



# 아토피에게 웬 우유(?!)

□글 | 이재성 □그림 | 황성호

**오랜만에** 언니와 조카 다은이를 본다는 생각에 가슴이 뛰었다.  
3년 만에 보는 다은이! 기저귀를 차고 아장아장 걷는 모습이 선한데, 벌써 5살이 되었다고 하니, 세월이 참 빠르다는 생각이 들었다.

“별써, 정리를 다했네. 부지런 한데!”

“포장 이사를 하니까, 이삿짐센터에서 많이 도와줘서 빨리 끝났어.”

“그런데, 다은이는 어디 있어?”

그때였다. 두 손 가득 장난감을 들고 옷에는 흙을 잔뜩 묻힌 채 다은이가 엄마를 부르며 들어왔다.

“어머, 다은아 오랜만이다. 이모야.”

“안녕하세요.” 다은이는 초롱초롱 한 눈으로 나를 쳐다보며 말했다.

“정말 많이 컸네.” 나는 새삼 세월의 힘을 느꼈다.

다은이는 깨끗하게 손과 얼굴을 씻고 나와서는 말했다.

“엄마! 저 우유 주세요. 배고파요.”

언니는 냉장고에서 우유를 꺼내서 컵에 따라 주었다. 그리고 다은이는 우유를 단숨에 마시는 것이 아닌가!

“언니! 다은이 아토피라서 우유 마시면 안 되는 것 아니야?” 나는 놀래서 물었다.

“우유가 아토피를 유발하는 것 아니야. 건강을 위해선 우유를 꼭 마셔야 돼!”

“하지만 다은이는 언니가 임신 중에 우유를 많이 마셔서 갓난아기였을 때 아토피로 고생한 것 아니야.”

“그때는 나도 그런 줄 알았는데, 그것 보다는 내가 다은이를 젖먹이면서 식생활을 엉망으로 한 것이 문제였어. 다은이 아빠가 바빠서 늦게 들어오는 일이 많으니까 혼자 밥을 챙겨서 먹는 게, 힘들고 귀찮고 해서 인스턴트식품을 많이 먹은 것이 문제였던 것 같아.”

“그랬구나! 나는 그것도 모르고 여태껏 우유가 아토피를 유발 한다고 생각했네.”

“그래! 그건 아니야! 우유가 아토피를 유발한다면 그 많은 사람들이 우유를 마시겠니?”

“맞아! 너무 당연한 건데 왜 그렇게 생각했는지 몰라.”

“아토피나 알레르기는 식생활을 조심하는 게 중요해. 특히, 모유를 먹이는 엄마는 더욱 그래야 될 것 같아. 요즘 우리 다은이는 하루에 한잔씩 꼭 우유를 마셔. 그리고 식생활과 환경을 바꿔 주었더니, 아토피가 거의 없어졌어.”

“정말! 잘 됐다.”

“그래, 조금만 내가 더 잘 알고 있었다면 우리 다은이가 그렇게 고생하지 않았을텐데……. 좀 미안해!”

언니는 다은이를 측은하게 쳐다보았다.

“언니! 나도 우유 좀 줘! 이제부터 나도 건강해져야겠어!” 나는 웃으며 말했고 언니도 웃으며 우유를 따라 주었다. ^^