

건강하고 행복한 동행

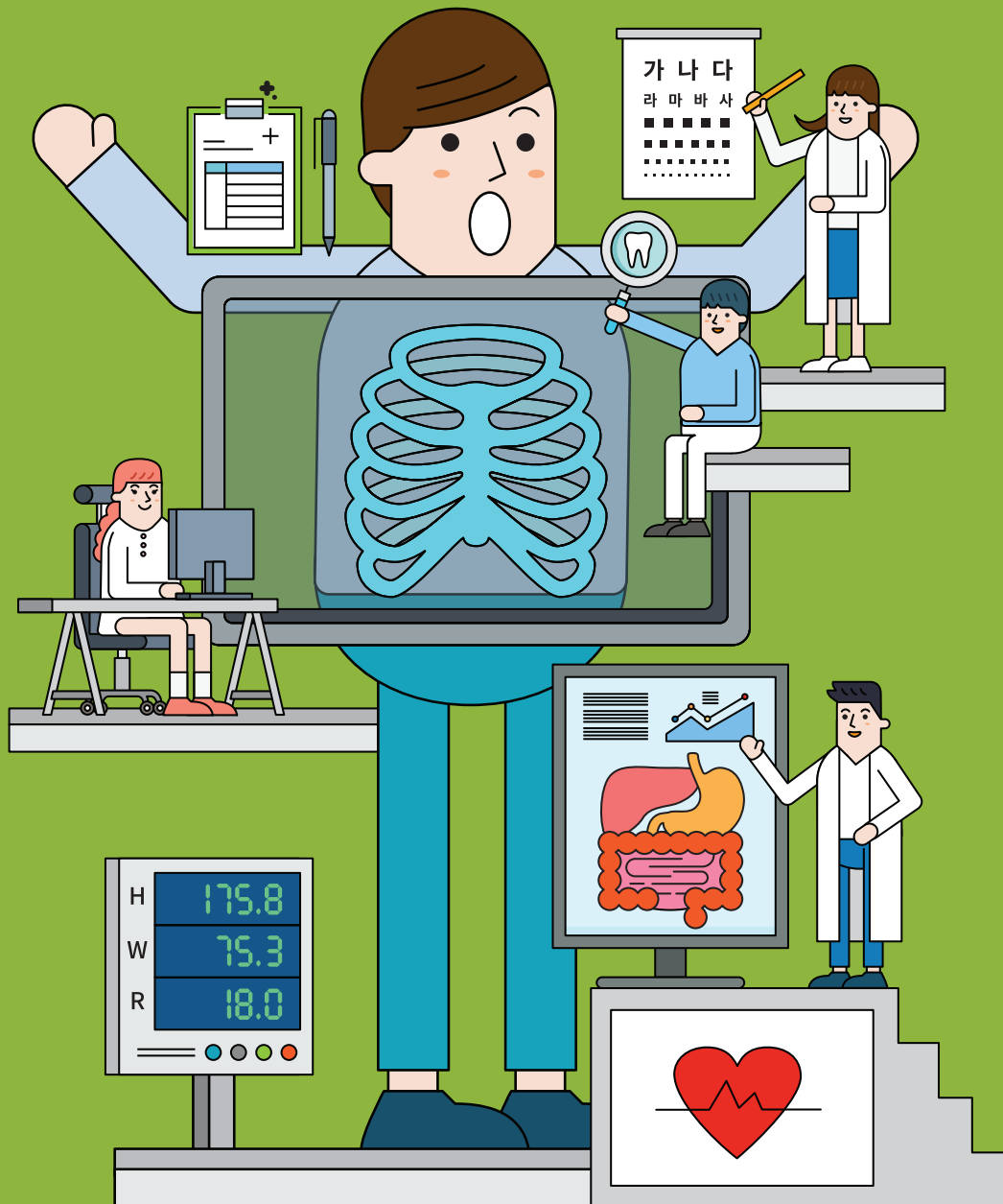
2018 Autumn vol.16

Medical Theme

건강검진



medical check-up



가장 좋은 치료는 예방

건강검진센터는 발생 가능한 고 위험군의 병을 예방하고, 이미 발생한 병은 조기에 발견하는 일을 하는 곳이다. 예방과 조기발견은 환자의 고통을 덜어줄 뿐 아니라 경제적 부담도 덜어준다. 나이가 사회적 비용도 절감하는 의미를 가진다. 진단의 최일선에 서 있는 건강검진센터장 오상우 가정의학과 교수를 만났다.

동국대학교일산병원 건강검진센터장
가정의학과

오 상 우 교수

대한민국 건강검진 역사의 산 증인

오상우 교수는 2008년 동국대학교일산병원에 왔다. 그는 서울대학병원에 건강검진센터가 만들어질 때부터 참여해 그동안 이 분야에서 이 십 여년의 경력을 쌓았다. 일산 지역에는 백병원이 개원할 때 합류하면서 발을 들었다. 우리나라에서 본격적으로 건강검진이 시작된 시기를 통과해온 증인인 셈이다.

그는 건강 검진초기 경험을 이야기하며 “사람들이 뭐가 중요한지 몰라 병원 가서 아무 검사나 막 받았다.”고 회상했다.

“가족 중에 암 환자가 있으면 불안하니까 검진 받고, 아무 문제없다고 하면 안심하고, 조기 발견하면 조기 치료하는 식”이었다는 것이다.

그러나 현재의 검진은 체계화돼 있다. 오 교수는 동국대학교일산병원의 검강검진시스템에 대해 “퀄리티가 아주 높다”며, “선생님들 수준이 높고 시스템을 단순화해서 환자분들이 편하고 만족도가 높다.”고 자부했다. 이를 반영하듯 동국대학교일산병원 건강검진센터는 증가하는 수요에 맞춰 공간을 확장한 바 있다. “고양 파주 지역에 회사가 많아지면서 검진센터 이용자가 늘었다.”는 것이 오 센터장의 분석이다. LG디스플레이 직원들과 고양시청 공무원들도 센터를 찾는다.

센터 내방자가 지역민에만 그치는 것은 아니라고 한다.

“전국에서 환자가 오는 편이다. 특히, 스님들이 많이 오신다. 스님들은 전국에 흩어져 계시니까 여기서 검진 받고 거주하시는 지역에서 치료받아야한다. 수검자의 편의성이 무엇보다 중요하다. 그래서 검진결과를 지역 의사도 볼 수 있도록 시스템화하는 중이다.”





동국대학교일산병원 가정의학과
오 상 우 교수

경력
서울대학교 의과대학 졸업
서울대학교 의과대학원 석사/박사
서울대학교병원 전공의
서울대학교병원 전임의
일산백병원 건강증진센터, 비만클리닉 소장
現 동국대학교일산병원 건강증진센터 센터장
現 동국대학교일산병원 국제진료센터 센터장
現 동국대학교일산병원 비만대사영양센터 센터장

전문진료분야
가정의학, 비만, 건강증진, 노인의학

국책연구과제도 수행 중이라는 오 센터장은 집에서 노인들이 어떻게 건강하게 지낼까에 대해 연구 중이기도 하다. 그는 “고독사 예방, 약 챙겨먹기, 운동하기 등을 IT 기술과 접목시켜 해결하려 연구 중”이라며 “4차 산업이 인간의 삶을 개선하고, 건강해질 수 있는 환경을 만드는데 기여할 것”이라고 기대하고 있다. 그는 서울대학교병원에서 펠로우를 할 때 원격진료가 시작되는 것을 보고 깊은 인상을 받았다고 했다.

조기 검진으로 삶의 질 높여야

오 교수는 “암도 검진에서 발견되면 쉽게 해결가능하다.”며 검진의 중요성을 강조한다. “그냥 진료 받으면 시간과 비용이 많이 든다. 한꺼번에 하면 절약되는데, 검진으로 암을 발견해 조기치료 하는 사례는 너무나 많다. 특히, 암, 고지혈증, 당뇨병은 조기발견이 중요하다. 암과 고지혈증은 증상이 없는 경우가 많아서 치료시기를 놓치기 쉬운데 건강검진을 꾸준히 하면 조기발견이 가능하기 때문이다. 당뇨병은 불치병이다. 한번 시작되면 죽을 때까지 안고 가야하는 병이다. 하지만 일찍 발견하면 약으로 조절하며 일상생활을 불편 없이 할 수 있다.” 그는 “10년 전 검진 초기에는 간암, 폐암, 위암이 많았지만, 요즘은 대장암, 유방암으로 패턴이 바뀌었다.”며 “최근 암 환자 관리시스템도 그 분야 잘 보는 의료진으로 바뀌었다.”고 최근의 추세를 짚어주었다. “방사선과의 판독이 매우 중요한 역할을 한다.”는 그는 “우리 병원에 특히 유방암 잘 읽어내는 선생님이 계시다.”며 자랑스런 표정을 지었다. 건강검진을 하면 보통 4, 5가지 문제점을 찾아낸다고 한다. “나이가 들면 어쩔 수가 없다.”는 것이 오 교수의 진단이다. 답은 건강검진이다. “조기 발견해서 치료하고 좀 더 일찌감치 운동도 해서 노년에 삶의 질을 높여야 한다.”는 것이다. 오 교수는 또 ‘추적검사’를 강조했다. “이 의사 저 의사 쇼핑하듯 돌아다니지 말고 자신의 기록을 한곳에 꾸준히 쌓고 변화 추이를 살피는 것이 유리하다.”는 얘기다.

비만연구의 권위자

오 교수의 전문분야는 비만이다. 비만관련 책도 여러 권 집필한 오 교수는 청소년비만예방을 위한 WHO 연구를 수행하고 있기도 하다. 비만 연구는 일산백병원으로 옮기면서 시작했다. “외국인이 우리나라 비만 유병률을 묻는데 답할 수 없었다.”는 그는

통계자료를 만드는 것부터 시작했다고 한다. “허리둘레 진단기준도 마련하고 비만과 암·고혈압 관련 논문을 최초로 발표했다.”는 오 센터장은 최근에는 정책연구에 매진하며 암 예방 관련 국제학술대회와 학회 활동을 활발히 하고 있다. 요즘 주관심사는 청소년 비만 특히 저소득층 고도비만이다. 그는 사회환경과 비만사이에 상관관계가 있다고 본다. “어렸을 때의 식습관으로 고도비만이 된다. 어려운 가정 아이들이 고도비만이 많다. 부모님이 챙겨줄 시간이 없으니까 아이들이 자기들끼리 자장면이나 라면, 튀김을 많이 먹는다. 학원을 안 다니니까 어울릴 친구가 없어서 게임하다가 라면 먹는 일이 비일비재하다. 2000년대부터 배달문화가 번성하면서 밤에 기름진 음식을 먹는 사람들이 늘었고 그 시기에 청소년기를 보낸 사람들은 그 이전 세대와 비교했을 때 몸 구조가 다르다.” 이런 생각 때문에 오 센터장은 청소년 비만문제 해결을 위한 정책적 접근의 필요성을 강조한다. “우리는 비만에 대한 사회적 편견도 많은 사회다. 청소년 고도비만은 개인의 문제가 아니라 시스템의 문제가 됐다. 청소년은 대한민국의 미래다. 누구나 당장 죽는 사람을 먼저 보게 되어있지만 우리 사회의 미래인 청소년에게도 눈을 돌려야 한다. 자투리 시간에 언제나 쉽게 운동할 수 있도록 환경을 바꿔주어야 한다. 비만문제 해결을 위해서는 많은 부서가 걸려있다. 체육시설, 채소 중심의 식사 등 보건복지부에서 다 해결할 수 없는 문제가 얹혀있다. 복지부가 큰 안을 제시하고 다른 부서에서 협조하면서 비만문제를 해결해야만 한다.” “건강의 많은 문제가 비만과 연결된다.”는 오 센터장은 “비만에 관해 10여년 연구했지만 여전히 힘든 문제”라면서 “1일 1식 간헐적 단식이나 지방 먹기 등은 옳지 않은 방법을 유행처럼 따라하는 것은 큰 문제”라고 경계했다. 오 교수가 추천하는 다이어트 방법은 지속적 다이어트다. “세계적으로 유명한 비만연구자가 50년간 연구한 바에 따르면, 어떤 다이어트도 효과가 있다. 다만, 지속하지 못해 실패할 뿐이다. 평소 하던 것을 바꾸면 다 빠진다. 확실한 것은 의학적으로 밝혀진 것만 따라하면 빠진다는 것이다.”

오 센터장은 하고 있는 일이 많다. 바쁘지만 그 상황을 즐기는 편이다. “매일 즐거운 일이 많다. 환자들이 좋아졌다고 하면 제일 기쁘고, 큰 병인데 나았다고 하면 더 좋다. 치료에서도 보람을 느끼지만 구조적으로 바꿨을 때나 연구를 통해 정책을 만들어냈을 때 보람이 아주 크다.”

김유일 교수의 진료실

나에게 맞는 건강검진 체크하기

건강검진의 목적은 질환의 조기발견 및 조기치료입니다. 건강검진을 받으시는 경우 특정질환의 유무를 판단하기 위하여 여러 종류의 검사를 받게 됩니다. 이러한 특정질환은 대부분이 나이에 따라 차이나는 경우가 많아 연령별로 구분하는 것이 보편적입니다. 또한 과거질환유무, 현재건강상태, 가족력, 생활습관 등을 고려하며 검사를 받으시는 것이 좋습니다.



10대

대부분의 경우 질환의 발견보다는 정상발달 확인 및 예방에 중점을 두게 되므로 성인과 같은 건강검진은 대부분 필요 없습니다. 하지만 몇 가지 확인해두면 좋은 점은 필수 예방접종, 추가 예방접종여부를 확인해 보며, 학교에서 시행하는 검진 결과를 확인하고 필요한 경우 안내에 따라 추가진료를 받으시면 되겠습니다. 특히 10대 후반에서 흡연과 같은 생활습관 관련 문제가 발생하지 않도록 미리 예방하는 것이 필요합니다.

20~30대 청년층(20~34세)

당장 문제가 발생하는 시기가 아니므로 향후 발생할 만성 질환 예방, 생활습관 교정을 위주로 접근하는 것이 좋습니다. 최근 식습관, 생활환경의 변화가 젊은 나이의 문제를 많이 일으키고 있어 장년기 이후처럼 자주 받으실 필요는 없지만 정기적으로 검진을 받으시는 것이 필요합니다. 여성의 경우 자궁경부암검사를 받기 시작하게 되는데 인유두종바이러스 검사를 함께 받으시는 경우 더 정확하게 알아낼 수 있습니다. 추가적으로 결혼을 앞둔 예비부부라면 기형아 출산이나 유산 예방을 위해 혼전 건강검진을 고려할 수 있습니다.

30~40대 중년층(35~49세)

이 시기는 생활습관 관련질환의 위험성을 인식하고 적극적인 관리와 교정이 필요한 시기입니다. 일부 질환이 미리 발견되어 치료는 받더라도 질병의 관리와 함께 정기적인 검진이 필요합니다. 기존 질환과 별개로 다른 질환이 생길 수가 있으므로 추가 검진으로 꼭 확인하는 것이 중요합니다. 40대 이후로는 암관련 검진을 받으시는 것이 좋습니다. 암검진의 종류는 우리나라에서 발생 빈도가 높은 암종이 위주로 되어있습니다. 1~2년 마다 위암 검사를 받으시는 것이 좋고 위조영검사보다는 가능하다면 내시경 검사를 받으시기 바랍니다. 또한 40대 중반이후부터는 대장내시경 검사를 받아보시는 것이 좋은데, 큰 이상이 없다면 5년 마다 받으시면 되고, 이상이 있는 경우 기간을 짧게 조정하여 받으셔야 하므로 검진 결과에 따라 상담을 받아 결정하시기 바랍니다. 여성의 경우는 유방암 관련 검사를 받으시는 것이 필요합니다. 보통 큰 이상이 없는 경우 2년에 한 번 받으시면

되지만 이전에 이상소견을 받으신 경우, 가족력이 있는 경우에는 더 자주 받아보셔야 합니다. 또한 폐경기 전후로 골밀도가 급격히 감소하기 때문에 사전에 미리 골밀도 검사를 받아보시면서 추적관찰 하시는 것이 좋습니다. 만성간염이 있는 경우에는 검진보다는 진료를 받으셔야 합니다. 적어도 1년에 2회 이상 정기적으로 간기능 및 영상 검사를 받으셔야하기 때문에 건강검진만으로는 부족합니다. 정기적인 진료를 받으시면서 한 번 정도 건강검진으로 대체하시기 바랍니다. 사실 이시기에는 사회활동이 가장 활발하므로 시간과 여유를 내기가 어려운 경우가 많습니다. 하지만 아무리 바빠더라도 기본적인 검진은 꼭 받으시는 것이 나중에 생기는 큰 문제를 예방하는 것이라 봅니다.

50~60대 장년층(50~64세)

이 시기는 정기적인 건강검진이 꼭 필요합니다. 만성질환 뿐 아니라 암발생의 빈도도 높으므로 이전보다 더 주의를 기울여 검진을 받으시기 바랍니다. 특히 이전에 발생한 만성질환이 혈관관련 합병증을 잘 일으키기 때문에 추가적인 혈관합병증에 대한 걱정이 커지는 시기이기도 합니다. 의학적으로는 아직 근거가 명확하지는 않지만 60대 이후로는 심뇌혈관질환, 뇌신경계질환에 대한 검사나 근골격계 질환을 대상으로하는 검사를 받아보실 수 있으며, 이상소견이 보일 경우 치료 및 위험요인에 대한 관리를 강화하시는 것이 좋습니다.

65세 이상 노년기

건강노화를 목표로 질병 예방과 기능유지를 동시에 고려해야하는 시기입니다. 이때는 이전보다 개개인에 따른 건강의 차이가 더 커져 있습니다. 그러므로 검진항목의 조정이 더 필요한 시기라 할 수 있습니다. 즉 같은 연령이더라도 증상의 유무, 유전적요인(가족력 등)에 따라 주기를 조정할 필요가 생기게 됩니다. 뇌졸중, 알츠하이머, 파킨슨병 등의 뇌신경질환이 생길 수 있으므로 인지기능 검사 및 MRI 등의 영상검사를 받아볼 수 있습니다. 남성의 경우 전립선관련 질환이 늘어나므로 초음파 등의 영상검사를 추가할 수 있습니다. 기능유지를 위해서는 정확한 평가가 필요하므로 검진보다는 진료를 받아보시는 것이 좋습니다. 일상생활에 어려움을 느끼기 시작하는 경우에는 진료를 받고 기능유지와 낙상



방지를 위한 프로그램에 참여하여 지속적으로 관리하시는 것이 필요합니다.

추가적으로

위험요인에 따라 검사를 시행하는 경우가 있습니다. 대표적인 것이 흡연이며 흡연력이 적은 경우가 아니라면 폐암 검진을 받는 경우가 많습니다. 일반적인 흉부촬영으로는 조기진단이 불가능하므로 컴퓨터단층촬영(CT)검사를 하게 됩니다. 의학적으로는 흡연력이 많은 고위험군을 대상으로 저선량CT검사를 권고하고 있습니다. 만성 B형, C형 간염 보균자의 경우에는 위에서도 언급한 바와 같이 정기적으로 혈액검사와 영상검사를 위하여 진료를 받으셔야합니다. 마지막으로 검진상담을 하다보면 증상이 있거나 특정질환이 걱정되어 검진을 받는 경우가 있습니다. 이러한 경우 특정 검진을 만다보면 필요한 검사가 빠지게 되는 경우도 있습니다. 검진은 기본적으로 ‘무증상 대상자’에 검사 항목이 맞추어 있으므로 질환이 의심되거나 증상이 있는 경우에는 건강검진이 아니라 진료를 받는 것이 더 효과적입니다. 그러므로 검진을 받는 목적을 잘 알아두고 본인의 건강을 잘 관리할 수 있도록 적절한 검진을 정기적으로 받으시는 것이 좋습니다.

동국대학교일산병원 가정의학과 김유일 교수
전문진료분야 » 금연, 비만 관리, 1차 진료, 만성질환 관리 및 예방

김용석 교수의 진료실

건강한 삶을 위한 심뇌혈관질환 예방 건강검진

건강검진은 외견상 이상소견이나 증상이 없는 사람에게서 자각증상이 나타나기 전에 몸 속에 숨어있는 질병을 찾아 조기에 치료하는 것뿐만아니라, 질병을 유발할 수 있는 위험인자까지 미리 발견하여 이를 교정함으로써 질병이 발생하는 것을 예방하는 것까지 주요 목적으로 합니다. 이러한 건강검진의 예방적 역할이 특별히 강조되는 분야가 바로 심뇌혈관질환입니다.



심뇌혈관질환은 예방이 더욱 중요합니다.

심혈관질환의 대표적 질환인 급성 심근경색증은 많은 경우에서 전조 증상이 없다가 갑자기 발병하게 되고, 일부 중증의 경우에는 발병 당시부터 심장마비가 발생하여 병원으로 이송되기도 전에 생명을 잃는 경우도 있습니다. 그리고, 적절히 치료를 받더라도 심장기능의 상당 부분을 상실하여 심장기능이 저하된 상태로 살아가야 하는 절망적인 상황도 많이 발생합니다.

뇌혈관질환의 대표적 질환인 뇌졸중 역시 전조 증상을 전혀 느끼지 못하다가 갑작스럽게 반신마비, 구음장애, 의식소실 등의 신경계 증상이 나타나는 경우가 많고, 치료 후 반신마비나 인지장애 등의 신체적 장애를 안고 여생을 살아가야 되는 안타까운 상황이 자주 발생합니다.

이렇게 심뇌혈관질환은 증상이 없다가 갑자기 발병해 심각한 후유 장애를 남기는 경우가 많으므로, 발병한 경우에 적절한 치료를 하는 것도 중요하지만, 처음부터 발병을 하지 않도록 예방하는 것이 더욱 중요합니다.

심뇌혈관질환의 예방은 위험인자의 관리가 필요합니다.

협심증이나 급성 심근경색증으로 대표되는 관상동맥질환이나, 허혈성 뇌졸중 등의 뇌혈관질환의 많은 경우는 심장혈관이나 뇌혈관의 혈관벽에 나쁜 콜레스테롤이나 염증세포 등이 쌓여 혈관 내부를 좁게 만드는 죽상경화증에 의해 발생하는데, 이러한 죽상경화증이 잘 발생하도록 하는 요소들을 죽상경화증의 위험인자라고 합니다.

죽상경화증의 위험인자 중 대표적인 것으로 고령, 남성, 심뇌혈관질환의 가족력 등의 인구유전학적 요소, 흡연, 비만, 운동부족 등의 생활습관요소, 고혈압, 당뇨병, 고콜레스테롤혈증 등과 같은 대사질환 등이 있습니다.

이 중에서 연령이나 성별, 가족력 등은 교정이 불가능하지만, 흡연이나 비만 등은 생활습관의 개선을 통해 교정할 수 있으며, 고혈압, 당뇨병, 고콜레스테롤증과 같은 대사질환들은 생활습관의 개선과 더불어 적절한 약제를 사용함으로써 교정할 수 있습니다. 그리고, 이러한 죽상경화증의 위험인자들을 잘 관리하면 관상동맥질환이나 뇌졸중 등의 심뇌혈관질환의 발생을 줄일 수 있다는 사실이 다수의 의학연구들에 의해 잘 밝혀져 있습니다. 즉, 심뇌혈관질환의 예방을 위해서는 죽상경화증의 위험인자들을 조기에 찾아내고 이를 적극적으로 관리하는 것이 매우 중요합니다.

심뇌혈관질환의 예방과 위험인자의 관리에 있어 건강검진이 특별히 중요합니다.

심뇌혈관질환의 위험인자 중 연령, 성별, 가족력 등의 인구유전학적 요소나, 흡연, 비만 등의 생활습관요소 등은 쉽게 인지될 수 있지만, 고혈압이나 고콜레스테롤혈증, 당뇨병 등의 대사질환들은 대부분 전혀 증상을 느끼지 못하기 때문에 정기적인 건강검진을 받지 않으면 본인에게 이러한 질환들이 있다는 사실도 인지하지 못하고 지내며, 따라서 적절한 관리가 이루어질 수 없습니다.

대표적인 심뇌혈관질환의 위험인자로 우리나라 30세 이상 인구의 약 30%가 가지고 있다는 고혈압의 경우, 대부분 증상이 전혀 없지만 서서히 우리 몸속의 혈관들을 망가뜨리다가 어느 순간 급성 심근경색증이나 뇌졸중 등을 일으키게 됩니다. 그래서 고혈압을 ‘침묵의 살인자’ 또는 ‘소리 없는 저승사자’라 부르기도 합니다. 그러나, 최근 우리나라의 조사에 의하면 본인이 고혈압이 있다는 사실을

알고 있는 경우가 65% 정도에 불과하며, 혈압강하제 등의 치료를 받는 환자는 60%를 겨우 넘습니다.

고콜레스테롤혈증도 심뇌혈관질환의 대표적인 위험인자로, 우리나라 성인 인구 중 약 15%정도의 유병률을 보이는데 고콜레스테롤혈증 역시 증상이 전혀 없기 때문에 혈액검사를 하지 않으면 질환의 유무를 모르는 상태로 방치되는 경우가 흔합니다. 실제로, 우리나라의 조사에서는 고콜레스테롤이 있다고 인지하고 있는 경우가 절반에도 미치지 못하며, 지질강하제 등의 치료를 받는 경우는 40% 미만에 불과한 것으로 나타납니다.

따라서, 심뇌혈관질환의 예방을 위해서는 흡연, 비만, 운동부족 등의 부적절한 생활습관을 교정하도록 노력하고, 정기적인 건강검진을 통해 심뇌혈관질환의 위험인자인 고혈압, 고콜레스테롤혈증, 당뇨병 등의 대사질환을 조기에 발견하며, 더 나아가 동맥경화증검사, 경동맥 및 심장초음파검사, 심장혈관이나 뇌혈관에 대한 영상검사 등 특화된 건강검진 프로그램을 통해 심뇌혈관질환의 위험도를 분석하여, 이를 토대로 생활습관 개선과 정기적인 진료를 통해 위험요인들을 지속적으로 관리해 나가는 것이 중요하겠습니다.



동국대학교일산병원 심장혈관내과 김용석 교수
전문진료분야 » 협심증, 심근경색증, 심부전, 판막질환, 고혈압, 고지혈증, 인공심박동기 시술

민영선 교수의 진료실

일반건강검진 혈액검사 결과 이해하기

국민건강보험공단에서 전액 부담하는 일반건강검진 결과표중 혈액검사 결과에 대한 이해를 돕고자 합니다.

2018년은 이전과 비교하여 많은 부분이 달라졌습니다. 이전까지는 고혈압·당뇨병 1차 검진 유소견자의 경우 검진기관을 재방문하여 2차 검사를 시행해야 했지만 금년 2018년부터는 가까운 병·의원에서 확진검사를 받고 치료를 받을 수 있습니다. 이상지질혈증관련 항목은 4년주기로 변경되어 당해년도 대상자가 아닌 경우 콜레스테롤 관련 결과가 없습니다.



혈색소

빈혈을 보는 기본 수치로 남자는 13 g/dL, 여자는 12 g/dL 미만시 이상이 있는 것으로 평가합니다. 그러나 무조건 높다고 좋은 것은 아니어서 적정 수준을 넘어선 경우 적혈구 증가증이나 혈당 과다에 의할 수 있습니다. 이상 수치 결과를 처음 받았다면(특히 10 g/dL 미만시) 혈액종양내과 전문의 진료로 정확한 원인을 찾아보는 것이 좋습니다.

공복혈당

일반검진에서 당뇨병 관련 수치는 공복혈당만 지원합니다. 평상시 혈당에 문제가 있는 사람이라도 식사조절을 통해 정상수치로도 나올 수 있으며, 검진 당일 깜박하고 당이 든 커피나 비타민제 등을 복용하고 오는 경우 정상인이라도 이상수치로 나올 수 있습니다. 따라서 공복혈당 수치에 이상이 있거나 당뇨병 위험이 있는 사람은 당화혈색소 검사를 개별적으로 받아 평가하는 것이 좋습니다.

이상지질혈증

총콜레스테롤 ▶ 240 mg/dL 이상일 경우 고콜레스테롤 혈증으로 평가합니다. 그러나 총콜레스테롤은 고밀도콜레스테롤(HDL)과 저밀도콜레스테롤(LDL)을 포함하고 있는 수치로 세부 항목의 비중을 파악하는 것이 중요합니다.

중성지방 (triglyceride) ▶ 식후에 혈장 중성지방의 농도가 심하게 증가되기 때문에 이상적으로는 9시간 공복 후 채혈하는 것이 좋습니다. 중성지방이 높을 경우 동맥경화나 관상동맥질환의 위험도가 높아집니다.

다른 콜레스테롤은 정상수치이나 중성지방만 단독으로 400 mg/dL 이상인 경우 치료를 요하며, 당뇨병이나 고혈압 환자인 경우 150 mg/dL 이하가 목표여서 250 mg/dL 이상인 경우 치료가 필요합니다.

고밀도콜레스테롤 ▶ 고밀도콜레스테롤은 높을수록 좋은 콜레스테롤로 알려져 있는데 혈액 속 나쁜 지방 성분을 배출시키는 역할을 합니다. 고밀도콜레스테롤은 남녀 기준치가 다른데 보통 남자는 40 mg/dL, 여자는 50 mg/dL 이상이 정상입니다.

저밀도콜레스테롤 ▶ 저밀도콜레스테롤은 현행 검진에서 중성지방이 400 mg/dL미만인 경우 계산식으로 측정되고 중성지방이 400 mg/dL 이상일 경우 실측합니다.



음식으로 섭취한 콜레스테롤이 혈관을 통해 세포로 전달될 때 저밀도콜레스테롤 형태로 운반됩니다. 혈관 속 저밀도 콜레스테롤이 많으면 일부는 세포로 운반되지 못하고 혈관 벽에 쌓여 혈전을 잘 형성합니다. 일반적으로 저밀도콜레스테롤은 130 mg/dL 미만이 정상이나 심혈관 위험 유무에 따라 더 낮게 조절하는 경우도 있어, 심혈관 위험인자(당뇨병, 고혈압, 흡연 등)가 많은 사람은 반드시 내과 전문의 상담을 통해 관리하여야 합니다.

신장질환

혈청 크레아티닌 ▶ 단백질의 노폐물인 크레아티닌은 신장 사구체에서 걸러지지만 신장이 손상된 사람은 크레아티닌이 걸러지지 못해 혈청 크레아티닌 수치가 올라가게 됩니다. 그러나 혈청 크레아티닌이 올라가는 경우는 수분 부족, 영양 불균형 등 여러 요인도 있기 때문에 이상이 있는 경우 신장내과를 방문하여 상담하는 것이 좋습니다.

신사구체 여과율 ▶ 이 수치는 실측한 것이 아니라 나이, 성별, 혈청 크레아티닌 수치를 통해 계산한 값입니다. 사구체여과율의 측정은 콩팥 기능의 저하 정도에 대한 평가 및 추적관찰에 유용하지만 원인 질환에 대한 정보를 알려주지는 못합니다. 원인을 조사하려면 영상 검사나 소변 검사 등의 추가 검사가 필요합니다.

요검사상 요단백 ▶ 정상인에서도 고열, 외상, 심한 빈혈 등에서 나타나거나 기립성 단백뇨 등의 형태로 나타날 수 있으나, 단백뇨는 신장질환의 가장 중요한 소견 중 하나 이므로 일단 나타나면 신장내과를 방문하여 24시간뇨 단백총량 등의 추가검사를 실시하여 확인하는 것이 바람직합니다.

간장질환

AST ▶ 간장수치로 잘 알려져 있지만 간장뿐만 아니라 심장, 근육, 신장 등의 세포에 포함되어 있는 효소로서 이들 장기가 장해를 일으켜 세포가 파괴되면 AST는 혈액 중에 방출되어 혈청 속의 수치가 높아집니다. 높은 수치를 나타내는 병은 간장해, 심근경색, 심근증, 근육격계의 질병 등이 있습니다.

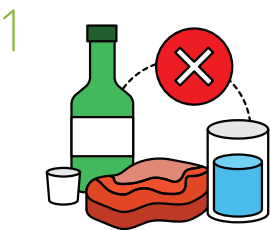
ALT ▶ AST와 비슷하지만 심장에 거의 함유되어 있지 않습니다. AST에 비해 ALT의 현저한 상승이 있을 때는 간장 장해라고 생각할 수 있습니다.

감마지티피(γ-GTP) ▶ 혈청 GTP는 주로 간에서 유래되므로, 간담도계 질환의 진단에 많이 활용됩니다. 술을 많이 마시면 갑자기 증가하는 효소로 GTP만 높게 나온다면 음주로 기인 한 간 질환 가능성이 높습니다. 그러나 이 수치는 술을 끊으면 단시간내 정상으로 돌아옵니다. 또한 의약품, 한약, 허브, 건강약품 등에 의해서도 올라갈 수 있어 정확한 병력청취가 중요합니다.

B형간염검사(만 40세만 해당) ▶ 표면항체가 양성이면 면역력이 있음을 의미하나 약하게 항체가 존재하는 경우 음성으로 나올 수 있습니다. 표면항원이 양성이면 보균자나 환자를 의미합니다.

건강검진 전 유의사항 체크포인트 8

정기적인 건강검진은 100세 시대의 건강하고 행복한 노후를 위한 건강관리의 기본이라고 할 수 있습니다. 건강은 건강할 때 챙겨야합니다. 자신의 건강상태를 주기적으로 체크하고 질병을 조기에 발견하여 적기에 치료하고 관리함으로써 건강수명을 늘리는 그 시작이 바로 건강검진입니다. 최근 주기적으로 건강검진을 받는 사람들이 늘어나고 있는데, 건강검진 시 사전에 참고하면 좋을 유의사항 등 검진 전 체크포인트를 정리하였습니다. 나를 위한 건강검진, 꼼꼼하게 준비해서 건강을 챙겨봅시다.



금식

- 건강검진 2~3일 전부터는 술, 육류, 기름진 음식, 과로는 피해야 합니다.
- 건강검진 하루 전 저녁식사는 오후 6시경 가볍게 드시고 10시 부터는 절대 금식 하십시오. (물, 담배, 껌, 은단 포함)
- * 단, 대장내시경을 하시는 경우 별도의 안내문에 따라야 합니다.



복용중인 약물

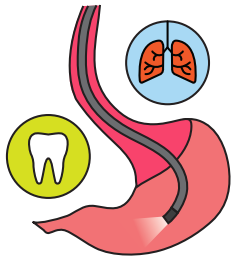
- 심근경색, 협심증, 심실세동, 뇌졸중(뇌혈관 질환)과 같은 질환의 병력이 없이 1차 예방을 위해 아스피린을 복용하고 있을 때는 건강검진 1주일 전부터 복용을 금합니다.
- 심근경색, 협심증, 뇌졸중(뇌혈관 질환)과 같은 질환의 병력이 있어 동일 질환의 2차 예방을 위해 아스피린, 항혈전제를 복용하고 있거나, 심실세동, 심장판막증, 색전증의 병력이 있어 항응고제(쿠마딘, 와파린)를 복용하고 있을 때는 위, 대장내시경 조직검사나 대장 용종 제거 후 출혈의 위험성이 증가하므로 건강검진 1주일 전까지 처방을 받은 병원의 주치의와 약복용 여부에 대해 상의하시기 바랍니다.
- 항고혈압제, 부정맥치료제, 항경련제를 복용하시는 분은 오전 6시경에 소량의 물로 복용 하십시오.
- 혈당강하제(당뇨약)을 복용하는 분은 금식하는 동안 저혈당 방지를 위해 건강검진 당일 아침 인슐린 주사나 당뇨약 복용을 금합니다.



여성 고객

- 생리 중일 경우 소변 및 부인과 검사를 제외하고는 검사 가능합니다.
- 생리로 인해 시행하지 못하는 검사는 생리 종료 5일 후부터 가능합니다. (재방문 가능)
- 임신 중일 경우 건강검진이 불가능합니다.
- 가임기 여성고객은 생리주기를 체크하여 반드시 임신여부를 확인하시기 바랍니다.
- 소변을 미리 보지 마시고 건강검진 시 제공하는 소변컵에 받아주십시오. (부인과 검사 후 소변 검사 시 혈뇨 소견 가능성이 있습니다.)

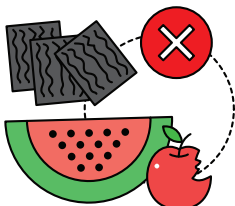
4



진정(수면)내시경 전 주의사항

- 고령, 허약자, 심폐기능 장애, 만성 간질환, 신장질환 또는 급성 질환을 앓고 있는 분은 주의를 요하며 경우에 따라 진정(수면)내시경이 어려울 수 있습니다.
- 검사 당일 고혈압, 저혈압인 경우는 검사가 제한 될 수 있습니다.
- 앞니에 치아손상, 신경치료, 임플란트, 치아교정, 흔들리는 치아가 있는 분은 검사 전 미리 말씀해 주셔야 합니다. (치아 손상의 우려가 있는 경우 위내시경 검사가 제한 될 수 있습니다.)
- 진정(수면)내시경 후 회복되는 시간은 개인차이가 있으므로 검사 당일에는 중요한 약속이나 업무는 피하시고 자가운전 및 기계조작이 어려울 수 있으니 대중교통을 이용하시거나 반드시 보호자를 동반하여야 합니다.

5



대장내시경 전 식단 조절

- 검사 3일 전부터 씨 있는 과일(수박, 포도, 참외, 키위 등)과 해초류(김, 미역), 잡곡류(흑미, 현미) 및 견과류, 질긴 나물류 등은 삼가시기 바랍니다.
- 대장이 깨끗하게 비워져야만 정확한 검사가 가능하므로 대장내시경 안내문에 따라 철저한 준비가 필요합니다. 만약, 약을 다 드시지 못하여 장 정결이 적절하지 못한 경우 당일 대장 내시경 검사가 불가능 할 수 있습니다.(재방문 가능)

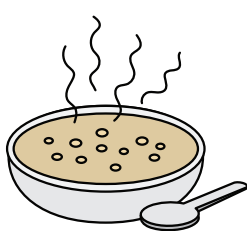
6



위, 대장내시경 검사 후

- 위내시경 검사 중 구역질이 심한 경우 목이 많이 아프고 침에 피가 섞여 나올 수 있습니다. 시간이 경과하면 증상이 좋아지며 미지근한 물로 목을 헹궈내면 증상 완화에 도움이 됩니다.
- 위내시경 검사 후 귀밑 턱관절 주변이 붓고 아플 수 있으나 시간이 경과하면 나아지며 미지근한 타월로 찜질을 하면 증상 완화에 도움이 됩니다.
- 대장내시경 시 장에 공기를 주입하여, 복부팽만감이나 복통이 발생하는 경우가 있습니다. 이때는 많이 걸으면서 가스를 배출시키거나, 복부에 온찜질을 하시면 도움이 됩니다.

7



위, 대장내시경 조직검사 시행 시

- 검사 후 1시간 정도 음식물을 피하시고 이후에는 부드러운 죽으로 드시고, 2~3일간은 자극적인 음식은 피해서 드시는 것이 좋습니다.
- 조직 검사 시행 후 출혈 증상으로 흑색 변을 보거나 피를 토하면서 심하게 어지럽고 맥박이 빨라지거나, 식은땀이 나며 또는 심한 복부 통증이 있을 수 있으므로 이런 경우는 바로 응급실로 방문하여야 합니다.

8



기타 주의사항

- 원활한 검진을 위해 귀중품 휴대 및 어린이 동반은 자제하여 주시고 예약시간을 준수하여 주시기 바랍니다.

나도 국가건강검진 대상자일까?

건강은 나 자신뿐만 아니라 사랑하는 사람들을 지켜줍니다.
건강한 가족은 행복한 가정의 첫걸음입니다.
국민건강보험공단에서 실시하는 국가건강검진을 알기 쉽게 정리해 보았습니다.
누구나 누려야 할 혜택, 국가검진으로 우리가족의 건강한 미래를 위하여 꼭 챙겨보세요.

2018년 건강검진 대상자

지역가입자	세대주와 만 40세이상 세대원 중 짝수연도 출생자
피부양자	만 40세이상 짝수연도 출생자
직장가입자	비사무직 전체, 격년제 실시에 따른 사무직대상자 (2018년도부터 사무직 격년제는 출생연도(짝, 홀) 기준 적용)
의료급여 수급자	만 19세 ~ 만 64세 세대주 중 짝수연도 출생자 만 40세 ~ 만 64세 세대원 중 짝수연도 출생자

공통 검사항목

대상질환	검사항목	대상질환	검사항목
비만	신장, 체중, 허리둘레, 체질량지수	당뇨병	공복혈당
시각, 청각이상	시력, 청력	간장질환	AST, ALT, r-GTP
고혈압	혈압	폐결핵/흉부질환	흉부방사선 촬영
신장질환	요단백, 혈청크레아티닌, e-GFR	구강질환	구강검진
빈혈증	혈색소		

성·연령별 검사항목

검사항목	대상연령	비고
혈액검사(이상지질혈증 검사)	남자 ▶ 만 24세 이상 여자 ▶ 만 40세 이상(4년 주기)	남자 ▶ 만 24세, 28세, 32세.... 여자 ▶ 만 40세, 44세, 48세....만 해당
B형간염항원, 항체	만 40세	면역자, 보균자는 제외
골밀도 검사	만 54세, 66세 여성	
인지기능장애	만 66세 이상(2년 주기)	만 66세, 68세, 70세....
정신건강(우울증) 검사	만 40세, 50세, 60세, 70세	
생활습관평가	만 40세, 50세, 60세, 70세	
노인신체기능 검사	만 66세, 70세, 80세	
치면세균막 검사	만 40세	구강검진 항목

확진검사

확진검사 대상	일반건강검진 결과 고혈압·당뇨병 질환 의심자
• 고혈압 ▶ 진찰 및 상담, 혈압측정	• 검진 결과 통보서 지참하여 가까운 병·의원 - 상급종합병원, 종합병원 제외)에 방문하여 실시
• 당뇨병 ▶ 진찰 및 상담, 공복혈당검사	- 의료급여 수급권자는 의료급여 전달체계에 따라 의원에서 실시
• 실시기간 ▶ 2019년 1월 31일까지	• 진료와 해당 검사비용을 1회에 한하여 본인부담 면제

암검진 안내

우리 국민들에게 많이 발병하고, 조기진단 방법이 있으며,
치료할 수 있는 5대암(위암, 대장암, 간암, 유방암, 자궁경부암)으로 구성하여 실시하고 있습니다.

암 구분	대상연령	검사항목	본인부담비용
위암 검진	만 40세 이상 남, 여	위장조영 또는 위내시경	본인부담 10% 또는 없음
대장암 검진	만 50세 이상 남, 여	분변잠혈 검사 ▶ 분별잠혈 검사 후 양성일 경우 대장 내시경 검사	본인부담 없음
간암 검진	만 40세 이상 남, 여 고위험군	간 초음파 검사 + 혈청 알파태아단백 검사	본인부담 10% 또는 없음
유방암 검진	40세 이상 여성	유방 촬영(좌, 우)	본인부담 10% 또는 없음
자궁경부암 검진	20세 이상 여성	자궁경부 세포 검사	본인부담 10% 또는 없음

암환자 의료비 지원(국가 암검진 대상)

국가 암검진 지원 대상자인 경우 올해 검진을 받지 않고 다음 연도에 추가 신청시 국가암검진비 지원 대상자격이 상실되어 국가에서 별도로 지원하는 암환자 의료비 지원사업(법정 본인부담금 연간 최대 200만원, 3년간까지 지원) 대상에서 제외될 수 있습니다.
(단, 건강보험 급여 혜택은 동일합니다.)

- 2018년도 국가암검진대상자(2017. 11월 보험료 부과기준)
 - 지역가입자 94,000원 이하, 직장가입자 89,000원 이하
- 2017년도에 국가암검진 절차에 따라 검진을 하고 2018년도에 암 진단을 받은 자 (2018. 1월 보험료 부과기준)
 - 지역가입자 96,000 이하, 직장가입자 91,000원 이하

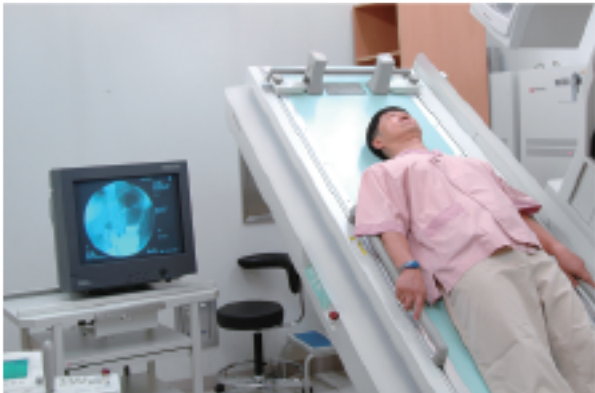
국가건강검진정보 공동활용을 통한 운전면허 적성검사 간소화

운전면허 신청일 이전 2년 내 국가건강검진을 받은 사람은 운전면허 발급·갱신 시 신체검사(시력·청력) 면제가 가능합니다.
(대형/특수면허 제외)

- 신청방법
 - 경찰서 또는 운전면허시험장에 방문하여 정보이용동의서 작성
 - 도로교통공단 홈페이지에서 운전면허 적성검사 인터넷 신청시 가능

나와 가족의 건강을 위한 첫 번째 실천 건강검진입니다

동국대학교일산병원
건강증진센터



건강은 나와 가족, 사랑하는 사람을 지켜주는 가장 소중한 삶의 가치이다.

40세의 노인이 있는가 하면 70세의 청년도 있다.

이렇듯 평소에 생활 습관을 어떻게 관리하는가에 따라 건강이 좌우될 수 있다.

동국대학교일산병원 건강증진센터는 최적의 검진시스템과 축적된 노하우를 바탕으로 현대인들의 질병을 조기발견하고 예방, 관리하여 건강관리의 파트너로서 개별 건강상태에 맞는 최적의 건강검진 프로그램을 설계하고 있으며 평생 건강관리 서비스를 제공하고 있다.

건강증진센터는 1:1 사전검진 상담부터 맞춤형 검진프로그램을 제공하고 예약, 검진, 결과 판정상담, 유소견 시 전문 진료과 교수의 진료를 신속하게 받으실 수 있도록 원스톱 진료연계서비스 등의 건강검진의 질적인 향상과 전문적인 사후관리시스템 강화 및 서비스 개선을 위해 노력하고 있다.

한편 지난 4월 4층 건강증진센터 시설을 리모델링하여 고객의 편의와 보다 쾌적하고 안전한 환경에서 검진을 받을 수 있도록 내시경검사실과 회복실을 증설 확장, 재배치하고 VIP 접견실을 갖추었다. 또한 불교종립병원으로서 스님들이 수행자로서 위의를 지킬 수 있도록 별도의 대기공간인 승가지대방, 탈의실, 해우소등을 마련하여 운영 중이다.

건강검진프로그램은 일반검진센터에서 진행하는 국민건강보험공단의 생애 주기별 국가검진으로 일반검진, 암 검진과 종합 검진으로 진행되는 기본검진, 가족력, 개인의 병력, 생활 습관 등 위험요인이나 신체증상에 따른 건강 체크를 위하여 주요 암을 중점적으로 검사하는 암 정밀, 소화기정밀, 심장·동맥경화정밀, 뇌 정밀, 폐 정밀 등의 정밀검진프로그램과 각종 암이나 성인병,

각종 질병진단을 보다 포괄적으로 체크하는 고품격 프리미엄검진 등 다양하고 유용한 검진 프로그램을 운영한다. 또한 그동안 스님들의 다빈도 질환을 분석하여 암과 혈관질환을 집중관리하는 비구, 비구니스님 전용 승가케어 검진프로그램과 검진 전용병실을 별도로 마련하여 운영하고 있어 큰 호응을 얻고 있다. 한편 스님들의 보다 안정적인 수행생활을 위하여 중단 승려복지사업의 일환으로 지난 2017년 3월에는 동국대학교일산병원과 대한불교조계종 승려복지회, 전국비구니회와 의료 서비스 제공을 위한 업무협약을 체결하고 무료검진을 실시하는 등 질병의 조기발견과 스님들의 건강을 중점 관리함으로써 승가검진의 중요성과 의미를 한층 더하였고 승려복지의 발전에 기여한 공로로 대한불교조계종 승려복지회가 선정한 공로 기관으로 선정되어 표창을 받기도 했다.

오상우 건강증진센터장(가정의학과 교수)는 인근 지역의 관공서, 대기업, 방송국, 금융권 등의 사업장 검진을 비롯하여 개인 검진, 국가검진 등 다양한 검진을 진행하고 있으며 풍부한 경험과 노하우를 가진 최고의 의료진으로 고객들이 질 높은 검진 서비스를 받을 수 있도록 최선을 다하겠다고 했다.

한편 오상우 센터장은 건강 100세 시대 행복한 노후를 위하여 가족력이나 위험인자가 있을 경우나 평소에 이상증상이 없더라도 질병을 조기발견하고 적시에 치료하고 예방하기 위해서는 건강검진을 정기적으로 꼭 받기를 권하며 올바른 생활 습관으로 더욱더 건강하고 행복한 삶을 유지하시길 바란다고 당부했다.

건강검진의 중요성은 아무리 강조해도 지나침이 없다고 했다.

더 건강한 삶을 위한 실천, 나와 가족의 건강검진은 동국대학교일산병원 건강증진센터에서 꼭 챙겨 보시길 권한다.

건강은 준비하는 사람의 선택에 의해 완성됩니다

동국대학교경주병원 국제힐링센터



동국대학교경주병원 국제힐링센터는 2013년 양한방 의료 관광을 목표로 건축된 연면적 4,590㎡, 지하 1층, 지상 5층의 건물로 질병의 진단과 치료중심에서 벗어나 삶의 질 향상을 위한 전인적 치유를 추구하는 곳이다.

국제힐링센터 내 지하 1층부터 지상 2층까지 3개층에 건강 검진센터가 자리하고 있다.

이곳에서는 종합건강검진, 국민건강보험공단 일반건강 검진과 암검진, 고용노동부 특수건강검진 및 학생건강 검진 등을 실시하며 관련 영상의학검사와 내시경검사 등 이 센터 내에서 이뤄진다.

김상규 센터장(직업환경의학과 교수)은 동국대학교경주 병원 건강검진센터는 사업장 중심의 건강검진센터라고 설명한다.

“전국적으로 종합검진은 서울의 빅5로 다 몰리기 때문에 대부분의 지방 병원에서는 종합검진이 줄어드는 추세”라며 “지방의 병원은 지역의 특성에 맞추어 검진대상자를 발굴 하고 더 친절하고 밀접한 진료로 다가가야 한다”고 말했다. 경주는 포항과 울산 사이에 있다 보니 중소기업의 사업장 들이 많아서 사업장 건강검진이 큰 비중을 차지하게 되었고 건강검진센터장을 맡게 된 것도 이 때문이란다.

직업환경의학과는 일반인에게는 다소 생소한데 과거에는 산업의학이라는 명칭으로 근로자의 손상과 질병을 예방 하고 치료하는 의학 분야였지만, 최근에는 산업안전보건 법에 의거한 정기 일반 & 특수건강검진과 채용이나 배치 전환 시 근로자의 건강수준을 평가하고 직업병 여부를 판정한다. 더불어 사업장에서 소음, 분진, 유기용제, 특정 화학물질, 중금속, 방사선 등의 유해인자로부터 발생할 수 있는 건강 장애를 예방하고, 조기에 인지하여 중재를 하는 한마디로 근로자의 질병예방, 진단 및 치료, 재활 등의 종합서비스를 제공하는 분야이다. 그 외 에도 역학, 독성학, 환경보건학 등을 기반으로 여러 연구들을 수행 하며 지역주민의 건강과 삶의 질 향상을 위해 노력해오고 있다.

동국대학교경주병원은 건강검진센터는 건강검진팀을 포함 한 세 분야로 구성되어 있다. 먼저 작업환경측정팀은 사업 장별로 유기용제, 소음, 분진, 원자력 등 유해물질이 무엇 인지, 노출 정도가 어느 정도인지 측정하고 특수검진 항목 과 검진 횟수 등을 제안한다.

보건관리위탁팀은 보건관리 업무를 위탁 계약한 사업장에 정기적으로 방문하여 보건관리자로서 근로자들의 보건관련 업무를 수행하고 있다. 현재 150여 개의 사업장, 1만 5천명 내외의 근로자들의 건강을 보살피고 있다. 특히, 동국대학 교경주병원 보건관리위탁팀에서는 정기검진 지도 외에도 사업장 특성과 업무를 고려하여 사업장별로 상황에 맞게 세미종합건강검진 등을 제안하고 결과 설명 및 추적검사 등을 지도한다.

또한 동국대학교경주병원은 경주 유일의 특수검진기관으로 지정되어 있다. 일반검진과 달리 특수검진은 고용노동부 에서 지정받은 의료기관에서만 실시할 수 있다. 지역 내 대기업과 여러 중소기업도 사업장 근로자들의 특수 & 일반 건강검진을 책임지고 있다. 최근 야간 교대근무자들도 특수 검진을 받게 되면서 연간 검진이 90,000건 이상으로, 매일 100여 명 이상이 검진센터를 방문하며 거의 2배 정도 규모 인 출장검진도 연중 실시하고 있다고 한다. 종합건강검진센터는 의료진 수준은 물론이고 장비와 시설 등에서도 지역 내 최고 수준으로 지역 내에서 신뢰하고 검 진 받을 만하다고 평가받고 있다. 또한 센터 내 내시경실은 소화기병센터와 더불어 소화기내시경학회와 소화기 내시경 연구재단에서 실시하는 우수내시경실 인증을 받았다.



현재 연간 7,000명 이상의 종합건강검진을 실시하고 있으 며, 특히, 한국수력원자력(주)에서 동경주 주민에게 제공하 는 종합건강검진을 대부분 맡아서 한다.

김 센터장은 “여건 상 지역주민 대상의 국민건강보험공단 건강검진은 1차 의료기관에서 동국대학교경주병원 검진 센터는 사업장 중심의 건강검진을 하면서 상생하는 관계를 유지해 왔지만, 앞으로 경쟁이 치열해지면서 지역주민을 대 상으로 한 검진과 고급화된 건강검진 비율을 높이는 전략을 수립해야 된다”고 설명했다. 특히, “건강검진센터와 여러 임상진료 및 응급진료 등이 톱니바퀴처럼 맞물려서 잘 돌아가야 신뢰받는 병원이 될 수 있다. 그동안, 경주병원은 지역 유일의 의과대학 부속병원으로써 지역민들이 신뢰 하는 병원으로 자리매김하기 위해 책임감을 가지고 노력해 왔고 건강검진센터는 발전을 위한 구심점이 될 것이다.” 라고 포부를 밝혔다.



김동일 교수의 한방 정보

메마른 만추(晩秋)를 준비하는 보양제와 한약제제

가을의 초입입니다.
그러나 이내 서리가 내리고 만추를 지나
긴 겨울로 이어질 것입니다.
기침을 해대는 것처럼 힘들고,
천식처럼 힘겨운 증상도 드물 것입니다.
호흡기가 약한 분들에게는 가을과 겨울로
이어지는 나날은 참 힘겹습니다.
미리 준비하는 호흡기 건강 증진과 기침 및
천식 치료 보양제와 한약재를 소개합니다.



동국대학교일산한방병원 병원장
한방여성학과

김 동 일 교수

전문진료분야
건강증진, 불임, 갱년기, 자궁근종,
월경통, 골반통, 수족냉증,
다낭성 난소, 산후풍,
피부미용 및 탈모



鎮咳膏 진해고

진해고(鎮咳膏)는 기침이나 천식의 치료와 기관지 및 폐 기능 개선에 좋은 과일과 한약재를 약한 불로 오래 달여 걸쭉한 즙의 상태로 만든 것입니다. 일차적으로 기침이나 천식이 반복되는 분들과 말을 많이 하고 목 건강에 신경을 써야 하는 교사 및 교수, 성직자, 통역사, 가수, 그리고 어린아이를 양육하면서 높은 톤으로 말을 해야 하는 엄마에게 좋은 약이라 할 수 있습니다. 또한 폐 기능 개선과 허약체질의 노인, 유아, 청소년의 면역력 저하에 대비한 보약이라 할 수 있습니다. 한의학에서 인식하는 폐의 계열 기관은 외부 환경에 직접 노출되는 피부와 코 점막, 기관지, 폐 등입니다. 이러한 곳은 면역계통의 최전방이라 할 수 있습니다. 폐 기능의 개선이 면역기능의 강화가 되는 이유가 여기에 있습니다.
진해고의 원료는 배, 홍시(대봉시), 엿기름, 늙은 호박, 호도 기름, 꿀 등 먹거리 범주에 속하는 것과 천문동, 자완, 복령, 오미자 등의 한약류가 있습니다. 남녀노소 불문하고 장기간 안심하고 복용할 수 있습니다.



淸音錠 청음정

청음정(淸音錠)은 목이 건조하고 잘 붓거나 아픈 사람, 쉼 목소리, 기침과 가래가 잦은 사람에게 간편하게 정제 형태로 투여하여 입안에서 녹여먹는 구강용해제입니다.
도라지와 감초, 민들레, 뽕잎, 박하 등 우리 주변에 흔히 볼 수 있는 식재료이자 한약재인 약재를 주원료로 하고 있습니다. 여기에 구강과 인후 점막의 염증에 효과적인 프로폴리스와 청량감을 높여주고 진통작용이 있는 용뇌를 더 넣었습니다.
역시 직업적으로 말을 많이 하는 분, 차갑고 건조한 실내에서 에어컨이나 온풍기에 노출되는 수험생, 먼지가 많은 환경에서 일하시는 분, 체질적으로 인후통이 잦고 목이 잘 쉬는 분, 호흡기 질환이 잦은 분에게 활용할 수 있습니다.



麥門冬탕과립제 천문동 맥지수

이 약은 비교적 오래된 기침을 치료하는 한약입니다.
소리가 깊고, 얼굴이 붉어질 정도로 연속적으로 하는 기침이며, 가래가 잘 뱉어지지 않는 마른기침에 잘 듣습니다. 감기가 지속되어서 기관지와 폐포가 건조하고 예민해져 기침이 지속된 경우에 해당됩니다.
감기 기침 등에 흔히 사용되는 항히스타민제가 이러한 건조를 유발할 수도 있습니다. 또한 음주, 흡연, 아파트 생활과 같은 폐를 건조하게 하는 조건들도 관련이 있습니다.
맥문동탕과립제는 휴대와 복용이 간편한 과립제로 만들어져 있어 직장인이나 학생 등 외부 활동이 많은 사람들도 손쉽게 복용할 수 있습니다. 반하, 인삼, 감초, 대추, 갯미와 맥문동 등의 한약으로 구성되어 있어 복용 후 졸음이나 소화장애도 없어서 두루 활용할 수 있습니다.

이재은 교수의 한방 정보

요통환자의 운동요법과 추나치료

요통은 척추, 추간판, 관절, 인대, 신경, 혈관 등의
기능 이상으로 인한 허리 부위의 통증을 말합니다.

평생 동안 80%의 사람들이 한 번 이상

요통을 경험하는 것으로 보고되며,

자주 재발하는 경향이 있어 보존적 치료뿐만 아니라

수술 후에도 요통 예방을 위한 자세와

생활습관 교육 및 지속적인 운동이 필요합니다.



동국대학교분당한방병원
한방재활의학과

이재은 전임의

전문진료분야
관절질환, 스포츠손상,
외상 및 수술후 재활,
추나요법



요통 치료에 운동이 필요한 이유는 무엇인가요?

빠로 이루어진 척추는 주변 근육의 도움 없이는 신체의 부하를 견디며 안정적인 상태를 유지하기가 어렵습니다. 척추는 횡격막, 골반저근, 복횡근(심층 복근), 다열근(심층 척추기립근)으로 이루어진 원기둥 모양의 코어근육의 입체적인 지지를 통해 안정적으로 기능합니다. 이 중에서도 복횡근과 다열근의 동시수축은 코르셋과 같이 작용하여 요추의 운동 안정성을 부여하기 때문에 요통 환자의 운동 치료에 중요한 근육입니다. 그러므로 요통 치료 및 예방을 위해서는 다열근과 복횡근이 정상적으로 수축하도록 하는 훈련이 필요합니다.

요통 환자의 운동은 언제부터 시작하는 것이 좋을까요?

요통이 발생한 급성기에는 허리를 구부리거나 옆으로 돌리는 등의 허리에 스트레스를 주는 활동은 피해야 합니다. 요통이 발생한 첫 2주 이내 성급하게 시작하는 운동은 통증을 더 악화시킬 수 있습니다. 급성기가 지나 발열, 열감, 부종 등을 동반한 염증성 통증이 없어지면 운동을 시작하는 것이 권장됩니다. 4일 이상의 장기간 침상 안정은 오히려 요추부 근력 약화를 야기할 수 있어 피하는 것이 좋습니다.

요통 환자에게는 어떤 운동이 좋을까요?

급성기의 염증성 통증이 없어지면 척추에 부담이 덜한 걷기, 실내 자전거 타기, 수영 등의 유산소 운동부터 시작해 볼 수 있습니다. 그 후에는 의료진과 상의하여 요추 신전 및 굴곡 운동, 근력 강화운동, 스트레칭 운동 등을 포함하는 개인에 맞춘 운동 처방이 추천되며, 점진적으로 운동 강도를 늘려나가도록 합니다.

운동을 시행하면서 요통이 호전되는 경우 진행중인 운동을 유지하고, 운동을 시행하면서 요통이 변화가 없는 경우 운동의 종류, 운동방법, 운동량, 운동 강도를 조절합니다. 운동을 시행하면서 요통이 악화되는 경우에는 운동을 중단하고 의료진과 상의해야 합니다.

요통과 관련된 질환을 진단을 받은 후 운동시 주의해야할 점이 있나요?

추간판탈출증은 초기에는 가벼운 신전운동이나 굴곡운동 위주로 시행하고, 급성 통증이 줄어들면 위의 요추 안정화 및 근력 강화 운동이 권장됩니다. 척추관협착증은 요추 전만을 감소시키기 위해 굴곡 운동이 추가 되어야하며, 일상생활에서는 통증을 유발하는 걷기, 오래 서있기를 피해야 합니다. 척추분리증과 척추전방전위증은 굴곡운동이 신전운동보다 효과가 좋으나 지나친 굴곡은 피해야 합니다. 운동을 하는 도중 혹은 후에 통증이나 열감이 발생될 때에는 냉찜질 등을 적용하며 운동의 강도를 조절해야 합니다.

한방에서 요통 환자에게 시행하는 추나치료는 어떤 효과가 있나요?

척추와 골반의 부정렬은 만성적인 요통의 원인이 되며, 반대로 요통이 지속되는 경우에도 척추-골반의 정렬에 보상적인 부정렬을 야기해 요통의 강도와 기능장애를 악화시킬 수 있습니다. 추나요법은 한의사가 손 또는 신체의 일부분이나 추나 테이블 등 기타 보조기구를 사용하여 환자의 신체구조에 유효한 자극을 가하여 구조나 기능상의 문제를 치료하는 한방 수기요법으로, 요통 환자에게 흔하게 볼 수 있는 척추와 골반의 비정렬을 교정하여 만성 요통의 악순환을 끊어줄 수 있는 효과적인 치료 방법입니다.

절세미인이 숨은 설악산 단풍을 찾아서 설악산 단풍 트레킹

하늘에 파란 물감이 뿌려졌다.
푸른빛 하늘이 가을이 왔음을 알리자 나뭇잎이 울긋불긋
여여쁜 얼굴을 내밀기 시작했다.
남한에서 가장 빨리 오색단풍 드리운 화려한 얼굴로
변하는 곳은 바로 설악산이다.
설악산은 평균적으로 9월 하순부터 단풍이 시작된다.
빠른 단풍만큼이나 첫눈이 가장 먼저 오는 곳이기도 하다.
아직은 여름날 뜨거운 햇빛의 기운이 조금은 남아 있는
가을의 문턱에서 남들보다 한발 앞서 단풍을 맞이하러
떠나본다.



1



2



3

절세미인을 만나러 가는 길 - 백담사와 한용운

우리나라에서 지리산과 설악산은 영원한 라이벌이다. 예부터 선조들은 두 산을 오르며 심신을 갈고 닦았다. 그래서일까, 두 산에 대한 평가는 항상 비교되며 그 내용이 흥미롭다. 보통 지리산이 장엄하다면 설악산은 수려하다고 한다. 지리산은 남성적이고 설악산은 여성적이라 말한다. 극과 극으로 나뉘는 매력 덕분에 두 산을 동시에 사랑할 수 없다고 하는 재미난 이야기도 있다. 최남선은 설악산을 골짜기 속에 숨어 있는 절세미인의 고운 모습이라 말하며, 물속의 고기마져 놀라게 할 만큼 아름다운 풍경을 가지고 있다고 평하였다. 다만, 설악산은 험한 산세에 절세미인을 꼭꼭 숨겨 놓고 쉽게 보여주지 않는다. 미인을 만나기 위해 비교적 쉬운 코스인 백담사를 거쳐 오세암, 마등령을 지나 비선대로 내려오는 길을 잡았다. 백담사로 가기 위해서는 용대 마을에서 운행하는 셔틀버스를 타고 가야 한다. 백담사 주차장에 도착해 다리를 건너면 백담 계곡으로 내려온 오색 단풍이 가장 먼저 눈길을 사로잡는다. 설악산에 발을 들이자마자 아름다운 단풍을 만나니 한결 발걸음이 가벼워진다. 계곡 옆으로는 수많은 돌탑이 세워져 있어 이색적이다. 돌탑을 쌓은 사람들은 화려한 단풍나무 아래에서 어떤 소원을 빌었을까? 발걸음을 멈추고 돌 하나를 집어 그들의 소원 위에 안전 산행의 소망을 담아 살며시 얹어 놓는다.

백담사에서 오세암으로 이어지는 코스는 한용운 시인과도 인연이 깊다. 청년 시절 동학농민운동에 참여했으나 실패로 끝나자, 회의를 느끼고 전국을 돌아다니다 설악산의 오세암으로 들어왔다고 한다. 그는 오세암에서 본격적으로 불교를 공부했고 백담사에서 출가하여 승려가 되었다. 1919년에 민족대표 33인으로 참여하여 3.1운동의 주동자로 체포되었고 3년간 감옥살이를 한 후 백담사로 돌아와 <님의 침묵>을 집필했다. 그의 행적을 통해 <님의 침묵>에 등장하는 한 구절의 단풍나무 숲은 내설악의 아름다운 얼굴이 아니었을까 생각해본다.

‘님은 갔습니다. 아 아 사랑하는 나의님은 갔습니다. 푸른 산빛을 깨치고 단풍나무 숲을 향하여 난 작은 길을 걸어서 차마 떨치고 갔습니다’

장쾌한 공룡의 등허리를 만나다 - 마등령에서 바라본 공룡능선

백담사를 지나 오세암으로 가는 길은 비교적 순탄하다. 수렴동 계곡을 끼고 우거진 숲길을 걷는다. 등산객의 발길을 휘젓고 다니며 재빠르게 움직이는 귀여운 다람쥐들이 길동무가 되어준다. 투명한 계곡 위로 오색찬란한 단풍이 얼굴을 내민다. 단풍에 반하고 계곡에 취한다. 한용운 시인이 위태로운 조선의 국운을 걱정하며 마음을 찢을 단풍나무 숲을 그렇게 지나간다.

길을 건다 영시암을 지나면 봉정암과 오세암으로 가는 갈림길이 나온다. 설악산 최고봉인 대청봉으로 향하는 사람들은 봉정암 방향으로 길을 잡는다. 마등령을 넘어 공룡능선을 감상하고 내려오는 것이 이번 산행의 목표이므로 오세암 방향으로 들어선다.

오세암을 지나면 공룡능선의 멋진 등줄기를 만나기 위해 마등령으로 오른다. 마등령 고개에 다다르니 불어오는 강한 바람이 얼굴을 때린다. 공룡이 뺄쭉 솟아오른 등뼈를 드러내며 누워 있는 모습처럼 보인다. 거센 바람은 다름 아닌 공룡의 입김이 아니었을까. 바위로 이루어진 봉우리들이 날카롭게 쏟아지는 능선의 모습에 감탄이 절로 나온다. 웅장한 풍경에 사로잡혀 능선 하나하나에 시선이 이끌린다. 공룡능선 위로 화채봉과 천화대가 하늘을 받치고 있다. 날씨가 좋은 날에는 불쑥 튀어나온 세존봉 뒤로 속초 시내와 동해의 푸른 풍경이 보인다.

마등령에서 비선대로 내려오는 길을 잡는다. 세존봉에서는 설악 최고봉인 대청봉도 눈에 들어온다. 대청봉을 호위하고 있는 공룡능선의 봉우리가 능름한 장군처럼 보인다. 비선대까지는 3km 안팎의 구간이지만 길이 험해 좀처럼 속도를 낼 수가 없다. 비선대에 가까워질수록 경사는 심해지지만 발아래로 천불동 계곡이 보이고 머리 위로는 공룡능선과 화채봉, 대청봉이 병풍처럼 펼쳐져 있어 한 폭의 산수화를 보고 있는 것 같다. 단풍은 설악만 붉게 물들인 것이 아니었다. 단풍은 나를 걷게 했고 내 마음마저 붉게 물들였다. 내가 설악을 걷은 것이 아니라 설악이 나를 걷은 것이다.

1. 백담사로 흐르는 계곡과 돌담 2. 오색 단풍 물든 오세암 3. 마등령 고개에서 바라본 공룡능선과 화채봉

DUMC NEWS

동국대학교일산병원 동국대학교일산한방병원

대장·유방·폐·위 4대 암 치료 1등급 기관 선정

동국대학교일산병원은 건강보험심사평가원이 지난 6월 8일 발표한 ‘4대 암 적정성평가’에서 4대 암을 잘 진료하는 1등급 의료기관으로 선정됐다. 평가를 위한 주요항목은 암 치료 전문 의사 구성 여부와 수술, 방사선, 항암화학요법 등의 치료 적정 시행 여부, 평균 입원일수, 평균 입원진료비 등 암별로 19~22개의 지표로 구성됐다.

동국대학교일산병원은 이번 평가에서 1등급을 획득한데 이어, 지난해 심평원 평가결과 대장암과 유방암은 5년 연속 1등급을 획득했으며, 폐암은 4년 연속, 위암은 3년 연속 1등급을 획득했다.

급성기 뇌졸중, 신속하게 치료 잘하는 최우수병원으로 선정

동국대학교일산병원은 건강보험심사평가원이 실시한 2018년 제7차 급성기 뇌졸중 적정성 평가에서 최우수 등급인 1등급을 받았다.

이번 평가는 급성기 뇌졸중 환자를 진료한 전국 종합병원급 이상 총 246개의 의료기관을 대상으로 평가한 결과로, 동국대학교일산병원은 진료과정 지표조사에서 모두 만점을 받았다.

동국대학교일산병원은 이번 평가로 뇌졸중 치료체계에 있어 시설, 전문 인력 등 최적의 진료를 제공할 수 있는 최우수 병원임을 입증했다.

보건복지부 장관 감사패 수상

동국대학교일산한방병원은 지난 5월 9일 보건복지부가 주최하고 한국보건산업진흥원이 주관하는 ‘메디컬코리아 2018 국제 컨퍼런스’에 참석해 보건복지부장관 감사패를 수상했다. 이번 수상의 배경은 2018 평창 동계올림픽 한의진료센터 참가 운영과 관련해 전 세계 기자를 대상으로 침, 부항, 추나 요법 등을 시연하고, 취재할 수 있도록 함으로써 한국보건산업진흥원 한의약 홍보사업에 크게 기여한 공을 인정받은 것이다.

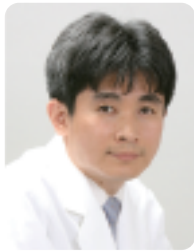


신경과 김동익 교수 저서, ‘뇌졸중 MRI의 이해와 정량분석’ 학술원 우수학술도서로 선정

동국대학교일산병원 신경과 김동익 교수의 저서 ‘뇌졸중 MRI의 이해와 정량분석’이 학술원 우수학술도서로 선정됐다.

이번 우수도서 선정은 대한민국학술원에서 시행하는 사업으로 기초학문분야 연구 및 저술 활동을 활성화하고자 기초학문분야인문학, 사회과학, 한국학, 자연과학의 우수학술도서 300여 종을 선정하여 지원하는 사업이다. 우수학술도서로 선정된 도서는 학술원에서 책

표지에 ‘대한민국학술원 선정 우수학술도서’ 스티커를 부착한 후 도서를 신청한 국내 도서관에 배포된다.

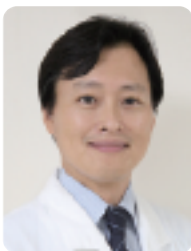


국내 최초 ‘자궁선근증 감축술’ 신의료기술 승인

동국대학교일산병원은 지난 5월 국내 최초로 자궁선근증에 대한 새로운 수술법인 ‘자궁선근증 감축술’에 대한 신의료기술 평가를 신청하여 보건복지부 신의료기술평가 위원회로부터 그 안전성과 유효성을 인정받았다. 이번에 승인된 ‘자궁선근증 감축술(Adenomyomectomy)’은 동국대학교일산병원 산부인과 노주원, 윤상호 교수 연구팀에 의해 개발된 기술로, 오랜 기간 선근증으로 고생하는 난임 환자의 고통을 덜어주고 임신 성공률을 높이기 위해 개발된 새로운 수술법이다. 노주원 교수 연구팀은 “한국은 전 세계에서 가장 낮은 출산율을 보이며 결혼과 출산연령 또한 높아져 이로 인해 가임여성에게 선근증으로 인한 난임이 지속해서 증가 될 것으로 예상한다.”며, “그동안 수술이 불가능하다고 여겼던 자궁선근증을 치료할 수 있는 새로운 수술법을 통해 난임으로 고통 받는 많은 여성에게 새로운 희망이 되었으면 한다.”고 전했다.



산부인과 노주원 교수



산부인과 윤상호 교수

조기난소부전 예방을 위한 오수유 추출물에 관한 특허획득

동국대학교일산한방병원은 최근 조기난소부전 예방을 위한 난독성 보호 활성을 갖는 오수유 추출물에 관한 특허를 획득했다. 공식 특허명은 ‘난독성 보호 활성을 갖는 오수유 추출물을 포함하는 조기난소부전 예방 및 치료용 조성물’이며, 동국대일산한방병원 여성의학과 김동일 교수와 동국대 한의과대학 이주희 교수가 공동으로 연구한 결과다. 한방여성의학과 김동일 교수는 “이번 연구를 통해 임상 적용 사례로 난임의 치료와 예방 갱년기장애 예방, 조기폐경 예방, 생식기능 조기 감퇴 예방 및 치료 등에 활용될 수 있을 것”이라고 밝혔다.



안과 박철용 교수, ‘미안마 무료 개인 수술’ 의료봉사

동국대학교일산병원 안과 박철용 교수는 지난 6월 4일부터 8일까지 5일간 미얀마 카친주 미치나시에서 실명환자들을 위해 무료 개인수술 의료봉사를 펼쳤다. 이번 의료봉사에는 박철용 교수를 비롯한 최보윤, 강예은 간호사가 함께 참여해 의료봉사자 지원을 통해 미얀마 주민들에게 세상을 볼 수 있는 눈을 선물하는 소중한 시간을 보냈다. 또한, 국내 대학병원에서 파견된 총 7명의 우수한 안과 전문의와 6명의 간호사로 구성된 봉사 의료진들은 5일 동안 1000여 명의 환자에게 안과 진료를 비롯해 300여 명의 실명환자에게 무료 백내장 수술을 통해 시력을 되찾아 주었다.



‘독거노인 30명과 1대1 일촌 맺기’ 후원 사업

동국대학교일산병원은 지난 7월 10일 고양시 일산동구보건소와 함께 ‘독거노인 일촌 맺기 사업 협약식’을 개최했다. 독거노인 일촌 매기는 보건소 등록 독거노인과 동국대학교일산병원 간호사가 1대1로 일촌을 맺고 매주 1회 어르신들에게 안부 전화 및 건강 모니터링 등을 지원해주는 사업으로 이날 30명의 독거노인과 일촌을 맺었다.



노비구니 스님의 아름다운 회향, 5천만 원 기부

익명의 한 비구니 스님은 지난 6월 동국대학교 일산병원을 찾아 병원발전기금으로 5천만 원을 전달했다. 스님은 몇 년 전 입적하신 은사 스님의 평소 유훈을 받들어 불교호스피스 병동 오픈을 위한 마중물이 되길 발원하면서 기부의 뜻을 밝혔다. 이 날 전달식에 참석한 이진호 의료원장은 “자비를 몸소 실천하신 스님께 고개가 숙여지고, 스님의 뜻을 깊이 새겨 스님 복지에 사용될 수 있도록 하겠다.”고 감사의 뜻을 밝혔다.

동국대학교경주병원 동국대학교경주한의원

급성기 뇌졸중 적정성 평가 1등급 획득

동국대학교경주병원은 건강보험심사평가원에서 실시한 ‘제7차 급성기 뇌졸중 적정성평가’ 결과 1등급을 획득하였다. 급성기 뇌졸중 평가는 머릿속의 혈관이 막히거나 터져서 뇌가 손상된 급성기 뇌졸중 환자의 입원치료에 대한 평가로 이번 평가는 국내 종합병원급 이상 의료기관 246곳을 대상으로 진행하였으며 1시간 이내 뇌영상검사 실시율, 정맥 혈전용해제 투여고려율, 지질검사 실시율, 항혈전제 퇴원 처방률, 5일 이내 조기 재발 평가율 등 전체 평가 항목에서 99.59점을 받아 최우수등급을 받는 쾌거를 얻었다.

우수 인공신장실 인증 획득

동국대학교경주병원 인공신장실은 대한신장학회로부터 최근 우수 인공신장실 인증을 획득했다. 우수 인공신장실 인증은 의료진의 전문성, 환자 안전 시설, 혈액투석의 과정 및 적절성, 운영의 윤리성, 의무기록과 보고 등 5개의 평가기준에서 우수한 평가를 받았으며, 인증기간은 2021년 3월까지이다. 특히, 투석전문과의 경력 투석간호사가 적정한 환자수의 치료 여부와 감염관리와 환자안전시설 등 실질적으로 인공신장실에서 제공하고 있는 의료의 전문성과 환자의 안전성 등이 중요하게 평가되었다.

비노의학과 이경섭 교수, Elsevier 출간 국제 논문 우수 리뷰어

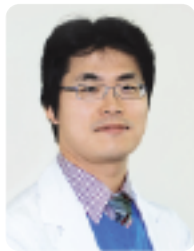
동국대학교경주병원 비노의학과 이경섭 교수는 세계적인 논문 편찬사인 Elsevier에서 발간하는 국제 전립선 논문의 2018년 우수 리뷰어에 선정되었다. Elsevier은 네덜란드 암스

테르담을 기반으로 하는 국제적인 출판사로 의학 및 과학 기술 관계를 중심으로 하는 세계 최대 규모이며, 학술 잡지도 다수 발행하고 있다. 이경섭 교수는 아태전립선학회(아시아-태평양 전립선학회) 집행위원이면서 본 논문의 편집위원으로 활동하는 등 학술과 연구에 힘쓰고 있다.



비뇨의학과 김기호 교수
미국비뇨기과학회 우수 중점과제 선정 및 마르퀴즈 후즈 후 등재

동국대학교경주병원 비뇨의학과 김기호 교수 연구 주제가 미국비뇨기과학회 2018 정기학술대회에서 우수 중점과제로 선정되었다. 미국비뇨기과학회는 전 세계 비뇨의학과 의사들이 참여하는 대규모 학회로, 김기호 교수가 발표한 주제는 동물실험에서 마그네틱 자극기를 이용해서 발기부전의 혈류를 증가시켜 발기부전 치료에 이용할 수 있다는 내용이다. 또한 김기호 교수는 세계 3대 인명사전인 마르퀴즈 후즈 후에도 등재되는 등 학술과 연구에 힘쓰고 있다.



신종감염병 발생 대비 합동 모의훈련
동국대학교경주병원은 5월 30일 경상북도, 경주시보건소, 경주소방서와 합동으로 '신종 감염병 발생 대비 모의훈련'을 진행했다.

이날 모의훈련은 지역사회와 의료기관 내부에서 발생할 수 있는 신종감염병 환자 발생 상황에 대해 신속하고 체계적으로 대응할 수 있는 능력을 배양하고 원내 및 지역사회로의 전파 예방을 위해 시행되었다. 나득영 병원장은 "앞으로도 지속적인 훈련으로 위기 상황 속에서의 대응 능력을 높이고 지역민들에게 각종 감염으로부터 안전한 병원이 되도록 노력할 것이다. 또한, 유관기관과의 협조체계를 구축하여 지역주민의 건강증진에 기여할 수 있도록 최선을 다하겠다."고 말했다.



난치성 어린이 300만원 의료비 지원
동국대학교경주병원은 대한불교조계종사회복지재단에서 주최하는 제18회 국내외 난치병 어린이 의료비지원 사업 공모를 통해 선정된 분원 환아에게 300만 원의 의료비를 지원했다. 동국대학교경주병원은 매년 난치병 어린이를 돕고자 의료비 신청뿐만 아니라 지원사업을 통해 어려운 환아에게 삶의 희망을 전해주고 있다.

부처님 오신날 맞이, 불국사, 은해사, 기림사 의료지원
동국대학교경주병원은 불기 2562년 부처님 오신날을 맞이하여 불국사, 은해사, 기림사에서 의료 봉사활동을 펼쳤다.

총 14명으로 구성된 의료봉사단은 각 사찰에 배치되어 혈압 및 혈당을 체크해주고 구급상비약을 처방해주는 등 정성스런 봉사에 사찰을 찾는 사람들의 고마움을 자아냈다. 정주호 불교회장은 "불교종립병원으로서 부처님 오신날을 맞이하여 뜻깊은 봉사를 할 수 있게 해주신 각 사찰 주지스님께 감사드리며,

앞으로도 지속적인 봉사를 통해 그 역할을 다하겠다."고 말했다.



동국대학교분당한방병원

2018년 소방 구조대들 훈련
동국대학교분당한방병원은 2018년 의료기관 안전대진단에 따른 자체 소방안전 훈련을 실시했다. 이번 훈련은 화재 발생 시 신속한 대피와 대응 체계를 향상 시키고자 진행 됐다. 소화기 사용법 및 구조대들 이용에 대한 내용으로 이론 교육을 했으며, 직접 직원들이 구조대들 훈련에 참여하여 비상대피와 함께 심폐소생술 교육도 실시하였다. 동국대분당한방병원장은 화재 방지 및 발생시 적극적이고 신속한 대처의 중요성을 강조하고, 소방훈련에 협조 해준 수내 119 소방서의 도움으로 무사히 훈련을 마치게 되었다며 감사의 인사를 전했다.



부처님 오신날 연꽃 전달
동국대학교분당한방병원은 불기 2562년 부처님 오신날을 맞이하여 지난 5월 21일 불광사 보살님 20여 명과 간호사들이 함께 연꽃을 만들어 환자와 내원객들에게 전달했다. 행사에 참석한 직원들은 연꽃 만드는 방법과 연꽃의 의미를 되새기며 한잎 한잎 정성스레 만들었고, 병원을 방문한 모든 분들이 부처님의 진리를 느끼며 건강 기원 바라는 마음을 담아 한송이씩 전달했다. 연꽃을 받은 환자와 내원객은 동국대학교분당한방병원의 자비와 보살행을 감사한 마음으로 받겠다고 말했다.



황송노인종합복지관 의료봉사
동국대학교분당한방병원은 성남시 위탁으로 대한불교조계종 사회복지재단에서 운영하는 황송노인종합복지관에 의료봉사를 실시했다. 황송노인복지관은 등록인원 3천명에 하루 이용객인 1천명에 달하는 대형 복지관이다. 동국대학교분당한방병원은 한의사 등 5명의 봉사팀을 구성하여 약 80명의 어르신들을 진료하였다.

노인성 질환인 관절염, 통증 등에 대한 침 치료가 인기가 많았으며, 어르신들은 한분 한분 정성스럽게 침을 놓아주는 한의사 전공의들의 손을 잡아주며 감사의 마음을 전했다.



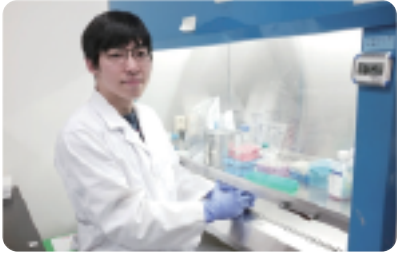
동국대학교의과대학
동국대학교한의과대학

의학교육 교수개발 경주·일산 합동워크숍 및 의학교육 연수회
경주·일산 의과대학 의학교육 교수개발을 위한 합동 워크숍 및 의학교육 연수회가 지난 6월 23일부터 24일까지 양일간 서울 스탠포드호텔에서 개최했다. 이번 합동 워크숍은 '의학교육의 질 개선과 교수의 역할'이라는 주제로 아주의대 박래웅 교수와 제주 의전원 황임경 교수를 초청해 '빅데이터를 활용한 연구'와 '서사의학과 의료 인문학 교육'에 대해 강연을 했으며, 의학전문대학원 황지영 부원장이 '학생 참여형 기본 의학 교육을 위한 전제와 교수자 준비사항'에 대해 발표했다. 의과대학 교육부장장 김경옥 교수는 '기능별 교수 트랙제도'에 대해 분임토의를 진행하며, 참여 교수들의 다양한 의견을 수렴했다.



의학전문대학원 4학년 노재원 학생 SCI급 논문 게재
동국대학교 의학전문대학원 학·석사 통합과정 4학년 노재원 학생이 SCI(과학기술논문 인용색인지수)급 국제저명 학술지인 '생화학 생물리학 연구학회지 BBRC'에 주 저자로 논문을 게재했다. 노재원 학생은 "남주현 지도교수님의 지도하에 동 대학 이온통로질환연구소 동국대학교일산병원 알레르기내과 김우경 소장님을 비롯해 연구실의 여러 우수한 인프라 지원이 있었기에

좋은 성과를 거둘 수 있었다."고 소감을 밝혔다. 동국대학교 의과대학 생리학교실 남주현 지도교수는 "본 논문은 예과과정 중 실험한 연구 결과로 의과대학 학생 특히, 예과 수준의 학생이 이런 내용의 논문을 내는 것은 매우 특별하다."며, "훌륭한 연구 성과를 도출하여 국제저명 학술지에 발표된 것은 학교가 지향하는 매우 모범적이고 성공적인 사례다."고 전했다.



한의대 의료소외지역 의료봉사 실시
동국대학교 한의과대학은 지난 7월 17일부터 8월 23일까지 한방의료 봉사활동을 실시했다. 동국대 한의과대학 소속 동아리인 침구학회, 한맥, 동헌, 청심, 심우회, 경락회가 연합해, 경북 의성군 단밀면, 문경시 영순면과 동로면, 통영시 욕지도, 제주시 추자도 등 총 6개 지역 주민들을 대상으로 건강검진 및 한방 진료를 실시했다. 이번 봉사활동에서는 지역 주민들을 대상으로 내과와 소아과, 부인과, 침구과 등의 진료과목 진단에 따라 침 시술과 부항, 한약 제공 등의 한의 진단과 한방 진료 활동을 펼쳤다. 동국대 한의과대학은 1992년부터 매년 여름과 겨울 방학을 이용해 농어촌 지역 주민들을 위한 한방 의료봉사활동을 지속적으로 실시하고 있다.



동국대학교의료원 발전기금 내역

동국대학교의료원에 아낌없는 후원과 관심을 보내주시는 여러분들께 감사드립니다.

기부자	기부액(원)	100만원 미만 기부자													
진성스님	50,000,000	강보라	김대봉	김영미	김한성	박명조	배상만	신동한	유정임	이영일	이현희	정왕기	채석래	한우식	
태안스님	50,000,000	강석진	김덕희	김영복	김해정	박미혜	배서영	신석재	유주형	이영찬	이형경	정용근	최귀남	한은희	
정목스님	50,000,000	강연주	김덕희	김영선	김현경	박미혜	배수현	신은재	육주희	이영화	이형영	정원기	최문전	한은숙	
현진스님	50,000,000	강은경	김도현	김영진	김현서	박보경	배종이	신은정	윤기원	이용석	이혜옥	정윤정	최문희	한정훈	
정진스님	30,000,000	강지영	김도현	김옥희	김현정	박서연	배주현	신은희	윤명식	이용찬	이호준	정은경	최봉용	허 봉	
태연스님	10,000,000	경천애	김동일	김용배	김형관	박성미	배효상	신현모	윤복연	이원상	이희경	정이선	최상돈	허성민	
도원스님	10,000,000	어테크	김명숙	김용숙	김혜미	박성연	백유진	신현주	윤수임	이원호	인승순	정인원	최상식	허승래	
화영스님	10,000,000	계수스님	김명희	김유일	김혜정	박성원	백윤정	신현지	윤재길	이유나	인준용	정재현	최석예	허은경	
보원스님	10,000,000	고기연	김무종	김율리	김혜진	박성주	변재란	신희정	윤재문	이은미	임경찬	정지유	최예지	허미숙	
민재스님	10,000,000	고승연	김문식	김은미	김효율	박세진	보원테크	안가혜	윤정호	이은자	임동욱	정호우	최완우	현미숙	
재단법인 푸르메	4,000,000	고승삼	김미경	김은애	김지현	박세환	분석수	안숙자	윤현식	이은주	임성희	최희구	최유안	형민욱	
조계종사회복지재단	3,100,000	곽경아	김미선	김은영	나눔간병 인협회 ^(주)	박수연	학학원	안영길	윤혜진	이일수	임성희	제니엘 메디칼 ^(주)	최윤혁	해철스님	
(재)한국연극인복지재단	2,487,260	구남이	김미숙	김은정	인협회사 ^(주)	박수혁	서경진	안종희	윤희영	이자경	임윤성	최정현	최원호	홍민재	
(사)생명나눔실천본부	2,000,000	구병수	김미숙	김은희	나득영	박숙희	서미경	안지현	이강현	이재우	임종대	조경애	최은희	홍민희	
조준철	2,000,000	구복심	김미영	김은중	남기창	박순자	서병혁	안탄형	이경미	이재환	임춘화	조동삼	최인주	홍성희	
연우회	1,799,526	구수연	김미진	김익수	남유화	박신애	서영문	양경수	이경미	이정백	자바나	조민주	최정민	홍숙자	
이명규	1,500,000	구순철	김민선	김이수	남철안	박영근	서영진	양재준	이경애	이정우	남세상	조승호	최정현	홍승욱	
무구스님	1,200,000	권경순	김민성	김임숙	남현미	박완임	서 준	엄희경	이구슬	이정하	차현스님	조현선	최정현	홍은희	
기형스님	1,200,000	권기현	김민철	김재승	남현숙	박용오	서희주	엄민혁	이귀숙	이정현	장순자	조현준	최종기	홍주혜	
인환스님	1,000,000	권도윤	김방희	김재형	남화연	박원환	소선기	여민혁	이나현	이정화	장연화	조해기	최준용	황보수진	
지우스님	1,000,000	권동현	김병배	김정미	남희련	박유경	소 율	여현스님	이동영	이정훈	장유민	조혜영	최진영	황윤자	
청소년문화가족	1,000,000	권두경	김삼기	김정민	노미경	박재경	픽처스	여취경	이동욱	이정희	장철근	조혜원	최창익	황인봉	
정념스님	1,000,000	권범선	김상규	김정숙	덕유스님	박재윤	소정자	연지킴집	이문정	이종득	장춘섭	조혜정	최해숙	황인준	
최진원	1,000,000	권삼숙	김상근	김정우	도한호	박재희	소행연	염윤홍	이미영	이종철	장태영	조해진	최해용	황정희	
		권성호	김선경	김정형	동국대	박정화	손귀득	염주홍	이미희	이주는	장호진	조효선	최현준		
		권수민	김선희	김종갑	경주병원	박종현	손기원	오미정	이민우	이종길	장효정	조희남	최희정		
		권윤경	김성겸	김주현	두 입 씨	박주현	손동태	오상우	이병기	이지영	전민섭	주선영	추경란		
		권일진	김성권	김지예	엔에스 ^(주)	박 준	손민정	오선경	이상아	이지영	정경윤	주성채	추경희		
		권태용	김성원	김지현	류대안	박준재	손정은	오성은	이선아	이지영	정경은	주순호	평현철		
		권희재	김세민	김진우	류위선	박준형	손정화	오윤주	이선희	이지원	정경철	주은명	평원스님		
		김가영	김세희	김차기	모종은	박진우	손주연	오진숙	이소영	이지은	정근조	주주환	하정희		
		김강림	김소원	김창기	문미길	박철용	손주영	원우성	이수경	이지현	정길식	지영한	하준성		
		김경환	김승희	김태숙	문병모	박현숙	손효정	유갑순	이수철	이지호	정미라	진경애	하현지		
		김경희	김순만	김태영	민주현	박현숙	송동현	유묘상	이승덕	이재원	정석화	차수남	예광재단		
		김남현	김순화	김태호	박규연	박효민	신경민	유선영	이승철	이향미	정승희	차윤기	한상문		
		김남희	김시연	김필자	박동우	박효진	신경수	유세정	이애영	이현경	정승택	채기수	한송이		
		김달용	김영미	김하겸	박동진	방선호	신나리	유은정	이영실	이현정	정연호	채봉희	한영희		

본 명단은 2018월 5월 1일부터 2018년 7월 30일까지 기부해주신 분들입니다. 자세한 내용은 동국대학교의료원 대외협력홍보팀 031-961-5753으로 문의해 주시기 바랍니다.

2017. 1. 1 ~ 2017. 12. 31

여러분의 따뜻한 나눔 동참에 다시 한 번 감사의 마음을 전합니다.

현광스님	552,727,100	국민은행	75,000,000	동국대경주병원불교회	26,900,000	이종춘(동탄기업)	10,000,000
법주스님	400,000,000	해선스님	60,000,000	증취스님	25,600,000	현진스님	10,000,000
대능스님	100,000,000	동국대일산병원법당	35,448,974	신철스님	20,000,000	종표스님	10,000,000
조영길	100,000,000	영진스님	30,000,000	은성스님	20,000,000	김두선	10,000,000
태원스님	100,000,000	연우책방	30,000,000	(사)생명나눔실천본부	13,189,960		
심우스님	100,000,000	이성민	30,000,000	(주)교보문고	11,639,560		

기부자 인적사항

성 명 (기관명)	(대표자 :)	☐ 익명요청 (모든 홍보물에 익명으로 표시)
주민등록번호(사업자등록번호)	—	생년월일 년 월 일 (양/음)
본 의원원과의 관계 (※ 중복 체크 가능)	☐ 일반 ☐ 불교계 ☐ 교직원 ☐ 동문 (입학년도 : 대학(원) : 전공 :)	☐ 기업/단체 ☐ 기타 ()
직장명	부서	직위
우편물 수령주소 (우편번호 —)		☐ 자택 ☐ 직장
휴대폰번호	유선전화	
이메일	기부 추천인	

약정

약정액	현금	원 (₩)	)	☐ 현물기부(	원)상당				
약정기간	년	월	일 ~	년	월	일까지	월(	)원씩 / 총(	)회
기부금 용도	☐ 의료원발전기금위원회 일임 ☐ 병원발전기금 (☐ 일산병원 ☐ 경주병원 ☐ 분당한방병원) ☐ 학교발전기금 (의과대학, 한의과대학) ☐ 지정기금 (지정)								
기부의견									

남부방법
북두방법

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 :		
	☐ 입금계좌 : 국민은행 778037-00-000011	예금주 : 동국대학교의료원(일산)		
	☐ 입금계좌 : 우리은행 1005-202-076965	예금주 : 동국대학교의료원(경주)		
	☐ 입금계좌 : 국민은행 368137-01-001162	예금주 : 동국대학교의료원(분당)		
급여공제	사번 : (※ 재직 교직원에 한함)			

위와 같이 기부(약정)합니다.

20 년 일 일

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 32 / 이메일 ▶ hongbo@dumc.or.kr / 팩스 ▶ 031•961•5759
- 문의 : 동국대학교의료원 대외협력홍보팀 발전기금 담당 031•961•5753

보내는 분

주소

연락처



받는 사람

경기도 고양시 일산동구 동국로 32

동국대학교의료원

대외협력홍보팀

10326

건강하고 행복한 동행 동국대학교의료원 MAGAZINE 2018 Autumn | VOL. 16

기부금의 사용과 관련하여 기부금 증빙서류를 제출하셔도 좋습니다.

본인(배우자) 본인(배우자) 본인(배우자) 본인(배우자) 본인(배우자) 본인(배우자)



이곳에 풀칠하세요.

절
제
선

동국대학교의료원의 발전을 염원하는 큰 뜻 ! 자비 나눔으로 동참해주십시오.

동국대학교의료원과 함께하는 건강하고 행복한 동행, 여러분이 주인공입니다.
여러분의 숭고한 뜻에 보답하기 위해 동국대학교의료원은
약사여래부처님의 12대원을 실천하고 정진할 것을 약속드립니다.

발전기금 사용처

- 의료, 교육 환경 개선
- 의료장비, 임상실험 기자재구입 등
- 학술연구, 장학기금
- 불우환자 지원
- 기타 병원 및 의과대학, 한의과대학의 발전

발전기금 안내

- 동국대학교의료원을 아껴주시는 분은 누구나 참여 하실 수 있습니다.
- 후원금은 현금, 주식, 기타자산이나 부동산, 귀중품 등 어떠한 형태로도 가능합니다.
- 기부하신 후원금에 대해서는 세제 혜택을 받으실 수 있습니다.
- 후원금은 우선 약정하시고 추후 납입하셔도 됩니다.

기부자 예우

구 분		의료비 감면					
		건강검진 (년 1회)	진료비 (외래입원 본인부담금)	주치의	한방보약	영안실	비 고 (진료비 무료 연간 적용기간)
회원예우	누적기부총액	본인(배우자)	본인(배우자)	본인	본인(배우자)	본인(배우자)	
다이아몬드	50억	무료(무료)	무료(50%)	배정	무료(50%)	무료(무료)	연간 180일 이내(입원)
에메랄드	10억	무료(무료)	무료(50%)	배정	50%(50%)	무료(무료)	연간 90일 이내(입원)
사파이어	5억	무료(무료)	무료(20%)	배정	50%(30%)	50%(50%)	연간 90일 이내(입원)
루비	1억	50%(50%)	20%(20%)		20%(20%)	30%(30%)	
도세/자애	5천만원	30%(20%)	20%		20%(20%)	20%(20%)	
신실/섭심	1천만원	20%(20%)	15%		20%(20%)		
	1백만원		10%				

1. 상기 내용 중 배우자는 기부자 생존시까지로 한정됩니다.
2. 치과는 진료비 감면에서 제외하며 영안실은 시설사용료에 한합니다. 상기 내용 중 보다 구체적인 사항은 해당 기관에서 따로 정한 바에 따릅니다.
3. 진료비와 한방보약의 감면은 별도로 적용되며, 한방보약은 직접복용 이외의 목적으로 처방받을 수 없습니다.

기부자 문의

동국대학교의료원 대외협력홍보팀 발전기금 담당
▶ TEL 031. 961. 5753 FAX 031. 961. 5759 e-mail hongbo@dumc.or.kr

동국대학교일산병원·동국대학교일산한방병원 발전기금 담당
▶ TEL 031. 961. 5753 FAX 031. 961. 5759 e-mail hongbo@dumc.or.kr

동국대학교경주병원·동국대학교경주한의원 발전기금 담당
▶ TEL 054. 770. 8126 FAX 054. 770. 8500 e-mail dumccs@dumc.or.kr

동국대학교분당한방병원 발전기금 담당
▶ TEL 031. 710. 3718 FAX 031. 710. 3780 e-mail dumcbh@dumc.or.kr



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
동국대학교의학전문대학원

대표전화 054. 770. 2114
주소 경상북도 경주시 동대로 123

동국대학교한의학대학

대표전화 054. 770. 2114
주소 경상북도 경주시 동대로 123

Dongguk for you

건강하고 행복한 **동행**

동국대학교의료원 MAGAZINE

발행인 이진호

발행처 동국대학교의료원

발행일 2018년 9월 1일 (통권 16호)

주소 경기도 고양시 일산동구 동국로 32

대표전화 1577 · 7000

홈페이지 www.dumc.or.kr

기획·편집·디자인 동국대학교의료원 편집위원회