



고객이 감동하는 병원

성가롤로병원 NEWS

제318호 | 월간

2025년 2월호

등록번호 순천라 00007
발행인 박명옥 편집인 홍보실
발행처 성가롤로병원 순천시 순광로221
WWW.stcarollo.or.kr
대표전화 061-720-2000
Fax 061-720-6000
홍보팀 061-720-6477-8
인쇄 도서출판 범촌

성가롤로 비전 2030

신뢰와 감동으로 미래를 열어가는 성가롤로병원

1. 치유자이신 예수성심의 사랑을 실천한다.
2. 책임진료로 고객감동을 실현한다.
3. 지속적인 도전과 혁신으로 지역의료발전에 기여한다.
4. 존중하고 배려하는 행복한 공동체를 만든다.

사랑으로 극진히 존경하십시오.
그리고 서로 평화롭게 지내십시오.
(1테살 5, 13)

핵심가치

1. 생명존중
2. 전문진료
3. 역량강화
4. 소통과 화합
5. 사랑과 섬김



전남·전북 유일의 지역심뇌혈관질환센터로 선정!

우리 병원은 1월 16일 보건복지부로부터 전남·전북 지역의 유일한 지역심뇌혈관질환센터로 선정되었다. 지역심뇌혈관질환센터 지정기관 선정은 중증·응급도가 높은 심뇌혈관질환자가 지역 내에서 신속하게 전문 진료를 받을 수 있는 지역 완결적 의료체계를 구축하기 위함이다.

이번 지정 공모 사업에는 총 71개 의료기관이 지원하였으며, 서류 및 발표 심사를 통해 최종적으로 10개소가 선정되었다. 지역심뇌혈관질환센터로 선정된 우리 병원은 ▲지역 내 심뇌혈관질환자의 급성기 최종 치료를 24시간 제공하고, ▲퇴원환자 등에 예방관리교육 및 지역홍보 등을 담당하며, ▲광역심뇌혈관질환센터와 협력체계를 구축하여 필요시 신속한 이송 등으로 적시 치료가 핵심인 심뇌혈관질환의 지역 간 격차를 해소하는 데 핵심적인 역할을 수행할 예정이다. 박명옥 병원장은 "지역 주민들이 심뇌혈관질환으로부터 건강한 삶을 유지할 수 있도록 안정적인 센터 운영을 위한 인프라를 더욱 강화할 예정이다."라고 밝혔다. 이번 지역심뇌혈관질환센터 선정으로 전남·전북 지역은 심뇌혈관질환 예방, 조기 진단, 치료, 재활 체계 구축에 있어 중요한 전환점을 맞을 것으로 기대된다.

건강증진센터 신년이벤트

기간 1.2 ~ 3.31 까지
지금 전화로 예약하세요!

[상담 및 예약 시간]

평일 오전 8시부터 오후 5시까지
상담·예약 : ☎ 061)907-7200

종합검진(기본형) : 30% 할인

신체계측, 체성분, 문진, 안과, 청력, 심전도, 혈압, 흉부촬영, 폐기능, 혈액검사, 종양표지자 등

PET-CT(전신/몸통) : 80만원/60만원

한 번의 검사로 전신의 암을 진단하는 암 검진

암 유전자 검사 : 30% 할인

소량의 혈액을 채취하여 암의 취약성을 상승시킬 수 있는 유전요인을 검사

부정맥 검사 : 30% 할인

심전도 기록계를 부착하고 정해진 시간동안 일상생활을 하면서 심장의 전기적 상태를 기록

추가검사 10% 할인

필수의료 공급체계 구축 논의를 위한 회의 진행

순천진료권 필수의료 공급체계 구축을 위해 순천시가 주관한 의료 현장 자문 회의를 1월 23일 우리 병원 성심홀에서 진행하였다. 이 회의에는 우리 병원과 미즈여성아동병원, 현대여성아동병원 등 의료기관 관계자를 비롯하여 순천시의사회, 국립중앙의료원, 서울대학교 보건대학원, 경기도 공공보건의료지원단 등에서 보건의료 전문가들이 다수 참석하였다. 회의에서는 지역 의료기관 간의 협력 강화가 중요하다는 의견을 모았다. 특히, 심뇌혈관, 주산기, 소아의료 등 다양한 분야에서 협력 체계를 구축하는 방안을 심도 있게 논의했다. 또한, 지역 의료환경을 개선하고 필수의료 공급체계를 더욱 탄탄하게 구축하기 위한 역할에 대해 논의하였다. 논의된 내용은 '순천진료권 필수의료 공급체계 구축 방안 연구용역'에 반영하여 지역 의료환경 개선과 중앙정부 정책제안 등 구체적인 실행계획 수립에 활용될 예정이다.



건강증진센터, 신규 유전자 검사 4종 도입



우리 병원 건강증진센터는 개인 맞춤형 건강 관리를 위한 유전자 검사 4종을 새롭게 도입했다. 이번에 도입한 검사는 ▲탈모 리스크 스크린, ▲뇌졸중 리스크 스크린, ▲고지혈증 리스크 스크린, ▲아이캔서치 검사다.

탈모 리스크 스크린은 유전적 요인을 분석해 개인별 탈모 위험도를 예측하고 맞춤형 정보를 제공한다. 뇌졸중 리스크 스크린은 혈액 내 DNA를 분석해 허혈성 뇌졸중의 유전적 위험도를 평가한다. 고지혈증 리스크 스크린은 유전적 요인에 의해 발생하는 고지혈증 위험을 확인하는 검사다. 아이캔서치는 혈액에서 추출한 DNA를 AI 알고리즘으로 분석해 폐암, 대장암, 간암 등 주요 암종의 존재 가능성을 조기에 예측하는 검사다. 건강증진센터 정종승 센터장은 “유전자 검사는 질병을 조기에 예측하고 예방하는 데 도움을 준다”라며, “보다 체계적인 건강 관리를 원하는 분들에게 유용한 선택지가 될 것으로 기대한다.”라고 말했다.

나눔과 치유로 함께한 세계 병자의 날 행사



교황 요한 바오로 2세가 병든 이들과 그들을 돌보는 의료진을 격려하기 위해 1992년 제정한 세계 병자의 날을 기념하여 우리 병

원은 1월 24일부터 2월 10일까지 9일 기도를 진행하고, 세계 병자의 날 당일인 2월 11일에는 생명 나눔 헌혈 행사 및 내원객을 위한 차 나눔 행사를 열었다. 오전 동안 진행된 차 나눔 행사는 병원을 오가는 많은 환자와 보호자, 내원객에게 따뜻한 커피와 차를 통해 위로와 격려를 전하는 시간이 되었다. 더불어 오전 9시 30분에 시작하여 오후 4시 30분까지 진행된 헌혈 행사에는 박명옥 병원장을 비롯한 많은 임직원이 자발적으로 참여해 생명 나눔의 의미를 실천했다. 박명옥 병원장은 “세계 병자의 날을 맞아 환우와 가족들에게 작은 위로를 전하고, 나눔의 가치를 실천할 수 있어 뜻깊다”라며 “앞으로도 지역사회와 함께하는 따뜻한 병원이 되도록 노력하겠다”라고 전했다.

전라남도

환자와 우리 모두의 안전을 위한

병문안 문화 개선 캠페인

확인하기, 자제하기, 지켜주기

📄 **확인하기**

병문안 가능 시간 확인
병문안 허용 인원 확인
병문안 장소 확인

🚫 **자제하기**

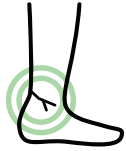
감염성질환자 노약자는
병문안 자제
영상 문자 SNS로 마음 전해요

🛡️ **지켜주기**

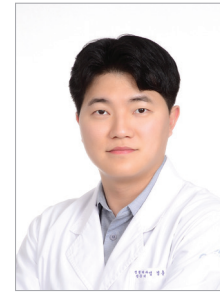
병문안객 기록지 작성
병문안 전·후 손위생
애완동물 음식을 반입금지

출처 : 순천시청

전문의 초대석



발목 염좌 제대로 치료하기 2



정형외과 임경훈 과장

약력
 원광대학교 의학과 학사
 원광대학교병원 인턴수련
 원광대학교병원 레지던트 수련
 원광대학교병원 임상교수
 현재 성가톨릭병원 정형외과 과장

전문분야
 족부 족관절 질환, 골절 및 탈구,
 관절경 수술, 스포츠 손상

발목 염좌의 수술적 치료

급성 발목 염좌에서 수술을 해야 하는지를 아마 환자분들이 가장 궁금해하시는 것 같다. 그렇지만 이 부분은 정형외과 의사들 사이에서도 여전히 논란의 여지가 많은 영역이다. 심한 불안정성을 보이는 젊은 운동 선수의 경우에는 수술적 치료를 고려하는 것이 일반적이다. 또한 개방성 손상이 동반된 경우, 발목 관절이 탈구된 경우, 큰 견열 골편이 동반된 경우에도 수술적 치료를 시행할 수 있다.

이 외의 경우에는 최소 3~6개월간 기능적 재활치료를 우선적으로 시행한 후, 만성 불안정성이 있는 일부 환자에서만 제한적으로 수술적 치료를 시행하는 것을 권장하고 있다. 이는 기능적 재활치료와 수술적 치료 간에 뚜렷한 결과 차이가 없고, 수술 후 초래될 수 있는 합병증이 없어 수술적 치료가 더 우월하다는 뚜렷한 근거가 없기 때문이다. 수술 방법은 봉합사를 이용하여 파열된 인대의 양 끝을 봉합하거나, 봉합나사를 이용하여 인대를 뼈에 재부착 해주기도 한다.

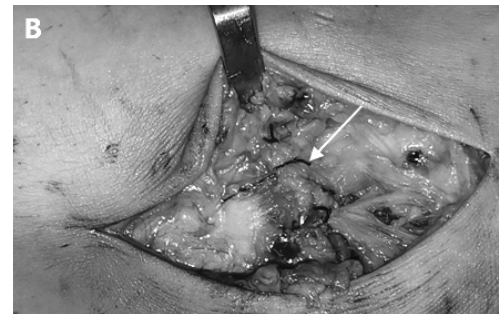
재손상의 예방

발목 염좌의 가장 큰 위험인자는 염좌의 과거력으로 알려져 있다. 한번 인대가 손상이 되면 발목 관절 복합체가 이완될 뿐만 아니라 신경근육계의 기능도 떨어져 재손상이 발생하기 쉬운 상태가 된다. 수상 이후 꾸준한 균형조절 훈련과 아킬레스건 스트레칭, 근력 강화 운동, 운동 전 규칙적인 준비운동 등을 통해 염좌의 재발 위험도를 크게 줄일 수 있다. 이 외에도 적절한 체중 조절과 활동에 적합한 신발을 착용하는 것도 재손상 위험을 줄이는데 도움을 줄 수 있다. 발목을 보호하기 위해 목이 긴 운동화의 손상 예방 효과는 아직 뚜렷하게 입증되지 못했다.

정리하자면, 많은 환자분들이 급성 발목 염좌를 가볍게 여기고 체계적인 재활치료를 받지 않는 경우가 많은데, 올바른 치료와 꾸준한 관리를 통해 튼튼한 발목을 지키는 것이, 일상생활의 불편을 줄이고 스포츠 활동을 안전하게 즐기는 가장 좋은 방법일 것이다.



(A) 급성 발목 염좌로 인해 인대가 완전파열 된 모습.



(B) 파열된 인대를 봉합한 후 모습

서두르다 '좌당'

넘어진 후 대처 방법은?

넘어진 후 발목을 삐었거나 통증이 생겼다면 응급처치법인 RICE 요법을 시행하면 된다. RICE 요법은 안정(Rest), 냉찜질(Ice), 압박(Compression), 올림(Elevation)의 줄임말이다.



우선, 통증이 있는 부위를 최대한 사용하지 않으며 안정을 취한다. 필요할 경우 부목을 대 부상 부위가 움직이지 않도록 하면 도움이 된다. 다음은 냉찜질이다. 냉찜질은 부기와 통증을 줄이는 데 도움을 준다. 부상 부위를 압박 붕대 등을 활용하여 압박해 주는 것도 부종 감소에 도움을 준다. 아울러, 압박함으로써 움직임을 최소화해 조직은 안정화할 수 있다. 마지막으로 부상 부위를 심장보다 높이 올린다. 이 역시 부기를 가라앉히는 데 도움을 준다.

'이 증상' 나타나면 병원으로

병원에 가야 하는 증상들도 있다. 우선, 손목 골절이 의심될 때다. 넘어진 후 손목 부위가 심하게 붓거나 통증이 나타나는 경우, 외관상 변형이 일어날 때 손목 골절을 의심할 수 있다. 손목 골절은 자연적으로 호전되지 않고, 심할 경우 인대, 신경 문제로까지 이어질 수 있어 병원을 찾아 적절한 치료를 받아야 한다.

엉덩방아를 찧은 후에도 증상을 면밀히 살펴야 한다. 고관절 부위에 심한 통증이 나타나고 통증으로 다리를 움직일 수 없는 경우에는 고관절 골절의 신호일 수 있다. 고관절 골절은 방치 시 2년 안에 사망할 위험이 약 70%에 달하는 것으로 알려진 무서운 질환이다. 이는 특히 고령층에서 위험하므로, 고령층이 엉덩방아를 찧은 후 의심증상이 나타난다면 서둘러 병원을 찾아야 한다.

머리를 부딪힌 경우도 주의해야 한다. 외상에 의한 뇌 손상은 당시에는 증상이 없을 수 있지만 수 분 또는 수 시간 후에 나타날 수 있다. 두부 손상은 증상이 가벼워도 심각한 합병증을 유발할 수 있으므로 하루 동안 이상 증상이 나타나지 않는지 살펴봐야 한다. 어지러움 등 의심증상이 나타난다면 속히 병원에서 뇌 손상 여부를 살펴야 한다. (출처: 하이닥)



테고프라잔 tegoprazan



테고프라잔은 위 내용물이나 위산의 역류로 인하여 불편한 증상이나 합병증이 유발되는 상태인 위식도역류질환 치료에 사용하는 칼륨 경쟁적 위산분비억제제(potassium competitive acid blocker, PCAB)이다. 국내 신약 30호로 국내에서 2018년 7월 미란성 및 비미란성위식도역류질환의 치료에 승인되었다. 미란성식도염은 내시경적으로 원위부 식도 점막의 육안적인 손상이 있는 경우로 정의되며, 비미란성식도염은 전형적인 역류증상은 있으나 내시경에서 식도 점막의 육안적인 손상이 없는 경우로 정의된다. 식사와 관계없이 복용할 수 있고, 항바이러스제와는 병용투여하지 않도록 한다.

테고프라잔은 칼륨 경쟁적 위산분비억제제(potassium-competitive acid blocker, PCAB)로 국내에서 미란성 및 비미란성 위식도역류질환, 위궤양의 치료에 사용된다. 위산 분비 최종 단계에 관여하는 H⁺, K⁺-ATPase(프로톤펌프)에 칼륨 이온이 결합하면 위산이 분비되는데, 테고프라잔은 H⁺, K⁺-ATPase에 칼륨 이온과 경쟁적으로 결합하여 위산 분비를 억제한다.

효능, 효과 : 테고프라잔은 미란성 및 비미란성 위식도역류질환, 위궤양의 치료에 사용한다.

용법 : 식사와 관계없이 투여할 수 있으며, 미란성 위식도역류질환의 치료에서 50mg씩 하루 1번 4주간 경구투여한다. 식도염이 치료되지 않거나 증상이 계속되는 경우 4주 더 투여한다. 비미란성 위식도역류질환의 치료에서는 50 mg씩 하루 1번 4주간 경구투여한다. 위궤양 치료에는 50mg

씩 하루 1번 8주간 경구투여한다. 미란성 위식도역류질환의 치료의 유지요법에는 1일 1회 25mg을 경구투여한다.

금기 : 아타자나비어, 넬피나비어, 또는 림피비린 같은 항바이러스제를 테고프라잔과 같이 복용하면 항바이러스제의 효과가 감소할 수 있으므로 같이 복용하지 않도록 한다.

부작용 : 테고프라잔 투여 시 발생 가능한 주요 부작용은 다음과 같다.

- 위장관계: 구역, 설사, 소화불량
- 감염: 비인두염, 상기도 바이러스 감염
- 전신질환 및 투여부위이상: 흉부불편

상호작용을 가지는 약물

상호작용	약물
테고프라잔의 부작용을 증가시키는 약물	대사저해 : 클래리스로마이신(항생제)
테고프라잔에 의해 효과가 감소하는 약물	흡수감소 : 일부 항생제(케토코나졸, 이트라코나졸, 암피실린에스테르), 일부 항바이러스제(아타자나비어, 넬피나비어, 림피비린)
테고프라잔에 의해 독성이 증가하는 약물	흡수증가 : 디곡신 대사저해 : 클래리스로마이신 (항생제)

- 출처: 약학정보원 (<https://www.health.kr>)
- 약제팀 박윤진 약사

일분교리

묵상

묵상은 무엇보다도 하나의 탐색이다. 주님께서 요구하시는 일을 받아들이고 실천에 옮기기 위해서, 사람의 정신은 그리스도인의 삶을 왜, 어떻게 살아야 하는지를 이해하려고 애쓴다. 여기에는 어려운 주의력 집중이 요구된다. 그래서 대개는 어떤 책의 도움을 받게 되는데, 그리스도인이 사용할 수 있는 그러한 책들은 얼마든지 있다. 성경, 그 중에서도 특히 복음서, 성화상, 그 날이나 시기의 전례문, 영성 교부들의 저서, 영성에 관한 저술들, 창조와 역사라는 위대한 책, 곧 하느님의 '오늘'이 펼쳐지는 지면이다. 우리가 읽은 것에 대해 묵상하면, 그 내용을 자기 자신에 비추어서 생각하고 자기 것으로 만들게 된다. 여기서 다른 한 권의 책, 삶이라는 책이 펼쳐진다. 생각에서 현실로 옮겨지는 것이다. 겸손과 신앙의 정도에 따라, 우리는 묵상 중에 마음을 움직이는 감동을 발견하게 되고, 그것을 식별할 수 있게 된다. 빛에 이르기 위해서는 어떻게 진리를 실천하느냐가 문제이다. "주님, 제가 무엇을 하기를 원하십니까?" [가톨릭 교리서 2705~2706]





성가롤로자선회 후원자 명단 (2024년 7월 ~ 12월)

강경이, 강경희, 강다검, 강미주, 강민서, 강민영, 강보람, 강소이, 강수진, 강순남, 강유진, 강은진1, 강은진2, 강진원, 강종태, 강현숙, 강현중, 강형환, 강효경, 강혜진, 강태희, 고경숙, 고다은, 공민영, 공현주, 광미정, 광민섭, 광삼미, 광윤아, 구병기, 권성광, 권순진, 권정규, 기광서, 김강태, 김광수, 김광임, 김지선, 김경수, 김경원, 김계현, 김기쁨, 김기연, 김나영, 김나현, 김노을, 김누리, 김다은1, 김다은2, 김다운, 김다원, 김다혜, 김동은, 김동현, 김동희, 김명중, 김명희, 김명호, 김미소, 김미영, 김미자, 김미정1, 김미정2, 김미혜, 김민경, 김민서, 김민지1, 김민지2, 김반지, 김보임, 김복운, 김병욱, 김상수, 김상현, 김상희, 김세영, 김선아, 김선영, 김선종, 김선화, 김성수, 김성희, 김소영1, 김소영2, 김수민, 김수진1, 김수진2, 김수정, 김수현, 김순옥, 김승만, 김시규, 김아람, 김옥이, 김원석, 김연진, 김유경, 김유진, 김윤이, 김윤정1, 김윤정2, 김윤주, 김윤진, 김은별, 김은비, 김은선, 김은아1, 김은아2, 김은영, 김은진1, 김은진2, 김익수, 김인아, 김일승, 김영미, 김영민, 김영빈, 김영웅, 김영진, 김영후, 김자영, 김재민, 김재영, 김재훈, 김정근, 김정민, 김정숙, 김정아, 김정호, 김제봉, 김제숙, 김종찬, 김주옥, 김주영1, 김주영2, 김준길, 김지수, 김지선, 김지연, 김지원, 김지혜, 김진, 김진아1, 김진아2, 김진일, 김진희, 김창수, 김채영, 김채은, 김춘미, 김치중, 김태균, 김하늘, 김한솔, 김화진, 김해민, 김현서, 김현숙, 김현아1, 김현아2, 김현정, 김현중, 김형락, 김혜란, 김혜원1, 김혜원2, 김홍주, 김효은, 김효정, 김희경, 김희자1, 김희자2, 김희진, 김희태, 나재형, 남은경, 남하은, 도현화, 도혜선, 류계성, 류성민, 류연경, 마상경, 마신애, 마준호, 명유라, 명환호, 문대성, 문라미, 문명숙, 문보림, 문숙희, 문영희, 문은영, 문지영, 문정희, 문채현, 문현주, 민경태, 박가희, 박가현, 박규숙, 박다원, 박명옥, 박명주, 박명희, 박모선, 박미나, 박미숙, 박미옥, 박민근, 박민선, 박병록, 박보람, 박상진, 박상천, 박서이, 박서영, 박선미, 박선금, 박선연, 박성지, 박소연, 박소진, 박소희, 박송대, 박수미, 박수빈, 박수아, 박수정, 박숙영, 박순자, 박영미, 박영랑, 박영성, 박예빈, 박용인, 박유미, 박유선, 박유영, 박윤중, 박은아, 박은옥, 박종복, 박종수, 박주연, 박주연, 박지담, 박지연, 박지영, 박진영, 박지혜1, 박지혜2, 박지혜3, 박재우, 박진경, 박진주, 박주용, 박천길, 박채이, 박태영, 박현미, 박현선, 박현숙, 박현철, 박혜승, 박혜인, 박혜진, 박희정, 반봉민, 방유신, 변지여, 배옥란, 배지은, 배정현, 배진희, 배태남, 배태윤, 배화영, 배효정, 백명화, 백수진, 서경희, 서나래, 서라미, 서미애, 서미영, 서미정, 서민정, 서민화, 서범승, 서보미, 서보희, 서원용, 서영선, 서영호, 서영혜, 서우정, 서우리, 서은선, 서은채, 서재희, 서재현, 서지원, 서찬영, 서현준, 서현화, 선다운, 선시현, 선정순, 선현숙, 성경경, 성혜민, 소은지, 소자영, 손은숙, 손지연, 손한나, 송명진, 송병섭, 송영은, 송용선, 송우철, 송중미, 송지혁, 송학동, 송효성, 신나라, 신미혜, 신선화, 신순희, 신슬빈, 신은아, 신예서, 신철호, 신형식, 신혜현, 심명진, 심양원, 강혜진심영경, 심지현, 심천섭, 안경록, 안승희, 안연주, 안옥진, 안은초, 양기현, 양동호, 양민지, 양성금, 양수희, 양영진, 양은실, 양정하, 양춘화, 여희주, 염윤지, 오대곤, 오시은, 오서진, 오세은, 오유정, 오은정, 오전택, 오채린, 오창호, 오형선, 오현근, 여정혁, 옥영철, 왕미라, 우지선, 우애랑, 원내향, 위재정, 위치랑, 유규동, 유미아, 유선애, 유소연, 유아람, 유윤정, 유은영, 유정아, 유진아, 유진영, 유하나, 유효정, 윤문희, 윤사라, 윤수아, 윤승현, 윤영주, 윤이나, 윤주희, 윤준성, 윤지은, 윤현아, 이가희, 이경영, 이나예, 이도경, 이대현, 이라연, 이마리아, 이민선, 이마리, 이미진, 이만순, 이미경, 이미덕, 이미진, 이민자, 이민혜, 이보라, 이상미, 이상준, 이서현, 이선애, 이선영, 이선옥, 이상남, 이소은, 이소영, 이세창, 이슬, 이숙향, 이슬기, 이슬빈, 이승희, 이연희, 이영미, 이영선1, 이영선2, 이왕재, 이원정, 이유라, 이유빈, 이윤미, 이은경, 이은영, 이은진, 이은정1, 이은정2, 이은자, 이이레, 이정석, 이정은, 이준순, 이주은, 이주하, 이지연, 이지영1, 이지영2, 이지영3, 이지훈, 이진경, 이창백, 이창호, 이채욱, 이초희, 이태완, 이태윤, 이하정, 이하란, 이현실, 이혜민, 이혜진, 이희연, 이희자, 이형재, 이천오, 임경선, 임로사, 임미연, 임성실, 임세리, 임소망, 임소은, 임수옥, 임아람, 임연수, 임윤미, 임준영, 임진, 임청화, 임향주, 장보리, 장보미, 장소연, 장수, 장수아, 장애란, 장영수, 장은옥, 장지영, 장지현, 장진미, 장주경, 장형모, 장효경, 전통권, 전명란, 전미혜, 전수아, 전영호, 전예림, 전주영1, 전주영2, 전지영, 전진희, 정규하, 정다빈, 정다운, 정다연, 정단비1, 정단비2, 정동기, 정미라, 정미선, 정미옥, 정미진, 정민주, 정복덕, 정상엽, 정서희, 정선임, 정성태, 정소담, 정소라, 정소영, 정수화, 정승재, 정여원, 정연희, 정영아, 정예빈, 정은은, 정유경, 정유진, 정은라, 정은주, 정은희, 정인순, 정제민, 정정숙, 정지연1, 정지연2, 정채영, 정춘주, 정평수, 정현희, 정혜경, 정혜선, 정혜원, 정혜임, 정호순, 정희정, 정희중, 조고은, 조경자, 조미남, 조미라, 조미정, 조민석, 조민희, 조성심, 조세희, 조수빈, 조수정, 조아라, 조아혜, 조안연, 조영규, 조영심, 조유경, 조유라, 조은아, 조은영, 조은희, 조장현, 조정옥, 조주만, 조진경, 조하나, 조한경, 조현경, 조현담, 조현숙, 조현영, 조희근, 조희정, 주경의, 주다인, 주말순, 주신영, 주원진, 주정현, 진성남, 진순선, 차현주, 차현주, 추미정, 채규성, 채경이, 채미진, 채정옥, 채지우, 채훈석, 천경옥, 최가연, 최다희, 최달용, 최민국, 최민지, 최서윤, 최선화, 최성희, 최성훈, 최수희, 최승미, 최아름, 최연우, 최원제, 최용운, 최유리, 최유진1, 최유진2, 최은경, 최은정, 최이슬, 최인숙, 최인자, 최정용, 최정원, 최주영, 최지영, 최희영, 탁형영, 표수진, 표양희, 하모니카, 하정례, 하태주, 한덕순, 한솔, 한수미, 한아로, 함은숙, 허남순, 허수주, 허다연, 허정임, 허충현, 허희정, 현다솜, 홍지희, 홍재원, 홍진희, 황기택, 황성갑, 황수빈, 황순남, 한예림, 황우경, 황은혜, 황지운, Fr.Jaime Palma

| **뼈야따식대** | 배요한, 김선희, 김봉임, 이흥엽, 김경모, 김경아, 손마리아, 송정윤, 박기순, 유승현, 정지운, 방시울, 김인심(분다), 김규열, 유시철, 김은하, 이흥엽, 김선옥, 임종택, 김태심, 조진희, 이영숙, 최용림, 박서하, 김용남, 배재오, 이희진, 이종안, 심재혁, 박지만, 다수의 익명인

| **단 체** | (주)맥서브, 오픈북, 순천만모터스(주), 할리스순천성가롤로병원점, 한마음간병센터

| **후원 물품** | 크리스피크림 광양LF아울렛점

| **동전모금함** | 원무팀, 고객센터팀, 장례식장, 할리스, 뚜레쥬르

| **기 타** | 고객센터팀분실물, 광주은행분실물, 충무팀분실물



가롤로 퀴즈

■ 아래의 퀴즈를 풀어주세요. 정답은 이번호 병원보 속에 있습니다.

정답자 5명을 추첨하여 뚜레쥬르 교환권(1만원)을 선물로 드립니다.
직원식당에 마련된 응모함에 매월 말일까지 넣어주세요.

1. 우리 병원은 보건복지부로부터 전남·전북 지역의 유일한 지역○○○○질환센터로 선정되었다.
2. 건강증진센터가 새로 도입한 검사 중 하나로, 유전적 요인을 분석해 개인별 탈모 위험도를 예측하고 맞춤형 정보를 제공하는 검사는 무엇인가? (힌트 : 8글자)
3. 비타민B가 풍부하고 지방은 불포화지방산으로서 피부를 부드럽게 하고 혈압을 내리는 작용을 하는 이 견과류의 이름은?
4. 이번 달 병원보에 실리지 않은 기사는 무엇인가?
 - ① 필수의료 공급체계 구축 논의를 위한 회의 진행
 - ② 건강증진센터 신년이벤트
 - ③ 부활절 맞이 영성강좌 진행
 - ④ 건강증진센터, 신규 유전자 검사 4종 도입

2월호 가롤로 퀴즈 정답

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

수신 : 홍보팀 소속 : 직종 : _____
 생명 : 직통번호 : _____
 가장 좋았던 기사 및 코너는?
 독자의 목소리(여러분의 의견을 소중히 듣고, 반영하도록 노력하겠습니다.)



건강식단

보름날 아침 무병장수 빌며 먹는 부럼, 영양 가득 별미이자 영양식 부럼



'설은 나가서 쇠도 보름은 집에서 쇠라'라는 속담이 전해져 내려올 만큼 정월 대보름은 우리 민족에게 중요한 명절이다. 그만큼 풍요와 안녕을 기원하는 세시 풍속도 많았고, 챙겨 먹는 별식도 많았다. 정월 대보름 저녁이면 쌀·팥·콩·수수 등을 넣은 오곡밥을 지어 먹었다. 겨우내 말려둔 갖가지 묵나물을 삶아서 기름에 볶아 먹었고, 풍년이 들기를 기원하며 배춧잎이나 김 등으로 복쌈을 싸서 먹기도 했다.

정월 대보름 별식 중에서도 가장 대표적인 것은 부럼이다. 부럼은 '부럼 깨물다' 또는 '부럼 먹는다'라고 표현하는데, 과거에는 견과류 자체를 부럼 또는 부름이라 부르기도 했다. 대보름날 아침 일찍 눈을 뜨면 밤, 땅콩, 호두, 잣 등을 자기 나이 수대로 깨문다. 오도독 소리가 나게 깨물면서 종기나 부스럼이 나지 않고 이를 튼튼하게 해 달라고 기원하는데, 지역에 따라 처음에 깬 부럼을 마당이나 지붕에 던지며 "부럼 나가라"라고 말하기도 한다. 부럼은 영양 섭취 면에서 훌륭한 풍습이다. 먹거리가 풍족하지 않던 과거에는 남녀노소 모두 영양을 충분히 섭취하지 못해 피부에 부스럼이나 종기가 나는 경우가 흔했다. 특히 겨울철에는 대기 습도가 여름철의 절반 수준으로 떨어지니, 피부 수분을 빼앗겨 각질이 일어나는 등

피부 질환이 심해지기 쉽다. 반면 먹거리는 부족하고 신선한 채소도 구하기 어려웠는데 필수지방산과 비타민이 풍부한 견과류를 먹는 건 영양 면에서도 좋은 선택이다.

① 호박씨

달콤하고 부드러운 호박 과육은 즐겨 먹어도 호박씨를 즐겨 먹는 사람이 많지 않은 듯하다. 하지만 영양은 과육보다 오히려 씨앗에 많다. 마그네슘과 아연, 인, 철이 풍부한 호박씨는 필수적인 미네랄을 충분히 공급해 뼈를 튼튼하게 한다.

② 잣

식혜나 대추차에 두세 알 동동 띄우기도 하고, 양갱이나 떡에 콕콕 박아 고소하게 즐겨 먹는다. 옛날부터 잣은 자양강장제로 많이 사용했으며, 아프고 난 뒤 회복기에 먹으면 좋다. 잣은 지방과 단백질이 풍부한 고열량 식품이며, 특히 비타민B가 풍부하고 지방은 불포화지방산으로서 피부를 부드럽게 하고 혈압을 내리는 작용을 한다.

③ 땅콩

땅콩은 맛있고 영양가도 높은 간식이다. 특유의 풍미로 인해 볶아 먹거나 버터로 만들어 빵에 발라 먹기도 한다. 또 단백질, 건강한 지방, 다양한 비타민과 미네랄이 풍부하여 심장 건강부터 근육 회복 등 다양한 효능이 있다.

④ 호두

호두는 단백질과 항산화제가 풍부하고 콜레스테롤을

낮추는 데 도움을 주는 오메가-3 지방산이 특히 풍부한 견과류다. 호두를 정기적으로 섭취하면 심혈관 질환의 위험이 낮아지고 각종 질병 문제를 일으킬 수 있는 염증을 예방할 수 있다.

< 부럼의 환생 >

① 견과류바

선물용으로, 식사 대용으로, 영양 간식으로 많은 사람에게 사랑받는 아이템. 부럼 재료와 크게 다르지 않아 부럼 디저트로도 제격이다. 물엿과 설탕을 끓이다가 볶은 현미를 넣고 호두, 밤, 땅콩 등을 적절히 섞어서 굳힌 뒤 먹기 좋은 크기로 자르면 영양 만점 견과류바가 탄생한다.

② 호두과자

겉모습은 호두 껍데기 모양을 본뒀지만 전혀 딱딱하지 않고, 오히려 촉촉하며 부드럽다. 한 입 깨물면 호두가 섞인 팔소가 등장한다. 부드러운 빵, 달콤한 팔소, 고소한 호두의 조화가 맛있을 줄이야.

③ 밤 양갱 & 견과류 양갱

디저트계의 뉴트로 아이템이 있다면 달콤한 맛이 은은하게 퍼지는 양갱이다. 예스럽지만 고전의 멋이 있고, 쫄쫄득득한 식감이 예술이다. 특히 밤이나 견과류를 넣어 만든 양갱을 맛보면 부럼을 이렇게 우아하게 즐길 수 있는 방법이 또 있을까 싶다.

- 출처: 뉴트리엔 - 영양팀 이선애 영양사

317호

1월

가롤로퀴즈정답 & 당첨자(5명)

조은영 | 수술실 한윤지 | 영양팀
김진아 | 영양팀 임채자 | 3A 병동
이은정 | 보험심사팀

* 이번 달 퀴즈를 추천한 부서는 감염관리팀입니다.

- 1월 2일 열린 시무식에서 박명옥 병원장은 2025년의 주요 계획으로 로봇수술 도입과 해외 의료봉사 재개를 언급하였다.
- '2024년 응급의료기관 평가'에서 우리 병원 권역응급의료센터는 전국 순위 몇 위를 달성하였는가? 7위
- 한 해 동안 환자와 보호자들로부터 가장 많은 사랑을 받은 진료과장을 선정하는 프로젝트의 이름은 무엇인가? **오라차차 과장님 프로젝트**
- 이번 달 병원보에 실리지 않은 기사는 무엇인가?
 - ① 감염관리 우수부서 포상 진행
 - ② 대한적십자사 광주전남혈액원으로부터 감사패 받아
 - ③ 원목팀, 대림 시기 동안 부서 순회하며 기도
 - ④ 세례식 거행으로 7명의 주님의 자녀 탄생

원고 모집 안내

직원 여러분의 참여가 더욱 알찬
성가롤로병원 NEWS의 밑바탕이 됩니다.



- ▶ 기억에 남는 환자 또는 환자와의 감동적인 사연
- ▶ 특별한 나의 취미
- ▶ 소문내고 싶은 맛집
- ▶ 추천하고 싶은 여행지
- ▶ 그 외 공유하고 싶은 이야기 등이 있다면 소개해주세요.

* **채택된 분께는 소정의 원고료를 드립니다.**

- 원고 마감 : 매월 말일
- 제출 방법 : 가롤로포스트(홍보팀 조수빈)

복음 묵상 | 주님 봉헌 축일 |



자신을 태워 빛을 내는 촛불 하나

해마다 2월 2일이 되면 교회는 주님 봉헌 축일을 기념합니다. 이날은 예수님을 낳으신 성모님께서 모세의 율법대로 정결례를 치르기 위해 예수님을 성전에 봉헌하신 것을 기념하는 축일입니다. 성 요한 바오로 2세 교종께서는 예수님의 봉헌의 의미를 오늘의 삶에서 되살리고자 주님 봉헌 축일을 '봉헌 생활의 날'로 제정하고 전 세계 교회가 이를 기념하도록 하셨습니다. 또한 우리 교회 안에는 다양한 형태의 봉헌 생활이 있는데, 특별히 이날은 '축성 생활의 날'로 모든 수도자와 수도 성소를 위하여 기도하고 기념하는 날이기도 합니다.

주님 봉헌 축일의 복음(루카 2,22-40)은 예수님의 부모가 예수님을 성전에 봉헌하는 것으로 시작됩니다. 부모에게 있어서 가장 소중한 것은 아마 자식일 것입니다. 그런 자식을 주님께 봉헌합니다. 바로 주님께서 주신 것이기 때문에 주님 뜻대로 쓰여지도록 내어놓은 것입니다. 실제로 예수님의 삶은 하느님의 뜻대로 살아가기 위해 자신을 내어놓는 삶이었습니다.

어찌 보면 우리가 구원받을 수 있고, 그리고 우리가 정말 예수님의 은총으로 감

사하면서 살아갈 수 있는 것은 바로 이렇게 주님께서 자신을 내어놓으셨기에 가능한 일입니다. 진정 모든 구원의 시작은, 그리고 모든 사랑의 시작은 바로 내어놓음에서 시작됩니다. 그리스도인들은 예수님의 이 헌신적인 사랑을 본받아 세상의 빛과 소금의 역할을 하도록 초대받았습니다.

하지만 오늘날 우리가 사는 이 세상은 빛을 잃어가고 있습니다. 빛보다 어둠이 더 짙어지는 이유는 우리 가운데 자신을 기꺼이 내어놓으려 하는 사람들이 적어져 가고 있기 때문입니다. 심지어 그리스도를 믿고, 그분의 뜻을 따르겠다고 하는 이들마저 자신의 구원만, 자신의 이익만을 추구함으로써 주님께서 바라시는 봉헌의 삶을 살아가지 못할 때가 많음을 봅니다.

가톨릭 교회는 전통적으로 주님 봉헌 축일에 일 년 동안 사용할 초를 봉헌합니다. 이 시간 촛불의 의미를 한번 생각해 봅시다. 초 한 자루도 자신을 태움으로 인해서 주위를 밝게 비춥니다. 그런데 하물며 하느님의 사랑으로 창조된 우리들은 어떠한가요... 그리스도의 사랑으로 구원된 우리들의 삶 속에서 먼저 내어주고 자신을 봉헌함으로 세상은 더욱 밝게 될 수 있음을 이 초 한 자루가 우리에게 가르쳐주는 듯합니다.

주님 봉헌 축일을 떠올리며 우리도 또 하나의 촛불로서 세상을 밝혀 주어야 함을 묵상해 봅시다. 우리 자신 각자가 새롭게 봉헌되고, 또한 기꺼이 자신을 내어놓을 수 있을 때 이 사회는 더욱 밝아지고, 주님의 사랑이 가득한 하느님 나라가 이 땅에 함께 할 것입니다. 아울러 주님 봉헌 축일을 기념하는 2월 한 달 동안만이라도 우리 주변에서 묵묵히 하느님의 일을 하시는 수사님과 수녀님을 위해 기도해 보면 좋겠습니다. 특별히 성가롤로병원에는 우리를 위해 봉사하시는 많은 수녀님들이 계십니다. 그분들의 노고에 깊이 감사드리며 수녀님들께서 건강하게 소임을 다하실 수 있도록 영육 간에 건강하시길 기도드립니다.

- 유촌동성당 주rak권(세례자요한) 신부

성가롤로자선회 후원자가 되어주세요



예수님은 당신의 벗인 가난하고 병든 이들을 우리 병원으로 보내시는 듯 합니다. 우리에게 그들의 이웃이 되어주라 하십니다.

성가롤로자선회는 성가롤로병원 임직원과 뜻있는 후원자들의 자발적 기금으로 운영되고 있습니다. 치료가 필요함에도 불구하고 사회, 경제적 어려움으로 치료를 받지 못하는 환자들에게 진료비를 지원하고, 소외되고 어려운 이웃을 대상으로 실질적인 도움을 드리고자 후원을 연계해 드리고 있습니다.

“절망에 빠진 이들에게 작은 희망의 등불이 되어주세요.”

일시후원 계좌 : 광주은행 700-107-478105
(재)천주교가리따스수녀회(자선)
정기후원 문의 : 성가롤로병원 사회복지팀 061)907-7740~2

※ 국세청 연말정산 간소화 서비스에서 기부금 영수증을 발행해드립니다.

성가롤로병원

발전기금 후원안내

성가롤로병원은 비영리 재단법인으로서 여러분의 귀중한 정성으로 치유자이신 예수성심의 사랑을 실천하며 책임진료로 고객감동을 실현하고 지속적인 도전과 혁신으로 지역의료 발전을 위해 정진하며 불우환자의 지원과 지역민의 보건향상에 기여하고자 합니다. 기금의 투명한 관리를 위해 발전기금조성위원회와 발전기금관리규정에 의해 엄격한 절차에 따라 기금을 운영관리함으로써 기부자님들의 고귀한 뜻을 실현해 나가겠습니다.

- 발전기금 후원 계좌 | 예 금 주 : (재)천주교가리따스수녀회
광주은행 : 700-107-500533
광주은행 : 1127-020-225740
농 협 : 317-0005-2620-81
- 후원문의 | 재무경영팀 ☎ 061)720-6420~1
- 후원 해 주시는 분에게는 세제감면 혜택을 받을 수 있는 기부금 영수증을 발급해 드립니다.(법인 포함)

병원 발전기금 기부자 (2025. 1. 1 ~ 1. 31)

강성일, 고후문, 김승만, 김영휴, 김행연, 나재형, 서빛나, 우초운, 지성메디텍, 익명 4명

*이 외 매월 발전기금을 약정해 주신 분들께도 감사드립니다.

성가롤로병원 외래진료 안내

대표전화 061)720-2000, 종합안내 061)720-2500, 방사선 암 치료 061)720-6900, 건강증진센터 061)907-7200~7203

진료일정은 2025년 2월 1일 기준이며 병원 사정에 따라 변경될 수도 있습니다.

[진료과목 가나다 순서]

진료과	과장명	전문 진료 분야	진료일 오전 / 오후	진료과	과장명	전문 진료 분야	진료일 오전 / 오후	
가정의학과 720-2250	최현정	일반내과질환, 만성피로, 갱년기질환, 건강증진, 가족주치의 치료, 항노화	월수금/화목	신경과 720-2170, 2179	조은미 신대수 박수신 김진석 강종수	두통, 뇌졸중, 치매, 어지럼증, 파킨슨병, 일반신경외과질환	월수금/화목	
	황신혜	일반내과질환, 만성피로, 건강증진, 호스피스완화의료, 성인예방접종	화목/월수				월수목/월수금	
건강증진센터 907-7200	박병록 한상돈 정종승 최현정 황신혜 박진경 고승규 노기서	선택정밀건강진단 : 소화기, 심혈관, 폐질환, 뇌, 갑상선, PET/CT, 암정밀, 여성·남성 정밀검진	월~금	신경외과 720-2140	임병찬 김성현 양인철	뇌혈관질환, 일반신경외과질환	월목금/월금	
		특성화 MDCT : 특성화기분, 폐·심장, 뇌·경동맥 추가선택검사 : 초음파, 골밀도, MRI, CT, PET/CT	월~금			뇌혈관질환, 일반신경외과질환	화금/화금	
		건강진단 초음파	월~금			뇌혈관질환, 일반신경외과질환	수금/수목금	
		종합건강진단 전반	월~금			폐, 식도암질환, 종격동질환, 기흉, 최소침습적 폐암수술	목/월목	
종합건강진단 전반	월~금	말초동맥질환, 정맥질환(하지정맥류), 동맥류조성수술, 흉부외상, 손·한증	수금/수					
건강진단 위·대장 내시경	월~금(오전만)	성인심장, 관상동맥우회술, 판막수술, 심장이식, 심장종양, 심낭질환	화					
건강진단 위·대장 내시경, 종합검진 판정 및 결과 상담	월~금	영상의학과 720-6118	전동권 주정현 정태석 김영민 이상민 이승욱 김한준	근골격영상의학, 유방영상의학, 심장혈관영상의학	월~금			
건강진단 초음파·판독	월~금			신경두경부영상의학	월~금			
국가검진 907-7100	김현실	일반건강진단 전반(건강보험공단검진)	월~금/월화수금	외과 720-2270	김영진 김태균 성진식 송영주 김광용 송 옥	복부영상의학	월~금	
감염내과 720-6152	정영근	감염질환, 불명열, 여행의학, 성인예방접종	월~금(오전만)			송영주 김광용 송 옥	흉부영상의학, 유방영상의학	월~금(오전만)
				내분비내사 내과 720-6193	김정민		당뇨병, 갑상선, 뇌하수체, 부신질환	월~금/월화금
소화기 내과 720-2110	김호동 김도현 황유정 진석재 명형준 김승희	간질환, 위장질환, 내시경 간질환, 위장질환, 내시경, 간담도질환 간질환, 위장관질환, 내시경, 간담도질환, 담도내시경 소화기내과질환 소화기내과질환	화목 화목 월금 월수 수금 월목			김영진 김태균 성진식 송영주 김광용 송 옥		
				순환기 내과 720-6200	조장현 김수현 이민구 김재민 김경환 임영민		관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 인공 심장박동기, 심근심방 대동맥질환, 말초혈관질환, 심장판막질환, 심장조기세포치료법, 심부전증, 부정맥, 고혈압, 실신, 이상지질혈증	월화/화목
관상동맥질환, 심장판막질환, 심부전증, 부정맥, 허혈성 심질환, 고혈압, 고지혈증	월화수/수	위암, 대장항문질환, 복강경수술, 일반외과질환	수금					
신장내과 720-6167	김병기	사구체신염, 신증후군, 만성신부전, 투석치료, 전해질 이상	수목/화	김재혁 노종갑	고압산소치료센터 720-6041	고압산소치료 (가스중독, 감염병, 당뇨병성 족부궤양)	간담체, 위, 내시경갑상선수술, 복강경수술, 일반외과질환	월목
							혈액종양내과 720-2150	김민지
호흡기 알레르기 내과 720-2189	이기동 김건우 임정환 유상훈	호흡기질환, 폐결핵, 폐암, 폐렴, 간질성폐질환, 중환자, 천식	월화목	재활의학과 907-7400	김재홍 최준현	근골격계, 재활치료, 언어재활, 연하장애재활	월목금/화수금	
		호흡기질환, 천식, 비염, 두드러기, 약물·음식물 알레르기, 면역치료, 만성기침, 아토피피부염	월수목금/월수금			뇌신경재활, 척추손상재활, 근골격계통증, 수술 후 재활, 심장재활, 호흡재활	화수금/월목금	
마취통증 의학과 통증클리닉 720-6316	김명원 김대희 김밖네 서동학	통증치료, 마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취	전일	강 일	정신건강의학과 720-2290	우울증, 불안증, 불면증, 치매, 일반정신과질환	중환자	월~금/월~목
							결핵, 폐렴, 기관지내시경, 천식 및 만성 폐쇄성 폐질환, 독감, 만성기침클리닉, 간질성 폐질환, 호흡부전 및 중환자 집중치료	월화금 월수목금
방사선종양학과 720-6900	최치환 조익준	방사선 치료 방사선 치료	월수목/월목 화수금/금	최병열 임경훈	최병열 임경훈	관절, 주관절, 스포츠손상, 관절경수술, 인공관절 치환술	화목/화목	
						병리과 720-6220	이영직 김영희	조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셸프렙검사
비뇨의학과 720-2280	김건평 정세현	요로결석, 소아비뇨, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염	월~금/월화목 월수금	김영휴	척추질환(요추 및 경추 디스크, 척추관 협착증), 척추 외상, 감염, 종양, 척추 척만증, 골다공증, 척추 압박 골절			
					산부인과 720-2230, 2239	나재형 강창구 김호준 최효성	고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단, 폐경기관리, 일반부인종양 진단 및 치료	화목금 월수금 월수금 화목금
소아청소년과 720-2240	이천오 박병배	소아 내분비학 (성장장애, 성조숙증, 소아당뇨, 소아갑상선질환), 소아 신경학(뇌전증, 두통, 어지럼증, 뇌파검사, 뇌MRI), 소아 알러지 (아토피성피부염, 비염, 천식, 두드러기), 영유아 건강검진	월~금 월~금	허영준				
					소아 호흡기알레르기질환, 위장관질환, 건강검진 및 영양상담	월~금	김영진 황신혜	호스피스 완화의료
호스피스완화의료 907-7530	김영진 황신혜	호스피스 완화의료	화 화목/월수금					