

도쿄올림픽에 출전하는 대한민국 선수단의 건강, 안전할 것일까?



이상훈

CM충무병원 병원장
대한체육회 의무위원회 부위원장
정형외과 전문의
스포츠의학에 관심
sportsdoc@naver.com

2020년 도쿄올림픽은 다른 어느 때보다 ‘건강 이슈’가 가장 중요한 쟁점인 올림픽이다. 모든 올림픽에서 각국의 질병과 부상에 대한 관리가 성적에 큰 영향을 미치는 부분은 이미 널리 알려져 있는데, 이는 도쿄뿐 아니라 모든 메가 이벤트(올림픽이나 아시안게임)에서 마찬가지로 적용되는 부분이다. 이와 별도로 도쿄올림픽에서만 특징적으로 나타나는 건강 이슈로는 무엇보다 ‘코로나 바이러스’에 의한 전 세계적인 감염 현황을 생각할 수 있다. 2011년 발생한 후쿠시마 원전사고의 영향이 여전히 사라지지 않고 있는 상태에서, 일본은 이번 도쿄올림픽 선수촌에서 후쿠시마산 농수산물로 만든 음식을 제공하겠다는 의지를 표명한 바 있다. 이 또한 결코 무시할 수 없는 이슈라 생각한다. 이들에 대해서 하나씩 정리해보고자 한다.

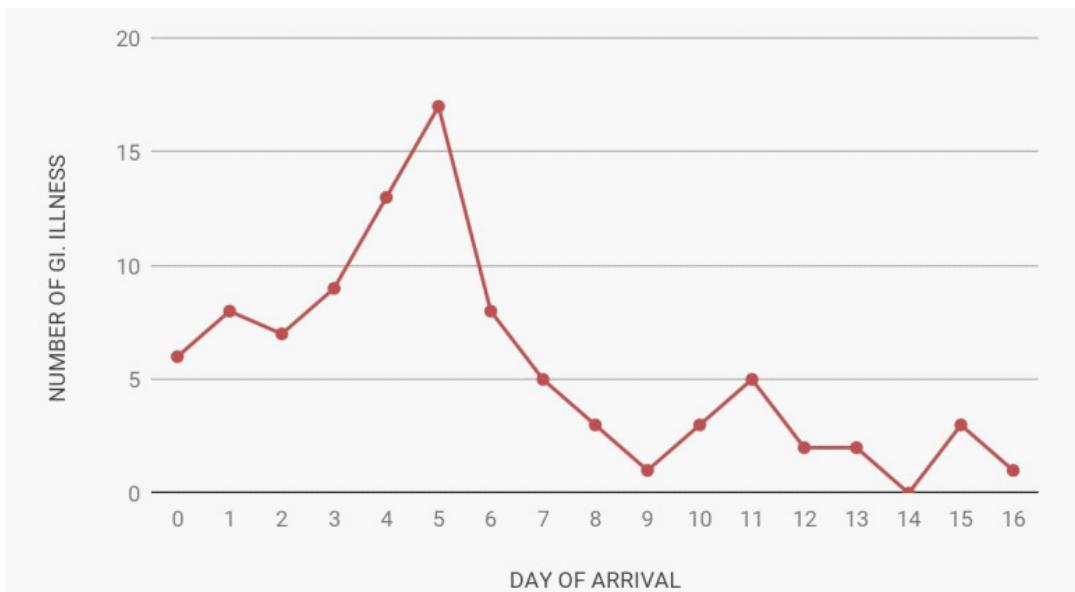
일반적 관점에서의 건강 이슈

IOC에서는 모든 올림픽에서의 질병과 부상에 대한 통계를 발표하고 있다. 대회 기간 중 예기치 못한 외

상에 의한 부상은 어쩔 수 없이 어느 팀에서나 발생한다. 이를 미리 막을 수는 없으나, 부상 발생 시 대응책을 미리 준비한다면, 부상에 의한 손실을 최소화할 수 있다. 단지, 훈련과 시합 중 예상하지 못하게 발생하는 부상은 미리 예상하거나 막을 수 있는 것이 아닌 만큼, 이에 대해서는 치료계획을 미리 대표팀 선수단이 준비하면 충분하다.

하지만 ‘질병 관리’는 생각보다 중요하다. 이는 노력과 준비에 의해서 꽤 많은 발병률을 줄일 수 있기 때문이다. 올림픽이나 아시안 게임등의 메가 이벤트에서 가장 중요하면서도 흔한 두 가지 질병은 감기와 설사이다. 감기를 일으키는 대표 바이러스 중 하나가 코로나 바이러스인데, 결국 감기 예방을 위한 대책은 변형코로나바이러스(코로나19)의 예방과 같기 때문에 더욱 중요하다고 할 수 있다. 먼저 생각해야 할 것은 호흡기와 점막을 통해서 감염이 이루어진다는 것이다. 그렇기 때문에, 손씻기도 중요하고, 타인과의 손 접촉을 최소화하는 것 또한 중요하다. 특히 외국 선수단과의 악수 등은 자제하는 것이 좋겠다. 여러 연구 결과에 의거할 때 손소독제 사용보다는 흐르는 물에 비누를 이용한 손세척이 월등히 중요하다는 것을 알 수 있는데, 외출시에는 상시 손씻는 것을 선수단에 강조해야 한다. 그리고 눈을 비비는 행동은 거의 모든 경우에 있어서 금하는 것이 좋겠다.

필자가 지난 아시안게임에서 의무위원장으로 활동하며 발표한 논문에 의거할 때, 이러한 질병은 선수촌 입촌후 5일 째에 가장 빈번하게 발병하는 것으로 보인다¹⁾. 즉 입촌 이후 1주일째까지는 극도로 조심하며



<그림 1> 선수촌 입촌으로부터의 날짜와 설사 발병 인원수와의 상관관계.

출처: BMJ Open Sports Exerc Med,2021. 이상훈 외 7명.

1) Sang-Hoon Lhee et al, BMJ Open Sport Exerc Med, 2021; 7



출처: Kiyoshi Ota/Bloomberg

관리할 필요가 있다는 의미로도 해석할 수 있는데, 시차가 멀수록 감기와 설사 빈도가 올라간다는 것을 고려할 때, 일본의 경우는 한국과 시차가 같은 만큼 다른 올림픽보다는 한국이 유리한 입장이라 생각한다. 설사의 경우, 개최국의 위생상태와도 관련이 깊은데 일본이 위생상태가 좋은 국가에 해당하고, 한국 선수단이 비교적 익숙한 일본 음식을 기반으로 선수촌 식단이 짜여지는 만큼, 이 역시 다른 올림픽보다는 유리하다고 할 수 있다. 그러나, 아무리 유리한 상황이라 할지라도, 설사와 감기는 경기 결과에 치명적인 악영향을 미치는 만큼, 잠시도 긴장을 늦춰서는 안될 것이다.

코로나19 질병 팬데믹

이번 도쿄올림픽 최대 이슈는 누가 뭐라 해도 코로나 바이러스에 의한 감염상황이라 할 수 있다. 일본은 2021년 5월까지도 700명 정도의 신규확진자가 나오고 있고, 백신접종상황도 예상보다 느리게 진행되고 있다. 올림픽 개최까지 이 상황이 마무리될 것으로 예상되지는 않는다. 어쩔 수 없이 일본의 국민들과 각국 선수단과의 격리가 필요할 것이다. 선수촌에서 각국 선수단이 모두 함께 생활한다는 것을 고려할 때, 어느 나라든 선수 한 명이라도 코로나19에 감염된다면, 큰 재앙이 될 수 있다는 것을 항상 고려해야 할 것이다.



출처: shutterstock

무관중 경기로 올림픽 모든 경기가 이루어져야 할 것이고, 이뿐 아니라 선수단이 경기장과 선수촌을 이동하는 모든 경로에서도 일본 국민들과의 철저한 격리가 이루어지도록 모든 동선을 계획해야 할 것이다.

올해 5월 6일에 IOC에서는 도쿄올림픽에 참가하는 각국의 모든 선수들이 일본에 도착하기 전 백신 접종을 완료할 것을 권고했는데, 백신을 구하지 못한 선수단에는 IOC에서 백신을 제공하겠다는 의사를 표명했다. 모든 국가의 선수단 전체가 백신 접종을 완료하게 된다면, 선수촌 내에서 선수들간의 격리는 과하게 이루어지지 않을 것으로 보인다. 결국 각국 선수단이 외부와 접촉을 제한하는 방법을 최대로 강구하는 것이 이번 올림픽 안전의 핵심이 될 것이라 생각된다.

후쿠시마 농수산물 식단

단기적으로 올림픽 기간 중 발생할 건강 이슈는 아니겠지만, 잠재적으로 선수들에게 위험을 가할 수 있는 것이 후쿠시마 농수산물을 이용한 선수촌 식사이다. 방사능 오염의 가능성을 배제할 수 없기 때문이다. 기본적으로 올림픽이 발생하게 되면, 선수촌 외부의 음식 반입은 가능한 금지할 것을 요구한다. 그 이유는 선수들의 자유를 박탈하려는 것이 아니라, 선수촌 외부에서 반입된 음식의 문제점이 과거에 수차례



출처: shutterstock

밝혀진 적이 있기 때문이다.

외부 음식으로 인한 식중독, 설사, 장염등이 발생한 적이 있고, 더욱 무서운 것은 음식물 내에 도핑위반 물질이 섞여 있어서, 이를 섭취한 선수들의 자격 박탈이 발생한 적도 있다. 외부 음식에 대해서는 누구도 책임져주지 않기 때문에, 기본적으로 올림픽 기간 내에는 선수촌 내의 음식을 섭취하는 것을 기본으로 한다. 지금까지의 올림픽에서의 경험을 돌이켜보면, 선수촌 내의 식사가 가장 안전한 것은 분명한 사실이다. 그러나, 후쿠시마산 농수산물을 선수촌 음식물에 사용하기로 발표한 이번 토쿄 올림픽 만큼은 상황이 조금 다른 것 같다. 후쿠시마산 농수산물이 생각보다 안전하다는 것을 전 세계에 알린다는 일본의 취지임은 충분히 이해가 가나, 과연 후쿠시마 지역의 방사능이 이미 안전 수치에 이르렀는지에 대해서는 의구심이 들기 때문이다. 최근 발표된 보고서를 보더라도, 후쿠시마 지역의 고비와 죽순, 고사리에서는 기준치의 4배, 벼섯에서는 17배에 달하는 세슘이 검출되었다. 먹이사슬 최상위에 있는 야생동물 중에는 기준치의 50배가 몸에 쌓인 동물도 있다. 현재 우리 정부가 수입을 금지한 후쿠시마현 등 8개 지역 수산물에서는 세슘이 검출률이 다른 지역보다 11배나 높다고 보고되어있다. 2020년 2월 후쿠시마 앞바다의 우럭(조피볼락)에서 기준치의 5배에 달하는 세슘이 검출되었다. 물론 올림픽 선수촌에서만큼은 엄격하게 방사능 오염상태를 확인해서 안전한 농수산물만을 제공할 가능성도 크다. 그러나, 최근의 여러 상황을 고려할 때 걱정이 앞서는

것은 어쩔 수 없다. 다행히 대한체육회는 선수촌 인근 호텔을 통째로 임대해 ‘급식지원센터’를 운영하면서, 한국산 식재료를 이용한 한식을 제공한다는 계획을 발표한 바 있는데, 예산이 많이 들더라도 이번만큼은 꼭 계획대로 실천하는 것이 필요한 상황이다.

결론

다른 어느 때보다 건강이슈가 중요한 2020년 도쿄올림픽. 아직도 정확한 정책이 발표되지 않고 있지만, 매일매일 조금 더 나은 방법들이 발표되고 있는 것은 매우 고무적이다. 예를 들어 IOC가 발표한 선수단 전원 백신접종 계획이라던가, 일본에서 무관중 경기를 계획하고 있는 것 등은 매우 환영할만한 정책이라 할 수 있다. 일본 올림픽 위원회에서 각국 선수단과 일본인과의 완벽한 격리 계획을 세워주어야 하겠지만, 대한민국 선수단 자체적으로도 일본 국민과의 완벽한 격리 계획을 세워 두어야 하리라 생각한다. 다양한 변수가 있음에도 불구하고, 현재까지의 발표들을 종합해보면, 무난히 올림픽을 치룰 수 있을 것으로 조심스럽게 예상해볼 수 있다. 특히 대한체육회가 직접 한국 대표팀의 식단까지 책임져 준다는 계획은 너무나 반가운 일이다. 힘든 상황에서도 땀흘려 준비한 태극전사들에게 좋은 성과 있기를 기원한다!