

“젊을 때 건강을 지켜야

간기능 이상을 발견 투병

젊을 때부터 건강에 유의해야 한다는 것 짚은 이젠 상식이다. 그러나 그 상식을 실천해나가는 경우는 꽤 드문 것 같다.

이번 호에 소개하게 되는 노윤환씨(29세, 호남체인 영업부 근무)는 쉬우면서도 어려운 일을 실천한 사람 중의 하나다.

그는 지난해 10월 노동부에서 각 사업장에 실시토록 하고 있는 근로자

간기능장해



◀건강은 건강할 때 지켜야 하며, 건강을 지키기 위해서는 구체적 실천이 필요하다고 말하는 노윤환씨.

늙어서도 행복하죠”

생활로 건강을 되찾은 노윤환 씨

신체검사 때 개인적으로 종합건강검사를 받아 간기능에 이상이 있음을 발견했다

그로부터 불과 몇달간의 치료로 건강을 회복해 질병의 조기발견 특히 젊을 때의 건강관리가 무엇을 의미하는지를 새롭게 인식시켜주는 계기가 되었다.

그는 이제 건강한 젊은이

노윤환씨를 만난 것은 4월 초순, 그의 사무실에서였다.

약간은 쌀쌀한 기운이 남아있던 그날 그는 팔을 걷어 부치고 물건을 나르고 있었다. 단단해 보이는 그의 팔뚝에는 건강이 넘치고 있었다.

그는 젊은이다운 활발함과 밝은 웃음으로 일행을 맞이해 주었다.

말처럼 쉽지만은 않았던 건강 종합검사

『업무상 술을 마시는 일이 많지만 또 그 만큼 누구보다도 술을 즐기기도 했죠. T.V나 신문을 통해서 술의 좋지 않은 점을 계속 들어왔기 때문에 저도 건강에 이상이 있을 수도 있다는 생각을 가지고 있었읍니다.』

노윤환씨는 그런 생각 때문에 언젠가는 건강검사를 받아야 겠다고 다짐하고 있었다.

『하지만 마음처럼 쉽지는 않더군요. 바쁜 생활에 계속 마시게 되는 술 때문에 시간을 낼 수가 없었죠. 또, 아직은 젊으니까 서두를 필요가 없다는 안일한 생각도 작용했을 겁니다.』라고 말한다.

—평소에 특별히 불편하셨던 것은 없었읍니까?

『심한 피로감을 느낄 때가 많았읍니다. 생활로 봐서 오히려 당연한 것으로 생각해 버렸었죠.』라면서 노윤환씨는 혹시 자기처럼 생각하고 자신의 병을 모르고 넘어가는 사람이 있을까 우려를 했다.

근로자 신체검사때 종합검사를……

그러던 어느날, 그는 사무실에서 근로자 신체검사가 있을 예정임을 알게 되었다. 노동부에서 근로자의 건강관리를 위해 각 사업장에서 실시토록 하고 있는 것이었다.

『건강관리협회에서 직접 나와서 의사선생님과 상담도 해주고 건강검사를 하게 된다는데 귀가 솔깃했습니다. 언젠가는 받아야 할 검사를 굳이 시간을 내지 않고도 할 수 있게 되었으니 그 보다 다행인 일이 어디 있겠습니까?』

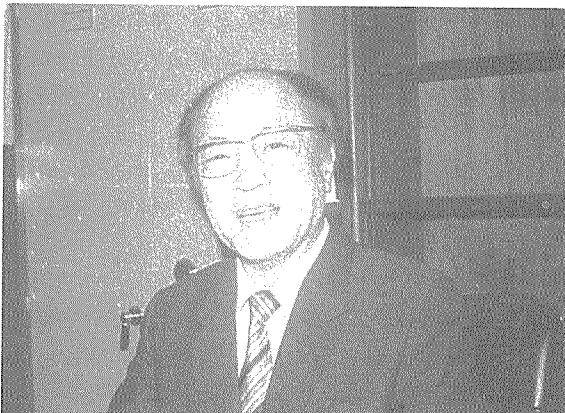
그러나 그는 잠시 고민하지 않을 수 없었다. 당시 실시한 건강검사는 근로자 건강을 위한 필수검사 위주로 항목이 정해져 있었고 더구나 30세 미만의 근로자에 대한 간기능 검사는 빠져 있었기 때문이었다.

『기회가 자꾸 오는 것도 아니고 해서 결국 개인적으로 그 자리에서 건강관리협회의 종합검사를 받기로 했습니다.』

믿을 수 없었던 결과 - 간기능 이상

그렇게 검사를 받은 며칠 후 그는 뜻밖의 결과 통보를 받아야 했다.

『GOT, GPT 모두 상당히 높은 수치를 나타내었고 재검사를 통해 적절한 치료와 휴식이 필요하다는 결과통보서를 받았습니다. 믿을 수 없는 일이었죠.』



◀40대 이후에 나타나는 성인병 질환도 그 원인은 젊을 때 부터 쌓여갈 수 있음을 강조하는 안ող善건협 전남지부 부속의원장



근로자 건강검사가 있던날, ▶
노윤환씨는 건강 종합 검
사를 받았다.

그는 자신이 아무리 술을 좋아했고 과음을 했다지만 그 젊은 나이에 병이 있다는 것을 믿을 수가 없었다고 표현한다.

노윤환씨는 자신의 생각대로 오진임을 확인키 위해 평소 잘 알고 지내던 병원의 임상병리과를 찾았다.

『그런데 결과는 제 생각과는 반대로 “이상있음”으로 나왔습니다. 당황하지 않을 수 없었습니다.』

그는 한순간 지금부터 무엇을 어떻게 해야할지를 잊어버렸다고 한다. 앞으로는 술도 마시지 못할 것이라고 생각하니 앞이 캄캄하더라며 노윤환씨는 웃었다.

『대학병원을 찾아갔습니다. 정밀검사를 받고 상담도 했습니다. 다행히 병이 심각한 상태는 아니었고, 또 젊다는 것 덕분에 직장은 그대로 다니면서 치료를 하고, 대신 술은 절대 가까이 하지 말것, 최대한의 휴식 시간을 가질 것 등의 주의를 받았습니다.』

건강하게 산다는 것의 중요성을 느꼈다.

그의 투병생활은 시작되었다. 병을 발견하고 확인하고 치료에 들어가기까지 불과 보름의 시간이 흘렀을 뿐이었고, 또 그래서 더욱 믿기지 않았지만, 투병생활을 해야 한다는 것은 그의 앞에 놓여진 엄연한 현

실이었다.

『업무상 사람을 만나면 사정을 얘기하고 가능한한 술좌석을 마련하지 않으려고 노력했습니다. 불가피하게 술자리에 참석하게 되면 음료수를 대신 마셨죠.

술을 끊는다는 것이 그동안은 도저히 할 수 없는 일이라고 생각했는데, 산다는 것, 그것도 건강하게 산다는 것이 제게도 그만큼 중요하게 생각되었던 것 같습니다.』라며, 술을 즐기는 일도 건강하게 살아있을 때에야 가능한 일 아니겠냐고 한마디.

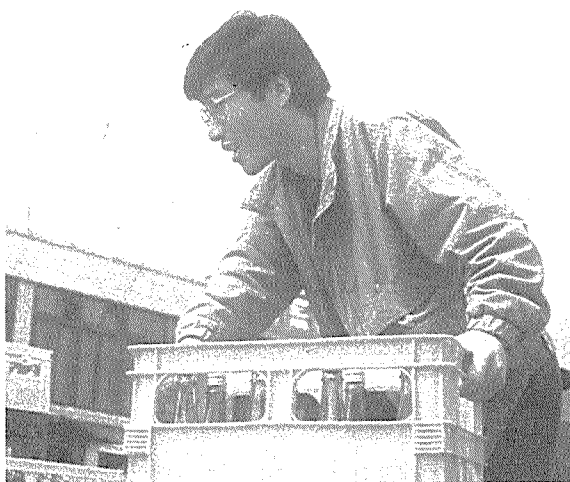
그외에도 그는 건강회복을 위한 많은 노력을 기울였다.

절대안정과 투약 등의 노력 결과는 정상

절대 안정이 필요하다는 의사의 말에 따라 직장 외의 다른 일은 하지 않으려고 노력했고, 계속 검사를 받으면서 투약을 했다.

그렇게 지낸 6개월의 시간. 그는 노력의 결실을 보게 되었다.

『얼마전 해본 검사에서 완전히 정상으로 회복되었음이 확인되었습니다. 물론 당분간은 계속 조심해야죠.』라는 노씨의 말에는 힘이 넘쳐 흘렀다.



◀ 젊다는 것이 당장은 모든 질병을 이겨내고 있는 것 같지만 미처 잘라내버리지 못한 질병의 싹이 눈덩이처럼 커져 사망에 이를 수도 있다.

“건강은 건강할 때 지켜야죠”

그는 이 일을 계기로 “건강은 건강할 때 지켜야 한다”는 말을 새삼 절감했다면서, 『그렇지만 아는 것을 실천으로 옮기지 않으면 소용없는 일이지요.』라면서 건강은 지키고자 하는 구체적인 실천을 통해서야 비로소 지켜지는 것이 아니겠냐 덧붙인다.

한편, 安桐善 한국건강관리협회 전북지부 부속의원장은, 『흔히 간기능 장애와 같은 성인병은 40대 이후의 성인에게 많이 생긴다고 알고 있습니다만, 40대 이후에 나타나는 질병의 원인도 젊을 때부터 축적되어 간다는 것을 알아야겠습니다. 노윤환씨 같은 경우가 좋은 예죠.』

젊다는 것이 당장은 모든 질병을 이겨내고 있는 것 같지만 미처 처리되지 못한 질병의 싹이 조금씩 쌓여 눈덩이처럼 커져 사망으로까지 이르게 된다면 얼마나 불행한 일입니까. 노윤환씨는 다행히 젊은 나이에 그 싹을 발견해 치료를 했고, 그래서 앞으로 건강에 더욱 관심을 갖게 되는 것이죠.』라면서 젊을 때부터의 건강관리의 중요성을 강조했다.

『투병생활을 하는 동안 도와주신 주위사람들에게 깊은 감사를 드리고 싶습니다. 영업에서 술자리가 차지하는 비중을 무시할 수 없는 부분임에도 불구하고 저를 이해해주신 회사를 비롯해서 모든분들의 관심과 이해가 없었다면 회복은 훨씬 늦어졌을 겁니다.』라며 노윤환씨는 그러나 누구보다도 고생한 사람은 역시 아내일거라고 한마디 덧붙였다.

지난해 고갑순씨와 결혼해 현재 중로 2동에서 한살짜리 딸을 두고 행복하게 살고 있는 노윤환씨, 그의 건강은 혼자만의 건강이 아니며 그의 가족 모두의 건강임을 느낄 수 있었다.

비빔밥, 콩나물 해장국으로 유명한 전주.

그렇게 커다랗지도 않고 높은 건물도 별로 눈에 띄지 않고 유난히 화려하거나 서구풍의 Cafe같은 것도 별로 눈에 띄지 않는다.

그래서일까.

마주치는 모든 사람들에게서 아주 편안한 서민적인 냄새, 그리고 소박함을 느낄 수 있었다.

평범하게 열심히 살고 있는 노윤환씨와 더불어 전주의 모든 사람들의 건강을 기원해 본다.

(이은희·글)