



## 고대병원을 공유해주세요! 모바일 맞춤 카드뉴스 오픈

직관적으로 스토리 전하며 빠르고 간단하게 콘텐츠 제공  
약 2,000여명 교직원 대상으로 카드뉴스 오픈이벤트 실시  
소통과 공유 통해 친근한 고대병원으로 한 걸음 더

고려대 안암병원(원장 이기형)이 모바일에 최적화된 직관적 뉴스 스토리텔링, 카드뉴스를 오픈했다.

3월 2일 고려대 안암병원은 안암병원의 소식과 정보를 모바일로 간편하게 접하도록 가독성과 접근성을 높여 안암병원을 찾는 환자, 내원객, 교직원 뿐 아니라 모든 사람들이 소통하고 공유할 수 있는 카드뉴스를 오픈하고 오픈 이벤트를 열었다.

한 장의 사진 위에 핵심 문구를 직관적으로 결합해 가독성 높은 고대 안암병원의 스토리를 담은 카드뉴스는 짧은 시간에 핵심 정보를 효율적으로 얻을 수 있는 콘텐츠로 구성되었고, '건강한 새 삶을 더하다, LIFE PLUS'의 의미를 담아 전 연령층에 다양한 소식을 전할 예정이다.

고려대 안암병원 카드뉴스는 간편하고 쉽게 건강정보를

볼 수 있는 '건강플러스', 안암병원의 과거, 현재, 미래를 담은 '안암인사이드', 이웃·지역사회와 희망을 나누고 사회공헌 실천이 담긴 '나눔공감', 고대 안암병원 의료진의 생생한 이야기를 전할 '명 이야기' 등 4가지 카테고리로 구성되어 건강 지식과 정보뿐 아니라 유머 넘치는 일상생활 팁까지 다양한 콘텐츠를 제공할 예정이다.

모든 카드뉴스는 트위터, 페이스북, 카카오톡 등 SNS를 통해 서로 공유가 가능하며, 회원가입 없이 자유롭게 댓글을 달 수 있어 다양한 의견을 서로 교환하며 활발한 소통이 이루어질 것으로 보인다.

이기형 안암병원장은 "고려대 안암병원 카드뉴스는 내부 교직원 뿐 아니라 다양한 사람들이 서로 소통하고 공유하여 이야기를 만들어가는 소통의 연결고리가 될 것이다. 많은 분들의 적극적인 참여를 기대한다" 고 말했다.

한편, 카드뉴스 오픈을 기념해 3월 2일 오후 12시 직원 식당 앞에서는 약 2,000여명의 내부직원을 대상으로 카드뉴스를 공유하는 '카드뉴스 소문내기' 오픈이벤트가 개최됐다. 점심식사를 위해 삼삼오오 모인 교직원들은 연신 카드뉴스에 관심을 보이며 SNS를 통해 지인들에게 공유하고 카드뉴스 감상평을 댓글로 남겼다.

또한 포토존을 설치해 함께 모인 직원들에게 플라로이드로 즉석기념촬영을 해 사진을 증정하는 등 추억을 나누고 기억을 공유할 이벤트를 진행해 뜨거운 호응을 얻었다.

고려대 안암병원 카드뉴스

plus.kumc.or.kr/m



### 의학발전기금기부

15.11.25	김유국	₩ 1,000,000
15.12.01	신형균	₩ 3,000,000
15.12.01	김영나	₩ 478,000
15.12.17	김정희	₩ 10,000,000
15.12.18	나요원	₩ 1,200,000
15.12.18	김영환(51회)	₩ 960,000
15.12.28	유병근	₩ 1,200,000
15.12.30	이상희	₩ 10,000,000
15.12.31	조국형	₩ 1,000,000
16.01.04	이규호	₩ 11,622,200
16.01.05	전혜원	₩ 3,600,000
16.01.07	풍평자	₩ 1,000,000

16.01.12	신동한	₩ 2,000,000
16.01.19	박정수	₩ 1,000,000
16.01.22	이덕성	₩ 1,000,000
16.01.25	김현수	₩ 1,080,000
16.01.27	최진호	₩ 7,000,000
16.01.27	임재석	₩ 5,000,000
16.01.30	홍순철	₩ 10,000,000
16.02.04	이기찬	₩ 1,080,000
16.02.15	윤병주	₩ 400,000,000
16.02.24	김연희	₩ 5,000,000
16.03.03	고대의대 여자교우회	₩ 400,000,000
16.03.03	이영서(이영인)	₩ 143,665,814

### 미주지역 기부방법

고려대학교 국제재단 (International Foundation for Korea University, Inc.)

고려대학교 국제재단은 1997년 10월 28일자로 설립되었으며, 미 연방에 등록된 Tax-exempt organization입니다. 미국 납세의무자께서 고려대학교 국제재단을 통해 기부하실 경우 IRS 규정에 따라 세금감면 등의 혜택을 받으실 수 있습니다.

ADDRESS 15 Autumn Hill Road, Princeton, New Jersey 08540, United States

EMAIL info@ifku.net (Attn : Wan-Mo Kang, Chairman 1-609-895-6638

wkang@foxrothschild.com)

고려대학교 국제재단 홈페이지 http://www.ifku.net



## 대사비만수술, 고혈압 치료에도 효과 규명

혈압 최대 30%까지 감소, 체중감량 및 호르몬 안정으로 혈압 낮춰

대사비만수술이 고혈압 치료에도 효과가 있는 것으로 국내 연구진에 의해 밝혀졌다. 비만대사센터 박성수 교수팀이 대사비만수술 및 고혈압과 관련되어 발표된 논문을 조사, 분석한 결과 당뇨 뿐 아니라 고혈압까지도 효과가 있다는 것을 규명했다.

박 교수팀의 논문에 따르면 복강경 루와이 위 우회술, 복강경 위 소매 절제술 등 대사비만수술을 받은 고혈압 합병증 환자 2,756명을 추적 관찰한 결과, 약 66%에서 고혈압이 완화되는 것으로 나타났으며, 수축기 혈압과 이완기 혈압이 최대 30%까지 감소하는 결과를 나타냈다. 장기적인 혈압 추적결과에서도 체중이 16%만 줄더라도 8년 동안 혈압발생정도를 줄이는데 충분한 것으로 나타나기도 했다.

그 동안 대사비만수술은 비만 뿐 아니라 2형 당뇨병에 단기·장기적으로 효과가 있다는 연구결과들이 발표되며 비만 합병증으로 인한 대사질환의 수술 치료에 기대감을 높여왔다. 특히, 고혈압 역시 대표적인 비만 합병증 중 하나로, 그 동안 실질적인 연구 결과가 적었던 이 분야에 대한 연구가 진행됐다는 점에서 의의가 크다.

박성수 교수팀은 1999년부터 2015년까지 전 세계에 발표된 '대사비만과 고혈압 및 합병증' 관련 논문 279개를 평가했고, 이 중 고혈압에 대해 장기적인 체중감소 효과를 평가한 저명한 주요 논문을 선택, 집중 분석해, 대사비만수술로 인한 체중감량과 고혈압 치료의 연관성을 밝히는 논문을 발표했다.

체중 감소에 따른 고혈압 완화의 매커니즘(기전)은 아

직 명확히 밝혀지지 않았다. 하지만, 지방세포도 호르몬 분비 기관의 하나로, 체중을 줄이면 교란 전 지방세포 호르몬이 정상화되어 혈압을 낮춘다는 가설과 고혈압, 고지혈증, 내당장애의 원인인 인슐린 저항성이 개선되어 혈압을 낮춘다는 가설이 있다.

박성수 교수는 "비만은 고혈압, 당뇨, 수면무호흡증, 심장병 등 합병증을 유발한다"면서 "이번 논문을 통해 대사비만수술이 고혈압 완화에 효과가 있다는 것이 밝혀졌다. 다만 장기적인 연구결과가 충분치 않은 만큼 고혈압과 대사비만수술에 대한 장기적인 대규모 무작위대기 연구가 필요하다"고 강조했다.

대사비만수술은 비만환자에서 비만수술 후 동반된 당뇨병이 호전되는 것에 착안하여 고안된 수술법으로 최근 외과분야에서 가장 각광받는 분야이다. 대사비만수술은 잘 치료되지 않는 고도비만 환자와 비만에 따르는 각종 합병증을 치료하기 위한 수술 방법으로 체중 감량뿐 아니라 고혈압, 당뇨 등 고도비만과 관련된 대사성 질환의 치료에 효과가 뛰어난 것으로 알려져 있다.

대사비만수술법으로는 위의 용량을 줄이는 위소매절제술(Sleeve Gastrectomy)과 위의 내경을 조절하는 밴드를 설치하는 위밴드(Adjustable Gastric Band), 위를 작게 만들고 내려가는 길을 소장으로 우회시켜 섭취제한과 함께 영양분의 흡수도 제한하는 루앙와이 위 우회술(Roux-en Y Gastric Bypass) 등이 있다.

한편, 이번 연구 논문은 대한비만대사외과학회에서 발간하는 대한비만대사외과학회지에 게재됐다.

## 신경과 김병조 교수 "희망 주는 연구가 나의 길"

"진료만 할 경우 수십, 수백명을 치료할 수 있지만 연구를 통해 좋은 치료제와 진단법을 개발하면 수십만, 수백만명을 치료할 수 있는 더 큰 길이 열립니다. 임상이 뒷받침된 연구를 통해 고된 시간을 겪고 있는 환자들에게 삶의 희망을 전하고 싶습니다."

김 교수는 병원 내에서 '연구하는 의사'로 일컬어진다. 그 중심에는 '환자'를 위한 마음이 자리한다.

어떤 의료기기를 만들어야 환자들의 병변을 좀 더 정확히 파악할 수 있을지, 약은 어떤 것을 써야 부작용이나 합병증이 없을지 늘 환자를 맨 앞에 두고 앉아서 고민한다.

사실 그동안 연구는 기초의학자들이 하는 분야로 치부하면서 의사는 진료에만 집중했다. 하지만 정부차원에서 연구중심병원을 육성하고 차세대 핵심사업으로 의료를 키우면서 연구하는 의사의 중요성이 커지고 있다.

김 교수는 "고대안암병원은 의과대학, 보건과학대학, 공과대학 등이 바로 밀집해 있어 이들과 협력해 연구할 수 있는 환경이 매우 잘 조성돼 있다"며 "의사들의 아이디어를 토대로 기초의학자·공학자들이 같이 연구개발하면 의학발전이 한결 빠를 것"이라고 강조했다.

김 교수의 전공분야는 다발성경화증, 루게릭, 중증근무력증 같은 희귀질환이다. 그는 이들 질환극복에 초점을 맞춰 기초의학자, 공학자들과의 공동연구를 통해 의료기와 진단법, 신약개발에 적극 나서고 있다. 고대 의생명연구센터 성재영 교수와는 현재 신경계질환 바이오마커연구에 한창이며 이들 환자의 신경회복에 도움이 되는 약제 개발을 위해 공동연구 중이다.

또 최근 들어 연구가 활발해지고 있는 뇌투명화기술을 이용한 조직검사도 고대 해부학교실 선운 교수와 함께 연구 중이며 말초신경병 진단을 위해 공대 교수들과 전극을 개발, 진단율을 높이는 연구도 진행 중이다.

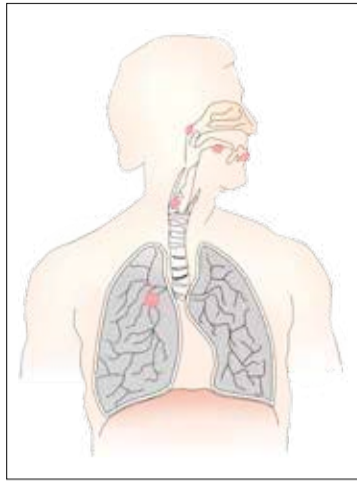
김 교수는 "앞으로 연구하는 의사로서 환자와 가족들, 혹시 모를 질환에 노출된 이들, 관련분야에서 일하는 수많은 사람들에게 도움이 되도록 노력할 것"이라고 말했다.

출처: 경향신문 게재

### 체중변화와 수축기 및 이완기 혈압 변화

Table 2. Weight differences with systolic and diastolic blood pressure differences

Study	Follow-up	Type of surgery	Weight difference (kg)	SBP difference (mmHg)	DBP difference (mmHg)
Sjöström et al. [17]	2 Years	VBG/LRGBP	28±15 kg	7±18	6±11
Sjöström et al. [18]	8 Years	VBG/GB/LRGBP	20±15.7 kg	2.9±22	1.9±14
Sjöström et al. [19]	8 Years	VBG/GB/LRGBP	33.8±18.1 kg	-20	-11
Ahmed et al. [20]	1 Year	LRGBP	45 kg	-15	-9
Nordstrand et al. [21]	1 Year	LRGBP	41 kg	-23	-13
Fenske et al. [22]	1 Year	LRGBP/GB/LSG	45 kg	18±1.6	12±1.0
Liang et al. [23]	1 Year	LRGBP	24%	34±4.9	-10
Dogan et al. [24]	8 Years	LRGBP	39.4±17.1	28% reduction	28% reduction
Bonfils et al. [25]	1 Year	LRGBP	38.5±21.8	5.9±5.4	2.4±3.6



## 먹고 마시는 즐거움 방해하는, 삼킴장애

뇌졸중, 치매, 파킨슨병 등 노인성 신경계 질환 주요 원인  
환자에게 적합한 식이형태 선택해 영양상태 유지하고 삼킴에 거부감 없애야

60대 박모씨는 요즘 들어 음식을 먹을 때마다 삼키는 것이 괴롭다. 사례도 자주 걸린다. 증상이 반복되고 기침도 잦아져 폐렴이라 여기고 내과를 찾았지만 진단은 삼킴장애. 재활의학과를 다시 찾으니 “노화로 인해 식도와 기도 주변의 근육 힘이 감소하면서 삼킴장애가 생겼다”는 말을 들었다.

이처럼 최근 음식을 제대로 씹어서 삼키는 것에 어려움을 느끼는 사례가 늘고 있다. 음식을 먹고 마시는 과정에 불편함이 있다면 일상생활에 미치는 영향은 매우 클 뿐 아니라 사회생활에 제한을 가져오고 전반적인 삶의 질을 낮출 것이다.

음식물을 입을 통해 섭취하고, 삼키기 좋은 상태로 음식을 씹은 다음, 식도를 통과해 위의 입구까지 도착하는 과정을 ‘연하’라고 하며, 이 과정의 기능에 문제가 생긴 상태를 ‘연하장애’, ‘삼킴장애’ 또는 ‘연하곤란’이라고 한다.

### 뇌졸중 이후 삼킴(연하)장애, 합병증 유발할 수도

연하장애를 일으키는 원인 질병으로는 치매, 파킨슨병 등 노인성 신경계 질환이 대부분인데 그 중 가장 흔한 것이 뇌졸중이다. 음식을 삼키는 과정은 구강, 인두, 후두에 대한 뇌신경을 통하여 뇌간에 위치한 중추에서 조절하는데, 뇌간부위의 뇌졸중은 연하 중추를 침범하면서 심한 연하장애를 일으키게 된다. 치료를 방치해 흡인성 폐렴이나 영양실조, 탈수 등의 합병증이 발생하면 심한 경우에는 사망에 이르게 된다.

뇌졸중으로 인한 연하장애는 초기에 발견하면 다른 원인 질환에 비해서는 비교적 빠른 회복을 보이기 때문에 조기발견과 적절한 치료가 그만큼 중요하다.

재활의학과 편성범 교수는 “음식물 삼킴 시작이 어렵거나 음식물을 넘기는데 시간이 오래 걸리는 경우, 혹은 식사 후 구강 내에 잔류물이 많거나 심한 침흘림, 삼킴 후에 가슴이나 인두 부근의 이물감이나 걸리는 느낌 등의 증상이 보이면 즉시 치료를 받아 적절한 시기에 조치를 취하는 것이 중요하다”고 말했다.

### 환자에게 맞는 영양공급법과 식이 자세 함께 병행돼야

환자 증상과 맞는 적절한 식이 선택이 필수인데 코에 관을 넣어 위장관으로 영양공급을 하는 비위관 영양공급법, 복벽에 구멍을 뚫어 위에 직접 관을 삽입하는 위루관 영양공급법, 튜브를 식도 중간까지 넣어 영양을 공급하는 구강식도관 등의 간접적 영양 방법과 입으로 직접 섭취를 돕는 직접적 방법이 있다.

재활의학과 편성범 교수는 “환자에게 가장 적합한 식이 형태를 선택해 음식물의 끈끈한 정도, 다진 정도 등을 조금씩 조절하여 영양 상태를 유지하고 탈수를 방지하는 것이 중요하다”며, “삼키는 것에 거부감이 들지 않도록 하는 것이 무엇보다 중요하며, 또한 입으로 직접 섭취하는 영양법의 경우 삼킨 음식물이 식도가 아닌 기도로 들어가지 않도록 머리를 앞 쪽으로 약간 숙이고 턱을 당긴 채 90°로 바르게 앉는 올바른 식습관 자세를 익히는 것도 필요하다”고 강조했다.

## 하루 5시간 넘게 앉아있는 남성 노인, 비만위험 1.5배

신체활동 늘리고, 앉아있는 시간 줄여야 비만 탈출

비만대사센터 김양현 교수팀이 ‘2013 국민건강영양조사’ 중 60세 이상 노인 1,565명(남 656명, 여906명)의 데이터를 분석한 결과 하루 5시간 넘게 앉아있는 남성 노인은 5시간 미만 앉아있는 남성 노인보다 비만위험이 1.5배 더 높은 것으로 나타났다. 한국인을 대표하는 노인 샘플을 대상으로 앉아있는 시간과 비만 및 복부비만의 연관관계를 조사한 연구는 이번 연구가 처음이다.

김 교수팀의 연구에 따르면 앉아있는 시간을 5시간 기준으로 나누었을 때 5시간 이상 앉아있는 남성은 5시간 미만 앉아있는 남성에 비해 비만이 1.54배 더 높게 나타났다. 여성의 경우에는 두 군간 비만 유병률에 의미 있는 차이가 보이지 않았다.

하지만, 비만에 영향을 주는 사회경제학적인 요소인 가계소득 및 교육수준을 고려하여 앉은 시간과 비만과의 연관성을 분석하였을 때, 남성과 여성 모두에서 의미있는 결과가 보였다. 5시간 이상 앉아있는 가계 소득수준 하위 25%의 남성은 5시간 미만으로 앉아있는 가계 소득수준 상위 75%의 남성보다 비만 유병률은 1.80배, 복부비만은 1.64배 더 높게 나타났다. 여성에서는 5시간 이상 앉아있는 초등학교 이하의 교육을 받은 여성은 5시간 미만 앉아있는 중학교 이상 교육을 받은 여성보다 복부비만이 1.24배 더 높게 나타났다.

결국 앉아있는 시간이 5시간 이상이면 특히 남성에서 비만 유병률이 높을 수 있으며, 남성에서는 소득수준, 여성에서는 교육수준이 비만에 영향을 주는 것으로 나타났다.

이번 연구를 진행한 고대 안암병원 가정의학과 김양현 교수는 “요즘 비만은 예전처럼 많이 먹어서 발생하는 요인도 있지만, 앉아 있는 시간이 늘어난 것도 중요한 비만의 원인이다. 특히 노인에서 앉아있는 시간이 많기 때문에 이번 연구를 진행하게 됐다”고 설명하며, “그 동안 비만감소를 위해 음식섭취를 줄이는 것에 중점을 두었다면, 이제는 신체활동을 늘리고 앉아있는 시간을 줄이는 것이 체중 조절에 도움이 될 수 있다. 특히 사회경제적으로 취약한 분들에서 이러한 생활습관 교정이 추후 비만 예방에 도움이 되는 지에 대한 전향적인 연구가 필요하다”고 강조했다.

한편 이번 연구는 “Behavioral Medicine”에 게재되었다.

## “노인들에 재활치료 가능한 대형-요양병원 중간모델 절실”

초고령 사회로 접어들수록 만성질환과 노화로 발생한 신체 장애를 평가하기 위해 재활의학과를 찾는 고령 환자들이 늘 것으로 전망됐다. 이때 재활치료를 함께 진행해야 동반한 만성질환으로 인한 장애의 진행 속도를 늦출 수 있다.

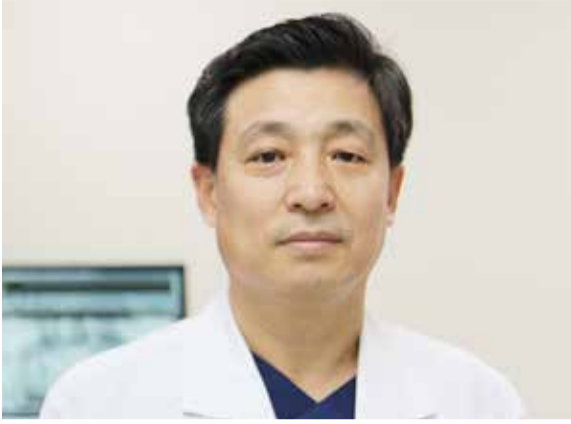
그러나 현실에서는 재활의학과에서 환자를 많이 볼수록 병원 수익이 감소되는 적자구조다. 이 때문에 요양병원 중 아예 재활의학과 전문의가 없는 곳도 적지 않다.

특히, 시설이 작은 요양병원의 고령 환자들은 재활

치료가 필요함에도 제대로 된 재활의료서비스를 받지 못한다는 지적이다.

이에 대해 편성범 재활의학과 교수는 “요양병원 내 재활치료를 위한 시설이나 인력, 프로그램이 부족하다”며 “급성기 환자들은 꾸준한 재활치료가 필요하지만 그렇지 못하다”고 말했다.

또한, “재활의학과와 협진하는 경우가 많아지고 있다”며 “노인의 신체 기능을 향상시키는 것이 장애로의 이환을 예방하고 의료비, 간병비 부담을 낮추는 데 중요한 역할을 하기 때문”이라고 강조했다.



## 어르신~ 세균 우글우글한 틀니 끼고 계신 건 아니죠?

6개월마다 치과 가서 점검 전용 세정제로 씻어 미지근한 물에 담가 보관  
치약·물로 세정하면 틀니 훼손

65세 이상 고령자에게서 가장 흔한 질환은 일차성 고혈압이다. 그 다음이 잇몸병, 즉 치주질환이다. 2014년에만 이 병으로 185만 명이 넘는 환자가 병원을 찾았다.

고려대 안암병원 치과 류재준 교수는 “음식을 씹을 때 사용하는 치아·잇몸·턱관절 중에서 나이가 들수록 가장 위험한 조직이 잇몸”이라고 말했다. 똑같이 사용해도 상대적으로 강도는 약하고, 세균의 공격을 받기 쉽기 때문이다. 나이가 들수록 자연세정제인 침 분비량이 줄다는 것도 고령자의 잇몸 건강을 위협하는 요소다.

특히 잠자리에 들 땐 반드시 틀니를 빼야 한다. 일본 니혼대 연구진이 폐렴으로 입원하거나 사망한 85세 이상 노인 524명을 분석했더니, 틀니를 끼고 잠자는 쪽의 폐렴

위험률이 최대 2.3배 높았다. 이는 흡연이 폐렴에 미치는 영향과 맞먹는 수준이다.

틀니는 관리에 따라 ‘세균 서식지’가 되기도 한다. 대표적인 오해가 세정 방법이다. 대한구강보건협회가 지난해 틀니 사용자 500명을 대상으로 세정 방법을 물었더니 치약(44.2%)이 1순위, 물에 행굼(24.8%)이 2순위를 차지했다.

류재준 교수는 “치약에는 연마제가 있다. 틀니의 플라스틱(레진) 부분에 닿으면 보이지 않게 상처를 내 세균과 곰팡이가 자랄 수 있다”고 말했다. 물에 행굼하는 것도 부족하다. 소독을 위해 뜨거운 물에 담그거나 표백제를 사용하면 변색이나 영구 변형이 일어날 수 있다. 류 교수는

“비누나 세정제로 닦기도 하는데, 입안에 들어가는 만큼 좋을 게 없다. 틀니 전용 세정제를 사용하는 게 가장 좋은 방법”이라고 조언했다.

보관에도 신경을 쓴다. 류재준 교수는 “틀니를 실온에 두면 변형될 수 있다. 깨끗이 세정한 뒤 미지근한 물에 담그는 게 좋다”고 말했다. 그러나 세정하지 않고 보관하거나 한번 쓴 물을 재사용하는 건 ‘세균 배양액’에 틀니를 넣는 것과 마찬가지다. 류 교수는 “6개월에 한 번은 치과를 찾아 구강과 틀니 상태를 점검해야 부작용을 최소화할 수 있다”고 말했다.

도움말: 치과 류재준 교수

### 건강프로젝트: 생생건강365



## ‘경구 축골막하 갑상선 수술법’

‘경구 축골막하 갑상선 수술법(TOPOT : TransOral PeriOsteal Thyroidectomy)’은 현재 로봇 갑상선 수술이 가지고 있던 한계를 극복하고 미용적으로 외관상 전혀 흉터가 남지 않는 획기적인 수술법입니다.

입안을 통해 수술기구가 들어가 갑상선 절제가 이뤄지기 때문에 상처가 남지 않으며, 좁은 공간에서 효과적인 로봇수술로 정밀하고 안전하게 갑상선 수술이 가능합니다.

특히 갑상선 수술 후 성대 마비로 인한 목소리 변화, 저칼슘혈증 등의 중요 후유증 발생률이 모두 1% 미만으로 나타나 수술 후 합병증을 최소화하는 가장 안전한 수술법으로 손꼽히고 있습니다.

도움말: 유방내분비외과 김훈엽 교수

## 겨울철에도 주의가 필요한 무좀

무좀은 여름에 주로 생기는 질환이지만 곰팡이균이 잘 증식할 수 있는 고온다습한 환경이 제공된다면 겨울에도 주의해야 합니다. 무좀은 피부진균증의 일종으로 신발 속에서 땀이 나고 건조되지 않아 덥고 습한데다 피부의 각질층이 불어나 균의 침투도 쉬워지면 무좀균이 증식하기 쉽습니다.

겨울이라고 해서 신발 속을 지나치게 따뜻하고 습하게 유지하면 축고 건조한 겨울에도 무좀이 잘 생길 수 있습니다. 특히 겨울 부츠와 같이 공기가 잘 통하지 않는 신발을 오래 신고 있는 경우 무좀균이나 기차 세균이 증식할 수 있습니다. 무좀은 개인적 감수성이 크게 작용하는 질환이기 때문에 특히 평소 무좀에 잘 걸리는 사람은 겨울철에도 지속적인 발 관리가 필요합니다.

도움말: 피부과 최재은 교수

## 불면증

불면증은 수면 장애로 잠이 드는 것에 어려움이 있거나 수면을 원하는 만큼 유지하는 것이 어려울 때를 일컫습니다. 불면증은 의학적 증후인 동시에 증세이며, 그 자체로도 하나의 장애이지만 여러 다른 신체적/정신적 질환과 동반되어 나타날 수 있습니다.

불면증 예방을 위해서는 매일 일정한 시간에 수면을 취하고 기상하며 낮잠을 피하고 잠을 자는 시간 외에는 침대에 누워 있지 않는 것이 좋습니다.

또한 수면장애에 영향을 주는 물질, 즉 수면 관련 약물, 카페인, 니코틴, 알코올 등의 복용/섭취를 주의하고 취침 전 과도한 운동이나 과식, 자극적인 영상(영화/드라마) 상영 등 수면을 방해하는 행위는 피하는 것이 좋습니다.

도움말: 정신건강의학과 원은수 교수



### 대장항문외과 곽정면 교수, 제 2회 호의교육상 수상

고려대학교 의과대학이 전임교원 중 교육에 큰 공헌을 한 우수 교원을 포상하는 제2회 호의교육상에 고려대 안암병원 대장항문외과 곽정면 교수를 선정하고 2월 15일 시상식을 가졌다.

곽정면 교수는 지난 1년간 진료수행능력증진 프로젝트와 예과 멘토링 프로그램에 참여했을 뿐 아니라 의전원 지도교수, 교육 관련 TFT에서도 왕성한 활동을 한 것이 선정위에 높은 점수를 받았다.

곽 교수는 “평소 의대생과 전공의 교육에 관심을 갖고 있던 중, 2012년부터 여러 교수님들의 추천으로 다양한 의학교육 관련 활동을 할 수 있었다”면서 “의학교육에 관심 있는 여러 젊은 교수들이 모여 고려대학교 의학교육의 발전방안을 모색하고 공부할 수 있어서 매우 뜻깊었다”고 말했다.

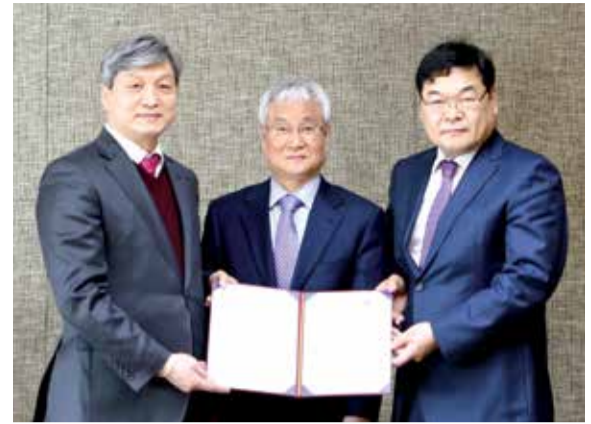


### 환자 안전과 의료 질 향상위해 QI&CP/CPG 경진대회 성료

고려대 안암병원(원장 이기형)이 환자 안전과 의료 질 향상을 위해 교직원들과 정보를 공유하는 '2015 QI&CP/CPG 경진대회'를 개최했다.

2월 18일 오후 3시 의과대학 본관 유광사홀에서 질 향상 및 환자안전관리위원회 주최로 이뤄진 이번 경진대회는 환자 안전을 강화하고 의료 질 향상을 위해 꾸준히 활동을 펼치고 있는 고려대 안암병원 교직원들이 지난 한 해 동안의 성과를 발표하고 심층 토론하는 자리로 마련됐다.

경진대회는 6개팀의 QI 및 CQI 발표와 7개의 QI 포스터 발표 및 4개팀의 CP&CPG 구연발표가 이뤄졌다. 병원장상 수상의 영광을 얻은 부서는 QI 부문의 '의료기재 청구 및 관리시스템 개선활동'을 발표한 간호부 QI위원회, CP&CPG 부문에서는 '이하선천엽절제술 CP'를 발표한 이비인후과였다.



### Life+ 건강관리센터, 동덕여대와 MOU 체결

'Life+ 건강관리센터'는 2월17일 동덕여자대학교 본관 3층 회의실에서 동덕여자대학교 건강관리센터와 상호발전을 도모하기 위한 협약을 맺고 기념식을 가졌다.

조경환 건강관리센터장 및 김낙훈 동덕여자대학교 총장 등 주요 관계자들이 참석한 가운데 진행된 이번 협약식은, 동덕여대 학생과 교직원의 건강검진 지원과 양질의 의료서비스 확대를 주요 내용으로 하여 상호이해와 발전을 약속하기 위해 마련됐다.

이번 협약을 통해 'Life+ 건강관리센터' 의료진은 주 2회 동덕여대에 파견되어, 교직원 및 학생을 대상으로 예방·치료·건강교육 업무를 수행할 예정이다. 또한 동덕여대 신입생들의 건강검진도 전담하게 된다.

### 헬스조선이 추천한 대학병원 로봇수술 명의

전국대학병원

## 로봇수술 명의: 대장항문외과 김선한 교수, 비뇨기과 천준, 강석호 교수

〈헬스조선〉은 로봇수술의 경험이 풍부하고 특별한 업적이 있는 로봇수술 명의 30명을 선정했다. 선정은 의료계 심층 취재, 의사의 수술건수, 수술기술, 연구실적, 특장점 등 다양한 요소를 복합적으로 고려했으며, 고려대 안암병원에서는 대장항문외과 김선한, 비뇨기과 천준, 강석호 교수가 명의로 선정됐다.



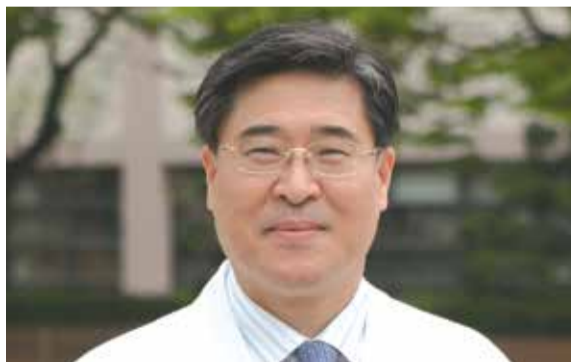
대장항문외과 김선한 교수

정확하고 안전한 수술하는 직장암 수술 명의

전문 진료 분야

대장암, 직장암

직장암 수술 명의인 김선한 교수의 직장암 로봇수술법은 다빈치 로봇을 만드는 인튜이티브 서지컬에서 표준 수술법으로 채택됐다. 그만큼 정확하고 안전한 수술을 한다는 뜻이다. 미국 메이요클리닉이나 일본 교토대에서도 수술 생중계를 요청해온다.



비뇨기과 천준 교수

전립선암 로봇수술

국제 로봇수술 교과서 'Robotic Urologic Surgery' 집필

전문 진료 분야

전립선암

천준 교수는 로봇수술 실력을 인정받아, 국제 로봇수술 교과서 'Robotic Urologic Surgery' 집필에 참여한 바 있다. 아시아에서는 유일한 집필진이었으며, 로봇 비뇨기수술에서 가장 어려운 사례를 어떻게 접근할 것인지에 대한 중요한 단락을 담당했다.



비뇨기과 강석호 교수

로봇 근치적 방광 절제술 70건의 수술기록

전문 진료 분야

방광암, 신장암, 전립선암 등

강석호 교수는 방광암 수술 전(全)단계를 로봇으로 수술하는 '로봇 근치적 방광 절제술 및 총 체내 요로 전환술'을 아시아 최초로 시행했다. 로봇 근치적 방광 절제술의 경우 70건의 수술기록을 보유하고 있으며 아시아 최다 기록이다.

[콜센터 : 1577-0083]

●:선택진료자격의(지정) ○:선택진료자격의(비지정)

부서	의사명	오전	오후	전문진료과목		
소화기센터 3층 ☎ 6551	●김창덕	수금	월목	췌담도질환(담석, 담낭염, 담도암, 췌장염, 췌장암)		
	●염순호	화수목	수	간질환(간염, 간경변, 간암)		
	●전훈재	화목금	금	위장관질환, 식도암, 위암, 대장암		
	●이홍식	월목		췌담도질환(담석, 담낭염, 담도암, 췌장염, 췌장암)위장관질환		
	○진윤태	화수금	화	위장관질환, 식도암, 위암, 대장암, 염증성장질환		
	●서연석	월목토	월금	간질환(간염, 간경변, 간암) [토오전:2주]		
	●금보라	월	수목	위장관질환, 식도암, 위암, 대장암		
	●김은선	수	월금	위장관질환, 식도암, 위암, 대장암, 염증성장질환		
	●최혁순		화목	위장관질환, 식도암, 위암, 대장암		
	김승한	토	수	위장관 및 간, 췌담, 모든질환 [토오전:4주]		
	이재민	화토	금	위장관 및 간, 췌담, 모든질환 [토오전:2주]		
	유인경	토	월	위장관질환 [토오전: 1주]		
	김태형	토	목	위장관질환 [토오전: 3주]		
내과 3층 ☎ 5410	신장	●조원용	수금	월수	고혈압, 신장질환	
		●조상경	화목	수목	고혈압, 신장질환	
		김명규	해외연수(2015.8.10.~2016.8.31.)			
		임성윤	금	화	고혈압, 신장질환 [토 오전 4주]	
		양지현	화	금	고혈압, 신장질환 [토 오전 2주]	
	나영주		월목	고혈압, 신장질환		
	김명규	해외연수(2015.8.10.~2016.8.31.)				
	간염	●김민자	수금	월	간염질환, 림프절클리닉, 열병클리닉 [토 오전 3주]	
		●손장욱	월목	화	간염질환, 림프절클리닉, 열병클리닉 [토 오전 2주]	
		●윤영경	화	수금	간염질환, 림프절클리닉, 열병클리닉	
혈액	●김중훈		목	간염질환, 림프절클리닉, 열병클리닉 [토 오전 4주]		
	●박용	토	목	빈혈, 자반증(명)클리닉 [토오전:2,4주]		
루마티스	○강가원		금	빈혈, 자반증(명)클리닉		
	○지종대	목금토	월수금	관절염, 류마티스, 루프스 [토오전: 2,4주]		
○이영호	월화수토	화목	관절염, 류마티스, 루프스 [토오전: 1,3주]			
내과일반의		월화수목금		내과질환		
당뇨센터 (내분비내과) 3층 ☎ 5421	○최동섭	화목금	목	내분비		
	●김신곤	월수	수	내분비		
	●김희영	화	월수금	내분비		
	○안지현	월목토		내분비 [토오전:2주]		
	○김남훈	금토	화목	내분비 [토오전:1주]		
	김선화	수	월	내분비		
	김경진	화금		내분비 [토오전:4주]		
암센터 2층 ☎ 5980	종양혈액내과	●김열홍	연구년(2016.3.1~2016.8.31)			
		●신상원	수목	화	두경부암, 폐암, 호스피스	
		●김병수	화금	수	혈액암(백혈병, 림프종, 다발성골수종)골수이식, 혈액질환	
		●박경화	월목	화	유방암, 부인과암, 비뇨기암	
		●박용	월		혈액암(백혈병, 림프종, 다발성골수종)골수이식, 혈액질환	
	최윤지	화금	목	고형암의 항암화학치료		
	장원진	화	수금	고형암의 항암화학치료		
	강가원	수	월	혈액암, (백혈병, 림프종, 다발성 골수증,) 골수이식, 혈액질환		
	최정윤		월	고형암의 항암화학치료		
	문선영		월	고형암의 항암화학치료		
방사선종양학과 5516	○김철웅	화목금	월목	소화기암, 두경부암, 유방암, 종양학		
	●박영제	화수	월~목	뇌종양, 부인암, 비뇨기암, 폐암, 종양학		
	이남권	월수	화수금	림프종, 소아암, 육종, 유방암, 갑상선암, 전이암, 종양학		
일반의		화금	종양학			
심혈관센터 4층 ☎ 6700	순환기	●심완주	월목	화수	고혈압, 협심증, 심부전, 심장판막질환(수요일은 초진만)	
		●김영훈	화금토	화금	부정맥, 심박동기&제세동기(토요일은 초진만) [토오전:3주 초진진료]	
		○임도선	화		협심증 임상연구, 심혈관중재시술(화오전:초진만)	
		●유철웅	월수목토	수	협심증, 판막질환, 심혈관중재시술, 말초혈관(목:말초혈관질환만)[토오전:2,4주 초진료]	
		●홍순준	목	화목	협심증, 심혈관중재시술, 고지혈증, 고혈압, 심장판막질환	
	박성미	연구년(2015년9월1일~)				
	○최종일	수목토	월	부정맥, 돌연심장마비, 실신, 유전성심장질환 [토오전:1주 초진진료]		
	●박재형	수금토	수금	협심증, 고지혈증, 심혈관중재시술[토 초진만진료]토오전:3주		
	●심재민	월금토	화	빈맥, 서맥, 심방세동, 실신, 급사, 심박동기&제세동기[토오전:2주 초진진료]		
	김미나	수	금	심부전, 심장이식, 고혈압, 심장판막질환		
	●주형준	월,토		협심증, 심혈관중재시술, 고지혈증, 고혈압[토오전:2주 초진진료]		
	○노승영	화	금	심장질환, 고혈압, 부정맥, 심박동기&제세동기		
	조재영		월금	협심증, 고지혈증, 심혈관중재시술, 고혈압		
	이광노		월목	심장질환, 부정맥, 고혈압, 심부전, 심장판막질환		
	이승훈		화	심장질환, 고혈압, 심부전, 심장판막질환		
특수클리닉	고혈압, 심부전클리닉	심완주, 박성미, 김미나				
	부정맥클리닉, 인공심박동기 &제세동기클리닉	김영훈, 최종일, 심재민, 노승영, 이광노				
	홍통 클리닉	임도선, 유철웅, 홍순준, 박재형, 주형준, 조재영, 이승훈				
대동맥 및 말초혈관질환 클리닉	유철웅					

부서	의사명	오전	오후	전문진료과목	
호흡기내과 2층 ☎ 5111	●인광호	월수목		호흡기, 폐암, 결핵, 천식, 만성폐쇄성질환	
	●이상엽	월화목	수	호흡기, 폐암, 결핵, 천식, 만성폐쇄성질환	
	●이은주	수금	월수	호흡기, 폐암, 결핵, 천식, 만성폐쇄성질환 (수 오후 클리닉진료:폐섬유화증, 간질성 폐질환)	
	정원재		화금	호흡기, 폐암, 결핵, 천식, 만성폐쇄성질환	
	최수인		월목	호흡기, 폐암, 결핵, 천식, 만성폐쇄성질환	
흉부외과 2층 ☎ 5436	●김광택	화수		폐, 기관지, 식도외과, 다한증, 하지정맥류	
	○선경	토		심장, 혈관외과, 인공심장 [토오전:2주초진불가]	
	●이성호	목	화	흉곽기형, 폐, 식도질환, 하지정맥류	
	●손호성	월금		관상동맥질환, 심장판막질환, 심장이식	
	○김태식		화	중환자관리, 심장이식, 심장 및 폐, 늑막질환	
	●정재승		월수	ECMO(체외막산소화), 말초혈관질환, 부정맥수술, 선천성심장수술	
	●정재호		목	흉부외상, 흉막질환[토오전:1,3주]	
	이은주		금	일반흉부(폐)	
	한정옥		금	일반흉부(심장)[토오전:4주]	
	외과 3층 ☎ 5401	위장관	○김종식	수	월
●박성흠			월	목	위암, 상부위장관질환
●박성수			금	수	위암, 상부위장관질환, 비만대사수술
간담췌		○송태진	목		간, 담도, 췌장질환
		●김동식	화금		간, 담도질환, 췌장질환, 간이식
		●유영동	월	목	간, 담도, 췌장질환
		○정성원	수	월	간, 담도, 췌장질환
○한재현			화금	간, 담도, 췌장질환	
이식혈관		●정철웅	화목	목	장기이식(신장, 췌장), 혈관질환, 췌장질환, 하지정맥류 (목 오전은 신장이식 환자만 진료)
		●전홍만	월금		혈관질환, 하지정맥류, 장기이식(신장, 췌장)
소아외과	●부윤정	목	월목	소아외과, 탈장(목 오후:소아청소년과)	
대장항문외과 2층 ☎ 6420	●김선한		월수	대장, 직장, 항문질환	
	●김진	금	화	대장, 직장, 항문질환[토오전:3주]	
	●곽정면	월목		대장, 직장, 항문질환[토오전:1,4주]	
	○백세진	화	목	대장, 직장, 항문질환, 여성전문, 염증성장질환 [토오전:2주]	
	강동우	수	금	대장, 직장, 항문질환	
유방센터 ☎ 6670	●배정원	월목	화	유방암 및 갑상선암	
	●정승필	화수금	월수	유방암 및 갑상선질환	
성형외과	●윤을식		목	유방재건성형수술	
정형외과 3층 ☎ 5430	●이순혁	수	월	소아정형외과, 사지연장술, 족부	
	○박종훈	화		종양, 외상(근골격계종양)	
	서승우	화		척추측만증, 소아척추	
	●박종웅	월	수	수부외과, 미세재건외과, 수부및상지외상, 말초신경질환 (약성흑색종클리닉, 손목통증클리닉, 수부외과 미세재건외과 클리닉)	
	●한승범	월목	목	인공관절(무릎, 고관절), 고관절골절, 외상	
	●정웅교	화금	화	어깨, 팔꿈치, 스포츠의학(상지) [토오전:2주]	
	●박시영	수	월수	척추종양, 허리, 목디스크, 척추협착증, 골다공증, 외상학, 외상성척추질환, 척추측만증 및 변형교정(화오전:11시이후)	
	○장기모	화목토	목	슬관절, 슬관절관절경술, 스포츠외상, 인공슬관절 치환술, 인대재건술 [토오전:1,3주]	
	장우영	토			
	일반의		수금	외상	
신경외과 3층 ☎ 5550	○정용구	수목	화	뇌종양, 척추종양, 뇌혈관질환, 두통	
	●박정울	월	월목	통증외과, 척추질환, 신경기능이상, 노인질환	
	○조태형	수		척추질환, 척추외상, 척추종양, 줄기세포치료	
	●강신혁	월목	목	뇌종양, 소아뇌질환, 뇌혈관질환, 두통, 안면경련	
	●이장보	화	화	척추질환, 척추외상, 척추종양	
박동혁	연구년(2015.8.1.~2016.8.31.)				
●박경재	화금	수	뇌혈관 조영술 및 뇌 두경부 중재시술, 뇌혈관질환 (뇌동맥류), 뇌종양, 안면경련, 삼차신경통		
허준석	파견(2016.2.22.~2017.2.28.)				
일반의		금	두부외상, 척추질환		
성형외과 3층 ☎ 5440	●박철		월금	귀성형, 소이증, 매몰귀	
	안덕선		수	손저림증, 화학박피	
	●박승하	금	화	소아기형, 안면마비, 턱성형, 눈성형, 보톡스, 필러, 레이저피부성형, 주름성형, 혈관종	
	이병일	연구년(2015.10.1.~)			
	●윤을식	화목		유방재건및성형, 지방성형, 눈, 코, 주름성형, 수부재건, 안재건, 레이저 악안면외상재건, 수부외상, 피부암, 화상및급만성 창상, 레이저	
	조희은	월	수목	외상(타과예약불가)	
김덕우		화	외상 [토오전 매주]		
일반의	수금토	월화목금		외상	
통증센터 3층 ☎ 5529	●이혜원	월목		통증관리	
	●박지용	수	월수목	통증관리	
유혜나	화금	화금		척추질환, 통증	
외국인진료센터 ☎ 6896	최새롬	월~금	월~금	일반적인 외국인 내과, 소아과 질환	
	●김진용		금	일반적인 외국인 내과	
통합의학센터 ☎ 6930	○이성재		수	심장건강, 뇌정신건강, 피부건강, 여성건강, 암건강, 만성통증관리, 학습장애클리닉, 만성피로클리닉	

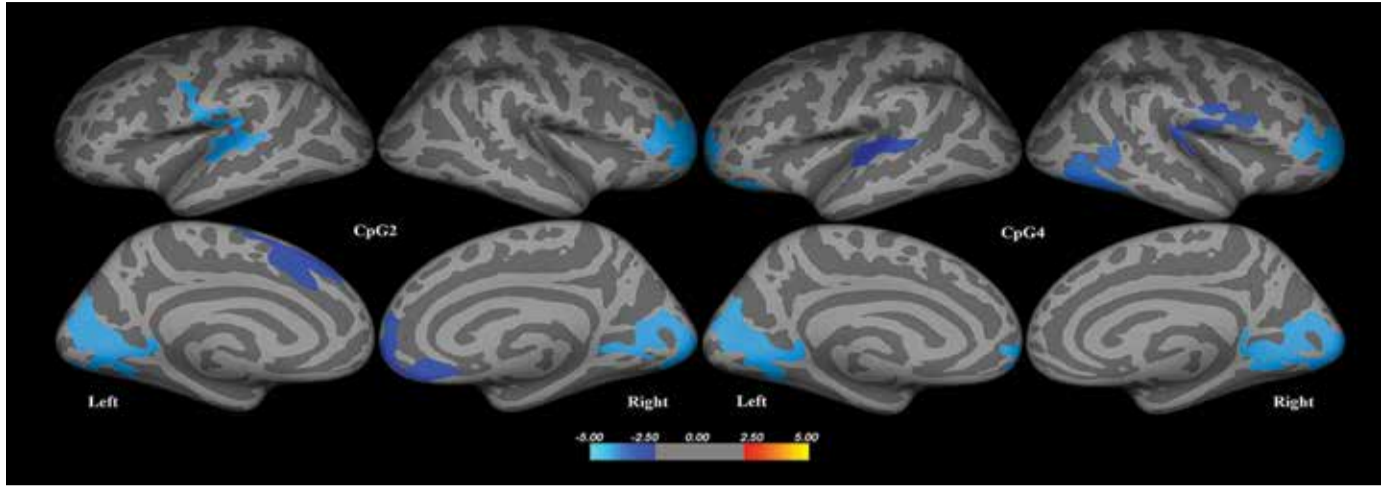
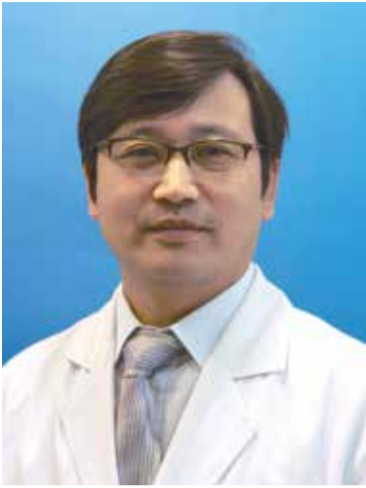
진료시간표

[콜센터 : 1577-0083]

●:선택진료자격의(지정) ○:선택진료자격의(비지정)

Table with columns for department, doctor name, time slot, and specialty. It is organized into sections for various clinics like '소아청소년과', '안과', '가정 의학과', etc., listing doctors and their respective appointment times and specialties.

■ 인터넷(병원홈페이지) 제증명 발급안내
▷ 진료비납입확인서, 동원확인서, 입퇴원확인서, 재원확인서 등 홈페이지(http://anam.kumc.or.kr)에서 회원가입 후 【범용 공인인증서 (유료) 사용, 진료비납입확인서(연말정산 또는 보험회사제출용)만 무료】 발급 가능.
■ 외래예약
▷ 전화 예약 1577-0083 (콜센터) ▷ 대표 전화 : 920-5114
▷ 인터넷 예약 http://anam.kumc.or.kr ▷ 응급 센터 : 920-5373
■ 요양급여안내
▷ 우리병원에 오실 때에는 1단계요양기관(병, 의원)에서 발급한 진료의뢰서(요양급여 의뢰서)를 건강보험증과 함께 제시하여야 보험적용이 됩니다.
▷ 응급의료센터, 가정의학과, 치과, 분만 및 혈우병환자는 진료의뢰서 없이 진료가 가능합니다.
■ 선택진료(지정진료)제도
선택진료는 일정한 자격을 갖춘 전문의로부터 진료를 받을 경우 선택진료에 관한 규칙에 의거 환자본인이 별도로 추가비용 전액을 부담하게 됩니다. [예약진료 시 사정에 따라 진료 일정 변경될 수 있습니다.]



## 우울증 재발, 마음 약한 탓 아니다

정신건강의학과 함병주 교수팀, 유전적·뇌신경학적 기전 밝혀  
뇌신경 유전자 기능 저하, 전전두엽-후두엽 피질두께도 얇아

정신건강의학과 함병주 교수팀이 재발성 우울증의 유전적, 뇌신경학적 기전을 밝혀내며, 우울증이 재발하는 환자들의 유전 및 뇌기질적인 취약성을 규명하는데 성공했다.

최근 함병주 교수팀(가천의대 나경세 교수, 고려대의대 김현 교수)이 후성유전학과 뇌영상분석기법을 결합하여 연구한 논문 '재발성 주요우울장애에서 뇌유래신경영양인자 메틸화와 피질두께(Brain-derived neurotrophic factor promoter methylation and cortical thickness in recurrent major depressive disorder)'에서 재발성 우울증의 기전을 밝혔다.

논문에 따르면 18세부터 65세까지 재발성 우울증 성인 환자 65명과 나이, 성별이 비슷한 대조군 65명을 비교 결과, 재발성 우울증 환자들이 정상군에 비해 뇌신경 세포를 성장시키는 단백질중 하나인 뇌유래신경영양인자(Brain-derived neurotrophic factor, 이하 BDNF)의 메틸화(methylation)가 상당히 높아져 있었다.

또한, 전전두엽과 후두엽 영역의 피질 두께도 더 얇았다. 특히, BDNF 메틸화가 높을수록 전전두엽-후두엽 영

역의 피질 두께가 더욱 얇아지는 역(逆)상관성을 나타냈다.

그 동안 '우울증' 환자가 적절한 치료로 금방 회복되는 것과 달리, '재발성 우울증' 환자의 경우는 상대적으로 우울증 치료제에 대한 반응이 낮고 스트레스를 견딜 수 있는 능력이 부족한 경우가 많아 그 원인에 대한 연구가 지속되어왔다.

함병주 교수팀은 뇌안에서 작용하며 뉴런의 재생을 촉진시키고, 뉴런과 뉴런 사이를 유연하게 만들어줌으로써 정신질환 발병 및 진행을 억제하고 치료효과를 증진시키는 중요한 보호작용을 하는 뇌유래신경영양인자(BDNF)에 주목했다.

이 BDNF가 메틸화되면 뇌신경 유전자의 기능부전으로 뇌에서 제대로 생산 분비되지 못하고 그 보호작용이 약해진다. 결과적으로 우울증의 발병, 진행을 가속화시키고, 치료를 더디게 만든다는 것을 의미 하는 것으로 우울증의 반복적인 발병, 재발을 촉진시키는 주요 원인이 될 수 있음을 밝혀낸 것이다.

특히, 재발성 우울증 환자에서 뇌유래신경영양인자(BDNF) 메틸화의 수준이 높을수록 전전두엽과 후두엽 피질의 두께가 얇아지는 역(逆)의 상관성을 보임을 입증하는 등 두 원인의 상관관계를 처음으로 제시한 연구라는 점에서 더욱 의의가 크다.

함병주 교수는 "우울증 재발은 개인의 의지나 마음이 약해서가 아닌, 유전적·뇌신경학적으로 취약할 수밖에 없는 구조적인 요인이 원인임이 이번 연구를 통해 입증했다"며 "반복적으로 재발하는 우울증을 단지 마음의 감기와 같은 가벼운 정도로만 볼 것이 아니라 적극적이고 지속적으로 치료하고 관리해야함을 시사하는 것"이라고 강조했다.

그는 이어 "재발 우울증의 발병기전을 새롭게 규명으로써 우울증 원인 규명과 치료제 개발에도 새로운 전기를 마련할 것으로 기대된다"고 덧붙였다.

한편, 이번 논문은 지난 2월 15일 세계적인 학술지 '네이처'의 자매지인 '사이언티픽 리포트(Scientific Reports)'에 게재됐다.

## 희망을 전합니다

희망우체통에 소망을 담은 편지를 넣어주시면  
여러분과 가족들에게 1년 후 배송해 드립니다.

질병이라는 걸림돌을 만난 여러분께  
디딤돌이 되는 희망우체통입니다.



\* 희망우체통은 병원 8층 86병동에 있습니다.

진료예약 1577-0083