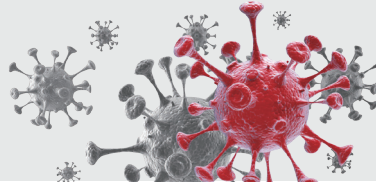


바이러스 virus



‘월드위Z’라는 영화가 있다. 어느 날 좀비 바이러스가 출몰했는데, 그 좀비 바이러스는 사람들의 힘을 초인적으로 만들면서 동시에 정신이상을 일으키는 바이러스 질환으로, 이 바이러스가 국경을 넘어 전 세계로 퍼져가게 된다는 내용이다.

바이러스는 전자현미경으로 들여다봐야 겨우 보일 만큼 너무나도 미세한 크기라 19세기까지만 하더라도 알려지지 않았는데, 과학이 발달하면서 세균보다도 더 작은데도 질병을 일으키는 바이러스가 있다는 것을 비로소 알게 되었다. 일반적으로 가장 유명한 바이러스 질환 중에 하나가 소아마비(polio)로, 소아마비 퇴치를 위하여 예방 백신을 접종하는 사업이 지금도 전 세계에서 행해지고 있다.

1918년도 유럽 지역에 스페인 독감(H1N1)이 유행했을 때, 최소 2천만 명에서부터 최대 5천만 명의 사상자가 생겨났었다. 그 당시에는 독감에 대처를 제대로 하지 못해 많은 사상자가 나왔다. 그 이후 1957년도에는 아시안독감(H2N2), 1968년도에는 홍콩 독감(H3N2) 그리고 사스(SARS), 돼지독감, 조류독감 등등이 세계적으로 유행했고, 최근에는 메르스(MERS)라는 독감이 중동에서 출현하여 한국에까지 유행을 하게 되었다.

우리나라도 몇 년 전 조류독감이 퍼졌었는데, 그때 양계장을 소독하고 수많은 닭과 오리들 땅에 파묻으면서 독감이 퍼지는 것을 막는 것을 뉴스로 통해서 본 적이 있다. 금년에 한국에 들어오게 된 메르스와 이름 하는 바이러스는 중동 지역의 낙타나 박쥐에게 있던 동물을 숙주로 하던 바이러스가 사람들에게 전파되었고, 바다를 건너 한국에까지 전파되었다.

해마다 우리나라에는 여러 독감들이 돌았고 보건 당국에서는 미리 미리 백신을 접종하여 사람들에게 전파되는 것을 차단하려고 노력해왔었는데, 이번 메르스의 경우는 속수무책이었던 것 같다. 우리가 백신을 맞는 이유가 있는데, 이는 예방접종을 통해 몸속에서 미리 인체가 바이러스를 기억하도록 함으로써 바이러스가 몸에 침투했을 때 항체(antibody)를 신속하게 만들어 바이러스를 신속히 진압할 수 있도록 하는 것이다.

바이러스의 감염은 주로 씻지 않은 손으로 음식을 먹거나 눈·코·입을 비빌 때에 체내에 침투할 수 있고, 독감 걸린 사람이 재채기를 할 때 근처에 있거나 접촉을 할 때 옆에서 감염될 수 있다. 인체는 바이러스가 몸에 들어오면 일차적으로 면역과 관련된 기능들이 바이러스와 싸우게 된다. 일반적으로 흔히 알고 있는 마늘, 생강, 고추, 양파, 대파, 당근, 계피, 딸기, 버섯, 케일, 수박 등 천연의 채소들이 면역을 증강시키는 데 많은 도움이 된다. 또한 여러 한약 처방 중에 쌍화탕, 보중익기탕, 자음강화탕, 삼소음, 소청룡탕 등등의 처방들은 독감 증상을 호전시키는 데 많은 도움이 된다. 전쟁을 치르는 군인들이 평소 잘 먹어두어야 전투에서 힘을 쓸 수 있는 것처럼, 독감 바이러스가 유행할 때에는 평소 충분한 영양과 휴식을 취해야 이겨낼 수가 있다. 또한 바깥 활동을 줄이고 가정으로 돌아와 가족과의 시간을 늘리는 것이 좋겠다.

