

2009 NOV·DEC Vol.78 **11·12**

건강한 세상을 향한 네비게이션 -



인하대병원

인하대병원과 헬스조선
법무부 인천출입국관리사무소가 함께하는
다문화가정 건강지킴이 사업





2009. 11+12

CONTENTS

Nov. Dec Vol. 78

04	월례조회사	자발적으로 목표이루는 것이 중요하고 이상적
06	행복을 전하는 글	어머니의 기도
07	Well-being Report	폭탄주보다 더 나쁜 건 매일 마시는 '술'
10	다문화가정 건강지킴이	통증으로부터 해방 된 기쁨을 맛 본 첫 수혜자 탄생!
12	의학정보 1	부정맥 - 가슴이 덜컥, 롤러코스터 타는 느낌은 뭘까?
14	의학정보 2	건강의 최대 적 독수리 5형제 대사중후군!
16	건강책갈피	간 건강에 대한 오해와 진실
18	글이 머무는 풍경	잘 놀 줄 아는 사람이 일도 잘한다 달아라 병아리 바다를 건너
24	감사의 글	사모곡
26	운동처방사의 운동법	비만의 계절인 겨울, 그러나 살빼기에도 좋은 계절이다!
28	사회복지 소식	아주 작은 우리 아이들
30	특약약물상담	점안제는 개봉 후 1개월, 유통기한 남았어도 사용하면 위험!!
31	신종플루 안내문	신종인플루엔자 예방접종 대상 및 절차 안내
32	미소 캠페인	사방 사방 날리는 인하대병원의 마법 같은 미소쟁이들~~~~
33	협력병원	유진정형외과 / 호림신경외과
34	병원소식	인하대병원소식 / 인사동정
38	알립니다	파랑새 소식 / 자원봉사자모집 Global Inha / 퀴즈 퀴즈 제51회 / 발전기금 / 무료공개강좌

분위기로 자연스럽게 함께하며 자발적으로 목표이루는 것이 중요하고 이상적



몇 달 전 변화와 혁신 교육 중에 한 번 들려드린 적이 있어 들으신 분도 있겠지만 깊어가는 가을, 시 한편 함께 듣는 것도 나쁘지 않을 듯 하여 제가 좋아하는 '희망' 이라는 박노해 시인의 시를 들려드립니다.

『희망』

‘아직’에 절망할 때
‘이미’를 보아
문제 속에 들어있는 답안처럼
겨울 속에 들어있는 찬 햇봄처럼
현실 속에 이미 와 있는 미래를

아직 오지 않은 좋은 세상에 절망할 때
우리 속에 이미 와 있는 좋은 삶들을 보아
아직 피지 않은 꽃을 보기 위해선
먼저 허리 굽혀 흙과 뿌리를 보살피듯
우리 곁의 이미지를 품고 길러야 해

저 아득하고 머먼 아직과 이미 사이를
하루하루 성실하게 몸으로 생활로
내가 먼저 좋은 세상을 살아내는
정말 닳고 싶은 좋은 사람
푸른 희망의 사람이어야 해

오늘 친절부서로 표창 받는 동11병동 직원 여러분 진심으로 축하드리고 감사합니다. 부서원 중에서 여러분이 뛰어난 점수를 받으셔서 할 수 없이 부서표창을 하게 되었습니다. 이분들이야말로 진정 우리 속에 이미 와 있는 좋은 삶들을 보고, 이미 와 있는 미래를 잡는 분들입니다. 긍정적인, 온유한, 유연한 마음을 가지지 않으면 결코 친절할 수가 없기 때문입니다.

여러 부서, 보이지 않는 곳에서, 눈에 띄지도 않게 술선수범하시는 직원들도 다치지 않습니다.

국가 재난 심각상태로 선포된 신종플루로 급증하는 환자들 진료로 힘겨워하면서도 불평 없이 임하시는 분들도 다치지 않습니다.

머리 숙여 감사드립니다.

이제 JCI모의고사인 Mock Survey가 2주도 남지 않았습니다. 모두 열심히 준비하고 있는 만큼 성실하게 임하여 내년 상반기에는 반드시 인증을 받을 수 있을 것으로 확신합니다. 각 부분별로 열심히 준비하시고 특히 JCI 전담 팀원들의 노력이 크지만 전 직원이 한마음이 되지 않으면 어려운 과제입니다. 직삼각형의 빗변은 세 번 가운데 가장 길니다. 그러나 두변의 합보다 길수는 없습니다.

각 팀장이나 전담 팀이 아무리 뛰어난 능력을 가졌다 하여도 구성원 모두가 힘을 합해 노력하는 것만큼 좋은 결과를 얻을 수는 없습니다. 빗변 뿐 아니라 다른 두 변의 길이를 합심하여 키워야 삼각형의 크기를 키울 수 있습니다. 저는 우리 교직원 모두의 합심하는 힘을 믿습니다. 이제까지도 여러 경우에서 이미 이루어내고 성취하는 힘을 곳곳에서 보아 왔습니다.

JCI 인증도 넘을 수 없는 산은 결코 아닙니다.

지난 추석 연휴에 <Black>이라는 인도영화를 보았습니다. 영화 헬렌켈

러 비슷한 구성이긴 하였지만, 듣지도 말하지도 못하는 소녀 미셀과, 그녀가 정상적인 삶을 살도록 하기위해 평생을 헌신하는 특수학교 선생님의 아름다운 인간관계를 그린 영화인데 많은 감동을 받았 습니다.

미셀의 대학입학 심사에서 수험능력을 우려하는 심사위원들에게 사하 이 선생님은 충분히 능력 있음을 설명하면서 “저 아이에게 가르쳐 주지 않은 유일한 단어는 ‘불가능’ 하나입니다”라고 말합니다. 그렇습니다. 헌신적인 노력과 사랑 앞에 진정 불가능은 없습니다. 많은 사람들에게 불가능 할 것처럼 여겨지던 JCI 여정도 이미 반환점을 돌고 있습니다. 우리 속에 이미 와 있는 미래를 확인합시다. 다만 우리가 추구 하여야 할 점은 누구의 강요에 의해서가 아니라 자발적으로 자연스럽게 목표를 이루는 것이 중요하고 이상적입니다. 이것은 안 된다. 저렇게 해라 하는 식보다는 분위기로 자연스럽게 함께 하는 것이 좋습니다.

넛지(Nudge) 효과라는 것이 있습니다.

남자 직원들은 본 적이 있을 테지만 이를테면 이런 것입니다.

Netherlands 국제공항 남자 화장실 소변기 한 가운데 자그마한 파리를 그려 넣었더니 그 그림을 맞히려 하면서 변기 밖으로 소변이 튀어 주 변 이 지저분해지는 것을 60%나 줄였다고 합니다.

이처럼 강요에 의하지 않고 눈치 채지 못하는 효과를 내는 변기 속 파

리 그림 같은 사고와 과정의 유연성이 필요합니다.

스스로 축하할 일로, 이번 달 25일에는 임상시험기관의 국제 인증인 FERCAP을 우리 병원이 받게 됩니다. 이것도 우리 속에 이미 와 있는 자랑할 수 있는 열매입니다. 함께 축하하여 주시기 바랍니다.

끝으로 『좋은생각』 11월호의 도중환님의 산방일기 중에서 한 구절 인용하는 것으로 마치려 합니다.

감빛이 곱습니다. 잘 익은 것들의 빛깔은 아름답기보다는 곱 다고 하는 게 더 어울립니다.

고운 빛깔 속에는 고운 영혼도 함께 녹아 있습니다.

시간 속에서 순간순간 충만해야 합니다.

시간 속에서 잘 익어가야 합니다.

사랑하는 교직원 여러분

깊어가는 가을, 충만한 삶을 살아가시길 바랍니다.

감사합니다.

2009년 11월 4일

병원장 박 승 립



Global Care Quality,
Global Patient Safety

어머니의 기도

이덕순

선잠을 깨우며 꿈결인 듯 들려오는 소리
희미한 아침의 경계를 벗겨내는 햇살처럼
작은 풀잎에 받아 모은 이슬방울처럼
아침 햇살에 반짝이는 기도 소리
땀내 나는 옷깃을 여미며
오늘을 밝히고
내일을 예지하는
저항 할 수 없는 숭고한 기운으로
새벽을 깨운다.

정겨운 장독대 위에
부뚜막 위에 놓인
말간 정화수 아니어도
몸을 태워 빛을 내는 양초처럼
모성의 보호본능으로 자신을 다 태워
일평생을 부귀영화
마음의 소원이 기도문이다

고엽이 누운 텅빈 들판으로
국화향기 만발하여도
드리우는 산 그림자 위로
운무를 덮으며 떠내려 올 기도소리
영원의 시간이 흘러도 끝나지 않을
내 어머니의 기도.

또 다시 계절 하나가
바람을 앞세워 걸어오는 동안
뒹아도 뒹아도
뚝뚝 떨어져 흘러내리는
붉은 핏방울처럼
깊어가는 기도

새벽 기도를 마치고
사도신경을 외우며 구원 받은
가벼워진 발걸음이
새벽을 깨우며 길모퉁이 사라질때
내 어머니의 기도는
십자가 침탑위에 걸려있다.

소주 한 잔에 1시간의 수면 필요!!!!

폭탄주보다 더 나쁜 건 매일 마시는 '술'

연말이 되면 매일 이어지는 술자리!

술은 취하기 위해서 마시고, 처음엔 사람이 술을 마시고 나중에 술이 사람을 마신다고 했던가.

진탕 취해야 맛과 멋이 있는 것처럼 생각하기도 했다.

술은 울적할 때, 서먹한 분위기 전환을 위해, 또 지치고 볶고 울고 토하고 그러다 부둥켜안고 살을 맞대면서 둘 사이의 장벽을 허물어지는 마법과 같은 힘을 발휘하기도 한다. 그러나 최근 독한 술을 빨리, 많이 마시는 것이 미덕으로 여겨지던 음주문화도 마실 수 있는 만큼, 즐겁게 마시는 웰빙 바람을 타고 있다. 이젠, 술을 정확하게 알고 내 몸에 약이 되게 마시는 웰빙 음주 문화를 즐겨보자.



소화되지 않는 술

알코올은 소화되지 않는다. 단지 분해되어 혈장을 통해 세포나 신체조직 속으로 흡수될 뿐이다. 위에 들어온 알코올 성분 중 20%는 위벽을 통해 혈관으로 흡수되고 나머지는 이보다 늦게 천천히 흡수된다. 뇌에는 다른 신체 기관보다 많은 혈액이 공급되기 때문에 혈관에 흡수된 알코올 성분을 뇌에 즉시 영향을 끼치게 된다. 정말 술이 간에 나쁜 걸까? 사실 무조건 좋다, 나쁘다 말할 수는 없다. 술도 잘 마시면 약이 될 수 있다. 소주 2~3잔은 심혈관에는 좋다고들 말한다. 술이 약이 되고 독이 되는 건 또 사람마다 다른 이유가 있다. 술을 지독하게 많이 마셔도 알코올성 간질환에 걸리지 않는 사람이 있다.

음주 후 얼굴 빨개지면 알코올 중독 위험 NO!

술과 간은 떼어서 생각할 수 없는 일이다. 간에는 알코올을 분해하는 몇 가지 효소가 있는데, 흡수된 알코올의 대부분을 산으로 만들어 소변과 땀, 호흡 등으로 빼내는 효소가 하나 있고, 또 아세트알데히드로 분해하는 효소(알데히드)가 있다. 그런데 이 알데히드는 사람을 괴롭힌다. 피부혈관을 확장시키고 뇌와 신경에 과민 반응을 일으킨다.

이 효소가 잘 작동되는 사람은 얼굴이 빨리, 그리고 잘 빨개진다. 과음한 다음 날 두통, 구토 증세가 일어나는 것도 이 때문이다. 몸은 괴로울지 모르지만 한편으론 나쁠 게 없다. 음주 후 몸은 고통스럽지만 이 효

소가 잘 작동되는 사람은 좀처럼 알코올 중독에 걸릴 확률이 적기 때문이다. 왜냐하면 몸이 괴로워 며칠간은 술이 꼴도 보기 싫기 때문이다. 반대로 이 효소가 작동하지 않는 사람, 즉 술을 마셔도 고통이 없는 상태에서 알코올을 산으로 분해해 몸 밖으로 내보내는 효소가 잘 작동하는 사람은 오히려 중독이 되기 쉽다. 아무리 많을 술을 마셔도 척척 분해되고 고통이 없으니 술 먹기가 얼마나 좋겠는가? 결국 알코올성 간질환은 간의 알코올 분해 능력과 유전적, 환경적 요인이 두루 맞아떨어져야 한다는 이야기다.

폭탄주는 독이다?

‘폭탄주’ 하면 꽤나 독하고 무서운 술인 양 생각된다. 또 나쁜 술버릇으로 알려져 있다. 그러나 실상 따져보면 폭탄주도 여느 술과 다를 바 없다. 오히려 독주의 알코올 도수를 희석시켜준다. 예를 들어 맥주와 소주를 섞는 ‘맥소 폭탄주’ 한 잔은 70:70(각 술잔의 7부씩 채운 7부주와 기준으로 알코올 양이 9g 정도에 불과하다. 소주 한 잔에도 알코올 양이 7.5g이 들어 있으니 특별히 더 나쁠 건 없다는 결론이다.

간에서 1시간 동안 분해하는 알코올이 8~9g이니까 폭탄주 한 잔에 1시간 수면이면 분해가 된다. 8잔을 마셨다면 8~9시간 폭 주면 알코올이 분해되는 데는 큰 문제가 없다. 단 폭탄주의 위험은 짧은 시간에 많은 알코올을 섭취하게 만들어 다른 술에 섞여 있는 불순물들이 반응해 중추신경계를 교란시킬 수 있다는 점은 감안해야 한다.

알코올 양 계산법 - 소주의 알코올 도수가 20도(%)라는 말은 소주 100ml에 알코올이 20ml(=cc) 들었다는 뜻이다. 알코올은 중량(g)으로 표시해야 하므로 알코올 양 ml를 무게 g으로 환원하려면 용량 ml에 0.8을 곱하면 된다. 알코올 1cc의 무게가 0.8g이기 때문이다.

그러니까 다음과 같은 공식이 성립된다.

내가 마신 알코올 중량 = 마신 양(ml) × 알코올 도수(농도, %) × 0.8 ÷ 100

소주 1병(360ml) 한 병에 든 알코올 양 = 360 × 20 × 0.8 ÷ 100 = 57.6

위의 공식에 의하면 소주 1병은 보통 7~8잔이 되므로 1잔에 1시간 정도의 분해시간이 필요한 셈이다. 이걸 어디까지나 정상적인 일반인 기준의 이야기이다. 술은 정상인에게만 관대하지만 간질환이 있는 환자에는겐 독약임을 반드시 기억해야 한다.

적당한 양의 술은 장수 보약, 과하면 독

술은 원래 좋은 음식이며 심지어 질병을 다스리는 효능을 발휘하기도 한다. 적당한 알코올은 심장기능을 활성화하고 혈액순환을 돕는다. 물론 ‘적당’이라는 제약이 있지만 술은 원래 인체에 이로운 음료이자 음식이며 약이다. 그러나 최근에 와서 술이라면 과음, 또 그로인한 지방간, 복부비만의 주범, 채식염 등 건강의 적으로 많이 거론된다. 이는 적

당한 양을 넘어 과음으로, 또 금주기간 없이 연속 이어지는 술자리 때 문인 것이다. 앞에서 이야기 했듯이 타고난 체질이라는 것이 있어 사람마다 달라 '절대' 라는 말은 붙일 수 없지만 대부분 남성 기준으로 일주일에 소주 2잔, 3병까지는 간질환을 일으키지 않는다고들 한다.

그러나 어떤 몸에 좋은 보약도 과하면 독이 되는 것처럼 술 역시 양날의 칼 을 쥐고 있다. 과하면 음주운전, 폭력, 중독 등이 문제가 된다. 반면 소주 2~3잔을 매일 마시는 사람이 오래 산다는 것은 의학적으로도 검증된 사실이라고 한다. 운동과 아스피린이 사망률을 낮춘다는 것은 아직 과학적 검증이 완전히 끝나지 않았지만 적당량의 음주가 장수에 도움이 된다는 것은 거의 유일하게 검증된 사실이다.

건강에 좋다는 와인, 그것도 예외는 아니어서 혼자 1병을 매일 마시면 간에 무리가 간다. 어떤 술이건 많은 양을 매일 마시는 것은 건강에 도움이 되지 않는다는 것을 반드시 기억해야 한다.

웰빙음주 가이드

독한 술을 빨리 많이 마시는 것이 미덕으로 여겨지던 음주문화가 웰빙 바람을 타고 마실 수 있는 만큼만 즐겁게 마시는 쪽으로 바뀌고 있다. 심지어 폭탄주도 웰빙 바람과 함께 '순한폭탄' 바람이 불고 있다.

순한 폭탄주의 대표주자는 '막소사' 이다. 막소사는 맥주잔에 막걸리를 절반 정도 따른 뒤 소주잔 한 잔 분량만큼 소주를 섞고 나머지는 사이드로 채운다. 막걸리와 소주, 사이드 양의 비율이 6:1:3정도이다. 막걸리의 시큼함과 소주의 역한 맛을 사라지고 새콤달콤한 맛은 더욱 강조된다. 또 양주를 물에 타먹는 '물폭탄주', 양주나 소주를 음료수에 타 마시는 칵테일 형 폭탄주도 웰빙 시대에 많은 인기를 끌고 있다.

술은 우리의 일상생활에서 희노애락을 함께 하며 오랜 옛날부터 깊숙이 자리잡아왔다. 또 술은 여러 가지 묘한 기능이 있어 힘든 일 중간에 마시면 에너지 활성제가 되고 기분이 울적할 때 마시면 기분 해소제로, 경우에 따라서는 이야기를 할 수 있게 만드는 대화 촉진제로, 식사 때 입맛을 돋우는 미각 촉진제 등 다양한 용도로 이용된다.

여러 가지 이유로 우리 삶에 이용되지만 자칫하면 자신도 모르게 술로 인해 정신적, 신체적 문제를 부를 수도 있다.

적당히 술을 잘 마시는 웰빙 음주문화가 빨리 정착된다면 술의 기능은 훨씬 빛날 것이다.

연말연시 잦은 술자리 모임, 한해를 잘 마무리하려다 엉망으로 만들지 말고 적당한 음주로 새해를 알차게 설계하는 송년모임이 되길 바란다.

또 술을 알고 마시는 것과 모르고 마시는 것과는 큰 차이가 있다. 건강한 간을 가졌고 술을 잘 해독하는 체질이라고 해도 술과의 상관관계를 잘 이용하는 지혜를 발휘해보자.



재미로 보는 술자리 몸짓

남성

술자리에서 항상 중앙에 자리 잡는 사람

자신이 나서서 만인의 시선을 끌려고 하는 사람. 가운데 자리에 앉아서 대화를 독점하는 경우가 많다.

술자리에서 여기저기 돌아다니는 사람

술잔을 들고 여기저기 자리를 옮겨다니는 사람의 대부분은 되도록 많은 여자를 사귀고 싶어 하는 남자가 많다. 사내에서는 어느 파벌에도 속하지 않고 두루 사이좋게 지내려는 사람이다.

술잔이나 젓가락을 만지작거리는 사람

무슨 일이든지 혼자 결정을 내리지 못하고 여성에게 의존하려는 심리가 강한 사람. 하지만 돈은 깨끗이 자신이 쓰는 사람이다.

여성

입을 손으로 가리면서 말하는 여성

암전하게 보이지만 실은 남성들이 접근해 오기를 기다리는 여성. 적당히 자존심을 세워주면서 다가가면 쉽게 사귄 수 있는 여성이다.

머리카락을 만지작거리는 여성

자기중심적인 여성이 욕구불만에 빠졌을 때 흔히 나타내는 버릇이다. 하찮은 일에도 자존심을 내세워 주위 사람들을 피곤하게 만든다.

눈을 깜빡이는 여성

눈을 깜빡 깜빡한다거나 얼굴의 근육이 실룩거리는 여성은 반성적인 욕구 불만을 안고 있는 경우가 많다. 절대로 비판하지 말 것이며, 스스로에 대한 자긍심을 갖도록 칭찬을 해주면 좋다.

● 술 잘 마시는 기술

1. 술 마시기 전 반드시 충분한 식사를 한다 - 공복에 음주를 할 경우 식사 후에 비해 혈중 알코올 농도가 2배가량 높아져 쉽게 술에 취해 간 손상을 입을 수 있다. 또 안주를 식사대용으로 하는 경우 기름진 안주로 지방간을 초래할 수도 있다.
2. 간이 해독할 시간을 충분히 주자 - 이는 빨리 술자리를 뜨고 충분한 수면을 취하는 수밖에 별다른 방법이 없다.
3. 술잔을 돌릴 때 가능하면 술이 센 사람에게 권하지 말고 술을 잘 못하는 사람에게 권하라 - 왜냐하면 주량이 센 사람에게 권하면 자신에게 돌아올 확률이 높기 때문이다. 되로 주고 말로 받을 수 있음을 명심하라!
4. 술잔의 3분의 1은 항상 남겨 놓고 다른 사람이 권할 때에 비로소 비우고 돌려라.
5. 가끔씩 술잔은 2~3개 갖고 있는 사람에게 집중 공격하라. 그러면 그 사람으로부터 자신에게 돌아올 기회가 늦어지거나 확률이 적어진다. 따라서 잔이 없는 사람이 많아져 술잔의 공백을 분산시키는 계기가 된다.

조선일보 제27608호

의료 사각지대 다문화가정 몽골인 아내 “병 고치면 다른 외국인 돕는 통역사될래요”

헬스조선·인하대병원 ‘지구촌 한가족 캠페인’

현재 우리나라 남성과 결혼해서 국내에 살고 있는 외국인 여성 이민자는 12만 5000명이 넘는다. 이들 중 다수는 의료 사각지대에 놓여 있다. 이들의 남편이 경제적 형편이 어려운 농어민이나 영세 자영업자가 대부분이라 몸이 아파도 치료비를 낼 여유가 없기 때문이다. 외국인 신부의 친정 식구들 역시 마찬가지다.

헬스조선과 인하대병원(병원장 박승림)은 이런 다문화가정 구성원을 무료로 치료해주는 ‘Global Korea, 우리는 지구촌 한가족 캠페인’을 진행하고 있다. 구혼 한가족 캠페인으로 선정된 몽골인 이 캠페인의 첫 수혜자로 선정된 몽골인 푸렘수렌(34)씨와 중국동포 박춘희(46)씨가 지난 24일 인하대병원에서 진료받았다.

◆디스크 침으려 통증 이르비트 몽골에서 대학을 마친 푸렘수렌씨는 지난 2009년 몽골에서 근로자로 일하던 중에 결혼을 결심하고 한국으로 이민을 왔다.



추간판탈출증으로 고통받던 몽골 출신 푸렘수렌(왼쪽 두 번째)씨와 양성재발생현상으로 정상적인 생활을 하지 못하던 중국동포 박춘희(왼쪽 세 번째)씨가 28일 인하대병원 입원실에서 윤승환 신경외과 교수(왼쪽 첫 번째), 김규성 이비인후과 교수에게 앞으로 진행될 치료 과정에 대해 설명을 들었다.

어를 구사한다. 아픈 몸을 이끌고 병원에 오기까지 80만 원이 넘는 돈을 모았지만 월 80만 원 정도의 수입만으로는 병원에 갈 여유를 갖기 어렵다.

중이 생기고 다리도 뻣까지 뚱뚱이 퍼진 것이다. “신경을 누르고 있는 정도를 고수는. 신경을 누르면 통증이 심해지고, 누르면 통증이 완화된다.”

◆‘병 고치면 남편과 여행 다니고 싶어’ 박춘희씨는 지난 2007년 중국 지린성에서 친구 소개로 남편을 처음 만났고, 2008년 5월 대전에 신혼살림을 차렸다. 신혼은 달콤했고, 식당 등에 은둔 생활을 하던 남편은 차츰 활기차게 일하기 시작했다.

몇 번씩 어지럼증으로 쓰러질 정도였다. 차를 탈 수도, 엘리베이터를 탈 수도 없게 됐다. 침대에서 잘 때에도 뒤척거리는 남편의 움직임에 어지러움을 느껴 따로 자야 했다.

그러나 가정 형편상 병원에 갈 여유가 없었다. 그러던 중 헬스조선닷컴에서 이번 캠페인 소식을 본 남편이 박씨를 위해 진료를 신청했다.

박씨를 진찰한 김규성 이비인후과 교수는 뇌혈관 수축 기전에 이상이 생겨서 나타나는 어지럼증의 일종인 ‘양성재발성현훈’으로 진단했다. 김 교수는 “양성재발성현훈은 비교적 흔한 질병이며, 박씨는 오래 방치해 상태가 심각해진 사례”라며 먹는 약을 6개월 복용하면 좋아질 것이라고 말했다. 박씨는 “원치되던 남편과 아름다운 한국 풍경을 마음껏 보러 다니고 싶다”고 말했다.

◆대상자 어떻게 선정하나

‘Global Korea, 우리는 지구촌 한가족 캠페인’은 조선일보, 대한항공, 범부, 인하대학교가 후원한다. 치료받기 원하는 다문화가정 구성원은 헬스조선닷컴(www.healthchosun.com)에 신청하면 된다. 딱한 사연을 알고 있는 지방자치단체 담당자나 사회봉사기관 등의 대리 신청도 가능하다. 질병의 종류 및 상태, 신청자의 경제적 형편 등을 고려해 치료 대상자를 선정한다. 문의 022724-7900

▲ 추간판탈출증으로 고통받던 몽골 출신 푸렘수렌(왼쪽 두 번째)씨와 양성재발생현상으로 정상적인 생활을 하지 못하던 중국동포 박춘희(왼쪽 세 번째)씨가 9월28일 인하대병원 입원실에서 윤승환 신경외과 교수(왼쪽 첫 번째), 김규성 이비인후과 교수(왼쪽 네 번째)에게 앞으로 진행될 치료 과정에 대해 설명을 들었다.

헬스조선 ‘다문화가정 건강지킴이’ 통증으로부터 해방 된 기쁨을 맛 본 첫 수혜자 탄생!

현재 우리나라 남성과 결혼해서 국내에 살고 있는 외국인 여성 이민자는 12만 5,000명이 넘는다. 이들 중 다수는 의료 사각지대에 놓여 있다. 이들의 남편이 경제적 형편이 어려운 농어민이나 영세 자영업자가 대부분이라 몸이 아파도 치료비를 낼 여유가 없기 때문이다. 인하대병원과 대한항공, 헬스조선은 이런 다문화가정 구성원을 무료로 치료해주는 ‘Global Korea, 다문화가정 건강지킴이’ 캠페인을 작년에 이어 2회째 진행하고 있다. 2009년 캠페인의 첫 수혜자로 선정된 몽골인 푸렘수렌(34)씨와 중국동포 박춘희(46)씨가 지난 9월24일 인하대병원에서 진료를 받았다.

디스크 참으며 통역 아르바이트

몽골에서 대학을 마친 푸렌수렌 씨는 지난 2000년 몽골에서 근로자로 일하던 한국인 남편과 결혼해 경기도 안산으로 건너왔다. 한국에 온 뒤부터 이유없이 허리가 아프기 시작했다. 처음엔 경미했던 통증이 날이 갈수록 심해졌고, 다리와 팔까지 신경이 눌려 사지가 끊어지는 것 같았다. 하지만 병마에 시달리면서도 한국어를 열심히 공부했다. 몇 년 전부터 관공서에서 몽골인 통역을 할 정도로 유창한 한국어를 구사한다. 아픈 몸을 이끌고 통역 아르바이트를 다니고 있지만 월 80만원 정도의 수입만으로는 병원에 갈 엄두를 내지 못하고 있었다. 그러던 그는 이번 캠페인을 알게 된 출입국 사무소 직원들이 헬스조선닷컴에 추천해 인허대병원을 찾게 됐다. 윤승환 신경외과 교수의 진찰 결과, 추간판탈출증(척추 디스크)이었다. 척추의 디스크 일부가 신경다발을 살짝 눌러 허리에 통증이 생기고 다리와 팔까지 통증이 퍼진 것이다.

윤 교수는 “신경을 누르고 있는 정도가 심하지 않아 당장 수술은 필요하지 않다. 주사로 통증을 줄이면서 물리치료와 운동을 병행하는 치료를 할 계획”이라고 말했다. 척추 주사를 맞고 물리치료를 시작한 푸렌수렌 씨는 “병이 나오면 국내 대학에서 전문적인 통역을 공부해 힘들게 사는 다문화가정 여성을 돕겠다”고 말했다.

“병 고치면 남편과 여행 다니고 싶어”

박춘희 씨는 지난 2007년 중국 지린성에서 친구 소개로 남편을 처음 만났고, 2008년 5월 대전에 신혼살림을 차렸다. 신혼은 달콤했고, 식당 등에 온돌 장판을 깔아주는 남편의 작은 가계 일을 도우며 사는 재미에 눈을 뗐다. 그러나 어릴 때부터 박 씨를 괴롭히던 어지럼증이 지난해부터 급격히 심해졌다. 하루에도 몇 번씩 어지럼증으로 쓰러질 정도였다. 차를 탈 수도, 엘리베이터를 탈 수도 없게 됐다. 침대에서 잘 때에도 뒤척거리는 남편의 움직임에 어지러움을 느껴 따로 자야 했다. 그러나 가정 형편상 병원에 갈 여윌돈이 없었다. 그러던 중 헬스조선닷컴에서 이번 캠페인 소식을 본 남편이 박 씨를 위해 진료를 신청했다.

박 씨를 진찰한 김규성 이비인후과 교수는 뇌혈관 수축 기전에 이상이 생겨서 나타나는 어지럼증의 일종인 '양성재발성현훈'으로 진단했다. 김 교수는 “양성재발성현훈은 비교적 흔한 질병이며, 박 씨는 오래 방치해 상태가 심각해진 사례"라며 먹는 약을 6개월 복용하면 좋아질 것"이라고 말했다. 박 씨는 “완치되면 남편과 아름다운 한국 풍경을 마음껏 보러 다니고 싶다”고 말했다.

2차 수혜자 11월 17일 입원

앞으로 11월 수술할 3명을 비롯하여 연말까지 15명이 수술 및 치료를 받을 계획이다.

2차 수혜자인 국내 거주 중인 필리핀인 델마케인라(32) 씨, 베트남인 왕티린(26) 씨와 몽골인 어던체첵(36) 씨는 11월 17일 인허대병원에 입원하였다. 델마케인라 씨는 뇌병변으로 인한 장애를 가진 한국인 남성과 결혼하여 장애아동을 출산하고 양육 하고 있으며, 기초생활수급자로 생계를 유지하고 있는 가정이다. 2008년 겨울, 등에 있는 종양이 발견되고 통증이 있어 진료를 받았다고 한다. 그 후 크기는 점점 커지고 있으나 통증이 없어 그냥 지내고 있던 차에 홍성군 다문화가정지원센터를 통해 지원하게 되었다.

경북 상주에 사는 왕티린 씨는 남편과 두 딸과 함께 씩씩하게 사는 이주여성이다. 남편이 2년 전 건축일을 하다 어깨부상으로 수술한 이후 힘든 일은 하기 힘들어진 상황이며, 얼마 전 왼쪽 목에 호두 만한 혹이 생겨 아프고 피곤함을 많이 느껴 인근병원에서 검사를 받아보니 결핵성 림프종이라고 하였다. 매사에 밝고 긍정적인 왕티린 씨는 조직검사 후 수술을 할 수도 있다는 말에 요즘 걱정이 많다. (다문화가정 건강지킴이)를 통해 그 걱정을 덜어줄길 기대한다.

김포이주여성센터를 통해 지원한 어던체첵 씨는 2004년 한국에서 결혼이민자로 정착한 친언니의 초청으로 한국에 입국하여 지내던 중 현재 배우자와 결혼하여 두 자녀를 두었으나, 남편이 가정에 관심이 없고 생활비를 거의 주지 않아 몽골 친정에서 생활 하던 중 몽골 친정 아버님이 돌아가신 후 몽골에서의 생활도 어려워져 한국의 남편에게 돌아왔으나 연락도 끊어지고 거주할 곳도 없어 언니 집에 머물고 있다. 현재 건강상태는 자궁근종과 담낭과 신장에 결석이 생겨 심한 통증으로 힘들어 하고 있다. 건강한 몸으로 아이들을 돌볼 수 있도록 도움을 청했다.

부정맥이란?

심장의 박동은 우심방의 상부에 위치한 동방결절(sinus node)이 있으며 일종의 심장의 발전소 역할을 하여 일정한 횡수의 전기현상이 발생하며 맥박을 조절하게 됩니다. 이곳에서 발생한 전기는 심방의 근육을 따라 우심방, 좌심방으로 퍼져나가고, 방실결절(AV node)을 통해 심실로 내려갑니다. 이때 방실결절은 전기의 속도가 천천히 지나도록 하여 혈액이 심방에서 심실로 들어가는 데 도움이 되도록 하게 합니다. 그 후 전기는 좌심실과 우심실에 도달하여 심장을 수축하게 합니다. 이와 같이 전기의 전파는 맥박이 될 때마다 순간적으로 이루어짐으로써 심방과 심실이 유기적, 규칙적으로 뛰게 되는 것입니다. 이런 체계의 변화나 기능 부전 등에 의해 초래되는 불규칙한 심박동을 부정맥이라 합니다. 부정맥은 빠른 빈맥과 아주 느린 서맥으로 크게 나눌 수 있습니다. 부정맥은 심각한 심장질환의 신호일 수도 있고 아닐 수도 있습니다. 또 환자가 인지할 수도 있고 인지하지 못할 수도 있습니다.

서맥성 부정맥이란?

60회 이하의 심박동을 말하며, 모든 서맥이 다 심각한 것은 아닙니다. 귀하의 주치의께서 치료를 해야 하는지 결정을 해주시

겁니다.

1) 동기능 부전 (Sick Sinus Syndrome)

심장에서 맥박수를 조절하는 기관인 동방결절에 이상이 생긴 경우입니다. 전기적 신호를 잘 만들어 내지 못해 맥박이 느려지는 것입니다. 주로 맥박이 아주 느린 형태로 나타나나(분당 40회 미만), 아주 빠르거나 아주 느린 맥이 교대로 나타나기도 합니다. 치료를 하지 않으면 심부전에 빠지거나 사망할 수 있지만 인공 심박동기의 치료로 안정된 삶을 누릴 수 있습니다.

2) 방실차단 (AV block)

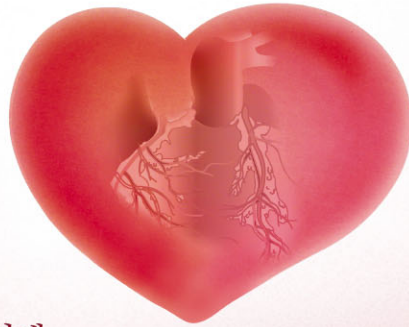
심장의 윗부분인 심방과 아랫부분인 심실 사이에 전기적 교류가 늦어지거나 완전히 없는 경우를 이야기 합니다. 방실결절에 이상이 발생된 경우가 대부분입니다. 즉 동방결절에서 발생된 전기적 신호가 방실결절의 이상으로 인해 전달이 늦거나 되지 않는 경우입니다.

3) 서맥성 부정맥의 증상

간헐적인 의식소실, 심계항진, 흉통, 호흡곤란, 어지러움, 피로감 등으로 나타납니다.

4) 서맥성 부정맥의 치료

증상이 있는 서맥은 우선 사용하는 약제나 전해질 이상 유무 등을 살펴보고 영향이 있는 약제는 사용을 중지하고 전해질의



김대혁 교수 | 심장내과

- 전문분야 : 부정맥, 실신, 심박동기, 관동맥질환
- 진료시간 : 수 · 목(오전), 월(오후)
- 문의 : 심장내과 ☎032-890-2200
- 심장혈관센터 ☎032-890-2440

불규칙한 심박동이 부정맥 가슴이 덜컹, 롤러코스터 타는 느낌은 뭘까?

부정맥은 한마디로 하면 불규칙한 심박동을 말합니다.

부정맥은 빠른 빈맥과 아주 서맥으로 크게 나눌 수 있습니다. 부정맥은 심각한 심장질환의 신호일 수도 있고 아닐 수도 있습니다.

또 환자가 인지할 수도 있고 인지 못할 수도 있습니다.

이상들은 교정을 합니다. 이런 원인들이 있는 경우 원인을 제거하면 다시 정상으로 돌아오지만 전기전달체계 자체의 이상인 경우는 영구 심박동기를 삽입하여야 합니다.

빈맥성 부정맥이란?

정상인의 맥박은 분당 60~100회입니다. 맥박수가 분당 100회 이상일 경우 빈맥이라 합니다. 놀라거나 운동 또는 힘든 일을 할 때는 맥박이 분당 150회 정도까지 증가될 수 있습니다. 이런 선행되는 일이 없이 갑자기 발생하는 100회 이상의 맥은 비정상적인 빈맥이라 할 수 있겠습니다. 빈맥을 크게 심실 윗부분에서 발생하는 상심실성 빈맥과 심실에서 발생하는 심실성 빈맥으로 나눌 수 있습니다.

1) 상심실성 빈맥의 종류

*동성빈맥(sinus tachycardia) : 운동, 빈혈, 감염(열), 갑상선 질환 등이 있는 경우 맥박수가 빨라집니다. 이럴 때 심전도를 찍은 경우 정상적인 맥박 발생과 같은 모양이지만 맥박수만 빠른 경우를 동성빈맥(sinus tachycardia)이라 합니다. 이 자체에 대한 치료는 필요 없고 생기는 원인을 찾아 제거하면 됩니다.

*방실결절 회귀성 빈맥(atrioventricular nodal reentry tachycardia) 및 방실 회귀성 빈맥(atrioventricular reentry tachycardia) : 방실결절 회귀성 빈맥은 방실결절내에 기능적인 차이로 인해 전기흐름이 작은 회로(circuit)를 형성하여 일으키는 빈맥이며 방실회귀성 빈맥은 방실결절내가 아닌 다른 곳에 심방과 심실을 연결하는 전기줄(부회로)이 있어, 이 전기줄과 방실결절간에 회로가 형성되어 발생하는 빈맥입니다. 심한 두근거림이 갑작스럽게 나타나며 갑자기 끝나는 것이 특징으로 계속 지속되는 경우 응급 치료를 받아야 하며 후후 치료 계획을 세워야 합니다

*심방세동(atrial fibrillation) : 가장 흔한 부정맥이며 60세이상 고령에서 많이 발견됩니다. 심방에서 유래되는 비정상적인 심박동으로, 이 부정맥은 빠르고, 느리고, 불규칙합니다. 심장내에서 혈전이 발생하여 중풍을 잘 일으키는 것으로 알려져 있으며 모든 중풍환자의 15%에서 발견됩니다. 그러므로 중풍을 예방하는 항혈소판 제제나 항응고제의 복용이 필요합니다. 임상적으로 발작성 심방세동, 지속성 심방세동, 만성 심방세동으로 구분하며 증상은 무증상으로부터 심한두근 거림 등 매우 다양합니다.

2) 심실성 빈맥의 종류

*심실조기수축 : 심장 부정맥으로 흔히 만나보는 심전도소견으로 주로 환자들이 맥이 건너 뛴다. 덜컹거린다. 롤코스터를 타고 내려오는 느낌이 순간적으로 느껴진다고 호소를 많이 합니다. 구조적으로 심질환 유무를 확인하는 것이 중요하며 특별한 질환이 없다면 예후는 매우 좋으며, 특별한 치료는 필요 없습니다.

*심실빈맥 : 심실의자동능이 항진되거나 심실내에서 작은 회로의 발생으로 인해 발생하는빈맥으로 치료하지 않는 경우에 심장마비나 심실세동으로 발전될 가능성이 큼니다.

*심실세동 : 심실빈맥보다 훨씬 빠르고 불규칙한 맥으로 역시 심실에서 발생된 부정맥입니다. 심실빈맥은 빠르나 규칙적인 맥을 보이지만 심실세동은 훨씬 더 빠르고 심장의 수축없이 가늘게 떨고있는 상황으로 즉각적인 치료가 없으면 바로 사망하게 됩니다.

3) 빈맥성 부정맥의 증상

빈맥의 종류에 따라 다양한 증상이 나타나지만 심실빈맥이나 심실세동은 첫 증상이 급사로 나타나기도 합니다. 일반적으로 두근거림, 어지러움, 실신, 호흡곤란, 흉통 등으로 나타납니다.

4) 빈맥성 부정맥의 치료

*항부정맥 약물요법 : 모든 항부정맥 약제는 양날을 가진 칼과 같이 부정맥을 억제할 수도 있지만 새로운 부정맥을 유발시키거나 더 심하게 할 수 있습니다. 따라서 약물의 부작용을 예방하기 위해 주의 깊은 관찰이 필요하며 의사 선생님의 지시와 철저한 관리에 약물을 복용해야 합니다.

*직류전기충격 : 부정맥으로 인해 쇼크에 빠지는 경우 바로 사용합니다. 또한 항부정맥 약물요법으로 정상 동율동이 되지 않는 부정맥의 경우 의사의 판단에 따라 사용하기도 합니다.

*전극도자 절제술 : 전기 생리학 검사를 하여 전극도자 절제술의 대상이 되는 부정맥들은 방실 회귀성 빈맥방실결절 회귀성 빈맥, 심방조동, 심실빈맥, 심방빈맥, 심방세동이며, 상기 부정맥 중 전극도자 절제술이 가장 널리 이용되는 빈맥은 방실 회귀성 빈맥과 방실결절 회귀성 빈맥이며 최근 최근 심실빈맥, 심방빈맥, 심방세동을 가진 선택된 환자에서도 전극도자 절제술이 이용되고 있습니다. 전극도자 절제술은 특별히 고안된 전극도자를 부정맥의 원인이 되는 부위에 놓고 고주파의 전기를 사용함으로써 전극도자 끝이 70-100℃까지 뜨거워져 심장의 조직을 파괴시켜 치료하는 것을 말합니다.

*삽입형 제세동기 삽입 : 삽입형 제세동기는 심장마비, 급사를 일으키는 빠른 심실빈맥 또는 심실세동과 같은 불안정한 리듬을 정상맥으로 돌릴 수 있도록 체내에 이식하는 기구이며 심장마비, 급사의 고위험 환자나 심장마비 후 소생된 환자에게 삽입하고 있습니다.

부정맥으로 인한 증상이 발작적으로 일어나는 환자는 진찰 및 검사 당시에 증상이 없는 경우 심전도 소견들이 정상으로 나타날 수 있습니다. 그러므로 환자분들이 평소 호소하는 증상을 느낄 때 바로 인근의 의료기관에서 심전도를 검사하는 것이 부정맥을 진단하는데 큰 도움이 될 수 있습니다.

심혈관계 질환 위험이 3배 이상 증가하는

건강의 최대 적 독수리5형제 대사증후군!

배가 나온 사람들의 경우 혈압과 혈당이 높게 나타나는 경우를 많이 볼 수 있습니다.

이런 사람에게는 고혈압, 혈중 지질 이상, 고혈당 등의 심혈관계 위험인자가 함께 흔히 발견됩니다.

이러한 위험인자들을 하나의 증후군으로 묶어서 정의하여 대사증후군이라고 합니다.

무엇보다 꾸준한 관리가 필요한 질환입니다.

대사 증후군이란?

대사 증후군이라고 하면 생소하게 느껴지는 분들이 많을 것입니다.

대사 증후군의 대사는 영어로는 'metabolism' 으로 당 대사, 지질 대사 등의 물질대사를 의미합니다. 대사 증후군은 이러한 물질대사에 이상이 생기면서 나타나게 됩니다.

흔히 배가 나온 사람들에서 혈압과 혈당이 높게 나타나는 경우를 많이 볼 수 있습니다. 이런 사람에서 고혈압, 혈중 지질 이상(고중성지방혈증과 저-고밀도지단백혈증), 고혈당 등의 심혈관계 위험인자가 함께 흔히 발견됩니다. 이러한 위험인자들을 개별적인 질환으로 보지 않고 하

★ metabolism





김소현 교수 | 내분비내과

- 전문분야 : 당뇨병, 내분비, 비만, 대사증후군
- 진료시간 : 월·수(오전), 화·금(오후), 수(비만센터)
- 문의 : 당뇨내분비센터 ☎032-890-3360

나의 증후군으로 묶어서 정의하여 대사증후군이라고 합니다.

대사증후군은 왜 생기나요?

대사증후군을 일으키는 원인의 중심에는 2가지가 있습니다. 한 가지는 비만이고 다른 한가지는 인슐린 저항성입니다. 인슐린은 췌장에서 분비되어 혈중 포도당 농도를 낮추고 포도당이 세포에서 사용되도록 작용하는 호르몬입니다. 인슐린



저항성은 이러한 인슐린이 충분히 있는데도 불구하고 근육이나 간 등 말초 장기에서 인슐린이 작용을 잘 하지 못하는 저항성이 생겨 원래의 작용을 잘 할 수 없게 되는 상태를 말합니다. 선천적으로 부모에게 물려받은 유전적인 소인과 후천적인 과식으로 인한 영양의 과잉, 운동 부족이 비만과 인슐린 저항성을 일으키게 되고 나아가서는 대사증후군의 원인이 됩니다.

대사증후군은 인슐린 저항성이라는 뿌리를 가지고 제 2형 당뇨병, 복부 비만, 고혈압, 고인슐린혈증, 혈중 지질 이상 등의 열매가 맺히는 나무로 생각하시면 쉽게 이해가 되실 것입니다.

대사증후군이 중요한 이유는?

대사증후군이 있는 경우 2형 당뇨병이 발생할 가능성이 3~5배가 증가되고 관상동맥질환, 심근경색증, 뇌졸중 등의 심혈관계 질환의 위험이 3배 이상 증가합니다.

우리 나라에서도 대사증후군은 유병률이 20%이상으로 높은 빈도를 보이고 있고 증가 추세에 있습니다. 또한, 대사증후군은 치료가 가능합니다. 따라서, 당뇨병이나 심

혈관계 질환이 생기기 이전 단계인 대사증후군 상태에서 이를 진단하고 치료하는 것이 중요합니다. 그러나 실제 제대로 진단되고 치료되는 경우가 많지 않아 많은 환자분들이 적절한 시기에 치료할 기회를 놓치고 있는 경우가 많습니다.

대사증후군의 진단

다음 다섯 가지 중 3가지 이상을 가지는 경우를 대사증후군으로 진단합니다.

- 1) 복부비만 : 허리둘레가 남성 $\geq 90\text{cm}$, 여성 $\geq 80\text{cm}$
- 2) 고중성지방혈증 : 중성지방 150mg/dl 이상
- 3) 저-고밀도 지단백 콜레스테롤혈증 : 남성 $< 40\text{mg/dl}$, 여성 $< 50\text{mg/dl}$
- 4) 고혈압 : 혈압 $130/85\text{mmHg}$ 이상
- 5) 고혈당 : 공복혈당 100mg/dl 이상

대사증후군의 치료 및 관리

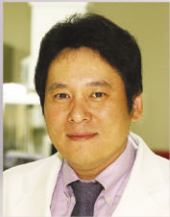
치료는 크게 식이요법, 운동요법을 포함한 생활습관 개선을 통해 적정 체중을 유지하고 인슐린 저항성을 감소시키는 치료를 시행하는 것과 고혈압, 고지혈증 등 각각의 동반 질환에 대한 치료 두 가지로 나눌 수 있습니다.

적절한 식이요법과 운동요법을 통하여 체중의 5~10%를 감소시키는 경우 여러 대사 이상들이 호전되는 것을 볼 수 있습니다. 과식과 음주를 피하고 규칙적인 식사와 적절한 칼로리 섭취를 하고 주 4회 이상, 1회 30~40분의 유산소 운동을 통해 생활 양식을 변화시키는 것이 필요합니다. 경우에 따라 인슐린 저항성을 감소시키는 약물과 비만 치료제가 도움을 줄 수 있습니다. 또한 혈중 지질 이상이 있는 경우에는 스타틴이나 피브레이트 계열의 약제가 필요할 수 있으며 고혈압이 동반된 경우에는 항고혈압 약제가 필요할 수 있습니다. 무엇보다 꾸준한 관리가 필요한 질환입니다.

건강한 간, 건강한 삶


간 건강에 대한 오해와 진실

우리나라는 만성 바이러스성 간염, 간병변, 그리고 간암과 같은 만성 간질환이 많아 국민 건강을 크게 위협할 뿐만 아니라 이로 인한 사회경제적 손실도 막대한 실정입니다. 간에 대한 잘못 알려진 상식을 살펴봄으로써 올바른 정보를 제공하여 간질환을 앓고 있는 환자와 가족 및 관심 있는 여러분의 '건강한 간, 건강한 삶'에 도움이 되기를 기대합니다.



이진우 교수 | 소화기내과

- 전문분야 : 간질환, 간암클리닉, 위내시경
- 진료시간 : 화·목·금(오전), 목(오후)
- 문의 : 소화기센터 ☎032-890-2224



Hepatitis + A, B, C



간염수치 높으면 매우 위험한 상태인가요?

일반적인 간염수치라 함은 AST(GOT)와 ALT(GPT)를 말합니다. 이는 간세포에 정상적으로 존재 하는 효소로 혈중 수치가 높다는 것은 현재 간손상이 있다는 의미입니다. 그러나 수치의 상승 정도가 간손상과 비례하지 않으며 또한 간염수치가 정상이라고 해서 간이 정상이라고 할 수 없습니다. 간염이 진행된 경우에는 더 이상 손상될 간세포가 적어서 간염수치가 정상으로 나타날 수 있습니다. 따라서 '간염수치 = 간기능'이라고 할 수 없으며 간기능의 정확한 평가를 위해서는 다른 검사결과를 종합적으로 판단해야 합니다.

간염환자와 함께 생활하는데 문제는 없나요?

A형 간염은 급성발병 후 회복되어 면역력이 생기는 질환으로 주로 감염된 음식물이나 식수를 통해 경구적으로 전염됩니다. 전염력이 가장 왕성한 시기는 잠복기 후반으로 황달과 같은 간염증상이 나타난 이후에는 감염력이 급격히 감소하므로 이미 A형 간염으로 진단된 환자로부터 일상적인 생활과 접촉으로 전염될 가능성은 매우 적습니다.

B형 또는 C형 간염은 만성으로 진행할 수 있는 간염으로 주로 혈액이나 체액에 의해 전파되며 B형 간염은 출산 시 수직감염이 가장 흔한 원인입니다. 감염된 환자와의 무분별한 성관계나 불법적인 주사제 사용, 비위생적인 침술과 피어싱, 면도칼이나 칫솔을 같이 사용할 때 전염될 수도 있습니다. 그러나 일상적인 생활을 같이 하는 것으로는 전염되지 않으며 접촉하거나 포옹하는 정도까지도 안전하고 또한 간염 환자와 술잔만 돌려도 전염된다는 것도 잘못된 편견입니다.

모든 간염은 증상이 나타난다

물론 성인에서 A형 간염의 경우 급성간염과 함께 심한 증세가 동반되고 드물게는 간부전까지 진행할 수 있으며, B형 또는 C형 간염은 상당히 진행될 때까지 대부분 무증상이고 국내 간경변증과 간암의 흔한 원인이므로 정기검진이 반드시 필요하고 진단될 경우 적절한 시기에 치료해야 합니다.

만성간염은 치료할 수 없는 병인가요?

만성 C형 간염의 경우 바이러스의 유전자형에 따라 다르지만 50-80% 까지 6-12개월의 치료로 거의 완치에 가까운 상태로 지낼 수

있습니다. 만성 B형 간염의 경우는 완치는 어렵지만 적절한 약물사용으로 간염의 진행을 완화함으로써 간경변증이나 간암의 발생을 현저하게 줄여 줄 수 있습니다.

건강식품이 간에 좋다?

생약성분 또는 천연성분이라면 우리 몸에 아무런 해를 끼치지 않을 것 같은 착각에 빠지나 사실은 그 반대이다. 생약 안에는 우리 몸에 이로운 한 두 가지 성분 이외에 수많은 불필요한 성분들이 섞여 있기 때문에 이런 불필요한 성분들을 걸러내는 해독 과정 중에 간이 손상을 입어 독성 간염이 생기는 일이 흔히 발생한다.

간장병에 좋다고 알려진 민간요법 중에는 헛개나무, 인진쑥, 돌미나리, 느릅나무, 질경이, 스쿠알렌, 붕어즙, 개소주 등이 있는데 불행히도 미확인 혼합물에 의한 독성 간염이 보고되고 있으며, 특히 간질환이 있는 경우 매우 해로울 수 있습니다.

적당한 양의 음주는 건강에 좋다

술과 건강의 문제는 술의 종류보다는 섭취하는 알코올 양과 관계가 있으며, 음주로 인한 간질환의 발생은 성별이나 개인차가 크며 유전적인 요인이나 영양상태에 따라서도 차이가 있습니다. 특히 여성이나 영양상태가 나쁘거나 바이러스성 간염환자에서는 소량의 음주라도 심한 간손상이 올 수 있습니다. 일반적으로 남자는 하루 알코올 40g 이하(포도주 2잔 정도에 해당), 여자는 하루 20g 이하의 음주량이 안전한 것으로 알려져 있으나 안전한 음주량은 개인에 따라 다를 수 있습니다.

식이요법으로 간염을 완치할 수 있다

불가능합니다. 어떤 음식이 좋다고 해서 환자들이 거기에만 매달리는 경우가 있는데 소화에 지장이 없는 한 골고루 섭취하는 것이 좋습니다. 다만 복수가 있거나 정신 혼미증세가 있는 간경변증 환자는 전문의와 상의하여 염분이나 단백질을 제한하는 것이 필요한 경우도 있습니다.

간암수술은 위험하고 수술로도 간암을 고치기가 힘들다

그렇지 않습니다. 수술은 일반인의 생각보다 안전한 방법이며 간암부위를 수술로 잘라내는 것이 가장 재발률이 낮은 효과적 치료입니다.

I Know School 교육 후기

잘놀 줄 아는 사람이 일도 잘한답디다



글·박지숙 간호사
| 외래간호팀 신장센터

10월 어느 날 신장 센터로 전화 한통화가 걸려 왔다.

“안녕하십니까? 신장 센터 간호사 박지숙입니다.”

“안녕하세요? 전 간호부 강혜원 간호사인데요. 선생님 이번 10차 변화 혁신 교육 굉장히 인상 깊으셨죠?”

순간 ‘오잉 이걸 뭘 전화야 10차 교육 완전 망신 망신 무슨 망신에, 남한테 알려질까 봐 교육 후 입도 벌긔 안했는데, 갑자기 왜 이런 전화가 왔지’ 라고 속으로 생각했다.

이야기인즉 10주차 교육 때 겪었던 에피소드와 열정적인 무대로 같이 교육 받은 분들께 깊은 인상을 남겨 주었다고 열정을 담은 글을 원보에 내보라 권유 차 전화를 주신 것이었다. 오메!! 오메 이를 어쩌나 누가 알까, 소문날까 조마조마하며 수간호사님께도 말씀드리지 못했던 그 일을 원보에 써서 병원 전체에 알려라니 정말 Oh, My God이었다.

처음에는 이 핑계 저 핑계 대다..... 이렇게 글을 쓰게 되었다.

뭘 어떻게 시작해야 하나 한참 고민 고민 하다 내가 쓰러졌을 때 응급조치 해 주었던 수간호사님들과 교수님들께 원보를 통해서나마 먼저 감사의 인사를 드리고 싶다. 여기서 잠깐 오해하실까봐 말씀드리지만 저 아주 정상적이고 건강한 인하인이라는 사실 알려드리고 싶네요.

아주 화창한 가을 햇살이 내리쬐던 10월 8일 오전 7시 50분.... 10차 변화 혁신 교육생을 위한 차량이 준비된 곳을 향했다.

저녁 식사 전 좀 가파른 아니 많이 가파르고 험한 산행 후 먹은 저녁밥은 꿀맛이었다. - 참고로 여기 연수원 음식 맛 왕입니다요. -

각자 배정받은 숙소에 짐을 풀고 즐거운 레크리에이션 시간, 아니 나의 왕 창피, 왕 망신의 시간이 드디어 왔다.

서로 서먹했던 처음의 만남이 이제는 자연스러워져 각 팀 별로 맥주를 주거나 받거나 하며 재미난 이야기꽃도 피었다. 진행자의 마술쇼와 입담으로 분위기는 점점 물어 익어 갔고 각 팀별로 게임을 하여 지는 팀은 벌금을 내게 하고, 그 벌금을 상으로 주는 등 즐거운 시간을 가졌다. 팀별 대항에서 개인전으로 넘어가면서 게임의 강도도 점점 가학적이고 원초



적으로 바꿨다.

첫 번째 게임으로 팀에서 가장 목소리가 큰사람을 나 오라고 하였다. 사실 소리 지르기는 아주 많이, 아니 완전 자신 있었던 나..... 망설임 없이 팀 대표로 나가 목이 터지라고 소리를 질렀다. 근데 135db로 2등을 하고 말았다. 이런 기계 고장인가? 모든 판정자들이 가장 목소리가 크게 들렸다고 하던데 기계 수치는 136db를 넘지 못했다. 상품권 욕심에 소리를 넘 질렀는지 목이 아팠다. 맥주 한 모금이 나의 목을 진정 시켜 주었다.

다음 게임은 춤추기 게임! 이를 어쩌나 우리 팀 대표가 나 밖에 없다고 무대로 질질 끌고 나가는 것이 아닌가!!! 각 팀에서도 열렬함에 끌려 나와 결국 노래에 맞춰 엉거주춤 모두 춤을 추기 시작했다. 별로 춤도 추지 않은 내가 또 1,2위전까지 올라 아브라카타브라에 맞춰 춤대걸을 하였다. 당연한 결과이지만 ㅋㅋㅋ 1위로 상품권 하나 획득..... 이게 뭐니까? 상품권 때문에 완전 목숨 건 사람 같은 느낌이 들었다. 사실 목숨까지는 아니지만 욕심을 부린 건 사실이다. 춤 대걸 후 숨이 많이 차고 체력이 확 떨어졌다. 몸도 생각할 겸 앉 전혀 앉아서 안주 거리만 먹고 있으려고 하는데.

또또또 팀별 노래 대결을 한다고 팀원 모두 나오라고 하였다. 아! 정말 힘들다. 2조인 우리 팀도 노래를 부르기 위해 무대로 나갔다. 글썽 선곡한 노래가 소찬휘의 "Tears" 완전 고음의 머리가 멍해지는 그 노래..... 팀원이 노래 시작을 했는데 고음 부분에서는 왜 그 마 이크가 내게 와 있었는지? 결국 나도 분위기에 취해 완전 숨 넘어 갈 때까지 "사랑해에에에에~~~~~" 너무 심하게 질렸는지 갑자기 숨이 턱까지 막히면서 눈앞이 깜깜해지기 시작했다.

난 숨을 고르기 위해 돌아서서 벽을 잡았는데 나 중에 들으니 사람들은 내가 벽 잡고 춤을 추는 줄 알았다고..... 그 이후 상황은 하나도 기억나지 않고 멀리서 "박지숙 선생 괜찮아?" "과호흡 했나봐, 괜찮을 거야, 숨을 깊게 들어 쉬고 내쉬고 하세요."

"맥박이 약해, 다리를 의자에 올려!"

"내 목소리 들려요. 들리며 고개를 끄덕끄덕 해봐요"

"얼굴이 너무 창백한데, 원래 몸이 안 좋은 거 아니야, 등반이 무리였나 봐."



여러 사람들의 웅성거리는 소리가 여기저기서 들렸다. 그렇다. 난 의학 용어로 syncope이라고 하는 거 뭐냐 혼절을 한 거였다. 과하게 부르다 뒤로 넘어간 거였다. 이후 창피해. 의식이 돌아오니 눈 뜨기가 너무 무섭고 창피하고 여길 어떻게 빠져나가지 그 생각에 쓰러질 때의 캄캄했던 눈앞보다 더 막막하고 아찔하였다. 여하튼 주위에서 듣는 소리에 맞춰 호흡을 하고 나니 살 것 같았다.

얼마 후 교육에 같이 참가 하셨던 수간호사님들께서 오셔서 괜찮냐고 안부를 묻고 가시면서 "넌 승부욕이 너무 강해. 이제 30대인데 몸 생각하고 놀아야지" 맞아 난 30대지?..... 20대 초반으로 망각하며 놀다가 삼십 평생 경험하지 못한 혼절을 겪고 정말 이번 변화 혁신 교육 나에게 완전 소킹한 사건을 추억으로 남겨 주었고 지나친 열정은 몸을 망칠 수 있다는 교훈을 얻게 하였다.

10차 변화 혁신 교육생 여러분 가장 많은 교육생이 참가한 치수라고 들었습니다. 나를 제 에피소드가 그 장소에 함께 있었던 분들 사이에서는 열정적이고 재미있었던 무대로 기억되길 바랍니다. 이제 JCI 준비 기간이 얼마 남지 않아 많이 힘드시지만 좀 더 열정적, 적극적으로(저처럼 혼절할 정도는 말구요) 인하인으로서 최선을 다하여 JCI 평가 때 좋은 결과를 얻을 수 있었으면 좋겠습니다. 세계로 향하는 인하대 병원, 동북아 아닌 세계의 메디포트 중심이 되는 그날까지 모두 아자 아자 파이팅!!! 합시다.



글 · 박경환 | 대외협력홍보실



“따리~따리~ 따따리~”

지금 시각 아침 6시. 오늘도 어김없이 알람소리와 함께 눈을 뜬다. 벌써 3번째 올려 퍼지는 우렁찬 알람. 이젠 정말 정들었던 이 불과 이별의 시간이다.

“아자~! 오늘도 힘차게 시작이다~!”

조용히 산책 하듯 걸어서 출근하다보면 어제 근무시간에 했던 실수를 생각에 얼굴이 붉어지며 헛웃음이 날 때가 있다. 전화통화가 익숙하지 않아서 “사랑의 달란트”를 “사랑의 단란주점”으로 듣거나, 무슨 말인지 몰라 몇 번씩 되묻기도 하고, 부서 혹은 진료과의 위치를 몰라 헤맸던 경험, 모르는 질문에 어쩔 줄 몰라 찢찢했던 생각에 마음이 무겁다. 그리고 가끔씩 긴장감 맴돌던 면접장이 꿈에 나타날 때면 난 생각한다.

“역시, 아직 난 새내기 직장인이야”

“인! 인천 앞바다에 사이다가 뗏어도 컵이 없으면 못 마십니다!”

“하! 하늘을 날아 인천공항에 내린 모든 외국 환자들을 다 담을 수 있는 거대한 컵이 되겠습니다!”

함께 면접 보는 동기와 함께 머리를 짜내어 만들어낸 멋진 2행시다. 면접의 스타트인 “자기소개” 할 때 사용하기 위한 필승전략이었던 나의 2행시는 썰렁한 면접관님들의 반응과 함께 얼어버렸고 지금 생각해도 식은땀이 나는 경험이었다.

이렇게 옛 생각에 잠겨 걸다보니 어느새 병원에 도착했다.

나의 능력을 인정해주고 나를 알아주는
인하대병원에서 일하게 되어 정말 기쁘고 인하대병원과의 만남을 기점으로
나의 인생도 더 활기차고 행복해진 것 같다.

대외협력홍보실 직원으로서 출근 후 가장먼저 하는 일은 새벽에 온 신문정리 및 인터넷을 통해 전날 언론에 보낸 보도자료 검색이다. 우리부서는 중앙지 7종류, 지방지 7종류, 총 14가지의 신문을 본다. 각종 의학전문지를 비롯해 인터넷신문까지 합하면 200여 가지의 매체들을 상대하는 셈이다. 언론홍보분야는 가장 부담스럽기도 하지만 가장 보람 있고 성과를 바로 체크할 수 있기 때문에 짜릿하고 설레는 일이라고 생각한다. 언론홍보는 각종 매체의 PD나 작가, 드라마 섭외팀, 편집부 기자, 신문기자 등 다양한 사람들을 만날 수 있다는 장점이 있고 이들과 상생관계를 유지하는 것이 우리 부서의 핵심과제다.

수첩과 카메라를 들고 현장으로 달려간 나는 아직도 손에 익숙하지 않은 DSLR 카메라를 들고 셔터를 누르고 메모를 한다. “기자는 현장에 있어야 한다” 라는 교수님의 말씀을 항상 마음에 새기며 언제나 발로 뛰는 홍보를 하고자 노력한다. 또한 인터뷰나 방송 촬영 시 교수님을 비롯한 병원 교직원 선생님들이 카메라 울렁증이나 부담감을 줄일 수 있도록 현장 분위기를 조성하는 것도 나의 일이다. 어렵게 방송 촬영하여 우리 병원 가족들이 TV에 방영되거나 신문, 잡지 등에 게재되고 인터넷에 검색되면 이보다 더 큰 보람은 없다.

또한 나는 우리병원 공식 블로그를 운영하고 있다. 기존에 사내게시판에만 게재되었던 병원내의 다양한 소식들을 블로그를 활용해 포스팅하여 병원내부의 작은 소식들이 인터넷에 검색 될 수 있도록 하고 있다. 만약 누군가 포털사이트 검색창에 인하대병원을 검색 했을 경우 내 블로그에서 인하대병원의 다양하고 최신소식들을 접할 수 있을 거라 생각한다. 이 블로그는 처음에 개인 블로그로 오해를 받았으나 최근 디자인과 블로그명을 바꿔 더 세련된 이미지를 전달할 수 있게 되었다. 앞으로 더 많은 매체에 블로그를 제작해 보다 다양한 사람들이 인하대병원 소식을 접했으면 한다.

이제 입사한지 5개월 남짓, 현장에서 홍보를 하며 느낀 점은 홍보라는 것은 역시 땀 흘린만큼 성과가 있다는 것이다. 인하대병원을 파는 영업사원처럼 만나는 사람들에게 인하대병원의 장점을 설명하고 자랑거리를 발굴해 여러 사람에게 알려 시작은 미미할지 모르나 나비효과처럼 장기적으로 커다란 성과로 다가 올 수 있도록 오늘도 사람을 만나 이야기를 나눈다.

내가 생각하는 홍보란 “세상과 조직을 연결하는 가장 믿음직한 연결고리를 만드는 일” 이다. 한번 연결된 고리는 풀리지 않도록 조이고 아직 연결되지 않은 곳에는 좀 더 많이 그리고 더 멀리 연결될 수 있도록 하는 것이 홍보가 아닐까 한다.

요즘 세상에 원하는 직장에서, 좋은사람들과 자신이 하고 싶은 일을 하는 사람들이 몇이나 될까. 난 정말 천운을 타고난 사람 같다. 나의 능력을 인정해주고 나를 알아주는 인하대병원에서 일하게 되어 정말 기쁘고 인하대병원과의 만남을 기점으로 나의 인생도 더 활기차고 행복해진 것 같다.

앞으로 10년, 20년, 30년이 지나도 지금 같은 설레임과 떨림, 그리고 겸손함을 잃지 않고 계속 도전하고 발전하는 인하대병원 신입사원이고 싶다.

비상을 꿈꾸는 병아리들 모두 파이팅!

인천대교 개통기념 걷기대회 참여 후기 바·다·를·걸·다



글·이경우 차장 | 건강증진센터





Incheon Bridge

원래 등산이나 오래 걷는 걸 싫어하지만 평생에 단 한 번뿐인 행사인데다 아내랑 좋은 추억을 만들기 위해 인천대교 주탑에서 돌아오는 블루코스(약 16km)를 신청하였다. 대회 전날 저녁부터 천둥번개를 동반한 비가 내려 걱정을 했지만 막상 대회 당일은 아침부터 날씨가 쾌청하여 걷기에는 더없이 좋은 날이었다. 출발장소인 송도 대우자판에 도착해 보니 긴 행렬을 지어 벌써 많은 사람들이 인천대교 위를 걷고 있었다. 인천대교는 대부분 아시다시피 인천국제공항과 인천 송도국제도시를 연결하는 총연장 21.38km의 국내 최장 교량이고 세계 5대 해상 사장교로 월드클래스다리, 번영의 다리, 안전의 다리, 협력의 다리, 아름다움의 다리 등으로 표현되고 있다.

대회 참석자들 면면을 보니 대부분 가족단위로 많이들 참석하였고 특히, 연로하신 부모님들을 모시고 온 가족들이 많이 눈에 띄었다. 대교 좌측으로 드넓게 펼쳐진 송도 국제도시는 하루가 다르게 스스로 진화해 나가는 거대한 생명체와 같은 느낌을 받았으며 상전벽해라는 표현이 참으로 어울릴만한 곳이란 생각이 든다. 2020

년 모든 개발계획이 끝난 후의 웅장한 도시의 모습을 상상해 보면서 견노라니 저 멀리 대교 중간에 마치 산 같이 드높이 생긴 주탑 2개가 서서히 시야에 들어왔다. 거대한 다리와 그 위를 걷고 있는 수많은 사람들과의 어울림이 가을하늘과 더불어 한 폭의 풍경화로 아름답게 바다 위를 수놓고 있었다.

콘크리트 바닥이다 보니 걷기에도 많이 불편하고 주탑을 돌아오는데 대략 4시간이 넘게 소요되어 나뻘 체력적으로 힘들기도 했지만 걷는 중간에 우리 병원 이동진료소와 동료직원들을 만나 반가웠고 무엇보다 유니폼 색깔로 형형색색 다리 위에 꽃물결을 장식한 그날 함께 했던 이름 모를 사람들의 모습이 기억 속에 오래도록 남을 것 같다. 며칠 전 당시 힘들게 걸었던 인천대교를 차량을 이용해서 다녀왔는데 걸으면서 느꼈던 것 보다 더 멋있고 아름다운 다리라는 느낌을 받았다.

인천대교 개통을 통해 우리 병원의 청사진인 동북아 메디포트 병원의 원대한 꿈이 조금 더 빨리 실현되기를 기원해 본다.

사 모 곡

글 · 서보원 환자

어머니가 계시는 동안 아주 소중하고 귀하신 분 인줄 알고 있었지만 막상 떠나시고 난 후 그 그늘이 얼마나 컸는지 알게 되었습니다. 어머니 고맙습니다. 그립습니다. 감사했습니다. 그리고 사랑합니다!

2009년 4월 30일 교통사고로 인하대병원 응급실에 와서 신속한 응급처치를 받고 서12병동에 입원하였습니다. 저는 85세 되신 노모를 모시고 있었습니다. 근래 부쩍 몸이 좋지 않으셔서 사고 소식을 당분간 알리지 말자 했는데, 수일 후 어머니께서 아시고는 걱정을 많이 하셨습니다.

5월 8일 어버이날도 병실에서 보냈습니다. 저는 어버이날 아들 딸이 카네이션 꽃을 달아주어 병실에서도 달고 있었지만, 저는 어머니께 직접 꽃도 달아주지 못한 못한 자식이 되었습니다. 어머니께선 집에서 매일 저의 걱정, 저는 병실에서 매일 어머니 걱정으로 매일 하루에도 몇 번씩 서로 통화하였습니다. 5월 12일 저는 날개뼈 수술을 하였고, 수술결과는 참 좋다고 했습니다.

며칠 후 어머니와의 통화에서 저를 많이 보고 싶어 하시고, 뭔가 전과 좀 다름을 느꼈습니다.

“너는 좀 어떨노, 니가 보고싶다” 하시는 말속에서 평소 강했던 어머니에게서 좀 약한 모습이 보였습니다. 집에서도 어무이 건강이 좀 안 좋은 것 같다고 했습니다.

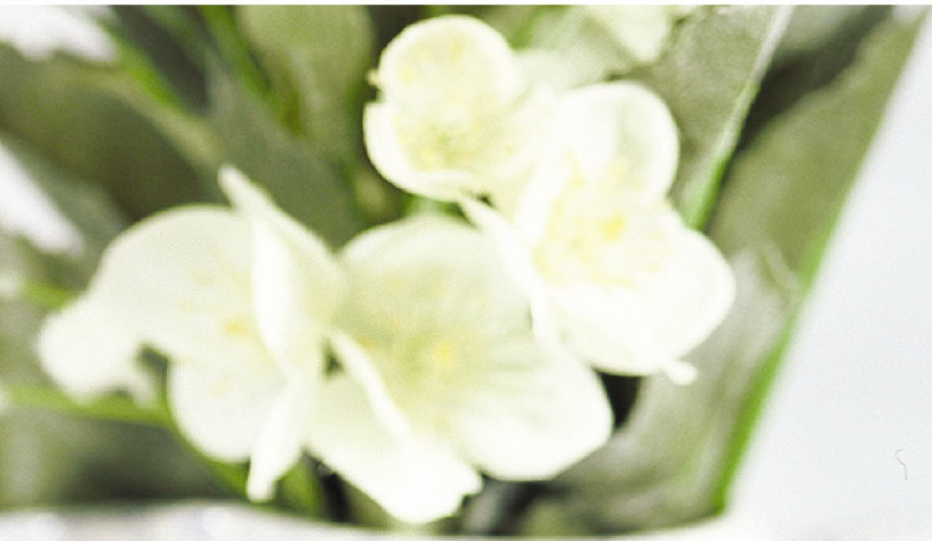
2009년 5월 18일 새벽 집에서 전화가 왔습니다. 어머니가 밤새 화장실에만 다니셨다고 하며 어떻게 할까 하기에 빨리 응급차를 불러 인하대병원으로 오시게 하였습니다. 아침 일찍 응급실에 도착한 어머니께선 혼수상태였습니다. 하루 종일 응급처치를 하고는 밤 10시경 의사 선생님께서 가족들을 모두 부르라고 하시면서 마음의 각오를 하고 마지막 인사를 해야 되겠다고 하시어 우리들은 서로 어머니께서 의식이 없으신 가운데 마음으로 마지막 인사를 했습니다.

저는 병실에서 기도를 하며 기다리다 새벽 일찍 응급실로 내려가 어머니의 손을 살며시 만져보니 여전히 의식은 없었지만 손이 따뜻했습니다. 발도 만져보니 따뜻했습니다. 막 도착하셨을 땐 손과 발은 차디차면서 검붉었습니다. 저는 아구, 이제 됐구나, 하고 안심했습니다. 응급실 의사선생님께서선 일단 생명은 유지하시는 것 같다고 하며 집중치료실로 올라간다고 하였습니다. 우리들이 말을 하면 고개로 의사를 표하시는 것 같았습니다. 면회시간에 의식이 조금 있을 때에는 “어무이, 보원입니다. 이젠 우리들 걱정하지 마시고 오직 어무니 몸 건강에만 걱정하시고 어무니 위해 기도만 하시오, 빨리 일어나서 집에 가서



2009년 어버이날 병실에서...





어머니 좋아하시는 가요무대 보면서 식구들과 함께 손뼉치고 노래하십시다, 아무 걱정마시고 어머이 위해 기도하시고 빨리 일어나세요” 어머니 눈가엔 눈물이 조금 흐르는 것 같고 저의 손을 꼬옥 잡는 것 같았습니다. 조금 차도가 있으신 것 같았습니다. 며칠 후에는 의식이 돌아와 가족들의 손을 잡으면서 “고맙데이, 고맙데이, 참 고맙데이”라고 가족 모두에게 말씀하셨습니다. 그날 제 병실로 돌아오니 김초혜님의 어머니라는 시가 생각이 났습니다.

-어머니-

한 몸이었다 서로 갈려 다른 몸 되었는데
주고 아프게 받고 모자라게 나눠줄 줄 어이 알았으리
쓴 것만 알아 쓴 줄 모르는 어머니, 단것만 익혀 단줄 모르는 자식
처음대로 한 몸으로 돌아가 서로 바꾸어 태어나면 어떠하리

이 시를 몇 번이고 다시 생각하면서 우리들은 항상 부족하고 아무것도 잘해준 것도 없는데 어머니께선 그렇게 크게 받아주시니 매우 부끄러웠습니다. 며칠 후 집중치료실에서 보호자 상담을 한다는 연락이 왔습니다. 병실에서 집중치료실까지 엘리베이터를 타고 가는 그 짧은 시간동안 가슴이 뛰며 천당과 지옥을 왔다 갔다 하는 것 같았습니다.

우리 가족들은 집중치료실 CPR이라는 소리만 들어도 간이 콩알 만해 저서 전화소리에만 귀를 기울였습니다. 전화가 없으면 저도 모르게 휴- 하고 소리가 납니다. 항상 긴장의 연속이었습니다. 몇 번 진료과를 전과하며 집중치료실에서 열흘 가까이 지내시던 중 가족들에게 자리비우지 말고 면회대기실에 기다리라는 연락이 왔습니다.

2009년 5월 28일 21시 28분 우리 가족들이 모두 지켜보는 가운데 어머니께선 편안히 운명하셨습니다. 우리들은 평소 어머니께서 말씀하신대로 울지 말고 조용히 기도하라고 하시는 말씀을 지키기 위해서 입술을 깨물고 모두 참았습니다.

5월 31일 저는 병원에서 외박을 얻어 6월 1일 어머니의 장례식을 잘 마쳤습니다. 그리고 병실로 돌아와 생각해보니 제가 살아온 58년보다 본원에서 입원하고 있는 두 달 동안 어머니를 그리면서 흘린 눈물이 더 많았습니다. 우리들은 어머니가 계시는 동안 어머니가 아주 소중하고 귀하신 분 인줄 알고 있었지만 막상 우리들을 떠나시고 난 후 그 그늘이 얼마나 컸던지 알게 되었습니다.

어머니. 어머니는 저의 큰 스승님이시자 우리들의 어머니이셨습니다.

어머니 고맙습니다. 그립습니다. 감사했습니다.

어머니, 사랑합니다.

저를 치료해주신 교수님, 의사선생님, 간호사 선생님께 감사드립니다. 모든 선생님들이 있었기에 저는 인하대병원에서 편하게 치료를 잘 받았습니다. 그리고 각 분야에서 항상 열심히 근무하시는 전 임직원 분과 협력업체 직원들께도 인하대병원의 모든 분께 다시 한 번 지면으로나마 감사드립니다. 고맙습니다. 2009년 9월 10일에.....



“크리스마스와 송년회에 신년회까지...”
“날씨가 너무 추워 운동하기 힘들어요...”
“운동하고 난 후 온몸이 뻣근하고 아파요...”

겨울철 효과적인 운동 비만의 계절인 겨울, 그러나 살빼기에도 좋은 계절이다!

만성질환자는 가급적 오후에 운동하거나, 겨울철 동안에는 실내에서 운동하는 게 좋다. 또한 근력운동을 시행할 때에는 무엇보다 호흡법이 중요하다. 바람직한 호흡법은 힘을 쓸 때 숨을 참지 말아야 하며 적절히 호흡을 내쉬어야 한다.



글 · 김치중 운동처방사 | 비만센터

다른 계절과 달리 날씨가 추운 겨울에는 몸이 움츠러지고 따뜻한 실내만 찾게 된다. 자연스럽게 실외에 있는 시간이 줄어들게 되고 평소에 움직이는 신체활동과 규칙적인 운동이 급격히 줄어든다. 실제 조사에서도 일반인의 겨울철에 평균 체중은 증가하고, 당뇨병 환자의 혈당치 역시 가장 높다고 한다. 그래서 겨울은 비만의 계절이라고 표현하기도 한다.

이러한 이유로 특히 겨울철에 규칙적인 운동이 필요하지만 적지 않은 부담이 따른다. 추운 겨울철에 아침운동을 나갔다가 심근경색이나 뇌출혈을 일으키는 사람이 늘어나기도 하고 눈 덮인 산을 오르다 낙상 사고를 당하거나 심한 경우 저체온증으로 목숨을 잃는 일도 벌어진다. 스키 등 야외 스포츠를 즐기다 뼈가 부러지거나 관절·근육을 다치는 일은 다반사다. 하지만 흥미롭게도 겨울철에는 살빼기에도 좋은 계절이다. 날씨가 추워지면 체온을 유지하기 위해 평소보다 에너지를 10-15% 더 소비하게 되기 때문이다. 그러므로 기온에 따른 인체와 운동능력의 변화를 이해하고 대비하면 운동 중 발생하는 사고나 부상을 예방할 수 있으며 나아가 효과적인 운동의 효과를 기대할 수 있다. 다음은 겨울철 운동 시 반드시 알아두어야 할 사항이다. 내용을 잘 숙지하여 규칙적인 운동을 통해 추운 겨울철을 건강히 잘 나기로 하자.

준비운동과 마무리 운동은 필수 날씨가 추우면 근육과 관절의 유연성이 떨어지고 에너지 대사에 관여하는 효소 활성도가 떨어져 운동 능력이 저하되기 쉬워 어느 때보다 부상을 입을 위험성이 높다.

특히 겨울철에는 다른 계절에 비해 운전 전 충분한 엔진 예열을 거친 후 운전을 하듯이 인간의 몸도 체온 상승과 신체 준비도를 높이기 위해 준비운동을 꼭 해야 한다. 가능한 실내에서 땀이 날 정도로 하는 게 더 효과적이다. 그리고 준비운동보다 중요한 것이 바로 마무리 운동이다. 운동을 마칠 때 운동 강도를 서서히 낮춰 긴장된 근육을 충분히 풀어야 한다. 겨울철은 특히 근육이 잘 뭉쳐 마무리 운동을 충분히 하지 않으면 근육통이나 관절통으로 이어진다. 보통 때보다 2배 이상 충분히 스트레칭을 해야 한다. 또한 조깅을 했다면 걷기를 계속하고, 이령을 들었다면 이령 없이 같은 동작을 반복하는 마무리 동작도 효과적인 방법이다. 나아가 꾸준한 스트레칭은 근육과 관절의 유연성을 늘릴 뿐 아니라 체지방 연소도 잘 되는 효과를 가져 올 수 있다. 실제로 같은

거리를 건너라도 인체가 유연한 그룹이 그렇지 않은 그룹보다 열량 소비가 더 많다는 결과가 보고되고 있다.

운동 강도를 낮추고 운동시간을 늘리자 앞서 언급했듯이 겨울철엔 체온을 유지하는 데만도 10~15%의 에너지가 더 소비돼 운동을 하는 데 평소보다 더 많은 체력이 요구된다. 빨리 걷기, 자전거, 수영, 등산 등 유산소 운동이 적당하며 운동 강도를 평소의 70~80% 수준으로 하는 대신 시간을 늘리도록 하자.

예를 들자면 규칙적으로 조깅을 30분씩 하였다면 빨리 걷기와 조깅을 병행하여 40분씩 하는 방법과 빨리 걷기를 50분씩 하는 방법으로 바꿔서 하는 게 좋다. 이때, 운동을 하면서 느끼는 주관적인 강도는 '보통이다' - '약간 힘들다'이며 이는 운동 중 약간 숨이 차면서 옆 사람과는 대화가 가능할 정도의 느낌이다. 이러한 유산소 운동은 일주일에 3~5회 이상 적어도 이틀에 한 번 규칙적으로 30분 이상 하도록 하자. 비만이나 무릎에 통증을 느끼는 환자는 경사가 있는 등산보다는 평지를 걷거나 고정식 자전거가 바람직하다.

옷을 겹쳐 입되 많이 입지 말자 겨울철 운동의 핵심은 체온 관리이다. 두꺼운 옷보다는 얇은 옷을 여러 벌 입는 게 낫다. 그러나 옷을 너무 많이 입고 운동하면 몸은 빠르게 더워져서 땀이 나고 운동 뒤 땀이 증발하는 과정에서 쉽게 체온을 빼앗기므로 조심해야 한다. 같은 이유에서 땀복도 좋지 않다. 한편 체온은 대부분 목 뒷부분을 통해 빼앗기므로 가급적 모자를 쓰고 목도리를 해야 한다. 손, 발, 코, 귀 등 말단 부위에는 피 공급이 크게 줄어 체온이 떨어지므로 장시간 운동 시에는 적절한 보온이 필요하다.

만성질환 환자는 오후 운동과 실내 운동이 좋다 추위에 노출 시 혈관이 급격하게 수축되며 평상시 혈압보다 5-10mmHg 높게 되므로 고혈압 환자의 경우 심장 부담이 증가돼 뇌출혈, 심근경색 등의 위험이 커진다. 고지혈증, 관상동맥질환, 뇌혈관질환, 당뇨, 비만 환자도 이런 위험이 있다. 따라서 만성질환자는 가급적 오후에 운동하거나, 겨울철 동안에만 실내에서 운동하는 게 좋다. 또한 근육운동을 시행할 때에는 무엇보다 호흡법이 중요하다. 바람직한 호흡법은 힘을 쓸 때 숨을 참지 말아야 하며 적절히 호흡을 내쉬어야 한다.

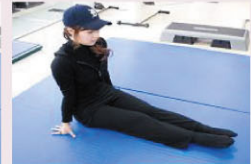
운동 후 감기에 걸리지 않도록 조심하자 운동을 마치면 땀이 식게 되고 체온이 크게 떨어진다. 따라서 빠른 시간 안에 적당히 따뜻한 물에 목욕을 하고 마른 옷으로 갈아입는 게 좋다. 여의치 않다면 여벌의 옷을 준비해서 평소보다 몸을 더 따뜻하게 해야 한다. 운동을 심하게 하면 면역력이 잠시 동안 떨어져 감기에 걸리기 쉽기 때문이다. ●문의 : 비만센터(032-890-3360)

걷기 스트레칭

- ★ 심장에서 먼 곳부터 실시하며 편안한 마음으로 한다.
- ★ 통증을 느끼지 않는 범위 내에서 실시한다.
- ★ 호흡을 천천히 길게 내쉬면서 통증 전 범위에서 멈춘다.
- ★ 멈춘 상태에서 10-15초 동안 충분히 머물며 좌우 각각 실시한다.
- ★ 2~3회 실시하며 스트레칭 시 반동을 주지 않도록 한다.



▲발목 몸 쪽으로 당기기



▲발목 앞으로 퍼기



▲발목 돌리기



▲무릎 펴고 상체 앞으로 숙이기



▲허리 펴기



▲허리 돌리기



▲무릎 잡고 가슴으로 당기기



▲다리 무릎위에 올려 가슴으로 당기기



▲엎드려 상체 들어올리기



▲앞뒤 다리 벌려 체중 앞으로 숙이기



▲다리 구부려 발목 잡고 뒤로 당기기

아주 작은 우리 아이들

글 · 구희정



Thank for Inha

앞으로 무슨 일이 생겨도 희망의 끈을 놓치지 않고 우리 명성이와 우성이를 위해 열심히 살겠습니다.

지금도 계속 재활치료와 언어치료를 받고 있지만 그 끝이 어디인지 모르지만.....

이 세상을 살아가면서 이렇게 많은 분들의 도움으로 살고 싶은 마음과 아이들의 소중함을 일깨워 주신
인하대병원 선생님들께 감사드립니다.

벌써 2년 전 이야기네요.

조금은 따가운 햇살이 비치는 6월의 그날. 제가 아주 아주 조그마한 아이 우리 첫째 명성이를 이 세상에서 만났습니다.

하지만 저는 명성이를 중환자실 인큐베이터 속에 남겨놓고 또 다른 사투를 벌이고 있었습니다.

바로 우리 우성이와 진성이를 만나기 위해서지요. 7월 4일 둘째와 셋째를 만났던 날이 제가 이세상에서 가장 힘들었던 순간 이면서도 가장 행복했던 순간입니다. 나에게 그 무엇보다도 귀하고 소중한 보물들 나의 아이들이지요. 하지만 모두 다 제 곁에 남아있지는 못했습니다. 우리 막내 진성이는 태어난 지 열흘 만에 패혈증으로 하늘나라로 가고 말았습니다. 지금도 제 가슴속 깊숙한 곳에서 떠나 보낼 수 없는 우리 셋째 아기가 너무 보고 싶네요. 그렇다고 체념만 하고 있을 수는 없었습니다. 제가 지켜주어야만 하는 명성이, 우성이가 있었기 때문이지요. 그래서 좌절도 포기도 해서는 안되었습니다. 하지만 그 싸움은 너무나 저를 힘들고 지치게 만들었습니다.

490g으로 태어난 우리 명성이는 인큐베이터 속에서 힘들게 호흡기에 의존해 숨을 쉬고 있었습니다. 그 가늘고 작은 팔에는 10개의 주사약이 연결되어 있고 온몸에는 살이 없어서 주름투성이인 우리 아가 명성이. 그 작은 몸으로 동맥관을 묶는 수술과 피사성 장염으로 15cm정도 잘라내는 장수술과 망막수술까지 정말 말로 표현할 수 없는 그 긴 시간을 견뎌냈습니다.

다행히 830g으로 태어난 우리 우성이는 3주 더 뱃속에 있다가 나와서 인지 다른 문제 없이 잘 자라주었습니다. 아가들이 잘 견뎌주고 있었지만 일주일도 이백만 원 이상 나오는 병원비에 힘겨워 하고 있을 때 담당 간호사 선생님을 통해 사회복지사 선생님을 만나게 되어 “다소미 작은숨결 살리기”와 “보건소”의 후원으로 치료비 전액을 지원받을 수 있게 되었습니다.

그분들의 도움이 있었기에 지금의 명성이, 우성이가 제 곁에서 무럭무럭 잘 자라고 있는 것이겠지요.

그러던 중 2008년 9월쯤 저에게 닥쳐온 유방암이라는 진단 앞에서 또 한번 무너지고 말았습니다.

정말 하늘이 원망스럽고 화가 났습니다. 정말 모든 것을 다 버리고 도망가고 싶었습니다. 하지만 저에게는 명성이와 우성이가 있었기에 이겨내야만 했습니다. 그래서 인하대병원 김세중 교수님을 만나게 되었고, 지금은 수술, 항암치료 8번, 방사선 치료까지 다 마치고 한 달에 한 번 정기검진만 받으러 다니고 있습니다.

제가 다시 새 인생을 살아갈 수 있게 도와주신 김세중교수님께도 감사 드리고 또 저의 힘든 사정 이야기 들어 주시고 같이 슬퍼해주시고, 위로해주시고 여러 지원단체도 알아봐 주시고 애써주신 사회복지사 선생님에게도 감사드립니다. 그 덕분에 우리 명성이, 우성이는 재활치료 후원금으로 치료 잘 받고 있습니다.

앞으로 또 저에게 더 힘든 일이 올 수도 있고, 아니면 행복한날이 기다리고 있을 수도 있겠지요

그래도 저는 저에게 무슨 일이 생겨도 희망의 끈을 놓치지 않고 우리 명성이와 우성이를 위해서 열심히 살겠습니다. 지금도 계속 재활치료와 언어치료를 받고 있지만, 그 끝이 어디인지 아무도 모르지만 그래도 지금은 물리치료사 선생님들 덕분에 자기 혼자 걸어 다니고 말도 조금씩 하고 있답니다.

제가 이 세상을 살아가면서 이렇게 많은 분들의 도움으로, 살고 싶은 마음과 아이들의 소중함을 일깨워 주신 여러분들에게 감사드립니다. 정말 앞으로 우리 사랑하는 명성이, 우성이 열심히 키우면서 행복하게 잘살겠습니다. 고맙습니다.

현명성 2007. 6. 12 출생(24주, 490g) / 현우성 2007. 7. 4출생(27주, 830g)

세 쌍둥이 중 셋째는 열흘 만에 패혈증으로 사망, 미숙아인 첫째와 둘째는 장수술, 망막수술 등으로 고액의 치료비가 들었고, 보건소와 다소미 작은 숨결 살리기에서 후원을 받음

현재 아이들은 다소미 작은 숨결 살리기에서 재활치료를 후원 받아 본원에서 재활치료중 임

● 의료비 지원 및 후원 관련 문의 : 인하대병원 진료지원팀 김기화 의료사회복지사 ☎ 032-890-2870

점안제는 개봉 후 1개월, 유통기한 남았어도 사용하면 위험!!

Q: 점안제는 개봉 후, 언제까지 사용이 가능한가요?

A: 일반적으로 점안제는 개봉 후 1개월까지 통상적으로 사용이 가능합니다. 유효기간이 남아있더라도 점안할 때 균이 들어가 오염될 가능성이 있기 때문입니다. 따라서 개봉한지 1개월 후에는 약물이 남아 있어도 감염을 막기 위해서 사용을 하지 마시고, 의사선생님께 진료를 받으신 후 새롭게 점안제를 처방 받아 사용해야 합니다.

Q: 점안액은 소프트렌즈를 착용한 상태에서 점안이 가능한가요?

A: 여러번 투여하는 제제(대부분의 인공눈물)는 자주 캡을 열고 닫으므로 외부의 균이 병 내로 들어가서 약액을 오염시킬 수가 있습니다. 그렇게 균에 오염된 액을 투여하게 되면 여러가지 안과질환을 유발할 수 있습니다. 그래서 이러한 원하지 않는 오염을 막기 위해서 점안액에는 미량의 보존제가 들어가 있습니다. 그런데, 보존제의 한 종인 Benzalkonium 이라는 성분은 소프트렌즈에 침착되어 각막을 손상시킬 우려가 있기 때문에 소프트렌즈를 착용한 상태에서는 투여를 하지 않도록 하고 있습니다. 균이 투여하려면, 렌즈를 착용하지 않은 상태에서 투여하시고 10~15분 후에 착용하거나, 방부제가 없는 일회용 인공눈물(하이레인 미니 점안액 0.1% 또는 리프레쉬플러스 0.5%)을 넣도록 해야 합니다.

Q: 점안액 어떻게 넣어야 효과가 좋은가요?

A: 점안하기 전에 손을 깨끗이 씻습니다. 바로 눕거나 머리를 뒤로 젖히고 집게 손가락으로 아래 눈꺼풀을 밀어서 잡아당겨 주머니를 만듭니다. 다른 손으로 점안제를 눈 가까이에 대고 아래 눈썹과 안구 사이에 만들어진 주머니에 정확한 수만큼 점적합니다. 눈에 직접 닿지 않도록 주의합니다. 눈을 감고 눈 안쪽 부분 (코대와 눈 사이)를 1분간 집게 손가락으로 눌러줍니다. 바로 점안제의 마개를 닫고 점안제를 닦거나 씻지 않도록 합니다. 다른 점안제를 사용하는 경우 최소 5분 이상 간격을 두고 투여 해야 합니다.

● 참고문헌 / Reference: www.druginfo.co.kr

※ 항상 환자분들 곁에 인하대병원 약사들이 함께 합니다

※ 약에 대한 문의는 : 주간 032) 890-3323, 3327 | 야간 032) 890-3315

신종인플루엔자 예방접종 대상 및 절차 안내

★ 기준

- 신종 인플루엔자 예방 민간의료기관 위탁대상자 해당 - 정부기관 기준적용

★ 대상

- 영유아(6개월 ~ 만 6세), 임신부, 만성질환자 - '09.12. 7일이후 접종예상
- 학생 예방접종대상자 중 인하대병원 접종 희망자 - '09.12.16일이후 접종예상
- ※ 상기자 이외에 대해서는 아직 안내가 없으므로 질병관리본부, 보건소 등에 문의 요망

★ 접종절차

1. 접종대상 여부 확인
2. 질병관리본부 인터넷사이트 <http://nip.cdc.go.kr> 접속 (예방접종도우미)
3. 질병관리본부 인터넷사이트에 접종 의료기관을 "인하대병원" 으로 예약
4. 질병관리본부에서 접종일자 확인
5. 접종 지정 및 승인일자에 인하대병원 산업의학과로 내원 (정석빌딩 2층 소재)
6. 인하대병원 산업의학과 접수 -> 신원확인 -> 예진표 작성 -> 문 진
7. 백신 접종

★ 기타

- 질병관리본부 예약시스템은 2009.11.18일부터 Open 예정
- 접종예약지는 접종일자를 확인 후 정석빌딩 2층 인하대병원 산업의학과로 내원
- 신종 인플루엔자 접종비 ₩15,000은 접종자 본인부담
- 상기사항은 질병관리본부 안내를 기준으로 작성하여 안내한 것이며, 기타 자세한 사항 및 일정은 질병관리본부 공지사항을 참조하시기 바랍니다.

[문의처]

질병관리본부 예방접종 문의 : 129, 1339, 1577-1000
 인하대병원 산업의학과 : 890-2861, 2866

샤방 샤방 날리는 인하대병원의 마법 같은 미소쟁이들~~~



← 박혜영, 김은옥
| 건강증진센터



← 허만정
| 영상의학과



← | 동15병동



← 김창학
| 약제팀



→ 이혜진
| 외래간호팀

a smile campaign



→ | 원무보힘팀 외래



유진정형외과 / 노승규 원장



그들과 함께 하는 '동네 의사'

지난 8월 개원한 유진정형외과 노승규 원장은 병원의 탄력적 운영과 함께 합리적인 진료 서비스를 시행하고 있다. 우연한 소개로 지금의 유진정형외과를 만나 개원하게 되었다. 무엇보다 '동네병원' 처럼 편하게 생각해 주길 바란다는 노 원장은 언제나 궁금증이 있으면 달려올 수 있는 주민들의 주치의가 되길 자처한다.

“처음엔 환자들이 저에 대하여 우스갯말로 ‘간’을 보는 줄 알았어요. 분명 정형외과라는 타이틀이 있는데 이것저것 묻는 게 많아서요. 그런데 그들은 정말 몰라서 제가 의사이니까 묻고 의논했던 거예요.”

그러나 이젠 편하게 찾아주는 환자들에게 고맙고 진정으로 그들과 함께 하는 동네 ‘의사’가 되어 감을 느낀다. 인하대병원과 의료협력관계를 맺고 있는 유진정형외과 노 원장은 인천지역에서 없어서는 안 될 마지막 보루라는 표현을 쓴다. 바람이 있다면 환자를 보낸 의사 입장에서 진료과정을 보다 자세히 알고 싶어 데이터 등 최대한 많은 진료내용을 받고 싶은 욕심이 있다.

노 원장은 지금까지의 인생에서 딱 3번 정도의 ‘떨림’이 있었다. 전문의 시험 볼 때, 군대에서 힘든 훈련이 있을 때, 그리고 유진정형외과의 개원 때를 꼽는다. 막상 개원을 앞둔니 생각보다 훨씬 큰 떨림을 맞본 노 원장은 이제 새로운 일에 부딪혀보는 것이 살아가는 재미라고 생각한다. 개원을 처음 하는 원장이라 우왕좌왕 했을 텐데 군말 없이 잘 따라준 직원들에게 감사의 말을 잊지 않는 노 원장이다.

의사이면 모든 진료범위를 총 망라한다고 생각하는 순수한 환자들, 노 원장은 그들을 사랑한다. 왜냐하면 그들은 ‘의사 노 원장’을 확 믿어주기 때문이다. (인천시 남구 송의4동 ☎032-861-8700)

호림신경외과 / 이중석 원장



환자와 맞는 치료공합, 맞춤형 진료 서비스로

2004년 3월 지금의 이 자리에 이중석 원장은 차가운 병원이미지보다 깔끔하고 따뜻한 줄고 싶어 아이보리 콘셉트로 호림신경외과를 개원하였다. 6년째 이곳에서 진료서비스를 하고 있는 호림신경외과는 세월을 무색케 할 만큼 이 원장이 원하는 아이보리 콘셉트는 여전하다.

이 원장은 오랫동안 진료를 하다 보니 똑같은 디스크 환자라도 치료요법이 다르다고 말한다. 환자와 맞는 치료 공합이 있다고 생각하는 이 원장은 맞춤형 진료 서비스를 하겠다는 생각이다. 또 열악한 개원의 환경에서 이러한 이 원장의 적극적인 마인드가 환자들의 만족도를 높이는 건 아닐까?

연고 없이 인천에 오게 된 이 원장에게 인하대병원은 제2의 모교와 같다. 깊은 신뢰가 가는 인하대병원 의료진을 100% 믿는 이 원장이다. 정상적으로 공부한 사람이라면 누구나 의술은 비슷하다고 이 원장은 생각한다. 그것 말고 보이지 않는 또 하나의 손, 작은 곳에서부터 환자를 생각하는 마음이 진료하는데 중요하다. 똑같은 조건하에서 이 원장이 승부수를 거는 건 바로 ‘열정’이다. 그래서 또 하루의 진료를 마치고 나면 차 한 잔 마시면서 진료 내내 발휘했던 열정을 식혀낸다.

이 원장은 신뢰가 가는 병원으로 자리매김하고 싶은 소망이 있다. 환자가 자신의 말에 신뢰를 갖고 따라주는 것을 강조하며, 격정 말고 의심 없이 따라주는 부모와 자식 같은 관계가 형성되었음을 하는 바람이다. 자신을 찾는 환자들에게서 이 원장은 가족애를 느낀다. 초등학교가 어느새 성장하여 오는데서 느끼는 솔솔한 재미도 만만치 않다. 이런 재미에 호림신경외과 직원 14명은 지금의 이 자리, 여기를 행복으로 알고 이 원장과 호흡을 함께 한다. (인천시 남구 송의2동 ☎032-883-9114)

글 · 이정희 | 자유기고가



건강 문화 최고경영자 과정 제 2기 원우 병원 발전기금 전달

건강 문화 최고경영자 과정 제 2기 수료식 후 병원발전기금 전달식이 있었다.

제 2기 원우회에서 천 만원, 이점만 회장 천 만원, 채기석 회장 천 만원, 이인철 대표 천 만원, 허준호 대표 삼백 만원, 이경옥 원우가 이백 만원의 발전기금을 전달하였다.



09_11+12
INHA NEWS

‘유타-인하 DDS 및 신의로기술개발 공동연구소’ 개소 ●

경제자유구역 외국대학 및 연구소 유치 지원사업'에 따라 인하대병원과 미국 유타대학 약대가 공동으로 설립한 비영리 법인 연구소 '재단법인 유타-인하 DDS 및 신의로기술개발 공동연구소'가 인천경제자유구역 내 송도 테크노파크에서 2009년 9월 24일 개소하여 공동연구를 시작하였다. DDS(Drug Delivery System, 약물전달시스템)이란 약물의 치료효과를 극대화시키기 위하여 체내 약물 농도를 일정기간 이상 치료효과 범위내에 유지시키고 약제와 고분자 또는 BT,IT,NT 융합기술을 이용한 약물전달장치를 통해 약물의 방출을 조절하고 원하는 치료부위에 집중적인 치료를 가능하게 하여 치료효과를 극대화시키는 기술을 말한다.



통증클리닉 - 통원수술실 - 심혈관안정실 확장 개소 - 환자의 편의를 최우선으로 ●●

10월 5일 '인하대병원 통증클리닉, 통원수술실, 심혈관안정실'이 확장되었다. 환자의 빠른 쾌유와 절대안정을 위해 최선을 다하는 인하대병원은 쾌적하고 안전한 병원환경을 위해 시설 확충을 단계별로 실시하며 환자만족도를 높이기 위해 최선을 다하고 있다.





‘일본 - 미국’ 관광에이전시 팸투어 실시 ●

10월 7일, 인하대병원 국제협력팀은 ‘일본 - 미국’ 관광에이전시 실무 담당자들과 국제 의료서비스에 대하여 구체적인 운영방안에 대하여 의견을 나누었으며, 실질적 계약에 앞서 실무 상담 및 본원 투어를 실시하였다.



일본 현지 의료마케팅 성료 ●●

지난 10월 13일부터 10월 16일까지 이두익 의료원장, 김석규 경영부원장, 국제협력팀 한 연희는 동경, 오사카 지역을 방문하여 일본 현지에서 인하대병원의 우수성을 알리고 의료 관광분야에 있어서 최적의 조건을 갖추고 있음을 강조하며, 해외환자 유치를 위한 자신감과 포부를 일본 의료관계자들에게 밝혔다.



인하대병원 - 셀트리온, 연구개발계약체결 ●●●

인하대병원과 주셀트리온(대표이사 서정진)은 2009년 10월 14일 의약품 임상시험 및 연구 개발계약을 체결했다. 양 기관은 항체 바이오시밀러 제품의 개발에 있어 상호 보유한 기술과 노하우를 이용하여 효율적인 임상시험을 통한 상업화 및 의약품의 연구 및 개발에 있어 상호 협력하기로 했다.



미국 유타대 총장 본원방문 ●●●●

10월 20일 유타대 부총장(A.Lorris Betz)이 방문했다. 사이버나이프센터를 비롯 국제진료센터와 소화기센터 등 인하대병원의 대표적인 진료시설을 둘러보았으며 의료 관광분야는 물론, 진료, 연구 등 다양한 분야에 있어서 앞으로 인하대병원과 유타대의 유대관계를 더욱 확고히 하는데 의견을 함께했다.



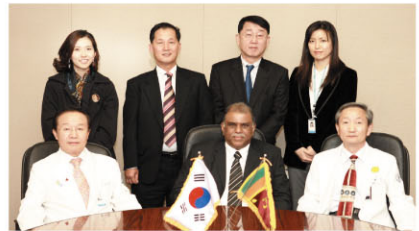
2009 인천국제웰빙건강박람회 참가 ●●●●●

인하대병원은 지난 10월 20일부터 10월 22일, 3일간 송도 컨벤시아에서 열리는 ‘2009 인천국제웰빙건강박람회’에 참가하여 인하대병원의 우수한 의료장비와 전문 진료센터, 건강검진 프로그램 등을 알렸다. 행사기간 동안 혈관검사, 혈당, 혈압, 신체나이 측정 등 다양한 건강검진을 무료로 실시하였으며 특히, 해외검진상품 홍보 및 건강검진 유치를 위해 다양한 프로그램을 마련하여 홍보했다



스리랑카 주택부장관, 본원 투어 및 종합검진받아 ●●●●●

스리랑카 주택부 장관 Gitanjana Gunawardena M.P. 은 한국보건의료재단 초청으로 10월 29일 방한하여 11월2일(월) 인하대병원을 방문하였다. 국회, 농촌진흥청 등을 방문한 후 출국일인 11월 2일 본원을 방문하여 병원투어 및 종합검진을 받았고, 인하대병원의 스리랑카 의료봉사에 관해 감사의 뜻을 표했다.



임상시험센터 사업설명회 개최

11월 11일 (수), 밀레니엄 서울 힐튼 호텔 3층 Coral Room 에서 제3회 인하대병원 임상시



험센터 사업설명회를 개최했다. 인하대병원 임상시험센터(센터장 남문석 교수)는 2008년에 보건복지부 지정 지역임상시험센터로 선정되었으며 2009년에 FERCAP survey를 통해 임상시험의 기관국제 인증을 받았습니다. 또한 국제적 수준의 허가용 임상시험을 지속적으로 수행했으며 신약개발과정에서 중요한 조기임상시험을 수행하기 위한 제반 인프라를 구축했다.

『경인다문화정책포럼』 의뢰지원문제 해법제시 ●

11월 10일(화) 인하대학교 정석학술정보관 국제회의장에서 개최된 『경인다문화정책포럼』에서 박승림 병원장은 다문화가정을 지원하는 인하대병원의 다양한 사례를 바탕으로 사회통합을 위한 외국인 및 결혼이주자, 이주근로자들의 의뢰지원문제에 대한 해법을 연설하였다. 이번 포럼에서는 다문화사회의 의료협력과 이주관리, 다문화시대와 사회통합, 다문화 멘토링 사업현황과 방향모색 등 다양한 주제를 바탕으로 발표 및 토론이 진행되었다.



인하대병원 공항의료센터, 공항 내 외국인 산모 출산 응급지원

-공항의료센터로서의 역할 특목 ●●

인하대병원 인천국제공항의료센터는 2009년 10월 7일 08시 23분경 인도네시아 산모(Darwinah Rastam, 36)의 출산을 응급 지원하며 귀중한 생명을 구했다. 산모는 인도네시아에서 일본(가고시마)으로 환승하는 대한항공 KE785편 승객으로 갑자기 산통이 심해져 기내에서 내려오던 중 탑승구 앞에서 출산을 하여 공항의료센터 신호철 원장을 비롯한 의료진 2명이 현장 출동하여 탯줄을 자르고 센터로 이송, 응급조치하였으며 산모와 아이(남, 2.84 kg)는 현재 공항신도시 인근 병원으로 이송되었다.



간호부 '1004 Day' 봉사 성료 ●●●●

10월 6일, 인하대병원 1층 로비에서 간호부에서 실시하는 '1004 Day' 봉사활동을 하였다. 이날 행사는 환자와 보호자는 물론 병원 내외객들에게 혈압, 혈당 검사 및 건강상담, 신종플루 예방과 관련하여 체온측정, 손씻기 시범, 플루예방 교육 등을 실시했다.



손 씻기 활동 모니터링 실시 ●●●●●

JCI 인증 준비과정을 준비해 나가는 과정에서 병원감염 최소화화를 위한 손 씻기 활동이 더욱 강조되어 의료진 및 모든 직원들의 시행률을 높이기 위하여 병원임원진들과 함께 각 병동과 부서를 방문하여 '손 씻기 활동 모니터링'을 실시하였다. 이번 모니터링은 10월 12일부터 30일까지 진행되었다.



『고운소리사랑나눔회』, 2009 인천세계도시축전 공연 성료 ●●●●●

인하대병원 동호회 『고운소리 사랑나눔회』는 2009 인천세계도시축전에서 3차에 걸쳐 콘서트를 실시했고, 많은 호응을 얻으며 성공적으로 공연을 마무리 했다. 『고운소리 사랑나눔회』는 지난 8월 29일(토)을 시작으로 9. 27(일), 10. 4(일) 3차례 공연을 실시 했다.





양현재단과 함께하는 미술치료 시작

인하대병원(병원장 박승림)은 양현재단(이사장 최은영)의 후원으로 2009년 10월 24일을 시작으로 미술치료교실을 운영한다. 미술 치료교실을 위하여 인하대병원은 18층 특실병동에 미술치료 전용 공간을 마련하였으며, 전문 강사와 프로그램을 바탕으로 무료로 운영된다. 대상은 지적장애, 과다행동장애 등 미술치료가 도움이 되는 환아들로 정신과의 추천으로 선발되었다.

한국국제보건의료재단과 함께 스리랑카 의료봉사 성료 ●

지난 10월 17일부터 26일까지 9박 10일간 인하대병원은 한국국제보건의료재단과 함께 스리랑카 아비사웰라 병원에서 어린이들을 대상으로 총 30명의 구순구개열 환아들에게 무료수술을 하였다. 이번 의료봉사는 마취통증의학과 이홍식 교수 외 3명의 본원 의료진과 타병원 의료진을 비롯 총 12명의 봉사단으로 구성되었다.



건강 문화 최고경영자 과정 제 2기 수료식 ●●

11월 10일(화), 하버파크 호텔에서 『건강 문화 최고경영자 과정 제 2기 수료식』이 개최되었다. 이날 수료식에는 지난 학기 동안 동문수학한 31명의 CEO와 가족, 본원 주치의 및 주치간호사들을 비롯한 많은 교직원들이 참석하여 축하하였다. 수료식 이후 우수 원우 표창과 발전기금 전달식이 있었고, 만찬 후 조정현 원우의 축하공연, 뮤지컬 갈라쇼, 난타, 매직쇼 등 문화행사가 진행되었다.



인천사랑회와 업무협약체결 ●●●

9월 25일, 인하대병원과 인천출신 연예인들로 구성된 인천사랑회(대표 이혁재)는 공동으로 박애·봉사정신을 토대로 인천지역에 거주하는 불우 어린이의 수술 및 치료에 적극 협력하고자 업무 협약을 체결했다.



인사동정

보직임명

소속	성명	발령사항
외과	안승익	외과과장
비뇨기과	성도환	국제협력팀장 겸 국제진료센터소장

전근

소속	성명	발령사항
행정관리실	김영진	자재팀
특수간호팀	박수진	외래간호팀
CS팀	이혜수	Q팀

채용

—수습직원	
병동간호1팀	정다원, 서화연
병동간호2팀	김정은, 심은미, 박초롱, 윤영심, 양미영
특수간호팀	임미진
외래간호팀	홍미연

이달의 친절직원 및 부서

10월	교육수련부	이상호
	병동간호1팀(동9병동)	황정혜
11월		동11병동

파랑새 소식

● 파랑새는 인하대병원 유방암 환우회의 이름입니다

▶ 홈페이지 www.inha.com > 여성암센터

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

♣ 2008년 핑크리본, 유방암 대국민 공개강좌 개최



2008년 핑크리본, 유방암 대국민 공개강좌가 10월 15일 3층 강당에서 개최되어, 200여 명의 참석자를 모시고 유방암에 대한 이해와 치료라는 주제로 김

세중 교수의 강연이 있었다. 현재 유방암이 여성암1~2위를 차지하고 있어 많은 관심으로 열띤 질의 응답시간을 가졌다

♣ 2009년 아모레 퍼시픽 주관 유방암 환자를 위한

메이크업 캠페인



11월 12일(목) 3층 1강의실에서 여성암 환자를 위한 외모관리캠페인을 실시했다. 대상은 유방암 수술이후 방사선 또는 항암치료중인 여성으로 머리카락 손실, 피부변색 등의 불편이 있는 분 또는 유방암 환우였

으며 많은 분들이 참석하여 외모관리법을 배웠다.

● 행사안내

* 제목 : 파랑새 송년의 밤

* 일시 : 2009년 12월 11일(예정)

* 날짜 및 장소는 변경될 수 있으며 추후 공지 예정

자원봉사자 모집

인하대병원에서 환자들을 위해 책임감을 갖고 자발적으로 봉사해주실 자원봉사자를 모집합니다.

1. 자 격

- ① 만 60세 미만으로 주 1회(3시간) 최소한 6개월 이상 활동 가능하신 분
- ② 각종 교육과 모임에 적극적으로 참여할 수 있는 분
- ③ 정신적, 신체적으로 건강하신 분

2. 봉사활동시간(평일)

- 오전 : 9시 ~ 12시 / 오후 : 1시 ~ 4시

3. 봉사자에 대한 예우

- ① 3시간 이상 봉사 활동시 식권 지원
- ② 봉사당일 무료주차
- ③ 행사 참여 : आय회, 송년회, 간담회
- ④ 자원봉사상해보험가입
- ⑤ 의료비 감면(6개월 이상 봉사자)
- ⑥ 자녀(중고생) 인하대병원 학생자원봉사활동 참여 우선 자격 부여

봉사활동 부서별 내용

활동부서	대 상	활동내용
소아청소년과	입원, 외래환아	페이스페인팅, 풍선아트, 동화구연
외래안내	내원객	진료상담, 진료실, 검사실 위치안내, 동행안내
도서대여	입원환자, 보호자	무료도서대여, 반납, 정리
이미용 봉사	입원환자	이미용(병동방문)
호스피스	입원환자	세발, 간병, 목욕, 말벗
진료지원부서 (중앙공급실/수술실/세탁실)		진료재료 공급, 거즈나 붕대접기, 의료소모품 정리 환자가운 등 세탁물 정리

● 문의 : 지하 2층 자원봉사실 담당 - 신소영 ☎032-890-2873



Global Inha

이번 호에는 진료과에서 진료 후 안내 상황 시 활용할 수 있는 문장들을 공부해 보겠습니다.

- After going to the cashier, we will take a simple spine X-Ray and M.R.I.
수납에 다녀오신 후 간단한 요추 엑스레이와 MRI를 찍겠습니다.
- The results are available from your attending doctor at the appointment day.
결과는 예약한 날짜에 보러 나오시면 됩니다.
- You may now go to the cashier and pay the bill, and then they will give you a prescription sheet,
수납으로 가셔서 수납하시고, 처방전을 받으십시오.
- Then go to the injection room, and you may go home after the injection.
주사실에 가셔서 주사를 맞고 가시면 됩니다.
- You may get your prescription filled at an outside pharmacy.
약은 원외 약국에서 타도록 하세요.
- For your admission, please go to the Admission counter, and then, go to inpatient nursing station for the instructions.
원무쪽의 입원수속 하는 창구에서 입원수속을 하시고, 병동 간호사실에 올라가셔서 안내를 받으십시오.

★Global Inha는 여러분이 궁금해하시는 병원에서 쓰이는 영어에 대한 것을 다루고 있습니다. 궁금하신 병원 영어 회화가 있으시면, 원보의 엽서 또는 inhapr@inha.com으로 보내주시길 바랍니다.



❖ 원 | 고 | 모 | 집

원보 인하대병원엔 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

■ 보낼 곳 : 대외협력홍보실

☎ 032-890-2603

편집위원

김명석
이지현, 김필림 | 대외협력홍보실
유진희 | 간호부
강순자 | 원무보험팀

독 자 엽 서

보 내 는 사 람 _____

 □□□□-□□□□



받는 사람



인하대병원
www.inha.com

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

4 0 0 - 7 1 1

퀴즈 퀴즈 제51회

※ 당첨자는 다음호에 게재됩니다.



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



1

부정맥에 대한 설명 중 맞지 않는 것은?

- ① 불규칙한 심박동을 부정맥이라고 한다.
- ② 빈맥성 부정맥은 갑자기 발생되는 분당 150회 이상의 맥을 말한다.
- ③ 서맥성부정맥이란 분당 60회 이하의 심박동을 말하며 간헐적인 의식소실, 심계항진, 흉통, 호흡곤란, 어지러움 피로감이 나타난다.
- ④ 부정맥 증상이 발작적으로 일어나는 환자는 진찰 및 검사 시 증상이 없는 경우 심전도 소견이 정상으로 나타날 수 있다.

2

다음은 대사증후군에 대한 설명이다. 맞지 않는 것은?

- ① 대사증후군을 일으키는 주요한 원인은 비만과 인슐린 저항성을 들 수 있다.
- ② 인슐린 저항성은 부모에게서 유전되는 것이다.
- ③ 대사증후군이 있는 경우 2형 당뇨병 발생가능성이 3~5배, 심혈관계 질환의 위험이 3배 이상 증가한다.
- ④ 치료는 식이요법 등을 포함한 생활습관개선을 통해 적정체중 유지하고, 인슐린 저항성을 감소시키는 치료와 동반질환에 대한 치료가 필요하다

3

인하대병원, 대한항공 헬스조선은 지난해에 이어 2009년에도 다문화가정의 구성원을 무료로 치료해주는 "Global Korea, 0000000000" 캠페인을 진행하고 있다. 대상자들은 우리나라 남성과 결혼한 외국인 이주여성들 본인 또는 가족들로 올해에는 모두 17명의 환자가 선정되어 11월 현재 2차로 총 5명 수술 및 치료가 진행되었다.

※당첨된 분들께는 소정의 문화상품권을 드립니다.

*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

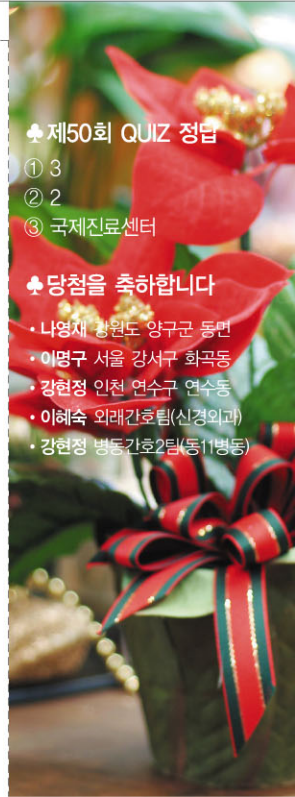
3

♣ 제50회 QUIZ 정답

- ① 3
- ② 2
- ③ 국제진료센터

♣ 당첨을 축하합니다

- 나영재 강원도 양구군 동면
- 이명구 서울 강서구 화곡동
- 강현정 인천 연수구 연수동
- 이혜숙 외래간호팀(신경외과)
- 강현정 병동간호2팀(동11병동)



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 (☎ 032-890-2601)
- ▶ 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 | 2009년 11월 18일 현재

기부자	약정액	납입총액	비고
263명	620,600,348원	525,565,498원	

◎ 기부자 현황 | 2009년 9월 16일 ~ 11월 18일 현재

일 자	성 명	약 정 액	비 고
09. 09.15	채기석	₩10,000,000	제2기 건강CEO 원우(완납)
09. 10.12	조영업	₩3,000,000	외과(완납)
09. 10.15	이경옥	₩2,000,000	제2기 건강CEO 원우(완납)
09. 11.05	김철웅	₩2,000,000	정신과(완납)
09. 11.06	준영 O.F	₩3,000,000	제2기 건강CEO 허준호 원우(완납)
09. 11.09	제2기 건강CEO원우회	₩10,000,000	제2기 건강CEO 원우회(완납)
09. 11.09	(주)한국상운	₩10,000,000	제2기 건강CEO 이점만 원우(완납)
09. 11.10	용현운수(자)	₩10,000,000	제2기 건강CEO 이인철 원우(완납)
09. 11.12	핵의학과	₩1,000,000	핵의학과(완납)

| 건강교실 안내 |

건강교실명	내 용	개최일시	개최장소	문의전화
출산준비 부부교실	<ul style="list-style-type: none"> • 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	<ul style="list-style-type: none"> • 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	<ul style="list-style-type: none"> • 유방암 환자의 식이 • 유방암 수술 후 관리 및 임파부종 관리 • 유방전문의와의 상담 및 환우들과의 대화 - 유방암 환우 및 가족(유선 신청) 	12/10(목),1/13(수) 오후 2시 ~ 4시 홀수달 둘째주 수요일 짝수달 둘째주 목요일	3층 1 세미나실	(032)890-2560

| 무료공개 강좌 |

강좌 일자	강좌 내용	진료과목	담당교수
11월 24일(화) 15:00	여성 요실금의 진단과 치료	비뇨기과	박원희
12월 29일(화) 15:00	소아의 유사경련	소아청소년과	권영세

• 장소 : 병원 3층 대강당 • 문의처 : 대외협력홍보실(☎032-890-2800) • 인터넷 홈페이지(www.inha.com)

| 갤러리 전시안내 |

전시 일정	제목	참여 작가
2009. 11. 31(토) ~ 2009. 11. 28(토)	인천 물그림회	이순자 수산나 외
2009. 11. 28(토) ~ 2010. 01. 05(화)	중구미술협회전	김정희 외
2010. 01. 05(화) ~ 2010. 01. 30(토)	야생화 클럽 사진전	김효 외

토요일 오전진료는 심장내과, 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	선택 진료	세부전공과목	진료요일		비고	진료과	교수명	선택 진료	세부전공과목	진료요일		비고										
				오전	오후						오전	오후											
성형외과 (☎3870)	황 건	*	얼굴외상 및 기능, 산학외형, 미용	화, 목	화	■비만센터	정신과 (☎3880)	강민희	*	정신분열병, 우울증, 일과중독, 노인성정신장애	수, 금	월, 화	우울조율클리닉										
	김연수		유방재건, 유방성형, 미용수술, 미세수술	월, 금	수(■)			김철웅	*	난치성 정신분열병, 의성장애, 불면증, 조기정신병	수, 목	월, 목	조기정신병클리닉										
	유선혜		유방재건, 유방성형, 미용수술, 미세수술	수	월, 금			이정선	*	소아청소년정신학, 학습, 주의력, 언어, 양극성	월	화, 목, 금	황영환(가정상담)클리닉										
	일 반			월, 화, 수, 목, 금	월, 화, 수, 목, 금			배재남	*	노년기, 우울증, 기억장애, 치매, 노인기 정신장애	화, 목	월, 수, (목▲)	▲치매조기검진클리닉										
피부과 (☎2230)	최광성	*	모발, 조각질환, 여드름, 모발이식, 피부과, 레이저	월, 화, 목	수, (목▲)	▲피부미용레이저클리닉 □미용외과클리닉	신경과 (☎3860)	하중건	*	운동장애, 퇴행성질환	화, 수	수, 목	운동장애클리닉										
	신정현	*	아토피피부염, 알레르기, 색소질환, 두드러기, 피부과, 레이저	수, 금	월, 화, (금▲)			나정호	*	뇌혈관질환, 뇌졸중	화, 목	화, 목	뇌졸중클리닉										
	이현숙		건선, 여드름, 비듬, 피부미용외과	(수·) 금	수, 금			최성혜	*	치매, 기억장애	수, 금	화, 수	기억, 인지장애클리닉										
	일 반			월, 목	월, (화▲), 목			윤창호	*	간질, 수면장애	월, 금	월, 수	수면클리닉										
비뇨기과 (☎2360)	서준규	*	성기능장애, 여성배뇨장애, 불임	화, 금	화	□여성암센터	재활의학과 (☎2480)	정현영	*	뇌졸중중풍, 소아발달장애, 장애평가, 뇌재활	월, (금#)	수	■뇌졸중재활클리닉										
	박원희	*	요실금, 종양, 전립선질환	월, 수	수			김정환	*	근골격계통증, 오십견, 말초신경병변	화, 수	목	*안아장애										
	윤상민	*	종양, 결석, 신이식	월, 목	목			김명옥	*	척추손상, 언어장애, 발동증, 의자보조기	목	월, 화, (목) 금#	▲족부클리닉										
	성도환	*	종양, 결석, 전립선질환	화, 금	화			일 반		일반재활	월, 화, 수, 목, 금	월, 화, 수, 목, 금											
산부인과 (☎2270)	이우영	*	부인과종양	월, 화, (목) 금	월	□여성암센터 ▲비만센터	가정의학과 (☎2240)	최지훈		가족건강관리, 금연	월, 화, 목	화, 수, 금	건강진단센터										
	이병익	*	중양학, 불임, 폐경기	수, 목, 금	월			이연지		항노화영양치료, 생활습관교정, 스트레스	(월) 수, 금	월, 화, 목, 금	▲비만센터										
	송은섭	*	부인종양	월, 화, (수·)				일 반		신체검사(수, 화, 비)용 영문진단서	월, 화, 수, 목, 금	월, 화, 수, 목, 금											
	황성욱		해외연수(2009. 9 ~)					여 산부인과 소아청소년과 외과 영상의학과 정신과 내분비내과 소아청소년과 (☎2260)	국제진료센터(☎2080)	성도환	*	일반내과	목										
박지현	*	주산기의학, 산과초음파	월, 수	(월▲), 수, 목	최지호	*	일반내과			수													
성승미		산과, 내시경	목, 금	화, 금	송준호	*	일반내과			월													
					김장용		일반내과				수												
여 산부인과 소아청소년과 외과 영상의학과 정신과 내분비내과 소아청소년과 (☎2260)	이우영	*	부인과종양	월, 목, 금		■말초신경 □종양스트레스클리닉 ▲정신신경과초음파진단	통증치료실 (☎3921)	김성용		일반내과	화												
	송은섭	*	부인과종양	화, 수				김소현		일반내과	금												
	황성욱		해외연수(2009. 9 ~)					임미진		일반내과	금												
	조영업	*	유방, 내분비외과	월, 화, 목				이두익		통증치료	화												
소아청소년과 (☎2260)	김세중	*	유방, 내분비외과	수, 금	월	□종양스트레스클리닉 ▲정신신경과초음파진단	영상의학과 (☎2740)	김원홍		HIFU 초음파 치료	월, 수	월, 화, 수, 목											
	이강연		유방, 내분비외과	금				조순구	*	중재적 방사선학	월, 수, 목	월, 수											
	김윤정		유방방사선학	(월#), (수#)				전웅선		해외연수(2009. 3 ~)	월, 수, 목	월, 수											
	이명지		불안장애	(화·)				방사선종양학과 (☎3070)	김우철	*	소화기, 폐암, 뇌암, 두경부암, 혈액암, 유방암	화, 목, (금*)	월, 화, 목	*사이버나이프센터 최정현(가정상담)클리닉									
홍성민		감상선 검사	(화·)		김한정	*	유방암, 비뇨기과암, 두경부암, 부인암			월, 수	월, 수, 목, 금												
손병관		알레르기, 호흡기, 면역질환	월	목	일 반		통증치료			목	화												
홍영진	*	상장, 감염	목, 금	월	이재학		통증치료			수, 목	수, 목												
안과 (☎2400)	김순기	*	혈액, 종양, 내분비, 비단, 성장	수, 금(□)	월, 목	□비만센터 ▲소아내시경	영상의학과 (☎2740)	전웅선		해위연수(2009. 3 ~)	월, 수, 목	월, 수, 목											
	전용훈	*	신생아, 미숙아, 발달	목, 금	화, 수			방사선종양학과 (☎3070)	김우철	*	소화기, 폐암, 뇌암, 두경부암, 혈액암, 유방암	화, 목, (금*)	월, 화, 목	*사이버나이프센터 최정현(가정상담)클리닉									
	임대현	*	알레르기 호흡기, 면역, 결체조직	화, 금	월, 수					김한정	*	유방암, 비뇨기과암, 두경부암, 부인암	월, 수	월, 수, 목, 금									
	김정희	*	알레르기 호흡기, 면역, 결체조직	월, 수	화, 금					일 반		통증치료	목	화									
권영세	*	신경, 간질, 두통	화, 수	월, 금	윤승환	*	척추, 척수, 원발성종양			수, 금	수, 금												
안과레이저(☎2400)	이재은		해외연수(2009. 8 ~)			□비만센터 ▲소아내시경	영상의학과 (☎2740)	현인영	*	동위원소치료	월, 화, 목	월, 화, 목											
	강성길		소화기, 소아내시경	월(수▲), 목	(월▲), 화, 금			임종한	*	항장생물, 화학물질관리, 직업성호흡기질환, 고령계	월, 화, 목	월, 화, 목											
	일 반			월(수▲), 목	수, 목			박신구	*	직업관련 근골격계질환, 사업장 보건관리	월, 금	월, 금											
								김한철	*	뇌, 심혈관계 및 관련, 업무관련질환, 업무관련성평가	수	수											
이비인후과 (☎2420)	EYAL		레이저 클리닉			□여성암센터 ▲비만센터	치과 (☎2470)	김일규	*	구강 악안면외과, 임플란트, 매식	월, 화, 수, 금	화, 목	임플란트클리닉										
	장태영	*	비교, 코(성형), 알레르기	수, 목	월			오남식		보철과, 임플란트보철, 심미보철	화, 목, 금	월, 화, 금											
	김영모	*	두경부종양(목), 음성언어(핀도 X)	화, 목	월			장금수		구강외과	수, 목	월, 수, 금											
	김규성	*	아지름, 난청, 인공와우이식, 중이염, 편도	수(▲), 금	화			이연화		교정과	월, 수, 금	화, 수, 금											
안과레이저(☎2400)	최호석	*	중이염, 난청, 인공와우, 편도(중이염 제외)	월	(수·), 목	□여성암센터 ▲비만센터	응급의학과(☎2301)	일 반		응급의학, 약물중독		수											
	임재열	*	두경부종양, 갑상선, 음성장애, 편도	금	화, 목, 금			응급의학과(☎2301)	일 반														
	김태연		비교, 부비동, 알레르기, 소아이비인후과, 편도	금	월, 수																		
	김경태		비교, 부비동, 알레르기, 소아이비인후과, 편도	금	월, 토																		
일 반			월, 화, 수, 목, 금	월, 화, 수, 목, 금																			

최첨단 암 치료기의 새로운 혁명! RapidArc & Cyberknife



RapidArc
Cyberknife

보다 빠르고 정확한 최신기술 방사선 치료장비 래피드아크

래피드아크는 21세기적 치료라고 각광받는 세기조절방사선 치료(IMRT)와 영상유도방사선 치료(IGRT)가 기본적으로 통합되어 있고 여기에 2007년 개발된 보다 발전된 형태의 새로운 치료기술인 종양의 모양에 따른 맞춤형 회전치료를 수행할 수 있는 방사선 치료 장비입니다.

최첨단 기술의 융합으로 탄생된 현존 최고의 암 치료기 | 무통·무혈 | '로봇 사이버나이프'

실시간 종양추적 4차원 로봇 사이버나이프는 신체 장기 움직임을 추적하는 시스템, 척추 암 자동 추적 시스템을 갖춘, 기존의 4세대 사이버나이프보다 한 차원 업그레이드 된 4차원 사이버나이프로 실시간 영상 유도 기술, NASA의 우주 항법 기술, 컴퓨터, 로봇 팔 등의 최첨단 기술이 융합되어 신체 어느 부위라도 안전하게 방사선 수술을 할 수 있습니다.



인하대병원
www.inha.com

IGRT센터/사이버나이프센터 032)890-3076

방사선종양학과 032)890-3070 신경외과 032)890-2370