

용 어 해 설

대사증후군

서구화된 식습관과 운동부족으로 당뇨병과 함께 심혈관계 질병이 동시에 나타나는 증상을 말하며, 최근 연구결과 내장지방형 복부비만이 대사증후군으로, 그리고 당뇨병 뇌졸중으로 진행되는 것으로 나타났다. 대사증후군에 걸리면 지방이 체내에 과대하게 축적되며 동시에 지방산의 부산물인 LCAC가 인체의 골격근, 췌장, 혈관세포 등 여러 장기에 축적되어 기능을 억제해 각종 심혈관질환을 유발하게 된다. 또한 이렇게 진행됨에 따라 생성되는 제2형 당뇨병은 심혈관계와 뇌혈관질환의 위험성을 배가시키며 신장과 눈의 합병증을 유발해 장기적인 생존율을 감소시키고 삶의 질을 저하시킨다.

다음 5가지 증상 중 3가지 이상이 동시에 나타날 경우 대사증후군으로 보고 있다.

△복부비만 : 남자 90cm, 여자 80cm 이상

△고중성지방혈증 : 신체내 중성지방이 150mg/dl

△저고밀도지질단백 : 콜레스테롤 수치가 남자는 40mg/dl, 여자 50mg/dl 미만

△고혈압 : 혈압이 130/85mmHg 이상

△고혈당 : 공복시 혈당이 110mg/dl 이상

이러한 대사증후군 위험에서 벗어날 수 있는 예방법은 복부비만을 줄이는 운동이 가장 좋다.

△하루 30분 정도의 걷기나 가벼운 조깅

△탄수화물은 전체 칼로리의 50% 미만으로 하고, 도정하지 않은 곡류를 섭취

△긍정적인 사고

PET-CT(양전자방출단층촬영)

미국에서 98년 개발되었으며, 신체 신진대사에 이용되는 포도당 유사물질과 양전자를 방출하는 방사성동위원소를 결합시킨 약물을 주사해 전신 대사과정을 촬영해 검사할 수 있는 장비이다. 암의 조기발견, 전이 여부에 대한 판별, 정확한 병변 위치를 기존보다 정확하고 빠르게 판단할 수 있게 한다. 그러나 임신부, 밀폐공포증 환자, 병적 비만, 조절 능력이 떨어지는 당뇨병환자 등은 검사가 어렵다. 참고로 정밀진단을 위하여 폐결핵이나 골절에는 일반 X선촬영이, 위암이나 궤양에는 위투시검사, 대장염이나 궤양에는 대장조영촬영법이, 모든 질병이나 척추질환에는 방사선을 이용하는 CT(컴퓨터단층촬영)가, 뇌질환이나 퇴행성 척추질환에는 자석의 자기장을 이용하는 MR(자기공명영상법)가, 혈관폐쇄에는 혈관조영술이 주로 사용된다.

TDR(개발권 양도제)

역사적 유물의 보전, 농경지나 자연공간의 확보, 생태계보전 등을 목적으로 어느 지역의 토지이용 및 개발을 규제할 경우 토지소유자의 재산상 손실을 시장을 통해서 다른 곳의 개발권과 결부된 개발이익으로 보상하려는 취지에서 개발된 제도이다. 이 개발권 양도제도는 1961년 미국의 어떤 개발업자가 제안한 제도인데 10년이 지나서야 뉴욕시부터 이 제도를 실시하기 시작한 것으로 알려지고 있으며, 이 제도를 주로 역사적 유물의 보전이나 공원의 조성에 활용하였다. 예를들어 그린벨트지역은 용적율이 100%인데 반해 인근의 개발허용지역은 400%라면 차이 300%에 해당하는 개발권을 사고 팔수 있도록 하는 제도를 말한다. 그린벨트지역 내의 토지 소유자는 개발권을 팔아 재산상의 손실을 보전할 수 있게 되며, 매수자는 개발권을 사용하여 개발허용지역 내에 건물을 지을 수 있게 된다.