ON

따뜻함(溫)을 주는 인하대병원
당신의 안전을 위해 365일 ON

FOR WINTER

vol.131

크리스마스에는 진심을

올 한 해 당신 덕분에 참 든든했습니다.
밥은 굶지 않았는지, 잠은 잘 잤는지 들여다보아 주고,
알게 모르게 도움 주고, 깊은 정(情)과 따뜻한 마음
을 나눠준 당신, 당신이 곁에 있어 외롭지 않았습
니다.
올해는 어린 당신처럼 크리스마스카드 한 장 골
라 봐요. 한 글자 한 글자 신중하게, 펜으로 꾹꾹
진심만을 남긴 후 소중한 누군가에게 마음을 전하길
바랍니다. 참 고마웠다고, 그리고 수고했다고.
올 한 해 부단히 애쓴 당신,
하루하루 성실하게, 열심히 살아온 당신에게 새해, 새날을 선물합니다.
2019년, 새해에는 더 행복하길,
소망하는 일 모두 이루길 응원합니다. **글** 박지영 **사진** 백기량(스튜디오100)

CONTENTS

2 찰나의 계절 크리스마스에는 진심을

SPECIAL THEME, 정리

6 SPECIAL THEME 01 더 나은 당신의 삶을 위한 제안
8 SPECIAL THEME 02 우리 삶에 정리가 필요한 이유
12 SPECIAL THEME 03 정리 전문가가 알려주는 정리 노하우
16 SPECIAL THEME 04 이웃과 함께하는 나눔의 즐거움

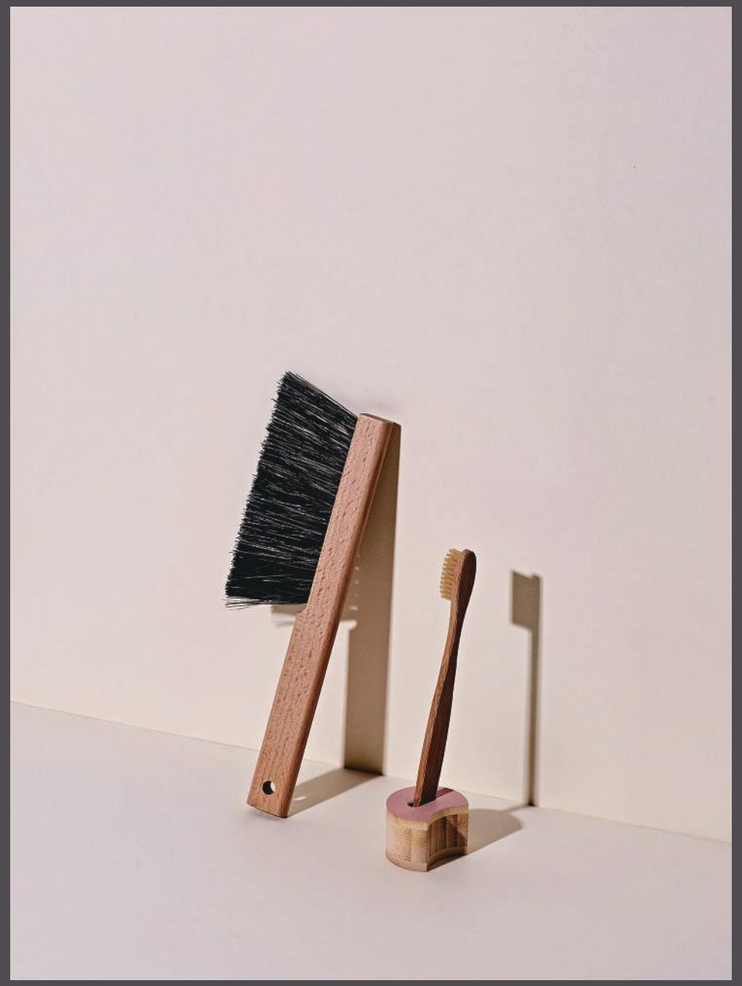
사람과 건강

20 건강 읽기 추위로부터 당신의 심장을 지켜라
22 인하포커스 두경부암 다학제 통합 진료
26 영화와 인생 영화 '허삼관'과 '그렇게 아버지가 된다'
30 계절밥상 굴전과 굴미역국
32 콧노래 여행 충청남도 당진 여행
38 공간 풍경 병동 18층 휴게실

인하, 사람

40 인하가 만난 사람 장기이식센터 김현화·이유리 코디네이터
44 인하라운지 인천권역심뇌혈관질환센터 취약지 지원사업
46 인하이슈 제3회 인하대병원 생명존중 콘서트
48 톡톡 약물상담 흉터치료제
49 인하미디어 언론에 비친 인하대병원
50 인하뉴스 인하대병원 뉴스
52 진료안내표

인하대병원보 2018년 겨울호(통권 제131호) **발행일** 2018년 12월 10일 **발행인** 김영모 **발행처** 인하대병원 홍보팀 **기획·편집·사진·디자인** 스튜디오100 (02-511-9369) **인쇄** (주)한강문화 **등록번호** 인천마01031 **인하대병원 주소** 인천광역시 중구 인항로 27(신흥로 3가 7-206) **전화** 032-890-2114 **팩스** 032-890-2998



멋지게 정리하는 법

우리는 물건에 둘러싸여 있고, 넘치는 감정에 허우적거리며, 나를 괴롭히는 인맥과 공존하며 산다.
답답하게 쌓여있는 물건으로부터 홀가분해지고, 잃어버린 나를 찾아 진짜만 남기는 '정리의 힘'을 경험해보자.
〈ON〉 겨울호 특집은 공간과 인맥 등 주변을 정돈하고, 일상을 다듬는 '정리' 이야기다. 이유 없이 머리가 지끈거릴 때, 주변을 둘러보며 답답함을 느낄 때, 새로운 마음으로 다시 시작하고 싶을 때, 당신에게는 정리가 필요하다.

글 박지영 **사진** 백기광(스튜디오100)

더 나은 당신의 삶을 위한 제안

글 박지영 **사진** 백기광(스튜디오100)

잠에서 막 깨어난 아침마다 주위를 둘러보는 오랜 습관이 있다. 현실감각을 찾기 위한 일종의 의식 같은 것이다. 최근에는 이 아침 의식을 치를 때마다 스트레스를 받기 시작했다. 아무렇게나 벗어둔 옷가지와 정리되지 않은 살림들이 가장 먼저 눈에 들어오는 탓이다.

퇴근 후 현관문을 여는 순간에도 아침 의식을 치를 때처럼 스트레스를 받기 일쑤였다. 싱크대에 수북이 쌓인 설거지 산을 보았을 때, 세탁기의 둥근 입이 미처 소화하지 못해 토해낸 옷가지를 마주했을 때도 마찬가지였다. 여기저기 존재감을 뽐내는 머리카락을 바라볼 때도 같은 느낌이었다.

세상에 정리를 못하는 사람은 결코 없다.
정리를 안 하는 사람만 있을 뿐이다.
윤선현의 〈하루 15분 정리의 힘〉

모든 것은 핑계에 불과했다. 이 모든 게 바쁘다는 핑계로 청소와 정리를 미뤄두었기 때문에 일어난 일이다. 깨끗하게 정리된 공간에서 안정을 느끼면서도 갖은 이유를 대면서 오늘 할 일을 내일로 미룬 것이다. 하지만 막상 정리하려고 마음먹어도 성공하기가 쉽지 않았다. 물건이 지나치게 많아서 어디서부터 손댈지 엄두가 나지 않았고, 시작 전에 겁부터 잔뜩 집어먹은 탓이다.

가장 감당이 안 되는 건 넘치는 생각들이었다. 해야 할 일이 지나치게 많아서일까. 머릿속이 늘 분주했다. 휴대전화 화면을 열어 메모 애플리케이션에 차근차근 기록하지 않으면 잊기 일쑤였다. 일상이 부대낀다는 표현이 더 어울림직하다. 주위에서 원성이 자자했다. 소중한 부모님의 생일을 깜빡했고, 가장 친한 친구의 대소사(大小事)를 챙기지 못했다. 얼키설키 꼬인 생각의 실타래가 일상을 더욱 피곤하게 만들었다.

청소가 필요한 건 책상이 아니라 머릿속이다!
도마베치 히데토의 〈머릿속 정리의 기술〉

하루에도 몇 번씩 불필요한 감정에 시달리느라 마음 여유가 없었다. 말투에 짜증이 묻어나는 일이 늘었다. 공간과 생각, 그리고 마음이 정리되지 않았기 때문인지 여유가 없어졌다. 삶의 우선순위가 무엇인지 몰라 헤맸으며, 꼭 외줄타기 하는 곡예사처럼 일상의 균형이 무너졌다.

이렇게 지낼 순 없다. 정리가 필요했다. 우선순위를 정하고, 필요하지 않은 것과 진짜 소중한 것을 선별하는 작업이 필요한 때였다. 분에 맞지 않는 소유를 깨닫고, 넘치는 욕심을 인정해야 했다.

사람이 살아가면서 진정한 인간관계를 맺기 위해서는 관계를 맺을 뿐만 아니라 관계를 끊는 능력도 있어야 한다.
엘빈 토플러

옷장에서 옷을 덜어내고, 책장에서 책을 덜어내듯 인맥도 가지치기가 필요했다. 항상 불평만 늘어놓는 사람, 저 힘들 때만 연락해 기운 빠지게 하는 사람 등 평소 좋지 않은 영향을 주는 이들은 과감하게 떠나보내기로 했다. 그래야 진짜에 집중하고, 진짜를 챙길 수 있으니까.

이제부터 물건을 구입할 때는 '오래 생각하기'를 실천할 계획이다. 충동구매는 불필요한 물건을 구입할 가능성을 높인다. 오랜 시간 고민을 거듭한 후 물건을 구입하면 그 가치가 한층 빛날지 모른다. 하나를 구입하면 하나를 버리는 행동을 실천에 옮기고, 집 안 구석구석에 빈 공간을 만들고, 매일 들고 다니는 가방의 무게를 가볍게 하는 미덕도 발휘하고 싶다. 빈 공간이 꼭 채워야만 하는 곳은 아니므로.

크게 버리는 사람만이 크게 얻을 수 있다는 말이 있다. 물건으로 인해 마음을 상하고 있는 사람들에게는 한 번쯤 생각해 볼 말씀이다. 아무 것도 갖지 않을 때 비로소 온 세상을 갖게 된다는 것은 무소유의 또 다른 의미이다.
법정의 〈무소유〉 중

한 해가 가고 있다. 이즈음이면 시간이 참 빨리 흐른다는 생각이 든다. 몇 달 전 새로운 해를 맞이하며 단단한 계획을 세우고, 커다란 다짐을 한 것 같은데 2018년의 12월이라니. 2019년을 반갑게 맞이하기 위해 가장 먼저 할 일은 '정리'이다. 쓸고 닦는 행위는 물론 필요 없는 물건을 선별하여 버리거나 나눌 계획이다. 기준은 '누군가 나에게 주었을 때 선뜻 기쁘게 받을 물건인가'라는 물음이다. 그렇지 않다면 과감하게 버리고 가벼워지고 싶다.

우리는 모두 태어날 때 아무 것도 갖고 있지 않던 미니멀리스트였다. 이 사실을 기억하면 정리가 조금은 쉬워지지 않을까. 갖지 못한 결핍에 초점을 맞추기보다, 이미 가진 '소유'를 소중하게 대하는 마음가짐은 그 자체로 근사하고, 무엇보다 온전한 내 삶을 만들어 줄 것이다. 비우고 정리하는 습관을 통해 여유 있고 향기 나는 사람이 될 수 있음은 물론이다.

삶에 집중하는 정리의 힘

우리 삶에 정리가 필요한 이유

지금 두 눈을 감고 내가 사는 집의 모습을 떠올려보자. 넘치는 물건에 둘러싸여 있지는 않은가? 우리는 정리의 필요성을 잘 알면서도 정리 못한 채 살아간다. 왜 그럴까? 정리를 하면 삶은 어떻게 달라질까?

글 유미지 **사진** 백기광(스튜디오100) **도움말** 김원형(인하대병원 정신건강의학과 교수)

정리할 시간조차 없는 현대인

현대인의 삶에는 여유가 없다. 회사에서는 남보다 앞서야 한다는 생각에 매일 치열한 경쟁을 하고, 혼자 있을 때는 SNS와 포털 사이트에서 접하는 수많은 정보에 휩쓸려 살아간다. 그뿐인가. 집에서는 버리지 못해 쌓아 놓은 물건에 둘러싸여 지낸다. 사람이 삶을 지배해야 하는데, 오히려 물건과 정보에 치이며 사는 것이다.

인하대병원 정신건강의학과 김원형 교수는 우리가 정리를 못하는 이유에 대해 지나치게 바쁘기 때문이라고 말한다. 지친 사람들의 삶에서 정리는 우선순위가 아니라는 것이다.

"현대인은 늘 이유도 모르는 채 어떤 목표와 목적을 향해 나아갑니다. 쫓기면서 살다보면 성취에 집착하고 내적인 것보다 학위, 경력, 대인 관계, 건강, 미모와 같은 외적인 것에 치중하죠. 때문에 시간을 소모하는 행위인 정리는 자연스럽게 뒤로 밀립니다."

지구를 강타한 정리 열풍

몇 년 전부터 '정리'라는 화두가 사람들 사이에 화제였다. 도미니크 로로의 〈심플하게 산다〉, 곤도 마리에의 〈인생이 빛나는 정리의 마법〉, 국내 1호 정리 컨설턴트 윤선현의 〈하루 15분 정리의 힘〉 등 정리 관련 도서가 베스트셀러가 된 것이 그 예다.

그밖에 3개월간 33개의 아이템으로 버티는 '333 프로젝트'가 유튜브에서 퍼져나가며 너도나도 옷장을 간소화하기 시작했고, 정리 개념은 더 나아가 최소한의 물건만 가지고 생활하는 미니멀 라이프로 발전했다. EBS 〈하나뿐인 지구: 물건 다이어트〉 편에 출연한 〈나는 단순하게 살기로 했다〉의 저자 사사키 후미오는 여섯 벌의 양복과 액체 비누 하나, 수건 한 장, 냄비 하나, 이불 하나만으로 살고 있다. 그가 처음부터 이런 삶을 살아온 건 아니다. 사사키 후미오는 11년간 같은 집에서 물건을 쌓을 대로 쌓아 놓은 채 평범하게 살았다. 그러던 어느 날 15개의 물건만 들고 세계여행을 하는 앤드루 하이드와 1983년경 스티브 잡스가 아무것도 없는 방에 앉아 있는 사진을 보게 되고, 이에 충격을 받아 물건을 버리기 시작했다. 그리고 현재 몇 가지 살림으로 하루하루를 살고 있다. 어떻게 저 살림으로 삶을 꾸릴 수 있을까 싶지만 그는 오히려 집 안의 질서를 자신이 주도할 수 있기에 행복하다고 말한다. 〈두 남자의 미니멀 라이프〉의 저자 조슈아 필즈 밀번 역시 사사키 후미오와 비슷한 삶을 살고 있다. 그는 고액 연봉에 방이 많은 집을 소유한, 일명 성공한 사람이지만 자신이 원하던 돈과 집을 거머쥐자 정작 성공했다는 느낌보다 오히려 우울감을 느꼈다. 그러다 우연히 미니멀리스트의 삶을 접했고, 불필요한 것을 배제하며 사는 지금이야말로 오롯이 자신의 인생에 집중하며 살고 있다고 말한다.

동서양을 막론하고 미니멀한 삶을 사는 사람들에겐 공통점이 있다. 불필요한 것을 훌훌 벗어던지고 중요한 것에만 집중하는 삶을 산다는 것, 덕분에 인생을 즐기게 됐다는 것, 그리고 그토록 원하던 행복을 찾았다는 것이다.

김원형 교수는 인하대학교 의과대학을 졸업하고, 현재 인하대병원 정신건강의학과 조교수로 활동하고 있다. 인하대병원 정신건강의학과는 정신질환 진료, 정신의학 관련 연구, 공공정신 보건사업 등 다양한 활동을 수행하고 있다. 김원형 교수는 스트레스 장애(정신종양학), 외상후 스트레스 장애, 정신분열병(조현병), 수면장애 등을 진료하며, 다학제를 통해 암 환자 치료에도 참여하고 있다.

삶에 집중하게 만드는 정리의 힘

우리 삶에 정리가 필요하다는 것을 알지만 막상 시작하려면 엄두가 나지 않는다. 어디서부터 시작해야 할지 막연함이 앞서기 때문이다.

〈타임〉지가 선정한 '세계에서 가장 영향력 있는 100인'이자 정리 컨설턴트이며 책 〈인생이 빛나는 정리의 마법〉의 저자 곤도 마리에는 정리에 순서가 있다고 말한다. '의류→책→서류→소품→추억의 물건' 순으로 정리해야 남길 것과 버릴 것을 빠르게 판단할 수 있고, 방도 점점 깨끗해진다는 것이다.

"정리의 사전적 정의는 '흐트러지거나 혼란스러운 상태에 있는 것을 한데 모으거나 치워서 질서 있는 상태가 되게 하는 것'입니다. 사전적 정의대로 주변을 정리하면 나름의 질서가 생기고 그 질서는 생산성으로 이어져요. 물건 찾는 시간을 들이지 않고, 하고자 하는 행위를 할 수 있기 때문이죠. 이게 정리가 지닌 힘이에요." 김원형 교수의 말이다. 그는 물건 등 환경을 정리하려면 먼저 물건을 버리지 못하는 이유부터 알아야 한다고 말한다. "물건을 정리하려면 먼저 그 물건의 필요성, 가치 등에 대한 체크리스트를 만들어요. 이 체크리스트를 가지고 정리할 물건이나 환경을 정한 후 정리 계획을 세웁니다. 계획을 세울 때는 정리할 물건이나 환경을 아이방, 공부방, 주방 등과 같이 구체적으로 적고, 그 후 물건이나 환경에 따라 어떻게 정리할지 방법을 상세하게 적어요. 공부방을 예로 들면 첫째 날 책을 정리하고, 둘째 날 문구 정리, 셋째 날 책상 위를 정리하는 식으로 계획하는 거예요."

인간관계도 정리가 필요하다

우리 삶에는 물건 정리뿐만 아니라 내면의 정리 또한 필요하다. 마음이 정리되면 외부 충격에도 흔들리지 않고 살 수 있기 때문이다. 김원형 교수는 마음이 정리되면 독자성을 지니고 높은 자존감을 유지하며 진정한 행복을 추구할 수 있다고 말한다. 하지만 우리는 물건뿐만 아니라 인간관계 또한 쉽게 정리 못한다. 툭하면 상처받고 감정적으로 스트레스 받기 일쑤다.

"인간관계를 정리하려면 먼저 나를 긍정하는 것이 필요해요. 단순히 '잘 될 거야'가 아닌 '나는 사랑받기에 충분한 사람'이라는 사실을 인정하고 스스로에게 최선을 다하는 거예요. 이렇게 하면 인간관계에서 오는 외부적 스트레스를 줄일 수 있어요." 김 교수의 조언이다. 또 그는 사람에 대한 감정적 소모를 줄이고 적절한 거리를 유지하도록 노력하는 과정 또한 필요하다고 말한다.

"모든 사람에게 좋은 사람이 되려고 애쓸 필요 없어요. 〈혼자 잘해주고 상처받지 마라〉라는 책 제목처럼 상대방에게 너무 큰 기대를 하지 않는 게 좋아요. 기대할수록 더 큰 상처를 받기 때문이에요."

김 교수는 감정일기를 쓰면 인간관계를 정리하는 데 도움이 된다고 조언했다.

"하루 5~10분 시간을 내서 내가 사람 때문에 스트레스 받은 일과 그때 느낀 감정을 차분히 글로 적어보세요. 이렇게 쓴 글을 다시 읽으며 부정적 감정을 나타낸 단어를 빨간 펜 등으로 지워보세요. 이때 단어를 지우면서 부정적 감정이 사라질 것이라고 자기암시를 하는 것이 중요합니다."

그래도 사람에게 상처받을까 봐 겁난다면 가족이나 친구 또는 정신건강의학과 전문의 등 주변 사람에게 도움을 청하자. 자신의 마음과 고통을 진심으로 이해하려고 노력하는 사람에게 어려움을 털어놓으면 마음에 따뜻한 보호막이 생기고 스트레스에서 한걸음 물러서 자신을 바라볼 수 있게 된다.

우리 삶에서 물건 정리는 물론 감정, 인간관계 정리 또한 꼭 필요하다. 이를 잘 해낸다면 우리의 삶 또한 변화할 수 있다. 오늘부터 물건이든 감정이든 하나씩 버림으로써 내 공간을, 내 마음을 정리해보자.

정리 전문가가 알려주는 정리 노하우

정리를 하면 인생이 달라집니다

정리는 더 나은 삶을 위해 우리가 택할 수 있는 기술 중 하나다. 비록 습관이 되기까지 시간이 걸리지만 익숙해지면 이보다 더 좋을 순 없는 게 정리다. 내가 사는 공간을 정리하려면 어디서부터 어떻게 시작해야 할까? 국내 1호 정리 컨설턴트 윤선현에게 그 대답을 들었다. 글 유미지 사진 송인호(스튜디오100)

정리하면 생기는 삶의 변화

주변 환경이 아이의 성장 과정에 영향을 미치듯, 정리된 공간이 사람의 인생에 미치는 영향 또한 무시할 수 없다. 국내 1호 정리 컨설턴트이자 베리굿정리컨설팅 대표 윤선현은 정리를 통해 삶이 변화된 사람 중 하나다. 그는 매일 야근을 하고, 주말이 되면 쉬느라 바쁜 평범한 직장인이었다. 그러던 어느 날, 로타르 J. 자이베르트의 <단순하게 살아라>라는 책을 읽고, 책상을 정리했다. 정리로 인해 생겨난 그의 인생 첫 번째 변화였다. 2012년 그날 이후 그는 삶의 다양한 영역에 정리를 적용하기 시작했다. 시간이 지나면서 업무 효율이 높아지고, 스트레스가 줄어드는 것을 느꼈다. 정리의 효과를 체험한 그는 정리에 관한 서적과 자료를 찾아보며 연구를 했고, '정리의 힘'을 다른 이들에게 알려주고자 '정리 상담사'라는 직업을 만들어 활동하게 되었다.

"일을 시작할 때부터 누군가의 인생에 도움 주는 사람이 되고 싶었어요. 제가 잘할 수 있는 일이 무엇일까 생각하다 정리라는 콘텐츠를 떠올렸고, 결국 창업을 했죠."

윤선현 대표는 공간이 변하면 사람도 변한다고 말한다. "정리는 심리적, 환경적, 관계적으로 우리 삶에 빠른 변화를 줘요. 정리를 하면 마음이 개운해지고, 물건이 없으니까 살기 편해지죠. 삶에 대한 동기 또한 부여하고요."

우리가 정리를 못하는 이유

윤선현 대표는 사람들이 자신이 원하는 것이 무엇인지 정확히 알지 못하기 때문에 잘못된 소비를 하고, 정리를 못하는 것이라고 지적한다.

"요즘 사람들은 물건을 많이 사고, 채워 넣는 데 집중해요. 한정된 공간에 물건이 많아지면 그 물건을 어디에, 어떻게 두어야 할지 몰라 빈 곳에 아무 데나 처박아두죠. 정작 쓰고 싶을 땐 그 물건이 어디에 있는지 몰라서 제때 쓰지 못해요. 무작정 물건을 사지 말고, 집에 있는 것부터 사용해 보세요. 그리고 필요 없는 물건은 처리하세요. 정리는 쓰지 않는 것을 버리는 것이라고들 말하지만 저는 '있는 걸 제대로 쓰는 것'이 먼저라고 생각합니다."

정리는 원하는 일에 대한 목적과 방향이 명확해야 시작할 수 있다. 내 생활양식에 맞는 물건이 주변에 있어야 내 삶이 편안해진다. 그런데 실상은 그렇지 않다. 잠을 자는 침실엔 옷가지가 널려 있고, 아이방 책장에 부모의 책이 꽂혀 있는 등 뒤죽박죽이다.

"집을 정리할 때는 우리 가족, 혹은 자신의 생활 습관을 고려하세요. 하루에 식사는 몇 번 하는지, 가족이 주로 어디서 모이는지, 배달음식을 많이 시켜먹는지 등 기본 생활 습관을 파악해야 물건을 편하게 쓸 수 있게 정리할 수 있어요. 책상은 앉았을 때 다른 일에 신경 쓰지 않고 집중할 수 있어야 하고, 식탁은 바로 앉아서 식사가 가능해야 해요. 거실은 보통 쉬는 공간으로 사용하니까 그에 해당하지 않는 물건은 다 빼야 맞죠. 식기는 한곳에 몰아서 두고, 입었던 옷은 행어에 걸쳐 놓을 게 아니라 바구니를 두어 그 곳에 두고, 쓰지 않는 가구는 위치를 바꿔 정리해요. 그게 정리의 기본입니다."

정리도 훈련이 필요하다

집을 정리했다고 단번에 인생이 바뀔 것이라 기대하지만, 원래대로 금방 돌아가는 것이 현실이다. 윤선현 대표는 이를 '정리 요요'라 말한다.

"정리를 시작하면 집 안에 있는 물건들을 끄집어내야 하니까 그 탓에 더 어수선해지고 이동이 불편해져요. 하지만 무슨 일이든 과도기가 있죠. 그 시기를 지나야 깔끔해져요."

정리한다고 물건을 다 갖다 버렸는데 금세 그 물건이 필요해져 다시 사게 되는 일도 있다. 이 또한 거쳐야 할 과정이라고 말한다.

"정리라는 기술을 익히는 데 필요한 과정이에요. 이 물건이 나에게 필요한지 필요하지 않은지 결정하는 훈련이죠. 물건을 살 때는 필요, 관심, 목적, 행복의 항목을 따져볼 필요가 있어요. 내가 하는 일에 필요한 물건인지, 내가 이 제품을 구매하면 앞으로 관심을 계속 기울일 수 있는지, 내가 가고자 하는 삶의 방향에 도움이 되는 물건인지, 이 물건을 샀을 때 내가 행복한지 등을 생각해보는 거죠."

그밖에 집 안에 있는 물건을 비우는 훈련도 필요하다. 윤선현 대표는 하루 15분씩 시간을 제한하고 집 안에 쓸모없는 물건을 찾아서 버리라고 조언한다.

"공간이 너무 광범위하다면 공간을 특정 짓는 것도 좋아요. 매일 서랍 한 칸씩 열어서 물건을 버린다든지, 책장 한 칸을 비운다든지 하는 식으로요. 물건을 버릴 땐 앞으로 또 채워질 걸 생각해서 20% 더 버리세요. 이런 식으로 책장이나 서랍 등에 빈칸을 하나씩 늘려보세요. 별거 아니지만 그 '한 칸이 주는 삶의 여유'를 느낄 수 있을 겁니다."

윤선현의 물건 구분법

윤선현 대표는 물건을 구분할 때 '버릴 것', '판매할 것', '누구 줄 것', '고민할 것'으로 나눈다. 그가 물건을 버리는 기준은 다음과 같다.

1 일 물건이라는 것은 내가 쓸 때 존재 의미가 있는 법이다. 물건을 보며 '무슨 일할 때 써야 하는지'를 판단해보고 생각나지 않거나 쓸 일 없을 것 같으면 버린다.

2 시간 1년 이상 보지 않은 책, 2년 이상 입지 않은 옷. 이렇게 시간을 기준으로 정리하는 것도 좋은 방법이다.

3 기분 긍정적 기억을 가진 물건은 두고, 부정적 기분이 드는 물건은 버린다. 실패의 기억을 되살리는 물건, 예를 들어 영어공부 좀 해보려고 샀지만 펼쳐보지 않은 비싼 교재 등은 실패한 과거를 떠오르게 하고 자괴감에 빠지게 하는 등 부정적 의미를 지녔으므로 버리는 것이 좋다.

4 보관 공간 용도나 대용 가능한 물건은 굳이 많이 가지고 있을 필요가 없다. 예로 배달음식 주문 시 함께 오는 나무젓가락은 계속 생기기 때문에 100개씩이나 집에 놔둘 필요가 없다.

5 금전적 가치 물건의 금전적 가치를 따져보는 것도 방법이다. 좋은 물건을 대량으로 싸게 샀다고 해도 물건 놓을 곳이 없다면 집을 오히려 낭비하는 셈이다. '언젠가 쓰겠지' 라고 생각하는가? 그 '언젠가'는 오지 않는다. '언제까지 쓰겠지'가 더 정확하고, '2018년 12월 31일까지 사용하지 않으면 버려야지' 하는 식의 기준을 정해 사용한다.

이웃과 함께하는 나눔의 즐거움

물건을 정리할 때 꼭 버려야만 할까? 여기 나눔을 실천하고 연말정산 시 소득공제도 받을 수 있는 길이 있다. 이웃에게 사랑과 희망을 전하는 나눔 방법을 소개한다. **글** 유미지 **사진** 백기광(스튜디오100)

헌옷수거함의 어두운 이면

거리 곳곳에 놓여 있는 의류수거함이 어려운 사람을 돕기 위한 취지에서 설치되었다고 여기는 사람이 많다. 하지만 안타깝게도 사실이 아니다. 나라나 봉사단체에서 운영하는 것처럼 보이는 헌옷수거함은 대부분 장애인단체나 보훈단체 등과 위탁 계약을 맺은 사설 수거업체 소유다. 이들은 기증받은 헌옷 가운데 상태가 좋은 것은 약간만 손질해 동남아 등지에 수출하고, 낡은 옷은 고물상에 판매하는 방법으로 한 달에 5백만~1천만 원의 수익을 낸다. 소외된 이웃에게 전달되기 바라는 마음으로 넣은 헌옷이 정작 그들에게 전달되지 않은 것이다. 반면 헌옷이나 중고 서적, 잡화를 자선단체에 기부하면 소외계층을 도울 수 있는 것은 물론 기부금으로 환산받을 수도 있다. 발급받은 기부영수증은 연말정산 시 자동으로 기부금 공제에 반영되며 소득공제 또한 받을 수 있다. 집 안 정리도 하고 기부도 하면서 사회에 기여할 수 있는 단체가 다양하며, 가까운 읍·면·동 주민센터나 새마을문고회 등 지역단체를 활용한 기부 또한 가능하다.

이웃과 나누다, 아름다운 가게

아름다운 가게는 헌옷을 기부하면 기부영수증을 발급해주는 대표적인 자선단체다. 직접 방문해 기부하는 것부터 온라인으로 신청 후 3박스 이상이면 택배 수거 또한 가능하다. 홈페이지에서 기증신청서를 제출하거나 전화로 기증물품과 수량을 전달하면 택배기사가 지정 날짜에 물품을 수거하고, 수거 1~2주 후 중고물품 가격을 자체적으로 정산해 문자로 알려준다. 가격은 의류 1벌당 1천~5천 원이 책정되어 있으며 기증 물품은 분류와 가격 책정을 거쳐 아름다운 가게 매장에서 판매한다. 수익금은 국내외 소외 이웃을 돕는 데 사용한다. 단 물품 수거 후 세탁비나 헌옷을 쓰레기로 처리하는 비용이 더 드는 일이 많기 때문에 물품을 까다롭게 선별해 받는다. 훼손되었거나 착용한 속옷, 내복, 침구류 등과 택배 수거 시 파손되는 상품이나 부피가 크고 무거운 물품은 수거하지 않는다.

www.beautifulstore.org

제3세계 빈곤층 아이들 지원, 옷캔

옷캔은 옷 기부를 통해 국내외 소외계층을 돕는 비영리법인단체다. 옷캔은 '옷'과 '할 수 있다'는 뜻의 영어 단어 'can'이 합쳐진 이름이다. 국내에서 유일하게 의류를 해외에 지원하는 의류 관련 구호단체로 16개 국가에 비영리단체 및 기업들과 네트워크를 형성하고 있다. 옷캔은 전국에서 보내오는 헌옷과 신발 등을 제3세계 빈민국에 수출한 뒤 그 수익금으로 아프리카나 아시아 등에 사는 제3세계 아이들의 교육 활동 및 꿈을 키울 수 있는 일을 지원한다. 미술교육, 위생사업, 옷 나눔 사업 또한 진행하고 있다.

www.otcan.org

자선이 아닌 기회를, 굿윌스토어

굿윌스토어는 개인, 기업, 단체 등에서 받은 기부 물품을 자체 매장에서 판매하는 단체다. 판매수익금은 일자리를 갖기 어려운 장애인과 취약계층의 직업 재활 및 지원 고용프로그램 운영금으로 사용한다. 일회성 후원에서 벗어나 취약계층 사람들이 자립할 수 있도록 일자리를 제공하는 것. 기부를 하면 일자리 창출에 기여할 뿐만 아니라 연말정산 시 세금공제 혜택 또한 받는다. 헌옷뿐만 아니라 패션 잡화, 생활용품, 도서류, 식기, 손으로 들고 갈 수 있는 크기의 소형 가구 및 가전 등도 기부 가능하다.

www.miralgoodwill.org

청년들의 희망, 열린 옷장

열린 옷장은 청년 구직자들을 위한 서비스를 제공한다. 정장을 기부 받아 면접용 정장이 필요한 청년 구직자에게 저렴하게 대여해주는 것이다. 셔츠는 5천원, 재킷은 1만원, 구두 5천원으로 책정되어 있으며 유행이 지난 옷은 디자인을 고쳐 대여한다. 비싼 정장을 마련하기 부담스러운 취업 준비생들에게 좋은 소식이 아닐 수 없다.

www.theopencloset.net

엄마들에게 적격, 키플

하루가 다르게 자라는 아이들은 옷도 신발도 금세 작아지기 마련이다. 새 옷이 아니라서 남에게 주기도 그렇고 버리자니 아까운 아이들 옷은 키플에 기증할 수 있다. 키플은 서울시 지정 공유기업으로 양질의 유·아동 의류를 편리하게 재분배, 재활용하는 서비스를 제공한다. 택배 기사가 수거한 뒤 선별을 거쳐 물품 금액의 70%가 키플 머니로 적립되고, 키플에 등록된 옷이나 가방, 신발, 도서, 장난감 등을 키플 머니로 구입할 수 있다.

www.kiple.net

정리도 되고 돈도 생기는 유용한 정리 앱

한 번도 입지 않은 옷, 기부 항목에 허용되지 않는 제품, 집 안 가득 자리 잡은 책 등은 어떻게 처리할까? 걱정하지 말자. 요즘같이 스마트한 세상엔 애플리케이션 하나로 해결할 수 있다.

- **수거왕** 수거 날짜를 예약하고 헌옷류와 비철류를 합한 양이 최소 20kg 이상이면 헌옷 수거 담당자가 집으로 찾아와 옷을 수거해간다. 1kg당 300원을 돌려준다. 안 쓰는 전자 기기나 고철류 또한 수거해간다. 집 안 정리하면서 용돈도 벌고 싶을 때 사용하면 좋을 듯하다.
- **번개장터** 충동구매로 샀다가 태그도 제거하지 않고 둔 새 옷, 한두 번 입고 나중에 살 빼면 입어야지 하고 고이 모셔두었던 옷들은 번개장터를 이용해 처리해보자. 휴대폰으로 판매 제품 사진 찍고 설명만 쓰면 물품 등록 완료. 소파, 의자 같은 무거운 물건부터 아기 옷, 장난감까지 국내 최대 거래 물품을 보유하고 있는데다, 약 1,100만 명이 사용하고 있어 사고파는 일이 신속하게 진행된다.
- **당근마켓** '당신 근처에서 만나는 마켓'이라는 뜻을 지닌 앱으로 동네 사람들 위주로 중고거래를 하는 서비스를 제공한다. 직거래를 하기 때문에 부피 큰 제품도 거래가 가능하고, 택배비도 아낄 수 있다. 돈만 받고 판매자가 사라지거나, 물건 대신 벽돌을 받는 불상사 또한 피할 수 있다. 한두 번 쓰고 사용하지 못하는 유아용품 등을 처리할 때 유용하다.

겨울바람이 가까이 오지 못하게

혹독하게 추운 겨울 날씨는 우리를 따뜻한 실내에만 머무르게 합니다. 하지만 겨울이라고 집돌이, 집순이가 되어 집에만 있다가는 금세 시들어 버릴지 몰라요. 밖으로 나가 계절을 느껴요. 단, 밖으로 나갈 때는 준비가 좀 필요합니다. 겨울엔 체온 관리에 각별히 신경 써야 하니까요. 손이 꽁꽁, 발이 꽁꽁 얼지 않도록 발목을 덮어주는 목이 긴 양말을 신고, 손을 포근하게 감싸주는 장갑은 필수입니다. 보온성은 물론 촉감이 보드라운 캐시미어 머플러도 목에 두르면 좋겠죠. 겨울에는 우리 몸을 따뜻하게 하고 건강을 챙기는 것이 가장 중요합니다. 근사한 멋쟁이가 아니어도 괜찮은, 겨울입니다.

글 박지영 **사진** 백기광(스튜디오100)

추위로부터 당신의 심장을 지켜라

겨울철에는 추위로 혈관이 수축하기 쉬우므로 심장 질환을 주의해야 한다.
건강한 겨울을 보내기 위해 알아두면 좋은 심장 질환 관련 정보를 전한다.

글 김민정 **사진** 백기광(스튜디오100) **도움말** 백용수(인하대병원 심장내과 교수)

혈관 수축하고 혈압 상승하기 쉬운 겨울

심장 질환은 겨울철에 발병률이 높아진다. 통계청에 따르면 지난 2017년 허혈성 심장 질환으로 인한 사망자 수가 여름(6~8월) 보다 겨울(12~3월)에 훨씬 많은 것으로 나타났다. 허혈성 심장 질환의 대표 질환은 협심증과 심근경색이다. 심근경색이란 심장에 산소와 영양을 운반하는 관상동맥을 통한 혈액 공급이 차단되어 심근 일부가 괴사하는 병이다. 겨울철 추운 날씨에는 혈관이 수축하고 혈압이 상승하기 때문에 심근경색 발생 가능성이 높아진다.

통계청 자료에 의하면 심장 질환은 40대까지는 남성이 많지만 50대 이후에는 남녀 간 차이가 없어진다. 인하대병원 심장내과 백용수 교수는 "심장 질환은 고혈압, 당뇨병 등으로 혈관이 노화되는 동맥경화가 근본 원인이다. 폐경 전 여성은 여성호르몬 에스트로겐이 동맥경화를 예방하는 효과를 내지만 폐경이 되면서 에스트로겐이 나오지 않으면 이들 질환 발생이 높아질 수 있다"고 설명한다.

심장 질환은 암에 이어 한국인 사망원인 2위로 꼽힌다. 최근 10년 사이 심장 질환으로 인한 사망률이 급격히 높아졌다. 백용수 교수는 "한국인의 생활 습관이 서구화한 것이 주요 원인이다. 흡연, 잘못된 식습관과 생활 습관 등이 심장 질환에 주로 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 또 의학 기술이나 진단 기구가 발달하면서 진단율이 높아진 것도 하나의 원인이다"고 말한다.

다양한 심장 질환 바로 알자

심장 질환은 협심증, 심근경색 등 관상동맥 질환, 심부전증, 부정맥 등이 있다. 심장은 근육질로 구성되는데, 심장이 정상적으로 작동하려면 끊임없는 산소 공급과 영양소가 풍부한 혈액 공급이 절대적이다. 세 갈래의 관상동맥과 심장 표면을 덮고 있는 혈관망은 혈액을 공급하는 역할을 한다. 이들 관상동맥에 동맥경화가 심해져 부분적으로 좁아지거나 막힐 경우, 심장은 산소를 함유한 혈액을 충분히 공급받지 못한다. 여기에 신체적 또는 심리적 스트레스를 받아 더 많은 산소와 영양소가 필요해질 때 심장 근육이 제 역할을 못하게 되는데, 이때 협심증을 일으키거나 가슴에 통증을 느끼는 것이다. 이런 증세를 즉시 치료하지 않으면 심근경색증이나 심장마비까지 일으킬 우려가 있다.

심부전증은 심장 기능이 약해져서 피를 잘 뿜어내지 못하거나 심장에 피가 잘 들어가지 못해 발생한다. 심근이 약해지거나 심장에 피가 잘 공급되지 않는 관상동맥 질환이나 고혈압, 심근증이나 심장 판막질환 등이 원인이다.

부정맥은 심장 박동이 지나치게 빠르거나 느린 상태, 또는 불규칙한 상태를 말한다. 백용수 교수는 "심장 박동은 몸의 요구량에 따라 가만있을 때는 분당 50~80회, 긴장하거나 운동할 때는 빨라져서 분당 150~180회가 된다. 하지만 심장 내 전기 전달체계에 이상이 생기면 심장이 정상적으로 뛰지 않는 것을 부정맥이라 하는데, 이는 종류가 무척 많다. 부정맥이 생기면 곧바로 심장 박동이나 맥박이 불규칙해지거나, 분당 60회 미만으로 느려지거나(서맥증), 분당 100회 이상으로 빨라지는 이상이 발생하여 돌연사 등을 일으킬 수 있다"고 설명한다.

심장이 보내는 신호를 살핀다

관상동맥 질환은 콜레스테롤 등 지방 성분이 체내에 축적되면서 발생한다. 이런 지방 성분이 혈관 내에 침착하면 혈관 벽이 두꺼워지고 혈관이 좁아져서 원활한 혈액순환에 지장이 생긴다. 백용수 교수는 "두꺼워진 혈관 벽 내면에 혈전이 생기면 혈관 내부가 더욱 좁아지고, 혈관이 수축하거나 심하면 혈관이 완전히 막힌다. 혈관 벽 내에 지방분이 축적된 상태를 동맥경화반(플라크)이라고도 한다"고 말한다.

심부전증은 관상동맥 질환, 심장근육 질환(심근병증), 고혈압, 심장판막 질환 등이 원인이고, 부정맥은 고령, 고혈압, 당뇨, 비만, 가족력, 유전, 심한 코골이 등이 원인이다.

한편 관상동맥 질환의 증상은 가슴 통증, 호흡 곤란, 메스꺼움 등이다. 심부전증은 호흡 곤란, 발목 부종, 만성 피로, 밤에 증상 악화 같은 증상이 나타난다. 흉부 불편함, 호흡 곤란, 어지러움, 두근거림, 실신 등의 증상이 나타나면 부정맥을 의심해 본다.

백용수 교수는 "심장 질환은 가슴 통증, 호흡곤란, 두근거림, 어지러움 등 다양한 증상으로 나타날 수 있다. 이러한 증상이 반복된다면 '심장이 주는 신호'라고 생각하고 바로 병원을 방문해 검사 받아야 한다"고 조언한다.

심장 질환을 진단하는 검사는 흉부 엑스선 검사와 심전도 검사가 있다. 증상에 따라 운동부하 검사, 24시간 홀터 검사, 24시간 활동성 혈압측정, 동맥 경직도 검사 등이 있고, 보다 전문적인 검사는 심장 초음파, 관상동맥 조영술, 전기생리학 검사 등이 있다.

검사 결과 심장 질환이 있다면 전문의와 상의하여 적절한 치료를 받아야 한다. 모든 심장 질환의 치료는 생활 습관 교정과 금주, 금연, 운동 등이 기본이다. 먼저 관상동맥질환은 약물 치료, 관상동맥 조영술, 관상동맥 스텐트 삽입술, 관상동맥 우회술 등을 받아야 한다. 심부전증은 약물 치료를 우선적으로 받는다. 이후 원인에 대한 수술 치료를 할 수 있다. 심한 심장 판막 질환이라면 시술이나 수술을 받는다. 백용수 교수는 "관상동맥 질환에 대한 시술이나 수술, 심장 왼쪽과 오른쪽이 동시에 뛰지 못하여 심장 기능이 약화된 이들에게는 심장 재동기화 치료, 급사를 막기 위한 삽입형 제세동기 삽입술, 좌심실 보조 장치, 심장이식 수술 등을 시행한다"고 설명한다. 부정맥은 약물 치료, 전기생리학 검사, 전극도자 절제술, 수술 등을 시행한다.

혈압·콜레스테롤·혈당을 관리하자

심장 질환은 그에 앞서 생기는 고혈압·고지혈증·당뇨병 등 선행 질환을 예방하는 것이 중요하다. 혈압·콜레스테롤·혈당 관리는 '3대 심장 건강 수치'라 부를 정도로 심장 질환을 예방하는 데 중요한 항목이므로 고혈압과 고지혈증이 있으면 적극적으로 치료해야 한다.

심장 질환을 예방하려면 적정 체중을 유지해야 한다. 콜레스테롤을 관리하는 데는 식습관이 중요하다. 기름진 육류, 비계, 버터, 전지분유로 된 가공품에는 포화지방이 많다. 달걀노른자, 내장, 새우 등에도 콜레스테롤이 많아 혈중 콜레스테롤을 높이고 심장마비 위험도 증가한다.

흡연자라면 반드시 금연한다. 걷기, 뛰기, 에어로빅, 수영, 자전거 타기 등의 운동을 규칙적으로 하는 사람은 운동을 하지 않고 비활동적인 사람에 비해 심장마비의 위험이 훨씬 적다. 1주일에 적어도 3~4회 이상 약간 숨이 찰 정도로 운동을 한다. 운동 전 전문의 진찰은 필수다. 정기 검진도 잊지 않는다.

백용수 교수가 제안하는 심장 질환에 도움 되는 생활수칙

❶ 혈압 조절을 하고 금연한다. 과음을 절제하고, 갑작스러운 기온 변화를 피한다.

❷ 추운 날씨에 외출할 때는 모자, 목도리 등을 잘 착용하여 체온 보호에 신경 쓴다.

❸ 새벽 운동을 피하고, 운동을 할 때는 준비운동을 충분히 한다. 1주일에 3~5회, 한 번에 20~30분 운동하고, 운동 전 준비운동과 마무리 운동을 한다. 자전거, 약간 빠른 보행, 가벼운 댄스, 리듬체조 등 유산소운동이나 하체 위주의 가벼운 근력운동이 좋다. 운동 도중 심하게 가슴이 아프거나 피로하거나 어지러우면 즉시 운동을 멈춘다.

❹ 과식을 하면 심장에 부담을 주므로 식사는 소량씩 나누어 하며 심부전이 있는 경우 소금과 물, 지방이 많은 음식은 자제하는 것이 좋다.

백용수 교수는 인하대학교 의과대학을 졸업하고, 현재 인하대병원 심장내과 조교수로 활동하고 있다. 인하대병원은 2013년 이후 권역심뇌혈관센터로 지정되어 인천지역에서 심장질환의 진료에 중추적 임무를 맡아 최고의 진단과 치료 뿐 아니라 예방을 위한 각종 사업을 실시하고 있다. 백용수 교수는 부정맥, 부정맥 전극도자절제술, 심장박동기, 제세동기, 심장재동기화 치료 등을 진료한다.

여럿이 함께 완벽하게 치료하는

두경부암 다학제 통합 진료

두경부암은 구강과 후두, 인두, 비강 등에서 발생한 암을 말한다. 인하대병원은 두경부암을 완벽하게 치료하기 위해 두경부암센터를 운영하고 있다. 두경부암센터에서는 다학제 통합 진료를 실시하는데 이비인후과, 혈액종양내과, 방사선종양학과, 영상의학과, 성형외과, 병리과 등 다양한 진료과가 참여해 환자별 맞춤 치료를 실시한다. 두경부암 다학제 통합 진료를 담당하는 이들을 만났다.

글 박지영 사진 백기광, 송인호(스튜디오100)

환자를 배려하는 다학제 통합 진료

두경부암 다학제 통합 진료를 알기 전 다학제 통합진료의 개념 부터 짚고 가자. 다학제 통합 진료는 환자의 질병과 관련된 여러 진료과 의료진이 한자리에 모여 정확한 진단을 도출하고, 그 질병에 대해 다각적으로 분석하여 수술, 항암치료, 방사선치료, 그리고 면역치료 등의 가장 적합한 치료 방법을 논의하고 실행하는 의료시스템으로 암 치료에 가장 효과적인 치료 접근법이다.

현재 인하대병원에서는 암환자의 원활한 진단과 치료를 위해 대부분의 관련 과가 다학제 통합진료에 참여하고 있다. 소화기내과, 호흡기내과, 내분비내과, 신장내과, 혈액종양내과 등 내과계는 물론 외과, 혈관외과, 흉부외과, 신경외과, 성형외과, 비뇨의학과, 산부인과, 이비인후과 등 외과계, 정신건강의학과, 영상의학과, 방사선종양학과, 핵의학과, 재활의학과, 병리과 등 총 19개 임상과가 참여한다. 다학제 통합 진료의 가장 좋은 점은 '환자 중심의 소통과 배려'다. 외과 최선근 교수는 "다학제 통합 진료는 심리적으로 위축돼 두렵고 불안한 환자의 마음을 다독이는 데 탁월하다. 검사 결과에 따라 다학제 통합 진료가 필요하다고 판단하면 임상경험이 풍부한 암코디네이터 간호사들이 조율해 신속하게 진료 일정을 정한다. 이후 담당 교수의 주도 아래 전산 시스템으로 통합 진료를 신속히 결정한다. 다학제 통합 진료가 진행되는 내내 해당 암코디네이터 간호사가 동행하여 환자가 정서적 안정감을 유지할 수 있게 돕는다. 다학제 통합 진료 종료 후에도 암코디네이터 간호사들은 추가 검사나 일정조율에 적극적으로 참여하며 환자에게 치료는 물론 편안한 의료서비스를 제공한다"고 말한다.

다학제 통합 진료 횟수는 2018년 10월 기준으로 올해만 대장암 74건, 위암 45건, 두경부암 28건, 식도암 12건, 부인암 11건, 유방갑상선암 7건, 췌담도암 6건, 폐암 6건, 비뇨기암 2건, 기타암 11건 등 총 202건에 달한다.

다학제 통합 진료하는 두경부암센터

두경부암이란 뇌와 안구, 갑상선에 발생하는 종양을 제외한, 얼굴, 목, 기도, 상부 소화관 악성종양을 말한다. 두경부암 중 구강에 생기는 암을 구강암, 소리를 내는 기관인 후두에 생기는 암을 후두암, 인두에 생기는 암을 인두암이라고 한다. 인두암은 발생 위치에 따라 비인두암, 구인두암, 하인두암으로 나뉜다. 인하대병원 이비인후과 김지원 교수는 "두경부암은 전체 악성 종양의 약 15%지만 조기 발견하지 못하면 생존율이 낮다. 두경부암이 발생하는 부위는 먹고 말하고 숨쉬는 기능을 담당하는 곳이기 때문에 암 치료의 결과가 삶의 질에 큰 영향을 미친다"고 말한다.

인하대병원은 지난 2015년 경인 지역에서 처음으로 두경부암센터를 개소해 치료에 전력을 다하고 있다. 두경부암센터는 원스톱(One-Stop) 진료 및 임상연구 클리닉을 운영하며 두경부암 환자의 수술 치료, 방사선 치료, 약물 치료, 식생활을 포함한 생활 습관 개선, 수술 및 방사선 치료 후 합병증 관리 등에 전문 상담을 진행한다.

두경부암 치료는 다학제 통합 진료를 기반으로 하는데, 이는 두경부암 환자들의 삶의 질 향상에 큰 도움이 되고 있다. 두경부암 다학제 통합 진료에는 이비인후과 최정석 교수, 김지원 교수, 혈액종양내과 임주한 교수, 조진현 교수, 방사선종양학과 이정심 교수, 영상의학과 이하영 교수, 성형외과 기세휘 교수, 병리과 박인서 교수가 참여한다.

활발한 토론과 정확한 치료

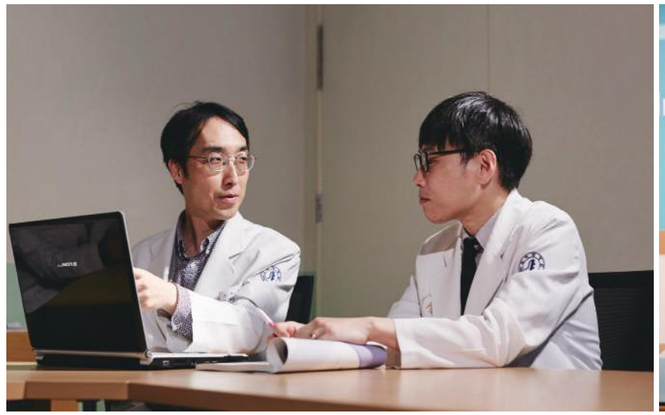
두경부암에서 다학제 통합 진료는 빛을 발한다. 주 1회 환자에게 맞는 최선의 치료 방법을 토론한다. 매주 목요일 12시, 두경부암 치료를 전담하는 이비인후과, 혈액종양내과, 방사선종양학과, 영상의학과의 의료진이 모여 질병의 범위와 분자생물학적 특성 등을 고려하여 환자 개인 특성에 맞춰 적절한 치료를 계획한다.

다학제 통합 진료에서는 코디네이터의 역할도 중요하다. 코디네이터는 전 과정에서 조정자의 역할을 담당한다. 두경부암 코디네이터 김유리 간호사는 "코디네이터는 다학제 진료에 참여하는 의료진들과 환자가 잘 만나 최선의 진료가 이루어지게 한다. 3인 이상의 의사가 동시에 참여 가능한 시간을 고려해야 하는데, 수차례에 걸쳐 다학제 참여 교수님들에게 연락해 환자 상태를 알리고 진료 참석 여부를 확인한다. 또 다학제 진료에 참여하는 환자 및 보호자들과 면담해 다학제 진료가 왜, 어떻게, 언제 이루어지는지 정보를 제공한다. 일련의 과정을 통해 다학제 진료가 이루어지면 환자와 보호자들은 여러 진료과를 방문하지 않더라도 한 번에 여러 의료진의 의견을 들을 수 있다"고 설명한다.

다학제 통합 진료에 참여하는 의료진들은 상호간 무척 협조적이며 환자 치료가 최선의 결과에 닿도록 바라는 마음이 크다. 때문에 토론하는 내내 무척 학구적이며 진지하다. 또한 치료 과정 내내 열정적인 자세로 임한다.
두경부암의 특성상 질병이 까다롭고, 폐암이나 식도암과 함께 병발하거나, 재발이 많아 폐·뼈 전이 경과를 보이기 때문에 정확하게 진단·치료하기 위해 흉부외과, 소화기내과, 핵의학과 등에 협진을 요청하기도 한다. 또한 치료한 환자가 건강한 삶을 영위하며 살아갈 수 있도록 보다 나은 재건을 위해 성형외과, 수술 후 삼킴이나 어깨 기능 재활을 위해 재활의학과와 긴밀하게 협력하고 있다.

각자의 자리에서 꼭 필요한 역할을 하다

모든 암 치료의 목적은 암을 제거하여 완치하거나 재발 확률을 낮추는 것이다. 두경부암 역시 종류, 병기, 특성 및 환자의 건강 상태에 따라 치료를 결정한다. 또한 장기 치료에 따른 부작용을 줄이려는 노력이 포함된다.
먼저 병리과에서는 조직검사나 세포검사 등의 결과를 가지고 정확한 최종 진단을 내린다. 병리과 박인서 교수는 "암의 병기를 결정하여 의사가 치료 방침을 정하거나 환자의 예후를 예측할 수 있게 한다"고 설명한다.
두경부암은 종양이 원발부위에 국한하거나 경부림프절에 전이가 없는 조기 질환이면 수술적 제거술이나 방사선 요법을 시행한다. 질병이 진행해 원발부위를 침범하였거나 경부림프절로 전이했을 때는 기능 보존 수술이나 항암방사선 요법을 추천한다. 두경부암은 먹고 말하고 숨쉬는 중요한 기능을 하는 장기에서 발생한다. 따라서 안전 영역을 충분히 확보한 수술적 절제가 어렵기 때문에 수술시 적절한 절에연을 확보하고, 미용까지 고려한 기능적 재건을 하는 것이 중요하다. 따라서 경험이 풍부한 이비인후과 두경부암팀과 성형외과가 수술 협진을 진행한다. 기능적 미세 후두수술뿐 아니라 경우에 따라선 경구강 로봇수술을 시행하기도 한다. 수술 후 추가적으로 방사선 치료를 할 수 있으며, 음성 재활, 삼킴, 어깨운동 기능 재활 등이 이어진다. 경우에 따라 수술적 치료 없이 항암 방사선 동시치료를 시행한다.
방사선종양학과 이정심 교수는 "고에너지 광선으로 암세포를 사멸하는 방사선치료는 두경부암에 대한 다학제적 접근 하에서 여러 가지 목적으로 적용되고 있다. 비인두·구인두암의 경우 완치를 목적으로 주로 처음부터 일차 치료로 적용되며, 수술을 시행받은 경우 수술 후 잔존암이 남아있거나, 조직학적 소견에서 재발의 위험 인자가 보고되었다면 재발 위험을 줄이기 위해 적용된다. 또한 진행된 두경부암에서 수술이 부적합하거나 기능적인 점을 고려하여 시행되고 있으며, 질병에 의한 통증이나 다른 불편함이 심화된 경우 증상 완화를 목적으로 방사선 치료를 할 수 있다"고 말한다.
한편 영상의학과도 수술 전후에 관여한다. 영상의학과 이하영 교수는 "수술 전 영상검사를 통해 진단과 수술 전 병기를 결정하고, 원발 병소 진단과 림프절 전이를 확인하기 위해 초음파 유도하 조직검사를 시행한다. 수술 후에는 영상검사를 통해 치료 효과를 판정하고 재발 여부를 진단한다"고 말한다.
두경부암 다학제 통합 진료에서는 치료 후 합병증 관리에도 최선의 노력을 기울인다. 치료방법에 따라 다양한 합병증이 생길 수 있는데, 기관 절개공 관리와 위루관 관리, 방사선 치료 후 관리 등에 대해 전문치료간호사가 교육을 하고 있다.
다학제 통합 진료는 치료 결과가 좋은 것은 물론 환자의 만족도 또한 높아 좋은 평가를 얻고 있다. 인하대병원은 앞으로도 두경부암뿐 아니라 모든 암 환자의 치료에 최선의 노력을 다할 것이다. 외과 최선근 교수는 "다학제 통합 진료에 참여하는 모든 임상과 교수들과 간호 및 지원 의료진으로 이루어지는 가칭 '암통합정보교육센터' TFT가 구성돼 있다. 앞으로 암 생존에 국한하지 않고 이를 발전시켜 급성기 치료가 끝난 모든 암환자를 대상으로 통합지지서비스프로그램을 마련할 예정"이라고 밝혔다.



영화 '허삼관'과 '그렇게 아버지가 된다'

아버지들의 성장기

영화 〈허삼관〉과 〈그렇게 아버지가 된다〉에서
뒤바뀐 아이들은 키워준 부모를 선택한다.
어른에게 핏줄이냐, 시간이냐는 결론을 낼 수 없는
질문일지 몰라도, 아이들의 답은 즉각적이고 단호하다. 시간이다.
특히 아버지는 '시간'이 아니라면
아이와 연결을 유지할 고리가 없다.
아버지의 성장을 그린 두 편의 영화를 만나보자.

글 송준호(대외홍보정책 실장·신장내과 과장)
사진 백기광(스튜디오100), 네이버 영화 스틸컷

엄마와 아빠를 바라보는 아이들의 감정은 조금 다르다. 언젠가 둘째 아이가 "모정(母情)이란 존재하지만 부정(父情)이란 존재하지 않는다"(이 글을 쓰면서 알았는데 워드 한자/한글 단어변환기를 치면 '母情'은 나오지만 '부정'은 '不淨', '不定' 같은 '否定'적인 단들만 나열된다)고 선언해서 충격을 받았는데, 일정 부분 수긍할 부분이 있는 말이다. 제 배 아파 낳아서인지 엄마와 아이 간에는 제 삼자(즉 아빠)는 이해할 수도, 끼어 들 수도 없는 불가사의한 일체감이 있다. 하지만 아빠는 아이와 가시적인 무엇인가가 아니면 연결을 유지할 고리가 없다.

어느 날 지금까지 키워온 아이가 내 핏줄이 아니라는 것을 알게 되었다고 가정해 보자. 아버지로서 당신은 아이를 어떻게 대할 것인가? 계속 키울 것인가? 아니면 돌려줄 것인가? '성적에 따라서…' '몇 학년인가에 따라서…' 라고 농담으로 넘기고 싶겠지만, 이런 일이 정말로 일어난다면 지금까지 살아온 삶의 의미와 근간이 뒤집힐 만한 심각한 상황이다. 나와 아이를 잇는 것은 무엇이었나? 핏줄인가, 함께 보낸 시간인가? 이 진지한 주제를 각각의 분위기로 다룬 두 편의 영화를 소개한다.

미장센이 돋보이는 영화 '허삼관'

첫 번째 영화는 '허삼관(許三觀)'이다. 위화가 쓴 중국 소설 〈허삼관 매혈기(許三觀 賣血記)〉가 원작이다. 소설을 읽으면서 '장이머우(張藝謀) 감독 풍의 영화로 만들면 제 격이겠다' 하고 생각했는데, 우리나라에서 2014년 배우 하정우가 감독 겸 주연을 맡아 제작했다. 영화는 감독으로서 하정우의 장래성을 보여주지만, 필자도 지금껏 이런 영화가 있는 줄 몰랐으니 흥행 쪽에서는 별 재미를 못 본 듯하다. 참고로 장이머우는 위화의 두 번째 소설 〈살아간다는 것(活着)〉을 영화로 만들었는데(국내 제목 '인생') 이 작품도 언젠가 소개하고 싶은 명작이다.

원작 〈허삼관 매혈기〉는 두 개의 축으로 이야기를 전개한다. 하나는 인생의 중대한 시기 마다 피를 팔아 식구를 부양하며 가장의 능력을 증명하는 허삼관의 고달프고 남루한 일생이라면, 다른 하나는 어느 날 자신의 핏줄이 아닌 것으로 밝혀진 아들 일락에 대한 허삼관의 갈등과 화해 이야기다. 영화 '허삼관'은 그중 부자의 이야기를 뽑아내 핏줄이 다른 아이와 어른이 우여곡절 속에 진정한 부자 관계를 맺어가는 성장 영화로 만들었다.

피를 파는 것은 가족을 부양할 능력을 보여주는 것이라는 말을 들은 허삼관은 동네에서 예쁘기로 소문난 처자 허옥란과 결혼하려고 난생 처음으로 피를 판다. 옥란에게는 이미 하소용이란 남자가 있었지만 삼관은 피를 판 돈으로 옥란과 그 아버지를 구워삶아 결혼을 한다. 삼관의 행복은 가장 사랑하던 첫째 아들 일락이 자라면서 하소용을 닮아간다는 소문이 돌면서 깨진다. 소문을 잠재우려 혈액검사 공개를 자청하지만 일락이 진짜 삼관의 친자가 아니라는 것만 온 천하에 밝혀지게 된다. 그날부터 별명이 '종달새'가 된 삼관은 비뚤어지고 치사한 인생을 시작한다.

삼관은 아이에게 남들 없을 때는 아버지라 하지 말고 아저씨라고 부르라고 시키고, 피를 판 돈으로 남의 핏줄까지 왕만두를 사줄 수 없다며 일락을 따돌려 가출하게 만들기도 한다. 삼관의 행동은 치사하고 인정머리 없는 짓이지만 희극적으로 보인다. 삼관은 가산을 되찾기 위해, 배 곯는 식구들을 위해 물을 잔뜩 먹고 피를 파는데(피의 양을 늘리기 위해) 그 모습이 무척 늠름하다. 원작과 영화는 이렇게 슬프고 비극적인 일들을 간단히, 관조적으로 묘사하여 서정적이고 동화적이면서 결과적으로 아름다운 이야기로 승화한다. 찰리 채플린의 말처럼 인생은 가까이서 보면 비극이지만 멀리서 보면 희극이다.

모범적인 삼관의 부정(父情)은 진실이 밝혀진 순간 무너져 버리고 자애로운 아버지는 유치하고 비뚤어진 어른 아이가 되어 버린다. 애정이 오직 핏줄에 기반했기 때문이다. 삼관은 일락에게 "만약 네가 친아들이었다면 너를 제일 사랑했을 것"이라

허삼관. 중국 소설 위화의 〈허삼관 매혈기〉에서 아버지와 아들에 대한 주제만 뽑아내 아름답고 동화 같은 영화로 만들어냈다. "만약 네가 친 아들이었다면 너를 가장 좋아했을 거다." 잔뜩 무게 잡지만 나사 몇 개 풀린 어른 아이 허삼관과 아빠를 따르고 어른스러운 아이 어른 일락이는 우여곡절 끝에 진짜 부자로 재탄생한다.

그렇게 아버지가 된다. 6년간 소중히 키운 자식이 어느 날 혈육이 아닌 것으로 밝혀진다면 그날부터 당신의 삶은 어떻게 바뀔 것인가? 똑똑하지만 오만한 아버지와 순하지만 영특하지 못한 아들. 착하지만 비루한 아버지와 명민한 아들. 바뀐 두 아이에게 어떤 결정이 생길 것인가.

고 말한다. 핏줄의 벽 때문에 사랑하는 마음을 인정하지 않는 것이다. 언제나 그렇듯 손을 내미는 것은 아이 쪽이다. 치사한 삼관에 대한 일락의 순수하고 변치 않는 사랑은 삼관 속에 아버지로서의 정체성을 싹 틔워, 아름답고 단단한 아이-어른의 관계를 형성한다. 삼관은 일락으로 인해 다시 아버지로 성장한다. 우리 진짜 아버지들도 이런 성장 과정을 겪어야 진정한 어른 부모가 된다.

둘의 관계 회복이 선언된 순간은 알 수 없는 병으로 쓰러진 친부의 굿판에 어른들간 협상으로 끌려가 친부의 혼을 부르도록 강요당한 일락이 두려움으로 삼관을 목 놓아 부른 때에 일어난다. 삼관은 뛰어 들어가 "아이가 겁먹었잖느냐"고 소리치며 일락을 업고 나와 버린다. 이 순간 친부는 죽고, 계부는 친부가 된다. 이후 영화는 친부와 같은 병으로 쓰러진 일락을 위해 삼관이 치료비를 벌기 위한 목숨을 건 매혈 여로를 보여준다. 사실 이후 영화가 신파로 빠져들 뻔 했지만 그 모든 위기 후 다섯 식구가 모여 앉아 왕만두와 붕어찜을 먹는 마지막 장면을 통해 동화로 살아난다.

영화 '허삼관'의 가장 큰 미덕은 미장센이다. 1953년과 1964년 공주를 무대를 설정하면서 원작이 주는 남루함과 낙관성, 페이소스, 세 가지를 하나도 포기하지 않고 모두 살려 내려는 노력이 전후(戰後) 한국이라는 비참한 현실 공간을 넘어 노스탤지어를 자극하면서 이국적인, 말할 수 없이 아름다운 영화적 공간이 만들어졌다. 이 영화는 미장센 하나만으로도 볼 만한 가치가 있다고 단언한다.

관조의 시선으로 바라보는 영화 '그렇게 아버지가 된다'

자신의 핏줄이 아닌 아이를 주제로 다룬 또 다른 명작이 있다. 고레에다 히로카즈(是枝裕和) 감독의 '그렇게 아버지가 된다'다. 이 영화는 일본 영화 특유의 관조하는 시선을 지닌다. 고레에다 히로카즈는 기억해 둘 만한 감독으로 가족 또는 유사(類似) 가족(주워 온 아이, 버려진 아이들, 배 다른 동생)의 갈등과 화합을 다루어 세계적으로 주목받는 감독이다. 이 영화도 2013년 칸영화제 심사위원장 수상작이다. 영화 원작은 오쿠노 슈지(奥野修司)의 〈뒤틀린 인연〉인데, 놀랍게도 논픽션이다.

일류 대학을 나와 일류 회사를 다니며 고급 맨션에 사는 료타는 순하지만 성취욕이 없는 아이 케이타를 키우는데, 어느 날 병원에서 청천벽력과 같은 연락을 받는다. 아이가 바뀌었다는 것이다. 진짜 핏줄인 아이 유세이가 사는 곳은 작은 전파상을 하면서 세 아이와 일하는 아내가 함께 뒤엉켜 사는 유다이의 남루한 집이다. 두 가족은 아이를 맞바꿀 것인지 그대로 살지 결정해야 하고, 이 날부터 두 가족의 삶은 전과 달라진다.

영화에서 아이가 바뀐 병원의 원장은 "이런 경우 100% 원래 아이로 바꾼다"라고 말한다. 실제 이런 사건은 일본에서 1965년 무렵 자주 일어났으며 감독이 조사한 결과 대개 '피'를 선택하여 아이를 교환하였다 한다. 료타의 아버지는 "유세이가 멀리 떨어져 있어도 너를 닮지 않았더냐"며 "아이는 커 가면서 결국 자기 아버지를 닮아 갈 것"이라고 충고한다.

감독은 비범한 혈통과 비범하지 못한 혈통을 대비시켜 갈등을 좀 더 세속화한다. 아이가 바뀐 것이 밝혀진 날 료타의 아내는 "엄마면서 난 그걸 왜 못 깨달았을까?" 하고 자책하지만, 료타는 "역시… 그랬었군"이라고 말한다(수학을 40점 받아오면 어머니는 아이가 안쓰럽지만 아버지는 비슷한 말을 하고 싶은 충동을 느낀다). 료타는 몇 년을 연습해도 발전이 없던 케이타가 역시 실망스러운 연주를 한 피아노 대회 날, 6년의 세월보다 핏줄을 택하기로 결심한다.

료타와 달리 유다이와 그 아내는 아무래도 상관없다는 태도다. 그들에게 중요한 것은 아이들의 감정이지 부모의 감정이 아니다. 영화 초반 료타가 유다이에게 "두 아이를 다 저에게 주시면 안 되냐"고 묻는 장면이 나온다. 후에 옛 집으로 도망친 유세이를 데리러 료타가 유다이의 집으로 갔을 때 유다이의 아내가 "우리는 둘 다 맡아도 상관없다"고 내뱉는 장면이 나온다. 미묘하게 대조되는 상황의 두 대사는 비슷한 듯하지만 다르다. 료타는 자신을 위해 그 말을 했고, 유다이의 아내는 아이들을 위해 그 말을 한 것이다.

감독은 각자 혈육의 집으로 돌아간 아이들이 180도 바뀐 환경을 어떻게 생각하는지, 어느 집이 그들에게 바람직한지 서술할 생각이 없다. 대신 아이들이 이전의 가정을 얼마나 그리워하는지 보여준다. 아이에게 핏줄이나 환경은 아무 것도 아닌 것이다. 아이들의 순수한 행동은 료타를 점차 무너뜨린다. 엄마 아빠에게 돌아가게 해 달라는 소원을 비는 유세이를 달래고, 다음 날 카메라 속에서 케이타가 찍은 자기 사진을 발견한 료타는 결국 오열한다. 그리고 유세이를 데리고, 케이타가 있는 유다이의 집으로 간다. 영화는 그 후 두 가정이 어떤 선택을 했는지 보여주지 않는 열린 결말을 택한다.

'허삼관'과 마찬가지로 '그렇게 아버지가 된다'도 아버지의 성장을 그린다. 삼관이 치사하고 소갈머리 없는 인간이라면 료타는 냉정하고 오만한 인간이다. 그런 두 아버지를 성장시킨 것은 아이들의 순수성과 다정함이다. 두 영화 속에서 아이들은(일락, 케이타, 유세이 모두) 키워준 부모를 선택한다. 어른에게 핏줄이냐, 시간이냐는 천일 밤을 지새워도 결론을 낼 수 없는 질문일지 몰라도, 아이들의 답은 즉각적이고 단호하다. 시간이다. 마키 요코가 연기하는 유다이의 아내는 '닮았는지 안 닮았는지 연연하는 것은 아이와 연결된 느낌이 없는 남자들뿐'이라고 말한다. 어머니는 본능으로 아이와 연결을 감지하지만 아버지는 시간이 아니라면 아이와 연결을 유지할 고리가 없다. 그래서 아버지는 아이에 의해 인도되는 성장 시간을 거쳐야 한다. 당신을 성장시키는 것은 아이이다.

송준호 교수는 인하대병원 신장내과 과장으로 3개 국제 신장학 교과서에 챕터 저술을 한 국내에서 손꼽히는 투석 분야 전문가이다. 인하대병원 대외홍보정책실장으로도 활동하고 있으며 지역 신문 시민편집위원으로도 활동하고 있다. 앞으로 본지를 위해 매회 2~3편 이상의 주옥 같은 영화를 선별, 소개할 예정이다.

겨울 바다를 만나다

굴전과 굴미역국

자연산 '굴'을 만끽해도 좋은 계절이다. 굴은 바다의 우유라고 불릴 정도로 맛과 영양이 가득한 식재료다.
탱글탱글 씹히는 굴을 이용해 굴전과 굴미역국을 만들어 먹자. 겨울 바다의 신선한 향이 입안 가득 퍼질 것이다.

진행 박지영 **사진** 백기광(스튜디오100) **요리&스타일링** 박정윤(노하우스)

굴 미역국

재료(2~3인 기준)

굴 150g, 미역 10g, 다진 마늘 1/2큰술, 참기름 1/2큰술, 물 5컵(1L), 간장 1/2큰술, 국간장 1/2큰술, 소금 약간

만들기

① 굴은 소금물에 흔들어 씻은 후 체에 밭쳐 물기를 제거한다.
② 미역은 찬물에 불린 후 씻어 한입 크기로 자른다.
③ 달군 냄비에 참기름, 국간장, 미역을 넣어 볶는다.
④ ③에 물을 붓고 15분간 끓인 후 굴, 간장, 소금을 넣고 굴이 익을 때까지 7~10분간 더 끓인다.

굴전

재료(2~3인 기준)

굴 200g, 달걀 1개, 청·홍 고추 1/2개, 밀가루 3큰술, 식용유 2큰술

만들기

① 굴은 소금물에 흔들어 씻은 후 체에 밭쳐 물기를 제거한다.
② 끓는 물에 굴을 넣고 살짝 데친 후 체에 밭쳐 물기를 뺀다.
③ 청·홍 고추는 씨를 제거한 후 굵게 다진다.
④ 달걀을 푼 후 청·홍 고추를 넣어 섞는다.
⑤ ②의 굴을 밀가루, 달걀물 순으로 무친다.
⑥ 달군 팬에 ⑤를 넣고 노릇하게 지진다.

More Tip 석화 손질법

① 조리용 솔로 껍데기 뒤를 깨끗이 씻어 흐르는 물에 헹군다.
② 굴을 살짝 들어 흐르는 물에 안을 씻은 후 체에 밭쳐 물기를 뺀다.

충청남도 당진 여행

내 인생의 사진 한 컷

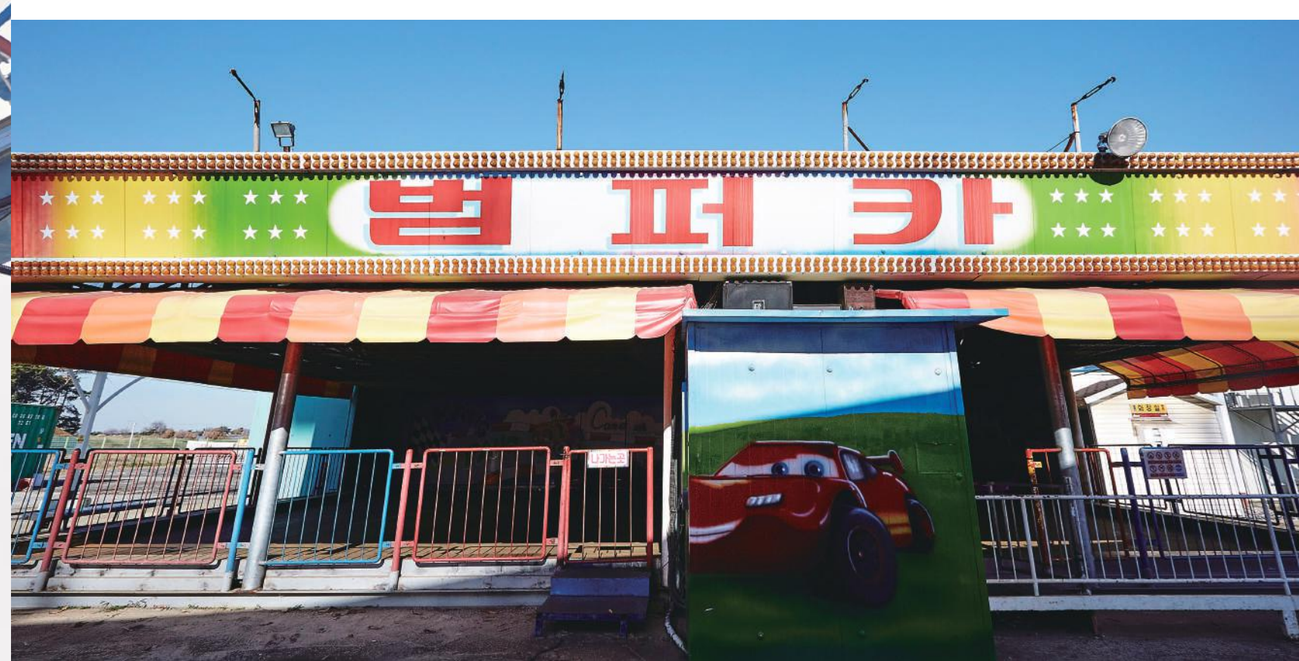
겨울 여행에서 고즈넉한 풍경만 떠올린다면 구태의연하다. 인스타그램 해시태그 열풍에 슬쩍 동참해 충청남도 당진에서 인생 사진 한 컷을 남겨보자. 글 박지영 **사진** 송인호(스튜디오100)

고단한 일상의 틈바구니 속에서 문득 하늘을 올려다본다. 하늘 아래 나라는 존재는 지나치게 작고, 내가 가진 고민은 저 높은 곳에서 보이지 않을 만큼 더욱 작다. 사실 생명과 직결한 문제만 아니라면 우리 모두의 문제덩어리는 사소하고 앙증맞을지 모를 일이다. 성실한 시간의 움직임과 함께 고민의 부피는 작아지고, 어김없이 해결된다는 건 경험을 통해 알고 있다. 잠시 올려다본 하늘은 작은 위로와 안식을 주지만 쉼 없이 지나온 2018년의 시간을 치하하기엔 부족하다. 겨울 여행이 필요한 이유다.

겨울이라고 잿빛 하늘과 앙상한 나뭇가지 배경만 있는 게 아니다. 충청남도 당진의 다채로운 풍경과 아기자기하고 알록달록 공간이 어서 와 마음을 녹이고 어여쁜 인생 사진 한 컷 남겨보라고 손짓한다. 충청남도 당진은 경기도 평택에서 서해대교를 건너면 바로 만날 수 있는 곳이다. 심훈의 장편소설 〈상록수〉의 땅이고, 해돋이와 해넘이를 하루에 모두 섭렵할 수 있는 왜목마을이 위치한 곳이다. 빈티지한 비주얼을 갖춘 삽교호놀이동산의 알록달록한 풍경은 어릴 적 조그만 소년과 소녀를 불러내고 구석구석 허투루 지나칠 곳 없는 아미미술관은 따뜻한 동화 한 편을 들려준다.

추억을 소환하는 삽교호놀이동산

과거는 마음속 기억으로 남고, 기억은 시간이 지나면 추억이 되어 인생의 아름다운 조각으로 남는다. 당진에는 오랜 세월이 켜켜이 묻어 추억을 소환하는 테마파크 삽교호놀이동산이 있다. 작은 규모에 오래된 곳이지만 빈티지한 색감이 어쩐지 반갑다. 최근에는 예쁜 사진을 남기고 싶어 찾아오는 청춘들이 여럿이다. 조금 낡고 유행이 지난 것 같아도 근사한 사진 한 장을 남기기에는 이만 한 곳이 없다. 우아하게 돌아가는 회전목마부터 짜릿한 스릴을 즐길 수 있는 바이킹, 즐거운 웃음이 끊이지 않는 타가디스코, 연애의 설렘을 기억나게 하는 대관람차까지 있을 건 다 있고 갖출 건 모두 갖춘 놀이공원이다. 해 질 녘, 대관람차를 타고 높은 곳에 오르면 노을에 붉게 물드는 삽교호의 낭만적인 풍경을 마주할 수 있다. 빈티지한 색감 덕에 스냅사진 배경으로도 훌륭한 삽교호놀이동산은 연인들의 데이트장소로 각광받는다. 이곳에서는 이제 더 이상 나와는 상관없다고 생각했던 연애의 마음이 다시 뜨겁게 피어오를지 모를 일이다. **문의** 041-363-4589, www.sghland.com **주소** 충남 당진시 신평면 삽교천3길 15



아미미술관, 오래된 학교의 이유 있는 변신

비밀의 정원에 들어와 있는 듯한 느낌의 아미미술관도 예쁜 사진을 남기기에 부족함이 없다. 지금은 기능을 상실한 학교가 미술관으로 새롭게 탄생했다. 문턱을 넘기 쉽지 않았던 기존 미술관과는 다르게 캐주얼하고, 정겨운 매력을 뽐내는 미술관이다. 이곳의 매력은 미술뿐 아니라 음악, 문화, 건축 등 장르를 구분하지 않는다는 데 있다. 다양한 문화 활동이 이루어지는 소통의 공간이다. 2019년 3월까지 아미미술관에 가면 '고양이 展'을 감상할 수 있다. 얼마간 실내 전시실에서는 오묘한 매력을 지닌 고양이들이 반겨줄 것이다. 고양이를 바라보는 네 작가의 다양한 시선을 한자리에서 만날 수 있다.

아미미술관은 야외 공간도 허투루 버려두지 않았다. 야외 역시 하나의 거대한 작품이다. 자연을 거스르지 않고 공간과 작품이 조화롭게 어우러진 덕분에 자연 그대로를 만끽할 수 있다. 앙상한 겨울 나뭇가지에 자그마한 집과 새가 자리를 잡고 앉아 눈길을 끈다. 미술 작품을 관람했다면 미술관 건물 뒤편에 자리 잡은 카페 지베르니(Giverny)에서 따뜻한 커피 한잔을 하며 언 몸을 녹여도 좋겠다. 작가들이 거주하는 숙소로 쓰이는 카페 옆 한옥도 운치를 더한다.

문의 041-353-1555, amiart.co.kr **주소** 충남 당진시 순성면 남부로 753-4

왜목마을에서 맺고 다시 시작하자

겨울은 맺음과 시작이 공존하는 계절이다. 시린 겨울은 길게 이어질 테지만 한 해를 정리하는 이즈음은 머릿속을 깨끗이 정리해 줄 고요함이 절실히 필요한 때다. 당진은 힘겹게 한 해를 달려온 당신에게, 생각할 시간마저 부족했던 당신에게 고요한 겨울풍경을 바라보며 생각할 시간을 건넨다.

왜목마을은 작고 고요한 어촌 마을이다. 쓸쓸하지만 정겨운 포구 풍경이 왜목마을을 찾아야 하는 이유의 전부가 아니다. 지리적 특성 덕분에 해가 뜨고 지는 풍경을 모두 섭렵할 수 있는 곳이다. 서쪽에서 해가 뜬다는 사실에 고개가 갸웃해진다면 오는 1월 1일 왜목마을을 찾자. 서쪽 바다 특유의 소박하면서 서정적인 일출을 만날 수 있다. 동쪽 바다 못지않은 인파와 조우할 정도로 왜목마을은 서쪽 바다의 일출명소로 통한다. 물론 일몰도 감상할 수 있다. **문의** www.waemok.kr **주소** 충남 당진시 석문면 왜목길 26

당진의 그림 같은 겨울 풍경은 감동을 흩뿌리고 우리의 감성은 저녁 무렵 굴뚝 연기처럼 모락모락 피어오른다. 당진에는 인생 사진을 남길 수 있는 풍경이 더 있다. 목가적 풍경을 자랑하는 아그로랜드 태신목장과 오래전 지어진 고딕양식의 합덕성당도 꼭 들러 사진 한 장 남기기 좋은 곳이다.

12월은 32일, 33일…로 하염없이 이어졌으면 하는 바람만큼 아쉬움이 가득한 달이다. 하지만 후회 대신 긴 겨울의 시작이며 새해의 시작을 바로 앞에 둔 만큼 단단한 마음가짐도 필요하다. 한 해의 마지막과 새해의 처음을 아우르며 겨울 안에서 우리는 다시 시작할 수 있다.

병동 18층 휴게실

겨울 바다를 그대 품안에

언제 가도 너른 품으로 우리를 품어주는 바다. 특히 겨울 바다는 특유의 운치 있는 분위기로 우리의 언 몸과 시린 마음을 녹이는 미덕을 발휘합니다.
인천 중구 인항로에 위치한 인하대병원에는 인천항과 서해를 한눈에 담을 수 있는 공간이 있습니다. 병동 18층 휴게실입니다. 벽면을 가득 채운 너른 창으로 보이는 서쪽 푸른 바다는 청명하고 깨끗합니다. 18층뿐 아니라 병동의 7층부터 18층까지 서측과 동측에는 각각 휴게실이 마련돼 있습니다. 언제라도 편하게 들러 쉬어가세요.

글 박지영 **사진** 송인호(스튜디오100)

겨울에 피는 꽃, 귤

코끝이 쌀쌀해지는 초겨울 거리 이곳저곳에는 색감도 따뜻한 주황색 꽃이 핍니다. 동글동글 생김새는 어찌나 귀여운지요.
겨울철 대표 간식, 새콤달콤 귤 이야기입니다. '비타민 덩어리'라고 불리는 귤. 귤에 절대적으로 많이 들어있는 비타민C는 면역력을 높여주고 항산화 작용을 해 감기 예방은 물론 피로 해소, 피부 미용, 스트레스 해소에 도움을 준다고 해요. 올겨울은 손끝이 노랗게 물들도록 귤을 먹으며 겨울철 자칫 부족하기 쉬운 비타민을 가득 채워요. 그렇게 귤과 친하게 지내다보면 추운 겨울이 저만치 물러갈 거예요.

글 박지영 **사진** 백기광(스튜디오100)

장기이식센터 김현화·이유리 코디네이터

숭고하고 고귀한 정신을 존경하는 마음으로

장기기증은 새 생명을 선물하는 고귀하고 아름다운 실천이다. 누구라도 할 수 있지만 누구나 쉽게 할 수 없기에 가치는 더욱 빛난다. 인하대병원은 3년 전 장기이식센터를 열고 생명의 불꽃을 되살리는 일에 앞장서고 있다. 이곳에서 좋은 에너지를 뿜어내는 김현화·이유리 코디네이터를 만났다. **글** 박지영 **사진** 백기광(스튜디오100)

함께해 온 3년의 시간

우리나라에서 장기이식은 여전히 쉽지 않은 상황이다. 우리나라의 전체 장기이식 대기자는 3만 명이 넘지만 장기기증자는 1년에 500명 안팎에 불과하다. 2017년 한국장기조직기증원 발표에 따르면 하루 평균 3.17명이 장기기증자를 기다리다 사망에 이른다고 한다. 장기부전은 유일하게 이식으로만 완치할 수 있기 때문에 많은 이들이 손꼽아 장기이식을 기다리는 상황이다. 하지만 우리나라에서 인구 100만 명당 뇌사 장기기증자는 9.95명으로 스페인 46.9명, 미국 31.96명, 이탈리아 28.2명, 영국 23.5명 등에 한참 못 미치는 수준이다.

수치로 말하면 간단하게 정리할 수 있지만 사실 장기기증과 장기이식 과정은 간단하게 정리할 수 없다. 그도 그럴 것이 사람을 살리는 '생명'과 밀접한 일이기 때문이다. 인하대병원은 3년 전 11월 17일 장기이식센터의 문을 열고 새로운 생명의 불꽃을 되살리는 장기이식을 통해 지역사회에 생명 나눔을 실천하고 있다. 장기이식센터를 소개하며 빼놓을 수 없는 인물이 바로 코디네이터다. 인하대병원 장기이식센터에는 김현화 코디네이터와 이유리 코디네이터가 투철한 사명감을 갖고 근무하고 있다. 특히 김현화 코디네이터는 장기이식센터 개소부터 지금까지 함께하고 있는 인물이다.

"2002년 인하대병원 입사 후 소아과와 신생아실에서 오랜 기간 근무하고, 2013년 QI팀에서 인증관련 업무를 맡았습니다. 이후 6개월간 투석병동과 혈액종양내과 병동을 경험하고, 다시 JCI 인증준비를 위해 QI팀으로 발령받았죠. JCI 인증의 신규 기준으로 장기이식이라는 주제가 들어오면서 QI팀 담당자로서 준비하며 많이 고민하고 어려워서 혼자 끙끙 앓았습니다. 그것이 인연이 되어 장기이식센터 개소 때부터 근무하게 되었습니다. JCI 인증 준비와 장기이식센터 세팅을 동시에 시작하여 처음에는 적응하는 것이 쉽지 않았지만 3년이 지난 지금, 다른 어느 병원보다 탄탄한 시스템을 마련했다고 생각합니다. 지금까지 달려온 길을 돌아보니 개소 3주년이 제게 참 의미가 남다릅니다. 개소는 물론 장기기증 관련된 병원 지침을 만들고, 노력한 이상의 보람을 느끼면서 일할 수 있어 장기이식센터 코디네이터로서 영광이라고 생각합니다."

김현화 코디네이터

이유리 코디네이터

누군가의 또 다른 시작

인하대병원 장기이식센터는 생체이식뿐 아니라 뇌사자 장기이식을 활성화해 이식을 기다리는 이들에게 희망을 전하고자 365일 24시간 꺼지지 않는 열정으로 달리고 있다. 장기이식센터는 뇌사 장기기증에 더욱 힘쓰고, 전문적·체계적 기증자 관리 지원, 그리고 유가족의 마음을 더 세심하게 헤아려야 한다. 그러기 위해 인력 충원이 절실했던 참이다. 이유리 코디네이터는 최근 인력충원을 통해 지난 10월부터 장기이식센터의 일원이 되었다. 인하대병원 장기이식센터와 처음 맺은 인연은 아니다.

"종합병원 외과계 중환자실에서 3년간 근무하며 바쁜 업무에 몰두했어요. 그때 기증 및 이식 환자를 돌보며 누군가의 끝이 또 다른 누군가에게는 시작이 될 수 있다는 사실을 깨달았습니다.이후 한국장기조직기증원에서 장기구득 코디네이터로 3년간 근무하며 기증자와 유가족을 가장 가까이에서 만났습니다. 갑작스럽고 어려운 상황에서도 어디에선가 고통 받고 있을 이름 모를 누군가를 위해 숭고한 생명 나눔을 실천하는 분들에게서 일의 가치와 의미를 발견했어요. 인하대병원 개소 당시 한국장기조직기증원에서 인하대병원 담당자로 파견되었고, 2년간 원내 의료진들을 만나며 김현화 코디네이터와 함께 장기기증과 이식 활성화를 위해 열심히 달렸습니다. 개인적으로 잠시 쉬며 충전 시간을 갖던 중, 인하대병원 장기이식센터 인력충원 소식을 들었어요. 누구보다 따뜻하게 대해주던 병원 직원들이 떠올랐고, 이전의 경험을 바탕으로 본원 기증 및 이식 활성화에 보탬이 되고 싶어 지난 10월부터 센터에서 함께 근무하게 되었습니다."

생명과 생명을 잇다

장기이식센터는 장기이식과 기증 관련한 모든 업무가 이뤄지는 곳이다. 이곳에서 코디네이터는 365일 24시간 장기기증과 이식의 전체 과정을 조정하고, 그에 필요한 의사소통을 돕는다. 풍부한 임상경험과 즉각적이고 신속한 대응이 필요한 만큼, 장기이식 코디네이터의 업무는 다이내믹하다. 뇌사 추정 환자가 발생하면 한국장기조직기증원에 신고하고, 보호자 면담을 진행한다. 장기기증에 동의하면 뇌사 판정과 장기평가검사를 의뢰하고, 뇌사 판정 진행 상황과 장기 상태를 국립장기이식관리센터(KONOS)에 보고한다. 이후 일정을 조율해 적출수술을 진행하는데, 이때 필요한 물품 준비 등도 코디네이터의 업무다. 수술 후에는 기증과 이식에 필요한 행정 업무를 처리하고 기증자 가족을 예우하는 일을 도맡는다. 뿐만 아니다. 생체, 뇌사 및 사후(심장사) 장기기증자 상담, 등록, 관리, 각 장기별 이식 수혜대상자 상담과 등록, 장기이식 관련 홍보활동, 타 병원이나 이식 관련 단체와 협조, 장기이식 세미나와 학술행사 개최 등도 코디네이터의 업무다. 김현화 코디네이터는 다양한 코디네이터 업무를 해내는 과정에서 '정확성'을 가장 중요하게 꼽는다.

"장기이식은 기증자와 수혜자 간 생명에 직접 영향을 주는 일이기 때문에 모든 일을 처리할 때 정확하게 하는 것에 심혈을 기울입니다. 질병 과거력에 대한 모니터링부터 혈액형, 유전자 일치를 확인하는 작업, 실제 기증으로 연결된 후 기증자와 수혜자의 거부 반응을 검사해 기증이 가능한지 확인하기까지 모든 부분에서 정확하게 업무를 수행하려고 노력합니다. 몇 번씩 확인하고 돌다리도 두드려보는 과정이 다소 수고롭게 느껴질 때도 있지만, 이 일이 가진 숭고한 의미만큼 장기이식을 통해 누군가는 새 생명을 얻고 삶의 질이 달라지기 때문에 사명감을 가지고 일합니다."

장기이식센터 개소부터 현재까지 3년 동안 많은 변화가 생겼지만 가장 값진 변화는 인하대병원 의료진과 직원들의 인식이 긍정적 방향으로 변한 것이다. 김현화 코디네이터는 3년 전과 현재를 비교하며 의료진과 직원들에게 고마움을 전한다.

"3년 전 열악했던 상황에서 지금은 인천 지역에서 명실상부한 장기기증 활성화 병원으로 인정받으며 성장하기까지, 원내 의료진과 직원들의 적극적인 협조가 아니었더라면 정말 말할 수 없을 정도로 어려웠을 듯합니다. 이제는 장기기증에 대한 긍정적인 인식의 변화와 프로토콜 정착으로 안정화되었고, 전국적으로 장기기증이 감소하는 추세에도 인하대병원의 장기기증과 이식은 매년 증가하고 있습니다. 주기적인 DIP(장기기증 활성화 회의)와 의료진 교육을 통해 장기기증에 관심을 갖고 뇌사 추정자를 통보해주실 때, 그 부담감이 결코 가벼운 것이 아님을 알기에 협조해 주시는 모든 의료진들에게 감사한 마음을 꼭 전하고 싶습니다."

End와 And 사이에서 빛나는 이름

우리나라는 여러 문제를 방지하기 위해 기증자와 수혜자 간 정보나 교류가 법적으로 금지되어 있다. 때문에 장기기증을 받고 새 삶을 되찾은 수혜자가 기증자를 만날 방법이 없다. 이때 코디네이터에게 감사 인사를 전하곤 하는데, 김현화 코디네이터가 보람을 느끼는 순간이다.

"누군가의 끝에서 새롭게 생명이 피어나는 과정을 함께 하게 되는데요. 모든 이식을 성공적으로 마친 후 수혜자들이 외래나 센터를 찾아와 안부를 묻고 진심으로 감사 인사를 전하실 때 가장 큰 보람을 느낍니다. 죽음(End)이라는 문턱에서 새 생명을 선물 받은 분들이 다시(And) 삶의 의미를 되찾고, 기증하신 분들의 몫까지 살아가겠노라고 눈물 흘리며 말씀하실 때 이 일이 지닌 가치를 깊이 되새기게 됩니다. End와 And 사이에 수많은 스토리와 눈물이 존재함을 누구보다 잘 알기 때문입니다. 뇌사라는 갑작스럽고 낙심되는 상황에서 '장기기증을 선택하는 분들을 만날 때마다 그 숭고한 결정에 절로 고개를 숙이곤 합니다."

2박 3일이라는 긴 시간 진행되는 뇌사관리 절차를 모두 마친 후 보호자들이 "코디네이터님 감사했습니다"라고 건네는 인사 한 마디에 눈물이 왈칵 쏟아지기도 한다. 가끔 한국조직장기기증원 홈페이지에 들어가 기증자들이 남긴 '하늘나라 편지'를 볼 때마다 생명을 나눈 결정에 다시 한 번 감사의 마음을 느끼는 순간도 많다.

앞으로 인하대병원 장기이식센터의 행보는 걱정할 일이 없겠다. 업무 가치는 물론 기증자가 한 결정의 숭고함을 알고, 수혜자의 이루 말할 수 없는 고마움을 헤아리는 속 깊은 2명의 코디네이터가 든든하게 버티고 있는 덕분이다.

이유리 코디네이터의 각오부터 들어보자. "이 업무를 하며 기증하신 분들과 수혜 받으신 분들을 가장 가까이에서 만나게 됩니다. 생명이라는 사랑을 실천하신 분과 새로운 삶을 살아가고 계신 분들의 연결고리인 장기이식 코디네이터로서 앞으로도 기증자 가족의 마음을 헤아리고 도움을 줄 수 있는 코디네이터가 되고 싶습니다."

김현화 코디네이터는 소박하지만 결코 소박하지 않은 꿈을 꾼다. "기증자들의 숭고한 뜻을 잊지 않기 위해 이름이 새겨진 추모판을 만들 계획을 하고 있습니다. 그 이름 앞에서 존경과 감사를 전하는 이들을 통해 또 다른 나눔이 전해지는 것을 보고 싶습니다. 이름 모를 누군가를 위해 새 생명을 선물하고 떠난 기증자들의 이름을 남겨드리고 싶은 것이 이 일을 하는 장기이식 코디네이터로서의 소박한 꿈입니다."

인천권역심뇌혈관질환센터 취약지 지원사업

백령도의 심장과 뇌를 지킨다

인천권역심뇌혈관질환센터는 옹진군보건소와 함께 올해 7월 연평도에 이어 지난 11월 백령도를 대상으로 도서지역 취약지 지원 예방 사업을 진행했다. 참여한 의료진과 백령도 주민 모두 만족했던 그날의 현장을 만나보자. 글 송민지(예방관리센터)

심뇌혈관 질환 취약지 백령도

백령도는 인천 내 원거리 도서지역에 위치해 심뇌혈관 질환 골든타임을 지키기 취약한 조건에 놓여있다. 심뇌혈관 질환 골든타임을 지키려면 증상 발생 후 심근경색은 3시간, 뇌졸중은 4.5시간 이내에 병원에 도착하여 시술을 받아야 한다. 하지만 백령도에서 인천항까지는 가장 빠른 항로로 4시간이 걸린다. 심지어 날씨 사정이 나쁜 날엔 배가 운항하지 않는다. 때문에 환자가 증상 발생 후 인하대병원에서 치료를 받으려면 반드시 헬기를 타고 이동해야 하지만 헬기가 출동하여도 왕복 3시간 이상이 걸린다. 원거리 도서지역에 분포한 백령도가 골든타임을 지키기 위해 시간, 날씨 등 취약 조건을 극복하기는 쉽지 않다. 인천권역심뇌혈관질환센터는 지난 11월 1일과 2일 백령도를 방문하여 심혈관 질환 예방교실을 개최하고, 의료인력 교육과 간담회를 실시했다. 취약 조건에서 주민들이 스스로 심뇌혈관 질환을 예방하고, 심뇌혈관 질환 발생 시 권역센터 의료진과 지역 의료 기관 의료진이 협력하여 최선의 진료를 제공할 수 있는 시스템을 구축하는 것이 목표였다.

심뇌혈관 질환 예방교실

인천권역심뇌혈관질환센터는 백령면사무소에서 140여 명의 백령도 주민을 대상으로 심뇌혈관 질환 예방교실을 실시했다. 주민들이 스스로 심뇌혈관 질환을 예방하고 조기증상을 인지하여 최대한 빨리 의료기관에 방문할 수 있도록 다양한 교육 홍보 프로그램을 진행하였다.

심뇌혈관 질환 강의와 운동교육

현동근 뇌혈관센터장은 뇌졸중의 조기 증상과 예방, 치료에 대한 내용을 강의하고 이후 강의 내용에 대해 퀴즈를 푸는 방식으로 주민들의 뇌졸중에 대한 이해를 확인하였다. 또한 예방관리센터 교육전문 간호사들은 평상시 주민들이 운동을 통해 심뇌혈관 질환을 예방할 수 있도록 스트레칭과 운동교육을 실시하였다.

심뇌혈관 질환 예방 부스

모든 강의가 끝나고 교육전문 간호사들은 심뇌혈관 질환 예방 부스를 다양하게 마련하였다. WHO(세계보건기구)에서 제공한 나트륨 1일 권장량으로 제조한 된장국을 주민들에게 직접 맛보게 하여 평소 얼마나 짜게 먹는지 알 수 있는 미각테스트를 진행하였다. 그리고 혈압, 혈당, 콜레스테롤을 측정하고, 측정 결과를 상담해 주민들에게 혈관 건강관리의 경각심을 주었다. 또한 심폐소생술 교육 부스를 운영하여 주민들이 심정지 환자를 응급처치 할 수 있도록 대응능력을 향상시키는 실습을 진행하였다. 심뇌혈관 질환 예방교실에 참여한 백령도 주민들은 다른 인천지역 주민에 비해 연령대가 높은 편이다. 하지만 주민들 스스로 심뇌혈관 질환이 발생할 확률이 높은 연령인 것과 증상이 발생했을 때 백령도에서 육지의 대형병원으로 가기 힘들다는 사실을 인지하고 있기 때문에 적극적으로 예방과 대처법을 배우는 데 참여했다. 심뇌혈관 질환의 위험을 알고 극복하려는 주민들의 관심에서 백령도 심뇌혈관 질환 문제 해소 희망을 볼 수 있었다.

권역센터와 지역의료기관 간 협력을 위한 의료 인력 교육과 간담회

인천권역심뇌혈관질환센터는 백령병원에서 옹진군 보건소, 백령보건지소와 함께 백령도 심뇌혈관 질환 의료의 질을 향상시키고 백령도 주민들이 신속한 치료를 받을 수 있는 시스템을 구축하고자 의료 인력 교육과 간담회를 진행했다.

의료 인력 교육

현동근 뇌혈관센터장은 백령병원(병원장 이두익)에 근무하는 공보의 의료진을 대상으로 '뇌졸중의 예방과 치료'를 주제로 강의하고, 뇌졸중 급성기 환자 진료의 경험과 최신지견을 공유하는 시간을 가졌다. 이번 교육을 통해 원거리 이송이 수반되는 상황에서 환자에게 필요한 조치와 그 수행에 관한 심도 깊은 논의가 이루어졌다.

백령병원–인하대병원 의료진 간담회

백령병원의 환영 속에 인하대병원 현동근, 우성일, 백진휘, 이중엽, 신승렬 교수는 백령병원 의료진과 간담회를 가졌다. 이 자리를 통하여 두 병원의 우호관계를 확인하고, 인하콜(인천권역심뇌혈관질환센터가 개발한 실시간 양방향 정보교환 시스템) 활용 과정에 발생한 문제점과 해결 방안에 관한 논의를 포함하여 심뇌혈관 질환자의 급성기 관리와 이송, 치료 및 재활과 재발방지에 이르는 전 과정을 백령도의 특성에 맞게 수행하는 방안을 논의하였다. 인하대병원 권역심뇌혈관 질환센터와 권역응급의료센터는 백령도에서 발생한 급성기 전원환자에 대한 정보를 공유하며 빠른 시간 안에 최적의 치료를 제공하는 실무적 협력체계를 확인하였다.

세계 자살예방의 날 기념 '제3회 인하대병원 생명존중 콘서트'

다 • 들 • 힘 • 내

지난 9월 8일 인하대병원은 인천 청라호수공원 음악분수 특설무대에서 '세계 자살예방의 날'을 기념해 '제3회 생명존중 콘서트'를 열었다. 이날 콘서트를 찾은 인천시민들은 잠시 고단한 일상을 잊고 가을밤 감미로운 선율에 흠뻑 빠졌다. 글 편집부 사진 송인호(스튜디오100)

생명을 가치를 알리는 데 앞장서다

살아 숨 쉬는 생명의 존귀함을 무엇과 비할까. 함께 어울려 살아가는 사람은 물론 발끝을 스치는 이름 모를 들꽃 한 송이까지 허투루 대할 것이 하나도 없다. 인하대병원은 지난 2016년부터 생명의 소중함을 널리 알리는 일에 앞장서고 있다. 대표적인 행사가 올해로 3회째 열린 '생명존중 콘서트'다.

'제3회 생명존중 콘서트'는 청명한 날씨를 자랑하던 지난 가을 9월 8일, 인천 청라호수공원 음악분수 특설무대에서 열렸다. 9월 10일 세계 자살예방의 날을 기념해 마련한 이 콘서트는 생명의 소중함과 희귀질환의 이해를 통해 지역사회에 새로운 희망의 메시지를 나누려는 목적을 담고 있다.

어깨 위에 놓인 짐을 덜어낸 가을밤

저녁 7시, 가을 풀벌레가 찌르르 울며 콘서트의 시작을 알렸다. 올해로 3년 연속 개최한 콘서트는 포스밴드와 포스코건설 합창단인 포스코러스의 공연으로 화려하게 오프닝 무대를 열었다. MC 안혜경이 사회자로 나섰다.

뮤지션의 본격적인 공연이 시작됐다. 가수 울랄라세션, 정한, 김보경 밴드, 적우, 변진섭의 공연이 차례로 이어지며 관람객들의 뜨거운 호응을 얻었다.

특히 이날 행사는 인천시민이 함께해 더욱 빛나는 자리였다. 공연장을 찾은 인천시민들은 열화와 같은 박수로 넘치는 감동을 표현했다. 한 관람객은 "'생명존중'이라는 숭고한 뜻을 전하려고 가치 있는 자리를 마련한 인하대병원에 감사의 마음을 전한다. 앞으로도 인하대병원의 행보를 응원하고 싶다"고 소감을 밝혔다.

김영모 병원장은 "올해로 3년째 큰 행사를 준비했다. '생명의 소중함'과 더불어 '희귀질환에 대한 이해'를 통해 삶의 가치와 희망이라는 메시지를 나누고 싶었다. 앞으로도 인천 시민과 늘 함께하겠다"고 말했다.

우리나라는 최근 10여 년간 경제협력개발기구(OECD) 국가 중 자살률 1위라는 불명예를 기록하고 있다. 이렇듯 커다란 문제를 안고 있는 우리 사회에 인하대병원은 올해로 3회째 개최하는 '생명존중콘서트'를 통해 희망과 사랑의 메시지를 보내고 있다. 삶이 건네는 무게에 때로 모든 걸 내려놓고 싶은 순간, 그곳에 희망이 있음을 기억하자.

똑똑하게 챙기는 약 사용 설명서 ②

흉터치료제

흉터란 피부가 손상돼 생긴 상처가 새로운 조직으로 대체된 것이다. 흉터를 남기지 않으려면 어떤 약을 어떻게 사용해야 할까. 이번 호에서는 '흉터치료제' 사용법을 알아보자. 글 Ref. KIMS online, 약학정보원

상처가 생겼는데 흉터가 남을까봐 걱정됩니다. 흉터치료제에는 어떤 종류가 있나요?

흉터란 피부가 손상되면서 생긴 상처가 새로운 조직으로 대체된 것을 말합니다. 상처가 염증반응 없이 급속히 치유되면 흉터가 생기지 않지만, 염증반응이 반복·지속되는 만성상처일 때는 흉터가 생길 가능성이 높아집니다. 피부조직이 재생될 때 습윤 환경에서는 치유에 도움이 되는 세포와 물질들이 활발하게 움직여 치유가 잘 일어나지만, 건조 환경에서는 진물이 말라 생긴 딱지 때문에 이런 물질의 이동이 어려워져 염증반응이 지속되고 상처 치유도 더뎌집니다. 이 과정에서 콜라겐이 과다 증식하여 피부를 밀고 나오면서 붉게 튀어나온 비후성 흉터와 켈로이드성 흉터가 발생합니다. 비후성 흉터는 상처 부위에 국한해 나타나지만 켈로이드는 정상 피부까지 침범하여 크기가 커집니다.

이러한 흉터를 치료할 수 있는 흉터치료제는 일반의약품인 헤파린, 양파 추출물, 알란토인 또는 덱스판테놀이 복합된 겔제와 의료기기로 분류된 실리콘 제제가 있습니다. 헤파린 함유 복합 성분 겔제의 성분 중 헤파린은 콜라겐의 구조를 느슨하게 하여 흉터 조직을 부드럽고 촉촉하게 하고, 섬유모세포의 과다증식을 억제하며 항염증, 항알러지 작용을 합니다. 양파 추출물은 항균, 항염증, 섬유모세포 과다증식 억제 작용을 하고, 알란토인은 각질을 용해하여 약물이 잘 침투하도록 돕고, 상처 조직에 수분을 공급해서 치유를 증진시킵니다. 덱스판테놀은 비타민 B5인 판토텐산의 유도체로서 세포 에너지 생성에 도움을 주고 손상된 피부조직 재생을 촉진합니다. 실리콘 제제는 겔이나 시트를 흉터부위에 도포하거나 붙이는 방법으로 사용합니다. 실리콘 형태로 얇은 막을 만들어 상처 부위의 수분 유지, 세균으로부터 상처 보호, 콜라겐 합성과 분해를 조절합니다. 이를 통해 흉터를 부드럽고 편평하게 만들며 색소화를 억제하고 가려움증과 통증을 완화합니다.

흉터치료제는 언제부터 사용하는 것이 좋은가요. 얼마동안 사용해야 하는지도 궁금합니다.

비후성 흉터나 켈로이드성 흉터는 조기에 치료할수록 치료 반응이 좋은 것으로 알려져 있습니다. 따라서 상처가 아문 후 또는 수술 봉합실을 제거한 후 즉시 사용해야 가장 좋은 효과를 기대할 수 있습니다. 단, 아물지 않은 상처, 점막 피부에 진물이 나는 상처에는 사용할 수 없으므로 상처가 완전히 아문 다음 사용해야 하며 장기간 꾸준히 사용해야 효과를 볼 수 있습니다. 헤파린 함유 복합 성분 겔제는 상처가 심하거나 오래된 흉터엔 최소 3개월 이상 사용해야 하며, 필요 시 6개월~1년간 치료를 지속할 수 있습니다. 장기간 사용해도 안전한 것으로 확인되었습니다. 실리콘 겔이나 시트는 최소 2~3개월 사용해야 효과가 나타납니다.

의료기기인 실리콘 제제와 일반의약품인 헤파린 함유 복합 성분 겔제를 동시에 사용해도 되나요? 또한 각각의 사용법이 궁금합니다.

동시에 사용 가능합니다(그러나 실리콘 겔제를 항생제나 다른 피부 치료제를 바른 후 사용해서는 안 됩니다). 연구 결과에 의하면 실리콘 겔시팅과 헤파린 함유 복합 성분 겔제를 병행한 환자군이 가장 좋은 치료성적을 보인 것으로 나타났습니다. 병용 시에는 헤파린 함유 복합 성분 겔제를 먼저 바른 후 실리콘 시트를 부착합니다. 각각의 사용법은 다음과 같습니다. 헤파린 함유 복합 성분 겔제는 하루에 여러 번(하루 3~4회) 바르고 상처 부위에 충분히 침투할 때까지 가볍게 마사지합니다. 헤파린 함유 복합 성분 겔제는 임산부에게는 사용하지 않으며, 덱스판테놀 함유 복합 성분 겔제는 6개월 미만 소아에게 사용하지 않습니다.

실리콘 겔은 1일 2~3회 흉터부위에 얇게 도포합니다. 실리콘 시트는 12~24시간 동안 적용하며 시트와 흉터 부위를 매일 세척해야 합니다. 실리콘 시트제를 흉터와 주변 피부를 덮을 수 있는 크기로 자른 후 박리지를 떼어내고 접착면을 흉터에 부착합니다. 필요에 따라 밴드나 반창고 등으로 시트를 고정합니다. 피부 적응을 위해 처음 2일간은 4시간, 그다음 2일간은 8시간, 그후엔 24시간이 될 때까지 하루에 2시간씩 사용시간을 늘립니다.

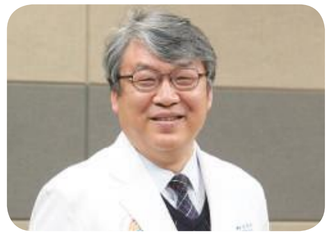
실리콘 시트는 재사용할 수 있습니다. 오일이 함유되지 않은 저자극 비누로 시트를 세척하고 따뜻한 물로 헹군 후, 가볍게 두드려 햇빛이 들지 않는 그늘에서 건조합니다. 건조 중에는 새 시트를 사용하고, 다 마른 시트를 흉터 부위에 재부착합니다. 헤지기 시작하거나 세척이 어려워지면 새것으로 교환합니다. 일반적으로 2~3주에 한 번씩 교체합니다.

인하대병원은 환자분들과 가까운 곳에서 늘 함께합니다. **약에 대한 문의는 주간 032-890-3323, 3327, 야간 032-890-3315로 하시면 됩니다.**

INHA MEDIA

2018. 9. 3
기고자 : **피부과 신정현 교수**
언론사 : 경기일보
주　제 : 안면홍조증

2018. 9. 20
인터뷰 : **김영모 병원장**
언론사 : 중앙일보
주　제 : 스타의사보다 안전하고 체계적 시스템 통해 환자 돌봐야



2018. 10. 16
기고자 : **직업환경의학과 임종한 교수**
언론사 : 평화방송-PBC
주　제 : 액체괴물 유통, 굉장히 우려되는 상황

2018. 10. 31
기고자 : **외과 최선근 교수**
언론사 : 경향신문
주　제 : 인하대병원 암통합지원센터

2018. 9. 7
인터뷰 : **신경과 최석진 교수**
언론사 : 인천일보
주　제 : 근육경련의 원인과 치료

2018. 9. 20
기고자 : **소화기내과 유정환 교수**
언론사 : 동아일보
주　제 : 급성 A형 간염

2018. 10. 17
기고자 : **대외홍보정책실 송준호 실장 (신장내과)**
언론사 : 인천일보
주　제 : 국경도시 인천과 감염병 전문병원

2018. 11. 1
기고자 : **신경외과 류달성 교수**
언론사 : 경인일보
주　제 : 거북목 증후군

2018. 9. 12
기고자 : **외과 박근명 교수**
언론사 : CTS 기독교 방송 7000미라클
주　제 : 난치병 환자 모금 방송

2018. 10. 10
인터뷰 : **마취통증의학과 김병건 교수**
언론사 : 기호일보
주　제 : 대상포진

2018. 10. 20
기고자 : **신경외과 현동근 교수**
언론사 : TV조선 특집다큐
주　제 : 당신도 터질 수 있다! 고혈압의 공포

2018. 11. 4
기고자 : **소화기내과 신용운 교수**
언론사 : MBN 특집다큐
주　제 : 장이 살아야 내 몸이 산다 – 대변세균총이식술

2018. 9. 19
인터뷰 : **재활의학과 김명옥 교수**
언론사 : 경인일보
주　제 : 림프부종

2018. 10. 15
인터뷰 : **외과 허윤석 교수**
언론사 : KBS 〈뉴스 9〉
주　제 : 비만 치료 '대사수술'로 당뇨 고친다

2018. 10. 22
기고자 : **이비인후과 김영효 교수**
언론사 : 티브로드 인천방송
주　제 : 호흡기질환

INHA NEWS

중환자실 적정성평가 1등급 획득

인하대병원(병원장 김영모)은 전국 최초로 입원전담전문의, 중환자전담전문의, 신속대응팀을 합친 형태의 '입원의학과'를 2017년 7월부터 운영하며 환자와 의료진의 거리를 더욱 가깝게 하고 있다. 인하대병원은 건강보험심사평가원이 발표한 중환자실 적정성평가에서 1등급을 받았다. 이번 평가는 건강보험심사평가원이 전국 282개 의료기관의 2017년 5월에서 7월까지 기간 동안 중환자실에 입원한 환자를 대상으로 전담전문의 1인당 중환자실 병상 수, 간호사 1인당 중환자실 병상 수, 중환자실 전문장비 및 시설 구비 여부 등 구조 분야의 4개 지표, 심부정맥 혈전증 예방요법 실시 환자 비율, 48시간 이내 중환자실 재입실률 등 진료관련 3개 지표를 종합해 진행했다.

대청도 4번째 방문, 주민들의 몸과 마음 위로해

인하대병원 공공의료사업지원단(단장 김명옥)은 옹진군 대청도 주민들을 찾아 건강증진 활동을 진행했다. 인하대병원 공공의료사업지원단 김명옥 단장(재활의학과)을 비롯해 재활의학과 의료진, 간호사 등으로 구성된 6명의 봉사단은 근골격계 통증 완화 치료를 비롯해 대청도 주민들 100여 명의 몸과 마음을 어루만지는 시간을 보냈다. 김명옥 단장은 "인하대병원은 인천 도서지역이 가지고 있는 가치를 재발견하고 상생의 가치를 드높이기 위해 최선을 다하고 있다"며 "의료 인프라가 열악한 지역사회 도서지역 곳곳을 찾아가 '공적 건강 나눔 사업'의 모델을 제시하기 위해 최선을 다하겠다"고 말했다.

2018년도 제3차 국제의료봉사단 베트남 파견

인하대병원 공공의료사업지원단(단장 김명옥)은 지난 몽골, 우즈벡 봉사활동에 이어 베트남에 2018년도 제3차 국제의료봉사단을 파견했다. 이번 봉사활동은 포스코건설과 함께 진행했다. 인하대병원 가정의학과 최지호 교수를 단장으로 소아청소년과·안과·이비인후과 의료진 등 8명으로 구성된 봉사단은 베트남 하노이 꺼우자이 지역을 방문해 보건환경이 열악한 현지인을 대상으로 의료봉사활동을 진행했다. 인하대병원 공공의료사업지원단장 김명옥 교수(재활의학과)는 "인하대병원은 앞으로도 의료 인프라가 열악한 지구촌 곳곳을 찾아가 소외된 사람들을 돌보는 '협력형 공적 해외 의료봉사사업'의 모델을 제시하고자 부단히 노력할 것이다"고 말했다.

인천 중부소방서에 취약 계층 지원용 가스차단기 기증

인하대병원(병원장 김영모)은 인천 중부소방서(서장 박성석)를 방문해 가스차단기 130개를 기증했다. 가스안전사고를 예방하는 차단기는 인천 지역 내 취약계층 및 독거 노인들에게 전달될 예정이다. 김영모 병원장은 "언제 일어날지 모르는 가스사고를 예방하는 차원에서 지역 내 소외된 이웃들에게 기증하기로 했다"며 "인하대병원은 지역사회 공헌활동을 통해 주민들의 어려움을 실질적으로 해소할 다양한 방안을 고려하고 있으며, 앞으로도 최선을 다하겠다"고 말했다. 한편, 인하대병원은 지난 2월, 화재 발생 시 소방차가 출동하기 어려운 인천 고지대 및 주택밀집 지역에 지상식 소화전에 연결하여 사용하는 호스릴 소화장치함을 기증하는 등 지역사회의 여러 가지 사회적 현안을 해결하는 데 최선을 다하고 있다.

인천 지역 병원 찾아가는 감염관리 교육

인하대병원은 인천 지역 협력병원을 방문해 다제내성균 예방과 관리를 비롯해 전반적인 감염관리를 위한 '찾아가는 감염관리 교육'을 실시했다. 교육은 인천 지역 협력병원 4개를 인하대병원 감염관리실 전문 간호사들이 이틀 동안 방문해 진행되었으며 표준주의의 이해, 손위생의 이해, 환경관리, 다제내성균 관리 등 병원 내에서 실질적으로 환자 안전을 증진시킬 수 있는 교육이 진행되었다. 다제내성균은 여러 종류의 항생제에 대해 내성을 가지고 있는 병균을 일컫는 말로, 의료기관 내에서 전파되면 심각한 피해를 야기한다. 표준주의는 피해가 생기기 전 취해야 하는 '선제조치'를 말하는데, 감염관리에서 모든 환자에게 적용해야 하는 수칙이고, 병원 내에서 감염원으로 인지하거나 인지하지 못한 모든 미생물의 전파를 감소시키는 방법이다.

김영모 병원장, 신임 대한병원협회 인천시 병원회 회장 선출

인하대병원은 대한병원협회 인천시병원회(이하 인천시병원회) 정기 총회에서 김영모 인하대병원장이 신임회장으로 선출되었다고 밝혔다. 인천시병원회는 대한병원협회의 산하 기관으로, 대한병원협회와 더불어 병원제도의 운영에 관한 연구 및 개선, 수련교육의 향상을 통한 병원의 발전과 인천 시민의 보건 환경 증진에 기여하는 모임이다. 공식 임기는 2018년 7월 1일부터 2020년 6월 30일까지 만 2년이다. 신임 회장으로 선출된 김영모 병원장은 "무거운 책임감을 느끼고 있지만 인천시 보건환경 증진에 기여할 수 있도록 최선을 다하겠다. 향후 보건복지부, 건강보험공단, 의약단체 등 보건의료 관계 기관과 소통·협의해 더 나은 의료환경을 만들어 국민복지에 기여하도록 최선을 다하겠다"고 말했다.

환경보건센터, 국립공원관리공단 건강나누리 캠프 진행

인하대병원 환경보건센터(센터장 임대현, 소아청소년과 교수)는 환경부, 북한산국립공원 도봉사무소와 공동으로 알레르기질환을 앓고 있는 초등학생 22명과 부모 18명(총 17가족)을 대상으로 건강나누리 캠프를 진행했다. 캠프는 환경부의 후원 아래 환경보건센터 사무국과 연구원, 의료진, 북한산 국립공원도봉사무소, 국립생물자원관, 자연체험활동 전문가를 비롯해 레크리에이션 전문 강사 등이 참여해 진행되었다. 올해로 9번째인 이번 행사는 환경부의 지원으로 본인부담금 없이 전액 무료로 실시되었으며, 캠프 참여 후 재참여 의사를 묻는 설문에서 참석자 전원이 다시 참여하고 싶다는 의사를 밝힐 정도로 매우 높은 만족도를 보였다.

라오스 긴급 재난 구호 활동으로 보건복지부장관 표창 수상

인하대병원(병원장 김영모)은 댐 유실 사태가 발생한 라오스 지역에 긴급 재난 구호팀을 파견한 공로를 인정받아 표창을 수상했다. 인하대병원 긴급 재난 구호팀은 라오스 앗따쁘주 사남싸이 지역을 방문해 740여 명의 환자를 진료하며 구호활동을 진행했다. 김영모 병원장은 "당연히 해야 하는 일에 이렇게 큰 상을 주셔서 감사드린다. 당시 외교부, 보건복지부, 한국국제보건의료재단의 협조로 원활한 구호 활동을 할 수 있었다. 앞으로도 국내외 구호가 필요한 곳곳을 돕는 데 최선을 다하겠다"고 말했다.

김영모 병원장, 보건복지부장관 표창 수상

인하대병원 김영모 병원장이 의료기관평가인증원 교육장에서 열린 의료기관평가인증원 개원 8주년 기념식에서 보건복지부장관 표창을 수상했다. 김영모 병원장은 의료기관의 환자안전과 의료서비스 질 향상을 위한 인증제도 정착에 주도적 역할을 해오면서 그 공로를 인정받았다. 특히, 인하대병원이 2011년 1차 의료기관 인증을 국내 2번째로 획득, 연이어 2015년 2차 의료기관 인증을 인천지역으로는 최초로 획득할 수 있도록 이끌었다. 또한, 음압 격리병상 구축과 '국가지정 입원치료병동'을 개소해 감염관리를 강화했으며, 상급종합병원으로서 유일하게 포괄간호서비스 시범사업에 참여하여 간호간병서비스 체계 정립 및 구축에 힘썼다.

인천권역심뇌혈관질환센터 레드서클 캠페인 개최

인하대병원 인천권역심뇌혈관질환센터는 질병관리본부가 9월 첫 주로 선포한 심뇌혈관질환 예방관리주간을 맞이하여 '레드서클 캠페인(자기혈관 숫자 알기)'을 진행했다. 이번 캠페인은 30~40대 직장인을 주요 대상으로 지정해 심뇌혈관질환에 대한 정보 전달 및 인식 개선을 목표로 진행되었다. 인천권역심뇌혈관질환센터는 3일, 4일 이틀간 인천국제공항 제2여객터미널 내 공항의료센터에서 공항 상주 직원들과 공항 이용객을 대상으로 교육 및 홍보를 실시, 6일에는 연수구보건소와 함께 원인재역에서 심뇌혈관질환에 대한 홍보 캠페인을 실시했다. 8일에는 청라 호수공원에서 진행한 인하대병원 생명존중 콘서트에서 심뇌혈관질환 예방 부스를 운영하며, 심뇌혈관질환 교육·홍보를 통해 인천 시민 모두 심뇌혈관질환을 인지하고 예방할 수 있도록 노력했다.

진료 안내 (2018년 12월 3일 기준)

진료과		교 수	세부전공
가정의학과 ☎2240		최지호	가족건강관리, 금연
		이연지	항노화영양치료, 생활습관교정, 스트레스
		조세욱	노인의학
감염내과 ☎2219		이진수	감염성질환, 병원감염, 발열질환
		백지현	감염성질환, 병원감염, 발열질환
		권혜윤	감염성질환, 병원감염, 발열질환
		임재형	감염성질환, 병원감염, 발열질환
국제진료센터 ☎2080		박흥재	일반내과
뇌신경센터(BNC) ☎2370 2375	신경과 NRNN	나정호	뇌신경질환
		최성혜	기억장애, 치매, 두통, 어지러움증
		박희권	뇌졸중, 말초신경, 두통, 어지러움증
		배은기	뇌전증(간질), 수면장애, 두통, 어지러움증
		윤혜원	뇌졸중, 치매
		최석진	말초신경, 다발성경화증, 신경근(육)질환, 척수질환, 수술중감시, 두통, 어지러움증, 신경통증
	신경외과 NSNN	김은영	뇌신경외과, 뇌종양, 안면경련, 3차신경통, 소아
		박현선	뇌동맥류, 경동맥혈관증, 모야모야병, 뇌혈관기형
		현동근	뇌혈관질환, 혈관내수술, 신경손상, 두부외상
		심유식	뇌혈관질환, 신경중재술, 두부외상
		오세양	뇌혈관내 수술, 뇌동맥류, 뇌혈관기형, 뇌졸중
뇌혈관센터 (CBC) ☎3860 3865	신경과 (NRCB)	나정호	뇌혈관질환, 뇌졸중
		최성혜	기억장애, 치매, 두통, 어지러움증
		박희권	뇌졸중, 말초신경, 두통, 어지러움증
		윤혜원	뇌졸중, 치매
	신경외과 (NSCB)	박현선	뇌동맥류, 경동맥혈관증, 모야모야병, 뇌혈관기형
		현동근	뇌혈관질환, 혈관내수술, 신경손상, 두부외상
		심유식	뇌혈관질환, 신경중재술, 두부외상
		오세양	뇌혈관내 수술, 뇌동맥류, 뇌혈관기형, 뇌졸중
당뇨 & 비만센터 ☎3360, 2215	내분비 내과	남문석	당뇨병, 뇌하수체, 내분비
		홍성빈	골다공증, 내분비, 갑상선(당뇨병)
		김소헌	당뇨병, 내분비, 비만, 갑상선
		안성희	당뇨병, 내분비, 비만, 갑상선
		서다혜	당뇨병, 내분비, 비만, 갑상선
		정미혜	당뇨병, 내분비, 비만, 갑상선
	외 과	허윤석	비만 · 당뇨 · 위수술
	소아청소년과	이지은	소아비만상담, 종합검사, 식이요법,운동요법
	가정의학과	이연지	인지행동요법, 체중감량후체력증진
류마티스내과 ☎2210~1		박 원	관절염, 골다공증, 루프스
		권성렬	관절염, 혈관염, 베체트, 레이노
		임미진	관절염, 척추염, 통풍
		정경희	관절염, 강직성척추염, 통풍
		이승윤	관절염
방사선종양학과 ☎3070		김우철	소화기암, 폐암, 뇌암, 두경부암, 혈액암, 유방암
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
		이정심	부인암, 유방암, 특수방사선치료
비뇨의학과 ☎2360		박원희	요실금, 종양, 전립선질환
		윤상민	종양, 결석, 신이식
		성도환	종양, 결석, 전립선질환
		이 택	전립선, 종양, 결석, 소아
		류지간	성기능장애, 남성불임, 전립선질환, 요로결석
		강동혁	종양, 결석, 전립선질환, 내비뇨기과학
산부인과 ☎2270,2117		김동호	종양학, 복강경
		이병익	종양학, 불임, 폐경기
		황성욱	종양학, 복강경
		최수란	고위험임신, 정밀초음파
		한경희	종양학, 복강경
성형외과 ☎3870		황 건	얼굴외상 및 골절, 흉터 성형술
		기세휘	미세수술, 수부외과수술, 하지재건술, 손톱재건술, 미용수술

진료과		교 수	세부전공
성형외과 ☎3870		이상환	피부종양, 지방흡입, 유방성형, 수부 재건, 미용성형수술, 필러, 보톡스, 레이저, 욕창, 하지재건, 수지접합
소아청소년과 ☎2260		김순기	혈액, 종양, 내분비, 비만, 성장
		전용훈	신생아, 미숙아, 발달
		임대현	알레르기, 호흡기, 면역, 결체조직
		김정희	알레르기, 호흡기, 면역, 결체조직
		권영세	신경, 뇌전증(간질),두통
		이지은	사춘기조숙증, 저신장, 당뇨, 갑상선, 내분비질환, 신장질환
		김동현	감염, 결핵, 불명열, 특수예방접종, 여행자의학
		이주영	신생아, 미숙아, 발달
		양아람	유전성대사질환, 사춘기질환, 저신장, 당뇨병, 갑상선내분비질환, 신장질환
		신은정	소아심장(선천성심질환, 가와사키병, 소아고혈압, 심초음파)
소화기내과 ☎2224		신용운	위암, 대장암, 위·대장질환
		김형길	위암, 대장암, 소화기질환, 대장질환
		이돈행	담도·췌장질환, 위·대장내시경
		권계숙	위암, 대장암, 소화기질환, 변비클리닉
		이진우	간암클리닉, 간염, 간경변
		정 석	담도암, 췌장암, 담석증, 담도·췌장질환, 위내시경
		방병욱	위암, 대장암, 소화기질환, 대장질환
		진영주	해외연수 2018.8.15 ~ 2019.8.14
		박진석	소화관, 간, 담도, 췌장질환
		유정환	간, 소화관, 위암, 대장암, 소화기질환
신경과 ☎3860		나정호	뇌혈관질환, 뇌졸중
		최성혜	기억장애, 치매, 두통, 어지러움증
		박희권	뇌졸중, 말초신경, 두통, 어지러움증
		배은기	뇌전증(간질), 수면장애, 두통, 어지러움증
		윤혜원	뇌졸중, 치매
		최석진	말초신경, 다발성경화증, 신경근(육)질환, 척수질환, 수술중감시, 두통, 어지러움증, 신경통증
신경외과 ☎2370		김은영	뇌신경외과, 뇌종양, 안면경련, 3차신경통, 소아
		박현선	뇌동맥류, 경동맥혈관증, 모야모야병, 뇌혈관기형
		현동근	뇌혈관질환, 혈관내수술, 신경손상, 두부외상
		윤승환	척추, 척수, 디스크질환, 척추측만증
		심유식	뇌혈관질환, 신경중재술, 두부외상
		오세양	뇌혈관내 수술, 뇌동맥류, 뇌혈관기형, 뇌졸중
		류달성	척추, 척수, 디스크질환, 척추측만증
신장내과 ☎2229		김문재	신장질환, 고혈압, 혈액투석, 복막투석
		이승우	신장질환, 당뇨병성신증, 혈액투석, 복막투석
		송준호	신장질환, 당뇨병성신증, 혈액투석, 복막투석
		황선덕	신장질환, 당뇨병성신증, 고혈압, 혈액투석, 복막투석
		지종현	신장질환, 당뇨병성신증, 고혈압, 혈액투석, 복막투석
신장이식 클리닉 (KTC)	NHKT	김문재	신장이식
		황선덕	신장이식
	GSKT	박근명	신장이식
심뇌재활센터(RMCR) ☎2480		정한영	뇌졸중(중풍), 소아발달장애, 장애평가, 뇌성마비
		좌경림	심장재활, 호흡재활, 뇌재활, 인지재활, 어지럼증재활, 두경부 통증
심혈관센터 (CVC) ☎2200	CV	권 준	관동맥질환, 심장판막질환, 심근증, 고혈압
		김대혁	부정맥, 실신, 심박동기, 관동맥질환
		우성일	관동맥질환, 심혈관중재시술, 고혈압
		신성희	해외연수 2018.08.01 ~ 2019.7.31
		권성우	협심증, 관상동맥질환, 심혈관 중재시술
		박상돈	관동맥질환, 말초혈관질환, 심혈관동재시술, 고혈압
		백용수	부정맥 심방세동 서맥 빈맥 전극도자절제술
	PD	신은정	소아심장(선천성심질환, 가와사키병, 소아고혈압, 심초음파)
안과 ☎2400		문연성	망막, 유리체, 포도막
		진희승	망막, 유리체, 백내장
		강성모	성형안과, 사시

진료과		교 수	세부전공
안과 ☎2400		김나래	녹내장, 백내장
		정지원	백내장, 각막, 안구건조증, 렌즈삽입술
		윤명헌	망막, 유리체
안과레이저		EYAL	레이저클리닉
알레르기내과 ☎2217		김철우	천식, 만성기침, 두드러기 및 알레르기 질환
영상의학과 ☎2740–3		조순구	중재적 영상의학
		전용선	중재적 영상의학
		김우철	유방방사선학
		김가람	유방, 갑상선 초음파
외과 ☎2250		신석환	소화기외과, 위암
		홍기천	연구연 2018.11.01~2019.01.31
		안승익	간담도외과, 이식외과
		이건영	간담도외과, 이식외과
		허윤석	소화기외과, 위
		최선근	소화기외과, 대장항문질환
		허민희	유방, 내분비외과
		최윤미	갑상선수술, 소아외과
		신우영	간담도외과, 이식외과
		박근명	혈관이식외과
		정성택	소화기외과, 대장항문질환
		이진욱	유방, 내분비외과, 구강내시경수술, 로봇수술
		안종혁	유방, 내분비외과
		이재홍	혈관이식외과, 일반외과
		최정식	간담도외과, 일반외과
유방갑상선 외과센터 (BTC) ☎2560–1	외과 GSBT	허민희	유방, 내분비외과
		이진욱	유방, 내분비외과, 구강내시경수술, 로봇수술
		안종혁	유방, 내분비외과
	성형외과(PSBT)	기세휘	유방성형, 유방재건
	영상의학(RDBT)	김가람	유방, 갑상선 초음파
	정신건강의학(PYBT)	김원형	스트레스장애, 수면장애, 우울증, 정신분열병
이비인후과 ☎2420–1		장태영	수면무호흡, 비과, 코(성형),알레르기
		김규성	어지럼, 난청, 인공와우이식, 중이염
		김영효	알레르기비염, 코골이및수면무호흡, 비중격질환, 축농증, 편도질환, 소아이비인후과
		최정석	해외연수 2018.9.1 ~ 2019.8.31
		김현지	어지럼, 난청, 중이염, 이명, 보청기, 편도
		김지원	피타 편도수술(무통 편도수술), 소아 이비인후과, 갑상선 및 두경부 종양, 구강 및 타액선 질환, 후두 및 음성질환
임상약리학과 ☎1167		김철우	임상약리/약동분석
		조상헌	임상약리/약동분석
재활의학과 ☎2480–1		정한영	뇌졸중(중풍), 소아발달장애, 장애평가, 뇌성마비
		김창환	근골격계통증(요통, 오십견), 말초신경병변
		김명옥	척추손상, 언어장애, 발통증, 의지보조기
		좌경림	심장재활, 호흡재활, 뇌재활, 인지재활, 어지럼증재활, 두경부 통증
정신건강의학과 ☎3880		이정섭	ADHD 틱장애, 학습·주의력·언어
		배재남	노년기 우울증, 기억장애, 치매, 노년기정신장애
		김혜영	기분장애(우울증,조울증), 불안장애, 정신질환 초기진단 및 관리, 자살예방
		김원형	스트레스장애, 수면장애, 우울증, 정신분열병
		김희연	일반정신과, 소아청소년정신과
정형외과 ☎2380		문경호	인공관절성형술(고관절,슬관절), 골다공증, 관절염
		김명구	슬관절(인공관절, 퇴행성관절염, 스포츠손상)
		강준순	슬관절 인공관절 치환술, 고관절 치환술, 관절염, 종양, 골다공증
		김려섭	스포츠의학(견관절, 슬관절, 주관절, 관절경)관절염
		조규정	척추질환, 디스크, 척추측만증, 골다공증
		이동주	상지, 수부, 종양, 관절염
		김범수	족부, 족관절, 외상
		권대규	소아정형, 뇌성마비, 종양, 외상

진료과		교 수	세부전공
정형외과 ☎2380		전윤상	어깨관절 (관절경, 인공관절 치환술, 오십견, 회전근개 질환, 어깨 탈구 및 스포츠 손상), 주관절, 슬관절
		류동진	슬관절(인공관절, 퇴행성관절염, 스포츠손상)
직업환경의학과 ☎2861		임종한	환경성질환, 화학물질관리, 직업성호흡기질환, 고엽제
		박신구	직업관련 근골격계 질환, 보건관리
		김환철	해외연수 2018.9.1 ~ 2019.8.31
		이상윤	직업병 및 업무관련성 평가
척추센터 (SCC) ☎2619	정형외과(OSSC)	조규정	척추질환, 디스크,척추측만증, 골다공증
	신경외과 (NSSC)	윤승환	척추,척수, 디스크질환, 척추측만증, 척추종양
		류달성	척추,척수, 디스크질환, 척추측만증, 척추종양
	재활의학과(RMSC)	김명옥	척추손상, 언어장애, 발통증, 의지보조기
치과 ☎2470		김일규	구강악안면외과, 임플란트, 매식
		오남식	보철과, 임플란트보철, 심미보철
		조현영	구강외과
		최지영	교정과
통증센터 ☎3921		차영덕	통증치료
		김병건	통증치료
		원종헌	통증치료
폐암센터 ☎3890	호흡기내과	류정선	폐종양, 폐결절, 폐암조기검진
		남해성	폐종양, 폐결절, 폐암조기검진
	흉부외과	윤용한	폐종양
		김영삼	폐종양
피부과 ☎2230		최광성	모발, 모발이식, 조갑질환
		신정현	아토피피부염, 두드러기, 알러지, 백 반증, 기타자가면역 피부질환, 여드름, 홍조
		변지원	여드름, 피부노화, 피부양성종양, 피부미용외과, 피부과 전반적인질환
		염승돈	피부질환, 피부미용외과
핵의학과 ☎3160		현인영	동위원소치료
		이민경	동위원소치료
혈관외과 ☎2166	외과(GSVC)	홍기천	연구연 2018.11.01~2019.01.31
		박근명	혈관이식외과
		이재홍	일반외과, 혈관이식외과
	흉부외과 (CSVC)	백완기	심장질환, 혈관질환
		김정택	심장혈관질환, 일반흉부질환
		강철웅	심장, 혈관질환
혈액종양내과 ☎2199		이문희	혈액학, 종양학, 골수이식, 완화의료
		임주한	혈액학, 종양학, 완화의료
		조진현	혈액학, 종양학, 완화의료
		박지선	혈액학, 종양학, 완화의료
		김진철	혈액학, 종양학, 완화의료
호흡기내과 ☎2216,2217		이홍렬	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양
		곽승민	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양
		류정선	호흡기질환, 폐종양, 만성폐질환
		남해성	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양
		김정수	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양
		김민정	호흡기질환, 만성폐질환
		박미화	호흡기질환, 만성폐질환
흉부외과 ☎2280		백완기	심장질환, 혈관질환
		김정택	심장혈관질환, 일반흉부질환
		윤용한	폐,종격동, 식도질환, 기흉, 다한증, 흉곽기형
		김영삼	폐,종격동, 식도질환, 기흉, 다한증, 흉곽기형, 흉부외상
		강철웅	심장, 혈관질환
희귀유전 질환센터	소아청소년과	권영세	소아신경, 뇌전증
		이지은	소아내분비, 유전 및 유전성 대사질환
		양아름	뮤코다당증, 누난증후군, 프라더–윌리증후군, 엔젤만증후군, 터너증후군, 유전성대사질환,
	신경과	최석진	말초신경병증, 다발성경화증, 신경근(육)질환
	재활의학과	정한영	발달지연, 근육병, 뇌성마비
	진단검사의학과	문연숙	세포유전

암진료 안내 (2018년 12월 3일 기준)

진료과		교수	세부전공
위암	소화기내과(소화기센터)	신용운	위암, 대장암, 위·대장질환
		김형길	위암, 대장암, 소화기질환, 대장질환
		권계숙	위암, 대장암, 소화기질환, 변비클리닉
		방병욱	위암, 대장암, 염증성 장질환
	외과	신석환	위암, 소화기 외과
		허윤석	위암, 소화성궤양
	종양내과	이문희	혈액학, 종양학
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
대장암	소화기내과(소화기센터)	신용운	위암, 대장암, 위·대장질환
		김형길	위암, 대장암, 소화기질환, 대장질환
		권계숙	위암, 대장암, 소화기질환, 변비클리닉
		방병욱	위암, 대장암, 염증성 장질환
	외과	최선근	대장암(결장암, 직장암, 항문암), 소화기외과, 대장항문
	종양내과	이문희	혈액학, 종양학
		임주한	종양학, 혈액학
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
간암	소화기내과(소화기센터)	이진우	간암클리닉, 간염, 간경변
		진영주	해외연수 2018.8.15 ~ 2019.8.14
	외과	안승익	췌장암, 담도암, 간담췌외과, 이식외과
		이건영	간담도외과, 이식외과
		신우영	간담도외과, 이식외과
	종양내과	임주한	종양학, 혈액학
		조진현	혈액학, 종양학, 골수이식
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
췌담도계암	소화기내과(소화기센터)	이돈행	담도, 췌장질환, 위·대장내시경
		정석	췌장암, 담도암, 담낭암, 췌장·담도질환, 담석질환, 췌장염
	외과	안승익	췌장암, 담도암, 간담췌외과, 이식외과
		이건영	간담도외과, 이식외과
		신우영	간담도외과, 이식외과
	종양내과	이문희	혈액학, 종양학
		임주한	종양학, 혈액학
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
폐암	호흡기내과	이홍렬	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양
		곽승민	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양
		류정선	호흡기질환, 만성폐질환, 폐종양
		남해성	폐종양, 폐결절, 폐암 조기검진
		김정수	폐종양, 폐결절, 폐암 조기검진
	흉부외과	윤용한	폐암, 식도암
		김영삼	폐암, 식도암, 흉선암
	종양내과	조진현	혈액학, 종양학, 골수이식
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
혈액암	혈액내과	조진현	혈액학, 종양학, 골수이식
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
소아암	소아청소년과	김순기	혈액, 종양, 내분비, 비만, 성장
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
갑상선암	내분비과	남문석	당뇨병, 뇌하수체, 내분비
		홍성빈	갑상선, 내분비, 골다공증, 당뇨병
		김소헌	갑상선, 당뇨병, 내분비, 비만
	외과	허민희	유방외과, 갑상선 내분비외과
		이진욱	유방, 내분비외과, 구강내시경수술, 로봇수술
	이비인후과	최정석	해외연수 2018. 9. 1 ~ 2019. 8. 31

진료과		교수	세부전공
갑상선암	핵의학과	현인영	갑상선, 동위원소 치료
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
유방암	외과	허민희	유방외과, 갑상선 내분비외과
		이진욱	유방, 내분비외과, 구강내시경수술, 로봇수술
	종양내과	이문희	혈액학, 종양학
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
부인암	산부인과	이병익	종양학, 불임, 폐경기
		황성욱	종양학, 복강경
	종양내과	이문희	혈액학, 종양학
		조진현	혈액학, 종양학, 골수이식
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
비뇨기암	비뇨의학과	박원희	종양, 전립선질환, 요실금
		윤상민	종양, 결석, 신이식
		이택	전립선, 종양, 결석
	종양내과	이문희	혈액학, 종양학
		임주한	혈액학, 종양학
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
두경부암	이비인후과	최정석	해외연수 2018. 9. 1 ~ 2019. 8. 31
	종양내과	임주한	혈액학, 종양학
		조진현	혈액학, 종양학, 골수이식
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
종양스트레스클리닉	정신건강의학과	김원형	스트레스장애, 수면장애, 우울증, 정신분열증
임파부종클리닉	재활의학과	김명옥	척추손상, 언어장애, 발통증, 의지보조기
피부암	피부과	최광성	피부 양성종양 및 악성종양, 조갑질환, 탈모
		신정현	피부 양성종양 및 악성종양, 색소질환, 피부미용
		변지원	피부 양성종양 및 악성종양, 피부미용, 피부노화, 흉터
	종양내과	이문희	혈액학, 종양학
		임주한	혈액학, 종양학
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
뇌종양	신경외과	김은영	뇌종양, 뇌신경외과, 안면경련, 3차 신경통
		박현선	뇌종양, 뇌암, 전이성 종양, 뇌동맥류, 안면경련, 경동맥혈관증, 모야모야병, 뇌혈관기형
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
척추종양	신경외과	윤승환	척추종양, 척추, 척수, 디스크 질환
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암
연부육종 및 골육종	정형외과	강준순	골종양, 인공관절성형술(고관절, 슬관절), 관절염
		이동주	종양, 상지, 수부, 관절염
		권대규	소아정형, 뇌성마비, 종양, 외상
	종양내과	임주한	혈액학, 종양학
		조진현	혈액학, 종양학, 골수이식
	방사선종양학과	김우철	방사선종양학
		김헌정	유방암, 비뇨기암, 두경부암, 부인암

■ 암코디네이터

- 상담가능시간 : 월~금요일 08:00 ~ 17:00 (토· 일· 공휴일 : 휴무)
- 폐암 (032) 890 – 3892 • 유방암·갑상선암 (032) 890 – 2562
- 위암 (032) 890 – 3767 • 대장암 (032) 890 – 2675
- 간· 담도·췌장암 (032) 890 – 3768 • 부인암·뇌척추종양 (032) 890 – 3961
- 두경부암·내분비계종양 (032) 890 – 3844 • 비뇨기계암 (032) 890 – 6300
- 혈액암 (032) 890 – 3638

의료서비스 환자경험평가 인천·경기지역 1위

건강보험심사평가원 주도로 2018년 처음 시행되었으며,
환자 중심의 의료문화와 국민이 체감하는 의료 질 향상을 위해,
환자가 직접 경험한 병원의 수준을 평가하는 방식으로 이루어졌습니다.

인하대병원은 인천·경기지역
상급종합병원 중 1위를 기록했으며,
전반적 평가 분야 전국 2위,
전 분야 전국 상급종합병원
Top 3 안에 들었습니다.

간호사 서비스

1	인하대병원	93.23
2	순천향대 부천병원	92.02
3	고려대 안산병원	90.40
4	분당서울대병원	89.96
5	가톨릭대 인천성모병원	89.11
6	아주대병원	88.35
7	길병원	85.76
8	한림대 성심병원	82.85

의사 서비스

1	인하대병원	85.83
2	가톨릭대 인천성모병원	84.46
3	순천향대 부천병원	84.18
4	아주대병원	82.95
5	고려대 안산병원	80.99
6	분당서울대병원	79.84
7	길병원	76.83
8	한림대학교 성심병원	76.19

투약 및 치료 과정

1	인하대병원	87.06
2	순천향대 부천병원	84.83
3	가톨릭대 인천성모병원	83.76
4	아주대병원	82.31
5	고려대 안산병원	81.23
6	분당서울대병원	80.95
7	길병원	80.43
8	한림대학교 성심병원	76.39

병원 환경

1	인하대병원	90.58
2	분당서울대병원	89.29
3	순천향대 부천병원	88.30
4	아주대병원	85.48
5	가톨릭대 인천성모병원	83.90
6	고려대 안산병원	82.31
7	길병원	81.71
8	한림대 성심병원	77.56

환자 권리 보장

1	인하대병원	86.97
2	순천향대 부천병원	82.97
3	아주대병원	81.02
4	고려대 안산병원	81.00
5	분당서울대병원	80.49
6	가톨릭대 인천성모병원	79.92
7	길병원	78.41
8	한림대 성심병원	76.48

전반적인 평가

1	인하대병원	89.07
2	순천향대 부천병원	87.75
3	분당서울대병원	86.73
4	아주대병원	84.34
5	가톨릭대 인천성모병원	83.70
6	길병원	80.34
7	고려대 안산병원	80.06
8	한림대 성심병원	75.85

인천·경기 상급종합병원 총 8곳

〈표〉 인천·경기지역 상급종합병원 기준 평가 결과표

인하대병원 INHA UNIV. HOSPITAL 주소 인천광역시 중구 인항로 27(신흥로 3가 7-206) 전화 032-890-2114 팩스 032-890-2998

인하대병원
INHA UNIV. HOSPITAL