2023 spring
동국대학교의료원보
vol.34

gil

good in life

HEALTH

HAPPINESS

DUMC

길

Theme

senior

동국대학교의료원
dongguk university medical center

당신에게 달콤한 향기가 납니다.
향기는 존재의 가장 완성된 모습입니다.
그래서 꽃의 완성은 개화가 아니라 향기의 발산에 있습니다.
꽃은 피어 있으되 향기를 발산하지 않는다면
그것은 미완의 모습일 뿐입니다.

〈좋은 건 다 네 앞에 있어〉 중에서
지은이 _ 성전 | 출판사 _ 마음의 숲

발행인 채석래
발행처 동국대학교의료원
발행일 2023년 3월 1일 (통권 34호)
주소 경기도 고양시 일산동구 동국로 27
대표전화 1577 · 7000
기획 · 편집 · 디자인 동국대학교의료원 편집위원회

gil

CONTENTS

2023
spring
vol.34

HEALTH

04 Intro
한 살 더 젊어지셨나요?

06 Zoom in
어르신 건강 통계 정보

08 Good Doctor
삶의 질을 높여주는
척추 전문가

12 Medical Theme 1
고령사회의 필수 관리 질환,
골다공증 이겨내기

14 Medical Theme 2
노년기 우울증 환자,
어떻게 하면 좋을까?

16 Medical Theme 3
슬프고 무서운 병,
치매

18 Medical Theme 4
나이 관련 황반변성,
방치하면 실명 위험 높아진다

20 Medical Theme 5
어르신의 건강한 삶을
지키는 예방접종

22 Korean Medicine
한방 중풍 & 재활

HAPPINESS

24 Memoirs
다시 태어나도
어머니의 아들로
살고 싶습니다

28 Essay
화분을 위해
탁자를 비우다

30 Travel
고흐의
그리움과 열정을
간직한 문화 도시,
프랑스 아를

34 Book
이해하고
내려놓기

DUMC

34 Focus
동국대학교일산한방병원,
보건복지부
3주기 의료기관인증 획득

38 Team
동국대학교일산병원의 얼굴
원무팀

40 News
동국대학교의료원 뉴스

44 Together
나눔

48 Schedule
진료 일정 안내

PART 1
HEALTH

Medical Theme
시니어

한 살 더 젊어지셨나요?

어르신 건강 통계 정보

삶의 질을 높여주는
척추 전문가

고령사회의 필수 관리 질환,
골다공증 이겨내기

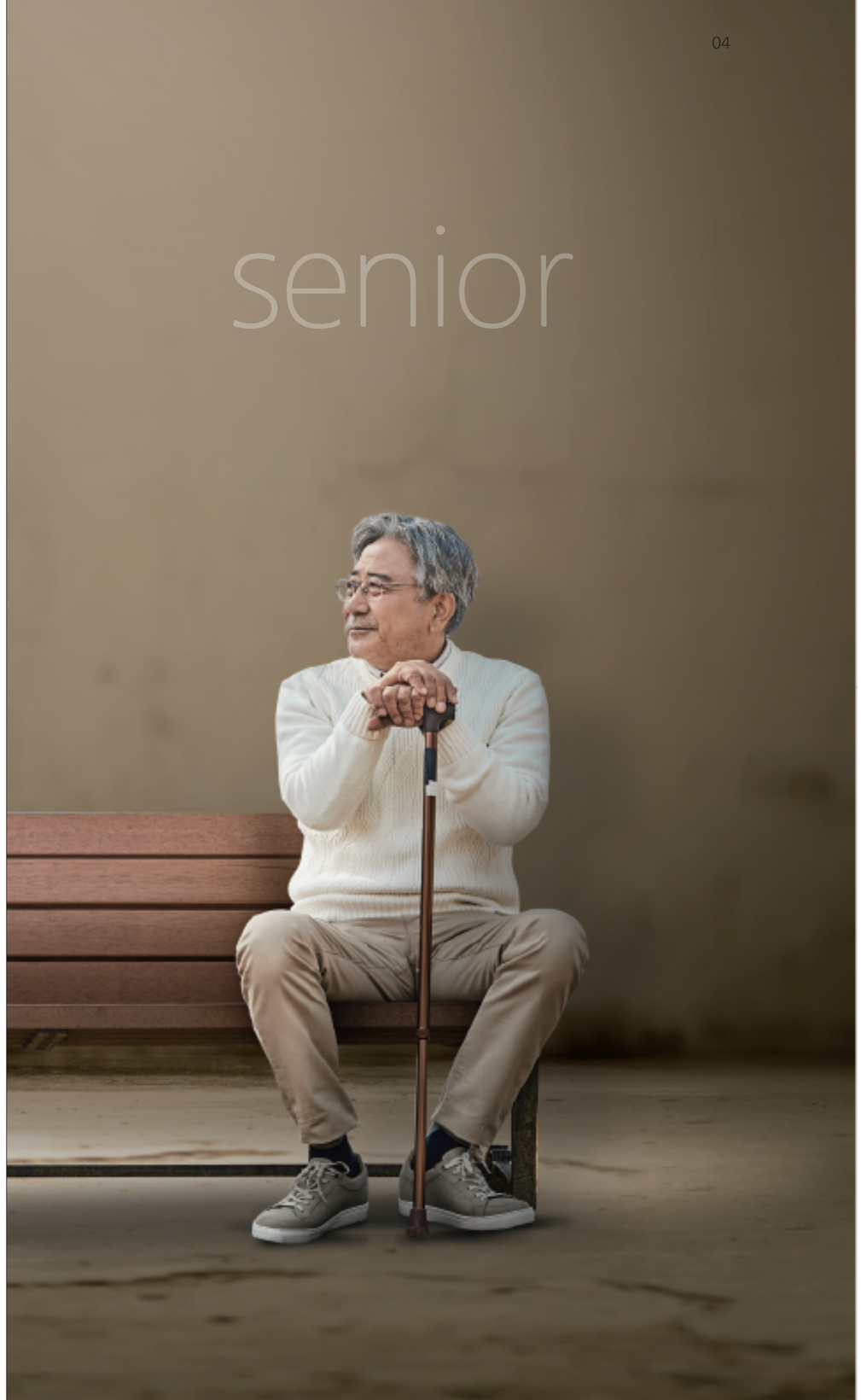
노년기 우울증 환자,
어떻게 하면 좋을까?

슬프고 무서운 병,
치매

나이 관련 황반변성,
방치하면 실명 위험 높아진다

어르신의 건강한 삶을
지키는 예방접종

한방 중풍 & 재활



한 살 더 젊어지셨나요?

"아이고, 이쁘고 고와라."
그럴 리가요. 피부는 처지고 몸은 퍼져버린
저에게 가당치 않은 말씀을요.
그럼에도 손녀 만난 듯 반기시는 100세 어르신의
칭찬을 넙죽 받아들였습니다.
얼핏 수긍 안 되는, 그러나 깊이 공감 가는
말씀이어서지요. 어르신에겐 환갑도 칠순도
곱고 예쁜 '한창 때'일 테니까요.

칠순 여인네가 환갑내기 여인네한테 말했다지
"환갑이면 뭘 입어도 예쁠 때야!"
〈중략〉
나는 왜 항상
늙은 기분으로 살았을까
마흔에도 그랬고 서른에도 그랬다
그게 내가 살아본 가장 많은 나이라서
(황인숙의 시 '송년회' 중)

우린 자주 나이에 갇혀 살지요. 해가 바뀌는 연초엔
더 그렇고요. 올핸 나이 셈법이 '만 나이'로 통일되면서
다들 한 살씩 준답니다.
어떠신가요, 그만큼 젊어지셨나요?
환갑을 앞둔 어떤 이는 매년 다 같이 한 살씩 줄여가면
좋겠다는 농담을 합니다. 나이 드는 서글픔은
지금으로도 충분하다나요.

한때 거세던 안티에이징(Anti-aging) 바람이
웰에이징(Well-aging)에 쓸려 잠잠해졌지요.
노화를 막을(Anti) 순 없어도
잘(Well) 나이들어갈 수만 있다면….
모두의 바람이겠지요.

이미 늦은 건 아니냐고요?
통계청이 발표한 2021년 생명표에 따르면
한국인 기대수명은 83.6세. 10년 전(80.6세)과
비교하면 3년이나 올라갔지요.
기대수명은 앞으로 더 길어질 테고요.
헌데 질병이나 부상 없이 살 수 있는
건강수명은 66.4세에 불과하답니다.
아프거나 몸이 불편한 채로 17년 이상을
살아가는 거지요.

나이 숫자만큼 약봉지가 늘어가는 노년은
누구도 원치 않을 겁니다.
그러지 않기 위해 뭘 해야 하는지는 눈이 아프고
귀가 따가울 정도로 보고 들을 거고요.
중꺾마. 중요한 건 꺾이지 않는 마음이라지만,
건강수명을 늘리려면 '중꺾몸'도 필요하답니다.
꺾이지 않는 몸. 그를 위해 실천해야
할 때는 바로 지금이고요.
오늘, 지금이 살아갈 날 중 가장 젊은 날이니까요.

어르신 건강 통계 정보

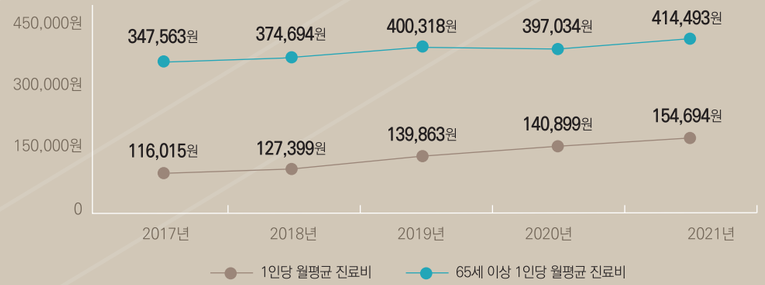
아직도 노인하면 타인에게 의지하거나 힘없고 무기력한 모습이 떠오르나요?
2020년 기준 노년층 49.3%는 자신의 건강상태에 대해 건강하다고 긍정적으로 생각하고 있습니다.

우리가 생각하는 보편적인 노인은 나이가 들어 늙은 사람으로 표현하지만, 노인 연령에 대한 법적 기준은 명확하지 않습니다. 다만 '65세 이상'이 노인 연령의 기준으로 통용되고 있는데, 사회보장제도에서 복지 서비스 대상이 노인인 경우 대부분 65세가 기준이 되고 있기 때문입니다.

시대가 변화하면서 이전에 비해 의료 기술이 좋아졌고, 의식주가 개선되면서 인간은 더 오래 건강하게 살 수 있게 되었습니다. 따라서 노인 인구의 비중은 지속적으로 증가하였으며, 우리나라의 65세 이상 고령인구 구성비는 2022년 17.5%에서 2070년에는 46.4%에 이를 것으로 전망되고 있습니다.
즉, 인구의 반이 노인이 될 것이라는 전망인데요. 이렇게 노인 인구가 증가하고, 기대수명이 증가함에 따라 노년층의 건강한 노후생활은 우리 미래의 삶의 질을 높이는 중요한 요소가 되고 있습니다.

어르신 월평균 1인당 진료비

65세 이상 월평균 1인당 진료비는 41만 4천 원으로 전체 월평균 진료비의 약 2.7배에 달하며, 2017년부터 2021년까지 연평균 4.5% 증가했습니다.



연도별 노인(65세 이상) 진료비 현황(2017~2021년)

출처 : 국민건강보험공단 빅데이터전략본부

어르신 주요 질환 진료 인원

2021년 기준으로 노년층에서 고혈압을 진료 받은 인원은 330만 5천 명이며, 당뇨병은 166만 1천 명, 뇌혈관질환은 70만 5천 명으로 나타났습니다. 2017년과 비교해서 연평균 증가율이 높은 질환은 치매로 2017년 47만 3천 명에서 2021년 63만 2천 명으로 연평균 7.5% 증가하였고,
그 다음으로는 당뇨병이 127만 6천 명에서 166만 1천 명으로 연평균 6.8% 증가했습니다.

	2017년	2018년	2019년	2020년	2021년	연평균증가율
고혈압	2,761	2,874	2,992	3.139	3.305	4.6%
당뇨병	1.776	1.362	1.459	1.544	1.661	6.8%
뇌혈관질환	578	606	653	660	705	5.1%
치매	473	526	569	587	632	7.5%
파킨슨병	98	102	106	107	113	3.7%

노인(65세 이상) 주요 질환별 진료 인원 추이(2017~2021년) 단위: 천 명, %

출처 : 국민건강보험공단 빅데이터전략본부

어르신 많이 발생하는 질환

	입원		외래
1위	노년백내장	1위	치은염 및 치주질환
2위	감염성 및 기생충성 질환에 대한 특수선별검사	2위	본태성(원발성)고혈압
3위	알츠하이머병에서의 치매	3위	무릎관절증
4위	뇌경색증	4위	등통증
5위	무릎관절증	5위	2형 당뇨병
6위	기타 척추병증	6위	위-식도역류병
7위	U07의 응급사용	7위	위염 및 십이지장염
8위	상세불명병원체의 폐렴	8위	기타 척추병증
9위	요추 및 골반의 골절	9위	치아 및 지지구조의 기타장애
10위	협심증	10위	앨러지성 접촉피부염

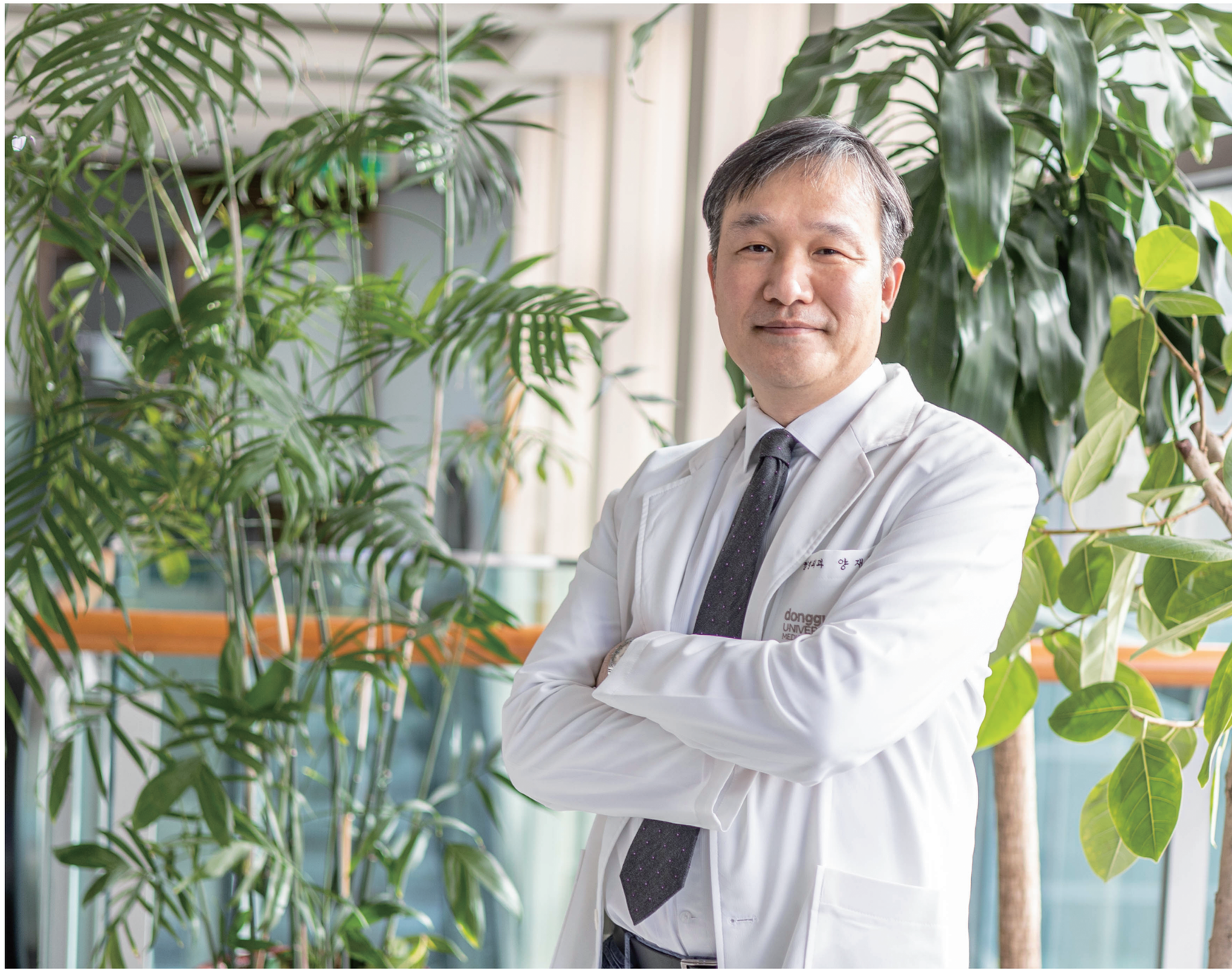
2021년 노인(65세 이상) 다빈도 상병 상위 10위

출처 : 국민건강보험공단 빅데이터전략본부

나이가 들어도 건강한 삶을 영위하려면 신체 밸런스를
유지하는 것이 가장 중요하다.
우리 신체는 각 기관이 유기적으로 연관되어 있어
한 군데라도 균형이 깨지면 전체적인 밸런스가 무너지게 된다.
특히 몸의 중심을 지나며 신체를 받쳐주는 척추에
이상이 생기면 신체 밸런스가 무너지고 보행이 어려워져
삶의 질이 급격히 저하된다.
척추에 적색신호가 감지되었을 때 해결해주는
'척추 해결사', 정형외과 양재준 교수를 만나보았다.

삶의 질을 높여주는 척추 전문가

동국대학교일산병원 정형외과
양 재 준 교수



수술을 선택하는 고령 환자 증가 추세

"병원을 찾는 연령, 수술 연령이 다 높아졌어요. 이제 더 오래 사시니까 몸을 아껴서 쓰고 잘 관리하고 적극적으로 치료하셔야 합니다."
양재준 교수는 기대수명이 늘어난 만큼 척추와 뼈 건강을 잘 챙기고, 척추질환으로 통증이 있으면 참지 말고 병원을 찾아 적극적으로 치료받을 것을 권했다. 기계도 오래 쓰면 망가지듯 우리 몸도 70년 이상 쓰다보면 곳곳에서 이상신호가 감지된다. 나이가 들면 자연스레 척추관협착증, 추간판탈출증, 골다공증성 골절 등 관절염과 척추질환이 많아진다.

양재준 교수는 최근 10년 새 노인성 관절질환이 급증했고 수술을 받는 고령층도 증가 추세라고 했다. 특히 척추유합술을 받는 환자 100명 중 70명은 70대 이상이라고 한다.

양 교수는 노인들의 생활에서 독립생활의 여부가 가장 중요하다고 지적했다. 혼자서 화장실 가고, 식사하는 것이 삶의 질을 좌우하기 때문이다. 척추질환이 생기면 보행이 어려워 주변인의 돌봄이 필요하고 삶의 질이 떨어지게 된다. 독립생활을 유지하며 삶의 질을 높이려면 적극적인 치료가 필요하다. 양 교수는 척추 수술에 대한 오해와 소문으로 두려워하는 분들도 있지만 최근에는 노인 환자들이 척추 수술 후에도 회복이 잘 되어 정상생활에 복귀하는 사례가 많으니 안심해도 된다고 말했다.

"척추 수술을 두려워하는 분들이 많지만 최근 경추, 척추 관련 진단과 수술방법, 수술기구 등이 비약적으로 발전했습니다. 수술 부위는 작게 하고 효율은 높이는 수술방식으로 발전되었어요. 그래서 노인 환자들도 감당할 수 있는 수술이 되었습니다."

진료와 수술은 물론, 케이지 개발까지

양재준 교수의 전문분야 중 하나인 경추척수증은 척수를 압박해 손이 둔해져서 젓가락질이나 글씨 쓰기, 단추 끼우기 등의 정밀동작이 힘들어지며 비틀거리고 잘 못 걷는 보행장애가 나타나면 경추척수증을 의심해봐야 한다.

양 교수는 2017년 경추척수증과 목디스크의 수술에 사용되는 경추 케이지를 개발했다. 경추의 전방 수술을 시행할 때 디스크를 제거한 위치에 골 이식이 필요한데, 과거에는 자신의 뼈를 잘라서 넣었지만 현재는 뼈와 비슷한 박스 모양의 구조물인 케이지를 삽입한다. 양 교수가 개발한 경추 케이지는 3차원 프린터를 사용하여 티타늄 재료로 만들어지며, 날개 모양의 독특한 디자인으로 케이지의 안정성과 골유합을 최대화 시킬 수 있는 장점이 있다.

휠체어 타고 들어와 걸어서 나가는 기적

양재준 교수가 수술했던 최고령 환자는 88세 어르신이다. 척추 협착증이라서 요추 유합술을 시행했다. 연세가 많아 염려하기도 했지만 회복이 잘되어 퇴원하셨다.

"독립생활을 하기 위해서는 위험을 감수하고 적극적으로 치료할 필요가 있다"는 양 교수. 최근에는 고령 환자도 건강상태가 좋아서 수술을 잘 버텨낸다고 했다. 또한 내시경 수술, 로봇 수술 등 수술 부위를 최소화하는 최소침습법이 발달해 회복이 빨라졌다.

통증이 심하거나 마비가 있는 상태에서 아파서 못 걷고 휠체어 타고 들어온 환자가 수술을 받은 후 걸어서 퇴원하게 되는, 한편의 영화같은 일이 생긴다. 그러나 양 교수는 수술받았다고 모두가 바로 멀쩡해질 것을 기대하는 것은 곤란하다고 지적했다. 해당 질환으로 오래 누워있던 환자는 보행훈련을 해야 다시 걸을 수 있다는 설명이다.

양 교수는 환자들에게 오래, 자세히 설명하는 의사로 정평이 났다. 고령의 환자가 많다보니 귀가 어두워 안 들린다는 분도 있고, 이해도가 떨어지기도 해서 수술 전에 충분히 시간을 갖고 설명하는 편이다. 환자의 만족도가 회복에 미치는 영향이 큰데 지나치게 기대가 크면 실망하게 돼 회복이 더디기 때문에 정확한 정보를 알려드리고 충분히 소통하려 노력한다. 설명 시간이 길다보니 환자를 많이 보지 못하지만 좋은 결과를 위해 환자와 신뢰관계를 형성하려 최선을 다한다.

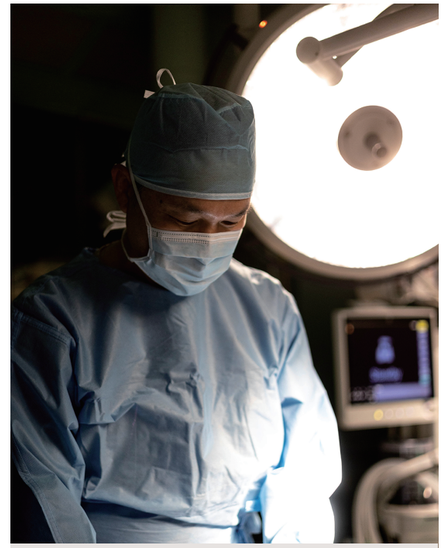
"어르신들이 오시면 자동차로 비유해서 설명드립니다. 중고차 중에도 오래된 중고차다, 수술한다고 새차되지는 않는다고 설명하면 쉽게 이해하시죠."

예방차원의 뼈건강 관리 중요

척추, 경추 질환을 예방하는 것은 진정 불가능한 것일까? 양 교수는 나빠지기 전에 미리 뼈 관리를 잘 할 것을 조언했다. 여성은 폐경 후 20~30년 생존하면서 골다공증이 오고 골절이 잘 생긴다. 고관절이나 척추 같은 큰 뼈에 골절이 오면 누워지내다 돌아가시게 된다. 예방차원에서 주기적으로 골밀도검사를 시행하고 치료제, 주사, 칼슘과 비타민D 복용 등 적극적인 관리가 필요하다고 설명했다. 특히 근육을 유지하는 본인의 노력이 질환의 시기를 늦출 수는 있으므로 건강할 때부터 근력운동을 챙겨서 할 것을 권했다.

글 이명혜 기자

의과대학 본과시절 접했던 해부학에 반해 정형외과를 선택했다는 양재준 교수. 정형외과 의사들이 흔히 '앉은뱅이를 일으켜세우는 기적을 행한다'고 표현할 만큼 수술 결과가 드라마틱한 것이 이 직업의 매력이라고 표현했다. 양재준 교수는 아파서 찡그리고 들어온 환자가 웃으며 퇴원하는 모습을 보는 것이 보람이자 행복이라는, 천상 의사였다.



동국대학교일산병원
정형외과 **양 재 준** 교수

전문진료분야
경추 디스크, 경추성 척수증, 퇴행성 경추 요추 질환,
요추 디스크 및 협착증, 척추 외상

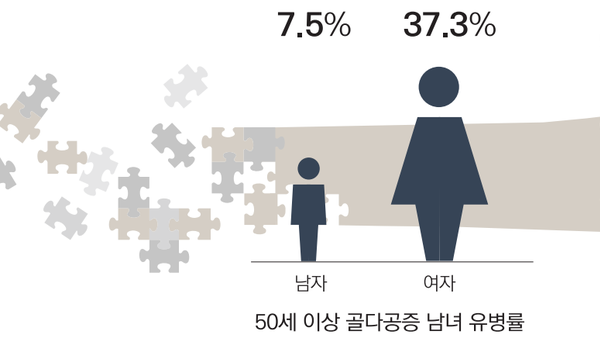
경력
- 중앙대학교 의과대학 졸업
- 중앙대학교병원 전공의
- 서울대학교병원 정형외과 전임의(척추외과)
- 중앙대학교병원 정형외과 임상조교수(척추외과)
- 서울 아산병원 정형외과 clinical and research fellow (척추외과 경추부문)
- 해운대 백병원 척추센터 clinical fellow(척추외과 경추부문)

노인성 질환

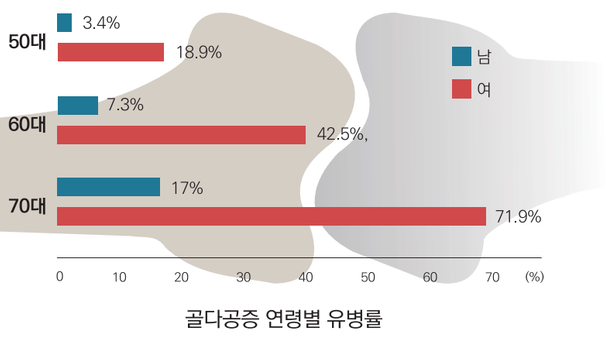
고령사회의 필수 관리 질환, 골다공증 이겨내기!

1

고령사회의 대표적인 질환인 골다공증은 뼈의 강도가 약해져서 골절이 발생하기 쉬운 상태를 의미한다.
골다공증은 골밀도 검사를 통해 비교적 쉽게 진단할 수 있다.
노년기 건강한 삶을 영위하기 위해서 적극적으로 골다공증 유무를 확인하고 적절한 생활관리와 약물 치료를 통해 골다공증과 골절을 예방할 수 있다.



50세 이상 골다공증 남녀 유병률



골다공증 연령별 유병률

동국대학교일산병원
내분비내과
최 한 석 교수
전문진료분야
갑상선, 당뇨, 골다공증,
기타 내분비질환,
골다공증클리닉

골다공증은 어떤 질환인가?

골다공증은 뼈에 구멍이 생기는 질환으로 이해하기 쉬운데, 이는 아주 틀린 말이라고 할 수는 없지만 골다공증에 대한 정확한 이해는 아니다. 보다 정확한 골다공증의 정의는 뼈의 강도가 약해져서 골절이 발생할 가능성이 높은 상태라고 할 수 있다. 뼈의 강도가 약해지는 이유는 뼈의 양이 감소하거나 뼈의 질적인 악화 때문이다. 골다공증은 질환, 수술, 약제 등의 원인에 의해서도 발생할 수 있으나 흔하게는 특별한 원인 없이 폐경과 노화에 의해 발생하는 것으로 알려졌다.

골다공증 골절은 얼마나 무서운가?

교통사고 등 큰 외력에 의해 발생하는 일반적인 골절과 달리 골다공증 골절은 서 있는 정도 높이에서의 낙상 등 작은 외력에 의하여 발생한다. 즉 골다공증이 심한 환자는 계단을 내려가거나 무거운 물건을 들거나 주저앉는 등 일상에서 흔히 경험할 수 있는 충격으로도 골절이 발생할 수 있다. 골다공증 골절은 고령에서 발생하므로 연령이나 동반 질환과 연관되어 다양한 이차적인 합병증이 발생할 수 있으며, 이로 인해 사망률을 높일 수 있다. 예를 들어 골절이 발생하면 통증으로 거동을 못해 욕창, 폐렴, 요로감염, 정맥혈전색전증 등이 생길 수 있다. 골다공증으로 인한 골절은 다양한 부위에 발생할 수 있으며 척추골절, 고관절골절, 손목골절, 상완골골절이 대표적이다.

손목골절의 빈도는 50세 이전부터 증가하여 60세까지는 정체되어 있다가 이후 나이와 함께 서서히 증가하는 양상을 보인다. 척추골절은 골다공증 골절 중 가장 흔한 골절로 알려져 있으며, 척추골절 후 3년 이내에 대퇴골 골절의 위험은 2.8배, 수 년 이내에 다른 부위에 추가적인 척추골절의 위험은 5배 정도 증가한다. 고관절골절은 70세 이후 매 5년마다 2배씩 증가하며, 주요 골다공증 골절 중에서도 가장 치명적인 것으로 알려져 있다. 고관절 골절 후 절반 정도의 환자는 골절 발생 전의 운동능력과 독립성을 회복할 수 없고, 25%의 환자들은 오랜 기간 요양기관이나 집에서의 보호가 필요하며, 1년 내 사망률도 20%에 달한다.

노년기 건강한 삶을 위한 골다공증 관리법

적정량의 칼슘을 섭취한다.

칼슘은 뼈를 이루는 매우 중요한 구성 요소로서 뼈 건강을 위해서는 충분한 칼슘 섭취가 필수적이다. 칼슘이 풍부한 음식으로는 멸치, 건새우, 뱅어포, 미역과 우유, 치즈, 요거트, 아이스크림 등의 유제품, 오렌지주스, 두부, 콩, 녹색 채소 등이 있다. 하루 800~1,000mg의 칼슘 섭취가 권장되며, 음식 섭취가 부족하다면 보충제를 사용할 수 있다.

충분히 햇빛을 쬐거나 비타민 D를 섭취한다.

체내 적정량의 비타민 D를 유지해야 한다. 거주지의 위도, 계절에 따라 차이는 있으나 대략 15~20분 정도 햇빛을 쬐는 것이 필요하며, 고등어, 참치, 꽁치, 달걀 노른자, 우유 등을 통해 비타민 D를 섭취할 수 있다. 햇빛을 통한 합성이나 음식을 통한 섭취가 부족하다면 보충제를 사용한다.

매일 적절한 운동을 한다.

운동으로는 체중이 실리는 체중부하 운동, 즉 에어로빅, 조깅, 줄넘기, 계단오르기, 테니스, 걷기 등이 좋다. 또한 근력강화 운동 및 중력에 저항하는 운동도 도움이 된다. 요가 및 국민체조 등도 균형과 유연성, 근력을 강화시켜 낙상과 골절을 줄일 수 있다. 단, 허리 구부리기, 윗몸 일으키기 등 척추에 압박을 가하는 운동은 피하는 것이 좋다.

금연을 하고 과도한 음주는 피한다.

흡연은 장을 통한 칼슘 흡수를 떨어뜨리고, 여성 호르몬을 감소시켜 뼈 건강에 좋지 않다. 청소년기 흡연은 최대 골질량 형성을 감소시켜 골밀도를 낮게 만든다. 또한 흡연은 고관절 골절의 위험도 높인다. 과도한 음주는 골밀도를 감소시키며, 판단력 및 운동 기능을 저하시켜 낙상을 유발하여 골절의 원인이 된다. 따라서 술은 하루 1~2잔 이하로 줄인다.

카페인과 짠 음식을 피한다.

카페인은 장에서의 칼슘 흡수를 방해하고, 소변으로의 칼슘 배설을 증가시켜 골밀도를 감소시킨다. 짠 음식도 소변으로의 칼슘 배설을 증가시켜 뼈 건강에 좋지 않다.

낙상을 주의한다.

골다공증으로 인한 골절의 90% 가량은 넘어지면서 발생한다. 따라서 넘어지기 쉽게 만드는 주변 환경을 교정하는 것이 필요하다. 또한 골밀도가 낮은 사람의 경우 무거운 것을 들거나 허리를 과도하게 구부리는 행위는 피해야 한다.

골다공증은 평소에는 별 다른 증상이 없다가 갑자기 골절을 유발시키는 질환이므로 증상이 없더라도 평상시 관심을 갖고 예방하는 것이 중요하다. 이러한 노력에도 불구하고 골다공증이 발생한 경우 담당의사와 상의하여 골절 예방에 효과가 있는 골흡수억제제나 골형성촉진제와 같은 약물치료가 필요하다.

노인성 질환

노년기 우울증 환자, 어떻게 하면 좋을까?

2

고령화 사회로 접어들면서 다양한 노인 관련 질환들이 증가하고 있는 추세이다. 그 중 하나가 바로 노인 우울증이다. 노인 우울증은 환자 본인의 치료 거부, 가족들의 무관심 등으로 제때 치료받지 못하는 경우가 많다. 장기간 방치할 경우 생활 뿐 아니라 신체적으로도 부정적인 영향을 초래하기 때문에 미리 관리할 필요가 있다. 노인 우울증은 일반적인 우울증과 마찬가지로 치료 가능한 질환이다.

동국대학교경주병원
정신건강의학과

이광헌 교수

전문진료분야
우울증, 조울병, 불안장애,
정신분열병,
노인정신의학,
소아청소년정신의학

기분이 우울하거나 매사에 재미나 흥미를 느끼지 못하는 것이 우울증 환자들이 겪는 흔한 증상이며, 식사를 못하거나 반대로 너무 많이 먹는 것으로 인한 체중 변화, 수면장애, 안절부절하지 못하고 처지고, 피로감이나 활력의 감소, 무가치감이나 죄책감, 집중력의 저하, 반복되는 자살사고를 호소하는 경우가 많다. 노년기 우울증은 이런 우울 증상 중 수면장애, 식욕부진, 체중감소와 신체적 불편감을 많이 호소하는 멜랑콜리아 양상을 보이는 환자들이 많다.
남자는 약 10%, 여자는 20%, 전체적으로 평생을 살아가면서 약 16%의 사람들이 우울증을 앓는다고 한다. 노인들도 다르지 않다.

노년기 우울증의 위험성이 커지는 요소들을 살펴보면 여성이 남성보다 우울증 위험성이 높고 가족 중 우울증이 있으면 유전적 영향으로 우울증 발병이 많다. 이외에 신경전달물질의 이상, 내분비 이상, 내과적 질환이나 다른 정신과적 질환도 우울증의 발병에 영향을 미친다.
심리적으로는 의존적이거나 철두철미하고 완벽하게 일을 처리하는 강박적인 성격을 가진 사람이 우울증의 발병률이 높고, 배우자나 가까운 친구의 죽음, 거주지 변경, 경제적인 어려움, 만성적인 스트레스나 심한 갈등과 같은 사회문화적인 요소도 우울증의 발병에 영향을 미친다.

노년기 우울증의 특성을 몇 가지 살펴보면 첫째 자살과 연관성이 많다. 노인의 자살률은 전체인구 평균보다 거의 2배 높다. 특히 우울증을 앓는 사람이나 사회적으로 고립된 사람, 경제적 어려움을 겪는 사람, 심각한 신체적인 질병을 앓는 노인의 자살률이 높다.
둘째는 노인우울증은 치매와 관련성이 높다는 점이다. 노인우울증 환자들은 모든 질문에 모르겠다고 답해서 치매로 오인되는 경우가 많아 가성치매라고 한다. 하지만 우울증이 호전되고 난 이후에도 계속 인지적인 장애를 보인다면 반드시 치매를 감별하여야 한다. 또한 우울증의 치료를 적절하게 받지 않으면 치매 발병률이 2배 정도 증가한다는 보고도 있다.
셋째는 신체적, 정신과적 질병과 우울증과의 연관성이다. 노인들은 각종 의학적 치료를 요하는 질병을 앓는 경우가 많다. 뇌졸중, 고혈압, 당뇨를 비롯한 여러 노인성 질환들이 모두 우울증을 동반할 수 있다. 특히 뇌졸중 후 감자기 발생한 언어적, 신체적인 후유증 때문에 많은 뇌졸중 환자들은 우울증을 앓게 된다.

노년기 우울증 환자의 치료는 약물치료, 전기자극치료, 경두개자기자극술, 정신치료, 가족치료 등을 시행할 수 있다.
약물치료는 통상적으로 가장 안전한 세로토닌선택적차단제(SSRIs)를 우선적으로 사용한다. 노인 우울증 치료는 성인 용량의 반 정도로 시작하며 치료 반응을 보며 차츰 증량한다. 효과가 없다면 NDRI, SNRIs, NaSSa 등 다른 신경전달물질관련 약물을 사용해 볼 수 있다. 최근에는 멜라토닌이나 글루타메이트 등에 작용하는 다른 기전을 가진 약물들도 개발되어 사용하고 있다.
노년기 우울증에서 약물치료에 반응이 충분치 않다면, 전기자극치료나 경두개자기자극술 등의 비약물적 치료를 시도해 볼 수 있다. 정신치료적인 방법으로는 인지치료를 기반으로 한 대인관계치료나 가족치료 등을 시도해본다.

노년기 우울증은 자살의 위험성이 높고, 치료에 대한 반응도 크지 않아 치료가 쉽지 않은 병이다. 무엇보다 중요한 점은 우울증의 위험요소가 있는 노인에게 관심을 보이는 것이며, 조기에 치료적 도움을 받을 수 있다면 큰 어려움이 없이 노년기 위기를 극복할 수 있으리라 생각한다.

스스로 돕는 법

1. 과도하거나 장기적인 목표를 정하기보다는 수행하기 쉬운 단기 목표를 설정하는 것이 좋습니다.
2. 해야 할 일들의 우선 순위를 정해서 할 수 있는 만큼, 중요한 일부터 해나갑니다.
3. 중요한 일에 대한 판단은 즉각적으로 결정하기보다는 주변 사람들과 의견을 나누고 신중하게 결정하는 것이 좋습니다.
4. 혼자 지내는 시간을 줄이고 다른 사람들과 함께 지내도록 노력합니다.
5. 자신이 좋아하는 활동을 하는데 시간을 투자합니다.
6. 가벼운 운동, 영화, 산책, 종교, 사회활동이 도움이 될 수 있습니다.
7. 규칙적인 생활 습관이 많은 도움을 줍니다. 주 3회, 하루 30분 이상의 운동을 하고 규칙적인 식사 시간과 수면습관을 가지는 노력이 필요합니다.
8. 기분 증상들은 치료를 받자마자 금방 좋아지지는 않습니다. 우울증은 비교적 서서히 회복되는 특성이 있기 때문에 항상 자신의 상태에 대하여 치료자와 소통이 필요합니다.

출처: 국민건강정보포털

노인성 질환

슬프고 무서운 병, 치매

3

2020년 통계에 따르면 65세 이상의 노인 인구중 9.74%가 치매를 앓고 있으며 이는 65세 이상의 노인 10명중 1명은 치매를 앓고 있다는 뜻이다. 치매는 후천적으로 기억력을 포함한 인지기능이 감소하여 일상생활을 제대로 수행하지 못하는 상태를 뜻하며 다양한 원인에 의해 발생할 수 있다. 치매의 원인중 가장 흔한 원인은 알츠하이머 치매이고 혈관성 치매 그리고 루이소체 치매가 그뒤를 따르고 있다.

동국대학교일산병원
신경과

김 항 래 교수

전문진료분야
경도인지장애, 치매,
알츠하이머병,
혈관성 치매, 인지 신경학

치매를 의심할 수 있는 증상은?

치매를 의심할 수 있는 증상으로는 기억력 저하이다. 기억력 저하는 정도의 차이가 있는데 1단계로는 최근 일을 기억을 못하지만 힌트를 받거나 오래 생각하면 기억이 나는 경우이다. 이런 현상은 양성건망증의 경우가 많고 병적인 경우보다 우울, 스트레스 등의 원인으로 나타날 수 있다. 2단계로는 최근에 있었던 중요한 일을 기억 못하는 경우이다. 하나 예로 최근 가족끼리 여행을 간 것을 기억 못하거나 어디로 갔는지 기억하지 못하기도 한다. 양성건망증과의 차이점은 여행을 갔던 내용을 다시 이야기 해주었을 때도 전혀 기억하지 못하는 것으로 양성건망증의 경우 대부분 "맞다", "그랬지"라며 기억을 해낸다. 후기로 갈수록 기억력 저하는 더 심각해져서 오전에 있었던 일을 오후에 기억하지 못하는 경우다. 이때 같은 말이나 질문을 반복하기도 한다. 또한 여기서 짚고 넘어가야 할 부분은 치매 환자는 대부분 오래된 기억에 문제가 없다는 것이다. 최근 일을 기억 못 하지만 본인의 고향, 어린 시절 일들은 잘 기억해 낸다. 때문에 옛날 일에 대해 자주 이야기하는 모습을 보인다면 역시 기억력 저하를 의심해 볼 수 있다.

그 외에도 말하기, 알아듣기 등의 언어장애, 익숙한 곳에서 길을 잃는 등의 시공간장애, 또는 참을성이 감소하거나 강박적인 행동을 하는 등의 성격변화가 있는 경우 치매를 의심해 볼 수 있다.

앞서 설명한 증상이 있는 경우 치매를 의심하고 진료를 받아야 한다. 이를 위해서는 환자 본인이 부끄러워 해서는 안되며 가족들도 적절한 지식을 가지고 관심있게 환자를 관찰해야 한다.

치매, 예방할 수 있다!

모든 병은 치료보다 예방이 가장 효율적이다. 그렇다면 어떻게 치매를 예방할 수 있을까?

연구에 따르면 치매 발생의 35%는 다음의 교정 가능한 인자로 설명된다. 즉, 다음 인자만 잘 교정 한다면 치매를 예방하고 진행을 늦출 수 있다.

치매 교정 가능 인자로는 ❶ 사회활동, 인지활동의 저하 ❷ 고혈압 ❸ 비만 ❹ 청력저하 ❺ 우울증 ❻ 당뇨 ❼ 신체활동의 저하 ❽ 흡연 및 음주이다.

사회적 고립은 치매의 중요한 위험인자로 핵가족 사회로 빠르게 진행하는 우리나라의 경우 특히 문제가 된다. 우리나라는 이에 대해 치매안심센터 등의 훌륭한 시스템을 운영하고 있어 이를 잘 활용하면 좋다.

고혈압 및 당뇨의 경우 적절한 약물 치료를 해야 하며 비만 및 신체활동 저하에 대해서는 운동 및 식사조절을 함께 해야 한다.

또한 많은 사람들이 간과하는 것이 청력저하이다. 청력저하는 치매의 교정 가능한 위험인자로 본인에게 맞는 보청기를 사용하는 것이 치매 예방의 지름길이다.

금주와 금연은 치매 뿐 아니라 모든 질병의 예방과 치료의 시작이다.

치매 치료는 어떻게 하나?

치매의 원인에 대한 자세한 검사를 받은 후 인지기능 저하를 늦추는 약제를 시작할 수 있다. 현재 식품의약국 승인을 받은 약제로는 도네페질과 메만틴이 있다. 두 약제 모두 인지기능 저하의 속도를 감소시키는 효과가 있으나 약물 복용시 기억해야 할 점은 소화장애, 두통, 피로감 그리고 불면증 등의 부작용이 있을 수 있다. 부작용이 있다고 해서 치료를 포기하지 말고 약제를 중단한 뒤 이러한 부작용에 대해 담당의사와 이야기를 나누어 다른 방법을 찾아보아야 한다.

후기 치매 때는 우울, 불안, 망상 등의 신경행동증상이 나타날 수 있다. 이러한 증상 역시 진료를 통해 평가받고 치료를 받을 수 있다.

최근 아밀로이드 표적 알츠하이머치매 치료제 등 좋은 치료제가 속속 개발되고 있어 수년 내 치매 치료 패러다임이 바뀔 것이라 많은 전문가들이 예상하고 있다.

치매 환자를 둔 가족이 할일!

한편 치매 환자를 어떻게 돌보는지에 따라 환자의 증상이 개선되기고 악화되기도 한다.

먼저 환자의 약은 보호자가 챙겨주시는 것이 좋다. 치매 환자의 경우 약물 복용을 깜박하거나 중복해서 복용하는 경우가 있다.

다음으로 환자의 기억 못함을 지적하거나 비난해서는 안된다. 환자가 기억하지 못하는 것에 대해 이를 탓하게 되면 환자는 자신감을 잃고 위축될 수밖에 없다. 그러면 말수는 줄게 되며 인지저하는 더욱 악화될 수밖에 없다.

또한 가족이 모든 것을 해야 한다는 마음을 내려놓아야 한다. 전문가, 타인의 도움이 가능한 것에 대해 체크하고 도움을 받는 것이 중요하다.

마지막으로 우리나라에는 치매 환자 및 그의 가족을 위해 좋은 정책이 많이 있다. 이에 대해 미리 준비하여 행정적 그리고 경제적 지원을 받길 바라며, 혹시 모르거나 궁금한 내용은 담당 의사에서 문의하는 것도 좋다.

노인성 질환

나이 관련 황반변성, 방치하면 실명 위험 높아진다!

4

나이를 먹을수록 눈의 기능은 떨어진다. 이 때 발병할 수 있는 대표적인 노인성 안질환이 황반변성이다. 황반변성은 녹내장, 당뇨망막병증과 함께 3대 실명질환에 해당한다. 한번 걸리면 급격하게 시력이 저하되고 완치가 없어 실명으로 이어질 가능성이 높기 때문에 조기에 발견해서 최대한 증상의 진행 속도를 늦춰야 한다.

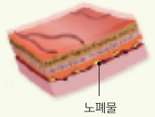
동국대학교일산병원
안 과
양지명 교수

전문진료분야
망막, 유리체 및 포도막 질환, 황반변성, 당뇨망막병증, 망막혈관 질환, 망막박리, 백내장

나이 관련 황반변성(영문: age-related macular degeneration, 본문에서 줄여서 황반변성)은 우리 눈의 시력의 중심을 담당하는 망막의 중앙 부분인 황반에 영향을 미치는 진행성 안구 질환이다. 황반이 노화, 유전적인 요인, 독성, 염증 등에 의해 기능이 떨어지면서 시력이 감소되고, 심할 경우 시력을 완전히 잃기도 하는 이 질환은 주로 노인에게 영향을 미치며 나이가 들수록 황반변성의 발병 위험이 증가한다.

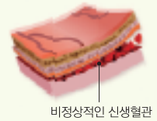
황반변성에는 건성과 습성의 두 가지 유형이 있다.
건성 황반변성은 망막 아래 노폐물의 축적으로 인한 황반의 점진적인 변성을 특징으로 한다. 이러한 유형의 황반변성은 일반적으로 천천히 진행되기 때문에 인지하기 힘드며, 점진적인 중심 시력 상실을 유발한다. 건성 황반변성의 증상에는 작은 글자나 얼굴과 같은 미세한 세부 사항을 보는 데 어려움이 있고 색상을 구별하기 어려운 것이 포함된다.
반면에 습성 황반변성은 망막 아래 비정상적인 혈관의 성장을 특징으로 하며, 이로 인해 망막 내로 체액이 누출되어 황반이 손상될 수 있다. 이러한 유형의 황반변성은 더 빠르게 진행되며 심각한 시력 손실을 유발할 수 있다. 습성 황반변성의 증상으로는 직선이 물결 모양이거나 왜곡되어 보이고 시야 중앙에 어둡거나 빈 영역이 나타나는 등 급격한 시력 변화가 있다.

건성 황반변성



- 노화로 인해 노폐물이 맥락막과 망막 사이에 쌓임
- 시력 변화 나타나지 않음

습성 황반변성



- 노폐물이 황반 조직을 약화해 그 틈으로 신생혈관이 자라 출혈이 생김
- 사물이 휘어져 보이거나 검은 점이 보이다가 실명에 이름

황반변성은 유전적 요인과 환경적 요인이 복합적으로 작용하여 발생한다. 나이는 가장 중요한질병의 위험 요소이기 때문에, 나이가 들수록 황반변성의 발병 위험이 증가한다. 다른 위험 요인으로는 흡연, 고혈압, 고콜레스테롤, 비만, 과일과 채소 섭취가 적은 식단 등이 있다. 여러 유전 연구는 특정 유전적 변이가 황반변성의 위험을 증가시킬 수 있다고 제안한다.

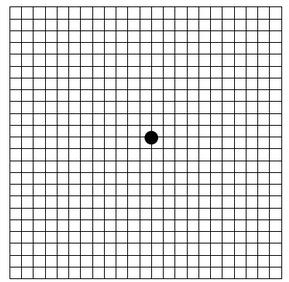
황반변성에 대한 치료법은 없지만 질병의 진행을 늦추고 남은 시력을 보존할 수 있는 치료법이 있다. 이러한 치료법에는 높은 수준의 항산화제와 아연이 함유된 AREDS (Age-Related Eye Disease Study) 공식과 같은 비타민 및 미네랄 보충제가 포함된다. 습성 황반변성의 경우 안구 내 주사 치료가 가장 일반적이며, 그 외 광역학 요법, 레이저 광응고술이나 수술을 사용하여 비정상적인 혈관의 성장을 늦추고 추가 시력 손실을 예방할 수 있지만 난치성이며, 일회의 치료로 완치되는 경우는 거의 없기 때문에 질병의 활성도를 억제하기 위해 반복적인 치료 및 경과관찰이 중요하다.
돋보기 및 특수 조명과 같은 저시력 보조 장치는 황반변성 환자가 생활에 독립성을 유지하고 즐기는 일을 계속할 수 있게 도움을 줄 수 있다. 정기적인 눈 검사(안저검사, 빛간섭단층촬영, 형광안저촬영)는 황반변성을 조기에 발견하고 시력을 보존하는 데에 가장 중요하다.

나이 관련 황반변성은 전 세계 수백만 명의 노인에게 영향을 미치는 심각한 질환 중의 하나이다. 삶의 질에 상당한 영향을 미칠 수 있는 진행성 질환이지만 조기 발견 및 관리를 통해 질병의 진행을 늦추고 남은 시력을 보존할 수 있다. 건강한 생활습관, 정기적인 시력 및 망막 검사 및 적절한 치료는 황반변성 관리에 매우 중요하고, 이는 시력의 질에 큰 차이를 만들 수 있다.

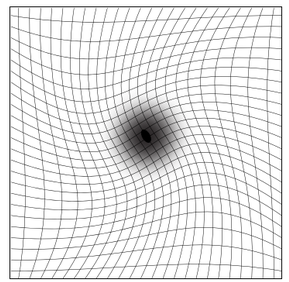
황반병성 자가진단 방법

격자를 30cm 정도 거리를 두고 한쪽 눈을 가린 상태로 점을 응시한다. 다른쪽 눈도 똑같은 방법으로 진단한다.
(안경, 렌즈 착용한 채 진단)

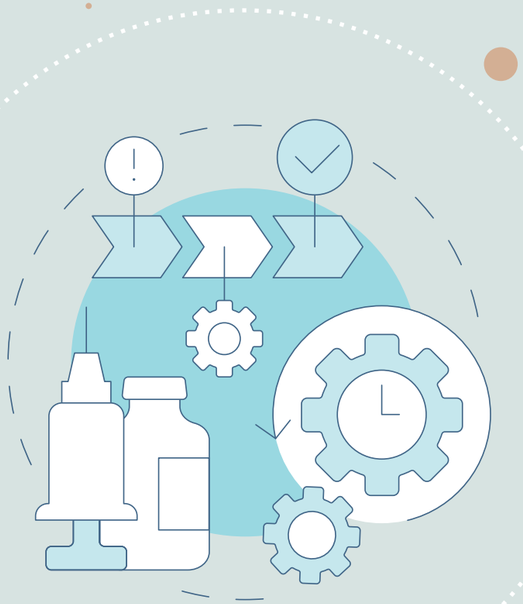
자가진단은 공식 안검사를 대신할 수 없습니다. 고령이면서 위험인자를 가진 경우, 자가 진단을 하여 이상이 발견된 경우 망막 전문의에게 꼭 진료받세요.



정상적인 시야



선이 굽어져 보이거나 검은 점이 보인다면 황반변성 의심



어르신의 건강한 삶을 지키는 예방접종

노년층이 되면 면연력이 약해지고
각종 질환에 노출될 위험성이 높아지기
때문에 건강관리를 위해서는
예방접종이 필수다.
예방접종은 각종 질환의 유발 위험성을
낮추는 가장 안전하고 효과적인 방법이다.
그렇다면 나이가 들수록 맞아야 하는
예방접종은 무엇이 있을까?

감염성 질환의 원인과 과정이 밝혀지면서 예방을 위한 많은 백신이 개발되었고, 현재도 개발 중이다. 특히 이번 코로나 유행 상황에서도 빠른 시간에 백신이 개발되어 많은 도움을 받고 있다.

어르신들이 접종해야 할 백신은 많지만 65세 이상에서는 무료로 시행하고 있는 인플루엔자(독감)와 폐렴 백신이 있고, 성인에서 한번은 접종해야 할 파상풍/디프테리아/백일해(Tdap), 그리고 대상포진 백신까지는 접종하면 좋다. 그리고 만성질환이나 상태에 따라 위험군으로 정해진 경우에는 B형간염, 수막구균 등과 같은 백신 접종이 필요한 경우도 있다. 2021년부터는 접종주기는 확실하지 않지만, 어르신뿐만 아니라 전국민에게 접종하고 있는 COVID-19에 대한 백신도 접종이 필요하다.

인플루엔자(독감) 백신은 매년 10월 중순부터 접종을 시작하는데, 65세 이상 어르신 모두 대상자가 된다.
드물게 주사제에 대한 알레르기 반응이 있는 경우, 계란 알레르기가 있는 경우, 겔랑바레 질환을 앓은 경우 등 몇 가지 금기증을 제외하고는 모든 어르신들은 접종을 해야 한다. 그리고 접종 후 2주일 정도 경과해야 효과가 생기므로 접종 후 초기에는 독감에 대해 더 조심해야 한다.

폐렴 백신은 65세 이후에 23가 폐렴 백신으로 무료 접종을 받을 수 있으며, 1회 접종만 하면 된다. 간혹 65세 이전에 13가 백신 또는 23가 백신을 접종한 경우가 있는데 이러한 경우에도 65세 이후에 각각의 접종 시기에 따라 일정 기간이 지났으면 23가 백신을 추가 접종하면 된다. 백신 이름이 폐렴 백신이어서 모든 폐렴이 예방되는 것으로 생각하기 쉬운데, 모든 폐렴이 예방되는 것은 아니고 폐렴구균에 의한 폐렴만 예방되는 것으로 다른 종류의 폐렴은 걸릴 수 있다는 것을 알고 있어야 한다.

파상풍/디프테리아(Td) 백신은 10년마다 정기적으로 접종을 해야 하지만 지역사회에 백일해가 존재하기 때문에 10년마다 정기 접종 중에 1번은 파상풍/디프테리아/백일해(TdaP) 백신을 접종하는 것을 권고하고 있다.
최근에는 많은 어르신들이 파상풍/디프테리아/백일해(TdaP) 백신을 접종하려고 오신다. 10년마다 정기접종이기보다는 산후조리원에서 산모와 손자 면회를 위해 백일해 접종을 권고하고 있기 때문인데 백일해 단독백신이 없어서 파상풍/디프테리아/백일해(TdaP) 백신을 접종하게 된다. 손자를 위해 접종하므로 진짜 할아버지, 할머니가 되는 신고식을 하는 백신이다.

대상포진 백신은 60세 이후 1회 접종을 권고하고 있고, 제약회사의 백신 허가사항에는 50세 이상부터 가능하다. 대상포진은 초기에 물집과 통증으로 시작되고, 치료 후에도 대상포진 후 신경통이 오래 지속되기도 하고, 치료가 잘 되어도 재발 가능성이 있어서 어르신들이 걱정하는 질환 중 한가지이다. 대상포진은 걸렸던 분들도 재발할 수도 있어 접종을 하지 않은 분들은 대상포진 치료 완료 후 최소 6개월 후 접종을 권고 드린다. 대상포진 백신이 완벽하지 않아 예방효과는 60% 정도로 알려져 있으나, 접종 후에 대상포진이 걸렸을 때에는 접종을 하지 않은 경우보다 증상이 약한 것으로 알려져 있다. 최근에는 더 좋은 예방효과를 가진 2회 접종하는 새로운 대상포진 백신이 개발되어 많은 도움이 될 것이라 기대된다.

이외에도 많은 예방접종이 있지만 모두에게 필요한 것은 아니고 건강 상태에 따라 권고 되는 백신을 접종하는 것이 좋다. 또한 감염병 예방을 위해 손씻기, 마스크 착용 등 개인 위생에 신경쓰는 것도 평소 건강관리에 도움이 된다.

동국대학교경주병원
가정의학과
이동석 교수

전문진료분야
생활습관병(고혈압, 당뇨, 고지혈증),
노인병, 비만

한방
韓方

중풍&재활

뇌혈관의 폐색이나 파열 등으로 인하여 갑작스런 신경학적 장애가 나타나는 비외상성 뇌손상을 뇌졸중이라고 한다. 뇌졸중은 국내에서 암, 심장질환과 함께 주요 사망원인 중 하나로 언급되고 있으며 유병률이 높은 질환 중 하나이다. 이러한 뇌졸중은 한의학에서 중풍(中風)의 영역으로 바라보고 있다. 중풍(中風)은 대표적인 풍증(風證)으로 뇌혈관의 순환장애로 인해 국소적인 신경학적 결손을 나타내는 뇌혈관 질환을 포함하는 것으로 정의한다. 뇌혈관이 장애를 받은 부위에 따라 운동 조절의 소실, 감각 변화, 인지장애, 언어장애, 균형감 소실, 혼수 등과 같은 갑작스런 신경학적 장애가 나타날 수 있다.

의료기술의 발달과 함께 뇌졸중의 사망률은 지속적으로 감소하고 있으나, 인구 고령화가 진행됨에 따라 뇌졸중의 발병률이 증가하고 있다. 뇌졸중의 발병률이 증가함에 따라, 뇌졸중으로 인한 뇌신경 후유장애로 재활치료가 필요한 사람도 25만 명 이상이라고 보고되고 있다.
고령은 중풍의 위험요인으로 작용하기도 하지만, 기능 회복에 있어서도 위험요인이 된다. 중풍은 발병 후 3개월 동안 전 영역에서 기능이 회복되지만, 고점에 이른 후 기능저하가 나타나며 특히 고령과 기능장애가 심한 환자는 발병 3년 이후 여러 영역의 기능저하가 진행된다고 보고되었다.

중풍의 회복은 손상의 부위 및 크기, 환자의 의지 및 의식정도, 가족의 지지와 사회적 환경, 동반질환, 재활치료의 수준에 따라 달라진다.
중풍 환자의 재활치료 목적은 합병증의 예방 및 환자가 가능한 독립적인 생활을 할 수 있도록 신체 기능을 회복시키고 장애의 어려움에 적응 및 대처하는 방법을 익힐 수 있도록 하는 것이다.

중풍의 재활치료에서 중요한 개념은 뇌의 신경가소성이다. 뇌조직은 한 번 손상되면 다시 살아나지 않지만, 망가진 조직 주변의 뇌세포는 손상된 부위를 피해 새롭게 연결된다. 손상된 신경 주위의 신경이 새롭게 생기고, 이전에 기능하지 않았던 신경연접이 활성화되는 등 다양한 형성을 통해 뇌가 재조직화 된다. 이러한 뇌의 재조직화는 손상된 뇌조직이 수행하던 기능을 다른 부위를 통해 다시 수행하도록 하여 일상생활의 복귀를 돕는다.

한의재활치료는 뇌의 신경가소성을 촉진하여 중풍 환자의 후유증 회복을 돕는다.
한의학에서는 뇌혈관질환 및 중풍후유증을 가진 환자를 대상으로 전반적인 증상, 일상생활 수행장애, 운동장애, 강직, 중풍 후 우울증, 인지장애, 연하장애, 언어장애, 통증, 배뇨장애, 삶의 질 및 균형장애 등의 회복을 목적으로 적극적인 치료를 시행하고 있다. 침구치료는 뇌의 신경가소성을 촉진하는 감각자극으로 작용한다. 또한, 한약치료를 통해 항산화효과, 항염증효과를 유발하여 신경세포 보호효과를 유도하고, 중풍환자의 저하된 혈관내피세포기능을 향상시킬 수 있다.

2021년 질병관리청에서 발표한 뇌졸중 초기 집중 재활치료 장애회복 통계조사 보고서에 따르면, 뇌졸중 초기 집중재활치료는 뇌졸중 환자들의 기능 회복과 삶의 질 향상에 매우 큰 영향을 미치며, 장애를 개선하고 일상생활 복귀에 큰 도움이 된다. 또한, 발병 초기 3개월째 기능상태가 발병 후기의 장애정도를 결정하는 주요 인자가 되며, 운동치료, 언어치료, 인지치료, 교육치료 등의 뇌졸중 집중 재활치료가 환자의 기능 향상에 유의미한 효과를 보인다고 하였다.

중풍의 한의재활치료 역시 발병 후 3~6개월 이내에 받아야 효과가 높다. 이 시기는 뇌의 신경가소성이 가장 활발한 시기이며, 염증성 합병증을 예방하고 뇌의 신경가소성을 적극적으로 촉진하여 후유증상을 개선하기 위해 가장 중요한 시기이다. 여러 연구에서 한의치료 및 한 · 양방 협진치료가 중풍환자의 재활치료에 효과적이며, 한 · 양방 병행치료군이 양방 단독치료군에 비하여 일상생활동작기능, 운동기능, 삶의 질 향상, 인지기능 향상에 우수한 효과를 보인다고 보고된 바 있다.

사회의 고령화에 따라 중풍의 유병률이 점점 증가하는 이때, 적극적인 한의재활치료를 통해 일상생활에 복귀하고 후유증을 회복하는 효과적인 재활치료가 이루어지기를 기대한다.

동국대학교분당한방병원
한방재활의학과
박서현 교수

전문진료분야
관절재활 클리닉,
추나 · 도인 운동요법 클리닉

PART 2
HAPPINESS

다시 태어나도
어머니의 아들로
살고 싶습니다

화분을 위해
택자를 비우다

고흐의
그리움과 열정을
간직한 문화 도시,
프랑스 아를

이해하고
내려놓기

다시 태어나도 어머니의 아들로 살고 싶습니다

진한 커피향이 코끝으로 스며드니 사람보다는 커피가 더 향이 진할지도 모르겠다는 생각이 듭니다. 저는 지금 병원 1층 찻집에 있습니다. 어머님이 편히 잠드신 것을 보고 있자니 제 마음이 조금은 편안해졌습니다. 동국대학교병원에 오신지도 벌써 세 달이나 됐네요. 김이 모락모락 나는 커피 한 잔을 마주하고 있자니 그동안의 모든 일들이 주마등처럼 지나갑니다. 매일 어머님 족욕 시켜드리고 틀니를 깨끗이 닦아 드린 뒤 가글 해드리고 손발톱 깎아드리고 혹여나 욕창 생길까 걱정 돼 아픈 다리는 랩으로 단단히 감싼 후 목욕을 시켜 드린 뒤 로션을 바르고 휠체어 산책 시켜 드린 지도 어느덧 5개월이 넘어갑니다.
어머님 제발 부탁드립니다. 너무나도 오랫동안 너무나도 많은 고통과 힘든 일들을 잘 견디어 오셨습니다. 조금만 더 잘 견디시어 꼭 건강한 몸으로 퇴원하셔서 남은 생은 오로지 어머님 본인만을 위한 삶을 누리시길 간곡히 부탁드립니다.

기억하세요? 저 중 · 고등학교 다닐 때 어머니는 저를 참 예뻐해 주셨지요. 4남매 중 막내라서 그러셨는지는 모르겠지만, 저도 어머니를 참 좋아했습니다. 어머니가 그렇게 사랑으로 키워주신 막내가 이제는 50대 중년이 되었으니, 세월이 참 빠릅니다.
젊고 고왔던 어머니 얼굴도 참 많이 변하셨어요. 주름도 많이 생기고, 흰머리도 너무 많고, 다리는 겨울 나뭇가지처럼 앙상해지고….

상주에서 밭일 하시다가 넘어져서 포도나무 뾰족한 곳에 다리가 찔려 그곳 병원에서 치료를 받으실 때만 해도 저는 어머니가 괜찮아지실 거라고 생각했습니다. 그리고 그 병원에서 어머니 인공관절 수술하셨던 병원으로 가서 치료를 받으시는 것이 좋겠다는 권유를 받고 병원을 옮겼을 때만 하더라도 내심 걱정되었지만 큰 걱정은 하지 않았습니다. 그런데 두 달간의 치료에도 불구하고 염증이 점점 심해져 결국 걷는 것조차 어려워져서야 비로소 저는 정신이 번쩍 들었습니다.

실력이 좋다는 정형외과를 찾기 위해 여기저기 수소문 끝에 동국대학교병원에 찾아온 것이 지난 8월이었습니다. 어머님의 다리 상태가 많이 좋지 않다는 말씀을 듣고는 하늘이 무너져 내리는 것만 같았습니다. 자식 놈이 무능해서 이렇게까지 어머니를 방치했다는 생각에 하루하루 잠을 이룰 수가 없었습니다. 무릎아래에 20cm가 넘은 큰 구멍이 생기고 그 속으로 뼈가 훤히 보이는 어머니 다리 상태가 자꾸만 떠올라 너무나도 괴로웠습니다.

옆구리 쪽의 살과 발목 위쪽의 혈관과 근육을 떼어내서 구멍파인 다리에 이식하는 수술을 8시간 동안 받으실 때 수술실 앞에 있던 제 마음이 어땠는지 아세요? 입에서는 침이 바짝바짝 마르고 두 손 꽉 움켜쥐고 고개 숙여 제발 한 번만 더 한 번만 더 어머님 수술이 잘 끝나기를 부디 아무 탈 없기를 미소가 가득 찬 어머님의 얼굴을 볼 수 있기를 기도했습니다.

저 또한 항상 다른 사람들을 더 배려하며 많은 도움을 주며 착하게 살아가겠습니다. 부탁드립니다. 제발 부탁드립니다라고 기도하며 어머님 수술 끝날 때까지 그렇게 수술실 안에서 어머님께서 느끼시는 고통을 저는 수술실 밖에서 식사도 거른 채, 온 몸으로 고스란히 받아냅니다. 입맛도 없지만 어머님이 수술실에서 온갖 두려움과 고통을 참아내며 힘겹게 버티시는 모습을 생각하면 제가 밥을 먹는다는 것 자체가 왠지 모르게 죄짓는 것 같아 먹을 수가 없었습니다.

한 번의 수술로는 부족해 2차, 3차 수술까지 받으셔야 했을 때 제가 어땠는지 모르시죠? 어머니 여기서 잘못되시면 저도 못산다고 생각했습니다. 왜 그렇게까지 생각하느냐고 하실 지도 모르겠지만 제게 어머니는 따로 떼어놓고는 생각할 수 없는 그런 분이셨습니다. 어머님은 저에게는 그 무엇보다도 소중한 존재이셨고, 제 평생의 선생님이셨고, 제 평생의 어머니셨습니다. 마치 벗어날 수 없는 굴레처럼 말입니다.

상주에 가서 어머니를 뵙고 파주로 돌아올 때마다 어머님을 놓고 가는 이 아들의 마음은 메어오고 아들을 보내는 어머님의 마음은 얼마나 미어질까 생각하면 그냥 눈물이 납니다. 올라오는 내내 차 안에서 참 많이도 울었습니다. 빨리 성공해서 어머님께 효도하고 자랑스런 아들이 되겠다고 이 악물고 맹세하며 눈물을 삼키고 또 삼켰습니다. 그런데 아직까지 약속을 지키지 못해 가슴이 찢어집니다. 그 힘든 밭일을 혼자 하시면서 끼니도 제대로 챙겨 드시지 못하는 어머니를 보고 돌아서는 길이 왜 그리 서럽던지…. 막내아들을 올려 보내시며 차가 보이지 않을 때까지 마당에서 안타까운 손짓으로 말을 대신 하셨던 어머니 그 모습이 얼마나 슬펐던지…. 아무리 불을 피워도 사는 게 가난했던, 마음이 가난했던 어머니 그 자리가 어찌나 차갑고 쓸쓸하던지…. 나라 잃은 슬픔과 6.25 전쟁 그리고 극도의 가난이라는 제가 상상조차 할 수 없는 세 가지 고충을 모두 겪으신 어머님의 마음을 제가 감히 어떻게 헤아릴 수 있겠습니까.

외롭지 않으셨어요? 왜 그리도 바보같이 사셨습니까? 결국 헝클어진 주름과 앙상한 다리만 남게 된 삶인데 왜 그렇게 자신을 돌보지 않고 사셨습니까? 자식이 뭐라고, 남편이 뭐라고 어머니는 늘 뒷전이셨습니까? 왜 맛있는 거 안 드시고, 좋은 옷 안 입으셨습니까?

농사일은 내팽개치시고 술만 좋아했던 아버지가 큰 집 조카들 보증을 잘못 서서 3억 원이나 되는 땅을 날렸을 때에도, 어머니가 이모들 때문에 오래오래 모아두셨던 8천만 원을 손해 보셨을 때에도 그리 화가 나지는 않았습니다. 정작 제가 화가 난 것은 시내에 나가셔서 장사해 돈을 버시고도 그 흔한 자장면 한 그릇 안 드시고 집에 오셔서 찬물에 밥을 말아 김치 한 조각으로 늦은 저녁을 드시는 모습이었습니다. 그리고 그것은 지금까지 제게 씻기지 않는 아픔으로 남아 있습니다.

대구에서 대학 다닐 때도 그랬습니다. 매주 금요일 상주 집에 가서 농사일 거들어 드리고 일요일 저녁에 올라올 때마다 제 마음이 얼마나 아팠는지 모르시지요? 어머니는 슬픔을 만드셨고, 상주 집은 눈물을 만들었습니다. 어머니와 상주 집은 제게 그랬습니다. 저는 그게 싫었습니다. 그래서 어머니가 원망스러웠습니다. 차라리 잘 드시고, 하시고 싶은 거 다 하시고, 남편 원망도 하시고, 자식들 눈치도 보시지 마시고 그렇게 사셨어야 했습니다.

어머니! 저 요즘엔 조금 힘이 듭니다. 갱년기라서 그런지 어지럽기도 하고, 열도 나고, 화도 많이 납니다. 제가 해드리던 어머니 머리 염색도 병원에 계셔서 제대로 해드리지 못했네요. 사실은 20년 넘게 해온 출판사 사업도 많이 힘이 듭니다. 어머니를 늘 제 몫으로 돌리는 두 누나와 형님이 원망스럽기도 하고, 몸이 성치 않으신 데도 밭 일 하시겠다고 고집 부리시는 어머니도 밉습니다. 그래도 앞으로 두 달 정도 더 치료하시면 퇴원하실 수 있다고 하니 얼마나 다행인지 모릅니다. 동국대학교병원에 찾아 간 것은 제가 지금까지 살면서 가장 잘 한 일이라는 생각이 듭니다. 제 어머니 다리를 살려주신 분들 그 은혜는 평생 잊지 않을 것입니다. 치료를 위해 애써주셨던 여러 교수님들과 간호사 선생님들 너무나도 고맙습니다. 아울러 동국대학교병원 관계자 모든 분들에게 부처님의 자비와 축복이 늘 함께 하시길 두 손 모아 간절히 기도 드립니다.

이생에서 어머님과의 인연이 얼마나 남았을까요! 평생을 고독했던 어머님의 차가운 자리를 따뜻하게 해드리고 싶습니다. 어머님 품은 떠나는 것이 아니라 돌아오는 것임을 막내아들 이제야 깨달았습니다. 퇴원하시면 저와 손잡고 상주 집에서 한 밤 주무세요. 그러다 햇살 좋은 날에 제 집으로 가세요. 그래서 10년만, 딱 10년만 저랑 같이 사세요.
어머님께서 제 어머님이신 것이 너무나도 자랑스럽고 너무나도 행복합니다.
어머님 무지무지 사랑합니다.
어머님 무지무지 고맙습니다.

본 내용은 환우와 가족을 대상으로 공모한 '치유 & 사랑' 투병 · 간병 수기 공모전에서 '감동상'을 수상하신 유만규 님의 글입니다.
동국대학교병원과 함께하며 겪었던 희망과 격려의 이야기를 전해드리며 진정한 가피를 나누고자 합니다.

일러스트 키 큰 나무

화분을 위해 탁자를 비우다

염화미소
拈華微笑
성전스님

화분이 하나 생겼다. 그 향기가 감미롭다. 가만히 앉아 그 향기에 취했다. 화분을 차 탁상에 놓아야겠다는 생각이 들었다. 차를 마시러 오는 분들이 차향뿐만 아니라 '백화등'의 향기까지 느낄 수 있다면 좋겠다는 생각이 들어서다.

차 탁상에 널려 있는 다구와 잡다한 것들을 대충 밀고 탁상 가운데 화분을 두었다. 영 산만했다. 마치 탁상 위 온갖 잡다한 것들이 향기를 교란하는 것만 같았다. 안 되겠다 싶었다. 화분을 위해서는 여백이 필요하다는 생각이 들었다. 탁자 위에 놓인 잡다한 것들을 다 다른 곳으로 이사를 시켰다. 고요해진 탁자 위에 화분을 놓았다. 백화등의 은은한 향기가 고요를 타고 내게 잔잔하게 다가왔다. 흐뭇했다. 이 텅 빈 여백이 주는 즐거움을 화분과 나는 공유했다. 비움의 즐거움에 먼 곳의 도반을 생각하며 글을 썼다.

"차 탁자에 화분을 들이기 위해 탁자를 온통 비웠다. 탁자를 텅 비우고서야 화분이 비로소 자리를 잡았다. 텅 빈 탁자 위를 백화등이 향기로 채운다.

아이를 어린이 집 차에 태우기 위해 아이를 등에 업고 어머니가 달린다. 아이 하나를 업기 위해 어머니는 온통 등을 비웠다. 아이는 그 텅 빈 등에 올라 환하게 웃는다. 도를 묻는 선객에게 조주는 차나 마시라고 했다. 비우면 답은 스스로 떠오르는 것. 봄이 오면 절로 꽃이 피듯이. 인생을 알기 위해 가슴을 비웠다. 그 빈 자리로 해가 떠오르듯 인생이 떠올랐다. 찡그리지도 않고 아프지도 않고 환하게 웃고 있었다. 그 전에는 보지 못했던 인생의 얼굴이었다. 환하게 웃는 얼굴이었다."

비움은 참 좋은 것이다. 비움은 곧 아름다운 채움이 되기 때문이다. 나무와 나무 사이에 간격을 봐라. 그 간격은 나무가 스스로를 비운 자리이다. 그 간격이 있어 나무는 함께 성장하고 숲을 이룬다. 잔잔한 바람이 부는 날 숲들의 합창은 얼마나 아름다운가.

세상은 비우지를 못해 늘 부딪치는 파열음이 넘친다. 내가 나를 비우지 못함으로 너를 받아들이지 못하고 있는 것이다. 너와 나 사이에 간격이 없다. 사용자와 노동자 사이에 간격이 없고 여당과 야당 사이에도 간격이 없다. 밀치고 밀며 서로가 옳다고 주장하는 그 자리에 발전과 공생은 공염불에 지나지 않는다.

우리는 '나'를 가지고 살아간다. 그러나 나를 찾아보면 나는 없다. 다만 우리가 경험한 것을 가지고 나라고 말하고 있을 뿐이다. 자동차를 전부 분해해 보면 자동차가 없듯이 나를 하나하나 분해해 보면 나라는 것이 없다는 것을 알게 된다. 내가 실체가 아니라 다만 연기한 것임을 알게 될 때 우리는 비로소 무아를 만나게 된다. 그때의 우리의 마음은 자비로 넘치게 된다. 나를 채우면 탐욕이 자리하고 나를 비우면 자비가 자리한다. 무아는 곧 자비를 의미한다.

부처와 중생은 다 같은 마음을 가지고 있다. 그 한마음이 자비로 가득하면 부처이고 탐욕으로 가득 차면 중생이 된다. 부처의 삶은 언제나 행복하고 중생의 삶은 언제나 불행한 날들의 연속일 수 밖에는 없다. 탐욕은 괴로움을 향해 달려가고 자비는 행복을 향해 흘러가기 때문이다.

탁자에 화분 하나만 놓아두고 나는 화분을 본다. 장애가 없는 여백 속을 향기는 자유롭게 포행한다. 여백은 향기의 산책길이 되고 백화등의 배경이 된다. 텅 빈 공간을 보고 있으면 그것이 화분을 살리는 더 없이 좋은 바탕이라는 것을 알게 된다. 자신에게도 더없이 좋은 바탕은 자신을 비우는 일이다. 자신을 비우면 세상이 아름답게 다가오고 주변의 사람들이 고맙게 다가온다. 존중과 감사로 살아가는 한 생애에 어떤 괴로움이 자리할 수 있겠는가.

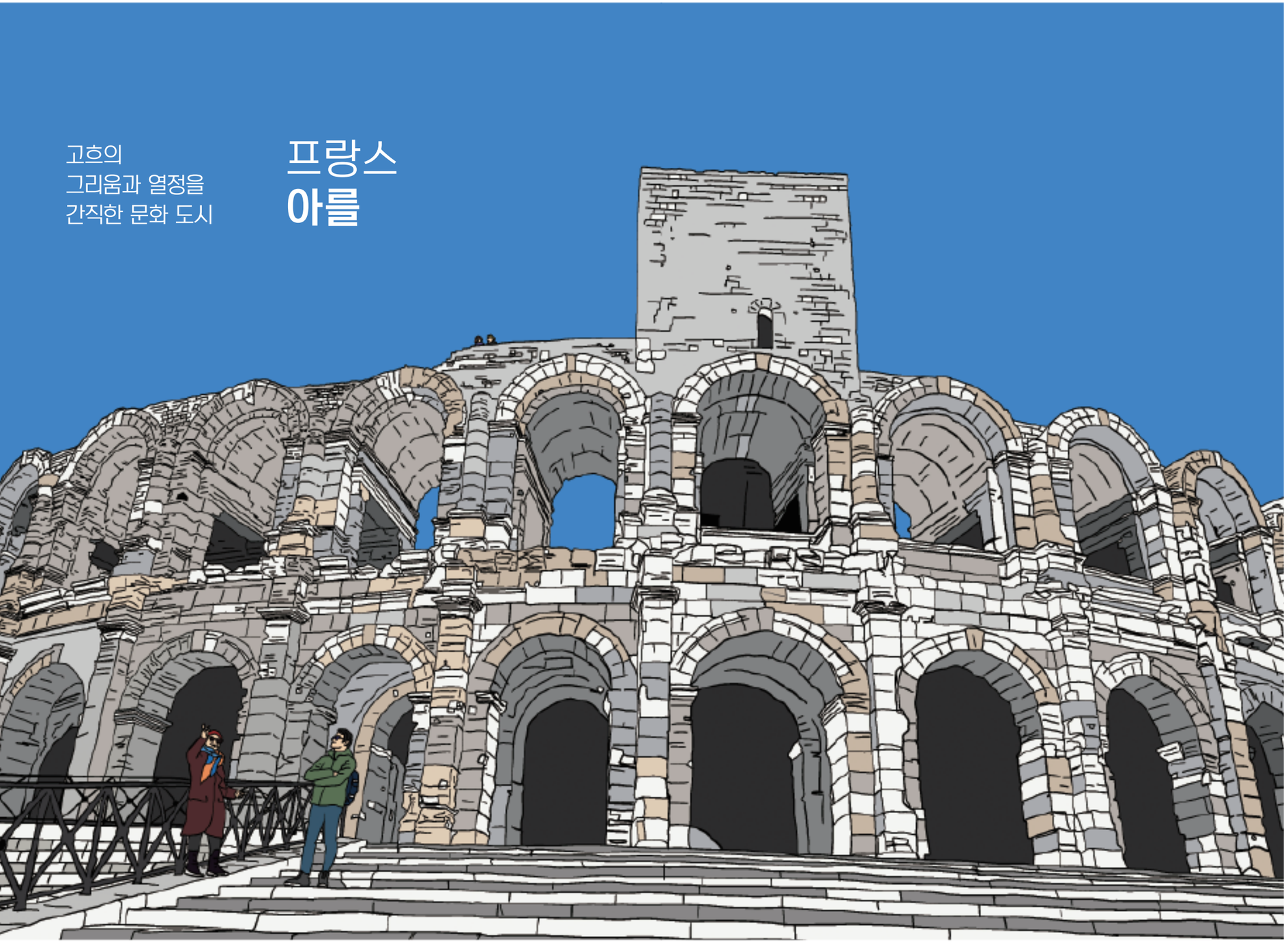
어둠이 내린 산사에 달빛이 가득하다. 창문을 열고 달빛을 들인다. 백화등 향기가 달빛을 타고 방을 나선다. 하늘로 포행을 나가는 것일까. 오늘은 하늘에도 백화등 향기가 가득할 것만 같다. 달빛은 달이 자신을 비운 것이고 향기는 나무가 자신을 비운 것이다. 내가 나를 비우면 남는 것은 무엇일까. 자비일 것이다. 내 자비의 향기도 그대에게 가 이르렀으면 좋겠다.

글 **성전스님**

現 천안 천흥사 한주.
현재, 불교방송(BBS) '좋은 아침 성전입니다' 진행을 맡고 있다.
주요 저서로는 〈행복하게 미소 짓는 법〉, 〈빈 손〉, 〈비움, 아름다움, 채움〉, 〈지금 후회 없이 사랑하라〉, 〈그래, 다 이유가 있는 거야〉, 〈좋은 건 다 네 앞에 있어〉 등이 있다.

고흐의
그리움과 열정을
간직한 문화 도시

프랑스
아를



닿을 수 없는 시간 앞에서

여행을 그리다

파리를 거쳐 니스로 그리고 다시 자동차로 38시간이 걸려 늦은 오후에 프랑스 아를에 도착했다. 해가 지기 시작한 아를은 상상 속의 풍경 그대로였다.
색은 바랬지만 시간을 두르고 서있는 건물들과 소박한 광장의 회전목마, 밝은 표정의 사람들을 스쳐가는 자동차 안에서 봤을 뿐인데도 애틋하게 기다려 온 연인을 만나는 것처럼 가슴이 두근거렸다. 예약한 호텔에 주차만 한 채 짐도 내리지 않고 드로잉 노트와 펜, 카메라만 챙겨 다시 광장으로 뛰어나왔다. 빠르게 떨어지는 태양 때문에 마음이 조급해져 거의 전속력으로 달리기를 했다.

건널목 앞에서 가쁜 숨을 돌리다 창 너머로 나를 빤히 바라보는 고양이와 눈이 마주쳤다. '아를에서 급하게 뛰어 다니는 건 너 뿐이야.'라고 말하는 것 같아 피식 웃음이 났다.

서두르지 않아도 괜찮아

광장에서 서쪽으로 골목을 조금만 걸으면 고흐가 입원했던 생레미 정신병원이 있다. 이제는 고흐를 기리는 문화공간이 되었지만 그의 작품 속 풍경은 그대로 있었다. 볕이 잘 드는 정원 한 켠 기둥에 기대 책을 읽고 있는 여행자의 모습에서 고흐가 병원 정원에서 스케치를 하던 모습을 상사했다. 그냥 지나칠 수 없는 순간에 나도 노란 기둥에 등을 대고 앉아 정신없이 독서에 빠진 여행자를 스케치북에 그려 넣었다.

여행이 풍성해지는 순간

골목을 돌아보고 나오니 광장에 내리쬐던 햇빛이 누그러지고 기울어지기 시작했다. 하늘은 어느새 짙은색을 띠고 구름은 역동적으로 살아 움직이는 것 같았다. 광장 중앙의 오벨리스트를 등지고 앉아 광장을 바라보고 있는데 홀로 온 여행자 두 세 명이 분수대에 기대어 앉아 있었다. 타임랩스 사진처럼 모든 것이 멈춘 것 같은 시간 속에 나를 포함한 여행자들만이 존재하는 것 같았다. 여행이 더 풍성해 지는 순간이었다.

이런 작은 도시는 분주하게 다닐 때는 오히려 마음에 담기지 않다가 가만히 멈춰설 때 비로소 도시가 말을 걸어오고 스스로 자신의 속살을 가만히 내보였다.

아무 것도 하지 않아도

노란 벽면 때문이겠지만 포룸 광장에 있는 고흐의 밤의 카페의 외부는 그림 속 모습을 간직하고 있었다. 하지만 낡고 빛바랜 붉은색이 주를 이룬 카페 내부는 쓸쓸했다. 점원으로 보이는 두 여자는 실내에서 담배를 피우고 있다가 내가 들어서자 주섬주섬 자리에서 일어나 형식적인 인사를 건넸다. 커피 한잔을 시켜두고 이층과 카페 여기저기를 둘러봤지만 고흐의 흔적은 찾아볼 수 없었다. 고흐가 수시로 찾아왔을 때도 그저 평범한 동네 술집이었을 이곳에 아무런 특별함도 없다는 것이 어쩌면 당연한 것일지 모른다는 생각이 들었다. 억지스럽게 붙여 놓은 고흐의 그림 포스터가 여기저기 벽에 붙어 있지 않다는 것이 훨씬 좋았다.

France
Arles

글 · 그림 **배 종 훈**

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

이해하고 내려놓기

괴로움의 소멸에 이르는 길, 팔정도

누구나 행복한 삶을 원합니다. 그래서 각자 나름대로 노력하며 살지만 세상에는 행복한 사람보다 괴로운 사람이 더 많습니다. 그렇다면 진정한 행복의 문을 여는 열쇠는 어디에 있는 걸까요? 오랜 시간 동안 행복에 관해 이야기해 온 불교에서는 그 열쇠를 '마음'이라고 말합니다.

"바깥에서 구하지 말라."라는 말이 있듯 행복은 마음 바깥에서 오는 것이 아닙니다. 아무리 많은 재물과 명예를 가졌더라도 내 마음이 괴로우면 불행하고, 아무것도 가진 게 없더라도 내 마음이 즐거우면 행복합니다. 그런 마음을 바꾸어 행복을 찾는 것, 그것이 불교 수행의 핵심이자 진정한 행복으로 나아가는 길입니다.

일묵 스님은 행복한 마음을 위한 구체적인 수행법으로 괴로움[苦]과 괴로움의 원인[集], 괴로움의 소멸[滅]과 괴로움의 소멸로 이끄는 방법[道]에 대한 바른 앎과 이해를 통해(이해하고), 고통을 유발하는 해로운 마음을 알아차리고 내려놓는(내려놓기) 여덟 가지 바른 길, 즉 팔정도(八正道)에 관해 이야기합니다. 그렇다면 교과서에서 개념으로만 배우고 외우던 팔정도가 어떻게 행복한 마음을 위한 이정표가 되어 준다는 것일까요?

바른 수행을 위해서는 먼저 지혜가 필요합니다. 무엇이 행복을 주고, 무엇이 괴로움을 주는 마음인지 알고 구분하는 지혜[바른 견해]와 그것을 바탕으로 유익한 방향으로 생각[바른 사유]해야 한다는 말입니다. 그렇게 수행의 바른 방향을 확인하였다면 바르게 말하고[바른 말], 바르게 행동하며[바른 행위], 바르게 생계를 유지[바른 생계]해야 합니다. 그로부터 세상에 비난받지 않고, 후회가 없는 안정된 마음을 갖춤으로써 수행의 좋은 토대를 마련하게 됩니다.

이렇게 준비가 되었다면 해로움은 버리고 유익함은 계발하는 노력[바른 정진]을 기울입니다. 자신에게 일어난 해로운 마음을 매 순간 알아차리고, 그것의 유해함이나 그것을 버리는 방법 등을 깊이 숙고하는 지혜를 통해 자연스레 내려놓습니다. 그렇게 시간이 쌓이면 지혜도 쌓이게 되어 그것을 기억함으로써[바른 기억] 시도 때도 없이 일어나는 해로운 마음을 더욱 촘촘한 거름망으로 걸러내듯 알아차릴 수 있게 되고, 지혜는 더욱 예리해집니다. 그리하여 결국 '행복하게 머무는 마음'에 도달하게 되고, 그것을 유지할 수 있게 되는 것[바른 삼매]입니다.

일묵 스님은 이 저서에서 몇 줄 글로 정리된 개념으로서 팔정도가 아닌 합리적이고도 구체적인 수행법으로서의 팔정도를 소개합니다. '내 인생은 왜 행복한 순간보다 불행한 순간이 더 많을까?', '평온해진 마음은 왜 다시 고통스러워지는가?'… 이러한 생각이 든다면 부처님의 말씀과 같이 이 책이 안내하는 길을 따라 '단 한 가지'만 지켜보는 건 어떨까요?

"네가 하나만 보호할 수 있다면 다른 것은 다 잊어도 좋다. 마음 하나만 보호하라."

이해하고 내려놓기
일묵 지음

글 불광미디어

PART 3
DUMC

동국대학교일산한방병원,
보건복지부
3주기 의료기관인증 획득

동국대학교일산병원의 얼굴
원무팀

DUMC NEWS

나눔

동심135와 함께

1주기부터 3주기까지 연속 3회
환자 안전관리와 의료의 질 우수성 인증

동국대학교일산한방병원,
보건복지부 3주기 의료기관인증 획득

동국대학교일산한방병원은 보건복지부 산하 의료기관인증원에서 실시한 3주기 의료기관인증을 획득했다. 이로써 1,2주기에 이어 3주기까지 연속으로 인증을 받은 것이다. 2022년 10월 26일부터 27일까지 양일간 3명의 조사위원들이 개별추적조사 및 시스템추적조사 등의 방법을 통해 직접 현장을 확인하는 방식으로 철저한 조사가 이뤄졌으며 ▲환자안전보장활동 ▲지속적 질 향상 및 환자안전 ▲진료전달체계 ▲환자진료 ▲의약품관리 ▲환자권리존중 및 보호 ▲경영 및 조직운영 ▲인적자원관리 ▲감염관리 ▲안전한 시설 및 환경 ▲의료정보/의무기록관리 등 11개 장, 60개 기준 260개 조사항목에 대한 세밀한 평가 결과 우수한 성적으로 인증기준을 통과하였다. 인증 유효기간은 2022년 12월 28일부터 2026년 12월 27까지로 4년간 적용된다.

보건복지부 의료기관인증제도는 의료기관으로 하여금 환자안전과 의료의 질 향상을 위한 자발적이고 지속적인 노력을 유도하여 의료소비자 즉 환자에게 양질의 의료서비스를 제공하기 위한 제도이며 인증획득 기관은 4년간 유효한 인증 마크를 부여받는다.

동국대학교일산한방병원은 인증시행에 앞서 여러 차례의 자체조사와 중간현장조사를 통해 지속적으로 질 향상과 환자안전을 강화하며 부족한 부분을 보완하고 문제점을 개선하기 위해 노력하였다. 직원들의 적극적인 노력으로 3주기 인증을 획득할 수 있었다.

임성우 동국대학교일산한방병원장은 “앞으로도 수준 높은 의료서비스 제공과 환자 안전을 위해 노력할 것”이라며 “지속적으로 발전하는 동국대학교일산한방병원을 기대하셔도 좋다”고 밝혔다. 임 한방병원장은 코로나 감염이 지속되는 환경에서 병원 내 환자 안전과 감염관리가 그 어느 때보다도 중요한 시기를 잘 견뎌내며 의료의 질을 높이고 환경개선을 위해 노력한 직원들의 노력에 감사의 마음을 전하기도 했다.

1, 2, 3주기 연속 인증은 개원 이후 동국대학교일산한방병원이 환자 안전과 지속적인 질 향상을 위한 기본가치와 환자진료, 조직관리, 성과관리를 함에 있어 체계적인 목표 설정과 수행 점검, 지속적인 개선으로 지역사회에서 질 높은 진료와 환경적으로 우수한 한방병원이자 나아가 규정에 충실한 교육 환경을 지향하는 교육병원으로의 의미가 있다.

임 한방병원장은 “이번 3주기 인증을 계기로 부족한 부분을 살펴보고 지속적인 개선 활동을 통해 오시는 환자분들께 수준 높은 의료서비스를 제공하고, 환자 안전을 위해 노력하여 질적 양적으로 발전하는 동국대학교일산한방병원이 되도록 노력하겠다”고 말했다.

글 이명혜 기자

동국대학교일산병원의 얼굴

원무팀

병원에서 환자들이 가장 처음 만나는 곳과 가장 마지막에 만나는곳,
바로 원무팀이다. 병원의 첫인상을 좌우하는 곳이기도 하다.
원무팀은 외래진료나 입원을 위해 병원을 방문하는 사람들의
모든 병원 생활을 함께하는 부서이다.
병원의 모든 이미지가 원무팀을 통해 투영되는 만큼
'좋았다', '불편했다', 개선하면 좋겠다' 하는 모든 환자 및 내원객의
목소리에 귀 기울이고 있으며, 신속하고 안전한 진료지원 서비스를
제공하기 위해 최선을 다하고 있다.

동국대학교일산병원 원무팀은 사무실업무, 창구업무, 전화예약, 응급원무 등 4가지 부서로 나뉘어 업무를 보지만 40여 명의 직원들이 서로 연계되어 유기적으로 움직인다.
환자 서비스를 강화하기 위해 대기시간을 줄이고, 특히 코로나 시기를 거치며 환자와 직원들의 대면 접촉을 줄이고 안전한 병원생활을 위해 다양한 비대면 서비스 방식을 도입하고 있다.
적재적소에 인력을 배치하고 업무의 전문화, 고도화를 위해 키오스크를 설치하고 하이패스 제도를 시행하고 있다. 터치스크린에서 환자들이 직접 바코드를 읽히고 수납하는 키오스크는 이미 사회 곳곳에서 사용되는 익숙한 시스템이다. 하이패스 제도는 신용카드를 사전에 등록하면 수납창구를 거치지 않고 바로 결제되는 시스템으로 수납으로 인한 대기시간을 없애준다. 진료예약을 완료했으면 예약수납을 거치지 않고 진료과로 방문하여 진료를 볼 수 있도록 시스템을 갖췄다. 2023년 3월에는 AI(인공지능)기술을 도입해서 모바일에서 예약, 진료비 수납, 환자상담, 민원, 고객요청 서류 발급등의 업무를 처리하는 서비스를 개시할 예정이며, 추가적인 서비스를 준비중에 있다.

원무팀을 이끌고 있는 박세진 팀장은 원무팀에서 병원 업무를 시작해 23년 근무기간 중 14년을 원무팀에서 근무한 베테랑이다. 2005년 9월 27일 동국대학교일산병원이 정식 개원하기까지 장단점을 파악하고 고객불편을 최소화하기 위한 여러 테스트를 거쳤다고 한다. 박팀장은 "동국대학교일산병원은 이제 개원 20년을 내다보는 병원으로서 많은 노하우(know-how)가 축적되었고, 이를 바탕으로 환자에게 질 높은 원무 서비스를 지속적으로 제공할 예정입니다"라고 말했다.

"환자 입장에서는 불만과 개선사항을 말씀하시는 것이니 놓쳐서는 안되는 부분이라 개선하려 노력하고 있습니다. 1차 경청, 2차 해소방안 제시를 방침으로 삼고 있습니다."
원무팀은 고객 만족을 위해 즉시 해결가능한 것은 바로 해결하고, 시간이 필요한 부분은 언제까지 통보해드린다고 안내하고 고객과 신뢰가 깨지지 않도록 요구사항을 해소하는 데 주안점을 두고 있다.

원무팀은 환자들과 접점에 있다보니 스트레스를 받는 상황도 있지만 보람도 크다고 한다. 환자가 경제적으로 어려운 상황일 때 다양한 분야의 지원서비스를 연계해서 치료받을 수 있도록 안내해 건강을 되찾고 퇴원하는 모습을 볼 때 보람과 긍지를 느낀다.
박 팀장은 "우리 동국대학교일산병원은 불교계의 염원을 담아 설립된 병원인 만큼 모든 중생에게 자비의 정신으로 의료서비스를 제공하고자 노력한다"고 말한다. 일산, 경주, 분당 3곳의 병원에서 스님과 불자 대상 서비스를 확대하고자 준비 중이라고 덧붙였다.

고객에게 언제나 친절하게 대하기 위해 직원 대상 서비스정신 교육을 항상 진행한다.
"10개 중 하나만 잘못되어도 서비스는 0점이 됩니다. 그래서 직원 교육, 서비스 모니터링, 개선할 점 교육 등 지속적으로 하고 있습니다."
동국대학교일산병원 원무팀의 2023년 목표는 '발걸음 가볍게 출근하고 싶은 사무실 만들기'다. 화합과 단합은 좋은 서비스로 연결되므로 소통, 공감, 배려가 있는 부서, 행복한 직장을 목표로 힘을 모으고 있다.

글 이명혜 기자

DUMC NEWS

동국대학교일산병원 동국대학교일산한방병원

심장 관상동맥우회수술 6회 연속 1등급 획득

동국대학교일산병원은 건강보험심사평가원에서 발표한 관상동맥우회술 적정성평가 결과에서 6회 연속으로 최우수 등급인 1등급을 획득했다. 건강보험심사평가원은 2020년 10월부터 2021년 9월까지 허혈성 심질환으로 입원한 환자에게 관상동맥우회술을 시행한 85개 의료기관을 평가했으며, 이번 평가에서 동국대학교일산병원이 각 평가 부문에서 평균 보다 높은 점수를 받아 6회 연속으로 1등급을 획득했다.

이번 1등급 획득으로 동국대학교일산병원이 많은 경험과 노련한 숙련도, 높은 정확도를 바탕으로 관상동맥우회수술을 하는 병원으로 인정받았다.

2022년 전국 응급의료기관 평가 최우수 A 등급 획득

동국대학교일산병원 응급의료센터는 코로나19 유행 이후 재 실시한 현장평가에서 2022년 응급의료기관 평가 최우수 A등급을 획득했다.

동국대학교일산병원 응급의료센터는 시설과 장비, 인력 등 필수 항목 법정 기준을 충족했으며, 세부적으로 ▲안전성 ▲공공성 2개 영역 ▲감염 관리의 적절성 ▲적정시간 내 전문의 직접 진료율 ▲최종 치료 제공률 등 12개 지표에서 모두 1등급을 받았다. 또한 코로나19 중증 응급진료 센터 운영 및 지역사회 공공사업 참여를 통해 가점을 획득, 종합 평가 결과 최상위 등급인 A등급을 받았다.

응급의학과 서준석 과장은 "응급실 진료에 여러 진료부서와 간호부, 그리고 행정부서 등 많은 도움을 통해 좋은 결과를 받게 돼 기쁘고 더불어 큰 책임감을 느낀다"며, "신속한 진료, 정확한 진단, 최선의 치료를 통해 지역 내 응급의료를 한 단계 더 끌어올릴 수 있도록 앞으로도 계속 노력하겠다"고 말했다.

'의료질평가' 교육수련 영역과 연구개발 영역에서 최고등급 1등급 획득

동국대학교일산병원은 보건복지부에서 시행한 '2022년 의료질평가' 교육수련 영역과 연구개발 영역에서 최고 등급인 1등급을 획득했다.

이번 평가에서 동국대학교일산병원은 전공의 교육기관을 평가하는 교육수련 영역과 연구중심적 병원을 평가하는 연구개발 영역에서 1등급을 획득했다.

보건복지부는 2021년 1월 1일부터 12월 31일까지 진료 실적이 있는 전국 359개 상급종합병원 및 종합병원을 대상으로 6개 영역(환자안전, 의료질, 공공성, 전달체계 및 지원활동, 교육수련, 연구개발)의 53개 평가 지표 값을 산출하여 평가했다.

보건복지부, 기관생명윤리위원회 평가 · 인증 획득

동국대학교일산병원이 보건복지부에서 시행한 2022년 '기관생명윤리위원회 평가 · 인증'에서 최종 인증을 획득했다.

기관생명윤리위원회 평가 · 인증은 '생명윤리 및 안전에 관한 법률'에 근거해 국가생명윤리정책원에서 각 기관생명윤리위원회 역량을 평가하고 보건복지부장관이 최종 승인하는 제도로 인증 유효기간은 2022년 11월 8일부터 2025년 11월 7일까지 3년이다.

이번 인증에서 동국대학교일산병원은 기관 내 운영 근거와 인프라, 위원회의 구성 및 운영 체계, 실질적 역할 등 40개 평가 기준을 통과해 과학적이고 윤리적인 임상 연구를 위한 IRB 심의업무를 수행하는 기관으로 인정받았다.

'국가 표준의 안전한 환자정보 관리 시스템' 전자의무기록시스템(EMR) 인증 획득

동국대학교일산병원은 전자의무기록시스템(EMR: Electronic Medical Record)에 대한 보건복지부 인증을 획득했다.

전자의무기록시스템 인증제는 보건복지부 산하 한국보건의료정보원에서 환자 안전과 진료 연속성 지원을 위해 병원에서 사용 중인 전자의무기록시스템에 대한 국가적 표준과 적합성을 검증하는 제도로 3개 영역 (기능성 62개, 상호운용성 10개, 보안성 14개) 총 86개의 항목에 대해 문서 심사와 현장 심사를 거쳐 인증을 부여하는 제도이다. 인증 기간은 2022년 11월부터 2025년 10월까지 3년간이다.

권범선 병원장은 "이번 인증 획득은 환자 진료의 연속성 확보와 안전 하고 질 높은 의료서비스 제공을 인정받은 결과"라며 "앞으로도 환자

및 내원객들이 안전하고 편리하게 병원을 이용할 수 있도록 시스템을 지속적으로 업그레이드 하겠다"고 밝혔다.

소화기내과 임윤정 교수, 보건복지부장관상 수상

동국대학교일산병원 소화기내과 임윤정 교수가 2022년 보건의료기술진흥 유공자 정부포상 시상식에서 보건복지부장관상을 수상했다.

이번 상은 2022년도 보건 의료 R&D 분야에 국내 · 외 보건의료기술 발전 및 육성 등에 기여한 유공자를 선정하여 포상하는 상으로 임윤정 교수는 캡슐내시경 가이드라인, 소장 질환 국내외 교과서 편찬에 기여한 공로를 인정받아 수상했다.

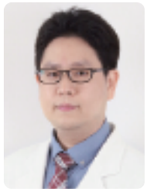
응급의학과 이상헌 교수, 질병관리청장 표창 수상

동국대학교일산병원 응급의학과 이상헌 교수는 '응급실 손상환자 심층조사'사업에 노고를 인정받아 질병관리청장 표창을 수상했다.

이번 표창은 질병관리청에서 주관한 '응급실 손상 환자 심층조사' 사업에서 손상 예방과 사회안전 향상에 기여한 공을 인정받아 수상했다.

'응급실 손상환자 심층조사'는 응급실에 방문한 손상 환자의 손상 기전과 원인에 대한 통계를 산출하고, 손상 예방 및 관리 정책을 수립하고 평가하여 정보를 제공하기 위해 시행하는 사업이다.

이상헌 교수는 "응급실에 내원하는 환자의 손상 상태를 보다 신속하고 정확하게 진단하고 치료하며, 손상 환자의 정보 및 위험 요인에 대해 충실히 정리하여 손상 예방에 보탬이 되고 싶다"고 소감을 밝혔다.



신경과 김항래 교수, BRIC 한빛사(한국을 빛낸 사람들)에 선정

동국대학교일산병원 신경과 김항래 교수가 한국인의 유전 변이 기반 알츠하이머병 조기 예측 모델을 개발해 생물학연구정보센터(Biological Research Information Center, BRIC)에서 주관하는 '한국을 빛낸 사람들'에 선정되었다(삼성서울병원, 성균관대학교 공동연구).

본 연구 성과는 미국 의사 협회에서 발행하는 국제 저명 학술지인 'JAMA Network Open'에 게재되다.

김항래 교수는 "최근에 알츠하이머병에 대한 좋은 치료제가 속속히 개발되고 있다"며, "본 연구가 알츠하이머병 환자의 조기진단과 맞춤형 치료에 활용될 수 있기를 기대한다"고 소감을 밝혔다.

동국대학교경주병원 동국대학교경주한의원

뇌졸중 집중치료실 개소

동국대학교경주병원은 2022년 12월 15일 뇌졸중 집중치료실(Stroke Unit)을 개소하고 본격적인 운영에 들어갔다.

새롭게 오픈한 뇌졸중 집중치료실은 신관 6층 병동 내 마련된 6인실로 신경과, 신경외과, 재활의학과, 영상의학과 등 전문 의료진의 협진을 통해 전문 간호사가 24시간 상주하며, 환자를 집중케어하게 된다. 또한 급성기 동안 증상 변화가 많은 뇌졸중 환자의 치료를 위해 집중적인 모니터링 시스템으로 환자가 빠르게 호전될 수 있도록 양질의 서비스를 제공한다.

조승만 감염관리실장 보건복지부장관 표창 수여

동국대학교경주병원 조승만 감염관리실장이 보건복지부로부터 국민건강향상에 이바지한 공을 인정받아 보건복지부장관 표창을 수여받았다. 이번 수상은 코로나19로 인한 국가적 감염병 위기 상황에서 국가지정입원치료병상과 중증환자 전담병상 운영을 비롯한 감염병 환자의 원활한 진료 수행이 될 수 있도록 감염병 예방관리 업무를 성실히 수행하여 받게 되었다.

PI실 황정선 간호사, 한국의료질향상학회 '최우수상' 수상

한국의료질향상학회와 건강보험심사평가원이 공동으로 주관하는 2022년 가을학술대회에서 동국대학교경주병원 PI실 황정선 간호사의 '수술의 예방적 항생제 선택 및 투여기간 준수 활동'에 대한 사례 발표가 적정성 평가 부문 최우수상을 수상했다.

황정선 간호사는 본 활동을 통해 우리병원이 '수술의 예방적 항생제 사용' 외부 평가에서 우수한 결과를 획득하고 내부적으로도 항생제 관리 절차를 마련할 수 있어서 보람된 활동이었다고 밝혔다.

워크온(걷기 챌린지) 시상식 개최

동국대학교경주병원은 2022년 12월 경주시 보건소의 건강증진사업의 일환으로 시작된 2022년 워크온(걷기 챌린지)에 대한 시상식을 가졌다.

워크온 프로그램은 매년 보건소와 함께 걷기 ON, 건강 ON, 활기찬 일터 만들기를 목적으로 체중조절 및 근력강화, 뇌심혈관 질환의 예방에 도움을 주고자 약 170명의 교직원들이 참여하고 있다.

이날 시상식에는 걷기우수자 개인 2명(총괄지원팀 박경문, 물류팀 손기원), 동아리 2팀(하랑, 걷는데이)이 수상의 영예를 안았다.

MBM임상교육 4기 수료식 개최

동국대학교경주병원은 2023년 1월 10일 MBM임상전문가 기본과정 4기 수료식을 개최했다.

이날 수료식에는 지도법사이자 교육센터장인 혜능스님의 주관으로 8주간 진행된 MBM임상교육 과정을 수료한 10명에게 수료증을 전달했다.

MBM임상전문가는 약사여래불의 서원십계를 가슴에 담아 고통과 질병으로부터 힘들어하는 환자들을 위한 전문가과정으로 애니어그램, 연기명상, 의사소통기법, 환자와의 대화기법, 삶과 죽음의 디자인, 만다라 미술치유(젠탱글) 등 다양한 교육내용을 포함하고 있다.

동국대학교분당한방병원

교직원 안전사고 발생 대응 훈련 실시

동국대학교분당한방병원은 2022년 12월 23일 교직원 안전사고 발생에 대비한 대응 훈련을 실시했다. 이번 훈련은 의료원 통합 위기관리 대응 체계를 점검하고 강화하기 위해 시행한 훈련으로 가스와 화기를 함께 사용해 안전사고 가능성이 가장 높은 탕전실 안전사고 발생을 가정해 진행했다.

금동호 병원장은 "병원은 환자의 안전과 쾌유를 위한 곳이지만, 환자를 돌보는 교직원이 안전하다는 전제가 없으면 불가능하다며, 각 부서장 및 교직원들은 환자와 본인의 안전에 만전을 기해주기 바란다"고 당부했다.

교직원 편의 제공, 세탁실 가동

동국대학교분당한방병원은 2022년 12월 1일 교직원 가운 및 근무복 세탁을 위한 교직원 세탁실을 가동했다. 이번에 가동하게 된 세탁실은 근무복 위탁 세탁 시 세탁물을 보내고 받는 시간 때문에 교직원들이 항상 근무복에 여유가 없다는 애로사항을 해결하기 위해 설치했으며, 각 부서별로 이용 시간을 구분해 원내 구성원 모두가 이용 가능하도록 했다.

금동호 병원장은 "처음 사회에 첫발을 내딛고 근무하는 교직원이 많은 재활치료실과 간호팀 등의 교직원들에게 다양한 편의를 제공하여 즐겁게 생활을 하고 오래 근무할 수 있는 환경을 만들기 위해 노력하겠다"고 말했다.

동국대학교의과대학
동국대학교한의과대학

불국사 '지역미래불자육성장학' 장학증서 수여식

'불국사'에서는 미래지역청년 불자육성과 의료인력학생 학업독려를 위해 의과대학교 학생 20명을 지역미래불자육성장학생으로 선발하여 2023년 1월 30일 동국대학교경주병원 국제힐링센터 힐링홀에서 장학증서 수여식을 진행했다.

이날 행사에는 건학위원회 위원장 돈관스님, 불국사 주지 종천스님, 경주병원 지도법사 혜능스님, 불국사 교무국장 정수 스님, 이관 의과대학장 등 많은 귀빈이 참석하여 장학생을 격려했다.

의학교육 교수개발 합동 워크숍

동국대학교 의과대학 · 의학전문대학원은 2023년 2월 4일과 5일 양일간 경주 황룡사에서 2022학년도 의학교육 교수개발 경주 · 일산 합동 워크숍을 개최했다.

'교육평가에 기반한 교육과정의 개선' 주제로 열린 이번 워크숍에서는 곽경필 부원장의 '의학교육 평가인증 중간평가 결과 및 개선방안', 곽범석 연구부학장의 '의사국시의 최신 동향과 우리대학의 준비', 이종임 교육부학장의 '2023년 기본의학 교육과정의 구성과 운영', 최성우 교수의 '우리학교 LMS 완전 정복', 주수언 WISE캠퍼스 교수학습개발 센터장의 '메디컬 에듀테크: 미디어 활용을 위한 이론과 실습'에 관해 발표를 했다.

동국대학교한의과대학 김승남 교수와 우유연 학생, SCI저널 Frontiers in Neurology 논문 게재

동국대학교한의과대학 김승남 교수와 우유연 학생이 2022년 연구 장학프로그램으로 경혈학교실에서 함께 수행한 연구 '염증에서 침치료의 국소부위 미세환경 및 전신면역에 미치는 효과'에 대한 주제로 신경학 SCI저널에 논문을 게재하는 성과를 거뒀다.

동국대학교 한의과대학은 2018년부터 학부대학생들을 대상으로 연구장학프로그램을 운영하고 있으며, 연구논문 참여 기회를 제공하고 있다.

이번 논문은 학술지 Frontiers in Neurology에 2023년 1월 11일자로 우유연 학생이 단독 제1저자, 김승남 교수가 단독 교신저자로 게재되었다.

나눔의 *gil*

보시공덕

21세기 불교포럼 황경환 이사장(동국대학교 명예철학박사)이 2022년 11월 15일 동국대학교경주병원 발전기금으로 5억 원을 쾌척했다.

황경환 이사장은 "동국대학교경주병원이 경북 유일한 불교종립 대학병원으로서 위상을 높이고, 최첨단 장비(PET-CT) 도입 등을 통해 의료서비스 질도 한걸음 높일 수 있기를 바란다"고 기부 의사를 밝혔다.

동국대학교 채석래 의무부총장 겸 의료원장은 "회장님의 소중한 정재에 깊은 감사의 뜻을 전하고, 불교종립 병원으로서 역할과 지역민들의 건강을 위해 귀하게 사용하겠다"고 전했다.

제주도 신광사 묘진스님이 2022년 11월 16일에, **대전 약사사 지효스님**이 2022년 12월 23일에 각각 1천만 원을 동국대학교일산병원 발전기금으로 전달했다.

스님들은 동국대학교일산병원 발전을 직접 보며 기금을 전달하고 싶었지만 방문하지 못하고 전달한 아쉬운 마음을 전하고, 약사여래부처님의 가르침을 실천하는데 동국대학교일산병원이 앞장서 달라고 기부 의사를 밝혔다.

동국대학교한의과대학 4기 동문이 2022년 12월 3일 '동국대학교 한의과대학 입학 40주년 기념 동국한의의 날'을 개최하고 한의과대학 발전기금 4천만 원을 쾌척했다.

이번 행사는 동국대 한의과대학에 4기로 입학한 82학번 입학생이 입학 40주년이 된 것을 기념하기 위해 마련된 자리로, 동국대학교 곽채기 교무부총장, 최유행 동국대 한의과대학 동창회장, 박인규 대한한의사협회 대의원총회의장을 비롯해 내 · 외빈과 동문, 교수 등 50여 명이 참석해 자리를 빛냈다.

여러분의 자비행은 병원 발전의 소중한 마중물입니다.

동국대학교일산병원은 2022년 11월 11일 기부자님의 소중한 뜻에 따라 병동 및 외래간호업무 환경개선을 위해 개원 초부터 사용하던 간호사 탈의실 캐비닛 총 208개를 교체했다. 병원발전기금은 앞으로도 노후장비 교체, 환자 편의 증진, 진료 및 직원들의 업무환경개선 등 병원 발전을 위해 요긴하게 사용할 계획이다.

한편 동국대학교일산병원은 기부자를 위한 예우서비스 강화와 발전기금 모금활성화를 위하여 기부자 라운지를 조성했다. 기부자 라운지는 1층 진료협력센터 안쪽에 위치하고 있으며 기부자는 누구나 이용할 수 있고 대외협력홍보팀에서 운영한다.

김명숙 대외협력홍보팀장은 "병원 내원 시 기부자를 위한 별도의 상담실이나 예우공간이 없어 아쉬웠는데 작은 공간이지만 기부자 라운지를 마련하게 되어 그 의미가 크다"고 했다.

자비의료실천 동국대학교병원을 일구는 힘

나눔

언제나 동국대학교병원을
지켜봐 주시고 후원해 주시는
기부자님께 진심으로 감사드립니다.

기부자	기부액(원)
황경환	500,000,000
묘진스님	15,000,000
지효스님	10,000,000
우룡스님	10,000,000
운문사 사리암	6,000,000
성견스님	5,000,000
유희정	5,000,000
박덕선	3,000,000
선혜선원	2,000,000
김도현	2,000,000
이효석	2,000,000
김성진	2,000,000
이명규	1,500,000
명석스님	1,000,000
무착스님	1,000,000
보륜사	1,000,000
선학스님	1,000,000
원화스님	1,000,000
윤성스님	1,000,000
일구스님	1,000,000
최승렬	1,000,000
이경희	1,000,000
최재혁	1,000,000
익명	1,000,000

100만원 미만 기부자

강경민 김남의 김연심 김한성 류은희 박철용 손복순 유영주 이상미 이지호 정숙희 차옥련 한은숙
강경임 김남희 김연화 김해옥 류이슬 박해련 손익조 유유상 이상복 이진희 정숙희 채봉희 한은숙
강범주 김단혜 김영남 김해정 마의자 박현숙 손종찬 유인희 이상순 이충진 정승택 채석래 한재석
강석진 김대식 김영미 김현서 모종은 박현숙 손주연 유정임 이상암 이한희 정승현 채은미 한재필
강은경 김덕례 김영미 김형석 묘희스님 박현주 손주영 유주형 이상영 이해원 정심스님 채지원 한정훈
강이일 김덕희 김영복 김형수 무구스님 박혜영 손효정 유창국 이상현 이향년 정연화 최경아 한주아
강인자 김도연 김영숙 김혜정 무진스님 박희상 손효진 유형주 이새벽 이향미 정옥희 최귀애 한주형
강지영 김도연 김영숙 김혜진 무진스님 박효진 손희진 유효근 이서현 이현복 정옥제 최금례 한희정
강혜진 김도연 김영진 김혜진 문병모 박후분 송국현 윤금섭 이석례 이현숙 정원기 최기석 해덕스님
경원약국 김도현 김영진 김호준 문장우 방동률 송동현 윤동규 이선아 이형경 정원스님 최명권 행이스님
경천 김동일 김영집 김환례 문정순 방선호 송보윤 윤민아 이선희 이호준 정윤정 최문전 허병철
에어테크 김동하 김영한 김희영 문진웅 배기향 송은호 윤병하 이세임 이 황 정은경 최병군 허 봉
고영희 김륜하 김영현 김희진 문혜경 배병훈 송재순 윤복연 이소영 이효정 정은자 최병선 허순례
고운박스 김명선 김예경 나득영 문효남 배상만 송창숙 윤수빈 이소정 이희지 정이선 최보운 허은경
고재영 김명숙 김옥자 남순미 민성스님 배서영 신경근 윤수임 이송이 이희철 정일스님 최삼보 허혜영
고지현 김명숙 김외자 남유화 민주현 배수현 신경민 윤순선 이수진 인 공 정재우 최상순 현담스님
고현스님 김명숙 김용배 남현미 박건우 배지현 신경수 윤승현 이수철 인승순 정재현 최상돈 현담스님
고현걸 김명희 김용숙 남혜진 박경문 배진완 신대규 윤여미 이승욱 일묵스님 정주스님 최상식 현일권
공자윤 김무종 김용희 남화연 박경옥 백두진 신석재 윤정선 이승주 일청스님 정주호 최소영 현재호
곽범석 김문식 김원교 노경아 박 관 백외련 신성준 윤정원 이승철 임경자 정지우 최수빈 현진스님
구남이 김문진 김유미 노명서 박귀자 백용해 신애랑 윤정희 이승희 임상기 정지유 최영근 혜능스님
구병수 김미경 김율리 노미경 박동우 백윤정 신윤주 윤 탁 이아영 임선희 정태권 최완우 혜능스님
구복심 김미경 김은미 노현주 박동진 백혜선 신은재 윤형근 이애영 임성미 정하나 최유안 혜륜스님
구순점 김미경 김은영 능지스님 박미형 범선스님 신은희 윤혜진 이양희 임성우 정해인 최유정 혜일스님
권경순 김미숙 김은영 다올 박미혜 법륜스님 신정순 윤효영 이영일 임수진 정혁수 최은정 혜정스님
권경자 김미숙 김은정 케이크 박상희 법정스님 신정용 은정스님 이영찬 임영숙 정현주 최은희 혜철스님
권기업 김미영 김은정 닥터필 박서연 법천스님 신정훈 이강현 이용순 임영순 정현주 최익준 홍민재
권기현 김미화 김은진 한의원 박서현 변재욱 신진섭 이경미 이용찬 임영실 정혜은 최인영 홍민희
권나은 김민경 김은희 대원스님 박선욱 보경스님 신학녀 이경미 이원찬 임윤정 정호근 최인주 홍병식
권도윤 김민서 김을생 대한불교 조계종 박성락 보관스님 신현모 이경순 이원호 임은순 정효진 최점숙 홍승욱
권도화 김민선 김응중 총계종 박성미 보관스님 신형신 이경애 이유나 임재범 정휴스님 최정미 홍은순
권두경 김민성 김이수 백련사 박성미 보원스님 심규용 이경환 이윤미 임종대 정희채 최정민 홍은정
권명조 김방희 김익환 대한불교 조계종 박성주 보원테크 심미나 이경희 이은자 임태인 제민스님 최정민 홍은희
권범선 김법준 김인영 봉덕사 박성주 본각스님 심영경 이경희 이은정 장경란 제아람 최정숙 홍정운
권병철 김병환 김인자 대한불교 조계종 박세진 삼혜스님 안국심 이 관 이은주 장경미 조경애 최정화 홍주혜
권삼숙 김복자 김인호 용주사 박소연 서경자 안대승 이관률 이은주 장대현 조경애 최종화 홍진스님
권성옥 김삼기 김재은 박수연 서경진 안미영 이광섭 이익수 장문형 조남희 최준용 화응스님
권오철 김상섭 김전충 대한불교 조계종 박수혁 서로나눔 안민아 이구슬 이인오 장미란 조동삼 최진영 황성순
권오형 김상애 김점화 보현선원 박순득 한의원 안숙자 이귀자 이인자 장수인 조민주 최창익 황영철
권일진 김서윤 김정란 박순옥 서미경 안영길 이규미 이자경 장순자 조민지 최태호 황유경
권재영 김석두 김정미 대한불교 조계종 박순이 서보열 안지은 이나현 이자윤 장양자 조상은 최해송 황윤자
권태용 김선경 김정미 원적정사 박신애 서연경 양경수 이남정 이재노 장영희 조성만 최현정 황재영
권태형 김선순 김정미 대한불교 조계종 박애자 서연희 양인숙 이대혁 이재우 장유민 조승만 최호영 황정선
권희경 김선옥 김정민 장안사 박옥석 서영문 엄미애 이도권 이재은 장윤정 조승호 최효선 황정수
권희재 김선태 김정배 박완임 서영진 엄희경 이도연 이재환 장충섭 조아광고 최희숙 황정희
근수스님 김선희 김정섭 대한불교 조계종 박원예 서영호 여현스님 이동석 이정백 장태영 조애경 최희원 황혜진
금곡스님 김성겸 김정수 지장선원 박위출 서영환 여휘경 이동영 이정숙 장현지 조윤복 최희정 외 다수 익명
길정은 김성원 김정숙 박일엽 서 준 염윤정 이동욱 이정순 장호근 조윤회 최희정
김가빈 김성준 김정임 대한불교 천태종 박재경 서 찬 염주홍 이동웅 이정우 전동억 조은주 탄하스님
김강림 김세등 김정혜 대광사 박재숙 서희주 오대주 이동재 이정임 전순영 조정아 팽일스님
김강태 김세민 김정훈 덕업스님 박재영 선경스님 오미정 이명순 이정하 전용화 조현성 하경임
김경숙 김세희 김종애 덕원스님 박재희 선도스님 오민희 이무화 이정홍 전윤미 조혜진 하윤경
김경순 김소원 김지선 도명스님 박정기 성돈스님 오석한 이문정 이정화 정경윤 조희군 하정희
김경옥 김솔아 김지예 도원스님 박정애 성만제 오성은 이문희 이정희 정경은 조희연 하준석
김경의 김수정 김지원 동국 박정현 성보스님 오월자 이미수 이정희 정경철 종일스님 하현지
김경현 김수진 김창기 대학교 박정화 성수스님 오지은 이미영 이정희 정균미 주경식 한광수
김경호 김수헌 김철휘 경주병원 박종숙 성원스님 오진숙 이미영 이종철 정길석 주경희 한국이씨엠㈜
김경희 김수희 김치선 동심모금함 박종옥 성현스님 오치훈 이미영 이주은 정동윤 주은명 한마음한의원
김광기 김숙경 김태규 박종학 소선기 옥천암 이미희 이주현 정동희 주은자
김국현 김숙자 김태련 동심스님 박주연 소연스님 왕지혜 이민자 이준길 정륜스님 주혜스님
김귀연 김순덕 김태숙 동의보감한의원 박준재 소행연 우덕스님 이병기 이준한 정목스님 지영한 한미정
김규리 김순례 김태영 박중희 손귀득 우리산장 이병인 이지삼 정미라 지일스님 한상미
김규빈 김순만 김태은 동진스님 박진우 손기원 원각사 이병훈 이지영 정미선 진경애 한송이
김균명 김순애 김필자 류경현 박창훈 손명원 유광옥 이보영 이지영 정범스님 진상스님 한영혜
김근우 김시연 김하겸 류대안 박채희 손명희 유묘상 이보응 이지원 정석화 진성스님 한우식
김남수 김신우 김하연 류봉하 박철근 손민표 유소라 이상권 이지현 정성애 진영숙 한윤희

기간 : 2022. 11. 1. ~ 2023. 1. 31. 자세한 내용은 동국대학교병원 대외협력홍보팀 031-961-9000으로 문의해 주시기 바랍니다.

절취선

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) ☐ 일반 ☐ 불교계 ☐ 교직원 ☐ 기업/단체 ☐ 기타 ( )
☐ 동문 (입학년도 : 대학(원) : 전공 :)

직장명 **부서** **직위**

우편물 수령주소 (우편번호) ☐ 자택 ☐ 직장

휴대폰번호 **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 :
☐ 동국대학교일산병원 ▶ 국민은행 778037-00-000011 예금주 : 동국대학교의료원(일산)
☐ 동국대학교일산병원(병원증축기금) ▶ 국민은행 778037-00-000347 예금주 : 동국대학교의료원(일산)
☐ 동국대학교일산한방병원 ▶ 국민은행 778001-00-059986 예금주 : 동국대학교의료원(일산)
☐ 동국대학교경주병원 · 한의원 ▶ 우리은행 1005-202-076965 예금주 : 동국대학교의료원(경주)
☐ 동국대학교분당한방병원 ▶ 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

요금수취인
후납부담

발송유효기간
2022. 9. 1. ~ 2024. 8. 31.

고양일산우체국
제269호

gil good in life
동국대학교의료원
MAGAZINE

dongguk
UNIVERSITY
MEDICAL CENTER

이곳에 풀칠하세요.

절취선

나눔의 첫걸음,
동심 1·3·5와
함께 해주세요!

동심 1·3·5와 함께

동심 1·3·5는 매월 일정 금액을 정기적으로 기부하여
동국대학교병원 발전에 참여할 수 있는 소액 기부 프로그램입니다.
나누고자 하는 따뜻한 마음, 동국대학교병원과 함께 해주세요!
여러분과 함께 생명의 가치를 실현하겠습니다.

同心 1 매월 1만원으로 여러분과 함께 실천합니다!

기부자님이 보여주신 깊은 뜻과 넓은 마음을 새기어 생명 존중과 자비 의료를 실천하겠습니다.

東心 3 매월 3만원으로 희망을 만들어 갑니다!

기부자님의 나눔은 빛나는 동녘의 태양처럼 밝은 등불이 되어 건강하고 희망찬 세상을 만들어 갑니다.

動心 5 매월 5만원으로 새롭게 성장해 갑니다!

기부자님의 관심과 격려는 새로운 도약을 준비하는 동국대학교병원의 성장 동력입니다.

- 동국대학교의료원의 발전을 위한 진료, 연구, 교육, 저소득층 환자 지원 등 후원자가 지정하는 다양한 분야에 사용하게 됩니다.
- 후원은 현금, 주식, 기타 자산이나 부동산, 귀중품 등 어떠한 형태로도 가능하며 기부하신 후원금·자산·물품 등에 대해서는 세제혜택을 받으실 수 있습니다.
- 매월 정기기부 외에도 일시납으로 기부액에 상관없이 동심 1·3·5에 참여하실 수 있습니다.
- 기부자의 이름과 기부내용을 명패로 제작·등재하여 그 숭고한 뜻을 기념하며 진료비 감면, 전담 직원 안내 서비스 및 검진권 제공 등 맞춤형 진료 및 편의를 제공합니다. (후원금별 상이)

후원 기관	후원 문의	후원 계좌	예금주
동 국 대 학 교 일 산 병 원	tel 031. 961. 9000	국민은행 778037-00-000011	동국대학교의료원(일산)
동국대학교일산병원(증축기금)	tel 031. 961. 9000	국민은행 778037-00-000347	동국대학교의료원(일산)
동 국 대 학 교 일 산 한 방 병 원	tel 031. 961. 9000	국민은행 778001-00-059986	동국대학교의료원(일산)
동국대학교경주병원·한의원	tel 054. 770. 8130	우리은행 1005-202-076965	동국대학교의료원(경주)
동 국 대 학 교 분 당 한 방 병 원	tel 031. 710. 3712	국민은행 368137-01-001162	동국대학교의료원(분당)

유튜브에서
동국대학교의료원을
검색하세요.

동국대학교의료원은 불교종립병원으로서
약사여래 십이대원의 숭고한 뜻을 실천하며
고객과 자비 중심의 건강한 미래를 열어가고 있습니다.
생명 존중을 최고의 가치로 여기고
생로병사에 대한 끊임없는 연구와 도전으로
더 큰 치유 에너지를 만들어 가겠습니다.

동국대학교의료원
dongguk university medical center

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