

“백신 맞고 술 마셔도 될까요?”



안상미 기자의
Why, wine

마궁와세 ② 코로나, 술, 와인



/유토이미지

“의사선생님, 술 마셔도 될까요?”
애주자들은 안다. 몸이 아파 병원을 가도, 치과 치료를 해도, 예방접종을 맞아도 우리의 질문은 단 하나밖에 없다. 술을 마셔도 되는지, 안된다면 언제부터 다시 가능할지.
신종 코로나바이러스 감염증(코로나19) 백신을 맞고도 그랬다. 주사를 맞으러 갈 땐 제발 부작용만 없길 바랐는데, 접종 후 30분간 대기하면서는 이내 술은 마셔도 되는지가 궁금해지고 말았다.
이번 마궁와세(마실수록 궁금한 와인의 세계)의 주제는 코로나19와 술, 그리고 와인이다. 먼저 코로나19 백신을 맞고 술을 마셔도 될까.
방역당국이 제시한 모범답안은 “백신 접종 전후 음주는 피하는 것이 좋다”는 것. 애주자들의 눈이 반짝인다. 권고는 금지가 아니다.
실제 백신 1차를 접종했던 병원에선 ‘최소 3일은 금주’를 권고했고, 2차 접종 시엔 별 시덥잖은 질문을 한다는 표정으로 1차 접종에 부작용이 없었다면 음주여부는 별 상관없다고 했다.
코로나 백신을 공급하는 화이자의 제리카 피츠 대변인은 일단 백신 설명서나 주의

사항에는 접종 후 알코올 섭취에 대한 내용은 없다고 밝혔다. 다만 그는 코로나19 뿐만 아니라 어떤 백신이든 과도한 알코올 섭취는 면역 체계의 반응을 억제할 수 있다고 덧붙였다. 쉽게 얘기하면 원칙적으로 음주 여부는 상관없지만 과도하게 술을 많이 마시면 백신이 제 효과를 내지 못할 수도 있다는 얘기다.
마궁와세 두번째. 술의 알코올이 코로나 바이러스를 오히려 막아줄 순 없을까. 진담이길 바라는 농담으로 많은 애주자들이 하는 말이다.
답은 ‘없다.’ 왜냐면 우리가 마시는 술의 알코올은 바이러스를 없앨 수 있을 만큼 강하지 않다. 그렇다고 도수가 높은 중국 고량주나 위스키를 찾아마시진 말자. 효과가 없긴 마찬가지다. 코로나 같은 바이러스가 아니라 일반적인 소독 효과를 내려고 해도 알코올 도수가 60%보다 높아야 한다.
마궁와세 세번째. 코로나19 감염으로 둔해진 미각과 후각은 다시 돌아오나.
코로나19 감염으로 겪는 많은 증상 중 하나는 미각과 후각의 상실이다. 알코올 그 자체보다 코와 입으로 다양함을 음미하는 와인 애호가들에겐 청천벽력같은 소리다.
사실 후각이나 미각의 상실은 모든 호흡

기 질환에서 어느 정도 나타난다. 누구나 감기가 심할때 냄새나 맛에 둔감해지는 것을 느껴봤을 것이다. 알레르기 비염이 있는 사람들도 냄새를 잘 못 맡는 경우가 있다.
코로나 감염 역시 감기나 비염보다는 오래 걸리지만 대부분 후각과 미각이 정상화된다. 코로나 바이러스의 공격대상이 후각 신경 세포 자체가 아니라 후각 신경세포를 지원하는 주변 세포들이기 때문이다. 다만 감염자의 상태에 따라 정상화 기간은 다르다. 바이러스의 공격을 받은 세포의 수가 많을수록 후각과 미각이 돌아오는데도 시간이 걸리는 것으로 알려졌다.
마궁와세 마지막. 레드와인의 주요성분이 코로나19 치료에 도움이 된다는 연구결과가 있다는데 진짜인가.
답은 ‘진짜’다. 대만의 중국 의학 대학이 했던 연구인데 지난해 미국 암 연구 저널(American Journal of Cancer)에도 실렸다. 주인공은 레드와인에 들어있는 탄닌산으로 코로나 바이러스에서 단백질 분해효소의 활동을 멈추게 했다. 좀처럼 줄지 않는 확진자수로 불안하다면 이번 주말 홈술(Home+술)은 타님이 조금이라도 더 많이 들어있는 카버네 소비뇽이나 네비올로 와인이다.
smah1@metroseoul.co.kr

주말은 책과 함께

최저임금으로 생존하기 ‘워킹푸어 실험기’

“가난한 사람은 게을러서 돈을 못 버는 것이다.”
2000년대 초반까지만 해도 사람들은 이 말을 철석같이 믿었다. 그래서 열심히 일했고, 빈곤층을 떨쳤다. 복지 혜택을 받는 사람들에게 ‘게으르다’, ‘ 좋지 않은 환경에서 자식만 많이 낳는다’, ‘ 의존적이다’라고 폭언하며 손가락질했다. 20년이 지난 지금, 가난 혐오자들의 살림살이는 좀 나아졌을까.
빈곤의 원인을 상위 1%를 위해 설계된 사회 구조에서 찾지 않고 개인에게 돌린 탓에 미국의 최저 임금은 1997년부터 2006년까지 10년간 시간당 5.15달러에 머물렀다.
저자는 시간당 6~7달러를 받으면서 살아갈 수 있는지를 확인해보기로 마음 먹고 직접 저임금 노동 현장에 뛰어든다.
‘노동의 배신’은 1998년부터 2000년까지 미국의 저널리스트 바버라 에런라이크가 웨이트리스, 호텔 객실 청소부, 요양원 보조원 등으로 일하며 최저 임금 수준의 급여로 생존할 수 있는지를 실험한 워킹 푸어 생존기다.
책에는 저자가 월마트에서 일했던 당시 월급이 세전 1120달러였음에도 불구하고 일주일에 200~300달러를 내면서 모텔에 장기 투숙하는 불합리한 선택을 한 일화가 나온다. 그는 성수기 때 세 들



노동의 배신

바버라 에런라이크 지음/부키

어 살던 아파트의 임대료를 감당할 수 없었고, 외곽으로 거처를 옮기면 하루 대부분의 시간을 길바닥에서 날려야 했다고 털어놨다. 임금이 턱없이 낮은 상황에서 집값의 고공 행진은 계속됐고, 가난해 돈이 더 드는 상황은 반복됐다.
임금이 오르지 않는 이유는 뭘까. 고용주들이 수단과 방법을 가리지 않고 임금 상승을 막아와서다. 그렇다면 피고용인들은 왜 고용주에게 임금을 더 많이 달라고 요구하거나 좋은 직장을 찾는 합리적인 행동을 취하지 않는 것일까?
저자는 최저임금을 받는 노동자들 사이에서 엄격하게 지켜지고 있는 ‘돈에 대해 얘기하는 것을 금기시하는 문화’를 그 이유로 꼽는다. 갑부와 억만장자 운동선수들을 우상화하는 사회 분위기에서 시간당 7달러를 받는 건 열등한 유

전자를 타고났다는 증거처럼 느껴진다는 것이다.
일부 고용주들은 급여에 관해 말하지 않는다는 일반적인 금기에 의존하는 데 만족하지 않고 한 걸음 더 나아가 직원들에게 급여를 얘기하고 비교하지 않을 것을 명시적으로 요구하고 있다고 책은 지적한다. 저자는 “1935년 전국노동관계법이 제정되면서 자기의 급여 액수를 알려 줬다는 이유로 처벌하는 것은 법으로 금지됐지만 이러한 관행은 회사마다 개별적인 법정 소송을 통해 뿌리 뽑히기 전까지는 계속 이어질 것”이라고 내다봤다.
책의 말미에서 저자는 우리가 저임금 노동자를 볼 때 느껴 마땅한 감정은 수치심이라고 말한다. 다른 사람들이 정당한 임금을 못 받으며 수고한 덕분에 우리가 편하게 살고 있다는 사실을 잊지 말라는 것이다.
“워킹 푸어는 우리 사회에 없어선 안 될 박애주의자들이다. 그들은 남의 아이를 돌보기 위해 자신의 아이를 방치하고, 남의 집을 광나게 만들기 위해 자신은 수준 이하의 집에 산다. 그들이 고통을 견뎌냄으로써 인플레이션이 떨어지고 주가가 올라간다. 식당에서 함께 일했던 동료 계일이 말했듯이 그들은 ‘주고 또 준다’”
312쪽, 1만4800원.
/김현정기자 hjk1@

늦가을 역사바다

김이환 지음/도훈

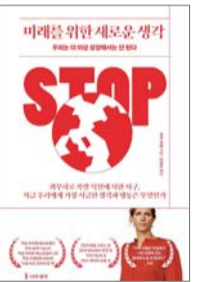
드넓은 들판에서 역사처럼 우리는 살아왔다. 건조하고 매마른 들판, 거세게 밀려드는 바람. 다 견디고 되돌아본 것은 바다처럼 물결치는 은빛 역사바다. 이것이 인생 아닐까. ‘늦가을 역사바다’는 시인 김이환이 두번째로 펴낸 시집이다. 시어에는 우리네 삶의 희로애락이 실렸다. 박수빈 문학평론가는 “세상은 변화무쌍하다. 뉴스는 이런저런 모양의 동정을 실어 나른다. 산다는 건 이런 하루하루를 겪는 것. 시집을 읽는다면 김이환 시인은 하루하루의 일상성을 다루면서 금세에 감사한 마음을 담고 있다”고 했다. 112쪽, 1만원. /김현정 기자



미래를 위한 새로운 생각

마야 과벨 지음/김희상 옮김/나무생각

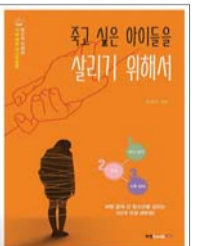
생존을 위협해오는 기후 문제, 갈수록 심해지는 빈부 갈등, 현 사회의 양극화는 해운대로 계속하는 게 우리에게 남은 선택지가 아님을 일깨운다. 성장 우선주의 정책으로 만들어낸 물질적 풍요는 자연 고갈과 환경 파괴 문제를 일으켰다. 자연은 이제 인간에게 대가를 요구하고 있다. 책은 성장을 지향하는 경제 시스템에 의문을 제기하고 한계에 직면한 지구를 희생시키기 위한 지속 가능한 발전 모델을 모색한다. 외면이 아닌 분담과 책임으로 미래를 바꿔 나가자고 저자는 말한다. 264쪽, 1만5800원. /김현정 기자



죽고 싶은 아이들을 살리기 위해서

유규진 지음/복력

한국트라우마스트레스학회가 지난 6월 발표한 ‘코로나19 청소년 정신건강 실태조사’에 의하면, 우리나라 청소년 10명 중 1명(10.2%)은 최근 2주 내 자해나 자살을 생각해본 적이 있다고 답했다. 사회는 이런 아이들에게 무엇을 해줄 수 있을까. 책은 청소년 자살 예방법으로 ‘감시방법론’을 제시한다. 저자인 SNS자살예방감시단 유규진 단장은 청소년들이 개인 SNS에 올린 글, 그림, 사진, 영상 속에 보이는 자살 암시에 주목하라고 조언한다. 304쪽, 1만4800원.
/김현정 기자



뉴스와 함께하는 메트로 뉴스



▲美 하원, 정보동맹 ‘파이브아이즈’에 한국 포함 추진
▲탈레반 “여성들 계속 일할 수 있어... 고위직 빼고”
/사진 뉴시스

▲아마존 “전 세계에서 5만5000명 신규 채용”
▲왕이 “미중관계 악화는 기후변화협력에 지장” 경고



▲英, 면역 취약층 백신 추가 접종... ‘부스터샷’ 야나
▲미국, 北 여행금지조치 1년 재연장... 바이든 정부에선 처음
/사진 뉴시스