

지역사회와 함께하는

큐Story^{vol.01}

2022 10월 소식지



*사진 [부네치아 장림포구]

창간축하인사-고객소리함-의학정보-큐병원소식-기획기사-큐병원소개-건강정보



병원보 창간 축하 인사



큐스토리 창간을 축하하며,,

눈부신 가을입니다

해마다 여름이 더워지고 습도도 더 오르는 것 같습니다. 그래도
 눈부신 가을입니다. 하늘이 높아졌고, 추석에는 백 년만이라는
 큰 보름달이 떴습니다.

코로나 팬데믹으로 감염자들이 늘었다 줄었다하는 힘겨움이 3
 년이나 반복되고 있습니다. 유례없는 팬데믹이라는 어려움을 지
 역주민들과 함께 해결하려 노력해왔습니다.

적극적으로 백신 접종을 하고, 환자와 지역주민을 교육하였습니다. 많은 숫자는 아니지만 확진자를 입원치료하고, 확진자 수술을 하기도 하였습니다. 아직 코로나 팬데믹이 끝난 것은 아니지만 함께 잘 헤쳐나갈 수 있을 것으로 생각합니다.

병원 소식지는 3년 만에 다시 만드는 것이라 분량이 많이 부족합니다. 앞으로 양과 질에서 더 좋은 소식지가 꾸준히 나올 것을 약속드립니다.
모두 건강하시고, 눈부신 가을 되시기 바라 마지않습니다.

큐병원 외과 원장

36-26

바르고 좋은 치료는 물론 환자의 마음까지 보듬을 수 있는 큐병원이 되겠습니다.

고객 소리함

가정의 화해에 힘쓴다. 사정하여 조정을 서약한다. 노년 있는 양친의 재혼을 전담한다.
경상한을 재건하고 새로 만수무단이 되게 한다. 영가 받기부터는 없다.
장남처럼 사귀고 장남보다 무로. 제비끼 새끼처럼 대우. 두마리 닭 동생처럼
저서 써서 읽고 모든 것이 제비끼 새끼처럼이다. 아첨한 것을 단번에 사탄
아무리 많아도 돌아가지. 김이벌레 김이벌레처럼. 잘못 잘못을 돌고 돌아서,
이리저리 돌아본 뒤(사악)이 빛나고 밝아져. 밝아져 나가는 줄을...
자신에게서 사악한 것을 모두 없애버린다. 영애 백리가서 세 악도 없애고...

9/10. 17. 18. 입원 하면서 세심 하대한 원장님의
다뜻함을 더욱 느꼈어요 늦은 시간 까지 입원 환자
살펴주시고 내원 때든 각종 선별검사와 상담을
당여 주신다 생각했지요 마음을 먼저 보시고 치유
하심이 정말 감사하네라 입원식 등하 같은 유익한 것들
도 많이 감사하네라

인간생활에서 가장 보편한 바탕에 두는 것은 **친화**와 **생성**의 창조입니다.
인물은 물론이요 동물에서 계급을 따들이지만, 꼭 친화라고 할수 없다.
문화의유산에 잘 아는하다 보았을 때에 인간은 그대 몸에서부터 나오는데
자율양자적 흐름을 여러가지로 **비**로한 것들이요, 공생자와 비공생자
사물에서부터 나오는 인생사이고, 장 두루한 마음은 인간에 걸쳐 있습니다.
그대이 이 생애에 한 치라도 인생과 그대나 인간에 대한 사랑을 갖게 되면
살아 보게에 알게 됩니다. 그래서 바깥 세계와도 인간에 관련된 것을 알면
살아 보게에 알게 됩니다.

사후를 맞이하게 되어 자국민원하였지만 정전과 혼란으로 바치는 병역되는기간이 장악으로 기일이 줄었습니다.
전대정, 육관부의 의제사실에 인연되어 병역을 연기하였지만
고난에 완강함도 정약, 진격사건과 제대원장님 내사
검해사건 등입니다. 약정 거론은 안되지만 주권사건과
수관 불타드립니다.

국가 지정 의료 기관

국가 건강 검진



큐병원은 국가에서 지정한 건강 검진 지정 병원입니다. 국민건강보험공단 검진은 국가에서 실시하는 건강검진으로 고혈압, 당뇨, 신장질환, 간질환 등의 생활 습관성 질환을 발견하는 것을 목적으로 하며, 검진을 통해 발견된 특정 질환에 대해서는 국가에서 일부 치료비를 보조하고 있습니다. 해당 연도에 검진 대상자로 통보받으신 분은 거주 지역과 관계없이 '큐병원'에서 검진이 가능합니다.

잠복 결핵 감염 치료



큐병원은 국가에서 지정한 잠복 결핵 감염 치료 의료 기관입니다. 잠복결핵 검사는 2016년 8월 결핵 예방법 시행 후 병원을 포함한 집단 시설의 근무자를 대상으로 의무적으로 실시하고 있습니다. 2021년에는 잠복결핵 감염이 산정특례 대상으로 지정되어서 검사비와 치료비를 전액 지원 받으실 수 있게 되었고, 본인이 부담해야 하는 비용은 무료입니다.

독감 예방 접종



어르신, 임신부 및 어린이의 인플루엔자 접종률 향상되어 인플루엔자 발생 위험은 높지 않으나 합병증으로 인한 사망 위험이 높습니다. 큐병원은 국가예방접종 지정 의료기관으로, 무료 독감 예방 접종이 가능하오니 독감 유행 시기 전에 병원에 방문하셔서 예방접종을 받으시길 바랍니다.

특수질환 하지정맥류! 의심 증상 있을 때 빠른 대처가 답!

하지정맥류 자가진단 TEST!!

	예	아니오
01 늘 다리가 무거운 느낌이 든다.	☐	☐
02 다리가 자주 붓고 저린다.	☐	☐
03 저녁이 되면 다리가 잘 붓는다.	☐	☐
04 종아리, 허벅지에 통증이 있다.	☐	☐
05 다리 경련 때문에 잠에서 잘 깬다.	☐	☐
06 다리가 피릿하고 쥐가 잘 난다.	☐	☐
07 다리가 시리거나 화끈거린다.	☐	☐
08 다리에 푸른 시리핏줄이 관찰된다.	☐	☐

하지정맥류는 정맥 순환 장애로 혈액이 하지에 정체되어 종아리, 허벅지, 무릎 뒤, 발뒤꿈치 등 전반적인 다리에 불편함을 느낄 수 있습니다. 초기 증상이 무리하거나 피로 등으로 인해 나타나는 불편한 증상과 유사하여 인지하기 쉽지 않습니다.

하지정맥류는 진행성 질환으로 방치하면 2차 합병증을 유발하여 심각한 상태를 유발할 수 있습니다. 그런 만큼 하지정맥류의 의심 증상들을 잘 알아두고 증상이 나타났을 때 빠른 대처를 할 수 있어야 합니다.

자가 진단 TEST 결과

체크 개수가 1개-3개 미만이라면? 정맥 질환을 예방할 수 있는 단계로 가정에서 다리 건강에 좋은 식, 생활습관으로 꾸준히 관리해 주세요.

체크 개수가 4개 이상이라면? 하지정맥류일 가능성이 높으므로 관련 진료 기관에 내원하시어 정밀 검사 및 치료를 받아보셔야 합니다.

Tip. 큐병원 외과에서 하지정맥류 조기발견&상담 받으세요!

큐병원 하지정맥류 센터에서는 베나실을 이용한 하지정맥류 수술로 일상 생활이 바로 가능하고, 최소한의 국소 마취로 수술을 진행합니다. 수술 후에도 최소 부작용과 압박 스타킹을 신지 않아도 되는 장점이 있습니다.

상담 및 진료 문의 : 051-207-4343 [외과 내선번호 : 222]

Q NEWS INSIDE

1 7,8,9월 친절직원

큐병원은 매월 환자와 직원에게 친절한 직원을 투표하여 원장님들께서 소장을 선물을 전달해 주십니다. 이번 4분기에도 친절 직원 투표를 통해 친절했던 직원, 감사했던 직원을 생각해 보며 한 달을 되돌아보는 시간을 가질 예정입니다.



- ▲ 7월 친절직원 : 원무과 이○현, 행정실 송○나
- ▲ 8월 친절직원 : 외래 이○지, 임상병리실 서○지
- ▲ 9월 친절직원 : 원무과 박○열, 영양실 허○자, 임상병리실 이○희

2 3분기 정형외과 컨퍼런스 성료



재활물리치료센터에서는 큐병원 직원을 대상으로 3분기 정형외과 컨퍼런스를 진행하였습니다. 7월 컨퍼런스 주제는 재활물리치료실 특수장비로 특수장비들의 원리에 대해 배울 수 있는 좋은 자리였습니다. 8월 컨퍼런스 주제는 생활 속 올바른 자세를 주제로 하여 생활 속 자세들로 인해 생길 수 있는 질환과 예방할 수 있는 방법에 대해 배우고 간단한 재활 운동도 하였습니다. 직원들을 대상으로 추첨을 통해 선물 증정 이벤트도 진행하며, 코로나로 인해 대면 컨퍼런스가 어려웠으나 오랜만에 전 직원이 모여 즐겁고 알찬 시간이 되었습니다.

3 2022 소방교육



올해도 각 부서별 소방교육을 실시하였습니다. 교육구성은 원내 소화기, 위치 및 사용방법 그리고 화재 및 재난발생시 피난방법, 자위소방대 구성 등에 대하여 진행하였습니다.

큐병원은 정기 소방교육뿐만 아니라 평소에도 화재예방을 위한 경각심을 가져 환자와 직원들 모두 안전하도록 노력하겠습니다.

4 2022 직원 추석 선물

추석을 맞아 원장님들께서 올 명절에도 직원들을 위해 사랑이 듬뿍 담긴 한우를 선물로 준비해 주셨습니다. 매년 명절 때마다 직원들의 선물을 준비해 주십니다.

올해 추석은 마음도 든든! 배도 든든! 하여 추석 선물 덕분에 더욱더 풍성한 한가위를 보낼 수 있었습니다.



5 12월 생일직원

큐병원은 매월 생일 직원에게 원장님들께서 직접 소장을 선물을 전달해 주십니다. 이번 4분기에도 병원 직원의 생일을 축하하며, 안부 인사도 나눌 예정입니다.



- ▲ 10월 생일 : 원무과 박○열, 임상병리실 서○지, 야간진료실 김○미, 진료부 김○세, 내시경실 김○래, 인공신장실 강○옥, 영양실 장○옥, 7병동 구○희, 5병동 김○자, 주차관리실 문○배
- ▲ 11월 생일 : 심사실 송○희, 행정과 정○환, 약제과 이○룡, 야간진료실 양○선, 5병동 김○정, 심사과 이○정, 재활물리치료실 박○린, 인공신장실 김○영, 내시경실 김○미, 원무과 최○근, 진료부 정○용
- ▲ 12월 생일 : 영양실 허○자, 수술실 김○진, 검진실 정○숙, 시술과 박○하, 수술실 노○애

부산의 가을, 다양한 축제 개최

제9회 희망복지박람회



일시 : 10월 15일(토) 오전10시~오후3시

장소 : 다대포 해변공원 일대

사랑은 더하GO! 복지는 커지GO!라는 슬로건 아래 마련되는 희망복지박람회는 다양한 연령별 맞춤식 복지 정보를 알리기 위한 박람회입니다. 다대포 꿈의 낙조분수에서 해수천까지 이어지는 구간에 45개의 부스가 설치되어 복지 정보를 알리는 것뿐만 아니라 다채로운 행사를 마련하였습니다. 또 다대포 해변공원 1잔디광장에서는 어린이들을 위해 에어바운스 놀이 기구가 설치되어 온 가족이 즐길 수 있는 행사가 될 예정입니다.

사하 갈맷길 걷기대회



일시 : 10월 16일(일) 오전10시~오후1시

장소 : 신평 레포츠공원~다대포 해변공원 3 잔디광장

걷기대회 장소로 지정된 갈맷길은 노을이 아름다워 '선셋로드'라는 별칭을 지니고 있습니다. 탁 트인 낙동강을 따라 걸으며 자연이 만든 어끌 아름다운 모래톱이 한눈에 들어와 갈맷길의 백미로 꼽히는 곳입니다. 도착지에서는 경품 추첨 행사가 준비되어 있습니다.

제12회 감천문화마을 골목축제



일시 : 10.28(금) ~ 10.29(토)

장소 : 감천문화마을 주민어울마당

한국의 마추픽추로 불리는 감천문화마을에서 개최되는 축제입니다. 감천문화마을 골목축제는 올해로 12회째를 맞는 행사로서, 기획부터 행사의 운영까지 주민이 주축이 되어 진행되고 있으며 매년 다양하고 새로운 문화 예술 프로그램의 기획으로 축제의 방문객이 증가하고 있습니다. 전통혼례식, 가족 노래자랑, 추억의 서커스 공연 등 다채로운 행사로 구성되어 있어 볼거리와 즐길 거리가 가득합니다.

감천문화마을 집등축제



일시 : 10.28(금) ~ 12월 말

장소 : 감천문화마을

점등시간 : 19시 ~ 21시

감천문화마을 골목축제의 행사 중 하나인 집등축제는 골목축제를 시작으로 12월 말까지 감천문화마을을 밝게 비추 줄 예정입니다. 거리 곳곳을 밝힐 등은 부산지역 30여 개 초, 중, 고 학생들이 직접 만들고 희망과 소망의 글귀를 남겨 더욱더 의미 있는 행사입니다. 점등하는 밤 시간대 뿐만 아니라 낮 시간대에도 전시를 하기 때문에 낮 시간대 방문도 가능하며, 실제 등을 직접 그려서 달아보는 행사도 예정이며, 즐길 거리가 많은 축제입니다.

우리 부서를 소개합니다 [5병동]

글 | 5병동 김은주 선생

우리는 2050. 한마음 한뜻

큐병원 5병동에는 20대부터 50대까지 다양한 연령층의 선생님들이 계십니다. 임상 경력 30년 이상의 이서영 수간호사 선생님을 필두로 데이 근무를 탄탄히 받치고 있는 채영진 선생님과 서유미 선생님. 나이트는 내게 맡겨라 밤의 여왕 엄정빈 선생님. 다사다난 이브닝 박주민 선생님. 스펀지 같은 흡수력의 예비 차지 한소정 선생님과 조서현 선생님. 차지&액팅 만능 포지션 박혜리 선생님과 김성희 선생님. 차분한 서울 여자 김수정 선생님. 화끈한 여자 김혜자 선생님. 똑순이 오은영 선생님. 그리고 해피 바이러스 저 김은주까지 한마음 한뜻으로 큐병원을위해 5병동을 지키고 있습니다.

5병동은 주로 정형외과 병동으로 많은 정형외과적 문제를 가진 환자분들이 입원하십니다. 또한 여유있는 병상 수로 내과, 외과적 치료를



요하는 환자분들도 계십니다. 공동 간병인실을 운영하여 24시간 손과 발이 되어 줄 개별 맞춤 서비스를 제공하고 있으며, 간혹 임종을 앞둔 중환자분들도 입원하여 편안한 임종을 맞이하시기도 합니다. 세 명의 전문적인 요양보호사가 정성스런 손길로 내 부모, 형제를 모신다는 마음으로 최선을 다해 케어하고 있습니다.

다양한 케이스, 많은 수의 환자분들에게 간호를 제공하느라 5병동은 항상 시끌벅적합니다. 데이, 이브, 나이트. 근무는 나뉘어져 있지만 13명의 선생님들은 일심동체의 마음으로 환자분들의 치료와 회복을 위해 서로 소통하며 힘쓰고 있습니다. 13명 모두 각자의 자리에서 제 몫을, 그 이상을 해내고 있습니다.

다양한 연령대의 선생님들이 어엿 모인 만큼 5병동은 소통을 더욱 중요시하며, 오히려 40~50대 선생님들께서 새로운 트렌드에 더욱 빠르게 반응하여 20~30대 선생님들과의 유대감을 형성하려고 노력하십니다. 이런 노력이 서로에 대한 배려가 있기에 지금의 5병동이 있지 않나 생각이 듭니다.

환자분이 밝은 웃음과 함께 건강한 모습으로 퇴원하는 것을 목표로 5병동 사람들은 서로 따뜻한 마음을 나누며 오늘도 각자의 자리에서 최선을 다하고 있습니다.

병원 밖 나의 취미 생활

글+사진 | 7병동 박선희 수간호사

저는 사하구 장림에 위치한 사하 배드민턴 센터에 속해있는 플러스 배드민턴 클럽에 가입해서 활동중입니다. 배드민턴은 구단위 클럽별로 동호인들이 가입하여 운동을 하고 있고, 20대~60대까지 다양한 연령대의 남녀들이 모여 서로 배려하고 아껴주는 가족 같은 분위기의 클럽이라 할 수 있습니다

<병원 생활에 활력을 주는 소중한 시간>

코로나로 인해 배드민턴 동호회 활동을 계속 유지하는 동호인들의 수가 많이 줄어 들었습니다. 그래도 올해부터 시합이 재개되면서 지난 6월에 열린 4개구군 대회에서 준우승을 하였습니다. 라켓을 놓지 않으려 애쓰는데 아직 실력이 유지되는 듯 합니다.

배드민턴으로 땀 흘려 운동을 하고 나면 기분이 좋아집니다. 같이 운동하는 동료끼리 이렇게 땀 흘리면서 돈 벌어 오라고 하면 누가 하겠냐고 웃으며 말하곤 합니다. 배드민턴은 엄청난 땀을 흘리는 정말과 격한 운동인데 중년의 나이에도 지지치 않고 하는 동호인들을 보면 참 건강하고 능동적인 삶을 살고 있구나 라는 생각을 하게 됩니다.

배드민턴의 또다른 재미는 한 게임을 마친 뒤 의자에 앉아 물을 마시

며 다른 사람들의 플레이를 구경하는 것도 빼놓을 수 없습니다. 공을 따라가는 우아한 스텝이나 빠르고 강력한 한방의 스매싱까지... 직접 게임을 하면서도, 코트에서 승부욕을 불태우는 사람들을 보면서, 내 몸안의 엔돌핀이 무한 상승됨을 느낄 수 있습니다. 이렇게 나는 또 젊어지고 건강해짐을 다시 한번 느끼게 됩니다.



저는 오늘도 무탈하게 운동할 수 있음에 감사하고, 내 삶에 배드민턴이 있어 참 좋습니다. 생활에 활력도 생기고 재미도 있어서 참 만족스럽습니다. 이제 날씨도 선선해져서 배드민턴에 관심이 있거나 또는 같이 운동하면서 스트레스도 해소하고 싶은 분은 부담 없이 배드민턴이라는 취미를 추천드립니다.

가을철 건강 관리

1

가을철 유행하는 질병

1. 감기, 알레르기

건조하고 일교차가 심해지는 가을철, 더운 여름에 번식한 집 진드기로 인해 감기와 알레르기에 주의하셔야 합니다.

2. 아토피, 췌장염

건조한 날씨에 피부의 기능이 낮아지고 수분을 빼앗기니 아토피 등의 가려움증을 동반한 피부발진이 유행하며, 날이 시원해지면서 외출이 잦아진 가을철에는 외출 시 진드기 등 감염된 배설물 또는 유충을 조심하여야 합니다.

3. 비만

천고마비의 계절인 가을, 식욕이 좋아지면서 과식으로 이어질 수 있습니다. 당뇨병이나 고혈압, 동맥경화증이 있는 분이라면 식이조절과 운동을 병행해 악화되지 않도록 더욱 조심하여야 합니다.

가을철 건강 관리

2

꼭 챙겨먹어야하는
영양제 TOP3

1. 비오틴

건조한 피부와 모발 관리를 위해 콜라겐 섭취가 아주 중요합니다. 영양제와 음식만으로는 흡수 측면에서 부족할 수 있으니 흡수를 도와주는 비오틴을 섭취하는 것이 좋습니다.

2. 비타민D

우울하기 좋은 계절 가을, 비타민D를 섭취하면 세로토닌 분비가 되어 우울감을 줄여줍니다. 그뿐만 아니라 피로감과 골다공증 예방에도 도움이 됩니다.

3. 칼슘+마그네슘

추워지기 시작하면 여러 가지 요인으로 인해 깊은 잠에 들기가 쉽지 않습니다. 숙면의 질을 향상시켜주는 칼슘과 마그네슘은 자기 전에 섭취하면 가장 좋은 영양분 중 하나입니다.

가을철 건강 관리

3

환절기 호흡기 관리

1. 수분 보충

가을에는 건조해진 호흡기 점막과 세포들의 활동성을 더 높이기 위해 더 많은 양의 수분이 소모된다고 합니다.

2. 실내 습도 조절

건조한 환경일수록 호흡기 질환에 걸릴 확률은 수직 상승! 환절기에는 가습기를 이용하여 실내 습도를 높여주는 것이 좋습니다.

3. 제철 음식 섭취하기

제철에 먹는 음식이야말로 최고의 보약이라고 하는데요. 환절기 건강에 좋은 제철 음식에는 전복, 고등어, 감자 등으로 환절기 면역력을 높이는 데 효과적입니다.

틀린 그림 찾고,
스타벅스 이용권 받으세요!

우측 두 그림 중 서로 다른 5곳을 찾아보세요. 다른 부분을 ○ 표시 후 사진을 찍어 10월 31일까지 큐병원 카카오톡 채널로 보내주시면 추첨을 통해 스타벅스 1만원 상당의 기프티콘을 10분께 보내드립니다. 정답과 당첨자는 2023년 1월 소식지에 게재됩니다.

Kakao

@큐병원



표지



틀린 그림 찾기



진료안내

내과

위, 대장 내시경
종합건강검진센터
국가암검진



일반외과

하지정맥류 (베나실)
치질 (PPH 원형문합기)
탈장 (성인, 소아)
충수, 담낭염 (복강경)



정형외과

관절내시경 - 무릎, 어깨
인공관절 - 무릎, 고관절
비수술적 척추 치료
골절 및 외상 스포츠 손상



영상의학과

CT (전산화 단층촬영)
MRI (미국 GE사 HDXT)
초음파 (심장, 복부, 유방,
갑상선, 경동맥)



인공신장실

인공신장센터는 첨단 혈액투석기와 정수시설 등을 갖추고 있으며 신장 내과 전문의와 임상 경험이 풍부한 투석 전담 간호사로 운영되고 있으며 입원 치료 및 응급 투석의 편리성 등 환자 중심의 진료 서비스를 중시하고 있습니다.



오시는 길 하단역 1번출구 바로 앞



발행인 정상환 편집인 송예나 주소 부산 사하구 낙동남로 1401 Tel 051-207-4343 홍보팀 070-4364-1893 디자인·인쇄 송예나