

노인에게 가장 많은 질병은 '고혈압'

65세 이상 노인들에게 가장 많은 질병은 고혈압인 것으로 조사되었다.

지난 1월 8일, 공무원·교원 의료보험관리공단이 발표한 노인 의료비 현황 분석에 따르면 96년 한해동안 공단 피보험 대상자 중 65세 이상 노인 진료건수는 3백42만 6천여건으로 이중 고혈압 외래진료건수가 30만 1천여건으로 가장 많았다.

그 다음으로 허리통증이 14만여건이었으며 급성비인두염 12만3천여건, 위염 및 십이지장염 11만9천여건, 무릎관절증 9만4천여건 순이었다.

또한 입원진료 건수는 노인성 백내장이 5천3백 21건으로 가장 많았으며 뇌경색 3천3백12건, 위암 2천3백42건, 폐질환 2천2백24건, 폐암 2천 77건으로 연간 2천건 이상 발생하는 것으로 나타났다.

한편 노인 진료건수는 피보험대상자 진료건수인 2천 6백 1만 여 건의

13.1%를 차지했으며 이들의 진료비도 1천7백42 억원으로 공단 피보험대상자 진료비 9천1백33억 원의 19.1%를 차지했다.

노인들의 질병발생이 가장 많은 계절은 여름철이었으며 봄철에 가장 적게 발생하는 것으로 조사되었다. [Z]

(연합통신)

임신 중 커피의 해 특성

“매 일 습관적으로 마시던 걸 어떻게 줄이라는 애긴가”, “이 정도 조금 마시는 건 괜찮지 않을까.”

평소 커피를 즐겨 마셨거나, ‘태아에게 좋지 않으니 마시지 말라’는 얘기를 듣고 곤혹스러워 하는 임신부들은 이런 투정을 주변사람들에게 하기 마련이다.

그런 만큼 임신부들은 과연 커피가 태아에게 어떤 영향을 얼마나 끼치는지, 한잔도 마셔서는 안 되는 건지, 먹어도 괜찮은 허용치는 과연 얼마나 되는지 등등 궁금하게 한두가지가 아니다.

커피인이 임신에 영향

을 미친다는 것은 60년 이래 여러 동물실험 결과 입증되었으며, 80년 미 식품의약국은 임신 기간 중 카페인 섭취를 제한할 것을 권장하기에 이르렀다.

무엇보다 카페인을 섭취하면 몸무게가 정상아 기보다 적은 저체중아를 낳을 가능성이 많고 따라서 카페인 섭취량이 많으면 많을수록 체중이 보덜 나가는 아기를 낳을 위험성도 그만큼 커진다는 보고가 있다.

즉, 하루에 1백 50mg 이하의 카페인을 섭취하면 저체중아를 분만할 위험성이 1.5배로 증가한다고 한다.

하루 1백 50~3백mg의 카페인을 섭취하면 위험성이 2~3배로, 하루 3백mg 이상의 카페인을 섭취하면 위험성이 4~5배로 증가한다고 한다.

만일 하루 4백 50mg 이상 섭취할 경우 태아의 체중감소는 임신부가 담배를 피울 때와 비슷하다고 보고되어 있다.

따라서 임신 중 흡연의 위험성은 매우 심각하게 인식하면서도 임신 중 커피를 마시는 것에 대해서

는 가볍게 생각하는 것은 위험천만한 일이 아닐 수 없다.

몇몇 동물 실험 결과를 보면 카페인을 섭취시켰을 때 태아의 숨쉬는 횟수가 증가했다. 심지어 명확하게 밝혀지진 않았지만 카페인 섭취는 임신 초기 자연 유산과도 연관이 없지 않다고 한다.

그러나 임상적으로 카페인 섭취와 태아의 기형이나 유해한 영향과는 연관성을 보이지 않는다는 논문도 없지는 않으나 직접 임신부나 태아를 상대로 한 실험결과가 아니어서 단언하기 어렵다고 보면 된다.

따라서 하루 3백mg 이상의 카페인이 함유된 커피나 음료수를 섭취하는 것은 가급적 피하고 불가피한 경우 카페인 함량을 줄인 커피나 카페인 함량이 적은 음료를 마시는 게 좋을 것 같다. [Z]

(연합통신)

