

Culture Information

: 미디어 속 직업병

영화 <주디>는 할리우드 스타 주디 갈랜드의 삶을 되짚는다.
어린 나이에 배우로서의 명성을 얻은 주디(르네 젤위거 분)는 언뜻 성공한 삶을 사는 듯하다.
그러나 성공 이면에는 탐욕스러운 부모와 제작자에 의해 돈벌이 수단으로만 여겨졌던 쓸쓸한 인생이 있다.
주디처럼 실 새 없이 노래하며 목을 혹사해야 하는 가수는 성대결절에 걸리기 쉽다.

글 편집실

목소리를 혹사하는 가수에게 생기기 쉬운 병

영화 <주디(2019)>를 통해 본
성대결절



흑독한 스케줄 소화하며 힘든 인생을 살다간 주디 갈런드

주디 갈런드는 1939년 개봉한 영화 <오즈의 마법사>에서 ‘도로시’로 분해 일약 스타덤에 오른다. 청아한 목소리로 ‘오버 더 레인보우(Over The Rainbow)’를 부르며 많은 이들의 사랑을 받았지만 그녀는 개인적으로 불행한 인생을 살다간다. 소속사는 주디의 소녀 캐릭터를 유지하기 위해 지독한 다이어트를 시켰고 코르셋으로 발육을 억제시키기도 한다. 또한 실새 없이 이어지는 스케줄을 차질 없이 소화해야 한다며 각성제와 수면제를 습관적으로 복용하게 했다. 영화는 스타로서 흑독한 삶을 살았던 주디가 중년에 이르러 어떤 모습으로 변모했는지 보여준다.

열일곱 살의 해맑던 주디는 온갖 고난 끝에 초라한 마흔일곱 살을 맞이한다. 두 아이와 함께 무대에 오르며 가수로서의 삶을 이어 나가지만 생활은 녹록치 않다. 아이를 부양할 돈이 없어 전 남편에게 양육권마저 빼앗길 위기에 놓인 것이다. 주디는 아이들을 지키기 위해 런던 투어에 나선다. 그러나 무대에 오르기 전, ‘과연 잘해낼 수 있을까’ 자신의 능력을 의심하게 되고 극도의 불안감에 시달린다.

영화는 주디가 생애 마지막으로 가진 런던 공연을 중심으로 펼쳐진다. 과거의 아픔에 시달리며 늘 술과 약물에 취해 살았던 그녀는 런던에서 새로운 사람들과 만나 일상의 소중함을 깨닫게 된다.

목소리 크게 내지 않고 꾸준히 수분을 섭취해야 예방이 가능

주디처럼 목소리를 많이 쓰는 직업을 가졌다면 성대결절을 조심해야 한다. 성대는 목소리를 내거나 숨을 쉴 때 발성과 호흡을 가능하게 해주는 기관이다. 때문에 아나운서, 강사, 교사, 가수, 배우, 판매원 등 목소리를 많이 내야 하는 직업군에 속한 경우 성대 측면에 작은 혹

(결절)이 생기는 성대결절에 걸리기 쉽다. 이런 직업군에 속해 있지 않더라도 비염이나 호흡기 질환이 있다면, 노래방에서 목을 혹사했거나 흡연이나 음주로 후두를 무리하게 사용했다면 성대결절이 올 수 있다.

성대결절 초기에는 목이 붓거나 출혈이 생기며 숨 쉴 때 힘든 증상이 나타난다. 또한, 인후부에서 이물감이 느껴지고 인후통도 생길 수도 있다. 가장 두드러진 특징은 말할 때 쉼 목소리 또는 거친 소리가 나는 것이다. 특히 노래할 때 고음에서 음성이 갈라지고 중복음이 생기는 증상이 생긴다. 성대결절을 예방하려면 평소 큰 목소리를 내는 습관을 없애고 성대가 건조해지지 않도록 수분을 충분히 섭취해야 한다. 피치 못할 상황으로 무리하게 성대를 사용했다면 충분한 휴식을 취해 성대의 긴장을 풀어줘야 한다. 건강한 생활습관도 예방에 큰 도움을 준다. 술, 담배, 기름기 많은 음식, 카페인 등은 피하는 것이 좋다. 🐾

성대결절이 있나요? 체크해보세요!

- ☐ 목이 붓거나 출혈이 생기며 숨 쉴 때 힘들다.
- ☐ 인후부에 이물감이 느껴지고 인후통도 있다.
- ☐ 목의 피로, 숨 가쁨, 음성 변화 등을 자주 겪는다.
- ☐ 말할 때 쉼 목소리나 거친 소리가 난다.
- ☐ 노래를 부르면 고음에서 음성이 갈라지고 중복음이 생긴다.

※자가진단 체크리스트 중 1개 이상의 증상이 있다면 성대결절을 의심해볼 수 있다. 그러나 정확한 진단은 병원을 찾아가 각종 검사를 받아야 가능하다.

TIP

성대결절, 이렇게 예방해요!

- 목소리를 크게 내거나 성대를 무리하게 사용하지 않는다.
- 성대를 지키기 위해 틈틈이 침묵한다.
- 흡연과 음주를 피한다.
- 수시로 수분을 섭취해 성대의 긴장을 풀어준다.
- 삼겹살, 튀김 등 기름기 많은 음식의 섭취는 자제한다.
- 기침이 잦을 때는 빨리 병원을 찾아가 치료받는다.

