

발행인 장영수 공공의료본부장  
편집인 지승준 홍보팀장  
주소 서울특별시 양천구 신정아파트 20  
전화 (02)6300-7530~2

# 서남동행N

VOL.6 2023. 6

## 서울케어-서남병원 건강돌봄네트워크 사업 만성질환(고혈압·당뇨) 대상자 자조모임 '우리자주방(房)' 개최

지난 6월 9일(금)과 6월 23일(금) 양일간 2층 대강당에서 만성질환 대상자 자조모임 우리 자주방(房)이 개최되었다.

건강돌봄네트워크 사업의 일환으로 진행된 이번 자조모임은 고혈압, 당뇨를 앓고 있는 만성질환자들을 대상으로 실시되었다. 지난 9일에 진행된 1회기에서 ▲치과 박지은 과장의 만성질환자 치주질환 관리법 교육 ▲재활치료실 지문환 재활치료사의 운동교육을 통해 만성질환 관리방법에 대해 설명했다. 이어 23일 진행된 2회기에는 ▲가정의학과 문성진 과장의 만성질환 개요 ▲영양사가 알려주는 식이요법 교육을 통해 만성질환의 특성과 식이요법에 대해 이해하는 시간을 가졌다.

각 교육이 끝난 직후 건강습관 실천을 위한 활동으로 자조모임 참여자들이 직접 건강실천을 위한 체크리스트 등 활동지를 작성하고 건강목표와 고민을 발표하며 서로 격려하는 시간을 가졌다.

자조모임에 참석한 김미선님은 “만성질환자의 어려움을 이해해주는 사람을 만나니 그동안 쌓였던 힘을 털어놓을 수 있었다”며 “제 마음에 공감하고 응원해주는 든든한 친구가 생긴 기분이다”며 소감을 전했다. 또한 1·2회차 자조모임에 모두 참여한 사람을 대상으로 건강관리도구를 제공해 가정에서도 지속적으로 혈압·혈당을 조절할 수 있도록 지원했다.



장영수 공공의료본부장은 “만성질환 관리를 위해서 본인의 의지만큼이나 주변의 관심과 격려가 중요하다”며 “앞으로도 지역사회 건강증진을 위해 자조모임과 같은 교류의 장을 제공하고자 노력하겠다”고 말했다.



## 서서울어르신복지관·방화11종합사회복지관에서 진행된 6월의 '찾아가는 서남동행진료'

지난 5월 11일(목), 의료취약계층을 대상으로 진행되는 '찾아가는 서남동행진료(이하 서남동행진료)'가 신정종합사회복지관에서 열렸다. 동행진료에서는 의사, 간호사, 의료사회복지사 등으로 구성된 전문 의료 인력이 직접 방문하여 진료부터 건강상담과 혈액검사까지 진행한다. 이날 진료는 현장접수 인원을 포함해 약 60명을 대상으로 혈압, 혈당 및 혈액검사와 진료를 실시했다. 또한 5월 25일(목), 가양4종합사회복지관에서도 서남동행진료가 열렸으며 소아청소년과 박병규 과장과 호흡기내과 노창석 진료부장이 나서 진료와 함께 건강상담을 진행했다. 찾아가는 서남동행진료는 6월에도 이어질 예정이다.

### 2023년 제2회 시민 건강강좌

## '성인 예방접종의 이해와 힐링 웃음설계' 신청안내



참여 신청 바로가기

서울시민 여러분의 건강한 일상을 위해 오는 7월 19일(수) 본원 2층 대강당에서 대시민 건강강좌를 개최합니다. 이번 건강강좌는 1부 성인예방접종의 이해(강사:가정의학과 김형욱 주임과장) 2부 소중한 나를 위한 힐링 웃음설계(강사:(주)다인돌핀 웃음치료센터 서지애 대표)로 구성되어 있으며 지역주민, 환자 및 보호자 등 관심 있는 누구나 참여 가능합니다. 많은 관심과 신청 바랍니다. 문의 공공의료사업실 ☎ 02-6300-9028

서울케어-서남병원 건강돌봄네트워크 사업

**7월 건강강좌 안내**

2023년 7월 19일(수) 14:30~16:00  
서남병원 2층 대강당

**강의 1**  
성인 예방접종의 이해  
강사 김형욱  
(서울특별시 서남병원 가정의학과 과장)

**강의 2**  
소중한 나를 위한 힐링 웃음설계  
강사 서지애  
(주)다인돌핀 웃음치료센터 대표)

**신청방법**  
공공의료본부 홈페이지 사전 교육신청  
(참여 QR코드를 스캔 시 교육 신청란 이용)  
※방명 필수 가능

**문의** 02-6300-9028  
주최 서울특별시 서남병원  
주관 공공의료본부

대상	지역주민, 환자 및 보호자 등 관심 있는 누구나
일시	2023년 7월 19일(수) 오후 2시 30분 ~ 4시
장소	서남병원 2층 대강당
접수	공공의료본부 홈페이지 신청 (참여 QR코드를 통해 개별 신청)
문의	공공의료사업실 ☎ 02-6300-9028