

시론

“멈추지 않는 죽음, 전남광주특별시가 끊어야”



김미남
前 청와대 행정관
보건복지부장관 정책보좌관

한국의 자살률은 오랫동안 OECD(경제협력개발기구) 국가 가운데 가장 높은 수준을 유지해 왔다. OECD 평균 자살률이 대체로 11-12명 수준인 점을 고려하면 약 두 배 수준이다. 그러면서 한국은 2003년 이후 22년째 OECD 자살률 1위라는 불명예를 갖게 됐다. 전국적으로 보면 2021년 1만4천872명의 국민이 스스로 생명을 잃어 2011년(1만5천906명) 이후 최근 다시 상승세와 가장 높은 수치를 보였다. 국내 사망 원인에서도 자살이 암, 심혈관·뇌혈관 질환 등과 함께 상위권을 기록하고 있다. 자살원인은 염세, 병고, 신경쇠약, 실연, 가정불화가 가장 비중이 높다. 40-50대 중년층 남성의 자살률이 상대적으로 더 높게 나타났으며, 연령이 높아짐에 따라 자살률 또한 상승했다. 광주·전남의 현황은 어떤가? 코로나19 엔데믹 이후 자살률이 급증하는 등 아동·청소년의 우울증뿐만 아니라 우울감을 느끼는 시민들이 늘어나는 것으로 나타나 정부와 지자체의 대책 마련이 시급하다. 2023-2024년 광주·전남지역 자살률은 급증했다. 광주는 2023년 인구 10만명 당 27.3명에 이어 2024년 29.9명으로 증가했다. 전남은 2023년 10만명 당 29.2명이었으나 2024년 34.5명으로 제주(36.3명), 충남(34.8명)에 이어 전국에서 3번째로 높다. 광주·전남지역이 타 특·광역시보다 급속도로 자살자가 증가하는 원인은 무엇일까? 자살상담센터의 유족서비스 분석 결과, 2024년 자살원인 1위는 경제적 문제로 나타났다. 소비도시에서 속하는 광주는 경기침체의 영향을 강하게 받기 때문에 파급효과가 컸던 것으로 보고 있다. 여기에 대우위니아 사태가 발생하고 직·간접적 효과가 겹치면서 자살자가 늘어난 것으로 분석된다. 전남은 일부 시·군 지역 자살률이 크게 상승한데다, 농어촌과 고령 인구 비중이 높다. 자살에는 여러 가지 요인이 있지만 직·간접적으로 영향을 미치는 사인에 대해 간과할 수만은 없다. 대표적으로 1인 가구, 고독사, 고령 등이다. 첫째, 1인 가구의 문제다. 대한가정의학회지에 실린 조사에 따르면 '나 홀로 식사'는 정신건강에도 부정적인 영향을 미친다는 사실이다. 혼자 밥을 먹는 남성은 여러 명이 어울려 식사를 할 때보다 자살 생각이 2배 높은 것으로 집계됐다. 또 1인 식사를 하는 여성은 그렇지 않은 여성에 비해 자살 생각이 1배 높았다. 둘째, 고독사다. 상당수는 비자발적인 자살이지만 사실상 통계에는 집계되지 않고 있다. 주변과 단절된 사회적 고립상태로 생활하던 사람이 병사 등으로 임종하는 고독사도 '비자발적인 자살'로 보면 자살률은 더 높아질 수 있다. 셋째, 고령이다. 고령화 사회로 급변하면서 황혼 자살의 증가 현상도 주목받고 있다. 80대 이상 고령 남성 자살자 수는 같은 연령대 여성과 비교해도 5배 가량 더 많았다. 이유는 가부장 문화에 익숙했던 노년 남성이 개인화된 사회에 적응하지 못했기 때문이다. 이런 문제의 심각성을 바탕으로 자살률을 줄이기 위한 극복 방안 3가지를 제시하고자 한다. 첫째, 정신질환의 조기 발견과 상담제도 강화가 중요하다. 도움을 필요로 하는 고독과 절망에 빠진 사람들은 대개 상담원들과 대화를 통해 자살을 억제하는데 도움이 되는 것으로 나타났다. 둘째, 자살예방 교육 강화다. 미국과 호주 등 주요 선진국에서도 자살 예방을 위한 다양한 교육 프로그램이 활발하게 개발돼 이뤄지고 있다. 자살예방 교육이 실제 자살률 감소에 기여한다는 것을 다수의 연구에서도 증명됐다. 국내 사례 결과도 있다. 학교에서 교동안전 교육 등을 꾸준히 시행한 결과 1990년대 1천500명을 넘어선 연간 어린이 교통사고 사망자 수가 2023년에는 14명까지 줄었다. 셋째, 중앙 정부와 지방자치단체의 역할은 물론 지역사회의 문제 인식과 연대가 중요하다. 광주·전남지역은 타 지역의 특·광역시보다 높은 자살률을 나타내고 있다. 문제는 중차대한 사안임에도 불구하고 시도 행정과 지역사회는 문제 인식을 물론 이를 개선하거나 극복하려는 노력이 그동안 엿보이지 않았다. 오는 7월1일 새로 출범하게 될 통합 '전남광주특별시'는 시급한 현안 문제가 어느 때보다도 많겠지만, 그 무엇보다도 소중한 시민의 생명을 지키는 일에 최우선해줄 줄 소망한다.

의료칼럼



곽희호
목포청연안방병원장

복부 불편감을 호소하는 '과민성 대장 증후군'

설사나 변비, 복통 같은 복부 불편감을 호소하면서 대장 자체의 기질적인 문제는 없는데 기능의 이상만 보이는 경우를 '과민성 대장 증후군(Irritable Bowel Syndrome: IBS)'이라고 한다. 여성에 호발하며 성인 인구에서 약 6-9%의 유병률을 보이는 질환이다. 근본적인 원인은 아직 밝혀진 것이 없다. 대장의 운동이상, 장내 세균총 변화, 대장의 감각과민성, 유전적 요인, 중추신경계의 조절이상, 정신심리적인 요인 등이 복합적으로 작용해 유발한다. 증상으로는 복부 불편감을 주로 호소한다. 설사와 변비가 혼잡해 있는 배변장애가 일반적이며, 배변 후에 증상이 호전되는 양상을 보인다. 동반 증상은 무기력감, 요통, 두통, 생리불순, 불안감이 함께 나타난다. 과민성 대장 증후군은 기질적인 이상을 설명할 수 없으므로 어떠한 검사로 진단하는 것이 아니며 유사한 증상을 유발하는 기질적 질환들을 배제한 후에 진단한다. 우선 환자 문진에서 복부 불편감을 호소하며 대변 형태에 변화가 있을 경우 과민성 대장 증후군을 의심할 수 있다. 이후 혈액검사를 통해 염증성 질환이나 갑상선 질환을 배제하고, 대변검사와 내시경 검사로 크론병과 대장암 등을 배제해 과민성 대장 증후군을 진단할 수 있다. 과민성 대장 증후군과 혼동할 수 있는 크론병(Crohn's disease)은 설사 증상이 두드러지며, 염증 반응을 나타내고 체중감소와 직장 출혈로 혈변을 보이는 차이점이 있다. 치료는 환자를 안심시키고 배변으로 인한 불편감을 줄여주는 것이 목표이다. 대변이 불편하면 심리적으로 스트레스와 불안감이 발생하므로 이를 해소하는 것이 중요하다. 배변이상에 활용하는 치료는 양방의학의 약물요법과 한방의학의 한약요법이다. 약물요법은 과민성 대장 증후군의 상세한 증상에 따라 약물을 처방한다. 대장 운동의 이상으로 복통 및 불편감이 심하면 장의 예민도를 떨어뜨리는 진경제를, 변비와 복부팽만으로 불편감이 심하면 장내 수분흡수를 통해 배변을 도와주는 부피형성제를, 장내 세균총에 이상이 있다면 유산균제 등을 선택적으로 처방한다. 한약치료 또한 배변불편감에 중점을 두고

처방한다. 특히 한약재인 작약(芍藥)은 대장 평활근의 경련을 억제해 복통을 감소시키고 대장의 설사와 변비를 조절해 정상화해주는 효능이 있어 사용빈도가 높다. 설사를 주로 하는 경우에는 계지가작약탕(桂枝加芍藥湯), 변비를 주로 하는 경우에는 계지가작약대황탕(桂枝加芍藥大黃湯), 소아나 허약자의 과민성 대장 증후군에는 소견중탕(小建中湯)을 각각 활용한다. 과민성 대장 증후군에는 식이요법 또한 중요하다. 저 포도당(FODMAP) 식이라고 하며 장내에서 발효되기 쉬운 올리고당, 이당류, 단당류, 폴리올은 삼가해야 한다. 양파, 콩, 우유, 요거트, 빵, 백미, 꿀, 탄산음료, 과일주스 등의 음식을 피하고 두부, 생선, 바나나, 당근, 토마토 등의 음식을 섭취하는 것이 좋다. 흔히 알려진 양배추나 브로콜리는 주의해야 한다. 장 건강에 효과가 있다고 알려져 있으나 다량 섭취시 가스를 유발해 복부 불편감을 일으킬 수 있기 때문이다. 과민성 대장 증후군은 생활을 위협하는 질환은 아니지만, 일상생활에서의 불편감으로 정신적인 문제를 초래해 사회생활에 지장을 줄 수 있다. 화장실에서 나왔을 때 불편감이 있다면 가법계 여가치 말고 가까운 의료기관에 방문하여 적절한 치료를 통해 과민성 대장 증후군을 예방하기 바란다.

취재수첩



정해선
지역특집부 국장

지속 가능한 돌봄, '대체'가 아닌 '공존'이어야 한다

방향성은 시대적 요구와 맞닿아 있다. 문제는 설계 방식이다. 공공의 역할 확대가 불가피한 흐름이라 하더라도, 그것이 곧 가족 돌봄을 대체하는 구조로 이어질 경우 예상치 못한 부작용이 발생할 수 있다. 경제학에서 말하는 '구축효과'처럼 공공이 기능을 전면적으로 담당하게 되면 기존의 자발적 돌봄 관계가 약화될 가능성이 있기 때문이다. 이 경우 돌봄 부담은 다른 형태로 전가될 수 있다. 조부모의 육아 참여가 줄어들면 그 부담은 부모 세대, 특히 여성에게 집중될 가능성이 크다. 결국 공공 확대가 또 다른 불균형을 낳는 역설적인 상황이 발생할 수 있다는 지적이다. \*외부필자의 기고는 본지의 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다

지속 가능한 돌봄 체계는 국가가 가족을 대신하는 방식이 아니라 서로의 역할을 보완하는 구조에서 가능하다. 공공은 재택 의료, 방문 돌봄, 응급 대응 등 가족이 감당하기 어려운 영역을 책임지고, 가족과 지역사회는 일상적 돌봄을 함께 나누는 균형이 필요하다. 이를 뒷받침하기 위한 유연근무제, 돌봄수당 등 제도적 지원도 병행되어야 한다. 초고령사회에서 돌봄은 더 이상 개인의 문제가 아니다. 그러나 국가가 모든 책임을 떠안는 방식 역시 지속 가능하지 않다. 지금 필요한 것은 '대체'가 아닌 '공존'의 관점에서 돌봄을 설계하는 일이다. 국가와 가족, 지역사회가 역할을 나누는 균형 속에서만 돌봄의 미래는 안정적으로 이어질 수 있다.

社說

'광주의 강남' 위장전입 전학 의혹 실체적 규명 시급

광주교육시민단체가 남구 봉선동의 초등학교 인근에 '위장전입은 범죄입니다'라는 현수막을 게시했다. 학군이 좋아 '광주의 강남'이라 불리는 곳여서 비정상적으로 학생 수가 증가한 것인지 의심되기 때문이다. 과밀학급은 학습권 침해를 부르고 부동산 상승, 입시경쟁 과열, 학교 서열화 등 다양한 사회 문제를 초래한다. 의혹이 사실이라면 과장이 적지 않을 것이다. 학벌없는사회를위한시민모임에 따르면 공립 초등학교 15곳 중 2곳에서 과밀학급이 발생했으며, 공교롭게 모두가 봉선동 소재였다. 실제로 불로초는 3개 학년, 조봉초는 1개 학년이 해당됐다. 불로초는 특히 2학년 학생 수가 305명(4학급 12명), 조봉초는 3학년 학생 수가 302명(5학급 15명)에 달했다. 이는 시교육청이 지향하는 학급당 20명을 크게 웃돌고, 과밀학급 기준치인 28명을 넘어선 수치다. 시민단체는 실질적인 대책 마련을 요구하면서 학부모와 커뮤니티에서 목격담을 공유하는 글이 쉽게 발견되고 있다는 주장도 덧붙였다. 앞서 광주교육청은 국회에 제출한 자료를 통해 2020년부터 2024년까지 위장전입 사례는 1건도 없

다고 밝혔었다. 시민모임은 위장전입이 존재하지 않아서라기보다 행정권원이 미비하기 때문이라고 했다. 학교나 교육청이 아닌 자치구에서 단속이 이뤄지다 보니, 실체를 확인하는 조사 방식에 한계가 있다는 것이다. 거주지의 변동 없이 주민등록상 주소만 바꾸는 위장전입을 통한 전학은 지역 간 교육격차를 키우고, 타인의 정상적인 전학까지 방해한다. 적법 시 주민등록법에 의거한 처벌은 물론이고 무엇보다 해당 학생의 심리에 악영향을 끼치게 된다. 원적 학교로 되돌아 갈 경우 주변의 불편한 시선에 따른 부적응 등의 문제가 생겨 성장기 아동에 치유하기 힘든 상처로 남을 수도 있다. 특정 학교를 배정받기 위한 의도에서 나아가 부동산 청약, 세무 탈루 등 경제적 이익을 취하는 나쁜 수단으로 변질되고 있다. 사회적 불신감을 조장하고 있다. 당국이 강력한 의지를 보여야 하고 주민들도 적극 신고해야 한다. 교육의 신뢰를 심각하게 훼손하는 중대 범죄다. 잡아내기 어려운 사정인 것은 분명하지만 부정행위에 결코 눈감아선 안 된다.

5·18정신 헌법 수록 요구에 정치권은 즉각 답해야

이재명 대통령이 정부세종청사에서 주재한 국무회의를 통해 5·18정신 헌법 전문 수록을 위한 단계적·점진적 개헌 준비를 지시했다. 이 대통령은 "이념에서 주장했던 부마항쟁도 의미 있는 일이라 한꺼번에 하면 형평성에 맞고 논란도 줄일 수 있을 것"이라고 제안했다. 앞서 우원식 국회의장도 "지방선거와 개헌 국민투표를 함께 진행하기 위해 조속히 절차에 들어가야 한다"고 여야에 촉구한 바 있다. 사실상 마지막 기회다. 불법적인 12·31상계 엄을 극복하며 국민 공감대가 충분히 형성된 만큼 참여를 확대하고 비용도 절감하는 가장 현실적 방안으로 보인다. 별도의 국민투표를 치르는 것보다 매우 합리적인 선택이다. 최적의 시기다. 광주시와 의회는 국회가 핵심 과제로 삼아 신속하게 개헌특별위원회를 구성해 논의에 착수하는 등 초당적 협력을 요청하고 있다. 국민투표법 개정으로 그동안 개헌을 가로막아 온 제도적 장애도 이미 해소된 상황이다. 시민단체 등도 민주공화국의 정체성을 분명히 하는 역사적 책무로 정치권이 국민 앞에 여러 차례 약속해 온 사안이라는 점을 강조했다. 1980년 5월 광주 시민들은 국가폭력에 맞서 민

주주의를 지켜냈음에도 아직까지 온전히 헌법에 반영되지 못했다. 1987년 6월 항쟁 이후 추진된 9차 개헌 과정에서 처음 제기된 이후 번번이 무산됐다. 40년 가까이 변함없이 유지되고 있다. 결코 정치적 유풀리를 따질 문제가 아니지만 국민의힘 송인석 원내대표가 선거용 개헌 정치라며 반대하고 있다. 뒤늦게 더불어민주당도 광주·전남 지역 국회의원을 중심으로 야권을 압박하는 모습이다. 헌정 파괴 행위를 원천 차단하고 민주 질서를 공고히 해야 한다는 시대의 요구를 외면할아야 하는 것이다. 더 이상 미룰 수 없다. 행동해야 한다. 4월 초까지는 합의된 개헌안을 발의해야 한다. 마지노선이다. 국회는 즉각 관련 절차에 착수하길 바란다. 정략적 계산을 중단하고 6·3지방선거와 동시 국민투표에 나서야 한다. 이 대통령이 5·18정신과 부마항쟁을 헌법 전문에 같이 넣어보자고 했다. 모두 동의할 수 있는 부분부터 순차적 개헌의 판을 깔았다. 3·1혁명으로 시작된 대한민국을 공인하는 과업이다. 국민주권을 위협하는 계엄 선포의 요건을 강화하고 지방자치권을 실질화하는 내용까지 구체적으로 담아야 한다. 이젠 정말로 정치권의 결단만 남았다.

그래픽 뉴스

Table with 4 columns: 관심 (3월 5일 발령), 주의 (3월 18일 발령), 경계, 심각. Rows include US-OPEC oil prices, US military spending, US trade deficit, and US military spending. Includes a note: '미국·이란 전쟁이 장기화 조짐을 보이며 석유 수급 위기가 가시화되자 정부가 18일 오후 3시부터 원유에 대한 자원안보 위기경보를 '관심'에서 '주의'로 한 단계 격상했다.'

미국·이란 전쟁이 장기화 조짐을 보이며 석유 수급 위기가 가시화되자 정부가 18일 오후 3시부터 원유에 대한 자원안보 위기경보를 '관심'에서 '주의'로 한 단계 격상했다. 산업통상부는 이날 중동 정세를 면밀히 검토한 결과 '국가자원안보 확보를 위한 고시'가 규정하는 '주의' 단계 발령 기준이 충족된 것으로 확인됐으며 이같이 밝혔다. 자원안보 위기경보는 '관심-주의-경계-심각' 등 4단계로 운용된다. 국가자원안보특별법 제23조에 따라 위기 상황의 심각성, 국민생활 및 국가경제 파급력 등을 종합 고려해 발령한다. 정부가 위기경보를 2단계로 격상한 이유는 현 상황이 단순히 위기가 예상되는 '관심' 단계를 넘어 실제로 수급 불안이 가시화하는 '주의' 단계 기준에 도달했기 때문이다. 앞서 이재명 대통령은 필요 시 차량 5부제 혹은 10부제 시행을 검토하라고 주문한 바 있다. /한협뉴스

광주매일신문 1991년 11월 1일 창간 http://www.kjdaily.com
부회장 馬讚皓 사장·발행·편집인 李庚秀 논설실장 金鍾民 편집국장 朴恩成
(우)161636 광주광역시 남구 천변로338번길 16 대표전화 (062)650-2000 구독신청·배달안내 (062)650-2022
편집부 650-2090 지역특집부 650-2060 광고문의 650-2099
정치부 650-2030 사진부 650-2080 마케팅본부 650-2070
경제부 650-2050 논설실 650-2006 편집지침 650-2011
사회부 650-2040 TV본부 650-2009 사업본부 650-2007
문체부 650-2065 서울지사(02) 786-9488 업무국 650-2020
\*본지는 한국신문윤리위원회의 서약사서로 신문윤리강령을 준수합니다. \*2022년 4월 30일 등록. 등록번호: 광주가10(日)국·등록일: 15,000원 1부 800원