

# 좋은병원들

앞선의학, 좋은병원

2021 Summer Vol.61

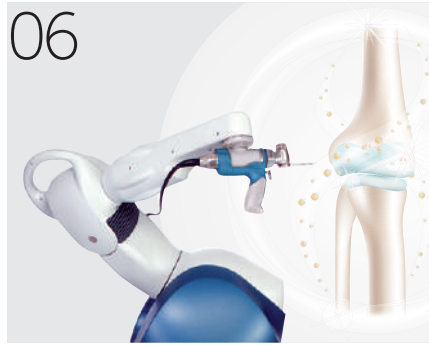
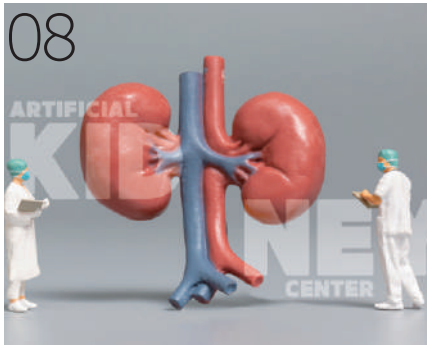


좋은문화병원 | 부산 (051)644-2002  
 좋은삼정병원 | 울산 (052)220-7500  
 좋은연인요양병원 | 밀양 (055)350-9988  
 좋은주례요양병원 | 부산 (051)325-0300

좋은삼선병원 | 부산 (051)322-0900  
 좋은선린병원 | 포항 (054)245-5000  
 좋은리버뷰요양병원 | 부산 (051)995-0900  
 좋은선린요양병원 | 포항 (054)245-6000

좋은강안병원 | 부산 (051)625-0900  
 좋은애인요양병원 | 부산 (051)520-7700  
 좋은부산요양병원 | 부산 (051)326-0900  
[www.goodhospital.or.kr](http://www.goodhospital.or.kr)





## CONTENTS

# 좋은병원들

2021 Summer + Vol.61

**발행일** 2021. 7. 1  
**발행인** 은성의료재단 이사장 구정희  
**편집장** 좋은문화병원 내분비내과 안준협  
**발행처** 좋은문화병원, 좋은삼선병원, 좋은강안병원  
 좋은삼정병원, 좋은선린병원  
 좋은애인요양병원, 좋은연인요양병원  
 좋은리버뷰요양병원, 좋은부산요양병원  
 좋은주례요양병원, 좋은선린요양병원  
[www.goodhospital.or.kr](http://www.goodhospital.or.kr)  
 TEL. (051) 310-9419 FAX. (051) 316-9295  
**편집위원** 좋은문화병원 기획총무팀 정혜원, 이유리  
 좋은삼선병원 의학과서실 유정화  
 좋은강안병원 기획총무팀 김광현, 손수진  
 좋은삼정병원 기획관리팀 문석환  
 좋은선린병원 기획총무팀 송옥진  
 좋은애인요양병원 사회사업실 최혜빈  
 좋은연인요양병원 원무팀 조병재  
 좋은리버뷰요양병원 총무팀 방대성  
 좋은부산요양병원 행정부 이관구  
 좋은주례요양병원 행정부 김대영  
 좋은선린요양병원 사회사업실 원현주

**편집·인쇄** 디자인글꼴 TEL. (051) 636-1215 [www.ggad.co.kr](http://www.ggad.co.kr)

## Column Section

- 여는 이야기  
**04** 맞춤의 시대  
 - 구자성 은성의료재단 부이사장·좋은문화병원 부원장

## Issue Section

- 좋은병원들 이야기  
**06** ① 좋은삼선병원 로봇인공관절센터 개소  
**07** ② 좋은문화·삼선·강안병원  
 다문화가정을 위한 사회사업 프로젝트  
 ‘GOOD START’ 출범  
**08** ③ 좋은삼선병원 인공신장센터 확장  
 만성콩팥병 환자 투석 치료  
 신장 이식 체계적 관리 &  
 좋은강안병원 인공신장센터 확장  
 쾌적한 환경에서 응급 투석 24시간 가능  
 유기적인 협진 시스템 구축  
**10** ④ 좋은삼선병원 개원 26주년 & 좋은강안병원 개원 16주년  
**11** ⑤ 좋은병원들 호흡기 질환 진료 잘하는 병원  
**12** ⑥ 좋은병원들 2020년 신규간호사 돌잔치  
**13** ⑦ 좋은병원들 국제 간호사의 날 행사





## Medical Section

- 건강칼럼
- 14 ① 세계적으로 흔한 감염성 질환 중 하나인 헬리코박터 파일로리균  
- 구자준 좋은문화병원 소화기내과 과장
- 16 ② 갑자기 일어났을 때 어지럽다면? 기립성 저혈압 의심해봐야  
- 조기용 좋은삼선병원 신경과 과장
- 18 ③ 심각한 질병의 신호?! 빈혈  
- 주영돈 좋은강안병원 암센터·종양혈액내과 부원장
- 20 ④ 관절 마디가 뻐뻐, 류마티스 관절염  
- 정창윤 좋은삼정병원 정형외과 과장

명의에게 듣다  
22 무수혈, 무통증 정형외과 관절수술 좋은삼선병원 진흥기 과장

- 24 좋은운동정보  
26 건강상담 Q&A

## Culture Section

- 여행을 떠나요  
28 神이 감춰둔 쪽빛바다, '서태평양의 보석' 사이판

## Hospital Section

- 32 감사의 편지  
34 친절한 좋은병원들  
    좋은센터탐방  
36 좋은강안병원 건강증진센터  
38 좋은병원들 뉴스  
42 언론에 비친 좋은병원들  
44 병원진료안내  
45 독자퀴즈

COVER 전원 가족 (作 황영성)



# 맞춤의 시대

맞춤대화의 출발점은  
상대를 존중하는 마음



글. 구자성

은성의료재단 부이사장  
좋은문화병원 부원장

구\*성님과 같은 유전자형을 가진 사람은  
요산치가 평균보다 37% 높습니다.

구\*성님과 같은 유전자형을 가진 사람은  
비타민C 부족 위험이 높은 경향이 있습니다.

구\*성님과 같은 유전자형을 가진 사람은  
알코올 대사 능력이 평균보다 39% 낮습니다.

며칠 전, ‘DNA 마이크로어레이(Microarray)’라는 방법으로 나의 유전자를 분석한 결과지를 받았습니다. 중년의 나이가 되도록 몰랐던 내 몸의 특성을 유전자 검사를 통해 세세하게 알게 되다니 무척이나 흥미로웠습니다. 이 결과에 따르면 나는 요산 수치를 올릴 수 있는 육류 섭취를 제한해야겠고, 비타민C가 풍부한 채소와 과일 위주로 식단을 구성하는 것이 좋겠습니다. 그리고 알코올 대사 능력이 형편없다는 사실은 이미 너무나도 잘 알고 있었지만 이번 검사를 통해서 재차 확인 도장을 받은 셈이 되었습니다.

이 뿐만이 아닙니다. 유전자 검사로 알게 된 내 몸에 대한 정보는 수백 가지가 넘습니다. 나는 남들과 같은 시간 근력 운동을 해도 근육이 잘 발달하는 체질이라 작심하고 몸짱에 도전해볼 수도 있겠고, 늦은 밤보다는 새벽에 집중력이 올라가는 아침형 인간이라는 것까지 내 유전자가 말해주고 있습니다. 그리고 여러 암들 중에 2가지 암에 대해서는 평균보다 높은 위험도를 보이니 주의를 해야 한다는 경고도 받았습니다. 은밀한 내 유전자 정보를 모두 공개할 수는 없으니 여기까지만 소개하는 것으로 하겠습니다.

현대의학의 발전은 맞춤의료(Personalized medicine 또는 Precision medicine; 정밀의료라고도 합니다)에 방점을 찍고 있습니다. 기존의 의료와는 혁신적으로 다른 접근법이지요. 평소 건강 관리를 함에 있어서도 유전자 검사 결과를 참조해서 나에게 좀 더 맞는 식단, 영양제, 운동 계획 등을 짤 수가 있습니다. 그리고 유전적으로 평균보다 높은 위험도를 보이는 암에 대해서는 건강검진을 더 자주 받는 것이 도움이 될 수도 있겠습니다. 맞춤의료는 암치료의 영역까지 확장이 됩니다. 기존의 암치료가 특정 항암제를 획일적으로



사용하는 식이었다면, 최근에는 환자 개인의 유전체 분석 결과를 기반으로 정밀하게 항암제를 선택하는 맞춤형료가 점점 그 적용 범위를 넓혀가고 있습니다. 이를 통해 암환자의 생존률은 의미 있게 향상되고, 치료의 부작용은 획기적으로 줄어든 것으로 기대하고 있습니다.

맞춤의료의 필요성은 2000년대 초반부터 본격적으로 대두되었습니다. 글로벌 제약회사인 GSK의 알렌 로저스(Allen Rogers) 박사는 90%의 약물이 단지 50% 정도의 환자들에게만 효과가 있다고 지적하여 반항을 일으켰고, 일부 의약품은 환자에 따라 오히려 부작용만 야기하여 미국에서만 연간 10만명 이상의 환자들이 의약품 부작용으로 사망한다는 충격적인 보고가 나오기도 하였습니다. 21세기에 들어서면서 인간의 유전 정보를 밝혀낼 수 있는 기술이 혁신을 거듭하며 발전함에 따라 이제는 개개인에 맞는 치료를 정밀하게 적용할 수 있는 맞춤형의료의 시대가 열리고 있는 것이지요.

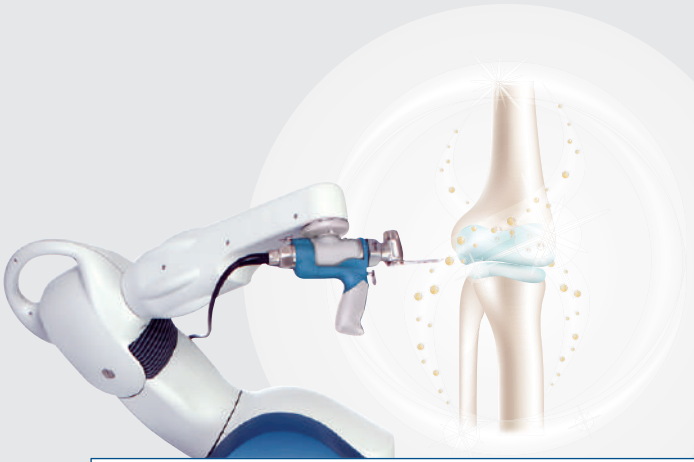
여기서 화제를 한 번 바꾸어 보겠습니다. 사람은 개개인마다 모두가 다르다는 사실, 의학의 패러다임을 바꿔놓은 이 강력한 명제는 비단 의료에만 적용이 되는 것일까요? 이 명제 위에 의료가 아니라 일상에서 내가 만나는 사람들에게 쏟아내는 말들을 문득 대치시켜 보았습니다. 90%의 약물이 50%의 환자에게는 별다른 효과가 없다는 것처럼, 직장이나 가정에서 내가 매일매일 뱉어내었던 수 많은 말들의 90%가 50%의 상대방에게는 우이독경(牛耳讀經)이지는 않았을까요? 때로는 약물이 부작용을 일으키듯 나의 말들이 생각지도 못한 오해를 일으키고 사람들에게 상처도 줬을텐데 이제 와서 어떻게 하면 좋을까요?

직업의 특성상, 하루도 빠짐 없이 많은 사람들을 만나서 설명과 설득을 해야 하는 나로서는 여간 고민이 되는 지점이 아닐 수 없습니다. 사람마다 유전자가 다른 만큼이나 타고난 성격이 다르고, 자라온 환경이 다르고, 영향을 주고 받아 온 인간관계가 다르고, 요즘의 고민거리가 다르고, 오늘의 기분 상태가 다르고, 지금 나누고 있는 이야기의 배경 지식이 다르다면, 같은 말을 던지더라도 그 말을 받아내는 방식은 응당 천차만별 일 것이란 사실을 깨닫습니다.

그러니 우선 욕심을 버려야 하겠습니다. 내가 던지는 말들이 모두 스트라이크가 되어야 한다는 집착에서 벗어나는 것이 현명하겠습니다. 그렇다고 속 편하게 욕심만 버린다고 될 일은 아니지요. 동시에 좀 더 치열하게 고민하고 노력해야겠습니다. 내가 아닌 상대방의 입장에 서는 노력 말입니다. 유전체 분석 기술이 고도화될수록 맞춤형료를 통한 치료 성적이 향상 되듯이, 우리가 상대의 입장과 감정을 잘 읽어 ‘맞춤대화’를 해낼 수 있다면 그야말로 상상이 현실이 되는 경험을 하게 될 지도 모릅니다. 고객들의 이해를 더 많이 도울 수 있고, 직장 동료들과 훌륭한 협업을 이끌어낼 수 있을 것이며, 꿈쩍도 않던 자녀들의 마음을 움직일 수도 있을 것입니다. 당연히 연인 간의 사랑도 훨씬 더 뜨겁고 오래 지속되겠지요? 상상에 상상을 더해도 이보다 멋지고 아름다운 일이 있을까요?

맞춤의료의 시대에 발 맞추어 ‘맞춤대화’를 시작해보면 좋겠습니다. 어쩌면 유전자 검사에 의지하면 되는 맞춤형료보다 마땅한 검사법조차 없는 맞춤대화가 훨씬 더 어려울지도 모릅니다. 하지만, 맞춤대화의 출발점 하나만은 확실히 말씀드릴 수 있습니다. 상대방에 대한 존중(尊重, Respect), 상대를 높이고 귀중하게 여기는 이 마음만 있다면 어떤 경우에도 상대방 마음의 절반은 사고 들어갈 수 있는 치트키를 가지고 있는 것과 다름 없을 것입니다.





## 좋은삼선병원 로봇인공관절센터 개소

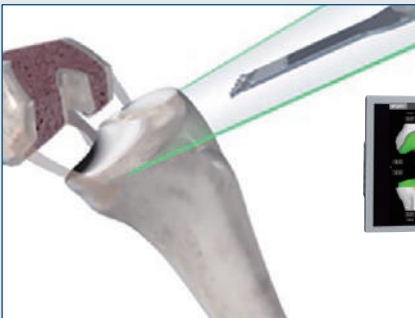
좋은삼선병원은 환자분들에게 더 정확한 수술을 제공하고, 회복 속도 향상을 돕기 위해 **로봇인공관절센터**를 개소하였습니다.

### 인공관절 수술 로봇 마코 스마트로보틱스(Mako SmartRobotics)

인공관절 수술 로봇 마코(Mako)는 최첨단 인공관절 수술용 로봇 팔 보조 장비입니다. 컴퓨터 프로그램과 로봇 팔로 구성된 제품으로 의사의 전문성과 로봇의 정확성이 결합된 시스템입니다. 컴퓨터 프로그램은 로봇의 입체 영상 구성, 정확한 수술계획 수립을 통한 수술을 가능하게 하며, 수술 중 실시간으로 환자 정보를 확인해 세밀한 수술을 도와줍니다. 전문의가 로봇의 팔을 잡고 수술을 진행하기 때문에 수술 중 발생하는 변수에 대해 유연한 대처가 가능하며, 전문의의 판단과 로봇이 상호작용하여 최적의 수술이 가능합니다.



마코 로봇을 활용한  
인공 관절 수술의  
효과



### 햅틱존(Haptic Zone)으로 계획된 범위만 안전하게 절삭

마코 로봇은 수술 부위에 가상의 햅틱존을 형성하여 절삭 범위 내에서의 절삭만 가능하도록 설계했습니다. 절삭 범위 외 다른 부위의 손상을 줄일 수 있어 수술 오차를 최소화하고, 인대 및 신경 등 연부조직의 손상을 극소화 할 수 있습니다.



### 3D CT로 정확도를 높인 환자 맞춤형 수술

일반 인공관절 수술은 X-ray 기반으로 계획을 세웠지만, 로봇 인공관절 수술은 3D CT 결과를 바탕으로 수술 계획을 세워 환자 고유의 해부학적 특성과 환부 상태를 더 정확하게 확인할 수 있습니다. 환자 무릎을 입체 영상으로 파악해 임플란트 위치, 크기, 최소한의 뼈 절삭 범위 등을 고려해 사전 수술을 계획할 수 있어 수술의 정확도가 향상됩니다.



정확한 수술



빠른 회복



적은 통증



인체 손상  
최소화



수술 중  
출혈 감소



관절 운동  
각도 증가



# 좋은문화·삼선·강안병원

## 다문화가정을 위한 사회사업 프로젝트 'GOOD START' 출범

은성의료재단 좋은병원들(좋은문화·삼선·강안병원)은 지난 4월 20일(화) 부산 시청 국제의전실에서 **다문화가정을 위한 사회사업 프로젝트 '굿 스타트(GOOD START)'** 협약식을 체결하였습니다. 이날 행사는 박형준 부산시장, 구정희 은성의료재단 이사장, 이제훈 초록우산어린이재단 회장, 김진수 부산일보사 대표이사 사장은 '굿 스타트' 사업 협력사에 직접 서명하고 지역 저소득 다문화가정 어린이들을 함께 돕기로 하였습니다.

이날 구정희 이사장은 "사각지대에 있는 다문화가정의 교육, 의료 지원을 위한 경제적 후원을 시작으로 무료 의료봉사, 재능 기부 등 사회공헌의 범위를 넓혀 가겠다"며 "아이들이 꿈을 이룰 수 있도록 지속해서 도와주며 다 함께 좋은 세상을 만들어 나가겠다"고 후원 소감을 밝혔습니다.



굿 스타트 사업은 은성의료재단이 올해 1억 원의 예산을 후원해 진행하는 사업으로 2021년 한 해 동안 부산지역 내 저소득 다문화 가정 아동들을 위해 ▲다문화가정 아동을 위한 방문 기초 학습 교육 후원 ▲긴급 의료비나 의료 지원 다문화가정 초등 입학 아동을 위한 교육박스 지원 ▲건강을 위한 튠튼박스 지원 ▲임산부 대상 마더박스 지원 ▲다문화가정 아동을 위한 글짓기 대회 개최 등 교육과 의료에 대한 지원을 펼칠 예정입니다.



# 좋은삼선병원 인공신장센터 확장

- 만성콩팥병 환자 투석 치료
- 신장 이식 체계적 관리

좋은삼선병원은 최신 혈액투석 장비와 쾌적한 환경을 갖춘 56병상 규모의 인공신장센터를 신관 6층으로 확장 이전하였습니다.

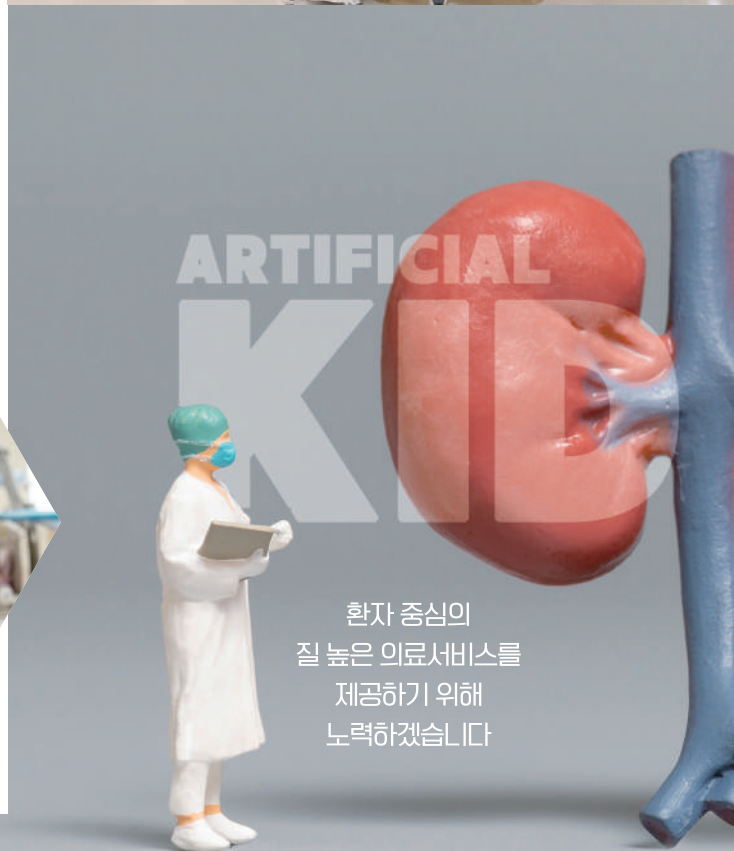
흔히 콩팥이라고 불리는 신장은 혈액 속 노폐물을 걸러 소변으로 배출 시키며 혈압이나 혈액 속 전해질 농도 등을 조절합니다. 신장이 제 기능을 못하게 되면 몸 안에 노폐물이 쌓여서 신체의 여러 가지 기능이 제대로 수행되지 않는데 이를 신부전증이라고 합니다. 특히 만성 신부전은 신장 기능이 오랜 시간에 걸쳐 서서히 나빠져서 회복이 어렵고 식이요법, 약물치료 등으로 신장 기능이 더 이상 나빠지지 않게 조절하거나 혈액투석, 신장이식 등을 받아야 합니다.

좋은삼선병원 인공신장센터는 만성신부전 등으로 투석을 요하는 지역 환자가 증가함에 따라 투석장비 16대를 추가 도입하였습니다. 또한 투석 환자의 치료 만족도 향상을 위해 최신 혈액 투석장비와 정수시설을 도입하고 개인별 병상 TV를 설치하였으며, 격리 투석실을 별도로 마련하는 등 투석환자의 감염예방에도 신경을 기울이고 있습니다.

이용성 병원장은 “초고효율 투석필터 사용 가능한 최고의 정수시설과 신소재 PEX 배관의 시공을 통해 감염으로부터 환자 안전을 보장할 수 있으며 환자분들이 오래 머무는 공간인 만큼 보다 쾌적하고 편안한 환경 속에서 투석치료를 받으실 수 있을 것으로 기대한다”고 전하였습니다.

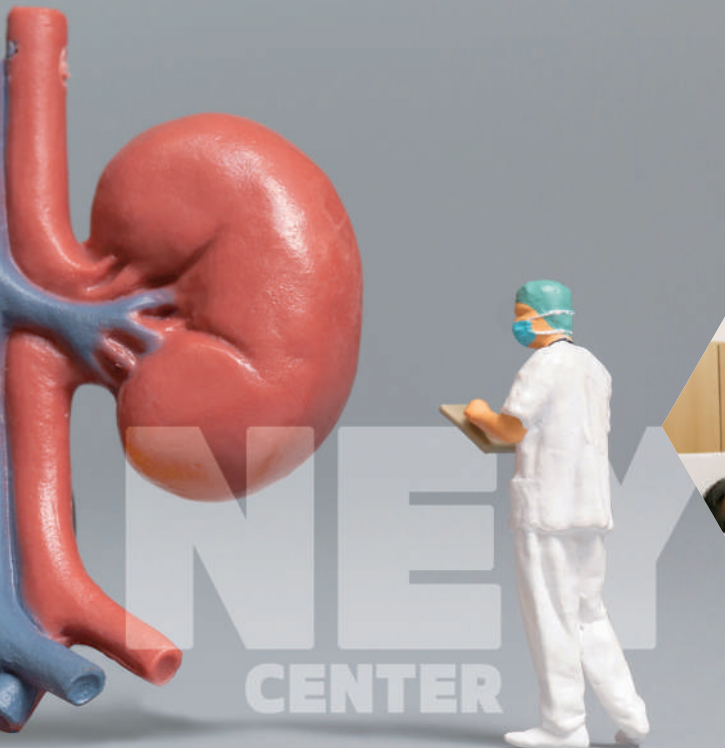


**GOOD  
SAMSUN  
HOSPITAL**



환자 중심의  
질 높은 의료서비스를  
제공하기 위해  
노력하겠습니다





## 좋은강안병원 인공신장센터 확장

- 쾌적한 환경에서 응급 투석 24시간 가능
- 유기적인 협진 시스템 구축

좋은강안병원 인공신장센터는 신부전증 환자를 위한 최적의 투석환경을 제공하고자 기존 본관에 이어 신관에도 확장 오픈을 하였습니다. 본관 6층 인공신장센터 37병상과 함께 신관 3층에 추가적으로 27병상을 개설하여 더욱 더 쾌적하고 안락한 공간으로 확장 운영 중입니다.

좋은강안병원 인공신장센터에서는 고효율 혈액투석 필터 테라노바 (Teranova)를 사용하여 중분자 물질을 효과적으로 제거할 수 있습니다. 투석 효율 및 혈액의 안전성을 최우선으로 고려한 최신 혈액 투석기인 Artis Physio를 사용하여 투석 중 저혈압 발생빈도를 줄여 심혈관계에 미치는 스트레스를 감소시켜 투석환자의 치료 만족도 향상을 높이고 있습니다.

신장내과 전문의와 혈액투석 전담간호사로 이루어진 의료진이 가족과 같은 마음으로 환자들의 상태를 면밀히 관찰하며 돌보고 있으며 혈관 외과, 심장내과, 신경과, 재활의학과, 정형외과 등 우수한 본관 의료진들과의 유기적인 협진 시스템을 구축하여 투석환자들의 삶의 질 향상을 위해 지속적인 연구를 진행하고 있습니다.



**GOOD  
GANG-AN  
HOSPITAL**

**NEY  
CENTER**

## 좋은삼선병원 개원 26주년



좋은삼선병원은 지난 5월 20일(목) 오전 8시, 신관 대강당에서 ‘개원 26주년 기념식’을 개최하였습니다. 이날 기념식에는 구정회 이사장과 이용성 병원장을 비롯한 임직원이 참석한 가운데, 10년 장기근속자와 모범직원에게 대한 시상식이 이루어졌습니다. 올해는 코로나19로 인하여 사회적 거리두기를 지키기 위해 최소 인원이 참석하였습니다.

구정회 이사장은 “26년과 함께 해 주셔서 감사하다. 또한, 26년이라는 시간의 고마움과 26년을 살아온 시간을 되돌아 보는 반성의 시간이 되었으면 한다. 다시 한 번 환자, 동료, 후배 등 26년의 깊은 사랑과 헌신에 감사드리며 감사를 은혜로 갚는 성찰의 시간이 되길 바란다”고 전하였습니다.



좋은강안병원은 지난 4월 16일(금) 오전 8시, 본관 지하 4층 강당에서 ‘개원 16주년 기념식’을 가졌습니다.

기념식에는 사회적 거리두기 기준에 따라 최소한의 주요보직자들이 참석하였으며, 장기근속자(10년) 및 모범직원에게 대한 시상 후 서우영 병원장 기념사, 구정회 이사장 격려사 순으로 진행되었습니다.

격려사를 통해 구정회 이사장은 “뜻깊은 개원기념식에 많은 분들이 참석하지는 못했지만, 주어진 환경에서 어떻게 슬기롭게 극복해 나가느냐가 우리의 책무이다. 장기근속 및 모범상을 받은 직원들에게 깊은 감사드리고, 보다 나은 내일을 위해 지난날 우리의 언행에서 부족한 부분을 찾고 준비하자”고 전하였습니다.



## 좋은강안병원 개원 16주년





## 좋은병원들 호흡기 질환 진료 잘하는 병원

좋은병원들(좋은문화·삼선·강안병원)은 건강보험심사평가원이 발표한 천식(7차)·만성폐쇄성폐질환(COPD, 6차) 적정성 평가 결과 4년 연속 최고 등급인 우수·1등급을 획득하였습니다.

만성폐쇄성폐질환에서는 ▲ 폐기능검사 시행률 ▲ 지속방문 환자비율 ▲ 흡입기관 확장제 처방 비율 등에서 1등급을 획득하였고, 천식에서도 ▲ 지속방문 환자비율 ▲ ICS(흡입형 스테로이드)처방환자 비율 ▲ 필수약제 처방 환자비율 등에서 우수한 성적을 거두었습니다.

대표적인 호흡기질환인 천식과 만성폐쇄성폐질환(COPD)에 대한 적정성 평가는 호흡기 질환 환자관리의 질 향상을 도모하여, 질병 악화와 입원을 예방하고자 실시하고 있습니다.

2019년 국민건강영양조사(질병관리청)에 따르면, 40세 이상의 만성폐쇄성폐질환 유병률은 12.7%, 19세 이상의 천식 이상 진단경험률은 3.2%에 달하는 것으로 나타났습니다.

이번 평가는 해당 질환을 이용하는 전체 의료기관을 대상으로 진행되었으며, 천식은 2019년 7월부터 2020년 6월까지, 만성폐쇄성폐질환은 2019년 5월에서 2020년 4월까지의 기간의 진료분으로 평가가 이루어졌습니다.

천식  
적정성평가  
4년 연속  
우수



만성폐쇄성폐질환  
적정성평가  
4년 연속  
1등급

# 좋은병원들 2020년 신규간호사 돌잔치



좋은병원들 간호부는 지난 6월, 2020년 입사해 첫돌을 맞이한 간호사들을 대상으로 돌잔치 행사를 개최하였습니다.

이번 행사는 각 병원별로 감사장 및 선물전달식, 돌잡이 이벤트, 부서별 롤링페이퍼, 나에게 쓰는 편지 낭독 순으로 진행되었으며, 공식 행사 이후에는 저녁을 함께 하며 뜻깊은 시간을 가졌습니다.

좋은삼선병원 여종선 간호과장은 격려사를 통해 “2020년 봄, 사회에 첫 발을 딛고 긴장 속에 좋은삼선병원에 처음 입사하여 처음 입어 본 간호복이 어색해 옷 매무새를 몇 번이고 가다듬던 그 손길들이 지금은 제법 익숙해져 각자의 위치에서 열심히 일하는 좋은삼선인으로 성장하여 기특하고 자랑스럽다”며 1년을 잘 지내온 간호사들에게 축하의 말을 전하였습니다.





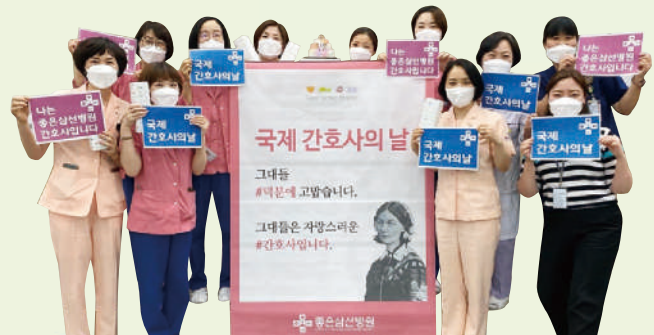
# 좋은병원들 국제 간호사의 날 행사

좋은병원들 간호부는 지난 5월, 국제 간호사의 날을 기념하기 위해 간호사들을 대상으로 뜻깊은 행사를 진행하였습니다.

‘국제 간호사의 날’은 1971년 아일랜드 더블린에서 개최된 국제간호사협회의 대표자회의에서 세계 각국의 간호사들의 사회공헌을 기리기 위해 지정된 기념일로, 영국의 간호사 플로렌스 나이팅게일의 탄생을 기념하여 5월 12일에 제정되었습니다.

이번 행사는 코로나19로 인해 소수의 인원만 참여하여 행사를 진행하였으며, 간호부에서 준비한 선물과 기념 촬영을 통해 간소하게 이루어졌습니다.

좋은병원들은 신규 간호사 퇴사율 0%를 목표로 신규 간호사 돌잔치 행사, 신규 간호사 부모님 초청 행사, 우수 직원 해외연수 실시 등 간호사들의 근무여건 개선을 위해 다양한 노력들을 펼치고 있습니다.





## 세계적으로 흔한 감염성 질환 중 하나인 헬리코박터 파일로리균



**구자준**

좋은문화병원  
소화기내과 과장

**전문 진료 분야**

소화기 내과(위·대장 내시경)  
소화기계질환(식도, 위, 십이지장, 소장, 대장), 간담도질환

**진료 예약 및 상담**

051-630-0879

**진료일정**

	월	화	수	목	금	토
오전	내시경	진료	내시경	진료	내시경	진료
오후	진료	내시경	진료		진료	

\* 매달 셋째주 토요일 휴진(진료 일정표는 주 단위로 업데이트 됩니다.)



직장인 A씨(35세)는 최근 소화불량과 상복부 불편감 등의 소화기 증상이 잦아졌다. 단순 과식과 음주로 인한 것이라 생각하고 식습관을 바꿔 보기도 했지만 증상에 호전이 보이지 않자 고민 끝에 병원으로 내원하게 되었고 의사의 권유에 따라 위내시경 검사를 받아 보기로 한다. 그리고 일주일 뒤, 위내시경 검사 결과 위와 십이지장에 경증의 궤양이 확인된 것과 더불어 A씨를 더욱 충격에 빠트린 사실은 조직검사서서 헬리코박터균 파일로리균이 확인됐다는 것이었다.



헬리코박터 파일로리균(이하 헬리코박터균)은 위상피세포와 점액층 사이에 살고 있는 세균으로 우리나라 성인의 50% 정도가 감염되어 있습니다. 헬리코박터 감염은 세계적으로 흔한 감염성 질환 중 하나이며 대부분 비위생적인 생활환경, 불결한 음식 및 음료, 감염된 사람의 위 내용물에 노출 시 감염될 수 있습니다. 우리나라의 경우 부모님 입에 넣었던 음식을 아이에게 주거나 국, 찌개 등을 같이 떠먹는 식습관으로 쉽게 감염이 될 수 있습니다. 주로 여성에 비해 남성에서 감염률이 더 높으며 실제 위생이 좋은 선진국에서는 감염률이 매우 낮으나 후진국이나 개발도상국에서는 감염률이 높게 나타납니다. 우리나라는 1998년 66.9% 감염률에서 2005년 59.6%, 2016~2017년 43.9%로 위생상태가 호전됨에 따라 점차 감소 추세를 보이고 있습니다.



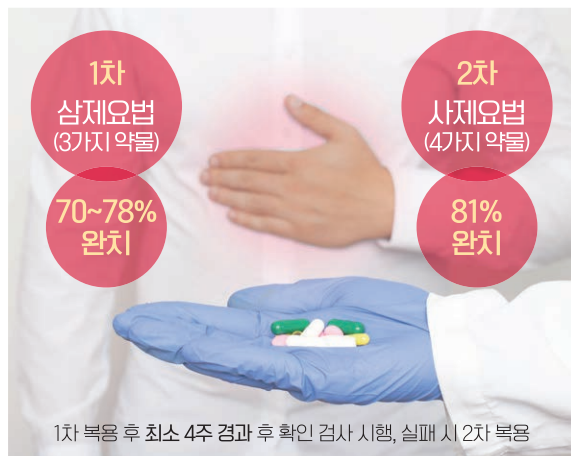
• 헬리코박터균의 증상



• 위궤양과 헬리코박터균



• 제균치료



1 — 헬리코박터균 증상 알아보기 —



헬리코박터균에 감염이 되었을 때 감염된 사람의 대부분은 아무런 증상도 나타나지 않습니다. 하지만 일단 감염이 되면 지속적으로 만성 위염을 나타내며 일부에서는 복통, 구역, 식욕부진, 상복부 불편감, 소화장애 등의 증상으로 표현되기도 합니다. 다른 외적 요인과 더불어 위궤양 및 십이지장궤양과 같은 소화성 궤양이 발생할 수 있으며 정상인에 비해 위암 발생의 위험도가 2~3배 정도 높아집니다.

2 — 헬리코박터균 진단 및 검사 방법 —



헬리코박터균 감염을 진단하는 방법으로 내시경을 이용하는 방법과 내시경 없이 검사하는 방법이 있습니다. 내시경을 이용하는 방법은 내시경 검사를 할 때 조직을 채취하여 검사하는 방법이며 빠른 결과를 얻을 수 있는 신속 요소분해효소 검사(rapid urease test, CLO test)와 조직을 직접 확인하고 염색하여 검사하는 조직검사, 조직배양검사, PCR 검사 등이 있습니다. 내시경 없이 검사하는 방법은 호흡을 통해 검사하는 요소호기검사(urea breath test, UBT), 혈액검사를 통한 혈청학적 검사, 대변을 통한 검사 등이 있습니다. 병원에서는 주로 CLO 검사와 조직검사, UBT 검사, 혈청학적 검사 등을 이용하여 검사를 진행합니다.

3 — 치료방법 —



헬리코박터균 감염이 저절로 치료되는 일은 없습니다. 건강보조식품으로 치료는 불가능하며 항생제 치료 없이는 해결되지 않습니다. 치료는 1차 제균 치료로서 3가지 약물을 사용하는 삼제요법으로 7일에서 14일간 투약하여 제균 요법을 시행하며 70~78% 정도 완치가 됩니다. 치료 후 역류성 식도염약 복용은 치료 확인 검사 결과에 영향을 미치기 때문에 복용을 중단해야 합니다. 제균 치료약 복용 후 최소 4주 경과한 후에 제균 치료 확인 검사를 시행하여 치료여부를 확인합니다. 만약 치료가 실패한 경우 2차 제균 치료를 시행하며 4가지 약물을 사용하는 사제요법으로 14일간 투약하여 제균 치료를 시행합니다. 완치율은 81%입니다. 복부 불편감, 소화장애 등과 같은 여러가지 소화기 증상이 발생할 경우 전문의와 상담 후 필요 시 내시경 검사 및 다양한 검사를 통해 정확한 진단을 받는 것이 중요합니다. 모든 질병은 정확한 진단에서 효과적인 치료가 가능하기 때문입니다.



## 갑자기 일어났을 때 어지럽다면? 기립성 저혈압 의심해봐야



### 조기용

좋은삼선병원  
신경과 과장

#### 전문 진료 분야

뇌졸중, 치매, 말초신경질환, 두통, 어지럼증

#### 진료 예약 및 상담

051-310-9360

#### 진료일정

	월	화	수	목	금	토
오전	진료	진료	진료	진료	진료	격주
오후	진료	진료		진료	진료	

\* 학회 참석 등으로 일정이 변경될 수 있으니, 이점 양해 부탁드립니다.



여름철이 되면 어지럼증으로 병원에 오시는 환자분들이 더 많아 집니다. 실내에서 에어컨 바람을 많이 쐬어서 생긴 냉방병이나 휴가철에 실외 활동이 많아지면서 더위를 먹었다고 생각하시는 경우가 많지만 여름에 특히 어지럼증이 많아지는 이유는 기온이 높아지면서 땀을 많이 흘리게 되고, 체내의 열을 발산하기 위해 혈관이 팽창하는 것과 연관이 있습니다. 최근에는 코로나19로 실 내에서 생활하는 시간이 많아지면서 장시간 앉거나 누워 있다가 일어날 때 어지럼증이 발생하여 병원을 찾는 환자분들이 늘고 있습니다. 앉아 있다가 일어나거나, 누워 있다가 일어날 때 쓰러질 것 같은 어지럼증이 수초에서 수분간 반복적으로 생긴다면 기립성 저혈압을 의심해봐야 합니다.

### 1 기립성 저혈압이란?

오랫동안 쪼그리고 앉아 있다가 일어났을 때 1~2초 정도로 짧게 지속되는 어지럼증을 많은 분들이 경험해 보셨을 겁니다. 쪼그리고 앉아 있을 때는 다리 쪽으로 가는 혈류량이 줄어들고 상대적으로 배 위쪽으로 가는 혈류량이 증가하게 됩니다. 그 상태에서 갑자기 일어서게 되면 순간적으로 많은 양의 혈액이 다리로 내려가게 되고 상대적으로 심장과 뇌로 가는 혈액량이 줄어들게 됩니다. 이때 우리 몸의 자율신경계는 이러한 변화를 감지하고 심장박동수를 늘리면서 심장의 수축력을 증가시키고, 말초의 혈관을 수축시켜서 혈압이 유지되도록 조절합니다. 하지만 이런 자율신경계의 조절에 장애가 생기거나 몸의 체액량이 줄어든 상태에서는 혈압 유지가 어렵고 그 결과 어지럼증을 느끼게 되는데 이를 기립성 저혈압이라고 합니다.



## 2 기립성 저혈압의 증상

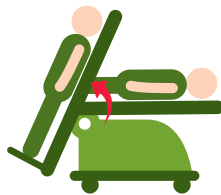
갑작스러운 자세 변화가 있을 때 또는 자세 변화 후 수 분 동안 서 있는 자세가 지속될 때 수초 간의 어지럼증, 두통, 식은땀, 걸을 때 몸이 붕 뜨는 느낌, 구역감, 소화불량 등의 증상이 나타날 수 있습니다. 심한 경우에는 눈앞이 뿌옇게 흐려지거나 깜깜하게 보이고 피로감, 전신무력감이 동반되면서 쓰러질 것 같은 느낌이 들며 실제로 의식을 잃고 쓰러지는 경우도 있습니다.

## 3 기립성 저혈압의 원인

기립성 저혈압의 원인은 매우 다양합니다. 노화의 결과로 발생할 수 있으며 나이가 들어감에 따라 발생 빈도가 증가하여 65세 이상 인구의 20%에서까지 발생하는 것으로 알려져 있습니다. 고령일 수록 고혈압, 당뇨병과 같은 성인병의 유병률이 높아지고 자율신경계의 반응이 느리고 탈수도 빠르게 진행되어 기립성 저혈압의 발생 빈도가 높아집니다. 하지만 건강한 젊은 사람도 심하게 땀을 흘리거나 식이 및 수분 섭취를 충분히 하지 못할 때, 과로나 과음을 하였을 때 발생할 수 있습니다. 또한 화상, 출혈, 심한 설사와 구토 등으로 인해 인체에 필요한 혈액량이 부족한 경우와 심근염, 부정맥, 심근경색, 대동맥 협착 등 심장기능이 저하되는 경우에도 발생할 수 있습니다. 약제에 의해 발생하는 경우도 흔하며 이뇨제, 혈압강하제, 안정제, 전립선비대증 약물이 대표적인 원인 약물로 알려져 있습니다. 자율신경계 장애가 동반되는 질환에서도 기립성 저혈압이 발생할 수 있는데 이러한 질환에는 당뇨병, 파킨슨병, 뇌졸중(뇌경색, 뇌출혈), 말초신경병증(요독증, 비타민 결핍증, 만성알코올 중독) 등이 있습니다.

## 4 기립성 저혈압의 검사 방법

기립성 저혈압은 기립 검사 테이블 검사(Tilt table test)를 통해 진단할 수 있습니다. 먼저 누운 자세에서 안정 시 혈압을 측정하고 이후 환자를 빠르게 일으켜 세워 매 분마다 혈압을 측정합니다. 누워 있을 때 보다 기립 시의 혈압이 수축기 혈압 기준 20mmHg, 이완기 혈압 기준 10mmHg 이상 떨어지면 기립성 저혈압으로 진단하고 떨어지는 정도에 따라 경도, 중등도, 고도로 구분합니다. 보통 기립 3분 이내에 혈압 저하가 관찰되는 경우가 많고 지연성으로 30분 이내에 나타나는 경우도 있습니다. 빈혈, 전해질 불균형 여부를 확인하기 위해 혈액검사를 시행하거나 필요에 따라 심전도, 심장초음파 검사 등을 함께 시행합니다.









## 5 기립성 저혈압의 치료

체액량의 부족으로 어지럼증이 발생한 경우에는 적절한 수액 보충이 필요합니다. 심장기능이 저하된 경우에는 원인질환에 대한 치료가 우선되어야 하며 심장기능을 향상시켜 줄 수 있는 약물의 투여를 고려해야 합니다. 최근 복용하기 시작하거나 변경된 약제가 원인으로 의심될 때에는 처방의사와 약제의 변경 및 중단에 대해 상의해 보아야 합니다. 자율신경장애로 인한 경우 원인질환의 치료 및 혈압을 상승시켜주는 약물(미도드린, 피리도스티그민, 플루드로코티손)의 복용을 고려할 수 있습니다.

## 6 기립성 저혈압의 예방

더운 날씨에는 야외 활동을 줄이고 규칙적인 식사, 하루 2L 정도의 수분 및 적절한 염분을 섭취해야 합니다. 장시간 쪼그려 앉아 있거나 갑작스럽게 일어나는 행동을 피하고 침대에서 일어날 때에도 1분 정도에 걸쳐 천천히 일어나는 것이 좋습니다. 목욕탕에서 온탕과 냉탕을 오가는 등 심한 온도차이에 노출되는 상황을 피해야 하고 뜨거운 물로 오랫동안 샤워를 하거나 사우나에 오랫동안 머무는 것도 좋지 않습니다. 장시간 서 있어야 하는 경우 압박스타킹을 착용하는 것이 도움이 되며, 알코올은 혈관을 확장시킬 수 있으므로 과음을 피해야 합니다. 취침 시 머리를 15~20도 정도 올리고 자는 것이 이른 아침 발생하는 저혈압 증상 예방에 효과적입니다. 기립성 저혈압으로 인해 심한 어지럼증이 발생할 때는 다시 쪼그려 앉은 자세를 취하거나 눕는 것이 증상의 호전이나 넘어지면서 발생할 수 있는 이차적 외상의 예방에도 도움이 됩니다.

-  약 2L 수분과 충분한 염분을 섭취합니다.
-  갑작스럽게 일어나는 것을 피하고 한번씩 쉬면서 천천히 일어납니다.
-  온탕과 냉탕을 오가거나 사우나에 오랫동안 머물지 않습니다.
-  장시간 서 있어야 할 경우 다리 정맥혈의 정체를 예방하기 위해 압박스타킹을 착용합니다.
-  과음을 피해야 합니다.
-  취침 시 머리를 15~20도 정도 올립니다.



# 심각한 질병의 신호?! 빈혈



## 주영돈

좋은강안병원  
암센터·종양혈액내과 부원장

### 전문 진료 분야

[고형질환] 고형종양의 항암화학요법 및 항암표적치료  
위, 대장, 간, 유방, 폐, 자궁, 두경부, 전이암, 체담도  
비뇨기암, 부인암, 피부암

[혈액질환] 혈액질환의 진단 및 치료

급/만성 백혈병, 악성림프종, 골수이형성증후군, 다발성 골수증  
재생 불량성 빈혈 및 기타 일반혈액질환(백혈구, 혈소판, 빈혈 관련)  
조혈모세포이식술

### 진료 예약 및 상담

051-933-8704

### 진료일정

	월	화	수	목	금	토
오전	진료	진료	진료	진료	진료	격주
오후	진료	진료	진료		진료	

\* 학회참석이나 연수 등으로 일정이 변경될 수 있으므로, 전화문의 후 방문하여 주시기 바랍니다.

날씨가 더워지면 어지럼증을 호소하는 사람들이 늘어납니다. 무더위로 인한 체력 저하, 여름철 무리한 다이어트로 인해 빈혈이 나타나기도 합니다. 많은 사람들이 어지러운 증상을 무조건 단순 빈혈로 착각하여 철분제를 복용하기 쉬운데, 이런 단순빈혈이 사실 우리 몸속의 심각한 질환을 앓고 있는 신호탄이 될 수 있습니다.

### 빈혈은 왜 발생할까요?

빈혈은 말 그대로 ‘피가 부족하다’를 뜻하며, 여기서 피는 적혈구를 말합니다. 산소를 운반하는 혈액세포인 적혈구가 부족하면 빈혈 증상이 나타나게 되는데, 보통 가장 흔하게 알고 계시는 빈혈은 ‘출혈에 의한 철분 결핍’이 원인이 됩니다. 그 외에도 골수에서 적혈구 생성이 되지 않거나 적혈구가 혈액 내에서 많이 파괴가 될 경우, 또는 신부전이나 심부전 등과 같은 만성질환을 앓고 있는 경우에도 빈혈을 동반 할 수 있습니다.

빈혈은 증상에 따라 종류도 다양합니다. 대부분이 ‘머리가 어지럽다’라고 흔하게 느끼시는 **철 결핍성 빈혈(단순빈혈)**부터 골수의 기능이 현저히 떨어져 피를 생산해내지 못해 생기는 **재생불량성빈혈(악성빈혈)**, 비타민, 엽산이 부족하거나 드물게는 골수형성이상증후군으로 인해 적혈구의 모양이 크게 나타나는 **거대아구성빈혈**, 적혈구 막에 이상이 생겨 나타나는 **용혈성 빈혈** 등이 있습니다.

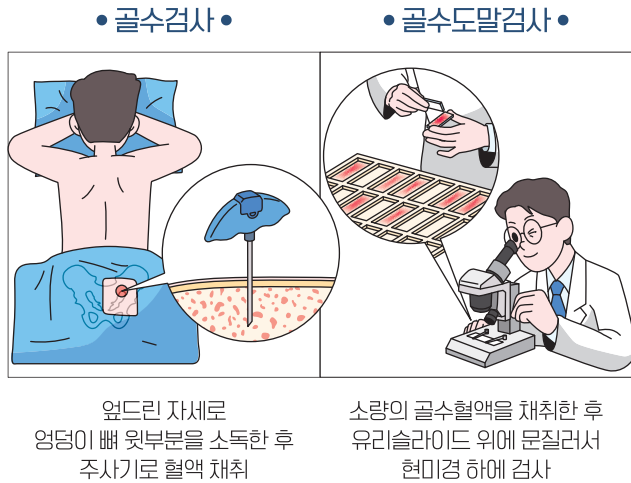
### 빈혈의 증상은 어떤 것이 있나요?

빈혈이 나타날 경우 피부가 창백해지거나 두통, 현기증, 호흡곤란 및 빈맥, 식욕부진, 구토 등이 나타날 수 있으며, 철 결핍성 빈혈의 경우 손톱이 납작해지는 증상이 보일 수 있습니다. 이렇게 빈혈의 근본적인 증상이 나타나는 기저는 ‘저산소증’으로, 적혈구로 인한 산소운반 능력이 떨어짐으로써 우리 몸에 필요로 하는 산소가 체내에 공급되지 않아 증상이 나타나게 됩니다. 체내에 비타민B12 부족으로 빈혈이 생길 경우에는 입맛이 떨어지고 입 안의 혀가 부풀어 오르며 혀의 색이 붉게 나타나기도 합니다.

### 빈혈은 어떻게 진단하나요?

빈혈은 단순혈액검사(CBC)를 통해 혈액 내 적혈구 수치(헤모글로빈 농도)로 진단이 가능합니다. 남성 성인의 경우 헤모글로빈 농도가 13g/dl, 여자 성인의 경우 12g/dl 이하인 경우 빈혈로 진단합니다. 빈혈을 진단받게 되면 빈혈의 원인이 될 만한 병력이 있는지 확인하고, 출혈질환이 의심되면 산부인과 진찰, 대장내시경, 복부 CT등의 검사를 진행합니다.

아주 드물긴 하지만 재생불량성빈혈이 의심이 되면 골수검사와 골수도말검사를 진행하기도 하며, 피가 많이 파괴되는 용혈성빈혈의 경우에는 이상형태검사를 진행합니다.



아주 사소한 빈혈이더라도 원인에 대한 부분을 명확하게 밝혀 내어 위중한 질병을 예방하기 위해 반드시 병원에 방문하여 빈혈 검사를 받으시는 것을 권장합니다.

**빈혈이 주는 경고?**

어지럼증, 호흡곤란 및 빈맥, 두통 등 본인이 증상을 느낄 정도라면 몸에 이상이 있다는 것입니다. 단순한 빈혈은 치료가 어렵지 않지만, 숨어있는 질환으로 인한 빈혈은 근본적인 원인이 되는 질환을 치료하지 않고 빈혈만 교정하는 경우 진단이 늦어져 굉장히 위험해 질 수 있습니다. 그렇기 때문에 아무리 경증의 빈혈이 있다 하더라도 숨어있는 빈혈의 원인에 대해 반드시 확인해 보시는 것이 필요합니다.

빈혈의 가장 큰 원인은 출혈이라고 앞서 말씀드렸듯이, 가임기 여성의 경우는 생리의 양에 따라 충분히 빈혈이 올 수 있습니다. 하지만 폐경 이후의 여성이나 중년 남성에게 철분결핍성 빈혈이 발생하는 경우 우선 치질, 위·십이지장궤양, 위암, 대장암 등으로 인한 ‘위장관 출혈’을 의심해봐야 합니다. 빈혈은 위암, 대장암 환자에게 가장 먼저 나타나는 증상이므로 암 검사를 진행하도록 권고하고 있습니다.

그 외에도 젊은 여성에게서 생리기간이 짧아지거나 생리량이 과도하게 많아지는 경우, 폐경을 맞이한 여성에게 갑자기 생리가 시작되는 경우 자궁근종(물혹)을 의심해 볼 수 있습니다.

**빈혈의 치료방법은?**

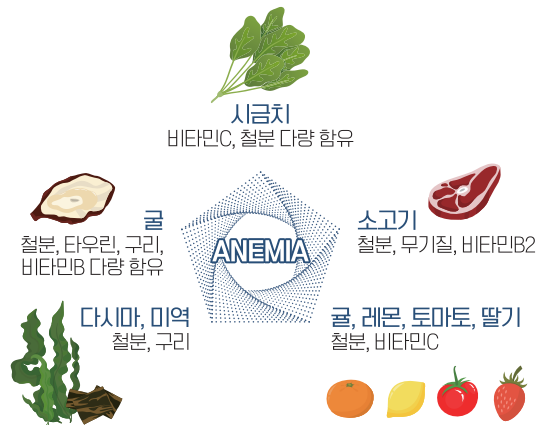
빈혈의 치료는 대증적 치료(경증치료)와 원인적 치료(중증치료)로 나눌 수 있습니다. 헤모글로빈 수치가 8g/dl 이하가 되면 빈혈의 증상이 나타나게 되는데, 대증적 치료는 적혈구를 만드는 원료인 철분과 비타민B12, 엽산 등을 보충하거나 수혈을 시행함으로써 빈혈에서 오는 전신 쇠약감을 예방합니다. 과도한 수혈은 면역 반응 등으로 수혈에 대한 저항성을 유발할 수 있기 때문에 전문가를 통해서 필요한 경우에 한정적으로 시행해야 합니다.

원인적 치료는 빈혈이 일어나는 근본적인 질환을 치료하는 것을 말합니다. 조혈모세포가 부족하여 나타나는 재생불량성 빈혈의 경우, 파괴된 모세포를 회복시켜주는 골수이식이나 면역억제제를 통해 치료를 진행합니다. 골수이식의 경우 형제 이식을 받을 때 2년 생존율이 70~90%까지 보고됩니다. 면역억제요법은 항림프구 글로불린 주사 및 사이클로스포린A를 통해 치료하며, 2년 생존율이 60~80%로 보고되지만 면역억제제를 중단하게 되면 재발될 가능성이 있기 때문에 꾸준히 치료를 받아야 합니다. 재생 불량성빈혈이거나 용혈성 빈혈의 경우에는 세부적인 검사나 조직화된 관리가 필요하며, 중앙혈액내과 전문의를 통해 진료가 꼭 필요합니다.

**빈혈을 예방하는 식습관?**

빈혈의 대부분은 철분이 부족한 경우가 많습니다. 육류와 생선은 물론 곡류, 과일, 야채, 달걀 등에도 철이 많이 들어있으므로 음식을 골고루 먹는 것이 좋습니다. 비타민 C는 철의 흡수를 촉진하므로 신선한 야채를 충분히 먹는 것이 좋지만 섬유질이 많은 음식, 칼슘, 제산제 등은 철이 흡수되는 것을 방해하므로 지나치게 먹지 않도록 합니다.

**• 빈혈에 좋은 음식 BEST 5 •**







# 관절 마디가 뻐뻐, 류마티스 관절염



**정창운**

좋은삼정병원  
정형외과 과장

**전문 진료 분야**

어깨 관절경 수술, 무릎 관절경 수술, 스포츠 손상  
퇴행성 관절염 치료, 인공관절 치환술, 통증치료

**진료 예약 및 상담**

052-220-7549

**진료일정**

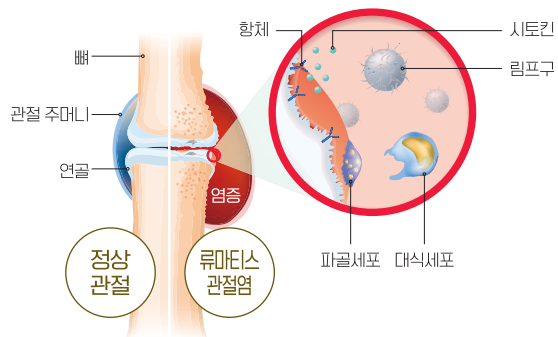
	월	화	수	목	금	토
오전	진료	진료	진료	진료	진료	진료
오후	진료	수술	진료	수술	진료	

\* 학회 참석 등으로 일정이 변경될 수 있으니, 이점 양해 부탁드립니다.

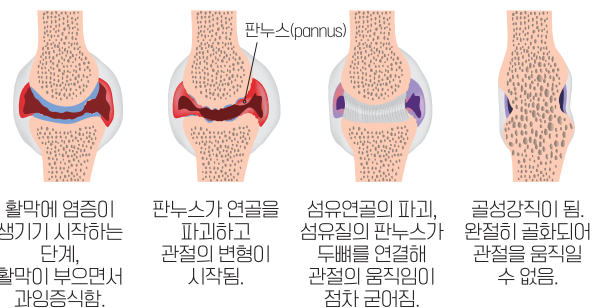
## 류마티스 관절염이란?

류마티스 관절염은 손가락과 손목, 발가락과 발목 등을 비롯한 여러 관절에서 염증이 나타나는 만성 질환입니다. 한 해 류마티스 관절염으로 치료받는 환자는 약 26만 명으로, 결합조직질환 중에서 가장 많이 나타나는 질환입니다. 원인은 외부로부터 인체를 지키는 면역계의 이상으로 오히려 자신의 인체를 공격하는 자가면역 현상이 주요기전으로 알려져 있습니다. 일반적으로는 유전적 소인, 세균이나 바이러스 감염 등이 류마티스 관절염의 원인으로 지목됩니다. 신체적, 정신적 스트레스를 받은 후 발병하기 쉽고 여성에게 좀 더 흔한 것으로 알려져 있습니다.

• 류마티스 관절염의 원인과 진행단계 •



1단계 → 2단계 → 3단계 → 4단계



## 원인과 증상

일반적으로 관절을 싸고 있는 활막에 염증이 생기면서 여러 종류의 백혈구들이 관절로 모여들게 되고, 그 결과 관절액이 증가하여 관절이 붓고 통증이 발생합니다. 이러한 염증이 지속되면 염증성 활막조직들이 점차 자라나면서 뼈와 연골을 용해해 관절의 변형을 유발하고, 관절운동의 장애가 발생하게 됩니다.

초기에는 피로감, 식욕부진, 전신쇠약감 등 애매한 증상이 먼저 나타날 수 있습니다. 특히 아침에 일어났을 때 관절이 뻣뻣해져 움직이기 힘들다가 시간이 한참 지나서 풀리는 조조강직 현상이 나타나게 됩니다. 이러한 증상은 수주에서 수개월에 걸쳐 지속 될 수 있습니다. 주된 관절 증상은 염증이 침범된 관절의 통증과 부종입니다. 진단에 중요한 증상은 퇴행성관절염과는 다르게 양측 손에서 대칭적으로 많이 발견됩니다.

류마티스 관절염은 손가락 중간 마디와 손가락이 시작되는 관절 부위를 잘 침범하고, 손가락 끝 마디의 관절은 잘 침범하지 않는 경향이 있습니다. 침범된 관절은 압통과 운동 범위의 제한이 나타나기도 합니다. 주먹이 완전히 쥐어지지 않는 경우도 많은데 이러한 증상은 진단뿐 아니라 질병의 활성도를 파악하는 데 도움이 됩니다.

무릎관절의 침범 역시 2/3 이상의 환자에서 나타나는 것으로 알려져 있습니다. 무릎의 부종과 압통이 있으며, 심하면 보행이 불편하고 굴곡과 신전이 되지 않을 수도 있습니다. 이외에도 팔꿈치, 발가락과 발목, 턱관절에도 염증이 침범할 수 있습니다. 척추관절은 보통 침범하지 않으나 경추 1번과 2번 사이에 염증이 발생할 수 있습니다. 류마티스 관절염은 관절 이외에도 여러 장기에 증상을 유발할 수 있습니다. 피하 결절은 팔꿈치, 손가락, 치골, 아킬레스건 등에 나타나는 딱딱한 결절입니다. 또한 빈혈이 잘 동반되는데 이는 관절의 염증 정도와 상관관계가 있습니다.

심장, 폐를 침범하거나 혈관염 등의 형태로 나타나면 병의 경과와 치료 결과가 나쁠 수 있습니다. 특히 장기간 염증을 조절하지 않고 방치하게 되면 이차적인 장기 부전을 가져올 수 있고, 림프종이 병발되는 경우도 드물게 있을 수 있습니다. 염증의 전신 침범의 증상으로는 발열, 전신쇠약감, 체중감소, 호흡곤란, 림프절 증대 등이 있습니다.

**진단 및 치료**

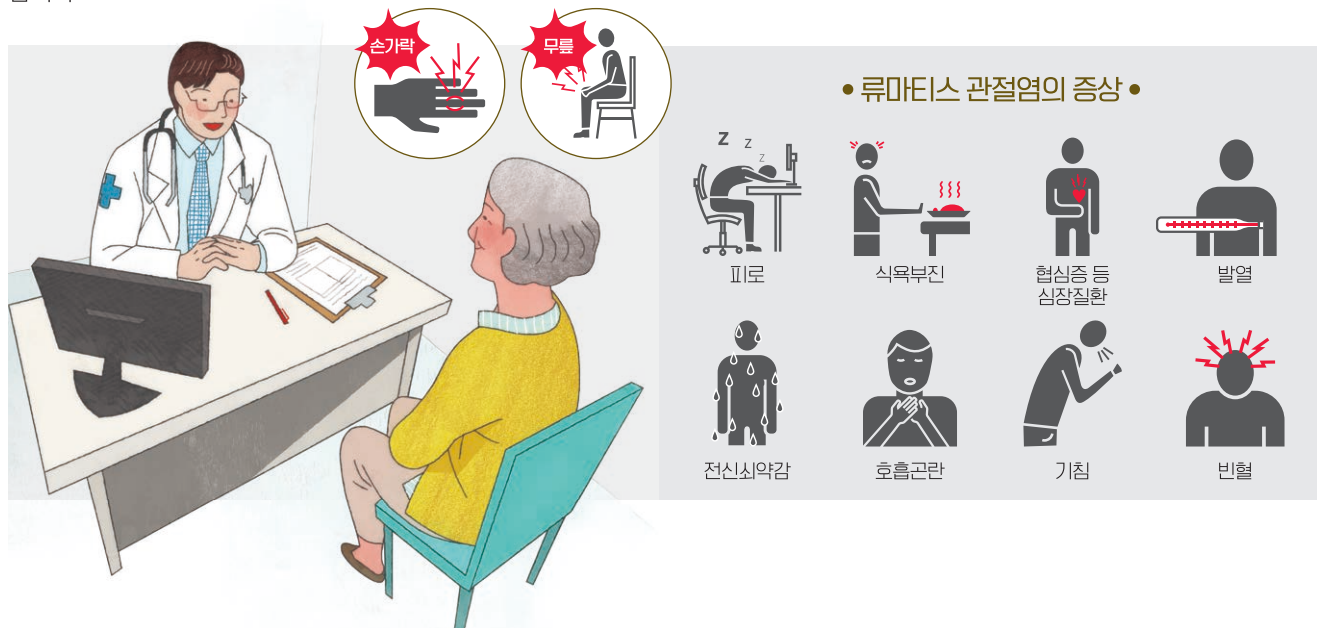
류마티스 관절염은 혈액검사를 통해 류마티스 인자나 항CCP 항체여부, 염증 수치의 증가, 방사선학적 징후 등을 종합 및 판단하여 진단을 내립니다.

류마티스 관절염은 눈이나 피부, 심장, 혈관, 폐 등의 다른 신체 부위를 침범해 여러 합병증으로 유발할 수 있어 초기에 적극적으로 치료 받는 것이 매우 중요합니다. 일반적으로 증상 발현 후 6개월 이내에 치료를 시작하면 예후도 좋고, 관절 변형을 막을 수 있어 조기 치료가 필요합니다.

류마티스 관절염을 치료하는 데는 다양한 약제가 사용됩니다. 항 류마티스 약제는 초기에 치료를 시작할수록 치료 결과가 좋기 때문에 조기진단 및 조기사용이 중요합니다. 최근에는 류마티스 관절염을 일으키는 대표적인 염증 물질인 TNF, IL-6 등을 차단하는 약제들, 면역세포들간의 상호작용을 조절하는 약제, 면역세포의 기능을 조절하는 약제들이 다양하게 개발되어 사용되고 있습니다. 이러한 약제들은 기존의 항류마티스약제에 반응하지 않는 류마티스 관절염에서 70% 이상 증상을 호전시키며, 기존 약제보다 효과가 빨리 나타나는 장점이 있습니다.

**경과 및 합병증**

류마티스 관절염은 치료하지 않으면 2년 이내에 돌이킬 수 없는 손상을 일으킬 수 있습니다. 관절에만 증상이 있는 환자의 수명은 일반인과 비슷하지만 폐, 심장, 혈관 등 주요장기를 침범한 경우 병의 경과와 치료 결과가 좋지 않아 수명이 단축될 수 있습니다.





GOOD SAMSUN x ORTHOPEDICS

# 무수혈, 무통증 정형외과 관절수술 좋은삼선병원 진흥기 과장



### 진료분야

어깨, 무릎, 관절 재생치료  
어깨, 무릎, 관절내시경  
무수혈, 무통증, 인공관절(무릎·어깨·엉덩이)  
스포츠 외상

### 약력

부산대학교 의과대학 졸업  
서울성모병원 정형외과 전임의 수료  
가톨릭대 서울성모병원 정형외과 임상강사  
근로복지공단 자문의사 (2019.5~)  
대한민국 항공회 자문의사 및 팀닥터 (2018.4~)  
대한패러글라이딩협회 자문의사 및 팀닥터 (2019.5~)

### 정형외과 진흥기 과장님, 자기소개 부탁드립니다.

안녕하세요 정형외과에서 근무중인 진흥기 과장입니다. 서울성모병원에서 전임강사로 지냈던 기간을 제외하면 2010년부터 좋은삼선병원에서 11년차 근무중입니다.

저는 서울에서 태어나 대학졸업까지 지낸 후 다시 의학공부를 부산대학교에서 시작하면서 2006년 처음 부산과 인연을 맺게 되었습니다. 개인적으로 저는 서울의 혼잡함 보다는 부산의 자연환경과 여유로움을 좋아합니다. 이제는 서울에 올라가면 불편하고 표준어도 어색하게 들리고 부산에 내려오면 마음이 편한걸 보니 부산이 고향이라는 생각이 듭니다.

### 정형외과 분야 중에 어떤 환자분들을 진료하시고 어떤 수술을 하시나요?

#### # 진료분야

정형외과 분야에서 견주관절(어깨, 팔꿈치)과 슬관절 질환을 주로 진료하고 있으며 스포츠의학센터에서 외상환자와 운동선수 진료도 병행하고 있습니다. 정형외과는 대부분 수술적 치료만 한다고 생각하실 수 있지만 제 환자분들의 70%이상은 비수술적인 치료를 시행하고 있습니다.

### 환자 진료나 수술에서 특화된 점이나 노하우가 있나요?

저의 특별한 점이라기 보다는 제가 중요하게 생각하고 환자분들의 만족도를 높이기 위해 노력하는 점에 대하여 소개하고자 합니다.



**# 1. 흉터와 통증은 작게 만족도는 높게**  
(관절경을 이용한 관절보존술로)

제가 주로 진료하는 어깨, 팔꿈치, 무릎 관절의 질환은 관절 내시경을 이용한 수술 방법으로 1cm크기의 삽입구만 절개하여 대부분의 수술이 이루어지며 절개가 필요한 수술도 관절경을 병행하여 절개범위를 최소화 시킴으로써 흉터와 통증과 출혈을 줄이고 빠른 재활을 시작할 수 있습니다.

**# 2. 무수혈 인공관절 수술**

(수술 전 빈혈교정/수술 중 출혈 최소화/수술 후 지혈과 혈구 생성촉진)

어깨, 무릎, 엉덩이 등 주요 관절의 인공관절 수술은 아직까지 수술범위가 크고 많은 출혈이 발생하며 대부분 고령환자분으로 빈혈이 동반되어 있는 경우도 많아 수술 후 수혈이 많이 이루어지고 있는 것이 현실입니다. 무수혈은 수술 후 감염을 50%이상 낮추고 수혈의 부작용을 줄일 수 있는 장점이 있습니다. 수술 전에는 혈액소 수치를 미리 높여 빈혈을 교정하고 수술 중에는 시간 단축과 출혈량을 최소화 시키며 수술 후에는 효과적인 지혈 및 빈혈 교정을 통해 무수혈 인공관절 수술을 시행하고 있습니다. 단일관절의 인공관절 수술은 90% 이상 무수혈로 진행하며 1주간격으로 이루어지는 양쪽 무릎의 인공관절 수술도 많은 환자에서 무수혈로 진행이 가능합니다.

**# 3. 무통증 수술 “수술하고 첫날 밤 잘 잤어요”**

수술 후 통증에 대한 두려움은 환자분들의 가장 큰 걱정거리이며 수술자체를 고민하게 만드는 주 원인입니다. 무통증 수술은 마취통증의학과 과장님들의 도움을 통해 효율적으로 시행하고 있습니다. 수술 전일 통증감소 약물처치 수술 전 마취통증의학과에서 수술부위에 해당하는 신경차단술을 시행하며 수술 중 국소 통증차단주사와 수술 후 무통주사를 포함한 통증관리를 통해 수술 후 가장 통증이 심한 초기 통증을 효율적으로 관리하고 있으며 “첫날 밤 통증 없이 잘 잤어요”라는 대답에 보람을 느끼곤 합니다. 인공관절뿐 아니라 골절이나 관절경 수술까지 간단한 수술을 제외하고 대부분의 수술에 적용하고 있어 수술 후 통증에 대한 걱정이 많이 해소되었습니다.



**병원 진료외에 팀닥터 활동을 병행하시는데 기억나는 일이나 에피소드가 있나요?**

**# 항공회 및 대한패러글라이딩협회 주치의 및 팀닥터**

취미생활로 패러글라이딩을 하면서 협회의 요청을 받아 2018년부터 팀닥터로 활동하고 있습니다. 국가대표선발전예 연 3~4회 의료지원을 하고 있으며 타지역에 계시는 많은 동호인분들과 국가대표선수분들도 부산까지 찾아 주셔서 보람을 느끼고 있습니다. 2018년에 국가대표 선수가 착륙 중 발생한 발목염좌를 타 병원에서 골절로 오진하여 아시안게임 출전자격이 상실될 뻔 한 경우가 있었는데 저희 병원에서 정밀검사 후 복귀하였고 결국 금메달을 목에 걸었던 일이 가장 기억에 남습니다.

**마지막으로 하고 싶은 말씀은?**

의사로서 저의 개인적인 노력도 중요하지만 저와 함께 일하고 도움을 주시는 과장님들과 외래, 병동, 수술실, 물리치료실 등 직원들의 도움으로 지금까지 잘 지내고 있다고 생각하며 감사의 말씀 전합니다. 요즘 코로나와 바쁜 업무로 인해 이전처럼 친밀한 관계가 없어 아쉽지만 서로 잘 의지하고 지냈으면 합니다. 부족한 글 읽어주셔서 감사합니다.

# 버피 뿌시기!

글. 최임락 좋은삼선병원 재활치료팀

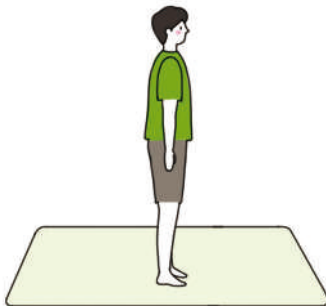
코로나 바이러스(Covid-19)로 인해 비대면 즉, 언택트(untact) 시대를 살아가고 있는 요즘 집에서 머무는 시간이 많아지고 야외 활동이 줄어들면서 몸을 움직이지 않아 근골격계 질환이 발생할 수 있습니다.

다가오는 여름을 준비하고, 몸을 깨울 수 있는 버피(burpee) 운동을 소개하고자 합니다. 체력테스트를 위해 만들어진 동작으로 짧은 시간 내에 엄청난 강도를 낼 수 있는 전신 운동입니다. 하체부터 상체까지 모두 사용되며, 심폐지구력 향상에도 도움을 주는 운동입니다.

모든 동작의 반복은 처음 30개로 시작하시고 숙련되시면 점차 횟수와 세트를 늘려가시면 됩니다.

## 1 슬로우 버피

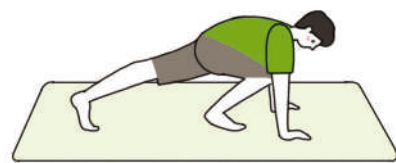
기본적인 자세로 초보자들도 쉽게 할 수 있는 동작입니다. 바로 선 자세에서 스쿼트 자세로 몸을 굽혀 바닥을 짚은 다음, 다리를 차례대로 뒤쪽으로 쭉 펴서 옆드려 뻗친 자세를 취합니다. 다시 다리를 차례대로 앞으로 당겨서 스쿼트 자세로 돌아간 후 일어납니다.



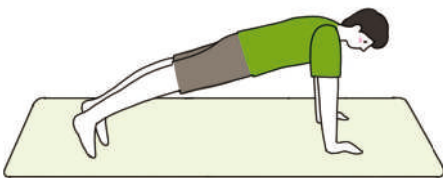
1



2



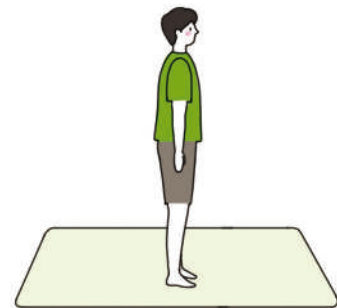
3



4



5



6

## 2 버피 (점프하지 않음)

슬로우버피와 다르게 양다리를 동시에 뻗어서 펴고, 동시에 앞으로 당겨서 실시합니다.



## 3 점프 버피

버피동작에서 마지막에 팔을 위로 들어주면서 점프로 마무리 합니다.



## 4 변형 버피

숙련자를 위한 동작으로 스탠다드 버피 동작에서 다리를 앞뒤로 5회 앞뒤로 반복한 다음, 점프로 마무리 합니다.





# 인터넷 건강상담 Q&A

www.goodhospital.or.kr

좋은병원들 홈페이지를 통하여 자주 올라오는 질문과 답변을 정리해 보았습니다. 건강관리나 질환에 대해 더 궁금하신 사항이 있으시면 각 병원 홈페이지로 접속하신 후 '건강상담' 코너에 질문을 작성하시면 전문의들이 자세하게 응답하여 드립니다.



좋은문화병원 ×



★ <http://www.moonhwa.or.kr>



산부인과  
**정이조** 과장이  
알려주는

## 시험관시술 Q&A



시험관 시술을 하면 무조건 쌍둥이가 생기나요?

**+**  
인공수정이나 시험관 시술이든 한다고 하여 무조건 쌍둥이가 생기는 것은 아니지만 생길 확률이 20~30% 올라가는 것은 사실입니다. 시험관 시술을 할 때는 적당한 개수의 난자를 채취하기 위해 과배란 유도를 하게 되고 이식할 때 보통 1~3개의 배아를 넣어줍니다. 이때 2개의 배아가 착상되면 쌍둥이가 되는 것이고 3개가 되면 세쌍둥이가 되는 것입니다. 자연적인 주기에서는 흔하게 생기는 것이 아니므로 주변에 시술을 하여 쌍둥이를 출산하게 되는 경우를 종종 보게 되는 것입니다.  
하지만 쌍둥이는 산모나 태아 모두에게 위험할 수 있으므로 현재 우리나라에서도 이를 줄이기 위해 시험관 시술 시 이식 가능한 배아의 개수를 제한하고 있습니다.

시술로 태어나는 아기들은 건강하나요?


**+**  
보조생식술로 태어난 아이들 중 간혹 미숙아로 태어나 합병증을 가지게 되는 경우도 있고, 질병이 생기는 경우도 있습니다. 하지만 이는 시술 자체의 문제보다는 부모의 연령대라든지 임신 중 질병, 난임이 근본적으로 오게된 원인과 관련성이 더 높은 것으로 보여집니다. 지금까지 발표된 연구를 종합해보면 보조생식술로 태어난 아이라고 해서 기형아, 유전병의 출산율이 높지 않으며, 지능이 떨어진다는 것 자체가 발달 과정의 문제도 자연임신으로 태어난 아기와 큰 차이가 없다고 말하고 있습니다. 따라서 자연적으로 아이를 가지지 못하는 부부는 충분히 시험관 시술을 시도해 볼 수 있습니다. 더불어 건강한 아이를 출산하기 위해 평소 건강한 몸을 만드는데 신경을 쓴다면 좋을 것 같습니다.

×
좋은삼선병원
×

◀ ▶
★ <http://www.samsun.or.kr>
⏶ ⏷

**소아청소년과 박순빈 과장이 알려주는**

소아의 성장평가 Q&A



**성장평가란 무엇인가요?**

**+** 소아의 가장 기본적인 특징은 성장하는 것으로 여러 복합적인 요소들로 인해서 정상적인 성장이 이루어 집니다. 만일 정상적 성장에서 벗어난다면 내분비 적인 혹은 비내분비적인 신체질환의 첫 번째 신호가 될 수 있어 정확한 성장의 평가는 소아의 진료에 있어서 대단히 중요하다고 할 수 있습니다.

**정상 소아의 성장은 어떤가요?**

**+** 보통 출생 후 성장을 주로 이야기하며, 영·유아기, 유년기, 사춘기 성장의 3단계로 나누어집니다. 영·유아기 성장은 출생 후 3세까지 1년에 10~20cm 급격히 자라나는 시기입니다. 3세 이후 사춘기 시작 전까지 유년기 동안에는 성장속도가 감소하여 1년에

평균 5~6cm 정도 자라나게 됩니다. 사춘기가 시작 되면 다시 급성장을 하게 되는데, 보통 남아가 여아 보다 2년 정도 늦게 사춘기가 시작합니다. 남아는 사춘기 동안 평균 25~30cm, 여아는 20~25cm 정도 자라게 됩니다.

**성장을 조절하는 요인은 어떤 것들이 있나요?**


**+** 부모의 키에 따른 유전으로 인해서 자녀의 신장이 결정됩니다. 만약 부모의 키차이가 많이 나는 경우 에는 어느 한쪽을 닮게 되는 경향이 있습니다. 영양도 각 시기마다 매우 중요한 영향을 미치며 전체적 열량도 중요하지만 단백질 공급이 필수적입니다. 그 외에는 만성 질병의 경우 성장 장애를 초래하며, 호르몬의 경우 성장인자의 합성 분비에 영향을 미침 으로서 성장을 조절합니다.

×
좋은강안병원
×

◀ ▶
★ <http://www.gang-an.or.kr>
⏶ ⏷

**정형외과 김형준 과장이 알려주는**

오십견 Q&A



**오십견이 무엇인가요?**

**+** 어깨 관절을 감싸는 관절 주머니에 염증이 생기고 주변 조직이 딱딱해져 어깨가 굳고 운동 범위가 줄어드는 질환입니다. 어깨 관절을 움직일 때, 어깨 주변의 통증이 일어나는데 주로 옷을 갈아입을 때 팔을 뒤로 들어올리기 힘들고, 세수하거나 머리를 감을 때 통증이 발생합니다. 오십견은 명확한 원인 없이 발생하기도 하고 회전근개 질환 환자에서 동반 되기도 합니다. 또 갑상선질환, 당뇨, 뇌경색 환자, 유방암 환자 등 전신질환이 있는 환자에서 발생할 가능성이 높습니다.

**오십견, 어떻게 치료해야 하나요?**

**+** 오십견을 진단받는 경우, 대부분 주사치료를 시행

하게 됩니다. 적절한 주사치료는 오십견 통증을 감소시켜 주고 관절 운동을 회복하는데 큰 도움을 주지만 과도한 주사치료는 오히려 어깨관절을 망칠 수 있으니 주의해야 합니다. 이와 함께 적절한 스트레칭 운동이 굉장히 중요합니다. 오십견이 발생한 후 시간이 지날수록 어깨관절을 풀기가 점점 어려워 지므로 조기에 어깨관절 스트레칭을 반드시 해야 합니다. 스트레칭 방법 또한 병원에서 교육을 받고 시행해야 하는데, 어깨를 돌리지만 한타거나 공원에서 어깨 돌리는 운동기구를 이용하면 오히려 어깨가 아프기만 하고 큰 효과를 얻지 못할 수 있습니다. 오십견 환자의 대부분은 회전근개 질환이 동반되므로 오십견 치료만 진행하면 근본적인 원인을 해결하지 못하는 경우가 있습니다. 전문 클리닉을 찾아 정밀 검사를 통해 오십견의 원인을 파악하고 그에 맞는 치료법을 선택하는 것이 가장 중요합니다.

신이 감춰둔 쪽빛바다  
'서태평양의 보석'  
사이판

글. 이흥곤 국제신문 선임기자 [hung0322@hanmail.net](mailto:hung0322@hanmail.net)

*Saipan*





사이판.

서태평양 한복판에 활 모양으로 이어진 14개의 섬 중 가장 큰 섬으로 공식 명칭은 북마리아나 제도이다.

한국과 시차는 뜻밖에도 1시간. 그러니까 동쪽으로 그리 멀지 않고 적도 쪽인 남쪽으로 떨어져 있다는 얘기다. 실제로 대한민국에서 동남쪽으로 3,000km, 비행기로 고작 4시간이면 닿는 비교적 가까운 섬이다. 남북으로 21km, 동서로는 8.8km밖에 안 되는 좁고 긴 섬으로 거제도의 3분의 1 규모인 사이판은 장삼이사 들에겐 태평양이 함께 연상돼 심리적 거리까지 더해져 아주 먼 섬으로 알려져 있다.

하지만 동남야 휴양지로 각광받고 있는 필리핀의 세부(4시간15분)나 태국의 푸켓(6시간20분)에 비해 비행 시간이 짧은 데다 지명도가 상대적으로 낮아 그간 크게 관심을 끌지 못했다.

코로나19로 1년여 동안 막혔던 사이판 하늘길이 다시 열렸다. 아쉽게도 출발지는 부산이 아닌 인천이다. 제주 항공이 지난 8일부터 인천~사이판 노선 운항을 재개한 데 이어 티웨이항공, 아시아나항공도 뒤따를 예정이다. 관·사이판 정부는 화이자와 모더나, 얀센, 아스트라제네카 백신 접종 완료자에 한해 입국 시 격리를 면제하고 있다.



## 빠어난 천혜의 자연경관

사이판의 서쪽은 필리핀해, 동쪽은 태평양이다. 섬 서쪽인 필리핀해 인근은 지구상에서 가장 지진이 잦은 환태평양 조산대가 위치해 있어 항상 지진과 쓰나미의 발생 확률이 높다. 이 때문에 필리핀해와 인접한 사이판도 이론상으로 피해 우려지역으로 분류된다.

하지만 사이판에는 이를 비웃기라도 하듯 서쪽 해안가를 끼고 고급 리조트들이 들어서 있다. 화산 분출로 형성된 사이판은 섬에서 수백 m에 이르는 해안까지 용암이 굳어 있는 데다 그 위에 산호초가 겹겹이 형성돼 있어 그야말로 천연 방파제 역할을 톡톡히 한다. 세계에서 가장 긴 천연 산호방파제로 기네스북에 올라 있단다.

멀리서 봤을 때 거친 파도가 어느 특정지점에서 흰 포말이 사라지면서 호수처럼 잔잔한, 전혀 다른 바다로 급변하는 것은 모두 이러한 연유에서다. 10여 년 전 인도양의 쓰나미로 인해 푸켓, 몰디브 등의 휴양지가 1분 만에 초토화된 사실과 대비되는 대목이다. 해서, 사이판은 해안가에서 보통 100~200m 정도 멀리 나가도 그리 깊지 않아 아이들도 손쉽게 스노클링 등 해양레포츠를 안전하게 즐길 수 있다.

사이판의 바다색은 흔히 ‘일곱 빛깔’이라 불린다. 산호초와 햇빛의 강약이 조화를 이뤄 시시각각으로 물색깔이 변하기 때문이다. 파란색이 이토록 다양하다는 걸 새삼 깨달으며, 그 색에 적합한 단어를 찾을 수 없다는 사실이 안타까울 따름이다. 이를 확인할 수 있는 곳이 섬의 북서쪽에 위치한, 배로 10분이면 도착하는 마나가하섬. 걸어서 15분이면 모두 둘러볼 수 있는 이곳은 스노클링의 천국. 눈부신 백사장을 지나 형형색색으로 변하는 수면 아래로 들어가면 산호초 사이를 유영하는 다양한 열대어에 놀라 감탄사가 절로 나온다. 물은 얼마나 깨끗한지. 운이 좋으면 50cm 크기의 상어도 볼 수 있다.

이제 나무 대신 숲을 볼 차례. 섬 중앙에 우뚝 솟은 최고봉인 타포차우산(473m)에 올라보자. 비포장길을 사륜 구동차를 타고 15분쯤 오르는 이른바 정글투어다. 섬 동쪽은 급경사를 이룬 해안절경과 함께 열대우림으로 아직 미개발 지역이다. 열대우림은 2차 대전 당시 초토화된 섬을 복원하기 위해 헬기로 뿌린 씨앗의 결과물이다.

← 하늘에서 본 마나가하섬. 파란색이 이토록 다양하다는 걸 새삼 깨닫는다.



↑ 갈가마귀떼의 보금자리로 '버드 아일랜드'로 불리는 새섬의 전경.

예수상이 있는 산 정상에 서면 사이판의 전체 절경이 한눈에 펼쳐진다. 동서남북으로 한 바퀴 돌며 사진을 찍어 이어 붙이면 그대로 사이판의 지도가 완성된다. 유심히 관찰해야 될 볼거리 하나. 수평선이 일직선인 우리나라와 달리 사이판의 수평선은 적도와 가까워 원형이다. 구름이 유난히 낮게 떠 있고, 밤에 별이 쏟아지는 것처럼 보이는 것도 모두 같은 원리다. 인근에 위치한 원주민 농장에서 맛있는 열대과일도 맛보고, 가톨릭 성지로 사이판에서 유일하게 민물샘(聖水)이 솟는 성전 앞에 서 있는 성모 마리아상도 빠뜨리지 말자.

북동쪽 해안의 새섬 또한 놓쳐선 안 될 볼거리. 바위 표면에 구멍이 송송 뚫려 있는 석회암 섬으로 해질 무렵 보금자리를 찾아오는 갈가마귀떼로 까맣게 변한다. 섬 색깔이 흰색인 것은 1만 년 이상 새의 분비물이 쌓였기 때문이다. 재밌는 점은 하늘에서 볼 경우 주변 해안과 더불어 새가 날갯짓을 하는 형상이다. 경관이 너무 아름다워 국내 노래방 배경화면으로 자주 등장한다.

### 참혹한 전쟁의 흔적

사실 대한민국도 사이판과 무관하지 않다. 2차 대전 당시 미군에겐 일본군을 패퇴시키고 승기를 잡은 희망의 땅이었지만 그 이면에는 일본에 의해 강제로 끌려온 징용자와 중군위안부의 피눈물이 얼룩진 상흔이 그대로 남아 있다. 태평양 한국인 추념 평화탑이 바로 그것. 2차 대전 당시 사이판 등 남양군도로 끌려와 억울하게 죽은 한국인의 영령을 추모하기 위해 세운 탑이다. 탑 꼭대기의 비둘기는 정면을 응시하지 않고 약간 비스듬히 먼 바다를 바라보고 있다. 대한민국 쪽이다.

인근의 만세절벽은 사이판의 최북단에 있는 높이 80m의 해안절벽. 전세를 역전시킬 수 없음을 깨달은 일본군은 포로가 되지 않기 위해 '반자이'(만세)를 외치며 바다속으로 뛰어내려 일명 '반자이 클리프'라고도 불린다. 만세절벽 바로 뒤편의 해발 249m의 절벽은 자살절벽. 역시 전쟁 막바지 수백 명의 일본군과 그의 가족들이 항복을 거부하며 뛰어내렸다. 지금도 절벽 아래에는 유골이 발견되고 있다. 자살절벽을 자세히 보면 포탄 자국이 그대로 남아 있다.

↓ 강제 징용자와 중군위안부를 위해 세워진 태평양 한국인 추념 평화탑.







↑ 햄버거 모양처럼 포개져 있는 거대한 바위 안쪽에는 2차 대전 당시 일본군 최후의 사령부가 있었다.

동행한 가이드는 “노령기의 한국 야산이었다면 산 자체가 무너졌을텐데 산호섬이라 단단해 포탄 맞은 자국만 그대로 남아 있다”고 설명했다.

일본군 최후의 사령부도 인근에 있다. 거대한 바위가 햄버거 모양처럼 포개져 있고, 그 바위 사이로 성인 한 사람이 고개를 숙여야 겨우 들어갈 수 있지만 직접 들어가보면 놀랍게도 사령부가 있었을 법한 넓은 공간이 있다. 한눈에 봐도 미군이 하늘에서 쉽게 찾을 수 없을 요새다.

### 쇼의 천국 사이판

사이판의 유명 리조트에서 저녁 식사 때면 원주민인 차모로족의 민속춤을 구경할 수 있다. 월드리조트의 그것이 아주 유명하다. 화려한 차모로 전통의상을 입은 젊은 남녀 무용수들이 반복되는 타악기의 리듬에 맞춰 보여주는 민속춤은 원시적 본능을 자극해 자신도 모르게 절로 어깨를 들썩이게 한다.

하얏트호텔에서 펼쳐지는 매직쇼 ‘샌드캐슬쇼’도 볼 만하다. 1시간 정도 진행되는 이 쇼는 아름다운 무희들의 춤과 미술사가 나와 관객들의 혼을 쏙 빼놓는다.

↓일몰 무렵엔 카약을 타는 재미 또한 쏠쏠하다.



사이판의 일몰은 전 세계에서 아름답기로 둘째가라면 서러워할 정도로 일대 장관을 연출한다. 이때 선셋 크루즈를 타고 석양을 바라보며 저녁식사를 해보자. 배 안에서 필리핀 악사의 신명나는 노래와 춤도 일품이다. 영어는 물론 한국 일본 노래를 유창하게 부르는 그는 관광객들을 단숨에 휘어잡는 마력을 지니고 있다.

### 떠나기 전에

사이판은 14개 섬으로 이뤄진 북마리아나 제도의 주도(主島). 14개 섬 중 사이판과 티니안, 로타가 유인도이며 나머지 11개는 무인도다. 티니안은 2차 대전 당시 히로시마에 떨어진 원폭을 탑재한 곳으로 유명하다.

마젤란이 발견한 사이판은 오랜 스페인 통치시대를 거쳐 1914년부터 일본의 식민지였다. 종전과 동시에 사이판을 비롯한 북마리아나 제도는 미국이 이양받아 1962년까지 지배했다. 지금은 미국 자치령. 외교 국방권만 미국이 관할할 뿐 이웃한 괌과 달리 미연방에는 포함돼 있지 않지만 원주민들은 모두 미국 시민권자다. 인구는 8만 여 명, 그중 6만 명이 사이판에 거주하고 있다. 평균 기온은 27도, 연중 기온차가 1, 2도로 거의 변화가 없다. 열대성 폭우인 스콜이 수시로 내리지만 여행에는 큰 문제가 없다.

골퍼라면 명문 라우라우베이CC도 빠뜨리지 말자. 그렉 노먼이 설계했다는 총 36홀인 이 골프장의 동쪽 코스 5, 6, 7번 홀은 바다가 보이는 해안절벽 코스로 공이 바다 위로 날아가는 듯한 짜릿함을 맛볼 수 있다.

### 팁 하나

북마리아나 제도 관광청(02-775-8282)에 따르면 사이판 현지 리조트들은 내달 본격적인 정기편 운항에 맞춰 현재 관광 재개를 위해 시설 보수 등 준비에 박차를 가하고 있다.

↓라우라우베이CC의 해안절벽으로 샷을 날리는 13홀. 시그니처 홀이다.





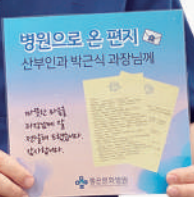
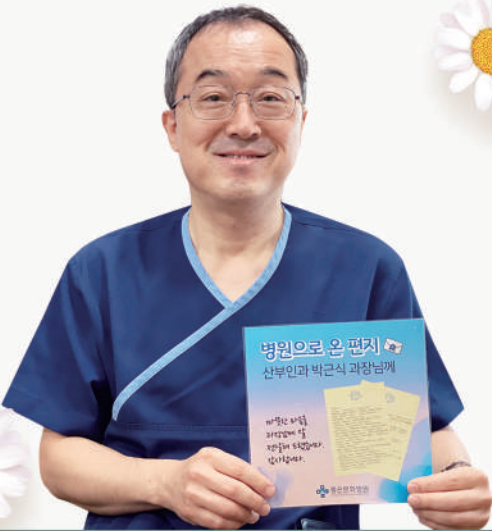


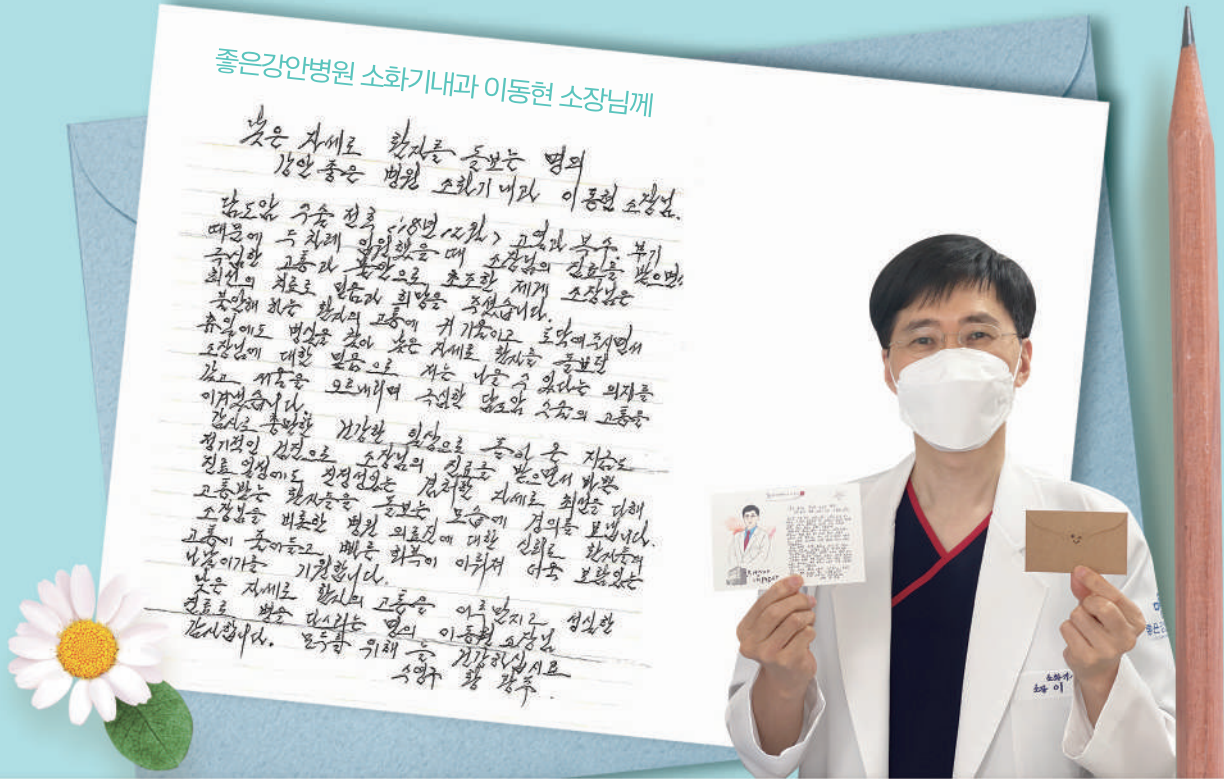
고객님의 소중한 칭찬과  
격려의 말씀 감사합니다.  
좋은병원들은  
보다 나은 서비스를 위해  
항상 노력하겠습니다.

좋은문화병원 산부인과 박근식 과장님께

산부인과 ~  
좋은병원, 기쁘게는 믿음이 많았을거이다.  
태어날시대에를 걱정해서 자음 들히 도배기나방  
나대기나방도 그였다. 감사하 기쁘나리다 -  
또 일리없는 기쁘하은유이 있다.  
내따른 겁도없는 좋은문화병원 박인과 박근식,  
리쌍님께 기쁘의 인사는 하하고 싶다.  
"자갈 000.. 전단은 받음유지 근대리 태리인 -  
비름 가린타에 변역이아신쌍님의 격려어려 주었으니  
대생의비비성을 찾으면반말이 ~ 신쌍님을 찾았다.  
객의 6개월에 박근식 리쌍님께 두손은 권위 받았리만-  
이런리나 개나나저리 걱정은 무리 제립기나방은  
보세고, 신쌍님을 찾았다.

"걱정없는 병원, 자음아차 두도방으로라고, 하신  
신쌍님의 격려어에서 ~  
여윈은 거꾸로인 마냥의 특격있던 마음이 공방 피만어려다.  
그리 5월 7일 인전 처수수유했다.  
정말은 나이에 두도대위에서 두정미요리.  
영사자아려 이는 내들앞에 신쌍님의 영생이유였다.  
잔혹한대입니다.. 리는 유이리나 신쌍님께 보냈고있다.  
영은 모기도와 정에 근개만 정품이영이안 -  
다들한 신쌍님의 유정유 일로유기입니다.  
저만리나, 안남이 태다.  
그리 두손은 정다.  
내생태가 정지안나 대생쌍님보다 두화기이더 영이  
정다.다고, 내영을 가지고 있던 내영이이 정년정유했다.  
지금 두손의 6주재 정이유었다.  
정기나방은 정다.  
지금까지 ~ 마히 마음과제은 다하리 유이 신쌍님께  
격려를 하부저정, 이신쌍님도 앞에서 쓴 품이  
감사하 지 않았다.  
박근식 리쌍님을 만난 나날은 ~  
"마리정도 마다, 격려안해유 태다.. 정다..  
기나방을 안하시지만, 신쌍님의 눈빛어에서 ~  
정년어에서 일로유기 있습니다.  
리쌍님 건담으로 기쁘하드립니다!!  
유난 기쌍님리, 대생유 보았나 비지리!!  
일리 정이 ~  
마정유하 여제보유, 기쌍 반쌍쌍쌍 정해정리안 영들  
메기 많았어 사나 행려 지는 기쌍인 보유 -  
신쌍님 보유에 어찌리 정년정년은 사예보리 ~  
기쌍사 마하시도계유 정년으로 기쁘하리 보았다.  
리쌍님리. 저이리 !!





### 좋은삼선병원 호흡기내과 윤늘봄 과장님께 보내는 시 한 편

#### 늘봄 아가씨

늘봄은 빼어난 미모의 아가씨였다  
 늘봄은 따사한 햇살과 바람과  
 신이 준 손을 가졌다.

바람 벌판에  
 꽃잎 지려는 날  
 눈물마저 메마른 아픔  
 한 세상 구름 위로 세운다.

가난한 영혼  
 삼선의 중환자실 복도에서  
 마지막 구도자의 자세로  
 꼬박 세운 참회의 밤은  
 향기 물고 온 아침과 함께  
 늘봄 바람이 불어  
 영원으로 통하는 하늘 문을 열었다.

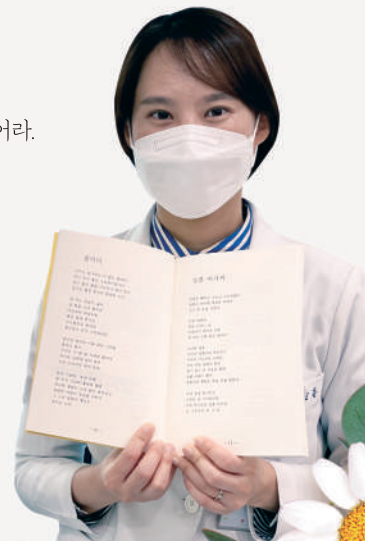
머리 곱게 빗기우고  
 서러운 날 서러워지면  
 더욱 다사로운 늘봄 아가씨  
 오, 신비로운 손 그 손!

목숨이여,  
 아내의 매물된 인생을  
 늘봄 빛으로 닦아 주니  
 나는 눈물 고여야겠다.

얼어붙은 눈동자  
 늙은 한 마리 사슴의 목친 울음  
 얼굴을 돌리게 하는 생명이여,  
 호롱불처럼 꺼져가는 밤  
 눈물 같은 아픔에 꽃 지는 생명  
 누워서 어둠 안으로 포용하는 죽음  
 늘봄 빛이 놀라 하늘에 불을 밝힌다.

밤새 흘리는 어둠의 눈물  
 신이 내려 주신 그 섬세한 손길  
 사랑으로 피우는 손길이  
 바위 돌산 그 틈 비집고 솟아나는 생명들  
 절대 생명의 수호자 늘봄 그대여,

구원의 영상으로 영원의 문을 열고  
 끝없이 비춰주는 등대  
 먼 어둠의 세상 이기고  
 돌아온 천사 늘봄처럼  
 늘봄이 된 늘봄 별빛이여라.



좋은삼선병원 중환자실 환자분 남지운 님 시집에 실린 시 한 편입니다.  
 호흡기내과 윤늘봄 과장님의 감사함에 직접 써 주셨다고 합니다. 감사합니다.



좋은병원들 직원들은 대부분이 친절하다고 말씀해 주십니다. 항상 감사하면서도 부족함이 없는지 생각해 보게 되는 칭찬의 말씀입니다. 이에 만족하지 않고 좋은병원들은 더욱 더 친절한 병원이 되고자 매월 친절왕을 선발하여 시상하고 있습니다.

직원이 봐도 친절한 직원, 고객께서 편지로, 전화로 칭찬을 해주신 직원들이 바로 그들입니다. 2021년 3월부터 5월까지 선정된 친절왕을 소개합니다.



**GOOD MOONHWA**

5월

친절이란 주는 이와 받는 이 모두의 마음이 따뜻해지는 일입니다. 전산운영팀 구영민

친절이란 나뿐만 아니라 남까지 기분 좋게 만드는 것입니다 산부인과 외래 임재연

4월

친절이란 누군가에게 대가없이 무한으로 줄 수 있는 도움입니다. 건강증진센터 전지현

3월







다른 사람의 말을 잘 들어주고,  
다른 사람을 생각하고, 미소를 잘 짓고,  
‘감사합니다’라는 말을 할 줄 아는  
다정한 직원이 되도록 노력하겠습니다.

3월

중환자실 위건우

제가 먼저 따뜻한 말, 사랑의 말,  
친절한 말을 전하면 그 말이 복이 되어  
반드시 저에게 돌아올꺼라 믿습니다.

4월

종합검진팀 홍지선

우리 모두가 누군가에게  
좋은 영향을 끼칠 수 있는  
사람이 될 수 있다는 걸  
명심 또 명심하고,  
항상 친절한 모습으로  
고객에게  
대하고 다가가는  
직원이 되겠습니다.

5월

영상의학팀 정준호

**GOOD  
SAMSUN**

**GOOD  
GANG-AN**



친절이란 몸에서  
항상 자연스럽게  
나오는 것이라고 생각합니다.  
친절왕으로 뽑아주셔서 감사하고  
더 열심히 하라는 의미로  
새겨들겠습니다.

3월

영상의학팀 엄민호

병원에서 일하지만  
저 또한 다른 병원에 환자로 방문할 때,  
직원들의 태도에 따라 기분이 달라지기도 합니다.  
이러한 경험으로 더욱 더 친절하게 대하려  
노력한 것 같습니다.

5월

정형외과 외래 최승희

# 새롭게 바뀐 좋은강안병원 신관 건강증진센터를 소개합니다!

좋은강안병원 건강증진센터는 2005년 개원 이래 조기 건강검진을 통해, 지역민들의 건강한 삶을 위한 맞춤형 건강검진을 펼치고 있으며, 2018년 3월에 확장 이전하여 최첨단 의료장비와 임상경험이 풍부한 전문 의료진을 갖춘 스마트한 검진전문센터로서 고객님들의 건강진단 및 질환 관리의 다양한 맞춤형 검진을 시행해 오고 있습니다.

그리고 2021년 6월 새롭게 한 번 더 리뉴얼되어 1층 국가검진, 2층 종합검진, 특수검진, 학생검진, 3층 내시경센터로 전문화된 파트 구분을 통해 검진하러 내원하시는 고객 분들께 좀 더 편리한 동선과 쾌적하고 안락한 검진이 이루어 질 수 있게 하였습니다.

직업환경의학과 전문의 김종은 총괄센터장, 소화기내과 전문의 조활석 센터장을 필두로 조기질환을 찾아내는 것은 물론, 예방을 목표로 전 직원들이 편안하고 다시 찾을 수 있는 증진센터로 만들기 위해 최선의 노력을 다하고 있습니다.



건강검진에서 진료까지  
원스톱 의료서비스



검진·대기순서를 한 눈에  
One Key Solution(RFID)



편안하고 독립된  
여성전용 검사존



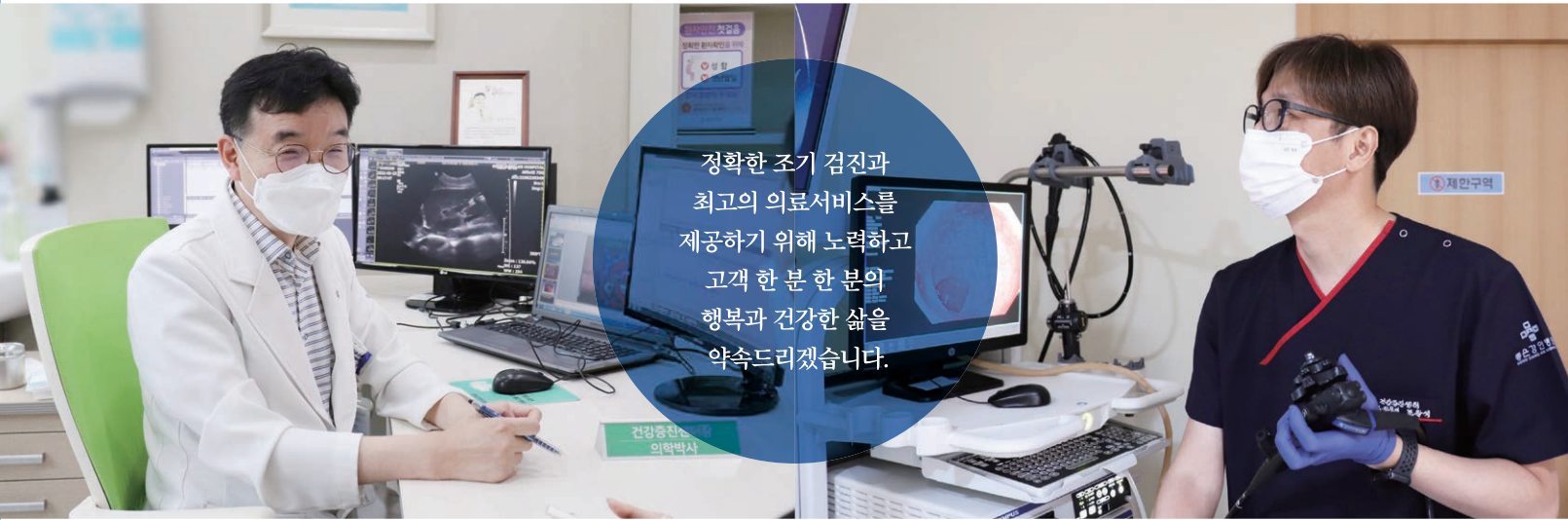
전문가가 진행하는  
특수검사존



검진전용 내시경실 및  
첨단 의료장비







정확한 조기 검진과 최고의 의료서비스를 제공하기 위해 노력하고 고객 한 분 한 분의 행복과 건강한 삶을 약속드리겠습니다.

### 1층

#### 국가검진



#### 국가검진

국가에서 실시하고 있는 심뇌혈관 질환의 위험요인인 비만, 이상지질혈증, 고혈압, 당뇨병 및 6대 암 검진을 진행하며 검사 결과 이상 시 전문 진료과 진료 연계와 상담을 통해 고객님들의 건강관리에 만전을 기하고 있습니다.

### 2층

#### 종합검진&특수건강검진

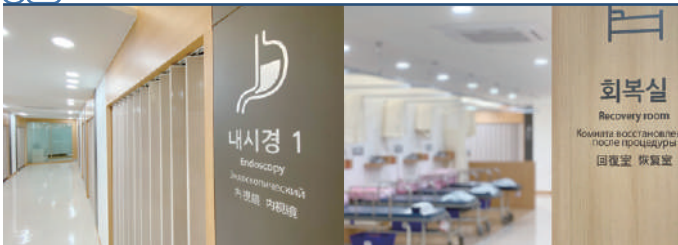


#### 종합검진

고객을 위한 맞춤 프로그램(질환별/연령대별/개별 특화검진)을 진행하며 MRI, CT, PET-CT 등의 최첨단 장비를 통한 정확한 검사로 암 질환 중증질환, 뇌혈관, 심장 질환까지도 조기 진단 및 기존 의료정보와 자료를 비교 분석하여 통합적인 결과 판정과 전문 진료과 진료 연계를 진행합니다.

### 3층

#### 내시경센터(증진센터 전용)



#### 특수건강검진

특정 유해한 업무에 종사하는 근로자에 대하여 정기건강진단 외 특별 항목에 대한 진단을 통해 근로자의 직업성 질환을 조기에 찾아내어 적절한 사후관리 또는 치료를 신속히 할 수 있도록 적극적인 회사와의 유기적인 관리를 하고 있습니다.

#### 내시경센터

내시경 전문의로 구성된 증진 내시경 센터가 확장 이전되어 더 쾌적하고 안락한 검진이 이루어질 수 있게 하였습니다.





## NEWS × 좋은문화병원



## 어버이날 맞이 행사

좋은문화병원이 지난 5월 8일(토) 어버이날을 맞이해서 병동에 입원해 계시는 아버지, 어머니들께 친절위원회에서 직접 가슴에 카네이션을 달아드리는 감사 이벤트를 개최하였다.

이번 행사는 각 병동마다 계신 어르신들의 빠른 쾌유를 기원하는 의미에서 마련되었으며, 각 병실을 돌며 따뜻한 감사의 인사말과 함께 직접 꽃을 달아드렸다.



## 중증환자를 위한 중환자실(ICU) 확장 개소

좋은문화병원은 지난 6월 15일(화), 중증환자의 진료서비스 확대를 위해 중환자실을 확장 이전하고 개소식을 가졌다. 중환자실은 감염 관리 및 예방지침 강화기준을 준수한 일반 4병상, 격리 4병상의 시설 환경을 갖추고, 기저질환자 및 중증응급치료가 필요한 환자중심의 진료시스템을 구축하여 환자를 위한 진료서비스를 제공 하게된다. 특히 24시간 복부외과 응급수술이 가능하며 외과 전문의로 구성된 전담팀이 환자의 관리 케어까지 원스탑 서비스를 펼칠 예정이다.



## 부산국제어린이청소년영화제와 협약 및 후원금 전달

좋은문화병원은 지난 6월 17일(목), 부산국제어린이청소년영화제(BIKY)와 협약을 체결하고 후원금 300만원을 전달하였다. 어린이 및 청소년 영상문화 발전, 미래영화인재 양성을 위해 2017년부터 지속적으로 후원해 오고 있으며, 후원금 전달을 비롯해 영화제 기간 동안 안전한 행사진행을 위한 의료지원도 시행할 예정이다.

구자성 부이사장은 “영화제의 성공적인 개최를 기원하며 어린이들이 자유롭게 재능을 펼치고 꿈을 이루는데 일조하게 되어 보람된다”며 후원 소감을 밝혔다.



## 온라인 건강강좌

좋은문화병원은 지난 4월~6월, 코로나19로 인해 사회적 거리두기를 실천하고 있는 많은 시민과의 소통과 건강을 위해 고객 맞춤 비대면 소통 서비스인 온라인 건강강좌를 개최하였다. 산모들을 대상으로 한 비대면 건강강좌는 분만 원포인트, 모유수유, 미리 모이는 조리원 동기 모임 강좌가 있고 아기와의 만남을 준비하는 난임 부부들을 위한 난임클래스 강좌를 온라인으로 각각 실시하고 있다. 본원은 지속적으로 비대면 온라인 강좌를 실시할 예정이다.

※ 강좌 일정은 홈페이지 공지사항 참고

## NEWS × 좋은삼선병원



### 세계 금연의 날 기념 캠페인

좋은삼선병원은 지난 5월 31일(월), 제34회 세계 금연의 날을 맞아 환자, 직원, 사회가 좋아하는 병원이라는 비전 아래 보건관리실과 QPS실에서는 금연캠페인을 진행하였다. 세계 금연의 날을 기념하고, 흡연의 폐해에 대한 경각심을 높이고 담배연기 없는 병원 환경의 중요성을 알리고자 이번 금연 캠페인을 개최하게 되었다. 가정의학과 송영권 과장은 “5월 31일 세계 금연의 날을 맞아 흡연의 폐해와 금연의 중요성을 알리고 지역사회 건강증진에 이바지하고자 이번 행사를 개최하게 되었다”고 전하였다.



### 정형외과 은일수 과장 KNN건강튜브 출연

좋은삼선병원 정형외과 은일수 과장은 지난 6월 3일(목) 오후 4시, 유튜브 'KNN 메디컬' 채널을 통해 '무릎 관절 치료 어디까지 왔을까 (인공관절 수술의 최신지견)'이라는 주제로 라이브 강의를 진행하였다. 왜 무릎에 관절염이 잘 생기고 심각한가, 무릎 관절염의 치료 방법, 인공관절 수술의 최신지견, 무릎 관절의 재활과 운동 등에 대한 건강 정보를 나누는 시간을 가졌다.



### 정신건강의학과 김강률 과장 비대면 대국민공개강좌

좋은삼선병원 정신건강의학과 김강률 과장은 지난 6월 11일(금), 22일(화) '아이들이 사회를 만날 때'라는 주제로 대국민공개강좌를 실시하였다. 대한소아청소년정신의학회에서 주최하고 좋은삼선병원, 사상구·부산진구정신건강복지센터가 주관하는 이번 교육은 온라인(ZOOM)으로 강의를 진행하였다. 이번 공개강좌에서는 코로나 19로 더욱 어려워진 아이들의 친구관계와 사회성에 대해 함께 고민 해보는 시간을 가졌다.



### 간호간병통합서비스 병동 확대 운영

좋은삼선병원은 지난 7월, 6병동을 간호간병통합서비스 병동으로 오픈하여 현재 6병동~13병동(10병동 제외)을 간호간병통합서비스 병동으로 지정하여 운영 중이다. 간호간병통합서비스는 보호자나 간병인 필요 없이 좋은삼선병원의 간호 인력을 통해 환자간병을 제공하는 서비스이다. 보호자가 없는 병동 운영을 통해 앞으로 환자 중심의 쾌적하고 안전한 병실환경 및 더 나은 입원 서비스를 제공할 예정이다.



## NEWS × 좋은강안병원



### 어린이를 위한 도시락 100인분 기부

좋은강안병원 자원봉사대는 지난 5월 4일(화), 초록우산 어린이재단과 함께 지역 내 아동센터 아동들을 위한 ‘건강한 한 끼, 소중한 한 끼, 나누는 행복’ 행사를 마련하였다. 직원들의 자발적인 참여를 통해 총 100인분의 도시락이 마련되었고, 준비된 도시락은 병원 인근의 감만종합사회복지관, 새빛기독교보육원 2곳으로 전달되었다. 김타현 자원봉사대장은 “코로나19로 인해 아이들이 마음껏 어린이날을 즐기지 못한다고 들었다. 직원들의 정성이 들어간 도시락을 받고 잠시나마 기분 좋게 웃을 수 있기를 바란다”라고 전하였다.



### 좋은강안병원 암센터 3회차 암 집담회

좋은강안병원 암센터는 지난 5월 25일(화), 신관 지하 3층 회의실에서 암 집담회(Tumor Board)를 개최하였다. 3회차를 맞이하는 이번 암 집담회는 기존에 환자 케이스에 따라 치료과정을 토의하고 계획하는 다학제 치료를 진행해 오고 있으며, 더 많은 암 치료사례들을 공유하기 위해 마련되었다. 암센터 김성근 센터장은 “의료진과 환자 간의 소통을 통해, 환자의 상태를 면밀히 파악한 후 그에 맞는 최신의 정확한 치료방향을 정하는 일은 환자와 의사 모두에게 중요한 일이다”라고 전하였다.



### 척추센터 전상호 소장 제14회 청송심포지엄 참가

좋은강안병원 척추센터 전상호 소장이 지난 6월 12일(토), 온라인으로 진행된 제14회 청송심포지엄 ‘홍요추’ 세션에 연자로 참가해 ‘측방접근 최소침습수술의 최신지견, LLIF(minimizing collateral complications and a report of 10 years results)’을 주제로 발표하였다. 올해로 14회를 맞이하는 청송심포지엄은 인제대학교 부산백병원 신경외과학교실에서 주최하며, 매년 부울경지역 신경외과 전문의들이 척추분야의 다양성과 최신경향에 대한 정보를 서로 나누고, 학문적 식견을 넓히고자 마련되었다.



### 간호·간병 우수 제공인력 본부장 표창 수여

좋은강안병원이 지난 6월 23일(수) 오후 2시, 국민건강보험공단 부산경남지역본부에서 주최하는 ‘2021년 간호·간병 우수 제공인력 본부장 표창 수여식’에 참가하였다. 국민건강보험공단은 부산, 울산, 경남 지역 간호·간병통합서비스 참여기관에 대한 노고를 치하하기 위해 표창 수여식을 진행하고 있으며, 본원에서는 8병동 공수영 팀장이 수상하였다. 좋은강안병원은 쾌적한 환경과 질 높은 간호서비스를 제공하고자, 2020년 11월 본관 전 병동(6~13병동)을 간호·간병통합서비스병동으로 전환하였으며 최근 신관 A8병동도 추가하였다.



## NEWS × **좋은삼정·선린병원** **좋은애인요양·연인요양·리버뷰요양·부산요양·주례요양·선린요양병원**



**좋은삼정병원**

### 코로나19 백신접종센터 개소

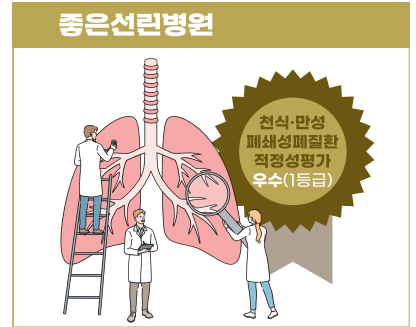
좋은삼정병원은 지난 5월 25일(화), 코로나19 백신접종센터를 개소하였다. 기존 주사실로 환자가 몰려 대기시간이 오래 걸리던 문제점을 해소하였으며, 보다 신속하고 안전하게 백신접종을 시행할 수 있게 되었다. 백신 접종을 예약한 고객들도 쾌적한 환경에서 백신을 접종할 수 있게 되어 만족감을 나타내었다.



**좋은선린병원**

### 개원 4주년 기념행사

좋은선린병원은 지난 6월 2일(수), 좋은선린병원 1층 대회의실에서 개원 4주년을 맞아 개원기념식을 개최하였다. 이번 개원기념식은 개원일이 같은 좋은선린요양병원과 함께 행사를 진행하였으며, 개원 4주년 발자취 영상과 함께 모범직원 시상, 기념사, 격려사 순으로 진행하였다.



**좋은선린병원**

### 천식·만성폐쇄성폐질환 적정성평가 우수

좋은선린병원이 천식·만성폐쇄성폐질환 적정성 평가 결과, 3년 연속 우수, 1등급을 획득하였다. 만성폐쇄성폐질환에서는 ▲폐기능검사 시행률 ▲지속방문 환자비율 ▲흡입기관지확장 처방 비율 등에서 1등급을, 천식에서도 ▲지속방문 환자비율 ▲ICS 처방환자비율 등에서 지표에서 우수한 성적을 거두었다.



**좋은애인요양병원**

### 코로나19 1·2차 예방접종 완료

좋은애인병원은 1차 접종 이후 2차 예방접종까지 완료하였다. 1차와 2차 모두 거리두기를 준수하면서 발열체크 및 접종 대상자의 현재 건강상태를 확인하고 접종을 안전하게 진행하였다. 좋은애인요양병원은 코로나 종식까지 위생과 방역수칙을 철저히 준수하도록 노력할 것이다.



**좋은선린요양병원**

### 5월 가정의 달 행사

좋은선린요양병원은 지난 5월 가정의 달을 맞이하여 행사를 진행하였다. 어린이날 행사에는 소아낚시동 어린이들과 함께 바람개비 풍선과 퍼즐놀이를 진행하였으며, 기부자의 과자 선물로 모두 웃음 가득한 시간이었다. 어버이날 행사에는 어르신들을 위해 카네이션을 달아드리고 간식을 나눠드리는 즐거운 시간을 보냈다.



**좋은부산요양병원**

### 안심면회실 포토존 행사

좋은부산요양병원은 지난 5월 1일(토)~9일(일), 안심면회실 뒷면에 포토존을 설치하여 면회로 내원한 보호자분들께서 어르신들의 모습을 남기실 수 있도록 준비하였다. 별도로 각 병동에도 포토존을 설치하여 어르신들을 위한 개별 및 단체 사진 촬영을 진행하였으며, 환자 및 보호자분들로부터 긍정적인 반응을 얻었다.

# NEWS

<http://goodhospital.or.kr>

## 부산일보

2021-04-20

Good Hospital

### 다문화가정 지원 사회사업 프로젝트 굿 스타트 출범

부산 지역 다문화가정 아동 지원을 위한 새로운 사회사업 프로젝트 '굿 스타트(GOOD START)' 사업이 본격 출범했다.

부산시와 은성의료재단 좋은병원들, 초록우산 어린이재단, 부산일보사는 20일 오후 부산시청 국제의전실에서 4자 협약을 체결하고 다문화가정 아동 지원을 위해 적극적으로 협조하기로 약속했다.

이날 박형준 부산시장, 구정희 은성의료재단 이사장, 이제훈 초록우산어린이재단 회장, 김진수 부산일보사 대표이사 사장은 '굿 스타트' 사업 협력서에 직접 서명하고 지역 저소득 다문화가정 어린이들을 함께 돕기로 했다.



## 부산일보

2021-06-22

Good Moonhwa Hospital

### 헬리코박터균 감염 항생제 없이는 치료 안 돼

헬리코박터 파일로리균(이하 헬리코박터균) 감염은 세계적으로 흔한 감염성 질환 중 하나다. 헬리코박터균은 위상피 세포와 점액층 사이에 살고 있는 세균으로, 우리나라 성인의 50% 정도가 감염돼 있다. 비위생적인 생활환경과 불결한 음식, 음료, 감염된 사람의 위 내용물에 노출될 때 감염될 수 있다. 우리나라의 경우 부모님 입에 넣었던 음식을 아이에게 주거나 국·찌개 등을 같이 떠먹는 식습관으로 인해 감염에 쉽게 노출되곤 한다.



## 국제신문

2021-05-17

Good Samsun Hospital

### [진료실에서] 좋은삼선병원 신경과 조기용 과장 어지럼증 유발 이석증, 비타민D 복용을

어지럼증은 누구나 한 번쯤 겪게 되는 매우 흔한 증상으로, 매년 전체 인구의 15% 정도가 경험한다. 특히 심한 어지럼증으로 응급실을 방문하는 환자가 전체 응급실 내원 환자의 3.3% 정도를 차지한다. 어지럼증은 중추성 말초성 등 다양한 원인이 있지만 주위가 빙빙 도는 듯한 어지럼증으로 병원을 방문하게 되는 가장 흔한 원인은 이석증(耳石症)이다. 1921년 오스트리아의 로버트 바라니가 처음으로 머리 자세의 변화에 의해 발생하는 돌발성 어지럼증과 안구의 움직임을 기술하면서 이후 이석증에 대한 많은 연구가 이뤄진 후 진단 및 치료의 발전이 있었다.



2021-04-06

Good Gang-an Hospital

### [리더스 칼럼] 좋은강안병원 신장내과 이동열 과장 대표적인 신장질환 부종

'몸이 자주 붓는 거 같고 특히 저녁이 되면 다리가 많이 붓는 거 같아요.' '손이 부어서 반지가 들어가지 않아요.' 등 몸이 붓는 것을 부종이 있다고 이야기한다. 부종은 신체 내의 조직과 장기 주변에 수분이 저류되어서 과잉 존재하는 상태를 말한다. 폐부종이 발생하면 심할 경우 숨이 찰 수 있고 복수가 발생하면 복부에 물이 차서 배가 불러 올 수 있다. 피하부종의 경우 주로 다리가 붓기도 하고 심해지면 온몸이 붓는 경우도 존재한다. 더 심해지면 얼굴, 특히 눈 주위가 심하게 붓고 피부를 손으로 눌러보면 눌린 자국이 오랫동안 남아 있을 수 있다.



## Moonhwa



**905**  
FM 103.3

**부산영어방송 The Interview**

5월 11일(화)  
은성의료재단  
구자성 부이사장



**TBN**

**부산교통방송 949 건강클리닉**

5월 24일(월)  
**유방암 환자 코로나 백신**  
외과 유동원 소장



6월 15일(화)  
**난임 Q&A**  
산부인과 정이조 과장



- 4월 20일 [포토뉴스] 좋은문화병원, 이원다이에그노믹스와 업무 협약 | **부산일보**
- 4월 20일 다문화가정 지원 사회사업 프로젝트 '굿스타트' 출범 | **부산일보, 보건뉴스, 메디파나뉴스, 의학신문**
- 4월 25일 [포토뉴스] 좋은문화병원, 유방외과 컨퍼런스 | **부산일보**
- 5월 17일 은성의료재단 좋은병원들, 다문화가정 지원 '굿스타트' 사업 발대식 | **부산일보, 보건뉴스, 메디파나뉴스, 의학신문, 국제뉴스**
- 5월 19일 [포토뉴스] 좋은문화병원, 국제 간호사의 날 행사 | **부산일보**
- 5월 31일 은성의료재단 좋은병원들, 다문화가정 지원사업 '굿스타트' 전달식 | **부산일보**
- 6월 17일 좋은문화병원, 중증환자를 위한 중환자실 확장 이전 개소 | **부산일보, 의학신문**
- 6월 22일 닥터큐 전문의를 만나다-구자준 과장님 (헬리코박터파일로리감염) | **부산일보**

## Samsun



**KNN**

4월 26일(월)  
**가벼운 어깨, 일상에 활력을 불어넣다**  
정형외과 진홍기 과장



**닥터스**

**KNN**

5월 8일(토)  
**황사에 미세먼지- 숨쉬기도 힘들다**  
호흡기내과 윤늘봄 과장



**뉴스아이**

**KNN**

5월 28일(금)  
**쓸개에 돌 담석증, 수술 할까?**  
외과 박성준 과장



**건강 365**

**KNN**

6월 2일(수)  
**만성신장병과 올바른 혈액투석 방법**  
신경내과 박정민 과장



**건강 365**



**TBN**

**부산교통방송 949 건강클리닉**

4월 13일(화)  
**어지럼증**  
신경과 조기용 과장



5월 19일(수)  
**정형외과 주사치료의 모든 것**  
정형외과 김두열 과장



6월 23일(수)  
**여름철 유행하는 질병, 장염**  
소아청소년과 박순민 과장



**KNN 건강튜브**

6월 3일(목)  
**무릎 관절 치료 어디까지 왔을까?**  
정형외과 은일수 과장



5월 17일 좋은삼선병원, 인공신장센터 확장 이전 | **부산일보 외**

## Gang-an



**KNN**

5월 20일(목)  
**걷거나 뛸 때 가슴통증, 협심증 신호?**  
순환기내과 이영민 과장



**건강365**

**KNN**

5월 24일(월)  
**다리 아파 걷기 힘들다?**  
노년층 척추관협착증  
신경외과 백정욱 과장



**건강365**

**KNN**

6월 8일(화)  
**근육통·미열은 일반 증상,**  
고열 지속은 주의  
가정의학과 이기영 과장



**뉴스아이**



**KNN**

6월 21일(월)-25일(금)  
**어깨통증 / 극상근건염 / 오십견**  
회전근개파열 / 팔꿈치 통증  
정형외과 배혁 과장



**라디오 웰빙라이프**




**KNN 건강튜브**

4월 8일(목)  
**심각한 질병의 신호? 빈혈**  
중앙혈액내과 주영돈 부원장



- 4월 19일 좋은강안병원, 개원 16주년 기념식 개최 | **부산일보 외**
- 4월 20일 '다발골수종' 재발 찾아 생존율 낮지만 '새 치료제' 속속 등장 | **부산일보**
- 4월 26일 좋은강안병원, 간호간병통합서비스 간담회 개최 | **국제신문 외**
- 5월 25일 좋은강안병원 신관 인공신장센터 27병상 추가 개설 | **부산일보 외**
- 5월 26일 좋은강안병원 암센터, 3회차 자 임담회 개최 | **부산제일경제**
- 6월 18일 좋은강안병원 '제3기 환자안전지킴이 발대식' 개최 | **부산일보 외**
- 6월 25일 좋은강안병원, 다문화가정 지원센터 '튼튼박스' 전달 | **부산일보 외**






**좋은문화병원**  
GOOD MOONHWA HOSPITAL

www.moonhwa.or.kr 부산 (051)644-2002

유튜브 [좋은문화병원](#)  
 페이스북 [goodmoonhwa](#)  
 인스타그램 [goodmoonhwa](#)  
 네이버 블로그 [blog.naver.com/goodspital](http://blog.naver.com/goodspital)  
 카카오톡 플러스친구 @좋은문화병원

**진료과목** 소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 외과(유방암/갑상선암/위장관/대장항문/간담체), 정형외과, 신경외과, 성형외과, 산부인과(부인과 내시경수술/자궁중/신과/난임), 소아청소년과, 비뇨의학과, 피부과, 이비인후과, 정신건강의학과, 치과, 가정의학과, 영상의학과, 마취통증의학과, 진단검사의학과, 병리과

**센터소개** 부인과 내시경수술센터, 자궁근종센터, 산과센터, 자연주의출산센터, 난임센터(난임의학연구소), 여성생식기관 선천기형센터, 청소년기부인과질환센터, 신생아집중치료센터, 소아청소년 성장발달센터, 소화기 내시경센터, 인공신장센터, 유방암센터, 갑상선암센터, 위장관·대장항문·간담체 외과센터, 피부미용성형센터, 건강증진센터




**좋은삼선병원**  
GOOD SAMSUN HOSPITAL

www.samsun.or.kr 부산 (051)322-0900

유튜브 [좋은삼선병원](#)  
 페이스북 [goodsamsun](#)  
 인스타그램 [goodsamsun](#)  
 네이버 블로그 [blog.naver.com/goodinfo2580](http://blog.naver.com/goodinfo2580)  
 카카오톡 플러스친구 @좋은삼선병원

**진료과목** 소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 외과, 정형외과, 신경외과, 산부인과, 소아청소년과, 신경과, 정신건강의학과, 이비인후과, 비뇨의학과, 재활의학과, 가정의학과, 치과, 영상의학과, 병리과, 진단검사의학과, 마취통증의학과, 응급의학과, 직업환경의학과, 감염관리과

**센터** 클리닉 소개 내시경센터, 인공신장센터, 혈관수술센터, 뇌졸중센터, 스포츠운동치료센터, 어깨관절·스포츠의학센터, 인공관절센터, 로봇인공관절센터, 관절센터, 척추센터, 재활치료센터, 건강증진센터, 응급의료센터, 투석혈관클리닉




**좋은강안병원**  
GOOD GANG-AN HOSPITAL

www.gang-an.or.kr 부산 (051)625-0900

유튜브 [좋은강안병원](#)  
 페이스북 [goodgang-an](#)  
 인스타그램 [goodgangan](#)  
 네이버 블로그 [blog.naver.com/busangan](http://blog.naver.com/busangan)  
 카카오톡 플러스친구 @좋은강안병원

**진료과목** 소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 종양·혈액내과, 외과, 간담췌간이식외과, 혈관외과, 유방갑상선외과, 정형외과, 신경외과, 흉부외과, 신경과, 정신건강의학과, 산부인과, 소아청소년과, 안과, 이비인후과, 비뇨의학과, 재활의학과, 가정의학과, 치과, 방사선종양학과, 핵의학과, 영상의학과, 마취통증의학과, 진단검사의학과, 병리과, 직업환경의학과, 응급의학과, 감염관리과

**센터** 클리닉 소개 내시경센터, 인공신장센터, 인터벤션센터, 심장센터, 관절센터, 척추센터, 뇌혈관센터, 특수운동치료센터, 중추신경계재활치료센터, 유방·갑상선센터, 혈관센터, 소아알레르기센터, 발달의학센터, PET-CT센터, 건강증진센터, 응급의료기관



**좋은삼정병원**  
GOOD SAMJEONG HOSPITAL

www.sam-jeong.or.kr 울산 (052)220-7500

**진료과목** 소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 외과, 정형외과, 신경외과, 신경과, 소아청소년과, 영상의학과, 마취통증의학과, 가정의학과, 진단검사의학과, 응급의학과

**센터** 소개 내시경센터, 인공신장센터, 심장혈관센터, 척추센터, 종합건강진단센터, 건강검진센터




**좋은선린병원**  
GOOD SUNLIN HOSPITAL

www.goodsunlin.or.kr 포항 (054)245-5000

**진료과목** 소화기내과, 순환기내과, 호흡기내과, 신장내과, 내분비내과, 혈액종양내과, 외과, 정형외과, 신경외과, 소아청소년과, 신경과, 비뇨의학과, 가정의학과, 치과, 방사선종양학과, 핵의학과, 직업환경의학과, 산부인과, 영상의학과, 마취통증의학과, 병리과, 응급의학과

**센터** 소개 중앙센터, 화상·창상진료센터, 혈관센터, 종합건강진단센터, 소화기내시경센터, 인공신장센터, 관절경센터, 어깨·척추·무릎관절센터, 응급의료기관




**좋은에인요양병원**  
GOOD AEIN MEDICAL CARE HOSPITAL

www.aein.or.kr 부산 (051)520-7700

**진료과목** 내과, 외과, 흉부외과, 재활의학과, 노인외과, 한방내과, 한방침구과

**센터** 소개 뇌졸중(중풍)센터

**주요시설** 재활운동치료실, 물리치료실, 운동치료실, 통증치료실, 작업치료실, 연하(삼킴기능)치료실, 일상생활동작훈련실, 한방요법실, 재활·호스피스병동, 중증환자집중치료실, VIP실



**좋은연인요양병원**  
GOOD YEONIN MEDICAL CARE HOSPITAL

www.yeonin.or.kr 밀양 (055)350-9988

**진료과목** 내과, 외과, 가정의학과, 신경외과, 한방내과, 한방침구과

**센터** 소개 암 재활 전인 치료센터

**주요시설** 물리치료실, 통증치료실, 한방요법실, 고주파치료실, 고압산소치료실, 온열치료실




**좋은부산요양병원**  
GOOD BUSAN MEDICAL CARE HOSPITAL

www.busanhp.com 부산 (051)326-0900

**진료과목** 내과, 재활의학과, 외과, 비뇨의학과, 가정의학과, 한방과

**센터** 소개 재활치료센터, 뇌졸중센터, 암요양치료센터

**주요시설** 재활운동·작업·통증·연하치료실, 일상생활동작 훈련실, 한방요법실, 호스피스병동, 중증환자 집중치료실




**좋은리버뷰요양병원**  
GOOD RIVERVIEW MEDICAL CARE HOSPITAL

www.riverview.or.kr 부산 (051)995-0900

**진료과목** 내과, 재활의학과, 신경과, 신경외과, 가정의학과, 노인외과, 부인과, 한방과

**센터** 소개 뇌졸중(중풍)센터, 재활치료센터

**주요시설** 물리치료실, 통증치료실, 호스피스병동, 작업치료실, 일상생활동작실, 집중치료실, 햇살공원, 옥외공원




**좋은주례요양병원**  
GOOD JURYE MEDICAL CARE HOSPITAL

www.goodjurye.or.kr 부산 (051)325-0300

**진료과목** 내과, 가정의학과, 한방내과, 한방침구과

**센터** 소개 뇌졸중(중풍)센터

**주요시설** 물리치료실, 호스피스실(일기방), 사회복지프로그램, 하늬공원, 야외센터



**좋은선린요양병원**  
GOOD SUNLINMC MEDICAL CARE HOSPITAL

www.goodsunlinmc.or.kr 포항 (054)245-6000

**진료과목** 내과, 재활의학과, 비뇨의학과, 신경과, 가정의학과, 외과, 노인외과

**센터** 소개 통합암센터, 뇌졸중(중풍)센터, 재활치료센터 (재활운동치료실, 작업치료실, 통증치료실, 연하재활치료실, 수중치료실, 소아재활치료실)

**주요시설** 한방요법실, 호스피스병동

# 독자 퀴즈

항상 발전하는  
좋은병원들 소식지를  
만들기 위해 독자 여러분의  
소중한 의견을 기다립니다.

좋은병원들 편집실

TEL. (051) 310-9419

FAX. (051) 316-9295



## 이번호 퀴즈

좋은삼선병원은 환자분들에게 더 정확한 수술을 제공하고,  
회복 속도 향상을 돕기 위해 ○○○○○○센터를 개소하였습니다.

## 응모 요령

좋은병원들 홈페이지([www.goodhospital.or.kr](http://www.goodhospital.or.kr)) 웹진 독자퀴즈로  
2021년 8월 31일(화)까지 응모해 주시면 **정답자(5명)**를 추첨하여  
**신세계상품권(3만원)**을 드립니다.

## 지난호 정답 & 정답자

### 회전근개

오주현 포항시 북구 새천년대로 이견영 해운대구 재반로  
이다경 사상구 백양대로 장성훈 북구 화명신도시로  
정진희 연제구 거제시장로

## 원고 모집

좋은병원들 편집실에서는 독자 여러분의 원고를 기다리고 있습니다.  
수필, 시, 칭찬사례, 감동적인 이야기,  
주변에서 일어난 가슴 따뜻한 이야기, 경험담 등 어떠한 내용도 좋습니다.  
여러분의 많은 참여 기다리겠습니다.

**보내주실 때에는 이름, 주소, 연락처를 반드시 명기하여 주시기 바랍니다.**  
채택되신 분들께는 소정의 원고료도 드립니다.





## 미용부터 재건까지 환자중심의 진료서비스

성형외과·피부과 전문의 1:1 상담  
독립된 공간에서 편안한 진료와 대기

마취통증의학과 전문의 상주

다양한 진료과(외과, 정형외과 등)와의 협진 가능

피부치료관리실 운영(재생·여드름·콜라겐·비타민 관리 등)

### 성형외과

미용 성형수술(눈, 코, 가슴, 지방흡입, 보톡스&필러 등)  
외상(안면외상, 골절 및 화상), 흉터성형  
창상(옥창 및 당뇨발), 연부조직종양(지방종 등)  
소아 미용(모반, 설소대, Skin tag, 전이개누공)

### 피부과

피부질환(일반·만성 피부)  
피부미용, 레이저 치료  
심부재생술



#### 성형외과 전문의 박태서

양산부산대학교병원 전임의  
양산부산대학교병원 진료교수 임상교수



#### 성형외과 전문의 최재연

부산대학교병원 성형외과 전임의  
양산부산대병원 성형외과 진료 조교수



#### 피부과 전문의/ 의학박사 김광

부산의대·한양대 외래 교수  
부울경 피부과의사회 초대 회장  
※ 피부과전문의 인증(대한피부과의사회)

상담 및 문의 051-630-0100

▶ 건강한 담소

다양한 건강정보, 이제 영상으로 만나보세요!





# 좋은강안병원 건강증진센터

GOOD GANG-AN HOSPITAL HEALTH PROMOTION CENTER

국가건강검진 | 종합건강검진 | 특수건강검진

신관  2호선 금련산역 5번 출구

본관  2호선 금련산역 4번 출구

건강한 사람 · 건강한 삶 · 건강한 미래

조기진단은 당신의 건강을 지켜드립니다.

1F

국가건강검진

일반건강검진 및 6대 암검사 프로그램



2F

종합건강검진

특수건강검진

채용검진, 학생검진

3F

내시경센터

쾌적한 시설의 검진 전용  
내시경실 운영



좋은강안병원  
건강증진센터는



풍부한 경험과  
실력있는 의료진



다양한  
프로그램



쾌적한  
건강검진 공간



평생 건강관리  
서비스 제공



첨단  
의료장비



건강검진 전용  
내시경센터

로봇으로 무릎인공관절  
수술하는 시대!

마코

문의  
051-310-9267



Mako  
Total Knee

## 좋은삼선병원

### 로봇인공관절수술기 마코 도입 의료진과 로봇의 협력



조형래 센터장

어깨·팔꿈치 관절  
스포츠의학  
인공관절클리닉  
관절내시경클리닉



은일수 과장

무릎·발 질환  
인공관절클리닉  
스포츠클리닉  
무릎인공관절클리닉  
무릎내시경수술클리닉  
족부·스포츠클리닉



진홍기 과장

어깨, 무릎, 관절 재생치료  
어깨, 무릎, 관절내시경  
무수혈, 무통증, 인공관절  
(무릎·어깨·영양이)  
스포츠 외상



오용수 과장

인공관절  
(어깨·무릎·영양이)  
관절내시경수술  
(어깨·무릎·발목)  
골절, 족부질환, 척추  
골다공증, 외상  
척추클리닉



박원석 과장

목·허리 디스크  
협착증, 척추측만증  
골다공증  
무릎·어깨 질환



김두열 과장

척추클리닉  
인공관절, 관절경  
골다공증  
무릎·어깨질환



Pride of Hospital 앞선의학, 좋은병원 www.goodhospital.or.kr



공선의료병원  
부산 051-684-2002



공선삼선병원  
부산 051-322-0300



공선강안병원  
부산 051-925-0900



공선삼정병원  
울산 052-220-7500



공선민방병원  
포항 054-045-5000



공선연인요양병원  
부산 051-1529-7700



공선연인요양병원  
영양 055-350-9900



공선리여류요양병원  
부산 051-996-0900



공선신오양병원  
부산 051-326-0500



공선주래오양병원  
부산 051-325-0300



공선신오양병원  
포항 054-045-5000