

호흡기질환의 3대원흉

김건열 / 서울의대내과 교수, 서울대보건의료소장

산공업화되가는 우리현대사회에서 가장 빠른속도로 증가하고 있는 질병이 어떤 장기의 병이냐고 한다면 서슴치 않고 호흡기질환을 들 수 있고 그중에서도 폐기종, 기관지염과 같은 퇴행성 폐질환과 폐암과 같은 난치병 그리고 폐결핵 등 세균성질환 등을 곧 지칭하게 된다. 이런 모든 질환의 3대원인으로는 말할 것도 없이 ① 대기오염을 위시한 주거환경오염과 ② 흡연의 악습과 ③ 반복되는 상하기도 세균감염을 들 수가 있다. 따라서 이 세가지 원흉을 우리지역사회에서 근절할 수 있다면 현재 고생하고 있는 많은 호흡기환자와 앞으로 발생하는 수많은 호흡기환자 발생률을 절반이상으로 감소시킬 수 있다고 확신하고 있다.

주거환경오염의 제거

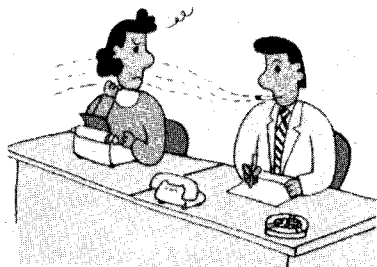
주거환경오염이라고 하면 호흡기질환에 관련한 우선 생각해야 하는 것이 실내공기오염, 대기오염을 들 수 있고, 그 외 먹는 음식, 식수, 식품첨가물, 방부제, 착색제 등 수많은 종류를 들 수 있다. 현재 우리나라는 세계 10대교역국으로 부상하는 급속한 산공업화 과정을 밟고 있는 개발국임에도 불구하고 대기오염과

실내 공기오염에 대한 규제가 안되어 있으며 대기오염에 대해서는 환경기준치는 설정되어 있으나 전연 법적규제능력도 없이 행정목표로만 세워져 있고, 실내공기오염에 대해서는 실내공기 오염기준치조차 없는 후진성을 가지고 있는 단계이다. 거기에서 서울 등 대도시의 대기오염은 연료원에서 발생하는 아황산가스(SO₂)와 분진(粉塵)에다 자동차배기가스에서 나오는 질소산화물(NO_x), 일산화탄소(Co), 오존(O₃), 탄화수소(HC) 등 유해한 오염물질의 수백만대를 넘나드는 폭증하는 자동차배기가스에 섞여나오고 있어 비바람이 없는 날의 겨울철 도심대기는 흑갈색의 두꺼운 먼지, 오염물질층으로 덮여있고 2km 앞이 안보이는 극심한 시계(視界)장애가 도시민의 숨찬 증상을 가중시키고 있고 폐암발생률을 증가시키고 조기사망원인의 배경을 제공하고 있다. 특히 겨울철 대기는 지표면 온도가 낮아지는 찬계절에 잘 나타나는 대기반전(大氣反轉) 현상으로 오염공기의 확산이 않된채 도심권에 정체현상을 더 심하게 나타내어 과거의 대기오염의 집단환자발생을 보면 11월, 12월의 뉴욕과 런던에서의 집단인명피해사건이었다는 과거 역사를 기억할 필요가 있다.

따라서 호흡기질환을 앓고 있는 사람이나 기관지천식이 있는 사람은 바람안부는 겨울철 맑은 날씨에 2~3km 앞 시계장애가 있는 날에는 외출을 삼가고 신체활동을 줄일 필요가 있으며 우리나라 모두가 할 수 있는 온갖 수단을 대기오염, 실내공기오염방지를 위해서 노력해야 할 것이다. 이는 기업이나 정치가나 시청의 대기오염관계관리나 학교운동장의 어린이, 집안의 노인어른 등 누구에나 해당되는 이야기이며 우리모두가 우리가 매일 숨쉬고 있는 공기의 오염상태의 심각성을 재인식하는 가운데 모두가 오염원이고 피해자라는 인식하에 깨끗한 주거환경유지를 위해 노력해야 할 것이다.

흡연의 악습

흡연은 폐암, 폐기종, 만성기관지염, 기관지천식 등 폐질환뿐만 아니라 심장질환, 뇌혈관 말초혈관질환 등을 유발시키는 우리인체에 가장 유해한 인간기호물질로서 일종의 「니코틴」 중독상태가 된 것이 흡연의 악습이라고 할 수 있다. 따라서 흡연은 자기자신에게는 월부 자살행위이고 가족이나 옆사람에게는 월부 타살행위에 비유되고, 산모가 흡연하는 경우는 태아에게 나쁜영향을 주는 죄인



에 해당하는 나쁜습관을 인식할 필요가 있다. 따라서 일순간의 결심, 즉 지금 곧 금연하는 결심하나만으로 자기 자신의 수명연장, 질병으로부터의 모면은 물론, 가족과 지역사회, 국가에 보탬이 된다는 것을 재인식하고 우리 모두가 금연에 나서야 할 것이다. 담배라 해롭지 않다는 담배회사의 광고는 죽음을 파는 악덕상인의 파렴치한 행위이며 우리 청소년을 상대로 깊숙히 파고드는 담배공세를 모두가 힘을 합쳐 막아야 할 것이다.

폐결핵 등 호흡기 감염의 예방

폐결핵을 위시한 모든 폐질환은 가벼운 감기를 제외하고는 질병을 앓고 난후에도 정도의 차이를 가지고 폐기능장애를 남기는 것이 보통이다. 그러므로 모든 폐질환은 사전에 예방하는 것이 무엇보다도 중요하며 그중에서도 폐결핵의 예방을 으뜸으로 꼽을 수 있다. 특히 기관지확장증 등 다른 만성폐질환의 원인으로도 폐결핵은 역할하고 있어 우리지역사회에서의 폐결핵환자의 색출, 치료는 중요부분을 차지하고 있다. 우리 모두가 전염원이 되는 만성폐결핵환자를 찾아내어 조기치료 하는데 힘을 기울여야 할 것이다.

이상 호흡기질환을 일으키는 3대원흉에 대해서 거론했는데 모든 질병중에서도 호흡기질환은 한시도 숨을 못쉬고는 살 수 없는, 우리신체기능중 가장 중요한 생체기능에 속하는 폐장에 관한 사항이므로 특히 관심을 가지고 대처해나가야 할 것이다. †