

믿음 주는 환자중심 병원

고대구로병원뉴스

발행인 은백린 발행처 고려대학교 구로병원 주소 서울시 구로구 구로동로 148 TEL 1577-9966 FAX 02-2626-2275 홈페이지 http://guro.kumc.or.kr 편집, 디자인 홍보팀 02-2626-2270 발행일 4월 13일 월간

환자 중심! 고객 맞춤형 의료 서비스

고대 구로병원(병원장 은백린)은 환자 서비스 개선을 목적으로 지난 3월부터 '입원 생활안내'와 '당일 방문 초진 전용 접수 창구'를 만들어 운영 중에 있다. 환자 중심의 고객 맞춤형 의료 서비스를 실현하고 있는 고대 구로병원의 입원생활안내와 당일 방문 초진 전용 접수 창구에 대해 자세히 알아보도록 하자.

입원 환자 대기 시간은 줄이고 설명 시간은 늘린 '입원생활안내'

3월 13일(월)부터 본관 1층에 설치된 '입원생활안내'는 전담 간호사가 상주하면서 입원 가료가 필요한 환자들에게 입원 시 숙지해야 할 규정 및 필요 용품에 대해 설명하고 간호 정보 기입과 각종 구비 서류 작성을 도와주는 역할을 하고 있다.

기존에는 이러한 입원 수속 절차가 모두 해당 병동에서 이루어졌기 때문에 긴급을 요하는 병동 간호 업무가 발생하거나 입원 환자가 몰렸을 시 환자는 입실을 하지 못한 채 긴 대기 시간을 감수해야 하는 경우가 발생하기도 했다. 또한 충분한 면담시간을 확보하기 힘들어 간호 정보 기입에 어려움을 겪기도 하는 등 여러 고충이 뒤따랐다.

이번 입원생활안내 설치로 고대 구로병원은 11 면담 장소를 따로 마련해 입원에 대한 보다 상세한 안내를 환자들에게 제공하고 환자의 병력 사항 및 요구 사항을 청취하여 서비스에 반영할 수 있도록 하였다. 입원생활안내는 앞으로도 대기시간 감축과 환자 편의 향상, 병동 환자 케어 서비스 향상 등 긍정적인 효과를 불러올 것으로 기대되고 있다.

당일 진료 어려운 초진 환자 위한 초진 전용 접수 창구


대학병원은 당일 진료가 어려운 경우가 많다. 그러므로 원하는 날짜에, 원하는 과에서 진료를 받기 위해서는 예약이 필수다. 그런데 응급 상황은 아니지만 급성기 질환 등으로 인해 예약을 하지 못하고 병원을 찾는 경우가 있다. 하지만 예약 없이 당일 진료를 받기 위해서는 긴 대기 시간을 감수해야 하는 것은 물론, 내원 환자가 많은 날에는 기껏 기다렸음에도 불구하고 진료를 받지 못하는 경우도 종종 발생했다. 특히 초진 환자는 재진 환자들에 밀려 예약 없이 진료를 받는 것은 마치 하늘의 별따기와 같았다. 이에 고대 구로병원은 부득이하게 예약을 하지 못하고 내원해 헛걸음을 하게 된 초진 환자들을 위한 당일 방문 초진 전용 접수 창구를 만들고 서비스를 시작했다.

당일 방문 초진 전용 접수 창구를 이용하면 진료협력팀을 통해 해당 과에 당일 진료 가능 여부를 확인할 수 있다. 만약 당일 접수가 가능할 경우에는 번거로운 중간 정산 단계를 거칠 필요 없게 접수에서 수납까지 한 번에 처리할 수 있도록 도와준다. 당일 접수가 어려운 경우라면 가능한 가장 가까운 날짜로 진료 예약을 해준다.

이런 서비스 도입은 예약을 하지 못한 환자가 당일 진료도 받지 못한 채 다시 집으로 돌아가야만 하는 상황을 막고 최대한 진료를 받을 수 있도록 해주므로 초진 환자들의 만족도 향상에 기여하고 있다.

물론 원하는 날에, 가장 편리하게 진료를 받을 수 있는 방법은 진료 예약 서비스를 이용하는 것이다. 그러나 미처 그러지 못한 경우에는 당일 방문 초진 전용 접수 창구를 통해 진료 접수 및 예약 서비스를 받아보는 것도 좋은 차선책이 될 수 있다.

고대 구로병원은 이처럼 대학병원의 문턱을 낮추고 환자 중심 병원으로서 언제나 환자를 최우선으로 생각하는 의료서비스를 펼쳐나가기 위해 최선을 다하고 있다.

앞으로도 구로병원은 환자의 어려움과 요구사항에 귀 기울이며 실질적인 개선 방안을 마련함으로써 의료 서비스 향상과 의료의 질 개선에 주력을 다해 나갈 예정이다. 



우리병원 새로운 의료진을 소개합니다!

우리병원 새로운
임/상/조/교/수



소화기내과 고진성



감염내과 조유미



소아청소년과 이은상



소아청소년과 김성국



영상의학과 정혜나



이비인후과 박영민



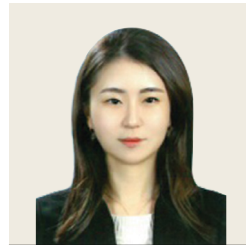
신경과 이해림



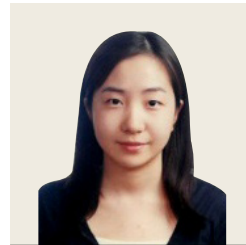
간담체외과 김완준



진단검사의학과 권정아



병리과 이은정

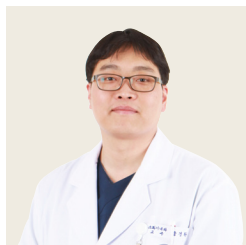


핵의학과 이은성

우리병원 새로운
임/상/강/사



소화기내과 윤형석



소화기내과 송경환



소화기내과 엄문웅



순환기내과 장원영



감염내과 이삼나



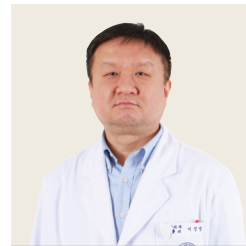
호흡기내과 정상미



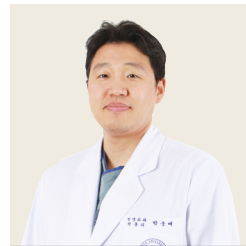
신장내과 이경진



유방내분비외과 이현정



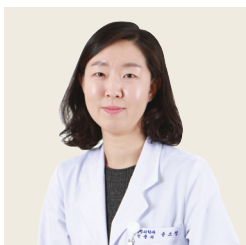
외상외과 이경범



신경외과 박응배



가정의학과 김진욱



가정의학과 윤소정



안과 안소민



안과 우인호



산부인과 조현웅



신경과 박영민



정신건강의학과 박상원



성형외과 문경철



영상의학과 김정우



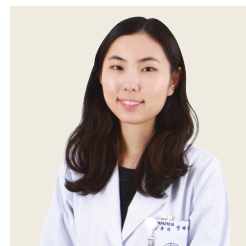
마취통증의학과 이충훈



치과 김수호



치과 박진홍



임상약리학과 정혜원



재활의학과 박응원



마취통증의학과 김영성



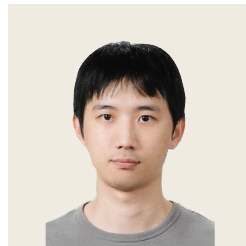
정형외과 이동기



정형외과 김범수



정형외과 여도현



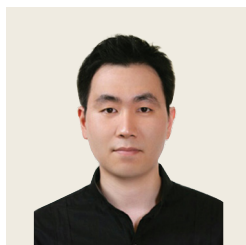
신경외과 이건영



피부과 백유상



비뇨기과 박태웅



성형외과 이태열



산부인과 오영택



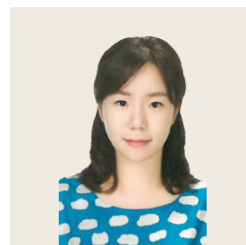
호흡기내과 최종현



신장내과 송영진



정신건강의학과 윤현철



소화기내과 신윤지

암세포만 선별!

자연 괴사 시키는 최신 치료법 고주파온열암치료기

- 고온에 취약한 암세포 성질을 이용한 최신 치료법
- 정상세포 보존하며 암세포만 선별적으로 괴사 시켜 부작용 최소화
- 안전하고 효과적인 최신 암치료법



고주파온열암치료 누구나 받을 수 있나요?

모든 암 치료에 효과적으로 사용할 수 있지만 혈액암, 심장박동기 식생 환자, 금속 물질 식생 환자, 임신부에게는 고주파가 영향을 줄 수 있으므로 치료가 불가능합니다.

일반적인 치료 기간은 어떻게 되나요?

치료 1회당 평균 60분의 시간이 소요되며 치료 주기는 주당 2~3회입니다. 하지만 사람마다 혈류 속도가 다르고 항암 약물 치료를 병행하는 경우가 있으므로 치료 주기는 달라질 수 있습니다. 정확한 것은 전문의와 상담해 주시기 바랍니다.

- 일반적으로 1회당 치료시간은 평균 60분
- 기본 치료 횟수는 12회/cycle
- 치료 주기는 주당 2~3회
- 2~3cycles 이상 가능

세계보건기구(WHO)에 따르면 전 세계 사망 원인 중 두 번째로 큰 비중을 차지하는 것이 바로 암입니다. 암환자 6명 중 1명이 사망에 이르는 것입니다. 현재도 인류의 가장 무서운 적이라 일컬어지는 암과 싸워 이기기 위해 여러 분야에서 끊임없이 지속적인 연구가 펼쳐지고 있으며, 효과적인 치료법들이 속속 등장하고 있습니다. 그 중 최근 주목받고 있는 최신 암치료법이 있습니다. '고주파온열암치료법'입니다.

고온에 취약한 암세포, 고주파로 괴사 유도

고주파온열암치료는 고온에 취약한 암세포의 성질을 이용한 치료법입니다. 암세포는 42도의 열만으로도 저절로 괴사하게 됩니다. 이런 원리를 이용해 38.5~42.5도의 온도로 열을 가해 암세포의 세포막을 파괴시켜 없애는 방법이 바로 고주파온열암치료입니다. 우리 몸에 13.56MHz의 고주파 전류를 흐르게 하면 전류는 나트륨 이온, 칼슘 이온 등이 많이 분포된 곳으로 흘러가게 됩니다. 정상세포는 이런 이온의 농도가 매우 낮지만 암세포의 경우 이온 농도가 매우 높아 전류가 암세포로 집중적으로 몰리게 됩니다. 그렇게 되면 암 세포막을 둘러싸고 있는 세포외액을 따라 고주파가 흐르게 되고 온도가 저절로 올라가게 되면서 자연적으로 괴사하게 되는 것입니다.

암세포만 선별적으로 공격, 부작용 걱정 없는 안전한 치료

암 환자들이 흔히 복용하는 항암치료제는 세포 분열 속도에 따라 암세포와 정상세포를 구분합니다. 암세포는 정상세포에 비해 분열 속도가 빠르기 때문에 다른 세포들에 비해 분열이 빠른 것을 찾아내어 죽여 버리는 원리입니다. 하지만 우리 몸에는 분열 속도가 빠른 정상 세포들도 존재하는데 이 정상세포들도 모두 죽여 버려 문제가 발생합니다. 항암치료 시 탈모가 생기고 구강점막·위

점막·대장점막이 허혈 골수세포가 죽어 백혈구 생성을 못하게 되는 등 각종 부작용이 발생하는 이유가 바로 이 때문입니다. 이런 부작용 없이 항암치료가 가능한 것이 바로 고주파온열암치료법입니다. 앞서 말한 것처럼 고주파전류 덕분에 암세포만 선별적으로 죽일 수 있기 때문입니다. 즉, 현재 시행되는 암치료법 중에 가장 부작용 걱정이 적고 안전하며 효과적인 암치료법이 바로 고주파온열암치료법입니다.

혈액암 제외 모든 암 치료 가능

원칙적으로 혈액암을 제외한 모든 종류의 고형암 치료에 사용될 수 있고 뇌종양 치료에도 활용됩니다. 하지만 고주파를 이용한 치료기 때문에 심장박동기를 식생한 환자나 인공관절과 같이 큰 금속 물질을 체내에 식생한 환자, 골수 이식 수술 후 회복 중인 환자, 임신부에게는 치료를 금합니다. 일반적으로 치료 1회당 평균 60분의 시간이 소요되며, 치료 주기는 주당 2~3회입니다. 하지만 사람마다 혈류 속도가 다르고 항암 약물 치료를 병행할 경우 치료 주기가 다르기 때문에 환자 상태에 따라 치료 횟수와 시간은 달라질 수 있습니다. 정확한 것은 전문의와 상담이 필요합니다.

〈도움말 : 방사선종양학과 양대식 교수〉
문의 : 02. 2626. 2300

환자 중심의 병원 부서를 만나다.

〈안전요원실 편〉

▲ 안전요원실은 어떤 부서인가?

직원 및 환자의 안전을 최우선으로 여기며 내원객의 편의를 위해서 다양한 업무를 수행하고 있습니다. 안내업무와 지속적인 순찰 업무를 통해 유사 시 발생할 수 있는 사고를 예방하는 한편, 원내 민원상황 발생 시 신속한 문제 해결을 위한 업무도 함께 수행하고 있습니다.

저희 부서는 4조 2교대의 형태로, 백용기 안전요원실장을 주축으로 4명의 조장과 15명의 직원이 근무하고 있습니다.

▲ 주로 어떤 업무를 하시나요?

기본적인 안내부터 '유해환자 및 아동 유괴/실종 시 대응', '유해화학물질 노출 시 대응', '화재·도난·폭력' 등 위기 상황에서의 초기 진압을 위한 업무까지 매우 다양한 영역에서 활동하고 있습니다. 평일 주간에는 주로 안내 업무와 입원환자 병실 조회, 순찰업무를 도맡아 처리하고 있으며 도난·화재 예방과 시설물에 관한 유해·위험요소 발견 시 1차적인 조치와 불만 사항·폭력 사항에 대한 지원 협조도 함께 처리하고 있습니다.

이 외 헬프포트 지원, 코드 레드·코드 브릿지·코드 오렌지·코드 핑크 대응 업무, 유실물 찾기, 각 과 및 회의실 출입 관리, 현관 출입차량 정리, 휠체어·카트 대여, 입원환자 물품보관함 관리 등 환자 및 직원의 안전과 편의 증대를 위한 다양한 업무를 수행합니다.

평일 업무시간 외 공휴일 업무 시에는 안내와 순찰 활동 및 병원 대표전화 교환업무, 토요일 본관 로비 안내 창구 업무, 행사 관련 협조 업무 등을 주로 합니다.

▲ 환자와 가장 많이 접하게 되는 부서 중 하나일 텐데, 환자분들을 위해 특별히 노력하는 부분이 있나요?

각종 안전 문제 발생 시 환자 분이 안전하고 원활하게 진료를 받으실 수 있도록 적극적인 대응에 힘쓰고 있습니다.

안전요원실 직원들은 고객이 불편을 겪지 않도록 '상황별 응대 매뉴얼'을 숙지하여 근무에 성실히 임합니다. 그 중에서도 원내 사각지대에서 갑작스럽게 쓰러져 도움을 손길을 필요로 하고 있을지



모를 환자들의 안전을 확보하고 병동 내 입원환자들의 편안한 병원 생활을 위해 순찰 업무에 중점을 두고 있습니다.

또한 매일같이 진료 시작 전·후로 외래 환경 점검과 복도 대기 의자 정리정돈, 안내 불충용 휠체어 점검 및 청소 등 청결한 환경 정리를 하고 있습니다.

▲ 정말 많은 일을 맡아주시고 계신데 일하며 겪게 되는 어려움도 있나요?

민원 발생 시 대응을 하다가 신체적 부상을 입기도 하고 '근무지 1인 근무' 시스템으로 인해 신속한 대응이 어려워 부득이하게 근무지를 비워야 하는 어려움이 발생하기도 합니다. 이럴 때는 환자 분이거나 직원 분께 불편을 드리게 되어 마음이 무겁습니다.

또 저희 부서는 외부환경에 직접 노출되는 업무 특성 때문에 여름철 순찰 및 현관 근무 시 무더위와 자동차들의 엔진열을 참아가며 일해야 하는 고충이 있습니다. 더위를 참는 것은 어렵지 않으나 시원한 공간이 마땅치 않아 환자분께 불쾌감을 드릴까봐 조심스러운 부분도 있습니다.

이 외 입·출입차량 교통통제부에서 지형 및 차량유도선이 교통흐름과 맞지 않아 택시 통제에 많은 마찰이 발생하여 원활한 중재가 어렵습니다.

▲ 근무하시며 가장 기억에 남았거나 보람 있었던 일에 대해 말씀해 주세요.

앞서 말씀드린 것처럼 사실 다양한 업무 수행으로 인해 이런저런 어려움이 있습니다. 그럼에도 불구하고 환자 및 내원객들이 저희 덕분에 만족해하시고 고대 구로병원을 신뢰하게 되실 때 저희는 가슴 벅찰 정도의 보람을 느끼게 됩니다.

예를 들면 병동에서 발생한 유해자를 제압하여 환자 및 보호자들의 안전을 지켜주었던 일, 자녀의 입원비에 충당하려고 가져왔다가 잃어버린 어느 노모의 귀금속을 찾아주었던 일, 야간 근무 시 병동 순찰을 하며 거동수상자를 발견하고 절도범을 검거한 일, 화재 발생 시 즉각 출동하여 초기 진압한 일, 실종 어린이와 실종환자를 찾아주었던 일 등이 있습니다.

▲ 마지막으로 한마디 하신다면?

우리 부서는 타 부서에 여러 형태로 지원근무를 하게 될 때가 있습니다. 그럴 때는 근무지를 잠시 비우게 됩니다. 불편하시더라도 부재 시 기다려주시길 바랍니다. 또 고객 불만 접수 처리 시 직원분들 모두 문제 해결을 위해 함께 노력해 주셨으면 합니다. 감사합니다.

2017년 상반기 주의해야할 10대 감염병

5대 신종·재출현 감염병

1. 메르스 (중동호흡기증후군)

메르스는 중동 국가에서 발견된 중동호흡기증후군을 말합니다. 메르스는 지금도 사우디아라비아를 중심으로 낙타에 직접 접촉하거나 이들을 통해 전파되는 병원 내 소규모 유행이 지속되고 있습니다. 이 때문에 국내로 유입될 가능성이 있는 질병이므로 주의가 필요합니다.

▣ 증상

발열과 기침, 가래, 호흡곤란, 인후통 등의 호흡기 증상이 메르스의 대표적인 증상으로 알려져 있으며 그 외 두통, 오한, 근육통, 구토, 복통, 설사 등이 발생할 수 있습니다.

▣ 예방

손씻기와 기침예절 지키기 등 개인위생을 철저히 해야 하며 중동국가를 방문할 계획이 있다면 낙타와 접촉을 피하고 사람이 붐비는 장소를 방문하는 것을 피하는 것이 좋습니다.

2. 모기매개감염증 (지카바이러스감염증, 뎅기열 등)

모기매개감염증은 모기가 활동하는 더운 날씨의 동남아시아 등 열대 및 아열대 지방을 중심으로 나타나는데 7-8월 여름 휴가철을 맞아 동남아시아 여행을 떠날 여행객들은 각별한 주의가 필요합니다. 특히 임신부는 지카바이러스 감염 시 신생아의 소두증 발생 가능성이 있어 여행을 연기하는 것을 권고 합니다. 뎅기열은 큰 병으로 이어질 수 있어 주의를 요합니다.

▣ 증상

모기매개감염증의 증상은 갑작스러운 발열이나 반점구진성 발진이 나타날 수 있으며 관절통이나 결막염, 근육통, 두통이 동반될 수 있는 것이 특징입니다.

▣ 예방

모기매개감염증을 예방하기 위해서는 야외 외출 시 몸을 가릴 수 있는 긴팔, 긴바지 착용과 모기 기피제 사용방법을 숙지하여 사용하는 것이 중요합니다.

3. 조류인플루엔자 인체감염증 (H7N9)

최근 중국에서 환자 발생이 급격하게 증가하고 있는 추세로 여행객이나 철새를 통한 국내 전파 가능성이 4월까지 지속될 예정입니다. 그러나 국내 유입 시 사람에게서 사람으로 전파 가능성은 낮다고 예상됩니다.

▣ 증상

조류인플루엔자 인체감염증은 인플루엔자의 전형적인 유사 증상인 발열이나 기침, 근육통 등을 포함하여 중증 호흡기 질환으로 알려진 폐렴, 급성호흡기 부전 등 다양한 증상을 특징으로 합니다.

▣ 예방

조류인플루엔자 바이러스에 감염되는 것을 예방을 위해서는 가금류 농장이나 재래시장 방문을 삼가고 가금류 음식은 완전히 익혀 먹는 것을 권장하며 비누를 이용한 올바른 손 씻기를 생활화하는 것이 중요합니다.

4. 병원성 비브리오감염증 (콜레라, 비브리오패혈증 등)

병원성 비브리오 감염증은 바닷물 온도의 상승으로 인해 병원성 비브리오균이 발생하고 자랄 수 있는 조건이 갖추어지면서 발생합니다. 2016년에 발생했던 콜레라 사례와 마찬가지로 병원성 비브리오 감염증의 발생 가능성이 높아지고 있습니다.

▣ 증상

콜레라의 특징은 복통을 동반하지 않는 수양성 설사가 갑작스럽게 나타나는 것이고, 비브리오 패혈증은 급성 발열이나 오한, 복통, 구토나 설사 등의 증상이 발생하며 발열이 나타난 후에는 피부의 병변이 나타납니다.

▣ 예방

콜레라 예방을 위해서는 오염된 음식물 섭취를 피하고, 음식을 제대로 익혀먹는 것과 물을 끓여먹는 것이 도움이 됩니다.

비브리오 패혈증의 경우에는 여름철 어패류를 85°C 이상으로 완전히 가열하여 섭취하는 것이 예방에 도움이 됩니다.

5. 바이러스성출혈열 (라싸열, 크리미안콩고출혈열, 리프트밸리열 등)

바이러스성출혈열은 아프리카 등에서 주로 발생합니다. 매개체를 통해 감염될 수 있는 질병이므로 아프리카 방문 시 감염된 동물을 섭취하거나 접촉하는 등의 행위는 피하도록 주의해야 합니다.

▣ 증상

라싸열은 증상이 없거나 가벼운 증상이 80%를 차지하며 중증일 경우에는 호흡부전과 함께 다발성 장기손상의 가능성이 있습니다. 리프트밸리열은 고열과 두통, 전신 쇠약, 단기간의 체중 감소 등의 증상을 특징으로 합니다.

▣ 예방

아프리카 방문 시 바이러스를 옮기는 것으로 알려진 야생 쥐와 접촉하지 않도록 주의하는 것이 중요합니다. 리프트밸리열은 발생 지역의 감염된 동문의 체액에 직접 접촉하거나 살균되지 않은 생우유나 육류 등을 섭취하지 않도록 합니다.

5대 국내 유행 감염병

1. 수족구병

수족구병은 5월에서 8월 사이 크게 유행하며 미취학아동에게 특히 많이 발생하는 질병입니다.

▣ 증상

수족구병은 손과 발에 수포성 발진이 일어나고 혀와 잇몸, 입술에 수포가 발생하는 것이 가장 대표적인 증상이며 그 외에도 발열이나 식욕감소, 설사, 구토가 일어나기도 합니다.

▣ 예방

수족구병 예방을 위해서는 어린 아이들의 장난감을 자주 소독하는 것이 중요하며 기저귀를 갈고 난 후 비누를 이용하여 손씻기를 생활화하는 것이 중요합니다.

2. 수두

6세 이하의 소아와 초등학교에가서 주로 발생하며 4~6월과 11~1월에 특히 주의를 요하는 질병입니다.

▣ 증상

수두는 두피, 얼굴, 몸 등에 가려움증을 동반한 반점이나 수포 등의 발진이 발생하는 것이 특징입니다.

▣ 예방

수두를 앓은 적이 없거나 예방접종력이 없는 경우 생후 12~15개월 사이에 예방접종을 맞는 것이 예방에 큰 도움이 됩니다.

3. 유행성이하선염

유행성이하선염은 유치원이나 학교 등에서 집단으로 생활하는 19세 미만 환자의 수가 높은 질병입니다. 유행시기인 4~6월에 더욱 큰 주의를 요합니다.

▣ 증상

유행성이하선염의 증상은 발열이나 이통, 혹은 아래턱의 각진 부분에 압통이 느껴지는 것이 대표적인 증상입니다.

▣ 예방

손씻기와 기침예절 등을 생활화하고 생후 12~15개월과 만 4~6세에 MMR 백신을 접종하는 것이 중요합니다.

4. A형간염

A형간염은 계절에 크게 구애받지 않고 발생하며, 20~40대 환자가 특히 많은 질병입니다.

▣ 증상

발열이나 식욕감퇴 혹은 구역질이나 구토, 황달 등이 일어나면 A형간염을 의심해 봐야 합니다.

▣ 예방

손씻기를 생활화하고 물이나 음식을 섭취할 때에는 완전히 끓이고 익힌 채로 섭취하는 것이 중요합니다. 접종 시기는 소아의 경우에는 12~23개월에 1차 접종 후 6~12개월 사이에 2차 접종을 마쳐야 합니다. 항체가 없는 성인의 경우에는 6~12개월의 간격을 둔 뒤 2회의 접종을 마쳐야 합니다.

5. 레지오넬라증

레지오넬라증은 연중 내내 발생하는 것이 특징으로 신고 건수 역시 증가하는 추세입니다.

▣ 증상

레지오넬라증은 급성질환으로 시작되어 2~5일간 지속되며 발열이나 오한이 갑작스럽게 나타나며 마른기침이나 콧물, 인두통, 설사 등의 증상을 동반합니다.

▣ 예방

냉각탑 청소와 소독을 주기적으로 마치는 것이 레지오넬라증을 예방하는 데에 큰 도움이 됩니다. 🏠

〈감염병 예방을 위한 5대 국민행동수칙〉

- 1. 올바른 손씻기**
비누 또는 세정제 등을 사용하여 흐르는 물에 30초 이상 손을 씻으세요
- 2. 기침예절 지키기**
기침, 재지기를 할 때 손이 아닌 휴지나 옷소매로 입과 코를 가려주세요
- 3. 음식 익혀먹기**
음식물은 충분히 익히고 물은 끓여서 드세요
- 4. 예방접종 받기**
어린이, 노약자 등 접종대상자는 표준일정에 맞춰 예방접종을 받으세요
- 5. 해외여행력 알리기**
의료기관 진료 시 해외여행 사실을 알려주세요

글, 원내기자 이혜림 간호부 / 출처 질병관리본부

생생건강

당신의 시야를 위협하는 녹내장

녹내장은 안압 상승 등의 원인으로 시신경이 손상되고 이로 인해 시야가 점차적으로 상실하는 질환이다.

우리 눈의 앞부분은 방수라는 투명한 액체로 채워져 있다. 방수는 모양체에서 만들어진 후 홍채 가장자리의 섬유주를 통해 배출되는데 배출통로에 문제가 생겨 방수가 빠져나가지 못하게 되면 안압이 상승하게 된다. 안압이 상승하면 시신경섬유를 손상시키고 이는 시력 손상으로 이어지게 된다.

녹내장의 증상은 그 종류에 따라 다르다. 원발개방각녹내장의 경우 증상이 서서히 진행되며 시력 손상이 올 때까지 아무 이상이 없다는 특징이 있다. 그러나 색 변화 인지를 잘 못하고 눈앞이 희미해지거나 지속적으로 눈에 통증이 나타나며 이른 노안 증상 등이 발생할 수 있다. 반대로 폐쇄각녹내장은 갑작스러운 극심한 통증과 시력감퇴 등이 나타날 수 있으며 통증 때문에 구토나 발한 증상을 보이기도 한다.

녹내장은 안압을 조절하여 진행을 막고 약물을 통해 치료하는 것이 원칙이다. 하지만 약물치료에도 안압조절이 어렵거나 시야 변화가 진행되는 경우 수술이 필요하다. 녹내장은 초기 증상이 거의 없고 증상이 나타났을 때에는 이미 말기일 가능성이 높아 진단이 늦어지는 만큼 예후가 좋지 않은 편이므로 조기 진단과 치료가 중요하다.

이미 손상된 시신경은 회복되지 않으므로 녹내장 진단을 받게 된 경우 지속적인 관리로 안압을 일정하게 유지해 주는 것이 중요하다. 정기적인 녹내장 검사는 필수이며 40세 이후 성인 남녀는 녹내장 발견을 위해 정기적으로 검진을 받는 것이 좋다. 🏠

〈도움말 : 고대 구로병원 안과 김용연 교수〉

얼룩덜룩 변해버린 내 피부...혹시 어루러기?

'전풍'이라고도 불리는 어루러기는 피부의 가장 바깥층인 각질에 곰팡이가 증식해 발생하는 질환을 말한다. 말라세지아라는 효모균의 감염으로 인해 발생하며 주로 가슴이나 등, 겨드랑이, 목 등 주로 피지 분비가 활발한 부위에 발병한다. 특별한 자각증상은 없으나 가벼운 가려움증을 동반하기도 한다.

곰팡이의 증식과 자극으로 인해 연한 갈색, 황갈색, 가끔 붉은빛을 띠는 다양한 크기의 원형 모양의 연한 반점들로 피부색이 변한다. 흰 피부의 사람에게서는 검은 반점이, 검은 피부의 사람에게서는 흰 반점이 생기기도 하며, 특히 자외선으로 피부가 검게 변하는 여름철에 더 두드러져 보이기도 한다.

어루러기는 전 연령에 걸쳐 나타나지만 대부분 10대 청소년이나 20대 젊은 성인에게서 발생한다. 어루러기의 원인이 되는 곰팡이는 덥고 습한 곳을 좋아하기 때문에 여름철에 심해지기도 하며 비만이 나 당뇨병 환자, 운동선수 등 땀을 많이 흘리는 사람에게 잘 나타난다. 어루러기가 얼굴이나 목에 생

기는 경우 미용상 콤플렉스로 작용하기도 하므로 날이 따뜻해지면 환자들이 더욱 고통을 받을 수 있다.

어루러기 균은 피부 접촉으로 옮을 수 있어 헬스장이나 목욕탕 등에서 어루러기 균이 있는 수건이나 옷을 함께 사용하면 어루러기 전염 확률이 더욱 높아진다. 이미 샤워를 한 후라도 균이 있는 수건으로 몸을 닦는다면 감염될 수 있으며 물기를 말리지 않고 눅눅한 채로 있는 것도 좋지 않다.

특별한 증상이 없다고 방치하거나 아무 연고나 바르면 부작용이 나타날 수 있기 때문에 반드시 정확한 진단을 받고 치료해야 한다. 땀을 많이 흘리게 되면 샤워를 하고 물기를 잘 말려 건조한 상태를 유지하는 게 좋다. 🏠

〈도움말 : 고대 구로병원 피부과 전지현 교수〉

의료기기 기술이전 및 사업화 심포지엄 성료



고대 구로병원(병원장 은백린)이 3월 22일(수) 오후 2시 암병원 10층 회의실에서 의료기기 기술이전 및 사업화 심포지엄인 'Cherry Blossom R&D Symposium'을 개최해 성공리에 마쳤다.

이번 의료기기 기술이전 및 사업화 심포지엄은 연구 성과의 사업화 추진을 준비하는 연구자들을 대상으로 다양한 기술사업화 성공 사례와 경험을 공유하는 자리로서, 고려대 의료원의 자회사 창업에 성공하거나 우수한 사업화 성과를 갖고 있는 많은 연구자들과 기술 이전에 관심이 있는 고대 구로병원 교원 및 기업체 관계자 등 80여명이 참석한 가운데 실시됐다.

심포지엄은 기술이전의 가치를 재조명하는 것은 물론 성공한 사례를 통해 의료기기 기술이전 및 사업화에 대한 전반적인 프로세스를 공유하는 시간들로 꾸며졌으며 Death Valley 극복 방안 및 다양한 팁을 제공하는 등 열띤 토론의 장이 펼쳐졌다.

한편, 고대 구로병원은 연구중심병원의 기술사업화 성과 창출을 위한 구로 디지털단지의 활발한 산업적 교류를 이르는 'G-밸리 연구클러스터 사업'도 추진하고 있으며 이를 통해 산·학·연·병 연구교류 및 기술이전 활성화를 이끌어 나갈 예정이다.

친절과 배려의 아이콘, 3월 친절 직원 선정!



고대 구로병원은 3월 15일(수) 행정동 3층 회의실에서 친절 직원을 선정하고 포상식을 가졌다.

3월 친절 직원에는 호흡기내과 이영석 임상조교수, 8병동 간유미 책임간호사, 주사실 장희은 책임간호사, 건강증진센터 손은실 시간제간호사가 선정되었다. 이들에게는 각각 표창장과 꽃다발, 포상금이 수여됐다.

은백린 병원장은 "바쁜 업무 속에서도 항상 웃음과 친절을 잃지 않고 환자와 보호자, 동료들을 대해준 여러분들에게 진심으로 감사드립니다"라며 "여러분들의 이런 밝은 에너지가 보다 많은 이들에게 자극제가 되어 좋은 영향을 미칠 수 있기를 바란다"라고 말했다.

고대 구로병원은 고객 만족과 서비스 향상을 위해 매달 고객의 소리, 엽서, 환자 추천 등을 통해 친절 직원을 선발하고 있으며, 반기 별로는 가장 많은 칭찬을 받은 부서를 선정하여 부서 단체 포상도 함께 실시하고 있다.



전인적 호스피스 돌봄 서비스 감동, 보호자 1천만원 기부

고대 구로병원 호스피스회(회장 김한겸)는 3월 14일(화) 본관 8층 호스피스완화의료 병동에서 호스피스 환자故 김유분 씨의 장남 박성준, 차남 박철수 씨로부터 1천만원을 전달받았다.

비강암으로 오랜 기간 투병한故 김 씨는 지난해 12월 구로병원 호스피스완화의료센터를 통해 미술, 음악, 영적치료 등을 아우르는 전인적인 돌봄을 받고 올 2월, 가족들 모두가 함께 한 자리에서 생을 마감했다.

故 김 씨의 차남 박철수 씨는 "어머니의 호스피스 병동 입원을 통해 의료진의 돌봄에 감명 받아 호스피스완화의료에 대한 긍정적인 인식 전환으로 이어졌다"며 "저희 가족들의 작은

정성이 호스피스완화의료의 발전과 호스피스 환자들에게 도움이 되길 바란다"고 말했다.

김한겸 호스피스회장은 "보내주시는 성원과 나눔에 감사드리며 호스피스완화의료에 대해 더욱 막중한 책임감을 실감한다"며 "앞으로도 호스피스완화疫료를 위해 모든 의료진이 사랑과 헌신을 실천하도록 노력하겠다"고 말했다.

한편, 고대 구로병원 호스피스회는 환자의 임종 후, 사별가족 모임을 개최해 남은 가족들이 슬픔을 극복하고 건강한 삶을 이룰 수 있도록 하고 있다.

고대 구로병원-여의도순복음교회 업무협약체결



고대 구로병원이 3월 23일(목) 오전 10시 여의도순복음교회(원로목사 조용기)와 순복음교회 내 목사실에서 상호 업무협약을 체결했다.

협약식은 고대 구로병원 은백린 병원장, 김진태 총무팀장과 여의도순복음교회 이영훈 담임목사, 김이규 의료분과위원장(장로) 등 양 기관 주요 인사들이 참석한 가운데 이뤄졌다. 특히 협약식에서 여의도순복음교회는 저소득 환자들을 위해 소정의 의료자금기금을 전달하여 그 의의를 더욱 빛냈다.

구로병원 은백린 병원장은 "양 기관이 힘을 모아 의료계와 종교계를 아우르며 고통 받는 이들에게 삶의 기쁨을 찾아 주고 버팀목이 되어주었으면 한다"라며 "고대 구로병원은 의료의 불모지였던 구로 공단에 처음 머릿돌을 세우던 그 정신을 잊지않고 앞으로도 사회 사업 활동에 매진하여 지역사회 의료 발전을 위해 노력해 나갈 것"이라고 소감을 말했다.

이번 협약을 통해 고대 구로병원은 여의도순복음교회 교인 및 가족에게 양질의 의료서비스와 병원 이용 편의를 제공하게 되며, 여의도순복음교회는 정기적인 자원봉사인력을 공급하기로 약속했다.

Dr. 로제타 홀 여사 기념 자선 바자회 성료



고대 구로병원은 3월 27일(월)에서 31일(금)까지 병원 정문 택시 승강장 일대에서 현대백화점 디큐브시티와 함께 의료 취약계층을 위한 'Dr. 로제타 홀 여사 기념 바자회'를 개최하여 성황리에 마쳤다.

Dr. 로제타 홀 여사 기념 바자회는 한국 최초 여성의학 교육기관을 설립하고 여성 의사 배출과 평생을 의료 봉사에 몸 바친 Dr. 로제타 홀 여사의 뜻을 기리기 위해 마련된 행사로 수익금은 결혼이주여성 및 외국인 근로자의 의료비 지원에 쓰인다.

바자회는 고대 구로병원이 2016년 현대백화점 디큐브시티와 업무협약을 체결하면서부터 시작되어 정기적으로 실시되고 있다.

한편, 고대 구로병원은 자선바자회 외에도 농촌의료지원봉사, 희귀난치병어린이 무료수술, 저소득층 의료비 지원 등 사회공헌활동을 적극적으로 펼쳐나가고 있다.

BEST 회신부서 및 의료진 선정



고대 구로병원은 3월 15일(수) 행정동 3층 회의실에서 BEST 회신부서와 BEST 회신 의료진을 선정하고 포상식을 가졌다.

2016년 한 해 동안 협력 병·의원에서 의뢰가 들어온 환자들의 검사 및 치료 상황을 의뢰 기관에 다시 알려주는 회신 서비스 발전에 크게 기여한 부서와 의료진에게 표창장 및 포상금이 수여됐다. BEST 회신부서로 뽑힌 부서는 ▲안과 ▲피부과 ▲비뇨기과 ▲재활의학과 총 4개 임상과로 모두 회신율 100%를 기록했다. BEST 회신 의료진은 ▲간담체외과 김민배 교수 ▲소아청소년과 남효경 교수 ▲심혈관센터 나진오 교수가 선정됐다.

은백린 병원장은 "환자 후속 처치는 물론, 협력 병원과의 관계도 원활하게 구축할 수 있도록 노력해 주신 것에 감사드리며 앞으로도 타의 귀감이 되어 주길 바란다"고 수상자들을 축하했다.

한편, 고대구로병원은 현재 1,077개의 병원과 협력 관계를 구축하고 있으며 온라인 진료의뢰 및 회송시스템 운영 등 다양한 협력병원 네트워크를 통해 긴밀한 진료협력체계를 구축하고 있다.

고대 구로병원 어린이집, 개원 9주년 맞아



고대 구로병원 어린이집이 3월 31일(금) 개원 9주년을 맞아 원내에서 기념식과 함께 축하의 시간을 가졌다.

고대 구로병원 어린이집은 자녀를 둔 교직원들의 양육부담을 줄이고 육아로 인해 발생하는 사회적인 경력 단절을 극복하기 위해 2008년 4월 1일 설립되었다.

어린이집을 방문한 은백린 원장은 "개원 9주년을 축하드리며 모든 원생들이 건강하고 씩씩하게 자라나길 바라며 아이들의 꿈과 밝은 웃음을 지켜줄 수 있는 고대 구로병원 어린이집이 되어주길 바란다"라고 격려와 축하의 인사를 전했다.

한편, 고려대학교의과대학 부속 구로, 안암, 안산 3개 병원은 모두 각각의 어린이집을 직접 운영하고 있으며 출산 휴가, 육아 휴직제도 등을 통해 직원 복지와 출산 장려, 육아 부담 해소에 힘쓰고 있다.

친절과 친근

어느새 간호사로 병원에 입사한지 1년을 바라보고 있다.
스스로 참 대견하고 기특하여 지난 시간에 대해
누군가 칭찬한다면 겸허히 감사하게 받을 수 있도록 성장을 위한 노력을 계속해 왔다.
그런데 내가 꿈꾸던 간호사의 모습으로 근무에 임하였는지는 반성이 필요하다.

대학입시를 준비하면서 나는 간호사에 대해 생각해 본 적이 없었다. 나에게 간호사는 힘든 직업이었다. 내가 가장 무서워하고 싫어하는 피를 봐야 하는 직업이기 때문이다. 게다가 내가 봐왔던 병원에서의 간호사는 크게 기억에 남지 않는 존재였다. 그럼에도 부모님의 끊임없는 권유와 회유에 결국은 간호학과에 입학하였다. 그리고 처음으로 진지하게 어떤 간호사가 되는 것이 좋을까, 간호사란 직업은 어떤 것일까에 대해서 곰곰이 생각해 보았다. 쉽게 잊히는 그런 간호사는 되기 싫었다.

첫째로 환자의 마음을 안정시켜 줄 수 있는 간호사가 되고 싶었다. 환자가 병원에 오게 되는 이유는 보통 몸에 문제가 생겼을 때이다. 어느 부위가 아파서 왔던 간에 병원에 오는 것은 항상 조금의 두려움을 가지게 된다. 그런 두려움을 가진 환자에게 간호사마저 두려움의 존재가 될 필요는 없을 것 같다. 환자들이 마음의 안정을 가져야 병과 싸워 이길 수 있는 힘이 생기고 나올 수 있다는 희망도 강해질 것이다. 나는 환자들의 마음을 안정시켜 줄 수 있는 간호사가 되어 그들에게 힘과 희망을 주고 싶었다.

두 번째로 환자가 편하게 생각해 주는 간호사가 되고 싶었다. 나는 환자가 먼저 다가와서 이것저것 묻기도 하고 환자와 다정히 대화를 나누기도 하고 환자와 함께 웃고 떠들 수도 있는 그런 간호사가 되고 싶었다. 그런 간호사가 되기 위해서 내가 먼저 환자에게 다가가고 환자가 편하게 생각하도록 최선을 다해 노력하고 있다.

세 번째로 환자에게 사랑받는 간호사가 되고 싶었다. 사실 이 세 번째가 내가 가장 꿈꾸는 간호사였다. 나는 누군가가 원하는 사람이 되길 항상 꿈꿔왔다. 아마도 내가 간호사가 돼서 가장 뿌듯한 순간이라고 느낄 때는 "달히 간호사가 제일 좋아요!"라는 말을 들을 때이다. 그리고 내가 가장 힘을 받는 순간이다. 신규 간호사로서 힘들고 지쳐 마음이 약해질 때마다 나를 견딜 수 있게 해 주던 것이 환자들의 말 한마디, 밝은 웃음 한 번이었다. 사랑받는 간호사가 되려면 내가 먼저 환자를 사랑하고 환자를 아끼는 마음을 가져야 한다. 내가 사랑을 나눠줌으로써 내가 사랑받게 된다면, 결국 그 사랑은 또 다른 누군가에게 전해진다.

위에서 말한 내가 꿈꾸는 간호사는 결국은 친절과 친근이 밑바탕이 되어야 한다. 친절이 정성스럽게 예의를 갖추어 상대방을 대하는 것이라면 친근은 예의를 별로 갖추지 않지만 상대방을 기분 좋게 만드는 태도이다. 병실순회를 하며 내가 말한 친근한 말 한마디, 밝은 미소 한 번이 그대로 나에게 더 좋은 에너지로 돌아온다는 것을 경험하였다. 사람을 좋아하고, 나와 너를 구별하지 않고 규율과 예절보다 우정을 더 좋아하는 사람들과 리 느낄 수 있는 친근감이라는 것. 상대방을 마음으로 위한다는 것. 바로 그것이 전해진다면 내가 원하는 간호사에 한발짝 더 다가갈 수 있지 않을까.

나는 오늘도 병실을 들어서며 밝게 말한다.
안녕하십니까? 담당간호사 남달희입니다~

6병동 남달희 간호사

여러분의 건강 안녕하십니까?



나른하게 쏟아지는 햇살에 저절로 눈꺼풀이 감기는 봄. 흔히 '춘곤증'이라고 부르지만 심한 무기력증과 함께 참을 수 없을 정도의 졸음이 쏟아지는 것은 수면장애일 수도 있습니다. 수면장애는 심혈관질환의 병적 진행 과정에 위험요인으로 작용할 수도 있어 주의가 필요합니다. 자신도 모르게 갑작스럽게 잠들어 버리는 기면증과 자는 도중 숨이 막혀오는 수면 무호흡증, 밤에 잠들기 어려운 불면증까지. 다양한 수면장애, 자가 진단을 통해 체크해 보세요!

수면장애 자가 진단

- 잠잘 때 코를 심하게 곤다.
- 이유 없이 잠에서 깨고 다시 잠들기 힘들다.
- 잠들기까지 30분 이상의 시간이 걸린다.
- 자다가 자주 화장실에 간다.
- 호흡이 불편해 자다가 깬다.
- 악몽 때문에 놀라서 깬다.
- 원래 일어나려던 시간보다 일찍 깨면 다시 잠들 수 없다.
- 밤에 여러번 깨고 다시 잔다.
- 하루종일 잔 것 같지 않다.
- 정오까지 정신이 들지 않는다.

* 지난 일주일 동안 한 항목 당 2번 이상 반복적으로 경험하였으며 해당하는 항목이 5개 이상이면 병원을 찾아 정확한 진료를 받을 것을 권해드립니다.

수면장애 극복

1. 따뜻한 물로 샤워한다.
2. 억지로 잠을 청하기 보다 독서나 음악 감상을 하며 마음을 편하게 다스린다.
3. 낮잠은 최대한 자지 말고 규칙적인 생활을 한다.

칭찬열차



107호 칭찬열차 주인공

태가BM 청소업무원 이 영 희

9병동 이미숙님이 태가BM 이영희님을 추천합니다.
항상 밝고 상냥한 모습으로 청결한 환경을 위해 최선을 다하여 일하는 모습에 감동해 칭찬열차 주인공으로 추천합니다.



107호 칭찬열차 주인공

건강증진센터 주임임상병리사 김 성 우

관리팀 김용호님이 건강증진센터 김성우님을 추천합니다.
김성우 선생님은 제가 본받을 점이 많은 직원입니다. 본인 업무뿐만 아니라 보이지 않는 업무를 주인의식을 가지고 솔선수범하여 처리합니다. 항상 밝은 모습으로 능동적으로 업무에 임하시는 김성우 선생님을 추천합니다.

글, 사진, 원네기자 최원의 핵의학과



04 April 2017

수요웰빙강좌 02.2626.1540
 · 5일 비만과 대사증후군
 · 12일 금연
 · 19일 골다공증 및 예방접종
 · 26일 림프부종 및 암환자 건강관리

당뇨교육 02.2626.1091

· 6일 당뇨병이란, 당뇨병의 식사요법
 · 13일 당뇨병 약제의 이해와 복용법, 인슐린 주사법, 저혈당관리
 · 20일 당뇨병의 운동요법, 식품교환표를 이용한 나의 하루 섭취량
 · 27일 목표혈당과 혈당측정법, 발관리, 당뇨병과 사회복지 정보

신장내과강좌 02.2626.1791

· 13일 만성콩팥병과 통풍

신경과강좌 02.2626.1250

· 7일 파킨슨병 환자를 위한 무용

월 MON	화 TUE	수 WED	목 THU	금 FRI
3	4	5 신관3층 암병원 협진실 수요웰빙강좌 오후 2시	6 신관 지하층 시청각세미나실 당뇨교육 오후 2시	7 의생명연구센터 3층 회의실 신경과강좌 오후 2시
10	11	12 신관3층 암병원 협진실 수요웰빙강좌 오후 2시	13 신관 지하층 시청각세미나실 당뇨교육 오후 2시	14 의생명연구센터 대강당 1층 신장내과강좌 오후 2시
17	18	19 신관3층 암병원 협진실 수요웰빙강좌 오후 2시	20 신관 지하층 시청각세미나실 당뇨교육 오후 2시	21
24	25	26 신관3층 암병원 협진실 수요웰빙강좌 오후 2시	27 신관 지하층 시청각세미나실 당뇨교육 오후 2시	28

05 May 2017

수요웰빙강좌 02.2626.1540
 · 3일 금연
 · 10일 비만과 대사증후군
 · 17일 골다공증 및 예방접종
 · 24일 림프부종 및 암환자 건강관리

당뇨교육 02.2626.1091

· 4일 당뇨병이란, 당뇨병의 식사요법
 · 11일 당뇨병 약제의 이해와 복용법, 인슐린 주사법, 저혈당관리
 · 18일 당뇨병의 운동요법, 식품교환표를 이용한 나의 하루 섭취량
 · 25일 목표혈당과 혈당측정법, 발관리, 당뇨병과 사회복지 정보

신장내과강좌 02.2626.1791

· 11일 만성콩팥병과 백건장

ADHD부모 교육

/ 소아정신건강의학과 02.2626.1230

· 16일 ADHD란 무엇인가?
 · 23일 ADHD의 약물치료
 · 30일 부모 역할 훈련

월 MON	화 TUE	수 WED	목 THU	금 FRI
1	2	3 신관3층 암병원 협진실 수요웰빙강좌 오후 2시	4 신관 지하층 시청각세미나실 당뇨교육 오후 2시	5
8	9	10 신관3층 암병원 협진실 수요웰빙강좌 오후 2시	11 신관 지하층 시청각세미나실 당뇨교육 오후 2시	12 의생명연구센터 대강당 1층 신장내과강좌 오후 2시
15	16 신관3층 암병원 8층 소회의실 ADHD부모 교육 오전 10시	17 신관3층 암병원 협진실 수요웰빙강좌 오후 2시	18 신관 지하층 시청각세미나실 당뇨교육 오후 2시	19
22	23 신관3층 암병원 8층 소회의실 ADHD부모 교육 오전 10시	24 신관3층 암병원 협진실 수요웰빙강좌 오후 2시	25 신관 지하층 시청각세미나실 당뇨교육 오후 2시	26
29	30 신관3층 암병원 8층 소회의실 ADHD부모 교육 오전 10시	31		

건강한 식탁

봄철 별미! 제철 맛은 주꾸미



산란기를 앞둔 투명하고 맑은 알을 가득 품어 오뎅통 살이 올라 있는 주꾸미. 감칠맛이 뛰어나고 식감이 쫄깃해 봄철 별미로 손꼽힌다. 주꾸미에 풍부하게 함유되어 있는 타우린은 혈액순환을 원활하게 하고 뇌 기능 활성화에 도움을 주며 피로회복에 효과적이다. 봄철 입맛을 돋워줄 주꾸미 요리로 건강한 식탁을 차려보자.

<도움말 : 고대 구로병원 영양팀>

손쉬운 주꾸미 손질법

1. 주꾸미의 머리와 다리 연결 부분에 칼집을 낸다.
2. 머리 부분을 뒤집어 내장과 먹물, 알을 찾아 떼어낸다.
3. 다리를 뒤집어 안쪽에 박힌 입을 빼낸다.
4. 밀가루 1큰술에 넣어 바람바라 주무른다.
5. 맑은 물이 나올 때까지 여러 번 물로 행군다.
6. 다 씻은 주꾸미는 체에 걸러 물기를 빼준다.



주꾸미 볶음 만들기

재료 주꾸미 600g, 양파 1/2개, 미나리 두줌, 청양고추 2개, 홍고추 1개, 대파 1대

1. 고추장 2큰술, 고춧가루 3큰술, 간장 3큰술, 맛술 1큰술, 설탕 2큰술, 다진 마늘 1.5큰술을 섞어 양념장을 준비한다. (4인분 기준)
2. 먹기 좋은 크기로 자른 주꾸미를 뜨거운 물에 살짝 데쳐준다.
3. 양념장의 반을 덜어 접시에 담아두고 나머지 반으로 주꾸미에 간이 배어들게 무쳐준다.
4. 중불로 달군 팬에 식용유를 두른 뒤 양파를 넣고 색이 변할 때까지 볶아준다.
5. 센 불로 올린 후 재워둔 주꾸미와 남겨둔 양념 반을 넣고 재빨리 볶는다. *센 불로 단시간에 익혀야 주꾸미가 질겨지지 않는다.
6. 썰어두었던 대파, 미나리, 청양고추, 홍고추를 넣고 1분간 더 볶아준다.
7. 깨소금과 참기름을 두르고 마무리 한다.

고대 구로병원 외래 진료시간표

*산태의사 진료 시 산태외과비 (특진비가) 선정됩니다. (주요일 : 207년 4월 1일)

과 별	의사명	오전	오후	진료프로그램
내	방언태	목	월 화	역류성식도염, 위근식도역류, 식도운동이상, 식도질환, 소화불량, 기능성방광질환, 과민성장출루군, 빈배, 소화관운동질환, 위장질환
	내초장기	화, 수, 금	월 화	역류성식도질환, 위, 장관질환 (트: 첫째, 셋째주)
	2626-1026	화, 목, 토	목, 금	위, 장관질환 (트: 첫째주)
	2626-1027	월, 목, 토	수	위, 장관질환 (트: 셋째주)
	고지성	월 화 목	월 화 목	위, 장관질환
	2626-1030	월 수 목	월 목	위, 장관질환
	간염	월 수 목	월 목	간질환
	간지킴이	수, 목	화, 수, 금	간질환
외	유·중증	화, 목	화, 수, 금	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	사용서	월 화 목	월 수 목	협심증, 급성관상근색증, 급성심근경색, 급성심근경색 후군, 그혈관 질환임상통과경과, 그질환증
	2626-1031	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1032	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1033	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1034	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1035	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1036	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1037	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1038	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1039	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1040	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1041	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1042	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환
	2626-1043	화, 목	화, 목	순환기질환, 말초혈관질환, 허혈성 심질환

과 별	의사명	오전	오후	진료프로그램
내	위장관 (상부)	화, 목	화, 목	위암, 위경장수술 (일일외, B진료) 2626-2201)
	2626-1140	화, 목	화, 목	위암, 위경장수술, 중증외과 (화요일, 금요일, 일요일, 화요일)
	2626-1141	화, 목	화, 목	위암, 위경장수술, 중증외과 (화요일, 금요일, 일요일, 화요일)
	2626-1142	화, 목	화, 목	위암, 위경장수술, 중증외과 (화요일, 금요일, 일요일, 화요일)
	2626-1143	화, 목	화, 목	위암, 위경장수술, 중증외과 (화요일, 금요일, 일요일, 화요일)
외	간담체	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1144	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1145	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1146	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1147	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1148	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1149	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1150	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1151	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
	2626-1152	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭
2626-1153	화, 목	수, 목	간 담도, 내담도, 담낭	

과 별	의사명	오전	오후	진료프로그램
내	소아청소년과	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1227	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
외	소아청소년과	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1228	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
내	소아청소년과	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1229	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
외	소아청소년과	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1230	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)

과 별	의사명	오전	오후	진료프로그램
내	소아청소년과	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1231	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1232	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
외	소아청소년과	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1233	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1234	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)

과 별	의사명	오전	오후	진료프로그램
내	소아청소년과	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1235	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1236	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
외	소아청소년과	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1237	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)
	2626-1238	화, 목	화, 목	소아청소년과 (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과) (소아청소년과)