

C·O·N·T·E·N·T·S



02	Preface	
04	Special Report	I. 신규직원 입문교육 II. 심폐소생술 교육
08	Medical Column	I. 심폐소생술 II. 홍역
12	ZOOM IN	영양적 식단 관리
14	Hot Issue	감염병 소식
16	New News	검진센터 시스템 도입
17	Focus	부설 주차장 준공
18	Department Introduction	대외협력실
20	D-Book	젓가락
22	DanWon News	단원뉴스
24	Thank You	
25	폐렴 적정성 평가	
26	요실금	
27	다문화 코디네이터 서비스	
28	진료과목 안내	

나 자신을 돌아보게 해준 값진 기회 신규직원 입문교육



인사총무과 신승윤

2019년 4월 26일부터 27일까지 화성 YBM연수원에서 신규직원 워크샵이 있었다.

#출발 #날씨왜이래 #김밥 #형광펜 #누구세요

워크샵을 떠나는 날은 조금 흐렸다. 사실 워크샵 가는 것이 썩 달갑지 않았다. 1박이고, 부서에서는 나 혼자이고, 무엇보다 형광 체육복(!)을 입고 활동하니까!!!!

우중충한 기분으로 김밥 한 줄과 물 한 병을 손에 쥐고 버스에 올랐다. 모두 신규 직원들 뿐이라 그런지 서로 서먹하거나, 같은 부서끼리만 겨우 아는 상태인 듯했다.

#교육 #일정 #실화냐 #잃어버린 조원을 찾아서 #DISC #병원개원 #행정부원장

일정	내용
4월 26일 금	
09:00 ~ 10:50	Human Skill up
11:00 ~ 11:50	DISC
13:00 ~ 14:50	DISC를 활용한 대인관계 능력 향상
15:00 ~ 17:50	경영 시뮬레이션
19:00 ~ 20:50	Fun 경영
4월 27일 토	
08:00 ~ 11:50	단원병원 비전창출의 자리

연수원에 도착 후 조별로 앉아 이사장님의 축사를 들었다. 그리고 본 수업이 들어가면서 짝꿍과 조금씩 말을 하게 되었고, DISC와 경영시뮬레이션, Fun 경영을 통해 조별과제를 하면서 조원과 가까운 상태가 되었다. 초반의 서먹함과 어색함이 완전히 사라지지는 않았지만 같이 이야기할 수 있고 서로 웃을 수 있게 된 것을 보고, 하루 만에 큰 변화를 경험했다는 생각을 했다. 직원들과의 교류도 좋았지만 워크샵은 나 자신을 돌아보게 해주는 값진 기회였다. 나의 성격을 분석하고 이해하여 나도 모르는 나와 다른 사람이 생각하는 나도 알게 되었다. 그래서 이를 통해 나의 자세를 어떻게 변화시켜야 할 지에 대해 생각해볼 수 있었다.

#비전창출 #연극 #역할분담 #국민배우

두 번째 날은 비전창출에 대한 주제였다. 비전이 가장 중요하고, 비전을 창출하기 위한 방법으로 여러 가지가 있는데 우리 조는 연극을 해야 한다고 했다. 비전을 창출하는 방법이 과장해서 '과연 이게 3시간만에 가능한 일일까'라는 생각을 했다. 처음 20분은 정말 아무 생각이 나지 않았고 다들 연극을 해야 하는 부담감 때문에 의기소침해 있었다. 하지만 조금씩 아이디어를 내기 시작하면서 점차 분위기가 좋게 바뀌었고, 각자의 역할을 맡으며 즐겁게 연기했다. 막상 하고 나니 조원들과 더 가까워졌고, 뭐든지 할 수 있을 것 같다는 생각이 들었다.

#후기 #신승윤님이 좋아요를 눌렀습니다 #갑자기 맑음

1박 2일 간의 워크샵을 통해 많은 것을 경험하게 되었다. 처음에 생각했던 달갑지 못했던 마음이 마지막에는 즐거움으로 끝났다.

워크샵이 끝난 후, 돌아오는 길의 하늘은 어제와는 다르게 매우 맑고 푸르렀다.



만일 지금 이순간 주변에서 심정지 환자가 발생한다면?



“4분의 기적”

골든타임 확보 위해
응급상황 발생 시 대처요령, 심폐소생술 이론 및 실습, AED(자동제세동기) 사용법
전직원 대상 교육 실시



응급실 권태희

최근 매스컴이나 기사를 통해 일반인들의 용기 있는 심폐소생술 응급처치로 많은 심정지 환자들을 소생시키는 따뜻한 일화를 많이 듣게 됩니다.

급성 심정지가 발생하였을 때, 이를 방치한 채 4분의 시간이 소요된다면 뇌로 가는 산소가 고갈되어 뇌사로 이어질 수 있습니다. 누구에게나 발생할 수 있는 심정지 상황에 전직원 모두가 신속히 대처할 수 있도록 4월 4일, 5월 2일 2회에 나눠 ‘심폐소생술(BLS provider과정) 교육’을 실시하였습니다.

병원 9층 교육관에서 진행된 이번 교육은 직원 맞춤형 일반인 교육과정으로,
응급 상황 발생 시 최초 목격자 역할의 중요성,
가슴압박법, AED(자동제세동기)사용법,
기도 유지, 목격자의 빠른 심폐소생술 시행의 중요성,
심정지 환자 발생 현황 등 이론 교육과
심폐소생술 및 AED(자동제세동기)를 직접 체험하는 현장 실습도 진행하였습니다.

응급실 간호사들의 1:1 교육으로 가슴 압박이 잘 이루어지도록 직접 자세를 바로 잡아주고, 객관적인 평가를 거쳐 직원들은 실제 상황에 대처할 수 있는 자신감을 갖게 되었습니다.

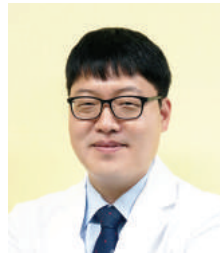
심장이 멈춘 후 4분이 지나면 뇌손상이 일어나 생명을 위협하지만 신속한 심폐소생술(CPR)을 시행할 경우 50%이상 생존할 수 있습니다. 최초 목격자가 얼마나 빨리 심폐소생술을 시행하느냐가 심정지 환자의 소생과 예후를 결정합니다. 심폐소생술 시행이 빠를수록 환자의 소생률이 높아지며, 뇌손상의 가능성도 줄일 수 있습니다.

심정지 환자의 60% 이상이 가정에서 발생합니다. 언제라도 내 가족, 내 주변에서 심정지 환자가 발생할 수 있습니다. 앞으로도 위급한 상황에서 도움을 줄 수 있는 양질의 심폐소생술 교육을 이어가겠습니다.



심폐소생술

심폐소생술이란 영어로 CPR (cardiopulmonary resuscitation) 풀어 이야기 하면 심장과 폐를 다시 뛰게 하는 방법이라고 하겠습니다.



응급의학과 연정훈

우리나라에서는 연간 20,000 ~ 25,000건 정도의 심정지가 발생하여 생존률은 2~4% 정도로 보고 되고 있습니다. 미국을 포함한 서구 국가의 평균 8%의 생존률에 비하면 절반 가량으로 낮은 수준이라고 할 수 있습니다.

이런 심정지의 발생은 예측하기가 어려우며, 보고된 통계에 따르면 약 60~80%는 가정, 직장, 길거리 등의 의료시설 이외의 장소에서 발생된다고 합니다.

지금 이 글을 읽고 계신 여러분들도 살면서 한번쯤 접하게 될 지도 모르는 일이지요.

심정지가 발생하고 4분정도 지나면 뇌손상이 시작됩니다. 그러므로 심정지를 발생한 것을 목격한 사람은 즉시 심폐소생술을 시작해야 심정지 환자의 생명을 구할 수 있습니다.

연구에서 따르면 목격자에 의해서 심폐소생술이 바로 시행된 경우에는 그렇지 않은 경우보다 생존율이 2~3배 가량 높다고 하니 반드시 주변에서 의식을 잃고 쓰러진 사람을 보면 심폐소생술을 시행해야 할 것입니다.



그러면, 어떻게 시행해야 할까요?

심폐소생술을 제대로 배워보겠다고 의지가 생기는 분께 제가 추천 드리는 가장 좋은 방법은 **대한심폐소생협회 (http://www.kacpr.org) 에서 열리는 일반인 대상 교육에 참가하는 것**입니다.

가장 최신의 지식을 체계화하여 배울 수 있습니다. 살면서 알아두면 유용한 심폐소생술을 배울 수 있으니 관심 있는 분들은 한번쯤 교육 받아보시는 것을 추천 드립니다. 유튜브 검색을 통해서도 어느 정도 방법을 익히실 수 있습니다.

그러나 대한심폐소생 협회 교육을 받기 전에, 혹은 유튜브 검색을 통해 심폐소생술에 대한 지식을 얻기 전에, 우연히 길을 가다가 주변에 쓰러진 사람을 목격할 수도 있을 것입니다.

그럼 이제부터 어떻게 시행하면 되는지 간단하게 설명을 드리겠습니다.

심폐소생술 교육을 받지 않은 사람이 심정지 환자(쓰러진 사람)를 목격 하였을 때는 먼저 **119에 신고**를 합니다. 또 옆에 다른 사람이 있다면 **도움(AED:자동제세동기)을 요청**합니다. 그리고 이때 전화기는 스피커폰으로 해놓는 것이 좋습니다.

전문적인 지식을 가진 의사 혹은 119 상황실 대원의 지시를 받으면서 처치를 진행 할 수 있기 때문이지요.

그리고 나서 즉시 **가슴압박을 시행**합니다. 잘 모르시는 분들은 인공호흡은 하지말고 오직 열심히 가슴압박만을 119 대원이 도착 할 때까지 시행하시면 됩니다.

가슴압박을 하실 때는 먼저 주변이 안전한 상황인지 확인 후(구조자의 안전도 중요합니다. 만약 차들이 빠르게 다니는 길 가라면 안전한 곳으로 옮겨야 합니다.)

환자를 반듯하게 눕히고 흉골의 아래쪽 중간(가슴중앙, 양 유두 가운데)를 한쪽 손바닥을 올려놓고 다른 한 손을 그 위에 깎지깎듯 겹쳐 힘껏 가슴을 압박하면 됩니다.

(정확하게는 흉골을 5~6cm, 분당 100~120회 정도의 속도로 하면 됩니다. 있는 힘껏, 빠르게 119 대원이 도착 할 때까지 시행하시면 아주 잘하시는 겁니다.)

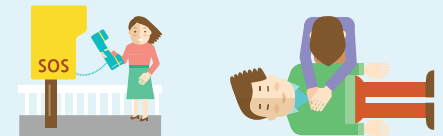
심폐소생술을 할 수 있는 분들은

의식이 없고 호흡이 없거나 비정상적인 호흡을 하는 환자를 발견한 경우

119 신고 및 주위에 도움을 요청(AED:자동제세동기 요청포함)하고 즉시 30:2의 가슴압박 인공호흡 비율 혹은 가슴압박소생술을 시작하면 됩니다.

2005년 이후 심폐소생술지침에서는 인공호흡의 중요성 보다는 가슴압박이 강조되어서 다음과 같이 기억하시면 되겠습니다.

1. 119 신고 및 주위 도움 요청
2. 그리고 있는 힘껏 가슴압박



Reference : 응급의학 - 대한응급의학회 / 한국전문소생술 - 대한심폐소생협회

홍역이 다시 유행하고 있습니다

홍역청정국가인 우리나라에서 홍역이 다시 유행하고 있습니다. 2019년 초 대구에서 시작된 홍역 집단 발생이 안산에서도 발생 되었고, 조금 잠잠해졌다고 믿었으나 안양과 대전에서 또 집단 발생 되었습니다.

홍역은 전파력이 매우 높아 면역이 없는 사람이 유행지역을 방문할 경우, 감염 위험이 높습니다. 특히 MMR 예방접종이 금기이고 감염시 합병증의 위험이 높은 고위험군, 6개월 미만 영아 및 MMR 접종력이 없는 어린이, 면역저하자, 임신부는 홍역 유행지역 방문을 자제해 주시기 바랍니다.



소아청소년과 김기호



홍역

- 잠 복 기 : 7~21일(평균 10~12일)
- 전 역 기 : 발진 4일 전 ~ 발진 4일 후까지
- 감염경로 : 비말 또는 공기 감염을 통해 전파
- 증 상
 1. 전구기 : 전염력이 강한 시기로 3~5일 지속되며 열, 콧물, 기침, 결막염과 입안에 코프릭 점이 나타납니다.
 2. 발진기 : 홍반구진상 발진이 목뒤, 귀 아래, 이마의 머리선 및 뺨의 뒤쪽에서부터 생기며, 그 이후 24시간 내에 얼굴, 목, 팔과 몸통 상부, 2일째에는 대퇴부, 3일째에는 발까지 퍼집니다. 발진은 나타났던 순서대로 소실되고, 발진은 3일 이상 지속되며, 발진이 나타난 후 2~3일 고열 증상이 있습니다.
 3. 회복기 : 발진이 사라지면서 갈색을 띠게 되고 겨 곱질 모양으로 벗겨지면서 7일 내에 소실됩니다.(손과 발은 잘 벗겨지지 않음) 합병증(폐렴, 중이염, 후두염, 설사 등)은 이 시기에 잘 생깁니다. 연령, 백신 접종력, 수동 면역항체 보유 여부에 따라 뚜렷한 전구 증상 없이 발열과 가벼운 발진이 나타나는 경우도 있습니다.
- 진단기준
 - 혈액에서 특이 IgM항체 검출
 - 회복기 혈청의 IgG항체가가 급성기에 비해 4배 이상 증가
 - 검체(인후, 비강, 비인두도찰물, 혈액, 소변)에서 바이러스 분리 또는 특이 유전자 검출

환자관리

- 환자격리 : 발진이 나타나기 4일전부터 발진이 시작된 후 4일까지
- * 홍역 의심환자가 학교, 유치원, 학원 등 단체시설에서 발생한 경우 발견 즉시부터 발진 발생 후 4일까지 등교 중지가 권장 됩니다.

- 접촉자 격리 : 예방접종, 면역글로불린 투여

- 감별진단 : 풍진, 아데노바이러스 감염, 장바이러스 감염, 전염성 단핵구증, 돌발진, 전염성 홍반, 마이코플라스마 폐렴균 감염, A군사슬알균감염, 가와사키병

치 료

- 보존적 치료 : 안정, 충분한 수분 공급, 기침, 고열에 대한 치료
- 홍역으로 인한 합병증(중이염, 폐렴, 설사·구토로 인한 탈수 등)이 발생 시 입원 치료가 필요한 경우도 있습니다.

예 방

- 예방접종 : 생후 12~15개월, 만 4~6세에 2회 접종합니다.
- MMR 백신 예방효과 :
 - 1회 접종 시 93%,
 - 2회 접종 시 97%입니다.



홍역환자 노출자, 해외여행 시, 유행지역에서의 MMR(홍역, 풍진, 볼거리)백신 접종

연령	과거 MMR 접종횟수	해외여행 대비 가속접종 일정	향후 MMR접종 일정
0 ~ 5개월	없음	접종대상이 아님	12~15개월, 만 4~6세에 2회 접종
6 ~ 11개월	없음	1회 접종	향후 12~15개월, 4~6세에 MMR백신을 접종받아야 함 (총 3회)
12개월 ~ 만 52세 (1967년 이후 출생자)	없음	2회 접종(최소 4주 간격)	2회 접종을 완료한 경우 향후 추가 접종 필요하지 않습니다.
	1회	1회 접종(이전 접종과 최소 4주 간격)	
	2회	필요 없음	

* MMR백신 1차 접종 후 많은 시간이 지났어도 처음부터 다시 접종하지 않고 2차를 빠른 시일 내에 접종하여 2회 접종을 완료합니다.

* 홍역 백신이 국내에 도입된 것이 1965년이며, 2002년 홍역 면역도 조사 당시 30~34세군에게 95.4%에서 항체가 있음이 확인 되었고, 전문가 합의를 통해 1967년 이전 출생자는 홍역에 대한 면역이 있다고 간주하여 MMR 백신 접종을 권고하지 않습니다.

홍역환자 노출자의 면역글로불린 주사

1. 접촉한 지 6일 이내에 주사해야 합니다.
2. 6개월 미만 아기에게는 홍역환자와 접촉 시 노출 6일 이내에 면역글로불린을 주사합니다.
3. 임신부나 면역저하자는 정주용 면역글로불린을 주사해야 합니다.
4. 만약 최근 3주내에 정주용 면역글로불린을 투여했으면 홍역 예방효과가 있다고 봅니다.

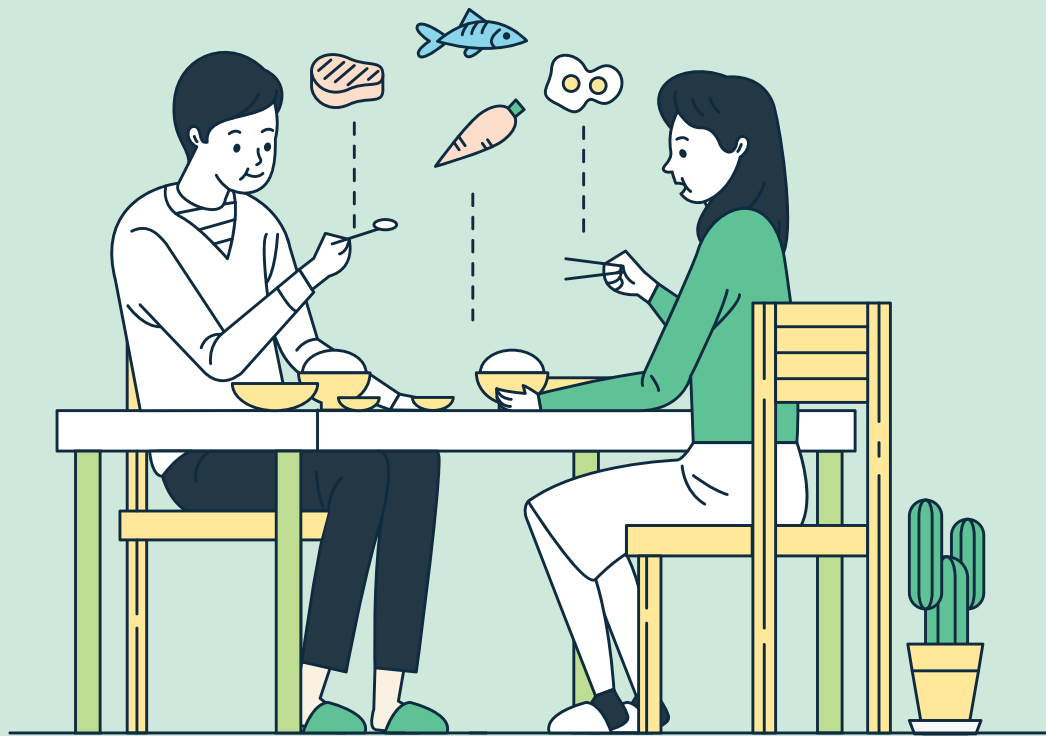


세계에서 홍역이 유행하는 나라(73개국)

대륙별	유행국가
아시아 (10개국)	중국, 일본, 말레이시아, 베트남, 이스라엘, 인도네시아, 필리핀, 태국, 카자흐스탄, 몰디브
유럽 (40개국)	알바니아, 오스트리아, 벨로루시, 벨기에, 보스니아, 헤르체고비나, 불가리아, 크로아티아, 체코, 덴마크, 에스토니아, 핀란드, 프랑스, 독일, 그리스, 헝가리, 아일랜드, 이탈리아, 코소보, 라트비아, 리투아니아, 룩셈부르크, 마케도니아, 몰타, 몰도바, 몬테네그로, 네덜란드, 노르웨이, 폴란드, 포르투갈, 루마니아, 러시아, 세르비아, 슬로바키아, 슬로베니아, 스페인, 스웨덴, 스위스, 우크라이나, 영국
아메리카 (11개국)	앤티가 바부 다, 브라질, 칠레, 콜롬비아, 에콰도르, 과테말라, 멕시코, 페루, 베네수엘라, 미국[뉴욕 주(허드슨 벨리), 위싱턴 주(클락카운티, 킹 카운티), 뉴저지 주]
아프리카 (12개국)	차드, 콩고 민주 공화국, 에티오피아, 기니, 케냐, 라이베리아, 마다가스카르, 말리, 모리셔스, 나이지리아, 시에라 리온, 우간다

* 현재 홍역이 유행하고 있는 상기 국가를 여행 혹은 방문하는 경우 국내 유입 차단을 위해 MMR 2회 접종 완료(가속접종 포함) 후 출국하도록 권고하고 있습니다.

영양적 식단 관리에 관해 질문 있습니다!



1. 올바른 식습관은 무엇인가요?

매일 식사 제때하기, 6가지 식품군 골고루 섭취하기, 적당한 양만 규칙적으로 먹기, 술은 가급적 삼가하기, 표준 체중 유지하기, 동물성 지방 및 콜레스테롤 함량이 높은 식품 자제하기, 짠 음식은 피하고 싱겁게 먹기, 섬유소를 충분히 섭취하기, 규칙적인 운동을 하는 것 입니다.

2. 치료식은 무엇인가요?

당뇨병이나 신장병, 고혈압, 수술 전후 등 특정한 질환이나 병에 대하여 적극적으로 치료의 효과가 있게 하는 의도로 영양소나 식품을 제한하거나 규칙을 덧붙인 식사입니다. 치료식의 내용은 의사가 환자의 병

태만만 아니라 성, 연령, 안정도, 섭취 능력, 기호, 식습관, 전신의 영양 상태 등을 종합적으로 판단, 결정합니다. 입원 환자인 경우 의사가 식사 전에 지시하면 영양사가 그 내용으로부터 식단을 작성한 후 조리사가 그 식단에 따라 조리하여 환자에게 배식합니다.

3. 당뇨병은 무엇인가요?

우리가 식사를 하면 식사중에 먹은 음식은 소화가 되어 대부분이 포도당으로 바뀝니다. 하지만 당뇨병인 경우에는 인슐린 작용이 불충분하여 포도당이 세포 안으로 들어가지 못하므로 세포들은 필요로 하는 에너지를 얻을 수 없고, 포도당이 혈중에 쌓여 고혈당 상태가 되는 것을

말합니다. 식사요법은 정상 혈당을 유지하며 체중을 조절하고 합병증의 예방 및 지연을 목적으로 합니다.

4. 무조건 적게 먹으면 당뇨에 좋나요?

식사를 적게 하면 일시적으로 혈당이 감소하는 효과가 나타날 수는 있지만 단식으로 인한 다른 영양소의 결핍과 신체에도 굉장한 스트레스로 작용하기 때문에 더 많은 손상을 초래하게 됩니다.

또한 평소 즐겼던 음식을 먹되 조리법을 튀기는 대신 삶거나 찌는 방향으로 바꾸고 식사를 나눠서 소량씩 먹는 것도 도움이 됩니다. 간식을 먹어선 안되는 질병으로 오해하기 쉬운데 간식은 오히려 모자란 영양분을 보충하므로 권장합니다. 대신 설탕이 많이 함유된 간식보다는 우유, 두유, 당분이 낮은 과일, 요거트, 채소, 전곡 등 웰빙 식품을 선택하는 것이 좋습니다.

5. 채식만하면 혈당 관리가 쉽지 않나요?

극단적인 채식은 골다공증을 예방해주는 비타민D와 몸속 대사 과정을 돕는 효소인 비타민 B12가 결핍되기 쉽습니다. 또한 적당량의 육식을 함으로써 철분 및 채식에서 얻을 수 없는 양질의 단백질을 얻을 수 있습니다.

혈당을 낮추는 것에 민감해서 극단적인 채식주의를 고집하는 것은 영양 불균형을 초래할 뿐만 아니라 저혈당으로 빠질 수도 있으므로 균형 잡힌 영양 섭취와 알맞은 양의 섭취에 더 많은 관심을 가져야 합니다.

6. 혈압과 당뇨는 상관 관계가 있나요?

나트륨 과다 섭취와 당뇨와의 직접적인 상관성은 낮지만 당뇨로 인해 혈관 질환이 악화되고 고혈압, 고지혈증이 함께 발생할 가능성이 높기 때문에 당뇨 환자에게는 나트륨 관리가 중요합니다. 당뇨병 환자의 합병증 예방 및 지연을 위해서는 하루 나트륨 섭취량을 2,000mg으로 제한하고 있으며 고혈압, 신장 합병증, 심혈관질환의 합병증을 동반한 경우에는 좀 더 엄격한 나트륨 제한이 필요합니다. 하루 나트륨 2,000mg 섭취하면 체중, 혈압, 혈당과 인슐린 저항성까지 낮아진다고 합니다.

7. 저염식은 왜 필요한가요?

국의 나트륨은 우리 몸의 삼투압을 유지하여 몸의 전반적인 형태와 기능을 유지하게 해주는 중요한 기능을 하는 필요한 영양소이지만, 나트륨을 과다 섭취하게 되면 갈증을 느껴 물을 자주 마시게 되고 몸속의 수분이 증가해 혈압이 상승하게 됩니다. 혈압이 상승하면 고혈압, 신장

질환, 뇌질환, 비만, 각종 성인병에 노출되기 쉽습니다. 혈압의 상승과 혈관의 수축이 일어나 심장질환과 뇌졸중의 원인이 됩니다.

또한 혈압이 높아지면 나트륨을 소변으로 걸러주는 콩팥 기능에 이상이 생기게 됩니다. 특히 당뇨 환자분들은 신장질환과 관계가 깊어 나트륨 섭취에 더욱 주의하셔야 합니다.

그 이유는 나트륨의 과다 섭취는 칼슘의 배출을 촉진시켜 뼈를 약화시키고 골다공증의 위험을 증가시키기 때문입니다. 그리고 위 점막을 자극해 위질환을 증가시키고 과다한 열량 섭취로 인해 체지방을 쌓이게 하여 결과적으로 비만으로 이어지게 될 가능성을 높하게 됩니다.

8. 저염식의 식이요법은 어떻게 하나요?

1. 국, 찌개의 국물 양을 줄이고 건더기 위주로 섭취합니다.
2. 작은 국그릇을 사용하고 밥에 국을 말아 먹지 않도록 합니다.
3. 가공식품의 섭취를 줄입니다.
4. 음식이 뜨거울 때는 간을 정확하게 느끼기 어려우므로, 음식의 온도가 낮아진 후 간을 하는 것이 좋습니다.
5. 소금과 조미료 대신 식초, 마늘, 겨자, 카레, 후추 등의 향신료를 사용하여 간을 합니다.
6. 염장식품의 섭취를 줄입니다. (장아찌류, 젓갈류, 고추장, 된장 등)
7. 제품을 구매할 때는 영양 성분표를 확인하여 나트륨 함유량을 반드시 확인합니다.
8. 외식 시 싱겁게 요리해 달라고 요청합니다.

식습관의 중요성

우리가 생활하는데 있어 필요한 의식주 중 “식”에 해당되는 식품 섭취는 우리 몸을 구성하고 영위하는데 있어 중요한 요소 중 하나입니다.

1960년대 이후의 급속한 경제 발달은 소득의 증가와 생활 수준의 향상을 가져와 신체 발육 상태에 긍정적인 측면을 부여하였으나 외국 식문화의 무분별한 수용은 영양 과잉 및 불균형, 영양 불량 상태를 초래하게 되어 국민 건강 관리에 큰 위협이 되고 있습니다. 그러므로 어릴때부터의 올바른 식생활의 확립이 중요하고 그것을 실생활에 적용하여 건강한 삶을 유지할 수 있도록 노력해야 할 것입니다.

덧붙여, 현대 사회에서 불가피하게 발생하는 질병에 대해 올바르게 이해하고 그 질병에 대한 적절한 식이요법을 인지하고 실천하여 치료에 도움이 될 수 있도록 해야할 것입니다.

인플루엔자



감염관리실 성기령

2019년 늦은 시기까지 인플루엔자 유행이 지속되고 있다. 특히 7~18세 집단에서 높은 상승률을 보이며, 3월부터는 B형 인플루엔자의 유행을 확인할 수 있다.

인플루엔자는 흔히 독감이라고 불리며, 인플루엔자 바이러스에 의한 호흡기 질환이다.

기침, 재채기 등을 통해 사람끼리 전염되며, 잠복기는 1~4일이다. 주요 증상은 38℃ 이상 고열, 마른기침, 인후통 등의 호흡기 증상과 두통, 근육통, 피로감, 쇠약감, 식욕부진 등 전신증상을 보인다.

진단검사로는 30분 이내 결과를 확인할 수 있는 간이검사 Influenza A&B Ag kit, 바이러스를 7일간 배양하는 Influenza A&B Culture, 결과만으로도 바로 확인할 수 있는 Influenza A&B PCR 이 있다.

인플루엔자 예방을 위해 올바른 손씻기, 기침예절 실천 등 개인위생수칙 준수가 중요하며, 영유아를 비롯한 학생이 인플루엔자에 감염되었을 경우 집단 내 전파를 예방하기 위해 어린이집, 유치원, 학교 및 학원 등에 등원·등교를 하지 않고 자가격리를 해야 한다.



1. 올바른 손씻기

흐르는 물에 비누로 30초 이상 손씻기



2. 기침 예절

옷소매로 가리고 기침하기



3. 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입 만지지 않기

기침, 콧물, 발열 등 유증상자와 접촉 피하기



4. 예방접종 받기

미접종자는 11월 안에 예방접종 완료하기

A형간염

간염이란 음식물 또는 혈액을 통해 바이러스에 감염되어 간에 염증이 생기는 질환으로, 바이러스의 종류에 따라 A형간염, B형간염, C형간염으로 분류된다.

2019년 A형간염 신고 환자가 30~40대, 서울·경기 지역을 중심으로 급증하고 있다. 2019년 4월 28일 기준 A형간염 신고자 수가 3,597명으로 전년 동기 대비 237% 증가하였다. 매년 봄철이면 청장년층에서 증가하는 경향이 있는데 올해는 그 수치를 훨씬 웃돌고 있다.

과거에는 위생상태가 좋지 않아 어릴 때 A형간염 바이러스에 노출되어 항체를 형성하였는데 위생상태가 개선되면서 1970년대 이후 출생자들은 어릴 때 항체가 형성되지 않아 A형간염에 대한 면역력이 없는 경우가 많다.

A형간염은 사람에서 사람으로 직접 전파되는 것이 대부분이나 분변에 오염된 물이나 음식물의 섭취를 통한 간접전파, 혈액매개,

성접촉 등 전파 경로가 다양하다.

바이러스는 임상증상 유무와 상관없이 배출되며 증상이 나타나기 2주 전이 전염력이 가장 높다. 열, 오심, 구토, 암갈색 소변, 권태감, 식욕부진, 복부불편감, 황달 등의 증상이 나타나며 연령이 높아질수록 증상이 심해지고 소수에서 전격간염으로 진행될 수 있으므로 주의해야 한다.

A형간염은 6~12개월 간격으로 2회 접종해 면역을 획득할 수 있다. 성인의 경우 40세 미만은 항체검사 없이 백신을 접종하고 40세 이상에서는 항체검사를 시행해 항체가 없는 경우 예방주사를 맞으면 된다.

예방접종과 더불어 손씻기 등 개인위생 수칙 준수도 중요하다.

주로 오염된 손과 물, 음식, 소변, 대변 등을 통해 사람의 입을 거쳐 감염되므로 손씻기, 물 끓여 마시기, 음식 익혀 먹기 등 개인 위생을 철저히 지켜야 한다.



손씻기

30초 이상 흐르는 물에 비누로 올바른 손씻기



음식/물 섭취

끓인 물 마시기, 음식 익혀먹기, 채소나 과일은 깨끗이 씻어 껍질 벗겨 먹기



예방접종

12~23개월의 모든 소아, A형간염에 대한 면역력이 없는 고위험군 (A형간염 유행지역 여행자, A형간염 환자의 접촉자 등) 소아청소년이나 성인

OMR문진표 판독시스템 및 검진결과 이메일·모바일 전송 시스템 구축

도입 배경

1. 2017년부터 건강보험공단 검진결과 통보 방식에 이메일 전송 추가
2. 검진결과지 우편 발송으로 인한 반송 및 미수령 건수 감소
3. 우편 발송 비용 절감

OMR 문진표 판독시스템

작성한 문진표를 스캔하여 체크란 항목의 값을 자동으로 인식, 이미지와 데이터를 저장하여 병원 검진 프로그램에 연동하는 시스템입니다.



검진결과 이메일·모바일 전송

기존에는 우편으로만 발송해 드렸던 검진결과지를 이제는 이메일·모바일을 통하여 결과를 받아 보실 수 있습니다.

이메일 및 모바일 전송의 장점

1. 언제 어디서든 핸드폰으로 검진결과를 조회 할 수 있습니다.
2. 개인 수검자 메일로 검진결과를 조회 할 수 있습니다.
3. 검진결과지가 분실 될 우려가 없습니다.
4. 우편보다 빠르게 검진결과를 받아 보실 수 있습니다.
5. 개인정보 노출 방지를 위하여 암호화가 되어 안전합니다.



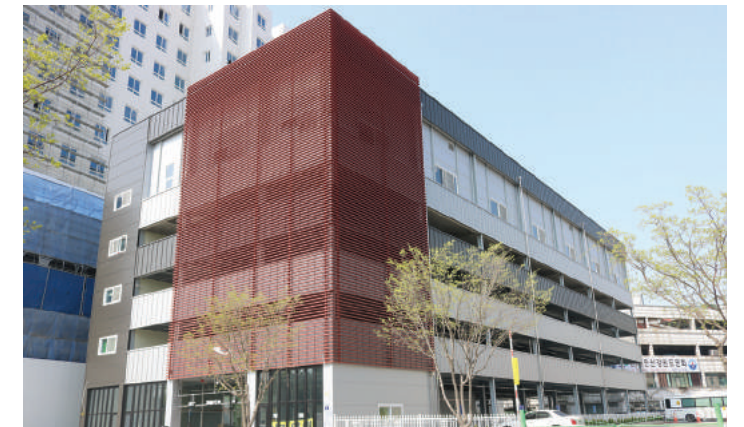
단원병원 부설 주차장 준공

단원병원은 내원객의 주차 편의를 위해 부설 주차장을 준공, 5월부터 본격 운영에 돌입했다.

주차장 규모는 지하 1층과 지상 5층으로 부지면적 7,600㎡로 200여대의 차량이 주차할 수 있으며, 24시간 무인 시스템으로 카드 전용 결제로 운영된다. 지하 1층부터 지상 2층에는 주차장을, 3층부터 5층은 주차장 외 물류센터를 포함한 공간으로 활용될 예정이다.

주차 요금은 최초 30분 이내는 1,500원, 이후 10분당 500원으로 정산되며, **진료 또는 검진 환자는 무료로** 이용이 가능하다. 다만 진료·검진 고객은 반드시 **원무과에 차량번호를 등록**해야만 주차요금을 감면 받을 수 있다.

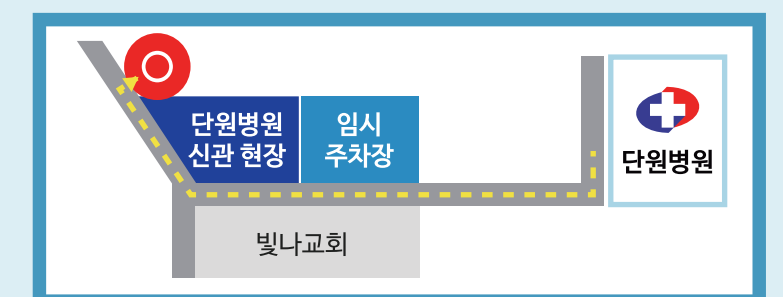
위치는 단원병원 신관(2020년 오픈 예정) 현장 바로 옆에 있어 향후 신관 내원객들이 주차난 없이 편리하게 이용할 것으로 예상되며, 신관 현장 옆의 임시 주차장도 계속해서 이용이 가능하다.



주차요금

• 외래환자 • 검진고객 • 입원환자	무료 (1대 / 최대 8시간) 원무과에 차량번호 등록
• 면회객 • 일반차량	일반 요금 적용 최초 30분내 1,500원 이후 10분당 500원

주차장 위치



TIME • 24시간 무인운영 • 연중 무휴	CARD • 카드결제 전용 • 현금결제 불가	WEB • 웹할인 가능 • 방문처에 문의
---------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------

안팎으로 소통에 힘쓰는 대외협력실

We can help you with your care and treatment.

Бид таныг үзлэг болон эмчилгээ хийлгэхэд тань тусална

Мы поможем вам с лечением.

Chúng tôi sẽ giúp bạn khám và điều trị



대외협력실 백선웅

병원 내에는 진료과, 간호부, 원무과 등 다양한 부서가 있습니다.
그 중 병원에서 이루어지는 다양한 사업 등 활동을 내, 외부로 알리며 많은 사람들과 소통하는 부서가 있습니다. 바로 대외협력실입니다.

대외협력실은 대외홍보, 사회사업, 진료통역 크게 세 파트로 이루어져 있습니다,

대외홍보



병원의 홍보를 전반적으로 맡고 있으며, 내원객들에게 더 나은 병원 서비스를 제공하기 위해 여러 방향으로 힘쓰고 있습니다. 외부 광고물을 관리하고, 홈페이지 및 SNS의 꾸준한 업로드 등 온/오프라인으로 활발한 홍보활동을 하고 있으며, 안팎으로 이루어지는 다양한 활동과 병원 소식을 여러 매체(미디어, 인쇄물 등)를 이용하여 환자와 유관기관, 지역사회 등에 알리고 있습니다.

환자와 내원객들의 편리한 병원이용을 위한 원내 게시물과 사인물을 제작하고 리플렛, 배너, 포스터 디자인을 담당하고 있습니다. 또한 지역행사 의료지원과 원내의 미용봉사, 비누공예, 영화상영, 바자회 등의 다채로운 행사를 통해 병원 이미지 구축에 노력하고 있습니다.



사회사업



환자가 신체적, 정신적 외상을 치료하기 위해서는 치료비가 듭니다. 하지만 치료비를 부담하기 어려운 환자들도 있습니다. 이런 경우 환자들이 치료비 지원과 관련된 상담을 받기 위해 찾아야 할 직원이 바로 사회복지사입니다.

고령화가 더 두드러지는 사회가 될수록, 국민의 건강과 의료 서비스에 대한 욕구가 더 구체화될 것입니다. 우리나라의 복지 서비스는 매우 다양하게 구축되어 있지만, 아직도 정보 접근성이 떨어져 복지 사각지대에 있는 취약계층이 아주 많습니다. 도움이 필요한 분들을 위해 의료사회복지사는 의료복지 관련 다양한 정보를 제공하여 모든 계층이 원활한 서비스를 받을 수 있도록 연결고리 역할을 하고 있습니다.



진료통역



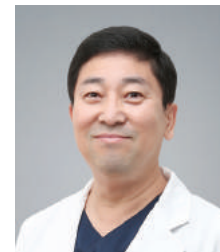
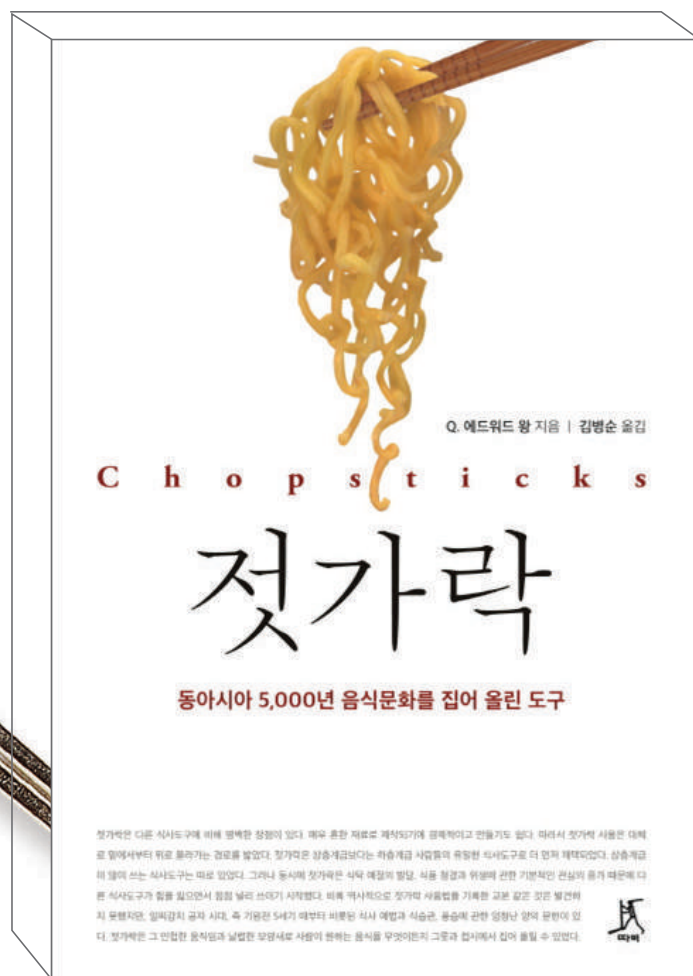
안산은 지역 특성상 전국에서 외국인 인구 비율이 가장 많은 도시입니다. 그만큼 병원을 찾는 외국인 환자도 많습니다. 외국인 환자들의 의료 행위시 의사소통의 문제 해결을 위해 대외협력실에서는 의료통역 서비스를 진행하고 있습니다. 국내외 병원의 국가 간 진출을 지원할 수 있는 의료관광 마케팅, 해외 의료봉사 사업, 해외 어린이 무료 심장병 수술사업 등을 담당함으로써 단원병원의 대외 경쟁력을 향상시키는 업무 또한 진행하고 있습니다.



대외협력실은 원내 호프데이, 송년의 밤, 체육대회, 집체교육 등의 모든 행사를 준비 및 진행하며 직원들의 사기 증진에도 노력하고 있습니다. 환자들과 대면하는 의료직 여러분들과는 조금 다르게 병원을 위해 뒤에서 서포트 역할을 하고 있어 눈에 많이 띄지 않지만, 지역사회에 병원을 알리며 좋은 병원 이미지 구축을 위해 열심히 노력하고 있는 부서라고 생각해 주시면 감사하겠습니다.

대외협력실의 도움이 필요하면 언제든지 연락 주시길 바랍니다.

[젓가락] 맛있게 먹기 위한 그 처음



마취통증의학과 김옥곤

한국 요리를 먹는다는 것은 우선 향이나 맛이나 모양에서 시작한다기 보다는 2가지에서 시작한다고 저는 생각합니다. 하나는 그릇의 숫자요, 다른 하나는 젓가락을 사용할 수 있느냐는 것입니다. (이는 순전히 제 생각입니다.)

2017년에 초판 인쇄가 된 '젓가락'(Chopsticks)이라는 저서를 소개합니다. 에드워드 왕이라는 중국인 학자로 아시아학을 가르치는 학자이자 교수입니다. 김병순이라는 전문 번역가에 의해 번역되었고 따비라는 출판사에서 출판되었습니다.

젓가락을 사용하는 나라는 대부분 동아시아에 편중되어 있습니다. 중국, 한국, 일본을 중심으로 베트남은 물론 몽골까지를 그 문화권으로 봅니다.

저자는 젓가락의 장점을 이렇게 주장합니다. 매우 흔한 재료로 제작되기에 경제적이고 만들기도 쉽다고 말입니다. 이런 젓가락을 기원전 5세기경부터 사용했다고 여기고 있으며, 상류층보다는 하류층에서 먼저 사용하여 점점 상류층으로 거슬러 올라갔다는 특이한 경로를 밝고 있다고 하네요.

젓가락이 주목을 받는 이유는 다양합니다.

동남아시아나 남부아시아의 식습관처럼 맨 손으로 먹는 이들이나, 포크 나이프를 사용하는 이들 입장에서조차 젓가락은 생경한 도구입니다.

아울러 손에 익기만 하면 다양하게 사용할 수 있는 도구이기도 합니다.

집기, 굴리기, 찌어 올리기, 비비기 등등 다양한 기능을 갖습니다. 국물이나 액상을 제외한 모든 것을 다룰 수 있다는 장점도 있습니다.

재료로 본 젓가락, 사용하는 민족에 따라 모양을 달리하는 젓가락, 시대를 아우르는 젓가락을 보면서 우리 후세에는 어떤 모양으로 어떻게 사용할 것인가 기대하는 것도 좋은 상상일 듯합니다.



2019 사랑의 헌혈 나눔 행사



1월 24일(목) 직원들과 내원객들을 대상으로 대한적십자사 경기혈액원에서 진행되는 사랑의 헌혈 나눔 행사가 병원 후문에서 있었다. 헌혈은 오전 10시부터 오후 12시까지 헌혈버스에서 희망자들을 통해 간단한 문진과 검사와 함께 진행되었다. 바쁜 업무 중에서도 많은 직원들이 좋은 마음으로 동참하였고 헌혈을 마친 직원들은 헌혈증을 기부하기도 했다. 헌혈한 혈액은 수혈을 필요로 하는 환자들에게 소중한 쓰여 질 계획이며, 단원병원은 앞으로도 나눔 사업 실천에 동참하는 병원이 될 것이다.

2018 신규 간호사 돌잔치 & 2019 프리셉터 임명식



3월 14일(목) 단원병원 본관 9층 교육관에서 '2018 신규 간호사 돌잔치 & 2019 프리셉터 임명식'이 있었다. 이 행사에는 최석광 병원장, 이명주 행정처장, 이미화 간호부장과 2019 신규 간호사 43명을 포함한 120여 명이 참석했다. 이미화 간호부장의 개회사로 시작하였고, 김병열 이사장의 영상 축사와 최석광 병원장의 격려사, 2018 간호사 돌잔치, 나에게 보내는 편지, 프리셉터에게 보내는 편지, 2019 프리셉터 임명식 순으로 진행되었다. 14일에 열린 돌잔치는 2018년 3월부터 입사해 1년간 간호사로서의 첫 걸음을 떼고 잘 적응한 신규 간호사들을 위한 자리였다. 단원병원은 입사 후 만 1년을 넘긴 간호사들을 대상으로 돌잔치를 진행하고 있으며, 병원 생활에 잘 적응할 수 있고 업무 지식을 가르쳐 줄 프리셉터들을 매년 임명하고 있다.

자녀입학축하금 전달식 및 신관 브리핑



3월 7일(목) 9층 교육관에서 19년 입학 자녀를 둔 직원들에게 입학 축하금을 전달하였다. 단원병원은 직원들의 복지향상을 위해 2010년부터 입학 축하금 전달식을 진행하고 있다. 올해는 초등학교부터 대학교까지 총 23명의 직원들에게 혜택이 돌아갔다. 전달식 이후 권순구 행정부장의 신관 브리핑이 있었다. 단원병원 신관은 오는 2020년 개원을 목표로 하고 있으며, 지난 1월 28일에 기공식을 가졌다.

단원병원 성실·우수납세자 인증서 수여식



단원병원은 3월 12일(화) 안산 시청 대회의실에서 개최된 '안산시 성실·우수납세자 인증서 수여식'에 참석했다. 성실(우수) 납세자 인증서 수여식은 지난 2012년 '안산시 성실납세자 등 우대 조례'가 제정된 이후 매년 실시되고 있다. 선정 방법은 지방세를 체납하지 않고, 3년 이상 계속해 3건 이상 납부 한 납세자 중 구청장의 추천을 받아 안산시 지방세심의위원회 심의를 거쳐 최종 선정한다. 단원병원은 성실한 세금 납부로 납세의무를 잘 이행하고 있으며 앞으로도 늘 모범이 되는 병원이 되도록 노력할 것이다.

3.1운동 100주년 기념행사 의료지원



3월 1일(금) 화랑유원지에서 개최된 '3.1운동 및 대한민국임시정부 수립 100주년'을 기념하는 행사에 의료지원을 나갔다. 이번 행사에는 2,000여명의 안산시민이 참석했으며, 오프닝 공연으로 부채춤, 난타 등 다양한 공연이 진행되었다. 의료지원을 나가 혈압, 당뇨체크와 건강상담을 통해 행사에 참여하는 시민들과 출연자들을 위한 무료 건강체크를 실시하였다. 단원병원은 시민들을 위한 의료지원에 적극 동참하여 건강정보를 제공하고 있으며, 앞으로도 지속적인 의료지원 서비스를 진행할 계획이다.

2019 도급업체 교육



4월 2일(화) 단원병원 본관 9층 교육관에서 도급업체 교육이 있었다. 도급업체 교육은 감염관리, 환자와 직원 안전, 소방 안전 순으로 진행하였다. 업무 수행 시 일어날 수 있는 감염 사례, 안전사고 사례 등에 대해 알아보았고, 화재 등 비상상황 발생 시 대응법, 소화기 사용법을 배울 수 있는 시간이었다. 단원병원은 매년 도급업체 교육을 진행해 환자의 안전사고를 예방하기 위해 노력하고 있다.

의료기관 중간현장조사 실시



4월 24일(수) 의료기관 중간 현장조사를 실시하였다. 이번 중간 현장조사는 지난 2016년 9월 단원병원이 2주기 의료기관 인증을 획득한 이후 실시하는 중간평가로 지속적인 의료 질 유지를 위해 직접 방문하여 점검하는 것이다. 조사 위원 2인이 인증 조사 기준과 병원 규정에 맞춰 잘 수행이 되고 있는지 세심한 조사를 했으며, 단원병원은 2주기 의료기관 인증을 획득한 후 자체 조사와 지속적인 관리를 통해 의료의 질을 잘 유지하고 있어 중간평가에서도 우수한 평가를 받았다.

2019년 신규직원 입문 교육



4월 26일(금)~27일(토) 이틀간 화성에 위치한 YBM연수원에서 입문교육 과정을 진행하였다. 김병열 이사장의 특강을 시작으로 Human-skills를 활용한 긍정적 에너지 강화 교육, DISC를 활용한 대인관계 능력향상, Management game을 이용한 병원 조직의 이해와 적응, fun 경영, 단원병원 비전 창출하기 등 함께 공감하고 실천할 수 있는 조별 활동으로 진행되었다. 교육을 통해 서로를 이해할 수 있었고, 병원 비전 달성을 향한 열정과 의지를 작품을 통해 표출하기도 했으며 서로 의견을 공유함으로써 조직에 대해 이해하는 시간이 되었다.

Thank You

Welcome

윤봉미	영양실	송주용	진료부	김재은	간호간병통합병동	최보경	7병동
이은주	인사총무과	권오진	응급실	김정은	6병동	하선영	8병동
한지혜	응급실	김인준	수술실	김진선	간호간병통합병동	현진희	6병동
이하나	건강검진실	김희철	전담간호실	김해수	8병동	최성은	7병동
이수린	수술실	노진수	집중치료실	문다인	6병동	고다은	간호간병통합병동
김현명	재활치료실	배민우	전담간호실	박수빈	8병동	이의환	응급실
김미진	대외협력실	송창우	집중치료실	배지수	6병동	정지혜	심사과
노희철	원무과	유효열	간호간병통합병동	백수영	수술실	조현진	재활치료실
최성준	영상의학실	정찬준	응급실	서혜원	간호간병통합병동	임소희	집중치료실
황성욱	진료부	정찬샘	응급실	송현아	6병동	윤예림	심혈관조영실
이단비	건강검진실	홍찬일	간호간병통합병동	신선미	6병동	송하영	진료부
김리나	건강검진실	최현종	전담간호실	심지영	7병동	김종채	진료부
김민욱	간호간병통합병동	변영인	약제과	이해진	8병동	송재민	영상의학실
우상아	외래	류혜민	감염관리실	장혜원B	6병동	최길종	심사과
김중연	원무과	임이랑	주사실	전다인	집중치료실	김은미	7병동
김동희	진단검사실	강나연	집중치료실	정하영	8병동	김현정	응급실
신승윤	인사총무과	권수현	7병동	조문주	7병동	손수진	내시경실
유철모	진료부	김보경	간호간병통합병동	조민이	8병동	곽길순	집중치료실
이재복	시설관리과	김소현	7병동	조민정	6병동	유인선	7병동
유진희	진료부	김연주	응급실	진재연	집중치료실	권진숙	진료부
류영진	진료부	김옥현	8병동	최명화	8병동	신성호	

Thank You

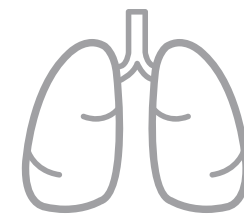
조혜진	심혈관조영실	최희욱	간호간병통합병동	이주현	진료부	채정희	간호간병통합병동
서여화	심혈관조영실	천지현	진료부	김원태	영상의학실	김나현	외래
남은진	약제과	염승우	원무과	이영길	진료부	문진아	간호간병통합병동
박동희	응급실	이봉주	시설관리과	전원석	의료지원실	전남숙	간호간병통합병동
김진한	수술실	황호준	수술실	김예설	집중치료실	김경훈	영상의학실
윤선희	응급실	이미현	집중치료실	이은지	응급실		
이수정	건강검진실	주은경	인사총무과	조미영	심사과		
권유림	외래	이은영	주사실	최제인	간호간병통합병동		

경조사

송유진	응급실(결혼)	정경빈	전담간호실(조모상)	조가연	응급실(결혼)
윤소라	내시경실(결혼)	남궁진	응급실(결혼)	장정우	영상의학실(조부모상)
이혜선	재활치료실(결혼)	전다인	집중치료실(조모상)	김향미	혈액투석실(부친상)
이소라	8병동(조부상)	민경진	재활치료실(결혼)	조문주	7병동(조부상)



〈건강보험심사평가원 평가결과〉



폐렴 적정성 평가 2회 연속 1등급 획득

폐렴은 매우 흔한 질환으로, 특히 노령인구에서 많이 발생하며, 항생제 치료에도 불구하고 노인환자의 사망률이 높은 질환입니다. 인구 고령화로 인해 환자수가 매년 증가하고 있고, 우리나라 사망원인 4위에 해당하는 질환입니다.

건강보험심사평가원에서 폐렴에 대한 치료가 적절하게 시행되고 있는지를 평가하였고, 단원병원은 산소포화도검사 실시율, 객담도말검사 처방률, 객담배양검사 처방률 등에서 **우수한 평가로 1등급을 획득**하였습니다.

단원병원 내과
031. 8040. 5747 / 031. 8040. 5750



임신 출산 노화 폐경

중장년 여성 10명중 4명 이상이 가지고 있는 질환



요실금

운동이나 약물치료 등으로 일시적인 효과를 볼 수 있으나
손상된 방광질근육은 회복되지 않기 때문에
가장 확실한 해결책은 수술적 치료입니다.

미니슬링

약해진 요도 괄약근 밑에 테이프를 삽입,
피부절개를 하지 않고 질 절개만으로 수술이 가능

- ✓ 최소 절개로 흉터 적음
- ✓ 10분 내외 짧은 수술 시간
- ✓ 간단한 국소 마취
- ✓ 당일 입·퇴원 가능



TOT

요도를 압박하지 않고,
중부요도에 가볍게 테이프를 걸어주는 방법

- ✓ 20분 내외 짧은 수술 시간
- ✓ 회복기간 2~3일
- ✓ 대부분 영구적 지속
- ✓ 수술 흉터, 통증 적은 편

