

성가롤로 비전 2030

신뢰와 감동으로 미래를 열어가는 성가롤로병원

1. 치유자이신 예수성심의 사랑을 실천한다.
2. 책임진료로 고객감동을 실현한다.
3. 지속적인 도전과 혁신으로 지역의료발전에 기여한다.
4. 존중하고 배려하는 행복한 공동체를 만든다.

사랑으로 극진히 존경하십시오.

그리고 서로 평화롭게 지내십시오.

(1테살 5, 13)

핵심가치

1. 생명존중
2. 전인진료
3. 역량강화
4. 소통과 화합
5. 사랑과 섬김



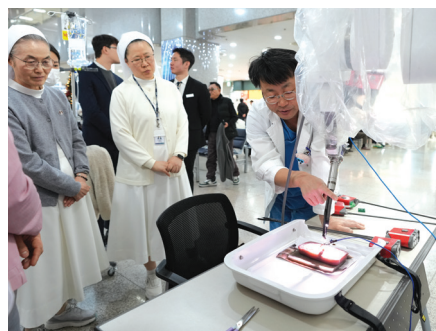
고압산소치료 1만레 달성, 새로운 '도약'을 향한 시작에 서다

우리 병원은 고압산소치료 1만레 달성을 기념하는 심포지엄을 11월 28일 별관 6층 성심홀에서 개최하였다. 2020년 6월에 개소한 고압산소치료센터는 개소 이래 당뇨발, 돌발성 난청 같은 만성 질환은 물론 잠수병, 일산화탄소 중독 등 생명을 위협하는 다양한 질환을 치료해 왔으며, 2025년 7월에 치료 1만레를 달성하면서 지역 내 중증환자 및 응급환자 치료에 중요한 역할을 수행하고 있다. 이번 심포지엄은 '가장 가까운 곳에서, 가장 필요한 순간에'라는 슬로건 아래 대한고압의학회, 순천시 보건소 및 공공기관, 내·외부 의료진, 치료기기 전문업체가 함께하여 그간의 임상적 성과를 돌아보며 안전하고 효과적인 치료를 위한 최신 지견을 공유하는 자리로 마련하였다. 김재혁 권역응급의료센터장의 개회사를 시작으로 박명옥 병원장과 전남대학교병원 응급의학과 허탁 교수의 축사가 이어졌다. 박명옥 병원장은 "1만레 달성은 단순한 숫자가 아니라, 체계적이고 안정적인 치료와 환자 사례를 통해 쌓아온 신뢰의 결과"라고 강조하며 "앞으로도 고압산소치료를 통해 소중한 생명을 살리는 지역 의료에 이바지하겠다"라고 소회를 밝혔다. 심포지엄은 총 두 가지 세션으로 구성되었으며, 첫 번째 세션에서는 '고압산소치료의 현재와 미래'를 짚어보는 시간을 갖고, 두 번째 세션에서는 '고압산소치료의 임상적 통찰'을 주제로 다양한 사례와 경험을 공유하였다. 김재혁 센터장은 "이번 고압산소치료 1만레 달성을 새로운 출발점으로 삼아 앞으로도 더욱 안전하고 전문적인 치료 환경을 구축하여 24시간 365일 지역사회 필수 의료의 중심 역할을 충실히 이어갈 것"이라고 밝혔다. - 권역응급의료센터 류연경 간호사



다빈치 수술로봇 교육 진행

우리 병원은 12월 8일부터 9일까지 이틀간 본관 1층 로비에서 의료진을 대상으로 다빈치 수술로봇 교육을 진행하였다. 이번 교육은 다빈치 SP(Single port) 도입을 기념하여 로봇수술 시스템의 임상적 장점과 우수성을 공유하기 위해 마련하였으며, 로봇수술 장비를 직접 조작해 봄으로써 정밀한 수술 시스템을 직접 경험해보는 체험형 프로그램으로 구성하였다. 더불어 현재 로봇수술을 시행하고 있는 외과, 산부인과, 심장혈관흉부외과를 대표하여 산부인과 나재형 과장(8일)과 외과 성진식 과장(9일)의 모의 수술 시연회도 진행하였다. 두 전문의는 다빈치 로봇의 3D 고해상도 영상과 정밀한 조작 기능을 기반으로 모의 수술을 선보이며 시연회에 참여한 의료진들로부터 높은 관심을 모았다. 시연회에 참여한 의료진들에게 성진식 과장은 다빈치 로봇을 이용한 최소 침습 치료의 안정성과 정확성을 강조했다. 우리 병원은 앞으로도 첨단 의료 장비 도입과 의료진 교육을 지속적으로 시행하여 지역민에게 수준 높은 의료서비스를 제공할 것이다.



전라남도 심뇌혈관질환 관리 강화를 위한 업무협약 체결

지역심뇌혈관질환센터는 11월 26일 전남대학교병원 권역심뇌혈관질환센터와 MOU를 체결하고 지역 심뇌혈관 진료 협력의 새로운 발걸음을 내디뎠다. 이번 협약은 지역사회에서 증가하는 심뇌혈관 질환에 대응하고, 신속하고 정확한 치료 체계를 마련하기 위한 업무협약이다. 이번 협약을 통해 양 기관은 ▲중증·응급 심뇌혈관질환자 핫라인 구축 및 전원 지원 ▲주임상경로 개발 및 환자교육 지원 ▲119 구급대원 및 참여기관 의료인을 대상으로 한 전문교육 운영 ▲지역 주민·보건인력 대상 교육 활성화 등 다양한 분야에서 상호 협력하기로 했다. 박명옥 병원장은 지역심뇌혈관센터 개소 이후 지속적인 지원과 행정적 자문을 아끼지 않은 전남대병원에 깊은 감사를 전하며, 양 기관의 모든 실무자와 직원들의 노고를 치하하였다. 이번 MOU를 통해 양 기관은 더욱 견고한 협력을 기반으로 지역 주민의 건강을 지키는 센터로 발전해 나갈 것을 약속하였다. - 지역심뇌혈관질환센터 김수연 간호사



따뜻한 겨울 만들기... 순천이주민지원센터에 기금 전달



사회복지팀은 12월 3일 순천이주민지원센터에 난방 물품 구입을 위한 기금 300만 원을 전달했다. 전달된 기금은 순천, 여수, 고흥 지역의 외국인 근로자, 이주여성, 미등록 외국인 등 복지 사각지대에 있는 이주민의 겨울철 난방 물품 구입에 사용될 예정이다. 순천이주민지원센터 관계자는 “지난해에도 지원해 주신 기금으로 전기장판, 겨울 이불, 전기히터 등 다양한 난방용품들을 구입하여 따뜻하게 겨울을 날 수 있었다.”라며 “올해도 변함없는 관심과 나눔에 깊이 감사드립니다.”라고 말했다. 박명옥 병원장은 전달식에서 “외국인들에게 더욱 춥게 다가올 겨울이지만 조금이나마 따뜻한 온기가 전해지길 바란다.”라고 말했다. 이번 지원은 복지 사각지대에 있는 우리 이웃들이 보다 안전하고 따뜻한 겨울을 보낼 수 있도록 지속적으로 추진해 온 지역사회 돌봄 활동의 일환이며, 지원금은 우리 병원 임직원의 기부금으로 구성된 성가롤로자선회 기금으로 마련되었다. 문의: 성가롤로병원 사회복지팀 061)907-7740~2 - 사회복지팀 원내향 사회복지사

서미정 수간호사, 질병관리청 유공자 표창 받아



서미정 수간호사가 11월 20일에 열린 2025 국가기후변화대응 유공자 표창 시상식에서 건강분야 유공자 표창을 받았다. 이번 수상은 기후변화로 인한 국민 건강 피해를 최소화하기 위한 국가적 대응체계 강화에 기여한 공로를 인정받은 결과다. 서미정 수간호사는 폭염이 일상화된 최근 기후 환경 속에서 국민의 생명과 안전을 최우선 가치로 삼아 질병관리청이 주관하는 온열질환 감시체계 운영을 성실히 수행한 바 있다. 질병관리청은 여름철 온열질환 발생 현황을 정확하게 파악하고 신속한 대응 기반을 마련하는 데 중요한 역할을 한 서미정 수간호사의 그간의 노고와 헌신을 높이 평가했다. 서미정 수간호사는 “앞으로도 지역민의 건강 보호를 위해 간호사로서 책임감을 갖고 최선을 다하겠습니다”라고 소감을 밝혔다.

치료식 바로 알기 캠페인 진행

영양팀은 11월 18일 본관 1층 로비에서 ‘제13회 치료식 바로 알기 캠페인’을 진행했다. 이번 캠페인은 치료식과 질환별 식사요법에 관심 있는 환자·보호자 및 내원객을 대상으로 운영됐다.

행사장에서는 당뇨, 신부전, 심혈관계 질환이 있거나 관련 식습관 개선에 관심이 있는 내원객을 대상으로 영양사의 1:1 맞춤 영양상담을 진행했다. 또한, 당뇨·신부전 환자를 위한 식단 모형과 6가지 식품 군별 식품 모형을 전시해 적정 섭취량을 한눈에 알 수 있도록 하였다. 더불어 일상적으로 섭취하는 음식과 간식에 들어 있는 설탕, 소금의 양도 직관적으로 이해할 수 있도록 전시하여 평소 식습관을 돌아보고 올바른 식습관을 형성할 수 있도록 하였다. 이번 캠페인은 환자와 보호자뿐만 아니라 평소 치료식에 관심이 있는 내원객들의 큰 호응을 얻으며 성황리에 마무리되었다. - 영양팀 이선애 영양사



2026년을 밝히는 트리 및 구유 점등식

대림 시기를 맞아 12월 2일 본관 1층 로비에서 ‘트리 및 구유 점등식’을 거행했다. 이날 점등식은 하희명 하이매 신부의 집전으로 진행되었으며, 간단한 예식 이후에 트리와 구유 축성 순서로 진행되었다. 많은 직원들이 모인 가운데 하이매 신부는 예수 그리스도의 탄생을 기다리는 대림 시기에 희망의 메시지를 전하며 병원을 찾는 모든 이들에게 치유와 평화가 함께하길 기도했다. 축성을 마치고 직원들이 2026년 CS2000 슬로건인 ‘Better 2026! 열정과 도약!’을 함차게 외치자, 그 순간 트리와 구유의 불빛이 켜지며 따뜻한 성탄의 빛이 퍼졌다.

전문의 초대석

예고 없이 찾아오는 심각한 질환, 급성심근경색

급성심근경색은 심장으로 가는 혈관이 막혀 심장 근육이 손상되는 질환으로, 적절한 시기에 치료하지 않으면 생명을 잃을 수도 있다. 특히 우리나라에서는 매년 수만 명이 심근경색으로 병원을 찾고, 우리 병원에도 전남 동부 지역을 중심으로 1년 평균 약 350명 정도의 환자가 방문하고 있다.

심근경색은 주로 심장에 혈액을 공급하는 관상동맥이 좁아지거나 완전히 막혀 발생한다. 그 원인은 대부분 동맥경화다. 혈관 벽에 콜레스테롤이 쌓이면 서 혈류가 줄고, 여기에 혈전이 생기면 심장 근육으로 가는 혈액 공급이 갑자기 차단된다. 심장은 산소 공급이 끊기면 몇 분 만에 심장 근육 손상이 시작되고, 30분 이상 지속되면 근육이 괴사한다. 이 때문에 심근경색은 ‘시간과의 싸움’이라고 불린다.

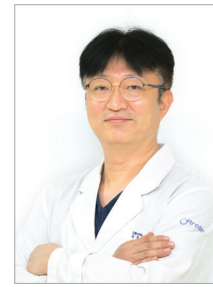
심근경색은 중장년층 남성에게서 흔하지만, 최근에는 여성과 젊은 층에서도 환자가 늘고 있다. 위험 요인을 보면 평소 고혈압, 당뇨병, 고지혈증이 있는 사람은 혈관이 쉽게 손상되기 때문에 주의해야 한다. 흡연도 가장 큰 원인 중 하나다. 담배 속 니코틴이 혈관을 수축시키고 혈전이 잘 생기게 하기 때문이다. 또한 비만, 운동 부족, 스트레스, 과음도 혈관 건강을 해치는 요인으로 꼽힌다. 여성의 경우 폐경 이후 호르몬 변화로 혈관 탄력이 떨어져 위험이 증가하며, 가족 중 심혈관 질환 이력이 있다면 유전적 요인도 무시할 수 없다.

심근경색의 대표적 증상은 흉통이다. 가슴 중앙이나 왼쪽이 쥐어짜는 듯 아프고, 그 통증이 어깨나 팔, 턱, 등으로 방사통이 함께 나타난다. 특히 통증이 30분 이상 지속되거나, 식은땀이 나고 숨이 차며 구토나 어지러움이 동반된다면 심근경색을 강하게 의심해야 한다. 노인의 경우 전조 증상이 다르게 나타날 수 있다. 명치 부근의 소화불량, 속쓰림, 피로감처럼 느껴져 심장 질환으로 인식하지 못하고 넘기기 쉽다. 그러나 이런 비전형적 증상이 심근경색의 신호일 수 있다. 평소보다 조금만 움직여도 숨이 차거나 가슴이 답답한 느낌이 반복된다면 전문의 진료가 필요하다.

심근경색이 의심되는 상황에서는 곧바로 119에 신고해야 한다. ‘조금 쉬면 나아지겠지’ 하고 기다리는 사이, 심장 근육은 빠르게 손상된다. 스스로 운전하거나 가족이 데리고 가는 것보다 구급차를 부르는 게 훨씬 안전하다. 구급차 안에서는 산소 공급과 심전도 측정 등 초기 처치를 받을 수 있기 때문이다. 또한 적절한 치료를 받을 수 있는 의료기관으로 바로 연결될 가능성이 높은 점도 시간과의 싸움에서 유리하다.

병원에 도착하면 심전도 검사와 혈액 검사를 통해 진단하고, 혈관을 뚫는 관상동맥 중재술(풍선 확장술 및 스텐트 삽입술)과 약물치료를 시행한다. 막힌 혈관을 얼마나 빨리 열 수 있느냐가 생사를 나누기도 하고 허혈성 심부전이나 부정맥 등의 합병증 동반 여부에도 결정적인 역할을 한다. 모든 과정을 90분 이내에 해결하기 위해 24시간 365일 응급의료진과 심혈관 수술팀이 고군분투하고 있다.

평소 예방이 최선의 치료다. 우선 담배는 반드시 끊어야 한다. 흡연자는 비흡연자보다 심근경색 위험이 2~3배 높다.



순환기내과 김수현 과장

약력

조선대학교 의과대학 졸업
조선대학교병원 인턴 수련
성가롤로병원 레지던트 수련
전남대학교병원 내과 전임의
전남대학교 의학과 대학원 석사
현 성가롤로병원 순환기내과 과장

전문분야

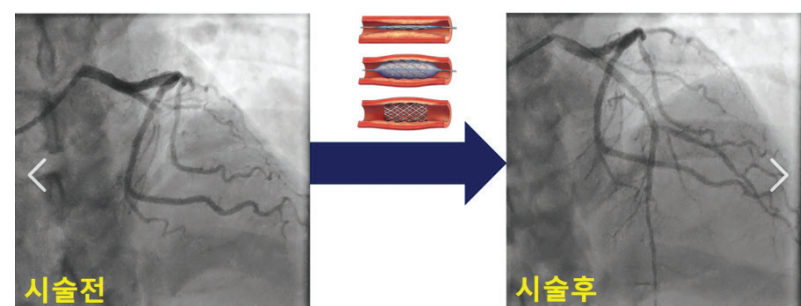
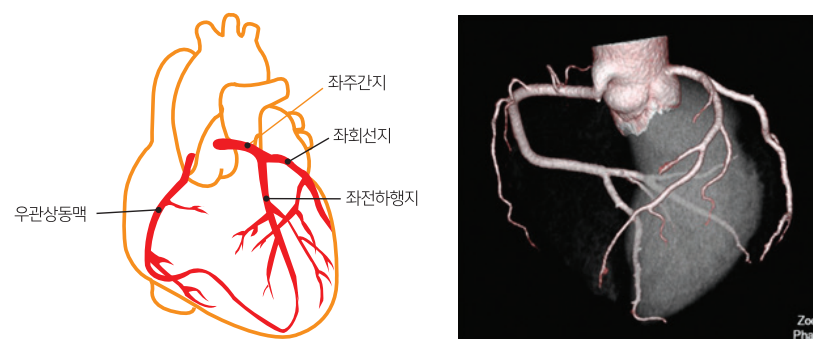
관상동맥질환(심장혈관 중재시술),
말초혈관질환(중재시술), 심장판막질환,
심부전증, 부정맥, 허혈성 심질환, 고혈압, 고지혈증

콜레스테롤이 높은 고기나 튀긴 음식 대신 생선, 두부, 채소, 과일을 잘 섭취한다. 특히 등푸른생선에 들어 있는 오메가3 지방산은 혈관 염증을 줄이고 혈전 생성을 막는 데 도움이 된다.

규칙적인 운동도 중요하다. 하루 30분, 주 5회 이상 빠르게 걷기나 자전거 타기 같은 유산소 운동이 혈액순환을 개선하고 혈압을 낮춘다. 단, 갑작스러운 고강도 운동은 오히려 심장에 부담을 줄 수 있으므로 꾸준하고 무리 없는 운동을 권장한다.

최근 연구에서는 우울증이나 극심한 스트레스가 심근경색 위험을 높인다는 결과도 나왔다. 심리적 불안이 자율신경계를 자극해 혈압과 맥박을 올리고 혈관 수축을 일으키기 때문이다. 하루 중 잠깐이라도 명상, 산책, 음악 감상 등으로 마음을 진정시키는 습관을 가지는 것이 도움이 된다.

급성심근경색의 80% 이상은 생활 습관 개선으로 예방할 수 있다. 식습관을 바꾸고 스트레스를 줄이며 꾸준히 몸을 움직이는 것만으로도 심장은 훨씬 건강해질 수 있다.





약제부에서 알려 드리는 재미있는 약 이야기

알벤다졸 (기생충 치료제)

알벤다졸은 기생충을 사멸시켜 기생충에 의한 감염을 치료하는 구충제이다. 기생충 질환이란 기생충 질환 예방법에 의하면 회충, 편충, 요충, 간흡충, 폐흡충, 장흡충류, 조충류 및 보건복지부령이 정하는 기생충(이질아메바, 말라리아원충, 머릿니)에 감염된 경우를 말한다. 알벤다졸은 회충, 요충, 편충, 십이지장충에 효과가 있으며, 기생충의 종류에 따라 1회 혹은 그 이상 투여한다. 임부, 수유부, 2세 미만의 소아에게는 투여할 수 없다.

약리작용 :

알벤다졸은 기생충의 미세소관 변형을 일으켜 포도당을 흡수하지 못하게 하여 에너지 생성을 억제하는 방식으로 기생충을 사멸시키는 구충제이다. 원래 기생충은 사람의 소화관 내에서도 살아갈 수 있도록 큐티클층으로 덮여있는데 죽은 기생충은 큐티클을 유지할 수 없어 사람의 위액이나 소화액에 녹아 대변에서는 그 형체를 확인할 수 없게 되는 게 특징이다.

원인 기생충	용법
요충	1회 400mg 투여 후 완전한 박멸을 위해 7일 뒤에 400mg 추가 투여
회충, 편충, 분선충, 아메리카 구충	400mg 1회(단회) 투여
분선충의 다른 기생충(조충)과의 중증 혼합 감염	1일 1회 400mg씩, 3일간 투여

효능, 효과 및 원내 처방 가능한 경구약품 종류 및 용법 :

회충, 요충, 십이지장충, 편충, 아메리카구충, 분선충의 감염과 이들 혼합 감염의 치료에 사용한다. 젠텔® 등의 제품이 있으며 일반약으로 판매한다.

주의사항 :

- 2세 미만의 소아에게는 투여하지 않는다
- 임부 또는 임신할 가능성이 있는 여성에게는 투여할 수 없다. 그러므로 투여 전에 반드시 임신 중이아님을 확인해야 한다. 임신 초기 동안의 투여를 피하기 위해 임신 가능성이 있는 여성은 생리 첫 10일 동안 투여를 하거나 임신테스트에서 음성이 나타난 후에 투여를 시작해야 한다.
- 수유부에게는 투여할 수 없다.
- 기생충은 꼭 먹는 음식으로 전파되는 것이 아니라 신체 접촉은 물론 침구, 수건 등 일상 용품들을 통해 감염될 가능성이 높아 가족 모두가 함께 복용해야 한다

부작용 :

- 두통, 간효소 수치 상승 등이 사용자의 10% 이상 보고 되는 가장 흔한 부작용이고 그 외에 탈모, 복통, 구역, 구토, 발열 등의 부작용이 나타날 수 있다.

- 출처: 약학정보원 (<https://www.health.kr>)

- 약제팀 박윤진 약사

일본교리

“저희를 유혹에 빠지지 않게 하시고”

우리의 죄는 유혹에 동의한 결과이기 때문에, 이 청원은 앞서 말한 청원들의 뿌리에 닿아 있다. 우리는 우리 아버지께 우리가 유혹에 ‘빠지지’ 않게 해 달라고 청하는 것이다. 그리스 용어를 한마디로 번역하기란 쉽지 않다. 이 말은 “유혹에 빠지게 허락하지 마십시오.”, “우리를 유혹에 쓰러지게 내버려 두지 마십시오.”라는 뜻이다. “하느님께서서는 악의 유혹을 받으실 분도 아니시고, 또 아무도 유혹하지 않으십니다”(야고 1,13). 오히려 그분께서는 우리를 악에서 구해 내기를 원하신다. 우리는, 죄로 이끄는 길을 택하도록 우리를 버려두지 마시기를 하느님께 청원하는 것이다. 우리는 ‘육과 영 사이에서’ 싸움을 하고 있는 중이다. 이 청원은 분별력과 용기의 영을 주시기를 간청하는 것이다.

[가톨릭 교리서 2846]



| 예비자 성지순례 소감 |

가을의 기운이 느껴지는 날에 자연이 주는 평온함 속에서

위령 성월을 맞아 11월 8일에 우리 병원 예비신자와 대부모가 함께 전라북도 완주에 위치한 천호 성지로 순례를 떠났다. 이 순례는 세례 준비 중인 예비신자가 하느님과 더욱 가까워지고, 생명과 사랑의 의미를 새기는 뜻깊은 신앙의 여정으로, 무엇보다 대부모님과 처음 만나 서로 알아가는 의미 있고 따뜻한 추억의 시간이었다. 천호 성지는 1839년 기해박해를 전후해서 충청도 지역의 신자들이 박해를 피해 첩첩산중 천호산 기슭에 피신을 오면서 시작되었다고 한다. 박해의 시기를 지나며 신앙을 지켜온 교우들의 기도 와 헌신으로 형성된 성지라는 점이 새롭게 다가왔다. 한옥으로 지어진 천호성당과 부활성당, 봉안경당, 103위 성인을 상징하는 계단을 올라가면 그들의 평화로운 묘역이 있고, 예수님이 피눈물을 흘리시면서 올라가시는 골고타의 언덕을 표현한 십자가의 길 14 처 기도처가 있었다.

도착하자마자 성지 미사에 참례한 뒤 순교자 묘역을 방문하고 십자가의 길을 예비신자와 대부모가 함께 한 처씩 기도를 봉헌하며 고요한 기도의 시간을 가졌다. 그리고 위령 성월을 맞아 봉안당을 방문했다. 세상을 떠난 가족과 동료, 환자들을 위해 기도를 바치며, 하느님 안에서 생명과 죽음이 이어져 있음을 느끼는 시간이었고, '모든 성인의 통공'을 믿는 교리를 체험하는 순간들이었다. 다시 한번 하느님 안에서의 영원한 생명을 마음에 새겼다. 예비신자로서 첫 성지 순례였는데, 순교자들의 믿음과 희생이 마음 깊이 와닿았고, 병원에서 만나는 환자와 가족들에게도 이 평화의 마음을 나누고 싶다는 생각이 들었다. 이번 순례가 하느님의 사랑을 더욱 깊이 체험하고 앞으로의 신앙의 뿌리를 더욱 깊게 내리는 소중한 계기가 되었다. 그리고 가톨릭 신앙의 뿌리를 더욱 깊게 느끼고, 사랑과 나눔의 정신을 병원 안에서도 실천하고 성실히 신앙생활을 해나가는 신앙인으로 새롭게 태어나고 싶다는 강한 열망이 생겼다. 이런 좋은 시간을 준비해 주신 원목 신부님과 수녀님들께도 감사한 마음이었다. 하느님 감사합니다. - 수술실 서민화 간호사



가롤로 퀴즈

■ 아래의 퀴즈를 풀어주세요. 정답은 이번호 병원보 속에 있습니다.

정답자 5명을 추첨하여 두레주르 교환권(1만원)을 선물로 드립니다.
직원식당에 마련된 응모함에 매월 말일까지 넣어주세요.

1. 우리 병원 ○○○○치료 1만례 달성을 기념하는 심포지엄을 11월 28일 별관 6층 성심홀에서 개최하였다.
2. 사회복지팀은 12월 3일 순천○○○지원센터에 난방 물품 구입을 위한 기금 300만 원을 전달했다.
3. 영양팀이 11월 18일에 진행한 '치료식 바로 알기 캠페인'은 올해 몇 회를 맞이했는가?
4. 이번 달 병원보에 실리지 않은 글은 무엇인가?
 ① 전라남도 심뇌혈관질환 관리 강화를 위한 업무협약 체결
 ② 예고 없이 찾아오는 심각한 질환, 급성심근경색
 ③ 이비인후과, 인공와우이식술 시행
 ④ 우리가 먹는 기름! 알고 먹기!

12 월호 가롤로 퀴즈 정답

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

수신 : 홍보팀

소속 :

직종 :

성명 :

직통번호 :

가장 좋았던 기사 및 코너는?

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



건강식단

우리가 먹는 기름! 알고 먹기!



식용유(食用油)는 음식을 만드는 데 사용하는 기름이라는 뜻입니다. 우리가 흔히 사용하는 참기름, 들기름, 올리브유, 어유, 콩기름 등이 모두 식용유의 종류입니다. 우리가 매일 먹는 기름은 원재료의 종류, 지방의 화학적 구조, 기름을 만들어내는 방식에 따라 분류할 수 있습니다.

I. 원재료에 따라 식물성 기름과 동물성 기름으로 분류할 수 있습니다.

식물성 기름은 식물에서 추출한 기름으로 대두유, 참기름, 올리브유 등이 있습니다. 식물성 기름은 불포화 지방산이 많아 주로 상온에서 액체의 형태로 존재하며 비타민 E 등 항산화 성분이 풍부합니다.

동물성 기름은 동물의 지방에서 추출한 기름으로, 소의 기름(우지), 돼지기름(라드), 버터(우유의 지방) 등이 있습니다. 동물성 기름은 포화 지방산이 많아, 주로 실온에서 고체의 형태로 존재하고 과도하게 섭취하면 심혈관 질환 등의 문제를 일으킬 수 있습니다. 지용성 비타민 A, 비타민 D, 비타민 E, 비타민 K가 풍부합니다.

II. 지방의 화학구조에 따라 포화지방산과 불포화지방산으로 분류할 수 있습니다.

포화지방산은 지방산의 탄소사슬에 이중결합이 없고, 수소로 가득 차 있는 상태를 말합니다. 이러한 화학구조로 인해 서로 밀착하여 실온에서 고체상태를 유지하게 됩니다. 포화지방은 주로 동물성 식품에 많이 포함

되어 있으며 과다 섭취 시 혈관에 축적되면 심혈관 질환의 위험을 높일 수 있습니다.

불포화지방산은 지방산의 탄소사슬에 이중결합이 있고, 이중결합의 개수에 따라 단일불포화지방산, 2개 이상의 다중불포화지방산으로 나뉩니다.

이러한 화학구조는 서로 밀착이 어렵고 실온에서 액체상태를 유지하게 됩니다. 주로 식물성 기름, 어유에 함유되어 있습니다.

포화지방은 체내에서 LDL콜레스테롤을 증가시키는 반면 불포화지방산은 HDL 콜레스테롤을 높이고 LDL 콜레스테롤을 낮추는 효과가 있습니다.

※ WHO 포화지방 권고기준

포화지방이 심혈관계질환의 위험인자라고 하며, 포화지방 섭취를 줄이거나 제한할 것을 권고합니다.

성인 기준: 하루 총칼로리의 10% 이하(예: 2,000kcal 섭취 시 약 22g 이하)

III. 제조 방식에 따라 압착유와 정제유로 나눌 수 있습니다.

압착유는 압착하여 기름을 얻는 방식입니다. 원재료를 기계에 넣어 추출하여 기름을 짜내는 방식으로 불순물을 여과하는 과정을 거칩니다. 화학 처리를 최소화하여 원재료의 맛과 영양 성분을 유지하는 장점이 있습니다.

짜낼 수 있는 기름의 양이 적어 정제유보다 생산 비용

이 높아지게 됩니다. 압착유의 종류에는 참기름, 들기름, 압착 올리브유가 있습니다.

정제유는 화학적 방법을 사용하여 정제된 기름으로 불순물과 냄새를 제거하는 과정을 거치게 됩니다. 압착의 방식보다 많은 양의 기름을 얻을 수 있고, 깔끔하고 균일한 맛을 유지할 수 있습니다. 또한, 높은 발연점으로 튀김이나 볶음 요리에 적합합니다. 압착유의 종류에는 대두유, 카놀라유, 포도씨유, 해바라기씨유가 있습니다.

IV. 조리 시 기름의 선택

발연점에 따라 오일을 선택하여 사용합니다. 발연점은 기름이 눈에 보이는 연기를 내기 시작하는 온도입니다. 발연점 이상으로 가열하면 연기가 날 수 있으며 기름에 불이 붙을 수도 있습니다. 발연점 이상으로 가열 시 영양소 손실과 해로운 물질이 생성될 수 있어 조리 용도에 맞는 기름을 사용하도록 합니다.

※ 식용유별 발연점

- 참기름, 들기름: 160 ~ 170℃ - 샐러드, 나물, 무침 요리
- 올리브유: 160℃ - 샐러드, 드레싱, 저온 요리 (압착올리브유는 210℃까지 발연점이 높아지므로 저온 요리, 볶음 요리에 사용)
- 대두유, 포도씨유, 카놀라유, 아보카도유: 220~270℃ - 튀김, 볶음 요리

- 출처: 식품의약품안전처 - 영양팀 김진아 영양사

327호

11월

가롤로퀴즈정답 & 당첨자(5명)

정민주 | 원무팀 박혜인 | 감염관리팀
이미덕 | 응급병동 오행선 | 가정의학과
김미혜 | 정신건강의학과

* 이번 달 퀴즈를 추천한 부서는 5A 병동입니다.

1. 우리 병원은 올해 11월 4일 개원 몇 주년을 맞았는가? 56주년
2. '함께한 시간만큼, 함께 나누는 맛있는 하루'라는 슬로건 아래 10월 30일에 진행된 이 행사의 이름은 무엇인가? 피자데이
3. 보행 및 균형장애, 인지장애, 배뇨조절장애 등을 주 증상으로 하여 수개월에서 수년에 걸쳐 점진적으로 악화되는 이 질환은 무엇인가? 특발성 정상압 수두증
4. 이번 달 병원보에 실리지 않은 글은 무엇인가?
 - ① 순천시립합창단과 함께하는 야외 음악회 진행
 - ② 치료식 바로알기 행사 개최
 - ③ 함께 만든 5분 20초, 병원 홍보영상 제작 완료
 - ④ 오메가-3

최첨단 다빈치 SP 로봇수술 시행 (외과·산부인과·심장혈관흉부외과)

다빈치 로봇 수술이란?

기존 수술 시야보다 10배 확대된 3D 고해상도 영상과 로봇 팔의 섬세한 움직임으로 더욱 정확하고 안전하게 수술을 진행합니다.

다빈치 로봇 수술의 장점

- ♥ 흉터를 최소화하여 환자 만족도 증가
- ♥ 복잡한 수술도 정밀하게
- ♥ 통증 최소화
- ♥ 회복 기간 단축, 빠른 일상 복귀



문의: 성가롤로병원
061-720-2000



복음 묵상 | 주님 성탄 대축일 |

말씀이 사람이 되시어 우리 가운데 사셨다.



오늘 우리는 세상 모든 새벽을 깨우는 빛의 근원, 태초부터 우리를 향해 있던 하느님의 사랑이 사람이 되어 오신 그 거룩한 성탄의 신비를 기념합니다. “말씀이 사람이 되시어 우리 가운데 사셨다.”(요한 1,14) 이 장엄한 선언은, 하늘과 땅을 가르던 모든 거리가 사라지고, 하느님께서 인간의 삶 한가운데로 걸어 들어오신 사건을 알려줍니다. 요한 복음은 아기 예수님의 외형적 모습 대신, 존재의 심연을 가르는 빛의 언어로 성탄의 의미를 풀어냅니다. “한처음에 말씀이 계셨다.” 시간 이전에 이미 계셨던 말씀이신 그분이 우리 인간의 육신을 입고 이 땅에 오셨습니다. 이는 하느님께서 인간의 연약함을 외면하지 않으시고, 우리의 기쁨과 슬픔, 두려움과 상처 한가운데로 몸소 들어오셨다는 놀라운 선포입니다.

요한 복음은 성탄을 빛과 어둠의 투쟁으로 묘사합니다. “그 빛이 어둠 속에서 비치고 있지만 어둠은 그를 깨닫지 못하였다.”(요한 1,5) 어둠은 세상의 폭력과 분열을 닮아 있으며, 인간 마음속에 남아 있는 깊은 불안과 상처를 떠올리게 합니다. 우리는 갈등과 냉담이 번지는 현실을 피할 수 없고, 서로를 향한 이해보다는 두려움과 방어가 앞서는 세상 속에 살고 있습니다. 그러나 성탄은 이 어둠이 결코 마지막 말이 아님을 우리에게 다시 들려줍니다. 그 빛은 강압적이지 않고, 조용하며, 그러나 어떤 어둠도 꺼뜨릴 수 없는 은총의 불씨입니다. 하느님의 빛은 인간의 내면을 부드럽게 적시며, 우리가 다시 일어서도록, 서로를 바라보도록, 용서와 화해로 나아가도록 이끄는 힘입니다.

또한 요한 복음은 우리에게 놀라운 약속을 전합니다. “그분께서는 당신을 받아들이

는 이들, 당신의 이름을 믿는 모든 이에게 하느님의 자녀가 되는 권한을 주셨다.”(요한 1,12) 하느님의 자녀가 된다는 것은, 우리는 더 이상 홀로 버려진 이들이 아니라는 선언입니다. 우리의 생명은 하느님의 품에서 나왔고, 우리의 미래도 그분의 자비 안에서 열리며, 그 사랑이 우리의 존재를 지탱하는 근본이 된다는 뜻입니다.

하느님께서 우리 가운데 계시기 위해 오셨듯, 우리도 누군가의 마음속 어둠을 밝혀주는 작은 빛으로 부름 받았습니다. 가정 안에서 서로를 바라보는 따뜻한 시선 하나, 본당 공동체 안에서 손을 내미는 조용한 배려 한 번, 사회 속에서 고통받는 이들을 외면하지 않는 마음... 이 모든 것이 오늘 이 땅에 오신 아기 예수의 빛을 증거하는 성탄의 실천입니다.

마지막으로 요한 복음은 우리에게 희망의 절정을 들려줍니다. “말씀이 사람이 되시어 우리 가운데 사셨다. 우리는 그분의 영광을 보았다. 은총과 진리가 참만 하신 아버지의 외아드님으로서 지니신 영광을 보았다.”(요한 1,14).

성탄은 은총과 진리가 만나는 자리입니다. 은총은 하느님이 먼저 우리에게 다가오시는 사랑이고, 진리는 빛 앞에서 우리가 살아가야 할 길입니다. 오늘 우리는 아기 예수의 얼굴에서 그 은총과 진리의 빛을 다시 받고, 그 빛을 세상으로 들고 나갈 사명을 새롭게 자각합니다. 이제 우리는 이 성탄의 기쁨을 마음에 품고 세상 속에서 빛의 증인으로 살아가야 합니다. 그 빛이 여러분의 가정을 평화로 감싸고, 교회 공동체를 일치로 이끌며, 이 땅 위에 깊은 희망을 심어 주기를 진심으로 기도합니다. 그리고 우리는 특별히, 지난 2024년 12월 29일 무안 국제공항에서 발생한 제주항공 2216편 사고로 희생된 모든 분들을 깊이 추모합니다. 갑작스러운 비극 속에서 생명을 잃으신 분들이 주님의 품 안에서 영원한 안식을 누리시도록 기도하며, 생존자와 유가족들이 하느님의 위로와 평화를 찾을 수 있기를 간절히 청합니다. 아울러 이 사고의 진상이 하루빨리 온전히 규명되어, 더 큰 안전과 생명의 존중이 이 땅에 자리 잡도록 우리 모두 마음을 함께 모아 기도합니다. 성탄의 빛이 모든 아픔 속에서도 희망의 길을 열어 주기를 빕니다. 아기 예수님의 평화가 여러분과 함께하시기를, 그리고 모든 이에게 위로와 새 힘이 되어 주시기를 축복합니다. - 유촌동성당 주락권(세례자요한) 신부

2026년 CS 2000 슬로건

Better 2026!
열정과 도약!

실천사항

신뢰받는 진료

공감하는 진료

하나 되는 가롤로인



성가롤로병원 발전기금 후원안내



성가롤로병원은 비영리 재단법인으로서 여러분의 귀중한 정성으로 치유자이신 예수성심의 사랑을 실천하며 책임진료로 고객감동을 실현하고 지속적인 도전과 혁신으로 지역의료 발전을 위해 정진하며 불우환자의 지원과 지역민의 보건향상에 기여하고자 합니다. 기금의 투명한 관리를 위해 발전기금조성위원회와 발전기금 관리규정에 의해 엄격한 절차에 따라 기금을 운영관리함으로써 기부자님들의 고귀한 뜻을 실현해 나가겠습니다.

■ 발전기금 후원 계좌 | 예금주 : (재)천주교가톨릭사수녀회

광주은행 : 700-107-500533

광주은행 : 1127-020-225740

농협 : 317-0005-2620-81

■ 후원문의 | 재무경영팀 ☎ 061)720-6420~1

■ 후원해 주시는 분에게는 세제감면 혜택을 받을 수 있는 기부금 영수증을 발급해 드립니다.(법인 포함)

병원 발전기금 기부자 (2025. 11. 1 ~ 11. 30)

고호문, 김승만, 김영진, 김영휴, 김행연, 나재형, 박소윤, 유일환, 이태윤, 추태선, 경진기업, 지성메디텍, 호남지오영, H&H헬스케어, 익명 6명, CMS약정자 16명

* 이 외 매월 발전기금을 약정해 주신 분들께도 감사드립니다.

성가롤로병원 외래진료 안내

대표전화 061)720-2000, 종합안내 061)720-2500, 방사선 암 치료 061)720-6900, 건강증진센터 061)907-7200~7203

진료일정은 2025년 12월 1일 기준이며 병원 사정에 따라 변경될 수도 있습니다.

[진료과목 가나다 순서]

진료과		과장명	전문 진료 분야		진료일 오전 / 오후	진료과	과장명	전문 진료 분야		진료일 오전 / 오후	
가정의학과 720-2250		최현정 황신혜	일반내과질환, 만성피로, 갱년기질환, 건강증진, 가족주치의 치료, 항노화 일반내과질환, 만성피로, 건강증진, 호스피스완화의료, 성인예방접종		월수금/화목 화목/월수	신경과 720-2170, 2179	조은미 신대수 박수신 김진석 강종수	두통, 뇌졸중, 치매, 어지럼증, 파킨슨병, 일반신경과질환		월화수금/월화목 월화목금/월수목 월화수목/월수금 월목금/월화수금 월수/월화목금	
건강증진센터	종합검진 907-7200	박병록	선택정밀건강진단 : 소화기, 심혈관, 폐질환, 뇌, 갑상선, PET/CT, 암정밀, 여성·남성 정밀검진 특성화 MDCT : 특성화기초, 폐·심장, 뇌·경동맥 추가선택검사 : 초음파, 골밀도, MRI, CT, PET/CT		월~금	신경외과 720-2140	임병찬 김성현 양인철 석 훈	뇌혈관질환, 일반신경외과질환 뇌혈관질환, 일반신경외과질환 뇌혈관질환, 일반신경외과질환 뇌혈관질환, 일반신경외과질환, 통증		월목금/월금 화금/화금 월수금/수금 목금/월목금	
		한상돈 정종승 최현정 황신혜 박진경 고승규 노기서	건강진단 초음파 종합건강진단 전반 종합건강진단 전반 종합건강진단 전반 건강진단 위·대장 내시경 건강진단 위·대장 내시경, 종합검진 판정 및 결과 상담 건강진단 초음파·판독		월~금 월~금 월~금 월~금 월~금(오전만) 월~금 월~금	심장혈관흉부외과 720-2260 *금 외래문의	김성룡 오정우 오상기 송준영	폐, 식도암질환, 종격동질환, 기흉, 최소침습적 폐암수술, 로봇수술 말초동맥질환, 정맥질환(하지정맥류), 동정맥루조성수술, 흉부외상, 손다발증 성인심장, 관상동맥우회술, 판막수술, 심장이식, 심장종양, 심장질환 심장 및 흉부외상, 중환자의학, 체외순환보조술(ECMO)		목/월목 수금/수 화 월	
	국가검진 907-7100	김현실	일반건강진단 전반(건강보험공단검진)		월~금/월화수금	영상의학과 720-6118	전동권 주정현 정태석 김영민 이상민	근골격영상의학, 유방영상의학, 심장혈관영상의학 신경두경부영상의학 복부영상의학 흉부영상의학, 유방영상의학 인터벤션영상의학		월~금 월~금 월~금 월~금(오전만) 월~금	
내과	감염내과 720-6152	정영근	감염질환, 불명열, 여행의학, 성인예방접종		월~금(오전만)	외과 720-2270	김영진 김태균 성진식 송영주 김광용 송 옥	대장암, 대장항문질환, 복강경수술, 로봇수술 위암, 대장항문질환, 복강경수술, 일반외과질환 간담체, 복강경수술, 일반외과질환, 로봇수술 유방암, 갑상선암, 양성질환 위암, 복강경수술 대장암, 대장항문질환, 복강경수술, 일반외과질환		화 수금 월목 화목 화금 월수	
	내분비대사 내과 720-6193	김정민	당뇨병, 갑상선, 뇌하수체, 부신질환		월~금/월화금		응급의학과 응급의료센터 720-2070	김재혁 김칠성 임광필 오민석 노재훈 이두환 김지주 박헌재 강민욱 최인철 성화용 김원 노종갑 이상훈 박민우	응급의학 (24시간 진료)		전일
	소화기 내과 720-2110	김호동 김도현 황유정 진석재 명형준 신혜영 김승희	간질환, 위장질환, 내시경 간질환, 위장질환, 내시경, 간담도질환 간질환, 위장관질환, 내시경, 간담도질환, 담도내시경 소화기내과질환 소화기내과질환 소화기내과질환 소화기내과질환		화목 화목 월목금/월 월수 수금 화금 월수						
		순환기 내과 720-6200	조장현 김수현 이민구 김재민 김경환 임영민	관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 인공 심장박동기, 심근심낭 대동맥질환, 말초혈관질환, 심장판막질환, 심장조기세포치료법, 심부전증, 부정맥, 고혈압, 실신, 이상지질혈증 관상동맥질환, 심장판막질환, 심부전증, 부정맥, 허혈성 심질환, 고혈압, 고지혈증 관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 말초혈관질환, 심장판막질환, 심부전증, 부정맥, 고혈압, 실신 협심증, 심근경색, 심부전증, 고혈압, 동맥경화증, 부정맥, 인공심장박동기, 고지혈, 심장판막증 관상동맥질환(심장혈관중재시술), 말초혈관질환, 심부전증, 고혈압, 실신, 이상지질혈증 부정맥, 전극도자절제술, 인공심박동기 및 자동제세동기 삽입술, 실신, 심부전증, 심방세동 및 조동, 발작성 빈맥				월화/화목 월화수/수 월목금/목 화금/월화 수금 월수목/금			
			신장내과 720-6167	김병기	사구체신염, 신증후군, 만성신부전, 투석치료, 전해질 이상			수목/화			
			혈액종양내과 720-2150	김민지	혈액종양질환			월~금/월수목			
	호흡기 알레르기 내과 720-2189		이기동 김건우	호흡기질환, 폐결핵, 폐암, 폐렴, 간질성폐질환, 중환자, 천식 호흡기질환, 천식, 비염, 두드러기, 약물·음식물 알레르기, 면역치료, 만성기침, 아토피피부염		월화수금/월화목금 월수목금/월수금					
	마취통증 의학과 통증클리닉 720-6316	김명원 김대희 김밝네 서동학	통증치료, 마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취		전일	재활의학과 907-7400	김재홍 최준현	근골격계, 재활치료, 언어재활, 연하장애재활 뇌신경재활, 척수손상재활, 근골격계통증, 수술 후 재활, 심장재활, 호흡재활		월목금/화수금 화수금/월목금	
	방사선종양학과 720-6900	최치환 조익준	방사선 치료 방사선 치료 (* 1월 1일부터 변경)		월수목/월목 화수목/화수	정신건강의학과 720-2290	강 일	우울증, 불안증, 불면증, 치매, 일반정신과질환		월~금/월~목	
	병리과 720-6220	이영직 김영희	조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셀프렙검사 조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셀프렙검사		월~금 월~금	정형외과 720-2130	정우철 김세진 함동훈 최병열 임경훈	고관절, 슬관절, 스포츠 손상, 관절염, 인공관절 치환술, 관절경수술 견관절, 주관절, 스포츠손상, 관절경수술, 인공관절 치환술 요추 및 경추 디스크, 척추관 협착증, 척추 외상, 감염, 종양, 척추 측만증, 골다공증, 척추 압박 골절, 강직성척추염, 무릎발목관절 질환, 골절 및 외상 전문 척추질환(요추 및 경추 디스크, 척추관 협착증), 척추 외상, 감염, 종양, 척추 측만증, 골다공증, 척추 압박 골절 족부 족관절 질환, 골절 및 탈구, 관절경 수술, 스포츠 손상		수금/월수 화목/화금 화목 월금 월수/수목	
비뇨의학과 720-2280	김건평 정세현	요로결석, 소아비뇨, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염 요로결석, 비뇨기계종양, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염		월~금/월화목 월수금	진단검사의학과 720-6243	김영휴	혈액학, 수혈의학, 임상화학, 면역혈청, 임상미생물학, 분자생물학, 바이러스학		월~금		
산부인과 720-2230, 2239	나재형 강창구 김호준 최효성	고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단, 폐경기관리, 일반부인종양 진단 및 치료, 로봇수술		화목금 월수금 월수금 화목금	치과 907-7230	마주리	일반치과 진료, 치주치료, 임플란트, 보철치료		월~금/월수목		
소아청소년과 720-2240	이천오 박병배	소아 내분비학 (성장장애, 성조숙증, 소아당뇨, 소아갑상선질환), 소아 신경학(뇌전증, 두통, 어지럼증, 뇌파검사, 뇌MRI), 소아 알러지 (아토피성피부염, 비염, 천식, 두드러기), 영유아 건강검진 소아 호흡기알레르기질환, 위장관질환, 건강검진 및 영양상담		월~금 월~금	피부과 720-6270		* 진료과장 부재로 인한 잠정 휴진				
				해의학과 720-2191	허영준	순환기해의학, 뇌신경해의학, 소아해의학, 종양해의학, 비뇨생식해의학, 내분비해의학, 근골격계해의학		월~금			
				호스피스완화의료 907-7530	김영진 김병기	호스피스 완화의료 호스피스 완화의료 (* 1월 1일부터)		화 월~금			