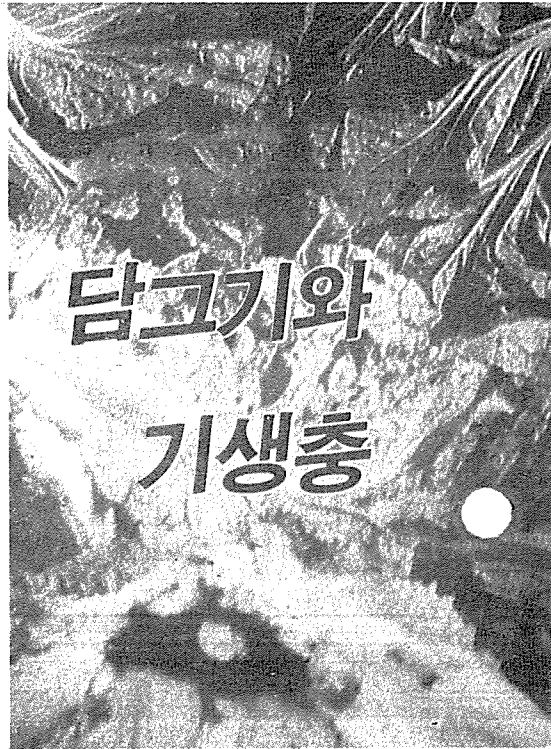


김장



담그기와 기생충

■ 채 종 일

우리가 맛있게

“ ” “ ” “ ” “ ”

바야흐로 김장철이다. 해마다 김장철이면 싱싱한 배추, 무우와 각종 양념에 담근 김장김치의 별미를 우리는 즐긴다.

집집마다 온 가족이 둘러앉아 김치를 담그면서 정담을 나누고 그 별미를 즐기는 것은 어찌보면 우리 민족이 오랫동안 답습해온 전통이며 멋의 하나라고 보아도 좋을 것 같다.

그러나, 과거 오랜 세월동안 우리는 이런 전통에 의해서 회충을 비롯한 각종 기생충 감염이 우리에게 잘 일어나고 있었다는 사실을 별로 크게 인식하지 못했던 것 같다. 왜냐하면,

비교적 최근에 와서야 우리나라의 회충 감염이 김장철에 주로 일어나고 있다는 것이 확인 되었기 때문이기도 하거니와 우리의 생활수준이 낮았을 때에는 회충감염때문에 생기는 눈에 크게 띄지않는 해(害)는 그다지 중요하게 생각하지 않았기 때문이다.

그러나, 다행히도 최근에 와서는 우리나라 전체로 보아 회충의 유행이 매우 낮아졌고 이것은 학생들에 대한 전국적인 검변과 투약을 15년이 상 실시해온 한국기생충 박멸협회의 공로가 크다고 보아지나 최근 우리 국민 모두가 이에 호응하여 예방 및 관



알아야 할 상식들

먹는 김치에도

“ ” “ ” “ ” “ ”

리에 합심하였기 때문이라고 믿어진다.

어쨌든, 요즘의 우리는 회충과 같은 기생충에 대하여 때로는 너무 과민할 정도로 걱정하는 경향마저 있다고 느껴진다. 그것은, 기생충의 무서움은 잘 알고 있고 구체적인 예방책이나 치료에 대해서 상세히 알고 있지 않기 때문이기도 하다.

다시 말하면, 기생충의 성질과 충란의 오염상태 및 정도 등을 알면 사전에 이를 예방할 수 있으며 혹시 불가피하게 걸린다 해도 조기에 발견하고 치료하면 전혀 문제되지 않을 수

기생충이 있다.

“ ” “ ” “ ” “ ” “ ”

도 있다는 말이다.

그러면 이런 기생충 감염에 대하여 몇 가지 알아야 할 특성과 예방, 치료법에 대해서 알아보기로 하자.

회충·편충과 같은 토양매개성(흙으로 전파되는) 기생충은 인분을 비료로 사용해서 키운 야채나 과일에 묻어서 사람에게 감염되기도 하며 때로는 밭에서 일하거나 마당에서 놀다가 회충알이 섞여있는 흙을 만진 후 그냥 음식물을 먹을 때 묻어서 감염될 수도 있다.

그런데, 이렇게 해서 감염될 가능성은 소위 그 지방의 유행도에 따라



크게 다르다. 특히, 요즈음 대도시나 도시근교의 회충감염은 농촌 지역에 비하여 매우 낮아서 1981년 보건사회부 및 한국기생충박멸협회가 조사한 바에 의하면 도시가 8.5% 정도이고 농촌은 19.4% 정도로 집계되어 있다. 특히 대도시인 서울 등지는 4.0%라 한다. 따라서, 대도시 근교의 비닐하우스 등에서 화학비료로 재배한 야채는 농촌에서 인분비료로 재배한 것보다 감염의 위험이, 크게 적다고 해도 과언은 아니다. 도회지의 흙은 농촌지역의 흙에 비해 회충알이 없거나 적은 것이 보통이다.

그러나, 우리가 사용하는 배추의 생산지나 재배방법을 일일이 알 수가 없거니와 또 정확한 것이 아닐 가능성이 많기 때문에 아직은 일단 기생충에 오염된 것이라 보고 대처하는 것이 좋을 것 같다.

배추의 처리방법에 대해서도 정확한 지식이 별로 알려져 있는 것 같지는 않다.

어떤 사람은 김장김치의 양념이 굉장히 맵고 짠 것이 보통인데 어떻게 기생충알이 그 속에서 살 수 있겠느냐고 이야기 하기도 하지만 보통의 김치가 가진 염분농도에서 회충알은 2~3개월 월동할 때까지 충분히 살아 있다는 것이 실험적으로 증명된 바 있다.

더구나 회충알은 우리가 방부제로 쓰는 포르말린이나 화학약품으로 쓰는 알코올 등에서도 수일에서 수주까지 생존할 수 있다고 하니 무시무시한 일이 아닐 수 없다. 그러나, 다행히도 회충알은 뜨거운 것에는 매우 약해서 70℃에서는 1초, 60℃에서는 5초만에 죽는다는 실험보고가 있다.

그러므로 일단 김치를 담거나 채소를 조리할 때는 뜨거운 물에 잠깐 뒤쳐서 꺼낸 다음 하는 것이 매우 효과적인 예방법이 될 수 있겠다.

배추를 흐르는 물에 5번 정도 씻어서 조리하는 것도 좋은 예방법이 되지만 회충알은 표면에 단백막이 있어 물체에 부착하면 잘 떨어지지 않으며 특히 배추의 속부분은 흐르는 물에도 씻겨나가기 힘들므로 실질적인 큰 효과를 기대하기는 어렵다.

그러나, 이렇게 고심해서 예방조치를 취했다고 해도 특히 유행도가 높은 농촌지역에서 인분으로 재배한 배

추나 야채의 경우 이들에 묻은 회충 알을 모두 씻어내거나 죽이기로 실제적으로 매우 어려운 일이다. 하지만 이런 예방책을 사용함으로써 최소한 심하게 여러 마리에 감염되지는 않는다는 것은 거의 확실하다. 그리고, 불가피하게 한두 마리에 감염되면 요즈음은 매우 우수한 약이 있어서 거의 완전히 구충할 수 있다. 다만, 적절한 시기에 구충을 해야지 차일피일하다보면 1년에 한 번도 구충제를 먹지 않게되고 그러다보면 수술이 필요한 회충증에까지 걸릴 수 있음을 명심해야 하겠다.

구충의 적절한 시기는 우리나라 회충감염의 주 발생시기를 감안해서 정하는 것이 좋을 것 같다. 즉, 우리나라 농촌(도시도 이에 준함)의 회충감염이 11~12월 사이에 가장 흔히 일어나며 그 다음이 5~6월에 다시 한번 흔히 일어난다고 하므로 약 1~2개월이 경과한 1월, 2월과 7월, 8월에 1년 2회 구충제를 먹는 것이 가장 효과적일 것이라고 생각된다. 더구나, 11~12월의 주요 감염시기는 김장김치를 주로 먹는 시기와 거의 일치하므로 김장철을 지난 뒤 약 2개월 이내에 온 가족이 한 번 구충제를 복용하는 것이 좋겠다.

구충제는 시중에 나온 것들이 대개 좋은 약들이다. 특히, 「콤반트린」 「필콤」 「피란텔」 등은 회충에 매우 잘 들고, 「버막스」 「퍼막스」 「메벤다졸」 등

은 회충에도 잘 들고 편충에도 다소 효과가 있다. 「테카리스」 등도 회충에 효과가 좋다. 요즈음은 피란텔과 옥산텔을 합친 「옥산콤」이라는 약이나 회충과 편충에 모두 좋은 효과를 보이고 있다.

한 가지 기억할 것은 이런 구충제가 회충 등의 기생충을 녹여서 나오게 하는 것은 전혀 아니지만 김장철에 감염된 회충은 2개월만에 약 10cm 이하까지만 자라므로 대변속에 묻혀서 나오더라도 여러 마리가 아닌 이상 본인이 거의 구별해내기 힘들다. 따라서, 구충제를 먹어도 약효가 없어서 충이 빠져나오지 않는다고 생각하고 그 다음부터 구충제를 쓰지 않게되는 일은 좀 넌센스에 속한다. 물론 감염된 회충이 없어서 약을 먹어도 대변에 보이지 않을 수는 있다. 「콤반트린」, 「필콤」, 「피란텔」 같은 약은 도시근교나 농촌지역의 높은 유행지 소아들에게 쓰면 하루만에 대변에 여러 마리의 회충이 나온 것을 볼 때가 많다. 이에 비해서 「메벤다졸」 「버막스」, 「퍼막스」 등은 실제 치료 효과가 큰데도 회충이 근 1주일 후에 빠져 나오므로 단시간내에 효과를 확인하기 어렵다. 이런 경우에는 구충제복용전이나 복용후 2~3주만에 대변검사를 받아 확인하는 것도 좋은 방법이 된다고 하겠다.

〈필자 = 서울의대 기생충학교실·전임 강사〉