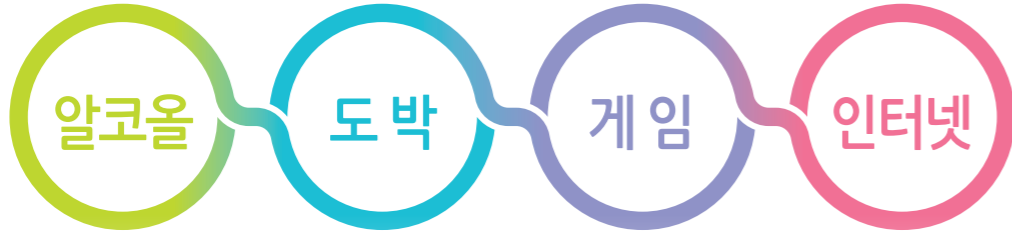


# 마음사랑병원 중독치료

정신건강의학과 전문의와 중독전문상담사의 체계적이고 전문적인 치료개입으로 중독의 굴레에서 벗어나도록 최선을 다하고 있습니다.



## 도박중독전문 의료기관 선정



마음사랑병원은 한국도박문제관리센터와 협약을 통한 <도박중독전문 의료기관>으로 선정되었습니다.

도박 외래치료비 지원: 1년 80만원 지원 (치료자 1인당 / 검사비 및 약제비 포함)

전주시중독관리  
통합지원센터

협약기관과의 연계를 통해  
상담 및 외래/입원 치료 지원,  
퇴원후 중독극복과  
사후관리를 도와드립니다.

군산시중독관리  
통합지원센터

고객상담센터(24시간 상담) : 063-240-2114 중독상담실 : 063-240-2134

# 마음사랑

2020 가을호  
VOL.92

마음사랑 소식지는 열린 마음, 밝은 마음으로 아름다운 세상을 만들어 가고 싶은 우리 모두의 바람을 담았습니다.



**[건강 길라잡이]**  
선택을 주저하는 나,  
선택장애일까?

**[메디컬 칼럼]**  
아동학대

**[기획이슈]**  
도박중독으로 고통받는  
분들에게 드리는 글

전라북도 마음사랑병원





Cover Story\_ 마음사랑병원 '스마일캠페인'  
 마음사랑병원을 이용하시는 여러분께 드리는  
 직원들의 친절, 사랑 그리고 새 희망의 미소입니다.

마음사랑 소식지는 2019년 9월을 기점으로 매년 3월과 9월에 발행됨을 알려드립니다.  
 병원의 소식이 궁금하신 분들은 언제든지 본원 홈페이지와 블로그를 방문하시면 자세한 소식을 접하실 수 있습니다.  
 마음사랑 소식지에 관심과 사랑을 보여주는 여러분께 감사드립니다.

전라북도 마음사랑병원 2020년 가을호 VOL.92

발행처 전라북도 마음사랑병원 / 55347 전라북도 완주군 소양면 소양로 465-23/465-23 Soyangro, Soyangmyeon, Wanjugun, Jeonbuk, Korea 55347  
 발행인 정운진 발행일 2020년 9월 1일 전화 063) 240-2100 팩스 063) 240-2117  
 기획·편집 전라북도 마음사랑병원 기획팀(홍보위원회) 디자인 제작 (주)크리에이티브에드 창 02) 3446-9379~80



## 소식지 가을 마음사랑

### CONTENTS

<b>인사말</b>		
여는 글	가까이 너무 가까이는 말고	04
<b>건강</b>		
건강 길라잡이	선택을 주저하는 나, 선택장애일까?	06
메디컬 칼럼	아동학대	08
<b>기획</b>		
기획이슈	도박중독으로 고통받는 분들에게 드리는 글	10
<b>치료</b>		
특집	슬기로운 감염관리	12
<b>브릿지</b>		
내 마음의 심포	독서토론) 하루의 심포, 나를 다듬는 시간	14
<b>정보</b>		
휴(休)	감자 먹는 사람들	16
<b>스토리</b>		
고맙습니다	환자 이송에 도움을 주신 분들, 고맙습니다.	18
마음나누기 1	알코올 중독치료를 받으며 느낀 점	20
마음나누기 2	뇌에 불을 켜다	22
열정 36.5℃	위기 속 빛나는 마음사랑병원의 힘	24
<b>뉴스&amp;안내</b>		
마음사랑뉴스	뉴스/재단소식	26
Information	월례교육/가족교육	32
	셔틀버스 안내	33
	마음사랑 후원회	34
	심신치료센터	35

# 가까이 너무 가까이는 말고

전 나쁜 딸일까요?

돌아가신지 20년이 넘는 친정어머니가 생각나는 순간은 어머니가 해주시던 음식이 먹고 싶을 때이거든요. 봄이 무르익을 때 먹던 햇고사리 넣은 맑은 조기찌개와 뜨거운 여름의 소고기 곰국 그리고 초겨울 추운 저녁 학교에서 돌아와 먹던 주욱 죽 늘어드는 굴 넣은 매생이탕이 생각나면 엄마가 그리워져요. 누군가가 만들어주는 음식이 먹고 싶을 때 특히내 입맛에 딱맞는 그런 음식이 먹고 싶을 때지요. 음식 아니고도 얼마나 큰 사랑을 주셨는데 왜 유독 그럴 때면 엄마가 그리운 걸까요? 시어머니는 겨울이면 생각나요. 밤 생각 등 갖은 양념을 채 썰어 넣고 삭힌 동치미. 땅에 묻은 향아리에서 꺼내 주시던 톱 쏘는 그 깊고 깊은 맛은 세상 어디에도 없었던 것 같아요.

중고등학교 시절, 학교에서 집에 돌아와 마루에 터~억 걸터앉아 있노라면 할머니는 소리 없이 마루에서 내려가 제 양말을 정성껏 벗겨주셨습니다. 애썼다 하시면서요. 겨울 아침이면, 아궁이 옆에 올려놓아 따뜻해진 운동화를 건네주시던 할머니. 고령에도 친정을 가면 늘 따스하게 안아주며 반겨주시고는 조용히 방에 머무시던 할머니. 늘 계신 듯 안 계신 듯 소리 없이 살피주시던 할머니가 저는 나이 들수록 그립고 존경스럽습니다.

여름이 끝나가는 8월 저희는 벌써 내년에 쓸 달력을 계획하고 있습니다. 출판이나 미술 관련 경력이 전혀 없는 저를 포함한 직원들이 모여 아이디어를 내고 한 단계 한 단계 나아가다 보면 일은 마무리 되지요. 어찌다 일이 술술 풀리면 출판사 차려도 된다며 자신감이 가득해지기도 하고요. 지금 읽으시는 소식지도 저희들의 정성이 그렇게 모여 얹은 책자 속에 이렇게나마 사람 사는 따스한 이야기를 담아낸답니다. 내년 달력은 마음사랑병원을 아끼시는 문인화작가의 작품으로 구성하기로 했습니다. 애써 만드셨을 작품을 아낌없이 주시는 작가와 함께 작품도 선정했지요. 한 해를 시작하는 시점과 또 마감하는 때를 맞추고 계절의 색깔을 맞추는 시간은 또 다른 창작이기도 하지요. 한 해 동안 마음 편히 보시라고 이리저리 살피자니 여백이 많은 그림들에 더 눈길이 가더군요. 작품을 고르며, 우리의 삶에서도 얼마나 여백이 중요할지 생각해 보았습니다.

코로나 사태를 겪으며 우리의 일상에 많은 변화가 생겼습니다. 마스크를 쓰는 것은 기본이고 사회적 거리두기라고 앞뒤 옆 공간을 두고 사람을 만나다 보니 이제는 예전처럼 다닥다닥 가까이 앉는 게 조금씩 불편하게 느껴지는 것 같아요. 모르는 사람과의 접촉을 피해 외출을 자제하다 보니 자연스럽게 가족과 함께하는 시간도 많아졌어요. 집에서 보내는 시간이 늘게 되니 이제 많은 이들이 집을 안락하게 꾸미고 맛있는 집 밥을 만드는데 지갑을 연다고 합니다. 어쩌면 코로나 덕분에 가정이 원래의 모습을 찾아가고 있는지도 모릅니다.

부부라고 해서 부모 자식 간이라고 해서 또는 연인 사이라고 해서 모든 것을 알고 또 모든 것을 함께 해야 하는 것이 좋은 것만은 아닐 겁니다. 너무 가까이에서 지내다 보면 평소 알지 못했던 단점들이 드러나며 사소하고 작은 일들에 갇히고 간섭하며 서로를 힘들게 할 수 있을 것 같아요. 즉 <가까이 그러나 너무 가까이는 말고>라는 마음가짐이 필요할 것 같습니다. 행여 무언가 마음에 들지 않아도 살짝 눈 감아 버리고 눈에 거슬려도 침 한번 꿀꺽 삼키며 심호흡과 함께 그럴 수 있지라고 여기면 마음이 한결 편해질 거예요. 사회적 거리만큼 마음의 거리를 유지하며, 속 좁아지는 자질구레한 생각들은 날려버리고 더 깊은 내면의 여백을 찾아보시면 어떨지요. 그 여백 안에서 찾은 여유로움으로 재충전하여 가족과 맛있는 음식도 함께 만들고 상대의 마음도 보살피는 시간을 보낸다면 언젠가 코로나 팬데믹을 얘기하며, 덕분에 이런저런 추억을 만들었다며 웃을 수 있을 겁니다.

세월이 흐른 후 가족들 또 친구들은 우리를 어떻게 기억할까 생각해 보아요. 어떻게 기억되고 싶으세요? 장마도 사라진 햇빛 찬란한 가을을 맞아, 생기 넘치는 가을을 여러분께 보내드립니다. 감사합니다. 그리고 사랑합니다.

글 | 김성의 이사장



# 선택을 주저하는 나, 선택장애일까?



우리의 삶 속에서 선택의 순간은 반복되고 있으며, 선택의 순간에는 사소한 것일지라도 쉽게 결정하지 못하고 주저할 때가 많다. 그런 심리를 이용해서 ‘짜짜면’이나 ‘양념반 후라이드반’ 같은 메뉴들이 탄생한 게 아닐까.

변종 코로나바이러스의 유행이 장기화되면서 온라인 쇼핑을 통한 상품 구매나 배달어플을 통한 음식주문이 크게 증가하고 있다. 어떤 이들은 물건이나 메뉴에 대한 결정을 하지 못하고 후기나 정보 검색을 장시간 하거나 장바구니에 담아두고 고민만 한다. 결국 자신의 선택장애를 탓하면서 타인에게 도움을 청하게 된다.



정신건강의학과 전문의  
이건학 진료부장

‘선택장애’ 또는 ‘결정장애’라는 용어는 중요한 상황에서 제대로 결정을 내리지 못하고 주저하는 상황을 일컬어 만들어진 신조어로서 의학적으로 인정된 질환은 아니다. 특히 마케팅 영역에서는, 인터넷이 일상화되어 정보가 넘치고 선택의 폭이 넓어지는 요즘 시대에 스스로 상품 구매를 결정하지 못하고 갈팡질팡하며 때로는 타인에게 그 결정을 넘겨버리는 현상을 ‘햄릿증후군’이라고 부르기도 한다.

그렇다면, 뭔가를 선택을 하는데 유난히 망설이고 시간이 걸리는 나. 이게 타고난 우유부단함 탓일까 아니면 지나치게 신중한 것일까. 우유부단한 사람과 신중한 사람 모두 뭔가를 선택하는데 시간이 꽤 소요되는 것은 비슷하다. 하지만 신중한 사람은 최선의 결과물을 위해 자료를 모은 뒤 결정을 하며 그에 대한 책임도 담담히 받아들이는 차분함과 냉정함이 느껴지는 반면, 우유부단한 사람은 자기 주관이 부족하여 좀처럼 결정 자체를 하지 못하며 그 책임을 회피하거나 누군가에게 의지하려는 경향이 많다.

앞에서 기술했듯이 선택장애 또는 결정장애 자체는 병이 아니다. 또한 어떤 사람들에게는 뭔가를 선택하는 과정이 설렘이나 즐거움의 순간일 수도 있다. 어쩌면 그런 상황을 굳이 장애라고 표현하면서까지 극복을 해야 하는 대상으로 만들 필요가 없을지도 모른다. 하지만 만성적으로 사소한 것들에 대한 결정의 순간에 조차 주저하고 우유부단해져서 마음이 편치 않은 사람들에게는 밀려오는 선택의 상황들이 반갑지 않을 것이다. 어떤 이는 과거 선택의 결과에 대한 트라우마를 표현하기도 하고 선택을 하지 못하는 이유에 대해 자존감에 관련된 고민을 말하기도 한다.



선택에 어려움을 느끼는 사람들은 생각이 지나치게 많고 타인의 반응을 의식하며 결과에 대한 불안감이 높아서 결정을 주저하게 되는 경향이 높다. 선택의 결과에 대해 지나치게 염려하지 말고, 선택에 있어 가장 중요한 점에 대해 기준을 세우고 우선적으로 집중해야 한다. 또한 자기 자신이 늘 완벽할 필요가 없음에 대해 받아들이고 선택이나 결정에 대한 스트레스에 대해 벗어날 필요가 있다. ‘아무거나’라고 하거나 ‘알아서 해’라고 하면서 타인에게 결정을 하도록 의존하지 말고 작은 것이라도 자신이 결정하는 연습을 하는 것이 도움이 될 것이다. 다만 선택의 문제 등 갈등상황에 대한 만성적인 불안으로 심적인 위축이나 우울, 자존감의 문제가 느껴질 때에는 보다 전문적인 훈련이나 상담을 받아보기를 권한다.

# 아동학대



정신건강의학과 전문의  
전라북도 교육청 정신건강전문 컨설팅지원단  
학교 정신건강 전문가 연수교육 수료  
강남인 진료과장

얼마 전 보도된 창녕의 초등학교 아동학대 사건은 전 국민을 분노케 하였고, 연일 보도되는 수많은 기사 중에서도 이와 같은 아동학대 사건은 우리의 마음을 더욱 안타깝게 하고 있습니다. 사실 아동학대는 어디 특별한 곳에 사는 괴물에게서만 일어나는 일은 아닙니다. ‘아동학대’란 보호자를 포함한 성인이 18세 미만인 사람의 건강 또는 복지를 해치거나 정상적 발달을 저해할 수 있는 신체적·정신적·성적 폭력이나 가혹 행위를 하는 것과 아동의 보호자가 아동을 유기하거나 방임하는 것을 말합니다. 아동학대는 아동에게 씻을 수 없는 상처를 줄뿐더러 상당수의 피해자들은 성인이 된 이후에도 여러 가지 정서적 후유증을 안고 살게 되며, 심할 경우 우울증이나 공황장애, 불안장애, 정신증, 인격 장애와 같은 정신과적 질병이나 사회의 범죄자가 될 가능성이 매우 높다는 점에서 매우 중요한 문제입니다. 많은 범죄자의 상당수가 아동기 학대받은 경험이 높다는 통계가 이를 뒷받침 해주고 있습니다. 특히 아동을 보호해야 할 절대적인 환경인 가족 내에서 빈번히 아동학대가 발생한다는 것은 우리 사회가 얼마나 아동학대의 문제에 대해 관심을 기울여야 하는지 시사하는 바가 큼니다.



아동학대의 원인은 여러 가지가 있습니다. 그중 하나는 아동을 자신의 소유물로 여기고 스트레스 해소의 대상으로 여기는 경우입니다. 가해 부모는 부부 갈등이나 직업적 스트레스를 아동에게 투사하며 종종 분노의 감정을 동반하며, 아동은 부모에 대한 증오와 동시에 의존성, 우울, 불안 등을 함께 길러 무기력한 인간으로 성장하게 됩니다. 더불어 지속적으로 행해지는 폭행과 폭언을 보며 폭력을 학습화하여 자신보다 약한 사람에게는 쉽게 폭력을 행사하는 가해자가 될 수 있습니다. 이러한 경우 아동과 함께 부모 역시 스트레스 관리 및 내면의 분노에 대한 전문적인 상담과 치료가 함께 이루어져야 반복되는 아동학대의 고리를 끊을 수 있습니다. 아동학대의 가해자가 정신질환자인 경우도 있습니다. 치료받지 않은 조현병이나 망상 장애, 알코올 중독, 분노 조절 장애와 같은 고위험 정신 상태에 있거나 특정 인격 장애의 경우 현실 검증 능력이 부족할뿐더러 정신증적인 증상에 몰입하여 비정상적 자기 합리화를 보이며 아동에 대한 신체적, 정서적, 성적 학대를 훈육이라고 주장하기도 합니다.

이와 같은 정신과적 질병은 적절한 치료 시기를 놓치면 증상의 악화로 인해 더 심각한 아동학대로 이어질 수 있기 때문에 가해자로부터 재빨리 아동을 분리시키고, 반드시 정신과적 전문치료를 연계해야 합니다. 때로는 부모의 잘못된 신념이나 종교적 맹신으로 인해 병에 걸린 아동을 장기간 방치하거나 기도로 치료하겠다고 적절한 병원 치료 기회를 놓치고 사망에까지 이르게 하는 경우도 있습니다. 소위 자연주의 육아를 한다며 현대 의학을



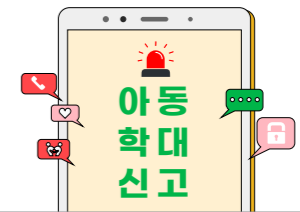
거부하는 안아키(약안 쓰고 아이 키우기) 부모들이나 채식주의 육아를 하겠다며 성장기 아동에게 적절한 단백질 공급을 하지 않아 심한 발육부전과 질병을 유발하는 하는 행동 역시

아동 학대인 것입니다. ‘생명’을 돌보고 지키는 일은 그 무엇보다 소중한 일이며 책임감이 따르는



일입니다. 더 이상 그릇된 지식과 근거 없는 믿음으로 우리의 아이들을 희생 시켜서는 안 됩니다.

부모의 사랑을 충분히 받고 자란 행복한 아이들은 나중에 청소년이나 성인이 되어서도 그 사랑을 상대방이나 아랫사람에게도 베풀어주는 선한 영향력이 있기 때문에 아이들을 어릴 때부터 행복하게 키우는 일은 매우 중요합니다. 신체적 학대이든 정신적 학대이든 가치관이 형성될 시기에서의 학대는 앞으로 그 아이가 자라면서 보고 말하고 행동하는 모든 일에 영향을 끼칠 수 있기 때문입니다. “한 아이를 키우려면 온마음이 필요하다”라는 속담이 더욱더 마음에 와닿는 요즘입니다. 아동 학대는 우리 모두의 지속적인 관심이 필요한 일입니다. 학대 사례를 본 경우라면 우리 모두가 책임감을 가지고 용기 있게 신고하고 아동과 가해자 모두 치료적 도움의 손길을 받을 수 있도록 해야 합니다. 더불어 안정적인 가정 내 육아 환경을 뒷받침해줄 수 있는 사회적 제도를 마련하고, 아동을 독립된 인격체로 존중하는 사회 구성원 모두의 인식의 개선이 함께 이루어져야 하겠습니다.



아동 학대 신고: 국번 없이 1577-1391



# 도박 중독으로 고통받는 분들에게 드리는 글



중독치료센터 센터장  
정신건강의학과 전문의  
곽준 진료과장

코로나19 팬데믹으로 사회적 거리두기가 지속되면서 카지노, 경마와 같은 오프라인 도박은 이용이 감소한 반면, 불법 온라인 도박은 오히려 기승을 부리고 있다. 온라인 카지노, 사다리 게임 등 실시간 도박 이용이 급증했고 청소년과 청년층 이용자가 지속적으로 증가하고 있다. 또한 중장년층을 중심으로 주식 비중도 급증했는데 건전한 투자 원칙에 따른 장기 투자가 아니라 단기간 고수익을 노린 단타 매매, 고위험 선물, 옵션, 파생상품 거래가 급증하고 있어 우려스럽다. 이러한 투기 행위는 '조절력을 상실'한 채 '즉각적인 보상을 추구'한다는 점에서 두말할 필요 없이 중독성이 매우 높은 도박이다. 더군다나 합법적인 테두리 안에서 이용 가능하고 거래되는 금액의 크기마저 제한이 없어 한번 발을 들이면 다른 유형의 도박에 비할 수 없을 만큼 빠른 속도로 파멸에 이를 수 있다. 이러한 추세를 반영하듯 한국도박문제관리센터에 의하면, 올해 3~5월 간 센터 상담전화 이용자가 전년 동기 대비 16%가 증가했으며 도박 빚으로 인한 경제적 어려움으로 극단적인 선택을 하는 사태까지 발생하고 있다고 한다.

도박장애는 일반적으로 '따는 단계(Winning phase)', '잃는 단계(Progressive-loss phase)', '절박한 단계(Desperate phase)', '절망 단계(Hopeless phase)'로 진행되는 만성적인 경과를 보인다. 과거에는 이렇게 되기까지 대개 15년이 걸렸으나, 최근 도박의 유형이 다양해지고 접근이 쉬워지면서 불과 1~2년 만에 절망 단계로 진행해 모든 것을 잃는 경우도 있다. 이 단계가 되면 오로지 도박만이 삶의 이유이며 도박자금 마련을 위해 공금을 유용하고, 사기, 절도에 가담하기도 한다. 결국 직업상실, 이혼, 체포 등을 겪으며 신체적으로나 정서적으로 황폐해지고 심각한 우울증과 자살사고를 경험하거나 술이나 약물 중독에 빠져들기도 한다.

도박중독자들은 빛을 보았다고 다시 도박에 손을 대지만, 근본적으로는 도박 자체에 대한 갈망 때문에 도박을 끊지 못한다. 신경생물학적 연구에 의하면 뇌의 '보상회로'라는 도파민 회로가 도박장애의 중요한 원인으로 알려져 있다. 맛있는 음식을 먹거나 즐거운 활동을 할 때 우리 뇌에서는 정상적으로 도파민이 분비되며 만족감을 느끼는데, 도박으로 인한 쾌감은 이보다 훨씬 강하고 즉각적이어서 그 순간 도파민 분비는 매우 활발해진다. 이때의 강렬한 쾌감을 잊지 못해 다시 도박에 손을 대는 것이다. 또한 충동성에 관여하는 세로토닌, 새로움을 추구하는 경향과 연관된 노르에피네프린계의 이상이 도박장애 발병에 영향을 준다. 즉, 도박장애는 다른 중독질환처럼 뇌신경계 이상으로 생기는 질병이며 이는 환자들이 의지만으로는 도박을 끊기가 매우 어려운 이유이기도 하다.

환자들은 이미 주변에서 많은 비난을 받아왔기 때문에 증상을 축소하고 자신을 방어하는데 익숙해져 있다. 또한 재정적인 문제, 가족과의 갈등 등 현실적인 문제에 직면하는 것이 두려워 변화를 주저하며, 운만 좋으면 도박으로 잃은 돈을 한꺼번에 만회할 수 있다는 헛된 희망을 포기하지 못한다. 보통 도박 문제가 발생하고 10년이 지난 후에야 이미 심각해지고 치료 동기가 부족한 상태에서 가족들에 의해 마지못해 병원을 처음 방문하게 된다.

도박장애는 장기간 치료가 필요한 만성 질병이지만 환자가 자신의 문제를 인정하고 회복을 위해 꾸준히 노력하면 충분히 치료 가능하다. 치료는 질병의 신경생물학적 측면뿐 아니라 환경 요인, 왜곡된 인지와 심리 문제, 가족과의 관계 회복, 빚을 갚기 위한 재정관리, 법률 자문 등 다양한 측면에서 접근이 이루어져야 한다. 이를 위해서는 어느 한 기관의 개입만으로는 부족할 수 있고 도박장애를 전문으로 다루는 병원과 지역 센터, 단도박 모임 등 여러 기관과 단체의 다각적 협력이 필요하다.

병원을 방문하면 우선 동기 수준과 변화 단계를 고려해 그에 맞는 치료 목표와 방법을 정하고 개인의 일상생활 경험에 맞춰 피드백을 준다. 또한 환자들은 타고난 기질에 따라 자극추구 성향이 높고 충동성이 강한 '감각추구형'과 우울 성향이 높고 적응에 어려움을 보이는 '적응장애형'으로 나뉘는데 유형에 따라 적절한 치료를 받게 된다. 그뿐만

아니라 우울증, 불안증, 양극성 장애, ADHD, 알코올 사용장애 등 공존질환으로 고통받는 경우가 많다는 점도 고려해 최적의 약물과 치료 방향이 결정된다. 궁극적으로는 환자 스스로가 통제력을 길러 도박 충동을 조절하고 만족스러운 삶을 살도록 하는 것이 치료의 목표이다.

마음사랑병원은 도박중독전문 의료기관으로 환자 개인의 특성에 맞는 치료를 제공하고 있다. 또한 환자들이 치료비 부담을 덜 수 있도록 한국도박문제관리센터와 협약을 맺고 외래 치료비를 지원하며, 필요하면 센터와 연계해 재정 상담이나 법률 자문도 받을 수 있도록 돕고 있다. 자신뿐 아니라 가족의 인생까지 파괴하는 질병인 도박장애로 어려움을 겪고 있다면 더 이상 주저하지 말고 도움을 청하길 바란다.

### 도박중독전문 의료기관 선정

본원은 한국도박문제관리센터와 협약을 통한 <도박중독전문 의료기관>으로 선정되었습니다.

**도박 외래치료비 지원**  
**1년 80만원 지원** (치료자 1인당 / 검사비 및 약제비 포함)

마음사랑병원 중독상담실 | 063-240-2134  
 마음사랑병원 고객센터 | 063-240-2114 (24시간 상담)



# 슬기로운 감염관리

글 | 햇살클리닉 김형태 책임간호사

올해 초 국내에서도 빠르게 확산되었던 코로나19 바이러스가 잠잠해지는 듯 했으나, 전세계적으로 2차 대유행의 조짐을 보이고 있습니다. 마음사랑병원은 이에 적극적으로 대응하여 600여 명의 환자가 바이러스 감염으로부터 안전할 수 있도록 예방관리에 24시간 최선을 다하고 있습니다.

## 예방 활동

### 1. 마음사랑병원 감염관리 대책팀 운영

병원감염관리지침 및 의료법 시행규칙 제44조 의거하여 대책팀을 운영하여 질병관리지침에 따라 주기적인 회의를 통해 감염관리를 수행하고 있습니다.

### 2. 철저한 방역수칙 프로세스

병원 출입구에 방역담당자를 배치하여 직원을 비롯한 모든 방문객을 모니터링하고 있습니다. 특히 수기로 방문기록을 작성했던 것에서 더 나아가, 방문자가 한번 등록한 QR코드로 방문기록을 편리하게 남길 수 있도록 시스템을 개발하였습니다.



발열 등 코로나19 의심증상 유무 확인 → 방문기록 작성 → 손소독 실시 → 올바른 마스크 사용 점검

### 3. 신체적 거리두기 실천

- 신체적 거리두기가 유지되기 어려운 프로그램은 진행하지 않고, 병원 내 이동도 특별한 사유(물리치료 및 한방치료, 내부 산책, 검사)를 제외하고는 가급적 이동을 금지하고 있습니다.
- 출근부터 퇴근까지 직원은 항상 마스크를 착용하고, 최소 1m 이상의 거리를 유지하며 손 위생을 철저히 하고 있습니다. 또한 직원식당에서는 교대로 식사시간을 분산하여 운영하고 있으며 마주보지 않고 한 줄로 착석하여 식사하고 있습니다. 직원 한 사람이 한 사람이 코로나로부터 환자와 동료의 안전을 지켜야한다는 책임감으로 퇴근 후에도 주말에도 감염예방에 노력하고 있습니다.
- 가족 및 방문객 관리로 특별한 사유(외래진료, 입원상담, 물품전달 등)가 있는 경우를 제외하고는 방문을 자제하도록 권하고 있으며, 택배를 통해 물품전달을 돕고 있습니다.

### 4. 매일 주기적인 환기

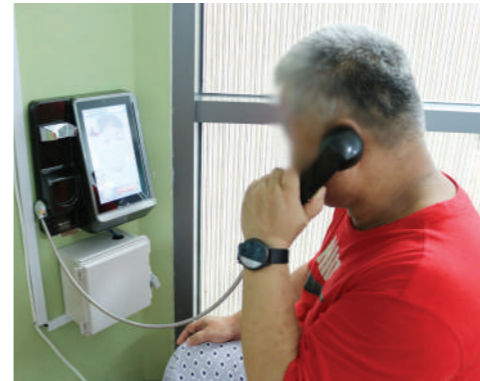
오전 9시 / 낮 12시 / 오후 3시, 5시. 하루 4번 전체 방송을 통해 병동에서 일괄적으로 환기를 하고 있습니다.

### 5. 자주 접촉하는 물체의 표면 소독하기

일상 속 소독의 생활화가 어느 때보다 필요한 시점입니다. 따라서 손잡이나 문고리, 난간, 엘리베이터 버튼, 책상, 의자, 키보드, 전화기, 스위치, 화장실 변기, 수도꼭지 등을 소독제가 충분히 묻은 천으로 닦아 철저하게 소독합니다. 특히 많은 사람의 손이 닿는 엘리베이터 버튼과 손잡이에 항균필름을 부착하여 관리하고 있습니다.

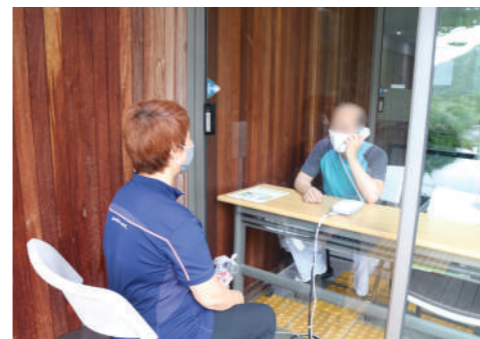
# U N C O N T A C T

## 영상통화를 통한 비대면 면회 및 스마트 공중전화 설치



병동에서의 각종 생일파티, 이벤트 프로그램, 일상의 사진들을 가족에게 문자로 전송하고, 가족 분들이 물건전달을 위해 병원을 방문하였을 경우 사회사업팀에서 영상통화를 연결해주는 서비스를 시행하고 있습니다. 또한 면회가 불가능한 현시점에서 치매병동 원클리닉에서는 보호자가 환자에게 전달되는 간식이 하나라도 없어지거나 누락되지 않도록, 병동 유리창 너머로 간식을 전달됨을 보호자가 확인할 수 있도록 하였습니다. 더 나아가 환자가 원할 때면 언제든지 가족의 모습을 눈으로 보고 안부를 나눌 수 있도록 영상통화가 가능한 공중전화를 병동에 설치하였습니다.

## 비대면 면회장 설치



영상통화나 스마트 공중전화를 통해 환자와 가족이 소통할 수 있도록 도왔지만, 직접 얼굴을 마주 보는 면회와 비교하여 감정을 교류할 수 없는 한계가 있었습니다. 따라서 유리창으로 구분된 비대면 면회장을 설치함으로써, 보호자가 원내로 들어오지 않아 감염의 위험 없이 안전한 면회가 가능하도록 하였습니다. 이는 기약 없이 면회가 불가능함을 안내하여 보호자에게 실망을 드리기도는 장기화되는 코로나19 상황에 적극적으로 대응했다는데 의의가 있습니다.

“  
코로나19로  
가족의 면회가 제한된 상황에서도  
적극적으로 협조해주시는  
환자와 보호자님께 감사드립니다.  
”







# <독서토론> 하루의 심포, 나를 다듬는 시간

글 | 공공사업팀 권은정 팀장



워킹맘으로 하루 일과를 하다보면 병원근무와 퇴근 후 자녀 돌봄, 가사 등 내 시간을 찾기가 어려운 게 현실이다. 하지만 가만히 이대로 시간을 둘 수 없어 잠시나마 나를 내려놓고 생각하는 시간이 필요하다 생각했고, 그 시간이 언제가 좋을지 찾기 시작했다. 아이들을 재운 후 밤 시간도 사용해 보았지만 생각만큼 잘 되지 않아 다른 시간을 찾아보았다.

아침에 일찍 출근해서 업무 시작 전 30분! 독서를 하기에 꿀 같은 시간을 찾게 되었고, 책을 읽으면서 웃기도 하고, 마음 아파하기도 하고, 상상의 날개를 펴고, 책 옆에 글도 적어보면서 생각을 정리하기 시작했다. 책의 다음 내용이 궁금해서 전날보다 좀 더 일찍 출근하기도 하고 집에 가져가서 아이들이 책을 읽을 때 5분~10분 보기도 했다. 20대 때 책을 좋아했던 나로 돌아간 것처럼 책은 나를 설레게 하는 매개가 되어 삶에 활력을 주었다. 분명 아침에 일찍 출근하는 것에 대해 가족들이 의문을 제기했지만 아이들에게는 “엄마에게도 엄마만의 시간이 필요하고”, 남편에게는 “아내에게도 아내만의 시간이 필요하다”라고 설명해주니 독서하는 나를 응원해주는 모습에 감사한 마음으로 이 시간을 누리고 있다.

병원 게시판에 부착된 <마음사랑 독서토론>에 대한 안내 포스터와 인트라넷에 공유된 독서토론 발표자료를 보며, 독서토론에 참여하여 직원들과 함께 책을 읽고 의견을 나누고 싶다고 생각했다. 2016년 12월부터 진행된 독서토론은 지금까지 24회를 맞이하였으며, 매달 직원들의 적극적인 참여 아래 열띤 토론으로 분위기가 뜨겁다. 가끔은 쉬고 싶을 때도 있을 텐데 꾸준히 독서토론에 참여하는 동료의 모습에 나 또한 포기하고 싶을 때 ‘한 번 더 해보고, 도전해보자!’라는 마음가짐을 배워 업무에 적용하고 있다. 매달 책을 읽고 토론하는 활동은 꾸준히 하기 어려운 활동 중에 하나임에도, 개인의 성장에서 더 나아가 환자와 보호자의 마음을 헤아리기 위한 과정을 거쳐 지역사회에 긍정적 변화를 위해 노력하는 마음사랑병원의 깊은 마음에서 시작된 것이라 생각한다.

언젠가 독서토론에서 다뤄졌던 책을 전 직원이 볼 수 있게 직원들을 위한 작은 책방이 마련되면 좋겠다고 생각했다. 그러던 중 좋은 기회로 독서토론 책을 언제든지 볼 수 있도록 회의실 한켠에 책장이 마련되면서 나는 꼭 책 부자가 된 것처럼 마음이 벅차올랐다. 이렇게 나는 독서토론에서 다뤘던 책을 통해 나 자신을 다듬는 시간으로 성장할 수 있었다. 매달 다른 분야의 책을 골라서 보는 재미와 같은 책을 읽은 사람들과 일하고 있다는 생각에 동료들과 더 가까워지는 것 같았다.

책은 의무로 보면 재미없고 지루한 것일 수 있지만 나를 들여다볼 수 있게 해주는 것, 환자와 가족을 이해하고 사랑하는 것, 더 나아가 지역사회 정신건강 증진을 위해 필요한 과정이라고 생각하면 인생에서 의미 있는 활동 중 하나라고 생각한다. 분명 독서토론이 지난달에는 즐거웠는데 이번 달은 좀 어렵기도 하고 같은 책을 읽고도 사람마다 느끼는 게 다르지만, 서로가 성장하는 과정이라 생각하며 독서토론 참여하고 있다. 독서를 통해 책에 상상의 날개를 달아 모두에게 설레고 즐거운 시간이 되었으면 좋겠다.

## 마음사랑 독서토론 진행현황

회차	도서
1차	그릿 (GRIT)
2차	UCLA 헬스시스템 이야기
3차	위대한 나의발견, 강점혁명
4차	유쾌한 크리에이티브
5차	자존감 수업
6차	카네기 인간관계론
7차	미움받을 용기
8차	집중하는 힘
9차	환자는 두번째다
10차	스토리텔링으로 힐링하라
11차	결정적 순간의 리더십
12차	고수의 일침
13차	리더를 위한 인문학
14차	관계의 품격
15차	아몬드
16차	행복의 기원
17차	포노 사피엔스
18차	배민다움
19차	그릿 (GRIT)
20차	아주 작은 습관의 힘
21차	생각정원
22차	천개의 공감
23차	관계를 읽는 시간
24차	언컨택트







# 감자 먹는 사람들 by 고희

글 | 기획팀 강서연

이 작품은 어두운 주방의 식탁에서 가난한 농가의 식구들이 모여 감자를 먹는 모습을 그린 그림입니다. 농부들의 일상을 있는 그대로 표현하고자 했던 빈센트 반 고희의 초기 대표작을 소개합니다.

## 작품이야기

흐릿한 램프 아래 가족이 주방에 모여 앉아 있습니다. 주위를 둘러보면 가구도 장식도 하나 없는 빈 벽과 저녁임을 암시하는 깜깜한 유리창이 보입니다. 쾅한 얼굴에 낡은 머릿수건 또는 모자를 쓴 가족은 울퉁울퉁한 손으로 감자를 먹고 있습니다. 식탁에 차려진 단 하나의 음식인 감자에서는 막 삶아진 듯 모락모락 김이 나고 있습니다.

이 그림은 고희가 이웃에 사는 농부의 집을 방문했을 때 마침 다섯 식구가 모여 앉아 뜨거운 감자로 끼니를 때우는 장면을 보고 그린 작품입니다. 작가는 그림의 가족이 땅을 일구던 바로 그 손으로 키워낸 감자를 먹는 모습에서 그들이 얼마나 정직하게 노력해 식사를 얻는지를 화폭에 담고자 하였습니다. 이 무렵 고희는 농촌의 애환을 그리는 농민화가 되고 싶어 했는데, 특히 어둡고 칙칙한 색조를 통해 가난하고 고단한 농촌 생활상의 진면목을 적나라하게 묘사했습니다.

그는 이 작품을 위해 각자의 인물과 손 모양을 수없이 연습했습니다. 하지만 어딘가 모르게 인물의 동작들이 서로 연결되지 않고 지나치게 과장된 손과 비율에 맞지 않은 긴 팔 때문에 당시 동료 화가들에게 비판을 받았습니다. 이에 아랑곳 하지 않고 “나는 이 작품을 인물을 분석하지 않고 느낀 대로 그렸고, 만약 인물들이 사실 그대로 그려졌다면 오히려 실망했을 것이다. 물론 거짓이라 할 수도 있지만 그것은 사실적인 진실보다 더 진실하다.”라고 말했다고 합니다.

생전 이 작품을 최고라고 자부할 만큼 애정이 컸던 그는 다른 작품들과는 달리 이 그림의 완벽한 감상을 위한 조건도 명시했습니다. 황금색 액자에 넣거나 비슷한 색상의 벽 위에 걸어 놓을 것. 그림이 금색과 결합해야 생각지 못한 부분에 밝음이 부여되고 생기가 나타난다고 생각했습니다.

## 작가이야기

네덜란드 북쪽의 작은 마을에서 태어난 고희는 목사인 아버지의 영향을 받아 생애 대부분의 시간 동안 종교적인 가치를 추구했습니다. 넉넉하지 못한 가정형편으로 15세에 학교를 그만두고, 삼촌이 운영하는 화랑에서 판매원으로 일했습니다. 처음 몇 년 간은 성실한 청년으로 인정받았으나, 점차 일에 소홀하고 손님들과 시비가 붙는 등 예민하고 강한 성격 탓에 직장에서 쫓겨나게 됩니다. 이후 아버지처럼 목회자가 되기로 결심하고 목회자 자격시험을 공부했지만 성과가 없어 그만두었습니다. 마침내 고희는 화가의 길을 걷기로 결심했습니다. 27세의 늦은 나이에 그림을 시작했지만, 화랑에서 근무할 당시 많은 명작과 복제품을 접하며 쌓은 그림에 대한 높은 안목과 지식이 그림을 그리는데 큰 도움이 되었습니다. 밀레의 영향을 받은 작품활동 초기에는 스스로를 농민화가라 칭하며 농촌 생활상을 그렸습니다. 1886년 파리로 이사한 이후 인상주의 화가로부터 영향을 받았으며, 일본 서민의 생활 모습을 목판화로 나타난 우키요에에 관심을 갖고 작업했습니다. 이후 각박한 파리 생활에 지친 그는 화가들의 공동체를 세우겠다는 계획으로 남프랑스로 이사하였습니다. 고희의 초대에 유일하게 응한 고갱과 함께 작업하게 되지만, 예술에 대한 생각이 달랐던 둘은 얼마 지나지 않아 갈등하였고 결국 고갱은 고희를 떠나게 됩니다. 좌절한 고희는 스스로 귀를 자르고 정신병원에 입원합니다. 그럼에도 괴로울 때마다 자신의 고통을 그림으로 분출함으로써 열정적이고 강렬한 붓질을 보여주며 왕성하게 작품을 완성해냈습니다. 하지만 창작에 대한 욕구와 삶의 의지를 지탱하지 못한 그는 37세의 젊은 나이로 생을 마쳤습니다.



**빈센트 반 고희**  
Vincent Van Gogh

후기 인상주의 화가  
(네덜란드, 1853-1890)



# 환자 이송에 도움을 주신 분들, 고맙습니다.



오늘도 갖가지 마음 아픈 사연을 안고 많은 환자들이 마음사랑병원을 방문합니다. 스스로 정신과적인 치료가 필요하다고 느껴 자발적으로 입원하기도 하고, 안타깝게도 정신과적인 도움이 절실히 필요함에도 이를 인지하지 못하여 가족 등 여러 사람의 애간장을 태우며 도움을 받아 힘들게 입원하기도 합니다. 정신질환으로 인해 자해 또는 타해가 우려되는 응급한 상황에서는 신속하고 안전하게 환자를 전문치료병원으로 이송하는 것이 무척 중요합니다. 이 과정에서 많은 분들이 고생을 하시는데, 이들이 바로 경찰관과 119구급대원입니다. 이들은 자타해 염려가 있는 위급 상황에서 환자가 제대로 된 치료를 받을 수 있도록 설득하고, 환자에 대한 걱정과 두려움으로 힘들어하는 가족들을 안심시키며 이송을 도와줍니다. 환자를 이송하여 마음사랑병원을 방문한 경찰관과 119구급대원들은 바쁜 와중에도 환자의安危를 걱정하면서 진심 어린 말을 건네주곤 합니다. 환자들 또한 긴박하게 이루어지는 이송 당시에는 이송하는 사람들을 미워했지만 입원 후 안정을 찾게 되면 이분들에게 고마움을 전하기도 합니다.

병동에서 실시하는 집단프로그램에서 어떤 환자는 “제가 집에서 행패를 많이 부려서 경찰관하고 119구급대원들이 저를 여기로 데려왔어요. 처음에는 제가 정신이 없으니까 막 난동도 부리고 힘들게 하고 그랬는데, 지금 돌이켜 보니 그렇게 고마운 분들이 없습니다. 그분들 덕분에 제가 이렇게 좋아진 거 같아요. 제가 퇴원 하더라도 부끄러워서 인사도 전하지 못하겠지만, 이 자리를 빌려 선생님한테라도 말을 해 봅니다.”라며 이송에 도움을 주신 경찰관과 119구급대원에게 고마움을 표현하였습니다. 이 말을 들으면서 몇몇 환자 역시 고개를 끄덕이며 “맞아, 맞아.”라고 하시더군요. 또 다른 프로그램을 통해 감사한 사람을 떠올려보도록 했을 때 “제가 저희 동네에서 안 좋은 모습을 많이 보여서 주민들이 경찰서에 신고도 하고 그래서 경찰관분들을 많이 만났습니다. 결국 경찰분의 권유로 여기 마음사랑병원에 오게 되면서 제가 다시 정신을 차리고 치료도 잘 받고 나가서 잘 살아보려고 하고 있습니다. 지금 돌이켜 보면 그 경찰관 선생님에게 참 고마운 마음이 드네요.”라는 감사의 말을 전하는 환자도 있었습니다.



병동에서 많은 환자들을 만나다 보면 다음과 같은 말을 듣기도 합니다. “아니 어떻게 병원에서 제가 어디 있는 줄 알고 저한테 구급차를 보내세요?”, “병원에서 무장한 사람들이 저를 데리고 왔어요!”, “왜 자꾸 병원에서 저를 데리러 오는 거예요?” 이것은 본원에서 환자를 이송했다는 오해에서 비롯된 것이지요. 참고로, 저희 마음사랑병원은 정신건강복지법에 근거하여 환자를 이송하지 않습니다!

그럼 누가 이송에 도움을 주었을까요? 바로 사설구급차(EMS)입니다. 보건복지부의 허가를 받아 운영하고 있는 사설응급 이송업체이지요. 환자 이송에 관한 응급장비를 갖추고서 일반차량을 이용할 경우 돌발행동을 할 우려가 있거나 승차 거부를 하는 경우에 응급구조사가 동행하여 안전한 이송을 돕습니다. 24시간 전화상담 및 운행을 하고 있어 미리 전화로 상담 후 예약이 가능하며 사설업체이므로 비용이 발생합니다.

온갖 어려움을 겪으면서 환자 이송에 힘써주신 경찰관, 119구급대원 그리고 사설구급차 이송팀 여러분의 노고에 진심으로 감사드립니다. 여러분의 노력이 헛되지 않도록 전문적이고 알찬 진료서비스를 환자께 제공하기 위해 저희도 더욱 열심히 노력하겠습니다. 고맙습니다.

글 | 사회사업팀 임슬미 정신건강사회복지사





# 알코올 중독치료를 받으며 느낀 점



글 | 중독치료센터 최OO 환자

내 가족 아빠, 엄마, 누나, 그리고 나. 아빠는 이른 새벽부터 일하러 나갈 준비를 한다. 나는 뒤척이며 열린 문틈 사이로 아빠의 모습을 보고 있다. 아빠는 큰 차를 몬다. 시동 거는 소리가 들린다. 다시 잠이 든다. 일상적인 생활이 시작된다. 씻고 밥 먹고, 학교로 향한다. 콧노래가 나온다. 나는 어느새 아이들과 장난치며 개구쟁이가 되어 있다. 엄격한 엄마, 자상한 아빠. 어린 나는 그렇게 느꼈다. 아빠는 나를 본인의 무릎에 앉히고 식사를 하신다. 김치만 드신다. 계란 후라이는 내 입으로 들어온다. 한없이 자상하시다. 가끔 장거리 운전을 하실 때는 어린 나를 옆자리에 앉히고 운전을 하신다. 나는 졸음이 온다.

지금 나는 알코올치료병동에 있다. 내 나이 46살... 아직 젊다. 내가 알코올병동에 입원해있는 이유는? 뻔하지 않나. 술, 요게 뭐라고! 병원하고 친하지 않았던 내게 생소하면서도 두려웠다. 알코올 중독이라고? 내가? 부정부터 한다. 난 아니라고. 나 말고도 다들 술 마시지 않나? 난 멀쩡하다고!!!

어릴 적 아버지는 알코올중독자였다. 이른 새벽 아버지는 출근 전부터 글라스에 술을 가득 채우신다. 갈증이 나셨는지 별컹컹 들이키신다. 매일 봐 왔던 터라 아무 일 없는 듯 바라보고 있다. 이제 집을 나가신다. 차 시동소리가 들린다. 엄마, 누나, 나 우리 셋은 그제야 안심한다. 다시 일상생활에 분주해진다. 학교 가는 게 즐겁다. 어느 때 와 같이 개구쟁이가 된다. 누나와 나는 같은 초등학교에 다녔다. 어렸지만 공부벌레인 누나와는 달리 나는 공부보다는 장난감을 좋아했다. 부수고 만들고, 다시 조립하고... 조그만 다락방이 나의 취미공간이다. 어느덧 어스름이 온다. 엄마, 누나, 나는 자연스럽게 한 방에 모인다. 뻔히 서로의 얼굴만 쳐다본다. 눈동자가 떨린다. 멀리서 차 소리가 들려온다. 제발... 숨죽이며 서로를 보호하듯 손을 꼭 잡고 부들부들 떨고 있다. 현관문이 열린다. 제발... 쿵쿵!!! 뭔가 부서지는 소리에 우리는 잔뜩 긴장한다. 눈빛이 변한 아빠가 우리 곁으로 다가온다.

나는 잠에서 깬다. 그리고 중얼거린다. 난 절대 술 안 마실거야. 누구나 그런 소릴 한다. 술을 끊었다는 건 다 거짓말이야. 단주한다고 하고선 몰래 마실걸. 난 술 문제로 입원한 게 아냐. 남들은 기본 4~5병 이상은 마시던데, 내 주량은 얼마 되지도 않아. 내가 술을 마실 땐 단지 힘들거나 기분이 좋을 때이다. 하지만 술을 조절하면서 마실 수 있나? 아니라는 걸 스스로도 안다. 술은 그리 관대하지 않아서 날 옥죄듯 쥐어짜다.

스스로에게 이렇게 말한다. '넌 잠깐의 쾌감을 맛보려고 지옥불에 들어가는 거야. 아픈 고통도 못 느끼지? 넌 아픔을 느끼지 못하는 병에 걸린 거야. 모든 게 마비돼 있어. 넌 마음만 먹으면 언제든 금주할 수 있다고 생각하겠지? 네가 갖고 있는 병을 인정하지 못하면 평생 병자로 사는 거야. 널 부정하고 방치하는 행동은 너한테 아무런 도움이 안 돼. 네가 갖고 있는 병을 확인해봐. 감정을 숨기고 살고 있진 않은지... 남은 인생을 술에 의존하여 사고가 무너지면 술이라는 잡것에 복종하게 되는 거야. 방어가 안 돼. 넌 병을 이길 수 있는 방법을 알고 있어, 머릿속으로만! 그런데 왜 실천을 안 할까? 알지만 할 줄 모르는 거지, 간단치 않은 거야. 혼자서 하기란 힘들어, 도움을 받아야해.'

생각 끝에 선뜻 문을 두드리기 힘들었지만 알코올 중독을 치료하기 위해 병원에 입원기로 결심했다. 나의 가정을 위해 미래를 위해 불편하더라도 잠깐을 견뎌내자고. 내가 갖고 있는 중독이라는 병을 치유하는 시간이 길까, 병자로 살아가는 시간이 길까? 불안한 현실을 도피하고자 삶을 술에 의탁해서 소비하지 않기로 했다. 빨간불엔 잠깐 멈추지? 그럼 파란불에 출발하는거야. 나는 정지하고 있는 게 아니야. 출발하기 위해 잠시 멈춰있는 거라고. 서두르지 말고 천천히 가자고.

그렇게 해서 나는 마음사랑병원 중독치료센터에 입원하게 되었다. 중독치료를 위해 여기 치료진들이 강조하는 것이 있다. 단주와 상담치료, 단주모임 그리고 교육에 꾸준히 참석하는 것. 단주모임인 T.A.와 A.A.에 참여하며 알코올 문제를 겪는 다른 이들과 소통하고 희망을 얻고 있다. 이 과정에서 단주는 혼자 힘으로 극복하려고 하기보다 주변 사람과 함께한다면 단주의지를 더욱 견고히 할 수 있음을 깨달았다. 또한 <전인화교육>, <술없는 인생>, <온전한 생활>, <변화단계 그룹치료>, <본노조절>, <중독학> 등 병원에서 운영하는 체계적인 교육을 집중에서 듣기 시작하며, 가정과 사회로 복귀할 수 있도록, 술 없는 일상에 적응할 수 있도록 노력하고 있다. 지금 나는 병원에 있으면서 퇴원 후 온전한 삶을 살아갈 나를 위해 준비하고 있다. 짧지만 이 글을 통해 중독치료를 위해 힘써주고 단주를 위해 한결같이 지지와 응원해주는 마음사랑병원 중독치료센터 치료진들에게 감사함을 전한다.





# 뇌에 불을 켜다



마음사랑병원에서는 약물치료를 해도 반응이 좋지 않거나 부작용 있는 환자를 위해, 약을 복용하지 않으면서 치료하는 마취하 전기자극치료(M-ECT)와 경두개 자기자극법(TMS)을 시행하고 있습니다. 국제적으로 효과와 안정성이 입증된 두 치료 방법을 통해 심한 우울증을 비롯한 정신과 질환을 겪었던 환자분들이 증상의 호전을 경험하시고 소감을 전해주고 계십니다. 또한 입원하지 않고 외래로도 치료가 가능해 직장인, 수험생 등에게도 시행되고 있는 요법입니다.

글 | 사랑클리닉 이희준 책임간호사

## 마취하 전기자극치료(M-ECT) 후기 햇살클리닉 함OO(여) 환자

오랫동안 술 문제가 있어 마음사랑병원에 3번째 입원을 해서 치료받고 있습니다. 중독치료를 위해 관련 교육도 받고 알코올 전문 상담사와의 주기적 면담을 통해 안정적으로 입원생활을 유지하고 있었습니다. 그러던 중 어느 날부터 환청이 들리기 시작했습니다. 마음도 우울해지고... 옛날 생각도 많이 떠올라 그러면서 나도 모르게 쓰레기통을 뒤지기도 했습니다. 마치 제 안에 여러 영혼이 들어와 있는 것 같은 느낌이 들었습니다. 그럴 때면 강박적으로 청소를 했습니다. 이전에도 어느 정도 강박적인 성향이 있긴 했지만, 스스로도 행동을 통제하지 못 할 정도였습니다. 제 행동으로 인해 함께 생활하는 다른 환자들도 불편해하고 힘들어했습니다. 몸무게가 10kg가량 빠질 정도로 환청과 우울, 그리고 강박 증상이 심해졌습니다. 약물 치료를 해도 이러한 증상이 나아지지 않자, 저의 주치의이신 남윤주 선생님의 권유로 전기자극치료를 시작하게 되었습니다.

솔직히 처음에는 거부감도 있었습니다. 치료 전에는 음식을 해야 하고, 안전한 치료를 위해 마취를 하기 때문에 치료받는 과정이 기억나지는 않고 끝나고 오면 머리가 조금 아팠습니다. 두통이 있었지만 약을 먹으니 이내 괜찮아졌습니다. 이렇게 한 번 두 번 세 번... 꾸준히 전기자극치료를 받다보니 조금씩 변화되는 스스로를 발견했습니다. 머리가 맑아지고 다른 영혼이 함께한다는 느낌도 없어졌습니다. 특히 저를 괴롭혔던 환청에서부터 벗어나고 있음을 확인했습니다. 이러한 효과들을 3~4번 치료를 받고 난 후부터는 확실하게 느껴질 정도로 제 상태가 좋아지고 있는 것을 느꼈습니다. 한참 강박적인 행동을 했던 그 때를 돌이켜보면 제가 왜 그런 행동들을 했었는지 모르겠습니다. 현재는 전기자극치료를 열 번 모두 받았고 약물치료와 상담, 그리고 증상이 악화되기 전처럼 중독교육도 다시 받고 있습니다. 퇴원계획도 세우고, 이후의 생활도 계획하면서 딸과 함께 안정적으로 살 수 있는 방법에 대해 고민하고 있습니다. 정신과적 증상으로 힘들어하는 저에게 전기자극치료는 매우 큰 도움이 되었습니다. 다시 일상적인 생활을 다시 잘 해낼 수 있도록 도와주신 마음사랑병원에도 참 고맙습니다.

### 마취하 전기자극치료 (M-ECT)란?

환자의 머리에 부착한 전극으로 자극을 보내 경련을 유발하여 정신병적 증상이나 기본 증상을 호전시키는 치료방법 (위내시경과 같이 주사제에 의해 마취를 유도하여 통증이 적음)

- 효과질, 양극성장애(조증), 조현병, 조현정동장애, 긴장증
- 치료진행 : 일주일에 2-3회, 경과에 따라 총 5-10회 시행, 20분 소요

※ 건강보험이 적용됩니다.

## 경두개 자기자극치료술(TMS) 후기 사랑클리닉 고OO 환자

평소 재발되는 우울증 때문에 병원 입·퇴원을 반복했습니다. 주로 쉽게 피로하고 쉬고 싶은 생각만 들고 밤에는 잠을 잘 이루지 못했습니다. 우울한 기분과 매사에 의욕이 없다 보니 자신감은 점점 떨어지고 세상 모든 것을 비판적으로 보게 되었습니다. 드물게 자살사고도 있었습니다. 입원치료가 도움이 되기는 했지만 퇴원을 하면 쉽게 재발해서 증상들이 나타나기도 했고 입원을 해서도 스스로의 무기력함 때문에 대부분의 시간을 침대에 누워서 보내기만 했습니다. 어느 날 담당 주치의이신 송봉용 원장님께서 TMS를 설명해주시면서 한번 해보는 것이 어떠하냐고 물어보셨습니다.



당시 저는 모든 것들이 귀찮았음에도 선생님의 설득에 마지못해 한 번만 해보겠다고 하였습니다. 처음 치료를 시작할 때는 귀찮음이 가장 컸고 '우울하지 않은 일상생활을 내가 할 수 있을까?'라는 물음으로 스스로를 의심했습니다. 편안한 의자에 앉아 머리 여기저기에 기구를 대어보며 느낌에 대해 묻는 말에 성의 없이 대답했습니다. 30여 분의 시간, 1회 차가 끝나고 나니 머리가 맑아진 것 같다는 느낌이 들었고 몇 번만 더 해보기로 하였습니다. 선생님께서는 거르지 않고 15~20회만 하면 된다고 하셨고

어느덧 20회기를 끝으로 저의 TMS 치료는 끝났습니다. 지금은 낮 시간에 산책을 하기도하고 사람들과 소소한 대화들을 나누곤 합니다. 이렇게 침대에서 나와 다른 사람들과 어울리는 것 외에도 가장 큰 차이점은 제가 미래를 계획하고 있다는 것입니다. 비관적인 생각만 들던 과거와는 달리 지금은 퇴원 후 지낼 희망적인 미래를 계획하고 있습니다.

### 경두개 자기자극치료술(TMS)이란?

머리 가까이에서 전도 전자기기로 강력한 자기장을 발생시킨 뒤에 이 자기장이 두개골을 통과하면서 경두개 피질의 신경세포를 자극시키는 비침습적 시술방법

- 효과질환 : 우울, 불안 등 공황장애, 수면장애, 인지기능저하, 조울증, 틱장애, ADHD 등
- 치료진행 : 일주일에 5회씩 3주 진행, 경과에 따라 총 15회 시행, 30~40분 소요





# 위기 속 빛나는 마음사랑병원의 힘



글 | 간호부 프로그램 파트 이승연

올해는 세상의 시간이 멈춘 듯 흘렀습니다. 코로나19 감염예방을 위한 생활 속 거리두기로 찬란한 봄꽃이 어떻게 흩날렸는지, 푸른 여름바다가 얼마나 아름다운지, 온전히 실감하지 못한 채 가을이 왔습니다. 그래서인지 코로나9의 영향은 개인적인 일상뿐만 아니라 프로그램파트를 담당하는 저의 업무에도 많은 영향을 미쳤습니다.

프로그램 파트에서는 사계절 내내 병동 환자분들을 위한 다양한 공연과 대그룹 프로그램을 준비하고, 각 병동의 특성에 맞추어 강사진 프로그램을 계획하는 것이 주 업무입니다. 하지만 코로나9 감염으로부터 환자분들의 안전을 지키기 위해 모든 프로그램과 자원봉사를 중단해야했습니다. 공연단과 환자분들의 웃음소리가 가득했던 문화센터는 조용해졌고, 매주 강사진 선생님들과 만나며 세상과 소통하던 시간도 잠시 멈추어야 했습니다. 뿐만 아니라 외부와의 접촉을 최소화하기 위해 면회까지 중단되어, 혹여 환자분들이 사회와 단절감을 느끼고 정서적 환기를 할 수 있는 수단을 모두 잃은 건 아닐지 마음이 아팠습니다.

하지만, 스펙타클한 재난 영화에도, 실제 사회적 위기에 돌항상 영웅은 존재합니다. 환자분들의 사회적 소통이 단절된 위기 속, 마음사랑병원에도 환자분들의 행복을 위해 열정을 다하는 직원분들의 노력들이 있었습니다. 코로나19도 무색하게 만드는 본원의 멋진 영웅들은 어떤 노력으로 이 위기를 극복했을까요?

## 마(음)사(랑) 스타일, 이미용 프로젝트!

환자분들이 사계절 내내 멋진 헤어와 깔끔함을 유지 할 수 있었던 건 월 2회, 환자분들의 머리를 이미용 해주시는 자원봉사자 분들이 있었기 때문입니다. 하지만 코로나19로 이미용 자원봉사가 중단되자 환자분들의 머리는 금세 덩수룩하게 자라 눈을 찔렀습니다. 정리되지 않은 머리는 환자분들의 얼굴을 간지럽히며 귀찮게 했고, 의지와는 상관없이 뒤죽박죽 엉클어진 헤어스타일에 자신감을 잃어갔습니다. 이 모습이 안타까웠던 사랑클리닉과 햇살 클리닉 직원들은 고민 끝에 사회사업팀에 미용가위대여를 의뢰했습니다. 직원들은 유튜브 영상을 통해 미용기술을 익히기 시작했고, 60여 명의 환자분들의 머리를 직접 미용 해주었습니다. 혹시 환자분들이 헤어스타일을 마음에 안 들어하진 않을까, 손을 바들바들 떨며 환자분들 요구와 스타일에 완벽히 맞추기도 했습니다.

“선생님 제 머리 좀 보세요! 덩수룩하던 머리가 시원하게 정리되었죠? 이제야 살 것 같아요!” 라고 이야기하는 환자의 모습을 보며, 가벼워진 머리만큼 직원들의 마음도 한결 가벼워졌습니다. 환자분들의 불편함을 얼른 알아차리고 답답한 마음을 해결하려는 직원들의 열정이 있었기에, 깔끔하고 단정한 모습을 되찾을 수 있었습니다.



## 오늘은, 특별한 푸드데이!

면회와 외출이 제한되고 공연프로그램이 중단되자, 환자분들께선 스트레스를 적절히 해소할 기회를 잃었습니다. 그러다보니 병원은 이전의 발랄함과 활기보다는 차분함이 흘렀습니다. 뿐만 아니라 외부와의 대면접촉을 최소화하다보니 식사 외 간식류의 음식을 접하기가 어렵고, 환자를 위해 간식을 마련해드리는 장터프로그램도 진행되지 못하여 많은 환자분들이 아쉬워했습니다. 환자분들의 행복이 곧 직원의 행복이기에 각 병동에서는 스트레스를 해소하고, 활기를 되찾고자 <푸드데이>를 계획하기 시작했습니다. 마음클리닉의 <피자데이>, 햇살클리닉의 <토스트데이>, 원클리닉의 <화채데이>, 사랑클리닉의 <짜장/치킨데이>등 병동 자체적으로 환자분들께 인기만점인 음식을 준비하고, 맛있는 음식을 드실 수 있는 시간을 마련했습니다.

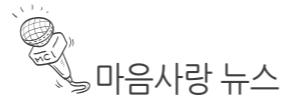
“코로나 때문에 기분이 가라앉았는데 병동 선생님들이 준비해주신 맛있는 간식으로 스트레스가 다 풀렸어요!”라며 푸드데이가 진행되는 내내 환자분들의 얼굴에서는 미소가 떠나질 않았고, 활기를 되찾았습니다. 그저 푸드데이는 이벤트가 아닌, 환자분들에게 소소한 행복감을 드리고, 병원생활에 에너지가 되었다는 것을 비로소 느낄 수 있었습니다.



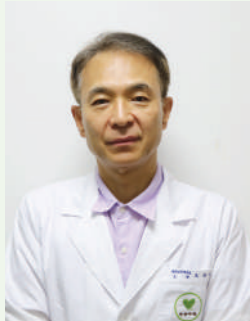
이미용 프로젝트, 푸드데이 뿐만 아니라 직원분들의 노력을 곳곳에서 발휘되고 있었습니다. 현재는 비대면 면회를 진행하고 있지만, 이전에는 환자와 보호자가 음성으로만 안부를 물을 수 있었습니다. 이러한 점을 해결하고자, 사회사업팀에서 영상통화를 활용하여 환자분들께 보고 싶은 가족의 모습을 볼 수 있도록 노력했습니다. 대부분의 병원이 면회가 어렵다는 이야기를 들었기에 기대없이 병원에 방문했던 보호자는 뜻밖에 영상통화나 비대면 면회로 아들을 만날 수 있게 되어 기뻐하고, 연신 감사하다고 표현해 주시기도 했습니다. 또한 낮병원<우리함께>에서는 손소독제가 품절되어 구입이 어려워지자, 직원들이 손소독제를 손수 만들어 낮병원 회원분들께 선물했습니다. 코로나19상황에 불안감이 높았던 회원분들은 낮병원 직원들의 따뜻한 마음에 안정감을 찾기도 했습니다. 힘든 상황 속 환자분들이 행복한 치료과정을 경험하실 수 있도록 열정을 다하는 직원분들이 계셨기에, 환자분들의 웃음을 지킬 수 있었습니다. 직원분들의 열정에 본받아, 저 또한 저의 위치에서 환자분들의 행복을 위해 할 수 있는 일들을 실천하겠습니다. 감사합니다.



# Maeumsarang News



## 마음사랑병원 정신건강의학과 전문의 진료시작



정신건강의학과 전문의  
인산정신의학연구소장  
조경형

- 대한신경정신의학회 정회원
- 대한우울조울병학회 정회원
- 대한수면의학회 정회원
- 대한불안학회 정회원
- 성안드레아병원 진료부장
- 이천소망병원 진료원장
- 서울의료원 정신건강의학과 과장
- 국립경찰병원 정신건강의학과 과장
- 서울대학교 전공의 수료
- 서울대학교 의과대학원 석박사 수료
- 서울대학교 의과대학 졸업

전문분야 • 불안장애(공황장애) • 수면장애 • 기분장애(우울증, 양극성장애)

## 마음사랑병원 심신치료센터 리모델링 오픈



심신치료센터(급성기병동)가 2개월의 공사를 거쳐 쾌적한 시설과 따뜻한 치유의 공간으로 새롭게 단장하여 오픈하였다. 보호실(1인) 증설, 프로그램실 확장, 스프링클러 설치, 난방시설 교체, 간호사 스테이션 개선 등 쾌적한 치료환경으로 입원환자가 편안하게 치료받을 수 있도록 재탄생하였다. 특히 처음 입원 시 사용하게 되는 보호실은 자연경관이 바다다 보이는 조망과 안락한 분위기, 우수한 자연채광으로 입원환자의 정서적 안정과 빠른 회복에 많은 도움을 줄 것으로 기대된다. 이번 심신치료센터 리모델링 오픈은 환자들의 회복을 위한 쾌적하고 안전한 치료환경을 제공함으로써 정신병원의 새로운 모델을 제시했다는 점에서 의미가 크다.

## 마음사랑병원 국립나주병원과 업무협약 체결



마음사랑병원과 국립나주병원은 7월 20일 '공공보건의료 및 정신건강 서비스의 향상'을 골자로 업무협약을 체결하였다. 이날 협약식에서 환자 진료 및 병원운영에 필요한 의학적 지식과 기술을 상호 지원하며, 의료 서비스의 발전을 위한 교육 및 연구 활동을 협력하여 전개할 것을 약속하였다. 또한 호남권을 하나의 지역으로 정신건강 네트워크를 구축하고, 국립 및 도립병원의 위상에 맞춰 다양한 정신건강서비스를 제공하는데 합의하였다.

## 마음사랑병원 <정신건강토탈케어 네트워크 사업> 협약식 및 사업설명회 진행

6월 18일 <정신건강토탈케어 네트워크 사업>의 시행을 위한 협약식 및 사업설명회를 해당 서비스를 제공하는 7개기관과함께 진행하였다. 정신건강토탈케어서비스는 정신질환자의 조기발견과 개입, 생활관리를 통하여 이들의 빠른 지역사회 적응과 취업 및 자립생활을 지원하는 제도이다. 마음사랑병원과 센터는 긴밀한 연계를 통해 정신질환자가 지역사회에서 건강하고 성공적으로 정착할 수 있도록 지속적인 관리와 지원을 약속하였다. 해당 사업을 통해 전라북도 내 기관이 적극적으로 협력하여 지역사회 정신건강 안전망 구축 및 정신건강증진에 도움이 될 수 있기를 기대해 본다.



※ 익산자살예방연대(익산시), 원광심리치유센터(익산시), 애가원(남원시), 마음꽃복지센터(완주군), 장수사랑 해밀(장수군), 사회복지서비스 행복한 세상(순창군), 공감심리상담센터(무주군)

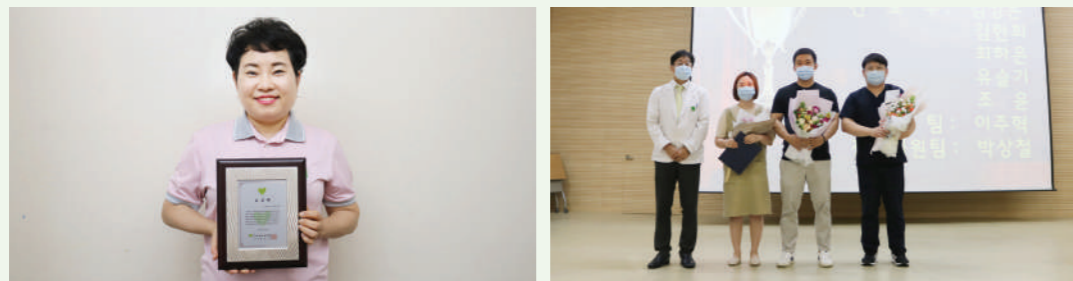


마음사랑병원 전인화교육 25기 수료식 진행



〈전인화교육 25기 수료식〉이 6월 23일 본원 중독치료센터에서 진행되었다. 전인화교육은 중독환자들의 음주와 관련된 잘못된 습관, 행동 그리고 사고 등을 바로 잡아, 사회에 기여하며 행복한 삶을 살도록 안내하는 알코올치료교육이다. 이번 수료식에는 12주간의 과정을 이수한 3명의 수료자가 배출되었으며, 25기까지 총 91명의 수료자를 배출하였다. 이처럼 본원 중독치료센터는 음주문제로 고통받는 환자를 회복의 길로 이끄는 데 최선을 다하고 있다.

마음사랑병원 2020 상반기 인산인 및 모범직원 표창



마음사랑병원은 2020년 상반기를 결산하며 ‘인산인(仁山人)’과 ‘모범직원’ 상을 수여하는 시상식을 진행하였다. ‘인산인’은 병원발전에 공헌한 직원을 선발하여 상패와 해외연수의 기회를 제공하는 포상으로 올해 상반기에는 송명재 구매영양팀장이 선정되었다. 2003년 입사한 송명재 팀장은 임상영양사로서 환자별 맞춤 식이와 균형잡힌 영양식단을 제공함으로써 환자의 건강증진을 위해 노력한 공로를 인정받아 인산인으로 선정되었다.

〈상반기 결산 수상자〉

- 인 산 인 : 송명재 구매영양팀장
- 모범직원 : 간호부 김정은/김현희/최하은, 유슬기 간호사, 조윤 보호사, 총무팀 이주혁 주임, 진료지원팀 박상철 방사선사

마음사랑병원 제14회 마음사랑 장학금 수여식 진행



〈제14회 마음사랑 장학금 수여식〉이 7월 23일 본원 문화센터에서 진행되었다. ‘마음사랑 장학금’은 전북지역 정신장애인 자녀들이 학업을 유지하도록 격려하기 위해 마련된 후원사업으로, 이번 수여식에서는 학업을 지속하는 정신장애인의 자녀 가운데 초등·중·고등학생과 대학생 18명을 선발하여 총 930만원의 장학금과 장학증서를 수여하였다. 지난 2007년부터 시작하여 올해로 14회째 진행되는 마음사랑 장학금 사업은 현재까지 212명의 청소년에게 7,790만원의 장학금을 전달했다.

※ 지역사회의 어려운 분들을 경제적으로 지원할 수 있도록 매월 후원금을 보내주시는 모든 분들에게 진심으로 감사함을 전합니다.

재 / 단 / 소 / 식

정신재활시설 아름다운세상

코로나19 대응 <비대면 프로그램> 운영



코로나19 감염예방을 위한 정부지침으로 시설 휴관이 장기화됨에 따라 아름다운세상에서는 전화상담, 제한적 가정방문 및 취업장 방문을 진행하였다. 그러나 공간이용 및 정보접근의 제한과 대인관계에서의 한계가 지속되는 문제점에 봉착하였고, 이를 해결하고자 비대면 프로그램 기획하여 운영하고 있다.

이용 회원들에게 스마트폰을 활용한 교육을 시행함으로써 비대면 프로그램의 생소함과 어려움을 해소하고, 주 3회(월-일상생활지원, 수-레크체육, 금-강연듣기)로 서비스를 제공하고 있다. 또한 동료지원 양성교육에도 비대면 프로그램을 활용하여 지원하고 있다. 아름다운세상은 코로나로 인한 환경 변화에 대응하여 회원에게 양질의 비대면 콘텐츠를 제공하기 위해 노력할 예정이다.



완주군정신건강복지센터 **Happy Mind 부모교육 운영**



7월 22일 완주군에 거주하고 있는 학령기 자녀를 둔 부모들을 대상으로 <산만한 아이, 행복하게 키우기>를 주제로 교육을 실시하였다. 해당 교육은 김보영 정신건강의학과 전문의(마음사랑병원 진료과장)의 진행 하에 학령기 부모의 역량강화 및 건강한 양육환경에 대해 설명하였다. 해당 교육은 아동기 문제행동에 대한 이해와 ADHD와 관련된 인식을 개선하고 정신건강에 대한 관심을 높이는 계기가 되었다. 앞으로도 완주군 내 아동의 정신건강문제 예방을 위한 부모교육을 지속적으로 실시함으로써, 건강한 부모-자녀 관계를 형성하고 부모역할 습득 및 대처능력을 강화할 수 있는 자리를 마련하고자 한다.

노인요양시설 사랑드림 **건강한 여름나기를 위한 특별 식사**



사랑드림은 여름철 더위로 허약해진 어르신들의 몸을 보호하여 건강한 더위나기가 될 수 있도록 복날 특별식을 제공하였다. 7월 16일 초복에는 기력을 보충해주는 추어탕과 소고기 육전을, 7월 17일에는 대표 보양식으로 알려진 장어구이를, 7월 23일에는 위장을 보호하고 입맛을 돋워주는 삼계탕과 닭죽을 식단으로 제공하였다. 건강관리에 각별한 관심이 필요한 어르신들을 위해 사랑드림에서는 영양관리를 비롯하여 전문적인 복지간호·물리·돌봄 서비스를 지원함으로써 건강하고 행복한 어르신들의 삶을 위해 노력하고 있다.

정읍시정신건강복지센터 **생명사랑 녹색마을 현판전달식 및 보관함 보급 진행**



농약음독자살 예방을 위한 농약안전보관함 보급 사업의 일환으로 <생명사랑 녹색마을 현판전달식 및 사업설명회>를 진행했고, 이에 따라 15개 마을 490가구에 보관함을 보급했다. 지난 6월 26일 해당 마을 이장과 생명지킴이를 대상으로 현판전달식 및 사업설명회가 성공리에 마쳤으며, 7월 6일부터 7일까지 이틀간 490가구에 보관함을 제공하였다. 2017년부터 현재까지 총 36개 마을 1,095가구에 보관함을 설치하였으며, 이후에는 교육, 모니터링, 프로그램 등 다양한 정신건강서비스를 제공하여 생명존중 문화를 확산시킬 예정이다.

전라북도광역치매센터 **<온라인 한마음 치매극복 걷기행사> 진행**



9월 1일부터 9월 30일 한 달 동안 전라북도민을 대상으로 <온라인 한마음 치매극복 걷기행사>를 진행한다. 걷기를 통한 코로나19 극복 및 치매예방을 위해 기획된 이 행사는 스마트폰 어플을 활용하여 참여할 수 있다. 기간 내 총 15만보 걷기 목표를 달성한 선착순 300명에게 모바일 온누리 상품권을 지급할 예정이며, 코로나로 인해 침체된 지역경제 활성화에도 도움이 되고자 한다.

**참여방법**

- ① '워크온' 어플 설치
- ② '전라북도광역치매센터 공식 커뮤니티' 가입
- ③ '챌린지 참여하기' 누르기
- ④ 휴대전화 들고 걷기

※문의 : 전라북도광역치매센터(☎063-247-6081~2)



# 마음사랑병원

## 월례교육&가족교육



### 월.례.교.육 6월

#### 의료환경의 변화와 고객관계관리

6월 교육은 <의료환경의 변화와 고객관계관리>의 주제로 윤성민 아라메디컬 대표가 진행하였다. 이날 윤성민 대표는 코로나19가 만들어낸 의료환경의 변화에 대응하여 어떻게 위기를 기회로 만들지에 대해 설명하였다. 더 나아가 고객이해와 고객만족이 이루어지는 고객관계관리 전략을 통해 고객충성도를 높일 수 있으며, 고객과 접촉하는 모든 서비스 접점에서 '매우 만족'을 이끌어 내는 것이 중요함을 강조하며 강의를 마무리했다. 해당 교육을 통해 인산재단과 마음사랑병원, 그리고 직원 스스로가 고객관계에 대해 돌아보고 개선함으로써, 고객에게 더욱 사랑받는 병원으로 도약할 수 있기를 기대해본다.



#### 정신과적 위기 상황과 대처

6월은 <정신과적 위기 상황과 대처>을 주제로 이진영 진료과장이 교육하였다. 이진영 과장은 교육에서는 위기 상황에서 가족의 역할이 매우 중요함을 강조하며 정신과적 위기 상황과 각각의 대처법을 구체적으로 설명하였다. 질의응답 시간에는 의료적 치료 이외에 가족이 개입할 수 있는 상담법, 환자가 병에 대한 인식을 갖게 하는 방법에 대해 답하며 환자를 돌보며 가족회원이 궁금했던 사항을 해결하는 시간을 가졌다.



### 가.족.교.육 7월

#### 마음사랑 병동별 치료과정

7월 가족교육은 <마음사랑 병동별 치료과정>을 주제로 신경은 간호부장이 진행했다. 병동별 치료과정과 아울러 코로나19 방역 수칙에 따른 환자안전관리 시스템을 소개하며 이날의 교육을 시작하였다. 환자의 증상과 질환에 따라 운영되는 각 병동의 특징을 상세하게 설명하여 가족회원들이 안심할 수 있도록 도왔으며, 치료진의 노력뿐만 아니라 가족의 지지와 격려가 환자 회복을 앞당길 수 있음을 강조하였다.



# 마음사랑병원

## 셔틀버스 운행안내



○ 셔틀버스 운행 시간표 마음사랑병원을 찾는 모든 방문객은 셔틀버스(낮병원 포함)를 이용하실 수 있습니다.

노선	1회	2회	3회	4회	5회	6회	7회	8회	9회	10회	11회	12회	13회
병원 출발	08:30	08:40	09:30	10:20	10:45	11:45	12:20	13:30	14:00	14:30	15:30	16:10	16:45
소양 (연사무소)													
고려병원 앞													
안골 (파리바게트)													
모래내 (농협)	08:55		09:55		11:10	12:10		13:55		14:55	15:55		17:10
안골 (향연유외과)	09:00		10:00		11:15	12:15		14:00		15:00	16:00		17:15
수한방 병원 앞 (고려병원 건너편)	09:04		10:04		11:19	12:19		14:04		15:04	16:04		17:19
소양 (농협)	09:11		10:11		11:26	12:26		14:11		15:11	16:11		17:26
병원	09:15		10:15		11:30	12:30		14:15		15:15	16:15		17:30
전주역 (웨딩의전당 건너편)		08:55		10:33		12:33		14:13				16:27	
건지산 이지움 아파트		08:57		10:35		12:35		14:15				16:30	
안다옥 교회 정문		09:00		10:36		12:36		14:16				16:31	
전주역전소방서 옆 (전주시 재활용센터)		09:03		10:37		12:37		14:17				16:32	
롯데렌터카 전주지점 (삼성증권 전주지점 옆)		09:10		10:43		12:43		14:23				16:38	
고속버스터미널 (텍사스강장 건너편 천변)		09:12		10:44		12:44		14:24				16:41	
시외버스터미널 (중앙병원)		09:15		10:46		12:46		14:26				16:43	
한국은행 옆 (공간타일도기)		09:20		10:50		12:50		14:30				16:45	
모래내 (농협)		09:25		10:55		12:55		14:35				16:50	
안골 (향연유외과)		09:28		10:58		12:58		14:38				16:53	
복일초등학교 정문 (수협)		없음		11:00		13:00		14:40				없음	
대자인 병원 정문 (자인약국)		09:31		11:02		13:02		14:42				16:56	
전주역 건너편 (서강재활사)		없음		11:03		13:03		14:43				없음	
굴다리 (CU 편의점)		09:35		11:07		13:07		14:47				16:58	
병원 도착		09:45		11:20		13:20		15:00				17:10	

\*공휴일은 운행되지 않으며, 토요일은 오전까지 미니순환버스만 운행됩니다. (미니순환버스: 1, 3, 5, 6, 8, 10, 11, 13회/대형버스: 2, 4, 7, 9, 12회) \*운행 시간표 및 노선은 바뀔 수 있습니다. (문의전화: 063-240-2100)

#### ○ 셔틀버스 운행 시간표 (평화동방면)

노선	1회	2회	3회	4회
병원 출발	8:40	10:20	14:15	16:10
슈퍼동 나이트	8:51	10:31	14:26	16:21
아중리 지하보도 (파리바게트)	8:53	10:33	14:28	16:23
완산구 선거관리위원회	8:56	10:36	14:31	16:26
현대자동차 (KT 옆)	9:00	10:40	14:35	16:30
경원동 기업은행	9:04	10:44	14:39	16:34
남문치과	9:06	10:46	14:41	16:36
서서학동 화신탕	9:08	10:48	14:43	16:38
평화동 지하보도 (전주농협)	9:10	10:50	14:45	16:40
티파니힐	9:12	10:52	14:47	16:42
광진공작아파트 버스 승강장	9:15	10:55	14:50	16:45
남양황실아파트 버스 승강장	9:18	10:58	14:53	16:48
화산체육관 버스 승강장	9:22	11:02	14:57	16:52
한일고 지하보도	9:25	11:05	15:00	16:55
금암동 우성 뷔테리	9:27	11:07	15:02	16:57
전북은행 본점 버스 승강장	9:31	11:11	15:06	17:01
전북대병원 입구 버스 승강장 (금암고물상)	9:34	11:14	15:09	17:04
대자인병원 응급실	9:37	11:17	15:12	17:07
전주역 (서강재활사)	9:39	11:19	15:14	17:09
굴다리 (CU 편의점)	9:42	11:22	15:17	17:12
병원 도착	9:50	11:30	15:25	17:20

\*토요일, 일요일과 공휴일은 운행하지 않습니다.



당신의 사랑으로 나눔세상을 만들어갑니다.

# 마음사랑병원 마음사랑후원회

'마음사랑후원회'는 최상의 의료서비스로 '인간사랑'을 구현하기 위하여 경제적으로 어려움을 겪고 있는 환우 및 보호자에게 경제적인 지원을 통하여 안정적인 치료 환경을 제공하고 있습니다. 더 나아가 지역사회 정신장애인을 위한 지원을 실천하고자 노력하고 있습니다. 2002년도부터 **마음사랑후원회**는 내부 직원 및 외부 후원자 약 600명이 정기적으로 후원활동에 참여하고 있습니다.

후원회 참여방법 ☎ 마음사랑병원 사회사업팀 : 063-240-2114

- 정기 후원** CMS 후원신청서 작성 후 직접 지정해 주신 계좌에서 매월 5,000원 이상이 자동이체 되는 방법입니다.
- 비정기후원** 원하시는 금액을 직접 입금하는 방법입니다. (농협 : 351-1066-5417-13 마음사랑후원회)
- 물품 후원** 의복, 식품, 도서 및 생활필수품 등 환우에게 도움이 되는 물품을 후원받고 있습니다.

## 2020년 2월~7월 자원봉사자 명단

자원봉사자 총 34명

- [생활지원\_헤어나눔공작소] 신별룡, 소길례, 욱기순, 강성자, 윤정희, 김해경, 이지선, 윤경희, 설동원 (9명)
- [생활지원\_식당] 라봉자, 이영순(63년), 정순례, 김경미, 이길순, 이영로, 국민숙, 이종화, 신정선, 허순덕, 박정화 (11명)
- [생활지원\_개인자원봉사자] 정하은, 류진, 박윤규, 박순규, 김영한, 이준산, 이양훈, 김누리 (8명)
- [정서지원\_기독교] 김광서, 송진화, 신필호, 양선자, 최영옥, 임춘희 (6명)

## 2020년 2월~7월 후원자 명단

외부 후원 총 533명

(유)천보근, (주)내외정보기술, (주)동남의료약품, (주)보감남원지점, (주)인스나인, 가계숙, 강경옥, 강경희, 강나루, 강봉석, 강성훈, 강수경, 강유빈, 강인숙, 강지은, 강찬오, 강채은, 강필중, 강홍주, 강화숙(장원유니폼), 강희봉, 경대용, 고병훈, 고순화, 광동호, 광영영, 광태연, 구도형, 구자현, 권선미, 권용주, 김경호, 김경영, 김경희(우아식물), 김광현, 김구형, 김국진, 김기덕, 김기봉, 김기승, 김남일, 김내영, 김달진, 김대용, 김동기, 김동철, 김동철, 김미경, 김복순, 김상화, 김석진, 김선경, 김선숙, 김성수, 김성수, 김성식(1981), 김성식(1975), 김성태, 김성희, 김소연, 김소영, 김순희, 김승민, 김승재, 김언경, 김영민, 김영광, 김영실, 김영자, 김영화, 김옥심, 김왕수, 김용준, 김용옥, 김용진, 김용현, 김원근, 김원주, 김윤경, 김윤경, 김윤중, 김은경, 김은숙, 김은애, 김은지, 김인, 김일중, 김정삼, 김정수, 김정연, 김정은, 김경희, 김경환, 김종국, 김종현, 김본근, 김중은, 김지연, 김지연, 김지혜, 김진경, 김진형, 김찬옥, 김창현, 김홍만, 김태우, 김태희, 김학근, 김현기, 김현민, 김현성, 김현희, 김현숙, 김현자, 김현희, 김형태, 김희중, 나기원, 나기정, 나희연, 나홍남, 노경찬, 노옥림, 노옥희, 노재훈, 노진성, 노현정, 도용약품, 동안용, 류명순, 류세나, 류형선, 오은영, 오은희, 문기영, 문리리, 문진선, 박경아, 박경철, 박근영, 박근혁, 박금옥, 박기성, 박동규, 박문규, 박배희, 박병준, 박병철, 박보람, 박삼례, 박상환, 박성규, 박선임, 박세희, 박순례, 박영근, 박영희, 박윤희, 박인경, 박자순, 박정은, 박종호, 박지민, 박지영, 박지희, 박천미, 박준규, 박현철, 박현숙, 박현정, 박혜민, 배숙향, 배은희, 배자영, 배현민, 백경림, 백석기, 백선준, 백수경, 백조아, 백현찬, 변동근, 변매림(도용약품), 서경태, 서소현, 서숙연, 서암석, 서정민, 선병호, 선옥녀, 선진태, 선호민, 생백준, 생병주, 생병희, 생운정, 소귀현, 손주완, 송강용, 송민선, 송병실, 송석주, 송성희, 송애란, 송영란, 송원선, 송인미, 송중훈, 송지연, 송호, 신경민, 신명옥, 신영이(어진유통), 신은옥, 신필호, 신희숙, 심경숙, 심성주, 안미란, 안미영, 안성옥, 안시현, 안윤, 안정희, 안종식, 안진용, 안태훈, 안준규, 안규경, 양규경, 양상근, 양승주, 양주희, 양해주, 임세희, 임성국, 임재현, 임해영, 임준남, 오근영, 오미화, 오복순, 오상호, 오상희, 오영실, 오은영, 오은희, 오재은, 오재천, 오지혜, 오진숙, 오정화, 오혜진, 왕순익, 왕용기, 왕태진, 우옥녀, 우왕균, 우지연, 원경화, 원다혜, 원미숙, 위영옥(복싱자), 유능한, 유도근, 유동근, 유미순, 유성민, 유수연, 유은선, 유재명, 유재식(백성정보), 유지민, 유지주, 유창균, 유종열, 유한민, 유현아, 유현희, 유현규, 유호원, 육희정, 윤광수, 윤남순, 윤연재, 윤미라, 윤석용, 윤성숙, 윤여규, 윤여민, 윤영선, 윤장수, 윤태영, 윤해진, 윤준경, 은상봉, 이가은, 이건우, 이경애, 이경은, 이경준, 이금단, 이기성, 이길남, 이나라, 이남숙, 이대현(1963), 이대현(1984), 이도규, 이동명, 이득녕, 이미림, 이미숙(1963), 이미숙(1968), 이민지(1989), 이민지(1991), 이범식, 이범영, 이병관, 이병도, 이상고, 이상규, 이상두, 이상성, 이상은, 이상자(1970), 이상자(1972), 이성철, 이세현, 이수진, 이승연, 이승철, 이승현, 이승환, 이연수, 이연숙, 이영광, 이영래, 이영옥, 이영희, 이영자, 이영희, 이옥순, 이옥심, 이유나, 이유미, 이윤진, 이은지, 이은희, 이의철(한주상사), 이인원, 이인재, 이장혁, 이재건, 이재은, 이재현, 이정남, 이정택, 이정만, 이경숙, 이경우, 이경은, 이종배, 이종민, 이종철, 이준, 이준영, 이준희, 이종호, 이지영, 이진수, 이진태, 이진희, 이창원, 이태현, 이현우, 이현민, 이현숙, 이현이, 이현주, 이희규, 이효숙, 이우경, 이희선, 이희정, 이희진, 임경숙, 임경환, 임대영, 임두수, 임미경, 임서현, 임영서, 임옥희(경아영), 임용환, 임인서, 임재용, 임재훈, 임경미(산하이네유통), 임종희, 임지영, 임창진, 장기순, 장선호, 장민, 장영진, 장용수, 장운진, 장유미, 장은옥, 장한보, 장현우, 건북종합버스, 권석민, 권세화, 전은선, 전현수, 전혜경, 전환홍, 정경미, 장기중, 정다경, 정미란, 정병우, 정병호, 정선일(이레서유), 정순실, 정순진, 정순태, 정순현, 정영서, 정은누리, 정은숙, 정은빈, 정의성, 정이성, 정재훈, 정지현, 정진권(보성수산), 정중용, 정혜은, 정혜경, 제이에스에이치, 조영희, 조미영, 조백현, 조선우, 조순현, 조우진, 조유희, 조은희, 조인경, 조재익, 조형문, 조훈, 지동현, 진공숙, 진영근, 차동훈(서울우유아중보급소), 차연수, 차정호, 채길성, 채호선, 천창영, 최고은, 최기호, 최동선, 최동현, 최동호, 최란, 최명길, 최미선, 최미영, 최민철, 최상수, 최선미, 최성진, 최수서, 최영숙, 최영철, 최영철, 최용석, 최은영, 최은영, 최인석, 최인성, 최진기, 최철민, 최태순, 최현식, 최현준, 최원주, 최홍선, 김스메디칼, 하나구급센터, 한남주(하이푸드), 하해란, 한길순, 한성중(주)태중, 한솔에이팩스, 한승희, 한서희, 한신희, 한재근, 한정순, 한정희, 한현수, 허미란, 현희성(부귀농협김치), 현영자, 홍바다, 홍삼표, 홍선우, 홍선화(1973), 홍선화(1985), 홍은희, 홍인선, 홍지용, 홍진성, 황디은, 황성, 황승은, 황철현, 황하나

내부 후원 총 139명

강경석, 강남인, 강서연, 강성환, 강수연, 강순민, 강애숙, 강원희, 강정선, 고소영, 고정선, 곡준, 권옥희, 권은경, 김안, 김영민, 김민진, 김병배, 김복덕, 김서정, 김성심, 김성희, 김소리, 김수빈, 김수용, 김숙자, 김연아, 김예은, 김은애, 김은진, 김정은, 김지우, 김지태, 김철호, 김현수, 김희영, 김형태, 김화정, 나설이, 당명일, 박가영, 박민실, 박상철, 박소라, 박용현, 박은성, 박은선, 박지영, 박찬숙, 박현, 박혜민, 배문례, 백철호, 서지혜, 성정현, 손성순, 송영재, 송병문, 신정은, 심병선, 안서현, 안형숙, 명정우, 오남수, 오유림, 홍태영, 유평상, 유서연, 유승기, 유연실, 유혜림, 윤희상, 이견희, 이구현, 이금단, 이대걸, 이만실, 이민정, 이선영, 이승연, 이승희, 이유란, 이은자, 이장희, 이정민, 이경숙, 이주혁, 이지연, 이진영, 이종재, 이혜림, 이현정, 이혜숙, 이화자, 이희준, 임덕일, 임승미, 임지은, 장하얀, 장혜숙, 전태원, 권은지, 정경남, 정삼균, 정연주, 정은진, 정의성, 정현성, 정혜정, 조대성, 조미란, 조은, 조인경, 주진, 진연희, 천영자, 최강현, 최금철, 최수정, 최인숙, 최희화, 최희은, 최한재, 최현규, 최희선, 허근해, 허영숙, 한영일, 한영은, 한진희, 함수경, 홍성희, 홍수정, 홍윤미, 홍경숙, 홍정희, 황경진, 황수택



조기집중치료! 가장 중요합니다!  
병이라고 의심되는 순간  
바로 치료를 시작하십시오!

당신의 빠른 회복을  
**마음사랑병원** 이 돕겠습니다!

# 마음사랑병원 급성기 집중치료 심신치료센터

급성기 입원 환자의 다학제적 평가를 통한 초기진단과 치료계획에 의해  
약물치료, 정신치료, 인지행동치료 등 전문화된 집중치료를 시행합니다.

환자중심의 치료환경을 갖춘 급성기 집중치료병동으로  
**24시간 정신건강의학과 전문의와 전공의가 상주**하고 있으며,  
정신건강간호사·정신건강임상심리사·정신건강사회복지사가  
신속하고 전문화된 치료를 제공함으로써  
환자의 빠른 회복을 위해 최선을 다하고 있습니다.  
또한 안정실의 확장을 통해 급성기 환자를  
더욱 빠르게 진료할 수 있는 환경을 조성하였습니다.

