을 받은 환자는 33명으로 7명 증가한 것으로 나타났다.<br/><br/>조사를 주관한 후쿠시마 현민 건강관리 조사 검토위원회가 “<span class='quot0'>(원전 사고) 이전부터 있었던 부분이 발견됐을 가능성이 높다</span>”며 “<span class='quot0'>현시점에서 후쿠시마 원전 사고와의 인과관계를 밝히는 것은 어렵다</span>”고 주장했지만 일부 전문가들은 관련성을 배제할 수만은 없다고 보고 있다. <br/><br/>영국 언론 가디언은 “<span class='quot1'>갑상선암은 일반적으로 10∼14세 어린이의 경우 100만 명에 한두 명꼴로 발병한다</span>”며 “<span class='quot1'>후쿠시마현의 조사가 10∼18세를 대상으로 했다는 점을 감안하더라도 큰 차이</span>”라고 지적했다. 암 전문가인 딜윈 윌리엄스 영국 케임브리지대 명예교수는 가디언 인터뷰에서 “<span class='quot2'>우크라이나 체르노빌 사고 이후에는 3∼4년 동안 눈에 띄는 갑상선암 증가 사례가 없었다</span>”면서 “<span class='quot2'>후쿠시마 사고로 노출된 방사선량이 체르노빌보다는 적지만, (예상치 못하는) 충격(적인 결과)들이 있을 수 있다</span>”고 경고했다.<br/><br/>후쿠시마 어린이들이 피폭 우려 탓에 실외 활동을 거의 중단하다시피 하면서 근력 및 운동 능력 저하, 비만, 정서 불안 등의 2차 피해를 입고 있다는 지적도 나오고 있다. 로이터통신은 후쿠시마현 교육위원회의 조사 결과를 인용해 11세 남아를 기준으로 후쿠시마 지역 어린이들의 체중이 타 지역에 비해 3㎏ 더 나간다고 보도했다. <br/><br/>현지 교육 관계자들은 “<span class='quot3'>사고 이후 악력, 달리기, 공 던지기 등 체력 측정 결과가 눈에 띄게 나빠졌다</span>”며 “<span class='quot3'>아이들 사이의 말다툼, 실랑이가 늘어나는 등 스트레스 지수도 높아진 것 같다</span>”고 전했다.<br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-789.txt

제목: 도파민 생산 신경세포 배양해 이식… 파킨슨병 치료 길 열렸다  
날짜: 20140307  
기자: 김하나  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140307100000032  
본문: 일본 연구진이 유도만능줄기세포(iPS세포)에서 신경전달물질 도파민 생산 신경세포를 대량으로 만드는 기술 개발에 성공하면서 파킨슨병 치료의 길이 열렸다.<br/><br/>7일 아사히(朝日)신문 등 일본언론에 따르면 교토(京都)대 iPS세포연구소, 오사카(大阪)대 단백질연구소 연구팀은 파킨슨병의 치료에 쓰이는 도파민 생산 신경세포를 대량으로 만들어 이식 수술의 안전성을 높이는 기술을 개발했다고 이날 미국 과학잡지 ‘스템 셀 리포츠’를 통해 발표했다. <br/><br/>파킨슨병은 도파민을 분비하는 신경세포가 소실되면서 운동 장애를 일으키는 난치병으로, 태아의 신경세포를 이식하는 치료법이 있지만 대량의 세포 확보가 어렵다는 점이 문제로 남아 있었다.<br/><br/>연구팀은 ‘라미닌’이라는 인공 단백질을 사용해 iPS세포에서 신경 기반 세포를 대량으로 만들어낸 뒤 도파민 생산 세포가 될 수 있는 세포들을 선별, 농축했다. <br/><br/>배양 과정에서 분화되지 않은 세포가 암세포로 변하는 것을 막기 위해 특정 형광 항체로 세포를 염색해 미분화 세포를 제거하는 방식도 적용했다. <br/><br/>이를 통해 만들어진 도파민 생산 세포를 파킨슨병 쥐의 뇌에 이식하고 4개월간 관찰한 결과, 증상이 호전되는 효과가 확인됐다. 암이 발병한 사례도 없었다.<br/><br/>연구팀은 2015년 초 안전성 확인 심사를 신청해 이르면 2016년 파킨슨병 환자를 대상으로 한 이식 수술에 돌입할 계획이다. <br/><br/>다카하시 준(高橋淳) 교토대 교수는 “<span class='quot0'>올해 안에 같은 방법으로 원숭이에 대한 이식 실험을 진행해 안전성과 효과를 상세하게 검증할 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>순조롭게 진행되면 올해 안으로 검증이 끝날 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/>교토대 병원이 6월 이후 임상시험 계획을 심사할 기관을 설립하고, 세포를 제작하는 기간 등을 감안하면 이르면 2016년에 이식 수술이 가능할 것으로 전망된다.<br/><br/>김하나 기자 hana@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-790.txt

제목: 여성성으로 끌어안은 삶의 고통  
날짜: 20140306  
기자: 김영번  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140306100000095  
본문: 보라<br/><br/>두 발은 바닥에 닿지 못하고<br/><br/>얼음 수면에 턱걸이를 하며 겨울 보내는<br/><br/>청둥오리들아<br/><br/><br/><br/>땅에 두 발을 내리지 못하고<br/><br/>턱걸이를 하며<br/><br/><span class='quot0'>이마로 날파람을 격파하며 살아온</span><br/><br/>한 여자를 보라<br/><br/><br/><br/>하루하루의 철봉대를 내린 적 없이<br/><br/>턱걸이로 살아서인지<br/><br/>저걸 어쩌나 길어진 턱이<br/><br/>오늘<br/><br/>살짝 발밑에 끌린다<br/><br/>- 시 ‘턱’ 전문<br/><br/><br/>반백 년을 시와 함께 살아온 신달자(71) 시인이 자신의 열세 번째 시집 ‘살 흐르다’(민음사)를 펴냈다. 지난 1964년 등단 이후 50년 동안 쉼 없이 시를 써온 시인은 이번 시집에서도 삶에 생명력을 부여하는 여성성을 통해 생기 넘치는 세계를 보여준다.<br/><br/>앞서 인용한 시 ‘턱’에서 보듯 시인은 “<span class='quot0'>이마로 날파람을 격파하며 살아온</span>” 여장부였다. 결혼 9년 만에 뇌졸중으로 쓰러진 남편을 24년간 수발하며 시어머니와 어머니의 타계, 본인의 암 투병 속에서도 세 딸을 홀로 키우며 희망을 잃지 않고 시에 대한 열정으로 고통을 이겨냈다. 시집에 수록된 70편의 시들은 그 같은 아픔을 생생히 증언하고 있지만, 결코 고난에 무릎 꿇지 않고 당당하게 버티는 여성상을 보여준다.<br/><br/>예컨대 시 ‘10주기(週忌)’는 “바람 서늘한 날 당신 내 무릎 베고 눈감았다”라고 시작한다. 시는 이어 “지금 그곳 환한가/ 흰 뼈가 마지막 빛으로 일어서고/ 이제야 소리 되지 않았던 속내를 수습하고 있다면 환하리// 법원읍 오현리 산 발밑에서 늘 윙윙거렸다/ 조마조마 지반 흔들리고/ 서로 헌 진물 모른 척 지나가던 세월/ 일으킬 수 없는 당신 몸 위에서 내 마흔/ 옥죄이는 알몸을 허허롭게 비벼 보기도 했지만/ 당신 가고 나 생각보다 찬란하지 않았어 여보…”로 이어진다.<br/><br/>하지만 시인이 늘 회상에 젖어 있는 것만은 아니다. 시편들은 고통과 절망 속에서 깨달은 인생의 빛과 그림자, 삶과 죽음에 대한 깊은 사유와 성찰을 보여준다. 아울러 삶의 한고비를 넘어온 여성의 여유로움과 따스함, 모성에서 비롯되는 포용력을 드러낸다. 그래서 시인은 시 ‘스며라 청색’에서 “<span class='quot1'>어둠은 빛을 깊이 안고/ 하루를 걸어가는데/ 그 고단함을 견디느라 힘 꽉 주면/ 그때 살아나더라 진한 청색으로 불끈 일어나더라</span>”라고 읊는 것이다.<br/><br/>김영번 기자 zerokim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-791.txt

제목: “고기 많이 먹는게 흡연만큼 해롭다”  
날짜: 20140305  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140305100000044  
본문: 65세 이하 성인에게 고단백 식사가 흡연만큼이나 해롭다는 연구결과가 발표됐다. 고단백식을 통해 체중을 감량하며 건강한 다이어트라고 불렸던 ‘황제다이어트’나 ‘구석기 다이어트’ 방식에 의문이 제기됐다.<br/><br/><br/><br/>미국과 이탈리아 합동연구팀이 20년간 육류와 달걀, 유제품 등 동물성단백질을 과다 섭취한 중년 성인의 건강상태를 저단백식을 유지해온 성인과 비교한 결과, 암이나 당뇨병으로 사망할 확률이 4배 높은 것으로 드러났다고 워싱턴포스트(WP)와 가디언 등이 4일 보도했다. 이는 흡연으로 인한 암 발병률과 비슷한 수치로, 고단백식을 했던 성인의 평균 사망률도 저단백식 성인보다 2배가량 높았다. 이번 연구는 미국 국민건강영양실태조사(NHANES)에 참여했던 6381명의 50대 성인을 대상으로 한 분석결과로, 세계적 생명과학 학술지 ‘셀메타볼리즘(Cell Metabolism)’에 게재됐다.<br/><br/><br/><br/>연구를 주도한 서던캘리포니아대(USC) 수명연구소 소속 발터 롱고 교수는 “<span class='quot0'>동물성단백질의 과다 섭취는 흡연만큼 해로울 수 있다</span>”며 체중 1㎏당 하루 0.8g의 단백질 섭취량을 준수할 필요가 있다고 강조했다.<br/><br/><br/><br/>그러나 고단백식이 모든 연령에 해로운 것은 아니었다. 65세 이상 노인에게는 고단백식이 영양 공급과 기력 회복을 위해 반드시 필요한 것으로 드러났다. 연구팀은 65세 이상 노인이 고단백식을 유지할 경우 암으로 사망할 확률이 60%까지 감소하며 평균 사망률도 28% 줄어든다고 밝혔다. 이에 대해 영국 레딩대 건터 쿤레(식품영양학) 교수는 “<span class='quot1'>단백질이 흡연만큼 해롭다는 비유는 과장된 측면이 있다</span>”며 “<span class='quot1'>육류나 치즈의 섭취 자체가 해롭다는 잘못된 메시지를 줄 위험이 있다</span>”고 지적했다. <br/><br/><br/><br/>김다영 기자 dayoung817@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-792.txt

제목: 생각만으로 컴퓨터 작동?… 미래 ‘新기술’ 10가지  
날짜: 20140227  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140227100000030  
본문: 생각만으로 작동되는 컴퓨터와 초경량 자동차, 미생물을 이용한 암 치료법 등 미래를 바꿀 10대 차세대 기술이 발표됐다. <br/><br/>학계, 산업계 등의 지도자들로 구성된 세계경제포럼(WEF)의 신기술 글로벌어젠다위원회는 26일 지난 1월 스위스 다보스에서 열린 WEF 때 논의됐던 결과를 종합해 미래에 긍정적이고 실질적인 영향을 미칠 10개 신기술을 선정했다고 밝혔다.<br/><br/>첫 번째로는 생각만으로 조작되는 컴퓨터 인터페이스 기술이 꼽혔다. 뇌파 활동을 관찰해 이를 컴퓨터 조작으로 연결하는 기술로 지금도 구현이 가능하며, 지속적인 발전을 통해 장애인들이 생각만으로 휠체어를 움직일 수 있게 하는 등 혁신적 활용이 가능할 것으로 보인다. 또한 탄소섬유로 만든 초경량 자동차는 기존 모델보다 40% 이상 가벼우면서도 튼튼해, 상용화될 경우 에너지 소비를 대폭 절감할 수 있을 것으로 전망된다. <br/><br/>실리콘 나노와이어를 이용한 리튬 이온 배터리는 기존 배터리보다 3배 이상 수명이 길고 충전시간 또한 단축돼, 스마트폰 등 배터리 사용 기기의 발전을 이끌 것으로 예상된다. <br/><br/>태양력이나 풍력을 통해 생산된 재생에너지를 저장할 수 있는 그리드방식의 에너지 저장기술도 곧 선보일 것으로 WEF는 내다봤다.<br/><br/>건강 및 의료 관련 신기술도 주목받고 있다. 인체 미생물 기술을 활용해 암과 같은 중병을 치료하거나, 유전정보를 저장·전달하는 리보핵산(RNA)을 기반으로 관련 질병을 치료할 새로운 약물을 개발하는 것도 가능할 것으로 보인다. <br/><br/>또한 인체와 접목된 ‘입는(Wearable)’ 전자제품은 심박수와 스트레스 지수 등의 건강정보를 실시간으로 체크할 수 있게 한다. <br/><br/>이 밖에 ▲바닷물 담수화 과정에서의 금속 추출 기술 ▲스크린이 필요없는 3차원 디스플레이 ▲데이터를 활용한 미래예측 모델 등이 차세대 혁신 기술로 꼽혔다. <br/><br/>신기술 글로벌어젠다위원회의 누버 어페이언 위원장은 “<span class='quot0'>이러한 기술을 구체화시키기 위해서는 적극적인 자본 투자와 적절한 규제 마련이 필요하다</span>”고 강조했다.<br/><br/>김다영 기자 dayoung817@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-793.txt

제목: “공과금 밀려 죄송”...모녀 세명 숨진채 발견  
날짜: 20140227  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014022710013604377  
본문: 밀린 공과금이 든 봉투를 남기고 모녀 세명이 함께 숨진채 발견됐다.<br/><br/>27일 서울 송파경찰서에 따르면 전날 오후 9시20분께 서울 송파구 석촌동 한 주택 지하 1층에서 A(60·여)씨와 두 딸(35·32)이 숨진채 발견됐다.<br/><br/>이들이 숨진 현장에는 현금 70만원이 든 봉투와 ‘주인님, 밀린 공과금입니다. 그동안 고맙고 죄송했습니다’라는 메모가 있었다.<br/><br/>A씨는 12년 전 암으로 남편이 숨지자 고혈압과 당뇨를 앓던 두 딸을 대신해 식당일을 하며 생계를 책임졌다. 하지만 그는 한달 전께 몸을 다쳐 일을 그만 둔 것으로 알려졌다.<br/><br/>경찰은 이들이 번개탄을 피워 스스로 목숨을 끊은 것으로 보고 정확한 사망 원인을 조사 중이다.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-794.txt

제목: 4대 중증질환 健保 적용 확대… ‘재난적 의료비’ 지원制도 시행  
날짜: 20140226  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140226100000081  
본문: 뇌 세포에 종양이 생기는 희귀난치성질환 ‘뇌실막밑 거대세포 성상세포종’을 앓고 있는 한모(16) 양은 올해 치료비 부담이 크게 줄었다. 건강보험이 적용되지 않는 신약으로 치료를 받아야 해 지난해 2200만 원의 치료비를 냈지만 올해부터 ‘4대 중증질환 보장 강화 계획’에 따라 약값 부담이 크게 줄었기 때문이다. 한 양은 올해 약 110만 원만 부담하면 지난해와 같은 치료를 받을 수 있다. 또 당뇨와 척추질환을 앓고 있는 신모(73) 할머니는 지난해 총 554만 원의 진료비 중 저소득층이어서 354만 원을 감면받았지만 올해부터는 감면액이 80만 원 더 늘어난다.<br/><br/>보건복지부는 지난 1년 동안 암·심장질환·뇌혈관질환·희귀난치성질환 등 4대 중증질환에 대해 건강보험 보장성 강화 계획을 수립하고, 저소득층의 진료비 부담을 덜어내기 위해 본인부담상한제를 개선하는 등의 건강보험 보장성강화 대책을 추진한 것이 성과를 내고 있다고 26일 밝혔다. <br/><br/>복지부 관계자는 “<span class='quot0'>4대 중증질환 이외에도 국민적 수요가 높은 화상 등 중증질환 지원, 만성질환의 예방 관리, 편안한 임종을 위한 지원 등을 포함한 중기(2014∼2018년) 보장강화 계획을 올해 중에 마련할 예정</span>”이라고 말했다.<br/><br/>복지부는 올해부터 고가의 항암제 등 신약에 대한 환자의 부담을 줄이기 위해 위험분담제도 시행하고 있다. 위험분담제는 대체 가능한 약제 등이 없는 중증 항암제, 희귀질환 치료제에 대해 제약사가 비용을 분담해 건강보험을 적용해주는 제도다. 또 복지부는 본인부담 상한제도 개선해 저소득층의 부담액은 낮추고, 고소득자는 부담 상한을 높이도록 조정했다. 본인부담 상한제는 소득 수준에 따라 환자 본인부담금 상한액을 정하고 상한액을 넘는 금액은 환자에게 돌려주는 제도다. 그간 3단계(200만·300만·400만 원)로 운영되던 상한액을 7단계로 세분화하되, 저소득층의 상한액을 낮추고 고소득자의 상한액을 높였다. 또 복지부는 의료비 때문에 집을 팔고, 빚을 지거나 가계가 파탄나는 ‘재난적 의료비’ 부담을 덜기 위해 저소득층이 의료비를 최대 2000만 원까지 지원받을 수 있는 ‘중증질환 재난적 의료비 지원사업’도 도입했다. 이외에도 복지부는 지난해 구순구개열(입술갈림증), 결핵진단검사, 치아 홈메우기, 치석제거, 노인 부분틀니에도 건강보험을 적용시켰다. 올해 하반기부터 선택진료비, 상급병실료, 간병비 등 3대 비급여에 대한 환자부담도 줄어든다. <br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-795.txt

제목: 최대 1조원대… 내달 중순 소송 제기  
날짜: 20140225  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140225100000128  
본문: 국민건강보험공단은 이르면 다음달 중순에 담배회사들을 상대로 진료비 환수 소송을 제기할 예정이다. <br/><br/>건보공단 관계자는 25일 “<span class='quot0'>현재 공단 법무지원실에서 소송가액을 정하는 작업을 마무리하고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>소송가액이 결정되는 대로 공모를 통해 외부 변호사 1∼2명을 모집한 뒤 공단 소속 6명의 변호사와 함께 소송대리인단을 구성하고 소장을 접수할 계획</span>”이라고 말했다. 앞서 건보공단은 지난 1월 24일 임시 이사회를 열고 담배회사들을 상대로 진료비 환수소송을 제기하기로 의결해 공공기관으로서 소송에 필요한 절차는 모두 끝낸 상태다. 소송가액은 아직 확정되지 않았지만 최소 130억 원 이상이 예상된다. 소송가액은 흡연과 질환과의 연관성을 입증하는 것이 핵심인데 건보공단 입장에서는 소송가액을 낮출수록 승소 가능성이 높아진다. 그러나 건보공단은 소송 규모가 경우에 따라 최대 3326억 원으로 늘어날 수도 있을 것으로 보고 있다. <br/><br/>소송규모의 근거는 2010년 건강보험 부담 진료비 중에서 소세포 폐암, 편평세포 후두암에 대한 진료비가 근거다. 이 두 개의 암은 흡연 피해자들의 담배소송 과정에서 서울고등법원이 2011년 ‘흡연으로 인한 것으로 추정한 암’이다. 진료비 범위를 다른 해까지 넓히고 질환종류도 확대하면 소송 규모는 더 확대된다. 건보공단이 19년간 진료 데이터를 분석한 연구에는 매년 1조7000억 원의 진료비가 흡연으로 인해 추가 지출되는 것으로 보고 있어 장기적으로 1조 원 이상의 대규모 소송으로 확대될 가능성도 있다.<br/><br/>국내에서는 그동안 폐암환자 가족 등이 담배회사를 상대로 낸 3건의 소송이 있었지만 모두 원고 패소했다. 한 건은 원고가 재판을 포기했고, 두 건이 현재 고등법원과 대법원에 각각 계류돼 있다. <br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-796.txt

제목: <담배소송 어떻게 되나>최대 1조원대… 내달 중순 소송 제기  
날짜: 20140225  
기자: 유민환  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140225100000153  
본문: 국민건강보험공단은 이르면 다음달 중순에 담배회사들을 상대로 진료비 환수 소송을 제기할 예정이다. <br/><br/>건보공단 관계자는 25일 “<span class='quot0'>현재 공단 법무지원실에서 소송가액을 정하는 작업을 마무리하고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>소송가액이 결정되는 대로 공모를 통해 외부 변호사 1∼2명을 모집한 뒤 공단 소속 6명의 변호사와 함께 소송대리인단을 구성하고 소장을 접수할 계획</span>”이라고 말했다. 앞서 건보공단은 지난 1월 24일 임시 이사회를 열고 담배회사들을 상대로 진료비 환수소송을 제기하기로 의결해 공공기관으로서 소송에 필요한 절차는 모두 끝낸 상태다. 소송가액은 아직 확정되지 않았지만 최소 130억 원 이상이 예상된다. 소송가액은 흡연과 질환과의 연관성을 입증하는 것이 핵심인데 건보공단 입장에서는 소송가액을 낮출수록 승소 가능성이 높아진다. 그러나 건보공단은 소송 규모가 경우에 따라 최대 3326억 원으로 늘어날 수도 있을 것으로 보고 있다. <br/><br/>소송규모의 근거는 2010년 건강보험 부담 진료비 중에서 소세포 폐암, 편평세포 후두암에 대한 진료비가 근거다. 이 두 개의 암은 흡연 피해자들의 담배소송 과정에서 서울고등법원이 2011년 ‘흡연으로 인한 것으로 추정한 암’이다. 진료비 범위를 다른 해까지 넓히고 질환종류도 확대하면 소송 규모는 더 확대된다. 건보공단이 19년간 진료 데이터를 분석한 연구에는 매년 1조7000억 원의 진료비가 흡연으로 인해 추가 지출되는 것으로 보고 있어 장기적으로 1조 원 이상의 대규모 소송으로 확대될 가능성도 있다.<br/><br/>국내에서는 그동안 폐암환자 가족 등이 담배회사를 상대로 낸 3건의 소송이 있었지만 모두 원고 패소했다. 한 건은 원고가 재판을 포기했고, 두 건이 현재 고등법원과 대법원에 각각 계류돼 있다. <br/><br/>유민환 기자 yoogiza@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-797.txt

제목: 거액헌금·종교활동 강요 부부 이혼사유 해당된다  
날짜: 20140224  
기자: 김동하  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140224100000068  
본문: 부부 사이의 극심한 종교 갈등은 가정생활의 파탄을 몰고와 결국 이혼으로까지 발전하기도 한다. 서울고법 가사3부(부장 이승영)는 부인과 상의도 없이 거액의 헌금을 내고 가족들에게 종교 활동을 강요한 남편(64)을 상대로 부인(66)이 낸 이혼소송에서 원심처럼 “<span class='quot0'>두 사람은 이혼하고 남편은 아내에게 위자료 2000만 원 및 재산분할로 4억1000만 원을 지급하라</span>”고 판결했다고 24일 밝혔다. 남편은 암에 걸린 부인을 위로하기는커녕 “하나님 안 믿고 헌금내는 것 반대하니까 병에 걸렸다”며 막말을 퍼붓기도 했다. 재판부는 “<span class='quot1'>지나친 종교활동 강요와 거액의 헌금 기부 등 과도하고 독단적인 종교적 행위로 부부 관계가 더 이상 회복할 수 없을 정도로 망가졌다</span>”고 판시했다.<br/><br/>◆이혼으로까지 이어진 종교 갈등 = 서울가정법원은 2011년 당시 남편 A(28) 씨가 부인 B(28) 씨를 상대로 낸 이혼소송에서 “<span class='quot2'>종교문제로 다투고 합의점을 찾지 못해 혼인관계는 파탄난 것으로 봐야 한다</span>”고 판결했다. 두 사람은 연애 결혼했지만 불교 집안인 A 씨와 달리 목사의 딸인 B 씨는 기독교 집안이었다. 종교갈등이 이어지던 중 2007년 설날이 일요일과 겹치면서 문제가 폭발했다. 제사를 지내러 가자는 A 씨의 제의를 B 씨는 교회에 가야 한다며 완강히 거부했고, 이를 계기로 다툼을 이어가던 두 사람은 결국 갈라서게 됐다. 2012년 부산가정법원은 결혼 30년차인 C(57) 씨와 D(55) 씨 부부에 대해 이혼 결정을 내렸다. 남편 C 씨는 2009년부터 신흥종교에 다니기 시작한 D 씨에게 이단이라며 나가지 말 것을 요구했지만 아내는 남편의 말을 듣지 않았고 부부사이는 폭언과 각방 생활 등으로 얼룩지게 됐다.<br/><br/>◆법원의 판단 기준은 = 단순히 종교 갈등이 있다고 해서 법원의 이혼 결정이 나오는 것은 아니다. 민법 840조에는 이혼 원인으로 배우자의 부정한 행위, 부당한 대우, 생사 불분명과 함께 ‘혼인을 계속하기 어려운 중대한 사유가 있을 때’ 등 6가지로 규정하고 있다. 서울가정법원 관계자는 “<span class='quot3'>종교 갈등으로 폭언, 폭행, 지나친 신앙 강요 등 가정생활이 파탄으로 이어지는 경우에는 이 ‘중대한 사유’가 발생한 것으로 볼 수 있기 때문에 이혼사유가 된다</span>”고 밝혔다.<br/><br/>◆종교 문제로 이혼시 양육권은 어디로 = 종교를 강요해 가정생활 파탄의 책임이 있는 당사자에게 법원은 양육권을 인정하지 않는 편이다. 2004년 서울가정법원은 종교 모임에 심취해 부모·형제의 생일이나 제사 등을 전혀 챙기지 않고 아이들을 그 모임에 데려간 부인(31)에 대해 남편(35)이 제기한 소송에서 양육권자를 남편으로 지정했다. 하지만 이례적으로 양육권이 인정되는 경우도 있다. 수원지법 가사항소부는 지난해 7월 특정 종교에 빠져 자식들에게도 강요한 부인(37)에게 양육권을 인정하지 않았던 원심을 깨고 남편(39)과 공동양육권을 허가했다. 재판부는 “<span class='quot1'>사춘기인 두 딸에게 동성인 엄마가 필요한 점 등을 고려했다</span>”고 밝혔다.<br/><br/>김동하 기자 kdhaha@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-798.txt

제목: <힐링푸드>밤마다 골골?… 세로토닌으로 쿨쿨∼  
날짜: 20140219  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140219100000109  
본문: 키위 등 몇몇 과일들은 숙면을 돕는 것으로 알려져 있다. 각종 비타민과 마그네슘 등 무기질을 풍부하게 함유하고 있기 때문이다. 특히 이처럼 불면증을 개선해 주는 과일들은 암 및 만성 심혈관계 질환을 예방하는 데도 도움을 준다. ‘일석이조’ ‘일석삼조’의 효과를 거둘 수 있는 것이다. 불면증 완화와 개선에 유익하다고 알려진 과일들의 주요 성분과 효능을 알아본다. <br/><br/><br/><br/># 키위<br/><br/>자기 전에 키위를 먹으면 키위 속에 들어 있는 칼슘과 마그네슘이 신경을 안정시키고 수면 호르몬인 세로토닌 분비가 많아져서 더 빨리 편히 잠들 수 있다고 한다. 대만의대 영양건강과학대학원 연구팀은 최근 ‘잠들기 1시간 전에 키위 2개를 섭취하면 수면의 질이 현저히 향상된다’는 연구 결과를 발표했다. <br/><br/>키위는 심혈관계 질환 예방에도 좋은 식품이다. 이는 키위의 엽산 성분 때문. 아미노산의 일종인 호모시스테인은 혈관 속에서 몸에 나쁜 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤처럼 혈전을 만들고 동맥경화를 유발한다. 엽산은 그처럼 인체에 유해한 호모시스테인을 분해해서 인체에 무해한 시스테인으로 전환시키거나 메티오닌으로 되돌려 놓는다. 엽산은 뇌 신경세포에도 유익하게 작용해 치매를 예방하는 성분으로도 유명하다. <br/><br/><br/><br/># 바나나<br/><br/>불면증에 좋은 과일로 가장 많이 거론되는 것이 바로 바나나다. 세로토닌은 아미노산인 트립토판에 의해 생성된다. 그런데 트립토판은 신체에서 합성되지 않는 필수아미노산이어서 음식으로 보충해야 한다. 바나나에 많이 들어 있는 것이 바로 이 트립토판이다. 트립토판은 체내 면역력도 향상시켜 준다고 한다. <br/><br/>바나나는 100g당 열량이 93㎉로 다른 과일보다 비교적 높은 것으로 알려져 있지만 대신 당질이 많아 포만감을 빨리 주고, 지방도 적어 다이어트식으로 최근 각광받고 있다. 또한 식이섬유인 펙틴이 풍부해 장 기능을 활발하게 하므로 변비 예방에도 좋다고 알려져 있다. 한편 한국인에게는 특히 바나나가 유익한 식품으로 얘기되고 있는데 이는 바나나에 풍부한 칼륨 때문이다. 칼륨은 짠 음식으로 인해 체내에 생긴 나트륨 배출을 돕는다. <br/><br/><br/><br/># 아보카도<br/><br/>아보카도는 ‘슈퍼푸드’ 심지어 ‘과일의 보석’으로 불린다. 이는 아보카도가 지닌 다양한 생리활성 기능 때문이다. 우선 불면증부터 보자. 아보카도에는 세로토닌을 생성하는 트립토판을 비롯해 칼륨, 칼슘 등의 무기질 성분, 그리고 비타민A, B, C 등이 많이 들어 있다. 특히 아보카도의 칼륨 함량(720㎎)은 바나나(380㎎)보다 높다. 또 아보카도는 지방의 80%가 필수불포화지방산인데 불포화지방산은 혈압을 낮춰 주고, 노화와 치매 예방은 물론 불면증을 유발하는 우울증 개선에도 한몫한다. <br/><br/>불포화지방산은 혈관벽을 깨끗이 청소해 혈관의 탄력을 유지시키며, 그 결과 심장 기능도 강화시켜 준다. 아보카도는 피부에도 좋은 과일로 꼽힌다. 아보카도에 풍부한 비타민E는 활성산소로부터 세포막을 보호해 피부를 보호하고 노화를 예방해 준다. <br/><br/><br/><br/># 무화과 <br/><br/>중년 여성에게 불면증이 많이 나타나는 이유는 여성호르몬인 에스트로겐 균형에 문제가 생기기 때문이다. 그런데 이 에스트로겐의 체내 농도를 높여 주는 성분이 붕소로 무화과에 많이 들어 있다. 제2의 사춘기라는 갱년기 장애 극복을 위한 과일로 무화과를 추천하는 것도 그 때문이다. <br/><br/>이 밖에도 무화과의 폴리페놀, 섬유소, 칼륨, 식물성 스테롤 성분이 혈중 콜레스테롤을 낮추고, 혈압을 조절하며, 혈관벽에 쌓인 유해 산소를 제거해 준다. 레스베라트롤은 폴리페놀의 일종으로 중성 지방과 콜레스테롤의 흡수를 억제해 비만 예방에 효과가 있는 것으로 알려져 있다. 또 무화과의 프소라렌 성분은 직접적으로 혈관을 넓혀서 혈압을 낮춰 준다고 한다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-799.txt

제목: <힐링푸드>밤마다 골골?… 세로토닌으로 쿨쿨∼  
날짜: 20140219  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140219100000169  
본문: 키위 등 몇몇 과일들은 숙면을 돕는 것으로 알려져 있다. 각종 비타민과 마그네슘 등 무기질을 풍부하게 함유하고 있기 때문이다. 특히 이처럼 불면증을 개선해 주는 과일들은 암 및 만성 심혈관계 질환을 예방하는 데도 도움을 준다. ‘일석이조’ ‘일석삼조’의 효과를 거둘 수 있는 것이다. 불면증 완화와 개선에 유익하다고 알려진 과일들의 주요 성분과 효능을 알아본다. <br/><br/><br/><br/># 키위<br/><br/>자기 전에 키위를 먹으면 키위 속에 들어 있는 칼슘과 마그네슘이 신경을 안정시키고 수면 호르몬인 세로토닌 분비가 많아져서 더 빨리 편히 잠들 수 있다고 한다. 대만의대 영양건강과학대학원 연구팀은 최근 ‘잠들기 1시간 전에 키위 2개를 섭취하면 수면의 질이 현저히 향상된다’는 연구 결과를 발표했다. <br/><br/>키위는 심혈관계 질환 예방에도 좋은 식품이다. 이는 키위의 엽산 성분 때문. 아미노산의 일종인 호모시스테인은 혈관 속에서 몸에 나쁜 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤처럼 혈전을 만들고 동맥경화를 유발한다. 엽산은 그처럼 인체에 유해한 호모시스테인을 분해해서 인체에 무해한 시스테인으로 전환시키거나 메티오닌으로 되돌려 놓는다. 엽산은 뇌 신경세포에도 유익하게 작용해 치매를 예방하는 성분으로도 유명하다. <br/><br/><br/><br/># 바나나<br/><br/>불면증에 좋은 과일로 가장 많이 거론되는 것이 바로 바나나다. 세로토닌은 아미노산인 트립토판에 의해 생성된다. 그런데 트립토판은 신체에서 합성되지 않는 필수아미노산이어서 음식으로 보충해야 한다. 바나나에 많이 들어 있는 것이 바로 이 트립토판이다. 트립토판은 체내 면역력도 향상시켜 준다고 한다. <br/><br/>바나나는 100g당 열량이 93㎉로 다른 과일보다 비교적 높은 것으로 알려져 있지만 대신 당질이 많아 포만감을 빨리 주고, 지방도 적어 다이어트식으로 최근 각광받고 있다. 또한 식이섬유인 펙틴이 풍부해 장 기능을 활발하게 하므로 변비 예방에도 좋다고 알려져 있다. 한편 한국인에게는 특히 바나나가 유익한 식품으로 얘기되고 있는데 이는 바나나에 풍부한 칼륨 때문이다. 칼륨은 짠 음식으로 인해 체내에 생긴 나트륨 배출을 돕는다. <br/><br/><br/><br/># 아보카도<br/><br/>아보카도는 ‘슈퍼푸드’ 심지어 ‘과일의 보석’으로 불린다. 이는 아보카도가 지닌 다양한 생리활성 기능 때문이다. 우선 불면증부터 보자. 아보카도에는 세로토닌을 생성하는 트립토판을 비롯해 칼륨, 칼슘 등의 무기질 성분, 그리고 비타민A, B, C 등이 많이 들어 있다. 특히 아보카도의 칼륨 함량(720㎎)은 바나나(380㎎)보다 높다. 또 아보카도는 지방의 80%가 필수불포화지방산인데 불포화지방산은 혈압을 낮춰 주고, 노화와 치매 예방은 물론 불면증을 유발하는 우울증 개선에도 한몫한다. <br/><br/>불포화지방산은 혈관벽을 깨끗이 청소해 혈관의 탄력을 유지시키며, 그 결과 심장 기능도 강화시켜 준다. 아보카도는 피부에도 좋은 과일로 꼽힌다. 아보카도에 풍부한 비타민E는 활성산소로부터 세포막을 보호해 피부를 보호하고 노화를 예방해 준다. <br/><br/><br/><br/># 무화과 <br/><br/>중년 여성에게 불면증이 많이 나타나는 이유는 여성호르몬인 에스트로겐 균형에 문제가 생기기 때문이다. 그런데 이 에스트로겐의 체내 농도를 높여 주는 성분이 붕소로 무화과에 많이 들어 있다. 제2의 사춘기라는 갱년기 장애 극복을 위한 과일로 무화과를 추천하는 것도 그 때문이다. <br/><br/>이 밖에도 무화과의 폴리페놀, 섬유소, 칼륨, 식물성 스테롤 성분이 혈중 콜레스테롤을 낮추고, 혈압을 조절하며, 혈관벽에 쌓인 유해 산소를 제거해 준다. 레스베라트롤은 폴리페놀의 일종으로 중성 지방과 콜레스테롤의 흡수를 억제해 비만 예방에 효과가 있는 것으로 알려져 있다. 또 무화과의 프소라렌 성분은 직접적으로 혈관을 넓혀서 혈압을 낮춰 준다고 한다. <br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-800.txt

제목: 치매검사도 깜빡할까봐 나라서 직접 챙겨요  
날짜: 20140218  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140218100000088  
본문: 현대인들이 건강을 제대로 관리하기 위해서는 건강검진을 적극적으로 활용할 필요가 있다. 건강 비결의 첫 번째는 꾸준한 운동과 균형 잡힌 식습관이라는 사실은 누구나 잘 알고 있지만 삶이 바쁜 현대인들이 실천하기는 쉽지 않다. 차선책으로 꼽는 것이 질병을 조기에 발견해 치료하는 방법이다. 사망원인 1위인 암도 조기에 발견하면 5년 생존율이 90% 이상이다. 그만큼 건강검진이 중요하다는 의미다. <br/><br/>정부에서는 국민들의 건강상태를 점검해 주는 국가건강검진제도를 운영하고 있다. 국가건강검진은 일반건강검진부터 암검진, 생애전환기 건강검진, 영·유아 건강검진 등 유형에 따라 다양하다. 종합건강검진 비용이 부담된다면 정부에서 제공하는 국가건강검진을 효율적으로 활용하는 것이 좋다. 또 내년부터는 70세 이상 노인에게 2년마다 치매검사도 실시된다.<br/><br/>일반건강검진은 건강보험 지역세대주, 직장가입자 및 만 40세 이상 세대원과 피부양자, 의료급여수급권자가 대상이다. 2년마다 1번씩 받을 수 있으며 비사무직의 경우 매년 받을 수 있다. 정부는 국가건강검진을 받지 못하는 사각지대를 해소하기 위해 40세가 안 된 건강보험 직장가입자의 피부양자와 지역가입자의 가족도 2년마다 검진을 받을 수 있도록 추진하고 있다. 이르면 내년부터 약 700만 명에 달하는 전업주부들이 혜택을 받을 것으로 전망된다.<br/><br/>검진 절차는 신장, 체중, 허리둘레, 체질량지수, 시력, 청력, 혈압측정 등 기본적인 신체 검진 후에 전문의에게 진찰과 상담을 받고 15일 정도 후에 상세 결과를 받는다. 혈압은 수축기 120㎜Hg 미만, 이완기 80㎜Hg 미만이 정상이다. 혈압은 몸의 상태에 따라 변동이 심하기 때문에 혈압을 재기 1시간 전에는 커피를 마시거나 담배를 피우는 것을 피해야 한다. 혈액검사에서는 총콜레스테롤, 고밀도 지단백(HDL)콜레스테롤, 저밀도 지단백(LDL)콜레스테롤, 트리글리세라이드 등이 확인된다. HDL콜레스테롤은 혈관을 청소해주는 좋은 콜레스테롤인 반면, LDL콜레스테롤은 혈관을 막는 나쁜 콜레스테롤이다. 따라서 총콜레스테롤 수치는 200㎎/？？미만으로 낮추고, HDL콜레스테롤은 50㎎/？？이상으로 높이는 것이 좋다. LDL콜레스테롤은 130㎎/？？미만으로 낮춰야 한다. <br/><br/>간기능 검사 수치인 AST(SGOT), ALT(SGPT), 감마지티피는 간세포 손상을 확인할 수 있다. 이들은 간세포 내 미토콘드리아에 존재하는 효소로, 간이 손상돼 세포가 파괴되면 그 안에 있던 AST와 ALT가 혈액 속을 돌아다니게 돼 수치가 올라가게 된다. 혈액 속에 이 두 효소의 수치가 높을수록 간세포가 많이 손상됐다는 뜻이며 40IU/ℓ 이하가 정상이다. 감마지티피는 알코올성 간기능 장애가 있으면 수치가 올라간다. <br/><br/>암검진은 위암, 대장암, 간암, 유방암, 자궁경부암 등 5가지 암이 대상이다. 위암 검진은 만 40세 이상이면 2년마다 위장조영검사나 위내시경 검사를 선택해 받을 수 있다. 대장암 검진은 만 50세 이상에 대해 1년마다 대변에 눈에 보이지 않는 피가 섞여 있는지 검사하는 분변잠혈검사(FOBT)를 받고 양성판정자에 한해 대장내시경이나 대장이중조영검사를 선택해 받을 수 있다. 간암 검진은 만 40세 이상의 국민 중에 간경변증, 간염 보균자 등 간암발생 고위험군에 한해 간 초음파 검사 등을 받을 수 있다. 유방암 검진은 만 40세 이상 여성에 한해, 자궁경부암 검진은 만 30세 이상 여성에 한해 2년마다 받을 수 있다. 자궁경부암 검사를 제외한 다른 암검진은 건강보험공단에서 90%를 부담하고 본인이 10% 부담해야 한다.<br/><br/>생애전환기 건강검진은 만 40세와 66세가 대상이다. 일반건강검진이 고혈압, 당뇨병 등 심혈관계 질환 예방에 초점이 맞춰져 있다면 생애전환기 건강검진은 암과 노인성 질환 등에 초점이 맞춰져 있다. 40세부터 암 발생 가능성이 높고, 66세의 경우 노인성 질환이 급증하는 시기로 보고 연령별로 맞춤형 검사가 진행된다. 일반건강검진 외에 암검진이 추가되고 40세 검진에서는 간염검사가, 66세 검진에는 골밀도검사(여성)와 노인신체기능 검사가 추가된다. 정부는 현재 66세 생애전환기 건강검진에서 시행하는 골다공증검사를 50대로 당기는 방안도 검토하고 있다.<br/><br/>영·유아 건강검진도 무료로 제공된다. 영·유아 건강검진은 생후 4개월부터 71개월까지 7차에 걸쳐 성장과 발달 상황에 대해 추적 관리를 받을 수 있다. 검사는 영·유아기에 문제가 되는 질환의 고위험군을 선별하기 위한 진찰과 건강교육, 상담 위주로 이뤄진다. 이 때문에 감염성 질환이나 특정 질환을 확인하려면 별도의 검사를 받는 게 좋다.<br/><br/>정부는 내년부터 70세 이상 노인에게 2년마다 치매검진 서비스를 추가한다. 치매 고위험군은 보건소에서 추가 검진을 1년마다 시행하는 등 사후관리도 시행한다. 거동이 불편해 보건소 방문이 힘든 노인은 자택이나 경로당 등으로 의료진이 직접 찾아가 치매 검사를 해준다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-801.txt

제목: “택배기사 건강검진 전액 지원” CJ대한통운, 복리후생制 강화  
날짜: 20140218  
기자: 이관범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140218100000012  
본문: CJ대한통운이 자사와 협력하는 택배기사에게 종합 건강검진 비용을 전액 지원키로 해 주목된다. <br/><br/>개인사업자가 대부분인 택배기사에게 종합검진 비용을 지원키로 한 것은 업계 처음이다. 지난해 도입한 택배기사 자녀 학자금 지원책에 이은 후속 복리후생 강화 방안이라는 분석이다.<br/><br/>CJ대한통운은 이 같은 내용을 골자로 하는 ‘2014년 택배부문 종사자 복리후생 제도’를 확대, 개편한다고 18일 밝혔다.<br/><br/>이에 따라 CJ대한통운의 1만2000여 택배기사 등은 2년에 1번씩 복부 초음파·암·간기능 검사 등 60여 개 항목의 정밀 종합검진을 받을 수 있게 됐다. 시간을 내기 어려운 택배기사들의 경우에는 택배터미널을 방문한 건강검진팀으로부터 받게 된다.<br/><br/>CJ대한통운은 또한 본인이나 배우자, 부모 등의 상례에 상조 물품을 지원하고, 본인 부모와 배우자에 한했던 경조금 지급 범위도 배우자 부모로 확대했다. 1년 이상 근속이라는 적용기준도 없앴다. 새롭게 신설됐거나 강화된 복리후생 지원책은 택배기사는 물론 1300여 명의 대리점장, 1000여 명의 대리점 직원들에게도 적용된다.<br/><br/>CJ대한통운은 지난해부터 실시한 택배기사 자녀에 대한 학자금 지원을 올해에도 이어나갈 방침이다. 연간 중학생 20만 원, 고등학생 80만 원, 대학생은 150만∼500만 원을 지급하고 있는데, 지난해에만 1300여 명의 택배기사 자녀들이 혜택을 받았다. <br/><br/>복리후생 제도 시행 외에 택배기사들의 의견을 수렴해 각종 제도도 개편했다. 일례로 택배기사들이 택배를 접수하거나 배송하고 받는 수수료의 지급 일자를 기존 대비 보름 정도 앞당긴 매달 10일로 바꿨다. 편의점 택배 집화(集貨) 마감시간도 오후 6시에서 5시로 한 시간 앞당겼다.<br/><br/>차동호 CJ대한통운 택배부문장은 “<span class='quot0'>택배기사와 대리점장, 대리점 직원 등은 회사와 운명공동체이자 가족</span>”이라며 “<span class='quot0'>업계 최고 대우를 받을 수 있도록 지속적으로 노력할 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>이관범 기자 frog72@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-802.txt

제목: 겨울이 선물한 흰 도화지… 푸른 붓, 붉은 붓 마음껏 그려봐  
날짜: 20140212  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140212100000185  
본문: # 고흥, 봄이 가장 먼저 오는 땅<br/><br/>전남 고흥 땅으로 봄맞이 나선 날에 하필 강원 일대에 폭설이 막 시작됐다. 그날 남도 땅에도 희끗희끗 눈발이 날렸다. 지난 겨울은 유난히 포근했다. 좀 이르다 싶은 봄맞이의 작정은 그래서였다. <br/><br/>봄의 훈풍이 가장 먼저 당도하는 남도의 땅. 순천의 벌교에서 15번 국도를 따라 가느다란 목을 건너 주머니처럼 볼록한 고흥만으로 접어들었다. 사르륵 사르륵 눈이 쌓여가고 있었지만 한 뼘 넘게 자란 마늘과 청보리밭의 초록 기운을 다 덮지는 못했다. 은박지처럼 반짝이는 갯벌 위의 꼬막잡이 뻘배도, 긴 백사장을 호위하고 선 솔숲도, 모두 다 봄의 풍경이었다. <br/><br/>그런데 솔직히 말하자면 남녘 땅에 이제 막 봄이 당도한 것인지, 아니면 애초부터 이곳에는 겨울이란 없었던 것인지는 알 수 없는 일이었다. ‘움직일 수 없는 봄의 징후’를 보고 싶었던 건 입춘을 한참 넘긴 날에 남도 땅에 날리던 눈발 탓이라고 해두자. <br/><br/>고흥읍에서 남쪽으로, 더 남쪽으로 내려가 당도한 곳이 외나로도의 봉래산(410m)이었다. 고흥에서 내나로도로 연륙교를 건너고, 다시 내나로도에서 외나로도로 다리를 건넜다. 징검다리처럼 섬을 딛고 건너간 남쪽 끝에는 능선이 바다로 주르륵 흘러내려가 잠기는 봉래산이 있다. 봉래(蓬萊). 북녘의 금강산을 두고 부르는 이름과 같다. 봄에는 금강산, 가을에는 풍악산, 겨울에는 개골산으로 부르는 금강산의 여름 이름이 봉래라던가. 고흥의 봉래산은 그러나 사계절 모두 봉래산이다.<br/><br/>암봉과 산세의 비범함을 금강산과 비교하자면 터무니없음에도 봉래라는 이름을 품고 있는 건 아마도 먼 거리(距離) 때문이리라. 다리가 놓인 지금도 수도권에서 차로 대여섯 시간은 족히 걸리는 곳이니, 내나로도와 외나로도가 섬이던 시절에는 오죽했을까. 모르긴 해도 여간해서는 닿지 못하는 남쪽 끝에서 바다를 포옹하고 서있는 산은 비밀처럼 여겨졌을 것이고, 거기다 영검함의 이름을 붙여줬을 것이었다. 금강산이 감히 범접할 수 없는 빼어난 선경으로 그 이름을 갖게 됐다면, 고흥의 봉래산은 멀고 먼 거리 저쪽에 숨겨진 비밀로 치장된 이름인 셈이다. <br/><br/><br/><br/># 봉래산, 거기서 첫 꽃을 만나다 <br/><br/>고흥의 봉래산은 봄을 이르게 불러내는 것만으로도 ‘봉래’란 이름에 능히 값한다. 한쪽 사면에 30m가 족히 넘는 90년생 삼나무와 편백나무 9000여 그루가 사철 푸른 모습으로 바다를 마주보고 도열해 서있는 장관도 빼놓을 수 없지만, 이맘때 그보다 더 감격적인 건 거기 우리 땅에서 가장 먼저 봄 기운을 빨아들여 자라는 예민한 봄꽃들이 피어나기 때문이다. 얼음을 뚫고 겨울을 이겨내는 복수초를 필두로 정갈한 꽃잎의 변산바람꽃과 보송보송한 솜털의 노루귀가 봉래산 숲 곳곳에서 꽃대를 올리고 보석처럼 피어난다. <br/><br/>그러니 이맘때 봉래산을 오르는 건 봄을 마중하는 일에 다름 아니다. 봉래산은 해발 400m가 넘지만 거의 산허리쯤에 들머리가 있어 헐떡이는 숨과 다리 쉼 없이도 부드럽게 돌아볼 수 있다. 산행 코스도 봄을 완상하기에 딱 적당하다. 산행의 출발지점은 무선중계소 주차장. 여기서 능선을 타고 넘은 뒤에 중턱의 삼나무와 편백 숲을 지나 되돌아오는 코스는 6.4㎞ 남짓. 산행만 한다면 3시간, 봄꽃의 화사함과 옥빛 바다 풍경을 번갈아 누리며 삼나무 숲에서의 산림욕까지 즐기며 더디 걷는다 해도 4시간은 넘기지 않는다. <br/><br/>주차장에서 오른쪽 길을 택해 숲으로 발을 들이자마자 촉촉한 낙엽 속에서 꽃대를 올린 봄꽃들을 만나게 된다. 먼저 노란 꽃잎의 복수초다. 동그랗게 오므린 꽃잎을 조심스레 펼친 복수초 무더기들 사이로 시선을 낮추면 여린 솜털의 보랏빛 노루귀가 이제 막 꽃대를 올리고 있다. 어디 꽃뿐일까. 낙엽 사이로 올라온 보드라운 순들의 말간 연두색 이파리들이 다들 귀하고 기특하다. <br/><br/>숲을 지나 능선의 바위에 올라서면 일대의 바다 풍경이 장쾌하게 펼쳐진다. 마치 바다 위로 난 길을 걷는 듯하다. 잎을 다 떨군 신갈나무와 서어나무 숲 안쪽의 스펀지처럼 축축한 땅에는 어김없이 발밑이 여린 새잎들로 수런거리니 좀처럼 발을 디딜 수가 없다. <br/><br/>발걸음이 한없이 조심스러워지는데, 문득 스치는 생각 하나. 작고 여린 것들이 행여 다칠세라 조심스러워하는 마음. 이런 마음이야말로 봄이 우리에게 주는 또 하나의 선물이 아닐까. 조심스럽다는 건 그만큼 귀하다는 것. 봄날의 봉래산에서 순하고 작은 것들의 귀함을 새삼 깨닫는다. 아래로 향하는 마음. 그걸 일러 불가에서는 ‘하심(下心)’이라고 했던가. <br/><br/>정상을 지나 시름재를 넘어가면 길은 삼나무와 편백나무 숲으로 이어진다. 지난 1920년대 봉래면 예내리 산림계원들이 조림한 숲이라는데 90년을 자란 나무들은 두 아름은 족히 돼 보인다. 이 숲길로 접어들면 나무둥치 사이로 이어지는 길에서 나무의 향이 느껴지는데 향기가 어찌나 짙은지 아찔해질 정도다. 아 참, 시름재를 넘어가는 자리에는 변산바람꽃들이 온통 환하게 피어있다. 작은 꽃은 무심히 지나치면 보이지 않는다. 숨을 고르고, 발을 멈추고, 고개를 숙이는 것만으로는 부족하다. 낙엽 아래 새순들을 찬찬히 바라볼 수 있는 고요한 마음일 때 비로소 꽃은 보인다. 채 녹지 않은 눈밭 위에 꽃대를 올리고 정갈한 순백의 꽃잎을 틔운 변산바람꽃이 얼마나 아름다운지는 도무지 어떻게 설명할 방도가 없다.<br/><br/><br/><br/># 남열에서 우천까지…봄바다의 정취 <br/><br/>고흥으로 가는 봄맞이 여정에서 빼놓을 수 없는 게 바로 봄바다의 정취다. 그중에서도 영남면 남열에서 우천으로 이어지는 해안도로가 단연 압권이다. 이 일대는 지난 2012년 산림청이 ‘우리나라 100대 산림경관관리지역’으로 꼽은 곳이다. 길을 따라 다도해의 봄바다가 주르륵 펼쳐지고 인근에는 남열해돋이해변과 우주발사전망대, 사자바위, 용바위 등의 명소가 몰려있다. 산림청이 정한 경관관리지역이 100곳이나 돼서 그렇지 경관지역을 50곳이나 30곳만 꼽았다고 해도 그 안에 능히 들었을 게 틀림없다. <br/><br/>남열에서 우천까지 해안도로를 달리다 보면 남열해변 해안절벽 위에 세워진 우주발사전망대를 만나게 된다. 본래 우주선 나로호의 발사 광경을 바라보기 위해 지어진 것이지만, 전망대는 우주선 발사보다는 주변의 빼어난 해안 경관을 바라보는 데 더 적격인 명당이다. 전망대에 오르면 낭도, 목도, 증도, 장사도, 하화도 너머로 여수 일대가 한눈에 펼쳐진다. 발 아래로는 해안가 다랑논의 계단과 남열해변의 경관이 그림 같다. 일정이 맞는다면 전망대에서 보는 일출도 놓치지 말기를…. 아니 여기서 일출을 보기 위해 일정을 조정해도 좋겠다. <br/><br/>고흥에는 이즈음 마늘밭이 초록으로 가득하지만, 더 짙고 싱그러운 초록의 풍경을 만날 수 있는 곳이 있다. 천등산 아래 절집 금탑사가 바로 그곳이다. 금탑사 주위에는 사철 푸른 비자나무 3000그루가 짙은 초록의 그늘을 드리우고 있다. 비자나무의 성성한 이파리들이 햇살을 받아 반짝거리는 광경이 인상적이다. 비자림의 숲도 좋지만 금탑사 뒤편 천등산의 암봉마다 울긋불긋 철쭉이 피어나는 늦은 봄의 풍경도 그에 못지않다. <br/><br/>산정에 여덟 개 봉우리가 낙타 등처럼 솟아있는 팔영산의 자락에도 초록빛이 성성한 편백나무 숲이 있다. 편백건강숲으로 이름 붙여진 팔영저수지 인근의 이 숲은 1981년부터 3년에 걸쳐 전주제지가 조성한 것인데 봉래산의 것에 비해 나무의 크기나 숲의 규모가 작긴 해도 그윽한 나무향을 즐기며 가벼운 산책을 즐기기에 모자람이 없는 곳이다. <br/><br/>고흥의 팔영산은 독특한 산세로도 이름 높지만 그 아래 단아한 절집 능가사도 제법 소문난 명소다. 평지에 들어선 절집은 사천왕문 너머로 대웅전 법당 하나와 그 뒤로 응진당이 덩그러니 서있어 어찌 보면 좀 초라하다 싶기도 하지만 불사로 어지럽혀지지 않아 정갈한 분위기가 물씬 풍긴다. 새로 지은 요사채며 부속 건물이 있긴 하지만 빈 공간을 그대로 놔둔 채 담을 짓고 멀찌감치 비켜 들여놓아서 절집의 적요한 분위기를 해치지 않았다. 마당에 파쇄석을 깔아 자그락거리는 소리가 적요한 침묵에 끼어드는 게 자꾸 거슬리지만, 그쯤이야 굳이 흠을 잡자면 그렇다는 얘기다. <br/><br/><br/><br/># 미술관에서의 평화로운 시간들<br/><br/>고흥으로의 봄 여정은 미술관으로 마무리하는 게 적당할 듯하다. 고흥에는 곳곳에 미술관이 있다. 남도의 예술적인 정취는 진도가 으뜸이라지만 고흥도 못지않다. 고흥이 관광객들에게 내세우는 이미지가 ‘지붕 없는 미술관’이라는 것도 이런 예술적인 분위기에서 나왔다. 다만 진도와 고흥은 예술적인 기운의 농도가 좀 다르다. 진도의 기운이 짙고 좀 무겁다면, 고흥의 기운은 가볍고 경쾌하다. <br/><br/>영남면의 남포미술관은 부친의 교육사업을 물려받아 영남중학교를 운영해오던 곽형수 관장이 2005년 폐교 이후 미술관으로 탈바꿈시킨 곳이다. 섬에 웬 미술관이냐 싶지만, 수준 있는 지역 작가들을 초대해 작품을 전시하고 있어 한 해 남포미술관에 들르는 관람객만 6만 명에 이른다. <br/><br/>도화면의 도화헌미술관 역시 폐교에 세운 미술관인데, 그림 전시 외에도 스피커와 LP판, 드럼, 통기타 등이 놓여 있어 풍류 넘치는 작업실 같은 분위기다. <br/><br/>고흥의 미술관 중에서 가장 특별한 곳이라면 금산면 앞의 자그마한 섬 연홍도에 들어선 연홍미술관이다. 코앞에 떠있는 연홍도까지는 배로 고작 5분 남짓. 그러나 섬으로 가는 그 5분이 전혀 다른 공간으로 데려다 준다. 작은 섬마을의 해변에 그림처럼 들어선 미술관은 그 자체만으로도 훌륭한 오브제다. 미술관은 봄 바다를 정면으로 마주보고 있는데 미술관 앞 해변에서 파도가 들고나는 소리를 듣고 있노라면 가장 평화로운 봄날의 시간이 흘러간다. <br/><br/>봄날 팝콘 튀듯 피어나는 봄꽃을 만나러 가는 수선스러운 꽃놀이도 좋지만, 좀 이른 봄날에 남녘에서 조심스레 움트는 여린 꽃들을 만나거나 봄바다를 끼고 있는 미술관에서 평화로운 시간을 보내는 여정도 봄을 마중하는 훌륭한 방법 중의 하나다. <br/><br/>고흥 = 글·사진 박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-803.txt

제목: 겨울이 선물한 흰 도화지… 푸른 붓, 붉은 붓 마음껏 그려봐  
날짜: 20140212  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140212100000062  
본문: # 고흥, 봄이 가장 먼저 오는 땅<br/><br/>전남 고흥 땅으로 봄맞이 나선 날에 하필 강원 일대에 폭설이 막 시작됐다. 그날 남도 땅에도 희끗희끗 눈발이 날렸다. 지난 겨울은 유난히 포근했다. 좀 이르다 싶은 봄맞이의 작정은 그래서였다. <br/><br/>봄의 훈풍이 가장 먼저 당도하는 남도의 땅. 순천의 벌교에서 15번 국도를 따라 가느다란 목을 건너 주머니처럼 볼록한 고흥만으로 접어들었다. 사르륵 사르륵 눈이 쌓여가고 있었지만 한 뼘 넘게 자란 마늘과 청보리밭의 초록 기운을 다 덮지는 못했다. 은박지처럼 반짝이는 갯벌 위의 꼬막잡이 뻘배도, 긴 백사장을 호위하고 선 솔숲도, 모두 다 봄의 풍경이었다. <br/><br/>그런데 솔직히 말하자면 남녘 땅에 이제 막 봄이 당도한 것인지, 아니면 애초부터 이곳에는 겨울이란 없었던 것인지는 알 수 없는 일이었다. ‘움직일 수 없는 봄의 징후’를 보고 싶었던 건 입춘을 한참 넘긴 날에 남도 땅에 날리던 눈발 탓이라고 해두자. <br/><br/>고흥읍에서 남쪽으로, 더 남쪽으로 내려가 당도한 곳이 외나로도의 봉래산(410m)이었다. 고흥에서 내나로도로 연륙교를 건너고, 다시 내나로도에서 외나로도로 다리를 건넜다. 징검다리처럼 섬을 딛고 건너간 남쪽 끝에는 능선이 바다로 주르륵 흘러내려가 잠기는 봉래산이 있다. 봉래(蓬萊). 북녘의 금강산을 두고 부르는 이름과 같다. 봄에는 금강산, 가을에는 풍악산, 겨울에는 개골산으로 부르는 금강산의 여름 이름이 봉래라던가. 고흥의 봉래산은 그러나 사계절 모두 봉래산이다.<br/><br/>암봉과 산세의 비범함을 금강산과 비교하자면 터무니없음에도 봉래라는 이름을 품고 있는 건 아마도 먼 거리(距離) 때문이리라. 다리가 놓인 지금도 수도권에서 차로 대여섯 시간은 족히 걸리는 곳이니, 내나로도와 외나로도가 섬이던 시절에는 오죽했을까. 모르긴 해도 여간해서는 닿지 못하는 남쪽 끝에서 바다를 포옹하고 서있는 산은 비밀처럼 여겨졌을 것이고, 거기다 영검함의 이름을 붙여줬을 것이었다. 금강산이 감히 범접할 수 없는 빼어난 선경으로 그 이름을 갖게 됐다면, 고흥의 봉래산은 멀고 먼 거리 저쪽에 숨겨진 비밀로 치장된 이름인 셈이다. <br/><br/><br/><br/># 봉래산, 거기서 첫 꽃을 만나다 <br/><br/>고흥의 봉래산은 봄을 이르게 불러내는 것만으로도 ‘봉래’란 이름에 능히 값한다. 한쪽 사면에 30m가 족히 넘는 90년생 삼나무와 편백나무 9000여 그루가 사철 푸른 모습으로 바다를 마주보고 도열해 서있는 장관도 빼놓을 수 없지만, 이맘때 그보다 더 감격적인 건 거기 우리 땅에서 가장 먼저 봄 기운을 빨아들여 자라는 예민한 봄꽃들이 피어나기 때문이다. 얼음을 뚫고 겨울을 이겨내는 복수초를 필두로 정갈한 꽃잎의 변산바람꽃과 보송보송한 솜털의 노루귀가 봉래산 숲 곳곳에서 꽃대를 올리고 보석처럼 피어난다. <br/><br/>그러니 이맘때 봉래산을 오르는 건 봄을 마중하는 일에 다름 아니다. 봉래산은 해발 400m가 넘지만 거의 산허리쯤에 들머리가 있어 헐떡이는 숨과 다리 쉼 없이도 부드럽게 돌아볼 수 있다. 산행 코스도 봄을 완상하기에 딱 적당하다. 산행의 출발지점은 무선중계소 주차장. 여기서 능선을 타고 넘은 뒤에 중턱의 삼나무와 편백 숲을 지나 되돌아오는 코스는 6.4㎞ 남짓. 산행만 한다면 3시간, 봄꽃의 화사함과 옥빛 바다 풍경을 번갈아 누리며 삼나무 숲에서의 산림욕까지 즐기며 더디 걷는다 해도 4시간은 넘기지 않는다. <br/><br/>주차장에서 오른쪽 길을 택해 숲으로 발을 들이자마자 촉촉한 낙엽 속에서 꽃대를 올린 봄꽃들을 만나게 된다. 먼저 노란 꽃잎의 복수초다. 동그랗게 오므린 꽃잎을 조심스레 펼친 복수초 무더기들 사이로 시선을 낮추면 여린 솜털의 보랏빛 노루귀가 이제 막 꽃대를 올리고 있다. 어디 꽃뿐일까. 낙엽 사이로 올라온 보드라운 순들의 말간 연두색 이파리들이 다들 귀하고 기특하다. <br/><br/>숲을 지나 능선의 바위에 올라서면 일대의 바다 풍경이 장쾌하게 펼쳐진다. 마치 바다 위로 난 길을 걷는 듯하다. 잎을 다 떨군 신갈나무와 서어나무 숲 안쪽의 스펀지처럼 축축한 땅에는 어김없이 발밑이 여린 새잎들로 수런거리니 좀처럼 발을 디딜 수가 없다. <br/><br/>발걸음이 한없이 조심스러워지는데, 문득 스치는 생각 하나. 작고 여린 것들이 행여 다칠세라 조심스러워하는 마음. 이런 마음이야말로 봄이 우리에게 주는 또 하나의 선물이 아닐까. 조심스럽다는 건 그만큼 귀하다는 것. 봄날의 봉래산에서 순하고 작은 것들의 귀함을 새삼 깨닫는다. 아래로 향하는 마음. 그걸 일러 불가에서는 ‘하심(下心)’이라고 했던가. <br/><br/>정상을 지나 시름재를 넘어가면 길은 삼나무와 편백나무 숲으로 이어진다. 지난 1920년대 봉래면 예내리 산림계원들이 조림한 숲이라는데 90년을 자란 나무들은 두 아름은 족히 돼 보인다. 이 숲길로 접어들면 나무둥치 사이로 이어지는 길에서 나무의 향이 느껴지는데 향기가 어찌나 짙은지 아찔해질 정도다. 아 참, 시름재를 넘어가는 자리에는 변산바람꽃들이 온통 환하게 피어있다. 작은 꽃은 무심히 지나치면 보이지 않는다. 숨을 고르고, 발을 멈추고, 고개를 숙이는 것만으로는 부족하다. 낙엽 아래 새순들을 찬찬히 바라볼 수 있는 고요한 마음일 때 비로소 꽃은 보인다. 채 녹지 않은 눈밭 위에 꽃대를 올리고 정갈한 순백의 꽃잎을 틔운 변산바람꽃이 얼마나 아름다운지는 도무지 어떻게 설명할 방도가 없다.<br/><br/><br/><br/># 남열에서 우천까지…봄바다의 정취 <br/><br/>고흥으로 가는 봄맞이 여정에서 빼놓을 수 없는 게 바로 봄바다의 정취다. 그중에서도 영남면 남열에서 우천으로 이어지는 해안도로가 단연 압권이다. 이 일대는 지난 2012년 산림청이 ‘우리나라 100대 산림경관관리지역’으로 꼽은 곳이다. 길을 따라 다도해의 봄바다가 주르륵 펼쳐지고 인근에는 남열해돋이해변과 우주발사전망대, 사자바위, 용바위 등의 명소가 몰려있다. 산림청이 정한 경관관리지역이 100곳이나 돼서 그렇지 경관지역을 50곳이나 30곳만 꼽았다고 해도 그 안에 능히 들었을 게 틀림없다. <br/><br/>남열에서 우천까지 해안도로를 달리다 보면 남열해변 해안절벽 위에 세워진 우주발사전망대를 만나게 된다. 본래 우주선 나로호의 발사 광경을 바라보기 위해 지어진 것이지만, 전망대는 우주선 발사보다는 주변의 빼어난 해안 경관을 바라보는 데 더 적격인 명당이다. 전망대에 오르면 낭도, 목도, 증도, 장사도, 하화도 너머로 여수 일대가 한눈에 펼쳐진다. 발 아래로는 해안가 다랑논의 계단과 남열해변의 경관이 그림 같다. 일정이 맞는다면 전망대에서 보는 일출도 놓치지 말기를…. 아니 여기서 일출을 보기 위해 일정을 조정해도 좋겠다. <br/><br/>고흥에는 이즈음 마늘밭이 초록으로 가득하지만, 더 짙고 싱그러운 초록의 풍경을 만날 수 있는 곳이 있다. 천등산 아래 절집 금탑사가 바로 그곳이다. 금탑사 주위에는 사철 푸른 비자나무 3000그루가 짙은 초록의 그늘을 드리우고 있다. 비자나무의 성성한 이파리들이 햇살을 받아 반짝거리는 광경이 인상적이다. 비자림의 숲도 좋지만 금탑사 뒤편 천등산의 암봉마다 울긋불긋 철쭉이 피어나는 늦은 봄의 풍경도 그에 못지않다. <br/><br/>산정에 여덟 개 봉우리가 낙타 등처럼 솟아있는 팔영산의 자락에도 초록빛이 성성한 편백나무 숲이 있다. 편백건강숲으로 이름 붙여진 팔영저수지 인근의 이 숲은 1981년부터 3년에 걸쳐 전주제지가 조성한 것인데 봉래산의 것에 비해 나무의 크기나 숲의 규모가 작긴 해도 그윽한 나무향을 즐기며 가벼운 산책을 즐기기에 모자람이 없는 곳이다. <br/><br/>고흥의 팔영산은 독특한 산세로도 이름 높지만 그 아래 단아한 절집 능가사도 제법 소문난 명소다. 평지에 들어선 절집은 사천왕문 너머로 대웅전 법당 하나와 그 뒤로 응진당이 덩그러니 서있어 어찌 보면 좀 초라하다 싶기도 하지만 불사로 어지럽혀지지 않아 정갈한 분위기가 물씬 풍긴다. 새로 지은 요사채며 부속 건물이 있긴 하지만 빈 공간을 그대로 놔둔 채 담을 짓고 멀찌감치 비켜 들여놓아서 절집의 적요한 분위기를 해치지 않았다. 마당에 파쇄석을 깔아 자그락거리는 소리가 적요한 침묵에 끼어드는 게 자꾸 거슬리지만, 그쯤이야 굳이 흠을 잡자면 그렇다는 얘기다. <br/><br/><br/><br/># 미술관에서의 평화로운 시간들<br/><br/>고흥으로의 봄 여정은 미술관으로 마무리하는 게 적당할 듯하다. 고흥에는 곳곳에 미술관이 있다. 남도의 예술적인 정취는 진도가 으뜸이라지만 고흥도 못지않다. 고흥이 관광객들에게 내세우는 이미지가 ‘지붕 없는 미술관’이라는 것도 이런 예술적인 분위기에서 나왔다. 다만 진도와 고흥은 예술적인 기운의 농도가 좀 다르다. 진도의 기운이 짙고 좀 무겁다면, 고흥의 기운은 가볍고 경쾌하다. <br/><br/>영남면의 남포미술관은 부친의 교육사업을 물려받아 영남중학교를 운영해오던 곽형수 관장이 2005년 폐교 이후 미술관으로 탈바꿈시킨 곳이다. 섬에 웬 미술관이냐 싶지만, 수준 있는 지역 작가들을 초대해 작품을 전시하고 있어 한 해 남포미술관에 들르는 관람객만 6만 명에 이른다. <br/><br/>도화면의 도화헌미술관 역시 폐교에 세운 미술관인데, 그림 전시 외에도 스피커와 LP판, 드럼, 통기타 등이 놓여 있어 풍류 넘치는 작업실 같은 분위기다. <br/><br/>고흥의 미술관 중에서 가장 특별한 곳이라면 금산면 앞의 자그마한 섬 연홍도에 들어선 연홍미술관이다. 코앞에 떠있는 연홍도까지는 배로 고작 5분 남짓. 그러나 섬으로 가는 그 5분이 전혀 다른 공간으로 데려다 준다. 작은 섬마을의 해변에 그림처럼 들어선 미술관은 그 자체만으로도 훌륭한 오브제다. 미술관은 봄 바다를 정면으로 마주보고 있는데 미술관 앞 해변에서 파도가 들고나는 소리를 듣고 있노라면 가장 평화로운 봄날의 시간이 흘러간다. <br/><br/>봄날 팝콘 튀듯 피어나는 봄꽃을 만나러 가는 수선스러운 꽃놀이도 좋지만, 좀 이른 봄날에 남녘에서 조심스레 움트는 여린 꽃들을 만나거나 봄바다를 끼고 있는 미술관에서 평화로운 시간을 보내는 여정도 봄을 마중하는 훌륭한 방법 중의 하나다. <br/><br/>고흥 = 글·사진 박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-804.txt

제목: <와글와글 소치>암투병 노진규 치료비 지원  
날짜: 20140211  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140211100000091  
본문: 국민체육진흥공단은 11일 “<span class='quot0'>체육인 복지사업 운영 규정에 의거해 최대 5000만 원 한도에서 암 투병 중인 쇼트트랙 국가대표 노진규(22·한국체대)의 치료비를 지급하기로 결정했다</span>”고 밝혔다.<br/><br/>올 시즌 쇼트트랙 국가대표로 활약한 노진규는 2014 소치동계올림픽 남자 5000ｍ 계주팀 멤버였으나 지난 1월 훈련 도중 뼈암의 일종인 골육종이 발견돼 제거 수술을 받고 현재 입원 치료 중이다. 앞서 대한체육회도 노진규에게 위로금 1000만 원을 전달했다.

언론사: 문화일보-1-805.txt

제목: 경찰, 보복범죄 예방 ‘假名 조서’ 확대  
날짜: 20140211  
기자: 이근평  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140211100000078  
본문: 검찰에 이어 경찰도 범죄 신고자나 피해자 등의 조서를 받을 때 가명으로 쓰는 ‘가명조서’를 확대하기로 하는 등 보복범죄 예방에 적극적으로 나설 방침이다.<br/><br/>11일 경찰청에 따르면 경찰은 범죄 신고자와 피해자로부터 조서를 받을 때 범죄 종류에 관련 없이 보복 범죄가 우려된다고 판단되면 가명조서를 쓰도록 하는 방안을 확대 시행키로 했다.<br/><br/>경찰청 관계자는 “<span class='quot0'>구체적인 시행 시기는 확정되지 않았지만 최근 검찰과 법원 등이 보복범죄 예방에 적극 나서기로 함에 따라 경찰도 가명조서 작성을 확대한다는 방침</span>”이라고 말했다. <br/><br/>경찰은 지금까지 ‘특정범죄신고자 등 보호법’과 ‘성폭력범죄의 처벌 등에 관한 특례법’에 따라 성폭력이나 마약, 조직폭력 등 일부 강력범죄에 한해서만 가명으로 피해자 진술조서나 참고인조서 등을 작성해 왔다.<br/><br/>조서를 작성한 당사자 정보는 신원관리카드에 따로 작성돼 담당 형사만 열람할 수 있지만 단순 폭력이나 상해 등 일반 범죄를 저지른 피의자가 피해자나 신고자 신상정보를 알아내 보복하는 일이 적지 않아 대책 마련이 시급하다는 지적이 일었다. <br/><br/>실제로 지난해 12월 서울에서는 감금 및 폭행 혐의로 징역 2년 6월의 실형을 선고받고 출소한 50대 남성이 “말기암에 걸렸으니 화해하자”며 피해자를 유인한 뒤 협박을 가하는 사건이 발생했으며, 지난 6일 경북 안동에서도 40대 남성이 과거 자신의 절도 행각을 경찰에 알렸다는 이유로 범죄 신고자를 폭행하기도 했다.<br/><br/>또 지난해 8월 대전지법 논산지원에서는 도박 범죄 신고자의 휴대전화 번호 일부를 누설한 경찰관이 징역 6월에 집행유예 1년형을 선고받았다.<br/><br/>대검찰청에 따르면 지난 2010년 175건을 기록했던 보복범죄 발생건수는 2012년 310건으로 급증했다. 이에 따라 검찰은 앞으로 가명조서를 적극적으로 사용할 뿐 아니라 보복범죄를 저지른 피의자의 경우 원칙적으로 구속 수사하고 양형 기준상 최고형을 구형한다는 방침을 세우는 등 관련 대책을 내놨다.<br/><br/>이근평 기자 istand4u@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-806.txt

제목: 네덜란드 기업 수놓은 삼성 ‘디지털 사이니지’  
날짜: 20140211  
기자: 유회경  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140211100000007  
본문: 지난 5일 네덜란드의 수도 암스테르담에 있는 ING은행 본사. ING은행 로비에서 가장 먼저 눈에 들어온 것은 액정표시장치(LCD) 디스플레이를 이어 붙여 만든 비디오월이었다. ING은행은 지난해부터 삼성전자로부터 디스플레이 1500여 개를 구매해 사내 커뮤니케이션, 소비자 정보 제공, 화상회의 등 다양한 용도로 활용하고 있었다.<br/><br/>얀 베르스테이흐 ING은행 시설관리팀 매니저는 “<span class='quot0'>층마다 설치된 대형 디스플레이를 통해 사내 공지사항을 공유하고 있다</span>”며 “<span class='quot0'>임직원 간 정보공유 정도가 이전에 비해 크게 개선됐다</span>”고 말했다. <br/><br/>이날 오후 암스테르담 바로 옆에 있는 유럽 최대의 항구도시 로테르담 중심가 홀리스터 매장에도 갔다. 홀리스터는 미국의 의류회사 아베크롬비앤피치의 캐주얼 브랜드이다. 아베크롬비앤피치는 로테르담 매장을 포함한 전 세계 홀리스터 매장에서 비디오월을 활용한 마케팅을 하고 있었다. 영업시간 동안 비디오월을 통해 미국 캘리포니아 해변의 모습을 계속 보여주는 것이다. <br/><br/>매장 관계자는 “<span class='quot1'>비디오월이 홀리스터 브랜드의 가치를 높여 주는 것 같다</span>”며 “<span class='quot1'>특히 홀리스터의 비디오월은 베젤(테두리)이 얇아 보다 쉽게 영상에 몰입할 수 있다</span>”고 말했다. 삼성전자는 지난 2011년부터 전 세계 홀리스터 매장에 4000여 대 이상의 디스플레이를 공급했다.<br/><br/>이러한 ‘디지털 사이니지(Digital Signage)’사업은 삼성전자의 차세대 수종사업 중 하나다. 디지털 사이니지란 기업들의 마케팅·광고·트레이닝 효과 및 고객 경험을 유도할 수 있는 커뮤니케이션 수단으로 통상 ‘상업용 디스플레이’라고도 부른다.<br/><br/>특히 PC시대의 종말과 함께 PC 모니터 사업에서 어려움을 겪고 있는 삼성전자 소비자가전(CE)부문 영상디스플레이사업부 입장에선 놓칠 수 없는 사업 영역이다. 미국의 시장조사회사 디스플레이서치에 따르면 2017년까지 연간 21%의 고속성장이 예상된다. 현재 삼성전자는 글로벌 디지털 사이니지 시장에서 압도적인 격차로 1위를 차지하고 있다. 특히 주목할 점은 삼성전자는 사용자가 쉽게 디지털 사이니지를 활용할 수 있도록 관련 소프트웨어를 개발해 공급하고 있는 것이다. 현재로선 삼성전자가 혼자서 디지털 사이니지 시장의 비즈니스 관행을 만들어 가고 있다고 해도 과언은 아니다. <br/><br/>박시훈 삼성전자 CE부문 영상디스플레이사업부 상무는 “<span class='quot2'>암스테르담에서 열린 통합시스템스유럽(ISE) 전시회에서 110인치 디스플레이를 처음 선보였는데 해외 고가 브랜드 회사들이 많은 관심을 보였다</span>”며 “<span class='quot2'>다양한 분야에서 다양한 목적으로 디지털 사이니지가 활용될 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>암스테르담 = 글·사진 유회경 기자 yoology@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-807.txt

제목: 원광대 법인 양·한방 통합 암병원에 구성원들 반발  
날짜: 20140210  
기자: 박팔령  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140210100000180  
본문: 전북 익산의 원광대를 운영하는 학교법인 원광학원이 양·한방 통합 암병원을 설립하기로 하자 학내 구성원들이 반발하는 등 진통을 겪고 있다. <br/><br/><br/><br/>10일 원광학원은 최근 암 치료에 한방의학을 결합하기 위해 의과대학병원, 익산한방병원, 산본의대병원, 산본한방병원을 통합한 ‘통합 암병원’을 설립하기로 했다고 밝혔다. 학원 측은 암 치료·연구는 물론 뇌졸중과 근골격계 질환에 양·한방을 병행, 치료 효과를 높이고자 국내 최초로 통합 암병원을 설립한다고 설명했다. 이에 대해 원광대 한의과 학생들로 구성된 대학 비상대책위원회(비대위)는 ‘허울뿐인 통합’이라며 ‘실질적인 의대 흡수 통합 설립 결정’에 반대하고 나섰다.<br/><br/><br/><br/>비대위는 이날 성명을 내고 “양·한방 통합 의료를 가장한 실질적인 ‘익산·산본 한방병원 폐원’에 대해 깊은 유감을 표하고 통탄해 마지않는다”고 규탄했다. 비대위는 “학교 측은 익산·산본 한방병원을 2월 말까지 폐원하라는 무책임한 결정만 내렸을 뿐 이후 인력 재배치와 투자계획 등 아무것도 제시하지 않고 있다”며“말만 번지르르한 양·한방 통합 병원이지만 이는 의대병원의 일개 부속 한 과로 한의과가 들어가는 실질적인 ‘의대 흡수 통합’”이라고 비판했다.<br/><br/><br/><br/>이에 대해 원광학원은 “<span class='quot0'>통합의학을 선도하고 최적화한 의료서비스를 제공할 것</span>”이라며 통합 강행 의지를 나타냈다. 원광학원은 현재 의과대학, 치과대학, 한의과대학 등 3개 대학병원과 전국에 10개의 계열 병원을 운영 중이다. <br/><br/><br/><br/>익산=박팔령 기자 park80@

언론사: 문화일보-1-808.txt

제목: ‘유명 사창가’에 세계최초 ‘매춘박물관’ 개관  
날짜: 20140209  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014020910013600549  
본문: ▲ 매춘이 합법화된 네덜란드에 매춘부들의 생활을 보여주는 세계 최초 ‘매춘 박물관’이 개업을 앞둔 모습. 6일(현지시간) 암스테르담 유명한 유흥가에서 ‘홍등가의 비밀’이라는 박물관이 개업했다. 이 박물관 설립자인 멜허 데 빈트는 사람들이 알고 싶어 하지만 쉽게 다가가지 못하는 홍등가의 실제 삶을 보여주기 위해 박물관을 열었다고 밝혔다.<br/><br/>매춘이 합법화된 네덜란드에 매춘부의 일상을 보여주는 세계 최초 ‘매춘 박물관’이 6일(현지시간) 문을 열었다.<br/><br/>암스테르담의 유명한 사창가에 문을 연 ‘홍등가의 비밀’이라는 이름의 이 박물관 설립자 멜허 데 빈트는 사람들이 알고 싶어 하지만 쉽게 다가가지 못하는 홍등가의 실제 삶을 보여주기 위해 박물관을 열었다고 밝혔다.<br/><br/>기존의 ‘섹스 박물관’, ‘에로틱 박물관’ 등 유사한 박물관들은 섹스와 관련된 것에 집중하고 있지만 이 박물관은 매춘업 종사자의 삶을 보여주는 구별되는 전시를 하고 있다.<br/><br/>박물관 입장료는 7.5유로(약 2만원)고, 박물관에는 매춘부와 관련된 의상과 소품들이 전시돼 있고, 매춘부의 삶을 보여주는 단편 영화도 상영한다.<br/><br/>향신료 무역 등이 성행하면서 암스테르담은 16세기 때부터 매춘업이 성행했고, 지난 2000년 네덜란드 정부는 불법 매춘을 근절하기 위해 매춘업을 합법화했다.<br/><br/>최근 정부 당국은 매춘업에 종사할 수 있는 나이를 21세에서 18세로 낮췄다. 암스테르담에는 현재 약 7000명의 매춘부들이 일하는 가운데 약 75%가 루마니아, 불가리아 등 빈곤한 동유럽 국가 출신의 외국 여성인 것으로 알려졌다.<br/><br/>이밖에 네덜란드에서 매춘부들은 하루에 11시간 동안 ‘매춘 방’을 임대할 수 있고, 주 6일 근무할 수 있다. 평상시 그들을 하루 대부분 시간을 손님을 기다리는 데 허비하고 나머지 시간은 미용실이나 네일살롱 등에서 보낸다.<br/><br/>그러나 네덜란드에서 매춘 합법화 문제는 여전히 논란의 문제로, 이 박물관 역시 논란의 중심에 설 것으로 예상된다.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-809.txt

제목: 비아그라에 의존하는 40代남편 위한 민간요법  
날짜: 20140205  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014020510013599635  
본문: 영화 ‘관능의 법칙’ 리뷰<br/><br/>교복만 입어도 예쁜 나이 10대, 얼굴이 만개하는 20대, 성숙미가 느껴지는 30대, 그렇다면 40대는? <br/><br/>영화 ‘관능의 법칙’(감독 권칠인)은 그 나이의 무기를 ‘관능’으로 정의했다.<br/><br/>영화는 불혹에 각기 다른 사랑을 하는 3명의 여성을 등장시킨다. 20대 연하남의 적극적인 대시에 마음이 흔들리는 여자 ‘신혜’(엄정화), 1주에 세 번 남편의 사랑을 확인받고 싶은 솔직한 여자 ‘미연’(문소리), 딸 몰래 풋풋한 연애를 시작하는 싱글맘 ‘해영’(조민수)이다.<br/><br/>40대라고 특별한 것은 없다. 신혜는 “나는 이모 같은 사람이야”라며 연하남을 밀어내면서도 친구들에게는 “<span class='quot0'>쟤가 내 애는 아니지 않니?</span>”라며 속내를 드러낸다. 해영은 딸에게 “<span class='quot1'>내 혀도 간 보는 것 말고 다른 것 좀 맛보고 살면 안 되니?</span>”라고 소리 지르며 독립을 권하기도 한다. 비아그라에 의존하는 남편에게 온갖 식이요법과 민간요법을 들이대는 미연도 있다. 이들 모두 ‘사랑이 고픈’ 40대다.<br/><br/>영화는 사랑의 본질이 나이와 상관없음을 보여준다. 40대 여성들도 순수하고 솔직하게, 때로는 뜨겁게 사랑한다. 하지만 주위의 시선은 그렇지 못하다. 뜨겁게 사랑하다가도 하루아침에 거리를 두거나, 갑작스럽게 찾아온 병 앞에 무기력해지며 이별을 고하는 등 세 명의 여자는 시시때때로 현실과 대면한다. 그렇기에 그들의 사랑이 더욱 진중하고 깊이 있게 느껴진다.<br/><br/>“<span class='quot2'>오르가슴보다 암이 더 어울리는 나이</span>” “<span class='quot2'>우린 누가 관심 가져줄 나이 아니거든?</span>” “<span class='quot2'>우리 나이에 누가 따라오면 퍽치기라니까</span>” 등의 대사에 한참 웃다가도 씁쓸해지는 건 그들의 녹록지 않은 삶의 경험에 공감하기 때문이다. <br/><br/>‘뜨거운 것이 좋아’ ‘싱글즈’를 연출한 권칠인 감독의 캐스팅은 능력은 탁월했다. 40대이지만 아직 미혼의 삶을 사는 엄정화를 비롯해 장준환 감독의 부인인 문소리, 싱글 조민수가 극중 캐릭터와 잘 부합된다. 연기 또한 두 말할 필요가 없다. 세 배우가 아니었으면 권 감독의 연출 의도가 이렇게 잘 전해지지 못했을 것이다.<br/><br/>특히 조민수의 연기는 압권이다. 대장암이라는 말에 충격에 빠지지만, 막상 딸에게는 아픈 티를 내지 않으려는 이 시대의 엄마를 표현해 눈물짓게 한다. 암 수술 후 재회한 남자친구 ‘성재’(이경영)와의 잠자리에서 터진 배변 주머니에 마음 아파하며 욕실에서 눈물을 흘릴 때도 찌릿한 감동이 느껴진다.<br/><br/>노골적인 대사와 관능미 넘치는 여배우의 모습도 볼거리다. 하지만 B급 섹시 코미디를 기대한 관객들은 실망할지도 모른다. 영화는 솔직한 불혹 여성의 심리를 건드리지만 야하지는 않다. 어린 나이가 공감하기까지 한계가 있어 ‘청소년 관람불가’다. 그러나 영화를 보는 동안 40대의 삶을 조금이나마 이해했다면 가슴 구석이 시큰하면서도 따뜻한 감동을 받기에 충분할 것이다. 108분. 13일 개봉.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-810.txt

제목: 비아그라에 의존하는 40代남편 위한 민간요법  
날짜: 20140205  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014020510013599633  
본문: 영화 ‘관능의 법칙’ 리뷰<br/><br/>교복만 입어도 예쁜 나이 10대, 얼굴이 만개하는 20대, 성숙미가 느껴지는 30대, 그렇다면 40대는? <br/><br/>영화 ‘관능의 법칙’(감독 권칠인)은 그 나이의 무기를 ‘관능’으로 정의했다.<br/><br/>영화는 불혹에 각기 다른 사랑을 하는 3명의 여성을 등장시킨다. 20대 연하남의 적극적인 대시에 마음이 흔들리는 여자 ‘신혜’(엄정화), 1주에 세 번 남편의 사랑을 확인받고 싶은 솔직한 여자 ‘미연’(문소리), 딸 몰래 풋풋한 연애를 시작하는 싱글맘 ‘해영’(조민수)이다.<br/><br/>40대라고 특별한 것은 없다. 신혜는 “나는 이모 같은 사람이야”라며 연하남을 밀어내면서도 친구들에게는 “<span class='quot0'>쟤가 내 애는 아니지 않니?</span>”라며 속내를 드러낸다. 해영은 딸에게 “<span class='quot1'>내 혀도 간 보는 것 말고 다른 것 좀 맛보고 살면 안 되니?</span>”라고 소리 지르며 독립을 권하기도 한다. 비아그라에 의존하는 남편에게 온갖 식이요법과 민간요법을 들이대는 미연도 있다. 이들 모두 ‘사랑이 고픈’ 40대다.<br/><br/>영화는 사랑의 본질이 나이와 상관없음을 보여준다. 40대 여성들도 순수하고 솔직하게, 때로는 뜨겁게 사랑한다. 하지만 주위의 시선은 그렇지 못하다. 뜨겁게 사랑하다가도 하루아침에 거리를 두거나, 갑작스럽게 찾아온 병 앞에 무기력해지며 이별을 고하는 등 세 명의 여자는 시시때때로 현실과 대면한다. 그렇기에 그들의 사랑이 더욱 진중하고 깊이 있게 느껴진다.<br/><br/>“<span class='quot2'>오르가슴보다 암이 더 어울리는 나이</span>” “<span class='quot2'>우린 누가 관심 가져줄 나이 아니거든?</span>” “<span class='quot2'>우리 나이에 누가 따라오면 퍽치기라니까</span>” 등의 대사에 한참 웃다가도 씁쓸해지는 건 그들의 녹록지 않은 삶의 경험에 공감하기 때문이다. <br/><br/>‘뜨거운 것이 좋아’ ‘싱글즈’를 연출한 권칠인 감독의 캐스팅은 능력은 탁월했다. 40대이지만 아직 미혼의 삶을 사는 엄정화를 비롯해 장준환 감독의 부인인 문소리, 싱글 조민수가 극중 캐릭터와 잘 부합된다. 연기 또한 두 말할 필요가 없다. 세 배우가 아니었으면 권 감독의 연출 의도가 이렇게 잘 전해지지 못했을 것이다.<br/><br/>특히 조민수의 연기는 압권이다. 대장암이라는 말에 충격에 빠지지만, 막상 딸에게는 아픈 티를 내지 않으려는 이 시대의 엄마를 표현해 눈물짓게 한다. 암 수술 후 재회한 남자친구 ‘성재’(이경영)와의 잠자리에서 터진 배변 주머니에 마음 아파하며 욕실에서 눈물을 흘릴 때도 찌릿한 감동이 느껴진다.<br/><br/>노골적인 대사와 관능미 넘치는 여배우의 모습도 볼거리다. 하지만 B급 섹시 코미디를 기대한 관객들은 실망할지도 모른다. 영화는 솔직한 불혹 여성의 심리를 건드리지만 야하지는 않다. 어린 나이가 공감하기까지 한계가 있어 ‘청소년 관람불가’다. 그러나 영화를 보는 동안 40대의 삶을 조금이나마 이해했다면 가슴 구석이 시큰하면서도 따뜻한 감동을 받기에 충분할 것이다. 108분. 13일 개봉.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-811.txt

제목: <힐링푸드>마늘, 싸늘한 손발 덥히는 알싸한 ‘음식 난로’  
날짜: 20140205  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140205100000183  
본문: 마늘의 특성을 잘 요약한 사자성어가 있다. 바로 일해백리(一害百利)다. 강한 냄새 한 가지를 제외하곤, 백 가지 이로움을 지녔다는 것이다. <br/><br/>마늘의 효능 중 대표적인 것으로는 살균 및 항균 능력을 꼽을 수 있다. 마늘 속의 알린이라는 성분은 섭취 과정 중에 알리나제라는 효소에 의해 알리신으로 모양이 바뀌며 그 같은 효능을 발휘한다. 알리신은 페니실린보다도 더 강력한 살균·항균 작용을 하는 것으로 알려져 있으며 결핵균, 디프테리아균, 이질균, 티푸스균 등에 대해 항균 작용을 한다. 감기와 식중독, 피부병 등 각종 세균성 질병에 효과가 있으며 고기 등을 보관할 때에도 마늘을 곁에 두면 식중독균 등의 세균 활성도가 떨어진다. <br/><br/>그러면 마늘과 수족냉증과의 관계는 어떨까. 마늘이 수족냉증에 좋다는 것은 오래전부터 한방에서는 정설로 굳어져 왔다. 동의보감에 보면 “(마늘이) 종기나 옹종을 풀어 주고, 풍습과 장기를 없애며, 냉증과 풍증을 없앤다”고 돼 있다. <br/><br/>마늘이 이처럼 수족냉증에 좋은 이유는 몸의 신진대사를 개선하고, 혈액순환을 돕기 때문이다. 마늘의 신진대사 기능은 스코르디닌(scordinin)이라는 성분과 직접적인 연관이 있다. 스코르디닌은 강력한 산화 환원 작용을 해 몸에 들어온 영양물질의 완전 연소에 기여한다. 그래서 보통 스코르디닌의 효능으로 강장 및 근육증강 효과를 꼽는데 일각에서 마늘을 ‘천연 비아그라’라고 부르는 것도 바로 이 스코르디닌 성분 때문이라고 한다. <br/><br/>수족냉증과 관련해서는 알리신 효능을 다시 거론해야 한다. 알리신은 비타민E보다 훨씬 강력한 항산화제로서 지질과 결합해 피를 맑게 하고, 세포를 활성화시키며, 혈액순환을 촉진해 몸을 따뜻하게 해준다. 마늘의 비타민B1은 이 알리신 효능이 최대한 발휘되도록 도와준다. 비타민B1은 대부분 몸밖으로 배출되는데 알리신과 비타민B1이 결합한 알리티아민으로 변하면 체내에서 분해되지 않고 저장돼 흡수력이 높아진다. 생마늘에는 알리신의 전구체인 알린이 100g당 모두 115.2㎎ 함유돼 있다. <br/><br/>또 마늘에는 비타민B6도 풍부하게 들어 있다. 최근 연구에 따르면 혈관에서 심혈관계 질환을 유발하는 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤과 유사한 역할을 하는 것으로 알려진 호모시스테인을 파괴하는 데 비타민B6가 일조한다는 사실도 새롭게 밝혀졌다. 호모시스테인은 혈관 속에서 혈전을 만든다. 마늘의 혈행개선 효능은 수술을 앞둔 환자의 경우 마늘 식이를 중단해야 한다는 전문의들의 권고에서도 알 수 있다. 이는 마늘에 혈액응고억제 성분이 있다는 국내외 연구 결과에 따른 것이다. <br/><br/>한편 마늘은 항암제로도 최근 명성을 얻고 있다. 미국 국립암연구소와 중국 상하이(上海)암연구소 연구 결과 마늘 섭취와 전립선암 발병률과의 유관성이 밝혀졌으며, 미국의 한 대학연구소도 마늘이 위암과 결장암 발생률을 낮춘다는 연구 결과를 내놓았다. <br/><br/>마늘의 알리신 성분을 효과적으로 섭취하기 위해서는 생으로 먹는 것이 가장 좋다. 그러나 알리신의 매운맛은 자극성이 강해 위에 들어가면 위벽을 손상시켜 위 점막에 출혈이 일어날 수 있다. 이 때문에 위가 약한 사람은 생마늘 섭취를 피해야 한다. 특히 공복 시 생으로 먹는 것은 위험하다. <br/><br/>마늘의 독성을 완화하기 위해서는 장아찌로 만들어 먹는 것도 한 방법이다. 굽거나 쪄낸 마늘과 달리 마늘장아찌에는 마늘의 좋은 성분들이 비교적 많이 남아 있다. 따라서 마늘장아찌는 영양학적으로 생마늘과 유사하다. 일부 전문가들은 마늘장아찌에는 황화물인 설파이드 성분 함량이 생마늘보다 많다고 주장한다. 항암 효능이 있는 것으로 알려진 설파이드는 체내에서 인슐린과 유사한 작용을 해 당뇨병 예방과 개선에도 탁월한 효능을 보인다고 한다. <br/><br/>그러나 마늘장아찌는 간장에 절인 음식이기 때문에 나트륨 함량을 놓고 걱정하는 이들이 많다. 세계보건기구(WHO)에서 권하는 1일 나트륨 권장량은 2000㎎. 마늘장아찌 100g의 나트륨 함량은 1627㎎. 따라서 30g의 나트륨 함량은 488㎎이다. 그런데 마늘장아찌 30g은 깐마늘 기준 7∼8쪽이다. 따라서 매끼 마늘장아찌만 반찬으로 해서 식사하는 것이 아니라면 끼니당 한두 쪽 먹는 것은 크게 걱정할 정도는 아니다. <br/><br/>＜도움말=윤승일 빙빙한의원 원장(경희대 한의대 외래교수)·왕경석 대전 헤아림한의원 원장＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-812.txt

제목: <힐링푸드>마늘, 싸늘한 손발 덥히는 알싸한 ‘음식 난로’  
날짜: 20140205  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140205100000103  
본문: 마늘의 특성을 잘 요약한 사자성어가 있다. 바로 일해백리(一害百利)다. 강한 냄새 한 가지를 제외하곤, 백 가지 이로움을 지녔다는 것이다. <br/><br/>마늘의 효능 중 대표적인 것으로는 살균 및 항균 능력을 꼽을 수 있다. 마늘 속의 알린이라는 성분은 섭취 과정 중에 알리나제라는 효소에 의해 알리신으로 모양이 바뀌며 그 같은 효능을 발휘한다. 알리신은 페니실린보다도 더 강력한 살균·항균 작용을 하는 것으로 알려져 있으며 결핵균, 디프테리아균, 이질균, 티푸스균 등에 대해 항균 작용을 한다. 감기와 식중독, 피부병 등 각종 세균성 질병에 효과가 있으며 고기 등을 보관할 때에도 마늘을 곁에 두면 식중독균 등의 세균 활성도가 떨어진다. <br/><br/>그러면 마늘과 수족냉증과의 관계는 어떨까. 마늘이 수족냉증에 좋다는 것은 오래전부터 한방에서는 정설로 굳어져 왔다. 동의보감에 보면 “(마늘이) 종기나 옹종을 풀어 주고, 풍습과 장기를 없애며, 냉증과 풍증을 없앤다”고 돼 있다. <br/><br/>마늘이 이처럼 수족냉증에 좋은 이유는 몸의 신진대사를 개선하고, 혈액순환을 돕기 때문이다. 마늘의 신진대사 기능은 스코르디닌(scordinin)이라는 성분과 직접적인 연관이 있다. 스코르디닌은 강력한 산화 환원 작용을 해 몸에 들어온 영양물질의 완전 연소에 기여한다. 그래서 보통 스코르디닌의 효능으로 강장 및 근육증강 효과를 꼽는데 일각에서 마늘을 ‘천연 비아그라’라고 부르는 것도 바로 이 스코르디닌 성분 때문이라고 한다. <br/><br/>수족냉증과 관련해서는 알리신 효능을 다시 거론해야 한다. 알리신은 비타민E보다 훨씬 강력한 항산화제로서 지질과 결합해 피를 맑게 하고, 세포를 활성화시키며, 혈액순환을 촉진해 몸을 따뜻하게 해준다. 마늘의 비타민B1은 이 알리신 효능이 최대한 발휘되도록 도와준다. 비타민B1은 대부분 몸밖으로 배출되는데 알리신과 비타민B1이 결합한 알리티아민으로 변하면 체내에서 분해되지 않고 저장돼 흡수력이 높아진다. 생마늘에는 알리신의 전구체인 알린이 100g당 모두 115.2㎎ 함유돼 있다. <br/><br/>또 마늘에는 비타민B6도 풍부하게 들어 있다. 최근 연구에 따르면 혈관에서 심혈관계 질환을 유발하는 저밀도지단백(LDL)콜레스테롤과 유사한 역할을 하는 것으로 알려진 호모시스테인을 파괴하는 데 비타민B6가 일조한다는 사실도 새롭게 밝혀졌다. 호모시스테인은 혈관 속에서 혈전을 만든다. 마늘의 혈행개선 효능은 수술을 앞둔 환자의 경우 마늘 식이를 중단해야 한다는 전문의들의 권고에서도 알 수 있다. 이는 마늘에 혈액응고억제 성분이 있다는 국내외 연구 결과에 따른 것이다. <br/><br/>한편 마늘은 항암제로도 최근 명성을 얻고 있다. 미국 국립암연구소와 중국 상하이(上海)암연구소 연구 결과 마늘 섭취와 전립선암 발병률과의 유관성이 밝혀졌으며, 미국의 한 대학연구소도 마늘이 위암과 결장암 발생률을 낮춘다는 연구 결과를 내놓았다. <br/><br/>마늘의 알리신 성분을 효과적으로 섭취하기 위해서는 생으로 먹는 것이 가장 좋다. 그러나 알리신의 매운맛은 자극성이 강해 위에 들어가면 위벽을 손상시켜 위 점막에 출혈이 일어날 수 있다. 이 때문에 위가 약한 사람은 생마늘 섭취를 피해야 한다. 특히 공복 시 생으로 먹는 것은 위험하다. <br/><br/>마늘의 독성을 완화하기 위해서는 장아찌로 만들어 먹는 것도 한 방법이다. 굽거나 쪄낸 마늘과 달리 마늘장아찌에는 마늘의 좋은 성분들이 비교적 많이 남아 있다. 따라서 마늘장아찌는 영양학적으로 생마늘과 유사하다. 일부 전문가들은 마늘장아찌에는 황화물인 설파이드 성분 함량이 생마늘보다 많다고 주장한다. 항암 효능이 있는 것으로 알려진 설파이드는 체내에서 인슐린과 유사한 작용을 해 당뇨병 예방과 개선에도 탁월한 효능을 보인다고 한다. <br/><br/>그러나 마늘장아찌는 간장에 절인 음식이기 때문에 나트륨 함량을 놓고 걱정하는 이들이 많다. 세계보건기구(WHO)에서 권하는 1일 나트륨 권장량은 2000㎎. 마늘장아찌 100g의 나트륨 함량은 1627㎎. 따라서 30g의 나트륨 함량은 488㎎이다. 그런데 마늘장아찌 30g은 깐마늘 기준 7∼8쪽이다. 따라서 매끼 마늘장아찌만 반찬으로 해서 식사하는 것이 아니라면 끼니당 한두 쪽 먹는 것은 크게 걱정할 정도는 아니다. <br/><br/>＜도움말=윤승일 빙빙한의원 원장(경희대 한의대 외래교수)·왕경석 대전 헤아림한의원 원장＞<br/><br/>이경택 기자 ktlee@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-813.txt

제목: 핸폰 잘 안터질 땐 이렇게?  
날짜: 20140204  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014020410013599606  
본문: 핸폰 잘 안터질 땐 이렇게?<br/><br/>핸폰 안터지고 터치 안될 때는 막걸리에 잠깐 담가뒀다가<br/><br/>꺼내면 된다는 사실 아시나요?<br/><br/>그러면 막∼∼∼막걸린데요.ㅋㅋㅋ<br/><br/>믿을 수 없어<br/><br/>사자가 등장하는 영화 장면에서 젊은 사내가 엑스트라 역할을 맡게 되었다.<br/><br/>그렇게 촬영을 막 시작하려는 찰나 사내는 다급한 목소리로 대답했다.<br/><br/>“저, 이 역할 포기할래요. 저 사자를 못 믿겠어요! 무섭다고요!”<br/><br/>그러자 감독은 너털웃음을 지으며 말했다.<br/><br/>“여보게. 저 사자는 태어날 때부터 길들이기 위해 우유만 먹여 길렀다고. 그러니 절대 자네에게 해를 끼치지 않을 것이니 안심하게나.” <br/><br/>그러자 사내가 한숨을 지으며 이렇게 말했다. <br/><br/>“저 역시 태어날 때부터 우유를 먹고 자랐죠. 하지만 성인이 되고 나니, 이따금 고기 생각이 나더라고요.”<br/><br/>부장의 취미<br/><br/>어느 회사 부장에게 어떤 남자가 물었다.<br/><br/>“취미가 무엇입니까?”<br/><br/>“요리가 취미입니다.”<br/><br/>“무슨 요리를 하시나요? ”<br/><br/>“<span class='quot0'>그야∼매일 부하 직원들을 달달 볶지요.</span>”<br/><br/>봉숭아학당 ‘가인박명’<br/><br/>엄청해:선생님, 선생님 어떡하죠? 저는 일찍 죽을 것 같아요. 가인박명이라….<br/><br/>김형곤:걱정 하덜 마! 너는 오래오래 살 거야. 가인박명이라….<br/><br/>금연<br/><br/>아내:여보, 담배가 무척 몸에 해롭대요. 담배가 암의 원인이라고 이 신문에 크게 났어요.<br/><br/>남편:그래? 그럼 지금 당장 써 붙여야지.<br/><br/>아내:뭐라고 써 붙일까요, 금연? No Smoking? <br/><br/>남편:아니, 그 신문 ‘절대사절’이라고….<br/><br/>출처 = 윤선달의 스토리텔링 알까기 Fun & Joke

언론사: 문화일보-1-814.txt

제목: 타이거JK 부친 서병후, 별세...팝칼럼니스트 1호  
날짜: 20140201  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014020110013598585  
본문: ▲ <사진> 서병후 트위터<br/><br/>래퍼 타이거JK(40·서정권)의 부친인 팝 칼럼니스트 1호 서병후(72) 씨가 암 투병 끝에 1일 오후 4시께 별세했다. <br/><br/>서울에서 태어난 고인은 서울대 경제학과를 나와 1968년 경향신문에 입사, 가요와 팝 담당 기자로 일했다. 1978년부터 중앙일보로 옮겨 가요를 맡았다. 특히 미국 빌보드에 한국음악을 처음 소개한 장본인으로 통한다. 1981년부터 약 15년간 빌보드 한국특파원을 지냈다.<br/><br/>1960년대부터 서울 명동의 ‘달러골목’을 드나들며 팝 관련 외국 잡지를 탐독하던 서씨는 서울대 재학 시절부터 팝 관련 기사를 썼다. 영어 실력도 뛰어나 외국 음악 관계자나 기자들과 친분을 맺기 수월했고 그만큼 팝을 국내에 쉽게 소개했다. 레이프 가렛 등 팝스타들의 내한공연을 주도하기도 했다.<br/><br/>이동진·허지웅 등 영화평론가에 앞서 한국 첫 스타 평론가로 통하기도 한다. 기자로 활약하던 시절 TV에 장발로 선글라스를 끼고 출연해 주목받기도 했다.<br/><br/>여러 잡지 편집장으로도 활약했다. 한국 첫 팝 잡지로 통하는 ‘팝스 코리아나’를 비롯해 중앙일보의 ‘음악세계’, 음악잡지 ‘뮤직시티’ 등의 창간에 주도적인 역할을 했다.<br/><br/>노년에도 대중음악에 관심이 많았다. 트위터 등을 통해 젊은 세대와 소통하며 자신의 의견을 적극적으로 개진했다. 트위터 아이디를 ‘조단이 할아버지’로 사용하는 등 타이거JK와 가수 윤미래(33)의 아들 서조단(6)에 대한 애정도 대단했다.<br/><br/>평소 부친에 대한 애정이 컸던 타이거JK는 4년3개월 만인 지난해 9월 발표한 새 앨범 ‘살자’의 타이틀곡 ‘살자’를 아버지에게 영감을 받아 만들었다. 세상 만물이 모두 벗이며 나를 지켜주고 있다는 메시지를 담았다. <br/><br/>타이거JK는 이날 자신의 트위터에 “아버지가 떠나셨다. 그는 삶이란 사랑하고 모든 것에 감사하는 것이라고 말씀하셨다‘(My father left, he said life is loving and thank you all)고 애도했다. <br/><br/>태권도에도 관심이 컸던 고인은 세계태권도연맹 발행 영문잡지 ’월드 태권도(World Taekwondo)‘ 편집인을 지냈다. ’음악 세계‘ 편집부장 등도 역임했다. 불교에 대한 관심도 있어 탄트라 금강승 불교 샤캬무니 선원 원장으로 재직하기도 했다.<br/><br/>서씨와 한때 친분을 유지한 제2세대 팝 칼럼니스트 김광한(68)씨는 ”우리 같은 평론가뿐 아니라 일반 가수들에게도 막대한 영향력을 행사했던 분“이라며 ”영어에 능통하고 팝 관련 지식이 해박해서 국내 팝 관련해서는 독보적인 일인자였다“고 전했다. <br/><br/>빈소는 공릉동 원자력 병원에 마련됐다. 발인은 3일 오전 9시30분 예정이다.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-815.txt

제목: <새로나온 詩>나비 - 김점미 -  
날짜: 20140129  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140129100000156  
본문: 팔라당,<br/><br/>한 여자의 침대 위로 떨어지는<br/><br/>미끈한 다리<br/><br/>쭉 뻗으면<br/><br/>화들짝 놀란<br/><br/>암술대 사이로 바다 열린다<br/><br/>초록의 바다 안고 선<br/><br/>여자의 눈 속으로<br/><br/>미련 없이 토해내는 마지막 정열에<br/><br/>정신을 잃고 마는<br/><br/>그 남자,<br/><br/>주섬주섬 다리를 접으며<br/><br/>팔라당,<br/><br/>청춘을 주워 담는다<br/><br/>---------------------------------------------------------<br/><br/>·시집 ‘한 시간 후, 세상은’ (북인刊)에서<br/><br/>·약력 : 1963년 부산 생, 2002년 ‘문학과 의식’으로 등단

언론사: 문화일보-1-816.txt

제목: <새로나온 詩>나비 - 김점미 -  
날짜: 20140129  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140129100000067  
본문: 팔라당,<br/><br/>한 여자의 침대 위로 떨어지는<br/><br/>미끈한 다리<br/><br/>쭉 뻗으면<br/><br/>화들짝 놀란<br/><br/>암술대 사이로 바다 열린다<br/><br/>초록의 바다 안고 선<br/><br/>여자의 눈 속으로<br/><br/>미련 없이 토해내는 마지막 정열에<br/><br/>정신을 잃고 마는<br/><br/>그 남자,<br/><br/>주섬주섬 다리를 접으며<br/><br/>팔라당,<br/><br/>청춘을 주워 담는다<br/><br/>---------------------------------------------------------<br/><br/>·시집 ‘한 시간 후, 세상은’ (북인刊)에서<br/><br/>·약력 : 1963년 부산 생, 2002년 ‘문학과 의식’으로 등단

언론사: 문화일보-1-817.txt

제목: <2014 설특집>바람의 말, 말이 바꾼 문명사… 제주馬의 뿌리는?  
날짜: 20140128  
기자: 김도연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140128100000113  
본문: 민족 최대의 명절인 설날은 헤어져 있던 가족 친지를 만나는 뜻깊은 시간이기도 하지만 방송사들이 시청자들을 위해 마련한 다양한 특집 프로그램을 만날 수 있는 기회이기도 하다. 오는 30일부터 2월 2일까지 나흘간 이어지는 설 연휴에 방송사들은 다양한 다큐멘터리와 예능 프로그램을 준비했다. <br/><br/>우선 MBC가 올해 말띠해를 맞아 준비한 다큐멘터리가 눈에 띈다. 2부작 시리즈인 ‘바람의 말’(2월 1일 오전 7시 30분)은 말이 어떻게 인간에게 길들여졌고 인간을 위해 달려왔는지 말이 바꾼 문명사를 조명해본다. 1부 ‘마왕(馬王)! 한혈마’에서는 피땀을 흘리며 달리는 전설의 명마 한혈마를 찾아간다. 역사상 최고의 명마 한혈마를 컴퓨터그래픽(CG)기술로 복원하고, 국내 한혈마의 흔적을 찾아 800년 역사를 거슬러 제주마의 뿌리를 밝혀낸다. 2부 ‘오천복馬’에서는 인간의 뇌파를 바꾸고 암을 치료하는 승마의 기적부터 미래 산업으로 꼽히는 말(馬) 산업의 가능성까지 인간에게 오천복(午天福)을 주는 영물로 인식되어 온 말의 기적 같은 이야기를 다룬다. 여전히 말이 중요한 삶의 수단인 키르기스스탄의 마지막 유목민을 찾아가 말과 인간의 교감을 그린다. 배우 송일국이 출연하고 말띠 해에 태어난 배우 하지원이 내레이션을 맡았다. <br/><br/>배우 이영애가 쌍둥이 아이들과 함께하는 소탈한 일상도 만나볼 수 있다. 이영애는 2부작‘SBS 스페셜-이영애의 만찬’(2일·7일 밤 11시 15분)에서 우리 음식에 대한 숨겨진 이야기를 찾아 나선다. 이 과정에서 지난해 새 둥지를 튼 경기 양평군의 집과 함께 쌍둥이 아이들과의 일상을 공개하며 늦깎이 엄마의 고충도 토로할 계획이다. ‘이영애의 만찬’은 이영애가 ‘한국인에게 음식이란 무엇인가’라는 화두에 대한 답을 찾아 떠나는 음식기행이다. <br/><br/>KBS는 ‘산’과 관련된 다큐가 눈길을 끈다. ‘히말라야를 그리다’(31일 밤 10시 50분)는 등산가이자 화가인 곽원주 씨가 산을 오르며 풍경을 화폭에 담아온 30년 인생을 담았다. 또 ‘1년간의 기록, 북한산’(1일 오전 10시 30분)은 대한민국 수도 서울의 허파 역할을 하는 북한산의 4계절 아름다움을 담았으며 북한산의 숨겨진 명소와 봉우리마다 어린 전설, 역사적인 장소도 함께 소개한다.<br/><br/>EBS에서는 ‘멘토, 박경리-그녀의 발자취를 따라서’(2일 오전 9시 40분)를 준비했다. 대하소설 ‘토지’를 통해 근·현대사 격동의 삶을 그려낸 소설가 박경리 작가가 자신의 멘토라며 프랑스에서 한국 땅을 찾은 사람이 있다. 바로 로슬린 시빌이다. 전 세계 12개 언어로 시집을 출간하는 등 왕성하게 활동하고 있는 프랑스 여류 시인인 그는 많은 문학작품과 많은 작가들로부터 영향을 받았지만, ‘대한민국 작가 박경리’가 자신의 진정한 멘토라고 말한다. 시빌은 자신의 멘토인 박경리 작가의 발자취를 따라 한국에서의 긴 여행을 시작한다. 서울, 원주, 하동, 통영에 이르는 여정을 통해 박경리 작가가 남긴 삶의 흔적을 찾는다.<br/><br/>김도연 기자 kdychi@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-818.txt

제목: <2014 설특집>바람의 말, 말이 바꾼 문명사… 제주馬의 뿌리는?  
날짜: 20140128  
기자: 김도연  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140128100000217  
본문: 민족 최대의 명절인 설날은 헤어져 있던 가족 친지를 만나는 뜻깊은 시간이기도 하지만 방송사들이 시청자들을 위해 마련한 다양한 특집 프로그램을 만날 수 있는 기회이기도 하다. 오는 30일부터 2월 2일까지 나흘간 이어지는 설 연휴에 방송사들은 다양한 다큐멘터리와 예능 프로그램을 준비했다. <br/><br/>우선 MBC가 올해 말띠해를 맞아 준비한 다큐멘터리가 눈에 띈다. 2부작 시리즈인 ‘바람의 말’(1부 1월30일 오전 8시30분, 2부 2월1일 오전 7시20분)은 말이 어떻게 인간에게 길들여졌고 인간을 위해 달려왔는지 말이 바꾼 문명사를 조명해본다. 1부 ‘마왕(馬王)! 한혈마’에서는 피땀을 흘리며 달리는 전설의 명마 한혈마를 찾아간다. 역사상 최고의 명마 한혈마를 컴퓨터그래픽(CG)기술로 복원하고, 국내 한혈마의 흔적을 찾아 800년 역사를 거슬러 제주마의 뿌리를 밝혀낸다. 2부 ‘오천복馬’에서는 인간의 뇌파를 바꾸고 암을 치료하는 승마의 기적부터 미래 산업으로 꼽히는 말(馬) 산업의 가능성까지 인간에게 오천복(午天福)을 주는 영물로 인식되어 온 말의 기적 같은 이야기를 다룬다. 여전히 말이 중요한 삶의 수단인 키르기스스탄의 마지막 유목민을 찾아가 말과 인간의 교감을 그린다. 배우 송일국이 출연하고 말띠 해에 태어난 배우 하지원이 내레이션을 맡았다. <br/><br/>배우 이영애가 쌍둥이 아이들과 함께하는 소탈한 일상도 만나볼 수 있다. 이영애는 2부작‘SBS 스페셜-이영애의 만찬’(2일·7일 밤 11시 15분)에서 우리 음식에 대한 숨겨진 이야기를 찾아 나선다. 이 과정에서 지난해 새 둥지를 튼 경기 양평군의 집과 함께 쌍둥이 아이들과의 일상을 공개하며 늦깎이 엄마의 고충도 토로할 계획이다. ‘이영애의 만찬’은 이영애가 ‘한국인에게 음식이란 무엇인가’라는 화두에 대한 답을 찾아 떠나는 음식기행이다. <br/><br/>KBS는 ‘산’과 관련된 다큐가 눈길을 끈다. ‘히말라야를 그리다’(31일 밤 10시 50분)는 등산가이자 화가인 곽원주 씨가 산을 오르며 풍경을 화폭에 담아온 30년 인생을 담았다. 또 ‘1년간의 기록, 북한산’(1일 오전 10시 30분)은 대한민국 수도 서울의 허파 역할을 하는 북한산의 4계절 아름다움을 담았으며 북한산의 숨겨진 명소와 봉우리마다 어린 전설, 역사적인 장소도 함께 소개한다.<br/><br/>EBS에서는 ‘멘토, 박경리-그녀의 발자취를 따라서’(2일 오전 9시 40분)를 준비했다. 대하소설 ‘토지’를 통해 근·현대사 격동의 삶을 그려낸 소설가 박경리 작가가 자신의 멘토라며 프랑스에서 한국 땅을 찾은 사람이 있다. 바로 로슬린 시빌이다. 전 세계 12개 언어로 시집을 출간하는 등 왕성하게 활동하고 있는 프랑스 여류 시인인 그는 많은 문학작품과 많은 작가들로부터 영향을 받았지만, ‘대한민국 작가 박경리’가 자신의 진정한 멘토라고 말한다. 시빌은 자신의 멘토인 박경리 작가의 발자취를 따라 한국에서의 긴 여행을 시작한다. 서울, 원주, 하동, 통영에 이르는 여정을 통해 박경리 작가가 남긴 삶의 흔적을 찾는다.<br/><br/>김도연 기자 kdychi@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-819.txt

제목: 아모레퍼시픽, 여성가장 창업 돕고 유방암 환우에 희망 전달  
날짜: 20140127  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140127100000145  
본문: ㈜아모레퍼시픽은 공익재단을 설립해 운영하고, 조직 구성원의 공익활동 참여를 독려하는 등 기업의 사회적 책임을 꾸준히 실천하며 기업문화로 정착시키고 있다.<br/><br/>지난 2008년부터 진행해온 ‘아모레퍼시픽 메이크업 유어 라이프(AMOREPACIFIC Make-up Your Life)’ 캠페인은 회사의 대표적인 사회공헌활동으로 꼽힌다. 이 활동을 통해 암 치료 과정에서 피부 변화와 탈모 등 갑작스러운 외모 변화를 겪으며 우울증을 앓는 여성들을 지원하고 있다. 캠페인에 참가한 여성 환자들에게 메이크업과 피부관리, 헤어연출법 등을 교육해 자신감을 회복할 수 있도록 돕고 있다. 특히 2011년부터는 수혜지역을 중국으로까지 확장해 글로벌 기업으로서 사회적 소임을 다하고 있다는 평가를 받고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 2000년부터는 비영리 공익재단인 한국유방건강재단을 설립해 유방 건강 의식 향상을 위한 ‘핑크리본 캠페인’도 지속해 오고 있다. 특히 매년 ‘핑크리본 사랑마라톤’을 열어 유방 건강에 관한 유용한 정보를 제공하고, 유방암 조기검진의 중요성을 알리고 있다.<br/><br/>아모레퍼시픽은 아름다운재단과 함께 저소득 한부모 여성가장의 창업을 돕는 ‘희망가게’ 등 마이크로 크레디트(Micro Credit) 사업도 지원하고 있다. 모자가정이 생활안정을 이룰 수 있도록 음식점, 미용실, 개인택시, 매점, 천연비누 제조 등 다양한 분야의 사업 창업을 돕고 있다는 설명이다. 특히 희망가게 창업주들에게 창업자금뿐 아니라 컨설팅 및 사후관리 서비스까지 지원해 실질적인 자립을 지원하고 있다는 평가를 받고 있다.

언론사: 문화일보-1-820.txt

제목: 담배協 “건보공단, 소송 제기 결의 ‘유감’”  
날짜: 20140125  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014012510013597328  
본문: 자칫 ‘정부 소송’ 우려<br/><br/>한국담배협회는 건강보험공단이 정부의 반대에도 불구하고 24일 임시 이사회를 열고 담배 회사들을 상대로 흡연 피해 손해배상을 요구하는 ‘담배 소송’을 제기하기로 의결한 것과 관련, “유감”이라고 밝혔다. <br/><br/>협회는 건보공단의 결의에 대해 “공공기관이 법적 소송을 벌이려면 그 이유와 승소가능성, 소송액 등 구체적인 내용이 있어야 하며, 특히 감독기관인 상급기관(복지부)과 긴밀하게 협의해야 하는데, 그런 과정을 거치지 않았다”고 지적했다. <br/><br/>협회 측은 이와 함께 담배소송으로 2002년 이전에 정부가 담배사업을 하던 시설까지 문제가 되기 때문에 자칫 정부가 소송에 휘말릴 수 있다는 우려도 제기했다. <br/><br/>한국담배협회는 “<span class='quot0'>합법적으로 운영되고 있고 이미 고율의 세금이 부과되고 있는 담배산업에 대한 소송 제기는 건보공단의 재정 문제 해결을 목적으로 흡연자들에게 합당한 수준을 크게 넘어서 의료 비용을 부담토록 강요하는 무모한 행동</span>”이라며 “<span class='quot0'>건보공단은 흡연자들의 주머니를 털거나, 납세자들의 세금으로 막대한 비용을 들여 소송을 하기보다는 외국의 유사한 소송이 실패로 끝난 사실을 인식하고, 건보공단 재정 문제에 대한 진정한 해법을 찾는데 초점을 맞춰야 할 것</span>”이라고 말했다.<br/><br/>협회에 따르면 흡연자들은 현재도 매년 약 7조원 가량의 세금을 납부하고 있으며 이 중 1조5000여억원이 국민건강증진부담금으로 부과된다. 이는 같은 류의 부담금으로는 전세계에서 가장 큰 규모일 뿐 아니라, 건보공단이 흡연으로 인해 생긴 질병을 치료하는데 사용한 것이라고 주장하는 연간 보험금을 보상할 수 있는 금액이다. <br/><br/>그럼에도 불구하고 건보공단이 추가적인 재정 확보를 위해 이미 어느 산업보다도 엄격한 규제로 관리되고 있는 담배업계를 상대로 소송을 제기하는 것은 궁극적으로 소비자로부터 더 많은 돈을 염출하려는 시도로 보인다는 게 협회측 주장이다. <br/><br/>협회는 “이는 궁극적으로 흡연자들이 이미 지급하는 국민건강증진부담금에 더해 이중으로 세금 부담을 떠안게 되는 결과를 가져오는 형평성과 합리성을 잃은 조치”라고 밝혔다. <br/><br/>협회는 이어 “건보공단의 소송 제기는 국가적으로 아무런 도움이 되지 못한다”며 “공단은 단지 부족한 건강보험 재정 문제에 대한 해법으로 국민들의 세금을 사용해 승소 가능성이 없는 기나긴 소송을 하는 것이 최상의 방법인지 심사숙고해야 할 것” 이라고 말했다.<br/><br/>한편 건강보험공단은 정부의 반대에도 불구하고 지난 24일 임시 이사회를 열고 담배 회사들을 상대로 흡연 피해 손해배상을 요구하는 ‘담배 소송’을 제기하기로 의결했다. 소송 규모는 최소 130억원에서 최대 3326억원이 될 것으로 건보공단 측은 보고 있다.<br/><br/>이날 이사회 의결로, 앞으로 건보공단은 소송 대리인단을 구성하고 이르면 3월부터 담배 회사를 상대로 본격적인 소송을 제기할 것으로 보인다. 담배 소송의 대상과 규모, 시기 등은 이사회가 공단 측에 모두 위임한 상태다. 국내외 담배 회사 모두 소송 대상이 될 수 있다.<br/><br/>공단 측은 소송 규모를 최소 130억원에서 최대 3326억원까지로 보고 있다. 이는 폐암 중 ‘소세포암’과 후두암 중 ‘편평세포암’이 흡연과 인과성이 있다는 2011년 서울고등법원의 판결(대법원 계류 중)에 따라, 일정 기간에 두 암 치료에 지출된 건강보험 진료비를 합친 것이다.<br/><br/><뉴시스>

언론사: 문화일보-1-821.txt

제목: 1조7000억 ‘담배 소송’ 승소땐 흡연자 1人 12만원꼴  
날짜: 20140124  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140124100000011  
본문: 담배회사를 상대로 대규모 소송을 준비 중인 국민건강보험공단(건보공단)은 우선 600억 원 규모의 진료비 환수소송부터 시작해 단계적으로 소송 규모를 1조7000억 원까지 확대할 방침이다. 또 소송에서 건보공단이 승소할 경우 담배회사로부터 받은 배상 금액은 흡연으로 인한 각종 질병 치료·예방에 사용될 것으로 예상된다. 우리나라 흡연자가 약 1400만 명인 것을 감안하면 승소 배상금액이 1조7000억 원으로 결정날 경우 흡연자 1인당 12만 원 가량의 지원을 받을 수 있게 된다. 특히 건보공단이 승소할 경우 의료급여 비용을 부담하고 있는 지방자치단체는 물론 일반 흡연자들도 잇따라 담배회사에 소송을 내고 담배 소송 관련 입법도 국회에서 탄력을 받는 등 파장이 클 것으로 예상된다.<br/><br/>건보공단은 24일 오후 열리는 공단 이사회에서 담배소송이 의결될 경우 이르면 2월 중으로 소송에 들어갈 계획이다. 소송 규모는 확정되지 않았지만 600억 원 규모로 시작해 단계적으로 확대할 것으로 예상된다. 600억 원은 통계 정리가 완료된 2010년 건강보험 부담 진료비 중에서 소세포 폐암(438억 원), 편평세포 후두암(162억 원)에 대한 진료비가 근거다. 이 두 개의 암은 흡연 피해자들의 담배소송 과정에서 서울고등법원이 2011년 ‘흡연으로 인한 것으로 추정한 암’이다. 진료비 범위를 다른해까지 넓히면 규모는 수천억 원으로 확대되고, 다른 암까지 범위를 넓히면 소송 규모는 1조 원 이상을 넘어간다. 건보공단이 19년간 진료 데이터를 분석한 연구에는 매년 1조7000억 원의 진료비가 흡연으로 인해 추가 지출되는 것으로 보고 있다.<br/><br/>건보공단이 1조7000억 원의 배상금을 받아낼 경우 전 국민이 한 달치 보험료(사용자 부담은 제외)를 내지 않아도 되는 금액을 확보하게 된다. 이는 건강보험료 체납으로 건강보험 혜택을 받지 못하는 173만 명의 절반을 구제해 줄 수 있는 금액이며, 진료수가 6% 인상도 가능하다. 건보공단 관계자는 “<span class='quot0'>승소할 경우 배상금 사용처는 협의체를 통해서 결정해야 하겠지만 외국에서처럼 흡연으로 인한 질병환자를 지원하거나 금연운동 확산기금으로 사용할 가능성이 높다</span>”고 말했다. 건보공단의 담배소송은 승소여부와 관계없이 사회적 파장이 예상된다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-822.txt

제목: <볼만한 영화>죽은 아내 연애편지 발견 등  
날짜: 20140124  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140124100000158  
본문: ★어바웃 슈미트(KBS 24일 밤 12시 10분) = 평생을 몸담았던 보험회사에서 이제 막 은퇴한 새내기 백수 슈미트. 취미는 쭈글탱 와이프 구박하기와 곧 사위가 될 렌달 무시하기, 주 특기는 화장실에서 앉아서 쉬~하기와 하루 77센트를 후원하는 탄자니아 꼬마에게 편지 쓰기다. <br/>세상 모든 게 공허하게 여겨지던 어느 날, 그만 와이프가 죽어버리는 대형 사고가 터진다. 튕기면 더 끌리고, 없으면 보고 싶은 게 사람 마음. 아내의 빈자리를 되새기며 슬픔에 잠겨 물건을 정리하던 슈미트의 눈앞에 딱 걸린 건 죽은 아내의 비밀 연애편지. 이제부터라도 자신의 행복을 찾으리라 결심해 보지만 직장도 마누라도 없는 슈미트에게 행복이란 딴 세상 이야기다. <br/>도주 중 작품영감 얻어<br/>★고통과 환희(EBS 26일 오후 2시 30분) = 교황 율리우스 2세의 명을 받고 바티칸 시스티나 성당의 천장화 제작을 놓고 고민하던 미켈란젤로는 교황청 소속 건축가 브라만테의 시기와 참견에 시달린다. <br/>원래 그림보다는 조각을 자신의 천직으로 믿었던 미켈란젤로는 성당의 넓은 천장을 어떤 그림으로 채울지 뾰족한 영감이 떠오르지 않자 막막한 심정에 결국 진척이 없는 작업을 내팽개치고 대리석 산지 카라라로 달아나고 만다. <br/>율리우스 2세는 즉시 미켈란젤로를 잡아들이라는 엄명을 내리고, 미켈란젤로는 도망가는 길에 문득 마주한 신비로운 자연의 풍경 앞에서 종교적인 깨달음처럼 작품의 영감을 얻는다. <br/>암호 나르는 천재소녀 만나<br/>★세이프(채널CGV 25일 오후 10시) = 세상으로부터 소외된 채 살아가는 전직 특수요원 출신의 격투기 선수 루크. 의미 없는 삶을 포기하려던 순간 루크는 한번 본 숫자는 절대 잊지 않아 조직과 조직을 오가며 암호를 나르는 천재 소녀 메이를 만난다. 중국 범죄조직 삼합회와 러시아 마피아를 비롯한 부패한 뉴욕 경찰까지 3000만 달러가 든 금고의 암호를 알고 있는 메이를 노린다. <br/>위험 속에 홀로 남은 메이를 통해 삶의 의미를 되찾은 루크는 소녀를 지키기 위해 숨겨온 정체를 드러낸다. 할리우드 액션 스타로 거듭난 제이슨 스타뎀이 주연을 맡았다. 이와 함께 할리우드 최고의 액션 전문가로 알려진 ‘킬빌’ 시리즈, ‘바스터즈: 거친 녀석들’ 제작진도 합류했다.

언론사: 문화일보-1-823.txt

제목: 病은 급격한 환경 변화에 적응 못한 유전자 탓  
날짜: 20140117  
기자: 김영번  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140117100000138  
본문: 질병의 탄생 / 홍윤철 지음 / 사이<br/><br/>건강이란 무엇일까. 이 책의 저자에 따르면 “<span class='quot0'>환경과의 관계 속에서 ‘적응’이라는 과정을 통해서 끊임없이 형성해 나가는 것</span>”이다. 다시 말해, 어떤 개체가 단독으로 건강한 상태를 성취하는 것이 아니라 ‘환경에 대한 적응’ 여부가 건강을 결정짓는다는 말이다. 그럼 질병은? 저자는 “<span class='quot0'>질병의 원인은 ‘환경의 변화’와 ‘유전자의 적응’ 사이에 나타나는 격차 때문</span>”이라고 주장한다.<br/><br/>저자의 논지를 좀 더 구체적으로 살펴보자. 인류는 오랜 기간 수렵채집의 삶을 살아왔기 때문에 현생 인류의 유전자는 기본적으로 수렵채집 생활에 맞게 적응해 왔다. 수백만 년 동안 지속된 수렵채집 환경에 적응해온 인류의 유전자가 최근 1만 년 동안 이뤄진 ‘환경의 급속한 변화 속도’를 따라잡을 수 없다는 것은 불문가지. <br/><br/>특히 인류를 둘러싼 환경은 빙하기 이후 지리적 대이동과 문명의 팽창, 농업혁명 등으로 짧은 시간 안에 급격하게 변했다. 이에 비해 인간의 유전자는 농업혁명 이전 수백만 년 동안 고착화된 식습관과 신체 활동, 생활습관, 자연환경에 맞게 형성돼 왔다. 둘 사이의 격차가 다양한 질병을 초래했다는 것이 저자의 주된 논지다.<br/><br/>저자는 이를 “<span class='quot0'>유전자가 변화된 환경에 적응하지 못한 부적응 상태가 질병을 일으키는 것</span>”이라고 요약한다. 환경에 대한 이 같은 부적응은 오늘날 고혈압, 당뇨병, 알레르기 질환, 암과 같은 질병의 유행으로 나타나고 있다는 것. 이는 개인의 고통뿐만이 아니라 인류 전체의 위기로 다가오고 있다고 저자는 강조한다.<br/><br/>저자는 인류의 생활환경을 크게 변화시켜 질병을 초래한 환경 요인으로 먹거리·기후변화·햇빛·오래달리기·술·담배·산업혁명·화석연료 등 8가지를 꼽는다. <br/><br/>이 중 먹거리에 대해 저자는 이렇게 설명한다. “야채, 과일, 견과류뿐 아니라 육류 등 다양한 음식을 통해 영양 섭취를 했던 수렵채집 시기에서 농업혁명이 시작되면서 밀, 쌀, 옥수수 등 단일작물을 통한 영양 섭취 시대로 바뀌었다. 에너지원을 곡류에 주로 의존하게 되면서 탄수화물 섭취는 몇 배나 늘어난 반면 음식 섭취의 다양성은 줄어들게 됐다. 결국 농경 생활로의 전환은 영양소 섭취의 질적 측면에서 보면 수렵채집 시기에 비해 나빠졌다고 할 수 있다.”<br/><br/>이 같은 먹거리의 변화는 농경 사회의 변화된 환경에서 노출되는 여러 가지 병원체의 공격에 대한 저항력을 떨어뜨려 감염성 질병에 걸리게 한 이유가 됐다고 저자는 분석한다. <br/><br/>게다가 산업혁명 이후 인류의 영양 섭취는 초기 인류뿐 아니라 농업혁명 이후 작물에 의존하던 시기의 영양 섭취와도 크게 달라졌다. 과다한 당분 섭취와 동물성 지방의 섭취는 현대인의 질병 상당수를 초래하는 요인이 됐다는 것. 저자는 “<span class='quot0'>이러한 영양 환경의 변화에 인간의 유전자가 적절히 대응할 만큼의 시간을 갖지 못했기 때문</span>”이라고 진단한다. <br/><br/>김영번 기자 zerokim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-824.txt

제목: 암유발 단백질 3차구조 영남대팀 세계 첫 규명  
날짜: 20140115  
기자: 박천학  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140115100000143  
본문: 유방암과 폐암을 유발하는 것으로 알려져 있는 단백질의 3차 구조를 국내 연구진이 세계 최초로 규명해 치료제 개발의 발판이 마련됐다.<br/><br/>박현호(40·생명공학) 영남대 교수 연구팀은 유방암과 폐암을 일으키는 것으로 알려진 ‘TRAF4’라는 단백질의 3차 구조를 규명했다고 15일 밝혔다. TRAF 단백질은 염증반응에 중요한 역할을 하며 잘못된 염증반응 조절은 다양한 종류의 암을 비롯해 면역 이상, 알레르기, 동맥경화, 신경퇴행성 질환, 당뇨, 비만 등의 질병을 일으키는 것으로 알려져 있다. <br/><br/>TRAF 단백질은 TRAF1~TRAF7까지 7가지가 있으며 특히 TRAF4는 태아의 신경 발생 과정에서 중요한 역할을 하고 있다. 또 과다한 발현은 유방암 및 폐암을 유발한다고 학계에 보고돼 있어 암연구자들이 주목하는 단백질이다. <br/><br/>박 교수팀의 연구 결과는 생물리학 분야 세계 최고 저널로 알려진 ‘악타 크리스탈로그라피카 섹션 D’ 1월호에 실렸다.<br/><br/>경산 = 박천학 기자 kobbla@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-825.txt

제목: 오상진 혹이 8개...건강상태 적신호 ‘충격’  
날짜: 20140115  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014011510013594673  
본문: 배우 오상진의 건강상태에 빨간불이 켜진 것으로 드러났다.<br/><br/>오상진은 최근 KBS2 TV ‘비타민’ 촬영에서 다양한 검사를 받았다. 암의 씨앗이 될 수 있는 불청객, 혹을 진단했는데 오상진의 몸에는 무려 8개의 혹이 있었다. <br/><br/>오상진은 “남들에 비해 과하게 건강을 신경 쓴다. 아무리 바빠도 운동을 꾸준히 하고 영양제도 챙겨먹는다”며 “원래 흡연도 했지만 건강을 위해서 3년 전에 끊었다”고 밝혔다. <br/><br/>그러나 이날 검진 결과는 충격적이었다. 이대목동병원 전혜진 교수는 “오상진은 몸에 총 8개의 혹을 갖고 있다. 앞으로 크기나 모양에 변화가 있는지 1년 주기로 추가적 검사가 필요하다”고 오상진에게 전했다. <br/><br/>한편 오상진이 출연하는 ‘비타민’은 15일 밤 8시 55분에 방송된다. <br/><br/><인터넷뉴스팀><br/>사진=OSEN

언론사: 문화일보-1-826.txt

제목: “흡연자 질환 사망위험 非흡연자의 1.7배”  
날짜: 20140115  
기자: 이용권  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140115100000104  
본문: 흡연자의 사망 위험이 비흡연자의 1.7배 이상으로 높다는 연구가 새로 발표됐다. 대규모 담배 소송을 앞두고 있는 국민건강보험공단이 연세대 보건대학원과 함께 19년간의 사망자 데이터를 추계해 분석한 것이어서 주목받고 있다.<br/><br/>김종대 건강보험공단 이사장은 한국보건정보통계학회지 제38권 2호에 게재 예정인 ‘한국인 성인 남녀의 흡연 관련 사망에 관한 연구’를 개인 블로그에 14일 공개하면서 담배의 위험성을 경고했다. 김 이사장은 “<span class='quot0'>지난여름 흡연자의 암발생률이 비흡연자보다 최대 6.5배 높다는 연구결과를 발표했는데 최근 또 하나의 흥미로운 연구결과가 발표됐다</span>”며 “<span class='quot0'>흡연으로 인한 사망자수가 얼마나 많을지에 대해 추정한 연구</span>”라고 소개했다. 연구는 건강보험공단이 연세대 보건대학원과 구축한 147만7729명의 흡연자 자료와 통계청 사망원인 자료를 연계해 1993년부터 2011년까지 최장 19년간의 사망 여부와 사망 원인을 추적 조사한 내용이다.<br/><br/>조사 결과 남성의 경우 흡연자의 사망 위험은 비흡연자의 1.75배로 높았으며, 여성 흡연자도 비흡연자에 비해 사망 위험이 1.72배로 높았다. 질환별로 암으로 사망할 위험은 남성의 경우 흡연자가 비흡연자에 비해 1.98배로 높았고 특히 후두암(4.71배), 폐암(4.8배) 등에서 사망확률이 높았다. 여성의 경우에도 흡연자가 암으로 사망할 위험이 비흡연자에 비해 1.5배로 높았다. 심뇌혈관질환으로 사망할 위험도 남성의 경우 흡연자가 비흡연자에 비해 1.67배로 높았으며, 협심증이나 급성 심근경색 등 허혈성 심장질환으로 사망할 위험은 2.04배로 높았다.<br/><br/>이용권 기자 freeuse@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-827.txt

제목: <한의사 장동민의 王의 병을 보면 건강이 보인다>‘손떨림’ 주요 원인은 心虛·肝火  
날짜: 20140114  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140114100000143  
본문: 연말 연초에 술자리가 많아지면서 새롭게 조명된 병증이 있는데, 바로 수전증(手顫症)이다. 이는 말 그대로 손을 떠는 증상인데, 정말로 술잔을 받을 때 손 떨게 되면 으레 ‘알코올 중독’이 아니냐는 농담 섞인 핀잔을 듣게 마련이다. 그런데 실제 영국 로열더비병원의 응급의학과 연구진이 이와 관련하여 재미난 연구를 한 적이 있다고 한다. <br/><br/>영화와 소설에 나오는 제임스 본드의 음주습관을 연구한 결과, 제임스 본드는 보통 1주일에 와인 10병 정도의 술을 마시는 것으로 파악됐는데, 이로 인해 제임스 본드는 암, 우울증, 고혈압, 간경변 및 성기능 장애에 걸릴 위험이 높으며, 특히 ‘알코올성 수전증’에 수명도 단축될 것이라고 밝혀서, 이른바 술자리 농담대로 과도한 음주가 수전증 발병에 정말 연관성이 있음을 얘기하였다.<br/><br/>하지만 실제 임상에서 수전증은 더욱더 다양한 원인으로 발병된다. 세종 28년 4월 30일의 ‘왕조실록’ 기록을 보면, ‘임금이 풍증(風症)으로 수전증이 있어 수결(手決)을 두기가 어려워서 권도(權道)로 압자(押子)를 찍고, 드디어 이 뜻으로 겸하여 요동(遼東)에 자문(咨文)하였다’라고 기록되어 있다. 이는 세종대왕이 중풍(中風)을 앓아서 손을 떠는 바람에 중국에 보내는 서류에 결재 사인(sign)을 제대로 하지 못했다는 이야기인데, 아닌 게 아니라 이렇게 중풍과 수전증을 연결시켜 생각하는 사람들도 많은 편이다.<br/><br/>물론 중풍은 뇌혈관이 막히거나 터져서 나타나는 증상이기 때문에, 운동을 담당하는 소뇌 쪽에 문제가 생기면 손떨림 증상의 후유증이 나타나게 된다. 하지만 모든 중풍에 수전증이 나타나는 것은 아니며 드물게 중풍 초기에 나타나거나, 후유증으로 나타난다. <br/><br/>하지만 역시 임상적으로 가장 많이 나타나는 수전증은 ‘본태성 떨림’이다. 본태성 떨림은 가장 흔한 떨림 중 하나로, 30∼40대에 발생하는 수전증의 대표적인 원인이다. 특징적으로 안정 시에는 증세를 보이지 않지만, 어떤 작업을 시작하려고 하면 증세가 나타나게 된다. 또한 감정이 격앙되거나 운동 직후 또는 피로하면 더 악화되는 경향을 보이는 특징을 가지고 있다. 수전증의 또 다른 흔한 원인으로는 ‘파킨슨병’을 들 수 있다. <br/><br/>일반적으로 모든 사람이 특별히 집중을 하면 어느 정도 손끝이 떨리는 경향성은 있지만, 만약 그 정도가 지나치면 치료대상이 될 수밖에 없다. 한의학적으로 수전증의 가장 주된 원인으로 꼽는 경우는 역시 심허(心虛)다. 한의학에서 심은 마음을 다스리는 장기인데, 심의 기운이 약해지면 말 그대로 심약(心弱)해지게 된다. 보통 예민하면서 소심하고 내성적인 사람이, 충격을 받거나 무서운 일을 당하면 몸이 저절로 벌벌벌 떨게 되는 것을 경험하게 되는데, 바로 이에 해당된다. 이러한 경우에는 심을 보하는 처방을 사용하게 된다.<br/><br/>다음으로 간혈(肝血)이 부족하거나 간화(肝火)가 상승한 경우에도 수전증이 생긴다. 일반적으로 너무 화가 나면 몸이 부르르 떨리는 것을 경험해 본 적이 있을 것이다. 이 경우가 바로 이에 해당되는데, 특히 한의학적으로 간은 근육을 담당하기 때문에 더욱 상관성이 높다. 이밖에 비위가 약해 충분히 영양을 섭취하지 못했을 때도 손떨림이 나타나는데, 배고프면 손 떨리는 경우가 이에 해당된다. 또한 담음(痰飮) 등으로 인해 순환이 되지 않아 손이 떨리는 경우도 있다. 이와 같이 수전증의 원인은 매우 다양하므로, 일단 가까운 한의원에 가서 정확한 진단부터 받는 것이 치료의 첫걸음이라 하겠다.<br/><br/>하늘땅한의원장 www.okskyland.com

언론사: 문화일보-1-828.txt

제목: <최형기의 性功해야 성공한다>암덩어리 배뇨 곤란하게 할땐…  
날짜: 20140113  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140113100000139  
본문: 어느 날 지인을 통해 소개받은 M(63) 씨가 찾아왔다. 수심이 가득한 얼굴이다. <br/><br/>“어떻게 오셨나요?”<br/><br/>“<span class='quot0'>전립선암으로 치료를 받고 있어요.</span>”<br/><br/>“<span class='quot0'>처음에 어떻게 알게 됐습니까?</span>”<br/><br/>“건강 검진에서 전립선 특이 항원검사(PSA) 수치가 8로 높게 올라갔어요. 정밀 검사를 받아보라고 해서 조직 검사를 두 군데 대학 병원에서 했는데 모두 양성으로 나왔습니다.”<br/><br/>“수술을 받았나요?”<br/><br/>“정밀하게 MRI 검사를 해보더니 이미 전립선 막을 넘어간 상태라 근치적 수술은 할 수 없다고 하더군요. 호르몬 치료를 하자고 해서 주사와 약으로 치료받고 있는 중입니다. 1년 반 동안 치료받고 있는데 아무런 차도가 없어요. 소변 보기가 계속 불편하고 성 기능은 완전히 가버려서 선생님을 찾아왔어요.”<br/><br/>“<span class='quot0'>전립선암일 때 호르몬 치료를 받으면 남성 호르몬을 억제시키므로 자연히 성욕이 저하되고 발기력은 약화됩니다.</span>”<br/><br/>이미 대학 병원에서 암 진단을 받고 치료 중인 상태여서 검사가 필요 없겠으나 환자는 다시 한 번 봐주길 원했다. 소변 줄기 검사와 초음파 검사를 시행했다.<br/><br/>소변 줄기가 5㎜ 이하로 매우 약하게 나타났다. 초음파 검사에서 전립선은 35㎎ 정도로 커져 있었다. 커진 일부 조직이 마치 병뚜껑같이 돌출돼 방광 입구를 꽉 막고 있었다.<br/><br/>“소변 보기가 아주 힘드셨겠군요. 방광 입구가 꽉 막혀있어요. 내시경 검사로 다시 확인해보는 게 좋겠습니다.”<br/><br/>내시경 검사로 보니 커진 암 조직이 방광 입구를 꽉 막고 있어서 수술이 꼭 필요한 상태였다.<br/><br/>“소변 보시기가 너무 힘드시겠는데요. 우선 소변 문제를 해결해야겠어요. 교수님께 이 문제를 이야기하지 않았나요?”<br/><br/>“대학 병원에는 환자들이 너무 많고 의사와 3분 이상 자세한 이야기를 할 수가 없어요. 주사 맞고 약 먹으면서 3개월마다 한 번씩 가고 있어. 소변보기가 아주 힘들고 급하면 응급실로 오라고 했습니다.”<br/><br/>“지금 소변이 너무 힘드시니까 우선 내시경 수술로 커진 암 조직을 잘라 내 방광 입구를 넓혀주는 수술을 하는 게 좋겠습니다. 암에 대한 근치적 수술은 아니고 소변만 보기 편하게 해드리는 수술입니다.”<br/><br/>척추 마취 후 내시경 수술로 마개같이 방광 입구를 꽉 막고 있던 암 조직이 떨어져 나왔다. 최신 시화술로 전립선 조직을 가능한 한 많이 태워 소변이 잘 나오게 했다.<br/><br/>수술 후 다음 날 호스를 뽑고 소변을 보게 했다. 소변 줄기가 강하고 시원스럽게 나오니 환자는 만족한다는 표정이다. <br/><br/>“아휴! 이렇게 쉽게 좋아지는 걸 진작 찾아올 걸 그랬어요.”<br/><br/>오랜만에 수심에 차있던 얼굴이 환해졌다. <br/><br/>“우선 소변 문제는 해결했으니 이제는 암 조직이 다시 자라나지 않도록 호르몬 치료를 받으면서 계속 주시·관찰해야 합니다. 무엇보다 정신적 안정을 취하시고, 스트레스를 줄이세요. 식생활 측면에서는 육류와 술 담배를 줄이시고 즐겁게 지내세요. 주기적으로 PSA수치를 측정하며 관찰해봐야 합니다.”<br/><br/>환자가 만족하고 웃는 얼굴로 퇴원할 때 의사는 보람을 느끼고, 하는 일도 즐겁다.성공클리닉 원장

언론사: 문화일보-1-829.txt

제목: 女체육교사, 신장질환 제자에 콩팥 이식 ‘훈훈’  
날짜: 20140109  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140109100000180  
본문: 미국의 한 여교사가 자신이 가르치는 제자에게 신장 이식수술을 해주기로 결정한 사실이 알려지면서 전국에 감동을 불러일으키고 있다. <br/><br/><br/><br/>미 콜로라도주 덴버에 위치한 이스트고등학교에서 체육을 가르치는 젠 스컬리 교사는 신장질환을 앓고 있는 제자에게 자신의 신장을 이식키로 결정했다고 덴버의 지역방송 WCNC가 8일 보도했다. <br/><br/><br/><br/>보도에 따르면, 스컬리 교사가 신장 이식수술을 결심한 이유는 1년 전 암으로 사망한 그의 숙모 때문이었다. 스컬리가 가진 것이 없어 힘들었던 순간에도 큰 희망을 줬던 숙모가 떠난 뒤 스컬리는 한동안 큰 슬픔에 빠져 지냈다. 그러던 중 학교에서 신장질환으로 생명이 위독한 한 여학생의 이름이 자신의 숙모와 같다는 사실을 알게 됐고, 그 학생에게 자신의 신장을 이식해주고 싶다는 생각을 하게 된 것이다. 조직검사 결과 다행스럽게도 스컬리와 해당 학생은 이식에 문제가 없다는 의사의 소견이 나왔다. <br/><br/><br/><br/>스컬리는 “<span class='quot0'>이번 결심으로 인해 나는 숙모에 대한 아픈 기억에서 벗어날 수 있었다</span>”며 “<span class='quot0'>내 소망은 그 학생이 건강하게 오래 살아주는 것</span>”이라고 밝혔다. 해당 학생도 “<span class='quot1'>나에게 주어진 선물에 매우 감사한다</span>”고 밝혔다. 이식 수술은 이번 주에 진행되며, 스컬리 교사는 병원에서 치료를 마친 뒤 빠른 시일 내에 교단으로 복귀할 예정이라고 외신은 전했다. <br/><br/><br/><br/>김다영 기자 dayoung817@

언론사: 문화일보-1-830.txt

제목: 나노입자로 혈관속 癌세포 죽인다  
날짜: 20140108  
기자: 김다영  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140108100000063  
본문: 혈류를 타고 떠도는 암세포를 거의 100% 없앨 수 있는 치료 기술이 개발됐다. 7일 UPI통신 등에 따르면, 미국 코넬대의 마이클 킹 생의학 박사는 특수 나노입자를 개발, 다른 부위로 가기 위해 혈류를 타고 이동 중인 암세포와 접촉해 이를 파괴하는 데 성공했다.<br/><br/>이 특수 나노입자는 ‘트레일(TRAIL)’이라고 불리는 암세포 파괴단백질과, 백혈구에 달라붙는 성질의 단백질을 결합한 것이다. 이 나노입자를 혈관에 주입하면 백혈구에 달라붙은 채로 혈류를 타고 체내를 돌다가, 암세포와 만나게 되면 트레일이 암세포를 공격한다. 킹 박사는 쥐를 대상으로 한 실험에서 이 나노입자가 투입된 지 2시간 만에 암세포들이 거의 소멸되는 놀라운 결과가 나왔다고 밝혔다. <br/><br/>이 나노입자 치료술은 암세포가 전이되기 쉬운 수술이나 방사선치료 전에 사용하면 효과가 클 것으로 기대되고 있다. 또한 공격성이 매우 강한 암에 걸린 환자에게 사용하면 암세포의 전이를 막을 수 있을 것으로 보인다. <br/><br/>킹 박사는 “<span class='quot0'>앞으로 몸집이 큰 동물에 대한 실험을 통해 나노입자의 안전성을 확인해야겠지만 지금까지의 실험에서는 혈액세포나 혈관내막 또는 면역체계의 손상이 나타나지 않았다</span>”고 밝혔다. 이번 연구 결과는 미국국립과학원회보(PNAS) 최신호에 실렸다. <br/><br/>김다영 기자 dayoung817@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-831.txt

제목: <힐링푸드>‘몸속 5惡’ 잡아주는 ‘착한 5穀’  
날짜: 20140108  
기자: 이경택  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140108100000157  
본문: 뱃살이 문제다. 배가 나온다는 것은 장기 주변에 덩어리 형태로 축적되는 내장지방이 늘고 있다는 증거이며, 내장지방은 각종 염증반응을 일으켜서 몸을 망가뜨린다. 혈관을 공격해 지방 찌꺼기들이 쌓이게 해 뇌졸중이나 심근경색 등의 질병을 유발하고, 혈액에 적절히 분배돼야 할 인슐린에도 저항이 생기면서 당뇨병이 발병한다. 고지혈증, 고혈압, 당뇨 등 각종 성인병이 동시다발적으로 나타난다. 대사증후군에 걸린 것이다. 그리고 대사증후군은 마지막 종착지인 암을 향해 달려간다.<br/><br/>그러면 뱃살을 어떻게 뺄까. 이와 관련해 최근 도정을 덜한 현미나 통밀, 호밀 등 각종 통곡물이 건강식으로 각광 받고 있다. <br/><br/>특히 통곡물에 풍부한 식이섬유는 성인병 예방과 관련해 가장 주목 받는 성분이다. 실제로 통곡물 섭취를 통해 체중 감량은 물론 각종 성인병 개선에 효과를 봤다는 증거가 속속 나오고 있다. 주요 통곡물들의 성분과 효능을 알아보자. <br/><br/>#현미<br/><br/>현미도 비록 도정은 덜 됐다 해도 역시 쌀이기 때문에 비만을 유발하는 탄수화물 성분이 많이 들어있다. 그러나 현미에는 그 대신 식이섬유가 많다. 섬유질이 많이 든 식품은 적게 먹어도 배가 부르다. 백미의 3분의 2만 먹어도 같은 포만감을 맛볼 수 있게 해준다. 다이어트에 효과가 있는 것도 그 때문이다. <br/><br/>현미의 식이섬유는 콜레스테롤 재료인 담즙산 배출을 도와 혈중 콜레스테롤 수치도 낮춰준다. 한편 현미 속껍질에 풍부한 칼슘, 마그네슘 등 미네랄 성분은 소금 맛을 대신해줘 혈압을 높여주는 염분 섭취도 자연스럽게 줄여준다. <br/><br/>#메밀<br/><br/>메밀 역시 대표적인 다이어트 식품이다. 메밀이 다이어트에 효과가 있는 것은 감자의 4배나 되는 식이섬유 때문이다. 메밀의 식이섬유는 당이 서서히 흡수되도록 도와주고 비만도 예방해준다.<br/><br/>또 메밀에 풍부한 루틴 성분은 모세혈관을 튼튼히 해주고 혈액순환을 돕는다. 메밀 100g에는 22.5㎎의 루틴이 들어있다. 메밀의 루틴 성분은 수용성이어서 뜨거운 물에 잘 용해돼 나오기 때문에 메밀막국수집에서 내놓은 메밀 삶은 육수를 마시는 것도 루틴 섭취를 위해 좋다. 한편 당뇨에 걸리면 생체 내 단백질의 당화로 인한 합병증 때문에 고통을 겪게 되는데 실험 결과 메밀 추출물이 어느 정도 당화를 억제해주는 것으로 나타났다. <br/><br/>#통밀<br/><br/>최근 들어 밀가루가 건강을 해치고 비만의 원인이 된다는 연구자들의 주장이 심심찮게 각종 매체에 등장하고 있다. 연구에 따르면 밀가루의 당 지수가 높아 혈당을 빠르게 치솟게 해 살을 찌게 한다는 것이다. 또 반죽을 쫄깃하게 해주는 밀가루 속의 글루텐(gluten) 성분이 마치 마약처럼 밀가루 음식을 더 찾도록 해서 과식을 유도한다고도 한다. 그러면 통밀은 어떨까. 도정된 하얀 밀과 달리 통밀에는 미네랄과 비타민, 특히 비타민B 복합체와 비타민E 등이 많이 들어있다. 밀에 비해 식이섬유 함량은 두 배 이상이다. 반면 글루텐 함량은 적다. <br/><br/>#호밀<br/><br/>호밀은 밀보다 훨씬 많은 식이섬유를 지녔다. 반면 칼로리는 낮다. 비만 환자는 물론 고혈압, 당뇨병 환자에게 호밀로 만든 음식을 권하는 것도 그 때문이다. 곡물인데도 100g당 15.9g에 이를 정도로 단백질 함량이 높고, 나트륨 배출을 도와 혈압을 조절하는 칼륨과 노화 예방에 도움을 주는 셀레늄, 정신건강 비타민으로 통하는 비타민B1 등도 많이 들어있다. <br/><br/>#귀리<br/><br/>귀리를 가공한 오트밀을 기준으로 했을 때 식이섬유 함유량은 100g당 18.8g이다. 찰보리(5.6g), 현미(일품벼·3.8g)보다 훨씬 높다. 특히 귀리의 수용성 식이섬유인 베타글루칸은 심근경색 등 심혈관질환과 관련해 주목 받고 있는 성분이다. 버섯과 보리 등에도 많다고 알려진 베타글루칸은 소장에서 수분과 결합해 젤을 형성한 후 지방과 콜레스테롤의 흡수를 억제한다. 이 같은 효능으로 인해 귀리는 곡물로서는 유일하게 미국 일간지인 타임이 선정한 세계 10대 슈퍼푸드에 포함돼 화제가 되기도 했다.<br/><br/>글 = 이경택 기자 ktlee@munhwa.com<br/><br/>사진 = 김호웅 기자 diverkim@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-832.txt

제목: 龍鳳山 마애불 안내하는 길 따라…‘백제 佛國土’를 만나다  
날짜: 20140108  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140108100000128  
본문: # 56억7000만 년의 희망을 찾아가는 길 <br/><br/>화염처럼 치솟은 충남 홍성의 용봉산 암봉 아래 자그마한 절집에서 스님이 내놓은 향긋한 다래순 차 한 잔으로 마음을 덥히고 내려서는 길. 바위 틈에 숨은 듯 서있는 그 부처를 만났다. 지금으로부터 1200여 년 전 석공이 돌 속에서 꺼낸 부처. 갸름한 얼굴에다 도톰한 눈두덩과 가는 눈. ‘다 똑같이 생긴’ 다른 불상과는 사뭇 달랐다. 1000년이 훨씬 넘는 세월에 그 앞에선 중생들의 간절한 기도를 저렇듯 새침한 표정으로 받아냈으리라. <br/><br/>충남 홍성과 예산. 그곳에는 이루 다 헤아릴 수 없을 정도의 미륵과 부처가 있다. 폐사된 사찰터에도, 작은 마을 어귀에도, 고즈넉한 들판에도, 북적이는 저잣거리에도 세월과 바람에 깎인 미륵이 서있다. 건물 높이만큼 위풍당당한 것도 있고, 키가 껑충하게 큰 것도, 동글동글 자그마한 것도 있다. 새침한 표정을 하고 있는 것도, 온화한 미소를 띠고 있는 것도, 무표정한 것도, 아예 세월에 얼굴이 다 닳아버린 것도 있다.<br/><br/>미륵은 석가모니가 미처 구원하지 못한 중생들을 훗날 구원키로 약속받은 미래불이다. 신라 고승 원효의 계산법에 따르면 미륵은 부처가 열반에 들고난 뒤 자그마치 56억7000만 년 뒤에 도솔천을 건너 세상에 오기로 예정돼 있다. 세상에 와서 용화수 밑에서 깨달음을 얻고 부처가 돼 세 번의 설법으로 고통받는 중생들을 모두 구원해 준단다. 미륵의 도래를 믿은, 후세의 구원을 믿은 이들이 이 수많은 미륵불을 세웠을 것이다. 미륵불을 세우고 그 앞에 두 손을 모으며 미래 세상에서 올 구원을 기다렸다는 건, 역설적으로 질곡 같은 삶 때문이었을 것이다. 미래의 구원을 간절히 기원했던 건, 그만큼 삶이 고통스러웠기 때문이다. <br/><br/>홍성과 예산은 인근의 서산과 태안을 함께 묶어 ‘내포(內浦)지방’이라고 부른다. 내포란 바다가 육지 안쪽까지 깊숙이 들어온 지역이란 뜻. 이쪽에 미륵이 가장 많이 세워졌던 건 신라 말엽 때다. 덧없이 스러지고만 백제가 거기 있었다. 통일 신라 이전부터 고구려와 백제의 국경선이었던 내포지방에는 전란이 끊이질 않았다. 후삼국의 전쟁도 이쪽이 주무대였다. 끝을 모르는 기나긴 전쟁의 복판에서 살았던 내포 사람들은, 그러나 희망을 믿었다. 그래서 언젠가 미륵이 내려와 자신들을 구원해 주기를 빌고 또 빌었던 것이다. <br/><br/>그리고 다시 1000년. 이 땅의 삶은 여전히 혼돈스럽고 어지럽다. 이루지 못한 꿈과 욕망, 그리고 미래 세상의 구원의 꿈은 아직 여전하다. 신년 벽두의 여행지로 내포의 미륵불을 만나러 가는 여정을 권하는 까닭이 여기 있다. 소원은 소박하면 소박할수록, 그 소원이 자신이 아닌 타인에게로 향하는 것일수록 그 여정은 더 따스하고 값지리라.<br/><br/><br/># 용봉산, 패망한 백제의 불국토를 이루다<br/><br/>내포지방의 미륵을 만나러 가는 여정의 중심은 마땅히 홍성 땅의 용봉산이 돼야 한다. 높이래야 해발 381m에 불과하지만, 용봉산은 능선을 따라 창처럼 세워진 기암이 늘어서 있어 한눈에도 범상찮은 기운을 뿜어내는 산이다. 산 이름에다 용(龍)과 봉황(鳳)을 함께 넣은 것만으로도 비범한 산세는 짐작되고도 남는다. 투석봉, 노적봉, 악귀봉, 병풍바위…. 일일이 이름을 외자면 숨이 찰 정도의 암봉들이 저마다의 위용을 자랑하고 있다. 용봉산의 능선은 북쪽으로 예산의 수암산으로 이어진다. 암릉의 줄기는 수암산으로도 넘어가 비경을 빚어내는데, 수암이란 이름도 ‘빼어날 수(秀)’에 ‘바위 암(巖)’자를 쓴다. <br/><br/>용봉산과 수암산이 이어지는 긴 능선에는 지금은 용도사와 용봉사 딱 두 곳만 남았지만, 오래전에는 골짜기마다 절집이 들어서 있었다. 한건택 충남문화재전문위원이 직접 확인한 용봉산의 절터만 무려 27곳에 이른단다. 신라의 경주에 석불들로 즐비한 남산이 있다면, 백제의 내포 땅에는 용봉산이 수많은 사찰로 불국토를 이루고 있었던 셈이다. 절집은 두 곳만 남긴 채 스러지고 없지만, 마애불은 도처에 남아 있다. 용봉산은 암릉의 산세만으로도 사람들을 불러들이지만, 마애불을 따라가는 행로를 이으면 그 여정은 더 풍성해진다. <br/><br/>먼저 산행 코스를 따라 용봉산 남쪽 아래부터 시작하자. 산행 들머리가 되는 절집 용도사에는 당당한 체구의 상하리미륵불이 우뚝 서있다. 떡 벌어진 어깨와 각진 얼굴의 불상은 높이가 7.7m, 어깨 폭도 4m에 달한다. 미륵불 바로 옆에 대웅전이 있는데도 주지 스님은 이른 아침부터 법당을 놔두고 미륵불 앞에서 예불을 시작했다. 후덕한 표정의 석불에서는 위압감보다 소박함이 느껴졌다. 금세라도 기도하는 이에게 손을 내밀 것 같은 그런 인상이다. <br/><br/>용봉산 남쪽 끝에 상하리미륵불이 있다면, 반대편 북쪽 예산의 수암산 자락에는 삽교석조보살입상이 있다. 두 개의 돌을 붙여서 세운 이 미륵불도 키가 8m에 달한다. 이 미륵불은 홍성의 상하리미륵불과는 달라도 너무 다르다. 홍성의 것이 두꺼운 몸매에다 다소 무뚝뚝한 인상이라면, 예산의 것은 키만 훌쩍 큰 여윈 체격에 옅은 미소를 띠고 있다. 좀 불경스러울지는 몰라도 두 미륵불을 한꺼번에 이르자면 이런 표현이 딱 적당하겠다. 뚱뚱이와 홀쭉이…. <br/><br/>남쪽 끝과 북쪽 끝에 하나씩의 미륵이 있다면 산의 가운데쯤에는 관음보살이 있다. 용봉산과 수암산 능선의 딱 중간쯤에 있는 절집 용봉사. 그 위쪽에는 신경리마애여래입상이 있다. 바위면을 파내고 그 안에 불상을 돋을새김했는데 유연한 조각 솜씨가 돋보인다. 이 불상은 앞으로 기울여 조각돼 있는데, 그 앞에 서서 불상과 눈을 맞추면 왜 애써서 이렇게 기울여 조각했는지를 금세 알 수 있다. 용봉사 아래쪽에도 바위에 글과 함께 새겨놓은 마애불이 또 하나 있다. 기사 첫머리에서 소개한 그 불상이다. 용봉사의 석불 중에서 유일하게 조성한 시기가 명확하게 확인되는 미륵불이다. 미륵불을 새긴 건 신라 말인 799년. 지금으로부터 자그마치 1215년 전의 일이다. <br/><br/><br/><br/># 미륵의 하생을 기다리던 간절한 기원 <br/><br/>용봉산의 빈절골에도 마애보살입상이 있다. 인적이 없는 계곡의 무성한 조릿대 덤불을 뚫고 이정표 하나 없는 길을 찾아가는 길이다. 산중을 헤매다가 넓적한 바위에 얕게 돋을새김돼 있는 불상을 찾았다. 꾹 다문 입에 한 손을 들고 있는데, 자취 없는 담쟁이 덩굴이 허리춤을 휘감고 있다. 그 위쪽으로 빈절골의 옛 절터가 있다는데, 도무지 길이 없어 접근이 불가능해 발길을 되돌렸다. 빈절골 아래에도 가마바위골 절터가 또 있다고 전해진다. 거기서 불상과 석탑이 몇 개 무단으로 반출됐고, 30년 전쯤 발견된 머리가 없는 불상은 공주박물관 야외전시장으로 옮겨졌다. 그것 말고도 용봉산 아래에 있었다던 27개의 옛 절터마다 불상이나 석탑을 모셔 두고 있었을 터이니 얼마나 많은 불상들이 실려 나갔던 것일까. <br/><br/>도난당한 석불이라면 홍성의 용산리미륵불을 빼놓을 수 없겠다. 강인한 인상의 이 석불은 길가의 언덕 위에 벽돌담을 두른 채 서있는데, 지난 1989년 감쪽같이 도난당했다가 한 달여 만에 되찾았다. 도난당한 석불은 온양역 인근의 석재상에게 팔려 나갔는데, 마침 기차를 타고 가던 주민이 기찻길 옆 석재상에 뉘어져 있던 석불을 우연히 발견해 되찾아왔다. 석불을 찾아온 뒤 마을 주민들은 산중에 있던 석불을 길가로 옮기고는 주위를 담장으로 둘러쳤다. 홍성에는 이것 외에도 홍성읍 내법리에 광경사지석불좌상이, 홍북면 내덕리에 석불좌상미륵불이 있다. <br/><br/>홍성에서 예산 쪽으로 건너가면 미륵을 기다리던 이들의 간절한 염원이 서린 자취가 있다. 봉산면 효교리의 매향비. 고려 말 혼란의 시기. 왜구들은 들끓고, 지역 토호들의 학정이 판을 치던 당시에 민초들은 미륵을 기다리며 갯벌에 향나무를 묻었다. 현실 세상의 고통에 시달리던 사람들은 56억7000만 년이란 도무지 가늠할 수 없는 억겁의 시간을 기다리지 못했다. 그래서 갯벌에 묻었던 향나무가 1000년 뒤에 물 위로 떠오르면 미륵이 오고, 그때 미륵 앞에 1000년 묵은 향을 피워 올린다는 믿음을 가졌다. 매향비란 바로 그곳에 향나무를 묻고 매향의식을 치렀음을 징표하는 비석이다.<br/><br/>비석은 ‘도라지가든’이란 상호의 식당 한쪽의 밭에 버려지듯 놓여 있었다. 구원을 기다리던 백성들의 꿈이 변변한 안내판 하나 없이 나뒹굴고 있다. 간척사업으로 바다는 멀리 물러나 버렸고, 1000년이 지나서 떠오른다던 향나무는 땅속에 묻혔을 것이다. 미륵 도래의 염원으로 향나무를 묻고 매향비를 세운 지 800년 남짓. 땅속에 묻히고만 향나무처럼, 아무렇게나 나뒹구는 매향비처럼 미륵은 영 오지 않을 것인가.<br/><br/><br/><br/># 눈물 섞인 기도를 만나다<br/><br/>예산 땅에도 도처에 석불과 미륵이 있다. ‘명당 중의 명당’이라는 덕산면 상가리의 남연군묘. 남연군은 흥선대원군의 아버지다. 상가리미륵불은 그 묘를 등지고 서있다. 대원군이 본래 가야사 절터를 허물고 그 자리에 아버지의 묘를 쓰자, 노한 석불이 돌아앉았다는 전설이 전해지는 곳이다. 당대의 세도가가 지은 호화스러운 묘에 뒤돌아선 미륵불에다 사람들은 과연 어떤 소망을 빌었던 것일까. <br/><br/>미륵과 불상을 찾아 내포지방으로 떠난 여정에서 예산의 수덕사를 뺀다면 아니 될 말이다. 예산 덕숭산의 수덕사는 조성 연대가 확인되는 국내 최고의 목조건축물인 대웅전이며 절집의 고즈넉함이 워낙 이름난 곳이라 따로 설명이 필요없을 정도다.<br/><br/>수덕사를 찾는 이들은 대개 대웅전만 둘러보고 돌아서지만, 수덕사의 진면목은 오히려 절집 뒤편 덕숭산 어깨에 있는 정혜사를 비롯한 산내 암자에 있다. 남매탑 위로 장엄하게 저무는 해를 만날 수 있는 정혜사는 스님들이 동안거를 지내는 동안 출입이 통제돼 아쉽지만, 그 곁의 만공 스님을 기리는 만공탑과 그 아래 향운각, 그리고 거대한 석불은 놓치지 말 일이다. 만공탑과 향운각도 근대의 것이고 만공 스님이 세운 석불도 1924년에 조성된 것이다. 석불은 관음보살상이지만 산길을 짚어 거기까지 오른 이들은 석불을 관음이 아닌 미륵으로 받아들이고 있었다.<br/><br/>해가 저물 무렵, 한 할머니가 고무신을 신고 산길을 올라와 산중의 석불 앞에서 머리를 조아렸다. 백팔배를 하고는 불상 앞에 엎드린 할머니의 눈물 섞인 기도가 어찌나 간절했던지, 감히 그 사연을 물을 수 없었다. 기도는 고통에서 시작되지만, 그 끝은 희망이다. 내포 땅의 그 수많은 미륵들은 그것을 증거한다. 오랜 세월에 무너지고 지워져 비록 돌로 나뒹굴고 있을지라도…. 할머니의 굽은 등 뒤로 짧은 겨울 해가 노을과 함께 뉘엿뉘엿 기울었다. <br/><br/>홍성·예산 = 글·사진 박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-833.txt

제목: 龍鳳山 마애불 안내하는 길 따라…‘백제 佛國土’를 만나다  
날짜: 20140108  
기자: 박경일  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140108100000110  
본문: # 56억7000만 년의 희망을 찾아가는 길 <br/><br/>화염처럼 치솟은 충남 홍성의 용봉산 암봉 아래 자그마한 절집에서 스님이 내놓은 향긋한 다래순 차 한 잔으로 마음을 덥히고 내려서는 길. 바위 틈에 숨은 듯 서있는 그 부처를 만났다. 지금으로부터 1200여 년 전 석공이 돌 속에서 꺼낸 부처. 갸름한 얼굴에다 도톰한 눈두덩과 가는 눈. ‘다 똑같이 생긴’ 다른 불상과는 사뭇 달랐다. 1000년이 훨씬 넘는 세월에 그 앞에선 중생들의 간절한 기도를 저렇듯 새침한 표정으로 받아냈으리라. <br/><br/>충남 홍성과 예산. 그곳에는 이루 다 헤아릴 수 없을 정도의 미륵과 부처가 있다. 폐사된 사찰터에도, 작은 마을 어귀에도, 고즈넉한 들판에도, 북적이는 저잣거리에도 세월과 바람에 깎인 미륵이 서있다. 건물 높이만큼 위풍당당한 것도 있고, 키가 껑충하게 큰 것도, 동글동글 자그마한 것도 있다. 새침한 표정을 하고 있는 것도, 온화한 미소를 띠고 있는 것도, 무표정한 것도, 아예 세월에 얼굴이 다 닳아버린 것도 있다.<br/><br/>미륵은 석가모니가 미처 구원하지 못한 중생들을 훗날 구원키로 약속받은 미래불이다. 신라 고승 원효의 계산법에 따르면 미륵은 부처가 열반에 들고난 뒤 자그마치 56억7000만 년 뒤에 도솔천을 건너 세상에 오기로 예정돼 있다. 세상에 와서 용화수 밑에서 깨달음을 얻고 부처가 돼 세 번의 설법으로 고통받는 중생들을 모두 구원해 준단다. 미륵의 도래를 믿은, 후세의 구원을 믿은 이들이 이 수많은 미륵불을 세웠을 것이다. 미륵불을 세우고 그 앞에 두 손을 모으며 미래 세상에서 올 구원을 기다렸다는 건, 역설적으로 질곡 같은 삶 때문이었을 것이다. 미래의 구원을 간절히 기원했던 건, 그만큼 삶이 고통스러웠기 때문이다. <br/><br/>홍성과 예산은 인근의 서산과 태안을 함께 묶어 ‘내포(內浦)지방’이라고 부른다. 내포란 바다가 육지 안쪽까지 깊숙이 들어온 지역이란 뜻. 이쪽에 미륵이 가장 많이 세워졌던 건 신라 말엽 때다. 덧없이 스러지고만 백제가 거기 있었다. 통일 신라 이전부터 고구려와 백제의 국경선이었던 내포지방에는 전란이 끊이질 않았다. 후삼국의 전쟁도 이쪽이 주무대였다. 끝을 모르는 기나긴 전쟁의 복판에서 살았던 내포 사람들은, 그러나 희망을 믿었다. 그래서 언젠가 미륵이 내려와 자신들을 구원해 주기를 빌고 또 빌었던 것이다. <br/><br/>그리고 다시 1000년. 이 땅의 삶은 여전히 혼돈스럽고 어지럽다. 이루지 못한 꿈과 욕망, 그리고 미래 세상의 구원의 꿈은 아직 여전하다. 신년 벽두의 여행지로 내포의 미륵불을 만나러 가는 여정을 권하는 까닭이 여기 있다. 소원은 소박하면 소박할수록, 그 소원이 자신이 아닌 타인에게로 향하는 것일수록 그 여정은 더 따스하고 값지리라.<br/><br/><br/># 용봉산, 패망한 백제의 불국토를 이루다<br/><br/>내포지방의 미륵을 만나러 가는 여정의 중심은 마땅히 홍성 땅의 용봉산이 돼야 한다. 높이래야 해발 381m에 불과하지만, 용봉산은 능선을 따라 창처럼 세워진 기암이 늘어서 있어 한눈에도 범상찮은 기운을 뿜어내는 산이다. 산 이름에다 용(龍)과 봉황(鳳)을 함께 넣은 것만으로도 비범한 산세는 짐작되고도 남는다. 투석봉, 노적봉, 악귀봉, 병풍바위…. 일일이 이름을 외자면 숨이 찰 정도의 암봉들이 저마다의 위용을 자랑하고 있다. 용봉산의 능선은 북쪽으로 예산의 수암산으로 이어진다. 암릉의 줄기는 수암산으로도 넘어가 비경을 빚어내는데, 수암이란 이름도 ‘빼어날 수(秀)’에 ‘바위 암(巖)’자를 쓴다. <br/><br/>용봉산과 수암산이 이어지는 긴 능선에는 지금은 용도사와 용봉사 딱 두 곳만 남았지만, 오래전에는 골짜기마다 절집이 들어서 있었다. 한건택 충남문화재전문위원이 직접 확인한 용봉산의 절터만 무려 27곳에 이른단다. 신라의 경주에 석불들로 즐비한 남산이 있다면, 백제의 내포 땅에는 용봉산이 수많은 사찰로 불국토를 이루고 있었던 셈이다. 절집은 두 곳만 남긴 채 스러지고 없지만, 마애불은 도처에 남아 있다. 용봉산은 암릉의 산세만으로도 사람들을 불러들이지만, 마애불을 따라가는 행로를 이으면 그 여정은 더 풍성해진다. <br/><br/>먼저 산행 코스를 따라 용봉산 남쪽 아래부터 시작하자. 산행 들머리가 되는 절집 용도사에는 당당한 체구의 상하리미륵불이 우뚝 서있다. 떡 벌어진 어깨와 각진 얼굴의 불상은 높이가 7.7m, 어깨 폭도 4m에 달한다. 미륵불 바로 옆에 대웅전이 있는데도 주지 스님은 이른 아침부터 법당을 놔두고 미륵불 앞에서 예불을 시작했다. 후덕한 표정의 석불에서는 위압감보다 소박함이 느껴졌다. 금세라도 기도하는 이에게 손을 내밀 것 같은 그런 인상이다. <br/><br/>용봉산 남쪽 끝에 상하리미륵불이 있다면, 반대편 북쪽 예산의 수암산 자락에는 삽교석조보살입상이 있다. 두 개의 돌을 붙여서 세운 이 미륵불도 키가 8m에 달한다. 이 미륵불은 홍성의 상하리미륵불과는 달라도 너무 다르다. 홍성의 것이 두꺼운 몸매에다 다소 무뚝뚝한 인상이라면, 예산의 것은 키만 훌쩍 큰 여윈 체격에 옅은 미소를 띠고 있다. 좀 불경스러울지는 몰라도 두 미륵불을 한꺼번에 이르자면 이런 표현이 딱 적당하겠다. 뚱뚱이와 홀쭉이…. <br/><br/>남쪽 끝과 북쪽 끝에 하나씩의 미륵이 있다면 산의 가운데쯤에는 관음보살이 있다. 용봉산과 수암산 능선의 딱 중간쯤에 있는 절집 용봉사. 그 위쪽에는 신경리마애여래입상이 있다. 바위면을 파내고 그 안에 불상을 돋을새김했는데 유연한 조각 솜씨가 돋보인다. 이 불상은 앞으로 기울여 조각돼 있는데, 그 앞에 서서 불상과 눈을 맞추면 왜 애써서 이렇게 기울여 조각했는지를 금세 알 수 있다. 용봉사 아래쪽에도 바위에 글과 함께 새겨놓은 마애불이 또 하나 있다. 기사 첫머리에서 소개한 그 불상이다. 용봉사의 석불 중에서 유일하게 조성한 시기가 명확하게 확인되는 미륵불이다. 미륵불을 새긴 건 신라 말인 799년. 지금으로부터 자그마치 1215년 전의 일이다. <br/><br/><br/><br/># 미륵의 하생을 기다리던 간절한 기원 <br/><br/>용봉산의 빈절골에도 마애보살입상이 있다. 인적이 없는 계곡의 무성한 조릿대 덤불을 뚫고 이정표 하나 없는 길을 찾아가는 길이다. 산중을 헤매다가 넓적한 바위에 얕게 돋을새김돼 있는 불상을 찾았다. 꾹 다문 입에 한 손을 들고 있는데, 자취 없는 담쟁이 덩굴이 허리춤을 휘감고 있다. 그 위쪽으로 빈절골의 옛 절터가 있다는데, 도무지 길이 없어 접근이 불가능해 발길을 되돌렸다. 빈절골 아래에도 가마바위골 절터가 또 있다고 전해진다. 거기서 불상과 석탑이 몇 개 무단으로 반출됐고, 30년 전쯤 발견된 머리가 없는 불상은 공주박물관 야외전시장으로 옮겨졌다. 그것 말고도 용봉산 아래에 있었다던 27개의 옛 절터마다 불상이나 석탑을 모셔 두고 있었을 터이니 얼마나 많은 불상들이 실려 나갔던 것일까. <br/><br/>도난당한 석불이라면 홍성의 용산리미륵불을 빼놓을 수 없겠다. 강인한 인상의 이 석불은 길가의 언덕 위에 벽돌담을 두른 채 서있는데, 지난 1989년 감쪽같이 도난당했다가 한 달여 만에 되찾았다. 도난당한 석불은 온양역 인근의 석재상에게 팔려 나갔는데, 마침 기차를 타고 가던 주민이 기찻길 옆 석재상에 뉘어져 있던 석불을 우연히 발견해 되찾아왔다. 석불을 찾아온 뒤 마을 주민들은 산중에 있던 석불을 길가로 옮기고는 주위를 담장으로 둘러쳤다. 홍성에는 이것 외에도 홍성읍 내법리에 광경사지석불좌상이, 홍북면 내덕리에 석불좌상미륵불이 있다. <br/><br/>홍성에서 예산 쪽으로 건너가면 미륵을 기다리던 이들의 간절한 염원이 서린 자취가 있다. 봉산면 효교리의 매향비. 고려 말 혼란의 시기. 왜구들은 들끓고, 지역 토호들의 학정이 판을 치던 당시에 민초들은 미륵을 기다리며 갯벌에 향나무를 묻었다. 현실 세상의 고통에 시달리던 사람들은 56억7000만 년이란 도무지 가늠할 수 없는 억겁의 시간을 기다리지 못했다. 그래서 갯벌에 묻었던 향나무가 1000년 뒤에 물 위로 떠오르면 미륵이 오고, 그때 미륵 앞에 1000년 묵은 향을 피워 올린다는 믿음을 가졌다. 매향비란 바로 그곳에 향나무를 묻고 매향의식을 치렀음을 징표하는 비석이다.<br/><br/>비석은 ‘도라지가든’이란 상호의 식당 한쪽의 밭에 버려지듯 놓여 있었다. 구원을 기다리던 백성들의 꿈이 변변한 안내판 하나 없이 나뒹굴고 있다. 간척사업으로 바다는 멀리 물러나 버렸고, 1000년이 지나서 떠오른다던 향나무는 땅속에 묻혔을 것이다. 미륵 도래의 염원으로 향나무를 묻고 매향비를 세운 지 800년 남짓. 땅속에 묻히고만 향나무처럼, 아무렇게나 나뒹구는 매향비처럼 미륵은 영 오지 않을 것인가.<br/><br/><br/><br/># 눈물 섞인 기도를 만나다<br/><br/>예산 땅에도 도처에 석불과 미륵이 있다. ‘명당 중의 명당’이라는 덕산면 상가리의 남연군묘. 남연군은 흥선대원군의 아버지다. 상가리미륵불은 그 묘를 등지고 서있다. 대원군이 본래 가야사 절터를 허물고 그 자리에 아버지의 묘를 쓰자, 노한 석불이 돌아앉았다는 전설이 전해지는 곳이다. 당대의 세도가가 지은 호화스러운 묘에 뒤돌아선 미륵불에다 사람들은 과연 어떤 소망을 빌었던 것일까. <br/><br/>미륵과 불상을 찾아 내포지방으로 떠난 여정에서 예산의 수덕사를 뺀다면 아니 될 말이다. 예산 덕숭산의 수덕사는 조성 연대가 확인되는 국내 최고의 목조건축물인 대웅전이며 절집의 고즈넉함이 워낙 이름난 곳이라 따로 설명이 필요없을 정도다.<br/><br/>수덕사를 찾는 이들은 대개 대웅전만 둘러보고 돌아서지만, 수덕사의 진면목은 오히려 절집 뒤편 덕숭산 어깨에 있는 정혜사를 비롯한 산내 암자에 있다. 남매탑 위로 장엄하게 저무는 해를 만날 수 있는 정혜사는 스님들이 동안거를 지내는 동안 출입이 통제돼 아쉽지만, 그 곁의 만공 스님을 기리는 만공탑과 그 아래 향운각, 그리고 거대한 석불은 놓치지 말 일이다. 만공탑과 향운각도 근대의 것이고 만공 스님이 세운 석불도 1924년에 조성된 것이다. 석불은 관음보살상이지만 산길을 짚어 거기까지 오른 이들은 석불을 관음이 아닌 미륵으로 받아들이고 있었다.<br/><br/>해가 저물 무렵, 한 할머니가 고무신을 신고 산길을 올라와 산중의 석불 앞에서 머리를 조아렸다. 백팔배를 하고는 불상 앞에 엎드린 할머니의 눈물 섞인 기도가 어찌나 간절했던지, 감히 그 사연을 물을 수 없었다. 기도는 고통에서 시작되지만, 그 끝은 희망이다. 내포 땅의 그 수많은 미륵들은 그것을 증거한다. 오랜 세월에 무너지고 지워져 비록 돌로 나뒹굴고 있을지라도…. 할머니의 굽은 등 뒤로 짧은 겨울 해가 노을과 함께 뉘엿뉘엿 기울었다. <br/><br/>홍성·예산 = 글·사진 박경일 기자 parking@munhwa.com

언론사: 문화일보-1-834.txt

제목: 북극곰 수영축제, 비키니 입고 “풍덩”  
날짜: 20140103  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.2014010310013591286  
본문: 2014 새해를 맞은 1월 1일 미국 뉴욕 맨하탄 브루클린에서 진행된 코니 아일랜드 북극곰 수영(The Coney Island Polar Bear swim) 축제에서 한 여성 참가자가 강으로 뛰어들며 포즈를 취하고 있다.<br/><br/>올해 111번째를 맞은 새해맞이 ‘코니 아일랜드 북극곰 수영’ 행사는 미국에서 가장 오래된 겨울 축제이다.<br/><br/>행사를 주최하는 The Coney Island Polar Bear club은 매년 11월에서 4월까지 매주 일요일마다 겨울철 수영 행사를 진행하며 행사에서 발생하는 수익금은 아동 말기 암환자 등을 돕는 데 기부한다.<br/><br/><인터넷뉴스팀><br/>사진=OSEN / WENN 멀티비츠 (Copyright ⓒ 멀티비츠, 무단전재 및 재배포 금지)

언론사: 문화일보-1-835.txt

제목: <새해 이렇게 달라집니다>75세이상 임플란트 보험 7월 적용… 15년이상 車 보험료 부과대상 제외  
날짜: 20140102  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100501.20140102100000161  
본문: 올해부터 암, 심장질환, 뇌혈관질환, 희귀난치성질환 등 4대 중증질환 치료에 필수적인 의료서비스의 경우 건강보험 적용이 확대된다. 고가항암제 등 약제와 양전자단층촬영(PET) 등 영상검사가 건강보험급여를 통해 보장받는다. <br/><br/>이르면 7월부터 기초연금제도가 시행돼 소득인정액 기준 소득 하위 70% 노인에게 현행 기초노령연금의 2배 수준인 최대 20만 원의 기초연금이 지급된다. 건강보험 지역 가입자 가운데 주택을 소유하지 않은 전·월세 가구는 전·월세금 기본공제액이 확대되면서 월평균 보험료가 5600원 정도 줄어든다. 12년 이상, 15년 미만의 자동차를 가진 지역가입자의 보험료도 줄어들고 15년 이상의 자동차는 보험료 부과대상에서 제외된다.<br/><br/>건강보험이 적용되는 연간 의료비 중 환자가 최대로 부담해야 하는 상한액(본인부담상한제) 구간이 3단계에서 7단계로 세분화된다. 구간 세분화로 소득 하위 10%는 상한액이 200만 원에서 120만 원으로 낮아지고 소득이 가장 높은 상위 10%는 상한액이 400만 원에서 500만 원으로 높아진다. 건강보험이 적용되지 않았던 노인 임플란트의 경우 올해 7월부터 75세 이상 노인을 대상으로 보험급여가 적용된다. <br/><br/>3월부터 어린이집 원장은 자격을 취득하기 위해 필수적으로 사전직무교육 80시간을 이수해야 하며 보육교사 자격 취득이나 승급을 위한 경력요건도 강화된다.