



# 제생의세

원광대학교병원 소식, 더 빠르고 스마트하게

- 홈페이지 [www.wkuh.org/](http://www.wkuh.org/)
- 공식블로그 [blog.naver.com/wkuh2030](http://blog.naver.com/wkuh2030)
- 페이스북 [www.facebook.com/wkuh2030](http://www.facebook.com/wkuh2030)
- 인스타그램 [www.instagram.com/wkuh\\_org/](http://www.instagram.com/wkuh_org/)
- YouTube에서 '원광대학교병원'을 검색하세요

제 321호 2025년 3월 1일 (토)

차세대 의료서비스의 중심, 원광대학교병원

## 원광학원 산하기관, 베트남 건너성 합동 의료봉사 활동 베트남 건너성 주민 3,000여명에 의료봉사 및 K-문화 전파



원광대학교병원이 지난 15일부터 22일(6박 8일) 원광학원 산하기관 연합 합동으로 베트남 건너성에서 2025 해외 의료봉사를 통해 대한민국의 선진 의학을 전파했다.

이번 합동 베트남 해외 의료봉사 활동에는 원광학원 소속 원광대학교병원, 원광대학교, 원광보건대학교, 원광디지털대학교, 원광대 치과병원, 원광대 한방병원 등 소속 기관들과 원광여행사를 비롯, 현지에서

KNI그룹, 베트남 남건터대학 및 병원이 협조해 성황리에 실시됐다.

봉사 활동에는 원광대학교병원에 서 외과, 내과, 산부인과, 안과, 소아청소년과가 참여하고 원광대 한방병원에서 침구과, 내과가 원광대학교 치과병원에서 치주과, 보철과, 구강외과 등 8개 진료과 외 약국, 침구치료실에서 의료진을 비롯해 간호사, 약사, 치위생사, 행정 및 기타 봉사 인원 69명이 참석했다.

이번 의료봉사에서는 양방에서 내과적 문진 투약, 외과적 시술, 안과 시력 치료, 산부인과 초음파 치료, 소아, 피부과적 치료와 치과병원의 심미 성형, 발음 교정 등 치과 협진 치료, 한방병원에서 침 치료, 뜸 치료, 한약 치료, 추나 치료로 불리는 물리치료 등 의료지원이 필요한 베트남 건너성 지역 주민 3,029명에게 의료시술과 재능나눔 문화활동을 펼쳤다.

서일영 원광대병원장은 “헌신적인 마음으로 의료 봉사 활동에 참여 해 준 의료진 및 연합 봉사 활동 대원들에게 감사를 드린다”며 “원광대병원은 국내·외를 막론하고 희망의 의료 나눔 활동을 꾸준히 펼쳐 나갈 것이며, 현지 의료인 교육을 통해 글로벌 동반성장이라는 목표를 이룰 것이다”라고 밝혔다.

## 원광대학교병원, 재난의료지원 차량 운행 시작으로 ‘재난 대응 강화’



원광대학교병원이 지난 12월 27일 전북특별자치도로부터 신규 재난의료지원차량을 배치받았다. 이 차량은 2016년부터 보건복지부와 전북특별자치도의 국비 및 도비 보조금으로 운영되고 있는 기존 차량을 대

체하여 전북특별자치도에서 새로운 차량을 제작 후 원광대병원에 배치되었다.

이번에 신규 배치된 차량은 3.5t 규모의 트럭을 개조한 특장 차량으로, 재난 상황에서 사용할 수 있는

차와 운영에 필요한 천막, 의료장비, 소모품 등을 이송할 수 있는 재난거점병원에 배치된 차량으로, 유사시 중증환자 40명 처치할 수 있는 기준과 72시간 동안 외부 지원 없이 기본적인 응급의료 기능을 수행할

의료장비, 의료 소모품, 의약품 등을 기존 차량보다 더 많이 탑재할 수 있어 재난 대응 능력이 한층 강화되었다.

재난의료지원 차량은 현장 응급의료소 설치와 운영에 필요한 천막, 의료장비, 소모품 등을 이송할 수 있는 재난거점병원에 배치된 차량으로, 유사시 중증환자 40명 처치할 수 있는 기준과 72시간 동안 외부 지원 없이 기본적인 응급의료 기능을 수행할

수 있는 능력도 갖추고 있다.

원광대학교병원은 전북특별자치도로부터 지원받은 도비 보조금을 이용해 재난의료 지원 차량 관리 사업을 수행, 장비·약물의 효율적 관리와 매년 재난·감염병 대응 재난의료 교육을 소방본부 등과 공조해 재난의료지원팀(DMAT)과 함께 교육 실시하고 있다. 더불어 지진, 화학물질과 유해물질 누출, 재난상황 등 다수사상자 사고에 대응하기 위한 역량을 강화하고 있다.

이번 신규 배치된 재난의료지원 차량은 전북특별자치도 권역 내 재난상황에 더욱 효과적으로 대응할 수 있어, 전북특별자치도 도민을 위한 중요한 역할을 할 것으로 기대되고 있다.

# 원광대학교병원, 전국 최초 전북특별자치도교육청 위탁 도박중독 치유 운영기관 선정

원광대학교병원이 지난 18일 전북특별자치도 도박 중독 치유 위탁기관으로 선정됐다고 밝혔다. 위탁 기간은 2025년 3월 1일부터 2026년 12월 31일까지 2년이다.

원광대병원은 작년 7월 “권역마약류치료보호기관”으로 선정되어 마약중독치료 분야에서 호남권에서

중추적인 역할을 수행해 오고 있는 바, 이번 도박중독 치유 위탁기관 선정은 심각해져 가는 청소년 도박 중독에 대해, 국내 최초로 운영하는 치유 전문기관으로 중독 문제에 대한 적극적인 치료 개입을 하는데 큰 의미가 있다.

청소년 도박 중독은 단순한 금전

적 손실을 넘어 정신적 문제, 학교 부적응, 대인관계 붕괴 등 다양한 사회적 문제를 야기할 수 있고, 특히 도박 자금을 마련하기 위해 다른 범죄에 연루되는 사례도 보고되는 위험한 수준이므로 반드시 전문가 및 전문기관 상담으로 적극적인 예방과 치료 개입이 필요한 상황이다.

서일영 병원장은 “본원은 중독치료 전문기관으로서 전북특별자치도 내 청소년 도박 중독에 대해 심층 평가 및 조기 개입과 전문 치료프로그램 등을 적극적으로 지원하겠다”고 밝혔다.

# ‘여성농업인 특수건강검진’ 의료기관으로 지정된 원광대학교병원



원광대학교병원이 2025년부터 익산시 여성농업인 특수건강검진 의

수건강검진은 익산시에 거주하는 만 51세에서 70세 사이(1955년 1월

료 기관으로 지정되어

이 번 여성농업인 특

1일~1974년 12월 31일 출생)의 홀수년도 출생 여성농업인을 대상으로 진행된다. 검진 신청은 읍, 면, 동 행정복지센터를 통해 접수할 수 있다. 검진 비용의 50%는 정부가, 나머지 50%는 익산시가 지원한다.

특수건강검진은 여성농업인의 농작업 관련 질환 예방을 위한 특화된 검진 항목을 포함하는 것으로, 일반 건강검진과 달리, 근골격계 질환, 심혈관계 질환, 골절·손상 위험도, 폐기능, 농약 중독 등 5개 항목에 대한

검진과 사후 관리 및 전문의 상담이 제공된다.

유경훈 원광대학교병원 건강증진센터장은 “여성농업인들은 신체적 부담을 주는 농산물 작업환경으로 인해 근골격계질환 등 여러 질환의 위험에 노출된다”며 “이번 건강검진 사업 및 질환 예방 교육을 위해 익산 여성농업인들의 건강증진에 기여하겠다”라고 전했다.

# 원광대학교병원, 베트남 남컨터대학교병원 및 KNI그룹과 업무협약 체결



원광대학교병원이 지난 17일 베트남 남컨터대학교병원, KNI그룹과

업무협약을 체결했다. 남컨터대학교병원은 2022년 6월

에 11층 규모의 건물과 300개의 병상으로 개원했으며, 베트남 메콩 삼각주 지역에서 가장 현대적인 의료장비 시설을 갖춘 병원 중 하나이다.

KNI그룹은 베트남 내 종합 기업으로, 교육 분야를 넘어 노인 요양 서비스, 의료 서비스, 유통업 및 소매업 운영, 관광 및 호스피스, 유기농 농산물 생산, 정원 및 리조트 사업 등 다양한 산업 분야에서 지역사회의 복지 향상을 위해 힘쓰고 있는 기업이다.

서일영 원광대병원장은 “이번 업무협약을 통하여 2025년 원광학원 베트남 컨터성 합동 의료봉사를 진행할 수 있는 기반이 되었다”며 “업무협약 이후 지속적인 협력을 통하여 의료진 간 원격협진, ICT 기반의 의료진 교육프로그램, 본원 의료진 연수 프로그램 등 다양한 의료 정보 교류를 통하여 양 기관의 의료 기술 향상과 베트남 지역민이 질 높은 의료서비스를 제공받을 수 있기를 희망한다”라고 밝혔다.

# 제1회 환자경험친절코디네이터(PEKC) 발대식 개최 “환자중심 의료문화 정착을 위한 첫걸음”



원광대학교병원이 2025년 제5차 환자경험평가를 대비하여 지난 19일 은혜홀에서 제1회 환자경험

친절코디네이터(Patient Experience Kindness Coordinator, PEKC) 발대식을 개최했다.

이번 발대식은 환자 중심의 의료 서비스를 한층 더 강화하고, 환자경험평가에서 우수한 성과를 거두기 위한 원광대학교병원의 공식적인 첫걸음이다.

“병원의 발전을 위해 앞장서 주시는 PEKC 여러분들과 함께할 수 있어 기쁘다”라고 덧붙이며 격려의 말을 전했다.

병원 관계자들은 PEKC가 환자경험 개선과 의료서비스 질 향상에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 기대하고 있으며, 원광대학교병원은 체계

적인 교육과 지속적인 개선 활동을 통해 2025년 제5차 환자경험평가에서 우수한 성과를 거두겠다는 계획이다.

환자경험평가는 환자가 입원한 병원의 의료서비스 수준을 평가하는 제도로, 환자의 의견과 가치를 진료에 반영해 환자 중심의 의료문화를 확산하기 위해 시행된다. 이 평가는 건강보험심사평가원이 2년마다 실시하며 전국 의료기관의 의료서비스 질 향상을 유도하는 중요한 기준이 되고 있다.

## 원광대학교병원, 2024 입사 신규 간호사 복돋우기 행사 가져...



원광대학교병원이 지난 14일 외래 1관 4층 대강당에서 입사 1주년 기념하는 '2024년 신규간호사 복돋우기 행사'를 개최했다.

원광대학교병원 간호부는 신규간호사들에게 직업에 대한 긍지와 환자 중심 마인드를 함양하고, 지난 1년간 임상 현장을 함께 한 신규간호사들의 노고를 격려하고 축하하며 앞으로의 성장을 응원하기 위해 이 행사를 마련했다고 전했다.

이안생 간호부장은 “더 UP BEST SAFE Nursing을 위하여 환자의 곁을 지키며 간호사로서 단단하게 만들고자 노력하는 여러분의 모습을 보며 진심 어린 존중과 감사의 마음

을 전한다”고 하면서, “앞으로의 지속적인 배움과 성장을 통해 더 깊이 있는 전문가로 성장할 수 있도록 최선을 다하고 새로운 도약을 다짐하는 의미 있는 시간이 될 것”이라고 말했다.

앞으로도 원광대학교병원은 신규간호사들이 안정적으로 성장할 수 있도록 다양한 지원 프로그램을 운영하며, 환자 간호를 최우선으로 하고 상호 존중하는 근무 환경을 만드는 데 최선을 다할 계획이다.

## 기아자동차 등 글로벌 자동차기업 내 의원운업을 통해 산업체 맞춤 의료서비스를 확대하는 원광대학교병원



원광대학교병원이 기아자동차 오션트랜드 광주의원 2개소를 재위탁·보건관리를 인정받아 향후 3년간의 재위탁 계약을 체결하게 되었다.

운영한다.

원광대병원 은 지난 2021년 10월부터 기아자동차 의원의 위탁운업을 시작하여 3년간의 우수한 진료 실적 및 산업체

원광대병원이 위탁·운영하는 기아자동차 광주의원 은 의사, 간호사, 물리치료사, 방사선사 등 23명의 전문 의료진이 상주해 근로자들의 건강을 살피고 진료한다

특히, 원광대병원은 근로자의 건강증진, 산재 및 질병 예방, 주요 근골격계 질환, 건강(특수)검진, 응급진료, 예방 접종 등 부가적인 의료와 상급병원급의 의료서비스를 제공한다.

서일영 병원장은 “원광대병원은 기아자동차 의원 및 현대자동차 전주공장 내 산업보건센터를 10년 이상 운영하며, 산업체 의료서비스 관리에 특화되어 있어, 언제든 발생할 수 있는 안전사고에 민첩하게 대응하여 안전하고 건강한 근로환경 구축에 기업과 함께해 왔다”며 효율적이고 신속한 진료의뢰, 산재예방, 질병예방 관리, 건강진단 등 최상의 의료서비스 펼치겠다고 강조했다.

## 원광대학교병원, 신한은행 호남본부와 업무협약 체결



원광대학교병원이 지난 11일 신한은행 호남본부와 업무협약을 체결했으며, 양 기관의 주요 관계자들이 참석한 가운데 상호 협력 의지를 다

했다고 밝혔다. 이번 협약식은 원광대병원 외래 3관 일원에서 진행되었다.

이날 협약을 통해 원광대병원은 신한은행 호남본부 임직원과 그 가족들의 건강증진과 삶의 질 향상을 위한 의료서비스를 제공하기로 했다. 또한, 신한은행은 원광대병원을 방문하는 환자 및 내원객들의 금융 활동을 지원하며, 고객 중심의 서비스 향상에 힘쓰기로 했다. 양 기관은 이를 바탕으로 고객과 사회의 지속 가능한 공동 가치를 창출하기 위

해 협력할 예정이다. 서일영 병원장은 “이번 협약을 통해 양 기관의 사회적 가치 활동이 더욱 향상되기를 기대한다”고 전했다. 이번 협약은 지역 사회의 건강 증진과 금융 서비스 향상이라는 두 분야에서 상호 이익을 추구하며, 향후 양 기관의 협력이 더욱 강화될 것으로 기대된다.

## 자이언트 플라워 포토존 설치로 환자와 내원객들에게 따뜻한 분위기 제공



원광대학교병원이 환자와 내원객들에게 따뜻하고 편안한 공간을 제공하기 위해 병원 로비에 자이언트 플라워 포토존을 새롭게 설치했다.

이 포토존은 유방갑상선외과 이광만 교수의 지도 아래 유방암 수술과 항암치료를 받은 한 환자가 깊은 감사의 마음을 담아 기증한 것으로, 화려하고 생동감 넘치는 대형 꽃 장식이 특징이다.

이번 포토존은 병원을 찾는 이들에게 따뜻한 위로와 희망의 메시지를 전하는 특별한 공간으로, 방문객

들에게 밝고 긍정적인 에너지를 전달할 예정이다.

원광대학교병원은 이번 자이언트 플라워 포토존 설치를 통해 환자와 방문객들이 병원 내에서 잠시나마 평온한 시간을 보낼 수 있도록 지원하며, 앞으로도 환자 중심의 다양한 문화적, 정서적 경험을 제공할 계획이다.

### 179회 WKUH 친절직원



순환기내과 정형기 교수

먼저, 이런 뜻깊은 상을 받게 되어 정말 영광입니다. 사실 그저 자리를 지켰을 뿐인데, 이렇게 친절직원으로 선정되어 상까지 받게 되니 감회가 새롭습니다. 무엇보다도 환자분들과 동료들께서 저의 작은 노력들을 좋게 봐주신 덕분이라고 생각합니다.

순환기내과 교수로서 환자분들께 최상의 치료를 제공하는 것은 당연한 일이지만, 환자의 마음까지 어루만지는 것이 진정한 치료의 시작임을 다시금 깨닫게 됩니다. 앞으로도 환자 한 분 한 분께 더 따뜻하게 다가가고, 동료들과도 배려와 존중을 나누며 진료에 임하겠습니다.

끝으로, 이 상을 받을 수 있도록 함께해 주신 모든 분들께 진심으로 감사드립니다. 더 나은 원광대병원의 구성원이 될 수 있도록 노력하겠습니다. 감사합니다.



전담간호팀 권유리 간호사

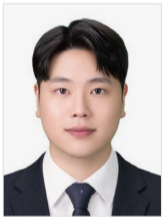
친절직원이라는 뜻깊은 상을 수상하게 되어 감사합니다.

이번 기회를 통해 항상 한 번 더 생각해 보며 최선을 다하는 간호사로 발전하겠습니다.

더욱더 내원객 및 동료들에게 친절하게 다가갈 수 있도록 열심히 노력하겠습니다.



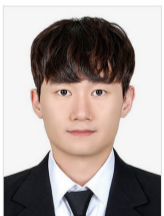
## 2025년 원광대학교병원 신규직원을 소개합니다



- 이름 김병욱
- 직종 사무행정

• 자기소개 저는 스포츠와 음악 활동을 좋아합니다. 많은 분들과 함께 활동하며 빠르게 가까워질 수 있는 후배, 항상 마음을 터놓고 무엇이든 이야기 할 수 있는 직장 동료가 되겠습니다.

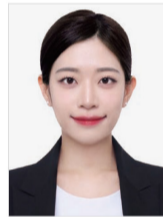
• 입사 후 포부 및 소감 원광대학교병원의 일원이 되어 기쁘고, 좋은 선배님들께서 잘 가르쳐 주시는 만큼 업무와 배움에 최선을 다하고, 항상 성실하고 따뜻한 직원이 되겠습니다.



- 이름 이승찬
- 직종 사무행정

• 자기소개 저는 새로운 도전과 성취를 중요하게 생각합니다. 원광대학교병원에서 시작하게 될 새로운 도전이 기대됩니다. 언제나 긍정적으로 생활하는 직원이 되겠습니다!

• 입사 후 포부 및 소감 원광대학교병원에서 일하게 되어 기쁩니다. 도전정신으로 맡은 업무에 열정적으로 임하며 성장하겠습니다. 언제나 긍정적인 마음으로 업무에 임하겠습니다.



- 이름 박주은
- 직종 사무행정

• 자기소개 저는 맡은 바 책임을 다하는 성실함을 중요하게 생각합니다. 환자 중심의 병원 운영에 기여하고자 하는 열정으로 지원했습니다. 빠르게 적응하여 원활한 업무 수행이 가능하도록 노력하겠습니다.

• 입사 후 포부 및 소감 원광대학교병원의 일원이 되어 매우 기쁘고, 새로운 환경에서 많은 것을 배우며 성장하고 싶습니다. 병원의 원활한 운영과 환자에겐 최상의 서비스를 제공하고, 선배들의 가르침을 바탕으로 전문성을 키워 병원 발전에 기여하는 인재가 되겠습니다. 앞으로 동료들과 협력하며 책임감 있는 자세로 임하겠습니다.



- 이름 황봉원
- 직종 사무행정

• 자기소개 저의 장점은 긍정적인 성격으로, 함께 일하며 주변에서 웃음꽃이 필 수 있게 하는 사람이 되겠습니다.

• 입사 후 포부 및 소감 원광대학교병원의 일원으로 합류하게 된 것에 진심으로 감사드립니다. 환자 분들과 병원 동료들 모두에게 봉사하는 마음으로 열심히 하겠습니다. 아직 부족한 점이 많아 보이지만 최선을 다해 배우며 믿음직한 사원이 되겠습니다. 앞으로 주변에 많은 것을 감사드리고 많은 것에 감사받을 수 있는 사람이 되겠습니다.



# 칭찬합니다!

'칭찬합니다'는 교직원들의 칭찬 릴레이로 병원 곳곳에서 근무하고 있는 원광인들을 만나봅니다.



62병동  
김혜인 간호사

자주 가는 병동은 아니지만 재활 치료를 위해 62병동에 가면 김혜인 선생님은 반갑게 인사 해주시고 제가 물어 보기전에 환자의 컨디션등 변동사항을 친절하게 설명 해주셔서 재활을 하는데 있어 큰 도움이 되었고 환자 중심의 간호로 가족같은 병원, 이웃같은병원의 이미지를 잘 살릴수 있는 모범적인 선생님이라 생각하기에 김혜인 선생님을 추천합니다!!!!

추천인 : 재활의학과 조성태 물리치료사

## 이달의 간호사



63 병동  
채혜진 간호사

이달의 친절간호사로 선정되어 놀랍기도 하지만 기쁘고 너무 영광입니다. 앞으로도 환자분들에게 더욱더 따뜻한 마음으로 간호할 수 있도록 노력하며 환자의 입장에서 생각할 수 있는 간호사가 되도록 노력하겠습니다. 감사합니다.

추천의 글 : 63 병동 이강순 수간호사

환자 응대 시 밝은 미소와 단정한 용모로 내 가족처럼 배려하며 자세한 설명과 응대로 환자들로부터 신뢰감이 높습니다.

평소 열정과 성실한 자세로 맡은 업무에 충실하며 투철한 사명감과 확고한 애사심을 가지고 솔선수범하여 타의 모범이 되어 추천합니다.

### 직/원/동/정



### 반갑습니다

2025년 2월 신규임용 인사발령 기준

간호사	
• 102병동 오민철	• 수술실 최주윤
• 55병동 김가영	• 예방사업계 김별
• 63병동 채혜인	• 인공신장실 이주빈 장도윤
• 71병동 김유진 박채연	• 전담간호팀(정신건강의학과) 고송희
• 공공보건의료실 유선우	• 제1집중치료실 박지원 이채민
• 권역외상집중치료실 황주연	• 제3집중치료실 김유나 박아름
• 권역응급집중치료실 김유경 이지원	

### 수고하셨습니다

2025년 1월 퇴직

의사	간호사
• 마취통증의학과 김연동	• 55병동 김세련
	• 62병동 유운지
	• 공공보건의료실 김지원
	• 신생아집중치료실 김민채
	• 예방사업계 황유리
	• 제3집중치료실 감지원
약사	
• 약제부 이상희	
진료지원·행정	
• 사회사업팀 김명주	



# 장-뇌-미생물 축과 정신건강 위장관 증상, 장내 미생물에 영향을 주는 스트레스

정신건강의학과 윤성훈 교수



## 기능성 장 질환은 스트레스의 신체적인 증상이다.

우리는 스트레스를 받으면 속이 불편하거나 메스꺼워지기도 하고, 심지어는 부글거리는 것 같은 경험을 하는 경우가 있습니다. 많은 사람들이 이런 위장 장애를 경험할 때 단순히 소화기 문제가 원인이라고 생각합니다. 여러 내과를 다니며 여러 가지 검사를 해보지만 큰 이상이 없다는 이야기를 듣고, 심지어는 발견 못한 큰 병이 있을까 전전긍긍하기도 합니다. 우리는 이러한 경우 기능성 위장관 질환이라는 진단을 내리게 됩니다. 예전 표현으로는 '신경성'이라는 말로 표현하면 조금 더 와닿을지 모르겠습니다. 기능성 위장관 질환이라는 진단을 받게 되면, 많은 분들이 소화가 잘되는 약, 위장이 보호되는 약만 찾고 나중에는 '나는 원래 위장이 약한 사람이야'라고 이야기를 하기도 합니다. 하지만 사실, 기능성 장 질환(과민성 대장 증후군, 기능성 소화불량 등)은 스트레스와 정신 건강 문제가 신체적으로 표현된 것입니다.

스트레스가 증가하면 뇌는 위장관에 신호를 보내 소화기능을 변화시킵니다. 이는 배탈, 복부 팽만감, 변비 또는 설사 같은 증상으로 나타날 수 있습니다. 이러한 증상이 검사에서는 명확한 이상이 발견되지

않기 때문에 우리는 이러한 질환을 '기능성 질환'으로 분류합니다. 기능성 위장관 질환이라는 말은 당신이 꾀병이라는 뜻이 아닙니다. 검사에서 명확한 이상이 없을 뿐, 기능적으로 환자들에게 증상을 유발하고 고통을 주는 '병'이라는 인식이 필요합니다.

## 장-뇌 미생물 축(Gut-Brain Microbiota Axis)과 신체적 증상의 연관성

장은 단순한 소화 기관이 아니라, 우리의 감정과 건강에 중요한 역할을 합니다. 장에는 수조 개의 미생물이 존재하며, 이들은 뇌와 직접 소통하며 감정, 스트레스 반응, 면역 체계까지 조절합니다. 따라서 만성적인 스트레스는 호르몬을 통해 장내 유익균을 감소시키고, 해로운 세균이 증가하도록 만듭니다. 이는 장의 보호막을 약화시키고 염증 반응을 유발할 수 있습니다. 또한 장에서는 미생물들을 통해 신경전달물질(세로토닌, 도파민 등)이 생성되는데, 이러한 신경전달물질은 감정 조절에 중요한 역할을 합니다. 그렇기 때문에 스트레스로 인해서 장내 미생물의 균형이 깨지면 우울감과 불안감이 증가할 수 있습니다. 이렇듯 뇌와 위장관은 상호적으로 영향을 주는 관계를 가지고 있습니다.

## 기능성 장 질환을 예방하고 개선하는 방법

기능성 장 질환의 핵심 해결책은 약물치료와 병행하여, 스트레스를 통해 정신 건강을 함께 관리하는 것입니다.

- 1. 스트레스 관리:** 명상, 요가, 운동, 충분한 수면을 통해 스트레스를 효과적으로 줄일 수 있습니다.
- 2. 규칙적인 생활습관:** 규칙적인 식사와 운동은 장 리듬을 안정시키고, 기능성 장 질환을 예방하는 데 도움을 줍니다.
- 3. 약물치료:** 위장관에 효과적인 약물치료 뿐 아니라, 스트레스 관리를 위해 우울, 불안을 낮출 수 있는 항우울제, 항불안제 등은 기능성 위장관 질환에 도움이 될 수 있습니다.
- 4. 인지행동치료(CBT):** 기능성 장 질환 환자분들은 스트레스 관리 및 대처방법에 있어 취약한 경우가 많아 약물치료를 통해 증상이 조절되더라도 약물을 끊으면 재발하는 경우가 많습니다. 이는 스트레스 관리 및 대처방법이 부적절한 것이 이유인데, 이러한 부분을 도와주기 위해 인지행동치료가 효과적인 것으로 알려져 있습니다. 스트레스와 감정을 조절하는 법을 배우면 증상을 완화할 수 있습니다.

## 결론

기능성 장 질환은 단순한 위장병이 아니라 스트레스와 정신 건강의 영향을 받는 신체적 증상입니다. 장-뇌 미생물 축을 이해하고 건강한 생활습관을 실천하면, 신체적 증상을 개선하고 정신 건강까지 지킬 수 있습니다.

그런 의미에서 원광대학교병원에서 2017년 5월부터 시작된 아시아 권 최초 뇌위장관 스트레스 클리닉은 하나의 혁신적인 의료시스템을 구현하고 있다고 생각합니다. 둘째로 정신건강의학과 진료에 대한 환자분들의 두려움인 것 같습니다. 뇌위장관질환으로 고통받으면서도 정작 그 원인을 찾고 치료해드리고자 하는 이런 진료에 대해 거부감을 느끼시는 분들이 상당히 많습니다. 따라서 정신의학적인 치료에 대한 색안경을 빨리 벗을 수 있으면 좋겠습니다.

끝으로 저희 클리닉에서 그동안 연구해온 많은 데이터와 노하우를 바탕으로 뇌위장관 질환으로 고생하시는 환자분들이 복통이나 소화불량에서 해방되실 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

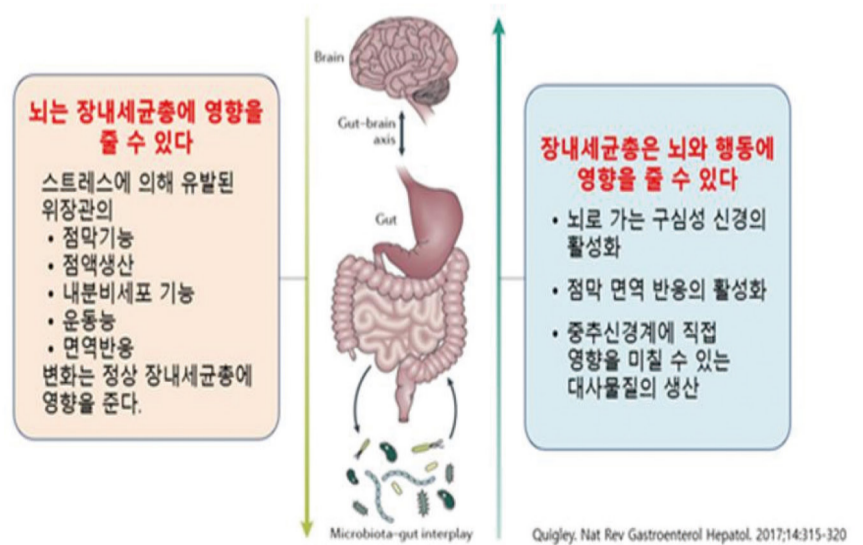


그림1. 장내미생물총과 뇌사이의 양방향 상호작용. Quigley 등. Nat Rev Gastroenterol Hepatol. 2017

이 달의 법문

# 시간을 살리는 사람



지산 정원도 교무

3월입니다. 새해를 맞이하고 벌써 두어달이 지났습니다. 세월이 빠르다는 사자성어를 살펴보면, 빛 광(光)자와 흐를 류(流)자를 많이 사용합니다. 빛과 물과 같이 몹시 빨리 지나간다는 뜻이겠지요. 시간은 남녀노소를 가릴 것 없이 누구에게나 똑같이 주어집니다. 그렇기 때문에, 오늘 하루를 맞이하는 내 마음가짐을 어떻게 하고 있는지 깊이 살펴 봐야 됩니다.

몇 년 전 '소확행'이라는 말이 유행했습니다. 작지만 확실한 행복을 말합니다. 요즘은 '아보행' '아보하'라는 말이 유행한다고 합니다. 아

보행은, S대 심리학과 교수가 쓴 책 '아주 보통의 행복'의 줄임말입니다. 이 제목에서 영감을 얻은 말이, '아보하'인데 '아주 보통의 하루'의 줄임말입니다. 여기서 가장 중요한 요소는 '일상'입니다. '일상(日常)'은 '매일 반복되는 보통의 일'을 말합니다.

소태산 박중빈 대종사(원불교 교조)께서는 일찍이 원불교 교전에 '일상 수행의 요법'이라는 법문을 천명하셨습니다. 수행이 일상 속에 있지, 따로 있는 것이 아님을 강조합니다.

요즘 콘텐츠 영역에서도 '일상'이 주목받고 있습니다. 작년에 개설된 '인생 000'라는 유튜브 채널이 인상적인 이유는 인상적인 내용이 별로 없기 때문이라 합니다. 특별한 순간이 아닌 평범한 일상에 많은 사람들이 관심을 가지고 있다는 것이지요. 요즘 자극적인 유튜브 내용이 증가함에 따라 오히려 평범한 내용을 찾는 사람들이 늘어난다고 합니다.

우리에게 똑같이 주어진 일상의 시간을, 살릴 수도 있고 죽일 수도

있습니다.

가족이나, 친구나, 직장동료나, 또 지인을 만나서 서로에게 유익하고 정다운 자리를 이루었다면 그건 일상의 시간을 살리는 것이 됩니다.

만나면 남의 흉이나 보고, 쓸데없는 소리나 하면서, 서로에게 도움이 되지 않는 자리를 가졌다면, 그것은 일상의 시간을 죽이는 일이 됩니다.

우리가 누군가를 만나는 것은, 시간을 살리기 위해서이지 죽이기 위해서는 아닙니다.

내가 시간을 살리고 있는지, 죽이고 있는지, 자신의 내면을 살펴 볼 수 있어야 됩니다.

보고 듣고 말할 때 가려서 해야 합니다. 그것이 중요합니다.

눈을 현혹하는 대상들로부터 정신을 존절히 합니다. 나를 칭찬해주는 소리를 들을 때 겸손을 잃지 않도록 하고, 나를 충고하고 부정하는 소리는 귀 담아 들어야 합니다. 내가 하는 말이 복을 생산하는지 화를 생산하는지 마음을 챙겨 나가야 합니다.

우주를 탐험하는 사람들, 보이지 않는 마이크로 세계를 연구하는 사람들에게는 무엇이 가장 어려운 일일

까요? 어느 기자가 우주를 탐험하는 사람들이나 마이크로 세계를 연구하는 학자들에게 질문을 던졌다고 합니다. "어떤 일이 가장 어려운가요?" 그랬더니 "일상의 일들이 가장 어렵습니다"라는 대답이 돌아왔다고 합니다.

3월은 절기상 개구리가 겨울잠에서 깨어난다는 경칩(驚蟄)과 봄의 시작을 알리는 춘분(春分)이 있는 달입니다. 그동안 움츠려 있던 심신을 활짝 열고, 봄의 시작이 내 심신을 살리는 울림임을 알아 새 마음 새 몸으로 새롭게 시작하는 3월이 되길 염원합니다.



법회안내

- 1부 법회 매주 수요일 12:40
- 2부 법회 매주 수요일 15:40
- 영양팀 법회 매월 셋째주 수요일 09:40 (장소: 교직원 식당)

**063) 859-0012**

## 원광대학교병원과 함께 국민 건강과 의학발전에 동참해 주십시오.

# 병원발전기금 모금안내

원광대학교병원은 여러분의 정성으로 보내주시는 발전기금으로 새로운 도약과 미래를 준비함으로써 기부자의 숭고한 뜻을 실현해 나가겠습니다.

- 발전기금 사용처**
- 의료, 교육 환경 개선
  - 의료장비, 임상실험 기자재 구입 등
  - 학술연구, 장학기금
  - 불우환자 지원
  - 기타 병원 및 의과대학의 발전

- 발전기금 안내**
- 원광대학교병원을 아껴주시는 분은 누구나 참여할 수 있습니다.
  - 기부하신 후원금에 대해서는 세제 혜택을 받을 수 있습니다.
  - 후원금은 우선 약정하시고 추후 납입하셔도 됩니다.

**기부자 문의** 원광대학교병원 총무팀 발전기금 담당  
TEL. 063) 859-2063

기부자 예우

구분	건강검진	진찰료	본인부담금		VIP카드
			비급여	급여	
누적 기부총액	본인(배우자 및 직계포함)	본인(배우자)	본인(배우자)	본인(배우자)	본인(배우자)
10억	기부금액의 10% 이내 (동일)	무료(무료)	무료(무료)	무료(무료)	발급(발급)
5억	기부금액의 10% 이내 (동일)	무료(무료)	50%(50%)	50%(50%)	발급(발급)
3억	기부금액의 10% 이내 (동일)	무료(무료)			발급(발급)
1억	기부금액의 10% 이내	무료			발급
5천만원	기부금액의 10% 이내	50%			발급
1천만원	기부금액의 10% 이내				발급
5백만원	기부금액의 10% 이내				발급

• VIP카드 발급 혜택: 전용 창구 개설 및 무료주차  
• 상기 내용 중 배우자는 기부자 생존시까지로 한정됩니다.

최상의 진료예약 및 의뢰·회송 의료서비스 제공



# 원광대학교병원 진료협력센터

원광대학교병원 진료협력센터는 협력 병·의원에서 의뢰된 환자의 "진료 예약 및 진료 의뢰·회송 업무"에 대한 패스트트랙(Fast Track)서비스 제공과 동시에 "처음 방문하시는 분들을 위한 외래 진료 예약"서비스도 지원하고 있습니다. 원광대학교병원은 의료전달체계 정착과 지역의 보건의료발전에 기여하여 최고의 진료와 최상의 서비스를 제공할 것입니다.



문의 : 진료협력센터 063) 859-2225, 2226

## ‘내 몸을 위한, 맞춤형 건강검진’ 원광대학교 병원 종합건강증진센터

800평 규모의 호남권역 최고 검진센터

원광대학교병원 종합건강증진센터는 진단 노하우와 우수한 교수진, 검증된 병원정보 시스템을 바탕으로 건강진단 전문센터로서 개원한 이래, 한국인에게 최적화된 건강진단 프로그램을 구축하고 있습니다.

신뢰도 높은 진단, 정밀 의료장비, 평생 의무기록 통합관리, 편리하고 쾌적한 시설을 통해 항상 최상의 의료 서비스를 제공하며 원광대학교병원 건강증진센터에서는 직장인들의 건강검진 편의를 제공하고자 토요일 건강검진을 실시하고 있습니다.

문의 063) 859-1122, 1144

권역응급의료센터	1577-3773	전북금연지원센터	063)859-2400	신생아집중치료지역센터	063)859-1506	<b>대표전화/전화예약</b> <b>1577-3773</b> 응급의료전용헬기 063)837-8334~6 (항공의료팀)
권역심뇌혈관질환센터	063)859-1991	전북서부해바라기센터	063)859-1375	종합건강증진센터	063)859-1122	
권역외상센터	063)859-1188	전북지역장애인보건의료센터	063)859-0051	암센터	063)859-1180	
권역정신응급의료센터	1577-3773	전북공공보건의료지원단	063)835-6700	국제진료협력센터	063)859-0123	
고압산소치료실	063)859-1069	익산권지역책임의료기관	063)859-0066	진료협력센터	063)859-2585	