



JCI 인증의료기관  
보건복지부 인증의료기관

2012 1112

Vol. 96

Smart Choice Best Care

# 인하대병원

연중기획\_ 암! 함께 이겨내요\_ 암시리즈 8 갑상선암 | Hello 닥터\_ 당뇨내분비센터 홍성빈 교수 Medical point\_ 완치율 높은 갑상선암







# 숲 속의 나무들도

숲 속의 수많은 나무들도 자기 곁에 좋아하는 나무가 심어지기를 바란다고 합니다. 식물학자들의 연구에 의하면 숲 속의 나무들은 자기 곁에 싫어하는 나무가 심어지면 성장을 멈추어 버린다고 합니다. 나무도 좋아하는 존재와 더불어 살고 싶은 마음이 강하다는 것이 신기하게 느껴집니다.

삶이란 언제나 좋아하는 것으로만 구성되는 것은 아니지요. 때로 좋아하는 사람들보다 싫어하는 사람들 틈에서 배우는 것이 오히려 더 강하고 깊은 가르침이 되기도 합니다. 그러니 좋고 싫고를 떠나서 보다 너그럽게 사람을 이해하고 싶습니다. 한 번 심어지면 불박이로 있어야 하는 나무와 달리, 우리는 움직일 수 있는 존재이므로.

좋아하는 일을 하는 사람이 행복한 것이 아니라, 하고 있는 일을 좋아하는 사람이 행복한 법입니다. 좋아하는 사람과 함께 있는 사람이 행복한 사람이 아니라, 함께 있는 사람을 좋아하는 사람이 행복한 사람이겠지요. 좋아하는 나무 곁에 심어져 쭉쭉 자라고 열매 맺는 나무처럼...

( 김미라/나무생각\_ 나를 격려하는 하루 중에서 )



# 인하대병원

Nov  
+  
Dec 2012 Vol.96

## 건강 한걸음

- 04 **INHA 에세이** 삶을 향한 의지는 세상을 살아가는 원천적인 힘
- 06 **Focus** 인천권역 심뇌혈관질환센터 선정

## 연중기획\_ 암! 함께 이겨내요\_ 암시리즈 8 갑상선암

- 08 **Hello 닥터** 내분비내과 홍성빈 교수
- 11 **Medical point** 갑상선암이란?

- 14 **Health touch** 심근경색
- 16 성인병 환자를 위한 영양학
- 18 뇌심혈관질환을 예방하는 운동법

## 사랑 두걸음

- 20 **Special people** 배우 정진영
- 22 **어디까지 가봤니** 카메라가 사랑하는 인천의 풍경 4

## 나눔 세걸음

- 26 **Medical point** 최신 MRI 소개
- 28 **인하심포** 특수간호팀 cheer up!
- 31 감사의 기도
- 32 **베스트 스마일** 장성경 간호사 / 입원간호팀 동 17병동 조안나 간호사 / 특수간호팀 심혈관계 집중치료실
- 33 **특독 약물상담** 임산부의 고지혈증 치료
- 34 **협력병원 탐방** 인천힐링스병원

## INHA NEWS

- 35 **병원소식** 인하대병원소식 / 파랑새 소식
- 38 **Info desk** 홍보영상 / 무료공개강좌 / 병원 돋보기 발전기금



표지\_ 장욱진 作 - 원두막과 정자 | 1977년작 | 캔버스에 유채 30×36cm |



## 내 삶의 시작은 '청산'의 작은 방, 끝은 '감사'이길 기도..... 삶을 향한 의지는 세상을 살아가는 원천적인 힘

언제나 난 삶을 사랑하는 모든 이들에게 평화가 있길 바랄 뿐이다.

삶을 위한 투쟁의 순간에서 힘을 내는 사람들은 그들에게 진정한 자유가 올 수 있다고 믿는다.

일전에 '제빵왕 김탁구' 라는 TV 드라마가 많은 사람의 사랑을 받으며 방영이 된 적이 있다. 드라마를 그리 즐기지 않지만, 배경이 청산이라는 지역이어서 아내와 함께 드라마를 가끔 보곤 하였다. 이전에도 그런 생각이 있었지만, 그 드라마를 본 후 늘 '청산에 가고 싶다' 는 생각을 가지고 있었다. 바로 내가 태어난 곳이 청산이었기 때문이었다. 하지만 바쁘다는 핑계로 실천하지 못하고 있었다.

얼마 전 드디어 시간을 내어 그곳을 방문할 수 있었다. 우선 아내와 대전의 본가를 방문하여 부모님을 모시고 마침 금산에 5일장이 열린다 하여 우선 그곳으로 향했다. 인삼시장에서 몇 채의 인삼을 구입하고 금산에서 영동을 거쳐 청산으로 찾아갔다. 영동으로 가는 길은 금강을 따라 난 길로 가을이 한껏 젖어들어 시리도록 아름다웠다. 한 시간여를 달려 도착한 청산에서 오랜 기억 속의 풍성함을 느꼈다. 마침 저녁이 되어 마을에서 피어오르는 연기는 시인 박목월이 '술 익는 마을마다 타는 저녁놀.....' 을 노래했듯이 가을의 타는 저녁노을과 실루엣이 되면서 태어나 50여 년이 지나 온, 낳았던 곳을 찾은 기쁨과 교차되었다. 이어서 찾은 곳은 잠시 다녔던 어린 내게는 높디높았던 언덕 위의 청성초등학교였다. 어려서 그리 힘들게 올라갔던 언덕을 내 차는 잠시 머뭇거리더니 이미 교문 앞에서 있었다. 멀리 보이는 산계절과 청성보를 뒤로 하면서 어머니께서 해주시는 더 먼 옛이야기를 들으며 새로 난 길을 따라 여행을 마쳤다.

인생은 시작과 끝이 있다. 내 삶의 시작은 '청산'의 작은 방에서 시작되었다. 그러나 그 끝이 어딘지 어디에서 일지 아직 모른다. 우리는 인생을 살면서 많은 순간순간을 정리하고 결정해야 한다. 의사로 살아가면서 자신의 생명을 위한 결정을 해야 하는 사람들을 만나게 되면 대부분 제3자의 입장에서 객관적으로 대하게 되나, 가끔은 그 사람의 속으로 들어가서 결정에 임해야 하는 순간들을 만날 수밖에 없다. 미국의 일간지인 LA Times에 실렸던 글이 있다. "When patients are unable to make decisions-and doctors and loved ones face life-or-death choices-a living will can be a powerful tool(환자 스스로 결정을 내릴 수 없을 때, 의사와 사랑하는 이들이 삶과 죽음의 기로를 선택해야 할 때, 살려는 의지는 최상의 해답이 될 수 있다)." 언제나 난 삶을 사랑하는 모든 이들에게 평화가 있길 바랄 뿐이다. 삶을 위한 투쟁의 순간에서 힘을 내는 사람들은 그들에게 진정한 자유가 올 수 있다고 믿는다. 그렇지 못하면 바로 그에 대한 대답을 우리는 보게 된다. 바로 그 의지가 세상을 살아가는 원천이고 근본이 되는 것이다. 이와 같은 일을 미주할 때 감사하게 생각하는 그런 삶의 관찰자가 될 수 있길 바란다. 아직도 모르는 인생의 끝이지만 감사하는 마음으로 그분께 돌아갈 수 있길 매 순간 기도한다. ( 글 조영업 교수 / 외과 | 여성암센터 소장 )





# 인하대병원, ‘권역심뇌혈관질환센터’라는 비상의 날개를 달다!!

2012년 11월 25일 일요일 저녁, 인하대병원의 역사에 또렷이 기록될 공문 하나가 보건복지부로부터 접수되었다. ‘2012년 권역심뇌혈관질환센터 선정결과 통보, 인하대병원!!’.

10여 개월 동안 권역심뇌혈관질환센터 유치에 공을 들였던 인하대병원으로서의 분명 감격할 만한 성과였다. 인천지역 의료기관의 만행 역할을 하며, 의료의 공공성과 대학병원의 사회적 책무 이행이라는 가치를 추구해 온 인천의 중심 의료기관으로서 그 위상을 다시 한번 확인받은 쾌거이기도 했다.

심뇌혈관질환이 가장 흔하고 중요한 국민 건강문제로 대두된 것은 이미 오래전이다. 또한 인구의 급격한 고령화로 향후 심뇌혈관질환의 보건경제학적 부담은 더욱 커질 것으로 전망되고 있다. 그럼에도 불구하고 국민들의 생활습관, 의료이용행태, 그리고 심뇌혈관질환에 대한 치료성적은 여전히 선진국에 비해 미흡한 실정이다. 이에 보건복지부에서는 지난 2008년도부터 권역심뇌혈관질환센터 설치사업을 의욕적으로 개시하였던 것이다. 그동안

강원, 제주, 대구·경북, 충북, 광주·전남, 경남, 대전·충남, 전북, 부산·울산 등 9개 권역에 심뇌혈관질환센터가 설치되었으며, 기대 이상의 성과를 거두고 있는 것으로 평가되고 있다. 이번에 인천과 경기 권역에 각각 1개소씩을 추가 선정하는 것을 끝으로 권역심뇌혈관질환센터 설치사업은 완결되는 것이다. 그러다보니 인천과 경기권역의 주요 대학병원 등이 이번 선정 경쟁에 기관의 명운을 걸고 뛰어 들었다. 유수의 언론매체에서도 선정 기준이나 과정을 다루어 보도함으로써 사회적 이슈가 되기도 하였다. 이런 치열한 경쟁을 우리 인하대병원이 이겨낸 것이다.

이번 선정을 통해 인하대병원은 향후 5년간 정부로부터 60억 원의 재정지원을 보장받게 되며, 이와 별도의 자체예산도 투입하여 24시간 심뇌혈관질환 전문진료체계를 구축 운영하게 되었다. 즉,



심뇌혈관질환 발생 시, 보다 빠른 전문 진료



11. 23일 권역심뇌혈관질환센터 현지 평가를 받고 있는 인하대병원

심뇌혈관질환 분야의 교수급 전문의가 24시간 병원 내 상주하며 선진국 수준의 전문진료서비스를 신속하게 제공하게 된 것이다. 또한 인하대병원을 정점으로 한 지역 내 각급 보건의료기관의 연결망이 형성되어 인천시민 전체를 대상으로 한 심뇌혈관질환의 예방관리가 체계적으로 이루어질 것이다. 인하대병원이 콘트롤 타워 역할을 하는 것이다. 물론 인하대병원 내에서의 환자 관리 수준도 이전에 비하여 한 두 차원 높아지게 된다. 입원환자를 대상으로 하는 심뇌혈관질환 교육방송이 운영되며, 퇴원환자 보호자 대상의 간병기술 교육도 실시된다. 퇴원환자 상담 및 재활 모니터링을 위한 콜센터도 가동될 것이다. 다양한 교육 자료를 지역 보건의료기관에 보급하는 심뇌혈관질환 교육자료뱅크도 운영된다. 이제 인하대병원에서 제작한 교육자료는 인천지역 대부분 보건의료기관에서 표준 교육자료로 활용되는 것이다. 이러한 사업들은 기존 센터들에서도 아직 시도되지 못하는 것으로서 인하대병원이기 때문에 가능한 것들이다. 한편, 지리적 특성과 남북의 대치 정국으로 인하여 헬기를 통한 응급환자 후송도 여의치 않은 서해 원거리 도서지역을 대상으로 IT 기술을 활용한 원격의료지원 등을 활성화할 계획이다.

인천의 경우 전국 16개 시·도 중 당뇨병과 뇌졸중 사망률이 가장 높다. 반면 시민들의 뇌졸중 조기증상 인지도와 심폐소생술 교육 경험률 등은 전국 최하위 수준이다. 응급의료종사자의 현장 대응 능력도 대도시 중 가장 떨어진다고 한다. 인천은 관리 가능한 질병을 제대로 대처하지 못하고 있다는 오명을 갖고 있는 것이다. 이와 같은 지역차원의 심뇌혈관질환 당면과제를 감안할 때 인천

권역 심뇌혈관질환센터는 시민의 건강과 행복을 최고의 가치로 삼아야 한다. 일부 언론에서 지적한 것처럼 심뇌혈관질환센터가 특정 병원의 수익모형으로 인식되어서는 안 된다. 이것이 권역심뇌혈관질환센터에 대한 인하대병원의 기본 입장인 것이며, 정부 평가단이 인하대병원을 선택한 주된 이유이기도 하다.

오는 2016년, 인하대병원은 600병상 규모의 신관을 개관하게 된다. 명실상부한 국내 최대 규모 급의 의료기관으로 성장하게 되는 것이다. 현재까지 국제의료기관평가(JCI) 전 부문에 걸쳐 인증을 통과한 의료기관은 인천지역에서 인하대병원이 유일하다. 그렇지만 인하대병원에게는 세계 최고 의료기관으로 비상하겠다는 더 큰 목표가 있다. 신관개관 등 자체 발전계획과 인접지역인 송도국제도시 내 GCF(녹색기후기금) 사무국 개설 등의 기회 요인이 시너지를 발휘한다면 가능성은 충분하다. 우리가 추구하는 ‘최고’의 가치에도 인하대병원만의 철학이 담겨져 있다. 인하대병원이 지향하는 ‘최고 의료기관’은 시설 규모나 의료서비스의 질이 탁월하다는 것을 뛰어넘는 개념이다. 즉, 바람직한 공공의료 실천의 표준모형을 제시함으로써 권역 중심의료기관으로서의 정체성과 위상을 더욱 확고히 하겠다는 의미도 내포한 것이다. 병원 역할의 본질은 바로 지역사회 건강문제 해결의 중심이라는 점을 인하대병원은 명확히 인식하고 있다.

최고 의료기관으로의 비상을 꿈꾸고 있는 인하대병원으로서 권역심뇌혈관질환센터라고 하는 튼튼한 날개를 달게 된 것이다.

( 글\_ 이훈재 교수 / 인하대학교 의학전문대학원 )



# Thyroid Cancer

○ 홍성빈 교수 / 내분비내과  
○

## 갑상선 조직검사를 스스로 하며, 쉽 없이 '말' 건네고, 얼굴 많이 보여주고 싶은 의사

홍성빈 교수는 내분비 내과는 당뇨병, 갑상선, 골다공증 등 호르몬 이상과 대사 이상에 대한 전반적인 진료를 보는 과인데 당뇨병내분비센터로 이름이 되어 있어 갑상선 질환을 함께 보는 것인지를 모르는 분이 상당수 있어 아쉽다는 말을 먼저 꺼낸다. 또 최근 갑상선암에 대한 완치율이 높아지면서 '암도 아니다', '검사 남용이 많다' 라는 말이 있지만 갑상선암은 분명 암이라는 점을 다시 짚는다. 검사 장비가 좋아지면서 검사가 증가되고 쉽게 진단할 수 있게 된 것은 사실이다. 그러나 중요한 것은 예후는 좋으나 임파절 전이가 동반되는 경우가 많아 소홀히 관리해서는 안 된다는 점이다. 진행은 느리지만 뒷면에 무서운 얼굴을 감추고 있는 암이다.

갑상선암에 대한 잘못된 편견 때문에 간혹 홍 교수는 안타까울 때가 있다.

“절대로 저절로 없어지는 것이 아니고 갑상선 암도 암이라는 사실이지요. 간혹 다른 치료(기 치료 등)를 하고 왔다면 없어졌는지 확인해 달라고 할 때가 있어요. 괜한 비용을 들여 검사해야 하는 부분이라고 설명을 해도 확인을 해야 하는 분들이 있죠. 어찌겠어요. 해드리죠. 당연히 그대로라는 것을 환자 본인이 확인하게 됩니다.”

### ○ ○ 끊임 없이 머리와 입으로 설명

홍 교수에게 의사라는 직업에 대한 생각을 물었다.

“제가 가진 재능으로 다른 사람을 도와줄 수 있다는 데서 보람도 찾고 의미도 있는 그런 직업인 거 같아요. 물론 의사로서의 한계를 느낄 땐 어쉽죠. 첫 사망선고를 했을 때를 생각해보면 무미건조하게 얼떨결에 했던 거 같아요. 그러나 지금은 다르죠. 10년 전쯤인가 수술 후 예후가 좋지 않아 사망하신 분이 있었는데 지금도 마음이 쓰리네요.”

사실 갑상선암은 완치율이 높은 편이라 사망 사례가 많지는 않다. 그러나 예후가 좋지 않은 환자의 경우 대부분 젊다 보니 이를 바라보는 홍 교수는 어쩔 수 없는 한계를 느끼며 가슴을 쓸어내린다.

그러나 기억에 남는 환자가 보람으로 더 많기 때문에 의미있는 일이다. 갑상선암은 젊은 여성이 많고 특히 폐경 전후의 여성이 많으므로 이 시기를 잘 넘기는 것이 여성에게는 중요하다. 항상 우는 얼굴로 외래에서 만나던 환자였는데 5년이 지난 정기검진에서 좋은 결과를 들고 감사하다고 찾을 때, 갑상선암 수술을 하고 방사선 치료까지 끝난 후 임신을 하여 10달 내내 불안하다가 무사히 출산하고 아이와 함께 어느 날 웃으며 들어오는 환자를 정말 반갑게 맞았던 기억이 홍 교수는 여전히 생생하다.

홍 교수가 환자를 대할 때 중심을 두는 것은 진단명을 정확히 알리고 환자의 얘기를 들어주는 것이다. 이렇다 보니 최근엔 환자의 예약 시간을 제대로 못 지켜서 미안할 때도 있지만 설명을 많이 하는 것이 환자를 위한 배려라고 생각하는 홍 교수는



이야기를 건네 보면 뜻밖에도 솔직함과 웃음이 끊이지 않아 수다 떨기 편한 의사임을 알게 된다. 원래는 말이 많지 않은 스타일의 홍 교수였다. 그러나 나이가 들수록 환자를 만날 때마다 쉽 없이 '설명'을 하게 된다는 갑상선암 전문의 홍성빈 교수를 만났다.

( 글\_ 이정희 자유기고가 사진\_ da view studio 송인혁 실장 )

# 홍성빈 교수



**| 연중기획** 암! 함께이겨내요 / 암시리즈 8 갑상선암

2011년 9/10월호-유방암, 11/12월호-대장암 2012년 1/2월호-소아암, 3/4월호-위암, 5/6월호-간암, 7/8월호-혈액암, 9/10월호-폐암, 11/12월호-갑상선암  
2013년 1/2월호-자궁난소암

머리와 입으로 끊임없이 말한다. 이렇다 보니 간혹 인생 상담도 할 만큼 친해진 환자도 있고 당뇨병으로 내원하는 고등학생 환자와 대화가 길어질 때도 있다. 또 저녁 회진도 길게 한다. 또 종일 기다리는 입원 환자들을 위해 저녁 회진은 꼭 충분한 시간을 갖고 대화하려고 한다. 홍 교수는 자신이 할 수 있는 작은 배려라고 생각하는데 이는 막연한 기다림 속에서 구체적인 치료 상황을 듣는 것만으로도 위안이 되는 환자와 그 보호자의 마음을 이미 경험해 보았던 홍 교수이기 때문이다. 환자 치료를 위해 이루고 싶은 꿈이라면 거창한 계획보다는 좀 더 많은 얘기를 들어 주는 시간을 확보하는 것이다. 많은 분이 궁금한 것은 많은데 의사 얼굴은 실제로 잠깐 보게 되어 실망감을 안고 돌아서는 일은 없게 하고 싶은 마음이다.

**호르몬의 조절은 '예술'**

갑상선은 우리 몸 안의 에너지를 조절하는 보일러와 같고 갑상선 호르몬은 인체의 신진대사를 조절해 모든 기관의 기능을 적절히 유지시켜 준다. 이 갑상선에 혹이 생긴 것을 갑상선 결절이라고 하고 이 중 악성 결절을 갑상선암이라고 하는 것이다. 홍 교수는 컴퓨터 보다 정확한 인체 호르몬의 위대함에 대하여 말하며 내분비내과는 사람 전체를 볼 수 있는 분야라고 설명한다. 또한, 호르몬의 변화는 다른 어떤 것보다 다양하게 나타나며 인간의 생존에 꼭 필요한 것이기도 하다. 그래서 이상이 생기면 자연적으로 조절하는 것만큼은 못하지만, 조절제를 복용하게 되는 것이다.

드라마에 나오는 외과 의사처럼 성공적인 수술로 생명을 좌지우지하는 것은 아니지만, 호르몬의 변화는 사람을 변화하게 하여 삶의 질을 결정하게 되므로 어떻게 살 것인지를 결정해 주는 중요한 부분이다.

“인체의 호르몬! 어느 것 하나 없이 살 수는 없습니다. 호르몬 조절은 예술이라고 생각합니다. 조절이 깨지거나 모자랄 때 질병이 발생하게 되지요. 때론 눈에 보이지도 않고 들리지도 않지만 ‘오케스트라’ 라고 생각하면 쉽죠. 한 곳에 이상이 생기면 신체의 조화가 깨지고 맙니다.”

최근에는 운동을 많이 못하고 있는데 스트레칭은 꾸준히 합니다. 환자들에게 건강식을 권하듯 홍 교수도 식사량과 종류를 조절하여 체중을 조절하려고 꾸준히 노력하는 모습을 보여주려고 한다. 또한, 환자를 직접 대하여 진단하고 치료하는 임상 의의 조직검사는 의학적 결정에 도움이 된다고 생각하는 홍 교수다. 남은 2012년은 환자들의 치료 성과 등을 정리하면서 좀 더 밝은 내일을 기대해 볼 작정이다. 또 하나, 새로운 계획이 있다면 의료봉사 기회를 만들고 싶은 마음과 구상하고 있는 갑상선 클리닉 센터가 마무리 되어 편하게 환자들이 진료 볼 수 있었으면 하는 바람을 가져본다.

여성암센터의 간호사들과 잠깐의 여유



미세침흡입 세포검사를 직접 하는 홍 교수



**Profile**

홍성빈 교수는 인하대학교 의과대학을 졸업하고 동 대학원에서 의학석사학위, 박사학위를 받았다. 전문분야는 골다공증, 내분비, 갑상선, 당뇨병 등이며, 저서로는 골다공증학(한미 의학 펄냄)이 있다.

# 갑상선암

암중에

완치율이

높은 암

우리나라 여성암 중 발생률 1위인 갑상선암은 2003년 7,386건, 2007년 20,178건, 2009년 31,977건으로 급속히 증가하고 있다. 갑상선암은 진단시기의 발달과 검진기회 특히 유방암 검진 기회가 높아지면서 발견 비율이 증가된 것으로 생각된다.

( 글\_ 홍성빈 교수 / 내분비내과 )



초음파는 가장 도움이 되는 검사 방법 중 하나이다.

갑상선암은 우리나라뿐만 아니라 전 세계적으로 발생이 증가하고 있으며 모든 병기의 갑상선암이 증가하여 진단율의 증가 외에 발생 자체도 증가된 것으로 생각된다. 남녀로 나누어 보면 여성의 발생에 더욱 높게 증가하고 있으며 여성의 경우 45세에서 59세에 가장 많이 발생한다. 다행인 것은 이중 예후가 가장 좋은 유두암이 90%를 차지하여 다른 나라보다 비중이 높다. 5년 생존율은 95~99%로 다른 나라에 비해 좋은 치료 성적으로 보이고 있어 전문가의 상의를 통해 적절한 치료를 받는다면 완치율이 높은 질환이다.

혹 생겨도 갑상선 기능은 정상으로 특이증상 없어, 혹 커지면 삼킬 때 목에 이물감 느껴 갑상선은 방패 모양에 지어진 이름으로 정상적으로 목의 앞쪽에 위치하는 장기이며 갑상선호르몬을 분비하고 있다. 나비 모양으로 양 옆으로 구성되어 있다.

갑상선호르몬의 기능은 체내의 대사 조절, 성장발달 촉진과 기초대사율을 조절하고 체온조절에 관여한다. 교감신경을 자극하여 단백질, 지방, 탄수화물의 대사가 잘 되도록 하며 심폐기능에서는 호흡과 심장박동을 빠르게 한다. 갑상선은 정상적인 삶을 위해서 반드시 필요하며 여기에서 분비되는 갑상선호르몬이 부족하면 기운이 없고 추위를 쉽게 타며 피부가 건조하게 된다(기능저하증). 반대로 지나치면(갑상선기능항진증) 체중





미세침흡인 세포검사는 95%이상의 정확도를 가진다.

가장 중요한 것은 조직검사로 가느다란 바늘을 이용하므로 미세침흡인 세포검사라고 한다. 피부를 통해 바늘을 넣어 결절에서 세포를 얻어 현미경을 통해 진단하게 된다. 금식이 필요 없으며 약간의 통증이 있으나 상처가 남지 않는다.

이 감소하고 가슴이 두근거리며 땀을 많이 흘리게 된다.

갑상선에 혹이 있는 사람은 대부분 갑상선 기능은 정상이므로 이런 증상이 동반되지 않으며, 간혹 암이 진행하여 크기가 커지게 되면 음식을 삼킬 때 이물감을 느낄 수 있으며, 성대로 기는 신경과 가깝게 위치한 경우에는 목소리가 변하기도 한다. 심한 경우 호흡곤란이 발생하고 주위의 림프절을 침범한 경우에는 림프절이 만져지기도 한다.

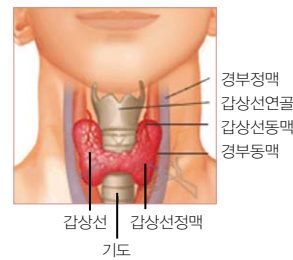
### 정확한 암 진단을 위한 미세침흡인 세포검사

병원에 방문하게 되면 신체 진찰을 하고 환자나 가족의 병력을 확인하게 되며 혈액검사, 갑상선 초음파를 시행하게 된다. 초음파는 결절의 크기, 위치 및 종양의 성격을 아는데 가장 도움이 되는 검사 방법 중 하나이다. 그러나 초음파 검사만으로 양성 결절과 암을 정확히 구분할 수는 없으며 이를 사용하여 조직검사를 할 때 정확도를 높일 수 있다.

가장 중요한 것은 조직검사로 가느다란 바늘을 이용하므로 미세침흡인 세포검사라고 한다. 피부를 통해 바늘을 넣어 결절에서 세포를 얻어 현미경을 통해 진단하게 된다. 금식이 필요 없으며 약간의 통증이 있으나 상처가 남지 않는다. 95% 이상의 정확도를 가지며 본원에서 시행한 검사자 중 5~10%에서 암이 진단된다. 이외에 방사성 동위원소 스캔, 컴퓨터단층촬영(CT) 등이 이용된다.

### 림프절로 잘 퍼지는 암 특성으로, 혹 외에 갑상선 전체 제거해야

갑상선암도 다른 암과 마찬가지로 수술을 꼭 고려해야 한다. 전통적인 수술 방법은 갑상선과 그 주위 림프절을 모두 제거하는 갑상선 절제술이다. 최근에는 미용적인 측면을 고려하여 내시경이나 로봇을 이용한 수



술을 하는 경우도 있다. 수술 후에는 갑상선호르몬을 복용하게 되며 선택적으로 방사성 동위원소 치료를 하게 된다. 흔히 궁금해하는 것은 혹만 절제하지 않고 전체 갑상선을 떼어 내야 하는 이유를 물어보는데 가장 많이 발생하는 유두암의 경우는 눈에 보이지 않은 림프관을 따라 퍼져가게 되므로 암의 초기단계부터 주위 림프절로 잘 퍼지는 특성이 있다. 따라서 전체 갑상선을 절제한 후에 주위의 중앙경부림프절을 절제하며 경우에 따라 주위림프절 청소술을 한다. 갑상선암 중 유두암은 성장이 느리나 모든 갑상선암이 이런 성격을 보이는 것은 아니고 크기가 작아도 임파절이나 다른 장기에 전이되는 경우가 있으며 재발을 하기도 한다. 따라서 임의로 치료를 중단하고 1~2년 후에 방문하는 경우 크기가 증가하고 주변조직으로 침범이 진행된 것을 발견하기도 한다.

### 갑상선에 대한 오해

#### 갑상선암 환자는 미역국 같은 해조류 및 생선은 먹으면 안 된다?

가장 많이 질문하는 것으로 김, 미역 다시마 같이 요오드가 풍부한 음식을 먹어도 되는지에 대한 것을 궁금해한다. 요오드는 바닷물에 다량 들어 있어 미역, 김, 다시마 같은 해조류와 생선, 천일염 등 해산물에 많이 들어 있으며 달걀, 우유에도 들어 있다. 우리 몸에 꼭 필요한 원소로 대부분 갑상선 내에 존재한다. 이를 통해 갑상선호르몬을 만들게 된다. 우리나라와 같이 해산물을 많이 먹는 나라에서는 요오드 섭취량은 충분하다. 요오드를 많이 섭취하여도 대부분은 몸의 자율기능에 의하여 조절되나 적당량을 섭취하는 것이 바람직하며 일상적인 식사에서 제한할 필요가 없다.

#### 갑상선암은 여자만 발생한다?

여성에서 많이 발생하나 남녀 비는 1:5이며 갑상선암이 진행과 정도는 차이가 없다.

### 예방 및 치료를 위한 방사성 동위원소 치료

전체 갑상선 절제술을 시행한 분화암 환자에서 예방적, 치료적 목적으로 시행하게 된다. 일시적으로 갑상선호르몬을 중단하거나 갑상선자극호르몬 주사 후 방사성 요오드를 경구 투약하면 갑상선조직과 암세포에 선택적으로 흡수되게 되고 방사선이 암 세포를 파괴시킨다. 이는 다른 조직에 흡수되지 않아 안전하게 할 수 있으나 고용량의 경우는 치료실에 입원하게 된다.

### 수술 후 스트레칭 등 간단한 운동은 유착방지에 도움, 흉터 주위는 자외선 차단

흉터는 수술범위, 시간 등에 영향을 받을 수 있지만, 무엇보다 환자의 피부 상태에 따라 달라지게 된다. 켈로이드 체질은 수술 절개선에 두껍게 새로운 피부가 생기며 딱딱하고 가렵다. 일반적으로 수술 흉터는 3~4개월에 걸쳐서 회복되나 상태에 따라 6개월에서 1년 이상 지연되는 경우도 있다. 흉터를 줄이기 위해서는 직접적인 당김이 가지 않도록 과격한 운동은 피하나 스트레칭 등 주치의가 권하는 간단한 운동은 수

술 후 불편감 및 유착 방지에 도움에 되므로 적절히 시행한다. 흉터 주위는 직접적인 자외선을 받지 않도록 외출 시에는 스카프나 자외선 차단제로 빛을 차단해 준다. 흉터를 개선하기 위해 흉터 완화연고, 젤시트를 사용할 수 있으며 피부과에서 레이저 치료로 도움받을 수 있다.

### 갑상선 절제로 갑상선호르몬제 복용 필요

대부분 환자에서 갑상선이 전체 또는 일부가 절제되어 갑상선호르몬의 보충이 필요하다. 이는 갑상선기능검사인 피검사를 통해 조절되게 되며 식사가 갑상선호르몬제의 흡수를 방해할 수 있으므로 아침 일찍 식사 30분 전에 공복에 복용하게 된다. 지속적으로 복용하지 않는 경우에는 갑상선기능저하증으로 피로감, 체중증가 등이 나타나게 된다. ●문의 : 당뇨내분비센터 ☎ 032-890-2215/3360



# 심장마비의 가장 흔한 원인은 심근경색



## 동맥이

### 완전히 막혀서

### 더욱 치명적

관상동맥은 주로 근육(심근)으로 구성된 심장에 혈액을 공급해 준다.

관상동맥에 협착 또는 경련(수축)이 발생하면 혈액순환이 부족해서 허

혈 현상이 일어나며 결과적으로 협심증이나 심근경색증이 된다.

(글\_ 김대혁 교수)

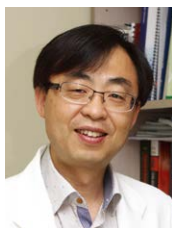
**심근경색의 첫 증상은 심장마비** 심근경색증은 협심증에서 더 나아가 관상동맥이 완전히 막힘으로써 나타나는 질환이다. 동맥이 완전히 막혀서 생기는 질환인 만큼 더욱 치명적이라고 할 수 있다. 혈관이 막히면 혈액순환이 전혀 이루어지지 않게 되므로 심장근육에 혈액 공급이 끊겨 그 일부가 경색되거나, 괴사 현상을 일으킨다. 이러한 급격한 심장의 허혈은 김순철 환자에서처럼 심장에 심실빈맥을 유발시켜 심근 경색의 첫 증상으

로 바로 의식을 잃고 쇼크에 빠져 심장마비를 일으킬 수 있다. 일반적으로 심근경색과 관련된 흉통을 느낀 지 1시간 동안 약 10% 이상에서 심실빈맥으로 인한 심장마비가 발생하는 것으로 보고되고 있다. 아직 확실치는 않으나 주로 젊은 나이, 남성, 흡연가, 아랫벽 심근경색 환자, ST 상승심근경색 환자 등에서 잘 발생하는 것으로 알려져 있다. 김순철 환자 경우처럼 급성심근경색으로 인한 급성기 심장마비의 원인은 급격한 허혈이므로 막힌 혈관을 뚫어 주는 것이 치료 방법이다.

### 심근경색 후 심장마비 고위험군 급사예방은 삽입형 제세동기로

심근경색 2일이 지나면 괴사된 심장은 아물기 시작한다. 특히, 살아 있는 조직과 죽은 조직의 경계 부분은 전기적 성질이 다른 특징을 갖는 심장 조직들로 구성되게 되며, 전기 전도 속도가 빠른 곳도 있고 느린 곳도 있게 된다. 이런 경우 심장 내의 전기 전도가 일정하지 않아 심실 빈맥이 잘 발생 될 수 있게 되고, 급성기를 지난 후에 막힌 혈관을 뚫어주어도 심실 빈맥의 발생이 감소하지는 않는다. 두 번째 환자처럼, 심장혈관이 새로이 막히지 않았는데도 심실빈맥이 발생한 경우가 이에 속한다.

주로 광범위한 괴사, 심실동맥류, 심한 좌심실 기능부전이 있는

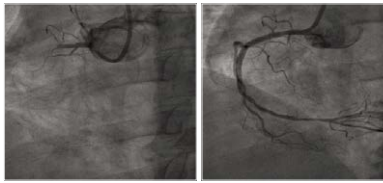


김대혁 교수 | 심장내과  
•전문분야: 부정맥, 실신, 심박동기, 관동맥질환

## 심근경색 환자의 사례

### 김순철 씨(가명, 56세, 남, 인천시 연수구)

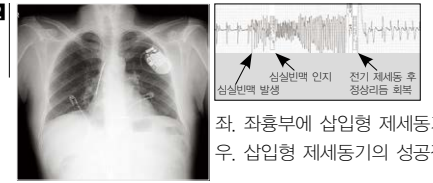
2년 전에 당뇨를 진단받은 후 경구 혈당 강하제를 복용하던 분으로 혈당 조절은 그다지 잘 되고 있지는 않은 편이었다. 환자는 내원 당일 아침에 가슴이 답답하다고 호소하며 집에서 차로 나가는 도중 쓰러져, 119 구급차 후송 도중에 심실 빈맥으로 8차례의 전기 제세동 시행하였고, 심폐소생술을 하면서 본원 응급실에 도착하였다. 응급실 내원 후에도 심실 빈맥으로 전기 제세동을 계속하였고, 심폐소생술을 하면서 급성 심근경색 진단 하에 응급 심장혈관 촬영술을 시행하였다. 환자의 우관상동맥의 기시 부분에서 완전폐색이 관찰되었으며, 이에 대하여 풍선확장술 및 스텐트 삽입술을 시행하였고 시술 시행 후 막혔던 혈류가 다시 흐르는 것을 확인하였다. 김순철 씨는 의식을 완전히 회복하고 입원치료 후 퇴원하였다(그림 1).



1 좌. 심장혈관 촬영술 상 우관상동맥의 기시부분에서 완전폐색이 관찰되고 있다.  
우. 폐색 부위의 풍선확장술 및 스텐트 삽입술 시행 후 원위부로 혈류가 재개되는 모습이다.

### 이현철 씨(가명, 62세, 남, 인천시 옹진군)

2007년에 인하대 병원에서 심근 경색 진단받고, 막힌 우관상동맥에 풍선확장술 및 스텐트 삽입술을 시행하였던 분으로, 심장내과 외래로 추적관찰하며 약물 복용을 잘 해오고 있었다. 금년은 올해 초에 자정경에 화장실 바닥에 쓰러져 있는 모습을 가족이 발견하여 백령병원 응급실로 내원하였고, 심전도상 심실 빈맥이 발견되어 3차례의 전기 제세동을 시행한 후 정상 동율동과 의식이 회복되었으며, 이후 헬기를 이용하여 본원 응급실로 전원 되었다. 응급 심장혈관 촬영술을 시행하였으나 의미 있는 혈관의 폐색소견은 없었다. 전기생리 검사상 매우 쉽게 심실 빈맥이 발생하였고, 그때마다 의식 소실과 쇼크에 빠지는 것을 확인하고, 삽입형 제세동기를 심장에 삽입 후 퇴원하였다(그림 2).



2 좌. 좌흉부에 삽입형 제세동기 삽입  
우. 삽입형 제세동기의 성공적인 심실빈맥 치료 모습

경우 잘 발생하며, 일반적으로 심근경색환자의 2~3%에서 발생하는 것으로 보고되고 있다. 삽입형 제세동기란 심장마비의 고위험군 환자의 심장에 이식하면 심실 빈맥으로 심장마비가 생기는 경우 자동으로 이 빈맥을 감지하여 전기 충격이 나가 정상 율동으로 회복시키는 장치이다(그림 2). 심근경색환자에서 급성기를 지난 후 심실빈맥으로 심장마비가 발생하였던 환자에서 삽입형 제세동기는 사망률을 20~30% 감소시키며, 심장 마비의 경험이 없더라도 심장마비의 고위험군에 삽입한 경우 사망률을 30~50% 감소시키는 것으로 알려져 있다.



### 심근경색은 예방이 가장 좋은 치료

현재 인하대병원을 포함한 국내 병원들의 급성 심근경색의 치료로는 세계 선진국과 비교해도 차이가 없으나 심근경색과 같은 심혈관 질환의 예방에 관해서는 아직도 우리나라는 사각지대인 것이 현실이다. 그러므로 급성심근경색의 예방에 대한 교육과 실천이 중요하다고 생각된다. 심근경색증의 경우, 가능한 한 빨리 막힌 혈관을 뚫어 주는 것이 환자의 생명을 살리고 후유증을 감소시키는 최선의 방법이 기 때문에 흉통이 발생하면 가능한 한 빨리 병원으로 오는 것이 중요하다는 사실을 국민이 인지하는 것이 중요하다.

### 동맥경화 예방이 곧 심근경색 예방

심근경색은 동맥경화로 생기는 심장혈관의 질환이므로 동맥경화를 예방하는 것이 심근경색을 예방하는 방법이다. 이에 대한 구체적인 방법은 금연이다. 담배를 피우는 것은 동맥경화증의 유발에 큰 역할을 하게 된다. 또, 고혈압과 당뇨가 있다면 반드시 잘 치료 받아야 한다. 높은 혈압이 지속되면 이 역시 동맥혈관에 손상을 주게 되어 협심증 및 심근경색증을 악화시키며 혈당이 높은 상태가 지속되면 동맥경화가 악화된다. 콜레스테롤은 낮추어 주어야 한다. 콜레스테롤이 높으면 높을수록 동맥경화는 증가된다. 콜레스테롤을 감소시키므로써 심근경색증을 감소시켜 심장병의 사망률을 줄일 수 있다는 보고

고혈압과 당뇨가 있다면 반드시 잘 치료 받아야 한다. 높은 혈압이 지속되면 이 역시 동맥혈관에 손상을 주게 되어 협심증 및 심근경색증을 악화시키며 혈당이 높은 상태가 지속되면 동맥경화가 악화된다.

가 많이 있다. 또한, 비만증을 고쳐야 한다. 비만 그 자체가 동맥경화를 일으킬 수 있는 독립적인 요소이므로 표준체중을 유지할 수 있도록 노력하는 것은 중요한 일이라 하겠다. 마지막으로 규칙적인 운동과 가급적 지나친 정신적 긴장은 피하는 것이 좋다.

●문의 : 심장내과 ☎ 032-890-2200



성인병 환자를

위한

영양학 0

당뇨, 고혈압 등 성인병을 걱정해야 하는 나이, 즉 '중년' 이 되면 많은 사람들이 다이어트에 대해 진지하게 고민하기 시작한다. 술과 담배를 끊거나 줄이고, 피트니스 클럽에 등록하고, 음식의 열량을 따진다. 열량이 낮은 음식이 체중을 줄이고 당뇨나 고지혈증 같은 성인병을 관리하는 데 도움이 될 것이라고 쉽게 생각하지만 사실은 대부분 그렇지 않다. 열량보다 더 중요한 것이 있다. 바로 '대영양소' 즉 탄수화물, 지방, 단백질의 비율이다. (글\_ 이연지 교수)

**탄수화물은 하루 열량의 50%만** 우리 식생활에서 곡물과 과일을 통해 얻을 수 있는 열량은 대부분 탄수화물이다. 탄수화물은 자연 상태에서 포도당, 젖당, 과당, 설탕 등 '단순 당' 으로 존재하는 경우가 있고, 여러 개의 단순 당이 서로 긴밀하게 연결된 '복합탄수화물' 형태로 존재하는 경우도 있다. 자연 단순 당은 보통 과일에 다양한 색소와 비타민, 미네랄과 함께 함유되어 있는 것으로 다이어트와 건강에 좋은 작용을 한

# 대영양소의 균형을 찾아라! 성인병을 잘 관리하고 극복하기 위한 식단의 원칙은?



다. 그러나 인공적으로 분리된 단순 당, 대표적으로 설탕, 액상과당, 올리고당 등에는 이런 좋은 성분이 빠져 있다. 복합탄수화물은 쌀과 현미, 통밀빵 등에 들어 있다. 보통 우리가 먹는 열량의 50~60%를 구성하며, 식생활의 중심을 이루어야 하는 영양소다. 그러나 탄수화물을 지나치게 섭취하는 것은 좋지 않다. 지방으로 변하기 때문이다.

**단순 당보다 복합탄수화물 섭취해야** 열량의 60% 이상을 탄수화물로 섭취하면 어떻게 될까? 뇌와 근육이 사용하고 남은 탄수화물은 대부분 중성지방으로 변환되어 지방조직에 저장된다. 고기, 튀김 등 고지방 음식뿐만이 아니다. 보통 다이어트 식단에 과일과 각종 곡식을 필수로 넣지만, 그마저도 필요한 양보다 많이 먹으면 살이 찌는 원인이 되는 것이다.

체중조절을 하려면 탄수화물을 섭취할 때 단순 당보다 복합탄수화물을 선택하는 것이 현명하다. 소화와 흡수의 속도 차이 때문이다. 먹은 탄수화물이 흡수되는 속도는 그것이 얼마나 복잡한 구조인가에 따라 달라지는데, 포도당과 같은 단순 당은 정말 빠르게 흡수된다.

문제는 포도당이 빨리 흡수될수록 혈액 내 포도당 농도가 급격히 올라가며, 이를 조절하기 위해 인슐린도 더 많이 분비된다는 것이다. 이때 인슐린이 지방세포를 자극하여 지방을 저장하도록 유도한다. 인슐린 농도가 높을수록 지방세포는 더 많은 에너지를 저장하려고만 한다. 따라서 같은 양의 탄수화물이라도 그 형태가 단순 당인가 복합탄수화물인가에 따라 지방이 저장되려는 경향이 달라질 수 있는 것이다.



**트랜스지방을 멀리해야 하는 이유** 모든 인간은 체중이 줄어든다(즉 다이어트를 시작하기만 하면) 고지방·고열량 음식을 먹고 싶은 욕구가 커지게 되어 있다. 이런 경우, 음식에 대한 욕구가 지나치게 분출되지 않도록 적절히 맛있는 음식을 먹여 주어야 한다. 그러나 고열량 음식은 가려먹을 필요가 있다. 트랜스지방은 식물성 지방을 고형으로 만든 것으로, 요리할 때 사용하면 잘 상하지도 않고 바삭한 질감을 내는 것으로 보통 가공식품과 패스트푸드에 많이 들어 있다. 트랜스지방은 우리 몸의 효소작용을 느리게 하여 지방이 대사되는 것을 방해한다. 지방간과 내장지방이 축적되는 것을 촉진하며, 혈관에 쌓이는 LDL이라는 나쁜 콜레스테롤은 높이고 혈관의 찌꺼기 청소를 돕는 HDL이라는 좋은 콜레스테롤은 낮춘다. 건강에 해로울 수 밖에 없다. 트랜스지방이 많이 들어 있는 가공식품이나 튀김을 자주 먹으면 결국 지방간과 동맥경화만 남을 것이다.

**건강에 도움되는 '좋은 지방 3형제'** 반면에 다이어트에 없어서는 안 될 좋은 지방들도 있다. 좋은 지방은 트랜스지방과는 반대로 혈관 속 나쁜 콜레스테롤을 줄이고 내장지방을 분해하는 데 도움을 준다. 고열량식품을 먹어야 한다면 이렇게 '좋은 지방' 을 먹는 것이 좋다.

오메가-3는 해산물에 많이 들어 있는데 알약보다는 신선한 음식으로 섭취하는 것이 더 의미가 있다. 특히 등푸른 생선은 좋은 지방과 단백질을 동시에 갖춘 최고의 다이어트 식품이다. 열을 가하지 않은 채 수확된, 압착 엑스트라버진 올리브유도 빼놓을 수 없다. 다만 압착 엑스트라버진 올리브유는 열을 가하면 영양소가 파괴되고 산패하므로 샐러드 등 불에 익히지 않는 요리에 뿌려 먹는 것이 좋다. 호두나 땅콩 같은 견과류에 들어 있는 지방도 좋다. 매일 적당량(호두 1~2개, 아몬드 20알 정도)을 먹으면 건강과 다이어트에 적잖이 도움이 된다.

**중년 접어들면 단백질 섭취량 배로 늘려야** 우리 몸은 생명유지를 위해 매일 일정량의 단백질이 필요하다. 이를 '질소균형' 이라 부른다. 즉 몸을 구성하던 단백질의 일부가 소모되면 새롭게 섭취된 단백질이 그 자리를 대신하여 단백질 대사의 균형을 맞추어야 한다. 그러나 단백질을 섭취하지 않아 이 질소균형이 깨지면 근육이 파괴되고 머리카락이 빠지며 피부가 노화된다.

몸을 구성하던 단백질의 일부가 소모되면 새롭게 섭취된 단백질이 그 자리를 대신하여 단백질 대사의 균형을 맞추어야 한다. 그러나 단백질을 섭취하지 않아 이 질소균형이 깨지면 근육이 파괴되고 머리카락이 빠지며 피부가 노화된다.

저열량 식이를 유지하면서 다이어트를 하는 성인들은 단백질 요구량이 특히 높다. 이런 사람들은 평소보다 2배 이상 단백질을 섭취해야 근육량이 감소하는 것을 막을 수 있다. 간단히 정리하면 여성은 하루 열량의 20% 이상, 남성은 25% 이상을 단백질로 섭취하기를 권한다. 단백질 1g이 대략 4kcal의 열량을 낸다고 하면, 하루 1,500kcal의 식단을 목표로 하는 여성은 300kcal 이상, 즉

최소 75g 이상의 단백질을 섭취해야 한다. 참고로 50g짜리 생선 한 토막에 들어있는 단백질의 양은 10g 정도이다. 하루에 얼마나 많은 단백질 식품을 먹어야 건강한 다이어트를 할 수 있는지 감이 잡히는가?

●문의 : 가정의학과 ☎ 032-890-2240 비만센터 ☎ 032-890-3360



이연지 교수 | 가정의학과, 비만센터  
●전문분야: 항노화영양치료, 생활습관교정, 스트레스





# 하루 15분 순환운동으로 뇌심혈관 지킨다!

## circulation operation

뇌 심혈관질환이란 뇌 혈관질환과 심혈관질환의 합성어로 인체에 가장 중요한 장기에 분포하는 혈관에 발생하는 질병이다. 뇌혈관과 심혈관질환은 엄연히 다른 질환이지만 발생하는 질병의 원인, 위험요인, 악화요인과 예방 대책이 거의 유사하다. 뇌 심혈관질환 예방관리를 위한 방법으로는 음주, 흡연, 운동습관, 스트레스, 식습관 등이 있다. 그 중에서 뇌 심혈관질환 예방운동에 대해 알아보도록 하자.

(글\_ 안주환 운동처방사 / 당뇨비만센터)

### 운동의 효과

운동은 인슐린 분비와 같은 혈당을 떨어뜨리는 조절 효과가 있으며, 규칙적인 운동(유산소, 근력 운동)은 혈당 내성과 인슐린 감수성을 증가시키고 인슐린 요구량을 감소시킨다. 나이가 지질을 개선하고, 체내의 높은 염도를 땀으로 배출하면 혈압감소 효과를 나타낸다. 즉 체중감소는 혈압감소의 효과를 준다. 그 밖의 HDL 콜레스테롤 증가와 원활한 혈액순환에 도움을 준다.

### 운동의 구성 / 운동의 종류 및 시간

운동의 구성으로는 준비운동, 본운동, 마무리운동 순으로 한다. 첫번째, 준비 운동은 맨손체조, 혹은 스트레칭을 하도록 한다. 두번째, 본 운동은 최소 30분 이상 본인의 취향에 맞는 운동으로 유산소와 근력운동을 적절히 배합하여 하는 것이 좋다. 세번째, 마무리 운동은 스트레칭을 5~10분 정도 하도록 한다. 근력운동은 우리가 흔히 아는 웨이트 트레이닝을 말한다. 근육과 간에 저장된 글리코겐을 사용하므로 남은 글리코겐이 지방으로

전환되어 쌓이는 것을 방지한다. 또 근육량을 늘리면 기초대사율이 높아져 체지방이 쌓이는 것을 방지한다. 대표적인 운동으로 덤벨(Dumbell), 밴드(Band) 운동이 있다.

### 순환운동

규칙적인 운동습관을 가지고 있는 사람들이 많은 반면 시간적 제약, 게으름, 운동의 방법 등으로 어려움을 가지고 있는 사람들에게 유산소와 근력 운동을 한 번에 할 수 있는 간단한 운동법을 소개하려고 한다. 순환운동이란 근력 운동 + 유산소운동을 돌아가면서 잠깐씩 하는 운동법으로 30초~1분 간격으로 최소 15분에서 최대 30분간 휴식 없이 유, 무산소 운동을 수행하는 것을 말한다. 순환운동의 최대 장점으로 근력 + 유산소운동은 보통의 유산소운동보다 3배 지방연소 효과를 보이며 작은 공간, 단시간 운동에 최대 효과를 보여준다.



1 2 3 4  
5 6  
7 8  
9 10

### 순환운동 순서\_

#### ■ 1분~1분 30초 간격으로 운동

1. 제자리 점프하며 털기 : 자리에서 가볍게 뛰며 팔과 다리를 털어준다.
  2. 팔굽혀펴기 : 여성인 경우 무릎을 구부린 채로 실시한다.
  3. 제자리달리기
  4. 스쿼트 : 다리 어깨너비로 벌리고 팔은 팔짱을 낀다. 그 상태에서 엉덩이를 뒤쪽으로 빼서 천천히 무릎을 굽힌다. 1~2초 정도 멈추고 천천히 올라온다.
  5. 제자리걷기
  6. 크런치 : 윗몸일으키기와 유사한 동작으로 상체 윗부분을 일으키고 제자리로 돌아오는 방법이다. 상체가 올라올 때 내쉬고 제자리로 돌아올 때 들이쉬어야 운동 효과가 좋다.
  7. 스텝 : 낮은 높이의 발판이나 책 등을 이용하여 팔을 가볍게 흔들면서 한발씩 차례로 뛰어오르기를 반복한다.
  8. 사이드런지 : 손은 허리에 대고 편안한 자세에서 발은 어깨 넓이로 벌리고 왼발은 움직이지 않고 오른발을 45° 뻗어서 움직인다. 왼발 운동 시에도 동일하다.
  9. 다리 팔벌려뛰기 : 일명 PT 체조라 불리기도 하며 발은 어깨너비로 벌리고 실시한다.
  10. 배근운동 : 엎드린 상태에서 양팔을 머리 위로 뻗고 천천히 상체를 들어 올리고 2~3초 머물다 제자리로 돌아온다. 들어 올릴 때 숨을 멈추고 제자리로 돌아갈 때 숨을 내쉰다.
- ※스트레칭, 숨쉬기 등으로 정리운동을 해준다.

### 비만 2단계 환자의 운동 효과

뇌심혈관질환에 위험군인 40대 여성 환자의 운동 사례를 통해 그 효과를 알아보도록 하자. 2011년 6월 비만센터를 처음 내원한 여성 환자로 40대의 S님은 신장 156 체중 83.6 BMI 34.4로 비만 2단계에 해당되는 환자였다. 동반되는 질환으로는 고혈압과 고중성지방혈증이 있었으며 뇌심혈관질환에 위험군으로 분류되었다. 운동량이 전혀 없던 환자였고 체중감량에 따른 이점을 설명하며 식이조절과 함께 운동을 시작하기로 하였다. 꾸준한 걷기와 스트레칭, 그 밖의 근력운동과 가끔씩 등산을 하며 현재까지 18개월간 평균 주5~6일 총 60~90분의 운동을 유지해 왔다. 신체계측과 혈액검사를 통해 좋아진 모습을 볼 수 있었다.

### 운동 전·후의 비교 수치

|                  | 2011.06(운동전) | 2012.11(운동후) | 정상범위        |
|------------------|--------------|--------------|-------------|
| 체중               | 83.6         | 68.3         |             |
| 허리둘레             | 103          | 92           |             |
| 혈압               | 140/84       | 124/79       | *130/80이하유지 |
| 총콜레스테롤           | 183          | 154          | *200이하      |
| HDL-C            | 49           | 62           | *60이상       |
| LDL-C            | 99           | 78           | *100이하      |
| 중성지방             | 214          | 48           | *50~200     |
| 글루코스             | 127          | 86           | *70~100     |
| HbA1c<br>(당화혈색소) | 6.2          | 5.7          | *4.0~6.0    |

● 문의 : 당뇨비만센터 ☎ 032-890-2215/3360



# 정진영



냉철하고 지적인 카리스마

## 브레인의 천재 의사, 따뜻한 마음으로 남수단에 가다~

환자를 대할 때만큼은 극진한 봉사자이지만 제자들과 의료진에게는 까다로운 뇌 과학 분야에 통달한 괴짜 천재 의사 김상철 역을 소름 돋는 카리스마로 열연했던 배우 정진영 씨는 지난 10월 13일 ~ 10월 19일까지 '초록우산 어린이재단' 과 함께 아프리카 '남수단' 에 다녀왔다. 영화, 드라마, MC로서도 진행 실력을 인정받으며 배우 정진영은 중년의 '대세남' 으로 뜨고 있다.

( 글\_ 이정희 자유기고가 / 자료협조\_ 어린이재단 )

### 서울대 타이틀 빼고, 연기로 인정받고 싶은 배우

배우 정진영이라는 이름을 떠올리면 냉철하고 강단 있고, 지적인 모습에, 뇌분야의 천재의사나 왕 역할이 잘 어울릴 것 같은 캐릭터이다. 그리고 보면 사생활 노출이 적은 베일에 싸인 배우이기도 하다. 매니저 없이 스케줄 관리도 직접 하고 있을 정도이니 말이다.

정진영 씨의 터닝 포인트는 30대 중반, 늦깎이 배우의 길로 들어선 것이다.

늦게 시작했지만, 정진영 씨가 출연한 전작들은 대부분 흥행작이다. '악숙', '초록물고기', '황산벌', '달마야 놀자' 그리고 1천만 관객을 동원한 '왕의 남자' 에 이른다. 시사 프로그램 '그것이 알고 싶다' MC는 4년 정도 했고, '휴먼 서바이벌 도전자' 진행 그리고 최근 '나가수2' MC로 멋진 무대에 누가 되지않게 멋진 MC가 되겠다며 바쁜 시간을 보내고 있다. '브레인' 에서는 클라리넷을 '즐거운 인생' 에선 기타를 실제 연주한 것을 보면 평소 음악에 대한 애정도 남다른 듯~ 그러나 간간하지만 순수하고 따뜻한 구석도 있는 '브레인' 의 천재의사 김상철 역의 배우 정진영에 대한 기억이 강하다.

40대 후반 언저리인 그는 언제부터인가 삶의 최고 우선순위는 '건강' 이 되었다. 최근엔 비염 치료를 받고 있고 이젠 술보다 운동을 열심히 하려고 한다. 여행가기를 무척 좋아하는데 가끔은 혼자 여행을 다녀오기도 한다. 그에게 여행은 매번 새로운 경험, 가지 말아야 할 그런 여행은 없다. 모 포털사이트 지식인의 서재라는 코너에서 정진영 씨는 공공도서관을 선호한다고 밝히기도 했는데 책 읽기도 그가 좋아하는 종목 중 하나이다.

### 남수단을 생각하면 아픈 기억, 막막한 가슴

"희망TV SBS 촬영을 위해 초록우산 어린이재단과 함께 아프리카 남수단에 다녀왔습니다.

남수단은 지난해 7월 오십 년이 넘는 내전 끝에 독립해 193번째 유엔 회원국으로 인구의 절반이 식량부족으로 고통 받고 있으며 있는 것보다 없는 것이 더 많은 나

라였습니다."

정진영 씨가 목적이인 아월 마을에 도착해 보니 온통 소떼들이 있었고, 그 틈으로 아이들이 보였다. 소가 사람보다 많고 아이들은 맨손으로 소똥을 치우느라 주무르면서 매일 소를 돌봐야 하고 때론 사람보다 소가 더 중요한 그곳을 보니 처절한 생각이 든다. 전쟁이 끝나 비록 독립은 했지만 부족간의 폭력, 납치, 배고픔, 노동 등 기막힌 현실에 처해 있지만, 태어나서 학교를 가 본 적은 없지만 진흥당 속에서 살아온 아이들에게 꿈이 있는 아월의 아이들에게 희망을 찾아주고 싶다고 전한다.

또 '탈레' 이라는 곳에서 만난 열네살의 '타렛' 이야기 도 꺼낸다.

정진영 씨가 만난 타렛은 소아마비로 두 무릎을 바닥에 끌며 오직 손바닥으로 몸을 의지한 채 건강한 사람들도 들고 가기 무거운 물통을 힘겹게 옮겨가며 집으로 돌아가야 하는데 십 분이면 도착할 거리가 한 시간 걸린다는 것이다. 물통을 던지고, 그만큼 기어가고 그러기를 수백 번 반복해야 하기 때문이다. 상처보다 학교를 못가는 아픔이 크다는 말을 했다.

"타렛이 낡은 노트를 제게 보여줬습니다. 좋은 점수의 시험지를 자랑하고 싶었나 봅니다. 이년 남짓 다닌 학교에서 배운 것이 전부지만, 잊지 않기 위해 애를 쓴다고 합니다. 그 모습이 기특하면서도 마음이 아팠습니다. 얼마나 궁금하고, 하고 싶은 것이 많았어요?"

남수단을 다녀온 배우 정진영 씨는 어떤 방법으로 자신이 도울 길이 있는지 구체적인 생각을 해보겠다는 뜻을 밝혔고 아이들과의 접촉을 스스로없이 받아들였고 오히려 훨씬 적극적인 모습에 놀랐다고 어린이재단 관계자는 전한다.

소꿉을 빨아먹던 아월 마을의 '순', 일년에 '삼만 원' 이라는 돈이 없어서 학교를 못가는 상처가 더 큰 '타렛', 이 아이들의 눈빛이 정진영 씨의 가슴에서 떠나지 않는다. 널모레면 원을 바라보는 그에게 올 한해는 다양한 무대에서 종목을 가리지 않고 많은 경험을 한 값진 한 해에 틀림없다.

### 후원문의

초록우산 어린이재단 희망나눔센터  
☎1588-1940 www.childfund.or.kr  
초록우산은 '세상 모든 어린이들이 꿈을 펼칠 수 있도록 사랑으로 보호하고 도와줄 친구' 라는 의미를 지닌 어린이재단의 대표 상징입니다. 1948년부터 60여 년 동안 도움이 필요한 아이들을 지원해 온 어린이재단이, 더 많은 사람들과 함께 어린이의 꿈을 후원할 수 있도록 초록우산을 활짝 펼칩니다.



( 사진 출처\_ KBS 사이버홍보실 )



### 1

- 1. 드라마 '브레인' 에서 간간하지만 짓웃고 순수한 따뜻한 구석도 있는 천재의사로 열연했다.
- 2. 남수단 아이들에게 희망을 주고 싶은 정진영 대사





# 낙조, 야경, 풍차, 바닷길... 인천의 겨울은 선물이다!



겨울은 춥지만 아름다운 계절이다. 그 아름다움을 찾아 떠나는 시간. 목적지는 인천이다. 인천은 바다를 품고 앉은 빛의 도시. 바다는 바다대로 도시는 도시대로 제 빛깔로 빛나 겨울을 환하게 밝히니, 어찌 반하지 않겠나. 그 풍경 속의 빛깔들을 찾아 마음속에 담아 보자. 여행준비물 1호는 카메라. 그러나 기억하시라, 절대 예쁘지 않은 곳에서는 꺼내지 말라. (글/사진\_이시목 여행작가)

## 춥지만 아름다운 겨울바다의 새파란 유혹 선재도 목섬 바닷길

카메라보다 먼저 마음이 설레는 곳이다. '서해의 나폴리'라 불릴 정도로 아름다운 선재도의 명물은 단연 목섬. 동그란 바가지를 얹어놓은 것 같은 목섬은 선재도에서 매일 두 차례 썰물 때마다 바닷길로 연결되는 무인도다. 마을 사람들은 선재도에서 목섬으로 이어지는 이 길을 '목페미'라고 부르는데, 화성의 제부도로 들어가는 바닷길처럼 물이 들어오면 사라지고 물이 빠지면 드러난다. 왕복 1km 정도밖에 되지 않는 짧은 길이지만 산책하기 좋아 연인들의 방문이 잦다. 가끔은 미처 빠져나오지

못해 침범침범 바닷길을 헤쳐 걸어 나오는 연인들도 보이는데, 당연히 그녀는 업히고 그는 바지를 동동 걸어 올린 채다. 우스꽝스럽지만 아주 로맨틱한 데이트 에피소드다. 그러니 이곳을 찾을 땐 반드시 물때 정보를 확인하고 떠나시라.

목섬 너머로 보이는 측도도 선재도가 숨겨놓은 보물 중 하나다. 어둠이 내리면 길을 따라 바다를 가로지르며 설치된 가로등의 행렬이 바다를 환하게 비추니, 오~ 아름답다. 마침 이때가 길을 지우개로 지우 듯 차란차란 바닷물이 차오르거나, 길을 연필로 그려가듯 물이 시나브로 빠지는 때라면 그 분위기는 말로 표현 못할 만큼 감동적이다. 생각해 보라. 눈앞에서 길이 사라지고, 길이 열리는 모습을..... 죽기 전에 꼭 한 번쯤은 봐야 할 풍경이다.

## 염전이 있는 그곳 빨간 풍차엔 바람이 산다! 소래습지 생태공원

그곳은 염전이다. 하지만 염전보다 시선을 끄는 건 갈대와 갯벌

이 만들어낸 풍경이다. 갈대를 스치는 바람 속에 갇든 바다 냄새라니, 그 생경한 풍경의 유혹이 만만찮다. 그래서 전시관이며 소금생산화습장을 훌쩍 뛰어넘어 갈대밭부터 찾았다. 삭막한 초입의 풍경과 달리 이곳엔 아직까지 가을 냄새가 짙다. 그도 그럴 것이 이곳의 주인은 마른 갯벌과 그 위를 여유롭게 채운 갈대와 띠. 빨간 풍차 3기는 바로 이곳에 그림처럼 서 있다. 상상해 보시라. 갈색의 띠와 갈대 사이에 바람을 품고 돌아가는 네덜란드식 풍차라니. 그 느낌이 참으로 이국적이다.

걷는 것을 좋아하는 이라면, 풍차 주위를 멀리 감싸고도는 갈대밭 사이길도 놓치지 마시라. 마른 갈대 아래론 연둣빛 들풀이 계절을 잊고 돋았다. 때를 지나 색 바랜 칠면초는 그로데스크하고, 갈대는 미세한 바람에도 심하게 흔들린다. 갈대밭 사이에 있는 빨간 지붕의 건물들은 꽤 소금 창고. 볼 것 많아 혼자라도 그리 심심하진 않겠다.

아이들과 함께라면 해양생태전시관과 그 주위로 펼쳐진 갯벌체험장, 소금생산화습장을 꼼꼼하게 이용해 보자. 해양생태전시관





에서는 습지 내 각종 해양생물을 관찰하고 천일염을 생산했던 시설물과 자료를 엿볼 수 있다.

**인천대교 낙조와 야경을 볼 수 있는  
이색 전망대**

**오션스코프**

선재도 목섬의 바닷길이 자연이 빚어낸 이색 공간이라면, 오션스코프는 인간이 창조해 낸 이색 공간이다. 이름 하여 ‘인천대교 전망대’. 이곳에 오르면 인천대교와 함께 서해의 아름다운 바다와 낙조가 한눈에 담긴다. 하지만 바다만 바라볼 수 없게 만드는 힘을 지녔다. 말하자면 이곳은 인천대교를 조망하는 전망대이나, 전망대 자체가 여행의 목적이자 풍경이 되는 곳. 그만큼 보여주는 풍광이 남다르다. 특히 돋보이는 건 독특하고 도시적인 건축미다. 차갑고 투박한 느낌의 컨테이너 5개가 각기 다른 방향과 높이로 시선을 둔 채 바다와 어울렸다. 그래서일까, 컨테이너마다 다른 색깔의 창을 둔 듯 보이는 풍경이 각색이다. 먼저 바다로 시

선을 둔 3개의 컨테이너부터 탐해 보자. 제일 왼쪽에 있는 컨테이너는 붉은색 조명으로 치장을 했고, 가운데 하늘로 시선을 둔 컨테이너는 연꽃빛 옷을 입었다. 노란색 빛깔의 조명이 들어오는 컨테이너는 하늘과 바다를 향해 열려 있는 구조. 각기 10도, 30도, 50도의 각도로 설치돼 있다. 이에 반해 도시내륙을 향하는 컨테이너 2개는 송도의 야경을 담고, 오가는 차량의 불빛을 담았다. 바다와 도시, 그리고 하늘의 빛깔을 동시에 담은 셈이니, 그 감동도 세 배다. 참고로 오션스코프는 세계 3대 디자인공모전 중 하나로 평가받는 ‘레드닷디자인어워드’ 에서 건축조형물분야 대상을 수상했다.

**아름다운 건축물들의 향연이 펼쳐지는 곳  
송도 센트럴공원**

마지막으로 송도국제도시는 인천의 미래상을 담은 곳이다. 멋진 건축물들이 울창줄망 들어서 있고, 아름다운 공원이 그 사이를

채우고 있다. 유비쿼터스 도시라는 점 또한 이 도시에 매력을 더 하니, 가히 놀랄 만한 수준의 인프라다. 그런 송도국제도시에서 카메라는 센트럴공원에서 멈춘다. 뉴욕의 센트럴파크를 연상시키는 독특한 콘셉트의 이곳은, 바닷물을 활용해 수로를 만든 국내 최초의 해수 공원. 그 수로로는 매일 오전 10시부터 오후 6시까지 1시간 간격으로 수상택시가 운행(결빙기 제외)된다. 친구 혹은 연인, 가족과 함께 색다른 추억을 만들고 싶다면 이 택시를 놓치지 마시라. sbs드라마 <스타일>에서 배우 류시원과 이지가 탔던 택시로, 고층 빌딩 사이를 별처럼 흘러 향해하는 기분이 이탈리아 베네치아 부럽지 않을 정도로 좋다. 그러다 문득 수목이 전하는 바람이 그럽다면, 수로를 따라 조성된 산책로를 천천히 걸어볼 일이다. 생각보다 풋풋한 자연의 향기가 코끝으로 스밀 테다. 뿐일까, 이곳은 가족이 텐트를 치고 온종일을 나와 앉아 쉬기에도 좋은 공간이다. 잔디밭에 누워 바라보는 하늘 아래로 나무처럼 뿌리를 내린 수십 채의 건물들이 보인다면, 그저 마음껏 즐기시라.

**travel TIP\_ 찾아가는 길**

**선재도 목섬**

제3경인고속도로 정왕IC → 1.5km 달리 후 만나는 삼거리에서 좌회전 → 시화방조제 → 대부도 → 대부도 삼거리에서 선재도 방향으로 우회전 → 선재대교 → ‘선재도우리밀칼국수’ 주차장에 주차, 목섬 산책

**소래습지 생태공원**

제3경인고속도로 정왕IC → 부천 방향 진행 → 월곶 입구 삼거리에서 좌회전 → 소래대교 건너자마자 소래습지 생태공원 이정표 따라 우회전 → 비포장도로 100m 가량 진행 후 소래습지 생태공원 주차장에 주차

**오션스코프**

제3경인고속도로 정왕IC → 동춘지하차도 옆길로 빠져 인천항 방향 진행 → 송도3교에서 국제업무지구 방면으로 좌회전 → 2.2km 계속 직진 후 우회전해 50m 정도 달리면 오션스코프(인천지하철 국제업무지구역 2번 출구)

**송도 센트럴공원**

제3경인고속도로 정왕IC → 고잔들게이트를 빠져 나와 4.5km 정도 진행 → 외암도 사거리에서 송도 방면으로 좌회전 → 송도 국제대로를 따라 1km 정도 달리다 센트럴로로 우회전해 1.5km → 인천대입구역 방면으로 좌회전해 500m 정도를 달리 뒤 센트럴파크역 방면으로 우회전 → 테크노파크로를 따라 500m 정도 달리면 센트럴공원(인천지하철 센트럴파크역 4번 출구)





## 빠르고 편안한 최첨단 진단장비 MRI

2012년 9월에 본원에 도입된 3T MR 기기는 환자의 검사 공간의 면적을 확장해, 최대 내경을 지니고 있어(70cm Wide-Bore) 폐소공포증이 있는 환자도 편안하게 MRI 검사를 받을 수가 있으며, 부드러운 코일(Flexible Type)을 사용하여 검사 중 자세의 편안함을 제공합니다.

( 글\_ 김미영 교수 / 영상의학과 )

### 자기 공명 영상(MRI)이란?

MRI는 자장을 발생하는 커다란 자석 통속에 인체를 들어가게 한 후 고주파를 발생시켜 진단하는 장비입니다. 신체 부위에 있는 수소 원자핵을 공명시켜 그 원자핵의 분포와 원자핵을 함유하는 각종 조직들의 고유한 물리, 화학적 특성을 컴퓨터를 이용하여 영상화하는 것을 말합니다. 인체의 80%를 차지하는 수분의 주요 성분인 수소 원자핵을 자기공명 영상화하여 환부의 정확한 진단과 진행상태를 밝혀주는 검사입니다.

### Whole Body with Non Contrast Angio(전신혈관 영상)

조영제 없이 전신의 혈관 영상을 빠르게 얻을 수 있습니다.



Discovery™  
MR750W GEM 3.0T

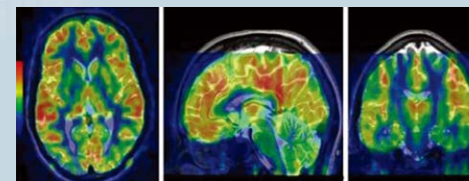
### Visionary MR Abdomen(복부 MR 영상)

한 번의 검사로 4개의 영상(In-Phase, Out-Phase, Water Only, Fat Only)을 얻거나 빠른 확산강조 영상(eDW)으로 짧은 검사시간에 고품질의 영상을 확보할 수 있습니다. 지방간의 정확한 지방함량을 측정하고, 탄성영상(MR Elastogram)을 통해 간경화의 진행 정도를 진단할 수 있습니다.



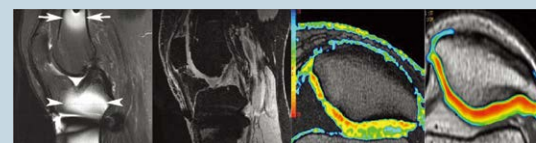
### Volume MR Neuro(신경계 MR 영상)

한번에 뇌동맥-정맥을 검사하며 미세 출혈이나 혈관을 발견하여 진단 할 수 있으며 조영제 없이(3DContinuous FSE-based Sequence) 관류 영상(Perfusion, CBF map)을 획득하기 때문에, 영상 왜곡을 최소화합니다.



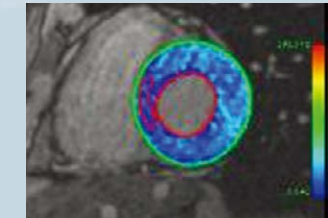
### Visionary MR Knee(슬관절 MR 영상)

관절에 삽입된, 금속 및 인공물에 의한 영향을 최소화시켜 수술 후 추적 검사에 유용하며 연골 상태를 색(Color)으로 나타내고, 정량적인(T2) 값을 획득하여 병변의 조기진단에 도움을 줄 수 있습니다.



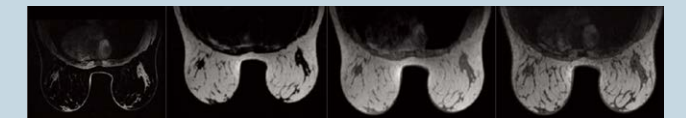
### Visionary MR Cardiovascular(심장 MR 영상)

편안하게 숨쉬면서 검사를 할 수 있으며 선천성 기형이나 동맥, 심장의 심방 심실에 대한 뛰어난 영상을 획득할 수가 있습니다. R2\* Map은 심장조직의 철색소침착증(Hemochromatosis)에 유용합니다.



### FAST Breast MR(유방 MR 영상)

3D로 다양한(Water Only, Fat Only, In-Phase, Out-Phase) 영상을 얻을 수 있는 기법(VIBRANT-FLEX)을 이용하고, 높은 해상도의 균등성(Isotropic) 영상을 얻기 때문에, 영상의 재구성에 용이합니다. 확산 영상(eDW)은 한 번의 검사에 다양한 b-value 값을 입력하여 빠르게 영상을 획득함으로써 기존방법 보다 높은 질의 영상을 제공합니다.



### 검사 시 유의사항

- 검사종류에 따라 검사시간이 보통 약 30분에서 1시간 정도 소요되며 검사가 진행되는 동안 움직임은 안됩니다.
- 오랜 시간 검사하므로 미리 용변을 보는 것이 좋습니다.
- 검사실 안에는 큰 자력이 작용하고 있으므로 자석에 달라붙을 수 있는 금속물질(자성체)을 소지하고 계신지 확인하시고 반드시 제거해야 합니다.

### 검사를 받을 수 없는 경우

- 심박동기(Pace Maker)를 부착하신 분
- 뇌동맥류 클립 수술을 받으신 분
- 인공내이 이식을 받으신 분
- 안구 내 금속성 이물질을 가지고 계신 분
- 신경자극기를 부착하신 분
- 임신부(12주 이내)

● 문의 : 영상의학과 ☎ 032-890-2740~2



# 첫발을 내딛고 배우느라 정신없는 신규간호사를 위한 cheer up 행사

한때 자신도 신규 간호사였다는 사실을 새삼 느낀 김성은 간호사와 행사에 대한 부담은 사라지고 2차 자리의 맥주까지 입에서 달달했다는 이가람 간호사의 생생한 이야기를 담는다.



● 뇌과계집중치료실 A 김성은 간호사

“그랬다. 우리 모두는 한때 신규였었다”

발자국 소리도 들리지 않는다. ‘사사삭.. 사사삭..’ 공허하게 엘리베이터 열리는 소리만 들리고 어느 순간 주변을 둘러 보았을 때에는 이미 50여 명의 인원이 어두운 볼링장을 메운 상태였다. 일명 신세대라고 하는, 생기발랄하다 못해 어디로 튈지 몰라야 오히려 정상일 듯한 20대 초반의 옛날 얼굴을 한 남녀(여자가 훨씬 많은...)가 한 장소에서 이렇게 조용히 있을 수 있다니. 왜 그럴까? 무슨 일이지? 왜 이렇게 경직 상태로 있을까?

‘아하~ 신규구나...’ 그랬다. 이들은 인하대병원 특수간호팀에 근무하는 입사 1년 차부터 2년 차까지의 신규 간호사들이었다. 초등학교, 중학교, 고등학교를 지나 대학교까지 개성 있고 자기주장 강한 신세대로 살던 그들이 병원이란 공간에서 사회인으로서의 첫발을 내딛고 새로운 것을 배우느라 정신이 없는 그 시기. 나 하나의 판단과 행동이 환자의 생명과 직결된다는 사실 전에는 경험해 본적이 없는 긴장 된 시간과 배움의 연속, 꿈속에서조차 V/S(활력 증후)와 CVP(중심정맥압), I/O(섭취량과 배설량) 측정 업무에 쫓기는 그 시기. 병원에서 일하고, 집에 와서는 꿈속에서까지 일하며 가위에 눌리기도 하는 그 시기. 그래서 누가 딱히 뭐라고 하지 않아도 병원과 관계된 공간이나 사람들만 있으면 그냥 주눅이 들고 말이 없어진다.



사진한장  
즐거우

오늘은 그런 신규들을 위해 특수간호팀 고객팀에서 주최한 ‘Cheer up’ 행사가 있는 날이다. 하지만 그네들의 모습은 딱히 cheer up 되지 않은 모습이다. 병원 사람들이 주변에 가득하니 근무의 연속이라고 생각하는 것 같다. 조를 짜고 자리에 앉아서도 쭈뼛거리는 모습으로 가만히 앉아있다. 정적을 깨고 이 가라앉은 분위기를 반전시키려는 고객 팀원과 사회자의 진행이 시작됐다. 갑작스럽게 조장이 된 이들이 어색하게 본인 소개를 한다. 볼링을 경험하지 못했던 초보자들을 위해 볼링장 실장님의 시범에 이어 시작된 경기. ‘어라????’ 아까 그 어두운 모습의 인물들은 어디를 가고 갑자기 생기발랄한 모습의 젊은이들이 전의를 불태우며 경기에 임하고 있다. 비록 이 또랑, 저 또랑으로 공이 굴러가고, 볼링공으로 바닥을 내리찍어도, 발을 헛디더 스텝이 꼬여도 뭐가 그렇게 재미있는지 연신 가르쳐준다. ‘너무 침체된 분위기면 어떡하지’ 라는 운영진의 걱정은 순식간에 사라지고, 오히려 그들과 어울려 열심히 공을 굴린다. 치열한 경기가 끝나고 점수에 따라 상금이 전달된다. 상금을 받은 조장들의 소감 한마디. “2012년 신규 000입니다.” “2011년 신규 △△△입니다. 고맙습니다.” 사회자가 즉흥적으로 말한다. “네, 감사합니다. 2000년 신규 MA 김성은입니다.” 그랬다. 우리 모두는 한때 신규였었다. 어느 순간 신규의 마음을 잊고 처음부터 모든 걸 잘했던 양 그네들을 이해해 주지 못하고 재촉만 하지 않았나 하는 생각이 들었다. Rookie 그룹의 cheer up 행사는 내게 그들을 이해하고 나를 뒤돌아보게 하는 나를 cheer up 하는 시간이었다는 생각을 해본다.





### 외과계집중치료실 A 이가람 간호사 “가뭇 뒤 단비 같은 시간”

특수간호팀 신규간호사 cheer up 행사 소식을 접하게 되었을 때, over time에 over time을 하고 잠자는 시간이 한없이 부족한 나로서 귀찮고 부담스런 행사였을 뿐이었다. 게다가 행사가 있는 10월 26일은 Day 근무였기 때문에 약속시간인 16:30까지 일을 끝마칠 수 있을까 하는 걱정도 있었지만, 선배님들의 도움으로 일을 제시간에 끝마칠 수 있었다. 볼링장에 도착한 나는 처음 보는 신규간호사들과 같은 팀이 되었다. 잘 모르는 사람과 같은 팀을 이루어 게임을 한다는 것이 너무 쑥스럽고 불편했지만, 다른 팀과 대결을 펼치게 되면서 자기도 모르게 승부욕이 발동하여, 나는 우리 팀을 위해 자기도 모르게 큰소리로 응원을 하게 되었다. 우리는 스트라이크를 쳐도 하이파이브를, 볼링공이 도랑에 빠져도 아쉬운 마음에 팀원 모두에게 달려가 하이파이브를 하며 게임에 몰두했다. 마지막에는 너무 아쉬웠는지 게임이 끝났는지도 모르고 볼링핀을 쓰러뜨리는 팀도 발생했다. 결국 우리 팀은 2등이라는 타이틀과 상금을 받게 되었다. 게임 후에 마련된 2차 모임 호프집에서는 게임 전에 가졌던 불편했던 마음은 온데간데없이, 병원이라는 화제를 놓고 끝없는 수다 삼매경에 빠졌다. 평소에는 잘 마시지 못하는 맥주가 그날은 왜 이리 입에 달던지..... 우리는 직업이 같다는 이유로 많은 것을 공감하고 공유하는 시간이었다.

입사할 때는 큰 희망과 자신감으로 의료계에 뛰어들었지만, 현실은 기대에 훨씬 못 미치는 나 자신에게 많은 실망을 느끼며 매일 밤 이불 속에서 울어야만 했다. 이런 상황은 나를 포함한 모든 신규간호사들이 겪어야 할 하나의 과정임을 알지만, 왠지 혼자만의 일인 것 같았는데 이런 상황에 대해 같은 입장인 신규간호사들과 대화를 해보니 나만의 일이 아닌 모든 사람이 겪어야 하는 과정임을 깨닫게 되었고, 나만의 실수가 아님을 느꼈다.

신규간호사 Cheer up 행사? 처음 귀찮았던 마음이 무안할 정도로 참 좋은 경험이었다. 나에게 Cheer up 행사란 오랜 가뭇을 겪고 난 후, 내리는 단비였다.



주님! 감사합니다.  
신약 성경을 필사하여  
김세중 교수님께 드릴 수 있는  
건강 주심 감사합니다.

매일 필사하며 드린 제 기도  
당신께서 들으시고  
오늘도 김세중 교수님께 당신이  
함께 계심을 알게 하셨습니까?  
수술 때 당신이 함께 하여 주소서

당신의 사랑 웃으며 제게 다가와  
저도 당신의 사랑을 웃으며 나누렵니다.  
감사합니다.

( 원진자님 감사글 )



### 나보다 남을 생각하는 마음으로 치료받고, 기도하는 사랑까지

( 글 김세중 교수 / 외과 )

흔히 선진국형 암이라고 하는 유방암, 유방암은 과거 우리나라의 경우 발생률이 낮았으나 생활방식이 서구화되고 영양 및 발육상태가 좋아지면서 점차 증가하는 추세를 보이다 최근에는 우리나라 여성의 암 사망 원인 1위를 차지하고 있다.

유방암은 덩어리가 만져져서 내원하는 경우가 가장 많은데 원진자님도 뭔가 만져져서 내원하여 유방암이 진단되었다. 자가 검진을 시행하고 이상 시 전문의에게 주기적인 검진을 받아 초기에 발견하여 치료해야 예후가 좋기 때문에 유방암 자가 검진은 여성이라면 한 달에 한 번씩 꼭 시행해 봐야 한다.

유방암으로 진단되면 치료방법으로는 수술치료, 항암치료, 방사선치료, 항호르몬치료, 표적치료 등 개개인에게 맞춤 치료를 한다. 이 치료 과정 중에서 가장 힘든 치료는 항암치료라고 할 수 있다.

원진자님은 68세의 나이로 2011년 5월 9일 수술을 받으셨으며 건강하고 젊은 사람들도 받기 힘든 항암 치료를 잘 받고 현재는 항호르몬 치료 중이시다. 항상 나보다는 남을 더 생각하는 마음으로 치료에 임해주신 원진자님께 감사드리며 항상 기도해 주시고 걱정해주시는 환우 분들이 계시기 때문에 수술하는 손길에 하느님의 사랑이 함께하여 합병증 없이 수술을 잘 할 수 있도록 도와주는 것 같다.

인하대병원에서 치료받는 모든 유방암 환우들이 전이 재발없이 완치 하시길 기원한다.



이구동성 칭찬을 한 몸에 받는 비결은 **‘웃는 인사’**

**장성경 간호사 / 입원간호팀 동 17병동**

동 17병동 호흡기내과 병동은 폐렴, 폐암, 폐결핵 등의 호흡기질환 환자분들이 입원하는 병동이다. 이곳에서 환자분들의 쾌유를 늘 밝은 미소로 돕는 간호사가 있다. 동글동글한 귀여운 외모와 미소가 아름다운 장성경 간호사가 바로 칭찬이 끊이지 않는 주인공이다. 볼 때마다 저절로 기분이 좋아지는 미소는 진짜 상을 주고 싶을 정도란다. 공손함은 말할 것도 없이 너~무 친절하 간호사라고 입원한 환자들은 이구동성 칭찬을 한다. 친절비결을 묻는 말에 “항상 웃는 얼굴로 먼저 인사하는 것이 비결이라면 비결일까요?” 공손한 말투로 응대하면 환자분들이 편안함을 느끼는 것 같다고 덧붙인다. 불편하신 몸일 텐데 병상에서도 늘 웃으며 반겨주시고, 오히려 걱정해주는 환자분들에게 많이 감사하다는 장성경 간호사이다.



**조안나 간호사 / 특수간호팀 심혈관계 집중치료실**

조안나 간호사는 심근경색, 협심증, 심부전 등 심장질환을 앓는 환자분들이 계신 심혈관계 집중치료실에서 심전도 모니터링, 심혈관조영술 환자 검사 전후 간호, 심폐소생술 환자의 집중간호를 주 업무로 하고 있다. 각종 검사나 투약 시에 환자분들에게 가능하면 쉽게 설명하려고 노력한다는 조안나 간호사는 적절한 시기에 적절한 지식을 제공해드릴 수 있는 친절하 간호사가 입사 때부터 지녀온 가치관이라며, 이를 위해 더 열심히 공부하고 다양한 임상경험을 쌓아서 인하대병원의 기준이 될 수 있는 간호사가 되도록 노력하겠다고 아무진 포부를 밝힌다. 긍정적인 마음과 건강한 에너지를 전달하는 조안나 간호사가 있어 인하대병원엔 든든하다.



쉽게 설명하는 기준이 되는 **‘간호사가 될래요’**

**임산부의 고지혈증 치료, 하지 않는 것이 원칙!**

Q & A

**Q** 빈혈이 심한 경우, 철분 주사제와 경구용 철분제제를 같이 투여하면 효과가 더 있나요?  
**A** 철분 주사를 맞는 동안 경구용 철분제를 복용하면 철분 중독을 일으킬 수 있으므로 병용은 권장하지 않으며, 주사 맞은 후 최소 4일 후부터 경구용 철분제를 복용할 수 있습니다. 철분은 아무리 많이 투여해도 우리 몸이 필요로 하는 철분의 양만을 흡수하고 나머지는 모두 체외로 배출되며, 소장으로 배설되는 과정에서 철분 중독이나 소장 벽의 점막을 상하게 하는 등 부작용을 일으킬 수 있습니다. 철분주사제는 경구용 철을 복용할 수 없거나 신장투석 환자 등 저장 철이 부족한 경우 사용되므로 빈혈이라 하여 무조건 빈혈 주사를 맞으면 안되며, 반드시 병원에서 빈혈 상태에 대한 정밀 검사를 받은 후 투약 여부를 결정해야 합니다.

**Q** LDL(Low Density Lipoprotein) 콜레스테롤이 높은 임산부에게 고지혈증 치료제를 처방하려고 하는데 임산부가 복용 가능한 약제는 어떤 것이 있는지요?  
**A** 고지혈증 치료제 중 Statin계열의 약물은 태아의 콜레스테롤 생성을 저해하므로 지속적으로 투여 시 태아에게 영향을 미칠 가능성이 있어 임산부 금기에 해당합니다. 보통 고지혈증 치료제의 투여목적은 장기적으로 심장혈관질환을 예방하기 위함으로, 임신 중 약물투여를 중단하더라도 심장혈관질환 발생 위험이 급격히 증가하지 않기 때문에 임신기간 동안 고지혈증은 치료하지 않는 것이 원칙입니다. 만약, 약제의 복용이 반드시 필요한 경우라면 LDL 콜레스테롤 감소 효과가 크고 태아위험도가 비교적 적은 Bile acid resin을 고려할 수 있으며, 이 약은 장내에서 흡수되지 않아 태아에 직접적인 영향을 주지 않을 것으로 기대되나 지용성 비타민의 흡수저해를 초래할 수 있으므로 주의하여 투여합니다. 참고로, 대표적인 고지혈증 치료제의 임산부 복용 시 안전성 자료입니다.

|          | 구분         | 성분명                      | 허가 사항 | 미국FDA | 호주ADEC | KFDA           |
|----------|------------|--------------------------|-------|-------|--------|----------------|
| 고지혈증 치료제 | 콜레스테롤 합성저해 | Atorvastatin 등 statin 계열 | 금지    | X     | C      | 1등급(절대금지)      |
|          | 중성지방 합성억제  | Fenofibrate              | 금지    | C     | B3     | 2등급(질화에 따라 금지) |
|          | LDL수치감소    | Nicotinic acid           | 원칙금지  | C     | B2     |                |
|          | 콜레스테롤 흡수억제 | Cholestyramine           | Δ     | C     | B2     |                |

※ 원칙금지: 원칙적으로 임부에게 투여 금지 / Δ: 임부에게 투여하지 않는 것이 바람직함.  
 Ref) 임부에 대한 의약품 적정사용 정보집 (식약청, 2010)



## 환자의 마음속엔 휴식처럼, 환자 마음의 작은 상처도 치유하는 병원

인천힐링스병원이 서구 석남동에 첫출발을 한 것은 2007년 10월이다. 끊임없는 연구가 지역 주민뿐 아니라 국민 보건 향상에 기여하고자 수차례 미국, 일본, 유럽 등 선진의료 시스템 견학을 하고 그것을 우리에게 맞는 최적의 요건을 갖추기 위해 부단히 노력했다. 5년간의 심사숙고 끝에 중추신경계 특화, 뇌혈관질환(뇌졸중, 외상성 뇌손상, 척수손상) 및 각종 근골격계 질환 등을 갖고 있는 환자의 재활과 빠른 사회복귀를 목표로 두고 오늘도 최선을 다한다.

재활의학과, 내과 진료는 물론 양 한방 협진 진료 시스템을 갖추어 환자들에게 양질의 치료 시스템을 제공하기 위해 1백여 명의 인천힐링스병원 직원 100명이 함께 손발을 맞춘다. 또한, 환자 특성에 맞는 맞춤형 서비스로 재활전문 간호사, 언어치료사, 재활물리치료사, 작업치료사, 사회복지사, 임상영양사 등이 세부적인 재활치료를 시행하고 있고, 신체 기능 회복과 유지를 위하여 질환별 전문 클리닉을 통해 체계적인 재활치료 서비스를 제공하고 있다.

160병상의 입원실을 운영하고 있는 인천힐링스병원은 특히, 재활치료실은 넓은 공간의 규모와 30명의 치료사들이 1대 1로 맞춤형 치료를 시행하고 있으며, 개원 초기부터 특화된 재활병원으로 적극적인 재활을 하고 일어나 걸을 수 있는 환경을 만들기 위해 최신의 동적기립 장비와 보행훈련시스템을 도입하여 환자들의 치료를 위한 노력을 아끼지 않는다. 뿐만 아니라 장기간 입원할 수밖에 없는 특수성과 오랜 간병을 해야 하는 보호자를 고려하여 병원 내의 모든 입원실에는 베드 1개당, 개인 TV 1대씩 배치하는 세심한 배려도 잊지 않았다.

“치료실을 비롯하여 원내 편의시설도 내 집과 같이 편안하고 쾌적함을 느낄 수 있도록 최대한의 공간 배려를 하고 싶었습니다. 저희 입원한 환자의 특성은 또, 보호자 혼자 환자를 동반하고 외출하는 것이 사실상 버겁습니다. 그래서 입원 후 타 병원 진료가 필요할 때는 차량 서비스를 지원하고 있습니다.”

차량 지원까지 생각한 조 호 원장이다. 마음의 작은 상처라도 잊지 않겠다는 따뜻한 마음이 그대로 전달된다. 지난 10월은 개원 5주년을 맞아 직원들과 함께 단합하는 시간을 가졌다. 그리고 인천힐링스병원 조 원장과 직원들은 또 가슴에 새긴다. 내원하는 환자들에게 ‘마음 속 휴식 같은 병원’이 될 수 있도록 이렇게 잡은 손을 놓지 않겠다고 말이다.

● 인천시 서구 석남동 전화 ☎ 032-577-2000

### 인천힐링스병원



넓은 공간의 재활치료실은 30여 명의 치료사가 함께 한다.



마음 속 휴식 같은 병원을 꿈꾸는 조 호 원장

- “치료실을 비롯하여 원내 편의시설도 내 집과 같이 편안하고 쾌적함을 느낄 수 있도록 최대한의 공간 배려를 하고 싶었습니다. 저희 입원한 환자의 특성은 또, 보호자 혼자 환자를 동반하고 외출하는 것이 사실상 버겁습니다. 그래서 입원 후 타 병원 진료가 필요할 때는 차량 서비스를 지원하고 있습니다.”
- 

# NEWS 1112

Inha Univ. Hospital 2012

### 포스코 건설과 함께한

#### 2012년 베트남 의료봉사 성료

인하사회의료봉사단은 11월 3일 ~ 11일까지 베트남 호치민시에서 약 75km 떨어진 동나 이성 연짜공단 인근 3개 마을에서 512명의 인근 주민을 대상으로 내과 및 소아과 진료를 하였다.

인하대병원 의료진과 대학생 봉사단 해피빌

더를 비롯해 베트남 현지 대학생 봉사자 등 약 50여명이 함께한 이번 의료지원단은 혈압, 체온 등 기본측정을 시작으로 진료 및 의약 처방을 진행했으며, 의료지원활동 후 남은 의약품은 현지 보건소에 기증하기도 했다. 인하대병원은 2004년부터 꾸준히 해외의료봉사를 하고 있다.



### 전문의 대상 CS 교육특강 실시



11월 12일 환자를 가장 가까이 접하고, 소통하는 본원 전문의 이상 의료진을 대상으로 CS 교육특강을 실시했다. 세브란스병원 김세규 연구부원장을 모시고 '선진 병원 CS 현장 탐방 및 세브란스 의료진 CS 경험'이라는 주제로 강의를 들었다. 고객을 최우선으로 생각하는 인하대병원은 보다 더 친절하고, 따뜻한 의료서비스를 제공할 수 있도록 노력할 것이다.

### 인하대학교 의료원 - 인천의료원, 도서지역 응급환자 진료업무 협약



인하대학교 의료원과 인천의료원은 11월 9일 도서지역 응급환자 진료시스템 구축 및 활성화를

위한 업무 협약을 체결했다. 이번 협약은 인천지역 내에 있는 도서지역 주민의 심 뇌혈관질환 집중진료 수행 및 발병감시와 예방은 물론 도서지역 의료인 및 환자에 대한 교육 등을 통해 진료기반 확충 및 원격의료지원 시스템을 구축하고, 환자 발생시 정확한 진단과 초기 응급치료를 주민의 사망이나 후유 장애, 재발의 최소화를 목적으로 하고 있다.

### 명성기독교병원과 함께 상호 발전을 위한 업무협약 체결



11월 7일 인하대병원은 아프리카 에티오피아에 있는 '명성 기독교병원'과 업무협약을 체결했다. 이번 협약은 양국 국민의 건강증진과 글로벌 의료시스템의 공동발전에 기여하기 위한 것으로, 향후 긴밀한 진료의뢰 시스템과 협진, 원격 진료, 의료진 연수 등 다각적인 협력을 약속했다.

### 2013년 인천 실내 & 무도 아시아경기대회 공식지정병원 선정

11월 5일 인하대병원은 '2013년 제4회 인천 실내



& 무도 아시아경기대회' 공식지정병원으로 선정되었다. 하얏트 리젠시 인천에서 개최된 이번 협약행사에서는 인하대병원을 비롯한 18개 의료기관이 함께 힘을 모으기로 약속했고, 내년 6월 인천에서 개최될 국제대회 규모의 행사에 의료지원 역할을 하게 된다. 대회기간 중 대회참가자 및 관중들에게 의료서비스를 제공하고 인력 및 의료장비를 지원할 계획이다.

### 국제라이온스협회 인천지구와 사회공헌활동 강화 위한 업무협약 체결



10월 30일 인하대병원은 국제라이온스협회 인천지구와 함께 상호 공동발전과 사회공헌활동 활성화를 위한 업무협약을 체결했다. 본 협약을 바



탕으로 양 기관은 향후 사회공헌활동에 적극 협력할 뿐만 아니라 상호 윈-윈할 수 있는 방안을 마련하여 지역사회 발전에 기여하고자 한다.

**(사)희망인천 천사운동본부와 소아암 어린이 돕기 희망콘서트 성료**



11월 9일 인하대병원 (사)희망인천 천사운동본부와 함께 '제2회 소아암 어린이 돕기 희망콘서트'를 진행하며 소아암 환아와 보호자들을 위로했다. 천사운동본부는 인하대병원 소아암 어린이들에게 사랑의 의료비를 전달하였으며, 투병 중에도 희망과 꿈을 잃지 않도록 용기를 주었다.

**암 환자 따뜻한 겨울나기 - 사랑의 모자 뜨기**



11월 2일 암환자를 위한 사랑의 모자뜨기 행사를 했다. 지난해에 이어 지속적으로 진행되고 있는 '사랑의 모자뜨기' 행사는, 항암제 치료로 머리카락을 잠시 잃은 환우들에게 직원, 환자 본인, 보호자, 지역주민이 함께 참여하여 모자를 만들어 선물하는 의미 있는 이벤트이다. 인하대병원 암 환우분들의 마음을 위로하고 공감하고자 노력하고 있다.

**법무부 및 건강사회운동본부와 '2012 한마음 걷기 축제' 의료지원 실시**

10월 28일 인하대병원은 상암월드컵공원 평화의 광장에서 '2012 한마음 걷기 축제' 행사 의료지



원을 실시했다. 이번 행사는 법무부와 건강사회운동본부 주최로 개최되었으며, 인하대병원 의료봉사단은 다문화가정과 이주노동자 등 대회 참가자들을 대상으로 무료진료 및 건강검진을 실시하였다.

**소아청소년과 및 환경보건센터 - 다문화가족 아동 알레르기 질환 건강지원사업 실시**



10월 19일 인하대병원 소아청소년과와 환경보건센터는 환경부 및 인천광역시청, 그리고 중구 보건소의 후원으로 '다문화가족 알레르기 질환 건강지원사업'을 실시하였다. 인하대병원은 인천시 거주 다문화가족 아동을 대상으로 알레르기 질환 진단검사 및 예방 및 관리교육을 진행했으며, 검사 결과에 따라 진료가 필요한 아동을 대상으로 지속적으로 관리할 예정이다.

**인하대병원 지역약물 감시센터, '제2회 약물유해반응 심포지엄' 개최**

10월 17일 인하대병원 지역약물 감시센터는 인천지역 약물 감시시스템을 점검하고, 향후 발전 방향을 정립하고자 '제2회 약물유해반응 심포지엄'을 개최했다. 이번 심포지엄에서는 한국약학품안전관리원에 대한 소개를 시작으로, '지역 약국에서의 약물유해반응 모니터링 방향, 항암제 및 중추신경계 약물에 의한 약물유해반응 및 관

리' 등을 주제로, 관련 분야 전문가들을 초청하여 최신지견을 나누었고, 인하대병원 지역약물 감시센터의 현황과 발전방향을 논의하였다.

**JCI 재인증 준비능력 향상을 위한 '2012 환자안전 주간행사' 성료**



10월 15일 ~ 18일 전 직원의 환자안전 의식을 높이고, JCI 재인증 준비에 '환자 안전 분야'의 참여를 유도하기 위한 환자안전주간행사를 실시했다. 이번 행사는 아주대병원 적정진료실장 박문성 교수의 환자안전특강을 시작으로 손 씻기 캠페인과 포스터 전시 등 다양한 이벤트로 직원들의 참여를 유도했다. 또 내 외부 고객 대상 병원감염의 중요성을 홍보하며 병원 내 환자안전 의식향상에 기여했다.

**인하대병원 간호부, 1004-DAY '사랑의 봉사활동' 실시**



10월 4일 인하대병원 간호부는 '1004 Day'를 맞이하여 본원 1층 로비와 지하 1층 로비 등에서 사랑의 봉사활동을 실시했다. 사랑과 봉사의 간호사 정신을 실천하고 되새기기 위해 진행된 이날 행사는 내원객을 대상으로 혈압, 당뇨, 체온 측정 등 간단한 건강체크와 더불어 당뇨 교육 및 당뇨 환자 대상 시력측정, 건강상담이 이루어졌다. 그 외에도 차(茶) 서비스, 소아 풍선증정, 간호박사 포토존 사진 촬영 등 재미있고 다채로운 이벤트

로 내원객들에게 웃음을 선물했다.

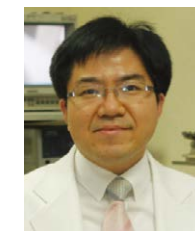
**암 진료 상담실 개소 2주년 기념 음악회 및 건강공개강좌 실시**



9월 27일 암 진료 상담실 개소 2주년을 기념하여 각종 문화공연과 주요 암 관련 건강공개강좌를 실시했다. 풀빛 여성 합창단과 가수 양현경의 문화공연을 시작으로 암 진료 상담실의 소개와 대장암, 유방암, 전립선암 공개강좌와 더불어 암 예방활동 사진전과 암환자 식이 전시 및 식이준비되어, 이날 행사에 참석한 지역 주민들에게 큰 호응을 얻었다. 인하대병원은 암 중심병원으로서 향후 지속적인 지역사회 암 예방사업을 펼칠 예정이다.

**이비인후과 최정석 교수, 대한두경부외과학회 동아학술상 수상**

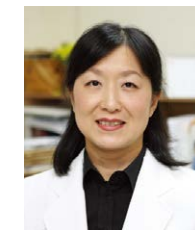
이비인후과 최정석 교수가 11월 17일 '타액선 기



능회복에 관한 신치료 전략 개발연구'라는 주제로 대한두경부외과학회 동아학술상을 수상했다. 동아학술상은 대한두경부외과학회에서

2011년 제정한 학술상으로 두경부외과 분야에서 차세대 우수연구인력 양성을 목표로 제정된 최우수 1인에게 주어지는 상이다.

**신경과 최성혜 교수, 제5회 '치매극복의 날' 보건복지부 장관 표창 수상**



9월 21일 세텍(SETEC)에서 열린 '제5회 치매극복의 날'을 맞아 신경과 최성혜 교수는 치매 극복 유공자로 선정돼 보건복지부 장관상을 수상하였다. 최 교수는 치매와 행동, 기억장애에 대한 진료를 하고 있으며, 연구 및 학술활동으로 그동안 수십 편의 논문을 국내·외에 발표하는 등의 활발한 활동을 하고 있다. 그 외에도 대한치매학회 재무이사를 역임하며 대내외적으로 적극적인 활동을 하고 있으며, 현재 인하대병원 신경과 과장으로, 치매클리

닉을 운영하며 환자들의 치매 예방, 조기 진단 및 치료에 기여하고 있다.

**신경외과 윤승환 교수, '2012 라미 김영수 학술상' 수상 및 브라질 신경외과학회 초청 강연**



9월 15일 신경외과 윤승환 교수가 '2012 라미 김영수 학술상'을 수상했다. 윤승환 교수와 오창현 전임의가 함께 수상한 이번 '2012 라미 김영수 학술상'은 특히, 논문의 내용이 우수하고 독창성이 뛰어나서 인정받아 수상하게 되었다. 논문의 제목은 'Prevalence and Insight of Scoliosis among Korean Male Adolescents by chest Radiography. Korean J Spine 8(3):148-153,2011' 또한 윤승환 교수는 지난 9월 11일 '제29회 브라질 신경외과학회'에 초청받아 'Recent Treatment of Osteoporosis in Spine Surgery Semirigid instrumentation for degenerative lumbar spinal disorders'라는 주제로 강연하였다. 특히 본 학회에는 윤승환 교수가 국내 유일이며, 대한민국의 료진이 초청받은 것도 이번이 처음이다.

**파랑새 소식**

**핑크리본 마라톤 대회 참여**

10월 7일 여의도 공원에서 핑크리본 마라톤 대회가 열렸다. 유방암을 예방하고 조기에 발견하여 유방암 치료율을 향상하기 위한 대국민 계몽을 위한 기념 마라톤 대회가 열렸다. 신민아, 유아인, 고두심이 참석하여 자리를 빛냈다.



**핑크리본 합창 대회 참여**

처음으로 개최된 핑크리본 합창대회가 서울교육문화회관 대극장에서 10월 13일 개최되었다. 전국 20여 개 팀이 참석한 합창대회에 윤학봉 지휘자가 이끄는 파랑새 합창단도 참여하여 '우리들' '우리들의 날'이라는 곡목으로 희망의 메시지를 전하였다. 안타깝게 입상을 하지는 못했지만 어느 팀보다도 예술적이고 단합이 잘 되었다는 평



- 파랑새는 인하대병원 유방암 환우회의 이름입니다.
- ▶문의 여성암센터 ☎ 032-890-2560 ▶홈페이지 www.inha.com >여성암센터
- ▶카페 cafe.daum.net / inhabluebird

을 받았으며 핑크리본 공개강좌에서 축하공연을 하며 환우 및 가족에게 친한 감동을 선사하였다. 앞으로 더욱더 발전하는 파랑새 합창단의 미래가 기대된다.

**핑크리본 공개강좌**

2012년 핑크리본, 유방암 대국민 공개강좌가 10월 16 3층 강당에서 여성암센터 소장이 신 조영업 교수의 주최로 열렸다. 유방암의 진단과 치료, 여성암 환우에게 전하는 메시지라는 주제로 올리는 방송인 오한숙희 교수가 강의를 해주었으며 삶은 열심히 노력하고 도전하는 자의 것이라는 교훈을 얻었다. 누구의 엄마, 아내, 딸, 며느리가 아닌 나만의 인생을 다시 되돌아 볼 수 있는 좋은 강의였다. 또한 유방암 환우를 모델로 그림을 그린 크로키 전시도 볼 수 있어 어느 때보다 알차고 풍성한 행사였다.



- ※다음 행사
- ▶11월 आय회
- ▶12월 파랑새 송년의 밤 장소와 날짜는 추후 공지예정



언론에 비친 인하대병원

# 명칭의

2012. 9. 28



**출연:** 이연지 교수/가정의학과  
프로그램: 인천교통방송 건강  
한 명절나기  
내용: 명절중추군 극복법

2012. 10. 6



**출연:** 임종환 교수/  
직업환경의학과  
프로그램: TV 조선 '강용석의  
두려운 진실'  
내용: 합성착륙의 부작용

2012. 10. 11 ~ 25



**출연:** 정한영 교수/재활의학과  
프로그램: 경인방송 '라디오  
공익캠페인'  
내용: 심뇌혈관질환의 재활

2012. 10. 26 ~ 11. 9



**출연:** 김창환 교수/재활의학과  
프로그램: 경인방송 '라디오  
공익캠페인'  
내용: 심뇌혈관질환의 재활

2012. 11. 10 ~ 11. 24



**출연:** 심유식 교수/신경외과  
프로그램: 경인방송 '라디오  
공익캠페인'  
내용: 뇌혈관질환의  
예방과 치료

2012. 9. 29



**출연:** 백진휘 교수/응급의학과  
프로그램: 인천교통방송  
'미추홀 매거진'  
내용: 명절의 응급의료상황  
대처법

2012. 10. 6



**출연:** 박금수 진료부원장  
프로그램: 메디컬 TV  
'메디컬 뉴스'  
내용: 해외연수의사의  
진료허용여부

2012. 10. 12



**출연:** 임종환 교수/  
직업환경의학과  
프로그램: 채널 A '이영돈PD  
의 먹거리 X파일'  
내용: 가정소식의 유해성

2012. 10. 26 ~ 11. 9



**출연:** 심유식 교수/신경외과  
프로그램: 인천교통방송 '라디  
오 공익캠페인'  
내용: 뇌혈관질환의  
예방과 치료

2012. 11. 10 ~ 11. 24



**출연:** 김창환 교수/재활의학과  
프로그램: 인천교통방송 '라디  
오 공익캠페인'  
내용: 심뇌혈관질환의 재활

2012. 9. 25



**출연:** 김환철 교수/  
직업환경의학과  
프로그램: 채널 A '10시 뉴스'  
내용: 카드론, 수은등이  
인체에 미치는 영향

2012. 10. 1



**출연:** 김영호 교수/재활의학과  
프로그램: CBS '수호천사  
사랑의 달란트'  
내용: 불우환우의 재활치료

2012. 10. 8



**출연:** 문경호 교수/정형외과  
프로그램: MBC '100세 건강  
타이탄스'  
내용: 퇴행성 관절염

2012. 10. 15



**출연:** 박현선 교수/신경외과  
프로그램: MBC '생방송  
오늘아침'  
내용: 나트륨 섭취와 뇌졸중

2012. 10. 29



**출연:** 권준 교수/심장내과  
프로그램: MBN '건강솔루션'  
내용: 심혈관질환의  
예방과 치료

2012. 11. 13



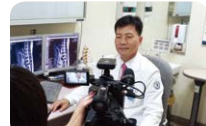
**출연:** 신정현 교수/피부과  
프로그램: 남인천방송 '생활  
정보 리빙유'  
내용: 겨울철 피부질환의  
예방과 관리법

2012. 9. 26 ~ 10. 10



**출연:** 정한영 교수/재활의학과  
프로그램: 인천교통방송  
'라디오 공익캠페인'  
내용: 심뇌혈관질환의 재활

2012. 10. 2



**출연:** 조규정 교수/정형외과  
프로그램: KBS 2TV  
'생생정보통'  
내용: 디스크의 예방과 치료

2012. 10. 9



**출연:** 김현수 교수/  
혈액종양내과  
프로그램: 쿠키TV '토론회'  
내용: 백혈병 환자 치료환경  
개선 제언

2012. 10. 16



**출연:** 권대규 교수/정형외과  
프로그램: MBC '생방송  
오늘아침'  
내용: 맹견에 물린 환자 치료법

2012. 11. 2



**출연:** 정석 교수/소화기내과  
프로그램: KBS 2TV '굿모닝  
대한민국'  
내용: 담석증의 예방과 치료

2012. 9. 26 ~ 10. 10



**출연:** 우성일 교수/심장내과  
프로그램: 경인방송 '라디오  
공익캠페인'  
내용: 심혈관질환의  
예방과 치료

2012. 10. 6



**출연:** 류정선 교수/폐암센터  
프로그램: KBS 1TV '생로  
병사의 비밀'  
내용: 폐암과 흡연과의  
인과관계

2012. 10. 11 ~ 25



**출연:** 우성일 교수/심장내과  
프로그램: 인천교통방송 '라디  
오 공익캠페인'  
내용: 심혈관질환의  
예방과 치료

2012. 10. 20



**출연:** 허윤석 교수/외과  
이연지 교수/가정의학과  
프로그램: KBS 1TV '생로병사  
의 비밀'  
내용: 초고도비만의  
관리와 치료

2012. 11. 3



**출연:** 이연지 교수/가정의학과  
프로그램: KBS 1TV '생로병사  
의 비밀'  
내용: 당뇨 섭취의 위험성

Smart Choice  
Best Care

건강교실 안내

| 건강교실명               | 내 용  | 개최일시                           | 개최장소         | 문의전화                         |
|---------------------|--|--------------------------------|--------------|------------------------------|
| 항암제를 맞는 환자 및 보호자 교육 | 항암 화학요법이란 무엇인가?<br>항암 화학요법의 부작용과 대처방안<br>항암 화학요법을 받는 환자의 식사요법                        | 매주 1회<br>(교육 신청시 안내)           | 3층 암센터       | 암센터<br>(032)890-2580         |
| 유방암 환자 교육           | 유방암 환자의 식이<br>유방암 수술 후 관리 및 임파부종 관리<br>유방전문의와의 상담 및 환우들과의 대화<br>- 유방암 환우 및 가족(유선 신청) | 12/13(목), 1/9(수)<br>오후 2시 ~ 4시 | 3층<br>1 세미나실 | 여성암센터<br>(032)890-2560       |
| 대장암 환자 교육           | 대장암의 이해<br>대장암 환자의 영양<br>- 교육을 원하는 경우 사전 신청 바랍니다.                                    | 매월 넷째주<br>화요일 오후 1시 30분        | 3층<br>2 세미나실 | 암진료상담실<br>(032)890-3600,3638 |

공개강좌 안내

| 강좌 일정                    | 제목            | 강사          | 장소 및 문의                    |
|--------------------------|---------------|-------------|----------------------------|
| 2012. 11. 27(화) - 오후 2시  | 심장병의 모든 것     | 심장내과 우성일 교수 | 부평구 청천보건지소<br>032-509-8950 |
| 2012. 12. 04(화) - 오후 2시  | 뇌졸중 바로알고 예방하기 | 신경과 박희권 교수  |                            |
| 2012. 12. 03(월) - 오후 3시  | 중년여성의 부인과 질환  | 산부인과 송은섭 교수 | 신세계아카데미<br>032-430-1501    |
| 2012. 12. 17(월) - 오후 3시  | 유방암의 진단과 치료   | 외과 조영업 교수   |                            |
| 2012. 12. 18(화) - 오전 11시 | 피부미용과 노화관리    | 피부과 변지원 전임의 |                            |
| 2013. 01. 15(화) - 오전 11시 | 임산부의 피부관리     | 피부과 변지원 전임의 |                            |

●문의 : 교육수련부 ☎ 032-890-2641

전시회 안내

| 전시 일정                       | 제목           | 참여 단체 / 작가 | 장소     |
|-----------------------------|--------------|------------|--------|
| 2012. 11. 24 ~ 2012. 12. 08 | 오현주, 한복순 개인전 | 오현주, 한복순   | 2층 갤러리 |
| 2012. 12. 08 ~ 2012. 12. 22 | 조은정 개인전      | 조은정        |        |
| 2012. 12. 22 ~ 2013. 01. 05 | 오진 개인전       | 오진         |        |

●문의 : 홍보팀 ☎ 032-890-2608 ●일정은 참여단체 또는 병원사정으로 변경될 수 있습니다

문화행사 안내

| 행사 일정                             | 제목            | 참여 작가 / 연주자 | 장소       |
|-----------------------------------|---------------|-------------|----------|
| 2012. 12. 07(금) 15시               | 토요타 자선 콘서트    | 가수 김현철      | 병원 1층 로비 |
| 2012. 12. 10(월) ~ 2012. 12. 12(수) | 무료 가훈쓰기       | 서예가 양능 전병문  |          |
| 2012. 12. 20(목) 13시               | 폴립스 폴루트 성탄 공연 | 폴립스 폴루트 앙상블 |          |

●문의 : 홍보팀 ☎ 032-890-2603 ●일정은 참여단체 또는 병원사정으로 변경될 수 있습니다

병원  
돌보기

■11월부터 전체 진료과 토요일 진료합니다!!

평일에 시간 내기 어려운 분들에게 반가운 소식입니다.  
인하대병원은 11월부터 토요일 전체 진료과의 오전 진료를 시작합니다.  
평일과 다름없이 교수진 진료가 있어, 전문진료가 가능합니다.  
▶ 진료시간: 토요일 08:30~12:00  
▶ 문의: 1600-8114번 또는 각 진료과

■가정에서도 병원에서도 같은 간호서비스를 받을 수 있습니다!!

인하대병원 가정간호사업실이 개소하였습니다.  
만성질환자, 조기퇴원환자, 특수간호가 필요한 환자분 등 담당의사가 가정간호가 필요하다고 판단되는 환자분들은 가정전문간호사로부터 병원에서도 같은 간호서

비스를 받을 수 있습니다.  
▶ 신청: 각 외래진료과 또는 입원병동  
▶ 문의: 가정간호사업실 032-890-3590

■토요일에도 대장진사를 받으실 수 있습니다!!

인하대병원 건강증진센터에서는 주말을 이용하여 검진을 원하시는 고객 분들을 위  
하여 토요일에도 건강검진과 대장내시경 검사를  
진행하고 있습니다.  
▶ 문의: 건강증진센터 032-890-3331  
▶ 월~금 07:30~17:30 / 토요일 07:30~12:00





# 인하대병원 진료안내

2012. 12. 1 현재

- 대표전화 1600-8114(전국)
- 외래진료예약 (032)890-2000
- 사이버나이프센터 (032)890-3076
- 종합검진센터 (032)890-3331
- 종합검진플러스센터 (032)890-3300
- 암진료상담실 (032)890-3600

• **청색** : 클리닉과 일반진료 병행 • **(청색)** : 클리닉만 진료

| 진료과                             | 교수명 | 선택진료             | 세부전공분야                       | 진료요일       |               | 비고                | 진료과                 | 교수명                          | 선택진료          | 세부전공분야                      | 진료요일          |                  | 비고                   |                 |
|---------------------------------|-----|------------------|------------------------------|------------|---------------|-------------------|---------------------|------------------------------|---------------|-----------------------------|---------------|------------------|----------------------|-----------------|
|                                 |     |                  |                              | 오전         | 오후            |                   |                     |                              |               |                             | 오전            | 오후               |                      |                 |
| 심장내과<br>(☎2200)                 | 박근수 | *                | 관동맥질환, 고혈압, 심방질환             | 월          | 목             | 심장혈관센터            | 신장센터<br>(☎ 2533)    | 김문재                          | *             | 혈액투석진료, 복막투석, 신장이식진료        | 월, 화, 수, 목, 금 | 월, 화, 수, 목, 금    | 클리닉과 병행              |                 |
|                                 | 권 준 | *                | 관동맥질환, 심장판막질환, 심근증           | 수, 금       | 월, 화          | (☎2440~1)         |                     | 이승우                          | *             | 혈액투석진료                      | 월, 화, 수, 목, 금 | 월, 화, 수, 목, 금    |                      |                 |
|                                 | 김대혁 | *                | 부정맥, 실신, 심박동기, 관동맥질환         | 월, 수, 목    | 수             |                   |                     | 송준호                          | *             | 혈액투석진료                      | 월, 화, 수, 목, 금 | 월, 화, 수, 목, 금    |                      |                 |
|                                 | 우성일 | *                | 관동맥질환, 심혈관중재술, 고혈압           | 화, 금       | 월, 수          |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 | 신성희 | *                | 심부전, 고혈압, 심장판막질환             | 화, 목       | 목, 금          |                   |                     | 신장이식클리닉                      | 김문재           | *                           |               | 수                |                      |                 |
|                                 | 김수한 | *                | 관동맥질환, 고혈압, 심부전              |            | 화, 금          |                   |                     | 복막투석클리닉<br>(☎2535)           | 김문재           | *                           | 혈액투석, 복막투석진료  | 수                |                      |                 |
|                                 | 일 반 |                  | 관동맥질환, 고혈압, 심부전              |            | 수             |                   |                     | 이승우                          | *             | 혈액투석, 복막투석진료                |               | 목                | 오후진료: 13:00~15:30    |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     | 송준호                          | *             | 혈액투석, 복막투석진료                | 화             |                  | 오전진료: 10:30~12:00    |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     | 일 반                          |               |                             | 월, 화, 수, 목, 금 | 월, 화, 수, 목, 금    |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
| 소화기내과<br>(☎2224)                | 김영수 | *                | 간암클리닉, 간질환, 위내시경             | 월, 화, 목, 금 |               | 서비스진료             | 혈액종양내과<br>(☎2219)   | 김철수                          | *             | 혈액학, 종양학                    | 월, 수          | 월, 수             | ■폐암센터                |                 |
|                                 | 신용운 | *                | 위암, 대장암, 위·대장질환              | 월, 수, 목    | 목             | 08:30~09:30       |                     | 이문희                          | *             | 해외연수(2012, 5~)              | 월, 수          | 월, 수             |                      |                 |
|                                 | 김형길 | *                | 위암, 대장암, 소화기질환, 대장질환         | 수, 금       | 월             | 내시경센터             |                     | 이현규                          | *             | 혈액학, 종양학                    | (월), 화, 목     | 수, 목             |                      |                 |
|                                 | 이동행 | *                | 담도, 췌장질환, 위·대장내시경            | 화, 목       | 화             | (☎2540~1)         |                     | 임주한                          | *             | 종양학, 혈액학                    | 월, 목, 금       | 화                | 진차확인                 |                 |
|                                 | 권계숙 | *                | 위암, 대장암, 소화기질환, 변비클리닉        | 수, 금       | 화             |                   |                     | 박영훈                          | *             |                             | 수             | 월, 목, 금          |                      |                 |
|                                 | 이진우 | *                | 간암클리닉, 간염, 간경변               | 월, 목       | 월, 목          |                   |                     | 김철수                          | *             | 혈액종양, 골수이식                  | 화, 목          |                  |                      |                 |
|                                 | 정 석 | *                | 담도암, 췌장암, 담석증, 담도·췌장질환, 위내시경 | 월, 금       | 화             |                   |                     | 이문희                          | *             | 해외연수(2012, 5~)              |               |                  |                      |                 |
|                                 | 이정일 | *                | 간암클리닉, 간질환, 간염, 간경변          | 화, 수       | 수, 금          |                   |                     | 김철수                          | *             | 혈액종양, 골수이식                  | 화, 목          |                  |                      |                 |
|                                 | 방병욱 | *                | 위암, 대장암, 소화기질환, 대장질환         | 화          | 수, 금          |                   |                     | 이문희                          | *             | 해외연수(2012, 5~)              |               |                  |                      |                 |
|                                 | 진영주 | *                | 지방간, 간염, 간암, 소화기질환, 담도·췌장질환  |            | 화             |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
| 김상구                             | *   | 간, 소화관, 담도, 췌장질환 |                              | 월          |               | 김영민               | *                   | 감염성질환, 병원감염, 발열질환            | 화, 수, 목       | 월                           |               |                  |                      |                 |
| 일 반                             |     |                  |                              |            |               | 백지현               | *                   | 감염성질환, 병원감염, 발열질환            | 월, 금          | 수                           |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
| 호흡기내과<br>(☎2219)                | 이홍렬 | *                | 호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양            | 화, 목, (금)  | 월, 수(2,4), 금  | ■폐암센터             | 류마티스센터<br>(☎2210~1) | 박 원                          | *             | 관절염, 골다공증, 루프스              | 화, 수, 목       | 월                |                      |                 |
|                                 | 곽승민 | *                | 호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양            | 월, 화, 수, 금 | 수, 목(1,3주)    | ( ): 주별진료         |                     | 권성열                          | *             | 관절염, 혈관염, 베체트, 레이노          | 월, 목, 금       | 화, 목             |                      |                 |
|                                 | 류정신 | *                | 호흡기질환, 폐종양, 만성폐질환            | 월, 화, 목, 금 | (월), 화, 목     |                   |                     | 임미진                          | *             | 관절염, 척추염, 통풍                | 월, 목, 금       | 월, 수             |                      |                 |
|                                 | 조재화 | *                | 호흡기질환, 만성폐질환, 집중진료의학         | 수, 목       | 월, 화, 수, 목, 금 |                   |                     | 정경희                          | *             | 관절염, 강직성척추염, 통풍             | 월, 화, 수       | 화, 목             |                      |                 |
|                                 | 남해성 | *                | 호흡기질환, 폐종양, 만성폐질환            | 수, 금       | (화), (금)      |                   |                     | 주고은                          | *             | 관절염, 통풍, 소그렌중후군             | 화, 수          | 월, 금             |                      |                 |
| 일 반                             |     |                  |                              |            |               | 일 반               |                     |                              | 수, 금          | 수, 금                        |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
| 폐암 내과<br>센터<br>(☎3890)          | 이홍렬 | *                | 폐종양                          | 금          |               |                   | 알레르기내과<br>(☎2216)   | 김철우                          | *             | 천식, 만성기침, 두드러기 및 알레르기질환     | 월, 목          | 화, 목             |                      |                 |
|                                 | 곽승민 | *                | 폐종양                          | 수          |               |                   |                     | 일 반                          |               |                             | 수             |                  |                      |                 |
|                                 | 류정신 | *                | 폐종양                          | 화, 목       | 월             |                   |                     | 임상약리학<br>(☎1124)             | 남문석           | *                           | 임상약리/약동분석     | 월                | 화                    | 정석빌딩 1층         |
|                                 | 조재화 | *                | 폐종양                          | 수          | 수             |                   |                     | 김철우                          | *             | 임상약리/약동분석                   | 수, 금          | 화                | 임상시험센터내              |                 |
|                                 | 이현규 | *                | 폐종양                          | 월          | 목             |                   |                     | 일 반                          |               | 전체적인 내과진료                   | 월, 화, 수, 목, 금 | 월, 화, 수, 목, 금    |                      |                 |
|                                 | 남해성 | *                | 폐종양                          | 화, 금       | 수             |                   |                     | 외 과<br>(☎2250)               | 김경래           | *                           | 소화기외과, 대장항문질환 | 월, 수             | 월                    |                 |
|                                 | 김정택 | *                | 폐종양                          | 월          | 목             |                   |                     |                              | 신석환           | *                           | 소화기외과, 위암     | 월, 목             | 월, 목                 |                 |
|                                 | 윤용한 | *                | 폐종양                          | 수, 금       | 수, 금          |                   |                     |                              | 홍기천           | *                           | 혈관이식외과        | 화                | 월, 목                 |                 |
|                                 | 김영삼 | *                | 폐종양                          | 수          | 수, 금          |                   |                     |                              | 안승익           | *                           | 간담도외과, 이식외과   | 화, 목             | 화                    |                 |
|                                 | 최혜진 | *                | 불안장애                         | 화          | 화             |                   |                     |                              | 조영업           | *                           | 유방, 내분비외과     | (월), 화, 목, 금 (목) | (월), 수, 목, 금 (월)     | ■여성암센터<br>△비만센터 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 김세중               | *                   | 유방, 내분비외과                    | (수), (금), (월) | (월), (금)                    |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 이건영               | *                   | 간담도외과, 이식외과                  | 수             | 금                           |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 허윤석               | *                   | 소화기외과, 위                     | (화), (수)      | 화, 목                        |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 최성민               | *                   | 소화기외과, 대장항문질환                | 화, 목          | 금                           |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 최원미               | *                   | 소아외과                         | (수), (금)      | 월, 수                        |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 신우영               | *                   | 간담도외과, 이식외과                  | 월             | 목                           |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 이정범               | *                   | 소화기외과, 대장항문질환                | 금             | 월                           |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 박지연               | *                   | 혈관내치료                        | 수, 금          | 수, 금                        |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 일 반               |                     |                              | 월, 화, 수, 목    | 화, 목                        |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
| 비만 내분비내과<br>센터<br>(☎3360, 2215) | 김용성 | *                | 당뇨비만(성인)                     |            | 수             |                   | 흉부외과<br>(☎2280)     | 백완기                          | *             | 심장질환, 혈관질환                  | 금             | 화                | ■폐암센터                |                 |
|                                 | 김소현 | *                | 성인비만, 대사증후군, 2형당뇨병           |            | 수             |                   |                     | 김정택                          | *             | 심장, 혈관, 정맥류, 폐질환            | 월, 목, 금       | 월                |                      |                 |
|                                 | 박지현 | *                | 여성비만, 산후비만                   |            | 월             |                   |                     | 윤용한                          | *             | 폐, 종격동, 식도, 기흉, 다한증, 흉곽기형   | 화             | 목, 금             |                      |                 |
|                                 | 허윤석 | *                | BMI 30 이상 고도비만환자             | 화          | 수             |                   |                     | 김영삼                          | *             | 폐, 식도질환, 다한증, 흉곽기형          | 수, 목          | 수, 금             |                      |                 |
|                                 | 최원미 | *                | BMI 30 이상 고도비만환자             | 수          | 수             |                   |                     | 일 반                          |               | 혈액수, 목, 금                   | 월, 화, 수, 목, 금 |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     | 박종은                          | *             | 척추, 척수, 디스크질환               | 화, 목          | 월, 목             |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     | 박형천                          | *             | 척추, 척수, 디스크질환               | 월, 수          | 수                |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     | 김은영                          | *             | 뇌신경외과, 뇌종양, 안면경련, 3차신경통, 소아 | 월, 수, 목       | 월, 목, 수          | ◆뇌종양, 안면경련증, 삼차신경클리닉 |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     | 박현선                          | *             | 뇌동맥류, 경동맥질환, 모야모야병, 뇌혈관기형   | 월, 화, 수, 목    | 목, 금             |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     | 현동근                          | *             | 뇌신경외과, 뇌혈관질환                | 수             | 월, 수             |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 윤승환               | *                   | 척추, 척수, 디스크질환, 사이버네틱스, 척추추간증 | 금             | 화, 금, 수                     |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 심우식               | *                   | 머리외상, 두통, 뇌혈관질환              | 금             | 화, 금                        |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               | 송준호               | *                   |                              | 화             | 목                           |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
| 신장내과<br>(☎ 2229)                | 김문재 | *                | 신장질환, 고혈압                    | 월, 목       | 화             | 혈액투석진료            |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 | 이승우 | *                | 신장질환, 당뇨병성신증                 | 화, 금       | 월, 수, 목       | 오후진료: 15:30~16:30 |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 | 송준호 | *                | 신장질환, 당뇨병성신증                 | 화, 수       | 월, 목, 금       | 오전진료: 08:30~10:30 |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |
|                                 |     |                  |                              |            |               |                   |                     |                              |               |                             |               |                  |                      |                 |

INHA Univ. Hospital

전체 진료과 토요일 오전진료 합니다.  
각 진료과로 문의해 주시기 바랍니다.  
(각과의 사정에 따라 진료시간이 변경될 수 있습니다.)

• **청색** : 클리닉과 일반진료 병행 • **(청색)** : 클리닉만 진료

| 진료과             | 교수명                             | 선택진료                             | 세부전공분야                              | 진료요일          |               | 비고                         | 진료과                        | 교수명                | 선택진료                          | 세부전공분야                    | 진료요일                     |              | 비고            |  |
|-----------------|---------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|---------------|---------------|----------------------------|----------------------------|--------------------|-------------------------------|---------------------------|--------------------------|--------------|---------------|--|
|                 |                                 |                                  |                                     | 오전            | 오후            |                            |                            |                    |                               |                           | 오전                       | 오후           |               |  |
| 정형외과<br>(☎2380) | 박승림                             | *                                | 척추질환, 디스크, 척추축만증, 골다공증              | 수             |               |                            | 이비인후과<br>(☎2420)           | 장태영                | *                             | 수면무호흡, 비파, 코성형, 알레르기      | 수, 목                     | 월            | 코성형·수요일       |  |
|                 | 문경호                             | *                                | 인공관절성형술, 고관절, 슬관절, 골다공증, 관절염        | 화, 목          | 화             | 김영모                        |                            | *                  | 두경부종양(목), 음성언어(편도·X)          | 월, 화, 목                   |                          |              |               |  |
|                 | 김영구                             | *                                | 슬관절인공관절(스프링), 전관절(스프링), 관절염         | 월, 수          | 수             | 김규성                        |                            | *                  | 어지럼, 난청, 인공와우이식, 중이염, 편도      | 월, 수                      | 수(△)                     | △어지럼증클리닉     |               |  |
|                 | 강준소                             | *                                | 슬관절인공관절(체술, 고관절, 전관절, 정형, 골다공증)     | 월, 수          | 월             | 최호석                        |                            | *                  | 중이염, 난청, 보청기, 인공와우, 편도        | 화                         | 수, 목                     |              |               |  |
|                 | 김려석                             | *                                | 연구년: 12, 8, 1~13, 1, 31             |               |               | 임재열                        |                            | *                  | 두경부종양, 갑상선, 음성장애, 편도          |                           | 화, 수, 목                  |              |               |  |
|                 | 조규정                             | *                                | 척추질환, 디스크, 척추축만증, 골다공증              | 월, 금          | 수             | 김영호                        |                            | *                  | 소아비인후과, 편도, 수면무호흡, 비파         | 금                         | 월, 금                     |              |               |  |
|                 | 이동주                             | *                                | 상지, 수부, 종양, 관절염                     | 목, 금          | 화             | 최정석                        |                            | *                  | 두경부, 소아비인후과, 편도, 수면무호흡, 턱관절   | 목                         | 화, 목                     |              |               |  |
|                 | 권대규                             | *                                | 소아정형, 뇌성마비, 종양, 외상                  | 화             | 월, 목          | 일 반                        |                            |                    |                               | 월, 수, 금, 토                | 월, 화, 수, 금               |              |               |  |
|                 | 김범수                             | *                                | 족부, 족관절, 외상                         | 수             | 수, 금          |                            |                            | 정신건강의학과<br>(☎3880) | 강민희                           | *                         | 정신분열증, 우울증, 알콜중독, 노인정신장애 | 수, 금         | 월, 화          |  |
|                 | 슬관절인공관절(스프링), 전관절(스프링), 관절염, 외상 |                                  |                                     |               |               | 김철웅                        |                            |                    | *                             | 난치성 정신분열, 외상성장애, 불면증, 조장병 | 월, 목                     | 수, 목         | 조양병원(조양병원)클리닉 |  |
| 황 건             | *                               | 알코올성 및 골절, 흉터성형술                 | 화, 목                                | 화, 목          | 이정성           | *                          | 소아정신장애(ADHD, 학습·주의력·언어·장애) |                    | 월                             | 화, 목, 금                   | 현정클리닉(신촌)클리닉             |              |               |  |
| 기세휘             | *                               | 미세수술, 수유외과수술, 하지재건술, 손목재건술, 미용수술 | 수, 금                                | 금             | 배재남           | *                          | 노년기 우울증, 기억장애, 치매, 노년기정신장애 |                    | 화, 수, 목                       | 월, (목)                    | ▲치매조기검진클리닉               |              |               |  |
| 김연수             | *                               | 유방재건, 유방성형, 미용수술, 미세수술, 피부부위이식   | 월                                   | (월), 수        | 최혜진           | *                          | 소아정신장애, 성인정신과              |                    | 월, 화, 수, 금                    | 월, 화, 수, 금                | 마더사랑센터(배재)센터             |              |               |  |
| 일 반             |                                 |                                  | 월, 화, 수, 목, 금                       | 월, 화, 수, 목, 금 | 일 반           |                            |                            |                    | 월, 화, 수, 목, 금                 | 화, (목)                    | 노인치매클리닉                  |              |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               |                            |                            |                    |                               |                           |                          |              |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               |                            |                            |                    |                               |                           |                          |              |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               |                            |                            |                    |                               |                           |                          |              |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               |                            |                            |                    |                               |                           |                          |              |               |  |
| 성형외과<br>(☎3870) | 황 건                             | *                                | 알코올성 및 골절, 흉터성형술                    | 화, 목          | 화, 목          |                            | 신경과<br>(☎3860)             | 하준건                | *                             | 운동장애, 퇴행성질환, 뇌졸중          | 화, 수                     | (수), 목       | 조양병원(조양병원)클리닉 |  |
|                 | 기세휘                             | *                                | 미세수술, 수유외과수술, 하지재건술, 손목재건술, 미용수술    | 수, 금          | 금             | 나정호                        |                            | *                  | 연구년: 12, 9, 1~13, 2, 28       | 월 (수), 금                  | 수                        | ◆기억, 언어장애클리닉 |               |  |
|                 | 김연수                             | *                                | 유방재건, 유방성형, 미용수술, 피부부위이식            | 월             | (월), 수        | 최혜진                        |                            | *                  | 치매, 기억장애, 뇌졸중                 | 월 (수), 금                  | 수                        | ■뇌졸중클리닉      |               |  |
|                 | 일 반                             |                                  |                                     | 월, 화, 수, 목, 금 | 월, 화, 수, 목, 금 | 박희권                        |                            | *                  | 뇌졸중, 말초신경, 두통, 어지러움증, 뇌졸중     | 월, 수, 금                   | 금                        | ◆기억, 언어장애클리닉 |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               | 배은기                        |                            | *                  | 뇌졸중(간질), 수면장애, 두통, 어지러움증, 뇌졸중 | 목                         | 월, 화, 목, 금               | ★수면클리닉       |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               | 윤영남                        |                            | *                  | 말초신경, 대발성경증, 신경근육질환, 척추질환     | (금)                       | 화, 수                     | ■신경근질환클리닉    |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               | 수술중재시 두통, 어지러움증, 신경통증, 뇌졸중 |                            |                    |                               |                           |                          | 만5세 이상 진료가능  |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               | 일 반                        |                            |                    |                               | 화                         | 월, 목                     |              |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               |                            |                            |                    |                               |                           |                          |              |               |  |
|                 |                                 |                                  |                                     |               |               |                            |                            |                    |                               |                           |                          |              |               |  |
| 피부과<br>(☎2230)  | 최광성                             | *                                | 모발, 모발이식, 조각질환                      | 월, 화, 목, 금    |               |                            | 재활의학과<br>(☎2480)           | 정한영                | *                             | 뇌졸중중증, 소아발달장애, 장애평가, 뇌성마비 | 월, (금)                   | 수            | #뇌성마비클리닉      |  |
|                 | 최광성                             | *                                | 모발, 모발이식, 조각질환                      | 월, 화, 목, 금    |               | 김창환                        |                            | *                  | 근골격계중증요통, 오십견, 말초신경병변         | 화, 수                      | (수), 목                   | ■흉곽신경, 경골클리닉 |               |  |
|                 | 변지연                             | *                                | 피부질환, 피부암, 피부외과, 피부과, 피부과, 피부과, 피부과 | 월, 화, 목, 금    | 월, 화, 목, 금    | 김영모                        |                            | *                  | 척수손상, 언어장애, 발동증, 의지보조기        | 목                         | 월, 화, 목, 금               | ■언어장애        |               |  |
|                 | 일 반                             |                                  |                                     | 월, 화, 수, 목, 금 | 월, 화, 수, 목, 금 | 일 반                        |                            |                    | 일반재활</                        |                           |                          |              |               |  |







# 인하대병원의

# 특별한 '내일' 을 만드는 가치기부

## 인하대병원 신관건립사업 - 국내 선도 특성화 센터

인하대병원 신관 건립사업은 초일류 의료기관의 표본을 제시하는 최첨단 병원으로 건립하고자 하며, 국내 Top 7 의료기관으로 도약하기 위한 준비 과정인 동시에 더 나아가 인천을 넘어 세계로 향하는 글로벌 의료기관을 목표로 추진해 나갈 예정입니다.

신관은 중증·고령질환 전문병원 컨셉을 기반으로 국내 최고수준의 특성화 전문센터를 운영할 예정이며, 특성화 전문센터에는 암센터, 심장·뇌·혈관센터, 류마티즘·관절센터 등을 배치하고, 최첨단 장비 도입 및 친환경 건축을 통하여 치유적 환경을 구현할 예정입니다.



### 시설개요

- 대지면적 : 약 5,467평
- 건축면적 : 약 2,000평
- 건물면적 : 약 26,000평
- 건축규모 : 지상 15층 지하4층
- 병상규모 : 약 600병상
- 준공예정 : 2016년 예정

### ☘ 여러분의 참여를 기다립니다.

- \* 인하대병원을 사랑하고, 발전을 원하는 여러분 모두가 후원자가 되어 주십시오.
- \* 개인, 단체 및 법인 명의로 참여하실 수 있습니다.
- \* 발전기금으로 기부한 금액은 세제감면을 받을 수 있는 영수증을 보내드립니다.
- \* 후원자께 정성을 다해 예우하겠습니다.

### ◆ 후원방법

- ① 약정서 작성 : 방문, 온라인, 전화, 팩스, 이메일 등으로 연락주시고 참여하실 수 있습니다.
- ② 납부방법 : 일시납 혹은 분할 납부 하실 수 있습니다.
- ▶ 온라인입금 : 하나은행 748-910002-39804 (예금주: 인하대병원)
- ▶ 자동이체(CMS) : 은행에 방문하지 않고, 본인의 지정계좌에서 매달 일정 금액이 자동으로 이체되는 서비스입니다(정기출금일: 15일, 25일).
- ▶ 급여공제(교직원에 한함) : 매월 급여에서 일정금액을 분할 납부 하실 수 있습니다.
- ▶ 방문납부 : 인하대병원 지하2층 행정지원실 내 발전기금팀
- ▶ 문의사항 : 궁금하신 내용은 발전기금사무국으로 전화를 주시면 친절히 안내해 드리겠습니다.

TEL : 032)890-3390/3391 FAX : 032)890-3000 e-mail : inhadl@inha.com

**인하대학교의료원 발전기금사무국**