

낙동강 주민 간흡충 감염률 50% 육박

낙동강 하구 마을 주민들의 간흡충 감염률이 50%에 육박하는 것으로 조사됐다.

경남 김해시 보건소와 인제대는 "최근 김해시 한림면 등 낙동강 하구 6개 마을 주민 390명을 대상으로 간흡충 감염조사를 벌인 결과, 190명이 양성으로 나타나 48%의 감염률을 보였다"고 9일 밝혔다.

이 같은 수치는 지난 97년 전국 평균 간흡충 감염률이 1.4%인 것과 비교하면 무려 34배나 되는 것이다.

현재 부산과 경남은 전국에서 간흡충 감염률이 가장 높는데 특히 낙동강 유역은 세계적인 간흡충 유행지역으로 알려져 있어 이 지역 주민들의 보건에 대한 체계적인 검진과 치료가 절실한 실정이다.

김해시는 지난 93년 실시한 시보건소의 간흡충 검진에서도 1차 피부반응 검사자 8천 29명 중 3천 49명이 양성으로 나타났으며 2차 대변 검사자 2천 317명 중 878명이 양성을 보여 38%의 감염률을 보였었다고 밝혔다.

인제대 고원규(高元圭, 37)교수는 "이번 조사는 비록

소수 표본 조사이긴 하지만 낙동강 유역이 여전히 간흡충 유행지역임을 여실히 보여주는 것"이라며 "간흡충은 민물고기의 생식으로 감염되는 만큼 식습관을 고치는 것이 무엇보다 중요하다"고 말했다.(연합뉴스)

피보험자 건강진단 선택 검사 가능

11년부터 피보험자가 건강진단을 받을 때 검진 항목을 직접 선택해 받을 수 있도록 수혜자 중심으로 개편된다.

국민의보공단은 현행 건강진단은 일반 종합건강진단에 비해 상대적으로 빈약하고 피보험자 대상자 모두에게 획일적으로 적용되고 있기 때문에 이를 정기검진 항목과 선택 검진항목으로 구분해 실시해 나간다는 방침이다.

또 정기건강검진은 검진항목을 성별, 연령별로 차별화 시키고 선택검진은 사망 원인별 통계에서 높은 위치를 차지하고 있는 5~6개 질환을 선정해 성별, 고위험 연령군 중 희생자가 선택해 실시토록 한다는 것이다.

검진항목의 경우에는 정기건강검진은 구강질환, 고혈압성 질환, 고지혈증, 간장질환, 당뇨질환, 신장질환, 빈

혈증, 폐결핵, 부인과질환이며 선택검진은 위암, 유방암, 직장암, 간암, 기관지질환, 심장질환 등이다.

한편 국민의보공단은 80년부터 피보험자를 대상으로 질병의 조기발견과 치료에 역점을 두고 건강진단 사업을 실시해 왔다. (일간보사)

한방에서 추천하는 암 예방 식사요법

1. 현미잡곡밥
 도정하지 않은 현미·현미 찹쌀·통밀(우리밀)·통보리·수수·조·콩·울무·콩·팥·흑미 등 10가지 통곡식을 섞어 밥을 짓는다.

현미와 찹쌀은 3, 나머지는 각각 1의 비율로 미리 섞어 두고 필요한 양을 하루 전에 불려 놓았다가 압력밥솥을 이용해 밥을 짓는다.

섬유소와 기율이 많은 통곡은 거의 모든 형태의 암을 막아준다.

2. 된장과 청국장
 된장에는 섬유질, 단백질이 많다. 특히 발효될 때 생성되는 분해산물에는 칼슘·아연과 같은 무기질과 비타민 B1·엽산 등이 풍부해 암 예방에 도움이 된다.

시중에서 파는 제품은 소금의 농도가 높으므로 국산 대두를 이용해 집에서 싱겁

게 담가먹는 것이 좋다.

3. 해조류
 미역·다시마·파래·김 등에는 항암 작용을 하는 비타민 A·C와 섬유질이 풍부하다. 체내에 축적된 중금속이나 방사능 물질을 배출하는 효과도 있다. 다시마쌈·미역쌈·미역국·미역(파래·김) 무침 등으로 이용하면 좋다.

4. 생채소
 뿌리·줄기·잎·열매 채소를 골고루 섞어 매 끼니마다 식사를 하기 전에 된장소스에 찍어 먹는다. 된장소스는 적당량의 현미식초·멸치다시마가루·황설탕·마늘 등을 된장에 잘 섞어서 만든다.

5. 니물류
 표고·느타리·팽이 등 버섯나물, 민들레·질경이·미나리·도라지·호박 나물, 냉이·달래 무침, 콩나물도 항암효과가 있다.

6. 음료
 구기자차, 오미자차, 결명자차, 감잎차, 민들레차, 현미차, 무·무청·당근·우엉·표고를 넣고 끓인 야채차, 설랑을 넣지 않은 식혜 등도 도움이 된다. (한국일보) 72