



서울대학교 뉴욕지역

골든 클럽 회보

Golden Club News

JULY 2020

WE LEAD A HEALTHY AND HAPPY LIFE.

VOL. 99

회장 인사

손경택 골든클럽 회장



회원 여러분 뜻밖의 방콕 황재 속에서 얼마나 close-knit family만의 quality time을 갖고 계시는지요? 한 장의 사진, 간략한 소식 전해주면 감사하겠습니다. 제 소식을 이야기 형태로 전합니다.

저는 지난해 말 3주간 서울에 갔다가 12월16일 뉴욕으로 돌아왔습니다. 오자마자부터 오른쪽 다리에 통증이 점점 심해져 그름날 White Plains Hospital 응급실로 갔는데, X-ray, EKG, Sonogram 셋을 다 찍더니 요추 L4, L5 사이 disk 안의 jelly 형태 물질이 돌출하여, 오른쪽 발로 내려가는 main nerve를 눌러서 통증이 온다는 진단이었습니다.

지금 생각하면 서울 가서 너무 신체적으로 무리하였던 것 같습니다. 큰 동서가 내수동에 살고 있는데, 제가 어렸을 적에 초, 중, 고등학교를 모두 통인동, 궁정동, 효자동에서 자랐기 때문에 인왕산 자락에서 늘 놀았습니다. 그 때에는 하루가 지나는 것이 얼마나 지루했던지, 아직도 기억이 생생합니다. 인왕산은 해발 340m밖에 안되지만, 서쪽으로는 인왕산보다는 나직하고 아담한 무악재와 독립문이 보이고 동북쪽으로 북악산, 청와대, 정동쪽의 드넓은 서울 시가지 지를 지나면 낙산, 동남쪽이 그 유명한 남산, 서울 분지는 정말 명당이라 할 만합니다. 인왕산을 두 번이나 뛰어 오르락내리락 하였습니다. 큰동서가 너무 무리하는 거 아니냐고 충고를 하더군요.

그 후 강릉, 경포대, 속초, 주문진 방문: 설악산 신흥사 오르는 길 토속음식

점의 된장찌개는 정말 맛이 좋았습니다. 조금 사가지고 와서 아직도 아껴서 먹고 있습니다. 동해안의 해산물, 건어물, 싱싱하고 푸짐하고 싼 횡집은 모두 주문진에 모여 있더군요. 다음은 작은 처제가 사는 수원 방문: 저의 모교 농대 뒤뜰 서호의 옛날부터 자라던 작은 소나무 다섯 그루는 아직도 그대로 다섯 그루로 많이 컸더군요. 다음은 작은 처남이 사는 대전 방문: 계룡대, 제2현충원, 공주와 부여에는 여러 박물관이 있고, 아직도 발굴 작업이 활발합니다.

백제의 괄목할 만한 고적 특히 왕의 묘는 모두 일률적으로 석실을 만들고 위에 흙을 덮습니다. 이를 석총이라 합니다. 이 석총 문화는 신라, 백제, 고구려 모두 같습니다. 최근에 발굴되고 있는 만주의 요동, 요서 또 그 위쪽의 흥산 문화에서는 모두가 석총입니다. 중국 사람들은 무덤에 돌을 안 씁니다. 모두 흙을 씁니다. 흥산, 요서, 요동 문화는 황하 문화, 장강(양자강) 문화에 적어도 이 삼천 년 앞섭니다. 이런 이유로 중국 사람들이 자기의 문화라고 역지를 쓰고 있는 것입니다. 동북공정(2002-2007), 언젠가는 우리의 고토 회복이 될 겁니다.

저의 척추 요통 이야기로 다시 돌아와서 스테로이드가 든 Prednisone 20mg 네 알씩 하루 한번 4일을 먹고 나니 고통이 사라지더니 3주가 지나니 다시 통증이 오더군요. 1월말 계획되어 있던 Florida 동창회 초청 골프 여행이 걱정이 되었는데, 이번에는 스테로이드 주사가 구원하여 주었습니다.

Florida에 가서는 일주일 동안 후한 대접받고, 좋은 골프장에서 골프 치고 왔습니다.

또 한 달 지나니 주사 효과가 전혀 없고, 한 달을 기다려 또 한 번, 모두 두 번의 스테로이드 주사가 효과가 없어서 결국 외과적 Bulging Disc 제거 수술 날짜를 잡았습니다. COVID-19 때문에 non-emergent surgery는 못한다고 계속 연기하다가, 6월4일에야 수술받은 후 overnight 퇴원하였습니다. 아직도 통증은 남아 있으나 전보다는 약해 참을 만합니다. 아무래도 몸이 늙어 시간이 걸린다고 하며, 통증 한달, 체력 회복이 한 달, 모두 두 달 걸린다고 하고, 준수하여야 하는 Do와 Don't의 의사가 많습니 다. 믿고 열심히 따라 하는 수밖에 없겠습니다.

요사이 저는 단재 신채호의 조선상고사를 읽고 있습니다. 한문과 이두 문자로 쓰여진 책을 박기봉(상70) 동문이 쉽게 번역한 역작입니다. 신채호 선생은 천재적 역사학자이고, 독립운동가, 사상가, 시인인데 1936년 2월 여순감옥에서 10년의 옥고 후 57세에 요절하셨습니다. 쉽게 한국어로 번역되었다고는 하나 역시 어렵습니다. 그러나 날카로운 비평과 관점을 읽을 때면 읽는 보람을 느낍니다.

어서 Covid-19 pandemic이 끝나 여러분 모두 뵈고 싶습니다. ❀

회원동정



6/12 Wallkill 골프장에서 김재경 이종대 홍종만 회원



6/19 광선섭 회원 가족모임에 함께한 이대영 홍종만 조달훈 회원



Jones Beach에서
이준행 명예회장과 손경택 회장 부부



Jones Beach에서 산책을 하시는 이준행 명예회장

장동만동문 에세이집발간

살아가며 죽어가며
張東萬의 죽음학 오디세이



An Odyssey of Life and Death

문리대(철학과) 동문으로 동아일보 공채 4기 기자로 활약했던 장동만 회원이 2015년 4월부터 2019년 2월까지 4년여에 걸쳐 뉴욕중앙일보에 게재했던 100회분 기고문을 모아 “살아가며 죽어가며 (An Odyssey of Life & Death)”라는 제목으로 단행본을 발간하였습니다.

본인 말로는 “대학 전공 哲學, 言論人 경력 10여 년, 좀 건방지게 얘기해서 academism과 journalism이 融合된 '뜻 깊은 글'을 쓰고 싶었다. 특히 나이가 들어 가면서 지나온 삶을 觀照하고, 앞으로 닥칠 죽음 문제를 이런 次元에서 생각하고 고민했다. 그리고 나와 같은 생각, 고민을 하는 사람들과 나누고 싶었다. 동년배들이 共感할 수 있는 글, 그리고 젊은 세대들에게 어떤 메시지를 전달할 수 있는 글을 써보려 많은 애를 썼다.”라 하십니다.

골든클럽 회원 모두에게 한 부씩 전할 수 있도록 100부를 기증해 주셨습니다. 회원 여러분께 별도로 발송하오니 흥미있게 읽고 격려 박수 보내주시시오. ❀

Good-Bye COVID-19 Virus!

오순문 (사대68)

며칠전 길을 가다가 우연히 나선형으로 다듬어진 나무를 만났다. 생긴게 큰 아나콘다 같았는데, 요즘 세상을 뒤흔들고 있는 신형 Corona Virus인 COVID-19도 저런 모습이 아닐까 하는 생각이 들었다. 아나콘다는 뼈와 힘살로 나선형의 꼬아리를 만들수 있다지만, 뼈도 없는 Virus는 어떻게 저런 나선형 모양을 만들 수가 있을까? Corona Virus는 예쁜 이름과 함께 왕관의 권위와 위력을 보여주는거 같다. 거기에 Virus가 그리스어로 독성을 의미한다니 원래부터가 무서운 놈인 모양이다. Virus는 단백질과 당과 핵산으로 이뤄진 무생물이지만, 일단 숙주의 세포에 들어가면 세포분열을 일으키는 생물로 변한다고 한다.

사향고양이와 낙타, 천산갑을 각자 숙주로 하는 SARS(2002년)와 MERS(2012년), COVID-19(2019년)는 모두 Corona Virus로 박쥐로부터 유래했다. 그리고 COVID-19는 전염성은 제일 강하지만 치사율(3%)은 MERS(30%)나 SARS(10%)보다 약한편이라고 한다. 어떤 사람들은 잠복기(보통2-4일), 전염속도, 치사율 등을 비교하면서 COVID-19이 언제쯤 종식될까를 예측해보기도 하였는데, SARS와 MERS는 발생후 각각 7개월과 9개월만에 종식되었기에, COVID-19도 한국의 경우 대체로 7-9개월 정도가 아닐까 추정했다.

COVID-19 Virus는 약 0.1마이크론의 크기로 RNA의 단일 나선형구조(single helix)를 가진다. 구조상 불안정해서 돌연변이가 잘 일어나고, Virus가 한사람씩 거칠때마다 30,000개의 제놈(Genome) 유전인자중 약1%정도의 변형이 일어난 단다. 때문에 6개월전 중국에서의 COVID-19 Virus는 미국에서의 COVID-19 Virus와 거의10-20%가 다른, 아주 엄격한 의미에서는 다른 Virus로 볼 수도 있다. 그래서 초기 바이러스를 목표로 백신을 개발하면 개발이 끝난 시점에는 이미 다른 Virus로 돌연변이

가 되어 있어서 백신이 제대로 항체역할을 할수가 없다. 실제로도 모든 독감이나 인플루엔자에 공통으로 적용되는 백신이 없는 이유다. 일반적으로는 인체내에서 돌연변이를 계속하면 Virus의 독성은 약해지고, 사람의 면역성은 강해진다고 한다.

가볍고, 값싸고, 안경보다 더 편리한 3세대 마스크가 나오고, 완전 무해하고 촉감이 좋으면서도 바이러스를 파괴하는 3세대 장갑이 나오고, 전혀 해롭지 않은 바이러스 퇴치 구강 세척제가 나온다면 바이러스와의 싸움이 훨씬 쉬워질 수 있다. 아니면 약물을 복용해서 간, 혈중농도, 폐, 등의 경로를 통하는 것보다는 폐에 직접 알코올이나 소독제등을 정확하게 주입해서 바이러스를 파괴하는 방



법도 개발할 수 있다. 이런 노력들이 결실을 거두어 만약 전염속도를 1/10로 줄일 수만 있다면 독성이나 치사율이 보통 감기 수준 이하로 낮아지고, 얼마전 화제를 모았던 “집단방역”이란 말이 맞는 것인지도 확인할 수 있을 거 같다.

그러나, Virus의 돌연변이가 꼭 나쁜 것만은 아니다. 오히려 Virus가 돌연변이를 해감으로서 자신은 원래의 Virus가 아닌 것으로 변해버리는 것이다. 걸보기에는 돌연변이가 불규칙한 것 같지만, 실제로는 화학반응에서나 방사능 원소가 붕괴될 때와 같이 일정한 패턴과 경로를 거치는 것으로 보인다. 마치 우라늄이 방사선 붕괴를 계속하다가 마지막에는 방사능이 없는 납으로 변하는 것과 비슷하다.

COVID-19 Virus의 30,000개 제놈(Genome) 유전인자중 일정한 시간이 지났을 때, SARS에서와 같이81개의 유전인자가 빠진 것이 관측되었다. 과거 SARS나 MERS에서와 같은 패턴의 돌연변이가 COVID-19 에서도 일어난 것이다. 일반적으로 RNA Virus들은 쉽게

돌연변이를 일으켜서 백신 개발이 잘 안되지만, 한편으론 자신이 변화되어 가기 때문에 독성이 없어지거나 일정한 시간이 지나면 자연적으로 종식되는게 아닌가 보인다. 만약 천연두 Virus와 같이 이중 나선형(double helix)의 안정된 DNA구조였다면, 돌연변이는 일어나지 않았을 것이고, 스스로 소멸되지도 않았을 것이고, 백신도 개발되었을 것이다.

Sylvia Brown이라는 사람이 2012년에 발행한 “End of Days”라는 책에는 이런 얘기가 있다고 한다. “2020년경 심각한 폐염을 일으키는 전염병이 전세계적으로 번질 것이다. 폐와 기관지를 공격하는데 기존의 여러 치료법을 적용해보지만 별 소용이 없다. 그런데 놀라운 사실은 이 병은 어느날 갑자기 없어질 것이고, 10년 후에 다시 모습을 보인 뒤엔 영원히 사라질 것이다”

왜 SARS가 2013년에 종식되었는지는 누구도 잘 모른다. 단지 전염속도가 느리고 감염숫자도 얼마 안되는 상태에서 증상자들을 모두 찾아서 치료하니까 소멸되었다고 한다. 당시에 백신은 개발했지만 SARS가 종식되어서 실효성이 있는 건지는 확인할 수 없었고, 돌연변이와 독성과의 관계등도 알수 없었다.

만약 백신이 개발되어 만병통치기 된다면, COVID-19이 종식된다는 아주 좋은 소식이 될 것이다. 그러나 만약 백신이 일부 효과가 없더라도, 돌연변이가 그만큼 진행되었다는 얘기고, COVID-19의 종식이 가까워졌다는 또 다른 좋은 소식이 될 수도 있다.

이미 싱가포르, 대만, 뉴질랜드는 COVID-19의 종식을 선언했지만 불안해 보이고, 한국은 울산이 사실상 종식수준이라지만 사회를 완전 정지시키지 않았던 것만해도 큰 성공이고, 미국은 대세를 장악해 나가고 있지만 2차 대감염까지 걱정하고 있다.

아직은 누구도 예단할 수 없지만, 빠르면 2-3개월 이내라도 COVID-19이 언제 종식될지 더 많은 정보를 가지고 구체적인 얘기들이 나올 수 있지 않을까? 같같이 먼것 같아보여도, 오늘도 인류는 Alexander Fleming이 곰팡이로부터 페렴치료제를 만들었던 70여년전의 화려한 반전을 꿈꾸고 있는 중이다. ✿

눈에 관한 상식 몇 가지

한영수(의대61)

2019년 미국안과학회에서 미국 성인 3,500명을 상대로 설문조사를 한 결과에 의하면, 80%가 눈에 관한 상식이 제법 있다고 생각하고 있으나, 사실은 그렇지가 못하다. 20%의 소수만이 실명의 3대 주 원인이 녹내장, 황반부변성증, 당뇨병 망막증임을 알고 있다는 사실을 발견하였다. 또 70%는 눈의 질환이 시력의 손실 증상없이 먼저 진행할 수 있다는 사실을 모르고 있다고 보고하고 있다.

결론부터 말하자면 눈에 대한 상식 몇 가지로 정기적인 눈검사와 조기 눈검사를 수행하는데 도움을 주고 따라서 실명율을 낮추게 될 것이라는 결론 하에 금년 2020년도를 “2020 Year of the Eye”이라는 표제 하에 눈에 대한 계몽운동을 벌이고 있다. 2020은 금년도를 의미하는 이외에 미국식 Snellen chart에 의한 20/20 시력을 의미하는 것으로 한국식의 시력 1.0의 정상 시력을 의미한다. 예를 들면 시력표의 제일 위쪽에 큰 글자가 20/200인데 이를 분수로 환산한 0.1이 한국식 시력이다. 분자20은 검사거리 20 ft. 를 표시하고 분모 200은 시력의 크기를 나타낸다. 운전 면허증에서 안경 없이 운전할 수 있는 시력은 20/50 (0.4)보다 좋아야 한다.

만성 녹내장은 환자가 시력 감소를 느꼈을 때에는 병이 상당히 진행되어 있는 경우가 많고 손실된 시력이 회복이 되지 않는다는 점에서 본인도 모르게 시력을 갉아먹는 시력의 암이라고 생각해도 과언이 아니다. 조기 검사만이 그 예방법이다. 노인성 습성 황반부변성은 시력이 빠른 속도로 저하되고 질병의 진행속도가 빠르지만 일찍 치료를 시작하면 많은 경우에 시력을 되찾을 수 있다. 당뇨병 망막증도 조기 발견으로 실명의 정도와 빈도를 낮출 수 있다.

이제부터 각 질환 별로 살펴보도록 하겠다.

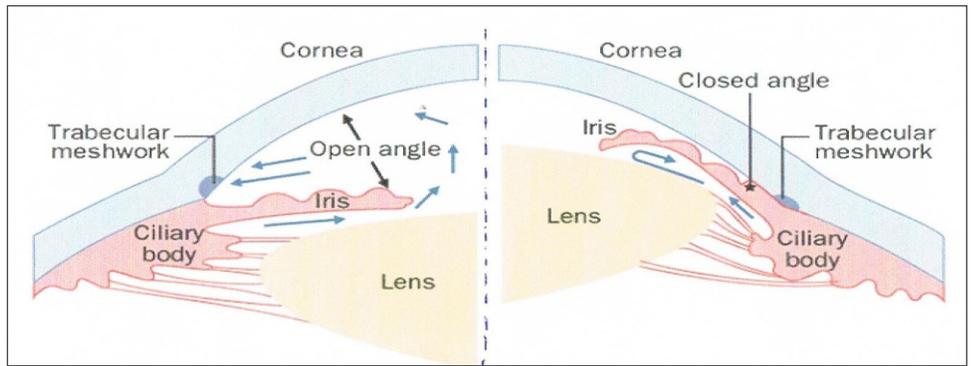


그림 1. 방수생산과 배설경로 (화살표). 점선 왼쪽이 우각(Open angle), 오른쪽이 협각(Narrow or closed angle).

1. 녹내장 (Glaucoma)

눈 속은 비어 있는 것이 아니라 액체(Humor)로 채워져 있다. 안구의 앞쪽부분 (Anterior Segment)에 있는 액체를 방수 (Aqueous Humor)라고 하는데 이는 모양체 (Ciliary Body)에서 생성되어 홍채 (Iris)의 후방과 수정체 (Lens) 앞면의 좁은 공간 (Posterior Chamber)을 지나고 동공 (Pupil)을 경유해서 홍채 앞 쪽의 각막 (Cornea)과의 사이에 있는 비교적 큰 공간 (Anterior Chamber)으로 이동하여 홍채와 각막 주변부가 이루는 각 (Angle)에 위치한 배설구 (Trabecular Meshwork)를 통하여 배출된다. 방수의 생성으로 눈에 압(안압)이 형성되고 배출이 생성량과 같으면 정상 안압(20mmHg)이 유지가 되지만, 녹내장은 배출양이 주로 감소되어 안압이 상승하게 되고 높아진 안압이 눈 후방 (Posterior Segment)에 있는 시신경유두 (Optic Nerve Head)를 만성적으로 위축 (cupping, atrophy)시키는 질환이다. (그림 1, 2 참조) 시신경 위축으로 시야가 줄어들기 시작하는데 초기에는 증상이 전혀 없고 증상을 느꼈을 때에는 벌써 병이 상당히 진행된 상태이며 말기에는 tunnel vision으로 가운데 구멍만 한 시력만 남고 주변 시야가 다 막히어서 혼자 보행을 할 수 없을 정도가 된다. 그 종류는

a) 만성 우각 녹내장 (Chronic open angle)이 가장 많아 80% 이상을 차지한다. 그림1에서 보듯이 방수의 배설통로가 열려있고 (Open angle) 배설구 (Trabecular Meshwork)의 기능 저하로 안압이 오르게 된다. (보통 30-50mmHg) 그 치료는 주로 배설구의 기능을 정상화시키고, 방수의 생산을 감소시키는 방법이 되겠다.

b) 협각 녹내장 (Narrow angle)은 빈도는 적으나 동양인에게 많이 생긴다. 그림1 우측에서 보듯이 해부학적으로 홍채와 각막 주변부가 이루는 각 (Angle)이 좁아서 방수의 배출로를 차단하게 되는 경우인데, 급성 (Acute angle closure)과 만성 (Chronic narrow angle)으로 나뉜다. Angle closed나 Narrow angle은 같은 의미로 쓰인다. 급성협각녹내장 (Acute angle closed glaucoma)은 몇 시간 내지 몇일 사이로 안압이 올라가서(50-70mmHg) 시력이 흐려지고 눈에 통증과 충혈이 생기고, 구토나 두통을 일으키게 된다. 빨리 치료가 안되면 실명까지 초래할 수 있는 상태가 될 수 있어 안과에 많지 않은 응급처치를 요하는 질환이다. 그 치료는 Narrow angle을 넓혀주는 시술 (Laser 혹은 절제술)과 안압을 낮추는 방법 (점안약과 복용약)이 되겠다.

만성 협각 녹내장 (Chronic narrow angle or angle closed glaucoma)은 말 그대로 시간이 흐름에 따라 (Chronic) 방수의 배출로가 조금씩 부분적으로 막히어서 안압의 상승 (보통 30-50mmHg)을 일으키게 되는 녹내장으로 과거에 눈을 다쳤던가 눈에 염증 (홍채염, 포도막염 등)을 앓았다든가, 앓고 있는 상태에서 많이 생길 수 있다. 보통 안압이 30-50mmHg 정도이면 그 압의 상승을 느낄 수 있는 경우가 많고 (약간의 통증 내지는 압박감) 50-70mmHg 정도 상승하면 두통, 안구통 등으로 느껴지는 수가 많다.

c) 정상안압 녹내장 (Normal tension glaucoma)은 안압은 정상 (20mmHg이하)이나 시신경유두의 혈액공급·산소공급이 적어서 정상안압이 시신경유두의 위축 (atrophy or cupping)을 일으

켜 시야가 좁아지고 시력을 잃게 되는 녹내장이다. 주로 전신질환과 관계가 많다. 과도한 혈압조절, 당뇨, 수면무호흡증, 경동맥 폐쇄 등으로 시신경유두에 혈액·산소 공급을 저하시키는 전신질환들이다.

마지막 한가지는 d) 녹내장 용의자 (Glaucoma suspect or borderline glaucoma)인데 안압이 약간 높은 상태 (borderline) 혹은 중등도로 높은 상태 (20-40mmHg)이지만 녹내장 검사 (시야검사, 시신경유두)가 정상인 경우이다. 정상안압녹내장과 녹내장용의자는 40대 이후부터 그 빈도가 높아지는 경향이 있으므로 40대가 되면 정밀 눈검사를 한번은 해야 하는 것이 좋겠다. 보통 65세 이후에는 1년 내지 2년에 한 번씩 정기 검사를 하도록 장려하고 있다.

녹내장의 진단은 눈의 정밀 검사 (안압측정, 시신경검사, 시신경단면촬영, 시야검사, 콘택트렌즈로 우각인지 협각인지 검사)로 이루어지고 그 치료는 약물 (점안약·내복약), 레이저수술, 절개수술 등을 차례로 시도하게 된다. 보통 안압을 20mmHg 이하로 떨어트리면 성공적인 치료로 간주하지만 정상 안압녹내장에서는 주기적인 시야검사와 시신경검사에서 변화가 없는 안압이 목적이 된다. (예: 10-20mmHg). 안과에서 안압을 짤 때 마취용 점안약을 넣는데, 눈을 비비면 각막 손상으로 심한 통증을 일으키는 경우가 종종 있어 안압검사 이후 30분 정도는 눈을 비비지 않도록 조심해야 된다. 안경점에서 쓰는 공기총 안압기는 정확도가 떨어져 안과에서는 사용하지 않는다.

2. 노인성 황반부 변성증 (AMD, Age-Related Macular Degeneration)

물체의 초점이 맺히는 망막의 중심부를 황반부(Macula)라고 하며 시력과 직접 관련이 있는 부분이다. (그림 2) 나이가 들면서 이 곳에 변성이 생기면 망막이 얇아지고 망막 밑에 신생혈관의 노폐물이 침착되고, 망막 밑에 신생혈관이 자라게 된다. 이 곳에 병변이 생기면 서서히 혹은 갑자기 중심시력 (읽고, 얼굴을 구별하고, 색깔을 구분하는 등)을 잃게 된다. 주변 시력은 남아 있어 보행은

되지만 타인의 얼굴을 알아볼 수 없게 된다.

두가지 형태로 나타나는데 건성과 습성 황반부 변성증이다. 건성 (Dry AMD)이 80% 이상으로 주로 서서히 진행되지만 치료 방법이 없다. 그러나 중등도 이상으로 진행된 건성황반부변성증에는 AREDS-2라는 눈 비타민

이 그 진행을 늦출 수 있다. 건강식단도 도움이 되겠다. 습성 (Wet AMD)의 경우는 망막 밑에서 신생혈관이 자라서 갑작스러운 출혈과 부종을 일으켜 비교적 짧은 시기 (1~2주)에 중심시력을 잃고 상이 왜곡되고 색깔 분별이 힘들어 지게 된다. 치료하지 않는 경우 반흔(Scar)을 황반부에 남겨 영구적 시력 손실이 오지만 다행히도 습성황반부변성증은 치료가 가능하고 일찍 치료를 시작할 수록 시력 회복이 더 양호하므로 증상이 생긴 후 빨리 안과 의사를 찾는 게 중요하다.

진단은 약물로 동공을 확대시킨 후 안저촬영, 광학 일관성 단층촬영 (OCT) 등을 하게 되고, 격자도표 (Amsler Grid)를 사용하여 향후 병변의 진행을 관찰한다. 치료는 항-VEGF (Anti-VEGF) 주사약을 눈에 주사하는 방법으로 비교적 최근에 개발된 효과적인 방법이다. (전에는 레이저 치료법을 사용했는데 결과가 좋지 않아 실명되는 수가 많았다). 초기에는 한달에 한 번씩 3회 주사를 하게 되고 그 이후로는 1~3개월마다 필요시 주사하게 된다. 주사의 횟수를 줄이기 위한 약제 개발을 위한 연구가 활발히 진행되고 있다.

3. 당뇨병성 망막증 (Diabetic Retinopathy)

당뇨병은 인체의 말초혈관을 폐쇄시키는 질환으로 눈의 망막 (Retina)이 산소공급을 받지 못하여 여러 형태의 병변으로 나타난다. 망막혈관은 인체에서 유일하게 육안으로 볼 수 있는 혈관으로서 전신의 혈관 상태를 말할 수 있는 창문이라고 생각해도 과언이 아니다. 따라서 당뇨병 환자들에게는 1년에 한 번씩

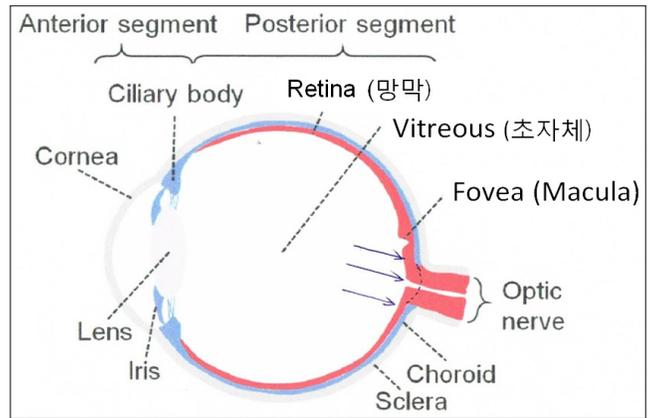


그림 2. 눈을 위에서 본 단면도. 화살표는 증가된 안압으로 시신경유두(Optic nerve head)를 위축시킴(점선).

은 눈검사를 해야 하는 것을 의무화시키고 있다. (그림 2 참조)

두가지 형태로 나타나는데, 비증식성과 증식성이다.

비증식성 당뇨병성 망막증

(Nonproliferative or Back ground Diabetic Retinopathy=BDR)은 망막 말초혈관이 막히고 혈관류가 생기면서 부종과 망막출혈이 생기는데 이것이 황반부 (Macula)를 침범할 때까지는 자각 증상없이 진행된다. 황반부 침범 전에 조기 발견하여 치료함이 결과와 예후를 좋게함으로 정기 눈검사가 중요하다.

증식성 당뇨병성 망막증

(Proliferative Diabetic Retinopathy =PDR)은 망막에서 신생혈관이 생겨 초자체 (Vitreous) 출혈을 일으켜 시력 감퇴를 초래하는데 출혈의 양에 따라 시력 감퇴와 회복의 정도와 기간이 결정된다. 재발이 흔하다. 치료는 철저한 당의 조절과 기타 전신 질환(특히 혈압)의 조절을 기본으로 하고 눈에서는 레이저 치료, 항-VEGF 주사, 초자체 절제술 등이 있다.

4. 결론

눈의 가장 중요한 기능은 시력이고 시력을 잘 보존할 수 있는 방법은 조기 검사와 정기적 안과검사 (65세 이후 1~2년에 한 번씩)를 받는 것이 중요한데 이상의 기술한 바가 그 이해를 증진시키는 데에 도움이 되었으면 한다. (정보제공: www.AAO.org) ❀

미국살이 50년, 미수를 앞두고

송학린 (법대59)

이야기 한번 해보자. Covid-19 말고, 시말서나 진술서 같은 것 말고, 과학 연구서도 말고, 조사보고서, 더욱이나 정치 경제 전망 등등도 말고, 米壽가 이미 코앞이니 그간의 살아온 이야기, 살아갈 이야기를 한번 해보자.

12세기 南宋 洪邁(홍매1123-1202)의 저술 容齋隨筆(용제수필)에 人生四喜라는 글이 있는데 :

첫째는 '오랜 가뭄에 단비가 내릴 때 (久旱逢甘雨)', 둘째는 '타향에서 고향 사람을 만났을 때 (他鄉遇古知)', 셋째는 '장가들어 화촉을 밝히는 첫날 밤 (洞房華燭夜)', 넷째는 '과거에 급제하여 자기 이름이 내걸릴 때 (金榜題名時)'. 이런 내용이 들어 있다.

이곳 NY에서 50년을 넘게 살다 보니 그 당시 사람들의 기쁨을 이해 못할 바는 아니나 절절이 공감아 되지 않는 다. 비가 온다 하면 태풍 이야기이고, 지구 전체가 몇 초 사이에 연결되어 화상 통화가 가능하니 구태여 타향이라 할 것도 없고, 짝 찾는 일도 가문이나 집안 어른들의 도움이 절대로 필요한 세상도 아니지 않는가? 다만 "과거에 급제" 하여 이름이 내걸리는 기쁨은 우리 모두가 대학입시에서 가져 본 경험이다. 고3 입시 준비, 그 1년 동안은 시험준비 외엔 보이는 것도 없고 볼 기회도 없다. 단지 점수를 올려 목표하는 대학에 합격하는 일만이 지상과제다.

#원서 제출: 우선 담당 선생님의 심사와 상담을 거쳐야 지원서를 제출할 수 있었다. 학생의 취미, 성격 등은 물론 희망이 무엇인지, 가정 상황은 어떠한지, 학비 조달은 문제가 없는지, 이런 실질적인 문제는 사전의 고려 대상이 되지 않았다. 다만 당시 매달 실시했던 모의고사 성적이 유일한 심사기준이었던 같다. 성적 File을 뒤져본 즉시 "넌 아무데나 가도 붙어."라는 판정을 받았다.

#발표: 신나게 그러나 조바심을 참으며 합격자발표 방 앞에 섰다. 굵은 붓글씨, 위에서 아래로 내리쓴 한자 이름 석자, 차곡차곡 300 이름이 적힌 방이 학교 건물 중앙에 좌에서 우로 길게 나 불

었다. 어라, 내 이름이 보이질 않는다. 시험 성적 순? 가나다 순? 학과 순? 가능한 모든 순서로 뒤져 봐도 역시나 였다. 낙방자 칸이 따로 있으면 즉시 단념하고 돌아서는데 도움이 되련만 하는 생각이 되씹으며 돌아왔다

#재 도전: 주위 모두들 다 진학한다 하니 나도 2차 대학 입시가 있음을 다행으로 여기며 응시해 합격했다. 한 학기가 끝날 무렵 고약한 생각이 들어 재도전이라는 줄에 섰다. 1년 전엔 이 정도면 합격에는 문제가 없으리라는 느낌이었는데, 이번엔 혹시 일등으로 합격하면 어쩌나 하는 걱정(?)이 들기도 했다. 이리해서 겨우(?) "이름이 내 걸리는" 옛사람의 기쁨을 맞본 듯하였다.

#병역: 어차피 피할수 없는 병역의 무. 마침 학보라는 제도가 있어 적지 않은 1,2학년 학생들이 이에 지원했다. 우선 하나(졸업)를 마저 끝내고 기회를 보자는 생각으로 망설이던 중 ROTC 제도가 창설되었다. '이왕이면 장교'라는 생각으로 지원했다. 여하간 2년간 나라사랑을 했다는 경력에 자부심을 갖는다. 이 R자 모임은 입학 후 60 여년 지금까지 가장 단단한 모임으로 유지되고 있다. 무반동총 소대장으로 전방에 근무했다. 포가 장착된 JEEP 차와 탄약 운반차 모두 5대가 한 소대의 장비다. 동절 대비 차고를 세우라는 명령이 떨어졌는데 쇠못 하나 지급된 바 없지만 후다닥 완성했다.

#제대, 취직: 제대 얼마전 아버지의 옛 동네 친구인 예비역 장성이 충고했다. "너는 출신 지역 국회의원이 없으니 관계에서 성공하기는 쉽지 않을 것이다." 이것이 후일 도미 결정에 도움이 된 듯하다. 육군 소위로 제대, 집도 절도 없는 알몸인데 미국이란 곳을 가야할 계기가 생겼다. 유일하게 허용되는 여건은 유학생으로의 출국이다. 요구되는 시험 일체를 거쳐 서류 제출, 여권과 visa를 받았다. 그 당시 김포공항에는 출국승객 보다 환승객 수가 훨씬 많았다. 입장료를 내고 송영대라는 특별구역에 오른 환승객들은 탑승이 끝나고 비행기가



이륙할 때까지 정겨운 장면을 연출하기도 했다. 잠시 후 일본 공항에 내려 수시간 후 미국행 비행기로 환승해야 했는데 거기서 난생 처음 Color TV를 보았다.

미국에 도착, 자정이 가까운 L A 공항. 단 하나 믿는 것은 서울 떠나기 전 준비해 온 고교 동기의 전화번호였다. 수차례 돌려도 통화 실패, 천우 신조, 친구가 한시간 여 먼 거리를 달려와 집에 데려 가서 저녁까지 차려줬다. 닭고기 반찬을 싹 비우고 나니, "비싼 것(채소류)보다 싼 것(닭고기)을 좋아하셔서 .." 하는 부인의 우스개소리가 아직도 쟁쟁하다.

#제 4막의 시작: 이렇게 미국 생활 50년이 시작됐다. 그간 선조들이 누린 인생사희(人生四喜)를 경험했는가? 학생 VISA로 입국했으니 우선 학교로 갔다. 한 학기 정도도 채우지 못했다. 당시 상황 심정은 50년 말 한반도 도보 종단 후 전북 이리 피난민 수용소 입구에 서 있는 자신과 다름이 없었다. 당시는 생존하여 목숨을 보전해야 한다는 긴박한 상태였다면, 이제는 무엇인가를 성취해야 한다는 목적이 뚜렷한 긴박 상태였다. 목적이 서면 다음은 장님이 된다. 마치 양쪽 눈의 시야를 차단당한 경주마의 상태다. 일체의 자존심, 자존감, 과거의 사회적 위상 등에서 해방, 세상 사람들에 보이는 나, 일체의 눈치로부터 해방, 이것이 항상 심리적 안정감을 주었고 여하한 일을 시작해도 선인들이 누린 인생사희가 바로 여기에 있음을 깨닫게 된 바다. 언젠가 인생 제 4막이 끝날 무렵 타고생, 재수생, 중퇴생으로서의 미국살이 50년 人生四喜를 다시 새겨 보리라. ❀

Trailblazing Black Athletes before the BLM (Black Lives Matter)

The murder of George Floyd by a white policeman prompted many prominent Black Athletes to use their celebrity platform, to join the protest against police brutality toward blacks and it has been expanded into a broader movement with the slogan "Black Lives Matter (BLM)".

In 2017, Colin Kaepernick, the quarterback of the San Francisco 49ers, knelt during the Anthem as a protest toward the police brutality. Trump called him "SOB". Since then, he has been unable to find a job in the NFL.

As harsh as Kaepernick's case seems, there has been a long history of a systematic racism against African-American athletes for a long time and many great black athletes have never had a day in their lifetime to showcase their God-given talent.

However, there were some who defied odds and consequences and came out to the forefront to challenge injustice. I would like to name a few.



JACK JOHNSON (Boxer) -- At the height of "Jim Crow" era, he became the first black heavyweight champion. His marriage with a white woman, unthinkable then, and outlandish lifestyle became a lightning rod of American racial relations. Eventually, fearing for his life, he fled to Europe (France) and extended his career.

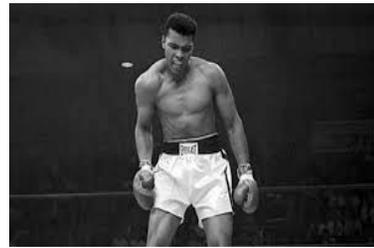


JESSE OWENS (Track & Field) -- The most esteemed track star who dominated

his events in the 1936 Olympic Games in Berlin, Germany by winning 4 gold medals. As a black man, he was credited with "Single handily crushing Hitler's myth of Aryan supremacy".



JACKIE ROBINSON (Baseball) -- First black to play MLB (Major League Baseball) in the modern era. Until Robinson, black players were relegated to the Negro League. His character, talents & non-violent attitude, although he had an incredibly competitive nature, won the hearts & minds of his fellow players as well as many fans. His influence significantly led to the civil rights movement and opened MLB gates for many other colored players.



MUHAMMAD ALI (Boxing) -- Need no introduction here. Perhaps the most recognizable face & personality ever known in the world, this 3-time heavyweight world champion was widely regarded one of the most significant and celebrated sports figures of the 20th century. At the height of his career, Ali refused to be inducted into the armed forces during the Vietnam War, thereby becoming not only a symbol of 60's anti-war movement, but also an advocate of the black pride.

Other honorable mentions - Bill Russell (Basketball), Jim Brown (Football), Kareem Abdul Jabbar (Basketball), Arthur Ash (Tennis), Tommie Smith and John Carlos (Track & Field), Colin Kaepernick (Football)



회원 명단 (102명 / 2020-05-25)

강교숙	김영덕	손경택	윤현남	임호순	최철용
강에드	김영만	손대홍	이강홍	장동만	최학주
강영선	김우영	손옥화	이국진	고애자	추재옥
계동휘	김익성	송근수	이기덕	정도현	한영수
곽상준	김인형	송웅길	이대연	정수일	한용오
곽선섭	김재경	송현자	이대영	정해민	한태진
곽승용	김정필	송학린	이범선	조달훈	허용웅
구달회	김종울	신진식	이수호	조승자	홍사만
권영대	김창수	이정자	이전구	조상근	홍정표
권정덕	김태일	신원철	이정필	주상선	홍종만
권태진	김현중	신용남	이종대	주재양	홍예경
김광수	노용면	양인회	이종석	진봉일	홍지복
김광현	민준기	오 성	이준행	최구진	
김동건	박기환	오순문	이준희	최병우	
김병순	박희병	오유섭	이행순	최수용	
김문경	배상규	오인석	임호순	최순채	
김문안	성기로	우규환	이흥빈	최준희	
김상만	손갑수	유무영	임도혁	최진영	

골든클럽 2020년 행사 일람 Updated: 2020-06-20

1월	1/26~2/1	Winter Golf Trip, Palm Beach, FL, 31명 참가
3월	28 (토)	신년교례회 - 취소
4월	16 (목)	Opening Golf Outing - 취소
	30 (목)	Hiking, Harriman State Park - 취소
5월	13 (수)	동창회 춘계 골프대회 - 취소
6월	11 (목)	Golf Outing - 취소
	24 (수)	Picnic, Pizza Party - 취소
7월	9 (목)	Golf Outing
	22 (수)	문화, 예술, 정원 등 경승지 방문
8월	6 (목)	Golf Outing
	20 (목)	BBQ Picnic, Westchester County Park
9월	3 (목)	Golf Outing
10월	1 (수)	동창회 추계 골프대회
	22 (목)	Hiking
	29 (목)	Season-off Golf Outing
2021년		
1월	27~31	Florida Golf Trip
3월	27 (토)	신년교례회

2020년 연회비 납부 명단 (57명 / \$5,700 / 2020-05-25)

강에드	김우영	손경택	오 성	이종대	최준희
강교숙	김인형	손옥화	오순문	이준희	한용오
계동휘	김재경	송근수	오유섭	이행순	한태진
곽상준	김종울	송웅길	오인석	임호순	홍사만
곽선섭	김현중	송현자	우규환	정해민	홍정표
곽승용	노용면	송학린	이강홍	조달훈/	홍종만/
권영대	박기환	신원철	이국진	조승자	홍예경
김병순	박희병	신진식/	이범선	주상선	
김상만	배상규	이정자	이용대	주재양	
김영만	손갑수	양인회	이정필	최순채	

2020년 후원금 납부 명단 (13명 / \$5,300 / 2020-05-25)

곽선섭 100	송학린 500	임호순 300
곽승용 200	우규환 200	정해민 500
김종울 200	이강홍 300	한태진 500
성기로 300	이준행 1,000	
손경택 1,000	이행순 200	

7월 생일을 축하합니다

	강교숙 (간호73)	이수호 (대학원)
	구달회 (상대56)	이용대 (약대63)
	권정덕 (의대58)	이종대 (약대65)
	김병순 (사회82)	이흥빈 (의대57)
	김영만 (상대59)	정수일 (대학원)
	김태일 (공대68)	주상선 (공대73)
	이국진 (사대51)	

골든클럽 컴퓨터연구원 강의



뉴욕 매주 화요일 / 오전 10시 - 오후 1시
 뉴욕새힘장로교회
 47-33 Little Neck Pkwy, Little Neck, NY 11362

뉴저지 매주 월요일 / 오전 9시 30분 - 오후 1시
 버겐카운티 장로교회 교육관
 100 Rochelle Ave, Rochelle Park, NJ 07662

공격집회가 허용될 때까지는 Zoom Video 강의로 대체합니다

골든클럽 회원 귀하

아래 회비 납부 양식을 Check (payable to SNUAA)와 함께 보내주시기 바랍니다.
 보내실 주소: SNUAA 261A 4th St., Palisades Park, NJ 07650
 (T) 646-342-2667 (E) hong1945@gmail.com

골든클럽 회비 납부 양식

성명: (한글) _____ (영문) _____ 생년월일: _____

단과대: _____ 학과: _____ 입학년도: _____ 졸업년도: _____

전화번호: _____ Email: _____

주소 (Home): _____

- 입회비 \$200
- 연회비 \$100
- 후원금 (\$) _____)