

좋은삼선병원 건강증진센터 확장이전
종합건강검진 | 국가건강검진 | 특수건강검진 내원&출장



좋은삼선병원 건강증진센터는!

-  풍부한 경험과
실력있는 의료진
 -  평생 건강관리
서비스 제공
 -  쾌적한
건강검진 공간
 -  최첨단
의료장비
 -  다양한
프로그램
 -  부산 최고 시설의
내시경센터 운영

건강한 사람, 건강한 삶, 건강한 미래
조기진단은 당신의 건강을 지켜드립니다.

대표전화 ARS (051)922-5800



Pride of Hospital 앞선의학, 좋은병원 www.goodhospital.or.kr



좋은 병원들
GOOD HOSPITALS



좋은영원들

앞선의학, 좋은병원 *Pride of Hospital*
2020 Spring Vol.56



Pride of Hospital 앞선의학, 좋은병원 www.goodhospital.or.kr



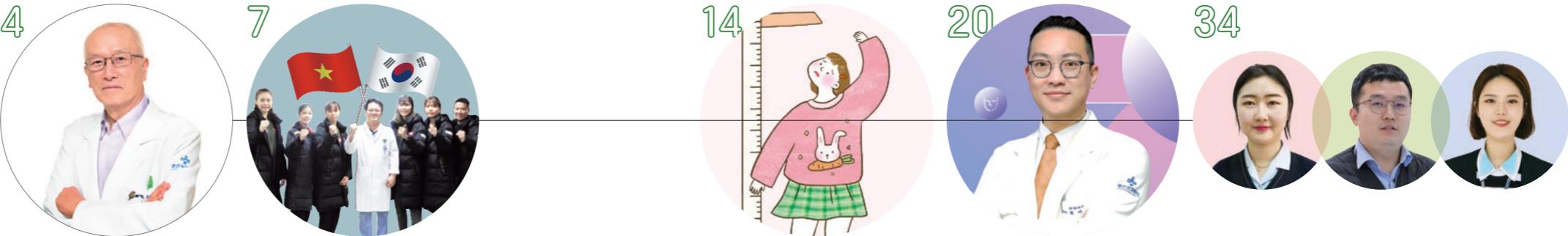
좋은병원들

Pride of Hospital 앞선의학, 좋은병원 www.goodhospital.or.kr
좋은문화병원 | 부산 (051)644-2002 좋은삼선병원 | 부산 (051)322-0909
좋은삼정병원 | 울산 (052)220-7500 좋은선린병원 | 포항 (054)245-5000
좋은연인요양병원 | 밀양 (055)350-9988 좋은리부뇨요양병원 | 부산 (051)995-0909
좋은주례요양병원 | 부산 (051)325-0300 좋은선린요양병원 | 포항 (054)245-6000

좋은 강안병원 | 부산 (051)625-0900
좋은애인요양병원 | 부산 (051)520-7700
좋은부산요양병원 | 부산 (051)326-0900

좋은병원들

CONTENTS



발행일 2020. 4. 1
 발행인 구정회(은성의료재단 이사장)
 편집장 좋은문화병원 내분비내과 안준협
 발행처 좋은문화병원, 좋은삼선병원, 좋은강안병원
 좋은삼정병원, 좋은선린병원
 좋은애인요양병원 병원장 임승균
 좋은애인요양병원, 좋은연인요양병원
 좋은리버뷰요양병원, 좋은부산요양병원
 좋은주례요양병원, 좋은선린요양병원

홈페이지 www.goodhospital.or.kr
 연락처 TEL. (051) 310-9419 FAX. (051) 316-9295
 편집·인쇄 디자인글꼴 TEL. (051) 636-1215 www.ggad.co.kr

편집위원
 좋은문화병원 기획총무팀 정혜원, 이유리
 좋은삼선병원 의학도서실 유정화
 좋은강안병원 기획총무팀 김광현, 손수진
 좋은삼정병원 기획관리팀 문석환
 좋은선린병원 기획총무팀 송숙진
 좋은애인요양병원 사회사업실 최혜빈
 좋은연인요양병원 원무팀 조병재
 좋은리버뷰요양병원 종무팀 방대성
 좋은부산요양병원 행정부 이관구
 좋은주례요양병원 행정부 지창국
 좋은선린요양병원 사회사업실 원현주



그림 남궁 정화

2020년 봄호
 통권56호

Column Section

4 · 권두언

우리들의 평범한 일상을 기대하며
 좋은애인요양병원 병원장 임승균

Special Section

6 · 함께하는 좋은병원 ①

좋은병원들 행정·간호 고위직 간부 워크숍

7 · 함께하는 좋은병원 ②

좋은삼선·강안병원 베트남 태권도 국가대표 선수단
 패트루어 및 건강검진실시

8 · 발전하는 좋은병원 ①

좋은문화병원 고객중심, 서비스 디자인으로 소통하다!

10 · 발전하는 좋은병원 ②

좋은삼선병원 건강증진센터 확장이전

12 · 좋은병원 핫이슈

좋은병원들(좋은문화·삼선·강안병원)
 코로나19로부터 안전한 국민안심병원 운영

Medical Section

14 · 의료특집 ①②③ 좋은병원 새얼굴, 환영합니다!

- 내 아이의 성장, 저신장 알아보기
 좋은문화병원 소아청소년과 과장 신정현
- 통증 甲 요로결석
 좋은삼선병원 비뇨의학과 과장 장준보
- 오래 두면 키우는 병, 아킬라지아
 좋은강안병원 내시경센터·소화기내과 과장 김지현

20 · 좋은병원들 명의

좋은문화병원 성형외과 과장 최재연

22 · 좋은건강정보

반월상 연골 파열로 이어지는 무릎 통증
 좋은선린병원 정형외과 과장 이정익

24 · 좋은영양정보

면역력 UP! 면역을 쟁겨먹자 – 바지락 찜

26 · 건강상담 Q&A

Culture Section

28 · 여행을 떠나요

산악인의 꿈, 파키스탄 K2트레킹 <상>

Hospital Section

32 · 병원으로 온 편지

34 · 좋은병원들 친절왕

36 · 좋은센터탐방

좋은강안병원 내시경센터

38 · 좋은부서탐방

좋은삼선병원 재활치료팀

40 · 좋은병원들뉴스

좋은병원들 커뮤니티

좋은문화병원 / 좋은삼선병원 / 좋은강안병원

좋은삼정병원 / 좋은선린병원

좋은애인요양병원 / 좋은연인요양병원

좋은리버뷰요양병원 / 좋은부산요양병원

좋은주례요양병원 / 좋은선린요양병원

46 · 언론에 비친 좋은병원들

48 · 병원진료안내

50 · 독자퀴즈



10



12



28

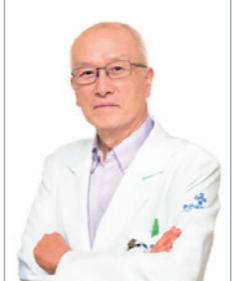


36



- 좋은문화병원 2016.08 ~ 2020.08
- 좋은삼선병원 2016.05 ~ 2020.05
- 좋은강안병원 2016.05 ~ 2020.05
- 좋은애인요양병원 2017.05 ~ 2021.05
- 좋은연인요양병원 2016.01 ~ 2020.01
- 좋은리버뷰요양병원 2018.03 ~ 2020.03
- 좋은부산요양병원 2017.09 ~ 2021.09
- 좋은주례요양병원 2016.06 ~ 2020.06
- 좋은선린요양병원 2017.06 ~ 2021.06

우리들의 평범한 일상을 기대하며



글_
임승균
좋은애인요양병원 병원장

- 고려대학교 의과대학
- 연세대학교 의과대학 석사
- 침례병원 외과장 역임

그간 웃짓을 세우게 하고 몸을 움츠리게 했던 찬바람이 어느덧 살랑살랑 부드러운 비단결 바람이 되어 목에 감겨온다. 일흔을 훌쩍 넘긴 그러나 아직도 젊은이 못지않은 나에게도 매년 맞이하는 차가운 날들이지만 이번의 겨울은 유달리 우리를 힘들게 한다.

나 어릴 적 코흘리개 시절에는 동네 꼬마들과 깔깔대며 웃고 뛰어놀던 시냇물 졸졸 흐르던 동네가 전부인 줄 알았고, 내딴에는 머리가 커져서 시근이 들었다고 자만하기 시작하였을 시절엔 커다란 세상이 있다는 것을 알게 되었다.

의학을 공부하기 시작하였을 때에는 세상의 크기와 보이지 않는 과학의 세계가 무한하다는 것을 알았다. 그러나 요즘은 그렇게도 크다고 느꼈던 세계가 이제는 점점 작아져 저 멀리 떨어져 있던 세계가 이웃 동네로 바뀌었다. 한쪽에서 기침을 하면 그 기침 소리는 얼마 지나지 않아 이웃 동네로 전달되는 세상이다. 요즘은 정말 너무 많이 가까워진 세상에 살고 있는 것을 실감하는 현실이다.

얼마 전 중국에서 신종 코로나 바이러스가 발생하여 인간의 생명을 위협하고 더구나 이 바이러스가 예측을 불허할 정도의 속도로 인간에게 전염되고 있다는 소식을 매스컴으로부터 알게 되었다. 중국의 우한이라는 곳에서는 엄청난 사람의 감염 숫자와 사망자가 발생하며 급기야 도시가 통제되는 사태가 벌어지고 그것도 모자라 그 큰 땅덩어리의 중국이 움추러드는 사태가 벌어졌다. 그와 비슷한 시기에 이웃 나라인 우리나라에서도 감염이 시작되어 국민들이 공포 속에서 지내는 날들의 연속이 되어 간다.

이런 시기에서 신종 코로나 바이러스의 퇴치법이라든지 감염이 되지 않고 공인되지 않은 유언비어 정보들이 난무하고 있다.

사실 지금까지 공식적인 신종 코로나 바이러스의 치료 약이나 예방약(백신)은 나오지 않았다고 한다. 그럼에도 불구하고 각종 한약재나 식품의 처방으로 혼란된 사회를 더욱 혼탁되게 만들고 있다. 지금 과학자들은 우리가 알게 모르게 엄청난 노력을 하면서 전 세계인의 건강과 생명을 위해 땀을 흘리고 있다. 그분들의 노고에 존경과 감사를 드린다.

빠른 시간 내에 백신과 치료약이 개발되기를 바라며 그때까지 우리는 지금까지 잘해 왔던 손 위생을 철저히 하고 마스크 착용을 하고 사회적 거리두기를 하며 평온한 일상이 빨리 올 수 있도록 노력하여야겠다.

우리 요양병원의 특성상 여러 가지 지병을 가진 어르신을 모시고 있는 곳으로써 이러한 어르신들은 면역력이 낮으신 분들이다. 면역력이 낮은 고령의 어르신들에게는 지금의 바이러스는 치명적이라는 것이 현재까지의 사실이 말해주고 있다.

요양병원에 근무하는 우리로서는 신종 코로나 바이러스가 병원 내에 전염되지 않도록 철저히 통제하고 관리하여 어르신들의 건강에 문제가 없도록 잘 보살펴 드려야 하는 것이다.

이러한 의무를 완벽히 수행하기 위해 직원 모두가 개인의 위생과 병원의 지침을 잘 준수해 주고 있어 여간 다행스럽고 고마운 것이 아니다.

이제 추위도 막바지인 것 같다. 따뜻한 바람이 불어온다. “봄 척녀 제 오시네...”라는 노래 가사처럼 모든 것이 이전과 같이 평범한 일상이 돌아올 것이다. 우리는 지금까지 어렵고 힘든 상황이 있어도 항상 극복하고 따뜻한 봄을 맞이했다. 그 봄이 저기 바로 앞에서 오고 있는게 보인다. 우리들과 포옹할 순간이 곧 다가온다.

좋은병원들 행정·간호 고위직 간부 워크숍

글_ 좋은병원들 편집부

좋은병원들은 지난 1월 4일(토)~5일(일), 1박 2일 일정으로 전북 부안군에 위치한 변산반도 모향해나루 가족 호텔에서 '좋은병원들 행정·간호 고위직 간부 워크숍'을 가졌습니다.

이번 행사에는 11개 병원 책임 간부 35명이 참가하였으며, 첫날에는 구정회 이사장과의 간담회 및 발전 토론과 저녁 만찬 시간을 통해 친목을 도모하였습니다.

이튿날에는 변산반도 국립공원 및 주변 관광지 산행 및 단체관람을 진행하였습니다.

은성의료재단 기획조정실 구자성 부원장은 발전 토론



시간을 통해 "모두가 존중하는 훌륭한 병원이 되기 위해서는 공감능력을 가져야 한다. 조직을 운영하는데 있어서, 전사적인 소통은 그 조직의 핵심 경쟁력이다. 우리의 목표는 고객이기 때문에 늘 고객 눈높이에 맞춰서 관찰하고, 듣고, 겸손하고 겸허히 받아들어야 한다"라고 전하였습니다.

좋은병원들 간부회는 바쁜 업무 속에서도 책임 간부들 간의 친목을 도모하고, 2020년도 진료활성화 목표를 공유함으로써 소속감과 서비스 마인드를 높이고자 이번 행사를 기획하였습니다.



좋은삼선·강안병원 베트남 태권도 국가대표 선수단 팸투어 및 건강검진 실시

글_ 좋은병원들 편집부

좋은삼선·강안병원은 지난 2월 11일(화) 오전 9시, 베트남 태권도 국가대표 선수단 팸투어를 실시하였습니다. 이번 방문에는 베트남 태권도 국가대표 감독(김길태) 외 9명이 팸투어에 참가하였으며, 좋은강안병원 내 시설을 둘러본 후 건강검진을 실시하여 자신의 건강상태를 파악하였습니다.

이후 오후 1시 30분에는 베트남 태권도 국가대표 선수단은 좋은삼선병원 스포츠의학센터에 방문하여 등속성 근력 측정 및 무릎 근육 균형테스트와 체외증격파 치료를 실시하였습니다.



06 / 07



좋은문화병원 고객중심, 서비스 디자인으로 소통하다!

글_ 정혜원 좋은문화병원 기획총무팀

좋은문화병원의 ‘공감과 공간 디자인센터’는 서비스 디자인 실천을 위한 유기적인 병원조직입니다. 고객중심, 철저히 고객의 입장에서 고객을 위하는 좋은문화병원의 마음에서 출발하여 고객의 경험을 공유하고 공감(共感)을 통해 고객을 위한 새로운 공간 경험(서비스)을 창출하여 고객에게 제공하는 ‘고객지향문화, 환자중심병원’이 되자는 취지에서 운영 시행하고 있습니다.

고객에게 더 집중하고 고객의 입장에서 경험적·정서적 편익을 제공하기 위한 치열한 고민 끝에 출범하게 되었고 고객들에게 완벽한 치료 경험 제공을 목표로 하고 있습니다. 특히 서비스 디자인 실천을 위한 개선활동의 일환으로 고객경험에 디자인적 사고(Design Thinking)를 접목한 고객경험 체험프로젝트와 고객중심제안 활동을 활발히 펼치고 있습니다.

좋은문화병원에 들어서는 순간부터 가시는 그 순간까지 모든 순간이 좋은 경험이 되도록 최선을 다하는 좋은문화병원이 되겠습니다.



고객경험 체험프로젝트

고객의 시점, 고객의 경험을 체험하고 고객중심의 개선을 기획하고 시행하는 서비스디자인 활동을 하고 있습니다. 본원 직원들이 고객이 되어서 환자분의 병원이용 전 과정을 실제 체험해 봄으로써 고객 불편 사항을 공유하고 관련 부서와 함께 다양한 토의를 통해 개선하는 프로젝트입니다. 개선안들은 쉽게 개선 할 수 있는지, 고객 혼란은 없는지 등에 대한 유무에 따라 A, B, C, D군으로 나눠서 단계별로 개선하여 공유하고 추후 피드백을 통한 업그레이드 활동을 지속적으로 시행하고 있습니다. 병원이용 동선 및 절차, 예약시스템, 전원 및 타과 연계, 내부 안내 간판 등 고객경험 프로젝트를 통해 전 직원들이 고객의 마음을 더 이해하고 공감하는 계기를 가지며 한층 더 고객중심병원으로 나아가는 병원조직문화를 함께 만들어 가기 위해 노력하고 있습니다.

고객중심제안

고객 중심, 고객을 생각하는 마음에서 출발한 다양한 의견들을 직원들이 자유롭게 제안하고 그 제안들을 개선하는 서비스디자인 활동을 하고 있습니다. 제안들은 단기, 중기, 장기적 구분을 통해 개선하고 그 결과를 공유함으로써 고객들에게 더 다가가는 활발한 병원조직문화 구축에 앞장서고 있습니다. 2017년 9월에 시작하여 2019년까지 400여 건의 다양한 고객중심 제안들이 있었고 개선 활동을 펼쳤습니다. 직원들의 자율적인 고객중심의 의견들은 2020년 현재에도 지속적으로 제안되고 있습니다.

좋은문화병원은 ‘고객지향문화, 환자중심병원’이라는 슬로건 아래 유기적인 병원조직문화를 바탕으로 다양한 서비스디자인 개선 활동을 펼치고 있습니다. 특히 고객경험 체험프로젝트와 고객중심제안을 통해 서비스 디자인 개선 활동을 활발히 시행하고 있습니다.

내과 외래	산부인과 외래	정형외과/성형외과 외래
소화기내시경센터	치과 외래	안내 유도간판
국가건강검진센터	사각지대 유도간판	안내 유도간판
모유수유실 안내 강화	모유수유실에 거울 설치	신관 1호기 엘리베이터 거울 설치
엘리베이터 버튼 정보 강화	건물 외부에 신관 표기	동선 유도간판 설치
제단 정보 시인성 강화	안내표기 간판 부착	소변검사 시 여성고객 배려
병동 공용샤워실 안내	엘리베이터 정차 감촉을 위한 시인성 강화	
	직원 여러분의 고객중심제안을 기다립니다.	

좋은삼선병원 건강증진센터 확장이전

글_ 좋은병원들 편집부

좋은삼선병원은 여러분의 건강검진 편의를 위해
종합건강검진과 국가건강검진을 통합한
'건강증진센터'를 개설하여 별관으로 확장이전하였습니다.

조기진단은 당신의 건강을 지켜드립니다.



대표전화 ARS (051) 922-5800

좋은삼선병원 건강증진센터는

- 풍부한 경험과 실력있는 의료진
- 쾌적한 검진 공간
- 다양한 프로그램
- 평생 건강관리 서비스 제공
- 최첨단 의료장비
- 부산 최고 내시경센터 운영



종합건강검진

(051) 322-2345

현대인의 건강에 대한 높은 관심은 질병의 조기 발견에 의한 치료 뿐 아니라, 질병이 없는 상태에서 만성질환을 일으킬 수 있는 위험요소나 신체변화를 미리 발견 & 대처함으로써 건강한 삶을 유지할 수 있도록 요구하고 있습니다. 최고의 의료진이 직접 검사, 시술 및 판독을 담당하여 정확한 진단 뿐만 아니라, 유소견 발견시 해당과와 진료 연계를 통한 의료 서비스를 제공해 드립니다.

국가건강검진

(051) 310-9333, 9371

일반건강검진 및 6대암 검사



내시경검사

대상 만 40세 이상 남녀
주기 2년
방법 위장조영촬영술 또는
위내시경 검사



유방촬영·초음파

대상 만 40세 이상 여성
주기 2년
방법 유방촬영술(양측)



복부초음파검사

대상 만 40세 이상 남녀 중
(간경변증 또는 B형, C형 간염보균자)
주기 6개월
방법 간초음파 검사
+ 혈청알파胎아단백 검사



자궁경부·세포진검사·초음파

대상 만 20세 이상 여성
주기 2년
방법 자궁경부세포 검사



대장내시경검사

대상 만 50세 이상 남녀
주기 1년
방법 분별점혈반응검사 결과
이상소견 시 대장내시경
또는 대장이중조영술



저선량 흉부 CT

대상 만 54~74세 남녀 중
폐암 발생 고위험군
주기 2년
방법 저선량 흉부 CT 촬영



특수건강검진

(051) 310-9596, 9588

특수건강검진은 산업안전보건법에 의거하여 사업주가 근로자 중 법정 유해인자에 노출되는 근로자에 대한 건강진단으로, 근로자 직업성 질환을 조기에 찾아내어 근로자의 건강을 보호하기 위한 목적으로 시행하고 있으며 시기 및 유해인자에 따라 최소 1개월에서 24개월 주기로 검사를 시행하여야 합니다.

- 근로자의 건강 보호 활동과 소음성 난청, 근골격계질환, 유기용제 중독, 중금속 중독, 직업성 암 등의 직업성 질환의 진단 및 치료, 업무상 질병 및 사고의 업무 관련성 평가 및 산재 업무와 관련된 상담을 수행하고 있으며 특수건강검진을 시행하고 있습니다.
- 특수건강검진은 산업안전보건법 제2절 제130조 및 동법 시행규칙 제202조에 따라 사업주가 사용하는 근로자 중 특수건강검진 대상 업무에 종사 또는 법정 유해인자에 노출되는 근로자에 대하여 사업주의 비용 부담으로 주기적 건강진단으로 유해인자 노출에 의한 근로자의 직업성 질환을 조기에 찾아내어 적절한 사후관리 또는 치료를 신속히 반도록 함으로써 직업성 질환으로부터 근로자의 건강을 보호하기 위한 목적으로 시행하고 있습니다.

작업환경측정

(051) 310-9470, 9480

작업환경측정은 산업안전보건법에 의거, 작업 시 발생하는 소음, 분진, 유해화학물질 등의 유해인자에 근로자가 얼마나 노출되는지를 측정 평가한 후 시설, 설비 중 적절한 개선을 통하여 깨끗한 작업환경을 조성함으로써 근로자의 보호 및 생산성 향상에 기여하기 위해 실시하는 것입니다.

작업환경측정팀은 2013년 10월 작업환경측정전문기관으로 고용노동부 부산북부지청에 최초 240개소 관리규모로 지정되었으며, 지속적인 투자와 관리를 통해 2020년 3월 현재 부산지방고용노동청, 부산동부지청, 양산고용노동지청에 이르기까지 관리 규모를 840개소로 확대하여 발전해오고 있습니다.

1990년대부터 시작된 산업보건분야에 있어서 출발은 다소 늦었지만, 이제는 산업 현장에서 유발될 수 있는 소음성 난청, 진폐증, 각종 암, 중금속 및 유기화합물 중독 등과 같은 직업병으로부터 산업장 근로자와 지역 주민들을 보호하고 직업과 관련된 질환의 원인을 규명할 수 있는 고도의 기술과 인력을 보유하게 되었습니다.

쾌적한 작업환경조성과 근로자의 건강보호를 위한 디딤돌의 역할을 앞으로도 충실히 수행하여, 좋은삼선병원이 산업보건분야의 선두주자가 될 수 있도록 노력하겠습니다.

좋은병원들(좋은문화 · 삼선 · 강안병원) 코로나19로부터 안전한 국민안심병원 운영

글_ 좋은병원들 편집부

좋은병원들(좋은문화 · 삼선 · 강안병원)은 코로나19 감염에 대한 국민들의 불안감을 줄이고, 병원 내 감염 위험으로부터 환자와 의료인을 보호하기 위해 코로나19 국민안심병원을 운영합니다.



은성의료재단 적십자사에 성금 5,000만원 전달

은성의료재단 좋은병원들 임직원들이 최근 코로나19 사태로 인해 도움이 절실한 분들을 위해 대한적십자사에 성금 5,000만원을 전달했습니다. 이번 성금은 '힘내라! 대한민국! 이기자! 코로나19'의 큰 취지에 함께 동참하며 취약계층, 노약자계층, 대구 지역 같은 도움의 손길에 절실한 곳에 위생물품 및 구호물품 지원, 의료물품 지원, 코로나19 감염병 예방 및 방역활동 등으로 사용될 예정입니다.

구정회 이사장은 "희망은 어려움 속에서 피어나며 함께 하면 극복할 수 있다"며 "코로나19로 인해 심적, 물질적으로 힘든 가운데서도 극복하기 위해 힘쓰시는 모든 분을 응원하고 함께 이겨내자"고 밝혔습니다.



Pride of Hospital 앞선의학, 좋은병원 www.goodhospital.or.kr



좋은병원들
GOOD HOSPITALS



#힘내라_부산
#힘내라_대한민국
#힘내라_좋은병원들

Good Moonhwa

내 아이의 성장 저신장 알아보기



저신장은 소아청소년과를 찾는 가장 흔한 이유 중 하나입니다. 특히 저신장은 일상 속의 불편이나 낮은 자존감의 원인이 될 수도 있기 때문에 우리 아이가 모델 같은 훌륭한 키를 가졌으면 하는 부모님들이 점점 늘고 있습니다. 이번 봄호를 통해 저신장에 대해 알아보겠습니다.



신정현
좋은문화병원 소아청소년과 과장
전문진료분야_ 저신장, 사춘기이상
(성조숙증), 소아비만, 당뇨병, 갑상선질환
부신질환, 구루병, 저칼슘혈증, 염색체이상
(터너증후군, 다운증후군)
진료예약 및 상담_ 051) 630-0893

저신장은 낮은 자존감 등의 문제를 일으킬 수 있는데요. 훌륭한 키를 갖는 것이 많은 이들의 희망이 된 요즘, 아이의 키를 크게 하고 싶은 부모님의 마음은 당연할 수 있습니다. 그뿐만 아니라 저신장은 숨겨진 질환의 복합적인 증상 중의 하나일 수 있기 때문에 적극적인 진단과 치료가 필요합니다. 만약 아이가 저신장으로 의심된다면 성장 호르몬이나 뇌하수체 호르몬 등이 부족하진 않은지 스크리닝을 통해 확인해야 합니다.

아이의 저신장, 이런 경우에 전문의 상담을 받아보세요!

- 아이의 키가 또래 아이들 100명 중 3번째 이내로 작다.
- 1년에 아이의 키가 4~5cm 이하로 자란다.
- 매년 5~6cm 이상 자라던 아이가 갑자기 2~3cm 밖에 자라지 않는다.
- 아이의 키가 2살 어린아이보다도 작다.
- 아이의 키가 부모의 신장에 비해 현저하게 작다.

저신장의 종류

단순 저신장은 가족성 저신장, 체질적 성장지연, 특발성 저신장으로 나눌 수 있습니다. 단순 저신장일 경우 성장판이 충분히 열려 있는 사춘기 이전이라면 성장호르몬 주사를 통해 치료할 수 있습니다. 성장 호르몬 치료는 성장 호르몬 결핍 내지 부족한 경우에 보충하는 개념이므로 100% 효과가 있습니다. 성장 호르몬 분비가 정상인 경우(단순 저신장)에서는 성장에 효과가 있을 경우가 60~70% 정도의 효과가 있으나 아예 없을 수도 있습니다. 사람의 성장은 사춘기 이전에 80%, 사춘기에는 20% 자라고 합니다. 따라서 사춘기 이전 어린 연령일수록 효과가 좋습니다.

단순저신장

- 가족성 저신장**
- 예측되는 최종 성인키가 유전적 예상키와 거의 일치하는 경우로, 쉽게 말해 부모의 키가 작으면 아이들도 작은 것을 말합니다.
- 체질성 성장지연**
- 부모 중 뒤늦게 사춘기가 오고 후반부까지 성장이 있었던 가족력이 있으며, 또래보다 키가 작고 성장 속도가 약간 떨어지다가 나중에 급격하게 자라는 경우를 말합니다.
- 특발성 저신장**
- 가족성 저신장, 체질성 성장지연, 성장호르몬 결핍증 및 다른 염색체 이상이나 대사 및 내분비계 이상이 모두 배제된 경우를 말합니다.

질환으로 인한 저신장

- 누난 증후군**
- 태어날 때부터 특이한 얼굴, 선천성 심질환 및 다양한 신체 기형이 나타나는 유전성 증후군입니다. 저신장, 짧은 목, 폐동맥협착증 등의 특징을 갖지만 심각한 정도는 개인마다 매우 다르게 나타납니다.
- 터너 증후군**
- 여아에게 성염색체 이상으로 생기는 증후군입니다. 일반적인 여성 보다 X염색체가 하나 부족해 여러 증상이 발생합니다. 키가 작고 성적 발달이 부진하다는 공통된 특징을 제외하면 3차 질환의 특성이 다르거나 대소의 차이가 있습니다.
- 프레더 월리 증후군**
- 비만, 지적장애를 주 증상으로 하는 유전 질환입니다. 유아기에는 억제할 수 없는 과식증으로 점점 비만해지며, 중추성 생식샘 기능 저하로 인해 사춘기가 지연되거나 불완전해집니다.

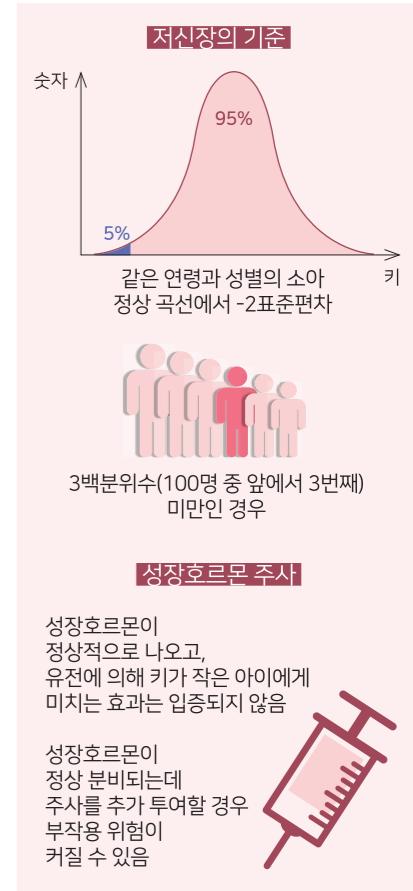
저신장은 어떤 검사와 치료를 하나요?

저신장증 아이들은 대부분이 가족성 저신장 또는 체질성 성장지연이므로 뼈 연령(좌측 손목과 손을 X-ray 촬영하여 판단)을 측정하고 필요에 따라 빈혈 유무, 간 기능, 콩팥 기능, 전해질 균형, 칼슘, 인 대사, 소변 검사 등을 시행하며 일부는 성호르몬, 갑상선 검사, 성장인자 등을 추가로 검사하게 됩니다. 단순 저신장의 경우 성장판이 충분히 열려 있는 사춘기 이전이라면 성장 호르몬 주사를 통해 치료할 수 있습니다.

치료에 따른 부작용은 없나요?

성장호르몬 치료의 부작용으로는 포도당 불내성, 체내 수분량 증가, 두통, 고관절 탈구 및 척추측만증 등이 낮은 빈도로 나타날 수 있습니다. 하지만 주사 치료를 중단하면 정상화되며 그 외 말단비대증이 유발될 수 있다는 우려가 있을 수 있지만 현재 치료용량에서는 그런 증상이 나타나지 않습니다.

Short Stature



치료 비용은 건강보험 혜택을 받을 수 있나요?

아이의 현재 신장이 동일한 성별, 연령 대와 비교하여 3% 미만이면서, 2가지 이상의 성장호르몬 자극검사에서 부족으로 판명되었을 때 보험급여 대상이 됩니다. 단순히 키가 작다는 것만으로는 의료보험 혜택이 될 수 없습니다. 그 외 터너증후군이나, 부당경량아에서 성장 장애가 있을 경우 보험혜택을 받을 수 있습니다.

Good Samsun

통증 甲 요로결석



안녕하십니까?

3월부터 좋은삼선병원에서 진료를 시작한 비뇨의학과 장준보과장입니다. 주 진료과목은 요로결석, 전립선비대증, 소아비뇨기 질환, 요로 감염, 요실금 및 배뇨장애, 비뇨기 종양, 남성불임입니다. 봄철 야외 활동이 늘어나면 요로결석 환자도 증가하는 만큼 이번 봄호에서는 '요로결석'에 대하여 알아보고자 합니다.



장준보

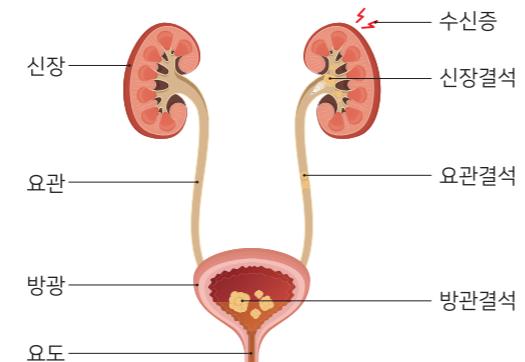
좋은삼선병원 비뇨의학과 과장

전문진료분야_

요로결석, 전립선클리닉, 소아비뇨기 질환
요로 감염, 요실금 및 배뇨장애
비뇨기 종양, 남성불임

진료예약 및 상담_ 051) 310-9254

먼저 염구리가 갑자기 말 못할 정도로 아픕니다. 운동한 뒤 소변에서 피가 나온다. 간헐적으로 한 번씩 염구리가 아프다. 염구리가 아프면서 소화도 안 되고 구토가 나올 것 같다. 이런 경험을 해보신 분이 있으실 것 같습니다. 이것은 모두 요로결석의 증상입니다.



요로는 우리 몸에서 소변을 만들어 내는 신장, 신장에서 방광으로 소변을 보내주는 요관, 소변을 저장하고 있는 방광, 방광의 소변을 밖으로 내보는 통로인 요도 등 소변이 만들 어져서 몸 밖으로 나오기까지 소변이 지나는 길을 통틀어 말합니다. 이 요로 어딘가에 돌이 생기는 것을 요로결석이라고 하며 요로에 이물로 작용하여 점막에 염증을 일으키거나 요루 장애를 유발하게 됩니다.

요로결석은 전세계적으로 증가 추세이며, 우리나라로 식생활의 서구화로 칼슘이 많은 유제품과 요산 함량이 높은 육류 등의 섭취가 늘어나 요로결석 환자들이 증가하는 추세입니다. 최근 서울대학교병원에서 실시한 국민건강보험공단 자료를 바탕으로 우리나라 100만 명 빅데이터 분석 결과에 따르면 연간 2.5% 정도의 증가율을 보이고 있습니다. 평생 유병률은 11.5%(남성 12.9%, 여성 9.8%)로 추정되는데 이는 10명 중 1명이 평생 한 번 이상 요로결석을 경험한다는 뜻입니다.

요로결석의 경우 가장 흔한 증상은 어떤 것이 있나요?

요석이 있는 경우 가장 흔한 증상은 산통과 혈뇨입니다. 요석의 산통은 갑자기 발생하여 숨을 쉬기조차 힘들 정도의 극심한 통증으로 응급실을 찾는 경우가 많습니다. 수십 분

에서 수 시간 동안 통증을 느끼다가도 어느 순간에 깨끗이 사라지고 얼마 후 다시 통증이 시작되는 간헐적인 형태가 특징입니다. 결석의 위치에 따라 측복부나 하복부 통증을 느끼게 되며, 요관이 방광으로 들어가는 이행부에 결석이 존재하면 방광 자극 증상으로 빈뇨나 배뇨 후 잔뇨감을 느끼게 됩니다. 산통과 함께 오심, 구토를 동반할 수 있고 환자의 약 10%에서 육안적 혈뇨를 보이게 됩니다.

요로결석의 진단은 어떻게 하게 되나요?

결석을 확인하는 방사선 검사는 조영제를 사용하지 않는 CT촬영이 제일 정확합니다. 요산석 같이 방사선에 보이지 않는 결석도 있을 수 있으며, 단순 방사선 촬영에서 결석같이 하얗게 보이는 것이 결석이 아니라 단순 석회화 일수도 있기 때문입니다.

특히 신장결석은 증상이 없어 평소에는 자각을 하기 어렵습니다. 보통 결석의 주증상인 염구리 통증은 없으나 신장결석이 있는 사람은 한 번씩 소변이 진하네 하며 그냥 넘기고 살다가 종합 검진이나 다른 이유로 CT, 초음파 촬영을 통해 알게 되는 경우가 많습니다.

요로결석의 치료는 어떻게 하게 되나요?

크기가 작은 요로결석은 대부분 자연적으로 배뇨할 때 빠져 나옵니다. 그렇기 때문에 결석을 배출시키고 감염을 예방하기 위해서 하루에 2,500ml 이상 수분 섭취를 권장합니다. 하지만 감염이나 폐색 없이도 배출되지 않고 신장 기능을 저하시키는 경우가 있습니다. 따라서, 증상이 없다고 하더라도 결석 배출 여부에 대한 평가를 주기적으로 받아야 합니다. 필요한 경우에는 신장 기능의 보존을 위하여 요관부목을 삽입하기도 합니다. 만약 결석이 자연적으로 빠져 나오지 않거나, 빠져 나올 가능성이 많지 않은 경우에는 적극적으로 요석을 제거하는 치료를 하게 됩니다. 요석을 근본적으로 제거하기 위해서는 체외-충격파-쇄석술, 요관내시경수술, 신장내시경수술, 혹은 드물지만 복강경수술이나 개복수술 등이 필요합니다. 이는 결석의 크기나 위치, 환자의 신체적 특징 및 동반질환 상태를 고려하여 판단하게 됩니다.

요로결석을 치료하지 않고 방치하면 어떻게 되나요?

요로결석을 치료하지 않고 두면 결석에 의한 통증으로 일상생활에 장애를 받는 것은 물론이며, 결석이 소변이 배출되는 길을 막아 신장손상과 신기능장애를 일으킬 수 있습니다. 심한 경우 신장을 제거하는 경우도 있으며, 양측 요로결석인 경우에는 신부전이 생길 수도 있습니다.

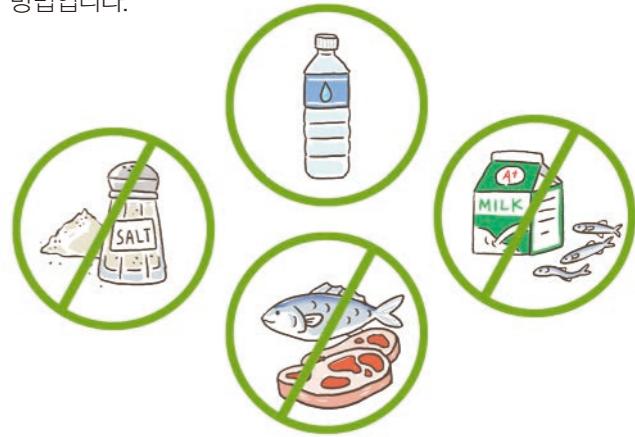
요로결석도 재발하나요?

또 요로결석의 예방법은 어떤게 있나요?

요로결석이 한 번 생긴 경우 5년 동안 약 21.3%에서 재발하여 병원을 방문하는 것으로 나타날 만큼 요로결석은 매우 흔하게 재발하는 질환입니다. 그래서 결석의 예방이 매우 중요한데 적절한 운동과 함께 하루 2리터 정도의 충분한 수분섭취와 저염식이 도움이 됩니다. 여름철에 요로결석 환자가 증가하는 경향을 보이는 것도 땀으로 인한 체내 수분부족 때문일 만큼 수분섭취는 매우 중요합니다.

만약 이전에 요로결석이 있었던 환자라면 결석의 성분검사를 시행하여 원인이 되는 음식물을 삼가는 것도 방법입니다. 요산결석인 경우에는 요산이 많은 음식인 생선, 육고기 등을 삼가야 하고, 칼슘성 요로결석인 경우는 멸치, 우유 등의 음식을 삼가야 합니다.

높은 재발률을 고려한다면 가장 효과적인 치료법은 예방이며 결석을 유발할 수 있는 칼슘제, 비타민C 등의 영양제를 복용하기 보다는 음식을 통해 자연 섭취하도록 노력하는 것도 한 방법입니다.



Good Gang-an

오래 두면 키우는 병, 아칼라지아



전 국민 검진 내시경이 보편화되면서 식도암이나 위암, 대장암 등의 악성 위장관질환이 조기에 발견되어 생존율이 증가하고 있습니다. 특히 위암은 새로 진단된 경우의 70%가 조기위암일 정도로 선별검사의 효과를 톡톡히 보고 있습니다. 그러나 내시경 검사소견으로 쉽게 진단하지 못하는 식도의 운동성 질환은 방지할 경우 환자의 삶의 질 감소뿐 아니라 폐렴과 영양실조 등의 중한 합병증을 동반할 수 있습니다. 이번 봄호에서는 식도의 운동성질환의 대표적인 병인 '아칼라지아'의 진단과 치료법에 대해 말씀드리고자 합니다.



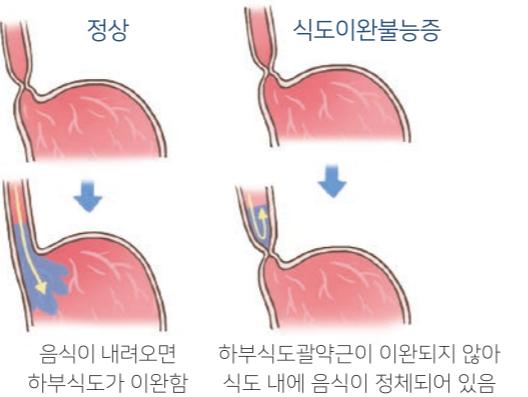
김 지 현
좋은강안병원 내시경센터 · 소화기내과 과장
전문진료분야_ 식도, 위, 대장 질환
치료내시경, 염증성 장질환,
기능성 위장관 질환
진료예약 및 상담_ 051) 610-9004

아칼라지아는 어떤 병인가요?

정상적인 식도와 위의 접합부에는 위내의 위산이나 음식물이 식도로 역류하지 않도록 방어하는 골약근이 있는데 이를 '하부식도괄약근'이라 부릅니다. 하부식도괄약근은 평상시에는 닫혀 있어 위산이 역류하지 못하도록 하며, 음식을 삼키는 과정에서는 자율신경계의 조절작용을 통해 자연스럽게 열려 음식물이 위로 통과되도록 합니다.

그러나 바이러스 감염 등의 여러 가지 이유로 하부식도괄약근 이완기능에 장애가 생기면 삼킨 음식이 식도에서 위내로 통과되지 못하는 상태가 됩니다. 이러한 질병을 '아칼라지아'라고 부르며 다른 명칭으로는 '하부식도이완불능증', '식도이완불능증'이 있습니다.

아칼라지아는 일시적으로 발생하는 경우도 있지만 대부분 5년 이상의 증상을 가지고 계시는 분들에서 진단됩니다.



아칼라지아의 증상

아칼라지아의 가장 흔한 증상은 삼킴곤란증입니다. 즉, 음식물이 목에서 넘어가지 않거나 목에서 넘어가더라도 가슴부위에 걸려있는 증상입니다. 심한 경우에는 음식이 역류하여 사례가 들려 기침을 심하게 하게 되며, 흡입성 폐렴이 합병되는 경우도 있습니다. 음식을 제대로 섭취하기 어려우므로 체중감소가 심해지고 영양실조 상태에서 진단됩니다. 일부 환자들에서는 삼킴곤란 증상보다는 가슴부위 혹은 명치부위 통증을 주 증상으로 호소하시는 경우가 있는데 이는 음식물이 식도에 정체되거나 하부식도괄약근의 과수축에 의해 발생하는 증상입니다.

아칼라지아 발생원인

현재까지도 아칼라지아의 발생원인에 대해서는 명확히 밝혀지지 않았지만 유아시절에 바이러스 등으로 감염되어 형성된 자가항체에 의해 하부식도괄약근의 신경세포가 파괴되어 발생하는 것으로 추정하고 있습니다. 진단되는 연령은 소아에서부터 90세까지 다양하며, 가장 호발하는 연령대는 30~40대입니다.

진단은 어떻게 하나요?

전형적인 증상이 있는 경우 의심할 수 있으나, 식도암이나 궤양 등에 의한 협착과 구별이 되지 않으므로 내시경 검사와 식도조영술검사 등의 검사가 필요합니다. 확진은 식도의 운동성을 확인하는 식도내압검사를 통해 이루어집니다. 병의 초기에는 내시경 검사에서 특이한 소견이 없는 경우가 많아 진단이 미뤄지는 경우가 있습니다. 따라서 6개월 이상 삼킴곤란 증상이 지속되면 내시경 검사에서 이상소견이 없더라도 정밀진단을 받아보는 것이 좋습니다. 고령의 환자들에서는 삼킴곤란 보다는 기침, 반복되는 폐렴 등의 증상으로 나타날 수 있으므로, 이를에게서 식사할 때 음식물을 잘 삼키지 못하고 흘리는 등의 증상이 있는지 관찰해보아야 합니다.

아칼라지아는 식도의 기능에 문제가 생기는 병이므로 이를 확인하기 위한 식도내압검사가 매우 유용합니다. 최근에는 고해상도

식도내압검사 방법이 아칼라지아의 진단뿐 아니라 치료방침의 결정에도 매우 큰 도움이 되고 있으며, 아칼라지아와 유사한 증상을 나타내는 다른 식도운동질환과의 감별진단에도 큰 도움이 됩니다.

치료는 어떤게 있나요?

일차적으로 식도근육의 이완을 촉진시키는 약물치료를 시행해 볼 수 있으나, 치료반응이 일시적이고 부작용 발생 빈도가 높아 대부분의 경우에서 수술적 근절개술이나 내시경적 치료술이 필요합니다. 수술적 근절개술은 복강경을 이용해 식도위접합부의 외측에서 근절개술을 하는 방법으로 재발률이 낮으나, 역류성식도염 등의 합병증이 발생할 수 있습니다.

내시경적 치료술에는 하부식도괄약근에 보톡스를 주사하는 방법과 풍선을 이용하여 하부식도괄약근을 확장시키는 방법이 있습니다. 보톡스주사법은 가장 간단하나, 재발률이 높아 수술 후 합병증의 위험이 높거나 출혈 경향이 있는 고령의 환자들에서 제한적으로 사용되고 있습니다. 풍선을 이용한 하부식도괄약근 확장술이 가장 보편적으로 사용되고 있으며, 비교적 안전하고 효과적입니다. 최근에는 풍선확장술에 반응이 없거나 재발한 경우 내시경을 이용한 근절개술이 시행되고 있으며, 수술적 근절개술과 비슷한 효과를 보입니다.

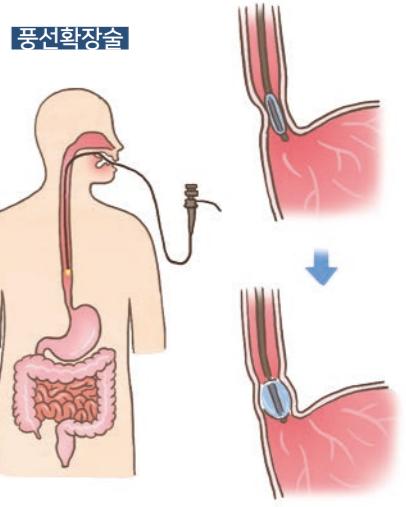
아칼라지아의 내시경 소견1
식도내강의 확장과 음식물 체류



아칼라지아의 내시경 소견2
위식도접합부의 과수축과 이완장애



풍선확장술





GOOD
Moonhwa
PLASTIC SURGERY

좋은문화병원 성형외과 전문의 최재연 과장

글_ 좋은병원들 편집부

진료분야

- 미용(눈, 코 성형)
- 소아 미용(모반, 설소대, Skin tag, 전이개누공)
- 외상(골절 및 화상), 창상(욕창 및 당뇨발)

주요경력

- 부산대학교 의과대학 졸업 / 동대학 전공의 수료
- 부산대학교병원 성형외과 전임의
- 양산 부산대학교병원 성형외과 진료 조교수

좋은문화병원 성형외과 최재연 과장님 소개 부탁드리겠습니다.

안녕하십니까 좋은문화병원 성형외과에서 3년째 과장으로 일을 하고 있는 최재연입니다. 고향은 경북 포항이며, 5살이 되던 해에 부산으로 이사를 와서 초, 중, 고, 대학교까지 모두 부산에서 마쳤습니다. 어릴 적 먼 곳으로 여행을 가봐야지 했었는데, 소원이 이뤄졌는지 군대는 공중보건의사로 전라남도 나주 영산포에서 흥어 삭하는 냄새를 맡으면서 3년간 이동 없이 지냈습니다. 복무 후 부산으로 돌아와 아미동 부산대병원과 양산 부산대병원에서 전임의와 진료 교수로 지냈고, 주로 맡은 분야는 유방 재건술과 창상 재건술 부분에서 일을 하였습니다.



의료 정보를 교육하는 의학자,
그리고 환자분 스스로 자신의 상태를 객관적으로 바라보고
치료를 결정하는 주체가 될 수 있게 해주는
그런 의사이고 싶습니다.



성형외과 의사가 되신 특별한 이유가 있으신가요?

예전부터 관심은 있었고, 인턴 생활을 하다 보면 여러 과를 돌면서 의사가 무엇을 하는지 알게 되는데, 성형외과는 사람들이 이미 잘 아시다시피 미용 성형도 있지만 재건 성형이라는 부분도 있어서 조금 더 다양한 일을 할 수 있다는 점에서 매력적이었습니다. 한 가지 분야에 집중을 해서 높은 성과를 내는 의사도 되고 싶었지만 다양한 분야를 고르게 성과를 내는 의사가 되고 싶다는 제 생각과 맞아떨어져서 이 과를 지원하게 되었고 다행히도 원하던 과에 들어갈 수 있었습니다.

과장님은 주로 어떤 환자를 진료하고 계시나요? 환자를 진료할 때 과장님만의 노하우가 있으신가요?

재건 성형이 주된 업무이고 미용 성형은 30% 정도인 것 같습니다. 재건 성형 부분에는 테이블에 부딪혀서 눈가가 찢어진 어린 아이부터, 교통사고로 발생한 안면 골절, 당뇨 합병증으로 인한 당뇨발·당뇨 궤양, 오랜 와병 생활로 발생한 엉덩이 욕창, 피부암 등으로 인해서 조직을 크게 제거합니다. 이후 일상 생활 유지가 어려운 환자를 위해 유방, 피부, 코 등을 재건하는 등 이전 갖고 있던 원래의 기능을 최대한 살리면서 육안으로도 이전 형태를 유지시키는 일을 하고 있습니다.

미용 성형 부분은 잘 아시다시피 쌍꺼풀과 응비술(코성형)을 주로 하고 있습니다.

기억에 남는 환자가 있다면?

여러 환자분들 모두가 기억에 남습니다. 수년간 낫지 않는 욕창으로 인해 욕창은 낫는 병이 아니라고 생각하여 목숨을 끊

고자 생각하였던 어르신이 욕창 재건 수술을 받고 6주 만에 퇴원을 하면서 “이렇게 쉬운 방법이 있었는데, 그동안 몰라서 수년 동안 마음만 상했었다”고 눈물을 흘리던 환자분부터, 우리 아이가 얼굴이 찢어졌을 적에 어떻게 해야 하나 막막했었는데 좋은문화병원에 와서 봉합을 받고 상처 경과 관찰을 하면서 이렇게까지 흉이 사라져가는 것을 보면서 “내가 잘 왔구나, 우리아이 좋은문화병원에 잘 왔구나”라고 연신 감사 인사를 드리던 부모님까지… 모두가 저에게도 감사하고 기억에 하나 하나 남습니다.

의사로서 보람을 느낄 때가 언제였고, 앞으로 어떤 의사이고 싶은지 말씀해주세요.

실제 의료에 있어서는 의학적 정보의 불균형 때문에 환자는 의사에게 자신의 병을 의존할 수 밖에 없는 구조입니다. 하지만 교과서에는 의료진과 환자 간의 소통이 중요하며, 이를 위해서 많은 이야기를 해야 한다고 가르치고 있습니다. 처음에는 이것을 넌센스라고 생각해 왔고 당연히 압도적인 의학적 정보를 가진 의료진의 주도하에 환자는 따라와야 하는 것이 맞다고 생각한 적도 있었습니다. 하지만 제가 환자의 입장에서 겪어보니 이와 같은 구조를 고쳐야겠다는 생각이 들었습니다. 환자를 진료할 때 환자와 이야기를 많이 하고, 이야기 하는 내용을 타이핑 치고, 화면을 보면서 놓친 부분을 정리하고, 이것을 프린트 해드리면서 환자에게 다시 한번 읽게 하고 있습니다. 이를 통해서 의학적인 정보를 더 갖고 있는 의료진이 되기 보다는 의료 정보를 교육하는 의학자가 되고 싶고 환자분 스스로 자신의 상태를 객관적으로 바라보고 치료를 결정하는 주체가 될 수 있게 해주는 의사이고 싶습니다.



MENISCAL TEAR

반월상 연골 파열로 이어지는 무릎 통증

전문 스포츠 선수뿐만 아니라 일반인들도 운동 중 혹은 일상생활에 발생하는 많은 관절 손상으로 전문적인 진료를 통한 체계적인 치료가 필요한 시대입니다. 많은 관절 손상에 대하여 수술적 치료가 시행되며, 이러한 치료를 받는 경우 체계적인 재활 프로그램에 따라 개인의 운동 능력에 맞게 운동처방을 받는 것이 다치기 전의 운동 능력 상태로 보다 빠르고 안전하게 회복 할 수 있는 지름길입니다.

특히 연령의 증가로 인한 노인의 퇴행성 무릎 관절 질환 및 어깨 질환과 함께 스포츠 인구가 증가함에 따라 스포츠 손상에 의한 무릎 통증 및 어깨통증을 호소하는 환자들이 늘어나고 있습니다. 그 중 무릎 관절 질환의 하나인 '반월상 연골 파열'에 대해 소개하고자 합니다.

반월상 연골이란?

반월상 연골은 허벅지와 종아리뼈 사이에 위치한 반달 모양의 부드러운 두 개의 연골판으로, 뼈와 뼈 사이에서 무릎의 충격을 흡수하고 관절운동의 마찰을 줄이며 관절의 안정성을 증가시켜 주는 역할을 하는 중요한 구조물입니다. 이 반월상 연골은 반복적인 쪼그렸다 펴는 활동이나 회전운동이 가해질 때 주로 파열됩니다. 무릎 아래의 다리가 지면에 고정된 상태에서 허벅지 뼈가 몸 안쪽으로 회전하면 내측 반월상 연골 파열이 발생하고 반대로 허벅지 뼈가 몸 바깥으로 회전하면 외측 반월상 연골 파열이 발생합니다. 물론 다른 인대 손상과 동반되어 반월상 연골 파열이 발생하는 경우도 흔합니다.

반월상 연골 파열의 종류

- ① 방사형 파열(Radial tear) : 중앙에서 시작하여 주변부로 파열되는 형태이다.
- ② 양동이 손잡이형 파열(bucket handle tear) : 양쪽 경계 전체가 물 통의 손잡이와 같이 완전히 떨어지면서 벌어지는 형태의 파열이다.
- ③ 앵무새 주둥이형 파열(Parrot's beak tear) : 비스듬히 찢어지는 사파열을 말하며 어디에나 생길 수 있지만 후방과 중간부의 경계에서 가장 흔히 발생한다.
- ④ 수평형 파열(Horizontal tear) : 노인에게서 흔하며 낭종이 동반될 수 있다.
- ⑤ 후방 골기시부 파열(Root Tear) : 뒤쪽 뼈에 붙는 부위가 떨어지면서 반월상 연골이 체중을 견디는 기능을 잃어버리게 된다. 서구에서는 드물고 우리나라에서 주로 발생한다. 오랫동안 쪼그려 앉는 생활 습관과 관련이 있다.
- ⑥ 퇴행형 파열(Degenerative tear) : 특별한 외상의 병력은 없으나 쪼그린 자세에서 일어날 때와 같이 단순한 신체활동 중에 발생한다. 노인에게서 흔하다.



반월상 연골 파열 증상 및 치료

반월상 연골이 파열되면 무릎을 구부리거나 펴 때 이전에 없던 가벼운 통증부터 관절의 잠김증상까지 다양한 증상이 나타납니다. 걷거나 계단 오르내릴 때 통증이 가장 흔한 증상이며 무릎이 자주 부울 수도 있습니다. 반월상 연골의 손상 후에는 일상 생활에서의 통증, 다리 절음, 탄발음, 끼임 등이 나타날 수 있으나 시간이 지나면 고통이 줄어들 수 있어 손상의 심각성을 느끼지 못하고 지냅니다.

하지만 이로 인해 반월상 연골의 충격 완충작용이 감소하고, 관절 접촉면 마찰의 증가로 관절의 안정성에도 영향을 미치게 되며 관절의 초기 퇴행성 변화가 나타나게 됩니다. 반월상 연골은 관절 막과 접해있는 일부분을 제외하고는 혈액순환이 없어 스스로 재생이 안되기 때문에 가벼운 손상이라도 병원을 찾아 전문의와의 상담을 통해 상태에 맞는 진단과 치료를 받는 것이 중요합니다.

반월상 연골 파열의 치료 방법은 비수술적 치료와 수술적 치료로 나눠집니다. 반월상 연골의 파열이 작고 바깥쪽에 위치해 있으며 무릎의 불안정성이 없으면 수술적 치료는 필요하지 않을 수도 있습니다. 60세 이상의 고령 환자에서 수평파열이 흔하며 MRI 소견상 증상이 경미하면 수술 없이 약물치료가 가능합니다. 또한 운동과 관련된 경우 증상의 호전을 위해 RICE요법이 효과적일 수 있습니다.

R I C E
Rest 안정 Ice 냉찜질 Compression 압박 Elevation 거상

한편 수술적 치료방법으로는 파열의 모양, 크기, 그리고 부위에 따라 달라집니다.

반월상 연골의 바깥쪽 3 분의 1은 'red-red' 영역으로 혈액 공급이 원활한 구역입니다. 종파열로써 이 지역에서 파열된 반월상 연골은 종종 관절 내시경을 이용한 수술적 봉합술로 치료할 수 있으며 중간 3분의 1 'red-white' 영역까지도 봉합술 시도가 가능합니다. 반대로, 반월상 연골의 안쪽 3분의 1은 'white-white' 영역으로 복합 파열이 흔히 발생하는 파열 중 하나입니다. 혈액 공급이 좋지 않아 이 부위에 파열된 반월상 연골은 스스로 치유가 불가능하며, 대부분의 경우 관절 내시경을 이용한 부분 절제술을 시행합니다.

무릎 관절 내시경은 수술 방법 중 가장 많이 사용되는 방법으로, 작은 카메라를 작은 절개부위를 통해 삽입하고 다른 한쪽에 작은 수술 기구들을 삽입하여 파열된 반월상 연골을 절제 혹은 봉합합니다.

반월상 연골 치료 후 관리 및 예방법

수술 후 무릎을 보호하기 위해 목발을 사용하여야 하며, 이후 재활 운동을 시행합니다. 초기에는 무릎의 운동 범위를 회복시키기 위한 재활 훈련을 시작하며, 재활 훈련의 진행 정도를 관찰하면서 근력 강화 운동을 점진적으로 추가 시행합니다. 무릎의 운동성이나 근력을 회복하기 위해선 허벅지 근력운동이나 평지 걷기 등 규칙적인 운동이 가장 중요합니다.

연골 파열 초기에는 염증이 있어 운동하기 불편할 수 있지만 일주일 정도 소염제를 복용한 후 통증이 어느 정도 가라앉으면 평지 걷기를 시작합니다. 무릎에 통증이 있다면 지팡이나 등산 스틱을 잡고 10~15분씩 나누어서 걷기를 시도할 수도 있습니다. 매주 5~10분씩 걷는 시간을 늘려 50분~1시간 매일 걷도록 합니다. 자전거 타기나 물속에서 걷기 운동 또한 체중 부하 없이 근력운동, 체중감량에 도움이 되는 운동입니다.

계단 오르내리기나 경사로 걷기, 등산, 배드민턴 등의 운동은 무릎에 가해지는 충격이 큰 운동이므로, 근육이 충격흡수를 할 수 있을 정도로 발달된 후에 가능합니다. 위의 운동을 할 때 무릎을 찌르는 듯한 통증이나 끗기가 느껴진다면 근육량이 부족하거나 체중감량이 필요합니다.

무엇보다 반월상 연골 파열을 예방하기 위해서는 운동하기 전 스트레칭을 통해 관절과 근육을 풀어주는 것이 좋으며, 반복적인 쪼그려 앉는 활동이나 운동 시 체중이 부하된 상태에서 무릎 관절이 회전하는 자세는 피하는 것이 좋습니다. 대퇴근 근력을 강화하는 운동으로 무릎 주위 근육을 튼튼하게 만들어주는 것이 반월상 연골 파열 예방에 도움이 됩니다.

대퇴근 근력을 키우는 운동



이 정 익 좋은선린병원 정형외과 과장
전문진료분야_
인공관절, 관절경, 골절 등 외상
진료예약 및 상담_ 054) 245-5148



면역력 UP! 면역을 쟁여먹자

바지락 찜



좋은영양정보

★ 바지락 찜(1인분 기준)

필수재료

바지락 200g, 마늘 4쪽, 청주 1/4컵, 올리브유 또는 버터, 소금 1스푼

TIP — 청주 대신 소주를 사용할 경우 향이 강할 수 있으니 양을 반으로 줄여주세요.

선택재료

청양고추 1개, 흉고추 1개, 대파 10cm

레시피

① 바지락에 물과 소금 4:1 비율로 넣고 약 1시간 이상 해감 한다.
검은 비닐이나 은박지를 덮고 스테인리스 수저를 넣어 놓으면 해감이 잘 된다.



② 마늘과 청양고추, 대파를 얇게 편으로 썬다.



③ 올리브유 또는 버터를 넣고 마늘을 넣고 마늘향이 올라올 때까지 볶다가 청양고추와 대파를 넣는다.



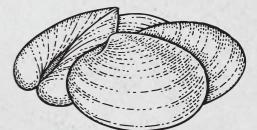
④ 재료를 볶은 냄비에 해감 해놓은 바지락을 넣고 같이 볶는다.



⑤ 바지락의 입이 벌어지면 청주 또는 소주를 넣어주고 조금 더 끓인다.



⑥ 그릇에 완성된 재료를 담는다.



질병으로 인한 이슈들이 대두되고 있는 요즘, 우리는 면역력을 높여 스스로의 몸을 지킬 수 있어야 합니다. 우리 몸을 지키는 강한 방패 '면역', 면역력을 높이는 영양소에 대해 알아봅시다.

면역건강의 필수요소 '셀레늄'

한국인 1일 권장 섭취량 : 3~5세 25ug, 19세 이상 60ug

- ① 선천성 면역과 후천성 면역 시스템에 영향을 미침
- ② 부족할 경우 바이러스 감염의 진행이나 독성을 강화시킴
- ✓ 셀레늄이 풍부한 음식 :

조기, 고등어, 바지락, 오징어, 달걀, 새우, 멸치, 돼지고기, 소고기

면역세포를 깨우는 '아연'

한국인 1일 권장 섭취량 :

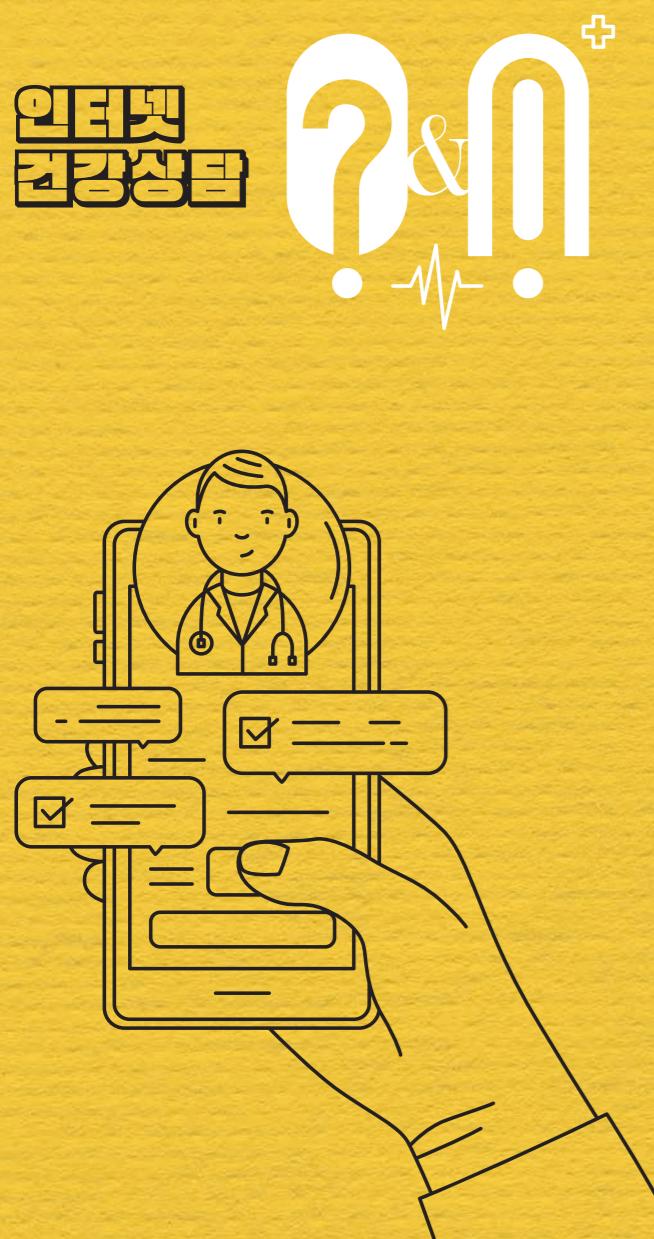
3~5세 4mg, 19~49세 남 10mg / 여 8mg, 50세 이상 남 9mg / 여 7mg

- ① 선천성, 후천성 면역을 매개하는 세포의 정상적인 발달과 기능에 중요한 영양소
- ② 코감기 바이러스의 복제를 저해하고 면역 세포의 성장을 가속화 시킴
- ✓ 아연이 풍부한 음식 : 굴, 꽂게, 완두콩, 소고기, 보리, 꼬막, 현미, 돼지고기

면역력 강화 음식 중 가장 좋은 방법은 제철 식재료를 먹는 것으로, 3월에서 4월이 가장 맛있게 맛볼 수 있는 재료인 바지락은 깔끔하고 시원한 국물 맛을 자랑하기 때문에 육수와 파스타의 주 재료로 많이 사용되고 있습니다.

바지락은 아연과 혈액 속 헤모글로빈을 구성하는 철분, 염산이 풍부하게 들어있어 빙혈 예방과 신진 기능 향상에 도움을 주며, 피로를 해결하는 탄수화물 성분도 풍부하여 피로회복에 많은 도움이 됩니다. 또한 몸 속 좋지 않은 콜레스테롤 농도와 혈압을 낮춰주며 간의 해독을 풀어주는 역할을 합니다. 따라서 동맥경화를 비롯한 심혈관 질환, 성인병 예방에도 효과적입니다.

이 외에도 바지락 속 메디오닌 성분이 단백질 합성을 돋기 때문에 근육 생선에 도움을 주며 칼슘, 마그네슘 등 미네랄 성분이 풍부하여 뼈를 튼튼하게 해주고 성장하는 어린이 골격 형성 및 치아 건강에도 도움을 줍니다.



좋은병원들 홈페이지를 통하여
자주 올라오는 질문과 답변을 정리해 보았습니다.
건강관리나 질환에 대해 더 궁금하신 사항이 있으시면
각 병원 홈페이지로 접속하신 후
'건강상담' 코너에 질문을 작성하시면
전문의들이 자세하게 응답하여 드립니다.

좋은문화병원

정신건강의학과 김혜민 과장



분리불안장애

- 우리 아이가 분리불안장애가 있다라고 판단이 되면 어떻게 해야 할까요?

- 우선 가능한 유치원이나 학교를 지속적으로 보낸다는 원칙을 일관적으로 적용하는 것이 중요합니다. 그리고 부모 역시 아이를 떨어뜨려 놓고 아이가 잘 지내는지 또는 무슨 안 좋을 일을 경험하는 것은 아닌지에 대해 걱정하는 것은 아닌가 스스로를 살펴보는 것이 중요합니다. 부모의 불안감은 아이에게 고스란히 전달되기 때문입니다. 아이가 학교에서 잘 지낼 수 있고 친구들과 잘 놀 수 있는 곳이라고 생각하고 믿고 아이를 보내주는 것이 좋습니다. 부모의 이러한 기대와 믿음 또한 아이에게 전달이 될 겁니다. 아이가 잘 지내고 올 수 있다고 응원하고 믿고 기다려주는 태도를 보여주는 것이 좋습니다. 하지만 이런 과정 중에서 주의해야 할 점은 부모가 갑자기 자리를 비우거나 아이에게 이야기 하지 않고 사라지는 행동을 보여서는 안됩니다. 그 자체는 아이에게 큰 충격을 주게 되고 이후에 오히려 더 분리불안증상이 심해집니다. 항상 아이와 떨어질 때는 인사를 확실히 하고 언제 다시 엄마가 데리러 오거나 이따 만나자는 등 나름의 작별의식을 일정하게 거친 다음에 아이와 떨어지는 연습을 하는 것이 중요합니다. 이러한 연습이 반복되면서 거부 반응은 점차 줄어들 수 있습니다.

또 부모의 사진을 가지고 다니게 한다던지 집에서도 부모의 사진을 곳곳에 배치해 놓는 등의 방법도 아이가 혼자 있는 시간을 견디게 해주는 방법으로 이용될 수 있습니다.

만약 증상 정도가 지나치거나 위와 같은 방법으로 해결이 안된다면 전문가의 도움을 받아보는 것이 필요하겠습니다.



좋은삼선병원

소화기내과 박상규 과장



위 건강관리

- 위에 좋지 않은 생활 습관 어떤 게 있을까요?

- 첫째, 탄산음료는 위에 해롭습니다. 탄산음료를 마시면 속이 좀 뚫리는 것 같다고 느끼지만 탄산음료는 식도와 위를 연결하는 부위에 있는 근육의 기능을 악화시켜 오히려 소화를 방해할 수 있습니다.

둘째, 술을 마신 후 구토를 하는 것도 위에 해롭습니다. 술을 깨기 위해 일부러 구토를 하는 사람들도 많습니다. 구토를 하게 되면 알코올의 흡수는 물론 줄어들겠지만 위와 달리 보호막이 없는 식도는 위에서 나온 위산으로 인해 식도가 손상이 되어 역류성 식도염이 발생할 가능성이 높습니다. 심할 경우에는 피가 입으로 나오는 말로리·바이러스 증후군이 발생할 수도 있습니다.

셋째, 속이 쓰릴 때 우유를 마시는 습관입니다. 우유의 알칼리성 성분 때문에 일시적으로 쓰린 속을 달래주기는 하지만 우유 속 단백질에 들어있는 카제인이나 칼슘이 위산의 분비를 촉진시켜 우유를 먹고 잠시 동안은 속쓰림은 완화되지만, 길게 봤을 때는 다시 위산이 나오게 되어 나중에는 속이 더 쓰릴 수 있습니다.

산악인의 꿈 파키스탄 K2 트레킹 <상>

글·사진_이홍곤
국제신문 의료산업연구소 소장 / hung@kookje.co.kr



지금으로부터 6,000만 년 전 인도판과 유라시아판이 충돌, 세계의 지붕으로 우뚝 선 히말라야. ‘만년설의 집’을 뜻하는 히말라야는 넓게는 인도·네팔·파키스탄·부탄에 이르는 중앙아시아의 거봉군 전체를 의미하지만 현지에선 크게 ‘그레이트 히말라야’ ‘카라코람 히말라야’ ‘힌두쿠시’로 각 구분해 사용된다.

우선 그레이트 히말라야. 장삼이사들이 흔히 말하는 히말라야를 의미하는 이곳은 동쪽 부탄과 미얀마의 경계에서부터 서쪽으로 네팔 인도북부를 거쳐 파키스탄 일부까지 이르는 총길이 3,000km에 이르는 대산군이다. 8,000m 급 히말라야 14좌 중 동쪽에서부터 칭чен중가(8,586m), 마칼루(8,463m), 로체(8,516m), 에베레스트(8,848m), 초오유(8,201m), 시샤팡마(8,027m), 마나슬루(8,163m), 안나푸르나(8,091m), 다울라기리(8,167m), 낭가파르바트(8,125m) 등 10개가 여기에 포함된다. 이 8,000m 급 거봉 10개가 모두 네팔에서 등정 가능해 네팔 히말라야로도 불린다.

‘검은 암석의 땅’을 의미하는 ‘카라코람’은 파키스탄 북부지역의 산군으로 여기에는 ‘죽음의 산’ K2(8,611m), 브로드피크(8,047m), 가셔브롬 II(8,035m), 가셔브롬 I(8,068m) 등 히말라야 14좌 중 4개가 위치해 있다. 총길이는 약 500km. 이곳은 ‘그레이트 히말라야’에 비해 위도가 약 5도 북쪽에 위치해 고온다습한 인도양 기후의 영향을 덜 받아 매우 건조한 기후가 나타나 동식물이 생존하기 어려운 불모지대다. 또 다른 산군인 ‘힌두쿠시’는 파미르 남부에서 파키스탄 북부를 거쳐 아프가니스탄 중앙부로 600km 정도 뻗은 산맥으로 알렉산더 대왕이 이곳을 넘어 인도를 침공했다 전해온다.

히말라야 전반에 대한 간단한 예습을 끝낸 만큼 이제부터 파키스탄 ‘카라코람 히말라야’의 맹주 K2 베이스캠프까지 트레킹을 한번 떠나보자.

← ‘K2 전망대’라 불리는 해발 4,650m인 콩코르디아에서 바라본 K2 정상. 이곳에 서면 브로드피크(8,047m) 가셔브롬 4·5, 발토르링그리, 스노우돔, 시야킹그리, 초골리사, 트랑고타워, 커시들러, 엔젤피크 등 7,000~8,000m대 봉우리가 파노라마처럼 펼쳐진다.

세계 최고 트레킹 코스...가는 길은 세계 최악

해발 4,650m. 천신만고 끝에 ‘K2 전망대’라 불리는 콩고르디아에 선다.

세계에서 가장 긴 빙하인 발토르 빙하 등 다섯 개의 빙하가 만나는 이곳에서 비로소 8,000m 이상의 거봉인 K2와 브로드피크, 가셔브롬 I·II봉으로 가는 길이 갈라진다.

정북으로 ‘죽음의 산’ K2가 절대군주의 위용을 과시하고 있으며 그 우측 시계 방향으로 브로드피크·가셔브롬 IV, II봉·발토르링그리·스노우돔·시야킹그리·초골리사·미터피크·파우·올리비아호·트랑고타워·커시들러·엔젤피크 등이 온통 머리에 흰 눈을 입 채 파노라마처럼 펼쳐진다. 지구 위에 조물주가 창조한 위대한 걸작품인 듯하다.

이 광경을 목격하기 위해 애오라지 7일간 사막 같은 황량한 모래와 자갈길, 빙하가 녹아 이뤄놓은 수백 개의 크고 작은 둑덕을 오르내렸던가. 극한의 피로감에 쿵쾅대던 심장이 갑자기 용솟음을 친다.

↓ 37도를 오르내리는 끈약별 아래 끝없이 펼쳐지는 카리코람 히말라야 말단부의 황량한 모래 자갈길.
‘죽음의 산’ K2를 일현하기 위해 트레커들은 이 같은 고통을 참으며 걷고 또 걷는다.



모든 게 하늘의 뜻

누가 말했던가. K2로 가는 길은 아름답고 웅장한 세계 최고의 트레킹 코스지만 인고의 대장정이라고.

이슬라마바드에서 K2 트레킹의 전진기지인 스카르두로 이동하는 방법은 두 가지. 여기서부터는 대체로 하늘의 뜻에 좌우된다. 날씨가 좋을 경우 국내선을 이용, 50분이면 간단히 스카르두에 도착한다. 이때 조그만 기내창으로 1953년 헤르만 불이 단독 등반, 현대 등반사의 신화를 이룩했던 세계 9위봉인 낭가파르바트의 눈덮인 장엄하고도 웅장한 자태도 감상할 수 있다. 통상 비행기가 뜰 확률은 50% 안팎이다.

비행기가 뜨지 못할 경우 버스로 스카르두까지 800km를 1박 2일에 걸쳐 무작정 달려야 한다. 고행길의 서막이다.

하지만 일각에선 깔끔하지만 무미건조한 비행기보다는 좀 고통스럽지만 파키스탄의 억센 대자연과 생활상을 적나라하게 경험할 수 있는 버스가 훨씬 낫다고 말하는 이도 있다. 그 길은 하늘과 맞닿은 환상의 길 '카라코람 하이웨이(KKH)'이다. 이 길은 옛 실크로드 중 하나로 흔히 생각하는 고속도로(Express High Way)가 아니라 고도가 높은 도로(High Altitude Way)를 의미한다.

중국 신장위구르자치구 카슈가르와 파키스탄의 이슬라마바드를 잇는 이 길은 1962년 중국과 파키스탄이 착공, 24년 걸려 1986년에 완공됐다. 양국 군인들이 험준한 산악지형을 뚫어 만든 아름답지만 아주 험한 길이다. 총길이 1257km의 이 길은 가장 높은 고개 쿠제랄파스(4,974m 일명 피의 고개)를 경계로 파키스탄 쪽 857km와 중국 쪽 400km이다. 위낙 험한 대역사이다 보니 km당 1명이 사망한 것으로 알려져 있다.

문명이 발달하기 이전 이 길은 대상들과 혜초, 현장법사 등 구도승들이 개척한 실크로드였고 그것이 토대가 돼 오늘날의 도로가 생겨난 것이다.

인더스강의 광란의 물결과 나란히 내달리며 해발 3,000~5,000m를 넘나드는 산허리를 뚫은 이 길은 지금도 거대한 낙석으로 도로가 유실되는 일이 다반사다. 해서 빠듯한 일정으로 떠나는 트레커들의 애간장을 새까맣게 태우기로 악명 높다. 카라코람 하이웨이를 달리다 보면 지형적으로 의미있는 한 지점을 만난다. 길깃 인근을 기점으로 카라코람 히말라야, 그레이트(네팔) 히말라야, 힌두쿠시 산맥의 '빅3 산맥'이 만나는 지점(Junction point of 3 mightiest mountain ranges of the world)'을 널리 알리기 위해 도로 상에 지형지물을 만들어 놓고 안내판을 세워 놓았다. 순례자들도 대개 여기서 잠시 쉬면서 지도에 표시된 '빅3 산맥'을 확인한다.

K2의 들머리 격인 스카르두에선 파키스탄 관광공사에서 운영하는 전통의 K2모텔에 묵는다. 인더스강을 굽어보는 전망 좋은 이곳은 K2 등 카라코람 히말라야의 발토르 빙하 일대를 등반한 대부분의 유명 산악인들이 머물렀던 곳이다. 이를 대변하듯 긴 복도에는 지난 수십년간 각국

원정대들의 등반을 알리는 사진

이나 그림엽서, 지역 신문기

사들이 전시돼 있다. 한국

인으로 세 번째 히말라야

14좌에 오른 한왕용의 마

지막 남은 가셔브롬 II와

브로드피크 등반 계획을

알리는 커다란 포스터도

걸려 있다.



K2의 들머리 격인 스카르두의 K2모텔. ↑

K2 등반 산악인과 트레커들은 모두 여기서 하룻밤을 묵는다.

K2베이스캠프로 이동 중 카라코람 하이웨이 상에서
'빅3 산맥'이 만나는 지점 ↓



아스콜리 마을에서 선발된 →
포터들이 K2베이스캠프까지
무거운 짐을 메고 동행한다.



↑ K2로 가는 여정은 세계에서 가장 긴 빙하인 발토르 빙하를 걷는다.
모처럼 수 m 두께의 빙하가 속살을 내비쳤다.

예상치 못한 황사 같은 흙먼지

스카르두에서 K2로 가는 마지막 길목의 마을 아스콜리까지는 인더스강의 상류인 시가르계곡을 따라 100여 km 사륜구동 지프로 이동한다. 시간은 8시간 안팎. 문제는 흙먼지였다. 반투명 비닐 창이 있긴 했지만 흙이 밀가루처럼 고와 운행 내내 차안으로 밀려 들어 뿐만 아니라 내려앉는다. 비닐창을 완전히 닫으면 찜통더위에 못 견디고, 약간만 열면 흙먼지 회오리바람을 안아야 하는 선택의 기로에서 순례객들은 이동 내내 적지 않은 고민을 해야 한다. 절벽 사면에 축대를 쌓아 만든 길은 얼마나 험한지 겨우 차량 한 대가 지날 정도다. 이따금씩 단번에 지나갈 수 없어 까마득한 벼랑 위를 후진하며 달리기를 수차례. 더욱 가관인 것은 콧수염의 앤된 운전기사는 랩 수준의 시끄러운 음악을 귀청이 찢어질 정도로 볼륨을 높여 콧노래를 흥얼거리며 시종일관 속도를 늦추지 않고 내달린다.

도착지인 아스콜리(3,050m)는 사람이 사는 마지막 마을이자 트레킹의 기점. 이때부터 야영이 본격 시작된다.

(하)편으로 이어진다.

히말라야 환경 지킴이 MGPO

전 세계에서 파키스탄 카라코람 히말라야로 K2 트레킹을 오는 관광객은 매년 3만 5,000여 명. 1970년대 초부터 시작된 일반인들의 트레킹이 이제 급속도로 증가한 것이다. 카라코람 히말라야의 발토르 빙하 말단부의 대자연이 크게 훼손됐다. 이곳은 과거 높은 물고기로 유명했지만 최근에는 물고기 수가 급격히 줄어들었다.

하지만 수년 전부터 이러한 환경오염과 훼손을 막기 위해 MGPO (Mountain and Glacier Protection Organization · 산악 빙하 보호 기구)라는 민간기구가 설립돼 자연보호에 나섰다.

그 결과 발토르 빙하 말단부에는 현재 야영지가 졸라 · 파유 · 호부체 · 우르드까스 · 고로1 · 고로2 · 콩그르디아 등 7개 정도가 만들어졌다. 이 중 졸라 · 파유 · 우르드까스 등 3개는 씻을 수 있는 물과 트레커들을 위한 화장실 등 기본적인 시설을 갖추고 있다. 높이 울창한 파유에는 인더스강이 내려다 보이는 곳에 세면대까지 갖춰 잠시나마 인간답게(?) 생활할 수 있게 해준다. 이 기구를 이끄는 회장은 아이샤 칸이라는 60대 여성으로 파키스탄 고위 정치인의 부인으로 알려져 있다. 그 또한 수 년 전 발토르 빙하 트레킹을 왔다가 숲의 훼손 실태를 보고 충격을 받아 이 기구를 창설했다.

숲 훼손의 주범인 포터들에게는 취사구와 연료를 지급, 점차 산림 훼손이 줄고 있다.



카라코람 히말라야의 K2 훼손을 막기 위해 설립된
민간기구(MGPO)가 조성한 우르드까스 캠프

트레킹 어떻게 가나?

K2는 가고 싶어도 맘대로 갈 수가 없다. 일반 여행사는 엄두를 못 내고 산악 전문 여행사가 드물기 때문이다. 일정이 거의 한 달이고 비용 또한 만만찮다. 체력 또한 받쳐줘야 가능하다. 다행히 서울의 (주)카일라스투어가 오는 5월 말 일반인을 대상으로 현재 모객 중이다. 이번 투어에는 K2뿐만 아니라 파키스탄의 8,000m급 봉우리인 낭가파르바트, 브로드피크, 가셔브롬 I · II의 베이스캠프를 모두 섭렵하는, 근래 보기 드문 대장정이다. 동행하는 김수현 카일라스투어 대표는 대학 산악부 출신의 전문 산악인이다.

5월 24일~6월 22일, 704만 5,000원. 문의 010-2923-3230.



To. 좋은삼선병원

10병동 간호사, 간호조무사님들 감사합니다.



안녕하십니까?
저는 100세 후에 나번 짐대 QS 아길 100입니다.
저는 오늘 이렇게 글을 쓰는 이유는 간사의 일을 전하고 싶습니다.
제가 처음 입원할 때 Admission (입원)하는 날에 수술하고 출혈하고 배려받았던게
모아주었습니다. 그래서 더욱 고맙고 감사합니다.
그때 제가 너무 다행스럽고 너무 눈물도 많이 흘리고 경향이 많았던 터라.
그때만 해도 복구하고 병동 간호사 간호조무사 선생님들께서 글하지 않고 환자를 대도
간직함을 냥도 한데 그때도 친절하게 배려심이 많았기 때문에 감사했습니다.
너무 고맙습니다.
그래서 저는 지금 선생님들께서 더욱더 따뜻하고 위안이 되어주는 만들과 그리고
제의 품질의 보장을 공정하게 주시는 대로 믿어 낼 수 있습니다.
한 번은 마취가 까까해서 심하게 두통을 호소하고 그셨는데도 친절하게
해주시면서 감사한 마음이 더욱 제가 크게 느껴졌습니다.
또는 정밀 여러 CT 분들도 보게 되고 며칠CT 혹은 보호자님들 얘기
때문에 그때마다 부족하고 친절함을 알지 않는 그런 직업상을
거둔 놀라울 수 있었습니다.

때로는 친화력을 때로는 배려심 때로는 협사기술은 마음 그리고 나의 힘을
같은 따뜻함 때로는 환자들의 이해력을 저는 굉장히 본인을 정의하고
생각합니다.

10병동 간호사, 간호조무사 선생님들 높고맙고 감사하고 그리고
앞으로 고생해 낙쁜 보호자와 환경을改善해 주어서 감사합니다.
그럼 이만

2020년 1월 18일 조보현
- 100세 후에 나번 짐대 QS 아길 100-



To. 좋은문화병원

외과 김정훈 과장님 감사합니다.



안녕하세요. 김정훈 과장님.

이번에 수술해주신 oo의 환자 손자입니다.

먼저 수술을 너무 무사히 잘 해주셔서 감사드립니다.

예기치 못하게 갑상선 쪽에 문제가 생겼는데, 예전 수술 이력도
있고 해서 너무나도 걱정되었던 게 사실입니다.

그 와중에 이쪽 분야에서 너무나도 정통한 김정훈 과장님을 주
치의로 만나게 되어 너무 다행스럽다고 느껴집니다.

김정훈 과장님의 이쪽 분야에 실력이 아주 뛰어나다고 주위에서
얘기를 들었던 터라 수술 전날 제주도에서 급히 할머니를 뵙고
입원을 도와드리면서 안심이 되었습니다.

할머니께서도 항상 감사한 마음을 가지고 있는데 직접적으로 표
현을 하셨겠지만, 이 공간을 빌어 한 번 더 감사하다고 전합니다.
저뿐만 아니라 저희 가족 모두가 과장님께 감사한 마음을 가지고
있습니다.

여력이 되지 않아 수술 전 조금의 부주의가 있었지만 과장님이^잘 케어해주신 덕분에 지금 상태가 많이 좋아지신 것 같습니다.
예기치 못한 추위와 항상 많은 업무 속에서 배려해주시고 감사
합니다.

항상 건강하시고 좋은 일이 많으셨으면 좋겠습니다!

2020.02.07 김○○님

To. 좋은강안병원

어머니의 회복을 위해
힘 써 주신 모든 분들께
감사드립니다!!!



친절 의사선생님으로
이난주 과장님을
추천합니다!



작년에 뇌출혈로 인해 현재 9병동에 입원해 계시는 정OO
환자의 아들입니다.

어머니께서 3개월이 넘는 병원생활을 지내는 동안 여러 곳
에서 어머니를 위해 힘 써 주신 선생님들의 친절하심에 감
동하여 이 자리를 빌려 감사드립니다.

뇌출혈의 중단을 위해 많은 신경을 써 주신 신경외과 최재
혁 과장님, 재활치료를 위해 현재까지 애써 주시는 재활의
학과 이상진 과장님 외 재활치료실의 담당 선생님들, 시시
각각 어머니의 상태를 일일이 관찰하시며 정성을 다해 치
료해 주시는 9병동 수간호사님 이하 모든 간호사 선생님들,
특히 공동 간병인실에서 저희 어머니를 본인의 어머니인
양 최선을 다해 정성껏 보살펴 주시는 소망 간병회 박덕자,
이재순 간병사님의 수고로움은 말로 다 표현하기가 힘들
정도로 잘 해 주셨습니다.

이달 말일부로 어쩔 수 없이 어머님을 모시고 나와야 하는
상황이지만 그동안 성심성의껏 어머니를 위해 애써주신
모든 선생님들께 깊이 머리 숙여 감사드립니다!

2020.01.29 김○○님

안녕하십니까? 저는 귀 병원의 협력업체에 근무하는 직원
입니다.

일전에 건강검진센터에서 검진을 받은 후, 검진결과에서 갑
상선에 크고 작은 결절이 3개나 발견되어 갑상선외과에서
주사기로 조직검사를 받게 되었습니다.

조직검사 시 두려움도 있고 아프기도 하였지만 이난주 선생
님의 친절한 검사로 무사히 잘 받았으며 이후 현재까지는
별다른 이상이 없다는 설명을 듣고 걱정했던 마음이 진정
되어 안심하게 되었습니다. 치료차 여러 번 좋은강안병원을
방문했지만 이렇게까지 환자를 자기 가족을 대하듯이 편
안하게 대해주신 분은 본 적이 없습니다. 저에게만 친절하
셨는지는 모르지만 고맙고 감사했습니다.

제가 다니는 회사도 내방하는 고객님께 더욱 친절할 수 있
도록 직원교육을 해야 되겠다고 마음먹고 많은 것을 배웠
습니다. 이난주 같은 의사 분은 귀 병원의 보물입니다. 꼭
칭찬을 한번 해주시기를 바랍니다. 끝으로 귀 병원의 무궁
한 발전을 기원합니다.

2020.03.20 박○○님

이달의 친절왕

좋은병원들 직원들은

대부분이 친절하다고 말씀해 주십니다.

항상 감사하면서도 부족함이 없는지

생각해 보게 되는 칭찬의 말씀입니다.

이에 만족하지 않고 좋은병원들은

더욱 더 친절한 병원이 되고자

매월 친절왕을 선발하여 시상하고 있습니다.

직원이 봐도 친절한 직원,

고객께서 편지로 전화로 칭찬을 해주신

직원들이 바로 그들입니다.

2019년 12월부터 2020년 2월까지 선정된 친절왕을 소개합니다.

좋은 문화병원



좋은 삼선병원



좋은 강안병원



친절은 상대방이 친절하다고 느껴야
제대로 된 친절

GOOD MOONHWA

2019년 12월 친절왕
좋은문화병원 원무팀
이호현



안녕하십니까? 2019년 12월 친절왕으로 선정된 좋은문화병원 원무팀 이호현입니다.

먼저 친절왕으로 선정해 주셔서 감사드리며 부족한 저를 다시 한번 더 돌아보는 시간이 되었습니다. 첫 직장에서 처음으로 경험해본 일들이 많았고 이루고 싶은 목표 중에 하나가 친절왕이었는데 목표를 이룰 수 있게 도와주신 저희 원무팀과 많은 협력 부서분들께 감사합니다.

여러 부서와 같이 일을 하다 보니 친절은 혼자서는 할 수가 없으며, 친절하게 했다고 해서 다 친절이 아니고 상대방이

친절하다고 느껴야 제대로 된 친절이라는 것도 알게 되었

습니다. 이 경험을 바탕으로 저희 좋은문화병원에 내원하시는 환자, 보호자 등 많은 고객분들께 고객의 입장으로써 어떻게 해야 고객들이 제대로 느낄 수 있는지 고민하고 행동할 수 있었던 것 같습니다.

그래서 이 친절왕은 저 혼자만의 친절왕이 아니라 저희 좋은문화병원 전체를 상징하는 것 같습니다.

좋은문화병원 덕분에 제가 한층 더 성장했습니다. 이 도움을 받아 병원에 해가 되지 않게 더욱 더 발전하고 친절한 직원이 되도록 노력하겠습니다.

다들 건강하시고 행복한 일만 가득하시길 바랍니다.

되돌아보고 더 노력하고
좋은 모습으로 보답하겠습니다

GOOD SAMSUN

2020년 2월 친절왕
좋은삼선병원 종합검진팀
박신범



안녕하십니까? 2020년 2월 친절왕으로 선정된 좋은삼선병원 종합검진팀 박신범입니다.

먼저 부족한 저에게 친절왕이란 상을 주셔서 정말 감사합니다. 별로 친절하지 않다고 생각한 저에게 친절왕으로 선정되었다 하셨을 때 친절 위원장님에게 물어봤습니다. 저 별로 안 친절한데 친절왕 받아도 되는 건지, 그 질문에 위원장님은 앞으로 친절하라고 주는 거라고 하셨습니다. 그 답변처럼 지금 보다 더욱 친절한 직원이 되도록 노력하겠습니다.

그리고 친절왕으로 선정되고 입사 후 그동안 나는 어떤 모습이었는지 되짚어 보는 시간을 가졌습니다. 기차를 타고 뒤를

돌아보면 굽이굽이져 있는데 타고 갈 때는 직진이라고 밖에 생각 안 하듯 저도 반듯하게 살아왔다고 생각했는데 뒤돌아 보면 굽이굽이져 있고 그런 병원 생활이었습니다. 저를 되돌아보며 더 노력하고 좋은 모습으로 모든 분들께 보답하겠습니다. 오랫동안 기다린 봄이지만 코로나19 때문에 외출도 자유롭게 못하고 힘들 텐데 봄이 다가오는 만큼 점차 괜찮아질 거란 생각이 드는 3월입니다.

오늘 하루도 행복하게 보내세요, 감사합니다.

GOOD GANG-AN

2020년 2월 친절왕
좋은강안병원 원무팀
윤혜원



친절이란 '상대방을 배려하는 마음을 전달하는 표현방식'

안녕하십니까? 저는 2월 친절왕 원무팀에서 근무하고 있는 윤혜원입니다.

제가 친절왕으로써 상을 받을 수 있었던 가장 큰 이유는 바로 원무팀에서 같이 일하는 좋은 선배님들께 친절을 배운 덕분이라고 생각합니다. 이 자리를 빌려 다시 한 번 감사드립니다.

원무팀에서 근무를 하다보면 많은 외래환자, 입원 환자분들을 응대하게 되는데 그때마다 성심성의껏 친절하게 도와드리려고 하지만, 민원을 제기하시는 고객님들도 계십니다.

그럴 때마다 당황스럽고 어떻게 대처드려야 할지 어렵기도

하지만, 역지사지로 감정을 억누르고 고객님의 말을 귀담아 들으며 최선을 다하다 보면 나중에는 고객님도 기분이 좋아져서 오히려 큰 보람으로 되돌아오는 점도 있습니다.

제가 생각하는 친절은 '상대방을 배려하는 마음을 전달하는 표현방식'이라고 생각합니다. 앞으로도 밝은 표정을 유지하며 항상 즐겁게 일하는 직원이 되겠습니다. 직원 한명 한명의 친절로 병원의 이미지가 만들어 진다고 생각합니다.

모든 직원 분들의 노력이 헛되지 않게 앞으로 더욱 노력하겠습니다.

좋은강안병원 내시경센터

글_ 좋은강안병원 내시경센터

좋은강안병원 내시경센터는 정확한 진단과 치료를 위하여 소화기 내시경 전문의, 기관지 내시경 전문의, 췌담관 내시경 전문의로 구성된 뛰어난 의료진으로 운영되고 있습니다.

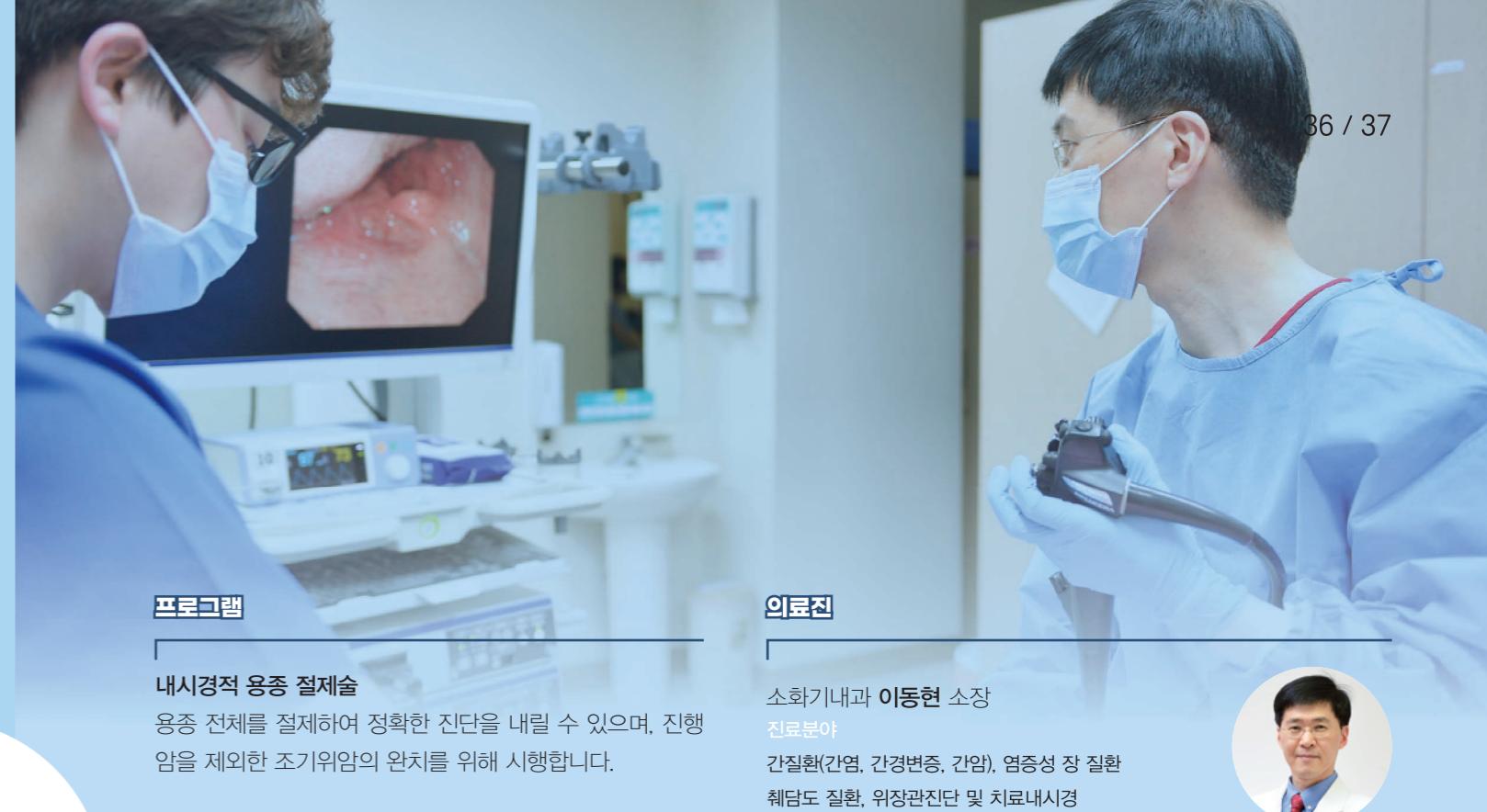
내시경 장비를 구비하여 더욱 정확한 진단을 할 수 있으며, 소화관 출혈이나 용종 시 제거할 수 있는 각종 부속기구와 장비가 완벽하게 마련되어 있습니다.

- 특수내시경 시행 (위 · 대장 · 기관지 · 소아 내시경, 담췌 관계 내시경 조영술 등)
- 치료내시경 시행 (내시경 지혈술, 내시경적 용종절제술, 내시경적 담췌관 절제술, 총담관 결석 제거술 등)
- 검사 시 불안감을 낮춰주는 수면내시경 시행 (산소포화도 측정, 맥박검사, 산소공급 등)
- 초음파 내시경 도입으로 더욱 더 정확하고 안전한 진단이 가능

또한 검사 시 감염예방을 위하여 공기청정기, 초음파세척기, 자동세척소독기를 구비하고 있으므로 안전하게 검사를 받으실 수 있습니다.



Endoscopy Center
& Good Gang-an Hospital



프로그램

내시경적 용종 절제술

용종 전체를 절제하여 정확한 진단을 내릴 수 있으며, 진행 암을 제외한 조기위암의 원치를 위해 시행합니다.

경피 내시경하 위루술

경구로 영양섭취가 불가능하지만 위장관 기능이 정상일 때, 영양공급을 목적으로 특수한 경우를 제외하고는 수술적 위루술을 대치하여 가장 널리 시행되는 경장 영양법입니다.

이물제거술

위장관 협착 및 폐색을 일으킬 수 있는 육류 덩어리나 출혈 및 천공을 일으킬 수 있는 날카롭고 뾰족한 이물, 위장관 부식이나 화상을 야기할 수 있는 이물, 칠과상이나 궤양을 일으킬 수 있는 이물, 중독을 야기할 수 있는 이물이나 위석이 있는 경우 시행합니다.

내시경적 역행성 담췌관 조영술(ERCP)

담낭, 담도, 췌담관, 총담관, 유두부를 관찰하는 검사로 황달, 우상복부통증 및 불편감 등이 있는 경우 시행합니다.

내시경적 출혈지혈술

정맥류의 내시경적 결찰요법

정맥류가 있는 경우 출혈을 막기 위해 예방적으로 내시경 치료를 시행합니다. 결찰 요법은 내시경 끝에 고무 밴드가 달린 특수 장치를 부착시켜 혈관을 이 장치내로 흡입한 후 고무 밴드에 끊어 혈관을 없애는 시술입니다.

의료진

소화기내과 이동현 소장
진료분야

간질환(간염, 간경변증, 간암), 염증성 장 질환
췌담도 질환, 위장관진단 및 치료내시경



소화기내과 김지현 과장
진료분야

식도, 위, 위궤양, 대장질환(염증성 장 질환
기능성 위장관 질환), 치료내시경



소화기내과 최세웅 과장
진료분야

위장관 진단 및 치료내시경, 식도 · 위 · 소장 · 대장질환
담도 및 췌장질환



소화기내과 오숙경 과장
진료분야

위장관진단 및 치료내시경, 식도 · 위 · 소장 · 대장질환
담도 및 췌장질환, 간질



소화기내과 양주일 과장
진료분야

위장관 질환(식도, 위, 대장질환), 췌담도 질환(담낭용종
담도암, 담도폐쇄, 담석증, 췌장낭증, 담낭암, 췌장암
췌장염), 간 질환(간염, 간경화, 간암)



소아청소년과 이영아 주임과장
진료분야

간염, 황달, 변비, 급 · 만성 설사, 급 · 만성 복통
영양장애, 염증성 장질환, 모유 수유, 성장 지연



좋은삼선병원 재활치료팀을 소개합니다

글_ 이정희 좋은삼선병원 재활치료팀



재활의 사전적 의미는 ‘신체적으로 장애를 입은 사람이 그 장애를 극복하고 생활하거나 활동함’이란 뜻을 가지고 있습니다. 저희 재활치료팀은 여러 가지 이유들로 신체적, 인지적 불편함을 가진 환자들이 가정으로, 나아가 사회로 돌아갈 수 있도록 치료적인 도움을 주는 부서입니다.

건강했던 사람에게 사고나 질병으로 인해 생기는 불편함은 사소한 것에서부터 다른 이의 도움이 없이는 생활이 어려운 것 까지 다양한 케이스가 있습니다. 이런 불편함을 여러 가지 전문적인 재활치료들을 통해서 감소시켜 주고, 삶의 질을 높여 줄 수 있게 하는 것이 저희 재활치료팀의 일이랍니다.

저희 재활치료팀에는 서른 명이 넘는 치료사들이 있습니다. 치료사들은 전문적인 교과 과정을 거치고 국가고시 시험을 통해

치료사면허증을 발급받아야 임상에서 치료사로서 일할 수 있습니다. 또한 여러 가지 재활치료 교육들을 통해서 전문성을 더욱 키워감으로써 환자들에게 더욱더 전문적인 재활치료를 할 수 있도록 노력하고 있습니다. 이런 노력으로 환자분들이 좀 더 건강해진 모습으로 퇴원하시면서 건네주시는 감사의 인사들은 치료사로서의 보람과 기쁨을 느낄 수 있는 순간이 아닐까 싶습니다.

재활치료의 분야는 생각보다 다양하고 넓습니다. 그중 저희 삼선병원에는 신경계, 정형계, 스포츠, 소아재활치료실이 있습니다. 병원 곳곳에 치료실이 나누어져 있으며, 각 치료실에서는 어떤 치료가 이루어지는지 자세히 알려드리겠습니다.

성인 중추신경계 물리치료실

신관 10층에 위치한 신경계 운동치료실은 사고나 질병으로 인한 신경계 손상으로 움직임이 어려운 환자들을 대상으로 치료를 제공하고 있습니다. 특히, 뇌졸중으로 인한 편마비 환자들이나 척수손상 등으로 인한 사지마비 환자들 외 외상성 뇌 출혈, 뇌성마비, 파킨슨병 환자 등이 있습니다. 물리치료사는 신경계 손상 질환으로 인한 문제점을 파악한 후 다양한 움직임을 통해 자세조절 능력을 증진시키고 통증감소, 지구력 및 균력의 증가, 관절 안정성 증진을 통해 보행훈련, 균형훈련을 실시하고 있으며 움직임에 제한이 있고 스스로 보행이 어려운 환자들은 일상생활 복귀에 있어서 많은 도움을 받을 수 있습니다.

성인 중추신경계 작업치료실

신관 10층에 위치한 작업치료실에서는 뇌손상이나 척수 손상 등 신경계 손상으로 인해서 일상생활능력에 장애를 가지거나 인지적인 손상 등을 가진 환자분들을 대상으로 치료를 하는 치료실입니다. 또한 일상생활활동작성이 따로 마련되어 있어 실제 집과 같은 구조에서 환자들이 가지는 불편함을 직접적으로 느끼고 재활훈련을 할 수 있도록 하고 있습니다. 작업치료실에서는 신체적인 불편함뿐만 아니라 인지적인 손상을 가진 환자분들 대상으로 하는 인지치료와 신경계 손상으로 인한 삼킴에 어려움을 가지는 삼킴 장애 환자들의 삼킴 훈련도 함께 이루어집니다.

근골격계 물리치료실

근골격계 물리치료실은 급성 및 만성 근골격계 질환 때문에 발생하는 통증으로 일상생활에 어려움이 있는 환자나 수술 이후 기능 회복이 필요한 환자를 대상으로 증상완화, 악화예방, 운동장애 및 기능 장애를 위하여 전기치료, 도수치료, 자가 운동 교육을 시행하고 있는 치료실입니다. 최근에 별관 3층 건물로 이사하면서 이전보다 훨씬 더 넓고 깨끗한 치료공간을 마련하여 환자분들에게 좀 더 쾌적하고 질 높은 치료를 제공할 수 있게 되었습니다.

소아재활치료실

근골격계 물리치료실과 함께 별관 3층으로 이사한 소아재활치료실은 물리, 작업, 언어치료실로 이루어져있습니다. 물리치료실에서는 손상으로 인한 기능적 제한 장애 또는 기타 질병과

관련된 아동을 계획적으로 조절 할 수 있는 치료적 중재로써 손상과 기능적 제한을 완화하는 치료를 제공하고, 작업치료실에서는 손상이나 질병, 질환으로 장애를 지닌 아동을 대상으로 신체 기능의 회복, 인지운동 기능훈련, 일상생활활동 훈련 등을 목적으로 하는 치료가 이루어집니다.

언어치료실에서는 여러 가지 요인으로 인해 발생하는 언어발달 지연 및 장애를 가진 분들을 대상으로 하는 치료로써 아동뿐만 아니라 성인 환자분들도 함께 치료를 받으실 수 있습니다.

스포츠 운동치료센터

별관 6층에 위치한 스포츠 운동치료센터는 일반인들의 정형 외과적 손상에 대한 빠른 치유 및 일상생활로의 복귀와, 아마 및 프로운동선수들의 운동손상증후군을 집중적으로 치료하고 관리함으로써 부상의 위험에서 벗어나고 경기력 향상에 목적을 두어 체계적인 재활운동방법을 제공하는 곳입니다. 수술 전후 일상생활활동 복귀 및 기능강화, 급성 및 만성 근골격계 질환으로 진단 받으신 분, 아마 및 프로 운동선수, 유소년 운동선수 등 각각의 질환 및 스포츠 종목, 포지션에 따른 특성화된 운동 프로그램과 회복프로그램을 운영하여 시행하고 있습니다.

체외충격파치료실

별관 2층에 위치한 체외충격파 치료실은 Extracorporeal Shock Wave Therapy로써 약자로 ESWT라는 치료가 시행되는 곳입니다. ESWT는 신장결석과 담석을 치료하는 원리를 이용하여 만성 염증이나 손상이 있는 관절과 인대에 적용해 혈액순환을 좋게 함으로써 힘줄과 인대의 염증을 없애주고 안정화시켜 통증을 감소시켜주는 근본적인 치료입니다.

이렇게 각자의 자리에서 환자를 위해 최선의 치료를 할 수 있는 재활치료팀이 되도록 노력하겠습니다. 감사합니다.



NEWS

Community



구정회
은성의료재단 이사장



문화숙
좋은문화병원 병원장



은성의료재단 구정회 이사장

제14차 부산-후쿠오카 포럼 부산회의 참석

은성의료재단 구정회 이사장은 지난 2월 15일(토), 부산롯데호텔에서 '부산-후쿠오카에서 한·일 미래를 만든다'를 주제로 열린 '제14차 부산-후쿠오카 포럼 부산회의'에 참석하였다.

첫 발표자로 나선 구정회 은성의료재단 이사장은 "세계적 노령화 추세를 볼 때, 2050년에는 한국이 65세 이상 인구 비율이 38.2%로 일본의 37.7%보다 앞서게 될 것"이라며 "수명이 늘어나는 노인들의 생활은 연금과 건강보험 등이 제대로 뒷받침돼야 가능한데 국가 재정은 줄고 생산인구가 감소하면서 노인들의 사회적 문제는 가중될 것"이라고 전하였다.



은성의료재단 구정회 이사장

좋은문화병원 문화숙 병원장 이어 아너 회원 가입

부산사회복지공동모금회에 은성의료재단 구정회 이사장이 부산에서 192번째 아너 소사이어티 회원이 되었다. 구정회 이사장은 "우리나라도 나눔 문화가 많이 퍼졌으면 좋겠다. 지역에서 성장한 병원이 지역에 보답할 방법은 나눔이라고 생각해 앞으로 지속해서 나눔을 실천하겠다"고 말했다.

박영희 부산사회복지공동모금회 사무처장은 '문화숙 좋은문화병원 병원장'이 작년 1월 아너 가입 후 1년만에 부부가 아너 소사이어티 회원이 되신 것에 대해 큰 감사의 마음을 표하며, 부부의 이웃들에 대한 마음을 지역의 어려운 이웃들을 위해 잘 전달할 것"이라고 말했다.

이와 함께 다양한 사회활동을 지원하며 복지관, 경로당, 도시철도 진료 등 의료의 손길이 필요한 곳을 찾아가는 무료진료도 진행하고 있다. 또 장애인과 함께하는 나들이 행사와 사랑의 바자회 운영, 저소득 아동초청 견학행사 등의 사회 복지활동에도 적극적이다. 게다가 더불어 아동육아시설 지원, 국제장애인협의회 등에 대한 후원활동도 지속적으로 펼쳐오고 있다.



2020년 시무식

좋은병원들은 2020년 새해를 맞아 지난 1월 2일(목) 오전 8시, 각 병원에서 시무식을 개최하였다. '질문을 하고? 감동을 주고! 끝까지 하면, 좋은사람이 되고 좋은병원이 된다'는 슬로건과 함께 힘차게 시작한 시무식에는 의료진과 직원들이 참석하였다. 2020년 경자년(庚子年), 새로운 출발을 위한 이번 시무식에서는 이사장 이하 병원 대표자들의 훌륭한 덕담과 새해인사 및 각오를 다지는 뜻깊은 시간이 되었다.



설 맞이 신권 교환 행사

좋은병원들은 지난 1월 23일(목) 오전 9시 30분, 각 병원 본관 1층 원무과 데스크에서 신권 교환 행사를 개최하였다. 은행에 직접 방문하기 어려운 환자 및 보호자, 내원객들을 위해 개최된 이번 행사는 설날을 맞이하여 신권을 교환해야 하는 번거로움을 덜어드리기 위해 진행하였으며 참여한 환자 및 보호자, 내원객들로부터 많은 반응을 얻었다.



2020년도 전공의 수료식

좋은병원들은 지난 2월, 각 병원에서 '2020년도 전공의 수료식'을 개최하였다. 이번 수료식에서는 레지던트와 인턴 과정을 수료한 전공의들에게 수료증과 공로패를 전달하고 축하의 뜻을 전하는 뜻깊은 시간을 가졌다.



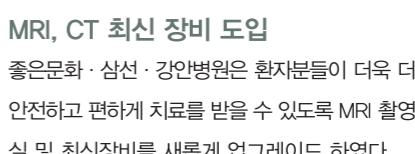
2020년도 신임진료과장

좋은문화병원(9명)

소화기내과 임홍규 · 김동준, 소아청소년과 신정현, 이비인후과 김태훈, 성형외과 박태서 영상의학과 김범수, 응급실 안유미 · 김우현

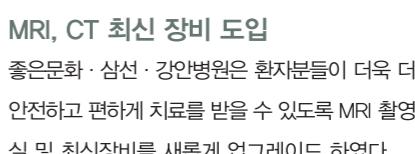
좋은삼선병원(14명)

외과 문기명, 비뇨의학과 장준보, 안과 유지명 영상의학과 전재량 · 박소민 · 배정민, 직업환경 의학과 홍석우, 응급의학과 흥지윤 · 임창우 마취통증의학과 윤지환 · 이한빛, 진단검사의학과 안규대, 신경과 정선혜, 가정의학과 이가영



2020년 신규 간호사 오리엔테이션

좋은병원들은 지난 2월 각 병원에서 '2020년 신규 간호사 오리엔테이션'을 실시하였다. 이번 오리엔테이션은 병원 소개, 간호 신무 등에 대한 교육 및 다양한 레크레이션 활동을 하였다. 그리고 간호부는 추후 신규 간호사들의 간호서비스 향상을 위해 현장실무교육과 1:1 맞춤 프리셉터쉽 교육을 실시해 지속적으로 신규 간호사들의 임상 현장 적응과 교육을 지도할 예정이다.



MRI, CT 최신 장비 도입

좋은문화 · 삼선 · 강안병원은 환자분들이 더욱 더 안전하고 편하게 치료를 받을 수 있도록 MRI 촬영실 및 최신장비를 새롭게 업그레이드 하였다. MRI는 기존보다 검사 출입구가 넓은 최신장비를 도입함으로써 폐쇄 공포증 환자나 소아 환자도 이전보다 편안한 환경에서 검사가 가능하며, CT는 기존 검사에서는 불가능했던 움직이는 장기 촬영도 입체 영상으로 제공이 가능하여 관련 질환의 정확한 진단에 도움을 제공하고 있다.

좋은강안병원(12명)

소화기내과 김지현, 마취통증의학과 조혁래 · 권오선, 치과 오주환, 유방외과 유지영, 응급실 권영호 · 최재훈, 정형외과 홍영일, 종양 · 혈액내과 김성근, 내분비내과 남윤정, 신장내과 김준현, 호흡기내과 노진희

NEWS



2020년도 새해 첫 번째 아기 탄생

좋은문화병원은 지난 1월 1일(수) 오전 7시 2분, 새로운 출발과 기쁨을 상징하는 새해 첫 아기가 경자년 시작을 알렸다. 엄마 오현미, 아빠 박태영 부부 사이에서 3.04kg 건강한 왕자가 태어났으며 출산 축하와 소정의 선물도 전달하였다.



한나어린이집 견학투어

좋은문화병원은 지난 1월 17일(금) 오전 10시 30분, 신관 15층 대강당에서 **한나어린이집 견학투어**를 실시하였다. 27여명의 원생들이 견학을 왔으며 이번 견학행사는 감염관리실 간호사가 손씻기 및 기침 예절 교육과 구강 교육과 의사 가운을 입고 병원 기념 촬영도 함께 실시하였다.

좋은문화병원



새해 맞이 내원객 대상 떡 나눠드리기

좋은문화병원은 지난 1월 2일(목) 오전 10시, 새해를 맞이하여 내원하는 고객들을 대상으로 **떡 나눠드리기 이벤트**를 하였다. 떡과 건강정보지를 나눠드리며 새해 인사와 함께 감사의 뜻을 전하는 이벤트를 실시하여 많은 호응을 얻었다.



생명나눔 헌혈행사

좋은문화병원은 지난 1월 29일(수) 오전 10시, 신관 15층 대강당에서 **생명나눔 헌혈행사를** 가졌다. 이번 사랑나눔 헌혈행사는 임직원들이 겨울철 헌혈 부족으로 인한 혈액수급의 어려움을 극복하기 위해 본원 임직원들이 자발적으로 동참하였고, 모아진 헌혈증은 소아암으로 고통 받고 있는 어린이들을 위해 사용되어질 예정이다.

NEWS



이용성 병원장 2020년 1월 좋은삼선건강교실

좋은삼선병원은 지난 1월 15일(수) 오후 3시, 별관 8층 대강당에서 **좋은삼선 건강교실**을 개최하였다. 이번 건강강좌는 이용성 병원장의 '100세 장수를 위한 건강비결'을 주제로 강의가 진행되었다. 강좌를 통해 이용성 병원장은, "100세가 될 때까지 매일 만보(1시간) 걷기 운동, 소식(신선한 음식), 충분한 수면, 마인드풀리스(느린삶), 가슴이 뛰는 일·영혼을 찾자, 경제활동을 꾸준히, 4차 산업혁명 준비, 사랑과 봉사(가족, 사회) 등이 필요하다"라고 전하였다.



서예가 양태상 선생님과 함께하는 입춘 축문 증정 이벤트

좋은삼선병원은 지난 1월 28일(화)~31일(토), 병원 1층 로비에서 한국가훈서예연구원 양태상 선생님을 모시고 '**입춘 축문 증정**' 이벤트를 개최하였다. 새해를 상징하는 절기, 봄이 시작되는 입춘(立春: 2월 4일)을 맞이하여 환자 및 보호자, 내원객들의 건강하고 행복을 기원하고 복운이 넘쳐나길 바라는 전 직원의 마음을 담아 마련되었다. 이번 행사는 有志竟成(유지경성: 하고자 하는 뜻만 있으면 무엇이든지 이를 수 있다), 瑞氣雲集(서기운집: 좋은 기운이 구름처럼 가득 모여 든다), 初心不變(초심불변: 늘 처음처럼 변함없이) 등 글귀와 가훈을 직접 써서 환자 및 내원객들에게 나눠드렸다.

좋은삼선병원



직원건강 프로젝트 금연클리닉

2020 금연사업 캠페인 담배없는 사업장 만들기

좋은삼선병원은 지난 1월 21일(화) 오후 1시, 별관 8층 대강당에서 사상구 보건소와 연계하여 직원들을 대상으로 **금연클리닉**을 진행하였다. 금연클리닉을 통해 흡연예방교육 및 금연보조제 등을 제공하여 참여자들의 금연 의지를 독려하고 금연을 지속적으로 실천 할 수 있도록 지원하였다. 앞으로 좋은삼선병원은 사상구보건소와 협력하여 정기적인 금연클리닉을 시행할 예정이며 금연 외에도 직원들의 건강증진을 위한 많은 활동들을 할 예정이다.



White Day 좋은삼선병원 '친절위원회가 쓴다'

좋은삼선병원 친절위원회는 지난 3월 14일(토), 코로나19를 극복하기 위해 노력하고 있는 의료진과 직원들에게 활력과 감사의 마음을 전하기 위해 화이트데이를 맞아 초코릿을 전달하였다. 친절위원장은 "어려울 때일수록 주변에 조금 더 관심을 기울이고 서로를 응원하는 좋은삼선병원이 되겠습니다. 함께 이겨낸 역사! 함께 이겨낼 오늘! 코로나19로 친한 우리 모두 힘내세요"라고 전하였다.

NEWS



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



2020 신입 전공의 오리엔테이션

좋은강안병원은 지난 2월 28일(금) 오전 9시, 13층 회의실에서 2020년도 신입전공의 오리엔테이션을 개최하였다. 이번 행사는 구정회 이사장의 인사말과 수련부장의 인사를 시작으로 의료 윤리와 병원 수련 규정 및 폭력예방 교육, 의무기록 작성, 응급실 근무 및 심폐소생술 교육, 감염관리 등 수련과정에서 지켜야 할 안내교육을 실시하였다. 오리엔테이션 이후에는 전공의와 간부들과의 중식을 함께하며 뜻 깊은 시간을 가졌다. 이번 좋은강안병원의 신입전공의는 레지던트 1명과 인턴 5명으로 이루어져있다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양팀이 작성한 중식단과 실제 메뉴를 지원받음으로써 질 높고 풍족한 음식을 제공할 수 있는 큰 이점을 가지고 있다”라고 하였다.



진료부 원우회 전 직원 대상 성금 전달

좋은강안병원 진료부 원우회는 지난 3월 13일(금) 오후 3시, 13층 병원장실에서 코로나19 확산 방지를 위해 노력하고 있는 전 직원들에게 격려의 뜻으로 성금 500만원을 전달하였다.

원우회 회장 이동기 과장은 “진료부 원우회는 코로나19 감염확산 방지를 위해 각자의 위치에서 최선을 다하고 있는 병원 전 직원들에게 조금이나마 힘이 되고자 원우회와 전 진료과장님들이 참여해 마련한 성금을 전달하게 되었다”라고 했다. 이번 전달식을 통해 진료부를 포함한 전 직원들이 함께 노력해 이 위기를 극복해 나갈 것을 다짐하였다.

좋은강안병원



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양팀이 작성한 중식단과 실제 메뉴를 지원받음으로써 질 높고 풍족한 음식을 제공할 수 있는 큰 이점을 가지고 있다”라고 하였다.



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양팀이 작성한 중식단과 실제 메뉴를 지원받음으로써 질 높고 풍족한 음식을 제공할 수 있는 큰 이점을 가지고 있다”라고 하였다.



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양팀이 작성한 중식단과 실제 메뉴를 지원받음으로써 질 높고 풍족한 음식을 제공할 수 있는 큰 이점을 가지고 있다”라고 하였다.



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양팀이 작성한 중식단과 실제 메뉴를 지원받음으로써 질 높고 풍족한 음식을 제공할 수 있는 큰 이점을 가지고 있다”라고 하였다.



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양팀이 작성한 중식단과 실제 메뉴를 지원받음으로써 질 높고 풍족한 음식을 제공할 수 있는 큰 이점을 가지고 있다”라고 하였다.



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양팀이 작성한 중식단과 실제 메뉴를 지원받음으로써 질 높고 풍족한 음식을 제공할 수 있는 큰 이점을 가지고 있다”라고 하였다.



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양팀이 작성한 중식단과 실제 메뉴를 지원받음으로써 질 높고 풍족한 음식을 제공할 수 있는 큰 이점을 가지고 있다”라고 하였다.



2019 산재보험 의료평가 최우수 기관

좋은강안병원이 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정되었다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개 소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 획득하였다.

좋은강안병원 산재담당 채종성 과장은 “산재환자의 의료서비스 개선과 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다”라고 전하였다.



좋은강안어린이집 우수급식소상 수상

좋은강안병원 어린이집이 지난 1월 14일(화), 건강한 급식 제공 및 안전한 위생관리에 힘써 어린이의 건강 증진 도모에 기여한 공로를 인정받아 수영구 어린이급식관리지원센터로부터 우수급식소상을 수상하였다.

좋은강안어린이집 정경화 원장은 “영아기 영양공급은 건강상태나 성장발육, 그리고 장래의 체격과 체력, 성격 형성에도 영향을 미치게 되므로 적절한 영양공급이 매우 중요하다. 좋은강안어린이집은 좋은강안병원 영양

언론에 비친 좋은병원 NEWS

국제신문

2020-03-18

은성의료재단
적십자사에 성금 5000만원 전달

은성의료재단 좋은병원들 임직원들이 최근 코로나19 사태로 인해 도움이 절실한 분들을 위해 대한적십자사에 성금 5,000만원을 전달했다.

이번 성금은 '힘내라! 대한민국! 이기자! 코로나19'의 큰 취지에 함께 동참하며 취약계층, 노약자계층, 대구지역 같은 도움의 손길에 절실한 곳에 위생물품 및 구호물품 지원, 의료물품 지원, 코로나19 감염병 예방 및 방역활동 등으로 사용될 예정이다.



국제신문

2020-01-05

좋은문화병원 시무식
직원들에 감사 선물

부산 좋은문화병원은 지난 2일 원내 15층 대강당에서 2020년 경자년의 힘찬 출발을 다짐하는 시무식을 개최했다. 이날 시무식에는 문화숙 병원장을 비롯해 구자성 기획조정부원장, 최진국 진료부장, 최석철 행정부장 등 직원 200여 명이 참석했으며 병원 측에서는 참석한 직원들을 위해 호빵과 마실 거리를 준비해 지난 한 해 동안 수고해준 직원들에게 감사의 마음을 전했다.



부산일보

2020-01-16

좋은삼선병원 이용성 병원장
2020년 1월 좋은삼선건강교실 개최

좋은삼선병원은 지난 1월 15일(수) 오후 3시, 별관 8층 대강당에서 좋은삼선건강교실을 개최했다. 이번 건강강좌는 이용성 병원장의 '100세 장수를 위한 건강비결'을 주제로 강의가 진행되었다.

강좌를 통해 이용성 병원장은 "100세가 될 때까지 매일 만보(1시간) 걷기 운동, 소식(신선한 음식), 충분한 수면, 마인드풀니스(느린삶), 가슴이 뛰는 일 영혼을 찾자, 경제활동을 꾸준히, 4차 산업혁명 준비, 사랑과 봉사(가족, 사회) 등이 필요하다"라고 전하였다.



국제신문

2020-02-17

좋은강안병원 산재 의료 최우수 기관 선정

좋은강안병원은 지난 2월 17일(월), 2019년 근로복지공단 주관 산재보험 의료기관 평가에서 최우수 기관으로 선정됐다고 밝혔다. 2019년 산재보험 의료기관 평가는 총 300개소 산재보험 의료기관을 대상으로 진행되었으며 이 가운데 좋은강안병원은 구조, 과정, 결과, 의료 공공성 분야에서 총 101.53점으로, 전체 의료기관 평균점수(82.61점)보다 훨씬 높은 점수를 얻었다. 산재담당 채종성 과장은 "해마다 산재환자에 대한 진료 환경 및 의료서비스 개선의 노력이 결실을 이룬 것 같아 기분이 좋다. 앞으로도 산재 환자의 초기 치료 단계부터 재활치료까지 적극 지원하여 건강한 사회 복귀를 위해 힘쓰겠다"라고 했다.



MOONHWA

KNN
건강 365
1월 13일(월)
켈로이드 흉터
성형외과 최재연 과장

KNN
건강 365
1월 17일(금)
김상선암 바로알기
외과 김정훈 과장

KBS
제보자들
2월 20일(목)
살 빼려다 집단 피부 의사,
횡당한 치료의 내막
성형외과 최재연 과장

SAMSUN

KNN
건강 365
3월 3일(화)
인공관절 수술, 할까 말까?
정형외과 은일수 과장

KNN
건강 365
3월 10일(화)
새 학기 ADHD주의보
정신건강의학과 김강률 과장

MBC
건강 365 1월 6일(월)
어린이 5명 중 1명
'독감', 예방접종 필수
소아청소년과 최원복 과장

GANG-AN

KNN
뉴스아이 1월 3일(목)
새해벽두,
'심폐소생술의 기적'
응급의학과 이동근 과장

MBC
뉴스데스크 1월 15일(수)
부산 '독감주의보',
예방접종하세요
이비인후과 이호민 과장

KNN
뉴스아이 1월 21일(화)
부산·경남
중국 우한폐렴 공포 확산
소화기내과 양주일 과장

라디오

MBC
건강정보, 서정모입니다
1월 9일(목)
열성 경련 소아청소년과 서순상 부원장

MBC
건강정보, 서정모입니다
1월 20일(금)
요실금 산부인과 부문현 과장

TBN
건강클리닉
2월 14일(금)
이루공과 피지선모반
성형외과 최재연 과장

TBN
건강클리닉
3월 18일(수)
금연 가정의학과 배은진 소장

라디오

MBC
건강정보 서정모입니다 1월 13일(월)
새해 위 건강관리
소화기내과 박상규 과장

MBC
건강정보 서정모입니다 1월 14일(화)
새해 대장 관리
소화기내과 박상규 과장

MBC
건강정보, 서정모입니다 1월 17일(금)
편두통 신경과 노경화 과장

신문

1월 2일 좋은문화병원 "변화에 슬기롭게 적응하자"
| 보건뉴스

1월 5일 좋은문화병원 2020년 시무식
| 국제신문, 의례신문 외

1월 5일 좋은문화병원 문화숙 병원장, 2019 노사 문화유공 대통령 표창 수상 | 뉴스피플

1월 5일 은성의료재단 좋은병원들, 행정·간호 고위직 워크숍 | 국제신문, 부산일보

1월 29일 은성의료재단 구정희 이사장 부부아너회원 가입 | 연합뉴스, 국제신문, 부산일보

1월 16일 좋은삼선병원, 이용성 병원장 2020년 1월 좋은삼선건강교실 개최 | 국제신문, 부산일보, 의례신문

1월 23일 좋은삼선병원, 신권 교환 이벤트 | 국제신문

2월 12일 좋은삼선병원, 베트남 태권도 국가대표팀 방문 | 일간리더스경제신문

3월 18일 은성의료재단 좋은병원들, 코로나19 극복 성금 전달 | 국제신문, 메디파나뉴스, 부산일보

신문

1월 20일 좋은강안병원, 치아건강 건강강좌 개최
| 국제신문

2월 12일 좋은강안병원, 베트남 태권도 국가대표팀 팸투어 및 건강검진 실시 | 부산일보 외

2월 17일 좋은강안병원, 산재보험 의료기관 평가 최우수기관 선정 | 국제신문 외

3월 10일 좋은강안병원 장례식장·부산상조회사 한걸음상조 장례식장 헬인협약 체결
| 경남데일리

www.goodhospital.or.kr

병원진료안내



좋은문화병원
GOOD MOONHWA HOSPITAL

www.moonhwa.or.kr
부산 (051)644-2002

진료과목

소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 외과(유방암/갑상선암/대장항문/복강경수술), 정형외과, 신경외과, 성형외과, 산부인과(부인과내시경수술/자궁근종/산과/난임), 소아청소년과, 비뇨의학과, 피부과, 이비인후과, 정신건강의학과, 치과, 가정의학과, 영상의학과, 마취통증의학과, 진단검사의학과, 병리과

센터소개

부인과 내시경수술센터, 자궁근종센터, 산과센터, 자연주의출산센터, 난임센터(난임의학연구소), 여성생식기관 선천기형센터, 청소년기부인과질환센터, 신생아집중치료센터, 소아청소년 성장발달센터, 소화기 내시경센터, 인공신장센터, 유방암센터, 갑상선암센터, 대장항문센터, 피부마용성형센터, 건강검진센터, 종합건강진단센터, 여성건강증진센터

유튜브 좋은문화병원

페이스북 [goodmoonhwa](#)

인스타그램 [goodmoonhwa](#)

네이버 블로그 [blog.naver.com/goodspital](#)

카카오톡 플러스친구 [@좋은문화병원](#)



좋은삼선병원
GOOD SAMSUN HOSPITAL

www.samsun.or.kr
부산 (051)322-0900

진료과목

소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 외과, 정형외과, 신경외과, 산부인과, 소아청소년과, 신경과, 정신건강의학과, 안과, 이비인후과, 비뇨의학과, 재활의학과, 가정의학과, 치과, 영상의학과, 병리과, 진단검사의학과, 마취통증의학과, 응급의학과, 직업환경의학과, 감염관리과

센터소개

내시경센터, 인공신장센터, 혈관시술센터, 뇌졸증센터, 스포츠운동치료센터, 어깨관절·스포츠의학센터, 인공관절센터, 관절센터, 척추센터, 재활치료센터, 건강증진센터, 응급의료센터

유튜브 좋은삼선병원

페이스북 [goodsamsun](#)

인스타그램 [goodsamsun](#)

네이버 블로그 [blog.naver.com/goodinfo2580](#)

카카오톡 플러스친구 [@좋은삼선병원](#)



좋은강안병원
GOOD GANG-AN HOSPITAL

www.gang-an.or.kr
부산 (051)625-0900

진료과목

소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 종양·혈액내과, 외과, 간담췌간이식외과, 혈관외과, 유방외과, 정형외과, 신경외과, 흉부외과, 신경과, 정신건강의학과, 산부인과, 소아청소년과, 안과, 이비인후과, 비뇨의학과, 재활의학과, 가정의학과, 치과, 영상의학과, 병리과, 진단검사의학과, 마취통증의학과, 응급의학과, 직업환경의학과, 감염관리과

센터소개

내시경센터, 인공신장센터, 심장센터, 관절센터, 척추센터, 노혈관센터 특수운동치료센터, 중추신경계 재활치료센터, 유방·갑상선센터, 혈관센터, 소아알레르기센터, 발달의학센터, PET-CT센터, 건강증진센터, 응급의료기관

유튜브 좋은강안병원

페이스북 [goodgang-an](#)

인스타그램 [goodgangan](#)

네이버 블로그 [blog.naver.com/busangangan](#)

카카오톡 플러스친구 [@좋은강안병원](#)



좋은삼정병원
GOOD SAM-JEONG HOSPITAL

www.sam-jeong.or.kr
울산 (052)220-7500

진료과목

소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 외과, 정형외과, 소아청소년과, 영상의학과, 마취통증의학과, 가정의학과, 진단검사의학과

센터소개

내시경센터, 인공신장센터, 심장혈관센터, 척추센터, 종합건강진단센터, 건강검진센터



좋은선린병원
GOOD SUNLIN HOSPITAL

www.goodsunlin.or.kr
포항 (054)245-5000

진료과목

소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 혈액증양내과, 외과, 정형외과, 신경외과, 소아청소년과, 신경과, 비뇨의학과, 가정의학과, 치과, 방사선종양학과, 핵의학과, 직업환경의학과, 산부인과, 영상의학과, 마취통증의학과, 병리과, 응급의학과

센터소개

종양센터, 화상·창상진료센터, 혈관센터, 종합건강진단센터, 소화기내시경센터, 인공신장센터, 관절센터, 어깨·척추·무릎관절센터, 응급의료기관

좋은애인요양병원
GOOD AEIN MEDICAL CARE HOSPITAL



www.aein.or.kr
부산 (051)520-7700

진료과목 내과, 외과, 흉부외과, 재활의학과, 노인의학과, 한방과

센터소개 노출증(중풍)센터

주요시설 재활운동치료실, 물리치료실, 운동치료실, 통증치료실, 작업치료실, 연하(삼킴기능)치료실, 일상생활활동작훈련실, 한방요법실, 재활·호스피스병동, 중증환자집중치료실 VIP실

좋은연인요양병원
GOOD YEONIN MEDICAL CARE HOSPITAL



www.yeonin.or.kr
밀양 (055)350-9988

진료과목 내과, 외과, 가정의학과, 신경외과, 한방내과, 한방침구과

센터소개 암 재활 전인 치료센터

주요시설 물리치료실, 통증치료실, 한방요법실 고주파치료실, 고압산소치료실, 온열치료실

좋은부산요양병원
GOOD BUSAN MEDICAL CARE HOSPITAL



www.busanhp.com
부산 (051)326-0900

진료과목 내과, 재활의학과, 신경과, 신경외과, 외과, 비뇨의학과, 피부과, 부인과, 가정의학과, 한방과

센터소개 재활치료센터, 노출증센터, 암요양 치료센터

주요시설 재활운동·작업·통증·연하치료실 일상생활활동작훈련실, 한방요법실, 호스피스 병동, 중증환자집중치료실

좋은리버뷰요양병원
GOOD RIVERVIEW MEDICAL CARE HOSPITAL



www.riverview.or.kr
부산 (051)995-0900

진료과목 내과, 재활의학과, 신경과, 신경외과, 가정의학과, 노인의학과, 부인과, 한방과

센터소개 노출증(중풍)센터, 재활치료센터

주요시설 물리치료실, 통증치료실, 호스피스 병동, 작업치료실, 일상생활활동작실, 집중치료실 향설공원, 옥외공원

좋은주례요양병원
GOOD JURYE MEDICAL CARE HOSPITAL



www.goodjurye.or.kr
부산 (051)325-0300

진료과목 내과, 가정의학과, 한방내과, 한방침구과

센터소개 노출증(중풍)센터

주요시설 물리치료실, 호스피스실(말기암) 사회복지프로그램실, 하늘공원, 야외쉼터

좋은선린요양병원
GOOD SUNLIN MEDICAL CARE HOSPITAL



www.goodsunlinmc.or.kr
포항 (054)245-6000

진료과목 내과, 재활의학과, 신경과, 신경외과, 가정의학과, 외과, 노인의학과

센터소개 노출증(중풍)센터, 재활치료센터

주요시설 물리치료실, 통증치료실, 호스피스 병동, 작업치료실, 연하치료실, 수중치료실, 소아재활치료실

주요시설 한방요법실, 호스피스병동

원고
모집

좋은병원들 편집실에서는
독자 여러분의 원고를 기다리고 있습니다.
수필, 시, 칭찬사례, 감동적인 이야기,
주변에서 일어난 가슴 따뜻한 이야기, 경험담 등
어떠한 내용도 좋습니다.
여러분의 많은 참여 기다리겠습니다.
보내주실 때에는 이름, 주소, 연락처를
반드시 명기하여 주시기 바랍니다.
채택되신 분들께는 소정의 원고료도 드립니다.

TEL. (051) 310-9419
FAX. (051) 316-9295



이번호
퀴즈

요로 어딘가에 둘이 생기는 것을 ○○○○이라고 하며
요로에 이물로 작용하여 점막에 염증을 일으키거나
요로 장애를 유발하게 됩니다.

응모
요령

좋은병원들 홈페이지(www.goodhospital.or.kr) 웹진 독자퀴즈로
2020년 5월 31일(일)까지 응모해 주시면 정답자(5명)를 추첨하여
신세계상품권(3만원)을 드립니다.

지난호
정답 &
정답자

고관절 이형성증
김선주 사하구 사하로
손효정 남구 진남로

나주석 연제구 안연로
유선정 부산진구 거제대로
이다정 수영구 수영성로

항상 발전하는
좋은병원들 소식지를
만들기 위해 독자 여러분의
소중한 의견을 기다립니다.

? ? ? ? ?
? ? ? ? ?
? ? ? ? ?
? QUIZ ?

좋은문화병원

우리 아이의 올바른 성장을 위한 클리닉

문의 소아청소년과 (051) 630 0893

소아청소년과
신정현 과장



#키성장

#성조숙증

| 전문분야 |

저신장, 사춘기이상(성조숙증)
소아비만, 당뇨병
갑상선질환, 부신질환
구루병, 저칼슘혈증
염색체이상(터너증후군, 다운증후군)

| 프로필 |

제주대학교 의학전문대학원 졸업
동아대학교 의과대학 의학과 박사 취득
부산대학교병원 소아내분비 분과 전임의



좋은강안병원

좋은강안병원 암센터 개소 예정 종양·혈액내과 전문의 초빙

3월
진료시작

모든 환자분들에게 최선의 치료를 제공하겠습니다.

전문 의료진과의 협진을 통한 항암화학요법 치료

외과 진단검사
의학과 병리과 산부인과
이비인후과 치과

종양·혈액내과
김성근 과장

진료분야

고형종양의 항암화학요법 및 방사선치료
위, 대장, 간, 유방, 폐, 자궁, 두경부
전이암, 체담도, 비뇨기암, 부인암, 피부암
피부 혈액질환의 진단 및 치료
급/만성 백혈병, 악성 림프종
골수이형성증후군, 다발성 골수종
재생 불량성 빈혈 및 기타 일반혈액질환
(백혈구, 혈소판, 빈혈 관련)

약력

부산대학교 대학원 의학과 의학박사
동아대학교 대학원 의학과 의학석사
부산대학교 의학전문대학원 부교수
양산부산대병원 혈액종양내과 과장
혈액종양내과분과 지도전문의
세계인명사전 마르퀴즈후즈 등재
온종합병원 혈액종양내과 진료부장 및 암센터장

