

건강하게 사는 약속 인하대병원이 이루어갑니다

# 인하대 병원

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

07·08

2008 Jul·Aug Vol.70



2008. 07+08

# CONTENTS

Jul. Aug Vol. 70

05	월례조회사	Philos - 병원, 동료를 신뢰하는 사랑
07	Well-being Report	오키나와 사람들
10	의학정보 1	A형 간염 예방접종의 필요성
12	의학정보 2	매일 화장실 가야 변비가 아니다?
14	건강책갈피	비움의 미학, 그 날아갈듯 함이란~~~
16	신규장비 소개	칼 대지 않고, 통증 없이 암 완치 기대
18	글이 머무는 풍경	항공여행의 지킴이, 친근한 주치의 모범직원 연수기 - 진정한 모범직원으로, 품 나게 일해보자 환자 이해하는 마음, 내가 얻은 가장 큰 소득이 아닐까
25	특약약물상담	세균 감염 설사 지사제 사용할까, 말까?
26	119 응급상황	물놓이는 신나지만 뜨거운 태양은 피하고 싶어라
28	금융정보	실패하지 않는 개인부채의 효율적 관리
30	감사의 글	따뜻한 배려, 사소한 일상의 아름다움.....
31	동문/개원의탐방	신흥메디컬의원 / 일심의원
32	병원소식	인하대병원소식
35	파랑새소식	강화지역 군민 및 유방암 환우를 위한 출장강좌 개최
36	알립니다	인사동정 / 건강문화 최고경영자 과정 개설안내 상지 근골격계 질환 예방 스트레칭   / Global Inha 퀴즈 퀴즈 제44회 / 발전기금 조성

# 어제보다 아름다운 오늘

오광수 | 시인

어제는 망울만 맺혀 / 안쓰럽던 저 꽃이 / 아침 햇살 사랑으로 / 저리도 활짝 웃고 있음은  
오늘이 어제보다는 / 더 아름다운 날인가 보다?  
수많은 아픈 가슴들이 / 모두 어제가 되고 / 맺혔던 눈물방울일랑 / 이슬 동네에다 맡기고는  
하늘보고 무릎 치며 / 오늘은 활짝 웃는 날이길  
아이야! / 어제의 미움이 아직 남았니?  
시린 마음 꺼내어 / 따스한 빛깔을 묻혀서 / 노란 개나리 숨소리같이 / 후- 후- 불어 보자  
하늘은 / 우리를 사랑한단다  
어제보다 견디지 못할 / 오늘은 없고 / 어제는 못 피웠던 꽃송이지만  
오늘은 아름답게 피어나니까



# Philos - 병원, 동료들 신뢰하는 사랑



인하가족 여러분! 안녕하십니까?

여러분 사랑합니다.

옆에 있는 분들하고 악수해보세요. 그리고 “당신을 사랑합니다.”라고 해보세요.

우리는 사랑이라는 말을 표현하는데 인색합니다. 우리나라 사람들이 할 줄도 모르고 쑥스럽게 여겨 저도 이제까지 살면서 집에서 내 아내한테 사랑한다는 말을 해본 기억이 몇 번 없는 것 같습니다.

우리 모두가 자주 사랑을 표현할 수 있는 분위기가 됐으면 좋겠습니다.

사랑에는 여러 가지 형태가 있습니다. 이성간의 사랑을 ‘Eros’라고 하며, 친구간의 사랑은 ‘Philos’라고 합니다. 또 부모 자식 간의 사랑을 ‘Storge’라고 합니다. 하나님의 사랑, 부처님의 자비를 ‘Agape’라고 합니다.

오늘 여러분에게 말하고 싶은 이야기는 친구간의 사랑 ‘Philos’입니다. 사랑의 형태가 다양하지만 공통점은 상대방에 대해서 무조건적인 신뢰, 믿음을 가지고 대하는 것입니다.

‘Philos’는 친구간의 사랑, 병원 동료간의 사랑도 여기에 속하고, 김 훈 교수가 미안마에 갔다 온 의료봉사, 또 쓰촨성 지진 현장에서 도와준 인류애, 심지어 집에서 기르는 애완견에 대한 사랑도 다 ‘Philos’라고 생각합니다. 또 지난 6월 28일에 소화기내과에서 140여명의 인천시 내과 의사 선생님들을 모시고 토요일 저녁 늦게까지 강당과 소화기센터에서 연수강좌를 하는 것도 직장을 사랑하는 마음이 없으면 할 수 없는 것입니다. 우리 병원

힐링핸즈(Healing Hands), 사할린교포 봉사하는 것, 이러한 것들이 결국 서로 직장을 사랑하고 옆 사람을 사랑하는 마음에서 생기는 것입니다. 이런 사랑들을 ‘Philos’라고 생각합니다.

최근 뉴스에서는 무역수지가 적자로 돌아서고 고유가로 인하여 물가는 급상승하고 경제 성장률은 곤두박질치고 있다는 우울한 얘기만 들리고 있습니다. 이런 사태가 장기화되면 직접적으로 우리가 피부로 느끼지 못하지만, 우리 병원에도 실제적으로 피해가 오고 있다고 생각됩니다. 우리나라 경제가 어려운 상황에 직면해 있음을 인식하여 인하가족 모두가 병원을 사랑하고 동료들 사랑하는 마음으로 맡은 바 업무에서 더욱 분발하고 노력해주시기를 당부 드립니다.

메리히 교수가 쓴 ‘인간자본’이란 책에서 “어떤 사람이 사회에 유익을 주는 인간 자본인가?”하는 질문에 대해 이렇게 답하고 있습니다. 사람들은 피상적으로 돈이나 지식, 그리고 학력이나 경력이 있는 사람을 인간자본으로 생각하는데 사실상 그러한 것들은 인간자본이 아니라고 말합니다.

그분은 진정한 인간자본은 의욕이 있는 사람, 책임감 있는 사람, 바른 판단력이 있는 사람이라고 말하고 있습니다. 저는 이 이야기를 듣고 우리가 이 시대에 책임감 있는 의욕을 가지고 우리 병원이나 사회를 위해서 바른 판단력을 가지고 일해야 되지 않겠는가 생각합니다.

이번에 병원홍보 겸 환자 유치를 위해 하와이 출장을 다녀왔습니다. 그런데 하와이 교민들은 존재의식에 대한 회의를 가지고 있었습니다. 우리도 하루하루를 살면서 그런 생각을 가지면서 사는 분들은 지루합니다. 그러나 긍정적인 삶에 대해 긍정적인 사고를 가지고 모든 사물을 대하거나 직장 생활을 할 때[자아수용(self-acceptance)] 외롭지 않고 고독에서 벗어날 수 있다고 생각했습니다. 이런 말씀을 드리는 것은 환자를 대하거나 직장동료를 대하거나, 상사를 대하거나 부하 직원을 대할 때 모든 것에 긍정적인 사고로 대해주었으면 좋겠다는 생각으로 여러분께 부탁을 드립니다.

호주사람 닉 부이치치는 Thalidomide 수면제 후유증으로 사지가 없는 사람인데 세상을 위해서 뭔가 자기도 할 일이 있다고 전파하고 다니는 사람입니다. 저는 회진을 할 때 손가락 하나 잃어도 세상을 다 잃은 듯이 비관하는 사람들에게 사지가 없는 닉 부이치치는 수영도 하고 목에 골프채를 걸고 골프까지 한다는 이야기를 가끔 해줄 때가 있습니다.

내가 불구가 됐거나 그 보다 더 못하더라도 부정적인 사고보다는 '긍정적인 사고'를 함으로써 우리의 일이나 삶에도 고스란히 적용된다는 것을 여러분에게 강조하고 싶습니다.

다음은 5월말 의료원장님이 개원기념 행사하신 이후 병원에서 이루어진 행사는 다음과 같습니다.

1. 장례식장 오픈
2. 승격자 교육
3. USC와 교류 협력
4. 환경부 지정 환경성질환 연구센터 선정
5. 병원발전 워크숍

6. 협력병원 협약체결(6개 병원)
  7. 노사임금교섭 시작
  8. SK와이번스와 지정병원 협약체결
  9. 헬스조선과 우리병원이 "지구촌 한 가족 캠페인"
  10. 하와이 방문
  11. 공간 재배치 공사
  12. 중국 성양구 인민병원과 MOU 체결
  13. 모범직원 해외 연수
- 그리고 이제 임박한 사업으로는

1. 당뇨비만센터 개설을 위한 공사 시작
2. 노후 의료장비 교체 및 신규장비도입
3. JCI 인증을 위한 준비 착수

이런 것들이 우리병원의 국제화 일환의 사업으로 생각됩니다.

지금 우리 병원에서 뭔가 변화하고 있다는 것을 여러분도 느끼고 있고 저도 느끼고 있습니다. 무언가 조금 달라지는 것 같은데 아직 실적으로는 안 나오는 것이 조금 안타깝습니다. 현재 계획했던 것보다는 상당히 미달되고 있지만, 앞으로 서서히 변화되면서 잘 될 것으로 생각합니다.

오늘 격언 캘린더의 글귀는 톨스토이의 '인생의 목표는 조금 더 나은 사람이 되는 것이다.'이었습니다. 좀 더 나은 사람이 되기 위해서 우리는 오늘 이 자리에 있고 저와 여러분이 함께 노력해야 할 것입니다.

여러분 감사합니다.

2008년 7월 2일  
인하대병원 병원장 박승림



## 돼지고기, 두부 식습관으로 장수하는 오키나와 사람들

동양의 하와이라고 불리는 일본의 오키나와!

풍족한 자연과 소박한 식생활, 상부상조의 정신과 자립심이 강한 사회활동 등의 생활습관이 오키나와의 장수마을과 잘 결합되어 있다.

특히 오키나와 북쪽에 위치한 오기미손은 풍부한 자연, 전통 있는 식생활 문화 등이 주목받고 있는 장수마을이다.

식습관이 중요한 장수의 비결인 이곳 사람들의 생활습관을 배워보자.

일본 열도의 가장 남쪽에 자리 한 오키나와는 규슈와 대만의 중간에 위치해 있고 크고 작은 100개가 넘는 섬이 둘러 싸여 있다. 동아시아 남서 해역에 무수히 많은 점을 찍어 놓은 듯이 이어지는 오키나와의 섬들은 산호초로 둘러싸여 있으며, 아 열대 수목이 우거진 섬은 광대한 해역에 걸쳐 산호초군이 발달해 있다.

하얀 남국의 해변과 무수한 산호초, 색깔 선명한 물고기가 춤추는 맑고 투명한 파란 바다는 리조트와 다이빙 장소로서도 유명하다. 또 하나 유명한 것은 세계적으로 100세 이상 노인이 가장 많이 살고 있는 장수마을이라는 것이다.

# Okinawa People



## 식생활에서 빠질 수 없는 돼지고기, 두부, 고야

오키나와에 사는 1백3세의 세이류 도구치 씨는 머릿속에 내일 할 일, 하고 싶은 일로 가득 하다. 또 오키나와 오기미 마을의 오도소 씨는 '자신이 지금도 매일 발 일에 열심히 하고 있는 것이 건강의 비결'이라고 자랑스럽게 말한다. 활동적으로 장수하는 사람이 많은 그들은 무슨 음식을 즐겨 먹을까?

많은 학자들에 의하면 정제 되지 않은 곡류와 채식 위주의 식사법이 대표적이다. 건강을 위해 주로 정제되지 않은 곡류를 섭취하는데 부드럽지는 않지만 섬유질과 비타민, 무기질이 풍부하다.

특이할만한 것은 오키나와 식생활에서 돼지고기는 빠뜨릴 수 없는 음식이라는 것이다. 오키나와에서 돼지는 머리부터 발끝까지 거의 버리는 부위 없이 식생활에서 이용되고 있다. 굽거나 튀기는 것이 아니라 오랜 시간 푹 끓여 기름기를 완전히 빼는 조리과정 때문에 훨씬 담백하다. 몸에 좋지 않은 동물성 지방은 깔끔히 제거되는 셈이다.

또 콩을 이용한 두부요리가 많아 '두부의 섬'이라고 부르기도 한다. '찬푸루'에서부터 동양의 치즈로 알려진 두부 가공식품인 '도후요'에 이르기까지 두부요리가 다양하다. 두부는 당도가 낮아 살이 찌지 않는 장점이 있다.

쓴맛 나는 오이인 '고야', 각종 야채와 해조류도 장수촌 오키나와를 대표하는 음식이다. 평소 식사에는 고구마나 야채를 중심으로 소박하게 하고 행사 등에는 돼지고기, 두부, 야채, 어류 등이 자주 등장한다. 그리고 적은 염분섭취량을 철저히 지키는 식습관을 갖고 있다. 오키나와는 일 년 내내 온난한 기후여서 신선한 야채를 항상 얻을 수 있을 뿐 아니라 된장국에도 많은 야채를 넣어 먹기 때문에 염분 섭취를 줄일 수 있다.

일본의 대표적인 장수 마을을 25년간 연구해 발표한 '오키나와 프로그램'에 보면 오키나와 주민의 장수는 요인은 유전자와 거의 관련이 없고 생활방식과 밀접한 관련이 있는 것으로 조사됐다.







## 90이 되어 부르거든 1백세까지 기다려라

오키나와의 온난한 기후는 야외활동이 항상 가능하여 나이가 들어도 언제나 '살아 있는 현역'이라는 의식을 갖게 한다. 고령이 되어도 몸이 움직이는 한 활동한다. 또 매일 일하고 있는 것이 자신의 건강 비결이라고 자랑스럽게 생각한다.

실패한 이웃을 무조건 도와주어야 하는 '유이마루 정신' 등의 낙천적인 생각이 장수의 또 다른 비결로 꼽히고 있다. 서로 협동하고 돕는 정신은 농사일뿐만 아니라 집의 신축이나 마을의 공공적인 사업 등의 봉사에도 폭넓게 적용된다.

오키나와 오기미손의 장수노인들은 독신이거나 노인 부부만이지만 고립돼 외롭고 적막하게 살지 않는다. 도시지역에 살고 있는 자식이나 손주들, 이웃, 친구와의 교류가 넓고 깊다. 특히 제일 의지하고 마음이 평온해지는 상대로 친구를 두는 경우가 많은데 이것이 장수 생활로 이어져 건강에도 좋은 결과를 가져오고 있는 것은 틀림없는 듯싶다.

장수지역 오키나와의 오기미손 마을은 '장수 일본 제일 선언'이라는 비석에 이렇게 적어 놓았다. '나이 80은 어린이고, 90이 되어 하늘이 부르거든 100세까지 기다리라고 되돌려 보내라. 우리들은 나이가 들어도 기개 왕성이고 자식들에게 기대지 않는다.' 등의 내용인데 일본의 제일가는 장수마을임을 선언하고 있다.

1백세 이상 장수하는 이들의 공통점은 육체적, 정신적으로 많이 움직이고 무엇을 먹느냐와 함께 얼마나 먹는가 하는 소식 습관이 있다.

여러 가지 장수 원인이 있지만 일본 사람은 식습관이 매우 중요한 부분을 차지하는 경우다. 자연식과 걷고 움직이기, 서두르지 않고 느긋하게 자연 속에서 보람을 느끼며 사는 것이 일본 오키나와 장수의 최대 비결이다.

전 세계적인 장수촌으로 유명한 오키나와 사람들의 식습관은 음식이 건강에 미치는 영향이 얼마나 중요한지를 여실히 보여주고 있다.

사진제공 : ©JNTO(일본국제관광진흥기구)

글 · 이정희 | 자유기고가

## Well-being Tip

### 오키나와를 여행한다면 이것만은 꼭 하자

에메랄드빛의 눈부신 순백색의 모래사장에 그림 같은 풍경을 자아내는 오키나와의 아름다운 해변 즐기기는 꼭 하자. 또 세계 장수촌으로 꼽힐 만큼 독특한 식문화를 자랑하는 곳, 오키나와를 여행하게 된다면 유명세가 대단한 북부지역 장수촌 오기미 마을의 식습관을 엿볼 수 있는 기회를 놓쳐서는 안 될 듯싶다. 레몬 3배 정도의 비타민 C를 함유하고 있는 오키나와의 특산물 고야를 이용한 다양한 야채요리와 기름, 소금을 쓰지 않는 천연 조미료 법으로 만들어낸 맛깔스런 소바, 야채와 두부를 볶아 만드는 '찬푸루'와 동양의 치즈로 알려진 두부의 가공식품 '도후요'에 이르기까지 다양한 두부의 다양한 요리를 반드시 맛보도록 하자.



살다보면 한 번쯤 걸리게 되는 A형 간염

## A형 간염 예방접종의 필요성

올해 유난히 A형 간염이 많아 질병관리본부에서도 6월에 A형 간염 주의보를 내릴 정도입니다. 전염병의 특성상 환자가 많아질수록 발생 수는 기하급수적으로 늘게 됩니다. 예방접종이 최선의 방법인데 특히 우리 같은 식습관에서는 예방하기 매우 어려운 질병입니다. 그렇기 때문에 대한감염학회에서도 20대 성인 모두가 예방접종 받을 것을 권하고 있습니다.





정문현 교수 | 감염내과

- 전문분야 : 감염성질환, 병원감염, 발열질환
- 진료시간 : 월(오전), 화(오후), 목(오전)
- 문 의 : 내과 ☎032-890-2200

A형 간염은 물이나 음식을 통해 전염이 되는 병으로 완전히 익히지 않은 음식물이 원인입니다. A형간염 환자 대변을 통해 바이러스가 나오고 이 바이러스가 음식이나 물 또는 씻지 않은 손을 통해 다른 사람에게 들어갑니다. 바이러스를 배출하는 사람은 당시에는 아무런 증상이 없기에, 본인이나 주변 사람은 주의를 하지 않게 됩니다.

### 현재 나이 30대 50%가 발병률

우리나라에서 A형 간염은 30년 전만 해도 문제가 되지 않았습니다. 음식 위생이 좋지 않을 때이므로 주로 어릴 때 A형 간염에 걸렸고, 어릴 때 걸리면 별다른 증상 없이 지나가기 때문입니다. 1988년 서울 올림픽을 전후로 한국의 음식 위생이 좋아지면서, 어릴 때 걸리지 않고 어른이 된 사람들이 많아졌는데, 현재 나이로 20대 후반에서 30대 초반 성인들입니다. 몇몇 조사에 의하면 20대 초반 성인의 2%정도만이 어릴 때 걸렸고 98%정도가 A형 간염에 취약하여 언제든지 A형 간염에 걸릴 수 있습니다. 30대에는 50%정도에서, 40대 초반 어른은 10%정도에서 병이 생길 수 있습니다.

어른이 A형 간염에 걸리면 어린이와 달리 고열이 나고 황달도 심하며 음식을 먹지 못하게 됩니다. 2~4주 후면 자연적으로 좋아지기는 합니다만 입원에 따르는 비용과 그동안 일을 못하는 경제적 손실이 있습니다. 2%정도의 환자가 생명을 잃게 되는데, 젊은 사람이 사망을 하므로 국가 전체로 보면 직간접 손실이 큼니다.

병마다 잘 생기는 나이가 있지만 A형 간염은 꾸준히 걸

리는 병입니다. 우리나라보다 먼저 위생이 좋아진 선진국에서 보면, 20대가 되면서 감염되기 시작하여 매년 1%씩 감염됩니다. 한국 사람도 점점 수명이 길어지므로 현재 20대 성인은 80세를 넘게 살 것이므로 평생 A형 간염에 걸릴 확률은 80~100%에 달합니다. 달리 표현하면 살다보면 언젠가 한 번은 A형 간염에 걸리게 되고, 늦게 걸릴수록 심하게 앓게 됩니다.

### 예방주사는 2번, 효과는 20년

예방접종을 받는 것이 최선의 예방법입니다. 여러 의학회에서 A형 간염 예방접종을 권하고 있고, 대한감염학회에서도 공식적으로 20대 성인 모두가 받을 것을 권하고 있습니다. 30대는 50%정도가 과거에 걸렸기에 혈액 검사를 먼저하고 결과를 보고 예방접종을 받는 것이 경제 적입니다. 여유가 있으면 40대 초반 성인도 검사를 해 보는 것이 좋습니다. 예방주사는 2번 맞아야 하고, 예방 효과가 20년 이상 지속하므로 예방접종 비용을 고려해도 경제적인 주사입니다. 특히 처음 주사만이라도 받는 것이 중요한데 1번 주사 후 96%에서 항체가 생겨 대부분 접종자에서 방어가 될 것으로 생각 되고, 2번째 주사까지 받으면 나머지 4%에서도 항체가 생기고 면역 기간이 오래 지속하게 됩니다.

물과 음식을 청결하게 하면 이론적으로는 예방할 수 있는 병입니다만, A형 간염은 다른 수인성 전염병과 달리 위생 조건이 좋은 환경에서도 곧잘 생깁니다. 특히 한국 과 같은 식습관에서는 예방하기가 매우 어렵습니다.

## 배변 습관 다양한 차이 보여

# 매일 화장실 가야 변비가 아니다?

변비는 소화기 배변 이상의 흔한 증상이다. 아침의 규칙적인 습관이 건강의 중요한 요소라고 믿고 있으나 배변습관 및 배변량은 개인의 요소에 따라 다양한 차이를 보일 수 있다. 그러나 변비를 무시하거나 두려워말고 의사와의 신뢰관계 속에 적절한 진료와 치료로 극복해 나가야 한다.



김형길 교수 | 소화기내과

- 전문분야 : 소화관암, 소화기질환, 대장질환
- 진료시간 : 월(오후), 수(오전), 금(오전)
- 문의 : 소화기내과 ☎032-890-2224

변비는 소화기 배변 이상의 흔한 증상으로서 대장의 기능 또는 대장의 구조적 문제로 발생할 수 있다. 일반적으로 매일 아침에 규칙적으로 배변하는 습관을 건강의 중요한 요소라고 믿고 있으나 배변습관 및 배변량은 지역의 문화, 식사 습관, 개인의 정신적, 신체적 요소에 따라 다양한 차이가 있을 수 있다.

기거나 배변 감각 및 반사의 둔화, 항문의 구조적 및 기능적 폐쇄 등이 초래되면 발생할 수 있으나 변비의 90% 이상에서 뚜렷한 원인이 밝혀 지지 않은 경우가 많다. 섬유소 섭취 부족, 신체 운동 부족과 배변을 참는 습관 등 생활 습관이 변비를 유발 할 수 있으며 장거리 여행 등 생활 환경의 변화도 변비를 동반 할 수 있다.

### || 나, 변비 맞아? ||

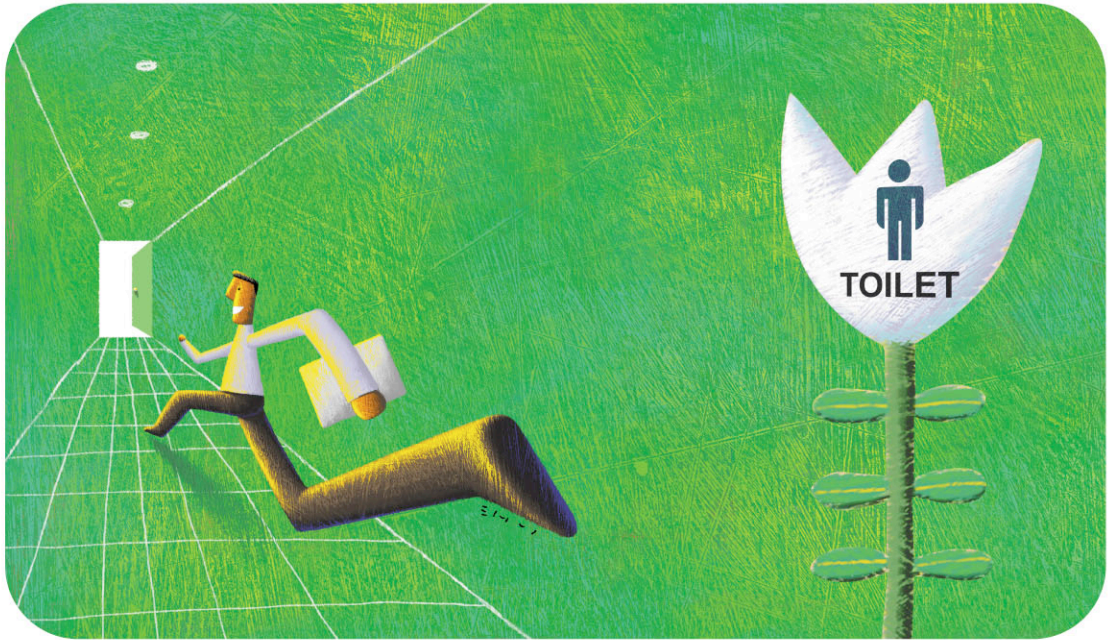
1. 배변 시 무리한 힘이 필요하다.
  2. 대변이 과도하게 굳어있다.
  3. 불완전한 배변감이 있다.
  4. 항문, 직장에 폐쇄감이 있다.
  5. 배변을 쉽게 하기위한 손동작이 필요하다.
  6. 1주일에 3번미만의 배변 횟수
- \*위의 항목 중 2개 이상 또는 12개월 중 적어도 12주 이상 해당되는 경우 변비라고 진단을 내릴 수 있다.

### 검사방법

변비 환자는 병력 확인, 신체 검진과 간단한 검사실 검사가 필요하다. 시행되는 검사로는 대변의 잠혈, 빈혈, 갑상선 기능 검사, 전해질 검사, 단순 복부 촬영 검사 등이 있다. 환자들은 자신들의 배변 횟수, 대변의 굳기, 과도한 힘이 드는지 여부, 불완전한 배설감 등의 증상들이 있는지 생각해 보고 변비의 증상이 생활 습관, 유발 인자 등과 관련이 있는지에 대하여 생각해 보아야 한다. 또한 2년 내에 생긴 변비인지도 생각해 보아야 하며 50세 이상의 환자들은 최근에 배변 습관이 변화했는지 혈변, 체중 감소가 있는지 정확히 알아야 한다.

### 원인

변비는 어떤 원인에서든 대장 및 직장 운동의 이상이 생



### 생활습관 치료

치료에 앞서 의사와 환자 간에 돈독한 신뢰 관계가 형성되는 것이 중요하다. 환자들은 매일 배변하여야 한다는 강박관념을 가질 필요가 없으며 3일 내에 한 번이라도 배변하면 정상이라는 것을 이해하여야 한다. 주로 앉아서 일하고 비만한 사람에게는 신체 운동이 적은 생활 습관을 고치도록 활발한 신체 운동이 권장된다.

가장 초기의 치료법으로 섬유소 섭취가 부족하면 변비를 유발할 수 있기 때문에 섬유소와 함께 충분한 수분을 공급한다. 대장의 운동은 아침, 식사 후에 가장 활발하기 때문에 아침 식사나 음료수 복용 5~15분 후에 변기에 앉아 일정 시간을 보내는 것도 도움이 된다. 또한 우울증 등의 정신적 문제가 있는 환자의 경우 정신 심리 치료 방법도 도움이 된다.

### 약물치료

충분한 섬유소와 수분 섭취, 적절한 운동 및 행동 요법에도 불구하고 변비가 지속될 때 약물의 사용이 고려된다.

약물 치료로 주로 사용되는 변비약의 대부분은 대변의 수분 함량을 높이고 연동 운동을 촉진한다. 변비약은 크게 3군으로 분류할 수 있다. 1군(차전차피 등)에 해당하는 변비약은 대변의 부피를 증가시켜 변비를 완화시켜주며 2군(락툴로스 등)에 해당하는 것은 대변의 농도를 증가시켜 변비의 증상을 줄여준다. 1군과 2군에 해당하는 변비약은 값이 싸며 부작용이 상대적으로 적어서 비교적 안심하고 사용할 수 있다. 그러나 3군(비코그린, 돌코락스 등)에 해당하는 약물은 변을 부드럽게 하거나 장을 자극하여 변비를 완화 시켜 장기간 사용하는 경우 부작용이 발생하기 쉽고 중독되기 쉽다. 3군에 해당하는 약물들은 약국에서 쉽게 구할 수 있기 때문에 일반인들에게 부작용을 일으키는 경우가 많다.

행동 요법, 식이 요법, 약물 요법 등 내과적 치료에 모두 실패하는 경우 수술적 치료가 필요하기도 하다.

무엇보다 환자들은 변비에 대하여 무시하거나 두려워하지 말고 의사와 신뢰 관계를 이루며 적합한 진료를 통하여 정확한 지식과 치료를 받아 변비를 극복해 나가야 한다.

# 섬유질의 대표 고구마, 단호박의 슈퍼 변신 비움의 미학, 그 날아갈듯 함이란~~~

단호박 요구르트 주스를 마시면서 슈퍼푸드 고구마  
빠스로 더운 여름 깔끔하게 한 끼 식사를 해결해 보  
는 것은 어떨까? 단호박 요구르트 주스와 고구마 빠  
스로 건강은 지키고 변비는 날려보내자.



## 고구마 빠스 (4인)

슈퍼푸드로도 선정된 바 있는 고구마, 고구마는 비타민 A·C·E와 칼륨, 섬유소 등 미량원소가 풍부하고, 각종 성인병의 원인이 되는 활성산소를 없애는 항산화 능력이 탁월한 식품으로도 밝혀지고 있다.

고구마가 변비에 탁월하다는 것은 누구나 알고 있는 사실, 하지만 찢 고구마는 맛있다라고 생각하는 당신! 남녀노소 누구나 좋아하는 고구마 빠스를 이젠 집에서 만들어 먹자. 그동안 칼로리가 높아 걱정했다면, 이젠 튀기지 않은 고구마 빠스로 칼로리 걱정까지 Good Bye~

▶ 재료 : 고구마 7개(소), 식용유 2 큰술 / 시럽 재료: 식용유 5 큰술, 황설탕 7 큰술

### ▶ 만들기

- ① 고구마 먹기 좋은 크기로 자른 다음 찬물에 담가 놓는다.
- ② 물에서 건져서 키친 타올로 고구마 표면의 물기를 닦는다.
- ③ 물기를 제거한 고구마에 식용유 2큰술을 넣고 버무린다.
- ④ ③의 고구마를 200도로 예열한 오븐에 두고 20분 정도 굽는다(오븐이 없다면, 칼로리는 높아지겠지만 중약불에서 고구마 속이 익을 때까지 기름에 튀겨도 된다).
- ⑤ (시럽만들기) 오목한 팬에 식용유 5큰술과 황설탕 7큰술을 넣고 중약불에서 젓지말고 설탕이 완전히 녹을 때까지 서서히 녹인다.
- ⑥ 바글바글 끓으면, 오븐에 구운 고구마를 시럽에 투입해서 재빠르게 버무린다.
- ⑦ 기름을 살짝 바른 그릇에 시럽에 버무린 고구마가 붙지 않도록 식힌다.



## 변비를 다스리는 복사근 스트레칭

요즘처럼 컴퓨터 업무로 하루 종일 책상 앞에 앉아서 생활하는 사람들에게 공공의 적은 다름 아닌 변비! 주로 아침은 거르고, 장시간 앉아서 일하다가 술, 고기 등으로 저녁을 먹는 직장인이 주대상자입니다. 특히, 여성의 경우 변비 때문에 나오는 아랫배로 인해 몸매에 자신을 잃는 경우도 있고 스트레스 또한 많이 받습니다. 출퇴근할 때 불과 5분 정도 걷는 것이 하루 운동량의 전부인 직장인이라면 이러한 결과는 당연하겠죠? 게다가 자가용 이용자라면 자는 시간 외에 앉아 있는 시간이 전부라 해도 과언이 아닙니다. 때문에 변비를 예방하고 경직된 척추 근육을 이완시키기 위해 일하는 도중 틈틈이 일어나서 스트레칭을 하면 도움이 됩니다. 복사근 스트레칭은 옆구리 근육인 복사근을 자극해 복부 내에 압력을 증가시켜 대장 운동을 활발하게 하는 효과가 있습니다.



### 따라해 보세요

어깨 넓이만큼 다리를 벌리고 똑바로 섭니다. 양손을 깎지 낀 채 기지개를 켜 자세에서 오른쪽으로 허리를 구부려주세요. 구부린 상태에서 10~15초 정도 정지한 후 반대편도 같은 방법으로 실시합니다.



## 단호박 요구르트 주스 (2인)

노란색의 시원하고 달콤한 단호박 요구르트 주스는 여름철 잃어버린 입맛에 한 끼로 충분할 정도의 포만감과 영양을 준다. 달콤한 맛 덕분에 아이들도 쉽게 먹을 수 있으며, 변비를 해결하는 동시에 영양 또한 챙길 수 있어 일석이조라 할 수 있다. 이 밖에도 단호박에는 베타카로틴이 함유되어 항암 효과가 있으며, 비타민 A, B, C가 고루 함유되어 있어 노화방지, 눈병(백내장, 야맹증 등)을 예방하는 효과도 있다. 식이섬유 펙틴을 다량 함유하고 있어 변비에 효과적인 단호박과 변비 해결의 정석인 요구르트의 환상적인 결합으로 변비 탈출!

- ▶ 재료 : 단호박 1/2통, 꿀 3 스푼, 플레인 요거트 1컵, 물 1컵
- ▶ 만들기
- ① 단호박을 껍질 채 크게 토막내서, 물을 약간 넣은 전자레인지용 그릇에 담아 뚜껑을 덮고 10~15분간 익힌다. (호박의 양과 크기에 따라 시간을 가감한다)
- ② 스푼으로 단호박의 속살만 긁어낸다.
- ③ 요구르트, 꿀, 물, 단호박을 한꺼번에 넣고 믹서기에 돌린다.

정리 · 김필립 | 대외협력홍보실



## 국내 최초 암 치료기 하이프(HIFU) 장비 가동 칼 대지 않고, 통증 없이 암 완치 기대

인하대병원은 국내 최초로 제3세대 초음파 암치료기 하이프 (HIFU: High-Intensity Focused Ultrasound)의 가동을 시작하였다. 지난 3월 아시아 최초로 가동된 4차원 무혈, 무통 방사선 암치료기 로봇 사이버나이프 가동에 이어 제 3세대 초음파 암 치료기 하이프 (HIFU)를 가동함으로써 명실 공히 암 치료 메카로 부상하고 있다.

김원홍 교수 | 영상의학과

하이프는(HIFU) 인체에 무해한 초음파에너지를 한 곳에 고강도 집속하여 암수술에 칼을 대지 않고 치료하는 최신 암 치료 장비이다. 또한 상당수 말기 암 환자의 바람인 극심한 고통을 없애주어 삶의 질을 개선시키는 효과가 뛰어나다. 암이 발생된 조직 및 환자면역력 상태에 따라 순식간에 섭씨 70~100도 또는 55~70도의 고강도 집속 초음파에너지를 종양에 쏘아 상태에 따라 응고, 괴사, 액화시키기 때문에 완치를 기대할 수 있다는 것도 빼놓을 수 없는 장점이다. 이 치료법은 방사선이나 항암제 사용, 수술이 아니므로 기존 치료법에 비해 시술 합병증이나 부작용이 매우 적어 미국, 유럽, 일본, 중국 등에서 활발히 이용되고 있다. 방사선 치료 후 재발된 환자, 여러 가지 치료를 많이 한 말기 암 환자, 수술이 어려운 상태의 경우에서도 시술이 가능하다. 특히 눈으로 보듯이 초음파 영상으로 시술 상태를 모니터로 보기 때문에 정확

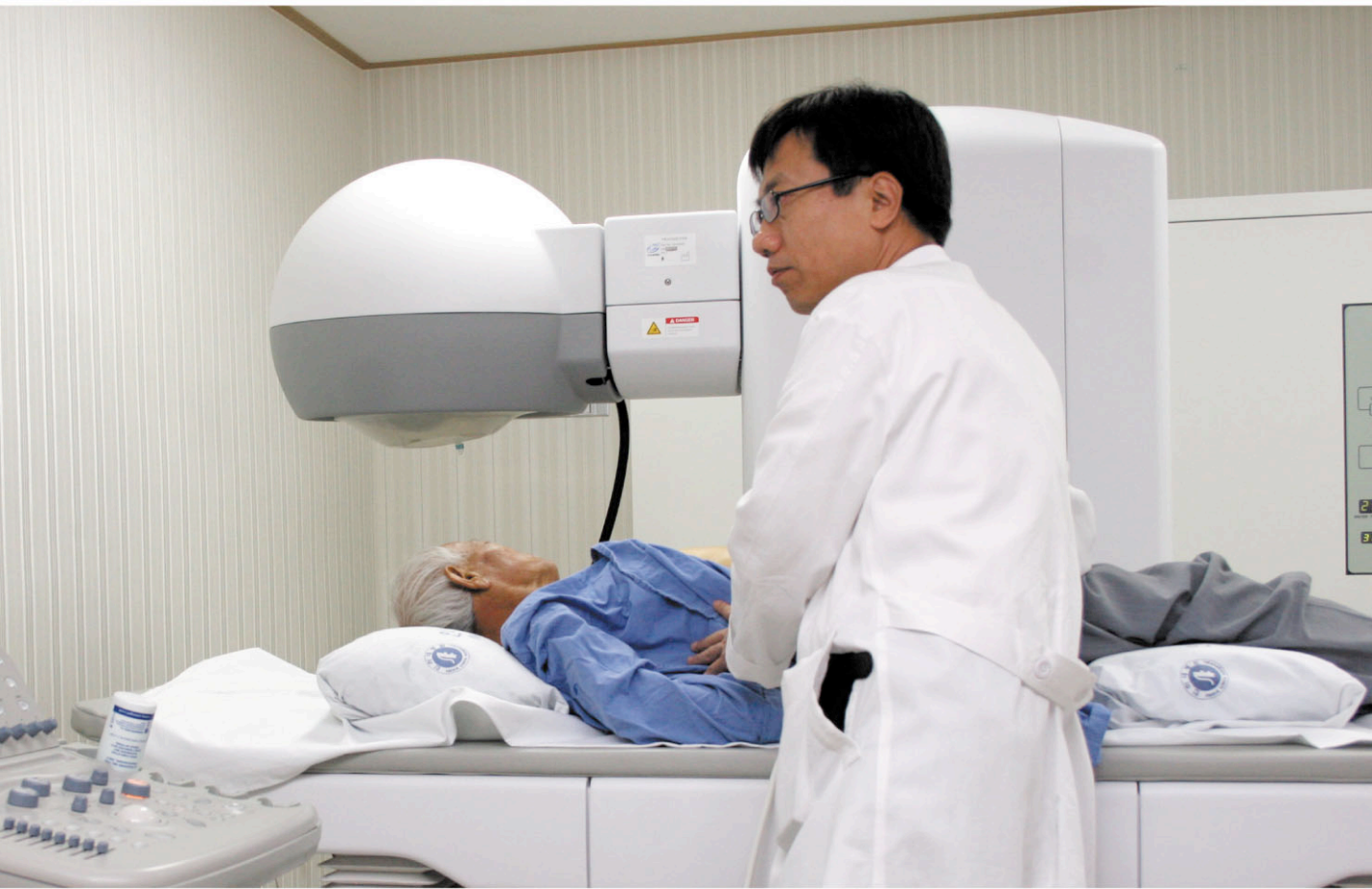
도가 다른 암 치료기에 비해 매우 높다.

HIFU는 특히 간 종양(간 세포 암, 전이 암 등)과 췌장암, 자궁근종의 치료는 허가된 상태이고 골격계에 발생한 종양, 신장암, 유방암, 신장암, 전립선암, 갑상선암, 후복강 고형암, 악성뼈종양, 악화된 말기 암 환자의 통증 완화 등에서 적응증을 넓혀갈 예정이다. 다만 초음파 치료의 특성상 초음파가 통과할 수 없는 부위나 공기가 차 있는 장, 뇌 등에 인접한 종양은 치료가 어렵다.

제3세대 HIFU의 특징은 기존 HIFU 장비에 비하여 마취가 필요없고 고통이 없으며 처음으로 미국 FDA의 기계적 안정성 승인을 획득하고 상/하 두 개의 초음파 발생 장치가 있어 치료 시 편안한 자세로 시술 받을 수 있을 뿐 아니라 치료 효과 및 범위가 확대되었다. 또한 종양 부위를 3차원 화면으로 분할하여 3mm 초점 크기로 정밀한 수술을 할 수 있으며, 전자동 시스템을 갖추어 작동







이 매우 쉽다. 한 번 치료시간은 30분~50분 정도이다. 기존의 HIFU 장비와의 차이는 체장암과 간암 등의 종양 일 경우 과거 태워 없애는 방법에서 종양 세포를 액화시켜 스스로 소멸(자살)을 유도하는 방법을 채택하고 있는 점이다. 이는 액화된 종양 세포들이 주변의 임파구들을 (T-Cell CD4, CD8) 자극해 면역력을 증가시켜 빠르게 암 세포를 제거 할 수 있고 면역력을 향상 시킴으로 항암 치료와 결합하여 치료 할 수 있다.

### HIFU 장점

1. 고강도 집속초음파를 이용한 비침습, 무통, 무혈의 최신 암 치료 장비이다.
2. 방사선, 항암제 등 기존 암치료법에 비해 시술에 관련된 합병증이나 후유증이 매우 작다.
3. 면역력이 저하된 환자에게도 반복시술이 가능하다.

4. 말기암 환자의 통증완화 효과로 암 환자의 삶의 질 향상 및 기존치료가 어려운 체장암 등에서 좋은 효과를 보고 있다.

5. 마취가 필요 없고 외래 시술이 가능하다.

6. 장기 입원이 필요없는 통상 일회성 치료로써, 개복 수술하지 않기 때문에 후유증이 전무하고 시술 시 거부감이 없어 환자의 두려움이 없다.

7. 2차 감염의 우려가 없다.

8. 실시간으로 모니터를 통해서 육안으로 관찰하면서 시술이 가능하여, 치료의 안전성을 확보할 수 있다.

인하대병원은 환자 치료 시 소화기내과, 혈액종양내과, 산부인과, 외과, 방사선종양학과, 영상의학과와 컨퍼런스를 통해 사이버나이프와 하이프를 대비하여 최선의 방법으로 치료할 계획이다.

●하이프 치료실 : 032-890-2744 / 3076



인천국제공항의료센터의 희·로·애·락

# 항공여행의 지킴이, 친근한 주치의

신호철 공항의원장 | 인천국제공항의료센터





## 喜;

응급실로 다급히 실려 온 환자가 있었다. 인근 활주로 공사장에서 일하던 50대 중반의 인부가 갑자기 쓰러졌다는 것이다. 평소 환자가 술을 좋아하여 간혹 취기가 가지 않은 채로 일을 한다고. 하지만 환자의 상태를 살핀 나는 환자의 의식 소실이 단순 취기가 아닌 뇌기능 이상에서 오는 것임을 직감했다. 그리고 시간이 지체 되면 환자의 뇌기능은 물론 생명까지도 위협할 수 있음을 인지하고 바로 기도 확보 및 응급 조치에 들어간 후 공항 구급대를 호출하여 대학 병원까지 이송하였다.

환자는 대학병원 검사 상 뇌출혈로 진단되었고 아마도 고혈압과 만성 음주, 추운 날씨 등이 복합적으로 작용하였을 것이라 추정되며 바로 중환자실 치료가 시작되었다. 몇 달이 지나 공항 직원들에 대한 건강 검진을 하던 차에 한 직원이 나를 보고 연신 고개를 숙이며 미소를 짓기에 확인해 보았더니 그때 쓰러진 환자였다. 그 사건을 계기로 좋아하던 술도 삼가고 건강한 몸이 되어 건강 검진을 받으러 온 것이다. 물론 환자도 나도 생면부지이긴 하지만 누구보다도 반갑게 서로의 안부를 물으며 보람과 긍지를 느꼈던 일화였다.

## 怒;

공항의료센터의 중요한 임무 중 하나는 항공기와 관련된 재난 시 대량 재난에 준하여 응급 의료 시스템을 가동하고 의사는 현장에서 이를 지휘하는 것이다.

어느 날, 공항 비상 운영실에서 한 통의 전화가 왔다. 인천공항을 이륙한 화물기 한대가 기체 이상으로 회항하여 공항에 비상착륙을 시도한다는 연락이었다. 순간 내 머리 속에는 영화에서만 보았던 각종 항공기 추락 장면이 스쳐 지나가며 드디어 올 것이 왔구나 하는 생각이 들었다.

앰블런스에 몸을 싣고 공항 활주로에 도착하니 이미 공항 소방차(일반 소방차 2대 정도의 크기)와 현장 지휘통제 차량이 활주로에 약 100m간격으로 도열해 있고 다들 긴장감이 역력한 가운데 만일의 사태에 대비하고 있었다.

비행기가 어디로 불시착할지도 모르고 우리가 안전할지에 대한 아무런 보장도 없는 그 시간 동안 내 머리에는 주마등처럼 스쳐가는 내 인생의 순간들, 내 가족, 내 친구, 내 삶……. 지갑에 항상 가지고 다니는 집사람과 하나뿐인 딸아이 사진을 한 번 꺼내 본다. 10여 분의 시간이 그곳에 대기하는 응급 구조팀 및 소방대에게는 수 시간보다 길게 느껴졌으리라. 드디어 모습을 나타낸 문제의 화물기! 별문제 없이 착륙 성공,



격납고까지 비행기 꼬리를 물고 쫓아가는 소방차와 구급차 행렬……. 나중에 알게 된 별것 아닌 비상 착륙의 이유. 마음은 안도감으로 차올랐지만 웬지 모를 울화는…….

## 哀;

공항 구급대에 후송되어 온 한명의 외국인. 남루한 옷, 피로와 병색이 짙은 얼굴, 외국인과 공항이라는 조건만 아니며 행려가 틀림없는 몰골이다.

의식도 혼미하여 기초적인 의사소통도 불가능하다. 일단 기본적인 검사와 진찰을 통해 환자 상태를 파악하고 수액 치료를 시작하여 안정 상태가 되기를 기다렸다.

시간이 지나고 환자는 점차 의식을 찾았다. 밝혀진 그의

사연은, 미국인으로 한국에 영어 강사로 채용이 되어 왔으나 미국에서의 가정불화와 만성적인 음주로 인하여 한국에서도 직장을 더 이상 유지 할수 없어서 미국으로 다시 복귀해야하나 티켓을 살 돈도 모두 음주로 소비하고 자포자기 하는 심정으로 공항에 와서 탈진 상태가 된 것이다. 일단 응급 환자용 침대에서 시작했고 식사는 의료센터 직원들이 번갈아 가며 사다주는 날들이 3일 정도 경과 할 즈음에 미국 영사관에서 부영사관이 직접 방문하여 자국민의 상태를 확인하고 미국으로 복귀할 수 있는 절차를 밟기 시작 했다.

환자는 그 사이에 말끔해진 모습으로 돌아 왔고 직원들과 농담도 주고받는 등 한결 안정되어 의료센터 체류 5일 만에 본국으로 송환될 수 있었다. 감사의 포옹과 미국에서 건강히 지내라는 안부의 인사 후에 그는 귀국 비행기에 올랐고 우리 의료센터 직원들은 국적을 초월한 환자에 대한 사랑을 실천한 뿌듯함으로 서로를 격려할 수 있었다.



## 樂;

사람은 누구나 선물을 주고받음에 기쁨을 느낀다. 공항의료센터의 의사로 근무하는 보람과 즐거움이야 이루 헤아릴 수도 없이 많지만 그중에서도 환자들이 전해주는 마음 담긴 선물들은



즐거움 중에 하나이지 않을까.

오리 유기농 쌀을 재배하신다고 수확 철마다 쌀가마니를 이고 오시는 영농 신지식인분, 집 뒷산에서 직접 주운 도토리며 밤을 까만 비닐봉지에 담아 오시는 할머니, 필리핀에 일하러 오며 가며 그곳 꿀이 좋다고 한 병씩 놓고 가시는 지역 주민 분, 밸런타인에 수줍게 초콜릿을 쥐어 주시는 할머니. 무사히 해외여행 잘 다녀왔다고 자그마한 선물을 놓고 가시는 승객 분들……. 우리 직원들은 그때마다 마치 크리스마스 날 선물을 받은 아이의 마음으로 환한 웃음꽃을 피운다. 받은 기쁨 이상의 더 큰 정성을 환자에게 드려야 한다는 마음과 함께…….

2001년 인천국제공항의 개항과 더불어 개원한 공항의료센터도 공항의 역사와 호흡을 같이 하며 성장 하고 있다. 처음 개원 당시만 하더라도 공항 근무자들이 간단한 응급 처치 정도만 받을 수 있는 의무실 정도로 인식 되었으나 지난 7년간의 부단한 노력과 성장 속에 어느 덧 연간 6만 여명의 진료와 1만 명 이상의 검진이 가능하고 전문의 진료와 만성 질환의 관리까지 가능한 공항지역의 주치의 역할을 수행하게 되었다. 공항의료센터는 치과를 포함한 전문의 3인, 야간 진료의 2명, 간호사 6명, 응급구조사 2명, 병리사, 물리치료사, 방사선사, 치위생사, 행정직원 등 총 24명의 의료 인력과 각종 응급 처치 장비와 내시경, 초음파, 혈액 검사장비 등으로 무장하고 하루 24시간, 365일 진료 시스템을 구축하고 있다.

외국의 타 국제공항과는 다르게 인천국제공항은 육지에서 떨어진 섬 지역에 위치하고 인근의 종합병원까지의 거리가 먼 관계로 (최단 시간이 육로 30분) 공항 지역에서 응급 환자의 발생 시 신속하게 대처하고 안전하게 종합 병원까지 후송 조치하는 임무도 수행하고 있어 공항의료센터에 근무하는 모든 의료진은 항상 긴장 속에 생활하고 있다.

에어시티- 3만 명이 넘는 공항 상주 직원과 10만 명에 가까운 유동인구, 또한 공항 인근의 주민들까지……. 그야말로 거대한 공항 도시를 형성하고 있는 이곳에서 우리 공항의료센터는 안전한 항공여행의 지킴이이자 상주 근무자와 지역주민의 친근한 주치의로서의 역할을 이전에도 그리고 이후에도 수행할 것이다.

# 진정한 모범직원으로, 품 나게 일해보자!

이효심 간호사 | 특수간호팀



▲ 현지 의료진(좌측 두명 : 우리나라에서는 이제 쓰지 않는 캡을 쓰고 있다)과 퀴 엘리자베스병원 앞에서

**1st DAY** ● 오후 4시 인천공항, 인하대병원 모범직원 표창자들이 하나 둘씩 캐리어를 끌고 모여들기 시작한다. 비행 5시간여 만에 코타키나발루에 도착. 수트라하버 마젤란 리조트에 짐을 풀었다.

**2nd DAY** ● 청명한 날씨와 검푸른 바다가 한국이 아님을 일깨워준다. 무인도 사피 섬에 도착, 스노클링과 제트스키 팀으로 나누어 꿈같은 시간을 보낸 후 세계 3대 석양에 들만큼 황홀하다는 sun beach 석양을 감상하며 아쉬움에 하루를 마무리 한다.

**3rd DAY** ● 가장 기대가 큰 퀴 엘리자베스 병원에 도착하니 걸모습은 무너질 듯 조금 낙후해 보이는 것이 사실이다. 처음 간 곳은 응급실! Red 지역은 내가 일하면서도 수없이 봐왔던 그런 모습이 펼쳐진다. 하나하나 살펴보니 건물은 오래되었으나 장비들이나 비품, 소모품이 최신 물품이다. 한가지 다른 건 응급실 안에 보호자가 있지 않다. 영상학과는 최첨단 장비들로 무장하고 있다. 그 안에 직원들의 미소도 기분 좋다. 정형외과 일반병실은 좀 기대 이하이다. 30~40명의 환자가 에어컨도 작동 안 되는 병실에 주욱 누워있다. 침대는 난간이 올라가지 않다. 어쩌나 빨리 가서 올려 놓아야 하는데... 직업병이 발동한다.

이어서 중환자실... 방문 예정이 아니어서 잠깐만 보여주겠다며 5명만 들어오라고 한다.

중환자실은 아까의 병동의 모습과는 너무나 차별화된 모습이다. 쾌적한 공기에 먼지 하나 없이 깨끗하다. 환자용 침대는 모두 전자동이다. 중환자실 전임의가 상주하며 환자 치료에 여념이 없다. 간호사 대 환자의 비율은 1:2, 환상적이다. 각 환자 별로 공기청정기 1대가 가동 중이다. 가장 인상 깊었던 것은 간호기록이 없길래 좀 보여 줄 수 없겠냐고 요청하자 자물쇠가 잠겨있는 서랍을 가리키며 저기에 있지만 절대로 보여줄 수 없다고 했다. 개인의 의무 기록을 철저히 관리한다는 인상을 받았다. 그리고 간 곳이 인공신장실. 가정집 같은 느낌으로 의자에 앉아서 투석을 받고 있는 점이 특이했다. 신장센터 수간호사님 말씀은 우리나라 정서에서는 의자에 앉아서 투석을 하시라 하면 다들 싫다고 할 거라 한다. 한정된 짧은 시간이었지만 매우 강한 인상이 남는 시간이었다. 말이 다르고 얼굴이 다르지만 병원의 풍경은 같은 것 같다.

**4th DAY** ● 벌써 마지막 날..... 세계 문화 유산으로 지정된 키나발루 산에 도착했다. 사람도 산도 하늘도 구름도 다 청명하다. 그냥 여기서 이 모든 것들과 같이 녹아 융화되고 싶다. 한국 관광객들이 많다. 누군가 묻는다.

“여행경비 얼마나 들었어요?”

“직장에서 보내줘서 모르겠는데요.....”

“거참 좋은 직장 다니는구려!” 맞다. 나는 참 좋은 직장에 다니고 있다.

**5th DAY** ● 12:05 대한민국행 항공기에 오른다.

병원에서 일할 때는 바쁘다는 핑계로 서로 다른 직종 간에 언쟁과 신경전이 오갔는데 그렇게 다같이 여행을 가니 우리는 한직장에서 일하는 동료였다. 5일 동안 서로 같은 것을 보고 느끼고 즐기고 직장이야기 그만하자 하다가도 다시 직장 이야기로 돌아가는 동료였다.

총무팀 선생님께서 말씀하셨다. “우리는 이제 택시도 모범만 타야 해!~~~” 한바탕 웃고 생각했다. 그래! 내 직장 내 동료들이 있는 곳! 이왕 일할 것 품 나게 일해보자. 그 이전에 내가 모범직원이었는지는 잘 모르겠다. 하지만 돌아가면 해보고 싶다.

그리고 함께한 19명의 소중한 선생님들을 가슴 속에 담아본다.



▲ 사진 오른쪽이 필자



환자 이해하는 마음,  
내가 얻은 가장 큰 소득이 아닐까

자고 있을 때 문자소리가 들렸습니다.

‘딩동’? “친절교직원이 된 걸 축하해~~”

수간호사 선생님이 보낸 문자였습니다. 기분이 좋기도 했지만 한편으로는 부끄러움이 앞섰습니다. 병원 교직원 모두가 열심히 하시는데 많이 부족한 내가 이런 상을 받는다는 게 죄송한 생각이 들었고, 평소에 칭찬받을 정도로 환자에게 잘해주지 못했기 때문에……

처음 간호학과에 입학하면서 생각보다 힘든 직업일지도 모른다는 생각에 고민하기도 했습니다. 그런데 교수님, 친구들과 함께 봉사활동을 다니면서 만난 사람들은 별것 아닌 것에도 고마움을 느꼈고 그런 모습에 나의 조그만 말이나 행동이 다른 사람들에게 도움이 된다는 생각을 했습니다. 생각보다 병원생활이 너무 힘들어서 1년만 최선을 다해보자고 마음먹고 하루하루 힘들게 지낸 시간이 어느덧 4년차가 되었습니다.

돌이켜보면 그동안 울고 웃을 일들이 많이 있었는데~~ 처음 시작한 간호사 생활은 제가 생각했던 것과는 사뭇 달랐습니다. 철없던 대학시절엔 항상 웃으며 일할 수 있을 것이라 믿었는데, 병원에 오시는 환자분들은 아프신 분들이기 때문에 예민해질 수도 있다고 믿어버리고 나니 간혹 힘든 환자분이 생겨도 이해할 수 있는 마음이 조금은 생겼습니다. 이것이 내가 일해 오면서 얻은 가장 큰 소득이 아닌가 합니다.

신규 때 한참 해매고 있으면 오히려 진정시켜 주면서(환자와 간호사의 역할이 바뀐 듯한?? ^^;) 밥 못 먹고 뛰어다니면 늘 먹을 것 챙겨주시면서 쉬었다 나가라고 말씀해 주셨던 환자분도 계셨고(지금은 돌아가셨지만), 그분의 마음은 아직 남아 있습니다.

신경과 병동으로 바뀌면서 장기로 입원하는 환자분들도 많았는데, 그러면서 환자분들이나 저도 퇴원할 때 시원섭섭한 마음이 많이 생겨요~ 물론 환자들이 좋아져서 퇴원하는 건 좋지만 헤어질 때는 아쉬운 마음도 많이 든답니다. 가끔씩 퇴원하시고 좋아진 모습으로 인사하러 오시는 분들도 계시고, 또 병마와 싸우면서 힘들어 하시는 분들이 치료받으시고 입가에 미소를 띄며 병원을 나가실 때 보람을 느낍니다. 앞으로 그 뿌듯한 만족감을 가슴에 새기고 환자분들이 힘든 상황 속에서도 편안한 마음으로 웃으실 수 있게 그리고 그 웃음으로 내가 행복



해 질 수 있도록 우리병원의 한 구성원으로서 성실히 맡은 일을 하겠습니다.

이 글을 적다 보니 오히려 내가 베풀 것 보다 받은 게 더 많다는 생각이 드네요. 앞으로 더 베풀 수 있는 기회가 있었으면 좋겠습니다. 때때로 지치고 힘들 때도 있지만 이번을 계기로 더 힘을 내야겠습니다. \*2008년 7월 동12병동에서 박재란 간호사



여름철 건강 - 설사

# 세균 감염 설사 지사제 사용할까, 말까?

**Q: 설사를 하면 꼭 지사제를 복용해야 하나요?**

**A:** 대부분의 급성설사는 자연 치유되며 72시간 이내에 증상이 완화됩니다. 하지만 장기간 설사가 지속될 경우 전해질 및 수분의 균형이 무너지게 되고, 어린이나 노인, 쇠약자의 경우 심각한 상태가 될 수도 있습니다. 따라서 설사를 멈추게 하기 위해 지사제를 복용합니다. 그러나 세균감염으로 인한 설사의 경우 지사제를 함부로 복용하면 빨리 몸 밖으로 배출되어야 할 병원균이 장내에 더 오래 머물러 독소를 더 많이 만들어내므로 증상이 심해지거나 오래 지속될 수 있습니다. 따라서 열이 없거나 미열이고 대변에 혈액이 섞여 나오지 않는 비세균감염에 한하여 지사제를 사용하는 것이 좋으며, 감염이 의심되는 경우(혈액이 섞인 설사, 단시일에 가라앉지 않는 설사, 하루 6회 이상 설사 등)에는 병원에 내원하도록 합니다.



**Q: 스�멕타를 처방받은 다른 약과 함께 복용해도 되나요?**

**A:** 스�멕타는 별다른 큰 부작용이 없어 어린이나 어른의 설사에 매우 흔하게 처방하는 약입니다. 스�멕타는 흡착성 지사제로 단시간 내에 위장관 점막에 도포되어 설사나 장염을 일으키는 독소들을 흡착해서 배설해 냅니다. 만일 스�멕타를 같이 처방된 항생제, 위장관 운동 조절제, 정장제 등의 다른 약과 함께 복용할 경우 약물분자도 흡착해서 배설시킴으로, 함께 복용하는 약의 효과가 지연되거나 효능이 떨어지게 됩니다. 따라서 다른 약과 2시간 이상의 간격을 두고 복용해야 합니다.

**Q: 배앓이와 설사를 할 때 끼니를 챙겨 먹어야 하나요, 걸러야 하나요?**

**A:** 설사를 오래하면 몸에서 수분과 전해질이 빠져나가고 영양소 흡수가 되지 않아 위험한 상태가 될 수 있습니다. 초기에는 음식을 먹으면 대부분 설사를 더 많이 하게 되므로, 일시적으로 음식 섭취를 중단하고 보리차, 과일주스 등으로 수분을 보충합니다. 목이 마르지 않을 정도로 수시로 마시는 것이 좋으며, 끓인 물이나 보리차에 설탕과 소금을 타서 마시는 것도 도움이 됩니다. 유아나 소아의 경우 설사로 손실된 당과 전해질 보충을 위해 페디라를 물에 타서 복용하기도 하며, 구할 수 없을 때에는 시중에서 파는 이온 음료를 마시는 것도 좋습니다. 식사는 설사가 줄어들 때 마음이나 쌀죽처럼 기름기 없고 자극이 적은 담백한 것을 먹어야 합니다. 기름기 있는 음식과 카페인, 유제품 등은 설사를 악화시킬 수 있으므로 피하는 것이 좋습니다.

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

# 햇빛, 열 때문에 생기는 병, 병, 병 물놀이는 신나지만 뜨거운 태양은 피하고 싶어라!

한 낮에 내리쬐는 뜨거운 태양, 하얀 모래사장, 시원하게 밀려오는 파도는 해마다 돌아오는 한여름 피서지의 모습을 묘사하는 대명사가 되었다. 바다 보다는 산이나 계곡이 좋다고요? 그렇다면, 한낮에도 하늘이 보이지 않을 정도로 우거진 나무 숲, 바로 앞에서 들려오는 계곡의 물소리 듣기만 해도 시원합니다. 하지만, 항상 여름철의 피서가 낭만적인 것은 아닙니다. 즐거운 피서에 뒤에는 심한 경우 생명에 지장을 줄 수 있는 응급상황도 존재하고 있으니까요.

김강호 전임의 | 응급의학과





## 일광화상

일광화상의 원인은 지나친 햇빛노출입니다. 피부가 빨갱게 되거나 막이 얇은 수포가 생기고 화끈거리며 심하면 통증 때문에 잠 못 이루는 경우도 있습니다. 태양광을 피하는 것이 가장 좋은 방법이지만 어쩔 수 없는 경우라면 직접 노출을 피하고 자외선 차단지수 15~30의 선크림을 30분 전에 발라줍니다. 치료는 냉찜질, 냉수목욕, 심한 경우는 진통소염제 사용을 고려할 수 있습니다.

## 열손상

### 열피로(Heat exhaustion)

고온 환경에서 심한 육체적 활동으로 인한 체액과 전해질 소실이 원인으로 증상은 저 체액성 쇼크와 유사하며 무력감, 두통, 몽롱함, 차갑고 축축한 피부상태를 보입니다. 응급조치는 고온 환경을 피하는 것이 중요하며 심한 경우 정맥 수액치료를 위해 병원이송이 필요합니다. 심한 경우 열사병으로 발전할 수 있기 때문입니다.

### 열사병(Heatstroke)

장시간 뜨거운 햇빛노출, 더운 장소에서 오래 있는 경우 체온 조절 중추 능력 상실로 발생합니다. 열 탈진, 열 경련이 함께 나타나며 고열에 의한 열 손상이 대표적인 질환이며 쉽게 말해 열의 발산 능력 부족이 원인입니다. 증상은 두통, 어지러움, 구역질, 경련 등이 있으며 심하면 헛소리를 하고 의식을 잃게 됩니다. 체온은 41도 이상으로 맥박은 빠르고 혈압은 낮아지며, 피부는 뜨겁고 건조하여 땀이 나지 않는 것이 특징입니다. 열사병은 초 응급 상황으로 즉시 치료를 하지 않으면 사망률이 높은 위험한 질환입니다. 가장 중요한 것은 체온을 빨리 낮춰주는 것입니다. 단 알코올 등으로 덮아주는 것은 추천되지 않습니다. 그리고 신속하게 병원으로 이송합니다.

## 해파리에 쏘였을 때

일단 해파리에게 쏘였을 경우 촉수가 보이면 제거 해줍니다. 이후 독의 확산을 막기 위해 세척을 해주는데 일반 담수는 오히려 확산을 조장할 수 있으므로, 식초나 소다물로 닦는 것이 도움이 됩니다. 이후 병원으로 이송하여 파상풍 예방과 상처 관리가 필요합니다.

## 익수

수상구조요원이 아니라면 설블리 행동하는 것은 무모합니다. 오히려 빨리 구조대에 신고를 하고 주변의 도움을 받는 것이 현명한 방법입니다. 일단 구조 후, 젖은 옷은 저체온증이나 소생술에 방해가 되므로 제거하고 마른 것으로 덮어줍니다. 의식과 호흡확인 후 인공호흡을 시행합니다. 기본 소생술을 실시하면서 병원으로 이송합니다. 만약 환자가 멀쩡해 보이더라도 병원 이송이 원칙임을 명심하십시오. 2008년 여름 사고 없는 행복한 피서가 되시길.....



## 실패하지 않는 개인부채의 효율적 관리 부채상환액이 소득의 40%넘으면 개인생활 심각

### { 상 황 }

저는 30대 주부로서 자녀 2명이 있는 맞벌이 주부입니다. 항상 일에 바쁘다 보니 은행 다닐 시간도 없고 해서 편하게 신용카드를 이용해서 물품을 구매하고 또 급한 경우에는 현금서비스를 사용하기도 합니다. 일부 예금이 있고 적금을 불입하고 있지만 남편도 신용대출을 이용하고 있고 집 구입시 사용하고 있는 주택담보대출도 있습니다. 시간을 내어 따져보니 대출이자 등이 이만저만 아닙니다. 물론 대출받은 주택시세가 좀 올라서 위안이 되긴 하지만 지금 제가 적절한 대출규모인지 아니면 대출을 갚아야 하는지 궁금합니다.

### 부채관리의 의의

부채관리는 일반 소비자들의 재무목표순위에서 상위를 차지할 만큼 중요한 재무관심사이다.

이처럼 부채관리가 재무설계에서 차지하는 비중이 높은 이유는 우리 일상 생활에서 부채는 소비자들과 밀접한 연관성을 가지고 있고, 부채 없이 살아가는 사람들이 드물기 때문이다. 또한 개인에 따라서는 부채수위가 그 정도를 넘어서서 개인 스스로가 관리할 수 없는 지경에 이르렀기 때문이기도 하다. 부채는 소비자들이 현명하게 이용하면 재무목표를 달성하기 위한 수단으로 이용되지만 잘못 사용할 경우에는 가계를 파산으로 이끌 수 있는 함정이 되기도 한다. 부채를 이용하면 필

주택담보대출을 포함한 총부채 규모는 개인 총자산의 40%이상일 때 부채로 인한 재무적 문제가 발생하는 신호로 보며 50%가 넘어가면 위험수준으로 판단한다



요한 물건을 곧바로 구입할 수 있어 편리한 점도 있고, 부채를 이용하여 투자를 할 경우에는 레버리지 효과도 기대할 수 있는 유익한 점도 있다. 그러나 부채에 따르는 비용의 증가는 개인의 재무상태를 어렵게 하고 나아가 삶의 질을 악화시킬 뿐 아니라 심각한 경우 개인신용 위기의 마지막 단계인 개인 파산으로까지 이어질 수 있기 때문에 재무설계에서 개인의 부채관리는 자산관리 못지 않게 더 중요한 재무목표가 된다.

### 부채관리에 관한 기본원칙

#### 대출의 용도(목적)는 타당한가?

대출의 목적이 주택구입 등 꼭 필요한 자금사용이나 투자수익과 연결된 용도인지 아니면 단기간 투기나 소비를 위한 목적인지를 검토한다. 투자 목적이 대출일 경우에는 비용을 포함한 대출이자 대비 실제수익이 얼마인지 따져보고 결정한다.

#### 대출기간과 상환계획은 적절한가?

대출기간은 자금의 사용목적에 부합한지 검토한다. 자금의 사용목적이 장기인데 대출기간이 단기로 되어 있다면 상환계획에 차질이 생긴다. 고객이 보유하고 있는 대출이 모두 단기성 대출이라면 후일 대출상환이 한꺼번에 이루어지므로 재무적으로 문제가 발생할 수 있다.

그러므로 자금의 사용목적과 상환계획에 합당한 대출기간을 설정하고 적절한 상환계획을 미리 세우도록 한다.

#### 부채규모는 적절한가?

고객이 부담할 수 있는 최대 부채규모가 얼마인지 파악하는 것이 가장 중요하다. 부채의 적정성 파악은 일반적으로 총자산 대비 총부채 금액과, 매월 상환하는 부채상환액 대비 총소득 또는 순소득의 비율을 기준으로 파악한다. 흔히 재무전문가들이 이야기하는 주택담보대출을 포함한 총부채 규모는 개인 총자산의 40%이상일 때 부채로 인한 재무적 문제가 발생

하는 신호로 보며 50%가 넘어가면 위험수준으로 판단한다.

#### 절세효과를 최대한 이용하고 주거레 은행을 활용한다.

지금용도가 주택구입이나 신용카드 물품구매의 경우 소득공제가 가능하므로 절세효과를 최대한 이용한 대출 상품을 고르도록 한다. 금융회사에 따라서는 대출취급 시 거래실적에 따라 여신금리 우대 등 각종 혜택이 있고 전화요금, 공과금납부 자동이체 등을 주거레 은행에서 집중 거래하여 실적을 쌓아가면 금융기관에서 제공하는 혜택을 받을 수 있다.

### 구체적인 부채관리 방안

합리적인 부채관리 방안이란 부채에 따른 금융비용을 최소화 하는 것과 고객이 부채를 감당할 수 있고 또 부채를 통한 재무목표를 효율적으로 달성할 수 있도록 지속적으로 관리하는 것을 말한다. 고객이 부담하는 금융비용을 최소화 하기 위하여 현재 고객이 보유하고 있는 부채의 금리, 대출기간, 상환방법 등을 재검토하고 현재 보다 더 나은 조건들을 적절히 조합하여 부채관리 방안을 도출해야 할 것이다. 다음은 일반적으로 적용 가능한 부채관리 방안들이다.

특히 신용카드를 이용한 현금서비스나 신용카드대출의 금리는 일반적으로 개인신용대출이나 주택담보대출에 비해 높기 때문에 가능하다면 대출금리가 낮은 개인신용대출로 전환을 고려해야 한다.

부채관리방안 역시 한번 수립하고 끝나는 것이 아니라 투자자산 관리와 마찬가지로 지속적인 사후관리를 통하여 부채관리가 적절히 유지되고 있는지를 지속적으로 점검해야 한다. 그러한 과정이 어렵다면 가까운 금융기관에 좋은 조언자와 관리자를 두어 관리하는 것도 좋은 방법이라고 판단된다.

▶문의전화 : 인하대병원 하나은행 차장 한충현(032-889-1111)

▶자료제공 : 목동하나은행 골드클럽 센터장 이희도

## 따뜻한 배려, 사소한 일상의 아름다움.....

● 자궁경부암 예방주사를 맞으러 산부인과 외래에 갔었습니다. 기다리는 동안 아가가 많이 보쳐서 힘들었는데 산부인과에 있던 정 간호사님께서 놀이방과 수유실로 안내해주셔서 편하게 있었네요.

진료받을 시간에 맞춰 전화도 주시고, 아가와 둘이서 힘들지 않게 배려해 주신 점 감사 드립니다.

남편이 출근해서 혼자 오느라 애기와 택시 탄 것도 힘들었는데, 유모차까지 직접 빌려다 주시고 정말 감사했어요. 얼굴만 예쁘신 게 아니라 마음까지 배려해 주셔서 정말 고맙습니다. 진료 보는 동안 아가가 보챤까 봐 걱정했는데 그 시간 동안 애기 안아서 봐 주셨는데, 제대로 고맙단 인사도 못하고 아들이 보쳐서 휘리릭 나와버렸네요. 예전에도 아기 낳고 나서 왔을 때에도 잘해주셨었는데..... 그땐 깜빡하고 이렇게 인사도 못했습니다. 김하운 간호사님도 이것저것 아가에 대한 정보도 주시고 자궁경부 백신에 대해서 많이 알려주셔서 도움이 많이 되었어요. 예방주사라고 하더라도 병원에 오는 게 좋은 일은 아닌데 즐겁게, 그리고 아가와 놀이방 가서 편하게 있다가 주사 잘 맞고 왔습니다.

●● 인하대에 입원을 자주 했던 수아 엄마입니다. 이번 6월 30일 입원 했을 때는 이우진 선생님께서 정말 다른 어느 때 선생님들 보다 너무 친절하시고 아픈 아이 입장에서 세심하고도 친절하면서 배려를 많이 해주셨어요.

소아병실자리가 없어서 정형외과병동에 있는데도 자주 방문해주시고 퇴원할 때도 바쁘신데도 오셔서 잘 가라고 아프지 말라고 말해주시는데 정말 인간미 넘치셨어요. 입원해 있는 동안 정말 감사했어요. 정말 이런 의사선생님들만 계시면 좋겠네요.

인하대병원이 더 좋아지는 것 같아요!!

●●● 지철이 엄마입니다.

이번에는 좀 오래 병원에 있었어요. 봄에 입원했다가 여름에 퇴원하고 집에 오니 집이 어색합니다. 병원에서 선생님들께서 너무 잘 해주셔서 병원이 집처럼 편하게 지낼수 있었습니다.

언제든지 궁금한 게 있을 때 잘 설명해주시는 안소현 선생님, 아이에게 불편한 게 있어서 얘기하면 바쁘시더라도 바로 해결해 주시는 수 간호사 선생님, 김복자 선생님, 집에 두고 온 큰 아이 때문에 힘들어 할 때마다 많은 도움을 주신 정은재, 배소라 선생님, 홀몸도 아니신데도 항상 웃으시며, 철없는 지철이의 농담까지도 진지하게 받아주시는 이경아, 우하진 선생님, 그리고 아이에 눈높이에 맞추어 대해주시는 젊으신 선생님들 모두 모두 감사드려요.

항상 가족같이 대해 주시는 선생님들 덕분에 집보다 더 편하게 지내다 올 수 있어서 감사드립니다.





신흥메디컬의원\_ 남궁호근 원장

### “뼈를 묻겠다”는 각오와 양심적으로 소신 진료하렵니다”

2008년 1월 ‘뼈를 묻겠다(?)’는 각오로 공동개원을 한 신흥메디컬 남궁 호근 원장이다. 2년 전부터 힘을 합쳐볼 작정이었지만 심사숙고 끝에 어렵게 결정을 내고 ‘외과끼리’ 뭉쳤단다.

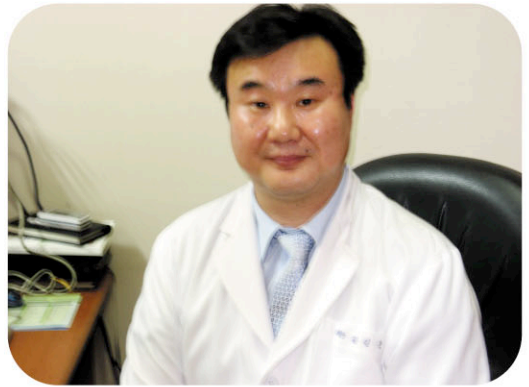
원장 2명과 13명의 직원이 함께 하는 신흥메디컬의원은 치질, 치루 등과 하지정맥류 피부, 비만 등의 의료 서비스를 위해 최선을 다하고 있다.

치질은 이제 대학병원에서 개원가로 넘어가고 있는 수술이라고 남궁 원장은 말한다. 실제로 신흥메디컬의원에서도 전신 마취가 아닌 외과적 수술이 가능하여 하지정맥류, 치질, 복부 탈장 등에 새로운 수술법을 도입하여 통증 없이 하루 만에 수술이 가능하다고 한다.

남궁 원장은 항상 ‘양심적으로 하자’는 생각을 늘 가슴에 새긴다. 혹시 개원가에 나오면 욕심이 생겨 초심을 잃을까 온근 걱정을 했는데 오히려 좀 더 넉넉한 진료 서비스를 줄 수 있어 좋다고 전한다.

보다 쾌적한 환경으로 건물을 리모델링해서 규모와 의료진을 넓히고 싶은 것이 남궁 원장의 바람이다. 그래서 자신의 소신대로 환자를 돌보며 그 곳에서 자부심을 갖고 보람을 찾고 싶은 것이다. 늘 환자가 먼저라는 양심을 가슴에 담고 말이다.

● 인천시 중구 신흥동 ☎ 032-885-7582



일심의원\_ 김길준 원장

### 인간적이며 설명 잘 해주는 영원한 ‘닥터 김’

일심의원 김길준 원장이 인천과 인연을 맺은 것은 1986년 봉직의 생활을 하면서 부터이다. 이를 시작으로 김 원장은 20년 정도 이 근처에서 환자를 돌보다가 1997년 처음 개원을 하였고 지난 2002년 내과, 외과, 정형외과 등의 진료와 29베드의 입원실을 둔 일심의원으로 지금 이곳에 다시 자리를 잡았다. 10여 명의 직원이 한마음으로 진료서비스를 다하고 있는 일심의원원의 가장 큰 자랑은 환자들의 입에서 나온 소문인데 바로 물리치료를 잘 한다는 칭찬이란단다.

남구 지역 특성상 인구가 줄면서 대체적으로 나이 드신 어른이 많고 다소 침체된 분위기를 보인다. 그러나 이런 분들을 잘 치료하고 지역사회에 보탬이 되었으면 하는 것이 김 원장의 개원 목표이고 또 의사로서의 소신이다. 아울러 인간적이었음 좋겠다는 김 원장은 설명을 잘 해주는 친절한 동네 의사이고 싶다.

김 원장은 인천시남구의회사회 회장, 인천시의사회 총무부회장직을 맡아 대외적으로도 활발한 활동을 보이고 있다. 늘 바쁜 그는 진료시간을 늘리는 것 보다 작지만 내실 있는 의료 서비스를 제공하고 싶다고 한다.

동네 분들이 ‘김 원장’, ‘닥터 김’이라고 불러줄 때면 친근한 느낌이 있어 좋다는 그, 인간적이며 설명을 잘해주는 일심의원원의 영원한 ‘김 원장’으로 늘 가까이 하고 싶다.

● 인천시 남구 송의동 ☎ 032-884-1313

글 · 이정희 | 자유기고가

## 인하대병원 국내 최초 미국 관광객 한국의료서비스 체험 위해 방한

7월 24일 한국관광공사와 아주투어 공동으로 건강검진(인하대병원)과 피부미용(아름다운 나라 피부과)을 받는 일정이 포함된 한국관광일정에 미국인으로 구성된 단체 29명을 유치하였다.

금번 미국인 의료관광단은 병원에서의 건강검진과 그 외 항공료와 관광 및 체재비를 포함하여 일인당 약 700만원 정도를 지불하였다. 여행경비 중 100여 만원 정도를 의료비로 지불하게 된다. 한편, 검진결과는 별도로 병원에 들리지 않고 인터넷에서 확인 가능하도록 전산 시스템을 구축하여 편의를 제공하고 있으며, 출국 전 인천국제공항에 있는 인하대병원 인천국제공항의료센터에서 의료진으로부터 설명과 함께 전달받을 수 있다. 이외에도 사이버나이프센터, PET센터, 소화기센터, 특실 등 병원 시설 견학 및 언론사(KBS, MBC, SBS, 헬스조선 등)들과 한국 의료관광에 대한 인터뷰 시간을 가졌다. 건강검진을 받은 미국인은 “미국에 비하여 저렴한 가격과 한국의 높은 의료수준과 쾌적한 의료환경에 대단히 만족한다”고 말했다.

인하의료원 이두익 의료원장은 “앞으로도 해외환자 유치 활성화를 위해 해외 현지인을 대상으로 설명회를 지속적으로 가질 것이다”라고 말하면서 “인하대병원이 인천공항과 가장 가까이 있는 지리적 이점을 살려 동북아 의료 허브를 만들어 가겠다”고 밝혔다. 한편 인하대병원은 미국 컨설팅 회사로부터 8월말 ISO 인증을 받을 계획이며, 또한 JCI 인증도 받기 위하여 미국 컨설팅사와 협의 중에 있다. 이로써 국제적으로 표준화된 최고의 의료서비스를 해외환자 뿐만 아니라 내국인에게도 제공할 수 있게 된다.



## 6개 병원과 협력병원 협약체결

인하대병원(병원장 박승림)은 지난 6월16일 인하대병원 대강당에서 협력병원 협약식을 가졌다.

이 날 협약식은 경기요양병원, 송도가속사랑요양병원, 송도효자병원, 현대유비스병원, 휴먼유재활병원 및 힐링스병원 등 6개 병원과 협약을 체결했다고 밝혔다. 이로써 협력병원은 전국에 58개 병원으로 늘어났다.

협약식 축사에서 인하대병원 이두익 의료원장은 “오늘 협력병원 협약체결로써 양 기관들은 서로 진료인력과 각종 학술, 연수행사, 그리고 특수클리닉 등 전문진료 영역을 공유함으로써 서로에게 시너지효과를 창출하고 병원을 이용하는 내원객들에게는 보다 나은 의료서비스를 제공하자”고 말하면서 “진료의뢰 환자에 대한 의외리 활성화를 통하여 협력병원의 기대에 부응하겠다”고 밝혔다.



## 환경부 ‘환경성질환 연구센터’ 선정

인하대병원이 환경부로부터 환경성질환 연구센터로 선정됨에 따라 향후 3년간 최고 4억원의 국비와 기술지원을 받게 된다. 환경부의 환경성질환 연구센터 공모계획에 따라 전국 우수종합병원과 치열한 경쟁 속에 종합심사 결과 6월 20일 일레르기질환분야 환경성질환 연구센터로 지정되었다.

이에 따라 인하대병원은 앞으로 알레르기질환의 정확한 정보제공으로 약물 오남용 방지, 환경요인 원인분석으로 환경개선을 위한 정책제안을 해 환경부와 인천시 등 경인지역 지자체의 환경보건정책을 환경부와 인천시 등 경인지역 지자체의 환경보건정책에 크게 기여할 것이다.





## 소화기내과 연수강좌개최

인하대병원(병원장 박승림)은 지난 1월 소화기내과와 내시경실을 3층으로 통합이전 및 리모델링하여 새롭게 소화기센터로 단장하였으며, 컬러확대내시경 및 초음파내시경 장비를 도입하였다. 이를 기념하여 6월 28일(토) 소화기내과에서 연수강좌를 개최하였다. 140여명의 인천시 내과외과가 참석한 이번 강좌는 특히 상하부내시경 및 복부초음파의 전문가들의 시연을 실제로 보면서 토론하는 프로그램이 마련되어 참석한 의사들로부터 큰 호응을 받았다.

## 중국 청도시 인민병원과 진료협력 MOU 체결

인하대병원(병원장 박승림)과 중국 청도시 인민병원(병원장 왕옥춘)이 7월 4일 청도시 인민병원에서 진료협력 MOU를 체결하였다.

동북아 메디포트를 지향하고 있는 인하대병원은 한국 최초로 중국 대형병원과 진료협력 MOU를 체결함으로써 실질적인 국제의료서비스 시대의 막을 열었다.

이번 MOU체결 내용은 청도지역의 한국인에게 양질의 의료서비스를 제공하고 인민병원의 전반적인 의료수준을 높이며, 한·중간의 우의를 강화하기 위해 공평, 공정, 호혜호리의 원칙을 기본 협약 사항으로 두었다. 1차적으로 학술, 인적 교류로 인하대병원은 우수한 의료진을 파견하여 인민병원에 국제클리닉을 개설하여 재중 한국인 및 중국 환자를 진료하고 인하대병원으로 파견된 인민병원 의료진 및 간호사를 연수시키는 것을 골자로 하고 있으며, 향후 양 병원은 의료진에 대한 예우, 진료수입 배분 등 실질적이고 상호 윈윈할 수 있는 계기를 마련할 계획이다.

박승림 병원장은 "금번 양 병원의 MOU체결은 학술 및 인적 교류를 통해 실질적인 협력을 강화해 나갈 뿐 만 아니라, 중국에 체류중인 한국인과 현지 중국인들도 다양한 한국의 의료서비스를 받을 수 있도록 선진 의료기술 전수에 최선을 다하겠다"고 밝혔다.

Inha  
News



## SK와이번스, 인하대병원과 지정병원 협약 체결

SK와이번스(대표이사 신영철)는 인하대병원(의료원장 이두익)과 함께 지난 6월 20일 삼성 라이온즈와의 홈 경기에 앞서 지정병원 협약을 체결하였다.

동북아 메디포트 '인하대병원' 과 인천을 대표하는 프로스포츠팀인 'SK와이번스'가 공동으로 진행한 이번 행사는 인천시민들에게서 받은 사랑을 야구장이라는 공간을 통하여 환원하는 데에 초점을 맞추었다. 먼저, 인하대병원은 SK와이번스가 추천하는 불우이웃에 대한 무료 진료 및 수술 등을 맡게 되며 토요일 홈 경기 건 강상담실을 운영한다. 여기에 SK야구단 선수단 팀 닥터 지원, 진료 편의 서비스 제공, SK와이번스 선수의 인하대병원 홍보대사 위촉, 환자를 위한 사인회, 인라인의 행사 등을 추진할 예정이다. 이 날 경기 전 시구는 홍승용 인하대학교 총장이 하였다.



## 인하대병원 정형외과 조규정 교수 미국 SRS 초청 연수프로그램 참가

인하대병원 정형외과 조규정 교수는 국제 척추 학회 중에서 가장 권위 있고 역사가 오래된 학회인 미국 SRS(scoliosis research society)에서 초청을 받아서 8월부터 한달 간 하버드대학, 컬럼비아대학, 샌프란시스코대학병원 등을 방문한다.

SRS 학회에서는 2년에 한 번 미국을 제외한 전 세계에서 3명의 의사를 초청하여 미국의 유명 의과대학병원에서 강의와 토론을 진행하고 수술도 함께 하는 프로그램을 운영하고 있다. 올해 2008년도에는 스위스, 그리스 의사와 함께 본원의 조규정 교수가 초청을 받아 미국 전역의 8군데 병원을 방문하고 9월 미국 솔트레이크시티에서 열리는 SRS 연례회의에서 경과를 보고할 예정이다.

조규정 교수는 특히 미국 척추외과 학회에 수 년 동안 매년 2~3편의 논문을 발표하였고, 성인의 척추기형에 대한 연구를 진행하면서 미국 Spine 잡지와 유럽척추외과 잡지에 여러 편의 논문을 게재하였다. Spine 잡지 2007년 9월호에 게재된 성인의 척추 기형 수술 후에 발생하는 합병증에 대한 논문에서 수술 후 합병증 발생에 가장 크게 영향을 미치는 요소는 수술 중에 일어나는 출혈량이라는 결과를 발표하였고, 2008년 3월에 유럽척추외과 잡지에 발표한 논문에서는 척추 기형을 교정 수술할 때 기형이 있는 부위 전체를 교정 수술해야 예후가 훌륭하다는 결과를 보고하였다. 여기에 더하여 성인 척추 기형환자의 수술 방법에 대한 후속 논문 두 편이 Spine 잡지와 유럽척추외과 잡지에 게재 될 예정이다.



## 헬스조선과 인하대병원이 '지구촌 한 가족 캠페인' ●

헬스조선과 인하대병원, 대한항공이 베트남, 캄보디아, 필리핀, 중국, 몽골, 러시아 등지에서 한국으로 시집 온 외국인 신부의 부모 중 중병(重病)에 걸려 수술이 필요한 가족을 한국으로 초청해서 치료해 주는 캠페인을 벌인다. 경제적인 이유로 낮은 나라에 시집 온 외국인 신부들은 말이 통하지 않고, 피부색이 다르며, 한국적 관습도 이해 못해 많은 어려움을 겪고 있다. 심지어 남편의 구타와 학대에 신음하는 이들도 있고, 참다 못해 이혼하고 자국으로 돌아가는 경우도 많다. 이들의 아픔을 조금이라도 보듬어 주기 위해 기획된 이번 캠페인은 암 수술은 물론이고 뇌수술, 심장수술, 인공관절 수술 등 필요한 모든 치료를 해 줄 계획이다. 단, 당뇨병이나 신부전처럼 단기간의 집중 치료로 효과를 보기 힘든 만성질환은 제외이다. 접수된 사연을 토대로 10명의 환자와 보호자 등 모두 20명을 올 추석을 전후해 한국으로 초청해 인하대병원에서 치료해 줄 예정이다. ☎문의 (02)724-6539



## 홍보위원위촉 ●●

7월 1일부로 병원 원내 · 외 홍보 활성화와 전교직원 홍보요원화 일환으로 각 부문별 홍보위원 7명을 위촉하였다. 금번 홍보위원으로 위촉된 위원들은 홍보 소재 발굴, 아이디어 제공, 홍보 전략 자문 및 원보 편집 자문 등의 역할을 담당하게 된다.

〈사진설명〉 왼쪽부터 원무보혐팀 조인하, 약제팀 조래정, 원무보혐팀 강순자, 박승림 병원장님, 간호부 유진희, 영상의학과 김규동, 진단검사의학과 채희영, 건강증진센터 최현경.



## 하계의료봉사 실시 - 화성시 송산면에서 1,000여명 진료

인하대병원(병원장 박승림) 인하사회봉사단(단장 이홍식 교수)은 7월 18일~19일 양이틀간 경기도 화성시 송산면에서 하계의료봉사 활동을 펼쳤다. 인하사회봉사단은 내과, 비뇨기과, 신경과, 정형외과에서 의사 7명, 간호사 3명, 의대생 10명 등 총 20명이 참가하여 1,000여 명의 주민을 진료했다. 이번 의료봉사는 화성시 송산면 일대 65세 이상 어르신과 기초생활수급자를 대상으로 일반적인 진료와 검사 외에 무료로 조기암을 발견할 수 있는 간암, 췌장암, 전립선암 등 암표지자 검사를 실시하여 주민들로부터 큰 호응을 받았으며, 특히 흥승용 인하대학교 총장, 이두익 인하중앙의료원장, 박승림 병원장 등 인하학원 관계자 여러분이 진료를 하고 있는 송산면 사무소를 방문하여 의료봉사단을 격려했다. 박승림 병원장은 “요즘 농촌에는 주로 65세 이상 연령이 높으신 분들이 일일이 건강을 챙기지 못하고 각종 질병에 노출되어 있고 병원에서 진료를 받더라도 거리가 멀고 소요되는 비용이 많이 들기 때문에 아파도 그냥 참는 주민이 많다고 판단돼 농어촌 순회 의료봉사를 하고 있다”고 말했다. 인하대병원은 '96년 개원 후 의료시설이 낙후된 농어촌 및 낙도를 대상으로 순회 의료봉사를 계속해 왔으며 앞으로도 실질적 도움이 되는 의료봉사를 지속적으로 이어 나갈 계획이다.



# Inha News

## 파랑새 소식

- 파랑새는 인하대병원 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

### 강화지역 군민 및 유방암 환우를 위한 출장강좌개최



지난 6월 14일 강화 지역 군민 및 유방암 환우(본원 내원)를 위한 유방암 공개강좌를 개최하였다. 강화지역 유방암 환우와 가족분들, 그리고 강화지역 생활개선회 여러분들이 참석하여 자리를 빛내주었다. 이번 공개 강좌는 지역의 특성상 유방암 환우회 모임 및 공개강좌에 참석할 수 없었던 강화 지역 환우들에게 인하대병원 여성암센터의 사랑과 정성을 보이기에 충분하였으며 많은 강화 여성들에게 유방암에 대한 홍보에 큰 역할을 하였다. 강의 내용은 한국인의 유방암(조영업 교수), 유방암의 재발과 전이 예방(김세중교수), 유방암과 식이요법(신자은 영양사) 순으로 이뤄졌으며 강화지역 환우분들이 서로 정을 나누고 소모임을 구성하는 계기가 되었다.

### 정기 유방암공개 강좌 개최



7월 17일 개최된 유방암 공개강좌에 110여명의 환우, 가족 및 일반인이 참석하였다. 방사선종양학과 김현정선생님께서 유방암과 사이버 나이프에 대한 자세하고 새로운 내용으로 사이버나이프의 유용성에 대해 강의해주셨으며, 윤성녀 웃음치료사(자원봉사자, 웃음치료 1급자격증)의 건강하고 활기찬 웃음이 병으로 지치고 불안했던 심신을 달래주기에 충분했다.

#### ■ 행사 예정

- ※ 유방암 환우회 आय회: 9월 19일(예정)
- ※ 10월 12일 핑크마라톤 대회
- 신청기간: 2008년 9월 29일까지 각 구 팀장님께 신청해주세요
- 참가자격: 환우 및 가족 모두

## 인사동정

### 소속 및 보직확인

적정진료관리실장	조영업
고객만족팀장	이도익
고객만족팀	김진영, 이우진
QI 팀장	문미혜
QI 팀	이효원, 유영미, 박지영, 윤정인

### 보직임명

병동간호팀 서11병동 간호단위책임자	정윤예
특수간호팀 MICU-B 간호단위책임자	이혜경
특수간호팀 CCU 간호단위책임자	권은경
특수간호팀 MICU-A 간호단위책임자	
직무대리	함영주

### 임명

#### ●홍보위원

영상의학과	김규동
진단검사의학과	채희영
간호부	유진희
건강증진센터	최현경
원무보험팀	강순자, 조인하
약제팀	조래정

### 신규채용

#### ●부속병원

전산정보팀	황은이
진단검사의학과	이필웅
원무보험팀	한은정
병동간호팀	문진희, 이경나, 정은정, 한기옥, 김지혜, 최상숙, 서영주, 김혜지, 정현미, 하현정

### 특수간호팀

박지애, 김수양, 김설희, 정여주, 강복자, 소 라, 고경빈, 윤주영, 심은비

### 전근

●의료원	
대외협력홍보실	김종민
●부속병원	
임상시험센터	김은경
병동간호팀	김진숙
특수간호팀	김은아, 오은숙

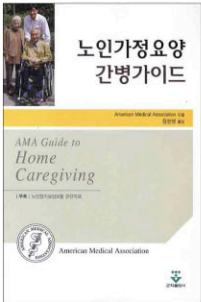
### 파견

인하대학교 의학도서관 최종민, 김경미

### 이달의 친절부서 및 직원

6월 친절부서	재활의학과
7월 친절직원	병동간호팀 박재란

## Book Story



- 제 목 : 노인가정요양 간병가이드 (AMA Guide to Home Caregiving)
- 지은이 : American Medical Association
- 옮긴이 : 정한영
  - 인하대학교 의과대학 재활의학과 교수
  - 의학박사, 재활의학과 전문의
  - 대한재활의학회 및 대한뇌재활학회 이사
  - 대한뇌졸중학회 감사
  - 대한소아재활의학회 이사장

우리나라도 어느덧 65세 이상의 노인 연령층이 증가하여 고령사회로 접어들면서 노인성 질환과 노인장애인들이 날로 증가하고 있다. 이 책은 가족이면서 또한 간병인으로서 노인이나 장애인을 어떻게 간병(요양)하고, 도와주며 함께 생활해야 하는지를 알려주기 위해서 미국의학 협회에서 직접 저술한 책이다. 약먹기, 건강식단짜기 등의 기본적인 간병기술부터 상처 돌보기, 정맥투약유지하기 등의 전문적인 기술, 치매노인 돌보기 및 가족들에게 노인들이 노화하여 임종으로 다가가는 과정이나 증상을 소개함으로써 임종에 대비할 수 있도록 도와주며, 또한 보호자(간병인) 자신의 건강을 돌보는 내용도 다루고 있다. 뇌졸중이나 노인성 치매를 앓고 있는 노인을 가정에서 보살피는데 필요한 지식과 정보를 얻어 우리모두가 좀 더 행복한 나날을 보낼 수 있도록 도움을 주는 책이다.

## □ 노인장기요양보험

### 1. 의의

건강보험, 국민연금, 산재보험, 고용보험에 이은 제5대 사회보험 제도로써, 고령이나 치매, 중풍 등으로 혼자서 일상생활을 수행하기 어려운 모든 노인에게 질 높은 요양시설, 재가시설 서비스를 제공하여 노후생활의 안정과 그 가족의 부담을 덜어주어 국민의 삶의 질을 높여주는 사회보험제도를 말함.

### 2. 대상자

65세 이상 노인 및 치매, 중풍 등 노인성 질환 64세 이하의 국민

### 3. 장기요양급여의 종류

- 시설급여 : 노인요양시설에서 노인이 장기간 입소하여 생활

- 재가급여 : 방문요양, 방문목욕, 방문간호, 주야간보호, 단기 보호, 복지용구
- 현금급여 : 가족요양비(도서 벽지 등으로 인해 서비스를 받지 못할 때 현금 일정액 지급)

### 4. 이용절차

장기요양인정신청 및 방문조사 ☎ 등급(1~3급)판정 ☎ 장기요양 인정서, 표준장기요양이용계획서 통지 ☎ 장기요양급여 이용계약, 급여 제공

### 5. 본인부담금

본인부담은 재가급여는 100분의 15, 시설급여는 100분의 20

※문의 : 보훈공단상담센터(인하대병원 1F) ☎032-884-4010

# 인하대병원 건강문화 최고경영자 과정 개설안내



## 건강문화 최고경영자 과정은?

최고의 명 의와 교수진, 1:1 평생주치의 제도를 활성화하여 성공적인 인생에 있어서 빼놓을 수 없는 가장 소중한 CEO의 건강과 인적 네트워크를 제공해 드리는 CEO 전용 건강관리프로그램입니다. 소중한 건강을 위해 알차고 세심하게 준비한 인하대병원의 건강문화 최고경영자 과정으로 여러분을 모시겠습니다.

### 교육 과정 개요

- 모집인원 : 50명 내외
- 교육기간 : 2008. 9 ~ 2009. 1
- 교육과정 : 총 34개 과정
  - 건강 관리 : 21개 과정
  - 문화 교양 : 5개 과정
  - 경영/특강 : 6개 과정
  - 레저/재미 : 2개 과정

### 지원 절차

- 원서교부 및 접수기간 : 2008. 7. 15 ~ 2008. 8. 31
- 지원 및 접수방법
  - F A X : 032-890-2605
  - 전 화 : 032-890-2800
  - 홈페이지 : www.inha.com
  - E-Mail : hc@inha.com
- 제출서류 : 입학원서 1부,  
반명함판 사진 2매(원서 부착 포함)
- 등록금 : 500만원
  - 공무원 및 배우자 입과시 소정의 할인혜택
  - 해외문화 탐방 등 일부 과정에 대한 추가 비용은 포함되지 않았습니다.
  - 입금계좌 : 하나은행 | 748-92003-38004  
예금주 | 인하대병원
- 문의 : H&C사무국(박정아 연구원)
  - 전화 : 032-890-2800
  - H P : 017-707-3779

### 입과자 특전

- 1:1 방식의 평생 동반자적 의료자문 및 설계(주치의 결연식)
- 교육기간 중 부부합동 무료건강진단 및 의료상담
- 매 강의전 기초건강테스트(혈압, 당뇨, 피검사 등 실시)
- 교육기간 중 부부합동 강의청취 및 각종 행사 참여기회제공
- 과정수료시 VIP고객(A급)으로 자동 등재 및 특별관리
- 교육기간 중 인하대병원의 최신 시설, 장비 견학 및 Rounding
- 교육수료 후 월 1회 건강관리 조찬회 참석(건강/교양 강좌)
- 인하대/병원 주최 각종 세미나 및 행사에 초빙
- 인하대학교 동문 자격부여 및 각종 동문회 행사에 참여
- 인하대/병원의 각종 연구시설 및 도서관이용 편의 제공
- E-Mail을 통한 각종 건강정보 및 Contents 제공
- 필요시 특별건강상담 및 주치의의를 통한 체계적 건강 자문
- 교육수료 후 원우회 활동지원 및 인적 네트워크 형성 지원
- 병원발전에 혁혁한 공로자에 대해서는 평생 The MVP 특전
- 수료자 가족 및 추천인에 대해서는 각종 할인혜택 부여

# Health & Culture Top Management

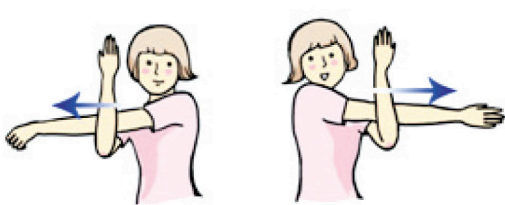


# 상지 근골격계 질환 예방 스트레칭

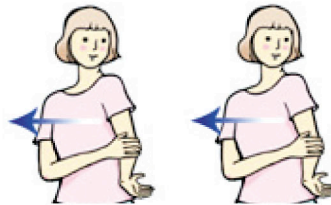
## 근막통증후군 - 어깨

근육이 딱딱하게 뭉치면서 통증을 유발하는 질환으로 주로 잘못된 자세, 반복적인 동작, 스트레스에 의해 어깨나 뒷목 주변 근육이 쉬지 않고 장기간 긴장함으로써 발생합니다.

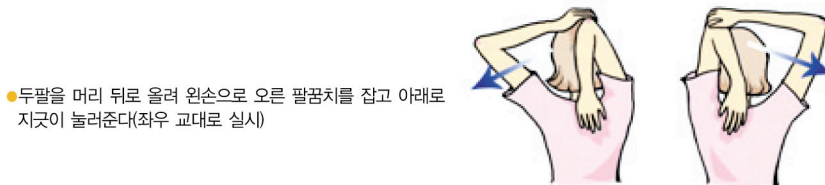
근육이 뭉쳐서 생기는 질환이므로 스트레칭은 근막통증후군의 예방 및 치료에 많은 도움이 됩니다. 아래 그림과 같은 동작을 작업 전후에 5분이상 시행하면 질환의 예방에 큰 도움이 될 수 있습니다.



- 왼팔로 오른쪽 팔을 받쳐 오른쪽 어깨 뒤를 보면서 왼쪽방향으로 팔꿈치를 지긋이 누르며 오른팔을 부드럽게 당겨준다(좌우 교대로 실시)



- 왼손등을 허리에 대고 오른손으로 왼쪽 팔꿈치를 잡아 안쪽으로 당겨준다(좌우 교대로 실시)



- 두팔을 머리 뒤로 올려 왼손으로 오른 팔꿈치를 잡고 아래로 지긋이 눌러준다(좌우 교대로 실시)



- 양손을 어깨에 살짝 얹고 어깨관절을 크게 돌려준다

※제공 : 인하대병원 산업의학과 ☎032-890-2861

안녕하십니까? 이번 원보부터 야심차게 선보이는 **Global Mediport, Inha University Hospital** 만들기 프로젝트 '병원에서 쓰이는 영어 한 마디' 코너입니다. 외국인 환자가 처음 인하대병원을 방문하는 순간으로 **Let's Go!**

## Information desk

Clerk: May I help you?

무엇을 도와드릴까요?

International patient: I'd like to see a doctor today.

오늘 진료를 받고 싶어요.

Clerk: You should register first. We provide a specialized desk for international patients. Please turn your right and go straight, you can find the registration desk No.10.

접수를 먼저 하셔야 됩니다. 저희는 외국인 환자를 위한 접수창구를 별도로 마련해 놓고 있습니다. 오른쪽으로 쪽 가셔서, 10번 창구입니다.

International patient: Yes, it's my first visiting.

네, 첫 방문이에요.

Clerk: Please fill out this registration form first.

먼저 이 진료신청서를 작성해주세요.

- After submit - (제출 후)

Clerk: Thank you. The department you want to visit is on the second floor. Please present your registration receipt to the department clerk.

감사합니다. 진료를 원하시는과는 지하 1층에 있습니다. 해당 진료과에 수납하신 영수증을 제시하세요.

International patient: O.K. Thank you.

고맙워요.

## Registration desk

Clerk: Is this your first visit to our hospital?

저희 병원을 처음 방문하셨습니까?

\* 다음 호에는 환자가 진료 접수 시 필요한 대화를 소개해드리겠습니다. 하루에 세 번씩 읽고 암기해서 외국인 환자분께서 오셨을 때 적절히 활용해보세요.

Global 인하대병원에는 Global 인하인이 있습니다.

## 송 원 | 고 | 모 | 집 | 송

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

■E-mail : inhapr@inha.com

■보낼 곳 : 대외협력홍보실

☎ 032-890-2603

## 편집위원

김명석

이지현, 김필립 | 대외협력홍보실

유진희 | 간호부

강순자 | 원무보협팀

## 독 자 업 서

보 내 는 사 람

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

□□□□-□□□□

받 는 사 람



**인하대병원**  
www.inha.com

인천광역시 중구 신흥동 3가 7-206  
인하대병원 대외협력홍보실  
원보편집실 앞

4 0 0 - 7 1 1



# 퀴즈 퀴즈 제44회

※ 당첨자는 다음호에 게재됩니다.



퀴즈 정답과 의견을 독자엽서에 작성하시어, 원내 고객의 소리에 넣어 주시기 바랍니다. 또한 병원 홈페이지(www.inha.com)를 참고하시고 인터넷으로 응모하시면 더욱 편리합니다.

※당첨된 분들께는 소정의 문화상품권을 드립니다.

## 1 A형 간염에 대한 설명 중 맞지 않는 것은?

- ① 대한감염학회에서는 20대 성인모두가 예방접종 받을 것을 권하고 있다.
- ② 우리나라 식습관에서는 예방하기가 쉬운 질병이다.
- ③ 어른이 A형 간염에 걸리면 고열이 나고, 황달도 심하다.
- ④ 예방주사는 2번 맞아야 하고, 예방효과가 20년 이상 지속된다.

## 2 다음은 새로 가동을 시작한 암 치료기 하이프(HIFU)에 대한 설명이다. 이 중 맞지 않는 것은?

- ① 하이프는 인체에 무해한 초음파에너지를 한곳에 고강도 집중하여 칼을 대지 않고 치료하는 최신 암 치료장비이다.
- ② 면역력이 저하된 환자에게도 반복시술이 가능하다.
- ③ 치료 시 입원기간은 3일 이내로 짧다.
- ④ 기존치료가 어려운 췌장암 등에서 좋은 효과를 보고 있다.

## 3 인하대병원은 헬스조선과 대한항공과 함께 베트남, 캄보디아, 필리핀, 중국, 몽골, 러시아 등지에서 시집 온 외국인 신부의 부모 중 중병에 걸려 수술이 필요한 가족을 한국으로 초청해서 치료해 주는 '○○○○○○' 캠페인을 벌인다. 이번 캠페인은 올 추석을 전후해 한국으로 초청해 인하대병원에서 필요한 치료를 해 줄 계획이다.

### ※여러분의 소중한 의견을 기다립니다.

● 이번 호에서 가장 좋았던 내용은?

● 편집자에게 하고 싶은 말은?

● 보내시는 분의 연락처

● 앞으로 다루었으면 하는 내용이나, 바라는 점이 있다면?

### Quiz 정답

1

2

3

### ♣ 제43회 QUIZ 정답

- ① 3
- ② 2
- ③ 의료기관평가

### ♣ 당첨을 축하합니다

- 김지혜 간호부
- 이난주 병리과
- 이용근 인천 서구 검암동
- 이현정 인천 동구 만석동
- 이용운 인천 남동구 구월3동



## 인하의료원 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 형태로도 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 : 하나은행 748-910002-39804 (예금주)인하대병원

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

◎ **총괄 현황** | 2008년 7월 31일 현재

기부자	약정액	납입총액	비고
224명	450,453,321원	307,448,496원	

◎ **기부자 현황** | 2008년 6월 1일 ~ 7월 31일 현재

일 자	성 명	약 정 액	비고
'08. 6~18. 5	원공주	₩1,200,000원	진료지원팀
'08. 7. 25	김철웅	₩2,000,000원	정신과(완납)
'08. 7. 25	스피드인라인 동호회일동	₩590,473원	스피드인라인 동호회(완납)



### | 건강교실 안내 |

건강교실명	내 용	개최일시	개최장소	문의전화
출산준비 부부교실	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 임신, 분만에 대한 지식 및 산모체조와 진통시의 적절한 호흡법 교육</li> <li>- 참가비 7만원</li> </ul>	매주 (토) 오후 2시	3층 회의실	(032)890-2170
항암제를 맞는 환자 및 보호자 교육	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 항암 화학요법이란 무엇인가?</li> <li>• 항암 화학요법의 부작용과 대처방안</li> <li>• 항암 화학요법을 받는 환자의 식사요법</li> </ul>	매주 1회 (교육 신청시 안내)	3층 암센터	(032)890-2580
유방암 환자 교육	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 유방암 환자의 식이</li> <li>• 유방암 수술 후 관리 및 림파부종 관리</li> <li>• 유방전문의와의 상담 및 환우들과의 대화</li> <li>- 유방암 환우 및 가족(유선 신청)</li> </ul>	매월 두번째 월요일 오후 3시~4시 30분	3층 1 세미나실	(032)890-2560



### | 무료공개 강좌 |

강좌 일자	강좌 내용	진료과목	담당교수
7월 29일(화) 오후 3시	알레르기 질환 예방	이비인후과	양태용
8월 26일(화) 오후 3시	발진을 동반한 감염질환	소아청소년과	홍영진
10월 28일(화) 오후 3시	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)

# 인하대병원 진료안내

■ 대표전화 (032)890-2114
■ 외래진료예약 (032)890-2000  
■ 종합검진센터 (032)890-3331
■ 종합검진플러스센터 (032)890-3300
■ 사이버나이프센터 (032)890-3076

● 형색 : 클리닉과 일반진료 병행
● (형색) : 클리닉만 진료

진료과	교수명	선택진료	세부전공과목	진료요일		비고	진료과	교수명	선택진료	세부전공과목	진료요일		비고
				오전	오후						오전	오후	
순환기내과 (☎2200)	이우형	*	고혈압, 관동맥질환, 고지혈증	월, 금	화	심장혈관센터 (☎2440~1)	감염내과	정문현	*	감염성질환, 병원감염, 발열질환	월, 목	화	
	박금수	*	관동맥질환, 고혈압, 심근질환	화, 목	월		이진수	*	감염성질환, 병원감염, 발열질환	수, 금	월		
	권 준	*	관동맥질환, 심장판막질환, 심근증	월, 수	목		류마티스내과 (☎2219)	박 원	*	관절염, 골다공증, 류프스	화, 수, 목	월	
	김대혁		해외연수(2008. 8 ~ )					권성렬	*	관절염, 혈관염, 베체트, 레이노	월, 금	화, 수, 목	
	우성일		관동맥질환, 고혈압, 심부전		월, 수, 목, 금			이미진		관절염, 척추염, 통풍	월, 화, 수, 목		
	최응길		관동맥질환, 고혈압, 심부전	화, 목				김영욱		관절염, 척추염, 통풍	금	월, 화, 수	
	김수현		관동맥질환, 고혈압, 심부전		금			일 반				금	
일 반			수, 금	화	알레르기내과	김철우	*	천식, 만성기침, 두드러기 및 알레르기 질환	월, 목	월			
					일 반			금	화				
소화기내과 (☎2224)	김영수	*	간질환, 간암클리닉, 위내시경	월, 수, 목		내시경센터 (☎2540~1)	내과계일반	일 반	전체적인 내과진료	월, 화, 수, 목, 금	월, 화, 수, 목, 금		
	신용운	*	소화관질환, 위·대장질환	월, 금	수		외 과	김경래	*	소화기외과, 대장항문질환	월, 수	목	
	이돈행	*	담도, 췌장질환, 위·대장내시경	화, 목	월		(☎2250)	신석환	*	소화기외과, 위암	목	월	
	김형길	*	소화관질환, 소화관암, 대장질환	수, 금	월			홍기천	*	혈관외과	화	목	
	권계숙		해외연수(2007. 10 ~ )					안승익	*	간담도외과, 이식외과	목	화	
	이진우	*	간질환, 간암클리닉, 위·대장내시경	목, 금	화, 목			조영업	*	유방, 내분비외과	(월) (수) (목)		
	정 석	*	담도, 췌장질환, 위·대장내시경	월, 화	목			박지중	*	유방, 내분비외과	(화) (금) (일)	(월) (목)	□여성암센터
	이정일	*	간질환, 간암클리닉, 위·대장내시경	화, 수	수, 금			이건영	*	간담도외과, 이식외과	수	금	
	박정엽		치료내시경, 소화관질환	수	화, 금			허윤석	*	소화기외과, 위	금	화	
	박현주		간, 소화관, 담도, 췌장질환		수			최성근	*	소화기외과, 대장항문질환	화	금	
	최원아		간, 소화관, 담도, 췌장질환		월			최윤미	*	소아외과	금	월, 수	
	김철현		간, 소화관, 담도, 췌장질환					윤민영		대장항문질환	금	수	
	손동욱		간, 소화관, 담도, 췌장질환					최소영		유방, 내분비외과	월	(수)	
	김희구		간, 소화관, 담도, 췌장질환					박정미		유방, 내분비외과	화		
최재로운		간, 소화관, 담도, 췌장질환			강규철			소화기외과, 위암	수	금			
호흡기내과 (☎2219)	이홍렬	*	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양	화, 목	월, 금	(☎2280)	흉부외과	김광호	*	폐질환, 식도질환, 다한증, 기흉	화, 목		
	곽승민	*	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양	월, 화, 금	수		백완기	*	심장질환, 혈관질환	금	화		
	류정선	*	호흡기질환, 폐종양, 만성폐질환	월, 금	화, 목		김정택	*	심장, 혈관, 정맥류, 폐질환	수	월, 목		
	조재화	*	호흡기질환, 만성폐질환, 집중진료의학	수, 목	월, 화		윤용한	*	폐, 식도, 다한증, 기흉	월, 수, 금			
							신경외과	박중운	*	척추, 척수, 디스크질환	화, 목	월, 목	★사이버나이프센터
내분비내과 (☎2216)	김용성	*	당뇨병, 비만, 내분비	화, 금	월, 수, 목, 금	(☎2370)	박형천	*	척추, 척수, 디스크질환	월, 수	수		
	남문석	*	당뇨병, 뇌하수체, 내분비	(월) (화) (수) (목)			김은영	*	뇌신경외과, 뇌종양, 안면경련, 3차신경통, 소아	월, 수	월, 수		
	홍성빈		해외연수(2008. 2 ~ )				박현선	*	뇌종양, 경동맥질환, 모야모야병, 뇌혈관기형	월 (화) (목) (목)		뇌종양, 안면경련, 삼차신경통, 뇌내혈종, 상악수술	
	김소현		당뇨병, 내분비, 비만	월 (화) (목) (금)	(화) (목)		현동근	*	뇌신경외과, 뇌혈관질환	수, 금	화, 금		
	오윤주		당뇨병, 내분비, 갑상선	(화) (목) (수) (금)	■임T검사		윤승환	*	척추, 척수, 디스크질환	금	화, (수) (금)	수요일	
신장내과 (☎ 2229)	김문재	*	신장질환, 고혈압	월, 화, 목		혈액투석진료	장형외과	박승림	*	척추디스크 질환, 척추관협착증, 골절, 척추 및 사지	목		
	이승우	*	신장질환, 당뇨병성신증	수, 금	월		오인석	*	슬관절염, 인공관절, 슬관절, 골수관절, 스포츠외과	월, 수	수		
	송준호		해외연수(2008. 2 ~ )				문경호	*	인공관절, 인공관절, 슬관절, 골수관절, 관절염	화, 목	화		
신장이식클리닉 (☎ 2533)	김문재	*	혈액투석진료, 복막투석, 신장이식 진료	화, 수, 목, 금		클리닉과 병행	김명구	*	스포츠외과, 인공관절, 인공관절, 인공관절, 인공관절	월, 수	수		
	이승우	*	혈액투석진료				강준순	*	인공관절, 인공관절, 인공관절, 인공관절	월, 수	월		
	송준호		해외연수(2008. 2 ~ )				김려섭	*	슬관절, 인공관절, 스포츠외과, 관절염	목, 화	화, 목		
복막투석클리닉 (☎2535)	김문재	*	혈액투석, 복막투석진료		목		조규정	*	척추질환, 디스크, 척추추출증, 골다공증	화, 금	수		
	이승우	*	혈액투석, 복막투석진료		화, 금		이동주	*	수부, 상지, 종양, 관절염	화, 금	월		
	송준호		해외연수(2008. 2 ~ )				강석봉		척추		금		
혈액종양내과 (☎2219)	김철수	*	종양학, 혈액학, 골수이식학	월, 수	월, 수	친자확인	이 문		슬관절, 견관절		월		
	이문희	*	종양학, 혈액학, 골수이식학	수, 목	월		정새롬		인공관절, 인공관절, 인공관절		목		
	이현규		종양학, 혈액학, 분자유전학	화	수, 금		일 반				화, 목, 금		
	김진수		종양학, 혈액학, 분자유전학	화, 금	목		성형외과 (☎3870)	황 건	*	얼굴외상 및 기형, 선천기형, 미용	화, 목	목	
	임주한		종양학, 혈액학, 분자유전학	목, 금	화			황진희		손외과 및 미세수술 화상, 미용	월, 수, 금	수	
암센터 (☎2580)	김철수	*	혈액종양, 골수이식	화, 목			일 반			월, 화, 수, 목, 금	월, 화, 수, 목, 금		
	이문희	*	혈액종양, 골수이식	월									

토요일 오전진료는 순환기내과, 소화기내과, 내분비내과, 류마티스내과, 정형외과, 비뇨기과, 소아청소년과, 안과, 이비인후과, 정신과, 치과, 피부과만 가능하오니 기타 진료과의 응급환자는 응급의료센터를 이용하여 주시기 바랍니다. (각과의 사정에 따라 진료시간이 변경될 수 있습니다.)

• 청색 : 클리닉과 일반진료 병행 • (청색) : 클리닉만 진료

진료과	교수명	진료일	세부전공과목	진료요일		비고	진료과	교수명	진료일	세부전공과목	진료요일		비고
				오전	오후						오전	오후	
피부과 (☎2230)	최광성	*	모발 조깅클리닉, 여드름, 모발이식, 피부외과, 레이저 비형	월, 화, 목	월 (화), 목	△피부레이저클리닉	정신과 (☎3880)	강민희	*	정신분열병, 우울증, 일중장애, 노인성정신장애	수, 금	월, 화	우울조율병클리닉
	신정현	*	아토피피부염, 알레르기, 색소질환, 레이저, 두드러기, 피부미용	수, 금	월, 화, (목)			수, 목	월, 목	조기정신병클리닉			
	이현숙	*	건선, 여드름, 피부미용, 레이저	화, 금	(수), 금			월	화, 목, 금	혈액콜라겐항노화클리닉			
	이승규	*	모발, 모발이식, 피부미용외과	목	수			화, 목	월, 수	노인치매클리닉			
	일 반			월, 수	(월), 수, 목			수	월, 금				
비뇨기과 (☎2360)	서준규	*	성기능장애, 여성배뇨장애, 불임	화, 금	화	결핵은 무조건 (U)	신경과 (☎3880)	허충건	*	운동장애, 퇴행성질환	화, 수	수, 목	운동장애클리닉
	박원희	*	요실금, 중앙, 전립선질환	월, 수	수			화, 금	화, 금	뇌졸중클리닉			
	윤상민	*	중앙, 결석, 신이식	월, 목	목			수, 금	화, 수	기억, 언어장애클리닉			
	심도환	*	중앙, 결석, 전립선질환	화, 금	화			수, 금	화, 수				
	이택	*	배뇨장애, 소아비뇨, 여성요실금	목	월, 목			수, 금	화, 수				
류지간	*	전립선질환, 요로결석, 비뇨기외상	수	월, 수	수	월, 수							
일 반		일반비뇨기		월, 화, 목, 금		수, 목	수, 목						
산부인과 (☎2270)	이유영	*	부인과중앙	화, 목 (금), (수)	(수)	□여성암센터	재활의학과 (☎2480)	정한영	*	뇌졸중(중풍), 소뇌발달장애, 장애평가, 뇌성마비	월 (금), (수)	수	뇌졸중마비클리닉
	이병익	*	중앙학, 불임·폐경기	수, 금	월, 목			화, 수	목, 금	*언어장애			
	임문환	*	주산기의학, 조음파	월, 목	월, 화			목	월, 화				
	송은섭	*	부인과중앙	월 (화), (수)	금			목	월, 화				
	황성욱	*	중앙학, 복강경	(화), (목), (금)	화			목	월, 화				
박지현	*	주산기의학, 산과초음파	월, 수	수, 목	수, 목	월, 화, 수, 목							
여성암센터 E-2300	이유영	*	부인과중앙	금	수	■인모틀 시술	가정의학과 (☎2240)	최지호	*	가족건강관리, 금연	월, 화, 목	수, 목, 금	건강진단센터
	송은섭	*	부인과중앙	화, 수				월, 화, 목	월, 화, 수, 목, 금				
	황성욱	*	중앙학, 복강경	월, 목				목	월, 화, 수, 목, 금				
	조영업	*	유방, 내분비외과	화, 수, 목				수, 목	월, 화, 수, 목, 금				
	김세중	*	유방, 내분비외과	화, 금	월			수, 목	월, 화, 수, 목, 금				
내분비내과	최소영	*	유방, 내분비외과	화, 금	수	국제클리닉(☎2455)	일 반		신체검사(유학, 비자용) 영문진단서	월, 수, 목	월, 화, 수, 목, 금		
	홍성빈	*	해외연수(2008. 2 ~ )				이두익	*	통증치료	화			
	김소현	*	당뇨병, 내분비, 비만	화			차영덕	*	통증치료	월, 수, 금	월, 금		
	김윤정	*	유방방사선학	(월), (수), (목)			고희창	*	통증치료	목	화		
	일 반						일 반			수, 목			
소아청소년과 (☎2260)	손병관	*	알레르기, 호흡기, 면역질환	월	수	민5세까지 소아외과	영상의학과 (☎2740)	조순규	*	중재적 방사선학	월, 수, 목	월, 수	
	홍영진	*	심장, 감염	목, 금	월			화, 금	화, 금				
	김순기	*	혈액, 중앙, 내분비, 비만, 성장	수, 금	월, 목			수, 목	화, 금				
	전용훈	*	신생아, 미숙아, 발달	월	화, 수, 목			수, 목	화, 금				
	임대현	*	알레르기, 호흡기, 면역, 결체조직	화, 수	월, 목			수, 목	화, 금				
안과 (☎2400)	김정희	*	알레르기, 호흡기, 면역, 결체조직	월, 수	화, 금	*사이버나이프센터 재활인형도센터 4층	방사선중앙학과 (☎3070)	노준규	*	소화기암, 유방암, 폐암, 뇌암	화, 목, (금), (수)	월 (화), 목	
	권영세	*	해외연수(2007. 9 ~ )					김한정	*	비교적, 임종, 양성종양, 소아암, 두경부, 부인암	월, 수	(월), (수), (목), (금)	
	이지은	*	신장, 내분비, 유전	화, 목	수, 금			노준규	*		금	화	
	강성길	*	소화기, 소아내시경	월, 목, (금), (수)	(월), 화, 금			김우철	*		수, 목	화	
	안소현	*	알레르기, 호흡기, 면역, 결체조직	화, 금	월			김한정	*		수, 목	화	
일 반				수, 금				수, 금	월, 수, 금				
안과레이저(☎2400)	EYAL	*	레이저 클리닉			*사이버나이프센터 재활인형도센터 4층	사이버 나이프 중앙학과 (☎3076)	노준규	*	노중앙, 뇌혈관기형	화, 목, (금), (수)	월 (화), 목	
	장태영	*	비교, 코(성형), 알레르기	수, 목	월			김우철	*		금	화	
	김영모	*	두경부종양(목), 음성언어(편도X)	화, 목				김한정	*		수, 목	화	
	김규성	*	어지럼, 난청, 인공와우이식, 중이염	(수), (금)	화, (수)			박현선	*	노중앙, 뇌혈관기형	화	목	
	최호석	*	중이염, 난청, 보청기, 인공와우	월, (수)	수, 목			윤순환	*	척추, 척수, 원발성종양	수, 금	월, 수, 금	
이비인후과 (☎2420)	양태용	*	이과, 비교, 두경부	월	금	*인공치아배식클리닉	해의학과(☎2301)	일 반		응급의학, 약물중독	수		
	김보묵	*	이과, 비교, 두경부	금	목			김일규	*	구강 악안면외과	월, 화, 수, 목	화, 목	인공치아배식클리닉
	한길수	*	이과, 비교, 두경부	화	월, 금			오남식	*	보철과	화, 금	월, 화, 목, 금	
	일 반			월, 화, 수, 목, 금	월, 화, 수, 목, 금			장금수	*	구강외과	수, 목	월, 수, 금	
				월, 화, 수, 목, 금	월, 화, 수, 목, 금			이언화	*	교정과	월, 금	월, 화, 수, 금	

## 국내 최초 3세대 초음파 암치료기 무통·무혈 하이프(HIFU)



### 3세대 초음파 암치료기 하이프(HIFU)는?

수술용 초음파 발생장치와 진단용 초음파 발생장치를 결합한 장비로써 실시간 암의 위치를 확인하면서 암세포에 초음파를 집중 집속하여 온도 70~100도 이상 열을 가해 암세포를 괴사시켜 치료하는 첨단 장비입니다.

#### 하이프의 장점

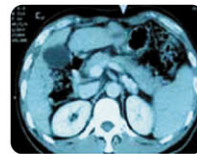
- 방사선을 사용하지 않아 합병증 및 부작용이 전혀 없습니다.
- 통원치료 및 편안함을 제공합니다.
- 시술시 무마취, 무통증 치료입니다.
- 정상세포 및 기관에 증독작용이 없고 환자 회복이 빠릅니다.
- 실시간 시술함으로써 정밀도가 높고 주위 정상조직 손상을 최소화하여 단독, 반복, 병합 치료가 가능합니다.
- 암 면역력이 높아지고 통증은 감소됩니다.
- 중앙세포의 자살 유도 작용으로 종양을 치료합니다.
- 췌장 및 말기암 환자의 치료와 통증 완화에 효과가 탁월합니다.

#### 치료 가능한 질환

간암, 췌장암, 자궁근종, 갑상선암, 전립선암, 유방암, 후복강고형암, 악성 뼈종양, 악화된 말기 암환자의 통증 완화

#### 치료결과 예시

##### 간암



△ 치료전



△ 치료후

##### 췌장암

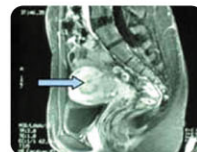


△ 치료전

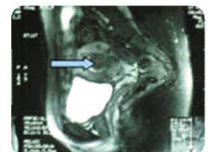


△ 치료후

##### 자궁근종



△ 치료전



△ 치료후