



고객이 감동하는 병원

# 성가롤로병원 NEWS

제316호 | 월간

2024년 12월호

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. 전인진료
3. 역량강화
4. 소통과 화합
5. 사랑과 섬김



## 보건복지부 4주기 의료기관 인증 획득



우리병원은 11월 15일 보건복지부로부터 4주기 의료기관 인증을 획득했다. 지난 9월 10일부터 13일까지 나흘간 보건복지부 의료기관평가인증원의 전문 조사원으로부터 인증 조사가 이루어졌으며, 우리병원은 의료기관평가인증원의 인증 기준을 충족한 병원에 주어지는 의료기관인증을 획득함으로써 의료서비스 질과 환자안전 수준을 신뢰할 수 있는 의료기관임을 다시 한번 입증하였다.

심사는 ▲환자의 권리와 안전 ▲의료서비스 질 향상 활동 ▲의료서비스의 제공과정 및 성과 ▲의료기관의 조직인력관리 및 운영 ▲환자만족도 등 92개 기준 506개 항목에 대한 평가로 이루어졌다.

의료기관 인증은 4년 단위로 이루어지는 국가인증 제도로, 우리병원은 2012·2016·2020년도에 세 차례 인증을 획득한 데 이어 이번 4주기 인증을 획득함으로써 2024년 12월 8일부터 2028년 12월 7일까지 인증 의료기관의 자격을 계속 유지하게 된다. 박명옥 병원장은 “다소 엄격한 기준을 가지고 평가하는 의료기관 인증을 4번 연속으로 획득할 수 있었던 것은 ‘환자 안전과 의료 질 향상’이라는 과제를 두고 전 직원이 끊임없이 노력한 덕분이다.”라는 말에 이어 “앞으로도 환자들에게 안전하고 수준 높은 의료를 제공할 수 있도록 최선을 다하겠다.”라고 밝혔다.



## 관상동맥우회술 적정성 평가 1등급 획득

전남에서 유일하게 관상동맥우회술을 시행하고 있는 우리병원은 12월 3일 건강보험심사평가원(이하 심평원)이 발표한 관상동맥우회술 9차 적정성 평가에서 또다시 1등급을 획득하였다. 관상동맥우회술은 좁아지거나 막힌 심장혈관을 대체 혈관으로 연결하여 심장으로 혈류 공급을 가능하게 해주는 수술로 허혈성 심장질환 환자에게 시행한다. 심평원에 따르면 허혈성 심장질환의 사망률은 인구 10만 명 당 27.4명으로 ‘짓누르는 듯한’, ‘쥐어짜는 듯한’ 가슴 통증 등 증상 발생 시 가장 가까운 병원에서 신속한 진료를 받는 것이 중요하다. 이번 9차 적정성 평가의 대상 기간은 2021년 10월부터 2023년 9월까지 24개월 진료분이며, 주요 평가 내용은 ▲관상동맥우회술 수술량 ▲내흉동맥을 이용한 수술률 ▲수술 후 합병증(출혈 또는 혈종)으로 인한 재수술률 ▲수술 후 입원일수 등 7개 지표이다.

2010년부터 현재까지 꾸준히 관상동맥우회술 1등급을 유지하고 있는 우리병원은 이번 평가를 통해 또다시 전국 최고 수준의 관상동맥우회술 수술 실력을 증명하였다.

박명옥 병원장은 “앞으로도 안전하고 수준 높은 의료를 통해 우리 지역 심장질환 환자와 가족에게 힘이 되는 병원이 되도록 노력하겠다.”라고 밝혔다.

## 최첨단 방사선 암 치료기 헬시온 외 2기 도입 축복식



방사선 암 치료를 위한 헬시온 4.0과 아이덴티파이 3.0, CT 모의치료기의 도입 축복식이 11월 27일 오후 1시 별관 지하 1층 방사선종양학과에서 진행됐다. 축복식을 집전한 하희명 하이매 신부는 축복 기도와 성수 뿌림을 통해 방사선종양학과를 찾는 모든 환우와 직원들을 축복하였으며, 직원들은 새로 도입한 장비를 통해 환우들이 건강을 다시 찾아 행복한 삶을 살아갈 수 있도록 청원기도를 올렸다. 헬시온 4.0은 기존 방사선 암 치료기와 비교하여 치료 시간이 대폭 줄고 해상도가 향상돼 더욱 정확한 암 치료가 가능한 최첨단 장비로, 치료 시 소음이 적고 지름 100cm의 넉넉한 내부 공간으로 환자에게 좀 더 편안한 치료 환경과 심리적인 안정감을 제공한다. 더불어 광주·전남 최초로 도입한 방사선 치료 보조기기 아이덴티파이 3.0은 전통적 방사선 치료 시 환자 몸에 표시하던 마커(marker) 없이 무표식 실시간 표면유도기법을 활용해 환자의 위생이나 미용상의 불편을 덜고 치료 준비 시간과 소요 시간도 단축이 가능하다. 함께 도입한 캐논사의 CT 모의치료기는 다른 장비들과 함께 방사선 치료의 정확도를 높임으로써 환자의 만족도가 더욱 높아질 것으로 기대된다.

## 발전기금으로 신규 의료 장비 도입

우리병원은 올 한 해 동안 발전기금으로 최신 의료 장비 5종을 도입하였다. 이는 우리 병원의 이념을 함께 실현시키는 많은 발전기금 후원자들의 지속적인 관심과 지원 덕분이다. 1월 12일 심뇌혈관센터에 입고된 이동형 초음파 진단장치(Venue Go)를 시작으로 6월 5일 방사선종양학과에 암 치료 계획을 세우는 전산화단층촬영장치(RTCT, Aquilion EXCEED LB)를 신형장비로 교체하였다. 9월 25일에는 재활의학과에 호흡재활·심장재활 장비를 도입하여 심장과 호흡기질환으로 고통받는 환자들의 삶의 질 향상에 기여하고자 한다. 그뿐만 아니라 10월 23일에 호흡기검사실에 성인용폐기능분석장치(Vyntus ONE)를 도입하였고, 최근에는 수술실 고압증기멸균기 2대를 교체하여 환자들에게 보다 안전한 치료 환경을 제공하게 되었다. 박명옥 병원장은 “앞으로도 다변하는 미래 의료를 준비하는 선도적인 병원이 되어 지역의료 지킴이로서 의료의 질을 높이고 병원의 설립이념과 사명에 충실할 수 있도록 최선을 다하겠다.”라며 “다양한 방식으로 병원 발전에 도움을 주신 모든 분들께 깊은 감사의 인사를 드린다.”라고 했다. - 구매관리팀 정은숙 사바 팀장



## 보성군 회천경로당 찾아 의료봉사 실시



지난 11월 16일 성가롤로병원 의료봉사단은 보성군 회천경로당에서 의료봉사활동을 펼쳤다. 단원 24명이 참여한 가운데 김건평 의료봉사단장(비뇨기과), 전동권 진료지원부장(영상의학과)을 중심으로 접수, 혈압, 혈당, 진료, 투약, 수액, 복부초음파를 진행하였고, 총 32명의 주민에게 복부초음파(31건)와 수액주사(29건) 등의 의료서비스를 제공하였다. 이번 의료봉사에도 전남사회복지협의회가 빵과 음료수를 후원하고 성가롤로자선회가 파스를 제공함으로써 어르신들의 만족도 향상에 크게 기여하였다. 이번 의료봉사를 끝으로 성가롤로병원 5기 의료봉사단의 활동은 마무리되었으며, 내년 초에 새로운 단원을 모집하여 6기 의료봉사단으로 활동을 이어 나갈 계획이다. 성가롤로병원 의료봉사단은 어려운 이웃과 함께하고자 하는 병원의 이념에 따라 의료서비스 접근이 상대적으로 어렵고 소외된 지역을 지속적으로 발굴하여 의료봉사를 펼칠 예정이다. - 사회복지팀 임소는 사회복지사



## 성탄 트리 및 구유 점등식 진행

성탄 시기를 맞이하여 12월 3일 1층 로비에서 트리 및 구유 점등식을 진행했다. 성탄 트리 및 구유 점등식은 예수 그리스도의 탄생을 축하하는 행사로, 빛의 예식을 통해서 큰 빛으로 오신 아기 예수님을 기쁜 마음으로 맞이하기 위해 매년 12월 초에 진행하고 있다. 점등식은 하희명 하이매 신부의 집전으로 간단한 예식과 함께 트리 및 구유 축성 순서로 진행됐다. 이날 행사에는 직원 150여 명이 참여하였고, 점등 구호로 “2025년 더 높이 더 멀리”를 외치며 성탄 트리와 구유에 점등하였다.





전문의 초대석



< 호흡재활이란? >

폐는 호흡재활치료가 필요하다.



재활의학과 최준현 과장

**약력**  
 재활의학과 최준현 과장  
 계명대학교 의학과 학사  
 충남대학교 대학원 재활의학과 석사 취득  
 충남대학교 대학원 재활의학과 박사 취득  
 예수병원 인턴수련  
 예수병원 레지던트 수련  
 현재 성기롤로병원 재활의학과 과장

**전문분야**  
 뇌신경재활, 척추손상재활, 근골격계통증, 수술후 재활, 심장재활, 호흡재활

폐질환을 가진 많은 환자가 숨이 차서 운동이나 활동을 제대로 하지 못합니다. 숨이 차면 운동을 하기가 두렵고 힘이 들며, 운동하는 것이 폐 기능을 악화시킬까, 또 몸 상태를 더 나빠지게 할까 걱정하게 됩니다. 이럴 때 전문가의 도움을 받아 안전하게 호흡곤란 증상을 호전시킬 수 있는 전문 호흡재활 치료를 받아야 합니다.

호흡 재활은 만성 폐질환, 폐 기능 저하 등 여러 가지 원인으로 호흡곤란이 있는 환자들의 위험인자를 교정하며 환자 개인의 정확한 운동능력과 호흡 기능을 평가해 환자의 운동기능과 삶의 질 향상을 목표로 하는 통합적 재활 프로그램입니다. 호흡 재활의 대상자는 폐렴, 무기폐, 흉부외상, 폐이식수술, 천식이나 기관지확장증 등을 포함하는 만성폐쇄성폐질환(COPD)이 있는 경우, 폐암이나 식도암, 간암 등의 수술 후 호흡 기능이 떨어지는 경우, 그리고 신경근육질환(근육병, 루게릭병, 척수성 근위축 등), 척추손상환자 등의 경우도 호흡을 조절하는 근육이나 신경경로의 문제로 인해 환기 장애가 생겨 원활한 호흡이 되지 않기 때문에 호흡재활이 반드시 필요합니다. 또한 호흡 관련 질환이 아니더라도 전신마취를 통한 수술을 시행한 경우에는 수술 후 폐 기능 회복을 위해서도 호흡재활이 필요합니다.



호흡재활 치료 모습

호흡 재활은 다양한 재활 치료와 훈련을 통해 무리 없이 원하는 일상생활을 영위할 수 있도록 하는 것이 목표입니다. 호흡기 질환에 대한 교육, 호흡법 및 호흡근 스트레칭과 호흡근 강화 운동, 흉곽 확장 운동 등 호흡근 운동 훈련, 기도 분비물 관리, 기구를 사용한 흉부 물리치료, 유산소 운동, 근력 운동, 유연성 운동을 모두 포함하며, 이외에도 심리치료, 약물치료, 영양 상담, 금연 교육이 있습니다. 이를 통해 환자의 호흡 증상을 완화시키고, 보다 원활한 호흡을 하게 해주며, 관련한 합병증을 예방하는 것이 주요 목적입니다. 또한 호흡 재활을 통해 환자들의 운동기능과 일상생활 동작 수행에 도움을 주게 되며 심리적 안정감을 갖게 하는 것도 호흡 재활의 주요한 목표입니다.

호흡 재활의 방법들은 각 원인 질환에 따라 다소 차이가 있을 수 있으며, 호흡재활의 종류와 방법들에 대하여 간단히 살펴보면 다음과 같습니다.

**① 호흡 재훈련** : 만성 폐쇄성 폐질환은 폐 조직 자체의 탄성이 감소하는 문제가 생기고 보상기전으로 일반적으로 사용하지 않는 늑간근이나 보조근 등을 사용해서 짧은 호흡을 하게 되는 경우가 많이 있습니다. 따라서 환자에게는 가능한 한 느리고 깊은 호흡 양상을 할 수 있게 교육하고 횡격막 호흡법 및 입술을 오므린 호흡

등을 이용하여 흡기와 호기의 비율을 조절하며, 흡기와 호기의 비율을 가급적 1:2가 되도록 호흡 재훈련을 시행합니다.

**② 기도 분비물 조절 및 배액** : 체위 배액 요법을 시행하여 환자의 폐 각 부위에 따라 폐 안에 발생한 분비물을 제거해 주는 것이며, 눕는 자세를 변경하여 중력에 의해 폐에서 분비된 분비물을 이동시키고 기침을 유발하여 외부로 배출시킴으로써 가래를 쉽게 배출할 수 있게 도와줍니다. 또한 흉부를 물리적으로 두드리거나 진동기 등을 이용하여 폐실질에서 객담이 떨어지게 하고 배출을 원활하게 해줄 수 있습니다. 또한 중환자실 등에서는 조끼 형태의 진동기를 환자들에게 입혀서 가래를 원활하게 배출시킬 수 있으며, 그 외에도 여러 가지 도구들을 이용할 수 있습니다. 이렇게 점액 배출을 위해 기관지로 점액을 흐르게 하더라도 기침을 원활하게 하지 못한다면 효과가 없기때문에 기침보조기계를 이용하여 환자들에게 기침을 인위적으로 유도하여 객담배출을 용이하게 도울 수 있습니다. 또한 수술 등으로 인해 흉곽이나 복부에 상처가 있는 환자들에게도 상대적으로 적은 통증으로 기침을 유도해 객담을 배출하게 할 수도 있기에, 많은 효과를 기대할 수 있습니다.

**③ 호흡 근육 저항운동** : 숨을 쉬는 데 관여하는 근육들을 호흡근이라고 하고, 그 중 횡격막과 늑간 근육들이 주요 근육으로 사용하게 됩니다. 만성폐쇄성폐질환 환자들은 이러한 근육들의 근력과 근지구력이 감소해 있는 상태로 이러한 환자들에게는 호흡근 강화 운동을 적용합니다. 유량저항성 운동기구나 역치저항성 호흡운동기구를 사용하는 방법들이 있으며 단순하게는 풍선 불기 등을 이용하여 재활치료를 시행합니다.

**④ 운동치료** : 폐질환 환자들이나 노인 환자들은 운동 능력이 떨어지며 이렇게 떨어진 운동기능들은 또다시 심폐기능의 악화로 이어지는 악순환이 이어집니다. 이러한 악순환을 막기 위해서는 환자에게 적절한 운동치료가 필요합니다. 환자에게 적합한 강도를 찾아 목, 몸통, 상지운동 및 걷기, 트레드밀, 자전거, 수영 등의 운동을 적용하는 것이 도움이 되며 이러한 운동들은 개개인의 상태에 맞추어서 하는 것이 중요합니다.

특히 신경근육질환 및 척추손상 환자들은 폐실질의 문제가 아니라 호흡근육 약화에 따른 환기장애와 기도 내 분비물 제거의 문제가 동반되는 경우가 많으며 이로 인해 폐활량이 저하되는 제한성 폐질환이 많이 발생하게 됩니다. 폐 유순도 유지와 가래 제거가 중요하기에 위에서 언급한 재활치료들을 적용가능한 범위 내에서 병행해 주면서 폐유순도를 유지해 주기 위해 공기누적 훈련과 같은 호흡재활치료를 시행합니다.

호흡재활치료는 질환의 진행 속도를 늦추고 증상을 완화시켜주며 합병증 예방에도 도움이 됩니다. 이로 인해 환자들의 일상생활능력 향상, 삶의 질 향상으로 이어지고, 심리적 불안감이나 우울감 등도 호전됩니다. 특히 신경근육계 질환 환자들의 경우 적절한 호흡재활이나 호흡기 적용은 환자의 생존 기간을 연장해 줄 수 있고, 보다 나은 삶을 살 수 있게 해줍니다. 호흡 문제로 고통받고 있다면 꼭 전문가와 상담하여 적절한 재활 프로그램을 시작해 보시기 바랍니다. 건강한 호흡은 건강한 삶의 첫걸음입니다.



## 펠라고니움 시도이데스(Pelargonium sidoides, 움카민®)



기관지염은 폐의 기관지에 생기는 염증으로, 지속 기간에 따라 대략 10일 미만인 급성과 수 주간 지속되는 만성으로 나눌 수 있다. 성인 급성 기관지염의 가장 흔한 원인은 바이러스 감염이다. 드물기는 하지만 세균 감염으로도 기관지염이 발생하기도 한다. 바이러스성 또는 세균성 기관지염은 기침이나 직접적인 접촉을 통해 공기 중에 퍼질 수 있고 전염성이 있다. 증상이 매우 심각한 경우 외에는 급성 기관지염에 대해 특별한 치료제를 투여하는 경우는 드물고 대증요법 시행으로 완치되는 것이 일반적이다. 하지만 천명음이 있거나 호흡곤란 증상이 심각한 경우에는 전문의의 진료를 받는 것을 원칙으로 해야 한다.

### 약리작용

펠라고니움 시도이데스는 남아프리카에서 서식하는 식물이다. 실험관 내 실험에서 펠라고니움 시도이데스는 항바이러스, 항박테리아의 항균 작용, 면역조절 능력을 보여주었다. 면역을 조절하는 것은 종양 괴사 인자(TNF)와 산화질소의 방출, 인터페론 자극, 자연살해세포(NK cell) 활성의 증가에 의해 나타난다. 펠라고니움 시도이데스 추출물은 기관지염, 부비동염, 편도염, 중이염 등 감기를 포함한 다양한 호흡기 질환의 증상을 치료하는데 도움이 되는 것으로 알려져 있다. 현재 국내에서 급성기관지염 치료에 사용되고 있다.

### 용법

펠라고니움 시도이데스 단일제로는 시럽제와 정제가 있다. 치료 기간은 3주를 초과하지 않도록 한다. 단일제로서 용법은 다음과 같다.

### 시럽제

- 성인 및 12세 이상 : 1회 9ml, 1일 3회 식전 30분에 경구 복용한다.
- 6세 이상~ 12세 미만 : 1회 6ml, 1일 3회 식전 30분에 경구 복용한다.
- 1세 이상~6세 미만 : 1회 3ml, 1일 3회 식전 30분에 경구 복용한다.

### 정제

- 성인 및 12세 이상 : 1회 1정(20mg), 1일 3회 소량의 물과 함께 복용한다.

### 주의 사항

- 펠라고니움 시도이데스 추출물을 복용한 후 황달, 짙은 색 소변, 식욕감퇴 등의 간 손상 징후가 나타나는 경우에는 즉시 복용을 중지한다.
- 1주일 이내에 상태가 호전되지 않거나 수일 동안 발열이 지속되거나 호흡곤란, 혈담 등의 상태가 호전되지 않을 경우에는 복용을 중지한다.

### 부작용

- 때때로 위통, 속쓰림, 구역, 설사와 같은 위장장애와 간수치 증가가 발생할 수 있다. 일부 환자에서 염증 관련 간질환을 나타내기도 하였다.
- 드물게 가벼운 잇몸 출혈 또는 비출혈(코피)이나 발진, 두드러기, 피부 및 점막의 가려움 등의 과민 반응이 발생할 수 있다.
- 매우 드물게 안면부종, 호흡곤란, 혈압강하와 같은 중증의 과민반응이 발생할 수 있다.

- 출처: 약학정보원 (<https://www.health.kr>)

- 약제팀 선봉무 약사

## 전남병원간호사회, 성가롤로자선회에 후원금 기탁

(사)대한간호협회 전남병원간호사회에서 12월 6일 성가롤로자선회에 저소득 취약계층 환자를 위한 의료비 지원으로 100만 원을 기탁하였다. 전남병원간호사회는 1975년 창립 후 49년 동안 간호 전문성 강화를 통한 환자 안전과 국민 건강 수호, 병원간호사 권익 향상 등과 관련된 일을 하고 있다. 전남병원간호사회 김혜영 회장은 이번 후원금 기탁에 대해 “경제적 어려움으로 치료비 부담까지 가중되어 어려움을 겪는 환자들에게 병원 간호사들의 따뜻한 나눔의 마음이 전해지길 바란다.”라고 밝혔다. 전달식에서 박명옥 병원장은 “간호소명을 지니고 의료환경을 어렵게 지탱해 주고 계시는 가운데 환우들을 위한 후원금을 보내주셔서 정말 감사하다.”라고 말했다. - 사회복지팀 원내항 사회복지사





## 대부모와 함께 예비신자 성지순례를 다녀와서

11월 9일 유난히 찬란한 쪽빛 하늘 아래 꽃처럼 예쁜 단풍들이 손짓하는 날. 하느님의 자녀로 새롭게 태어나기 위해 교리공부를 하는 우리 일곱 명의 예비자는 신앙의 멘토인 대부모와 함께 천호성지에 다녀왔다. 평상시 여행과 다르게 천호성지를 향해 달리는 버스 안에서 마음 모아 함께 바치는 묵주기도와 성가는 설렘과 함께 경건한 마음을 갖게 했다. 목적지에 도착해 마주한 천호성지는 천호산 그 이름처럼 하느님을 부르며 살아온 신앙의 터전답게 아늑하고 아름다운 곳이었다. 깊은 울림을 주는 풍광을 잠시 뒤로하고 먼저 부활성당에서 미사를 참례하고, 성지 식당에서 정성이 녹아있는 식사를 한 후 성지 가이드의 친절한 안내를 받으며 103위 성인을 의미하는 103계단에 올라 제대와 대형십자가, 4인의 성인묘역, 10인의 순교자 묘역에 관한 설명을 들었다. 온갖 박해를 받으면서도 순교자의 길을 걸은 분들의 삶을 생각하며 나의 삶도 되돌아보는 시간이 되었다. 그리고 성물박물관에서는 세계 각국에서 수집한 다양한 성물을 보았고, 십자가의 길을 걸으면서는 '누구든지 내 뒤를 따르려면 자신을 버리고 제 십자가를 지고 나를 따라야한다(마르코 8,34)'라고 쓰여진 성경 말씀을 마주하면서 조금이나마 순교자들과 예수님의 고통을 생각해보게 되었다.

로사리오길을 따라 내려가 도착한 천호성당에서 기도를 드린 후 우리는 대부모와 성지순례에 대한 소감을 나누는 시간을 가졌다. 마음 속에 담아두었던 예비신자로서의 다짐을 나누면서 하느님께 한걸음 더 다가가고 있음을 느끼게 되었다. 나눔 후 성당에서 집으로 돌아오는 버스를 타기 위해 로사리오 동산, 대숲길, 실로암 연못을 걸으면서 성지 가이드의 말을 다시 떠올려보았다. 아직도 많은 순교자들이 발굴되지 않고 천호산 어딘가에 묻혀있다고 했다. 가슴 한 편이 아려온다. 순교자들의 삶을 본받아 우리도 순교자들처럼 하느님을 사랑할 수 있길 간절한 마음으로 기도하며 이처럼 하느님의 사랑을 느낄 수 있는 은총의 시간을 마련해주신 원목 수녀님들께도 깊은 감사를 드린다. - 간호부 유미아 책임간호사



### 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. 우리병원은 11월 15일 보건복지부로부터 4주기 의료기관 ○○을 획득했다.
2. 우리병원은 12월 3일 심평원이 발표한 관상동맥○○○ 9차 적정성 평가에서 1등급을 획득하였다.
3. 여러 가지 원인으로 호흡곤란이 있는 환자들의 위험인자를 교정하며 환자의 운동기능과 삶의 질 향상을 목표로 하는 통합적 재활 프로그램은 무엇인가?(4글자)
4. 이번 달 병원보에 실리지 않은 기사는 무엇인가?  
 ① QI 경진대회  
 ② 최첨단 방사선 암 치료기 헬시온 외 2기 도입 축복식  
 ③ 발전기금으로 신규 의료 장비 도입  
 ④ 대부모와 함께 예비신자 성지순례를 다녀와서

### 12 월호 가롤로 퀴즈 정답

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_



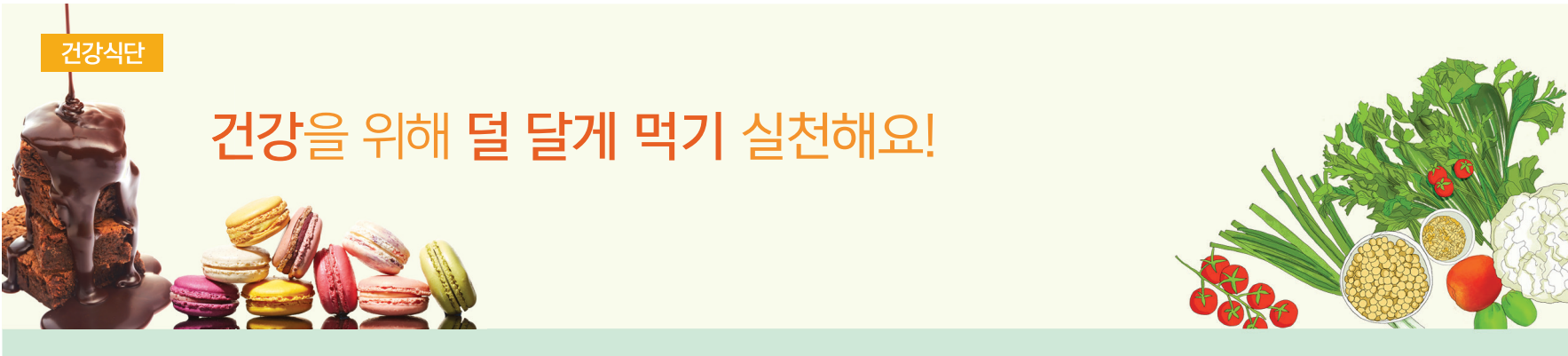
수신 : 홍보팀                          소속 :                          직종 :

성명 :    직통번호 :

가장 좋았던 기사 및 코너는?

독자의 목소리(여러분의 의견을 소중히 듣고, 반영하도록 노력하겠습니다.)





건강식단

## 건강을 위해 덜 달게 먹기 실천해요!

당이란? 식품에 존재하는 모든 단당류와 이당류의 합으로 물에 녹아서 단맛이 나는 물질입니다. 탄수화물의 한 종류인 당류는 혈관에 빠르게 흡수되어 에너지원으로 사용됩니다. 에너지원으로 사용된다고 해서 무턱대고 많이 먹는다고 해도 다 에너지원이 되는 것은 아닙니다. 당류는 1g당 4Kcal 에너지를 내는 체내에너지 공급원으로, 특히 뇌는 포도당을 에너지원으로 사용합니다. 주로 간과 근육에 저장되며 많은 양의 당을 섭취하게 되면 남은 것은 지방으로 축적됩니다.

당류는 섭취기준이 있습니다. 총당류 섭취량은 1일 열량의 10~20%, 첨가당은 10% 이내 섭취할 것을 권고하고 있습니다. (가공식품을 통한 1일 적정 섭취량은 50g입니다) 여기서 첨가당은 식품을 가공 조리하면서 첨가하는 당으로 흔히 가공식품에 들어가는 당입니다.

그럼 자연당은 무엇일까요? 자연적으로 식품에 함유된 당입니다. 곡식에서 나는 단맛, 채소나 과일에서 나는 단맛을 생각하면 됩니다. 식품 속의 당류를 확인해 보세요.

### 식품 속의 당류

● = 당류 4g/1인 1회 분량 중 당류 함량

시리얼 1컵	비스킷 작은 1봉	아이스크림 1스쿱	초콜릿 1/2개	사탕 5개	스낵 과자류 1/2봉지
●●●	●●●	●●●●	●●●●●	●●	●●●
딸기잼 빵	단팥빵	오렌지주스	탄산 음료류 1컵	떠먹는 요거트 1개	스포츠음료 1컵
●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●	●●

탄산음료 1병을 절반만 마셔도 당류 20g이 감소하고, 과자 50g, 아이스크림 100g보다 사과 100g, 굴 1개를 먹을 때 당류 8g을 적게 섭취할 수 있습니다. 우리가 자주 마시는 믹스 커피는 2잔을 마시기보다 1잔만 마시면 당류 6g이 감소하니 일상생활에서 조금만 노력한다면 쉽게 당을 줄일 수 있습니다. (당류 6g은 각설탕 2개 분량)


### ※ 당류 섭취를 줄이는 습관

1. 탄산음료 대신 물을 마세요
2. 가공식품보다는 신선식품을 이용해요

3. 후식은 달지 않게 드세요
4. 설탕 대신 양파, 파로 단맛을 내세요
5. 우리 아이의 음식, 단맛을 줄여주세요

가공식품으로 당류를 섭취한 사람이 그렇지 않은 사람보다 비만, 고혈압, 당뇨병, 대사증후군 등의 질병 발생 위험이 높아집니다. 일주일만이라도 덜 달게 당류가 많은 가공식품을 줄여보는 건 어떨까요?

- 출처: 식품의약품안전처 식품안전나라
- 영양팀 이선애 영양사



### 치료식 바로 알기 캠페인 진행

영양팀은 내원객을 대상으로 제11회 치료식 바로 알기 캠페인을 11월 19일 병원 1층 로비에서 진행하였다. 캠페인 현장에는 6가지 식품군별 식품 모형과 간식에 들어있는 첨가당, 소금 함량 등의 적정 섭취량을 한눈에 알아볼 수 있도록 전시하였으며, 한쪽에는 상담 부스를 설치하여 당뇨, 신장, 심혈관계 질환이 있거나 관심이 있는 내원객을 대상으로 질환에 맞는 식사요법에 대해 영양상담을 실시하였다. 또한, 최근 환자들의 영양보충식으로 주목받고 있는 특수의료용도식품(뉴케어, 그린비아, 엔커버)을 전시하여 활용 방법을 설명하였고, 건강 실천백서, 식생활 지침 등의 리플렛도 함께 제공하여 내원객의 참여가 많았다. - 영양팀 한윤지 영양사

가롤로퀴즈정답 & 당첨자(5명)

315호

# 11월


서라미 | 중앙공급실 | 황숙남 | 6A 병동  
강윤진 | 외래주사실 | 박명주 | 원무팀  
정다운 | 소화기센터

\* 이번 달 퀴즈를 추천한 부서는 외과입니다.

1. 건강보험심사평가원이 10월 25일 발표한 만성폐쇄성폐질환 및 결핵 적정성 평가에서 우리병원은 몇 등급을 획득하였는가? **1등급**
2. 병원 신앙 공동체인 전례부와 렉시오디비나반은 11월 2일 영암 가리따스농장으로 생태피정을 다녀왔다.
3. 심혈관질환 환자의 생존율 증가와 삶의 질 향상을 위해 운동부터 생활 습관까지 전문가의 도움을 받아 관리하는 치료를 무엇이라 하는가? **심장재활**
4. 이번 달 병원보에 실리지 않은 기사는 무엇인가?
  - ① 개원 55주년 기념미사 및 기념식 개최
  - ② 최첨단 방사선 암 치료기 헬시온 4.0 도입 축복식 거행
  - ③ 중환자 이송에 머리 맞댄 소방·응급의료
  - ④ 버섯의 맛과 영양으로 환절기 면역력 UP!

### 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 | 대림 제2주일 |

# 주님의 길 마련하기, 그분의 길 곧게 내기

평화를 빕니다. 지난 2021년 7월에 성가롤로병원보를 통해 여러분과 처음 만난 이후로 저희가 함께한 시간이 어느덧 3년 6개월이 되었습니다. 성경에서는 “하늘이 달혀 온 땅에 큰 기근이 들었던 엘리야 때”(루카 4,25)가 3년 6개월이었다고 전하고 있습니다. 지난 이 시간이 여러분에게는 목마른 기근이 아닌 목마르지 않고 영원한 생명을 주는 말씀의 샘물로 기억해 주시면 좋겠습니다. 아쉽지만 저는 12월 원고를 끝으로 병원보에서의 복음 나눔을 끝맺음합니다.

사실 저는 이제까지 복음 나눔을 해 온 것도, 지금 현임지에 있는 청소년사목국에서 열심히 사는 것도 ‘내가 잘하고 훌륭해서’라고 생각한 적이 없습니다. ‘주님이 좋으신 분이시라는 것을 성가롤로병원 식구들에게 어떻게 잘 전달할 것인가’를 매번 고민하였고, ‘좋으신 주님을 내가 지금 있는 곳에서 어떻게 재미있게 전달할 수 있을 것인가’를 매번 성찰했습니다. 이렇게 제가 매번 고민하고 성찰하는 이유는 오늘 우리가 새겨볼 이 말씀과 맥락을 같이합니다. “너희는 주님의 길을 마련하여라. 그분의 길을 곧게 내어라”(루카 3,4).

제가 주님의 좋으심을 여러분에게 전하는 것처럼 ‘주님의 길 마련하기’, ‘그분의 길 곧게 내기’는 그리 어려운 일은 아닙니다. 나를 좀 내려놓고 ‘주님이시라면 어떻게 하실까?’를 생각하며 그분의 길을 일단 마련하시면 됩니다. 그리고 길이 마련되었다면 그 길을 곧게 내시면 됩니다. 주님께서서는 우리 각자가 내 삶의 무게를 너무 무겁게 지고 가기를 원하시지는 않습니다. 오히려 주님께서 그 삶의 무게를 덜어주시고 우리가 행복하게 살기를 바라하시지는 않을까요? 제가 있는 현장에서 저는 하느님의 चु뿐이고 그분의 이야기꾼입니다. 저도 의도한 것은 아니지만 근엄과 진지를 내려놓고 내 안에 계신 예수님을 생각하면 그



렇습니다. 제가 울동을 하면 친구들은 웃습니다. 왜 웃나 봤더니 과도한 동작과 함께 저만 틀리는 것입니다. 제가 말을 걸면 또 친구들은 배꼽을 잡고 웃습니다. 왜 배꼽을 잡았나 보았더니 신부님 말은 현실 고증이 매우 잘 들어가 있고 별말 아닌데 공감이가 간다는 것입니다. 그리고 이렇게 생각할 수 있었습니다. ‘춤 잘 추고 말을 잘하는 것이 중요한 것이 아니구나. 틀려도 되는구나. 그래도 괜찮구나. 이 친구들은 사제의 권위가 아닌 지금 함께하는 예수님을 원하고 있구나.’ 그런데 주님의 길을 마련하고 곧게 내다보면 함께 울컥하기도 합니다. 그것은 슬픈 마음이 아니라 자신들을 위해 온 힘을 다해 봉헌하는 마음이 서로 느껴지는 감동적인 마음입니다. 그 감동은 이제 공동체를 넘어서 다른 사람들에게 하느님을 만나는 길로 연결되기도 합니다. 그리고 우리가 오늘 새기는 말씀의 힘이 참 대단하다는 것을 느낍니다. “너희는 주님의 길을 마련하여라. 그분의 길을 곧게 내어라.”

사랑하는 성가롤로병원 식구들도 주님의 길을 마련하고 곧게 내기를 바랍니다. 우리가 신앙생활 안에서 성실히 살아간다면 그 모습을 본 다른 이웃들이 주님의 길을 보고 마련하며 곧게 낼 수 있을 것입니다. 틀려도 괜찮습니다. 그 대신 근엄과 진지함을 한 스푼 덜고, 그 한 스푼에 주님을 모셔보면 어떨까요? 주님께로 향하는 방법은 모두가 다를 수는 있겠지만 주님 안에서 행복하다는 것은 모두 같을 것입니다. 마지막으로 3년 6개월 동안 행복했습니다. 여러분도 각자가 찾은 방법으로 주님의 길을 내고 곧게 내시어 “기쁜 소식을 전하는”(루카 4,18) 사람이 되시길 바랍니다. 사랑합니다. - 광주대교구 청소년사목국 장현욱(비오) 신부

\* 장현욱 신부님의 복음 말씀은 이번 호로 끝을 맺습니다. 늘 좋은 글을 통해 주님의 사랑을 전해주고 영성으로 이끌어주시는 장현욱 신부님께 깊은 감사의 마음을 전합니다.

## 순천이주민지원센터에 난방 물품 기금 전달



성가롤로자선회는 11월 21일 순천이주민지원센터에 취약계층 외국인 난방 물품 기금으로 300만 원을 전달하였다. 순천이주민센터와 3년째 진행하고 있는 ‘취약계층 외국인 난방 물품 지원사업’은 전남 동부권 이주여성, 외국인 근로자, 사각지대 미등록 외국인을 대상으로 따뜻한 겨울나기를 위한 난방 물품 구입 자금을 지원하는 사업이다. 기금은 병원 임직원 및 외부 후원자의 참여로 조성된 성가롤로자선회 기금으로 마련되었다.

순천이주민지원센터장(김준오 베드로 신부)은 “더 추워지기 전에 대상자들에게 겨울 이불과 전기매트 등 난방용품 전달할 예정이며, 지속적 관심을 보내주셔서 감사하다.”라고 전하였다. 박명옥 병원장은 “외국인들에게 더욱 춥게 다가올 겨울철 한파에 조금이나마 따뜻한 온기가 전해지길 바란다.”라고 말했다. - 사회복지팀 원내항 사회복지사



\* 후원문의 : 성가롤로병원 사회복지팀  
061) 907-7740~2

## 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

(2024. 11. 1 ~ 11. 30)

강은진, 고희문, 김영진, 김행연, 우초운, 이태운, 추태선, 경진기업, 익명 2명, CMS약정자 16명

\*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 2024년 12월 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 720-2160	최현정	일반내과질환, 만성피로, 갱년기질환, 건강증진, 가족주치의 치료, 항노화	월수금/화목	신경과 720-2170, 2179	조은미 신대수 박수신 김진석 강종수	두통, 뇌졸중, 치매, 어지럼증, 파킨슨병, 일반신경과질환	월수금/화목	
	황신혜	일반내과질환, 만성피로, 건강증진, 호스피스완화의료, 성인예방접종	화목/월수금				월수목/월수금	
건강증진센터 907-7200	박병록	선택정밀건강진단 : 소화기, 심혈관, 폐질환, 뇌, 갑상선, PET/CT, 암정밀, 여성·남성 정밀검진 특성화 MDCT : 특성화기분, 폐·심장, 뇌·경동맥 추가선택검사 : 초음파, 골밀도, MRI, CT, PET/CT	월~금	신경외과 720-2140	임병찬 김성현 양인철	뇌혈관질환, 일반신경외과질환 뇌혈관질환, 일반신경외과질환 뇌혈관질환, 일반신경외과질환	월~금	
	한상돈	건강진단 초음파	월~금				월목금/월금	
	정종승	종합건강진단 전반	월~금				화금/화금	
	최현정	종합건강진단 전반	월~금				수금/수목금	
국가검진 907-7100	황신혜	건강진단 위·대장 내시경	월~금(오전만)	심장혈관흉부외과 720-2260 *금 외래문의	김성룡 오정우 오상기	폐, 식도암질환, 종격동질환, 기흉, 최소침습적 폐암수술 말초동맥질환, 정맥질환(하지정맥류), 동맥류조성수술, 흉부외상, 손·발·손 성인심장, 관상동맥우회술, 판막수술, 심장이식, 심장종양, 심낭질환	목/월목	
	고승규	건강진단 위·대장 내시경, 종합검진 판정 및 결과 상담	월~금				수금/수 화	
내과	노기서	건강진단 초음파·판독	월~금	영상의학과 720-6118	전동권 주정현 정태석 김영민 이상민 이승욱 김한준	근골격영상의학, 유방영상의학, 심장혈관영상의학 신경두경부영상의학 복부영상의학 흉부영상의학, 유방영상의학 인테벤션영상의학 신경두경부영상의학 복부영상의학	월~금	
	김현실	일반건강진단 전반(건강보험공단검진)	월~금/월화수금				월~금	
	김영근	감염질환, 불명열, 여행의학, 성인예방접종	월~금(오전만)				월~금(오전만)	
	내분비내과 내과 720-6193	김정민	당뇨병, 갑상선, 뇌하수체, 부신질환	월~금/월화금	외과 720-2270	김영진 김태균 성진식 송영주 김광용 송 옥	대장암, 대장항문질환, 복강경수술 위암, 대장항문질환, 복강경수술, 일반외과질환 간담체, 위, 내시경갑상선수술, 복강경수술, 일반외과질환 유방암, 갑상선암, 양성질환 위암, 복강경수술 대장암, 대장항문질환, 복강경수술, 일반외과질환	화
	소화기 내과 720-2110	김호동	간질환, 위장질환, 내시경	화목				수금
		김도현	간질환, 위장질환, 내시경, 간담도질환	화목				월목
		황유정	간질환, 위장관질환, 내시경, 간담도질환, 담도내시경	월수				화목
	순환기 내과 720-6200	진석재	소화기내과질환	수금	응급의학과 응급의료센터 720-2070	김재혁 김철성 임광필 오민석 노재훈 이두환 김지주 이정주 최인철 성화용 김원 노종갑 이상훈 박민우	응급의학 (24시간 진료)	수금
		명형준	소화기내과질환	수금				전일
		김승희	소화기내과질환	월목				
조장현		관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 인공 심장박동기, 심근심방 대동맥질환, 말초혈관질환, 심장판막질환, 심장조기세포치료법, 심부전증, 부정맥, 고혈압, 실신, 이상지질혈증	월화/화목					
김수현		관상동맥질환, 심장판막질환, 심부전증, 부정맥, 허혈성 심질환, 고혈압, 고지혈증	월화수/수					
이민구		관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 말초혈관질환, 심장판막질환, 심부전증, 부정맥, 고혈압, 실신	월목금/목					
신장내과 720-6167	김재민	협심증, 심근경색, 심부전증, 고혈압, 동맥경화증, 부정맥, 인공심장박동기, 고지혈, 심정맥중	화금/월화	고압산소치료센터 720-6041	김재혁 노종갑	고압산소치료 (가스중독, 감압병, 당뇨병성 족부궤양)	수금	
	김경환	관상동맥질환(심장혈관중재시술), 말초혈관질환, 심부전증, 고혈압, 실신, 이상지질혈증	수금				전일	
임영민	부정맥, 전극도자절제술, 인공심장박동기 및 자동제세동기 삽입술, 실신, 심부전증, 심방세동 및 조동, 발작성 빈맥	12월 휴진						
혈액종양내과 720-2150	김병기	사구체신염, 신증후군, 만성신부전, 투석치료, 전해질 이상	수목/화	이비인후과 720-2210	최지영 정신철	두경부종양, 음성질환, 비부비동염, 중이염, 어지럼증, 소아이비인후과, 난청 비염, 축농증, 부비동 내시경 수술, 음성질환, 양성종양, 어지럼증, 소아이비인후과, 난청	월~금/월수목	
호흡기 알레르기 내과 720-2189	김민지	혈액종양질환	월~금/월수목				재활의학과 907-7400	김재홍 최준현
	이기동	호흡기질환, 폐결핵, 폐암, 폐렴, 간질성폐질환, 중환자, 천식	월화목	정신건강의학과 720-2290	강 일	우울증, 불안증, 불면증, 치매, 일반정신과질환		
김건우	호흡기질환, 천식, 비염, 두드러기, 약물·음식물 알레르기, 면역치료, 만성기침, 아토피피부염	월수목금/월수금	정형외과 720-2130				정우철 김세진 함동훈	고관절, 슬관절, 스포츠 손상, 관절염, 인공관절 치환술, 관절경수술 견관절, 주관절, 스포츠손상, 관절경수술, 인공관절 치환술 요추 및 경추 디스크, 척추관 협착증, 척추 외상, 감염, 종양, 척추 측만증, 골다공증, 척추 압박 골절, 골절 및 탈구, 관절경 수술, 스포츠 손상
임정환	호흡기질환, 천식, 폐결핵, 폐암, 폐렴, 중환자	월화금		병리과 720-6220	이영직 김영희	조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셸프렙검사 조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셸프렙검사		
유상훈	결핵, 폐렴, 기관지내시경, 천식 및 만성 폐쇄성 폐질환, 독감, 만성기침클리닉, 간질성 폐질환, 호흡부전 및 중환자 집중치료	월수목	비뇨의학과 720-2280				김건평 정세현	요로결석, 소아비뇨, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염 요로결석, 비뇨기계종양, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염
마취통증 의학과 통증클리닉 720-6316	김명원	통증치료, 마취		전일	진단검사의학과 720-6243	김영휴		
김대희	통증치료, 마취		치과 907-7230	마주리			일반치과 진료, 치주치료, 임플란트, 보철치료	수금/월수
김밖네	통증치료, 마취				피부과 720-6270			진료과장 부재로 잠정 휴진
서동학	통증치료, 마취		해의학과 720-2191	허영준			순환기해의학, 뇌신경해의학, 소아해의학, 종양해의학, 비뇨생식해의학, 내분비해의학, 근골격계해의학	
방사선종양학과 720-6900	최치환	방사선 치료			월수목/월목	진단검사의학과 720-6243		김영휴
조익준	방사선 치료	화수금/금	산부인과 720-2230, 2239	나재형 강창구 김호준 최효성	고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단, 폐경기관리, 일반부인종양 진단 및 치료		월~금/월수목	
병리과 720-6220	이영직	조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셸프렙검사				월~금	소아청소년과 720-2240	이천오
김영희	조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셸프렙검사	월~금	소아청소년과 720-2240	박병배		월~금		
비뇨의학과 720-2280	김건평	요로결석, 소아비뇨, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염				월~금/월화목	호스피스완화의료 907-7530	김영진 황신혜
정세현	요로결석, 비뇨기계종양, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염	월수금	소아청소년과 720-2240	박병배		화		
산부인과 720-2230, 2239	나재형	고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단, 폐경기관리, 일반부인종양 진단 및 치료				화목금 월수금 월수금 화목금	호스피스완화의료 907-7530	김영진 황신혜
김호준	고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단, 폐경기관리, 일반부인종양 진단 및 치료	화목금 월수금 월수금 화목금	소아청소년과 720-2240	박병배		화 화목/월수금		
최효성	고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단, 폐경기관리, 일반부인종양 진단 및 치료	화목금 월수금 월수금 화목금				소아청소년과 720-2240	박병배	