

“혈중 비타민D 충분하면 사망 위험 ↓...암환자에 더 효과”

국립보건연구원, 40세 이상 1만8천여명 조사해 연관성 밝혀 햇빛 노출로 합성...어류·버섯류 등 식품 섭취로도 가능

주로 햇빛 노출을 통해 피부에서 합성되는 비타민D의 혈중 농도가 충분하면 질병에 따른 사망 위험이 줄어든다는 연구 결과가 나왔다. 10일 질병관리청에 따르면 국립보건연구원의 송시환·유지은·송보미·임중연·박현영 연구원은 우리나라 40세 이

상 남녀 1만8천797명의 혈중 비타민D 농도와 사망 위험 간의 연관성을 분석해 이 같은 결과를 도출했다. 그간 비타민D는 주로 골격 건강과 관련해 많이 연구돼 왔을 뿐 비골격계 질환이나 사망 위험과의 관련성에 대한 연구는 부족했다.

이번 연구에서는 혈중 비타민D 농도를 기준으로 30nmol/L(혈액 1리터당 나노몰, 나노는 10억분의 1) 미만, 30-50nmol/L, 50-75nmol/L, 75nmol/L 이상 등 4개 그룹으로 대상자를 나누고, 30nmol/L 미만 그룹과 나머지 그룹 간의 사망 위험을 비교했다. 이번 연구에서 전체 연구자의 혈중 비타민D 농도의 중앙값은 55.8nmol이었다. 혈중 비타민D의 적정 수준에 대해서는 아직 통일된 기준은 없으나, 미국내

분비확화나 미국의학한림원 등에서는 일반적으로 30nmol/L보다 낮으면 결핍된 상태로 분류한다. 분석 결과, 혈중 비타민D 농도가 가장 낮은 30nmol/L 미만 그룹을 기준으로 농도가 한 단계씩 오를수록 전체 사망 위험은 18%, 28%, 31%씩 감소했다. 특히 암에 따른 사망 위험은 50-75nmol/L, 75nmol/L 이상인 그룹에서 각각 37%, 45% 더 낮았다. 30-50nmol/L 그룹의 암에 따른 사망 위험은 30nmol/L 미만 그룹과 크게 차이를 보이지 않았다.

다만 이번 연구는 심혈관 질환에 따른 사망 위험에서는 유의미한 차이를 발견하지 못했다. 연구진이 1nmol/L씩의 혈중 비타민D 증가에 따른 전체 사망 위험을 분석한 결과, 낮은 농도부터 약 50-60nmol/L까지는 사망 위험이 현저하게 줄었으나, 그 이후부터는 감소 정도가 완만해졌다. 혈중 비타민D 농도를 충분한 수준으로만 유지해도 사망 위험을 줄일 수 있다는 뜻이다.

비타민D는 햇빛 노출의 어류나 버섯류, 비타민D 강화 유제품 같은 식품을 섭취해서도 얻을 수 있다. 이번 연구 결과는 영양·식이요법 분야 국제학술지 '클리니컬 뉴트리션(Clinical Nutrition)'에 실렸다. 박현영 국립보건연구원장은 “사망 위험을 낮추려면 비타민D가 결핍되지 않도록 관리해야 한다”며 “질병 예방과 사망 위험 감소를 위해 한국인에 맞는 적정 수준의 비타민D 농도를 규명할 추가 연구가 필요하다”고 말했다. /연합뉴스

광주기독병원, 동구 쪽방촌 의료봉사 ‘구슬땀’

병원 선교회 의료진 등 30여명 혈액·심전도·초음파 검사 등 실시

광주기독병원 의료진이 최근 동구 대인동 들랑날랑 커뮤니티센터에서 의료봉사를 하며 구슬땀을 흘렸다. 10일 광주기독병원과 협력해 의료사각지대에 있는 쪽방촌 주민들을 위해 ‘찾아가는 건강진료소’를 처음 운영했다. (사진) 앞서 광주기독병원은 지난 8월 동구 청과 공공보건의료 구축을 위한 업무협약을 체결, 공공보건의료 협력사업 수행을 위한 체계 구축에 필요한 사항을 규정하고 필수보건의료 협력사업

수행, 지역사회 연계 의료봉사활동 등을 약속했다. 의료봉사에는 호흡기내과, 이비인후과, 재활의학과, 소화기내과 전문의를 포함한 병원 직원 2명과 자원봉사자 6명 등 총 30명이 참여했다. 이들은 당일 오전 병원 업무를 마치고 오후 2시부터 3시간가량 55명을 대상으로 투약, 영양제 수액, 혈액 검사, 심전도 검사, 초음파 검사, 혈압 및 혈당 검사, 물리치료 등을 실시했다. 고영춘 광주기독병원 선교회장은 “의료봉사가 미리 안내가 돼 금식하고



오신 분들에게 필요한 검사를 해드릴 수 있어 다행”이라며 “앞으로도 지역 책임의료기관으로서 지역민의 건강을 살피는 일에 최선을 다하겠다”고 말했다. /기수희 기자

화순전남대병원, 이산친환경연구원과 협약

신약소재물질 연구개발·비임상시험 등 협력

화순전남대학교병원 첨단정밀의료산업화지원센터는 최근 ㈜이산친환경연구원과 신약소재물질 사업화를 위한 업무협약을 체결했다고 10일 밝혔다. (사진) 양 기관은 이번 협약을 통해 ▲신약소재물질(천연물신약·뉴트라슈티컬) 발굴 및 공동 연구개발·사업화 ▲연구인적자원의 교류 및 비임상시험 등에 대한 협력을 강화해 나가기로 했다. 화순전남대병원 첨단정밀의료산업화지원센터는 고순도 암 빅데이터와 임상 전문인력 등의 병원 인프라를 기반으로 신약, 뉴트라슈티컬, 정밀의료 제품·기기 연구개발, 비임상 및 임상 연계 지원을 통해 첨단 바이오산업 성장에 앞장서고 있다.

환경시험분석·바이오헬스전문기관인 ㈜이산친환경연구원은 환경및해양분야 전문 시험 검사기관(먹는물수질검사·수질측정대행·실내공기질 측정대행·해양환경측정분석)이다. 동물시험시설 등록 /기수희 기자



대통령실, 광주기독병원 등 응급실 현장 점검

추석 앞두고 2차 병원 현황 파악...광산구 센트럴병원도 방문

의정 갈등 장기화로 인한 응급실 의료진 부족으로 일명 ‘응급실 뺑뺑이’ 사례가 속출하자 추석 연휴를 앞두고 대통령 비서실 관계자들이 광주를 찾아 2차 병원 응급실 상황 등을 점검했다. (사진) 10일 광주기독병원에 따르면 이날 오후 1시30분께 대통령 비서실 정호성 비서관과 최명식 행정관, 광주시 손옥수 복지건강국장과 배강숙 공공보건의료과장 등이 병원을 방문했다. 대통령실 관계자들은 광주기독병원에서 한시간여 동안 이승욱 병원장을 비롯한 응급센터장, 간호과장 등 병원 관계자들로부터 응급실 진료 현황 등

의 보고를 받고 현장을 둘러봤다. 병원 관계자들은 상급종합병원의 응급실 진료가 중증 치료로 제한됨에 따라 환자들이 2차 병원으로 몰리면서 생기는 문제점과 어려움을 호소했다. 또 집단 사직단 전공들의 복귀를 위한 해결책을 마련해 달라고 건의한 것으로 알려졌다. 대통령 비서실 관계자는 “현장 목소리를 잘 정리해 (대통령께) 전달하겠다”고 대답한 것으로 전해졌다. 이들은 광주기독병원 방문에 앞서 광주 광산구 센트럴병원 응급실도 살펴봤다. /기수희 기자



전남대병원 ‘의생명연구원 연구활성화 워크숍’

연구중심병원 인증·바이오헬스산업 유치 등 논의

전남대학교병원은 “최근 의생명연구원 연구활성화 워크숍”을 개최했다”고 10일 밝혔다. 이번 워크숍에는 정신 병원장, 기승정 의생명연구원장 등 주요 보직자 및 연구자 50여명이 참석했으며 ▲연구중심병원 인증 ▲바이오헬스산업 유치 ▲글로벌 임상시험 경쟁력 강화 등 의료 연구 발전방향에 대해 논의했다. 기승정 의생명연구원장은 ‘의생명연

구원 연구활성화 방안’을 주제로 발표했으며 ▲연구중심병원 인증 대비 추진계획(이지희 연구전략팀장) ▲임상시험 활성화 및 ARO 발전방향(심다운 의학연구협력실장) ▲연구 성과 수집 및 분석 자동화 시스템 개발(박기성 디지털바이오연구지원실장) 등의 발표가 이어졌다. 정신 병원장은 “연구중심병원 인증을 통해 바이오연구 산업화와 임상시험 활성화를 위해 더욱 노력하자”고 말했다. /기수희 기자

전남공판 광주동부지사 장기요양기관 우수 종사자 포상

국민건강보험공단 광주동부지사는 지난 9일 지사 소회의실에서 노인장기요양보험의 안정적 운영과 제도 발전에 기여한 장기요양기관 우수종사자 및 관계자 6명을 초창해 표창 및 포상을 수여했다. 이날 행사에서는 광주 남구 소재 생생노인복지센터의 임미영 사회복지사가 이사장상을 수상했고, 해마다기재가 복지센터 김선화 요양보호사와 포도원 실버복지센터 황길순 요양보호사가 광주전라제주지역본부장상을 받았다. 김미진 광주동부운영센터장은 “한국형 장기요양기관 품질 관리에 최선을 다하겠다”고 말했다. /기수희 기자

그린알로에

그린궁 宮 프라임에버 120

GREEN GOONG PRIME EVER 120

다시 맞이하는
빛나는 아름다운 여성의
건강한 봄날을 위하여!

소비자상담실 080-234-6588

그린궁프라임에버120은 소중한 여성의 피부 건강과 저하된 면역력을 증진시켜 주며 장 건강 그리고 뼈 건강에 도움을 주어 활력있는 여성의 아름다운 건강을 위한 여성 건강기능식품입니다.

그린알로에 건강기능식품은 단 1%도 중국산 원료를 사용하지 않습니다.