

과 수분이 함유된 음식을 먹으면 충분하며 아침 식사 30분전에 반컵 정도의 따뜻한 물을 마시면 이온수 자체가 완화제 역할을 하여 변통을 원활히 해준다.

(4) 약 물 요 법

원칙적으로 약물요법에 의존하지 말아야한다. 변비약으로 인하여 장에 자극을 주어 변비가 더욱 악화되기 때문이다. 그러나 상기한 방법으로도 변비를 치료 할수 없을때는 다음약을 사용 할수가 있다.

(가) 대변 분량을 증가시키는 약제

이런 계통의 약으로 메틸셀 루로스는 장내에 들어가 수분을 흡수하여 몇십배로 부풀어올라 장내용물을 증가 시킨다. 변을 배설하기 용이하게 한다.

(나) 대변을 물게하는 약제

아고랄(광유)을 취침전에 30cc를 먹고 잔다. 너무오래 사용하면 오히려 역효과를 가져올수 있어 조심해야 한다.

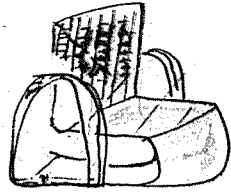
(다) 좌 약

여러가지 좌약이 나와 있다. 항문에서 변이 굳어서 나오지 않을 경우 사용한다.

(라) 하 제

피마자유 듀코락스 카스카타등이 나와 있으나 상용하지 않아야 된다.
(필자=서울적십자병원 내과과장·의박)

상 처 가 났 을 때



柳 聖 熙

요즈음 여름철에는 피부의 노출되는 부분이 비교적 많고 바캉스계절이라 피서나 야외로 나가는일이 많아바위나 깨어진 유리 조각에 상처가 나기 쉬운 계절이니 각자 조심해야된다.

우선 상처가 났을때 가벼운 상처는 별 문제이나 본인이나 주위 사람이 놀라는 것은 출혈인데 건강한 사람이면 어느정도 출혈해도 생명이 위태롭지 않을 여유를 가지고 있기 때문에 너무 당황하지 말고 출혈하는 부위를 깨끗한 수건이나 헝겊봉대로 압박하여 두면 대부분의 경우

특집 / 가정요법을 채점한다

혈액응고 기전으로, 수분 후에 지혈 되는데 지혈 목적으로 흔히 흡이나 담배를 비벼서 붙이는 경우가 많은데 무서운 과상풍은 물론 상처의 감염을 일으키는 원인이 될 수 있으니 절대 금해야 된다.

너무 꼭 잡아매면 신경마비가

어느정도 기다려도 출혈이 멎지 않을 때는 상처 부위 보다 근위 부위에 에를 들면 손을 다쳤을 때 팔목, 발을 다쳤을 때 무릎 아래에 압박 붕대를 감는데 이 때 주의해야 될 것은 너무 꼭 졸라 매어 신경마비를 일으키지 않도록 해야 하며 너무 느슨히 매어 지혈 효과가 없는 경우를 주의해야 된다.

심한 상처를 입었을 때는 속크를 일으킬 수 있으니 숨쉬는데 장애가 없도록 해주고 상처 부위의 출혈을 방지하고 통증을 없애주어야 된다.

다친 부위를 심장보다 높은 위치로 올려 준다든지, 부목이나 신문지를 말아서 상처 부위의 관절을 포함해서 움직이지 않게 고정함으로써 아픈 통증을 덜어 주어야 한다.

깨끗한 물로 씻어내고

상처의 상태가 타박상이면 안정을 하면 시일경과로 자연 치유되고 가벼운 찰과상 정도면 상처 부위의 흙 같은 오염물을 깨끗한 물이라도 여러번 씻어 내고 자극성이 없는 소독약으로 처리한 다음 깨끗한 헝겊

으로 배어 두어도 큰 이상은 안 생기지만, 상처의 양상이 자상일 경우 심부의 연부조직 손상을 알 수 없고, 열창이나 뿌리창 같은 때는 혈관, 신경, 심줄, 인대나 그의 연부 조직 손상을 동반하지 않았다 주의해야 한다.

경솔하게 취급하면 일생 불구자가

일반적으로 병에 대하여 너무 겁을 먹거나 경솔하게 취급하여 시적으로 손해를 보는 일이 있는데, 상처를 너무 경솔하게 취급하여 중요한 신경이나 심줄을 봉합하지 않거나 감염등 합병증으로 후일 일생 불구를 면치 못하는 예가 흔하였으니 주의해야 된다. 상처가 나면 흙, 돌

〈표지에서〉

葡萄의 향기

포도는 한여름의 貴婦人이다. 그 빛이나, 그향기나, 그맛이나 拔群의 으젓함이 있다. 그래서 과실중의 寶石이다.

이포도의 고고하고 신선한 품격을 자기(磁器)와 비교해 보았다. 천고의 신비를 지닌 자기와 뜻뜻한 생명을 지닌 포도.

천둥과 번개와 폭풍이 몰아쳐도 흔들리지 않는 두 品格을 조용히 눈을 감고 비쳐본 것이다.

〈김 평 화〉

특집 / 가정요법을 채점한다

가루, 유리조각, 나무조각등으로 오염되거나 이물이 상처 속에 들어 갈 수 있으니 수술 시 육안으로나 X-선 검사로 제거하고 변연 절제술로 감염을 방지해야 된다.

상처가 나면 가능한 한 속히 봉합할수록 감염될 위험성이 적어 지는데 균이 상처에 오염되어 증식하고 연부조직 속으로 깊숙히 침투되는 시간이 6~8시간이 소요되므로 6시간 내에 오염된 상처를 깨끗이 닦고 이물제거, 변연절제술 후 봉합해야 된다.

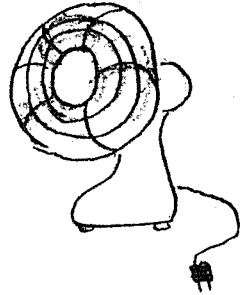
만일 감염될 가능성이 많거나 좌멸창 같이 연부조직 괴사 부분이 많은 경우 지연 2차 봉합을 운하며 괴사된 조직이나 생존할 가망이 없는 조직은 여러가지 검사 방법으로 식별하여 제거하고 봉합해야 된다.

봉합 후 상처 반흔에 대하여도 신경을 써야 되는데 안면 같은 노출 부위의 반흔은 보기 흉하지 않도록 되도록 가는 봉합사로 정확하게 봉합하고 봉합사로 인한 반흔을 없애기 위하여 피하 조직을 가는 깎개로 봉합한 후 4일내에 피부 봉합사를 제거하면 된다.

특히 수부의 심출(전)이나 신경 손상에 대하여는 경험이 많은 전문의의 치료를 받도록 권한다.

〈필자=유성희 정형외과 원장·의박〉

불에 데었을 때



許 沅

화상이라면 흔히 불이나 뜨거운물 등에 피부가 상한것을 말하나 이외에도 화학, 전기 및 방사선 손상등도 포함시킬수있으며 적은부위의 경한것은 별 문제가 되지 않으나 광범위하고 심할경우는 현대의학의 적절한 치료를 다해도 높은 사망율과 기능장애 및 흉터를 심하게 남김으로써 많은 문제점을 주고있다.

십씨 50도 이상이면 피부세포에 변화가

화상의 치료와 예후판정을 위해 여러가지 분류 및 기준이 있으며 여

특집 / 가정요법을 채점한다