



‘요요다이어트’, 심장에 해롭지 않다

체중이 줄었다가 다시 불어나는 이른바 ‘요요 다이어트’가 일부의 우려와는 반대로 심장에 해롭지 않은 것으로 보인다는 새로운 의학보고서가 나왔다.

피츠버그醫大 레나 윙 여사가 이끄는 연구진은 24일 내과전문지 ‘아카이브스 오브 인터널 메디신’ 최신호에 게재된 보고서에서 가벼운 운동과 식생활 변화를 강조하는 한 다이어트 프로그램에 참여한 비만자 1백53명을 대상으로 조사한 결과 그같이 나타났다고 밝혔다.

이 보고서는 9kg 이상 체중을 줄이는데 성공한 후 다시 체중이 원래대로 돌아간 비만자들이 3개월 후 심장혈관질환을 일으킬 확률이 전혀 살 빼지 않은 다른 비만자들과 동일한 것으로 나타났다고 지적했다.

보고서는 따라서 이같은 ‘요요 다이어트’는 체중에 아무런 변화없이 비만 상태를 유지하는 것보다는 비만자들에게 훨씬 유익하며, 그 이유는 비만자가 ‘요요다이어트’로 체중이 일시에 줄면 심장혈관질환 발병위험도 그만큼 줄기 때문에 적어도 이 기간중 일시적 건강 개선 효과를 보기 때문이라고 지적했다.

다.

종전까지는 ‘요요 다이어트’가 인체에 부정적 영향을 끼친다고 경고하는 여러 보고서들이 나온 바 있다.

미국-유럽 성인들 성병인식 부족

미국과 유럽의 성인들 다수가 에이즈(후천성면역결핍증) 외 다른 성병에 관해 별로 알지 못하고 있는 것으로 미국사회보건협회가 공개한 조사결과로 나타났다.

미국의 성인 1천1명과 프랑스, 이탈리아, 스페인, 스웨덴, 영국 등 유럽 각국의 성인 4천9백66명을 대상으로 조사한 결과 이들중 3분의 1이 에이즈나 에이즈를 유발하는 HIV(인체면역결핍 바이러스) 이외 다른 성병에 대해서는 아는 것이 별로 없는 것으로 드러났다.

성병예방에 힘쓰고 있는 이 비영리 단체는 국제화학요법학회에서 그들의 조사결과를 이같이 밝혔다.

미사회보건협회의 페기 클라크 회장은 한 인터뷰에서 미국인과 유럽인들이 전세계적으로 성병이 급속히 증가

하고 있는데 대해 잘 알지 못하고 있음이 조사에서 나타났다고 말하고 성병에 대한 일반의 인식이 매우 낮다고 덧붙였다.

지난 4월과 5월 갤럽 여론조사소가 실시한 조사에서 응답자의 거의 4분의 3이 성병에 대한 정보를 주로 TV와 책 또는 잡지를 통해 얻고 있는 것으로 나타났다.

남아공화국, 산재보다 에이즈로 더 많이 사망

남아공화국의 광부들은 작업장에서 발생하는 사고보다 에이즈(후천성면역결핍증)로 더 많이 죽어가고 있다고 한다.

남아공 최대의 광업그룹중 하나인 젠코르사가 발표하고 주간지 비즈니스 데이가 보도한 바에 따르면 젠코르 광산에서만도 평균적으로 한달에 30명이 에이즈로 사망하고 있다. 또 젠코르의 금광과 백금광, 탄광에서 일하는 10만명 가운데 20%가 에이즈 바이러스에 감염된 것으로 추산되고 있다.

남아공 보건부는 광부들의 생활여건, 호스텔에서의 남자들의 숙박, 안정된 가정생활의 결여, 매춘의 존재 등이 사태를 악화시키는 요인들이 되고 있다고 지적했다. 남아공에서 공식적으로는 1987년에 처음 에이즈가 나타났으며 보건부의 통계에 의하면 현재 전

체인구 4천2백만명 가운데 약 2백만명이 감염자다.

어린이 환자 뇌사판정 신중해야

어린이환자의 뇌사판정은 다른 환자보다 더욱 신중을 기해야 하는데도 불구하고 미국의사들은 이를 소홀히 하는 경우가 많은 것으로 밝혀졌다.

미국 워싱턴에 있는 국립메디컬 센터의 머리 폴락 박사는, 의사들은 특히 아동 환자의 경우 뇌사판정을 소홀히 다루어서는 안된다고 밝히고 “아이들은 뇌기능 회복 가능성이 조금 더 높다는 것이 일반적인 학설”이라고 지적했다.

폴락 박사는 그러나 16개 의료기관의 중환자실에서 사망한 2백48명의 어린이 환자 병상기록을 조사한 결과 이중 3분의 1이상이 뇌사판정을 받았으며 이중 25%의 경우는 뇌사판정규정이 제대로 지켜지지 않는 것으로 밝혀졌다고 말했다.

폴락 박사는 뇌사의 중요한 신호중 하나는 생리학적인 호흡정후가 없는 것이라고 지적하고 따라서 1987년 의학-법학전문가 그룹에 의해 마련된 뇌사판정규정은 뇌사판정에 앞서 무호흡 테스트를 실시하도록 규정하고 있다고 말했다. **㉔**