

남원의료원, 「폐렴 2차 적정성 평가 1등급 선정」

전라북도 남원의료원(원장 박주영)은 건강보험심사평가원에서 병원급이상 563개 의료기관의 대상으로 실시한 “폐렴 2차 적정성평가”에서 최고 등급인 1등급 병원으로 선정되었다. 건강보험심사평가원은 폐렴적정성평가를 실시하는 목적은 폐렴으로 암, 심장, 뇌혈관 질환 다음으로 사망률이 높은 질환으로 폐렴진료의 현황 파악을 제고하고, 국민에게 의료기관 선택에 필요한 정보를 제공하기 위해 시행해 왔으며, 적정성평가 지표별로는 “산포도화검사실시율, 병원도착 24시간 이내 중증도 판정도구 사용률, 객담도말 검사 및 배양검사 처방률, 첫 항생제 투여전 혈액배양검사실시율, 병원도착 8시간 이내 항생제 투여율, 금연교육실시율, 폐렴구균 예방접종 확인율” 등 지표별 가중치결과를 바탕으로 평가 분석한 결과종합점수 99.7점으로 1등급을 받았다. 이번평가로 전라북도 남원의료원은 폐렴치료에 대하여 적성을 인정받아 적절한 치료방향 설정을 통해 폐렴환자들을 잘 관리하고 있는 것으로 증명 되었으며, 전라북도 남원의료원(원장 박주영)은 지역공공의료기관으로서 향후에도 폐렴에 적정성 평가지표의 성실이행으로 고령환자가 많은 지역내 폐렴환자 관리에 만전을 기하겠다고 말했다.

남원의료원, 「2017년 환자안전 지킴이」 워크숍 개최

전라북도 남원의료원(원장 박주영)은 지난 5월 22일 환자안전과 양질의 의료 서비스를 제공하기 위해 『2017년 환자안전 지킴이』 워크숍을 개최하였다. 워크숍은 환자안전 관리에 대한 교육 사고 발생 유형에 따른 FMEA(Failure Mode and Effect Analysis, 고장형태 유형분석)방법을 통하여, 부서 내 안전사고보고, 사례 공유, 위험요인 개선 등 토론과 발표 시간을 가지면서, 환자안전 문화 활성화를 위해 실질적인 교육효과를 얻을 수 있도록 프로그램을 구성하였다. 전라북도 남원의료원(원장 박주영)은 “환자안전사고 예방 및 재발방지를 위해 일선에서 최선을 다해주는 부서별 환자안전지킴이 여러분께 항상 감사하다”며 확인, 낙상방지 등 환자안전에 위한 기본 실천사항을 전 직원이 철저히 준수하여 환자 안전문화 정착에 기여해 주기를 바란다”고 당부했다.



남원의료원, 남원시 지역아동센터 MOU 체결 지역아동을 위한 공공의료복지사업 펼쳐

전라북도 남원의료원(원장 박주영)은 지난 4월 11일 4층 대회의실에서 남원시 지역아동센터 (24개소) MOU 체결을 가졌다. 협약식에는 남원 지역아동센터 우리 지역아동센터, 꿈나무 지역아동센터 등 관내 지역아동센터(24개소) 센터장이 참석하였다. 전라북도 남원의료원장(박주영)은 “지역 아동센터장 및 사회복지사의 노고를 격려 하고, 예방적 차원에서 아동 건강검진 및 예방접종을 지원하고, 의료비 부담으로 인해 적절한 시기에 치료 받기 힘들었던 대상자 지원을 통해 복지 사각지대 아동을 줄여나가는 데 앞장서겠다”고 하였다. 남원시 지역아동복지센터 회장(서봉순)은 “지역 아동을 대상으로 건강관리 및 보건교육시스템 구축, 공공의료 실현을 위해 협약 체결에 힘써주신 남원의료원장(박주영) 및 임직원 여러분께 감사 드린다”고 하였다. 이번 협약으로 남원의료원은 지역아동센터 아동을 대상으로 무료 건강검진, A형, B형 예방접종, 보건교육, 소아대사증후군 검진사업, 의료원 진료비 지원 등을 진행 할 계획이다. 또한, 남원의료원은 2003년부터 직원들이 기금을 조성해 ‘남원의료원 사회복지후원회’를 자체 운영하는 등 저소득층 아동을 위한 의료비지원 및 의료봉사활동을 꾸준히 진행하고 있다.



직원 윤리교육 및 친절교육 실시

전라북도 남원의료원(원장 박주영)은 6월 13일 전 직원 대상으로 이진용 교수(서울의대 보라매병원, 공공의료사업단), 조주현 교수(국립목포대 윤리교육과)의 강의로 직원 친절 및 윤리교육을 실시하였다. 환자중심 병원문화 조성 및 공공의료종사자 역할강화 및 건강한 조직문화를 구축하자는 다짐의 시간을 가졌고, 또한 규정을 준수하고 행동강령 교육을 통하여 부패방지 및 깨끗한 공직풍토 조성을 위한 직원윤리와 김영란법에 관한 설명과 준수, 국내외 부패지수를 소개하고 부패방지과 청렴실천을 위한 교육으로 진행되었다.



여러분 시기 ! 몸이 재산입니다

정기적인 검진으로 건강을 유지



- 2017년도 건강검진 대상자

 - 지역가입자 : 세대주와 만40세이상 세대원 중 짝수년도 출생자 (77.12.31이전 출생자)
 - 직장가입자 : 만40세이상으로 짝수년도 출생자(77.12.31 이전 출생자)
 - 직장가입자중(공무원 포함), 비사무직 근로자 전체(비사무직 공무원 포함) 사무직 근로자 중 격년제 실시에 따른 2017년도 대상자
 - 생애전환기 건강검진 : 만40세(1977년생), 만66세(1951년생)
 - 2016년도 검진대상자 중 미수검자(공단 신고 후 가능)

반드시 내원하여 검진을 받으시기 바랍니다.

 - 위검사는 내시경검사가 정확합니다.
 - 출장검진은 검사결과 확인이나 치료의 어려움이 있을 수 있습니다.

아침 8시부터 검진 진료를 시작합니다.

 - 공복으로 인한 불편해소를 위하여 아침 8시부터 진료를 시작합니다.

건강검진 시 꼭 금식을 해야 하나?

 - 건강검진 전날 오후9시 이후 금식을 해야 하지만 「검진을 위한 최소한의 금식 시간은 8시간 이상이며 검진결과에 영향을 주기 때문」입니다.
 - 혈당이나 콜레스테롤 수치등과 관련된 검사는 식사상태에 따라 결과가 달라 지며, 음식을 먹거나 물을 마신 후 혈액검사를 하시면 당뇨나 고지혈증 판정을 받을 수가 있으며, 공복 8시간이상으로 정한 것은 음식물 소화시간 때문입니다. 복부초음파, 내시경시 음식물이 남아있으면 정확한 검사가 어렵기 때문입니다.

건강검진 시 준비사항

- 건강검진표, 주민등록증 등 신분증 지참
- 검진 전날 저녁 9시 이후 금식 및 검진당일 공복상태 유지
- ※건강검진은 2년에 1회로 이중수검을 받지 않도록 주의하십시오.

진료시간

- 평 일 : 08:30 ~ 17:30 (점심시간 : 12:30~13:30)
- 영 · 유아검진 : 13:30 ~ 16:00 (매주 월요일~금요일)

★ 전년도 공단검진 미 수검자께서는 1577-1000번으로 신청하시면 검진이 가능합니다.

편안하고 여유로운 검진을 위하여 빠른 검진수검을 권장합니다.

【검진문의】 남원의료원 건강증진센터 ☎ 063)620-1238

우울증이란 무엇인가?



최 성 호 정신건강의학과 전문의

늘어나는 우울증,
하지만 치료를 받는 사람은 적다

조기에 발견하여 치료하는 것이 중요

“ 스스로 자신의 상태를
잘 알고 도움을 청하는 것은,
오히려 문제를 회피하지 않고
직면하는 용기있는 일이다 ”



1. 우울증의 정의

우울증은 정신질환으로 마음의 감기'로도 불린다. 우울증은 우울장애, 주요우울증, 울화병, 횡병 등 혼용이 되고 있으며 진단경계도 모호할 수 있으며, 어렵다. 우울증은 일시적인 우울감과 다르며 개인적인 약함의 표현이거나 의지로 없앨 수 있는 것이 아니며 뇌의 질환이다.

즉, 우울장애는 감정, 생각, 신체 상태, 의욕 저하와 우울감을 주요 증상으로 하여 다양한 인지 및 정신 신체적 증상을 일으켜 일상 기능의 저하를 가져오는 질환을 말한다.

2. 우울증의 증상

우울증은 단일 질병이 아니라 여러 질병이나 상태에서 나타날 수 있는 현상이다. 대표적인 것이 주요 우울증(흔히 '우울증'이라고 부름)이지만, 신체 질병이나 뇌의 손상에서 비롯된 기질성 우울증, 스트레스 때문에 우울 증상이 일시적으로 나타나는 적응 장애, 그리고 양극성 장애('조울증'이라고 알려짐)에서의 우울증도 있다. 우울증에는 불면증과 식욕부진이 병행해서 나타난다. 또 정신집중이 되지 않고 건망증도 심해진다. 소화불량, 초조, 가슴 답답함, 두통 등의 다양한 신체 증상도 자주 나타나지만, 검진을 해 봐도 아무런 신체적 이상이 없다고 답답해한다.

연령에 따른 특이한 우울증상

우울증은 30~40대에 가장 흔하지만 어느 연령에서나 발병할 수 있는 질환이며, 여성의 경우 산후 우울증, 갱년기 우울증 등 특정 시기에 우울증의 위험이 높아 주의가 필요하다

연령에 따른 특이한 우울증상

소아청소년	중년	노인
· 과잉, 반항 · 동요거부, 성격저하 · 여러 가지 신체증상 · 약물남용 · 청소년 비행 · 고독	· 건강염려증 · 죄책감, 의심 · 절망감, 공허감 · 건강증 · 빈둥지증후군 · 횡병	· 모호한 신체증상 · 불면 · 불안 · 집중력과 기억력 저하 (가성치매)

3. 우울증의 진단기준

우울증의 진단 기준으로, 9가지 중 5개 이상의 증상이 2주 이상 지속하며 기존의 기능과 비교하여 명백한 장애가 있는 경우 진단할 수 있다.

- 1) 하루 중 대부분 그리고 거의 매일 지속되는 우울 기분에 대해 주관적으로 보고(슬픔, 공허함 또는 절망감)하거나 객관적으로 관찰됨(예, 눈물 흘림)
※ 주의 : 아동, 청소년의 경우는 과민한 기분으로 나타나기도 함
- 2) 거의 매일, 하루 중 대부분, 거의 또는 모든 일상 활동에 대해 흥미나 즐거움이 뚜렷하게 저하됨.
- 3) 체중 조절을 하고 있지 않은 상태에서 의미 있는 체중의 감소(예, 1개월 동안 5% 이상의 체중변화)나 체중의 증가, 거의 매일 나타나는 식욕의 감소나 증가가 있음
※ 주의 : 아동에서는 체중 증가가 기대치에 미달되는 경우
- 4) 거의 매일 나타나는 불면이나 과다수면
- 5) 거의 매일 나타나는 정신운동 초조나 지연(객관적으로 관찰 가능함, 단지 주관적인 좌불안석 혹은 처지는 느낌뿐만이 아님)
- 6) 거의 매일 나타나는 피로나 활력의 상실
- 7) 거의 매일 무가치감 또는 과도하거나 부적절한 죄책감을 느낌(망상적일 수도 있는, 단순히 병이 있다는데 대한 자책이나 죄책감이 아님)
- 8) 거의 매일 나타나는 사고력이나 집중력의 감소, 또는 우유부단함(주관적인 호소나 객관적인 관찰 가능함)
- 9) 반복적인 죽음에 대한 생각(단기 죽음에 대한 두려움이 아님), 구체적인 계획 없이 반복되는 자살 사고, 또는 자살시도나 자살 수행에 대한 구체적인 계획

※ 미국 정신의학회(American Psychiatric Association)가 2013년 개정한 정신질환 진단 및 통계 편람 제5판(DSM-5)에 따른 진단 기준임



4. 우울증의 치료

우울증은 효과적으로 치료가 가능한 질환입니다. 적절한 치료를 통하여 우울증을 앓고 있는 사람의 70~80% 이상이 호전될 수 있고, 주요한 치료 방법은 정신치료와 약물치료가 있다. 가벼운 우울증은 상담만으로 충분한 경우도 있으나 중등도 이상의 우울증에서는 약물치료가 필수적이고, 특히 최근 개발된 항우울제는 뇌내 저하된 세로토닌을 증가시켜 우울증의 원인을 치료하며 부작용이 거의 없이 안전하게 우울증을 개선할 수 있다.



5. 우울증에 극복할 수 있는 생활습관은?

- 긍정적인 생각을 가진다.
- 운동하는 습관을 갖는다.
- 규칙적이고 균형 잡힌 식습관을 가진다.
- 알코올은 우울증 치료의 적이므로 반드시 피한다.
- 명상과 요가, 이완요법이 도움이 된다.
- 낮잠을 30분 이내로 하고 침대는 잠을 자는 용도로만 사용한다.

우울증 "2020년 미래 질병 1위"

세계보건기구는 오는 2020년경 '우울증'이 모든 연령에서 나타나는 질환중 1위를 차지할 것으로 예측하고 있다. 예측대로 우울증이 2020년 '미래질병 1위'로 등극한다면 암과 같은 육체적 질병으로 인한 사망보다 우울증에 의한 사망이 더 높아질 수 있다는 점을 배제할 수 없다. 또한 우울증이 심장동맥질환을 일으키는 요인이면서 뼈를 약하게 해 골절 위험을 높일 수 있다는 연구 결과도 나오면서 인류에게 우울증의 심각성이 더욱 강하게 다가오고 있다. 최근에는 항우울제와 인지행동치료 및 정신치료의 분투에도 불구하고, 우울증 발병률은 세계적으로 꾸준히 증가하고 있다.

현대사회는 우울증을 만들어 내는 공장이다.

우울증을 일으키는 주된 심리적 원인은 상실과 스트레스로 부유한 나라일수록 어린 시절부터 가족과 학교, 사회로부터 엄청난 압박을 받는다. 그 결과 많은 젊은이가 학업, 외모, 재산, 지위 등 여러 면에서 비현실적이라고 할 정도로 높은 기대치를 갖게 된다. 그 기대와 현실 간의 거리가 상실감의 원천이다. 우울증은 치료받지 않으면 몇 개월에서 몇 년 동안 지속될 수 있으며 관계의 와해나 직업적인 생산성의 상실, 무능이나 죽음에 이를 수도 있다. 특히 전 인구의 약 15퍼센트가 한 번 이상 경험할 정도로 흔한 질병이다. 하지만 우울증 환자의 종착역은 자살이다. 환자의 10퍼센트가 자살로 생을 마감하는 심각한 질병인 것이다.

▲ 진료상담 : 정신건강의학과
전화문의 : 063) 620-1135

소통, 화합의 장 마련 위한 산행

전라북도 남원의료원 관리부는 부서 및 상호 간의 협동 단결심을..., 병원에 대한 소속감을..., 동료간의 배려와 원활한 소통을 다지며 건전한 직장 분위기 조성 및 직원 간의 화합 및 단결력을 고취하고자, 지난 5월 20일 관리부 직원 50여명이 지리산 노고단을 산행하였다.



보건복지부 인증의료기관

지역행사 의료지원

공공·QI팀

전라북도 남원의료원은 지역에서 개최하는 행사 및 축제에 시민의 안전과 편익을 제공하기 위한 의료지원반을 구성 운영하였다. 지난 4월20일 ~ 4월26일(7일간) 남원코리아오픈 국제인라인롤러대회 춘향골 체육공원 롤러경기장에서, 5월 3일 ~ 5월 7일까지(5일간) 제87회 춘향제 등 각종 행사에서 발생한 환자를 대상으로 투약, 응급처치 및 신속한 환자 후송으로 지역주민의 건강지킴이로서 든든한 역할을 하였다. 앞으로도 남원의료원은 지속적인 의료지원으로 지역주민들이 항상 신뢰하고 믿을 수 있는 병원으로 환자곁에서 사랑과 봉사를 실천하는 지역거점 공공병원으로서의 역할을 수행할 것이다.



전 직원 감염병 위기대응 능력강화 교육

감염병센터

전라북도 남원의료원 감염병센터에서는 지난 5월 23일부터 6월 12일까지 10회에 걸쳐 감염병 위기 대응능력을 강화하기 위해 직무 중 혈액 및 체액 노출사고 예방, 결핵감염 예방 및 관리기준, 개인보호구 착용 방법 등 전직원 대상으로 부서별 교육을 실시하였다. 개인보호구 착용의 교육은 메르스, 에볼라바이러스 등 해외 신종감염병 환자를 치료하는 의료진의 감염 및 원내 감염 차단을 위한 중요한 훈련과정의 하나로 실기위주로 진행하였다. 한편, 감염병센터에서는 해외 신종감염병 대응 모의훈련과 감염관리 주간행사를 계획하고 있으며 지속적으로 감염으로부터 안전한 병원문화 정착에 최선을 다할 계획이다.



친절한 병원 만들기 Q&A강좌 실시

공공·QI팀

전라북도 남원의료원 공공·QI팀은 내·외부 고객만족도 향상을 위해 2017년에도 “친절한 병원 만들기(환자중심 병원 문화조성)”QI활동 정책과제로 추진하며 다양한 활동을 펼치고 있다. 지난해 5월부터 개설하여 Q&A강좌를 실시하고 있으며, 내부고객 직원 만족도 향상을 위해 “타부서 존중 및 이해하기”프로그램이 추가되어, 부서장은 자신의 부서를 소개하고 부서의 애로점과 협조사항을 타 부서 직원들과 공유하며, 부서간 직원과 직원간의 소통을 원활히 하기 위해 노력하고 있다. 지난 4월부터 공공·QI팀을 시작으로 경리팀, 진단검사팀을 소개 하였고, 진료부서는 가정의학과 금연교육, 비뇨기과 전립선비대증 교육에 참여, 전 직원이 공공의료기관 종사자로서의 역량 강화에 노력하고 있다. 남원의료원을 방문하는 내·외부 고객에게 믿음을 심어주고, 환자 한분 한분을 가족처럼 소중히 생각하고, 사랑과 봉사를 다하는 남원의료원의 일원이 되어 고객에게 최고의 서비스를 제공하는 지역거점공공병원으로서의 역할을 수행할 계획이다.



노사화합 및 직원 의사소통 강화를 위한 직원 단합대회 개최

전라북도 남원의료원은 노사 화합 및 직원 의사소통 강화를 위해 지난 4월15일 춘향골 체육관에서 직원 단합대회를 개최하였다. 박주영 원장은 개회사를 통해 그동안 「노사갈등으로 인하여 힘들고 어려웠던 시기를 잘 극복해준 직원들의 노고에 감사드리며, 오늘 체육대회가 직원들의 화합의장이 되었으면 좋겠다」며 개회사를 가름했다. 이날 행사에는 근무자를 제외한 100여명의 직원 및 가족이 참여하여 화합을 다지는 한마당 축제의장이 되었다.



보건복지부 인증의료기관

조중한 후배, 현명한 선배, 우리는 간호과의 힘 신규간호사와 프리셉터간호사 연수교육

간호과

전라북도 남원의료원 간호과는 2017년 신규간호사와 프리셉터 간호사 연수교육을 5월 30일 4층 교육실에서 실시하였다. 이번 행사는 힘든 역할을 잘 수행해온 신규간호사 선생님들의 열정을 격려하고 프리셉터간호사 선생님들의 노고를 감사하기 위하여 자리를 마련한 것이다. 복잡하고 다양한 업무에도 불구하고 투철한 사명감을 바탕으로 신규간호사의 현장교육과 업무적응에 공헌한 프리셉터에게 공로를 높이 평가하여 간호과장으로부터 감사장이 전달되었다. 신규 간호사와 프리셉터 간호사 서로의 의사소통 내용을 분석하고, 또한 발표를 하여 서로의 마음을 이해하고 앞으로 프리셉터 활동시 긍정적인 의사소통을 하는 방향을 제시하게 되었다. 그리고 프리셉터와 신규간호사 서로에게 감사와 격려의 편지를 주고 받으며 감동의 시간을 갖기도 하였다. 감사하고 사랑하는 마음으로 간호과장, 수간호사, 프리셉터 간호사, 신규간호사가 허그타임을 가지며 따뜻한 간호인으로서의 마음이 모아지고 간호과가 지금보다 나은 내일일 것을 믿고 파이팅하는 계기가 되었다.



신규간호사 돌맞이 행사

전라북도 남원의료원 간호과에서는 입사 1주년을 맞이하는 새내기 간호사를 위한 돌잔치를 열었다. 이번 축하잔치는 1주년 기념 케이크 커팅을 시작으로 간호과장의 축하인사와 새내기 간호사 소감발표, 수간호사와의 대화, 다과나눔 등 다채로운 행사진행 신규간호사는 배려와 관심에 환자분들에게 헌신하는 간호사가 되겠다고 다짐하였다.



깨끗한 병원 환경조성 환경정화의 날 실시



전라북도 남원의료원은 환경정화의 날을 지정하여 깨끗하고 청결한 병원 만들기 위해 앞장서고자 부서별로 담당구역 구역을 구획한 곳을 중심으로 일제 대청소를 실시하였다. 지역주민에게 깨끗한 환경을 제공하여 사랑과 신뢰를 받는 병원으로 거듭나고자 최선을 다하고 있다.

새가족 소개

김형찬
신경외과구민우
신경과최준섭
재활의학과고영길
응급의학과김진규
신경외과황하옥
비뇨기과이소정
원무심사팀임향숙
영상의학팀심창훈
시설부대팀

셔틀버스 안내

- 첫 출발 시간 07:30 ※13시 차량은 운행하지 않습니다.
- 마지막출발시간 17:45 (토요일, 공휴일 제외)



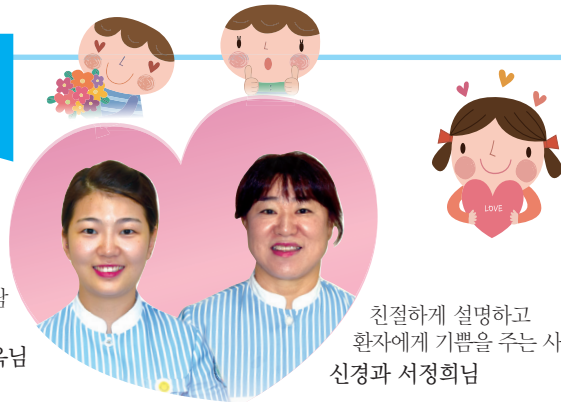
정시 출발

- 05분 : 부영5차아파트
- 08분 : 죽향아파트
- 10분 : 천주교 뒤편(천변)
- 15분 : 노암동 비안아파트
- 20분 : 남원초등학교 입구(간이정류장 건너편)
- 25분 : 남원서문교회
- 27분 : 제중한의원
- 28분 : 구.역전
- 30분 : 한전 앞 성지서림 / 의료원 도착

매시 30분 출발

- 34분 : 한전 앞
- 36분 : 구.역전
- 40분 : 남원학생종합회관 앞
- 42분 : 해바라기 재가 노인복지센터 앞
- 45분 : 남원초등학교 입구(간이정류장)
- 50분 : 노암동 비안아파트
- 54분 : 천주교(천변 승사교 앞)
- 56분 : 죽향아파트(천변 모정 앞)
- 58분 : 부영5차아파트(삼거리 천변) / 남원의료원 도착

2017. 2분기 친절 직원



자상하고 술선수범 사람
미소가 아름다운 사람
70병동 간호사 권현옥님

친절하게 설명하고
환자에게 기쁨을 주는 사람
신경과 서정희님



보건복지부 인증의료기관