



오늘의 날씨와 생활

3월 3일 수요일 음 1월 20일 (12월)

기상정보

구름많음



서해상에서 동진하는 고기압의 영향을 받아 구름 많겠다. 아침 최저기온은 5-6℃, 낮 최고기온은 12-13℃로 전망된다.

Table with 4 columns: 오전, 강수 확률, 오후, and precipitation percentages for Jeju, Seosan, Goseong, and Seogwi.

Table with 2 columns: 해돋이 and 달뜨기 times for Jeju, and another table for moonset and moonrise times.

Table with 2 columns: 내일 and 모레 weather forecasts for Jeju and Seogwi.

Table with 2 columns: 식중독지수 and 감기가능지수.

월드뉴스

뉴욕경찰 강도사건에 로봇 경찰견 투입

일반 시민 감시 악용 우려

미국 뉴욕경찰(NYPD)이 실제 사건에서 로봇 경찰견의 성능을 시험 중이다. 뉴욕타임스(NYT)는 1일(현지시간) NYPD가 지난달 23일 뉴욕 브롱크스에서 발생한 인질 강도 사건 당시 로봇 경찰견을 투입했다고 보도했다.



사건에 투입된 로봇 경찰견.

로봇 경찰견은 경찰이 투입되기 전에 사건이 발생한 아파트에 들어가 무장 강도들이 아직도 현장에 있는지 여부를 파악했다. NYPD는 로봇 경찰견이 어두운 곳의 상황도 탐지가 가능하고, 현장이 얼마나 안전할지도 파악할 수 있다고 밝혔다.

이런 사건에 투입된 로봇 경찰견은 보스턴 다이내믹스가 제작한 '스팟'이라는 모델이다. 5km 이상 달리고, 계단도 오를 수 있는 스팟은 단순히 본부의 지시를 수행하는 것 외에도 인공지능을 사용해 스스로 현장 상황에 대처할 능력도 있는 것으로 알려졌다. 한편 로봇 경찰견이 일반 시민을 감시하는데 악용될 수 있다는 우려의 목소리도 제기되고 있다.

한리일보 logo and contact information including website, phone, and address.

건강&생활



강준혁 한의학 박사

추위나 심리적 변화로 인해 손가락이나 발가락 혈관이 오그라져서 피부가 차갑게 변하거나 색깔도 변하는 질환을 레이노 증후군(Raynaud's phenomenon)이라고 한다. 한의학에선 수족냉증이 비슷한 질환이라고 하는데, 남자보다 여자가 많고 젊은 층보다 노년층이 더 발생이 많다. 특히, 요즘처럼 추운 날씨에는 바깥 기온이 낮아서 증상이 심해지는 시기여서 손발이 차서 시리고 상태 방하고 악수하기가 꺼려질 정도로 차갑고 심하면 저리는 증상까지 호소한다.

레이노 증후군(Raynaud's phenomenon)

여성들은 손발이 차면서 추위도 많이 타고 생리불순이나 생리통이 심한 경우도 많이 오게 된다. 원인은 기저질환으로 류마티스 관절염이나 루푸스(진성성 홍반성 루푸스)같은 질환으로 오기도 하지만 특별한 원인이거나 기저질환 없이 나타나는 경우도 있다. 한의학에선 몸이 중심부가 체질적으로 차기 때문에 사지 말단, 즉 손발 끝까지 혈액이 잘 순환이 안 돼서 끝이 차지게 되고 저린 증상이 심해진다고 보고 있다. 인체에서 건강한 몸의 상태는 수승화강(水丞火降)이 잘돼서 머리 쪽에 상부는 시원한 기운이 돌고 복부나 중심부는 따뜻한 기운이 돌아서 혈액 순환이 잘돼서 건강한 상태이다. 그런데, 수족냉증 환자들은 이와는 반대로 중심부가 차기 때문에 속은 차가운데 반대로 열이 머리쪽으로 오르게 되고 손발은 차서 시린 증상을 호소한다. 앞에서 얘기 했듯이 여자 환자들은 아랫배가 차기 때문에 생리불순이나 생리통을 동반 증상으로 많이 호소하는데 전체 인구에 10%가 레이노 증후군을 가지고 있다고 한다. 한의약의 치료는 우선 한약과 침을 병행하는데 중심부를 따뜻하게 해주는 온리약(溫裏藥)을 써주고 동반 증상을 개선시켜주는 약을 가미해서 처방하고 침으로는 혈액순환을 돕는 쪽으로 치료를 하게 된다. 임상에서 보면 한의원까지 오는 환자들은 대개 그 증상이 심하고 오래돼서 오는 경우가 많다. 젊은 환자들은 드라마틱하게 열을 정도로 증상이 개선되는 것을 보이기도 하지만 그동안 차가운 몸을 하루아침에 바꾸기는 힘들고 몇 개월을 꾸준히 치료를 해주면 차도가 많이 있게 된다.

특히 생리불순이 있는 여성 환자들은 미리 치료를 해야 나중에 난임이 오는 걸 예방할 수가 있다. 병상을 보면 물위에 떠있는 얼음 덩어리 보다 물속에 갇혀 있는 얼음의 크기가 훨씬 크다. 이 병상이 다 녹으려면 겉에 보이는 얼음뿐만 아니라 속에 잠겨진 얼음까지 다 녹게 계속 열이 가해져야 하는 것처럼 속이 차가운 환자들도 어느 정도 기간 동안 계속 몸을 따뜻하게 해주어야 찬 성질의 체질이 개선이 되는 것이다. 수족냉증으로 요즘같은 계절에 고생하는 분들은 한의약 치료로 건강해질 수 있다. 평소 예방법은 옷을 따뜻하게 입고 장갑과 양말을 착용해 체온을 따뜻하게 유지하고, 외부 스트레스의 원인을 제거하는 것이 중요하며, 특히 금연을 해서 혈관을 깨끗하게 유지하는 것이 중요하다.

열린마당

자존감 높은 여성농업인이 됩시다



한윤아 서귀포농업기술센터 농촌지원팀장

최근 여성농업인 실태조사 결과에 따르면 여성농업인의 61.6%가 농업인으로서 자신의 지위를 단순히 가족 종사자로 생각하고 있으며 경영주로 생각하고 있는 여성농업인은 25.4%에 불과한 것으로 나타났다. 일과 가정의 양립을 목표로 수행해온 실제적 주제임에도 불구하고 역할에 있어 보조자로서 자신을 낮춰 생각하고 있다는 것에 문제점이 있다고 평가를 하고 있다. 여성농업인이 경영주가 아니더라도 자존감이 높다면 주제적으로 일을 처리할 수 있을 뿐 아니라 농업농촌의 활력이 될 수 있다. 그리고 이런 자존감을 가지려면 외부의 평가보다는 자신의 가치를 스스로 인정할 수 있는 자기 계발이 필요하다. 농업은 생명산업이라고 한다. 아침

'봄철 산불화재' 예방이 최우선



한승진 동부소방서 구좌119센터

추웠던 겨울이 지나고 따뜻한 봄이 찾아왔다. 봄은 따뜻한 날씨로 사람들의 기분을 들뜨게 한다. 봄의 기운을 만끽하기 위해 산으로 발걸음을 옮기는데 이럴 때 가장 염두해야 할 산행 수칙은 산불 예방이다. 최근 통계자료를 보면 입산자에 의한 실화가 전체의 34%를 차지하고 있을 정도로 주의가 필요하다. 최근 10년간 전국적으로 산불 현황을 살펴보면 봄철(2-5월)에 발생하는 화재 건수는 311건(1037ha), 가을철(11-12월)에는 27건(8ha)으로 연간 산불 화재의 67%가 봄철에 발생하고 있으며, 3월에 많이 발생하고 있다. 봄철에 산불이 유독 많이 발생하는 까닭은 바로 건조한 날씨와 공기 중 낮은 습도로 인해 아주 작은 불씨라도

바람과 만나 쉽게 산불로 확대된다. 특히 기상청 예보에 따르면 올해 봄철은 예년보다 기온이 높은 편이고 강수량도 다소 적어 건조한 날씨가 이어질 것으로 전망된다. 산불은 한 번 발생하면 피해 규모가 큰 만큼 무엇보다 예방이 중요하기에, 행동요령 몇가지를 안내하고자 한다. 첫째, 입산시에 성냥, 담배 등 인화성 물질을 소지하지 않도록 하자. 둘째, 산림과 인접한 지역에서 소각해야 할 경우 해당 관서에 사전 허가를 받고 불씨가 산림으로 확산되지 않도록 예방조치를 하고 소각해야 한다. 셋째, 산행 중에 산불을 발견했을 경우 소방서, 산림관서, 경찰서로 신고해야 하며, 바람이 불어가는 쪽으로 확산되므로 바람 방향을 감안해 산불의 진행경로에서 벗어나도록 한다. 산불이 발생하면 복구하는 데 수십년, 길게는 수백 년의 시간이 필요하다. '나 하나쯤이야' 하는 안일한 생각으로 버린 담배꽂이나 쓰레기 소각이 경제적 손실뿐 아니라 아름다운 강산을 훼손할 수 있다. 이제는 산불이 발생하지 않도록 우리 스스로 의식 전환이 필요하다.

Advertisement for Asahi 4.5 year old Asahi beer, featuring product images and contact information.

Advertisement for Hanra Electronics (주), featuring a globe image and list of services like IT installation and maintenance.

Advertisement for TIEN Information Technology (주), featuring a diagram of their 'ONE-STOP SYSTEM' and list of services like CCTV and network setup.

Advertisement for Donggu Dental Clinic (동구치과 의원), featuring a logo and information about their services and location.