



등록번호 순천 라 00007 발행인 박명우 편집인 홍보실 발행처 성가롤로병원 순천시 순광로221 WWW.stcarollo.or.kr 대표전화 061-720-2000 Fax 061-720-6000 홍보팀 061-720-6477~8 인쇄 도서출판 범촌

2023년 12월호

고객이 감동하는 병원

제304호 | 월간

성가롤로 비전 2030

신뢰와 감동으로 미래를 열어가는 성가롤로병원

- 치유자이신 예수성심의 사랑을 실천한다.
- 책임진료로 고객감동을 실현한다.
- 지속적인 도전과 혁신으로 지역의료발전에 기여한다.
- 존중하고 배려하는 행복한 공동체를 만든다.

사랑으로 극진히 존경하십시오.

그리고 서로 평화롭게 지내십시오.

(1터살 5, 13)

핵심가치

- 생명존중
- 전인진료
- 역량강화
- 소통과 화합
- 사랑과 섬김



성탄 트리 및 구유 점등식 진행



성탄 시기를 맞이하여 12월 5일 트리 및 구유 점등식을 진행했다. 성탄 트리 및 구유 점등식은 예수 그리스도의 탄생을 축하하는 의미에서 매년 12월에 갖는 행사로, 어둠을 밝히는 빛으로 오신 야기 예수님을 기념하고 직원들이 연말연시를 함께 맞는 의미에서 훈훈한 분위기 속에 진행되었다. 점등식은 하희명 하이매 신부의 집전으로 간단한 예식과 함께 트리 및 구유 축성 순서로 진행됐다. 이날 행사에는 직원 200여 명이 참여하였고, 점등 구호로 내년에 시행할 'CS2000'운동에 대한 결의를 다지는 "CS2000 실천으로!"를 외침과 동시에 구유에 점등하였다.

9B 병동·10B 병동 리모델링 축복식 거행

11월 21일 9B 병동과 10B 병동의 리모델링 축복식을 거행했다. 축복식에는 병원장과 나재형 진료협력실장(산부인과), 최지영 과장(이비인후과)을 비롯한 임직원이 참석하였다. 흉부외과 입원 병동인 9B 병동과 산부인과, 이비인후과, 소아청소년과 환우들의 입원 병동인 10B 병동은 지난 6월부터 8월까지 진행된 리모델링 공사를 통해 LED 조명, 친환경 페인트 등을 적용하여 더욱 편안한 치유 공간으로 재탄생했으며, 휠체어 이용 환자 편의를 위한 화장실 출입문 개선 및 높낮이 조절이 가능한 전동침대 도입 등으로 환자



에게 더욱 안전한 공간으로 구성되었다. 하희명 하이매 신부는 청원 기도와 축복 기도를 바치고 이어서 병동에 성수를 뿌리는 의식으로 병동 입원 환자들과 보호자 그리고 의료진을 축복하였다. 우리 병원은 보다 쾌적한 병원 환경 조성을 목표로 전 병동 리모델링을 내년 2월 말까지 완료할 계획이다.



보성군 조성면 대전마을회관에서 의료봉사 실시



의료봉사단은 11월 11일 보성군 조성면 대전마을을 찾아 의료봉사활동을 실시하였다. 의료봉사에는 김건평 의료봉사단장(비뇨의학과)과 정태석 과장(영상의학과) 외 16명의 직원이 참여하였으며, 마을주민에게 진료 및 투약상담, 혈압/혈당, 수액주사, 복부초음파 등 의료서비스를 제공하였다. 이날 진료한 마을주민은 총 36명이며, 그중 27명에게 수액주사를, 27명에게 복부초음파를 제공했다. 전남사회복지협의회의 지속적인 지원을 받아 주민들에게 빵과 음료수를 제공하였으며, 성가를로자선회기금으로 마련한 파스도 함께 제공하였다. 전남 동부지역을 중심으로 활동하고 있는 성가를로병원 의료봉사단은 지속적으로 의료취약지역을 발굴해 의료봉사를 나갈 예정이다.

문의 : 사회복지팀 061)907-7742 - 사회복지팀 임소은 사회복지사

감염관리 우수부서 포상 진행



11월 22일 감염관리 활동 증진을 위한 감염관리팀 주간 행사로 손위생과 수요순회 우수부서를 각각 다섯 부서씩 선정하여 총 열 개 부서에 포상을 진행하였다. 먼저 손 위생 우수부서는 매월 실시하는 손위생 1차 모니터링을 통해 올바른 손 위생 방법과 시점 준수 등을 평가하였는데, 그 결과 주사처

치실, 심혈관중환자실, 응급병동, 외과중환자실, 주사안정실(영상의학팀)이 우수부서로 선정되었다. 그리고 수요순회 우수부서는 환경 및 소독제 관리, 투약 구역 관리, 멸균 물품 관리, 구역 구분, 감염 환자 관리 등의 항목을 중점적으로 평가하였으며, 그 결과 중앙공급실, 국가건강진단실(건강증진센터), 재활의학팀, 신경생리검사실, 6A 병동이 선정되었다. 박명옥 병원장은 각 부서를 직접 방문하여 포상을 수여함으로써 원내 감염관리가 더욱 잘 이뤄질 수 있도록 직원들을 격려하였다. 감염관리실은 매년 감염관리 우수부서를 선정하여 부서 내에서 자체적으로 적극적인 감염관리 활동이 이루어질 수 있도록 노력하고 있다.

- 감염관리팀 박연주 간호사

신임 진료과장 소개



가정의학과
황신혜 과장

전문 진료 분야 :

일반내과질환, 만성피로
건강증진, 성인예방접종
호스피스완화의료

약력 :

인제대학교 의학과 학사
일산백병원 인턴 수련
성가를로병원 레지던트 수련
순천 한국병원 응급의학과 과장

순천이주민센터에 난방 물품 기금 전달



11월 21일 취약계층 외국인 난방용품 지원사업의 일환으로 순천이주민지원센터에 기금 3백만 원을 전달하였다. 전달한 기금은 병원 임직원 및 기타 후원자의 참여로 조성된 성가를로자선회기금으로 마련되었으며, 전남 동부권 이주여성, 외국인 근로자, 사각지대 미등록 외국인의 따뜻한 겨울나기를 위해 사용될 예정이다. 순천이주민지원센터 관계자는 “대상자를 추천하여 겨울 이불, 전기매트 등의 난방 물품으로 지원할 예정”이라고 밝혔다. 박명옥 성가를로병원장은 “이주민들에게 더욱 춥게 다가올 겨울철 한파에 조금이나마 따뜻한 온기가 전해지길 바란다.”라고 말했다. 문의 : 사회복지팀 061)907-7740~2 - 사회복지팀 원내향 사회복지사

전문의 초대석

인류와 함께해 온 감염병 이야기



“21세기는 코로나 이전과 이후의 시대로 나뉜다”라는 말이 생겨날 정도로 코로나 19 유행은 세계를 큰 혼란에 빠뜨렸다. 과거와는 달리 세계화로 인해 인적, 물적 교류가 자유로워 전염병이 확산되기에는 더 쉬울 수밖에 없다. WHO에서 이미 ‘21세기는 전염병의 시대’라고 규정했고, 감염병 전문가들은 최악의 경우 페스트의 재앙이 재현될 수 있다고 예측하기도 했다. 돌아보면 인류는 전염병으로부터 자유로웠던 적이 거의 없었다. 과거 전염병은 인류에게 재앙으로 간주되기도 했는데 의학의 역사는 이러한 전염병의 원인과 치료를 찾고자 하는 과정 속에서 발전해 왔다고 해도 과언이 아닐 것이다. 의학이 발달함에 따라 인류가 많은 전염병들을 정복한 것처럼 보이지만 21세기에 들어선 지금까지도 새로운 감염병들로 인해 인류가 계속 위협받고 있는 것이 사실이다.

의학은 인류의 삶의 시작부터 공존해 왔으며 고대에는 초기 샤머니즘에 가까웠다. 질병과 치유가 신령에 의해서 온다고 믿었으며 당시 샤먼, 주술사 등이 치유자의 역할을 담당했다. 역사적 기록에 의하면 최초의 의사는 기원전 2600여 년 전 이집트의 임호텝이다. 그는 자신의 처방전을 파피루스에 기록했고 이를 통해 이집트의 의학지식이 보전될 수 있었다. 고대의 초자연적인 미신에서 벗어나서 합리주의적 접근을 중시하며 의학을 발전시킨 사람이 히포크라테스이다. 그는 질병은 신이 일으키는 재앙이 아니라 병에는 자연적인 원인이 있고 그 원인을 알아내는 것만이 질병을 치유할 수 있다고 사고하였고, 질병을 진단하기 위해서는 주위 환경도 고려돼야 한다고 주장하며 기후와 지형, 인종, 문화 등에 대해서 분석하기도 하였다. 그래서 히포크라테스를 최초의 인문과학의 창시자라고 말하기도 한다. 히포크라테스의 사고는 질병의 진단과 처방을 중시한 합리주의적 의학으로 오늘날 근거 중심 의학의 뿌리가 되었다고 할 수 있다. 히포크라테스가 의학의 아버지라면, 갈레노스는 1300년 동안 실제로 서양의학을 지배했던 인물이다. 그는 해부학, 생리학, 병리학 체계를 확립하였고 약전을 기록하였다. 또 실제 해부와 임상 실험을 통해 의학적 지식을 얻는 방법론을 세웠다. 12세기에는 중세 최대 의학자인 이븐 시나가 의학정전을 저술했다. 최초의 안구 해부도, 미생물과 바이러스의 존재를 언급했으며 16~18세기까지 유럽 의과대학들의 교과서로 사용되었다. 늘 질병과 투쟁해 왔던 인류의 역사를 들여다보면 서양 고대문명의 발상지였던 아테네도 기원전 5세기에 아테네 역병으로 쇠퇴하기 시작했고, 전 세계를 지배했던 로마도 기원전



약력

전남대학교 의과대학 졸업
전남대학교대학원 석사 취득
전남대학교병원 수련
호흡기내과 전문의
성가톨릭병원 호흡기내과과장
현재 성가톨릭병원 감염관리 실장

감염관리실 강현숙 과장

2세기 안토니누스 역병으로 힘을 잃기 시작하였다. 12~13세기경은 다양한 전염병이 세계를 뒤덮으며 제국의 흥망성쇠를 주도하였다.

흑사병은 중세 시대 유라시아 및 북아프리카 지역을 휩쓸고 유럽 인구의 최소 3분의 1 이상의 목숨을 앗아가기도 하였다. 노동력의 급감은 중세 봉건주의 시대의 몰락을 초래하게 되었고 종교가 더 이상 생명을 지켜줄 수 없다고 하여 전통과 교리가 무너지게 되었다. 또한 소위 ‘은둔자의 병’으로 불려지던 매독은 페니실린이 개발되기 전까지 과거 유럽 인구의 15% 정도의 목숨을 잃게 했다. 15세기 말 아메리카 대륙의 식민지화도 전염병 이야기를 빼놓을 수 없다. 스페인의 정복 군대가 원주민들에게 천연두를 전염시켜 아즈텍과 잉카제국의 멸망을 초래하게 되었다. 천연두는 18세기까지만 해도 사망률이 높은 무서운 질병이었지만 영국의 에드워드 제너가 우두법을 개발함으로써 수많은 생명을 구하게 되었고, 1980년 WHO는 천연두의 종식을 선언했다(우리나라도 고종 16년 지석영의 노력으로 우두국을 신설하고 공식적으로 종두법을 실시하였다.). 세계 역사상 가장 유명하고 공포스러우면서 많은 사람의 생명을 앗아간 전염병은 1918년에 발생한 스페인 독감이다. 불과 몇 개월 만에 2천만 명에서 1억 명 이상의 사망자를 발생시켰고 이후에도 인플루엔자바이러스에 의한 감염병은 계속 변종을 만들어 내며 인류를 위협하고 있다. 이와 같은 전염병들은 환경위생의 개선과 항생제의 개발, 예방 백신의 개발 등 과학의 비약적인 발전으로 인해 인류 역사에서 사라져 버릴 것이라 예상하기도 했으나 그것은 착각이었다. 최근 20~30년 사이에 인류는 이전에 경험하지 못했던 새로운 신종 전염병을 거의 매년 경험하고 있다. 1981년 처음 발견된 이후 지금까지 2천만 명 이상을 죽게 한 에이즈부터 시작하여 과거에 유행했던 말라리아, 매독, 결핵, 페스트, 흉역 등이 다시 발생하기도 한다. 과거와 달리 세계화의 발전에 따라 감염병의 확산이 매우 용이해졌다. 14세기의 페스트균이 아시아에서 유럽 대륙으로 옮겨지는 데는 10년이 넘게 걸렸으나 19세기 콜레라는 산업혁명 이후 더 빨리 확산되었다. 특히 2002년 12월 사스는 불과 며칠 안에 전 세계 30여개국으로 퍼져갔으며 2012년 중동에서 시작되어 전 세계적으로 유행하던 메르스는 2015년 우리나라에 전파되었다. 또한 사망률이 높은 에볼라 바이러스 외에도 신생아의 소두증의 원인이 되었던 지카 바이러스 등 다양한 바이러스에 의한 감염병들이 출현하고 있다. 더구나 항생제의 오남용으로 인해 초래된 내성균의 확산도 심각한 문제이다. 지금도 현대 사회는 급속한 확대 및 개발이 지속되고 있는데 앞으로 코로나19와 같은 새로운 감염병이 또다시 등장해 빠른 속도로 확산하는 팬데믹 현상이 언제든 올 수도 있는 것이다. 전염병의 역사를 돌아보면서 인류가 전염병과의 싸움에서 이겼다고 생각하는 착각을 버리고 국민 개개인, 전문 단체들, 그리고 국가의 입장에서 각자 해야 할 역할을 되짚어 봐야 할 것이다. 의료인으로서는 질병을 빠르게 예측, 예방하고 질병의 피해를 최소화하는 것에 노력을 해야 할 것이다.



건강증진센터 신년 이벤트

종합검진(기본형) 30%
PET-CT(전신/몸통) 80만원/60만원

기간 2024. 1. 2(화) ~ 2024. 3. 29(금)

암 유전자 검사 30%
추가 검사항목 10%

예약문의 061)907-7200

약학 교실



약제부에서 알려 드리는 재미있는 약 이야기



펙소페나딘 Fexofenadine



펙소페나딘은 콧물, 가려움, 두드러기 등 알레르기 증상을 완화시키는 약물이다. 히스타민(histamine)이라는 물질의 수용체에 대한 작용을 억제하는 항히스타민제(antihistamine)이다. 히스타민은 알레르기 반응에서 주된 역할을 하는 단백질의 일종인데 우리 몸의 H1-수용체(histamine-1 receptor)와 결합하면, 콧물, 재채기, 눈물, 코막힘, 피부 가려움증, 발적, 두드러기 등의 알레르기 반응이 일어난다. 펙소페나딘은 히스타민이 H1-수용체와 결합하지 못하게 함으로써 알레르기 반응을 억제하여 증상을 완화시킨다. 한편 항히스타민제는 보통 1세대와 2세대로 분류할 수 있는데 1세대 항히스타민제는 약효 지속시간이 짧은 편이며, 혈액-뇌장벽(blood-brain barrier, BBB)을 통과하여 졸음, 진정 등의 중추신경계 부작용을 유발한다. 반면에 2세대 항히스타민제는 약효 지속시간이 길고, 혈액-뇌 장벽을 통과하는 특성이 낮거나 없어서 졸음, 진정 등을 유발할 가능성이 1세대에 비해 낮은 편이다. 펙소페나딘은 2세대 항히스타민제로 졸음, 진정 등의 부작용이 적고 작용 시간이 길다. 단일제가 있고, 슈도에페드린과 복합제로 사용하기도 한다.

효능·효과

펙소페나딘은 용량에 따라 효능에 다소 차이가 있는데 다음과 같다.
30mg: 계절 알레르기비염 증상 완화, 알레르기 피부질환(만성 특발 두드러기)과 관련된 증상의 완화
120mg: 계절 알레르기비염 증상 완화

180mg: 알레르기 피부질환(만성 특발 두드러기)과 관련된 증상의 완화

용법

펙소페나딘 30mg은 1일 2회 투여하며 6세 이상의 어린이가 복용이 가능하다. 120mg과 180mg의 경우 12세 이상에게 투여가 가능하고 1일 1회 복용 한다. 식사 전에 투여하며 신장애 환자의 경우 용량을 줄여서 복용해야 한다.

주의 사항

신장 기능이 저하된 환자에게는 60mg 1일 1회 투여하는 것을 권장한다. 그 밖에 고령자나 심혈관질환자 혹은 그 병력이 있는 환자에게는 주의해서 투여해야 한다.

흔한 부작용(사용자의 10% 이상에서 보고)

- 신경계: 두통
- 위장관계: 구토

일반적 부작용(사용자의 1~10%에서 보고)

- 신경계: 졸음, 피로, 어지러움
- 위장관계: 설사, 구역, 소화불량
- 근골격계: 근육통, 요통
- 호흡기계: 상기도 감염, 기침, 콧물
- 기타: 무월경, 발열, 바이러스 감염, 중이염

상호작용

제산제를 펙소페나딘 복용 15분 전에 투여하면 펙소페나딘의 효과가 감소될 수 있는데 제산제 성분이 위장관에 부착되기 때문인 것으로 보인다. 따라서 제산제와는 2시간 정도의 간격을 두고 복용하는 것이 바람직하다. 자몽주스나 오렌지, 사과주스와 같은 과일주스는 펙소페나딘의 효과를 감소시킬 수 있다. 그러므로 효과를 최대화하기 위해서는 물과 함께 복용해야 한다.

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

일분교리

예수님께서 기도하는 법을 가르치시다



“주님, 주님.” 하고 부른다고 믿음의 기도가 이루어지는 것이 아니라, 아버지의 뜻을 실천할 마음을 가져야 되는 것이다. 예수님이께서는, 기도할 때 하느님의 계획에 협력하려는 마음을 지니라고 제자들에게 촉구하신다. [가톨릭교리서 2611]



“암 환자 살리는 일에 사용해 주세요” 박양석 님, 성가톨릭병원에 발전기금 1억 원 기부

곡성에서 목사로서 45년여간 목회 활동을 한 박양석 님이 12월 4일 병원을 찾아 발전기금 1억 원을 기부하였다. 박양석 님은 “살면서 많은 분들께 도움받았던 일들을 기부로써 되갚으려 한다”라며 “아픈 사람을 살리는 일, 특히 암 치료가 중요하다고 생각해서 암 환자를 살리는 일에 사용해 주길 바란다”라고 말했다. 김영진 의무원장은 “기부자님의 뜻깊은 나눔에 감사드리며, 지역의 암 환자를 살리는 일에 가치 있게 사용하겠다.”라고 말했다.

생활성서 추천도서 판매전 열어

11월 20일부터 24일까지 병원 1층 로비에서 ‘생활성서’ 추천 도서 판매전을 진행했다. 예수의 까리따스 수녀회에서 운영하는 ‘생활성서’는 신앙 생활에 필요한 도서, 음반 등으로 선교하는 미디어 출판사다. 이번 도서 판매전에서는 신앙생활에 도움이 되고 더 깊은 영성으로 인도하는 책은 물론, 비신앙인의 삶의 여정에 도움이 되는 책과 어린이들을 위한 그림책, 영어 교재 등을 판매했다.



호스피스완화의료교육 성료

일반인을 대상으로 한 호스피스완화의료교육이 12월 6일~7일 별관 성심홀에서 진행되었다. 코로나19로 인해 호스피스완화의료 대면교육이 중단된 지 4년 만에 재개된 만큼 교육생들은 사뭇 진지한 분위기 속에서 힘든 기색 없이 집중하는 모습을 보였다. 교육은 이론과 실습으로 이루어졌는데, 첫째 날과 둘째 날까지 이어진 이론 교육에서는 호스피스완화의료에 대한 이해, 환자와 남은 사별 가족에 대한 돌봄 등에 대한 강의를 듣고, 둘째 날 오후에는 장례식장으로 이동하여 유서를 쓰고 관에 들어가는 체험을 한 뒤 소감 나눔 시간을 가졌다. 한 교육생은 “죽음을 준비하는 체험을 통해 경험한 부분을 일상에 적용하여 생활할 수 있을 것 같고, 긍정적으로 받아들이며 새롭게 살아가겠다.”라고 소감을 밝혔다. 이번 교육에는 20대부터 80대까지 다양한 연령으로 구성된 교육생 39명이 참여하였다. - 호스피스완화의료팀 표수진 팀장

가톨릭 퀴즈

■ 아래의 퀴즈를 풀어주세요. 정답은 이번호 병원보 속에 있습니다.

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

1. 의료봉사단은 11월 11일 보성군 조성면 ○○마을을 찾아 의료봉사활동을 실시하였다.
2. 11월 21일 취약계층 외국인 난방용품 지원사업의 일환으로 순천○○○센터에 기금 3백만 원을 전달하였다.
3. 콧물, 가려움, 두드러기 등 알레르기 증상을 완화시키는 항히스타민제 약물의 이름은?
(힌트 : 5글자)
4. 이번 달 병원보에 실리지 않은 기사는 무엇인가?
 ① 9B 병동·10B 병동 리모델링 측복식 거행
 ② 감염관리 우수부서 포상 진행
 ③ 인류와 함께 해 온 감염병 이야기
 ④ CS2000 선포식 개최

12 월호 가톨릭 퀴즈 정답

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



수신 : 홍보팀 소속 : _____

성명 : _____ 직통번호 : _____

가장 좋았던 기사 및 코너는?

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

건강식단

홈 파티 음식

감바스



재료 : 냉동 칵테일새우(큰 사이즈 10마리), 마늘 10개, 페페론치노 2~3개, 소금, 후추, 올리브유, 바게트

- 마트에서 쉽게 구할 수 있는 냉동 칵테일새우를 물에 씻어 물기를 제거한 뒤 소금, 후추를 뿌려 살짝 간을 합니다.
- 새우가 간이 되는 동안 바게트를 조각내서 팬에 미리 구워놓습니다.
- 팬에 올리브유 180cc~200cc를 붓고, 마늘을 편으로 썰어 넣습니다. 기름이 너무 많은 것 같았지만 충분히 넣어야 맛있습니다. 이제 불을 켜고 중불로 맞춥니다. (올리브유가 끓은 뒤에 마늘을 넣으면 마늘이 탈 수 있습니다.)
- 기름이 지글지글 끓으면서 마늘이 익어가면 밑간 새우를 넣어줍니다. 새우가 붉은색으로 익으면 페페론치노를 넣어서 매운맛을 더한 뒤 불을 끄면 완성입니다. (취향에 맞게 매운맛을 조절해주세요.)
- 완성된 감바스는 바게트에 올려서 먹어도 되고, 그냥 먹어도 되는 훌륭한 파티음식이 됩니다. 취향에 따라 방울토마토, 버섯, 브로콜리를 추가해도 됩니다.

스테이크



재료 : 등심 400~500g(2인 기준), 버터 10g(2조각),

“
다가오는 연말. 집에서 간단하게 만든
홈 파티 음식으로 연말 기분도 내고 가족과 건강하고
따뜻한 연말연시를 보내는 건 어떨까요?
”



올리브유, 소금, 후추

- 고기는 키친타월로 수분을 제거한 후 소금, 후추를 뿌리고 올리브유를 고기 표면에 골고루 꾹꾹 눌러가며 발라줍니다. 랩이나 바닐에 감싼 뒤 30분 정도 냉장고에서 숙성시킵니다.
- 잘 달군 팬에 올리브유를 두르고 등심을 넣어 굽습니다. 고기 밑면이 완전히 갈색이 될 때까지는 뒤집지 않고 기다리는 것이 핵심! 고기를 뒤집은 후에는 버터를 넣어줍니다. 녹은 버터기름을 고기에 끼얹어가면서 구워주면 버터의 풍미가 더해져 고기가 더 맛있어집니다.
- 다 익었으면 불을 끄고 뚜껑을 덮어 5분 정도 기다려 주는 레스팅과정을 거칩니다. 레스팅으로 겉바속촉(겉은 바삭하고 속은 촉촉한)의 고기를 즐길 수 있습니다. 뚜껑이 없다면 고기를 깨내서 호일로 감싼 채 레스팅을 해주면 됩니다.
- 소스는 시중에 파는 홀그레이인 머스터드소스나 스테이크 소스에 찍어 먹어도 맛있습니다. 버섯, 아스파라거스, 파프리카 등을 곁들이고 싶으면 고기를 굽고 남은 버터기름에 구워서 먹으면 됩니다.

토마토 카프레제



재료 : 토마토 2개, 생 모짜렐라치즈 250~300g, 벌사믹 드레싱, 어린잎 채소

- 어린잎 채소를 씻어서 물기를 제거합니다.
- 토마토를 씻어서 동그란 모양으로 잘라서 준비합니다.
- 생 모짜렐라 치즈도 토마토와 같은 모양으로 동그랗게 잘라서 준비합니다.
- 토마토와 치즈를 접시 테두리를 따라 동그랗게 교차로 겹쳐 놓고, 가운데 부분에 어린잎 채소를 놓습니다.
- 마지막으로 벌사믹 드레싱을 전체적으로 뿌려주면 완성됩니다.

과일로 만드는
크리스마스트리

- 재료 : 당근 1개, 사과 1개, 딸기, 샤인머스캣, 블루베리
- 사과와 당근은 나무의 밑동과 기둥 부분이 됩니다. 크기가 크고 굵을수록 더 많은 과일이 필요하니 참고하세요.
 - 사과는 3분의 2 크기로 잘라 튼튼한 밑동으로 사용합니다. 그 위로 나무의 기둥이 되는 당근을 이쑤시개를 사용하여 고정합니다.
 - 당근의 표면에 적당한 간격으로 이쑤시개를 끊어줍니다.
 - 딸기, 샤인머스캣, 블루베리를 3의 이쑤시개에 하나씩 꽂아주면 과일 트리가 완성됩니다.
- 영양팀 김진아 영양사

303호 11 월

가을로 퀴즈정답 & 당첨자(5명)

서영선 | 6B 병동
김은진 | 6B 병동
송지혁 | 외과중환자실

* 이번 달 퀴즈를 추첨한 부서는 의무기록팀입니다.

- 11월 3일에 개최한 개원 54주년 기념식에서 장기근속 30년 표창을 받은 직원은 몇 명인가? 5명
- 우리 병원은 10월 30일 건강보험심사평가원이 발표한 결핵 적정성 평가에서 1등급을 획득했다.
- 폐경증후군 관리를 위한 호르몬 치료가 신체에 미치는 영향 중에서 안면홍조가 대표적이며 발한, 두근거림, 떨림, 불안을 동반하는 증상은 무엇인가? 혈관 운동증상
- 이번 달 병원보에 실리지 않은 기사는 무엇인가?
 ① 안정적인 의료 환경 구축을 위한 차세대 PACS 구축
 ② 성가를로병원 어린이집, 플리마켓 통해 나눔 실천
 ③ 어깨 질환에 대한 오해와 진실들
 ④ 성가를로병원 직원 세례식

성가를로병원
소식을
유튜브에서
시청하세요



YouTube 성가를로병원TV 검색



<< QR 코드로 바로 접속

복음 묵상

| 대림 제2주일 |

그분의 길을 곧게 내기



평화를 빕니다. 아기 예수님이 오시는 내 마음의 길을 잘 내고 계시지요? 우리의 마음을 곧게 내어 주님의 길을 마련하셨으면 좋겠습니다.

제 출신 신학교, 광주 가톨릭 대학교는 산으로 둘러싸여 있습니다. 저는 신학교 공부가 힘들 때면 뒷산에 올라 그 힘듦을 땀으로 배출하고는 했습니다. 땀을 흘리고 나면 제 몸이 개운해져 공부에 더 집중할 수 있었습니다. 어쩌면 신학교 공부를 무사히 마칠 수 있었던 것은 산에 오를 수 있었기 때문일지도 모르겠습니다.

여느 날과 마찬가지로 공부에 지쳐있어 산에 오른 어느 날, 웃이 다 젖을 정도로 산을 신명 나게 오르고 있는데 누군가 뒤에서 한 손에는 낫을 들고 다른 한 손에는 톱을 들고 쫓아오는 것입니다. 누군가가 나를 추격하고 있다는 생각과 목숨을 잃을 수도 있겠다는 생각에 저는 목숨을 바쳐 거의 산에서 달리기를 했습니다. 그런데 뒤에서 저를 추격하는 사람은 거의 산신령처럼 산을 오르시더니 마침내 저를 따라잡아 제 어깨를 잡으시는 것이었습니다. 그 사람은 다름 아닌 산을 정말 잘 타시고 또 산을 정말 좋아하시는 교수 신부님이셨습니다. 그 신부님에게 “뒤에서 낫과 톱을 들고 쫓아오시는데 정말 간 떨어질 뻔했다”라고 말씀드리니 그 신부님이 5분 동안 웃으시면서 미안하다고 연달아 말씀하셨습니다. 그리고 손에 낫과 톱을 든 이유를 물으니, 그 신부님께서는 이렇게 대답해 주셨습니다. “신학생들이 산을 찾지 않아도, 언젠가 신학교의 참 자연을 느끼고 싶어 하고 자연 안에서 하느님을 발견하고 싶은 신학생이 있을 수 있어. 그

런 신학생들이 곧게 뻗은 길을 통해 편하게 다닐 수 있다면 지금 하는 이 고생이 하나도 힘들지 않단다.” 그런데 그 교수 신부님의 생각과 행동이 마르코 복음의 세례자 요한과 똑같습니다. 복음에서 세례자 요한은 예수님의 오심을 기다리며 이렇게 말씀하십니다. “너희는 주님의 길을 마련하여라. 그분의 길을 곧게 내어라.”(마르 1,3)

대림시기를 보낸다는 것은 우리의 마음을 산이라고 여기고 주님을 초대하기 위해 산길을 내는 작업을 하는 것입니다. 주님이 오시기에 부당하다면 그것을 과감히 치우고 산행에 집중할 수 있도록 해야 하죠. 우리의 죄 때문에 길이 울퉁불퉁하고 거칠다면, 그것을 곧고 부드럽게 만들어야 합니다. 주님께서 나의 마음에 찾아오실 때 불편함 없이 오실 수 있도록 고해성사와 바른 성사 생활로 죄와 잘못들을 뉘우쳐야 합니다. 그런 우리의 노력이 하나, 둘 합쳐진다면 주님께서 아기 예수님이 오시는 성탄, 바로 그날에 주님께서 우리의 마음 안으로 들어오시어 이렇게 말씀해 주실 것 같습니다. “아무개야, 내 올 길을 내느라 고 네가 정말 고생 많았다. 내가 이렇게 너의 마음에 편하게 올 수 있게 만들어 줘서 고맙다.”

이제 성탄이 얼마 남지 않았습니다. 우리 모두 각자의 삶의 자리에서 주님을 증거하며 주님의 오시는 길을 곧게 만들고 또 내 마음에 주님을 초대하여 우리 모두가 기쁜 성탄을 맞이하면 좋겠습니다. 아멘.

- 광주대교구 청소년사목국 장현욱(비오) 신부

직원 칭찬 릴레이

서한실업 이순옥 미화원

칭찬을 받으니 쑥스럽지만 기분이 좋습니다.
더 열심히 하겠습니다.

다음 칭찬 주인공 : 서한실업 박래자 미화원

인사성이 아주 좋고 무엇보다 청소를 깨끗이 하며 일을 만능으로 잘합니다.

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 보건향상을 기여하고자 합니다.
기금의 투명한 관리를 위해 발전기금조성위원회와 발전기금관리규정에 의해
투명하고 엄격한 절차에 따라 기금을 운영관리함으로써 기부자님들의
고귀한 뜻을 실현해 나가겠습니다.

■ 발전기금 후원 계좌 | 예금주 : (재)천주교끼리따스수녀회

광주은행 : 700-107-500533

광주은행 : 1127-020-225740

농협 : 317-0005-2620-81

■ 후원문의 | 재무경리팀 ☎ 061)720-6420~1

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

병원 발전기금 기부자

(2023. 11. 1 ~ 11. 30)

강성일, 고호문, 김성례, 김영훈, 김행연, 김현실, 나재형,
서빛나, 오상기, 우초윤, 정아름, 최현순, (주)광주은행,
(주)디피아, 익명 5명, CMS약정자 39명

*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 12월 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	최현정 황신혜	일반내과질환, 만성피로, 갱년기질환, 건강증진, 가족주치의 치료 항노화 일반내과질환, 만성피로, 건강증진, 호스피스원화의료, 성인예방접종	월수금/화목 화목/월수금	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		
건 강 증 진 센 터	종합검진 907-7200	박병록 한상돈 정종승 최현정 황신혜 박진경 노기서	선택정밀건강진단 : 소화기, 심혈관, 폐질환, 뇌, 갑상선, PET/CT, 암정밀, 여성·남성 정밀검진 특성화 MDCT : 특성화기본, 폐·심장, 뇌·경동맥 추가선택검사 : 초음파, 골밀도, MRI, CT, PET/CT 건강진단 초음파	월~금	임병찬 김성현	뇌혈관질환, 일반신경외과질환 뇌혈관질환, 일반신경외과질환	월목/월금 화수금/화		
		정종승 최현정 황신혜 박진경 노기서	종합건강진단 전반 종합건강진단 전반 종합건강진단 전반 건강진단 위·대장 내시경 건강진단 초음파·판독	월~금 월~금 월~금 월~금 월~금	영상의학과 720-6118	전동권 주정현 정태석 김영민 이상민 이승우 김한준	근골격영상의학, 유방영상의학, 심장혈관영상의학 신경두경부영상의학 복부영상의학 흉부영상의학, 유방영상의학 인터넷영상의학 신경두경부영상의학 복부영상의학	월~금 월~금 월~금 월~금(오전만) 월~금 월~금 월~금	
		국가검진 907-7100	일반건강진단 전반(건강보험공단검진)	월~금/월화수금	외과 720-2270	김영진 김태균 성진식 송영주 김광용 송 육	대장암, 대장항문질환, 복강경수술 위암, 대장항문질환, 복강경수술, 일반외과질환 간담췌, 위, 내시경갑상선수술, 복강경수술, 일반외과질환 유방암, 갑상선암, 양성질환 위암, 복강경수술 대장암, 대장항문질환, 복강경수술, 일반외과질환	화 수금 월목 화목 화금 월수	
		감염내과 720-6152	정영곤	감염질환, 불명열, 여행의학, 성인예방접종	월~금/월	응급의학과 응급의료센터 720-2070	김칠성 노재훈 최인철 김지주 성화용 이두환 이정주 박민우 이청조 김 원	응급의학 (24시간 진료)	전일
		내분비내과 내과 720-6193	김정민	당뇨병, 갑상선, 뇌하수체, 부신질환	월~금/월화금	고암산소치료센터 720-6041	김영진	고암산소치료 (가스증독, 감압병, 당뇨병성 족부궤양)	전일
내 과	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 화목 월금 수금 월수	이비인후과 720-2210	최지영 정신철	두경부종양, 음성질환, 비부비동연, 종이염, 어지럼증, 소아이비인후과, 난청 비염, 축농증, 부비동 내시경 수술, 음성질환, 양성종양, 어지럼증, 소아이비인후과, 난청	월수금/월화수금 월화목금/월목금	
		순환기 내과 720-6200	조장현 김수현 이민구 김재민 김경환 임영민	관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 이공 심장박동기, 심근심낭 대동맥질환, 말초혈관질환, 심지판막질환, 심장줄기세포치료법, 심부전증, 부정맥, 고혈압, 실신, 이상지질혈증 관상동맥질환, 심장판막질환, 심부전증, 부정맥, 하혈성 심질환, 고혈압, 고지혈증 관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 말초혈관질환, 심장판막질환, 심부전증, 부정맥, 고혈압, 실신 협심증, 심근성 심부전증, 고혈압, 동맥류증, 부정맥, 이공 심장박동기, 고지혈증, 심장판막증 관상동맥질환(심장혈관 중재시술), 말초혈관질환, 심부전증, 고혈압, 실신, 이상지질혈증 부정맥, 전극도자절제술, 이공 심박동기 및 자동제세동기 삽입술, 실신, 심부전증, 심방세동 및 조동, 발작성 빈맥	월화/월화목 화수/월수 월목금/목 화금/월화 수금 월수목/월	재활의학과 907-7400	김재홍	근골격계, 재활치료, 언어재활, 연하장애재활	월화목금/월~금
		신장내과 720-6167	김병기	사구체신염, 신증후군, 만성신부전, 투석치료, 전해질 이상	월수금/화	정신건강의학과 720-2290	강 일	우울증, 불안증, 불면증, 치매, 일반정신과질환	월~금/월~목
		혈액증양내과 720-2150	김민지	혈액증양질환	월~금/월수목	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, 김염, 종양, 척추 측만증, 골다공증, 척추 압박 골절, 강직성척추염, 무릎발목 관절 질환, 골다공증, 외상 전문 척추질환(요추 및 경추 디스크, 척추관 협착증), 척추 외상, 김염, 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
		호흡기 알레르기 내과 720-2189	이기동 김건우 임정환	호흡기질환, 폐결핵, 폐암, 폐렴, 간질성폐질환, 중환자, 천식 호흡기질환, 천식, 비염, 두드러기, 악물·음식물 알레르기, 면역치료, 만성기침, 아토피피부염 호흡기질환, 천식, 폐결핵, 폐암, 폐렴, 중환자	월화목 월수금	진단검사의학과 720-6243	김영희	혈액학, 수혈의학, 임상화학, 면역혈청, 임상미생물학, 분자생물학, 바이러스학	월~금
외 과	마취통증 의학과 통증클리닉 720-6316	김명원 김대희 김밝네 서동학	마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취 통증치료, 마취	전일	치과 907-7230	마주리	일반치과 진료, 치주치료, 임플란트, 보철치료	월~금/월수목	
		방사선종양학과 720-6900	최치환	방사선 치료	월수목/월목	피부과 720-6270	최달용	일반피부질환	월~금/월화목
		병리과 720-6220	이영직 김영희	조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셀프립검사 조직병리검사, 세포병리검사, 분자병리검사, 셀프립검사	월~금 월~금	핵의학과 720-2191	허영준	순환기핵의학, 뇌신경핵의학, 소아핵의학, 종양핵의학, 비뇨생식학의학, 내분비핵의학, 근골격계핵의학	월~금
	비뇨의학과 720-2280	김건평 정세현	요로결석, 소아비뇨, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염 요로결석, 비뇨기계증양, 배뇨장애, 전립선질환, 요로감염	월~금/월화목 월수금	호스피스완화의료 907-7530	최달용 황신혜	호스피스 완화의료 호스피스 완화의료	목(오후만) 월~금/월화수금	
		산부인과 720-2230, 2239	나재형 강창구 김호준 최효성	고위험산모, 복강경수술, 여성암조기진단, 폐경기관리, 일반부인종양 진단 및 치료	화목금 월수금 월수금 화목금	심장혈관흉부외과 720-2260 * 월금 외래문의	이원용 김성룡 오정우	심장판막질환, 대동맥질환, 하지동맥질환, 관상동맥질환수술 폐, 식도암질환, 종격동질환, 기흉, 최소침습적 폐암수술 말초동맥질환, 정맥질환(하지정맥류), 동정맥류조성수술, 흉부외상, 손디한증	수 목 화
	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					