

건강하게 사는 약속 인하대병원이 이루어갑니다

# 인하대 병원

[www.inha.com](http://www.inha.com)

Well-being Interview 플무원 원장 원경선

의학정보 간의 소리 없는 비명 '지방간'

건강 책갈피 집에서 즐기는 열대 지역으로의 여행 '열대야'

동문/개원의 탐방 송림이비인후과, 굿모닝 정형외과·내과

07·08

2007 Jul·Aug Vol. 64



# 힘난함이 내 삶의 거름이 되어

이 정 하 | 시인

기름이라는 것은  
언제나 잠시뿐,  
돌아서고 나면  
힘난한 구비가  
다시  
펼쳐져 있는 이 인생의 길

살이  
막막함으로 다가와  
주체할 수 없이 울적할 때  
세상의 중심에서 밀려나  
구석에서 있는 것 같은  
느낌이 들 때

자신의 존재가  
한낱  
가랑잎처럼 힘없이 판랑거릴때  
그러나  
그럴때일수록  
나는 더욱 소망한다.  
그것들이 내 삶의 거름이 되어  
화사한 꽃밭을 일구어 낼수 있기를

나중에  
얕찬 열매만 맺을 수만 있다면  
지금 당장  
꽃이 아니라고 슬퍼할 이유가 없지 않은가?



## Contents

Well-being Interview	“이웃은 ‘나’ 라는 철학에 3년 만에 건강해지더라고”	04
의학정보	간의 소리 없는 비명 ‘지방간’	06
영양정보	지방간 식사의 기본원칙	10
건강책갈피	집에서 즐기는 열대 지역으로의 여행 ‘열대야’	12
스페셜 칼럼	도대체 어디 숨어 있는 거야?	14
<hr/>		
전공의 24시	환자와 자신의 지식에 충실할 뿐	16
글이 머무는 풍경	가슴이 짙~ 코끝이 짙~ 우리는 하나!	18
여름철 여행지	알고 떠나면 재미 100배인 매력 덩어리 섬 여행!	20
동문/개원의 탐방	송림이비인후과 / 굿모닝 정형외과 · 내과	22
<hr/>		
특목진료상담	험기증으로 일상생활하기도 힘이 듭니다 등	23
특목약물상담	수유부를 위한 약물복용의 올바른 이해	24
포토스크랩	웃음 해픈 여자가 사랑받는다♡♡!	25
감사의 편지	따뜻한 말 한마디가 완치의 원동력으로	26
<hr/>		
병원소식	인하대병원소식	27
파랑새소식	체육대회 및 야유회 개최	29
알립니다	인하중앙의료원 발전기금, 원보만족도 설문조사, 인사동정, 건강교실 안내, 무료공개 강좌, 문화행사	30



04



10



18



25



94세의 건강한 삶 - 남을 위한 거친 유기농 현미식 덕분!

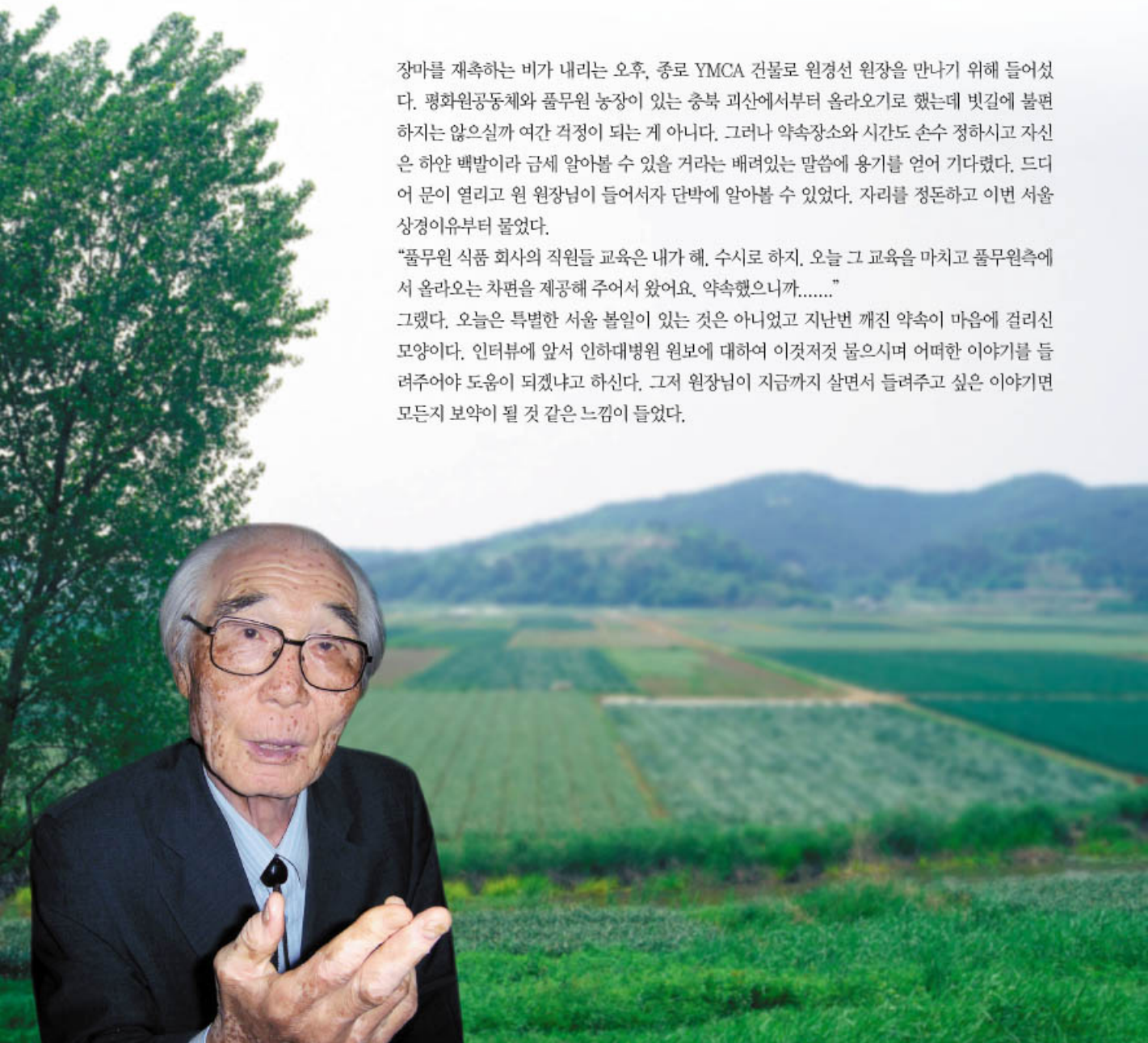
## “이웃은 ‘나’ 라는 철학에 3년 만에 건강해지더라고”

‘풀무원’이라는 공체의 창시자이고 화학비료, 농약을 일체 사용하지 않는 유기농법을 시작한 **원경선 원장**, 그는 유기농법으로 생산된 거친 현미식 덕에 지금의 건강을 지킬 수 있었다고 말한다. 그러나 더 중요한 것은 성경 말씀처럼 이웃을 사랑하는 마음으로 유기농법을 했더니 자신의 건강을 좋게 만드는 일이 되었다고 했다. 눈을 뜨자마자 명상으로 하루를 연다는 원경선 원장과의 인터뷰 시간은 ‘좋은 말씀’ 뿐이었다.

장마를 재촉하는 비가 내리는 오후, 종로 YMCA 건물로 원경선 원장을 만나기 위해 들어섰다. 평화원공동체와 풀무원 농장이 있는 충북 괴산에서부터 올라오기로 했는데 빗길에 불편하지는 않으실까 여간 걱정이 되는 게 아니다. 그러나 약속장소와 시간도 손수 정하시고 자신은 하얀 백발이라 금세 알아볼 수 있을 거라는 배려있는 말씀에 용기를 얻어 기다렸다. 드디어 문이 열리고 원 원장님이 들어서자 단박에 알아볼 수 있었다. 자리를 정돈하고 이번 서울 상경이유부터 물었다.

“풀무원 식품 회사의 직원들 교육은 내가 해. 수시로 하지, 오늘 그 교육을 마치고 풀무원측에서 올라오는 차편을 제공해 주어서 왔어요, 약속했으니까.....”

그랬다. 오늘은 특별한 서울 불일이 있는 것은 아니었고 지난번 개진 약속이 마음에 걸리신 모양이다. 인터뷰에 앞서 인하대병원 원보에 대하여 이것저것 물으시며 어떠한 이야기를 들려주어야 도움이 되겠냐고 하신다. 그저 원장님이 지금까지 살면서 들려주고 싶은 이야기면 모든지 보약이 될 것 같은 느낌이 들었다.



## 전도하는 농부의 인간 풀무질 삶과 나눔의 공동체

“우선 요 이야기를 좀 하면 좋겠네. 풀무원 직함은 고문이고 경영을 하는 것은 아니야. 난 풀무원이라는 공동체를 1953년 경 시작한 거지.”

성경에 나오는 바울이 대가 없이 일했던 것처럼 자신도 그러한 삶을 실천하고 싶어서 시작된 일이라고 설명한다. 그 당시 미국 군인들을 위해서 온 목사에게서 일명 장교 밑에서 심부름 하는 ‘하우스보이’ 아이들 지도부탁을 받게 된 일이 있었다. 그 당시 원 원장은 아이들의 독립을 목표로 한나절은 농사로 육체적인 노동을 했고 또 한나절은 성경을 가르치며 정신교육을 했다고 한다.

풀무에만 들어갔다 나오면 못 쓰는 연장을 새 연장으로 만들어주는 것처럼 자신은 새롭게 ‘인간 풀무질’을 시작한 것이라고 말한다. 이때부터 생명을 풀무질 하는, 또 독실한 기독교 신자로 전도하는 아름다운 농부의 삶은 시작되었다.

이러한 신앙의 힘을 더불어 살며 나누는 삶을 꿈꾸고 환경, 반전 운동 크게는 평화를 사랑하며 실천하려고 늘 움직인다. 아흔을 훌쩍 넘긴 고령에도 말이다.

### 연애하다 실연당하면 현미밥으로 금방 털고~~

원 원장은 성경에서처럼 남을 위해서 산다는 것이 첫 번째 건강 유지 비결이라고 말한다. 두 번째는 이러한 생활 때문에 자연스럽게 얻어진 것인데 바로 유기농 현미식이다.

1976년도에 경기도 양주에 ‘한살피’라는 공동체를 공익재단으로 운영했는데 이때 시작한 것이 먹을 것을 나누어주는 것이었다. 신경을 마비시키는 농약을 친 것을 나누어주는 것은 이웃에게 죽으라고 하는 것이나 마찬가지라고 원 원장은 말한다. 처음엔 많은 손해를 보았지만 3년 정도 지나니까 농약을 안 친 것이 훨씬 잘되는 것을 보면서 ‘이웃은 나다’라는 철학이 생겼다고 한다. 이 유기농 현미식으로 식사를 했더니 건강이 몰라보게 좋아지기 시작했다.

“웬 고하니 18살 때 간디스토마를 앓아 늘 뒷머리가 한 대 얻어맞은 것 같이 멍 했는데 3년 동안 유기농 현미식을 하면서 놀랄 정도로 건강을 찾았거든. 23시간 동안 브라질 가는 비행기를 탔는데도 뭐 딱딱없더라고.”

원 원장이 설명하는 현미는 백미와 달리 씨눈이 있어서 껍질까지 먹는 것이고 그것이 곧 비타민을 먹는 것이라고 말한다. 또 현미에는 ‘감마오리자놀’이라는 뇌신경 영양제가 들어 있어 연애하다 실연을 당했더라도 현미밥을 먹으면 금방 털고 일어날 정도로 고 웃으며 설명한다. 또한 건강하게 사는 것은 알칼리성 체질로



만들어야 하는 것인데 현미가 바로 으뜸이고 거기에 쌀을 조금 넣어 밥을 지으면 다른 반찬걱정은 안 해도 좋단다. 성분을 구체적으로 제시해 가는데, 어느 전문가 못지않은 설명에 놀라울 뿐이다.

### 94세에 10년 만 더 살고 싶은 이유

원 원장은 잠에서 눈을 뜨는 순간 명상으로 하루를 연다. 명상과제는 국내문제, 국제 관계 문제, 그때그때 상황에 따라 다르다고 한다. “김선일 사건 있잖아? 그 때 어찌나 속 상 하던지. 예수님은 천하보다 귀한 것이 생명이라고 했는데 국익을 위해서 그럴 수밖에 없다는 것이 지금 생각해도 속상한 일이야.”

그래서 국가 원로들을 청와대에 초청한 적이 있는데 그 자리에서도 그는 ‘국익이 아니고 국망이다. 생명우선 정책을 하는 대통령이 되길 바란다.’고 직언을 하기도 했다. 제 작년에 잠시 병원 신세를 진 원 원장은 그 때 새로운 명상과제를 얻었다. 10년만 더 살았으면 하는 바람이 생긴 것이다. 왜냐하면 나만 바르게 살면 되는 것이 아니고 옆의 사람과 나누어야 절대적인 평화가 오는 것인데 그 평화의 실천 주역이 자신이 되어 더 많이 주고 싶다는 것이다. 이러한 그의 삶의 철학은 교육에도 그대로 담아 부인 지명희 여사와 함께 장남인 원혜영 국회의원(전 부천시장) 등을 비롯한 7남매를 튼실하게 키워냈다. 자녀들 이야기를 하자 딸 중 하나가 신장이식 받은 이야기를 하며 서울대병원이 미국의 어느 대학 두 셋째 가는 병원만큼이나 발전되어 있다는 이야기를 사위한테 들었다며 그런 것처럼 인하대병원도 대학병원다운 면모를 갖추길 바라고 싶다고 전한다.

### 아름다운 농부의 흔적은 검은 반점

‘아름다운 농부, 전도하는 농부, 인간 상록수, 환경, 반전운동가’ 등은 원경선 원장을 나타내는 말들이다. 생명존중과 나눔 공동체를 이끌고 있는 94세의 현역, 원 원장의 역사가 보이는 흔적들이다. 또 얼굴과 손등을 온통 뒤덮고 있는 검은 반점이 그것이다. 손바닥은 살갗이 다 일어나 있었고 온전한 손톱도 별로 없는 듯 보였다. 그러나 얼굴은 평온했고 걱정과 달리 기억력과 상식, 지식까지 대단한 선지자적 삶에 놀랄 수밖에 없다.

한자로 米(쌀 미)에 白(흰 백)을 합해서 쓰면 糲(찌꺼기 박)이 된다는 설명과 함께 그래서 영양이 풍부한 현미를 먹어야 한다는 그의 30년 현미사랑, 역시 외면할 수가 없다.

다시 충북 괴산으로 내려가 자기 재산을 모두 내놓고 더불어 사는 꿈을 실행할 원경선 원장, 오늘도 그는 이 빗길에 남을 위한 ‘약속’을 또 지켜내기 위해 발걸음을 한 것이었다. 빗줄기는 세차졌건만 봄비 느낌이 나는 건 왜일까? 이정희 | 자유기고가





우리나라 20세 이상의 성인에서 5명중 1명이 비만이다.  
 비만은 외형적으로 보기 좋지 않다는 것도  
 문제이지만 모든 질병의 원인이 된다는 점이 더욱 큰 문제이다.  
 마음씨 좋은 옆집 아저씨 아줌마 같은 모습 이면에 도사리고 있는  
 질병에 대한 정보를 알아보기로 한다.

● 비만과 친한 질병 연재 순서

3·4월호 고혈압 | 5·6월호 당뇨병 | 7·8월호 지방간 | 9·10월호 고지혈증 | 11·12월호 비만으로 인한 부인과 질환

무관심이 부르는

# 간의 소리 없는 비명 '지방간'



이진우 교수 | 소화기내과



좋은 사람을 만나 즐기는 술자리는 언제나 즐겁다. 한두잔씩 주고 받다 보면 처음 보는 이들은 둘 사이의 어색함이 사라지고 친분이 있던 이들은 더욱 긴밀한 사이가 되게 한다. 우리나라에서는 2명 중 한 명 꼴로 술을 즐긴다고 하니 술 소비량은 과히 세계적이라 할 수 있다. 하지만 모두가 즐거운 가운데, 비명을 지르고 있는 장기가 있으니 바로 우리 몸의 중요한 역할을 하는 '간'이라 할 수 있다. 지나친 음주는 간 대사에 장애를 오게 하여 지방이 간세포 내에 침착 되어 지방간을 초래한다.

**지방간**은 원인에 따라 알코올성 지방간과 비알코올성 지방간으로 분류할 수 있는데 알코올성 지방간은 특히 술을 습관적으로 장기간 마시면 간염, 간경변증으로 진행되는 질환으로 잘 알려져 있으나 비알코올성 지방간은 만성 간질환으로 이행하는 일이 거의 없는 질환으로 이해되어 왔다. 하지만 최근 들어 증가하고 있는 비알코올성 지방간도 치료를 하지 않으면 지방간염을 거쳐 간경변증으로 이행할 수 있는 진행성 질환이

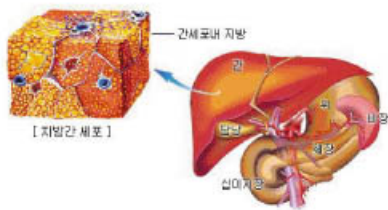
며 대부분 비만, 고혈압, 고지혈증, 당뇨병 등을 동반하므로 간에 국한된 단순한 질환이 아니라 대사증후군이라는 광범위한 범주에서 간과 관련되어 나타나는 질환으로 이해하여야 한다. 보건복지부의 발표에 따르면 건강검진을 받은 우리나라 성인의 약 30%에서 지방간이 발견되며, 밝혀지지 않은 잠재적 수치를 감안하면 이를 훨씬 웃돌 것이라는 것이 일반적인 분석이다. 간은 다른 장기와 달리 이상에 따른 증세가 거의 없기 때문

에 심각한 지경에 이르러서야 비로소 병원을 찾게 되며 한번 나빠지면 회복이 무척 힘들고 시일도 많이 걸린다. 뿐만 아니라 자칫 지방간염이나 간경화로 이어질 가능성도 크기 때문에 미리 관리하여 예방하는 것이 좋다. 그러면 간질환의 초기 소견이라 할 수 있는 지방간에 대하여 알아보도록 하겠다.

## 지방간이란 무엇인가?

### 01

지방간이란 말 그대로 간세포 내에 지방이 축적되어 간 기능 장애를 유발하는 질환이다. 정상적인 상태에서는 지방이 간 전체의 약 5% 이내를 차지하고 있지만 때로는 놀랄 정도로 많아질 때도 있다. 간에 도달하는 지방의 함량이 너무 많은 경우 간세포에서는 지방을 분해하고 부족한 경우에는 자체적으로 합성함으로써 간은 우리 몸에 필요한 지방의 공급과 수요를 조절해 나가고 있다. 간세포에서 지방을 처리하고 조절하는 여러 가지 단계에서 이상을 초래하여 간세포 도처에 지방이 침착되는 상태를 단순 지방증이라 하며 이를 두고 일반적으로 지방간이 있다고 한다. 하지만 간세포가 저장할 수 있는 지방의 양이 초과되어 이로 인한 손상이 발생하는 상태, 즉 지방간염으로 진행하면서 간 섬유화가 유발되고 결과적으로 간경변증을 초래할 수 있다.



## 원인

### 02

지방간의 가장 흔한 원인은 비만, 술, 당뇨병에 의한 것으로 알려져 있는데, 과음 습관이 있으면서 비만인 경우와 같이 여러 원인을 동시에 갖고 있는 경우도 흔히 볼 수 있다. 특히 음주로 인해 지방간을 유발하는 정도는 술의 종류보다는 섭취한 총 음주량, 음주기간, 영양상태와 깊은 관계가 있으며 저단백식과 고지방식을 했을 때 지방간 생성이 악화된다. 알코올과 비알코올성 지방간염을 나누는 음주량에 관해서는 현재까지 절대적인 기준은 없으나 미국 국립보건

원에서는 일주일에 남성의 경우 140g (소주 1병은 약 70g 알코올 함유), 여성의 경우 70g 정도를 허용할 수 있는 최대량으로 간주하고 있다.

비알코올성 지방간질환은 비만, 인슐린 저항성, 제2형 당뇨병, 고혈압, 고지혈증

등이 포함되는 대사증후군에서 나타나는 질환으로 비교적 예후가 좋은 단순 지방증, 진행된 형태인 비알코올성 지방간염, 간경변증을 모두 포함한다. 비만과 연관되어 지방간염이 발생하는 이유는 첫째, 비만으로 인해 인슐린 저항성이 증가하여 간세포 내에 지방의 과도한 축적이 발생하게 되며, 둘째, 축적된 지방의 직접적인 대사산물과 산화지방산으로 인해 지속적인 염증반응이 진행되고 점차적으로 간 섬유화 인자들이 활성화되어 간경변증으로 진행하게 된다. 그 외에 스테로이드 등의 약물, 장기간의 주사제를 이용한 영양공급, 극심한 영양실조 등도 지방간의 원인으로 작용할 수 있다.

세계보건기구(WHO)의 세계 10대 선진국 비만 인구 통계 평균을 살펴보면 20대 남성이 23~25%, 40대 45~47%, 50대엔 51%로 나타났다. 여성의 경우 20대 8~9%에서, 40대 26~28%, 50대엔 52%에 이르고 있다. 특히 남성은 40대에, 여성은 50대에 급격히 비만해지는 것으로 나타났다. 한국의 경우 2001년 보건복지부에서 시행한 국민건강영양조사에 따르면 체질량지수(BMI = 몸무게(kg)/키(m)<sup>2</sup>, 몸에 쌓인 지방량을 계측하는 기본적인 건강지수)가 25 이상인 비만 인구비율이 남자 32.4%, 여자 29.4%로 급격히 증가하였고, 당뇨병의 유병률 또한 증가하고 있어 향후 지방간염의 발생이 지속적으로 증가할 것으로 예측된다.



## 증상

### 03

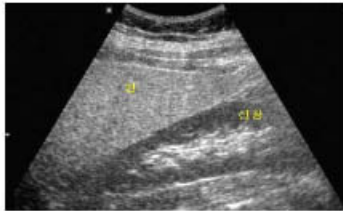
지방간이 있는 사람에게는 특징적인 증상이 없으며 대개는 서서히 진행되어 증상을 느끼지 못한다. 일부 환자에서 급격히 지방이 침착될 경우 간이 팽대되어 간혹 우측 상복부(오른쪽 갈비뼈 아래)에 불편감이나 약간의 통증을 호소하여 복부초음파검사를 하다가 진단을 받기도 하지만 이를 지방간으로 인한 증상이라고 단정하기는 어렵다. 그래서인



지 지방간을 앓고 있는데도 병을 인지 하지 못하고 잘못된 생활습관을 답습하다 치료의 시기를 놓친 후 만성 간염, 간경변증으로 진행하여 병원을 찾는 환자들을 종종 보게 된다.

## 진 단

## 04



지방간은 증세가 거의 비특이적이며 증상이 없는 경우도 많으므로 자가진단 하는 것은 거의 불가능하다. 최근 건강 검진이 늘어나면서 대부분 건강 검진 시 혈액검사와 초음파 검사에서 우연히 발견되는 경우가 대부분이다. 진단방법은 혈액검사서 간효소치인 AST (GOT), ALT (GPT)가 약간 상승하면서 우리나라에서 가장 많은 형태인 B형 간염 바이러스나 C형 간염바이러스가 발견되지 않고 기타 자가면역성 간염검사가 음성인 경우 임상적으로 진단할 수 있으며 혈액검사와 함께 초음파, CT, MRI 같은 방사선 검사를 병행하게 되면 더 쉽게 진단 할 수 있다. 현재까지 지방간의 진단에서 방사선 검사의 역할은 지방의 침착정도를 알 수는 있으나 단순 지방증과 지방간염의 감별진단에는 큰 도움이 되지 않는다. 따라서 지방간염의 심한 정도를 확인하기 위해서는 간 조직검사를 하는 것이 원칙이고 조직검사 소견에 따라 심한 섬유화나 간경변증으로 진행할 것 인지를 간접적으로 예측할 수 있다. 하지만 많은 환자에서 원인을 해결하면 호전되는 병이기 때문에 다소의 합병증이 있을 수 있는 간 조직 검사를 모든 환자에서 시행하지는 않는다. 앞으로 지방간염의 진단에서 조직검사를 대신할 수 있는 비침습적인 검사법이 개발될 것으로 기대된다.

## 진행 경과

## 05

지방간은 일반적으로 그 원인만 교정해 주면 양성의 임상 경과를 밟는 것으로 알려져 있으나, 일부에서는 심각한 섬유화와 간경변증에 이를 수도 있다. 특히 알코올성 지방

간이 비알코올성 지방간에 비하여 경과가 좋지 않은 경향을 보이며 특히 계속하여 음주를 하는 경우에는 간염, 간경변증을 거쳐 간암에 이를 확률이 높다.

지방간 병력이 있는 사람에서 만성적인 피로나 복부불쾌감 등 발생하거나 6개월 이상 간기능 검사치의 이상을 보이는 경우 단순한 지방증을 넘어 지방간염일 가능성이 있으므로 진료를 통해 정확한 진단과 치료를 받는 것이 좋을 것이다.

## 치 료

## 06

생활수준이 향상되고 식생활이 서구화되면서 점점 증가하고 있는 흔한 간질환임에도 불구하고 증상이 거의 없고 대부분 비진행성 질환으로 생각하여 가볍게 생각하는 경향이 있다. 또한 치료를 위해 원인 질환의 교정, 체중조절 및 식이요법 등 지속적인 노력이 필요한데 비해 축적된 지방을 쉽게 제거하는 약제가 없어 대부분 치료를 중단해 버리는 경우가 많다.

### 1) 금주

술에 의한 것이라면 술을 절제해야 한다. 현재 알코올성 지방간을 앓고 있는 사람이라도 금주와 적절한 식이요법을 실시하면 4~8주 후부터 간에서 지방이 제거되기 시작한다.

### 2) 체중감량

비만에 동반된 것이라면 하루 30분 이상의 운동을 하면서 식이 조절을 통해 체중을 줄이는 것이 필요하다. 체중 감량은 서서히 이루어져야 하겠으며(소아: 0.5 kg/주, 성인: 0.45 ~ 1.6 kg/주 미만) 급격한 체중 감량은 많은 수의 환자에서 염증 및 섬유화의 악화를 가져온다. 일차적으로 현 체중의 10% 정도를 서서히 감량하는 것이 바람직하겠으며 체중 감량으로 인한 효과는 인슐린 감수성 및 생산능의 회복을 가져오는데 있다.

### 3) 식이요법

지방의 섭취를 줄이는 것도 중요하지만 과도한 탄수화물이나 당류의 섭취를 줄이고 균형적인 영양섭취를 해야 한다. 또 항산화 효소가 많은 녹황색야채를 매일 충분히 섭취하는 것도 도움이 된다.

### 4) 혈당 및 혈중 지질농도의 조절

당뇨병이나 고지혈증이 있다면 환자 스스로 원인 제거가



힘들므로 필요에 따라 의사의 지시 하에 적절한 약제를 복용해야 한다.

#### 5) 기타 약제

의지만으로 비만 치료가 어려울 땐 식욕 억제제 등 단기간 약물 복용이 도움이 될 수 있으며, 최근에는 지방간 치료를 위해 인슐린 저항성을 줄여주는 약제가 처방되기도 한다.

#### 6) 주의 사항

지방간이 개선될 때까지 세포의 염증 진행을 촉진하는 담배, 스트레스 등의 요인도 없애는 것이 좋다. 지방간이 진단된 사람들은 스스로 간을 보호하는 약제 등을 의사처방 없이 복용하는 경우가 많다. 그러나 이런 행동이 간을 보호하기 보다는 오히려 약물에 의한 간염 등을 유발하여 지방간 치료를 더욱 더디게 하는 경우가 많으므로 병원에서 처방하는 약제 말고는 특별히 간에 좋은 음식이나 보약 등을 먹을 필요는 없다. 현재 간장약이나 지질 개선제가 시판되나 이들은 보조적 효과만 있기 때문에 약물에 의존하기 보다는 원인에 따른 근본적 문제를 해결하는 것이 현명한 방법이다.

## 예방

## 07

간에만 국한된 질환이 아니라 동반된 진행성 대사질환의 일환으로 이해를 하고 환자에 대한 적극적인 교육과 정기 검사가 필요하며 지방간의 진단과 치료에 집중하는 것보다는 스스로의 생활 습관 개선을 통해 예방하는데 중점을 두어야 할 것이다.

#### 1) 지방간 예방을 위한 생활습관

- ① 정상 체중을 유지한다 (BMI 23이하).
- ② 하루 30분씩 유산소 운동을 한다
- ③ 과도한 음주를 피한다 (주1회 이내).
- ④ 지방·탄수화물 섭취를 줄이고, 단백질·녹황색 채소 섭취를 늘린다.
- ⑤ 스트레스가 쌓이지 않도록 한다.

#### 2) 도움이 되는 식이요법

- ① 갈비, 삼겹살, 치킨, 장어, 튀김, 부침개, 잿, 땅콩 등 기름진 음식은 줄인다.
- ② 케이크, 파이, 과자, 사탕, 초콜릿, 아이스크림, 청량음료 등 단 음식은 피한다.

③ 신선한 채소, 해조류, 잡곡 등은 충분히, 과일 은 적당량만 섭취하는 것이 좋다.

④ 생선, 두부, 살코기, 껍질 벗긴 닭고기 등 단백질 음식을 충분히 섭취한다.



### \*자주 묻는 질문

#### ● 간을 보호하는 음주방법이 있는가?

한번 술을 마신 후 3일간은 술을 마시지 않도록 한다. 음주 후 간이 정상으로 회복되는데 걸리는 시간은 72시간 정도로 알콜이 체내에서 해독될 충분한 시간을 주도록 한다.

#### ● 지방간이 있는 사람은 절대로 술을 마시면 안되는가?

알코올성 지방간은 원인이 술이기 때문에 금주가 치료의 핵심이다. 그러나 비알코올성 지방간은 음주가 주된 원인이 아니므로 사교상 필요한 정도의 음주는 허락된다.

#### ● 지방간으로 진단받은 이후 오른쪽 갈비뼈 아래가 자주 거북하다. 지방간이 악화되어서 이러한 증상이 오는 것은 아닌가?

일부 환자에서는 간에 지방이 끼면서 간의 부피가 늘어나게 되며 이때 간을 덮고 있는 피막이 팽팽하게 당겨지면서 이러한 증상이 올 수 있다. 그러나 우상복부 불쾌감이나 통증의 정도가 병의 정도와 비례한다고 보기는 어렵다. 진단을 받은 이후에 증상이 나타나는 경우는 심리적인 영향도 많이 있다.

#### ● 지방간염이 간경변증을 거쳐 간암을 일으킬 수 있는가?

현재까지의 연구를 종합하면 지방간염과 동반된 비만, 인슐린 저항성 등이 직접적인 원인으로 혹은 지방간염이 간경변증으로 진행되어 간세포암으로 될 가능성이 있다.

#### ● 지방간도 간종양으로 오인될 수 있는가?

지방간은 간초음파 검사에서 정상보다 간이 더 밝게 보이며, CT 검사에서는 더 어둡게 보입니다. 가끔 간의 일부에만 지방간이 있거나 또는 일부만 제외하고 지방간이 있으면, 초음파나 CT 검사에서 마치 간에 종괴가 있는 것처럼 보일 수 있다.

● 소화기내과 032-890-2224

정상체중 간해독 요법이 필요한

## 지방간 식사의 기본원칙

신자은 | 영양사

### \* 영양관리의 목표

1. 비만인 경우 체중을 감량한다.
2. 불규칙한 식습관 및 편식을 교정한다.
3. 음주습관을 교정한다.
4. 적절한 운동을 권장한다.

### \* 식사요법

#### 01 \_ 정상체중 유지를 위해 적절한 열량 섭취

과체중 또는 비만인 경우 현재 체중의 10%이상 감량하게 되면 지방간이 개선될 수 있다. 그러므로 적절한 목표체중을 설정하여 이에 맞는 식사계획을 하도록 하고, 급격한 체중감소는 여러가지 문제를 유발할 수 있으므로 점차적으로 체중이 감량 되도록 한다. 따라서 개개인의 체중상태에 따라 적절한 칼로리를 섭취하도록 해야 한다.





● 비만도 산정

\*비만도(%) = (현재체중/표준체중) × 100

\*90% 이하 : 저체중

\*91~110% : 정상체중

\*111~120% : 과체중

\*121% 이상 : 비만

● 표준체중 산정

\*남자 표준체중(kg) : 키(m) × 키(m) × 22

\*여자 표준체중(kg) : 키(m) × 키(m) × 21

02 \_ 충분한 단백질 섭취

단백질은 간세포의 재생을 촉진시키고, 지방간을 개선시킬 수 있으므로 충분한 단백질의 섭취가 필요하다. 하지만 단백질 섭취량이 지나칠 경우 지방 섭취량이 함께 높아질 수 있으므로 주의해야 하고, 양질의 단백질을 섭취하도록 한다.

● 기름기를 제거한 육류(살코기 위주), 껍질을 제거한 닭, 생선, 두부, 콩, 달걀, 우유 및 유제품 등

03 \_ 알코올 섭취 금지

술은 영양소는 없고 열량만 내는 식품이며, 알코올 섭취는 간내 중성지방의 생성을 증가시키며, 점차적인 간세포 파괴를 초래할 수 있으므로 금지하도록 한다.

04 \_ 과다한 당질 섭취 제한

당질의 과잉 섭취는 중성지방을 증가시키므로 당질이 총섭취 열량의 60%가 넘지 않도록 하며, 가능한 단순당(설탕, 꿀, 엿 등 단맛이 나는 음식) 섭취는 제한한다.

05 \_ 콜레스테롤과 포화지방산 함량이 많은 식품 제한

● 콜레스테롤이 많은 식품 (동물성 지방에서 볼 수 있는 지방)

육류내장, 생선알류, 젓갈류, 정어, 치즈, 달걀노른자, 왕새우, 오징어류 등

● 포화지방산이 많은 식품(실온에서 고체상태의 지방)

\*동물성 식품 : 갈비, 삼겹살, 닭껍질, 햄, 소시지 등

\*유제품류 : 우유, 버터, 치즈, 아이스크림, 생크림 등

\*식물성 기름 중 : 팜유(커피 프림, 라면, 과자류 등), 코코넛류(초콜릿 등)

06 \_ 충분한 비타민과 무기질, 섬유소가 많은 식품 섭취

● 녹황색 채소류 → 시금치, 상추, 쪽갓, 깻잎, 근대, 아욱, 부추, 오이, 당근, 호박 등

● 생과일류 → 사과, 배, 귤, 감, 수박, 참외, 포도, 복숭아, 딸기, 토마토 등

● 해조류 → 김, 미역, 다시마, 파래, 우무, 한천 등

● 전곡류 → 보리, 현미, 울무, 조, 수수, 쌀, 감자, 고구마, 옥수수 등

07 \_ 기타

- \*규칙적인 운동을 한다.
- \*고혈압, 당뇨병 등 원인 질환 있는 경우 조절 한다.
- \*폭식, 불균형적인 식습관 등에 의해서도 지방간이 발생될 수 있으므로, 식습관을 조절하도록 한다.

● 영양과 032-890-3261



집에서 즐기는 열대 지역으로의 여행

# 열\_대\_야



김경우 교수 | 가정의학과

끝없는 수평선과 뭉게구름이 피어있는 파란 하늘과 바다, 조그마한 무인도엔 야자나무 세 그루, 평화롭게 떠있는 요트 한 척... 낮익은 듯한 이 풍경은 바로 윈도우즈에 '열대' 라는 바탕화면이다.

환상적인 이국적인 풍경으로 빠져들고 싶지만, 걸리는 시간, 비용, 여행 중의 각종 질병과 사고 등을 따져보면 내 집이 최고라는 생각에 안도감을 가지고 현실로 돌아오게 된다.

# Tropical Night





**열대야(tropical night)란** 아침 최저기온이 25도 이상인 경우를 말하는 것으로 낮 최고기온이 30도 이상으로 오른 한여름의 날씨를 트로피컬 데이(tropical day)라 이른 데서 유래하였다고 한다. 한 낮에 뜨겁게 달아오른 지표의 열기는 해가 지면서 급격히 냉각이 되어 지표면의 대기가 식어야 하는데 밤에도 25도 이상의 고온현상이 지속되는 일종의 야간 대기 정체현상이다. 콘크리트 건물, 냉방기, 자동차, 공장, 아스팔트 도로 등이 많은 열을 내뿜고 있고 도시의 공기는 점점 온도가 높아지고 더운 공기는 상공으로 떠오르게 되는데 매연 먼지 등 수많은 오염물질들이 도시의 상공에 마치 지붕처럼 덮여 도시의 공기는 더욱 나빠지고 온도도 올라가게 된다. 세상에 공짜는 없다고 굳이 에너지 보존의 법칙으로 설명하지 않더라도 실내 공기를 차갑게 하려면 바깥의 실외기가 더운 바람을 내뿜어야 함은 경험적으로 잘 알고 있다. 열대야는 도시화에 의한 영향으로, 같은 위도에 있는 양평과 비교하여 볼 때 최저 기온은 서울은 섭씨 8.42 도 양평은 5.43도로 훨씬 높게 나타나고 열대야가 일어난 횟수는 33년간 서울은 총 211일, 양평 총 21일 나타나서 확실히 열대야는 도시화에 의한 우리가 만들어낸 결과임을 알 수 있다.

**열대야 증후군이란** 일반적으로 열대야 현상으로 인해 숙면을 취하지 못하여 일어날 수 있는 모든 관련 신체 증상을 일컫는 것으로 통용되고 있다. 외국 문헌에는 열대야 증후군이라는 단어가 흔하지 않은 것으로 보아 우리나라에서 급격한 도시화 현상에 따라 나타나는 여러 건강문제를 부를 수 있는 단어가 필요했고 마스크 등에서 자주 거론되었으리라고 추측된다.

**수면과 24시간 생체주기리듬 (circadian rhythm)을** 조절하는 것은 뇌의 여러 구조가 네트워크처럼 서로 연관되어 있고, 피부온도와 중심체온의 변화도 생체주기리듬 변화에 영향을 주며 반대로 수면과 각성상태에 따라 체온 조절도 달라지는 것으로 알려져 있다. 어려운 이론이 아니더라도 너무 덥거나 추우면 숙면에 방해가 된다는 것은 경험적으로 잘 알고 있다. 반가운 사실은 평소보다 약간 따뜻하게 해주는 것이 잠을 잘 들게 만들어 준다는 것이다.

**신체와 외부 온도가 아니더라도** 수면에 영향을 주는 요인으로는 신체 심리 사회 환경적 요인과 생활습관 등 매우 다양하다. 일반적으로 흔하게 접하는 불면증의 원인으로는 잠자리에서 책이나 신문, TV 보기와 잠이 안 와도 억지로 누워 있는 습관이다. 잠을 자야 내일 피곤하지 않을 텐데 라는 강박적인 걱정은 오히려 잠을 더 안 오게 만든다. 잠자리에서 잠이 오지 않으면 누워있지 말고 잠자리에서 벗어나 다른 일을 하다가 졸릴 때에만 잠자리에 가고 잠이 안 오면 다시 일어나는 일을 반복하다 보면 숙면을 취할 수 있다. 원리는 조건화(conditioning)와 탈조건화(deconditioning)이다. 기네스북 기록을 세우기 위해 200시간 이상 잠을 안자고 버티는 사람도 있다지만 일반적으로는 48시간을 자지 않아도 몸에는 전혀 해가 없고 오히려 기가 막힌 잠을 잘 수 있으니 잠이 안 온다고 걱정할 필요가 없다. 긴 낮잠, 커피, 술, 담배, 밤늦게 격렬한 운동을 하는 것은 수면에 방해가 된다. 밤이 더워질수록 올바른 수면습관을 유지하고 수면에 방해가 되는 요인은 제거하는 지혜가 필요하다.

열탈진과 열사병은 고온에 노출되면서 체온이 발산되지 못하고 탈수되어 두통, 어지럼증, 오심, 근육 경련 등이 생기는 것으로 체온이 상승하는 열사병은 위험한 상황이다. 날씨가 뜨거울 때엔 격렬한 활동을 피하고 잦은 휴식과 수분 섭취를 하여 예방하는 것이 상책이고 만일 체온이 높아져 있는 열사병이 의심된다면 즉시 응급실로 옮겨야 한다. 평소에는 안 걸리던 감기를 한여름에 다 걸리는 걸 보면 열대야 및 무더위와 관련되는 건강 문제는 오히려 지나친 냉방과 건조함으로 인해 생긴다고 할 수 있다. 더구나 선풍기나 에어컨을 켜 놓고 잠을 자는 것은 위험할 수도 있다.

피할 수 없다면 즐기자. 더운 여름, 에어컨이나 선풍기에만 의존하지 말고 밤 한줄기 흘러면서 짙질방이나 열대 여행을 무료로 즐기는 상상을 해보면 어떨까.

●가정의학과 032-890-2240



# 도대체 어디 숨어 있는 거야?

잇 는 다 는 것 \_

우리가 이 모든 걸 다 기억하고 산다면, 아마도 머리가 터져나가든지, 깨지든지, 세상사는 일이 훨씬 더 복잡해지지 않을까. 그래서 신은 우리 기억의 한계를 여기까지만 한정 지어놓고, 필요에 따라 우리에게 잇는 은사를 주셨는지 모르겠다



권성희 | 수필가

하루 종일 집안 구석구석 살살이 뒤졌는데 찾는 물건이 나오지 않는다. 중요한 문서라 분명 잘 둔다고 두었을 텐데 말이다. 열어 본데 또 열어보고, 이 방 저 방 가본데 또 가보고... 난감하기 그지없다. 혹시 냉동실에? 하며 냉동고 문까지 몇 번 열어봤다. 누가 전화기를 냉장고에 넣어두고 찾았다는 웃지 못 할 이야기가 생각났기 때문이다.

그 서류는 여전히 오리무중이고, 남편은 그런 나의 진망증을 이해 할 수 없다는 표정이다. 나로서도 답답하기가 이루 말 할 수 없지만, 어디다 하소연 할 수도 없는 일이다. 이런 일이 잦아보니 은근히 불안해질 때도 있다. 혹시 치매 증세는 아닐까하고 말이다.

친구들의 모임에서 요즈음 애로사항을 털어놓았더니 너도 나도 기다렸다는 듯 자기들의 실수담을 내어 놓았다. 그 중에서도 제일 압권은 안경을 찾는다고 한참동안 난리법석을 떨었는데 나중에 보니 자기가 쓰고 있더라는 경험담이었다. 친구들의 이런저런 이야기들을 들으며 조금 위안이 되긴 했지만 그렇다고 기분이 썩 개운한 건 아니었다.

내가 나를 못 믿으니..., 누구에게 나를 믿어달라고 할 수 있을까. 그래서 이제까지 관리하고 있던 집문서며, 보험증권이며, 통장이며 그 외 잡다한 서류들을 남편에게 인계해 버렸다. 어리둥절하고 있는 남편에게 "이제 나를 믿지 마세요." 라는 일방적 통고만 하고 다 떠 넘겨버리니 마음이 훨씬 홀가분해졌다.

우리의 기억이란 게 얼마나 믿을 만 한 것일까? 이런 의문이 든 건, 언니가 뇌출혈로 쓰러진 모습을 보고서부터였다. 머릿속을 지우개로 지우기라도 한 듯 수십 년간의 기억들을 단 하루 만에 깡그리 잊어버릴 수 있다는 사실이 내겐 참 충격적이었다. 컴퓨터에 저장된 자료들이 커서 하나로 쉽게 싹 지워지듯 말이다. 누구보다 의욕적이고, 그리고 치열하게 살았던 삶의 갈피들을 그렇게 쉽게 놓아버린 언니의 모습을 보면서 참 속상했다.

주위에 그런 분들이 의외로 많다는 걸 알고 깜짝 놀랐다. 언니가 다니던 병원의 재활치료실에서도 지나간 일을 기억하지 못하는 분들을 많이 볼 수 있었다. 오토바이 사고로 두 살 세 살 어린아이의 정신연령으로 퇴행해버린 청년도 있었고, 부인에게 엄마라고 부르는 초로의 아저씨도 있었고, 하나 더하기 둘을 새로 배우고 있는 아가씨도 있었다. 여러 가지 이유로, 혹은 알 수 없는 이유로 그렇게 된 분들을 보며 안타까운 마음이 들었다.

재활치료를 받던 언니는 이제 저 세상으로 가고... 장례를 치른 후 한동안 사람 사는 일이 허망하게 느껴졌다. 언니는 불교신자였는데, 조카에게서 사십구재를 한다는 연락이 왔다. 나는 기독교 신자라 처음 접하는 사십구재의 예식이 생소했고, 그래서 다소 긴장하고 있었는데, 그 마음을 읽으셨는지 스님이 그 의미에 대해서 친절히 설명하셨다.

"그동안은 망자가 이승을 완전히 떠난 게 아니었습니다.



사십구일동안 이승과 저승사이에 머물다가 이제 영원히 여기를 떠나는 것입니다. 이제 고인은 세상에 미련두지 말고, 뒤 돌아보지도 말고 떠나야합니다. 여기 있는 우리도 그 일을 도우는 겁니다. 절대 가는 사람에게 연연해해서는 안 됩니다. 그동안 미워했거나 밋혀있는 것들이 있으면 지금 다 풀어야 서로에게 좋은 것입니다. 좋은 마음으로 보내십시오.”

고인에 대한 이별의식을 다시 한 번 정중하게 치루는 절차로 이해하면 될 듯했다. 한 번만으로 이별을 끝내기가 아쉬워 다시 손을 흔들며 배웅하는 느낌이었다 할까. 어쨌든 언니를 정성껏 보내자 하자는데 무슨 이유가 있으리. '부디 좋은 곳으로 가세요.' 기꺼이 언니의 명복을 빌었다.

'내 이름은 빨강(저자 오르한 파묵)' 책을 재미있게 읽은 적이 있다. '나는 지금 우물바다에 시체로 누워있다'로 시작되는 서두부터가 호기심을 끌었다. 한 세밀화가가 자기의 죽은 모습을 지극히 객관적인 시선으로 바라보며, 죽을 때의 느낌을 실감나게 묘사하고 있다. 동서양이 만나는 터키의 이스탄불 태생인 작가는 영혼과 육체가 분리되는 순간을 이렇게 표현했다. '마치 세계전체가 내 몸 안의 어떤 곳에 끼어 움츠러드는 듯한 느낌이었다. 이 수축의 느낌을..., 놀랍도록 뻥 풀리는 듯한 느낌과 비교할 수밖에 없었다.'

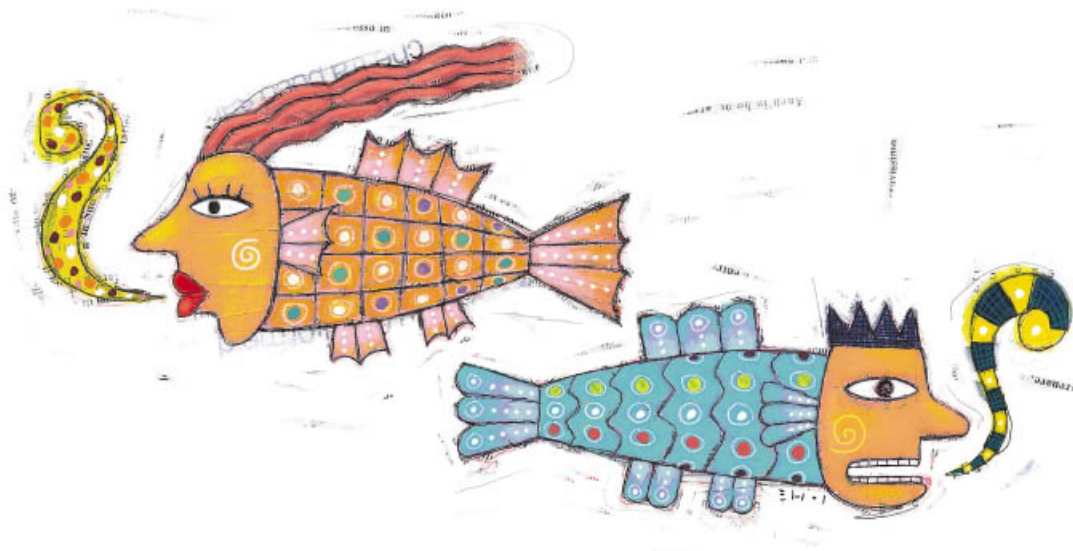
그 뻥 풀리는 듯한 느낌이란, 막혔던 코가 '뻥' 풀리는 느

낌일까, 아니면 무슨 블랙홀 같은 곳으로 '뻥' 빨려들어 가는 느낌일까. 아니면 축구공처럼 '뻥' 차인 느낌이었을까. 아니면 천상병의 '귀천'이란 시에서처럼, 마치 소풍 왔다가는 듯 가벼운 마음이었을까. '뻥'이란 말을 가지고 죽을 때의 이런 저런 느낌을 유추해 본다. 하지만 우리가 어떻게 죽음 뒤의 일을 알 수 있을까.

만약 태어나기 전, 어머니 자궁 속에 있던 이전 일을 기억한다면 어떻게 될까. 말을 하기 전까지의 어린아이는 그 비밀을 알고 있다는 글을 읽은 적이 있다. 그런데 어린아이가 말을 하는 순간에 그 기억들은 다 지워져 버린다는데, 글썽 그것도 모를 일이다.

만약에 우리가 이 모든 걸 다 기억하고 산다면, 아마도 머리가 터져나가든지, 깨지든지, 세상사는 일이 훨씬 더 복잡해지지 않을까. 그래서 신은 우리 기억의 한계를 여기까지만 한정 지어놓고, 필요에 따라 우리에게 잊는 은사를 주셨는지 모르겠다.

그러니까 잊는다는 것은 우리에게 꼭 필요한 약일지도 모른다. 너무 많은 걸 기억하면 해로울까봐 신이 처방해 준 좋은 약 말이다. 건망증은 대뇌가 건강한 증거라는 연구발표가 나왔다고 한다. 이견 추측이 아니라 엄연한 사실이니, 나처럼 깜박깜박 잊어버리는 실수가 잦은 사람이라도 결코 자책할 일은 아니라는 말을 하고 싶은 거다.



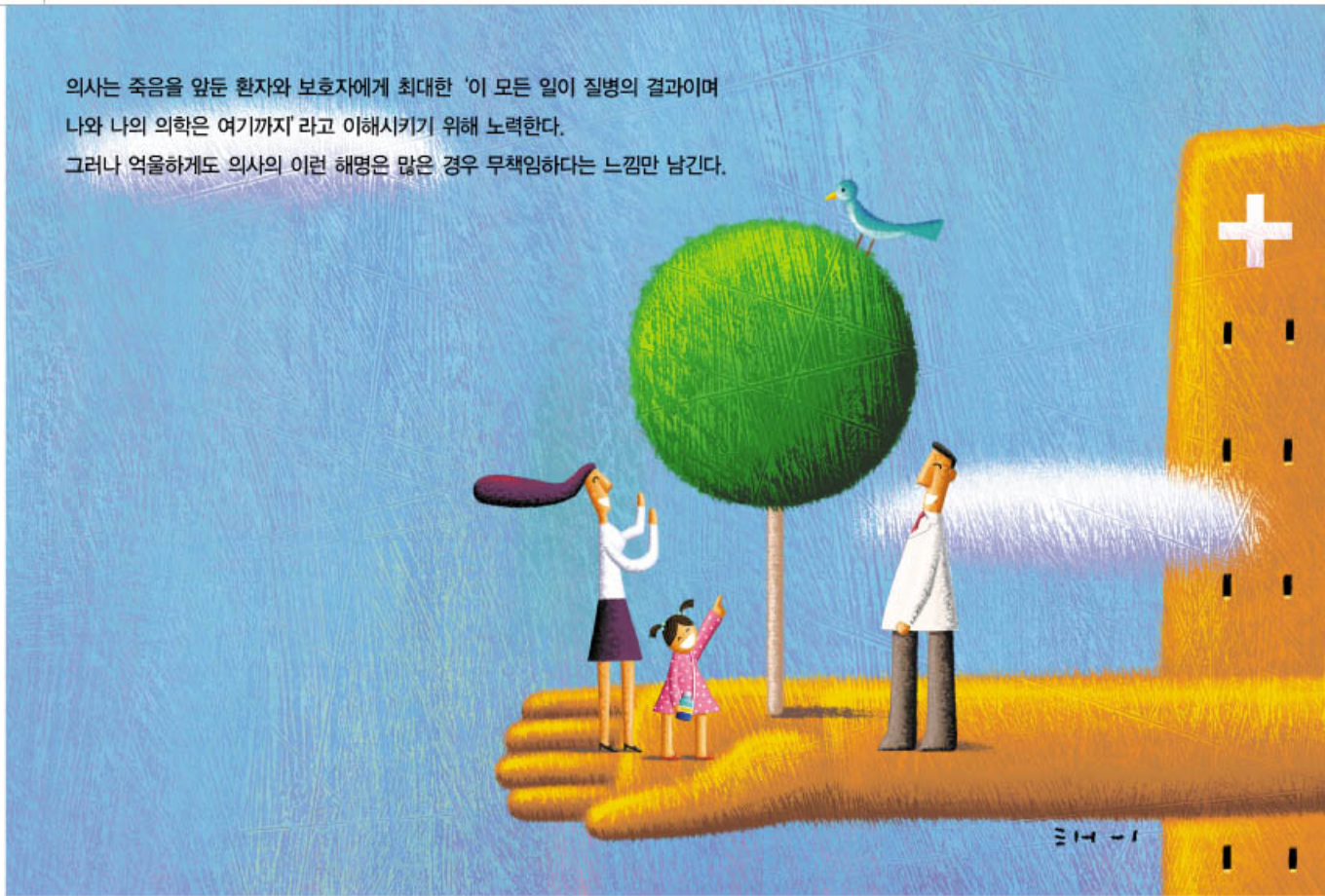
\*\*\* 중환자실 밖의 보호자 대기실에서 큰 목소리가 난다. 통곡은 아니다. 조금 전에 낫던 병원 내 심폐소생술 방송과 관련 있어 보인다. 보호자 대기실 한 칸에서 의사들이 환자의 위중한 상태에 대해 설명하고 있다. 그렇다. 어제 응급실로 실려온 그 젊은 여자가 숨을 거두기엔 조금 이른 시간이다.

“환자분은 지금 기계호흡에도 불구하고 산소포화도가 유지되지 않습니다. 조금 전부터 혈압도 떨어지고 소변도 나오지 않는 것으로 봐서는 수 시간을 넘기기 힘들 것 같습니다. 심폐소생술로 잠시 맥박이 돌아오기는 했지만 현재로서는 희망이 없습니다.”  
 “뭐? 우리 애가 병원에 오기 전까지만 해도 이렇지는 않

이찬우 전공의 | 내과 3년차

## 한 전공의의 단상 - 중환자실에서 환자와 자신의 지식에 충실할 뿐!

의사는 죽음을 앞둔 환자와 보호자에게 최대한 '이 모든 일이 질병의 결과이며 나와 나의 의학은 여기까지' 라고 이해시키기 위해 노력한다.  
 그러나 억울하게도 의사의 이런 해명은 많은 경우 무책임하다는 느낌만 남긴다.





있어! 어제까지 약간 숨이 차다고 했을 뿐이지 저렇게 인사불성이 되어 가지고는... 그럼, 의사 선생! 의식은 있는 거요? 깨우면 알아볼 수는 있나? 도대체 뭐가 문제 거요! 당신 이름이 뭐야? 레지던트인가? 교수 오라고 해! 환자가 병명은 도대체 뭐요? 나는 폐렴으로 사람이 하루 만에 이렇게 되는 경우를 본 적이 없다구! 우리에 데리고 무슨 실험하는 건 아니지? 저기... 우리 다른 병원으로 가야겠어! 여기 있다가 우리에 죽게 생겼다!" 이것은 병원에서 일어나는 가장 불쾌한 오해이다. 무엇이 문제였던 것일까? 보호자가 단지 흥분했기 때문에 그렇게 공격적이었던 것일까? 그 동안 의사들에 대해 너무 많은 혐담을 늘어놓은 대중매체를 탓해야 할까? 그것이 전부는 아니다.

\*\*\* 대부분의 의사는 환자의 죽음에 대해 일반인과 꽤나 다른 감정을 느낀다. 그렇다고 슬픔의 감정을 상실해 버린 것은 아니다. 참을 수 없는 고통, 그리고 죽음을 너무 많이 보아왔기 때문에 무더진 것일까. 죽음은 환자 에고(Ego)의 마지막 장이면서 동시에 대상으로서 그것은 한 신체의 생물학적 과정이다. 그 동안 의사에게는 환자의 이 모든 면을 전인적으로 대면할 수 있는 능력이 요구되어 왔다. 그러나 일차적으로 의사에게 환자는 생명이다. 그리고 수단은 거의 항상 물리적 수단을 사용하는 것이다. 그러므로 환자를 대할 때 의사는 환자의 생물학적 상태에 가장 큰 관심을 가지고 있는데, 자신이 담당하는 환자가 많으면 많을수록 그러하며, 많은 경우 시간이 부족하게 되면 환자의 신체 외 다른 것에는 관심이 없게 되기도 한다.

\*\*\* 한편 의사는 그 고통과 죽음의 원인의 일부이다. 물론 당연히 선행하는 질병 상태가 존재하고 모든 것을 그 질병의 결과로 해명하는 것은 지극히 타당하다. 하지만 환자가 자신에게 맡겨진 순간부터 그 환자의 모든 경과를, 그것이 너무나도 자연적인 과정일 지라도 의사가 행한 치료의 결과인 것처럼 받아들여지기 시작한다. 의사는 사람들의 이런 인식을 무척 잘 알고 있기 때문에 죽음을 앞둔 환자와 보호자에게 최대한 '이 모든 일이 질병의 결과이며 나와 나의 의학은 여기

까지' 라고 이해시키기 위해 노력한다. 그러나 억울하게도 의사의 이런 해명은 많은 경우 무책임하다는 느낌만 남긴다.

\*\*\* 환자의 보호자를 대할 때 의사는 이것을 어디서부터 설명해야 할지 고민한다. 멀쩡하던 환자가 급격히 악화되어 생사의 갈림길에 서게 된 경우 그 난감 무쌍함은 이루 말할 수 없다. 의사의 설명이 아무리 자세하고 논리 정연하며 이해하기 쉽고 합리적이라 할지라도 보호자에게는 그것을 믿지 않을 권리가 있는 것처럼 보인다. 중고차를 구입할 때와 비슷하다. 이차에는 정말 흠이 없다고 확실하다고 주장하는 중고차 매매상의 얘기를 우리는 뭐 하나 반박할 능력도 없으면서 무작정 '뭔가 문제가 있을 거라고' 생각한다. 이런 이유 없는 의심을 그저 비난할 수 없다. 실제로 많은 사람들이 그렇게 속았다. 보호자의 '이유 없는 불신'은 이런 이유에서 이해 받을 만하다.

\*\*\* 그래도 환자와 의사의 관계는 그럭저럭 일정한 반면, 환자와 보호자의 관계는 정말로 천차만별이고 그에 따라 보호자와 의사의 관계도 꽤나 다양하다. 죽음의 문턱까지 다다른 치매 노인을 가까스로 살려낸 의사에게 어떤 보호자는 노인을 '살려냈다는 이유'로 항의했다. 국내에서 사기죄를 짓고 중국으로 도주했던 사람이 국내로 들어오던 중 공항에서 자살행각을 벌였다. 검찰은 매일 찾아와서 언제나 그를 체포할 수 있는지 물었으며, 결국 그는 의식불명 상태에서 깨어난 지 얼마 되지 않아 검찰에 넘겨졌다.

\*\*\* 결국 이 모든 것은 신리의 문제인가? 선부른 오해를 최소화하기 위해 나는 경험적으로 다음과 같이 믿게 되었다. 보통의 평범한 의사는 그저 환자와 자신의 지식에 충실하고 보호자에게 모든 것을 있는 그대로 이야기할 것이다. 보통의 평범한 보호자는 그저 환자가 빨리 낫기를 바랄 뿐 다른 것은 없다.

# 가슴이 찡~ 코끝이 찡~ 우리는 하나!

방콕은 왕이 존재하는 나라. 왕궁과 사원을 둘러보며 이 나라는 금을 참 좋아하고 화려한 나라라고 느껴졌다.  
도시 곳곳이 관광지였고 우리나라보다 못사는 나라라는 것을 느낄 수 없을 정도였다.

윤미숙 간호사 | 병동간호팀

정확히 10년하고 4개월……. 학교를 졸업하고 잠시도 쉬지 못하고 바로 결정한 나의 직장! 다소 내성적인 성격으로 인해 10년을 일하면서 한 번도 병원에 나의 존재를 알리지 못했던 내게, 동료후배로부터 “축하해요~” 라는 말을 듣는 순간 “뒹야~” 라고 생각했다. 모범직원 표창을 받게 됐노라고……. “에이 ~ 설마~” 정말 믿을 수 없는 일이었지만 내심 기분이 좋은 건 어쩔 수 없나 보다. 표정관리 잘해야 할 텐데 하고 속으로 생각 했다. 드디어 표창을 받는 날 모두의 앞에 서는 것조차 쑥스러웠다. “저~~ 안녕 하세요.” 처음 말문을 열었다. 내가 아는 사람은 몇 명이나 있지?하며 주위를 둘러보았다. 저마다 조금은 들뜬 여행에 대한 기대감이 보였다.

방콕의 야경은 화려했다. 내일의 일정을 기다리며 첫날밤을 보냈다.  
방콕은 왕이 존재하는 나라. 왕궁과 사원을 둘러보며 이 나라는 금을 참 좋아하고 화려한 나라라고 느껴졌다. 도시 곳곳이 관광지였고 우리나라보다 못사는 나라라는 것을 느낄 수 없을 정도였다.  
한국 대학 중의 하나라는 인하대학교 의과대학 부속병원의 한 사람으로 방콕에 위치한 파야타이 병원을 방문하면서 귀빈 대접을 받고 또 그곳의 전문화에 기가 죽을 수밖에 없었다. 외국인을 위한 최적의 진료와 환경, 가는 곳마다 “와~” 할 수밖에 없었다. 우리 병원도 이러한 쾌적한 환경과 전문화된 병원의 입지를 굳혀야 하지 않을까 하는 생각도 잠시 했었다. 다만 한 가지 아쉬운 점이라면 서민을 위한 시설이 아니라는 점, 워낙 빈부의 차이가 심하다 보니 일반 시민은 이용하기가 힘들다는 것이었다. 의료인으로서 전문화된 시스템이 가장 부러운 점이였다.  
병원을 뒤로하고 우린 세계 최대 휴양지의 하나인 파타야로 옮겼고 난 너무 들떠 있었다. 그러나 우리나라의 해운대와 비슷하다는 생각을 했고, 태국에만 있다는 쇼와 워킹 스트리트를 걸으며 별천지에 와 있는 듯한 생각이 들었다. 자유분방하다는 말을 이럴 때 쓰는 거구나 하는 생각이 들었고 우리나라의 경우는 잘 모르겠지만 우리

(필자 : 사진 맨 왼쪽)





나라의 관광사업단지 중 이러한 곳이 있어도 나쁠 것이 없겠구나 하는 생각을 하면서 동양 나라에 있지만 서양에 있는 듯한 묘한 기분.....

우리의 일정은 너무 빠듯했다. 잠도 안 재우고 관광을 하는구나 싶었다. 다음날 우리가 예상 할 수 없었던 최악의 일이 벌어질지 아무도 몰랐다. 산호섬 해변에 휴식을 취하러 가는 길은 가히 누구의 말대로 극기 훈련과도 같았다. 배 멀미에 버스 멀미, 게다가 향신료로 가득한 음식은 우리를 너무 힘들게 했다. 하지만 막상 물놀이를 할 때는 10~20 살이 된 것 같은 기분이었고 언제 이렇게 놀아볼까 하는 생각도 들었다. 이어진 동물공원 관람과 태국 전통 마사지, 태국은 정말 즐길 것이 많고 많은 종류의 관광 사업이 있어서 지루하지 않았고 매번 새로운 것을 접하는 기대감마저 들었다. 아름다운 야경에 비춰진 교통체중과 각기 저마다 높은 빌딩들, 그 사이사이 허름한 건물, 결코 어울릴 수 없는 광경이었지만 어느덧 그것이 자연스럽게 우리에게 받아들여지고 있음을 알 수 있었다.



연예인들의 스케줄이 이럴 듯....., 평균 4~5시간의 수면시간과 14시간의 관광코스.....,

지칠 때로 지친 나에게 어느덧 마지막 밤이 되었고 아쉬운 듯 모두 함께 하는 시간이 되었다. 병원에 다니는 사람은 어쩔 수 없는지 우리의 주제는 오직 병원 이야기뿐, 하지만 각기 다른 직종의 사람들이 모여 있는 곳이고 이렇게 모이다 보니 서로의 자리에서 입장을 이야기 하게 됐고 그들에 대해서 이해하면서 이렇게 인하대병원의 모든 사람이 하나가 되어 가는구나 싶은 생각에 절로 가슴이 찡~ 코끝이 찡~ 이런 것 때문에 병원에서 연수를 보내준다는 생각이 들었다. 인하대병원의 직원은 모두 하나다라는 생각을 각자 모두가 갖게 되기를 바라는 마음으로.....,

인하대병원의 모든 사람이 서로의 일을 이해하고 하나라는 생각을 나뿐 아니라 다른 이들도 하길 바라고 싶다.

돌아오는 비행기 안, 내가 바라보고 있는 이들은 지금 무슨 생각을 하고 있을까? 하는 궁금증이 생겼다. 모범 직원을 위한 연수를 다녀오는 길, 힘든 여행길.....,

난 내성적인 편이고 사람 사귀기를 힘들어하는 편이라 이번 여행은 나에게 좋은 경험이었다. 알고 지낸 이들과는 더욱더 관계를 굳건히 하고 얼굴만 알고 지내는 이들과는 정말 동료처럼 지낼 수 있게된 뜻깊은 시간이었다. 10년을 다니며 '저 사람이 우리병원 직원이었구나' 하며 모르고 지내던 이와는 새로운 관계를 맺을 수 있어서 좋았다. 모두들 이번 여행을 통해 나와 같은 생각을 하고 또 일하면서 가까이 볼 수 없는 이들을 직장이 아닌 또 다른 곳에서 만나, 동지 관계를 유지했으면 하는 생각이 간절하다.

# 당일치기도 좋은 인천 앞바다의 섬 알고 떠나면 재미 100배인 매력 덩어리 섬 여행!



출처 : 인천관광공사 | www.into.or.kr

## 천국 같은 무의도 여행



드라마 '천국의 계단'의 촬영지가 될 정도로 아름다운 풍경을 간직한 섬, 무의도! 무의도에는 아름다운 바다와 200여 개에 달하는 방갈로를 갖춘 하나개 해수욕장, 해님이 아름다운 '환상의 계단'이 있는 곳이다. 영종도 잠진 선착장에서 배로 10분이면 도착하는 무의도! 그 아름다운 천국 같은 여행을 시작하자!

- 1. 천국의 계단 촬영지
- 2. 하나개 해수욕장
- 3. 환상의 길



### ● 천국의 계단 촬영지

드라마 천국의 계단 무의도 촬영장은 드라마 상에서 정서가 어렸을 때 돌아가신 어머니를 바다에 뿌리고 그 옆에 있고 싶다하여 그녀의 아버지가 만든 집이다.

### ● 하나개 해수욕장

하나개 해수욕장은 천혜의 은빛 모래사장과 완만한 경사면으로 형성된 해수욕장으로, 연인들은 물론 이곳을 찾는 이들에게 다양한 편의시설을 제공하고 있다. 해수욕장 양면으로는 서해의 알프스라 칭하는 호룡곡산과 국사봉이 있어 해수욕과 등산 낚시를 동시에 즐길 수 있어 좋다.

### ● 환상의 길

기암괴석과 수직절벽 사이로 놓여 있는 소나무 군락지를 비롯하여, 사자바위, 천연동굴 입구, 홍석정 등 자연의 아름다움을 그대로 간직하고 있다. 석조 시에 이곳에서 붉게 물들어가는 바다를 보고 싶노라면 저절로 신비로운 환상에 젖어들게 된다.

● 잠진선착장 출항 - 약 10분 소요 | 자세한 정보 : www.muuido.co.kr

## 신이 빛은 아름다운 섬, 백령도



백령도의 원래 명칭은 곡도로, 따오기가 흰날개를 활짝 펴고 나는 모습 같다 하여 붙여진 이름이라고 한다.

가깝고도 먼 섬 백령도, 천혜의 자연 환경을 지니고 있어, 더욱 아름다운 곳이다. 두무진, 콩돌해안, 사곶해수욕장 등 국내 어느 곳에서도 접할 수 없는 독특한 아름다움과 신비함이 여행의 즐거움을 더한다. 심청각에서 바라보는 임당수와 대청도의 모래사





4. 두무진 5. 모래 사막 6. 콩돌해안  
7. 인어상 8. 농촌 체험마을 9. 진촌 해수욕장

막까지, 아~ 자연의 신비로움은 바로 이런 것이다.

● 두무진

1997년 명승 제8호로 지정되었으며, 오랫동안 파도에 의해 이루어진 병풍같이 깎아지른 듯한 해안 절벽과 가지각색의 기암괴석이 솟아 있어 금강산의 만물상과 비견되어 서해의 해금강이라 불린다.

● 모래 사막(옥죽동 해수욕장)

모래가 바람에 따라 물결처럼 이동하여 모래언덕을 형성하는데, 경관이 아름답고 우리나라에서 유일하게 모래산이 형성된 지역이다. 곳곳에 형성된 모래사장 과 모래톱은 해안사구와 함께 특이한 자연경관을 이루고 있다.

● 콩돌해안

해변의 자갈들이 콩과 같은 모양을 하고 있어 콩돌로 불리며, 약 1만5천 년이란 긴 세월이 걸쳐 다양한 색깔과 모양의 콩돌이 만들어 졌으며 파도가 칠 때 들리는 자갈 구르는 소리가 더없이 청량하다.

● 인천 연안부두 출항 - 약 4시간 소요 | 자세한 정보 : [www.baengnyeongdo.com](http://www.baengnyeongdo.com)

섬에서의 농촌 체험, 장봉도



영종도에서 불과 30분이면, 강화도, 신도, 영종도에 둘러 싸여 천연의 아름다움을 뽐내는 장봉도를 만날 수 있다. 아름다운 해변과, 섬 특유의 평화스러움을 담고 있는 장봉도에서 '농촌과 어촌'을 동시에 경험해 보고 장봉도 농촌 체험에서 도시의 묵은 스트레스를 날려 버리자!

● 인어상

장봉도 선착장에 도착하면 인어상을 볼 수가 있다. 옛날 어느 어부가 그물을 낚으니 인어 한 마리가 그물에 걸려 나왔다. 어부는 그 인어를 측은히 여기고 산 채로 바다에 보낸 후 그곳에서 그물을 낚으니 많은 고기가 잡혔다는 이야기가 전해지는 곳이다.

● 농촌 체험마을

인천지역의 최초 팜스테이 마을로 사계절 농촌 및 어촌체험이 가능하다. 봄에는 포도 등을 파종하며, 나무마다 체험자의 이름을 붙여 준다. 이를 가을에 본인이 와서 직접 수확을 할 수 있도록 하며, 저렴한 가격에 수확한 포도 등을 가져 갈 수도 있다.

● 진촌 해수욕장

고운 모래와 노송 숲이 어우러져 경치가 일품이며 수평선 너머로 지는 서해의 낙조가 장관을 이룬다. 간조시에는 갯벌에서 어패류 채취가 가능하다.

● 삼목선착장 출항 - 약 30분 소요 | 자세한 정보 : [www.jangbongdo.com](http://www.jangbongdo.com)

| 도움이 되는 사이트 |

▶ 섬 여행 정보 : <http://island.haewoon.co.kr> ▶ 연안여행객선 예약사이트 : [www.seomticket.co.kr](http://www.seomticket.co.kr)

송림이비인후과

“모니터를 함께 보며 설명하고 진료합니다”

2006년 3월 개원한 송림이비인후과의 전문성 원장은 친근하고 다정다감하게 환자를 보고 싶다는 진로소신을 밝힌다. 또 자신에게는 단순한 의뢰자식이라도 환자에게 알기 쉽게 설명해 줄 필요가 있다는 전 원장, 그래서 그는 또 진료시간이 좀 길다. 그러나 이렇게 설명을 함께 하는 진료 노력들이 송림이비인후과를 탄탄하게 안착 된 이유일 것이다.

“저희 병원의 특징이라면 모니터가 좀 많은 것이라고 할 수 있죠. 직접 자신의 상태를 보면서 설명을 들을 수 있으니까 질환에 대한 이해가 빠릅니다.”



특히 송림동 지역은 연세 드신 분들이 이쁜 손자들을 데리고 당황하는

경우가 많은데 잘 치료가 된 후 좋아하시며 고맙다는 인사를 연신 하신 때 전 원장은 가슴 밑바닥부터 보람이 솔깃 찾아온다.

대학병원이라는 특성상 인하대병원도 문턱이 높기는 하지만 자신에게는 언제나 의지가 된다. 내가 애지중지해서 보낸 소중한 환자를 ‘나처럼’ 똑같이 잘 돌봐주었으면 하는 마음으로 전 원장은 환자를 의뢰한다.

또 아카데미한 대학병원의 영역도 중요하지만 일반 환자들에게 더 가까이 갈 수 있는 대중적인 인하대병원을 전 원장은 기대해본다.

전 원장은 또 40대 이후 흡연양이 많은 경우는 후두경 검사를, 연세 드신 분은 모 광고에서 보듯이 삶의 질을 떨어뜨리는 경우가 있으므로 난청 검사를 해보는 예방 수칙을 이야기 한다.

전 원장의 바람은 지금도 가벼운 수술을 하고 있지만 보다 더 전문적인 수술을 하는 병원으로의 성장이다. 또 바로 옆에서 1차 진료를 충실히 하는 송림동의 이웃 같은 병원으로 남고 싶다.

● 인천시 동구 송림동 ☎ 032-772-7500



전용선 원장

굿모닝 정형외과 · 내과

“좋은 의사는 환자의 인생을 살핀다!”

“직장 다니시는 환자분들은 치료 받을 기회가 없습니다. 그래서 저희는 물리치료도 가능한 시스템으로 야간, 공휴일도 진료서비스를 합니다.”

김선남 원장은 평일 오후 9시까지, 토요일과 공휴일은 오후 3시까지 진료하는 이유를 이렇게 설명한다. 육체적으로 다소 피곤하기는 하지만 지역특성을 배제하고는 지역 주민의 주치의가 될 수 없다는 김 원장의 생각이 그대로 묻어난다.

고령화 사회로 접어들면서 노인병 중의 하나인 퇴행성 관절질환이 많아지고 있어 김 원장은 관절내시경 및 인공관절치환술로 치료를 많이 하고 있다.

또 환자를 볼 때 단순히 질환에 대한 부분만 살피는 것이 아니라 경제적 환경, 가족 상태 등 질환 발생 주위 환경을 함께 살피는 휴먼메디시멘트 진료를 강조하는 김 원장이다. 환경에 따라 치료방향이 전환되기 때문이고 환자가 충분히 이해하고 자신과 같은 치료 목적으로 가는 것이 중요하다는 생각에서이다.



내과는 김 원장의 든든한 내조자인 아내 정은미 원장이 맡고 있다. 정 원장이 역시 질병 전후로 인생이 이루어지는 것 같으며 ‘좋은 의사는 그 환자의 인생을 살핀다.’ 라는 의료 소신을 밝힌다.

또한 두 원장 모두 인하대병원 측의 신속한 진료의뢰 시스템에 많은 도움을 받고 있다며 언제나 손을 내밀면 잡아 줄 수 있는 든든한 파트너라고 입을 모은다.

항상 자신의 보람은 똑같은데 있다는 김 원장, 그것은 목표대로 치유되고 만족해하는 환자들의 미소라고 한다. 또 정 원장은 수술을 전문으로 하는 병원으로 키우고 싶은 정형외과 정 원장의 바람을 알기에 그것을 함께 소망하고 가까이 동반자가 될 것이다.

인터뷰 전 김 원장을 기다리던 중 직원들은 김 원장의 자상한 진료를 병원의 간판으로 꼽았다. 그런데 인터뷰 중 김 원장은 직원들이 도와주었기 때문이라고 말한다. 또 손으로 도수치료를 하는 물리치료실 직원들에 대한 이야기도 잊지 않는다. 역시 김 원장의 휴먼메디시멘트는 여기서도 빛을 발한다. 그 빛이 여름 태양만큼이나 뜨겁다.

● 인천시 동구 송림동 ☎ 032-762-0971



김선남, 정은미 원장



# Q Question \_ Answer \_ A



## Q 피곤하면 입안이 자주 허는데요

20대부터 조금 피곤하다 싶으면 한군데씩 혈곤 했습니다. 갈수록 약도 듣질 않고 병원을 다녀도 별 특별한 방법이 없이, 입안이 혈곤 구내염 연고를 바르고 비타민C를 먹고 있습니다. 지금은 한 번에 세 군데씩 생기기 일쑤고 많이 피곤하다 싶으면 볼 안쪽이 붓는 것 같고 입속이 상당히 텁텁합니다. 뭐가 잘못되어서 이런 건 아닌지 정말 불안합니다.

## A 가장 흔한 질환은 아프타성 궤양이나, 다른 원인이 있을 수 있어 진료로 확인 필요

입안이 허는 가장 흔한 질환은 아프타성 궤양이고 이에는 몇 가지 종류가 있습니다. 그러나 대부분은 대증적 치료로 해결되는데 호전되면 수주가 걸릴 수도 있습니다. 그리고 아프타성 궤양에는 재발성도 있어 개인에 따라 다르지만 자주 재발하는 경우도 있습니다. 명확히 확립된 치료법은 없지만 스트레스를 피하고 휴식을 취하며 영양을 잘 섭취하는 것이 좋겠고 입안 가글 등으로 구강 청결을 유지하며 및 입안에 연고 바르는 것 등의 방법이 있겠습니다. 그러나 아프타성 궤양 말고도 입안이 허는 경우 다른 많은 원인이 있을 수 있기 때문에 진료를 받아 확인하는 것이 안전할 것으로 생각합니다. ➔ 이비인후과 ☎032-890-2420

## Q 현기증으로 일상생활하기도 힘이 듭니다.

몇 달 전부터 갑자기 현기증이 일어났습니다. 처음에는 잠깐 그러서 방치했더니 지금은 하루종일 현기증이 일어납니다. 일상생활과 회사생활을 할 수 없을 정도로 심각합니다. 특히 두려운 것은 운전할 때입니다. 어느 병원에서 MRI, 심전도, 엑스레이 다 이상이 없는 걸로 나왔고 영양제도 몇 차례 투여해도 소용이 없습니다. 어떻게 해야 하나요?

## A 어지럼증은 가장 흔하면서도 어려운 질환으로, 증상 발생시에 전문의의 진단을 받아야

어지럼증은 일상에서 가장 많이 경험하게 되고, 의사들도 가장 많은 환자들을 진료하지만, 가장 흔하면서도 가장 어려운 질환입니다. 일단 주변이 빙빙 돌면서 중심잡기가 어려우 어지럼증을 현훈이라는 말로 표현하는데, 뇌에서 병발하는 중심성 현훈과 이외 말초에서 발생하는 말초성 현훈으로 나누게 됩니다. 일단 환자분의 경우 증상이 지속적으로 발생하지 않고, 간헐적인 증상을 보이며, 뇌 자기공명영상을 촬영했는데 이상이 없었다면, 말초성 현훈일 가능성이 가장 높을 것으로 판단됩니다. 하지만, 가장 중요한 것은 증상이 발생했을 때 최대한 빨리 응급실이나 신경과 진료를 보셔서 전문 의사에게 진단을 받는 것이 좋을 듯합니다.

말초성 현훈의 가장 흔한 원인은 귀에 있는 반세고리관과 전정 신경에 이상이 있는 경우와 심리적인 원인으로 발생하는 것이 가장 많습니다.

➔ 신경과 ☎032-890-3860

## Q 나이가 들며 따라 눈꺼풀이 처져서 여러모로 불편합니다.

제 남편이 이제 나이가 60이라서 인지 피부가 늘어지고 주름 때문에 생활하는데 지장이 생겨서 문의 드립니다. 이마에 큰 주름이 서너 개 있고요, 눈살이 처져서 눈을 덮게 되어 생활이 힘듭니다. 눈 밑은 늘어지기도 한 상태입니다. 미용은 둘째치고 늘어지는 살 때문에 시력이 나빠지는 것 같습니다. 불편함도 많고요, 개선할 수 있는 시술들이 있는지 알고 싶습니다. 제가 듣기로는 수술 할 때에 당노가 있으면 힘들다고 하던데 그 정보도 함께 알려주시면 감사하겠습니다.

## A 눈꺼풀 처짐은 안검성형술로, 이마와 눈가주름은 안면거상술이나, 보톡스 주입 등의 방법으로 개선 가능

나이가 들면 윗눈꺼풀이 처지게 되는데 이는 늘어난 피부와 눈꺼풀판 사이와 눈을 들어올리는 근육의 틈이 생겨서 일어나는 자연스러운 현상입니다. 그러므로 늘어난 피부의 양을 줄여주고 눈을 들어올리는 근육과 눈꺼풀판 사이를 강화해주면 시야가 트이는 느낌을 갖게 됩니다. 아랫눈꺼풀도 세월이 흘러 늘어난 피부와 약화된 지방을 싸는 막에 의해 눈 밑이 볼록해 보이고 주름이 생깁니다. 이는 늘어난 피부와 볼록한 지방을 환자의 상태에 따라 적당량을 처리해주면 미용적으로 훨씬 개선되어 보입니다. 다만 하안검 외반이라고 해서 아래눈꺼풀 수술에서 발생할 수 있는 합병증이 생길 수 있으므로 꼭 성형외과 전문의에게 시술 받으시기 바랍니다. 전문의가 하더라도 이런 합병증은 환자에 따라서 발생할 수 밖에 없기도 합니다.

눈가 쪽의 주름은 안면거상술이라는 수술이 해결책이나 대개는 일시적이고 수개월에 한 번씩 맞게 되는 보톡스 주입이 해결책일 수 있고 위에서 말한 안검성형술은 해결책이 아닙니다.

이마의 주름은 안면거상술이나 엔도토티를 이용한 거상술로 해결하기도 하며 보톡스 또한 좋은 방법입니다.

당뇨는 수술 후 상처치유에 좋지 않은 영향을 주는 것으로 되어있습니다. 따라서 좋은 결과를 얻기 위해서는 내분비내과 진료를 받아서 혈당 조절을 잘 해야 하겠습니다.

상안검과 하안검 수술의 회복기간은 실밥은 5일경에 뽑으나 큰 부기는 수일에서 수주에 걸쳐 빠지고, 수술의 결과를 평가할 수 있을 정도의 부기는 수개월이 지나야 합니다. 이는 수술 방법과 환자 상태에 따라 편차가 심한 편입니다. ➔ 성형외과 ☎032-890-3870



약 물 Q & A

모유수유를 위한 약물복용의 올바른 이해  
**자기전, 수유 직후 먹어야  
 아기에게 영향적어**

1

**아기에게 모유를 수유중입니다. 약을 복용해도 괜찮을까요?**

모유를 먹는 아기는 분유를 먹는 아기에 비해 아토피질환의 발생이 적고, 정서적으로 안정되며, 동시에 모유는 편리함과 경제성을 갖습니다. 그럼에도 불구하고 수유부 본래의 질병으로 인해 수유를 포기하거나 불편함을 참고 지내는 경우가 있습니다. 약의 복용이 절대적으로 필요한 경우가 아니라면 우선 약 없이 증상을 해소하기 위해 노력해야 하겠지만 그래도 약을 복용해야 한다면 모유로의 이행이 적고 작용시간이 짧은 약을 선택해야 합니다. 그리고 약은 자기전이나 수유 직후에 복용하는 것이 아기에게 미치는 영향을 최소화 할 수 있습니다.

2

**엄마가 당뇨나 고혈압, 천식 같은 질환이 있어도 수유 할 수 있나요?**

가능합니다.

당뇨의 경우 치료제로 사용되는 인슐린은 모유로 분비될 수 없을 정도로 분자량이 크고, 설사 분비된다 하더라도 아기의 위장관에서 거의 파괴되어 혈액내로 대부분 흡수되지 않습니다. 우리가 인슐린을 먹지 않고 주사로 맞는 것도 같은 이유입니다. 경구용 혈당강하제의 경우도 약의 종류에 따라 모유수유가 가능한 약물이 있습니다. 또한 수유자체가 아기에게서의 당뇨병 발생확률을 낮추고 수유부의 당 조절에도 도움이 됩니다.

고혈압의 경우 수유가 가능하나 약에 따라서는 모유량이 줄거나 아기에게 졸음이나 저혈압을 유발할 수 있으므로 약의 선택 시 보다 신중해야 합니다.

천식을 있는 수유부는 전신작용을 나타내는 경구약 보다는 국소에 작용하는 흡입기를 사용하는 것이 좋습니다. 스테로이드를 고용량으로 장기복용하는 경우 아기의 뼈 성장을 방해하고 위궤양을 일으킬 수 있기 때문입니다.

3

**모유수유가 어려운 경우는 언제인가요?**

항암제 치료를 받는 중이라면 수유를 하지 않습니다. 항암제의 경우 적은 양이라도 아기에게는 해롭기 때문입니다. 그밖에도 엄마가 패혈증이 있을 때, 활동성 결핵 판정의 받았을 때, 장티푸스나 유행성, 말라리아에 걸렸을 때는 모유수유를 해서는 안 됩니다. 또 임신 중 에이즈 바이러스에 대한 항체가 양성인 경우 모유에서 에이즈 바이러스가 발견되므로 모유수유를 하지 않습니다.



항상 환자분들 곁에 인하대병원 약사들이 함께 합니다  
 약에 대한 문의는 : 주간 032) 890-3323,3327 | 야간 032) 890-3315







## 발랄, 깜찍, 앙큼, 여우(?)들의 미소 충전소 웃음 헤픈 여자가 사랑받는다♡♡!

유월의 땀지 않은 햇살 속에 퍼져지는 젊은 그대들의 싱그런 웃음이 마냥 아름답습니다. 들이댄 카메라 렌즈를 수줍은 듯 부끄럼 속에 표정 어색함을 달래보자 던져진 농담 한마디... 금세 터져버린 웃음이 하늘 가득합니다. 늘 내 옆자리를 채워주는 직장동료에게 이렇게 예쁜 웃음표가 숨어 있는지, 언뜻 지나치는 표정 속에서 잠깐 놓치고 말았습니다. 예쁜 유니폼 입고 웃음으로 함께 사진을 찍은 웃음 싱그런 직장동료들이 참으로 사랑스럽기만합니다.

강순자 대리 | 원무보협팀



우린 참 아름다운 인연 언제나 옆자리를 채워주는 그런 여자로 살고 싶어요



# 따뜻한 말 한마디가 완치의 원동력으로

조 영 업 교수님과 간호사님께

안녕하세요!

교수님께서 치료해주신 유영호 환자입니다.

잘 모르고 출발하는 운전자에게 이정표가 없다면 길을 헤매다 고생하며 목적지를 찾아가는 것처럼 저에게는 친절하시고 따뜻하게 대해주시며 치료해주신 교수님과 간호사님 덕분에 무사히 항암4차까지 치료를 마치게 되니 너무 감사하고 고맙습니다. 막다른 길에 놓여진 마음이 약해져 있는 환자에게는 무엇보다도 따뜻한 말 한마디가 병을 완치시키게 하는 원동력이 되는 것 같더군요

교수님, 간호사님.

앞으로도 더 따뜻한 말 한마디와 즐거운 웃음으로 더 많은 환자를 대해주신다면 큰 용기를 얻어 저처럼 치료에 확신을 갖고 임하겠죠.

고마운 마음을 어떻게 표현할 줄 몰라서 조그마한 간식을 준비해서 드립니다.

쉬는 시간에 교수님과 간호사님께서 저의 정성으로 생각하고 맛나게 드셨으면 고맙겠어요.

정말 감사합니다.  
모두 건강하시고요.

2007년 5월 20일 유 영 호

T h a n k   f o r   y o u

\*

여성암센터 직원들은

유영호님께서

감사의 뜻으로 보내주신

간식을 나누며,

즐거운 휴식 시간을

가졌습니다.



## 인하대병원, 춘계 사랑의 바자회 성료 - 수익금 전액 형편 어려운 환자 치료비 지원



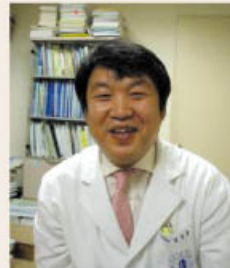
인하대병원(원장 우재홍)이 최근 개원 11주년을 기념해 '2007 춘계 사랑의 바자회'를 열었다. 15일 인하대병원에 따르면 이번 바자회의 수익금 전액은 경제적으로 어려운 환자 치료비에 전액 지원될 예정이다. 진료지원과 원공주 사회복지사는 "바자회 수익금은 기증품 판매, 음식바자, 의류 및 생활용품 등을 판매한 수익금으로 이뤄지며 전액 환자진료비로 쓰여질 계획"이라며 "사랑의 바자회가 전 교직원들이 함께 참여사랑을 실천하는 축제의 장으로서 자리를 잡고 있다"고 말했다.

## 인하대병원 음악봉사단, 효도공연 성료



인하대병원 '고운소리 사랑나눔회' (회장 박광원) 음악봉사단이 지난 17일 경기도 안성 소재 미리내실버타운 성당에서 할아버지 할머니 250여분을 모시고 효도공연을 성황리에 마쳤다. '고운소리사랑나눔회' 음악봉사단은 정기적으로 병원에 환자 및 보호자를 위한 음악회를 개최하고 있으며, 고아원, 양로원 등을 방문하여 음악을 선사하고 있다. 직장인 가수 박광원 회장은 "앞으로도 심신이 지쳐있는 환자와 보호자 및 고아원, 양로원 등 소외 받는 분들을 위해 음악봉사를 계속하겠다"고 말했다.

## 인하대병원 산업의학과 임종환 교수 환경대상



"그 동안의 활동에 대해 인정받아 개인적으로 기쁘지만 사회적 약자에 대한 지역 사회의 현실을 보면 많은 아쉬움이 생깁니다."

제12회 환경의 날을 맞아 환경대상을 수상한 인하대병원 산업의학과 임종환 교수는 환경오염에 취약한 어린이의 건강 및 환경을 보호를 위한 시민교육, 시민 지도력 개발에 힘써 온 공을 인정받았다.

임 교수는 "급속한 산업화로 화학물질 관리가 제대로 이뤄지지 않으면서 대기환경이 나빠져 어린이와 경제적 약자 등 취약그룹의 건강문제가 심각한 위기상황을 맞고 있다"면서 "이 상태를 방지하면 사회적 부담이 늘어나는 것은 물론 사회의 근간이 흔들릴 우려가 크다"고 말했다. 임 교수는 특히 "저출산 고령사회에서 출산의 질과 어린이의 건강은 우리사회의 발전을 좌우하는 중요한 요소"라며 "따라서 이러한 생물학적, 사회적 약자 보호를 위한 건강관리 시스템 구축이 그 어느 때 보다 중요하다"고 강조했다. 그는 "이러한 시스템 구축을 위해 우선 시민 개개인은 건강관리를 위한 자구활동이 절실하고, 지방정부는 취약분야를 대신해 주는 의료공익단체에 대한 지원책 마련에 아끼지 말아야 하며, 아울러 기업들은 환경오염에 직·간접적인 영향을 줄이도록 전문가집단과의 협력체제 마련 등 적극적인 노력이 필요하다"고 덧붙였다. 임 교수는 1990년 인천평화위원을 만들어 지역주민을 위한 사회봉사활동을 펼치는 것을 시작으로 1996년 생활협동조합을 창립했고 (사)환경정의 다음지킴이운동본부장, 지역 저소득층을 위한 무료간병사업 추진, 고엽제환자 환경성 질환 집중 등의 업적이 있다.

## 골다공증 무료검진 및 공개강좌 개최



인하대병원은 5월 22일 병원 3층 대강당에서 '무료 골다공증 검진 및 공개강좌' 행사를 열었다. 이번 무료검진 및 공개강좌에는 300여명이 참석하였고, 198명이 무료검진을 받았으며, 산부인과 이병익 교수의 <폐경과 골다공증>, 영양과 안숙희 영양사의 <골다공증에 필요한 식사>, 내분비내과 홍성빈 교수의 <골다공증 이렇게 대처하자>에 대한 강의가 진행되었다.

## 제 4회 Q.I 학술대회

5월 23일 병원 3층 대강당에서 개원 10주년 기념 제 4회 Q.I 경진대회를 개최하였다.



구연발표는 1, 2부로 나누어 12개 팀이 참여했으며, 금상은 간호업무전문사위원회의 '간호단위 임상(부서)지표 전산화를 통한 간호업무 개선활동'이, 은상은 서 16병동의 '방사성 옥소 치료를 받는 갑상선 암 환자의 치료병실 환경 개선을 통한 환자 만족도 향상'이 수상하였으며, 동상은 방사선과의 'MRI 예약부도율 감소방안'과 외래간호팀의 '외래진료 자연요인 분석 및 개선활동'이 수상하였다.

그리고 포스터는 총 31개 팀이 참여하여, 최우수작 1팀은 집중치료실/손씻기 QI팀이, 우수작은 피부과 1팀, 신경외과/감염내과/감염관리실 1팀으로 선정되었다.

## 개원 11주년 기념식



5월 25일 개원 11주년을 맞아 300여명의 교직원들이 참석한 가운데 병원 3층 대강당에서 개원 기념식을 가졌다. 장기근속자와 모범직원, 공로직원에게 대한 표창이 있었다. 우제홍 원장은 기념사에서 “병원이란 개인이건 (정체)는 곧 도태를 의미합니다. 능동적인 변화, 우리병원이 추구해야 할 목표입니다”라고 말하며, 변화를 강조하였으며, 개원 11주년을 맞이하여 인하가족의 노고에 감사와 치하의 말을 전했다.

## 조울병강좌 개최



6월 7일 12시 30분부터 인하대병원 3층 제 1강의실에서 '조울병'을 주제로 강좌가 개최되었다. 정신과 강민희 교수의 <조울병(양극성 장애)란 무엇인가?>, 배재남 교수의 <조울병(양극성 장애)의 치료와 일상생활>에 대한 강연이 진행되었다.

조울병(양극성 장애)은 불안정한 감정의 기복으로 환자는 물론 주변 사람들까지도 힘들게 할 수 있는 정신질환으로 아직은 생소하기만 한 조울병에 대해 환자와 가족들의 이해를 돕기 위한 취지로 마련되었다.

## 인하대병원 '병원학교' 설치 - 소아병동 학생 환자 위해 사이버 강좌

인하대병원에 입원 학생들을 위한 '병원학교'가 설치 된다. 인천시교육청과 인하대병원은 6월19일 시교육청 회의실에서 나근형 교육감과 우제홍 인하대병원장이 참석한 가운데 '병원학교' 설치를 위한 협약을 체결 했다. 병원학교가 설치되면 전담교사의 지도아래



소아암, 백혈병과 같은 만성질환과 각종 사고로 병원에 장기간 입원해야 하는 초, 중, 고등학교 학생들은 학업을 중단하지 않은 채 병원학교에서 정상적인 수업을 받을 수 있게 된다. 병원은 입원 학생의 학업의 연속성 및 또래 관계를 유지시켜 학습 결손 및 출석부담감을 최소화 시켜 심리적·정서적 안정을 통해 치료의 시너지 효과를 높이게 된다. 이날 협약 체결식에서 우제홍 인하대 병원장은 “인하대병원이 인천을 대표하는 대학병원으로 병원학교를 설치 보다 나은 의료 서비스를 제공함은 물론 소아과 환자의 특성에 맞춘 병원생활을 지원 불편함이 없도록 노력해 나갈 계획”이라고 밝혔다.

## 건강공개강좌 개최(135회)



6월 15일 오후 3시부터 3층 대강당에서 '관절염의 새로운 치료법'이라는 주제로 류마티스 내과 권성렬 교수의 건강공개강좌가 개최되었다. 권성렬 교수는 “류마티스 질환은 우리 몸의 백혈구 등 면역세포들이 감염 등 여러 원인에 의하여 자신을 몸을 공격하여 관절 등 신체 조직을 파괴하는 자가면역질환”이라고 설명하였다. “중양과사인자 억제 등의 생물학적 제제들이 류마티스 관절염, 강직성척추염 등에서 혁명적인 치료효과를 보이고 있으며, 새로운 약제들이 더욱 활발히 연구되고 있어 류마티스 질환 환자들에게 희소식이 될 것”이라고 말했다.

## 입원환자 서비스 개선 - 병동퇴원수속, 입원전용 무인수납기 운영

인하대병원은 제도개선(SYSTEM UP), 고객

만족(SERVICE UP)을 통한 철저한 환자중심 업무프로세스 구축차원에서 7월 2일부터 입원환자 대상으로 각 병동에서 퇴원진료비 수납 칩 퇴원수속처리를 한다고 밝혔다. 18층 특실병동은 이미 운영중이며, 1인실 입원환자부터 우선 실시할 계획이며, 퇴원약도 약사가 병동을 방문하여 설명, 전달한다. 또한 중간진료비 조회 및 수납, 퇴원진료비 수납을 처리할 수 있는 입원전용 무인수납기 2대를 병동에 설치, 입원환자들에게 편의를 제공하며, 단계별로 확대 설치할 예정이다.

## 인천본부세관 개청 124주년 기념식 - 대외협력실 이동열 주임 표창장 수상



6월18일 인천본부세관 5층 강당에서 열린 개청 124주년 기념식에서 본원 대외협력실 이동열 주임이 우수유관기관 임직원 표창장을 수상하였다. 이동열 주임은 인천세관과 인하대병원과의 지정병원 협약업무를 성실히 수행하였고 세관공무원의 의료복지향상에 기여한 공이 인정되어 이에 본 상을 수상하게 되었다.

## 인하대병원 - 시화병원, 모자병원 협약 체결



6월 28일 인하대병원(병원장 우제홍)은 시흥시 시화병원(병원장 최병철)과 모자병원 협약을 체결했다. 앞으로 양 병원은 환자를 위한 연계 진료, 학술적 자문, 전공의 파견 수련 교육 등 상호 지원 협력하게 된다.



# 파랑새소식

## 체육대회 및 야유회 개최

5월 18일 10시 인천대공원에서 파랑새 체육대회를 개최하였다. 곳은 날씨에도 불구하고 170여명의 파랑새 회원이 참석하여, 즐거운 시간을 가졌다.

6월 7일은 청남대 및 허브 농장으로 야유회를 다녀왔다.



## 행 사 일 정

### 교 육

- \* 일 시 | 7월 09일(월), 8월 13일(월) 오후 3시부터 4시30분 까지
- \* 내 용 | 유방암 환자의 식이, 유방암 수술 후 관리 및 입파부종 관리  
유방전문의와의 상담 및 환우들과의 대화
- \* 장 소 | 3층 1세미나실
- \* 대상자 | 유방암 환우 및 가족

### 유 방 암 공 개 강 좌

- \* 일 시 | 7월 12일(목) 오후 2시
- \* 장 소 | 3층 강당

● 파랑새는 안하대병원 유방암 환우회의 이름입니다

- ▶ 홈페이지 [www.inha.com](http://www.inha.com) > 여성암센터 ▶ 카페 [cafe.daum.net / inhabluebird](http://cafe.daum.net/inhabluebird)
- ▶ 문의 여성암센터 ☎ 890-2560



## 원 고 모 집

원보 안하대병원은 여러분의 글을 기다립니다. 글 재주가 없다고 주저할 필요가 없습니다. 생활 주변의 잔잔한 이야기나 자신의 심정을 솔직하게 적은 글은 읽는 이에게 큰 감동을 줄 수 있습니다. 지금 바로 펜을 들어보십시오.

- E-mail : [inhapr@inha.com](mailto:inhapr@inha.com)
- 보낼 곳 : 기획홍보팀
- ☎ 032-890-2602

## 편집위원

- 김명석, 이지현 | 기획홍보팀
- 유진희 | 간호부
- 강순자 | 원무보팀

## 독 자 업 서

보 내 는 사 람 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

□□□-□□□



받는 사람



**안하대병원**  
[www.inha.com](http://www.inha.com)

인천광역시 중구 신흥동 3가 7-206  
안하대병원 기획홍보팀  
원보편집실 앞

4 0 0 - 7 1 1

## \* 인하중앙의료원 발전기금 조성

### ■ 후원금 사용 용도

- ▶ 세계적 수준의 진료 및 임상의학 연구 지원
- ▶ 인천시민의 건강증진을 위한 사업 지원

### ■ 참여 방법

- ▶ 현금, 유가증권, 부동산, 기타 현금화 가능한 자산 등 어떠한 형태라도 가능합니다.
- ▶ 온라인 입금, 자동이체, 신용카드, 급여공제 등의 방법으로 일시 혹은 분할 납부하실 수 있습니다.
- ▶ 개인, 단체, 법인 명의로 후원하실 수 있습니다.

### ■ 납입 방법

- ▶ 자동이체 : 거래은행 신청후 발전기금 담당자에게 전화 통보 (☎ 032-890-2885)
- ▶ 무통장 입금 : 거래은행 예금주 : 인하대병원 - 우리은행 : 106-276015-13-018

- ▶ 발전기금으로 기부한 금액은 세제감면을 받을 수 있는 영수증을 보내드립니다.
- ▶ 기부약정서 및 상세 내용은 홈페이지(www.inha.com) 참조

◎ **총괄 현황** | 2007년 06월 30일 현재

기부자	약정액	납입총액	비고
218명	445,192,848원	295,546,220원	

◎ **기부자 현황** | 2007년 05월 01일 ~ 06월 30일 현재

일자	성명	약정액	비고
'07. 06. 07	직원단체	₩100,000	수술실/회복실/마취통증의학과 간호새인남)

## \* <인하대병원보> 고객 설문 조사

보다 나은 <인하대병원보>가 되기 위해 독자 여러분의 소중한 의견을 기다립니다. 평소 <인하대병원보>를 읽으시며 느끼신 점을 아래 질문에 따라 응답해 주십시오. 추첨을 통해 10분께 소정의 문화상품권을 보내드립니다. 당첨자는 다음호에 게재되며, 직접 연락드리겠습니다.

- A.** <인하대병원보>를 어떤 경로로 읽고 계십니까?  
 병원방문 비치용  우편배송  병원홈페이지 e-book
- B.** <인하대병원보>에 대한 전반적인 만족도는 어떻습니까?  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족
- C.** 의학과 관련 킷럼 및 정보들의 대한 전반적인 만족도는 어떻습니까?  
 1. 명사들의 건강관리 'Well-being Interview'  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족  
 2. 연중기획 '의학정보'  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족  
 3. 질병에 대한 식이 '영양정보'  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족  
 4. 시기에 맞는 건강정보 '건강책임피'  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족
- D.** 글이 머무는 공간에 대한 전반적인 만족도는 어떻습니까?  
 1. 전공의 24시  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족  
 2. 직원 수필 및 시  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족  
 3. 환자 및 보호자 후기  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족
- E.** 'Q&A' 및 '직원 참여 코너'에 대한 전반적인 만족도는 어떻습니까?

1. 특목진료상담  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족
2. 약물 Q&A  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족
3. 맛집소개  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족
4. 포토스크랩  
 매우 만족  만족  보통  불만족  매우 불만족
- F.** <인하대병원보>를 보신 후 인하대병원에 대한 느낌은 어떻습니까?  
 더 호감이 간다  차이 없다  거부감이 든다
- G.** <인하대병원보>에 대한 귀하의 의견은 어떠십니까?  
 병원보이므로 의료관련 정보가 더 보강되어야 한다  
 지금 수준이 적절하다  
 재미있고 실용적 이어야 한다  
 환자 후기 및 독자참여코너가 더 보강되어야 한다.
- H.** <인하대병원보>의 개선점 또는 도움이 될 수 있는 의견을 써 주시기 바랍니다.

- 성 별 :  남  여 ■ 연락처 :  
 ■ 연령대 :  10대이하  20대  30대  40대  50대 이상

### ◆ 제38회 QUIZ 정답

- ① 중국비자
- ② 4
- ③ 2

### ◆ 당첨을 축하합니다

- 한선화 방사선과
- 이주연 진단검사의학과
- 이지혜 간호부
- 조만용 경기 시흥시 매화동
- 김경희 인천시 동구 송현2동



## 인사동정

### 보직임명

방사선과 과장겸직	방사선과	임영관
방사선과 기사장	방사선과	윤명관
병동간호팀장		조의영
특수간호팀장	직무대리	이윤경
7병동경분만실	간호단위책임자	정미경
서12병동	간호단위책임자	조선신
동15병동	간호단위책임자	김애경
서15병동	간호단위책임자	황미희
동11병동	간호단위책임자 직무대리	이순주
심혈관계집중치료실	간호단위책임자	이혜경
내과계집중치료실A	간호단위책임자	정윤예
내과계집중치료실B	간호단위책임자	권은경

### 장기근속

· 30년근속	진료지원과	이창호
· 25년근속	감사팀	이 욱
· 20년근속	산장내과 외과	김문재 김경래
	신경외과 정형외과	박종운 박승림

### 신규임용

내과	일반의	주교은, 정주홍
이비인후과	일반의	허재진
인천공립의료센터	치과전문의	오대석

### 전근 및 소속확인

외과	윤민영
흉부외과	조정임, 곽희경
적정진료실	김연희
기획홍보팀	최영애
원무보협팀	이필웅
총무팀	권순길
병동간호팀	장명희
진료지원과	이수연

### 신규채용(입사를 환영합니다)

병동간호팀	전혜란, 조아라, 서경숙,
-------	----------------

방사선과	조남욱
진단검사의학과	김진주
치과	김일규
치과	김은숙
간호부	조의영
특수간호팀	이경미
영양과	임현숙

### 특수간호팀

외래간호팀  
특수간호팀

채혜민, 이수진, 엄유리, 김현애, 정현정, 심보윤, 김제나, 이정현 김혜린, 이은영, 신영주, 이미혜, 박선하 송은정, 정소희 강애리, 박은혜, 정계정, 오지혜
---

### 표창(개원기념)

●모범직원 교육수련부 치과 적정진료실 특수간호팀 병동간호팀 외래간호팀 원무보협팀	조정수, 박재영 임소진 임남희 전미숙, 박종숙 최종규, 윤미숙 이혜숙 권광숙
●공로부서 협의진료시스템 개발TFT	

### 친절직원

6월	특수간호팀	조옥민
7월	병동간호팀	장영순

## 건강교실 안내

건강교실명	내용	개최일시	개최장소	문의전화
출산준비 부부교실	· 임신, 분만에 대한 지식 및 산모체조와 진통시의 적절한 호흡법 교육 - 참가비 7만원	매주 (토) 오후 2시	3층 회의실	(032)890-2170
항암제를 맞는 환자 및 보호자 교육	· 항암 화학요법이란 무엇인가? · 항암 화학요법의 부작용과 대처방안 · 항암 화학요법을 받는 환자의 식사요법	매주 1회 (교육 신청시 안내)	3층 암센터	(032)890-2580
유방암 환자 교육	· 유방암 환자의 식이 · 유방암 수술 후 관리 및 림파부종 관리 · 유방전문의와의 상담 및 환우들과의 대화 - 유방암 환우 및 가족(유선 신청)	매월 둘째주 (월) 오후 3시~5시	3층 1 세미나실	(032)890-2560

## 무료공개 강좌

구분	강좌 일자	강좌 내용	진료과목	담당교수
137회	07월 31일(화) 15:00~	성인 및 소아의 탈장	외과	최윤미
138회	09월 18일(화) 15:00~	청소년기 우울증	정신과	이정섭
139회	10월 30일(화) 15:00~	유방암의 진단과 치료	외과	조영업

● 강의일시 : 매월 마지막주 화요일 오후 15:00 ~ 16:00 ● 장소 : 병원 3층 대강당 ● 문의처 : 교육수련부(☎032-890-2640~2) ● 인터넷 홈페이지(www.inha.com)

## 문화행사

단체명	일시	내용	장소
유레카찬양단	07월 12일(목) 15:00~	섹소폰 연주, 복음성가, 가요 등	병원 1층 로비

● 문화행사전시, 연주 등 개최문의 : 기획홍보팀(☎032-890-2601~2)

