

2025 spring
동국대학교의료원보
vol.42

gil
good in life

길

마 이 미 나 가 다

05

Intro

병을 낫게 하는 믿음

06

Theme 1

마음을 나누는
사람들

10

Theme 2

자비의료실천의
숲을 이루다

14

Message

화합과 혁신으로
동국대학교의료원의
새로운 미래를
열어가겠습니다!

16

Good Doctor

진심으로 환자를 대하는
부드러운 카리스마

20

Health 1

비극의 단골 메뉴
뇌종양

22

Health 2

봄마다 반갑지 않은
불청객 황사

24

Health 3

인생의 기본값은
고통이다

26

Korean Medicine

숨 고르기를
시작해 보자

28

Team

따뜻한 손길,
피어나는 희망

32

Essay

매일 새롭게
시작하는 마음으로

34

Temple

낮선 절집에서
하룻밤

38

Law

아버지가 갑자기
돌아가시면 무엇을
어떻게 해야 할까?

40

Book

드디어 시작하는
명상 입문

42

News

동국대학교의료원
뉴스

45

Donation

보시공덕

병을 낫게 하는 믿음

90대 할머니 앞에 투박한 방호복을 입고 앉아 화투로 그림 맞추기를 하는 간호사. 코로나 팬데믹으로 바짝 움츠려든 우리의 몸을 스르르 풀어줬던 사진 한 장, 기억하시나요?

코로나 확진 후 음압병동에 홀로 격리된 90대 할머니였죠. 중증도 치매 환자였던 할머니는 고열로 기력이 떨어져 자꾸 잠만 자려고 하셨다네요. 얼마나 외롭고 적적하셨을까 해서 간호사들이 화투를 이용한 그림 맞추기를 시작했답니다. 할머니의 낙상을 걱정해 침대를 치우고 병실 바닥에 두툼한 매트리스도 깔았지요. 면회도 안 되던 때이니 할머니가 유일하게 대화를 나누고 의지할 상대가 간호사였겠지요. 간호사들은 종종 할머니가 가족들과 영상통화도 할 수 있게 도왔고요. 다행히 할머니는 완쾌해 가족 품으로 다시 돌아갈 수 있었지요.

벌써 4년 전 일이네요. 코로나 팬데믹 한가운데서 마주한 그때의 사진 한 장은 지금도 눈앞에 또렷합니다. 그분이었을까요. 공기마저 서늘한 팬데믹 속에서 희망을 잃지 않게 밝힌 불빛을 의료 현장 곳곳에서 만났었지요.

아파본 사람은 압니다. 몸만 아픈 게 아니란 걸요. 험거워진 마음을 뚫고 들이닥치는 불안, 두려움과도 싸워야 하거든요. 그때 가장 큰 힘이 되는 건 의료진입니다. 의사의 말 한마디에 용기를 얻고 간호사의 손길 한번에 마음을 다지지요. 의료의 본질은 ‘라포(Rapport)’에 있다고 합니다. 의학적인 지식과 뛰어난 의술에 앞서 의사와 환자 사이의 믿음이 중요하다는 뜻이지요. 신뢰를 바탕으로 했을 때 환자는 더 효과적으로 치료받을 수 있고 의사는 최상의 진료 서비스를 제공할 수 있지요.

어떤 의사는 병실에 누워있는 환자에게 다가가 습관처럼 이마에 손바닥을 얹는다고 합니다. 이마에 손을 얹는 순간 따뜻한 마음이 든다고 하네요. 초조하게 의사를 기다렸을 환자에게도 그 따스함이 전해지겠지요. 환자도 의료진에 마음을 열어야 하지요. 의료진을 경계하고 불신 하면서 완치를 기대할 순 없지 않을까요. 올한 다들 아프시지 말기를. 혹여 그렇지 못하더라도 의료진을 믿고 치료 과정의 긴 터널을 잘 빠져나오시길 바랍니다.

마음을 나누는 사람들



동국대학교병원은 환자의 아픔에 귀 기울이고, 마음의 짐까지 함께 나누고자 합니다.
작은 위로의 말 한마디, 따뜻한 손길 하나로 환자와 의료진이 만들어가는 치유의 순간들.
마음을 나누는 일은 삶을 밝히는 빛이 됩니다. 당신의 마음도 함께 나누어주세요.

남편은 호스피스·완화의료센터에 입원해 임종을 준비하고 있었다. 그를 곁에서 돌보는 아내와 아들은 독실한 크리스천으로서 신앙 안에서 서로를 위로하며 힘을 내고 있었지만, 마음 한편에는 슬픔과 두려움이 자리 잡고 있었다.

어느 날, 병원 순회를 하던 능지스님이 남편의 병실을 방문했다. 남편은 스님을 반갑게 맞이하며 두 손을 모아 합장하고 환히 웃었다. 능지스님은 남편을 위해 기도를 올리고, 대화를 나누며 그의 마음을 어루만졌다. 스님과의 대화와 기도가 낫설었던 아내도 점차 마음을 열기 시작했다.

시간이 흐르면서 스님의 방문은 남편과 가족에게 큰 위로가 되었다. 남편은 스님과의 상담을 통해 마음의 평안을 찾아갔다. 그는 스님과의 짧은 대화 속에서 불안과 두려움을 털어놓았고, 스님은 그 모든 것을 온전히 받아주었다. 스님이 방문할 때마다 남편의 표정은 한층 밝아졌고, 그의 미소를 지켜보는 아내의 마음에도 작은 기쁨이 피어났다.

능지스님뿐만 아니라, 병동의 의료진들도 남편을 돌보는 데 정성을 다했다. 친절하고 따뜻한 손길로 그의 육체적 고통을 덜어주는 것은 물론, 심리적 안정을 주기 위해 최선을 다했다. 이러한 헌신은 남편과 아내 모두에게 깊은 감동을 주었다.



심심상인(心心相印), 종교를 초월한 만남

남편의 변화는 아내와 아들에게도 영향을 미쳤다. 어느 날, 스님이 기도를 올리는 모습을 지켜보던 아내는 조심스럽게 스님에게 다가가 물었다.

“우리도 함께 기도드릴까요?”

스님은 따뜻하게 미소 지으며 고개를 끄덕였다. “물론이지요. 마음을 열고 나무아미타불을 염송해 보세요. 종교는 다르지만, 그 마음은 하나라고 생각합니다.”

그날, 아내와 아들은 종교를 넘어 스님과 함께 나무아미타불을 염송했다. 그들은 평소에 익숙하지 않은 이 기도가 어색할 거라 생각했지만 오히려 그 과정에서 깊은 평안을 경험했다. 기도하는 동안, 아내는 남편이 더 이상 두려움에 떨지 않고 웃음을 되찾은 이유를 이해할 수 있을 것 같았다. 아들은 아버지의 손을 꼭 잡고 눈을 감으며 작은 목소리로 기도를 따라 했다.

이후로도 스님은 꾸준히 남편을 찾아와 기도를 올렸고, 가족과 대화를 나누며 그들의 마음을 지탱해 주었다. 남편의 마지막 순간이 다가올 때, 아내와 아들은 그의 곁에서 기도와 사랑으로 함께했다. 그리고 남편은 평온한 얼굴로 세상을 떠났다.

종교를 초월한 이 특별한 만남은 슬픔 속에서도 서로에게 더 깊은 사랑과 이해를 전할 수 있었다.

환자 곁에 더 가까이에서

병원 속 마음의 쉼터, 스님의 치유 라운딩

동국대학교일산병원은 지도법사 능지스님이 매일 병동 라운딩을 하며 환자들의 영적 돌봄을 실천한다. 능지스님은 질병과 입원 생활로 지치고 불안한 환자들을 격려하고, 희망하는 환자는 상담도 하며, 5층 대법당의 부처님 전에 회복기원, 쾌유발원 기도를 올리기도 한다.

스님에게 상담을 받고 정신적 안정을 얻는 환자들을 종종 볼 수 있다. 정서적인 안정을 찾은 환자들은 육체적인 회복 또한 빨라진다. 스님은 환자들이 평안해지고 안정을 찾는 모습을 보면서 함께 힘을 얻는다.

매주 수요일에는 입원한 스님들을 위한 스페셜 라운딩이 있다. 병원장, 간호부장, 지도법사 능지스님이 함께 스님들을 방문하여 불편한 점은 없는지 살피고, 회복을 기원하고 쾌유발원기도를 한다.



1

불교계의 염원 속에 탄생한
약사보살 자비도량으로서의
동국대학교병원은
불교의 핵심가치인 자비를 바탕으로
환자와 가족에게 따뜻한 돌봄과
치유의 환경을 제공하고 있다.

이주노동자 산전진료지원 프로그램 운영

최근 한국 사회에는 이주노동자가 급격히 증가했다. 저개발 국가에서 돈을 벌기 위해 찾아온 이주노동자들은 자신을 위해 쉽사리 돈을 쓰지 않는다. 그러다 보니 이주노동자 산모들은 외국인 신분의 의료비 부담이 커 산전진료를 제대로 받지 못해 조산의 비율이 높고, 태어난 아기들도 건강하지 못한 경우가 많다. 조산으로 태어난 아기들은 신생아집중치료실에서 일정 기간 치료를 받아야 하는데 기간이 길어지면 병원비가 고액이 된다.

동국대학교일산병원은 이주노동자 산모들의 조산을 막고, 산모와 아기의 건강을 돕기 위해 이주노동자 산전진료지원 프로그램을 운영하고 있다.

최근 이 지원프로그램의 두 번째 케이스였던 베트남 이주노동자 부부는 태아가 쌍둥이라서 12월 말 제왕



2

절개로 분만할 예정이었다. 산전진료에서 순조로웠던 산모는 수술 예정일보다 일찍 양수가 터져 응급실로 들어와 아기를 낳았다. 예정보다 일찍 태어난 아기들은 신생아중환자실에 입원했고, 젖병을 빨지 못해 콧줄로 영양분을 공급해 줘야 하는 상황이 벌어졌다. 쌍둥이 아기들은 혈당에도 문제가 있어 퇴원 후 관리가 중요했는데 의사소통이 잘되지 않는 것이 문제였다. 간호사들은 직접 영상을 찍어 보내주며 부부를 교육했고, 사회사업실에서는 퇴원 후 이들 부부를 도와 아기 상태를 모니터링해주고, 응급상황에서 도움을 줄 만한 지역 사회 자원을 연계한 후에 퇴원시켰다. 병원 입원 기간 뿐 아니라 퇴원 후까지 아기와 산모의 건강을 위해 관련 의료진이 합심한 대표적인 사례다.



3

함께 만드는 시간

Happy Hospital 응원 캠페인

동국대학교일산병원에서는 ‘아날로그 롤링페이퍼’와 ‘손편지’ 프로그램으로 구성된 ‘Happy Hospital 응원 캠페인’을 펼쳤다.

‘아날로그 롤링페이퍼’ 응원 캠페인은 병원 내 총 35개 부서가 참여하여 의료진 간에 따뜻한 응원 메시지를 주고받으며 마음을 다독이는 시간이 되었다. 고마운 동료에게 전하는 진심 어린 감사의 말, 힘든 순간을 함께 이겨내자는 응원의 메시지는 일상의 피로를 덜어주고 새로운 에너지를 불어넣기에 충분했다. 부서와 역할을 넘어서 병원 내 구성원을 더욱 끈끈하게 이어주는 마음의 연결고리가 되었다.

‘손편지’ 응원 캠페인은 환자들이 담당 의료진에게 응원의 엽서를 작성하여 병원 1층 로비에 전시하는 행사였다. 응원의 엽서는 의료진 한 사람 한 사람에게 정성스럽게 전달되어 환자들이 전하는 응원의 목소리를 들려주었다. 작은 카드 한 장이지만 그 안에 적힌 진심어린 말은 수천 마디의 말보다 강한 힘으로 의료진에게 위로를 전했다. 어려운 순간에도 서로를 격려하는 모습에서 진정한 병원의 의미를 다시금 깨닫게 했다.

나눔의 온기, 동국대학교경주병원 자비 실천

동국대학교경주병원에서는 바자회와 이벤트를 통해 경제적으로 어려운 이웃에게 희망을 전하고 있다. 저소득층 환우 돕기 바자회는 의료진과 직원들이 기부한 다양한 물품을 판매하며 수익금은 지역 내 저소득층 환우의 치료비 지원에 사용할 따뜻한 나눔의 시간이었다. 많은 사람들의 관심과 참여로 경제적으로 어려운 환자들에게 희망을 전할 수 있는 계기가 되었다. 동국대학교경주병원 빚버들회는 동국대학교 WISE 캠퍼스 유아교육과와 공동으로 지역사회와 함께하는 ‘자비회사’ 바자회를 개최했다.



5



4

이번 바자회는 부처님의 가르침을 통한 자비행의 실천으로 진행되었으며, 바자회 수익금은 경주시 아동·청소년과의 추천을 받은 다문화가정 어린이의 교육과 의료지원으로 사용될 예정이라 그 의미가 더 뜻깊다.

가정의 달, 함께하는 이야기

동국대학교경주병원은 5월 8일 어버이날을 맞이하여 병원에 입원하고 있는 어버이들에게 카네이션 꽃을 드리며 감사의 마음을 전했다. 작은 꽃 한 송이였지만 주는 사람도 받는 사람도 가슴이 따뜻해지는 시간이었다. 어린이날에는 입원 중인 소아청소년과 환아들을 위한 선물 전달 행사가 열렸다. 정주호 병원장과 지도 병사 혜능스님을 비롯한 병원 관계자들은 즐거운 어린이날을 병원 안에서 보내야 하는 환아들을 위하여 소아 환아들을 직접 찾아가 어린이용 캐리어와 과자 선물 세트를 전달하며 쾌유를 기원하고 동심을 위로했다.

따뜻한 돌봄

호스피스 완화의료센터의 정서적 치유

동국대학교일산병원과 동국대학교분당한방병원 호스피스 완화의료센터에서는 통증 등 말기환자를 힘들게 하는 신체적 증상을 적극적으로 조절하고, 환자와 가족의 고통을 경감시켜 삶의 질을 향상시키는 것을 목표로 하는 다양한 활동을 한다. 입원 생활에서 발생하는 답답함과 우울감 등 다양한 감정을 해소할 수 있도록 돌봄 행사를 진행한다. 환자와 가족들에게 정서적 안정과 삶의 의미를 생각하는 기회를 제공하는 것이 목적이다. 환자뿐 아니라 보호자를 위해 아로마 테라피, 음악요법, 불교명상 요법, 다도요법 등 다양한 프로그램을 마련하고 있다. 동국대학교분당한방병원에서는 기계실 박순기 기능사의 배우자가 매월 1회 이미용 봉사를 하며 부처님의 자비공덕을 함께 하고 있으며, 동국대학교일산병원에서는 가족을 떠나보낸 유가족들이 서로의 슬픔을 나누고 치유의 과정을 함께하며 심리적 고통을 완할 수 있도록 ‘사별가족 지지모임’을 운영하고 있다.



6



7

“회집 때마다 늘 아빠 손 잡아주시고 다독여주시던 모습, 같은 말이어도 환자와 보호자 마음을 헤아려가며 해 주시던 말씀, 아빠가 통증 때문에 인상을 쓰고 계시면 미간 주름까지 펴주시던 모습, 장례식장에 오셔서 가족들을 위로해 주시던 모습, 참 모든 게 감사했습니다. 아빠가 삶의 마지막에 김달용 교수님처럼 좋은 의사 선생님을 만나 참 다행이었고 존경한다는 말씀을 꼭 드리고 싶습니다.”



8

- 1. 농지스님의 병동 라운딩
- 2. 이주노동자 산전진료지원프로그램 운영
- 3. 아날로그 롤링페이퍼 캠페인
- 4. 손편지 응원 캠페인
- 5. 어린이날 선물 전달 행사
- 6. 환자와 보호자를 위한 다도요법
- 7. 이미용 봉사
- 8. 동국대학교일산병원 혈액종양내과 김달용 교수



동국대학교병원 발전과 성장을 위한
GIVE&기부 TREE 캠페인

자비의료실천의 숲을 이루다



GIVE
&
기부
TREE

알프스 끝자락에 있던 어느 황량한 계곡에서 양치기 노인이 살고 있었다. 그는 매일 도토리 100개씩을 심었다. 많은 시간이 지난 후 황무지는 참나무숲으로 변하였고, 수많은 생물이 모여들고, 많은 사람들이 모여 사는 평화가 가득한 곳으로 변모하였다.

장 지오노의 책 <나무를 심은 사람>의 내용이다. 한 그루의 나무는 힘없고 미약해 보이지만 나무들이 모여 숲을 이루면, 온갖 곤충과 새와 포유류가 모여 사는 생명의 보금자리가 된다. 기부도 마찬가지다.

동국대학교일산병원은 한 명씩의 개인 기부자가 모여 기적을 이루는 ‘GIVE&기부 TREE 캠페인’을 펼쳐 화제가 되었다. 동국대학교일산병원은 지난해 12월 23일부터 31일까지 병원 1층 로비에서 ‘GIVE&기부 TREE 캠페인’을 개최했다. 병원 개원 20주년을 앞두고 지속가능한 발전과 의료 혁신을 위한 미래성장동력 마련을 목표로 기획됐다.

이번 캠페인은 병원과 인연을 맺은 환자, 보호자, 내원객, 교직원들에게 나눔과 보시의 가치를 알리고 참여의 기회를 제공하는 의미 있는 자리로 마련됐다. 6일간 진행된 캠페인에서 병원을 찾은 환자들과 가족, 방문자, 의료진, 직원들이 토박토박 손 글씨로 적은 동국대학교일산병원 20주년을 축하하는 메시지, 동국대학교병원에 보내는 응원의 글, 의료진에 대한 감사의 사연이 벽면을 가득 채워 깊은 감동을 주었다.

캠페인에 동참한 분들에게는 식물영양제, 책 등 다양한 선물을 증정해 마음과 마음을 나누는 따뜻한 행사로 진행되었다. 증정 선물은 캠페인의 취지에 공감한 업체들이 기부한 것으로, 식물 영양제는 생명을 돌보는 가치를 부여하고자 (주)에스엠바이오에서, 책은 지식과 배움의 나눔을 실천하고자 (주)불광미디어에서 기부 하였다.

캠페인을 통해 조성된 발전기금은 보다 나은 의료 환경 구축과 환자 중심의 혁신적인 의료서비스 제공에 사용될 계획이다.



회향공덕이 병원 발전의
마중물 역할할 것

동국대학교병원은 많은 사람들의 크고 작은 기부와 보시로 첨단의료장비 도입, 노후 장비 교체 등 수많은 일이 진행되고 있다. 불교계의 염원으로 탄생한 불교 병원인 만큼 무소유의 삶을 실천하는 스님들, 부처님의 가르침을 따르는 불자들, 종교를 뛰어넘어 동국대학교병원에서 진료를 받은 환우와 가족들, 지역 주민, 병원 주변 상인 등 다양한 인연공덕들이 병원의 발전과 자비의료로 위해 재물보시를 아끼지 않는다.

2005년 9월27일 개원하여 올해로 20주년을 맞는 동국대학교일산병원은 새롭게 도약하기 위해 각 분야에 투자를 하며 변화를 준비하고 있다. 따라서 그 어느 때보다 기부와 후원이 절실한 시기이다.

김명숙 대외협력홍보팀장은 “동국대학교일산병원이 스무 살 청년이 되었습니다. 많은 분들의 회향 공덕이 병원 발전의 마중물 역할을 합니다. 동국대학교일산병원이 불교병원으로서 자비의료와 불법을 실천하는 도량으로 역할을 다하도록 지지하고 응원하고 힘을 실어주셔서 감사합니다.”라며 기부자에게 감사의 마음을 전했다.

육바라밀 중 으뜸이
보시바라밀

보시는 내 주머니가 차고 넘쳐서 하는 행위가 아니다. 평범하고 소박한 삶을 사는 사람들의 마음 수행이다. 부처님은 삶과 죽음의 고해를 건너 열반에 이르기 위해 육바라밀을 실천하라고 하셨는데 그중 으뜸이 보시다. 자비의 마음으로 다른 사람에게 아무런 조건도 없이 널리 베푸는 실천행. 불교에서의 보시는 내가 누구를 위하여 무엇을 베풀었다는 마음조차 품지 않고, 자비로운 마음으로 온전히 베푸는 ‘무주상보시(無住相布施)’이다.

김 팀장은 “동국대학교일산병원은 지역의 병원으로서, 조계종 종립병원으로서, 대학병원으로서 사회적 역할과 의무가 막중합니다. 스무살 청년 동국대학교일산병원은 미래의료로 성장해 나갈 중차대한 터닝포인트에 서 있습니다. 나무 한 그루 심는 마음으로 우리 병원에 기부를 해주시면 더 큰 사회적 가치로 보답할 것입니다”라며 기부와 후원을 부탁했다.

나무가 자라 숲을 이루고, 그 숲이 우리 모두에게 풍요로움을 주듯이 많은 이들의 관심과 후원은 희망의 씨앗이 되어 자비医료를 실천하는 큰 숲을 만들어내는 기적을 이룰 수 있다. 동국대학교일산병원은 기부자 여러분과 함께 생명존중과 자비의 인술로 더 큰 치유의 힘을 실현해 나갈 것이다. 🌻

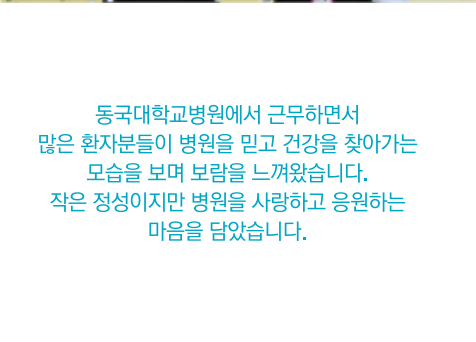
글 이명혜 기자



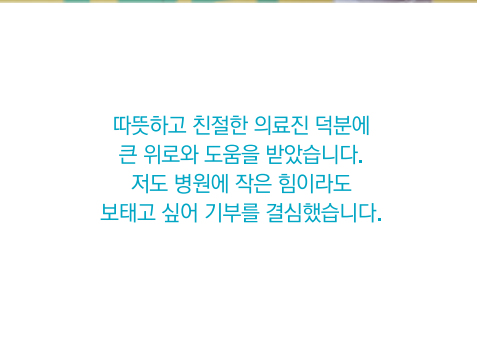
동국대학교일산병원이 올해 개원 20주년이라는 소식을 듣고 자비의료실천의 중심도량이 되길 기원하며 조금이나마 회향합니다.



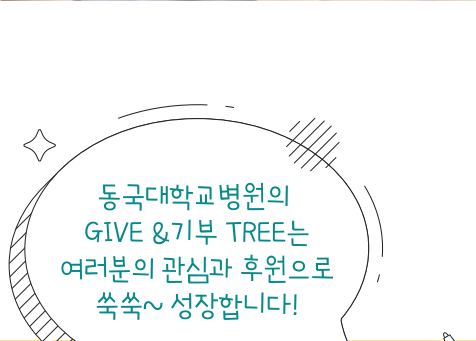
따뜻하고 친절한 의료진 덕분에 큰 위로와 도움을 받았습니다. 저도 병원에 작은 힘이라도 보태고 싶어 기부를 결심했습니다.



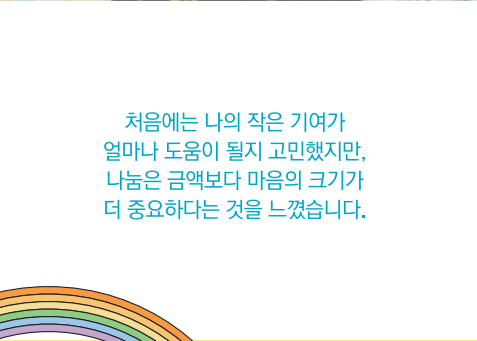
동국대학교병원에서 근무하면서 많은 환자분들이 병원을 믿고 건강을 찾아가는 모습을 보며 보람을 느껴왔습니다. 작은 정성이지만 병원을 사랑하고 응원하는 마음을 담았습니다.



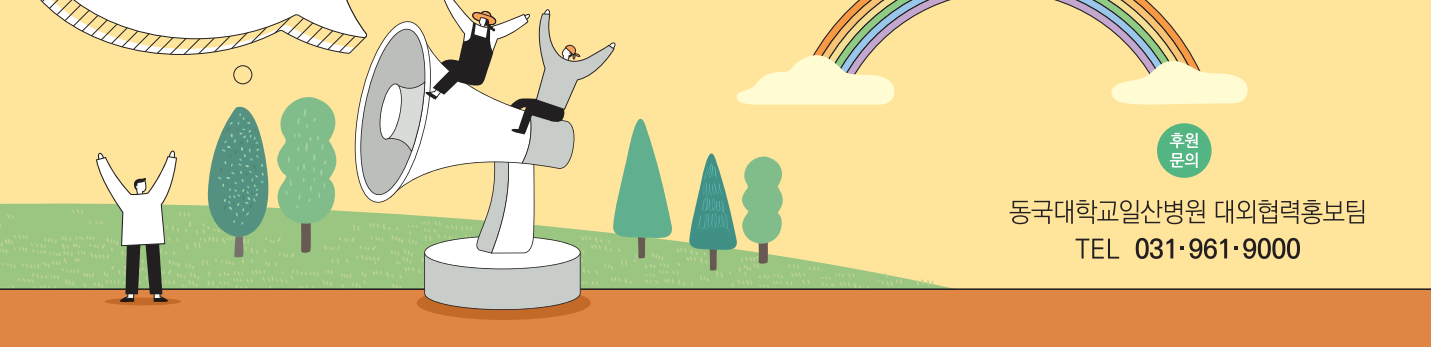
동국대학교병원의 기부 캠페인에 참여하며 제 마음을 보탬 수 있어 뿌듯했습니다. 앞으로도 꾸준히 나눔에 동참하며 함께하는 기쁨을 느끼고 싶습니다.



동국대학교병원의 GIVE &기부 TREE는 여러분의 관심과 후원으로 쑥쑥~ 성장합니다!



처음에는 나의 작은 기여가 얼마나 도움이 될지 고민했지만, 나눔은 금액보다 마음의 크기가 더 중요하다는 것을 느꼈습니다.



동국대학교일산병원 대외협력홍보팀
TEL 031-961-9000

화합과 혁신으로 동국대학교의료원의 새로운 미래를 열어가겠습니다!

동국대학교
의무부총장 겸 의료원장
이 해 원



사랑하는 동국대학교의료원 가족 여러분, 그리고 존경하는 환자 및 보호자 여러분, 불교계 및 지역 사회 여러분께 인사의 말씀을 전합니다.

먼저, 동국대학교 의료원의 새로운 의무부총장 겸 의료원장으로 취임하게 되어 깊은 책임감과 함께 설렘을 느낍니다. 동국대학교의료원은 오랜 역사와 전통을 바탕으로 환자 중심의 의료 서비스를 제공하며, 국민 건강 증진에 기여해 왔습니다. 이러한 소중한 가치를 계승하며, 더욱 발전하는 의료원을 만들어 나가겠습니다.

최근 의료계를 둘러싼 환경은 급격한 변화와 도전을 맞이하고 있습니다. 코로나19 팬데믹을 비롯한 보건 위기와 의정 갈등 속에서도, 우리 의료원은 환자 치료에 최선을 다하며 안정적인 의료 서비스를 유지해 왔습니다. 이 과정에서 의료진과 직원들의 헌신적인 노력, 그리고 환자 및 보호자 여러분의 신뢰와 격려가 큰 힘이 되었습니다. 앞으로도 우리는 환자의 건강과 안전을 최우선으로 두며, 더욱 신뢰받는 병원으로 거듭나겠습니다.

또한, 동국대학교의료원은 불교 정신을 바탕으로 하는 병원으로서, 자비와 치유의 가치를 실천해 왔습니다. 부처님의 가르침인 '중생을 구제하는 것이 곧 깨달음의 길'이라는 철학을 기반으로, 환자 한 분 한 분에게 따뜻한 치유를 제공할 수 있도록 최선을 다하겠습니다. 이를 위해 의료진의 역량을 강화하고, 환자 맞춤형 의료 서비스를 확대하며, 첨단 의료 기술과 연구를 발전시켜 나갈 것입니다.

교육과 연구 부문에서도 의료원의 역할을 더욱 강화해 나가겠습니다. 2025학년도 의과대학 정원 증원에 따라 의료 교육 환경을 개선하고, 한의과대학의 발전 계획을 차질 없이 수행하여 미래 의료를 선도할 인재를 양성하겠습니다. 또한, 임상 연구와 의학 기술 개발을 적극적으로 지원하여, 보다 혁신적인 의료 서비스를 제공하는 병원이 되도록 노력하겠습니다.

이 모든 변화와 혁신을 이루기 위해서는 무엇보다 의료원 구성원들의 화합과 협력이 중요합니다. 의료진, 간호사, 행정 직원 등 모든 분들이 함께 소통하며 힘을 모을 때, 동국대학교 의료원은 더욱 발전할 수 있습니다. 앞으로도 우리 의료원이 더욱 따뜻하고 신뢰받는 병원이 될 수 있도록, 환자와 보호자, 그리고 지역사회와 함께하는 병원이 되겠습니다.

우리 의료원은 환자 여러분께 최고의 의료 서비스를 제공하고, 지역사회에 건강과 행복을 전하는 의료 기관이 될 것입니다. 앞으로도 여러분의 지속적인 관심과 성원을 부탁드립니다. 함께 성장하는 동국대학교의료원을 만들어 나가겠습니다.

감사합니다.

제22대 동국대학교 의무부총장 겸 의료원장 이 해 원 함장 🌻

진심으로 환자를 대하는 부드러운 카리스마

동국대학교일산병원 정형외과
박 주 현 교수



몸이 아프면 불안해지는 것은 자연스러운 일이다.
하지만 내 고통에 공감하며 따뜻한 위로를 건네는
의사를 만나면 마음이 놓이고, 회복도 한층 빨라진다.
그러나 진료와 수술 등 바쁜 일정 속에서 의사들이
환자의 아픔을 세심하게 살피고 공감하는 것은
결코 쉬운 일이 아니다. 그렇기에 진심으로 환자를
생각하는 의사를 만나는 것은 큰 인연이라 할 수 있다.
동국대학교일산병원 정형외과 박주현 교수는
그런 인연을 만들어가는 따뜻한 의사다.

진심 어린 진료가 기부로 돌아와

“김희석 환자분이 그렇게 큰 금액을 기부하신 줄 몰랐어요. 진료받으면서도 아무 말씀 없으셨거든요. 저희 과에 지정기부를 해주셔서 정말 감사했습니다.”

지난해 말, 90세 어르신 환자가 상완골(어깨) 골절로 동국대학교일산병원을 찾았다. 전신마취 후 수술이 필요했지만, 고령인 만큼 부담이 되는 상황이었다. 그러나 김 어르신은 평소에 운동도 하시고 활동성이 좋았던 분이라, 나이를 고려하더라도 수술을 권할 만했다.

“검사 결과, 고혈압 외에는 특별한 건강 문제가 없으셔서 수술을 권해드렸고, 다행히 수술도 아주 잘 되었습니다. 보통 고령 환자들은 수술 후 중환자실에서 혈압과 맥박을 면밀히 관찰하는데, 이 환자분은 별다른 문제가 없어 일반 병동에서 회복하셨고, 수술 후 3~4일 만에 퇴원하셨죠.”

수술 후 15일이 지나 실밥을 제거하러 병원을 찾은 김희석 님은 뜻밖에도 3천만 원을 기부했다. 보호자로 같이 온 조카 오인숙 님 또한 의료진에 대한 감사의 뜻으로 1천만 원을 기부했다. 주치의에게 생색내며 말할 법도 했지만, 일언반구 언급조차 하지 않아 박 교수는 그날 진료를 하면서도 기부 사실을 전혀 알지 못했다. 한 달 반 뒤, 보조기를 제거하러 다시 병원을 방문한 김희석 님은 또다시 2천만 원을 기부했다.

“정형외과 발전에 써달라고 지정 기부해 주셔서 얼마나 감사한지요. 그 기부금으로 초음파기계를 새로 구입했고, 어르신의 이름을 새겨드렸습니다.”

김희석 님과 조카 오인숙 님은 동국대학교일산병원 발전기금으로 총 6천만 원을 기부했다. 박주현 교수와 의료진에게 감사의 마음을 담아 기부를 결심했다고 하는데, 기부가 몸에 배었다고 할 만큼 평소 다양한 곳에 기부를 실천해 온 분이라고 한다. 동국대학교일산병원은 의료장비를 구입하여 환자들에게 질 높은 진료로 보답할 수 있게 되었다.



회전근개 파열, 조기진단과 빠른 조치가 중요

박주현 교수는 어깨관절 전문으로 회전근개 파열, 오십견, 석회성 건염, 탈구, 관절염, 상완부 · 어깨 골절 등에 대해 외상수술, 관절경수술, 인공관절수술을 담당한다. 회전근개 파열을 주로 다루다 보니 고령환자가 많은 편이다.

“50대 초반까지는 어깨가 많이 아파도 회전근개 파열이 아닌 경우가 많아요. 회전근개 파열은 50대 중후반부터 많이 생깁니다. 아프지 않고 팔이 잘 올라가도 나이가 많은 경우 검사해보면 회전근개 파열인 경우가 많습니다. 힘을 많이 쓰거나 반복적인 행동을 많이 해도 회전근개 파열이 쉽게 옵니다.”

버스나 화물차 운전기사, 농부, 무거운 것을 많이 드는 직업군에 회전근개 파열이 많다고 한다. 그래서 박 교수는 환자가 찾아오면 나이와 직업을 확인하고 검사를 진행한다.

회전근개 파열은 통증과 근력 저하를 동반한다. 환자에게 팔을 들어보도록 한 뒤 가볍게 눌러보면 팔이 힘없이 떨어지는 경우가 많다. 1차 검사로는 초음파 검사가 유용하며, 비교적 간단하게 진단할 수 있다. 경미한 경우에는 약물이나 주사 치료로 증상을 완화할 수 있다. 그러나 파열이 진행된 경우에는 수술적 치료가 필요하며, 특히 50% 이상 파열되었을 때는 수술이 권장된다. 그 이하의 파열은 재활 치료로 회복을 도모할 수 있다.

수술은 전신마취하에 진행되며, 보통 5일 정도 입원이 필요하다. 수술 후 회전근개가 붙을 때까지 약 한 달 반 동안 보조기를 착용하며 어깨를 움직이지 않는다. 이후 한 달에서 한 달 반 정도는 굳어진 관절을 풀어주는 재활기간을 거친다. 총 3개월 정도의 기간이 지나야 팔에 힘이 생기고 정상적인 활동이 가능해진다. 완전한 회복 후에도 최소 1년간 지속적인 관리가 필요하며, 재파열의 위험도 존재한다. 특히 파열 범위가 큰 환자일수록 재파열 가능성이 높아 주의가 필요하다. 회전근개 수술을 피하고 싶다면 무엇보다도 조기 진단과 빠른 조치가 중요하다.

환자에게 공감하는 의사

박 교수는 최근 필라테스를 시작했다. 환자들이 요가나 필라테스가 어깨 건강에 도움이 되는지 자주 질문하기 때문이다. “저도 궁금하기도 했고, 코어 힘을 길러보려는 목적으로 시작했는데 직접 해보니 어깨, 특히 회전근개 강화에 아주 효과적이었어요. 본인의 근력에 맞게끔 적절하게 배우신다면 적극적으로 추천합니다.”

또한, 그는 정형외과 의사들 사이에 환자 맞춤형 재활운동 영상을 제작하려는 움직임이 있다고 귀띔한다. 환자별로 개인의 근력에 맞는 적절한운동 영상을 제공하고, 이를 QR 코드로 쉽게 접근할 수 있도록 준비 중이라는 설명이다.

그는 환자와 소통할 때 전문용어 대신 쉽고 친근한 설명을 사용한다. 환자들이 부담 없이 궁금한 점을 질문할 수 있도록 분위기를 만들고, 긴장을 풀어주며 치료 프로그램을 잘 따라갈 수 있도록 상세히 안내한다. 또한, 수술을 망설이는 환자에게는 “제 어머니라면 이렇게 하겠습니다”라고 말하며 공감과 진심 어린 조언을 건넨다. 이러한 그의 태도 덕분에 많은 환자들이 신뢰하고 따르며, 치료 결과도 좋다.



환자의 고통을 해결하는 매력에 끌린다

박주현 교수가 어깨 전문 정형외과 의사의 길을 선택한 데는 그의 명쾌한 성격이 큰 영향을 미쳤다.

인턴 시절, 응급실에서 근무하던 중 한 아기 엄마가 팔꿈치가 탈구된 아기를 안고 사색이 된 얼굴로 급히 들어섰다. 아기는 통증으로 울음을 멈추지 않았다. 그러나 정형외과 의사가 와서 팔꿈치관절을 맞춰주자, 놀랍게도 아기는 바로 울음을 그치며 팔을 잘 움직였고 엄마의 얼굴에도 화색이 돌았다.

“그 순간, 마치 신을 영접한 듯한 엄마의 표정을 보았어요. 이렇게 드라마틱하게 환자를 치료할 수 있다는 점이 큰 매력으로 다가왔고, 그때 정형외과 의사가 되기로 결심했습니다.”

어깨 질환은 수술하면 바로 문제가 해결되는 경우가 많아 환자들이 빠르게 호전되는 모습을 보는 것이 큰 보람이다. 어깨는 단순한 관절이 아니라 밥을 먹고, 머리를 빗는, 일상을 살아가게 하는 중요한 부위다.

박주현 교수는 환자들이 더 자유롭게 움직이며 일상의 불편함에서 벗어날 수 있도록 최선을 다하고 있다.



동국대학교일산병원 정형외과
박 주 현 교수
전문진료분야
어깨관절(회전근개 파열, 오십견, 석회성 건염, 탈구, 관절염), 상완부(종양 제외), 외상수술, 관절경수술, 인공관절수술

비극의 단골 메뉴 뇌종양



최근 인기리에 방영된 드라마 <눈물의 여왕> 여주인공 홍해인은 뇌종양으로 3개월 시한 선고를 받고 독일의 암센터를 찾는다. 영화 <P.S 아이 러브 유>의 남자주인공 제리는 홀리에게 “절대 너를 떠나지 않을 거야”라고 영원한 사랑을 맹세하지만, 뇌종양으로 비극적인 죽음을 맞이한다. 이처럼 영화나 드라마 속에서 뇌종양은 불치병의 상징이며 비극을 암시하는 소재로 자주 사용된다. 하지만 통계를 보면, 뇌종양은 1년에 10만 명당 10명 정도 발생하는 비교적 드문 질환이며, 예후 역시 조금만 들여다보면 사실은 영화나 드라마를 통해 접하는 것과는 상당히 다르다는 것을 알 수 있다.

뇌종양으로 진단을 받은 환자들이 종종 “저는 암 보험에 가입했는데 보험회사에서 보험금을 받을 수 없다고 해요.”라고 문의하는 경우가 있다. 이는 모든 뇌종양이 뇌암은 아니기 때문이다. 뇌종양은 보통 암 보험금을 받을 수 없는 국제질병분류 기호 D로 시작되는 양성 뇌종양과 보험금을 받을 수 있는 기호 C로 분류되는 악성 뇌종양으로 구분된다. 악성 뇌종양 중 가장 흔한 것은 다른 암이 뇌로 전이된 전이성 뇌종양이며, 신경 교종이 그 뒤를 따른다. 양성 뇌종양으로는 뇌수막종, 청신경초종, 뇌하수체샘종 등이 있다.

뇌종양은 몸에 생긴 다른 종양과 다른 몇 가지 특징이 있다. 우선, 꽤나 빠르게 전이되는 경우가 거의 없으며, 전이가 있더라도 환자의 예후에 큰 영향을 미치지 않는다. 또한, 폐암이나 유방암처럼 병기(stage) 개념을

사용하지 않고, 세계보건기구(WHO)의 등급(grade) 체계를 따른다. 등급이 높을수록 악성도가 높아지며, 1등급은 양성, 2등급은 경계성, 3·4등급은 악성에 해당한다. 일부 뇌종양은 시간이 지나면서 1·2등급에서 3·4등급으로 진행되기도 한다.

뇌종양의 대표적인 증상은 두통과 뇌기능 저하다. 이 두통은 피곤할 때 심해지는 일반적인 두통과 달리, 새벽이나 아침에 강하게 나타나며, 오심과 구토를 동반하는 경우가 많다. 이러한 두통이 며칠 이상 지속된다면 정밀 검사를 받아보는 것이 좋다. 뇌기능 저하는 종양이 위치한 뇌 부위에 따라 다양한 증상으로 나타날 수 있으며, 치매, 간질 발작, 마비, 언어 장애 등이 포함될 수 있다. 증상이 나타나면 CT나 MRI 검사를 통해 종양 유무를 확인해야 한다.

뇌종양이 의심될 경우 조직 검사가 필요할 수 있지만, 모든 환자가 수술을 통한 조직 검사가 필요한 것은 아니다. 일부 뇌종양은 성장 속도가 매우 느려 주기적인 영상 검사를 통한 추적 관찰만으로 관리할 수도 있다. 하지만 종양이 커지나 증상을 유발하면 수술이 필요할 수 있다. 인터넷상의 잘못된 정보로 인해 뇌종양 진단을 받으면 반드시 개두술을 해야 한다고 오해하는 경우가 있지만, 현대 의료 기술의 발전으로 보다 덜 침습적인 치료 방법도 활용되고 있다.

뇌종양 치료 방법에는 수술, 방사선수술, 화학요법 등이 있으며, 의료진은 이러한 방법을 적절히 조합하여 치료 효과를 극대화한다. 일부 뇌종양은 수술이나 방사선수술만으로 완치될 수 있지만, 신경 교종처럼 악성도가 높은 경우에는 추가적인 치료가 필요

하다. 최근에는 형광 유도 수술, 자동항법장치, 내시경 등을 활용하여 정상 뇌조직 손상을 최소화하면서 종양을 제거하는 방법이 사용되고 있다.

방사선수술은 뇌를 절개하지 않고 고선량의 방사선을 종양에 집중적으로 조사하는 치료법으로, 치료 즉시 일상생활 복귀가 가능하고 짧은 치료 시간을 요하는 장점이 있다. 하지만 종양 크기가 3~4cm를 초과하면 주변 정상 뇌조직이 영향을 받을 수 있어 치료 대상이 제한적이다. 최근 도입된 ZAP-X 장비는 정교한 자이로스코프 기술을 활용하여 종양에만 방사선을 집중 조사하면서 정상 조직 손상을 최소화할 수 있도록 개발되었다. 또한, 기존 감마나이프와 달리 방사성 폐기물을 발생시키지 않는 친환경 장비이며, 치료 중에도 환자가 의료진이나 가족과 소통할 수 있도록 설계되었다.

뇌종양과 관련된 무서운 소문들이 많지만 소문일 뿐이다. 떠돌아다니는 낭설, 인터넷의 잘못된 정보, 비전문가의 의견에 의존하지 않고 뇌종양 전문가와 치료의 여정을 함께 한다면 뇌종양은 더 이상 두려운 질환이 아닌 극복 가능한 질환이라는 것을 알게 될 것이다. 환자가 올바른 진단과 자신에 맞는 적절한 치료를 통하여 뇌종양을 극복하고 행복한 삶을 누릴 수 있기를 바란다. 🌻

동국대학교일산병원 신경외과

양승엽 교수

전문치료분야

뇌종양, 뇌내시경 수술, 방사선수술, 뇌정위수술, 난치성 뇌전증 수술, 안면통증, 안면경련, 수두증, 뇌혈관질환(뇌졸중, 뇌동정맥기형, 해면상혈관종)

봄마다 반갑지 않은 불청객 황사

겨우내 움츠렸던 모든 것들이 따뜻한 봄바람으로 활기를 찾는다. 그러나 이 봄바람이 모든 것을 다 활기 차게 바뀌어 주는 것은 아니다. 해마다 봄이면 많지 않은 날이지만 반갑지 않은 ‘황사’라는 불청객이 날아 든다. 황사가 발생하는 날이면 도시 전체가 뿌연 안개가 낀 것처럼 시야가 맑지 못하고, 만지는 물건마다 먼지가 묻어나며, 뭔가 모를 가슴의 답답함도 생긴다.

우리나라의 황사는 봄철인 3월부터 5월 사이에 주로 발생한다. 원인은 중국의 서북부나 몽골의 건조한 사막 지대에서 겨울 동안 얼었던 건조한 땅이 봄이 되어 녹으면서 날아다니기 쉬운 작은 먼지로 변하여 바람을 타고 우리나라로 날아오기 때문이다.

황사는 인체에도 적잖은 영향을 미치는데 호흡기, 눈, 코, 피부 등 신체 여러 곳을 자극한다. 특히 호흡기에 대한 영향이 제일 심하다. 황사가 심한 날에는 미세먼지와 대기 오염 물질이 기관지에 과민반응을 일으켜 천식 환자나 만성기관지염 환자 그리고 어린이들은 호흡곤란이나 목의 통증을 느낄 수 있다. 그리고 건강한 사람도 목이 아프거나 가슴이 답답할 수 있다. 알레르기가 있는 경우에는 콧물이 흐르거나 코막힘 등의 증상이 나타날 수 있다. 그러므로 황사가 심한 날에는 마스크를 착용하여 먼지로부터 코와 목을 보호해야 한다.

젊은 사람들은 미용 목적으로 안경보다 콘택트렌즈를 많이 사용하는데 이런 경우 황사에 더 취약하다. 황사가 심한 날에는 미세먼지가 콘택트렌즈와 결막, 흰자위에 자극을 주어 눈이 가렵고, 눈물이 많이 나며, 빨갛게 충혈이 되며, 눈에 뭔가 들어간 것 같은 이물감이 생길 수 있다. 이런 때에는 깨끗한 찬물에 눈을 대고 깜빡

거리거나 얼음찜질을 하면 증상이 호전될 수 있으며, 만약 증상 호전이 없으면 안과 전문의를 찾아야 한다. 그러나 이런 안구 증상은 콘택트렌즈 대신 안경을 착용하면 어느 정도 예방할 수 있다. 피부도 황사에 영향을 받을 수 있는데 가려움증, 발진이 생길 수 있다. 이런 증상을 예방하기 위해서는 외출 시 긴팔 옷을 입어 노출 부위를 줄이고, 귀가 후에는 깨끗하게 씻는 것이 중요하다.

황사에 대한 대처 방법은 황사 주의 일기예보를 듣고 황사가 올 때는 창문을 꼭 닫아 황사 먼지가 실내로 들어오는 것을 막는 것이 중요하다. 야외 활동은 가급적 피하고, 외출을 할 때는 먼지를 막을 수 있는 마스크를 착용하여야 하며, 콘택트렌즈를 사용하는 분은 먼지에 의한 자극을 피하기 위해 안경을 착용하시는 것이 좋다. 그리고 시력과 관계 없이 황사가 있을 때 안구 증상이 있는 경우에는 보호 안경을 이용하는 것도 한 가지 방법이다. 외출을 마치고 귀가 하면 양치질과 얼굴과 손, 발 등 노출 부위를 깨끗하게 씻어야 한다. 음식은 신선한 과일과

황사주의보 건강을 지키세요!



충분한 물 섭취
충분한 물 섭취를 통해 호흡기를 촉촉히 지켜줘요



외출 시 마스크 착용
외출 시 마스크 착용을 통해 먼지를 차단해요



세안 및 손씻기
세안 및 손씻기를 자주 해줘요

채소를 많이 먹고, 기도 점막이 건조하지 않도록 물이나 차를 자주 마시고, 실내에서는 가습기를 사용하시는 것이 도움이 된다.

봄에 찾아오는 황사는 대부분의 건강한 성인에서는 큰 문제를 일으키지는 않지만 면역력이 떨어져 있는 어린이나 어른들에게는 건강에 영향을 미쳐 불편을 줄 수 있다. 올해도 이상기후로 날씨의 변덕이 심할 듯하며, 여러 차례 황사가 있을 것이다. 완벽하게 황사를 완벽하게 황사를 피할 수는 없지만 간단한 예방법으로 봄철 건강을 지킵시다. 🌸

동국대학교경주병원
가정의학과
이동욱 교수

전문진료분야
생활습관병(고혈압, 당뇨, 고지혈증),
노인병, 비만



인생의 기본값은 고통이다.

시대가 변해도 ‘행복하게 사는 것’은 인류의 최대 화두다. 어떤 것은 원하는 사람도 있고, 원하지 않는 사람도 있지만, 행복을 원하지 않는 사람은 없다.

그러나 현실은 결코 녹록지 않다. 간신히 버텨내면 또 다른 난관이 기다리고 있다. 부자든 가난하든, 나이가 많은 적든, 권력자든 아니든, 누구나 각자의 어려움을 안고 살아간다.

나훈아의 노래 <테스 형!>에서는 무려 2,500여 년을 거슬러 올라가 소크라테스를 소환하며, “아! 테스 형, 세상이 왜 이래? 왜 이렇게 힘들어?”라고 외친다.

왜 인생은 이렇게 힘든 것일까? 그것은 인생의 기본값(default value)이 고통이기 때문이다. 고통에서 완전히 자유로운 인생은 없다.

그렇다면, 행복이란 무엇일까? 고통이 없는 삶을 의미할까? 아니다. 행복을 인생의 기본값으로 여기면, 오히려 불행이 찾아온다. 늘 행복하지 않다고 해서 곧 불행한 것은 아니다. 인생의 기본값이 고통이라면, 그 고통 속에서도 잠시라도 행복감을 느낄 수 있다면, 그것이 바로 행복이다. 이렇게 생각하면, 하루 중 몇 번이라도 소소한 행복을 찾을 수 있다.



행복은 생존을 위해서도 반드시 필요하다. 중요한 것은 행복의 크기가 아니라 빈도다. 행복을 거창한 목표로 삼지 말고, 일상의 매 순간에서 찾아야 한다. 우리는 반드시 특별한 일이 있어야만 행복할 수 있다고 착각하며 살아가는 것은 아닐까?

불교에서는 인생을 ‘고(苦)’라고 한다. 현대 정신건강의학에서 본다면, 이는 스트레스(stress)와 같은 개념이다. 삶이 있는 곳에는 항상 고통이 따른다. 살아 있는 한, 고통을 피할 수 없다.

유명한 말들도 이를 뒷받침한다.
“고통을 느낀다는 것은 살아 있다는 증거다.”
“고통이 없다면 얻는 것도 없다.”
“살면서 고통을 못 느끼는 것이 가장 슬픈 일이다.”
즉, 고통 없는 삶이야말로 오히려 불행한 삶일 수 있다.

물고기는 물이 없으면 헤엄칠 수 없고, 새는 공기가 없으면 날 수 없다. 인간도 마찬가지다. 고통이 없다면 성장도 없다. 우리는 거대한 고통의 바다에서 태어났고, 결국 이 바다를 건너야 한다. 하지만 그 과정에서 허우적대며 떠내려가는 삶과 유유히 헤엄치는 삶은 분명 다르다.

우리가 불행을 느끼는 이유는, 당연한 고통조차 피하려 하기 때문이다. 인생의 기본값이 고통임을 받아들이고, 이를 회피하지 말고 마주해야 한다. 같은 상황도 어떻게 인식하느냐에 따라 전혀 다르게 다가온다. 누군가에게 영하 20도의 날씨에 두 시간 동안 서 있는 일은 고통일 수 있다. 하지만 정말 만나고 싶은 사람을 위해 기꺼이 선택한 순간이라면, 그것은

오히려 기쁨이 될 수도 있다. 즉, 고통을 수동적으로 받아들이면 힘들지만, 능동적으로 선택하면 더 이상 고통이 아니다. 결국, 고통을 어떻게 해석하느냐가 중요하다.

고통 자체는 행복도, 불행도 아니다. 그것을 어떻게 받아들이느냐에 따라 행복이 될 수도, 불행이 될 수도 있다. 고통을 다룬다면 행복이 되고, 고통에 갇히면 불행이 된다. 고통은 자기실현의 기회이며, 더 큰 나를 만들 수 있는 기회이다. 그 과정을 통해 우리는 성장하고, 행복을 경험한다. 결국, 우리를 불행하게 만드는 것은 고통이 아니라, 고통을 대하는 태도다.

당신은 지금 고통스러운가? 그렇다면, 그것은 너무나도 자연스러운 일이다. 인생의 기본값이 고통이기에, 우리는 그것을 피할 수 없다. 하지만, 나를 죽이지 못하는 고통은 오히려 나를 더 강하게 만든다. 그리고 고통 속에서도 현재 이 순간, ‘존재(being)’의 행복을 느낄 수 있다면, 그것이 곧 행복이다. 미래를 위해 ‘무엇이 되기(becoming)’ 위해 달릴 때, 여유로운 마음으로 달리기에 몸을 맡길 때 찾아오는 ‘러너스 하이’(runner’s high)처럼, 인생의 기본값인 고통을 잊거나 즐길 수 있다면, 그것 또한 행복이다. 🌻

동국대학교경주병원 정신건강의학과
사공정규 교수

전문진료분야
우울, 조울, 불안, 공황, 불면, 횡병,
소아청소년정신의학, 청소년학부모코칭,
스트레스관리코칭





숨 고르기를 시작해 보자

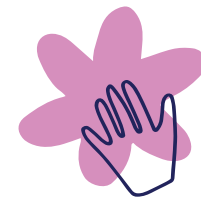
살다 보면 숨 막히는 일들이 많다.
급변하는 국내외 정세, 앞날을 예측하기
힘든 세상에서 우리는 종종 숨이 멎는 듯한
기분을 느낀다.
숨이 막힌다, 숨이 멎는 듯하다고 말하지만
실제로 숨쉬기를 멈추는 것은 아니다.
다만, 스트레스에 노출되고 심한 긴장 상태에
놓이게 되면 호흡이 얇고 빨라지는 일이 많다.
우리 몸에서 산소를 가장 많이 소모하는
기관 중에 심장과 뇌가 있다. 빠른 호흡에 따라
심장도 빨리 뛰고 숨은 더욱 가빠진다.
두근거림과 답답함은 불안으로 이어지고
긴장한 몸과 마음은 더욱 굳어진다.
일시적으로 저산소 상태에 빠진 뇌는
어지럼증과 두통, 심하면 실신을 야기하기도
한다. 몸의 불편감은 다시 마음의 불안과
긴장을 가중시키는 악순환에 빠진다.

이러한 악순환의 고리를 끊는 효과적 방법 중 하나가
숨 고르기이다. 긴장과 스트레스로 점철된 삶을 사는 많은
현대인들이 습관적으로 불완전한 호흡을 한다.

내 숨이 너무 빠른 것은 아닌가? 숨 쉴 때 어깨를 들썩이고
있는가? 입을 열고 숨을 쉬고 있지는 않은가?
한평생 숨을 쉬며 살아왔겠지만 새삼 본인의 호흡 습관을
되돌아볼 필요가 있다.

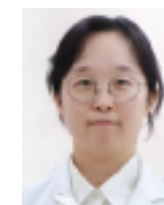
심신의 긴장을 푸는 온전한 호흡 습관을 위해 복식호흡
훈련을 추천한다. 복식호흡은 횡격막의 움직임을 동반한
깊고 느린 호흡이다. 횡격막의 움직임을 눈으로 볼 수는
없지만 윗배에 가만히 손을 올려두면 짐작할 수 있다.
숨 쉴 때 가슴과 어깨의 움직임은 최소화하고 배에 올려둔
손이 움직이는 것을 관찰한다. 들숨에는 입을 다물어
코로만 숨을 쉬어야 한다. 숨이 코를 통해 가슴을 거쳐
배꼽 아래 단전을 채우는 것을 느낀다. 날숨에는 들숨보다
더 긴 시간이 필요하다. 한 번에 숨을 내뿜기보다는 숨을
조금씩 천천히 나누어 내쉬어 단전을 채웠던 숨까지
남김없이 배출시킨다. 날숨에 공기를 천천히 조금씩
내보내기 위해서는 입을 살짝 벌리는 것도 도움이 된다.
들숨에 2~4초를 켜두면 2초 정도 잠시 숨을 참았다가
4~6초에 걸쳐 천천히 숨을 내뿜는다. 숨쉬기 훈련은 언제
어디서든 할 수 있지만, 훈련이 처음이라면 조용하고
편안한 잠자리에 누워 몸과 마음이 이완된 상태에서
시작하는 것이 좋겠다.

복식호흡은 폐 기능을 향상시키고 호흡 근육 강화를 통해
호흡 효율성을 높인다. 심혈관계 건강에도 유익하다.
숨이 깊고 느려지면 지나치게 빠르게 뛰던 심장도 안정을
찾는다. 연구에 따르면 복식호흡을 매일 10~20분씩
실천한 빈맥 환자들의 심박수가 안정적으로 감소하였고,
고혈압 환자에게 4~6주 간 복식호흡을 훈련한 결과
수축기 혈압과 이완기 혈압이 의미 있게 감소하였다.



호흡은 말초 정맥혈의 심장 환류에도 영향을 미친다.
복식호흡은 들숨에 횡격막이 아래로 내려가면서 흉강
내압을 감소시키고 복강내압은 증가시킨다.
이러한 압력차는 하대정맥을 포함한 주요 정맥과
림프관이 말초정맥혈을 심장 쪽으로 더욱 쉽게
이동시키는데 기여한다. 이는 심장에서 우리 몸
구석구석까지 보낼 혈액의 양이 증가함을 의미하며,
특히 하지정맥 환류를 도와 하지 울혈이나 부종을
개선하는 데 유익하다. 복식호흡이 자율신경계에
미치는 영향도 잘 알려져 있다. 자율신경계는 우리의
의지와 무관하게 혼자서도 잘 작동하기 때문에 붙여진
이름이다. 하지만 심한 불안과 긴장, 만성 스트레스는
교감신경 기능 향진을 일으키기도 한다.
연구에 따르면 복식호흡은 스트레스 호르몬의 과도한
분비를 억제하며 자율신경계 건강의 중요한 지표인
심박수 변이도를 안정시켰다. 이는 복식호흡이
스트레스에 대한 저항력을 높이고 자율신경계 균형을
회복시킴을 의미한다. 복식호흡에 의한 심신의 이완과
안정은 불안과 우울 해소, 통증 감소에 기여한다.
그밖에 일부 연구에 의하면 복식호흡은 암 환자의
섭식장애와 체중감소 개선, 만성 기능성 변비에도
효과가 있다.

숨 고르기를 시작해 보자. 토고납신(吐故納新)이라는
말처럼, 묵은 숨은 다 내보내고 새 숨을 충분히 천천히
깊게 들이마셔 맑은 정신, 건강한 몸을 만들자. 🌸



동국대학교일산한방병원
한방내과

김미경 교수

전문진료분야 ▶ 소화기질환(간장/담도/신경성),
간계질환(피로/두통/어지럼/떨림), 한양방협진임클리닉,
혈액중양(빈혈/어혈), 해독(금주, 각종 중독, 약물이상반응)



따뜻한 손길, 피어나는 희망

동국대학교일산병원
사회사업실

병원이용에서 퇴원까지 맞춤서비스 제공

연(緣)을 맺어 자비를 실천하다

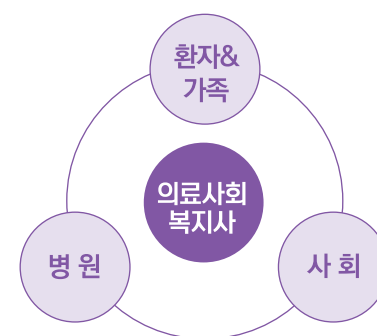
환자와 가족이 병원을 이용하는 과정에서 발생하는 심리적, 경제적, 사회적 어려움을 해결하기 위해 전문적인 상담을 제공하고, 사회적 자원을 연결하는 곳이 사회사업실이다.

동국대학교일산병원 사회사업실은 2005년 부처님의 자비정신을 바탕으로 설립되었다. 심리·사회적 문제로 인해 치료 과정에서 어려움을 겪는 환자와 가족들에게 자비 나눔과 지원의 손길을 통하여 환자와 가족들이 고민하고 있는 문제들을 해결하고 원활하게 치료받을 수 있도록 돕는 진료 지원 부서다.

사회사업실 남현미 파트장은 “사회사업실에서는 환자와 가족이 질병으로 인해 경험하는 다양한 어려움에 대처할 수 있도록 심리·사회적 문제, 지역사회 연계, 퇴원계획 및 사회복귀 문제 등의 맞춤형 상담을 제공합니다. 병원 생활에 어려움이 있으면 언제든지 찾아주세요.”라고 설명한다.



사회사업실에서는 어떤 일을 하나요?



심리 사회적 문제 ▶ 질병에 대한 이해 및 수용과 치료 순응을 위한 심리정서적 지원

재활 상담 ▶ 장애수용, 직업재활 등 사회복귀를 위한 상담

경제적 문제 ▶ 의료비 지원 연계, 국가 보장제도 안내, 후원기관 발굴

퇴원계획 상담 ▶ 퇴원에 대한 불안과 두려움을 감소시켜 치료 유지 및 원활한 사회 복귀를 위한 상담

지역사회 자원 연계 ▶ 지속적인 서비스 제공 및 사후 관리를 위한 지역사회 복지기관 연계

입원 치료를 받던 80대 환자가 퇴원해야 할 날이 되었다.

그러나 가족도 없이 고시원에 거주하던 그는 걸을 수 없다며 퇴원을 거부했다.

기초생활수급자도 아니었기에 마땅한 해결책을 찾기 어려웠다. 이때, 해결사가 등장했다. 바로 사회사업실.

사회사업실에서는 환자가 거주하는 지역의 사회적 자원을 발굴하고, 퇴원 후 생활을 지원할 방안을 모색했다.

지역사회와 연계해 도움을 받을 수 있도록 하고, 지속적인 돌봄이 가능하도록 환자 관리 계획을 수립했다.

그 덕분에 환자는 더 이상 막막한 마음으로 병원을 떠나지 않아도 되었다.

의료진과 사회사업실이 함께 만든 안전한 길 위에서 삶의 희망을 이어갈 수 있었다.



또한, 후천적으로 장애를 겪게 된 환자들에게 재활 과정은 단순한 치료를 넘어 새로운 삶에 적응하는 과정이기도 하다. 교통사고, 뇌 손상 등으로 인해 재활이 필요한 환자들은 퇴원 후에도 지속적인 치료와 적응 과정이 필요하지만, 이를 어디서 어떻게 받아야 할지 모르는 경우가 많다. 사회사업실은 환자의 상태에 맞는 치료 기관을 안내하고, 퇴원 후 치료계획을 함께 세우며, 치료 과정에서 겪는 감정적 불안까지도 덜어주려 노력한다.

이뿐만 아니라, 병원 이용 자체에 어려움을 느끼는 환자들도 많다. 특히 취약계층이나 정보 접근성이 낮은 환자들은 거주지역의 행정복지센터나 구청을 통해 병원을 찾게 되는 경우가 있다. 하지만 의료시스템에 대한

이해가 부족하거나 질병과 치료에 대한 두려움이 클 때, 사회사업실은 그들에게 맞춤형 상담을 제공하며 환자가 보다 안정적으로 치료를 받을 수 있도록 돕는다.

암 진단과 같은 중대한 질병을 마주한 환자들은 수술 후 예후나 치료 방향을 결정하는 과정에서 많은 혼란을 겪는다. 사회사업실은 환자가 질병에 대한 정보를 보다 쉽게 이해하고, 자신의 건강 상태에 대해 충분한 설명을 들을 수 있도록 돕는다. 이를 통해 환자들이 막연한 두려움을 떨고, 신중하고 올바른 치료 선택을 할 수 있도록 지원하는 것이다.



동국대학교일산병원 사회사업실

자원봉사자

병원 곳곳에서 환자와 가족들을 따뜻하게 감싸주는 이들이 있다. 이름도 얼굴도 잘 알려지지 않았지만, 밝은 미소와 따뜻한 마음으로 병원의 한 편을 채운다.

자원봉사는 부처님의 생명존중 사상과 자비의 정신에 입각하여 도움이 필요한 모든 생명체에게 자발적 의지와 무소유의 정신으로 필요한 서비스를 제공하는 실천행이다. 동국대학교일산병원에는 150여 명의 성인 자원봉사자들이 병원 곳곳에서 자비와 사랑의 나눔을 실천하고 있다. 이들은 주로 외래안내, 진료안내, 무인수납기 사용안내 같은 내원객 안내부터 휠체어를 이용한 환자이동, 서류 및 기계이송, 차트 정리 및 의무기록실 업무보조, 법당의 예불준비, 법당 안내 등 도움이 필요한 곳에서 다양한 역할을 수행하고 있다.

이러한 활동은 주로 담당 의료진의 요청으로 이루어진다. 요청이 접수되면 사회사업실에서 환자를 상담하고, 사회사업적 진단에 따라 전문상담과정으로 진행된다. 사회사업실은 단순히 행정적 지원을 넘어, 환자들이 치료 과정에서 겪는 어려움을 함께 나누고 해결 방안을 모색하는 든든한 동반자이다.

수련기관으로서 전문 인력 양성에도 기여

동국대학교일산병원 사회사업실에는 남현미 파트장을 비롯해 3명의 의료사회복지사가 근무하고 있다. 이들은 전문적 임상훈련과 자격을 갖춘 의료사회복지사, 정신건강사회복지사들로 진료과별로 담당을 맡아 초기 상담부터 퇴원 상담까지 책임제로 운영한다. 매주 사례분석 회의를 통해 보다 나은 해결을 모색하며 환자에게 최선의 지원을 제공하고자 노력한다.

남현미 파트장은 “안타까운 사례를 많이 접하기



때문에 부서원들의 소진 관리와 스트레스 예방이 중요합니다. 이를 위해 슈퍼비전 제도를 활용하여 지속적으로 자기 점검을 하고, 지치지 않고 업무를 지속할 수 있도록 체계적인 지원 시스템을 운영하고 있습니다”라고 설명한다.

동국대학교일산병원은 정신건강사회복지사, 의료사회복지사 수련기관으로 지정되어 있다. 이에 따라 사회복지사들이 전 의료영역의 전문자격 취득을 위한 임상 수련을 받을 수 있는 교육기관으로서의 역할도 수행하며 의료사회복지 분야의 전문 인력 양성에도 기여하고 있다. 🌸

매일 새롭게 시작하는 마음으로

잠에서 깨어나자마자 세수를 하고, 부처님 전에 새벽 예불을 올린다. 나의 일상은 새벽 예불부터 시작한다. 어두컴컴하고 고요하고 적막한 새벽 시간이 좋다. 이 시간이 가장 정신이 맑고 또렷한 시간이다. 부처님 전에 촛불을 켜고 새벽 예불을 하고, 108배와 참선으로 고요하게 깨어있음으로 마음을 다잡고 살펴본다. 하루를 어떤 마음으로 시작하여 어떻게 보낼 것인지 스스로 점검하고 마음을 다잡는 소중한 시간이다.

고요한 새벽 예불을 마치고, 우리 절 앞에 산책을 나가면 경치가 매우 멋지다. 북한산이 보이는 산책길을 따라서 걷다 보면 창릉천에서 놀고 있는 청둥오리, 왜가리, 백로도 볼 수 있고, 북한산에서 떠오르는 일출도 볼 수 있다. 산책하다가 자주 일출을 보는데, 볼 때마다 가슴이 두근거리고, 경이로움에 벅차오른다. 오늘도 일출을 볼 수 있다니…. 이렇게 아름다운 일출을 볼 수 있음에 무한한 감사 인사를 하게 된다.

시작할 때는 목표를 정하고 다짐, 약속, 각오를 하게 된다. 어떤 목표를 세우고 얼마나 꾸준히 실천할 수 있을까? 목표를 정하고 작심삼일로 끝나지 않으려면 어떻게 해야 할까?

“

초발심시변정각(初發心時便正覺),
시작할 때의 마음가짐이
올곧고 흔들림이 없으면,
끝까지 반드시 성취할 수 있다.

”

일단 목표를 정할 때는 실현 가능한 목표를 세워야 한다. 마음이 너무 앞서서 무리한 목표를 세우면 시작하기도 전에 포기하게 된다. 할 수 있는 범위를 가늠하고, 스스로 능력을 객관적으로 판단하여 자신의 능력과 한계에 맞게 목표를 세운다.

그리고 나면 매일매일 그 목표를 향해서 어떻게 구체적으로 실천할 것인지 스스로 점검하는 시간이 필요하다. 자신의 능력껏 열정을 충분히 쏟고 있는지 잘 살펴야 한다. 그렇게 살피고 점검하는 시간을 통해서 장기 계획, 단기 계획을 세우고 실천해 나갈 수 있다. 계획을 중간에 수정하여 늘리거나 줄일 수도 있다.

계획을 실천하는데 함께 할 수 있는 친구, 도반이 있다면 더 좋을 것이다. 부처님께서는 깨달음을 성취함에 있어서 함께 수행 정진하는 좋은 도반이 곁에 있다는 것은 수행의 전부라고 말씀하셨다. 같은 목표를 향해서 나아갈 수 있는 누군가가 있다는 것만으로도 큰 힘이 될 것이다. 만약 그런 친구가 없다면 혼자서 두박두박 씩씩하게 나아가는 것도 좋다.

처음 발심한 것이 곧 깨달음이라는 뜻의 ‘초발심시변정각(初發心時便正覺)’이라는 법성계의 유명한 구절이 있다. 시작할 때의 마음가짐이 올곧고 흔들림이 없으면, 끝까지 반드시 성취할 수 있다는 말씀이다. 물론 중간에 포기하지 않고 노력과 정진을 게을리하지 않아야 가능한 일이다.

매일 떠오르는 일출을 보면서 오늘 또 어떤 하루를 살아갈까? 생각하게 된다. 바로 지금 이 순간이 더없이 소중하고 값지고 아름다운 시간임을 알기에 시간을 함부로 낭비할 수 없다.

태양이 매일 묵묵히 떠오르듯이 언젠가는 이루게 될 목표를 향해서 오늘도 자신감, 열정과 의지를 갖고 나아간다. 중간에 포기하지만 않으면 이루게 될 모든 사람들의 꿈을 응원한다. 온 세상을 환하게 비추고 있는 눈부시게 밝은 태양처럼 우리의 인생도 매 순간 이렇게 찬란하게 빛나고 있음을 기억하며, 매일 다시 새롭게 시작한다. 🌻

글 무여스님

現 고양시 보리선원 주지 / 유튜브 '무여스님 TV' 운영 / 달마사 · 화계사 · 연운사 불교대학 강사 / 저서 <우리 함께 떠나요>

템플 스케치

강원도
오대산
상원사

글·그림 배종훈

낮에는 중학교에서 국어를 가르치고, 밤과 주말에는 여행하고, 그림을 그리고, 글을 쓰며 느긋한 외로움을 즐기고 있다.
 <출간도서> 유럽을 그리다, 처마 끝 풍경이 내게 물었다, 마음을 두고 와도 괜찮아, 행복한 명상카툰 외 다수.

낮선 절집에서
하룻밤

#1 절집에 가서 하루를 보낸다면 하고
 마음을 먹는 순간 난 이미 오대산 상원사를
 달리고 있었다. 사찰이라고 하면 제일 먼저
 떠오르는 것은 언제나 모든 것을
 백색 눈으로 덮은 산 속의 고찰.

그냥 거기에 자리 잡고 있을 그 절집
 마당에서 달을 바라보고, 까만 밤을
 하얗게 만드는 눈을 맞고 싶게 하는 계절에
 관련없이 떠오르는 곳이 있다.

하지만 눈을 감으면 한 번에 날아가는
 상원사와 달리 차를 몰아 가야하는
 상원사는 다른 곳이었다.
 늦은 시간에 출발해 도착한 숲길은
 너무 어두웠고, 8킬로쯤 되는 길을 두 발로
 걷는 속도보다 느리게 네 발로 기어갔다.
 마지막으로 만난 절 입구 언덕에서
 타이어마저 펑크가 나고 날이 완전히
 어두워졌다. ‘내가 미쳤지’하는 소리가
 수백 번 입 밖으로 나오고 싶어 안달이었다.
 다행히 산을 내려오는 여러 등산객들의
 도움을 받아 상원사 주차장에 차를 세웠다.

어둡고 아직도 남은 잔설로 미끄러운
 계단을 오르면서도 후회는 계속됐다.
 그리고 마지막 계단.

문수전 마당에 올라서고는 상상으로
 한 번에 날아온 상원사를 다시 마주했다.

참 고약하고, 번덕스럽고, 뻔뻔한 마음이다.
 ‘하필이면 아직은 추운 때에 여길
 왜 왔나...’했던 그 마음은 이미 없었다.

처음 상원사에 가서 절집 그림을 그린다고
 들었던 다시 그 밤이었다.



2

저녁 예불시간.
스님의 독경이 끝나자 죽비소리에 맞춰
모두 참선에 든다.
적막. 적멸의 시간이다.

법당을 이룬 목재들이 내는 삐걱삐걱,
두런두런, 들썹들썹 소리도 적멸의 순간
모두 숨을 죽이고 있었다.

그 찰나의 한 순간.

마음이 혼란스러운지 집중이 되질
않았다. 편안치 못한 내 숨소리가
세상에서 혼자 소음을 만들어
내고 있는 것 같다. 대리석으로 된 바닥에
유리 구슬 한 통을 쏟아버리고 어쩔 줄
몰라하는 기분이었다.
나를 제외한 모든 이들이 같은 생각,
같은 행동을 하고 있을 때 느껴야하는
고독함을 또 마주쳤다.

하지만 그 고독을 견디고 즐겨서
내가 지금 이 자리에 이렇게 앉아있다는
생각이 들었다. 그 생각에 도달하면서
자연스럽게 적멸의 시간에 슬쩍
끼어들 수 있었다.

느긋하게 외로움과 고독을 즐겨야 할
시간이다.



3

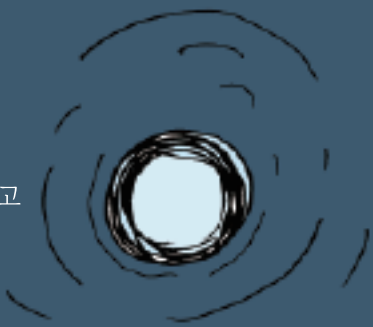
새벽, 일어나고 싶지 않았지만
늦게 마신 커피 때문에 어쩔 수
없이 잠이 깼다.
해우소를 다녀오는 길에
푸르스름한 달을 만났다.

‘제가 여기 계신 달님 보러
이렇게 왔습니다.’라고 하니
달은 푸른 웃음을 지었다.

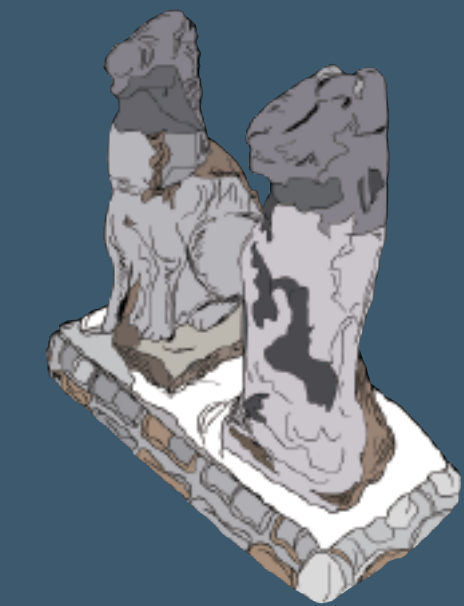
다시 방에 들어가 남은 잠을
자기엔 아쉬운 새벽이었다.
조심조심 절 마당을 걷다가
문수전에서 새어나오는

노란 불빛에 나방처럼
그리로 다가섰다.
법당 안에는 새벽 예불을
준비하느라 불을 밝히는
노보살님이 혼자 합장을 하고
있었다. 들어설까 잠시
주춤하다가 돌아섰다.

가끔은 오롯이 나홀로 있고
싶은 순간의 마음이 날 붙들어
둘려 세웠다.



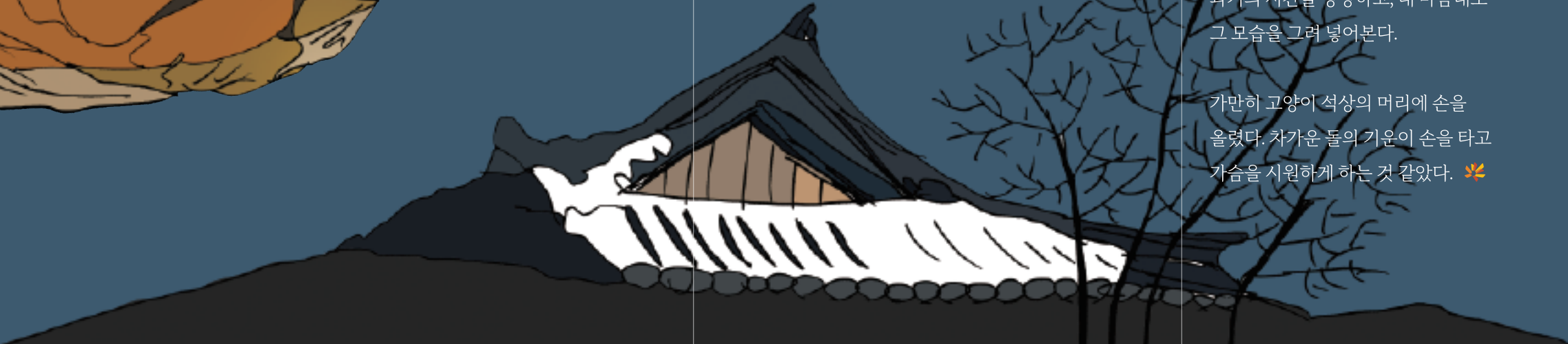
4



어제 저녁 도착했을 때부터 문수전
계단 옆에 놓인 석상이 궁금했다.
시간이 그 형상을 모두 흘러버렸지만
분명 네발 달린 짐승의 모습을 하고
있었다. 상원사 홈페이지를 찾아보니
조선의 임금 세조의 목숨을 구한
고양이를 기리는 의미로 만든
고양이 석상이라고 했다.

나는 사찰에 있는 오래된 석물을
좋아한다. 폐사지에도 석물은 남아
그 자리의 시간을 말하고 있기 때문이다.
부처의 얼굴이 남아 있지 않은 석불,
흐릿한 연꽃문양, 날개의 일부가 남은
비천상 등을 보면서 그 자리에 있었을
과거의 시간을 상상하고, 내 마음대로
그 모습을 그려 넣어본다.

가만히 고양이 석상의 머리에 손을
올렸다. 차가운 돌의 기운이 손을 타고
가슴을 시원하게 하는 것 같았다. 🌸



아버지가 갑자기 돌아가시면 무엇을 어떻게 해야 할까?

가끔씩 뜻하지 않은 소식이 찾아온다. 특히 사랑
하는 가족을 잃는 일은 그 자체로 슬픔을 가져오지만,
그 이후에 가족으로서 짊어지고 가야 할 법적인 책임도
크다. 평소에 건강한 줄로 알았던 부모님이 갑자기 돌아
가실 경우에는 대비할 틈도 없다.

성기훈(가명)은 아버지 성일남(가명)과 의절했다.
가업을 이어받으라는 아버지 성일남의 권위적이고 고압
적인 태도가 못마땅해서 성기훈은 집을 가출해서 10년
이상 아무 연락도 없이 살았다. 어머니는 어릴 때 돌아
가셨고, 남은 형제가 2명이 있는데, 모두 각자 남처럼
살고 있었다. 그런데 갑자기 병원에서 아버지의 부고
소식을 듣게 된 것이다. 성일남은 봄을 맞이해서 지리산
등반을 하다가 절벽에서 떨어져 즉사했다.

성기훈은 아버지 성일남이 그동안 어떻게 살아왔
는지 전혀 모르고, 다른 형제들의 연락처도 모른다.
아버지가 살던 빌라에 방문했더니, 임대인 장덕수
(가명)는 성기훈에게 성일남이 화장실 구조를 변경하고,
보일러를 교체해 놓아서 원상회복 안 하면 보증금을
줄 수 없다고 엄포를 놓는다. 성기훈은 무엇을 어떻게
해야 할까?

첫째로, 사망신고를 하고 나서 상속재산을 확인
해야 한다. 정부 24시 또는 가까운 주민센터에 안심
상속 원스톱서비스를 신청하면 상속재산을 확인할 수
있다. 부동산, 자동차, 금융거래 내역을 확인할 수
있는데, 제출된 금융거래내역만으로는 정확히 얼마의
금융채권 채무가 있는지 확인이 어려워서 개별 금융
기관에 따로 연락해보고 자료를 확보해 두어야 한다.

둘째로, 변호사로부터 상속에 대하여 상담을 문의
할 필요가 있다. 상속 관련된 법률관계는 상당히 복잡
하게 얽혀있는 경우도 많다. 예를 들어 아버지 사망 후에
혼외자가 있었다는 것을 알게 되어서 분쟁이 확대되는
경우도 있다.

셋째로, 확보된 자료를 기초로 상속 포기 여부를
신속하게 결정해야 한다. 상속 포기는 상속개시를 안

날로부터 3월 내에 할 수 있는데, 위 기간은 순식간에
지나갈 수 있어서 서둘러서 확보할 필요가 있다(가정
법원에 연장신청 가능). 제때 상속 포기를 하지 않게
되면 나중에 상속채무가 상속재산을 초과할 때 상속
채권자로부터 소송을 당하는 경우가 생길 수 있다.
성기훈을 포함한 1순위 상속인인 형제들이 상속을
전부 포기하면 성기훈의 자녀가 상속을 받게 될 수
있고, 그 후순위 상속인들에게 상속이 순환하는 경우도
생길 수 있다. 그래서 공동상속인 중 1명은 한정승인을
하고, 나머지 상속인들은 상속 포기를 하는 형태로 상속
재산을 정리하는 경우도 많이 있다.

넷째로, 병원비, 장례비로 지출한 금액이 있다면
지출증빙 서류를 잘 정리해 두어야 한다. 다른 형제들이
성기훈과 공동 상속하게 된다면 병원비, 장례비는
공동으로 상속 지분에 따라서 지출해야 하고, 성기훈이
먼저 지출한 금액이 있다면 다른 형제들에게 구상할
수 있기 때문이다.

다섯째로, 임대인 장덕수에 대해서는 임대차계약서,
임차인 성일남의 월차임 입금내역, 월세나 관리비 연체
내역을 제공해달라고 요청해 두어야 한다. 장덕수가
원상복구를 요구하고 있는데, 원상복구는 원칙적으로
원상복구를 주장하고 있는 임대인 장덕수가 입증할
책임이 있다. 그래서 장덕수에게 임대차계약 당시 방의
상태(원상)를 알 수 있는 사진 등 자료를 제공해달라고

요청할 필요가 있다. 장덕수가 원상복구에 필요한 증거
자료를 제출하지 않는다면 성기훈은 빌라 내 유품을
정리하고 건물을 인도하면 보증금 반환을 청구할 수
있다.

위와 같이 오래도록 연락을 하지 않고 지내던 가족이
갑자기 돌아가시면 해야 할 일이 많다. 이러한 의무
이행에 소홀히 하게 된다면, 나중에 억울하게 상속
채무를 전부 부담하게 되는 불이익을 입을 수 있다.
성기훈은 제때에 전문가로부터 적절한 조언을 받아서
상속 관련 분쟁을 문제없이 해결할 수 있었다. 🌻

글 주상은

現 원앤파트너스 법률사무소 변호사.
재개발, 재건축 부동산 및 건설 전문 변호사로서, 수용재결, 손해배상 등
다양한 민사사건을 다룬다.



드디어 시작하는 명상 입문

요란하게 돌아가는 세상과 함께 덩달아 소란스러운 마음을 안고 지내는 요즘입니다. 연초의 싱숭생숭함도 어김없이 저를 찾아와 지나간 과거를 몇 번이고 곱씹어 보고, 알 도리가 없는 미래를 전전긍긍 걱정하고 있는데요. 비슷한 상황에 처하신 분들이 적지 않으리라 여겨 가져온 책이 《드디어 시작하는 명상 입문》입니다. ‘명상’이라는 단어를 볼 때 어떤 이미지가 머릿속에 떠오르시나요? 아름다운 노을이 지는 고요한 호숫가에서 연꽃 같은 가부좌 자세를 취한 사람의 평화로운 뒷모습일까요? 명상을 하기 위한 특별한 장소와 때가 있어야 한다고 믿으시나요? 그래서 시끄러운 도심 속 정신없이 바쁜 매일을 살아가는 나와는 먼 이야기라고 여기고 계신가요? 만약 그렇다면, 이 책은 여러분을 위한 책입니다.

“명상은 언제 어디서나 할 수 있다. 처음에는 하루 5분으로 시작하면 충분하다. 자신의 환경과 조건에 맞게 서서히 시간을 늘려가면 된다. 특별한 장비가 필요한 것도 아니다. 오직 우리의 몸과 마음, 들이쉬고 내쉬는 호흡만이 필요하다.”

저자가 말하는 명상은 오히려 근육 운동과 비슷합니다. 집에서, 혹은 회사에서, 언제 어디서나 일상을 살아가는 중에 틈틈이 할 수 있습니다. 특별한 도구도 필요하지 않고, 자신의 환경과 조건에 맞춰 하면 된다고 하네요. 이론만 잘 이해한다고 되는 것이 아니라, 직접 실천해야 눈으로 효과를 볼 수 있다고요. 중요한 것은 의지와 꾸준한 실행입니다.

삶을 변화시키는 지혜, 명상!
소란한 마음에서 벗어나
풍요로운 지금을 사는 비결



드디어 시작하는 명상 입문
저자 신진욱

그러려면 ‘왜 해야 하는가’를 잘 알고 있어야 하겠죠. 왜 명상을 할까요? 하루에도 수십번 과거와 미래를 오가며 현재에 집중하지 못하는 우리의 마음이 ‘지금, 이 순간’에 초점을 맞추도록 하기 위해서입니다. 나를 둘러싼 현실에서 고개를 돌리려 할수록 스트레스는 늘어나기만 합니다. 지금을 살아가는 사람만이 지금을 즐길 수 있다는 말은 번하지만 그만큼 틀리지 않은 이야기라고 생각합니다.

특히 저자가 집중하고 있는 마음챙김 명상은 편견이나 욕구의 방해 없이 사물과 현상의 진실한 모습을 통찰하는 위빠사나 명상과 호흡을 이용한 수행법인 사띠 명상에 뿌리를 둡니다. 고대로부터 이어져 온 불교 수행법이지만, 아시아를 넘어 유럽과 미주 대륙으로 전파되는 과정에서 의료계를 비롯한 다양한 분야의 관심을 얻었습니다.

“마음챙김이란 현재의 순간에 집중해 늘 깨어 있는 상태로, 자신이 살고 있는 ‘바로 이 순간’에 충실한 방법이다. 현재의 존재에 충실한 것은 불안과는 대립하는 개념이다.”

이리저리 요동치는 마음을 잠재우고 집중력을 향상시키며, 감정과 판단의 필터 없이 현실을 보는 새로운 시각을 열어 주는 마음챙김 명상은 이제 종교의 울타리를 벗어나 더 나은 삶을 살고자 하는 이들의 생활 방식으로 자리 잡고 있습니다.

“바깥세상은 당신이 충분하지 못하다고 끊임없이 말하지만, 그걸 믿을 필요는 없다. 명상은 그런 거짓말에 넘어가지 않을 힘을 준다.” 미국 ‘토크쇼의 여왕’으로 불리는 오프라 윈프리의 말입니다. ‘불안 사회’라고도 불리는 현대 사회에서 우리는 자주 미래를 위해 오늘을 희생하고, 과거의 기억에 매달려 지금을 흘려보내죠. 두려움과 괴로움에서 비롯된 불안이 집착을 만들고 현실을 있는 그대로 보지 못하게 만듭니다.

이 책은 마음챙김 명상으로 이러한 상태에서 벗어나 오랫동안 잊고 있었던 자연스러운 열정과 활력, 평정심을 되찾아고 말하고 있습니다. 있는 그대로의 현실을 보고 삶의 통제권을 잡는 순간 괴로움으로부터 자유로워지는 문이 열립니다. 불안의 파도가 넘실거리는 삶이라는 바다에 능숙하고 우아한 태도로 대처하는 법, 명상을 시작해 보시는 건 어떨까요. 🌸

DUMC NEWS

동국대학교일산병원
동국대학교일산한방병원

의료 질과 환자 안전성 입증, 적정성 평가 최우수 1등급 획득

동국대학교일산병원이 건강보험심사평가원의 적정성 평가에서 최우수 등급인 1등급을 획득하며 의료 질과 환자 안전성에 있어 우수성을 입증했다. ‘관상동맥우회술 적정성 평가’에서 7회 연속으로 1등급을, 이어 발표된 ‘수술의 예방적 항생제 사용’ 적정성 평가에서도 종합 점수 94.6점을 기록하며 종합병원 평균 점수인 65.8점을 크게 상회했다. ‘수혈 적정성 평가’에서도 95.0점을 기록하며 1등급을 획득했다. 또한, ‘위암’과 ‘폐암’ 적정성 평가에서도 환자 중심의 다학제 진료와 전문성을 바탕으로 1등급을 유지하며 암 치료 분야에서도 신뢰를 얻었다. 특히, 암 환자 대상 다학제 진료 비율에서는 같은 종별 평균을 두 배 이상 웃도는 점수를 기록하며 폐암 치료의 차별성을 보여줬다. 이번 성과는 동국대학교일산병원의 꾸준한 노력과 환자 중심 의료 서비스의 결실로 평가 받고 있다.

2024년 응급의료기관 평가 최우수 A등급 획득

동국대학교일산병원은 지난 1월 3일 보건복지부가 발표한 ‘2024년 응급의료기관 평가’에서 최상위 등급인 A등급을 받았다. 이번 평가는 △인력 △시설 △장비 등 필수 영역과 함께 △안전성 △효과성 △적시성 △기능성 △공공성 등 8개 주요 평가 항목을 종합적으로 검토하여 이뤄졌다. 응급의료기관 평가는 보건복지부가 주관하는 응급의료 서비스의 질적 수준 향상과 응급의료 체계의 효과적인 운영을 위한 평가로 권역응급 의료센터, 지역응급의료센터, 지역응급의료기관을 대상으로 매년 시행하고 있다.

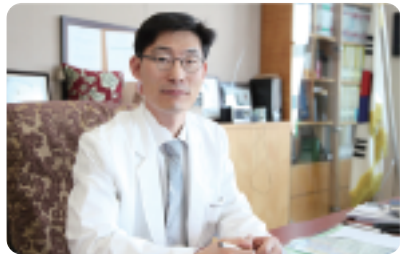
신경과 김동익 교수팀 연구 성과, 국제저명학술지 테라노스틱스 표지 논문 선정

동국대학교일산병원 신경과 김동익 교수 연구팀이 하버드 의대 Eng Lo 교수 및 Cenk Ayata 교수 그리고 서울대 보건대학원 성주현 교수 등과 함께 수행한 ‘Inhibition of nitric oxide synthase transforms carotid occlusion-mediated benign oligemia into de novo large cerebral infarction’ 연구 결과가 국제저명학술지 테라노스틱스(Theranostics; impact factor 12.4) 최신 호의 표지 논문으로 선정됐다. 김동익 교수는 5년에 걸친 국제공동연구를 통해, 같은 경동맥이 막히더라도 (그리고 막힌 경동맥을 우회하여 뇌 혈류를 공급하는 측부 혈관의 발달 정도가 비슷해도) 환자에 따라 뇌경색이 발생하지 않거나, 발생하더라도 병변 크기와 중증도가 크게 달라지는 이유를 규명했다.



동국대학교일산한방병원 김동일 교수, 보건복지부장관 표창 수상

동국대학교일산한방병원 한방여성의학과 김동일 교수(現 동국대학교일산한방병원장)가 한의학 의료 표준화와 과학화에 기여한 공로를 인정받아 2024년 12월 31일 보건복지부 장관 표창장을 수여받았다. 김동일 교수는 난임, 임신오조, 산후풍 등 3개 질환에 대한 한의표준임상진료지침 개발 연구를 수행하며, 한의학 치료의 과학적 근거를 강화하는 데 앞장섰다. 또한, 월경통 한의 치료에 대한 연구를 통해 명확한 치료 근거를 확립하는 등 한의학 발전에 크게 기여했다.



산부인과 난임 클리닉, ‘경기도지사 표창’ 수상

동국대학교일산병원 산부인과 난임 클리닉이 2024년 12월 31일 경기도지사 표창장을 수상했다. 난임 클리닉은 난임 부부를 대상으로 전문 진료를 제공하며, 저출산 극복을 위한 다양한 정책 발굴과 난임 부부 지원에 앞장서 왔다. 특히, 난임 부부에게 필요한 정책을 제안해 경기도 난임 관련 정책 변화에 기여한 공로를 인정받았다. 난임 클리닉 윤상호 교수는 “이번 수상은 난임 부부의 어려움을 함께 나눈 노력의 결과”라며, “앞으로도 난임 극복과 건강한 출산 환경 조성을 위해 최선을 다하겠다”고 밝혔다.



산부인과 난임 클리닉
윤상호 교수



산부인과 난임 클리닉
김란희 교수

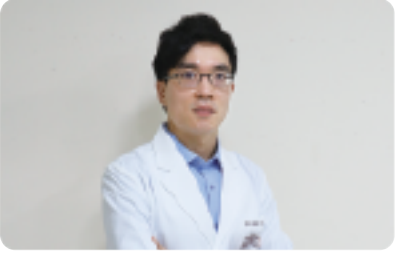
응급의학과 서준석 교수, ‘경기도지사 표창’ 수상

응급의학과 서준석 교수가 2024년 12월 27일 구급 지도의사로서 경기도 구급 서비스 발전에 기여한 공로를 인정받아 경기도지사 표창장을 수상했다. 서준석 교수는 경기소방재난본부에서 경기도 내 구급대원들을 대상으로 직접 의료 지도를 수행하며, 구급대원의 전문성과 현장 대응 능력을 강화하기 위한 다양한 전문 교육 프로그램을 제공해 왔다. 또한 구급활동 자문과 함께 포천 소방서 구급 지도의사로서 활동하며 지역 내 구급 시스템의 개선과 응급환자 대응 체계 개선에 크게 기여했다.



정형외과 이도원 교수, ‘무릎 골관절염 진행에 대한 검증된 머신 러닝 모델’ 제시

정형외과 이도원 교수의 무릎 골관절염 진행 예측 머신러닝 모델 개발에 대한 연구가 지난 10월 정형외과 최고 권위지인 미국 정형외과 연구학회지(Journal of Orthopedic Research)에 게재됐다. 이번 연구는 머신러닝 기술을 활용해 환자의 개인별 데이터를 분석함으로써 골관절염 진행을 조기에 예측하고 효과적인 치료 계획을 세우는 데 기여할 수 있는 실질적인 도구를 제시했다.



신경과 김남희 교수, 대한신경근육 질환학회 ‘우수 논문상’ 수상

동국대학교일산병원 신경과 김남희 교수가 2024년 대한신경근육질환학회 제12차 학술대회에서 ‘우수 논문상’을 수상하며 연구 성과를 인정받았다. 김남희 교수는 ‘불행한 풍선, 아산화질소로 유발된 아급성 연합성 척수변성증: 환자군 연구 (Unhappy Balloon, Nitrous Oxide-induced Subacute Combined Degeneration of the Spinal Cord: A Review of Case Series)’ 논문을 통해 아산화질소 남용이 유발하는 척수 병증의 임상적 특징을 규명했다. 이 연구는 특히 질환의 조기 진단과 적절한 치료의 중요성을 제시한 점에서 큰 의미를 가진다.



산부인과 김희선 교수, 일산동구경찰서 감사장 수상

동국대학교일산병원 산부인과 김희선 교수가 제79주년 경찰의 날을 맞아 일산동구경찰서로부터 감사장을 수여받았다. 김희선 교수는 경찰 업무에 대한 깊은 이해와 적극적인 협조를 바탕으로 일산동부경찰서 안보 자문협의회 위원 등으로 활동하면서 경찰행정 발전에 기여한 공을 인정받았다. 특히, 지역 사회 안전망 구축과 협력 체계 강화에 중요한 역할을 수행하며 경찰과의 긴밀한 협력을 이어온 점이 높게 평가되었다.



동국대학교경주병원
동국대학교경주한의원

약사여래불 서원 수계법회 봉행

동국대학교경주병원은 2월 10일 병원 약사전에서 동국대학교 이사장 운곡 돈관 큰스님 초청 ‘제4회 약사여래불 서원 수계법회’를 봉행했다. 이날 수계법회에는 정주호 병원장, 황민섭 한방병원장, 지도법사 해능스님 등을 비롯해 교직원 200여 명이 수계를 받았다. 전계사로 모신 이사장 돈관 큰스님은 마정수기로 수계의식을 진행한 뒤 “약사여래불 서원십계를 수지하여 거울삼아 생명의 존엄함을 수호하고 스스로가 주인공으로 참된 동국인의 삶을 살아갈 것”을 당부했다.



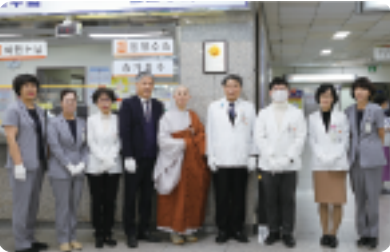
최첨단 로봇수술장비 ‘다빈치 SP’ 추가 도입

동국대학교경주병원은 최첨단 로봇수술 시스템 ‘다빈치 SP’를 추가 도입했다. 로봇수술장비인 다빈치 SP는 2.5cm의 단일 절개를 통해 수술이 가능하며 통증 및 출혈 감소, 흉터의 최소화로 환자의 만족도가 높다는 것이 특징이다. 또한 하나의 로봇팔에서 수술 기구 3개와 고화질 카메라가 나와 여러 방향으로 자유롭게 움직여 사람의 손으로 접근하기



어려웠던 부위에서도 정교한 수술이 가능하다. 이로써 동국대학교경주병원은 경북 최초 4세대 로봇수술장비 2대를 운영하게 되었다.

4주기 ‘종합병원 인증 의료기관’ 인증 획득
동국대학교경주병원이 보건복지부 주관 ‘4주기 종합병원 인증의료기관’으로 지정됐다. 의료기관 인증제도는 의료서비스의 질과 환자 안전 수준을 제고하기 위해 도입된 제도로서, 국제 수준의 엄격한 평가 기준을 통과한 의료 기관에 부여된다. 동국대학교경주병원은 △환자안전보장 활동 △환자 진료 △의약품관리 △환자안전 활동 △감염 관리 △시설과 환경관리 등 종합병원 기준 총 512개의 조사항목 전반에서 안전성과 전문성을 검증 받았다.



수술의 예방적 항생제 · 수혈 적정성 평가 1등급 획득
동국대학교경주병원이 건강보험심사평가원이 발표한 ‘수술의 예방적 항생제 및 수혈 적정성 평가’에서 1등급을 획득했다. 수술의 예방적 항생제 사용 적정성 평가는 수술 관련 예방적 항생제 사용실태를 파악하고 적정 항생제 사용을 유도하기 위해 평가하고 있다. 동국대학교경주병원은 95.3점으로 전체평균 57.8점보다 월등히 높은 점수를 받았다. 또한 수혈 적정성 평가는 의료기관의 수혈 관리와 환자 안전 수준을 종합적으로 평가하기 위해 이뤄졌으며, 8개 항목에서 고루 높은 점수를 받아 종합점수 95.0점으로 1등급을 획득했다.

동국대학교분당한방병원

초등학교 입학 교직원 자녀 축하선물
동국대학교분당한방병원 불자모임 마니회는 2월 19일 초등학교에 입학하는 자녀를 둔 교직원들에게 축하선물을 전달했다. 이번 행사는 교직원 자녀의 새로운 출발을 응원하고 부처님의 자비로운 마음을 전하기 위해 마련되었다. 금동호 마니회 회장은 “회원들이 작은 부분이나마 자비를 실천할 수 있도록 노력하겠다”고 전하며, 앞으로도 다양한 활동을 통해 불자정신을 실천할 뜻을 밝혔다.



호스피스 · 완화의료센터 환자 및 보호자를 위한 음악회 개최
동국대학교분당한방병원 호스피스 · 완화의료센터는 환자와 보호자의 정서적 안정을 돕기 위해 특별한 음악회를 개최했다. 이번 음악회는 성남문화재단 동아리인 ‘우쿨샤인’의 재능 기부로 이루어졌으며, 우쿨렐레 연주, 홀라 공연, 팼제라 무대 등 다채로운 프로그램이 마련됐다. 이주아 호스피스 · 완화의료센터장은 “음악이 주는 치유의 힘을 통해 환자와 보호자분들이 잠시나마 따뜻한 위로를 받을 수 있기를 바라는 마음으로 이번 공연을 준비했다”고 전했다.



동국대학교 의과대학 동국대학교한의과대학

의과대학, 의학교육 평가인증 인증 획득
동국대학교의과대학이 한국의학교육평가원에서 실시한 의학교육 평가인증 방문 평가 결과 인증을 획득했다. 인증 기간은 2025년 3월 1일부터 2029년 2월 28일까지 총 4년이다. 동국대학교 의과대학은 이번 인증을 바탕으로 향후 4년간 우수한 의학교육 체계와 환경을 유지하며, 의료 전문 인재 양성을 위한 노력을 지속할 예정이다.



의과대학 6기, 입학 30주년 홈커밍데이 성료
동국대학교의과대학이 2024년 10월 26일 ‘의과대학 6기 입학 30주년 홈커밍데이’를 개최했다. 이번 행사는 채석래 의무부총장 겸 의료원장의 축사로 시작되었으며, 이관 학장의 환영사에 이어 의과대학의 사명, 교육목표, 미래 비전에 대한 발표가 이어졌다. 이날 다수의 동문들이 참석하여 자리를 빛냈으며, 의과대학의 발전을 위해 발전 기금을 기부하겠다는 뜻을 밝히고 모교와의 깊은 유대감을 다시 한번 확인했다.



보시 공덕

명*스님은 2024년 11월 4일, 동국대학교일산병원에 의료장비 구입기금으로 6천만 원을 기부했다. 스님은 충청도의 작은 시골 절에서 노스님을 모시며 공양주도 없이 청정 수행에 전념하는 비구니 스님으로, 본원과환자로 인연을 맺어 진료를 받아오던 중 불교병원의 발전을 염원하며 소중한 정재를 회향했다.

진호스님이 동국대학교일산불교병원 개원 20주년을 맞이하며, 의료장비 구입기금으로 1천만 원을 2024년 11월 11일 기부했다. 스님은 30여 년 전 동국대학교 학인스님 시절부터 병원 건립 불사에 동참하며 무주상보시의 정신을 실천해 왔다. 진호스님은 “의료진의 따뜻한 배려 덕분에 내 집처럼 편안하게 치료받을 수 있었다”며 감사의 마음을 전했다. 또한, 스님은 신관건립 기금으로 월 100만 원씩 1년간 총 1천2백만 원 약정으로 정기기부를 이어가고 있다.

해인사 자비원 **혜진스님**이 2024년 11월 19일 동국대학교경주병원 발전기금으로 2억 원을 쾌척했다. 혜진스님은 “병원은 생명을 살리는 곳이며, 환자들이 보다 나은 환경에서 치료받기를 바라는 마음으로 기부를 결정했다”며 “작은 정성이지만 환자와 의료진에게 도움이 되길 바란다”고 전했다. 혜진스님은 청정수행자로서 무주상보시로 회향하며 환자와 의료진에게 큰 감동을 전했다.



천도스님이 2024년 12월 1일 동국대학교경주병원에 발전기금 1천만 원을 기부하며 따뜻한 나눔을 실천했다. 천도스님은 “많은 환자들이 안심하고 진료를 받을 수 있는 불교종립병원으로서 발전하길 바란다”고 기부 소감을 밝혔다. 또한 “더 나은 의료 서비스를 제공하기 위한 의료진 여러분의 헌신과 노고가 환자들에게 희망을 준다”며 격려의 말을 전했다.

선*스님은 2024년 12월 3일 동국대학교일산병원이 의료포교의 중심 대도량으로 발전하길 바라는 마음으로 의료장비 구입기금으로 2천만 원을 보시했다. 요즘 절 살림이 여러 가지로 어려움이 많음에도 한푼 한푼 모아온 정재를 불교병원 20주년을 맞이하면서 더욱더 발전하기를 발원하는 마음으로 기부한다며 소회를 밝혔다. 이로써 스님의 누적기부액은 5천만 원에 달한다.

언제나 동국대학교병원을
지켜봐 주시고 후원해 주시는
기부자님께 진심으로
감사드립니다.

기부자	기부액(원)
혜진스님	200,000,000
(재)법보선원	102,616,950
(재)고봉진산홍법회	100,000,000
명 * 스님	60,000,000
진 * 스님	50,000,000
선 * 스님	20,000,000
진 * 스님	11,000,000
(주)아라니아	10,000,000
故 신철스님	10,000,000
묘전스님	10,000,000
민홍스님	10,000,000
백수할	10,000,000
적문스님	10,000,000
정현덕	10,000,000
천도스님	10,000,000
故 유일심(이종선)	5,000,000
최남익	5,000,000
고동숙	3,720,000
홍순지	2,000,000
황의선	2,000,000
혜도스님	1,530,000
이명규	1,500,000
드림네트워크	1,030,000
증용스님	1,000,001
각광스님	1,000,000
김진희	1,000,000
보륜사	1,000,000
원 * 스님	1,000,000
이경희	1,000,000
최승렬	1,000,000
한국혈액암협회	1,000,000
익명	1,000,000

각무스님	권창민	김미옥	김인숙	대원스님	박세진	보경스님	송은호	오치훈	이명희	이재환	임용규	정지원	최문전	허정길
강경민	권태웅	김미형	김인영	대한불교조계총부덕사	박세환	보관스님	송정훈	오태진	이무철	이재훈	임윤정	정진욱	최민국	현담스님
강경수	권태총	김미화	김전총	대한불교조계총부덕사	박수연	보관스님	송주의	오화량	이문정	이정민	임장식	정차일	최병용	현문스님
강경일	권희경	김민국	김정화	대한불교조계총부덕사	박수정	보리수	송형준	육천암	이문희	이정숙	임재선	정한숙	최보은	현우스님
강동희	권희재	김민규	김정미	대한불교조계총부덕사	박수혁	보은스님	수근스님	왕지혜	이미란	이정스님	임재유	정혁수	최상돈	현임 권
강명숙	금곡스님	김민도	김정민	대한불교조계총부덕사	박수희	본각스님	수현스님	왕인스님	이미수	이정실	임종대	정현경	최상정	현재호
강범주	금오스님	김민호	김정민	대한불교조계총부덕사	박신애	부동스님	수현스님	우경스님	이미숙	이정우	임지현	정혜은	최상종	현진스님
강석진	가부트리모금함	김병환	김정배	대한불교조계총부덕사	박애자	부안리	신경근	우택스님	이미영	이정은	장경미	정혜주	최소영	현태주
강세연	길민준	김보승	김정수	대한불교조계총부덕사	박애인	삼해스님	신경민	우점순	이민자	이정홍	장대현	정혜진	최수진	해광스님
강시우	김가빈	김삼기	김정애	대한불교조계총부덕사	박애은	상오스님	신경수	우종필	이병기	이정화	장상영	정화스님	최승임	해능스님
강연주	김가연	김상아	김정형	대한불교조계총부덕사	박옥석	서미경	신대규	우종훈	이병훈	이정희	장순자	정환기	최영자	해륜스님
강은경	김가영	김상형	김정혜	대한불교조계총부덕사	박완임	서보열	신명진	장유민	이보영	이제선	장유민	정후신	최완우	해인스님
강은석	김강림	김성경	김정호	대한불교조계총부덕사	박원예	서부원	신복섭	원광스님	이상권	이종철	최정음	조갑자	최왕열	해연스님
강인자	김강태	김선미	김정호	대한불교조계총부덕사	박위출	서연희	신석재	원명사	이상미	이주는	장이순	조경애	최원석	해원스님
강태양	김경숙	김선순	김종대	대한불교조계총부덕사	박유진	서영문	신성숙	원해스님	이상숙	이주현	장인권	조동성	최유안	해일스님
강태호	김경숙	김선아	김종애	대한불교조계총부덕사	박은동	서영진	신성현	유경자	이상순	이주현	장정화	조민주	최유정	해정스님
강현숙	김경순	김선희	김종윤	대한불교조계총부덕사	박일영	서영호	신수연	유광옥	이상순	이주희	장종섭	조상현	최은정	해철스님
강혜진	김경옥	김성경	김준영	덕업스님	박재숙	서준	신애랑	유미숙	이상윤	이준길	장태영	조성만	최희은	훈성스님
강희정	김경우	김성원	김지선	덕진스님	박재영	서지원	신윤주	유서영	이상현	이지영	장혁준	조소영	최익준	훈민재
경보호	김경의	김성준	김지영	도견스님	박재애	서지은	신은희	유소라	이상훈	이지영	장호근	조수진	최인영	훈민재
경원역국	김경택	김성진	김지예	도과스님	박정자	서찬	신정용	유영철	이서현	이지원	재오스님	조승호	최인주	홍선미
경은스님	김경호	김성진	김지원	도명스님	박정화	서택균	신정훈	유정임	이선아	이지원	전아정	조익준	최인하	홍순옥
경조스님	김경희	김세민	김진영	도민스님	박정희	서희주	신진경	유주형	이선영	이지호	전소현	조원복	최인환	홍유실
경천에	김경희	김세희	김진형	도원스님	박종옥	석은주	신학녀	유창국	이선희	이진권	전술이	조윤복	최재원	홍은성
어데크	김광기	김소라	김창기	도일스님	박종학	선경스님	신현모	유현숙	이세영	이진영	전순영	조은주	최재물	홍은정
경희스님	김광래	김소현	김철	도진스님	박준주	선도스님	신형근	유현숙	이소영	이진희	전아정	조익준	최재훈	홍주혜
고금자	김광오	김수진	김철은	동성스님	박종희	선보스님	신형진	윤금섭	이소정	이진희	전용화	조정숙	최정미	화응스님
고덕선	김광태	김수현	김철호	동심모금함	박지현	선열스님	신희정	윤민아	이승이	이찬순	전원용	조주연	최정민	환성스님
고미선	김국현	김수희	김치선	모금함	박지훈	선재스님	심규용	윤병하	이수철	이창실	전은영	조현우	최정민	환선영
고완영	김국환	김숙경	김태련	동진스님	박진아	성광스님	심미나	윤복연	이승우	이창희	전재용	조혜진	최정숙	환설희
고은하	김귀남	김숙자	김태숙	류경현	박진우	성범스님	심상우	윤수임	이승욱	이춘자	정경옥	조희경	최정화	환성순
고재영	김귀연	김순덕	김태영	류대안	박재희	성보스님	심영경	윤순선	이승주	이충진	정경숙	조희근	최주하	환순덕
고재욱	김규빈	김순덕	김태윤	류봉하	박철근	성본스님	심운스님	윤승현	이승철	이태우	정경윤	조희연	최준용	환영철
고정희	김균명	김순례	김태은	류승완	박창호	성수스님	심태섭	윤승환	이아영	이필화	정경철	총일스님	최진규	황온선
고지현	김근우	김시연	김하경	마의자	박해련	성수현	쌍계사	윤은주	이아영	이하나	정공스님	주경식	최진영	황원진
고채연	김기연	김연희	김한성	민불선원	박한강	성숙희	안대성	윤정림	이양희	이한희	정기스님	주경희	최창익	황유경
고현스님	김기연	김영근	김해옥	명서은	박현수	성원석	안대송	윤정민	이연희	이해원	정길석	주상봉	최현정	황윤자
공자윤	김남수	김영남	김해정	명순정	박현숙	성정화	안숙자	윤정선	이영건	이향년	정문스님	주은영	최효선	황은영
공학배	김남의	김영려	김현규	명환스님	박현숙	성진스님	안영길	윤정희	이영민	이향미	정목스님	주은자	최희원	황재영
광경현	김남희	김영문	김현미	모종은	박현주	성환스님	안인숙	윤주영	이영미	이향진	정미라	주혜스님	탄봉스님	황정선
곽범석	김단혜	김영미	김현서	묘수스님	박현주	성현스님	안주향	윤태호	이영실	이현복	정미라	지광스님	탄용스님	황정수
관정스님	김대식	김영미	김현준	묘화스님	박효건	성효은	안지은	윤해서	이영아	이현숙	정미선	지륜스님	탄정스님	황정희
구남이	김대진	김영복	김형수	무관스님	박효빈	세경스님	양광영	윤혜진	이영일	이현숙	정미자	지유스님	탄하스님	효경스님
구병수	김덕희	김영숙	김혜자	무구스님	박효진	소신기	양승엽	윤혜진	이영주	이현창	정보옥	지말스님	탄하스님	효광스님
구복심	김도연	김영숙	김혜정	무진스님	반공스님	소연스님	양오남	윤효영	이영주	이형경	정석화	지현스님	편정숙	홍수스님
구수연	김도연	김영순	김혜진	문민석	방동률	소행연	양인숙	은정스님	이영찬	이혜근	정선희	진경애	표근중	희덕스님
구순점	김도연	김영진	김한례	문유찬	방선자	손경선	엄미애	이경미	이예린	이혜진	정수스님	진모스님	표정연	
구영자	김도현	김영현	김효빈	문장우	배기향	손귀득	엄정훈	이경민	이옥기	이호준	정숙희	진상스님	하경임	외 다수 익명
권경순	김동균	김영호	김홍수	문지혜	배상만	손기원	엄희경	이경순	이홍식	이효정	정승택	진성스님	하소임	
권기현	김동일	김영화	김희경	밀봉암	배서영	손명희	여상기	이경진	이용찬	이희영	정승현	진성스님	하정원	
권나은	김동현	김예경	김희영	밀업스님	배수현	손민표	여옥스님	이경원	이용필	이희지	정상스님	진영숙	하정희	
권대식	김말숙	김용배	김희애	박건우	배정환	손송희	여현스님	이경환	이우섭	이희철	정양민	진임자	하현지	
권도윤	김매화	김용성	김희진	박경문	배지현	손은미	여취경	이경희	이취경	이희원	정연화	차옥련	한광수	
권도화	김명숙	김용숙	나경스님	박관	백두진	손재현	염윤정	이규술	이유나	인공	정희영	차행운	한상미	
권두경	김명숙	김용환	남유화	박귀자	백성준	손종찬	염주홍	이규보	이윤미	인승순	정원기	채봉화	한유리	
권민	김명숙	김용희	남정애	박대호	백숙희	손주연	염인스님	이금나	이은미	인준용	정원스님	채석래	한윤희	
권범식	김명원	김원고	남현미	박동우	백용해	손주영	오금남	이나영	이은이	알진스님	정윤정	채은미	한은숙	
권보경	김명희	김유미	남화연	박동진	백윤정	손재령	하오기님	이나현	이은아	알정스님	정윤정	채지원	한정훈	
권삼숙	김무종	김은미	노경란	박동화	백의명	손효정	오명옥	이남정	이은정	임가원	정은경	청우스님	한주아	
권성욱	김문식	김은영	노명서	박미형	백혜선	손효진	오미정	이덕수	이은주	임경자	정이선	초은암	한주형	
권세진	김문진	김은정	노수익	박상선	범선스님	손희진	오성은	이덕희	이은진	임동수	정말스님	최경아	한혜경	
권오관	김미경	김은정	노영수	박상희	법륜스님	송국현	오수진	이도권	이인오	임명옥	정재스님	최규형	한희찬	
권오성	김미경	김은지	노현주	박선지	법명스님	송기분	오숙희	이인자	임상혁	정재우	최금례	함봉수	한정훈	
권오철	김미선	김은진	농자스님	박성락	법정스님	송다영	오영선	이동환	이자경	임선희	정재현	최다영	해덕스님	
권오형	김미숙	김은희	담원스님	박성미	법진스님	송동현	오윤주	이동환	이자윤	임성우	정정숙	최동렬	해람스님	
권일진	김미숙	김이수	대공스님	박성주	법천스님	송보윤	하오정열	이명순	이재순	임소연	정주스님	최명연	행이스님	
권정민	김미애	김익환	대과스님	박성파	법해스님	송세진	오진숙	이명호	이재우	임영숙	정지우	최무환	허은경	

경산 보문사의 **민홍스님**이 2025년 1월 6일 동국대학교 경주병원에 발전기금 1천만 원을 기부했다.

민홍스님은 이번 기부에 대해 “동국대학교경주병원이 보다 나은 의료 환경을 조성하고 발전하기를 바라는 마음으로 기부하게 되었다”고 밝히며, “병원이 불교종립병원의 가치를 실현하는 데 큰 역할을 하길 바란다”는 뜻을 전했다.



사회복지법인 자제공덕회 노인 요양시설 묘희원 원장 **묘전스님**이 2025년 1월 8일 동국대학교 일산병원에 발전기금 1천만 원을 보시했다.

묘전스님은 넉넉지 않은 형편임에도 2014년에 동국대일산병원

발전기금으로 1천만 원을 보시한 바 있으며, 정기기부도 꾸준히 이어 오고 있다.

재단법인 고봉진산홍법회(대표 덕민스님)는 2025년 1월 20일 동국대학교경주병원 발전기금으로 1억 원을 쾌척했다. 고봉진산홍법회는 고봉태수 대선사를 기리고, 도제이신 진산 종하 대종사의 원력과 회사를 바탕으로 설립된 비영리 문화재단법인이다. 이번 기부는 불교 종립병원인 동국대학교경주병원의 의료발전과 자리아타(自利利他)의 가치를 실천하고자 하는 고봉진산홍법회의 뜻에 따라 이루어졌다. 덕민스님은 “불교의 가르침을 실천하며 동국대학교경주병원이 지역 주민들과 환자들에게 더욱 신뢰받는 의료기관으로 성장하길 바라는 마음으로 기금을 기탁하게 되었다”고 기부 취지를 전했다.



진*스님이 2024년 12월 9일 서울의 작은 절에서 평생을 수행 정진하며 모아 온 정재를 동국대학교일산병원에 기부했다. 스님은 수년전 은사스님 입적 후 49재를 모시고 불교 병원 발전과 은사스님의 왕생극락을 염원하며 발전기금 5천만 원을 희사했으며, 상좌스님들과 함께 지속적으로 무주상보시의 가르침을 실천해 오고 있다.

정현덕님은 환자로 인연되어 입원 치료를 받는 동안 병원의 자비 의료 실천에 깊은 감명을 받아 2024년 12월 10일 동국대학교일산병원 발전기금으로 1천만 원을 희사했다.

정현덕님은 소화기내과 오동준 교수, 내분비내과 이승은 교수, 감염내과 조희범 교수, 한방내과 최동준 교수 등 의료진의 헌신적인 진료에 진심 어린 감사를 표하며, 병원의 발전에 작게나마 보탬이 되기를 바라는 마음으로 기부를 결심했다고 전했다.

(재)법보선원은 2024년 12월 30일 동국대학교일산병원의 로봇수술 시스템 구축 사업을 위해 약정한 40억 원 중 102,616,950원을 추가로 기부했다.

(재)법보선원은 동국대학교일산병원이 최첨단 불교병원으로 자리매김하기를 염원하며, 2021년 4월부터 지금까지 약 33억 원에 달한다. 이번 기부는 법보선원의 변함없는 지원과 헌신이 담긴 뜻깊은 회향으로, 병원의 첨단 의료 기술 도입에 큰 힘을 보태고 있다.

혜선스님이 2025년 1월 6일故 신철스님의 이름으로 동국대학교일산병원에 발전기금 1천만 원을 기부했다.

혜선스님은 동국대학교일산병원이 2025년 개원 20주년을 앞둔 시점에 기부 캠페인 소식을 BBS 불교방송 뉴스를 보고,故 신철스님의 유지를 받들어 이번 기부를 결정했다.

이번 기부금은 스님의 뜻에 따라 의료장비 도입기금으로 사용될 예정이다.

여러분과 함께하는 **gil**

퀴즈

0000 & 00 0000는 건강한 삶과 나눔의 가치를 키우는 동국대학교병원의 기부 프로그램입니다. 여러분의 관심과 후원은 희망의 씨앗이 되어 자비의료를 실천하는 큰 숲을 이루게 됩니다. 나무가 자라 숲을 이루고 풍요를 주듯이, 기부를 통해 우리는 서로에게 힘이 되어 줄 수 있습니다. 함께 나눔의 기쁨을 실천해 주세요. 동국대학교병원은 생명존중과 자비의 인술로 더 큰 치유의 힘을 만들어 가겠습니다. 0000 & 00 0000는 무엇일까요?

의견

동국대학교의료원 건학위원회의 활동과 비전이 매우 인상적입니다. 불교적 가치를 기반으로 한 의료서비스의 확산과 자비로운 의료인 양성을 목표로 삼는 모습에서 깊은 철학과 의지를 느낄 수 있었습니다. 이런 활동들이 불교 정신과 현대 의료가 조화를 이루는 좋은 사례로 자리 잡길 기대합니다. 앞으로도 동국대학교의료원이 지역과 환자들에게 자비의 정신을 실현하는 의료기관으로 더욱 발전하길 바랍니다. 김영★ 님

칭찬

남편의 질환으로 외래 진료를 다니면서 김희동 간호사님을 만나게 되었습니다. 그러던 중 남편이 갑자기 심정지 후유증으로 의식불명이 되어 입원하게 되었고, 혈액 투석실에서 김희동 간호사님을 다시 만나게 되었습니다. 김희동 간호사님은 깜짝 놀라며 힘들어하는 저를 위로하고 같은 마음으로 아파해 주셨습니다. 울며 나가는 저를 복도까지 따라와서 발길을 못 떼시고 손을 꼭 잡아주셨는데 따뜻한 마음이 느껴져 참 많은 위안을 받았습니다. 일주일에 세 번 인공신장실에 방문하는데 갈 때마다 반갑게 맞아주시고 어깨에 손을 얹어주며 힘내라고 격려를 해주시는 참 고마운 김희동 간호사 선생님께 감사의 마음을 표현해 봅니다. 광명★ 님



퀴즈의 정답, 다양한 의견, 칭찬글을 작성하여 참여해 주시면 추첨을 통해 소정의 상품을 드립니다.

지난호 퀴즈 정답 : 건학위원회 / 정답자 : 이혜★

참여 방법

- 1 참여 내용과 이름, 전화번호를 이메일로 보내주세요. 이메일 ▶ sokuon@dumc.or.kr
- 2 퀴즈 / 의견 / 칭찬 중 택 1 참여 가능합니다.
- 3 퀴즈 정답 및 선정된 내용은 다음 호에서 확인하실 수 있습니다.

질문

동국대학교의료원 발전기금 기부(약정)서

기부자 인적사항

성 명 (기관명)	(대표자 :)	☐ 익명요청 (모든 홍보물에 익명으로 표시)			
주민등록번호(사업자등록번호)	—	생년월일	년	월	일 (양/음)
본 의료원과의 관계 (※ 중복 체크 가능)	☐ 불교계 (☐ 스님 ☐ 불자) ☐ 일반 (☐ 환자 ☐ 보호자) ☐ 교직원 ☐ 동문 ☐ 기타 ()				
직장명	부서		직위		
우편물 수령주소	☐ 자택 ☐ 사찰 ☐ 직장				
휴대폰번호	010 —	유선전화			

약정

약정액	현금	원 (₩)	☐ 현물기부(원)상당				
약정기간	년	월	일 ~	년	월	일까지	월()원씩 / 총()회
기부금 용도	☐ 의료원(병원 · 대학) 발전기금 ☐ 지정기금 (지정)						
	☐ 병원발전기금 (☐ 일산병원 ☐ 일산한방병원 ☐ 경주병원 ☐ 분당한방병원)						

납부방법

본인 자동이체 신청	월정기납 : 매월 ()일 예금주 : 이체은행 : 본인 자동이체 신청은 본인이 직접 은행에 자동이체를 신청하는 방법입니다. 가까운 은행에서 신청해주시기 바랍니다.				
무통장입금	입금방법 (☐ 일시납 ☐ 분납) 입금자명 : ☐ 동 국 대 학 교 일 산 병 원 ▶ 국민은행 778037-00-000011 예금주 : 동국대학교의료원(일산) ☐ 동국대학교일산병원(중축기금) ▶ 국민은행 778037-00-000347 예금주 : 동국대학교의료원(일산) ☐ 동 국 대 학 교 일 산 한 방 병 원 ▶ 국민은행 778001-00-059986 예금주 : 동국대학교의료원(일산) ☐ 동국대학교경주병원 · 한의원 ▶ 우리은행 1005-202-076965 예금주 : 동국대학교의료원(경주) ☐ 동 국 대 학 교 분 당 한 방 병 원 ▶ 국민은행 368137-01-001162 예금주 : 동국대학교의료원(분당)				
자동이체(CMS)	출금일 : 매월() ☐ 1일 ☐ 18일 ☐ 25일 (총 원) 예금주 : ☐ 기부자와 같음 은행명 : 계좌번호 :				
급여공제	사번 : (※ 재직 교직원에 한함)				

정보동의	☐ 약정서에 기재된 개인정보와 기부금 납입사항은 개인정보보호법 제15조, 법인세법 제24조 제1항에 따른 기부금 영수증 발행과 기부자관리 용도로만 사용됩니다. ☐ 고유식별정보(주민등록번호) 수집에 동의하십니까? (수집목적 : 기부금 영수증 발행 / 보유기간 : 5년)				
개인정보 제3자 제공동의	☐ 자동이체 동의여부 통지 안내 : 효성에프엠에스㈜ 및 금융기관은 안전한 서비스의 제공을 위하여 예금주 휴대전화번호로 자동이체 동의 사실을 SMS(또는 LMS)로 통지합니다. ☐ 후원자는 신청정보, 금융거래정보 등 개인정보의 수집 · 이용 및 제 3자 제공에 상기와 같이(효성에프엠에스㈜, 국세청(기부금 세제혜택 근거자료)동의합니다. -제공항목 : 성명, 주민등록번호(외국인등록번호), 연락처, 주소, 계좌번호 등				

20 년 월 일

위와 같이 기부(약정)합니다.

기부(약정)인 : 서명(인)

동국대학교 의무부총장 겸 의료원장 귀하

- 동국대학교의료원에 출연하신 기부금은 나눔의 기쁨과 더불어 소득공제의 세제혜택을 받으실 수 있습니다.
- **약정서 송부** : 주소 ▶ 10326 고양시 일산동구 동국로 27 / 이메일 ▶ hongbo@dumc.or.kr / 팩스 ▶ 031·961·9239
- **문 의** : 동국대학교병원 대외협력홍보팀 발전기금 담당 031·961·9000

보내는 분

주소

연락처



건강과 행복을 기원합니다!

참 열심히 살았습니다.
마음이 다치고, 몸이 아파도 사는 게 다 그러려니 했습니다.
일상이 늘 내 편이 아닌 것 같고 힘겹고 지칠 때도 많습니다.

“그동안 많이 힘들었죠?
얼마나 고생 많았어요?”

휘청일 때 손을 내밀어주고 기대고 싶을 때 어깨를 내주고
지친 숨소리에 귀를 기울이며 마음을 나누겠습니다.
동국대학교병원의 마음이 바로 당신의 마음입니다.



이곳에 풀칠하세요.

전
편
지



자비의료실천의 숲을 이룬다!

우리는 함께 살아가는 세상 속에서
서로에게 힘이 되어 줄 수 있는 존재입니다.

나무가 자라면서 숲을 이루고,
그 숲이 우리 모두에게 풍요로움을 주듯이,
여러분의 관심과 후원은
희망의 씨앗이 되어 자비의료를 실천하는
큰 숲을 이루어 냅니다.

지금 여러분의 손길이 필요합니다.

동국대학교병원은 여러분과 함께
생명존중과 자비의 인술로
더 큰 치유의 힘을 만들어 가겠습니다.

GIVE&기부 TREE는 건강한 삶과 나눔의 가치를
키우는 나무를 의미하며, 동국대학교병원 발전과
성장을 위한 기부 프로그램입니다.
지금 바로 기부에 참여하셔서 나눔의 기쁨과 보람을
함께 해요!

동국대학교일산병원
국민은행 778037-00-000011 예금주 : 동국대학교의료원(일산)

동국대학교일산병원(신관건립기금)
국민은행 778037-00-000347 예금주 : 동국대학교의료원(일산)

동국대학교일산한방병원
국민은행 778001-00-059986 예금주 : 동국대학교의료원(일산)

문의 031·961·9000

동국대학교경주병원·한의원
우리은행 1005-202-076965 예금주 : 동국대학교의료원(경주)

문의 054·770·8130

동국대학교분당한방병원
국민은행 368137-01-001162 예금주 : 동국대학교의료원(분당)

문의 031·710·3712



유튜브에서
동국대학교의료원을
검색하세요.

동국대학교의료원은
생명존중과 자비의료실천으로
부처님 법 전하겠습니다.



동국대학교일산병원
동국대학교일산한방병원

대표전화 1577. 7000
주소 경기도 고양시 일산동구 동국로 27

동국대학교경주병원
동국대학교경주한의원

대표전화 054. 748. 9300
주소 경상북도 경주시 동대로 87

동국대학교분당한방병원

대표전화 031. 710. 3700
주소 경기도 성남시 분당구 불정로 268

동국대학교의과대학

대표전화 054. 770. 2114
주소 경상북도 경주시 동대로 123

동국대학교한의과대학

대표전화 054. 770. 2114
주소 경상북도 경주시 동대로 123