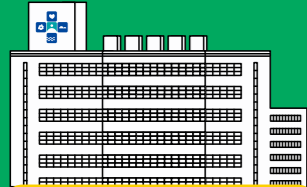
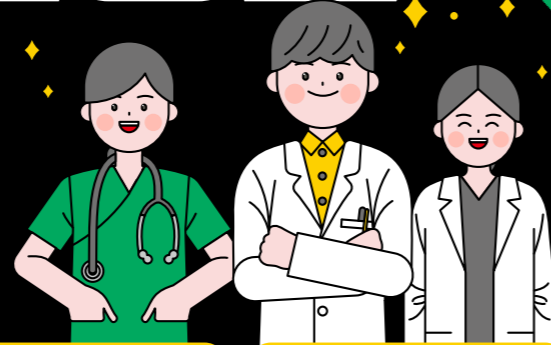


좋은심선병원

GOOD SAMSUN
HOSPITAL



내시경센터

진단 내시경

- 위-대장 내시경 검사
- 위장관운동 검사

치료 내시경

- 내시경적 종양 절제술 (용종, 조기암)
- 위장관출혈지혈술
- 이물제거술



문의. 051-310-9247

인공신장센터

- 24시간 응급 투석 야간 투석
- 총 41대(중환자실 1대) 최신 기종 투석기
- 신장내과 의사 혈액 투석 전담 간호사
- 고도의 정수 시설
- 고효율 필터



문의. 051-310-9124-5

스포츠운동치료센터

- ### 연골 결손의 관절 보존
- 외상성 무릎 질환의 수술과 재활

- ### 스포츠 손상의 수술과 재활
- 급만성 스포츠 관절 손상의 수술과 재활



문의. 051-310-9593

척추센터

- 척추관 협착증
- 경추부 추간판 탈출증(목디스크)
- 요추부 추간판 탈출증(허리디스크)
- 경추 척수증
- 척추 전반 전위증



문의. 051-310-9267

좋은병원들

2021 New year Vol.59

좋은병원들

앞선의학, 좋은병원

2021 New year Vol.59



HWANG 45-20

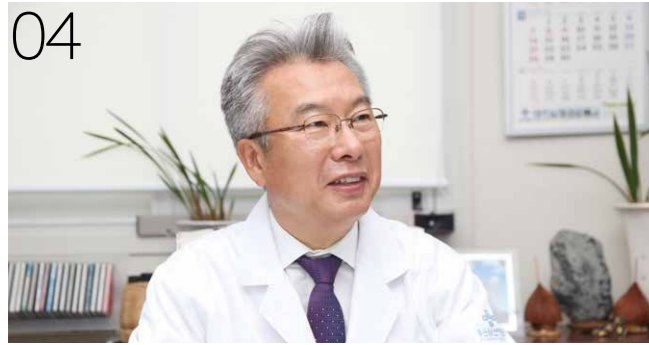


Pride of Hospital 앞선의학, 좋은병원 www.goodhospital.or.kr



좋은문화병원 | 부산 (051)644-2002
 좋은삼정병원 | 울산 (052)220-7500
 좋은연인요양병원 | 밀양 (055)350-9988
 좋은주례요양병원 | 부산 (051)325-0300
 좋은삼선병원 | 부산 (051)322-0900
 좋은선린병원 | 포항 (054)245-5000
 좋은리버뷰요양병원 | 부산 (051)995-0900
 좋은선린요양병원 | 포항 (054)245-6000
 좋은강안병원 | 부산 (051)625-0900
 좋은에인요양병원 | 부산 (051)520-7700
 좋은부산요양병원 | 부산 (051)326-0900
 www.goodhospital.or.kr





CONTENTS

좋은병원들

2021 New year + Vol.59

발행일 2021. 1. 4
발행인 은성의료재단 이사장 구정희
편집장 좋은문화병원 내분비내과 안준협
발행처 좋은문화병원, 좋은삼선병원, 좋은강안병원, 좋은삼정병원, 좋은선린병원, 좋은애인요양병원, 좋은연인요양병원, 좋은리버뷰요양병원, 좋은부산요양병원, 좋은주례요양병원, 좋은선린요양병원
 www.goodhospital.or.kr
 TEL. (051) 310-9419 FAX. (051) 316-9295
편집위원 좋은문화병원 기획총무팀 정혜원, 이유리, 좋은삼선병원 의학도서관실 유정화, 좋은강안병원 기획총무팀 김광현, 손수진, 좋은삼정병원 기획관리팀 문석환, 좋은선린병원 기획총무팀 송옥진, 좋은애인요양병원 사회사업실 최혜빈, 좋은연인요양병원 원무팀 조병재, 좋은리버뷰요양병원 총무팀 방대성, 좋은부산요양병원 행정부 이관구, 좋은주례요양병원 행정부 지창국, 좋은선린요양병원 사회사업실 원현주
편집·인쇄 디자인글꼴 TEL. (051) 636-1215 www.ggad.co.kr

Column Section

- 여는 이야기
 04 천천히 서두르라
 - 구정희 은성의료재단 이사장

Special Section

- 좋은병원들 이야기
 06 ① 좋은문화병원 문화속 병원장 헬스조선 명의 인터뷰
 07 ② 은성의료재단 구정희 이사장 KNN 행복한 책 읽기 출연
 08 ③ 좋은문화병원 구자성 부원장 제7회 난임가족의 날 공로장 수상 & 좋은삼선병원 응급의학과 김우연 과장 부산시병원회회장상 수상
 09 ④ 좋은강안병원 주중우 과장 부산광역시 표창장 수상 & 좋은문화병원 사랑의 마더박스 전달
 10 ⑤ 좋은병원들 KNN 지역의료분권주간 특집방송
 11 ⑥ 제2회 좋은문화병원 유방암 수기 공모전 & 제11회 좋은문화병원 임산부 독후감 공모전
 12 ⑦ 좋은병원들 2020 신장 장애인 복지건강 세미나 참여
 13 ⑧ 좋은병원들 따뜻한 겨울이야기

Medical Section

- 건강칼럼
 14 ① 난임 부부가 알아두면 좋은 난임 질환의 모든 것 - 정이조 좋은문화병원 산부인과 과장
 16 ② 1년 365일 관리를 소홀히 해서는 안 되는 질환 바로 당뇨병! - 김종호 좋은삼선병원 내분비내과 과장
 18 ③ 국내 사망원인 7위 만성폐쇄성폐질환 - 서현택 좋은강안병원 호흡기내과 과장
 20 ④ 갑자기 기운이 뚝! 한랭질환 주의하세요 - 임현지 좋은선린병원 가정의학과 과장

명의에게 듣다
 22 좋은문화병원 정형외과 이계왕 과장

좋은운동정보
 26 건강상담 Q&A

Culture Section

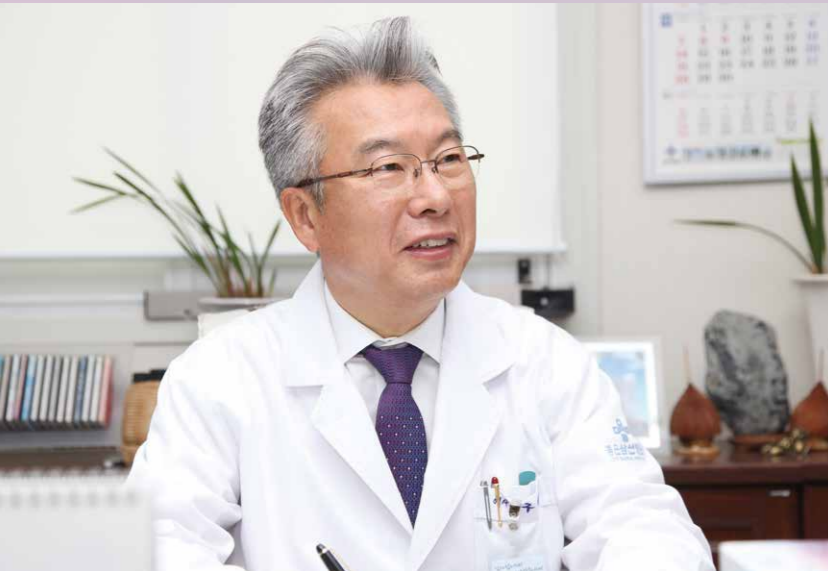
- 여행을 떠나요
 28 태평양 접한 해안선 따라 옥빛 머금은 길 400km
 댜미야자키 가라쿠니다케(韓国岳) 서면 한반도 '가락국'의 전설 떠올라

Hospital Section

- 32 감사의 편지
 34 친절한 좋은병원들
 좋은부서탐방
 36 병원 내 감염 제로를 위한 든든한 컨트롤 타워
 좋은삼선병원 감염관리실
 38 좋은병원들 뉴스
 42 언론에 비친 좋은병원들
 44 병원진료안내
 46 독자퀴즈

COVER 황영성 작가





천-천-히 서두르라

글. 구정회 은성의료재단 이사장

요즘 정신건강의학과에 환자가 많이 늘었다고 합니다. 벌써 1년 가까이 우리의 평범한 일상이 무너지고, 걱정과 공포가 마음 깊은 곳에 짙게 깔려있으니 누구나 답답하고 불안할 것입니다. 코로나라는 이상한 전염병이 처음 중국에서 생길 때만 해도 남의 나라 이야기로 치부하고, 우리는 국민 수준이 높고 의료 환경이 좋으니 괜찮을 것이란 막연한 자만을 가지고 우쭐거리면서 지켜보았습니다. 이렇게 위중한 일이 될 줄 모르고 중국인을 입국시키면 된다, 안 된다로 시작한 국론의 분열과 정치인들의 싸움, 설상가상의 음모론 까지. 걱정스러운 국민을 위로하고 안심시키려는 커녕 코로나 걱정보다 더 걱정스러운 나라 걱정까지 하게 만들었습니다. 코로나 때문에 선거가 공정하지 못했다, 돈 선거를 했다, 나랏돈을 이렇게 함부로 쓰면 되냐는 등등의 갑론을박과 막말 수준의 논쟁이 하루도 빠지지 않고 지금까지 끝을 모른 채 치달고 있습니다. 서로 간의 믿음이 국가를 지탱하는 큰 힘인데 오늘의 우리는 누가 누구를 믿어야 하는지 모르는 난국을 맞이하고 있습니다. 나라가 국민에게 약속한 대로 법을 지키고, 올바르게 진정한 사회계약이 제대로 이행되어야 국민도 법을 준수하고 세금을 내고 국민 됨을 자랑스럽게 여길 것입니다. 그런데 법을 집행해야 하는 최고위치의 사람들이 꿀볼견의 싸움질을 하고, 법을 만드는 국회라는 곳이 이렇게 질서 없이 제멋대로 법을 새로 만들고 고치고 하니 법이 가져야 할 존엄성을 진작 옛 바꾸어 먹어버린 판국이 되었습니다. 분쟁과 갈등을 해결하는 법의 순기능이 평범한 국민에 의해서가 아닌 법을 만들고 운영하는 사람들에 의해 파괴되고 있으니 “세상이 왜

이래”라는 유행가 가사가 국민의 쓰린 가슴에 바로 꽂혀버릴 수밖에 없었고, 그래서 너나 나나 “세상이 왜 이래”라는 후렴조의 탄식이 입버릇이 되었습니다. 공자님은 일찍이 나라를 지키려면 국방, 식량, 신뢰라는 중요한 3가지가 있어야 한다고 하셨고, 그중 하나를 포기하면 무엇이나 라는 제자의 질문에 “국방”이라고 답하셨습니다. 국방 그다음 포기한다면 무엇이나 라는 질문에 “식량”이라고 하시면서 ‘국가와 국민 사이에 신뢰만 있다면 국방도 식량도 시간을 두고 해결된다’고 문답형식을 통해 강조하였습니다. 국민들이 오늘날 정말 많이 걱정하고 불안해하는 것은 지금의 혼란에 보태어 대한민국이 어디로 나아가고 있는지, 국방 외교는 지혜롭게 대처하고 있는지, 방역과 치료는 어떻게 할 것인지, 코로나와 같이 몰아닥친 경제침체를 어떻게 극복해 갈 것인지와 같은 신뢰를 바탕으로 해야만 예측 가능한 앞날의 문제들입니다. 더 큰 문제는 우리들의 신뢰가 시간이 갈수록 쌓여가기보다 깨져간다는 것입니다. 의식주는 국민의 생필품인데 이렇게 황당하게 집값이 오르고, 오르는 집값으로 국민 계층 간 위화감이 시간을 다투면서 깊어지는 현상은 어떻게 해야 할지. 이 판국에 입다고 집값 안정에 자신 있다고 큰소리 치는 정부를 믿어달라고 하니 더 기가 찹니다. 그것도 모자라 한 번씩 뒷북치면서 속을 화약 뒤집혀 놓는 엉뚱한 말들은 또 무엇입니까.

디스토피아, 헬조선과 같은 우리나라를 비하하는 표현들이 어떻게 이렇게 자연스럽게 시중에 굴러다닐 수가 있습니까. 이런 현상도 갈등과 불화의 산물일 것입니다. 갈등과 불화의 출발은 믿음의 상실인 것입니다. 많은 사람이 어떻게 하면 좋은 사람이 될까, 어떻게 하면 좋은 회사를 만들까, 어떻게 하면 좋은 나라를 만들까에 대해 큰 생각을 가지고 그 생각을 실천하고 계실 것입니다. 정답은 믿을 수 있는 사람, 믿을 수 있는 회사, 믿을 수 있는 국가일 것입니다. 국가라는 것은 처음부터 신뢰를 바탕으로 인류가 만들어 놓은 상상의 대규모 협동시스템(유발 하라리)입니다. 우리가 그렇게 매달리는 경제라는 것, 돈이란 것도 똑같은 메커니즘입니다. 구성원들 간의 신뢰, 약속이 흔들리거나 깨지면 나라도 돈도 경제도 파탄에 빠질 수밖에 없습니다. 세계 역사에서도 민심을 저버려 정권이 바뀌고 경제가 곤두박질친 일이 얼마나 많습니까. 정권의 흥망성쇠와 나라의 흥망성쇠는 국민의 믿음에서 왔다 갔다 하는 것입니다.

새해에는 코로나도 집값도 경제도 남북문제도 이말 저말 너무 많이 하지 마시고 믿음을 회복하는 진정성에서 출발해야 하겠습니다. 대관세찰(大觀細察). 지도자들은 넓게 깊이 보는 힘, 자세히 보는 힘, 다양한 정보를 수집하는 힘을 통해 전체를 보는 능력을 더 길러가야만 국민으로부터 조금씩 신뢰를 받을 수 있을 것입니다. 익자삼우(益者三友)란 말이 있습니다. 정직한 친구, 신의가 있는 친구, 지식이 있는 친구를 말합니다. 우리가 살아가면서 남에게 도움을 줄 수 있는 사람이 되어야 하는데, 지식은 좀 부족하더라도 정직하고 신의가 있다면 만나는 사람마다 희망을 줄 수 있을 것

입니다. 하나를 말하고 둘을 들을 때 한마음이 된다고 합니다. 설득과 이해가 삶의 지혜이고 실력입니다. 설득은 기술이 아닙니다. 그 사람의 인격입니다. 인격을 갖추고 상대의 마음을 알아내어 거기에 내 생각을 맞출 수 있어야 합니다. 자연히 경청의 힘이 신뢰의 힘이 되는 것입니다. 두 사람이 힘을 합치면 쇠도 끊을 수 있다고 합니다. 합심의 근원은 상호 신뢰입니다. 우리에게 갑자기 밀어닥친, 우리끼리 만든 이 많은 어려움을 누구 보고 해결해 달라고 하겠습니까. 인격은 군중의 사고가 아닙니다. 누가 무슨 이야기를 하든 자신만의 현명한 판단으로 인생관, 세계관을 만들고 실행하는 종합적인 힘입니다. 진정성, 지혜, 에너지를 고루 갖추어가면서 좀 괜찮은 인격을 만들어 혼란 속의 나를 구출하면 세상도 따라서 구출될 것입니다. 확정 편향적인 고집불통은 힘이 아닙니다. 남의 말을 경청하고 방법과 모습을 유연하게 바꾸어 가면서 옳은 목표를 향해 꾸준히 나아가는 끈기가 바로 진정한 힘입니다. 어렵겠지만, 우리 서로 믿음을 쌓아 또 다른 희망을 만드는 2021 새해를 만들어 봅시다. 소 같이 우직한, 단단한 걸음으로 시작합시다.

천천히 서두르라. *festina lente**

* 로마황제 아우구스투스가 즐겨했던 말로써, 치밀한 계획과 과감한 결단의 참뜻이 담겨있음.

좋은문화병원 문화숙 병원장

ChosunMedia 헬스조선 명의 인터뷰

좋은문화병원 문화숙 병원장이 헬스조선 건강톡톡 명의 코너에 '자궁질환 최소침습술 명의'로 기사가 게재되었습니다.



산부인과 영역에서는 환자들이 자궁 손상과 난임을 우려해 수술을 꺼리는 경우가 많은데 이 같은 우려를 해소하기 위해 복강경이나 자궁 내시경 등을 통해 치료하는 최소침습술을 적극 시행하고 있습니다. 본원은 1993년 자궁 외 임신의 내시경수술을 시작으로 첫 해 부인과 수술의 40%를 내시경수술로 진행하였으며, 최근 2달간 시행한 부인과 수술은 모두 개복술 없이 100% 복강경 내시경을 이용한 최소침습술을 적용했습니다. 현재 부인과 내시경 수술은 33,222건입니다.(2020년 12월 누적 기준)



유튜브



온라인 기사



네이버 포스트



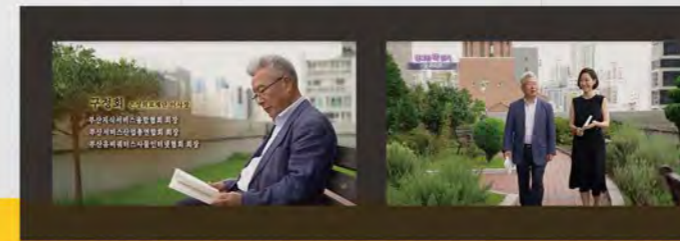
은성의료재단 구정희 이사장

KNN 행복한 책 읽기 출연

은성의료재단 구정희 이사장은 지난 9월 28일(월), KNN의 '행복한 책 읽기'에 출연하여 책읽기의 감동과 지혜를 전하였습니다. 구정희 이사장은 "4,000여 명의 직원이 모여 있는 은성의료재단의 리더로서 많은 책임감을 가지고 직원들에게 행복의 가치를 전파하기 위해 고민하고 노력하고 있다"고 전하였습니다. 또한 행복과 인생에 대한 통찰로 가득한 「굿 라이프(최인철 저)」를 소개하며 좋은 삶에 대한 훈련, 습관, 노력에 투자하여 행복을 스스로 만드는 것이라 말하였으며, 독서로 얻는 풍요로운 삶을 통해 독서의 중요성을 다시 한번 강조하였습니다.



좋은 프레임으로 세상을 바라볼 때 찾아오는 행복과 삶의 가치



행복한 책 읽기는 부산·경남을 비롯한 전국의 각계각층 명사, 전문가, 일반 시청자들께서 감명깊게 읽은 책을 소개하는 프로그램입니다.



뉴스 명의 좋은병원 건강서적 건강상담 서울 재약 힐링여행 건강강좌 비타트렌 헬스케어

"자궁질환, 최소침습술로 자궁보존... 걱정 없이 치료하세요"

전종보 헬스조선 기자

입력 2020.12.07 07:00 | 수정 2020.12.10 16:53

'헬스조선 명의특목' 명의 인터뷰
'자궁질환 최소침습술 명의' 좋은문화병원 문화숙 원장



수술을 앞둔 환자라면 대부분 피부 절개를 최소화하는 '최소침습술'을 희망한다. 절개 부위가 적을수록 수술에 대한 심리적 부담이 적은 데다, 미용적인 측면과 회복 속도에 대해서도 상대적으로 기대감이 높기 때문이다. 특히 자궁근종, 자궁내막증 등과 같은 자궁질환은 자궁 손상과 난임 등을 우려해 수술을 꺼리는 환자들이 많다. 산부인과 영역에서는 환자들의 이 같은 우려를 해소하기 위해 복강경이나 자궁 내시경 등을 통해 치료하는 최소침습술을 적극 시행하고 있다. 현재 수술치료가 필요한 대부분 질환에 대해 최소침습술이 적용되고 있다. 좋은문화병원 문화숙 원장을 만나 자궁질환 수술 시 최소침습술에 대해 들었다.

Q. 단절이나 위험요소, 부작용은 없나.
개복술에 비해서는 단절이나 위험요소, 합병증 등이 없지만, 복강경 수술 시 복강 내를 살펴는 카메라 삽입구를 통해 환자 배꼽 주위에 이진 수술 또는 복막염 기왕증에 의한 점막 유착이 있는 경우 유착된 장에 상처가 생길 수 있다. 다만 현재까지 좋은문화병원에서 진행한 3300건의 수술 동안 이 같은 경우는 없었다.



1.5스에 생기는 난종이 경우 기형종, 황색낭 낭종은 수술적 제거를 하고, 자궁내막증은 절제에 따라 복강내시경을 통한 수술이 시술 가능함을 적용한다.(사진=신지호 헬스조선 기자)

Q. 자궁근종 수술 시 최소침습술에 대해 설명 부탁드립니다.
우선 초음파 검사와 MRI 검사를 통해 종양의 위치와 크기를 확인한 후, 수술 여부와 수술 방법을 결정한다. 수술 시에는 자궁으로부터 종양만을 제거해 자궁을 보존할 수 있는데, 복강경을 이용한 단일공 수술을 통해 근종 크기와 상관없이 근종만 제거해 자궁을 보존할 수 있다. 자궁 내강 안으로 근종의 일부 또는 전체가 들어선 경우엔 수면 마취 후 절개를 통해 근종을 제거할 수 있다.

다발성 근종이 발견되면 내시경을 이용한 치골상부 단일공 수술을 적용해 가능한 많은 근종을 제거한다. 술자가 치골상부 구멍을 통해 직접 손가락을 넣어 숨어 있는 근종을 찾을 수 있기 때문이다. 이 경우 안전한 자궁 병합도 가능하다.



좋은문화병원 구자성 부원장 제7회 난임가족의 날 공로장 수상

좋은문화병원 산부인과 구자성 부원장은 지난 11월 11일(수), 한국난임가족연합회 주관 온-오프라인으로 개최된 '제7회 난임가족의 날' 행사에서 **국회부의장 공로장**을 수상하였습니다.

이번 수상은 평소 산부인과 전문의로서 난임 부부의 성공적인 임신·출산을 위해 헌신적인 노력을 펼치며, 다양한 사회공헌과 지역사회의 건강하고 행복한 출산 문화 정착 및 저출산 극복에 기여한 공이 크게 인정 되어 수여받게 되었습니다.

공로장을 수상한 구자성 부원장은 은성의료재단 부이사장 및 좋은문화병원 난임센터장을 겸임하고 있으며, 솔선수범하는 의료경영인에게 주어지는 공로상인 한국의료재단연합회장 경영부문 수상, 제15회 대한의료법인연합회 일동의료법인 사회 공헌상을 수상 한 바 있습니다.



제7회 난임가족의 날



좋은삼선병원 응급의학과 김우연 과장 부산시병원회장상 수상



좋은삼선병원 응급의학과 김우연 과장은 지난 11월 5일(목) 오전 11시, 부산항국제전시컨벤션센터에서 '2020 제12회 부산국제의료관광컨벤션'에 참석하여 **부산시병원회장상**을 수상하였습니다.

김우연 과장은 응급의학과 전문의로 선별진료소를 운영하지 않는 야간과 휴일에도 많은 응급환자들 중 호흡기 증상이 있는 환자를 분리해 만일의 사태에 대비하는 등 방역의 최일선에서 큰 역할을 해냈습니다. 또한 김우연 과장은 부산시와 부산일보사, 부산시병원회가 코로나 19 위기상황에서 투철한 사명감으로 지역사회의 감염병 확산 방지에 기여한 의료인과 봉사자를 격려하기 위해 제정한 '코로나 극복 의료봉사상' 수상자 13명 중 한 명입니다. 의료봉사상 수상자는 지역 5개 대학병원과 부산시 병원회로부터 추천받은 의료인과 소방재난본부와 건강보험심사평가원에서 추천한 재난 방역 보건 응급종사자 가운데 심사를 통해 선정되었습니다.



좋은강안병원 주종우 과장 부산광역시 표창장 수상

좋은강안병원 간담체간식외과 주종우 과장은 지난 11월 4일(수), 지역복지발전에 기여한 공로로 **부산광역시 표창장**을 수상하였습니다. 시상식은 사단법인 '빛을 나누는 사람들'이 주관하고, 부산광역시가 후원하는 시니어 오케스트라 자선 콘서트에서 진행되었습니다.

행사를 주관한 '빛을 나누는 사람들' 박상애 대표는 "이번에 표창장을 수상한 주종우 과장님은 바쁜 일상에도 불구하고 평소 지역사회 복지 소외층을 대상으로 의료 및 각종 봉사활동을 펼쳐왔다. 그 모습이 감동스러워 많은 분들이 알게 되었으면 해서 추천했다"고 전하였습니다.



좋은문화병원 사랑의 마더박스 전달



좋은문화병원은 지난 10월 8일(목) 오후 3시, 신관 15층 대강당에서 개원 42주년 사회공헌 프로젝트 중 하나인 **초록우산어린이재단과 연계하여 '사랑의 마더박스' 후원금 1천만 원**을 저소득 가정 임신부들에게 전달하였습니다. 마더박스 지원 대상자는 부산 지역의 건강가정다문화가족지원센터, 드림스타트와 부산 시육아종합지원센터, 미혼모부자지원센터, 청소년종합지원센터 등의 다양한 유관기관을 통해 25 가정이 선정되었으며 40만원 상당의 출산 및 육아 용품들이 포함되어 있는 마더박스는 10월 10일 임신부의 날에 맞춰 전달되었습니다.



좋은병원들 KNN 지역의료분권주간 특집방송

좋은병원들은 지난 10월 23일(금), 2020 지역의료분권주간 행사의 일원으로 KNN 특집방송에 출연하였습니다. 이번 특집 방송에서는 암 환자들의 수술과 항암치료, 방사선 치료에 관한 좋은병원들의 사례를 소개하였습니다. 또한 의료진들의 다학제 진료와 협진을 통해 코로나19로 수도권 대형병원 방문이 어려운 시기에 지역주민의 건강을 책임지는 최일선의 모습을 담았습니다.

* 2020 지역의료분권주간 행사는 코로나시대와 예기치 않은 위기에 직면한 의료계가 극복해 나갈 지역 의료계의 역할과 방안을 모색하는 취지로 만들어진 기획행사입니다.



좋은강안병원 증양혈액내과 김성근 과장



좋은강안병원 간담체간이식외과 주종우 과장



좋은강안병원 방사선종양학과 이주혜 과장



좋은문화병원 유방외과 유동원 과장



좋은삼선병원 산부인과 박성우 부장

제2회 좋은문화병원 유방암 수기 공모전

좋은문화병원은 8월 한 달간 전국의 유방암 환우와 가족들을 대상으로 '제2회 유방암 수기 공모전'을 개최하였습니다. 이번 공모전 시상식은 코로나19의 장기화에 따라 특별히 비대면 온라인 시상식으로 진행하였습니다. 1등은 유방암으로 항암 방사선 치료를 다 마치고도 다시 유방암이 재발해 당시의 느꼈던 감정들과 일상의 소중함을 글로 담아낸 윤○은(경기도)의 수기가 최우수상으로 선정 되었습니다.

- 최우수상 윤○은 (상금 100만원)
- 우수상 박○자, 방○희 (상금 50만원)
- 장려상 김○영, 고○선, 장○아 (상금 30만원)



제11회 좋은문화병원 임산부 독후감 공모전

좋은문화병원은 10월 한 달간 '제11회 임산부 독후감 공모전'을 개최하였습니다. 이번 공모전은 부산 뿐만 아니라 서울, 경기, 대구, 전북 등 타 지역에서도 접수되어 전국에서 유일무이한 행사로 자리를 잡았습니다. 10월 한 달간 접수 된 독후감은 전문심사위원단의 심사를 거쳐 총 10명에게 수상의 영광이 돌아갔습니다.

- 좋은문화상 손○지 (상금 100만원)
- 좋은독서상 조○라, 백○혜, 김○정 (상금 30만원)
- 좋은태교상 김○미, 허○민, 이○경, 강○정, 홍○혜, 홍○향 (문화상품권 5만원)



좋은병원들

2020 신장 장애인 복지건강 세미나 참여

좋은병원들은 사단법인 부산신장장애인협회에서 주최하는 '2020 신장 장애인 복지 건강 세미나' 행사에 참여하였습니다.

이번 세미나는 건강한 신장 장애인의 삶이라는 주제로 좋은병원들 의료진들의 동영상 특강으로 진행하였습니다. 강의 영상은 ▲ 좋은문화병원 성형외과 최재연 과장의 '당뇨발' ▲ 좋은삼선병원 정형외과 은일수 과장의 '투석 환자와 뼈질환' ▲ 좋은강안병원 신장내과 김보라 과장의 '혈액투석이란 무엇인가'란 주제로 각각 진행되었습니다.



* 동영상은 유튜브 사단법인 부산신장장애인협회 채널에서 시청할 수 있습니다.



영상바로보기 >>



좋은병원들 따뜻한 겨울이야기

좋은병원들은 크리스마스 시즌을 맞아 병원 내·외부를 크리스마스 분위기로 새단장하고 각 병원별로 이벤트도 함께 가졌습니다. 또한 좋은병원들은 지난 12월 10일(목), 좋은문화병원 신관 15층 대강당에서 2020년 초록우산 산타원정대 캠페인에 동참하여 1천만 원을 기부하였습니다.

초록우산어린이재단 산타원정대 캠페인은 매년 연말 저소득 가정 아동들의 소원을 지원하는 연말 한시적 프로젝트로 은성의료재단 좋은병원들은 2016년부터 매년 산타원정대 캠페인에 참여해 오고 있습니다.

좋은병원들은 어려운 사회 분위기 속에서도 희망과 치유를 느낄 수 있는 공간이 되기 위해 끊임없이 노력하고 있습니다.



난임 부부가 알아두면 좋은

난임 질환의 모든 것



정이조
좋은문화병원
산부인과 과장

전문 진료 분야
난임, 습관성유산, 난소기능부전, 가임력 보존
월경 이상, 다낭성난소증후군, 조기폐경

진료 예약 및 상담
051-630-0789

진료일정 : 오전 8시 ~ 오후 4시

	월	화	수	목	금	토
오전	진료	진료	진료	진료	진료	진료
오후		진료	진료		진료	

* 학회 참석 등으로 일정이 변경될 수 있으니, 이점 양해 부탁드립니다.

난임은 언제 진료를 받으러 가는 것이 좋을까요?

특별한 이유 없이 1년 내에 임신이 되지 않는다면 진료를 받아보는 것이 좋습니다. 특히 35세 이상일 경우에는 6개월 내에 임신이 되지 않았을 경우, 40세 이상이라면 임신을 시도하고자 하는 즉시 검사가 필요합니다. 이 때는 비록 생리주기가 일정하고 자궁 내 문제가 없다고 하더라도 염색체, 난자, 배아의 질이 떨어지기 때문에 수정이 잘 되지 않고, 착상 실패, 유산 및 기형아 출산의 위험이 증가하기 때문입니다. 난임 기간이 충족되지 않더라도 평소 생리가 불규칙하거나 무월경인 경우, 자궁내막증이 있는 경우, 골반염이나 난소에 수술한 병력이 있는 경우 등에는 일찍 병원을 방문하셔서 검사를 먼저 받아보시는 것이 좋습니다.

난임의 원인에는 어떤 것들이 있을까요?

난임의 원인을 보면, 여성에서 40~50%정도, 남성에서 대략 40%, 약 10%에서 많게는 40%까지 부부 모두에게 원인이 있다고 보고되고 있습니다. 이 중 남성 원인의 대부분은 정자 이상입니다. 정자의 수가 감소되어 있는 경우, 정자의 운동성이 떨어져 있는 경우, 정자의 모양이

이상한 경우 모두 임신을 하는데 영향을 미칠 수 있습니다. 무정자증도 있을 수 있으며, 역행성 사정과 같이 사정액이 없는 경우도 있습니다. 조루증, 발기 장애 등과 같은 성기능 장애도 원인이 될 수 있습니다.

여성 요인에는 배란장애가 여성 난임의 30~40%를 차지 합니다. 배란이라는 것은 난소에서 난포가 자라 난자가 나오는 것을 말하며 생리가 28일 주기로 일정하신 분은 보통 생리 시작 후 14일쯤 한다고 생각하시면 됩니다. 따라서 배란장애가 있는 분들은 생리가 불규칙한 증상을 보이지만 생리를 꼬박꼬박하더라도 배란을 하지 않는 경우가 있기 때문에 확인이 필요합니다. 두 번째는 난자의 질 문제입니다. 나이가 들에 따라 난소 기능이 떨어져 임신이 안 되는 경우가 대표적이라고 할 수 있습니다. 세 번째는 난자, 정자가 수정되고 배아가 이동하는 통로인 난관이 막혀 있는 경우로 이 경우 자연임신은 어려울 수 있습니다. 그 외에도 자궁이나 난소에 혹이 생긴 경우, 자궁내막에 유착, 자궁기형이 있는 경우도 원인이 될 수 있습니다.

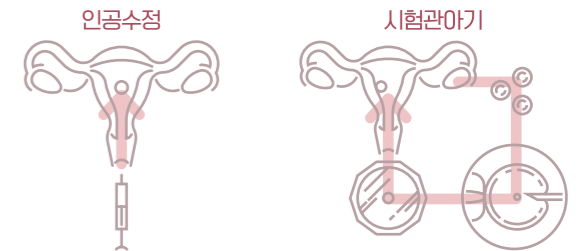
어떤 검사를 해야할까요?

난임 병원에서는 반드시 부부가 모두 내원하여 상담과 검사를 시행해야 합니다. 기본적으로 여성에서는 월경력에 영향을 줄 수 있는 혈청 호르몬 검사를 시행하고 항물러관호르몬(AMH)을 측정하여 난소 기능이 얼마나 되는지 평가할 수 있습니다. 이는 생리 시작 후 2~3일째 하는 것이 좋습니다. 생리가 끝난 직후에는 자궁강 형태 및 나팔관이 뚫려있는지 여부를 확인하기 위하여 자궁난관 조영술이나 자궁난관조영초음파를 시행합니다. 그리고 질초음파를 통하여 자궁 및 난소의 상태를 관찰하고 배란 유무를 확인합니다. 그밖에 필요한 경우 자궁경 및 골반경을 시행할 수 있습니다. 남성에서는 기본적으로 정액검사를 통해 정액량, 정자 수, 정자 운동성 및 정자 모양을 관찰합니다. 여성에서는 생리 날짜 별로 검사하는 항목이 다르므로 병원에 내원하기 전에 문의해보는 것이 가장 좋습니다.

임신을 하기 위한 시술에는 어떤 것들이 있나요?

기본적으로 임신을 하기 위해서는 본인의 난임의 원인에 맞게 임신 계획을 세우는 것이 중요합니다. 자연적인 임신시도에도 불구하고 임신이 잘 안 되는 경우 병원에서는 보조생식술을 고려해 볼 수 있습니다. 보조생식술에는 크게 인공수정과 시험관야기

시술이 있습니다. 인공수정이란 여성의 배란일에 남성의 정액을 채취, 처리하여 자궁강내로 넣어주는 것을 말합니다. 보통 배란 유도제를 사용하여 초음파를 보고 시술할 날짜를 정합니다. 시술은 마취없이 시행하고 아프지 않기 때문에 비교적 간단하게 시행할 수 있습니다. 체외수정 즉 시험관 시술은 원래 여성의 나팔관 안에서 일어나는 수정과정을 밖에서 인위적으로 해주는 임신 방법이라고 생각하면 됩니다. 즉 과배란유도를 하여 다수의 성숙된 난자를 키워 채취하고, 동일한 날 정액을 채취하여 수정시킨 후 이 수정된 배아를 3~5일간 배양하여 여성의 자궁내막 안에 이식해 주는 것입니다. 시험관 시술이 필요한 경우는 여성에서 나팔관이 양쪽 다 막힌 경우 심한 정액 소견 이상을 보이는 경우, 원인 불명인 경우, 인공수정에 여러 번 실패한 경우 시행할 수 있습니다. 하지만 난임 치료는 모두에게 다 같을 수 없습니다. 나이에 따라 원인에 따라 개별적인 치료가 중요하다는 것을 반드시 알아야 합니다.



난임 치료에서 가장 중요한 것은 무엇인가요?

임신 준비에 있어서 가장 중요한 것은 건강한 생활 습관을 가지고, 혹시 모를 난임 요인을 가지고 있지 않은지 미리 확인하며, 난소 노화를 방지하기 위해 노력해야 된다는 것입니다. 하지만 무엇보다 중요한 것은 부부가 함께 하는 것이라고 생각합니다. 우리나라는 난임 의료 기술이 아주 발달되고 보편화되어 있어 의학적인 문제로 임신 시도를 중단하는 경우는 생각보다 적습니다. 오히려 스트레스라던지 심리적인 문제로 그만두는 경우가 훨씬 많습니다. 외래에서도 남편, 시댁, 직장 문제로 힘들다고 이야기 하는 경우가 많이 있습니다. 원인이 어찌 되었던 간에 임신을 하는 주체는 여성이고 대부분의 검사 및 시술은 여성이 하는 것이므로 남편이나 주변의 적극적인 지지가 필요할 것으로 보입니다. 마지막으로 부부가 노력하면 반드시 원하는 소중한 아기를 만날 수 있을테니 희망을 잃지 않고 지속적으로 시도해보라고 말씀 드리고 싶습니다.



1년 365일 관리를 소홀히 해서는 안 되는 질환

바로 당뇨병!



김종호
좋은삼선병원
내분비내과 과장

전문 진료 분야
당뇨병, 고지혈증, 갑상선 및 부갑상선, 골다공증
부신 및 뇌하수체, 비만, 대사증후군, 폐경기증후군

진료 예약 및 상담
051-310-9127

진료일정

	월	화	수	목	금	토
오전	진료	진료	진료	진료	진료	격주
오후	진료		진료		진료	

* 학회 참석 등으로 일정이 변경될 수 있으니, 이점 양해 부탁드립니다.

1 일교차가 큰 환절기에 당뇨병 환자들의 경우 혈당 관리에 세심한 관리를 기울여야 한다고요?

당뇨병 환자들은 규칙적인 생활 습관이 혈당 관리에 매우 중요합니다. 일교차가 큰 환절기에는 규칙적인 생활습관을 유지하기가 어려울 뿐더러 몸이 움츠러들고 평소 즐겨하던 운동도 게을리하게 되어 혈당 관리가 잘 안되는 분들이 더러 있습니다.

2 최근에는 당뇨병이 21세기 국민병이라고 불릴 만큼 많아졌다고 들었습니다. 실제 어느 정도인가요?

실제 30세 이상 당뇨병 유병률은 지난 1971년 1.5%에서 최근에는 약 12%까지 늘어나 40년간 무려 7배 이상 증가하였습니다. 더 큰 문제는 당뇨병 전단계의 환자수가 당뇨병 환자의 2배 가까이 되는 것으로 추산되고 있어서 향후 당뇨병의 폭발적인 증가가 예상된다는 점입니다.

3 당뇨병에 대해 정확히 아는 분들이 많지 않으실 것 같은데, 당뇨병이란 무엇인지 설명해주세요.

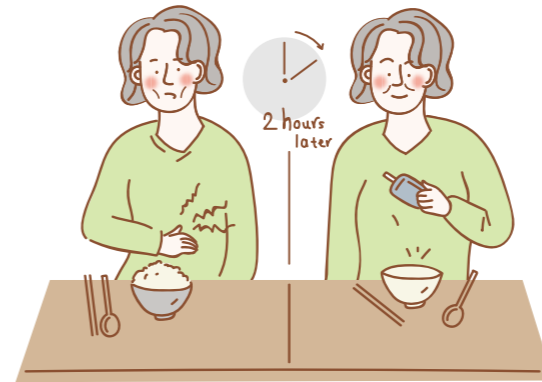
당뇨병이란 혈액 중의 포도당이 높아서 소변으로 포도당이 넘쳐 나오는데서 지어진 이름입니다. 포도당이란 우리가 먹는 음식물 중 탄수화물의 기본 구성 성분이며 탄수화물이 소화과정을 거쳐 포도당으로 변하여 혈액으로 흡수가 됩니다. 흡수된 포도당이 우리 몸의 세포들에 이용되기 위해서 '인슐린'이라는 호르몬이 반드시 필요합니다. 여러 가지 이유로 인슐린이 모자라거나 성능이 떨어지게 되면 포도당이 혈액에 쌓이고 소변으로 넘쳐 나오게 되는, 이런 병적인 상태를 당뇨병이라고 부르고 있습니다.

4 '단 음식을 많이 먹으면 당뇨가 생긴다?'고 하는데 '당뇨병'이 생기는 원인은 어떤 게 있나요?

실제 당뇨병의 원인은 매우 다양합니다. 유전적인 요인을 가진 사람에게 여러 가지 환경적 요인이 함께 작용하여 당뇨병이 생긴다고 이해하시면 되겠습니다. 단 음식을 많이 먹으면 당뇨가 생긴다는 것은 정확하게 말씀드리면 당뇨병을 일으키는 많은 원인들 중 과식이 하나의 원인으로 포함되어 있다고 이해하시면 될 것입니다.

5 당뇨병이 있는 분들 중 물도 많이 마시고 화장실도 자주 간다면 당뇨병 증상을 의심해볼 수 있나요?

당뇨병에는 다음, 다뇨, 다식이라는 3대 증상이 있습니다. 그러나



• 당뇨병 진단 기준

진단	공복혈당	식사 후 2시간 혈당
정상	70~99mg/dL	140mg/dL 미만
당뇨병	126mg/dL 이상	200mg/dL 이상
내당능장애		140~199mg/dL
공복혈당장애	100~125mg/dL	

• 당뇨병 3대 증상



이러한 증상들 외에도 여러 증상이 있으며 심지어는 특별한 증상이 없을 수도 있어 자신이 당뇨병인지 모르고 지내다가 뒤늦게 진단 받는 경우도 있습니다.

6 당뇨병 환자도 많지만, 당뇨병 전단계인 사람들도 많다고요? 어떻게 구분이 되나요?

당뇨병 전단계는 혈액 내의 포도당 수치가 정상을 벗어나지만 그렇다고 당뇨병의 범주에는 들어오지 않는 경우를 말하며, 이런 사람들의 경우에 혈당관리를 제대로 해주지 않으면 당뇨병의 발병이 매우 높다고 할 수 있습니다.

7 전단계 당뇨병 환자의 경우 초기에 치료를 하면 당뇨병으로 진행을 막을 수 있는 건가요?

전단계 당뇨병을 진단받은 시기는 환자나 의사에게도 매우 중요한

시기입니다. 이 시기에는 철저한 식이 요법과 운동이 필수라고 하겠으며 당뇨병으로의 진행위험이 높은 사람들, 특히 비만하거나 당뇨병의 가족력이 있는 분들에게는 약물처방이 동시에 이루어지기도 합니다.

8 전단계 당뇨병 환자 중에 2형 당뇨병으로 진행되는 경우가 있다고 하는데 당뇨병도 여러 종류로 나뉘나요?

아까 설명 드린 것처럼 포도당이 우리 몸의 세포들에 이용되기 위해서 '인슐린'이라는 호르몬이 반드시 필요합니다. 1형, 2형 당뇨병을 쉽게 설명 드리면 1형은 인슐린의 절대적인 결핍이 있는 경우이고 2형은 인슐린의 양은 충분하지만 인슐린의 작용에 문제가 있는 경우입니다. 하지만 불행히도 2형 당뇨병의 경우에도 병이 진행될수록 인슐린 분비의 감소가 뒤따르게 됩니다.

9 이렇게 당뇨병의 종류가 다른 만큼 정확한 진단이 필요할 텐데요. 당뇨병 진단은 어떻게 이루어지나요?

소변 검사 상 포도당이 체크되는 경우나 당뇨병의 자각 증상이 있는 경우 혈당 검사를 통해 주로 진단이 이루어집니다. 공복 혈당과 식후 혈당으로 진단할 수 있으며 표준 포도당 부하검사나 지난 3개월간의 평균혈당을 알아보는 검사로도 진단이 가능합니다.

10 검사를 통해 당뇨병이 진단되면 1형, 2형 당뇨병의 종류에 따라 치료도 달라질 것 같은데 어떻게 되나요?

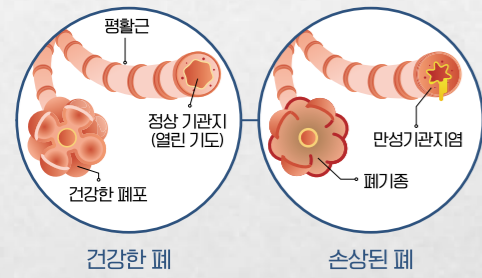
당뇨병 관리의 기본은 혈당을 조절하는 것입니다. 1형 당뇨병인 경우에는 인슐린의 절대적인 결핍이 있으므로 인슐린 주사요법으로 치료하게 되며 2형 당뇨병의 경우는 인슐린의 분비나 작용을 돕는 경구 약을 복용하게 되며 병이 진행됨에 따라 인슐린 주사요법이 추가되는 경우도 있습니다. 그 외에도 1형과 2형 모두 공통적으로 혈압과 고지혈증에 대한 관리가 이루어져야 합니다.

11 당뇨병은 한 번 걸리면 절대 못 고친다고 하는데 완치도 기대해볼 수 있나요?

1형 당뇨는 식습관과 생활습관의 교정 및 인슐린을 잘 맞고 혈당 유지를 잘해서 합병증의 발생을 줄이는 것이 정답입니다. 채식 이식, 줄기세포의 이용 등은 아직 연구 단계의 치료로 임상적인 치료효과에 대해서는 좀 더 기다려 봐야 할 것입니다. 소아에서 발생한 2형 당뇨의 주기전은 비만으로 인한 인슐린 저항성으로 식습관 및 생활 습관의 교정, 약제 등으로 비만이 해소되면서 치료되는 경우가 있습니다.



국내 사망원인 7위 만성폐쇄성폐질환



서현택
좋은강안병원
호흡기내과 과장

전문 진료 분야
폐렴, 만성기침, 기관지천식, 만성폐쇄성폐질환
급만성호흡기질환, 기관지 내시경

진료 예약 및 상담
051-610-9010

진료일정

	월	화	수	목	금	토
오전	진료	진료	안심진료	안심진료	진료	격주
오후	진료		검사	검사		

* 학회 참석 등으로 일정이 변경될 수 있으니, 이점 양해 부탁드립니다.
* 안심진료 : 환자의 안전을 위해 일반 외래환자와 발열 및 호흡기 유증상자를 별도의 공간을 운영하여 진료

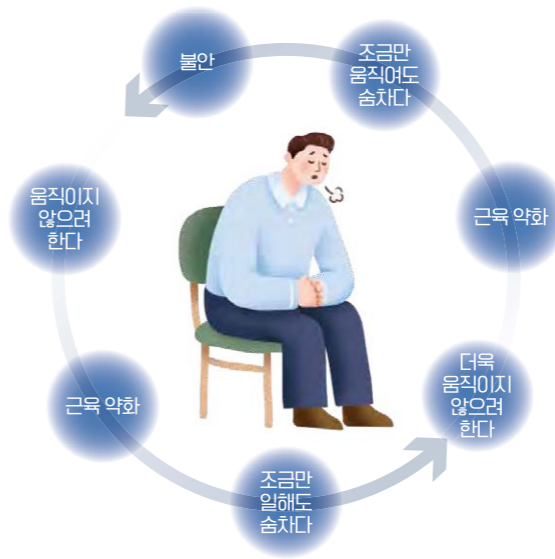
만성폐쇄성폐질환이란?

만성폐쇄성폐질환(COPD)이란 완전히 회복되지 않는 기류제한을 특징으로 하는 폐질환으로서, 흡연이나 유해물질 노출에 의해 발생하는 가장 대표적인 호흡기 질환입니다. 담배연기 등에 포함되어 있는 유해 화학물질이 기관지를 자극하여 염증을 일으켜 기침과 가래를 만들며, 기관지벽이 두꺼워지면 기관지가 좁아져 호흡 기능을 약화시키게 됩니다. 이로 인해 기도에 염증이 반복돼 기도가 딱딱하게 굳어지면서 좁아지는 병을 만성폐쇄성폐질환이라고 합니다.

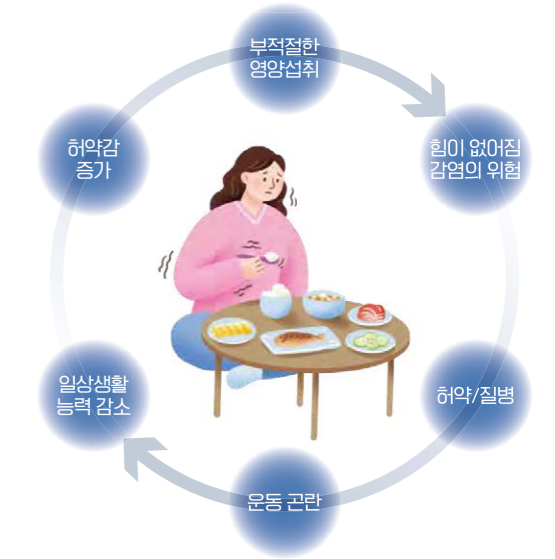
만성폐쇄성폐질환일 경우 증상은?

폐 기능이 점차 감소하기 때문에 처음에는 계단을 오르거나 운동 시 호흡 곤란이 생기며, 심해지면 휴식 상태에서도 호흡곤란이 생깁니다. 더 악화되면 심장에 부담을 주어 우심실 부전현상이 생겨 몸이 붓게 되기도 합니다. 쌉쌉거리는 천명음이 동반될 수 있어서 기관지 천식과 혼동하기 쉬운데, 천식은 급성으로 나타나며 치료 호전 속도가 빠른 반면에 만성폐쇄성폐질환은 서서히 나타나며 조기 발견이 어렵습니다. 천식은 완치가 되는 가역성과 증상과 병의 정도에 변화가 많은 변이성을 가진 반면, 만성폐쇄성 폐질환은 조금씩 만성적으로 진행됩니다.

• 만성폐쇄성폐질환 환자의 악순환(운동 관련) •



• 만성폐쇄성폐질환 환자의 악순환(영양 관련) •



만성폐쇄성폐질환이 폐암으로 발전할 수 있나요?

담배와 미세먼지는 1급 발암물질에 속합니다. 대부분의 만성폐쇄성폐질환 환자들은 상당량의 흡연력 및 미세먼지에 장시간 노출된 상태인 경우가 많아 폐암 발생 여부에 대한 각별한 주의가 필요합니다. 특히 담배는 여러 가지 발암 물질이 고농도로 존재합니다. 모든 암의 30% 정도가 담배 때문에 발생하며 담배연기와 직접 접촉되는 구강, 기관지, 폐, 식도의 암은 90% 정도가 흡연 때문에 생기는 것으로 알려져 있습니다. 또 폐 기능 저하가 반드시 동반되기 때문에 COPD가 없는 환자군에 비해 수술 항암요법 같은 치료에 따른 합병증 발생률과 폐암 자체로 인한 사망률이 높은 것으로 알려져 있습니다.

어떤 검사로 진단이 가능할까요?

만성폐쇄성폐질환의 초기 병변은 직경 2mm 이하의 소기관지부터 나타나므로, 증상의 발현이 늦어 이 질환을 가지고 있는지도 모르고 지내는 흡연자가 많습니다. 따라서 경증 만성폐쇄성폐질환 환자의 경우, 의사는 신체 검사 시 어떤 이상도 발견할 수 없습니다. 질환이 진행됨에 따라 청진기로 폐를 청진할 때 의사는 쌉쌉거림을 듣거나 호흡의 정상 심음의 감소를 인지할 수 있습니다. 폐 기능 검사를 시행하면 호흡기 증상이 없더라도 조기에 진단이 가능합니다. 20년

이상 담배를 피운 40세 이상 흡연자는 고위험군인 만큼 증상이 없어도 폐기능 검사를 해보는 게 좋습니다.

만성폐쇄성폐질환 치료와 예방법?

만성폐쇄성폐질환은 더 이상의 진행을 막는 것이 최선입니다. 담배로 인해 한 번 망가진 폐는 되돌리기가 힘듭니다. 호흡곤란 증상을 호전시키기 위해 기관지 확장제인 흡입기를 규칙적으로 사용하면서 호흡재활 치료, 산소치료 등을 병행 할 수 있습니다.

초기 만성폐쇄성폐질환 환자들은 대부분 증상이 없기 때문에 호흡곤란 등의 증상이 나타나면 폐기능이 이미 정상인의 50% 미만으로 떨어져 있는 경우가 많습니다. 담배로 인해서 손상된 폐는 어떤 약을 써도 소용없고 담배를 피우지 않았던 깨끗한 폐로 되돌아가지 않습니다. 그렇기 때문에 만성폐쇄성폐질환의 예방과 진행을 감소시키는 가장 효과적인 방법은 금연입니다. 나이와 관계없이 흡연하는 모든 만성폐쇄성폐질환 환자들은 금연을 해야 합니다. 금연을 위한 약물치료는 챔픽스, 부프로피온, 니코틴 껌, 니코틴 흡입, 니코틴 스프레이와 니코틴 패치 등이 있습니다. 약물 치료 및 행동 치료, 가족의 지지가 같이 이루어 질 때 금연 성공률이 더 상승할 수 있습니다. 금연 약물 치료 시에는 부작용 발생 여부를 잘 감시해야 합니다.



갑자기 기온이 뚝!

한랭질환 주의하세요

겨울 추위가 매서워지고 있습니다. 기온이 영하로 떨어지는 한파가 시작되면 면역력과 체온이 떨어져 다양한 한랭질환에 쉽게 노출될 수 있습니다. 대표적인 한랭 질환에는 저체온증, 동상, 동창 등이 있습니다.



저체온증

심부체온*이 35°C 미만으로 떨어지는 상태를 말합니다. 체온이 35°C 미만으로 내려가면 심장, 폐, 뇌 등 중요한 장기의 기능이 저하됩니다.

*심부체온(core temperature): 내부 장기나 근육에서의 체온

주요증상
오한, 피로, 의식 혼미, 기억장애, 언어장애 등
저체온증에서 가장 먼저 나타나는 증상은 떨림입니다. 온몸, 특히 팔다리가 심하게 떨리고 기억력과 판단력이 저하됩니다. 말이 어눌해지다가 점점 의식이 흐려져 결국 의식을 잃게 됩니다.

처치
의식이 없는 경우 119에 신고하고 환자를 따뜻한 곳으로 옮기는 것이 우선입니다. 신속히 병원으로 가거나 빠르게 119로 신고합니다. 젖은 옷은 벗기고 담요나 침낭으로 감싸줍니다. 핫팩이나 가열패드 사용은 피부 화상을 입을 수 있으므로 주의해야 합니다.
의식이 있는 경우에는 따뜻한 음료가 도움이 될 수 있으나, 의식이 없는 환자에게 음료를 마시도록 하는 것은 위험하며, 열손실을 촉진시키는 알코올과 카페인은 피합니다.



임현지
좋은선린병원
가정의학과 과장

전문 진료 분야
건강검진, 예방접종, 위내시경
건강위험요인 관리(비만, 흡연), 영양 및 운동상담

진료 예약 및 상담
054-245-6611~5

진료일정

	월	화	수	목	금	토
오전	진료	내시경	진료	진료	내시경	진료
오후	진료	진료	진료	진료	진료	

* 학회 참석 등으로 일정이 변경될 수 있으니, 이점 양해 부탁드립니다.

동상

강한 한파에 노출됨으로써 표재성 조직(피부 및 피하조직)이 동결하여 조직이 손상되는 것을 의미합니다. 주로 코, 귀, 뺨, 턱, 손가락, 발가락 등 노출부위에서 나타납니다. 동상이 심한 경우 절단이 필요할 수도 있습니다.

주요증상(단계에 따른 증상)
1도: 찌르는 듯한 통증, 가려움, 부종 등
2도: 피부가 검붉어지고 물집이 생김
3도: 피부와 피하조직의 괴사, 감각 소실
4도: 근육 및 뼈의 괴사

처치
환자를 따뜻한 환경으로 옮깁니다. 동상부위를 따뜻한 물(38~42°C)에 20~40분간 담급니다.

*38~42°C: 동상을 입지 않은 부위를 담갔을 때 불편하지 않을 정도의 온도

얼굴·귀 — 따뜻한 물수건을 대주고 자주 갈아줍니다.
손·발 — 손가락, 발가락 사이에 소독된 마른 거즈를 끼워 습기를 제거하고, 서로 달라붙지 않게 합니다. 동상부위를 약간 높게 해서 통증과 부종을 줄여줍니다. 다리, 발 동상 환자는 들것으로 운반합니다.*

*동상 걸린 다리·발로 걸을 시 조직 손상을 악화시킬 수 있으므로 언 피부가 녹은 후라도 걸어서는 안됩니다.

동창

저온(0~10°C) 다습한 상태에서 가벼운 추위에 지속적으로 노출 시 말초 혈류 장애에 의해 나타나는 피부와 피부조직의 염증반응을 의미합니다. 동상처럼 피부가 얼지는 않지만 손상부위에 세균 침범 시 심한 경우 궤양이 발생할 수 있습니다.

주요증상
국소부위의 가려움이 있고, 따뜻한 곳으로 가면 가려움이 더욱 심해집니다. 심한 경우 울혈, 물집, 궤양 등이 생길 수 있습니다. 심하지 않은 경우는 대개 별다른 치료 없이도 수 주 내에 저절로 호전되지만, 일부는 약물치료가 도움 될 수 있습니다.

처치
따뜻한 물에 언 부위를 담가 서서히 피부를 따뜻하게 합니다. 동창 부위를 살살 마사지하여 혈액순환을 유도하고 긁지 않습니다. 동창의 경우는 일반적으로 예방이 가장 좋은 치료법이며, 추위에 대한 노출을 피하고, 규칙적인 운동을 하며, 침범 부위의 청결을 유지하고, 따뜻하게 해 주어야 합니다. 금연을 실시하여야 하고, 중심체온이 떨어지면 말초 혈관의 수축을 가져올 수 있으므로, 병변부 뿐만이 아니라 전신을 따뜻하게 유지하여야 합니다.



한랭질환에 노출되지 않기 위한 생활 수칙과 예방법

날씨가 추울 때는 야외활동 시간을 줄여야 합니다. 겨울철 추운 날씨에 체온을 유지하려면 실외에서 장시간 노출되지 않는 것이 중요합니다. 바깥에서 머무는 시간을 줄이고 가급적 실내에서 활동하는 것이 좋습니다. 중장년층 특히 만성질환을 가지고 계신 분들과 노년층, 그리고 직업적으로 실외에서 활동을 많이 해야 하는 분들은 특히 방한에 신경 쓰고 정기적으로 실내에 들어와 몸을 녹이는 등 주의를 꼭 기울여야 하며, 추위에 약한 사람들은 가급적 외출을 피해야 하지만, 외출해야 한다면 외투뿐 아니라 모자와 장갑을 착용해 손과 발, 머리를 따뜻하게 해주는 것이 필요하겠습니다.





GOOD MOONHWA ORTHOPEDICS

좋은문화병원 정형외과 이계왕 과장



진료분야

어깨 및 무릎 관절, 스포츠 외상
소아 청소년, 발, 발목관절, 인공관절
척추질환

연혁

인하대학교병원 의과대학 졸업
동대학 전공의 수료
분당서울대학교병원 소아정형외과 전임의
분당서울대학교병원 족부족관절 전임의
서울대학교 보라매병원 슬관절센터 연수
동강동천병원 정형외과 과장
울산현대 호랑이 축구단 주치의



좋은문화병원 정형외과
이계왕 과장님,
소개 부탁드립니다.

안녕하십니까. 좋은문화병원 정형외과에서 3년째 근무하고 있는 이계왕 입니다. 우선 저보다 훌륭하고 좋은 선생님들이 많은데, 이런 글을 먼저 올리게 해주셔서 감사드리며 송구한 마음입니다.

저는 인천에서 태어나 초, 중, 고, 대학교까지 모두 인천에서 자랐습니다. 부산은 제 고향 인천과 비슷한 느낌을 많이 받습니다. 항구 도시이자 복잡하고 활기찬 도시의 감성이 그렇습니다. 그래서인지 친숙하게 잘 지내고 있습니다.

저는 부족하지만 정형외과 전 분야를 진료하고 있습니다. 그중에서도 소아정형외과와 발목, 족부 등을 세부 전공으로 선택하였습니다.

정형외과 의사가 되신
특별한 이유가 있으신가요?

학생 때부터 운동과 활동을 좋아하여 축구부 및 다양한 동아리 활동을 많이 하였습니다. 여러 선배들이 추천을 해주었고 스포츠 등을 좋아하면서 자연스럽게 근골계 질환, 외상 등을 다루는 정형외과에 지원하게 되었습니다. 현재는 저와 잘 맞는 것 같아 후회 없는 선택이었다고 생각합니다.



과장님은 주로 어떤 환자를
진료하고 계신가요?
과장님만의 노하우가
있으신가요?

분당서울대병원에서 족부와 발목관절 및 소아정형외과를 전공하다보니 소아정형외과로 많이 찾아주시는 것 같습니다. 정형외과 전공의들이 선호하지 않는 진료과이지만 소아정형외과 전문의가 부족하기 때문에 지역사회에 봉사하는 마음으로 최선을 다하고 있습니다. 소아정형외과 분야에서는 소아와 청소년의 외상을 치료하며 선천성 기형 등의 진단과 치료 등을 주로 하고 있습니다. 발목과 족부 환자들도 비수술에서부터 수술적 치료까지 최선을 다해서 진료하고 있습니다.

기억에 남는
환자가 있다면?

다리가 많이 다쳐서 병원에 실려오신 50대 남성분이셨습니다. 개방성골절로 피부 밖으로 뼈가 튀어나왔으며, 심각한 정형외과적인 손상인 구획중후군이 함께 계셨던 환자였습니다. 6개월 가까이 수차례 수술과 치료를 반복하면서 상처와 뼈가 겨우 치료되었던 환자였습니다. 퇴원하시는 날에 과장님 덕분에 걷게 되었다고 눈물을 흘리며 감사 인사를 해주실 때 정형외과 의사를 하게 되어 행복하다고 느끼곤 했습니다. 뿐만 아니라 여러 소아 외상환자들, 하지변형이 심했던 환자들까지 모두 기억합니다.

소아정형외과 전문의가

부족하기 때문에

지역사회에 봉사하는 마음으로

최선을 다하고 있습니다

물론 좋은 결과만 있었던 것은 아닙니다. 사람의 몸이 완전하지 않듯이 의학도 그러한 것 같습니다. 저희들도 환자의 결과가 좋지 않으면 괴로움은 물론 환자와 보호자분들에게 상처를 받는 일도 종종 있습니다. 하지만 힘들었던 모든 일들을 잊게 해주는 분들 역시 환자입니다. 환자분들의 칭찬과 기쁨이야말로 이 일을 계속 할 수 있게 해주는 최고의 명약인 것 같습니다.

의사로서 보람을 느낄 때와
앞으로 어떤 의사이고 싶은지
말씀해주세요.

개인적으로 부족하다고 느끼고 있습니다. 사람의 몸은 아직도 어렵고 복잡하며 새로운 상황이 나타나는 것 같습니다. 제 개인의 힘 혹은 의사의 지식만으로 환자가 회복되는 것이 아니라고 생각합니다. 연구하고 겸손한 자세로 그리고 아픈 환자와 보호자분들에게 좋은 조력자가 되고 싶습니다. 환자를 대하는 초심을 잃지 않고 환자를 기만하지 않으며 신뢰 받는 의사가 되도록 노력하겠습니다. 감사합니다.

스쿼트 뿌시기

글. 최임락 줄은삼선병원 재활치료팀

코로나 바이러스(Covid-19)로 인해 비대면 즉, 언택트(untact) 시대를 살아가고 있는 요즘 집에서 머무는 시간이 많아지고 야외 활동이 줄어들면서 몸을 움직이지 않아 근골격계 질환이 발생할 수 있습니다. 겨울철 움츠린 몸을 깨워주고 집에서 간단하게 할 수 있는 스쿼트(squat) 운동을 소개하고자 합니다. 스쿼트는 허벅지가 무릎과 수평이 될 때까지 앉았다 섰다 하는 동작으로 가장 기본적인 하체 운동이며 하체와 엉덩이 근육 및 코어강화 효과를 얻을 수 있으며 다이어트와 근력강화 운동으로 많이 사용되고 있습니다.

1 기본 스쿼트

① 다리를 어깨 넓이 만큼 벌리고 발은 약간 바깥쪽으로 두어 편안한 자세로 섭니다.



② 팔을 앞으로 뻗은 상태에서 허리는 구부리지 않고 무릎과 엉덩관절을 구부려서 스쿼트 동작을 하고 뒤꿈치와 엉덩이에 힘을 주면서 일어납니다.



2 의자를 이용한 스쿼트

① 다리를 어깨 넓이 만큼 벌리고 발은 약간 바깥쪽으로 두어 편안한 자세로 섭니다.



② 엉덩이가 의자에 살짝 닿을 정도로 무릎과 엉덩관절을 구부린 후 뒤꿈치와 엉덩이에 힘을 주면서 다시 일어납니다.



3 밴드 스쿼트

① 무릎에 밴드를 끼우거나 밴드를 밟고 팔로 잡은 상태에서 다리를 어깨 넓이 만큼 벌리고 발은 약간 바깥쪽으로 두어 편안한 자세로 섭니다.

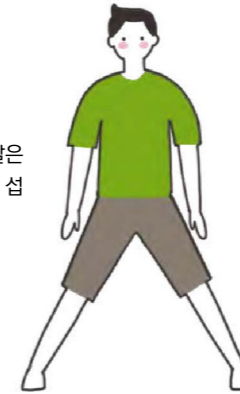


② 팔을 앞으로 뻗은 상태에서 허리는 구부리지 않고 무릎과 엉덩관절을 구부려서 스쿼트 동작을 하고 뒤꿈치와 엉덩이에 힘을 주면서 일어납니다. 무릎이 안쪽으로 모이지 않도록 바깥쪽으로 힘을 준 상태로 실시합니다.



4 와이드 스쿼트

① 다리를 최대한 넓게 벌린 후 발은 무릎이 향하는 각도로 둔 상태로 섭니다.



② 양팔은 아래로 뻗고 허리를 구부리지 않고 무릎과 엉덩관절을 구부려 스쿼트 동작을 실시합니다. 무릎이 안쪽으로 모이지 않도록 바깥쪽으로 힘을 준 상태로 실시합니다.

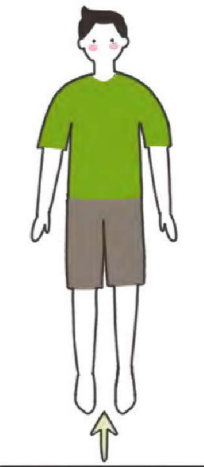


5 점프 스쿼트

① 허리는 구부리지 않고 무릎과 엉덩관절을 구부려서 스쿼트 동작을 합니다.



② 1~2초 유지한 다음 스쿼트 자세에서 가볍게 뛰어올랐다 스쿼트 자세를 반복합니다. 과도한 점프는 피하시고, 착지하실 때 발바닥에서 쿵소리가 나지 않도록 조절하여야 합니다.



인터넷 건강상담 Q&A

www.goodhospital.or.kr

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

http://www.moonhwa.or.kr

비뇨의학과 **조현욱** 과장이 알려주는

요로결석 Q&A



요로결석, 예방법이 있을까요?

+ 결석의 경우 재발이 매우 흔한 질환인데요. 연구 결과에 따르면 절반 정도의 환자들이 같은 문제로 살면서 한 번 이상 다시 병원을 방문하게 됩니다. 그래서 한번 결석을 앓은 분들께는 재발을 방지하기 위한 생활습관 개선이 필요합니다. 우선은 물을 많이 드시게 합니다. 하루 2리터 이상 마시도록 권유합니다. 물을 많이 마시면 소변의 농도가 떨어져서 돌이 생기거나 커질 확률이 낮아지고 소변 양도 늘어서 결석이 작을 때 소변과 함께 배출될 확률도 올라갑니다. 식습관도 개선하면 도움이 될 수 있는데 이 부분은 사실 쉽지가 않고 약간의 논란도 있습니다. 결석을 이루는 흔한 성분 중 하나가 칼슘인데 칼슘이 많이 들어 있는 음식을 안 먹자니 골다공증 등의 문제가

발생할 수 있습니다. 재밌는 연구결과가 있는데요. 아예 칼슘을 제거한 음식만을 먹게 한 경우 혈중 칼슘의 양이 늘고 뼈의 밀도가 줄어든 것을 확인한 연구가 있습니다. 칼슘이 부족하다고 판단한 우리 몸이 뼈에 저장되어 있던 칼슘을 뽑아서 쓴 것이죠. 그래서 저는 환자 분들께 하루에 우유를 두세 통씩 마시거나 멸치를 한 접시씩 먹거나 하는 정도가 아니라면 적당히 먹던 대로 드시되 물이라도 많이 드시라고 말씀드립니다. 너무 자주 재발하는 분들은 24시간 소변을 모아서 그 안의 성분 조사를 한 후에 그중 너무 많아서 결석을 만들 것이 의심되는 성분이 들어있는 음식을 자제하시도록 설명드리기도 하지만 지키기가 어렵습니다. 그래서 저는 물이라도 많이 드시라고 설명드립니다.

좋은삼선병원

http://www.samsun.or.kr

신장내과 **박정민** 과장이 알려주는

혈뇨 Q&A



소변색이 붉으면 무조건 혈뇨인 건가요?

+ 눈으로 보아도 소변에 피가 섞여 있음을 알 수 있는 육안적 혈뇨와 건강검진 결과, 눈으로는 보이지 않으나 현미경에서만 확인되는 현미경적 혈뇨로 병원에 내원하는 경우가 있습니다. 소변이 붉게 나온다면 진짜 적혈구가 배출되는 혈뇨인지 아니면 진짜 혈뇨가 아니면서 다른 원인에 의해 소변 색깔이 붉어진 경우는 아닌지 알아내는 것이 중요합니다. 심하게 운동을 한 직후나 다른 원인으로 열이 심하게 날 때, 신장이나 요로계 질환이 아니더라도 심장 질환이나 뇌경색 치료 혹은 예방 목적으로 아스피린이나 와파린 같은 항응고제를 복용 중이거나 출혈성 경향을 유발하는 혈액 질환 환자에서도 혈뇨를 관찰할 수 있습니다.

혈뇨의 원인과 치료에 대해 알려주세요.

+ 혈뇨는 요로결석, 요로감염, 신낭종, 종양, 외상, 혈관 기형, 급성 및 만성 사구체신염 등으로 인해 생길 수 있습니다. 그러나 연령에 따라 차이가 커서 40~45세를 기준으로 그보다 젊은 연령에서는 요로결석이 과반수를 차지하고 고령일수록 악성 종양이 차지하는 비율이 현저히 증가합니다. 발생 원인에 따라 치료방법은 달라지게 되는데 비뇨기과적 문제의 경우에는 비뇨기과적 시술, 수술 등을 통해 해결할 수 있습니다. 악성종양에 의한 혈뇨가 아닌 경우, 만성사구체신염의 가능성을 염두에 두고 검사를 시행하며 이후 혈뇨의 악화 소견, 단백뇨의 동반 또는 콩팥기능의 악화 소견을 보일 때는 콩팥 조직검사까지 시행하여 확진하고 그 진단에 따라 면역억제제 등의 치료를 결정하게 됩니다.

좋은강안병원

http://www.gang-an.or.kr

가정의학과 **박다정** 과장이 알려주는

새해 건강 관리 Q&A



새해맞이 건강 검진 계획은 어떻게 세우는 게 좋을까요?

+ 20~30대는 평생 건강의 기초를 다지는 시기로 본인의 가족력, 생활습관 등에 따른 현재 질병 유무와 질병 위험 요인들을 파악하고 이를 교정해야 합니다. 따라서 기초 혈액검사를 포함하는 기본 건강 검진을 추천 드립니다. 성관계 경험이 있는 여성은 자궁경부암 검진을 받아야 하며, 검진을 통해 간염(A형, B형, C형) 항체가 없는 것으로 확인되면 예방접종(A형, B형)을 받아야 합니다. 40~50대에는 한국인의 5대 암 검진(위암, 대장암, 유방암, 자궁경부암, 간암)을 포함한 각종 암 검진을 충실히 받아야 합니다. 중년 남성과 폐경 후 여성에서 심뇌혈관질환의 위험도가 급증하므로 심뇌혈관질환의 고위험 요인이

있거나 가족력이 있다면 경동맥 초음파 및 심뇌혈관에 대한 정밀검사를 받는 것이 좋겠습니다. 또 폐경 전후 여성은 골밀도검사 및 부인과 초음파, 갑상선 초음파를 받는 것을 권합니다. 60대 이상 노년기에는 여러 질병들이 발생하여 치명적인 결과를 가져올 수 있으므로 앞선 연령층에서 추천되었던 검진은 필수적으로 받는 것이 좋겠습니다. 감각기능이 현저히 떨어지고 치주질환이 잦으므로 정기적으로 시력검진, 청력검진, 구강검진을 받는 것이 필요합니다. 퇴행성 질환이 흔하므로 골다공증, 근골격계 질환, 치매 등에 대한 검사와 관리도 추천 드립니다. 그리고 연령과 관계없이 특정 암이나 만성질환의 가족력이 있는 경우에는 건강검진 시 꼭 챙겨보시면 좋겠습니다.

태평양 접한 해안선 따라 옥빛 머금은 길 400km

미야자키 가라쿠니다케(韓国岳) 서면 한반도 '가락국'의 전설 떠올라

글. 이흥곤 국제신문 편집국 선임기자 hung@kookje.co.kr



미야자키현에서 가장 높은 가라쿠니다케에서 바라본 오니미이케. 지름이 1km로 가리시마 산군에서 가장 큰 칼데라호이다. ↑ 하늘에서 본 아오시마섬. 섬을 두르고 있는 아열대 숲과 파란 물빛이 조화를 이뤄 한 쪽의 수채화를 보는 듯하다.→



“이곳에서 가장 높은 산 이름은 가라쿠니다케(1,700m)지만 한자 표기는 신기하게도 ‘韓国岳(한국약)’입니다.”

순간 귀를 의심했다. 이국 땅 일본 미야자키에서였다. 정상적이라면 한국을 의미하는 ‘강고쿠’를 붙여 ‘강고쿠다케’라 불러야 하지만 이 산은 ‘가락국’을 의미한다며 ‘가라(가야)/ 쿠니(국)/ 다케(산)’로 풀이했다. 고대 일본과 한반도와의 연관성을 고려해볼 때 충분히 개연성을 지닌 가설이란 생각이 들었다. 호기심이 발동해 좀 더 물어봤지만 아쉽게도 더 나올 게 없었다.

‘韓国岳’이 ‘가라쿠니다케’로 불리게 된 배경이 뭘까. ‘일본서기’에 따르면 4세기 한반도에서는 거듭된 전쟁 때문에 새 거처로 일본 열도가 대두하자 가야백제·신라 유민들이 집단 이주를 단행했다. 당시 일본 열도는 통일 국가라기보다 호족이 지배하는 소국이 산재해 언어, 관습 등이 지역마다 달랐다. 그들은 한반도에서 건너온 사람을 ‘멀리서 온 사람’이라는 의미의 ‘도래인(渡來人)’으로 불렀다. ‘도래인’은 토목 양잠 등 당시로선 선진기술을 사용했고, 한문으로 외교문서를 작성하는 등 일본인의 생활 향상에 크게 이바지했다.

미야자키에 정착한 ‘도래인’은 어쩌면 보름달이 뜨면 이곳에서 가장 높은 봉우리인 가라쿠니다케에 올라 고향인 한반도 방향을 바라보며 수구초심의 마음을 느끼며 흐느꼈으리라. 하지만 일본 건국 신화를 다룬 ‘고사기’에 적혀 있는 내용과 달리 가라쿠니다케에서 한국은 아예 보이지 않았다.

일본 규슈 남동쪽에 있는 미야자키현. 북으로 뱃부온천으로 유명한 오이타현, 남서쪽으로 가고시마현이 있다. 동쪽 해안선이 태평양과 인접한 이곳은 아자나무 피닉스가 현(懸) 지정 나무일 정도로 남국 정서가 가득한 따뜻한 남쪽 나라이다. 연평균 기온 17.3도, 겨울에도 영상 기온이다. 지금이야 코로나19 때문에 불가능하겠지만 평상시라면 한일 양국의 프로야구 및 축구팀의 동계 훈련지로 각광받는 곳이다.

미야자키는 제주도와 비슷한 행보를 보여 왔다. 1960년대까지 일본 최고의 신혼 여행지였지만, 1972년 더 남쪽 나라인 오키나와가 일본에 반환됨으로써 남국 정서 자리를 넘겨 주었다. 동시에 내국인들이 경제 사정이 좋아지면서 해외로 여행을 떠나 한동안 침체일로를 겪었다. 제주도도 1980년대까지 국내 으뜸 신혼 여행지였지만 1989년 해외 여행 자유화 조치로 한때 썰렁하지 않았는가.

이후 미야자키와 제주도는 천혜의 자연환경을 바탕으로 호텔과 리조트, 골프장 등을 조성하며 옛 영화를 되찾았다. 30여 개의 골프장을 갖춘 미야자키는 코로나19 도래 전엔 겨울철 국내 골퍼 여행객들이 가장 선호하는 곳으로 꼽혔다.

미야자키현의 동쪽 태평양과 인접한 400km나 되는 긴 해안선은 바다와 삼림이 어우러진 드라이브 코스가 일품이다. 공항과 항구를 낀 미야자키시에서 남쪽으로 아오시마~니치난~고지마 섬으로 이어지는 해안가에는 ‘도깨비 빨래판’이라 불리는 울퉁불퉁한 줄무늬 바위 군과 ‘선 멧세 니치난’, 우도신궁이 연이어 있어 필수 관광코스다.

니치난 해안 환상의 드라이브

니치난 해안 드라이브는 아오시마 섬에서 시작된다. 물과 조그만 돌다리로 연결된 이 섬은 돌레가 1.5km 정도로 30분이면 돌아볼 수 있다. 독특한 바위 지형 때문에 더 유명해졌다. 일명 ‘도깨비 빨래판’으로 불리는 바위 군은 멀리서 보면 빨래판처럼 생긴 돌판이 일정 간격으로 해안에 펼쳐져 있다. 이 바위 군은 신생대 제3기 때 모래와 진흙 등의 퇴적물이 바닷속 깊은 곳에서 암석화했다가 용기에 따른 차별 침식으로 형성된 대자연의 조형물이다. 퇴적암층의 간격이 일정해 인공 구조물로 착각하기 쉽다. 이러한 지질구조는 니치난 해안가에만 존재해 현은 300년 된 아열대 숲과 함께 천연기념물로 지정했다.

아오시마에서 차로 20분쯤 남으로 내달리면 해안 테마파크인 ‘선 멧세 니치난’에 닿는다. ‘태양의 메시지를 받는 곳’이라는 의미의 이곳은 일본이 칠레 이스터 섬 모아이상 복원에 참여한 것을 기념해 위도가 같은 지점에 같은 재질과 모양의 모아이 석상 7개를 조각해 놓았다. 다시 남으로 10분 거리에는 일본 신화의 성지인 우도신궁이 기다린다. 바다와 맞닿은 절벽 옆 동굴 안에 조성돼 신비감을 자아낸다. 부부관계를 원만하게 해주는 신을 모시고 있어 특히 젊은 부부들이 많이 찾는다.



원숭이에 먹이를 주지 말라

우도신궁에서 1시간쯤 남으로 계속 내달리면 고지마 섬 앞에 닿는다. 해안가에서 손에 잡힐 듯 가까이 위치한 이곳은 야생 원숭이가 100마리쯤 서식하는 무인도이지만 제법 유명한 섬이다. 20여 년 전 일본의 후나이 유키오가 쓴 명저 ‘백마리째 원숭이가 되자’의 배경 섬이기 때문이다. 원숭이 서식은 1948년 처음 확인했으며 지금은 천연기념물로 지정됐다.

교토대 영장류연구소는 이 섬에서 고구마를 물에 씻어 먹는 원숭이가 발견되자 나머지 원숭이들이 대부분 따라 한다는 사실을 발견했다. 더 놀라운 사실은 이 섬에서 멀리 떨어진 다른 섬의 원숭이도 고구마를 물에 씻어 먹기 시작했다는 것. 미국의 뉴에이지 과학자 라이언 왓슨은 이를 두고 ‘백한마리째 원숭이 현상’이라 명명하며, ‘어떤 행위를 하는 개체 수가 일정량에 달하면 그 행동이 그 집단에 국한되지 않고 공간을 넘어 확산해가는 불가사의한 현상’이라 설명했다. 경영컨설턴트인 저자 유키오는 교토대와 라이언 왓슨의 연구를 발전시켜 의식혁명이란 새로운 사상에 동참하는 사람이 일정 수에 도달할 때 일시적으로 일어난다고 그 범주를 확장해 주장했다.

고지마 섬에는 2분 정도 배를 타고 들어간다. 선주는 절대 먹이를 주지 말 것을 당부했다. 오래전 한국의 모 방승사가 고구마를 물에 씻는 모습을 촬영하기 위해 지침을 어기고 고구마를 반입, 많이 주는 바람에 이후 섬을 찾는 관광객들이 한동안 먹이를 주지 않는다고 원숭이들에게 공격을 당했다는 것이다.

↑ 아오시마섬 주위를 둘러싼 ‘도깨비 빨래판’으로 불리는 바위 군은 지구상에서 유일한 독특한 지질구조이다.
 \ ‘선 멧세 니치난’에 있는 모아이 석상. 일본이 칠레 이스터 섬 모아이상 복원에 참여한 것을 기념해 위도가 같은 지점인 미야자키 니치난 해안가에 같은 재질과 모양의 모아이 석상 7개를 조각해 놓았다.
 ← 바다와 맞닿은 절벽 옆 동굴 안에 조성된 일본 신화의 성지인 우도신궁.



섬 모퉁이를 살짝 돌면 조그만 백사장에 원숭이들이 나와 있다. 물 사람들에게 대한 호기심의 발로인가 싶어 물었더니 원래 원숭이들은 오전엔 이곳에서 놀고 오후에는 먹이 활동을 위해 숲으로 사라진단다. 원숭이들과 눈만 마주치지 않으면 절대 공격하지 않는다고 했다. 사실이었다. 처음에는 섬을 찾는 관광객들을 응시하지만, 발을 내딛는 순간 원숭이들은 인간에게 특별히 관심을 보이지 않고 서로 이를 잡아주는 등 자신들의 일에 열중이다.

가야인의 전설 가라쿠니다케

미야자키현의 최고봉 가라쿠니다케는 현의 서쪽 끝 가고시마현과의 경계에 솟아있다. 앉은 터로 봐선 결코 평범한 산이 아니다. 일본 국립공원 1호의 일부인 기리시마 산군의 사-종점이다. 곳곳에 분화구와 칼데라가 산재해 이국적 풍광을 선사하는 기리시마 산군은 일본의 대표적 활화산 지대. 주요 봉우리는 가라쿠니다케(1,700m) 시시고다케(1,428m) 신모에다케(1,421m) 나카다케(1,345m) 다카치호미네(1,574m) 등 5개. 한국인들은 가라쿠니다케를 주로 찾지만, 일본인들은 일본국을 세운 신들이 내려왔다는 전설의 다카치호미네를 선호한다.



5개 봉우리를 잇는 종주 거리는 13.7km로 5시간쯤 걸린다. 하지만 가운데 신모에다케가 자주 화산 폭발을 일으켜 지금은 종주할 수 없다. 가라쿠니다케만 오르려면 차가 올라가는 에비노고원(1,200m)에서 왕복 4.2km만 걸으면 된다. 왕복 2시간30분 정도 걸린다. 화산 폭발에 의해 생성된 이 산 정상부에는 온통 붉은빛의 화산암과 흙 투성이다. 정상에선 기리시마 연봉이 한눈에 보인다. 날이 맑을 땐 이웃한 가고시마현의 활화산인 사쿠라지마가 뿜어내는 하얀 연기도 확인된다. ‘韓國岳’이라 적힌 정상 이정표 너머에는 300m쯤 되는 낭떠러지 아래 한라산 백록담의 5배쯤 되는 분화구가 등산객들을 놀라게 한다. 먼발치에는 기리시마 산군에서 가장 큰 칼데라호인 지름 1km가 넘는 오나미이케도 시야에 들어온다.

일본 전쟁사의 한 페이지 오비성

니치난에 있는 오비성은 이토, 시마즈 두 가문이 서로 차지하기 위해 103년간 다툰, 일본 전쟁사에서도 아주 유명한 곳이다. 성벽과 돌담이 일부 남은 성 내부에는 번주의 가옥이 그대로 남아 당시의 생활상을 엿볼 수 있다. 성터 뒤에는 150년 된 ‘오비스기’로 불리는 오비삼나무가 하늘을 향해 쪽쪽 뻗어 있다. 타 지역의 삼나무와 달리 탄성이 좋고 유지 성분이 많아 건물 기둥이나 배의 재료로 널리 쓰여 일본 최고의 목재로 불린다. 이곳에는 일본에서 가장 먼저 개화하는 벚나무가 있어 1월이면 전국에서 관광객이 모여든다.

\ 고지마 섬의 야생 원숭이들.
 / 가라쿠니다케 정상 바로 아래에서 본 기리시마 산군. 가운데 폭까진 곳이 자주 화산 폭발을 일으키는 신모에다케이고, 맨 뒤 높은 봉우리가 일본인들이 신성시하는 다카치호미네이다.
 ↓ 오비성 내 오비삼나무. 일본에선 최고급 목재로 유명하다.



환자분과
보호자분이 보내주신
감사의
편지를
소개합니다.

고객님의 소중한 칭찬과
격려의 말씀 감사합니다.
좋은병원들은
보다 나은 서비스를 위해
항상 노력하겠습니다.

좋은강안병원
심장센터
이준상 부장님께

좋은강안병원 앞등에 살면서 그냥 지나치고
다녔는데 갑자기 응급한 상황이 벌어져 좋은강안병원
응급실에 갔다가 문밖 걱정과 불안한 마음으로
20. 11. 9일에 13이환실에 입원한 환자 이00입니다
심장센터 이준상 과장님께서 관심종책 조영술을
하신후 아주 이상이 없고 관리 잘 했다고 칭찬하세
면서 저의 어깨를 도약도락 취하시는 손질이 너무
정겹고 따뜻했습니다.

좋은 의사 선생님과 좋은강안병원이 이곳에
있다는 것이 자랑스럽습니다. 그리고 모든
간호사님께서도 환자라 의사소통(Communication)
항려고 이것저것 친절히 묻고하러 오습니 잘 좋습니다.
정말 좋은 병원입니다.

2020. 11. 11. 환자 : 이00



좋은삼선병원 외과 문기명 과장님께

좋은 아침 ~
66세 감이랍니다
건강 검진에서 삼상에 이상 소견이 보여
좋은 삼선 병원을 찾게 되었습니다

수술이라는 무거운 마음으로 문기명 과장님을 만났을때
이웃집 삼촌같은 친절함과 유머스러움으로
수술이라는 부담감이나 긴장감을 풀어 주셔서
편안함을 주신 문기명 과장님께 진심 감사드립니다.

수술후 ~ 여건
11일 간격이나 12일, 13일, 14일 모두 모두
타쁜 기운으로 한결같이 간호사님들 안정적으로
전선하게 웃음을 보여 주셔서
환상적 수술에 감사 했지만 내심처럼 편안하게
살게 해주셨고 감사합니다
정말 모두에게 감사 합니다

또한 등직할 무렵으로
수술의 긴장감으로 어서 저임종을 놀라하는 나에게
눈을 마주치며 나의 어서저임종에 눈을 맞추시며
누군가 수술까지 편안하게 나를 데려다 줄
명장우 선생님께도 감사 드립니다.

모두들 가까이 병원에서
간호사님들 위해
20년인 사랑의 계서도
좋은 삼선병원 모든 분들께
박수천 보냅니다
건강 하십시오.



좋은병원들 직원들은 대부분이 친절하다고 말씀해 주십니다. 항상 감사하면서도 부족함이 없는지 생각해 보게 되는 칭찬의 말씀입니다. 이에 만족하지 않고 좋은병원들은 더욱 더 친절환 병원이 되고자 매월 친절왕을 선발하여 시상하고 있습니다.

직원이 봐도 친절환 직원, 고객께서 편지로, 전화로 칭찬을 해주신 직원들이 바로 그들입니다. 2020년 9월부터 11월까지 선정된 친절왕을 소개합니다.



GOOD MOONHWA

친절이란 나비효과라고 생각합니다. 나의 친절이 그저 친절하나로만 그치는 것이 아니라 어떤 사람에게는 큰 나비효과가 되어 모두에게 감동을 전해주는 계기가 될 수 있습니다.

내시경실 박경애

9월

친절이란 나의 언행으로 다른 누군가의 하루를 기분 좋게 하는 것!

성형외과 외래 김미진

10월

친절이란 귀먹은 사람이 들을 수 있고, 눈 먼 사람이 볼 수 있는 언어라고 하죠. 사소한 말 한마디, 표정으로 진심이 전해집니다.

감염관리실 이수민

11월



좋은삼선병원 영양팀은 환자분들과 직원들에게 맛있고 건강한 식사를 책임지고 있습니다. 또한, 집에서 드시는 음식처럼 맛과 정성을 다하고 있습니다. 영양과 사랑을 담은 식단으로 친절을 보답하겠습니다. 감사합니다.

영양팀 조리원 전효정

11월

친절함은 외면이 아닌 내면에서 나오는 아름다운 마음이라고 생각합니다. 환자의 궁금증을 환자가 이해 할 때까지 밝은 모습을 잃지 않고 끝까지 최선을 다하겠습니다.

7병동 간호사 이용환

10월



GOOD SAMSUN

GOOD GANG=AN

친절이란 살아가는데 있어 제일 기본적으로 베푸는 예의라고 생각합니다^^

순환기내과 외래 고슬기

9월

친절을 베풀면 나와 상대방 모두가 행복해 지는 것 같아 기분이 좋습니다.

기획총무팀 김군엽

11월

친절이란 사소하게 지나칠 수 있는 것을 놓치지 않고 챙겨보는 것!

7병동 최혜정

10월



병원 내 감염 제로를 위한 든든한 컨트롤 타워 좋은삼선병원 감염관리실

글. 강진화 좋은삼선병원 감염관리실



INFECTION CONTROL DEPARTMENT

의학은 점점 발전하고 있고, 불치병은 하나 둘 사라지고 있지만, 그만큼 다양해지고 강력해진 항생제와 각종 침습적인 시술 및 수술 등은 역설적이게도 감염의 기회를 증가시켜 의도치 않은 의료관련감염을 유발하곤 합니다.

감염관리실은 병원 내 감염발생 가능성이 있는 여러 가지 항목을 적극적인 감염감시를 통해 의료관련감염발생을 파악하고, 유행발생을 사전에 발견하고 예방하여 궁극적으로 의료관련감염 발생을 최소화하는 것에 목적을 두고 있습니다.

주요 업무는 위험사정에 따른 연간계획에 따라 의료관련감염 감시활동 수행, 병원 감염관리체계 확립, 감염관리위원회 운영, 감염관리 지침 개발 및 개정, 감염관리 교육, 직원 감염관리 활동, 병원 환경 감염관리, 감염관련 외부 평가, 생물테러 이종감시체계/전국의료관련감시체계(KONIS)/의료관련

감염병 예방관리사업 참여, 감염관리 관련 자문, 지역사회 네트워크 감염관리활동 참여 등이 있습니다.

최근엔 COVID-19와 관련하여 선별진료소 및 각종 대외 업무가 추가되어 바쁘게 움직이고 있습니다.



인력구성

좋은삼선병원 감염관리실은 QPS실과 함께 병원장 직속부서로 이용성 병원장님께서 감염관리실장을 맡고 계시고, 안규대 감염관리과장, 강진화 감염관리팀장, 문지희, 김채은 감염관리 전담자로 총 5명으로 구성되어 있습니다.

본원의 감염관리실 인력구성은 의사는 감염 예방관리로 기준 입원 병상 수 300당 1명, 간호사는 150당 1명의 기준을 충족하고 있으며, 특히 감염관리 실무전문가 자격증을 보유하고 있는 간호사가 2인으로 기준보다 높은 수준을 유지하고 있습니다.

활동&계획

좋은삼선병원 감염관리실은 감염관리실의 수준 향상을 위해 매년 각종 학회 및 연수과정을 참여하고 있으며, 지역 내 병원 간 원활한 소통을 위해 권역별 네트워크에 참여하고 있습니다. 또한 2020년에는 코로나19로 인해 규모를 많이 줄이긴 했지만 감염예방지침 홍보활동 목적의 감염관리주간행사, 손위생 캠페인 등 각종 행사를 진행하고 있으며, 홈페이지, 지역사회 강의 등을 통해 지역민과 소통하려고 하고 있습니다.

지금 대한민국은 2002년 SARS(중증급성호흡기증후군), 2009년 신종플루, 2015년 MESR(중동호흡기증후군)을 거쳐 2020년 COVID-19(코로나바이러스감염증-19)을 온몸으로 앓고 있습니다. 포스트 코로나는 언제 어떠한 형태로 덮쳐 올지 모르는 시절을 겪어내고 있지만, 좋은삼선병원 감염관리실은 안전한 병원에서 직원과 환자 모두가 감염의 우려 없이 진료 할 수 있도록 항상 고민하는 감염관리실이 되려고 노력하고 있습니다. 감사합니다.

NEWS * 좋은문화병원



임산부의 날 행사

좋은문화병원은 지난 10월 10일(토), 임산부의 날을 맞이하여 2층 임산부 지원센터에서 인증샷 이벤트를 실시하였다. 1층 플라워 포토 존과 임산부지원센터 천사 날개 앞에서 인증샷을 찍은 후 인스타그램에 해시태그 포함 인증샷을 남기면 깜짝 선물을 증정하여 참여한 산모들에게 뜨거운 호응을 얻었다.



제19회 QI 경진대회

좋은문화병원은 지난 10월 23일(금) 오후 4시, 비대면으로 제19회 QI 경진대회를 실시하였다. 이날 경진 대회는 온라인 원격 화상을 통해 진행 되었으며, '24시간 이내 수술 진료비 입력 방안 마련으로 신속·정확한 진료비 산정'을 주제로 한 원무심사팀이 최우수상의 영예를 차지 하였다. 좋은문화병원은 환자안전, 업무능력향상, 서비스 향상 등의 다양한 목표를 위해 매년 부서별 QI활동 주제를 정해 1년 동안 활동하고, 연말이 되면 결산·보고·공유하는 시간을 가지고 있다.



환자안전 및 감염관리 주간 행사

좋은문화병원은 지난 10월 29일(목)~30일(금) 양일간, QPS팀·감염관리실·친절위원회·기획총무팀 주관으로 고객 및 직원 대상으로 환자안전 및 감염관리 주간 행사를 실시하였다. 고객 대상으로는 뷰박스를 이용한 올바른 손위생 교육과 D레벨 보호구 착용의 체험 행사를 하였으며, 직원 대상으로는 인증평가 관련 가로세로 낱말 퍼즐 및 D레벨 보호구 착용의 교육 및 경진대회, 금연 계몽운동 등을 실시하였다.



분만 원 포인트 강좌

좋은문화병원은 지난 11월 25일(수) 오후 3시 30분, 줌 어플을 이용한 분만실 이연정 수간호사와 LTC 윤덕금 플래너와 함께 12월, 1월 분만 예정자를 대상으로 진행되었으며 출산시 자주하는 질문 그리고 순산 운동과 호흡법에 관련되어 강의를 진행하여 참여한 산모들에게 뜨거운 호응을 얻었다.

NEWS * 좋은삼선병원



매주 수요일 도수치료 시간 연장

좋은삼선병원 재활치료팀은 지난 10월 1일(목)부터 직장인 등 환자 여러분의 시간편의를 위해 매주 수요일 도수치료시간을 연장하였다. 도수치료란 인체의 머리부터 발끝까지를 하나의 연결된 단위로 보고, 손을 이용하여 인체의 정렬을 정상적으로 맞추고 기능을 증진시켜 인체의 장치유력이 발동하도록 하는 방법이다. 허리통증과 같은 척추질환이나 근육질환에 도수치료가 효과적이다. 주로 척추 및 골반의 불균형, 근육질환, 잘못된 자세로 인한 신체불균형, 기능부전 감소와 교정의 목적으로 도수치료가 진행된다.



선별진료소에 배달된 오리온 과자

오리온재단에서 좋은삼선병원 선별진료소에 지난 10월 19일(월), 연일 코로나19 감염방지를 위해 힘쓰고 있는 의료진을 위해 과자를 택배로 보내주었다. 보내 주신 과자는 코로나19 선별진료소 의료진과 좋은삼선병원 직원에게 잘 전달되었다. 많은 분들이 보내주신 정성스럽고 따뜻한 마음은 좋은삼선병원 의료진 및 직원들의 사기와 자부심을 일으키는 큰 힘이 되고 있다. 장기화되는 코로나19에 방심하지 않고 한결같이 방역과 감염예방을 최우선으로 실천하는 좋은병원들이 되기 위해 노력하고 있다.



어르신 인플루엔자 무료접종

좋은삼선병원은 지난 10월 19일(월)부터 소진시까지, 본관 1층 소아청소년과·이비인후과 앞 부스를 설치하여 어르신 인플루엔자 무료접종 접수, 문진, 의사처방(이용성 병원장)까지 원스탑 서비스를 실시하였다. 그리고 이용성 병원장은 "독감은 예방접종으로 예방이 가능하므로 안전한 예방접종을 위해 의료기관 방문 시 반드시 마스크를 착용 후 방문하여 독감(인플루엔자) 예방접종으로 건강을 안전하게 지키길 바란다"고 전하였다.



인증 퀴즈 운더 블록! 자기님 퀴즈 이벤트

좋은삼선병원은 지난 11월 17일(화), '3주기 의료기관인증평가 준비과정 이벤트'를 개최하였다. 환자안전에 대한 인식을 높이고 환자안전 관리활성화 중요성을 널리 알리고자 행사를 준비하였다. 이용성 병원장은 "환자안전은 의료진과 환자·보호자가 서로 소통하고 신뢰하는 것에서 시작된다. 늘 환자분들의 건강과 안전을 최우선으로 하는 병원이 될 수 있도록 노력하겠다"고 전달하였다.

NEWS × 좋은강안병원



3주기 의료기관 인증 획득

좋은강안병원은 지난 11월 23일(월)~27일(금) 동안 진행된 의료 인증평가에서 3주기 의료기관 인증을 획득하여, 3회 연속 인증을 통해 최고 수준의 의료서비스 및 환자 안전을 인정받았다.



내시경센터 내시경실 평가 우수

좋은강안병원이 최근 감염 및 소독 등 6개 분야 총 72개 항목에서 우수한 성적을 거두어 '우수내시경실 인증'을 획득하였다.



부산의료관광 해외환자 유치홍보 온라인 상담회 참가

좋은강안병원은 지난 11월 30일(월) 벅스코 온라인 전용 상담장에서 개최된 '2020 부산 의료관광 해외환자 유치홍보' 온라인 상담회에 참가하였다.



간호간병 제공인력 본부장 표창 수여

좋은강안병원은 지난 12월 10일(목) 오후 2시, '2020년 간호간병 제공인력 표창 수여식'에 참여하였다.

NEWS × 좋은삼정·선린병원
좋은애인요양·연인요양·리버뷰요양·부산요양·주레요양·선린요양병원



올바른 손씻기 캠페인

좋은삼정병원은 지난 12월 4일(금), 코로나19 확산 방지를 위해 올바른 손씻기 캠페인을 진행하였다.



지역응급의료기관 A등급 획득

좋은선린병원은 지난 11월 27일(금), 보건복지부에서 발표한 2019년 지역응급의료기관 평가 A등급을 획득하였다.



제2회 더 안전(safe)경연 대회 2위

좋은리버뷰요양병원이 지난 12월 3일(목), '제2회 더 안전(safe)경연 대회'에서 2위를 차지하였다.



개원 14주년 기념식

좋은애인요양병원은 지난 11월 22일(일), 개원 14주년을 맞이하였다.



제1회 사진콘테스트 개최

좋은선린요양병원은 지난 11월, 환자와 보호자, 직원들을 대상으로 한 사진 콘테스트를 개최하였다.

NEWS

http://goodhospital.or.kr

국제신문

2020-12-15

Good Hospital

은성의료재단 좋은병원들 초록우산 어린이재단 부산본부에 성금 후원

은성의료재단 좋은병원들(이사장 구정화)은 지난 10일 좋은문화병원 신관 15층 대강당에서 초록우산어린이재단에 1천만 원을 기부하고 2020년 초록우산 산타원정대 캠페인에 동참했다. 초록우산어린이재단 산타원정대 캠페인은 매년 연말 저소득 가정 아동들의 소원을 지원하는 연말 한시적 프로젝트로 은성의료재단 좋은병원들은 2016년부터 매년 산타원정대 캠페인에 참여해 오고 있다. 은성의료재단 기획조정실 구자성 부이사장은 “어린 시절 느꼈던 나눔에서 오는 행복을 산타원정대 캠페인 참여를 통해 다시 한 번 느끼게 해 주셔서 감사드립니다”며 캠페인 참여 소감을 전했다.



2020 산타원정대
좋은문화병원 좋은삼선병원 좋은강안병원
10,000,000원

국제신문

2020-11-09

Good Samsun Hospital

좋은삼선병원 비뇨의학과 장준보 과장, 염구리 통증 요로결석 재발 찾아... 하루 물 2ℓ 섭취로 예방을

요로결석은 재발이 잦은 질환이다. 한 번 생기면 5년 동안 평균 21% 정도 재발한다. 따라서 결석의 예방이 매우 중요하다. 요로결석의 성분 검사를 자세히 해 원인이 되는 음식물을 삼가는 것도 좋은 방법이다. 요산결석인 경우 요산이 많은 생선 육고기 등을 피해야 한다. 반면 칼슘성 요로결석이면 멸치 우유 등의 음식을 삼가야 한다. 장준보 과장은 “최근 식생활의 서구화로 요로결석 환자가 늘고 있다”며 “하루 2ℓ 이상의 물을 섭취하고 레모네이드나 오렌지주스 등 구연산이 있는 음료를 섭취해 결석생성을 방지하는 것이 도움이 된다”고 말했다.



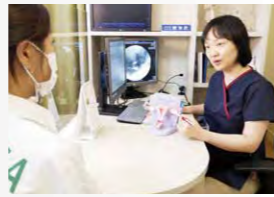
부산일보

2020-11-09

Good Moonhwa Hospital

[닥터큐 전문의를 만나다] 좋은문화병원 난임센터 착상 전 유전자검사, 임신·출산 성공률 높여

난임 치료를 받는 환자가 증가하면서 시험관 아기기술(체외수정)을 통한 출생아도 점점 늘어나고 있다. 좋은문화병원은 1988년 난임센터를 개설하여 그 해 첫 인공수정임신, 1991년 첫 체외수정 임신을 성공시킨 후 30년 이상의 난임 기술의 역사를 가지고 있다. 시험관아기 기술을 위해 여성의 난자와 남성의 정자를 따로 채취하여 자궁 밖에서 수정을 유도한 배아를 자궁 안으로 넣어준다. 수정란을 인큐베이터에 넣은 후에는 일반적으로 연구원이 하루 한 번, 일정한 시간에 꺼내 분열이 제대로 되고 있는지, 건강한지 등을 관찰한다. 하지만 배아를 밖으로 꺼내고 현미경으로 확인하는 과정에서 배아에 미세한 손상이 축적될 수 있다.



부산일보

2020-12-28

Good Gang-an Hospital

좋은강안병원, 최신 3D 복강경 장비 도입

은성의료재단 좋은강안병원은 최신 사양의 올림푸스 4K/3D ICG 복강경 장비 '3D 이미지 솔루션'을 마련했다고 27일 밝혔다. 복강경 수술은 개복수술에 비해 통증이 작고 흉터가 거의 없으며 회복이 빠른 장점이 있다. 위장관외과와 간담체외과, 흉부외과, 비뇨의학과, 부인과에 이르기까지 다양한 분야에서 활용된다. 하지만 기존 복강경 장비는 절개부위가 작아 수술시야가 제한적이고, 카메라 해상도가 높지 않아 미세 구조물 확인과 심도 확인에 한계가 있었다. 좋은강안병원은 이런 단점을 극복하고, 보다 정확하고 안전한 초정밀 수술을 위해 최신 사양의 '4K/3D 이미지 솔루션'을 도입했다.



Moonhwa



TBN 부산교통방송 949 건강클리닉

10월 21일(수)
'난임질환의 모든 것'
산부인과 정이조 과장



11월 23일(월)
'배뇨 증상과 방광 건강'
비뇨의학과 조현욱 과장



12월 22일(일)
'유방질환의 최신 치료'
유방외과 유동원 과장



10월 6일 문화속 병원장, 산부인과학회 논문 2편 발표 | 부산일보

10월 6일 유방보존술, 방사선 치료 땀 재발률 감소 | 부산일보

10월 12일 좋은문화병원 '사랑의 마더박스' 후원금 | 부산일보, 국제신문

10월 26일 부산 좋은문화병원, QI 경진대회 성료 | 부산일보, 일간리더스경제

10월 29일 좋은문화병원 유방암 후기 공모전 '온라인 시상식' | 간호사신문, 일간리더스경제

11월 9일 갑자기 만져지는 가슴 멍을, 조기 정확한 진단이 관건 | 머니투데이

11월 16일 가슴 멍을, 맘모툼 앞했다면... '막연한 불안감' 떨어야 | 머니투데이

11월 18일 구자성 좋은문화병원 부원장, '난임가족의 날' 공모장 수상 | 부산일보 외

11월 24일 [닥터큐 전문의를 만나다] 좋은문화병원 난임센터 | 부산일보

12월 7일 자궁질환, 최소침습술로 자궁보존... 걱정 없이 치료하세요 | 헬스조선

12월 22일 좋은병원들, 2020 초록우산 산타원정대 캠페인 동참 | 국제신문

Samsun



KNN 10월 6일(화)



건강365 '발목관절염' 정형외과 오용승 과장



TBN 부산교통방송 949 건강클리닉

10월 13일(화)
'헬리코박터균'
소화기내과 박상규 과장



11월 13일(금)
'요로결석'
비뇨의학과 장준보 과장



12월 11일(금)
'통풍과 만성콩팥병'
신장내과 박정민 과장



10월 20일 좋은삼선병원 선별치료소에 배달된 오리온 과자 | 일간리더스경제신문

11월 2일 좋은삼선병원 응급의학과 김우연 과장, '코로나 확산 방지 기여... 헌신에 감사드립니다' | 부산일보, 의학신문, 일간리더스경제신문

11월 10일 좋은삼선병원 비뇨의학과 장준보 과장 - 염구리 통증 요로결석 재발 찾아...하루 물 2ℓ 섭취로 예방을 | 국제신문

11월 11일 좋은삼선병원 최석철 사무국장 보건복지부 장관상 수상 | 매일일보, 에이블뉴스

12월 29일 좋은삼선병원, 2020 QI 경진대회 개최 | 부산일보

Gang-an



KNN 10월 23일(금)



지역의료분권 주간특집 '암치료, 삶에 빛을 밝히다'
① 중앙혈액내과 김성근 과장
② 간담체간이식외과 주중우 과장
③ 방사선종양학과 이주혜 과장

MBC 11월 15일(일)



뉴스데스크 '비슷한 독감·코로나19 증상, 구별법은?'
이비인후과 이호민 과장

KNN 12월 21일(월)



메디컬 24시 닥터스 '몸 안의 돌 담석증 주의보'
① 소화기내과 양주일 과장
② 간담체간이식외과 주중우 과장



11월 4일 좋은강안병원, 본관 전 병동 간호간병동 합서비스 실시 | 메디파나뉴스

12월 7일 좋은강안병원, 부산경제진흥원 주관 '의료관광 해외환자 유치홍보' 온라인 상담회 | CNB뉴스

12월 29일 좋은강안병원, 최신 사양 4K/3D 복강경 장비 도입 | 부산일보, 의학신문 외



좋은문화병원
GOOD MOONHWA HOSPITAL

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 성장 발달센터, 소화기 내시경센터 인공신장센터, 유방암센터, 갑상선암센터, 대장항문센터, 피부미용 성형센터, 건강검진센터, 종합건강진단센터·여성건강증진센터

www.moonhwa.or.kr
부산 (051)644-2002

유튜브 **좋은문화병원**
네이버 블로그 blog.naver.com/goodspital

페이스북 **goodmoonhwa**
카카오톡 플러스친구 **@좋은문화병원**

인스타그램 **goodmoonhwa**
인스타그램 **goodmoonhwa**



좋은삼정병원
GOOD SAMJEONG HOSPITAL

www.sam-jeong.or.kr
울산 (052)220-7500

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

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, 혈액종양내과, 외과, 정형외과, 신경외과, 소아청소년과, 신경과, 비뇨의학과, 가정의학과, 치과, 방사선종양학과 핵의학과, 직업환경의학과, 산부인과, 영상의학과, 마취통증의학과, 병리과, 응급의학과

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



좋은삼선병원
GOOD SAMSUN HOSPITAL

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

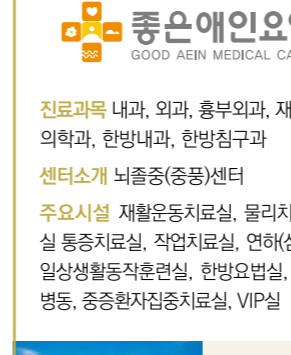
센터소개
내시경센터, 인공신장센터, 혈관시술센터, 뇌졸중센터, 스포츠운동치료센터, 어깨관절·스포츠의학센터, 인공관절센터, 관절센터, 척추센터, 재활치료센터, 건강검진센터, 응급의료센터

www.samsun.or.kr
부산 (051)322-0900

유튜브 **좋은삼선병원**
네이버 블로그 blog.naver.com/goodinfo2580

페이스북 **goodsamsun**
카카오톡 플러스친구 **@좋은삼선병원**

인스타그램 **goodsamsun**
인스타그램 **goodsamsun**



좋은애인요양병원
GOOD AEIN MEDICAL CARE HOSPITAL

진료과목 내과, 외과, 흉부외과, 재활의학과, 노인 의학과, 한방내과, 한방침구과

센터소개 뇌졸중(중풍)센터

주요시설 재활운동치료실, 물리치료실, 운동치료실, 통증치료실, 작업치료실, 연하(삼킴기능)치료실, 일상생활동작훈련실, 한방요법실, 재활·호스피스 병동, 중증환자집중치료실, VIP실

www.aein.or.kr
부산 (051)520-7700



좋은연인요양병원
GOOD YEONIN MEDICAL CARE HOSPITAL

진료과목 내과, 외과, 가정의학과, 신경외과, 한방 내과, 한방침구과

센터소개 암 재활 전인 치료센터

주요시설 물리치료실, 통증치료실, 한방요법실, 고주파치료실, 고압산소치료실, 온열치료실

www.yeonin.or.kr
밀양 (055)350-9988



좋은부산요양병원
GOOD BUSAN MEDICAL CARE HOSPITAL

진료과목 내과, 재활의학과, 외과, 비뇨의학과 가정의학과, 한방과

센터소개 재활치료센터, 뇌졸중센터, 암요양치료센터

주요시설 재활운동·작업·통증·연하치료실, 일상생활동작훈련실, 한방요법실, 호스피스병동, 중증환자 집중치료실

www.busanhp.com
부산 (051)326-0900



좋은강안병원
GOOD GANG-AN HOSPITAL

진료과목
소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 중앙·혈액내과, 외과, 간담췌관 이식외과, 혈관외과, 유방갑상선외과, 정형외과, 신경외과, 흉부외과, 신경과, 정신건강의학과 산부인과, 소아청소년과, 안과, 이비인후과, 비뇨의학과, 재활의학과, 가정의학과 치과, 방사선 종양학과, 핵의학과, 영상의학과, 마취통증의학과, 진단검사의학과, 병리과, 직업환경의학과, 응급의학과, 감염관리과

센터소개
암센터, 내시경센터, 인공신장센터, 심장센터, 관절센터, 척추센터 뇌혈관센터, 특수운동치료센터, 중추신경계 재활치료센터, 유방·갑상선센터, 혈관센터, 소아알레르기센터, 발달의학센터 PET-CT센터, 건강검진센터, 응급의료기관

www.gang-an.or.kr
부산 (051)625-0900

유튜브 **좋은강안병원**
네이버 블로그 blog.naver.com/busangan

페이스북 **goodgang-an**
카카오톡 플러스친구 **@좋은강안병원**

인스타그램 **goodgangan**
인스타그램 **goodgangan**



좋은리버뷰요양병원
GOOD RIVERVIEW MEDICAL CARE HOSPITAL

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

센터소개 뇌졸중(중풍)센터, 재활치료센터

주요시설 물리치료실, 통증치료실, 호스피스병동, 작업치료실, 일상생활동작실, 집중치료실, 햇살공원, 옥외공원

www.riverview.or.kr
부산 (051)995-0900



좋은주례요양병원
GOOD JURYE MEDICAL CARE HOSPITAL

진료과목 내과, 가정의학과, 한방내과, 한방침구과

센터소개 뇌졸중(중풍)센터

주요시설 물리치료실, 호스피스실(말기암), 사회 복지프로그램실, 하늘공원, 야외쉼터

www.goodjurye.or.kr
부산 (051)325-0300



좋은선린요양병원
GOOD SUNLIN MEDICAL CARE HOSPITAL

진료과목 내과, 재활의학과, 비뇨의학과, 신경과, 가정의학과, 외과, 노인외과

센터소개 통합암센터, 뇌졸중(중풍)센터, 재활치료센터(재활운동치료실, 작업치료실, 통증치료실, 연하재활치료실, 수증치료실, 소아재활치료실)

주요시설 한방요법실, 호스피스병동

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

독자 퀴즈

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

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



이번호 퀴즈

○○○이란 혈액 중의 포도당이 높아서 소변으로
포도당이 넘쳐 나오는데서 지어진 이름입니다.

응모 요령

좋은병원들 홈페이지(www.goodhospital.or.kr) 웹진 독자퀴즈로
2021년 2월 28일(일)까지 응모해 주시면 **정답자(5명)**를 추첨하여
신세계상품권(3만원)을 드립니다.

지난호 정답 & 정답자

인플루엔자

박서연 남구 신선로 신동환 해운대구 아랫반송로
유종석 금정구 부산대학로 이용희 사상구 가야대로
최준민 북구 금곡대로

원고 모집

좋은병원들 편집실에서는 독자 여러분의 원고를 기다리고 있습니다.
수필, 시, 칭찬사레, 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.



밀양

청정한 공기 · 자연친화적 치료환경
좋은연인요양병원

암환자
체계적

관리최적의
시스템

완벽한
자연환경



좋은 자연, 좋은 사람과 함께하는 행복한 요양

· 깨끗한 공기

천태산은 낙동강을 끼고 있어 산세가 수려해 많은 사람들이 찾는 명산입니다.
천태산의 맑은 공기는 몸에 활력을 불어 넣어주고, 몸 속 구석구석에 정기를 가득 담아 드릴 것입니다.

· 맑은 물

예로부터 좋은 물은 만병의 통치약이라고 했습니다.
지하 300미터에서 끌어올려 제공되는 맑은 임반수는 심신을 새롭게 할 것입니다.

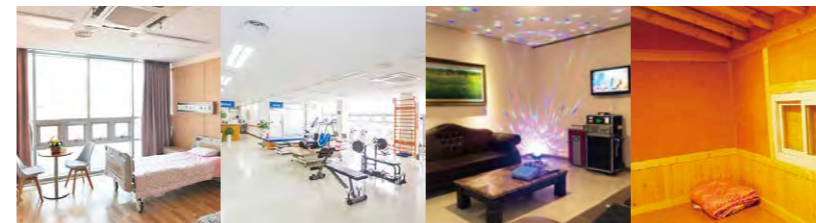
· 안태호, 천태산

넓게 펼쳐진 안태호의 절경과 신성한 기운을 내뿜는 천태산은 마음에 평화로움과 기운을 힘차게 할 것입니다.

· 넓은 정원, 산책로

호숫가 산책로와 넓은 정원에서 절경을 감상하며 좋은 생각 마음껏 누리실 수 있습니다.
그리고 자연속의 재활치료는 회복을 앞당길 것 입니다.

암환자를 위한 전용시설



입원실

실내체육관

영상음악실

온열 찜질방



고주파온열치료



고압산소치료