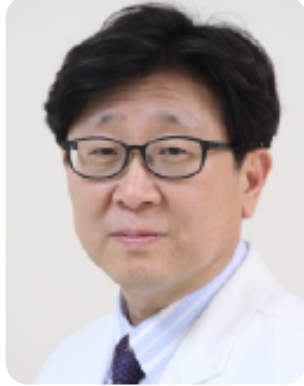


행복한 가을 날

동국대학교일산병원 News Letter

01 심혈관질환을 일으키는 주범으로 알려진 소금, 얼마나 먹어야 하나?



심혈관내과 이무용 교수는 캐나다, 벨기에 등 세계 각국에서 진행되고 있는 소금을 적게 먹어도 심혈관질환이 발생할 수 있다는 연구논문 대한 의견을 발표했다.

소금을 많이 섭취해도 문제이지만 적게 먹어도 심혈관 질환이 증가할 수 있다는 연구논문이 속속 나오고 있기 때문이다. 마르틴 오도넬 캐나다 맥매스터의대 교수는 안지오텐신수용체차단제(ARB) 고혈압 치료제인 미카르디스(성분명 텔미사르탄)의 기념비적 연구로 평가받는 ONTARGET 임상과 TRANSCEND 임상에 참여한 고혈압 환자를 조사한 결과, 소금을 적게 먹는 환자군에서 심혈관 질환 발병률이 늘어났다고 밝혔다.

오도넬 교수는 2011년 '미국의사협회지(JAMA)'에 발표한 논문에서 "소금을 하루 7~8g 먹는 환자군은 4.0~5.99g 먹는 군과 비교해 심혈관 질환으로 인한 사망률이 53%나 늘었다."고 했다. 그는 이어 "소금을 하루 2.0~2.99g 먹는 환자군은 4.0~5.99g 먹는 환자군보다 심혈관 사망률이 19% 늘었고, 섭취량을 2.0g 이하로 줄이면 사망률이 37%까지 늘었다."고 했다.

하지만 이무용 교수는 소금 섭취량 측정방식에 문제가 있다고 지적했다. 소금 섭취량 측정 방식이 여러 가지인데, 이들 연구는 서로 다른 방식을 사용하여 연구에 오류가 생길 수밖에 없다고 했다. 특히 이들 연구자가 소금이 혈압을 올린다는 점을 인정하면서도 그것이 위험하지 않다는 것을 증명하지 못하는 자가당착적인 상황이라고 꼬집었다. 게다가 이들 연구의 책임저자들이 식품회사로부터 지원을 받고 있어 연구 신뢰성마저 의심스러운 상황이라고 했다.

이무용 교수는 "소금 섭취량을 하루 5g(나트륨 2,000mg)을 넘지 않도록 권장한 WHO 권고안을 뒤집을 만한 연구결과는 아직까지 없으며, 심혈관 건강을 위해 되도록 짜게 먹지 않도록 노력하는 것이 중요하다."고 강조했다

02 노인 인플루엔자 무료예방접종 시행

보건복지부는 1950년 12월 31일 이전에 출생한 65세 이상 어르신 650만 명을 대상으로 보건소를 포함한 전국 병·의원 총 1만 5,294개소에서 예방접종을 무료로 시행할 계획이라고 밝혔다.

이에 따라 동국대학교일산병원은 오는 10월 1일부터 11월 15일까지 내원하는 만65세 이상 어르신을 대상으로 감염내과, 호흡기내과, 가정의학과에서 무료로 예방접종을 시행한다. 또한, 신속한 접종을 위해 1층에 예방접종안내소를 설치하여 편의를 도울 예정이며 접수를 하면 진료과에서 대상자를 확인하게 된다. 접종을 받는 분에게는 예방접종 전후 주의사항 및 이상 반응, 접종 후 20~30분간 이상 반응 관찰, 이상반응 신고제도 등에 대한 설명도 진행하여 접종 후 환자안전까지 고려하여 진행한다. 이번 예방접종을 하기 위해 본원은 고양시와 지난 8월 20일 2015년도 노인 인플루엔자 국가예방 접종 지원 사업 위탁계약을 체결했다.

한편, 올해부터 주소지와 관계없이 가까운 지정의료기관에서 접종을 받을 수 있도록 병·의원을 확대함에 따라 날짜에 맞춰 보건소를 방문해야만 무료접종을 받을 수 있던 예전에 비해 대기시간과 예진 시간 부족 등이 크게 개선될 것으로 기대된다. 보건소는 10월 1일부터 백신 소진 시까지 무료 접종이 가능하다.

03 제8회 지역의약품안전센터 심포지엄 개최

지역의약품안전센터(센터장 이준규 교수)는 의료기기 안전성 정보 모니터링센터(센터장 권범선 교수)와 함께 17일 '제8회 지역의약품안전센터 심포지엄'을 공동 개최했다.

심포지엄에서는 원내 영양집중지원팀(NST)과 연계하여 NST의 개요와 현황에 대한 발표가 있었고, 이후 정맥 및 경장 영양제제의 부작용, 유해반응에 대한 논의가 이루어졌다. 또한, 식약처에서 발표한 안정성 정보 공유로 의약품 부작용 보고에 대한 중요성이 주목받아 앞으로 부작용 보고가 더욱 활성화될 것으로 기대된다.

본원은 경기 북부지역 지역의약품안전센터로 8년 전 지정되어 매년 고양, 파주, 김포, 의정부 등 경기북부지역 의료기관과 연계한 부작용 정보 수집과 평가, 보고와 교육업무를 지속해서 담당해 왔다. 앞으로는 부작용의 자발적 보고를 활성화하여 안전한 의약품 사용이 정착될 수 있도록 적극적으로 활동할 계획이다.



04 2015년 프리셉터 심화과정 시행

간호부는 22일 임상경력 만 3년 이상 만 5년 미만(DL3)인 재직간호사 27명을 대상으로 프리셉터 심화과정을 시행했다.

프리셉터 심화과정은 간호사 경력개발 프로그램으로 교육자로서 자질향상과 간호부 사업방향과 성과관리에 대한 설명을 통해 간호부에 대한 이해와 소속감을 향상시키고 있다. 이번 과정에서는 효율적인 교수법, 소통의 리더십, 감성지능코칭, QI활동에 대한 이해 등의 주제로 진행되었고, 교육을 이수한 간호사들에게는 프리셉터 배치와 수료증을 수여했다.

수료증 수여시간에는 각 부서 수간호사와 동료간호사들이 참석하여 축하와 진심 어린 격려를 보냈다. 이날 교육을 이수한 간호사들은 "나를 다시 되돌아보는 계기가 되었고, 프리셉터 역할에 대한 자부심을 고취하는 시간이었다."고 말했다.



05 동국대병원 성인자원봉사자 대상 보수교육 시간 가져

사회사업실은 17일 자원봉사활동의 질을 높이고 보람있는 자원봉사활동을 위해 본원에서 활동 중인 성인자원봉사자를 대상으로 보수교육을 시행했다.

1부는 안내 자원봉사활동 시 활용할 수 있는 '무인수납기 활용 방법의 이해'와 '에스컬레이터 낙상사고 예방'으로 진행했고, 2부에서는 '건강한 자원봉사활동'이라는 주제로 재활의학과 소속 물리치료사의 올바른 운동법 교육과 실습으로 진행했다. 마지막으로 '자원봉사자 준수사항과 활동수칙'을 통해 보람찬 자원봉사활동이 될 수 있도록 마음을 정비하는 시간도 가졌다. 교육에 참여한 자원봉사자들은 "내원객과 환자들에게 안내할 때 필요한 내용이라서 많은 도움이 되었으며, 병원을 찾는 분들이 좀 더 편안하게 진료를 받을 수 있도록 노력하겠다."고 다짐했다.



주인공 36호

원무팀

문병모



여러분이 주인공입니다

이번 주 주인공으로 원무팀의 '문병모' 선생님을 추천합니다. 문병모 선생님을 추천하는 이유는 다른 선생님들보다 다소 늦은 나이에 우리 병원에 입사했음에도 불구하고 빠르게 돌아가는 원무팀 업무에 적응하기 위해 굉장한 열정으로 노력을 아끼지 않는 모습에 '나이는 숫자에 불과하다'는 것을 느꼈기 때문입니다. 아마 3년 전쯤으로 기억됩니다. 응급원무의 문 선생님은 여러 가지 사소한 전산장애복구와 PC 및 주변기기의 빈번한 교체 등을 요구하다 결국에는 비상시에 대비한 듀얼시스템까지 만들어야 한다며 저희 PC지원팀을 무지하게 괴롭(?)혔던 기억이 있습니다. 그 당시에는 정말 거의 매일 콜을 하였고 심할 때는 하루에 서너 번씩 콜을 해 도저히 대화가 안 되는 사람으로 오해했습니다. 문제를 해결하고 시간이 한참 흐른 어느 날 우연히 합석하게 된 술자리에서 모든 오해가 풀렸습니다. "제가 좀 늦게 입사해서 다른 베테랑 선생님들만큼 최대한 빠르게 업무적응을 하고 싶은 욕심도 있었고, 응급원무 특성상 야간에 혹시라도 PC가 고장 나거나 오류가 생겨 가뜰이나 급한 응급 환자분들이 피해를 당하면 안 되겠다는 생각에서 PC지원팀을 많이 못살게 굴었는데 이제야 고맙다는 인사를 하게 되었다."며, "본의 아니게 피해를 준 점이 있다면 사과하고 싶다."는 진솔한 얘기를 듣는 순간 그동안 문병모 선생님에게 가지고 있던 불편한 선입견이 "본인이 맡은 업무와 내원 환자를 위해 책임의식을 가지고 진심으로 노력하는 사람이구나"라는 긍정적인 인상으로 바뀌게 되었습니다. 젊은 사람도 생각해내기 어려운 톡톡 튀는 아이디어와 배움에 대한 열정, 남을 먼저 생각하는 깊은 마음을 가진 문 선생님과 같이 있을 때면 저도 같이 젊어지는 기분입니다~~ 언제나 불러주세요. 무조건 무조건 달려가겠습니다.

PC지원팀 양동철

알 리 미

동구보건소 건강강좌 일시: 9월 30일(수) 10:00 | 장소: 이마트풍산점 3층 교육실
주제: 배뇨질환 | 강사: 비노기와 배정범 교수