

기고

심폐소생술 교육

‘누구에게 어떻게’가 생존을 가른다

지난해 11월, 광주 전남대학교 운동장에서 달리기를 하던 40대 남성이 심정지로 쓰러졌다. 절체절명의 순간, 기적이 일어났다. 현장에서 운동 중이던 비번 소방관과 응급구조사가 즉시 달려가 심폐소생술(CPR)을 실시한 것이다. 구급차가 도착하기 전 골든타임을 완벽히 지켜낸 덕분에 남성은 소중한 생명을 건질 수 있었다.

이 드라마틱한 사례는 우리에게 중요한 숙제를 던진다. 만약 그 자리에 전문가가 없었다면 결과는 어땠을까? 현장을 누비는 구급대원들은 입을 모아 말한다. 심폐소생술은 단순히 ‘방법을 아느냐’보다, ‘누가, 어떤 환경에서, 얼마나 실효성 있는 교육을 받았느냐’가 생사의 갈림길을 결정한다고 말이다. 이제는 양적인 보급을 넘어, 대상별 특성을 고려한 ‘맞춤형 교육 설계’로 패러다임을 전환해야 할 때다.

1. 성인: 완벽한 기술보다 ‘행동하는 용기’  
일반 시민에게 가장 필요한 것은 정교한 술기가 아닌 즉각적인 행동이다. 현장에서 마주하는 가장 안타까운 상황은 ‘혹시 잘못될까 봐’ 겁이 나 골든타임을 허비하는 경우다. 심정지 상황에서 가장 위험한 선택은 ‘아무것도 하지 않는 것’이다. 성인 대상 교육은 가슴 압박 위주의 ‘핸즈온리(Hands-only) CPR’와 자동심장충격기(AED) 사용법을 반복하여 몸에 새겨야 한다. 특히 ‘갈비뼈 골절보다 생명이 우선’이라는 명확한 메시지를 전달해, 구조자가 느릴 심리적 장벽과 법적 불안감을 해소해주는 데 주력해야 한다.

2. 학생과 교직원: ‘생활 습관’과 ‘현실적 대안’  
학생들에게 CPR은 일회성 이벤트가 아닌 ‘몸에 밴 습관’이 되어야 한다. 연령별 신체 발달을 고려해, 위급 상황에서 당황하지 않고 119 신고와 주변 도움 요청을 병행하는 체득형 교육이 핵심이다. 반면, 가정 내 심정지의 최초 발견자가 되기 쉬운 고령자들에게는 ‘젊은이 기준’의 강도 높은 압박만을 강요해서는 안 된다. 무릎 보호 자세나 체력 부담을 줄인 압박법, AED 음성 안내 활용법 등 실제 실행 가능한 수준의 교육이 이뤄져야 포기하지 않고 구조에 동참할 수 있다.

3. 특수 직군: ‘공간 맞춤형 실전 대응’  
교사, 다중이용시설 종사자 등은 사실상 현장의 ‘예비 구급대원’이다. 이들에게 형식적인 이수증 중심 교육은 무의미하다. 자신이 근무하는 실제 공간의 동선을 반영한 훈련, AED 위치 확인, 팀 단위 역할 분담 등 현장 밀착형 시뮬레이션이 반드시 병행되어야만 실제 상황에서 작동하는 구조 시스템을 구축할 수 있다.

\*준비된 시민이 기적의 주인공이다  
전남대 운동장의 사례는 ‘무엇을 해야 할지 정확히 아는 시민’이 곁에 있을 때 생존율이 얼마나 극적으로 변하는지 증명했다. 심폐소생술 교육은 이제 ‘얼마나 많이’ 하느냐보다 ‘누구에게, 어떻게, 현실적으로’ 가르칠 것인가를 고민해야 할 단계에 와 있다.

대상별로 정교하게 설계된 교육은 시민들에게 막대한 두려움 대신 생명을 구할 수 있다는 자신감을 심어준다. 생명을 살리는 기술은 특별한 전문가의 전유물이 아니다. 제대로 준비된 시민 한 사람이 있다면, 기적은 우리 이웃의 운동장에서도 언제든지 일어날 수 있다.

강진소방서 예방안전과 소방장 윤승빈

바흐의 마태수난곡. 복음서를 바탕으로 그리스도의 고통을 다룬 종교 음악이다. 1729년 4월 15일 초연되었다. 그 후 까마득히 잊혀졌다. 그러다가 1829년 펠릭스 멘델스존에 의해 발굴되고 초연되었다. 멘델스존은 독일의 초기 낭만파 시대의 작곡가다. 피아니스트이자 오르가니스트다. 지휘자이기도 했다. 바흐나 멘델스존을 모르는 사람은 거의 없을 것이다. 음악에 문외한이라 하더라도. 중·고교 시절 교과서에서 많이 접했을 것이기 때문이다.

칼럼  
임성욱

시인/사회복지학박사



경기장 안에서 담대하게 뛰는 것이 참된 인생

타인이 보기엔 그저 풋내기일 뿐인데도 감으로 말하면 겨우 6월 초순경 정도밖에 되지 않았는데도 말이다. 이때는 짧은 맛도 제대로 들지 않을 시기다. 그런데도 매우 달라고 우겨대면 될까. 그야말로 공해가 아닐 수 없다. 예술계 쪽만 이러는 것은 아니다. 정치계도, 교육계도, 기타 등도 마찬가지다.

특히 요즘 정치인들을 보라. 참으로 가관이다. 철면피다. 자신들의 말을 빌리자면 사이코패스다. 날마다 독설을 난무한다. 그러면서도 국민을 위한다. 국민의 이름을 너무나 많이 도용하는 것 같다. 자신의 하찮은 것은 침소봉대해도 타인의 재능은 아무리 높아도 물어버린다.

헐뜯고 비난하기까지 한다. 갑남을녀도 마찬가지다. 주변에서 가장 미움받는 부류들은 정해져 있다. 제멋대로인 사람, 돈 버는 이야기밖에 하지 않는 사람, 화제가 직장 이야기밖에 없는 사람, 수다스러운 사람 등이다. 이들의 공통된 특징은 남의 이야기는 잘 듣지 않는다는 사실이다. 자신의 잘못도 인지하지 못한다. 때문에 인정하지도 않는다. 철면피 스타일이다.

반면에 환영받는 사람들은 어떤 쪽인가. 정직한 사람, 겸손한 사람, 인생에 적극적인 사람 등이다. 이런 사람들일수록 자신을 잘 내세우지 않는다. 헐뜯지도 않는다. 자신의 잘못을 남에게 전가하지도

않는다. 인정해주지 않더라도 일에 몰두한다. 이런 부류의 대부분은 자신이 잘못된 것은 스스로 인정한다. 그래서 고쳐나간다. 때문에 발전이 있는 것이다. 그래서 주변에서 좋아한다. ‘위대한 사람은 평론가가 아니다. 관중석에 앉아서 선수가 될 어찌했고 어떻게 하면 더 잘할 수 있는지 지적하는 그들이 아니다.’

영광은 먼지와 피와 땀으로 범벅이 된 채 경기장에서 뛰고 있는 자의 몫이다. 앞서면 이길 것이요, 뒤지면 패할 것이다. 그러나 실패하고 패배했다 해도 그는 담대하고 위대하게 진 것이다. 경기장 안에서 담대하게 뛰는 것이 인생이다.” 미국의 26번째 대통령이었던 테오도르 루즈벨트가 한 말이다. 심장이 좋지 않아서 대학시절에 의사의 강력한 권고도 받았다. 조심조심 살라고. 하지만 오히려 적극적으로 살았다. 곰 사냥을 즐기면서도 임신한 곰, 병약한 곰 등을 가려서 했다. 인간적인 면이다. 바흐처럼 소신껏 충실하게 이행했던 것이다. 주어진 사명감을.

\*본란의 내용은 본지 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.

독자투고

화목보일러, 작은 부주의가 큰 화재로 이어집니다

진도소방서는 최근 기온이 떨어지면서 난방용 화목보일러 사용이 크게 늘어남에 따라 화목보일러 화재 예방에 각별한 주의가 필요하다고 강조하고자 한다. 특히 불조심 강조의 달을 맞아, 겨울철 화재 위험 요인 중 하나인 화목보일러 안전수칙을 알리고자 한다.

화목보일러는 구조상 연료가 완전히 연소되기 전에 불씨가 남아 있을 수 있어, 관리가 조금만 소홀해져도 주변 가연물에 쉽게 불이 옮겨붙을 위험이 있다. 또 실제로 매년 겨울철 농·어촌 지역을 중심으로 화목보일러 관련 화재가 반복적으로 발생하고 있으며, 대부분이 사소한 부주의에서 비롯된 사고들이다.

화목보일러 사용 시 다음과 같은 기본 안전수칙을 꼭 지켜주시길 바란다. 첫째, 사용 전 점검하기다. 보일러와 연통에 녹이 슬었거나 틈이 생기지 않았는지 한 번만 살펴봐도 큰 사고를 막을 수 있다.

둘째, 연통 관리하기다. 그늘음은 금방 쌓이기 때문에 가끔씩 청소하고, 필요하면 수리해 주는 것이 좋다. 특히 연통이 지나가는 부분은 불에 잘 타지 않는 재료로 마감해 두면 더 안전하다.

셋째, 장작 투입 후 덮개 닫기다. 장작을 넣은 뒤에는 덮개를 꼭 닫아 불티가 밖으로 튀는 일이 없도록 해야 한다.

넷째, 보일러 주변 정리하기다. 종이, 목재, 비닐 같은 가연물은 보일러 근처에 두지 않는 것이 기본이다. 주변을 조금만 비워도 화재 위험이 크게 줄어든다.

다섯째, 재 안전하게 처리하기다. 겉보기에 식은 것 같아도 속에 불씨가 남아 있을 수 있으니, 재는 뚜껑 있는 금속통처럼 타지 않는 용기에 담아 안전하게 식혀야 한다.

김재출 진도소방서장은 “내 집의 안전은 내가 지킨다는 마음으로 기본수칙을 철저히 실천해 주시길 거듭 당부드린다”고 말했다.

진도소방서 예방안전과 소방사 노은서

오늘의 운세 2026년 2월 20일 금요일 (음력 1월 3일)

Grid of 12 zodiac signs with their respective daily forecasts. Each sign includes a small icon and a short paragraph of advice or prediction.

광전매일신문 e-mail : gwangmae5678@hanmail.net

Table with subscription information including contact details for the publisher, subscription rates, and office address.

Large advertisement for the 50th anniversary of the Gyeongju Expressway. Features a large hand graphic with a map of Korea on the palm, and text celebrating the milestone and future goals.