

제 목	“교육의 힘, 하임리히법으로 아이를 구한 순간!”
<p>올해로 보육경력 12년 정도 된 나는 매해 필수 교육으로 CPR(심폐소생술)과 하임리히법 교육을 받아왔다. 이전에도 육아종합지원센터, 보건소, 대한적십자사 등 다양한 기관 등을 통해 구조법을 배운 적은 있었지만, 이번 교육은 단순한 이론을 넘어, 실제로 생명을 구할 수 있는 방법을 배우는 귀중한 시간이었으며, CPR을 적용할 때도 어린아이들은 체구와 신체 구조가 성인과 달라서 다른 방식으로 접근해야 한다는 점이 강조되었다. 성인의 경우 두 손을 사용해 강한 압박을 가하지만, 아이들은 성인보다 더 섬세하게 두 손가락으로 압박해야 한다. 그렇기에 한국보육진흥원의 교육은 매우 체계적이고 실용적이었다. 단순히 이론만 전달하는 것이 아니라, 교사들이 실제로 응급 상황에서 어떻게 대처해야 하는지를 명확히 가르쳐주었다. 다양한 크기와 무게의 인형을 사용한 실전 훈련 덕분에, CPR과 하임리히법을 배우는 데 있어 현실감을 느낄 수 있었다.</p> <p>특히, 각 인형에는 압박 강도에 따라 색상과 점수로 피드백을 제공하는 장치가 포함되어 있어, 올바른 압력과 속도를 몸으로 익히며 실력을 향상할 수 있었고, 이러한 훈련은 단순한 시뮬레이션이 아니라, 실제 상황에 가까운 경험을 제공해 교사들이 당황하지 않고 대처할 수 있는 능력을 키워 주었다.</p> <p>처음에는 압력이 너무 약하거나 강해서 적절한 점수를 받지 못했지만, 반복 연습을 통해 점차 적절한 힘 조절을 익히게 되었고, 결국 99점이라는 높은 점수를 기록했다. 그때 느꼈던 성취감과 자신감을 바탕으로 이 감각을 잊지 않으리라 다짐하며, 내게 실제로 응급 상황이 발생한다면 용기를 내볼 수 있을 것 같았다.</p> <p>대부분의 보육교사들과 같이 나 또한 아이들을 보육하면서 발생할 수 있는 다양한 안전사고들을 대처하는 방법에 대해 숙지하고 있지만, 이 방법을 실제로 재원하고 있는 아이에게 적용할 일이 생길 줄은 상상조차 하지 못했다.</p> <p>어느 날, 30개월 된 아동에게 실제 있었던 일이다. 학부모님께서 등원하는 아이의 울음을 달래려 입안에 동전 크기의 비타민을 먹이고 등원을 시킨 적이 있었는데, 등원 후 5분도 채 지나지 않아 갑자기 숨을 쉬지 못하는 응급 상황이 발생했다. 순간 담임교사와 나는 너무 놀라서 어쩔 줄 몰라 했고, 과연 내가 잘할 수 있을까? 잘못해서 다치면 어떡하지? 잘하고 있는지에 대한 두려움이 있었지만, 교육 중 배웠던 하임리히법의 내용을 머릿속에 떠올리며</p>	

마음을 가다듬고 침착하게 대처하기로 했다. 아이의 상태를 확인한 후 바로 하임리히법을 시도했다. 강사님이 강조했던 손의 위치가 떠올랐고, 그 위치에 따라 주먹을 쥐고 배꼽 위를 압박했다. 처음엔 효과가 없는 것 같아 조바심이 났지만, 서너 번 시도한 끝에 마침내 입안에서 다 녹지 않은 비타민이 튀어나왔다. 그 순간의 안도감은 말로 표현할 수 없었다.

이후 옆에서 지켜보던 교사들도 놀란 가슴을 쓸어내리며 “다행이에요. 저희도 하임리히법을 배워야겠어요!” 라고 말했다. 그 말을 들으며 나와 교사들이 배운 방법이 단순한 지식과 기술이 아니라 실제로 사람의 생명을 구할 수 있는 중요한 도구라는 사실을 실감했다.

실제 우리 어린이집에 근무하고 계시는 초임 교사의 자녀가 가정에서 포도를 먹다가 숨을 쉬지 못하는 상황을 맞닥뜨리게 되었을 때 하임리히법으로 대처하였다고 본인의 경험을 말해주기도 하였다.

이렇듯 다양한 안전사고는 일상생활 중 때와 장소를 가리지 않고 일어날 수 있다. 다행인 것은 반복해서 연습하고 익혔던 방법이 실제로 아이의 생명을 구할 수 있는 기회가 되었다는 것이다. 그 경험은 우리가 왜 매년 CPR과 하임리히법을 배우고 실전 교육을 받아야 하는지를 다시금 깨닫게 해주었다. 우리가 배운 이 대처 방법은 단지 나와 아이들, 우리만을 위한 것이 아니라, 더 나아가 우리 주변인들을 위한 것이며, 119나 112의 신고보다 앞서 촌각을 다투는 순간 생명을 구할 수 있는 행동이고, 그들의 생명을 지키는 마지막 방어선이 될 수 있음을 몸소 체험하게 된 것이다.

예측할 수 없는 응급 상황에서 당황하지 않고 적절하게 대처하는 능력은 보육교사로서, 또 영유아 보호자로서 반드시 필요한 능력으로 이 경험을 통해 CPR과 하임리히법의 중요성을 더욱 깊이 깨달았다.

이제는 이러한 생명 구조 방법이 단순한 의무가 아니라, 사랑하는 아이들과 주변 모든 이들의 안전을 지키기 위한 필수적인 책임임을 마음 깊이 새기고 있다. 앞으로도 꾸준히 이 방법을 연습하고 익혀, 언제든지 준비된 상태로 우리 아이들과 주변인들을 지킬 수 있도록 노력할 것이다.

이러한 응급처치 교육이 매년 어린이집 교사 및 다른 종사자들에게도 실시되어 배우고 있지만, 가정에서 아이들을 돌보는 부모님들에게도 이런 체계적인 교육을 접할 기회가 많았으면 좋을 것 같다는 생각을 해 보았다.

내가 배운 CPR, 하임리히법이 소중한 누군가의 생명을 살릴 수 있다면 그보다 더 보람된 일은 없을 것 같다.