

연재 5회 ◆

사람이 중년에 접어들면 몸이 젊었을 때만 못하게 느끼게 된다. 그 중에서도 가장 먼저 나타나고 또 뚜렷하게 나타나는 곳이 눈이다.

어떤 사람은 「나는 나이 60이 되어도 바늘귀도 월 수 있다」고 자기의 스페미너를 자랑하고 노화 현상이 늦게 온 것으로 생각한다. 그러나 이것은 잘못된 생각이고 어느 누구든 눈의 조절(調節) 기능에 노화는 나이가 들수록 진행하고 있는 것이다. 다만 그 사람이 근시이기 때문에 나이가 들어도 가까운 곳의 물체를 잘 볼 수 있다는 것 뿐이다. 우리 눈은 잘되어 있어서 가까운 곳이나 먼 곳을 볼 때 자동적으로 그 물체에 초점을 맞게 되어 있다. 이렇게 거리가 다른 물체를 볼 때 초점을 맞추는 작용을 하는 것을 조절(調節)이라고 부른다. 눈의 조절은 눈속에 있는 수정체라는 카메라로 치면 렌즈에 해당하는 것이 부풀었다 납작해졌다 해서 조절하고 있다. 가까운 곳을 볼수록 많이 부풀어져야 된다.

노안은 눈의 조절기능 異常, 나이 들면 누구나,

안경 이야기

노안(老眼)과 돋보기

李 相 旭

그러나 카메라에는 우리 눈과 같이 이런 자동장치가 없으니까 일일히 책을 매마다 거리에 맞추어서 렌즈의 위치를 바꾸어야 된다는 것은 다 아는 사실이다.

그러나 이 자동핀트 조정장치가 나이가 들면 제 구실을 못하게 되니 곤난하다. 보통 45세 전후가 되면 책이나 신문을 불려면 아물거리고 잘 안보인다. 좀 멀리 떠워놓고 보면지 환한 곳에서나 겨우 보인다.

이것이 즉 노안의 증세이며 이제는 늙었구나 하고 느끼게 되는 기

분 나쁜 현상이다. 물론 어느 정도의 개인차는 있다. 이렇게 눈의 조절력이 약해져서 가까운 것이 잘 안 보이는 것은 눈속의 수정체가 나이가 들수록 떡딱해져서 탄력성이 적어지기 때문이다.

따라서 충분히 부풀어서 가까운 곳을 보는 힘이 약해졌기 때문이다.

이렇게 되면 조절을 도와주기 위해서 블록렌즈의 돋보기 안경을 써야 가까운데가 잘 보인다. 같은 블록렌즈를 쓰기 때문에 원시(遠視)와 혼동을 하는 사람이 많은데 원시와 노안은 전혀 다른 것이다.

노안은 누구에게나 올 수 있는 일종의 노화현상이지만 원시는 어느 연령에나 올 수 있는 먼 곳의 것은 잘 보이나 가까운 곳이 잘 안 보이는 굴절이상(屈折異常)이다.

그렇기 때문에 「나이가 들면 원시가 된다」고 생각하는 것은 잘못된 생각이다.

돋보기는 이를 그대로 물체가 크게 돋보인다는 뜻인데 우리 나라에 처음 소개된 것은 임진왜란 때 중국 사신이나 일본 승려가 돋보기를 쓰고 책을 잘 보는 것을 보고 놀랐다는 기록이 있다. 해방전만 해도 돋보기는 크게 만 보이고 가까운 책이나 잘 보이면 그만으로 생각했다.

조절력 약해지면 눈의 수정체가 탄력성 잃고

그래서 안경점이나 심지어는 노점에서 40대는 40경(鏡), 50대 사람은 50경 식으로 눈에 맞는 것을 끌라서 끼는 수가 많았다.

돋보기를 맞추는 것도 눈의 모든 상태를 고려하고 또 개인의 직업, 연령 등을 고려해서 정확히 맞추어야 되기 때문에 안과 전문의의 진찰을 받고 정확한 처방을 받은 다음 안경점에서 만들어야 된다. 또 돋보기는 잘 보인다고 강한 것을 끼우면 눈이 피로해져서 머리까지 아파지는 수가 있으니 좀 약한 것을 쓰는 것이 좋다.

그리고 눈의 조절력(調節力)은 나이가 들수록 비례해서 약해지기 때문에 돋보기도 적어도 2년에 한번쯤은 다시 처방을 받아서 갈아끼워야 된다. 그밖에 돋보기를 맞춘지 얼마 안되어서 돋보기를 끼워도 책이 잘 보이지 않게 되는 것은 눈에 이상이나 전신질환이 있는 증거일 수도 있기 때문에 곧 전문의를 찾도록 해야 된다.

따라서 40대 중반에 노안이란 요즘 세상엔 너무한 것 같아서 내 생각 같아서는 차라리 장안(壯眼)이라고 부르고 싶다.

<필자=가톨릭의대 교수·성모병원 안과
과장·의박>