

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



개원 54주년 기념미사 및 기념식 개최

개원 54주년 기념미사와 기념식을 11월 3일 별관 성심홀에서 개최했다. 1부 기념미사는 옥현진 시몬 대주교의 집전으로 거행했다. 옥현진 시몬 대주교는 강론을 통해 직원들에게 “여러분 각자가 가진 재능과 열심히 공부하고 터득한 기술을 아픈 이들을 위해 베풀어 주고 사랑을 아끼지 않음으로써 더 큰 사랑을 만들어 가길 바란다.”라고 당부했다. 2부 기념식에서는 장기근속자 60명과 우수·모범 사원 7명 그리고 모범 용역업체 및 부서 표창 수여가 있었다. 모범 용역업체에는 미화를 담당하는 서한실업(주)이 선정되었으며, 부서 표창은 응급간호팀에 수여되었다. 박명옥 리오바 병원장은 수상자들에게 “10년, 20년, 30년 세월 속에 켜켜이 배어 있을 크고 작은 어려움을 뒤로하고 청춘과 삶을 병원과 함께 나눠주신 데 감사드립니다.”라는 말에 이어 “그 수많은 시간 속에 녹아있는 사랑과 열정에 진심을 담아 존경과 사랑의 마음을 드린다.”라고 축하의 말을 전했다. 부상으로 30년 장기근속자에게 순금 열쇠와 종합검진권 2매를, 20년 근속자에게 순금 거북이를, 10년 근속자에게 순금 반지를 수여하고 그 외 수상자에게는 상금을 수여하였다.



[수상자 명단]

- 장기근속 30년 표창(5명)
 - 진료협력실 | 고객지원팀 김진
 - 간호부 | 외래간호과 조민희
 - 간호부 | 병동간호과 최은경
 - 간호부 | 병동간호과 박규숙
 - 관리부 | 원무팀 조성심
- 장기근속 20년 표창(17명)
 - 진료부 김명원
 - 진료부 안연주
 - 의료정보실 김경수

- 간호부 서영선, 안옥진, 김치중, 박윤아, 장수아, 정영아, 정동기, 이혜민
- 진료지원부 위치량, 김선아, 김희자
- 관리부 김수진, 선정순, 서영호
- 장기근속 10년 표창(15명)
 - 진료부 김호준, 송영주, 김광용
 - 간호부 장애란, 김상희, 김지나, 류연경, 문보림, 박소진, 박진영
 - 진료지원부 박재우, 정민선, 문대성, 정제민
 - 관리부 박경진

- 우수사원 표창(3명)
 - 적정진료관리실 | 질향상팀 윤지윤
 - 진료지원부 | 영상의학팀 박유영
 - 사명구현실 | 사회복지팀 원내향
- 모범사원 표창(4명)
 - 간호부 | 특수간호팀 정연희
 - 약제부 | 약제팀 안은초
 - 간호부 | 응급간호팀 정은라
 - 간호부 | 병동간호과 허희정
- 부서표창 : 응급간호팀(권역응급의료센터)
- 모범용역업체 : 서한실업(주) 미화팀



결핵 5차 적정성 평가 1등급 획득



10월 30일 보건복지부 건강보험심사평가원(이하 심평원)이 발표한 결핵 적정성 평가에서 1등급을 획득했다. 심평원은 2018년부터 결핵균의 초기 전염력을 감소시켜 발생률을 줄이고 결핵 신환자의 표준화된 진단을 유도하는 등 다각적인 환자 관리 및 질 향상을 도모하기 위해 결핵 적정성 평가를 시행하고 있으며, 기존 국가단위 평가결과 공개에서 이번 5차 평가부터는 대국민 공개로 변경됐다. 5차 적정성 평가는 2022년 1월부터 6월까지 결핵 신환자를 진료한 결핵 산정특례가 적용된 요양기관 508개 기관을 대상으로 시행됐다. 평가지표에는 ▲결핵균 확인검사 실시율 ▲통상감수성검사 실시율 ▲신속감수성검사 실시율 ▲초치료 표준처방 준수율 ▲결핵 환자 방문비율 ▲약제처방 일수율이 사용됐다. 이번 적정성 평가에서 우리 병원은 결핵균 확인검사 실시율, 통상감수성검사 실시율, 신속감수성검사 실시율 지표에서 100점을 받는 등 모든 평가 지표에서 높은 점수로 1등급을 획득하였다.

안정적인 의료 환경 구축을 위한 차세대 PACS 구축



안정적인 의료 환경 구축을 위한 차세대 PACS 구축 사업이 11월 19일에 완료되어 11월 20일부터 병원 시스템에 적용될 예정이다.

차세대 PACS INFINITT G7은 영상의학 전체 업무를 체계적으로 관리하며 우선순위를 분석해 긴급하고 중요한 업무부터 빠르고 효율적으로 처리해 의료진의 정확한 판단을 지원한다. 영상학과 PACS뿐만 아니라 순환기내과 PACS, 의료영상 모바일 뷰어를 하나의 통합 시스템으로 사용할 수 있어 의료영상정보 전달체계의 호환성, 확장성, 업무 효율성도 향상된다. 앞으로는 다양한 인공지능 솔루션과 유연한 연동이 가능해지며 의료진 간의 협업을 지원하는 솔루션으로 확장 가능하며, 진료과별 전문 솔루션을 통해 환자 중심의 데이터 관리로 차별화된 의료 서비스를 제공할 수 있을 것이다. 우리 병원은 전남 동부지역을 대표하는 병원으로, 양질의 의료서비스를 제공하여 지역민의 건강한 삶에 공헌하며 지역의료 발전을 위해 끊임없이 노력할 것이다. - 전산정보팀 민경태 팀장

성가롤로병원 어린이집, 플리마켓 통해 나눔 실천



성가롤로병원 어린이집(원장 강미주)은 유니세프와 함께하는 '다(多) 가치 으쓱(ESG)' 행사 참여 활동으로 10월 19일 '더하기 플리마켓'을 진

행하고 수익금을 유니세프한국위원회에 기부하였다.

'다가치 으쓱'은 영유아, 학부모, 보육교사

가 함께 나눔 실천 활동을 통해 수익금을 창출하여 ESG 사회적 가치를 실현하고자 하는 취지의 행사로, 성가롤로병원 어린이집은 병원 임직원 및 내원객을 대상으로 직접 만든 김밥과 떡 등을 판매하는 플리마켓 행사를 열었다. 특히, 플리마켓 홍보 활동을 통해 아이들이 직접 만든 티켓을 사전에 판매하여 음식의 수요를 미리 파악하는 것은 물론 최대한 많은 사람이 한 끼 식사 구매를 통한 나눔 활동에 동참할 수 있도록 하였다. 플리마켓은 병원 본관 1층 로비에서 오전 11시 50분부터 오후 1시까지 진행하여 임직원과 내원객으로부터 큰 호응을 얻었으며, 행사를 통한 수익금 2,588,980원은 유니세프한국위원회에 전달되어 국외 아동 지원 사업에 쓰일 예정이다.



N95 마스크 밀착도 검사 시행



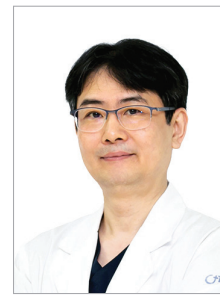
감염관리팀은 11월 8일 2023년 감염관리 주간 행사로 N95 마스크 밀착도 검사(mask fit test)를 시행하였다. 마스크 밀착도 검사는 업무상 행동과 유사한 8가지 동작을 1분간 실시한 뒤 마스크의 누설률을 확인하는 검사로, 전염성 질병이 유행하거나 바이러스 감염이 의심되는 상황에서 감염병 전파를 최소화하기 위해 착용하는 보호구인 N95 마스크를 평소에 얼마나 올바르게 착용하고 있는지 점검하는 검사다.

검사 대상은 부서별 감염관리 담당자 등 직원 50여 명이며, 직원들은 동작에 따라 측정되는 안면부 밀착 계수를 참고하여 본인 얼굴에 맞는 마스크 종류를 알고 올바르게 안전하게 착용하는 방법을 공유하는 시간을 가졌다. 강현욱 감염관리실장은 "올바른 보호구 착용과 손 위생 실천은 가장 중요한 일상 방역이다."라고 강조했다.

- 감염관리팀 박혜인 팀장

전문의 초대석

폐경증후군 관리를 위한 호르몬 치료 (2022 NAMS position statement를 중심으로)



산부인과 김호준 과장

약력

전남대학교 의과대학 졸업
전남대학교 석사 취득
전남대학교 병원 수련
산부인과 전문의
여수성심병원 산부인과 과장
광주 엔젤산부인과 산부인과 원장
목포중앙병원 산부인과 과장
현재 성가톨릭병원 산부인과 과장

전문분야

고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단,
폐경기관리, 알반부인종양 진단 및 치료



갱년기 호르몬 치료제는 1940년대 미국 등지에서 처음 시판되어 폐경 후 필수적으로 복용해야 하는 약으로 인식되어 왔으나, 2002년 미국의 WHI연구에서 심혈관계 질환과 유방암 발병의 위험성이 강조되어 처방 건수가 급감하였으며 2007년 WHI 연구를 재분석한 결과 대상이 대부분 60세 이상 고령 여성이어서 심혈관 질환이 과장되게 보고되고 유방암 발병도 1,000명당 1명 미만으로 우려보다 크지 않음이 밝혀졌으나 대중의 호르몬에 대한 두려움은 여전히 지속되었습니다.

설상가상으로 2017년 미국 질병예방 특별위원회(USPSTF)에서 몇 개의 RCT 임상연구 결과를 토대로 심혈관 질환, 인지장애, 중풍, 골다공증 등의 만성 질환 예방을 위한 호르몬 치료는 권장하지 않는다는 D 권고안을 발표하였습니다. 이에 북미폐경학회(NAMS)는 이 권고안이 비판을 많이 받았던 WHI 연구 결과에 상당수 영향을 받았고 실제 호르몬 치료의 대상이 되는 갱년기 증상을 호소하는 상대적으로 젊은 폐경 여성의 건강과 삶의 질 개선에는 전혀 고려치 않음을 지적하며 실제 임상에서 참고할 수 있는 대차대조표를 발표하고 2022년 갱신하여 그 내용을 간단히 알아보고자 합니다.

1. 호르몬치료의 적응증 및 금기증

가. FDA가 승인한 호르몬 치료의 적응증

- 1) 혈관운동증상 : 일차 치료
- 2) 골 소실 예방 : 치료는 비 에스트로겐 약물 선택
- 3) 빠른 저 에스트로겐증 : 생식선저하증, 양측성 난소절제술, 원발성 난소기능저하
- 4) 비노생식기증후군 : 증상 치료에 효과적 → 저용량경질 요법 선택

나. 금기증

- 1) 진단되지 않은 질 출혈
- 2) 간질환
- 3) 에스트로겐 민감성 악성종양의 병력 : 유방암이나 자궁내막암 등
- 4) 과거 병력 : 관상동맥심장병(CHD), 뇌졸중, 심근경색증, 정맥혈전색전증(VTE)
- 5) 혈전색전증의 고위험군(personal history or inherited)

다. 호르몬 치료의 잠재적 위험

- 1) 절대적 위험 증가 : 드뭄(<10/10000/y)
 - 가) 에스트로겐+프로게스테론 복합요법 & 에스트로겐 단독요법 : 정맥혈전색전증 & 담낭 질환
 - 나) 에스트로겐+프로게스테론 복합요법 : 뇌졸중, 유방암
 - 다) 자궁내막증식증 및 암
- 2) 절대적 위험 감소
 - 가) 에스트로겐+프로게스테론 복합요법 & 에스트로겐 단독요법 : 총사망률, 골절, 당뇨
 - 나) 에스트로겐 단독요법 (60세 이하) : 유방암

2. 호르몬 치료가 신체에 미치는 영향

가. 혈관운동증상(Vasomotor symptome: VMS)

- 안면홍조가 대표적. 발한, 두근거림, 떨림, 불안 동반 가능 → 수면질 저하, 과민성(irritability), 집중력 장애, 삶의 질 저하

- 호르몬 치료가 가장 효과적(Gold standard)

나. 수면 장애

- 폐경이행기에 흔함
- VMS와 연관되며 삶의 질 하락 → 호르몬 치료 개선 효과 있음

다. 비노생식기계 증상 : 폐경기비노생식증후군(GenitoUrinary Syndrome of Menopause : GSM)

- 폐경기 에스트로겐 농도 감소로 인한 생식기, 질, 요도 및 방광의 변화로 인한 증상 및 징후, 질 위축증 포함

1) 성적인 증상 : 질 건조감, 작열감 및 불편감 등 윤활 작용의 감소로 인한 통증

2) 비노 증상 : 절박뇨, 배뇨통증, 반복 요로감염

- 다른 증상 없다면 국소 에스트로겐 제제가 가장 적절

라. 성 기능 & 피부 : 이로운 효과(0)

마. 골다공증(Osteoporosis) : 골 소실 예방 및 골절 위험 감소. 치료 효과는 승인 안 됨

바. 당뇨병 & 간질환 : 에스트로겐 → 당뇨병과 당뇨병의 위험성 증가

사. 당뇨, 대사증후군 & 체성분 :

- 호르몬 치료. new onset type2 당뇨 유의하게 감소. 적응증으로는 승인 안 됨
- 폐경이행기에 복부 지방 축적과 체중 증가를 감소함. 효과는 미미함
- 대사증후군 예방 목적으로 호르몬 제제 처방은 권장되지 않음

아. 기분, 인지 장애

- 우울증 : 호르몬 치료의 영향은 아직 논란 → 무드장애의 치료로 승인 안 됨
- 치매 및 인지 장애 : 인지기능이나 치매 예방 및 치료로 추천 안 됨. 65세 이상에서 호르몬 치료 시작 시 치매 위험 증가

자. 심혈관질환, 총사망률(all-cause mortality) → 호르몬 치료는 심장보조제로 승인 안 됨

1) 60세 미만이고 폐경된 지 10년이 되지 않은 여성 : 둘 다 감소

2) 60세 이상이거나 폐경된 지 10년 이상 경과 : 모두 증가

- 정맥혈전색전증 및 뇌졸중의 위험 : 나이에 관계 없이 호르몬 치료 시 증가

차. 유방암

- 호르몬 치료의 종류, 기간, 투약방식, 과거 노출 유무, 개인적 특성에 따라 위험성 결정됨
- 과거 유방암으로 치료한 환자 → 여성호르몬으로 재발 위험성 있어 호르몬 치료 금기

카. 폐경된 지 10년이 되지 않은 여성에서 호르몬 치료 시작 시

- 주기적인 건강 상태 평가 및 증상의 정도, 다른 비 호르몬 치료 여부, 이득과 위험성에 대한 상담을 통해 장기 복용 고려 가능

→ 현재까지 관련 학회들의 입장은 호르몬 치료를 중단해야 하는 정해진 시기는 없음.

결론

1. 호르몬 치료 : 혈관운동증상과 폐경기비노생식증후군의 가장 효과적인 치료. 골 소실과 골절 감소
2. 호르몬 치료의 위험은 종류, 용량, 기간, 복용 경로, 치료 시작 시기, 프로게스테론 유무에 따라 달라질 수 있어 치료는 개별화 되어야 한다.
3. 60세 미만이거나 폐경된 지 10년이 경과하지 않은 특별한 금기가 없는 건강한 여성 : 득과 실을 고려할 때 이득이 더 많다. ET가 EPT에 비해 더 오래 복용해도 된다.
4. 60세 이상이거나 폐경된 지 10년 이상 경과(호르몬 치료 시작 시기) : 관상동맥심장병, 뇌졸중, 정맥혈전색전증, 치매의 위험성으로 실이 더 많다.
5. 비노생식기계 증상 : 저용량 경질이나 경질 DHEA, 경구 ospemifene 추천

약학 교실



약제부에서 알려 드리는 재미있는 약 이야기



습진약



습진은 대개 가려움증, 홍반, 물집, 각질을 동반한 다양한 증세를 보이는 여러 피부질환을 통칭하여 일컫는 말로, 대개 접촉성 피부염, 아토피, 지루성 피부염, 한포진, 동전모양 습진, 건성 습진 등을 모두 포괄하는 질환 군을 의미한다. 급성기에는 가려움증을 동반한 수포성 구진, 홍반, 부종 등이 나타나는 반면, 만성화된 습진의 경우 부종이나 수포, 진물 등이 감소하는 대신 피부가 두꺼워지면서 각질, 색소침착, 피부 주름 등이 나타나게 된다. 습진의 종류도 다양한 만큼 치료법도 다양하므로 습진의 종류나 증세, 중등도 등을 고려하여 치료법이 달라질 수도 있고 예후도 각각 다를 수 있다.

습진은 종류에 따라 치료 기간이나 약의 종류가 다를 수 있으므로 정확한 진단이 선행되어야 하며, 증세의 유발이나 악화 인자에 대한 인지 역시 중요하다. 진물이 나는 경우 진물이 마른 후 국소도포제를 사용해야 하며, 병변의 종류에 따라 스테로이드 연고나 국소적으로 적용할 수 있는 면역조절 연고, 경우에 따라 항생제나 항진균제를 사용할 수도 있다. 가려움증을 완화시키기 위한 목적으로 항히스타민제를 경구 복용하거나, 국소적인 치료로 조절되지 않는 심한 습진의 경우 경구용 스테로이드, 면역억제제, 비타민 A 유도체 등을 사용하기도 한다.

약리 작용

1) 합성 부신피질호르몬제(스테로이드제)

스테로이드제는 면역조절을 통한 항염증 작용을 나타낸다. 체내에서 만들어진다는 염증성 물질의 발현을 억제하거나 염증 관련 세포들의 활성을 조절한다. 또한 혈관 수축 작용으로 혈관 투과성을 감소시켜 염증이거나 면역 이상에 의해 유발되는 여러 피부 질환에 많이 사용되고 있다. 스테로이드의 강도는 피부에 도포 후 유발되는 혈관 수축도를 측정하여 정해지므로 상대적인 비교 강도로 볼 수 있다.

2) 면역조절제

면역조절 이상에 의한 만성 피부질환에 있어서 염증성 물질의 분비를 억제하거나 항염증 작용이 있는 물질의 분비를 증가시켜 염증반응이 일어나는 것을 차단하여 아토피나 건선 등 면역기능에 의해 유발되는 피부 질환에 사용한다.

3) 항히스타민제

히스타민은 면역세포인 비만세포에서 합성되어 있다가 자극이 와서 분비되면 세포에 존재하는 히스타민 수용체에 결합해 알레르기 반응을 나타낸다. 항히스타민제는 히스타민의 작용을 억제하여 두드러기, 발적, 소양감 등 피부질환과 더불어 콧물, 재채기 불면, 멀미 같은 증상을 개선하는 데 사용한다. 그러나 항염증 작용은 없기 때문에 아토피 등 피부 질환 자체를 호전시키지는 못하므로 제한적으로 사용한다.

4) 비타민 A 유도체

비타민 A 유도체를 가리키는 '레티노이드'는 유전자 전사의 속도를 조절하여 정상적인 세포분화에 영향을 주어서 미성숙한 피부세포의 정상적인 발달을 유도한다. 또한 면역세포의 분화에도 관여하여 면역체계를 정상화 시키는 역할을 한다.

- 출처 : 약학정보원 (<https://www.health.kr/>)

- 약제팀 선봉무 약사

일본교리

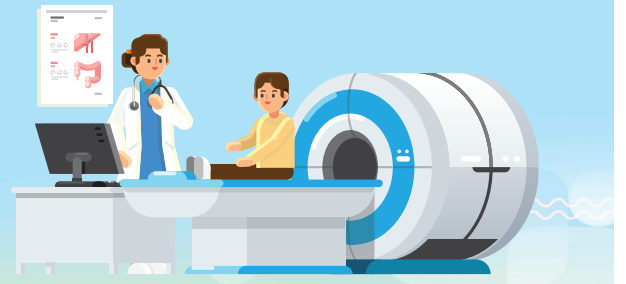
예수님께서 기도하는 법을 가르치시다



예수님께서 기도하시고 아버지의 선물을 받으시기 전에 감사를 드리셨던 것처럼, 우리에게도 그러한 자녀다운 대담성을 가르쳐 주신다. “너희가 기도하며 청하는 것이 무엇이든 그것을 이미 받은 줄로 믿어라. 그러면 너희에게 그대로 이루어질 것이다”(마르 11,24). 기도의 힘이 이와 같다. 곧 의심하지 않고 믿는다면 “믿는 이에게는 모든 것이 가능하다”(마르 9,23). 예수님께서 고향 사람들의 “믿음이 없음”(마르 6,6)과 제자들의 믿음이 약함을 보시고 슬퍼하신 만큼, 로마 사람 백인대장과 가나안 여자의 크나큰 믿음을 목격하시고는 경탄하신다. [가톨릭교리서 2610]

.. 건강정보 ..

어깨 질환에 대한 오해와 진실들



중년에 생기는 어깨 통증은 대부분 오십견이다?

‘오십견’이라는 말을 한자어로 풀어 보면, 50세의 어깨라는 말로서 그 유래는 일본식으로 ‘나이가 들어 어깨가 아프다’라는 정도의 표현으로 볼 수 있습니다. 따라서 오십견이라는 말은 병명이 될 수 없는 것과 같습니다.

지금까지 주위에서 흔히 어깨 통증을 의례 오십견이라고 부르며 시간이 가면 저절로 좋아질 것이라고 방치하여 결국 뒤늦게 악화되어 큰 수술에까지 이르는 경우를 흔하게 접하게 됩니다.



통계적으로 전 인구를 두고 볼 때 약 7% 정도는 어깨 질환을 가지고 있다고 합니다. 또한 성인의 경우는 약 60% 정도에서 어깨 통증을 한 번 이상 경험하는 것으로 알려져 있으며, 이는 허리 통증의 빈도와 유사한 정도입니다. 이와 같이 높은 빈도를 보이는 어깨 통증 중에 실제로 중년에서 가장 흔한 질환은 '어깨충돌증후군' 또는 '어깨 힘줄 파열'이라고 부르는 어깨의 힘줄의 퇴행성 질환입니다.

어깨 통증은 그냥 두어도 좋아진다?

어깨 질환 중에 하나인 '동결견(유착성 관절 낭염)'의 경우 환자에 따라 차이는 있으나 특별한 치료 없이 회복되는 경우가 있기 때문에 중년의 어깨 통증은 그냥 두어도 좋아질 수 있다는 잘못된 상식이 생겨났습니다. 많은 환자들이 중년에 발생하는 어깨 통증을 '오십견'이라 여기고 통증을 참고 병을 키우는 경우가 많은 것입니다. 하지만 중년의 어깨 질환 중에는 적극적인 치료를 요하는 경우도 많아 주의를 요합니다.

어깨 질환이라고 모두 수술을 받아야 하는 것은 아니고 상태에 따라 약물치료, 주사치료 등 비수술 치료만으로도 기능을 되살릴 수 있는 경우가 많습니다. 다만, 어깨 힘줄 파열 등 심각한 손상이 있다면 수술적 치료가 필요할 수 있습니다. 따라서 어깨 통증의 원인이 되는 많은 질환이 있음을 이해하고 치료 방법의 결정에 있어 우선 정확한 진단이 필요하다는 점을 기억하시기 바랍니다.

정형외과는 수술만 하는 곳이다?

어깨 통증을 호소하는 많은 환자들이 정확한 진단 없이 치료를 받다가 뒤늦게 정형외과를 방문하게 되는데, 많은 환자들이 “수술하기가 겁 나서 혹은 검사하기가 싫어서”라고 말하는 것을 듣게 됩니다.

하지만 정형외과는 무조건 수술만 하거나 검사만을 하는 곳이 아니라 일반적인 통증클리닉, 재활클리닉 등에서 시행하는 모든 비수술적 치료를 받을 수 있으며, 꼭 필요한 경우 수술적 치료까지도 받을 수 있는 곳입니다. 정형외과는 풍부한 해부학적 지식과 어깨 관절의 기능 및 생역학적 이해를 바탕으로 정확한 진단을 내리고 차별화된 토털 케어가 가능한 곳입니다.

따라서 어깨 통증으로 정형외과를 방문하신다면 단지 수술만 하는 것이 아니라 정확한 진단을 통해 비수술적 치료에서 수술적 치료까지 모든 것이 가능한 여러분의 따뜻한 어깨 지킴이를 만나실 수 있습니다.

가롤로 퀴즈

■ 아래의 퀴즈를 풀어주세요. 정답은 이번호 병원보 속에 있습니다.

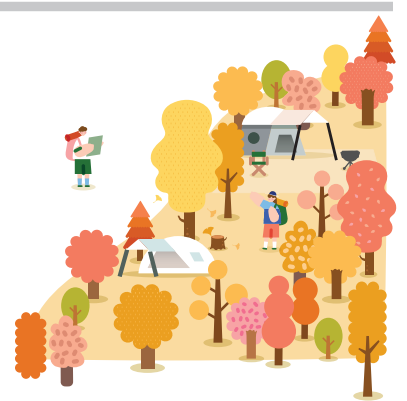
정답자 5명을 추첨하여 파riba게뜨 빵 교환권(1만원)을 선물로 드립니다.
직원식당에 마련된 응모함에 매월 말일까지 넣어주세요.

- 11월 3일에 개최한 개원 54주년 기념식에서 장기근속 30년 표창을 받은 직원은 몇 명인가?
- 우리 병원은 10월 30일 건강보험심사평가원이 발표한 ○○ 적정성 평가에서 1등급을 획득했다.
- 폐경증후군 관리를 위한 호르몬 치료가 신체에 미치는 영향 중에서 안면홍조가 대표적이며 발한, 두근거림, 떨림, 불안을 동반하는 증상은 무엇인가?(힌트 : 혈○○○○○)
- 이번 달 병원보에 실리지 않은 기사는 무엇인가?
 - ① 안정적인 의료 환경 구축을 위한 차세대 PACS 구축
 - ② 성가롤로병원 어린이집, 폴리마켓 통해 나눔 실천
 - ③ 어깨 질환에 대한 오해와 진실들
 - ④ 성가롤로병원 직원 세례식

11 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

쫄깃한 식감, 입에 착 감기는 감칠맛, 알록달록한 색감까지 일품인 잡채



잡채의 잡(雜)은 섞다, 모으다를 뜻하며 채(菜)는 채소를 뜻한다. 따라서 잡채는 여러 가지 채소를 한데 섞은 음식이라고 할 수 있다. 잡채라고 하면 당면에 시금치, 당근, 버섯 등이 어우러져 윤기가 흐르는 모습이 떠오른다. 하지만 이것이 잡채의 전부는 아니다. 지금부터 더욱 다양한 잡채 메뉴를 소개한다.

어묵잡채

쫄깃하면서 고소한 풍미가 있어 밑반찬이나 탕의 주재료로 사용하는 어묵. 이 어묵으로도 잡채를 만드는 사람이 제법 많다. 당면 대신 활용 하거나, 고기 대신 사용하는 등 이유는 여러 가지다.

어묵잡채는 2~3가지 재료만 넣고 볶는 중국식 잡채와 달리, 여러 종류의 채소를 넣고 버무리는 우리나라식 잡채와 가깝다. 꼭 사용해야 한다고 정해진 채소는 없으므로 시금치, 숙주, 당근, 양파, 버섯, 양배추, 파프리카, 파리고추 등 취향에 따라 고르면 된다. 소스는 원래 잡채 만들 듯 간장을 더하기도 하지만, 색다른 맛을 내기 위해 볶을 때 고추장을 넣거나 굴 소스를 첨가하기도 한다. 어묵잡채를 만들 때는 어묵은 구입한 그대로 요리에 사

용하면 어묵의 기름기 때문에 자칫 딱딱해지고 뻑뻑한 식감이 나면서 맛이 느끼할 수 있다. 사용하기 전 뜨거운 물에 데치거나 뜨거운 물을 끼얹어 어묵의 기름기를 빼주는 것이 좋다.

콩나물잡채

전라북도 향토 음식 중에는 콩나물잡채가 있다. 물이 많은 전주에서 콩나물을 많이 재배하면서 콩나물국밥이 유명해졌듯이 콩나물잡채가 탄생한 배경도 똑같다. 콩나물잡채는 우리가 일반적으로 아는 잡채와 약간 다르다. 머리와 꼬리를 떼고 살짝 데친 뒤 고춧가루로 버무린 콩나물, 데친 고사리, 미나리, 당근채, 불린 후채 썬 다시마가 들어간다. 양념도 간장이 아니라 겨자와 식초를 기본으로 만들어 알싸하면서 새콤한 맛이 난다. 잡채보다는 오히려 냉채와 비슷한 느낌이다. 채소만 사용하는 데다 콩나물의 영양을 듬뿍 섭취할 수 있다.

고추잡채

우리에게 익숙한 고추잡채는 고추보다 피망을 주로 사용한다. 고추 혹은 피망, 죽순, 돼지고기를 채 썰어서 볶은 다음 새하얀 꽃빵과 함께 먹는 것이 특징이다. 밥 위에 얹어 덮밥으로 즐기기도 한다. 진간장, 굴 소스, 설탕, 물, 전분이 들어간다.



< 당면 잡채를 이용한 이색 응용 요리 >

잡채 호떡

찬 바람이 불기 시작하면 생각 나는 호떡. 반죽 안에 설탕을 넣고 기름을 잔뜩 두른 팬 위에 올려 몇 번 뒤집다가 꼭 눌러 호호 불어가며 먹는 호떡.

요즘은 녹차 가루를 섞은 반죽을 만들거나 속에 견과류나 채소를 넣는 등 호떡도 다양한 변화가 일어나고 있다. 그중에서도 잡채 호떡은 옥수수가루와 찹쌀가루로 만든 반죽 안에 잡채를 듬뿍 넣고 기름에 튀긴 음식이다. 호떡을 만드는 가루가 시중에 많이 나와 있어 반죽하기 어렵지 않으니 옛날 겨울의 추억을 떠올리는 특별한 간식으로 시도해 볼 만 하다.

잡채 유부 주머니

유부 안에 당면, 양파, 당근, 쇠고기, 돼지고기, 버섯 등을 넣어 입구를 미나리로 묶은 유부 주머니는 속에 들어가는 재료가 평소 우리가 먹는 잡채와 비슷하다. 그래서 요즘은 아예 잡채를 넣어 유부 주머니를 만드는 경우가 많다. 유부 속에 넣는 잡채는 다지듯이 잘게 잘라주는 것이 포인트다. 유부 주머니를 묶는 방법은 이쑤시개보다 위생상 부추나 미나리를 소금물에 절여서 사용하는 편이 낫다. 이렇게 만든 유부 주머니는 전골로 끓여도 좋지만, 탕이나 찌개 등 국에 넣어도 잘 어우러진다.

-출처 : 뉴트리엔

-영양팀 이선애 영양사

302호

10월

가롤로퀴즈정답 & 당첨자(5명)

김혜숙 | 7A 병동 이영선 | 비뇨의학과
김예돌 | 서한실업 이영은 | 심혈관중환자실
정세훈 | 심혈관중환자실
* 이번 달 퀴즈를 추천한 부서는 시설관리팀입니다.

1. 우리 병원은 10월 5일에서 6일까지 병원 임직원들을 대상으로 **인플루엔자** 예방접종을 시행했다.
2. 우리 병원은 2023년 상반기 **개인정보보호** 우수부서에 질향상팀을 선정하고 10월 4일 직원미사 후 행사를 통해 표창 및 포상을 수여했다.
3. **돌발성** 감각신경성 난청은 확실한 원인 없이 수 시간 또는 2-3일 이내에 갑자기 발생하는 난청으로 때로는 이명이나 어지럼을 동반하는 질환이다.
4. 이번 달 병원보에 실리지 않은 기사는 무엇인가?
① 2023년도 재난대비 합동소방훈련 실시
② QI 경진대회 개최
③ '일주일만 덜덜게' 당류가 많은 가공식품을 줄여보세요.
④ 상부소화관 내시경검사

신임 진료과장 소개



정형외과
이현준 과장

전문 진료 분야 :

무릎관절 질환 및 손상(인공관절 치환술, 관절 보존수술, 관절경 수술, 스포츠 손상), 외상, 수부 질환 및 미세재건 수술

약력 :

조선대학교 의학과 학사
조선대학교 대학원 의학과 석사·박사
조선대학교병원 인턴·레지던트 수련
조선대학교병원 정형외과 전임의
조선대학교병원 정형외과 임상교수

복음 묵상

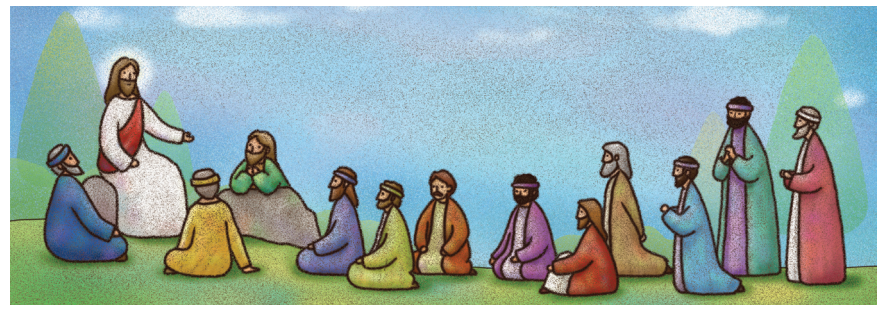
| 연중 제32주일 |

신랑이 오신다. 신랑을 맞으러 나가라.

평화를 빕니다. 날씨가 점점 추워지고 있습니다. 감기 조심하시길 바랍니다. 오늘은 어떤 말씀으로 주님이 우리에게 다가오실까요? 오늘 복음은 열 처녀의 비유입니다. 열 처녀의 비유는 아주 간단합니다. 이 비유는 신랑을 맞이하기 위해 기름을 준비한 다섯은 혼인 잔치에 들어갔고, 기름을 준비하지 못한 다섯 처녀는 혼인 잔치에 들어가지 못한 이야기입니다.

열 처녀의 비유를 할 때마다 생각나는 성녀가 한 명 있습니다. 그 성녀의 이름은 바로 11월 16일이 축일인 '젤푸르다 성녀'입니다. 젤푸르다 성녀는 예수성심에 대한 강렬한 체험을 바탕으로 평생 영혼의 등잔에 주님 사랑의 기름을 넉넉히 마련하고 살았습니다. 그래서 젤푸르다 성녀는 임종 시 이런 말을 했다고 합니다. “보라. 신랑이 오신다. 신랑을 맞으러 나가라” 여러분, 굉장히 멋지고 짜릿하게 하느님의 말씀이 다가오지 않습니까?

그런데 왜 젤푸르다 성녀가 마지막에 이러한 말을 했을까요? 그것은 신랑이신 예수님과 함께할 기름을 미리 준비하고 있었기 때문입니다. 오늘 복음에서 등잔은 하느님 말씀입니다. 그리고 기름은 그 말씀을 실천하는 태도입니다. 그러니까 등잔에 기름을 부어 등불을 켜는 것은 ‘하느님 말씀을 실천하는 것’입니다. 그래서 젤푸르다 성녀는 추상적이 아니라 구체적으로 말씀의 실행을 통해 영혼의 등잔에 믿음의 기름, 희망의 기름, 사랑의 기름을 잘 비축한 것입니다. 여러분에게도 묻고 싶습니다. 사랑하는 여러분은 기름을 잘 마련하고 있습니까? 예수님이 당장 오신다면 혼인 잔치에 들어갈 준비가 되셨습니까?



사랑하는 여러분! 우리 신앙은 마치 주유소에서 기름을 넣는 것과 같습니다. 아무리 좋은 차라 하더라도 기름이 없으면 그 차는 굴러가지 않습니다. 휘발유 차인데 경유를 넣으면 차를 더 이상 못 쓰게 됩니다. 우리 신앙도 마찬가지입니다. 신앙에 하느님이 없으면 우리가 잘 굴러갈 수 없습니다. 내 마음에 하느님을 채워야 하는데, 다른 것들(허영심, 교만, 재물)을 채운다고 해서 잘 굴러가지 않을 뿐더러 신앙도 고장이 납니다. 신앙생활을 하며 ‘내가 왜 이렇게 메마를까?’, ‘나는 왜 이렇게 자신감 없고 힘들고 의미 없는 것일까?’라는 생각이 들 때, 그 안에는 하느님이 없습니다. 메마르고 힘들더라도 이웃과 내 안에 하느님을 채워야 우리는 신앙생활과 일상이 잘 조화를 이루어 굴러갈 수 있습니다.

사랑하는 여러분! 지금 당장 마음 안에 하느님을 채우십시오. 메마르고 힘들수록, 믿음과 희망과 사랑이 부족할수록 마음에 하느님을 채우십시오. 운동선수가 평소에 운동을 해야 실력 발휘를 하듯이 아무리 신앙에 자신감 있다고 해도 하느님을 채우지 못한다면 무의미합니다. 평소에 하느님의 말씀을 실천해 보려는 노력을 하지 않는다면 결정적일 때 말씀대로 살아가려 해도 그게 잘되지 않는 다섯 처녀와 같을 것입니다. 우리도 젤푸르다 성녀처럼 죽기 전에 “보라, 신랑이 온다. 신랑을 맞으러 나가자”하고 자신감 있게 하늘나라에 가야 하지 않겠습니까?

사랑하는 여러분! 저기 신랑이 오고 있습니다. 신랑을 어서 맞으러 나갑시다.

- 광주대교구 청소년사목국 장현욱(비오) 신부

이달의 친절직원



순환기내과 조장현 과장

다리에 생긴 핏덩어리가 혈류에 돌아 폐에 피멍이 있는 상태라 밤마다 불안, 염려, 불편, 고통스러웠는데 과장님께서 아침 일찍 병실에 오셔서 조치해 주시고, 위로와 희망을 주시고, 마음에 평화와 행복을 주셔서 덕분에 조금씩 좋아지고 있어요. 늘 만남이 기다려집니다. 감사합니다.



산부인과 김호준 과장

· 굉장히 편안하고 진료 과정이나 갱년기에 대해 소상히 알려주셔서 무척 신뢰감이 있습니다. 차근차근 진료를 잘 받아서 갱년기를 잘 극복해야겠다는 의지를 심어주셔서 감사드립니다.
· 조기폐경이 와서 심리적으로 너무나 위축되고 힘들 때 많이 위로해 주시고 적절히 치료해 주셔서 지금은 정상적으로 잘 유지되고 있습니다.



응급의료센터 박가희 책임간호사

항상 웃으면서 말씀하시고 외부고객이든 내부고객이든 친절하게 대해 주셔서 추천합니다.



9B 병동 최유리 간호사

입원한 지 얼마 되지 않아서 모든 게 어색하고 조금만 피가 나도 패닉 상태였던 적이 있었습니다. 그때 정확하고 명쾌하게 설명 및 안정시켜 주셨습니다. 덕분에 3주째 정말 불안하지 않고 의료를 전적으로 신뢰하게 되는 데 큰 역할을 해주셨습니다.

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 발전기금관리규정에 의해 투명하고 엄격한 절차에 따라 기금을 운영관리함으로써 기부자님들의 고귀한 뜻을 실현해 나가겠습니다.

■ 발전기금 후원 계좌 | 예 금 주 : (재)천주교까리따스수녀회

광주은행 : 700-107-500533

광주은행 : 1127-020-225740

농 협 : 317-0005-2620-81

■ 후원문의 | 재무경영팀 ☎ 061)720-6420~1

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

병원 발전기금 기부자

(2023. 10. 1 ~ 10. 31)

강성일, 강창구, 김성례, 김영휴, 김지현, 김행연, 김현실, 나재형, 서빛나, 우초운, 전미해, 최현순, 서한실업(주), 신광약품(주), 장흥산업(주), 편안한김약국, 효성의료기, 익명 5명, CMS약정자 43명

*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

진료일정은 2023년 11월 1일 기준이며 병원 사정에 따라 변경될 수도 있습니다.

진료과		과장명	전문 진료 분야		진료일 오전 / 오후	진료과	과장명	전문 진료 분야		진료일 오전 / 오후		
가정의학과 720-2160		손효림 최현정	일반내과질환, 만성피로, 건강증진, 호스피스완화의료, 성인예방접종 일반내과질환, 만성피로, 갱년기질환, 건강증진, 가족주치의 치료, 항노화		화목/월수금 월수금/화목	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 건강진단 초음파 종합건강진단 전반 종합건강진단 전반 종합건강진단 전반 건강진단 위·대장 내시경 건강진단 초음파·판독		월~금 월~금 월~금 월~금 월~금(오전만) 월~금			신경외과 720-2140	임병찬 김성현	뇌혈관질환, 일반신경외과질환 뇌혈관질환, 일반신경외과질환		월목/월금 화수금/화
		국가검진 907-7100	김현실	일반건강진단 전반(건강보험공단검진)		월~금/월화수금						
	내과	감염내과 720-6152	정영곤	감염질환, 불명열, 여행의학, 성인예방접종		월~금/월	외과 720-2270	김영진 김태균 성진식 송영주 김광용 송 옥	대장암, 대장항문질환, 복강경수술 위암, 대장항문질환, 복강경수술, 일반외과질환 간담체, 위, 내시경갑상선수술, 복강경수술, 일반외과질환 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							
소화기 내과 720-2110		김호동 김도현 황유정 진석재 명형준 신혜영	간질환, 위장질환, 내시경 간질환, 위장질환, 내시경, 간담도질환 간질환, 위장관질환, 내시경, 간담도질환, 담도내시경 소화기내과질환 소화기내과질환 소화기내과질환		화목 화목 월목 월금 수금 월수							
순환기 내과 720-6200		조장현 김수현 이민구 김재민 김경환 임영민	관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 인공 심장박동기, 심근심낭 대동맥질환, 말초혈관질환, 심장판막질환, 심장출기세포치료법, 심부전증, 부정맥, 고혈압, 실신, 이상지질혈증 관상동맥질환, 심장판막질환, 심부전증, 부정맥, 허혈성 심질환, 고혈압, 고지혈증 관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 말초혈관질환, 심부전증, 고혈압, 실신, 이상지질혈증 부정맥, 전극도자절제술, 인공심박동기 및 자동제세동기 삽입술, 실신, 심부전증, 심방세동 및 조동, 발작성 빈맥		월화/월화목 화수/월수 월목금/목 화금/월화 수금 월수목/월	응급의학과 응급의료센터 720-2070	김철성 노재훈 최인철 김지주 성화용 이두환 이정주 박민우 이청조 김 원	응급의학 (24시간 진료)		전일		
			신장내과 720-6167	김병기	사구체신염, 신증후군, 만성신부전, 투석치료, 전해질 이상			월수금/화	고압산소치료센터 720-6041	김영진	고압산소치료 (가스중독, 갑압병, 당뇨병성 족부궤양)	
			혈액종양내과 720-2150	김민지	혈액종양질환		월~금/월수목	이비인후과 720-2210			최지영 정신철	두경부종양, 음성질환, 비부비동염, 중이염, 어지럼증, 소아이비인후과, 난청 비염, 축농증, 부비동 내시경 수술, 음성질환, 양성종양, 어지럼증, 소아이비인후과, 난청
			호흡기 알레르기 내과 720-2189	이기동 김건우 임정환	호흡기질환, 폐결핵, 폐암, 폐렴, 간질성폐질환, 중환자, 천식 호흡기질환, 천식, 비염, 두드러기, 약물·음식물 알레르기, 면역치료, 만성기침, 아토피피부염 호흡기질환, 천식, 폐결핵, 폐암, 폐렴, 중환자		월화목 월수금 월화목금/월화금		재활의학과 907-7400	김재홍		근골격계, 재활치료, 언어재활, 연하장애재활
마취통증 의학과 통증클리닉 720-6316		김명원 김대희 김밝네 서동학	통증치료, 마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취		전일	정신건강의학과 720-2290	강 일	우울증, 불안증, 불면증, 치매, 일반정신과질환		월~금/월~목		
방사선종양학과 720-6900	최치환	방사선 치료		월수목/월목	정형외과 720-2130	정우철 김세진 함동훈 최병열 이현준	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, 골절및 외상 전문 척추질환(요추 및 경추 디스크, 척추관 협착증), 척추 외상, 감염, 종양, 척추 측만증, 골다공증, 척추 압박 골절 무릎관절 질환 및 손상(인공관절 치환술, 관절 보존수술, 관절경 수술, 스포츠 손상), 외상, 수부 질환 및 미세재건 수술		화수/수금 월금/월목 화목 월수 금			
병리과 720-6220	이영직 김영희	조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셸프렙검사 조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셸프렙검사		월~금 월~금			진단검사의학과 720-6243	김영휴	혈액학, 수혈의학, 임상화학, 면역혈청, 임상미생물학, 분자생물학, 바이러스학		월~금	
비뇨의학과 720-2280	김건평 정세현	요로결석, 소아비뇨, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염 요로결석, 비뇨기계종양, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염		월~금/월화목 월수금			치과 907-7230	마주리	일반치과 진료, 치주치료, 임플란트, 보철치료		월~금/월수목	
산부인과 720-2230, 2239	나재형 강창구 김호준 최효성	고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단, 폐경기관리, 일반부인종양 진단 및 치료		화목금 월수금 월수금 화목금	피부과 720-6270	최달용	일반피부질환		월~금/월화목			
		소아청소년과 720-2240	이천오	소아 내분비학 (성장장애, 성조숙증, 소아당뇨,소아갑상선질환), 소아 신경학(뇌전증, 두통, 어지럼증, 뇌파검사, 뇌MRI), 소아 알러지 (아토피성피부염, 비염, 천식, 두드러기), 영유아 건강검진		월~금	해의학과 720-2191	허영준	순환기해의학, 뇌신경해의학, 소아해의학, 종양해의학, 비뇨생식해의학, 내분비해의학, 근골격계해의학		월~금	
소아청소년과 720-2240						호스피스완화의료 907-7530	정종승 손효림	호스피스 완화의료 호스피스 완화의료		전일		
		심장혈관흉부외과 720-2260 * 월금 외래문의	이원용 김성룡 오정우			심장판막질환, 대동맥질환, 하지동맥질환, 관상동맥질환수술 폐, 식도암질환, 종격동질환, 기흉, 최소침습적 폐암수술 말초동맥질환, 정맥질환(하지정맥류), 동정맥루조성수술, 흉부외상, 손·다·손·손		수 목 화				