


척하면 생각나는 분당척병원

더 고생하지말고
1599-7500



- ✓ 척추치료 | 허리디스크, 목디스크, 척추협착증, 척추전방전위증, 척추골절
- ✓ 관절치료 | 무릎관절질환, 어깨관절질환, 오십견, 퇴행성관절염, 고관절질환
- ✓ 비수술치료 | 주사치료, 신경성형술, 수핵성형술, 체외충격파 치료

분당  척병원 분당선 아탑역 1번출구
경기도 성남시 분당구 성남대로 932 상담 전화 **1599-7500**



분당척병원

2015
VOL.21 SPRING

News letter

www.chukmedical.com

+

건강 캠페인
기분이 좋아지는 병원

+

수술실 이야기
"척"하고 고치는 수술의 비결,
분당척병원 수술실의 비밀을 공개합니다

+

완쾌환자 인터뷰
20년만에 처음으로 아프지 않은
크리스마스가 왔습니다



분당  척병원



기분이

좋아지는 병원

모니터링을 했습니다.

실제 환자 접점에서 캠퍼터를 설치하고 촬영했습니다. 어떻게 좋은 서비스가 되고 있는지 점검했습니다.

병을 치료하는 것이 물론 가장 중요하지만, 병원 내에서 작은 불편이나 불쾌함을 없애는 것도 꼭 필요하다고 생각합니다.

친절한 응대, 기분 좋은 인사, 따뜻한 배려를 항상 강조하고 있습니다. 사람이 하는 일이다 보니 의도치 않게 다소 서운함과 불편함을 느낄 수 있는 실수가 있을 수 있다고 생각합니다. 나이가 어리고 사회 경험이 일천한 직원들도 있어 환자들이 보시기에 부족하고 답답하게 느껴지기도 할 것이라 생각합니다.

분당척병원은 지속적으로 모니터링과 교육을 통해서 발전하려고 합니다. 환자들이 마치 내 집처럼 편하고 따뜻하고 안전함을 누리도록 노력하고 있습니다. 병원을 이용할수록 나날이 기분이 좋아지는 그런 병원이 되겠습니다.

CONTENTS

VOL.21

분당척병원 뉴스레터
봄호

WWW.CHUKMEDICAL.COM

- 02 건강 캠페인
기분이 좋아지는 병원
- 04 수술실 이야기
“척”하고 고치는 수술의 비결,
분당척병원 수술실의 비밀을 공개합니다
- 08 완쾌환자 인터뷰
20년만에 처음으로 아프지 않은
크리스마스가 왔습니다
- 12 자가진단법
방아쇠수지 증후군
- 13 수술안내
오십견 오분 치료
- 14 뉴스
- 15 의료진소개

발행일 2015년 3월 10일
편집인 분당척병원 마케팅실
디자인 디자인한



“척”하고 고치는 수술의 비결, 분당척병원 수술실의 비밀을 공개합니다

최고 수준의
수술용 현미경

있어서는 안될 일부 병원들의 엽기적인 수술실 사건으로 걱정이 많은 요즘입니다. 혹시 분당척병원은? 이런 생각하시는 분들도 있을 텐데요. 통증 만으로도 힘든데 절대 있을 수 없는 관한 것 때문에 힘들어하지 마시고 알려 드리기로 했습니다. 분당척병원 경쟁력의 비밀이라 그동안 밝히지 않았지만 꼭 필요한 일이라 생각되었습니다. 이제 그 비밀을 공개합니다.

분당척병원에서 가장 많은 투자를 한 곳, 수술실!

분당척병원 수술실은 각종 첨단 장비와 시스템이 가득한 곳입니다. 한치의 오차도 허용하지 않는 전문 장비와 100% 무균 청정공기만 허용하는 시스템 등이 완벽한 수술을 위해 가동되고 있습니다. 마치 첨단 반도체 공정을 보듯 놀라움과 신기함이 있는 공간입니다.

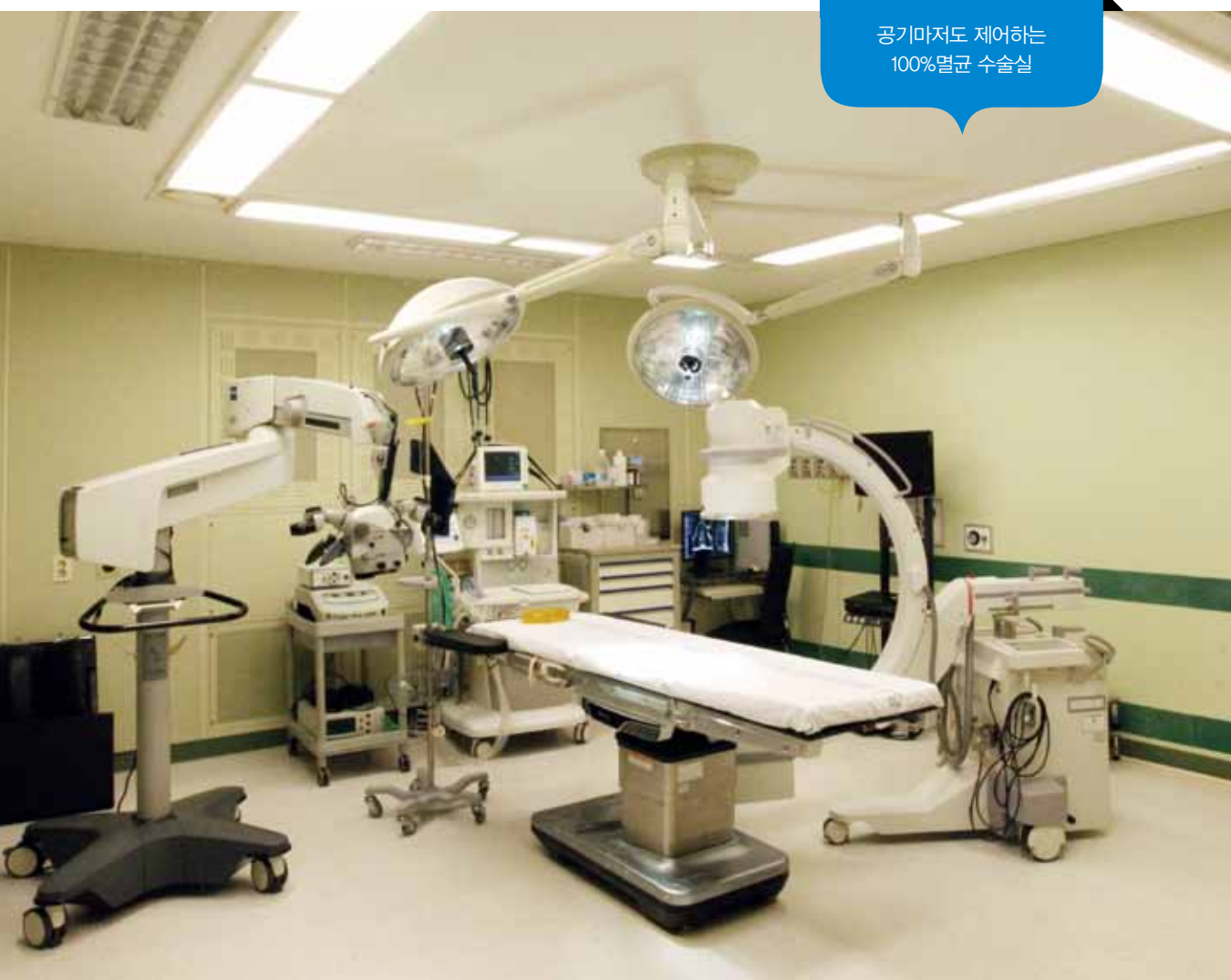
청정무균수술실

분당척병원 수술실에서는 세 가지 종류의 소독기가 수술 장비와 기구의 무균상태를 지켜 줍니다. 고온, 고압, 증기로 무균 한 상태를 만들어주는 소독기, EO 가스로 기구 안의 모든 균을 사멸하는 소독기, 과산화수소를 분해하여 균을 사멸하는 플라즈마 소독기가 각각의 역할을 합니다. 소독에 사용되는 물 역시 특별한 과정을 거친 후 사용합니다.

무균수술실의 하이라이트는 공기조절장치입니다. 수술실에 공급되는 공기는 첨단 공기필터(HEPA filter)를 거쳐 박테리아 같은 미세한 입자가 제거된 청정 공기가 사용됩니다. 수술실 안의 공기압력을 바깥보다 높게 유지하여 일반 공기가 들어오지 못하도록 양압 장치가 적용되어 있습니다. 허락 없는 공기마저도 함부로 출입을 허용하지 않는 놀라운 첨단 시스템입니다. 환자들의 눈에는 보이지 않는 시설이지만 공기 중의 각종 세균을 제거해 완벽하고 빠른 회복에 큰 기여를 하고 있습니다.

분당척병원에서 가장 청결한 곳, 수술실!

수술방은 절대적 청결구역으로서 모든 출입자

공기마저도 제어하는
100%멸균 수술실소독실은 안전한 수술을 위해 철저한
무균화 작업을 합니다.



완벽한 수술을 위해 환자와 수술명을 꼼꼼하게 확인합니다.

는 마스크, 머리캡, 수술복을 착용해야 합니다. 여기에는 어떤 예외도 없습니다. 의료진 이든, 간호사이든. 수술에 참여하는 모든 의료진은 수술실 입장 전 약 5분간 손과 팔을 소독 비누와 술로 닦은 후 멸균 수술 가운과 장갑을 추가로 착용합니다. 사람이든 기구이든 완벽히 멸균된 것이 아니면 수술실 내부로는 들어갈 수 없습니다. 수술실 내 음식 반입과 같은 일은 적어도 분당척병원에서는 절대 꿈도 꿀 수 없는 일이라 하겠습니다.

분당척병원에서 가장 절차가 까다로운 곳, 수술실!

완벽하게 안전한 수술을 진행하기 위해서는 정해진 준비절차를 지키는 것이 절대적으로 중요합니다. 분당척병원에서 지키는 수술 준비 절차를 살짝 알려드리도록 하겠습니다.

1 검사 결과를 확인합니다.

수술 전날 심전도, 피검사, 심초음파

등 전반적인 검사에서 양호한 지, 합병증 관리가 잘 되고 있는지 마취과 간호사가 확인 후 마취 전문 의사에게 보고를 합니다.

2 멸균 작업을 합니다.

수술 당일, 안전 100%의 수술을 위해 수술 기구뿐 아니라 수술실 공조에 이르기까지 철저하고 꼼꼼하게 무균화 처리를 합니다.

3 장비 시스템을 배치합니다.

수술에 직접 쓰이는 도구들을 수술법에 맞춰 정리하고 청결구역과 오염구역의 동선을 엄격하게 제어해 오염을 방지합니다.

4 최종 점검을 합니다.

간호사가 환자의 환의 및 장신구 착용 상태를 최종 점검한 후 수술실로 이동합니다. 수술 시작과 종료를 문자메세지로 보호자에게 전송합니다.

5 수술 계획을 확인합니다.

이미 두 번이나 확인했지만 완벽한 안전을 위해 환자와 수술이 제대로 맞는지 다시 한 번スタッフが 다 같이 점검합니다. 이를 위해 대학병원에서 운영하는 타임아웃(time out)제도를 시행하고 있습니다.

분당척병원에서 엄격한 곳, 수술실!

수술실은 의료진과 직원들이 지켜야 할 규칙이 매우 엄격한 곳입니다. 직원들의 이야기를 직접 한번 들어봤습니다.

홍보람 간호사 | 수술실에 들어가기 전 소독 비누와 술로 열심히 손을 닦아요. 내가 대충 하면 환자분께 해로울 수 있다는 걸 생각하면 대충할 수 없는 중요한 일인니까요.



문혜경 간호사 | 수술실은 한 치의 실수도 발생해서는 안되는 곳이기 때문에 분위기가 차분해요. 수술 들어가기 전 마음 단단히 먹고 들어가고 있어요.

박효남 간호사 | 수술실 전용 모자와 마스크는 수술실서 나와서 벗어야 하고 꼭 일회용만 사용해요. 꼭 의료용 분리수거함에 폐기하는 것도 잊지 않습니다.

류해성 마취팀장 | 워낙 고령의 환자분이 많아서 마취 중에도 환자에게 눈을 떼지 않고 활력징후를 체크하고 있어요. 우리 부모님 같은 분

들이 수술하러 오시니까요. 완쾌를 바라며 일하고 있어요.

환자와 보호자가 100% 의료진과 병원에 의존하는 곳이 바로 수술실입니다. 보이지도 않고, 들어갈 수도 없으니 막연히 불안할 것입니다. 분당척병원은 수술실 내의 노력뿐 아니라 수술 보호자에게 수술 진행 상황을 문자로 알리는 등 신뢰를 얻을 수 있도록 최선을 다하고 있습니다. 환자들께서 더욱더 안전하고 쾌적한 환경에서 수술을 받을 수 있도록 개선하는 노력도 멈추지 않고 계속하겠습니다.



20년 만에 처음으로 아프지 않은 크리스마스가 왔습니다



조옥구 71세
충북 제천

딸 이향실 43세
경기도 분당

조옥구(71세, 여) 님은 분당척병원에서 수술 후 환한 크리스마스를 맞이하였습니다. 분당에 사시는 따님 이향실님의 권유로 작년 12월 분당척병원에서 양쪽 무릎 인공관절 수술(전치환술)을 받으신 후의 일입니다. 수술 후 통증도 없어지고 혼자 거동이 가능해져 말할 수 없이 밝아졌습니다. 그 심정을 분당척병원 홈페이지 게시판에 직접 사진과 함께 올려주셨습니다. 온 가족이 약 1년 동안 수술을 권유했다고 합니다. 수술에 대한 두려움으로 계속 참으시다가 결국 분당척병원을 찾으셨는데요. 이향실님은 어머니의 성공적인 수술과 예상보다 빠른 회복에 크게 만족하셨습니다. 이향실님은 또 다른 선택도 하셨는데요, 허리디스크(추간판탈출증)으로 20년 넘게 앓고 계시다가 이번에 주사치료를 받았습니다. “다른 병원과는 달리 분당척병원 주사치료(F치료)는 바로 일상생활이 가능했다.” 하셨습니다. “아픈 것 참지 말고 분당척병원에서 치료받으라고 말하고 싶다”고도 하셨습니다. “온 가족이 분당척병원에서 도움을 받은 나 같은 사람이 홍보대사가 되어야 한다”며 의욕을 불태우셨습니다. 조옥구님과 딸 이향실님을 직접 만나 보았습니다.

언제 처음으로 다리에 통증을 느끼셨나요?

먼저 허리가 오래전부터 아팠어요. 4남매를 낳았는데 옛날엔 산후조리를 잘 못 했고, 4명을 다 업어서 키웠어요. 빨래도 손으로 직접 빨고... 그래서인지 허리가 계속 아팠고 아프다 보니 자꾸 움직임이 둔해지고 운동도 못하게 되었죠. 그러다 보니 점점 체중이 늘게 되고 무릎 관절을 눌러 무리가 온 것 같아요. 제천에서 주사치료, 약물치료도 다 받아 보았는데 오래가지 않았고, 딸이 권유해준 수영, 걷기, 헬스장, 요가까지 다녔었는데 무릎이 아파 점점 운동가기까지 거동이 힘들어지며 3개월 동안은 꼼짝을 못하고 집에만 있었죠. 신발 신고 벗기도 힘들었을 정도니까요.

어떻게 수술을 결심하게 되셨나요?

1년 사이에 상태가 너무 많이 안 좋아져서 혼자 거동도 힘들었어요. 1년 동안은 딸들이 수술하라고 계속 권유했는데 수술에 대한 두려움 때문에 싫다고 했죠. 제가 당뇨랑 혈압이 있어서 주변 사람들에게 안 좋은 소리만 듣게 되더라고요.

그러던 작년 12월, 자녀들이랑 부산 여행을 갔는데 제가 거동이 불편하니 여행 다니면서 계속 휠체어를 타고 다닐 수밖에 없었고 나를 태

66

통증으로 괴로워했던 시간이
바보 같아요. 아프면 참지 마세요.
통증으로 남은 날들을 괴롭게
지내기보단 빨리 치료받고 하루라도
아프지 않은 것이 중요하잖아요.

99





주치의 관절센터 양병세 원장

조옥구님의 경우 x-ray(엑스레이)에서는 아직 연골이 남아있는 것처럼 보일 수 있으나 MRI(자기공명 영상) 촬영에서 보면 반월상 연골은 물론 관절연골도 남아있지 않은 소견을 보여 무릎 인공관절 전치환술을 시행하였습니다. 양쪽 무릎 수술이 잘 되어서 현재는 빠른 회복으로 거동에 불편 없이 지내시어 환자, 보호자분 모두 만족하고 계신 케이스입니다.



운 휠체어를 끌고, 계단에선 들고 하는 애들을 보면서 이걸 제대로 여행도 안되고 애들고생만 시키는 것 같아 '안 되겠다, 수술해야겠다.' 라고 굳게 마음먹고 애들이랑 약속했죠. 여행 끝나고 수술하기로...

그래서 부산 여행 끝나자마자 12월 말에 바로 분당척병원에 와서 수술을 하게 되었어요. 양병세원장님을 만났는데 환한 미소도 마음에 들고 병원 시설, 직원들의 친절, 또 허리도 아파서 함께 진료를 봤는데 제 영상을 다 보시더니 무릎 먼저 수술하라고 하더라고요.

병원 생활은 어떠셨나요?

200% 만족이죠. 분당척병원은 콜센터부터 시작해서 주차까지 정말 하나같이 친절하시고 환자의 편의를 생각하고 있다는 것이 몸소 느껴졌죠.

주차도 직접 먼저 해주시고, 예약 변경이나 문의로 콜센터에 연락하면 대기시간도 짧고 친절하며 일정도 바로 바로잡아주셔서 너무 편리했어요.

수술 당일엔, 수술실 들어가고 나서도 보호자에게 수술 시작했다는 문자와 수술 끝났다는

문자를 보내주니까 기나긴 수술시간 동안 수술장문 앞에서 초조하게 기다리지 않아도 되고 수술시간 동안 보호자가 밥이라도 먹고 올 수 있어서 너무 좋은 시스템이라고 생각했어요.

무엇보다 가장 좋았던 건 무료 간병인 서비스입니다. 개인 간병인 구하려면 비용도 비싸고 간병인이라고 해도 이 분야에 대한 전문적인 지식을 모두 가지고 있지 않은데 여기 계시는 분들은 전문적인 교육을 받으셨는지 가족들이 전문 지식이 없어 당황스러운 순간에도 간병인 분들이 차근차근 도와주셔서 한결 수월하게 지낼 수 있었습니다.

거동이 편해진 후에는 혼자 머리 감으러 가려고 하면 어느새 뺐는지 금방 따라와서 안마를 겸비한 머리 감겨주시는 정말 시원하고 좋았어요. 분당척병원의 이런 좋은 무료 간병인 시스템이 외부에 많이 알려져 있는 것 같아 아쉬워요.

그리고 늘 인상만 쓰는 환자들 속에 활짝 웃는 양병세 원장님의 웃는 모습이 아직도 생글생글 눈에 밝힙니다.



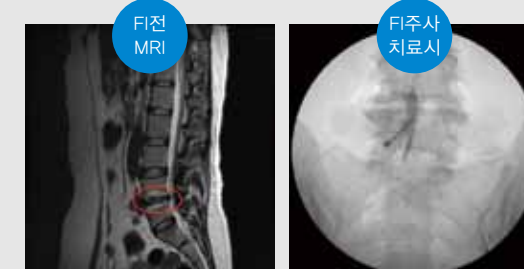
보호자 이향실님 이야기...

20년 전부터 허리가 아팠어요. 서 있는 건 가능한데 앉지를 못할 정도였죠.

그래서 정말 이 병원 저 병원 다니며 수많은 주사와 물리치료, 한방치료, 운동치료 등을 받아 왔습니다. 엄마가 분당척병원에서 양쪽 무릎 수술을 하시고 이를 만에 밝아지신 모습에 병원에 대한 신뢰가 쌓인 터라 나도 여기서 치료받아야겠다 생각했죠. 다른 병원에서는 주사 치료하는 날은 회사를 꼭 쉬어야 했어요. 운전도 못하겠고 2~3일은 계속 아팠으니까요. 하지만 분당척병원에서는 이전 병원들과는 비교도 안되게 적은 통증으로 주사를 맞았어요. 주사 맞은 후에는 침대에서 한 십분 정도 쉬었다가 가라고 하시더라고요. 얼마나 괜찮았으면 누워서 셀카를 찍을 정도였다고요. 주사 맞고 바로 운전했는데도 엉덩이가 안 아파서 정말 신기했어요. 치료 후 나가보니 많은 주사 대기 환자분들이 긴장된 모습으로 기다리는 모습을 보았습니다. 그분들께 주사치료 너무 두려워 마시라는 말씀을 꼭 드리고 싶었어요.

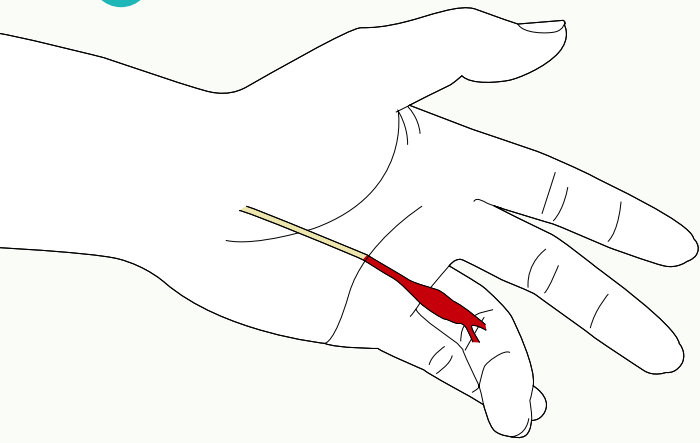
주치의 비수술센터 정지훈 원장

이향실님은 허리 통증 및 우측엉치통증과 하지 방사통으로 본원에 방문하였습니다. 요추 4번과 5번 사이의 퇴행성 디스크 변성증 및 탈출증 그리고 척추체 변성증 진단되었으며 상태는 전디스크치환술(TDR)을 고려해야 될 정도로 디스크 변성증이 심한 상태였습니다. 그러나 우선 약물치료 및 물리치료 먼저 시행하였고 통증 지속되어 보다 적극적인 치료로 경막 외 신경 주사치료(FI) 및 도수 재활치료를 병행하면서 증상 많이 호전되었습니다. 주사치료에 대한 두려움이 있었으나 잘 극복하시고 열심히 도수 재활운동을 하셔서 수술 없이 잘 치료된 경우입니다.



※ 본 인터뷰는 환자의 동의를 얻은 후 게재되었습니다.

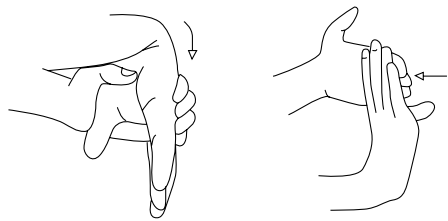




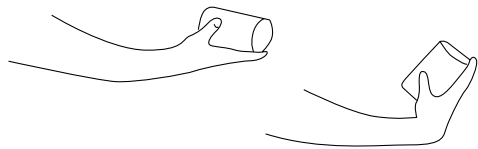
스마트폰 사용 엄지족, 방아쇠수지 증후군 부른다 방아쇠수지 증후군

방아쇠수지 증후군은 손가락을 구부릴 때 방아쇠를 당기는 느낌이 난다 해서 붙여진 이름이다. 손의 과다 사용으로 인해 손가락 내부의 힘줄에 염증이 생겨 손가락을 움직일 때 딸각거리며 엄지손가락과 중지, 약지에서 통증이 나타난다. 스마트폰을 사용자나 40~60대 주부에게서도 통증이 자주 발생하지만, 증상을 치료해야 한다고 인식하는 사람은 극소수이다. 처음에는 빠근함에서 출발하지만 조기 치료하지 않으면 만성 염증 질환의 원인이 되어 일상에서 큰 불편함을 겪게 된다.

분당척병원이 알려주는 손 스트레칭



손목 스트레칭



손목 굽히기 스트레칭



힘줄 스트레칭

분당척병원이 알려주는 방아쇠수지 예방법

- 01 손가락의 반복적인 사용을 피하고 스마트폰 사용 시 손가락 스트레칭으로 손가락과 손목을 풀어줘 긴장이 쌓이지 않도록 한다.
- 02 손가락과 손목을 많이 쓰는 사람은 집에 돌아와 따뜻한 물에 손을 담가 경직된 근육을 풀어주고 핸드크림 등을 바르면서 부드럽게 손과 손가락을 마사지한다.

분당척병원 방아쇠수지 치료법

- ① 초음파 유도하 주사치료
- ② 방아쇠수지 수술(30분 이내)



중년의 불청객 ‘오십견’ 5분 만에 치료한다!

오십견 오분 치료

50대 중반의 주부 박모 씨는 몇 달 전부터 잠을 이룰 수 없는 심한 어깨 통증을 느꼈다. 씻거나 머리를 감고 말릴 때도 통증 때문에 어깨를 들 수가 없게 되었으며 셔츠 단추를 쉽게 끼우지 못할 정도로 통증이 심해져 분당척병원을 찾았다. 오십견 판정을 받은 박모 씨는 오십견 오분 치료(브리스망 운동치료)로 건강한 어깨를 되찾았다.

오십견 오분 치료란?

다른 말로 브리스망 운동요법이라고도 하며, 통증으로 하지 못 했던 운동을 전문의가 부분마취 후 서서히 꺾어서 움직일 수 있도록 굳은 어깨 근육과 관절을 풀어주는 방식이다. 치료 시간이 5분 정도로 간단한 치료법이다. 당일 입원으로 치료할 수 있으며 치료 후 재활운동을 바로 시작할 수 있다.



오십견(동결견) 치료법

- ① 운동치료 및 약물(소염진통제) 치료
- ② 마취하 관절수술
- ③ 관절경 수술



척추도 척척! 관절도 척척! 분당척병원

당신의 평생주치의, 척추·관절 치료의 대표의사들을 소개합니다.



대표원장 장상범



척추정형외과 원장
박건우



척추신경외과 원장
배재완



척추신경외과 원장
한광욱



척추정형외과 원장
김남훈



관절정형외과 원장
윤영선



관절정형외과 원장
박종석



관절정형외과 원장
양병세



비수술치료센터 원장
서소진



비수술치료센터 원장
우상우



비수술치료센터 원장
정지훈



비수술치료센터 원장
강임홍



내과 원장
김경택



영상의학과 과장
이주현



마취통증의학과 과장
조숙현

척추센터

허리디스크, 목디스크, 척추협착증, 척추전방전위증, 척추굴절

관절센터

무릎관절염, 퇴행성관절염, 어깨관절질환, 고관절질환, 오십견

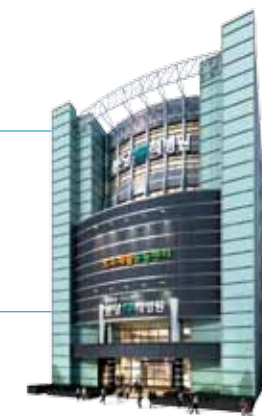
비수술치료센터

척추비수술치료, 관절비수술치료, 허리/목디스크, 척추협착증, 만성요통

내과(가정의학과)

당뇨·혈압 등 만성질환, 비만 클리닉, 만성피로 클리닉, 고지혈증, 소화기질환

월~금 오전 9시 30분~오후 5시 30분 토요일 오전 9시 30분~오후 3시 30분
www.chukmedical.com 예약상담 1599-7500



분당척병원 모바일 홈페이지 리뉴얼 오픈!

보다 빠르고 편리한 스마트폰 환경에 최적화 한 분당척병원 모바일 홈페이지가 콘텐츠를 강화하여 리뉴얼 오픈하였습니다. 모바일 홈페이지(<http://m.chukmedical.com>)는 '자가진단테스트'를 제공하고, 척추 관절 질환 및 치료 정보를 보기 쉽도록 페이지를 최적화하였으며, 모바일에서도 '전문상담'을 쉽게 이용할 수 있도록 제작하여 이용자 편의성을 갖추었습니다. 개인 정보 보호 기능 또한 한층 더 강화하여 이용자들이 안심하고 접속할 수 있습니다. 분당척병원 모바일 홈페이지에 많은 관심 부탁드립니다.



소방안전교육

소방안전의 필요성과 중요성을 부각시키고 안전사고를 대비하기 위해 분당척병원 전 직원이 모여 화재예방, 소화기 사용법, 환자 대피 이송 방법 등 병원 건물에 꼭 맞는 교육을 받았습니다.

분당척병원은 화재 발생 시 센서를 통해 화재 발생 장소의 정확한 위치 파악이 가능하며, 소화기와 소화전 스프링클러 등 시설은 물론 평소 화재예방관리에 힘쓰고 있습니다.

분당척병원은 치료뿐만 아니라 환자분들의 안전 관리에도 최선을 다하겠습니다.



분당척병원 직원 모니터링

환자들의 서비스 만족도를 높이기 위해 각 부서별로 직원들의 모니터링을 실시하였습니다. 평소 환자를 응대하는 모습을 영상으로 촬영한 뒤 각 부서별로 모여 환자 응대에 잘 못된 부분은 없는지, 서비스에 부족한 부분은 없는지 전반적인 친절도에 대해 모니터링 한 영상을 보며 피드백하고 앞으로 변화해 가야 할 부분에 대해 짚어났습니다.

앞으로도 환자분들의 만족도를 높이기 위해 꾸준히 모니터링을 진행할 것이며, 지속적인 피드백으로 서비스의 질을 향상시켜 나아 갈 것입니다.