

독(毒)을 내뿜는 자동차들



尹 德 老

20세기 후반에 들어서면서부터 나타나기 시작한 도시인구 집중화 현상과 공업화현상은 환경오염이라는 심각한 보건문제를 제기시키고 있다.

특히 도시의 거대화(巨大化)는 교통기관의 발달을 수반하지 않을 수 없고, 이로 인해 각종 차량에서 나오는 배기(排氣)가스는 도시 환경을 극도로 오염시키고 있다.

자동차의 배기가스중에서 인체에 해로운 것은 일산화탄소, 아황산가스, 질소산화물, 탄화수소, 매연등을 들 수 있다. 우선 그 배출량이 가장 많은 일산화탄소는 색도, 냄새도 빛도 없는 무서운 가스로써 연탄가스중독에서 보는바와 같이 많은 중독사의 원인이 되고 있다. 배기가스에서 나온 일산화탄소는 급성중독을 일으킬 정도는 아니나 도시 환경에서의 농도가 높으면 머리가 아프고 어지럽게 된다. 교통

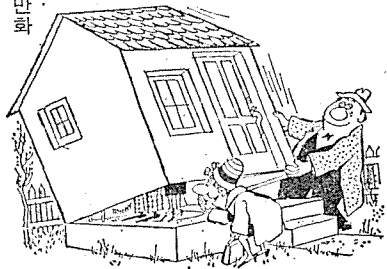
순경이나 거리에서 오랜 시간을 보낸 사람들은 이 때문에 고통을 많이 받는다. 아황산가스는 유황이 탈때 나는 냄새가 나며, 눈·코·상기도(上氣道)를 자극하여 눈물이 나오게 하며, 재채기를 일으키며, 감기나 『인후루엔자』에 잘 걸리게 만든다. 이 가스는 인체에 해로울뿐만 아니라 식물이나 건축물에 큰 피해를 준다. 나무잎이 마르고 과수가 결실이 되지 않는가 하면 대리석으로 된 건축물은 황산으로 변한 아황산때문에 큰 손상을 입는다. 질소산화물도 자극성이 있어 인체에 해로울 뿐더러 시정(視程)을 흐리게 하여 안개가 많은 도시에서는 교통사고를 많이 일으키게 하는 원인이 되기도 한다. 탄화수소물중에는 『3-4벤즈피린』이라는 암을 일으키는 물질이 포함되어 있어 대기오염이 심한 도시 지역에 있어 농촌에 비해 폐암의 발생이 훨씬 높은 이유가 이물질 때문인 것으로 알려져 있다. 마지막으로 매연은 도시의 미관(美觀)을 해치고 사람들의 의복을 더럽힐뿐만 아니라, 도시 전체의 청소부담(負擔)을 몇배로 늘리고 있다.

자동차의 배기가스는 쓰는 기름의 종류, 엔진의 상태, 주행속도(走行速度)에 따라 각각 달라지는데 예를 들어 디젤을 쓸 경우는 유해가스의 배출량은 적은 대신 매연이 심하며, 속도가 늦을수록 자동차 배기가스량은 증가하게 마련이다. 따라서 자동차의 정비 불량하고 교통망의 정비가 잘 되어 있지 못한 경우에는 차량의 순행

● 특 집

속도(巡行速度)가 늦어져 그만큼 자동차의 배기가스는 증가 하게 마련인데 서울특별시의 경우에는 오래된 차량이 많고, “엔진”정비가 철저하지 못 한데다가 시민의 주교통(主交通)수단이 되어 있는 배스가 자기 마력(馬力)을 초과하는 손님을 태우고 다니기 때문에 심한 매연을 뿜어내고 있다. 특히 언덕길에서는 마치 공장의 굴뚝에서 나오는것 같은 검은 연기를 뿜어 대기오염을 가중시켜주고 있다. 이런 자동차의 배기 가스문제의 심각성 때문에 외국에서는 배기 가스저장치를 단 자동차가 생산되고 있고, 미국에서는 주에 따라 이런 장치가 없는 차는 통행을 금지 시키고 있다. 우리나라는 미국에 비하면 자동차의 수가 매우 적지만 이것이 좁은 지역에 집중하여 미국 자동차의 수십배에 해당하는 배기 가스를 배출하고 있기 때문에 대기 오염은 미국도시와 우리나라와 큰 차가 없는 결과를 빚어내고

海外만화



여보세요. 이제 그만 가시는 게 어떠세요?

있다. 국민의 건강, 도시의 미관, 그리고 경제적 손실을 없게 하기 위하여 차량과 교통망의 정비, 배기정화 장치의 부착등으로 자동차 배기가스의 위험으로부터 보호를 받도록 관민(官民)이 함께 노력해야 할 것이다.

<필자=서울醫大 예방의학 교수>

■ 토막 상식

감식(感食)은 이렇게

① 1회의 식사량을 줄인다. 이때 칼로리가 높은 지방(脂肪) <1g으로 9 칼로리>이나 체내에서 중성지방(中性脂肪)이 되는 당질(糖質) <1g으로 4 칼로리>은 제한해야 한다.

② 단백질은 하루 60~70g은 취해야 한다. 동물성 단백질과 식물성 단백질은 1대2의 비율로 한다.

③ 야채는 충분히 섭취한다. 과일은 과당(果糖)이 많아, 너무 많이 먹으면 좋지 않다. 특히 감, 포도, 수박, 참외 등은 많이 먹지 않도록 해야 한다. 과당이 적은 사과나 귤은 많이 먹어도 좋다.

④ 야채나 스프, 주스등을 먼저 먹으면 배가 불러져서 음식물의 양을 줄여도 공복감이 덜한다. 과일같은 것은 식후보다 식전에 먹도록 하면, 식사량이 준다.

⑤ 식사량이 부족한 사람은 칼로리가 적은 곤약, 우부, 표고버섯, 송이버섯, 두부 같은 것을 먹는것도 좋다

⑥ 음식물은 잘 씹어 먹으면 배가 더 부른다.

이렇게 하면 틀림없이 살찌는 것을 막을수는 있으나, 칼로리를 제한함으로써 인해서 영양부족이 되지 않도록 주의를 해야 한다.