



고려요양병원 봄 맞이 파전행사



새봄을 맞이하여 병원 내에서의 활력과 생동감을 함께 전할 수 있도록 겨울 내 자란 자청파로 파전을 만들어 어르신들과 나누는 시간을 가졌다. 함께 봉사하는 마음으로 진행한 이번 행사는 파전행사에서 발생한 수익금 전액을 입원하신 어르신들을 위해 사용하도록 하였으며, 직원들과 어르신들과 함께 파전을 만드는 즐거운 시간을 보냈다.

다듬은 파는 깨끗한 흐르는 물에 씻어 준비하고, 병원에서 키운 닭의 계란을 병원장님께서 후원해 주셨다. 오랜만에 진행되는 야외행사라 병원에 계신 어르신들의 관심이 대단하였다. 파전이 맛있다는 소문으로 어르신들의 주문이 끊이지 않았으며, 맛있게 드시는 어르신들의 모습을 보고 내심 더 뿌듯했다.

내년 이맘때가 되면 파전의 추억을 간직하시고 계시는 어르신들을 위해 다시 한 번 용기를 내어 파전행사를 진행해 볼까 한다. 이번 행사에 도와주신 모든 분들께 감사의 인사드린다.

- 글 : 서울해 (고려요양병원, 사회복지사)

고려요양병원 야생화 풍경



어르신들과 함께하는 봄꽃놀이 행사



경주 교촌마을 석상앞에서의 단체사진

유명한 경주 맛집에 들러 다함께 맛있는 있게 점심을 하셨습니다.

2018년 4월 3~4일 양일간 고려요양병원에서는 입원하신 어르신들을 모시고 봄꽃놀이 행사를 진행하였다. 겨울 내 움크린 마음을 활짝 펴고 즐거운 마음으로 봄꽃 나들이를 어르신들과 함께 다녀왔다.

경주 보문단지와 남산주변을 차로 드라이브하면서 자연을 어르신들과 함께 즐겼으며, 하얗게 핀 벚꽃을 보면서 소신적의 마음을 표현하시며 봄꽃놀이를 내심 즐거워하셨다. 봄꽃이 활짝 핀 보문단지를 산책하면서 즐거운 봄날을 함께 만끽하셨으며, 함께 기념사진을 찍으며 좋은 추억을 남겼다. 봄꽃놀이가 끝나고 점심을 위해 경주에서 칼국수, 파전, 도토리묵으로 점심을 하였다. 오랜만에 나오는 외출이어서 그런지 어르신 모두가 맛

오전에 꽃놀이를 가려고 막상 떠나실 때는 망설이시는 어르신 분들도 몇몇 계셨지만 따뜻한 봄날에 꽃을 보면서 자연을 대하니 마음이 활짝 열려 잘 왔다는 생각이 들었다고 하신다. 어르신들이 봄 향기를 느끼고 봄바람을 맞으며 즐거운 시간을 보내시는 것을 보면서 나에게도 이번 짧은 여행이 의미있고 가치있는 시간이었다.

올해 가을에도 어르신들께서는 단풍놀이를 함께 가시는데, 어르신들이 더욱더 즐겁게 행복한 시간을 보내실 수 있도록 다양한 프로그램을 구상해볼 생각이다. 가을 단풍놀이 가기 전까지 어르신들의 육체적, 정신적 건강을 위해 병원직원들이 함께 최선을 다해야겠다는 마음이 든다. 가을 단풍놀이를 기대하며 이번 봄꽃놀이 여행은 아쉬움과 행복함 속에 마무리 되었다.



하얗게 핀 벚꽃나무 아래에서 기념촬영

- 글 : 서울해 (고려요양병원, 사회복지사)

포항고등학교 자율동아리 포미포유 봉사활동을 위해 본원 방문

2018년 4월14일 포항고등학교 자율동아리 포미포유에서 봉사활동을 위해 고려요양병원을 방문하였다. 이날은 종일 비가 내려서 야외활동보다 실내에서 어르신들을 모시고 윗놀이 봉사활동을 실시하였다 학생들과 어르신들이 짝을 이뤄 윗놀이를 진행하였으며, 서로가 도와주고 응원하면서 어르신들에게 활력을 드렸다. 학생들과 함께한 어르신들께서 학생들의 도움을 받으시며, 윗가치를 던질 때마다 “멀리~멀리~” 하며 모두 함께 응원을 하였다.

학생들과 함께 토요일 윗놀이 프로그램을 진행하게 되어 어느 때보다 신명나게 프로그램이 진행되었다. 학생들도 어르신들과 함께 윗놀이를 하면서 명절 때 가족들과 함께 윗놀이 하던 기억을 되새기며, 즐거운 시간을 보냈다. 이번 봉사활동을 마무리하고 학생들은 다음에 또 어르신들과 만날 것을 기약하고 이번 봉사활동을 마무리하였다.

－ 글 : 서울해 (고려요양병원, 사회복지사)



어르신들과 함께 윗놀이 프로그램 진행



포항고등학교 포미포유 학생들 오리엔테이션을 마치고 단체기념 촬영

포항예술고등학교 학생 30여명 봉사활동 방문

2018년 4월 9일 포항예술고등학교 학생 30여명이 담당 교사와 함께 고려요양병원을 방문하여 어르신들을 위한 봉사활동을 실시하였다. 이날 학생들은 병원에 입원해 계신 어르신들을 위해 본인이 연주하는 악기를 가지고 어르신들을 위해 연주해 주었다. 오랜만에 아이들의 연주를 들으며 어르신들께서도 즐거운 시간을 함께 보내셨다.

어르신들을 위한 공연이 끝나고 학생들은 어르신들과 함께 이런 저런 이야기들을 나누며, 어르신들의 말벗이 되어주었다. 학생들과 재미난 이야기를 하며 어르신과 학생들 모두 웃음꽃 피는 오후를 보냈다. 학생들은 다음에 또 기회가 된다면 다시 찾아와 어르신들을 위해 멋진 연주를 선사해 줄 것을 약속하고 의미있는 봉사활동을 마무리하였다.

－ 글 : 서울해 (고려요양병원, 사회복지사)



봉사활동을 마친 포항예술고등학교 학생들과 단체 기념촬영

외부강사 친절교육 후기

2018년 시작을 알림과 동시에 고려요양병원에서는 직원 친절캠페인을 발족시켰다. 3개월 가량 케어프로 호칭변경, 존칭사용, 어깨띠 착용, 포스터 부착, 친절캠페인 교육 등을 진행하면서 우여곡절도 많았지만 결과적으로 모든 직원들이 한마음 한뜻으로 친절에 대해 심도있게 생각하고 행동하게 되었다. 아직 완성이라고 하기에는 이른 시기지만 직원들 간의 의사소통에서도 확연히 예전과는 다른 느낌을 받았다. 변하고 있는 것이다.

4월 11일 withHRD 이상욱 소장님을 초빙하여 직원 교육을 진행하였다. 소장님은 첫 번째로 일하고 싶은 병원을 만들어 고객 만족(Customer Satisfaction)을 이끌어 내야 된다고 했다.

일하고 싶은 병원은 즐거운 직장분위기와 원활한 커뮤니케이션, 투명하고 공평한 보상체계가 확립 되어야 하고 나아가 직원간의 존중과 친절을 통해 편안한 유대관계가 형성되어야 된다고 했다.



이상욱 소장님께서 유익한 강의를 위해 소중한 시간을 내어주셨습니다.

<고객 만족(Customer Satisfaction) 이루기 위한 행동강령>

- 1.인사는 먼저 보는 사람이 하고 기분 좋고 밝게 인사를 받아 준다.
- 2.힘들거나 바쁠 때는 서로 돕고 감사하는 마음을 갖도록 한다.
- 3.직원 서로 간에 신뢰감이 형성되도록 하자.
- 4.바른 호칭을 사용하자.
- 5.서로 격려와 따뜻함을 전달하자.
- 6.항상 친절하게 바른 어투로 대화를 이끌어 나가자.



직원들도 함께 강연에 참여하여 좋은 호응을 얻었습니다.

두번째로는 “메라비언의 법칙”에 대해 설명하였다. 소통의 관점에서 보면 “무엇을 말하고 있는가”보다 “어떻게 말하는가”에 대한 비중이 훨씬 높다고 한다. 5초안에 결정된다는 첫인상의 법칙에 맥을 이어 사람을 판단하는데는 시각적으로 들어온 정보에 의해 순식간에 그 인상이 결정 될 수 있다는 내용에 힘을 보태준다. 이 법칙에서 55프로를 차지하는 시각적 요소에는 대상의 외모, 표정, 행동, 태도, 복장, 머리모양 등 비언어적 성격을 가지는 것으로 구성되어 있다. 그러므로 원활한 대인관계를 위해서는 좋은 인상, 호감 가는 이미지를 갖는 것이 중요 하며,이를 위해 비언어적 요소부분에서 약점을 찾아 개선해가는 노력이 필요하겠다.

세번째로는 직원간의 의사소통에서 칭찬과 비난의 순서가 호감에 미치는 정도를 설명하였다. 비난만 할 시 상대의 호감도는 거의 없는 것은 당연한 이치이고, 칭찬을 하고 비난을 하면 이것 또한 호감도가 거의 없다고 통계에 나온다. 하지만 비난을 하고 칭찬을 할시 예를 들면 “선생님은 일을 느리게 하지만 그만큼 꼼꼼히 확실하게 하는 거 같아”라고 하면 듣는 사람은 꼼꼼하고 확실하다는 생각이 기분 좋게 들리게 된다. 그렇다고 일을 느리게 하는 것 또 한 놓치지 않고 듣고 생각하게 된다. 말의 순서만 바꿨을 뿐인데 효과는 엄청나다는 것이다.

마지막으로 경청의 중요성을 설명하였다. 공자 말 중에서 “말을 배우는 데는 2년 걸리고 침묵을 배우는 데는 60년이 걸린다.”라는 말이 있다. 대화를 할 때 경청을 할시 상대방은 존중받는다라는 생각이 들고 말의 의미를 더욱 진솔하게 하는 경향이 있다고 한다. 경청은 서로의 눈을 바라보고 상대방이 말하고자 하는 내용을 있는 그대로 받아드리는 것을 말한다. 경청을 함으로써 대화의 질이 높아지며 상대방도 나로 하여금 존중받는다라는 생각을 가지게 되고 자연스럽게 좋은 대화를 이끌어 나갈 수 있게 된다.

친절캠페인을 진행하면서 직원들과 서로 존중하고 소통하며, 환자와 하하 호호 웃으면서 행복한 병원 생활을 영위하길 기원해본다.

- 글 : 조영석 (고려요양병원. 행정과정)

노인이 된다는 것



한구택 진료원장

노화의 원인에 대해서는 아직도 확실하게 밝혀져 있지는 않지만 전세계의 많은 학자들이 현재까지 알아낸 원인을 간략히 살펴보자면 노화는 시간에 따른 세포 손상의 축적으로 신체 기관의 기능이 저하되어 나타나는 현상으로 알려져 있다.

과학적으로는 나이가 드는 원인을 세포 손상의 축적이라고 위에서 기술했으나 과연 과학적인 설명만으로 늙는 현상을 충분히 설명할 수는 없다고 생각한다. 늙는 다는 것에 대해 부정적인 의미와 긍정적인 의미가 모두 있지만 주로 긍정적인 의미를 중심으로 기술해 볼까 한다.

노인에 대한 긍정적인 부분으로서 경륜과 지혜의 축적을 들 수 있을 것입니다. 긍정적인 부분에 관한 흔한 속담을 예로 들면 “노인의 말을 잘 들으면 자다가도 떡이 생긴다” 또는 “집에 노인이 안 계시면 빌려서라도 모셔라” 등을 들 수 있을 것이다.

그러나 늙음에는 역설적으로 노망과 지혜라는 서로 다른 의미와 내용을 같이 함축하고 있다. 이는 노화되는 과정과 나이에 따라 경륜이 쌓이는 과정이 일정부분에서 서로 겹쳐 일어나기 때문이다.

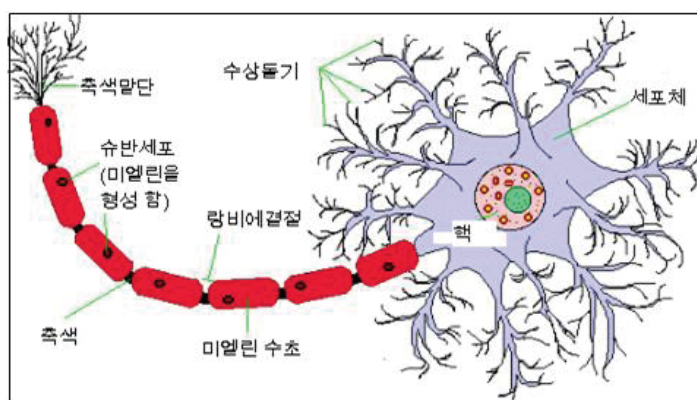


그림 1.

신경세포, 축삭(Axon), 미엘린 수초(Myelin sheath)를 보여 주는 그림으로서 이 세포들간에 연결망이 형성되어 있어 서로간에 신호를 전달합니다.

인간의 모든 행동, 생각, 느낌은 우리 두뇌 안에 뻘뻘이 존재하는 신경세포들의 연결망을 통해 신경세포와 신경세포들 간에 전기신호를 전달함으로써 발생된다(그림 1).

그러나 나이가 들어 가면서 점차 신경세포들 간에 이루어지는 신호전달이 유실되는 양이 많아지므로 전기신호가 제대로 전달되지 못하여 노인들의 특징으로서 몸과 마음과 생각이 느려지게 되는 것이다.

나이가 들게 되면 뇌는 성숙되지만 반대로 실행기능의 신경세포들로부터 신호의 유실이 시작되므로 뛰어난 능력을 가지고 있던 사람이라도 판단력이 약해지고 흐려질 수 밖에 없게 된다. 그러나 판단력은 흐려지더라도 기억은 두뇌의 여러 곳에 나눠 저장돼 있고 뇌의 안쪽에서 이 기억들을 해마라는 뇌의 부분에서 통합하는 기능을 하기 때문에 경륜도 함께 소실되지는 않는다.

세월이 많이 좋아져 옛날에는 나이 50이면 노인 취급을 했지만, 현재는 인생은 60세부터 시작한다는 말들을 하고 있다. 현재 우리나라의 남녀 평균 수명이 80세 전후이니 그럴 만도 할 것이다.

그러나 분명한 것은 50세를 넘기면 위에서 기술한 바대로 신경세포들로부터 신호의 유실과 신체상 여러 이상이 생기면서 늙음의 그림자가 닥쳐오게 된다. 우선 얼굴에 잔주름이 돋기 시작하고 근육들이 느슨해지고 관절들도 이전처럼 단단하지 못하게 된다. 그러므로 지는 꽃을 어찌 막을 수 있고 가는 세월을 어찌 피할 수 있겠느냐는 하소연이 나올 수 밖에 없는 것이다.

따라서 늙을수록 욕심을 버리는 것이 필요하며, 과욕을 버리고 순리에 따라 현명하게 사는 것이 아름다운 삶이라고 할 수 있을 것이다.

단풍은 인생의 한 단면을 보여주는 것으로 알려져 있다. 단풍은 기온이 떨어지면서 더 이상 광합성을 할 수 없는 나뭇잎의 엽록소가 파괴되고 기존에 없던 안토시아닌이란 색소가 나타나서 붉고 노랗게 물드는 과정이다.

단풍이 겨울의 문턱에서 가장 아름답듯이, 인생도 마지막이 가장 아름다운 것이다. 아름다움이란 있는 그대로 인정하고

받아들이는 것이기 때문이다.

이 세상에서 꽃이 시드는 것과 사람이 늙는 것을 가장 슬픈 일이라고들 말한다. 이처럼 한 때 아름답고 활기차고 현명했던 사람이 아름다움을 잃고 힘 없고 우둔하고 주름진 얼굴의 노인으로 늙어 간다는 것은 매우 슬픈 일일 수 밖에 없을 것이다.

그러나 얼굴의 주름과 함께 늙는 것보다 더 심각하고 슬픈 일은 마음 속에 주름이 지는 것이다.

사람이 태어나 성장할 때 20대까지는 부모님에 의해 만들어 진 얼굴이지만, 30대부터는 스스로 얼굴을 만들어 간다고 한다. 따라서 40세 이후의 얼굴은 자신이 만들어 온 것이기에 40세 이후의 어떤 사람을 만나면, 그 사람이 그 동안 어떤 마음가짐으로 인생을 살았는지, 어떤 생각을 가지고 삶을 살아 왔는지, 이기적이고 욕심사나운 삶을 살았는지, 아니면 남을 배려하고 용서하고 베푸는 착한 삶을 살았는지, 그 얼굴에 다 나타나 있게 마련이다. 그것은 지우거나 꾸밀 수 없으며, 숨길 수도 없다. 따라서 그동안 살아 온 삶을 통해 형성된 그 사람의 성격과 인격이 다 밖으로 드러날 수 밖에 없는 것이다.

사람들은 누구나 늙어 간다. 나이가 들면서 연륜이 쌓이고 인생의 여러가지 경험을 겪으며 세월을 지낸 어른들은 젊은 이들이 보지 못하는 것을 볼 수 있는 지혜와 여유를 가지게 된다.

우리는 자연의 섭리에 따라 늙지 않을 수 없으며, 가능하지도 않다. 고사에서 진시황은 불로초를 찾아 온 세상을 뒤지고 다녔다는 일화는 진시황이 얼마나 오만하고 추한 욕심을 가지고 있었는지를 느낄 수 있다. 어차피 늙을 수 밖에 없는 것이라면 우아하고 아름답게 늙어가려는 노력이 절실하다는 생각이 든다.

비록 얼굴에 주름이 없을지라도 마음에 주름이 많다면 아름답게 늙지 않은 노인이 될 수 밖에 없을 것이다. 우리 모두 이미 노화의 길로 접어들었고, 벌써 마음에 주름이 많이 생겼다면, 자신의 독선적인 판단이나 비판의 정신을 떨쳐버리고, 욕심과 집착도 버리고, 온전하고 사랑하는 마음으로 아름답게 늙어 가는 사람들이 되기를 기원한다.

- 글 : 한구택 (고려요양병원, 진료원장)

권순태 한방원장의 토막상식



의자에 앉아 컴퓨터로 일하는 현대인들은 어깨가 굽고 목이 움츠린 자세를 취하기 쉽습니다. 이러면 주위의 근육이 굳어 해당 부위는 물론 머리까지 만성 통증을 일으키고, 심하면 목디스크를 불러올 수도 있습니다. 이 증상을 완화하는 혈이 후계(後谿)인데, 주먹을 쥐었을 때 주름이 새끼손가락 쪽으로 튀어나온 지점 뒤의 오목한 부분입니다. 이곳을 30여 초 정도 지압해 주면 어깨, 목, 머리의 통증에 좋습니다.

- 글 : 권순태 (고려요양병원, 한방원장)

2018년 요양병원 입원급여 7차 적정성평가



이동산 행정실장

보건복지부 산하 건강보험 심사평가원은 의료평가조정심의위원회를 열어 전국 요양병원 중 2017년 12월 이전에 개설하여 2018년 3월말 현재 운영 중인 요양병원(약 1,500여개)을 대상으로 제7차 요양병원 입원급여 적정성 평가를 실시하였다.

요양병원을 평가하는 이유로는 노인인구 증가 등으로 요양병원의 수가 지속적으로 증가하고 있어 요양병원의 의료서비스의 수준을 향상시키고 전반적인 질 향상을 유도하여 소비자에게 합리적인 병원 선택을 위한 정보제공을 위해 평가를 실시하고 있다.

이번 적정성평가 대상은 2017년 12월 이전에 개설하여 2018년 3월말 현재 운영 중인 요양병원을 대상으로 하여 2018년 1월 ~ 2018년 3월 입원진료분(건강보험,의료급여,보훈)을 중심으로 요양병원의 의료인력,필요인력,진료 및 결과에 대한 전반적인 평가를 한다.

그 세부적인 내용으로는 구조부문과 진료부문으로 나뉘어진다.

구조부문은 의료인력과 필요인력이 있으며, 요양병원의 의료인력 평가기준은 평균 의사1인당 평균 환자수, 평균 간호사1인당 평균 환자수, 평균 간호인력(간호사+간호조무사)1인당 평균 환자수이며 필요인력은 물리치료 1인당 환자수, 약사, 방사선사, 임상병리사, 사회복지사, 의무기록사 등의 재직일수율이 평가기준이 된다.

진료부문은 전문가 의견을 수렴하여 환자의 신체기능,인지기능,배설기능,피부상태,질환관리,영양상태등 요양병원 의료서비스에 대해 평가를 한다. 요양병원 적정성평가 결과는 평가대상 전체기관의 구조부문과 진료부문을 종합화하여 5등급으로 나누어 공개를 하고 있다.



고려요양병원은 1등급 요양병원 평가를 받고 있는 병원입니다.

1등급이 가장 좋은 등급이며 진료부문과 구조부문에서 모두 하위20%에 속하는 요양병원은 인력확보 수준에 따라 차등지급 받은 요양급여비용을 6개월간 지급하지 않는다. 또한 심사평가원은 요양병원 선택에 도움이 되도록 요양병원의 위치, 진료과목, 입원환자의 주된 질병 등을 적정성평가 결과와 시설 및 장비, 환자안전 등에 대한 의료기관 평가인증원 인증결과도 함께 심평원 홈페이지에서 제공한다.

심사평가원 홈페이지의 병원정보에 들어가면 우리병원은 이제까지 이전평가에서 3회연속 1등급으로 되어있고 인증등급(2주기)을 전국 최상위 수준(세부내역)으로 나타나 있다.

본래 심사평가원의 적정성평가는 서열화 하지 않는데 조선일보 2013년 2월 28일자 신문에 전국요양병원 평가 상위 20위안에 드는 요양병원을 소개하였는데 우리병원이 전국 20위 안에 속한 병원으로 발표되기도 했다. 병원을 평가하는 방법은 여러 측면으로 할 수 있겠지만 일단 국가적 차원에서 요구하는 수준에는 충실하여야 하겠다. 또한 그 평가 속에 들어 있지 않지만 어르신의 건강과 행복을 위해 우리병원만이 하고 있는 건강한 먹거리(우리콩으로 직접 된장 담그기), 보호자가 요구하기 전에 입원하신 후 8주간 어르신의 변화를 보호자와 소통을 통해 먼저 알려 주는 보호자소통 프로그램 등은 우리의 자랑스러운 자부심이라 할 수 있겠다.

아울러 이번 7차 요양병원 적정성평가를 위해 평가기간동안 수고하신 우리 고려요양병원 임직원여러분들께 진심으로 감사드립니다.

- 글 : 이동산 (고려요양병원, 행정실장)

어르신들과 함께하는 봄꽃놀이 행사



어버이날 행사

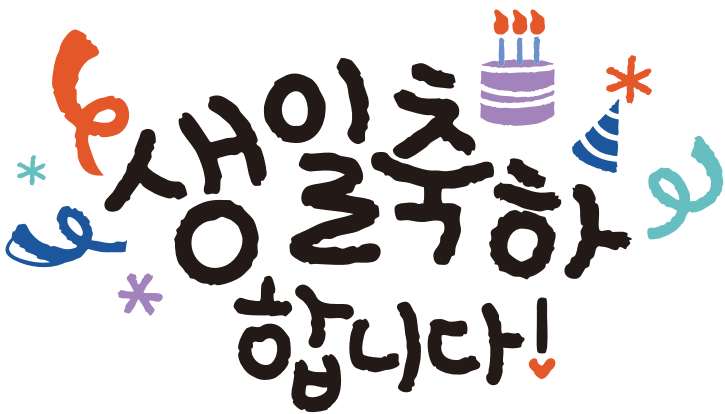
2018년 5월 8일 (화) 10시 고려요양병원 야외정원에서 어버이날 행사를 진행합니다. 이번 행사에는 외부 공연단을 초대하여 어르신들을 위한 공연을 준비하였으며, 각 병동에서도 어르신들을 위해 다채로운 행사를 준비하고 있습니다. 어버이날 행사는 고려요양병원의 대표 행사 중 하나로 매년 5월 어버이날에 어르신들께 감사하는 마음을 전하고자 행사를 진행하고 있습니다. 다양한 공연과 맛있는 점심식사가 준비되어 있으니 보호자 여러분의 많은 관심과 참여 부탁드립니다.

- 글 : 김가은 : (고려요양병원, 원무과 사원)

5월 생신자 명단

이름	음력생신	양력생신
서정희	03월 22일	05월 06일
박영준	04월 14일	05월 28일
황필이	04월 14일	05월 28일
이호원	03월 21일	05월 06일
최부홍	04월 03일	05월 17일
임순금	03월 27일	05월 12일
유옥준		05월 14일
신삼휴	03월 19일	05월 04일
이복수	04월 14일	05월 28일
편금생	04월 11일	05월 25일
김금연	03월 27일	05월 12일
한상분	04월 05일	05월 19일
김영자	04월 06일	05월 20일
김말예	04월 17일	05월 31일
주칠봉	04월 10일	05월 24일
김남석	04월 13일	05월 27일
임효윤		05월 24일
이상근	04월 06일	05월 20일
김영춘	04월 07일	05월 21일
박옥출	04월 13일	05월 27일
권종필	03월 20일	05월 05일
김영자	03월 18일	05월 03일
정태윤	04월 13일	05월 27일

이름	부서	음력생신	양력생신
이준엽	기획실		05월 10일
이옥순	영양실	03월 17일	05월 02일
차현숙	1병동	04월 11일	05월 25일
김순남	1병동	03월 21일	05월 06일
정순복	2병동	04월 15일	05월 29일
이정은(B)	2병동	03월 23일	05월 08일
배성희	3병동	04월 08일	05월 22일
서지현	케어프로	04월 10일	05월 24일
이춘희	케어프로	04월 08일	05월 22일



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>