



언제나 처음처럼 내 집같이 내 가족같이

제2017-3호

2017년 11월호

www.goryeoh.com



가을을 맞아 어르신들을 위해 국화꽃을 이용한 원예프로그램을 진행중에 있다.

## 가을아침

- 간호사 박은경 -

이슬 머금은 풀과 꽃  
이슬 머금은 나뭇잎 사이사이...  
네가 수줍게 인사한다.

밤사이 아무일 없었냐고...  
힘들지 않았냐고...  
네가 나에게 인사한다.

너의 수줍고 따뜻한 미소에  
나는 대답한다.  
'괜찮다.' 고  
오늘도 날 반겨줘서 고맙다고  
나는 인사한다.

여름내 뜨겁고 강렬했던 너는  
살랑살랑 부는 바람과 함께  
내 뺨에 다가와 속삭인다.  
오늘 하루도 힘내라고...

나의 오늘은  
또...  
너와 함께 시작한다...



## 10년 근속직원 및 우수직원 해외연수 후기 (3부작)

### 2부 재활치료를 위해 노력하는 병원, 오카병원



오이타 오카병원의 전경모습

상아이메디컬센터를 방문한 다음날 우리는 오이타 오카병원을 찾았다.

오카병원은 재활 치료에 엄청난 노력을 기울이는 병원 같았다.

오카병원의 가장 큰 특징은 재활을 5가지 부분으로 세분화하여 환자를 파악하고 치료하는 것이다.

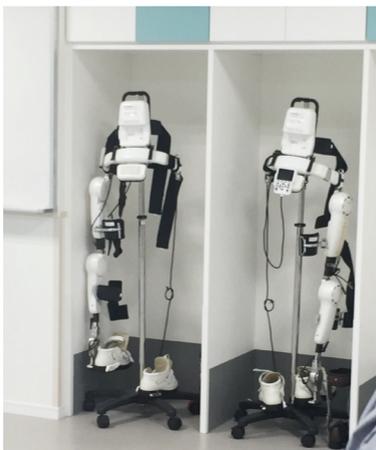
간호, 구강, 보행, 배변, 재택의 영역으로 나눠 각 영역 간의 부족한 부분을 찾아 재활을 하고 있었다.

우리나라와 비교하면 저 5가지 중 구강과 재택의 부분에서 큰 차이가 있는 것 같았다.

구강케어를 했을 경우와 안 했을 경우에 재활부분에서 크게 차이 난다는 것이 오카병원의 설명이었다. 구강케어를 소홀히 하여 영양섭취가 잘 되지 않으면 다른 재활치료들이 의미 없는 것이 될 것이다. 한가지만 강조하는 것은 단기적이고 일시적인 결과만 낼 수 있을 텐데 모든 단계를 유기적으로 체계화할 필요가 있겠다는 느낀 부분이었다.

병원에서 재활이 완벽하게 이루어졌다고 하더라도 자신의 일상생활에서의 다양한 변수를 극복하기 힘든 부분들이 많은데, 오카병원에서는 이 부분을 놓치지 않고 치료하고 있었다. 실제로 집에서 생활하기 위해 병원에서 재활을 하는 것인데 사실 병원과 집의 여건은 다른 경우가 많다. 실질적인 재활을 위해 꼭 필요한 부분이라 생각된다.

또한 오카병원에서는 최신 재활의료기기를 많이 사용하고 있었다. HAL와 HONDA 보행 보조장치, 안전현가장치 레일 보행식 리프트등을 사용하여 안전하게 보행훈련을 시키고 있었다.



HAL®



안전현가장치 레일보행식 리프트

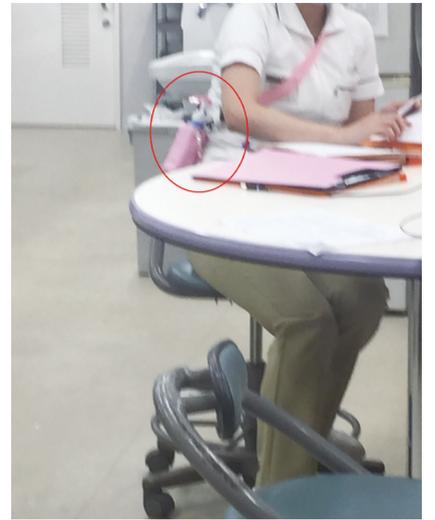


3차원동작 해석실

오카병원도 앞선 상아이메디컬센터와 같이 일상생활과 근접한 재활치료를 위해 치료실 안에 다다미방 형태의 공간을 만들어 환자들의 일상생활능력을 향상시키는 치료를 하고 있었다.

또한 3차원동작 해석실을 운영하여 초기 환자 상태 파악 및 재활치료 후 치료 경과와 현 상태를 판단하는 자료로 이용하고 있었다. 우리나라에서 대형병원이나 대학병원에서도 보기 힘든 시설을 일본의 작은도시 오이타의 한 병원에서 접할 수 있다는 것이 놀라웠다.

그런데 오카병원에서의 최신식 시설과 시스템보다 내 눈을 사로잡는 한 가지가 있었다. 그것은 직원들의 어깨와 허리에 손소독제를 항상 가지고 다니는 모습이였다. 우리나라도 요즘 손 위생에 대한 관심과 교육이 지속적으로 이루어지며 손위생의 중요성에 대하여 강조하고 있다. 오카병원에서는 직원들이 어떠한 환경에서도 손 위생이 이루어질 수 있도록 손 소독제를 각자 가지고 다니는 듯했다. 인식에 그치지 않고 실천을 하기 위해서는 시간이 걸린다. 하지만 당연하고 자연스러운 것이어야 비로소 정착했다고 볼 수 있다.



개인 손소독제를 어깨에 매고 있는 오카병원 직원

3부 재활치료를 통한 재택 복귀를 지원하는 사회의료법인재단 텐신도의 개호노인보건시설 다음호에 계속...

일본 후쿠오카 관광



후쿠오카시 근교지역 공부의 신을 모시는 다자이후텐만구 신사 관광

오이타 오카병원을 견학을 마치고 병원가족들과 함께 공부의 신을 모신다는 다자이후텐만구 신사를 찾아 관광을 시작했다. 공부의 신을 모시는 사찰이라 고등학생 수험생을 둔 부장님께서서는 신사에 있는 소뿔(소

동상)을 잡고 따님이 학교에서 좋은 결과를 얻기를 기원하였다. 이번 연수에 참여한 직원들은 아름다운 사찰의 풍경을 관람 하면서 즐거운 여가시간을 보내었다.



금강산도 식후경, 잘먹겠습니다~!



다자이후텐만구 신사 앞에서



일본연수 기념 단체사진

## 고려요양병원에서의 민족 대명절 추석 한가위 모습



마음까지 넉넉해지는 풍성한 한가위 고려요양병원에서의 풍경

이번 추석연휴기간 동안 많은 보호자분들이 어르신께 안부 인사를 드리기 위해 병원을 방문해 주셨다. 오랜만에 손자, 손녀들을 만난 어르신들의 입가에는 웃음꽃이 끊이질 않았고, 가족들이 손수 준비한 추석 음식을 함께 드시면서 즐거운 시간을 보냈다. 어느 때보다 긴 추석 연휴 덕에 병원에 계시는 어르신들께서는 사랑하는 가족들과 행복한 추억을 만들었다.

- 글 : 이준엽 (고려요양병원, 기획실장)



어르신과 즐거운 시간을 보내신 가족분들께 기념사진 한장을 부탁드렸어요.



어르신께 추석맞이 안부인사드리러 대가족이 병원을 방문해주셨네요.

## 웃음 꽃이 활짝 핀 고려요양병원에서의 2017년 한가위 풍경

“할머니~” “할아버지~”  
 “어머니~” “아버지~”  
 “저희 왔어요~” “잘 지내셨어요?”

저 멀리 타 지방에 있는 자식들도 어머니, 아버지 뵈러 한걸음에 달려오는 우리 명절 한가위

자식들은 부모님 드실 맛있는 음식 양손에 가득 들고 손주들은 예쁜 꼬까옷을 입고 아장아장 그 모습에 우리 어르신들의 얼굴에 웃음꽃이 활짝 핀다.

모처럼 자식들이 며느리가 만들어 온 통태전에 호박전에 소고기산적에 소고기 무국 등 맛있는 명절 음식에 우리 어르신들의 얼굴에 웃음 꽃이 활짝 핀다.

그동안 고이 모아 두었던 씬돈으로 손주들 용돈도 주고 자식들에게 용돈도 받고 우리 어르신들의 얼굴에 웃음 꽃이 활짝 핀다.

2017년 한가위 근무를 하면서 길었던 연휴만큼이나 찾아오시는 보호자분들이 많아 쫓아다니며 인사드리고 어르신들의 상태를 설명하느라 다리도 아프고 목도 아팠지만 그동안 보지 못했던 어르신들의 미소와 그동안 듣지 못했던 어르신들의 웃음 소리에 부모님을 생각하고 사랑하는 자식들의 사랑에 오히려 내가 더 행복하고 즐거웠던 것 같다.

늘 항상 변하지 않는 모습으로 어르신들이 더 건강할 수 있도록 열심히 일하고 더 행복하고 한번이라도 더 웃으실 수 있도록 열심히 애교 부려야겠다.

- 글 : 박은경 (고려요양병원, 1병동 간호팀 간호사)

## 행복이 가득한 그 모습에...

이번 여름은 유난히도 덥고 긴 여름인 것 같았지만 계절의 변화는 절대 우리를 실망시키거나 속이지 않고 찾아오는 듯, 아침, 저녁으로 옷깃을 여미게 하는 하늘이 너무나 예쁘고 청명한 가을 속, 오곡과 과일과 만물이 풍성히 익어가는 10월의 어느 하루.

오늘은 추석이다.

그래서인지 병동의 모습이 여느때와 다르게 환의를 입은 어르신들의 모습보다 사복을 입은 보호자들로 분주한 풍경이다. 이병실, 저병실 찾아드는 자식들과 손주들을 보며, 반갑워 어쩔줄 몰라하시고, 오래간만에 보는 자식들 손은 벌써 어르신들의 손안에서 나올줄 모르고, 눈가에 반가워 촉촉이 젖은 이슬은 단비처럼 살짝 내린다.

바짓가랑이속 숨겨둔 꼬깃꼬깃한 쌈지돈은 손주들에 주려고 양손이 바빠 분주해 지고, 보는 것만으로도 행복한 어르신들의 깊게 파인 주름속에선 웃음꽃이 피어난다. 그 모습이 너무나 행복해 보인다.

정말 작은 것을 알면서도 놓치고 소홀해지기 쉬운 요즘세상, 행복해하시는 어르신들의 오늘 하루를 보고 겪고 느끼며, 얼마나 소중한다는 걸 알게 되었다. 그리고 그 모습속에서 나 역시 너무나 행복 가득한 하루였다.

고려요양병원 2병동에서...

- 글 : 광명희 (고려요양병원, 2병동 간호팀 간호조무사)



병원을 방문하신 가족들을 위해 가지런히 신발을 정리하니 보는 저희도 기분이 좋네요.



어르신의 가족분들이 어르신과 함께 추석 보내기위해 병원을 방문해 주셨어요.



추석을 맞아 가족들과 함께 시간을 보내게 되어 어르신께서 정말 행복해 하십니다.

※ 좋은 추억을 남기기 위해 사진촬영에 협조해 주신 보호자 가족 여러분들께 다시 한번 감사의 인사드립니다.

## 국화꽃을 통한 원예치료 프로그램

고려요양병원에서는 2017년 9월 25일부터 10월 30일 약 한 달 동안 어르신들의 정서안정 및 치유를 위해 국화꽃을 이용한 원예치료 프로그램을 진행하고 있다. 최근 연구결과에 따르면, 주거 환경내 녹색식물의 존재는 혈압, 맥박, 심전도, 눈의 피로 등으로 측정된 테크노스트레스(techno-stress) 경감에 매우 효과적이며, 정신생리적으로도 식물을 보는 것은 뇌파의 알파파를 증가시키고 델타파를 감소시키는 것으로 밝혀져 있다. 어르신들이 원예치료 프로그램 참여를 위해 야외로 나오시는 경우 어르신들이 어렵게 운동을 따로 하실 필요없이 간접적으로 운동을 하시는 효과도 있으며, 식물들을 키우시며 식물이 성장하는 모습을 보는 것 또한 치료회복 및 정신적 안정에도 매우 효과적이다. 이번 원예치료 프로그램에는 총 13분의 거동이 가능하신 어르신들께서 참가 신청을 하셔서 병원정원 화분에 심어 놓은 국화꽃을 중심으로 개인별 화분을 지정하여 식물의 성장을 관찰하고 있다. 식물이 변화하는 모습을 통해 어르신들께서는 생동감과 식물에 대한 애착심을 느껴 심신의 재활과 치료에 도움을 주고 있으며, 적적하기 쉬운 병원생활에 정서적 안정과 위로를 드리고 있다.



국화꽃 향이 좋은지 벌들도 와서 쉬었다 가네요.



행복이도 어르신들이 키우시는 국화꽃을 보고 좋아하네요.

뿐만 아니라 체계적인 프로그램 일정을 통해 국화꽃에 대한 지식정보 및 관리방법에 대한 강의도 들으시고, 관찰일기를 직접 쓰시는 등 능동적으로 원예치료에 참여하시어 육체적, 정신적으로 많은 도움을 받고 있다. 원예치료 프로그램 진행시 병원에서는 다양한 다과와 따뜻한 차 등을 어르신들에게 대접하여 참여하시는 어르신들의 호응도 또한 아주 높다. 원내 진행되고 있는 원예치료 프로그램에 대한 이야기를 듣거나 보신 어르신들께서는 원예프로그램에 관심이 있어 추가적으로 참여하시는 어르신들도 있으시다. 이번 프로그램에 참여하신 어르신들께서는 앞으로 국화꽃이 어떻게 자라날 것인지 얼마나 이쁜 꽃이 개화될 것인지에 대한 관심도 많으시다. 앞으로도 국화꽃 뿐만 아니라 다양한 원예치료 프로그램을 개발하여 어르신들과 함께 프로그램을 진행할 예정이다.

- 글 : 서울해 (고려요양병원, 사회복지사)



어르신들이 키우고 있는 국화꽃들이 병원정원에서 무럭무럭 자라나고 있다.



어르신들께 서정주의 '국화 옆에서'를 낭독해 드리고 이야기 나누는 모습

## [의학칼럼] 치매, 조기치료의 중요성



고려요양병원 이호근 병원장

치매는 일단 정상적으로 성숙한 뇌가 후천적인 외상이나 질병 등 외인에 의해서 기질적으로 손상 내지는 파괴되어 전반적으로 지능, 학습 언어 등의 인지기능과 정신기능이 감퇴하는 복합적인 임상증후군을 통틀어 지칭하는 것이다.

치매는 주로 노년기에 많이 생기며 치매의 유병율은 다소 차이는 있지만 65세 이상에서는 약5~7%이고, 80세 이상에는 약 20%에 이른다고 보고 있다.

치매의 원인 질환으로 80~90가지가 알려져 있지만 그 중에서 알츠하이머병은 가장 흔히 발생하는 치매로 약 50% 차지하고 있고, 뇌졸중 후에 발생하는 혈관성 치매가 동시에 발생하는 경우는 약 15%인 것으로 알려져 있다.

치매의 진단은 조기발견의 가능성을 제시하고 있지만, 일반적으로 환자의 경과 및 임상 양상에 의존하며, 기억력, 언어력, 지남력, 실행능력 등을 위주로 하는 신경인지 기능 검사가 실제 임상에서 효율적으로 사용되고 있다.

치매의 의학적 치료는 약물치료와 정신사회적 치료 두가지로 대별되며, 그 중 대표적인 약물치료는 인지기능의 호전과 다양한 문제행동 치료로 나누어진다. 정신 사회적 치료는 인지기능의 저하 및 다양한 문제행동의 출현으로 인한 환자 및 가족의 정신적 및 사회적 문제를 이해하고 돕는 치료로서 치료의 궁극적인 목표는 치매환자의 주체성을 유지시켜 삶의 질 유지 및 지속을 가능하게 하며 올바른 가족관계와 사회생활을 영위하도록 하는데 있다.

치매 노인은 건망증이나 지남력 장애로 일상생활을 영위할 수 없고, 적절한 의사소통이 불가능하고 이상행동을 보이므로, 치매환자를 돌보는 우리들은 가정적인 따뜻한 분위기에서 돌보아야 하는 것이 무엇보다 중요하며 치매 환자들마다 상태가 나타나는 정도가 다르고, 항상 무엇이든 이해하지 못하는 것이 아니므로 인내심을 가지고 부드럽게 대해야 한다.

치매 노인의 자존심을 상하지 않도록 주의해야 한다. 주의사항으로 새로운 환경에 적응하기 힘들어하며, 혼란상태에서는 더 악화될 수 있으므로 갑자기 환경을 바꾸지 않는 것이 좋다.

한번에 여러 가지 정보를 주지 말고 간결하고 정확하게 이야기한다. 고도의 치매 상태일때는 의사소통이 잘 안되므로 손을 잡고 미소를 띄우는 등의 비언어적 방법을 사용한다. 또한 치매 노인이 이해할 수 있는 말을 사용하는 법도 하나의 방법이다. 밤에 잠을 잘 자도록 하며 시간의 혼돈을 줄이기 위해 규칙적인 생활을 하도록 한다.

그러나 치매의 치료에는 무엇보다도 예방이 가장 중요하다. 치매의 예방수칙으로는 균형잡힌 식사, 적당한 운동, 금연, 절주, 두부손상 조심 및 고혈압, 당뇨, 심장병을 일찍 발견하여 치료하는 것이 중요하다. 그러나 무엇보다도 긍정적인 마음가짐과 안정된 노후와 건전한 여가활동이 바탕이 되어야 한다.



이호근 병원장님 진료모습

치매는 현재 의학의 발달로 고혈압, 당뇨병과 마찬가지로 “치료가 가능한 병”으로 되었다. 치매의 올바른 치료원칙은 의학적 치료로 개개인에 초점을 맞추어야 하며, 지속적인 관리가 필요하다. 치료영역은 인지기능 증진과 행동, 정신 증상의 완화에 두어야 하며, 가족도 환자와 함께 치료의 대상이 되어야 한다. 치매의 치료 목표는 독립적인 일상생활 유지, 지속적인 사회활동 참여, 질적인 삶의 영위와 인격적인 존엄성 창조에 두어야 한다.

아울러 치매 환자의 보다 체계적이고 지속적인 치료를 위해서는 단순한 치매시설의 확대 못지않게 치매 관련 인력의 양성과 지역사회 치료 공동체의 협조가 필요할 것이다. 또한 무엇보다도 치매는 조기발견, 조기치료의 중요성과 치매 환자 및 치매 가족의 보다 나은 질적인 삶의 회복과 인격의 존엄성이 소중히 다루어져야 할 것이다.

- 글 : 이호근(고려요양병원, 병원장)

## 고려요양병원 임직원 신라의 달밤 165리 걷기대회 참가



고려요양병원에서는 이번 2017년 11월 4일(토) ~ 2017년 11월 5일(일) 양일간 경주에서 진행되는 신라의 달밤 165리 걷기대회에 20여명의 임직원이 참여한다. 신라의 달밤 165리 걷기대회는 매년 11월초 경주에서 진행되며, 역사와 문화의 도시인 경주 일대를 달밤에 함께 걸으면서 천년의 역사 속에서 신라의 숨결을 함께 느끼기 위한 행사로써 올해로 16회째 대회를 맞이하게 되었다. 병원장님을 포함한 임직원들은 매년 걷기대회 참여를 통해 친목을 다지고 있다. 올해도 대회 참여하는 병원가족 모두가 무사히 대회를 마무리하고 행복한 추억을 남기길 기대해 본다.

- 글 : 김미희 (고려요양병원, Q전담간호사)

### 11월 생신자 명단

이름	음력생신	양력생신
김영선님	09월 13일	11월 01일
문순희님	09월 15일	11월 03일
김필남님	09월 15일	11월 03일
임삼용님	09월 21일	11월 09일
김교인님	09월 21일	11월 09일
배순남님	09월 22일	11월 10일
김규현님	09월 24일	11월 12일
정문순님	09월 26일	11월 14일
김용호님	09월 26일	11월 14일
이정현님	09월 28일	11월 16일
송계홍님	10월 03일	11월 20일
김말순님	10월 04일	11월 21일
이재규님	10월 05일	11월 22일
박길순님	10월 08일	11월 25일
권순이님	10월 12일	11월 29일
김학선님	10월 12일	11월 29일
박인숙님	10월 12일	11월 29일
김재순님	10월 13일	11월 30일
박영구님		11월 25일

이름	부서	음력생신	양력생신
전양례	간호팀(3병동)		11월 30일
공유진	간호팀(3병동)		11월 01일
이정은	간호팀(2병동)	09월 15일	11월 03일
정연옥	간호팀(2병동)	10월 03일	11월 20일
이진아	간호팀(1병동)	10월 07일	11월 24일
강인숙	간호팀(1병동)	09월 17일	11월 05일
조현경	원무행정		11월 30일
이태수	원무행정	09월 24일	11월 12일
이다경	요양팀	09월 22일	11월 10일
진은영	요양팀		11월 26일
양연옥	요양팀	09월 16일	11월 04일

### 병원 안내



**달전고려요양병원**  
 경북 포항시 북구 흥해읍 달전로 189  
 Tel. 054-262-2022



**포항고려요양병원**  
 경북 포항시 북구 불종로 73-2  
 Tel. 054-241-1011

고려요양병원의 이야기는 인터넷 / 모바일로도 전해드립니다.

포털 검색창에 [고려요양병원]을 검색해보세요.  
**홈페이지** : <http://www.goryeoh.com/>  
**블로그** : <http://blog.naver.com/hojunfoundation2009>