

건강&생활



김연덕 제주성모안과

1년 전 본 지면에서 '노안 수술과 돋보기'에 대해 다룬 바 있다. 당시 필자는 이른바 노안 수술이 유행이라고 진단했는데, 요즘은 더 많아지는 느낌이다. 얼마 전에는 40대 중반인 분까지 육지에서 수술을 받고 오신 것을 보고 내심 놀랐다. 필자는 여전히 수술이 모든 것을 해결해 주는 만능 열쇠는 아니며, 필요할 때 돋보기를 착용하는 것도 그리 나쁘지 않은 선택이라고 생각한다. 하지만 한 번의 수술로 편하게 밝은 세상을 누리고 싶다는 유혹이 자지는 않을 것이다. 이번에는 관점

노안 수술, 꼭 해야 한다면

을 바꿔 어떤 분들이 노안수술을 받으면 도움이 될까 고민해왔다. 최근 노안 수술의 대세는 다초점 인공수정체를 삽입하는 백내장 수술의 응용법이다. 다만 아직 백내장이 오지 않거나 심하지 않은 눈에 미리 앞당겨 시술하는 것이 다르다. 백내장 수술의 원리는 우리 눈의 렌즈 역할을 하는 수정체가 노화로 흐려지면 그것을 제거하고 인공수정체를 대신 넣는 것이다. 다초점 인공수정체는 원거리 한 곳과 근거리 두 곳(컴퓨터 보는 거리, 책 보는 거리 정도), 또는 원거리 한 곳과 근거리 세 곳에 초점을 맞추는 3중, 4중 초점 인공수정체를 많이 쓴다. 원거리 빛 번짐을 줄이고 조금 더 여러 곳에 초점이 맞는 연속초점 인공수정체도 등장했으나, 근거리가 조금 불편하다는 의견도 있다. 3중, 4중 초점 렌즈와 연속초점 렌즈의 장단점을 보완해 양쪽 눈에 서로 다르게 렌

즈를 사용하기도 한다. 이전보다는 많이 나아졌지만 빛 번짐 문제가 완전히 해결된 것은 아니다. 수술 전에도 안경 없이 원거리가 잘 보였던 분이라면 수술 후 오히려 먼 곳이 번져 보이거나 답답하게 느껴질 수 있다. 아직 4-50대인데 멀리는 잘 보이고 가까운 것이 안보이는 분들은 한 번 더 고민해 보시는 것이 좋겠다. 한편, -3디옵터보다 나쁜 중등도 이상의 근시가 있고 이미 노안이 와서 먼 곳과 가까운 곳을 각자 보는 두 가지 안경을 써야 하는 경우에는 노안 수술 만족도가 높을 수 있다. 40대 중반 이후 안경을 벗고 싶어 라식을 생각하는 사람들에게도 대안이 될 수 있다. 노안이 온 뒤 라식을 하면 근거리에서는 다시 돋보기를 써야 하기 때문이다. 또한 젊을 때는 안경 없이도 잘 보였으나 나이가 들면서 안경을 써야하는 원시나 복합

원시성 난시를 가진 사람들도 수술 만족도가 높을 수 있다. 백내장 수술과 마찬가지로 수술 후에 안구 건조증이 심해질 수 있다는 걸 꼭 기억해야 한다. 2-3개월 정도 지나면 완화되는 편이지만, 아무래도 수술 전보다는 불편하다. 다초점 인공수정체는 빛 번짐이 생기고 원거리 근거리에 빛을 나눠 쓰기 때문에 이전보다 주위가 어둡게 느껴질 수 있다. 야간에 자동차 헤드라이트나 가로등을 보면 달무리처럼 주변에 둥근 띠가 종종 보이게 된다. 이는 수술 뒤 계속 지속되는 문제들이기 때문에 마음의 준비를 해야 한다. 그럼에도 본인에게 노안 수술이 꼭 필요하다고 생각된다면, 전문가와 충분한 상담해 수술의 장점과 단점을 깊이 고민하고 결정하도록 하라. 한 번 제거한 수정체는 다시 돌아오지 않는다.

사설

제주경찰 비위 '점입가경'... 특단대책을

제주경찰이 울들어 저지른 연쇄 범죄와 관련해 징계받은 도내 경찰들의 비위내용도 놀랍지만, 주로 고위간부들에 의해 저질러진 것만 봐도 심각하다. 2-3개월 정도 지나면 완화되는 편이지만, 아무래도 수술 전보다는 불편하다. 다초점 인공수정체는 빛 번짐이 생기고 원거리 근거리에 빛을 나눠 쓰기 때문에 이전보다 주위가 어둡게 느껴질 수 있다. 야간에 자동차 헤드라이트나 가로등을 보면 달무리처럼 주변에 둥근 띠가 종종 보이게 된다. 이는 수술 뒤 계속 지속되는 문제들이기 때문에 마음의 준비를 해야 한다. 그럼에도 본인에게 노안 수술이 꼭 필요하다고 생각된다면, 전문가와 충분한 상담해 수술의 장점과 단점을 깊이 고민하고 결정하도록 하라. 한 번 제거한 수정체는 다시 돌아오지 않는다.

경찰 징계결과 최근 5년간 각종 범죄와 관련해 징계받은 도내 경찰관은 48명이었다. 계급별로는 주로 고위간부들에 의해 저질러진 것만 봐도 심각하다. 2-3개월 정도 지나면 완화되는 편이지만, 아무래도 수술 전보다는 불편하다. 다초점 인공수정체는 빛 번짐이 생기고 원거리 근거리에 빛을 나눠 쓰기 때문에 이전보다 주위가 어둡게 느껴질 수 있다. 야간에 자동차 헤드라이트나 가로등을 보면 달무리처럼 주변에 둥근 띠가 종종 보이게 된다. 이는 수술 뒤 계속 지속되는 문제들이기 때문에 마음의 준비를 해야 한다. 그럼에도 본인에게 노안 수술이 꼭 필요하다고 생각된다면, 전문가와 충분한 상담해 수술의 장점과 단점을 깊이 고민하고 결정하도록 하라. 한 번 제거한 수정체는 다시 돌아오지 않는다.

열린마당

도시재생 뉴딜사업, 주민 참여가 필수



김봉석 서귀포시 도시과 도시재생팀장

서귀포시는 3-4년 전부터 도시재생이 화두다. 지난해말 국토교통부에서 발표한 2020년 하반기 도시재생 뉴딜사업 지구로 서귀포시 원도심(중앙동) 지구가 전국 47개소 중 1개 지구로 선정이 되기도 했다. 도시재생은 과거 도시 재개발 같은 개발이익의 창출에 초점을 맞추기 보다는 지역공동체가 영위할 수 있도록 삶의 터전을 재생해 거주민의 삶의 질을 높이는 업무이다. 도시재생 활성화 및 지원에 관한 특별법에 도시재생의 감소, 산업구조의 변화, 도시의 무분별한 확장, 주거환경의 노후화 등으로 쇠퇴하는 도시를 지역력

의 강화, 새로운 기능의 도입·창출 및 지역자원의 활용을 통해 경제적·사회적·물리적·환경적으로 활성화시키는 것을 말한다. 도시재생 뉴딜사업이 성공하려면 가장 중요한 것은 주민들의 참여와 소통이다. 주민과 공무원 등 프로젝트 모든 참여자들이 파트너십을 형성하고 소통해 지역 공동의 가치를 창출할 때 비로소 도시재생이 할 수 있다. 그래서 서귀포시는 각 사업장별로 주민들의 참여와 소통을 위해 현장지원센터를 운영하고 있다. 현장지원센터는 도시재생 뉴딜사업 초기의 활성화 계획 수립 지원과 주민의견 수렴 및 주민참여 유도를 통한 사업화 방안 등을 지원하는 곳이다. 또 도시재생 사업을 계획함에 있어 실행계획인 활성화계획을 수립하게 된다. 계획 수립시 기존 하향식 방식(Top-down)이 아닌 주민들로부터 사업제안 및 구상 방식인 상향식 사업(Bottom-up)방식으로 추진하고자 주민들로 이뤄진 도시재생 주민협의체를 구성해 지역의견을 적극 수렴해 나가고 있다.

뉴스-in

눈물바다 된 4·3특별법 개정 도민 보고회

성평등 위한 정책 추진 다짐 ○...113주년을 맞는 3·8 세계여성 날 원화홍 제주도지사가 도 소속 관리직 여성 공무원 및 여성 안심 3종 세트 관련 관계자와의 간담회, 여성 안심 무인택배 보관함 현장방문 등 관련 일정을 수행할 예정이다. 특히 제주도와 제주도청 소속 3개 노동조합은 8일 공식사퇴 성비위 문제 차단 등 성평등한 공직 문화 확산을 위한 실천 협약을 체결할 계획. 이현숙 제주도 성평등정책관은 "여성들이 성평등한 사회에서 일할 수 있도록 다양한 정책을 추진해 나가겠다"고 다짐. 강대해기자

부회장이 4·3 당시 희생된 남동생을 그리며 한 발언에 이어 허영선 시인의 '법 앞에서' 낭송으로 좌중들은 눈물을 분출. 한 참가자는 "강 부회장이 발언한 '아기야, 울지마라' 흔저 글라'고 말할 때가 마음이 아팠다"며 "기쁜 날이지만 그날이 떠올라 슬픈 날이기도 하다"고 설명. 송은범기자

\* '오피니언' 면의 외부필자 기고는 본지의 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.

오라관광단지사업, 제주도 입장 밝힐 때

제주오라관광단지 개발사업의 그 끝은 어디인지 도무지 알 수 없다. 이 사업의 인·허가에 대한 절차가 한없이 지연되고 있기 때문이다. 문제는 단순히 늦어지는 것이 아니라 제대로 된 절차가 없다. 특히 제도가 걸리기 일쑤여서 그렇다. 한마디로 발목잡기요, 시간끌기라 해도 과언이 아니다. 오라관광단지 개발사업 수정 사업계획서 제출기간이 다시 6개월 연장된다. 제주도는 오라관광단지 전면 수정 사업계획서 제출기간을 8월 말까지 6개월 연장하기로 했다. 이에 따라 사업자인 JCC는 제주 미래비전의 핵심사업인 '청정과 공존'에 부합하는 새로운 사업계획을 마련해 제출해야 한다. 제주도는 수정 사업계획서가 제출되면 제주개발사업심의위원회를 통해 재심의가 이뤄진다. 앞서 개발사업심의위는 지난해 7월 오라관광단지 개발사업 계획을 국내 여행객에 맞게 수립하라며 '재검토' 결정을 내렸다. 이에 제주도는 지

단체 8월 사업자측에 2021년 2월 말까지 세 사업계획서를 제출하라고 요구한 바 있다. 오라관광단지 개발사업에 대한 행정의 잣대가 도대체 무엇인지 궁금하다. JCC는 2015년 5조여원을 투자하는 사업계획서를 제출한 후 도시계획과 경관심의를 마쳤다. 이어 2017년에는 제주도의회 환경영향평가서 동의안 심사가 이뤄졌다. 하지만 환경영향평가 절차를 진행하는 과정에서 뜬금없이 법적 근거가 없는 자본검증 카드를 들고 나왔다. 이로 인해 오라관광단지사업은 6년째 지지부진한 상태다. 사업자가 전면 수정된 사업계획서를 제출할 경우 도시계획 등 모든 절차를 다시 받아야 한다. 사실상 원점에서 사업을 시작해야 한다는 얘기다. 제주도가 더 이상 발목을 잡는 행정을 해서는 안된다. 이제는 제주도가 오라관광단지 개발사업에 대한 명확한 입장을 밝히어야 한다. 언제까지 '희망고문'을 할 것인가.

부고 김형희(마리나호텔) 어머니 연주 현씨 정춘(향년 87세)께서 서기 2021년 3월 6일 17시 16분경에 별세하셨기에 삼가 알려드립니다.
▶일 포: 2021년 3월 8일(월요일)
▶발인일시: 2021년 3월 9일(화요일) 오전 7시
▶발인장소: 부민장례식장 3빈소
▶장 지: 양지공원→오라선영

부고 강대훈, 강도훈(前 제주시자치행정국장) 어머니 남양홍씨 춘산(향년 92세)께서 서기 2021년 3월 7일 00시 19분경에 별세하셨기에 삼가 알려드립니다.
▶일 포: 2021년 3월 8일(월요일)
▶발인일시: 2021년 3월 9일(화요일) 오전 7시
▶발인장소: 한림장례식장
▶장 지: 양지공원

감사의 말씀 이번 저희 아버지 순천김공 성배(향년 74세) 상사에 바쁘신 중에도 정중하게 조의를 베풀어 주신데 대하여 마음속 깊이 감사드립니다.
현대백화점, 농협 하나로마트, 경제통상진흥원판매장 판매
대한민국 최고농업기술 명인 / 2009 백도라지 명인

탁월한 선택! 확실한 광고 효과
한라일보 광고문의
750-2828
서귀포지사
732-5552

유라조생 3년생 계약양묘
유라조생 1,2,3년생
감평 1,3,4년생
탱자묘목 1년생
성하홍조생 1년생
성전온주 1년생
천해향 4,5년생
황금향 4,5년생
한림종묘
010-3690-2453