언론사: 내일신문-1-1.txt

제목: [2016년 산업계 결산] 4차 산업혁명 쓰나미 ICT업계 덮쳤다  
날짜: 20161230  
기자: 고성수  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161230113954002  
본문: 2016년 국내 정보통신기술(ICT)산업에는 인공지능(AI)으로 대변되는 제4차 산업혁명의 물결이 거세게 몰아쳤다. 이세돌 9단이 구글 인공지능 알파고와 대결 후 기자회견에서 생각에 잠겨 있다. 사진 연합뉴스 1월 스위스에서 열린 세계경제포럼을 시작으로 3월 알파고와 이세돌의 대결, 다양한 AI탑재 서비스의 출현 등이 이어졌다. 쉼없이 몰아치는 변화의 물결에 올라타지 못하면 도태하고 만다는 위기감도 돌고 있는 상황이다. 3월 국내에서 벌어진 이세돌 9단과 구글의 AI 알파고와의 대결은 AI가 가져올 미래에 대해 생각케하는 계기가 됐다. 울산 간절곶에서 포켓몬고 게임이 가능하다는 소식이 알려지면서 7월 23일 전국에서 몰려온 방문객들이 게임을 즐기고 있다. 뉴시스 알파고는 이 9단과의 대결에서 4대 1로 완승했다. 알파고의 승리는 앞으로 다가올 AI세상에 대한 기대와 우려를 동시에 불러일으켰다. 알파고 사건 이후 국내외에선 다양한 AI접목 서비스들이 잇따라 출시돼 주목받고 있다. SKC&C는 IBM AI 왓슨을 도입해 '에이브릴'이라는 서비스 명칭으로 국내 다양한 산업에 이식하는 사업을 진행하고 있다. 가천대 길병원은 왓슨을 도입해 암 진료에 사용하고 있고, 롯데그룹은 전 계열사에 IBM 왓슨을 도입하겠다고 발표했다. 삼성전자 갤럭시노트7 제2리콜이 시작된 10월 13일 서울 강남에 위치한 SK텔레콤 매장에 회수된 갤노트7이 놓여있다. 뉴시스 순수 국산 AI도 주목받았다. 한국전자통신연구원(ETRI)은 자체개발한 AI 엑소브레인을 장학퀴즈에 내보내 화제가 됐고, 솔트룩스는 '아담'을 선보였다. 이 외에도 SK텔레콤 네이버 등도 음성인식 서비스 '누구', 자동통번역서비스 '파파고' 등을 각각 시작했다. 국내에 정식으로 공개되지는 않았지만 나이언틱이 개발한 증강현실(AR) 모바일게임 '포켓몬 고'는 AR 가상현실(VR) 등이 가져올 미래를 한발짝 가까이서 경험할 수 있는 계기가 됐다. 신기술의 충격이 두려움과 함께 기대를 불러일으켰다면 갤럭시노트7 리콜 사태는 국내 ICT산업에 먹구름을 드리운 사건이었다. 삼성전자의 스마트폰 갤럭시노트7은 출시 직후부터 연이은 발화사고로 2개월 만에 단종됐다. 이후 전 세계 10개국에서 환불 및 교환이 지금까지 진행되고 있다. 삼성전자는 이 사건으로 7조원에 달하는 손실을 봤다. 갤럭시노트7은 삼성전자에 큰 손실을 줬을 뿐 아니라 ICT기술 선진국 대한민국 이라는 명성에 큰 오점을 남겼다.

언론사: 내일신문-1-2.txt

제목: 죽음 만큼 두려운 재발... 떠난 줄 알았던 ‘암’이 돌아왔다  
날짜: 20161223  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161223151710002  
본문: 완치되었다고 믿었던 ‘암’에 다시 걸린다면 어떤 느낌일까? 이제 살았다는 안도감 뒤에 다시 찾아온 죽음의 공포 속에서 두 번 우는 여성들이 있다. 바로 자궁, 난소 등 여성 생식기에 발생하는 ‘부인암’ 환자들이다. 자궁경부암, 자궁내막암, 난소암으로 대표되는 3대 부인암은 초기 증상은 뚜렷하지 않은 반면, 재발 위험은 높아 완치 판정 이후에도 꾸준한 관리와 정기적인 검진이 필요한 것으로 알려져 있다. 이대여성암병원 재발성부인암센터장 김윤환 교수는 “<span class='quot0'><span class='quot1'>부인암 환자들의 경우 재발로 인한 심리적인 동요가 큰 상황이고, 일단 재발이 되면 항암 약물 치료 등 2차 치료로 큰 호전 효과를 보이지 않는 경우가 많아 치료가 까다로운 것이 사실</span></span>”이라며 “<span class='quot0'><span class='quot1'>그러나 조기에 발견하고 적극적으로 치료한다면 재발성 부인암도 완치가 가능하므로 암 치료 이후에도 정기검진과 건강관리를 지속하는 것이 무엇보다 중요하다</span></span>”고 강조했다.  수술이나 방사선 치료 후에도 5년 이내 재발율 높은 자궁경부암 자궁경부암은 자궁과 질이 연결되는 자궁경부에 발생하는 악성종양을 말한다. 성 접촉에 의한 인유두종 바이러스(HPV)가 감염 원인으로, 연평균 5만4천 명이 진료를 받을 정도로 우리나라에 가장 많은 부인암이다. 다행히도 원인이 밝혀져 있어 제때 자궁경부암 백신 접종을 받으면 예방이 가능하고, 조기에 발견할 경우 완치율도 높아 ‘착한 암’으로 불린다. 그러나 병기가 진행함에 따라 완치가 어려워질 뿐 아니라, 치료에 따른 부작용도 많아 조기검진과 예방에 소홀해서는 안 된다. 주목해야 할 것은 수술이나 방사선 치료를 받아 100% 완치가 된 환자의 경우에도 5년 이내에 재발할 확률이 매우 높다는 것이다. 특히 암 부위를 도려내는 근치적 수술 치료를 받은 1기 혹은 2기인 환자들의 경우도 5~20% 정도가 재발이 되는데, 그중 절반은 1차 치료 시행을 받은 후 1년~3년 이내 재발되므로, 완치 후에도 철저한 추적 관찰이 중요하다. 조기 발견 어려워 사망률 높은 난소암, 재발 위험도 가장 높아 난소는 여성 호르몬을 생성하고 분비하며, 난자의 성장을 촉진하고 배란하는 등 다양한 기능을 하는 여성의 신체 기관이다. 난소암은 이런 난소에 악성 종양이 발생하는 것으로 건강보험심사평가원 통계에 따르면 2011년 1만 2천 명에서 2015년 1만 6천 명으로 환자 수는 계속해서 증가 추세다. 복통, 더부룩함, 복부 팽만, 질 출혈 등은 난소암을 의심할 수 있는 증상이다. 하지만 증상이 애매하고 나이가 들면서 자연스럽게 나타나는 변화로 여겨 방치하기 쉽다보니, 발견 자체가 쉽지 않다. 난소암의 경우, 골반 깊은 곳에 위치하며 암이 어느정도 진행되기까지 특별한 증상이 나타나지 않아 난소가 상당히 비대해진 후에 발견되는 경우가 흔하다. 전체 환자의 90% 이상이 난소 표면에서 암이 발생하는 상피성 난소암에 해당하며, 난소기능부전과 무관하게 폐경 이후에 생기는 경우가 많다. 무엇보다 우리나라의 경우 난소암 진단을 받은 여성의 70%가 3기 이후에 발견되고 3~4기 진단을 받은 여성들의 5년 생존률이 15~20%에 불과해 조기검진과 적극적인 치료가 필요하다. 또한 재발율이 50~70%로 다른 암에 비해 상대적으로 높기 때문에 완치 이후에도 적극적인 관리가 필요하다. 폐경기 전후 여성들의 각별한 주의 요망! 자궁내막암 자궁내막암은 자궁 속 공간을 덮고 있는 '자궁내막'에 생기는 것으로 본래 서양에서 발병률이 높은 질환이었으나, 최근 서구화된 식습관으로 국내 발병률 또한 높아지고 있다. 2011년 1만여 명이던 환자 수가 2015년 1만 3천여 명으로 증가한 가운데, 전체 환자 중 50대가 41.8%를 차지하고 있어, 폐경기 전후 여성들의 각별한 관리가 필요하다. 과도한 여성 호르몬(에스트로겐)에 노출되는 것이 주요 원인으로 알려져 있으며, 비만이거나 당뇨병, 고혈압이 있는 사람, 폐경이 늦거나 분만 경험이 없는 사람 등이 고위험 군에 속한다. 질에서 출혈이 생기는 경우가 많아 환자가 병원을 일찍 찾는 편이기 때문에 조기 발견이 용이하지만 재발률이 5~40%까지 나타나 주의가 필요하다.  이대여성암병원 재발성부인암센터장 김윤환 교수는 “<span class='quot0'><span class='quot1'>암 완치 이후에도 채식을 위주로 한 균형 잡힌 식습관을 길들이는 것은 물론 땀이 배일 정도의 운동을 하루 30분 이상 씩 하는 등 건강한 생활습관을 이어가는 것이 중요하다</span></span>”고 당부하며, “<span class='quot0'><span class='quot1'>무엇보다 전문가를 통한 주기적인 추적 관찰을 잊지 말아야 하는데 추적 검사는 일반적으로 첫 2년간은 3개월마다, 5년까지는 6개월마다, 그 이후 이상이 없으면 매년 정기적으로 받는 것을 권장한다.</span></span>”고 설명했다.

언론사: 내일신문-1-3.txt

제목: 보험료 25% 싼 '실손의료보험' 나온다  
날짜: 20161220  
기자: 이경기  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161220124715001  
본문: 과잉진료로 보험료 상승과 비급여 의료비 증가의 원인으로 지목돼 온 실손의료보험이 전면 개편된다. 과잉진료가 심한 진료행위를 특약으로 분리해 현재보다 25% 가량 저렴한 가격의 기본형 실손의료보험 상품이 내년에 출시될 예정이다. 정부는 20일 '2차 복지부·금융위 공동 실손의료보험 제도개선 테스크포스(TF)' 회의를 열고 이같은 내용의 실손의료보험 제도 개선방안을 확정했다. 개선방안에 따르면 내년 4월부터 상품구조를 바꾼 실손의료보험이 출시된다. 현행 실손의료보험은 대다수 질병·상해의 진료행위를 포괄적이고 획일적으로 보장하는 표준화된 단일상품이다. 하지만 앞으로는 대다수 질병·상해에 대한 진료행위를 보장하는 기본형과 과잉진료가 많은 진료행위를 별도로 묶어 특약으로 만든다. △도수치료와 체외충격파 치료, 증식치료(특약1) △비급여 주사제(특약2) △비급여 MRI검사(특약3) 등 5개 진료행위는 3개의 특약으로 분리된다. ◆도수치료·비급여주사제, 앞으로 특약 가입해야 = 금융당국은 그동안 실손의료보험의 포괄적 보장구조가 가입자의 도덕적 해이를 유발했다고 분석했다. 허리통증으로 30일간 입원하고 입원기간 동안 69회의 도수치료를 받은 환자가 있는가 하면 대상포진으로 인한 신경통 두통에 비타민C 등 비급여 주사제를 맞고 실손보험금 627만원을 청구한 사례도 있다. 도수치료 가격도 한 병·의원마다 천차만별이다. 도수치료에 대한 실손 청구금액이 적게는 1000원에서 많게는 170만원에 이르는 등 1700배 가량 차이가 난다는 게 금융당국의 설명이다. 실손의료보험 손해율은 지속적으로 상승해 지난해 122.1%를 기록했다. 보험개발원은 손해율 상승이 지속될 경우 실손의료보험료가 10년 내에 2배 이상 급등할 것으로 추정했다. 금융위 관계자는 "치료 효과가 입증되지 않은 도수치료 등을 수시로 받고 보험금을 청구하면 결국 보험료 상승으로 이어지고 그 부담은 전체 가입자에게 전가된다"고 말했다. 또한 상당수 의료기관은 환자의 실손의료보험 가입 유무를 확인한 뒤 고가의 비급여 진료를 권유하고 있다. 실손의료보험 가입자가 비급여 의료비 확대를 사실상 주도하고 있는데 이는 국민의 의료비 부담으로 이어지고 있다. 2009년부터 2013년까지 연평균 의료비증가율을 보면 총 의료비는 7.7% 증가한 가운데 급여의료비는 6.7%, 비급여의료비는 10.2% 증가했다. 비급여 MRI는 별도의 특약으로 분리한다. MRI검사는 통상 입원이 불필요하지만 현행 실손의료보험의 통원한도는 30만원으로 비급여 MRI검사비용을 보전받기에 충분하지 않다. MRI검사 실비를 보장받기 위해 불가피하게 입원을 하고 있다. 지난 1년(2015.11~2016.10)간 A보험사의 비급여 MRI검사비 청구자 중 입원 청구건수 비중은 68%에 달했다. 앞으로는 실손의료보험 특약 가입자가 비급여 MRI검사를 받으면 입원진료없이도 충분한 보장을 받을 수 있다. 특약으로 분리한 항목에 대해서는 가입자의 의료쇼핑을 막기 위한 제어장치가 마련된다. 먼저 자기부담비율이 현행 20%에서 30%로 상향되고 보장한도가 설정된다. 도수치료의 경우 연간 보장한도는 350만원, 비급여주사제는 250만원, 비급여 MRI는 300만원으로 제한된다. 보장횟수도 도수치료와 비급여주사제의 경우 연간 50회를 넘지 못한다. ◆실손의료보험 이용 적으면 새상품 갈아타야 = 특약이 없는 기본형은 현재 실손보험보다 보험료가 25% 가량 낮게 책정될 예정이다. 현재 40세 기준으로 실손의료보험 보험료는 남성의 경우 월 1만9429원, 여성은 2만4559원 가량된다. 새로운 상품에는 기본형의 경우 남성 1만4309원, 여성은 1만8078원으로 각각 26.4% 가량 절감된다. 특히 보험금 미청구자에 대해서는 연간 보험료를 할인하는 제도가 도입된다. 직전 2년간 비급여 의료비에 대해 보험금을 청구하지 않으면 다음 1년간 보험료를 10% 이상 할인해주는 것이다. 급여 본인부담금과 4대 중증질환(암·뇌혈관·심장·희귀난치성 질환) 관련 비급여 의료비는 보험금 미수령 여부를 판단할때 제외하기로 했다. 이러한 혜택은 기존 상품 가입자에게는 적용되지 않고 신규 가입자부터 적용하기로 했다. 따라서 실손의료보험 이용이 적은 가입자는 새로운 상품으로 갈아타는 것을 적극 고려해야 한다. 금융당국은 기존 가입자의 신상품 전환 절차를 간소화하기로 했다. 현재는 다른 보장상품에 실손의료보장이 특약 형태로 합쳐져 있는 경우 해당 특약만 해지·가입하기가 쉽지 않다. 또한 신규 가입과 동일한 수준의 심사를 받아야 한다. 전환 과정에서 기존 상품의 보험금 청구실적에 따라 가입이 거절되는 경우도 빈번하다. 하지만 앞으로는 다른 보험계약의 해지없이 실손의료보험 특약만 계약을 해지할 수 있고 보험회사는 최소한의 인수심사를 거쳐 전환 여부를 승인해주기로 했다. 또한 보험금 청구 절차가 대폭 간소화된다. 현재는 보험사에 병원비를 청구할 때마다 서류(진단서, 진료비 영수증, 진료비 세부내역서 등)를 구비해 직접 방문해야 하기 때문에 소비자들이 불편을 겪었다. 하지만 앞으로는 모바일앱을 통해 간편하게 청구할 수 있는 시스템이 마련된다. 보험금 심사에 필요한 서류의 사본인정기준(30만~100만원)을 최소 100만원 이하로 상향조정해 청구서류 구비 부담을 줄이기로 했다. 모바일 앱을 통해 증빙서류 촬영 후 제출하는 방식으로 진행된다. 금융위 관계자는 "소비자가 보다 손쉽게 실손보험금을 청구하면 청구 포기 사례가 크게 줄어들 것"이라고 말했다. ■도수치료: 손으로 마사지하여 근육의 긴장을 풀어주고 관절을 바로잡아주는 치료방법 ■체외충격파 치료: 외부에서 충격파를 병변부위에 전달하여 통증완화·손상조직의 재생을 촉진 ■증식치료: 만성적 근골격계 통증이 있는 부위나 인대나 건이 뼈에 부착하는 부위에 증식물질을 주사하여 통증 완화 유도(인대 강화 주사 등) ■비급여 주사제: 건강보험공단에서 부담하지 않는 주사제(신데렐라주사, 마늘주사 등) ■비급여 MRI 검사: 건강보험공단에서 부담하지 않는 MRI검사 [

언론사: 내일신문-1-4.txt

제목: 구강암 발병 메디안 치약 사용자 아모레에 10억 소송 제기  
날짜: 20161216  
기자: 장승주  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161216172736001  
본문: 가습기 살균제에 쓰인 유해성 원료가 함유된 치약을 사용하다 구강암이 발병했다고 주장하는 소비자가 제조사를 상대로 10억원의 민사소송을 제기했다. 법무법인 넥스트로(대표 변호사 강용석)는 아모레퍼시픽의 ‘메디안 치약’을 20년간 써 온 소비자 임 모(70)씨 등을 대리해 아모레퍼시픽을 상대로 10억원의 손해배상 청구 소송을 냈다고 16일 밝혔다.  부산에 거주하는 임씨는 20년 동안 메디안 치약만을 사용해 왔고 평소 음주나 흡연을 전혀 하지 않는다. 임씨는 지난 5월 구강에 낭종이 생겨 제거수술을 했고, 10월 초순경 조직검사를 거쳐 같은 달 21일 구강암 1기 판정을 받았다. 임씨에게 발병한 구강암(구순암, Adenoid cystic carcinoma on left lower lip)은 국내에서 발병하는 암 중 3% 이하로 나타나는 희귀암이다. 선암의 일종으로 흡연이나 음주 같은 지속적인 자극에 의해 주로 발병하는 것으로 알려졌다.  아모레퍼시픽이 생산?판매 한 치약 중에선 가습기 살균제 속 유해성분인 메칠클로로이소치아졸리논과 메칠이소치아졸리논 혼합물(CMIT/MIT)이 검출됐다. CMIT/MIT는 가습기살균제에 첨가돼 많은 사상자를 발생시켰으며 2012년부터 환경부에서 유독물질로 지정됐다.  문제가 제기되자 아모레퍼시픽은 지난 9월 판매된 치약을 전량 회수하고 대국민사과문을 발표한 바 있다.  사건을 맡은 강용석 변호사는 “<span class='quot0'>악의적 기업범죄에 대한 대법원의 위자료 10억원 인정 방침에 따라 임씨와 가족들의 손해배상금액을 10억원으로 청구했다</span>”면서 “<span class='quot0'>음주나 흡연을 전혀 하지 않았던 임씨에게 있어 구강암의 발병과 메디안치약에 함유돼있던 CMIT/MIT 등의 유독물질과의 인과관계를 입증하는데 최선을 다할 것</span>”이라고 밝혔다. 

언론사: 내일신문-1-5.txt

제목: [박소원 기자의 중국 증시 돋보기] 중국 인터넷 3강 BAT 주가 최후 승자는  
날짜: 20161215  
기자: 박소원  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161215101004001  
본문: 인터넷 경제가 발전함에 따라 최근 몇년 사이 중국에서 인터넷 금융, 온라인 교육, 스마트 설비 등 인터넷과 결합한 새로운 형태의 비즈니스가 생겨나고 있다. 전통 시장에 인터넷이 더해져 인터넷 오픈마켓이 탄생하고 전통 은행과 인터넷이 만나 인터넷 결제시스템이 등장하는 식이다. ‘인터넷 플러스’(互聯網+)라고 불리는 인터넷과 전통 산업의 결합은 중국 산업구조를 업그레이드 시켜나가고 있다. 인터넷 플러스는 어느 한 분야에 한정된 것이 아니며 모든 기존 산업과 융합해 시너지를 낼 수 있는 잠재력을 가지고 있다. 이를 간파한 중국 정부도 ‘인터넷 플러스’를 정책으로 수용해 지난해 2월 ‘인터넷 플러스 행동계획’을 발표했다. 두 자릿수의 고속성장을 마무리하고 중속성장 시대에 접어든 중국이 인터넷 플러스를 재도약의 발판으로 삼은 것이다. 이러한 추세에 발 맞춰 ‘BAT’로 불리는 바이두(百度, Baidu), 알리바바(阿裏巴巴, Alibaba), 텐센트(騰訊, Tencent) 등 중국의 3대 IT기업의 성장 가능성과 이에 대한 투자자의 관심도 높아지고 있다. ◆엉터리 추천광고 직격탄 맞은 바이두 = 중국의 최대 포털 사이트인 바이두는 인공지능과 로봇 개발 분야에서는 중국 대표 기업으로 꼽힌다. 2013년에는 실리콘밸리에 3억 달러를 투자해 인공지능 연구소를 설립하고 구글에서 관련 부문에 종사하던 스탠포드 대 앤드류 응 교수를 대표로 영입했다. 2015년 9월에는 AI를 탑재한 가상 비서 로봇 ‘두미’를 공개하는 등 딥러닝과 융합한 애플리케이션 개발, 이미지·음성 인식 기술 연구·개발에도 매진해 왔으며 KFC와의 협력 하에 상하이에 로봇이 주문받는 스마트매장 KFC Original+을 오픈하기도 했다. 미래 먹거리 준비에 적극적으로 나서고 있는 바이두지만 주종목인 인터넷 광고 분야에서 입은 타격을 회복하는 데는 시간이 걸릴 것으로 보인다. 미국 나스닥시장에 상장된 바이두는 지난 4월까지 190달러 선을 돌파하며 승승장구했지만 ‘엉터리 병원 추천광고’로 암환자가 사망하는 사건이 발생하면서 5월 중순 159달러 선까지 폭락했다. 바이두 주가 추이(출처: 시나재경) 중국내 디지털 광고시장 점유율 1위를 달리고 있던 바이두는 이 사건으로 인해 알리바바에 선두 자리를 뺏길 것으로 보인다. 9월 21일(현지시간) 사우스차이나모닝포스트(SCMP)에 따르면 바이두의 시장 점유율은 지난해 28%로 업계 1위였지만 올해는 21.3%로 뚝 떨어져 알리바바에게 1위 자리를 내놓을 것으로 예상된다. 이 보도에 따르면 올해 바이두의 디지털 광고매출은 88억7000만 달러(약 9조7667억 원)로 전망됐다. 지난해 디지털 광고시장 점유율 24.8%로 업계 2위였던 알리바바는 올해 28.9%로 상승하며 바이두를 제치고 선두로 올라설 것으로 예상된다. 올해 중국 내 전체 광고시장 416억6000만 달러(약 45조8718억 원)에서 알리바바의 디지털 광고매출은 120억5000만 달러(약 13조2682억 원)에 달할 것으로 전망된다. 이러한 추세는 계속 이어져 중국의 디지털 광고시장의 판세는 당분간 알리바바가 주도할 것으로 보인다. 영국 시장조사기관 이마케터(eMarketer)에 따르면 2018년 알리바바의 디지털 광고시장 점유율은 33.7%로 높아지고 바이두는 17.6%로 꺾일 것으로 예상된다. 업계 3위인 텐센트는 바이두의 뒤를 바짝 좇아 올해 12.4%(예상치)에서 2018년에는 15.5%까지 높아질 것으로 전망된다. 바이두(출처: 연합뉴스) 의료사고 여파로 바이두의 분기 매출도 처음으로 줄어들었다. 지난달 27일(현지시간) 바이두는 3분기 매출이 182억5000만 위안(약 3조원)으로 지난해 같은 기간보다 0.7% 줄었다고 공시했다. 실적 발표 후 뉴욕증시에서 거래되는 바이두의 주가는 시간외거래에서 3.2% 떨어졌다. 다만 3분기 순이익은 31억 위안으로 작년 동기 28억4000만 위안보다 증가했는데 이는 바이두가 이용자를 늘리기 위해 할인에 의존해온 음식배달 서비스의 보조금 지출을 줄였기 때문인 것으로 분석된다. 또 의료사고 발생으로 8월까지 약세였던 바이두 주가는 3분기 들어 190달러 선까지 올라서는 모습도 보였다. 이는 음식배달 보조금을 줄일 것이라는 기대와 함께 손실이 많이 나는 사업을 팔거나 파트너를 찾을 것이라는 보도 때문이었다고 블룸버그 통신은 설명했다. 바이두는 현재 인공지능 기술과 자율주행차를 개발하고 있지만 이들 프로젝트로는 단기적으로 수익을 내기 어려운 상황이다. 반면 주요 수익원인 디지털 광고시장에서의 매출 하락은 바이두 실적에 직격탄을 가하고 있다. 이 때문에 ‘BAT’ 3강 체제가 막을 내리고 B가 빠진 ‘AT 시대’가 열릴 것이라는 전망이 나오고 있다. ◆핫머니와 싸우는 알리바바 = 올 2월부터 꾸준한 오름세를 보여온 알리바바 주가는 헤지펀드와의 싸움으로 등락을 반복해온 역사를 가지고 있다. 미국 뉴욕증권거래소에 상장된 알리바바는 지난 2월 초 60달러 선에서 출발해 9월 중순 107.71달러를 찍었다. 그 후 완만한 하향 곡선을 그린 알리바바 주가는 현재 90달러 선을 지키고 있다. 마윈 알리바바 회장(출처: 바이두) 전자상거래 업체인 알리바바는 중국의 인터넷 플러스 정책을 견인하며 견실한 성장 실적을 내고 있지만 중국 내수 둔화로 인한 실적 하락 전망과 회계 불투명 논란에 시달리며 지난해부터 글로벌 헤지펀드로부터 공매도 공격을 받아오고 있다. 중국 금융시장과 핫머니 간의 전초전이 알리바바 주식을 통해 전개되고 있는 것이다. 지난 2009년 헤지펀드계 대부로 불리는 조시 소로스는 알리바바닷컴 지분을 매입해 3대 주주로 등극했다. 6년 동안 잠자코 있던 소로스는 2015년 갑자기 행동을 개시하며 그해 3월부터 6월까지 보유주식 439만주 중 6만주만 남기고 433만주를 모두 팔아치웠다. 시가총액 3억7000만 달러(한화 약 4300억원)에 달하던 지분 금액은 490만 달러(한화 약 57억원)로 줄어들었다. ‘트로이 목마’ 작전을 방불케 하는 급습이었다. 대표적 헤지펀드인 타이거펀드도 소로스의 공격에 가세해 지난해 상반기 3개월간 5억5700만달러(한화 약 6500억원)에 달하는 알리바바 주식 중 98.6%를 팔아치우며 알리바바를 흔들었다. 헤지펀드의 공매도 공격에 마윈 알리바바 회장은 그해 8월 ‘주식 대량환매’를 방패로 꺼내들었다. 마 회장은 “<span class='quot0'>앞으로 2년간 40억 달러에 해당하는 주식을 환매할 것</span>”이라면서 공매도에 대한 방어 의지를 나타냈다. 하지만 2015년 3월부터 시작된 공매도 공격으로 알리바바는 그해 5월 21일 93.88달러에서 9월 28일 57.39달러로 주저앉았다. 글로벌 헤지펀드가 알리바바 1차 공격에서 승리를 거둔 것이다. 알리바바 흔들기는 한번으로 끝나지 않았다. 지난해 하반기 2차 공격이 재개됐다. 이번에도 소로스가 선두에 섰다. 엔론 공매도로 유명한 짐 차노스도 같은해 11월 “알리바바를 팔고 경쟁사인 징둥닷컴(JD.com)을 사야 한다”며 공매도 공격에 동참했다. 알리바바 주가는 5% 넘게 하락하면서 출렁였다. 지난해 12월 80달러 선을 넘어서며 상승세를 보였던 알리바바 주가는 핫머니의 난타에 올 2월 60달러 선까지 다시 내려앉았다. 2차 전투가 시작되자 마 회장은 이번에는 대량환매 방패 대신 ‘견고한 기업실적’이라는 칼을 꺼내드는 것으로 작전을 바꿨다. 알리바바 주가 추이(출처: 시나재경) 올 9월 30일까지 집계된 알리바바의 2016년 2분기 매출은 지난해 같은 기간보다 55% 증가한 51억4000만 달러. 2분기 순이익은 11억4000만 달러로, 작년 분기 순이익에 반영된 일회성 이익을 제외할 경우 78%가량 늘어난 것으로 나타났다. 알리바바의 매출 증가에는 주요 사업인 전자상거래의 기여도가 가장 컸고, 클라우드컴퓨팅과 엔터테인먼트와 사업 부문에서 세 자릿수 성장률을 기록하는 기염을 토했기 때문으로 분석된다. 전문가들은 알리바바의 성장 모멘텀이 앞으로 더욱 강화될 것으로 전망하고 있다. 현재 주가는 1·2차 공격을 받기 전 수준을 회복해나가고 있다. 다만 알리바바 공매도 세력이 여전히 살아 있다는 점은 고려해야 할 부분이다. 월스트리트저널은 알리바바 주식에 대한 공매도 규모가 올 9월 말에 역대 최고치인 129억 달러(한화 약 15조원)까지 증가했으며 11월에도 119억 달러(한화 약 13조원) 수준으로 여전히 높은 수준이라고 보도했다. ◆안정적 성장 일구는 텐센트 = 이에 비해 중국 홍콩시장에 상장된 텐센트는 핫머니의 공격 없는 ‘무풍지대’에서 안정적인 성장세를 보이고 있다. 중국의 삼성전자로도 비유되는 텐센트(700. HK)는 상장 12년 만에 주가 300배 상승, 지난 9월 시가총액 기준 아시아 최고주 등극 등 기록 행진을 해왔다. 지난 5월 홍콩증시에서 150 홍콩달러 수준이던 텐센트 주가는 8월 22일 204.8 홍콩달러(한화 약 2만9400원)로 치솟으며 ‘마의 200 홍콩달러’를 돌파했다. 9월 28일 218.20 홍콩달러로 정점을 찍은 뒤 11월 중순 이후 다시 180~190선으로 내려앉았지만 전문가들은 여전히 텐센트가 BAT 중 가장 높은 상승 동력을 가지고 있다고 본다. 텐센트 주가 추이(출처: 시나재경) 이러한 전망은 중국 정부의 인터넷 플러스 정책이 텐센트에 장기적으로 호재로 작용할 것으로 보기 때문이다. 중국 정부는 지난 5월 인공지능(AI) 시장을 1000억위안(약 16조5000억원) 규모로 키울 것이라는 ‘인공지능 3년 행동시행 방안’ 발표했다. 인공지능 분야에서 텐센트는 △스마트컴퓨팅 검색 실험실에서 인공지능을 연구하고 △인공지능을 이용해 자동으로 기사를 완성하는 '드림라이터' 개발하는 등 지속적인 투자를 해오고 있다. 인터넷 플러스 정책의 또다른 분야인 핀테크 기술도 텐센트의 주 종목이다. 중국의 국민 모바일 메신저인 위챗에 신용카드를 연결해 결제하는 ‘위챗페이’ 이용자는 올해 2억명을 넘었다. 지난 2분기 위챗 플랫폼 등을 통한 온라인 광고 수입은 전년보다 80% 늘어난 36억9700만 위안(한화 약 6226억원)을 기록했다. 여기에 중국 2위 전자상거래업체인 징둥닷컴의 최대주주로 올라서면서 온라인쇼핑 분야로도 발을 넓히고 있다. 텐센트 매출 중 게임 분야가 여전히 절반 가까이를 차지하고 있지만 SNS와 모바일 결제, 온라인쇼핑 등 사업 다각화를 추진하고 있어 지속적인 주가 상승이 기대된다. BAT 중 바이두가 뒤쳐지고 AT의 양강 구도로 전개되는 양상을 보이는 가운데 알리바바와 텐센트는 아시아 대장주 자리를 놓고 치열한 벌이고 있다. 지난 9월 5일 텐센트는 세계 최대 이동통신사 차이나모바일(中國移動)을 누르고 아시아 대장주에 등극했다. 그리고 11일 후인 16일에는 알리바바가 텐센트를 추월하며 시가총액 1위 자리에 오르며 엎치락뒤치락 하는 모습을 보이고 있다. 텐센트(출처: 바이두)  전세계 기업 시가총액 순위 사이트인 미스터 캡에 따르면 12월 10일 기준 알리바바 시가총액은 2363억 달러(한화 약 277조원)로, 2298억 달러(한화 약 269조원)를 기록한 텐센트에 살짝 앞서 있다. 바이두는 시가총액 597억 달러(한화 약 70조원)로 텐센트나 알리바바 시가총액의 4분의 1 수준으로 뒤쳐져 있다. 지난 1~3분기 누적 주가 상승률에서도 텐센트는 40%, 알리바바는 30%로 상승했지만 바이두는 5% 하락한 것으로 나타났다. ◆중국의 신성장동력 ‘인터넷 플러스’ = 중국에서 ‘인터넷 플러스’라는 말이 처음 등장한 것은 2012년 11월. 중국 IT시장조사기관 엔포데스크(易觀智庫 Enfodesk)의 위양(於揚) 회장이 처음 거론한 인터넷 플러스는 인터넷, 모바일, 클라우드 컴퓨팅, 빅데이터 등 정보기술을 전통제조업과 융합해 산업 구조를 전환시켜 나간다는 개념이다. 위 회장은 “<span class='quot1'>인터넷은 하나의 도구로 전기와 같은 인프라이며 어디에나 존재하며 효율을 높여주는 기기</span>”라면서 “<span class='quot1'>모든 업종에서 인터넷 플러스를 활용하는 것은 인터넷으로 업종의 비효율 지점을 찾아내는 것과 같은 것</span>”이라고 설명했다. 그는 “<span class='quot1'>만약 아직 인터넷을 통해 변화하지 않은 것이 있다면 거기에 비즈니스 기회가 있고 나아가 그 기회를 바탕으로 새로운 국면을 만들어 낼 수 있음을 의미한다</span>”고 밝혔다. 위 회장에 따르면 전통 광고에 인터넷이 더해져 ‘바이두’가 탄생했고 전통 시장에 인터넷이 합해져 인터넷 오픈마켓인 ‘타오바오’가 생겨났으며 전통 백화점에 인터넷이 더해져 ‘징둥’(JD닷컴)이 등장했다. 또 전통 은행에 인터넷이 더해져 인터넷 결제시스템인 ‘알리페이’가 나왔고 전통 보안 서비스에 인터넷이 더해져 인터넷 보안업체인 ‘치후 360’(Qihoo 360)이 등장했으며 전통 중매에 인터넷이 더해져 결혼 중매 사이트인 ‘스지자위안’이 탄생할 수 있었다. 중국의 인터넷 플러스 정책을 견인하는 핵심 IT기업인 텐센트의 마화텅 회장도 인터넷 플러스에서 중요한 개념이 ‘연결’이라는 것을 강조하며 “<span class='quot2'>가장 기본적인 필요, 사람과 사람을 연결하려는 목적으로 출발한 텐센트의 QQ(인터넷 메신저)와 웨이신(위챗, 모바일 메신저)은 현재 사람을 서비스, 시설, 콘텐츠 소스 등과 연결해 쌍방향 소통을 실현하고 있다</span>”고 설명했다. 마화텅 텐센트 회장(출처: 바이두) 그는 인터넷 플러스와 관련해 “자원의 수요와 공급을 효율적으로 조절하고 남아도는 자원의 이용률을 끌어올림으로써 에너지를 절약하는 동시에 환경을 보호한다”면서 “가령 카풀, 하우스 스와프(숙박시설 물물교환), 중고거래, 가사 관리 서비스 등의 영역에서 인터넷 플러스가 무궁무진하게 진행되면서 대표적으로 디디

언론사: 내일신문-1-6.txt

제목: 꽃게장, 새우장에 푸욱 빠진 나를 구원해줄 이곳!  
날짜: 20161212  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161212132222001  
본문: 꽃게장이나 새우장을 못 먹는 사람은 있어도, 한 번 먹어 보면 그 맛에 빠져들지 않는 사람은 없을 것이다. 신선한 꽃게를 사서 다듬어 씻고, 간장을 달여서 부어두는 복잡한 과정이 있어서 가정에서 쉽게 담가 먹기 힘든 음식인데, 그렇다고 밖에서 사먹자니 주머니 사정도 만만치 않다. 그래서 게장 마니아들은 간절한 마음으로 ‘게장 맘 놓고 먹어 보았으면’ 싶을 때가 많다. 그럴 때는 죽전에 위치한 ‘해변의 꽃게’를 찾아보면 어떨까? 꽃게장과 새우장을 합리적인 가격에 무한리필로 만날 수 있으니 말이다.   1주일에 5톤씩 사들이는 국내산 꽃게, 신선하고 살 꽉 차 겨울의 해변은 쓸쓸하기 짝이 없지만, 죽전에 위치한 ‘해변의 꽃게’에는 늘 활기가 넘친다. 이곳은 죽전지역 게장 무한리필 전문 식당으로 자리 잡은 지 3년 쯤 되는데, 주말이면 줄서서 먹어야 하는 맛집으로 크게 성공했다. 깔끔한 분위기를 자랑하는 이곳은 가수 김성수씨가 운영하는 식당으로도 유명하다. 하지만 비교적 원가가 비싼 꽃게장과 새우장을 무한리필로 즐길 수 있는 점이 더욱 유명세를 타게 하였다. 현재 죽전점을 본점으로 전국에 11곳에 지점이 생겼을 정도로 말이다. 최근 ‘해변의 꽃게’는 메뉴 구성과 전체적인 퀄리티를 업그레이드하는 등의 재정비를 하고 새로운 모습으로 손님들을 맞고 있는 중이다. 이곳의 메뉴는 간단하다. 모두 꽃게를 기본으로 한 음식들로 게장이 메인인데 무한리필의 여부에 따라 조금씩 변화가 있으니 기호에 맞게 선택하면 된다. 무한리필 메뉴는 간장·양념 게장과 새우장이 무한으로 제공되는데 그 밖에 꽃개찜이나 새우구이 등이 추가되어 기존보다 훨씬 풍성한 상차림을 제공한다. 무한리필이 아닌 해변정식의 경우에도 큼지막한 암·수게가 동시에 나오며, 여러 가지 반찬과 차돌 된장찌개가 제공된다. 이곳 게장의 가장 큰 특징은 바로 국내산 게를 사용한다는 점이다. 어느 곳이나 게장전문점 대표들이 가장 힘들어 하는 부분이 바로 ‘수급’과 ‘수지타산’의 문제인데, 어떻게 가능하지 궁금했다. 이곳 양승렬 실장은 “<span class='quot0'>저희가 사용하는 꽃게들은 안면도, 연평도에서 잡힌 게들인데, 일주일에 5톤가량씩 구매를 하다 보니 좀 더 유리한 가격에 물건을 확보할 수 있다</span>”고 설명한다. 덧붙여 “중국산이 약간 싸기도 하지만 일단 관리가 잘 안 돼 선도가 떨어지고, 맛에서도 차이가 나서 아예 사용할 수 없다”고 말한다. 그리고 “배에서 급랭시킨 꽃게로 간장게장을 담는다”며 “활게는 죽으면서부터 대장균이 번식하므로 급랭 꽃게가 더 안전하고 맛도 좋다”고 설명했다. 이렇게 사들인 게들은 잘 씻어서 절단한 후 여러 한약재를 포함해서 달인 간장소스를 부어 주면 되는데 이렇게 하면 게의 비린 맛도 없어지고 짜지 않은 밥도둑이 완성된다. 게장을 제대로 먹기 위해서는 체면 따위는 잠시 잊어야 한다. 비닐장갑을 끼고, 손으로 짜주니 살이 그대로 나온다. 사랑하지 않을 수 없는 장면이다. 껍질이 연하고 살이 꽉 차올랐음을 알 수 있다. 입안에서 느껴지는 부드러운 속살은 자극적이지 않으면서도 맛있어 계속 먹고 싶은 생각이 든다.  양념게장은 매콤한 편이다. 게의 투명한 속살과 양념의 조화는 길게 말해 무엇하리. 이 역시 밥과 환상의 콤비를 이룬다. 요즘에 또 다른 인기 밥도둑으로 부상한 새우장도 마찬가지다. 신선한 대하를 이용한 새우장은 새우 특유의 감칠맛과 간장의 조화가 그만으로 밥에 쓱쓱 비벼 먹으면 공기밥 추가는 필수다. 특히 새우의 머리 부분은 가장 맛이 있는 부위라서 그냥 버리지 말 것.   추워지면서 진가 발휘하는 꽃게탕도 맛있어 한편 날이 추워지면서 꽃게탕의 인기도 높아지고 있다. 국내산 꽃게로 끓인 국물은 칼칼하고 개운해 손님들의 칭찬이 이어지며, 게도 푸짐하고 반찬 구성도 훌륭해 만족스러운 식사시간으로 만들어 줄 것이다.   ‘해변의 꽃게’는 죽전 로데오 거리에 위치해 있으며, 편안하고 깔끔한 분위기라서 지인들과의 모임이나 가족 외식 장소로 적당하다. 넓은 주차장이 있어 주차가 쉬우며 원두커피가 제공되니 입가심으로도 딱 이다.

언론사: 내일신문-1-7.txt

제목: 쉽게 외우고 오래 기억하는 영단어 암기법  
날짜: 20161210  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161210135654001  
본문: ‘쌩뚱영어’는 그림의 이미지를 활용하여 단기간에 많은 영어 단어를 암기하도록 하는 특허 받은 학습법이다. 하원복 원장이 20년 이상 연구해 개발한 이 학습법은 신기하고 독특한 방법 덕분에 EBS, MBC, KBS, SBS 등 공중파 각종 프로그램에 소개되기도 했다. 힘들고 고통스러운 영어 단어 암기를 쉽고 재미있는 학습으로 바꿔주는 ‘쌩뚱영어’. 하원복 원장을 만나 ‘쌩뚱영어’의 원리와 효과에 대해 물어보았다. 특허 받은 영단어 암기 프로그램 하 원장은 “우리나라 학생들은 대부분 우뇌형이라 그림을 보여주는 것이 효과적입니다. 그림마다 들어있는 짧은 스토리를 엮어가다 보면 최소 5개 이상의 단어를 암기할 수 있고, 쉽게 잊어버리지 않게 체득되죠. 이것이 바로 ‘쌩뚱영어’의 핵심 원리입니다”라고 설명한다. ‘쌩뚱영어’의 단어 암기법을 살펴보면 한 장면의 그림 속에 영어 단어 부분과 우리말 뜻이 동시에 들어 있다. 그래서 영어 단어 음을 연상하게 되면 우리 말 뜻이 저절로 생각나게 된다. 예를 들면 머리 위에 떡 바구니를 이고 있는 오리 그림을 보고 생각한다. ‘오리가 떡을 들고 있다’ 오리? 떡? 오리? Duck? 오리! Duck! 그림 하나로 음과 뜻을 모두 연상하게 되는 것이다. 신기하고 독특한 것을 기억하기 좋아하는 뇌의 특성상 ‘쌩뚱영어’만의 독특한 그림은 학생들에게 흥미를 유발시키고, 반복함으로써 쉽게 암기하게끔 하고, 연상 작용에 의해 오래 기억하게 한다. ‘쌩뚱영어’는 4등급 이하인 학생, 지구력이 부족해 단어 암기에 어려움을 겪는 학생, 단기간에 많은 단어를 외우고 싶은 학생에게 효과적이다. 2015년에는 초등학교 5학년생이 ‘쌩뚱영어’를 통해 수능 영어 만점을 기록해 화제가 되기도 했다. 어휘력 향상으로 내신ㆍ수능 철저 대비 영어시험의 기초는 시간 안에 지문을 제대로 독해하는 것에서 출발한다. 그런데 독해의 기본은 어휘력. 단어를 많이 알면 당연히 지문을 이해하는 속도가 빨라진다. 남들이 1권의 책을 읽을 때 4~5권의 책을 읽을 수 있고, 시간적 여유가 생기니 문법이나 문제풀이 스킬을 터득하는 것도 쉽다. 여기에 보태어 하 원장은 인근 중ㆍ고등학교 교과서와 학교 프린트 물, 외부 지문까지 철저하게 분석해 꼼꼼하게 지도한다. ‘쌩뚱영어’를 통해 내신과 수능시험에 필요한 문법과 독해를 터득하게 되고. 서술형과 교내 비교과 대회 준비까지 마스터하게 된다. 하 원장은 3만 단어를 그림으로 나타내는 교재를 완성했다. 이를 ‘쌩뚱영어’ 단어암기법으로 학습하면 최대 5분 동안 200단어를 암기할 수 있고, 보통 수능에 필요한 7,000단어를 1년 6개월이면 마스터할 수 있다. 단어 암기가 끝나면 문법은 물론 독해도 쉬워지므로 수능이나 내신에서도 단기간에 1등급으로 올라가게 된다. 수능 필수 3,000개 단어만 마스터해도 최소한 2등급은 받을 수 있다. 발목 잡는 과목에서 효자 과목으로 보통 대학입시를 가르는 과목이 수학이라고들 하지만 뜻밖에 영어 성취도가 낮아 상위권 대학을 포기하는 학생들도 많다. 이런 학생들에게 영어 단어에 대한 고민을 해결해주는 ‘쌩뚱영어’는 무척 반가운 소식이다. 4개월 만에 영어 내신 점수가 60점대에서 91점으로 오른 중 3학생의 사례, 10개월 만에 60점대에서 100점대 내신으로 수직 상승한 고2 학생, 9개월 만에 전교 1등을 거머쥔 학생 등 ‘쌩뚱영어’를 시작한 후 놀라운 성장을 경험한 학생들의 후기는 홈페이지에 자세히 소개되어 있다. 끝으로 하 원장은 “영단어 암기가 짜증과 공포로 기억되지 않도록 해야 합니다. 우리 아이들이 쉽고 재미있게 어휘를 습득하고 실제 언어생활에 충분히 활용할 수 있도록 가르쳐야 합니다”라고 강조한다.

언론사: 내일신문-1-8.txt

제목: 저체중이 과체중·비만보다 사망위험 크다  
날짜: 20161208  
기자: 김규철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161208121058002  
본문: 저체중인 사람이 과체중이거나 비만한 사람보다 사망률이 높은 것으로 나타났다. 보통 뚱뚱한 사람이 사망 위험이 클 것으로 알려진 것과 다른 연구 결과다. 저체중은 체질량지수(BMI)가 18.5㎏/㎡ 미만인 경우다. 과체중은 23~24.9㎏/㎡, 비만은 25㎏/㎡ 이상인 경우에 해당된다. 성기철 강북삼성병원 순환기내과 교수팀은 2002년부터 2013년까지 건강검진을 받은 16만2194명을 대상으로 체질량지수에 따른 사망률을 분석한 결과, "정상체중과 비교해 저체중인 사람의 사망률은 증가하고 과체중이거나 비만한 사람의 사망률은 감소하는 것으로 나타났다"고 8일 밝혔다. 성 교수는 "저체중의 사망률이 높은 이유는 영양부족, 근육량 감소 등 건강을 유지하기 위한 필수적인 요소가 부족할 가능성이 크기 때문으로 추정된다"며 "저체중 환자 역시 고도비만 환자 못지않게 건강에 적신호가 켜진 상태이므로, 평소 적정체중을 유지해야 사망위험을 낮추는 데 도움이 된다"고 강조했다. 저체중인 사람의 전체 사망률은 정상체중인 사람보다 53% 증가했고, 과체중 또는 비만한 사람의 전체 사망률은 정상체중보다 23%가량 감소하는 것으로 분석됐다. 이런 결과는 암, 심혈관질환과 같은 질병에 의한 사망률에서도 마찬가지다. 저체중인 사람은 심혈관질환 사망률은 정상체중보다 34%, 암 사망률은 21% 증가했지만, 과체중이거나 비만한 사람은 정상체중일 때와 의미 있는 차이가 없었다. 연구팀은 대상자를 저체중, 정상체중, 과체중 또는 비만으로 구분하고 전체 사망률과 암 사망률, 심혈관질환 사망률을 평균 4년9개월 동안 추적 관찰했다. 이 과정에서 체질량지수 이외에 사망률에 영향을 미칠 수 있는 고혈압, 당뇨병 등 기저질환이 있는 대상자는 제외하고 성별, 나이, 흡연상태, 교육수준 등의 변수가 반영되지 않도록 보정하는 작업을 거쳤다. 성 교수는 "최근 비만하면 건강을 해친다는 인식이 강해지면서 상대적으로 저체중이 건강에 미치는 영향은 등한시되고 있다"며 "이번 연구결과는 저체중으로 마른 사람이 과체중이거나 비만으로 뚱뚱한 사람보다 건강이 안 좋을 수 있다는 점을 시사한다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-9.txt

제목: [컬러푸드 다이어트]건강한 음식의 영양소, 모르겠다면 색깔 구색만 맞춰라~!  
날짜: 20161206  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161206115910002  
본문: 홍세영대표 영양사 리:다이어트 건강함을 잃게 되는 잘못된 다이어트는 무엇일까? 한가지 음식만을 고집 하는 다이어트나 굶어서 다이어트 하는 방법은 부작용을 앓기 쉬운 이유중 하나가  면역력을 잃어서이다. 어떤 음식을 먹어야 면역력을 높일수 있을까? 우리가 먹는 음식에는 다양한 영양소가 존재한다. 하지만, 어떤 음식에 어떤 영양소가 들어있는지 일일이 다 외우며 매번 식단을 구성하기란 어려운 일이다. 그래서 아주 손쉽게 건강도 챙기며 다양한 영양소를 섭취 할 수 있는 방법은 색깔만 맞춰 먹는 “컬러푸드“이다. 흰색부터 블렉 푸드까지 색깔별로 섭취하신다면, 더 풍성한 영양소를 공급받을 수 있다. 컬러푸드로 챙겨 먹어서 건강한 다이어트에 성공하는 비결은 무었일까? 컬러푸드는 “파이토케미컬”이라고도 부르는데, 이는 식물을 의미하는 “파이토(phyto)”와 화학을 의미하는 “케미컬(chemical)” 이 합쳐진 합성어이다. 파이토케미컬은 무기작용을 한다. 제 7의 영양소라고도 불리는 파이토케미컬을 섭취함으로써 면역력을 높여 암을 예방하고 각종 노화와 스트레스를 감소시켜줌과 동시에 건강한 다이어트의 성공률을 높일 수 있기 때문이다. 컬러푸드, 파이토케미컬은 항산화작용과 면역력을 증가시켜주는 역할과 체내의 세포를 산화해 노화를 촉진시키는 활성산소로부터의 피해를 막아주어 노화와 질병을 예방해주기도 한다. 무리한 운동이나, 밥량을 줄이는 다이어트는 쉽게 단기 감량에는 성공 할 수 있다. 하지만, 얼마가지 못해 요요를 경험 하게 되는데 원인은 영양 불균형 식단으로 인한 활성산소 증가로 면역력이 떨어지면서 생기는 몸의 노화 때문이라 할 수 있다. 굶게 되면 빠른 다이어트는 성공이지만 빠른 노화도 같이 경험 하게 된다. 면역력을 떨어뜨리는 영양 불균형 식단은 활성산소로부터의 피해를 내몸은 고스란히 받게 된다. 질병예방도 안될뿐더러 다이어트에도 결국은 실패하게 된다. 컬러푸드로 지속가능한 건강한 다이어트의 성공은? 1> 3끼밥을 컬러푸드로 풍성하게 챙겨 먹어야 한다. 2> 풍성한 밥상은 눈도 즐겁다! 눈부터 포만감에 만족감을 높여라. 포만감은 스트레스는 낮추게 된다. 3> 다이어트 이후 지속가능한 체중 유지를 위해서는 면역력을 키워라! 겨울철 면역력이 떨어지기 좋은 계절 , 컬러푸드 한식 밥상으로 2017년의 건강지수를 미리 높여보는 것은 어떨까?

언론사: 내일신문-1-10.txt

제목: 이대목동병원, 메디컬코리아 대상 보건복지부 장관상 수상  
날짜: 20161202  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161202130731002  
본문:   이대목동병원(병원장: 유경하)이 지난 11월 24일 서울 삼성동 코엑스 그랜드볼룸에서 개최된 ‘2016 메디컬코리아 대상’ 시상식에서 최고상인 보건복지부 장관상의 영예를 안았다. 올해 9회째를 맞은 메디컬코리아 대상은 한국경제신문·한국경제TV·한경닷컴이 보건복지부·식약처와 공동으로 전문 치료센터 및 진료과목별 우수 병·의원, 국내 제약산업 선진화를 이끈 우수 제약사와 의료기기 업체 등을 선정해 주는 상이다. 이대목동병원은 센터 중심 특성화 전략을 통해 유방암, 장궁암 등 여성암을 비롯해 장기이식, 심?뇌혈관 질환, 고난도 중증질환 수술 및 치료분야에서 차별화된 경재력을 확보해 국내 환자는 물론 해외 환자 유치에도 큰 성과를 내고 있다는 평가를 받았다. 특히 환자 개인별 맞춤형 치료를 통해 여러 분야 전문의가 환자 중심의 통합진료 시스템을 구축해 이를 시행하고 있는 점도 높게 평가됐다. 또한 국내 대학병원 최초로 토요일에 진료뿐 아니라 검사, 수술까지 하는 새로운 성공 모델을 창출했다는 점도 이번 수상에 기여했다. 유경하 이대목동병원장은 "이대목동병원은 국내 유일의 여자의과대학 부속병원으로 여성 교육과 진료, 연구를 선도하고 환자 중심의 차별화한 병원 혁신 활동으로 세계적 경쟁력을 갖춘 병원으로 성장하고 있다"며 "그동안 축적해 온 역량을 바탕으로 2019년 초 강서구 마곡지구에 문을 열 새 병원의 성공적 개원과 조기 안정화를 위해 암, 장기이식, 심·뇌혈관질환 분야 경쟁력을 강화하고 환자 중심 혁신활동을 지속적으로 전개하겠다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-11.txt

제목: 피곤함 지속되는 암 환자 대상 임상시험 지원자 모집  
날짜: 20161202  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161202130730001  
본문: 동국대 분당한방병원에서는 암 환자의 피로증상 호전에 관한 연구를 진행하면서 임상시험 지원자를 모집하고 있다. 2007년 국립암센터의 발표에 의하면 암 환자의 주요 증상 중 피로가 92.9%로 암성 통증 다음으로 2위를 차지할 만큼 암 관련 피로는 만성적이면서 흔한 질환이다. 또한 암 관련 피로는 환자의 수면, 통증, 사회생활 능력 및 일상생활 수행력에 영향을 미치고 있으며, 이로 인해 암 치료를 연기하거나 중단하는 경우도 있어 궁극적으로 개인의 삶의 질을 위협하는 중요한 문제이다. 일반적으로 항우울제(심환계 항우울제 및 선택적 세로토닌 재흡수 억제제 등), 부신피질호르몬제(단기간), 앰프리젠, 인지행동치료 등의 기존 접근방법이 있으나 치료효과나 근거가 아직은 부족한 편이다. 한의학에서는 정상적인 생리기능을 의미하는 정기가 부족하여 피로가 나타난다는 관점이 많다. 그래서 뜸의 보기(補氣 : 기를 보충함), 보익(補益)하는 작용을 통해 피로의 개선을 도모할 수 있을 것으로 보았으며 기존의 임상시험에서도 뜸이 암환자의 피로증상을 호전시킨 바가 여러 차례 보고된 바 있다. 동국대 분당한방병원의 이번 임상시험은 피로증상에 대한 뜸의 효과를 다시한번 확인하기 위함이다. 참여대상: 12주 전에 수술, 방사선, 항암, 면역치료 등을 진행했으며,           피로가 4주 이상 지속된 만 19세~80세의 암환자           (단, 호르몬치료는 3주 이전에 마친 자) 참여기간 : 3개월 동안 총 18회 내원 시험방식 : 주 2회씩 8주간 총 16회의 뜸 치료 참여혜택 : 연구 일정에 따른 검사비 무료, 소정의 교통비 지급

언론사: 내일신문-1-12.txt

제목: 호텔 겨울 패키지  
날짜: 20161201  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161201130700002  
본문: 이제 곧 크리스마스와 방학이 다가온다. 본격적으로 겨울방학 특강이 시작되기 전 가족들과 오붓하게 휴식을 취하려는 이들이 많다. 멀리 나가는 여행이 부담스럽다면 도심 속 호텔에서의 휴가는 어떨까. 크리스마스와 연말연시, 서울시내 호텔들의 다양한 프로그램들을 소개해본다. 자료 각 호텔 홍보팀� 콘래드 서울 콘래드 서울에서는 사랑하는 이들과 따뜻한 크리스마스 및 연말을 보낼 수 있는 스위트 파티(Sweet ParTEA) 패키지를 선보인다. 일상에서 잠시 벗어나 아름다운 한강과 도시의 야경을 자랑하는 객실에서의 1박과 한 해 동안 서로에게 감사하는 마음을 전하며 즐거운 시간을 보낼 수 있도록 겨울에만 즐길 수 있는 텐쥐의 겨울 시즌 음료 ‘플러피 핫 초콜릿’ 포함 두 잔과 호텔 셰프가 직접 만든 케이크를 준비했다. 또한 제스트에서의 여유로운 크리스마스 조식 뷔페와 새해 전야를 함께할 수 있는 카운트다운 파티 1+1 입장권(1인 7만원 상당)이 제공된다. 이밖에 프랑스 유기농 스파 브랜드 떼마에(Themae)의 바스용 티백과 장미 꽃잎으로 구성된 입욕 세트가 포함된 로맨틱 파티(Romantic ParTEA) 패키지도 있다. 얼리버드 기간(~ 12월 9일)에 예약하는 이에게는 콘래드 서울이 준비한 깜짝 크리스마스 선물이 산타 양말에 담겨 객실에 준비된다.  기간   ~12월 31일까지  가격    34만원부터(1인 기준, 세금 별도)  주소   서울 영등포구 여의도동 23-1번지 JW 메리어트 호텔 서울 아이들과 함께 호텔에서 특별한 휴가를 보내고 싶은 이들을 위해 코지 모먼트(Cozy Moment) 패키지를 선보인다. 슈페리어 객실에서의 1박과 온천수가 들어가는 유아 풀 및 테라피 풀에서 아이들과 함께 물놀이를 즐길 수 있도록 리틀 타익스 암 튜브와 호텔 바스 타월을 제공한다. 또한 더 델리카트슨에서 물놀이 후 가벼운 스낵으로 따뜻한 핫 초콜릿 2잔과 소시지빵 2개를 준비한다. 이밖에 메가박스 프리미엄 시네마 부티크M의 영화 관람권 2매와 화장품 브랜드 헤라(HERA)의 여행용 키트 2세트가 제공되는 딜라이트 모먼트(Delight Moment) 패키지도 있다. 모든 윈터 패키지 이용 고객은 호텔 내 실내 수영장과 피트니스 센터를 무료로 이용 가능하며, 5만원 추가 시, 뷔페 레스토랑 ‘더 카페’ 에서의 성인 2인, 어린이 2인(만 12세까지) 조식을 이용할 수 있다.  기간   ~1월 31일  가격   21만6,000부터(세금 및 봉사료 별도)  주소   서울 서초구 신반포로 176 밀레니엄 서울힐튼 밀레니엄 서울힐튼에서는 가족이나 친구와 함께 가까운 도심에서 남산의 상쾌한 공기를 마시며 안락한 휴식과 미식(美食)을 동시에 즐길 수 있는 다양한 겨울 패키지를 선보인다. 크리스마스/뉴이어 이브 트레인(X-mas /New Year Train) 패키지는 디럭스 룸 시티 뷰  1박과 호텔 자체 브랜드 상품 ‘구어메 하우스 로스트’ 원두(500g), 밀튼 인형과 에코백이 제공되며  4만원 추가 시 카페 395 조식 2인이 제공된다. 또한 밀튼 키드(Milton Kid) 패키지는 디럭스 룸 시티 뷰  1박과 카페 395 조식 2인(12세 이하 어린이 조식 2인 무료제공), 밀튼 에코백 등이 제공된다. 이외 윈터 트레인(Winter Train) 패키지, 셀러브레이트 인 스타일(Celebrate in Style) 패키지, 크리스마스 이브 디너(X-mas Eve Dinner) 패키지 등이 있으며 모든 겨울 패키지 이용 고객은 다양하고 깜찍한 모양의 자선열차를 로비에서 감상할 수 있다. 마스코트 밀튼을 배경으로 한 포토존과 크리스마스 부스에서 즐거운 추억도 만들 수 있다.(윈터 트레인 패키지&밀튼 키드 패키지는 12월 23일, 24일, 31일 이용 불가)  기간   ~2월 28일까지  가격   20만원부터(부가세 및 봉사료 별도)  주소   서울 중구 소월로 50 이비스 스타일 앰배서더 서울 강남 이비스 스타일 앰배서더 서울 강남에서는 도심 속 호텔에서의 여유로움과 황금빛 예술세계를 오감으로 만나볼 수 있는 아트 위드 스타일(Art with Style) 패키지를 선보인다. 본 패키지에는 슈페리어 객실 1박, 조식 2인과 함께 ‘클림트 인사이드(Klimt Inside) 展’ 티켓 2매가 제공되며, ‘클림트 인사이드(Klimt Inside)’ 전시회는 ‘성수동 S-Factory’에서 진행된다. ‘구스타프 클림트(Gustav Klimt)’와 ‘에곤 실레(Egon Schiele)’ 등의 표현주의 화가들의 작품을 소재로 하며, 여타 미디어아트 전시와 달리 영상 연출과 OST를 기반으로 오감을 만족시키는 콘텐츠를 관람할 수 있다. 또한 한 겨울 향기로운 휴식을 즐길 수 있는 윈터레스팅(Winter Resting) 패키지도 있다. 슈페리어 객실 1박과 조식 1인, 아오뗄(A:Hotel) 디퓨져와 테이크 아웃이 가능한 아메리카노 2잔이 제공된다. 함께 제공되는 아오뗄(A:Hotel) 디퓨져는 호텔 스파의 감성을 그대로 느낄 수 있는 브랜드로 오션, 그린우드, 프리지아, 그레이프프루트 중 1가지가 랜덤으로 제공된다. 조식 1인 추가 시 1만 1천 원이 추가된다.  기간   ~2월 28일  가격   12만6,500원부터(부가세 포함)  주소   서울 강남구 삼성로 431 쉐라톤 서울 디큐브시티 호텔 쉐라톤 서울 디큐브시티 호텔에서는 크리스마스 분위기를 살려줄 객실 내 샹동과 디저트 타워가 세팅되고 스페셜 에디션으로 제작된 쉐라톤 크리스마스 디베어를 받아볼 수 있는 ‘디어 마이 크리스마스’ 패키지를 선보인다. 미니 디저트 타워에 올려진 앙증맞은 여섯 종류의 디저트를 비롯하여 호텔에서 편안한 시간을 보내며 크리스마스의 특별한 하루를 만들 수 있다. 객실 내에는 크리스마스 파나코타, 진저 브레드 치즈 케이크, 제철 과일을 이용한 타르트 등의 미니 디저트가 디저트 타워로 제공되며 프리미엄 스파클링 와인인 샹동도 제공되어 반짝이는 도심의 야경을 바라보며 크리스마스 분위기를 만끽할 수 있어 더욱 로맨틱하다. 추가 금액 지불 시 와인, 맥주, 칵테일, 스낵 등이 제공되는 해피 아워 이용을 비롯한 콘티넨탈 조식 뷔페 혜택이 포함된 클럽 라운지 이용이 가능한 클럽 룸으로도 예약이 가능하다.  기간   12월 23일~12월 31일  가격   25만원부터(세금 10% 별도)  주소   서울 구로구 경인로 662 디큐브시티

언론사: 내일신문-1-13.txt

제목: 보험 가입내역 한번에 확인해요  
날짜: 20161128  
기자: 김상범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161128123443002  
본문: 앞으로 보험 가입자들은 보험사들에 일일이 연락할 필요 없이 온라인으로 자신이 가입한 모든 보험의 보장 내역을 한 번에 확인할 수 있다. 한국신용정보원은 28일 오전 10시부터 클릭 한번으로 보험 보장 내역을 확인할 수 있는 '내보험 다보여(credit4u.or.kr)' 서비스를 시작했다. '내보험 다보여'에 접속해 휴대전화·신용카드·공인인증서 중 한가지 방식으로 인증하면 자신의 계약 현황과 보장내역, 보험료, 납입 주기 등을 확인할 수 있다. 계약 현황과 관련해 이용자가 가입한 전체 보험계약·보험료 납부현황 등의 정보를 그래픽을 통해 확인할 수 있고, 현재 나이를 기준으로 남아 있는 보장기간도 알려준다. 사고가 났을 때 약정한 금액을 지급하는 정액형 보장의 전체 계약과 상세 보장내역도 나열해볼 수 있다. 특히 분석통계를 이용하면 성별·연령대별 상위 10개 주요 보장을 선정해 자신이 속한 그룹의 평균 보장금액과 자신의 실제 보장 수준을 비교해볼 수 있다. 40대 남성이라면 동년배 남성의 평균 암 진단 보장금액과 자신의 보장 수준을 비교해 암보험을 추가로 들지 말지 판단할 수 있는 것이다. 실손형 보장의 경우도 정액형 보장과 마찬가지로 계약과 전체 보장내역을 살펴볼 수 있다. 분석통계를 이용하면 각 보장의 성별·연령대별 가입률과 본인의 가입 정보, 중복가입 여부 등을 비교·분석할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-14.txt

제목: 40세 이상 여성 2년에 한 번씩 유방X선 촬영검사 해야  
날짜: 20161125  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161125125713001  
본문: 암 질환 중에서 1, 2위를 다투는 여성암 중 유방암은 초기에는 아무런 증상이 없는 경우가 대부분이다. 유방암을 의심해서 병원을 찾는 경우는 유두출혈이나 유두습진, 유두함몰, 분비물 등의 증상이 있을 경우와 아프지 않은 멍울이 만져질 때다. 유방암은 앞서 언급한 증상들로 병원을 찾았을 때는 이미 상당부분 암이 진행된 상태가 많다. 이런 경우 치료가 힘들고 완치 후에도 재발율이 높아지므로 사전에 정기적인 검사를 해야 한다. 유방암의 조기검진은 유방자가검진, 유방X선 촬영, 유방초음파 세 가지로 구성이 된다. 한강수병원 이상명 과장은 “<span class='quot0'>유방자가검진은 생리 마지막 날짜로부터 일주일 전후 혹은 생리가 없는 여성들은 일정한 날짜를 정하여서 매달 시행하는 것이 좋다</span>”고 전했다. 자가진단 방법은 처음에는 거울을 통해 양측 유방의 모양을 팔을 올린 상태와 내린 상태에서 관찰한다.  모양의 비대칭 혹은 종괴가 있는지 살펴본다. 그 다음 손가락으로 팔을 머리 위로 올린 상태의 유방 및 겨드랑이 주위를 검진하여 멍울이 만져지는 지 체크하며 유두의 양 옆으로 눌러서 분비물이 있는 지도 확인한다. 유방자가검진에서 평소와는 다른 느낌이 들었을 경우에는 즉시 병원을 방문하여 전문의에게 검사를 받아 보는 것이 좋다. 유방암 조기검진을 할 때에는 병력청취, 가족력 확인과 신체검진을 시행한 후에 유방X선촬영과 유방초음파검사를 시행하게 된다. 유방X선촬영에서 이상 소견이 보이거나 치밀유방인 경우에는 추가적으로 유방초음파가 필요하다. 우리나라 여성들은 유방조직의 밀도가 높은 치밀유방이 많고 특히 젊은 여성들일수록 조직에 섬유질이 많다. 따라서 유방내의 결절을 확인하기가 힘들기에 유방초음파 검사가 필요한 경우가 많다. 유방X선 촬영과 유방초음파 검사에서 결절 혹은 종양이 의심되면 최종 진단을 위해서 조직검사를 하게 된다. 조직검사는 부분마취 후 초음파 유도 하에 결절의 위치를 확인하고 굵은 바늘을 통해 종양의 일부를 떼어내어 검사한다. 유방암은 다른 많은 암들과 마찬가지로 초기에 발견하면 큰 후유증 없이 완치 확률이 높다. 때문에 특별한 가족력이 없다 하더라도 40세 이후 여성은 2년에 한 번씩은 유방X선 촬영을 하는 것이 좋다.

언론사: 내일신문-1-15.txt

제목: 암발생률, 시군구별 15배까지 차이  
날짜: 20161122  
기자: 김규철  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161122122722001  
본문: 시군구별로 암발생률이 최대 15배까지 차이가 난다는 조사결과가 나왔다. 갑상선암은 남녀 모두에서 지역간 격차가 가장 컸고, 과잉검진이 주원인인 것으로 분석됐다. 상대적으로 위암, 대장암, 폐암의 지역간 격차가 작았다. 암과 만성질환관리를 위해서는 생활운동관리가 접목된 종합관리프로그램이 절실하다. 사진은 건보공단 안양동안지사 건강증진센터에서 운동처방사가 회원에게 생활, 운동습관 지도 상담을 하고 있다. 사진 이의종 보건복지부와 국립암센터 중앙암등록본부는 제3차 국가암관리종합계획에 따라 1999년-2013년 시군구별 암통계를 종합분석한 결과를 22일 국내 처음으로 발표했다. 이 분석 결과에 따르면, 갑상선암은 전남, 대장암은 대전시와 충청도, 폐암은 전남 경북 충북, 유방암과 전립선암은 서울강남 서초와 경기 성남 분당에서 높게 나타났다. 위암은 충청 경상 전라의 경계지역, 간암은 경북 울릉군과 경남 전남의 남부지역, 담낭 및 기타 담도암은 낙동강 유역 인근이 높게 나타났다. 암 발생 추세를 보면, 시군구와 전국단위가 비슷했다. 남녀 모두에서 갑상선암과 대장암이 전국과 시군구 단위에서 모두 증가했다. 갑상선암은 10만명당 남자 2.9명(1999~2003) → 24.3명(2009~2013), 여자 16.7명 → 110.6명으로 늘었다. 우리나라 갑상선암 발생률은 시도별 갑상선암 검진율과 강한 상관관계를 보인다. 과거에는 전라남도의 갑상선암 검진율이 높았으나, 최근 서울 대전 등 대도시에서 초음파를 이용한 갑상선암 검진율이 증가함에 따라 대도시 지역의 갑상선암 발생률이 증가한 것으로 추정됐다. 대장암은 10만명당 남자 31.1명('99~'03) → 50.8명('09~'13), 여자 18.8명 → 27.4명으로 증가했다. 대전시와 충청도 일부 지역에서 높게 나타났다. 남자는 1990-2003년도에는 충청북도 괴산군, 2004-2008년도에는 대전시 유성구, 2009-2013년도 충청북도 증평군 등 충청도 지역이 높았다. 여자는 각년도에 괴산군, 금산군, 청양군 등에서 높았다. 대장암은 음주, 과체중, 흡연, 부족한 신체활동, 가공육 육류 섭취등이 위험요인이다. 다만 충북지역은 다른 지역보다 대장암 검진율이 높았다. 반면 남자 위암, 폐암 및 간암의 암발생률은 감소추세를 보였다. 위암은 67.9명(19'99-2003) → 63.0명(2009~2013), 폐암 50.8명 → 46.6명, 간암 45.7명 → 36.8명으로 줄었다. 위암은 충북 경북 전북 경계지역에서 높게 나타났다. 남자는 충북 괴산군(1999-2003), 경북 영덕군(2004-2008), 충남 청양군(2009-2013)이 위암발생률이 높았다. 모든 시기에 충북 옥천군이 위암발생률이 높았다. 다만 최근 연도로 올수록 남자의 위암발생과 지역간 암발생 차이는 줄어들고 있다. 여자는 충북괴산군(1999-2003), 경남영양군(2004-2008), 경북 울진군(2009-2013)이 위암발생률이 높았다. 하지만 이 지역의 높은 위암 발생률 원인에 대해서는 파악이 아직 안되고 있다. 남자 전립선암, 여자 유방암 및 폐암의 암발생률은 증가하는 양상을 보였다. 전립선암은 9.7명(1999~2003) → 26.5(20'09~2013), 유방암 28.2명(1999~2003)→49.5명(2009~2013),폐암12.9명(1999~2003)→15.4명(2009~2013)으로 증가했다. 전립선암은 서울 강남 서초, 경기 성남시 분당구에서 지속적으로 높게 나타났다. 이 지역이 높은이유는 전립선암 검진율이 매우 높은 것과 관련있다. 전립선암은 가족력인 경우 2.5배 발생률이 높아지고, 고지방을 많이 섭취할 경우 1.21배, 체질량지수가 5kg/m2증가할수록1.05배 증가한다. 유방암도 강남서초 성남시 분당구에서 높게 나타났다. 이지역은 지난 15년간 지속적인 상위권을 기록했다. 초경연령이 빠르고, 출산율이 낮으며, 출산연령이 늦어 유방암 발생위험이 높은 것으로 추정됐다. 검진율이 높은 것과도 연관이 있는 것으로 분석됐다. 폐암은 남자는 전북 순창군, 전남 화순군, 경북 군위군에서 높게 나타났다. 여자는 경북 영천군, 경북 청도군, 충북 보은군에서 폐암 발생률이 높았다. 현재 흡연율과 비교해서 뚜렷한 연관성을 발견하지 못했다. 한편 복지부는 이번 시군구별 암발생통계를 앞으로의 지역별 암관리사업의 계획과 시행에 적극 활용할 예정이다.

언론사: 내일신문-1-16.txt

제목: 3년간 지급된 실손보험금 13조원  
날짜: 20161122  
기자: 김상범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161122122711001  
본문: 국민 3000만명 이상이 가입해 '제2의 건강보험'으로 불리는 실손의료보험에서 지난 3년간 지급된 보험금이 13조원에 육박한 것으로 나타났다. 22일 보험개발원이 2013∼2015년 3년간 장기손해보험과 생명보험 전체의 실손보험 지급자료를 분석한 결과 총 1593개 질병에 대해 12조9855억원의 보험금이 지급된 것으로 집계됐다. 질병 코드별로는 실손보험금이 가장 많이 지급된 항목이 허리디스크(기타 추간판장애)다. 3년간 9439억원의 보험금이 지급돼 전체의 7.3%를 차지했다. 이어 등통증(4359억원·3.3%), 어깨병변(3340억원·2.6%), 요추·골반 탈구와 염좌·긴장 등 척추 외상(3194억원·2.4%), 목디스크(3157억원·2.4%) 등이 보험금 지급이 많은 질병으로 분류됐다. 분석 결과 상위 10대 질병으로 전체 지급보험금의 25.7%인 3조3419억원이 지급됐을 정도로 일부 항목에 몰린 것으로 나타났다. 실제로 이를 다시 A-Z코드의 25개 질병군별로 분류해 분석한 결과를 보면 근골격계 질환(M코드)에서 지급된 실손보험금이 3조5532억원으로 가장 많은 27.4%를 차지했다. 외상(S코드)에 대해 지급된 보험금이 1조8360억원(14.1%) 두번째로 많았고, 악성 암(C코드)이 전체의 8.6%인 1조1162억원을 기록했다. 문제는 이같은 질병군이 의료기관의 과잉진료를 불러일으키는 비급여 항목의 비율도 높다는 점이다. 보험개발원이 한 보험사의 2013∼2014년 2년간 실손보험금 지급자료 중 비급여 청구정보가 입력된 자료의 비급여 기록 71만9248개를 분석한 결과에 따르면 근골격계 질환의 전체 청구금액 중 비급여 항목의 비율이 86.9%에 이르렀다. 보험개발원은 실손보험이 청구된 건에 대해 진료비 세부내역을 분석한 결과 비급여 항목에 대한 처리 기준이 의료기관별로 달라 혼란을 키우고 있다고 지적했다. 예를 들어 보건복지부가 고시한 도수치료를 똑같이 시행하더라도 이를 통증도수, 감압도수 등 다른 코드를 사용해 청구하다 보니 서로 비교하기 어렵다는 것이다. 보험개발원은 "매년 급등하는 실손보험료를 안정화하려면 늘어나는 비급여 진료에 대한 실태 조사와 함께 시장 자율에 맡겨져 있는 비급여 의료비에 대한 관리와 표준화 작업이 필요한 상황"이라고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-17.txt

제목: [기고] 함께 죽음을 이야기하고 준비하자  
날짜: 20161116  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161116124029001  
본문: "이 세상에 죽음만큼 확실한 건 없다. 그런데 사람들은 겨우살이를 준비하면서도 죽음은 준비하지 않는다." 러시아의 대문호 레프 톨스토이의 말이다. 우리는 죽음에 대한 이야기를 하는 것을 꺼린다. 그러나 죽음은 피하려 해도 피할 수 있는 게 아니다. 때문에 살아 있는 동안 어떻게 삶을 마무리하고 죽음을 맞이할지 고민하고 준비해야 한다. 호스피스·완화의료는 이 같은 인식에서 시작됐다. 세계보건기구는 완화의료를 '생명을 위협하는 질병을 가진 환자와 가족의 신체적 심리사회적 영적인 문제를 조기에 알아내고 적절히 평가·치료함으로써 삶을 질의 높이는 접근'이라고 정의한다. 실제 의료현장에서는 마약성 진통제 등을 사용하여 적극적으로 증상을 조절하고 이를 바탕으로 환자가 스스로 일상생활을 유지하면서 소중한 사람들과 함께 생의 마지막을 준비할 수 있게 돕는 활동이다. 생의 마지막을 의미있게 보내기 우리나라의 호스피스·완화의료는 1965년 '마리아의 작은 자매회' 소속 수녀님들이 설립한 강릉 갈바리의원에서 시작됐다. 50여년이 지나 우리나라 호스피스·완화의료는 제도적으로 정착해가고 있다. 2011년 '암관리법'을 개정해 말기암환자에 대한 호스피스·완화의료의 법적 근거를 마련하고 2015년 건강보험 수가를 도입해 안정적인 보상체계를 확보했다. 수가로 보전하기 어려운 심리사회적·영적 지지를 위해 별도의 국고보조금도 지원하고 있다. 그 결과 2003년 5개 기관 대상 시범사업으로 시작한 호스피스·완화의료는 2016년 현재 전국 91개 기관 총 1477개 병상으로 확대됐다. 이용률도 조금씩 높아져 암사망자 중 호스피스·완화의료 서비스를 이용하는 비율이 2008년 7.3%에서 2015년 15.0%로 2배 이상 증가했다. 영국의 이코노미스트 연구소(EIU)가 조사하는 '임종의 질(quality of death)' 평가에서도 2010년 전세계 40개국 중 32위에서 2015년 80개국 중 18위로 높아졌다. 이와 관련해 2016년 2월 3일 중요한 법률이 공포돼 시행을 앞두고 있다. '호스피스·완화의료 및 임종과정에 있는 환자의 연명의료에 관한 법률'이 그것이다. 이 법에 따라 호스피스·완화의료 제도는 큰 변화를 맞게 됐다. 정부는 제정된 법률에 따른 호스피스·연명의료 제공체계가 원활하게 정착할 수 있도록 전문가 및 관련 기관들과 머리를 맞대고 최선을 다해 준비하고 있다. 먼저 대상 질환이 확대된다. 그동안 말기 암에 한정되어 있던 호스피스·완화의료의 대상이 만성 간경화 등 암이 아닌 질환까지 확대된다. 정부는 대한의학회에 연구용역을 통해 암이 아닌 질환에 대한 말기진단 기준을 마련했으며 질환별 호스피스 진료권고안을 개발 중에 있다. 서비스 유형도 다양화된다. 지금까지는 호스피스 전용병동에서 서비스를 제공하는 '입원형'이 중심이었지만 앞으로는 환자가 원하는 곳에서 호스피스 서비스를 받을 수 있도록 입원형 외에도 '자문형'(일반병동) '가정형'(가정) 등으로 다양화된다. 가정형은 2016년 3월부터 전국 21개 기관을 대상으로 시범사업을 진행하고 있다. 자문형도 조만간 시범사업을 실시할 예정이다. 치료 끝까지 하려는 시도가 걸림돌 양적 확충과 함께 질적 강화도 추진된다. 호스피스 전문기관 평가 전문인력 교육훈련 등 호스피스 제도의 내실화를 위한 노력도 병행 중이다. 이러한 정부의 노력과 더불어 '호스피스·완화의료'에 대한 인식의 전환이 필요하다. 조사에 따르면 '통상적 치료를 끝까지 하려는 환자나 가족의 태도'가 호스피스·완화의료의 정착에 가장 큰 걸림돌이 된다고 답했다. 아직까지 '죽음'을 받아들이고 남은 시간을 준비한다는 개념이 생소하고 두려운 것이다. 그러나 호스피스·완화의료는 치료를 포기하는 것이 아니라 생을 존엄하고 아름답게 만드는 과정의 하나이다. 이제 함께 죽음에 대해 이야기하고 준비하자. 정진엽 보건복지부 장관

언론사: 내일신문-1-18.txt

제목: [기고] 전경련은 최순실게이트 '공범'  
날짜: 20161109  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161109120940707  
본문: 엊그제 한국노총은 전경련 해체를 촉구하는 기자회견을 했다. 대통령 탄핵정국 속에서 현 시기 박근혜 대통령-최순실 게이트의 핵심이 한국사회 재벌임을 선포한 것이다. 노총은 지난 11월 3일 시국선언에서 대통령 퇴진 및 전경련 해체에 이어 "노동개악 검은 거래 전경련은 해체하라, 전경련 해체가 경제 살리기의 시작이다"라고 선언했다. <br/> <br/>전경련은 사실 박근혜 대통령과 최순실에 의한 헌정사상 초유의 국정농단의 핵심 공범이다. 이번 사태에서 재벌들은 박대통령의 사주로 안종범 경제수석의 강요를 받고 3중으로 돈을 뜯긴 피해자 행세를 하고 있지만, 탐욕에 눈먼 재벌들이 오래된 민원 사항을 해결하기 위해 자발적으로 박근혜정권과 검은 뒷거래를 한 것이고, 실제로 그 거래의 대가로 재벌은 실로 많은 것을 얻어 간 것이 사실이다. 거래, 투자, 보험인 셈이다. <br/> <br/>썩은 정권에 돈 대고 노동개악 추진 <br/> <br/>사실 최근 일련의 법개정 등 정책추진 내용을 보면, 과거 역사적으로 형성된 비리-유착-특혜의 악순환이 더욱 진화되고 강화된 형태로 진행되고 있음이 확인된다. <br/> <br/>박근혜정권은 낙하산 인사와 정권의 실정으로 발생한 공공기관 부채의 원인을 노동자의 과다 복지 때문이라 호도했고, 노동자를 쉽게 자를 수 있도록 하는 해고연봉제를 '노동개혁'이라 포장했으며, 청년 일자리 창출이라는 허울 좋은 명분을 갖다 붙여 법을 초월한 '2대 지침'을 밀어붙였고, 필요하면 쓰고, 언제든 자를 수 있는 파견제를 일자리 창출의 도깨비방망이인 양 포장했으며, 사회양극화의 책임을 정규직 노동자에게 전가했다. <br/> <br/>그때마다 그들은 수백억의 기부와 그 대가에 주판알을 튕기고 있었다. 최순실이 실세임을 미리 파악하고 그 일가에 '투자'한 전경련과 재벌은 결코 피해자가 아니라, 공범 또는 배후의 몸통인 것이다. <br/> <br/>박근혜-최순실 게이트에서 재벌과 정권 사이의 뒷거래는 청년희망재단, 미르, K스포츠 모두에서 크게 다르지 않다. 사건의 본질은 '직권남용'이 아니라 '뇌물죄'다. '뇌물죄'는 뇌물수수자 뿐만 아니라 공여자 역시 처벌되는 중대 범죄이다. 전경련이 정권에 돈을 대서 노동자들을 죽이는 노동개악을 추진하고, 사욕만을 추구한 암적 존재이자 사회발전의 걸림돌로 다시 한 번 온 국민 앞에 그 존재를 확인한 셈이다. <br/> <br/>다시 말해 전경련은 마치 일수 수금하는 사채업자처럼 기업들을 들쑤시고 다녔고, 한국을 대표한다는 재벌 대기업은 전전긍긍하면서 줄을 서서 돈을 냈다. 이런 아수라장에서 무슨 기업가정신이 발휘될 것이며, 이런 무법천지에서 무슨 기업지배구조 장치가 작동하겠는가. 코리아 디스카운트이자, 오너 리스크이고 재벌 리스크다. <br/> <br/>'기업하기 좋은 환경' 위해 전경련 해체해야 <br/> <br/>전경련은 1961년 설립돼 한국의 경제개발 과정을 이끈 주역이라고 자평한다. 그럴 수도 있겠지만, 오히려 그렇기 때문에 이제는 존립 근거를 잃었다. 21세기 한국경제는 더 이상 전경련의 과거 역할을 필요로 하지 않는다. <br/> <br/>전경련은 자정능력을 잃었다. 소수 재벌의 기득권이 아닌 전체 기업의 이익을 공정하게 대변하는 단체, 이익단체로서만이 아니라 회원사에 대한 자율규제기구로서의 위상을 정립해야 했다. 정권이 바뀔 때마다 혁신TF를 만들고 외부용역까지 했지만, 모두 실패했다. 이젠 정치권의 요구를 기업들에 강요하는 '양아치'로 전락했다. 회원사들의 무관심 속에 내부 상근자들만의 조직으로 퇴화했다. <br/> <br/>스스로 강변해온 '기업하기 좋은 환경'을 만들기 위해서라도 전경련은 이제 해체해야 한다. 비정규직 등 노동문제 해법은 전경련 임원 또는 재벌 오너를 구속하는 것이 해법이라는 전문가들의 비아냥거림은 더 이상 듣고 싶지 않다. <br/> <br/>이정식 한국노동조합총연맹 사무처장

언론사: 내일신문-1-19.txt

제목: 고교 내신 영어, 암기가 최선 아니다  
날짜: 20161107  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161107165127992  
본문: 2018학년도 대입수학능력시험부터 영어 과목 절대평가가 실시된다. 영어 과목 절대평가로 수능 영어가 상대적으로 쉬워졌다는 입장도 있지만 아직도 어려운 강남 고교의 영어 내신을 감안하면 영어 절대평가가가 도입되는 2018학년도 대입을 목표로 하는 예비 고2 학생들을 비롯해 고교 1학년 학생들은 어떻게 영어공부를 해야 할 지에 대해 궁금하기만 하다. 대치동의 고등영어 전문학원인 강남한국학원의 구천기 원장에게 강남 고교 영어 내신 대비와 수능 영어의 1~2등급을 위한 효율적인 공부 방법에 대해 이야기를 들어봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>시험 대비, <br/><br/><br/>암기보다는 문장의 정확한 분석이 먼저 <br/><br/><br/>강남구 대치동 청실상가 3층에 위치한 강남한국학원의 구천기 원장은 “<span class='quot0'>2018학년도에 수능 영어 절대평가가가 실시되면서 영어를 잘하는 대부분의 강남 학생들은 수능 영어에 대한 대비보다는 사실상 어려운 학교 내신시험 준비에 올인하고 있는 상황입니다</span>”라고 이야기를 시작했다. 특히 대학입시에서 수시의 비중이 커지고 그중에서도 많은 학생들이 관심을 가지고 있는 학생부종합전형에 대비하기 위해서라도 학교의 내신 성적에 신경을 쓸 수밖에 없다고 했다. <br/><br/><br/>구 원장은 영어 내신을 보다 철저히 대비하기 위해서는 영어 내신의 대비 방법이 예전처럼 교과서의 문장을 통째로 외우기만 해서는 절대로 안 된다고 강조했다. 오히려 문장을 정확하게 분석하고 독해하는 이해 중심의 공부가 효율적임을 강조했다. 구 원장은 “영어 내신을 대비할 때 암기를 최소화하려면 문장 내에서 단어와 단어가 왜 그렇게 연결될 수밖에 없는지를 꼼꼼하게 분석하는 공부 방법을 택해야 합니다. 그래야 문장이 변형된 문제가 나오더라도 철저히 대비할 수 있습니다”라고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>학생 스스로 문장의 원리 이해하고 <br/><br/><br/>터득하게 만드는 수업 진행 <br/><br/><br/>구 원장이 영어실력 향상을 위해 가장 강조하는 점이 바로 원리와 이해 중심의 문법 공부다. 원리를 중심으로 영어 문장을 분석하고 활용하는 훈련을 하다보면 내신시험의 객관식 문제는 물론 서술형 대비도 완벽하게 대비할 수 있다고 이야기 했다. 그는 무엇보다도 수능 1등급을 가르는 어려운 문제를 대비하기 위해서는 이해 중심의 공부가 반드시 필요하다고 강조했다. <br/><br/><br/>구 원장은 문법의 이해를 바탕으로 문장을 분석해보는 습관을 키워주기 위해 반드시 수업시간에 학생들이 공부한 내용을 발표하도록 시킨다. 학생들이 발표를 하면 구 원장은 학생들의 이해도를 측정하기 위해 문장구조 원리나 품사의 성질을 질문하곤 한다. 이때 발표하는 학생이 대답을 못하는 경우 다시 한 번 모르는 내용을 설명하고 또 다시 발표를 계속해 나갈 수 있도록 한다. 결국 학생들이 수업시간에 발표를 하면서 이와 같은 반복 과정을 거치다 보면 학생들이 스스로 모르는 내용을 정리하고 문장의 원리도 저절로 터득하게 된다고 조언했다. � <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>온라인 학습 시스템 구축으로 <br/><br/><br/>영어공부 효율성 높여 <br/><br/><br/>구천기 원장은 오프라인 수업을 효율적으로 활용하기 위해서 최근 온라인을 이용한 동영상 프로그램을 시작했다. 소위 ‘강남한국학원동영상 프로그램’을 시작하게 된 동기는 영어 수업에 많은 시간을 내기 힘든 이과 학생들을 위한 배려다. 주1회 수업을 최대한 활용하기 위해서 수업 내용을 동영상 프로그램으로 제작해 시간 날 때마다 틈틈이 듣고 학원에 와서 혼자 공부한 동영상 수업 내용을 테스트하고 완전히 소화할 수 있도록 하고 있다. <br/><br/><br/>구 원장은 모든 동영상 수업이 10분 단위로 녹음이 되어있어 학생들의 집중도를 높일 수 있고 오프라인 수업과 달리 꼭 필요한 내용만을 담고 있어 단기간에 원하는 분량을 완성할 수 있음은 물론 수업의 질 또한 상당히 높고 학원비를 절약하는 효과도 있어 학부모들의 호응이 의외로 높다고 귀띔했다. <br/><br/><br/>구 원장은 마지막으로 이번 겨울방학에는 예비 고3 학생들은 물론 예비 고1~2학생들도 반드시 문법정리를 해둬야 언제든지 내신 대비에 만전을 기할 수 있다고 조언했다. 특히 문법정리가 안되면 문장 독해를 제대로 하기 어렵고, 독해가 힘들면 학교 내신의 서술형 문제를 결코 공략하기 힘들다고 했다. 문법과 독해의 훈련이 잘 된 학생이라면 고난도 문제를 중심으로 문제를 분석하는 훈련을 하고 가능한 한 수준 높은 문학작품을 읽으면서 문장을 분석하는 능력을 기른다면 수능과 내신에서 반드시 원하는 점수를 받을 수 있다고 조언했다. �

언론사: 내일신문-1-20.txt

제목: 한국노총 “박 대통령 퇴진” 시국선언  
날짜: 20161103  
기자: 한남진  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161103174853048  
본문: 최대 노동자 조직인 한국노총이 박근혜 대통령 퇴진투쟁을 선언했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한국노총은 3일 오후 서울 여의도 한국노총회관에서 긴급 중앙집행위원회를 갖고 박 대통령과 최순실씨의 국정농단 사태에 대한 내부 의견을 취합한 뒤 대통령 퇴진을 요구하는 시국선언문을 채택했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한국노총은 시국선언문에서 “<span class='quot0'>현 정권은 헌정사상 초유의 국기 문란으로 사실상 통치불능에 빠졌다</span>”며 “<span class='quot0'>민주주의 가치를 회복하고 백척간두 위기에서 나라를 구하는 첫걸음은 대통령의 즉각 퇴진</span>”이라고 주장했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한국노총은 “<span class='quot0'>거국중립내각을 구성하거나, 청와대 비서 몇 사람 잘라내고 장관 몇 명 교체해서 해결될 문제가 아니다</span>”며 “<span class='quot0'>가장 큰 몸통인 박 대통령을 그 자리에 둔다는 것은 사상 초유의 국정농단 사태를 그냥 덮겠다는 것</span>”이라고 지적했다. 이어 “대한민국 얼굴에 먹칠하고, 온 국민을 부끄럽게 만든 박 대통령은 즉각 퇴진하고 수사에 성실히 임해야 한다”고 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한국노총은 “<span class='quot0'>재벌대기업은 K스포츠재단과 미르재단, 최순실 일가의 개인회사에 막대한 규모의 자금을 기부했고 그 대가로 ‘박근혜표 노동개악’을 얻었다</span>”며 “<span class='quot0'>최순실이 조정한 박근혜 정권에서 노동자는 두둑한 ‘복채’를 상납한 재벌대기업에 받쳐질 ‘제물’이었다</span>”고 지적했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이어 “이 모든 사태는 박 대통령과 최순실, 전경련과 여당의 합작품”이라며 “이 모든 과정에 편승해 사욕만을 추구한 암적 존재이자 사회발전의 걸림돌인 재벌과 전경련은 반드시 해체하고, 경제민주화의 단초를 만들어야 한다”고 주장했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한국노총은 “<span class='quot0'>박근혜-최순실 게이트의 몸통과 하수인들을 모두 도려내고 새로운 정치, 경제체제를 만들어야 한다</span>”며 “<span class='quot0'>한국노총은 박근혜 퇴진으로 2대 지침(저성과자 해고, 불이익 취업규칙 변경 완화)과 노동법 개악으로 대표되는 ‘노동자 죽이기’ 노동정책을 끝장낼 것</span>”이라고 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한국노총은 시국선언에 이어 5일 오후 서울 광화문광장에서 열리는 ‘모이자! 분노하자! 내려와라 박근혜! 2차 범국민행동’ 문화제에 적극적으로 참여하기로 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김동만 위원장은 “<span class='quot1'>5일과 12일 민중총궐기에 서울수도권 조직을 중심으로 참여할 것</span>”이라며 “<span class='quot1'>19일 전국노동자대회까지 투쟁열기를 이어가겠다</span>”고 말했다.

언론사: 내일신문-1-21.txt

제목: 동양생명, 50·60세대 종합건강보험  
날짜: 20161103  
기자: 김상범  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161103120533651  
본문: 동양생명이 50·60 시니어 세대를 겨냥한 종합건강보험 '(무)수호천사시니어보장보험(갱신형)'을 출시했다고 3일 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 재해사망, 수술비(인공관절·백내장·녹내장·시니어특정6대질환), 입원비(질병 및 재해, 중환자실), 재해골절치료비 보장을 비롯해 특약을 통해서 중증치매, 암, 뇌출혈 및 급성심근경색증, 사망까지 보장받을 수 있다. <br/> <br/>'(무)수호천사시니어보장보험(갱신형)'은 노인성 질환보장 중심의 1형(기본형)과 입원비(질병 및 재해, 중환자실) 및 재해골절치료비를 추가로 보장하는 2형(보장플러스형)으로 구성됐다. <br/> <br/>피보험자가 재해로 사망할 경우 3000만원을 지급하며, 100만원의 인공관절(고관절·슬관절) 수술비를 비롯해 녹내장(100만원), 백내장(30만원), 시니어특정6대질환(심장·뇌혈관·신부전·간질환·결핵·특정관절염)(50만원) 등을 보장한다. 30세부터 최고 75세까지 가입할 수 있으며, 갱신을 통해 100세까지 보장받을 수 있다.

언론사: 내일신문-1-22.txt

제목: [심평원 '국민 우려 질환' 설문 결과] 암 >관절염>고혈압>치매 순  
날짜: 20161101  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161101124017905  
본문: 국민이 미래 발생할 것으로 우려하는 질환을 암, 관절염, 고혈압, 치매 순으로 응답한 것으로 조사됐다. <br/> <br/>건강보험심사평가원은 "'자신에게 발생할까 봐 걱정하는 질환'에 대해 4월 1일부터 5월 31일까지 국민 406명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시한 결과, 암(13.6%)이 가장 높았고 뒤 이어 관절염(10.2%), 혈압(10.0%), 치매(9.9%) 순으로 나타났다"고 1일 밝혔다. <br/> <br/>미래에 질병이 발생할까 봐 우려하는 빈도는 가끔한다가 63.1%로 가장 많았다. 안한다(21.9%), 매일 또는 자주한다(15.0%) 순으로 답했다. 미래 걱정 질병의 주요 원인으로는 스트레스(44.3%), 불규칙한 생활습관(34.7%), 가족력(34.7%), 식습관(30.3%), 음주(11.8%) 순인 것으로 나타났다. <br/> <br/>미래에 질환이 발병할 것을 걱정하는 이유는 의료비 부담(36.7%), 생활불편(25.6%), 삶의 질 저하(21.7%), 간병 부탁에 대한 부담감(15.3%) 순이었다. 건강보험 또는 의료급여 외에 민간보험, 개인저축 등을 추가로 준비한다는 답변이 81.5%나 됐다. 미래 걱정 질환 대비에 가장 필요한 것은 건강보험 보장성 강화(68.2%), 개인 여유자금 마련(18.2%), 의료시설 지속 확충(4.9%) 순이다. 미래 걱정 질환 발병 예방법은 건강검진(51.2%), 운동(36.9%), 문화생활 등 스트레스 해소(29.1%) 순인 것으로 조사됐다. <br/> <br/>한편 현재 건강상태에 대해서는 설문조사 참여자의 71.4%가 현재 건강하다고 응답했다. 과거 또는 현재 앓고 있는 질환에 대한 질문에는 없음(62.8%)이 가장 많았고 비만(11.6%), 치과질환(8.9%) 순이었다. 질환 가족력이 있는 사람은 70.0%, 그 중 가족이 앓은 질환으로는 암(38.2%), 혈압(23.2%), 당뇨병(19.5%), 뇌졸중(19.5%), 치매(11.8%) 순으로 나타났다. <br/> <br/>이태선 심평원 의료정보융합실장은 "미래 걱정 질환 예방을 위해서는 스트레스 관리, 규칙적 생활습관, 정기적인 건강검진 등 철저한 자기관리가 중요하다"며 "국가는 의료 패러다임을 치료에서 예방·관리 중심으로 전환을 모색해야 한다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-23.txt

제목: 집중기획  
날짜: 20161101  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161101123953664  
본문: 보건복지부는 지난 8월 저출산 보완대책의 하나로 난임 부부에 대한 지원 정책을 확대한다고 발표했다. 이번 대책은 지난해 12월 발표해 올해부터 시행된 ‘제3차 저출산·고령사회 기본계획(2016~2020)’에도 출생아 수가 감소하자 보완한 후속 조치다. 그동안 소득 기준(월평균 소득 150%, 2인 가구 기준 583만 원 이하)에 따라 지원했던 지원금을 소득과 상관없이 지원하기로 한 것이다. 이와 함께 소득 하위계층의 지원금과 횟수도 늘어났다. 전국 가구 월평균 소득 100%(2인 가구 기준 316만원) 이하까지 체외 수정 지원 횟수를 3회에서 4회로, 지원금도 190만원에서 240만원으로 확대했다. 고령화 사회에 접어든 대한민국이 출산율을 높이기 위해 손발을 걷고 나선 것이다. 개인의 문제를 넘어선 난임, 진단부터 치료 과정에 대해 알아봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>글 싣는 순서 <br/><br/><br/>① 난임, 진단부터 골든타임 <br/><br/><br/>② 의학의 진보, 난임의 극복-체외수정 시술(IVF-ET) 인공수정(IUI) <br/><br/><br/>③ 몸보다 마음이 더 아픈 난임의 고통, 난임 힐링 <br/><br/><br/>④ 난임의 극복, 임신의 감동(case-by-case) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>난임, 진단부터 골든타임이다 <br/><br/><br/>난임은 부부가 피임하지 않고 정기적인 성관계를 한 지 일 년이 지나도 임신을 하지 못하는 경우를 말한다. <br/><br/><br/>임신능력은 남녀 모두 24세경에 최고가 되며, 이후에 5년마다 임신하기 위해서는 2배의 기간이 필요하다. 35세 이후에는 임신 능력이 급격히 떨어진다. 결혼한 지 2년이 지났음에도 임신이 안 됐다면 정확한 검사를 통해 문제점을 파악하는 것이 난임을 극복하는 첫 단계라 할 수 있다. <br/><br/><br/>인구보건복지협회의 조사결과에 따르면 불임부부는 140만 쌍(2009년 기준)이며 7쌍 중 1쌍만이 상담을 위해 난임클리닉을 찾는다. <br/><br/><br/>대전미래여성병원 미래아이 난임클리닉센터 최영배 원장은 “<span class='quot0'>난임부부들은 자신이 난임이라는 사실을 인정하기 어려워한다</span>”며 “<span class='quot0'>또한 사생활에 대한 상담을 전문가와 해야 한다는 점을 매우 꺼리고 이와 같은 상담이 시험관아기시술과 같은 전문적이고 비싼 시술로 이어질 것이란 부담감으로 홀로 속앓이를 하는 경우가 많다</span>”고 전했다. <br/><br/><br/>손쉽게 접할 수 있는 인터넷 정보에 의존하거나 남편에게 있을 불임 요인을 찾지 못한 채 난임 진단 시기를 놓친다는 것이다. <br/><br/><br/>한국 남녀의 결혼 시기는 갈수록 늦어지는 추세이다. 그에 따라 첫 아이를 낳는 산모의 평균 나이도 올라가는 실정이라 그에 맞게 임신과 출산, 난임에 대해 전문가의 도움을 받는 것이 좋다. 특히 여성 나이가 35세 이상이라면 더욱 전문가의 도움이 필요하다. 생리 주기가 일정하고 자궁 내 문제가 없더라도 염색체나 난자, 혹은 수정된 배아의 질이 떨어지기 때문에 수정 불능이나 착상실패, 유산, 기형아 출산의 위험이 증가하기 때문이다. <br/><br/><br/>반대로 막연히 스스로 불임이라 판단했던 부부의 경우에도 문진과 검사를 통해 그에 맞는 간단한 시술로 임신이 가능한 경우도 상당 부분을 차지하기에 난임클리닉 방문은 꼭 필요한 절차다. 유전적인 난임이라 생각했지만 간단한 조영술을 통해 자궁과 난관의 문제를 찾아 힘든 시술 과정 없이 임신이 가능한 경우도 있기 때문이다. 또한 여성이 아닌 남성이 난임의 원인인 경우도 45%에 달하기에 스스로 판단하는 것은 위험하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>홀로 겪는 난임 스트레스, 암 환자와 유사 <br/><br/><br/>최영배 원장은 “난임부부가 갖는 불안감과 스트레스를 이해하고 풀어주는 것이 중요하다. 실례로 그들이 겪는 스트레스 중 가장 큰 비중을 차지하는 것이 ‘시댁 친척의 충고’(37%)와 ‘동서들의 임신 추월’(25.4%)이라는 것을 인지한다면 여성 홀로 겪을 마음의 고통을 주변에서 분담해 주는 것이 좋다”고 조언했다. <br/><br/><br/>난임으로 부부간의 갈등이 발생하는 것은 물론 가까운 가족이나 친척과의 갈등, 임신한 친구나 직장 동료에게 느끼는 감정 등은 스트레스를 유발한다. 이 스트레스는 암 환자, 혹은 중증 심장질환 환자 등이 겪는 정도와 유사하다고 한다. 실제로 체외수정 시술을 중단하는 이유 중 45%가 ‘치료과정의 정신적·육체적 고통이 이유’라고 답했으며 스트레스 요인은 절대다수가 친인척과의 관계를 언급했다. <br/><br/><br/>어떤 질환이든 요인을 파악하는 것이 진료의 시작이다. 원인도 모른 채 민간요법에 의지하며 막연히 임신을 기다린다면 그만큼 가임 기간이 줄어들어 임신 확률도 낮아질 가능성이 크다. <br/><br/><br/>최 원장은 “임상결과를 보면 여성과 남성의 난임 요인은 45%로 같다.(원인불명 10%) 그러나 대부분 난임 치료에 남편이 무관심한 경우가 많다. 이럴 때 클리닉의 전문가 지시가 남편의 행동에 큰 영향을 준다”며 “문제가 없더라도 함께 상담하는 자세는 예비 산모의 심리적 안정에 도움을 주기도 한다. 그 과정에서 여성이 받는 심적 고통 역시 분담할 수 있다”고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>70일 전 생활패턴, 난자와 정자 건강 좌우 <br/><br/><br/>난임 치료의 우선순위는 올바른 생활패턴이다. 여성의 생식능력은 나이에 가장 큰 영향을 받는다. 이달에 배란된 난자와 정자는 약 70일 전부터 몸에서 생성된 것이다. 따라서 인스턴트  식품, 과음과 흡연, 불규칙한 생활패턴은 임신의 방해 요소가 될 수밖에 없다. 임신하기 전부터 아기를 기다리는 마음으로 올바른 생활패턴을 유지하는 것이 부모의 준비 과정이다. <br/><br/><br/>건강한 생활패턴 유지와 클리닉 방문으로 적극적인 난임 치료를 하는 부부를 위해 정부 역시 적극적인 출산 대책을 마련하고 있다. 내년 10월부터 난임 시술비 및 시술 관련 제반 비용(검사·마취·약제 등)에 대한 건강보험이 적용된다. 건강보험과 고용보험 연계를 통한 임신기 근로시간 단축, 정보제공·모니터링 강화, 부당대우 의심 사업장 자동 추출 및 집중근로감독을 실시해 유·사산 위험 낮추기에도 힘을 쏟을 예정이다. <br/><br/><br/>또한 남성의 육아와 가사 참여 확대를 위해 ‘아빠의 달 제도’도 강화한다. 내년 7월 이후 출생하는 두 번째 자녀부터 아빠의 달 휴직급여 상한액을 150만원에서 200만원으로 50만원 늘린다. 이러한 정부의 지원이 난임을 극복하기 위해 클리닉을 찾는 이들에게 경제적·심리적 도움이 될 것이라는 전망이다.

언론사: 내일신문-1-24.txt

제목: 기무사 소령 성매매, 동정할 일인가  
날짜: 20161024  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161024121121654  
본문: 국군기무사령부 소속 현직 소령 A(44)씨의 성매매 알선 의혹에 대해 국군기무사령부가 해명하는 과정에서 불필요한 개인사를 공개하며 감성에 호소하는 듯한 태도를 보여 빈축을 사고 있다. <br/> <br/>조현천 국군기무사령관은 일요일인 23일 국방부 기자실을 찾아 "사령관으로서 참담하고, 죄송하다는 말씀드리기도 민망하다"면서 "상상할 수도 없는 그런 사건이 발생하게 돼 국민에게 죄송하고 사죄의 말씀을 드린다"고 고개를 숙였다. <br/> <br/>조 사령관은 전날 발생한 A씨의 성매매 알선혐의가 언론에 알려진 데 따른 사과를 위해 기자실을 찾았다. <br/> <br/>그러나 기무사는 전날 언론을 통해 이 같은 내용이 알려진 뒤 발송한 해명문자를 통해 "평소 뇌종양 말기 환자인 아내를 간호하며 모범적으로 근무해 온 부대원이 이러한 범죄를 저지른 것에 대해 기무사 전체가 충격과 당혹감을 감추지 못하고 있다"고 밝혔다. <br/> <br/>조 사령관 역시 기자실을 방문한 자리에서 "A 소령은 직무감찰을 통해서도 모범적인 업무태도를 보여왔고, 가족이 뇌종양 말기 암으로 투병중이지만 표정도 밝게 잘 근무하는 장료가 의심을 갖고 잘 지켜보지 못한 불찰이 있었다"고 말했다. <br/> <br/>그러나 일반 사병도 아니고 영관급 장교인데다 국군 100기무사는 국방부에 상주하며 방첩 및 보안 업무를 담당하는 기무사 핵심부대다. A소령의 일탈이 국방부 내에서 근무시간에 일어났을 개연성도 배제할 수 없다는 의미다. 성매수에 현직 군인들이 연루됐을 가능성도 제기된다. <br/> <br/>더구나 성매매도 아니고 여성들을 직접 고용해 성매매를 알선하는 '포주'역할을 한 혐의를 받고 있는 직원인데도 불구하고 '모범적인 업무태도'와 '가족의 암투병' 운운하는 것은 사건의 본질만 흐릴 뿐이라는 지적이다. <br/> <br/>조 사령관은 이에 대해 "지휘책임을 통감한다"면서 "개인의 일탈로 볼 수도 없고, 구조적 문제가 내부적으로 없는지 살펴서 대책을 수립해 신뢰받는 기관으로 거듭나는 계기를 만들 것"이라고 말했다. <br/> <br/>한편 서대문 경찰서에 따르면 A소령은 성매매를 알선하는 O사이트에 광고를 올린 뒤 성매수 남성이 채팅방에 들어오면 조건을 협의한 다음 여성을 소개해 주는 방식으로 영업을 해온 것으로 드러났다. <br/> <br/>경찰은 A씨를 성매매알선등행위의처벌에관한법률 위반 혐의로 입건해 20일 그의 신병과 조사 내용을 국방부 헌병대로 이첩했다.

언론사: 내일신문-1-25.txt

제목: “장애 반려동물들에게 더 나은 삶 주고 싶어요”  
날짜: 20161014  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161014122050138  
본문: 사람과 마찬가지로 동물에게도 교정과 보호를 위한 의료기가 필요하다. ‘Pet’s ONP 펫츠오앤피’는 국내 최초 동물전문 의지(依支) 및 보조기를 만드는 전문 클리닉 업체이다. 여러 가지 이유로 장애를 입은 반려동물들에게 새로운 삶을 선물해주고 있는 ‘Pet's OnP 펫츠오앤피’를 방문해 보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>국내 최초 반려동물 위한 의지·보조기 전문 업체 <br/><br/><br/>사람과 더불어 살며 생을 함께 보낸다는 의미의 반려동물. 이들을 가족처럼 여기는 반려인들이 점점 늘어나고 있다. 서로를 의지하며 즐거움을 주고받지만 오랫동안 함께 살다보니 종종 어려움에 부딪치는 일이 생기기도 한다. 소중한 반려동물들이 나이가 들어 몸이 불편해지거나 사고로 인해 다치는 경우가 그렇다. <br/><br/><br/>‘Pet's OnP 펫츠오앤피’는 동물들의 의지·보조기 및 정형외과 장치를 제작하는 전문 업체다. 2013년 국내 최초라는 타이틀을 달고 시작한 펫츠오앤피는 이렇듯 장애의 아픔을 겪고 있는 반려동물들에게 의지 및 보조기를 적용시켜 재활과 의료적인 치료를 원활하게 할 수 있도록 돕고 있다. <br/><br/><br/>펫츠오앤피의 김정현 대표는 “<span class='quot0'>사고가 나서 다칠 때 보조기구를 떠올리지만 사실 정형 외과적인 질환에 대해서 적용시켜야 하는 경우가 많다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/>“사람과 마찬가지로 반려동물도 나이가 많아지면 보조기의 도움이 필요하지요. 수술 전이나 후, 또는 의료적인 문제로 인해 수술이 어려운 경우에도 보조기를 사용해 보호하고 지지해줌으로써 정상적으로 활동할 수 있게 해줍니다.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>새 삶 살아가는 반려동물 보면서 보람 느껴 <br/><br/><br/>펫츠오앤피는 반려동물의 여러 부위 관절 및 발목과 발의 부상을 지지하고 보호하기 위해 보조기를 제작하며 암이나 외상으로 다리를 잃은 경우 의지(prostheses)를 제작해 다시 걸을 수 있도록 도와주고 있다. <br/><br/><br/>김정현 대표는 펫츠오앤피를 시작하기 전 국내 의수족 대표 기업에서 '의지(依支) 보조기 기사'로 일을 했었다고 한다. 오랫동안 장애동물들을 위한 보조기구를 만드는 데가 한곳도 없다는 사실을 알고 안타까워하던 중 본인이 직접 만들어야겠다고 생각했단다. 김 대표는 “<span class='quot0'>동물들이 장애를 입으면 많은 경우 안락사를 당하게 되는 것을 보면서 마음이 아팠다</span>”며 “<span class='quot0'>꼬리 잘린 돌고래에게 꼬리를 만들어주는 해외의 사례를 보고 신선한 충격을 받았다</span>”고 전했다. <br/><br/><br/>“미국의 유명 반려동물 보조기 클리닉에 1년 가까이  메일을 보내 설득했고 미국으로 가서 전문기술을 배우고 올 수 있었지요.” <br/><br/><br/>이후 펫츠오앤피의 문을 열게 됐고 현재 한 달에 70건 정도의 상담과 예약이 들어오고 있다. <br/><br/><br/>반려동물들의 나이 및 크기, 질병이나 사고의 정도를 파악해 제작이 진행되기 때문에 충분한 상담이 이뤄져야 한단다. 때문에 사전 예약은 필수다. <br/><br/><br/>박재홍씨(41세)는 “올해 18살인 말티즈가 척추 유착으로 걷는 것이 불안해 보여 방문하게 됐다”며 “나이가 많고 종양까지 있어 수술이 어렵다는 말을 들었다. 은비가 보조기를 착용한 후 안정되고 자신감을 갖고 걷는 것 같아 기분이 좋다”고 전했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>전문기술과 인성 함께 갖춰야 가능한 일 <br/><br/><br/>반려동물은 사람처럼 불편한 점을 표현할 수가 없다. 때문에 이들 몸에 착용한 보조기구들이 잘 맞는지는 움직임을 보고 파악한다. 처음에는 어색하고 불안해 잘 움직이지 않던 녀석들이 조금씩 이쪽저쪽 탐색하기 시작하고 한참이 지나면 꼬리를 세운다. 김정현 대표는 “<span class='quot0'>꼬리를 세운다는 것은 자신감이 생겼다는 의미</span>”라고 전했다. 보조기는 100% 수작업으로 만든다. 대략 3~7일이 걸리며 가격은 불편의 상태와 정도에 따라 다르다.  <br/><br/><br/>펫츠오앤피의 김정현 대표를 비롯한 동물재활공학사들은 모두 ‘의지보조기 기사’ 자격증을 갖춘 전문기술자들이다. 김정현 대표는 “보조기 제작은 크기와 몸무게 등에 따라 변수가 많아 매우 섬세한 작업이 필요하다. 동물재활공학사들은 신체를 대신하는 기구를 만들기 때문에 공학 및 해부학적인 지식과 기술을 갖춰야 한다. 또한 동물에 대한 기본적인 소양과 따뜻한 인성을 겸비해야 한다”고 강조했다.   <br/><br/><br/>“장애를 입은 반려동물에게 날개를 달아주는 일이라고 생각합니다. 힘들 때도 많지만 보조기구를 착용하고 다시 뛰어다니는 반려동물들을 보면 행복해져요. 다양한 사연을 가지고 방문한 반려동물들과 가족들이 우리를 통해 다시 웃음과 희망을 찾을 수 있기를 바랍니다.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>고대욱씨(36세) <br/><br/><br/>6살이 된 미니핀 ‘이슬이’를 데리고 제주도에서 올라왔습니다. 교통사고로 하반신이 자동차에 깔려 다리가 불편해졌는데요. 동물병원에서 평생 배변 줄을 하든지 안락사를 시켜야한다고 들었는데 다행히 2~3일후 수술을 할 수 있게 됐지요. 다치기 전과 다치고 난 이후에 성격이 많이 바뀐 것 같아 안타까워요. 다행히 이곳에서 휠체어와 보조기를 맞췄으니 앞으로 잘 적응해서 걸어 다닐 수 있었으면 좋겠습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김유지씨(41세) <br/><br/><br/>우리 집 강아지 ‘복돌이’는 습관성 쓸개골 탈구 증상으로 늘 힘들어했어요. 나을 수 있는 방법을 백방으로 찾아보다가 펫츠오앤피를 알게 됐고 지난 3월부터 보조기를 착용했답니다. 처음에는 반신반의했는데 3개월쯤 지나니까 다리에 근육이 붙으면서 언제 아팠냐는 듯 잘 걸을 수 있게 됐지요. 수술을 하지 않고도 회복될 수 있다는 점이 좋습니다. 최근에는 보조기 없이 가벼운 산책을 나갈 정도로 많이 좋아졌어요.

언론사: 내일신문-1-26.txt

제목: 중환자 많은 국립암센터 5년간 투약사고 725건  
날짜: 20161012  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161012130628959  
본문: '지난 5월에 국립암센터에 입원한 A환자는 항생제인 '타조페란'의 투약시각을 의료진이 착각해 환자가 호흡장애, 호흡곤란 상태에 빠졌고 환자 보호자의 신고로 긴급하게 약물이 처방됐다.' <br/> <br/>'위암 진단을 받고 지난 2월 복강경으로 위절제 수술을 받고 패혈증을 치료 중이던 B환자는 의료진이 실수로 설사약을 투약해 수차례 설사를 반복하기도 했다.' <br/> <br/>국립암센터에서 발생한 투약사고 사례다. 중환자가 많은 국립암센터에서 투약지침이 제대로 지켜지지 않아 안전사고가 끊이지 않는 것으로 나타났다. <br/> <br/>국회 보건복지위원회 김승희 새누리당 의원이 국립암센터로부터 제출받은 국정감사 자료에 따르면, 2011년부터 2015년까지 국립암센터에서 1979건의 안전사고가 발생했다. 낙상사고 1155건과 투약사고 725건이 사고 유형의 대다수로 나타났다. <br/> <br/>투약사고는 2011년 57건, 2012년 70건, 2013년 147건, 2014년 138건, 2015년 227건으로 증가 추세다. <br/> <br/>김승희 의원은 "국립암센터에 입원한 환자 대부분은 다른 의료기관과 달리 중증 암환자가 대다수이고 이들은 수술 전·후를 가릴 것 없이 면역력이 약한 상태라 투약에 각별히 유의해야 하지만 투약사고가 계속 발생하고 있다"며 "국립암센터가 세계 최고의 암센터라는 비전을 설정하고 있음에도 기본적으로 지켜야 하는 환자안전사고 발생 건수가 줄어들지 않고 있다"고 지적했다.

언론사: 내일신문-1-27.txt

제목: ['안전성 미확인' 의약품 조건부허가제 논란 ①] "희귀질환자에 제한해서 적용할 필요"  
날짜: 20161011  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161011123616621  
본문: 임상시험 도중 사망자가 발생한 한미약품 '올리타정' 사건 이후, 정부가 확대하겠다는 '3상(임상시험 3단계) 조건부 의약품허가제'에 대한 재검토 요구가 늘고 있다. <br/> <br/>의약품 판매허가를 받기 위해 거쳐야 하는 3상에서는 대부분 수백 명의 환자를 대상으로 약물의 유효성과 안전성을 최종적으로 검증한다. '3상 조건부 허가제'는 나중에 3상을 진행할 것을 조건으로 우선 판매를 허가하는 제도이다. <br/> <br/> <br/> <br/> <br/> <br/>이 제도는 기존 처방약으로는 효과를 볼 수 없는 환자들에게 치료의 기회를 넓힌다는 이점이 있다. 하지만 안전성이 확인되지 않은 상태이기에 그 사용 위험성을 감수해야 한다는 문제제기가 끊이지 않았다. 더욱이 2010년 이후 조건부 허가된 23개 약에 대한 이상반응(부작용) 보고가 1500건이 넘는 것으로 나타나 안전성 논란은 확산된 전망이다. <br/> <br/>◆부작용 모니터링 철저하게 진행해야 = 국회 보건복지위원회 김상희 더불어민주당 의원(부천 소사)은 "3상 조건부 허가제로 판매되고 있는 약의 부작용 보고건수가 1529건이나 된다"며 "3상 임상시험을 하기에는 환자수 자체가 매우 부족한 희귀질환 치료제 등을 대상으로 극히 제한적으로 운영되어야 한다"고 주장했다. <br/> <br/>김상희 의원과 식품의약품안전처가 확인한 2010년 이후 조건부 허가된 의약품은 34개이다. 이 가운데 2010년 12월 허가된 한국노바티스의 타시그나캡슐150mg이 올해 6월말 기준으로 부작용 보고 수가 가장 많았다.(419건) 그 다음으로 2014년 1월 허가된 한국베링거인겔하임의 지오트립정 40mg이 289건을 기록했다. <br/> <br/>이번에 문제가 불거진 한미약품 올리타정(올해 5월 허가)은 9월말 기준으로 9건의 부작용 건수가 보고됐다. 식약처는 "부작용 반응으로 보고된 건수이지, 부작용으로 확정된 건수는 아니다"고 설명했다. <br/> <br/>이에 대해 김상희 의원은 "3상시험을 거치지 않고 시판하기에 결과적으로 환자들에게 임상시험을 바로 하는 꼴이니, 부작용 모니터링을 보다 철저히 해야 한다"며 "심각한 위해를 보이는부작용이 발생할 경우, 조건부 허가를 취소할 수 있는 규정을 마련해야 한다"고 주장했다. <br/> <br/>◆알츠하이머 등 대체약 있는 질환에도 적용 = 조건부 의약품 허가제에 대한 문제제기는 우려에만 그치는게 아니다. 우리나라보다 훨씬 허가규정이 엄격한 미국FDA의 '쾌속 허가제도'에도 관리부실 개선 주장이 잇따르고 있다. <br/> <br/>미국 의료전문지 메드페이지투데이(MEDPAGETODAY)가 5월 26일 보도한 내용에 따르면, 미국FDA가 쾌속승인 절차에 따라 우선 판매 허가된 25개 암 치료제 중 실제 치료효과 증가가 입증되지 않은 약제가 14개(56%)나 됐다. 효과가 미입증된 약을 환자들은 고가로 구매하는데 이 제도가 큰 역할을 한 셈이다. <br/> <br/>미국FDA의 쾌속승인은 실제 임상시험을 통해 환자의 생존기간이 얼마나 늘어나고 삶의 질이 개선됐는지에 대한 자료를 제출하지 않는다. 대신 '질병이 악화하지 않은 상태에서 생존기간, 악화하기 전까지의 기간, 약물 반응률 등 대리결과변수들을 측정한 결과'를 제출한다. 물론 이 기준을 만들 때 미국FDA는 과학계와 환자단체들과 많은 논의를 거쳤다. 그럼에도 불구하고 약제의 효과성을 제대로 검증하지 않은 탓에 부실한 결과를 낳고 있다. <br/> <br/>우석균 보건의료단체연합회 정책위원장은 "미국의 쾌속승인제는 에이즈나 희귀암질환 등 대체약이 없는 질환군에 대해 적용하는 나름 허가조건들이 있었다. 하지만 최근 식약처의 '2상 임상으로만 허가 대상을 확대 정책'은 알츠하이머 등 대체약이 있는 질환도 적용대상이다. 미국보다 훨씬 규제가 완화되어 추진돼 국민의 생명을 위태롭게 하고 있다"고 말했다. <br/> <br/>건강사회를 위한 약사회는 최근 성명을 내고 "임상 3상 조건부 허가는 한 가닥 희망을 가지고 위험한 약에 생명을 맡기는 환자들의 처지를 이용해 제약회사의 이윤을 극대화하는 수단"이라며 "환자 돈으로 진행되는 임상3상 조건부 제도를 전면 재검토해야 한다"라고 주장했다. <br/> <br/>■임상시험 = 의약품을 판매하기 위해서는 일반적으로 3단계의 임상시험을 거친다. 1상(임상 1단계)에서는 대부분 소수의 건강한 성인을 대상으로 약물의 체내 흡수, 분포, 대사, 배설 등에 대한 자료를 수집하면서 안전성을 평가한다. 2상(임상 2단계)에서는 적정용량의 범위(최적의 투여량 등)와 용법을 평가한다. 3상(임상 3단계)에서는 대부분 수백 명 이상의 환자를 대상으로 약물의 유효성과 안전성을 최종적으로 검증한다.

언론사: 내일신문-1-28.txt

제목: 2016 가을 도서관 프로그램  
날짜: 20161006  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161006165736819  
본문: 선선한 바람이 가을임을 느끼게 한다. 우리 동네 도서관에서는 가을을 맞아 인문학 강의와 다양한 프로그램을 선보이고 있다. 문화의 향기 가득한 도서관 프로그램을 소개한다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>송파 도서관, ‘동양고전, 사람을 읽다’  <br/><br/><br/> 송파도서관은 ‘동양고전, 사람을 읽다’로 동양 고전의 재해석으로 인문학적 소양을 쌓을 수 있는 프로그램을 마련한다. 9월30일부터 10월31일까지 매주 월요일과 금요일 열리는 이번 강의는 동양 고전과 인간학을 주제로 다양한 삶의 이야기를 공유하는 시간이 될 예정이다. ‘학부모 동화창작교실’은 10월7일부터 11월25일까지 매주 금요일 동화작가가 들려주는 동화쓰기의 원리와 방법을 전달할 예정이다. 그림책을 통해 다문화가정 어린이와 일반 어린이가 서로 배움과 어울림 기회를 가질 수 있는 ‘책안애서(愛書)지구 반바퀴’ 프로그램도 있다. <br/><br/><br/>다문화 가정 및 일반 초등 1~3학년 어린이 25명을 대상으로 세계문화 이야기가 담긴 그림책 읽기와 창의성 발달에 도움이 되는 독후활동이 이어진다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>송파 글마루 도서관, ‘옛살이 체험 역사미술’ <br/><br/><br/>  글마루 도서관은 10월부터 12월까지 운영되는 4분기 정기독서프로그램을 운영한다. 이번 4분기 독서프로그램은 어린이 대상 동시조쓰기 프로그램을 새로 개설해 송파구 관내 재능기부 강사를 섭외, 진행한다. 성인 대상 프로그램은 ‘시니어 대상 스마트폰 활용교실’ 및 ‘사극 속 역사 이야기’를 마련해 드라마를 재탐구 해보는 시간을 갖는다. 초등2~3학년을 대상으로 ‘옛살이 체험 역사미술교실’을 마련, 선사시대부터 조선의 발전까지 미술과 역사공부를 함께 할 수 있는 기회를 제공한다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암사도서관, 가을 밤에 고전을 만나다 <br/><br/><br/> 암사도서관은 서양 철학자 중 가장 중요한 인물로 꼽히는 아리스토텔레스의 ‘니코마코스 윤리학’과 동양 인문고전을 대표하는 공자의 ‘논어’를 통해 행복한 삶과 어떻게 살 것인지 이야기 나누는 시간을 준비한다. 서양고전 ‘니코마코스 윤리학’은 편상범 철학박사의 진행으로 11월22일까지 매주 화요일 오후7시~8시30분까지 이어진다. <br/><br/><br/>동양고전 ‘논어’는 유영희 철학박사의 강의로 11월24일까지 매주 목요일 오후 7시~8시30분까지 암사도서관 지하 해강홀에서 펼쳐진다. 수강료는 무료. <br/><br/><br/> 2016 가을학기 문화강좌도 ‘엄마랑 아가랑 강좌’, ‘유아 강좌’ ,‘어린이 강좌’, ‘일반 강좌’로 나뉘어 진행한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>성내도서관, ‘공간을 통해 세상을 본다’ <br/><br/><br/>성내도서관은 ‘공간을 통해 세상을 본다’는 주제로 다양한 프로그램을 운영한다. ‘종합자료실 테마도서전’은 read me:헌집 줄게 새 집 다오 라는 프로그램명으로 종합자료실 이용자들을 대상으로 10월1일~31일까지 열린다. 최근 셀프인테리어 열풍과 함께 적은 비용으로 효율적으로 집을 꾸미고자 하는 사람들에게 셀프인테리어 하는 방법과 제품 등을 살펴볼 수 있는 도서를 선정해 목록과 함께 제공한다. ‘계단 갤러리’는 art steps:미래의 건축 100 사진 전시로 생생한 사진과 위트 넘치는 글로 전 세계 100여 곳의 건축 사례를 보여준다. ‘우리의 공간’은 우리마을 역사 탐험대:암사동 선사 유적지로 초등학생을 대상으로 10월5일 21회를 맞는 강동선사문화축제를 기념하는 향토 문화 강좌이다. 움집을 직접 만들어보는 시간을 갖고 축제 기간 동안 어린이자료실에서는 선사시대 관련 도서를 전시한다.   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>광진정보도서관, ‘지젝에게 배우는 문화 콘텐츠’ <br/><br/><br/> 광진정보도서관은 가을을 맞아 ‘인문 독서 아카데미’를 운영한다. 다양한 주제의 인문학 강의를 통해 현대 철학을 이해할 수 있는 기회를 제공하기 위해 마련된 이 시간은 김성우 철학박사의 강의로 10월21일까지 매주 금요일 오전 10시~12시까지 이루어진다. 강의 주제는 ‘지젝에게 배우는 문화 콘텐츠’로 히치콕 영화로 본 아버지의 이름과 부정을 감내하기, 영화 ‘매트릭스’로 본 종교적 근본주의와 테러리즘, 바그너의 오페라로 본 위험과 근원등의 내용을 광진정보관 영화음악감상실에서 진행한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>강동도서관, ‘이권우의 책읽기와 세상읽기’ <br/><br/><br/> 강동도서관은 10월5일~19일까지 매주 수요일 음향영상실에서 ‘인문독서 아카데미’ 이권우의 책읽기와 세상읽기를 진행한다. 지역주민을 대상으로 책읽기를 통한 우리 사회 바라보기의 내용을 담고 있다. 10월8일~29일까지 매주 토요일에는 한국구전작품을 읽고 토론 및 독후활동이 이어지는 ‘중학생 독서체험교실’ 제2기 해피북데이를 운영한다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>해공도서관, 도서관! 공원으로 나오다. <br/><br/><br/> 해공도서관은 날씨 좋은 가을을 맞아 도서관의 책을 인근 천호공원으로 가지고 나가 공원에서 누구나 책을 볼 수 있도록 하는 ‘도서관! 공원으로 나오다’ 프로그램을 연다.10월10일 월요일 오전10시~12시까지이며 이날 동화구연과 독후활동을 이어갈 계획이다. 10월의 테마도서전은 ‘이탈리아, 문화산책’이며 문화강좌 체험으로 10월29일 엄마와 함께 하는 플로리스트 ‘할로윈 리스’ 만들기가 진행된다. 길위의 인문학은 10월12일 오후7시~9시까지 ‘조선 궁궐 인문학 산책’으로 진행된다. 10월27일 오전10시~오후 6시까지는 독서보조기기 및 시각장애인 문화프로그램 활동이 1층 로비에서 열린다.

언론사: 내일신문-1-29.txt

제목: 한성백제문화제 & 강동선사문화축제  
날짜: 20161006  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161006165735433  
본문: 축제의 달 10월. 곳곳에서 다양한 지역 축제가 열리고 있다 <br/><br/><br/>송파, 강동의 대표축제인 한성백제문화제와 강동선사문화제도 드디어 그 모습을 드러낸다. <br/><br/><br/>역사의 현장을 직접 보고 또 다양한 체험을 하며 즐거운 시간을 보낼 수 있는 우리지역 대표 축제. 그 역사의 시간으로 ‘시간 여행’을 떠나보자. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>▶한성백제! 송파를 빚다, 사람을 담다 <br/><br/><br/>한성백제문화제 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>10월 6일(목)부터 9일(일)까지 나흘간 올림픽 공원 일대에서 ‘2016 한성백제문화제’가 개최된다. <br/><br/><br/>한성백제문화제는 2000년 전 송파에서 도읍했던 한성백제시대의 역사문화를 재현하는 서울지역의 대표적인 축제로 올해 16회째를 맞이한다. 또한 서울시 유일의 3년 연속 문화관광축제로 선정된 축제기도 하다. <br/><br/><br/>이번 한성백제문화제의 주제는 ‘한성백제! 송파를 빚다, 사람을 담다’. 융성했던 한성백제 혼을 채화하는 혼불채화식으로 축제가 시작된다. 한성백제문화제의 대표 프로그램인 한성백제체험마을은 백제초기 가옥인 고상가옥과 초가움집 등에 연기자를 배치해 그 시절의 일상생활상을 엿볼 수 있다. 특히 입구에서 전통의상을 착용하고 이곳을 둘러볼 수 있어 더 특별한 경험을 선사한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 올해 처음으로 선보이는 사루하시교도 기대를 모으고 있다. 서기 600년경 백제기술사 ‘지라호(志羅乎)’에 의해 건설된 인도교를 가장 유사한 형태로 재현, 당시 백제의 세계 최고 교량기술을 감상할 수 있다. 외국인을 대상으로 열리는 죽마 달리기와 백제민속재현 프로그램인 도리깨 놀이 및 송파산대놀이는 남녀노소 누구나 색다른 재미와 문화를 즐길 수 있다. <br/><br/><br/>어린이와 가족이 함께 즐길 수 있는 다양한 프로그램도 마련되어 있다. 한성백제를 주제로 한 전국창작동요제와, 호돌이 열차를 타고 올림픽공원 일대 유적발굴지를 체험할 수 있는 몽촌토성 발굴현장체험이 진행된다. <br/><br/><br/>한편, 한성백제문화제를 상징하는 대규모 퍼레이드, 역사문화거리행렬은 올해 주민들의 참여가 크게 늘어나 더욱 풍성하고 다양한 즐거움을 선사할 것으로 기대된다. 또한 한성백제 갈라퍼레이드는 왕과 왕비의 나들이, 근초고왕 승전행렬, 죄인 압송행렬 3가지 주제로 매일 3회 행사장을 순회하며 색다른 볼거리를 제공한다. <br/><br/><br/> 또한, 축제 기간을 포함 23일까지 올림픽공원 우리금융아트홀에서 한성백제창작뮤지컬 ‘기억전달자’가 공연된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>일자별 주요 프로그램 <br/><br/><br/>10월 6일 <br/><br/><br/>혼불채화식, 동명제, 한성백제 성곽돌기 <br/><br/><br/>10월 7일 <br/><br/><br/>한성백제 어울마당, 한성백제 창작뮤지컬 ‘기억전달자’ 공연 <br/><br/><br/>10월 8일 <br/><br/><br/>도전! 한성백제박사, 전국청소년예능동아리경연대회, 한성백제 민속(도리깨놀이)재현, 한성백제 전국창작동요제 <br/><br/><br/>10월 9일 <br/><br/><br/>역사문화거리행렬, 폐막공연, 불꽃놀이 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>▶6000년 전으로 떠나는 시간여행 <br/><br/><br/>강동선사문화제 <br/><br/><br/>암사동 유적 일대에서 10월 7일부터 9일까지 열리는 강동선사문화제는 선사시대를 테마로 하는 축제로 올해로 21주년을 맞았다. 2014년과 2015년 세계축제협회(IFEA)) 주관 Pinnacle Awards 세계대회를 연속 수상할 만큼 뚜렷한 역사성과 정체성을 가진 독창적인 축제로 손꼽힌다. <br/><br/><br/> 이번 축제 주제는 ‘사람(Person)’이다. 공동체를 이루며 서로 돕고 살았던 선사 조상들의??돌봄’유전자를 물려받아 따뜻한 심성을 지닌??강동인(人)’에 대한 이야기를 담았으며, 축제 콘셉트는 ‘사람을 품었던 시대’다. 인류 역사상 가장 평화로웠던 시대인 신석기 시대처럼 서로를 돌보며 따뜻한 공동체를 이루자는 콘셉트가 축제 전체를 아우른다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>올해 축제에서는 암사동 유적 최초로 경내 야간개방이 이루어지며, 경내로 이어지는 길을 소망등 터널이 환하게 밝혀 가을밤의 정취를 더한다. 축제의 하이라이트이자 백미인 원시 대탐험 거리퍼레이드, 올해는 ‘태고의 소리를 찾아서’란 주제로 진행된다. <br/><br/><br/> 41년 만에 재개된 암사동 유적 유물 추가발굴을 통해 발견된 유물을 전시하는 ‘암사동 유적 발굴유물 특별전’, 빗살무늬 토기의 제작과정을 엿볼 수 있는 ‘빗살무늬토기 노천소성(露天燒成)’은 암사동 유적만의 정체성을 한껏 드러내는 프로그램이다. 또한, ‘원시인 퍼포먼스’와 신석기 유적에서 발굴된 탄화된 도토리를 모티브로 하여 개발한 ‘신석기 먹거리 체험’도 이목을 끈다. ‘신석기 고고학 체험스쿨’도 자녀를 둔 가족단위 관람객들의 필수코스로 인기가 높다. 움집 ? 빗살무늬토기 만들기, 원시 불피우기, 어로체험 등을 경험해볼 수 있다. <br/><br/><br/>한편, 10월 7일 한국 프레스센터에서는 ‘암사동 유적 세계유산 등재를 위한 국제학술회의’가 개최된다. 해외 여러 나라의 선사유적 사례를 살펴보고 암사동 유적과의 비교?분석을 통해 암사동 유적만의 고유하면서도 독특한 가치를 조명해 보기 위해 마련된 자리. 국내?외 전문가들이 주제발표와 토론자로 참여하며, 이들은 10월 8일 암사동 유적을 방문하여 유적 현황을 둘러보고 강동선사문화제도 참관할 예정이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>일자별 주요 프로그램 <br/><br/><br/>10월 7일 <br/><br/><br/>설장구 공연, 강동구민 페스티벌, 선사소망등 점등식, 주제공연 ‘사람을 품은 시대’, 이시안·서영은·캔의 축하공연 <br/><br/><br/>10월 8일 <br/><br/><br/>전통민속놀이, 원시 대탐험 거리 퍼레이드(그랜드 스트리트 댄싱 퍼포먼스 등), 대동한마당, 국궁, 영산줄다리기, 선사가족 춤파티 <br/><br/><br/>10월 9일 <br/><br/><br/>달달콘서트, 별별콘서트, 강동락페스티벌, 태권도뮤지컬공연, 이민용·김경호 공연, 불꽃놀이

언론사: 내일신문-1-30.txt

제목: [삼성행복대상에 한상순씨 등 수상] 사회적 편견에 맞선 '미혼모 대모'  
날짜: 20161005  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161005122213778  
본문: 기혼모와 미혼모 구분없이 모두가 행복한 사회를 꿈꾸는 '미혼모의 대모', 한상순(66) 전 애란원 원장이 삼성행복대상 여성선도상 수상자에 선정됐다. <br/> <br/>삼성은 5일 한 전 원장 등 4개 부문 8명이 2016년 삼성행복대상 수상자에 뽑혔다고 밝혔다. 삼성생명공익재단이 주관하고 여성가족부가 공식 후원하는 상이다. <br/> <br/> <br/>올해 수상자는 △여성선도상에 한 전 원장 △여성창조상에 이혜숙(여·68) 이화여대 명예교수 △가족화목상에 박영혜(여·68)씨 △청소년상에 남영화(부산주례여고 1) 류승현(충북예고 2) 박재용(대일외고 1) 손은석(인천남고 3) 형다은(남원여고 3) 학생 등이다. <br/> <br/>삼성은 11월 3일 오후 서초동 삼성금융캠퍼스 비전홀에서 시상식을 열고 각 수상자들에게 5000만원(청소년상 각 500만원)과 상패를 수여한다. 시상식 이후 수상기념 강연회도 연다. <br/> <br/>여성의 권익과 지위향상 사회공익에 기여한 여성에게 수여하는 여성선도상 수상장 한 전 원장은 1990년 애란원 원장을 맡은 이후 미혼모 공동생활가정인 '애란세움터' '애란모자의집'을 설립해 미혼모들이 직접 자녀를 양육할 수 있는 길을 개척했다. 또 미혼 한부모 가족복지상담소인 '나 너 우리 한가족센터'를 열고 미혼모들의 자립과 정착을 지원했다. 미혼모 위탁형 대안학교인 '나래대안학교'를 설립해 10대 미혼모들이 공교육을 받을 수 있는 기반을 마련했다. <br/> <br/>이혜숙 교수는 여성의 과학기술계 참여를 선도한 공로로 여성창조상을 받게 됐다. 이대 수학과 교수로 여성 수학 인재를 배출하고 국내 대수학 분야 기초를 정립하는 데 기여했다. 2001년 우수 여학생 이공계 진학 촉진 프로그램을 처음 만들어 운영했다. 2011년 한국여성과학기술인지원센터를 출범시켜 전문성을 강화했다. <br/> <br/>가족화목상을 받은 박영혜씨는 시어머니와 친정어머니를 함께 모신 효부이자 효녀다. 2001년 남편과 사별 뒤 치매로 거동이 불편한 103세의 시어머니와 87세인 친정어머니를 16년 동안 봉양했다. 6년전 충남 아산에서 제주도로 귀농해 밭을 일구고 소규모 카페를 운영하면서 지역 노인들에게 식사 봉사활동도 거르지 않았다. <br/> <br/>만 24세 이하 효를 실천한 청소년이 받는 청소년상에 5명의 학생이 선정됐다. <br/> <br/>남영화양은 지체장애 아버지에게 삶의 보람과 기쁨을 안겨준 명랑 소녀다. 류승현군은 오랜 지병으로 거동이 불편한 아버지와 중학생인 여동생을 돌보면서 독학으로 음악공부를 하며 충북예고에 입학한 모범 학생이다. 박재용군은 앞이 보이지 않는 아버지와 12년째 암 투병중인 어머니를 챙기며 사교육 한번없이 외고에 입학해 학업에 열중하고 있다. <br/> <br/>손은석군은 생계로 바쁜 부모님 대신 집안일과 뇌전증을 앓고 있는 형을 돌보며 매사에 감사하고 웃음을 잃지 않고 생활하는 학생이다. <br/> <br/>형다은양은 자신과 남동생을 키워 준 할아버지와 할머니를 봉양하면서 가장 역할을 하고 있어 다른 청소년의 귀감이 됐다. <br/> <br/>삼성생명공익재단은 비추미여성대상과 삼성효행상을 계승 발전하기 위해 2013년부터 삼성행복대상을 새로 제정해 운영하고 있다.

언론사: 내일신문-1-31.txt

제목: 적정 농도의 비타민D는 항암효과에 면역력도 높여  
날짜: 20161005  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20161005122147483  
본문: 요즘엔 환경오염으로 인해 예전보다 햇빛 쨍쨍한 날이 많지 않은데다가 햇빛이라도 강한 날엔 혹여 피부가 탈까봐 온 몸을 꽁꽁 싸매고 외출하다 보니 좀처럼 햇빛과 친해질 기회가 없어졌다. 이로 인한 비타민D 부족은 각종 질병을 일으키는 원인 중의 하나로 꼽히는데 수원 아름다운향기유외과 권수범 원장은 “<span class='quot0'>실내 생활이 많아 비타민D가 부족한 현대인들은 비타민D 주사나 보충제로 적정농도를 유지해야 한다</span>”고 강조했다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>햇빛으로 체내에서 생성되는 비타민D, <br/><br/><br/>면역세포에 다량 분포   <br/><br/><br/>하루 종일 사무실에서 근무하는 직장인들은 유방암에도 잘 걸린다는 얘기가 있다. 잘 알고 있듯이 비타민은 우리 몸에서 만들어지지 않지만 비타민D의 경우 햇빛을 받으면 체내에서 생성된다. 권수범 원장은 “비타민D는 유전자에 직접 작용하는 비타민인데 유전자에 작용하려면 수용체가 있어야 한다. 흔히 이런 비타민D 수용체가 뼈에만 있는 것으로 알고 있는데 뼈뿐만이 아니라 식도, 소장, 대장, 심장, 콩팥, 갑상선, 췌장, 면역세포, 유방, 신경조직 등 거의 모든 곳에 존재한다. 특히 암의 저항력을 높여주는 면역세포에 수용체 농도가 높게 분포한다”고 설명했다. 이런 이유 때문에 햇빛을 받아야 하지만 실내에서 머무는 시간이 많은 사무직의 경우 자외선 노출이 거의 없어 비타민D가 부족하고 질병으로 이어지게 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>칼슘 흡수, 당뇨혈당조절제, <br/><br/><br/>유방암 예방 등 비타민D의 놀라운 능력 <br/><br/><br/>유전자에 직접 작용하는 비타민D는 우리 몸 곳곳에서 다양한 역할을 수행한다. 감기에 잘 안 걸리게 하는 것은 기본으로, 여름에 햇빛 많이 받은 사람은 겨울에 감기에 안 걸린다는 속담도 있다. 이밖에도 비타민D가 있어야 칼슘이 장에서 제대로 흡수되고 허리 통증과 같이 지속적인 근골격계 통증이 있는 경우에도 도움이 된다. 부갑상선 호르몬을 억제해 고혈압, 심근경색, 뇌혈관병변 등의 위험도 줄이고 인슐린의 민감성을 증가시켜 당뇨의 혈당조절제로도 많이 활용된다. 염증반응을 줄여서 자가면역 질환의 경과를 좋게 하고 다낭성 난소증후군에서 호르몬을 정상으로 유도하기도 한다. 장세포의 손상을 보호하며 장세포의 결합을 증가시켜 독성물질이 체내로 들어오는 것을 막아주기도 한다. <br/><br/><br/>▷ 유방암 발생과 진행, 예후에 관련 깊은 ‘비타민D’\_ 전립선암, 대장암, 유방암도 예방하는데 최근 우리나라에서 비타민D가 유방암 발생과 진행, 예후에 관련이 있다는 연구도 있었다. 비타민D가 에스트로겐, 즉 여성호르몬의 증식성 역할을 줄여서 항암효과를 낸다는 것이다. 이외에도 종양의 혈관 형성을 막아서 종양의 침윤과 전이를 막고 항암제의 효과도 증가시켰다. 또한 비타민D가 부족한 유방암 환자의 경우 림프종, 대장암, 난소암 등의 다른 2차 암과 골다공증 위험, 우울증도 증가했다. 따라서 유방암 수술 후 항암보조치료를 받는 환자가 적절한 비타민D 농도를 유지하는 것은 생존율 증가를 위한 필수조건이다.    <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>전문의와의 상담 통한 비타민D 주사, <br/><br/><br/>비타민D 복용 필요해 <br/><br/><br/>혈중 농도가 40ng/dl 이상이면 유방암이나 대장암의 경우 30~40% 정도 예방효과가 있다. 이런 비타민D를 적정 농도로 유지하기 위한 가장 기본적인 방법은 피부에 햇빛을 직접 쬐는 것으로 구름이 끼지 않은 맑은 날, 1주일에 3번 정도 오전 11시~오후 2시 사이에 15분 정도면 충분한 양이 만들어진다. <br/><br/><br/>“하지만 여름철 햇빛은 너무 강해 오히려 피부에 해로울 수 있다. 또 겨울철인 11~2월은 햇빛에 비타민D가 만들어지는 파장이 포함되어 있지 않아 햇빛만으로 비타민D를 공급받기엔 한계가 있다”는 권수범 원장은 이런 경우 보충제를 먹거나 주사를 맞는 것도 좋다고 조언했다. 몸 속 비타민D 수치 검사를 통해 필요한 양을 확인하고 이에 맞는 주사나 약 처방이 이뤄지는 만큼 유방암 정기검진과 더불어 전문의와의 정기적인 상담을 통해 비타민D 건강을 지켜가는 것이 중요하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 수원 유방·갑 상선 전문 <br/><br/><br/>아름다운향기유외과 권수범 원장

언론사: 내일신문-1-32.txt

제목: [신간│병의 90%는 걷기만 해도 낫는다] 아플수록 피곤할수록 '걸어라'  
날짜: 20160930  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160930122222700  
본문: 나가오 가즈히로 지음 / 이선정 옮김 / 북라이프 / 1만3500원 <br/>바쁘다는 핑계로, 귀찮다는 이유로 걷지 않고 자동차에 의존하는 사람들이 점점 늘고 있다. 하지만 걷기는 단순한 이동방법이 아니라 세상에서 가장 뛰어난 운동 기구이자 영양제다. 규칙적으로 걸으면 심장마비 위험이 37% 감소하고, 우울증과 고혈압이 치료되며 암에 걸릴 확률이 20-50%까지 크게 줄고, 성인병 예방에도 효과적이다. 걷기만으로 다이어트에 성공하고 생리통이 사라지고 관절 통증이 완화되었다는 이야기도 주변에서 얼마든지 들을 수 있다. <br/> <br/>일본의 가정의학 전문의인 나가오 가즈히로 박사는 '병의 90%는 걷기만 해도 낫는다'라는 파격적인 제목의 이 책에서 '걷기'를 강력 추천한다. 특히 수십 년간 전문의로 진료 활동에 전념해 온 나가오 박사는 '걷기'라는 가장 단순한 운동법이야말로 모든 병을 이겨낼 핵심이라는 사실을 깨닫고 책을 쓰게 됐다. <br/> <br/>걷기의 가장 큰 장점은 누구나 할 수 있다는 것과 돈이 들지 않는다는 점이다. 햇볕을 쬐며 걸으면 행복 호르몬이라는 불리는 세로토닌의 분비가 활발해져 기분이 좋아지고 무기력한 증상이 해소된다. <br/> <br/>저자는 "나이가 들수록, 아플수록, 피곤할수록 걸어라"고 말한다. <br/> <br/>이 책은 모두 4장으로 구성돼 있다. 1장에서는 걷기가 생활습관병, 암, 치매 등 각각의 질병을 어떻게 치료하는지 환자들의 사례에 의학적인 분석을 더한다. 2장에서는 약물을 맹신하는 사회와 제약회사의 이기주의를 지적한다. 3장에서는 일본에서 유행하는 척추 스트레칭 워킹 등을 소개한다. 4장에서는 인생까지 바꿔주는 놀라운 걷기의 힘을 설명한다.

언론사: 내일신문-1-33.txt

제목: 인천시 "재정건전화로 모인 돈 복지에"  
날짜: 20160930  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160930122203795  
본문: 인천시가 내년부터 현행 법·제도로는 지원받기 어려운 복지 사각지대 위기가정을 발굴해 지원하기로 했다. 관련 예산으로 30억원을 세웠다. 다문화가족 자녀들의 발달검사도 지원하기로 했다. 이 사업 예산은 3000만원이다. 노인 일자리를 만드는 데는 135억여원을 쓰기로 했다. <br/> <br/>재정위기로 그나마 있던 복지예산도 줄여온 인천시가 내년부터 '인천형 복지모델'을 추진하겠다고 선언했다. 유정복 인천시장은 29일 직접 나서 민선6기 후반기 인천형 복지모델을 발표했다. 큰 축은 '복지안전벨트 구축'과 '시민중심 복지 실현'이다. <br/> <br/>복지안전벨트는 2014년 발생한 '송파 세 모녀 자살사건' 같은 불행한 일을 막기 위한 사업이다. 현행 제도로는 도움을 받기 어려운 기초수급책정 제외 가구가 대상이다. 1년 이내에 가장의 실직 등 위기상황이 발생한 가정 중 중위소득 85% 이하, 재산 1억7000만원 이하이면 선정대상에 포함된다. 기초수급책정 기준은 중위소득 75% 이하, 재산 1억35050만원 이하다. 인천시는 내년에 이런 조건을 충족하는 3000가구를 발굴해 가구당 100만원씩 지원할 계획이다. <br/> <br/>시민중심 복지 실현이라 태어나서 노년기까지 지속적으로 촘촘하게 돌보겠다는 의미의 사업목표다. 틈새 없는 인천복지, 고용·복지·통합일자리, 생애주기별 돌봄서비스, 공유·나눔·공감 공동체, 건강·안심 복지도시 5개 분야를 설청하고 28개 세부사업을 추진한다. 저소득층 암환자의 검사비와 치료비, 호스피스 본인부담금을 지원해주는 '인천 손은 약손' 사업, 기초생활수급대상에서 벗어날 수 있도록 자활참여자에게 일자리를 제공하는 '희망의잡' 사업 등이 대표적이다. 내년에 약 2만5500여 모든 출산 가정에 축하 바구니를 제공하고, 임신부터 출산 후까지 건강관리를 지원하는 '아이맘 지원사업'도 계획하고 있다. 인천시는 이 밖에도 접경지역인 서해5도에 정신건강 전문인력을 배치해 지역의 사음건강사업을 상설해 추진하고, 장애인 특수차량을 구입해 장애인가족 공감여행 사업도 진행할 계획이다. <br/> <br/>인천시는 인천형 복지모델 사업으로 올해 12만5000명이던 수혜대상이 25만8000명으로 두 배 이상 늘어나고, 예산도 올해에 비해 131억원 증액될 것으로 보고 있다. 유정복 시장은 "그동안 재정건전화를 통해 비축된 힘으로 인천지역에 특화된 차별화된 복지사업을 추진할 것"이라며 "시민들이 필요로 하는 맞춤형 복지서비스를 제공해 복지사각지대를 해소해 나가겠다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-34.txt

제목: 의원·병원 비급여청구 비중 93% 넘어  
날짜: 20160928  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160928121745698  
본문: 낮은 건강보험 보장률(62%)을 높여야 한다는 사회 각계의 요구가 많은 가운데, 의원 병원급 의료기관에서의 비급여 청구 비중이 93%를 넘어서 범정부 차원의 대책이 필요하다는 지적이 나왔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>국회 보건복지위원회 김승희(새누리당·비례) 의원은 한 보험회사로부터 제출받은 '의료기관 비급여 입원 및 외래진료 보험금 청구현황'을 분석한 결과, "실제 실손보험회사에 청구된 의료기관의 실손보험금 청구 내역상 비급여 청구비중이 의원 병원급 의료기관에서는 93~100% 정도로 높게 나타났다"며 "건보 보장률 향상에 실효성 있는 정책 마련이 필요하다"고 최근 국정감사 자료에서 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김승희 의원에 따르면, 입원 진료의 경우 상위 5개 의료기관의 보험금 청구 내역 중 비급여 비율은 의원급 경우 87~99%, 병원의 경우 85~92%, 요양병원은 72~78% 수준으로 높았다. 종합병원은 평균 46~62%, 상급종합병원은 28~31% 수준이었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>외래진료의 경우도 의원급과 요양병원이 99%이상이 비급여가 높게 나타났다. 병원은 95~98%, 종합병원은 71~83%, 상급종합병원은 57~59% 수준으로 나타났다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>정부는 2014~2018년 건강보험 중기보장성 강화계획에 따라, 건강보험 보장률이 2012년 기준 62.5%에서 계획이 완료된 2018년에는 68%대로 진입해 5.5%p 이상 개선될 것이라고 기대하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이에 대해 김승희 의원은 "4대 증중질환 보장률 강화를 위한 집중 정책으로 암 등 4대 중증질환 보장률은 1.6%p 개선되고 있지만, 전체 질환의 건강보험 보장률은 개선 효과가 나타나지 않았다"고 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>보장성 강화를 위해 비급여에 해당되는 부분을 급여영역으로 전환하더라고 의료기관들이 기관 수익을 추가로 보전하기 위해 새로운 비급여 항목을 창출하는 풍선효과로 인해 현재의 보장률 강화정책이 효과를 제대로 거두지 못하고 있다고 김 의원은 진단했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김 의원은 "건강보험의 보장성 강화와 비급여의 풍선효과의 고리를 끊을 수 있는 정책을 범정부 차원에서 마련해야 한다"고 주장했다.

언론사: 내일신문-1-35.txt

제목: 합리적인 보험료로 질병사망 보장  
날짜: 20160923  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160923123528993  
본문: 평소 테니스로 꾸준히 운동을 해온 A씨(42세). 담배도 안 피고 술도 거의 먹지 않아 건강에 자신 있다고 말한다. "제가 병으로 죽는 일은 없을 것 같은데요? 보험 혜택을 받을 확률은 거의 없는 것 같은데 보험료는 꽤 비싼 것 같더라고요…" <br/> <br/>A씨처럼 많은 사람들이 질병으로 인한 죽음이 자신과는 상관없는 일이라고 생각한다. 과연 그럴까? <br/> <br/>통계청의 '2014년 사망원인통계'에선, 전체 사망자 26만7692명의 89%(23만8343명)가 질병사망인 것으로 나타났다. 사망자 10명 중 9명이 질병으로 사망한 것이다. 이중 절반 가까이가 암(76,611명), 2위 심장질환(26,588명), 3위 뇌혈관질환(24,486)으로 세상을 떴다. <br/> <br/>한 대형 보험사에서 10년간(2006년~2015년) 지급한 사망보험금 통계를 보면, 전체 지급 중 질병사망이 77.8%, 상해사망이 13.2%, 기타사망이 9%였다. 하지만 평균 사망보험금은 상해사망이 6796만원인데 반해 질병사망은 2220만원에 불과했다. 질병사망의 위험이 더 큰데도 불구하고 질병사망 보험은 상해사망보다 낮게 가입한다는 뜻이다. <br/> <br/>2015년 가구당 평균부채가 6181만원이고, 여기에 생계를 위한 배우자 창업비용 약 5000만원, 남겨진 자녀 교육비 약 1억2600만원 등을 고려한다면 현재의 질병사망 보험금은 턱없이 부족한 수준이다. <br/> <br/>어느날 갑자기 질병으로 사망해도 남은 가족을 지킬 수 있는 수단은 질병사망 보험금이다. 하지만 문제는 보험료다. 상해사망보다 질병사망의 보험료가 비싼 탓이다. <br/> <br/>그러나 삼성화재 통합보험 '모두모아 건강하게'라면 얘기는 달라진다. 이 상품은 고객 상황에 따라 맞춤 보험설계가 가능하다. 40세 남성 기준으로 질병사망 보험금 1억원을 준비하는데 월 1만7000원 정도면 충분하다. <br/> <br/>'모두모아 건강하게'는 사망, 장해, 진단비, 수술비, 실손의료비 등 건강보험 외에 손해보험 고유의 담보인 운전자, 화재, 배상책임까지 하나의 상품으로 모든 보장이 가능한 통합보험이다.

언론사: 내일신문-1-36.txt

제목: 한화손보 '3대질병 진단·수술·입원비' 보장  
날짜: 20160922  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160922120622915  
본문: 한화손해보험은 기존에 판매하던 '무배당 마이라이프 굿밸런스 보장보험 II'을 개정해 이달부터 시판하고 있다. 개정된 상품은 전가족 완전보장에 기반해 합리적 보험료로 생애주기별 사망보장과 생존보장(3대질병 보장 등)의 보장밸런스를 유지하면서 은퇴 후에 필요한 노후자금을 준비할 수 있도록 했다. <br/> <br/>기존 암·뇌질환·심장질환 등 3대 질병 위험에 대해 최초 진단 보장에서 재진단(2차진단)으로 확대 보장하고, 뇌졸중·급성심근경색증에 대한 수술비와 1일 이상 입원비 담보도 추가해 치료 단계별 보장을 크게 강화했다. <br/> <br/>특히, 뇌질환·심장질환은 뇌혈관질환, 허혈성심장질환 진단비로 가장 넓게 보장해준다. 이 외에도 3대 장애진단비(시각장애, 청각장애, 언어장애)와 크론병진단(희귀난치성 만성염증성 장질환) 담보를 신설해 추가 보장한다. <br/> <br/>개정 상품은 중도환급제도를 통해 은퇴시기인 60세~80세에 노후자금을 마련하는 생애주기별 재테크 설계도 가능하다. 더불어 암(소액암제외) 진단비 무사고환급형 담보를 가입하면 60세-80세(5세 단위, 1회) 중 원하는 시기에 무사고시 가입금액의 50%를 돌려받을 수 있어 노후를 더욱 든든하게 대비 할 수도 있다. <br/> <br/>이 상품의 보험기간은 일반상해사망, 3대진단비, 주요 특약은 110세, 질병사망은 80세까지다. 기본계약 기준 만 15세부터 70세까지 가입할 수 있다. 납입주기는 월납이며 10/15/20/25/30년 납이다.

언론사: 내일신문-1-37.txt

제목: 갑상선암 진단엔 세침세포검사 필수, 전문의의 경험도 중요  
날짜: 20160920  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160921122700477  
본문: 여성암 발병률 1위인 갑상선암은 천천히 자라는 암 중의 하나다. 하지만 그렇다고 해도 암은 암! 특히 갑상선암도 악성종양이기 때문에 전이의 가능성이 있다. 그래서 필요한 검사를 시행하지 않거나 치료시기를 미루게 되면 심각한 결과를 초래할 수 있는데 결국 갑상선암도 조기발견 및 치료가 중요하다. 수원 영통 아름다운향기유외과 권수범 원장과 함께 갑상선암의 올바른 검사와 진단방법을 살펴봤다.    <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>자각증상 없는 갑상선 결절은 <br/><br/><br/>초음파를 통해 발견 <br/><br/><br/>갑상선암은 빈도가 세계적으로 증가하고 있는 추세지만 정확한 원인은 알려져 있지 않다. 대부분의 갑상선암은 외형상의 변화 즉, 종양이 매우 커서 주변 조직을 압박해 음식을 삼킬 때 걸리는 듯한 이물감이 느껴지거나 혹이 만져지는 경우 외에는 자각 증상이 거의 없다. 그러다 보니 초음파 검사에서 우연히 발견되는 경우가 많은데 초음파를 통한 갑상선 결절 발견율은 75%에 달한다.     <br/><br/><br/>“갑상선 결절은 갑상선의 일부가 비정상적으로 커져서 덩어리를 형성한 것으로 갑상선 기능과는 무관하게 혹이 생길 수 있습니다. 갑상선 호르몬 분비에도 별다른 이상이 없는 경우가 많고요. 갑상선 결절은 매우 흔하고 대부분은 양성이지만 이중 5~10% 정도에서 갑상선 암으로 진단되고 있습니다.” 환자 중에는 목디스크 검사를 받다가 우연히 갑상선 결절이 발견된 경우도 있는데 이처럼 갑상선 결절을 진단하는 데는 갑상선 초음파가 가장 중요한 방법으로 활용되고 있다고 권수범 원장은 설명했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>갑상선 초음파 통해 암으로 의심될 경우 <br/><br/><br/>세침세포검사 실시 <br/><br/><br/>갑상선 초음파나 촉진을 통해 갑상선 결절이 발견됐다면 이후엔 결절이 암인지 여부를 구분하는 과정이 필요하다. 갑상선 암은 세침세포검사로 진단을 하게 되는데 최근 갑상선 초음파 검사가 많이 시행되면서 만져지지 않은 결절들이 다수 발견되는 추세다. 그렇다고 해서 모든 결절들에 세포검사가 필요하지는 않다는 것이 권 원장의 설명이다. <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>갑상선 초음파 검사 시행 중에 의심되는 결절의 세침세포검사를 하는 이유는 갑상선 결절이 수술이 필요한 경우인가를 확인하려는 것인데 크기가 1cm 이상의 결절은 세침세포검사를 실시하고 갑상선 기능검사도 함께 시행하는 것이 좋습니다.</span>” <br/><br/><br/>▷여기서 잠깐! 갑상선 세침세포검사는? \_ 주사기로 갑상선 결절에서 세포를 흡인해 뽑아내고 염색해 현미경으로 관찰하는 검사다. 1~2분 이내에 끝나는 간단한 검사로 의사가 초음파 영상을 보면서 주사기를 결절 내에 넣고 세포를 채취한다. 채취한 세포에서 암세포가 나타나면 갑상선 암으로 진단하게 된다. 갑상선 결절의 암 여부를 확인하는 필수검사법이라고 할 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암의 모양 등에 따라 변수 다양한 <br/><br/><br/>갑상선암 진단, 전문의의 판단도 중요해 <br/><br/><br/>하지만 세포검사에서 암세포가 보이지 않는다고 암이 아니라고 100% 확신할 수는 없다. “<span class='quot0'>특히 갑상선암의 일종인 갑상선 여포암인 경우에 갑상선 세침세포검사만으로 양성 종양과 암을 구별 못하는 경우도 종종 있다</span>”고 권 원장은 들려줬다. 어떤 경우에는 세침세포검사를 수개월 후 반복하거나 추적검사를 해야 한다. <br/><br/><br/>“우연히 다른 검사를 하다가 갑상선 결절이 발견된 경우에는 검사방법에 따라 세침세포검사 실시 여부가 달라지기도 합니다. 예를 들어 PET-CT에서 갑상선 결절이 발견됐다면 약 39% 정도에서 갑상선암일 수가 있기 때문에 세침세포검사를 해야 하고 CT, MRI에서 발견된 결절은 초음파로 먼저 판단한 후에 세침세포검사가 이뤄지게 됩니다.” 이밖에도 초음파 상에서 결절이 1cm 이하라고 해도 악성 결절이 의심되는 경우가 있는데 이럴 땐 세침세포검사를 실시하게 된다. 결국 세침세포검사의 실시 여부는 경험 많은 갑상선 전문의의 판단이 중요하다고 할 수 있다. 권 원장은 “<span class='quot1'>신뢰할 수 있는 전문의를 찾는 것이 불필요한 검사를 막고 정확한 진단과 적절한 치료를 받을 수 있는 좋은 방법</span>”이라고 강조했다.

언론사: 내일신문-1-38.txt

제목: COPD, 진폐증 환자를 위한 건강가이드 ⓛ  
날짜: 20160908  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160909132246509  
본문: 우리 주변에는 밤에 제대로 잠을 자지 못하는 사람들을 흔히 찾아볼 수 있다. 사회가 현대화되고 고령화 되면서 특히 만성폐쇄성폐질환(COPD) 등의 질병으로 숙면을 취하지 못하는 인구가 최근 급증하고 있다. 본지에서는 세민수면건강센터의 도움을 받아서 COPD, 폐기종, 천식, 진폐증 등으로 숙면에 어려움을 겪는 분들을 위한 건강가이드를 연재하고자 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한밤에 숨이 차서 자주 잠을 깨신다구요? <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>숙면을 취하기 어렵다면 어떤 클리닉을 찾아야 할까? <br/><br/><br/>현대인에게 있어서 수면은 음식과 운동 다음으로 중요한 건강의 지표가 되고 있다. 그만큼 수면의 중요성이 강조되는데 이는 또한 건강유지에 꼭 필요한 수준의 숙면을 취하지 못하는 사람들이 우리 주변에 의외로 많다는 현실을 반영하는 지적이기도 하다. <br/><br/><br/>밤에 잠을 제대로 이루지 못하는 사람들이 병원을 찾는다면 어떤 과를 찾아야 할까? <br/><br/><br/>만약 분명한 이유와 원인도 없이 불면증에 시달린다면 필경 신경정신과를 찾아야 할 것이다. 심한 코골이나 수면무호흡증 등의 이유로 일상생활에 지장이 초래될 만큼 졸리기만 하다면 이비인후과를 찾아야 하겠다. <br/><br/><br/>그렇다면 가슴이 답답하고 숨을 쉬기가 어려워서 숙면을 취하지 못한다면 어떨까? <br/><br/><br/>이런 환자들의 경우에는 호흡기내과를 찾아야 하는데 여기에서는 폐와 기도 등 주요 호흡기 부분에서 발생하는 질병을 치료한다. <br/><br/><br/>최근에는 아무 때나 졸려서 자기도 모르게 잠을 자는 기면증이라든지 잠을 자는 동안 다리를 마구 차는 하지불안증후군, 수면 중에 함부로 욕을 하고 발길질을 하는 렘수면행동장애 등 수면에 관련된 다양한 질병들이 언론에 소개되고 있으며 이런 환자들을 주로 다루는 전문클리닉들도 속속 생겨나고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>만성폐쇄성폐질환(COPD)을 아십니까? <br/><br/><br/>만성폐쇄성폐질환은 환자가 오랜 기간 담배를 피우거나 유해한 환경에 노출돼 폐에 비정상적인 염증반응이 일어나고 이로 인해서 폐 기능이 저하되고 호흡곤란을 유발하는 대표적 호흡기 질환이다. 폐의 말단 부분이 비이상적으로 부풀어 오르는 폐기종이나 기관지가 붓는 증상이 지속되는 만성 기관지염 등이 여기에 속한다. 석탄광산 등 유해한 작업환경에서 오래 근무한 사람들에게서 발병하는 진폐증도 그 증상과 치료 방법이 유사해서 COPD의 일종으로 분류한다. <br/><br/><br/>흔히 ‘죽을 병’으로 불리는 폐암은 조기에 발견해서 치료하면 완치가 가능하지만 COPD는 일단 발병하면 오랜 기간 심한 호흡곤란에 시달리다가 결국 사망에 이르는 무서운 병이다. 통계청 자료에 의하면 COPD는 2014년 우리나라 10대 사망원인 중에서 암과 심혈관계 질환, 자살, 당뇨병 등에 이어서 여섯 번째를 차지하였다. 세계보건기구(WHO)는 2020년에 이르면 COPD가 전 세계 사망 원인 3위로 상승할 것으로 전망하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>COPD 재가환자들의 삶의 질 향상을 위해서 <br/><br/><br/>COPD는 일단 발병하면 완치가 불가능하기 때문에 발병 초기부터 가급적 병의 진행을 늦추는 선행조치가 중요하다. 따라서 COPD 환자는 무엇보다도 금연을 철저히 시행하여야 한다. 또한 단백질이 풍부한 식사를 하고 체력관리에도 각별한 신경을 써야 한다. 매년 독감 예방접종을 받고 60세 이상 환자라면 매년 폐렴 예방접종을 받는 게 좋다. <br/><br/><br/>병원에 입원하지 않고 가정에 머무는 경증 COPD 환자들은 특히 밤에 숙면을 취하는 데에 어려움을 겪는 경우가 흔하다. 우리나라에서는 아직 낯설지만 서구에서는 최근 이런 환자들을 위해서 바이팹(BiPAP)이라는 특별한 양압기가 보급되고 있다.

언론사: 내일신문-1-39.txt

제목: 유방암 조직검사, 더 이상 미루지 말자!  
날짜: 20160830  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160830130751042  
본문: 30~40대 이상 여성이라면 1년에 한번 정도 유방사진 촬영 등의 정기검진을 받는 것이 좋은데 이 과정에서 암이 의심될 경우엔 조직검사를 실시하게 된다. “<span class='quot0'>하지만 이런 조직검사에 대해 우려를 표하는 환자들도 적지 않고 심한 통증으로 유방사진 촬영 대신 초음파검사만 받을 수는 없는지 문의하는 경우도 적지 않다</span>”는 게 수원 아름다운향기유외과 권수범 원장의 설명이다. 유방암 검진을 둘러싼 다양한 이야기들을 Q&A로 풀어봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>1년마다 정기적으로 유방사진 촬영을 하는데 <br/><br/><br/>왜 암에 걸리나요? <br/><br/><br/>많은 여성들이 병원에서 하라는 대로 정기적으로 유방암 검진을 받는데 왜 암에 걸리느냐는 질문을 많이 하는데 검사만으로 암 발생 자체를 막을 수는 없다. 단지 꾸준한 검진과 관리를 통해 암을 일찍 발견해서 치료하자는데 목적이 있다. <br/><br/><br/>한국유방암학회의 유방암 환자를 대상으로 한 ‘수술 후 5년 생존율 조사결과’에서 보면 0기 99%, 1기 98.2%, 3기 68.2%로 암을 조기 발견했을 경우 완치확률 및 생존율이 높아지는 것으로 나타났다. 또한 유방암 초기일수록 유방 전체를 절개하지 않을 가능성도 높아진다. 그런 만큼 정기적으로 유방암 검진을 받는 것이 중요하다. 이외에도 평소 유방 자가 검진 등을 통해서 이상이 발견됐을 때는 바로 유방 전문의를 찾도록 한다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방사진 촬영 대신 초음파검사만 받을 수는 없나요? <br/><br/><br/>유방 압박으로 인한 심한 통증 때문에 유방사진 촬영을 꺼리고 초음파검사만 받기를 원하는 환자를 종종 만나게 된다. 하지만 조기 유방암의 일부에서는 덩어리가 아닌 미세 석회화로 나타나기도 하는데 이런 형태의 유방암은 유방사진 촬영을 통해서만 보이는 경우가 있다. 그래서 초음파 검사만으로 병변을 발견하고 특성을 판단하기 어려울 수 있다. <br/><br/><br/>반면에 유방사진 촬영에서 정상으로 보였더라도 초음파 검사를 통해 유방암을 발견하기도 한다. 결국 유방사진 촬영이나 초음파 검사 모두 다양한 유방암의 형태를 찾아내는 데 필요한 검진이고 이들 검사를 통해 유방암을 조기 발견할 수 있는 확률도 높아진다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방암 조직검사는 어떤 경우에 어떻게 하는 건가요? <br/><br/><br/>조직검사는 암을 확진하는 최종적인 방법이라고 할 수 있다. 예전엔 수술로 종양을 절제했다면 최근엔 침, 총, 맘모톰 등을 이용해 수술 전에 간단하게 조직을 확보해 진단할 수 있게 됐다. 특히 맘모톰 조직검사는 병변에 바늘을 한번 위치시킨 후 반복적으로 여러 번 원하는 양의 조직을 얻을 수 있다는 점에서 충분한 조직의 확보 및 정확한 진단을 내릴 수 있는 조직검사 방법이다. 특히 병변이 양성인 경우 큰 흉터 없이 병변을 완전히 제거할 수도 있어서 양성 혹은 치료적 목적으로도 사용된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>조직검사를 하면 암이 주변으로 퍼지는 건 아닌가요? <br/><br/><br/>조직검사 시 암을 건드려서 주변으로 암이 퍼진다고 오해를 하는 경우가 있는데 절대 그렇지 않다. 일부 환자에서는 조직검사 후에 통증이 있고 미세한 출혈로 덩어리가 커지는 듯한 느낌이 있다고 말하는 경우도 있지만 이것은 암이 커지는 현상이 아니다. <br/><br/><br/>오히려 이런저런 이유로 조직검사를 주저하고 미루다가 진단이 늦어져 암을 더욱 키우는 결과를 초래할 수 있다는 것이 안타깝다. 유방 전문의를 신뢰하고 증상에 맞는 적절한 검사 및 치료계획을 잘 세워나가면 분명히 좋은 결과를 기대할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-40.txt

제목: 가을엔 인공암벽을 오르세요  
날짜: 20160829  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160829125126415  
본문: 서울 성동구가 가을바람과 함께 응봉산 인공암벽공원을 오를 주민들을 찾는다. 실내에서 진행되는 이론교육부터 야외 실기, 응용동작 교육까지 총 10회 진행된다. 사진 성동구 제공 <br/>서울 성동구가 가을을 맞아 인공암벽등반교실을 운영하기로 하고 다음달 1일부터 수강생을 모집한다. 성동구는 10월 7일부터 28일까지 매주 월요일과 수·금요일에 교육을 진행한다고 29일 밝혔다. <br/> <br/>암벽등반은 인공 지형지물에 몸을 싣고 등반하는 전신운동이라 투자시간에 비해 운동량이 많고 평소 사용하지 않는 근육들을 사용할 수 있는 운동이다. <br/> <br/>성동구는 응봉동 응봉산에 암벽공원을 설치, 1999년부터 주민들 체력증진과 여가활동 확대를 위해 매년 암벽등반교실을 운영하고 있다. 매년 8000명이 넘는 암벽등반 동호인들이 응봉산을 찾을 만큼 인기다. <br/> <br/>올해 등반교실은 총 6차례에 걸쳐 진행되는데 매번 20명 안팎이 참여한다. 여름방학인 8월에는 학생반을 운영했고 가을에는 직장인도 동참할 수 있도록 평일 저녁시간에 강좌를 진행한다. <br/> <br/>이론 강의부터 체험 중심 실기교육과 응용동작 교육까지 체계적으로 진행, 암벽등반에 익숙하지 않은 일반인도 안전한 환경에서 체계적으로 배울 수 있다. 성동구 관계자는 "인공암벽등반은 어린이부터 노인까지 안전하게 즐길 수 있고 체력증진은 물론 집중력 성취감을 키울 수 있는 좋은 운동"이라며 "선선한 가을바람과 함께 응봉산 정취를 느끼며 등반을 즐기기 바란다"고 설명했다. <br/> <br/>문의 02-2286-5672

언론사: 내일신문-1-41.txt

제목: 영화산책, 올레  
날짜: 20160826  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160826173138131  
본문: 영화 <스물>을 볼 때의 느낌이 묘하게 겹쳐지는 영화다. 20대 남자들의 풋풋하지만 찌질해 보이는 행동들이 쉴 새 없이 관객들을 웃겼던 영화 <스물>. 40대 남자 셋이 보이니 이번엔 웃음뿐만 아니라 묘하게 ‘짠내’까지 풍긴다. 13년 동안 좁은 고시원을 떠나보지 못한 남자(박희순), 명퇴 1순위 싱글남(신하균), 암 선고를 받아 직장에 사표를 던진 가장(오만석), 이들이 영화 <올레>의 주인공 3인방이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>희망과 미래를 얘기하기에는 세상을 너무 많이 겪어버린 세 사람. 꼬질꼬질하고, 찌질하고, 애처롭기까지 한 중년의 어느 날, 대학 선배 부친의 부고 소식을 듣고 제주도를 찾는다. 이런 저런 이유로 문상을 미루는 세 사람. 호텔에 빈 방이 없어 찾게 된 게스트하우스에서 풋풋한 청춘들과 마주한 세 사람은 아련한 대학시절의 추억을 떠올린다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이후 부끄러움은 관객의 몫으로 던져버린 듯 즐겁게 제주도를 즐기는 세 사람. 대체 문상은 언제쯤 가려고 그러는지 다양한 에피소드들이 꼬리에 꼬리를 물고 이어진다. 하지만 진상 짓을 벌이는 사이사이 현실의 고민은 예고 없이 울컥 치민다. 사법고시 폐지를 맞은 고시생(박휘순)은 기회가 될 때마다 자살을 꿈꾸고, 여행 도중 해고장을 받은 남자(신하균)은 좀처럼 현실을 받아들이지 못해 울부짓는다. 서울에 두고 온 아들 생각에 마음이 무거워지는 남자(오만석)도 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>연기파 배우 셋이 뭉쳤으니 더 이상 무슨 말이 필요할까. 얼마 전 TV드라마 <실종느와르M>에서 20년 경력의 베테랑 경찰을 연기했던 박희순은 역대급 민폐 캐릭터 수탁을 연기하고, 영화 <빅매치>에서 스포츠 도박사의 광기어린 모습을 보여주었던 신하균은 아침마다 세탁망 안에서 입었던 와이셔츠를 찾아 입는 아주 현실적인 직장인 중필의 모습을 보여준다. 여기에 예능, 드라마, 뮤지컬까지 장르를 가리지 않고 종회무진 열연하는 오만석은 겉은 멀쩡하지만 속은 다 문드러진 방송국 아나운서 은동의 모습을 리얼하게 담아낸다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>일상에 지친 중년의 모습을 가감 없이 담아낸 영화 <올레>. 그래도 영화 속 주인공들은 행복해 보인다. 짧은 여행을 통해 일상으로 돌아갈 에너지도 얻고, 역경을 이겨낼 각오도 다지고, 새 출발에 대한 의지와 인연도 만들었으니 말이다. 도심에 있는 우리는 그저 영화를 보며 대리 힐링 할 수밖에 할 수 없지 않은가.

언론사: 내일신문-1-42.txt

제목: “행복을 유통(流通)하는 영원한 주방 아줌마로 남고 싶어요!”  
날짜: 20160826  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160826123719753  
본문: 정발산 초가집 맞은편 골목 안으로 들어서면 바로 보이는 카페 ‘도어스N테이블’. 그곳은 주인장인 정지영 대표가 20년을 오롯이 아내와 며느리, 엄마라는 이름으로 살면서 오랫동안 꿈꾸었던 공간이다. 3년 전 그 꿈을 현실로 만든 그녀는 최선을 다해 지나온 시간과 앞으로의 꿈이 담긴 그곳에서 ‘행복하기’ 위해 그리고 ‘행복을 주기’ 위해 영원히 밥해주는 아줌마로 남고 싶다고 말한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>주인장의 손길과 정성, 책과 요리 어우러진 공간 <br/><br/><br/>‘도어스N테이블’은 프랑스 가정식 요리를 맛볼 수 있는 북 카페다. 카페 문을 열면 책으로 가득한 한쪽 벽과 정면으로 보이는 밝은 주방, 들어서는 발걸음부터 왠지 편안하고 행복해지는 공간이다. 이곳에서 만나는 책과 음식에는 모두 주인장 정지영 대표의 지나온 시간과 마음이 녹아있다. 모두 그의 손길과 온정이 듬뿍 담긴 것들이다. <br/><br/><br/>20년간을 전업주부로 시부모님과 함께 살면서 살림하고 식구들 돌보느라 하루가 어떻게 지나갔는지도 모르게 쉴 틈 없이 바쁜 생활을 했던 그녀에게 휴식과 위안을 준 것은 바로 책과 커피였다고 한다. 그때 커피 한잔 들고 울고 웃으며 읽었던 수많은 책이 지금 카페의 한쪽 벽면을 차지하고 있다. 음식 또한 그녀의 많은 생각과 정성이 녹아있는데 과거 식구들을 위해 하루 세 번씩 차려냈던 식사, 특히 항암 치료를 받으셨던 시어머님과 아토피로 고생했던 아이를 위해 만들었던 음식은 음식에 대한 그녀의 생각을 바꿔 놓았고 당시 음식을 만들었던 그 마음으로 음식을 만들어 낸다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>따뜻한 프랑스 가정식 요리 선보여 <br/><br/><br/>아이가 중학교 2학년 때부터 ‘내가 좋아하는 내 것’을 해야겠다고 마음먹었는데 그녀가 좋아했던 것이 바로 책과 커피. 그래서 자연스레 떠오른 북 카페를 생각했다. 그 후 서울에 있는 카페 순례는 물론 아이가 대학 입학시험을 치르자마자 뉴욕으로 날아가 40일간 전 세계 사람들이 다 모이는 수많은 브런치 카페와 미술관을 순례하며 여러 가지 생각을 정리했단다. <br/><br/><br/>뉴욕의 브런치 카페들을 둘러보며 느낀 것은 한국 사람들에게는 딱딱하고 차가운 뉴욕 브런치가 아닌 부드럽고 따뜻한 프랑스 가정식 같은 브런치가 어울린다는 것. 처음에는 커피와 음료를 파는 북 카페로 출발했지만, 그 후 커피와 잘 어울리는 따뜻한 프랑스 가정식을 맛볼 수 있는 북 카페로 재탄생했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>   <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>평범한 재료가 특별한 요리로 재탄생 <br/><br/><br/>카페에서 맛볼 수 있는 요리는 생활 속에서 흔히 만나는 달걀과 토마토 같은 보편적인 재료로  새롭게 접근한 프랑스 오믈렛과 토마토 파스타 등으로 평범한 재료에서 새롭고 특별한 요리로 재탄생됐다. 특히 음식에서 가장 중요한 재료의 신선함과 그 본연의 맛을 살리고자 그 계절에 제일 맛있다는 파프리카나 토마토, 가지 등과 같은 계절 채소를 그리고 직접 만든 리코타 치즈와 생 초콜릿, 생강과 레몬, 소금과 과일 청을 사용한다. 특히 이곳만의 특별 메뉴로 인기가 있는 ‘어디에도 없는 요리사 특선 코스’는 전채 요리와 메인 요리 그리고 음료와 디저트로 구성 돼 있고 손님이 원하는 음식 재료와 요구사항을 꼼꼼히 파악해 오직 그를 위한 식단을 짜고 음식을 만든다. 암이나 당뇨가 있는 부모님과의 식사, 관계 회복을 위한 모녀 혹은 친구들 간의 우정을 다지는 식사 등 특별한 이유를 가진 이들이 주로 많이 찾는데 결과가 꽤 만족스러웠단다. 특히 늘 다른 사람에게 음식을 만들어주는 역할만 하는 주부에게 ‘엄마에게도 엄마가 필요하다’라는 생각이 들어 행복하게 즐길 음식과 여유로운 공간을 함께 제공하고자 생각해 낸 이곳만의 특별 메뉴다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>행복 주고 행복할 방법 찾는 공간 되었으면 <br/><br/><br/>지난달 ‘도어스N테이블’의 3주년 파티가 열렸다. 몇몇 지인들과 한 번 발길 후 단골이 돼버린 이들이 모두 모여 맛난 음식을 먹으며 축하하고 마치 친정집에 온 것처럼 편안한 맘으로 즐거운 시간을 보냈단다. 3주년이 될 때까지 아프고 힘든 시간도 많았지만 이렇듯 자리를 잡았고 응원해 주는 손님들도 하나둘씩 늘어났다. 그래서 요즘 그녀는 앞으로 한 걸음 더 내딛으려는 계획과 바람을 가지고 있다. 올해 프랑스에서 열리는 음식 박람회를 시작으로 프랑스 각 지방 소도시들을 방문해 직접 그곳의 가정식을 맛보고 새롭고 좋은 것들을 더 배우고 얻어 ‘도어스N테이블’ 식탁에 올리는 것이 그것이란다. <br/><br/><br/>“이곳 ‘도어스N테이블’이 행복을 주는 곳, 사람들이 서로 행복할 방법을 찾고 공유할 수 있는 공간이 되었으면 좋겠어요. 그럴 수 있도록 계산기를 두드리거나 하지 않으며 고도의 기술적인 것을 쫓거나 그 어떤 것에 연연하지 않고 오로지 ‘행복을 유통하는 영원한 주방 아줌마’로 남고 싶어요.” 

언론사: 내일신문-1-43.txt

제목: 77세 유병자도 간편하게 가입  
날짜: 20160822  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160822125006465  
본문: NH농협생명 22일 77세의 고령 유병자도 3가지 간편심사만 통과하면 가입할 수 있는 '간편가입NH보장보험(갱신형·무배당)'을 출시한다. <br/> <br/>간편심사는 △최근 3개월 내 입원, 수술, 재검사가 필요하다는 의사의 필요소견 △2년 내 입원 및 수술 △5년 내 암으로 진단, 입원, 수술을 받은 적이 없는지에 대한 심사다. <br/> <br/>가입 나이는 40세부터 77세까지다. 암, 뇌졸중 등 중대질병에 대한 위험이 높고, 당뇨나 고혈압 등의 만성 질환이 있는 40대, 50대도 가입 가능토록 범위를 확대했다. 주계약은 재해사망을 보장하며 1종 만기보험금형과 2종 순수보장형 중 선택 가입할 수 있다. 만기보험금형은 10년 만기시마다 50만원을 지급한다.(보험가입금액 1000만원 가입 기준) <br/> <br/>다양한 특약을 통해 3대 질병(암·뇌출혈·급성심근경색증) 진단과 수술, 입원, 질병사망까지 폭넓은 보장도 제공한다. <br/> <br/>보험료는 주계약 만기보험금형에 특약 8종을 모두 가입했을 때 기준으로 40세 남성이 3만1600원, 여성은 2만8700원이며, 60세 기준으로는 남성이 8만6000원, 여성은 5만4300원이다. (최초계약, 비위험직, 보험가입금액 1000만원, 10년 만기, 월납 기준) <br/> <br/>NH농협생명 김기주 상품영업총괄 부사장은 "이번 신상품은 현장에서의 고객니즈와 고령층 고객이 많은 NH농협생명의 강점을 극대화한 상품"이라며, "앞으로도 고령자, 유병자처럼 기존 보험가입에서 소외된 고객들을 위한 상품을 더욱 확대해 나갈 것"이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-44.txt

제목: ‘갑자기 소리가 들리지 않는다면?’ 돌발성난청 의심!  
날짜: 20160818  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160819120614085  
본문: 어느 날 갑자기 소리가 들리지 않는다면 돌발성 난청을 의심해봐야 한다. 노화현상의 일부로 치부되어 온 난청이 최근 젊은 층에서도 발생하면서 ‘돌발성난청’에 대한 관심이 높아지고 있다. 청이한의원 유종철 원장에게 돌발성난청의 증상 및 치료에 대한 궁금증을 풀어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>극심한 피로감, 장기간 지속되면 돌발성난청 주의  <br/><br/><br/>보통 난청 현상은 노화와 함께 나타나며, 청력 감퇴가 서서히 동반될 수 있다.하지만 돌발성난청이란 어느 날 갑자기 순음(純音)청력이 저하되거나 아 청력이 소실되는 무서운 질환이다. 주로 한쪽 귀에서만 나타나는 경우가 많으며 난청과 함께 귀에서 소리가 난다고 느껴지는 이명, 귀가 꽉 찬 느낌, 현기증, 구역질을 동반하기도 한다. <br/><br/><br/>주로 30~50대에서 가장 많이 나타나지만 최근 10대 환자도 꾸준히 증가하는 추세로 유병률은 인구 10만 명 당 10명 정도로 추정된다.연령이나 성별 상 특징은 없지만, 현대인의 스트레스와 연관이 깊을 것으로 추정되고 있다. 다른 원인으로는 바이러스 감염, 혈관이상, 와우막 파열, 종양, 소음 등을 꼽을 수 있다. 특히 극심한 피로감이 장기간 지속된다면 ‘돌발성난청’을 주의해야 할 것으로 보인다. <br/><br/><br/>유 원장은 "일단 돌발성 난청이 발생했다면 즉시 의료기관을 찾아야 한다. 심한 경우 아예 소리를 듣지 못할 수도 있고, 발병 후 최소 6개월 이내에 치료해야 청력의 영구적 손실을 막을 수 있기 때문이다.따라서 돌발성난청은 발병 즉시 치료를 받아야하는 응급질환으로 분류된다."고 위험성을 강조한다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>신체 균형 맞춘 침 치료 등 한의학 치료 추천      <br/><br/><br/>돌발성난청은 사전에 발병위험을 알리는 몇 가지 시그널이 존재한다. 돌발성난청으로 내원한 환자를 대상으로 분석한 결과, 발병 전 41.7%의 환자가 ‘극심한 피로감과 무기력증’을 느낀 것으로 밝혀졌다. 이어 ‘불면증 및 수면장애’는 17.7%, ‘안구피로’ 15.1%, ‘간헐적 이명(귀 울림)’ 14.1%, ‘두통 및 어지럼증’ 11.4%의 순이었다. 환자 대부분이 심신의 피로와 전반적으로 컨디션의 이상을 호소했다.  <br/><br/><br/>한의학에서는 장부와 생체기능의 상태를 살펴 돌발성난청의 발생한 원인을 규명하고 귀의 기능과 신체전반의 건강상태를 함께 개선하는 치료를 시행한다. 주로 침을 이용해 인체 허실균형을 맞추는 ‘보사원리’를 구현하거나 경락순환을 촉진하는 방법을 쓰고 있다. <br/><br/><br/>돌발성 난치의 초기에는 2~4주간 스테로이드 치료를 시행할 때 침 치료를 병행하면 치료효과를 높일 수 있다. 이 때 주의할 점은 스테로이드 약물을 복용할 때엔 한약을 먹는 것은 삼가야 하고, 한약치료는 스테로이드 치료가 끝난 후 고려해 보는 것이 좋다.또한 스테로이드 처방이 곤란한 환자나 치료골든타임을 넘긴 이들에게는 한약치료가 대안이 될 수 있다. 최근엔 양한방 협진으로 암, 뇌졸중, 아토피피부염 등 많은 현대난치성질환을 치료하고 효과를 보인 연구사례가 증가하는 추세이고 돌발성난청도 이러한 협진이 도움이 될 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>돌발성 난청 치료 후 방심은 금물, 평소 생활관리 중요! <br/><br/><br/>돌발성난청은 초기에 집중적인 치료를 하면 예후가 우수한 편이다. 다만 난청 문제를 잘 해결하고서도 후유증 발병위험이 높다는 점에 유의해야 된다.        <br/><br/><br/>최근 돌발성난청 치료환자 300명을 대상으로 후유증 유무조사를 진행한 결과 180여명이 이명 등의 후유증을 호소한 것으로 나타났다. 후유증의 대표적인 유형으로는 이명이 60%(108명), 귀 먹먹함(이폐감) 25%(45명), 어지럼증 15%(27명) 순으로 나타났다.  <br/><br/><br/>따라서 돌발성난청은 물론 후유증을 치료하기 위해서는 우선 안면부와 귀에 몰린 열감을 해결해야 한다고 강조한다. 이와 함께 상열감은 스트레스의 누적, 과로, 만성피로 등에 의해 언제나 재발할 수 있기 때문에 돌발성난청 완치 후에도 지속적인 관리가 필요하다. <br/><br/><br/>유 원장은 “<span class='quot0'>돌발성난청을 치료한 환자 중 과도한 업무스트레스에 노출되거나 불량한 생활습관을 유지하는 이들이 상당수며 임상관찰 결과 이들이 주로 후유증을 호소한다.</span>”며 “<span class='quot0'>심신이 지치지 않도록 휴식의 안배가 반드시 필요하며 평소 규칙적인 운동과 활동을 통해 면역기능을 높이고 상열감이 누적되지 않도록 노력해야 한다.</span>”고 당부했다. <br/><br/><br/>또한 돌발성난청을 예방하기 위해서는 피로와 스트레스가 쌓이지 않도록 평소 충분한 휴식과 수면을 취하고 운동과 영양관리에 힘써야 하며 또 귀밑부분과 귓바퀴 등을 손가락으로 강하게 지압해주는 것도 좋다. 또한 청력과 관련된 혈자리를 자극하면 난청 예방과 청력강화, 이명완화에 도움이 된다.

언론사: 내일신문-1-45.txt

제목: [인터뷰│윤영균 한국산림복지진흥원장] '내 인생 숲과 함께' … 산림복지국가 목표  
날짜: 20160818  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160818121115771  
본문: 나는 숲속에서 태어났다. 어머니가 숲에서 태교를 했고, 숲 속에서 산후조리를 했다. 자라서는 '숲 유치원'을 다녔고, 성인이 되어서는 '숲 스포츠'를 하며 여가를 즐겼다. 나이가 들자 병이 생겼고, 숲속에서 치유를 했다. 하지만 나는 죽어서 수목장에서 다시 숲으로 돌아갔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>사람의 일생이 숲에서 시작하고 숲에서 마감한다면 이런 모습일 것이다. 윤영균(59·사진) 한국산림복지진흥원장은 이를 '생애주기별 산림 복지'라고 불렀다. 현재 가동중인 프로그램은 '숲 유치원'에서 '숲 스포츠'까지다. 임신·출산 관련 프로그램은 구상중이고, 수목장은 일부 운영되고 있다. <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/>7월 출범한 한국산림복지진흥원은 숲을 복지차원으로 풀어내는 산림청 산하 공공기관이다. 숲 유치원은 물론 국립산림치유원, 숲체원, 수목장을 운영하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이중 특히 '숲 유치원' 인기가 높다. 도시숲이 있는 곳에는 속속 '숲 유치원'이 생겨나고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>윤 원장은 "유치원 교사를 대상으로 세미나를 해보면 숲유치원에 대한 관심이 아주 높다는 것을 알 수 있다. 학부모들도 아이들을 숲유치원에 보내는 것을 선호해 문의가 폭주한다"고 말했다. 윤 원장이 설계한 산림복지 정책과 프로그램을 들어봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■이번에 완성한 생애주기별 산림 복지의 흐름을 요약한다면 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>-사람이 태어나서 죽을 때까지 전 생애를 숲과 함께 한다는 의미로 생애주기별 산림 복지라는 이름을 붙였다. 지금은 숲유치원부터 시작되지만, 앞으로는 저출산 문제를 해결하는 임신과 태교, 출산부터 숲에서 시작하는 일을 만들어볼 계획이다. 숲에서 공부하고, 청·장년은 숲에서 운동하고, 노년에는 숲에서 치유하며 다시 숲으로 돌아가는 수목장까지, 하나의 흐름을 가지고 산림 복지를 만들어 가는 것이 산림복지진흥원의 개원 취지다. 이런 흐름에 맞춰 시설들을 하나씩 건립하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■큰 병에 걸린 사람이 숲에서 치료를 하는 일이 자주 소개되면서 산림치유에 대한 관심이 높아졌다. 산림치유 프로그램을 설명한다면 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>-암에 걸린 환자는 의학적 치료가 필요하지만, 마음 치유도 중요하다. 스스로 극복하려는 의지는 주변 환경에 따라 달라진다고 한다. 청정지역에서 전문가들과 치유의 삶을 살 수 있는 곳이 산림치유원이다. 아토피에 걸린 아이들도 숲속에서 치유한 사례들이 많다. 숲은 질병 치료를 돕고 마음을 치유하는데 최적의 환경이다. 9월에 경북 영주에 있는 국립 산림치유원을 개원한다. 1500억원을 들여 만든 숲 치유시설로, 세계적인 곳이 될 것으로 기대하고 있다. 영주 구역은 주치골 지구로 건강증진센터와 수(水)치유센터, 주치음이온치유정원 등이 들어선다. 예천 구역 문필봉 지구에는 맨발치유정원과 이온치유정원, 향기치유정원, 등산치유숲길, 산악스포츠치유숲길 등이 조성된다. 또 단독.연립형 숙박시설이 있어 치유 프로그램과 연계한 장단기 숙박이 가능하다. 건강증진센터에서는 의료지원서비스를 제공할 계획이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■우리나라는 선진국에 비해 산림 인프라가 부족하다고 한다. 현재 어떤 시설이 있고, 보강할 계획은 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>산림복지진흥원은 전국 숲체원 3곳과 치유의 숲, 국립산림치유원 등을 운영하는 곳이다. 숲체원은 숲 프로그램 참가자들이 주로 이용하는 곳으로 인기가 아주 많다. 그래서 대전과 나주에 숲체원 두 곳을 만들 계획이다. 지방자치단체에서 하는 휴양림 등과 연계한 치유의 숲 사업도 늘려나갈 것이다. 앞으로는 학교폭력이나 알콜중독 치료를 담당하는 시설이 확대될 가능성이 있다. 선진국에서는 학교폭력 등 소년범의 자활 기능으로 숲 시설을 이용하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■숲을 즐기려면 방법을 알아야 한다고 하는데, 콘텐츠가 부족하다는 지적도 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>-숲은 찾는 것 자체로도 좋지만, 제대로 알지 못하고 이용하면 효과가 크지 않다. 숲을 알려면 전문가 도움을 받는게 좋다. 산림치유지도사, 숲해설가, 유아숲지도사, 숲길체험지도사로 나뉘어 있는 산림복지전문가를 활용하는 다양한 방안이 있으니, 숲에 가기 전에 홈페이지 등을 통해 이용방법을 알아보면 효율적이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■진흥원 운영 계획과 임기내 목표가 있다면 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>저출산 문제를 해결하는데 힘을 보태고 싶다. 숲은 태교 출산 산후조리의 기능을 가지고 있다. 임기 3년동안 조직을 안정화하고, 일정 정도 수익을 내는 구조를 만들 계획이다. 지자체와 민간이 함께 숲을 잘 가꾸고 이용할 수 있도록 돕는 산림복지기관이 되도록 노력하겠다.

언론사: 내일신문-1-46.txt

제목: 삼성화재, 한방치료비 보장 암보험  
날짜: 20160818  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160818121113529  
본문: 삼성화재는 기존의 암보험 상품을 개정해 한방치료비와 재진단암, 여성특정질환 등의 보장을 추가한 '한방에 유비무癌'을 출시했다고 18일 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 그간 보장하지 않던 한방치료비 담보를 추가해 암·뇌출혈·급성심근경색증으로 진단을 받은 후 한약을 처방받거나 침을 맞을 경우에도 정액으로 보장받을 수 있도록 했다. <br/> <br/>또 최초 암 진단 확정일로부터 2년이 지난 경우 재발하는 암에도 진단비를 지급하는 '재진단암 진단비' 담보도 갖췄다. <br/> <br/>유방·자궁 등 특정부인과 질환에 대한 보장도 강화했다.특정유방질환 수술비뿐 아니라 암으로 인한 유방절제 수술비도 지급한다. 또 자궁근종 등 여성 특정 부인과질환 수술비와 자궁 등에 생긴 암으로 인한 자궁적출수술비도 보장한다. <br/> <br/>아울러 암, 뇌출혈, 급성심근경색증 등 질병으로 인해 장애인 복지법 시행령 및 시행세칙에서 정한 1~3급 장애 판정을 받으면 10년간 매년 생활자금도 지급한다. <br/> <br/>이 상품은 15년마다 재가입을 통해 최대 100세까지 보장하며, 암 진단을 받을 경우 보험료 납입을 면제해준다. <br/> <br/>신소 삼성화재 장기상품개발파트장은 "한방에 유비무癌은 암 관련 보장을 강화해 암 진단 이후의 장애까지 대비할 수 있도록 했다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-47.txt

제목: [기고] 의료비 본인부담 상한제의 혜택  
날짜: 20160817  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160817132841921  
본문: 모두가 건강한 삶을 살기 원하지만, 누구나 예상하지 못한 큰 병에 걸릴 수 있다. 갑작스럽게 건강을 잃은 사람들은 심적 고통과 함께 막대한 의료비 지출에 따른 경제적 부담을 감당해야 한다. 세계보건기구(WHO)는 가계의 가처분 소득의 40%를 초과하는 본인부담 의료비 지출을 '재난'이라고 명명했는데, 본인부담상한제는 이러한 재난적 질병이 야기하는 의료비 부담으로 인해 평범한 일상을 침해받은 사람들을 구제하기 위해 마련된 제도다. <br/> <br/>다시 말하면 건강보험 가입자가 1년간 지불한 의료비(비급여 제외) 중 본인부담총액이 개인별 상한금액을 초과하는 경우 그 초과액을 건강보험공단으로부터 돌려받을 수 있다. 본인부담 상한제는 4대 중증질환(암, 심장질환, 뇌혈관질환, 희귀난치질환) 중심의 질환별 보장성 강화정책 등과 더불어 가입자의 의료비 부담을 완화한다. <br/> <br/>소득이 적을수록 상한금액이 낮고 환급금액 커져 <br/> <br/>공단은 1998년 이후 4차례의 업무개선을 거쳐 2009년 1월부터는 소득분위별 상한액을 초과한 금액 전부를 지급하는 수준별 본인부담상한제를 시행하고 있다. 이 제도는 소득수준에 따른 의료비 부담능력을 고려하기 때문에, 가입자 간 의료비 부담 형평성을 제고하는 효과가 크다. <br/> <br/>가입자가 납부하는 건강보험료에 따라 7개의 소득분위가 결정되고, 소득분위가 낮을수록 즉 소득이 적을수록 상한금액이 낮아져 환급금액이 커진다. 실제로 2015년 본인부담상한제 적용결과를 분석해보면, 의료취약계층인 저소득층 및 65세 이상 고령층에게 주로 본인부담상한제의 혜택이 돌아간 것으로 나타났다. 적용 대상자의 약 50%가 소득분위 하위 30%에 해당했으며, 소득분위 하위 10%에 대한 지급액이 전체 지급액의 17%를 차지했다. 연령별로는 65세 이상이 전체 대상자의 61%, 지급액의 약 69%로 높은 비중을 차지했다. <br/> <br/>저소득층이 보다 많은 혜택을 받기 위해서는 상한액 결정기준인 건강보험료 등급구간을 세분화하고 소득수준별로 본인부담상한액을 달리 설정하는 등의 제도 개선이 필요하다. 실제 2014년 시행된 제도개선으로 등급구간이 3단계에서 7단계로 늘어났고 상한액수도 조정됐다. 저소득층의 상한액은 200만 원에서 120만 원과 150만 원으로 세분화되어 낮아졌고, 고소득층의 상한액은 400만 원에서 500만 원으로 높아졌다. 이에 따라 2014년 소득 1~3분위에 속하는 적용대상자 및 환급액은 21만 4천명과 2995억원으로, 제도개선 전인 2013년도에 비해 각각 11만5천명(117%), 1134억원(61%) 증가했다. 반면 최고소득자인 10분위에 속하는 적용대상자는 전년도에 비해 4천명이 감소했고 환급액도 173억원이 줄었다. 저소득층의 의료비 부담이 더욱 완화되고 고소득층의 혜택은 분산된 것이다. <br/> <br/>건강보험 재정이 민간 보험 간접적 이익으로 귀속되는 문제 <br/> <br/>이처럼 본인부담상한제는 저소득 가입자에게 본인부담금의 일부를 환급하여 건강보험의 보장성을 강화하는 효과가 있지만, 건강보험으로 처리되는 부분에만 적용되기 때문에 비급여 의료비 부담을 완화하지는 못한다. 민간 실손보험회사의 경우 공단이 본인부담상한제에 따라 가입자에게 환급한 의료비만큼 보험금을 덜 지급하게 되는데, 그 결과 보장성 강화에 투입되는 건강보험 재정이 민간 실손보험회사의 간접적 이익으로 귀속되는 문제도 있다. <br/> <br/>공단은 작년 제1회 본인부담상한제 체험수기 공모전을 개최했다. 본인부담상한제 덕분에 갑자기 닥친 재난적 질병에도 희망과 용기를 잃지 않을 수 있었다는 내용의 수기들을 다수 접하며, 제도 운영에 참여하고 있는 사람으로서 큰 감동과 보람을 느꼈다. <br/> <br/>'본인부담상한제 덕분에 친 정어머니의 긴 병에도 효녀 흉내를 낼 수 있었다'는 공모전 최우수상 수상자 조지연 님의 고백처럼, 본인부담상한제가 갑작스러운 질병으로 고통받는 모든 분들에게 큰 힘이 되기를 바란다. <br/> <br/>서일홍 국민건강보험공단 급여관리실장

언론사: 내일신문-1-48.txt

제목: 두산연강재단, 서울대병원에 1억 지원  
날짜: 20160810  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160810121552459  
본문: 두산연강재단(이사장 박용현)은 10일 암 연구 활성화를 위해 써달라며 서울대학교병원에 연구비 1억원을 전달했다고 밝혔다. <br/> <br/>연구비는 서울대병원 장진영 교수의 '원위체절제술에서 자동 봉합기 종류에 따른 췌장루 발생에 관한 다기관 연구' 등 교육인재개발실 이민재 교수, 내과 윤정환 교수 등 세 교수의 암 관련 연구에 지원될 예정이다. 연강재단은 2006년 서울대병원과 암 연구비 지원 관련 협약을 맺고, 매년 1억원씩 지금까지 총 11억원을 지원해 왔다.

언론사: 내일신문-1-49.txt

제목: 만 8세에 초경하고 고환 커지는 성조숙증  
날짜: 20160808  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160809080945330  
본문: 요즘엔 ‘결핍’보다는 ‘과잉’ 때문에 문제가 생기는 시대이다. 건강 역시 마찬가지다. 예전과 달리 먹고 사는 것이 어느 정도 안정권에 접어들자 영양실조보다는 영양과잉으로 인한 비만이 문제로 떠오르고 있고 성인뿐만 아니라 아이들까지 소아비만으로 사회문제로 번지고 있다. 소아비만이 야기하는 문제들 중에는 소아당뇨만큼이나 심각한 것이 요즘 주변에서 흔히 들을 수 있는 성조숙증이다. 오랫동안 성조숙증을 양·한방 협진으로 치료해온 ‘서정한의원’의 박기원 원장을 만나 최근 급격히 대두되고 있는 성조숙증에 대해 알아봤다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>성조숙증은 무엇인가. 일반적으로 나타나는 시기가 아닌 일찍, 그것도 너무 일찍 2차 성징이 나타나는 경우를 말한다. 여자아이는 만 8세 이전에 유방이 발달하거나 초경을 시작하고, 남자아이는 만 9세 이전에 고환이 커지는 경우 성조숙증을 의심해봐야 한다. <br/><br/><br/>오래전부터 성장클리닉과 함께 성조숙증을 치료해와 그동안 쌓인 임상경험이 국내에서 손꼽힐 정도로 많은 박 원장은 “예전에는 성장을 촉진하려는 환자가 90%이고 성조숙증 환자가 10%였다면 지금은 완전히 뒤바뀌었다. 조기 사춘기를 포함한다면 내원하는 환자의 90%가 성조숙증 때문에 찾아온다”라고 말했다. <br/><br/><br/>그나마 여자아이들은 엄마와 친숙한 관계인 경우가 많아 빨리 발견하지만 남자아이들은 엄마나 아이들이나 몸의 변화에 둔감하고 무지해 자칫 시기를 놓치는 경우가 많아 안타깝다고 말했다.  <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>10년 전에 비해 전염병 속도로 느는 성조숙증 <br/><br/><br/>그렇다면 왜 성조숙증이 문제가 되는 것인가. 성조숙증으로 진단되면 정상적인 성장이 어려워 최종적인 키가 낮을 가능성이 높다. 왜냐하면 일찍 성장을 시작했기 때문에 그만큼 먼저 성장이 멈춰 막상 급성장기에 접어들었을 때는 성장판이 닫혀 그 이후에는 제대로 성장이 안 되기 때문이다. 다음으로는 2차 성징이 일찍 나타남으로써 친구들과 다른 자신의 몸 때문에 이질감을 느끼고 친구들 사이에서 놀림감이 돼 정신적인 스트레스가 극심해진다. <br/><br/><br/>그 다음으로는 몸의 밸런스가 무너져 성인병이 발병할 가능성이 높아진다고 한다. 성호르몬에 노출되는 기간이 길어짐으로써 몸의 밸런스가 무너져 스무 살 무렵까지 자라야 하는 심장이나 간, 콩팥 등이 성장을 멈출 가능성이 있다고 한다. 또한, 여자아이의 경우 조기폐경이나 생리불순, 여성 암에도 노출될 가능성이 높단다. <br/><br/><br/>그러면 왜 10년 전만 해도 일반적이지 않던 성조숙증이 느닷없이 전염병처럼 급속도로 번지고 있을까. 실제로 건강보험심사원의 자료에 따르면 2006년 성조숙증 진단을 받은 아이들보다 9년이 지난 2015년 진단을 받은 아이들이 약 12배나 늘었다고 한다. 이제 성조숙증은 비단 남의 아이 얘기만이 아니라 내 아이에게도 찾아올 수 있는 대중적인 질환이 되었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>소아비만의 90% 이상이 성조숙증으로 이어져 <br/><br/><br/>박 원장은 급속도로 늘어난 성조숙증의 가장 큰 원인을 비만으로 보고 있다. 살이 찌면 지방과 에너지 섭취량이 늘어 2차 성징을 앞당기는 호르몬인 렙틴 분비가 증가하고 축적된 지방은 성호르몬의 원료가 된다고 한다. 때문에 소아비만의 90% 이상이 성조숙증으로 이어지는 것이다. 예전에는 살이 찌면 다 키로 간다는 속설이 있었지만 지금은 살 찐 아이들은 성조숙증을 의심해 봐야 한단다. 따라서 성조숙증 치료는 체중을 조절해 주는데 포인트를 두고 있다는 것이 박 원장의 설명이다. <br/><br/><br/>박 원장의 한방치료는 몸에 무리가 되지 않는 선에서 억제가 아닌 조절을 해주기 때문에 다른 어떤 치료보다도 안전하다. 이 처방으로 여자아이들은 초경을 1년 이상 늦춰 성장기간을 그만큼 더 길게 해주고 남자아이의 경우에는 변성기를 늦춰주는 치료를 한다고 말했다. <br/><br/><br/>어느새 대중적인 질환으로까지 커진 성조숙증. “설마 내 아이는 아니겠지”라는 안이한 대처가 내 아이의 미래를 암울하게 만들 수도 있다는 점을 명심하길 바란다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 박기원 원장(서정한의원 원장)

언론사: 내일신문-1-50.txt

제목: 표류하는 부산 기장 '동남권 방사선 의·과학 산단'  
날짜: 20160805  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160805123623205  
본문: 부산 기장군에 조성 중인 방사선 의·과학 산업단지의 핵심 시설들이 연이어 무산되며 장기 표류하고 있다. 사업 주체가 돼야 할 국가기관들이 무성의로 일관하면서 세계 일류 방사선 의·과학 산업의 메카로 육성하겠다던 박근혜정부의 대선공약은 전혀 실천되지 않고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>4일 부산시와 기장군 등에 따르면 148만㎡에 이르는 방사선 의·과학 산단 부지에 들어선 시설은 지난 2010년 개원한 동남권원자력의학원에 불과하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지난 6월 완공된 중입자 가속기 치료센터는 치료시설이 전혀 없는 빈껍데기 시설이다. '꿈의 암 치료기'라는 중입자가속기는 동남권 주민들이 가장 고대하던 시설이다. 하지만 원자력의학원의 무성의한 태도로 기약이 없다. 애초 2015년 가동을 목표로 했던 것은 2017년으로 미뤘고 또 다시 2020년으로 미룬 상태다. 총 사업비 1950억원 중 1200억원에 이르는 국비와 시비 군비는 모두 투입이 완료된 상태인데도 그동안 원자력의학원은 약속한 투자금을 단 한 푼도 모으지 않았다. "법률검토를 하다보니 늦어졌다"는 의학원 측의 무성의한 답변 속에 이대로면 2020년 개원도 힘들다는 시각이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>최근 무산된 원자력해체종합기술연구센터뿐 아니라 방사선의과학기술원과 국립노화연구원 등도 줄줄이 같은 길을 걸어왔다. 정부의 논리는 단순하다. 지자체들간 유치전과 중복투자가 빌미다. 예비타당성조사를 맡은 기재부는 어김없이 부적합 판정을 내리며 사업 무산에 일조했다. 설립 근거를 마련하기 위해 발의된 법안도 마찬가지다. 관련 부처들마다 반대 의견과 난색을 표해 상임위 문턱도 못 넘기고 국회 회기 만료와 함께 결국 모두 자동 폐기됐다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>원자력연구원이 맡은 시설들도 사정은 다르지 않다. 수출용신형연구로는 지난 2011년 기재부의 예타를 통과해 놓고도 지금까지 별다른 진척이 없어 시간만 끈다는 의구심을 사고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>파워반도체 사업은 기업들의 관심이 가장 높은 시설이다. 지금까지 입주를 희망한 27개 업체중 21개가 파워반도체 관련 회사들이다. 하반기에 예타 결과 발표를 앞두고 있지만 그동안 기재부가 예타 심사 대상 사업에서 탈락시켜 왔던 것을 겨우 다시 살린 것이라 결과를 예단하기 힘든 상태다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>상황이 이렇다보니 산단에 입주해야 할 기업들은 분양에 주저하고 있다. 직접 분양은 하나도 없이 양해각서(MOU) 체결에만 그치고 있다. 핵심시설이 들어서지 않으면 입주가 무의미하다는 이유 때문이다. 무산된 시설과 관련된 업종은 MOU 체결마저 모두 포기했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지자체 입장에서는 기형적인 산단이 되는 것 아닌지 속앓이만 하고 있다. 부산시 관계자는 "핵심시설들이 모두 국책사업으로 추진되는 것들이라 지자체는 중앙만 바라볼 수밖에 없는 형편"이라며 "계획대로 산단이 되도록 하기 위해 노력하고 있지만 한계가 있다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-51.txt

제목: [제2차 국가건강검진 계획 확정] 맞춤형 검진결과 스마트폰으로 확인  
날짜: 20160728  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160728141453226  
본문: 2018년부터 국가 건강검진을 받은 사람이 고혈압 당뇨병과 위암 등 5대암 질환의심자로 판정받을 경우, 자신이 원하는 의료기관에서 비용부담없이 확진검사를 지원 받게 된다. 또 스마트폰을 통해 동일 연령대와 비교한 자신의 건강 수준은 물론 미래의 건강상태까지 맞춤형으로 확인할 수 있게 된다. <br/> <br/>보건복지부는 "28일 오전 국가건강검진위원회를 열고 제2차(2016년∼2020년) 국가건강검진 종합계획을 확정했다"고 밝혔다. <br/> <br/>확정된 종합계획에 따르면 수검자는 자신의 수면·영양 상태 운동기록 등을 입력해 건강 실천도를 점검하고 개선할 수 있도록 양방향 서비스도 시행한다. 생애 전환기 건강검진 대상 연령(40세, 66세)에게만 제공하던 의사와의 건강상담도 40세 이후 10년마다 받는다. <br/> <br/>5대암의 경우 현재 확진 검사비를 지원하는 위암과 대장암을 포함해 간암, 유방암, 자궁경부암으로 비용 지원을 확대한다. 장애인 건강검진프로그램도 단계적으로 도입한다. <br/> <br/>내년부터 영유아 검진 결과 필요하다고 판단되는 정밀검사를 이용하지 않는 가구 등을 파악해 사후관리를 하고 읍·면·동 복지지원체계 등과 연계해 치료비 등을 지원할 계획이다. <br/> <br/>한편 복지부는 확진검사와 치료 연계는 현재 시범사업 중인 '일차의료시범사업' '만성질환 관리수가 시범사업' 등을 확대할 계획이다. 건강위험군에 대해서는 생애주기별 건강관리가 이뤄질 수 있도록 의료기관 보건소 중심의 생활밀착형 지역사회 건강관리서비스 모형도 연말까지 개발한다. 또 비의료기관에서 건강관리서비스를 제공할 수 있도록 건강관리서비스 가이드라인 마련할 계획이다. <br/> <br/>복지부는 "약 3억 건에 이르는 건보공단의 건강검진 빅데이터를 이용해 정보통신기술(ICT) 기반 건강관리를 활성화하겠다"며 "정보 관리 안전성에도 문제가 없도록 준비하겠다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-52.txt

제목: [기고] 암환자 통합의료 새로운 지평을 연다  
날짜: 20160727  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160727123201980  
본문: 대부분 암환자들의 주된 관심은 암으로 인한 암성통증을 줄이는 것과 고통스러운 항암치료를 고통스럽지 않게 받는 것이다. 하지만 제약산업이 발전하는 속도에 비하여 암환자들의 통증이나 고통을 받는 부분은 오랜 시간동안 크게 변화한 것이 없다고 볼 수 있다. <br/> <br/>대학병원이나 3차 의료기관에서는 암수술이 마무리되면 재원기간을 관리하기 위해 어느 정도의 시간이 지나면 다른 병원으로 전원을 권유하거나 퇴원을 하도록 된다. 암 환자는 체력과 면역력이 저하된 경우가 많은데 이런 치료나 관리를 위해 갈 수 있는 곳이 많지 않다. 또한 시기적으로 암수술 후 항암치료 또는 방사선치료를 받으면서 침, 뜸, 부황과 같은 한방치료를 같이 받고 싶은 경우 더욱더 병원의 선택은 좁아질 수밖에 없다. <br/> <br/>GIA의 보고서에 따르면 세계보완대체 의학시장은 2020년 1542억7400만 달러로 추정된다. 또한 보완대체의학의 이용률은 미국 42%, 유럽 40%, 일본 49%이며 한국은 한방 이용률을 포함하여 69%에 달하고 있다. 이와 같이 전통의학을 비롯한 보완대체의학시장은 지속적으로 성장하고 있다. 즉, 환자들의 보완대체의학에 대한 요구가 점차 증가하고 있다. <br/> <br/>국내에서는 대구광역시에 위치하고 있는 통합의료진흥원 전인병원이 이러한 암 환자들의 요구를 받아 지난해 개원했다. <br/> <br/>전인병원에서 제공하는 통합의료는 환자중심의 맞춤식 의료이며 양의·한의(한방 등)간의 동등한 자격과 가치를 인정하는 가운데 제반 의료기술의 융합으로 난치성 환자의 전인적 치료프로토콜과 기술개발을 통해 세계 최초로 양한방 두 의료 간의 시너지를 창출하고자 하는 의료이다. <br/> <br/>통합의료라는 단어가 다소 생소할 수 있다. 통합의료는 양방ㆍ한방(재생의료, 보완대체의료 포함)의 융합을 기반으로 개별의료로는 치료가 힘든 암과 같은 난치성 환자의 치료율과 삶의 질을 높이기 위한 전인적인 새로운 의료모델이다. <br/> <br/>한국의 한의학은 고유성과 독창성을 가지고 많은 발전을 이룩해 왔으며, 서양의학도 선진국 수준에 있으므로 양ㆍ한방을 융합 발전시키면 세계 통합의료를 선도할 수 있다. 최상위권 학생 등이 의대/한의대를 지원해 우수한 의료 인적 자원 확보, 최첨단 의료장비 보유, 디지털화된 의료, 임상연구시스템을 보유할 수 있다. 또한 전인병원은 2009년부터 보건복지부와 대구시의 후원을 받아 대구가톨릭대의료원과 대구한의대의료원의 교수진들이 수행해 온 연구결과를 바탕으로 난치성 환자에게 통합의료를 제공하기 위해 세워졌다. <br/> <br/>이에 의사와 한의사 2명이 진료파트너가 되어 외래 및 입원 환자들을 돌보므로 더욱 적극적인 통합의료서비스가 이루어지고 있다. <br/> <br/>외래의 경우 특히 암성통증이나 만성통증을 다루는데 있어 통증의학과 의사와 한방통증과 한의사의 유기적이고 면밀한 치료로 환자들의 만족도를 높이고 있다. <br/> <br/>암환자와 보호자들은 병원을 찾아와 '아, 편안하다. 이제 잠 좀 자겠다.', '병원냄새가 나지 않는 병원이다.', '환자의 신경질적인 반응이 좀 줄어든다.'라고 말한다. <br/> <br/>최근에는 보건복지부가 실시하는 같은 날 의과와 한의과를 모두 이용해도 건강보험이 모두 적용되는 '의, 한(醫韓) 협진 활성화 시범사업'에도 선정됐다. <br/> <br/>전인병원에서 시작한 암환자에 대한 새로운 진료모델이 전국에 확산되길 기원한다. <br/> <br/>손기철 통합의료진흥원전인병원장

언론사: 내일신문-1-53.txt

제목: ['발암물질 범벅' 운동장 우려 확산] 우레탄 트랙 학교, 64%가 기준치 초과  
날짜: 20160726  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160726123133612  
본문: 우레탄 트랙을 설치한 초·중·고교 10곳 중 6곳에서 기준치를 초과하는 납성분이 검출됐다. 하지만 교육당국이 제거 예산을 마련하지 못해 해당 학교들은 발암물질 트랙을 상당기간 방치해야 할 상황이다. <br/> <br/>이런 가운데 교육시민단체들을 중심으로 장기간 기준치 이상 납성분에 노출된 학생들에 대한 건강검진이 이뤄져야 한다는 목소리가 확산되고 있다. <br/> 지난 10일 제주도내 모 학교 운동장 우레탄 트랙에서 중금속이 검출됨에 따라 사용을 금지한다는 안내문이 붙어 있다. 제주도교육청은 학교 운동장 우레탄 트랙을 전수조사한 결과 유해물질이 기준치를 초과한 96곳의 트랙을 사용 중단 조치하도록 했다. 연합뉴스 전지혜 기자 <br/> <br/>◆제거 비용도 부족 = 국회 교육문화체육관광위원회 유성엽 위원장(국민의당)이 25일 교육부로부터 제출받은 자료에 따르면 우레탄 트랙을 설치한 전국 2763개 초·중·고교 가운데 64%에 해당하는 1767개 학교에서 한국산업표준 기준치를 초과하는 납성분이 검출됐다. <br/> <br/>이에 따르면 광주는 우레탄 트랙을 설치한 초·중·고 59개 학교 중 53개 학교(89.83%)가 기준치를 넘어 17개 광역시·도 중 기준치 초과 학교 비율이 가장 높은 것으로 밝혀졌다. <br/> <br/>다음은 울산(80.2%)으로 초등학교 35곳 중 29곳, 중학교 23곳 중 18곳, 고등학교 30곳 중 23곳, 특수학교 3곳 중 3곳이며 충북(79%)이 초등학교 51곳 중 38곳, 중학교 27곳 중 19곳, 고등학교 21곳 중 21곳, 특수학교 1곳 중 1곳으로 뒤를 이었다. <br/> <br/>이어 △경북(71.67%)△경남(68.59%)△전남(67.72%)△전북(67.61%)△인천(67.09%)△강원(64.97%)△충남(62.66%)△경기(62.28%)△대전(61.76%)△대구(60.25%)△부산(57.86%)△제주(56.80%)△서울(45.42%) △세종(44%) 등의 순이다. <br/> <br/>문제는 우레탄 트랙 교체는 커녕 제거 예산도 확보되지 않았다는 점이다. 유 의원에 따르면 교육부는 우레탄 트랙의 유해성이 알려지자 문화체육관광부와 함께 제거 및 재설치 비용을 절반씩 내는 방안을 추진했다. 하지만 문체부에서 리우 올림픽을 이유로 예산 부족을 알려오면서 계획에 차질이 생겼다. 유 의원은 "교육부는 이와 관련해 추가경정예산 1474억원을 신청했지만 예산을 전부 받을 수 있을지 미지수여서 국회 차원의 대책마련이 시급하다"며 "많은 학교가 우레탄 시설 교체를 위해 내년까지 기다려야 할 판이어서 학생들의 피해만 커질 것이라는 우려가 있다"고 지적했다. <br/> <br/>실제로 에산당국은 교육부가 신청한 예산의 절반 가량을 삭감한 예산안을 준비한 것으로 알려지고 있다. <br/> <br/>◆저농도 노출도 위험 = 우레탄 트랙의 위험성이 알려지면서 학부모와 시민교육단체를 중심으로 고농도 또는 장기 노출 등 고위험군 학생을 대상으로 건강검진을 해야 한다는 주장이 확산되고 있다. 중금속에 오염된 우레탄 트랙이 설치된 학교가 속속 드러나면서 이런 주장이 더욱 확산될 전망이다. <br/> <br/>시민단체인 우리복지시민연합은 "납은 환경적으로 유해한 중금속으로 고농도 뿐 아니라 저농도 노출이 지속될 경우 아동들의 인식 및 신경정신학적 기능에 영향을 미치는 것으로 보고되어 있다"며 건강검진 실시를 주장했다. 이들은 미국 듀크대학과 노스캐롤라이나센트럴주립대 연구에서 2㎍/㎗ 정도의 경미한 혈중 납 농도에도 아동의 학업성취도 및 인지능력, 이상행동에 유의미한 영향을 미치는 것으로 보고된 것을 근거로 제시하고 있다. <br/> <br/>이 단체 은재식 사무처장은 "성장기에 있는 아동들은 납을 쉽게 흡수하고 손상에 더욱 민감하기 때문에 특히 납 중독에 대한 위험성이 대단히 높다"며 "따라서 인조잔디에 이어 우레탄 트랙에서 기준치가 초과된 납이 검출된 이번 사안은 매우 심각한 사인이며 학생 건강권 차원에서 접근해야 한다"고 주장했다. 그는 이어 "납 중독은 증상이 시작되고 나면 완치시키기 어려운 '비가역적' 질환이기 때문에 무엇보다 '사후 대처' 정책보다 '사전 예방' 정책이 매우 중요하다"며 "최소한 학부모들의 불안감 해소차원에서라도 고위험군 학교를 대상으로 샘플조사라도 실시해야 한다"고 덧붙였다. <br/> <br/>앞서 참교육학부모회 인천지부도 성명을 내고 "납에 장기간 노출되면 과잉행동장애(ADHD)와 주의력 결핍, 뇌신경계 질환은 물론 암을 유발할 가능성도 있다"면서 "기준치 초과 학교 학생 전원에 대한 건강검진 등 대책 마련이 시급하다"고 주장했다. <br/> <br/>실제로 각종 연구결과에 따르면 우레탄 트랙의 납 중금속이 인체에 쌓이면 가볍게는 피로·두통·면연력 저하·탈모· 대사 질환 등이 흔히 나타날 수 있고, 중금속에 따라서는 암·심혈관계 질환· 인지 기능 저하와 관련된 것들도 있다. 또 혈액 내 점도를 높여 혈액순환을 저하시키고, 나아가 동맥경화의 원인으로 작용할 수 있으며, 신경독성 혹은 발암성으로 인해 치매·신경염·암과의 관련성도 보고되고 있다.

언론사: 내일신문-1-54.txt

제목: 올해 BIFAN 화제작 대공개  
날짜: 20160724  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160725124820088  
본문: 제20회 부천국제판타스틱영화제가 프로그래머 3인이 추천하는 화제작 9편을 공개했다. 7월의 한여름을 판타지아로 물들일 매력적인 작품들을 만나보자. 영화 축제 BIFAN은 7월 21일부터 31일까지 11일간 부천에서 개최된다. 상영작 예매관련 문의는 공식 홈페이지(www.bifan.kr)를 통해서 하면 된다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> ■ 김영덕 프로그래머가 추천하는 미주유럽 BIFAN 최고의 화제작! <br/><br/><br/>☞스페인 컬트 감독 알렉스 드 라 이글레시아의 대작 블랙코미디 <br/><br/><br/><마이 빅 나이트>(2015) 알렉스 드 라 이글레시아, 스페인 <br/><br/><br/>샴페인이 놓인 테이블, 파티 의상을 갖춰 입은 손님들, 톱스타들이 총 출동한 화려한 버라이어티 점점 미쳐가는 스타와 엑스트라들이 벌이는 좌충우돌 혼돈의 도가니를 스페인의 스타들이 총 출동해 롤러코스트 블랙코미디. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>☞클린트 이스트 우드의 딸 프란체스카 이스트우드 주연, 필름 룩의 서부 스릴러극! <무법자와 천사들>(2016) JT 몰너, 미국 <br/><br/><br/><무법자와 천사들>의 주인공은 여성들이다. 고양이와 쥐처럼 쫓고 쫓기는 폭력의 뒤엉킴 속에서 앳된 아가씨들은 무법 세상의 천사가 되어…. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>☞태평한 암환자 베노와 변덕스런 폐섬유증 환자 안디의 아기자기한 코미디 <br/><br/><br/><우리 생애 최고의 날>(2016) 플로리안 다비드 피츠, 독일 <br/><br/><br/>앞으로 살날이 얼마 남지 않은 말기 암 환자 안디와 베노는 요양원에서 처음 만나, ‘내 생애 가장 아름다운 날’을 찾아 아프리카로 자살여행을 떠난다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■ 김세윤 프로그래머가 추천하는 중남미 BIFAN 최고의 화제작! <br/><br/><br/>☞사려 깊은 연출로 관객의 마음을 어루만지는 칠레의 성장 영화 <br/><br/><br/><라라>(2016) 페파 산 마르틴, 칠레, 아르헨티나 <br/><br/><br/>부모님의 이혼 뒤 갑자기 ‘두 명의 엄마’와 살게 된 열두 살 소녀 사라. 그들의 일상은 여느 가족과 다르지 않지만 그들을 보는 세상의 시선 때문에 사라는 혼란스럽다. 그렇게 맞이한 열세 번째 생일, 이제 이 가족의 운명은 오롯이 사라의 선택에 달려있다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>☞멕시코산 신나는 코믹 납치극 <br/><br/><br/><사랑의 불시착>(2016) 세르히오 산체스, 멕시코 <br/><br/><br/>학생운동이 활발하던 1968년 멕시코. 6개월 전 실종된 운동권 여자 친구 베아트리스의 행방을 알아내려 동분서주하던 미츠는 결국 친구들과 함께 유력 대통령 후보가 탄 비행기를 납치하고…. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>☞기발한 발상으로 오싹한 공포를 선사하는 라틴 호러의 새로운 성취 <br/><br/><br/><얼굴 없는 밤>(2015) 이작 에즈반, 멕시코 <br/><br/><br/>어느 비오는 밤 외딴 버스터미널에 모인 8명의 사람들. 그러나 모두가 기다리는 멕시코시티행 버스는 좀처럼 올 생각을 않고, 이들에겐 차례차례 기이한 일들이 일어나기 시작한다. 자신의 얼굴이 다른 사람의 얼굴로 변하는, 역병처럼 번지는 얼굴 강탈 사건. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■ 유지선 프로그래머가 추천하는 아시아 BIFAN 최고의 화제작! <br/><br/><br/>☞‘장강’을 터전으로 하는 모든 이들을 위한 98일간의 진혼곡 <br/><br/><br/><장강도>(2015) 양 차오, 중국 <br/><br/><br/>양쯔강 상류 부근에서 만났던 여인들이 한 명처럼 보이는 걸 알게 된 화물선 선장 까오 춘은 여인을 찾아 나선다. 하지만 홀연히 종적을 감춰버린 그녀를 찾기 위해서는 그녀와 강에 숨겨진 비밀을 찾아야만 한다! <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>☞공포영화의 대가 구로사와 기요시의 화려한 귀환 <br/><br/><br/><크리피: 일가족 연쇄 실종 사건>(2016) 구로사와 기요시, 일본 <br/><br/><br/>전직 형사이자 범죄심리학자인 타카쿠라는 6년 전 일어난 일가족 실종사건을 조사하던 중 이 사건의 용의자가 묘하게도 옆집 니시노와 비슷한 점이 너무나도 많다는 것을 발견한다. 일본추리문학대상 신인상을 받은 마에카와 유타카의 동명 소설이 원작. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>☞삶과 죽음에 대한 경쾌한 성찰 <br/><br/><br/><세상에서 고양이가 사라진다면>(2016) 나가이 아키라, 일본 <br/><br/><br/>악마가 당신에게 생명을 하루씩 연장해주는 대신 세상에서 없앨 한 가지를 정해달라고 한다면? 이 기묘한 제안으로 전화, 비디오 등이 하나씩 소멸되어가면서 그는 잊고 있었던 연인, 친구 그리고 가족과 마주하게 된다. 유명 프로듀서이자 소설가인 가와무라 겐키의 동명의 베스트셀러 소설이 원작. <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-55.txt

제목: 산호가루 '만병통치약'이라고 암환자 속여  
날짜: 20160722  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160722125206738  
본문: 산호가루를 만병통치약이라고 속여 암환자와 노인들에게 1억3000만원 상당을 판매한 일당이 경찰에 붙잡혔다. <br/> <br/>서울 수서경찰서는 강남구 역삼동에 방문판매 업체를 설립하고 말기 암환자나 난치병 환자, 70∼80대 노인들에게 팔아 가짜 만병통치약을 팔아 폭리를 취한 식품 제조업체 대표 강 모(65)씨와 판매업체 대표 이 모(59·여)씨를 사기·식품위생법위반 등의 혐의로 구속했다고 21일 밝혔다. <br/> <br/>업체 직원 김모(59·여)씨는 같은 혐의로 불구속 입건했다. <br/> <br/>경찰조사결과 강씨는 고졸임에도 자신을 생명·유전공항 박사이자 미국 항공우주국(NASA) 공동 연구원이라고 소개하며 "20년 동안 250억원을 연구비용으로 암 등 모든 질병을 치료하고 수명을 연장하는 신비의 물질인 '소마티드'와 '텔로미어' 등 식품 2종을 개발했다"고 사람들을 속였다. <br/> <br/>강씨 일당은 자신들이 개발한 물질이 식약처와 미국 식품의약국(FDA) 허가를 받았다고 홍보했다. <br/> <br/>하지만 조사결과 산호초 가루와 정체를 알 수 없는 원료 등 엉터리 재료로 환을 만들거나 물에 희석해 '신비력환' '신비력수' 등 이름을 붙여 팔았다. <br/> <br/>환 형태는 통당 33만원, 액체류는 병당 16만5000원 등 고가에 제품을 팔아 2014년 2월부터 이달 초까지 모두 117명에게 총 1억3300만원 상당의 이익을 취했다. <br/> <br/>이들은 방문환자들에게 마치 제조공장이 있는 등 제품을 엄격히 관리하는 듯 홍보했지만 실제로는 빌라 창고나 화장실 등 위생 환경이 좋지 않은 곳에서 제품을 제조했으며, 오래된 제품들의 유통기한을 조작해 재판매하기도 한 것으로 드러났다. <br/> <br/>경찰관계자는 "제품을 판매한 이들이 더 있다는 첩보를 입수하고 방문판매업체가 집중된 테헤란로 주변 등 판매책에 대한 수사를 확대할 계획"이라고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-56.txt

제목: 꽃미남 건달의 달달하고 통쾌한 사기극  
날짜: 20160715  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160715131342427  
본문: 이전까지 ‘봉이 김선달’이라는 이름을 들으면 언제나 중년의 갓 쓴 남자가 떠올랐다. <br/><br/><br/>굳이 얼굴이 궁금하지도 않았지만 이미 중년의 느낌이 강한 비주얼에서 봉이 김선달은 인물 자체 보다는 그의 에피소드에 더 많은 관심이 집중되었다. 그런데, 지금까지의 선입견을 한 방에 날려버릴 예쁘장한 ‘봉이 김선달’, 유승호가 나타난 것이다. <br/><br/><br/>원래 설화 속에서도 이렇게 어린 남자였나 싶을 정도도 앳된 얼굴. 어떻게 사기를 칠까 싶게 선한 눈. 건장한 성인남자 한명만 있어도 쉽게 제압될 것 같은 호리호리한 몸이 도무지 봉이 김선달과 어울려 보이지 않았다. <br/><br/><br/>하지만 원래 사기라는 게 전혀 사기스럽지 않은 사람이 벌이는 거니까. 사실 사기꾼이라고 부르려면 유승호 옆에 있는 고창석 비주얼 정도는 되어줘야 하는데 유승호는 정말 예쁘기 그지없다. 막내 사기 꿈나무로 나오는 엑소의 시우민보다 더 샤방샤방해 보인다 싶었더니 실제 나이가 3살 더 어리다. <br/><br/><br/>암튼, 고창석과 브로맨스를 자랑하며 줄줄이 읊어대는 사기 이력들이 그저 달달하고 예쁘기만 한데 강력한 ‘악의 축’인 조재현이 카리스마를 내뿜으며 등장하자 이야기는 한껏 진지해지기 시작한다. 돈이나 권세가에게 사기를 쳐서 거짓말임에도 불구하고 민중의 지지를 얻었던 설화 속 봉이 김선달. <br/><br/><br/>이익을 쫓고 계산적이지만 없이 사는 이들을 괴롭히지는 않았기에 언제나 유쾌한 이야기의 주인공으로 남았던 봉이 김선달. 이번 영화 속에서는 블록버스터급 제방과 함께 등장해 시원하고 통쾌하게 성대련(조재현 분)을 무너뜨린다. <br/><br/><br/>아직은 정극이 더 편한지 감정을 쏟아내는 장면에서 더욱 빛나는 유승호, 코믹 연기의 귀재답게 유쾌한 에너지를 쏟아내는 고창석, 브라운관과 스크린을 넘나드는 코믹 여재 라미란, 눈빛부터 다른 카리스마의 조재현, 멋지게 연기 신고식을 마친 시우민까지 각 배우들은 설화 속 김선달과 친구들로 분해 120분간 시원ㆍ통쾌한 여름 사기 스토리를 펼쳐 보인다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-57.txt

제목: 편안한 임종을 위한 마지막 선택, 호스피스 병원  
날짜: 20160713  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160714125102785  
본문: 사람은 태어나면 언젠가는 죽음을 맞이한다. 부자든 가난한 사람이든, 지위 고하를 막론하고 죽음 앞에서 자유로운 사람은 없다. 특히 질병의 고통으로 인해 주어진 삶이 얼마 남지 않았다면 조금 더 편안하고 인간답게 마지막을 맞이하고 싶어 한다. 삶의 질이 높아지고 호스피스에 관련된 인식이 확산되면서 완화의학에 대한 관심도 높아졌다. 올해 4월 보건복지부로부터 호스피스 완화의료 전문기관 지정을 받은 남천병원 2내과 박영아 과장에게 호스피스 완화의료에 대해 물어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>호스피스는 성지순례자나 여행자가 쉬어가던 휴식처 <br/><br/><br/>호스피스는 손님이라는 뜻의 라틴어 호스페스(Hosepes)에서 유래했다. 중세시대에는 성지 예루살렘으로 가는 성지 순례자나 여행자가 쉬어가던 휴식처라는 의미로 사용되기도 했다. 아프거나 죽어가는 사람들을 위해 장소를 제공하고 필요한 간호를 베풀어 준 것이 그 효시가 되었다. 현재에는 불치질환의 말기 환자와 가족에게 가능한 편안하고 충만한 삶을 영위하도록 하는 총체적인 돌봄의 개념으로 불리어지고 있다. <br/><br/><br/>박영아 과장은 "호스피스 완화의료는 완치가 어려운 말기 환자와 가족을 돌보는 것으로 질병의 마지막 과정과 사별기간에 접하는 신체적, 정신적, 사회적, 영적 문제들이 완화되도록 전문가들로 구성된 호스피스팀이 함께 하는 전인적인 돌봄 의료서비스를 진행한다"며 "남천병원은 2005년부터 호스피스 병동형과 산재형으로 운영하다 작년부터 올해 초까지 인력 과 시설장비 등을 보완하여 군포시 최초로 인가를 받았다"면서 "삶의 질이 향상되면서 말기 환자 및 가족들은 치료의 목적이 아닌 편안하고 안정된 돌봄을 제공받고 싶어 하는 욕구가 생겼다. 특히 간병에 대한 부담을 가지고 있는 가족들을 위해 호스피스 교육을 받은 완화의료 도우미를 배치하여 전문적인 간병 서비스를 제공하고 있는 것도 이곳의 차별화된 의료서비스"라고 설명했다. <br/><br/><br/>박 과장의 말에 따르면 남천병원에서는 진료 상담 후 입원이 결정되면 의사, 간호사, 사회복지사 등의 전문가들로 구성된 호스피스팀에서 전인적인 평가를 진행한다는 것. 이를 바탕으로 환자의 통증 및 기타 신체적 증상에 대해 적극적으로 완화하는 의료 서비스를 제공하고 24시간 간호와 간병, 사회적 경제적 문제에 대한 상담, 영적 지지를 통해 여생동안 최대한 인간의 존엄성을 잃지 말고 품위를 유지할 수 있도록 지원을 하고 있다고 한다. 또 환자 임종 후에는 사별 가족의 고통과 슬픔을 최소화하고 사후에도 지속적인 유대관계를 가질 수 있도록 사별가족 돌봄 프로그램도 함께 진행 중이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>완화의학에 대한 오해와 편견 <br/><br/><br/>보건복지부의 발표에 따르면 호스피스 제도를 가장 먼저 채택한 영국의 경우 말기 암환자의 호스피스 이용률은 95％로 우리나라의 13.8％에 비해 훨씬 높다. 이렇게 많은 영국 사람들이 호스피스 제도를 이용하는 것은 호스피스 병동이 죽음을 기다리는 곳이 아니라 죽음을 맞이하는 곳이라는 인식이 강하기 때문이다. 우리나라의 경우 병든 부모님을 호스피스 전문 시설로 옮기는 것이 마치 치료를 포기하고 효를 다하지 않는 것처럼 비춰지는 사회 인식 탓에 여전히 호스피스는 죽음대기소라는 인식이 팽배하다. <br/><br/><br/>"호스피스하면 죽음이라는 편견을 가지신 분들이 많다. 아직도 호스피스에서는 아무것도 해주지 않고 죽음만 기다린다 라고 오해하는 경우가 종종 있다. 죽음도 삶의 연장선으로 보고 마지막 삶을 잘 살기 위한 노력이 필요하다고 생각한다. 호스피스는 죽을 날만 기다리는 곳이 아니라 환자를 힘들게 하는 증상에 대해 적극적으로 치료 받으며 심리적, 사회적 지지도 받고 임종 돌봄, 사별가족 돌봄까지 함께 받을 수 있는 공간이다"라는게 박영아 과장의 설명이다. <br/><br/><br/>간혹 환자와 가족들 가운데에는 호스피스 병동에 입원하는 것이 비싸지는 않을까 비용을 걱정하는 사람들도 있다고 한다. 그러나 호스피스는 건강보험이 적용되어 암환자의 경우 중증질환으로 본인 부담 5％ 비용 적용이 되고 있어 경제적 부담도 크지 않고 환자뿐만 아니라 가족들의 심리적, 사회적 어려움에 대해서도 도움을 받을 수 있다는 것이 남천병원 관계자의 설명이다. <br/><br/><br/>"호스피스 완화병동은 여명이 6개월 미만인 주로 암환자를 대상으로 하며 여명과 상관없이 장기 요양을 필요로 하는 치매, 뇌졸중 등의 노인성 질병을 가진 분을 대상으로 하는 시설과는 성격을 달리 한다. 환자 수 대비 의료인의 수도 완화병동이 월등하게 높으며 이곳에서는 의료인외에도 사회복지사, 성직자, 미술, 음악치료사, 자원봉사자 등 전문 완화 의료팀이 다양한 돌봄 서비스를 제공하는 것이 특징이다."

언론사: 내일신문-1-58.txt

제목: 충남 우레탄 트랙 설치 학교 중 99개 학교서 유해성분 검출  
날짜: 20160711  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160712105719470  
본문: 우레탄 트랙이 설치된 충남 지역의 158개 학교에 대해 유해성분 검사를 실시한 결과 최종적으로 63%에 해당하는 99개 학교(7월 5일 현재)에서 납과 크롬, 수은 등 유해성분이 검출된 것으로 나타났다. <br/><br/><br/>충남도교육청은 지난달 3일 2016년 이전에 우레탄 트랙을 설치한 158개 학교 중 145개 학교에 대해 유해성분 검사를 실시한 결과 84개 학교에서 납과 크롬, 수은 등 유해성분이 검출되어 해당 학교에 운동장 교육활동 전면 금지, 운동장 출입을 통제하는 경계선 표식 설치를 지시했다고 발표했다. 지난 3월 환경부의 학교 운동장 우레탄 트랙 중금속 실태조사 결과가 나온 후 3월~5월말 우레탄 트랙 일제조사를 실시한데 따른 결과였다. 당시 나머지 13개 학교는 국제공인시험기관에서 검사결과를 통지받지 못한 상태로, 유해성분 우레탄 트랙이 있는 곳이 추가로 나타나면 즉각 사용금지 조치를 취할 예정이라고 밝힌 바 있다. <br/><br/><br/>최종 집계된 유해성분 검출 학교는 충남 지역에 총 99개교로, 천안은 초등 7 중등 4 고등 3 등 14개 학교, 아산은 초등 3 중등 4 고등 1 등 8개 학교(표 참조)가 포함됐다. 이들 학교 중에는 납 성분 기준치(90mg/kg)의 20배 가까운 1766mg/kg이 검출된 곳도 있는 것으로 나타나 교육당국과 학생 학부모를 긴장하게 하고 있다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>우레탄 트랙에서 유해성분이 검출된 학교. 출입 통제를 위한 경계선과 안내판이 설치돼 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>6월 7일부터 해당 학교 운동장 활동 전면 금지 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>현재 유해성분 검출 해당 학교들은 학교 운동장 교육 활동을 전면 중지하고 교실, 강당, 체육관에서 체육수업을 진행한다. 운동장 주변에는 출입을 통제하는 경계선 표식과 안내판을 설치해 통행을 막고 있다. 학부모에게는 가정통신문과 학교 홈페이지에 해당 사실을 기재해 안내하고 있다. <br/><br/><br/>하지만 학부모와 지역 주민들은 불안한 마음을 호소하고 있다. 유해성분이 검출된 것으로 알려진 학교에 자녀를 보내는 천안 지역의 한 학부모는 “검사 결과가 나온 후 교육청이 빠른 조치로 사용을 금지한 것은 잘 한 일이지만, 유해성분이 있다는 걸 모르고 운동장에서 3년 동안 체육활동을 했다는 걸 생각하니 불안한 마음이다”라고 말했다. 운동장을 이용하던 지역주민들도 마찬가지 의견. “<span class='quot0'>집 근처에 학교 운동장이 있어 밤에 운동하는 장소로 자주 이용했는데, 발표를 듣고 깜짝 놀랐다</span>”고 이야기했다. 학생들 사이에서는 괴담도 퍼지고 있다. 중학교 3학년 한 남학생은 “친구들 사이에서 운동장 트랙에서 발암물질이 나왔고, 운동장에 한 번이라도 들어갔던 아이들은 암에 걸린다는 말이 돌고 있어서 불안하다”고 말했다. <br/><br/><br/>학부모들 중에는 우레탄 트랙에서 유해성분이 검출되었다는 사실 조차 아예 모르고 있는 경우도 있었다. 충남도교육청이 가정통신문을 배포하고, 학교 홈페이지에 해당 사실을 기재해 안내할 것을 조치했다고 발표했지만 아이들에게서 가정통신문을 전달받지 못한 학부모도 있어 금시초문이라는 반응을 보이기도 했다. 또한 홈페이지에 내용을 올리지 않은 학교도 있어 제대로 된 안내가 이루어지는지 여부도 확인되지 않고 있다.  <br/><br/><br/>이에 대해 충남도교육청 체육인성건강과 황석연 장학사는 “<span class='quot1'>현재 학교들에서 안내가 잘 이루어지는지 등에 대해 해당 학교 방문을 통해 확인하고 있는 과정</span>”이라며 “<span class='quot1'>8일 청양에서 교육지원청 담당자들과 관련 내용에 대해 다시 한 번 협의를 진행해 학부모들에게 안내는 물론, 학생들의 안전생활 교육도 계속 진행할 것</span>”이라고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■ 천안 아산 지역 학교 우레탄 트랙 기준치 유해성 초과 교 현황 <충남도교육청 제공> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>지역<br/><br/><br/><br/>학교급<br/><br/><br/><br/>학교명<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>천안<br/><br/><br/><br/>초<br/><br/><br/><br/>병천초 천안구성초 천안미라초 천안서초 천안신용초 천안월봉초 천안초 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>중<br/><br/><br/><br/>천안쌍용중 천안중 천안여중 천안동성중<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>고<br/><br/><br/><br/>천안고 천안여상고 천안제일고 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>아산<br/><br/><br/><br/>초<br/><br/><br/><br/>송곡초 온양중앙초 신창초<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>중<br/><br/><br/><br/>송남중 설화중 선도중(선장초) 아산중<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>고<br/><br/><br/><br/>온양여자고<br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>유해성분 검출 및 조치 관한 안내 이루어지도록 계속 협조 구할 것</span>” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이번 유해성분 검출로 인한 조치로 인해 체육활동이 축소되는데 따른 우려도 크다. 아산의 한 중학교 학부모는 “운동장 교육 활동이 금지된 후 아이들이 강당이나 학교 구석 등에서 체육활동을 한다고 들었다. 그렇지 않아도 학습으로 인해 신체활동이 많지 않은 아이들인데 언제까지 운동장 사용을 못할지 답답하다”고 말했다. <br/><br/><br/>이에 대해서도 충남도교육청은 곧 조치에 들어갈 예정임을 밝히고 있다. 황석연 장학사는 “<span class='quot1'>교육부 지침이 있은 후 조사 및 자료 취합을 통해 시도 담당자와 협의회를 가졌으며, 7월 중순 전후로 예산운용이 확정될 예정임을 전달받았다</span>”며 “<span class='quot1'>결정이 내려오는 대로 기준치보다 수치가 높게 나온 학교와 초등학교들부터 시작해 순차적으로 우레탄 트랙 철거 또는 재설치를 진행해 2학기 안에 학교와 학생들의 교육활동이 정상화 될 수 있도록 최선을 다할 것</span>”이라고 설명했다.

언론사: 내일신문-1-59.txt

제목: 온라인 보험시장 진입한 동양생명  
날짜: 20160708  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160708134531570  
본문: 동양생명이 이달 1일부터 '수호천사 온라인(online.myangel.co.kr)'를 개설하며 온라인보험 시장에 진출했다. <br/> <br/>동양생명 온라인보험은 보험가입 등 관련 서비스를 쉽게 이용할 수 있도록 청약절차 등을 간소화했다. 별도의 어플리케이션을 설치할 필요 없이 PC와 모바일(스마트폰, 테블릿)을 통해 24시간 서비스를 이용할 수 있다. <br/> <br/>온라인으로 출시한 상품은 '(무)수호천사온라인예비맘보험', '(무)수호천사온라인한번만내는어린이보험' 등 2종이다. 두 상품 모두 일시납으로 설계돼 보험료를 한 번만 납입하면 만기까지 보장받을 수 있다. 동양생명은 앞으로 상품 라인업을 점차 확대해 나간다는 계획이다. <br/> <br/>'(무)수호천사온라인예비맘보험'은 한번의 보험료 납입으로 산모를 위한 임신중독증과 태아를 위한 저체중 출산을 주계약으로 보장해주는 생명보험업계 최초의 산모보험이다. 임신 23주 이내의 17~40세 임산부가 가입할 수 있으며, 보험료는 30세 기준 2만4700원이다. <br/> <br/>'(무)수호천사온라인한번만내는어린이보험'은 일시납 어린이보험 상품으로 자녀가 18세가 될 때까지 자녀의 암진단을 비롯해 질병, 재해수술, 골절치료, 주산기질환 등 성장기 어린이에게 필요한 핵심보장을 제공한다. 보험료는 자사의 기존 어린이보험 대비 약 30% 가량 저렴하게 설계했다. 태아부터 8세까지 가입할 수 있으며, 기존에 가입한 어린이보험이 있어도 중복으로 보장받을 수 있다. <br/> <br/>동양생명 관계자는 "모바일 세대의 젊은 연령층을 타깃으로 하는 채널 다변화 전략을 검토한 끝에 온라인 채널 진출을 결정했다"며 "저렴한 보험료로 간편하게 가입할 수 있는 특화된 상품을 중심으로 온라인 채널을 확대해 나가겠다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-60.txt

제목: 여름방학, 사고를 전환하면 영어가 만만해진다!  
날짜: 20160707  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160707133024389  
본문: 곧 기말고사가 끝나고 여름방학이 다가온다. 짧다면 짧은 방학이지만 이 기간을 어떻게 보내느냐에 따라 학생들이 영어실력이 성장할 수 있는 소중한 시간이 될 수 있다. 25년 동안 대치 등 강남 일대에서 고등영어를 가르쳐온 길과진리학원 류동우 원장을 만나 영어실력향상을 위한 여름방학 학습 노하우를 들어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>중3, 영문법에 대한 사고 전환이 필요 <br/><br/><br/>“예비고1인 중3 학생들은 다가오는 여름방학을 통해 기존에 배운 영문법에 대한 사고의 전환이 필요합니다. 문법은 무조건 외우는 것이 아닙니다. 그동안 문법을 왜 배웠는지 생각해보고 사고를 전환해서 다시 문법을 배우면 영어가 어렵지 않고 쉽게 읽혀질 수 있습니다. 이와 같은 학습과정을 통해 내가 배운 영어에 대한 자기 검증이 되고 영어에 대한 두려움도 없어집니다.” <br/><br/><br/>길과진리학원 류동우 원장의 조언이다. <br/><br/><br/>학생들은 초등부터 중3까지 다양한 방법으로 영어 학습을 시도해왔다. 중3 여름방학이 되는 이 시점에서 지금까지 배운 영어 학습을 반추해보는 시간을 가져야 한다. 영어학습해 온 과정을 뒤돌아보며 왜 이것이 필요한 과정이었는지 지금까지 배운 영어의 사용처는 어디인지, 무엇을 하기 위해 이것을 배웠는지 생각해야 하는 것이다. <br/><br/><br/>류 원장은 “<span class='quot0'>그동안 학생들은 영어를 읽고 듣는데 많은 시간과 노력을 한 반면 작문에는 너무 약하다</span>”며 “<span class='quot0'>작문을 많이 하다보면 영어가 만만해진다</span>”고 말했다. 또한 “고급영어를 하고 싶다면 많이 읽는 것도 중요하지만 내 생각을 글로 잘 전달할 수 있도록 작문을 잘해야 한다”고 전했다. <br/><br/><br/>작문을 잘하기 위해서 지금까지 배운 문법을 다시 검토해보아야 한다. 그동안 문법을 왜 배웠는지 어디에 적용하려고 배웠는지 다시 되돌아보고 사고하며 정리하면 문법이 전체적으로 들어온다. 기존에 배운 문법에서 탈피하고 글쓰기 위한 영문법을 다시 배우면 영어 실력이 많이 발전할 것이다. 또한 답을 정해주는 수렴적인 사고가 아닌 학생들이 스스로 생각해서 자기 생각을 쓸 수 있는 확장적 사고가 필요하다. 확장적 사고로 스스로 정리해볼 수 있게끔 문법도 다시 피드백한 후 작문하는 것이 중요하다. 내 생각을 잘 표현할 수 있도록 한국어를 영어로 변환해서 쓰는 것이 아닌 직접 영어로 작문할 수 있어야 한다. 처음부터 잘 쓰는 것이 아니라 시도하고 도전하고 다시 수정하면서 완성된 문장을 보는 눈이 자꾸 길러지는 것이다. <br/><br/><br/>길과진리학원은 이런 학습과정을 통해 영어실력을 향상시키고자 예비고1인 중3학생들을 위해 여름방학 특강반을 개설해 운영할 예정이며 오는 11일에 1차, 18일에 2차 접수를 받는다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암기 아닌 이해중심 학습, 논리적 사고 중요! <br/><br/><br/>3명 내외의 소수 정예로 학생 개개인을 세심하게 개별 지도하는 길과 진리 학원의 류동우 원장은 무조건 외우는 영어가 아닌 이해중심 강의로 유명하다. 영어는 언어이기 때문에 언어로 인식할 수 있도록 생성원리와 개념을 정확하게 이해시키면 자연스레 영어가 쉬워지고 자신감과 실력향상을 얻을 수 있다고. 또한 문법이 생긴 이유와 원리를 이해하면서 제대로 배우게 되면 문법을 외울 필요도 없고 구문이 저절로 이해되며 독해도 터득하게 된다. 또한 류 원장은 영어 수업을 논리독해 위주로 진행한다. 문제를 많이 푼다고 영어를 잘하는 것이 아닌 논리적 사고력을 배양해야 국어도 잘하고 영어도 잘하게 되기 때문이다. 영어의 생성 원리와 영어 사용자로서 알아야 될 문장 구조의 어법을 이해하며 논리적 구조와 글의 흐름을 파악해야 하는 것이다. 논리적 사고력을 배양해야 난이도 높은 문제를 풀 수 있어 수능 고득점을 받을 수 있다. <br/><br/><br/>류 원장은 “<span class='quot0'>고등영어는 중등보다 최소 2배 이상 학습양이 늘어나므로 여름방학동안 나의 학습 방법을 되돌아보는 시간을 갖고 2학기 학습법을 수정해서 시도하도록 해야 한다</span>”며 “<span class='quot0'>짧은 여름방학동안 더위에 지치지 않도록 체력관리 잘하면서 공부의 리듬을 잃지 않도록 하는 것이 중요하다</span>”고 말했다.

언론사: 내일신문-1-61.txt

제목: [세계에서 인정받는 서울아산병원 암병원] 국내 고난도 암 수술 1위 … 생존률도 높다  
날짜: 20160706  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160706132219075  
본문: 서울아산병원의 국내 암수술 실적은 독보적이다. 미국 등 세계 유명 암병원에게도 결코 뒤지지 않는다. 암 통합진료시스템을 갖춰 정밀검사부터 수술이나 항암치료까지 2∼3주면 충분하다. 유창식 서울아산병원 암병원장은 "환자의 상태가 너무 나빠 다른 병원에서 수술하기 꺼려하는 경우도 포기하지 않았다. 어렵고 복잡한 수술을 마다하지 않은 결과, 다른 곳에서 쉽게 접할 수 없는 풍부한 수술 경험과 노하우가 쌓였고, 이는 자연스럽게 의료진의 수술실력 향상으로 이어졌다"고 밝혔다. <br/> 유창식 서울아산병원 암병원장(가운데)이 대장암 수술을 진행하고 있다. 사진 서울아산병원 제공 <br/> <br/>◆세계 유명 암병원보다 수술 많아 = 서울아산병원 많은 암 수술 분야에서 최초 최고 기록을 갈아치우고 있다. 대장암센터는 국내 최초로 대장암 수술 2만7000건 이상을 진행했다. 이중 특히 고난도 수술인 직장암 수술의 생존율은 미국보다 높은 생존율을 기록했다. <br/> <br/>미국의 경우 조기(1기)직장암 5년 생존율은 88.2%, 진행(2-3기) 암은 69.5%에 그쳤다. 서울아산병원에서 수술받은 직장암 환자들의 5년 생존율은 1기 직장암은 94.1%, 2-3기 직장암에서는 각각 87.8%, 75.4%로 나타났다. <br/> <br/>직장암 환자는 완치 못지않게 수술 후 배 쪽으로 항문 기능 있는 장루를 만드는 것을 매우 소망한다. 대장암센터에서 수술받은 환자 10명 중 9명은 항문 기능을 최대한 보존해 수술 전과 다름없이 배변이 가능했다. 항문에서 가장 가까운 하부직장암도 83% 항문 괄약근을 보존했다. <br/> <br/>아울러 유방암센터 안세현 교수팀은 국내 최다인 약 2만6000건 이상의 유방암 수술을 했다. 수술 후 5년 생존율은 90%를 넘어 세계 유명 병원들보다도 좋은 성과를 보이고 있다. <br/> <br/>서울아산병원의 암수술 실적은 세계 최고 병원들과 비교해도 뒤지지 않았다. 암병원은 712병상으로 국내최대 규모이고 수술실적은 2014년 1만8508건, 2015년 1만8815건이었다. US News & World Report가 선정한 '2015-2016 베스트 병원 순위'통계에서 미국 암치료 분야 1위 엠디앤더슨 암센터는 631병상 규모에 8656건의 수술을 진행했다. 2위 병원에 선정된 메모리얼슬로언케터링 암센터는 469병상에 1만1370건 수술건수를 기록했다. <br/> <br/> <br/> <br/>◆위험한 환자 포기않고 진료한 결과, 실력 쌓여 = 서울아산병원 암병원의 복강경 로봇수술도 세계최고 수준이다. 최소침습 암 수술은 개복 수술보다 난이도가 높다. 0.5 ∼1.5cm 크기의 작은 구멍을 여러 개 내고 그 안에 비디오 카메라와 각종 기구를 넣고 시행하는 수술법이다보니 풍부한 수술 경험을 가진 의료진 아니면 시술하기 어렵다. 환자의 흉터 통증을 최소화하고 수술 중 출혈과 합병증 위험을 크게 줄일 수 있어 최소수술은 암치료 성공률을 높여 준다. <br/> <br/>위암센터 김병식 교수팀은 복강경 위암 수술을 세계 최대인 7500건 이상을 실시했다. 위를 절제하고 나머지 부분을 연결하는 수술 전 과정을 뱃속에서 마치는 체내문합술을 적용해 절개 부위를 더욱 줄이면서도 위장관에 대한 조작을 최소화해 부작용을 줄인다. <br/> <br/>폐암센터 박승일 김동관 교수팀은 4000건이상의 흉강경 폐암 수술을 시행하고 있다. 갈비뼈를 절개하거나 가슴을 열 필요가 없어 수술후 통증도 적고, 흉터도 거의 남지 않는다. 지난해 폐암수술 75%를 비디오 흉강경 수술로 시행했다. <br/> <br/>간암센터 김기훈 교수팀은 350건 이상의 복강경 간암수술을 성공했다. 간은 혈관 다발이 복잡하게 얽혀 있어 수술 중 출혈 위험이 크기에 복강경 수술이 쉽지 않다. 서울아산병원에서 간 절제술을 받은 환자들을 분석한 결과, 복강경 수술을 받은 환자의 입원 기간이 훨씬 짧았고, 수술 후 합병증 발생률도 매우 낮았다. <br/> <br/>부인암센터 남주현 교수팀은 복강경 자궁경부암 수술을 세계 최다인 1600여건 이상을 실시했다. 복강경 자궁경부암 수술에 대한 여성 환자의 만족도는 높다. 통증이 적고 흉터도 거의 남지 않고, 초기 자궁경부암 수술을 복강경으로 시행하면 많은 경우 수술 후에도 임신이 가능하기 때문이다. <br/> <br/>◆"환자 불안 해소위해 빠른 치료 무엇보다 중요" = 서울아산병원 암병원은 2006년부터 국내 최초 암 통합진료시스템을 구축했다. 환자가 진료실에 들어오면 암 진단, 수술, 항암치료, 방사선 치료를 각각 담당하는 암 치료 전문의 모두가 동시에 한자리에 모여 맞춤진료서비스를 제공한다. <br/> <br/>유창식 서울아산병원 암병원장은 "환자들은 암에 대한 불암감이 크기 때문에 빠른 치료가 무엇보다도 중요하다. 암병원에서는 진단부터 수술까지 3주 이내 치료가 이뤄지는 것을 목표로 한다"고 말했다. <br/> <br/>또한 서울아산병원은 환자의 수술 이후에도 암 환자들의 삶의 질을 높여 최고의 치료 결과를 얻기위한 '삶의 질 향상 클리닉'을 운영하고 있다. <br/> <br/>암 치료 과정에서 동반하는 '수면장애' '스트레스'를 관리해 환자들의 치료 의지를 북돋아주고 암으로 인한 '통증'을 치료하는 한편, 암 치료 이후에도 '재활치료'와 '재발 및 전이 예방' '만성질환관리'를 통해 암 발병 이전의 생활을 유지할 수 있도록 도와준다. 종양내과, 재활의학과, 정신건강의학과, 가정의학과 등 전문 의료진이 암병원 진료과와 협력체계를 구축해 관리해준다.

언론사: 내일신문-1-62.txt

제목: [강남바둑센터]짧은 시간 안에 배울 수 있는 대세 두뇌 스포츠  
날짜: 20160705  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160706132026517  
본문: 최근 이세돌 9단과 인공지능 컴퓨터인 알파고와의 대국 이후에 바둑학원에 대한 특수가 있었다. 하지만 바둑은 어느 정도 결과물을 내기까지 시간이 많이 걸려 보다 쉬운 체스가 인기를 끌고 있다. 체스는 바둑과 마찬가지로 고도의 집중력과 응용력, 창의력을 배울 수 있어 대세 두뇌 스포츠로 떠오르고 있다. 강남역 근처에서 바둑과 체스를 배울 수 있는 강남바둑센터의 한문덕 원장을 만나 최근의 추세를 알아보았다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>바둑에 비해 배우기 쉬운 데다 <br/><br/><br/>고도의 집중력 습득 <br/><br/><br/>요즘 결과물이 나타나는데 시간이 오래 걸리는 바둑보다는 짧은 시간에 결과물을 얻을 수 있고 체스를 배우려는 수요가 늘고 있다. 서양장기라고도 불리는 체스는 어느 정도의 초반 실수는 만회할 수 있는 바둑과 달리 한 번의 실수조차 치명적일 수 있다는 특성상 고도의 집중력을 필요로 한다.  <br/><br/><br/>체스는 전 세계 160여 개국에서 대중화 된 두뇌 스포츠로 서양에서는 귀족 스포츠로 인식돼 있으며 광범위하게 즐기고 있다. 체스를 즐기다 보면 고도의 집중력과 더불어 많은 궁리를 해야 하는 사고력, 게다가 상대방이 있어야만 할 수 있는 게임이기 때문에 사회성까지 배울 수 있다. 또한, 수를 외워야 해서 기억력도 향상되고 공간 지각 능력, 수치 해석 능력에다 논리력까지 갖출 수 있다고 한다. <br/><br/><br/>강남 진흥아파트 상가에서 바둑과 체스학원을 운영하는 한문덕 원장은 “바둑은 어렸을 때부터 시작해 학원 운영도 오래도록 해왔지만 체스는 3년 정도 가르쳤다. 바둑이 인내심과 집중력을 배울 수 있는 인성 스포츠인 반면 체스는 한 번의 실수도 치명적이기 때문에 그 어떤 스포츠보다 고도의 집중력을 필요로 한다. 최근에는 보드게임의 인기가 시들해지면서 체스가 새로운 아이들의 대세 게임으로 떠오르고 있다”고 말했다. <br/><br/><br/>체스는 수가 무궁무진한 바둑에 비하면 원리만 알면 어느 정도 실력 차이가 나더라도 게임을 즐길 수 있고 비교적 쉽게 배울 수 있기 때문에 단기간에 동호회도 많이 생겼고 학교의 방과후 수업에도 채택된 학교가 많다고 한다. 또한, 유학을 떠날 경우 체스를 잘 두면 가산점을 주는 학교도 더러 있고 체스 공인 대회 경력이 진학에 도움이 되는 경우도 있다고 한다. 무엇보다 대인관계에서 사교의 한 수단으로 아이들뿐만 아니라 성인에게도 큰 도움이 되기 때문에 단기간에 배우려는 수요가 많다고 한다. 체스는 현지인들과 어울리기에 가장 쉬운 방법이기도 하다.  <br/><br/><br/>“바둑을 마라톤에 비유한다면 체스는 단거리라고 할 수 있다. 바둑은 마지막에 실수하는 사람이 지는 게임이지만 체스는 처음에 실수하는 사람이 지는 게임이다. 체스는 누구라도 똑같은 기문 16개를 가지고 64칸의 체스 칸 위에서 하는 경기다. 상대방 왕에게 항복을 받아내는 게임이라서 바둑보다는 오히려 장기와 비슷하다고 할 수 있다.” <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암기 위주의 학습은 그만, <br/><br/><br/>응용과 창의력 학습이 대세 <br/><br/><br/>요즘 학습의 형태는 암기나 지식이 아니라 응용력과 창의성이다. 암기해서 익히는 지식은 인터넷 등을 통해 쉽게 검색할 수 있지만 그런 지식들을 모아 응용하고 새로운 것을 만드는 능력은 훈련을 통해서 쌓아야 하는 것이다. 그런 응용력과 창의성을 기르기에 가장 적합한 두뇌 스포츠가 바로 바둑과 체스이다. 바둑과 체스를 하다보면 변수가 많고 상대방의 수를 잘 읽어야 하기 때문에 입장을 바꿔놓고 생각하는 훈련이 자연스럽게 된다. <br/><br/><br/>게다가 요즘 아이들은 생각하는 걸 싫어하는데 체스를 두다보면 자연스럽게 생각을 정리하게 돼 ‘생각 정리의 방법’까지 익히게 된다. 더불어 누군가의 도움을 받거나 의논해서 하는 게임이 아니라 오직 혼자 생각하고 결정해야 하기 때문에 요즘의 대세 공부방법인 자기주도학습에도 큰 도움이 된다. <br/><br/><br/>이처럼 학습과 사회성에 큰 도움이 되는 바둑과 체스, 그중에서도 체스는 단기간에 그 효과를 볼 수 있기 때문에 더더욱 많은 인기를 모으고 있다. 한문덕 원장은 어린 시절 바둑에 입문해 제8회 세계 청소년배 국제대회에서 우승을 차지했으며 대학패왕전 우승을 비롯해 최고위전 우승, 아마대왕전 우승, 전국체전 남자일반부 은메달 등 많은 우승 경력을 자랑하고 있으며 바둑을 오랫동안 해왔기 때문에 3년 전부터는 바둑 외에 흔치 않은 체스까지 가르치고 있다.  <br/><br/><br/>강남바둑센터에서는 여름방학 특강으로 체스반과 바둑반을 운영하고 있다. <br/><br/><br/>위치 서초구 서초대로 389 진흥상가 204호 <br/><br/><br/>문의 강남바둑센터

언론사: 내일신문-1-63.txt

제목: [신간 | 햇빛의 선물] "햇빛은 최고 치유에너지, 맘껏 쬐라"  
날짜: 20160701  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160701130056990  
본문: 안드레아스 모리츠 지음 / 정진근 옮김 / 에디터 / 1만2800원 <br/>정오 지나면 따가울 정도의 햇살이 내리쬐는 요즘, 자외선차단용 화장품은 좋은 선물거리로 여겨진다. 거의 '누구나' 주고받는 것을 마다하지 않고 '고마워하기'까지 한다. 그런데 이런 풍조를 안타깝게 보는 이가 있다. "햇빛은 피부의 적이 아니고 오히려 피부가 건강해진다. 우울증도 사라지고 기분이 좋아지는데......"라며 아유베르다 의학 등 대체의학전문가인 안드레아스 모리츠는 말한다. <br/> <br/>'햇빛의 선물'의 저자인 안드레아스 모리츠는 '햇빛에 노출되는 것이 무자비하게 생명을 앗아가는 치명적인 피부암의 원인이 된다'며 일반대중에게 경고하는 것은 사람들을 공포에 떨게 하려는 의도가 있다고 본다. 자외선 차단제를 비롯한 햇빛 차단제품 판매를 위한 금전적인 이익 추구가 배경에 깔려 있다는 주장이다. <br/> <br/>저자는 책 서문에서 "자외선 차단제는 기껏해야 햇빛에 의한 화상을 방지할 뿐"이라며 "햇빛에 의한 화상과 흑색종 사이에 결정적인 연관성이 있다는 사실이 밝혀진 적은 한 번도 없었고, 실제 연구 결과들에서는 자외선 차단제를 사용했을 때 흑색종 발병 위험을 가장 크게 증가시킨다고 제시되고 있다"고 밝혔다. <br/> <br/>태양으로부터 오는 선물은 무엇일까? 혈압을 떨어뜨리고 심박수를 안정시킨다. 심박출량을 개선. 필요할 경우 콜레스테롤 수치를 떨어 뜨린다. 간 속 글리코겐 저장량을 증가시킨다. 혈당량을 조절. 에너지, 지구력, 근력을 증가시킨다. 림프구와 식균지수(혈액 속 백혈구 하나당 잡아먹는 세균 수)를 증가시켜 감염에 대한 내성을 강화한다. 혈액의 산소 운반 용량을 증대시킨다. 성호르몬 수치를 증가시킨다. 감염에 대한 피부의 내성을 개선한다. 스트레스에 대한 저항력을 늘리고 우울증을 감소시킨다. <br/> <br/>또 저명한 암 학회지 '캔서(cancer)'에 발표된 논문에 의하면, 자외선 노출이 충분치 않으면 서유럽과 북미대륙에서 암 발병 위험요인이 될 수 있다. 이외 다발성 경화증, 심장질환, 관절염, 당뇨를 예방하는데도 햇빛은 작용하는 것으로 저자는 밝히고 있다. <br/> <br/>전혀 비용을 들이지 않고 그저 시간만 내면 받을 수 있다. 햇빛의 선물을.

언론사: 내일신문-1-64.txt

제목: [2016 송파 강동 광진 개별공시지가 분석] 우리 지역 최고 땅값? 잠실 롯데월드타워  
날짜: 20160630  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160701130020205  
본문: 우리 동네에서 가장 땅값이 비싼 곳은 어디일까? 자치구별로 발표한 2016 개별공시지가 자료를 정리했다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>?송파구 <br/><br/><br/><br/><br/>서울에서 가장 땅값이 비싼 곳은? 중구 충무로 1가 24-2번지 4호선 명동역 출구 앞 화장품판매시설인 네이처리퍼블릭 명동월드점으로 1㎡당 8310만원(3.3㎡당 2억7400만원)이다. 2004년부터 13년째 줄곧 최고 지가를 지키고 있다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>잠실 롯데월드타워 개별공시지가 전년 대비 10% 상승 <br/><br/><br/><br/><br/>송파구에서 제일 비싼 곳은 지난해에 이어 올해도 신천동 29번지 잠실롯데월드타워다. 1㎡당 3960만원(3.3㎡당 1억3000만원). 지난해 개별공시지가 1㎡당 3600만원에 비해 무려 10% 올랐다. 롯데월드몰이 성업중이며 123층 롯데타워 개장을 앞두고 있는 등 이 일대 상권 활성화가 지가 상승요인으로 풀이된다. <br/><br/><br/><br/><br/>길 건너 롯데호텔, 롯데백화점 일대는 1㎡당 3872만 원이다. 이처럼 잠실역 일대가 송파구에서 개별공시지가가 가장 높은 지역이다. 반면에 땅값이 가장 싼 곳은 마천동 산 2번지 임야로 1㎡당 22만6000원(3.3㎡당 74만5000원)이다. <br/><br/><br/><br/><br/>송파구 3만711필지를 대상으로 한 개별공시지가 상승률은 4.2%로 전국 상승률 5.08%에 비해 낮고 서울시 상승률 4.08%보다는 다소 높다. 전국적으로 상승률이 가장 높은 자치구는 제주로 지난해 보다 27.77%가 올랐다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/> 장지동 위례신도시 개발로 13% 상승 <br/><br/><br/><br/><br/>개별공시지가를 용도 지구별로 살펴보면 송파구내 상업지역 5.6%, 주거지역 3.9%, 녹지 4.3%, 개발제한구역 0.8%가 올랐다. <br/><br/><br/><br/><br/>동별 상승률은 장지동이 13%로 압도적으로 높았으며 문정동 8.9%, 잠실 5.3%가 뒤를 이었으며 가락동 상승률이 0.9%로 가장 낮았다. 장지동은 위례 신도시 개발이 땅값 상승의 주요 인으로 풀이된다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>?강동구 <br/><br/><br/><br/><br/>강동구는 2만9051필지 가운데 개별공시지가가 가장 높은 곳은 천호동 455-8 현대백화점 천호점으로 1㎡당 2440만원(3.3㎡당 8052만원)이다. 지난해는 1㎡당 2430만원으로 전년 대비 0.4%가 올랐다. 강동구에서 땅값이 가장 비싼 지역은 천호 사거리부터 이마트 일대인 것으로 나타났다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/> 현대백화점 천호점 강동구 개별공시지가 최고 <br/><br/><br/><br/><br/>개별공시지가 최저가는 고덕동 산 93-17 올림픽대로 부근 임야로 1㎡당 4만2500원(3.3㎡당 <br/><br/><br/><br/><br/>14만250원)이다. <br/><br/><br/><br/><br/>강동구 전체 개별공시지가 상승률은 4%로 용도 지구별로 살펴보면 주거지역 4.1%, 상업지역 3.3%, 개발제한구역은 5.2% 올랐다. 이 가운데 가장 두드러진 특징은 개발제한구역 상승률인데 강일동과 상일동 일대가 보금자리 지구로 지정된 것이 주요 원인으로 분석된다. <br/><br/><br/><br/><br/>동별 지가 상승률은 명일동이 가장 높은 4.9%며 강일동 4.6%, 고덕동과 길동 4.2% 순으로 나타났다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>?광진구 <br/><br/><br/><br/><br/>광진구에서 가장 땅값이 비싼 곳은 화양동 6-1 2호선 건대입구역 2번 출구 바로 앞 엔제리너스커피가 입점한 동서빌딩으로 1㎡당 2650만원(3.3㎡당 8745만원)이다. 지난해에도 1㎡당 2450만원으로 광진구 최고 지가를 기록했던 곳으로 전년 대비 4.3% 올랐다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>건대입구역 2번 출구 빌딩 개별공시지가 광진구 최고 <br/><br/><br/><br/><br/>광진구 내 3만2454필지 가운데 최저 지가는 중곡동 143-126 대원외고 동쪽 용마산 자락으로 1㎡당 2만5800원(3.3㎡당 8만5000원)이다. <br/><br/><br/><br/><br/>용도지구별로는 주거지역 4%, 상업지구 2.5%, 녹지 2.9%, 개발제한지역 3.8%가 올랐으며 동별로는 중곡동이 4.4%로 가장 많이 올랐고 자양동 4.1%, 능동 4% 순이다. <br/><br/><br/><br/><br/>개별공시지가는 양도소득세, 상속세, 종합부동산세 등의 국세와 취득세, 등록세 등 지방세, 각종 부담금을 부과할 때 기준 가격으로 활용된다. <br/><br/><br/><br/><br/>올해 고시된 개별공시지가는 서울부동산정보조회시스템(http://kras.seoul.go.kr/land\_info)에서 확인할 수 있다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/><표1> <br/><br/><br/><br/><br/>?우리 지역 최고 지가 & 최저 지가 <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>송파 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>강동 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>광진 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>최고가 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>신천동29번지 <br/><br/><br/><br/><br/>(롯데월드타워) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>1㎡당 3960만원(3.3㎡당 <br/><br/><br/><br/><br/>1억3000만원) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>천호동 455-8 (현대백화점 천호점) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>1㎡당 2440만원 <br/><br/><br/><br/><br/>(3.3㎡당 8052만원) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>화양동 6-1 <br/><br/><br/><br/><br/>(2호선 건대입구역 2번 출구 바로 앞 동서빌딩) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>1㎡당 2650만원 <br/><br/><br/><br/><br/>(3.3㎡당 8745만원) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>최저가 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>마천동 산 2번지 임야 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>1㎡당 22만6000원(3.3㎡당 <br/><br/><br/><br/><br/>74만5800원) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>고덕동 <br/><br/><br/><br/><br/>산 93-17 <br/><br/><br/><br/><br/>올림픽대로 부근 임야 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>1㎡당 4만2500원(3.3㎡당14만250원) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>중곡동 143-126 <br/><br/><br/><br/><br/>용마산 자락 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>1㎡당 2만5800원 <br/><br/><br/><br/><br/>(3.3㎡당 8만5100원) <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/><표2> <br/><br/><br/><br/><br/>?2016 동별 개별공시지가 상승률 <br/><br/><br/><br/><br/>(단위 %) <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>송파구 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>잠실 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>신천 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>풍납 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>송파 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>석촌 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>삼전 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>가락 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>문정 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>장지 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>방이 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>오금 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>거여 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>마천 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.2 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>5.3 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>2.7 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.1 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.3 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>2.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>0.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>8.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>13 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.6 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.8 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>1.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>1.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>강동 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>명일 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>고덕 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>상일 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>길동 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>둔촌 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>암사 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>성내 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>천호 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>강일 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.2 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.1 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.2 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.4 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.8 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.6 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>광진 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>중곡 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>능동 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>구의 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>광장 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>자양 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>화양 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>군자 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.4 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.6 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.7 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.1 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.4 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>강동 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>명일 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>고덕 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>상일 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>길동 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>둔촌 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>암사 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>성내 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>천호 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>강일 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.2 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.1 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.2 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.4 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.8 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>3.9 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>4.6 <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-65.txt

제목: "3대 질병 안 걸리면 100세까지 보장"  
날짜: 20160630  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160630124013533  
본문: ING생명이 업계 최초로 80세 만기까지 3대 질병을 진단받지 않으면 100세까지 보장 기간을 20년 연장해 주는 '오렌지3케어보험(무배당, 무해지환급형)'을 7월 1일부터 판매한다. ING생명은 이 상품에 대해 생명보험협회 신상품심의위원회에 배타적 사용권도 신청할 예정이다. <br/> <br/>이 상품은 한국인의 사망원인 중 총 47.7%를 차지하는 암, 심장 질환, 뇌혈관 질환에 대비할 수 있도록 일반암(유방암·남녀생식기암, 소액암 제외), 뇌출혈, 급성심근경색증 등 3대 질병의 진단비를 각각 2000만원에서 최고 4000만원까지 보장한다. 또 의무부가특약을 통해 제자리암, 대장점막내암, 기타피부암 등도 보장한다. <br/> <br/>3대 질병 진단 없이 80세 만기까지 보험을 유지하면 보장을 100세까지 20년간 연장해 준다. 연장 기간 중 추가 보험료는 없다.(2형 100세 연장형 가입 시) 또 납입기간 동안 동일한 보험료를 내도록 했으며, 중도 해지시 해지환급금도 없앴다. 이로 인해 보장이 같지만 해지환급금이 있는 상품(2종 표준형)과 비교할 때 보험료가 평균 26%가량 저렴하다.(1종 실속형 가입 시) <br/> <br/>가입기간에 3대 질병 중 하나라도 진단을 받거나 50% 이상 장해 상태 시 보험료 납입면제 혜택을 받을 수 있고, 나머지 질병에 대한 보장혜택은 보험료 부담 없이 만기까지 지속된다.이 상품의 가입나이는 만 15~60세이다. 보장금액 2000만원 기준으로 1종 실속형 100세 연장형은 40세 남성이 월 3만8200원, 여성이 2만3800원이다.

언론사: 내일신문-1-66.txt

제목: ‘가족성 유방암과 치료법’  
날짜: 20160628  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160628130525052  
본문: 몇 년 전 할리우드 스타 ‘안젤리나 졸리’의 양쪽 유방 절제술이 세간의 화제가 됐던 적이 있었다. 몸이 회복 되는대로 난소절제까지 할 예정이라는 사실이 알려지면서 그가 수술을 감행하게 된 이유인 ‘유전성 유방암’에 대해 관심이 모아졌다. 유방암이나 난소암, 대장암 등 각종 암들은 가족력이 있는 경우 위험도가 높아지는데 이런 가족성 유방암을 비롯해 유전자 돌연변이로 인한 유전성 유방암 등의 위험도와 예방법에 대해서 살펴봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>가족성 유방암 <br/><br/><br/>비슷한 생활습관과 환경, 서구화된 식습관 <br/><br/><br/>‘우리 딸들도 유방암에 걸릴까요?’ 진료를 하다 보면 이런 질문을 하는 환자들을 자주 만난다는 권수범 원장은 “일반적인 경우에 비해 가족 중에 유방암 환자가 있을 때 다른 가족들이 유방암에 걸릴 가능성이 더 높은 것이 사실이다. 2014년 기준으로 우리나라 유방암 환자 중 가족력이 있는 경우는 10.8% 정도였다. 가족은 비슷한 생활습관과 환경에 노출되어 있기 때문에 유방암 위험도가 증가된다고 할 수 있는데 그런 만큼 잘못된 식습관을 고치는 것이 유방암을 예방할 수 있는 방법”이라고 설명했다. <br/><br/><br/>유방암이 급격히 늘어나게 된 데는 서구화된 식습관과 운동부족도 주요한 원인으로 꼽힌다. 그래서 유방암 예방을 위해서 동물성지방 섭취를 줄이고 비타민C, 카로티노이드류, 섬유질과 건강에 도움을 주는 무기질, 파이토케미칼이 풍부한 채소, 과일을 적극적으로 섭취하는 것이 좋다. 이런 식단과 더불어 유방암 발생률과 재발률을 높이는 비만 예방을 위해서 자신에게 맞는 운동을 꾸준히 병행해 적정 체중을 유지하도록 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유전성 유방암 <br/><br/><br/>BRCA 유전자의 돌연변이 이상, <br/><br/><br/>유방암 확률 60~80% <br/><br/><br/>유전성 유방암은 가족성 유방암 중에서 가계 내에 유전되는 특정한 유전자 돌연변이가 있는 경우를 말한다. 돌연변이를 일으키는 유전자는 다양한데 이중에서 가장 흔하면서 중요한 위치를 차지하고 있는 것은 BRCA 유전자로 알려져 있다. BRCA 유전자의 돌연변이는 다음 세대로 계속 전달될 수 있고 유방암에 걸릴 확률 또한 60~80%에 달한다. 비교적 젊은 나이에 발생하고 양쪽 유방암 및 난소암 발병 확률도 25~40%로 높아진다. 난소암으로 젊은 나이에 사망한 어머니 때문에 유전자 검사를 받았던 안젤리나 졸리 역시 BRCA 1 유전자 돌연변이가 발견됐다. <br/><br/><br/>외국에서는 유전성 유방암이 전체 유방암의 5~10%를 차지하고 있는데 BRCA 1 돌연변이를 가진 여성은 70세가 되기까지 약 36~60%, BRCA 2 돌연변이를 가진 여성은 약 28~56%에서 유방암이 걸린다고 알려져 있다. 우리나라 여성도 BRCA 1, BRCA 2 유전자 돌연변이의 경우 70세까지의 유방암 위험은 각각 72.1%, 66.3%로 보고된다. 유전성 유방암 환자의 80%가 50세 이전에 발생하는 등 젊은 나이에 나타나는 만큼 직계가족 및 형제자매들 중에서 유방암 환자가 2명 이상이라면 반드시 전문의와 상의하고 유전자 검사를 받아야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>주기적 검사나 예방적 유방·난소 절제술 시행 <br/><br/><br/>“유전성 유방암은 일반 유방암과 같은 치료가 이뤄지는데 흔하지는 않지만 예방적 유방절제술을 시행하기도 한다. 이런 경우 유방암의 발생이 90% 이상 줄어드는 등 예방효과가 크다. 예방적 난소 절제술도 시행할 수 있는데 40세 전후에 난소 절제술만 받을 경우 난소암 위험은 96%, 더불어 유방암 위험도 53%까지 줄일 수 있다”고 권수범 원장은 들려줬다. <br/><br/><br/>하지만 예방적 수술은 정상 유방 절제로 인한 심리적인 악영향, 임신, 난소 절제 후 폐경으로 인한 부작용 등 복잡한 문제를 가지고 있는 만큼 신중하게 고려해야 한다. 굳이 예방적 절제술이 아니더라도 유방촬영술, MRI 및 혈액검사, 초음파검사 등과 같은 주기적 검사를 꾸준히 시행하면 예방적 수술에 상응할만한 효과를 거둘 수 있다. 따라서 내게 맞는 치료방법을 찾기 위해서 경험이 풍부한 유방 전문의를 찾는 것이 우선돼야 한다.

언론사: 내일신문-1-67.txt

제목: [민간의료보험 가입자가 봉인가] '지급거부' '보험료 인상' 밥먹듯  
날짜: 20160627  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160627124334825  
본문: 국민건강보험의 낮은 보장성 탓에 민간의료보험이 뿌리 깊게 자리 잡은 가운데, 보험사들의 가입자 관리가 부실하면서도 되레 그 손실을 가입자에게 전가하고 있다는 지적이 나왔다. <br/> <br/>보건시민단체 건강세상네트워크가 최근 주최한 '민간의료보험의 실태와 문제점'을 주제로 열린 포럼에서 김경례 한국소비자원 의료팀장 등은 "민간의료보험상품 설계와 판매가 실손보험 취지에 맞게 이뤄지도록 관련 부처의 철저한 감독이 필요하다"며 "금융위원회 중심으로 관리기능을 강화하기 위한 제도 개선이 필요하다"고 말했다. <br/> <br/>◆"실손보험 가입하느니 적금하는 게 낫다는 말들 나와" = "올해 3월 백내장 진단 후 수술을 받은 후 민간의료보험사에 보험금을 청구한 A씨는 보험사로부터 '시력 개선을 위한 목적으로 렌즈를 삽입한 수술은 보상하지 않는다'는 답을 받는다. 백내장 재발 방지를 위해 수정체를 제거하고, 인공수정체로 대체해야 한다는 의사 진단에 따라 수술을 했는데 보험사는 금융감독원 지침이라며 보험금을 지급하지 않았다. <br/> <br/>이 민원에 대해 한국 소비자원은 "보험 약관상 보험금 지급 대상에 포함될 뿐만 아니라 명확하게 면책하는 약관조항이 없으므로 작성자 불이익의 원칙에 따라 보험금을 지급하라"고 보험사에 권고했다. 결국 A씨는 백내장 수술비 300만원의 90%인 270만원을 받았다." <br/> <br/>"올해 2월 최종 간암 확진 후 20여년 전 B형간염 보균자였는데 보장받을 수 있냐고 상담했다가 되레 보험금 지급 거절당하고 계약을 해지당한 사례도 있다. 한국소비자원은 20년여전 B형간염에 대해 청약서에서 묻지 않았고, 보름간 치료 후 치료받은 적 없는 비활동성으로 고지의무 위반이라 보기 어렵다며 계약의 원상회복을 권고했다. 해당 민간보험사는 가입자가 간암신청을 하지 않았다며 지급심사 후 지급하겠다고 답했다." 한국소비자원이 소개한 민간의료보험 사의 지급거부 민원사례이다. <br/> <br/>김경례 소비자원 의료팀장은 "국민건강보험에서 적용되지 않는 비급여 탓에 실손보험을 가입하는데 차라리 그 보험료로 적금 드는 게 더 이롭다는 이야기가 나올 정도이다. 가입할 때는 온갖 것들을 보장하는 것처럼 선전하고는 실제 지급시기가 되면 각가지 이유로 지급거부를 하는 사례가 많다"고 말했다. <br/> <br/>◆국민건강보험 낮은 보장 탓에 부득이 가입 = 본래 민간의료보험은 일반인이 민간보험회사가 판매하는 상품에 가입하여 질병에 걸릴 경우 보험금으로 진료비를 대납하는 제도이다. 현행 국민건강보험으로는 혜택을 받지 못하는 자기공명영상장치(MRI) 촬영과 특진 등 고가의 의료서비스를 저렴한 비용으로 받을 수 있고, 계약에 따라 암 등 특정질환도 보험급여를 받을 수 있다. 하지만 소득이 많은 중상류층에는 유리하고, 저소득층은 질 높은 의료혜택에서 제외되기도 하고 공적으로 의사와 병원에서의 비급여 진료를 통제하지 않아 국민의 의료비 부담이 늘어나게 된다. <br/> <br/>국민건강보험공단 건강보험정책연구원에 따르면, 우리나라 10가구 중 9가구 꼴로 민간의료보험에 가입하고 있다. 지출하는 보험료는 월평균 31만원으로 나타났다. <br/> <br/>이는 국민건강보험의 낮은 보장성을 보충하기 위해 민간의료보험에 가입하고 있음을 보이는 동시에 결국 가계의 의료비 지출이 가중되고 있음을 알 수 있다. <br/> <br/>그럼에도 60대 이상, 단순노무직, 월평균 가구소득 100만원 미만의 경제적 취약층에서의 민간의료보험 가입률은 상대적으로 낮게 나타났다. 건강보험정책연구원은 이를 민간의료보험사가 위험이 적은 환자를 선택하고 위험이 크거나 예측이 힘든 환자는 회피하는 '위험전가현상'을 반영하는 것이고 가입에서의 사회적 불평등이 존재하고 있음을 보여준다고 밝혔다. <br/> <br/>◆순이익 6조 넘었지만 손해율 늘었다며 보험료 인상 = 더 큰 논란은 보험사의 실손보험 손해 여부다. 4대 보험사들은 손해율이 120%가 넘는다며 올해 실손보험료를 18-27% 올렸다. 지난해(7-20%)보다 훨씬 큰 폭의 인상이다. 그런데 2월 금융감독원은 2015년 민간보험사들이 6조3000억원 당기순이익을 챙겼다고 밝혔다. 생명보험사의 당기순이익은 3조6000억원, 손해보험사의 당기순이익은 2조7000억원이었다. 손해율이 늘었고 동시에 순이익도 늘었다는 주장이다. <br/> <br/>상식적으로 이해되지 않는 보험사들의 행보에 금융당국은 손해율이 높아 보험료인상이 불가피하다는 듯이 보험료를 자율적으로 설정할 수 있도록 했다. <br/> <br/>이와 관련 신현웅 보건사회연구원 연구기획조정실장은 "보험회사들이 가입자와 급여비 지출관리에 실패하면서도 보험료 인상 등으로 소비자에게 피해를 전가하고 있다"며 "이는 관리미흡에 따른 피해에 대해 직접적인 패널티가 없기 때문"이라며 지적했다. <br/> <br/>또 신 실장은 "민간보험회사는 4대 중증질환 보장성 강화정책으로 기존의 민간보험에서 부담하던 1조5000억원 정도를 지출하지 않아도 돼 이익으로 남게 된다"며 "재난적 의료비 기금등 공적영역에 기부할 필요가 있다"고 강조했다. <br/> <br/>정형준 인도주의실천의사협의회 정책국장은 "국민의 의료비 부담이 늘고 건강보험 보장성이 떨어지는 것은 실손보험사와 병원자본이 서로 상생할 수 있도록 만든 정부의 의료민영화 정책 결과"라며 "비급여 진료 자체를 자제시키고 실손보험을 통제하는 길밖에 없다"고 주장했다.

언론사: 내일신문-1-68.txt

제목: [생명의 녹지, 도시숲│① 미세먼지·이상고온 최후 방어막] 느티나무 한그루, 성인 7명 숨통 틔운다  
날짜: 20160627  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160627124326064  
본문: #아침에 눈을 뜨니, 밖이 뿌옇다. 스마트폰을 켜서 포털망 일기예보에 접속한다. 미세먼지 농도를 검색해 보니 '아주 나쁨'이다. 마스크를 챙기고 출근길에 올랐는데, 6월 기온치곤 너무 덥다. 5월부터 30도가 넘는 더위가 찾아왔다는 뉴스가 기억났고, 출근길이 짜증스러워졌다. <br/> <br/>서울 금천구에 사는 40대 Y의 아침 풍경이다. Y는 주말에도 미세먼지 농도를 보고 외출을 결정한다. '외출에 주의하라'는 일기예보 진행자의 말에 Y는 귀를 기울인다. <br/> <br/>미세먼지 농도가 심각한 수준이다. 정부와 지방자치단체는 각종 미세먼지 해결책을 쏟아내고 있다. 인천시는 4486억원을 투입, 미세먼지를 최대한 줄이는 방안을 마련했다. 국회도 미세먼지 규제내용이 담긴 각종 법안을 내놓고 있다. <br/> <br/>하지만 미세먼지 발생원인을 모두 찾아내 제거할 수 없는 것이 현실이다. 환경 전문가들은 "미세먼지 발생원인은 초국가적인 상황이어서 쉽게 개입하기도 힘든 상황"이라며 "현재로서는 억제책이 최선의 수단"이라고 지적했다. <br/> 대전시 도심 산림 유림공원 . 사진 산림청 제공 <br/> <br/>도시숲 조성이 억제책으로 꼽혔다. 도시숲이 있는 지역은 한낮 평균기온이 3~7도 낮아졌다. 숲은 연간 107만톤의 미세먼지와 이산화질소 등을 흡수한다. <br/> <br/>◆이상고온에 대기열 흡수 효과 = 도시숲의 치유능력은 어느정도일까. 우리나라 숲의 미세먼지 흡수량은 연간 29만2000톤이다. 나무 한 그루가 한 해 미세먼지 35g을 흡수하고 있다. 미세먼지는 나뭇잎 등 식물 표면에 흡착되는데, 나무는 미세먼지 이산화질소 등을 흡수해 자신의 몸에 저장한다. 나무는 이렇게 저장된 미세먼지를 부피생장에 활용하고, 몸에서 산소를 배출한다. <br/> <br/>느티나무 한 그루가 배출하는 산소는 성인 7명이 1년간 숨쉬는데 필요한 양이다. <br/> <br/>패트릭 텐 브링크는 미국 55개 도시숲이 연간 71만톤의 오존과 미세먼지, 이산화질소, 이산화탄소를 흡수한 사실을 확인해 연구결과로 발표했다. 일렬로 조성된 자작나무 가로수 주변 주택에서는 가로수가 없는 지역에 비해 미세먼지(PM10)가 50% 감소했다는 실증연구 보고서도 제출됐다. (2013년 Maher외) <br/> <br/>도시숲은 미세먼지 뿐 아니라 대기열 흡수에서 탁월한 능력을 보인다. <br/> <br/>버즘나무(플라타너스) 한 그루는 15평형 에어컨 5대가 5시간동안 가동해서 열을 내리는 효과를 내는 것으로 조사됐다. <br/> <br/>스트레스와 성인병 예방에 도시숲이 미치는 영향에 대한 분석도 다양하게 나오고 있다. 정신의학회 연구자료에 따르면 15분간 숲을 바라보는 것만으로도 스트레스 호르몬인 코티솔 농도를 15.8% 감소시킨다. 또 같은 조건에서는 혈압이 2.1% 낮아지는 것으로 나타났다. <br/> <br/> <br/> <br/>◆도시숲, 여성 사망률 낮춘다 = 미국 하버드 공중보건대학 연구진이 2000~2008년 10만8630명의 여성을 대상으로 조사한 결과 빌딩숲이나 아파트 건물에 사는 여성은 숲이나 정원과 가까운 곳에서 사는 여성에 비해 사망률이 12% 더 높은 것으로 조사됐다. <br/> <br/>초목으로 둘러싸인 지역 거주 여성은 그렇지 않은 여성에 비해 호흡기 질환 사망률은 34%, 암 사망률은 13% 감소, 우울증 등 정신질환 위험도 낮춰주는 것으로 확인됐다. <br/> <br/>도시숲이 야외에서 활동적인 시간을 보낼 수 있고 오염된 공기나 소음으로 멀어질 수 있기 때문인 것으로 분석된다. <br/> <br/>의학 학술지 '환경보건 전망'에 따르면 초목식물이 환경을 보호하고 실제 건강에 도움이 된다는 과학적 사실을 입증했다. <br/> <br/>◆서울 도심산림 턱없이 부족 = 도시숲 치유능력은 이처럼 여러 단계에서 검증됐다. 세계 각국 도시들도 도심속 산림조성에 적극 나서는 모양새다. <br/> <br/>반면 우리나라 도시숲은 바닥수준이다. 서울시와 광역시의 1인당 도시숲 면적은 7.1㎡로, 런던(27㎡)의 30% 수준이다. 파리(13㎡) 뉴욕(23㎡) 등 다른나라 주요 대도시의 절반에도 못미친다. 세계보건기구(WHO) 권고 기준은 9㎡다. <br/> <br/>국내 전체 면적으로 놓고 보면, 인구 1인당 생활권 도시림 면적은 8.32㎡다. 전체 도시림 109만5000ha 중 생활권 도시림 면적은 3만9000ha로 3.4%에 불과한 것으로 나타났다. <br/> <br/>미세먼지는 발전소나 대형 설비에서만 발생하는 것은 아니다. 경유차는 물론 모기향에서도 미세먼지가 발생한다. 이 때문에 도심의 미세먼지 발생량도 무시하지 못할 수준이다. <br/> <br/>서울시 미세먼지 발생량은 1727톤, 서울시 산림면적은 1만5719ha이다. 서울시 산림이 미세먼지를 흡수할 수 있는 양은 헥타르 당 46㎏이다. 현재 서울시 산림으로는 42% 가량만 흡수할 수 있다. <br/> <br/>서울 미세먼지를 모두 흡수하려면 3만7543ha의 산림이 필요하고, 2만1824ha(축구장 2만7000개 크기)의 산림을 추가 조성해야 한다는 계산이 나온다. <br/> <br/>◆기업 등 참여형 도시숲 조성 필요 = 정부와 지자체는 도시숲 조성 예산에 인색하다. 땅을 사서 숲을 만드는데 비용이 막대한데다 향후 운영인력 문제도 발생하기 때문이다. <br/> <br/>일부 기업에서 도시숲을 조성해 시민 녹지공간으로 제공한 사례가 조금씩 늘어나고 있지만, 아직 미세먼지와 이상고온을 완벽 방어하기에는 역부족이다. <br/> <br/>지난해 정부 예산없이 686개 도시숲이 조성, 91만㎡ 도시산림이 늘어났다. 산림청은 기업참여형 도시숲 조성 확대를 위해 국공유지 등을 활용할 수 있도록 지원하고 있다. <br/> <br/>산림청 관계자는 "기업이 도시숲을 조성하고, 시민단체가 이를 운영하는 형태의 협업이 도시숲 분야에서 확산되고 있다"며 "SK가 울산에 조성해 기부채납한 대공원은 시민들이 가장 아끼는 공간으로 자리잡았다"고 밝혔다. <br/> <br/>공동기획 : 산림청·생명의숲

언론사: 내일신문-1-69.txt

제목: [책 다시 읽기 | 의료천국, 쿠바를 가다] 주치의제도로 꽃피운 쿠바의료 탐방기  
날짜: 20160624  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160624122802062  
본문: 요시다 다로 지음 / 위정훈 옮김 / 파피에 출판 / 1만5000원 <br/>"단 한 사람의 생명은 지구상에서 가장 부자인 사람의 전 재산보다도 100만 배나 더 가치가 있다. 이웃을 위해 최선을 다한다는 자부심은 높은 소득을 얻는 것보다 더 중요하다." 의사출신 혁명가인 체 게바라의 말이다. 이 말을 실천한 쿠바인들에 의해 만들어진 의료체계는 쿠바를 지구상에서 가장 발달된 의료선진국으로 칭송받게 만들었다. <br/> <br/>가난한 나라는 의료수준도 낮다는 게 정설이다. 하지만 쿠바는 예외다. 60년 넘게 쿠바를 봉쇄했던 미국의 언론들도 정치인들에게 "의료문제를 해결하려면 쿠바로 가보라"고 권했다. <br/> <br/>한때 의료복지의 모델이었던 영국이 관련예산을 줄이면서 휘청거리기 시작한 의료시스템을 복구하기 위해 찾은 곳도 쿠바다. <br/> <br/>전세계 의료전문가들이 극찬하고 있는 쿠바의 의료체계를 지탱하는 것은 패밀리닥터(가족주치의)다. <br/> <br/>이들 주치의들은 농촌에서 산골에서, 어촌, 도시 곳곳에서 마을 주민들 속에서 살면서 120세대 가족들의 상태를 체크하고 증진하는 일을 한다. <br/> <br/>생활공간이 같아서 그들의 일상활동을 이해하고 건강생활습관을 관리하기도 한다. 건강을 해치는 생활을 하는 이들에게는 버럭 소리를 지르면서 다독거릴 수 있는 가까운 이웃이기도 하다. <br/> <br/>하지만 가족주치의 한 사람이 모든 것을 떠맡을 수는 없다. 그래서 같은 지역 내 다른 가족주치의나 내과 소아과 안과의사, 심리학자, 통계전문가, 사회복지사들이 베이직 워크 그룹을 만들어서 지원한다. 진료가 힘들 경우에는 그룹의 전문가들이 자신들의 정보를 가족주치의에게 제공한다. <br/> <br/>이들의 활동으로 쿠바는 96%이상의 국민에 대해 지속적인 건강체크가 가능해졌다. 각종 암의 조기 발견 증가, 유아사망률 입원기간 응급실 이용환자수 등 감소, 평균수명 연장, 국민위생습관 개선 등 의료서비스에 대한 큰 만족도 등을 이뤘다. 그것도 무상으로. <br/> <br/>쿠바보다 훨씬 잘산다는 한국의 의료정책자들에게 쿠바로 가 보기를 권한다.

언론사: 내일신문-1-70.txt

제목: 메리츠화재 '건강장수보장보험1605'  
날짜: 20160624  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160624122739749  
본문: 메리츠화재가 질병 진단부터 치료 후 건강관리까지 보장하는 '건강장수보장보험1605'를 최근 출시했다. <br/> <br/>이 상품은 최근 의료기술의 발달로 질병 생존율이 증가하면서 치료 이후 발생할 수 있는 비용에 대한 보장을 강화했다. 진단비, 수술비, 입원비 및 후유장해 등 기본보장 외에 장애인복지법상 장애등급 판정 시 등급별로 진단비를 지급하여 신체보조기구 구입 등 일시에 발생 할 수 있는 비용을 보장한다. <br/> <br/>특히 기존에 없었던 5~6등급의 비교적 경미한 장애에 대한 진단비를 신설해 보장의 폭을 넓혔다. 또 질병장애 생활자금을 통해 매월 생활보조비를 10년간 지급한다. <br/> <br/>뇌, 간, 심장, 신장등 신체기관별로 수술비·일당·장애에 대한 보장도 신설했다. 3대 진단비(암, 뇌졸중, 급성심근경색증)와 함께 신체기관별로 진단→수술→일당→장애등 순으로 종합보장이 가능하다. <br/> <br/>실손의료비에서 보장하지 않았던 한방치료비와 정신질환보장도 추가했다. 한방치료비의 경우 상해수술이나 질병수술, 골절, 교통사고 등 흔히 발생 할 수 있는 위험에서부터 암, 뇌졸중, 급성심근경색증과 같은 중증질환까지 폭 넓게 보장한다. 비갱신형으로 운영되기 때문에 향후 보험료 인상에 대한 걱정 없이 가입할 수 있다. 단, 첩약, 약침, 물리치료에 한해 1사고 당 3회, 5회, 5회씩 정해진 횟수와 금액으로 보장한다. 정신질환의 경우 장애인복지법상 정신장애로 진단 시 진단비와 입원비를 지급한다. <br/> <br/>100세 만기 상품으로 60세까지 가입가능하며 납입기간은 10년, 15년, 20년, 25년, 30년 중 자유롭게 선택할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-71.txt

제목: [분당 교단 일기]넌 내가 가르친 것 중 어떤 것이 기억나냐?  
날짜: 20160621  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160622080335239  
본문: 서현고등학교 추진호 교사 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>들어가는 이야기1 <br/><br/><br/>초임 교사 시절 교무실에서 이런 말을 한 적이 있다. “<span class='quot0'>나중에 애들은 저를 어떻게 기억할까요?</span>” 딱히 대답을 바란 질문은 아니었는데 선배 교사 한분이 이런 답을 주셨다. “<span class='quot0'>기억이나 하면 다행이지...</span>” 교무실에 있던 모두가 소리내어 웃었고 뒤이어 약간은 씁쓸한 기운이 교무실을 채웠었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>들어가는 이야기2 <br/><br/><br/>무선 공유기가 필요한 일이 생겼다. 한시적으로만 필요한 것을 돈을 주고 사기도 애매해서 큰 기대없이 페이스북에 올려 보았다. 몇분 지나지 않아 IT 쪽에 근무하는 제자가 자신의 공유기를 빌려주겠다고 답글을 달았다. 궁금했던 녀석의 근황과 요즘 그쪽 업계의 분위기도 들어볼 기회가 생긴 것 같다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>키팅 선생님(Mr. Keating)과 메나셰 선생님(Mr. Menasche) <br/><br/><br/>고등학교 시절의 나는 혹시라도 선생님이 된다면 영화 「죽은 시인의 사회」의 키팅처럼 되고 싶다고 생각했다. 학생들을 감동시키고 머릿속에 강렬하게 남아 평생 그 영향력이 지속되는 존재. 그러나 막상 교사가 되어보니 생각이 좀 바뀌었다. 영화처럼 학생에게 불행한 일이 생기는 것도 싫고, 내가 학교를 떠나는 상황이 되는 것도 싫었다. 그래서 그저 학생들과 잘 통하는 담임 선생님이고 싶었고 특히 고3 담임일 땐 대학을 잘 보내는 선생님이고 싶었다. 수업을 통해서는, 큰 감동을 주는 것 보다는 작은 즐거움을 줄 수 있으면 다행이라 생각했다. 그렇게 십 수년을 지내다 다비드 메나셰(David Menasche)선생님을 알게 되었다. 이 사람은 대담하게도 이런 질문을 한다. “<span class='quot0'>내가 정말로 아이들의 인생에 영향을 끼치긴 했나?</span>” 나로서는 이제 입 밖에 꺼내기 주저하는 그런 질문 말이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>삶의 끝에서(어쩌면 삶의 한 복판에서) <br/><br/><br/>「삶의 끝에서」 이 책은 저자가 암 진단을 받는 장면에서 시작해 미국 각지의 옛 제자들을 찾아 여행을 마치고 돌아오는 것으로 끝이 난다. 각 장들은 학교에서 학생들을 가르치며 생긴 사건들, 투병 과정 중에 생긴 일, 그리고 ‘나를 되찾는 여행’이라 이름 붙인 여정에서 만난 사람들과의 대화가 주된 내용이다. 각 장의 끝에는 해당 사건의 관련 학생이나 친구의 글이 덧붙어, 같은 사건을 바라보는 다른 시점을 볼 수 있어 신선하고 또 감동적이었다. 공감하는 대목, 교사로서 나를 돌아보게 하는 일화, 그리고 눈물이 핑도는 뭉클한 이야기도 많았다. 특히 148페이지의 내용이 강렬했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>“보통 사람들은 죽음을 자신과 전혀 상관없는 것으로 여기며 살아간다. 삶이 영원할 것처럼 살아간다. 오늘이 지나면 항상 내일이 기디리고 있을 거라고 생각한다. (중략) 그러나 자신이 죽으리라는 걸 정말로 알았을 때, 자신의 죽음을 준비하기 시작했을 때, 그때서야 비로소 우리는 사는 법을 배운다. 삼키기 힘든 교훈이다. 이제야 겨우 사는 법을 배웠는데 곧 죽는다니.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>Memento Mori(‘네가 죽을 것을 기억하라’는 라틴어)라는 말이 떠올랐고, 나는 사는 법을 제대로 알고 있는지 생각해 보았다. 난 아직도 죽음의 존재는 한쪽에 제쳐두고 계속 내일이 있을거라 믿고 내일에는 지금은 없던 힘이 의지가 생겨날 거라 믿으며 살고 있었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>우선 순위 리스트(The Priority List) <br/><br/><br/>이 책의 원제목은 The Priority List(우선 순위 목록)이다. 이 용어를 중심으로 모든 이야기가 연결되어 있다. 평소 학생들에게 가장 소중히 여기는 가치를 묻고 그에 대한 글을 쓰게 했던 교사가 죽음을 앞두고 자신의 우선순위를 정하고 그에 따라 남아있는 하루하루를 소중히 쓰는 과정을 보여준다. 앞이 거의 보이지 않을 때까지 수업을 계속한 것도 자신에게 가장 소중한 것이 ‘수업’ 이었기 때문이었다. 결국 그마저도 할 수 없게 되자 ‘학교 밖의 수업’을 하고자 제자들을 찾아 떠난다. <br/><br/><br/>나도 ‘생애전환기’를 지났다. 만 40이 넘으며 첫 번째 든 생각은 지금까지 살아온 세월이 길지 앞으로 살아갈 날이 더 길지 알수 없다는 것이었다. 지금 죽어도 요절했다는 말은 들을 수 없는 나이가 된 것이다. 두 번째는 좋아하는 일을 하면서 살기에도 너무 짧은 인생이란 생각이었다. 나도 내 리스트를 정비하고 더 늦기전에 해야할 일들을 꼭 해야겠다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>마치는 이야기1 <br/><br/><br/>나를 포함한 대부분의 교사는 학생에게 영향력을 끼치고 싶어한다. 초임교사일수록 그 마음이 강하고 경력이 쌓일수록 그 마음이 옅어진다. 변화되지 않는 학생들에 좌절하고 마음에 들지 않는 교육정책이나 관습에 지쳐가고 몇몇 무례한 학부모의 요구에 시달리다보면 그렇게 된다. ‘나는 그렇지 않겠지’ 생각했는데 나도 초심에서 많이 떠나 있음을 이 책을 읽으며 알게 되었다. 다시 한번 내가 학생들에게 미칠 영향력을 생각해 본다. 나의 말보다는 행동과 생활을 보고 많은 것을 배우게 될 학생들을 위해 어떻게 사는게 좋은 것일까? 꾸며서 더 좋은 인간상을 보이려 했다가는 금방 밑천이 드러날 것 같고, 내 능력 안에서 할 수 있는 일을 더 잘하도록 힘써야겠다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>마치는 이야기2 <br/><br/><br/>유명한 축구감독 알렉스 퍼거슨은 SNS는 시간 낭비라고 했다. 틀린 말은 아니다. 하지만 저자의 불가능할 것 같았던 여행이 시작된 것도, 이러한 책이 나와 감동을 주게 된 뒤에는 페이스북이라는 매체가 있었다. 폐단이 없는 것은 아니지만 요즘 강조하는 ‘소통’을 위해서 적극적으로 지금의 통신수단이나 앞으로 나타날 소통수단들에도 관심을 기울여야겠다. 이제 몇시간 후면 위에서 말한 제자가 무선 공유기를 들고 나타날 것이다. 오랜만에 용기를 내서 물어봐야겠다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>“넌 내가 가르친 것 중 어떤 것이 기억나냐? (혹시라도 기억이 난다면...)”

언론사: 내일신문-1-72.txt

제목: ‘유방암 예방 생활수칙’  
날짜: 20160621  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160621093445681  
본문: 유방암에 영향을 미치는 가족력이나 초경, 폐경으로 인한 호르몬 변화 등은 스스로 조절할 수 없는 부분이지만 또 다른 위험인자인 생활습관이나 식습관은 얼마든지 관리가 가능하다. “<span class='quot0'>유방암을 예방하기 위해선 채소와 과일을 적극적으로 섭취하면서 가급적 술은 피하고 운동을 병행해 적정 체중을 유지해야 한다</span>”고 수원 아름다운향기유외과 권수범 원장은 조언한다. 삶을 건강하게 만들어줄 유방암 예방 생활수칙을 꼼꼼하게 살펴보자. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>Ⅰ.유방암 위험도 알고 유방암 정기검진 받기 <br/><br/><br/>먼저 내가 가진 유방암 위험도를 알아야 하는데 쉽게 말하면 가족 중에 유방암이나 난소암, 대장암에 걸린 사람이 있는지를 살펴봐야 한다. 가족은 비슷한 생활습관과 환경 등을 공유하기 때문에 암이 발생하면 다른 가족에게 충분히 영향을 미칠 수가 있다. 이런 경우라면 특히 유방암 정기검진을 일찍 시작하는 것이 좋다. 이외에 증상이 없는 일반적인 여성들은 40세 이상부터 시행하는 국민건강보험공단의 유방 촬영을 꼭 받도록 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>Ⅱ.30세 이상이면 월 1회, 유방암 자가 검진하기 <br/><br/><br/>자가 검진만으로 유방암을 진단할 수는 없지만 유방암을 조기에 발견할 수는 있다. 30세 이상이라면 매월 1회 일정한 날짜에 시행하는데 보통은 생리가 끝난 직후 일주일 전후가 가장 좋다. 이때 가슴에 혹이 만져지거나 유방의 피부가 부어오르고 빨갛게 변했다면 유방암을 의심해봐야 한다. 이외에도 유방의 모양이나 크기 변화, 유두 가려움증, 유두 함몰, 유두 분비물, 지속적인 유방 통증이 나타난다면 유방 전문의를 찾아 정확한 진단을 받도록 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>Ⅲ.건강한 생활습관 실천하기 <br/><br/><br/>비만인 사람은 유방암 발생률도 높고 재발률도 증가할 수 있다는 보고가 있다. 체질량지수(BMI)가 23.0~24.9는 과체중, 25이상이면 비만으로 분류된다. 특히 폐경 후 과체중이거나 비만인 사람은 마른 사람에 비해 유방암 위험도가 30~60% 높아진다. 난소에서 만들어지던 대부분의 에스트로겐(여성호르몬)이 폐경 후엔 지방조직에서 만들어지기 때문에 비만 여성이 마른 여성보다 더 높은 혈중 에스트로겐 농도를 갖게 된다. 또한 비만 여성은 인슐린도 높아서 제2형 당뇨병이 있는 여성과 함께 유방암 위험도가 높게 나타나고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>▷ 체중조절로 적정 체중 유지하기\_ 폐경 후 체중조절 시 유방암 위험도 낮아져 <br/><br/><br/>18세 이후 9kg 이상 체중 증가 시 유방암 위험도가 15%라면 폐경 후 9kg 체증 증가는 18%로 폐경 후 체중 증가는 유방암에 걸릴 확률이 더 높다. 그래서 체중을 줄이는 것이 필요한데 실제로 폐경 후 2~5kg을 줄인 여성이 그렇지 않은 여성과 비교해서 유방암 위험도가 20% 낮았다. 적정 체중(BMI 23 이하)을 유지하기 위해선 주 6회 정도 30분 이상 규칙적으로 운동을 하는 것이 좋다. 일주일에 34시간 동안 운동하면 유방암 위험이 30~40% 줄어든다는 보고가 있듯이 자신에게 맞는 운동을 찾아 적극적으로 하다 보면 면역력도 증가되고 땀으로 독소도 배출돼 삶의 활력을 찾을 수 있을 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>▷ 채소·과일 섭취로 칼로리 줄이기\_ 항산화 물질과 비타민, 단백질 많아 <br/><br/><br/>어떤 질병이든 채소 위주의 식단은 필수다. 유방암 예방을 위해서도 역시 채소와 과일을 적극적으로 섭취해야 한다. 채소, 과일에는 유방암 예방인자인 비타민C, 카로티노이드류, 섬유질 외에 무기질, 미네랄 등이 풍부하다. 칼로리도 적어서 적정 체중 유지에도 도움이 된다. <br/><br/><br/>총 지방 섭취량의 증가는 유방암 발생률을 높일 가능성이 있는 것으로 보고되고 있는 만큼 패스트푸드 류를 절제하고 육류는 일주일에 500g 이하로 섭취하되 가공육은 가급적 피한다. 과다한 양의 알코올은 여성호르몬 수치를 증가시키므로 술은 적게, 자주 마시지 않는 것이 좋다.

언론사: 내일신문-1-73.txt

제목: 치질, 쉬쉬하다 병 키우기 십상  
날짜: 20160620  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160621093425066  
본문: 여성 치질 환자는 환부 노출의 부담감 때문에 수술이 필요한 단계까지 꾹 참다가 병을 키우기도 한다. 최근에는 치질 유발 원인을 개선해 증상을 완화하는 비수술 치료가 주목받고 있다.   <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>원인 치료하는 비수술 치질 치료 <br/><br/><br/>진료 문턱 낮추고 증상 악화 방지 <br/><br/><br/>치질은 제1기부터 4기까지 증상을 구분하며, 일반적으로 4기는 수술이 필요한 단계지만 제1~3기 치질 환자라면 비수술 치료로 증상이 호전될 수 있다. 제1기는 치핵이 항문 내에서 부풀어 오르기만 한 상태로 안에서 출혈이 있지만 배변 시 항문 밖으로 나오지 않으며, 제2기는 출혈과 함께 치핵이 배변 시에 항문 밖으로 나오지만 배변 후 저절로 들어가는 상태이다. 제3기는 치핵이 나와 있어 손으로 넣어야 들어가는 상태이며, 제4기는 치핵이 돌출되어 밀어 넣어도 들어가지 않는 상태로 수술이 필요한 단계이다.   <br/><br/><br/>이에 청담동 ‘명한의원’ 장해영 원장(한의학 박사)은 “내치질 1~3기는 약물치료로 치질 유발 원인을 개선해 증상이 호전되지만, 대부분 병을 키워 수술 단계까지 이른다. 비수술 치질 치료는 수치심 때문에 진료를 꺼려왔던 치질 환자들도 부담 없이 진료 받을 수 있다”며 “진료 시 세부 항목별 문진표 작성으로 치질 환자가 가장 꺼려하는 환부 노출 없이도 환자의 상태를 꼼꼼히 판단할 수 있다. 특히 ‘명한의원’은 남녀 한의사가 있어 여성 치질 환자도 편하게 진료 받을 수 있다”고 덧붙였다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>변비, 골반근육 비대칭 등 원인 <br/><br/><br/>한약 치료로 치질 원인 제거, 대장 면역력 강화 <br/><br/><br/>비수술 치질 치료의 또 다른 장점은 문진표를 바탕으로 환자에게 필요한 치료 단계를 판단해 치질 원인을 찾고 이를 근본적으로 개선해 치료할 수 있다는 점이다. 치질을 유발하는 원인은 다양하다. <br/><br/><br/>장 원장은 골반근육 및 항문 근육이 약해지거나 밸런스가 깨졌을 때, 혹은 변비와 같은 선행 질환에서 시작돼 배변 압력이 증가하고 항문 정맥층에 피가 모여 울혈로 인해 치핵(항문 주위의 점막하 근육이 부풀어 올라 배변 시 치질의 돌출이나 출혈, 통증, 분비물, 가려움 등이 나타나는 증상)이나 치열(항문 주위가 찢어지는 열상) 통증과 출혈을 유발한다고 설명했다. <br/><br/><br/>장 원장은 “비수술 치질 치료는 약물치료를 통해 소염 진통 효과와 골반 주위 항문 근육 혈류 개선, 긴장 근육 완화로 치질의 원인을 개선해 치료할 수 있다. 이 외에 약침이나 부항 등도 골반근육 밸런스 회복에 도움이 된다. 해외 항문외과의 조사에 따르면 전체 치질 환자 중 수술환자는 20%이며, 나머지 80%는 사실상 방치되고 있다고 한다. 비수술 치질 치료로 방치된 치질 환자들의 삶의 질을 개선할 수 있다. 실제로 일본 11개 외과 의료기관이 참여한 공동연구 논문 ‘내치핵에 대한 을자탕의 임상효과’를 보면 비수술 치료로 91.9%의 환자가 개선되었다는 연구 결과가 발표된 바 있다”며 비수술 치료의 필요성에 대해 강조했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>치질이나 장 건강 불안 해소하는 면역 검사 <br/><br/><br/>NK세포 검사로 면역 계통 질환 치료  <br/><br/><br/>치질 환자들 중에는 장 건강에 대한 불안감과 대장암이 아닐까 걱정하는 경우도 많다. 이때 면역을 담당하는 NK 세포 검사로 암은 물론, 몸 전체의 면역 상태를 측정할 수 있다. 장 원장은 “NK CELL 진단 키트는 과학적 지표를 바탕으로 한 검사로 일주일 내 결과가 나온다. 변비, 치질 등으로 인한 대장 면역세포의 상태를 측정해 정확한 치료의 지표로 삼을 수 있다. 치질을 예방하기 위해서는 변비가 생기지 않도록 섬유질과 물을 충분히 섭취하고 시계방향 복부 마사지로 대장운동을 촉진하고 골반 근육이 튼튼해지도록 해야 한다. <br/><br/><br/>좌욕은 섭씨 40도 정도의 깨끗한 물로 하루 3~4회 해준다. 물론 예방이 가장 중요하지만 치질 증상이 있다면 초기에 전문의를 찾아 적절한 치료를 받는 것이 더욱 중요하다. 환자에 따라 다르지만 치질 1~2기는 빠르면 2~3주 후 통증과 출혈이 개선되며, 대부분 8주면 증상이 호전된다. 3기 이상은 12주 정도면 많이 호전된다”고 밝혔다.       <br/><br/><br/>‘명한의원’ 비수술 치질 치료는 여한의사 진료가 가능하다는 점, 환부 노출할 필요가 없다는 점, 골반근육들을 강화하고 면역력과 대장 환경을 개선할 수 있다는 점, 대장 면역세포 등 면역계 건강 이상 유무를 NK CELL로 검사할 수 있다는 점 등의 장점이 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 명한의원 장해영 원장(한의학 박사)

언론사: 내일신문-1-74.txt

제목: [신간 │암흑 물질과 공룡] 공룡 멸종의 원인은 '암흑 물질'  
날짜: 20160617  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160617121407187  
본문: 리사 랜들 지음 / 김명남 옮김 / 사이언스북스 / 2만5000원 <br/>"암흑 물질이라는 우주에 있는 물질이 지구에 있는 공룡의 멸종에도 영향을 줄 수 있습니다." <br/> <br/>지난 14일 오후 서울 고려대학교에서 개최된 기자 간담회에서 신간 '암흑 물질과 공룡'의 저자 리사 랜들 하버드대학교 교수가 한 말이다. 하버드대학교에서 여성 이론 물리학자로서 최초로 종신교수가 된 랜들 교수는 '숨겨진 우주' '천국의 문을 두드리며' 등의 저술 활동을 해 왔으며 신간 출간과 함께 NPKI(New Physics @ Korea Institute) 학회 참석 차 우리나라를 방문했다. 랜들 교수는 2007년 미국 타임지 세계에서 가장 영향력 있는 100인에 선정됐다. <br/> <br/>암흑 물질은 물리학과 천문학, 입자 물리학과 우주론 분야에서 과학자들의 관심을 모으고 있는 새로운 분야다. 아직은 관측되지 않은 일종의 가설 물질로, 빛과 같은 전자기파와 상호 작용하지 않아 볼 수는 없으나 거대한 중력을 발휘하는 물질이다. 이 책은 암흑 물질이 6600만년 전 공룡의 멸종과 관련이 있다는 가설을 제기하고 이를 풀어나간다. <br/> <br/> <br/>여러 분야의 과학자들이 당시 천체와 지구의 충돌로 공룡이 멸종됐다고까지는 밝혔지만 '왜 천체가 지구와 충돌했는지'에 대해서는 밝혀져 있지 않다. 랜들 교수는 이에 집중, 암흑 물질이 지구와 천체가 충돌하는 데 영향을 미쳤다고 주장한다. 암흑 물질로 이뤄진 원반의 중력 변화로 인해 멀리 있는 혜성이 지구로 다시 들어와 6600만년 전에 지구와 충돌, 결국 공룡이 멸종됐다는 것. <br/> <br/>랜들 교수는 "이 책에는 우주학뿐 아니라 은하, 은하수, 태양계에 관한 내용들이 포함돼 있다"면서 "지구, 지구 환경, 지구가 속해 있는 태양계가 지구에 살고 있는 우리들에게 어떤 영향을 주는가 하는 연결성을 강조하고 싶었다"고 말했다. <br/> <br/>이어 "눈에 보이지 않는 것들이 태양계에 영향을 미쳐서 지구 생물종의 멸종을 가져올 수 있다는 것을 연결해 내는 작업이 재미있었다"고 덧붙였다. 실제로 '암흑 물질과 공룡'의 원제는 '연결성'을 강조한 '우주의 상호 연계성(The Astounding Interconnected of the Universe)'이다. <br/> <br/>과학책이라고 하면 으레 어려울 것이라 짐작하지만 '암흑 물질과 공룡'은 그렇지 않다. 책을 읽는 대중들이 흥미를 놓지 않도록 다양한 일상의 사례들을 들면서 가급적 쉽게 서술하는 장점을 지닌 것. 대중을 대상으로 한 과학책의 모범 사례다. 랜들 교수는 "글을 쓰는 것은 어떤 퍼즐을 풀어 나가는 느낌으로 즐거운 경험"이라면서 "흩어져 있는 생각들이 좋은 이야기가 돼 사람들이 읽기에 즐거움을 줄 수 있도록 해야 한다"고 글쓰기에 대한 자신의 생각을 말했다.

언론사: 내일신문-1-75.txt

제목: 경기도 교육청 학교 운동장 우레탄 트랙 유해성 검사 실시  
날짜: 20160616  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160616124228612  
본문: 학교 우레탄 트랙에서 암을 유발하는 유해물질이 검출돼 대책마련 요구가 확산되고 있다. 경기도 교육청에서는 학교 운동장 우레탄 트랙 유해성 검사를 실시해 6월 2일 검사결과를 발표했다. 경기도 내 284개교를 대상으로 중간검사를 진행했으며 검사 결과 고양시 학교 18개교 학교 운동장에서 중금속인 납(Pb)성분이 검출됐으며, 기준치(90mg/kg)를 초과한 학교는 13개교였다. 일산 지역은 9개교에서 기준치 초과한 중금속 납(Pb) 성분이 검출됐다. 파주시는 13개교에서 납 성분이 검출됐으며 기준치를 초과한 학교는 10개교였다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>백석중, 운정고 우레탄 트랙 납 성분 기준치 20배 <br/><br/><br/>경기도교육청(교육감 이재정)은 학교 운동장의 우레탄 트랙 전수조사 결과, 유해성 기준치를 초과한 학교와 아직 검사결과가 나오지 않은 학교에 대해서도 우선적인 안전조치로 우레탄 트랙 사용을 중지했다. <br/><br/><br/>경기도 전체 초?중?고?특수학교 중 우레탄 트랙을 설치한 곳은 399개교로 이중 2016년 6월 1일 기준 284교(71%)가 유해성 검사를 완료했고, 그중 183교(64%)가 유해물질인 납 기준치(90mg/kg 이하)를 초과했다. <br/><br/><br/>일산지역 초등학교의 경우 강선초, 백송초, 송포초, 양일초, 오마초, 한산초 등에서 납 성분이 검출됐다. 이중 송포초(78mg/kg)는 납 및 카드뮴, 수은, 6가크롬 등 조사 대상 중금속이 모두 기준치 이하로 나타났다. 또한 한수초와 홀트학교는 조사 대상 중금속이 검출되지 않았다. 일산지역 중학교 중에서는 덕이중, 백석중, 저동중 등에서 납 성분이 검출됐으며, 고등학교는 고양국제고에서 납 성분이 검출됐다. <br/><br/><br/>일산지역 학교 중 납 성분이 가장 많이 검출된 학교는 백석중으로 기준치(90mg/kg) 보다 20배 많은 1,827mg/kg의 납이 검출됐다. 다음은 고양국제고(1,278mg/kg), 강선초(1,238mg/kg) 순으로 납 성분이 많이 검출됐다. 이밖에도 납 성분이 1000mg/kg이 넘게 검출된 학교는 백송초(1,037mg/kg)와 저동중(1,040mg/kg)이 있다. <br/><br/><br/>파주 교하·운정 지역의 경우 가온초, 지산초, 두일중, 한가람중, 운정고, 자운학교 등에서 납 성분이 검출됐다. 이중 지산초와 두일초는 조사대상 중금속이 모두 기준치 이하로 나타났다. 반면, 납 성분이 가장 많이 검출된 학교는 운정고로 기준치의 20배인 1,800mg/kg의 납이 검출됐다. 다음은 자운학교로 1,485mg/kg의 납이 검출됐다. <br/><br/><br/>우레탄은 발암물질로 각종 암을 유발하는 것으로 알려져 있으며, 우레탄 트랙을 이용하면서 노출될 수 있는 납 성분은 주의력 결핍, 과잉행동장애(ADHD), 뇌신경계 영향 등의 문제를 유발하는 것으로 알려져 있다. <br/><br/><br/>경기도교육청에서는 오는 6월 17일까지 학교 운동장 우레탄 트랙 유해성 검사를 완료할 예정이라고 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/><표> 고양 · 파주 학교운동장 우레탄 트랙 유해성 검사 결과(2016년 6월 1일 기준)

언론사: 내일신문-1-76.txt

제목: 환자와의 지속적인 소통이 유방·갑상선질환 치료성공률 높여  
날짜: 20160614  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160615130124544  
본문: 사례1. 2년 전쯤 갑상선에서 여러 개의 작은 혹을 발견하게 된 50대 주부 김지선(가명. 용인 거주)씨는 당시엔 여성이라면 누구나 한두 개쯤 가지고 있는 대수롭지 않은 혹쯤으로 생각했다. 의사도 별다른 검사를 권유하지 않아 그냥 평범하게 일상을 살다가 우연히 친구 따라 수원 아름다운향기유외과를 찾게 됐다. 갑상선초음파에서 혹이 암으로 의심돼 바로 세포검사에 들어갔고 초기 갑상선암이라는 진단을 받았다. 그대로 내버려두었다면 아찔했을 상황에 지선 씨는 가슴을 쓸어내리며, 빠르고 정확한 진단으로 암이라는 것을 확인시켜준 권 원장에게 감사해 했다.   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>사례2. 출산 후 수유 중에 유방에서 작은 덩어리 같은 게 만져진다며 병원을 찾아온 30대 초보엄마 윤민정(가명. 광교 거주)씨는 임신성 유방암 진단을 받았다. 이미 겨드랑이 림프절로 전이된 상태로 임신성 유방암 중에서도 급격하게 나빠지는 악성 케이스였다. 권수범 원장은 서울 아산병원의 젊은 여성을 대상으로 하는 유방암 전문클리닉을 추천해줬고 윤씨는 이곳에서 수술과 항암치료를 받았다. 완치도 그렇지만 전문클리닉에서의 종합상담과 케어로 향후 임신을 하는 데도 별 어려움이 없게 된 것이 너무나 기뻤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘최신장비+풍부한 임상경험+협진시스템’으로 <br/><br/><br/>빠른 진단과 최적의 치료방법 제시 <br/><br/><br/>어떤 증상에 대한 정확한 진단을 내리기까진 진단장비뿐만 아니라 이런 장비를 다룰 줄 아는 풍부한 임상경험이 뒷받침돼야 한다는 수원 아름다운향기유외과 권수범 원장은 “<span class='quot0'>우리 병원은 암의 딱딱한 정도까지 파악이 가능한 탄성초음파, 해상도 높은 판독용 모니터, 흉터걱정 없는 업그레이드 맘모톰, 통증 줄이는 유방촬영기 등 최적의 장비를 갖추고 보다 빠르고 정확한 진단으로 암을 조기에 발견할 수 있도록 최선의 노력을 기울이고 있다</span>”고 했다. <br/><br/><br/>서울 아산병원 유방내분비외과 전임의, 외과학교실 외래부교수 등 오랜 근무경험을 살려 서울 아산병원을 비롯한 전국 대학병원과 협진서비스 체계를 구축해놓은 것도 환자의 치료성공률을 높이는데 큰 몫을 하고 있다. “<span class='quot1'>지난 1년여의 시간은 초조함과 간절함으로 임상경험이 풍부한 대학병원 등을 찾을 수밖에 없는 환자에게 수원에서도 최상의 장비와 진단, 증상에 적합한 치료를 받을 수 있는 개인병원이 있다는 것을 알릴 수 있었던 시간이었다</span>”고 권 원장은 회고했다.    <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>원장의 상세하고 친절한 직접상담으로 <br/><br/><br/>질병에 대한 궁금증 해결 <br/><br/><br/>찬찬하고 친절한 권 원장의 설명도 환자들이 수원 아름다운향기유외과를 찾게 만드는 이유 중의 하나다. 권 원장은 간호사나 코디네이터가 증상에 대한 설명을 대신해주는 곳도 많지만 환자가 신뢰할 수 있는 의사에게서 질병의 원인을 정확하게 안내받고 스스로 왜 이런 치료를 받아야 하는지를 알게 되면 치료효과도 훨씬 높아진다고 말한다. <br/><br/><br/>“시간에 쫓겨서 물어보고 싶은 것도 못 물어보거나 아니면 정보의 홍수 속에서 잘못된 정보를 진짜인 줄 알고 있는 환자들도 있죠. 환자의 알 권리를 제대로 충족시켜주는 것이 의사의 몫이라고 생각합니다. 이런 환자분들 모두에게 필요한 상담과 처방을 내려주고 함께 치료 계획을 세워나가는 것이 우리 병원의 특별함이라고 자부할 수 있습니다.” 6개월 전후 초음파 사진도 직접 보면서 설명해주는 등 환자와의 지속적인 소통을 중요시하는 권 원장은 그런 만큼 충분한 상담시간 확보를 위해서는 예약을 하고 오는 것이 좋다고 권했다.  <br/><br/><br/>수원 아름다운향기유외과는 앞으로도 수원 영통의 유방, 갑상선 전문병원으로서 환자가 아픔을 극복하고 예전에는 몰랐던 자신만의 아름다운 향기를 찾을 수 있도록 안내해주는 희망을 담는 병원이 되기 위해 더욱 정진해나갈 계획이다.

언론사: 내일신문-1-77.txt

제목: 흥국화재, 한방치료 실손보험 출시  
날짜: 20160614  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160614125539286  
본문: 흥국화재가 양방치료와 한방치료를 함께 보장하는 '양한방 생활안심 건강보험'을 13일 출시하면서 한방치료보험 시장에 합류했다. <br/> <br/>이 상품은 기존의 양방치료보장과 더불어 첩약, 약침, 물리치료 등 신체회복과 재활을 위한 한방치료까지 보장한다. 또 암, 뇌출혈, 급성심근경색증 등의 중증질환 등의 한방병원 치료, 상해수술이나 골절의 한방치료도 보장한다. 자동차부상 및 질병수술, 추간판탈출증 수술, 관절증 수술 후의 한방치료도 보장해주며 100세까지 한방치료와 양방치료를 체계적으로 보장한다. <br/> <br/>고객이 충분한 한방치료를 받을 수 있도록 첩약치료 3회, 약침치료 5회, 추나요법, 경피전기자극요법, 경근간섭자주파요법, 경근초음파용법과 같은 한방물리치료는 5회까지 보장한다. <br/> <br/>특히 한국인 발병률이 높은 3대질병(암, 뇌출혈, 급성심근경색증) 진단시 보장해 주는 보험금은 업계 최고 수준이다. <br/> <br/>암, 뇌졸중, 급성심근경색증 진단 시와 상해, 질병후유장해 80%이상 진단 시엔 보험료가 납입면제 된다. <br/> <br/>'양한방 생활안심 건강보험'은 만 15세부터 60세까지 가입이 가능하며 10년납, 15년납, 20년납, 25년납, 30년납 중 본인의 경제활동 사이클에 맞게 납입기간을 선택할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-78.txt

제목: 식약처 '신약 쾌속승인(3상임상 거치지 않아도 허가하는 제도)' 추진에 반발 확산  
날짜: 20160613  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160613130348185  
본문: 식품의약품안전처가 새로 개발되는 알츠하이머나 뇌경색 치료제 등을 대상으로 3상임상 전이라도 사용허가를 내주겠다고 밝혀 '안전성 유효성' 논란이 커지고 있다. 3상임상은 소수의 환자에게서 약리효과, 적정 사용량, 부작용을 확인하는 2상임상과 달리, 수백명 환자를 대상으로 안전성 유효성을 대조군 약제와 비교과정을 거쳐 신약으로서 가치를 확인한다. 3상임상을 제외한다는 것은 '안전하다' '효과가 있다'라는 검증절차를 한단계 줄이는 것으로 자칫 환자를 심각한 부작용에 노출시킬 가능성이 있다. <br/> <br/>정부는 '생명의 위협을 받는 환자들에게 치료의 기회를 확장하기 위한 조치'라고 주장하지만 보건의료단체와 야당은 "사회적 합의가 선행되어야 하며, 검증되지 않은 치료제의 허가절차 단축은 국민의 생명을 위협할 수 있으므로 철저한 관리 속에 제한되어야 한다"고 반발하고 있다. <br/> <br/>◆"사실상 모든 세포치료제를 2상임상만으로 허가하겠다는 것" = 식약처는 최근 '생명을 위협하는 질환 치료제를 대상으로 조건부 허가 확대한다'고 밝히면서 7월 생물학적제제 등의 품목허가·심사규정(고시)개정을 예고했다. 알츠하이머, 뇌경색 등 질환 치료제에 대해 허가 후 사용성적 조사 실시 등을 조건으로 2상임상 시험자료로만 허가할 수 있도록 의약품허가 체계를 바꾸겠다는 계획이다. <br/> <br/>현재 항암제, 희귀의약품, 자가연골(피부) 세포치료제에 한해서 이런 조건부 허가제도를 운영하고 있는데, 그 대상을 확대하겠다는 것이다. 식약처는 특히 세포치료제를 조건부 허가 대상에 포함하면서 시장진입을 2~3년 단축시키는 효과가 있다고 판단하고 있다. <br/> <br/>하지만 국민의 안전이 위협받게 됐다는 우려가 쏟아진다. 정형준 인도주의실천의사협회 정책국장은 "알츠하이머, 뇌경색 환자는 3상임상을 충분히 하고도 남을 만큼 환자수가 많음에도 불구하고, 이들 환자에게 사용할 수 있는 의약품을 2상임상과정만 거치고 환자에게 사용가능하도록 허가를 한다는 것은 환자의 생명을 위태롭게 하고 기업의 이익만 충실히 ?는 조치"라고 말했다. <br/> <br/>우석균 보건의료단체연합회 정책위원장은 "식약처가 '생명을 위협하는 질환 또는 한번 발생하면 그 증상이 쉽게 호전되지 않는 질환'에 대해 세포치료제를 조건부허가대상에 포함시켰다. 이는 사실상 모든 세포치료제를 2상임상수준으로 허가하겠다는 것으로 특정업체에 대한 특혜라고 볼 수밖에 없다"고 주장했다. <br/> <br/>이런 지적은 단순한 우려만은 아니다. 우리나라보다 훨씬 허가규정이 엄격한 미국FDA가 진행하고 있는 신속한 허가제도에도 관리부실에 대한 개선 주장이 잇따르고 있다. 미국 의료전문지 메드페이지투데이(MEDPAGETODAY)가 5월 26일 보도한 내용에 따르면, 미국FDA가 쾌속승인 절차에 따라 허가된 25개 암 치료제 중 실제 치료효과 증가가 입증되지 않은 약제가 14개로 56%나 됐다. <br/> <br/>◆미국보다 훨씬 규제완화 "특정업체 특혜" = 미국FDA의 쾌속승인은 실제 임상시험을 통해 환자의 생존기간이 얼마나 늘어나고 삶의 질이 개선됐는지 확인할 자료를 제출하지 않는다. 대신 '질병이 악화하지 않은 상태에서 생존기간, 악화하기 전까지의 기간, 약물 반응률 등 대리결과변수들을 측정한 결과'를 제출한다. 물론 이 기준을 만들 때 미국FDA는 과학계와 환자단체들과 많은 논의를 거쳤다. 그럼에도 불구하고 약제의 효과성을 제대로 검증하지 않은 탓에 부실한 결과를 낳게 된 것이다. <br/> <br/>우석균 보건의료단체연합회 정책위원장은 "미국의 쾌속승인제는 에이즈나 희귀암질환 등 대체약이 없는 질환군에 대해 적용해 오면서 나름 허가조건들이 있었다. 하지만 최근 식약처의 '2상임상으로만 허가 대상을 확대하겠다'는 계획은 미국보다 훨씬 규제가 완화된 조치로 국민의 안전을 위태롭게 하는 수준이다"고 말했다. <br/> <br/>이와 관련 남인순 더불어민주당 의원은 "조건부 허가 확대에 대한 사회적 합의가 선행되어야 한다. 치료제는 부작용이 따르기 마련인데 그 부작용을 최소화로 관리하는게 식약처의 일"이라며 "세포치료제에 대한 관리체계가 허술한 상태에서 식약처가 신속한 허가에 앞장서는 것도 문제"라고 말했다. <br/> <br/>남 의원은 또 "기존 약제보다 가격 대비 효과성을 검증하는 건강보험 적용과정을 거치지 않고 식약처의 허가 결과만으로 고가의 의약품을 무상 혹은 저가로 공급하려는 것보다 건강보험 적용과정을 단축시키는 조치를 하는게 합리적"이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-79.txt

제목: [만나고 싶었습니다 - 예스병원 이정훈 내과원장]정형외과 내과 협진으로 환자 만족도 높아져  
날짜: 20160609  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160610095722265  
본문: 안산 예스병원에서 어깨 관절 수술을 앞두고 수술 전 재검사를 받던 A씨. 검사 중 신장에서 암이 발견됐다. 다행히 암은 초기라 어깨 수술 후 항암치료를 받기로 계획을 세웠지만 뜻하지 않게 암을 발견한 A 씨는 “하루라도 빨리 발견할 수 있어서 얼마나 다행인지 모른다”며 가슴을 쓸어 내렸다. A 씨의 사례는 종합병원에서나 이뤄지던 협진을 개인병원에서도 충분히 이뤄질 수 있다는 걸 보여준다. 척추 관절 클리닉을 운영 중인 예스병원은 지난 3월부터 내과 클리닉을 개원 운영 중이다. 예스병원 이정훈 내과원장을 만나 협진의 중요성과 척추 관절질환자들에게 흔히 나타나는 내과질환에 대해 알아 봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>협진의 중요성 갈수록 높아져 <br/><br/><br/>소규모 병원일수록 환자 체감 만족도 높아 <br/><br/><br/>환자들은 ‘의사라면 내 몸의 이상한 변화에 대해 바로 알아 낼 것’이라고 생각하지만 실제로는 그렇지 않은 경우가 종종 있다. 예스병원 이정훈 원장은 “사람의 몸은 다 연결되어 있는 유기체인데 의사들은 각자 자신이 맡은 분야만 진료하죠. 환자 중심의 진료가 이뤄지기 위해서는 의사들 간의 협업과 협진이 매우 중요합니다”라고 말한다. 이러한 협업과 협진은 대형 종합병원 전유물로 인식됐지만 최근엔 중소규모의 개인병원에서도 차츰 자리를 잡아가고 있다. <br/><br/><br/>관절, 척추, 족부 외과와 함께 내과를 개원한 안산 예스병원은 매일 오전 병원 내 의료팀 전체가 참석한 가운데 환자 브리핑으로 일정을 시작한다. 환자의 치료계획을 공유하고 불편해 하는 상황에 대해 의견을 나눈다. 환자가 느끼는 작은 불편, 사소한 변화까지 감지하고 대처할 수 있는 시스템이다. <br/><br/><br/>“대형 종합병원에서는 브리핑에 참가하는 의료진도 제한적이고 모든 환자 정보를 공유하지 못해요. 설사 이뤄졌다 하더라도 나와 관련 없는 환자에 대해서는 관심도가 떨어지죠. 하지만 우리 병원에서는 입원 중 내과진료를 위해 찾아오는 환자에 대해서 어떤 수술을 받았고 평소 불편을 호소하는 부분이 어떤 점인 지 알고 있기 때문에 환자들의 치료에 대한 만족도가 상당히 높다고 볼 수 있어요. 종합병원에 비해 협업과 협진의 효과가 훨씬 크게 나타는 것이죠.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>고령의 척추 관절 환자 이동성 낮아 <br/><br/><br/>내과질환 방치하기 쉬워 <br/><br/><br/>척추 관절 질환자들에게 쉽게 나타나는 내과 질환은 어떤 것이 있을까? 이 원장은 “척추나 관절질환을 앓고 있는 환자들은 대부분 연령대가 높다. 특히 이 분들은 활동량이 급격히 떨어지기 때문에 소화불량 등 소화기 내과질환 순환기 질환이 자주 나타난다.”며 “관절 치료를 위해 병원을 방문했다가 당뇨병이나 고혈압을 발견하는 경우도 종종 있다.”고 말한다. 평소에는 통증이 심해 발견하기 어렵다가 치료과정이나 검사 도중 발견되는 경우가 잦다는 것이다. 이런 환자들 중 특히 당뇨 환자는 심할 경우 수술이 어렵기도 하고 수술 후 회복과 깊은 관계가 있기 때문에 적절한 치료가 우선되어야 한다. <br/><br/><br/>예스병원은 내과진료의 정확성을 위해 위, 대장 내시경 장비와 심장 초음파 장비 등을 갖추고 있다. 하지만 병원에서 최신 장비보다 더 중요한 것은 실력과 경험을 쌓은 의료진이다. 백병원에서 풍부한 임상경험을 갖춘 이정훈 원장이 부임한 후 얼마 지나지 않아 A 씨외 또 다른 환자의 암을 발견했다. “대장 내시경을 위해 병원을 찾은 환자였는데 대장내시경보다 위 내시경이 필요해 보였어요. 몇 달 전 직장검진을 통해 위 내시경을 했다는 환자를 설득해 내시경 관찰을 한 결과 4~5㎝나 되는 제법 큰 종양을 발견했습니다. 50대 남자 분이셨는데 자칫하면 치료 시기를 놓칠 수 있었는데 다행이었죠.” 라고 말한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>예스병원, 하반기 공단검진시설 등록 예정 <br/><br/><br/>이처럼 내과 질환은 정확한 진단을 통해 조기발견이 중요한 만큼 예스병원은 하반기 공단검진기관 등록을 서두르고 있다. 이 원장은 “올해 하반기부터 공단 검진기관으로 등록하면 의료보험공단에서 진행하는 정기검진을 예스병원에서 받을 수 있다. 의료보험공단 정기검진은 건강을 지키는 가장 기본 검진이다. 검진 대상자는 잊지 말고 검진을 받아 정기적으로 체크하여 건강을 지켰으면 좋겠다.”고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 : 안산예스병원 이정훈 원장 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-80.txt

제목: 유방암 20대도 안전 나이 아냐  
날짜: 20160603  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160603122151782  
본문: 회사원인 김 모(27. 여)씨는 요즘 가슴에 멍울이 만져져 걱정이 이만 저만이 아니다. 초기 증상도 없었는데다 당장 어디가 아픈 것도 아니어서 검사를 해야 할지 말아야 할지 고민이다. 악성이면 종양이고 양성이면 괜찮다는데 검사를 어떻게 하는지 또 검사가 꼭 필요한지 속앓이 중이다. <br/><br/><br/>20대 여성도 유방암 안전 나이가 아니다. 최근 한국유방암학회 자료에 따르면 20대 여성의 유방암 발명 위험이 50대 이상보다 2.4배 높은 것으로 나타났다. 똑같이 74세까지 살 때를 기준으로 한 것이다. 남은 생이 긴 만큼 유방암 위험에 그만큼 많이 노출된다는 반증이기도 하다. <br/><br/><br/>이를 이기기 위해서 조기검진의 필요성이 그만큼 중요하다는 지적이다. <br/><br/><br/>울산 비너스병원 박종필 대표원장은 “<span class='quot0'>유방암은 증상이 있는 경우보다 특별한 증상이 없는 경우가 더 많다</span>”고 말했다. 증상이 없다보니 늦게 오고 그러다보면 이미 유방암이 진행된 경우에 병원을 찾게 된다는 것이다.     <br/><br/><br/>서구화된 병이지만 우리나라에서는 특히 20~30대 유방암 빈도가 25%로서 미국에 비해 4배 이상 많다고 알려져 있다. 우리나라에 조기 유방암 발견율이 낮고, 또 진행된 유방암이 많은 이유는 유방암 대부분이 초기에 증상이 없을 뿐 아니라, 여성들 스스로도 유방암에 대한 관심이 적어 검진을 잘 하려하지 않는 특성도 반영한다. <br/><br/><br/>김 씨의 경우처럼 멍울이 만져지더라도 너무 걱정만 할 필요도 없다. 양성인 경우가 다수인데다 악성이라 하더러도 치료 효과도 눈에 띄게 개선됐다. 최근 발생한 전체 암환자의 5년 상대생존률은 70%에 이르러 10년 전에 비해 대폭 늘었다. 박 원장은 “<span class='quot0'>유방암이 여성들에게 가장 높은 암 발생 빈도를 나타내는 암이지만 생존률도 더불어 높아지고 있어 마냥 걱정만 할 병은 아니다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>20대의 발병위험이 가장 높지만 실제 20대 환자가 다른 연령대에 비해서는 아직 적은 것도 현실이다. 조기검진과 정기검진을 주기적으로 병행해 병의 진행을 막거나 조기에 발견가능하다.    <br/><br/><br/>박 원장은 “<span class='quot0'>유방암은 자가검진만으로 80%가 발견되는데다 조기에 치료를 받게 되면 완치율도 매우 높다</span>”며 검진의 중요성을 강조한다. 특별한 징후가 없더라도 1년 단위로 병원에서 간단한 검사만으로 건강을 지킬 수 있다는 것이다. <br/><br/><br/>방문을 통한 정기검진을 않더라도 자가검진으로 건강을 지킬 수 있다. <br/><br/><br/>박 원장은 “<span class='quot0'>여성들 스스로가 할 수 있는 검사로 시기는 월경이 끝난 후 3~5일이 지난 뒤 하는 것이 가장 좋다</span>”고 설명한다. 여성의 유방은 월경 주기에 따라 단단한 정도의 차이가 있어서 가장 부드러워지는 시기에 하는 것이 멍울 등을 발견하기 쉽기 때문이라는 것. 멍울 외에도 유두에서 혈성분비물이 나오거나 피부궤양, 피부결절 등 유방주변의 이상 징후들이 보이면 병원을 찾는 것이 필요하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>울산 비너스병원 박종필 원장

언론사: 내일신문-1-81.txt

제목: 자가 검진만 잘 해도 유방암 걱정 줄일 수 있다  
날짜: 20160602  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160602123506593  
본문: 이정희(49 가명)씨는 6년 전 유방암이 발병해 마음고생을 했다. 우연히 가슴에 멍울이 잡힌 것을 발견하고 혹시나 하는 마음에 전문 병원을 찾아 검진을 했는데 유방암 0기가 발견된 것. 다행히 초기에 발견되었고 다발성 병변이 아니라 몇 번의 항암처치로 어려움 없이 치료할 수 있었고, 이제는 재발 위험기간으로 보는 5년도 넘겨 안심할 수 있는 시기에 접어들었다. <br/><br/><br/>“멍울을 발견하지 못했고, 발견했다 하더라도 지나쳤더라면 암이 더 진행되었겠지요. 직접 겪고 보니 유방암은 자가 검진으로 초기에 발견하는 것이 정말 중요하다는 걸 깨달았어요. 치료를 끝냈지만 10년까지는 조심해야 한다고 해서 늘 염두에 두고 있습니다.” <br/><br/><br/>이씨는 재발 방지를 위해 식습관에 많은 신경을 쓰는 동시에 주변 사람들에게 일상생활 속에서 유방암 자가 검진을 할 것을 늘 권한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>외과적 절개 없이 진단과 치료가 동시에 가능한 벡스코어(bexcore) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>빠른 속도로 증가하는 유방암 발병률 … 재발율도 높아 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방암은 우리나라 여성이 가장 많이 걸리는 암 중 갑상샘암에 이어 2위를 차지한다. 하지만 발생순위가 갑상샘암보다 낮을 뿐 발병률이 해마다 증가하고 있어 주의를 요한다. <br/><br/><br/>한국유방암학회에서 전국 유방암 환자 데이터를 수집해 발표한 자료에 따르면 1996년부터 2008년까지 유방암 환자의 절대 발병건수는 1996년 약 4000명에서 2008년에는 약 1만2000명으로 약 3배 정도 증가하고 있다. 동시에 발병 연령도 20~30대로 낮아지고 있다. <br/><br/><br/>아직 유방암의 원인으로 확실하게 밝혀진 것은 없다. 여러 연구 결과를 통해 여성호르몬인 에스트로겐이 발암 과정에 중요한 역할을 한다는 것이 알려진 정도다. 유방 세포는 여성호르몬인 에스트로겐의 자극에 의해 증식 분화하기 때문에 에스트로겐에 노출되는 기간이 길수록 발병률도 증가한다고 볼 수 있어 초경이 빠르거나 폐경이 늦다면 유방암 발병에 주의해야 한다. 장기간 피임약 복용이나 폐경 이후 장기간 호르몬 대체요법도 원인으로 꼽힌다. <br/><br/><br/>특히 유전적인 요인도 주의 깊게 봐야 한다. 광제산부인과 김석중 원장은 “<span class='quot0'>BRCA1, BRCA2 유전자의 변이가 유방암을 초래할 수 있는 것으로 알려져 있어 직계가족 및 형제자매들에서 유방암 환자가 2명 이상 있는 경우 자가 검진과 함께 정기적인 검진을 받으며 전문의와 상의해야 한다</span>”며 “<span class='quot0'>또한 서구화 생활과 식습관이 보편화 될수록 유방암 발병률은 높아지기 때문에 여성들은 늘 유방암 예방을 염두에 두고 있어야 한다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>자가 검진 통한 조기 발견이 가장 중요  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>어느 암이나 마찬가지겠지만 유방암은 특히 예방과 조기발견이 중요하다. 보건복지가족부 중앙암등록본부의 2008년 통계에 따르면 발병 후 생존율은 1기 98.4% 2기 91.6%로 높은 편. 하지만 이후 3기 69.7% 4기 30.2%로 급격한 감소를 보인다. 때문에 매달 자가 검진을 하고 적어도 30세부터는 1년 단위로 정기적인 유방암 검진을 받는 것이 좋다. <br/><br/><br/>유방암이 발병하면 정확하고 신속한 진단이 필요하다. 약물이나 방사선 치료로 가능한지, 수술적 치료가 필요한지 판단해 곧바로 조치에 들어가야 한다. 이때 여성들의 고민이 생긴다. 외양의 변화에 신경을 쓰지 않을 수 없기 때문이다. 흉터가 생기거나 절제술이 있을 경우 심리적인 위축이 오는 경우도 많다. <br/><br/><br/>하지만 마음의 부담을 덜어도 된다. 최근에는 유방보존술은 물론, 외과적 절개 없이 진단과 치료가 동시에 가능한 기기가 많이 활용되고 있다. 김석중 원장은 “<span class='quot0'>예전에는 유방암으로 진단되면 무조건 유방전절제술을 했는데 최근에는 유방전절제술과 항암치료를 병행하는 것과 유방보존술과 항암치료, 방사선 치료를 병행하는 것이 동일한 결과를 가져오는 것으로 알려져 유방보존술을 많이 시행하고 있다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>이때 어떤 처치가 들어가야 하는지는 암의 진행 정도보다 상태에 따른다. 김 원장은 “<span class='quot0'>질병의 특징 상 다발성 병변이 있는 경우, 특히 절제로 완치가 가능한 경우에는 초기인 0기에도 절제술을 진행하기 때문으로 환자마다 상황이 달라 그에 맞는 가장 적절한 조치를 하게 된다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>절개 없이 진단 및 치료 가능해 마음 부담 줄일 수 있어  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>외과적 절제술 없이 치료 및 종양을 제거할 수 있는 첨단기기도 활용되고 있다. <br/><br/><br/>벡스코어(bexcore)는 유방의 종양을 커다란 절개 상처 없이 조직 검사하거나 제거할 수 있고, 실시간으로 초음파를 보면서 외과적 절개 없이 진단과 치료가 동시에 가능하다. 또한 종양의 크기에 상관없이 절제술이 가능하고, 종양의 위치가 유두나 피부에 가깝더라도 안전하게 종양의 제거가 가능한 획기적 장비다. <br/><br/><br/>시술에 있어서도 부분 또는 전신 마취를 해야 하는 외과적 절제술에 비해 벡스코어는 부분 마취를 통해서 가능하고, 봉합이 불필요해 흉터도 거의 없다. 시술 시간도 30분~2시간인 외과적 절제술에 비해 10~30분이면 가능해 대부분 당일 퇴원할 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■ 유방암 자가검진 요령 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>1. 상의를 벗고 거울 앞에 서서 양팔을 편하게 내려놓은 후 양쪽 유방의 전체적인 모양, 피부상태를 관찰한다. <br/><br/><br/>2. 검사하려는 쪽의 어깨 밑에 베개나 수건을 접어 받치고 누워 한쪽 팔을 올린 상태에서 쇄골 위아래와 겨드랑이에 몽우리가 만져지는지 확인한다. <br/><br/><br/>3. 같은 자세에서 쇄골 아래에서부터 시작해 세 손가락(2, 3, 4번 손가락) 끝마디 면으로 유방을 지그시 눌러가며 3회 정도 둥글리면서 검진한다. 이후 유방 전체를 샅샅이 만져본다. <br/><br/><br/>4. 자가 검진은 폐경 전 여성의 경우 생리가 끝나고 4~5일 후, 폐경 후 여성은 매달 일정한 날 실시한다.

언론사: 내일신문-1-82.txt

제목: 암으로 고통받는 가족 '금연광고'  
날짜: 20160531  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160531125709289  
본문: 보건복지부가 올해 금연캠페인 시안을 공개했다. 이 금연광고에는 후두암 폐암으로 입원한 환자를 돌보는 가족의 슬픔을 담았다. <br/> <br/>복지부는 "지난해 금연광고가 흡연의 폐해를 은유적, 상징적으로 표현했다면, 올해 금연광고는 사실성을 강조했다"고 31일 밝혔다. <br/> <br/>공개된 2편의 영상 중 부부편은 흡연으로 후두암에 걸린 남편을 병실에서 간병하는 모습을, 아들 어머니편은 폐암환자를 간병하는 노모의 모습을 그렸다. 이 과정에서 가족간의 슬픔을 담아내는 장면은 질병으로 인한 가족의 고통을 현실적으로 보여준다. 광고 말미에는 예쁘게 포장된 담뱃갑으로 화면이 반전되면서 '이제 담배의 진실을 마주하세요'라는 주제를 제시한다. <br/> <br/>방문규 복지부 차관은 금연의 날 기념사에서 "담배의 진실은 폐암 후두암 등 질병을 발생시키고 국민들의 건강을 해친다는 점에 착안해 기획됐다"며 "올해 12월 도입되는 담뱃갑 경고그림제도는 담배의 진실을 알리는 정책적 노력"이라고 말했다. <br/> <br/>한편 세계 금연의 날. 세계보건기구는 홈페이지를 통해 "국제적으로 금연정책에 기여한 개인이나 기관에 수여하는 '세계금연의 날 수상자'에 한국정부(복지부)를 선정했다"고 밝혔다. 이는 금연구역 확대, 담배가격 인상, 경고그림 도입 등 담배규제정책을 추진한 결과를 평가한 것으로 보인다. <br/> <br/>금연의 날 기념식에는 국립발레단, 전라남도, 대구대륜고등학교, 조치원중학교, 육군제36사단의무근무대 등 16명이 복지부장관 표창을 받았다.

언론사: 내일신문-1-83.txt

제목: '우유 암 예방' 심포지엄 열린다  
날짜: 20160531  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160531125557572  
본문: 우유자조금관리위원회와 낙농진흥회 등은 내달 1일 오후 서울 더케이호텔에서 '우유가 암을 일으키나? 막아주나?'라는 주제로 국제 심포지엄을 연다고 31일 밝혔다. 이번 심포지엄은 6월 1일 세계우유의 날을 기념해 열린다. <br/> <br/>심포지엄에는 일본 도쿄대 사토시 사사키 교수와 국제낙농연맹 주디스 브라이언스 박사, 서울대 보건대학원 정효지 교수, 국립암센터 김정선 교수 등이 참여한다. 사토시 교수는 '일본과 세계 역학 연구를 기반으로한 우유와 암 관계', 브라이언스 박사는 '유제품, 식단에서 성자인가? 죄인인가?'를 주제로 강연한다. <br/> <br/>또 정 교수는 '우유ㆍ육류 섭취와 암ㆍ대사증후군의 연관성'으로, 김 교수는 '대장암 예방을 위한 칼슘 섭취의 중요성'을 주제로 각각 발표할 예정이다. <br/> <br/>초청 대상은 평소 우유에 대해 관심을 가지고 있는 일반인과 국내ㆍ외 언론인이다. 국제 심포지엄의 후원은 농림축산식품부이며, 우유자조금관리위원회ㆍ낙농진흥회ㆍ한국식품건강소통학회가 공동 주최한다. <br/> <br/>한편, 농협중앙회와 우유자조금위원회는 국내산 치즈페스티벌을 열었다.

언론사: 내일신문-1-84.txt

제목: [제3의 치료, 재활치료의 역할과 중요성]뇌졸중, 관절성형술 등 수술 후 체계적인 재활치료 삶의 질 좌우한다!  
날짜: 20160526  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160527121735352  
본문: 수술 등 의료기술의 발달로 평균 수명이 80세를 넘어가면서 재활치료의 역할이 점점 중요해지고 있다. 우리나라의 장애 인구는 20만 명에 달한다. 그중 95% 이상이 후천적 장애인이다. 인구 20명 중 한 명 정도가 갑작스러운 사고나 질병으로 후천적 장애인으로 살고 있다는 말이 된다. 이런 장애를 최대한 줄여주는 게 바로 재활이다. 같은 사고나 질병을 겪어도 재활치료 정도에 따라 심각한 장애인이 될 수도, 정상인과 다를 바 없이 편안히 살아갈 수도 있다. 그래서 재활을 제3의 치료라 부른다. 서울와이즈병원 재활의학과 오세인 과장의 도움말로 재활치료에 대해 알아봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>재활치료의 정의 <br/><br/><br/>대한재활의학회에 따르면 재활의학이란 각종 질병 및 사고로 인해 장애가 생긴 사람으로 하여금 주어진 조건 하에서 최대한의 신체적 정신적, 사회적 능력과 잠재적 능력을 발달시켜 가능한 정상에 가까운 또는 남에게 도움을 받지 않고 생활을 할 수 있게 해 주는 분야로 정의하고 있다. 또 재활치료의 대상을 뇌졸중, 척수손상 환자뿐만 아니라 각종 통증으로 인하여 보행 및 일상생활 동작에 지장을 받는 모든 환자로 보고 있다. <br/><br/><br/>서울와이즈재활요양병원 오세인 과장은 “재활의학과가 생겨난 지는 오래되지 않았다. 세계 1·2차 대전을 거치면서 절단·마비 등 외상 환자가 많아졌고 이들 환자들의 수술이 잘 되었음에도 불구하고 수술 후 일상생활이 제대로 이루어지지 않게 되면서 발전하게 된 분야가 재활의학”이라며 “넓은 의미의 재활치료는 장애를 가진 사람이 가질 수 있는 최적의 기능을 성취하고 유지하거나 삶의 질을 향상시키기 위해 이루어지는 모든 치료로 정의할 수 있다”고 설명했다. <br/><br/><br/>재활치료를 받아야 하는 장애의 원인은 다양하다. 어르신들의 경우 질병으로 인한 뇌병변 장애가 가장 많다. 뇌경색이나 뇌출혈 등 뇌혈관 질환으로 마비가 온 경우로 전체의 12% 정도나 차지한다. 그 밖에 신장·심장(심부전 등)·호흡기능 문제로 장애 판정을 받는 경우, 교통사고, 낙상 등으로 인한 척수손상, 뇌성마비·희귀근육병 등 소아재활 등이 있다. <br/><br/><br/>오 과장은 “장애의 원인이 다양한 만큼 재활분야도 다양하다”며 “심근경색 수술 환자의 경우 목표 심박수와 목표 운동량을 정한 후 심장을 모니터링하면서 심장재활치료를 하고 천식환자나 만성폐쇄성폐질환, 하반신 또는 사지마비 척수손상환자의 경우 손상의 정도에 따라 호흡재활이 이루어지기도 한다. 이외에 암 재활을 비롯해 디스크, 관절염 등 만성통증환자의 경우 약물치료와 시술까지 재활치료의 영역에서 이루어지고 있다”고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>뇌졸중 수술 후 재활치료 방법 <br/><br/><br/>어르신들에게 많이 발생하는 뇌졸중의 경우 뇌경색이건 뇌출혈이건 1회 발생의 경우 사지 마비가 오는 경우는 드물다. 일반적으로 편마비가 많이 발생하며 환자의 상태를 단계별로 구분한 후 운동·작업·통증·연하재활치료 등 재활치료를 병행해서 진행한다. <br/><br/><br/>운동치료는 급성기 치료 후 가장 먼저 하게 되는 재활치료로 환자의 상태에 따라 침대에서 일어나지 못하는 경우 매트에서부터 시작한다. 혼자 뒤집기, 혼자 일어나기 등에서 시작해 침대에서 균형을 맞추어 앉아 있기, 일어나기 등으로 이어지고 침대에서 일어날 수 있으면 평행봉 잡고 걷기, 워커잡고 걷기, 지팡이로 걷기 등으로 점차 발전한다. <br/><br/><br/>운동치료가 보행과 근력 중심이라면 작업치료는 상지와 관련된 기능 훈련이다. 일상생활에 필요한 동작과 함께 작업 수행, 게임 등으로 상지의 근력 및 기능이 정상적으로 회복될 수 있도록 도와준다. <br/><br/><br/>뇌졸중 환자의 경우 팔 다리를 못 쓰기도 하지만 음식을 씹고 삼키는 근육이 마비되는 경우가 있다. 이 경우 음식이 기도로 넘어가 폐렴이 올 수 있기 때문에 비디오 투시 삼킴 검사 등을 통해 삼킴 기능을 평가한 후 연하곤란 치료 및 전기자극치료 등으로 삼킴을 관여하는 근육들에 자극을 주어 삼킴 장애치료를 시행하게 된다. 이외에 뇌졸중 환자에게 혈관성 치매가 발병한 경우 인지재활치료, 언어치료 등이 함께 진행되기도 한다. <br/><br/><br/>한편 뇌졸중 이후 합병증을 관리하기 위해서도 재활치료는 필수다. 뇌졸중 이후 가장 흔하게 나타나는 합병증은 편마비 이후 마비쪽 견관절에서 발생하는 견관절의 아탈구이다. 아탈구와 더불어 다른 부위의 통증이 나타날 경우 핫팩, 파라핀, 적외선, 초음파 등의 온열치료와 경우에 따라 전기치료와 냉열치료 등 통증치료를 병행한다. 또한 만성 환자의 경우 통증과 함께 시간이 지나면서 강직이 오고 관절이 구축되어 보행이 어려울 경우가 있는데 보조기를 착용하여 구축된 관절에 기능적 보상을 하여 일상생활 동작에 도움을 준다.    <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>뇌졸중 후 재활치료 신속하게 진행해야 “<span class='quot0'>효과</span>” <br/><br/><br/>그렇다면 재활치료는 언제 시작해서 언제까지 하면 좋을까. 서울와이즈재활요양병원 오세인 과장은 “발병 후 3~6개월까지가 회복 속도가 가장 좋고 그 이후에도 <span class='quot0'>효과</span>는 있지만 회복의 정도는 조금씩 감소한다”며 “<span class='quot0'>다른 치료와 마찬가지로 재활치료 역시 치료 시기가 중요하다</span>”고 강조했다. 이어 “어느 정도까지 좋아지는가는 발병 1개월 후의 근력·감각상태가 평가의 중요한 인자로 작용한다”며 “발병 후 급성기치료와 함께 가능하면 바로 재활치료를 시작하는 게 바람직하다”고 조언했다. <br/><br/><br/>특히 무릎관절이나 고관절 등 관절성형술 환자의 경우 다리가 불편하기 때문에 누워있으려고만 하는 경우가 많아 주의가 필요하다. 근육은 사용하지 않으면 근위축이 발생하기 때문에 장기간 사용하지 않으면 결국 관절 구축까지 발생하게 된다. 관절성형술에서 초기 재활치료가 중요한 이유다. 오 과장은 “<span class='quot0'>어르신들은 수술만 하면 모든 것이 끝나는 줄 아시는데 수술 후 재활치료가 일상생활 복귀에 매우 중요한 역할을 담당한다</span>”며 “<span class='quot0'>수술한 다리의 안정화를 해치지 않는 범위 내에서 근력운동과 관절구축 예방을 위한 관절운동 등 수술 후 가능한 빠른 시간 내 재활치료를 시작하는 것이 바람직하다</span>”고 조언했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>수술 후 재활치료 시 주의할 점 <br/><br/><br/>-  재활치료는 빠를수록 좋다. 수술 뒤 누워 있는 기간이 길수록 근육이나 신경세포는 퇴화한다. <br/><br/><br/>- 재활치료는 반드시 전문가와 함께 해야 한다. 잘못된 상식으로 재활운동을 할 경우 근육이나 관절의 추가 손상이 발생할 수 있다. <br/><br/><br/>- 낙상을 조심하라. 재활에 대한 의욕이 많은 것은 좋으나 의욕이 앞서 단계에 맞지 않게 무리할 경우 낙상 등의 위험이 있을 수 있다. <br/><br/><br/>- 꾸준히 재활치료를 유지하라. 재활치료의 <span class='quot0'>효과</span>는 일반적으로 3~6개월에 가장 빠른 속도로 증가한다. 하지만 이후에도 재활치료의 <span class='quot0'>효과</span>는 꾸준히 나타날 수 있다. 원하는 속도로 빠르게 회복되지 않는다고 해서 치료를 게을리 해서는 안된다. <br/><br/><br/>- 수술 후 재활치료는 선택 아닌 필수. 수술 뒤 재활치료를 받고 일상생활이 가능해야 치료가 끝나는 것이다.

언론사: 내일신문-1-85.txt

제목: [기고] 국민안전과 기업보호를 바꿀 수 없다  
날짜: 20160526  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160526135938124  
본문: 얼마전 텔레비전 드라마에서 인상적인 판결 선고장면을 볼 수 있었다. "제품을 구매한 소비자가 카페인 과다 복용으로 사망했고 그 원인이 카페인의 일일권장량을 표시하지 않은 B음료일 가능성이 커 A사의 손해배상책임을 인정한다"는 내용이다. 드라마 속 판사는 그러면서 "미연방법원에서 파우더 제품에 의한 암 발병 여성에게 620억원을 배상하라는 판결이 나왔듯이 우리나라도 징벌적 손해배상 제도가 도입되어 이와 같은 일이 다시는 발생하지 않도록 해야겠다"고 덧붙였다. 드라마 속이었지만 우리나라 판사가 비도덕적 기업의 손해배상 책임을 인정하고 '징벌적 손해배상제도'의 필요성에 대해 언급한 것에 인상 깊었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>'징벌적 손해배상 제도' 하루속히 도입을 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지난 2일 검찰은 업무상 과실치사 등의 혐의로 옥시레킷벤키저의 신현우 전 대표 등 4명에 대해 구속영장을 청구했다. 검찰은 업무상 과실치사와 가습기 살균제 제품이 인체에 무해하다는 허위광고를 한 혐의 등을 수사중이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>가습기살균제 제조 및 판매업체는 형사적 책임과 동시에 피해자에 대한 민사적인 손해배상책임을 지게 될 것이다. 하지만 피해자들이 손해배상을 받기위해서는 험난한 길이 예상된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>손해배상을 받기 위해서는 손해배상청구소송을 제기해야 한다. 피해자들 일부가 소송을 제기해 승소하면 다른 피해자들이 별도의 소송을 제기할 필요없이 피해구제가 가능한 집단소송제도가 있기는 하나 그 적용분야가 제한적이고 소송조건도 까다롭다. 또 손해배상을 받게 된다고 해도 그 범위가 실제로 발생한 손해의 범위 내에서고 피해자들은 그것을 증명해내야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>기업의 손해배상 책임과 관련하여 시민단체에서 수년 전부터 도입을 제안하고 있는 것이 '징벌적 손해배상 제도'다. 이 제도는 가해자의 행위가 악의적이고 반사회적일 경우 이를 징벌할 목적으로 실제 손해액보다 훨씬 더 많은 손해배상을 하도록 해 기업에 엄청난 금액의 배상책임을 지우는 것이다. 가습기 살균제의 제조·판매업체의 행위는 징벌적 손해배상 대상이지만 유감스럽게도 우리나라의 법률은 이를 채택하고 있지 않다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 제도를 운영하고 있는 미국의 가장 대표적인 사례가 '맥도날드 커피 사건'이다. 1994년 맥도날드에서 자동차를 운전하며 커피를 구매한 한 여성이 뜨거운 커피를 엎질러 화상을 입은 일이 있었다. 이 여성은 법정 다툼 끝에 맥도날드로부터 보상금 외에 48만달러라는 거액의 징벌적 배상 판결을 받았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>일반적인 상식, 그리고 우리나라 법원의 손해배상 기준을 생각하면 뜨거운 커피로 화상을 입은 사람에게 48만달러의 배상금은 과다해 보일 수도 있다. 그러나 맥도날드처럼 불특정 다수의 소비자를 상대로 하는 기업으로부터 소비자를 보호하도록 예방적 차원에서 그 금액을 책정한 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>기업은 소비자를 생각하고 법을 두려워해야 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>가습기 살균제 사건에서 가장 주목해야 할 점은 앞으로 기업의 법위반행위를 막고 소비자가 더 이상 기업의 법위반 행위로 피해 받는 일이 없도록 제도적 장치를 마련하는 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>가습기 살균제로 가족을 잃거나 그 후유증으로 고통 받고 있는 피해자들은 천문학적인 금액을 받는다고 해도 분노가 사라지지 않을 것이다. 하지만 강력한 법적 제재를 통해 기업의 원천적 책임을 묻고, 앞으로 유사한 손해가 발생하지 않도록 예방한다면 피해자들이 조금은 위로받을 수 있지 않을까 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>우리 국회에서 기업의 파산과 위축을 걱정하기보다는 비윤리적 행위를 하는 기업을 처벌하고 철저히 피해자 편에 서는 단호한 법안이 통과되기를 기대해본다. 이미 경제강국으로 성장한 우리나라에서 국민을 희생해서라도 기업을 보호해야 한다는 주장은 설득력을 잃었다. 기업은 소비자를 생각하고 법을 두려워해야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>정윤석 법률사무소 장안 변호사

언론사: 내일신문-1-86.txt

제목: 삼성화재 통합보험 '모두모아 건강하게'  
날짜: 20160526  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160526135915118  
본문: 삼성화재가 이달 초 선보인 새 장기보험인 '모두모아 건강하게'가 통합 보장기능으로 눈길을 끌고 있다. <br/><br/><br/>이 상품은 사망, 장해, 진단비, 수술비, 실손 의료비 등 건강보험 외에도 손해보험 고유의 담보인 운전자 비용, 화재 위험, 배상 책임까지를 하나의 상품으로 모두 보장한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또, 15년마다 보장내역 재점검을 통해 고객의 상황별로 유연한 재무설계가 가능하고 환급금도 받을 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>'모두모아 건강하게'는 기본적으로 사망/장해/진단비 등은 한번 가입으로 100세까지 보장하고, 경제활동이 왕성한 시기에 집중 보장을 원하는 고객은 60·65세 만기 담보를 추가로 가입할 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>15년 동안 보험료 인상 없이 계약유지가 가능한 점도 장점이다. 15년 후에는 고객의 경제적 상황에 맞게 보장내역 재컨설팅을 통해 재가입하거나 환급금을 받을 수 있어 생애주기에 맞춘 재무설계도 가능하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>상해 80%이상 후유장해 또는 질병고도장애(1,2급) 발생 시 보험료 납입을 면제해 주는 기능도 덧붙였다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>보험기간중 최초 암 진단 확정일로 부터 2년이 지나서 새로운 암이 발생하거나 기존의 암이 전이·재발·잔존한 경우에는 재진단시마다 최대 2000만원의 진단비를 지급하는 등 암 보장을 확대했다. 상해나 질병으로 수술하면 입원수술 20만원, 통원수술 10만원을 보상한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>삼성화재 통합보험만의 기능 및 혜택도 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>고객이 납입기간 동안 쌓은 적립금을 저축성보험으로 계약 전환해 만기가 되거나 해지할 경우 매년 또는 매월 분할 수령할 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>삼성화재 장기상품개발팀장 정병록 상무는 "모두모아 건강하게는 업계 최초로 통합보험으로 다양한 보장과 혜택을 담아 고객이 원하는 최적의 맞춤형 컨설팅이 가능하다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-87.txt

제목: 뇌 질환의 원인, 뇌 속 담음 제거가 우선 되어야  
날짜: 20160523  
기자: 내일신문  
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160524125231987  
본문: 소아에게 많이 발생하는 자폐스펙트럼이나 ADHD, 아스퍼거증후군처럼 뇌의 문제로 발생하는 질환은 여전히 치료가 어렵다. 명백한 원인이 밝혀지지 않아 몇 가지 증상으로 전두엽이나 유전적인 요인을 꼽을 뿐이다. 양방에서도 신경안정제 등 마음을 가라앉히는 약을 처방할 뿐 별다른 치료법을 찾지 못하고 있는 실정이다. 그래서 난치성 뇌 질환을 오랫동안 치료해온 브레인리더한의원 설재현 원장을 만나봤다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>뇌 질환에 대해 오랫동안 치료해온 설재현 원장은 “뇌와 관련된 질환에 대해 저희는 열이 쌓인 담음(痰飮)이 빠져나가지 못하고 뇌에 남아 있어 발생한다고 봅니다. 쉽게 말해 가래, 즉 담(痰)이 뇌의 어딘가에 있다고 보는 거죠. 특히나 아이들이 돌이 되기 전에 발생하는 열을 잘 잡아줘야 합니다.” <br/><br/><br/>대개 열은 항생제로 다스리는데 이때 항생제에 내몰린 열들이 외부로 빠져나가지 못하고 몸 안에 머물게 되면 질환을 일으킨다는 설 원장. 그는 감기에 걸렸을 때도 한방 감기약을 쓰면 부작용이 없기 때문에 열을 쉽게 잡을 수 있음에도 한방으로 감기를 치료한다는 것을 일반인들이 잘 모른다고 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>빠져나가지 못한 담음이 질환의 원인 <br/><br/><br/>몸 안에 생긴 담음이 장기에 남아있으면 장기와 관련된 질환을 일으키고 코에 남아있으면 비염, 피부에 남아있으면 아토피, 뇌에 남아있으면 뇌 질환을 일으킨다는 것이 설 원장의 주장이다. 담음은 양방에서는 인정하지 않는 개념이지만 한방에서는 흔히 쓰이는 표현이다. 쉽게 말하면 노폐물이나 독소를 의미한다. <br/><br/><br/>이런 담음 치료를 위해 오랫동안 매달려온 설 원장은 지난해 뇌에 쌓인 담음을 치료하는데 획기적인 치료 효과가 있는 ‘한약’을 개발했다. 이 약을 복용하면 땀이나 소변 등 여러 가지 몸의 분비물을 통해 담음이 빠져나가 치료 효과가 있다는 것이다. 하지만 체질에 맞지 않을 경우 효과는 다소 더딜 수도 있다고 한다. <br/><br/><br/>‘한약’을 써서 자폐스펙트럼이나 아스퍼거증후군, ADHD 환자들에게 많은 효과를 본 설 원장은 그럼에도 증상이 심한 환자들에게는 효과가 더뎌 고민도 많았고 개인적으로도 많이 안타까웠다고 한다. 그러다 최근 개발한 신약이다. <br/><br/><br/>담음을 삭히는 데 더 좋은 효과를 볼 수 있는 한약제를 추가하고 약의 배합에도 많은 연구를 기울여 탄생한 것이다. 이 약은 그동안 암이나 류머티즘, 전립선 관련 질환과 증상이 심한 자폐 같은 뇌 질환 환자들에게 조금씩 약을 높여가며 써본 결과 확실한 효과가 있어 지금도 계속 보완 발전시켜 완성시켜 나가고 있다고 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>언어발달지연환자, 어휘와 문장 확연히 늘어 <br/><br/><br/>석 달 전 일곱 살짜리 언어발달지연 환자가 내원했는데 거의 단어를 연결하지 못할 정도로 중증 환자였다고 한다. 그런데 새로 개발한 한약을 처방한 결과 한 달여가 지나자 난생 처음 친구들과 놀더라며 부모가 깜짝 놀라 한걸음에 달려왔단다. <br/><br/><br/>그 후에도 어휘가 늘고 문장을 쓸 정도로 좋아지고 있단다. <br/><br/><br/>또한 역시 자폐스펙트럼을 앓고 있는 네 살짜리 환자는 거의 말도 못했는데 옹알이가 터져 시끄러울 정도가 되기도 했다. 이외에도 새로 개발한 한약을 처방받은 환자들은 많은 경우 강박관념이 줄고 말이 확연히 늘었다고 한다. 이렇게 확실한 효과가 빠른 시일 내에 나타나자 설 원장 스스로도 자신감을 얻었다고 한다. 본인의 스승과 함께 개발한 ‘강락회심탕’은 최소한 뇌 질환에서 만큼은 앞서 나가고 있다고 한다.  <br/><br/><br/>담음을 잡는데 효과가 있다 보니 이 약을 복용하면 단지 뇌 질환에만 효과가 좋은 것이 아니라 미처 예상치 못했지만 가래로 인한 비염과 아토피 등에도 효과가 나타나고 있다. 뇌 질환 역시 담음이 원인이기 때문에 담음으로 인해 생긴 여러 질환에도 효과가 있는 것이다. <br/><br/><br/>현재 한약의 개발은 그간 <동의보감>, <방약합편>, 사상의학, 뉴로피드백, 감통, 청지각, 운동치료등을 포함하여 일단 10년간의 임상을 해본 결과, 가장 빠르고 효과적이라는 판단을 하고 있으며, 눈에 보이는 확실한 효과를 실감하고 있다는 설 원장. 난치성 병으로 인식돼 많은 환자들이 지레 포기하는 자폐스펙트럼이나 아스퍼거증후군, ADHD 등 뇌 질환에 보다 효과적인 치료약이 개발됐다는 데 큰 의미를 둘 수 있을 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 설재현 대표원장(브레인리더한의원)

언론사: 내일신문-1-88.txt

제목: "손수 끓인 국밥 2천그릇 대접"  
날짜: 20160523  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160523131204586  
본문: "매년 주민들이 손수 준비한 음식으로 어르신 2000명을 한자리에 모시고 잔치를 엽니다. 이 정도면 기네스북에 오를 만하지 않나요?" <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지난 21일 오후 12시 경기도 수원시 장안구 율천동 성균관대학교 체육관. 율천동에 거주하는 어르신 2000여명이 참석한 가운데 '2016년 율천동 어르신 큰 잔치'가 열렸다. 대부분 동주민센터가 주최하는 경로잔치는 뷔페 등 주문한 음식으로 잔치를 치른다. 하지만 율천동은 매년 주민들이 손수 음식을 장만해 노인들을 대접한다. 올해는 소머리국밥이 주 메뉴다. 주민자치위원회와 부녀회, 통친회 등 주민들은 잔치음식을 준비하기 위해 3일 전부터 동주민센터 앞마당에 모여 대형 솥에 소머리 16두를 삶고 각종 반찬들을 손수 준비했다. 조기동 율천동장은 "율천동은 주민 수가 4만6000여명으로, 다른 동에 비해 어르신들이 많이 거주하지만 정성이 깃든 식사를 제공하자는 취지로 주민들이 매년 직접 음식을 장만해 대접하고 있다"고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이날 잔치는 '율천동 북소리 난타팀'의 식전공연과 윤전초교 어머니·학생들로 구성된 '밤송이 알밤 합창단' 축하공연에 이어 화찬효행상 등 수여식이 진행됐다. 화찬효행상은 1996년 율천동 윤씨종친회가 기탁한 1000만원을 종자돈으로 화찬효행상 추진위원회를 꾸려 이듬해부터 매년 효행자를 발굴해 주는 상이다. 올해는 암 투병중인 노모를 지극정성으로 모시고 있는 김춘환(56)씨가 수상했다. 이후 각급 동 단체장들의 '어머니의 마음' 합창과 점심식사, 어르신 노래자랑 및 축하공연이 이어졌다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>행사를 주관한 김정동 율천동 주민자치위원장은 "경기가 어렵지만 각 단체를 비롯해 많은 분들이 한마음으로 봉사하고 후원해준 덕에 행사를 잘 마칠 수 있었다"며 감사를 전했다. 조기동 동장은 "손수 마련한 정성스러운 음식을 어르신들에게 대전하는 전통과 경로효친사상을 계승발전시켜 주민이 화합하고 정겨운 마을을 만들어갈 수 있도록 노력하겠다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-89.txt

제목: 맞춤 자동차보험 온라인에서 비교하세요  
날짜: 20160520  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160520122221631  
본문: 다음달 말부터는 자신이 실제로 내야 할 보험료를 온라인에서 비교해 가장 싼 자동차보험 상품을 고를 수 있게 된다. <br/> <br/>실손, 자동차, 여행자, 연금보험 등을 비교할 수 있는 '보험다모아' 모바일 버전도 오픈된다. <br/> <br/>금융위원회는 지난해 11월 오픈한 '보험다모아' 기능 강화 차원에서 오는 6월말부터는 차종, 연식, 운전자범위, 사고이력 등 개인 특성이 반영된 자동차 보험료 실시간으로 비교할 수 있도록 시스템을 개선한다고 19일 밝혔다. <br/> <br/>지금은 자동차보험상품을 비교할 때 차종, 가입연령, 연력특약 등의 조건을 선택할 수 있지만 사고이력 등 개인별 특성이 충분히 반영되지 않아 비교정보와 실제보험료가 차이가 났다. <br/> <br/>개편된 시스템은 이에 더해 기존 조건의 선택지를 세분화하고, 가입경력, 운전자범위, 차량연식, 할인할증 여부 등을 세세하게 반영해 더 정확하게 예상보험료를 산출할 수 있게 된다. <br/> <br/>기존 비교조건의 선택지 조합 수는 약 2000개인데, 개편 시스템의 비교조건 선택지 조합은 약 30억개로 늘어난다. <br/> <br/>이밖에 해외 여행자보험, 암보험 등 다른 보장성 보험상품도 비교 기준을 표준화해 비교를 간편화했다. <br/> <br/>해외 여행자보험의 경우 보험회사별로 동일한 조건으로 실제 보험료를 비교할 수 있도록 기준을 통일하고, 암보험은 표준가입조건과 보장범위지수를 통해 비교에 도움이 되도록 했다. <br/> <br/>하반기부터는 보험다모아의 정보를 인터넷 포털은 물론 모바일에서도 검색할 수 있게 해 소비자들의 접근성을 높일 방침이다. <br/> <br/>금융위는 미국, 영국, 호주 등 외국에서도 인터넷에서 다양한 보험상품을 비교해 원스톱으로 보험가입을 할 수 있는 새로운 온라인 플랫폼 판매채널이 활성화되고 있는 상황이라고 전했다. <br/> <br/>금융위원회 관계자는 "자동차보험의 실제 보험료가 비교 가능해지고 보장성 보험의 보장범위가 표준화되면서 보험회사 간 보험료 인하 경쟁이 더욱 촉진될 것"이라고 기대했다.

언론사: 내일신문-1-90.txt

제목: 이화여자대학교 의료원, 새 병원 이름 공모  
날짜: 20160519  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160520095801697  
본문: 이화여자대학교 의료원 새 병원 조감도 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이화여자대학교 의료원(의료원장 김승철)은 2018년 하반기 완공 예정인 이화여자대학교 의료원 새 병원의 이름을 공모한다. <br/><br/><br/>서울특별시 강서구 마곡지구에 건축 중인 새 병원은 국내 최초로 기준병실 3인실, 전중환자실 1인실로 구성되며 경증에서 중증까지 모든 환자의 내원 순간부터 입원, 치료 과정까지 감염 관리에 최적화된 시스템을 적용하는 등 진정한 환자 중심의 첨단 병원으로 설계되었다. <br/><br/><br/>또한 새 병원은 암, 심뇌혈관, 장기이식 등 고난이도 중증 질환을 특화 육성하며 외국인 환자를 위한 첨단 국제진료센터 및 프리미엄 건강증진센터 운영을 통해 명실공히 대한민국을 대표하는 세계적인 경쟁력을 갖춘 병원을 지향한다. <br/><br/><br/>응모 기간은 5월 16일부터 6월 15일까지 한 달 동안이며 홈페이지(www.eumc.ac.kr)에서 공모 양식을 다운 받아 새 병원의 이름과 의미를 적어 이메일로 접수하면 된다. 최종 당선작에 응모한 사람이 복수일 경우 추첨을 통해 당선자를 결정하며,  대상 1명 200만원, 행운상 2명 각 100만원의 상금이 주어지며 아차상 3명은 각 60만원 상당의 건강검진 혜택이 주어진다. <br/><br/><br/>당선작 발표 일정은 올해 8월 중 홈페이지를 통해 다시 안내할 예정이다.

언론사: 내일신문-1-91.txt

제목: "소프트센, 2020년엔 의료정보 포털"  
날짜: 20160519  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160519130922901  
본문: 의료 빅데이터 전문기업인 소프트센이 의료정보 포털기업으로 탈바꿈한다. 김재홍 소프트젠 대표는 18일 여의도에서 기자간담회를 열고 "차별화된 솔루션과 사업 노하우를 바탕으로 헬스인포메틱스 기반 빅데이터 사업 분야를 선점하고 개척해 나가고 있다"면서 "향후 원격진단 등을 포함한 의료정보 포탈서비스(가칭 '센닥터')를 2020년부터 개시하는 게 목표"라고 밝혔다. <br/> <br/>소프트센은 강남 세브란스 검진센터 의료 빅데이터 분석 시스템, 울산대 임상 빅데이터 웨어하우스 구축, 국립 암 빅데이터센터 구축 등 대형 의료기관의 헬스인포메틱스 기반 빅데이터 사업을 수주하는 등 2014년 이후 의료정보 포탈로 가기위한 정지작업을 꾸준히 해 왔다. <br/> <br/>소프트센은 또 아마존 웹 서비스와 제휴해 클라우드 서비스를 제공하고 있으며 지난해 IBM 국내 통합 총판권을 획득해 슈퍼컴퓨터 왓슨(Watson) 활용한 사물인터넷 서비스와 헬스케어 서비스 모델을 개발중이다. 소프트센은 2015년 매출 723억원에 영업손실 38억원으로 적자를 냈지만 올해 매출 1140억원, 영업이익 31억원 달성으로 흑자 전환이 가능성하는 입장이다. 올 1분기 2억원의 영업이익을 냈다. 또 2020년엔 의료정보 포털기업으로 탈바꿈하며 매출 5000억원을 올리는 게 목표다. <br/> <br/>김 대표는 소프트센은 지난 2014년 설립한 차세대융합기술연구소를 발판으로 헬스인포메틱스 기반의 빅데이터 분석 서비스 모델을 구축해 차세대 IT 융합 비즈니스 연계를 가속화 할 것 이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-92.txt

제목: 발암추정 '글리포세이트(유전자재조합식품 제초제)' 규제요구 확산  
날짜: 20160517  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160517131315616  
본문: 지난해 3월 국제암연구소가 유전자재조합식품(GMO)의 제초제로 사용되는 글리포세이트를 발암추정물질로 지정한 이후, 최근 국내에서도 이 제초제의 공개와 사용을 규제하라는 요구가 확산되고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>보건연구단체인 '건강과 대안'은 17일 오후 서울NPO지원센터에서 'GMO 확대 그리고 글리포세이트 위험 논쟁'이라는 주제로 포럼을 개최하면서 "국제암연구소는 몬산토가 GMO작물 재배를 위해 생산한 글리포세이트를 발암물질로 지정하고 사용중단을 권고했다"며 "그 위험성을 공유하고 국내에서 그 대안을 찾아야 한다"고 주장했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이상윤 건강과대안 연구원(의사)은 "미국, 캐나다, 스웨덴 등에서 글리포세이트를 사용한 농부들에게 비호지킨림프종이라는 혈액암 발생이 증가했고, 동물대상 연구에서 글리포세이트를 먹인 동물에게 각종 암이 발생한다는 사실이 여러번 증명됐다"며 "인간의 유전자와 염색체에 손상을 가한다는 사실도 실험실 연구에서 밝혀졌다"고 밝혔다. 이어 그는 "글리포세이트의 국내 수입과 제조 사용방법과 그 범위에 대한 광범위한 조사가 필요하다"고 주장했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>◆유럽의회 공공장소 사용금지 조치 = 한편 유럽의회는 최근 글리포세이트의 조건부 사용을 7년으로 줄였고, 공공장소 사용을 금지하는 법안을 통과시켰다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이런 입장과 관련해 몬산토 측은 "기준대로 사용하면 안전하다"는 입장이다. 몬산토 측은 유럽식품안전청이 '글리포세이트는 사람에게 암을 유발할 위험성이 낮고, 증거들은 이를 발암 가능물질로 분류하는 것을 뒷받침하지 않는다'고 밝힌 것에 고무돼 있다. 몬산토 측은 "국제암연구소의 분류는 자료를 선별적으로 취합해 해석했고, 비표준적인 독성학방법론을 따랐으며, 일부 과학자 그룹의 해석만을 반영했다"고 반문했다. 하지만 세계과학자 94명이 연서해 '유럽식품안전청의 평가는 신뢰할 수 없다'고 성명을 학술지에 발표하면서 글리포세이트 안전성 논란은 더욱 커졌다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>글리포세이트에 대해 우리나라 식품의약품안전처는 안전성 논란에 따라 사용기준을 강화하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>식약처는 "글리포세이트는 프로게스테론의 생산을 억제하는 등 내분비 교란 물질의 하나로 의심받고 있으나 아직 논쟁 중"이라고 밝혔다. △접촉에 의해 피부와 눈을 자극하며 호흡에 의해 코와 목 점막을 자극하기도 하고, △과도한 노출에 의해 오심, 구토, 설사, 저혈압 및 혼수를 유발할 수 있으며, △간과 신장에 독성이 있는 것로 알려지고 있으며 과량에 의해 부정맥으로 사망을 일으킬 수도 있다는 것이다. 다만 발암 인과관계에 대한 입장은 정해져 있지 않다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>◆GMO 유전자 오염 방지 사회적 논의 필요 = 식약처는 2015년 10월15일자로 글리포세이트 잔류기준 개정안을 '밤 0.2에서 0.05'로 '복숭아 0.2에서 0.05'로 강화해 행정예고를 했다. 현재 개정 절차가 진행 중이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>식약처 관계자는 "이 제초제에 대한 논란의 내용을 주시하고 있다. 밤과 복숭아 외 다른 작물도 그 기준치를 수시 혹은 정기적으로 평가해 안전성 강화하는 쪽으로 조치할 수도 있다"고 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한편 김병수 동국대 과학사회학 교수(건강과연대 연구원)는 "1997년부터 2013년까지 전세계에서 396건의 유전자오염이 보고됐다. 그럼에도 최근 국내에서도 전북 수원 등지에서 GMO벼를 시험재배가 예정되어 있어 농민과 소비자가 우려하고 있다"며 "GMO에 의한 유전자 오염을 막기 위한 사회적 논의가 필요하다"고 주장했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이와 관련, 농촌진흥청 관계자는 "비의도적 환경방출로 유전자오염을 발생하는 것을 막기 위한 GMO 안전관리 강화에는 이견이 없다"면서도 "소 돼지 등 붉은 고기도 발암추정물질에 포함돼 있듯이 GMO와 관련 비과학적이고 비현실적 안전조치 요구는 지양해야 한다"고 주장했다.

언론사: 내일신문-1-93.txt

제목: 이화여자대학교 의료원 , 새 병원 이름 공모  
날짜: 20160516  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160516133828396  
본문: 이화여자대학교 의료원(의료원장 : 김승철)은 2018년 하반기 완공 예정인 이화여자대학교 의료원 새 병원의 이름을 공모한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>서울특별시 강서구 마곡지구에 건축 중인 새 병원은 국내 최초로 기준병실 3인실, 전중환자실 1인실로 구성되며 경증에서 중증까지 모든 환자의 내원 순간부터 입원, 치료 과정까지 감염 관리에 최적화된 시스템을 적용하는 등 환자 중심의 첨단 병원으로 설계했다.   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또한 새 병원은 암, 심뇌혈관, 장기이식 등 고난이도 중증 질환을 특화 육성했다. 외국인 환자를 위한 첨단 국제진료센터 및 프리미엄 건강증진센터 운영을 통해 명실공히 대한민국을 대표하는 세계적인 경쟁력을 갖춘 병원을 지향한다.   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>응모 기간은 5월 16일부터 6월 15일까지 한 달 동안이며 홈페이지(www.eumc.ac.kr)에서 공모 양식을 다운 받아 새 병원의 이름과 의미를 적어 이 메일로 접수하면 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>최종 당선작에 응모한 사람이 복수일 경우 추첨을 통해 당선자를 결정하며, 대상 1명 200만원, 행운상 2명 각 100만원의 상금이 주어지며 아차상 3명은 각 60만원 상당의 건강검진 혜택이 주어진다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>당선작 발표 일정은 올해 8월 중 홈페이지를 통해 다시 안내할 예정이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의 : 02)2650-5504

언론사: 내일신문-1-94.txt

제목: 인공 지능(AI)의 활용에 대한 다양한 시각과 의과학 응용  
날짜: 20160515  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160516124804063  
본문:   인공지능 (AI: Artificial Intelligence)의 활용과 응용에는 다양한 시각이 존재하며 세계 최고의 사업가와 엘리트들도 깊은 관심을 갖고 있다. 미국의 빌 게이츠, 엘론 머스크와 일본 최고의 사업가인 손정의 등이다. 이들 중에 AI 사업화에 가장 적극적인 사업가로는 일본 소프트뱅크 손정의 회장을 들 수 있다. 중국 최고의 인터넷 기업이 된 알리바바에 대한 투자를 사업가의 직관으로 추진했던 손회장은 2015년 소프트뱅크 주주총회에서 앞으로 회사가 주력해야 할 사업으로 AI와 고성능 로봇사업을 명시함으로써 이 분야에 대한 분홍빛 전망을 아낌없이 보여주었다. 영화 아이언맨의 모델이고 세계 최고의 우주선 기술을 보유한 스페이스X 사와 혁신적인 전기차 테슬라 모토를 창업한 엘론 머스크는 AI에 대한 다소 비관적인 우려를 표명하지만 사업화에 있어서는 그 누구보다 앞서가고 있다.   <br/><br/><br/>   AI의 대표적인 사업화 성공 모델인 전문가 시스템은 의료 진단 분야에 널리 사용되어 왔다. 최근에는 암의 진단과 수술에도 AI가 널리 활용되고 있다. 수술용 로봇의 경우 2000년도에 FDA의 허가를 받은 로봇인 미국 인튜이티브 서지컬사의 다빈치의 독점이 오랫동안 진행되어 왔다. 국내에 도입되어 있는 50여 대의 의료용 로봇도 전부 다빈치 제품이다. 그러나 국내에서도 미래컴퍼니가 수술용 로봇사업화를 위해 제품을 개발 중으로 동물실험을 12차까지 적용한 상황이고 안정성 확보를 위해 힘을　쏟고 있다.  <br/><br/><br/>  의료관광은 대표적 한류관광 아이템이다. 이를 지속적으로 유지 발전시키기 위해서는 의료 신기술의 적극적인 도입과 개발이 필수적으로 적극적인 AI 도입이 검토되어야 할 단계이다. <br/><br/><br/>  신기술의 도입과 발전의 역사를 보면, 초창기 도입기에는 그 기술의 진가를 직관적으로 알아보는 소수의 천재와 엘리트들에 의해 추진되는 것을 알 수 있다. 이러한 엘리트들을 양성하는 초석을 만들기 위해 여름방학 기간 동안에 AI 핵심 분야에 대한 연구와 응용을 관련 대학의 도움을 받아 추진하고 있다. 학생들이 여름방학 기간 동안 이러한 소중한 기회를 갖는 것은 다양한 경험을 중시하는 미국 명문 대학에 진학하기 위해서도 좋은 경험이 될 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 문의 필립스교육시스템코리아  대표 장원석 박사 <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-95.txt

제목: 소년, 지리산에서 남자의 세계를 엿보다  
날짜: 20160506  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160509091215135  
본문: 지난달까지 많은 여성의 마음을 흔든 이는 단연코 송중기였다. 뽀얀 피부의 예쁘장했던 소년은 ‘태양의 후예’에서 특전사 중대장 유시진 대위가 되어 나타났다. 이 세상에 없을 것 같은 멋진 ‘남자’가 된 그는 아시아를 흔들었다. 여기 ‘소년’으로 입학해 ‘남자’의 세계를 엿본 우리 학교 아이들의 이야기를 들어보시라. <br/><br/><br/>우리 학교는 초창기부터 전문 산악인 선생님이 계셨던 까닭에 산악반이 조직되어 암벽타기까지 했다. 그들은 교내에 인공암벽장도 만들었고 사제동행으로 줄곧 명산을 즐겼다. 그러나 산악반 지원자가 줄고 엄마의 품속에서 온실의 화초처럼 자란 아이들이 많아지면서 인공암벽장도 산악반도 자취를 감추었다. 하지만 나약해지기만 하는 아이들을 안타까워하는 선생님의 사랑과 열정은 지워지지 않았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>인공암벽장과 산악반 있는 ‘엉뚱한’ 학교 <br/><br/><br/>대학에서 산악반 활동을 했던 정 선생님은 산악동아리를 부활시켜 동아리 시간에 관악산 둘레길을 먼저 걷게 했다. 하지만 학교와 학원, 집을 반복하는 길에만 익숙한 소년들에게 관악산 둘레길은 그리 쉽지 않았다. 정 선생님은 충격을 받았나 보다. 나약함을 단번에 깨어버리자는 계획을 세웠다. 산악반 아이들을 이끌고 여러 날에 걸쳐 큰 산을 종주한다는 거창한 계획은 주변의 따가운 눈총을 받았다. <br/><br/><br/>주변의 만류에도 정 선생님은 사전 지도를 철저히 하겠다는 약속을 하고 안전 대책이 포함된 구체적인 계획서를 제출해 결국 교장선생님의 허락을 받았고 드디어 산악반 학생들에게 지리산 종주계획을 발표했다. 첫날은 서울에서 구례까지 버스로 가서 노고단대피소에서 1박, 다음날은 세석산장에서 1박, 3일차에는 세석에서 천왕봉을 찍고 장터목을 거쳐 백무동으로 내려온단다. 이 일정이 얼마나 고단한지 산악반 녀석들은 예상하지 못한 채 들떠 있었다. <br/><br/><br/>평소 지리산을 자주 찾는 나도 지도교사로 초대받았다. 정 선생님은 산악반 학생들에게 체력훈련과 함께 장비사용법 등의 기초부터 응급처치까지 지도했다. 교장선생님은 배낭 등의 물품을 지원하고 금일봉까지 건넸다. <br/><br/><br/>설레는 마음으로 출발하려는데 느닷없는 교육청 긴급모임 관계로 나는 세석에서 합류하기로 하고 남부터미널에서 정 선생님과 아이들을 배웅했다. 다음날 백무동에서 한신계곡을 따라 세석산장에 도착한 나는 예정시간이 넘어도 도착하지 않는 아이들과 정 선생님이 걱정되어 선비샘 쪽을 향해 걸었다. 저 멀리 커다란 배낭을 메고 천천히 걷고 있는 선두그룹이 보였다. 지친 기색이 역력했다. <br/><br/><br/>“헉헉, 흐악흐악, 아야” <br/><br/><br/>“세석산장이 도대체 어디야?” <br/><br/><br/>땀으로 범벅이 된 몸을 이끌고 걷고 있는 녀석들은 작은 등성이 위에서 내가 서서 기다리는 줄도 모르고 불만을 가득 쏟아냈다. 지리산을 종주하는 이들에게 벽소령에서 세석산장 구간은 지치는 구간이다. 연하천 대피소에서 점심을 먹은 산악반은 중간에 비를 만나 우의를 입은 채 걸었고 그중 한 녀석은 저체온증으로 정 선생님을 긴장하게 만들었던 모양이다. <br/><br/><br/>나를 만나자 아이들은 세석이 멀지 않았음을 눈치 채고 다시 속력을 냈다. 후미는 선두가 도착하고서도 한 시간이 훨씬 넘어서야 도착했다. 정 선생님의 어깨에는 낙오한 학생의 배낭까지 올린 상태였다. 지쳤음에도 버너를 켜고 저녁을 준비하는 녀석들은 마냥 행복했고 무용담이 펼쳐졌다. 비에 젖은 등산화를 벗은 녀석들의 발에는 물집이 가득 잡혀 있었지만, 얼굴에는 미소가 번졌다. 이제 녀석들은 더는 소년이 아니었다. 늠름한 수컷, 아니 남자의 모습이었다. <br/><br/><br/>다음날 세석평전을 거쳐 장터목으로 향하면서 아이들은 구름 속에 숨었다 나타났다를 반복하는 아름다운 경치에 탄성을 질렀고 발걸음도 가벼워 어느새 천왕봉 정상에 닿았다. 정상석을 배경으로 아이들에게 사진을 일일이 찍어주는 정 선생님의 얼굴에서 나는 사랑과 열정을 읽었다. 정 선생님은 아이들의 자부심과 행복한 얼굴을 사진에 담았다. 나의 흐뭇함도 담겼다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>꼭 필요하고 소중했던 ‘그들만의’ 체험 <br/><br/><br/>백무동으로 내려온 산악반 아이들은 마무리 1박을 더하며 푸짐하고 단 세상에 없는 삼겹살을 먹었다. 종주하는 동안 겪었던 일을 쉼 없이 떠들어대는 그들은 지금 생각해보니 ‘태후’의 송중기와 그 동료들이었다. 그들의 종주 후기는 이랬다. <br/><br/><br/>“너무 힘들었습니다. 주저앉고 싶었는데 선생님은 친구 배낭까지 메고 계셨어요. 산악반 친구들과 함께한 35㎞ 지리산 종주는 고교생활 중 가장 가슴 뭉클한 경험으로 기억될 것입니다. 포기하지 않고 끝까지 걸을 수 있게 도와주신 선생님 정말 고맙습니다.” <br/><br/><br/>다음해 산악반은 정 선생님의 사랑과 열정에 감염된 또 다른 두 분의 선생님과 함께 설악산 종주에 나섰다. 설악 소청산장에서 하룻밤을 자고 대청봉에 올랐다. 지리산의 무용담을 설악산 종주 내내 후배들에게 자랑했다. 지리산과 설악산을 섭렵하고 3학년이 된 녀석들은 지금 그보다 훨씬 어렵다는 입시라는 산을 넘고 있다. 한편 지리산, 설악산의 정기를 듬뿍 받은 정 선생님은 올해 쌍둥이를 얻었다. <br/><br/><br/>요즘 남녀공학의 중학교 남학생들은 여학생들의 발랄함에 밀린다고 들었다. 하지만 남고에 진학한 후의 모습은 사뭇 다르다. 축구공과 농구공에 목숨을 걸고 체육수업이 든 날 비가 오거나 학교 사정으로 체육을 못하게 될라치면 분위기는 폭동 직전이 된다. <br/><br/><br/>점심시간 식판의 밥을 청소기처럼 흡입하고 운동장을 향해 달려 나간다. 그 넓은 운동장을 다른 녀석들이 차지하기 전에 자신들의 영역을 확보하기 위해서이다. 보건실에는 수시로 찰과상을 입은 학생들이 들락거리고, 골절상을 입은 학생을 업고 담임교사는 병원으로 향한다. 가끔은 몸을 사리지 않고 사냥감 쫓는 원시인처럼 축구공을 향해 달려가다 호흡곤란으로 실려와 119를 타고 병원으로 향하기도 한다. 수컷의 본능이 살아 숨 쉰다. <br/><br/><br/>하지만 남자로 거듭나기 위해 이들은 ‘태후’의 송중기처럼 어려움 속에서도 동료애를 발휘해야 하고 목표를 포기하지 않는 승부근성, 위기대처 능력 등을 갖추어야 한다. 순간적인 결단력과 강인한 체력도 필수 요소이다. 산악반 경험은 소년을 남자로 나아가게 하는 소중한 체험이었을 것이다. 우리 아이들에게 이런 살아있는 체험은 나중에라도 큰 경험이 될 것이다.

언론사: 내일신문-1-96.txt

제목: 생활 속 법률이야기⑤- 허위세금계산서 발행과 처벌  
날짜: 20160506  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160509091211964  
본문: 법무법인 위(WE) <br/><br/><br/>이재구 변호사 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>사업을 하다가 매입비용에 대한 자료가 없는 경우 허위의 세금계산서를 받아서 경비처리하는 경우가 있다. 일정비율의 수수료만 지급하고 허위세금계산서를 파는 업체를 ‘자료상’이라고 한다. 자료상은 실제 사업체를 운영하지 않고 사업자등록만 한 후 전문적으로 허위 세금계산서를 교부하고 수수료를 받아 챙긴다. 자료상은 폭탄업체라고도 불린다. 가공의 허위세금계산서를 발행한 다음 마지막에 체납상태에서 폐업을 하는 폭탄의 역할을 하기 때문이다. 이러한 자료상은 짧은 기간에 거액의 매출자료를 발생시키고 매입은 0인 상태로 폐업한다. 자료상들은 세무조사를 대비하여 자신의 이름으로 사업자등록을 하지 않는다. 재산이 없는 무자력의 사람들 명의를 빌려 법인의 대표이사로 등재한 후 일정 기간이 경과하면 폐업을 한다. 암에 걸려 곧 사망하게 되는 사람들에게 부탁하기도 하고, 노숙자에게 부탁하기도 한다. 자료상를 한 실제 행위자와 명의대여자(바지사장)는 모두 공범으로 처벌하게 된다. 심부름만 했다고 변명해도 공범으로 처벌되기는 마찬가지이다. <br/><br/><br/> 실물거래 없이 세금계산서를 수수하면 조세범처벌법에 의하여 처벌된다. 그러나 이러한 법만으로는 세법 질서를 문란행위가 근절되지 아니하자 2005. 12. 영리의 목적으로 공급가액 30억 원 이상의 허위세금계산서를 발행한 경우 가중처벌하는 규정이 신설되었다. 허위세금계산서 합계액이 30억 원 이상인 경우, 50억 원 이상인 경우에는 각 1년 또는 3년 이상의 유기징역에 처하고, 누락된 세액의 2배 이상 5배 이하의 벌금형을 필요적으로 병과하게 되어 있다. <br/><br/><br/> 실제 거래를 하였는데도 상대방 사업자가 일부 무자료 거래를 하고 폐업한 경우 가공거래 혐의로 조사를 받을 수 있다. 이러한 상황에서 실물거래를 인정받으려면 실물거래를 위한 계약서, 금융거래자료, 실물의 사진 및 운반 사진 등 객관적인 증빙서류, 납세자료, 납세증명서 등을 요구하여 실거래 사실을 입증할 수 있는 증거를 미리 확보해 놓은 것이 필요하다. <br/><br/><br/> 실제 폐동이나 유류의 유통단계에서 수 많은 폭탄업체들이 자료상으로 구속되고 처벌받고 있다. 1억 원 허위세금계산서를 발행하고 받은 수수료가 얼마나 될까? 통상 3~4%의 수수료를 받는다고 하는데 500억 원의 허위세금계산서를 발행해 주면 15억 원에서 20억 원의 수수료를 챙길 수 있다는 결론이 나온다. <br/><br/><br/> 500억 원의 허위세금계산서를 발행할 경우 처벌은 1년6월 이상이 유기징역과 벌금 최소 50억 원 이상이다. 바지사장이나 심부름만 한 직원의 경우에는 징역형은 집행유예를 받을 수 있지만 벌금은 내야할 것이다. 예전에는 1일 노역장에 유치할 경우 1억 원으로 계산해 주는 황제노역의 노역장유치 판결도 있었다. 그러나 이제는 벌금액이 50억 원 이상이면 최소한 1,000일 이상 노역장 유치를 하도록 되어 있다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-97.txt

제목: 말할 수 없는 고통 ‘치핵’  
날짜: 20160506  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160509091209142  
본문: 국민건강보험공단 통계에 의하면 우리나라 국민 25%는 치질로 진료를 받은 경험이 있다. 치질환자는 2007년 74만 명에서 2012년 85만 명으로, 매년 2.7%씩 증가했다. <br/><br/><br/>일반적으로 치질은 ‘항문에 생기는 모든 질환’을 의미한다. 대표적인 치질 질환으로는 항문 주변의 혈관과 조직이 항문 밖으로 돌출되는 치핵, 항문 주변에 생긴 고름으로 인해 항문 안쪽과 항문주변 피부로 연결 통로가 만들어지는 치루, 항문이 찢어져서 열상이 생기는 치열 등이 있다. 이중 가장 많은 환자수를 보이는 질환은 치핵으로 2012년 기준 전체 치질환자의 80%를 차지했다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>치핵이 생기는 원인은 무엇일까? <br/><br/><br/>안산 한사랑병원 최효성 원장은 “<span class='quot0'>흔히 항문 주변의 혈관과 조직이 밖으로 돌출되는 질환을 ‘치질’이라고 생각하지만, 이는 항문질환의 하나인 ‘치핵’을 의미한다</span>”며 “<span class='quot0'>치핵은 노화현상으로 생기기도 하지만 변비 때문에 아랫배에 힘을 많이 주거나 복부비만 등 복압이 높아질 수 있는 상황에 많이 노출 되는 경우에도 발생한다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/>치핵은 항문관에서 시작된다. 이 항문관 벽은 미세한 혈관 덩어리가 뭉쳐져 있는데, 쿠션 역할을 한다고 해서 쿠션조직이라고 부른다. 인위적으로 힘을 쓰지 않으면 항문을 통해 액체나 가스가 나가지 않는 것도 이 쿠션의 역할 때문이다. <br/><br/><br/>그런데, 여러 가지 이유로 쿠션조직에 피가 고이게 되어 울혈현상이 발생하고 항문관의 지지조직이 늘어지고 잘못된 배변습관이 반복되면서 항문의 일부 조직이 항문 밖으로까지 밀려나오게 된다. 이게 바로 치핵이다. <br/><br/><br/>치핵은 항문 입구에서 2∼3cm 정도 떨어진 곳에 있는 이빨 모양의 ‘치상선’을 기준으로 내치핵와 외치핵으로 구분된다. 치상선 위쪽에 생기는 경우를 내치핵, 치상선 아래쪽에 생기는 경우를 외치핵이라고 한다. 치상선 위쪽은 통증을 적게 느끼는 부위라서 내치핵은 통증이 거의 없다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>원형자동문합기 이용한 수술 크게 늘어 <br/><br/><br/>치핵은 진행 정도에 따라 1∼4도로 구분하는데, 일반적으로 1∼2도는 고무결찰술이나 주사요법 등 비수술적 치료를, 3도 이상이면 수술 치료를 권장한다. <br/><br/><br/>최 원장은 “고전적인 치핵수술은 항문쿠션으로 피가 들어오는 통로인 동맥을 차단하고 늘어진 쿠션 부위를 직접 잘라내는 형태로 진행됐다. 문제는 이렇게 수술을 하면 치상선 아래에서 자르기 때문에 통증이 심하다. 그래서 최근에는 원형자동문합기를 이용한 수술을 많이 한다”고 설명했다. <br/><br/><br/>원형자동문합기를 이용한 치핵수술은 항문에 원형관을 넣고 튀어나온 치핵을 치상선 위까지 올려서 늘어진 부분을 자름과 동시에 봉합하는 수술이다. 이렇게 수술을 하게 되면 치상선 위에서 늘어진 부분을 자르기 때문에 통증을 크게 줄일 수 있다. 그만큼 수술 후 일상생활로의 복귀도 빠르다. 치핵 수술 후에는 출혈에 신경을 써야 한다. 약간의 출혈은 크게 문제 될 게 없지만 심하게 피가 나올 경우에는 즉시 병원을 찾아 상담을 받아야 한다. <br/><br/><br/>수술을 했다고 치핵이 다시 생기지 않는 것은 아니다. 생활습관을 개선하지 않으면 수술을 하지 않은 부위에서 문제가 생길 수 있다. 화장실에 오래 앉아 있는 배변습관, 운동 부족, 고기 중심의 식사, 비만 등은 반드시 고치야 한다. <br/><br/><br/>최효성 원장은 “간혹 치핵수술 후에 상처가 낫지 않고 계속 피가 나와서 검사를 하면 대장이나 직장에서 암이 발견되기도 한다. 그래서 치핵수술을 할 때는 대장내시경검사와 직장경검사를 함께 하는 게 좋다”고 말했다. <br/><br/><br/>도움말을 준 최효성 원장은 대장항문외과 세부전문의로 국립암센터에서 오랫동안 대장암전문의로 근무했으며 현재는 안산 한사랑병원에서 대장항문질환과 복강경대장수술, 치료대장내시경 등을 담당하고 있다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 : 안산 한사랑병원 최효성 원장 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>건강한 항문을 위한 최효성 원장의 조언 <br/><br/><br/>항문은 부드럽게 닦아 주세요 \_ 항문을 너무 강하게 닦으면 염증이 생길 수 있다. 변을 본 후에는 비대를 이용하거나 흐르는 물에 세척을 하고 휴지로 물기만 제거해주는 것이 좋다. 방향제가 들어 있는 비누를 사용하는 것도 항문 주변을 자극할 수 있기 때문에 주의해야 한다. <br/><br/><br/>화장실에서는 신문을 보지 마세요 \_ 치핵을 일으킬 수 있는 대표적인 습관은 변기에 오래 앉아 있는 것이다. 배변시간은 최대한 줄이고 신문이나 책을 보는 것은 하지 않아야 한다. <br/><br/><br/>따뜻한 물로 좌욕을 해주세요 \_ 따뜻한 물 좌욕은 항문 건강에 큰 도움이 된다. 물의 온도는 대중목욕탕 물 정도면 적당하다.

언론사: 내일신문-1-98.txt

제목: 실속 챙기는 인터넷 어린이보험  
날짜: 20160504  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160504124011751  
본문: 5월 가정의 달을 맞아 온라인으로 가입할 수 있는 다이렉트 어린이보험에 대한 관심이 높아지고 있다. 다이렉트보험은 보험설계사 없이 고객과 보험회사가 직접 거래하는 방식이라 설계사 수수료, 점포비용 등 중간 유통비용이 줄어들기 때문에 대면채널 상품보다 보험료가 20% 이상 저렴하다. 인터넷을 기반으로 하고 있어 시간과 장소의 제약없이 빠르고 간편하게 가입할 수 있는 것도 장점이다. <br/> <br/>병원비, 치료비 마련을 위한 어린이 보장성보험을 인터넷으로 가입하면 월 보험료가 1만원 미만이다. 다이렉트 어린이보험을 판매하는 생명보험사는 신한생명, 미래에셋생명, 교보라이프플래닛, 흥국생명, KDB생명 등이 있다. <br/> <br/>신한생명의 '신한인터넷어린이보험'은 30세 만기 순수보장형으로 암·수술·재해 등 꼭 필요한 보장을 제공한다. 암 진단비는 고액암 최대 1억원, 일반암 5000만원, 소액암 300만원을 보장하며, 재해골절시 1회당 30만원을 보장한다. 입원특약을 추가하면 3일 이상 입원할 경우 1일당 2만원을 보장한다. 월 보험료는 5세 남아 기준 5500원, 여아 4800원이고 입원특약을 보태면 각각 7400원, 6120원이다. 보다 저렴한 보험료를 원하는 고객은 보장액수를 절반으로 줄인 0.5구좌로 가입하면 월 보험료가 남아 2750원(입원특약 포함시 4650원), 여아 2400원(입원특약 포함시 3720원)으로 낮아진다. <br/> <br/>미래에셋생명의 '미래에셋 온라인 어린이보험'은 태아부터 가입할 수 있고, 30세까지 보장한다. 암 최대 6000만원, 5대 장기이식 수술비/조혈모세포 이식비 최대 2000만원, 재생불량성 빈혈, 세균성 수막염의 경우 최대 1000만원까지 보장한다. 또, 어린이들이 잘 걸리는 골절, 맹장, 축농증, 탈장 등 소소한 치료비도 보장한다. 5세 기준 월 보험료는 남아 6700원, 여아 5300원이다. <br/> <br/>교보라이프플래닛의 '라이프플래닛e플러스어린이보험'은 5세 남아 월 5520원, 여아 3860원으로 암·재해·입원·수술·골절 등 5대 급부를 보장한다. 암 진단비는 고액암 최대 1억원, 일반암 5000만원, 소액암 300만원을 보장하고, 재해골절시 1회당 30만원, 질병·재해로 4일 이상 입원하면 1일당 2만원을 지급한다. 폐렴·아토피·천식 등 환경성 질병을 포함한 어린이 10대 주요 질병 입원비는 다른 실손보험에 가입했더라고 중복 보장받을 수 있다. <br/> <br/>KDB생명의 'KDB다이렉트 어린이보험'은 보험료가 5세 남아 기준 월 1만1300원, 여아는 9400원이다. 각종 질병과 재해부터 수술, 입원, 암통원까지 한번에 보장받고, 중복보장이 가능하다. <br/> <br/>흥국생명의 '온라인 우리아이플러스보장보험'은 보장기간이 100세까지로 기본형과 종합형을 선택할 수 있다. 종합형은 재해장해, 교통재해장해, 각종 암진단, 수술 및 입원은 물론 유괴·납치, 강력범죄피해, 컴퓨터 관련 질환 등 보장항목이 20개에 달한다. <br/> <br/>100세 만기 30년납 기준으로 5세 남아의 경우 월 4만250원(기본형), 4만8250원(종합형)이고 여아는 3만5000원, 4만750원이다. 30세 만기 30세납 상품은 남아 6500원(기본형), 8500원(종합형)이고, 여아는 6000원, 7000원이다. <br/> <br/>KB생명 인터넷 전용보험 'KB착한어린이보험'은 암, 5대 장기(간장·신장·심장·췌장·폐장)이식, 조혈모세포이식, 각종 수술, 질병입원 등으로 인한 의료비 부담을 덜어준다. 30세 만기 20년납 기준으로 5세 남아는 월 7500원, 여아는 5900원이다.

언론사: 내일신문-1-99.txt

제목: 뇌졸중 전조증상과 예방  
날짜: 20160504  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160504124000884  
본문: 지난해 대한뇌졸중학회의 분석에 따르면 뇌혈관이 막히거나 터져 발생하는 뇌졸중 사망률이 지역별로 최대 3배까지 차이가 나는 것으로 나타났다. <br/><br/><br/>대한뇌졸중학회는 전국 251개 시군구와 140개 주요 병원의 뇌졸중 통계를 분석한 결과 인구 10만 명당 뇌졸중 사망률은 서울 서초구가 19명으로 가장 낮았고, 경남 고성군이 57명으로 가장 높았다고 밝혔다. 학회는 지역 편차가 심한 이유로 뇌졸중은 병원에 얼마나 빨리 가서 어떤 치료를 받는지가 중요한데 전문치료실을 둔 병원의 60% 정도가 수도권에 집중돼 있기 때문이라고 설명했다. 생사(生死) 좌우하는 뇌졸중의 전조증상과 예방법을 서울와이즈재활요양병원 황덕원 내과과장의 도움말로 알아봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>말 어눌해지고 한쪽 팔다리 마비 오면 의심 <br/><br/><br/>뇌졸중은 뇌에 혈액을 공급하고 있는 혈관이 막히거나(뇌경색) 터짐(뇌출혈)으로써 해당 혈관의 영향을 받는 부분의 뇌가 손상되어 기능장애를 초래하는 것이다. 우리나라에선 흔히 ‘중풍’이라는 말로도 불리고 있는데, 뇌경색이 뇌출혈보다 더 높은 비율로 원인이 되는 것으로 알려져 있다. <br/><br/><br/>국내 사망원인 중에서는 뇌졸중이 암에 이어 2위이지만 암은 위암, 췌장암 등 모든 부위의 암들을 총칭하기 때문에 단일 질병으로는 사실상 뇌졸중이 사망률 1위라고 보아야 한다. 이처럼 사망률이 높은 뇌졸중의 피해를 줄이기 위해 전문의들은 골든타임을 지킬 것을 강조한다. 서울 와이즈재활요양병원 황덕원 내과과장은 “<span class='quot0'>뇌경색의 경우 항혈전요법으로 효과적인 치료가 가능하지만 중요한 것은 치료시기</span>”이며 “<span class='quot0'>뇌경색 발생 후 3시간 안에 항혈전치료를 받을 수 있다면 좋은 치료효과를 기대할 수 있지만, 시간이 많이 지체된 이후에는 아무리 좋은 치료를 한다 해도 후유증의 영역에서 벗어날 수 없다</span>”고 말했다. 황 과장은 또 “<span class='quot1'>특히 나이가 있는 어르신들의 경우 뇌졸중의 전조증상을 단순히 나이가 들어 나타나는 증상이라고 가볍게 생각해 적절한 치료시기를 놓치는 경우가 많아 안타깝다</span>”고 전했다. <br/><br/><br/>기운이 없다며 병원을 방문한 어르신이 검사 결과 뇌졸중으로 밝혀진 경우가 있을 정도로 뇌졸중의 전조증상은 일반인이 구분하기 어려운 경우가 많다. 황 과장은 “<span class='quot1'>어르신들은 평소 자주 기운이 없다고 표현하기 때문에 뇌졸중의 증상도 기운이 없다고 느끼거나 가족들도 그렇게 오인하는 경우가 상당수에서 관찰된다</span>”며 “<span class='quot1'>평소 본인 또는 가족들이 전조증상을 바로 알고 대처할 필요가 있다</span>”고 조언했다. <br/><br/><br/>뇌졸중의 주요 증세는 감각신경, 운동신경, 안면신경 등이 마비되는 것이다. 평소와 달리 한 쪽 팔 다리만 유독 힘이 빠진다거나, 침 또는 물을 흘린다거나, 가족들이 보았을 때 표정이 적절하지 않고 얼굴을 찡그리지 못한다거나, 다른 날과 달리 식사를 못하거나, 말씀이 없을 경우 서둘러 병원을 방문해야 한다. 증상이 동시에 또는 단독으로 나타날 수 있다. <br/><br/><br/>골든타임 이전에 병원을 방문하여 효과적인 치료가 이루어진다면 일상생활 복귀까지도 기대할 수 있다. 그러나 치료시기를 놓칠 경우 후유증으로 인해 전문 재활요양병원에서 생활하게 되는 경우가 많다. 이때 재활 치료는 합병증 예방 등을 위해 환자에 따라 적절하게 이루어져야 한다. 황 과장은 “요양병원에서의 뇌졸중 재활치료는 후유증의 경중에 따라 다른데 이상적인 치료 목적의 실현을 목표로 하는 경우에서부터 더 이상 악화되는 것을 방지하는 경우까지 다양하다. 뇌졸중환자의 경우 재활치료만큼 중요한 것은 흡인성 폐렴, 요로감염, 욕창 등 이차적으로 발생가능한 합병증을 얼마나 잘 관리하고 내과적 치료를 병행하는 지가 재활치료의 연속성 및 환자의 치료 효과 증대에 또한 중요하다”고 강조했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>뇌졸중 예방을 위한 생활습관 <br/><br/><br/>뇌졸중은 뇌혈관이 막히는 본격적인 발병 전에 전조증상이 나타나는 경우가 있다. 뇌졸중을 예방하기 위해 뇌졸중 고위험군에 속한 사람들은 평소 전조증상을 숙지하고 자신에게 증상이 나타나면 즉시 응급실에 가는 것이 중요하다. <br/><br/><br/>뇌졸중 고위험군은 65세 이상, 고혈압·당뇨·고지혈증 등 심혈관계 위험이 높은 만성질환자, 과거에 뇌졸중이 있었던 환자 등이다. 황 과장은 “고혈압·당뇨의 경우 운동과 식이요법으로 건강을 관리하는 것은 투약만큼 중요하다. 그런데 문제는 현재 혈압과 혈당이 적절하게 조절된다고 하여 의사와 상의없이 약을 중지하는 것으로 진료를 하다보면 이런 행동들이 많이 관찰되어 안타깝다. 이는 매우 위험한 행동으로 조절이 잘 된다는 것은 현재의 투약을 지속해야 한다는 것이지 치료를 중단해도 된다는 것이 결코 아니다. 특히 고지혈증의 경우 지질개선제를 복용하지 않고 생활습관만으로 개선되기는 힘들기 때문에 약을 복용하지 않을 경우 혈관 합병증 발병 확률이 높아진다”며 주의를 당부했다. <br/><br/><br/>또한 흡연자는 뇌졸중의 위험이 비흡연자에 비해 2~3배 높다고 알려져 있으며, 다른 심혈관계 질환과의 연관성도 높은 것으로 알려져 즉시 중단해야할 해로운 습관이다. 음주 역시 뇌졸중에는 나쁜 영향을 끼치므로 개선해야 할 생활습관이다. 또 체질량지수가 높을 경우 혈중 콜레스테롤과 지방이 많아져 혈관이 좁아지고 이후에는 좁아진 부위가 파열되어 뇌졸중에 이를 가능성이 커지기 때문에 주 3회 이상 30분씩 땀이 날 정도로 운동을 하고 과식을 피해 체중을 조절해야 한다. <br/><br/><br/>한편 최근 수면무호흡증이 고혈압 및 심혈관 질환에 독립적인 위험인자로 대두되면서 이 또한 뇌졸중 예방을 위해 관심을 가지고 치료할 필요가 있다. 황 과장은 “<span class='quot1'>코골이는 단순히 가족들을 불편하게 하는 증상이 아니라 본인의 건강을 위해서도 적극적인 치료가 필요하다</span>”며 “<span class='quot1'>코골이가 심하고 낮에 피로하며 졸린 증상이 지속된다면 반드시 병원을 방문, 수면다원화 검사 등을 통해 치료를 받는 것이 단기의 삶의 질을 높일 뿐만 아니라 장기적으로는 고혈압, 뇌졸중 등의 예방을 위해 바람직하다</span>”고 조언했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>서울와이즈재활요양병원 <br/><br/><br/>황덕원 내과과장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>▶ 이런 증상 나타나면 뇌졸중 의심! <br/><br/><br/>손발이 저리거나 힘이 빠지는 느낌이 온다. <br/><br/><br/>갑자기 말을 더듬거나 어눌해진다. <br/><br/><br/>눈이 침침해 앞이 잘 보이지 않는다. <br/><br/><br/>현기증이 나서 정신이 아찔해진다. <br/><br/><br/>뒷목이 뻣뻣하고 머리가 무겁다. <br/><br/><br/>평소와 달리 격렬한 두통이 발생한다. <br/><br/><br/>안면이 마비되는 듯하다. <br/><br/><br/>발음이 잘 안되거나 한 쪽 입 꼬리만 올라간다. <br/><br/><br/>나도 모르게 침을 흘릴 때가 있다.

언론사: 내일신문-1-100.txt

제목: 현대해상 "암 예방도 지원합니다"  
날짜: 20160502  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160502130201914  
본문: 현대해상은 암 예방, 치료, 관리를 위한 메디케어서비스를 제공하고 4기암을 집중 보장하는 '암에 강한 암보험-암스트롱암보험'을 판매한다고 2일 밝혔다. <br/> <br/>'암스트롱암보험'은 업계 최초의 암 특화 패키지 보장인 메디케어서비스(토탈 건강관리서비스)를 제공해 암에 대한 대비를 넘어 질병의 예방과 치료, 회복까지 보장한다. <br/> <br/>모든 고객에게 전문의료진 건강상담, 병원 진료예약 대행, 전담간호사 방문, 24시간 상담서비스 등을 제공해 건강관리와 질병 예방을 지원하고, '암치료관리 특약'에 가입하면 암 진단 시 '프리미엄 메디케어서비스'을 받을 수 있다. <br/> <br/>프리미엄 서비스는 발병 초기에는 암환자와 보호자를 위한 심리치료, 면역기능 감소에 대비한 자가면역세포보관 프로그램을 제공하며, 치료가 진행되면 웨어러블 기기를 통해 측정된 정보를 바탕으로 개인별 맞춤형 운동·영양 관리 프로그램, 면역력·세포건강도·PET-CT 검사도 제공한다. <br/> <br/>이 상품은 고액의 치료비용이 필요한 4기암을 집중 보장한다. 최초 암 진단 시 진단금을 지급하며, 해당 암이 4기로 진행되면 추가 진단금을 지원해 기존 암보험의 공백을 해소했다. <br/> <br/>입원 일당은 입원 첫날부터 180일 한도로 보장되고 수술이 동반된 입원의 경우 일당이 추가 지급돼 보장이 한층 두터워졌다. 현대해상 암보험에 가입되어 있는 고객은 면책기간과 보험금 지급 감액기간 없이 전액 보장 받을 수 있다. <br/> <br/>70세까지 가입 가능하고 최대 100세까지 보장하며, 보험기간은 3/5/10/15년 주기의 갱신형 또는 20/30년, 80/90/100세 만기의 비갱신형으로 자유롭게 선택이 가능하다. 보험료는 종합형, 40세, 15년납 기준으로 5만원 수준이다. <br/> <br/>현대해상 장기상품부 백경태 부장은 "이번 신상품은 암의 예방에서 완치까지 보장하는 혁신적인 상품으로 미래 암보험 시장의 롤모델이 될 것으로 기대한다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-101.txt

제목: [인터뷰\_ 제57회 서울특별시 과학전람회 수상자들]창의성 돋보이는 탐구 작품 110점 중 우수상  
날짜: 20160501  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160502130003354  
본문: 서울시교육청 산하 과학전시관이 3월 23일 ‘제57회 서울특별시 과학전람회’ 본선대회 심사 후 3월 30일 입상자를 발표했다. 이번 대회는 지난해 9월 서울학생탐구발표대회에 출품한 총 1,789점 중 110점의 작품이 경합을 벌였다. 올해 출품작은 생활주변에서 일어나는 과학적 현상에 대한 주제를 8개 부문(물리, 화학, 동물, 식물, 지구과학, 농림수산, 산업 및 에너지, 환경)에서 선택하여 학생들이 창의적으로 탐구한 결과물이다. 1차 학교 예선에 이어 2차 본선, 3차 산·학·연 전문가로 구성된 심사위원 30인의 대면심사를 거쳐 우수상을 받은 우리 지역 수상자들을 만났다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘세대 변화에 따른 초파리의 공간 지각 능력 비교 연구’ <br/><br/><br/>명덕고등학교 2학년 김환준, 최혁, 황진영 학생(팀명: BBC) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>공간기억에 대한 연구에는 쥐 미로실험을 이용하지만 명덕고 2학년 김환준, 최혁, 황진영 학생(팀명: BBC)은 초파리를 이용해 공간지각능력에 대해 연구했다. <br/><br/><br/>“팀원 3명 모두가 길치라 공간지각능력이 부족합니다. 공간지각능력에 관심을 갖고 조사하던 중 초파리 역시 시각을 이용해 척추동물 같은 공간기억능력을 활용할 수 있다는 연구를 발견하고 초파리 공간기억능력이 유전될 수 있을까에 대한 연구를 해보고 싶었습니다.” <br/><br/><br/>서울대 생물교육과 연구실에서 초파리 200여 마리를 받아와 실험을 시작했다. 초파리의 기억력을 연구하기 위해 미로도 만들었다. <br/><br/><br/>어려운 점도 많았다. 초파리가 활발하게 움직일 것이라 예상하고 미로를 크게 제작했지만 운동성이 크지 않아 큰 미로가 오히려 미로 통과시간을 늘어나게 했다. 게다가 초파리가 더운 날씨 탓에 모두 죽어버려 새로운 초파리를 서울대에서 받아와야 하는 어려움도 있었다. <br/><br/><br/>실험 도중 암컷 초파리가 수컷보다 공복 상태에서 먹이에 대한 적극성이 떨어지는 모습을 발견했지만 이를 해석할만한 선행연구가 없어 아쉬움을 더했다. <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>여러모로 아쉬운 점이 있었지만 향후 동물의 공간기억능력 분야에 대한 의미 있는 논문으로 발전할 수 있을 것이라 기대합니다.</span>” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘벤젠고리 유도체의 라디칼 소거 활성 비교’ <br/><br/><br/>명덕고등학교 2학년 박상원, 이규형, 장태호 학생(팀명: SKT) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>탐구대회에 참여하기 위해 논문 주제를 찾던 중 담배나 치매의 문제점을 연구하다 ‘라디칼’이라는 공통점을 발견하게 됐다. 라디칼의 과다 생성이나 자외선, 담배연기 등이 식물의 주요 대사를 저해하고, 각종 암과 알츠하이머병, 노화 등을 초래하기 때문에 라디칼을 없앨 수 있는 황산화제를 찾는 연구를 하기로 했다. 하지만 팀원 중 그 누구도 ‘라디칼’에 대해 아는 것이 없었다. 용어 공부부터 시작했다. 화학 선생님과 담당 지도교사를 찾아가 질문하고 선행 연구논문과 위키백과를 꼼꼼히 읽었다. <br/><br/><br/>“실험도 처음 하는 거라 어떻게 해야 할지 몰랐죠. 재료비용이 상당히 비쌌는데 몰라서 실패하는 경우도 많아 손실이 컸습니다.” <br/><br/><br/>실험하다 물 농도를 계산하는 과정에서 계산 실수가 있어 결과에 오류도 생겼다. 이후 실험 과정 중 사소한 계산이나 과정이 결과에 영향을 미친다는 걸 알게 됐다. 실험에 필요한 혈액을 팀원들이 직접 뽑아 사용하면서 연구가 완성됐다. <br/><br/><br/>서울시 대회에서 실험의 신빙성에 대한 지적을 받기도 했지만 심사위원들에게 기초부터 차근차근 공부해 논문을 완성했다는 칭찬과 더 추가해야 할 부분에 대한 아낌없는 조언에 팀원들은 뿌듯하기만 했다. 팀원들은 이 연구를 스팀 R&E 과제로 활용법에 대해 구체적으로 연구할 계획이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘은나노가 인간을 포함한 생명체에 미치는 영향’ <br/><br/><br/>명덕고등학교 2학년 황동수, 배유림, 김준엽 학생(팀명: Isotope) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>은나노는 항균과 살균작용으로 실생활에서 흔히 사용되고 있다. 특히 은나노가 함유된 세탁기, 젖병, 칫솔, 치약 등에 대해서는 부분적인 장점만 극대화한 광고가 나오고 있다. <br/><br/><br/>“2011년에 기업 이윤만 생각해 살균작용이 뛰어나고 안전하다는 잘못된 정보로 ‘가습기 살균제’에 의해 142명의 무고한 인명이 희생된 사건이 있었습니다. 우리 팀은 이 사례를 살펴보다 은나노 또한 비슷한 결과가 나올 가능성이 충분히 있다고 생각하고 은나노의 안정성이나 위해성을 연구해보고 싶었습니다.” <br/><br/><br/>팀원들은 올챙이, 상피세포, 제브라피시, 정자, 대장균 등 5가지 생물을 이용해 은나노의 살균작용이 미치는 영향을 실험했다. 결과는 가설을 세운대로 나타났다. 은나노에 노출되자 꼬리를 자른 제브라피시는 꼬리가 제대로 자라지 않았고 올챙이도 몸부림을 치며 비정상적인 움직임을 보였다. <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>은나노는 앞으로 조심스럽게 사용될 필요가 있으며 구체적인 증상, 유해성 감소 방법 등의 추가적인 연구가 필요할 것으로 생각됩니다.</span>” <br/><br/><br/>팀원들은 은나노 입자가 피부조직의 어느 층까지 침투해 어떤 영향을 미쳤는지 제대로 관찰할 수 없었던 것이 아쉬웠다. 그래서 스팀 R&E 과제로 전자현미경을 이용해 구체적인 결과와 해결방안까지 제시할 예정이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘매실 씨앗의 추출 방법에 따른 우리 주변 세균 증식 억제 효과 탐구’ <br/><br/><br/>봉영여자중학교 1학년 유연우 학생 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>매실청을 담글 때 독성 때문에 버려지는 매실 씨앗을 보면서 ‘버려지는 많은 양의 매실 씨앗을 활용할 수 있는 방법이 없을까’ 고민하던 연우양은 매실이 식중독 예방에 효능이 있다는 것에 착안해 세균 증식 억제에 활용할 방안을 주제로 연구하게 됐다. <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>매실 씨앗이 천연 항균물질로서의 활용 가능성을 알아보기 위해 다양한 방법으로 매실 씨앗 추출액을 만들어 세균 증식 억제 효과를 탐구했습니다.</span>” <br/><br/><br/>가정에서 질병을 유발하는 세균을 알아보기 위해 키보드와 도마에서 시료를 채취해보니 황색포도상구균, 리스테리아균, 진균이 검출됐다. 대장균군은 검출되지 않았다. 매실 열매와 매실 씨앗을 중탕 가열해서 추출액을 만들어 세균이 자라는 정도를 비교했다. 농도에 따라 세균 증식 억제 효과에 차이가 있는지도 실험했다. 선행연구를 보니 용매에 따라 차이가 있는 것을 발견하고 서울시 대회에 출품하기 위해 메탄올과 에탄올을 용매로 사용한 실험을 추가했다. <br/><br/><br/>“우리가 자주 사용하는 컴퓨터의 키보드와 도마에서 질병을 일으키는 세균이 검출됐고 매실 열매 전체의 추출액보다 매실 씨앗 추출액이 세균 증식 억제에 효과가 있는 것으로 결과가 나왔습니다. 내년에는 매실 씨앗 추출액을 첨가한 천연살충제의 효과에 대해 연구해보고 싶습니다.”

언론사: 내일신문-1-102.txt

제목: "학교 운동장에는 친환경소재만 사용해야"  
날짜: 20160429  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160429124143963  
본문: 인조잔디 등에서 잇달아 유해물질이 검출되면서 학교 운동장에 마사토나 천연잔디 등 친환경 소재만을 사용하도록 해야 한다는 주장이 급속히 확산되고 있다. <br/> <br/>특히 친환경 운동장이 기술발전으로 베수문제가 해결되고 초기투자비용과 유리관리비 등 경제성도 오히려 우수한 것으로 확인돼 이런 주장에 힘이 실리고 있다. <br/> <br/>교육계에 따르면 인조잔디 퇴출을 주장하는 측은 인체에 유해하다는 점이 이미 입증돼 교체가 불가피하다는 입장이다. 인조잔디 운동장에서 검출된 유해물질은 학생들의 건강에 유해한 영향을 미칠 수 있다는 것이다. 실제로 어린이는 성인보다 면역체계가 약해 인조잔디에서 발생하는 유해물질에 노출이 증가할 경우 건강에 위협이 될 수 있다는 연구결과도 있다. <br/> <br/>앞서 지난해 발표된 국민체육공단 조사에 따르면 인조잔디에는 암 아토피 중추신경계 질환을 유발한다고 알려진 중금속, 휘발유성화합물 등의 유해물질이 검출됐다. <br/> <br/>이들은 초기 투자비용이 비싸고 주기적인 교체비용으로 재정이 낭비된다는 점도 인조잔디를 퇴출시켜야 할 주요한 이유로 꼽고 있다. 인조잔디 내구연한은 평균 8년 정도지만 학생 수와 이용자가 많은 학교의 경우 이보다 일찍 교체 필요성이 제기된다. 초기투자비용은 ㎡ 당 마사토 운동장은 4만4000원, 천연잔디는 6만1600원, 인조잔디는 7만7000원 수준이다. <br/> <br/>인조잔디 문제를 꾸준히 제기하고 있는 녹색당은 이 외에도 △학교 공간의 획일적이고 폐쇄적인 사용(축구 등 특정종목 위주로 사용되어 다양한 놀이 침해/휠체어, 자전거 등 출입 불가) △한여름 기온 60도에 달하는 고온현상으로 화상 유발하고 고온현상을 방지하기 위해 살수할 경우 엄청난 수도요금으로 학교 예산 낭비 △넘어졌을 경우 더욱 심각한 부상을 유발할 수 있으며 슬라이딩, 터닝 등 동작시 신체에 가해지는 부담이 강하다는 점도 퇴출 이유로 꼽았다. <br/> <br/>이런 가운데 일부 교육청이 친환경 운동장 조성에 나서 눈길을 끌고 있다. 서울시교육청은 최근 친환경 운동장으로 바꾸는 내용의 '친환경 학교 운동장 조성 계획'을 발표했다. 친환경 운동장이란 서울시교육청이 지난해 '학교 운동장 개선 학술연구'를 통해 수립한 배수성, 먼지날림, 유해물질 허용기준 등 운동장 시설기준을 충족하는 운동장을 말한다. 마사토와 규사를 혼합한 흙을 사용하고 흙 밑에 배수시설을 설치해 비 온 뒤에도 30분이면 바로 운동장을 사용할 수 있다. <br/> <br/>조성 계획에 따르면 2020년까지 110개의 기존 운동장이 친환경 운동장으로 교체 보수된다. 시교육청은 먼저 올해 22억원을 들여 12개교의 운동장을 손본다. 올해 교체대상 학교 중 2곳은 기존 인조잔디를 걷어내고 친환경 운동장으로 조성한다. 시교육청은 유해성 논란이 있는 인조잔디 운동장에서 친환경운동장으로 교체를 희망하는 학교는 우선적으로 지원할 예정이다. 인조잔디 운동장은 유해물질 발생 논란으로 2013년부터 신규 조성을 중단했다. <br/> <br/>서울시교육청 관계자는 "신규조성이 중단된 인조잔디 운동장을 대체할 수 있는 친환경 운동장 조성으로 쾌적한 채육활동 공간을 제공할 것"이라며 "특히 인조잔디 운동장에 비해 우러등히 저렴한 유지관리 비용으로 향후 투자가 예상되는 교육재정의 절감도 기대하고 있다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-103.txt

제목: 평균연령 90세 시대, 유방암 조기검진 중요  
날짜: 20160429  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160429094947395  
본문: 우리나라 여성들에게 가장 많이 발생하는 암은 1위가 갑상선암, 2위가 유방암인 것으로 나타났다. 2015년 12월 최종 발표된 2013년 암등록통계에 따른 수치다. <br/><br/><br/>국가암등록본부가 발표한 자료에 따르면 2013년 한 해 새로 발생한 암환자 수는 남성은 11만3744명에 여성은 11만1599명으로 엇비슷한 수준으로 나타났다. 이는 10년 전인 2003년과 비교하면 79.3%가 증가했다. 암으로 인한 고민이 갈수록 느는 추세다. <br/><br/><br/>그래서인지 많은 여성들이 유방암에 대한 관심을 기울일 수 밖에 없다. OECD 국가 중 우리나라는 유방암 환자 발생률이 가장 많은 나라 중 하나다. 최근에는 젊은층에서도 유방암 발병률이 높아지고 있다. 40~50대만 걱정하는 병이 아니라, 20~30대 여성에게도 조심해야 하는 병으로 인식되고 있다. <br/><br/><br/>하지만 상대적으로 전년도에 비해서는 소폭 감소했다. 감소의 원인으로는 암검진을 통한 전암단계의서의 발견, 진료권고안 개정, 생활습관 개성 등으로 추정하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>생존률도 지속적으로 높아지고 있다. <br/><br/><br/>울산 비너스병원 박종필 대표원장은 “<span class='quot0'>유방암이 여성들에게 가장 높은 암 발생 빈도를 나타내는 암이지만 생존률도 더불어 높아지고 있어 마냥 걱정만 할 병은 아니다</span>”고 말했다. 최근 발생한 전체 암환자의 5년 상대생존률은 70%에 이르러 10년전에 비해 대폭 늘었다. 박 원장은 “<span class='quot0'>암에 걸리더라도 3명 중 2명 이상은 5년 이상 생존할 수 있다는 의미</span>”라고 말했다. <br/><br/><br/>남녀별 5년 생존률도 여자가 77.7%로 남자 61.0% 보다 높다. 이에 대해 박 원장은 “<span class='quot0'>여성에게 1위와 2위를 차지하는 갑상선암과 유방암의 생존률이 높기 때문</span>”이라고 말했다. 2009년부터 2013년까지 5년 상대생존율에서 갑상선암은 100%에 이른다. 여성들에게 걱정이 되는 유방암의 생존률은 91.5%에 이른다. <br/><br/><br/>그렇지만 박 원장은 “<span class='quot0'>유방암은 초기 증상이 잘 나타나지 않으므로 마냥 안심해서는 안 된다</span>”고 말했다. 그래서 자가검진이 중요하다는 설명이다. 박 원장은 “<span class='quot0'>유방암은 자가검진만으로 80%는 발견될 수 있다</span>”며 “<span class='quot0'>다른 암에 비해 자가 검진 발견율이 매우 높고, 또 조기에 치료를 받게 되면 완치율도 매우 높다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>물론 자가검진만으로 유방암을 진단할 수 없는 경우도 많다. 때문에, 특별한 이상 징후가 없더라도 1~2년에 한 번씩 병원에서 검진을 받는것이 좋다. 평균연령 90세 시대에 맞게 건강한 생활 습관을 통해 소중한 가슴과 건강을 지킬 수 있다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>울산 비너스 병원 박종필 대표 원장 <br/><br/><br/>유방세부 전문의 <br/><br/><br/>의학박사

언론사: 내일신문-1-104.txt

제목: [인터뷰│김필건 대한한의사협회장] "복지부의 한의사 의료기 사용 방해는 비상식적"  
날짜: 20160425  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160425125956508  
본문: 김필건 대한한의사협회장│부산고·동국대한의대 졸업/ 정선한의원 원장(1991-2012.10)/ 강원도 한의사회장(2006.3-2008.2)/ 한의협 비대위수석부위원장(2012.10-2013.1)/제41·42대 한의협회장(2013.4-현재) 사진 이의종 <br/>한의사의 의료기사용을 위한 활동을 강력히 추진해 온 김필건 한의사협회장이 3월 말 협회장 선거에서 재선됐다. 회원 1만721명 중 8968명이 투표해 6237표를 얻었다. 김 회장은 올해 1월 한의사의 의료기사용을 선언하고, 직접 초음파 골밀도측정기를 사용하면서 의사단체로부터 고발을 당했다. 김 회장은 "한의사의 의료기사용을 시비 거는 것은 의료인의 정당한 진료를 방해하는 비상적인 행위"이라며 "환자에게 질 높은 의료서비스 제공하기 위해 보건복지부장관과 일부 양의사단체는 반성해야 한다"고 말했다. <br/> <br/>■회장선거에서 압도적으로 재선됐다. 선거 기간 동안 수렴된 한의사들의 요구는? <br/> <br/>지금 우리나라는 보건복지부의 한의약 '무시'정책 때문에 국민들이 온전한 의료혜택을 받지 못하고 있다. 또 그런 환경에서 한의사는 의료인으로서의 제 역할을 다 하는데 방해를 받고 있다. 의료법상 한의사는 의료인이다. 그럼에도 의료인으로서 의료기를 사용하지 못하는 등 권리를 침해당하고 있다. 이런 환경을 개선하라는 요구가 선거 결과로 나왔다고 본다. 개인적인 지지로 보지 않는다. <br/> <br/>2013년 12월 헌법재판소는 "보건위생상 위해가 없고, 전문적인 식견이 필요 없으며, 한의대에서 의료기 관련 교육이 있는 경우에는 한의사의 현대 의료기 사용을 허용해야 한다"고 결정했다. 이에 복지부는 2015년 안에 한의사의 의료기 사용 기준을 마련하겠다고 밝혔지만 현재까지 이뤄지지 않고 있다. <br/> <br/>■한의사 의료기사용에 대해서는 헌법재판소가 '환자에게 제공하는 의료서비스 질을 높이는 쪽으로 허용되어야 한다'고 결정했음에도 아직 정부는 뜸들이고 있다. <br/> <br/>한의사 의료기사용은 선택이 아닌 필수의 문제다. 의료인이 의료기를 사용할 수 없다는 것은 의료인이 아니다라는 말이다. 복지부의 양의사단체 눈치를 보는 것 그 이상 이하도 아니다. 최근 복지부 장관은 의료 일원화를 하기 전에는 의료기를 사용할 수 없다는 취지의 발언을 했다. 이는 복지부 장관으로서 자격이 없는 발언이다. <br/> <br/>■그럼 어떻게 해결하야 하나? <br/> <br/>법적 미비의 문제라면 규정을 갖추면 될 것이다. 의료일원화 문제는 의료기기 사용과 직접적인 관계없다. 한의사협회 의사협회 복지부가 합의만 한다고 되는 문제가 아니다. 그 전에 국민적 합의가 있어야 한다. 두 의학이 서로 협력을 통해서 치료를 할 수 있는, 치료한 데이터를 마련해야 한다. 합의된 의학 부분이 있어야 한다. <br/> <br/>정부는 2010년 한의사도 한국표준질병사인분류표에 의해 진단을 하라고 제시했다. 그런데 한의사도 표준질병사인분류를 따르라면서 정작 의료기를 사용하지 못하게 하는 것은 앞뒤가 맞지 않는 조치다. <br/> <br/>■의료인의 의료기사용 자체가 논란이 된다는 것이 비상적이라는 지적이 많다. <br/> <br/>국제 경쟁력 확보 차원에서도 바라 볼 필요가 있다. 두 의학의 상호보완적 협력을 통해 세계에 내놓을 상품들이 많을 것이다. 중국의 투유유 박사의 말라리아 치료제 개발 과정을 보면 충분히 알 수 있다. <br/> <br/>중국정부는 중의약을 적극 지원해 세계시장을 석권해 나가고 있다. 보통 병원에서는 협심증 환자가 오면 니트로글리세린을 처방한다. 중국에서는 심적환이라는 중약을 더 많이 사용한다. 중국 단일 시장 3조원. 세계 시장 6조원 규모로 알려져 있다. 우리나라 한의사는 의료기를 활용해 협심증을 진단, 진단후 관측을 할 수 있나. 의료기를 사용하지 않고 심적환(한약)을 처방할 수 있을까. <br/> <br/>최근 일본 오카나와에서 국제동양의학학술대학가 있었다. 일본 독일 의사들이 한국의 한의사가 의료기를 사용하지 못하는 것은 "말도 안 된다"며 의료기사용을 허용하라는 오키나와 선언문을 채택했다. 독일의 중의학 클리닉 원장이며, 유명한 중의학단체인 SMS의 부회장인 클라우스 함브레흐트 박사(의사)는 한마디로 이야기했다. "stupid"라고. 국제적 망신이다. 복지부가 정신을 차려야 한다. <br/> <br/>■건보적용 한약제제가 확대되지 않고 있는데 <br/> <br/>1990년 이후 56종의 품목 이외 확대가 거의 이뤄지지 않았다. 30년 전 가격이 변화 없다. 보험약제는 하루 분 처방하는데 350원이다. 1주일 처방분으로 820원을 받는다. 복지부는 한의계가 보험약을 너무 안 쓴다고 주장하는데, 이런 상황에서 적극적으로 보험약을 쓸 수 있겠나. 현재 건강보험관련부서(복지부, 건보공단, 심사평가원)장이 모두 의사이다. 전문가가 그렇게 없나. 공정하게 한의약을 지원할 것이라고 보기 힘들다. <br/> <br/>■최근 녹용사용 논란이 있는데, 식용과 약재가 혼용되고 있는 것 같다. 식약공용품목을 정비할 필요가 있지 않나. <br/> <br/>식품의약품안전처가 국민의 안전을 위해 노력을 정확히 하지 않는다는 사례다. 식약처는 189종을 식품으로도 약품으로도 사용할 수 있다고 정해 뒀다. 물론 관리 및 검사기준과 효능, 효과에서 한약재와 식품의 차이는 크다. 하지만 대다수의 주요 한약재가 식약공용품목에 포함되어 있어 아무나 조합해서 식품임에도 마치 한약인적처럼 오인해 사용할 수 있다는데 문제가 있다. <br/> <br/>식약공용품목에 대한 축소와 엄격한 가이드라인이 마련돼야 한다. 두 가지 정도의 약재를 섞어 효능을 내는 약들이 많다. 장복할 경우 부작용도 따르게 마련이다. 식약처가 책임 질 것인가. <br/> <br/>시중 병원에서 한약재의 간독성 문제를 제기하곤 하는데, 이 문제와 관련있다. 병원에 오는 간독성 환자들 대부분은 건강기능식품을 과오용한 경우가 많다. 그런데 병원은 한약재 문제라고 왜곡 선전한다. 단순히 약물 독성만 본다면 양약이 더 심하다. 간독성 유발하는 한약재도 있지만 한의사의 지도에 의해 복용을 제한해 관리하므로 안전한 것이다. 한약의 간독성에 대한 오해는 식약처가 식약공용품목 문제를 방기한 탓도 있다. <br/> <br/>■지방의료원은 한의과를 두고 있지만 공공의료제도 전체 안에서 한의약의 활용도가 낮다. <br/> <br/>고령화로 인한 만성질환자가 확대되고 있다. 당뇨병 고혈압 환자들 건강관리에 대해 한의약이 많은 도움을 준다. 현재 양약 위주의 완화제 투약으로 결국에는 심부전이나 신부전으로 사망할 수밖에 없는 결과를 낳고 있다. <br/> <br/>또 암치료에도 특장점이 있다. 중국에 중의과학원 산하 광안문병원이 있다. 암전문한방병원으로, 하루에 평균 1만2000 여명의 환자들이 전국에서 몰려온다. 80%는 중서의 결합으로 통합치료를 받고 있는 것으로 알려져 있다. 우리나라에서도 충분히 투자 활용할 수 있다. <br/> <br/>감염병이 창궐할 때도 활용될 수 있다. 중국은 이미 사스치료에 중의약을 도입했다. 또 중국에서는 중의약 중심으로 미병(未病), 병이 오기 전단계 치료를 연구하고 있다. 고혈압 등 병이 오기 전에 예방한다는 의미다. 예방의학을 강화하지 않는 의료정책은 약물과다사용과 비용문제로 한계에 부딪힐 수밖에 없다. <br/> <br/>국내 공공의료에서 한의약의 역할은 너무나 초라하다. 건보공단에서 공적재정으로 건강보험근거마련을 위해 만든 일산병원에서 한방과는 없다. 국립암센터도 마찬가지다. <br/> <br/>■주치의제를 도입하자는 의견이 많다. <br/> <br/>1차의료에서 주치의제를 활용하자는데 동의한다. 100% 주치의제 도입은 어려울 수 있지만 노인 등 일정부분 담당하는 주치의제 도입은 옳은 방향이라 본다. 현재 대형병원 쏠림으로 국민의 질환을 온전하게 진료하지 못하고 있다. 양방의료계에서 주치의제 도입을 반대하고 있다고 하는데, 국민의 건강권보다 기득권 유지에 안주하면 안된다고 본다. 의료계는 각종 약의 폐해에 대해 국민에게 알려야 한다. 특히 너무나 쉽게 고혈압 당뇨약을 투여하고 있는데 이걸 밝혀야 한다. 복지부와 의료계도 의료전달체계를 정립하자고 말로만 하지 말고, 1차의료에 일부 주치의제를 도입하고, 2,3차 의료는 전문병원들이 담당할 수 있게 협조해야 한다. <br/> <br/>■그동안 한의약을 세계 시장으로 진출해야 한다고 주장했는데. <br/> <br/>한의약이 태권도처럼 세계에 퍼져 나간 것 이상으로 진출할 수 있다. 정부는 국제적 경쟁력을 키우는데 도와주지 못할망정 방해는 하지 말아야 한다. 협회가 앞장서 한의약의 러시아진출을 위해 노력했다. 러시아는 러시아의료법, 언어만 이수만 되면 의사활동자격을 주겠다하는데, 복지부에서는 관심이 없다. 환자유치에만 관심이 쏠려 있다. <br/> <br/>■이 외 하고 싶은 말은? <br/> <br/>학식과 양심에 따라 의료행위를 하는 의료인으로서의 권리를 침해받고 있는 회원들에게 죄송할 따름이다. 환자에게 질 높은 의료서비스를 제공할 수 있는 의료환경 마련을 위해 최선을 다하겠다.

언론사: 내일신문-1-105.txt

제목: [걷지 않으면 건강은 없다] "일주일에 5번, 30분 이상 빠르게"  
날짜: 20160422  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160422124128997  
본문: "1주일에 5회, 30분 정도 걷으면 건강을 지킬 수 있다" 건강전문가들의 한결같은 주장이다. 걷기는 고혈압 당뇨의 조절, 심혈관질환 사망률을 떨어뜨리는 등 다양한 효과를 낸다. <br/> <br/>하지만 우리나라 국민들의 걷기 실천율은 높지 않다. 한국보건사회연구원의 2014년 노인실태조사에 따르면, 노인들의 걷기 등 운동실천을 하는 비율이 점점 개선되고 있지만 운동실천을 하지 않는 경우가 41.9%나 된다. 운동을 실천하는 노인 중 43.9%는 1주일에 150분 이상 실천해야 하는 기준을 지키지만, 14.2%는 기준 이하로 수행했다. <br/> <br/>또 2014년 국민영양조사 보고서를 보면, 걷기를 실천하는 성인은 5명 중 2명(41.7%)이었다. 2013년에 비해 3.7%p 늘었지만 아직 부족하다. <br/> <br/>김대현 계명대의대 교수는 "걷기는 장소나 시간에 구애받지 않고 쉽게 할 수 있고, 운동손상 가능성이 적은 안전한 운동"이라고 말했다. <br/> <br/>한국워킹협회에 따르면 다양한 질환에 효과를 낸다. 고혈압과 당뇨의 조절, 심혈관질환 사망률 감소, 제2형 당뇨병과 대장·유방·전립선 암 예방, 골밀도 증가, 관절염 통증 감소, 유연성 향상, 그리고 우울증과 불면증을 완화시킨다. 또한 비만 예방과 치료에 효과가 있는 것으로 밝혀져 있다. <br/> <br/>◆걷기 실천하는 성인 절반도 안돼 = 먼저 걷기를 통해 심혈관계질환을 예방할 수 있다. 30개의 연구 메타분석 결과를 보면, 신체활동 하위 25%에 비해 (걷기)활동량이 많을수록 질병 위험은 0.78∼0.53배, 뇌졸중은 0.73∼0.68배, 전체 심혈관 사망률은 0.82∼0.78배 감소했다. <br/> <br/>2차 당뇨병의 예방 효과도 있다. 10개의 코호트연구(30만1221명)를 종합해보면, 주당 2시30분 빠르게 걷는 경우 2형 당뇨병의 위험이 0.69배 감소했다. <br/> <br/>치매 예방 효과를 보면, 하루 0.4km 미만 정도로 적게 걷는 집단은 하루 3.2km 이상 걷는 집단보다 치매위험이 1.8배 높았다. 하루 0.4km-1.6km 정도 걷는 중간정도 집단보다 1.71배 높았다. 인지 기능 감소 노인의 경우 걷기를 통해 심폐기능, 인지기능이 14% 호전됐다. <br/> <br/>암 예방 효과도 컸다. 46개의 대장암 예방에 관한 연구 중 39개 연구에서 40-50% 감소 효과가 있는 것으로 나타났다. 36개의 유방암 예방 연구 중 24개의 연구에서 평균 30-40% 감소 효과가 있다고 밝혔다. 전립선암은 26개 연구 중 5개 연구에서 예방 효과를 보여 준다. 폐암과 자궁내막암은 상관성이 있음을 보여 주었고, 고환암 난소암 예방 효과는 확실치 않았다. <br/> <br/>한편 영국 스털링 대학의 연구팀은 환자 341명의 사례가 언급된 8개의 연구를 분석한 결과, 우울증에 효과 있는 것으로 결론지었다. 걷기의 효과는 왕성한 운동을 할 경우와 거의 같은 것으로 나타났다. 연구팀은 "걷기는 대부분의 사람들이 쉽게 할 수 있는 것이며 비용도 거의 들지 않는다"면서 우울증 치유를 위해 걷기를 적극 추천했다. <br/> <br/>◆1주일에 최소 '빠르게 3회 '나 '천천히 5회' 걷기 필요 = 걷기의 효과를 보기 위해 규칙적인 실천이 중요하다. 이전에는 '1주일에 3번은 운동해야 한다'는 나름의 기준이 있었다. 김대현 계명대의대교수는 "이는 운동을 전문적으로 하는 사람들을 기준으로 운동성과를 유지하기 위한 기준이었다"며 "요즘은 일반인에게 1주일에 5일 동안 30분 이상 걷기를 하라고 안내한다. 이는 몸무게 73kg되는 사람이 시속 5.6km정도 속도로 걷으면 1분에 5kcal 빠지는데 하루 30분 정도 걷으면 칼로리 감소 최소목표인 150kcal를 뺄 수 있다는 이론에서 나온 목표치다"고 말했다. 하지만 김 교수는 노약자나 환자들은 시속 5.6km 걷기 것은 쉽지 않기 때문에 흔히 "무리하지 않고 하루 1시간정도 걷으라고 주문한다"고 덧붙였다. <br/> <br/>한국워킹협회는 '바른 자세로 걷어야 한다'고 안내한다. △등허리를 펴고 상체는 똑바로 하고, 턱은 당겨 수평을 유지한다. △시선은 15m 정도 앞에 두고 어깨에 힘을 뺀다. △걸을 때는 발 뒷꿈치부터 대고, 발은 팔자가 아닌 일자로 걷는다. △팔은 90도 정도로 구부리고 옆구리를 스치도록 가볍게 걷는다. <br/> <br/>주먹지지 말고, 호흡은 코로 들이쉬고 입으로 내쉬도록 한다. 신발은 가볍고 쿠션이 좋고 망사로 된 것이 좋다.

언론사: 내일신문-1-106.txt

제목: 전남, 보조금 새는데 홍보만 열중  
날짜: 20160422  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160422124103844  
본문: 전남도가 '외국인 환자유치 사업' 국고 보조금 횡령 의혹에도 아랑곳없이 '홍보'에만 치중하고 있어 빈축을 사고 있다. <br/> <br/>특히 이 사업을 추진했던 화순전남대병원이 지난해 자체감사를 통해 '보조금 횡령' 의혹을 밝혀내고서도 감독기관인 전남도 등에 보고를 안 한 것으로 드러났다. <br/> <br/>전남도와 화순군, 화순전대병원은 지난 2010년 보건복지부에서 공모하는 '외국인 환자 유치 선도의료기술 육성사업'에 선정됐다. <br/> <br/>이 사업을 주관한 화순전대병원은 지금까지 도비 6억원, 군비 8억원, 국비 12억5000만원 등 모두 26억5000만원을 지원받아 국제메티컬센터 개설 및 운영, 홍보비 등으로 사용했다. <br/> <br/>전남도는 지난 11일 보도 자료를 통해 화순전대병원이 지금까지 외국인환자 2745명을 유치해 고관절과 암을 치료하고 20억원 이상의 진료수익을 얻었다고 적극 홍보했다. 또 사업 6년째를 맞아 관광과 연계해 지역경제 활성화에 기여하겠다는 계획도 발표했다. <br/> <br/>신현숙 전남도 보건복지국장은 이날 보도 자료에서 "외국인 환자 유치 채널을 다양화하고 전남의 관광자원을 연계해 지역경제 활성화에 기여토록 하겠다"고 얘기했다. <br/> <br/>하지만 광주지방경찰청 광역수사대가 4일 후인 지난 15일 외국인환자 유치과정에서 국고보조금을 횡령했다는 의혹을 밝혀내기 위해 화순전대병원 국제메티컬센터를 압수수색해 전남도를 머쓱하게 만들었다. <br/> <br/>경찰은 국고보조금 집행내역이 담긴 회계장부와 컴퓨터 등을 압수해 분석 중이며, 병원직원이 해외 홍보비 일부를 횡령한 혐의를 잡고 수사 중인 것으로 알려졌다. 광주지방경찰청 한 관계자는 "지난해 있었던 보조금 횡령 의혹에 대해 수사 중이다"면서 "그동안 집행된 보조금 내역 전반을 살펴보고 있다"고 설명했다. <br/> <br/>특히 화순전대병원은 지난해 자체감사를 통해 보조금 횡령의혹을 확인하고 '직원 해임과 사업비 회수' 등을 추진했으나 감독기관인 전남도 등에는 보고하지 않았다. <br/> <br/>전남도 역시 일부 언론이 지난해 보조금 횡령의혹을 제기했지만 사업비 정산 등 사업비 관리·감독에 소홀했다는 지적을 피할 수 없게 됐다. <br/> <br/>전남도 한 관계자는 이에 대해 "보조금 횡령에 대해선 (전남도에) 보고가 됐어야 하는데 병원에서 이를 간과한 것 같다"면서 "올해 국비가 정상적으로 집행될지도 미지수"라고 설명했다.

언론사: 내일신문-1-107.txt

제목: 유방통증·유방혹, 유방암과 관계있다?  
날짜: 20160422  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160422124059771  
본문: 박종태 연세베스트외과 유방외과 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방에 통증이 느껴지거나 유방에서 멍울 또는 혹이 만져질 경우 혹시 유방암이 아닐까 걱정이 앞선다. 평촌 연세베스트외과 박종태 원장은 “<span class='quot0'>병원을 찾는 환자들 중 대부분이 유방통증 또는 유방혹이 유방암으로 발전하지는 않을까 우려한다</span>”며 “<span class='quot0'>연구결과를 통해 유방통증은 유방암 등 유방질환과 관련이 없다는 것이 증명되었기 때문에 유방암에 대해서는 걱정할 필요가 없으며 지속적으로 통증이 계속될 경우 증상 완화를 위해 전문의 진료로 도움을 얻을 수 있다</span>”고 말했다. 이어 “유방 통증과 달리 유방혹의 경우 연령대 등에 따라 증상과 병명이 다르고 그 중 유방암으로 진단되는 경우가 드물지만 있기 때문에 발견 후 빠른 시일 안에 전문의와 상담해 볼 필요가 있다”고 조언했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방통증, 유방암 등 유방질환과 관계없어 <br/><br/><br/>유방통증이 오는 원인은 첫째 유방은 호르몬과 관련된 장기로 호르몬의 영향을 받아 커지기도 하고 작아지기도 한다. 생리 일주일 전부터 콕콕 쑤시는 듯 아프거나 찌르는 듯 통증이 간헐적으로 나타나는 게 일반적이다. 특히 스트레스를 받았거나 생리주기가 불규칙하거나 호르몬 제제 약을 복용하였을 경우 통증이 증가할 수 있다. 최근 현대인들이 자주 마시는 커피 및 홍차 등 카페인 음료를 4잔 이상 섭취했을 경우 호르몬 주기의 변화로 통증이 더 유발되었다는 연구 결과가 발표되기도 했다. 또한 호르몬 이외에 브래지어 와이어가 유방을 타이트하게 조이면서 임파선 저류가 생겨 통증이 올 수 있으며 요가, 스트레칭, 과도하게 팔을 사용하는 직업 등으로 인해 유방 주위 근육 손상으로 통증이 나타나기도 한다. <br/><br/><br/>유방통증은 대부분 일시적이며 참을 수 있는 통증이 대부분이다. 하지만 일상생활에서 불편감을 호소하거나 통증이 일주일 이상 계속되었을 경우에는 유방 전문의의 진료를 받아 볼 필요가 있다. 박 원장은 “<span class='quot0'>초음파 검사 결과 유방관련 질환이 없다면 대증적인 치료로 쉽게 치료가 가능하다</span>”며 “<span class='quot0'>1개월 이상 호전되지 않았을 때는 먹는 약을 복용하여 치료하기도 한다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>일반적으로 달맞이꽃 종자유를 추출한 약을 복용할 경우 통증 유발 여성 일부 호전을 보였다는 보고가 있어 임상적으로 사용하고 있으며 이에 호전이 없고 통증이 3개월 이상 지속될 경우 호르몬을 직접 조절할 수 있는 타목시펜(유방암 호르몬제제)을 처방하기도 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방혹 정기 검진으로 유방암 초기 진단 가능 <br/><br/><br/>한편 유방에 혹이 만져지는 경우 실제 새로 발생한 유방 혹(종괴)이거나 유방 조직이 커지면서 혹으로 느껴지는 소위 젖뭉침이라고 표현하는 멍울로 구분할 수 있다. 이때 멍울은 실제 혹이 아니기 때문에 치료가 필요치 않으나 비전문가의 경우 구분하기 어려운 경우가 많다. 또한 유방 혹의 경우 유방암으로 진단 가능성을 배제할 수 없기 때문에 지나친 걱정보다는 문제가 커지기 전에 전문의를 찾아 도움을 받는 것이 바람직하다. <br/><br/><br/>유방의 혹은 연령대별로 구분할 수 있다. 10~20대 여성에게서 만져지는 혹은 섬유선종이라는 질환으로 고무공을 만지는 듯한 느낌이 나고 탄력은 있으나 경계가 매끈한 경우가 대부분으로 <br/><br/><br/>만졌을 때 통증이 없는 경우가 더 많다. 섬유선종은 양성질환으로 암으로 발전할 경우가 전혀 없는 질환이다. 혹의 크기가 지름 2cm 이상 커질 경우 미용 상 좋지 않기 때문에 제거하는 게 일반적이며 2cm 이하에서는 제거하지 않아도 문제되지 않는다. <br/><br/><br/>30~40대 여성에서 만져지는 혹은 섬유낭종이라는 질환이다. 유방조직이 커지면서 일부 유방조직에 물혹이라는 낭이 형성되는 것으로 섬유선종과 같이 악성 가능성은 없다. 하지만 섬유선종 또는 섬유낭종 질환이 있을 경우 일반인과 비교해 유방암 발병율이 1.5배 증가하기 때문에 평소 정기 검진은 반드시 해 주어야 한다. <br/><br/><br/>50대 전후 만져지는 혹은 악성 가능성 크다. 때문에 혹이 만져진다면 보다 빨리 전문 병원을 방문, 초음파 검사 및 조직 검사를 하고 검사 결과에 따른 조치를 해 주어야 한다. <br/><br/><br/>평촌 연세베스트외과 박 원장은 “<span class='quot0'>유방의 멍울은 일종의 젖뭉침으로 걱정할 필요가 없지만 유방에 혹이 있을 경우 정기 검진을 통해 유방암 발생을 초기에 진단할 수 있다</span>”며 “<span class='quot0'>유방암은 초기에 발견할수록 예후가 좋은 만큼 정기 검진을 게을리 하지 말아야 한다</span>”고 당부했다.

언론사: 내일신문-1-108.txt

제목: 교보생명, 간편심사 건강보험 출시  
날짜: 20160421  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160421130133680  
본문: 교보생명은 고혈압이나 당뇨 등 만성질환자도 쉽고 간편하게 가입할 수 있는 '(무)교보내게맞는건강보험(간편고지/갱신형)'을 22일 출시한다고 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 고객이 계약전 알려야 되는 사고 및 질병 관련 몇 가지 고지 항목만 묻고 이상이 없는 경우 건강검진 없이도 가입할 수 있다. 고지항목은 △최근 3개월 내 의사로부터 입원이나 수술 등의 필요소견을 받았는지 △최근 2년 내 질병이나 사고로 입원이나 수술을 받았는지 △최근 5년내 암 진단, 입원, 수술을 받았는지 등 3가지다. <br/> <br/>이 상품은 일반암을 포함해 유방암과 전립선암, 기타 소액암을 주로 보장한다. 특정암 진단시 3000만원, 유방암이나 전립선암은 600만원을 지급하고, 기타 소액암은 300만원을 보장한다. 선택특약을 통해서 사망이나 다양한 질병과 수술 등도 보장받을 수 있다.

언론사: 내일신문-1-109.txt

제목: 순천향대천안병원, 대장암 적정성평가 4년 연속 1등급  
날짜: 20160417  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160418130630255  
본문: 순천향대학교 천안병원(병원장 이문수)이 11일 건강보험심사평가원이 발표한 대장암 적정성평가 결과 4년 연속 1등급을 획득했다. 평가에서 순천향대 천안병원은 거의 대부분 평가지표에서 만점을 받았으며, 특히 수술 사망률에서 0%를 기록했다. <br/><br/><br/>순천향대천안병원 외과 대장암클리닉은 활발한 연구활동으로 매년 우수한 연구 결과를 발표해 많은 학술상 수상이력도 보유하고 있다. 이문수 병원장은 “<span class='quot0'>대장암에 앞서 발표된 위암 폐암 유방암 적정성평가 결과에서도 모두 1등급을 기록해 명실공이 매우 우수한 암치료 역량을 보유하고 있음을 입증했다</span>”며 “<span class='quot0'>지역 암환자들이 타 지역에 가지 않고도 최상의 암 치료를 받을 수 있도록 더욱 연구 정진하겠다</span>”고 말했다.

언론사: 내일신문-1-110.txt

제목: 자폐는 부모의 제대로 된 이해와 노력이 필요하다  
날짜: 20160416  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160418130609887  
본문: 브레인리더한의원 설재현 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>자폐질환 관련된 카페를 가입하여 글을 살펴보면 긍정적인 희망의 글 보다는 부정적이거나 <br/><br/><br/>단념 하는 글들이 더 많이 보인다. 처음 아이에게 이상을 느껴 병원을 찾거나 자폐진단을 받은 단계에서 부모들은 엄청난 의욕을 보인다. 병원을 찾는일부터 자폐의 원인, 진단기준 치료법, 치료사례 등 거의 반 전문의가 될 정도의 지식들을 습득하고 공부한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>하지만 실질적으로 인터넷이나 써치하여 찾을 수 있는 자료들은 한정되어 있으며 그마져도 올바르지 못한 근거를 가지고 작성된 정보들이 많다. 이러한 현상은 가족 중에 암이 걸렸을 때 가족들이 암에 대해서 박사가 되는 것과 같은 이치이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>결국 부모들은 잘못된 지식과 환자를 현혹하는 광고들만 믿고 지푸라기라도 잡고 싶은 심정으로 이곳저곳 치료를 받고 약을 복용하게 되지만 그 효과는 미비하거나 반짝 나타날 뿐이지 근본적인 치료의 대안이 되지 못하고 그런 현상이 반복되다가 결국엔 치료에 대한 불신과 고칠 수 없다는 단념이 자리 잡게 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>실제로 병원에 내원하는 환자의 부모들 중에서 그러한 부모들이 대부분이고 처음에는 날선 감정으로 이것저것 따져가면서 경계를 하는 경우가 많다. <br/><br/><br/>이런 경우 자폐에 대한 제대로 된 원인파악과 이해가 부족한 것도 있지만 아이를 선입견을 가지고 바라봄으로서 아이의 감정이나 상태를 정확하게 파악하지 못하는 경우가 많다 또한 자폐아이를 돌봐온 부모일수록 자신이 우울증이나 감정기복이 심하다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇기 때문에 처음 진단을 받을려고 하거나 진단을 받은 초기에 부모의 냉정함과 올바른 정보를 습득하여 제대로 된 치료를 받는 것이 매우 중요하다. <br/><br/><br/>여러 병원을 다니다 보면 병원의 특성과 치료방법이 있는데 정확한 근거나 사례를 가지고 이야기 하는지를 체크해야 되고, 얼마나 오랜 기간 연구와 치료를 해왔는지도 검토해야할 부분이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>자폐는 부모가 아는 만큼 믿는 만큼 고칠 수 있는 질환이라는 점을 다시 한번 상기하고 치료사례를 중심으로 올바른 선택을 해야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>      

언론사: 내일신문-1-111.txt

제목: 이화의료원, 미세먼지·황사 계절 맞아 유한킴벌리와 함께 ‘호흡기 건강 캠페인’  
날짜: 20160415  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160415131404650  
본문: 미세먼지와 황사가 심해지는 봄철을 맞아 이화여자대학교 의료원(의료원장: 김승철)이 유한킴벌리(대표: 최규복)와 공동으로 일반인들의 효과적인 호흡기 건강관리를 돕고자 ‘호흡기 건강 캠페인’을 전개한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지난 6일 이대목동병원 2층 소회의실에서 진행된 캠페인 협약식에는 유경하 이대목동 병원장, 장중현 호흡기내과 과장, 김한수 홍보실장과 이호경 유한킴벌리 가정용품 사업 부문장, 김영웅 크리넥스 마스크 마케팅 부장 등 양 기관의 관계자들이 참석했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이번 캠페인은 계절 없이 찾아오는 미세먼지와 황사, 꽃가루 등으로 일반인들이 흔히 겪게 되는 호흡기 증상을 해소하고, 공기 중의 유해물질로부터 보다 효과적으로 호흡기 건강을 챙길 수 있도록 돕고자 마련되었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>양 기관은 이번 캠페인의 일환으로 ▲이대목동병원 방문자 대상 황사 마스크 무료 제공 활동 ▲일반인 대상의 마스크 사용 실태 조사 ▲생활 속 호흡기 건강관리법 및 올바른 마스크 착용방법 등을 알기 쉽게 정리한 홍보물(리플릿 및 인포그래픽 등) 제작·배포 ▲호흡기 관련 건강강좌 개최 등 다양한 활동을 공동으로 전개할 계획이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유경하 이대목동병원장은 “<span class='quot0'>최근 들어 미세먼지 및 황사 주의보가 자주 발령되면서 일반인들이 공기 중의 유해물질 등에 대한 관심이 커지고 있는 가운데, 유한킴벌리와 함께 호흡기 건강 캠페인을 진행하게 되어 매우 기쁘다</span>”며, “<span class='quot0'>이번 공동 캠페인이 보다 많은 사람들로 하여금 호흡기 건강관리의 중요성을 인지하고, 호흡기 증상을 올바르게 관리하는 데 조금이나마 도움이 되었으면 한다</span>”고 전했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한편 미세먼지는 WHO가 지정한 1급 발암물질이고, 황사는 암을 유발하는 납과 카드뮴, 알루미늄과 철, 실리콘 등으로 구성된 흙먼지로 면역의 최전방인 호흡기 건강을 위협한다. 실제 미세먼지 등급이 ‘매우 나쁨’일 때 성인 남성이 야외에서 1시간 정도 활동하는 것은 담배 1개비 연기를 1시간 24분 동안 마시는 것과 동일하며, 2000㏄ 디젤 승용차의 매연을 3시간 40분 동안 들이마시는 것과 같다고 보고된 바 있다.

언론사: 내일신문-1-112.txt

제목: [건강하게 삽시다] ‘비만’\_비만치료, 체질개선으로 근본 치료하는 한방치료가 정답  
날짜: 20160413  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160413204020408  
본문: 직장인 김소영(29?세종시 아름동)씨는 지난해 입던 봄옷을 꺼내면서 속이 상했다. 지난해 가을부터 늘어난 업무 스트레스를 야식 먹는 것으로 해결하면서 체중이 부쩍 늘어 입을만한 옷이 없기 때문. 20대를 보내며 모진 마음을 먹고 시도했던 몇 차례의 다이어트들도 그 때만 반짝 효과가 있었고 이어지는 요요현상 때문에 몸무게는 오히려 늘어나고 여러 가지 부작용으로 고통 받았던 경험 때문에 다시 다이어트에 도전할 의욕도 사라진 상태다. 계단을 오르내릴 때 쉽게 숨이 차고 무릎에 통증도 느껴져서 몸도 힘들고 뚱뚱한 외모 탓에 떨어진 자존감으로 마음도 힘들다. 서대전 네거리 대전 삼성한의원 김동병 원장으로부터 비만의 한의학적 치료에 대해 들어보았다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>복부비만이 더 위험해 <br/><br/><br/>세계보건기구는 1996년에 이미 비만을 질병으로 규정했다. 비만은 뚱뚱한 외모만의 문제가 아니라 비만과 함께 동반되기 쉬운 동반질환이 문제다. 혈관동맥경화로 인한 심혈관질환이 대표적이다. 고혈압, 당뇨병, 고지혈증, 지방간, 담석증, 수면무호흡증, 생리불순, 불임증, 성욕감퇴, 우울증, 퇴행성관절염, 통풍과도 관련이 높다, 또한 대장암, 췌장암, 전립선암, 유방암 등 암 발생확률도 높고 사망률도 높다. <br/><br/><br/>비만은 ‘체내에 과다하게 많은 양의 체지방이 쌓인 것’으로 체중이 많이 나가더라도 근육량이 많고 체지방 증가가 없는 경우에는 비만으로 분류하지 않는다. 특히 복부의 체지방이 중요하다는 연구와 함께 ‘내장형 비만’이라는 용어도 사용되고 있다. <br/><br/><br/>비만을 평가하는 진단 기준 중 가장 보편적인 방법은 체질량지수(Body Mass Index, BMI)로  키에 비해 체중이 적당한지를 보는 방법이다. 몸무게(kg)를 키(m)의 제곱으로 나눈 값을 체질량지수라고 하며 지수가 25를 넘는 경우에 비만(8.5~22.9는 정상, 23.0~24.9는 과체중, 25.0~29.9는 비만, 30 이상은 고도비만)이라고 한다. <br/><br/><br/>지방의 분포에 따라 복부비만과 둔부비만으로 나눌 수 있다. 복부비만은 배에 지방이 많이 축적되어 허리둘레가 커진 경우(남성인 경우 90cm이상, 여성인 경우 85cm 이상)로 둔부비만보다 더 위험하다. 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 등과 같은 질환이 잘 발생하고 남성과 폐경 후 여성에서 많다. 둔부 비만은 엉덩이와 허벅지에 지방이 많이 축적된 상태로 주로 여성에서 많이 볼 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>비만관리로 다양한 증상 개선 효과 높아 <br/><br/><br/>김동병 원장은 “한의학에서는 비만의 근본 원인을 기허(氣虛)라고 보는데 비장과 신장의 기능저하와 밀접한 관계가 있다”며 “비장의 기능저하로 음식물의 소화, 흡수, 배설의 장애가 생기고 신장이 허해 비장의 작용을 도와주지 못하게 되면서 체내의 대사기능이 저하된다. 전신적으로 순환이 원활하지 않아 몸 안의 노폐물이 담음(痰飮)과 어혈(瘀血)이 생겨 몸 밖으로 배출되지 않고 쌓이면서 비만이 발생한다고 본다”고 설명했다. <br/><br/><br/>한의학적 치료는 전신적 순환을 돕고 노폐물 배출을 위해 발효한약과 약침, 부항, 뜸 치료를 병행해서 치료한다. 위를 비롯한 소장, 대장 등 소화기관과 방광, 자궁 등 노폐물 배출과 관련된 장부의 기능을 회복시켜 몸속의 노폐물을 제거하여 몸의 부종을 없애는 것이 근본 치료다. <br/><br/><br/>발효 한약과 병행하는 약침치료는 지방을 분해하는 특효의 약침을 주입하여 국소비만 부위를 해결하는데 좋은 효과를 보인다. 뜸 치료는 단전혈이하로 따뜻한 기운을 회복시키고 막혀 있는 냉담적(冷痰積)을 치료함으로서 상체 또는 하체로 편중되어있는 비만요소를 근원적으로 해결하는 방법이다. <br/><br/><br/>올바른 비만치료는 혈압과 혈당을 비롯해 통증, 생리불순 등 다양한 증상을 개선시킨다. 단식 같은 극단적인 수단에 의한 체중감량은 부작용을 가져올 수 있고, 체지방보다는 근육이 더 많이 소실된다. 그런 방법으로 갑자기 감량된 체중은 잘 유지되지도 않는다. <br/><br/><br/>김 원장은 “급한 마음에 약물에 의존해 체중감량에만 치중하다 요요와 부작용으로 건강을 해치는 경우가 많다”며 “현재로는 의학적으로 안전한 식욕억제제는 없는 상황이라 선진국에서는 한방이나 생약다이어트를 많이 하고 있는 추세다. 비만 치료는 부작용 없는 한방치료로 꾸준히 체질을 개선하는 근본적인 해결책이 바람직하다”고 권유했다. <br/><br/><br/>비만은 치료보다 예방이 더 중요하고 효과적이다. 이를 위해서는 생활습관의 변화가 기본이다. 일상생활에서의 활동을 최대한 늘리기 위해서 짧은 거리는 걸어 다니고, 승강기대신 계단을 이용하며, TV를 보면서 먹는 습관을 없애는 것이 좋다. <br/><br/><br/>김동병 원장은 “<span class='quot0'>식이조절 및 운동을 규칙적이고도 꾸준하게 실천하는 것이 가장 중요하다</span>”고 조언했다. <br/><br/><br/>도움말 대전 삼성한의원 김동병 원장 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-113.txt

제목: 한화생명 간편심사 건강보험  
날짜: 20160412  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160412132337336  
본문: 한화생명은 대형 생보사 중 처음으로 고혈압·당뇨 등을 앓는 사람과 고령자도 가입할 수 있는 간편심사보험인 '한화생명 간편가입 건강보험'을 출시했다. <br/> <br/>한화생명은 청약 때 고지해야 하는 사항을 기존 10개에서 3개로 대폭 축소하고, 고지항목 3가지에 해당되지 않으면 병력이 있거나 나이가 많아도 제한 없이 가입할 수 있도록 했다. 고지항목은 최근 3개월 이내 입원·수술·추가검사 의사 소견, 최근 2년 내 입원·수술 이력, 최근 5년 내 암으로 진단, 입원, 수술 받은 이력 등이다. <br/> <br/>최대 70세까지 가입 가능하기 때문에 병력이 있어 가입하지 못했거나, 고령으로 가입에 제한을 받았던 고령자들도 보장을 받을 수 있다. 10년 단위 갱신형으로 최고 100세까지 보장되기 때문에, 장수시대에 의료비 부담을 줄일 수도 있다. <br/> <br/>이 상품은 3대 질병을 포함 적용되는 보장을 모두 넣어 설계한다고 해도 40세 기준 월 2만원대로 가입할 수 있다는 게 특징이다. <br/> <br/>한화생명 최성균 상품개발팀장은 "고지항목을 최소화 했음에도 불구하고, 어떤 질병이나 재해에도 보장받을 수 있는 수술, 입원보장까지 선택할 수 있도록 설계해 노후생활의 안전장치가 될 것으로 기대한다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-114.txt

제목: 조기발견 시 완치율 높아, 자가 검진 및 정기검진 필수  
날짜: 20160412  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160412132328104  
본문: 유방암은 유전적 요인이 잘 밝혀진 암의 하나로, 직계가족 및 형제자매들에서 유방암 환자가 2명 이상이라면 보다 전문적인 관리가 필요하다. 하지만 유방암 환자의 30% 정도에선 이런 위험인자와 상관없이 발병되고 있어 모든 여성이 유방암에서 자유로울 수 없다. 유방암은 40~50대에 가장 많이 나타나고 20~30대 비율도 점점 늘고 있는 추세지만, 다행히 자가 검진이나 정기검진을 통해 조기에 발견하면 95%이상 완치를 기대할 수 있다.    <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방암 조기발견, 왜 중요할까? 0~1기 생존율 99~98.2% <br/><br/><br/>수원 아름다운향기유외과 권수범 원장은 “<span class='quot0'>한국유방암학회가 4만 6000명 유방암 환자를 대상으로 수술 후 5년 생존율을 조사한 결과 0기에서 99%, 1기 98.2%, 2기 91.7%, 3기 68.2%, 4기 30.5% 순으로 암의 심한 정도가 높을수록 생존율이 떨어지는 것으로 나타났다</span>”면서 조기에 발견할수록 완치될 확률이 높아진다고 강조했다. 아직은 유방검진으로 발견된 유방암 비율이 증상을 통해 발견된 유방암보다 적은 편이긴 하지만, 조기발견만 한다면 병기도 낮고, 유방 전체 절개보다 부분 절개할 수 있는 비율도 높아진다. 혹시 전체 절개를 한다고 하더라도 검진을 통해 조기에 발견된 유방암이 유방의 모양을 복원할 수 있는 가능성도 더 높기 때문에 유방암 검진은 유방암 예방을 위해서 꼭 챙겨야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방암 조기발견을 위한 세 가지 실천방법 <br/><br/><br/>Ⅰ유방 자가 검진\_ 유방암은 스스로 확인할 수 있는 몇 안 되는 질병 중 하나다. 자가 검진 만으로 유방암을 정확히 진단할 수는 없지만 이를 통해 유방암을 조기에 발견할 수 있다는 것을 명심해야 한다. 특히 우리나라 여성은 유방이 작고 섬유조직이 많아 유방을 스스로 만져 진찰해보는 자가 검진이 경제적이며 효과적일 수 있다. 폐경 전 여성이라면 매달 생리가 끝난 후 약 1주일 뒤에, 폐경 후 여성은 매달 1일에 유방과 겨드랑이를 만져보고 젖꼭지를 짜봐서 이상 유무를 확인하면 된다. 권수범 원장은 “<span class='quot0'>처음에는 정상적인 유방 조직과 멍울을 잘 구별하지 못할 수도 있지만 익숙해지면 쉽게 발견할 수 있는 만큼 꾸준히 해야 한다</span>”고 강조했다. <br/><br/><br/>▷ 자가 검진 시 유방암이 의심되는 증상은? 거울을 보면서 육안으로 관찰하거나 서거나 앉아서, 혹은 누워서 촉진하는 3가지 검진을 실시하는데, 한쪽 유방의 크기가 점점 증가하거나 다른 쪽보다 처지고 유방에서 덩어리가 만져질 때 유방암을 의심해볼 수 있다. 이밖에도 유두에서 혈성 분비물이 나오거나 유두 피부의 변화, 유두함몰이 관찰되는 경우, 겨드랑이나 목 주위 림프절이 동그란 멍울처럼 만져질 때는 유방전문의를 찾아 검사를 받아야 한다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>Ⅱ유방 정기검진\_ 아무런 증세가 없어도 1년에 한번 생일이든, 결혼기념일이든 특별한 날을 정해 유방전문의의 진찰을 받는다. 실제로 일반여성들은 유방암인지 아니면 유선조직인지 구별하기 힘들 때가 많은데, 경험 많은 유방전문의라면 1cm 정도 크기의 유방암은 촉진을 통해 발견해낼 수 있다. 한국유방암학회 지침서에는 30세 이상부턴 자가 검진을 시작해 35세 이상은 2년 간격으로 의사의 임상검진, 40세 이상은 1~2년 간격의 임상검진과 유방촬영을 하도록 권장하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>Ⅲ유방촬영술\_ 유방 촬영술이나 유방 초음파에서만 발견되는 작은 유방암의 경우는 사진 상에서 덩어리가 보이거나 유방 조직이 변형되어 있고 미세 석회화 등이 보이기도 한다. 유방 촬영 시 통증을 줄이기 위해선 생리가 끝난 후부터 배란 전에 시행하는 것도 좋다. 하지만 많은 여성들이 유방 촬영에 따르는 통증으로 촬영을 기피하는데, 이에 대해 권수범 원장은 “수원 아름다운향기유외과에서는 마이콤 제어를 이용한 자동 소프트 압박기능이 탑재된 유방촬영기를 사용해 유방 압박 시 발생하는 통증을 줄일 수 있다. 또한 유방암 초기에 발견되는 미세 석회화를 정확히 보기 위해 고가의 판독용 전용모니터도 갖추고 있어 진찰과 검진을 통한 유방암 조기발견에 총제적인 노력을 기울이고 있다”고 덧붙였다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 수원 유방 갑상선 전문 아름다운향기유외과 권수범 원장  

언론사: 내일신문-1-115.txt

제목: 속쓰림 소화불량, 원인은 ‘담적’이지 말입니다  
날짜: 20160411  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160412132325895  
본문: 위장 질환을 앓는 환자들 대부분이 혹시 큰 병에 걸린 게 아닌가 싶어 위 대장 내시경 등 각종 검사를 다 해보게 된다. 하지만 별다른 이상이 없다는 말을 들으면, 몸은 아픈데, 이상이 없다고 하니 환자들은 기가 찰 노릇이지요. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>분명 배가 쓰리고 아픈데 검사결과는 깨끗해서 치료할 필요도 할 수도 없다고 합니다. 또 아프지는 않아도 뭔가 더부룩하고 가슴, 복부에 뭔가 들어찬 느낌이 드는데도 검사 결과에는 나오지 않습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>내시경 상에는 특별한 문제가 없지만 명치끝 통증, 경련, 가스 참, 팽만감, 속쓰림, 구토와 오심, 역류성 식도염, 잘 체함 가슴 답답함 등과 같이 위가 자꾸 불편해지는 이유는 무엇일까요. 구미 수한의원 제강우 원장은 바로 ‘담적’ 때문이라고 합니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘담적병’이란 한마디로 위장 외벽이 굳어지는 병을 말합니다. 위장도 간이 경화되는 것처럼 굳어질 수 있습니다. 위장이 굳어지면 여러 생리기능에 장애가 오지만 먼저 위장의 연동운동에 장애가 와서 음식이 잘 내려가지 않습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>구미 수한의원 제강우 원장은 “<span class='quot0'>속쓰림 위염 등 위장질환으로 잘 체하거나 명치끝이 갑갑하고, 역류, 트림, 가스, 더부룩함, 배변장애 등의 증상이 나타나는 것은 위장이 굳어지기 때문</span>”이라고 합니다. 이러한 위장병을 '담적(痰積)'이라고 합니다. 담적으로 인한 위장병은 이를 제거하는 치료를 통해 해결이 가능 합니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>내시경 상 이상이 없는 신경성 위장병 환자들에게 공통적으로 나타나는 것은 잘못된 식사법으로 인해 위와 장 외벽이 붓고 굳어지는 현상과 위장관 안에 많은 독소 환경이 조성되어 있다는 점입니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>내시경으로는 볼 수 없지만 수많은 위장 질환과 각종 전신 질환에 관여하는 위장 외벽과 우리 몸의 정화조 역할을 하는 미들 존(Middle Zone)이라는 부위가 있습니다. 위장의 속살 조직인 미들 존은 점막을 찢어서 보거나 복벽을 통과해서 보지 않으면 도저히 관찰할 수 없는 영역이기 때문에 내시경에 나타나지 않아 그동안 의학적으로 방치되어 온 곳입니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>결국 점막만의 내시경 소견으로 위장병을 진단하다 보니 점막 외벽 조직의 문제와 관련된 많은 질병을 놓치게 되어 기능성, 신경성, 과민성 등과 같은 애매모호한 이름의 위장병이 주류를 이루게 되었고, 특히 자꾸 증가하는 위암, 대장암, 식도암 등과 같은 소화기 암에 대한 보다 정확한 의학적 가이드라인이나 치료법을 제시하지 못해 예방과 치료에 무력한 우를 범하게 된 것이죠. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>구미 수한의원 제강우 원장은 “소화불량 속쓰림 및 명치가 아프다', '속이 더부룩하다' 는 말들을 대수롭게 넘겨서는 안된다고 합니다. 몸 안에 뭔가 안 좋은 곳이 있음을 통증으로 보내오는 신호이기 때문에 신경을 써야 합니다. 담적으로 인한 위장병은 담적을 제거하는 치료를 통해 해결가능 하므로, 이것이 의심된다면 반드시 치료를 받는 것이 좋습니다.

언론사: 내일신문-1-116.txt

제목: 충남도교육청, 2017학년도 고입전형 기본계획 확정 발표  
날짜: 20160410  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160411130822348  
본문: 충남도교육청은 천안 고교평준화 배정방법 반영, 내신성적과 선발고사 합산 총점 동석차 처리기준 확대 등을 주요내용으로 한 ‘2017학년도 고등학교 입학전형 기본계획’을 지난 4일 확정 발표했다. <br/><br/><br/>계획에 따르면 충남 전체 학생 선발은 전기 후기로 구분해 진행된다. 전기에는 특목고 자사고 특성화고 일반고(특성화학과)가, 후기에는 특수지학교와 일반고 특성화고(보통과)가 전형을 치른다. 특목고(충남외고 충남과학고) 자사고(북일고 충남삼성고)는 자기주도학습전형(1단계 내신성적 → 2단계 면접)에 의해, 특성화고는 내신성적(200점)에 의해, 일반고는 내신성적(200점, 69%)과 선발고사성적(90점, 31%)을 합산한 총점에 의해 합격자를 선발한다. 전기 불합격자는 후기에 지원할 수 있고, 후기 불합격자는 미달학교의 추가모집에 지원할 수 있다. <br/><br/><br/>공주사대부고와 공주한일고의 경우 충남학생들은 일반전형으로 지원이 가능하고, 타 시도 학생들은 전국 단위로 이뤄지는 자기주도학습전형으로 지원을 해야 한다. 올해 고입선발고사는 12월 16일 시행될 예정이다. <br/><br/><br/>내신성적 동점자 처리기준의 경우, 지난해까지는 1순위 교과 성적 2순위 출결상황 성적 3순위 봉사활동상황 성적으로 처리했지만, 올해부터는 추가로 4순위 창의적체험활동 성적 5순위 행동특성 및 종합의견 성적 6순위 3학년 일반교과 성적까지 확대해 석차를 매기게 된다. <br/><br/><br/>내신성적과 선발고사 합산 총점 동석차 처리 기준 역시 지난해까지는 1순위 선발고사 성적 2순위 내신성적 3순위 교과 성적 4순위 출결상황 성적 5순위 봉사활동상황 성적으로 처리했지만, 올해부터는 추가로 6순위 창의적체험활동 성적 7순위 행동특성 및 종합의견 성적 8순위 3학년 일반교과 성적까지 감안한다. <br/><br/><br/>지난해에 이어 천안지역 평준화고등학교의 입학전형은 13개 후기고등학교를 단일학군으로 실시하며, 학생선발은 중학교 내신성적(200점)과 선발고사 성적(90점)을 합산한 총점의 성적 상위 순으로 천안시 학교군의 모집 총정원만큼 남·여 구분 없이 한다. 학교군내 입학전형에서 합격한 경우 성적에 관계없이 선복수지원 후추첨 방식으로 배정한다. <br/><br/><br/>천안지역 평준화고등학교의 학교배정방법은 ▲ 일반배정 ▲ 읍ㆍ면지역 중학교 졸업(예정)자 배정 ▲ 체육특기자 배정 ▲ 쌍생아 배정 ▲ 우선 배정 등이다. 우선배정은 사회적 배려가 필요한 ▲ 지체장애인 및 뇌병변장애인 ▲ 암·희귀·난치병 관련 환자 ▲ 소년·소녀 가장 ▲ 2급 이상 중증 장애부모의 자녀 등이 희망하는 학교에 정원내에서 우선배정을 하고 국가독립유공자 자녀 등은 정원외 우선 배정을 한다.

언론사: 내일신문-1-117.txt

제목: [김민서 미용장, OMC 헤어월드 국제대회 살바토르 회장상 수상]“병마와 싸우면서 가르쳐준 스승님 덕분입니다”  
날짜: 20160410  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160411130817585  
본문: 왼쪽 김민서 미용장 오른쪽 임은경 기술강사 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>(사)대한미용사회 천안시지부에 경사가 났다. 천안 동남구 문화동에서 준미용실을 운영하는 천안시지부 김민서(48) 구역장이 3월 29일 킨텍스에서 열린 ‘2016 OMC 헤어월드 KOREA 무궁화컵 미용경기대회’에서 다수의 상을 수상했다. 종목별로 금상과 은상 수상은 물론 전체 금상 수상자 중 10명에게만 시상하는 OMC 회장상인 ‘살바토르 포데라 특별상’까지 수상하는 기염을 토했다. <br/><br/><br/>세계미용협회(Organisation Mondiale Coiffure)가 주최하는 헤어월드는 세계에서 가장 권위 있는 국제미용경진대회로 알려져 있다. 이번에는 세계 50여 개국 2000여명의 선수들이 참가해 기량을 겨뤘다. 이 중 무궁화컵 미용경기대회는 국내 미용인들의 실력을 겨루는 대회로, 한국인들의 미용 실력은 세계적으로 유명해 이 대회 수상만으로도 출중한 실력을 증명하는 셈이 된다. <br/><br/><br/>김민서 구역장은 총 33개 종목 중 2개 종목에 출전해 데이스타일 일반부 부분에서 금상을, 이브닝 스타일 일반부 부분에서는 은상을 수상했다. <br/><br/><br/>“유방암 3기 진단을 받고도 살신성인 가르쳐주신 임은경 기술강사님 덕분입니다. 강사님의 건강이 걱정돼 대회 출전을 그만두고 싶었으나 오히려 강사님의 의지가 더 강하셨어요. 임은경 강사님이 아니었으면 수상하기 힘들었을 거예요.” 김 구역장은 수상의 기쁨을 자신을 가르친 강사의 수훈으로 돌렸다. <br/><br/><br/>김민서 구역장을 가르친 스승은 대한미용사회 임은경(56) 기술강사. 임은경 강사는 암과 싸우면서도 지도의 끈을 놓지 않았다. <br/><br/><br/>“몸이 아파서 진짜 힘들었어요. 김민서씨와 청주의 강희옥씨는 제가 아프기 전부터 가르쳤던 제자들이에요. 세계적인 큰 대회를 앞두고 끝까지 가르치는 책임을 완수하고 싶었죠. 결국 두 명의 제자 모두 종목별 금상과 은상을 수상하고 OMC 회장상까지 받게 되어 정말 기쁘고 보람 있습니다.” <br/><br/><br/>김민서 구역장은 “임은경 강사님과 관계자분들이 수상소식에 전부 감격해 울었다”며 모두에게 고마움을 표시했다. <br/><br/><br/>천안시지부 박향숙 지부장은 “<span class='quot0'>천안에서 KOREA 무궁화컵 미용경기대회 금상 은상 수상자는 나온 적이 있으나 OMC 회장상을 받은 것은 이번이 처음</span>”이라며 “<span class='quot0'>천안 미용인들에게는 상당히 의미가 크다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>미용올림픽이라 불리는 OMC 헤어월드는 한국에서 20년 만에 다시 열린 것으로, 우리나라는 아시아에서 유일하게 세계미용대회를 두 번 개최한 나라가 됐다.

언론사: 내일신문-1-118.txt

제목: [학교가위험하다①] "학교 운동장 인조잔디 철거하라"  
날짜: 20160407  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160407125230027  
본문: 내구연한을 초과했거나 임박한 학교 인조잔디 운동장 상당수가 사실상 방치되는 것으로 알려지면서 철거 등 학생건강을 위한 근본대책 마련을 요구하는 목소리가 커지고 있다. <br/> '납 기준초과'한 초등학교 운동장 트랙│환경부는 지난해 5월부터 12월까지 서울과 수도권 초등학교 30곳의 운동장 인조잔디와 우레탄 트랙의 중금속 실태를 조사한 결과 트랙 25개 중 13개에서 한국산업표준(KS) 기준치 90mg/kg을 넘는 납이 검출됐다고 22일 밝혔다. 연구원이 운동장에서 우레탄 시료를 채취하고 있다. 사진 환경부 제공 <br/>특히 환경부 조사에서 학교 우레탄 트랙 절반에서 암을 유발하는 유해물질이 검출돼 대책마련 요구가 확산되고 있다. <br/> <br/>녹색당은 7일 기자회견을 열고 '학생들의 유해물질 노출이 우려되는 인조잔디 문제을 근본적으로 해결하기 위해서는 철거해야 한다'고 주장했다. <br/> <br/>그동안 녹색당과 환경단체들은 인조잔디 설치 또는 재설치가 교육재정을 낭비하는 데다 각종 질병을 유발하는 중금속과 발암물질 검출을 둘러싼 논란이 끊이지 않는다며 이같이 주장해왔다. 이들은 또 인조잔디로 인해 △축구 등 특정 종목 위주로학교 공간을 획일적이고 폐쇄적으로 사용하게 되고 △한여름 고온현상으로 인한 화상 유발 △여름철 살수에 따른 과도한 수도요금으로 인한 학교 예산 낭비 등의 문제가 발생한다고 지적했다. <br/> <br/>이들은 일부 교육당국과 관련업계에서 대안으로 주장하고 있는 '친환경 인조잔디'에 대해서도 "아직 철저한 검증과 사례 연구가 부족할 뿐만아니라 학교 공간의 획일적이고 폐쇄적 사용을 초래한다"며 반대 입장을 밝혔다. 특히 교육계와 체육계 일각에서 제기하고 있는 학교 운동부 연습용 시설의 필요성에 대해서는 "정부, 교육당국, 지자체, 지역사회가 합심해 별도의 천연잔디 연습 공간을 마련하는 것이 바람직하다"고 주장했다. <br/> <br/>또한 이들은 △유해물질 검출이 심각한 학교와 수명 종료 인조잔디의 철거 △학교 인조잔디 신설 중단 △이후 수명 종료 학교 인조잔디 점진적 철거 등을 통해 학교 인조잔디를 단계적으로 철거하자는 로드맵을 제안했다. <br/> <br/>녹색당과 환경단체들은 나아가 학교외 인조잔디와 우레탄 트랙, 놀이터 등에 깔린 폐타이어 재활용 매트 등을 모두 점검하고 철거해야 한다고 주장하고 있다. <br/> <br/>실제로 환경부는 지난해 5월부터 12월까지 수도권 소재 30곳의 초등학교를 조사한 결과 13개교 우레탄트랙에서 한국산업표준(KS) 기준치 90㎎/㎏을 초과한 납 성분이 검출됐다. <br/> <br/>시공과정에서 우레탄트랙을 빨리 굳게 하기 위해 납을 추가하거나 안료 중에 함유된 중금속, 주변 환경 요인 등이 영향을 미친 것으로 추정된다. 프탈레이트 7종을 조사한 결과에서는 디에틸핵실프탈레이트(DEHP) 1종만이 검출됐다. <br/> <br/>정부는 이러한 우레탄 트랙이 어린이 건강에 미치는 영향을 조사하기 위해 유해물질의 위해성도 평가했다. 93명의 어린이들을 대상으로 인조잔디나 우레탄 트랙을 이용하면서 노출될 수 있는 납, 크롬 등 12종을 대상으로 평생 노출을 전제로 조사했다. 조사결과 디에틸핵실프탈레이트와 납의 위해성은 일부 우려되는 수준으로 드러났다. <br/> <br/>조사 대상 어린이의 평균 디에틸핵실프탈레이트 발암위해도는 3.29×10-5로 나타났다. 이 수치는 평생 노출됐을 경우 10만명당 1명이 암에 걸릴 확률인 1×10-5를 초과한 결과다. 납의 위해도는 최대허용량보다 1.24배 많이 노출됐다. <br/> <br/>조사결과가 발표되자 교육부는 "초·중·고·특수학교 2811개교에 설치된 우레탄 트랙의 유해성 여부를 파악하기 위한 전수조사를 6월까지 실시하기로 했다"며 "문체부, 환경부와 함께 우레탄 트랙 개보수 지원·관리 방안을 마련하고 하반기 개보수 시기도 협의할 예정이다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-119.txt

제목: 김명식 박사 등 6명 호암상 수상  
날짜: 20160405  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160405131328010  
본문: 호암재단(이사장 손병두)은 5일 양자역학 대가 김명식 박사 등 '2016년도 제26회 호암상 수상자' 6명을 선정했다고 밝혔다. <br/> <br/>올해 부문별 수상자는 △과학상 김명식 박사(54·영국 임페리얼 칼리지 런던 교수) △공학상 오준호 박사(62·KAIST 교수) △의학상 래리 곽 박사(57·미국 시티 오브 호프 병원 교수) △예술상 황동규 시인(78·서울대 명예교수) △사회봉사상 김현수(61), 조순실(59) 부부(들꽃청소년세상 공동대표) 등이다. <br/> <br/>이들은 국내외 각계 주요기관과 전문인사들에 의해 후보자로 추천됐다. 국내외 저명 학자 전문가로 구성된 38명의 심사위원회가 업적을 검토했다. 37명의 저명한 해외석학으로 구성된 자문단이 평가하고 현장을 실시했다. <br/> <br/>심사위원회에는 댄 셰흐트만 교수 등 노벨상 수상자 2명, 스벤 리딘 교수 등 노벨위원 2명 등이 참여했다. <br/> <br/>과학상 김 박사는 상대성 이론과 양자역학을 통일하기 위한 기초마련에 기여했다는 평가다. <br/> <br/>공학상 오 박사는 한국 최초 이족보행 인간형 로봇인 휴보를 제작했다. <br/> <br/>의학상 래리 곽 박사는 환자 맞춤형 암 백신을 개발했다. 사회봉사상 김현수ㆍ조순실 부부는 청소년 거리 청소년들을 22년간 보살폈다.

언론사: 내일신문-1-120.txt

제목: 성장기 보장 강화 어린이보험  
날짜: 20160405  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160405131323976  
본문: 동양생명이 성장기에 필요한 핵심보장을 강화하고, 보험료는 기존 어린이보험 대비 최대 70% 낮춘 '(무)수호천사꿈나무성장기집중보장보험'을 출시했다고 5일 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 첫날부터 입원, 질병 및 재해수술, 골절, 암진단 등 성장기에 많이 발생하는 핵심보장에 대한 보장금액을 2배 가량 높인 대신 꼭 필요한 담보를 중심으로 보장내용을 정리해 가입 부담을 줄였다. <br/> <br/>만기환급금이 없는 순수보장형과 만기에 500만원을 지급받을 수 있는 만기지급형 등 2가지 형태로 나왔다. 임신 중이거나 만 15세 미만의 자녀를 둔 부모가 가입할 수 있다. <br/> <br/>고액암·일반암 구분 없이 암 진단을 받으면 1억원을 보장해주며, 경계성종양·갑상선암·기타피부암·제자리암·대장점막내암 등 5종의 소액암에 대해서는 각 1000만원을 보장한다. 골절(30만원), 깁스(20만원) 등에 대한 재해 보장을 비롯해 수술비(최대 600만원), 첫날부터 입원비(1일 3만원) 등을 보장해 준다.

언론사: 내일신문-1-121.txt

제목: 불필요한 세포검사 줄이려면 갑상선 초음파검사의 전문성 필요  
날짜: 20160404  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160405131314906  
본문: 갑상선 결절 환자 중 대부분은 갑상선 기능이 정상이지만, 갑상선 항진증 환자에게 결절이 발생한 경우 갑상선암일 확률이 2배 정도 높다. 또한, 만성 갑상선염 환자 중에서 림프암에 종양이 발생하는 경우도 있다. 그래서 만성 갑상선염이나 갑상선 항진증 환자라면 정기적인 초음파검사를 꼭 받아야 하는데, 초음파는 갑상선 결절, 갑상선암 등의 진단을 위해서도 필요하다. 권수범 원장은 “<span class='quot0'>초음파를 잘 활용하면, 불필요한 세포검사도 줄일 수 있는 만큼 초음파검사 장비와 이를 판단할 수 있는 갑상선 전문의의 역할이 중요하다</span>”고 강조했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>갑상선 결절 중 5~10% 갑상선암 진단, 암 여부 구별 위해 세포검사 시행 <br/><br/><br/>갑상선 결절은 매우 흔한 질환이다. 대부분의 갑상선 결절은 양성이고, 암인 경우는 5~10% 정도에 불과하다. 갑상선 결절은 혹이 만져지는 외형상의 변화 외에는 자각증상이 거의 없어서 초음파검사나 촉진을 통해 우연히 발견되는 경우가 많다. 특히 초음파검사를 통한 갑상선 결절 발견율은 75%에 달한다. <br/><br/><br/>“갑상선 초음파는 지난 10년 동안 갑상선 결절 진단에 가장 중요한 방법으로 활용되고 있다. 혹이 암인지 여부를 구별하기 위해 바늘로 세포를 떼어내는 세침흡입검사를 시행하는데, 그렇다고 해서 모든 갑상선 혹에 대해서 세포검사를 실시하는 것은 아니다. 세포검사 실시여부를 판단하기 전에 갑상선암으로 의심되는 혹을 초음파로 선별하는 작업이 이뤄져야 한다”는 것이 수원 아름다운향기유외과 권수범 원장의 설명이다. 양성결절인 경우 고주파열치료술로 혹을 제거하거나 크기를 줄일 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>불필요한 세포검사 줄이는 갑상선암 진단방법 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>□ 갑상선초음파 상의 결절모양 ▷ 탄성초음파, 미세혈관초음파 실시 <br/><br/><br/>갑상선초음파 상에서의 결절모양을 보고 갑상선암을 판단할 수 있는데, 좀 더 정확한 구별을 위해선 일반적인 초음파검사 외에 탄성초음파, 미세혈관초음파를 활용할 수 있다. <br/><br/><br/>과거 촉진을 통해 혹의 단단한 정도를 느껴보고 결절인지 암인지를 예측했던 것처럼 탄성초음파는 조직의 탄성도를 통해 혹의 단단한 정도를 파악할 수 있다. 탄성이 높은 갑상선 실질이나 양성 병변과 비교해 갑상선암은 탄성이 적고 압력이 가해졌을 때 병변이 변형되거나 왜곡되는 경우가 적다. 미세혈관초음파를 통해선 종괴의 내부에서 관찰된 혈류로 갑상선암인지 여부를 판단할 수 있다. 권수범 원장은 “<span class='quot0'>종괴 내 혈류는 미국 갑상선학회 등의 가이드라인에도 제시되고 있는 갑상선암의 위험인자이지만, 최근 고해상도 초음파를 이용한 혈관초음파에서는 상반되는 연구결과도 나타나고 있다</span>”면서 경험 많은 갑상선 유방 전문의의 해석이 중요하다고 강조했다. 초음파의 성능과 검사자의 경험이 더해진 진단을 통해 세포검사 여부를 결정하는 것이 불필요한 세포검사를 줄일 수 있는 방법이다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>□ 방사선 노출여부, 유전적 요인 등을 토대로 한 진찰소견도 중요 <br/><br/><br/>갑상선암의 원인이 명확하게 밝혀져 있지는 않지만, 발병률을 높이는 요인으로는 방사선 노출, 과거 갑상선 질환 병력 등을 꼽는다. 악성일 경우는 나이가 젊을수록, 70세 이상에서 더 높게 나타난다. <br/><br/><br/>소아기 때 머리와 목에 방사선 조사를 받았거나 골수이식을 위한 전신 방사선조사를 받은 경우, 갑자기 혹이 커지거나 목소리가 쉬는 등 압박증상이 있는 경우, 목의 림프절이 만져지고 결절이 매우 큰 경우에도 갑상선암일 확률이 높다. “<span class='quot1'>수원 아름다운향기유외과는 서울 아산병원 유방내분비외과에서 전문의로 재직했던 경험과 초음파검사의 전문성이 더해져 정확한 진단 및 진료를 제공하고 있다</span>”고 권수범 원장은 설명했다. 

언론사: 내일신문-1-122.txt

제목: 전이암·재발암까지 모두 보장  
날짜: 20160401  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160401124747427  
본문: 삼성생명은 1일부터 한번 가입으로 전이암, 재발암까지 모두 보장하는 신상품 '삼성생명 암보험 처음부터 끝까지'를 출시한다고 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 기본적으로 암에 대한 진단과 사망을 보장하고, 여기에 추가로 특약을 통해 고액치료비 암에 대한 보장과 암 수술, 입원·통원, 항암치료 등 암 진단에서부터 치료에 이르는 모든 과정을 보장한다. <br/> <br/>특히, 그동안 보장이 어려웠던 최초 암 진단후 2년 경과시점에서 발생하는 전이암, 재발암, 새로운 암 등 소위 재진단 암까지 보장하는 특약을 추가했고, 치료비가 많이 드는 식도암, 췌장암 등을 고액치료비 암으로 분류해 보장을 강화했다. <br/> <br/>주보험 및 특약에 각 1000만씩 가입할 경우, 일반암 진단 확정땐 2000만원, 유방암이나 자궁암은 800만원, 전립선암은 400만원을 지급하고, 기타 피부암, 제자리암 등 소액암은 120만~240만원을 지급한다. 첫번째 암 이후 2년 경과시점에서 재진단암 진단시는 1000만원을, 뼈암(골암), 뇌암, 백혈병, 식도암 등 고액치료비가 발생하는 암 진단시는 1,000만원을 추가로 지급한다. 암으로 인한 사망시에는 1000만원을, 만기지급형 가입시 만기 생존시에는 100만원을 지급한다. <br/> <br/>가입 연령은 만 15세부터 60세까지이며, 기본 보장 기간은 15년으로 설정되어 있으나, 암 진단이나 암 사망, 재진단 암, 고액치료비 암보장 등은 갱신을 통해 최대 100세까지 보장받을 수 있다.

언론사: 내일신문-1-123.txt

제목: 창의·봉사 '포스코청암상' 시상식  
날짜: 20160331  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160331124724160  
본문: 왼쪽부터 이준식 사회부총리 겸 교육부 장관, 조윤제 포스텍 생명과학부 교수 내외, 이형규 금오공업고등학교 교장, 안규리 라파엘클리닉 대표, 장옥자 여사(고 박태준 명예회장 배우자), 권오준 포스코청암재단 이사장. 사진 포스코 제공 <br/>포스코청암재단(이사장 권오준 포스코 회장)이 30일 포스코센터에서 제10회 포스코청암상 시상식을 가졌다. <br/> <br/>포스코청암재단은 과학상에 조윤제 포스텍 생명과학부 교수, 교육상에 금오공고, 봉사상에 라파엘클리닉을 선정하고 각각 상패와 상금 2억원을 수여했다. 포스코청암상은 우리나라 산업화와 근대화의 초석을 닦은 고 박태준 포스코 명예회장의 업적을 기리고, 창업이념인 창의·인재육성·희생·봉사 정신에 대한 국민적 관심과 참여를 확산시키기 위해 2006년 제정돼 10년간 총 31명에게 59억원의 상금을 수여했다. <br/> <br/>권오준 이사장은 이날 환영사를 통해 "포스코 창업정신과 청암 박태준 선생의 경영철학을 계승한 포스코청암상이 올해로 10회를 맞이했다"며 "인류에게 주어진 영원한 숙제를 해결하기 위해 노력하는 분들을 격려하는 권위있는 상으로, 우리사회의 귀중한 사회적 자산으로 자리매김할 수 있게 됐다"고 말했다. <br/> <br/>청암과학상 수상자 조윤제 교수는 암의 생성·억제 메커니즘을 이해하는 데 크게 기여한 구조생물학 분야의 권위자로 꼽힌다. 조 교수는 세포가 증식할 때마다 한 번씩만 유전자 복제가 일어나도록 해 암세포의 성장을 차단하는 제미닌(geminin)단백질의 작용 메커니즘을 세계 최초로 밝혀내 암 치료 연구에 획기적인 전기를 마련한 것으로 평가받는다. <br/> <br/>청암교육상을 수상한 금오공고는 1973년 설립이래 산업발전의 기초인 뿌리산업에 필요한 기계 정밀 가공 측정 등 기술·기능인을 양성했다. <br/> <br/>전국·세계 기능올림픽에서 1000명이 메달을 획득했고, 8000여명의 학군부사관(RNTC)을 배출함으로써 군 장비 현대화를 통한 자주국방에도 기여했다. 최근에는 산업맞춤형 인재를 양성하는 마이스터고로 새롭게 출발해 기술명장 양성에 앞장서고 있다. <br/> <br/>청암봉사상을 수상한 라파엘클리닉은 이주노동자들을 위한 무료진료소로 1997년 의료혜택을 받기 어려웠던 이주 노동자들을 위해 만들어졌다. 혜화동 성당 한 켠에서 30명을 진료한 것을 시초로 현재는 성북동 라파엘클리닉과 동두천클리닉에서 매주 일요일, 의료진 30명과 봉사자 150명이 진료하고 있다. 몽골 네팔 미얀마 등 저개발 국가를 대상으로도 18년간 75개국 21만여명의 환자를 치료했다.

언론사: 내일신문-1-124.txt

제목: 동부화재, 손보사 최초 한방보험 출시  
날짜: 20160329  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160329130924369  
본문: 동부화재가 손해보험사 최초로 한방치료를 보장하는 '한방애(愛)건강보험'을 29일 출시했다고 밝혔다. <br/> <br/>'한방애(愛)건강보험'은 가입 고객이 양방치료를 받은 뒤, 한방치료를 받게 되면 이를 정액으로 보장하는 상품이다. <br/> <br/>우선, 한방진료의 주요 치료방법인 첩약, 약침 및 특정한방물리치료를 보장한다. 한방치료는 수차례에 걸쳐 이뤄지기 때문에 보장횟수와 한도액이 설정돼 있다. 자동차사고로 인한 부상의 경우, 첩약은 100만원씩 3회, 약침과 한방물리치료는 각각 29만원씩 5회까지 정액으로 보장한다. <br/> <br/>암, 뇌출혈, 급성심근경색증의 3대질병에 대해서도 한방치료 보장이 적용된다. 암과 뇌출혈 한방치료에 대해 첩약(100만원), 약침(10만원), 특정한방물리요법(10만원)을 보장하고, 급성심근경색 한방치료는 첩약(100만원), 약침(10만원)을 보장한다. 이 외에도 상해수술이나 골절 한방치료에 대해서도 보장한다. <br/> <br/>또 자동차부상 및 질병수술, 추간판탈출증 수술, 관절증 수술 후의 한방치료를 보장하고, 100세까지 한방치료와 양방치료를 체계적으로 보장한다. <br/> <br/>100세 만기 상품으로 만 15세부터 60세까지 가입이 가능하며 10년납, 15년납, 20년납, 25년납, 30년납 중 본인의 경제활동 사이클에 맞게 납입기간을 선택할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-125.txt

제목: [국민 보험료 부담 낮추자│② 보험사기특별법 이후의 과제] 보험사기 인지시스템 구축·재판결과 공유 등 논의 필요  
날짜: 20160328  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160328125115664  
본문: #경기도의 A병원은 경영이 어렵자 실손보험에 가입한 암환자를 대상으로 입원기간이나 진료내용을 부풀려 진료비를 과다청구해 오다 경찰에 적발됐다. <br/> <br/>이 병원은 면역제 투약 및 고주파 온열치료 횟수를 실제보다 늘리고, 입원한 적도 없는 환자에게 입원확인서를 발급하기도 했다. 또 암환자를 소개시켜준 브로커에게 건당 10만원을 지급하는 등 조직적 보험사기를 벌였다. 이 보험사기에 가담한 환자가 190여명에 달하고, 이들이 28개 보험사로부터 받아낸 보험금은 무려 52억원에 달한다. <br/> <br/> <br/>지난해 보험사기로 적발된 금액이 6549억원으로 역대 최고치를 경신했다. 이달 초 이같은 보험사기를 막기 위한 '보험사기방지특별법'이 국회를 통과하면서 보험사기 급증에 제동을 걸어줄 것이란 기대가 높아지고 있다. <br/> <br/>하지만 보험업계에서는 조사권 행사 등 당초 건의한 내용이 일부 빠져 있어 현실에 맞는 보완이 필요하다고 입을 모으고 있다. 2년 6개월 만에 어렵사리 국회 문턱을 넘은 보험사기방지특별법이 9월 시행 예정이지만, 본래 취지대로 보험사기를 획기적으로 줄여 막대한 사회적 손실을 차단하는 일대 전환점이 되려면 시행령 등에 보다 촘촘한 사기예방 장치가 마련돼야 한다는 것이다. <br/> <br/>◆9월 시행 앞둔 보험사기특별법 = 금감원에 따르면, 지난해 보험사기로 적발된 금액은 6549억원으로 전년(5997억원)보다 522억원(9.2%) 증가하며 역대 최대치를 기록했다. 지난해 4월 마련된 금감원의 보험사기 척결 특별대책에 따라 조직형 보험사기에 대한 기획조사를 강화하고, 경찰청 및 건강보험심사평가원 등 관련 기관과 긴밀한 업무협조를 통해 사무장 병원, 보험설계사 등 브로커가 개입한 대형사건에 대한 집중 수사가 이뤄진 때문이다. <br/> <br/>적발된 보험사기는 생명보험과 장기손보 분야가 지속적으로 늘어 지난해 처음 과반 이상을 차지했다. 적발금액 중 생명·장기손보의 비중은 2005년 21.3%, 2010년 35.5%에서 지난해 50.7%로 크게 늘었다. <br/> <br/>하지만 적발되지 않은 보험사기는 이보다 엄청나다. 금감원에 따르면, 2013년 연간 보험사기 규모는 4조7000억원, 2004년에는 이보다 8000억원 증가한 5조5000억원으로 추정된다. 총 인구수를 5000만명으로 가정하면 1인당 10만원, 4인가족 1가구당 40만원이라는 금액을 보험사기범이 편취하는 셈이다. <br/> <br/>이번에 새로 제정된 보험사기방지특별법은 이같은 보험사기를 원천차단하기 위한 제도적 장치다. 특별법은 보험사기를 일반사기와 구분해 정의를 명확하게 하고 있는 데다, 처벌을 강화했다. 지금까지 보험사기범은 형법상 사기죄로 10년 이하의 징역이나 2000만원 이하 벌금형에 처해졌는데, 특별법은 벌금상한을 5000만원으로 높이고, 미수범도 처벌할 수 있도록 했다. 상습범의 겨우 형량보다 50% 가중처벌 한다. <br/> <br/>◆보다 촘촘한 사기예방 방치 마련해야 = 보험사기는 혐의입증이 난해한데다 그동안 처벌이 경미하다보니 모방범죄가 확산 되는 등의 문제가 있었다. 보험사기특별법이 법적 수단으로 등장했지만 사회 전반에 만연한 보험사기가 완전히 뿌리가 뽑힐지에 대해선 아직 의구심이 남아 있다. 특별법에 따라 검·경의 수사가 진행되겠지만, 보험사가 사기행위로 의심하더라도 자체 기초 조사를 할 수는 없고 금융당국을 통해 수사기관에 의뢰해야 하는 까닭에 효율성이 떨어질 수 있다는 게 보험업계의 우려다. 특별법은 보험사가 보험사기로 의심되는 건은 금융위원회에 보고하고, 금융위는 이를 수사기관에 의뢰할 수 있도록 하고 있다. <br/> <br/>이에 따라 보험업계에서는 현재 생·손보협회와 보험개발원, 금융당국 등에 흩어져 있는 관련 정보를 통합한 보험사기 인지 시스템을 구축하고 조사하는 기관이 필요하다는 입장이다. 보험사기는 여러 군데 보험사에 동시에 가입한 상태에서 이뤄지는 경우가 많아 보험가입 정보를 통합해 열람할 경우 보험사기를 방지하는 유용한 수단이 될 수 있다. <br/> <br/>업계 한 관계자는 "보험사기 인지 시스템 구축, 보험금 지급 지연에 따른 과태료 부과 방식, 보험사기 재판 결과를 보험사와 공유하는 방법 등 점검이 필요한 사항이 많다"면서 "특별법 제정에 따른 시행령에 담길 주요 내용에 대한 논의가 이어져야 할 것"이라고 말했다. <br/> <br/>보험업계에서는 특별법과 관련 제도들을 촘촘하게 연결해 보험사기에 대한 일반국민의 인식을 바꿔야 하고, 이래야 특별법의 궁극적 효과도 실현될 수 있다는 점을 강조하고 있다. <br/> <br/>업계 다른 관계자는 "단순히 형량을 높인다고 실효성이 생기는 게 아니다"라며 "보험사가 언더라이팅(보험계약 인수 심사)을 더 엄격하게 해 사기를 사전에 예방하고, 보험사기는 위험한 일이란 경각심을 갖도록 인식을 전환하는 것이 무엇보다 중요하다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-126.txt

제목: [특허 받은 강황이 듬뿍, ‘황금추어탕’]한 첩의 보약 같은 강황추어탕  
날짜: 20160328  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160328125104938  
본문: 기력회복에 좋은 추어탕은 사시사철 건강식으로 환영받는 음식이다. 우리 몸 속 면역 중심을 잡아주는 커큐민 성분이 많은 강황은 건강식품으로 떠오른 지 오래. 특히 강황은 콜레스테롤을 낮춰주고 암과 치매까지 예방하는 것으로 확인돼 건강을 생각하는 현대인의 필수 섭취 식품으로 등극했다. 이 둘이 만나 환상의 조합을 이룬 음식이 바로 ‘강황추어탕’이다. <br/><br/><br/>황금추어탕은 냄새 때문에 카레를 못 먹는 사람들에게 특히 반갑다. 황금추어탕의 모든 메뉴는 카레 특유의 냄새가 없기 때문. 질 좋은 동인도산 강황을 나노분해해 커큐민의 성분을 최상으로 끌어올린 특허 받은 상품만을 사용해 냄새는 잡고 맛은 한층 끌어올렸다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>냄새는 없애고 맛은 올려주는 강황이 만든 차세대 건강식 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>황금추어탕의 주메뉴는 강황추어탕 강황솥밥 강황인삼솥밥 강황추어튀김 강황인삼튀김. 모두 강황이 들어간다. 강황색 그대로 온통 노란 색깔 속에 황금추어탕만의 차별화한 비법이 속속 숨어있다. <br/><br/><br/>황금추어탕은 천안에서 20념 넘게 까치복집을 운영하며 손맛을 알려온 조리기능장 하종률 대표의 역작이다. <br/><br/><br/>황금추어탕 하형남 대표는 “<span class='quot0'>작은 아버지의 내공 가득한 추어탕 연구 끝에 황금추어탕을 개발하게 됐다</span>”며 “<span class='quot0'>입소문만으로 찾아와 단골이 된 손님들이 적지 않다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>황금추어탕의 추어는 국내산 양식 미꾸라지다. 국내산은 수급이 용이하지 않을 경우가 많지만 음식의 질을 위해 항상 국내산만을 고집한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>무청 시래기는 햇볕에 말린 경북 예천 시래기만 사용한다. 불리고 삶는 과정이 번거롭기도 할 건만 하형남 대표는 “햇볕에 말린 시래기라야 비타민 D가 많고 비타민 D가 있어야 추어의 칼슘이 몸에 잘 흡수된다. 좋은 음식을 만들기 위한 꼭 필요한 과정”이라고 강조했다. <br/><br/><br/>그뿐만이 아니다. 이집의 추어탕은 남도식 전통방법으로 끓인다. 요즘은 편리하게 추어를 갈아 만드는 음식점이 많지만 여기서는 추어를 삶아 일일이 걸러 낸 후 시래기와 함께 끓인다. 그래야 맛이 쓴 내장과 뼈를 분리할 수 있고 국물이 검게 탁해지지 않는다. 황금추어탕을 자세히 보면 걸쭉한 국물 속에 추어 살 입자가 그대로 보인다. 또한 두 번 푹 끓여 만든 이집만의 진한 추어탕 맛을 느낄 수 있다. 특허 받은 강황이 추어의 비린 맛을 잡아주어 더욱 깔끔하다. <br/><br/><br/>정성과 비법 가득한 강황추어탕과 강황솥밥 세트 메뉴를 단돈 8000원에 맛볼 수 있다. 레토르트 파우치 포장 판매도 가능하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>마니아층 형성한 ‘비빔고추’ 맛에 흠뻑 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>강황솥밥은 솥 자체가 특이하다. 1인용 압력솥을 사용해 밥이 차지고 맛깔스럽다. 강황의 노란색이 고루 퍼진 밥에 이 집만의 비법인 ‘비빔고추’를 넣고 비벼먹는다. <br/><br/><br/>한 입 떠서 입에 넣는 순간 나도 모르게 ‘와, 맛있다’란 말이 절로 나온다. 맵고 알싸한 맛이 입안에 확 풍기면서 풍부한 감칠맛이 가득했다. 푸르댕댕한 때깔은 그저 청량고추 다데기 정도로 보였는데 선입견을 확 깨트리는 ‘매운 고추’였다. <br/><br/><br/>“비빔고추를 탐내는 손님들이 많아요. 실은 우리집안에서 즐겨 먹었던 음식이에요. 강황솥밥에 같이 구성했더니 손님들의 반응이 정말 좋더라고요. 매우니까 조금만 넣어야 더 맛있게 먹을 수 있어요.” <br/><br/><br/>하 대표는 강황솥밥의 절반은 비빔고추와 비벼먹고 절반은 추어탕에 말아먹는 방법을 추천했다. <br/><br/><br/>바삭바삭 알맞게 튀긴 강황추어튀김은 남녀노소 누구나 좋아할 메뉴다. <br/><br/><br/>크고 잘 자란 금산 인삼만을 사용한 인삼튀김은 겉은 바삭하면서 속은 마치 고구마처럼 달콤하고 부드럽다. 인삼 특유의 쌉쌀함 때문에 고개를 가로젓는 사람도 이집의 인삼튀김에는 거부감을 접어도 되겠다. <br/><br/><br/>오늘 점심, 황금추어탕에서 잃었던 입맛도 살리고 건강도 챙겨주는 뜨끈한 추어탕 한 그릇 어떨까.

언론사: 내일신문-1-127.txt

제목: 요실금의 진단과 치료법  
날짜: 20160325  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160328125049601  
본문: 요실금이란 자신의 의도와는 상관없이 갑자기 소변이 흘러나오는 현상으로 위생상의 문제를 넘어서 당사자의 수치심 등의 정서적인 문제까지 야기할 수 있습니다. <br/><br/><br/>운동을 하거나 웃을 때 소변이 속옷에 묻거나 흘러서 옷을 적실 때의 당혹스러움은 매우 심하며 이로 인해 정상적인 생활 패턴을 방해 받기도 합니다. 요실금은 암이나 다른 소모성질환 같이 생명을 위협하지는 않지만 요실금으로 인한 불편함과 수치심, 이로 인한 자신감의 저하로 사회활동의 제약을 초래할 수 있습니다. <br/><br/><br/>요실금을 진단하는 방법으로는 기침이나 재채기, 줄넘기 등을 할 때 소변이 나올 때가 있는지 확인해 보고, 약간 소변이 마려울 때 패드를 하고 기침하거나 뛰어 보아 기저귀가 젖으면 복압성 요실금이 있다고 할 수 있습니다. 또한 요류역동학검사를 시행하면 요실금의 정도를 보다 정확히 알 수 있습니다. <br/><br/><br/>요실금의 치료법으로는 비수술적요법으로 약물치료, 방광훈련, 바이오피드백 및 전기자극치료, 자기장신경자극치료 등이 있습니다. <br/><br/><br/>약물치료는 방광근육의 긴장을 풀어주는 약물을 주어 절박성 요실금을 치료하거나 요도괄약근을 조여 주는 약물을 주어 복압성 요실금을 치료하는 방법이 있습니다. 방광의 과도한 수축이나 높은 압력으로 인한 절박성 요실금을 치료하는데 사용하는 약제들이 있으며, 여성의 경우 여성호르몬을 경구로 투여하거나 질벽에 바르면 요실금이 호전되기도 하는데 폐경기 여성에서 효과가 있습니다. <br/><br/><br/>방광훈련은 일정한 간격을 두고 소변을 보게 하는 훈련을 하는 방법으로 절박성 요실금 치료에 효과적입니다. 만일 배뇨간격이 1시간이라면 처음에 1시간에서 1주일 단위로 배뇨간격을 30분씩 4시간까지 연장합니다. 훈련 중에는 절박감을 느끼더라도 예정된 배뇨시간까지 의도적으로 참도록 합니다. <br/><br/><br/>이러한 비수술적 요법으로 완치되지 않을 경우 수술적 요법을 시행하게 됩니다. 요실금의 수술적 방법은 그 종류가 다양하여 수 십 가지에 이릅니다. 그러나 많은 연구 결과 효과가 떨어진다거나 빈번한 합병증의 출현으로 현재 흔히 시행되는 수술은 몇 가지로 집약되어가고 있으며, 최근에는 합병증을 최소화하고 회복기를 단축시키는 새로운 수술 기법들이 소개되고 있어 점차 부담 없이 수술을 받을 수 있는 추세가 되어가고 있습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 맘편한 산부인과 최경훈 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-128.txt

제목: [전문가를 만나다 - 갑상선암 바로알기]갑상선 암 정말 안심해도 되나요?  
날짜: 20160320  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160321123612396  
본문: 지난해 말 국립암센터가 발표한 자료에 따르면 2013년 전체 암 발생환자 중에서 가장 많은 비율을 차지하는 것이 갑상선 암이다. 전체 암 환자 중 갑상선 암 발생자는 18.8%. 특히 여성의 경우 갑상선 암 환자의 비율은 30%가 넘는다. 갑상선 암은 발생 비율에 비해 완치율이 높다. 갑상선암 환자의 5년 생존율은 100.2%. 이는 일반인과 비교한 생존율로 갑상선 암환자의 생존율이 일반인 보다 더 높다는 것을 말해주는 수치다. 그렇다면 갑상선 암은 이제 인간이 정복했다고 말할 수 있을까? 하지만 전문의들의 의견은 다르다. 다른 암에 비해 생존율이 높기는 하지만 치료가 가장 까다로운 질환도 바로 갑상선 암이라고 말한다. 한사랑병원 갑상선 유방센터 원장으로 취임한 이경포 원장에게 갑상선암의 종류와 치료법에 대해 들었다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>여성 암 환자 10명중 3명은 갑상선암 환자 <br/><br/><br/>2013년 여성 암 환자 11만1599명 중 갑상선 암 환자 수는 3만 4087명. 10명중 3명이 갑상선 암 환자였다. 전년에 비해 증가 속도는 둔화되었고 갑상선암 환자 발생 수도 줄어들었지만 여전히 여성암 중 부동의 1위를 차지하고 있다. <br/><br/><br/>갑상선 암 환자는 지난 2000년부터 증가하기 시작했다. 환경이나 생활 습관 변화 등 질환 발병 요인의 변화에 따른 증가가 아니라 초음파 장비의 해상력이 좋아지면서 갑상선에 생긴 작은 혹까지 관찰할 수 있게 되면서 갑상선 암 발병율이 급속하게 증가한 것이다. <br/><br/><br/>한사랑병원 이경포 갑상선 유방센터 원장은 “갑상선에 자라는 결절은 크게 양성과 악성(암)으로 나뉜다. 결절의 크기와 모양을 보고 추가 검사를 결정하는데 1㎝이상이면 세침검사를 통해 양성인지 악성인지 확인할 필요가 있다”고 말한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>악성 종양 중 ‘미분화암’ 평균생존기간 6개월 <br/><br/><br/>성인 2~4명 중 1명 정도가 갑상선 초음파 검사에서 작은 결절들이 발견되고 있으며 이중 약 5%정도가 악성인 암으로 진단된다. 우리나라에서 발견되는 갑상선 암은 대부분 완치율이 높다고 알려져 있지만 갑상선 암의 종류에 따라 완치율은 크게 차이가 난다. <br/><br/><br/>이경포 원장은 “갑상선 암은 암 세포의 분화도에 따라 크게 네 종류로 나뉘는데 국내 환자들에게 가장 많이 발생하는 유두암과 여포암은 대부분 완치되는 예후가 좋은 암이다. 그러나 암세포의 모양이 정상세포와 아주 다른 모양과 기능을 가진 미분화암의 완치율은 매우 낮은 편이다”고 말한다. <br/><br/><br/>65세 이상 노령층에서 자주 발견되는 미분화암은 림프절 전이와 원격 전이가 매우 흔하게 일어나며 진단일로부터 평균 6개월 이내에 사망하는 등 예후가 아주 나쁜 것이 특징이다. <br/><br/><br/>“최근엔 갑상선 암으로 진단받는 환자들이 늘어나고 대부분 완치되는 걸 경험한 환자들은 갑상선 암을 쉬운 질병으로 생각하기 쉽다. 그러나 모든 종류의 갑상선 암이 진행속도가 느린 순한 암은 아니기 때문에 정확한 조직검사 후 치료방법을 결정해야 한다” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한사랑병원 갑상선 유방센터 이경포 원장 부임 <br/><br/><br/>미국에서 외과 전문의 자격증을 취득한 후 세브란스 병원과 분당 차병원 등에서 20여년 간 환자를 치료해온 이경포 원장은 지난 3월부터 한사랑병원 갑상선 유방센터 원장으로 부임했다. 이경포 원장은 한사랑병원 갑상선 유방센터 원장직을 수락한 가장 큰 이유로 “<span class='quot0'>한사랑병원이 전국에서 몇 안 되는 외과 수술 전문 병원이기 때문</span>”이라고 꼽았다. 그는 “한사랑병원 만큼 최첨단 의료장비와 수술하기에 최적의 수술실을 갖춘 병원이 흔치 않다. 그동안 쌓은 경험과 노하우를 이 곳 안산에서 펼칠 수 있게 되어 기쁘다”고 소감을 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 : 한사랑병원 갑상선 유방센터 이경포 원장 <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-129.txt

제목: [송파 고등부 수능·내신 전문 학원 - 2016 학습로드맵 제시 ] 한국사, 공부한 만큼 성적 나오는 정직한 과목  
날짜: 20160320  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160321123607652  
본문: 2017학년도 대학수학능력시험(이하 수능)에서 한국사가 필수과목으로 지정되면서, 한국사에 대한 고등학생들의 관심이 뜨겁다. <br/><br/><br/>‘첫 시행’이란 타이틀과 함께 ‘어렵지 않을 것’이라는 예측만 있는 가운데, 어느 정도의 수준에 맞춰 어떻게 준비해야 하는 지가 가장 큰 관심사. 교육부는 수능 한국사 문제가 한국사능력검정시험 중급수준으로 출제된다고 발표한 바 있다. <br/><br/><br/>송파 고등부 수능·내신 전문 학원 두림학원 김성권 한국사 강사는 “<span class='quot0'>한국사에 대한 막연한 두려움으로 갈피를 잡지 못하는 학생들과 학부모가 많은데 그 기준은 한국사능력검정시험 3급 정도가 될 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>고등학교 1학년 학생이라면 철저한 내신대비와 함께 1년에 4차례 실시되는 한국사능력검정시험에 응시, 자신의 정확한 실력을 측정해보는 것이 중요하다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>내신과 한국사능력검정시험 동시에 대비 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>2017학년도 수능 한국사 영역은 절대평가이며 원점수에 의해 등급을 받게 된다. 50점 만점에 40점 이상이면 1등급, 35~39점은 2등급, 30~34점은 3등급, 25~29점은 4등급, 20~24점은 5등급 식이다. <br/><br/><br/>학교, 학과에 따라 정시에서 한국사영역을 직접 반영하는 학교도 있고, 다수의 대학이 한국사 가산점 또는 감점을 적용하게 된다. 또한 한국사영역을 수능 최저학력기준으로 적용하는 대학도 있다. <br/><br/><br/>김 강사는 “<span class='quot0'>한국사는 공부한 만큼 성적이 나오는 정직한 과목인 만큼 중2~고1 시기에 시간을 투자해 일정 수준의 실력을 확보해놓는 것이 필요하다</span>”고 강조한다. <br/><br/><br/>강남의 한 자사고가 고1 한국사 수행평가를 한국사능력검정시험 3급으로 정해놓고, 학생들의 꾸준한 한국사 공부를 권하는 이유기도 하다. <br/><br/><br/>김 강사가 제시하는 한국사 학습로드맵은 간단하다. 기본적으로 내신 준비에 충실히 임한 후 한국사능력검정시험으로 자신의 실력을 확인해 보고, 수능 대비 때에는 두 과정의 학습 내용을 토대로 기출문제와 모의고사를 풀며 정리하는 것이다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>정치·경제·사회·문화사 확실히 점검해야 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇다면 고1 첫 내신시험, 어떤 점에 대비한 학습이 필요할까. <br/><br/><br/>고1 중간고사의 경우, 학교에 따라 다르지만 남북국시대 혹은 고려시대 전반부까지가 시험범위에 속하게 된다. 반만년의 역사를 무조건 암기하겠다는 무모한 생각보다는 역사의 흐름을 정치, 경제, 사회, 문화사 별로 구분해 공부할 필요가 있다. <br/><br/><br/>“정치사에서는 각 시대별 주요인물과, 역사적 사건, 왕들의 업적, 정치제도 등을 알아야 하고, 경제사는 토지제도와 수취체제를 중심으로 경제구조를 파악해야 합니다. 사회적인 면에서는 신분제도를 파악하고 국가별 풍습과 사회제도를 정리해 두어야 하며 문화사에서는 유교, 불교, 도교에 깃든 문화양식과 우리 역사에 대해 자긍심을 갖게 하는 문화재들을 숙지해야 할 것입니다” <br/><br/><br/>특히 2학기 기말 고사 범위에 속하는 근현대사는 학생들이 가장 어려워하는 부분. 여기에서 멈추는 학생들이 많은 만큼 내신에 집중하며 기본 실력을 쌓아가는 것이 중요하다. <br/><br/><br/>김 강사는 “<span class='quot0'>마치 수학의 ‘집합’처럼 교과서 초반의 삼국시대까지는 누구나 열심히 집중하지만, 조선 후기를 거쳐 근현대사에 접어들면 흐지부지 포기해버리는 학생들이 많다</span>”며 “<span class='quot0'>역사는 어느 한 부분에 집중하는 것보다 처음부터 끝까지 모두 읽고 정리해 보는 것이 무엇보다 중요하다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암기 아닌 이해가 우선 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> ‘한국사’라는 과목명만으로도 스트레스를 받는 학생들이 있다. ‘외울 것이 많다’는 부담감 때문이다. 김 강사는 한국사가 암기과목이라는 선입견부터 버려야 한다고 강조한다. <br/><br/><br/> “한국사를 공부할 때 첫 번째 순서는 전체적인 흐름과 내용을 ‘이해’하는 것입니다. 다음으로 교과서와 노트에 자신만의 색깔을 담아 ‘정리’하는 시간을 가져야 하죠. 정리되지 않은 지식은 온전히 자기 것이 될 수 없기 때문입니다. ‘암기’는 그 이후의 순서입니다. 마지막으로 다양한 문제풀이를 통해 ‘응용력’을 키워나가며 자신의 실력을 체크해 보고 피드백을 하는 것이 효과적인 학습 방법이라고 할 수 있습니다.” <br/><br/><br/>아울러 한국사를 잘 하기 위한 3박자도 순서대로 갖춰나가야 한다. 시작단계에서 가장 중요한 것은 교과서의 반복 읽기이다. 같은 단락을 여러 차례 읽다 보면 교과서 내의 연표, 지도, 그림, 인물을 포함한 주요사진 까지 기억에 저장시킬 수 있기 때문이다. 그 후 2~3권의 참고서를 분석해보며 교과서를 어떤 방법으로 재구성해 놓았는지 연구하다 보면 저절로 실력이 향상되는 것을 알 수 있게 된다. 마지막으로 기출문제와 모의고사를 풀어본 후 오답을 확인하고, 약한 부분을 보완한다면 수능에서 좋은 성적을 기대할 수 있을 것이다. <br/><br/><br/> 두림학원에서는 한국사 첫 내신 시험에 완벽하게 대비하기 위한 내신대비 프로그램을 3월27일부터 진행한다. 매주 일요일 6시에 진행하며, 수능완벽 대비를 위한 내신 만점을 목표로 4주 동안 진행된다. <br/><br/><br/>문의 두림학원 <br/><br/><br/>                                                        <br/><br/><br/>                                                   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-130.txt

제목: 말 못할 고민 요실금, 적기에 제대로 치료받자!  
날짜: 20160320  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160321123605383  
본문: 타워비뇨기과과 광진점 김명준 원장 <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>얼마 전 요실금수술을 받으시고 이제는 손녀랑 마음껏 줄넘기를 할 수 있게 되었다면서 감사해하시던 60대 할머니부터 요실금 때문에 계모임, 여행 한번 맘껏 못했다면서 하소연 하던 40대 아주머님까지 남몰래 고민아닌 고민을 안고 있는 많은 분들을 보면서 간단한 치료만 하면 얼굴을 활짝 피고 맘껏 웃으면 훨씬 젊어질텐데...하는 안타까움을 느끼게 된다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>1. 요실금이 있는데 어떻게 하나? <br/><br/><br/><br/><br/>요실금은 암과 같은 생명을 위협하는 질병은 아니지만, 요실금으로 인한 정신적인 스트레스는 어떤 질환 못지않게 당사자를 괴롭히는 질환입니다. 어느 누구에게도 속시원하게 말을 못하기 때문입니다. 미국조차도 요실금을 “사회적인 암”으로 규정하고 전국민적인 요실금퇴치운동을 벌이기도 하였습니다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>요실금은 아주 간단한 수술만으로 완치가 가능합니다. 요즘의 요실금 수술은 과거와 달리 간단한 국소마취만으로 30분이면 통증없이 수술이 끝나고, 2-3시간 지나면 회복이 되며, 입원할 필요도 없습니다. 요실금 수술을 결심한 분들 대부분이 전에 수술한 분들의 권유로 수술할만큼 수술한 분들의 90%이상이 수술을 잘했다고 생각합니다. 수술한 분들은 딴 세상이라고 할 정도로 만족스럽기 때문입니다. 무엇보다도 자신의 몸관리가 가장 중요한 요즘 웰빙 시대에 평생을 요실금으로 계속 불편해하는 것보다는 간단한 결심과 수술로 전혀 다른 생활을 즐길 수 있기 때문에 요실금은 꼭 치료해야 하는 질환이라고 얘기할 수 있습니다. <br/><br/><br/><br/><br/>  <br/><br/><br/><br/><br/>2. 수술을 안하고도 요실금을 치료할수 있나? <br/><br/><br/><br/><br/>간단한 수술로 치료가 되는 요실금이지만, 많은 분들이 수술에 부담을 가지고 있습니다. 초기의 약한 요실금의 경우는 골반근육운동이나 체외자기장치료 등을 꾸준히 하면 많은 도움을 받습니다. 특히, 출산 후 예방적 목적으로 위의 치료를 받으면 좋습니다. <br/><br/><br/><br/><br/>다만 최소한 6개월이상 꾸준히 운동을 해야지 효과가 있으며, 중등도 이상의 요실금에는 치료가 안되는 것이 문제입니다. 결론적으로, 약한 요실금 치료나 요실금 예방이 목적인 경우에는 골반근육운동이나 체외자기장 치료를 고려해볼 수 있으나, 중등도 이상의 요실금은 수술적 치료를 먼저 하는 것이 좋습니다.

언론사: 내일신문-1-131.txt

제목: 맘모톰을 이용한 유방암 검진과 치료  
날짜: 20160318  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160318124454704  
본문: 비너스병원 박종필 대표 원장 <br/><br/><br/>유방 세부 전문의 의학박사 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>우리나라 여성들에게 가장 많은 빈도수로 발생하는 암이 유방암과 갑상선암으로 알려져 있습니다. 그만큼 남자보다는 여성들에게 관심이 되지 않을 수 없겠습니다. 국가암등록사업 연례보고서에 따르면 지난 10년간 2배 이상 늘어난 수치를 보이고 있습니다. 특히 40대를 넘어선 여성들은 유방암에 대한 고민을 하지 않을 수 없습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한국유방암학회에 따르면 OECD국가 중 우리나라는 유방암 환자 발생률이 가장 많은 나라 중 하나라고 합니다. 최근에는 젊은층 에게도 유방암 발병률이 높아지고 있다니 40~50대 여성들의 전유물이라는 것도 맞지 않겠죠. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그러다보니 멍울이나 혹이 만져진다고 너무 걱정만 앞서는 분들을 자주 볼 수 있습니다. 무조건 수술을 하는 줄 알고 걱정만 하는 경우가 계시는데, 모든 경우에 절개를 한다든지 하는 수술을 하는 것이 아닙니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>다행스럽게도 국소마취만으로도 유방암검진과 양성 종양제거가 가능한 맘모톰 시술은 여성들의 수술에 대한 걱정을 덜어주고 있습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>기존 수술법은 피부를 절개하고 혹을 제거했기 때문에 흉터가 남는다는 단점이 있는데, 맘모톰은 피부를 5~7mm 최소 절개한 후 맘모톰 기구를 삽입, 혹을 떼어내는 시술이기 때문에 흉터가 거의 남지 않습니다. 또 시술시간도 30분에서 1시간 정도로 짧으며, 국소마취로 진행되기 때문에 부작용이나 합병증의 위험도가 낮고 일상생활로 빠른 복귀가 가능합니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유방의 양성종양 제거와 혹 전체의 조직검사를 용이하게 할 수 있다는 점에서 일석이조의 효과가 있습니다. 전 세계적으로도 수백만 건 이상의 시술 횟수로 안전성을 입증받은 기기로, 국내 대학병원 급에서는 다양한 외과적 수술이 맘모톰 검사 및 시술로 대체되고 있습니다. 흉터에 민감한 분들에게 유용한 방법입니다. 하지만 맘모톰은 크지 않은 종양이나 혹일 경우에 사용 가능합니다. 이미 너무 진행한 경우라면 수술을 피할 수 없습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그래서 무엇보다 유방암은 조기 발견이 중요합니다. 수시로 자가검진을 하는 것이 병을 키우지 않고 빠른 치료를 할 수 있습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>최근 증가하는 유방암은 서구식으로 변화된 식생활과 고령 임신, 과도한 업무량과 극도의 스트레스 등이 원인이 됩니다. 유방암의 발병률이 급증하는 것도 문제지만, 이보다 더 큰 문제는 암의 발병 연령대가 점차 낮아진다는 점입니다. 유방암은 초기에 발견하면 90% 이상의 완치율을 기대할 수 있습니다. 그러므로 평소 유방암에 대한 자가진단을 통해 조기에 증세를 발견하는 것이 중요합니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>특히 여성에게 있어 유방은 아름다움과 건강을 모두 지켜야 하는 중요한 신체 기관인 만큼 1년에 한 번씩은 정기적으로 검진을 받는 습관을 갖는 것이 좋습니다.

언론사: 내일신문-1-132.txt

제목: [아동·청소년 안전 우리가 지킨다 |김도형 경장 (경기 화성동부경찰서)] "학생들 고민 들어줄 때 보람 느껴"  
날짜: 20160311  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160311125851768  
본문: 김도형 경장(34)의 하루 일과는 '등교맞이'로 시작한다. 아침 일찍 경찰제복을 챙겨 입고 학교 정문 앞에서 등교하는 아이들과 인사한다. <br/> <br/>경찰서에 있는 시간보다 학교에 있는 시간이 훨씬 많다는 김 경장. 그는 지난 2010년부터 학교전담경찰관으로 근무하고 있다. 주로 학생들에게 학교폭력예방에 대한 강의를 하고 학생들의 고민상담도 한다. <br/> <br/>김 경장은 2008년 경찰관이 된 후 지구대와 파출소에서 근무하다 학교전담경찰관제도가 만들어지자 바로 여성청소년과 근무를 지원했다. 그는 "평소 사회적 약자인 청소년에 대해 관심이 많았기 때문에 하고 싶었던 일을 할 수 있겠다고 생각했다"며 "사회복지학을 전공한 부인의 영향도 컸다"고 말했다. <br/> <br/>현재 김 경장이 담당하는 곳은 모두 15개 학교다. 초등학교 8곳, 중학교 4곳, 고등학교 3곳이다. <br/> <br/>오산시과 화성시 동탄 지역에 아파트가 많이 생기면서 학교도 늘어나고 학생들이 많아져 담당하는 곳이 다른 지역보다 많은 편이다. 김 경장은 "맡은 학교가 여러 곳이긴 하지만 아이들과 함께 상담하고 강의하는 시간이 즐거워 힘들지 않다" 말한다. <br/> <br/>오산시와 동탄신도시 지역 초등학생들에게 김 경장은 스타다. 초등학교에 가면 아이들은 경찰관들을 마치 아이돌 그룹을 만난 듯 열띤 호응을 보내준다고 한다. 동네 마트에 가면 아이들이 "경찰관 아저씨도 장보러 왔다"며 반가워하고 인사도 건넨다. <br/> <br/>중학생과 고등학생들에겐 동네 친한 형의 역할을 하고 있다. 김 경장은 "중학생들은 사춘기 진통을 겪는 모습이 많이 보여 안타까운데 그런 와중에도 말을 걸어주고 함께 하려는 아이들이 많다"며 "고등학생들은 진학이나 취업 등 현실적인 고민거리들을 가지고 상담을 하러 와 많은 보람을 느낀다"고 말했다. <br/> <br/>최근에는 김 경장의 도움으로 부모 없이 외롭게 지내던 학생들이 안정적인 생활을 되찾은 일도 있었다. <br/> <br/>10년 전 부모가 이혼한 뒤 엄마와 함께 살던 14살 정 모군과 16살인 친형은 지난해 7월 엄마가 암으로 사망한 뒤 은둔형 외톨이가 됐다. 학교에도 안 나오고 아무도 만나지 않으며 사회와 단절된 아이들이었다. <br/> <br/>김 경장은 지난 달 이 사실을 제보받고 아이들을 찾아가 수차례 만남을 요청한 끝에 아이들이 마음을 열기 시작했다. 이제는 자주 만나 밥도 먹고 문자도 주고받는 사이가 됐다. <br/> <br/>김 경장은 먼저 아이들의 생활안정을 위해 관계기관의 협조를 받아 저소득층 급식카드 발급(월 36만 원) 및 주거지 환경개선을 도왔다. 또 지난달말로 현재 살고 있던 집 계약기간이 끝나는 것을 알고는 지자체와 한국토지주택공사(LH)의 협조를 받아 영구임대아파트에 입주할 수 있게 들어가게 했다. <br/> <br/>지난 설 명절에는 아이들과 함께 엄마가 있는 평택 추모공원에 성묘를 갔다. 또 부친과 친척들을 수소문해 가족들과 지자체 담당 사회복지사, 구청직원 등이 모두 한 자리에 모여 향후 아이들 생활계획에 대한 회의를 하기도 했다. <br/> <br/>김 경장은 아이들을 만나며 아이들에게 더 고마웠고 보람을 느낀다고 말했다. 그는 "보통 형제끼리만 생활할 때 탈선하는 경우가 많은데 정군 형제들은 나쁜 일에 빠져들지 않고 서로 의지하려는 마음을 갖고 있어 기특했다"며 아이들을 칭찬했다. <br/> <br/>김 경장은 "최근엔 매일 통화하고 새벽이나 밤에도 연락을 해 상담을 요청하는 학생들도 있다"며 "나를 많이 의지하고 있는 학생들이 졸업할 때 까지 대화하면서 보호할 생각"이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-133.txt

제목: 수학은 암기과목?  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160311125806668  
본문: 파라투스수학전문학원 이종원 대표강사 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>학생들에게 수학이 암기과목이냐고 물어보면 돌아올 대답은 십중팔구 ‘에이~ 수학이 무슨 암기과목이에요?’ 가 아닐까? 그래서 만족할 만한 수학 점수가 나오지 않는 이유도 무조건 ‘제대로 된 이해가 부족해서’라고 생각하는 것 같다. 안타깝게도 그것은 이해가 부족해서가 아니라, 수학이라는 과목 자체를 잘못 파악하고 있기 때문이다. <br/><br/><br/>수학은 개념과 논리의 흐름을 이해하는 것이 매우 중요한 과목이다. 당연히 학교나 학원에서 수업 중 선생님이 설명하는 원리를 잘 이해하는 것이 일차적으로 가장 중요하다. 문제는 그 이후의 과정이다. 개념이 제대로 이해가 되었다면 그 이해를 바탕으로 많은 문제를 풀면서 각종 정의, 공식과 필수 유형을 암기하는 작업이 필요하다. 게다가 반드시 외워서 기억해야 할 내용의 범위도 생각 밖으로 넓다. 다른 과목은 암기를 당연하게 여기면서도, 유독 수학에 대해서는 암기를 무슨 해서는 안 될 행동인 양 생각하는 편견을 버리자. <br/><br/><br/>암기한 공식, 필수 유형들을 기계를 생산하는 데 필요한 반 조립 상태의 부품이라고 하자. 미리 제작된 반 조립 상태의 부품들이 많을수록 기계를 빠르고 쉽게 만들 수 있다. 물론, 반 조립 상태의 부품들이 없어도, 기본 부품만으로 기계를 만들어 낼 수는 있다. 그러나 기본 부품만 가지고 정교한 기계를 만들어내려면 당연히 훨씬 더 많은 시간과 수고가 필요하다. 학생들은 자신의 수학 실력을 제한된 시험시간 내에 드러내야만 하고, 그 경우 높은 생산성은 매우 중요할 수밖에 없다. <br/><br/><br/>한번은, 한 학생이 ‘선생님이 수학은 암기과목이라고 하던데?’ 라고 수업 시간 중에 내가 한 말을 부모님께 전한 적이 있단다. 그리고나서 ‘우리 아빠는 수학을 한 번도 외워서 공부한 적이 없다던데요?’ 라고 나에게 되물어왔다. 그래서 그 학생에게 ‘아빠는 머리가 좋아서 의식하지 않아도 저절로 외워진 게 아니야?’라고 다시 여쭤보라고 했다. 나중에 학생으로부터 아빠가 그 얘길 들으시곤 아무 말씀이 없으셨다는 말을 듣곤, 학생과 같이 웃었던 기억이 있다. 참고로 그 학생의 아버지는 서울대를 나오신 분이었다. <br/><br/><br/>자, 이제 결론을 내려 보자. 수학이 암기과목이 아니라고 하는 것은 개념과 원리의 이해가 매우 중요한 것을 강조하는 표현이지, 이해하기만 하면 외울 필요가 없단 뜻이 결코 아니다. 오히려, 수학은 다른 과목보다도 지독한 암기 과목이다.

언론사: 내일신문-1-134.txt

제목: 붓고 시리고 피나는 잇몸병, 놔두면 병 된다  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160311125759194  
본문: 네모치과병원 최용석 대표원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>양치를 하다가 혹은 밥을 먹다가 갑자기 치아가 찌릿하며 시리고 아픈 경험이 있을 것이다. 치아에 나타나는 통증은 이미 질환이 진행 중이라는 상태라고 보면 된다. 치주질환은 우리나라 국민들이 가장 많이 경험한 10대 질병에 포함되며 성인의 70%이상 앓고 있으며, 40~50대인 중·장년층에서 주로 나타난다. <br/><br/><br/>치주질환은 치석으로부터 발병하며 치석이 잇몸과 치아 사이를 파고들어 염증을 일으키고 치주조직 및 골 소실을 유발하게 만든다. 치주질환의 주된 원인인 치석은 세균덩어리로서 식사 후 치아관리에 소홀할 경우 발생되며, 치아와 잇몸에 축적될 경우 염증이 일어나게 된다. 이때 잇몸에만 염증이 나타난 상태를 ‘치은염’이라고 하고, 잇몸과 잇몸뼈 주변까지 염증이 확산된 상태를 ‘치주염’이라 부른다. 치주염이 심해질수록 치료가 힘들고, 말기 치주염이 되면 결국 발치하게 된다. <br/><br/><br/>영국의 센트럴랭커셔대학 연구팀은 치매질환으로 사망한 사람 10명과 치매 질환이 없이 사망한 사람 10명의 뇌를 부검한 결과, 치매질환으로 사망한 사람의 뇌 조직에서 치주질환의 원인균이 비정상적으로 많이 나타난 것을 발견했다. 이 결과 구강에 살며 치주질환을 유발하는 세균이 음식을 씹거나 칫솔질 혹은 치아 치료를 받다가 혈관을 통해 뇌로 들어가게 되면 뇌 세포에도 염증을 일으켜 치매를 유발한다고 연구팀은 분석한 바 있다. 즉, 치주질환 유발 세균이 직접 뇌 세포에 좋지 않은 영향을 준다는 것을 입증한 것이다. 암 역시나 미국 뉴욕대학에서 분석한 결과에 따르면 치주질환자의 암 사망률이 건강한 사람에 비해 2.4배 높았으며, 치주질환환자에게는 구강암, 위암, 췌장암과 같은 소화기 계통의 암이 많이 발생했다고 언급한 바 있다. <br/><br/><br/>치주질환을 예방하기 위해서는 원인균인 치석을 제거하는 것이 중요하다. 식사를 한 뒤 규칙적으로 칫솔질을 하고, 치간 칫솔, 치실을 사용하여 구석구석 쌓일 수 있는 음식찌꺼기 및 치석을 미리 방지하면 대부분 치주질환을 예방할 수 있다. 치석은 칫솔질로 제거가 되지 않기 때문에 치과를 방문하여 6개월에 1번씩 스케일링을 정기적으로 해주는 것이 좋다. 스케일링으로도 치료가 어려운 치주질환의 경우에는 치석제거와 동시에 염증을 치료하는 치주소파술이나 레이저잇몸치료를 진행하기도 한다. 잇몸뼈가 녹는 등의 심한 치주질환은 아무리 완벽한 치료를 받는다 해도 원상태로 되돌리는데 많은 시간이 필요하다. 그렇기 때문에 평소 올바른 칫솔질과 구강관리를 통해 잇몸건강을 지켜야 한다.

언론사: 내일신문-1-135.txt

제목: [내일신문이 만난 사람 - 충남대 호스피스완화의료부 김삼용 교수]“의미 있는 삶, 아름다운 마무리 도와요”  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160311125755517  
본문: 보건복지부는 올해 3월 2일부터 ‘말기 암 가정 호스피스완화의료 시범사업’을 전국 17개 기관에서 실시한다. 대전지역에서는 충남대병원이 시범사업 기관으로 지정됐다. 충남대병원 호스피스완화의료부 김삼용 교수(65·충남대병원 혈액종양내과)를 만나 호스피스완화의료(이하 호스피스)에 대한 이야기를 들어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>말기 암 환자, 가정형 호스피스 요구 가장 많아 <br/><br/><br/>김 교수는 “말기 암 환자들을 진료하면서 불필요한 연명치료가 아닌 체계적인 호스피스의 필요성을 느꼈다. 1990년대 중반쯤에 몇몇 의료진들과 함께 봉사활동으로 시작했다. 봉사활동이 계속 되면서 2008년 충남대병원 호스피스완화의료병동 오픈으로 이어졌다”고 말했다. <br/><br/><br/>호스피스는 수술과 항암치료로는 더 이상 효과를 보지 못하는 말기 암환자들에게 통증 및 증상 완화, 심리적 안정, 임종 준비 등을 함께 하는 완화의료를 가리킨다. 주로 여명이 6개월 이내인 말기 암환자를 대상으로 한다. 의사와 간호사 외에도 사회복지사, 성직자, 자원봉사자로 팀을 이룬다. <br/><br/><br/>우리나라의 경우 2015년까지 2500개의 호스피스병상을 마련하려던 복지부의 계획이 있었으나 현재 전국 64개 기관에 1053개 병상이 있다. 병상과 호스피스기관의 부족으로 임종환자의 13.8%만이 호스피스를 이용할 수 있는 상태이다. <br/><br/><br/>호스피스의 유형은 호스피스 전용 병동에서 지내는 ‘입원형’, 일반 병동의 환자들을 위해 호스피스 서비스를 일부 제공하는 방식인 ‘자문형’, 그리고 환자의 집에서 서비스를 받는 ‘가정형’으로 구분한다. <br/><br/><br/>가정 호스피스는 말기 암 환자들이 가장 선호하는 유형이다. 2012년 한국호스피스완화의료학회가 말기 및 진행 암 환자 465명을 조사한 결과에 따르면 전체의 75.9%가 가정에서 지내기를 원했다. 가정 호스피스가 있다면 이용하겠다는 의향을 밝힌 암환자가 89.1%에 달했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>전문인력 못지않게 자원봉사자 중요해 <br/><br/><br/>3월부터 시행되는 가정호스피스 시범사업에 참여하려면 충남대병원을 비롯한 시범사업 기관인 전국 17개 의료기관을 통해서 등록하면 된다. 대상은 말기암 환자다. ‘웰다잉법’이 시행되는 내년 8월부터는 후천성면역결핍증(에이즈)과 만성간경화, 만성폐쇄성호흡기질환을 앓고 있는 환자로까지 확대된다. <br/><br/><br/>보건복지부가 제시한 한 달 환자 부담은 대략 5만 원 정도다. 의료진이 한 번 방문할 때 5000원(간호사 단독 방문 시)~1만3000원(의사, 간호사, 사회복지사 모두 방문 시)이다. 한 달 5만원은 전담간호사 8회, 의사 1회, 사회복지사 1회 방문을 기준으로 산출한 것이다. 가정 방문을 통해 환자와 보호자는 간호, 처치, 의사진료·처방, 심리치료·상담, 의료장비 대여 등의 서비스를 받게 된다. <br/><br/><br/>많은 암 환자와 가족이 반기는 서비스지만 대전과 세종, 충남·북을 포함해 충청권에서 가정 호스피스 지원을 받을 수 있는 곳은 충남대병원 한 곳에 불과하다. 수익성 문제로 시범사업 참여 병원 신청이 저조했기 때문이다. 충남대병원의 경우 편도 50분 거리에 있는 말기 암 환자에 대해서만 가정 호스피스을 지원하며 금산, 옥천 등이 포함되고 기타 지역 환자들은 혜택을 받기 어려울 것으로 보인다. <br/><br/><br/>김 교수는 “우리나라에 호스피스가 도입된 지 50년이 되었다. 호스피스에 대한 일반인의 인식이 최근 10년 사이 많이 바뀐 것이 사실이지만 아직 병상수의 절대적 부족과 전문인력 부족 등 가야할 길이 멀다. 선진국처럼 모든 4기 암 환자의 진단 당시부터 호스피스완화의료케어가 제공되기 위해서는 모든 암센터를 표방하는 기관에서 호스피스완화의료 시설을 설치하도록 의무화하는 것도 방안이 될 수 있다. 아울러 가정호스피스와 지역호스피스 쉼터(day-care center)를 활성화하는 것과 완화의료팀에 정신과의사나 심리상담전문가를 포함시키는 것에 대해서도 연구가 필요하다”고 말했다. <br/><br/><br/>아울러 김 교수는 “다른 의료 파트와 달리 호스피스팀에서 자원봉사자의 활동과 역할이 매우 중요하다. 물리적 봉사 외에도 때때로 의료진이 놓치는 것들을 짚어주기도 하고 환자와 가족들에 대한 정서적 지지도 큰 힘이 된다. 나 역시 봉사활동으로 시작하면서 오히려 많은 것을 배우고 느꼈다. 많은 분들이 호스피스 자원봉사활동을 통해 값지고 귀중한 경험을 갖길 바란다”고 말을 맺었다. <br/><br/><br/>문의 충남대학병원 대전지역암센터 호스피스완화의료부 가정호스피스완화의료센터 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-136.txt

제목: [내일신문이 만난 사람 - 충남대 호스피스완화의료부 김삼용 교수]“의미 있는 삶, 아름다운 마무리 도와요”  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160311125754896  
본문: 보건복지부는 올해 3월 2일부터 ‘말기 암 가정 호스피스완화의료 시범사업’을 전국 17개 기관에서 실시한다. 대전지역에서는 충남대병원이 시범사업 기관으로 지정됐다. 충남대병원 호스피스완화의료부 김삼용 교수(65·충남대병원 혈액종양내과)를 만나 호스피스완화의료(이하 호스피스)에 대한 이야기를 들어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>말기 암 환자, 가정형 호스피스 요구 가장 많아 <br/><br/><br/>김 교수는 “말기 암 환자들을 진료하면서 불필요한 연명치료가 아닌 체계적인 호스피스의 필요성을 느꼈다. 1990년대 중반쯤에 몇몇 의료진들과 함께 봉사활동으로 시작했다. 봉사활동이 계속 되면서 2008년 충남대병원 호스피스완화의료병동 오픈으로 이어졌다”고 말했다. <br/><br/><br/>호스피스는 수술과 항암치료로는 더 이상 효과를 보지 못하는 말기 암환자들에게 통증 및 증상 완화, 심리적 안정, 임종 준비 등을 함께 하는 완화의료를 가리킨다. 주로 여명이 6개월 이내인 말기 암환자를 대상으로 한다. 의사와 간호사 외에도 사회복지사, 성직자, 자원봉사자로 팀을 이룬다. <br/><br/><br/>우리나라의 경우 2015년까지 2500개의 호스피스병상을 마련하려던 복지부의 계획이 있었으나 현재 전국 64개 기관에 1053개 병상이 있다. 병상과 호스피스기관의 부족으로 임종환자의 13.8%만이 호스피스를 이용할 수 있는 상태이다. <br/><br/><br/>호스피스의 유형은 호스피스 전용 병동에서 지내는 ‘입원형’, 일반 병동의 환자들을 위해 호스피스 서비스를 일부 제공하는 방식인 ‘자문형’, 그리고 환자의 집에서 서비스를 받는 ‘가정형’으로 구분한다. <br/><br/><br/>가정 호스피스는 말기 암 환자들이 가장 선호하는 유형이다. 2012년 한국호스피스완화의료학회가 말기 및 진행 암 환자 465명을 조사한 결과에 따르면 전체의 75.9%가 가정에서 지내기를 원했다. 가정 호스피스가 있다면 이용하겠다는 의향을 밝힌 암환자가 89.1%에 달했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>전문인력 못지않게 자원봉사자 중요해 <br/><br/><br/>3월부터 시행되는 가정호스피스 시범사업에 참여하려면 충남대병원을 비롯한 시범사업 기관인 전국 17개 의료기관을 통해서 등록하면 된다. 대상은 말기암 환자다. ‘웰다잉법’이 시행되는 내년 8월부터는 후천성면역결핍증(에이즈)과 만성간경화, 만성폐쇄성호흡기질환을 앓고 있는 환자로까지 확대된다. <br/><br/><br/>보건복지부가 제시한 한 달 환자 부담은 대략 5만 원 정도다. 의료진이 한 번 방문할 때 5000원(간호사 단독 방문 시)~1만3000원(의사, 간호사, 사회복지사 모두 방문 시)이다. 한 달 5만원은 전담간호사 8회, 의사 1회, 사회복지사 1회 방문을 기준으로 산출한 것이다. 가정 방문을 통해 환자와 보호자는 간호, 처치, 의사진료·처방, 심리치료·상담, 의료장비 대여 등의 서비스를 받게 된다. <br/><br/><br/>많은 암 환자와 가족이 반기는 서비스지만 대전과 세종, 충남·북을 포함해 충청권에서 가정 호스피스 지원을 받을 수 있는 곳은 충남대병원 한 곳에 불과하다. 수익성 문제로 시범사업 참여 병원 신청이 저조했기 때문이다. 충남대병원의 경우 편도 50분 거리에 있는 말기 암 환자에 대해서만 가정 호스피스을 지원하며 금산, 옥천 등이 포함되고 기타 지역 환자들은 혜택을 받기 어려울 것으로 보인다. <br/><br/><br/>김 교수는 “우리나라에 호스피스가 도입된 지 50년이 되었다. 호스피스에 대한 일반인의 인식이 최근 10년 사이 많이 바뀐 것이 사실이지만 아직 병상수의 절대적 부족과 전문인력 부족 등 가야할 길이 멀다. 선진국처럼 모든 4기 암 환자의 진단 당시부터 호스피스완화의료케어가 제공되기 위해서는 모든 암센터를 표방하는 기관에서 호스피스완화의료 시설을 설치하도록 의무화하는 것도 방안이 될 수 있다. 아울러 가정호스피스와 지역호스피스 쉼터(day-care center)를 활성화하는 것과 완화의료팀에 정신과의사나 심리상담전문가를 포함시키는 것에 대해서도 연구가 필요하다”고 말했다. <br/><br/><br/>아울러 김 교수는 “다른 의료 파트와 달리 호스피스팀에서 자원봉사자의 활동과 역할이 매우 중요하다. 물리적 봉사 외에도 때때로 의료진이 놓치는 것들을 짚어주기도 하고 환자와 가족들에 대한 정서적 지지도 큰 힘이 된다. 나 역시 봉사활동으로 시작하면서 오히려 많은 것을 배우고 느꼈다. 많은 분들이 호스피스 자원봉사활동을 통해 값지고 귀중한 경험을 갖길 바란다”고 말을 맺었다. <br/><br/><br/>문의 충남대학병원 대전지역암센터 호스피스완화의료부 가정호스피스완화의료센터 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-137.txt

제목: [내일신문이 만난 사람 - 충남대 호스피스완화의료부 김삼용 교수]“의미 있는 삶, 아름다운 마무리 도와요”  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160311125754550  
본문: 보건복지부는 올해 3월 2일부터 ‘말기 암 가정 호스피스완화의료 시범사업’을 전국 17개 기관에서 실시한다. 대전지역에서는 충남대병원이 시범사업 기관으로 지정됐다. 충남대병원 호스피스완화의료부 김삼용 교수(65·충남대병원 혈액종양내과)를 만나 호스피스완화의료(이하 호스피스)에 대한 이야기를 들어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>말기 암 환자, 가정형 호스피스 요구 가장 많아 <br/><br/><br/>김 교수는 “말기 암 환자들을 진료하면서 불필요한 연명치료가 아닌 체계적인 호스피스의 필요성을 느꼈다. 1990년대 중반쯤에 몇몇 의료진들과 함께 봉사활동으로 시작했다. 봉사활동이 계속 되면서 2008년 충남대병원 호스피스완화의료병동 오픈으로 이어졌다”고 말했다. <br/><br/><br/>호스피스는 수술과 항암치료로는 더 이상 효과를 보지 못하는 말기 암환자들에게 통증 및 증상 완화, 심리적 안정, 임종 준비 등을 함께 하는 완화의료를 가리킨다. 주로 여명이 6개월 이내인 말기 암환자를 대상으로 한다. 의사와 간호사 외에도 사회복지사, 성직자, 자원봉사자로 팀을 이룬다. <br/><br/><br/>우리나라의 경우 2015년까지 2500개의 호스피스병상을 마련하려던 복지부의 계획이 있었으나 현재 전국 64개 기관에 1053개 병상이 있다. 병상과 호스피스기관의 부족으로 임종환자의 13.8%만이 호스피스를 이용할 수 있는 상태이다. <br/><br/><br/>호스피스의 유형은 호스피스 전용 병동에서 지내는 ‘입원형’, 일반 병동의 환자들을 위해 호스피스 서비스를 일부 제공하는 방식인 ‘자문형’, 그리고 환자의 집에서 서비스를 받는 ‘가정형’으로 구분한다. <br/><br/><br/>가정 호스피스는 말기 암 환자들이 가장 선호하는 유형이다. 2012년 한국호스피스완화의료학회가 말기 및 진행 암 환자 465명을 조사한 결과에 따르면 전체의 75.9%가 가정에서 지내기를 원했다. 가정 호스피스가 있다면 이용하겠다는 의향을 밝힌 암환자가 89.1%에 달했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>전문인력 못지않게 자원봉사자 중요해 <br/><br/><br/>3월부터 시행되는 가정호스피스 시범사업에 참여하려면 충남대병원을 비롯한 시범사업 기관인 전국 17개 의료기관을 통해서 등록하면 된다. 대상은 말기암 환자다. ‘웰다잉법’이 시행되는 내년 8월부터는 후천성면역결핍증(에이즈)과 만성간경화, 만성폐쇄성호흡기질환을 앓고 있는 환자로까지 확대된다. <br/><br/><br/>보건복지부가 제시한 한 달 환자 부담은 대략 5만 원 정도다. 의료진이 한 번 방문할 때 5000원(간호사 단독 방문 시)~1만3000원(의사, 간호사, 사회복지사 모두 방문 시)이다. 한 달 5만원은 전담간호사 8회, 의사 1회, 사회복지사 1회 방문을 기준으로 산출한 것이다. 가정 방문을 통해 환자와 보호자는 간호, 처치, 의사진료·처방, 심리치료·상담, 의료장비 대여 등의 서비스를 받게 된다. <br/><br/><br/>많은 암 환자와 가족이 반기는 서비스지만 대전과 세종, 충남·북을 포함해 충청권에서 가정 호스피스 지원을 받을 수 있는 곳은 충남대병원 한 곳에 불과하다. 수익성 문제로 시범사업 참여 병원 신청이 저조했기 때문이다. 충남대병원의 경우 편도 50분 거리에 있는 말기 암 환자에 대해서만 가정 호스피스을 지원하며 금산, 옥천 등이 포함되고 기타 지역 환자들은 혜택을 받기 어려울 것으로 보인다. <br/><br/><br/>김 교수는 “우리나라에 호스피스가 도입된 지 50년이 되었다. 호스피스에 대한 일반인의 인식이 최근 10년 사이 많이 바뀐 것이 사실이지만 아직 병상수의 절대적 부족과 전문인력 부족 등 가야할 길이 멀다. 선진국처럼 모든 4기 암 환자의 진단 당시부터 호스피스완화의료케어가 제공되기 위해서는 모든 암센터를 표방하는 기관에서 호스피스완화의료 시설을 설치하도록 의무화하는 것도 방안이 될 수 있다. 아울러 가정호스피스와 지역호스피스 쉼터(day-care center)를 활성화하는 것과 완화의료팀에 정신과의사나 심리상담전문가를 포함시키는 것에 대해서도 연구가 필요하다”고 말했다. <br/><br/><br/>아울러 김 교수는 “다른 의료 파트와 달리 호스피스팀에서 자원봉사자의 활동과 역할이 매우 중요하다. 물리적 봉사 외에도 때때로 의료진이 놓치는 것들을 짚어주기도 하고 환자와 가족들에 대한 정서적 지지도 큰 힘이 된다. 나 역시 봉사활동으로 시작하면서 오히려 많은 것을 배우고 느꼈다. 많은 분들이 호스피스 자원봉사활동을 통해 값지고 귀중한 경험을 갖길 바란다”고 말을 맺었다. <br/><br/><br/>문의 충남대학병원 대전지역암센터 호스피스완화의료부 가정호스피스완화의료센터 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-138.txt

제목: [내일신문이 만난 사람 - 충남대 호스피스완화의료부 김삼용 교수]“의미 있는 삶, 아름다운 마무리 도와요”  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160311125754165  
본문: 보건복지부는 올해 3월 2일부터 ‘말기 암 가정 호스피스완화의료 시범사업’을 전국 17개 기관에서 실시한다. 대전지역에서는 충남대병원이 시범사업 기관으로 지정됐다. 충남대병원 호스피스완화의료부 김삼용 교수(65·충남대병원 혈액종양내과)를 만나 호스피스완화의료(이하 호스피스)에 대한 이야기를 들어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>말기 암 환자, 가정형 호스피스 요구 가장 많아 <br/><br/><br/>김 교수는 “말기 암 환자들을 진료하면서 불필요한 연명치료가 아닌 체계적인 호스피스의 필요성을 느꼈다. 1990년대 중반쯤에 몇몇 의료진들과 함께 봉사활동으로 시작했다. 봉사활동이 계속 되면서 2008년 충남대병원 호스피스완화의료병동 오픈으로 이어졌다”고 말했다. <br/><br/><br/>호스피스는 수술과 항암치료로는 더 이상 효과를 보지 못하는 말기 암환자들에게 통증 및 증상 완화, 심리적 안정, 임종 준비 등을 함께 하는 완화의료를 가리킨다. 주로 여명이 6개월 이내인 말기 암환자를 대상으로 한다. 의사와 간호사 외에도 사회복지사, 성직자, 자원봉사자로 팀을 이룬다. <br/><br/><br/>우리나라의 경우 2015년까지 2500개의 호스피스병상을 마련하려던 복지부의 계획이 있었으나 현재 전국 64개 기관에 1053개 병상이 있다. 병상과 호스피스기관의 부족으로 임종환자의 13.8%만이 호스피스를 이용할 수 있는 상태이다. <br/><br/><br/>호스피스의 유형은 호스피스 전용 병동에서 지내는 ‘입원형’, 일반 병동의 환자들을 위해 호스피스 서비스를 일부 제공하는 방식인 ‘자문형’, 그리고 환자의 집에서 서비스를 받는 ‘가정형’으로 구분한다. <br/><br/><br/>가정 호스피스는 말기 암 환자들이 가장 선호하는 유형이다. 2012년 한국호스피스완화의료학회가 말기 및 진행 암 환자 465명을 조사한 결과에 따르면 전체의 75.9%가 가정에서 지내기를 원했다. 가정 호스피스가 있다면 이용하겠다는 의향을 밝힌 암환자가 89.1%에 달했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>전문인력 못지않게 자원봉사자 중요해 <br/><br/><br/>3월부터 시행되는 가정호스피스 시범사업에 참여하려면 충남대병원을 비롯한 시범사업 기관인 전국 17개 의료기관을 통해서 등록하면 된다. 대상은 말기암 환자다. ‘웰다잉법’이 시행되는 내년 8월부터는 후천성면역결핍증(에이즈)과 만성간경화, 만성폐쇄성호흡기질환을 앓고 있는 환자로까지 확대된다. <br/><br/><br/>보건복지부가 제시한 한 달 환자 부담은 대략 5만 원 정도다. 의료진이 한 번 방문할 때 5000원(간호사 단독 방문 시)~1만3000원(의사, 간호사, 사회복지사 모두 방문 시)이다. 한 달 5만원은 전담간호사 8회, 의사 1회, 사회복지사 1회 방문을 기준으로 산출한 것이다. 가정 방문을 통해 환자와 보호자는 간호, 처치, 의사진료·처방, 심리치료·상담, 의료장비 대여 등의 서비스를 받게 된다. <br/><br/><br/>많은 암 환자와 가족이 반기는 서비스지만 대전과 세종, 충남·북을 포함해 충청권에서 가정 호스피스 지원을 받을 수 있는 곳은 충남대병원 한 곳에 불과하다. 수익성 문제로 시범사업 참여 병원 신청이 저조했기 때문이다. 충남대병원의 경우 편도 50분 거리에 있는 말기 암 환자에 대해서만 가정 호스피스을 지원하며 금산, 옥천 등이 포함되고 기타 지역 환자들은 혜택을 받기 어려울 것으로 보인다. <br/><br/><br/>김 교수는 “우리나라에 호스피스가 도입된 지 50년이 되었다. 호스피스에 대한 일반인의 인식이 최근 10년 사이 많이 바뀐 것이 사실이지만 아직 병상수의 절대적 부족과 전문인력 부족 등 가야할 길이 멀다. 선진국처럼 모든 4기 암 환자의 진단 당시부터 호스피스완화의료케어가 제공되기 위해서는 모든 암센터를 표방하는 기관에서 호스피스완화의료 시설을 설치하도록 의무화하는 것도 방안이 될 수 있다. 아울러 가정호스피스와 지역호스피스 쉼터(day-care center)를 활성화하는 것과 완화의료팀에 정신과의사나 심리상담전문가를 포함시키는 것에 대해서도 연구가 필요하다”고 말했다. <br/><br/><br/>아울러 김 교수는 “다른 의료 파트와 달리 호스피스팀에서 자원봉사자의 활동과 역할이 매우 중요하다. 물리적 봉사 외에도 때때로 의료진이 놓치는 것들을 짚어주기도 하고 환자와 가족들에 대한 정서적 지지도 큰 힘이 된다. 나 역시 봉사활동으로 시작하면서 오히려 많은 것을 배우고 느꼈다. 많은 분들이 호스피스 자원봉사활동을 통해 값지고 귀중한 경험을 갖길 바란다”고 말을 맺었다. <br/><br/><br/>문의 충남대학병원 대전지역암센터 호스피스완화의료부 가정호스피스완화의료센터 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-139.txt

제목: [내일신문이 만난 사람 - 충남대 호스피스완화의료부 김삼용 교수]“의미 있는 삶, 아름다운 마무리 도와요”  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160311125753554  
본문: 보건복지부는 올해 3월 2일부터 ‘말기 암 가정 호스피스완화의료 시범사업’을 전국 17개 기관에서 실시한다. 대전지역에서는 충남대병원이 시범사업 기관으로 지정됐다. 충남대병원 호스피스완화의료부 김삼용 교수(65·충남대병원 혈액종양내과)를 만나 호스피스완화의료(이하 호스피스)에 대한 이야기를 들어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>말기 암 환자, 가정형 호스피스 요구 가장 많아 <br/><br/><br/>김 교수는 “말기 암 환자들을 진료하면서 불필요한 연명치료가 아닌 체계적인 호스피스의 필요성을 느꼈다. 1990년대 중반쯤에 몇몇 의료진들과 함께 봉사활동으로 시작했다. 봉사활동이 계속 되면서 2008년 충남대병원 호스피스완화의료병동 오픈으로 이어졌다”고 말했다. <br/><br/><br/>호스피스는 수술과 항암치료로는 더 이상 효과를 보지 못하는 말기 암환자들에게 통증 및 증상 완화, 심리적 안정, 임종 준비 등을 함께 하는 완화의료를 가리킨다. 주로 여명이 6개월 이내인 말기 암환자를 대상으로 한다. 의사와 간호사 외에도 사회복지사, 성직자, 자원봉사자로 팀을 이룬다. <br/><br/><br/>우리나라의 경우 2015년까지 2500개의 호스피스병상을 마련하려던 복지부의 계획이 있었으나 현재 전국 64개 기관에 1053개 병상이 있다. 병상과 호스피스기관의 부족으로 임종환자의 13.8%만이 호스피스를 이용할 수 있는 상태이다. <br/><br/><br/>호스피스의 유형은 호스피스 전용 병동에서 지내는 ‘입원형’, 일반 병동의 환자들을 위해 호스피스 서비스를 일부 제공하는 방식인 ‘자문형’, 그리고 환자의 집에서 서비스를 받는 ‘가정형’으로 구분한다. <br/><br/><br/>가정 호스피스는 말기 암 환자들이 가장 선호하는 유형이다. 2012년 한국호스피스완화의료학회가 말기 및 진행 암 환자 465명을 조사한 결과에 따르면 전체의 75.9%가 가정에서 지내기를 원했다. 가정 호스피스가 있다면 이용하겠다는 의향을 밝힌 암환자가 89.1%에 달했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>전문인력 못지않게 자원봉사자 중요해 <br/><br/><br/>3월부터 시행되는 가정호스피스 시범사업에 참여하려면 충남대병원을 비롯한 시범사업 기관인 전국 17개 의료기관을 통해서 등록하면 된다. 대상은 말기암 환자다. ‘웰다잉법’이 시행되는 내년 8월부터는 후천성면역결핍증(에이즈)과 만성간경화, 만성폐쇄성호흡기질환을 앓고 있는 환자로까지 확대된다. <br/><br/><br/>보건복지부가 제시한 한 달 환자 부담은 대략 5만 원 정도다. 의료진이 한 번 방문할 때 5000원(간호사 단독 방문 시)~1만3000원(의사, 간호사, 사회복지사 모두 방문 시)이다. 한 달 5만원은 전담간호사 8회, 의사 1회, 사회복지사 1회 방문을 기준으로 산출한 것이다. 가정 방문을 통해 환자와 보호자는 간호, 처치, 의사진료·처방, 심리치료·상담, 의료장비 대여 등의 서비스를 받게 된다. <br/><br/><br/>많은 암 환자와 가족이 반기는 서비스지만 대전과 세종, 충남·북을 포함해 충청권에서 가정 호스피스 지원을 받을 수 있는 곳은 충남대병원 한 곳에 불과하다. 수익성 문제로 시범사업 참여 병원 신청이 저조했기 때문이다. 충남대병원의 경우 편도 50분 거리에 있는 말기 암 환자에 대해서만 가정 호스피스을 지원하며 금산, 옥천 등이 포함되고 기타 지역 환자들은 혜택을 받기 어려울 것으로 보인다. <br/><br/><br/>김 교수는 “우리나라에 호스피스가 도입된 지 50년이 되었다. 호스피스에 대한 일반인의 인식이 최근 10년 사이 많이 바뀐 것이 사실이지만 아직 병상수의 절대적 부족과 전문인력 부족 등 가야할 길이 멀다. 선진국처럼 모든 4기 암 환자의 진단 당시부터 호스피스완화의료케어가 제공되기 위해서는 모든 암센터를 표방하는 기관에서 호스피스완화의료 시설을 설치하도록 의무화하는 것도 방안이 될 수 있다. 아울러 가정호스피스와 지역호스피스 쉼터(day-care center)를 활성화하는 것과 완화의료팀에 정신과의사나 심리상담전문가를 포함시키는 것에 대해서도 연구가 필요하다”고 말했다. <br/><br/><br/>아울러 김 교수는 “다른 의료 파트와 달리 호스피스팀에서 자원봉사자의 활동과 역할이 매우 중요하다. 물리적 봉사 외에도 때때로 의료진이 놓치는 것들을 짚어주기도 하고 환자와 가족들에 대한 정서적 지지도 큰 힘이 된다. 나 역시 봉사활동으로 시작하면서 오히려 많은 것을 배우고 느꼈다. 많은 분들이 호스피스 자원봉사활동을 통해 값지고 귀중한 경험을 갖길 바란다”고 말을 맺었다. <br/><br/><br/>문의 충남대학병원 대전지역암센터 호스피스완화의료부 가정호스피스완화의료센터 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-140.txt

제목: 우리나라 1인당 사망보험금 2926만원  
날짜: 20160310  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160310134939899  
본문: 지난 10년간 우리나라 보험 가입자들의 사망원인 1위는 암으로, 전체의 41.5%를 차지했다. 사망으로 인해 지급된 사망보험금은 1인당 평균 2926만원이었다. <br/> <br/>삼성생명은 지난 10년간(2006~2015년) 각종 사망으로 인해 보험금이 지급된 총 16만6224건을 분석한 결과 이같이 나타났다고 10일 밝혔다. <br/> <br/>지난 10년간 사망 보험금이 지급된 총 16만6224건을 사망 원인별로 살펴보면, 암 등 질병으로 인한 사망이 약 12만9309으로 전체의 77.8%를 차지했다. 이어 교통사고 등 재해사망이 2만1972건으로 13.2%, 자살 등 고의적 자해로 인한 사망이 1만4943만건으로 9%를 차지했다. <br/> <br/>사망원인 1위인 질병을 종목별로 보면, 암이 6만9000건으로 전체의 41.5%, 심장 질환이 1만4702건으로 8.8%, 뇌혈관 질환이 9706건으로 5.8%였다. 암의 경우, 간암→폐암→위암 순으로 빈도가 높았다. <br/> <br/>지난 10년간 지급된 16만6224건의 1인당 평균 사망보험금은 2926만원이었다. 10년 전과 비교하면 2006년 2533만원에서 지난해 3265만원으로 732만원이 증가했지만, 10년 동안 증가율은 29% 수준에 머물렀다. <br/> <br/>1인당 평균 사망보험금 2926만원은 우리나라 도시가구의 월평균 소비 지출액인 259만원(2015년 3분기)을 기준으로 약 1년간 지출할 수 있는 규모에도 미치지 못한다. <br/> <br/>우리나라 국민들의 사망보험금이 낮은 이유는 "선진국에 비해 사망보험의 가입금액 수준이 낮기 때문"이라는 게 전문가들의 분석이다. <br/> <br/>삼성생명 은퇴연구소에 따르면, 우리나라 보험가입 가구의 사망보험 보장금액은 가구 연소득의 1.7배 정도인 1억2000만원 정도다. 그러나 미국은 3.5배 수준인 27만9900달러(약 3억5000만원)인 것으로 나타났다.

언론사: 내일신문-1-141.txt

제목: [주말을 여는 책 | 늙는다는 것, 우주의 일] 건강한 삶의 연장, 죽음과 불멸  
날짜: 20160304  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160304141612496  
본문: 조너선 실버타운 지음 / 노승영 옮김 / 서해문집 / 1만3500원<br/><br/> <br/><br/><br/>누구나 죽음에 대해 생각한다. 나이가 들수록 죽음을 생각하는 횟수는 더욱 잦다. 더구나 가족이나 가까운 친구, 친척, 그리고 자기가 좋아하던 사람들의 죽음을 보면서 자신의 죽음을 떠올린다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>나는 언제 죽을 것인가? 죽음을 늦출 수 있는 방법은 없는가? 인간은 똑똑한 존재, 즉 호모 사피엔스가 된 이후 늙음과 죽음은 같은 기차의 서로 연결된 객차가 되어 달리며 그 종착역이 존재한다는 것을 안다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>'잘 먹고 잘 사는' 웰비잉(wellbeing) 뿐만 아니라 최근 '잘 늙고 잘 죽는' 웰다잉(welldying)에 대한 관심이 점점 더 커지고 있다. 덩달아 노화와 죽음에 관한 책들이 국내외에서 자주 선보이고 있다. 생물학자이자 작가이며 주로 진화생물학, 사회생물학 분야의 연구를 해온 영국 에든버러 대학교 조너선 실버타운 교수도 자신의 전공을 살려 '늙는다는 건 우주의 일(The science of life span & aging)'을 펴냈다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>최고의 요리사는 신선한 식재료에 다양한 양념과 향신료를 사용해 맛난 요리를 만들어낸다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>작가인 그는 책의 원제에서 보듯이 노화와 죽음과 관련한 최신 과학 연구 성과란 재료에다 그리스·로마신화, 문학, 역사, 그리고 옛 현인들의 사유를 양념과 조미료로 버무려 감칠맛 나는 실버과학 에세이를 우리들에게 선사했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>모든 생물은 죽음을 맞이한다. 하지만 생명체의 죽음을 개체의 소멸로 본다면 박테리아처럼 무성생식하는 생물에게 죽음은 없다. 박테리아는 하나가 둘로 분열하는 이분법으로 영원히 생명을 이어가는 존재라고 할 수 있기 때문이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>인간도 번식을 통해 자손에게 자신의 유전자 일부를 지구상에 남길 수 있다. 생명의 본체를 유전자로 보고 이 유전자 보전의 측면에서 생각하면 인간을 포함한 모든 유성생식 동·식물도 개체는 사라지지만 지구상에서 완전히 사라지는 것은 아닌 셈이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>인간은 언젠가는 죽는다는 것을 잘 알면서도 노화와 죽음에 저항한다. 최근의 일이 아니라 진시황과 그 이전부터 있어 왔던 일이다. 노화와 죽음의 비밀을 풀어줄 열쇠를 구하기 위한 과학자들의 노력은 눈물겨울 정도로 열정적이다. 과학자들은 405년을 사는 대양백합조개, 4789살의 브리슬콘소나무, 1만1700살로 추정되는 크레오소트부시의 장수에 얽힌 비밀에 도전하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>저자는 몸집이 크면 생물은 오래 사는 경향이 있다고 한다. 몸집이 수명에 영향을 미친다는 생각은 고대 그리스 철학자 아리스토텔레스까지 거슬러 올라간다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 책은 아리스토텔레스가 과학적 연구 끝에 이런 결론을 내렸을 가능성보다는 당시 주위에서 흔히 보았던 동물의 수명에서 힌트를 얻은 것으로 보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>물론 이런 명제가 들어맞지 않는 경우도 있다. 땅속에서 사는 매우 작은 설치류인 벌거숭이두더쥐는 설치류 중 가장 큰 캐피바라보다 두세 배 오래 산다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>타조는 90kg까지 자랄 수 있으며 포획상태에서 50년까지 산다. 아프리카회색앵무는 몸무게가 타조의 200분의 1인 450g밖에 안 나가는데도 타조만큼 오래 산다. 몸집이 수명과 관련이 있는 것은 확실하지만 이와 함께 포식자의 위험에서 벗어나 편안한 삶을 사는 것도 장수에 영향을 준다는 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>땅속에 살거나 날 수 있는 능력 이외에도 자신을 맛없게 만드는 동식물의 화학적 방어수단, 겨울잠, 땅위의 포식자를 피해 나무 위에서 생활하기, 거북이의 등 껍데기 등도 장수하게 만드는 요인들이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>최근 우리나라에서도 슬로푸드, 느린 삶이 유행하고 있다. 저자는 "빨리 살면 일찍 죽고 느리게 살면 늦게 죽는다는 법칙이 모든 생물에게 적용되는 듯하다."고 이야기한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>삶의 속도는 대사 속도와는 거의 또는 전혀 무관하며 세대가 지나가는 속도와 직접적 관계가 있다는 것이다. 이 속도를 조절하는 것은 성체의 삶이 얼마나 위험한가다. 인간은 삶의 속도가 침팬지, 오랑우탄, 고릴라 등 친척 영장류의 삶의 속도보다 느리다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>인간은 자신을 위험에서 보호해줄 수 있는 나무 위의 삶을 포기하고 땅으로 내려왔다. 그럼에도 인간이 이처럼 느린 삶의 속도를 유지할 수 있게 된 것은 우리의 초기 조상이 높은 성인 사망률에서 벗어난 덕택이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>저자는 여기에다 포유류는 뇌가 클수록 오래 살며 우리의 느린 삶은 빠른 두뇌회전 덕이라고 말한다. 인간의 수명이 200년 사이 두 배로 훌쩍 뛴 것도 바로 이 때문이라는 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇다고 해서 우리가 티토노스(제우스에게 영생을 달라고 청하면서 영원한 젊음을 유지하게 해달라고 말하는 것을 잊어 늙은 채로 지내야 하는 운명에 놓인 신화 속 인물)를 뛰어넘어 영원히 젊음을 간직할 수 있는 두뇌와 과학을 손에 넣은 것은 아니다. 노화에는 많은 요인들이 작용하기 때문에 이를 모두 해결하기 힘들기 때문이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>예를 들면 젊었을 때는 생존에 유리하게 작용하다가 늙었을 때는 병을 일으키는 이중적 성격을 띤 유전자도 있다. 특정 환경에서 장수하는 생물은 환경이 바뀌면 더 빨리 죽을 수 있다. 아무리 장수유전자를 지니고 태어났더라도 이 유전자를 후손에게 물려주어야 하며 이를 위해서는 번식 경쟁에서 승리해야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이뿐만 아니라 연구 결과 수명과 노화와 관련한 역설이 우리의 발목을 잡는다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 책에는 수명이 다른 생물도 암 발생률은 비슷하다는 피토(Peto)의 역설, 노화 속도는 정해져 있는데 인류의 수명이 증가했다는 장수 역설, 노화가 용인되고 폐경이 선호되는 자연선택의 역설, 한 번에 많이 낳고 죽어버리는 것이 가장 유리함에도 모든 생물이 그 전략을 취하는 것은 아니라는 단회(單回)번식의 역설 등은 죽음과 노화의 최후 관문을 통과하기 위해 우리가 풀어야만 할 수수께끼들이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 책은 우리에게 어떻게 하면 죽지 않고 오래 살 수 있을까에 대한 해답을 주지 않는다. 티토노스는 불멸이라는 제우스의 저주스런 선물에서 벗어나 '죽을 능력을 지닌 행복한 사람'이 되게 해달라고 간청한다. 따라서 오래 살고 싶다면 우리가 바라야 할 것은 단순한 수명 연장이 아니라 건강한 삶의 연장이라고 저자는 역설한다.

언론사: 내일신문-1-142.txt

제목: [안산수학학원]수학 잘하려면 개념 원리부터 이해해야  
날짜: 20160303  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160304141441291  
본문: 왜 수학을 배우는 것일까? 복잡하고 어렵고 딱히 실생활에 도움이 될 것 같지도 않은 수학. 단지 성적을 높이기 위해? 대학을 가기 위해? 한갓 경쟁 도구를 만들기 위해 수학자들이 자신의 삶을 송두리째 바쳐 증명을 하고 개념을 만들어 왔을까? 당연히 아닐 것이다. 대체 수학이란 무엇인지 명확한 답을 찾을 수 있다면 수학에 대한 막연한 두려움도 오를 수 없는 산이라는 절망감도 줄어들 수 있지 않을까? 수학이 무엇인지 근본적인 질문부터 시작해 하나씩 하나씩 해답을 찾아가다 보면 어느새 수학의 매력에 빠질 수 밖에 없다고 자신 있게 말하는 학원이 있다. 고려대학교에서 수학을 전공한 신현웅 원장이 운영하는 ‘케이매쓰’ 학원이다. <br/><br/><br/>수학과를 전공한 원장과 부원장이 직접 강의하는 수학전문학원 ‘케이매쓰’학원을 찾았다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>수학이 무엇인지 왜 배우는지 알아야 <br/><br/><br/>“학생들은 배우는 내용이 무엇인지 정확한 정의도 모르고 어떤 문제 해결을 위해 그 단원이 필요한 지도 모르고 그냥 외우고 문제를 풀어요. 그렇게 해서는 수학을 잘 할 수 없어요” 고잔 신도시 씨티프라자에 위치한 케이매쓰 신현웅 원장은 수학에서 개념에 대한 이해가 얼마나 중요한지 강조하며 인터뷰를 시작했다. <br/><br/><br/>암기위주의 개념이해가 아니라 수학적 질문과 해답을 찾는 과정에서 개념을 깨우치는 것이 중요하다는 것이다. 신 원장은 이런 수학 교육은 수학을 학문적으로 전공한 사람만이 가능하다며 말을 이어갔다. <br/><br/><br/>“어려운 수학문제를 풀 수 있고 푸는 방법을 가르칠 수 있는 사람은 많아요. 하지만 왜 이런 문제의 영역이 만들어졌고 왜 이런 문제풀이 방법이 생겨났으며 이런 문제풀이 방법은 어떻게 활용되는지를 설명할 수 있는 사람은 수학을 전공해야만 가능하다.” <br/><br/><br/>특히 상위권이 공략해야하는 심화문제일수록 개념에 대한 정확한 이해를 묻는 문제가 많기 때문에 개념 정립은 매우 중요해진다고 강조한다.  <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>기초가 튼튼하니 유형이 보이더라 <br/><br/><br/>케이학원에서 탄탄한 기초위에 수학을 정립한 학생들은 어떻게 변화할까? 신 원장은 “아이들이 ‘선생님 문제 유형이 보여요’라고 말하는 순간 성적이 확 오르더라고요. 수학문제는 개념, 공식을 대입해 계산하는 문제, 공식을 활용하는 문제. 이 세 가지 유형이죠. 개념을 정확히 이해한 학생은 문제를 접했을 때 어떤 문제 유형인지 찾아내야만 문제를 해결할 수 있어요” <br/><br/><br/>케이매쓰에서 공부하고 기대 이상의 성과를 거둔 학생들은 적지 않다. 고3 첫 모의고사 성적이 40점대였던 학생은 1년간 이곳에서 공부한 후 수능 수학 만점이라는 기적 같은 성적을 받아 연세대 경영학과에 입학했다. <br/><br/><br/>“물론 모든 학생이 그 학생처럼 수학 성적을 올릴 수는 없다. 개념 설명을 듣고 이해하는 것으로 끝나면 안 된다. 자신의 것으로 받아들이기 위해서는 끊임없는 훈련과 노력이 뒷받침되어야 한다.” 케이매쓰 학원이 수강생을 위한 독서실 공간을 만들어 운영하는 것은 바로 이런 이유 때문이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>매 시간 모의고사 풀며 실력 체크 <br/><br/><br/>같은 학교 수학과 출신 원장과 부원장이 직접 강의하는 케이매쓰 강의법은 약간 독특하다. 모든 강좌 수업에 원장과 부원장이 직접 참가한다. 하지만 역할은 구분되어있다. 신 원장이 개념설명 수업을 진행하고 부원장은 그에 맞는 다양한 수준의 문제풀이와 학생지도를 담당한다.  <br/><br/><br/>“중등부 아이들은 문제풀이보다 개념수업에 좀 더 집중합니다. 수에 대한 호기심을 키우고 다양한 수학적 영역이 어떻게 서로 연관되어 있는지를 배우다 보면 오히려 지루하지 않게 수학을 배울 수 있다”는 신 원장의 설명이다. <br/><br/><br/>반면 고등부는 개념 수업과 문제 풀이에 이어 매 시간 모의고사 등 문제풀이에 좀 더 방점을 찍고 있다. 매 시간 모의고사문제는 신 원장이 보유한 1994년부터 지난해까지 모든 수능문제와 모의고사 기출문제 데이터베이스를 바탕으로 원장이 직접 출제한다. 모의고사 결과를 분석해 학생들의 정확한 실력을 알아보고 약점을 어떻게 보완할지 지도법을 찾는데 활용한다. <br/><br/><br/>수학이라는 학문에 대한 자긍심과 학생들에 대한 따뜻한 배려와 관심이 자연스럽게 묻어나는 케이매쓰학원. 수학 넘지 못할 산이라고 지레 겁 먹고 있거나 수학의 험한 산을 오르다 지친 아이가 있다면 케이매쓰학원에 가보자. 분명 길을 찾을 수 있을 것이다. <br/><br/><br/>문의 케이매쓰학원 <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-143.txt

제목: 동양생명 "80세 유병자·고령자도 가입"  
날짜: 20160229  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160229181123198  
본문: 동양생명이 보험 가입이 어려웠던 고령자와 유병자를 위한 종합건강보험인 '(무)수호천사누구나간편한건강보험(갱신형)'을 출시했다. <br/> <br/>별도의 서류제출이나 진단 없이 간편심사만 거치면 가입할 수 있다. 3개월 이내 입원·수술·추가검사 의사소견, 2년 이내 질병·사고로 인한 입원·수술이력, 5년 이내 암 진단·입원 및 수술이력 등 3개 해당사항만 없으면 과거 병력과 상관없이 가입할 수 있다. <br/> <br/>가입 연령대는 40세부터 80세까지로 기존 유병자보험을 내놓은 보험사 중에서 가장 넓고, 갱신을 통해 100세까지 보장받을 수 있다. <br/> <br/>보장내용도 확대했다. 생명보험업계 최초로 유병자보험에 암·뇌출혈·급성심근경색증 등 3대 성인병을 보장한다. '누구나간편한건강입원특약(갱신형)' 등 신규로 개발한 특약을 통해 유병자에게 필요한 보장을 맞춤 설계할 수 있도록 했다. <br/> <br/>수호천사누구나간편한건강보험은 수술비와 입원비 보장에 초점을 맞춘 1형(입원·수술보장형)과 암 진단비 중심의 2형(보장형)이 있다. 1형 및 입원특약에 가입하면 최대 300만원의 수술비와 최대 5만원의 입원비를 지급하며, 2형은 특약 추가 가입으로 최대 4000만원의 암 진단비와 최대 1000만원의 뇌출혈 및 급성심근경색증 진단비를 보장해준다. <br/> <br/>질병 및 재해로 50% 이상 장해를 입거나 암 진단(암보장형)을 받으면 보험료 납입이 면제된다. <br/> <br/>동양생명 관계자는 "보험 청약절차가 복잡하고 가입 거절이 많아 보험 혜택을 받지 못했던 고연령 유병자에게 도움을 주고자 상품을 개발했다"고 말했다. <br/> <br/>수호천사누구나간편한건강보험(갱신형)의 월 보험료는 60세 기준으로 1형(입원·수술보장형)은 남성 3만3200원, 여성 3만3000원이며, 2형(암보장형)은 남성 5만5500원, 여성 2만8000원이다(10년 만기, 전기납, 최초계약, 보험가입금액 1000만원 기준). <br/> <br/>상품에 대한 자세한 사항은 홈페이지(www.myangel.co.kr)나 고객서비스센터(1577-1004)를 통해 확인할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-144.txt

제목: 포스코청암상 수상자 선정  
날짜: 20160226  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160226122814619  
본문: 포스코청암재단은 25일 이사회를 열어 올해 포스코청암상 수상자로 과학상에 조윤제(사진) 포스텍 교수를, 교육상과 봉사상에는 금오공업고등학교와 라파엘클리닉을 각각 선정했다. <br/> <br/>과학상에 선정된 포스텍 조윤제 교수는 암과 같은 종양을 억제하는 단백질 및 단백질복합체의 구조를 규명하고, 분자생물학적 실험을 통해 손상된 DNA를 인식하고 정상 유전자로 치유해 나가는 메커니즘을 명확히 밝혀낸 과학자다. 조교수는 암세포의 성장을 차단할 수 있는 제미닌 단백질의 작용도 밝혀냄으로써 암 치료연구에 획기적인 전기를 마련한 것으로 평가받고 있다. 교육상에는 1973년 설립이래 산업발전에 기초가 되는 기계, 정밀, 가공, 측정 등 뿌리산업에 필요한 기술·기능인을 양성하여 국가발전에 이바지하고 있는 경북 구미의 금오공업고등학교가 선정됐다. 금오공고는 최근에는 맞춤형 인재를 양성하는 마이스터고로 전환해 실업난을 해결하는데 앞장서고 있다. 봉사상에 선정된 라파엘 클리닉은 의료 소외계층인 이주노동자들에게 무료진료소를 운영해 인간존중과 생명보호, 나눔과 사랑의 정신을 실천해온 공로를 인정받았다. 라파엘 클리닉은 고 김수환 추기경의 이주노동자들에 대한 관심과 사랑의 정신에 영향을 받아 1997년 설립돼 2012년 국가인권회로부터 대한민국 인권상을 수상 하기도 했다. <br/> <br/>2016 포스코청암상 시상식은 3월 30일 서울 포스코센터에서 개최된다.

언론사: 내일신문-1-145.txt

제목: [기고] 국민건강보험의 도전과 진화  
날짜: 20160224  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160224132543746  
본문: 우리나라 국민건강보험은 많은 외국이 부러워하는 훌륭한 제도다. 전국민을 건강보험 대상자로 하는, UHC(universal health coverage)를 달성하였다는 것, 제도 도입 이후 영아 사망률이 급격하게 감소하고 국민들 기대수명의 급격한 증가 등 국민 전체의 건강이 크게 향상된 것 모두 놀라운 성과다. <br/> <br/>전국민이 의료서비스를 제공받고 있는 나라는 그렇게 많지 않다. 그래서 UN에서는 전국민 의료서비스 달성(UHC) 국가를 늘리는 것을 주요 목표로 설정하고 있고, 경제선진국 가운데 미국의 오바마 정부는 최근 전국민 의료서비스 달성을 위해 노력하고 있는 중이다. 미국보다 못한 상황에 처해있는 대다수의 개도국이나 저개발국가들 역시 전국민 의료서비스 달성을 주요 목표로 설정하고 열심히 노력하고 있는 중이다. <br/> <br/>우리나라 건강보험료는 가장 싼 편 <br/> <br/>전국민 의료서비스 제공에 성공적으로 도달한 나라들이 의료서비스 제공을 위한 재원조달 방식은 영국이나 스웨덴, 호주 등의 정부 조세방식과 우리나라, 독일, 프랑스, 일본, 대만 등의 사회보험 방식이다. 사회보험 방식을 도입하고 있는 나라 가운데 우리나라 건강보험료는 가장 싼 편이다. 올해의 우리나라 직장가입자 보험료율은 6.12%이지만, 독일이나 프랑스는 약 15% 내외로 우리나라의 2.5배 수준이고, 일본은 약 10%, 대만은 약 9% 수준이다. <br/> <br/>낮은 보험료에도 불구하고 의료비 부담이 큰 부분을 찾아 건강보험 적용을 하고 있다. 4대 중증질환(암, 심장, 뇌혈관, 희귀난치질환)의 경우 본인부담금을 대폭 줄였고, 3대 비급여(선택진료, 상급병실, 간병서비스)를 보험에 포함시켰다. 최근에는 의료비 부담이 높은 가정의 의료비 부담을 줄여주기 위해 재난적 의료비 지원사업을 펼치거나, 치료비가 막대한 희귀성질환에 대한 건강보험 적용 확대 등 보다 나은 사회안전망이 되기 위해 노력하고 있다. <br/> <br/>그러나 건강보험이 적용되지 않는 진료 영역, 비급여 부분이 계속 증가하고 있다. 그로 말미암아 복지부에서는 건강보험 보장성을 계속 확대하고 있지만, 비급여의 확대로 건강보험 보장성이 줄어들고 국민 의료비 부담은 늘어나고 있다. 국민들에게 양질의 의료서비스를 제공한다는 차원에서 불가피한 비급여도 있겠지만, 지나친 검사나 진료 등 불필요한 비급여도 있을 +것이다. 후자는 특히 최근 비급여 관리의 필요성이 대두되는 이유이다. <br/> <br/>최근에는 호스피스 완화의료 관련법이 통과되었다. 이로써 불필요한 연명 치료를 줄이고, 웰 다잉을 선택할 수 있는 길이 열렸다. 이는 환자나 환자 가족 모두에게 매우 바람직한 일이다. 그러나 중요한 것은 보다 많은 국민들이 이 법의 입법취지를 잘 이해하는 것이고, 이 법 시행 과정에서 혹시나 발생할 수 있는 시행착오를 줄이는 일일 것이다. 그를 위해서는 환자, 환자 가족, 의사 모두가 호스피스 완화의료 과정에 대한 충분한 이해이고, 그에 대한 서로 이견이 없어야 할 것이다. <br/> <br/>국민건강보험은 계속 진화하고 있는 중 <br/> <br/>최근 복지부는 의료 전달체계를 재정립하고자 노력하고 있다. 중증 환자와 경증 환자가 모두 상급종합병원에서 치료를 받으려 하는 것에서 발생하는 문제를 고치려는 것이다. 경증 질환은 동네 병원에서 치료를 받는 것이 본인에게나 동네 병원과 상급종합병원 모두에게 이로운 일이다. 그것은 중증 환자를 위한 수술과 진료에 상급종합병원이 집중하는 것이 중요하기 때문이다. <br/> <br/>문제는 의료 전달체계는 오래 굳어진 구조이기 때문에 쉽게 고쳐지지 않을 지도 모른다는 것이다. 우선 경증 질환 환자임에도 바로 상급종합병원에 가는 태도를 바꾸기가 쉽지 않을 것이고, 필요한 일반의보다 전문의 수가 절대적으로 많고, 전문의 지망생도 여전히 월등하게 많은 구조를 바꾸어야 하는 것은 장기적으로 구조변화를 해야 하기 ??문이다. 중요한 것은 우리나라의 국민건강보험은 계속 진화하고 있는 중이라는 것이다. <br/> <br/>이홍균 건강보험정책연구원장

언론사: 내일신문-1-146.txt

제목: 신흥시장으로 떠오른 '유병자보험'  
날짜: 20160223  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160223131242061  
본문: 고혈압, 당뇨병 등을 앓는 만성질환자와 고령층에게도 보험가입의 문턱을 크게 낮춘 유병자보험이 고령화시대의 주요 트렌드로 떠오르고 있다. <br/> <br/>지난달 손해보험업계 1위인 삼성화재와 KB손해보험, 흥국화재가 관련 보험을 잇따라 내놓은 데 이어 이달 22일에는 생명보험사인 동양생명이 가세했다. 다음달 초에는 한화손보가 관련 상품을 출시할 것으로 전해졌다. <br/> <br/>삼성화재가 지난달 11일 내놓은 유병자보험 '간편하게 건강하게'는 이달 21일까지 41일간 3만7000건이 팔려나갔다. 구정연휴가 들어있던 기간이라 영업일 수는 27일에 불과하다. 이를 반영하면 가입 고객이 하루 1370명이나 된다. <br/> <br/>'간편하게 건강하게'는 만성질환으로 통원치료를 받고 있거나 수년 전 뇌졸중·심근경색으로 쓰러진 적이 있어도 간편심사로 가입이 가능한 유병자보험이다. 이른바 '3·2·5'로 일컫는 세가지 질문만 통과하면 된다. △최근 3개월 내에 입원·수술이나 추가검사 소견이 있는지 △2년 이내에 질병이나 사고로 입원이나 수술 받은 적이 있는지 △5년 이내에 암 진단·입원 및 수술이 있었는지 등이다. 당뇨나 고혈압으로 통원치료를 받거나 정기적으로 약을 먹고 있더라도 따로 알릴 필요가 없다. <br/> <br/>상해·질병 사망에 최고 3000만원, 암·뇌출혈·급성심근경색증의 3대 질병 진단 때 최고 2000만원을 보장한다. 가입 연령도 기존 65세에서 75세까지로 확대됐고, 최대 100세까지 보장한다. <br/> <br/>지난해까지는 유병자보험을 판매하는 곳이 현대해상(2015년 8월부터), 메리츠화재(2014년 2월부터) 정도였다. 올들어 삼성화재 등이 가세하면서 경쟁적인 시장진출이 이뤄지고 있다. KB손해보험은 'KB신간편가입 건강보험', 흥국화재는 '행복든든 간편가입 보장보험'을 출시했다. 이달엔 동양생명이 '수호천사누구나간편한건강보험'으로 시장에 합류했다. <br/> <br/>보험사들의 이런 움직임은 유병자보험이 고령화시대 보험업계의 '신흥시장'으로 여겨지기 때문이다. 통계청에 따르면 우리나라 60세 이상 인구는 2005년 628만명에서 지난해 936만명으로 10년새 1.5배 이상 늘었다. 2017년에는 전체 인구의 14%에 이를 것으로 예상될 정도로 고령화 속도가 빠르다. <br/> <br/>65세 이상 고연령층의 경우 89.2%가 고혈압, 당뇨, 고지혈증 등 만성질환을 보유하고 있다. 고령 유병자는 각종 의료비용 지출이 늘어 보험이 가장 필요한 사람들이지만 보험가입이 거절돼 그동안은 시장 내 기피대상이었다. 하지만 지난해 정부의 제도지원과 손보업계의 인수심사 기준 완화가 맞물리면서 유병자 시장이 성장할 여건이 마련됐다. <br/> <br/>삼성화재 관계자는 "만성질병을 가지고 있어 보험이 꼭 필요하지만 가입하지 못했던 고령 고객들도 보장받을 수 있다는 점에서 긍정적인 반응이 많다"고 말했다. <br/> <br/>◆삼성화재 자녀보험 'NEW엄마맘에쏙드는' 눈길 = 한편, 삼성화재가 판매중인 자녀보험 'NEW엄마맘에쏙드는'이 업계 최초로 선천성 질환을 보장하고 있어 주목받고 있다. <br/> <br/>이 보험은 '선천질환 신체·정신장애 생활자금' 담보를 처음 도입해 선천적 질병으로 장애인이 된 경우까지 10년간 양육자금을 지원한다. 시각, 청각, 언어장애 등 12가지의 신체적 장애뿐만 아니라 지적장애 등 3가지의 정신적 장애를 보장한다. <br/> <br/>이와 아울러 소아·청소년 정신 및 행동장애로 입원 시 입원비를 최대 30만원까지 지원하고, 성조숙증 진단비 담보도 신설했다.

언론사: 내일신문-1-147.txt

제목: [안전하고 편안한 쑥뜸 전문 서현동 ‘오행쑥뜸방’]쑥뜸의 매력, 건강의 기본을 다스리다  
날짜: 20160223  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160223131222351  
본문: 아무리 모든 것이 만족스럽다 해도 건강을 잃으면 무슨 소용일까. 나이가 들면서 받게 되는 건강검진 결과표에 예전에 없던 건강의 적신호들이 나타나면서 마음 한 구석에 걱정스러움이 ‘쿵’ 하고 자리 잡는 경우가 많을 것이다. 약을 먹을까? 운동을 해볼까? 이런 저런 고민을 해보겠지만 단군신화에도 나오는 쑥을 이용한 ‘쑥뜸건강법’에도 관심을 가져보길 권한다. 쑥뜸이 몸에 좋다는 것은 다 알고 있어도 어디서 어떻게 받아야 하는지도 모르고, ‘뜨겁지 않을까’, ‘번거롭지 않을까’하고 망설이고만 있다면 ‘오행쑥뜸방’을 찾아보자. 이곳만의 특별한 노하우로 안전하고 편하게 최상의 효과를 볼 수 있는 쑥뜸을 만날 수 있으니 말이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>몸의 기본 바로 잡아 병 회복시켜요</span>” <br/><br/><br/>서현동에 위치한 오행쑥뜸방은 쑥뜸·좌훈요법만을 전문으로 하는 곳으로 쑥뜸 마니아들의 발길이 끊임없이 이어지는 곳이다. 들어가자마자 따끈한 쑥차를 내주는데 뜸뜨기 전후로 한 잔씩 마시면 몸도 따뜻해지고 쑥뜸의 효과도 더 좋아진다고 한다. 뜸은 보통 등과 복부를 기본적으로 뜨게 되고, 증세에 따라 발, 무릎, 손 등도 병행하는 경우도 있다. <br/><br/><br/>이곳에서는 특수 고안된 침대와 대구한의대학교 교수진과 공동연구·개발한 전문 의료기기인 오행쑥뜸기를 사용하여, 몸에 직접 뜸을 뜨지 않고 주변에 쑥봉을 태워 그 연기로 쑥 성분을 침투시키고 온열작용을 하는 간접 뜸을 뜨는데 이는 화상의 위험이 없고 그 범위가 넓어 사람마다 다 다른 경혈의 위치를 다 커버할 수 있다는 장점이 있다. <br/><br/><br/>평상시 혈액순환이 좋지 않고, 손발이 차다는 말을 하자마자 침대에 누워 등과 복부 그리고 발에 동시에 뜸을 떠준다. 오행쑥뜸기는 연기를 실외로 배출하는 장치가 있어 매캐한 연기 때문에 고생할 일이 없어 좋다. 간접 뜸이라 은근한 열의 연기로 몸을 감싸게 되는데 조금 있으니 얼굴이 벌겋게 달아오르고 열이 나기 시작하며 몸이 더워지는 느낌이 든다. <br/><br/><br/>이곳의 장유정 원장은 “<span class='quot1'>쑥뜸의 매력은 몸을 따뜻하게 해주어 기(氣)와 혈(血)의 순환을 활발하게 해주고 면역력이 강화된다는 점</span>”에 있다며 “<span class='quot1'>양약처럼 효과가 빠르지는 않아도 꾸준히 해주면 몸의 기본을 바로 잡아 병이 있는 부분을 회복시킬 수 있다</span>”고 강하게 말한다. <br/><br/><br/>사실 장 대표가 쑥뜸 전도사가 된 이유도 너무나 병약했던 자신을 쑥뜸으로 다스렸기 때문이라고 한다. 한눈에 보아도 마른 체형의 장 원장은 류머티즘 관절염을 앓고 있어 꾸준히 약을 먹어야 했는데, 언제부터인지 위가 약해져 밥을 제대로 소화시키지도 못하고 툭하면 체하기를 반복하다보니 일주일에 밥 한공기도 채 못 먹을 정도로 괴로운 나날이 지속되었고 그렇게 극도로 병약한 상태에 있을 무렵 쑥뜸을 만나게 되었다고 한다. <br/><br/><br/>“워낙 몸이 안 좋은 상태여서 보통 사람 일주일 정도면 볼 수 있는 효과를 세달 꼬박해서 겨우 효과를 보았어도 기력이 차츰 회복되는 것이 신기했어요. 지금은 당연히 밥도 정상인처럼 먹을 수 있게 되었고요” <br/><br/><br/>장 원장은 “<span class='quot1'>처음에는 쑥뜸에 대해 반신반의 했는데 직접 겪어 보고 세상에 이처럼 건강에 좋은 것은 없다는 것을 확신하게 되어 결국 쑥뜸방까지 차리게 되었다</span>”고 설명한다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>옆 침대에서 쑥뜸을 뜨고 있는 70대 박영자(서현동)씨는 쑥봉이 아닌 약초 뜸을 뜨고 있었는데 얼마 전 대장암 수술을 하고 항암치료를 기다리며 몸은 만들기 위해 부지런히 다니고 있다고 한다. 박 씨는 “<span class='quot2'>암 환자들에게 쑥뜸은 유명하다</span>”며 “<span class='quot2'>쑥뜸을 뜨기 시작하면서 몸이 확실히 덜 피곤하고, 마음도 안정이 되는 것 같다</span>”고 웃으며 말한다. <br/><br/><br/>이런저런 이야기를 듣다보니 어느새 쑥봉에서 뿜어내는 열이 약해지며, 온 몸에 땀이 나고 몸이 따뜻해져 있었다. 쑥뜸은 단 한번만의 체험으로 많은 변화를 느낄 수는 없었지만, 집으로 돌아오는 길에 주먹을 쥐어보니 부어있는 느낌이 전혀 없고 몸도 가뿐해진 기분이 들었다. 작은 수포가 생기거나 간지러운 것처럼 명현현상이 있을 수 있으며, 체내의 독소가 많을수록 쑥뜸의 냄새도 짙다고 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>양기 북돋는 데는 쑥뜸이 최고</span>” <br/><br/><br/>인체는 항상 양기가 충만하여 기혈의 순환이 활발해져야 무병장수 할 수 있다고 하는데 이 양기가 부족하면 자주 피로하고 배가 차가워져 추위를 많이 타 힘을 제대로 쓰지 못하게 된다. 스트레스 많은 현대인들이 겪는 대표적인 증상들이다. 장 원장은 “<span class='quot1'>양기를 북돋아 주는 데는 쑥뜸이 최고</span>”라며 “<span class='quot1'>이곳을 찾는 손님들의 몸 상태가 호전되는 것을 눈으로 직접 볼 때마다 매번 신기하고, 부작용이 없어 쑥뜸이야말로 남녀노소 온 가족의 건강지킴이가 아닌가 하는 생각이 든다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>또한 생식기 주변의 습을 제거하고 수술 후 원기회복, 출산 후 회복 그리고 항문질환에 탁월한 효과가 있는 좌훈도 빼놓지 말아야 할 코스. 건식으로 마른 약쑥을 태워 좌훈하기 때문에 위생적이고 안전하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의 031-703-1475 <br/><br/><br/>위치 서현동 306-2 동남프라자 201호  

언론사: 내일신문-1-148.txt

제목: 요실금, 방치하지 말고 적기에 치료해야  
날짜: 20160220  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160222124342681  
본문: 타워비뇨기과과 광진점 김명준 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금클리닉을 운영하다보면 안타깝고도 흐뭇한 사연들을 많이 접하게 된다. 얼마 전 요실금수술을 받으시고 이제는 손녀랑 마음껏 줄넘기를 할 수 있게 되었다면서 감사해하시던 60대 할머니부터 요실금 때문에 계모임, 여행 한번 맘껏 못했다면서 하소연 하던 40대 아주머님까지 남몰래 고민 아닌 고민을 안고 있는 많은 분들을 보면서 간단한 치료만 하면 얼굴을 활짝 피고 맘껏 웃으면 훨씬 젊어질텐데...하는 안타까움을 느끼게 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/>1. “요실금이 있는데 어떻게 하면 되나요. <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금은 암과 같은 생명을 위협하는 질병은 아니지만, 요실금으로 인한 정신적인 스트레스는 어떤 질환 못지않게 당사자를 괴롭히는 질환입니다. 어느 누구에게도 속시원하게 말을 못하기 때문입니다. 미국조차도 요실금을 “사회적인 암”으로 규정하고 전국민적인 요실금퇴치운동을 벌이기도 하였습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금은 아주 간단한 수술만으로 완치가 가능합니다. 요즘의 요실금 수술은 과거와 달리 간단한 국소마취만으로 30분이면 통증없이 수술이 끝나고, 2-3시간 지나면 회복이 되며, 입원할 필요도 없습니다. 요실금 수술을 결심한 분들 대부분이 전에 수술한 분들의 권유로 수술할만큼 수술한 분들의 90%이상이 수술을 잘했다고 생각합니다. 수술한 분들은 딴 세상이라고 할 정도로 만족스럽기 때문입니다. 무엇보다도 자신의 몸관리가 가장 중요한 요즘 웰빙 시대에 평생을 요실금으로 계속 불편해하는 것보다는 간단한 결심과 수술로 전혀 다른 생활을 즐길 수 있기 때문에 요실금은 꼭 치료해야 하는 질환이라고 얘기할 수 있습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/>2. “수술을 안하고도 요실금을 치료할수 있나요? <br/><br/><br/> <br/><br/>간단한 수술로 치료가 되는 요실금이지만, 많은 분들이 수술에 부담을 가지고 있습니다. 초기의 약한 요실금의 경우는 골반근육운동이나 체외자기장치료 등을 꾸준히 하면 많은 도움을 받습니다. 특히, 출산 후 예방적 목적으로 위의 치료를 받으면 좋습니다. 다만 최소한 6개월이상 꾸준히 운동을 해야지 효과가 있으며, 중등도 이상의 요실금에는 치료가 안되는 것이 문제입니다. 결론적으로, 약한 요실금 치료나 요실금 예방이 목적인 경우에는 골반근육운동이나 체외자기장 치료를 고려해볼 수 있으나, 중등도 이상의 요실금은 수술적 치료를 먼저 하는 것이 좋습니다.

언론사: 내일신문-1-149.txt

제목: 송파구 서울과학학원 - 과학탐구영역에 대한 궁금증 A to Z\_정확하게 알고, 신중하게 결정, 그리고 집중하자!  
날짜: 20160217  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160218132733945  
본문:  대학수학능력시험(이하 수능)에서 자연계열에 응시하는 수험생 비율이 매년 증가하고 있다. 이 같은 현상은 이공계 대학 정원 증가와 함께 앞으로도 지속될 것이란 전망이다. <br/><br/><br/>2016학년도 수능에서 응시자 중 과학탐구에 응시한 수는 23만729명으로 전체 응시자의 39.4%에 달했으며, 올해는 40%를 넘어설 것으로 예측되고 있다. <br/><br/><br/> 꾸준히 늘고 있는 자연계열 학생 수. 입시에서 좋은 결과를 이루기 위해서는 과학탐구영역에서의 현명한 선택과 철저한 대비가 필요하다. <br/><br/><br/> 송파 과학전문학원 서울과학학원의 유선이 원장은 “<span class='quot0'>많은 학생들과 학부모들이 과학 학습에서부터 수능에서의 과목 선택, 그리고 논술 대비에까지 정확한 목표나 방향성 없이 ‘막연히’ 준비하고 있는 경우가 많아 안타까울 때가 많다</span>”며 “<span class='quot0'>대학입시의 변화와 과학영역의 중요성을 정확하게 인지하고 체계적인 학습으로 대입을 준비해야 한다</span>”고 강조한다. <br/><br/><br/> 과학탐구영역 학습에 대한 ‘모든 것’을 유 원장과 함께 알아본다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>1학년 융합과학, 2·3학년 1·2과정 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>2011년 7차교육과정개정안에 따른 과학교육과정은 융합과학과 화학1, 생명과학1, 물리1, 지구과학1, 화학2, 생명과학2, 물리2, 지구과학2로 구성되어 있다. 대학입시에서는 학교 과학과목의 내신과 수능에서 선택한 두 과목, 그리고 논술에서 필요한 과목의 1, 2과정(학교·학과마다 다름)이 필요하다. <br/><br/><br/>1학년은 융합과학을 2학년은 1과정을, 그리고 3학년 때 2과정을 배우는 것이 일반적. 또한 융합과학과 1과정의 연계성 부족으로 인해 혼란을 겪고 있는 학생들이 많은 게 사실이다. 탄생(우주·태양계·생명체)에서부터 시작되어 응용과학(반도체·암·에너지 등)으로 이어지는 융합과학. 실생활과 연관되어 학생들이 흥미를 가질 순 있겠지만 1과정에 대한 기초를 ‘탄탄히’ 닦을 수 있는 과정은 아니란 것이 전문가들의 의견. 내신관리를 위한 학습과 1과정을 위한 기초학습이 절실한 이유다. <br/><br/><br/> 유 원장은 “<span class='quot1'>1학년 때 배우는 융합과정과 2학년에서 배우게 되는 1과정의 연계성 부족으로 과학영역에 어려움을 호소하는 학생들이 많다</span>”며 “<span class='quot1'>또, 고등학교마다 과목의 시행 방법이 다양하고 대입에서의 과학과목 선택에 따른 가산점 포함 유무와 대학논술에서의 1, 2과정 포함 유무에 따라 학교수업 편성이 달라지고 있어 학생들이 더욱 혼란스러워 하고 있다</span>”고 분위기를 전했다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>실제적 논술전형비율 20%에 달해 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>여기에 해마다 그리고 대학별로 변화하는 입시요강 또한 과학과목 학습에 어려움을 주고 있다. 간혹, 대학 입시를 다 치른 후 과학탐구 선택과 학습에서의 잘못을 인정하는 학생들이 있다. 대학입시의 변화에 따른 과학영역의 중요성을 정확하게 파악해야 하는 이유다. <br/><br/><br/> 변화되는 대학입시의 경향은 수능에서의 쉬운 난이도 유지, 수시모집 확대, 그리고 정시모집의 축소로 요약할 수 있다. <br/><br/><br/> 학생부종합전형, 학생부교과전형, 논술전형으로 모집하는 수시모집은 전체 모집 인원의 70% 이상으로 확대되고 있으며 꾸준히 더 늘어날 전망이다. 내신과 비교과영역이 중요한 이유다. <br/><br/><br/> 유 원장은 “<span class='quot1'>전체 입시의 4.2%를 차지하는 논술전형은 수치만으로는 그 비중이 낮아 보이지만, 실제로는 상위권 15개 대학의 전체모집인원 20~22%를 논술전형으로 선발하고 있어 정시인원(약30%)과도 큰 차이가 나지 않는 수치</span>”라며 “<span class='quot1'>대부분의 대학이 수리논술과 과학논술을 함께 치르며, 또한 과학논술에는 대부분 과학2 영역을 포함하고 있어 논술전형 희망자인 경우 과학2 학습이 반드시 필요하다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/>정시에서는 수능의 비중이 절대적이다. 상위권 대학의 경우 과학탐구 반영비율이 30%에 달하고, 수시모집 최저학력기준으로 수능이 사용되기 때문에 매우 중요한 부분이다. <br/><br/><br/> 내신 또한 허투루 할 수 없다. 특히 자연계 학생들의 경우 2학년과 3학년 과목 중 과학 과목수와 비중이 크고, 상대적으로 큰 비중을 차지하는 고3내신에 과학2가 포함되어 끝까지 내신관리에 철저할 필요가 있다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>선택과목 1,2위는 생명과학(62%)과 화학(53.4%) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇다면 과학탐구영역 수능과목(2개)은 어떻게 선택해야 할까. 쉬운 수능이 유지되면서 과학 선택 과목이 입시에서 큰 변수로 작용할 수 있다. 2016학년도 과학탐구영역에서는 영역 간 표준점수 최고점 차가 16점에 이른다. 표준점수는 원점수의 분포를 영역 또는 선택과목별로 정해진 평균과 표준편차를 갖도록 변환한 분포 상에서 수험생이 획득한 원점수가 어느 위치에 해당하는가를 나타낸 점수다. 영역에 따라 원점수가 같을지라도 표준점수는 달라질 수 있다는 말인 동시에 표준점수는 어느 영역의 점수를 높게 받느냐에 따라 유불리가 생겨날 수 있다는 말이다. <br/><br/><br/> 유 원장은 “<span class='quot1'>과목별 선택 인원수 비율과 표준점수를 고려해 안정적인 과목을 선택하는 것이 중요하며 인원수가 많을수록 1등급 컷도 안정적</span>”이라고 설명한다. <br/><br/><br/> 즉, 난이도 예측이 정확하지 않은 상황에서 많은 학생들이 선택한 과목을 택하는 것이 일반적인 탐구과목 선택방법이라는 것. 많은 학생들이 선택한 과목은 표본이 커져 난이도에 따른 표준점수 변화가 크게 일어나지 않기 때문이다. <br/><br/><br/> 과학탐구과목 중 응시자 비율이 가장 높은 과목은 생명과학(62%)과 화학(53.4%)이며, 가장 적은 응시 과목은 물리2(1.5%)이다. <br/><br/><br/> 논술전형에서의 과목도 잘 따져보는 것이 현명하다. 성적이 잘 나온다는 이유로 지구과학을 선택한 학생이 막상 논술에서 지구과학이 포함되지 않고 자신이 집중하지 않은 과목이 반영되는 경우, 지원 자체가 어려워질 수도 있기 때문이다. 논술에서는 지구과학이 포함되지 않는 대학이 대부분이다.   <br/><br/><br/>과학2를 선택하는 데에도 신중해야 한다. 일부대학에서 과학2에 가산점을 주기도 하지만 워낙 적은 인원수에 우수학생이 집중하는 경향이 있어 불리할 수 있다. <br/><br/><br/> 유 원장은 “<span class='quot1'>고3 모의고사를 몇 번 치르며 성적이 잘 나오지 않는다는 이유로 뒤늦게 선택과목을 변경하는 학생들도 있는데 학습시간이 충분하지 않아 실패할 확률이 커지게 된다</span>”며 “<span class='quot1'>미리부터 과목을 신중히 결정, 자신이 선택한 과목에 집중해야 한다</span>”고 강조했다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>수능, 내신, 논술 3박자 실력 갖춰야 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇다면 과학탐구역역 학습은 어떻게 진행해야 할까. 내신과 수능, 논술이 모두 유기적인 관계에 있다는 생각으로 셋 모두에 집중하는 것이 바람직하다. <br/><br/><br/> 서울과학학원은 철저한 수준별 수업으로 내신과 수능, 논술을 함께 대비할 수 있는 프로그램을 운영하고 있다. 과학 공부를 처음 시작하는 학생들의 경우 개념의 완성도에 집중하고, 다양한 문제풀이를 통해 개념의 완성도를 높이고 있다. 또한 방학 중 특강을 통한 학습과 학기 중 심화학습으로 반복 수업을 진행, 완성도를 높이고 있다. 고3은 기본개념정리와 기출문제풀이와 반복적인 실전모의고사로 수능 1등급 대비학습에 집중한다.  <br/><br/><br/> 내신대비는 학교별로 특화되어 있다. 송파, 강동 지역 학교 내신에 대한 철저한 분석을 기본으로 학교별 과목 변화와 출제추이까지 파악하고 있다. 내신 1~2달 전부터 각 학교의 프린트물과 수업내용, 기출문제를 통한 완벽내신대비학습에 돌입, 대부분 학생들이 내신에서 우수한 성적을 거두고 있다. <br/><br/><br/> 논술수업 역시 체계적이고 전문적으로 운영된다. <br/><br/><br/> 유 원장은 “<span class='quot1'>대학논술에서 요구하는 것이 학생들의 창의력과 이해력, 분석력과 문제적응능력인 만큼 기본적인 능력과 자질을 갖추는 것에 집중하고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>결국 과학1을 충실히 공부하고, 문제풀이가 아닌 개념위주로 과학2를 공부하는 것이 논술을 위한 최선</span>”이라고 설명했다. <br/><br/><br/>또한 대학마다 학생들에게 요구하는 것이 다르므로 대학별 논술기출문제와 모의논술 풀이로 철저한 대학별 논술 대비가 진행된다. <br/><br/><br/>한편, 서울과학학원 중등부는 고등학교 과학의 기초가 되는 수업으로 개념학습과 개념의 완성도를 높이는 문제풀이로 주2회 수업이 진행되고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의 서울과학학원  방이캠퍼스 송파구 방이동 208-4 3층 <br/><br/><br/>                                 잠실캠퍼스 송파구 잠실본동 242-17 3층 <br/><br/><br/>                                                      <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>                                          

언론사: 내일신문-1-150.txt

제목: 메트라이프, 저축은행 통해 '신용생명보험' 판매 나선다  
날짜: 20160216  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160216124350520  
본문: 메트라이프생명은 아주저축은행과 업무협약을 맺고 보험사고 발생시 보험금으로 대출금을 대신 갚아 주는 '무배당 우리가족 대출클린 신용보험'을 16일부터 판매한다고 밝혔다. 저축은행을 통해 '신용생명보험'이 판매되는 것은 이번이 처음이다. <br/> <br/>신용생명보험은 대출이 있는 고객이 질병, 상해, 사망 등의 우발적인 보험사고로 대출금 상환이 어려울 경우 보험사가 남아있는 대출금을 대신 상환해 주는 보험상품이다. <br/> <br/>'무배당 우리가족 대출클린 신용보험'은 80%이상의 장해상태 또는 사망 시 보험금을 지급하는 '사망보장형'과 암진단금이 포함된 '암보장형'으로 이뤄져 있다. 은행이나 기관에서 대출을 받았을 경우 30세에서 55세까지 가입이 가능하며, 보험기간은 최저 1년에서 최고 15년까지 1년 단위로 설정할 수 있다. 가입금액 또한 대출금액 내에서 1000만원부터 최대 10억원까지 자유롭게 설계할 수 있어 자신의 대출 상황에 따라 맞춤 설계가 가능하다. <br/> <br/>데미언 그린 메트라이프생명 사장은 "신용생명보험은 불의의 사고로 채무상환을 하지 못하는 위험을 대비할 수 있기 때문에 대출자는 물론 대출기관에도 유익한 보험상품"이라며 "빠르게 증가하고 있는 가계부채로 인해 더욱 벌어질 수 있는 사망보장격차를 보완하고 소중한 가족의 행복을 지켜주는 금융서비스가 될 것으로 기대한다"고 말했다. <br/> <br/>이 상품은 사망보장형 가입금액 5000만원, 10년만기 전기납을 기준으로 월 보험료가 40세 남성의 경우 1만500원, 여성은 6000원으로 보험료 부담이 크지 않다. 이 상품은 아주저축은행 외에도 IBK기업은행에서도 가입할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-151.txt

제목: KB생보, 태아도 가입 가능한 보험 출시  
날짜: 20160212  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160212122758892  
본문: KB생명보험은 태아부터 가입이 가능한 '무배당 KB행복+자녀사랑보험을 출시했다. <br/> <br/>이 상품은 입원에 대한 보장을 강화한 '첫날부터입원급여금' 보장을 탑재하고, 만기환급형의 경우 필요시 연금재원으로도 전환해 노후까지 활용한 게 특징이다. <br/> <br/>1종 표준형과 2종 입원플러스형으로 나눠져 있으며 1종 표준형은 주계약 가입만으로도 암, 5대장기이식수술, 조혈모세포이식술, 말기신부전증진단, 재해장해, 골절 등을 보장한다. <br/> <br/>또 깁스치료와 응급실내원을 보장하고 유괴, 납치, 강력범죄 및 폭력, 스쿨존교통사고 등도 보장한다. 2종 입원플러스형은 암진단, 교통재해 및 일반재해 장해, 입원을 보장한다. <br/> <br/>1종과 2종 모두 만기환급형으로 가입할 경우 환급금을 적립형 계약으로 전환한 후 연금재원으로 활용할 수 있다. 보험 가입연령은 태아를 포함해 0~20세이며, 최대 100세까지 보장이 가능하다. <br/> <br/>KB생명보험 관계자는 "자녀를 재해와 질병으로부터 보호하고, 성인이 된 이후에는 필요 시 연금자원으로도 활용할 수 있어, 자녀를 평생 지켜주는 든든한 버팀목 같은 보험이 되기를 바란다"고 설명했다.

언론사: 내일신문-1-152.txt

제목: [신간│존 치버의 일기] 일기로 만나는 미국 단편소설의 거장 '존 치버'  
날짜: 20160205  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160205112952326  
본문: 존 치버 지음 / 박영원 옮김 / 문학동네/2만8000원 <br/>세계문학사를 통틀어 매우 희귀하고 유의미한 기록으로 꼽히는 '존 치버의 일기'가 출간됐다. 존 치버는 교외에 사는 저소득층과 자신의 경험을 녹여낸 첫 작품집 '어떤 사람들이 사는 법'을 시작으로 여러 단편집과 '왑샷 가문 연대기' '팔코너' 등의 장편소설을 발표, '교외의 체호프' '미국 단편소설의 거장'이라 불리는 작가다. <br/> <br/> 한국어판으로 924쪽에 달하는 방대한 분량의 일기는 존 치버가 1940년대 말부터 1982년 암으로 세상을 떠나기 불과 며칠 전까지 35년 동안 써내려간 일기 중 일부를 묶었다. <br/> <br/>그는 20세기 후반 미국 사회 중산층의 생활상을 배경으로 풍요로움 속의 고독, 속박, 모순을 포착한 작가이자 동시에 우울증과 알코올 중독으로 고통받은 인간이었다. 일기에는 그런 그의 인간으로서의 모습이 잘 담겨 있다. 그의 일기는 잔인할 정도로 솔직하다. <br/> <br/>출판사 문학동네는 존 치버가 일생 동안 써 온 편지들을 한데 엮은 '존 치버의 편지'도 함께 출간했다. 아들 벤저민 치버는 존 치버와 편지를 주고받았던 지인들의 증언과 도서관 소장 자료를 바탕으로 설명을 덧붙였다.

언론사: 내일신문-1-153.txt

제목: 암 관련 경제비용만 연간 22조원  
날짜: 20160204  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160204130424290  
본문: 암 발병자 수가 꾸준히 늘어 관련 치료비가 급증, 경제적 비용이 갈수록 커지고 있다. 이 때문에 우리 국민들은 암에 걸렸을 때 죽음에 대한 두려움보다 치료비 부담을 더 걱정하는 것으로 나타났다. <br/> <br/> <br/> <br/> <br/> <br/>생명보험협회가 세계 암의 날(4일)을 맞아 발표한 국내 암 관련 통계에 따르면, 2013년 기준으로 새로 발생한 암환자 수는 남자 11만3744명, 여자 11만1599명으로 총 22만5343명이다. <br/> <br/>암환자수는 관련 집계가 시작된 1999년(10만1032명) 이후 지속적으로 증가하고 있는 추세다. <br/> <br/>우리나라 국민들이 평균수명인 81세까지 산다고 가정했을 때 암에 걸릴 확률은 남자가 38.3%, 여자가 35%다. 우리나라의 암발생률은 인구 10만명당 285.7명으로 경제협력개발기구(OECD) 평균 270.3명보다 높다. <br/> <br/>암으로 인한 사회경제적 비용은 가파른 증가세다. <br/> <br/>지난 2002년 11조3000억원 수준이었던 암 관련 경제적 비용은 2009년 22조1000억원으로 7년 만에 두배 가량 늘었다. 항목별로는 사망손실액(환자가 사망하지 않았다면 69세까지 벌어들일 것으로 예상되는 수입)이 7조7000억원, 직접의료비(암치료에 드는 비용)가 6조3000억원, 이환손실금(치료로 인해 일을 하지 못하는 손실 비용)이 5조4000억원, 비직접의료비(교통비·간병비·보완대체요법 비용 등)가 3조8000억원인 것으로 집계됐다. <br/> <br/>이에 따라 우리 국민들은 암에 걸릴 경우, 치료비 부담을 가장 우려하는 것으로 나타났다. <br/> <br/>국립암센터와 코리아리서치가 실시한 설문조사(2012년 기준)를 보면 암발병시 우려사항 1위는 치료비부담으로 30.7%를 차지했다. 죽음에 대한 두려움(16.1%), 아픈 사람의 고통에 대한 걱정(12.4%), 회복가능성 불투명(11%) 등 환자의 신체와 관련된 우려보다 크게 높은 수치다. <br/> <br/>반면, 의료기술이 발달해 암 생존률은 꾸준히 늘고 잇다. <br/> <br/>보건복지부가 발표한 암 생존률 자료(2013년 기준)에 따르면 2009년부터 2013년 사이 암환자의 5년 생존률은 69.4%로 10년 전(1993~1995년)에 비해 28.2% 증가했다. 암환자의 10년 생존율도 2004~2008년 59.9%로 10년 전보다 18.7% 늘었다. <br/> <br/>이에 따라 생명보험업계에서는 최근 발병률이 높아진 암 종류와 생존률을 반영한 새로운 암보험 상품을 선보이고 있다. <br/> <br/>최근에 출시되는 암보험은 유방암, 대장, 전립선암 등 최근 발병률이 증가하고 있는 암과 치료비가 높은 간암, 폐암, 췌장암 등에 대해서는 보장금액을 늘리고 보장기간도 종신 또는 최대 110세까지 확대됐다. 또 암 생존율의 지속적인 증가에 따라 소득상실에 따른 생활비까지 지원하는 상품이 늘고 있고, 암치료 후 빈번히 발생하는 재발암과 전이암에 대해서도 계속해서 보험금을 지급한다. <br/> <br/>생보협회는 "암 종류 및 치료방법에 대한 회사별 보험금 지급기준이 달라 보장여부와 보장기간을 꼼꼼히 살펴야 한다"며 "일반적으로 암보험은 가입 후 90일이 지나야 보장이 개시되고, 1년 또는 2년 동안은 가입금액의 50%수준만 보장되기 때문에 주의해야 한다"고 조언했다.

언론사: 내일신문-1-154.txt

제목: 삼성화재 "나이 많고 아파도 보험가입"  
날짜: 20160128  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160128125050432  
본문: 삼성화재가 보험 가입이 어려웠던 고령층과 유병자도 쉽게 가입할 수 있는 건강보험 '간편하게 건강하게'를 출시해 호응을 얻고 있다. <br/> <br/>50~75세의 유병자를 타깃으로 계약자의 '알릴 의무사항'을 간소화해 간편하게 가입할 수 있고, 10년마다 재가입을 통해 최대 100세까지 보장받을 수 있다. <br/> <br/>'간편하게 건강하게'는 '3·2·5'에 해당하지 않으면 가입할 수 있다. △최근 3개월 이내 입원·수술·추가 검사(재검사) 의사소견 여부 △2년 이내 질병이나 사고로 입원·수술 여부 △5년 이내 암 진단·입원 및 수술 여부 등이다. 당뇨나 고혈압으로 통원 치료를 받거나 정기적으로 약을 먹더라도 따로 고지할 필요가 없다. <br/> <br/>상해·질병 사망시 최고 3000만원, 3대 질병(암·뇌출혈·급성심근경색증) 진단시 최고 2000만원까지 보장한다. 수술비(상해·암), 입원일당(상해·질병·암)도 선택 가능하다. <br/> <br/>유병자 및 고연령 계층에 꼭 필요한 부가 서비스도 눈길을 끈다. 전문 의료진의 전화 상담 및 3차 병원 진료 예약을 대행해 주는 건강관리서비스와 함께 본인과 배우자 사망시 장례지원서비스를 무료로 제공한다. <br/> <br/>가입 연령 폭도 확대됐다. 기존 유병자 할증제도를 통해 최대 65세까지 가입할 수 있었던 점을 보완, 75세까지 가입할 수 있다. <br/> <br/>상해1급, 10년 만기 전기납 조건의 순수보장형 기준으로 60세 남자의 월 보험료는 6만7280원, 여자는 5만213원이다. <br/> <br/>삼성화재 장기상품개발팀장 정병록 상무는 "'간편하게 건강하게' 출시를 계기로 다양한 고객 계층별로 꼭 필요한 보장을 제공해, 보험사 본연의 역할에 최선을 다하겠다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-155.txt

제목: 중국 '중서의 결합' 암치료 성행  
날짜: 20160127  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160127130406350  
본문: 중국에서는 암치료도 중서의 결합으로 이뤄지고 있다. 우리나라 대부분 의료인들이 양한방 각자 의학대로 진료하다가 한계에 부딪쳐도 다른 의학을 권하지 않는 '폐쇄적' 모습과는 다르다. <br/> <br/>전문가들은 "환자의 건강 회복을 중심에 두고 의료체계를 개선해야 한다"고 지적한다. 이에 "중국의 통합적 의료체계는 좋은 모델 중 하나"라는 주장도 나온다. <br/> <br/>베이징전통의학연구소는 "중국의 경우 암환자 치료에 서의(서양의학)치료와 중의(중국전통의학)치료를 병행하도록 기본 매뉴얼이 짜여져 있다"고 밝혔다. <br/> <br/>중국의 서의에 의한 암치료는 우리나라 양방의료기관에서의 진료 내용과 거의 같다. 수술요법, 항암치료, 방사선치료, 면역요법 등 대부분 동일하다. 반면 중국 중의 의료기관에서는 암 진료 매뉴얼이 갖춰져 있는데 우리나라와 다른 진료 양상을 보인다. <br/> <br/>중국중의과학원 산하 광안문병원의 종류(암)과 위암 매뉴얼에는 기본적인 서의 치료에다 중의치료를 결합하고 있다. 세부적으로 보면 암 수술 후, 화학치료 후, 변증과 변병에 따라 중의치료를 한다. 그 목적은 암 전이 및 재발 방지, 생존기간 연장이다. <br/> <br/>수술 후 화학치료를 진행해야 하지만 체질의 문제로 화학치료를 받을 수 없는 경우 혹은 화학치료를 끝낸 후 2-3년간 중약과 항암중약주사제를 결합해 치료한다. 수술 후 3-5년 새 중약탕제와 중성약 사용을 권고한다. 주요 치료가 끝난 후 2-3년 간 중약탕제와 중성약 위주로 치료하고, 3-5년사이 병세가 안정되면 약 양을 줄이거나 계절에 따라 중약 복용한다. 변증에 따라 소요산 가감, 맥문동탕, 이중탕가감, 소반하탕 합 격하축어탕 등을 사용한다. <br/> <br/>베이징중의약대학교 제2임상병원인 동방병원의 간암 매뉴얼을 보면, 초기 간암환자에게는 수술 전 몸 상태 조리, 수술 및 방사선치료 전후 재활 촉진, 재발방지, 부작용 경감치료를 실시한다. 말기간암인 경우 중약치료를 위주로 임상증상의 발전 속도 완화, 생활의 질 제고, 생존기간 연장을 이룬다. <br/> <br/>간암으로 인한 황달, 동통, 복수, 오역 구토, 출혈, 발열에 중약 복용, 자침, 약제 부착 등을 실시한다. <br/> <br/>이런 진료가 이뤄지는 것은 왕성한 임상연구활동이 뒷받침되었기 때문이다. <br/> <br/>한 연구사례를 보면 국가 '10차5개년 계획' 과학기술주요항목 가운데 하나인 '폐암 생존기 종합치료방안연구'에서 586례의 3-4기 비소세포폐암환자에게 무작위 시험을 한 결과, 중서의 결합군의 생존기간이 12.03개월인 반면, 서의치료 단독군의 생존기간은 8.36개월 나타났다. 또 화학치료 및 방사선치료 실험에서도 중약을 사용한 군은 방사선치료 완성률 84.5%, 화학치료 완성률 89.6%로 나타났다. 사용하지 않은 군 63.5%, 66.7%보다 높았다. <br/> <br/>임채선 삼대국민한의원의원 원장(복수면허자)은 "전통의학에 대한 많은 연구에서 한약처방을 기존 암치료와 병행할 경우 치료 효과들이 높아진다고 밝히고 있다"며 "우리나라도 이런 연구활동들이 활성화 될 수 있게 국가적 지원이 따라야 한다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-156.txt

제목: [암치료의 새로운 지평을 열다 | 통합의료진흥원 전인병원] 의사-한의사 손잡고 암환자 함께 치료  
날짜: 20160127  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160127130406002  
본문: "한 72세의 췌장암 환자는 수술이 불가능한 상태였고 주변으로 암 세포가 침범했다. 전인병원 내원해 항암, 고주파 온열치료, 한방치료를 동시에 치료했다. 이제 항암치료 부작용이 거의 없고, 췌장암 주요 증상들이 없어진 채 유지하고 있다." <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>"78세의 비소세포 폐암환자. 암세포가 넓어지고 있었지만 분포 위치가 증상을 심하게 할 부위가 아니어서 항암치료를 하지 않고, 한방치료만 했는데 증상이 개선되고 있다." 통합의료진흥원 전인병원(대구)이 출범한지 2개월이라는 짧은 기간 동안 진료받고 암증상이 개선되고 있는 암환자들 사례이다. <br/><br/><br/><br/><br/> 전인병원 임상연구실에서 환자의 혈액자료를 분석하고 있다. <br/><br/><br/><br/> <br/>지난해 12월 3일 우리나라에서 처음으로 탄생한 양한방 통합의료 의료기관인 전인병원을 1월 14일 오후에 찾았다. 겉으로 보면, 130병상 수를 갖추고 있는 여느 중형병원과 같은 모습이다. 하지만 입원병동 2개 층 외에 체력단련, 재활운동, 심리상담, 아로마 자연요법, 명상, 수(水)치료 공간과 넓은 휴식터, 가족들과 환자들의 만남 장소 등이 마련되어 있다. 마치 의료기관과 안락한 문화 공간이 어울려져 있는 모양새다. 손기철 병원장(의사·신부)은 "고통받는 난치환자들이 집에서 지내는 것처럼 편안한 마음으로 치유되길 바라는 뜻으로 병원공간을 디자인했다"고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>통합진료센터가 있는 3층으로 가면 전인병원의 진면목을 확인할 수 있다. 통합진료센터에는 통합종양클리닉과 더불어 통합노인·재활·통증클리닉이 운영되고 있다. 의사와 한의사가 각자 진단을 한 후 합의된 처방을 시행한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>통합종양클리닉은 혈액종양내과(양방)과 한방종양내과으로 구성되어 있다. △항암화학요법 △면역요법 △수술 후 급성기 암환자 치료 △만성 암환자 통증치료·영양관리 △회복기 암환자 재활 치료를 수행한다. 통합통증클리닉에서는 암 통증치료를 수행한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>손 병원장은 "전인병원에서 제공하는 통합의료는 환자 맞춤식 의료이며 양한방 간의 동등한 자격과 가치를 인정한 가운데 의료기술을 융합해 난치성 환자를 진료한다"며 "양한방 외 재생의료, 보완대체의료도 융합해 질 좋은 의료를 환자에게 제공함으로써 전인적 치료를 진행한다"고 말했다. <br/><br/><br/><br/><br/> 전인병원 3층 통합진료센터에서 통합종양클리닉을 받기 위해 환자와 가족이 대기하고 있다.<br/><br/><br/><br/> <br/>전성하 통합종양내과 진료과장(의사한의사 복수면허자)은 "암은 난치성 질환으로 아직 정확하게 치료를 하지 못하는 부분이 있다. 반듯한 근거를 가지고 진료를 하기 위한 노력들을 해야 한다. 이와 함께 희귀난치성 질환을 치료할 때 근거가 마련되기 전에라도 좋은 사례가 있으면 치료 수단으로 사용하는 것처럼 개방적인 임상연구 자세를 가질 필요가 있다"고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한편 전인병원은 2009년부터 보건복지부와 대구시 후원을 받아 대구가톨릭대의료원과 대구한의대의료원의 교수진들이 공동으로 수행한 연구결과가 바탕이 되어 출범하게 됐다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그동안의 연구 성과를 살펴보면 △위암 수술 후 위장 마비로 고생하는 환자들에게 침치료를 병행한다면 평균 2일 이상 일찍 그 마비 증상을 회복할 수 있는 사례.△갑상선 암환자 치료 후 식욕부진 증상을 호소하는 환자들에 침 치료를 병행한다면 효과가 있는 사례 △췌장암 환자인 경우 항암화학요법과 동시에 한약을 같이 투여하면 항암제 후유증을 줄이는데 도움이 되는 사례 등등이 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또한 통합의료에 대한 꾸준한 연구 결과, 통합의료진흥원과 미국 조지타운대의료원이 신약개발을 위한 조인트벤처 설립을 위한 협약을 지난해 12월 3일 체결했다. 이는 진흥원의 연구결과를 조지타운대의료원에서 인정한 결과이다. 통합의료진흥원의 실험에서 '유방암환자에 사용하는 항암제 타목시펜과 한약인 J탕을 같이 사용한 경우 타목시펜 단독으로 사용했을 때보다 높은 치료효과가 있다'는 결과가 나왔다. 이 연구결과에 대한 특허를 2012년에 확보하고, 이를 조지타운대의료원에서 동일한 실험으로 재현했다. 또한 타목시펜 사용할 때 나타날 수 있는 자궁내막염과 자궁내막암의 이상반응을 현저히 낮춘다는 연구결과도 확인했던 것이다.

언론사: 내일신문-1-157.txt

제목: 말기암환자 호스피스 이용 13.8%  
날짜: 20160126  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160126125219796  
본문: 말기암환자들이 이용할 수 있는 완화의료(호스피스)제도가 확충되어 가는 가운데, 의료인 환자 가족의 인식 개선이 뒤따라야 호스피스 이용률을 높일 수 있을 것이라는 지적이 나왔다. 암 호스피스는 말기암 환자와 그 가족들이 직면한 삶의 질을 개선하기 위해 신체적, 정신적, 영적 고통을 덜어 주는 의료 활동을 말한다. <br/> <br/>보건복지부에 따르면 2014년 말기암환자 13.8%가 평균 23일 동안 호스피스를 이용했다. 2014년 암사망자 7만6611명 중 호스피스(완화의료)전문기관에 입원해 호스피스를 이용한 환자 1만559명을 나눈 수치이다. 이는 2012년 11.9%, 2013년 12.7% 보다 늘었지만 미국 (메디케어) 43%, 영국 95%, 대만 30% 등에 비하면 현저히 낮다. <br/> <br/>호스피스를 이용하겠다는 의견이 58.5%, 호스피스 이용으로 삶의 질 향상 효과에 대해 71.7%가 '그렇다'라고 답한 것(2014년 국립암센터 대국민 설문조사결과)을 고려할 때, 국민의 호스피스 '인식'은 긍정적으로 개선되었지만 실제 호스피스 이용으로 이어지지 않은 것으로 나타났다. <br/> <br/>이와 관련해 장윤정 국립암센터 호스피스완화의료실장은 "그동안 말기암 진단을 어려워하는 의료진, 병원들과 호스피스기관 간의 연계 미성숙, 환자와 가족들의 '진료를 포기한다'는 부정적 인식들이 합쳐져 이용률이 낮았던 것으로 분석 된다"고 말했다. <br/> <br/>최근 연도 낮은 이용률을 극복하기 위해 복지부는 개선 작업을 기울여 왔다. 우선 2014년 종합병원과 상급병원의 의료기관인증평가에서 의료인의 호스피스 안내 항목을 추가해 의료인의 고충을 덜어 줬다. 또 완화의료 수가체계가 갖춰져 병원과 호스피스 연계도 나아졌다. 최근에는 암환자와 가족들의 문의도 늘고 있다. <br/> <br/>복지부는 우선 전국 호스피스 이용자의 쉬운 이용할 수 있는 접근성 확보를 위해 호스피스 병상 수(2015년 11월 64개 기관 1056병상)를 2020년까지 공공의료기관을 중심으로 1400개로 확대할 예정이다. <br/> <br/>앞으로 말기암 환자·가족이 원하는 경우 가정에서도 호스피스 받을 수 있게 된다. 뚜렷한 병실을 없어도 운영 가능한 자문형 호스피스 제도를 신설했다. 이는 우리나라 대다수의 암 환자들은 가정에서 지내길 원함(75.9%), 가정 호스피스 이용 의향 있다(89.1%)고 답한 조사결과에 따른 조치였다.(2012년 말기 및 진행암환자 465명(19개 기관) 조사 결과) <br/> <br/>복지부는 15개 기관을 선정해 가정형 호스피스 시범사업을 3월부터 추진한다. <br/> <br/>안기종 한국환자단체연합 대표는 "엄청난 고통과 비용이 따르는 말기암 치료에 인간다운 삶을 도와주는 호스피스를 선택하는 환자와 가족이 늘어나길 바란다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-158.txt

제목: [암 치료 어디까지 왔나] 5년 암생존율 62% … 통합치료로 완치 도전  
날짜: 20160126  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160126125219309  
본문: 하나의 세포가 남아 있어도 재발해 생명을 위협하는 암. 불행히도 아직까지 완전한 하나의 치료법은 없다. 하지만 세계 전문가들의 노력으로 다양한 치료법이 발전해 오고 있다. 그 결과 2013년 우리나라 5년 암생존율은 62.0%를 넘겼다. 3명 중 2명은 생존하게 된 것이다. 이는 초기 암을 다스리는 수술요법, 날로 강해지는 방사선요법, 암세포의 확산을 억제하는 항암제, 면역세포를 키우는 면역요법, 암세포에 열 가해 죽이는 온열요법, 허약해진 암 환자의 저항력을 키우는 한방요법 등을 통합적으로 사용한 결과이다. 전문가들은 "조기에 이들 치료법을 적절히 함께 사용하는 것이 암환자의 생존율을 높이는 최선의 길"이라고 말한다. <br/> <br/> 이대목동병원의 한 의사가 방사선의료기기인 트릴로지를 이용해 암환자에게 방사선치료를 하고<br/><br/>있다. 사진 이대목동병원 제공 <br/>◆조기진단 후 처치 생존율 90% 이상 = 보건복지부 중앙암등록본부에 따르면, 2013년 새로 발생한 암환자 수는 22만5343명이다. 2003년 보다 환자가 79.3% 증가했다. 최근 5년간(2009-2013년) 발생한 암환자의 5년 상대생존율(이하 생존율)은 69.4%이다. 2001-2005년 생존율 53.8% 대비 15.6%p 향상됐다. 과다진단 논란이 있으면서 생존율이 100%가 넘는 갑상선암을 제외하면 62.0%이다. <br/> <br/>특히 암이 발생한 장기를 벗어나지 않은 경우, 5년 생존율은 전립선암 100.6%, 갑상선암 100.6%, 유방암 97.9%, 위암 95.5%, 대장암 95.3%로 높았다. 일부 주위 장기나 인접한 조직, 림프절에 침범한 경우에도 갑상선암 100.4%, 전립선암 95.7%, 유방암 90.2%로 높은 생존율을 보였다. <br/> <br/>이런 높은 수치는 조기 진단에 이어진 다양한 처치의 성과였다. <br/> 서울아산병원의 김병식 교수가 복강경 위암수술을 시행하고 있다. 사진 서울아산병원 제공 <br/>◆초기 암에는 제거 수술이 최선 = 암 확산을 억제하는 치료법에는 전통적으로 수술·방사선·항암화학요법을 널리 사용한다. 암 수술에는 크게 세 가지가 있다. 뿌리를 뽑는다는 근치수술은 암세포가 장기나 연결된 림프절에 머물러 있을 때, 한꺼번에 제거한다. 현재로서는 초기 암을 다스리는 가장 확실한 방법으로 알려져 있다. 위·직장·대장·소장·식도·간·췌장·유방·갑상선·폐·신장·난소암·과 흑색종, 연부조직육종, 골육종, 타액선암 등이 대상이다. <br/> <br/>또 다른 수술은 출혈과 구토증 등 환자의 증상을 개선시켜 생명연장을 기대하는 수술이다. 이외 화학요법 등 다른 치료법의 효과를 높이기 위해 암세포를 감소시키는 수술이다. 암 크기가 작을수록 치료 성공률이 높기에 이용된다. <br/> <br/>방사선치료는 날로 기술이 발전해 정상조직의 손상을 최소화하고 암세포를 파괴하는데 효과를 얻고 있다. <br/> <br/> 서울아산병원에서 한 암환자가 방사선의료기인 사이버나이프를 이용한 방사선 치료를 받고 있다.<br/><br/>사진 서울아산병원 제공 <br/>◆섬세해지는 방사선기 치료기술 = 암 세포가 뇌로 전이되어 생기는 두통 및 구토, 척추로 전이되어 생기는 하반신마비, 뼈로 전이되어 일어나는 극심한 통증에 특히 도움이 된다. <br/> <br/>피부암 구순암에 대한 방사선치료의 효과는 외과적 절제술과 맞먹어 림프선에 전이가 없을 경우 90-100% 완치시킬수 있다. 설암은 근접치료법으로 80% 완치율이 나타나고, 자궁암은 1기 90%, 2기에 60% 치유효과를 본다. <br/> <br/>인후암 자궁암 유방암 등 고형암은 7-8주, 림프종류는 4-5주 치료기간이 걸린다. 치료 후 폐섬유화, 심낭염, 척추신경장애 장폐색 등이 6개월에서 1년 새 나타날수 있으나 잘 대비해 치료하면 심각한 부작용은 거의 생기지 않는다. <br/> <br/>방사선 치료기에는 효과가 뛰어난 양성자치료기, 토모테라피, 감마나이프, 사이버나이프, 트릴로지, 트루빔 등이 있다. <br/> <br/>◆확산 빠른 암 잡기에는 항암치료 필수 = 화학적 항암요법은 암세포분열의 장애를 유도해 암세포를 죽인다. 수술이 불가능하거나 다른 장기로 암세포가 옮겨 갔거나 수술 후 재발해 온 몸에 퍼진 암을 대상으로 한다. 약물이 혈액이나 림프선을 통해 온 몸으로 퍼지고 분열이 빠른 세포를 더 잘 파괴하기 때문에 성장이 빠른 암을 치료하는데 특히 효과적이다. 항암제는 복용하거나 정맥주사 근육주사 동맥관류로 투여한다. <br/> <br/>하지만 항암요법은 강한 부작용을 낳고 있다. 오심, 구토, 피로, 탈모증, 조혈기능장애가 흔히 나타난다. 또 무력감, 현기증, 탈수증, 체중감소 등이 나타나기도 한다. 이로 인한 정신적 위축은 항암치료 효과를 떨어뜨리기도 한다. 심리적 대비가 필요하다. <br/> <br/>◆면역세포 투입해 기능 강화 = 면역요법은 원래의 면역기능을 회복시키거나 암에 대응하는 환자의 저항력을 키우는데 중점을 둔 보조적 치료법이다. 예를들면 면역기능을 하는 림프구를 인터류킨-2라는 물질로 자극해 활성화시키면 각종 암세포를 두루 죽이는 뛰어난 능력을 나타내는 LAK(림포카인 활성 살해 세포)가 생산된다. 이렇게 생산된 LAK세포를 암환자의 몸속에 다시 넣어주는 입양면역요법이 있다. 악성 흑색종과 대장암 등의 치료에 사용된다. <br/> <br/>면역요법은 암이 다른 장기로 전이됐거나 재발 되었을 경우 효과 있다. 수술요법, 방사선요법, 화학요법은 암환자의 저하된 면역기능을 더욱 떨어뜨리는 단점이 있다. 면역요법을 함께 사용하면 단점을 보완할 수 있다. <br/> <br/>면역요법에는 BGG, 인터페론, 인터류칸-2, 암괴사인자, 단세포항체, 피시비닐, 헬릭스 등이 있다. 인터페론은 정상세포에도 영향을 미쳐 많은 부작용을 일으켜 현재는 거의 사용하지 않는다. <br/> <br/>◆열을 가해 암세포 죽인다 = 온열요법은 암조직에 열을 가해 암을 치료한다. 전신요법은 암이 온 몸에 퍼져 있을 경우 환자를 마취시킨 후 뜨거운 공기로 체온을 섭씨 41.5%로 높여 1-2시간 동안 유지시킨다. 국소요법은 장기에 머물러 있는 암(원발성) 또는 전이된 암에만 열을 높여서 치료한다. <br/> <br/>암조직은 열에 민감하고 혈관이 제대로 만들어져 있지 않아서 밖으로부터 받은 열을 빨리 발산하지 못해 쉽게 열이 오른다. 결국 세포단백질 세포막합성효소 염색체를 변질시켜 암세포를 죽게 만든다. 전신요법은 열을 더 올릴 수 없는 한계가 있다. 하지만 국소요법은 열 발생장치가 많이 개발되어 좋은 결과를 얻고 있다.열 발생장치로는 마이크로파 초음파 고주파 등이 있다. <br/> <br/>온열요법과 방사선요법을 같이 사용하면 치료효과를 더욱 높일 수 있다. <br/> <br/>◆암치료 부작용 해소에는 한방요법 = 한방암치료법은 다양한 약물요법과 침구요법으로 이뤄져 있다. 우리나라와 더불어 중국과 일본에서는 동서의학을 통합해 암치료에 활용하고 있다. <br/> <br/>암 수술 전에 쓰이는 한약은 환자의 정기를 돕고 영양상태를 개선시키고, 수술 후에 쓰이는 한약은 건강을 회복시키고 이어지는 방사선요법과 화학요법을 받기에 적절한 신체 여건을 만들어 준다. <br/> <br/>방사선요법과 한약요법을 같이 사용하면 방사선치료의 소화기와 조혈계통의 후유증을 줄이거나 예방할 수 있다. 방사선치료 효과를 다지고 재발 및 전이를 예방해 장기 생존율을 높일 수 있다. 또한 항암제의 부작용과 독성을 줄이는 효과를 얻을 수 있다. <br/> <br/>전성하 통합의료진흥원 전인병원 통합종양내과 진료과장은 "하나의 방법으로 암을 치료할 수 없는 현실에서 환자의 신체 정신적 상태, 암 진행정도에 따라 적절한 통합치료를 선택하는게 최선"이라며 "암 확산 억제와 신체를 살릴 가치있는 치료법들을 사용하는데 주저하지 말아야 한다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-159.txt

제목: 암 발생 촉발시키는 스트레스  
날짜: 20160125  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160125130656549  
본문: 정신적 스트레스를 많이 받을수록 암이 발생할 가능성은 높아진다. 지나친 스트레스로 인해 몸 안의 면역체계가 느슨해지고, 약해진 면역체계로는 암세포가 발생 확장하는 것을 막기 역부족인 환경이 되기 때문이다. <br/> <br/>우리 몸이 스트레스를 받게 되면, 자율신경계와 호르몬을 관장하는 시상하부(視上下部)가 콩팥 위에 있는 부신(副腎)에 스트레스 대처 호르몬을 분비하도록 명한다. 이에 평소보다 20배나 많은 코티솔과 아드레날린이 분비되어 외부상황에 기민하게 대처할 수 있게 신체 각 부위를 자극해 흥분시킨다. 이로써 혈압과 맥박수, 호흡수를 올려 짧은 시간에 더 많은 일을 할 수 있도록한다. <br/> <br/>그 결과 근육에 많은 혈액을 공급하는 반면 다른 내장으로 가는 혈액 공급은 줄어든다. 위장관의 운동을 멈추게 하고 소화액의 분비를 줄여 음식물을 소화시키는 등의 급하지 않은 작업을 모두 억제한다. 이 때 암 발생을 막는 면역체계의 활동도 억제하는 문제가 발생한다. 인체 면역에서 중요한 역할을 맡고 있는 T림프구. 특히 자연살상세포는 우리 몸 안 곳곳을 돌아 다니며 세균 같은 외부 침입자, 노화되거나 암세포로 변형된 세포를 찾아내 죽이고 청소한다. 그런데 스트레스에 시달리게 되면 결과적으로 자연살상 세포 수는 물론 기능도 약화되어 암 발생 감시체계가 허물어지게 된다. <br/> <br/>백남선 전 원자력병원장은 '암 알아야 이긴다'는 저서에서 "정신적 스트레스가 암 발생의 주범일수도 있다"며 "더욱이 스트레스를 많이 받는 집단일수록 지나친 흡연, 음주 등 암유발인자에 노출 될 위험이 훨씬 높다"고 설명했다.

언론사: 내일신문-1-160.txt

제목: [암 진단 어디까지 왔나] 유전자검사 건보적용 … 맞춤형 진료 확대  
날짜: 20160125  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160125130655894  
본문: 최근 건강보험당국은 암 질환의 처방과 진단 등을 위한 유전자 검사에 대해 건강보험을 확대 적용하기로 했다. 아직 확실한 치료법이 없는 암 질환에 대한 예방 차원에서 (논란이 있지만) 비의료기관에서의 유전자검사도 허용된다. CT, MRI, 양전자 단층촬영(PET)의 기술 발전은 조기 암 진단의 수준을 높여 준다. 이들 진단기기들로 확인된 암세포를 조기에 처치하므로써 암환자의 생존율은 더욱 높아 질 수 있을 것이다. <br/> <br/>하지만 유전자검사나 진단기기를 통해 특정 암 관련 유전자나 암세포를 발견하더라도 음주 흡연 운동 등 생활습관을 고치지 않으면, 발병을 예방할 수도 재발을 막을 수 없다. <br/> 한 의료기관 연구소에서 암 유전자 검사를 시행하고 있다. 사진 다이오진 제공 <br/>◆조기에만 발견하면 위암 자궁암 등은 90%이상 치유 = 우리나라 암질환자는 연 110만명이 넘는다. 연간 새로 암으로 진단받는 사람도 약 22만명이나 된다. 그 수치는 매년 지속적으로 늘어나고 있다. 이에 암 완치율을 높일 수 있는 적정의료서비스를 제공하기 위해 국가와 전문가들의 노력이 계속되고 있다. <br/> <br/>하지만 국민건강보험공단에 따르면 아직도 2014년 암으로 인한 사망자가 7만6000여명에 이르고, 그에 따른 진료비 지출만 4조5000억원이 넘는다. 이에 전문가들은 암으로부터 개인적 고통과 사회적 부담을 최소화하기 위해서는 암 예방을 통한 방법이 최선이라고 지적하고 있다. <br/> <br/>현재 우리나라는 위암, 간암, 대장암, 유방암, 자궁경부암 등 특정암을 국가차원에서 암검진사업을 실시하고 있다. 위암은 40세이상 남녀에게 2년 주기로 위내시경검사 또는 위장조영검사를 실시한다. 간암은 만 40세이상 성인 중 간경변증이나 B형 간염 바이러스 항원 또는 C형 간염바이러스 항체 양성으로 확인된 고위험군에 대해 6개월 주기로 간초음파검사와 혈청알파태아단백검사를 실시한다. 대장암은 60세이상 남녀에게 1년 주기로 분변잠혈반응검사, 이상 소견이 있을 경우 대장내시경 또는 대장이중조영검사를 실시한다. 유방암은 40세이상 여성에게 2년 주기로 유방촬영술을 실시한다. 자궁경부암은 20세 이상 여성에게 2년 주기로 자궁경부세포검사를 실시한다. <br/> <br/> 자기공명영상기(MRI)로 암 검진을 하는 모습.사진 이대목동병원 제공 <br/>백남선 전 원자력병원장은 '암 알아야 이긴다'는 저서에서 "조기에만 발견하면 위암, 자궁암, 대장암, 유방암은 90%이상 치유될 수 있다"고 밝혔다. <br/> <br/>더욱이 현미경, 엑스레이에 이어 최근에는 CT, 초음파, MRI, 내시경 PET 등이 미세한 암까지 발견해 암의 조기진단은 그만큼 수월해 졌다. PET는 암세포가 성장해 모양이 변하기 전에 신진대사의 차이로 암을 검진하는 장비이다. 특히 조기에 암전이를 발견할 수도 있다. <br/> <br/>◆조기검진보다 식습관 예방활동이 더 중요 = 이런 검사들은 모두 이미 생긴 암세포를 발견하는 것으로 조기치료로 이어지는 만족도가 있다. 하지만 그 치료 또한 만만치 않은 탓에 의학계에서는 유전자검사를 암진단에 적용하는 연구를 끊임없이 시도하고 있다. <br/> <br/> <br/> <br/>그 결과 2014년 보건복지부는 4대중증질환 유전자검사와 관련해 '항암제를 선택하는 데 필수적인 유전자 검사 11종'에 대해 우선적으로 건강보험적용을 시켰다. 이어 올해부터 특정 항암제 처방, 혈액암 진단 등을 위해 20종에 대해 새롭게 건강보험을 적용한다. 예를 들면 직결장암 치료항암제에 맞는 NRAS 유전자 확인을 위한 검사, 비소세포폐암 치료항암제에 맞는 ALK유전자 확인을 위한 검사, 만성 골수 증식질환과 관련된 JAK2 유전자 진단, 급성 골수성 백혈병과 관련된 CEBPA 유전자 검사 등이다. 이들 영역은 특정 약제의 목표가 되는 변이유전자를 확인하기 위한 검사들이다. 유전자검사가 치료 진단에 도입된 사례이다. <br/> <br/>일반 검진 사장에서의 유전자검사 도입도 시도되고 있다. 보건복지부는 1월 18일 올해 대통령 업무보고에서 "비의료기관에서의 유전자검사를 허용 한다"고 밝혔다. 이에 대해 의료기관에 유전자 건강검진 프로그램을 제공하고 있는 다이오진 측은 "검출된 유전자상의 위험 소인에 따라 암질환을 예방하기 위한 생활습관 개선이나 지연시키는 활동을 한다면 암 예방을 위한 새로운 도구가 될 것"이라고 설명했다. <br/> <br/>반면 김열 국립암센터 부장은 "특정 변이유전자가 특정 암을 유발한다는 뚜렷한 유전자검사 연구 성과들을 더 쌓으면서 일반검진으로 신뢰를 갖출 필요가 있다"고 말했다. <br/> <br/>한편 조기검진이 만능이 아니다는 주장도 나온다. 박민선 더맑은내과 원장은 "검진은 문제가 있는지 없는지 확인하는 방법일 뿐. 건강문제는 검진으로 발견하기 수년 전부터의 생활태도, 식생활, 마음가짐,유전적 성향에 따라 서서히 진행된 것"이라며 "검진에 목숨 걸지 말고 지금부터 건강(생활)을 관리하라"고 권했다.

언론사: 내일신문-1-161.txt

제목: [조기진단의 후유증도 있다] 갑상선·전립선암은 과잉진단?  
날짜: 20160125  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160125130656233  
본문: 암 생존율을 높이기 위해 실시되는 조기진단이 과잉 혹은 과다진단으로 이어지고 있다는 지적은 오래 됐다. 열심히 암을 찾아냈지만 실제 치료 후 사망률을 낮추지 못했다는 '의심'을 받고 있다. 자칫 조기진단이 국민건강을 되레 해치고 막대한 진료비 지출을 낳을 수 있다. 이에 불필요한 과잉·과다진단을 막을 수 있는 적극적인 대책마련이 필요하다. <br/> <br/>국민건강보험공단의 암 진료 환자수와 진료비 현황 자료에 따르면, 갑상선암뿐만 아니라 상대적으로 사망률이 낮은 전립선·유방암 등의 진료환자와 진료비가 급격히 늘어나고 있는 것으로 나타났다. <br/> <br/>2004∼2014년 새 갑상선암으로 진료받은 환자수는 4만1000명에서 30만2345명으로 7.3배 늘었다. 전립선암은 1만5000명에서 5만7973명으로 3.8배 늘었다. 유방암도 5만3000명에서 13만1549명으로 2.4배 증가했다. 그 결과 2014년 세 가지 암으로 지출된 진료비는 9684억원을 넘었다. 갑상선·전립선·유방암은 5년 생존율이 99.9%, 100%, 97.8%로 아주 높다. 환자는 대폭 늘어 났음에도 사망률에 거의 변화가 없어 불필요한 진단이 증가했음을 보여준다 <br/> <br/>이와 관련해 2014년 7월 안형식 고려대 예방의학교실 교수는 당시 국민건강보험공단이 주최한 한 세미나에서 "통증이나 생활의 불편을 느끼지 못하는 정상인이과다진단으로 환자가 되고, 불필요한 후유증을 겪거나 의료비 지출로 고통을 받을 수 있다"며 과다진단 문제를 제기했다. 안 교수에 따르면 과다진단 문제는 갑상선암 외에도 유방암, 흑색종, 신장암, 간암 등에도 나타나고 있다. <br/> <br/>미국의 길버트 웰치 의학박사는 '과잉진단'이라는 저서에서 "훨씬 공격적이고 빠르게 성장하는 암을 발견하기 위한 노력들이 매우 천천히 자라거나 사망할 위험이 적은 암을 지나치게 발견하는 것으로 이어지고 있다"며 "전립선암, 유방암, 흑색종, 신장암 심지어 폐암을 조기에 발견하고도 사망률을 낮추는데 거의 기여를 하지 못했다"고 밝혔다. <br/> <br/>그런데 이들 암들을 치료하면서 부작용도 발생한다. 갑상선절제술을 받은 사람은 일생동안 갑상선 호르몬 제제를 복용해야 한다. 혹은 부갑상선이 망가져 칼슘대사에 장애가 초래될 수도 있다. 특히 폐암 진단 이후 이어질 수 있는 폐 일부를 잘라내는 수술은 그 자체가 위험해 암이 아닌 수술로 사망에 이를 수 있다. <br/> <br/>한편 2014년 3월 '갑상선암 과다진단 저지를 위한 의사연대'가 "갑상선암의 과다진단으로 환자들이 피해를 볼 수 있다"는 기자회견을 한 이후 과다진단에 대한 사회적 논란이 커졌다. 이에 보건복지부와 국립암센터는 "무증상인 경우 갑상선암 진단을 권유하지 않는다"는 가이드라인을 만들기도 했다.

언론사: 내일신문-1-162.txt

제목: 라이프플래닛, 모바일 방카시장 진출  
날짜: 20160125  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160125130644873  
본문: 인터넷 전업보험사인 교보라이프플래닛생명보험이 모바일 방카슈랑스 시장에 전격 진출한다. <br/> <br/>라이프플래닛은 25일 IBK기업은행과 제휴계약을 맺고 모바일 방카슈랑스 전용 어린이 보장성 보험과 저축성 보험을 출시했다고 밝혔다. 최근 모바일 채널 강화에 나선 IBK기업은행과 함께 시장을 선도하겠는 것이다. <br/> <br/>모바일 방카슈랑스는 고객이 은행 영업점을 방문하지 않고도 스마트폰 등을 통해 보험에 가입할 수 있어 편리하고, 보장내용이 동일한 기존 상품보다 보험료가 합리적이다. <br/> <br/>이번에 출시된 '(무)라이프플래닛b어린이보험'은 가장 핵심적인 보장인 암, 재해, 입원, 수술, 골절 등 어린이 5대 보장 급부를 보장한다. <br/> <br/>만기환급률을 자유롭게 설정할 수 있으며, 남아 0세 기준 30세 만기, 전기납, 순수보장형, 백혈병 및 골수암 진단비 1억원 기준으로 가입 시 월 보험료 5370원으로 저렴하다. <br/> <br/>함께 출시된 '(무)라이프플래닛b어린이저축보험'은 최초의 모바일 교육자금 저축보험으로, 자녀의 학자금, 대학 등록금, 유학비 등 목적에 따른 자금을 필요한 시기에 중도 인출해 사용할 수 있다. <br/> <br/>이 상품들은 IBK기업은행의 모바일앱인 'i-ONE뱅크'의 상품가입 메뉴인 '보험몰'에서 가입할 수 있다. 앱에 접속해 보험몰 내 관심상품을 선택한 후, 부모 및 자녀 생년월일과 성별을 입력하면 보험료 확인부터 가입까지 손쉽게 이용할 수 있다. <br/> <br/>라이프플래닛 이학상 대표이사는 "핀테크 시대에 발맞춰 고객과의 접점을 확대하고 시너지를 창출할 것으로 기대하고 있다"며 "앞으로도 국내 인터넷 생보업계 1위(월납 초회보험료 기준)의 위상에 걸맞게 혁신적인 모바일 방카 상품 및 서비스 개발에 힘쓸 것"이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-163.txt

제목: [서울 암사동 유적, 박정희 문화관광해설사]오래된 미래를 꿈꾸며  
날짜: 20160123  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160125113555790  
본문: 강동구는 서울 암사동 유적의 유네스코 세계유산 등재와 세계 유산적 가치를 알리기 위해 문화유산해설 프로그램을 운영 중이다. 그 중심에 자원봉사로 기꺼이 이 일을 맡고 있는 11명의 문화관광해설사들이 있다. 그 중 10여년의 경력을 자랑하는 박정희 씨를 만났다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/>1. 평생을 이어온 문화유적 사랑 <br/><br/><br/> <br/><br/>암사동 유적지는 신석기 시대부터 청동기 시대, 철기 시대까지 3개의 문화층이 모두 나왔다는 것으로 주목받고 있다. 6000여 년 전부터 지금의 강동구 암사동까지 이곳이 사람들의 삶의 터전이었다는 것은 살기 좋은 자연환경이 주어졌다는 것을 말해준다. 전 세계적으로도 3개의 문화층이 한 곳에서 나온 경우는 흔치 않은 일이다. 박정희(57) 해설사의 암사동 유적 자랑은 여기서 그치지 않았다. <br/><br/><br/> <br/><br/>“암사동 유적은 한강유역에서 가장 큰 마을을 이루고 살았다는 특징을 가지고 있습니다. 1,2,3,4 차례에 걸쳐 일부만 발굴이 되었지만 총30여 기의 움집이 발굴되어 미루어 짐작하건대 굉장히 큰 마을을 이루고 살았을 거예요.” <br/><br/><br/> <br/><br/>박정희 해설사는 2005년부터 지금까지 문화관광해설사로 매주 한 두 번 암사동 유적에서 자원봉사를 하고 있다. 고향이 경주이다 보니 어려서 왕릉에서 미끄럼을 타고 놀았던 기억이 있을 정도로 문화유산과 늘 가까이 있었다. 고등학교 때는 역사탐방 동아리에서 경주뿐만 아니라 인근의 문화유산을 탐방하는 활동을 하면서 우리 문화유산에 더 큰 관심을 가지게 되었다고 한다. 그 후 결혼과 출산으로 가정 일에 매진하다 아이들이 모두 장성해 대학에 들어가면서부터 항상 관심을 가지고 있던 문화유산을 보호하고 알리는 문화관광해설사에 지원해 활동하게 되었다. 그는 역사공부를 게을리 하지 않는다. 일 년에 두 번 열리는 암사동 유적의 역사문화대학에서 청강을 하고 1주일에 한번 하는 송파 한성백제박물관의 역사 강의를 듣는다. 또 짬 날 때 마다 민속박물관이나 중앙 박물관의 강의도 들으려고 한다. 이 모든 것이 해설을 들으러 오는 사람들을 위한 노력이다. <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/>2. 암사동 유적을 지키는 미소천사 <br/><br/><br/> <br/><br/>“신석기 시대의 빗살무늬 토기는 저부, 중부, 상부에 모두 다른 무늬를 넣습니다. 그 이유는 노지 가마에서 직화로 토기를 굽다보니 토기가 터지는 경우가 많기 때문입니다. 군밤이나 비엔나 소세지를 구울 때 일부러 칼집을 내주는 것과 같은 이치이죠. 이렇게 쉽게 설명 하면 오늘 저녁 메뉴로 마트에서 비엔나 소세지를 사서 아이들과 칼집을 내보면서 빗살무늬 토기에 대해 이야기 해보겠다는 엄마들이 있습니다. 그럴 때 경험에서 우러나는 산지식이 되어 아이들의 기억에 오래 남죠.” <br/><br/><br/> <br/><br/>박 해설사는 어려운 역사 해설도 실생활 속의 작은 에피소드와 연결 지어 설명했을 때 아이들과 학부모들이 쉽게 이해하는 것을 보면서 큰 보람을 느낀다. 해설사의 일이 너무 즐겁고 행복해 그는 늘 미소가 떠나질 않는다. <br/><br/><br/> <br/><br/>물론 젊은 학부모들이 아이들이 유적 안에서 시끄럽게 떠들거나 장난 치고 쓰레기를 함부로 버릴 때 그냥 방치하는 경우가 있어 속상할 때도 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/>암사동 유적은 유네스코 세계유산 등재를 위해 바쁜 행보중이다. 제1전시관의 리모델링과 관계자들의 학술세미나와 학술지에 기재하려는 노력이 이루어지고 있다. 하지만 무엇보다도 필요한 것은 암사동 유적에 대한 관심이라고 박 해설사는 강조한다. <br/><br/><br/> <br/><br/>“역사는 아는 만큼 보입니다. 과거에 우리 선조들이 살았던 과정이 있어 지금의 우리가 살고 있고 지금의 우리가 있어 또 미래도 있는 것이죠. 문화유산에 대해 관심을 가지고 잘 보존하고 보호해야겠습니다.” <br/><br/><br/> <br/><br/>박 해설사는 인터뷰를 마치고 올 들어 가장 춥다는 영하의 날씨를 뚫고 오는 관람객들에게 해설을 하기 위해 발걸음을 총총 옮겼다. 제1전시관에는 전 시간에 해설을 마친 다른 해설사가 교대를 위해 기다리고 있었다. 이들과 같이 보이지 않는 곳에서 묵묵히 제자리를 지키는 이들이 있어 우리 문화유산이 더 빛을 발하는 것이리라. <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-164.txt

제목: 손보업계 '유병자보험' 경쟁 돌입  
날짜: 20160122  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160122124927708  
본문: 손해보험사들이 고혈압, 당뇨병 등을 앓는 만성질환자와 고령층에게도 보험가입의 문을 열어주는 유병자보험으로 눈길을 돌리면서 경쟁이 불붙고 있다. <br/> <br/>22일 보험업계에 따르면, 1월 들어 삼성화재, KB손해보험, 흥국화재가 유병자·고령자도 간편심사를 통해 질병·상해 등을 보장받을 수 있는 유병자보험을 잇따라 출시했다. <br/> <br/>이미 해당 상품을 판매하고 있는 현대해상(2015년 8월), 메리츠화재(2014년 2월)에 3개사가 가세하면서 유병자보험 시장의 선점경쟁이 달아오를 전망이다. <br/> <br/>유병자보험은 고령화시대 보험업계의 '신흥시장'으로 일컬어진다. 통계청 인구추계에 따르면 우리나라 60세 이상 인구는 2005년 628만명에서 지난해 936만명으로 10년새 1.5배 이상 늘었다. <br/> <br/>2017년에는 전체 인구의 14% 이상이 65세 이상인 고령사회로 진입할 것으로 예상될 정도로 고령화 속도가 빠르다. <br/> <br/>65세 이상 고연령층의 경우 89.2%가 고혈압, 당뇨, 고지혈증 등 만성질환을 보유하고 있다. 고령 유병자는 각종 의료비용 지출이 늘어 보험이 가장 필요한 사람들이지만 보험가입이 거절돼 그동안은 시장 내 기피대상이었다. <br/> <br/>하지만 지난해 정부의 제도지원과 손보업계의 인수심사 기준 완화가 맞물리면서 유병자 시장이 성장할 여건이 마련됐다. <br/> <br/>유병자보험은 만성질환으로 통원치료를 받고 있어도, 수년전 뇌졸중·심근경색으로 쓰러진 적이 있어도 40~75세에 가입할 수 있다. 간편심사를 위한 세가지 질문만 통과하면 된다. 이른바 '3·2·5'로, △최근 3개월 내에 입원·수술이나 추가검사 소견이 있는지 △2년 이내에 질병이나 사고로 입원이나 수술 받은 적이 있는지 △5년 이내에 암 진단·입원 및 수술이 있었는지 등이다. 당뇨나 고혈압으로 통원치료를 받거나 정기적으로 약을 먹더라도 따로 알릴 필요가 없다. <br/> <br/>손보업계에서는 2014년 2월 메리츠화재가 유병자 전용 '더 넓은 건강보험'을 첫 출시했다. <br/> <br/>지난해 8월 '모두에게 간편한 건강보험'을 내놓은 현대해상은 5개월간 9만건, 70억원어치를 판매해 주목받았다. 두 회사 상품은 업계에서 처음으로 암, 뇌출혈, 급성심근경색 등 3대질병의 진단비, 수술비, 입원일당을 보장했다. <br/> <br/>새해 들어 손보업계에서는 KB손해보험이 5일 'KB신간편가입 건강보험'을 출시했고, 18일엔 삼성화재가 '간편하게 건강하게'를 선보였다. 이어 이틀 뒤 흥국화재가 '행복든든 간편가입 보장보험'으로 뛰어들면서 5개 손보사가 유병자보험 시장에서 경쟁하는 국면이 조성됐다. <br/> <br/>KB손보 상품은 질병·상해 진단비로 최고 3000만원, 입원일당 최고 3만원을 지급하고 수술비의 경우 횟수 제한 없이 최고 50만원까지 계속 보장한다. <br/> <br/>삼성화재 상품은 상해·질병 사망에 최고 3000만원, 3대질병 진단에 최고 2000만원을 보장하고 수술비 및 입원일당도 선택할 수 있다. 흥국화재 상품은 상해사망 때 5000만원, 질병 수술 50만원, 상해 수술 50만원을 보장한다. <br/> <br/>유병자보험은 일반건강보험에 비해 보험료가 비싸다. 삼성화재 관계자는 "유병자들에게 보험가입 문턱을 낮춘 대신 월 보험료가 5만~12만원 수준으로 일반 건강보험에 비해1.5~2배 정도 높다"고 말했다. 또 실손의료보험이 아니라서 통원치료비를 보장하지 않고 입원·수술비는 정액으로 지급한다.

언론사: 내일신문-1-165.txt

제목: IT·화학기업들 바이오 사업 진출  
날짜: 20160121  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160121125644186  
본문: IT 화학 등 다양한 배경의 기업들이 바이오 사업에 속속 진출하고 있어 주목된다. <br/> <br/>LG경제연구원 보고서 '바이오 기술 대중화 시대 열리고 있다'에 따르면 바이오제약 기업 외에 일루미나 덱스콘 같은 유전자 분석 기업이 바이오 서비스 사업에 뛰어들었다. 구글 IBM 애플 마이크로소프트 지멘스 등 IT기업과 듀폰 다우케미칼 바스프 바이엘 DSM 같은 화학기업 등이 바이오 사업에 진출하고 있다. <br/> <br/>삼성그룹도 바이오사업을 신수종사업의 하나로 삼고 대규모 투자에 나섰다. GS칼텍스는 바이오부탄올 기술 개발에 나서 상업화를 앞두고 있다. <br/> <br/>이들 기업들은 바이오 사업이 식량부족·고령화 등 미래 이슈에 대한 해결책을 제시할 수 있는 대안이라는 점을 염두에 두고 있다. 또 선제적으로 진입시 고수익을 상당기간 창출할 수 있고 기업 내 보유 역량을 활용할 여지가 많다는 장점에도 관심을 기울이고 있다. <br/> <br/>듀폰은 화학 회사라기 보다 바이오 회사라고 불릴 정도로 바이오 중심으로 변화했다. 최근 다우 케미칼과 합병도 바이오 사업에서의 역량 확보에 집중하기 위한 것으로 추정된다. <br/> <br/>일본기업인 후지필름은 최근에 차세대 사업으로 바이오를 선정했다. 제약회사와 건강진단장비회사, 유도만능줄기세포회사 등을 인수했다. <br/> <br/>미국 바이오 기술 기업들의 주식이 2013년 대비 최근 2배 정도 상승했다. 2014년 바이오 기술 벤처 투자 금액이 60억달러로 소프트웨어에 이어 2번째로 많다. <br/> <br/>중국기업 움직임도 심상치 않다. 중국 선전에서 창업한 BGI는 2013년 세계적 DNA 염기 서열 분석회사인 컴플리트 제노믹스를 1억1800만달러에 인수했다. 이후 미국 빌게이츠 재단과 파트너십을 맺고 게놈 염기 서열, 암 게놈 프로젝트 등을 진행중이다. <br/> <br/>바이오는 다른 분야ㆍ기술과 용합해 다양한 형태의 사업이 창출될 가능성이 높다는 것이 전문가들의 견해다. 실험실 단계이지만 바이러스 등 미생물을 활용해 물질을 제조하는 사례가 생겨나고 있다. <br/> <br/>MIT 벨처 교수는 두께가 10나노미터에 불과한 'M13 박테리오파지'라는 바이러스 유전자를 조작해 특정 물질이 달라붙도록 했다. <br/> <br/>이런 바이러스를 모아 2차 전지 재료를 만드는 방법을 제안했다. 나노 규모로 물질 구조를 조절할 수 있어 기존 대비 10개 출력을 낼 수 있는 2차전지를 만드는 것이 가능해진 것이다. <br/> <br/>유기돈 LG경제연구원 연구위원은 보고서에서 "우리 정부는 2024년이 되면 세계 바이오 시장이 반도체 등 국내 3대 수출 품목모다 규모가 커질 것으로 예상하고 있다"며 "2020년 이후 미래 신사업을 고민하고 있다면 지금부터라도 바이오 기술 분야 뛰어들 필요가 있다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-166.txt

제목: 흥국화재 '행복든든 간편가입 보장보험'  
날짜: 20160121  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160121125634566  
본문: 흥국화재가 보험가입이 어려웠던 유병자 및 고령자 등이 간편 심사를 통해 가입 가능한 신상품 '(무)행복든든 간편가입 보장보험'을 출시했다. <br/> <br/>유병자와 고령자들의 가입문턱을 낮추고 타사 유사상품에 비해 보장한도금액과 가입연령 범위가 크다는 게 특징이다. <br/> <br/>40세부터 75세까지 가입가능하고 3가지 조건(3개월 내 의사의 입원·수술 및 추가검사 소견 여부/2년 내 입원 또는 수술 여부/5년 내 암진단 또는 암으로 입원·수술 여부)에 해당하지 않으면 간편한 심사만으로 가입이 가능하다. 특히 상해사망시 보장금액이 5000만원, 질병으로 수술시 50만원, 상해로 수술시 50만원을 보장해 업계 최고 수준이다. 또한 가입연령도 50세부터인 타사와 달리 40세부터 가입가능하다. <br/> <br/>보험기간은 5년, 10년이고 최고 100세까지 갱신이 가능하다. 보험료는 60세 남자, 상해 1급, 10년 전기납 기준으로 7만원 수준이다. <br/> <br/>이정철 상품계약지원실장은 "대표적인 만성질환인 고혈압과 당뇨병을 보유한 고령자도 간편하게 가입해 보장 받을 수 있도록 상품을 기획했다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-167.txt

제목: 삼성화재 신상품 '간편하게 건강하게'  
날짜: 20160119  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160119131007436  
본문: 삼성화재가 보험 가입이 어려웠던 고령층과 유병자도 쉽게 가입할 수 있는 건강보험 '간편하게 건강하게'를 출시하고 본격 판매에 나섰다. 50~75세의 유병자를 타깃으로 계약자의 '알릴 의무사항'을 간소화해 간편하게 가입할 수 있고, 10년마다 재가입을 통해 최대 100세까지 보장받을 수 있다. <br/> <br/>'간편하게 건강하게'는 '3·2·5'에 해당하지 않으면 가입할 수 있다. △최근 3개월 이내 입원·수술·추가 검사(재검사) 의사소견 여부 △2년 이내 질병이나 사고로 입원·수술 여부 △5년 이내 암 진단·입원 및 수술 여부 등이다. 당뇨나 고혈압으로 통원 치료를 받거나 정기적으로 약을 먹더라도 따로 고지할 필요가 없다. <br/> <br/>상해·질병 사망시 최고 3000만원, 3대 질병(암·뇌출혈·급성심근경색증) 진단시 최고 2000만원까지 보장한다. 수술비(상해·암), 입원일당(상해·질병·암)도 선택 가능하다. <br/> <br/>가입 연령 폭도 확대됐다. 기존 유병자 할증제도를 통해 최대 75세까지 가입할 수 있다. <br/> <br/>삼성화재 장기상품개발팀장 정병록 상무는 "이번 신상품 출시를 계기로 다양한 고객 계층별로 꼭 필요한 보장을 제공해, 보험사 본연의 역할에 최선을 다하겠다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-168.txt

제목: 자궁근종 증상에는 첨단 비수술 치료법 ‘자궁근종 색전술’  
날짜: 20160118  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160119104029207  
본문: 자궁은 보존하고 근종만 치료하다 <br/><br/><br/>대부분의 여성들은 자궁에 근종이 있다고 하면 자궁적출을 떠올리며 겁내는 경우가 많다. <br/><br/><br/>하지만 자궁근종은 특별한 증상이 없다면 전신마취까지 해가며 자궁을 들어내거나 근종을 잘라낼 필요가 없다. <br/><br/><br/>임신을 할 여성이라면 더더욱 자궁을 보존해야 한다. 자궁을 보존하면서 근종을 없앨 수 있는 대표적인 비수술적 방법으로는 ‘색전술’이 있다. <br/><br/><br/>자궁근종 색전술은 1995년 프랑스에서 처음 시작되면서 자궁근종 비수술적 치료의 본격적인 포문을 열었다. 색전술은 인터벤션 영상의학 전문의에 의해 시행되는 자궁근종 치료법 중 하나로, 혈관을 조영하는 영상장비를 활용할 수 있는 영상의학과 전문의가 치료를 담당한다. <br/><br/><br/>인터벤션 전문 클리닉인 분당 민트영상의학과 김재욱 원장은 “<span class='quot0'>자궁근종은 암은 아니지만 위치에 따라 생리통, 부정출혈, 생리과다, 허리통증 등을 일으켜 증상이 심한 경우 적극적인 치료가 필요하다</span>”며 ‘자궁근종 색전술’을 추천했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>근종 자라는 혈관 막아 괴사시켜 <br/><br/><br/>김 원장은 “자궁근종 색전술은 전신 마취를 하지 않아도 되고 개복수술이 필요 없어 출혈로 인한 합병증이 거의 없다. 또 2mm의 가는 튜브를 이용한 시술이어서 흉터가 남지 않는 장점도 있다”고 설명했다. <br/><br/><br/>색전술은 자궁이나 근종을 직접 떼어내지 않고 근종이 자라는 ‘혈관’을 막아 근종을 굶겨 죽이는 원리다. 또 열 치료가 아닌 혈관 안으로 진입해 근종과 연결된 혈관을 막아 근종을 괴사시키기 때문에 주변 장기 손상이나 화상의 위험에서 자유롭다. 김 원장은 “<span class='quot0'>물리적 제거가 아니라 영양 차단이라는 보다 근원적인 방식이기 때문에 완치까지의 시간은 조금 필요하지만 자연적인 치유법에 가깝다</span>”고 언급했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>자궁적출술 대체 치료로 효과적 <br/><br/><br/>자궁근종 색전술은 현재 시행되고 있는 비수술 치료 중에서도 임상 논문의 개수나 결과에 있어서 월등하다. 연간 3만 건 이상 자궁근종 색전술이 시행되고 있는 미국의 경우 지난 2008년 미국산부인과학회(ACOG)가 발간한 ‘산부인과 의사들에게 권하는 임상지침서(Practice Bulletin)’에서 ‘레벨A’ 치료로 지정된 바 있다. 이는 자궁적출술과 동일한 레벨로, 치료효과가 비슷함을 나타낸다. 민트영상의학과 김재욱 원장은 “무조건적인 자궁적출이 아닌 환자 개개인의 질환 상태와 상황을 파악하고 그에 맞는 치료방법을 제시해야 한다”며 “자궁근종 색전술의 완치율은 90%로 높다. 특별한 케이스가 아닌 이상 몸에 부담이 적고 안전한 자궁근종 시술로 더욱 권유되고 시행돼야 할 것”이라고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>민트영상의학과 자궁근종 색전술 2000례 기록 <br/><br/><br/>분당 정자동 민트영상의학과는 ‘최소침습 비수술 치료’를 모토로 하는 인터벤션 전문 클리닉 국내 1호다. 미국과 유럽 등지에서 매해 자궁근종 색전술은 3만여 건 이상 시행되고 있지만 아직 인터벤션 영상의학 전문병원이 활성화되지 않은 국내에서 2000례 시술이라는 기록은 주목할 만하다. 이를 기념해 민트영상의학과에서는 최근 지역 미혼모자생활보호기관에 후원금을 전달하기도 했다. <br/><br/><br/>자궁근종 색전술은 과거에는 혈관조영장비가 갖춰진 대학병원, 종합병원에서만 치료받을 수 있었다. 국내에는 민트영상의학과가 2008년 최초의 인터벤션 클리닉으로 개원해 환자들의 진입 문턱을 낮췄다. 민트영상의학과 김재욱 원장은 국내 최다 자궁근종 색전술 시술 건수를 보유하고 있다.

언론사: 내일신문-1-169.txt

제목: 시대의 스승 잠들다  
날짜: 20160118  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160118130320753  
본문: 신영복 선생 잠들다 | 15일 타계한 신영복 성공회대학교 석좌교수의 빈소가 서울 구로구 성공회대학에 마련됐다. 영결식은 18일 오전 11시 엄수됐다. 연합뉴스 <br/> <br/>'감옥으로부터의 사색'으로 알려진 신영복 성공회대 석좌교수 장례식이 18일 성공회대학교장으로 열렸다. 2014년 피부암 진단을 받은 신 교수는 암 투병 끝에 15일 향년 75세 나이로 별세했다. <br/> <br/>부산상고를 졸업하고 서울대 경제학과와 대학원을 나온 그는 육사 강사로 있던 1968년 통일혁명당 사건으로 무기징역을 선고받았다. 그후 20년간 옥살이를 하던 고인은 1988년 특별가석방으로 출소했고, 같은 해 옥중 서간집 '감옥으로부터의 사색'을 펴냈다. <br/> <br/>억울한 옥살이를 깊이 있는 성찰의 시간으로 승화시켜낸 신영복 교수의 '감옥으로부터의 사색'은 많은 이들에게 큰 사랑을 받았다. 책 내용 중 '그 사람의 조건을 변화시키려는 노력없이 단지 생각만을 바꾸려는 시도도 일종의 폭력이다' 등 평범한 일상을 특유의 시각으로 성찰한 글들은 그를 이 시대의 스승으로 만들었다. <br/> <br/>그는 '감옥으로부터의 사색'외에도 '엽서' '나무야 나무야' '더불어 숲 1·2권' '강의-나의 동양고전 독법' '처음처럼: 신영복 서화 에세이' '청구회 추억' '변방을 찾아서' '담론' 등을 출간했다. <br/> <br/>그는 1989년부터 20년간 성공회대학교에서 강의했다. 2003년 한학분야 대가인 임창순 선생을 기리기 위한 임창순상을 받았고, 2015년엔 제19회 만해문예대상을 수상하기도 했다.

언론사: 내일신문-1-170.txt

제목: 현대해상, 3대질병·사망 집중보장 신상품  
날짜: 20160113  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160113132417199  
본문: 현대해상은 한국인의 주요 사망원인인 3대질병(암·뇌졸중·급성심근경색증)과 사망보장을 강화한 '보험의정석건강보험'을 판매한다고 13일 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 '질병사망 선지급형 담보'를 도입해, 저렴한 보험료로 3대질병과 사망을 동시에 보장 받을 수 있다. <br/> <br/>3대질병 진단을 받으면 가입금액 전액을 선지급 해주고, 이후 질병으로 사망할 경우 다시 가입금액 전액을 지급하는 구조로, 3대질병 진단과 질병사망 담보를 각각 가입하는 것보다 보험료가 10%정도 저렴하다. <br/> <br/>질병사망 선지급형 담보와 함께 뇌혈관질환, 허혈성심장질환 특약을 가입하면, 해당 질병은 '경증, 중증, 사망'의 3단계별로 두터운 보장을 받을 수 있다. <br/> <br/>또, 3대질병의 입원 및 수술 특약을 가입하면, '진단, 입원, 수술' 단계별 보장이 가능하다. <br/> <br/>이 상품은 경제활동기에는 각종 질병, 사망 등을 보장 받은 뒤 은퇴시기에는 저축보험, 간병보험으로 전환할 수 있는 게 특징이다. <br/> <br/>55세이후에는 저축보험(전담보 가능)으로, 65세이후에는 간병보험(질병사망담보만 가능)으로 보험료 추가부담 없이 전환할 수 있다. 간병보험은 다시 저축보험으로 전환이 가능하다. <br/> <br/>이 상품은 65세까지 가입이 가능하고 최대 100세까지 보장한다. 보험기간은 80/90/100세로 자유롭게 선택할 수 있다. <br/> <br/>보험료는 40세 남자 기준으로 100세만기 20년납 가입 시 월 10만원 수준이며, 3대질병 진단 또는 80%이상 후유장해 발생 시 보장보험료 납입면제 혜택을 제공한다. <br/> <br/>현대해상 장기상품부 백경태 부장은 "바둑에서 한 수를 둘 때마다 최선을 다하듯 고객에게 꼭 필요한 '정석'의 상품을 제공하고자, 이번 상품을 개발했다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-171.txt

제목: 경북도, 3대 가속기 기반 산업화 본격 착수  
날짜: 20151231  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151231122624151  
본문: 경북도가 3대 가속기 구축이 완료됨에 따라 신약개발과 암치료, 질병조기진단, 신소재, 특화작물 신품종 개발 등의 가속기 기반 산업화에 본격적으로 나선다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>경북도는 1일 세계에서 5번째로 지난 1994년 12월 포스텍 부설 가속기연구소에 3세대 방사광가속기를 구축한 것을 시작으로 지난 2012년 12월 양성자가속기에 이어 최근 4세대 방사광가속기를 갖춰 기초·응용연구에서 기술 산업화까지 세계적인 거대과학 기반을 갖춤에 따라 본격적인 가속기 활용사업을 추진한다고 밝혔다. 이들 3대 가속기 구축에는 3세대 2500억원, 4세대 4038억원, 양성자 3143억원 등 9681원이 투자됐다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도는 기반구축, 사업화 지원, 인재양성 등 3대 분야 10대 핵심사업을 발굴해 올해부터 본격 추진하기로 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>10대 핵심사업은  △바이오,의료산업을 위한  '가속기 기반 R&DB 단지 조성', △신약개발·질병조기진단. 암치료 연구와 양성자 암치료 연구, 바이오, 의료, 에너지, 자동차·기계 부품 등 핵심 부품 소재개발을 지원하는 첨단 신소재 산업, △가속기 구축사업 노하우 활용한 첨단연구장비 국산화  특화산업과 연계한 특화작물·문화재 성분분석사업, △전문대학원 및 마이스터고 설립 등이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>경북도는 1월중 전국 산학연관과 23개 시·군을 아우르는 '가속기 클러스터 협의회'를 구성하고, 정기적인 포럼을 통해 실행계획을 구체화해 2017년 국비 반영 등을 본격 추진해 나갈 계획이다. 또 2025년까지 벤처기업 40개, 총매출액 4조원, 고용창출 1만명을 달성할 계획이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>방사광가속기는 과학 실험이나 산업의 가공 등에 이용하기 위해 광속에 가까운 정도로 가속시킨 전자·양전자 등 하전입자를, 싱크로트론의 일종인 저장링속에서 오랫동안 돌게 하여 방사광(복사광)을 방출시키는 시설이다. 사람에 비유할 때 방사광가속기는 물질을 관찰하는 '눈'에 해당하고, 양성자가속기는 물질을 조작하는 '손'의 기능을 수행한다고 할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-172.txt

제목: [2016년 새해 달라지는 것들 |보건 복지분야] 저출산·고령화 대책 알차진다  
날짜: 20151231  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151231122620530  
본문: 2016년. 저출산고령화의 심화로 발생하는 부작용에 대비한 보건 복지분야의 제도 변화가 다양하게 이뤄진다. 보건의료 분야에서는 질환 발생을 예방하고 의료질을 높이는 차원의 정책이, 복지 분야에서는 장애인 노인의 복지와 사회복지전달체계를 튼실하게 만드는 차원으로 제도가 개선된다. <br/> 폐지 줍던 할머니들 미소 되찾아 | 이태임(맨 왼쪽), 이재순(중앙) 할머니가 2015년 9월 25일 경남 김해시 회현동주민센터 앞 마을공동체 '회현당' 협동조합에서 마을 주민과 환한 미소로 서로 인사를 나누고 있다. 할머니들은 수년간 폐지를 주워 팔아 생계를 이어가다 회현당에서 국산 참기름과 커피를 만드는 일자리를 갖고 새 삶을 살고 있다. 김해=연합뉴스 최병길 기자 <br/> <br/>◆위조 불량 의약품 차단시스템 도입 = 보건복지부는 2016년 1월 1일부터 모든 전문의약품에 일련번호를 부착해 해당 의약품에 대해 추적관리 체계를 구축한다. 제약 수입사는 7월부터, 의약품도매상은 2017년 7월부터 의무적으로 보고해야 한다. <br/> <br/>◆국가암검진 검진주기 연령 조정 = 1월부터 간암 검진주기를 1년에서 6개월로 줄어 든다. 암의 발전 속도가 빠른 점을 고려했다. 자궁경부암의 검진 시작 연령을 30세에서 20세로 낮췄다. 20대의 자궁경부암 상피내암 발생이 증가 추세이기 때문이다. <br/> <br/>◆건강보험용 한약제제 복용 편의 제고 = 1월부터 건강보험을 적용받는 한약제제에 짜먹는 약 (연조제)와 알약(정제)도 포함된다. 그동안 한약제제는 가루약(산제)만 보험적용 됐다. 제형의 다양화를 추진해 현재 56종 처방중 7종을 연조제로 개발하고 보험을 적용한다. 2016년 안에 8종에 대해서도 다양한 제형으로 개발할 계획이다. <br/> <br/>◆4대중증질환 건강보험 적용 확대 = 1월부터 암 희귀난치질환의 진단, 약제 선택 치료방침 결정 등 환자 개인별 맞춤의료에 유용한 유전자 검사 134종에 대해 새로 건강보험을 적용한다. 3월부터는 환자가 매우 적거나 질병 코드가 없는 극희귀질환, 불명확한 희귀질환의 본인 부담률을 줄여 주는 산정특례가 적용된다. <br/> <br/>◆보건의료 인력 시설 장비 신고 일원화 = 1월부터 의료기관 휴폐업, 장비 신고 등 13개 보건의료자원 신고 업무를 지방자치단체와 건강보험심사평가원 중 한 곳만 신고하는 것으로 일원화한다. 또 보건의료자원 통합신고포털을 통해 신고와 증명서 발급을 할 수 있다. <br/> <br/>◆어린이 자궁경부암 예방접종 추가 = 만12세이하 국가예방접종에 자궁경부암 예방접종이 추가된다. 접종비용 전액 지원된다. 주소지와 상관없이 무료접종 지정 의료기관(nip.odc.go.kr)에서 접종 가능하다. <br/> <br/>◆기초생활 생계급여 수급자 기준, 최저보장수준 확대 = 1월부터 맞춤형 급여 개편에 따라 소득인정액이 2016년에는 127만원 이하 가구(4인 기준)로 확대된다. 이전에는 118만원이었다. 최저보장수준도 동일한 금액으로 인상된다. <br/> <br/>◆자활사업 참여자 내일키움통장 지원 확대 = 3월부터 자활사업 참여자에게 사업단 매출액으로 지원해 온 내일키움통장의 가입대상이 확대된다. 근로장례세제가 기초수급자까지 확대돼 기존 자활장려금은 없어진다. 지원수준은 월 5만원 또는 10만원이다. <br/> <br/>◆위기가구 읍면동 통합사례관리 확대 = 1월부터 위기가구를 찾아 가는 통합사례관리를 읍면동 주민센터로 확대한다. 복지인력을 확충하고 최일선 읍면동에 전진 배치한다. 이를 위해 전국 700개 읍면동 위기가구 사례관리 사업비(의료비, 생활지원비, 자활교육훈련비 등)를 지원한다. <br/> <br/>◆ICT를 이용한 복지사각지대 발굴 = 건강보험, 국민연금 체납 등 총 24종 정보를 수집 분석해 사각지대 대상자를 선제적으로 발굴하는 정보 시스템을 본격 시행한다. 일반 국민이 누락할 수 있는 복지급여 서비스 수급권을 찾아주는 역할을 한다. <br/> <br/>◆발달장애인법 시행에 따라 복지서비스 확대 = 발달장애인법 시행에 따라, 광역지자체에 지역발달장애인지원센터 17개소를 새로 설치한다. 행동발달증진센터는 2곳을 설치한다. 발달장애인 가족 휴식지원을 위한 예산을 10억원으로 늘렸다. <br/> <br/>◆장애인연금 산정 기준액을 100만원으로 조정 = 1월부터 장애인연금 선정기준액을 단독가구 기준 100만원, 부부가구 기준 169만원으로 상향조정된다. 이를 통해 중증장애인인구의 70% 정도가 장애인연금급여를 받을 수 있다. 4월부터는 물가상승률을 반영해 기초급여액이 월 최대 28만5230원(잠정)의 연금액을 지급한다. <br/> <br/>◆노인일자리 사회활동지원 확대 = 1월 2일부터 노인사회활동 지원사업규모를 38만7000명으로 전년도보다 5만명 확대한다. 더 많은 어르신에게 재능나눔, 민간 취업 창업 등의 기회를 마련해 준다. 또 현장에서 이 사업을 지원하는 전담인력을 2318명으로 늘리고 인건비도 9만원 인상한 126만원으로 처우개선을 진행한다. <br/> <br/>◆노인 무릎인공관절수술 지원 대상 늘려 = 만65세 이상 노인의 무릎인공관절 수술 지원 대상자 선정 시 소득기준을 완화한다. 기존 '전국가구 평균소득 40%(4인기준 199만원) 이하'에서 '중위소득60%(4인기준, 263만5000원)'로 지원 대상을 확대한다. <br/> <br/>◆시간제보육서비스 제공기관 확대 = 1월부터 시간제 보육반을 전국 380곳으로 확대한다. <br/> <br/>◆두 곳 이상 월 60시간 이상 근무자 국민연금 사업장 가입 허용 = 2곳 이상 사업장에서 60시간 이상 일하는 경우, 본인이 희망하면 사용자의 찬성여부와 상관없이 국민연금 사업장 가입자가 될 수 있다. 일반 직장가입자와 같이 보험료의 50%는 본인이 부담하고 50%는 사용자가 부담해 근로자의 보험료부담을 줄인다. <br/> <br/>◆기초연급 수급대상 및 급여 상향 = 1월부터 기초연금 지급대상 선정기준액이 단독가구 기준 월100만원, 부부가구 기준 월160만원으로 상향된다. 2015년도보다 7.5% 올랐다. 4월부터는 전년도 물가상승률 수준을 반영해 기초연금 최대 지급액을 현재 월 20만2600원보다 상향된다.

언론사: 내일신문-1-173.txt

제목: '보험다모아' 문 연 지 한달 … 20만명 클릭  
날짜: 20151231  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151231122611580  
본문: 다양한 보험상품을 온라인상에서 한꺼번에 비교하고 가입까지 할 수 있는 온라인 보험 슈퍼마켓 '보험다모아'(www.e-insmarket.or.kr)에 올려진 보험상품이 한달 만에 20% 늘어난 것으로 나타났다. 보험다모아가 문을 연 2015년 11월 30일부터 12월 29일까지 한달간 보험다모아를 방문한 사람도 20만명 가까이 되는 것으로 집계됐다. 보험다모아는 30일 출범 한달을 맞았다. <br/> <br/> <br/>2015년 12월 31일 보험다모아를 공동 주관하는 생명보험협회·손해보험협회에 따르면 지난달 23일 임종룡 금융위원장이 온라인보험슈퍼마켓 시연회에 참석한 뒤 한달 사이에 42개(20%)의 신규 보험상품이 보험다모아에 추가로 등록됐다. 이로써 지난 30일 현재 보장성보험, 자동차보험, 단독실손의료보험, 저축성보험, 연금보험, 여행자보험 등 6종 249개가 이름을 올렸다. 보험다모아가 문을 연 지난달 30일에는 등록된 보험상품 수가 217개였다. <br/> <br/>판매채널별로 살펴보면, 온라인(CM) 상품이 기존 78개에서 86개로 8개, 텔레마케팅(TM) 등 기타 상품이 85개에서 110개로 25개 증가했다. 당초 85개였던 방카슈랑스 상품은 1개가 줄었다. 또 2015년 11월 30일부터 2015년 12월 29일 자정까지 보험다모아를 찾은 방문자 수는 19만5836명에 이르는 것으로 조사됐다. 개장 첫날 약 6만명이 보험다모아 사이트를 찾은 이후 하루 평균 7000여명이 접속한 셈이다. 전체 방문자 중 PC를 통한 접속이 12만2786명으로 62.7%를 차지했지만, 모바일을 통한 접속도 7만3022명으로 37.3%에 달했다. 손보협회 관계자는 "개장 초기인데도 모바일 접속자 비중이 당초 예상보다 높다"면서 "편리한 접근을 선호하는 젊은 층이 관심을 보이는 것으로 분석된다"고 말했다. <br/> <br/>접속자들이 보험다모아 사이트를 찾아오는 경로는 인터넷 포털 네이버가 60.3%로 가장 많고 다음이 10.7%인 가운데, 홈페이지 주소를 직접 입력하는 등의 기타 방식이 29%로 높은 것도 주목받고 있다. <br/> <br/>보험다모아 방문자들이 가장 많이 찾아본 보험은 보장성보험이었다. 검색비율이 41.6%로 가장 높았는데, 보험업계는 "보장성보험이 암·질병·종신·상해 등 9종의 보험으로 나뉘어 취급하는 상품의 종류가 많기 때문"이라면서 "자동차보험이 단일 상품임에도 불구하고 17.5%로 검색순위 2위를 차지했다는 점에서 보험다모아 등재 상품 중 소비자들의 관심이 가장 몰린 것으로 볼 수 있다"고 설명하고 있다. 이어 단독실손의료(14.8%), 저축성(11.1%), 연금(11.5%), 여행자보험(3.6%)의 순이었다. <br/> <br/>보험다모아에 접속한 19만5836명 중 상품을 비교검색한 뒤 해당 보험회사의 가입 홈페이지로 이동한 경우는 6만3713건이었다. 접속자의 3분의 1 가량이 가입 여부를 검토했다는 뜻이다. 개별 보험사 홈페이지 이동으로 연결된 사례는 보장성보험이 45%로 가장 많았고 자동차보험이 28.9%로 2위였다. <br/> <br/>보험다모아가 개장 한달 만에 접속자 수가 20만명에 육박할 정도로 관심을 모으자 보험사들도 상당한 신경을 쓰고 있다. 특히 손해보험사들이 앞다퉈 온라인 전용 자동차보험을 잇따라 내놓으면서 경쟁에 불이 붙는 모습이다. <br/> <br/>메리츠화재는 2015년 12월 29일 다이렉트 자동차보험 모바일 서비스를 시작했다. 온라인 전용 플랫폼을 통해 PC와 모바일로 언제든 가입할 수 있는 이 서비스는 판매수수료가 없어 보험료가 오프라인 채널 대비 평균 16.2% 저렴하다. <br/> <br/>롯데손해보험도 2015년 12월 28일 온라인 전용 자동차보험 상품을 내놓았다. 온라인 전용 사이트를 통해 24시간 가입 가능한 '롯데하우머치 다이렉트'는 오프라인 채널 대비 평균 17.6% 저렴하게 설계됐다. 현대해상과 동부화재, KB손해보험도 새해 초부터 온라인 전용상품을 출시할 계획이다. 생·손보협회는 내년에 보험다모아의 활용도를 높이기 위해 금융당국과 공동으로 서비스범위를 단계적으로 확대할 예정이다. <br/> <br/>가격비교 정보를 인터넷 포털에 제공해 접근성을 높이고, 자동차보험의 경우 개인별 할인·할증요율 등을 반영한 실제 보험료 비교 조회시스템을 구축하게 된다. 또 암보험·어린이보험도 동일 보험금 및 보장범위 기준을 마련해 보험료 비교기능을 강화할 계획이다.

언론사: 내일신문-1-174.txt

제목: 함께 나누는 세상  
날짜: 20151231  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151231122556603  
본문: 송포동, 맞춤형 복지나눔 희망물품 전달 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>송포동 주민센터는 연말 어려운 이웃을 돕기 위한 훈훈한 손길이 이어지고 있다고 전했다. 송포동 주민자치위원회는 사랑의 농장 수익금 등으로 관내 어려운 저소득층 가구에 세제, 라면 등 맞춤형 복지 나눔 희망 물품을 전달할 예정이다. 이번 후원은 이웃들이 꼭 필요한 맞춤형 생필품을 제공, 기존 획일화된 현금 지급에서 벗어나 현물 지급을 통해 수혜자들의 만족도를 높이고자 했다. 기탁된 후원 물품은 저소득층 10가구에 전달될 예정이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>중산동, 사랑의 라면 전달 <br/><br/><br/>중산동 주민자치위원회는 지난 21일 관내 독거노인 등 저소득가정 20세대에 라면 40박스를 전달했다. 이날 준비된 라면은 2015년 실시한 나눔 장터, 고봉산 축제와 사랑의 나눔 텃밭 경작 수익금으로 마련했으며 관내 어려운 가정에 가가호호 방문해 직접 전달했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>백석1동, (주)성우씨앤씨에서 양곡 기탁 <br/><br/><br/>백석1동 주민센터는 (주)성우씨앤씨에서 360만원 상당의 20kg 양곡 100포를 기탁했다고 밝혔다. ㈜성우씨앤씨는 2010년부터 연말이면 꾸준히 현물을 기탁해 이웃사랑을 실천하는 기업으로 올해도 변함없이 관내 어려운 이웃들에게 따스한 손길을 건네고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>백석2동, 월드마트에서 사랑의 물품 기탁 <br/><br/><br/>백석2동 주민센터는 관내 위치한 월드마트에서 저소득 주민을 위한 쌀 20kg 10포와 라면 10박스를 기탁했다고 밝혔다. 월드마트 김정태 대표는 “<span class='quot0'>경기불황과 대형마트의 입점으로 운영에 어려움은 있지만 백석2동 월드마트를 이용해 주시는 주민들에게 감사한 마음을 조금이나마 표현하고 싶어서 나눔에 참여하게 되었다</span>”며 “<span class='quot0'>작은 성의가 이웃에게 전달되어 따뜻한 연말을 보내는데 도움이 되길 바란다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>금계초 학부모회, 사랑의 목도리 기증 <br/><br/><br/>백석1동 주민센터는 관내 금계초등학교 학부모회에서 사랑의 목도리 32개를  기증했다고 밝혔다. 금계초 학부모회는 평소 지역 어려운 학생과 이웃을 돕는 일에 솔선수범해 오고 있으며 이번에 준비한 목도리는 백석1동 독거노인 32가구에 전달됐다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>다빈치안경 일산동구청점, 안경맞춤 후원 행사 <br/><br/><br/>다빈치안경 일산동구청점은 지난 23일 가정형편이 어려운 드림스타트 저소득 아동 및 가족 53명을 대상으로 ‘밝은세상 안경맞춤’ 후원행사를 진행했다. 3년째 진행된 안경후원행사는 다빈치안경 일산동구청점이 전액 후원하며 다빈치안경 눈건강 시력지킴이 봉사로 검안과 시력검사를 실시하고 안경테를 지원한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>고양시가구협동조합, 따뜻한 이불 나눔 진행 <br/><br/><br/>고양시가구협동조합은 고양시민 복지나눔 1촌맺기 사업의 일환으로 사랑의 성금 2000만을 전달했다. 고양시가구협동조합에서 조합원들과 함께 기부물품을 경매한 수입과 기부금으로 조성된 성금을 기부, 사랑의 이불을 전달해 독거노인 650세대에 따뜻한 마음을 나누었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>탄현동, 꼬마 천사들의 따뜻한 나눔 <br/><br/><br/>탄현동 주민센터는 지난 24일 산새어린이집 원아들이 10kg 쌀 12포대를 기탁했다고 밝혔다. 원아들은 12월 한 달 간 이웃돕기 저금통에 하나 둘 모은 돈으로 쌀을 구입해 기탁했다. 이 쌀은 홀로 사는 어르신과 거동이 불편한 장애우에게 전달될 예정이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>명지병원 베드사이드콘서트 열어 <br/><br/><br/>소아과, 암 병동 병실 가득 희망의 성탄 캐럴 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>서남의대 명지병원 예술치유센터는 지난 12월 23일 한국의 대표적인 현악 앙상블 ‘조이오브스트링스(Joy of Strings)’를 초청, 환우들의 병실로 찾아가는 베드사이드콘서트(Bedside Concert)를 마련했다. 조이오브스트링스 단원들은 이날 오후 2~4명씩 연주 팀을 구성, 암 병동을 비롯해 소아병동, 소아재활병동 등 입원실 곳곳을 찾아다니며 병마와 싸우고 있는 환우들에게 성탄 캐럴을 비롯하여 다양한 음악을 선사하며 투병의지를 북돋워 주었다. <br/><br/><br/>특히 좀처럼 일반인에게 개방되지 않는 정신과 폐쇄병동의 문을 아름다운 음악의 선율로 여는 베드사이드 콘서트도 진행했으며, 낯선 이국땅에서 치료받고 있는 러시아 환자를 비롯한 외국인 환자들과도 아름다운 음악을 선사하며 소통했다. 또한 명지병원은 이날 오후 3시 대강당에서 오정해와 함께하는 환우를 위한 성탄 축하 특별음악회를 열었다. 영화배우 오정해씨의 진행으로 고상지 밴드, 조이오브스트링스, 명지병원 의사들로 구성된 명지병원 닥터스힐링콰이어 등이 음악선물을 전달했다. 

언론사: 내일신문-1-175.txt

제목: [중국인들이 우리나라 의료계에 보내는 메시지] "환자에게 건강 줄 수 있다면, 양한방 협진이 왜 문제되나"  
날짜: 20151222  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151222125247613  
본문: "환자를 치료하는데 있어 서의학과 중의학 중 무엇을 우선시 할 것인가를 따지는 것은 중요하지 않다. 서로의 장단점을 인정하고 보완해 환자에게 건강한 삶을 줄 수 있다면 협진을 마다할 이유가 없다." 북경 수도의과대학 부속 중의병원 왕티엔 국제교류센터 주임 교수의 말이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>최근 한의사 의료기기 사용을 인정하려던 보건복지부의 정책이 '올스톱' 됐다. 애초 정부는 2013년 12월 "한의사 의료기기사용을 허용하라"는 헌법재판소의 만장일치 결정에 따라 올해 안에 '한의사가 사용할 수 있는 의료기기 범위'를 마련할 계획이었다. 하지만 올해가 9일도 채 남지 않은 시점에도 복지부는 아무런 조치를 내놓지 않고 있다. 복지부 관계자들은 "여러 의료현안들과 맞물러 논의가 더뎌지고 있다"는 말만 반복했다. 한의사의 의료기기 사용을 법적 행정적으로 인정하는 정책은 국민이 누려야 할 의료서비스 질과 직결된다. 그런 만큼 보건의료 국가정책에서 중요하게 다뤄야 할 사안이다. <br/><br/><br/><br/><br/> 중국 중의과학원 부속 서원병원의 임상연구실에서 연구원들이 연구활동을 하고 있다. 사진 한의사협회 제공<br/><br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/>이와 관련 최근 '상호보완적 중서의(中西醫) 이원화 의료체계'를 유지하고 있는 중국 의료 현장을 탐방했다. 중국 의료체계는 '한의사 의료기 사용'과 관련해 중요한 시사점을 던져준다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>◆중국 보건당국이 중의사 의료기 사용 적극 앞장 서 = 18일 오전 10시(중국 시간) 방문한 중국 베이징 수도의대 부속 중의병원. 병원 입구에 위치한 응급실. 내과·정신과·피부과·외과 등 진료병동을 비롯해 외래 접수를 기다리는 환자들이 빽빽이 앉아 있었다. 여느 우리나라 대학병원과 다를 게 없었다. 이 병원에는 1400여명의 의료종사자들이 하루 1만2000여명의 환자를 진료하고 있다. 베이징시 보건당국으로부터 암(腫瘤)전문병원으로 인정받았다. 이 병원의 중의들은 컴퓨터 단층촬영기기(CT)나 자기공명영상기기(MRI) 등 현대 의료기기를 사용하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>왕티엔 주임교수에 따르면, 진료과목에 따라 서의와 중의학의 우선 순위를 정하는 등 체계적인 진료 스케줄을 정하고 있다. 응급환자인 경우, 서의사가 응급조치를 취한 뒤 중의사의 침술 또는 중의약으로 치료한다. 피부과나 내과, 신경과의 경우는 중의학의 시술이 우선되기도 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>왕 주임교수는 병원의 임상연구활동을 소개하면서 "환자의 예후를 전과 후를 비교한 데이터를 수집한 결과 피부과와 신경과 등에서 서의학보다 중의학이 더 뛰어난 효과를 보이는 것으로 확인됐다"면서 "특히 우피선(건선)의 경우는 중의학으로 완치되는 환자가 70~80%에 이른다"고 밝혔다. 신경과 등에서는 "뇌경색이나 치매 등도 중의학 치료가 효능이 더 좋다"고 말했다. <br/><br/><br/><br/><br/> 북경 수도의대 부속 중의병원에서 80세 뇌졸중환자가 중의사에게 침치료를 받고 있다. 사진 한의사협회<br/><br/><br/><br/> <br/>중의사들이 현대의료기기를 자유롭게 사용하면서 얻은 연구성과가 치료 효과를 높이는데 기여하고 있는 모습이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>중국도 건국초기 서의사들이 다수를 차지한 일부 병원에서는 중의사의 의료기 사용을 제한하기도 했다. 하지만 중국 보건당국이 직접 각 병원마다 중의가 자유롭게 의료기를 사용할 수 있게 강제했고, 현재는 누구도 이것을 문제삼거나 이상하게 여기지 않는다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>◆중의사 의료기기 사용하면서 연구성과 과학화 촉진 = 중국의 인민헌법에는 국가가 중의학을 육성하도록 명시되어 있다. 또 위생부 중의약관리국 예산은 우리 돈으로 1조 3634억원 규모이다. 중의과학원에는 연구원 6000명, 산하병원 6곳이 운영되고 있다. 이는 복지부 한의약정책관실 예산 220억원, 한의약연구원 143명, 산하 병원이 하나도 없는 우리나라와 대비된다. <br/><br/><br/><br/><br/> 중국 중의과학원 부속 서원병원의 약제실. 전산화에 따라 약제가 자동으로 출시되고 있다.<br/><br/><br/><br/> <br/>중국 정부의 지원을 받고 있는 중의과학원 부속병원인 서원병원을 방문했다. 중의과학원은 최근 노벨생리의학상을 받은 투유유 교수를 배출한 곳이다. 서원병원은 특히 감염병에 대한 치료 및 연구가 활발하게 진행된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>자오란차이 전염병센터 주임 교수는 사스와 에볼라, 조류독감, 댕기열, 수족구병 등에 대한 중의학 임상 연구 결과를 소개하면서 "중서의 협진으로 처방될 경우 서의 단독 치료보다 효과가 좋았다"고 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>병원측은 사스가 국가적 재난이 됐을 당시, 치료에 중의계가 참여하면서 "양약의 부작용을 줄이고, 치료효과를 높였다"고 자부했다. 자오 교수는 댕기열도 서의학으로만 치료했을 경우 완치율이 50%인 반면, 중의학과 협진을 통했을 때는 무려 81.7%에 이른다고 소개했다. 또한 댕기열 증상 중 가장 치명적인 고열에 대해서는 서의 단독일 경우 61.65시간이 소요됐지만 중·서의 협진시 25시간내에 가능했다고 했다. 이런 결과는 국제저널에도 게재됐다. 최근에는 인간면역결핍바이러스(에이즈)를 중의학으로 정복하기 위해 아프리카에 중의들을 파견해 공동 연구를 추진하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>병원 관계자들은 "최근 노벨생리의학상을 수상한 투유유 박사가 '아르테미시닌은 중의약이 세계 인민에게 주는 선물'"이라고 표현한 것에 높은 자부심을 갖고 있었다. 중국정부는 최근 더욱 중의약 육성에 박차를 가하고 있다. 기존에는 300병상 이상(우리나라 종합병원) 규모의 병원에만 '중의약 진료부'를 두도록 강제했는데, 최근 100병상 이상으로 그 기준을 낮췄다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지금 중국의 의료환경은 우리나라와 많은 차이가 있다. 그중에서도 한·중 보건당국의 전통의학에 대한 입장과 정책적 추진력의 차이가 가장 큰 것으로 보인다. 중의사는 MRI 등 임상 의료기기를 자유롭게 사용할 수 있기 때문에 임상진료 연구성과와 자료들을 토대로 중의학의 치료효과를 '현대 과학적'으로 입증할 수 있었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>박은성 베이징전통의학연구소 소장은 "연구목적용 의료기 사용조차 시비거는 상황에서, 정부가 우리나라를 의료선진국이라고 주장하는 것은 어불성설"이라며 "정부가 중국의 의료체계를 살피고 무엇이 국민 건강을 위한 길인지 새겨 봐야 한다"고 주장했다.

언론사: 내일신문-1-176.txt

제목: [동양여성에 많은 치밀유방 A-Z]다양한 형태로 나타나는 치밀유방, 유방전문의의 역할 중요해  
날짜: 20151222  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151222125221444  
본문: 질병에도 시대의 흐름이 반영되기 마련, 유방암이 우리나라 여성암 1위로 등극하게 된 건 서구화된 생활환경, 늦은 결혼과 출산 등의 사회적인 변화와 무관하지 않다. 그래서일까, 유방암에 대한 막연한 두려움과 걱정도 만만치 않다. 특히 동양여성에게 많다고 알려진 ‘치밀유방’이나 ‘고밀도유방’소견에 따른 전문적인 검사 여부에 대해 이견도 다양하다. 아름다운향기유외과 권수범 원장을 통해 치밀유방에 갖던 궁금증을 해결해본다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>우리나라 여성의 대부분이치밀유방, 치밀도가 높고 오래 지속되는 편 <br/><br/><br/>□ 치밀유방인 경우 초음파검사가 필요하다?  <br/><br/><br/>지방 조직에 비해 유선 조직이 풍부한 치밀 유방은 유방촬영사진(엑스레이)을 통해서 보면 전반적으로 하얗게 나타난다. 유방조직은 하얗게, 지방조직은 검게 나타나는 정상적인 유방사진과 비교해보면 확연히 다른 것을 알 수 있다. 종괴라고 하는 혹 역시 흰 그림자로 나타나는데, 전반적으로 하얀 치밀유방에선 이상소견이 보이지 않을 가능성이 높다. 실제로 유방암 환자의 15~20%는 유방촬영사진에서 암이 발견되지 않는다. 따라서 이런 경우 초음파 검사를 통해서 혹의 유무를 정확하게 확인해야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>치밀유방사진. density <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>□ 치밀유방이 유방암에 잘 걸린다? <br/><br/><br/>여성호르몬이 풍부한 시기에 치밀유방이 잘 나타난다. 첫 출산이 늦거나 폐경 전, 폐경 후 여성호르몬제를 복용하는 경우 등 여성호르몬에의 노출이 길어질수록 유방암 위험도가 높은 편이다. 미국 등 여러 논문을 살펴보면, 치밀도가 높은 사람(4단계, 75% 이상)은 유방암 상대위험도가 4.2~4.7배 높은 것으로 보고된다. 하지만, 이런 결과를 그대로 우리나라에 적용시키기는 어렵다. 실제로 치밀유방 빈도가 높은 우리나라 여성의 경우 그만큼 위험도가 높아야 하는데, 1.2배 정도에 불과하다. 인종별로 유방의 치밀도에 차이가 있기 때문이다. 단, 우리나라도 식단과 환경이 서구화되고 있는 만큼 생활 관리에 보다 신경 써야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>치밀도진단. cumulus <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>□ 치밀유방에도 단계가 있다? <br/><br/><br/>서양여성은 20대 70%였던 유방 치밀도가 30대 중반에 50% 이하로 내려가지만, 우리나라여성은 20대에 90%로 시작해서 40대 후반까지 50% 이상으로 유지된다. 이런 치밀도는 보통 4단계로 나뉘는데, Cumulus 등의 프로그램을 활용하면 보다 객관적인 측정이 가능하다. 보통은 작고 단단한 고비율 치밀유방을 치밀유방이라고 하지만, 최근에 연구된 바로는 크고 물렁한 고면적 치밀유방도 존재하는 것으로 확인됐다. 치밀유방에 대한 다양한 연구가 진행되고 있는 만큼 유방전문의가 전문적인 자료를 통해 다양한 가능성을 열어두고, 진단?진료계획을 세워가는 것이 치료에 도움이 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>탄성초음파로 암의 단단한 정도 파악 가능, 별도의 조직검사 불필요해 <br/><br/><br/>유방촬영사진에서 치밀유방의 소견이 있는 경우, 유방 초음파검사가 실시되는데, 유방암 초기일 때는 엑스레이상에서도 유방의 석회화 정도를 파악할 수 있다. “유방암이 의심되면, 탄성초음파를 찍게 된다. 주변의 정상조직과 비교해 하드-소프트 구간에 따라 색깔이 달라지기 때문에 별도의 조직검사 없이도 단순한 혹인지, 암인지 여부를 판단할 수 있다. 뿐만 아니라 유방초음파를 보다 정확하게 판독할 수 있는 모니터를 통해 진단에 신뢰를 더하고 있다”고 권수범 원장은 덧붙였다.   <br/><br/><br/>한국유방암학회 선정 유방암 건강강좌 시행기관, 국민건강보험공단 유방암검진 지정병원, 서울아산병원 유방센터 지정 협력병원인 아름다운향기유외과는 명성에 걸맞게 최상의 촬영장비와 더불어 전문적인 의료지식과 경험을 토대로 한 정확한 진단이 이뤄진다. 유방의 밀도가 촘촘한 젊은 여성일수록 초음파검사를 하는 것이 좋다는 권 원장은 “<span class='quot0'>이제 치밀유방에 대한 막연한 두려움은 내려놓고, 유방전문의와의 상세한 상담을 통해 궁금증을 해결해나갈 것</span>”을 당부했다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 영통아름다운향기유외과 권수범 원장

언론사: 내일신문-1-177.txt

제목: 노인성 난청과 치매  
날짜: 20151217  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151218124431841  
본문: 국민건강보험공단에 따르면 최근 5년간 난청 진료인구가 연평균 약5%씩 증가하고 있으며 그중 60대 이상 비중은 전 연령대에서 약 45%를 차지하고 있다고 합니다. <br/><br/><br/>고령사회로 접어들면서 많은 이들은 이제 암보다도 치매를 더 걱정합니다. 치매로 인한 사회적 비용은 암이나 심장질환, 뇌졸중을 모두 합한 것보다 많다는 연구결과까지 나와 있습니다. 이런 가운데 치매를 유발하는 ‘알츠하이머’ 질환이 청각손상에 의해서 발생될 수 있다는 연구결과가 나와 주목을 받고 있는데요. 세계적인 과학저널 네이처(신경과)에 따르면 노인성 난청은 잠재적으로 알츠하이머병에 대한 위험요인이 될 수 있는 것으로 확인되었습니다. 난청이 단순히 ‘소리를 잘 듣지 못하는 문제’만이 아니라는 얘기입니다. <br/><br/><br/>노인성난청의 대부분은 감각신경성난청으로 주로 달팽이관에 있는 헤어셀(20~20,000Hz까지 주파수별로 담당하는 청각세포)의 사멸로 인해 귀로 들려오는 언어의 정보를 청신경을 통해서 제대로 뇌로 전달하지 못해서 언어를 변별하는 능력이 떨어지게 되는 난청의 한 형태 입니다.  노인성난청은 의사소통이 잘되지 않아 소외되기 쉽고 나아가 우울증으로까지 발전하기도 하며 인지기능 저하를 가속화합니다. <br/><br/><br/>반면 보청기를 시기적절하게 착용하면 난청이 진행된 주파수 대역의 소리 증폭을 통해서 대뇌를 자극하게 됨으로 인지기능의 저하를 방지할 수 있습니다. “노인성 난청을 겪고 있는 분 중 ‘아직 보청기를 쓸 만큼 늙지 않았다’며 여러 가지 이유로 보청기 착용을 거부하는 분들을 보는데 보청기 착용을 미루다가 난청 증상을 악화시켜 뒤늦게 보청기를 사용해도 효과를 제대로 보지 못할 뿐 아니라 소통의 단절 및 치매까지도 진행될 수 있다는 점을 놓치지 말아야겠습니다. 눈이 나쁘면 시력검사를 통해 안경을 맞추듯이 귀가 나쁘면 정확한 청력검사를 통해서 보청기를 맞춰야 합니다. 자신의 청력상태에 맞지 않는 보청기를 쓰면 오히려 난청이 더 심해지거나 이명, 두통 등이 생길 수도 있습니다. 보청기는 안경과 달리 한번 맞춰 끼기만 하면 즉시 효과를 볼 수 있는 것이 아니라 보통 2~3개월의 적응기간이 필요합니다. <br/><br/><br/>보청기를 처음 사용하면 착용 후 자신의 청력 상태에 맞게 점진적인 소리 조절을 해야 합니다. 처음에는 익숙하지 않아서 불편감이 있을 수 있으나 조절 기간이 지나면서 점차 보청기를 통하여 들려오는 소리에 익숙해지고 나중에는 자신이 보청기를 끼고 있다는 사실도 잊게 됩니다. 난청이 의심되면 조기에 발견하는 것이 중요하고 보청기가 필요하다면 보청기 착용으로 난청에의 도움 및  치매예방까지 많은 도움을 받을 수 있기를 기대해 봅니다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의 스타키보청기 김천식 원장 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-178.txt

제목: '진단·수술·요양보장'을 한번에  
날짜: 20151217  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151217123239657  
본문: 삼성화재 건강보험 'NEW새시대건강파트너'는 보험 하나로 질병뿐 아니라 각종 상해, 배상책임, 운전자비용 및 의료비 실손보험까지 보장받을 수 있는 컨설팅형 종합건강보험이다. 만15세에서 65세까지 가입할 수 있고 최대 100세까지 보장을 받을 수 있다. 보험료 납입은 최소 5년부터 최대 30년까지 5년 단위로 선택할 수 있다. <br/> <br/>'NEW새시대건강파트너'는 장기 간병 및 다양한 생활 위험을 두루 보장한다. 기본계약은 상해로 인한 사망 또는 고도후유장해 보장이다. 고도후유장해가 생길 경우 가입 금액을 일시금 말고 매달 생활자금으로도 받을 수 있다. <br/> <br/>암·뇌출혈·급성심근경색증의 3대 질병 진단비는 갱신 또는 비갱신 중 선택해 원하는 형태의 플랜으로 구성이 가능하다. 상해로 인한 장해 또는 질병으로 인한 장애 발생시에 가입금액을 일시금 외에 월지급 방식의 생활자금으로 받을 수도 있다. <br/> <br/>4대(뇌, 심장, 간·췌장, 폐)중증질환 및 5대(위·십이지장, 결핵, 신부전, 갑상선, 녹내장)특정질환에 대한 수술비도 지급한다. 병원 입원 첫날부터 입원일당을 지급하고, 골절, 화상, 깁스치료비, 충수염수술 등 일상생활 중에 빈번히 발생하는 각종 생활 위험을 보장해 주는 담보가 특약으로 구성돼 있다. 또 '장기요양지원금'담보를 통해 상해 또는 질병으로 인해 약관에 정한 '장기요양상태'가 되면 가입금액을 지급받을 수 있다. '질병후유장애'담보로 장애등급 1,2,3급에 해당될 경우 생활비를 보상 받을 수 있다. <br/> <br/>실손의료비 보장도 함께 가입할 수 있다. 특약으로 실손보장을 추가하면 진단, 입원, 수술비 등 각종 치료비를 통합적으로 보장 받을 수 있다. '가정일상생활 배상책임' 담보도 빼놓을 수 없다. 일상생활 중 발생하는 배상책임에 대해 1억원 한도로 보장하며 운전 중 사고시 벌금, 교통사고처리지원금 등 비용손해도 보장이 가능하다.

언론사: 내일신문-1-179.txt

제목: [유방,갑상선질환, 이젠 제대로 상담받자~]예약제 진료 등 친절한 의료서비스가 치료효과를 높인다!  
날짜: 20151214  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107212626392  
본문: 요즘 부쩍 피곤하고, 잠을 자도 피로가 풀리지 않는 게 혹시 나도 갑상선기능에 문제가 있는 것이 아닌가 의심해본 적이 한번쯤은 있을 것이다. 우리는 정보의 홍수 속에서 자신의 상태를 스스로 진단하는 시대에 살고 있다. 그럴 땐 병원이 따뜻한 울타리가 되어 여유롭게 환자의 알 권리를 제대로 충족시켜줄 수는 없을까. 수원 영통 아름다운향기유외과 권수범 원장은 “<span class='quot0'>환자가 자신의 상태를 잘 알고 치료를 시작하는 것부터가 이미 절반의 성공</span>”이라고 강조한다.<br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>여성암1,2위 유방,갑상선암에 관한 정확한 가이드라인 필요 <br/><br/><br/>“실제로 피곤하다고, 갑상선질환이 아닐까 하고 찾아오는 환자분이 많습니다. 하지만, 피로의 원인은 스트레스나 신체기관의 이상 등 다양한 정신적, 육체적인 문제에서 비롯됩니다. 물론 갑상선 기능의 문제일 수도 있고요. 이런 것들이 파악되려면 환자와의 충분한 소통이 절대적으로 필요합니다.” 권수범 원장은 암 치료는 다양한 진료과와의 협업이 필요한 만큼 종합병원을 선택할 수밖에 없지만, 환자들은 현실적으로 짧을 수밖에 없는 진료시간과 자신의 아픔이 충분히 공감되지 못한다는 것을 아쉬워한다고 했다.? <br/><br/><br/>정확한 자신의 상태와 이로 인해 발생할 수 있는 여러 가지 가능성에 대해서 설명을 해주는 것이 환자가 의지를 다지고, 치료에 적극적으로 임하게 함으로써 성공적인 치료효과를 가져올 수 있다. 이런 설명이 가능하다는 것은 의사의 전문성과도 연결이 되는 만큼, 개인병원이라고 한다면 풍부한 임상경험을 갖춘 전문의를 찾는 것이 중요하다. 특히 여성암 1,2위인 유방,갑상선암은 더욱 중요하게, 정확하게 다뤄질 필요가 있다는 게 권 원장의 설명이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>불필요한 검사를 줄이는 최신장비를 활용한 검사와 풍부한 임상경험 중요 <br/><br/><br/>환자들 가운데는 간혹 갑상선기능저하나 항진증이 암으로 발전한다고 생각하는 경우가 많다. 갑상선암은 갑상선 기능과 상관없이 갑상선결절(혹)에서 발생되는 암이다. 갑상선결절의 상당수가 양성종양이기 때문에 결절이 갑상선암인지를 판단하기 위해선 초음파를 통한 세포검사가 진행돼야 한다. 이를 통해 추이를 지켜볼지, 수술을 해야 할지를 판단하는 것은 숙련된 경험을 갖춘 의사의 몫이다. <br/><br/><br/>유방의 경우도 마찬가지. 유방암뿐만 아니라 유방성형, 유방분비물, 함몰유두, 남성유방암 등 다양한 증상과 상황으로 나타나기 때문에 정확한 진단이 전제돼야 한다. 유방의 혹 여부를 살펴보기 위해 초음파촬영을 하는데, 탄성초음파는 암의 딱딱한 정도까지 파악이 가능해 별도의 조직검사를 하지 않고도 혹인지, 암인지를 판단할 수 있다. 그만큼 환자의 부담도 줄어드는 셈이다. 유방의 전체적인 모양, 석회화 정도 파악을 위해 유방엑스레이촬영이 진행된다. 이 과정에서 여성이 겪는 아픔과 두려움을 공감한다는 권 원장은 “<span class='quot0'>유방 압박의 통증을 줄여주는 자동 소프트기능의 유방촬영기를 통해 촬영의 공포를 덜 수 있다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>협진시스템으로 신중한 치료계획 수립, 진정한 아름다움 되찾아줘야??? <br/><br/><br/>해상도가 높은 판독용모니터로 치밀유방에 가려져 보이지 않는 작은 혹이라도 놓치지 않는 권 원장은 “좋은 장비가 가져다주는 정확한 진단은 환자의 신뢰로 이어진다. 환자들이 대학병원을 찾아가는 이유 중의 하나이기도 하다. 이런 장비와 함께 이를 활용할만한 능력과 다양한 임상경험도 뒷받침돼야 한다”고 강조했다. 아름다운향기유외과는 서울아산병원 외과와 유방내분비외과 오랜 근무경험을 살려 서울아산병원을 비롯한 전국 대학병원과의 협진서비스체계도 구축, 치료성공률을 높인다. 차근차근한 설명으로 환자가 가진 두려움까지도 내려놓을 수 있게 도와줘야 한다는 권 원장은 “<span class='quot0'>환자가 아픔을 극복하고, 오히려 예전에는 몰랐던, 자신만의 아름다운 향기를 찾도록 도와주는 것이 의사의 역할</span>”이라고 했다. <br/><br/><br/>이젠 갑상선,유방에 관한 넘쳐나는 정보들에 나를 맞추기보다는 예약제를 통한 의료서비스가 이뤄지는 곳에서 충분한 상담을 통해 궁금증을 해소함으로써 질병에 대한 올바른 기준을 세워가야 할 때다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 아름다운향기유외과 권수범 원장<br/>SQ:

언론사: 내일신문-1-180.txt

제목: [유방,갑상선질환, 이젠 제대로 상담받자~]예약제 진료 등 친절한 의료서비스가 치료효과를 높인다!  
날짜: 20151214  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151215124616834  
본문: 요즘 부쩍 피곤하고, 잠을 자도 피로가 풀리지 않는 게 혹시 나도 갑상선기능에 문제가 있는 것이 아닌가 의심해본 적이 한번쯤은 있을 것이다. 우리는 정보의 홍수 속에서 자신의 상태를 스스로 진단하는 시대에 살고 있다. 그럴 땐 병원이 따뜻한 울타리가 되어 여유롭게 환자의 알 권리를 제대로 충족시켜줄 수는 없을까. 수원 영통 아름다운향기유외과 권수범 원장은 “<span class='quot0'>환자가 자신의 상태를 잘 알고 치료를 시작하는 것부터가 이미 절반의 성공</span>”이라고 강조한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>여성암1,2위 유방,갑상선암에 관한 정확한 가이드라인 필요 <br/><br/><br/>“실제로 피곤하다고, 갑상선질환이 아닐까 하고 찾아오는 환자분이 많습니다. 하지만, 피로의 원인은 스트레스나 신체기관의 이상 등 다양한 정신적, 육체적인 문제에서 비롯됩니다. 물론 갑상선 기능의 문제일 수도 있고요. 이런 것들이 파악되려면 환자와의 충분한 소통이 절대적으로 필요합니다.” 권수범 원장은 암 치료는 다양한 진료과와의 협업이 필요한 만큼 종합병원을 선택할 수밖에 없지만, 환자들은 현실적으로 짧을 수밖에 없는 진료시간과 자신의 아픔이 충분히 공감되지 못한다는 것을 아쉬워한다고 했다.  <br/><br/><br/>정확한 자신의 상태와 이로 인해 발생할 수 있는 여러 가지 가능성에 대해서 설명을 해주는 것이 환자가 의지를 다지고, 치료에 적극적으로 임하게 함으로써 성공적인 치료효과를 가져올 수 있다. 이런 설명이 가능하다는 것은 의사의 전문성과도 연결이 되는 만큼, 개인병원이라고 한다면 풍부한 임상경험을 갖춘 전문의를 찾는 것이 중요하다. 특히 여성암 1,2위인 유방,갑상선암은 더욱 중요하게, 정확하게 다뤄질 필요가 있다는 게 권 원장의 설명이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>불필요한 검사를 줄이는 최신장비를 활용한 검사와 풍부한 임상경험 중요 <br/><br/><br/>환자들 가운데는 간혹 갑상선기능저하나 항진증이 암으로 발전한다고 생각하는 경우가 많다. 갑상선암은 갑상선 기능과 상관없이 갑상선결절(혹)에서 발생되는 암이다. 갑상선결절의 상당수가 양성종양이기 때문에 결절이 갑상선암인지를 판단하기 위해선 초음파를 통한 세포검사가 진행돼야 한다. 이를 통해 추이를 지켜볼지, 수술을 해야 할지를 판단하는 것은 숙련된 경험을 갖춘 의사의 몫이다. <br/><br/><br/>유방의 경우도 마찬가지. 유방암뿐만 아니라 유방성형, 유방분비물, 함몰유두, 남성유방암 등 다양한 증상과 상황으로 나타나기 때문에 정확한 진단이 전제돼야 한다. 유방의 혹 여부를 살펴보기 위해 초음파촬영을 하는데, 탄성초음파는 암의 딱딱한 정도까지 파악이 가능해 별도의 조직검사를 하지 않고도 혹인지, 암인지를 판단할 수 있다. 그만큼 환자의 부담도 줄어드는 셈이다. 유방의 전체적인 모양, 석회화 정도 파악을 위해 유방엑스레이촬영이 진행된다. 이 과정에서 여성이 겪는 아픔과 두려움을 공감한다는 권 원장은 “<span class='quot0'>유방 압박의 통증을 줄여주는 자동 소프트기능의 유방촬영기를 통해 촬영의 공포를 덜 수 있다</span>”고 설명했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>협진시스템으로 신중한 치료계획 수립, 진정한 아름다움 되찾아줘야    <br/><br/><br/>해상도가 높은 판독용모니터로 치밀유방에 가려져 보이지 않는 작은 혹이라도 놓치지 않는 권 원장은 “좋은 장비가 가져다주는 정확한 진단은 환자의 신뢰로 이어진다. 환자들이 대학병원을 찾아가는 이유 중의 하나이기도 하다. 이런 장비와 함께 이를 활용할만한 능력과 다양한 임상경험도 뒷받침돼야 한다”고 강조했다. 아름다운향기유외과는 서울아산병원 외과와 유방내분비외과 오랜 근무경험을 살려 서울아산병원을 비롯한 전국 대학병원과의 협진서비스체계도 구축, 치료성공률을 높인다. 차근차근한 설명으로 환자가 가진 두려움까지도 내려놓을 수 있게 도와줘야 한다는 권 원장은 “<span class='quot0'>환자가 아픔을 극복하고, 오히려 예전에는 몰랐던, 자신만의 아름다운 향기를 찾도록 도와주는 것이 의사의 역할</span>”이라고 했다. <br/><br/><br/>이젠 갑상선,유방에 관한 넘쳐나는 정보들에 나를 맞추기보다는 예약제를 통한 의료서비스가 이뤄지는 곳에서 충분한 상담을 통해 궁금증을 해소함으로써 질병에 대한 올바른 기준을 세워가야 할 때다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 아름다운향기유외과 권수범 원장

언론사: 내일신문-1-181.txt

제목: 순천향대천안병원 여승구 교수, 고주파온열암치료 우수논문상 수상  
날짜: 20151213  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107212547199  
본문: 순천향대학교 천안병원 여승구 교수(방사선종양학과·43)가 제6회 대한온열암치료 학술대회에서 우수논문상을 수상했다.<br/><br/><br/>여승구 교수는 폐암환자를 대상으로 거둔 고주파온열암치료의 우수한 효과를 보고한 논문 ‘병기 3B 비소세포폐암 환자에서 방사선치료와 동시 온열암치료 : 증례보고’로 수상했다. 논문은 세계적인 SCI급 국제학술지인 ‘Experimental and Therapeutic Medicine’에도 게재됐으며, 국제학술지 첫 게재 사례로 학계의 큰 주목을 받았다. <br/><br/><br/>여승구 교수는 2009년 순천향대천안병원에 부임한 이래 매년 우수한 연구결과를 발표함으로써 지금까지 총 8회의 학술상 수상 이력을 보유하고 있으며, 2013년 3월부터 충청권 최초로 고주파온열암치료를 시작한 바 있다. 13.56㎒의 고주파 전류를 암 조직에 보내 열을 발생시켜 암을 선택적으로 치료하는 고주파 온열암치료는 백혈병을 제외한 모든 암, 특히 전이암 재발암 말기암까지도 치료가 가능하며, 항암약물치료나 방사선치료와 병행하면 치료 효과도 2배 이상 극대화 되는 것으로 알려져 있다.<br/>SQ:

언론사: 내일신문-1-182.txt

제목: 순천향대천안병원 여승구 교수, 고주파온열암치료 우수논문상 수상  
날짜: 20151213  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151214131352349  
본문: 순천향대학교 천안병원 여승구 교수(방사선종양학과·43)가 제6회 대한온열암치료 학술대회에서 우수논문상을 수상했다. <br/><br/><br/>여승구 교수는 폐암환자를 대상으로 거둔 고주파온열암치료의 우수한 효과를 보고한 논문 ‘병기 3B 비소세포폐암 환자에서 방사선치료와 동시 온열암치료 : 증례보고’로 수상했다. 논문은 세계적인 SCI급 국제학술지인 ‘Experimental and Therapeutic Medicine’에도 게재됐으며, 국제학술지 첫 게재 사례로 학계의 큰 주목을 받았다. <br/><br/><br/>여승구 교수는 2009년 순천향대천안병원에 부임한 이래 매년 우수한 연구결과를 발표함으로써 지금까지 총 8회의 학술상 수상 이력을 보유하고 있으며, 2013년 3월부터 충청권 최초로 고주파온열암치료를 시작한 바 있다. 13.56㎒의 고주파 전류를 암 조직에 보내 열을 발생시켜 암을 선택적으로 치료하는 고주파 온열암치료는 백혈병을 제외한 모든 암, 특히 전이암 재발암 말기암까지도 치료가 가능하며, 항암약물치료나 방사선치료와 병행하면 치료 효과도 2배 이상 극대화 되는 것으로 알려져 있다.

언론사: 내일신문-1-183.txt

제목: 성조숙증 예방하려면 내분비교란물질 피해야  
날짜: 20151212  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107212527938  
본문: 유아·아동용품에서 기준치를 훨씬 초과하는 내분비교란물질(환경호르몬)이 검출됐다는 소식이 최근 연이어 이어지고 있다. 지난달 24일에는 산업통상자원부 국가기술표준원이 대형 유통매장 등에서 판매되고 있는 549개 유아·아동제품에 대한 안전성 조사를 실시한 결과 32개 제품에서 결함이 발견되어 리콜처분이 내려졌다. 특히 유아용 섬유와 변기 제품에서 프탈레이트가소제가 최대 312배 검출된 것으로 나타났다.<br/><br/><br/>내분비교란물질은 체내에 쌓이면 생식기능 저하, 아토피, 각종 암 등을 유발할 뿐만 아니라 아이들의 키 성장을 방해하는 성조숙증의 원인으로 작용한다. 가슴멍울, 고환크기 증가와 같은 사춘기 이차성징이 또래보다 빨리 나타나는 성조숙증은 성장판을 일찍 닫히게 해 최종 키를 작게 만들 수 있다. 비만, 영양과잉, 시각적인 자극, 스트레스 등이 원인으로 꼽히고 있는데 특히 내분비교란물질은 마른 아이들의 성조숙증을 유발하는 주요한 원인으로 꼽힌다. <br/><br/><br/>프탈레이트는 딱딱한 플라스틱을 부드럽게 만드는 가소재로 장난감이나 푹신한 바닥재 등에 사용되는 대표적인 내분비교란물질이다. 가전제품, 캔 음료 등의 코팅제로 사용되는 비스페놀A, 내용물의 변질을 막기 위해 첨가하는 파라벤 또한 흔히 쓰이는 내분비교란물질이다. 이처럼 일상에서 사용하는 생활용품을 통해 지속적으로 내분비교란물질에 노출되고 있다 보니 아이들이 성조숙증에 걸릴 확률도 높아지고 있는 현실이다. <br/><br/><br/>학부모들은 자녀가 내분비교란물질의 악영향을 받을까봐 불안감을 크게 느끼고 있었다. ‘환경호르몬 대체물질 개발사업단’이 지난달 9일 수도권 초등학생 학부모 369명을 대상으로 설문조사를 실시한 결과 89.4%가 ‘환경호르몬이 사람에게 위험하다’고 인식하고 있었으며 밀폐용기 등을 살 때 ‘인체에 무해한’, ‘친환경’ 등의 문구를 반드시 확인한다는 응답은 전체의 69.1%를 차지하는 것으로 나타났다. <br/><br/><br/>내분비교란물질 노출을 최소화 하려면 생활용품 구입 시 안전성 유무를 확인하고 가능한 친환경 제품을 사용하는 것이 좋다. 꾸준한 운동과 건강한 식습관, 충분한 숙면도 키를 키우고 성조숙증을 예방하는데 도움이 된다. 사춘기가 빨리 나타났다면 전문 의료기관에서 검사를 받아야 한다. 치료가 필요하다면 한약을 통한 치료가 효과적이다. 성조숙증을 치료하는 한약이 내분비교란물질로부터 아이들을 보호하면서 성호르몬의 분비를 자연스럽게 조절해 키 성장에 도움을 줄 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움글 하이키한의원 강남점 박승찬 원장<br/>SQ:

언론사: 내일신문-1-184.txt

제목: 성조숙증 예방하려면 내분비교란물질 피해야  
날짜: 20151212  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20151214131302863  
본문: 유아·아동용품에서 기준치를 훨씬 초과하는 내분비교란물질(환경호르몬)이 검출됐다는 소식이 최근 연이어 이어지고 있다. 지난달 24일에는 산업통상자원부 국가기술표준원이 대형 유통매장 등에서 판매되고 있는 549개 유아·아동제품에 대한 안전성 조사를 실시한 결과 32개 제품에서 결함이 발견되어 리콜처분이 내려졌다. 특히 유아용 섬유와 변기 제품에서 프탈레이트가소제가 최대 312배 검출된 것으로 나타났다. <br/><br/><br/>내분비교란물질은 체내에 쌓이면 생식기능 저하, 아토피, 각종 암 등을 유발할 뿐만 아니라 아이들의 키 성장을 방해하는 성조숙증의 원인으로 작용한다. 가슴멍울, 고환크기 증가와 같은 사춘기 이차성징이 또래보다 빨리 나타나는 성조숙증은 성장판을 일찍 닫히게 해 최종 키를 작게 만들 수 있다. 비만, 영양과잉, 시각적인 자극, 스트레스 등이 원인으로 꼽히고 있는데 특히 내분비교란물질은 마른 아이들의 성조숙증을 유발하는 주요한 원인으로 꼽힌다. <br/><br/><br/>프탈레이트는 딱딱한 플라스틱을 부드럽게 만드는 가소재로 장난감이나 푹신한 바닥재 등에 사용되는 대표적인 내분비교란물질이다. 가전제품, 캔 음료 등의 코팅제로 사용되는 비스페놀A, 내용물의 변질을 막기 위해 첨가하는 파라벤 또한 흔히 쓰이는 내분비교란물질이다. 이처럼 일상에서 사용하는 생활용품을 통해 지속적으로 내분비교란물질에 노출되고 있다 보니 아이들이 성조숙증에 걸릴 확률도 높아지고 있는 현실이다. <br/><br/><br/>학부모들은 자녀가 내분비교란물질의 악영향을 받을까봐 불안감을 크게 느끼고 있었다. ‘환경호르몬 대체물질 개발사업단’이 지난달 9일 수도권 초등학생 학부모 369명을 대상으로 설문조사를 실시한 결과 89.4%가 ‘환경호르몬이 사람에게 위험하다’고 인식하고 있었으며 밀폐용기 등을 살 때 ‘인체에 무해한’, ‘친환경’ 등의 문구를 반드시 확인한다는 응답은 전체의 69.1%를 차지하는 것으로 나타났다. <br/><br/><br/>내분비교란물질 노출을 최소화 하려면 생활용품 구입 시 안전성 유무를 확인하고 가능한 친환경 제품을 사용하는 것이 좋다. 꾸준한 운동과 건강한 식습관, 충분한 숙면도 키를 키우고 성조숙증을 예방하는데 도움이 된다. 사춘기가 빨리 나타났다면 전문 의료기관에서 검사를 받아야 한다. 치료가 필요하다면 한약을 통한 치료가 효과적이다. 성조숙증을 치료하는 한약이 내분비교란물질로부터 아이들을 보호하면서 성호르몬의 분비를 자연스럽게 조절해 키 성장에 도움을 줄 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움글 하이키한의원 강남점 박승찬 원장

언론사: 내일신문-1-185.txt

제목: 도시재생 공감대 형성 위해 집수리 교육  
날짜: 20151208  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107194359993  
본문: 서울시는 도시재생에 대한 공감대를 형성하기 위해 암사동 주민을 대상으로 집수리 교육을 했다고 8일 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>'주민과 함께하는 집수리 교육'은 손때 묻은 '내 집'을 직접 관리하고 가꾸는 것 뿐만 아니라 지역의 집수리도 함께 참여하면서 지역의 도시재생에 대한 공감대를 형성하는 것이 목적이라고 시는 설명했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암사동 마을학교 2기 '주민과 함께하는 집수리 교육'에 참가한 10여명은 이론 수업을 받은 뒤 홀몸 어르신들의 집을 고치며 실습을 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>교육생들은 지난달 17일부터 1일까지 공구 활용 방법, 도배와 장판 시공, 채광과 단열 등 집수리 기초 교육을 받았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이들은 5일 강동구 암사1동에 거주하는 기초생활수급자인 정 모씨 집에 단열재를시공하고 도배와 장판을 교체했다. 2차 실습교육은 12일 강동구 구면천로에 김 모씨 집을 대상으로 진행될 예정이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>서울시 관계자는 "앞으로 집수리 교육 확대 등을 통해 기존의 전면 철거방식이 아닌 지역 주민이 오랫동안 자리 잡고 살아온 삶의 터전을 이어가고, 지역주민간의 공동체를 회복하면서 도시재생 공감대를 확산 시키겠다"고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의 02-2133-1583/02-3425-6043

언론사: 내일신문-1-186.txt

제목: 유방 방사선촬영, 반드시 해야 하는가?  
날짜: 20151208  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107194221422  
본문: 조정훈 유바외과 조정훈 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>우리나라는 국가 암 검진 사업의 일환으로 40세 이상부터 2년에 한번 유방 검진촬영을 시행한다. 최근에는 이러한 공단 검진촬영을 하지 않고, 다른 방법으로 진단된 유방암에 대해서 중증 감면을 해주지 않겠다는 정부시책이 발표 되었다. 하지만 유방촬영은 유방을 수직, 수평으로 눌러서 영상을 얻어야 하기 때문에 검사 중 유방통증을 일으킬 수 있고, X-선 피폭에 대한 막연한 걱정 때문에 생략하고 싶은 게 사실이다. 그래도 유방촬영술은 반드시 해야 하는 검사일까?  <br/><br/><br/>필자는 수원 영통의 유방외과 원장이다. 우리 병원 또한 공단지정 유방암 검진병원으로 많은 촬영검진을 하고 있다. 진료 현장에서 검진을 위한 기본 문진을 해보면 많은 환자들이 “원장님, 초음파 검사 할 건데, 유방 촬영을 꼭 해야 하나요?” 하고 자주 물어 온다. 유방 방사선촬영술은 유방 질환의 가장 간단하면서 기본이 되는 검사이다. 이러한 유방촬영은 유방의 전반적인 비대칭 및 종괴 등을 파악할 수 있어, 이후 시행되는 초음파 검사의 정확도를 높일 수 있다. 초음파가 나무를 보는 검사라면, 유방촬영은 숲 전체를 보는 검사라고 이해하면 된다. 뿐만 아니라, 이상소견인 석회화를 평가할 수 있다. 석회는 모양, 분포에 따라 유방암 가능성이 달리 평가된다. 크기가 미세할수록, 한 부분에 석회화가 모여 있을수록 암일 확률이 높아지는데, 군집성 미세석회화의 경우 유방암 가능성이 15%를 육박한다. 유방암의 전단계인 상피내암 (제자리암종)의 미세석회화는 암세포가 유관 내에만 있고 주변조직에 침윤이 일어나지 않았을 경우 초음파에서는 잘 보이지 않는다. 결국 이러한 초기 병변은 유방촬영술이 유일한 진단법이 되는 셈이다. <br/><br/><br/>석회화를 통해서 발견되는 유방암은 대부분 초기이다. 따라서 유방촬영술은 진단율이 낮다고, 검사 시 통증이 있다고 무조건 피해서는 안 되는 검사이다. 유방촬영을 하기 위해서는 고가의 유방 X-선 촬영 장비와 차폐를 위한 ‘피폭시설’, 그리고 검사를 진행하는 방사선사, 경험 있는 유방 전문의사가 필요하다. 또한 암 의심 석회화라 판단되면 적극적인 조직검사가 시행 되어야 한다. 결국 모든 검사가 가능하고 제대로 된 시설을 갖춘 의료기관을 선택하는 것이 무엇보다 중요하다.

언론사: 내일신문-1-187.txt

제목: 4대중증질환자 부담 6천억 줄어  
날짜: 20151207  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107212258428  
본문: 4대 중증질환에 대한 건강보험 보장 강화로 환자들의 의료비 부담이 크게 줄어든 것으로 나타났다. <br/> <br/>보건복지부는 7일"4대 중증질환자의 의료비 부담은 2012년 1조119억원에서 2014년 5775억원, 2015년 4110억원으로 급감했다"고 밝혔다. <br/> <br/>이는 복지부의 4대 중증질환에 대한 보장성 확대 조치로 암과 심장, 뇌혈관, 희귀난치질환 등 4대 중증질환 관련 370항목에 대한 건강보험 급여 확대를 완료한 결과이다. <br/> <br/>선택진료 의사가 올해 9월 이전 80%에서 9월 이후 67%로 줄고 상급종합병원 등의 일반병상도 같은 기간 50%에서 70%로 늘어났다. 이 결과 선택진료 부담은 올해 2212억원 감소했고, 같은 기간 일반병상은 1737개 증가해 상급병실료 환자 부담이 약 570억원 줄었다. <br/> <br/>아산병원의 경우, 올해 9월 도입된 선택진료와 상급병실 축소에 따른 의료비 부담 감소가 컸다. 같은 기간 총 진료비 대비 선택진료비 비율도 평균 7.7%에서 4.6%로, 상급병실료 차액 비율은 6.1%에서 5.0%로 환자 부담이 줄었다. <br/> <br/>실제 암수술환자의 부담 변화를 보면, 2014년 5월 유방절제술을 시행한 유방암 환자에 비해 올해 9월 수술 환자의 본인 부담 의료비는 327만원에서 144만원으로 56% 줄었다. 올해 11월 위 절제술을 받은 위암 환자 역시 109만원을 부담해 2014년 6월 수술환자(269만원)보다 환자 부담 의료비가 59% 줄었다. <br/> <br/>정진엽 복지부장관은 "앞으로도 환자의 의료비 부담이 높은 고가 약제와 고비용 진단 검사 및 치료방법 등에 보험 적용을 확대할 예정"이라며 "2016년에 4대 중증질환 치료나 특수처치 목적으로 실시하는 초음파검사와 수면내시경에 건강보험 적용을 검토 중"이라고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-188.txt

제목: 천안시 동남구 보건소 2016 건강달력 제작, 배포해  
날짜: 20151206  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107212221653  
본문: 천안시 동남구보건소는 2016년도 건강달력을 제작하여 보건소를 비롯한 보건지소 및 진료소 등을 통해 배포하였다. <br/><br/><br/>건강달력은 1월부터 12월까지 금연, 절주, 치매, 건강스트레칭, 바른 식생활과 걷기, 암 검진안내 등 시민들에게 도움이 될 만한 건강정보를 담고 있다. 또한 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 뇌졸중, 심근경색, 계절성 감염질환 등의 증상과 관리방법을 비롯해 진료, 예방접종 등 시민들이 자주 이용하는 주요부서의 전화번호가 상세히 안내되어 있다. 

언론사: 내일신문-1-189.txt

제목: 한의학박사 박치영 원장과 함께하는 난치성 피부질환 탈출하기-편평태선  
날짜: 20151206  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107212216814  
본문: '태선(苔癬)'은 좁쌀만 한 크기의 구진(丘疹·피부에 생기는 두드러기)이 생기는 피부병으로 심해지면 피부 표피층이 나무껍질처럼 거칠어지고 코끼리 피부처럼 두터운 느낌이 난다. 그렇다면 ‘편평태선(扁平苔癬)’이란 무엇일까? 난치성 피부질환을 전문적으로 치료하는 '생기한의원 서초점' 박치영 대표원장을 만나 ‘편평태선’에 대한 전반적인 이야기를 들어봤다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>입안 피부질환, 구강편평태선의심해봐야 <br/><br/><br/>‘편평태선’은 피부와 점막에 구진과 가려움증을 동반하는 염증성 피부질환이다. 주로 손등이나 손목, 허벅지 안쪽, 발목, 점막 등에 발생한다. 그중에서도 ‘편평태선’이 가장 흔하게 나타나는 부위는 볼 안쪽과 구강 안쪽 잇몸 부위, 식도 등의 구강 점막이다. 여기에 중심부가 함몰된 다각형 모양의 편평한 구진이 생기는데 자세히 보면 미세한 그물모양의 흰 선을 확인할 수 있다. 이렇게 입 안쪽에 발생하는 편평태선을 ‘구강편평태선’이라 하며 최근 들어 발병률이 높아지는 추세다. <br/><br/><br/>회사원 송모(32·강남구 삼성동)씨는 입안에 생긴 염증 때문에 고통스러운 시간을 보내고 있다. 예전부터 입안이 자주 헐었다는 그는 '시간이 지나면 곧 가라앉겠지'라는 생각에 참고 기다렸는데 한 달이 지나도 염증과 통증이 개선되지 않아 급기야 병원을 찾게 됐다고 했다. 송씨는 "통증 때문에 식사를 제대로 하지 못해 몸과 마음이 몹시 힘들었다"며 피부 조직검사를 통해 ‘편평태선’이라는 진단을 받았다고 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>원인 불명확하나 치료 가능한 질환 <br/><br/><br/>편평태선의 정확한 원인은 아직 밝혀지지 않고 있다. 하지만 정신적인 스트레스, 가족력, 면역력 저하나 바이러스 감염과도 관련이 있는 것으로 추정된다. 바이러스를 원인으로 드는 이유는 편평태선 환자들 중 C형 간염 환자들의 비율이 높기 때문이다. <br/><br/><br/>박치영 원장은 "구강편평태선의 경우 간혹 궤양이 생겨 암으로 발전할 수 있으므로 서둘러 치료하는 것이 좋다"고 조언했다. 편평태선은 대개 심한 가려움과 통증이&#160;동반되지만 어떤 사람에게는 가려움과 통증이&#160;전혀 느껴지지 않는 경우도 있다. <br/><br/><br/>또한 원형탈모증과 궤양성 대장염 환자 군에서도 편평태선 발병률이 높게 나타나고 있다. 그리고 시간이 지나면서 환자의 약 5~10%에서 손톱과 발톱으로 증상이 번지는 경우를 발견할 수 있다. 이럴 경우, 손톱과 발톱이 점점 얇아지다가 손톱이 들뜨는 ‘조갑박리’ 증상이 나타난다. 박 원장은 "편평태선은 증상의 자연소실과 악화가 반복되지만 결코 치료가 불가능한 질환은 아니다"라며 체내 면역력을 증강시키는 한방치료를 꾸준히 진행하면 호전될 수 있다고 설명했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>피부 정상화 위한 맞춤형 한방치료 <br/><br/><br/>'생기한의원'에서는 한약, 약침, 침 치료 등으로 기혈을 보충하고 체내순환을 돕는다. 그리고 천연한방 외용치료를 통해 편평태선 증상을 개선한다. 또 저하된 면역력을 높이고 피부에 쌓인 염증이나 독소, 열 등을 원활히 배출시켜 피부가 정상적인 기능을 되찾도록 유도한다. 편평태선의 치료를 위해서는 올바른 생활습관을 갖는 것 또한 중요하다. 충분한 휴식을 취하고 건전한 취미생활로 정신적인 스트레스를 줄이며, 꾸준한 유산소 운동과 밤에는 숙면을 취할 수 있도록 노력해야 한다. <br/><br/><br/>또 편평태선 부위의 가려움이 심해 긁거나 문지르는 경우가 많은데 이런 행동은 치료를 지연시키고 증상을 악화시키기 쉽다. 긁다보면 상처가 깊어지고 2차 감염으로 이어질 수 있기 때문이다. 박치영 원장은 “<span class='quot1'>편평태선 증상만을 제거하는 임시방편적인 치료로는 계속되는 재발을 막을 수 없다</span>”며 한의학적 치료를 통해 인체 내의 근본적인 문제를 해결하는 것이 우선돼야 한다고 거듭 강조했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 생기한의원 서초점 박치영 원장

언론사: 내일신문-1-190.txt

제목: 과민성 방광과 전립선 비대증의 치료  
날짜: 20151203  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107212102830  
본문:   <br/><br/><br/>타워비뇨기과 광진점 김명준 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/>처음 내원하신 할아버지가“소변줄기도 약하지만 밤에 화장실 가느라 잠을 못 자” 라고 말하신다. 경직장 전립선 초음파, 수지 검사 등을 마친 후 전립선에 대해 설명과 진단 후 진료실 밖으로 나가시려는 순간, 옆에 계시던 할머니가 한 말씀 하신다.“이 영감 때문에 잠을 잘 수가 없어요. 하룻밤에 네댓 번씩 잠을 깨는데 옆에서 잠을 못 자겠어.” “나도 자다가 계속 화장실을 가요. 이 영감하고 같이 약 먹어도 되나요?“ 할아버지, 할머니 부부 내외가 잠자리 마다 힘들었을 기간이 그려진다. 빈뇨, 야간뇨 는 남성 여성 모두 나타날 수 있는 증상이며 남성의 경우 전립선비대증과 그로 인한 방광 자극이 원인이 될 수 있으며, 여성의 경우는 과민성방광이 원인이 될 수 있다. <br/><br/><br/>집에서는 화장실을 자유로이 갈 수 있지만, 두 분이 번갈아 가며 화장실에서 시간을 보낸다. 외출시에는 화장실을 찾느라 불안해 진다. 마렵지도 않지만 실수라도 할까봐 미리 화장실을 가게 되고 얼마 없는 소변을 쥐어짜며 보게 된다. 고속버스라도 타면 휴게소에 도착하자 마자 부부 내외는 곧장 화장실로 향한다. 겨우 요절박은 해결하지만, 할아버지는 한참 후에야 볼 일을 마치고 나오고, 할머니는 급히 화장실을 가는 동안 속옷을 적셨다. <br/><br/><br/>저녁에 약주라도 하게 되면 5분, 10분 간격으로 화장실을 찾게 되고 막상 소변을 보고 싶은데 소변이 찔금 밖에 안 나온다. 새벽녘이 되니 아래배가 아파오고 불룩하다. 오줌보가 터질 것 같은 느낌에 식은땀도 절로 난다. 근처 병원 응급실로 달려가니 의사가 방광에 소변이 가득 찼다며 요도에 관을 넣어 소변을 빼내고 그 양이 너무 많아, 일주일 이상을 소변줄을 유지해야 될 지경이다. <br/><br/><br/>전립선비대증과 과민성방광은 이렇듯 남성과 여성의 잠자리를 시달리게 하고 삶의 질을 심각히 저하 시킨다. 전립선비대증은 전립선암과 증상만으로 구분이 어려워, 나이가 들면 그러려니 하고 “나만 그런 게 아니고 노인정 사람들 다 그래” 하고 넘길 것이 아니라 전립선 검사를 통해 암과 구별해야 하고 치료 및 예방법을 찾아야 한다. 여성의 과민성 방광의 경우, 방광염과 증상이 비슷하여 불필요하게 방광염 관련 약만 복용할 것이 아니라 비뇨기과에 방문해 진찰을 받을 필요가 있다.

언론사: 내일신문-1-191.txt

제목: 국내 첫 양한방 통합치료 병원 문 열어  
날짜: 20151203  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107212045422  
본문: 우리나라 첫 양한방 통합치료를 하는 병원이 3일 개원했다. 바로 대구에 있는 통합의료진흥원 전인병원이다. 전인병원은 난치성 질환자의 치료율과 삶의 질을 높이기 위해 양·한방의료, 보완대체의료 등의 융합한 새로운 의료서비스인 통합의료를 국내 처음으로 환자들에게 제공한다. <br/> <br/>전인병원은 통합검사센터, 통합진료센터, 통합치유센터로 구성되어 있다. 특히 통합진료센터에는 노인학, 재활, 종양, 통증 총 4개의 클리닉으로 구성되어 있다. 각 클리닉은 의사와 한의사가 함께 진료를 수행한다. 통합진료센터 내 각 4개의 클리닉은 양방, 한방, 통합 총 3개의 진료실로 구성되어 있다. 환자는 통합의료 진료를 받기 위해 양방진료실에서 의사에게 진료를 받고, 한방진료실에서 한의사에게 진료를 받으며 의사와 한의사의 상호 합의된 진료는 통합진료실에서 이뤄진다. <br/> <br/>통합노인학클리닉은 고혈압 당뇨병 등 만성 심혈관 내분비 질환, 류마티스 통풍 등 만성 대사성 질환, 중풍 뇌졸중 등 뇌혈관 질환, 노환 영양결핍 근력 약화 등 노인 질환 치료를 한다. 통합재활클리닉은 중추신경계질환 운동, 중추신경계질환 작업치료, 일상생활 동작훈련, 중추신경계질환 통증치료, 만성 근골격계질환 재활치료를 한다. 통합종양클리닉은 항암화학·면역요법, 수술 후 급성기 암환자 치료, 만성 암환자 통증 치료, 만성 암환자 영양관리, 회복기 암환자 재활 치료를 한다. 통합통증클리닉은 척추·견관절·기타 근골격계질환 통증, 중추신경계 및 뇌졸중 환자 재활, 암 통증, 만성통증 치료를 한다. <br/> <br/>전인병원은 2009년부터 보건복지부와 대구광역시의 후원을 받아 대구가톨릭대의료원과 대구한의대의료원 교수진의 연구결과를 바탕으로 통합의료를 제공할 예정이다. 그동안의 연구결과를 살펴보면, 위암 수술후 장마비로 고생하는 환자들에게 침치료를 병행 한다면 평균 2일 이상 일찍 장마비 증상을 회복할 수 있다. 불면증 환자에게 양방 치료와 함께 발반사 요법이나 향기 요법 등의 한방적 치료를 병행하면 수면장애척도, 불면증 심각도, 삶의 질에 대한 평가지수, 피로도 평가지수가 호전된다. 갑상선암 환자 치료 후 식욕부진 증상이 있는 는 환자에게 침치료를 병행하면 효과 있다. 췌장암 환자에게 항암화학요법과 동시에 한약을 병용투여하면 삶의 질의 개선에도 도움이 된다는 등의 내용이다. <br/> <br/>손기철 병원장은 "양·한방 통합의료를 통해 난치성 질환과 암 환자의 치료율과 삶의 질을 향상시키고 의료발전에 도움이 되기를 바란다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-192.txt

제목: [IPO 지상중계 │안트로젠] 줄기세포 특화 … 희귀·난치병 치료 전문  
날짜: 20151201  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211909065  
본문: 안트로젠은 설립 15년된 줄기세포 치료제 개발·생산 전문 기업이다. 줄기세포는 자신과 동일한 세포를 복제·생산하는 세포로 뼈, 신경, 근육, 연골 등으로 분화할 수 있다. 면역 조절 능력을 갖추고 있어 대사성 질환, 퇴행성 질환, 염증 질환 및 암 등 분야에서 치료 목적으로 이용가능하다. <br/> 안트로젠은 지방유래줄기세포를 이용한 치료제 연구개발에 집중하고 있다. 성체줄기세포 중 하나인 지방유래줄기세포는 체내에 다량 존재해 채취는 물론, 체외 배양도 비교적 쉬운 편. 단위조직당 줄기세포의 수득률이 높으며 안전하고 다양한 치료 효능이 있는 것으로 알려졌다. <br/> <br/>특히 크론성 누공 치료제인 '큐피스템'은 안트로젠의 대표 지방유래줄기 세포 활용 제품이다. 자가 지방유래줄기세포 치료제로서 희귀 의약품 및 전문 의약품으로 허가 받았다. 국내 줄기세포 치료제 중 유일하게 보험 급여가 적용된다. 또 전 세계 최초 지방줄기세포 치료제로 승인 받았다. 큐피스템은 희귀병인 크론성 누공 환자에게 큰 희망인 셈이다. <br/> <br/>안트로젠은 지난해 18억3000만원의 매출액과 14억1000만원의 당기 순손실을 기록했지만 올해는 3분기 누적 기준 매출액은 27억4000만원에 손실액은 4000만원으로 줄었다. <br/> <br/>안트로젠의 최대 강점은 줄기세포 생산 부문의 특화된 기술력. 특히 줄기세포 수를 늘리는 계대 배양 과정에서 면역 조절이 강화된 줄기세포를 대량으로 생산하는 기술을 보유하고 있다. <br/> <br/>현재 △당뇨성 족부궤양 치료제 △심재성 2도 화상 치료제 △힘줄 손상 치료제는 임상 2상을 진행 중이다. 또 수포성 표피 박리증 치료제와 △크론병 치료제는 임상 1상이 이뤄지고 있다. 대부분의 치료제는 2017~2018년 내 상용화를 목표로 하고 있다. <br/> <br/>이성구(사진) 안트로젠 대표는 "현재 임상 시험이 진행 중인 치료제의 제품화에 속도를 내 희귀·난치병으로 고통 받는 환자들에게 희망을 안겨주고 싶다"고 말했다. <br/> <br/>안트로젠은 연내 코스닥상장을 추진하고 있다. 공모주식수는 120만주며 주당 희망 공모가는 2만3000원~2만8000원이다. <br/> <br/>276억~336억원 규모의 조달 자금은 연구소·생산 시설 투자 및 임상 진행 비용 등으로 사용할 예정이다. 2일과 3일 수요예측으로 최종 공모가를 확정하고 7일과 8일 일반 청약을 진행한 후 16일쯤 코스닥에 입성한다.

언론사: 내일신문-1-193.txt

제목: 유방암 조기진단, ‘자가 검진’ 과 ‘정기 검진’ 이 중요하다.  
날짜: 20151130  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211850299  
본문: 조정훈유바외과 조정훈 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 유방암은 갑상선암 뒤를 이어 여성암 2위를 차지하는 암으로 발병 추이는 이미 위험 수준에 도달했다. 필자는 수원 영통구에서 유방, 갑상선 전문 병원을 운영하고 있는데, 최근 유방암 환자가 늘어난 것을 현장에서 실감하고 있다. 이러한 유방암 위험시대에 조기 진단은 무엇보다 중요하다. 5년 생존률을 비교해 보면 3기 이상의 진행성 유방암은 60% 이하로 불량한 반면, 조기 유방암은 98%로 현격하게 좋다. 또한 조기에 진단된 1cm 이하의 유방암은, 유방 전절제술을 피할 수 있고, 부작용이 심한 항암치료의 공포에서 해방될 수 있다. 결국 빨리 찾아내는 것이 관건인 것이다.  <br/><br/><br/> 유방암 조기 진단에 좋은 방법은 무엇일까? 답은 ‘자가 검진’ 과 ‘정기 검진’이다. <br/><br/><br/>필자는 병원에 내원하는 모든 환자들에게, 30세 이후부터 매월 생리 후 3일째 ‘유방 자가 검진’을 시작하라고 교육하고 있다. 쉽게 말해 자가 진찰은 ‘안 만져지던 것이 만져지는지, 안 나오던 분비물이 생겼는지’ 등의 일상적이지 않은 유방의 변화를 확인하는 것으로 이상이 있다고 느껴질 때 지체 없이 병원에 내원하여 진단이 늦어지지 않게 하는 것이다.   <br/><br/><br/> 정기적인 유방검진 또한 조기 진단에 중요하다. 유방암 검진으로 발견된 유방암의 경우, 증상 발견 후 진단된 유방암에 비해 좋은 예후 인자를 가진 경우가 많고 사망률이 낮은 경향을 보이는 것으로 알려져 있다. ‘한국유방암학회’에서는 35세 이후부터 2년 간격으로 유방전문의사에 의한 임상검진, 40세 부터는 1~2년 간격으로 임상진찰 및 영상검사를 시행할 권고하고 있다. 최근에는 높은 분별능을 갖춘 고해상도 초음파 장비가 유방 검진에 적용되고 있어 진단률을 높이고 있다. 필자는 개인적으로 이러한 고해상도 초음파를 이용하여 1cm 미만의 조기 유방암을 진단하는 것을 전문의사의 사명으로 생각하고 있다. <br/><br/><br/> 아직까지 유방암은 정확한 발병 원인이 알려지지 않았고, 확실한 예방법을 제시하기 어렵다. 연구에 의해 입증된 발생 위험요인도 가족력, 월경기간 등 대부분 스스로 조절하기 어려운 항목이 많다. 결국 조기진단을 위해서 ‘자가 검진’ 을 통한 정기적인 유방 점검을 하고, 특별한 증상이 없는 경우에도 권고안에 따라 정기적인 ‘유방검진’을 받는 것이 중요하다.

언론사: 내일신문-1-194.txt

제목: 온라인 보험슈퍼마켓 오늘 개장  
날짜: 20151130  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211830450  
본문: 여러 보험상품을 비교해본 뒤 가입할 수 있는 '보험다모아(www.e-insmarket.or.kr)' 웹사이트가 30일부터 공식 운영된다. <br/> <br/>생명보험협회와 손해보험협회는 지난 23일 시험가동을 시작한 온라인 보험 슈퍼마켓인 보험다모아가 본격 운영에 들어갈 준비를 마쳤다고 밝혔다. <br/> <br/>보험다모아에는 생명보험사 20곳, 손해보험사13곳이 참여해 단독실손(25개), 자동차(11개), 여행자(9개), 연금(35개), 보장성(94개), 저축성(43개) 보험 등 소비자들이 주로 찾는 6종의 217개 상품을 등재했다. <br/> <br/>일부 보험사들은 내년 1월 출시를 목표로 온라인 전용 자동차보험 상품을 개발 중이어서 등록 상품 수는 더 늘어날 전망이다. <br/> <br/>소비자들이 보험다모아에 접속하면 보험료와 보장금액을 한눈에 비교해 볼 수 있다. <br/> <br/>원하는 상품에 가입하려면 '온라인 가입'을 누르고 체결사이트에서 개인정보를 입력하면 된다. <br/> <br/>생명·손해 보험협회는 추후 가격비교 정보를 인터넷 포털에 제공하고, 암보험과 어린이보험 상품도 서비스 대상에 포함시킬 계획이다. <br/> <br/>손보협회 관계자는 "보험다모아를 이용하면 더 간편하고 저렴하게 보험에 가입할 수 있을 것"이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-195.txt

제목: 뮤지컬 <시카고> 강렬하고 짜릿한 쇼 뮤지컬  
날짜: 20151129  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211753011  
본문: 한국 공연 역사상 최고의 시즌을 보낸 2014년 <시카고> 멤버들이 다시 뭉쳤다. 벨마 켈리 역에 최정원, 록시 하트 역에 아이비, 빌리 플린 역에 이종혁과 성기윤, 마마 모튼 역에 전수경과 김경선, 에이 모스 역에 류창우와 2009년부터 함께 해온 오케스트라가 한 무대에 모였다. <br/><br/><br/>최정원은 2000년 한국 초연부터 현재까지 벨마 역을 떠나지 않았으며, 성기윤과 김경선도 2007년부터 지금까지 8년 간 <시카고>를 지켜 왔다. 전수경의 경우는 갑상선 암 수술 후 <시카고>를 통해 여전히 건재함을 보여주기도 했다. <br/><br/><br/><시카고>는 대한민국 대표 스테디셀러 뮤지컬로 2000년, 2001년 세종문화회관 3,800석 전석 매진의 기록을 지닌 작품이다. 지금까지 인순이, 최정원, 김지현, 옥주현, 아이비, 이하늬, 남경주, 허준호, 성기윤, 전수경 등 국내 최강 배우들 참여했다. <br/><br/><br/>뮤지컬 <시카고>는 1924년 시카고 트리뷴지에 실렸던 살인사건 기사를 소재로 한 작품이다. 살인 혐의로 교도소에 수감되어 있는 벨마 캘리와 록시 하트가 살인자에서 최고 스타로 떠오르는 과정을 그렸다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>농염한 재즈 선율과 관능적인 안무, 재즈 오케스트라의 연주, 위트 넘치는 가사와 장면들이 어우러져 전 세계인의 사랑을 받아온 뮤지컬 <시카고>는 내년 2월 6일까지 신도림 디큐브아트센터에서 공연된다. <br/><br/><br/>문의: 1544-1555 <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-196.txt

제목: <연말 모임 장소> 우리 가족 송년 모임, 여기 어때요?  
날짜: 20151129  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211744723  
본문: 한 해를 마무리하는 송년회로 바쁜 12월이 다가온다. 친구 모임, 직장동료 모임, 동창회, 동호회 등 가까운 사람들의 크고 작은 모임으로 연말을 분주하게 보내다 보면 정작 가장 가까운 가족과의 모임은 뒷전이 되기 쉽다. 이번 송년 모임은 가장 가까운 가족 모임부터 정해보면 어떨까. 온 가족이 모여 오붓하게 식사하며 2015년을 되돌아볼 수 있는 있는 강남·서초지역의 모임 장소를 내일신문 리포터들이 모아봤다. <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>청국장을 특화한 퓨전 한정식 ‘홍영재장수청국장’ <br/><br/><br/>‘홍영재장수청국장’은 청국장과 식이요법으로 암을 극복한 일화로 유명한 홍영재산부인과 원장이 오픈한 곳이다. 메뉴는 신선한 야채와 생 청국, 생선, 한우 등을 이용한 웰빙 퓨전 한정식 코스로 조미료를 쓰지 않아 맛이 깔끔하다. 다양한 크기의 룸이 마련되어 있어 조용한 가족 모임에 제격이다. 점심 정찬은 29,000원, 장수만찬, 오색만찬, 백세만찬, 골드특선, 스페셜 만찬 등의 코스 메뉴는 29,000원~85,000원 수준이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>\* 위치: 대치점-강남구 영동대로 424 사조빌딩(대치동 1001 1층), 삼성역 2번 출구 인근 <br/><br/><br/>서초점-서초구 서초동 1496-11, 서울고 사거리에서 대법원 방향으로 도보 3분 <br/><br/><br/>\* 영업시간: 오전 11시 30분~오후 10시, 평일 브레이크 타임 오후 3시~5시 30분 <br/><br/><br/>\* 주차: 가능 <br/><br/><br/>\* 문의: 02)598-0038(서초동), 02-548-8340(대치동) <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>기분 좋은 일식 정찬 ‘도쿄하나’ <br/><br/><br/>‘도쿄하나’는 입구에서부터 산뜻한 분위기가 마음을 사로잡는다. 식당의 모든 공간은 4~6인용 아담한 룸에서부터 수십 명이 이용할 수 있는 대형 다다미 룸까지 다양한 크기의 단독 룸 형태로 되어 있어 방해받지 않고 담소를 나누며 식사를 즐길 수 있다. <br/><br/><br/>대표 메뉴인 ‘도쿄 모둠 스페셜 A/B/C’ 코스는 계란찜, 사시미 샐러드, 계절샐러드, 사시미, 해물모리, 스시, 구이, 나베, 조림, 튀김, 탕, 식사, 후식 등으로 이어지며 보는 즐거움과 먹는 즐거움을 함께 누릴 수 있다. 모둠 스페셜 코스는 58,000원~65,000원, 런치코스와 가족특선은 35,000원 정도이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>\* 위치: 서초구 방배천로 11(방배동 444-3) 파스텔시티 3층, 사당역 12번 출구 <br/><br/><br/>\* 영업시간: 오전 11시 30분~오후 10시, 연중무휴 <br/><br/><br/>\* 주차: 가능 <br/><br/><br/>\* 문의: 02-585-2020

언론사: 내일신문-1-197.txt

제목: 비뇨기질환 조기 발견이 중요\_연성방광내시경으로 통증 없이 암 검진  
날짜: 20151126  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211657668  
본문:   평균 수명 연장과 함께 노인 인구가 늘면서 비뇨기계통 환자가 꾸준히 늘고 있다. 방광암의 경우 국내 남성 5대 암으로 꼽힐 만큼 흔한 질환이 됐다. <br/><br/><br/> 비뇨기 질환을 조기 발견하기 위해서는 육안적인 혈뇨 뿐만 아니라 검진상의 미세혈뇨도 간과 해서는 안된다. 혈뇨는 소변에 적혈구가 비정상적으로 배설되는 것으로 상당기간 지속된다면 방광암, 신장계통의 종양 질환, 만성신부전, 사구체신염 등이 의심되므로 전문의에게 정확한 진단을 받아보아야 한다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>남성 5대암 ‘방광암’ 정기 검진이 필수 <br/><br/><br/> 이상 소견이 발견되면 전문의들은 초음파 촬영 보다 정밀하게 진단할 수 있는 내시경 검사를 권한다. 문제는 방광, 요도, 전립선 이상 여부를 확인하기 위해서는 방광내시경 검사가 꼭 필요한데 통증 때문에 꺼리는 환자들이 많다. <br/><br/><br/> 내시경 검사를 하려면 요도 안쪽으로 딱딱한 금속 재질의 기다란 관을 넣는데 국소마취를 해도 고통을 호소하는 환자들이 많기 때문이다. 특히 여성에 비해 남성은 요도 길이가 긴데다 구불구불 굴곡이 있어 통증이 더 심하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 통증 없는 연성방광내시경 검사 인기 <br/><br/><br/> 이 같은 불편을 덜기 위해 최근 도입된 연성방광내시경이 환자들 사이에 좋은 반응을 얻고 있다. 일명 ‘구부러지는 내시경’으로 불리는 연성방광내시경은 4mm 구경의 구부러지는 기다란 관을 실리콘처럼 부드러운 재질로 코칭 처리했기 때문에 요도에 넣어도 아프지 않다. 또한 상하좌우 회전도 가능해 굴곡이 있는 요도를 비롯해 방광 등 비뇨기계 전반을 구석구석 정교하게 검사할 수 있는 장점이 있다. <br/><br/><br/> 이처럼 기능이 업그레이드된 의료 장비 덕분에 방광내시경 검사를 정기적으로 받는 사람들이 늘어나는 추세다. <br/><br/><br/> “연성방광내시경이 선보이면서 남성분들이 적극적으로 검사를 받는 분위기입니다. 덕분에 비뇨기계통 질환의 조기 발견이 가능해졌습니다. 최근 찾아온 50대 전립선비대증 환자는 오랜 기간 폴리카테터(소변줄)를 끼고 생활한 탓에 혈뇨를 대수롭지 않게 여기다 내시경 검사에서 방광암 판정을 받았습니다. 다행히 초기에 발견돼 현재 적극적으로 치료중입니다” 라고 타워비뇨기과 광진점 김명준 원장이 설명한다. <br/><br/><br/> 방광암 등 비뇨기계 암은 조기에 발견되면 완치가 가능하다. 하지만 자각증상이 거의 없기 때문에 치료시기를 놓치는 경우가 종종 있다. 따라서 조기 발견을 위해서는 정기적인 검진이 필수라고 전문의들은 강조한다. “<span class='quot0'>혈뇨 증상을 보여 항생제를 처방받았는데도 염증이 가라앉지 않거나 여성들의 경우 재발성 방광염 같은 이상 증상을 보이는 분들은 내시경 검진을 받아보는 것이 좋습니다</span>”라고 김 원장은 덧붙인다. <br/><br/><br/> 우리나라 남성들 상당수는 비뇨기과 검진을 꺼리는데 정기적으로 건강 상태를 체크하는 것이 중요하다. 방광암, 성기능 장애, 각종 남성 비뇨기과 질환은 정기 검진과 조기 치료를 통해 미리 예방할 수 있다. <br/><br/><br/> 강변역 부근에 자리 잡은 타워비뇨기과 광진점은 남성, 여성의 비뇨기 계통 절환을 치료하는 전문 클리닉. 요실금, 방광염, 전립선비대증 등 전립선 질환, 요로결석, 남성 갱년기 등을 전문적으로 치료한다. <br/><br/><br/> 대학병원 수준의 최신 검사, 수술 장비와 원스톱 진료 시스템을 갖췄다. 환자들의 프라이버시, 편의를 위해 여성용, 남성용 클리닉센터를 분리해 운영하며 여성 간호사, 남성 간호사들이 맞춤형 의료서비스를 제공해 호응을 얻고 있다. 비뇨기 관련 각종 궁금증은 전문의가 직접 온라인 상담 서비스를 제공하는 것도 특징이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>여성 요실금 방치 금물, 빠른 치료가 최선 <br/><br/><br/> 날씨가 쌀쌀해지면서 땀 배출이 적어 소변양이 많아지는 계절이라 요실금 환자들의 말 못할 고민이 깊어지고 있다. 우리나라에서 요실금 증상을 보이는 여성은 약 30%. 줄넘기, 재채기를 할 때마다 소변이 찔끔찔끔 새거나 증세가 심해져 여행도 마음대로 못하는 여성들이 많다. <br/><br/><br/> 요실금은 출산으로 방광을 지지하는 골반 근육이 약해져 발생하는데 폐경이 되면 심해진다. 이처럼 요실금은 나이를 먹을수록 악화되기 때문에 속앓이만 한 채 병을 키우지 말고 증상을 보이면 곧바로 병원을 찾아 약물, 운동요법, 수술 등 적절한 치료를 받는 것이 좋다. <br/><br/><br/> “증세가 경미할 경우는 골반근육운동이나 체외 자기장 치료를 받으면 되지만 중등도 이상의 요실금 환자에게는 수술 치료를 권합니다. 간단한 수술만으로 재발없이 완치가 가능하므로 부끄럽다고 병을 키우지 말고 적극적인 치료를 받는 것이 좋습니다”라고 김 원장은 설명한다. <br/><br/><br/> 요실금 수술은 수면마취로 20분 정도면 통증 없이 끝나고 3~4시간 안정을 취하면 당일 퇴원이 가능하다. 또한 보험적용이 돼 수술비 부담도 적다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>·도움말 : 타워비뇨기과 광진점 김명준 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-198.txt

제목: 이화의료원 강서구에 들어설 새 병원 및 의과대학 착공식 개최  
날짜: 20151126  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211615524  
본문: 이화여자대학교 의료원 새 병원 및 의과대학 조감도 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 2018년 하반기 준공, 1,036병상 개원 예정 <br/><br/><br/>- 국내 최초 기준병실 3인실과 전 중환자실 1인실로 환자 중심 병원 실현 <br/><br/><br/>- 암, 심뇌혈관 질환, 장기이식 등 고난이도 중증 질환 특화 <br/><br/><br/>- 최고의 교육 연구시설로 미래 의학 선도할 여성 의료인 양성 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이화여자대학교(총장:최경희)는 23일 이화여자대학교 의료원 새 병원 및 의과대학 착공식을 개최했다. 강서구 내발산동 신축 현장에서 개최된 이번 착공식에는 이화여자대학교 윤후정 명예총장과 학교법인 이화학당 장명수 이사장, 이화여자대학교 최경희 총장과 김승철 의무부총장 겸 의료원장을 비롯한 내외 귀빈 등 500여명이 참석해 새 병원 및 의과대학의 착공을 축하했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>장명수 학교법인 이화학당 이사장, 최경희 이화여자대학교 총장, 김승철 이화여자대학교 의무부총장 겸 의료원장 등 내외 귀빈들이 착공식에서 시삽을 하고 있다.(행사 이후 오후 2시경 송부 예정) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이화의료원 새 병원은 지하 5층과 지상 10층의 1,036병상 규모, 의과대학은 지하 5층, 지상 12층으로 2018년 하반기 준공된다. 국제 기준에 부합하는 진료 환경과 의료 서비스의 질 향상을 위해 국내 최초로 기준병실 3인실, 전 중환자실 1인실로 설계되었으며, 완벽한 감염 관리를 위해 공조 시스템이 분리된 호흡기 내과 병동과 음압 격리 병동 및 응급의료센터내 음압 격리실, 병동 내 별도 면회실 등이 설치된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>아울러 암과 심뇌혈관질환, 장기이식 등 고난이도 중증질환을 특화 육성하며, 첨단 국제진료센터와 프리미엄 건강증진센터 운영, 당일 진료 및 검사를 위한 원스톱 서비스 및 외국인 전용 원무 창고 개설 등을 통해 국제 수준의 의료 서비스를 제공한다. <br/><br/><br/>새 병원과 함께 신축되는 의과대학은 첨단 영상 회의시설을 갖춘 국제회의실과 동시통역 시설을 완비한 강당과 최신 기숙사 등 최고의 교육 연구 시설로 지어져 미래 의학을 선도할 여성 의학자와 의사를 양성하고, 세계 최대 규모의 여자 의과대학으로서 국내 의학 발전과 국제 의학 교류의 중심으로 발돋움할 계획이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>최경희 총장은 기념사에서 “<span class='quot0'>새 병원과 의과대학 건립은 세계 최고 수준의 교육과 연구, 진료 시스템을 갖춰 ‘세계 최고를 향한 혁신 이화’라는 비전 실현을 더욱 가속화할 수 있을 것</span>”이라고 밝혔다.   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김승철 이화여자대학교 의무부총장 겸 의료원장은 환영사를 통해 “이화여자 새 병원 및 의과대학 신축은 동북아 국제 의료 허브 의료 기관이 되기 위한 획기적인 전기가 될 것이며,  대한민국 의료 문화를 바꾸는 계기가 될 것”이라고 말했다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한편, 강서구와 지역 주민들은 마곡 지구에 1,036 병상 규모의 국제 경쟁력을 갖춘 대학병원과 의과대학 설립으로 주민의 건강 증진 및 삶의 질 향상에 크게 기여하는 것은 물론 지역 경제 활성화와 일자리 창출에도 큰 역할을 할 것으로 기대하고 있다.

언론사: 내일신문-1-199.txt

제목: 가구당 의료비 5년새 41.3% 증가  
날짜: 20151126  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211639905  
본문: 최근 5년 사이에 가구당 평균 의료비 지출이 41.3% 늘어난 것으로 집계됐다. 가구 30%는 의료비 과부담을 경험했다. 특히 저소득층의 의료비 부담이 높아 취약 가구에 대한 관심이 시급한 것으로 나타났다. <br/> <br/>이태진 서울대 보건대학원 교수는 26일 서울 대한상공회의소에서 열린 '제7회 한국의료패널 학술대회'에서 이같이 밝혔다. <br/> <br/>이번 연구는 2008∼2013년 한국의료패널 연간 데이터를 활용해 가구의 의료비 지출, 부담요인 및 영향 등을 분석하는 방식으로 이뤄졌다. <br/> <br/>연구 결과, 가구당 평균 의료비는 지속적으로 증가했다. <br/> <br/>외래·입원·응급 수납금액과 처방약값 등을 합친 가구의 본인부담의료비는 2008년 105만3천원에서 2013년 148만9천원으로 41.3% 상승했다. <br/> <br/>아울러 가구의 생활비에서 의료비가 차지하는 비중은 2008년 6.2%, 2009년 6.5%, 2010년 7.1%, 2011년 7.6%, 2012년 7.5%로 증가 추세를 보였다. <br/> <br/>가구 의료비는 저소득층에서 훨씬 큰 부담으로 작용하는 것으로 드러났다. 2012년 기준 소득 상위 20%(5분위)에 속해 있는 사람의 평균 의료비는 186만9천원으로, 소득 하위 20%(1분위) 집단의 128만4천원보다 58만5천원 더 많았다. <br/> <br/>그러나 가구 생활비 가운데 의료비의 비중은 5분위가 4.2%인 반면 1분위의 경우15.6%로 4배 가량 큰 것으로 집계됐다. 저소득층 가구의 의료비는 암, 뇌혈관, 신부전 등 질환에 따라 전체 가구소득의 20∼80%를 차지하기도 했다. <br/> <br/>가구당 의료비가 전체 가구소득의 10% 이상을 차지하는 '과부담의료비' 역시 2008년 13.4%에서 2012년 14.6%로 발생 확률이 증가했다. 이 기간에 전체 가구의 29.7%가 적어도 1번 이상 과부담의료비를 경험했고 2년 연속 경험할 확률은 47.3%에 달했다. <br/> <br/>이 교수는 "만성질환 수가 많고 소득이 낮은 가구일수록 과부담의료비 발생확률이 높고 반복 발생에도 취약하다"며 "의료 이용에 대한 요구는 크지만 지불능력에 한계가 있는 취약계층의 보장성을 제고하기 위한 노력이 필요하다"고 강조했다.

언론사: 내일신문-1-200.txt

제목: 진단·수술·요양보장 한번에  
날짜: 20151124  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211508429  
본문: 삼성화재 건강보험 'NEW새시대건강파트너'는 보험 하나로 질병뿐 아니라 각종 상해, 배상책임, 운전자비용 및 의료비 실손보험까지 보장받을 수 있는 컨설팅형 종합건강보험이다. 만15세에서 65세까지 가입할 수 있고 최대 100세까지 보장을 받을 수 있다. 보험료 납입은 최소 5년부터 최대 30년까지 5년 단위로 선택할 수 있다. <br/> 'NEW새시대건강파트너'는 질병, 상해뿐만 아니라 장기 간병 및 다양한 생활 위험을 두루 보장한다. 기본계약은 상해로 인한 사망 또는 고도후유장해 보장이다. 고도후유장해란 병에 걸렸거나 다치고 난 뒤 치료를 한 뒤에도 신체·정신적으로 후유증이 남는 상태를 말한다. 이런 후유증이 생기면 가입 금액을 일시금 말고 매달 생활자금으로도 받을 수 있다. <br/> <br/>암·뇌출혈·급성심근경색증의 3대 질병 진단비는 갱신 또는 비갱신 중 선택해 원하는 형태의 플랜으로 구성이 가능하다. 상해로 인한 장해 또는 질병으로 인한 장애 발생시에 가입금액을 일시금 외에 월지급 방식의 생활자금으로 받을 수도 있다. <br/> <br/>4대(뇌, 심장, 간·췌장, 폐)중증질환 및 5대(위·십이지장, 결핵, 신부전, 갑상선, 녹내장)특정질환에 대한 수술비도 지급한다. 병원 입원 첫날부터 입원일당을 지급하고, 골절, 화상, 깁스치료비, 충수염수술 등 일상생활 중에 빈번히 발생하는 각종 생활 위험을 보장해 주는 담보가 특약으로 구성돼 있다. 또 '장기요양지원금'담보를 통해 상해 또는 질병으로 인해 약관에 정한 '장기요양상태'가 되면 가입금액을 지급받을 수 있다. '질병후유장애'담보로 장애등급 1,2,3급에 해당될 경우 생활비를 보상 받을 수 있다. <br/> <br/>실손의료비 보장도 함께 가입할 수 있다. 특약으로 실손보장을 추가하면 진단, 입원, 수술비 등 각종 치료비를 통합적으로 보장 받을 수 있다. '가정일상생활 배상책임' 담보도 빼놓을 수 없다. 일상생활 중 발생하는 배상책임에 대해 1억원 한도로 보장하며 운전 중 사고시 벌금, 교통사고처리지원금 등 다양한 비용손해도 보장이 가능하다.

언론사: 내일신문-1-201.txt

제목: [성남 중원구에 위치한 암 환자 힐링 센터 ‘늘해랑’]“배꼽 빠지게 웃다보면, 환자라는 사실도 잊게 되지요”  
날짜: 20151123  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211452814  
본문: 어느 누구도 자유롭지 못한 병인 암은 그 치료과정에서 겪는 육체적 고통도 힘이 들지만, 본인과 가족들의 마음마저도 아프게 해 더 큰 고통을 느끼게 한다. 더구나 일상생활에서도 급격한 변화가 일어나는데 우울함에 빠지기 쉽고 생활반경도 협소해지는 데다 취미생활마저도 제대로 누리지 못하게 되는 것이 현실이다. 성남시에 이러한 고통을 가지고 있는 암 환자들에게 삶에 대한 의욕과 재활의지를 높이는 프로그램을 제공하는 힐링 센터가 생겨서 화제다. <br/><br/><br/>성남시 중원구 보건소 지하 1층에 마련된 이곳의 이름은 ‘늘 해와 함께 살아가는 밝고 강한 사람’이라는 의미인 ‘늘해랑’이다. 1년여 동안 시범 운영되다가 지난 9월 22일 지역주민과 초청인사 200여명이 참석한 가운데 개소식을 갖고 현재 암 환자들의 힐링 센터로 활발하게 운영 중이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>원예·음악요법, 야외 텃밭 가꾸기, <br/><br/><br/>자조모임 등 11개 프로그램 운영 <br/><br/><br/>지난 목요일 오후 2시, 이곳에서는 원예요법 프로그램이 활발히 진행 중이었다. 암과 싸우고 있는 40~80대까지 지역주민들이 한자리에 모여 강사의 지도에 따라 냅킨아트로 화분을 꾸미고 예쁜 화초를 심기에 여념이 없었다. 이들은 서로 즐거운 일상 이야기를 나누기도 하고 병에 관한 심도 있는 각종 정보들이 오가고 있어 늘 분위기는 밝은 편이라고 한다. <br/><br/><br/>지난 6월에 유방암 수술을 한 나순득(60대 주부)씨는 “아프기 전에는 전혀 이런 시설이 있는 줄 몰랐는데, 아는 분의 소개로 이곳이 있다는 것을 알고 너무 반가운 마음에 찾게 되었다”고 말하며 “이곳에 오면 마음이 안정되고 즐거워 아픈 것도 잊게 되는 것 같다”고 감사한 마음을 표현했다. <br/><br/><br/>이곳은 중원구 보건소 지하 1층 141㎡ 규모의 빈 공간에 1억 원 조금 못되는 공사비를 들여 암 환자 힐링 공간으로 만들었다. ‘늘해랑’에는 초·중기 암 환자를 위한 요양·안정실, 상담실, 휴게실 등의 시설이 들어서 있어 컨디션이 안 좋을 때에는 아늑한 황토방에서 잠시 쉴 수도 있고, 힐링 분위기 속에서 차도 마시며 심신의 안정을 꾀할 수 있게 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이곳은 암 환자의 재활의지를 높이기 위해 원예·음악(우쿨렐레 배우기) 요법, 손뜨개 교실, 요가 및 스트레칭, 건강한 식탁, 웃음 기체조, 야외 텃밭 가꾸기, 자조모임 등 11개 프로그램을 운영한다. 대부분의 프로그램이 인기가 많으며 요가 및 스트레칭 교실은 암 환자 가족도 함께 참여할 수 있다. <br/><br/><br/>수요일에는 웃음기체조 프로그램이 운영되는데 따뜻한 방에서 한 시간 내내 배꼽을 잡고 웃으며 기체조를 한다. 이러한 프로그램은 일상에 생기를 불어 넣고 마음 속 응어리들도 풀어질 수 있게 하는 효과가 있다. 손뜨개 교실도 인기로 재능기부를 받아 운영하는데 강사도 암을 극복하고 있는 중이라 더욱 의미가 있다. 야외 텃밭 가꾸기도 반응이 뜨겁다. 여수동 시민의 숲 근처 텃밭 30구좌를 미리 선정된 암 환자와 가족들의 손에 맡겼다. <br/><br/><br/>이들은 1년 내내 텃밭을 가꾸면서 땀 흘리고 수확의 기쁨으로 힐링 할 수 있는 기회를 가지고 있다. ‘늘해랑’에서는 한 달에 한 번 ‘텃밭 가꾸기 평가회’라는 이름으로 이 가족들과 모임을 갖고 서로의 이야기를 들으며 즐거운 시간을 함께하고 있다. <br/><br/><br/>1년에 두 번씩 나들이도 간다. 지난번에는 와우정사와 한택식물원을 다녀왔는데, 모처럼 바람도 쐬며 즐거운 시간을 가져 반응이 뜨거웠다는 후문이다. 이러한 프로그램에 참여하지 못할 때에는 힐링 센터에서 족욕을 즐길 수 있으며, 아로마 향이 퍼지는 편안하고 아늑한 공간에서 편히 쉬었다 갈 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>프로그램 더욱 확대되길 바라며 <br/><br/><br/>재능기부·봉사자들의 관심 필요 <br/><br/><br/>“처음에는 별 홍보 없이 알음알음으로 오시게 되었는데, 워낙 양질의 프로그램이다 보니 금세 입소문이 나게 되었어요.” 이곳 김은주 팀장은 “아직은 시작 단계라 하루에 한 가지 프로그램만 운영하지만, 만족도가 큰 만큼 더욱 확대되었으면 하는 바람입니다. 또한 지역적인 위치 때문에 분당구에서 찾는 비율이 상대적으로 적은편인데, 주차시설도 넉넉하고 오는 길도 편안하니 많은 암 환자들이 오셔서 함께 누리셨으면 좋겠습니다”라고 말했다. <br/><br/><br/>현재 성남시 관내 보건소에 등록돼 관리 받는 초·중기 집에서 치료하는 암 환자는 395명이며, 환자의 가족도 관리 대상에 포함한다. 아무래도 암 환자들은 면역력이 떨어지다 보니 동절기 외출을 삼가기 위해 12월~2월에는 프로그램을 운영하지 않으며, 프로그램을 운영할 수 있는 강사들의 재능기부를 받고 있다. <br/><br/><br/>문의 중원구보건소 방문보건팀 031-729-3693

언론사: 내일신문-1-202.txt

제목: 이화의료원 새 병원·의대 착공  
날짜: 20151123  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211432682  
본문: 이화여자대학교(총장 최경희)는 23일 이화여자대학교 의료원 새 병원 및 의과대학 착공식을 개최했다. <br/> <br/>이화의료원 새 병원은 지하 5층과 지상 10층의 1036병상 규모, 의과대학은 지하 5층, 지상 12층으로 건립된다. 대림산업주식회사가 시공을 맡아 2018년 하반기 준공된다. <br/> <br/>이번에 착공하게 된 이화여자대학교 의료원 새 병원은 국내 최초로 기준병실 3인실, 전 중환자실 1인실로 설계됐다. 완벽한 감염 관리를 위해 공조 시스템이 분리된 호흡기 내과 병동과 음압 격리 병동 및 응급의료센터 내 음압 격리실, 병동 내 별도 면회실 등이 설치된다. <br/> <br/>아울러 암과 심뇌혈관질환, 장기이식 등 고난이도 중증질환을 특화 육성하며, 첨단 국제진료센터와 프리미엄 건강증진센터 운영, 당일 진료 및 검사를 위한 원스톱 서비스 및 외국인 전용 원무 창고 개설 등을 통해 국제 수준의 의료 서비스를 제공하게 된다. <br/> <br/>이대의료원은 또한 김포공항, 인천공항과 송도 국제 신도시 등과 가까운 지리적 이점을 최대한 활용해 동북아 국제 의료 허브 의료기관으로서 전세계 대상 의학 교류를 주도한다는 계획이다. <br/> <br/>최경희 총장은 기념사에서 "새 병원과 의과대학 건립은 이화여자대학교의 새로운 혁신과 도전의 시작으로 세계 최고 수준의 교육과 연구, 진료 시스템을 갖춰 '세계 최고를 향한 혁신 이화'라는 비전 실현을 더욱 가속화할 수 있을 것"이라고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-203.txt

제목: 30세 이후 여성은 유방 자가검진 필수  
날짜: 20151120  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211311308  
본문: 국내 여성암 발생률 2위인 유방암은 비교적 예후가 좋은 암으로 조기에만 발견하면 유방을 보존할 수 있고 완치도 가능하다. 한국유방암학회에서 조사한 자료에 따르면 유방암 환자 중 40~50대가 66.5%, 평균 연령은 48세였다. 따라서 이 연령대의 여성들은 정기적으로 유방검진을 받고, 유방에 이상증상이 나타나면 즉시 유방외과 전문의를 찾아 정확한 진단을 받는 게 좋다. 유방암에 대한 궁금한 점을 수원 영통 조정훈 외과(유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장의 도움말로 정리한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방통증이 있으면 암인가요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>인터넷에서 ‘유방통증’을 입력하면 핫 키워드임을 알 수 있다. 폐경기 이전 성인 여성의 약 60~70%가 유방통증을 경험하고 이 중 약 20%는 심한 통증을 호소하는 것으로 보고되고 있다. 조정훈 원장은 “<span class='quot0'>가임기 여성들이 유방 클리닉을 찾은 이유 중 70~80%가 유방통증 때문일 정도로 많은 여성들이 불편해하지만 유방통증과 유방암과의 관련성은 그다지 높지 않다</span>”고 설명한다. <br/><br/><br/>생리 시작 전에 며칠간의 통증이 있다가 생리가 시작되면 통증이 사라지는 현상은 정상적이다. 이때는 보통 양측 유방이 동시에 대칭적으로 아픈 경우가 많다. 이런 정상적인 현상은 크게 문제 될 것이 없다. 유방통증을 적절하게 치료하기 위해서는 유방통의 양측성 여부, 월경 주기와의 관계, 심한 정도, 다른 질환 유무 등과 같은 유방통증의 양상이 무엇인지 정확하게 파악하는 것이 선행돼야 한다. 조 원장은 “유방통증이 있는 경우 커피 탄산 초콜릿은 피하는 것이 좋다. 또 통증은 완화하는데 달맞이꽃 종자유에 많이 들어 있는 감마리놀레인산을 복용하는 것이 도움이 된다”며 “그러나 무엇보다 정확한 검사를 통해 유방에 별다른 병변이 발견되지 않은 경우에는 통증의 원인이 유방암이 아니라는 것을 확인할 필요가 있다”고 언급했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>몽우리가 잡히는데 암인가요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암의 가장 많은 증상은 조직에서 비정상적인 혹이 자라는 경우다. 통증을 동반하지 않는 경우가 대부분이고 모양새가 불규칙하고 주위조직에 고정된 양상을 보이는 경우가 많다. <br/><br/><br/>조정훈 원장은 “환자들은 유방에 뭔가 만져진다면서 ‘암인 것 같다’며 주관적인 판단을 하는데, 이 ‘뭔가’의 정체는 혹일 수도 있고 유선조직일 수도 있다. 이를 정확하게 알기 위해서는 초음파나 유방촬영을 진행해야 한다. 실제로 의학적으로 영상검사를 해보면 유선조직이 부어서 일시적으로 만져지는 경우도 많다. 따라서 유방에 몽우리가 잡힌다고 지레 겁을 먹을 필요는 없다. 유방 전문의의 정확한 진단부터 받는 게 순서”라고 강조했다. <br/><br/><br/>조 원장은 매달 생리가 끝난 후 유방 자가검진은 필수라고 덧붙였다. 생리가 끝난 3일 이후 거울 앞에 서서 양쪽 유방을 비교하고, 모양의 변형, 피부 함몰, 돌출 부위가 있는지 살펴본 다음, 편하게 누워서 꼼꼼하게 유방을 만져보는 것인데, 유방 전문병원에서 교육을 받아 보기를 권했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유두분비물이 나와요, 암인가요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>모유 수유를 하지 않는데도 유두에서 분비물이 나올 경우 5~10% 정도는 유방암과 관련이 있다. 나머지는 대부분 양성종양이나 유관확장증일 가능성이 높다고 조 원장은 말한다. “<span class='quot1'>양측에서 분비되는 건 괜찮지만, 한쪽 유방, 특정 유관에서 나오거나 그 색이 초콜릿 또는 피 색깔의 혈성 분비물일 경우 유방암이 의심되므로 반드시 유방 검사를 해봐야 한다.</span>” <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>오렌지 껍질 같은 유방, 암인가요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방 피부가 변하는 이유는 유방의 굴곡변화, 유두 및 피부의 함몰, 그리고 염증이나 습진 등으로 나타나기도 한다. <br/><br/><br/>모유 수유를 할 경우 유방 염증은 정상적이지만 수유를 하지 않는데도 염증이 나타나면 유방암일 확률이 높다. 또 오렌지 껍질 모양처럼 보이는 유방의 경우 딤플링이라고 해서 유방(피부 표면)이 꺼지는 증상을 보인다. 이 경우 유방에 혹이 있어서 유방 인대를 잡아 당겨 꺼지게 되는데 유방암 가능성이 있는지 검사를 받는 게 좋다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암 고위험군 여성은 정기검진 필수 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암은 초기에 발견하면 완치가 가능하지만, 다른 암종과 달리 별다른 초기 증상이 없어서 시기를 놓치는 경우가 많다. 그러므로 검증된 유방전문클리닉에서 연령에 맞는 정기적인 유방검진을 받는 것이 무엇보다 중요하다. <br/><br/><br/>국립암센터의 유방암 조기검진 권고 안에 따르면 30세가 되는 여성은 매월 유방 자가검진을 하고, 35세가 이후엔 2년 간격으로 전문의사에게 임상 진찰을, 40세 이후에는 1∼2년 간격으로 유방촬영술을 시행하도록 권장하고 있다. 특히 어머니나 형제 중에 유방암 가족력이 있는 사람, 조기에 초경을 시작했거나 폐경기가 늦어져 장기간 호르몬의 자극을 받은 여성, 30세 이후 첫 아기를 출산했거나 출산경험이 없는 여성, 폐경 후 비만 여성, 모유 수유를 하지 않은 여성, 술과 동물성 지방을 과잉섭취 하는 여성, 경구피임약을 오랫동안 복용한 여성 등은 유방암 고위험군으로 유방외과 전문의의 검사를 받아보는 게 좋다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 조정훈 유바외과 <br/><br/><br/>조정훈 원장(유방, 갑상선 클리닉)

언론사: 내일신문-1-204.txt

제목: Real Efforts Always Lead you 진정한 노력으로 승부하라  
날짜: 20151119  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211230460  
본문: REAL English 영어과 <br/><br/><br/>정두용 영어과 팀장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>초등, 중등 학생을 위한 영어 공부법 <br/><br/><br/>현재 영어가 절대평가로 바뀜에 따라 영어의 난이도가 점점 쉬워지고 있는 추세입니다. 그렇기 때문에 상위권 학생의 상당수가 중학교에서 영어를 마무리하게 됩니다. 만약 그 대열에 합류하지 못해 고등학교 진학 후에도 쉬운 영어공부로 귀중한 시간을 소비한다면 타 과목에 대한 학습시간을 확보할 수 없습니다. “영어는 중학교까지 끝내자!”라는 목표를 가지고 학생들의 영어 학습을 진행해야합니다. 그러기 위해서는 초등학교 때부터 영어교육의 중요성을 인식하고 학습 할 수 있도록 학생을 체계화된 시스템으로 이끌어 주어야 합니다. 초등학교 때 문법 및 단어에 대한 기초를 탄탄히 하여 중학교 내신 및 서술형에 대한 정답률을 높여야하고, 중학교에서 내신 1등급을 달성해 놓아야 고등학교에 대한 선택의 폭이 넓어질 수 있습니다. 현재 중학생이지만 영어점수가 낮은 학생들도 늦지 않았습니다. 영어가 계속 쉬워지고 있기 때문에 포기하지 않고 정확한 커리큘럼에 따라서 공부하게 된다면 고등학교에 올라가서도 영어가 발목을 잡는 일은 생기지 않을 것입니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>특목고 진학을 위한 공부법 <br/><br/><br/>2016년 특목고(외고,국제고)는 영어내신, 자기소개서가 당락을 결정합니다. <br/><br/><br/>특목고와 자율고는 학교 선행이 일반고보다 많이 빨리 진행되므로 학습량과 심화된 내용이 많습니다.  <br/><br/><br/>따라서 특목고를 지원하고자 하는 학생은 내신대비 기간 본인의 학교 내신 특성에 맞추어 고득점을 위한 전략을 수립한 후 학습을 하는 것은 물론이고, 자신이 가고자 하는 특목고의 수업 특성과 내용을 파악하여 미리 준비를 하는 것도 필요합니다. <br/><br/><br/>-> 학교별 내신특성 파악과 고득점을 위한 전략 수립 및 지원하고자 하는 특목고 선행 학습 <br/><br/><br/>자신의 현재 영어수준을 파악한 후(어휘, 문법, 독해, 리스닝) 취약한 부분을 집중관리 해야 합니다. 특히 어휘는 짧은 시기에 완성이 되는 것이 아니기에 평소에도 꾸준히 학습을 해야 합니다. 문법은 전반적인 틀이 일단 완성이 되면 자연스럽게 구문독해와 고난위도의 독해로 이루어지는 것이 좋습니다. <br/><br/><br/>-> 어휘는 꾸준히 하되 문법의 틀이 완성이 되면 고급독해로 바로 이어질 수 있도록 학습 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>예비고1을 위한 영어 공부법 <br/><br/><br/>중학교 때까지 매번 영어성적을 상위권 유지하던 학생이 고등학교 진학 후 50~60점대를 기록해 어머님들을 놀라게 하는 경우가 상당히 많습니다. 학생이 공부를 하지 않아서 일까요? 아닙니다. 바로 시험 난이도가 급상승하고 시험범위가 10배로 늘어나기 때문입니다. <br/><br/><br/>실제로 빈번한 예를 말씀드리면, 현재 OO여고 1학년 학생은 중학교 때까지 영어 100점을 놓친 적이 없었습니다. 본문만 외워도 충분히 학습이 되었으니까요. 그러나 고등학교 진학 후 첫 시험에서 내신 5등급을 기록 했습니다. 외고가 아닌데도 말이죠. 이처럼 참패를 당한 학생들의 경우 상당수는 수능과 내신을 제대로 인식하고 있지 않는 어학원에서 학습을 해왔습니다. 때문에 영어시험 출제경향이나 공부 방법에 익숙하지가 않아서 수능에 기반을 둔 내신문법 결과가 좋을 수 없습니다. 수능에 대한 정확한 이해를 통해서 고등학교 전체 내신 문법을 단기간에 잡지 않으면, 한순간에 무너질 수 있습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>영어 단어 암기법 <br/><br/><br/>단어를 외우는 방법은 많이 있습니다. 고등학교 내신 서술형을 위한 단어 암기법은 과연 무엇일까요? 현재 많은 학생들이 영어를 먼저 보고 그 뜻을 한국말로 외우고 있습니다. 그러나, 순서를 바꾸어야 합니다. <br/><br/><br/>어렸을 때부터 모국어가 습득되기 전에 외국어를 배울 때는 순식간에 흡수합니다. 그러나 이미 모국어가 흡수된 이후부터는 절대로 영어를 영어로 이해할 수가 없습니다. 우리나라 말을 먼저하고 그리고 거기에 해당되는 영어를 외워야 합니다. 예를 들어‘감소시키다’라고하면‘줄이다, 낮추다, 적게 하다’등 한 번에 한국말로 다 연상시켜 이해할 수 있습니다. 때문에‘감소시키다’하나에 대한 영어단어만 암기하면 됩니다. ‘decrease, diminish, reduce, lessen alleviate’등 너무 많습니다. 한국말에 대한 영어단어를 제대로 습득한다면 고등학교 내신 서술형을 완벽하게 잡을 수 있습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의  국풍2000

언론사: 내일신문-1-205.txt

제목: "여성경력단절, 함께 극복해요"  
날짜: 20151119  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211218839  
본문: 여성가족부는 20일 국제청소년센터에서 '2015년 경력단절여성 취업지원 우수사례 경진대회'를 연다고 밝혔다. 이번 대회에서는 전국 여성새로일하기센터(새일센터) 취업설계사, 직업상담원들이 참여하는 경력단절여성 취업지원 사례 발표를 듣고 우수사례를 선정·시상한다. 새일센터는 경력단절여성 재취업기관이다. <br/> <br/>취업성공 부문에는 암과 병마로 경력이 단절되었던 여성이 정년 보장되는 대학교의 시간제 일자리로 재취업하는 과정이 담긴 '불가능을 가능으로 바꾼 용기있는 도전' 등 9개 사례가 발표된다. 구인처 발굴 부문에서는 경력단절여성들이 선호하는 화장품 업체와 구인 조건을 협의, 20명의 채용으로 이어지도록 한 '멀리 가려거든 함께 가라' 등 사례 7가지가 소개된다. <br/> <br/>김희정 여가부 장관은 "여성들이 보다 질 높은 취업지원을 받을 수 있도록 서비스를 내실화하고, 지역·전공·경력 등을 고려해 새일센터를 개편하는 등 질적 개선을 위해 계속 노력해 나갈 것"이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-206.txt

제목: 관객과 함께 범인잡는 추리극 ‘쉬어매드니스’  
날짜: 20151118  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211142743  
본문: 어느 날 쉬어매드니스 미용실 위층에서 살인사건이 발생하고, 4명의 용의자가 관객들 앞에서 조사를 받는다. 모든 용의자들은 “나는 범인이 아니다”라고 강변한다. 누가 범인일까. 수사관들이 곤경이 빠진 가운데, 현장을 목격한 관객들의 손이 범인을 가르킨다. 과연 그대가 지목한 용의자가 범인일까. 자! 가서 보시라.  <br/><br/><br/>지난 주 12일부터 공연 시작한 연극 ‘쉬어매드니스’는 국내 최초로 시행되는 관객 참여 추리극이다. 관객이 직접 용의자의 알리바이를 추리하고 증언한다. 관객과 배우가 함께 호흡하는 묘미가 있다. 빠르게 진행되는 즉흥극이다 보니 객관들은 한번 관람으로는 그 결말을 예측할 수 없다.    <br/><br/><br/>14일 비 오고 흐린 날씨에도 ‘쉬어매드리스’ 연극이 펼쳐진 콘텐츠박스 공연장은 상괘한 웃음이 넘쳐났다.  <br/><br/><br/>그날 용의자 중 한명. 미용실 단골손님인 부잣집 사모님 ‘한보현’역을 맡은 이새윤을 맞났다.  이번 연극에서 이새윤은 ‘귀엽고 푼수기 있는 사모님’모습을 보여줬다. 인터뷰 내내 이새윤 자신은 범인이 아니다고 강조했는데, 극 중에서 확인할 일이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>다음은 배우 이새윤 인터뷰 내용이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 연극 ‘쉬어매드니스’를 소개한다면 <br/><br/><br/>탄탄한 짜임새가 있는, 시계를 보면 금방 끝나버린, 아무 생각없이 웃다 즐길 수 있는, 관객과 함께 엮어 가는 새로운 형식의 연극이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 매회 범인이 달라 질 수 있다고 하는데, 한보현도 범인이냐 <br/><br/><br/>(웃음) 나는 절대 범인이 아니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 미용사 수지역도 욕심나지 않느냐 <br/><br/><br/>단골손님 사모님도 사랑받을 수 있는 역이다. 귀여우면서 살짝 푼수기도 있어 기억에 남을 캐릭터라 좋다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 그동안 방송, 연극, 영화 다양한 분야에서 활동하고 있는데, 지금 어느 분야에 더 관심이 가는지 <br/><br/><br/>연극을 제일 매력적으로 느끼고 있다. 특히 장기 공연 후에는 나날이 성장하는 것 같아 즐겁다. 함께 연극을 하다보면 가족적인 분위기. 스토리를 분석하는 재미. 한 캐릭터로 오랜 기억에 남아 좋다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 독서광이라고 들었다. 연기에 어떤 도움을 주는가 <br/><br/><br/>연기에 바로 도움을 주는지 알 수 없지만 소설류를 읽다가 그 상황 전개에 대해 상상하곤 한다.      <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 롤모델이 있나 <br/><br/><br/>암살 베테랑에서 ‘자신의 존재를 드러내신’ 진경 선배님이다. 한 순간에도 딱 부러진 연기력을 보여주고 싶다.        <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 하고 싶은 캐릭터가 있다면 <br/><br/><br/>‘악마는 프라다를 입는다’ 영화에 나오는 미란다 편집장같은 역! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>- 주위 팬들은 이새윤씨의 짧은 연극경력에도 불구하고 기대를 많이 하고 있다. <br/><br/><br/>감사드린다. 아직 부족한 게 많다. 헝그리 정신으로 힘껏 노력하겠다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한편, 쉬어매드리스는 1980년 초연 이후 미국 역사상 ‘장기 공연 연극’기록을 보유하고 있다. 2007년 하반기 인터파크 연극부분 1위를 차지, 대학로에서 2011년 1월까지 장기 공연했다. <br/><br/><br/>이번 공연은 지난 12일부터 3월12일까지 진행된다.

언론사: 내일신문-1-207.txt

제목: AIA생명-이대의료원, 여성암 환우 지원  
날짜: 20151117  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211053404  
본문: AIA생명이 이화여자대학교 의료원과 함께 여성암 환우와 여성의 건강 증진을 위한 지원에 나선다. AIA생명은 16일 서울시 양천구 이대여성암병원 다목적실에서 AIA 생명 다니엘 코스텔로 대표, 백남선 이대여성암병원장 등 관계자들이 참석한 가운데 저소득층 여성암 환우들의 암 극복을 위한 지원금 1억8000만원을 기부하는 전달식을 갖고 여성암 극복 및 여성 건강 증진을 위해 긴밀히 협력하기로 했다. <br/> <br/>AIA생명과 이화여자대학교 의료원은 서울시 거주 저소득 여성 중 여성암 진단을 받은 환우를 대상으로 1인당 최대 450만원의 의료비를 지원한다.

언론사: 내일신문-1-208.txt

제목: 아산상 대상에 강릉 갈바리의원  
날짜: 20151116  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211021618  
본문: 제27회 아산상 대상에 호스피스 전문의료기관인 강릉 갈바리의원이 선정됐다. 아산사회복지재단은 국내 첫 호스피스 의료기관인 강릉 갈바리의원을 아산상 대상을 수여하기로 했다고 15일 밝혔다. <br/> <br/>천주교 수녀회 '마리아의 작은 자매회'가 운영하는 갈바리의원은 1965년 3월 15일 개원했다. 이후 수많은 말기 암 환자의 마지막을 지켜왔다. <br/> 제27회 아산상 대상을 수상한 강릉 갈바리의원 직원들. 사진 아산재단 제공 '갈바리'는 예루살렘 북쪽 언덕으로, 예수가 십자가에 못 박혀 죽은 장소다. 개원 당시에는 호스피스라는 개념이 정립되지 않았을 때라 의료진이 직접 환자의 집을 방문해 호스피스 활동을 했고, 가난한 사람이나 노숙자, 무연고 환자들을 위해 인근 여관을 빌려 인술을 펼쳤다. 갈바리의원은 개원 후 50년간 호스피스에 대한 표준을 세우고 사회 인식을 개선하는데 기여했다는 평을 받았다. <br/> <br/>현재 갈바리의원은 임종환자를 위한 완화의료서비스, 영적상담, 가족상담, 미용 목욕서비스, 미술 원예치료 등을 다채롭게 운영하고 있다. 이외 호스피스전문 인력 향상을 위해 견학 실습 교육도 제공하고 있다. 오진복 강릉 갈바리의원 원장수녀는 "상금(3억원)은 다체로운 호스피스 활동 등 갈바리의원 운영을 위해 쓰겠다"고 말했다. <br/> <br/>의료봉사상은 23년 동안 의료환경이 열악한 아프리카에서 제자 2000명을 키워 내고 병원을 설립한 유덕종 우간다 마케레레대 의대 명예교수에게, 사회봉사상은 자살예방 활동을 하는 한국생명의전화에 각각 돌아갔다. <br/> <br/>아산상 시상식은 25일 오후 2시 서울 송파구 풍납동 아산생명과학연구원 강당에서 열린다. 대상에 3억원을 수여하는 등 7개 부문 12명의 수상자에게 총 8억4000만원의 상금을 준다. <br/> <br/>아산재단은 "올해는 설립자이자 초대 이사장인 정주영 현대 명예회장의 탄생 100주년인만큼 재단 설립정신에 맞도록 생명존중과 나눔정신, 사회통합을 실천한 분들을 골라 시상했다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-209.txt

제목: 대구 파파스비뇨기과 ‘글래머스한 남성들의 고민 여유증’  
날짜: 20151115  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107211004227  
본문: 여유증이라는 단어가 아직은 생소한 지는 모르겠지만 생각보다 많은 남성들의 고민 요소 중 하나가 바로 여유증이라고 할 수 있다. 여유증은 여성형 유방증의 줄인 말로 남성의 가슴이 여성의 가슴처럼 볼륨감이 있는 상태, 한마디로 '가슴달린 남자'라는 말이 잘 설명해줄 수 있을 것이라고 생각한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>문제는 잘못된 상식으로 인해서 여유증 증상이 사라지는 것이 아니라 도드라져 더욱 스트레스가 가중화되고 있는 경우가 있고 과거에 비해서 많은 남성들의 스트레스 요인이 되고 있기에 대구파파스남성의원 김도형원장과 함께 여유증에 대해 알아보도록 하자. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q. 과거 비해서 여유증 환자가 증가한 이유는? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>A. 여유증의 원인은 다양합니다. 일반적으로 여성호르몬에 유선조직의 반응이 민감해져 유방조직이 비정상적으로 발달하게 되는 경우가 있습니다. 이 밖에도 갑상선기능 저하, 암 등에 의한 호르몬 이상, 신장기능이상, 내분비계 이상, 간경화 등의 대사성 질환이 원인이 됩니다. 그런데 과거에 비해서 현대에 들어서 우리나라 남성들의 여유증 발병의 원인을 보면 가장 대표적인 원인으로 '비만'을 들 수 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>서구화된 식습관으로 인해 비만인구가 점차 증가하고 특히 청소년들의 비만이 점차 증가하고 있는 추세입니다. 비만은 지방조직의 증가는 물론 여성호르몬인 에스트로겐의 수치를 증가시켜 이로 인해서 가슴이 점차 돌출되고, 이는 여유증으로 이어지게 되는 것입니다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q. 비만이 여유증의 원인이라면 운동, 식이조절로 인해서 여유증 증상이 사라지지 않을까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>여유증의 원인이 중 하나가 비만이기는 하지만 여유증의 경우 지방조직으로만 이루어진 것이 아니라 유선조직의 발달로 인해서 발병하는 증상입니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>간혹 운동으로 여유증 증상이 완화되었다고 하는 분들이 있는데 이 경우 지방만 빠진 것이지 근본적인 원인이 제거된 것이라고는 보기 힘듭니다. 여유증 증상이 나타나는데는 '유선조직'이 연관되어 있는데 지방조직만 빠지고 유선조직만 남아있게 되면 오히려 증상이 더욱 도드라져 보이고 이는 여유증으로 인한 스트레스를 더욱 가중시키는 요인이 될 수 있습니다. 그렇기에 적절한 수술적 치료를 통해서 여유증을 개선하는 것이 도움이 됩니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q. 여유증 증상이 있다면 무조건 수술적인 치료가 필요한 것일까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>호르몬의 영향으로 인해서 유선조직이 발달하면서 발병하는 경우가 있는데 대표적인 시기가 바로 유아기, 청소년기, 노년기라고 할 수 있습니다. 이 시기에는 호르몬이 불안정하고 여성호르몬의 분비가 증가되어 유선조직의 발달로 인해서 여유증 증상이 발생하게 되지만 유아기, 청소년기에 발생한 여유증의 경우 시간이 지나면서 성인이 된 후에는 자연스럽게 증상이 사라지게 됩니다. 그렇기에 유아기, 청소년기에 발병한 경우에는 성인이 된 후에도 여유증 증상이 지속된다면 그때 수술적인 치료를 고려해야 합니다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q.수술적인 치료를 할 경우, 절개와 흉터는 어떻게 해결하나요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>여유증의 경우 외과적인 절제수술이 가장 좋은 결과를 기대할 수 있습니다. 다만 흉터적인 문제가 환자들은 고민이 됩니다. 절개 반흔을 최소화하기 위해서 유두 주변을 최소 절개하여 유선조직을 제거하고 지방 흡입술로 전체적인 피하지방의 볼륨감을 줄이게 됩니다. 더욱이 여유증 수술의 경우 수면 마취하에 시행되고 수술 후 바로 일상생활이 가능할 만큼 회복기간이 빠르다는 장점이 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>여유증을 해결하기 위해서는 정밀 초음파 검사가 필요하며 검사 후에는 환자에게 맞는 치료를 받는 것이 자신감을 찾는 방법이 아닐까 싶다. 마음 태도에 따라서 극복할 수 있는 여유증! 임상경험이 풍부한 의료진과의 충분한 상담과 정확한 진단에 따라서 자신의 콤플렉스에서 벗어나길 바랍니다.

언론사: 내일신문-1-210.txt

제목: 의료기 납품조건으로 의사 해외연수 요구  
날짜: 20151113  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210922936  
본문: 국립대병원이 방사선 암 치료기 도입 과정에서 리베이트를 요구해 논란이 일고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>부산대병원은 작년 9월부터 방사선 암치료 의료기기인 초정밀선형가속기 시스템 4세트 도입을 위한 입찰공고를 냈다. 부산대병원 본원에 2대, 양산부산대병원에 2대가 각각 배정됐다. 부산대병원이 추진하는 선형가속기도입은 170억원대 규모이다. <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> 양산 부산대병원 전경. 사진 부산대병원 제공<br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/>공고와 함께 첨부된 사양서에는 '훈련 지원(Training support)'항목에 '2주간 국외로 3명의 의사와 3명의 물리치료사를 보내줄 것'과 '2주간 국외로 2명의 생명공학 엔지니어를 보내줄 것'과 '1주간 국외로 2명의 방사선 치료사를 보내줄 것'이라고 명시했다. 즉 1주에서 2주 동안 10명의 부산대병원 소속 의료인에 대한 해외 교육을 지원하라는 것이 입찰조건이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>의료법 제23조의2 등에서는 '의료인, 의료기관 개설자, 의료기관 종사자가 의료기기업자 등으로부터 경제적 이익을 취득하는 것을 금지한다'고 정하고 있다. 이 규정을 위반해 의료인이 경제적 이익을 의료기기업자로부터 제공받은 경우, 의료법에 따라 1년 범위 내의 자격정지에 처해지거나 2년 이하의 징역 3천만 원 이하의 벌금을 받게 된다. 그동안 의료계의 고질적인 폐해로 지적된 리베이트 관행을 없애기 위한 규정이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>법이 금지하고 있는 경제적 이익이 다소 모호해 의료법은 시행규칙을 두고 엄격하게 그 범위를 정하고 있다. 예를 들어 '의료기기 수입업자가 의료기관에 소속한 보건의료인을 대상으로 국내에 수입되지 않은 의료기기와 관련한 기술 습득 및 기술 향상을 위해 실시하는 국외 교육과 국외 훈련은 허용되는 경제적 이익'이라 정하고 있다. 국내에 없는 기기라면 해외에서 교육 기회를 가지는 것을 일정부분 인정해주는 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그러나 부산대병원이 구매하고자 하는 선형가속기는 모두 국내에 시판되고 있는 것들로 의료기기업자가 이 경우 의료진의 해외연수를 지원하면 리베이트에 해당, 의료법 및 의료기기법 위반이 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>부산대병원 관계자는 "해당부분은 장비설치장소에서 교육을 시켜달라는 내용이었지 업체가 비용을 전부 부담하게 한다는 의미가 아니다"라며 "이전에는 이렇게 써도 문제가 되지 않았다"고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이어 "리베이트 쌍벌제가 엄격하기 때문에 리베이트를 요구할 수 없다"며 "해당기기에 대해 아직까지 연수를 실시하지 않았다"고 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>입찰에 응했다가 탈락한 H업체는 감사원에 '부산대병원이 사양서에 해외연수지원 요구 항목을 넣어 불법 리베이트를 요구하고 있다'고 감사를 청구했다. 부산대병원 앞의 관계자는 "감사원의 질의에 답변서를 제출했고 감사원의 반응을 기다리고 있다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-211.txt

제목: 요실금, 간단한 수술로 완치 가능하다.!  
날짜: 20151112  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210831340  
본문:   타워비뇨기과과 광진점 김명준 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금클리닉을 운영하다보면 안타깝고도 흐뭇한 사연들을 많이 접하게 된다. 얼마 전 요실금수술을 받으시고 이제는 손녀랑 마음껏 줄넘기를 할 수 있게 되었다면서 감사해하시던 60대 할머니부터 요실금 때문에 계모임, 여행 한번 맘껏 못했다면서 하소연 하던 40대 아주머님까지 남몰래 고민아닌 고민을 안고 있는 많은 분들을 보면서 간단한 치료만 하면 얼굴을 활짝 피고 맘껏 웃으면 훨씬 젊어질텐데...하는 안타까움을 느끼게 된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1. “요실금이 있는데 어떻게 하면 되나요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금은 암과 같은 생명을 위협하는 질병은 아니지만, 요실금으로 인한 정신적인 스트레스는 어떤 질환 못지않게 당사자를 괴롭히는 질환입니다. 어느 누구에게도 속시원하게 말을 못하기 때문입니다. 미국조차도 요실금을 “사회적인 암”으로 규정하고 전국민적인 요실금퇴치운동을 벌이기도 하였습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금은 아주 간단한 수술만으로 완치가 가능합니다. 요즘의 요실금 수술은 과거와 달리 간단한 국소마취만으로 30분이면 통증없이 수술이 끝나고, 2-3시간 지나면 회복이 되며, 입원할 필요도 없습니다. 요실금 수술을 결심한 분들 대부분이 전에 수술한 분들의 권유로 수술할만큼 수술한 분들의 90%이상이 수술을 잘했다고 생각합니다. 수술한 분들은 딴 세상이라고 할 정도로 만족스럽기 때문입니다. 무엇보다도 자신의 몸관리가 가장 중요한 요즘 웰빙 시대에 평생을 요실금으로 계속 불편해하는 것보다는 간단한 결심과 수술로 전혀 다른 생활을 즐길 수 있기 때문에 요실금은 꼭 치료해야 하는 질환이라고 얘기할 수 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>2. “수술을 안하고도 요실금을 치료할수 있나요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>간단한 수술로 치료가 되는 요실금이지만, 많은 분들이 수술에 부담을 가지고 있습니다. 초기의 약한 요실금의 경우는 골반근육운동이나 체외자기장치료 등을 꾸준히 하면 많은 도움을 받습니다. 특히, 출산 후 예방적 목적으로 위의 치료를 받으면 좋습니다. 다만 최소한 6개월이상 꾸준히 운동을 해야지 효과가 있으며, 중등도 이상의 요실금에는 치료가 안되는 것이 문제입니다. 결론적으로, 약한 요실금 치료나 요실금 예방이 목적인 경우에는 골반근육운동이나 체외자기장 치료를 고려해볼 수 있으나, 중등도 이상의 요실금은 수술적 치료를 먼저 하는 것이 좋습니다.

언론사: 내일신문-1-212.txt

제목: "고도비만 치료는 수술이 가장 적합"  
날짜: 20151109  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210556409  
본문: 고도비만의 치료법에는 가장 적합한 치료법인 '수술'이 고도비만환자들에게 회피되고 있다. 우리나라에서의 고도비만은 체중(㎏)을 키(ｍ)의 제곱으로 나눈 체질량 지수가 30 이상인 경우를 말한다. 운동이나 식이요법으로 거의 치유될 수 없는 '질환'에 속한다. 고도비만이 일으키는 합병증에는 제2형 당뇨, 골관절염, 비알콜성 지방간증, 수면무호흡증, 폐색전증, 고혈압, 천식, 불임, 암, 우울증 등이 있다. 특히 청소년시기의 고도비만은 외출기피증을 낳기도 한다. 이 때문에 고도비만은 사회보건제도 차원에서 지원돼야 할 부분이 됐다. <br/> <br/>지난해 가수 신해철이 의료사고를 당해 고인이 된 이후 국내 고도비만 환자의 수술이 전국적으로 거의 진행되지 않고 있다. 대한비만대사외과학회는 "고도비만 수술 부작용이 생겨 사고가 발생한 것이 아님에도 밴드수술 탓으로 잘못 알려지면서 수술을 신청하는 경우가 전무할 정도"라고 밝혔다. <br/> <br/>고도비만 수술은 지방세포 자체의 심각한 변성으로 지방세포가 정상으로 복귀하기 어려운 환자들에게 적합한 치료법이다. <br/> <br/>'베리아트릭 수술'로 불리는 고도비만 수술방식에는 위밴드, 위소매절제술, 위우회술 등이 있다. 이중 가장 많이 시행되는 위밴드 수술은 특수한 고리모양의 실리콘 풍선 밴드를 위의 윗부분에 감싸줘 음식 섭취량을 줄이는 효과를 낸다. 이 수술은 비교적 간단하기 때문에 보통은 당일 퇴원이 가능하고 다음 날부터 일상생활에도 무리가 적은 편이다. <br/> <br/>위 일부분을 잘라내 위의 크기를 줄이는 위절제술보다 비교적 합병증이 적은 편이어서 최근에는 고도비만 치료의 대세로 자리잡아 가고 있다. 또 언제든 원하면 밴드를 풀 수 있으며 밴드를 풀게 되면 이전의 상태로 되돌릴 수 있는 것도 장점이다. <br/> <br/>위 우회술은 음식이 내려오는 길을 분리해 음식의 흡수를 제한하는 방식의 치료법이다. <br/> <br/>한국보건의료연구원은 9월 "고도비만 환자는 수술 치료가 비수술치료보다 비용은 많이 들지만 효과가 좋은 대안"이라고 밝혔다. 고도비만의 경우 비만 탈출을 위한 방법으로 실패 확률이 높은 '운동·식이요법'보다 '수술'을 권고한 것이다. <br/> <br/>김용진 순천향의대 외과 교수는 "일반적인 체중감량 방법으로 치료가 어려운 고도비만 환자의 경우 비만 대사 수술이 현존하는 치료법 중 가장 효과적"이라고 설명했다. <br/> <br/>또 안수민 비만대사외과학회 학술위원장은 "2000년 이후 10여년 사이 암을 포함한 거의 대부분의 고난이도 수술이 복강경으로 가능해졌다"며 "실제 복강경 수술의 발전에 가장 큰 수혜를 입은 것은 고도비만 수술로, 복강경 적용이 보편화된 2003년 이후 고도비만 수술의 사망 위험은 0.08%로 매우 낮다"고 강조했다. <br/> <br/>학회는 오는 2018년 건강보험 적용을 추진하는 고도비만 수술의 안전성 강화를 위해 기구를 꾸렸다.

언론사: 내일신문-1-213.txt

제목: [골목으로 떠나는 여행 ①정발산동·대화동]가을 햇살 즐기며 느리게 걸어봐요  
날짜: 20151108  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160212122742293  
본문: 사람이 나무라면 가을은 광합성하기 좋은 계절이다. 친한 사람이랑 느리게 골목길 거닐면서 가을볕을 쪼이는 건 어떨까. 커피 한 잔 들고 도란도란 이야기 하며 걷기에 딱 좋은 거리를 소개한다. 더 추워지기 전에 우리 동네 골목으로 나가, 겨울을 나기에 충분한 햇볕을 모아두자. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암센터 건너편 정발산동 일대 <br/><br/><br/>수공예와 유럽 앤틱 빈티지, 슬로푸드의 거리 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>핸드메이드 공방의 거리 <br/><br/><br/>건영빌라 8단지와 9단지 사이 카페 ‘빈스하이’에서 정발산동 골목 여행을 시작해 본다. 오후 3시 무렵이면 커피콩 볶는 냄새로 거리를 고소하게 만드는 곳이다. <br/><br/><br/>빈스하이 뒷골목으로 가면 ‘테디베어 공방’과 프랑스자수 공방 ‘몬아뜰리에’가 있다. 하얀 천에 수놓은 자수를 보는 것만으로도 마음은 벌써 행복해진다. <br/><br/><br/>건영9단지를 향해 걷다 보면 ‘윤지맘‘s 수작’이라는 패브릭&천연제품 공방, 원목으로 가구와 소품을 만드는 ‘느린나무 공방’을 만난다. 공방의 소품들은 세상에 단 하나뿐이라 더 특별하다. <br/><br/><br/>수입의류가게 ‘드므’ 앞에서 잠시 멈춰서 본다. 가을이라고 호피무늬 앵글부츠가 새초롬하니 서있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>작은 가게 구경하는 재미가 쏠쏠 <br/><br/><br/>해마다 봄가을이면 이 거리에는 ‘안다미로 핸드메이드프리마켓’이 열린다. 수작, 드므, 느린나무 공방, 테디베어와 한지공예 보리공방, 그레이스 퀼트가 참여하고 있다. <br/><br/><br/>건영빌라 9단지를 향해 걷다 보니 창 너머로 말린 꽃이 보인다. ‘분주한 뜨락’이라는 이름의 소이캔들, 디퓨저 공방이다. <br/><br/><br/>건영빌라 9단지 정문 앞 ‘키친데일리’는 유럽의 작은 식당에 온 듯 빈티지 그릇들이 가득하다. 그 옆에는 린넨 소품들을 구경할 수 있는 ‘리넨 etc’가 있고 조금 더 걸어가면 ‘민퀼트’와 바느질 공방 ‘호’가 보인다. 정성껏 가꾼 작은 화단이 사랑스럽다. <br/><br/><br/>냉천초교 방향으로 걷다 보면 ‘나무와 베이커리’를 만난다. 치아바타를 잘 만드는 아담한 빵집이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유럽 앤틱 빈티지에 마음 빼앗기는 골목 <br/><br/><br/>냉천초교 쪽 사거리로 나가 오른쪽으로 돌면 앤틱 빈티지 가게들이 보인다. 분홍 외관이 사랑스러운 ‘미세스빈티지’, 린넨 천에 폭 안기고 싶은 ‘데일리 스위트’, 앤틱 가구가 멋스러운 ‘블루보닛’과 ‘소호앤틱’을 그냥 지나치기는 힘들다. 봄과 가을에 열리는 ‘보넷길 프리마켓’에 들르면 16개 매장의 제품들을 저렴하게 구입할 수 있으니 일정을 참고하자. <br/><br/><br/>초록지붕 앤이 살고 있을 것 같은 ‘앤의 다락방’을 지나 오른쪽 골목으로 돌아가면 ‘카페 아몬드꽃나무’, 폴란드그릇 ‘다라’, 카페 ‘코델리’ 등이 나온다. 생각보다 쌀쌀한 날씨여서 커피 한 잔으로 몸을 녹이고 다시 골목을 걸었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>슬로푸드로 골목 여행 마무리 <br/><br/><br/>골목여행은 넉넉한 마음으로 나서는 게 좋다. 사랑스런 소품이 가득한 ‘핑크바케스’ 같은 가게를 만나면 시간을 잊게 되기 때문이다. <br/><br/><br/>핑크바케스을 나와 원테이블 레스토랑 ‘양지미식당’에서 낯선 이와의 어색하고도 즐거운 식사를 즐겼다면 이제 디저트를 맛볼 시간이다. 양지미식당을 끼고 오른쪽으로 돌면 앙증맞은 주니케익이 나온다. 바로 옆에는 니나스버거&브런치가 보인다. <br/><br/><br/>맞은편에 위치한 카페 ‘피요르드’ 역시 브런치를 즐기기에 좋은 곳이다. 스튜와 비슷한 느낌의 스프커리와 프랑스 요리 부르기뇽을 선택한다면 후회는 없을 듯하다.  <br/><br/><br/>집에 그냥가기 아쉽다면 폴란드그릇 ‘스타라’에 들러보자. 주인장의 호탕한 웃음에 반해 털썩 주저앉아 있는 자신을 발견하게 될지 모른다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>미니인터뷰 <br/><br/><br/>정발산동 골목에서 만난 사람 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘코코제이’ 헤어샵 권효정 대표 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>정발산동은 눈요기할 만한 특이한 볼거리가 많아요. 그야말로 그림 같은 동네죠. 공원이 가까이 있어 장연과 상점이 어우러져 풍경을 만드는 거리예요. 그냥 걸어 다니기만 해도 볼거리가 많아 재밌으니 산책하듯 걸어보세요. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>수입의류 ‘드므’ 한명희 대표 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>건영빌라 8단지와 9단지 사이 거리에 공방들이 들어서면서 활성화되고 젊은 거리로 변하려고 노력하고 있어요. 공방 사람들이 사이가 좋아 더 발전할 가능성이 많은 곳이죠. 천천히 걸으면서 골목의 즐거움 느끼러 정발산동으로 오세요. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>대화동 도서관에서 성저공원 옆 골목 주택단지까지 <br/><br/><br/>공원을 끼고 도는 고즈넉한 산책길 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도서관 옆 골목 개성 넘치는 가게들 <br/><br/><br/>대화도서관에서 선교교회까지 가는 골목길에는 재미난 가게들이 쪼르륵 모여 있다. 먼저 도서관 옆 카페 ‘솜니움’에 들러 본다. 도서관 옆에 있어서 공부하는 손님들이 많다. <br/><br/><br/>브런치 특강이 열리는 ‘쿠킹 스튜디오 라’를 지나 브런치 카페 ‘커피에 퐁당’을 지나니 밥집 ‘아낙’이 보인다. 커다란 유리창에 또박또박 눌러 쓴 시가 마음을 잡고 놓아주지 않는다. 결국 이끌리듯 안으로 들어가 음식을 주문했다. 김밥과 제육덮밥, 떡볶이가 맛있는 이 집은 도서관에서 공부하는 학생들을 배려했는지 가격도 저렴하다. 환풍기 위에까지 시를 적어놓은 밥집을 본 적이 있었던가. 아기자기한 인테리어는 모두 주인장의 솜씨다. <br/><br/><br/>아낙에서 푸짐하고 저렴한 밥에 유기농 전통차까지 마시고 나오니 수입 LP음반 전문점 ‘안디뮤지끄’가 보인다. 12년 동안 온라인으로 LP판을 판매하다 집이 좁아져 오프라인 매장을 열었다는데, 벽면을 빼곡 채우고 있는 LP판이 주인장의 내공을 느끼게 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>핸드메이드 공방들이 조르륵 <br/><br/><br/>안디뮤지끄를 뒤로 하고 향한 곳은 나란히 서 있는 ‘달빛정원’ 공방과 ‘더 수아 스튜디오’다. 더 수아 스튜디오는 캔들과 비누, 수제초와 천연화장품을 만들고 달빛정원은 프랑스 자수와 양재, 바느질 기초 등을 가르친다. 선교교회 쪽으로 조금 더 걸어가면 ‘손으로 공방’이 나오는데 다양한 공예를 배울 수 있는 곳이다. <br/><br/><br/>성저공원 산책길은 야트막한 언덕길 같은 느낌에 운동기구까지 있어 한두 시간 산책하기에 좋다. 공원 앞 단독주택단지를 걷다 보면 개성 있는 미술공방 ‘코뿔소’와 ‘한그루도서관’을 만날 수 있다. 한그루도서관은 미니어처공방과 돌하우스공방 프로그램을 연다. 구경은 자유로우니 잠시라도 아기자기한 미니어처의 세계에 푹 빠져보자. 그러다 보면 언젠가 공방에 앞치마를 두르고 작업에 열중하고 있는 날이 올지 모르니. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>조용한 산책길 아이와 함께 걸어도 좋아 <br/><br/><br/>한그루도서관을 나와 큰 도로를 향해 두 블록 걸어 우회전하면 ‘또 국수생각’이라는 식당이 나온다. 이름이 몹시 공감되는 이 집은 면을 직접 뽑아 만든단다. 아낙에서 먹은 밥 때문에 도저히 국수를 먹을 수는 없었지만 조만간 들러보리라 마음먹었다. 또 국수생각이 날 게 당연하니까. <br/><br/><br/>퀼트 공방 ‘굿퀼트’, 색소폰 동호회 ‘라르고 색소폰 클럽’을 지나가면 골목 끝에 ‘나니쇼 도예 공방’이 있다. 나니쇼를 끼고 오른쪽으로 돌아 공원 방향으로 가다 보면 카페 ‘상상끼리’가 나온다. 우쿨렐레 에니어그램 같은 강좌가 수시로 열리는 곳이다. 아이와 함께 산책한다면 공원 옆 가와지 공원 놀이터에서 한참 놀다 가기도 좋은 곳. 고즈넉한 느낌의 대화동 골목 여행이었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>미니인터뷰 <br/><br/><br/>대화동 골목에서 만난 사람 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>나니쇼 도예공방 김란영 대표 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>대화도서관에서 성저공원으로 이어지는 거리는 참 평화로운 곳이죠. 공원이 옆에 있어서 소풍 가려고 마음먹으면 5분 안에도 갈 수 있는 골목이에요. 아이와 함께 소풍 가듯 걸어 보세요. 마음이 편안해지실 거예요.

언론사: 내일신문-1-214.txt

제목: [일산 맛집 | 정발산 명품바닷가재&돌문어]특별한 연말 모임에 부담 없이 즐기는 바다가재  
날짜: 20151108  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210459153  
본문: 정발산동에 위치한 '명품 바닷가재&돌문어'는 바다가재 사시미와 구이 코스 제주 돌 문어 통 숙회를 맛볼 수 있는 집이다. 바다가재는 북대서양 심해 청정해역에서 항공 직송하고 돌문어는 제주도에서 공급받아 싱싱하기로 유명하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>탱글탱글 찰진 바다가재 사시미 <br/><br/><br/>'명품 바닷가재&돌문어' 대표 메뉴인 바다가재 사시미 코스에서는 식전 빵과 잼, 스프와 샐러드가 먼저 입맛을 돋운다. 싱싱한 연어와 맛있는 소스의 연어샐러드는 특히 인기가 높다. <br/><br/><br/>바다가재 사시미는 돌판 위에 얹어 나오는데 갓 잡아 회를 뜨기 때문에 살이 탱글탱글하고 깔끔하며 입 안에서 부드럽게 녹는 식감이 좋다. 바다가재는 대게나 킹크랩 등 다른 갑각류에 비해 육질이 단단해 사시미 회로 먹기 좋다. 바다가재 사이드 메뉴로는 전복회가 제공된다. 몸통 부분을 사시미로 먹고 나면 몸통 이외 부분들은 구이로 제공된다. 바다가재 구이코스는 레몬, 버터, 칠리, 찜으로 선택할 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>다양한 소스로 즐기는 바다가재 구이 <br/><br/><br/>구운 바다가재는 허니 레몬 맛과 허브 갈릭 맛으로 요리해 다양하게 먹을 수 있다. 허니 레몬구이는 천연 벌꿀에 레몬, 라임을 블렌딩 해 새콤달콤하고 고소한 맛이다. 허브 갈릭 버터구이는 버터와 신선한 바질과 파슬리, 두 가지 갈릭으로 만든 고소하고 담백한 맛이다. 칠리 치즈구이는 직접 만든 칠리소스에 치즈 토핑으로 매콤 달콤하면서 풍부한 맛이다. <br/><br/><br/>찜 메뉴는 전용 오븐에서 쪄서 바다가재 본연의 맛을 느낄 수 있다. 바다가재 구이는 포장도 가능하다. 바다가재 통 마리 전골은 살아있는 바다가재를 바로 잡아서 육수에 끓여 시원하고 칼칼하게 요리한다. 탕 안에는 푸짐한 채소와 생 전복이 곁들여진다. <br/><br/><br/>돌 문어 통 숙회는 양에 따라 네 종류로 제공하는데 말 그대로 문어를 통째로 익혀 돌판 위에 얹어 내 테이블에서 잘라 먹으면 된다. 전복 등도 맛보기로 함께 제공된다. 그밖에 제주 돌문어 회 무침과 전복 버터구이, 명품 어묵 탕 등도 추가 메뉴로 인기다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>북대서양 깊은 바다에서 자라는 바다가재 <br/><br/><br/>바다가재는 북대서양 깊은 바다 맑은 물에서 전복, 성게, 해삼과 물고기를 먹고 사는 귀한 어종이다. 바다가재는 1년에 100g 정도 자라기 때문에 양식이 불가능하며 요리로 제공되는 600g의 바다가재는 대략 6년 정도 성장한 것이다. 심해에서만 살아 양식이 불가능해 자연산일 수밖에 없는 바다가재는 유럽과 미주지역 미식가들이 선호하는 고급 무공해 식품이다. <br/><br/><br/>바다가재는 저지방 저칼로리 저콜레스테롤 식품으로 알려져 있다. 철분과 마그네슘, 칼슘, 비타민A, DHA가 풍부해 성장기 어린이나 노약자에게도 좋은 영양식이다. 지방이 적고 단백질이 많은 바다가재는 칼로리가 낮아 여성들의 다이어트에도 좋다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>필수 아미노산 풍부해 다이어트와 영양식으로 좋아 <br/><br/><br/>바다가재에는 필수 아미노산이 풍부하며 몸이 허약할 때 먹으면 도움이 된다. 또 타우린이 많아 알코올을 해독시키는 작용도 탁월하다. 바다가재에 많은 키토산은 머리를 맑게 하며 내장을 단련시켜주는 기능도 한다. 특히 키토산은 암에 효과적인 영양소로도 알려져 있다. 바다가재는 지방이 적어 소화도 잘 되고 염분이 적고 씹기 쉬워 노인이나 환자들의 영양식으로도 좋다. 바다가재에 들어 있는 리이신, 글루타민은 무릎 연골 등 관절에도 좋다. <br/><br/><br/>그밖에 면역력을 높여주며 중금속 배설을 도와주고 콜레스테롤을 조절하는 기능이 있어 성인병을 예방해 준다. <br/><br/><br/>‘명품바닷가재&돌문어’는 정직한 식재료에 착한 가격, 재사용 없는 양심적인 요리로 일부러 먼 지역에서도 찾아오는 바다가재 전문점으로 알려져 있다. '명품바닷가재&돌문어'는 평일 12시부터 오후 3시까지 1인 17,000원의 런치스페셜 메뉴를 제공한다. 셰프가 직접 만든 명품 수제 생 전복죽도 예약판매하고 있다. <br/><br/><br/>전복죽은 바다가재와 돌문어로 영양을 더해 예약 즉시 살아 있는 전복으로 직접 요리한다. 다가오는 연말연시 특별한 모임을 위해 부담 없는 가격에 와인과 사케를 판매한다. 평일과 주말 모두 점심은 하루 전 예약제로 운영된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>위치 일산동구 정발산동 1234번지 <br/><br/><br/>문의 031-914-2285

언론사: 내일신문-1-215.txt

제목: [골목으로 떠나는 여행 ①정발산동·대화동]가을 햇살 즐기며 느리게 걸어봐요  
날짜: 20151108  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210504892  
본문: 사람이 나무라면 가을은 광합성하기 좋은 계절이다. 친한 사람이랑 느리게 골목길 거닐면서 가을볕을 쪼이는 건 어떨까. 커피 한 잔 들고 도란도란 이야기 하며 걷기에 딱 좋은 거리를 소개한다. 더 추워지기 전에 우리 동네 골목으로 나가, 겨울을 나기에 충분한 햇볕을 모아두자. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암센터 건너편 정발산동 일대 <br/><br/><br/>수공예와 유럽 앤틱 빈티지, 슬로푸드의 거리 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>핸드메이드 공방의 거리 <br/><br/><br/>건영빌라 8단지와 9단지 사이 카페 ‘빈스하이’에서 정발산동 골목 여행을 시작해 본다. 오후 3시 무렵이면 커피콩 볶는 냄새로 거리를 고소하게 만드는 곳이다. <br/><br/><br/>빈스하이 뒷골목으로 가면 ‘테디베어 공방’과 프랑스자수 공방 ‘몬아뜰리에’가 있다. 하얀 천에 수놓은 자수를 보는 것만으로도 마음은 벌써 행복해진다. <br/><br/><br/>건영9단지를 향해 걷다 보면 ‘윤지맘‘s 수작’이라는 패브릭&천연제품 공방, 원목으로 가구와 소품을 만드는 ‘느린나무 공방’을 만난다. 공방의 소품들은 세상에 단 하나뿐이라 더 특별하다. <br/><br/><br/>수입의류가게 ‘드므’ 앞에서 잠시 멈춰서 본다. 가을이라고 호피무늬 앵글부츠가 새초롬하니 서있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>작은 가게 구경하는 재미가 쏠쏠 <br/><br/><br/>해마다 봄가을이면 이 거리에는 ‘안다미로 핸드메이드프리마켓’이 열린다. 수작, 드므, 느린나무 공방, 테디베어와 한지공예 보리공방, 그레이스 퀼트가 참여하고 있다. <br/><br/><br/>건영빌라 9단지를 향해 걷다 보니 창 너머로 말린 꽃이 보인다. ‘분주한 뜨락’이라는 이름의 소이캔들, 디퓨저 공방이다. <br/><br/><br/>건영빌라 9단지 정문 앞 ‘키친데일리’는 유럽의 작은 식당에 온 듯 빈티지 그릇들이 가득하다. 그 옆에는 린넨 소품들을 구경할 수 있는 ‘리넨 etc’가 있고 조금 더 걸어가면 ‘민퀼트’와 바느질 공방 ‘호’가 보인다. 정성껏 가꾼 작은 화단이 사랑스럽다. <br/><br/><br/>냉천초교 방향으로 걷다 보면 ‘나무와 베이커리’를 만난다. 치아바타를 잘 만드는 아담한 빵집이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유럽 앤틱 빈티지에 마음 빼앗기는 골목 <br/><br/><br/>냉천초교 쪽 사거리로 나가 오른쪽으로 돌면 앤틱 빈티지 가게들이 보인다. 분홍 외관이 사랑스러운 ‘미세스빈티지’, 린넨 천에 폭 안기고 싶은 ‘데일리 스위트’, 앤틱 가구가 멋스러운 ‘블루보닛’과 ‘소호앤틱’을 그냥 지나치기는 힘들다. 봄과 가을에 열리는 ‘보넷길 프리마켓’에 들르면 16개 매장의 제품들을 저렴하게 구입할 수 있으니 일정을 참고하자. <br/><br/><br/>초록지붕 앤이 살고 있을 것 같은 ‘앤의 다락방’을 지나 오른쪽 골목으로 돌아가면 ‘카페 아몬드꽃나무’, 폴란드그릇 ‘다라’, 카페 ‘코델리’ 등이 나온다. 생각보다 쌀쌀한 날씨여서 커피 한 잔으로 몸을 녹이고 다시 골목을 걸었다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>슬로푸드로 골목 여행 마무리 <br/><br/><br/>골목여행은 넉넉한 마음으로 나서는 게 좋다. 사랑스런 소품이 가득한 ‘핑크바스켓’ 같은 가게를 만나면 시간을 잊게 되기 때문이다. <br/><br/><br/>핑크바스켓을 나와 원테이블 레스토랑 ‘양지미식당’에서 낯선 이와의 어색하고도 즐거운 식사를 즐겼다면 이제 디저트를 맛볼 시간이다. 양지미식당을 끼고 오른쪽으로 돌면 앙증맞은 주니케익이 나온다. 바로 옆에는 니나스버거&브런치가 보인다. <br/><br/><br/>맞은편에 위치한 카페 ‘피요르드’ 역시 브런치를 즐기기에 좋은 곳이다. 스튜와 비슷한 느낌의 스프커리와 프랑스 요리 부르기뇽을 선택한다면 후회는 없을 듯하다.  <br/><br/><br/>집에 그냥가기 아쉽다면 폴란드그릇 ‘스타라’에 들러보자. 주인장의 호탕한 웃음에 반해 털썩 주저앉아 있는 자신을 발견하게 될지 모른다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>미니인터뷰 <br/><br/><br/>정발산동 골목에서 만난 사람 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>‘코코제이’ 헤어샵 권효정 대표 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>정발산동은 눈요기할 만한 특이한 볼거리가 많아요. 그야말로 그림 같은 동네죠. 공원이 가까이 있어 장연과 상점이 어우러져 풍경을 만드는 거리예요. 그냥 걸어 다니기만 해도 볼거리가 많아 재밌으니 산책하듯 걸어보세요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>수입의류 ‘드므’ 한명희 대표 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>건영빌라 8단지와 9단지 사이 거리에 공방들이 들어서면서 활성화되고 젊은 거리로 변하려고 노력하고 있어요. 공방 사람들이 사이가 좋아 더 발전할 가능성이 많은 곳이죠. 천천히 걸으면서 골목의 즐거움 느끼러 정발산동으로 오세요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>대화동 도서관에서 성저공원 옆 골목 주택단지까지 <br/><br/><br/>공원을 끼고 도는 고즈넉한 산책길 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도서관 옆 골목 개성 넘치는 가게들 <br/><br/><br/>대화도서관에서 선교교회까지 가는 골목길에는 재미난 가게들이 쪼르륵 모여 있다. 먼저 도서관 옆 카페 ‘솜니움’에 들러 본다. 도서관 옆에 있어서 공부하는 손님들이 많다. <br/><br/><br/>브런치 특강이 열리는 ‘쿠킹 스튜디오 라’를 지나 브런치 카페 ‘커피에 퐁당’을 지나니 밥집 ‘아낙’이 보인다. 커다란 유리창에 또박또박 눌러 쓴 시가 마음을 잡고 놓아주지 않는다. 결국 이끌리듯 안으로 들어가 음식을 주문했다. 김밥과 제육덮밥, 떡볶이가 맛있는 이 집은 도서관에서 공부하는 학생들을 배려했는지 가격도 저렴하다. 환풍기 위에까지 시를 적어놓은 밥집을 본 적이 있었던가. 아기자기한 인테리어는 모두 주인장의 솜씨다. <br/><br/><br/>아낙에서 푸짐하고 저렴한 밥에 유기농 전통차까지 마시고 나오니 수입 LP음반 전문점 ‘안디뮤지끄’가 보인다. 12년 동안 온라인으로 LP판을 판매하다 집이 좁아져 오프라인 매장을 열었다는데, 벽면을 빼곡 채우고 있는 LP판이 주인장의 내공을 느끼게 했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>핸드메이드 공방들이 조르륵 <br/><br/><br/>안디뮤지끄를 뒤로 하고 향한 곳은 나란히 서 있는 ‘달빛정원’ 공방과 ‘더 수아 스튜디오’다. 더 수아 스튜디오는 캔들과 비누, 수제초와 천연화장품을 만들고 달빛정원은 프랑스 자수와 양재, 바느질 기초 등을 가르친다. 선교교회 쪽으로 조금 더 걸어가면 ‘손으로 공방’이 나오는데 다양한 공예를 배울 수 있는 곳이다. <br/><br/><br/>성저공원 산책길은 야트막한 언덕길 같은 느낌에 운동기구까지 있어 한두 시간 산책하기에 좋다. 공원 앞 단독주택단지를 걷다 보면 개성 있는 미술공방 ‘코뿔소’와 ‘한그루도서관’을 만날 수 있다. 한그루도서관은 미니어처공방과 돌하우스공방 프로그램을 연다. 구경은 자유로우니 잠시라도 아기자기한 미니어처의 세계에 푹 빠져보자. 그러다 보면 언젠가 공방에 앞치마를 두르고 작업에 열중하고 있는 날이 올지 모르니. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>조용한 산책길 아이와 함께 걸어도 좋아 <br/><br/><br/>한그루도서관을 나와 큰 도로를 향해 두 블록 걸어 우회전하면 ‘또 국수생각’이라는 식당이 나온다. 이름이 몹시 공감되는 이 집은 면을 직접 뽑아 만든단다. 아낙에서 먹은 밥 때문에 도저히 국수를 먹을 수는 없었지만 조만간 들러보리라 마음먹었다. 또 국수생각이 날 게 당연하니까. <br/><br/><br/>퀼트 공방 ‘굿퀼트’, 색소폰 동호회 ‘라르고 색소폰 클럽’을 지나가면 골목 끝에 ‘나니쇼 도예 공방’이 있다. 나니쇼를 끼고 오른쪽으로 돌아 공원 방향으로 가다 보면 카페 ‘상상끼리’가 나온다. 우쿨렐레 에니어그램 같은 강좌가 수시로 열리는 곳이다. 아이와 함께 산책한다면 공원 옆 가와지 공원 놀이터에서 한참 놀다 가기도 좋은 곳. 고즈넉한 느낌의 대화동 골목 여행이었다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>미니인터뷰 <br/><br/><br/>대화동 골목에서 만난 사람 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>나니쇼 도예공방 김란영 대표 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>대화도서관에서 성저공원으로 이어지는 거리는 참 평화로운 곳이죠. 공원이 옆에 있어서 소풍 가려고 마음먹으면 5분 안에도 갈 수 있는 골목이에요. 아이와 함께 소풍 가듯 걸어 보세요. 마음이 편안해지실 거예요.

언론사: 내일신문-1-216.txt

제목: 중학생에서 고등학생으로, 공부에 눈을 틔우다  
날짜: 20151106  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210445828  
본문:  조지웅원장 <br/><br/><br/> 한얼국어논술학원 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>중학교 때는 공부를 잘 했는데... <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>상담을 하면서, 중학교 때는 성적이 좋았는데 고등학생이 되면서 성적이 떨어졌다는 이야기를 많이 듣는다. 부모님들은 안타까워하고 선생님들은 보통 그 비교가 무의미하다고 생각한다. 이러한 차이가 벌어지는 이유는 중학교와 고등학교의 차이 때문이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>중학교 때 10등하면 고등학교 때 20등 한다는 말을 흔히 들으면서도 그것이 진심으로 이해되지는 않을 것이다. 그도 그럴 것이 1등 하는 아이는 어떤 상황이든 1등을 한다는 말도 공존하기 때문이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>맞다. 1등 하던 아이가 계속 1등을 할 수도 있고, 1등 하던 아이가 10등을 할 수도 있다. 그것은 고등학교와 대학교를 비교해 봐도 마찬가지이다. 그럼 우리가 고민해야 할 것은 명쾌하다. 왜 어떤 아이는 성적이 떨어지고, 어떤 아이는 성적이 유지되는가? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>성적이 유지되는 아이, 성적이 떨어지는 아이 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>우리는 흔히, 살이 어떻게 하면 빠질 것인가 고민하다. 다이어트와 관련된 다양한 방법들이 존재하고, 유행을 한다. 그것에 대해 내가 가진 생각은 먹는 만큼 찌고 움직인 만큼 빠진다는 것이다. 물론, 체질적으로 더 찌는 사람과 덜 찌는 사람이 있다고 믿는다. 그리고 그것은 공부에서도 마찬가지다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>공부를 많이 하면 성적이 오르고, 공부를 적게 하면 성적이 떨어진다. 자명한 사실이다. 따라서 절대적 공부 시간을 확보해야 한다. 문제는 공부는 상대평가라는 점이다. 즉, 내 공부 시간의 절대량이 늘었다 하더라도 남들도 나만큼 공부 시간의 절대량이 늘었다면 무의미하다. 고등학생이 되면 공부의 절대 시간은 누구나 는다. 따라서 자신의 과거가 아닌, 남들과 비교하여 공부의 시간을 확보해야 한다. 이는 무한 경쟁이라는, 현대 사회의 우울한 단면이지만 상대 평가란 원래 그런 것이니 어쩔 수 없다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그리고 또 하나, 사람마다 체질이 다르듯, 공부에서도 사람마다 가지고 있는 그릇은 다르다. 여기에서 말하는 그릇이란 선천적인 능력과 후천적인 깨달음을 모두 포함한다. 그릇이 다르다면 동일한 성적을 받기 위해 투자해야 하는 시간도 사람마다 다를 수밖에 없다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>더 좋은 그릇을 만들기 위해서 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>학생들을 대하다 보면 이해도는 부족하지만 암기를 잘 하는 아이, 반대로 암기는 못 하지만 이해도는 높은 아이를 보게 된다. 누가 더 고등학생이 되어 성공할 것인가? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>암기력이 뛰어난 아이는 모든 것을 외우려고만 한다. 이런 경우 성적이 떨어질 가능성이 높다. 중학생과 고등학생이 공부해야 하는 양과 난이도의 격차가 상당하기 때문이다. 과목이 세분화되면서 배워야 하는 내용이 많아지는 것은 물론이고, 단순 암기보다는 이해를 요구하는 것도 많아진다. 만약 단순 암기를 원한다면 그 양은 웬만해서는 감당하기 벅찬 정도이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>반면에 이해력이 좋은 아이는 암기를 싫어하는 경우가 많다. 본인이 이해하는 것과 외우고 있는 것의 차이를 모른다. 이런 경우 역시 성적이 떨어질 가능성이 높다. 배워야 하는 내용이 많아진다는 것은 외워야 하는 내용도 그만큼 많아진다는 것이기 때문이다. 결국 암기력과 이해력이 적절한 균형을 이루어야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>절대적인 노력보다는 효율적인 노력 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>절대적인 노력은 언제나 모든 것을 가능하게 한다. 암기력이 좋다면 모든 것을 암기하면 된다. ‘압도적인 공부량’에 의한 절대적 암기라면 고등학생 때도 충분히 좋은 성적을 얻을 수 있다. 하지만 압도적인 공부량을 달성하는 것 자체가 쉽지 않다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그래서 우리에게는 효율적인 노력이 필요하다. 효율적인 노력에서 중요한 것은 효율이기도 하지만 노력이기도 하다. 즉 효율적 공부는 기본적으로 노력을 전제로 해야 한다는 것이다. 이해를 했기 때문에 더 이상 암기하지 않는다는 것은 효율이 아니라 허울이다. 효율의 전제인 노력이 없다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>앞서도 말했듯이 공부는 이해와 암기가 적절히 병행되어야 한다. 순서로 따지면 이해가 먼저, 그리고 암기가 나중이다. 암기만 하는 아이에게는 이해력과 사고력을 키워 주고 암기를 싫어하는 아이에게는 공부의 필요성과 목적성을 심어주어 노력하는 습관을 들여 주어야 한다. 그래야 효율적인 공부가 가능하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>3년의 장기 레이스, 고등학교 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>고등학교 3년은 중학교 3년과는 다르다. 모든 내신에서 실수가 없어야 하고, 수능을 위해 3년 간 배운 내용을 잘 갈무리 하는 것도 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1학년은 그 시작이다. 예비고1 겨울방학이 중요하다고 말한다. 하지만 1학년 겨울방학 때 우리 아이들에게 필요한 것은 공부를 몇 달 먼저 시작하고, 수능을 먼저 몇 개 년 풀어보는 것이 아니다. 무턱대고 양으로 때려 붓는 공부는 바람직하지 않다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>효율적으로 공부할 수 있는 틀을 마련해 주는 것, 이해력과 사고력을 키워주고 공부하는 습관을 키워주는 것이다. 이 두 개가 병행되어야만 우리는 3년의 결과를 얻을 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-217.txt

제목: 환자단체, '넥시아' 효능 공적 검증 요구  
날짜: 20151105  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210336023  
본문: 환자단체들이 한방암치료제로 알려진 '넥시아'에 대한 공적 검증을 요구했다. 효능을 확인해 양방치료로 효과를 보지 못하는 암환자들에게 도움을 주자는 이유에서다. <br/> <br/>넥시아는 최원철 단국대 부총장이 1996년에 옻나무 추출액을 원료로 개발했다. 이후 효능을 두고 10년 이상 논란이 이어지고 있다. <br/> 한국환자단체연합 이 4일 서울 종로 엠스퀘어에서 한방암치료제 넥시아에 대한 공적 검증을 요구하는 기자회견을 하고 있다. 사진 환자단체연합 제공 <br/>한국환자단체연합회 등 환자단체들이 4일 오전 서울 종로 엠스퀘어에서 기자회견을 열고 "넥시아의 효능에 대한 객관적 검증을 위해 보건복지부에 관련자문위원회를 구성하고, 보건의료연구원에서 넥시아로 치료받은 환자들에 대한 연구를 진행해야 한다"고 요구했다. <br/> <br/>이들단체는 또 "넥시아의 양방 버젼인 아징스75의 2상임상 결과를 토대로 과학적 임상적 결론을 내야 한다"고 지적했다. <br/> <br/>안기종 환연 대표는 "넥시아가 세상에 알려지면 암환자들은 많은 기대를 했다. 하지만 그 효과에 동의를 하는 측과 비판적인 측이 있어 환자와 관련 의료계 사이에 논란이 끊이지 않고 있다"며 "암환자들의 천금같은 여생에 희망을 줄 수도 있는 약에 대한 객관적인 검증이 필요하다"고 말했다. <br/> <br/>환연은 2014년 11월 7일부터 안 대표, 이은영 한국백혈병환우회 사무국장, 최성철 암시민연대 사무국장, 백진영 한국신장암환우회 대표, 안상호 한국선천성심장병환우회 5인으로 넥시아검증위원회를 운영했다. <br/> <br/>하지만 환연은 11월 현재 객관적 검증 노력들은 벽에 부딪혔다. 올해 11월3일까지 넥시아글로벌센터를 운영하는 단국대학교로부터 넥시아 치료로 5년이상 생존한 말기암환자 사례 인터뷰를 소개받지 못한 상태이다. 더욱이 식약처에서는 아징스75의 2상임상 결과를 아직 공개하지 않고 있다. <br/> <br/>그럼에도 환연은 '양방치료없이 3년간 넥시아만 단독 치료받은 경우 등에서 넥시아 치료효과 가능성도 부인할 수 없다'고 보고 있다.

언론사: 내일신문-1-218.txt

제목: 말기 암 환자 간병비 하루 4000원  
날짜: 20151105  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210311278  
본문: 서울시립 서북병원이 하루 평균 4만∼5만원인 말기 암 환자의 간병비를 4000원으로 대폭 인하한다. <br/> <br/>서북병원은 5일 '호스피스 완화의료 도우미 제도'를 서울에서 처음으로 도입해 말기 암 환자의 간병비를 내린다고 밝혔다. <br/> <br/>이 제도는 7월부터 호스피스와 완화의료 서비스에 건강보험이 적용되면서 보건복지부가 완화의료전문기관에 선택적인 실시를 권고한 것이다. <br/> <br/>이에 따라 서북병원은 한국호스피스 완화의료학회에서 40시간 교육을 받은 전문요양보호사인 도우미를 환자 4명 당 1명씩, 3교대 근무가 가능하도록 모두 24명 배치한다. <br/> <br/>기존에는 병원에서 고용한 요양보호사를 공동 활용하거나 개인 간병인으로 고용해 환자를 돌봐왔다. <br/> <br/>환자들은 식사 이동 배설 등 간병 서비스를 받고 입원기간 60일까지 하루 4000원만 내면 된다. 기존 월 120만~240만원 부담하던 간병비가 1/10~1/20 수준인 12만원으로 줄어든다. 병원은 간병비를 건강보험 수가로 청구한다. <br/> <br/>현재 간병인력 확보와 관리 어려움, 초기 예산 부담 때문에 이 제도를 적용한 곳은 안양, 전주, 대구 등 4곳에 불과하다고 서북병원은 설명했다. 서북병원은 "질병으로 인한 고통과 경제적 부담이라는 이중고에 시달리는 말기 암 환자와 가족들에게 큰 도움이 될 것으로 기대한다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-219.txt

제목: [현장스케치-스마트힐링센터]“우리도 스마트 기기로 힐링한다！”  
날짜: 20151105  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210302104  
본문: 인생 100세 시대. 사회생활을 마무리하고 기나긴 노년을 살아가야 한다면 눈을 감는 순간까지 자유롭고 건강하게 살고 싶은 바람은 누구에게나 예외가 될 수 없다. 정도의 차이는 있지만 사람은 나이가 들면 겪게되는 노화는 신체의 구조는 물론 기능, 지적 능력의 변화, 감각과 지각 능력의 변화를 가져온다. 그래서 새로운 것을 받아들이는 것이 힘들어지고 도구나 기기의 사용이 둔화되기 마련이다. 외국에서는 고령화와 함께 테크놀로지의 급속한 발전이 진행되면서 스마트 에이징이 화두가 되고 있다. 첨단기술로 노인의 능력을 확장해 줄 스마트 하우스, 스마트 휠스, 케어로봇 등이 그것인데 안양시노인종합복지관 내에 위치한 스마트힐링센터에서도 스마트 에이징을 체험할 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>테블릿 PC, 키오스크 등 첨단기기 체험 <br/><br/><br/>따사로운 햇살이 내리쬐는 오후, 스마트힐링센터에는 열 댓 명 남짓한 어르신들이 스마트 기기를 익숙한 손놀림으로 다루고 있었다. 블록맞추기, 피아노, 식물키우기, 두더지 잡기, 같은 그림찾기 등 다양한 컨덴츠가 저장되어 있는 기기 앞에서 삼삼오오 모여 프로그램에 푹 빠진 어르신들. 어린아이처럼 천진난만한 미소가 얼굴 가득 담겨있다. <br/><br/><br/>“여기만 오면 너무 즐거워서 시간이 전혀 지루하지 않아. 춤도 추고 볼링도 하고 노래도 부르다보면 어떻게 시간이 가는지도 몰라. 일주일에 4번 오니까 거의 매일 오는 거나 마찬가지지.” <br/><br/><br/>당뇨와 암 수술을 한 이후 우울증으로 많이 힘들었다는 정하강(77세)할머니. 태블릿 PC를 이용해 블록맞추기를 하는 정 할머니의 손가락은 빛의 속도로 빠르게 움직이고 있었다. 한 쪽에서는 대형 모니터를 보며 X-BOX 기기를 이용해 음악에 맞춰 댄스와 볼링 게임을 하며 즐거운 시간을 갖는 어르신들이 눈에 띄었다. 또 노래방에서는 흘러간 옛 노래를 부르며 얼굴 가득 웃음이 떠나지 않는 할아버지의 모습도 보였다. <br/><br/><br/>“이곳이 문을 열기 시작하자마자 이용했지. 오전 프로그램이 끝나면 오후에는 이곳에서 시간을 보내며 사람들도 만나고 운동도 해. 1년 정도 여기를 이용하면서 느낀 건 정서적으로 참 좋다는 거야. 주로 손을 움직이는 활동이니 치매 예방이나 기억력에도 도움이 되지. 이런 스마트 기기는 그동안 젊은 사람들이 주로 이용해 우리 같은 노인들은 엄두도 나지 않았어. 근데 이젠 우리도 젊은이들처럼 첨단기기를 가지고 여가시간을 즐기니 참 좋은 세상이지. ” <br/><br/><br/>황재택(78세)할아버지는 할머니와 함께 복지관을 이용하면서 사람들도 많이 만나고 다양한 프로그램에도 참여하며 우울증이 많이 호전되었다고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>실버계층의 정신건강, 인지력 높여 <br/><br/><br/>사람은 나이가 들면 이미 습관화된 것은 힘든 일이라도 잘 해내지만 새로운 변화에는 적응하기 어렵다. 익숙하지 않은 것에 대한 거부감과 새로운 기기에 대한 두려움이 커지는 노년기에 접하는 스마트 기기는 자칫 부담으로 다가올 수도 있다. 하지만 힐링센터의 프로그램 운영을 위한 장비는 어르신들이 보다 편리하게 작동할 수 있도록 되어 있다. <br/><br/><br/>힐링센터는 실버계층의 정신건강, 인지력 향상과 신체적 능력을 증진시켜 노년 장애의 사전 예방을 목적으로 한다. 기존의 노인 복지시설에서 운영하고 있는 여가 지원 중심의 노년장애 예방프로그램을 확장해 아날로그 감성과 디지털 감성이 합성된 새로운 개념의 디지털 기반 예방, 치유 프로그램이 제공되는 것이 특징이다. 이곳은 인지력 향상 공간과 신체 능력 향상 공간, 심리적 이완 공간으로 구성되어 있는데 인지력 향상 공간에는 참가자들이 본인의 능력에 맞게 제시되는 웰니스 콘덴츠를 체험하면서 자연스럽게 인지력을 향상할 수 있는 공간으로 마련되었다. 또 신체 능력 향상 공간에는 신체를 움직임으로서 저하된 신체적 능력을 향상시킬 수 있는 공간으로 되어 있고, 심리적 이완 공간은 안구운동을 통해 심리적 이완을 할 수 있는 아이스캔과 스트레스를 해소하고 즐거움을 느낄 수 있는 노래방 기기가 비치되어 있다. <br/><br/><br/>변지희 과장은“<span class='quot0'>2014년 7월에 개소한 힐링센터는 오전9시30분∼오후5시30분까지 운영되며 이용하는 어르신들의 만족도가 매우 높은 편</span>”이라며 “<span class='quot0'>힐링센터의 다양한 컨덴츠는 기억 및 인지능력, 집중력, 감각 지각 능력 개선 등에 도움을 주고 뇌 신경세포가 활성화됨으로써 치매 예방에도 도움이 될 것</span>”이라고 설명했다.

언론사: 내일신문-1-220.txt

제목: 보험쟁이(?) 아닌 자산관리 해주는 보험대리점 ‘리치플러스’\_ 재정적으로 자유롭지 못한 이들의 진실한 ‘금융 친구’  
날짜: 20151104  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210259828  
본문: 자신의 일에 자부심을 갖는다는 것은 일을 잘 하기 위한 전제 조건이다. 많은 사람들이 그렇지 못하기 때문이다. 하지만 리치플러스 보험대리점을 이끌고 있는 김덕수 공동대표는 자신의 일에 만족할 뿐만 아니라 남들을 돕는다는 큰 자부심을 갖고 일하고 있어 업계에서 화제가 되고 있다. 22년간 한화생명에서 일하다 최근 자신의 재능을 나누고자 사업을 벌인 그를 만나봤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>지난 10월 1일 문을 연 리치플러스 보험대리점을 찾았다. 김덕수 대표는 지난 22년간 오직 한 길만 달려왔다. 1993년 지금의 한화생명인 대한생명에 입사해 올해 초 퇴직할 때까지 꼬박 한 곳에서만 보험업에 종사해 왔다. 대개 주변에서 보험을 한다고 하면 자꾸 보험 하나 가입하라는 다소 강제적인(?) 권유를 많이 하기 때문에 절친한 친구 사이라도 부담스러워 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 보험 가입하라는 강요보다 그네들의 자산관리 해줘 <br/><br/><br/>하지만 그는 달랐다. 자신이 주변 사람들에게 부담스러운 보험쟁이(?)가 아니라 그네들의 자산관리를 해주는 ‘재무 설계사’라는 전문직에 종사하고 있다는 생각으로 다가갔다. 내 얼굴 봐서 보험 하나 가입하라는 강요보다는 그네들의 꼭 필요한 생애 돈 관리를 해주기 위해 아낌없는 성의를 다했다. 그러다 보니 어느새 가장 성과가 좋은 직원이 돼 있었고 지점장까지 하게 됐으며 무려 7곳에서 지점장을 하였다. <br/><br/><br/>그런 화려한 현장 경험을 바탕으로 이번에 절친한 선배(윤석태 공동대표)와 함께 독립하게 된 것이다. 자신은 현장 경험이 풍부하고 같이 설립한 윤 공동대표는 한화생명에서 VIP들의 자산관리에 대해 절세를 자문해주는 국제공인재무설계사(CFP: certified financial planner)로 10여 년간 일해 왔기 때문에 둘은 역할도, 궁합도 딱 들어맞아 리치플러스 보험대리점을 설립한 것이다. <br/><br/><br/>“한화생명에서 일하면서 직장인으로서는 적지 않은 돈도 벌었다. 회사에 고맙다. 하지만 이제는 그동안 번 돈과 일하며 배운 노하우를 사회에 돌려줘야 할 때라는 생각을 했다. 지금은 다니던 직장에서 은퇴했지만 100세 시대에 앞으로 40년 이상 더 살아가야 하는데 아무런 의미 없는 삶을 살 수는 없지 않겠는가. 이제는 그동안 배운 나만의 재능을 후배들과 주변 사람들과 나누며 살고 싶다.” <br/><br/><br/>김덕수 대표는 일을 할 때도 그랬으며, 보험대리점을 설립한 지금도 함께 일하는 동료와 고객들을 대상으로 나눔의 가치 실현을 위해 노력한다고 했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 불행은 행복할 때 대비해야 하는 법 <br/><br/><br/>사람들은 평생 일을 하면서 돈을 벌지만 돈에 대한 설계를 하지 못해 지금도 대부분의 사람들은 돈을 지배하지 못하고 돈에 끌려 다닌다. 즉, 돈을 모으지 못한 것이다. 이런 사람들을 위해 그가 하는 일은 돈에 대한 코칭을 해주는 것이다. 개인의 재무 설계, 그가 하는 일이다. <br/><br/><br/>“부자 옆에는 언제나 탁월한 재무 설계사가 있었다. 사람들이 돈을 많이 번다고 해서 돈을 모으는 것은 아니며 돈을 설계하는 사람이 반드시 필요하다. 일반적으로 인생에 필요한 5대자금은 생활자금, 자녀의 교육자금, 결혼자금, 은퇴자금, 그리고 긴급예비자금으로 나누어 볼 수 있다. 하지만 살다 보면 이걸 꼼꼼하게 설계하기는 쉽지 않다. 그런 역할을 우리 같은 재무 설계사가 해주는 것이다.” <br/><br/><br/>많은 사람들이 “얼마나 번다고 재무 설계사까지 필요해”라고 말하지만 이런 사람일수록 반드시 재무설계사가 필요하다고 강조하는 김 대표. 또 그는“은행은 맑을 때 우산을 씌워주지만 보험은 비가 올 때 우산을 준다”며 행복할 때 불행에 대비해야 하고 건강할 때 아플 때를 대비해야 한다고 강조한다. <br/><br/><br/>얼마 전, 매제가 암에 걸렸단다. 암에 걸리기 전 건강했던 매제는 몇 번에 걸친 보험 권유에도 건강하니 괜찮다고 자신하더니 덜컥 암에 걸리니 보험에 들지 않은 걸 뼈저리게 후회했다고 한다. 반면에 지인에게도 보험을 권유해 들었고 그 지인 역시 암에 걸려 수술까지 했지만 보험에 가입하여 보험금으로 아무런 걱정 없이 모든 비용을 해결했다고 한다. <br/><br/><br/>두 가지 경우에서 알 수 있듯이 매제는 불행에 대비하지 못해 어려움을 겪었고, 지인은 미리 대비하는 바람에 아무런 걱정 없이 고난을 헤쳐 나갈 수 있었다. 물론 극단적인 예시일 수도 있겠지만 우리 주변에서 흔히 보는 일이다. <br/><br/><br/>이처럼 사람들에게 불행에 미리 대비할 수 있게끔 보장을 설계 해주는 삶을 22년간 살아왔다. <br/><br/><br/>김 대표는 ‘리치플러스’ 회사를 설립하고 본격적인 사업을 출발하려 한다. 그는 자신과 함께 출발선에 같이 설, 재무 설계사도 모집하니 많은 연락을 바란다고 말했다. <br/><br/><br/>채용문의 02-563-6932 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>   <br/><br/><br/>         <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-221.txt

제목: 갑작스런 혈뇨, 복통-가까운 비뇨기과에서 치료 가능  
날짜: 20151104  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210252810  
본문:    타워비뇨기과 광진점 김명준 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>소변에서 갑자기 피가 나온다면, 매우 당황스러운 상황이다. 하지만 그 원인을 확인한다면 의외로 간단한 시술로 치료되는 경우가 많다. 혈뇨는 소변에서 비정상적으로 적혈구가 배설되는 증상으로, 전 인구의 10%에서 발견이 될 정도로 아주 흔한 질환이다. 특히, 건강검진이 늘어나면서 점점 더 많은 사람들이 혈뇨가 발견이 되어 걱정하시는 경우가 늘어나고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>혈뇨는 소변이 만들어지는 신장부터 요도구까지 요로계의 어딘가 이상이 있다는 신호다. 대부분의 혈뇨는 정확한 검사와 진단과정을 거치면 원인을 확인할 수 있으며 치료 역시 가능하다. 특히 혈뇨는 방광암이나 신장계통의 종양질환, 만성신부전이나 사구체신염과 같은 만성 신장 질환에 의해서 나타날 수 있기 때문에 반드시 원인을 확인하고 치료해야 하는 질환이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>신장에서 나오는 혈뇨는 사구체신염, 신장 종양, 신우신염, 악성고혈압, 신장 결핵, 신장 결석 등이 원인일 수 있고, 신장 외에서 나오는 혈뇨는 방광암, 전립선암, 방광염, 요도염, 요로결석, 전립선질환 등이 원인이다. 그 밖의 혈뇨는 약물, 과도한 운동에 의해 나타날 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>증상별로 원인을 분류해 보면, 옆구리통증이 있으면, 요로결석, 감기후 재발성 혈뇨가 있으면 면역글로불린 A형 신증, 나이 많은 남자에서 배뇨증상이 있으면 전립선 질환, 젊고 건강한 사람에서 몸이 부으면서 혈압이 오르면 급성사구체신염, 소변횟수가 잦으면서 통증이 있으면 방광염, 고열과 오한이 있으면 신우신염, 혈뇨의 가족력이 있으면 유전성 신염이나 다낭성 신질환 등을 의심할 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이중 가장 흔한 원인은 요로 결석과 요로계 염증 질환이다. 혈뇨를 동반한 옆구리 또는 하복부 통증, 빈뇨 등은 요로 결석을 의심할 수 있는 소견이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이는 신초음파 및 요로 조영술로 바로 진단 가능하며 동시에 체외충격파 쇄석술로 즉각적인 치료도 가능하다. 시술 직후에 바로 일상생활도 가능하다. 본원에서는 24시간 요로결석 응급 치료센터를 운영중이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요로계 염증으로 인한 혈뇨는 보통 약물 치료로 혈뇨를 없앨 수 있다. 그 외 방광암 신장암과 같은 종양성 질환은 신초음파 및 방광내시경을 통해 진단 가능하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>최근에는 수면 방광내시경으로 편안히 진행 가능하여 내시경 검사에 두려움이 있는 분에게 널리 활용하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>전립선 비대증으로 인한 혈뇨는 약물 치료가 주가 되면 심한 배뇨곤란이 동반된 경우 내시경하에 전립선 레이져 수술도 고려할 수 있다. 물론 마취하에 진행하므로 편안히 누워 있는 동안 수술은 진행 된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>대부분의 혈뇨는 정확한 진단만 되면 치료가 가능하기 때문에 혈뇨가 있으면 증상유무와 관계없이 비뇨기과를 찾아 치료시기를 놓치지 않는 것이 중요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>특히, 40대 이상에서 담배나 화학약품에 노출된 경우에는 반드시 비뇨기계암에 대한 정밀 검사가 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-222.txt

제목: 메트라이프생명, 여성특화 의료비보장 종신보험 출시  
날짜: 20151104  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210230123  
본문: 메트라이프생명은 여성에게 특화된 의료비 보장을 더한 여성전용 상품인 '무배당 그녀를 위한 선지급종신보험'을 출시했다고 3일 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 23가지 특약을 통해 여성에 특화된 보장을 받을 수 있다. 유방암이나 여성생식기 관련 암 진단시 여성특정암진단금과 수술비를 받을 수 있다. 업계 최초로 난소절제수술에 대한 의료비도 지급하는 것으로 보장범위를 넓혔다. <br/> <br/>메트라이프생명은 이 상품에 건강관리 프로그램인 '헬스케어 핑크 서비스'를 얹었다. 이 서비스에는 여성 전문 의료진의 건강상담과 여성 특화 건강검진 우대 혜택, 중대질병 발생시 가사도우미 지원, 자궁경부암 예방백신 우대할인 등이 포함된다. <br/> <br/>금리확정형 상품으로 만 15세부터 57세까지 가입할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-223.txt

제목: 유방암 검진 : 정확한 진단을 위한 유방검사  
날짜: 20151102  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107210126530  
본문: 조정훈유바외과 조정훈원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 유방에 몽우리가 만져지면 이게 혹시 암이 아닐까 하는 생각으로 병원을 찾는다. 그 뭔가의 정체를 알기 위해 여러 가지 검사를 시행하게 되는데, 유방의 혹이 양성인지 악성인지를 판별하는 검사는 어떻게 진행되는지 정확하게 알고 병원을 선택할 필요가 있다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> 유방의 가장 기본적인 검사는 전문의에 의한 이학적 검사와 유방 영상검사이다. 영상 검사에는 유방 촬영술과 초음파 검사가 있다. 이러한 영상검사 결과 이상소견이 발견되면 유방전문의에 의하여 유방암 가능성을 가늠하게 되고, 악성이 의심되는 경우에 조직검사를 하게 된다. <br/><br/><br/>조직검사는 의심되는 병변의 일부 샘플을 채취해 병리학적으로 암세포 여부를 확인하는 것을 말한다. 예전에는 수술로 종양을 절제해야 유방암 여부를 진단할 수 있었으나, 요즈음에는 여러 가지 수술 전 조직검사 기법이 있어서 간편하게 유방암 여부를 판단할 수 있다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> 현재 유방암 여부를 확인하기 위해 실시하는 수술 전 조직검사의 종류에는 '미세침세포검사 ‘, '중심바늘조직검사', '맘모톰' 등이 있다. 하나씩 살펴보면, 세침검사(미세침세포검사)는 말 그대로 가느다란 주사바늘을 이용한다. 마취나 절개할 필요 없이 간단하게 할 수 있지만 정확도가 떨어지고, 진단에 부적합한 검체를 채취할 가능성이 있어 오류가 생길 위험도 있다. 이러한 이유로 유방에 세침검사를 받고 암이 아니라고 안심해선 안 된다. <br/><br/><br/> 한편 맘모톰은 컴퓨터 소프트웨어가 내재되어 있어 자동으로 여러 개의 조직을 채취할 수 있는 있는 기계로 이상적인 조직검사 장비이다. 하지만 비급여 항목으로 진단 검사로 사용하기에는 시술비 부담이 크다. 반복적인 절취를 통해서 유방의 종괴를 완전히 제거할 수 있는 맘모톰은 일부 병원에서 세침검사 후 부족한 진단을 보완하기 위해 사용된다. 결국 더욱 정확한 진단을 위해서 유방종양을 불필요하게 제거하는 경우가 생긴다. <br/><br/><br/> 최근에는 중심바늘 조직검사가 많이 사용되고 있다. 중심바늘 조직검사는 비교적 충분한 양의 조직을 얻을 수 있어 진단의 정확도가 높은 반면, 맘모톰 만큼 비용이 비싸지 않다. 미세침검사에 비하여 출혈이나 통증을 유발할 수 있지만 숙련된 전문 의사에 의해서 시행된다면 합병증이 생기지 않는다. 비용대비 진단효과를 생각한다면 중심바늘조직검사가 유방종양의 확진 검사로 가장 유용하다.

언론사: 내일신문-1-224.txt

제목: 충북혁신센터, 바이오 벤처에 첫 투자  
날짜: 20151029  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205841534  
본문: 충북창조경제혁신센터와 LG는 28일 100억원 규모의 '창조경제 바이오 펀드' 첫 투자 대상기업으로 지피씨알과 엠모니터를 선정하고 각각 10억원의 투자를 약속하는 협약을 맺었다고 밝혔다. <br/> <br/>두 회사 모두 2억~3억원의 초기 자본금으로 창업한 회사다. 이번 10억원 투자 지원이 앞으로 회사 성장의 마중물 역할을 할 것으로 보인다. <br/> <br/>지피씨알은 2013년 11월 체내 세포를 미세한 크기로 연구하는 분자세포 분야 전문 연구원 3명이 서울대 생명공학연구실에 설립한 벤처기업이다. 'G-단백질 연결 수용체'를 전문으로 연구해 신약을 개발하고 있다. <br/> <br/>지피씨알은 지난해 세계 최초로 부작용 없는 맞춤형 항암제 기술을 확보해 식품의약품안전처로부터 안전성이 검증된 임상 1상 승인을 받아 유방암 폐암 간암 뇌종양 등 4개 암과 관련된 30개 맞춤형 항암제 개발에 주력하고 있다. 지피씨알은 직접 신약개발에 나서기보다 대형 제약사들에게 항암제 개발 기술을 수출하는 방식으로 2~3년 정도 짧은 기간에 신약을 출시토록 한다는 계획이다. <br/> <br/>엠모니터는 지난해 7월 설립된 분자진단 기술을 활용한 의료기기 제조 벤처기업이다. 면봉을 사용해 입 속 구강세포에서 간단히 핵산을 채취, 그대로 증폭시켜 검출하는 기술을 세계 최초로 개발했다. 이 회사가 개발한 장비를 사용하면 전체과정을 30분 내외로 통합해 감염 여부를 빠르고 정확하게 진단할 수 있다. LG생산기술원의 장비와 기술 노하우 등을 지원받아 충북에 휴대용 진단장비 생산공장을 구축할 예정이다. <br/> <br/>윤준원 충북혁신센터장은 "초기 단계 바이오 기업 대상으로 투자가 이뤄진 경우는 드문 일"이라며 "바이오 전용펀드를 통해 바이오 창업 생태계가 활성화되길 기대한다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-225.txt

제목: 강남고교 2015학년도 수시 합격생 인터뷰/성균관대 의예과 윤재선\_“공부에 관한 완벽주의, 수능·내신 동시에 잡았죠”  
날짜: 20151026  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205646275  
본문: 성균관대 의예과 1학년 윤재선 학생(휘문고 졸)은 2015학년도 입시에서 학생부종합전형(성균인재전형)으로 합격했다. 강남에서도 내신 경쟁이 치열한 자율고에서 고교 3년 내내 최상위권 성적을 유지했을 뿐만 아니라, 수능시험도 생명공학Ⅱ에서 1문제를 제외하고는 전 과목 만점을 받았다. 수능과 내신을 동시에 잡은 ‘완벽한 공부법’에 그 비결이 담겨 있다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>   <br/><br/><br/>어차피 공부해야 한다면 완벽하게! <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>윤재선 학생이 가장 많이 사용하는 단어는 ‘완벽하게’ 혹은 ‘빈틈없이’다. 휘문중학교를 전교 2등으로 졸업한 그는 중학교 때 완벽한 공부습관의 기틀을 잡고 고등학교 때 이를 자신만의 공부 비법으로 만들었다. 적어도 공부에 관한한 ‘완벽주의’를 고수하며 학업에 매진한 덕분에 내신과 수능 모두를 다잡는 ‘휘문고 괴물 공신’이 됐다. <br/><br/><br/>“국어와 영어의 경우, 수능과 달리 내신은 나올 수 있는 지문을 알려주고 보는 시험입니다. 따라서 지문을 여러 번 다양한 시각으로 바라보며 눈에 익혀 두어야 시험 볼 때 시간 내에 문제를 풀어낼 수 있죠. 특히 영어는 지문 내용을 그대로 알고 있을 때 유리하기 때문에 암기를 하거나 많은 횟수를 읽는 것이 좋습니다. <br/><br/><br/>저는 내용 속독, 문법을 신경 쓰며 정독, 문장 배열을 이해하면서 정독, 그리고 영작 연습 등의 단계를 여러 번 반복해 시험 전까지 한 지문을 최소 5~6회 읽었습니다. 수학, 과학은 저희 학교에서 상위권 변별을 위해 고난이도 문제가 많이 출제되었습니다. 이과 학생이라면 교과서의 모든 증명을 손으로 직접 풀어보고 과학고 학생들이 주로 보는 과학 심화 교재의 문제도 선별해 풀어봐야 합니다.” <br/><br/><br/>공부법 얘기에 두 눈이 초롱초롱 빛난다. 과목별 문제풀이 방법도 특정 단어나 문구를 확장해가며 조목조목 따져보고 풀 수 있도록 매뉴얼화 했다는 윤재선 학생. ‘어차피 공부해야 한다면 완벽하게 하라’는 그의 말 속에 완벽한 학생부 관리의 비결이 숨어 있는 듯했다.   <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>의사의 꿈꾸게 한 뇌 과학올림피아드   <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>윤재선 학생이 의대 진학을 목표로 한 계기는 고1 때 참여한 뇌 과학올림피아드 때문이다. 뇌 과학올림피아드는 신경생물학 영역 50문제(2/3가 영어로 출제됨) 시험으로 11명의 입상자는 국가대표 선발과정으로 합류시키며, 장려상은 참가한 학생 중 10%가 수상을 한다. 이 외에 40점 이상을 통과한 학생들에게 수료증을 발급해주고 있다. <br/><br/><br/>“1학년 때 한 달 정도 뇌 과학올림피아드 준비를 했습니다. 서울대 뇌 과학올림피아드 캠프에 참가해 신경과 진단방식을 접하고 난 뒤 의대 진학을 목표로 하게 되었죠. 당시 저는 장려상을 수상했습니다. 동상 이상은 모두 과학고 학생들이 차지하기 때문에 장려상도 만족스럽지만, 무엇보다 제 꿈을 찾는 계기가 되었다는 점에서 의미가 있다고 생각됩니다.” <br/><br/><br/>막연하게 봉사의 삶을 살아야겠다고 생각했지만 뇌 과학올림피아드에 참가한 뒤 봉사와 학문연구 두 가지 측면에서 공통분모를 갖는 것이 ‘의사의 길’이라는 확고한 목표가 생긴 것이다. 이후 그는 보건소에서 진료를 받으러 온 외국인 노동자를 돕는 의료봉사를 지속적으로 했고, 한 달에 한 번 치매 할머니를 찾아가 말벗이 돼드리며 의료인으로서의 소양을 키워나갔다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>전 과목 교과 우수상 수상한 저력 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>학생부종합전형에서 자신의 강점을 보여줄 수 있는 것은 교내 수상 내역이다. 윤재선 학생은 영어, 수학, 화학, 수리논술 경시대회를 모두 석권했다. 이례적으로 이과 학생임에도 불구하고 인문논술 경시대회에서 은상을 수상했을 뿐만 아니라 국, 영, 수, 과(물·화·생·지), 사, 한국사까지 전 과목 교과 우수상을 휩쓸었다. <br/><br/><br/>“매일 모든 과목을 공부할 수 있도록 계획을 세웠습니다. 아침에 일어나자마자 1~2시간은 무조건 국어(비문학과 문학 각 3개 지문을 단번에 완벽하게 읽어내는 연습) 공부를 했고, 수학은 3시간(하루 30문제 이상 풀고 얻은 점을 매뉴얼에 정리) 이상, 영어는 2시간, 그리고 과학탐구 두 과목 중 적어도 하나를 1시간 정도 공부했습니다. 매일 아침 7시 반에, 학기 중에는 학교로, 방학 때는 학교 자습실에서 하루 계획을 세우고 밤 11시까지 공부하는 생활을 지속했습니다. 여름방학 때 몇 번은 자습실에서 나와 밥을 사먹으러 가는 시간이 아까워 암 환자들이 먹는 식사 대체 단백질 음료를 먹은 적도 있습니다.” <br/><br/><br/>이제야 윤재선 학생을 두고 ‘괴물 공신’이라고 부르는 이유를 알 것 같다. 2015학년도 수능에서 단 한 문제만 틀렸고, 휘문고에서 전 과목 교과 우수상을 받았으며 의대 지망생들에게 결코 쉽지 않은 학생부종합전형으로 성균관대 의예과에 합격한 윤재선 학생. <br/><br/><br/>‘죽어라 공부해야 해’라는 만트라(Mantra)를 만들어 수시로 읊조리며 마음을 다잡았다는 그에게 가장 든든한 버팀목이 됐던 건 의사라는 꿈 때문이었으리라. 그래서일까, ‘닥터 윤재선’의 미래에 자꾸만 기대감이 앞선다. 

언론사: 내일신문-1-226.txt

제목: 전립선 질환에 대한 궁금증  
날짜: 20151026  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205604669  
본문: 진료 과의 특성상 남성 환자가 많은 필자의 병원에는 20대 전후 고객들 대부분은 성전파성 질환에 대한 확인 및 검사를 위해서, 40세 전후 고객들 대부분은 발기력 저하 및 배뇨장애 증상으로 병원에 많이 방문한다. <br/><br/><br/>오늘은 그 중 전립선질환에 대한 내용 및 좋은 음식 등에 대해 간략하게 적어보려고 한다. <br/><br/><br/>최근 여러 매체를 통해 알려진 흔히 말하는 ‘전립선 비대’ 및 ‘전립선 암’ ‘전립선 염’ 등은 여러 홍보매체의 증가로 최근에는 그 유병율과 진단율이 높아진 것이 사실이다. 전립선은 남성에게만 있는 고유한 기관이며 이는 사정액의 구성 성분 중 일부를 담당하는 곳으로 알려져 있다. 이렇기 때문에 소변보는 느낌이 뭔가 불편하다든지 통증 및 회음부 쪽의 불편감등이 있을 경우 전립선에 대하여 기본적 검사를 진행해 보는 것은 많은 도움이 될 수 있다. <br/><br/><br/>전립선에 대한 검사는 기본적으로 배뇨증상에 대한 설문지, 소변검사를 통한 염증유무의 확인, 혈액검사를 통한 전립선 특이 항원(PSA)의 확인, 전립선 크기 측정 등이 기본검사로 분류되어 있고 필요시에는 전립선 초음파 등을 시행할 수 있다. 배뇨장애 증상이 있는 40대 또는 특별한 증상이 없을 경우 정기적 전립선 검진은 남성의 건강성을 유지하는데 많은 도움이 될 수 있으므로 적극적인 검사가 필요하다고 하겠다. <br/><br/><br/>그렇다면 이러한 전립선에 도움이 되는 것은 뭐가 있을까? <br/><br/><br/>일단 많이 알려진 것처럼 기본적인 채소류는 전립선에 많은 도움이 될 수 있다. 또한 잘 알려진 토마토 등의 섭취도 많이 도움이 될 수 있다. 이와 더불어 지나치게 오래 앉아 있는 자세를 피하고 적절한 유산소 운동을 병행하면서 전립선에 대한 검진을 주기적으로 유지하는 것이 좋다. 기름기 있는 육류나 탄 음식 등은 전립선에 안 좋은 영향을 끼칠 수 있으므로 가급적 피하는 것이 좋다. <br/><br/><br/>최근에는 이러한 전립선 질환 및 발기부전의 연관성이 많이 알려져 있기 때문에 이에 맞는 적극적 치료를 진행했을 때 발기력 회복 및 전립선 질환도 극복할 수 있다. 또한 이러한 두 가지 증상이 있었을 경우 혈류량 개선을 통해 증상의 개선을 도모할 수 있는 약 등이 많이 나와 있기 때문에 지나치게 식품에 의존하기 보다는 가까운 비뇨기과에서 상담 후 적합한 치료를 진행해 볼 수도 있다. <br/><br/><br/>남성들의 기본적인 배뇨장애 증상 및 발기력에 대한 고민은 40대 남성들이라면 한 번쯤은 생각해 봤을 법하다. 소극적으로 대처하기 보다는 조금 더 여유로운 생활을 위해서 적절한 시기에 적합한 검사와 좋은 음식의 섭취로 극복해 보는 것은 어떨까라는 생각이 든다./길맨비뇨기과의원

언론사: 내일신문-1-227.txt

제목: [100% 우리 통밀로 빵 만드는 벽제동 ‘CGS통밀사랑’]“건강함 든든함 순수함, 통밀 빵에 담았어요”  
날짜: 20151023  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205512364  
본문: 요즘 한국인의 밥상은 밥보다 빵이 대세다. 골목마다 늘어나는 빵집의 수가 이를 증명해주는 듯하다. 빵을 밥처럼 즐긴다면 빵의 재료부터 꼼꼼히 살펴야 한다. 백색 밀가루로 만든 빵이 주는 부드러움 대신 거칠고 누렇지만 밀 본래의 영양성분을 간직한 통밀 빵을 선택하는 것이 좋다. 통밀로 만든 건강한 빵을 찾고 있다면 덕양구 벽제동에 있는 ‘CGS통밀사랑’을 추천한다. 100% 우리 통밀로 만든 빵 안에 건강함과 든든함, 순수함을 담은 통밀 빵 전문점이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>평생 밥처럼 먹을 수 있는 건강빵 <br/><br/><br/>빵을 먹고 속이 쓰리거나 더부룩했던 경험은 누구나 있을 것이다. 이는 백색 밀가루가 주는 불편함이다. 그러나 통밀 빵은 소화가 잘 돼 먹어보면 바로 그 차이를 느낄 수 있다고 한다. 섬유질과 밀의 눈이 100% 살아있는 통밀은 정제되고 표백된 하얀 밀가루와 달리 영양이 풍부하고 섬유질과 미네랄이 많은 것이 특징이다. <br/><br/><br/>CGS 통밀 빵은 암 환자나 당뇨환자도 즐겨 먹는 속편한 빵으로 이미 입소문이 나있다. 우리 통밀만 사용하는 것이 아니라 빵에 들어가는 모든 재료를 최대한 자연에 가까운 재료로 쓰고자 노력하고 있다. 통밀 가루가 아닌 원곡을 그대로 눌러서 사용하며, 화학첨가물이나 방부제를 전혀 사용하지 않는다. 버터와 우유, 달걀도 사용하지 않는다. 다만, 일부 카스테라에만 달걀이, 크림빵 속의 크림에 버터가 들어가는 정도다. 필요에 따라 유기농 설탕을 넣기도 하는데, 아예 이것도 넣지 않고 통밀과 정제수, 소량의 함초 소금만으로 빵을 만들기도 한다. 인공적인 것들을 철저히 배제한 빵은 자연에 가까운 고소함과 담백함, 그리고 건강을 선사해 준다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘CGS통밀사랑’의 방민혁 대표는 평생 밥처럼 먹을 수 있는 건강한 빵을 만들어보자고 다짐하고 통밀 빵 만들기를 시작했다. 10년이 넘도록 운영에 어려움을 겪고 있지만 ‘건강한 빵’에 대한 초심은 변함이 없다고 한다. 임신성 당뇨로 고생하는 임산부나 아픈 환자들이 빵을 먹고 행복해 할 때 방 대표가 큰 보람을 느끼는 순간이다. <br/><br/><br/>방 대표는 우리밀로 만든 통밀국수도 개발했다. 방부제나 화학첨가제, 유화제와 색소, 쫄깃함을 위해 넣는 명반가루 등을 첨가하지 않은 국수다. 벽제동 매장에 가면 통밀국수로 끓인 들깨칼국수와 해물칼국수 등을 주문해 맛볼 수 있다. 인터넷 쇼핑몰도 운영하는데 주문 당일 배송을 원칙으로 최대한 신선한 빵을 고객에게 전달하고자 노력하고 있다.  <br/><br/><br/>문의 031-964-2182 <br/><br/><br/>위치 경기도 고양시 덕양구 벽제동 호국로 1717 A동 <br/><br/><br/>영업시간 월~토요일 오전 9시~오후 9시(일요일 휴무) <br/><br/><br/>www.cgsfood.co.kr (4만 원 이상 택배비 무료)

언론사: 내일신문-1-228.txt

제목: 유난히 땀나고 지치면 갑상선기능항진증 의심  
날짜: 20151022  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205436826  
본문: 울산 비너스휴방외과의원 <br/><br/><br/>박종필 원장(의학박사) <br/><br/><br/>유방 세부 전문의 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>건강보험공단 통계자료 결과에 따르면 호르몬 이상과 암 등 갑상선 질환으로 진료받은 인원은 지난 2008년 약 60만명에서 2012년 87만명으로 급증했으며, 이후에도 꾸준히 늘어나는 추세입니다. 특히 중년 여성들의 유병률이 높은 이유는 여성호르몬이 갑상선 호르몬에 영향을 끼치기 때문입니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>갑상선 호르몬은 신체 활동에 필요한 에너지와 열을 발생시키는데 중요한 역할을 하며 특히 신생아나 소아에서는 뼈와 뇌의 성장과 발육을 촉진하는 역할을 합니다. 쉽게 설명해서 신체의 활동에 필요한 에너지를 만들어 내는데 중요한 역할을 한다고 할 수 있습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>하지만 갑상선 기능에 이상이 생겨 호르몬이 많이 분비되거나 적게 분비되면 신체 전반에 다양한 증상이 나타나게 됩니다. 갑상선기능항진증은 갑상선에서 갑상선호르몬을 정상보다 많이 만들어서 몸에 갑상선호르몬이 너무 많은 상태를 말합니다. 갑상선기능항진증의 가장 흔한 원인은 그레이브스병이며, 이 그레이브스병은 자가 면역기전에 의해 생기는 병으로 다른 갑상선 질환처럼 대부분 20∼60세 사이의 젊은 여성에서 흔히 발병합니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>갑상선 기능항진증의 원인이 그레이브스병인 경우 갑상선은 거의 대부분 커지고 약 1/3 정도의 환자에서 눈이 커진 것처럼 보이고 눈이 튀어나오기도 합니다. 갑상선 기능항진증의 증상은 갑상선호르몬이 과다하게 분비되면 에너지 대사를 촉진해 에너지를 과도하게 소모시키기 때문에 쉽게 피로해지고 체중 감소가 나타납니다. 거의 대부분의 환자가 더위를 잘 참지 못하고 땀이 많이 나며 갈증을 느끼게 됩니다. 또한 자신의 심장 고동을 느끼게 되므로 신경과민과 불안, 불면증이 생기며 많은 환자에서 배변 회수가 증가하고 심하면 설사를 하기도 합니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>갑상선 호르몬 수치는 혈액 검사로 확인할 수 있고, 호르몬제를 복용하면서 치료합니다. 환자 상태나 연령대에 따라 약물 처방이 달라질 수 있어 전문의와의 충분한 상담을 통해 적절한 치료법을 정해야 합니다. 복용 후에는 2개월 정도에 한 번씩 주기적으로 호르몬 검사를 받아 상태 변화를 살펴보는 것이 중요합니다.

언론사: 내일신문-1-229.txt

제목: 전립선 비대증과 과민성 방광의 치료  
날짜: 20151021  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205341607  
본문:   타워비뇨기과 광진점 김명준 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>비뇨기과를 처음 내원하신 할아버지가“소변줄기도 약하지만 밤에 화장실 가느라 잠을 못 자” 라고 말하신다. 경직장 전립선 초음파, 수지 검사 등을 마친 후 전립선에 대해 설명과 진단 후 진료실 밖으로 나가시려는 순간, 옆에 계시던 할머니가 한 말씀 하신다.“이 영감 때문에 잠을 잘 수가 없어요. 하룻밤에 네댓 번씩 잠을 깨는데 옆에서 잠을 못 자겠어.” “나도 자다가 계속 화장실을 가요. 이 영감하고 같이 약 먹어도 되나요?“ 할아버지, 할머니 부부 내외가 잠자리 마다 힘들었을 기간이 그려진다. 빈뇨, 야간뇨 는 남성 여성 모두 나타날 수 있는 증상이며 남성의 경우 전립선비대증과 그로 인한 방광 자극이 원인이 될 수 있으며, 여성의 경우는 과민성방광이 원인이 될 수 있다. <br/><br/><br/>집에서는 화장실을 자유로이 갈 수 있지만, 두 분이 번갈아 가며 화장실에서 시간을 보낸다. 외출시에는 화장실을 찾느라 불안해 진다. 마렵지도 않지만 실수라도 할까봐 미리 화장실을 가게 되고 얼마 없는 소변을 쥐어짜며 보게 된다. 고속버스라도 타면 휴게소에 도착하자 마자 부부 내외는 곧장 화장실로 향한다. 겨우 요절박은 해결하지만, 할아버지는 한참 후에야 볼 일을 마치고 나오고, 할머니는 급히 화장실을 가는 동안 속옷을 적셨다. <br/><br/><br/>저녁에 약주라도 하게 되면 5분, 10분 간격으로 화장실을 찾게 되고 막상 소변을 보고 싶은데 소변이 찔금 밖에 안 나온다. 새벽녘이 되니 아래배가 아파오고 불룩하다. 오줌보가 터질 것 같은 느낌에 식은땀도 절로 난다. 근처 병원 응급실로 달려가니 의사가 방광에 소변이 가득 찼다며 요도에 관을 넣어 소변을 빼내고 그 양이 너무 많아, 일주일 이상을 소변줄을 유지해야 될 지경이다. <br/><br/><br/>전립선비대증과 과민성방광은 이렇듯 남성과 여성의 잠자리를 시달리게 하고 삶의 질을 심각히 저하 시킨다. 전립선비대증은 전립선암과 증상만으로 구분이 어려워, 나이가 들면 그러려니 하고 “나만 그런 게 아니고 노인정 사람들 다 그래” 하고 넘길 것이 아니라 전립선 검사를 통해 암과 구별해야 하고 치료 및 예방법을 찾아야 한다. 여성의 과민성 방광의 경우, 방광염과 증상이 비슷하여 불필요하게 방광염 관련 약만 복용할 것이 아니라 비뇨기과에 방문해 진찰을 받을 필요가 있다.

언론사: 내일신문-1-230.txt

제목: 중증질환 치료비 최대 5회까지 보장  
날짜: 20151020  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205244642  
본문: 현대라이프생명이 암이나 중증질병이 발병할 경우 단 1회 보장이 아니라, 중증질병의 진단 후에 발생할 수 있는 중대수술이나 치매 등을 추가로 개별 보장해 주는 '현대라이프 종신보험 선지급형' 상품을 지난 8월부터 판매하고 있다. 이 상품은 중증질환에 대해 최대 다섯 번까지 보험금을 지급한다는 점이 가장 큰 특징이다. <br/> '현대라이프 종신보험 선지급형'은 뇌출혈, 급성심근경색증, 말기신부전증, 말기간질환, 말기폐질환 등 5대 성인병과 암을 보장하며, 5대 성인병 및 암 확진 시 고객의 선택에 따라 사망보험금의 50% 또는 80%를 선지급한다. <br/> <br/>관상동맥우회술, 대동맥인조혈관치환수술, 심장판막수술 등 주요 수술과 함께 희귀난치성질환, 중대한 화상 및 부식 등도 선지급 비율에 따라 지급하며, 치매보장특약 가입 시 중증치매에 대해서도 대비할 수 있다. <br/> <br/>또 50% 이상의 장해가 발생하거나 정해진 중증질환 발생시에는 이후부터 보험료 납입이 면제되고, 보장은 평생 유지된다. <br/> <br/>보험료 추가납입, 긴급자금 중도인출 기능을 추가해 자금운용도 편리하다. 필요에 따라 계약 일부 또는 전체의 해지환급금을 매월 생활비를 받는 연금으로 전환할 수 있다. <br/> <br/>이 상품의 가입나이는 만 15세~60세이다. 35세 남성이 주계약 가입금액 1억원, 20년납으로 암을 포함한 6대 중증질병보장을 받을 수 있고, 80% 선지급형에 가입할 경우 월 보험료는 28만7169원이다.

언론사: 내일신문-1-231.txt

제목: [유방 검사 받으러 가기 전에 알아야 할 몇 가지]유방암 여부 진단할 때 불필요한 검사 받지 않나요?  
날짜: 20151019  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205221629  
본문: 유방에 뭔가 잡히면 이게 혹시 암은 아닐까, 덜컥 겁부터 난다. 그 ‘뭔가’의 정체를 알기 위해 병원에 가기 전 점검사항. 유방의 혹이 양성인지 악성인지를 판별하는 검사는 어떻게 진행되는지 정확하게 알 필요가 있다. 그 이유? 수원 영통 조정훈외과(유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장이 들려준다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>조직검사 전 정확한 진단부터 선행돼야 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방의 가장 기본적인 검사는 유방 전문의의 촉진과 영상검사 즉 유방촬영 및 초음파 검사이다. 이러한 영상검사 결과 이상 소견이 발견되면 담당 의사는 유방암 가능성을 가늠하고, 양성으로 의심되면 경과 관찰 또는 혹 절제술을, 악성이 의심되는 혹에 대해서는 바로 조직검사를 시행한다. 악성도에 따라 실시하는 조직검사는 의심되는 병변의 일부 샘플을 채취해 병리학적으로 암세포 여부를 확인하는 것을 말한다. <br/><br/><br/>물론 초음파나 유방촬영으로 나타난 모든 혹을 다 떼어내 조직검사를 할 수는 없다. 그래서 한국유방암학회에서는 원칙적으로 유방종괴를 유방암 위험도에 따라 분류하는 BI-RADS(초음파 영상에 나타난 모양에 따라 분류하는 가이드라인으로 C0~C6까지 표시된다)을 제시하고 있다. 이 기준에 따라 정확하게 진단하는 과정이 선행돼야만 과잉진단을 피할 수 있다. 오랜 임상경험이 있는 유방 전문의의 숙련도가 요구되는 지점이기도 하다. BI-RADS 분류법에 따라 유방의 영상소견이 유방암 가능성 5%이상 일 때 비로소 조직검사를 시행하게 된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암 조직검사를 위한 몇 가지 방법 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>현재 유방암 여부를 확인하기 위해 실시하는 조직검사의 종류에는 미세침흡인세포검사, 중심바늘조직검사, 맘모톰조직검사가 있다. 이러한 조직검사는 초음파 유도 하에 이루어지고 있다. <br/><br/><br/>미세침세포검사는 말 그대로 가느다란 주삿바늘을 이용한다. 채취물도 조직이 아닌 세포 단위이다. 마취나 절개할 필요없이 간단하게 할 수 있지만 정확도가 떨어진다는 한계가 있다. 진단에 부적합한 검체를 채취할 가능성이 있어 오류가 생길 위험도 있다. 유방암 확진검사로는 정밀하지 못한 미세침세포검사를 받고 ‘양성’이 나왔다고 안심해서는 안 되는 이유다. <br/><br/><br/>조정훈 원장은 “미세침세포검사는 10여 년 전 암을 진단하던 시절에 사용하던 방법이다. 진찰, 영상검사와 함께 삼중음성 진단법이라 하여 유방암 진단에 도움을 주었지만, 부적합한 검체 채취와 세포검사의 판독오류가 문제시 돼 최근 사용하지 않는 추세”라고 설명했다. <br/><br/><br/>요즘은 고해상도 초음파로 혹의 유방암 위험도를 예측할 수 있는 시절이다. 최근 유방외과 의사들은 충분한 양의 조직을 얻을 수 있는 중심바늘조직검사를 유방암 확진검사로 사용해 진단의 정확도를 높이고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방 혹 등급 따라 치료 가이드라인 있어 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>조정훈 원장은 “<span class='quot0'>미세침세포검사를 유방 확진검사로 잘못 알고 있는 분들이 많다</span>”며 “<span class='quot0'>병원을 선택할 때는 BI-RAD 시스템에 따라 정확하게 진단하는 병원인지, 초음파로 진단하는 시간은 얼마나 되는지, 진단을 위한 조직검사를 할 때 미세침세포검사로 하는지 중심바늘조직검사로 하는지 확인할 필요가 있다</span>”고 조언했다. 일부 병원에서는 유방영상 검사 후 미세침세포검사를 하고, 더 정확한 결과를 위하여 맘모톰 수술을 권하는 사례가 적지 않다는 것. 맘모톰은 비급여로 시술비 부담이 크다. <br/><br/><br/>조 원장은 “<span class='quot0'>미세침세포검사는 유방 종양의 확진 검사가 아니고, 진단을 내리기에 불충분하기 때문에 특수한 경우가 아니면 하지 않는 것이 좋다</span>”며 “<span class='quot0'>진단을 목적으로 하는 거라면 유방 전문의사가 실시하는 ‘중심바늘조직검사’를 받는 게 합당하다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>이러한 ‘중심바늘조직검사‘로도 확진이 안 되는 경우나 양성으로 확진된 유방 종양에 대하여 제거술이 필요한 경우는 ’맘모톰 절제술‘을 고려하는 것이 좋다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 조정훈 유바외과(유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장

언론사: 내일신문-1-232.txt

제목: 천안시 서북구보건소, 유방암 건강강좌 열어  
날짜: 20151018  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205142681  
본문: 천안시 서북구보건소는 ‘10월 유방암의 달’을 맞이하여 오는 20일 오후 2시부터 천안시청 대회의실에서 유방암 건강강좌를 개최한다. <br/><br/><br/>이번 건강강좌에는 단국대학교병원, 순천향대학교천안병원, 천안의료원 유방클리닉 교수들이 직접 참여하며, 유방암에 대한 정보뿐 아니라 유방모형을 이용한 자가검진법 1:1 교육 및 상담, 건강스트레칭 등이 진행된다. <br/><br/><br/>유방암은 우리나라 여성에게 점차 증가하고 있는 암으로 무엇보다 조기발견이 중요해 국가에서는 매달 유방자가검진 실시를 권고하고 있다. 유방암 건강강좌 접수 및 문의는 서북구보건소(041-521-5949, 5932)로 하면 된다.

언론사: 내일신문-1-233.txt

제목: 한화손보, 3대질병 수술비 차등지급  
날짜: 20151016  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205057352  
본문: 한화손해보험이 손보업계 최초로 3대 질병 관련 수술비를 수술 종류에 따라 차등 지급하는 '무배당 마이라이프 굿밸런스 보장보험Ⅱ'를 판매하고 있다. <br/> 이 상품은 암·뇌질환·심장질환 등 3대 질병에 대한 진단비 담보 외에도 뇌혈관질환, 허혈성심장질환 진단비, 중증뇌출혈 및 중증급성심근경색증진단비 담보를 신설해 중증질환에 대한 보장을 강화했다. 여기에 뇌졸중, 급성심근경색증에 대한 수술비, 입원비 담보도 추가해 고객이 3대 질병 위험에 노출될 경우 치료를 위한 전 과정(진단→중증진단→수술→입원)을 다양하게 담보할 수 있도록 상품을 기획했다. <br/> <br/>손보업계 최초로 수술 종류에 따라 상해와 질병수술비를 1종에서 5종으로 나눠 보험금을 차등 지급하는 점도 눈여겨볼만 한다. 3대 질병 발병시 진단비를 선지급하는 질병사망 복합 담보도 새롭게 마련했다. <br/> <br/>이 외에도 가입고객이 기존 계약을 해지하거나 만기가 되었을 때에만 가능했던 계약 전환제도를 중도환급시에도 확대 적용한다. 가장의 은퇴시점에 맞춰 이미 가입한 보장 혜택은 그대로 유지하면서 적립부분 환급금을 은퇴자금으로 활용 할 수 있도록 했다. <br/> <br/>한화손해보험 안광진 상품전략파트장은 "치료비 부담이 높은 3대 질환의 중증진단과 수술비 등을 체계적으로 보장할 수 있도록 한 것이 특징"이라고 말했다. <br/> <br/>이 상품의 보험기간은 일반상해사망, 3대진단비, 주요 특약은 110세, 질병사망은 80세까지이며, 15세부터 70세까지 가입할 수 있다. 납입주기는 10,15,20,25,30년 월납이다.

언론사: 내일신문-1-234.txt

제목: 자녀 질환·암 최대 110세까지 보장  
날짜: 20151015  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107205013331  
본문: 롯데손해보험은 평균수명 연장에 따라 자녀가 최대 110세까지 보장 받을 수 있는 '롯데 사랑 Dream 자녀보험'을 판매 중이다. <br/> 이 상품은 폐렴, 천식 등 12대 다발성 질환 입원비와 다발성 소아암 진단비를 담보하며, 아토피 피부염, 중이염, 축농증 등 대표적인 환경성 생활질환들을 집중 보장한다. 해당 질환으로 입원하면(3일 초과시) 보험금을 지급하고, 성인관련 질병(암, 뇌혈관질환, 허혈성심장질환, 암통원비, 암수술비 등)도 0세부터 최대 110세까지 보장한다. <br/> <br/>계약자인 부모(여자28세 기준)가 20년간 매월 4만3000원의 보험료를 불입할 때 자녀(남자 0세)가 △상해 후유장해시 최고 1억원 △상해 또는 질병 입원시 1일당 2만원 △상해 또는 질병 수술시 30만원 △골절 또는 화상수술시에는 80만원 △암진단시 2000만원 △암으로 입원시 3일 초과 1일당 10만원 △암수술시 최초 1회 130만원, 2회이상 50만원 △골절진단시에는 30만원 △화상 진단시 20만원을 지급받을 수 있다. <br/> <br/>또 부모의 사망 또는 80%이상 후유장해시에도 자녀연령에 따라 교육자금으로 최대 9300만원까지 보장받을 수 있다.

언론사: 내일신문-1-235.txt

제목: 신한생명 '3세대' 암보험으로 생활비 보장  
날짜: 20151014  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204930920  
본문: 신한생명은 최근 다양한 암보장은 물론 업계최초로 생활비 보장 기능을 주계약에 담은 '(무)신한생활비주는암보험'을 출시했다. 주계약과 다양한 특약을 통해 암 관련 토탈케어를 할 수 있는 '3세대 암보험'으로, 15년 마다 갱신을 통해 최대 100세까지 보장해준다. <br/> 주요특징을 살펴보면 암보장개시일 이후에 특정암(기타피부암, 갑상선암, 대장점막내암, 유방암, 전립선암을 제외한 모든 암) 진단을 받고 매년 생존시 10년간 6600만원의 생활비와 검사비가 지급된다.(보험가입금액 1000만원 기준) <br/> <br/>신한생명 상품개발 관계자는 "암진단 확정일로부터 매년 생존시 5년간 매월 100만원씩 생활비가 지급되고 이후에는 3개월마다 30만원씩 5년 동안 검사비가 지급되기 때문에 생활비 또는 진료비로 유용하게 활용할 수 있다"고 설명했다. <br/> <br/>이 상품에는 암 보장 관련 12종의 특약이 담겨있다. '고액·특정암진단특약'을 통해 최고 1억원의 고액암(백혈병, 뇌암, 골수암 등)을 보장한다. 그리고 '계속받는암진단특약'을 가입하면 첫 번째 암 진단 확정일로부터 2년경과 후에 발생하는 새로운 암, 전이된 암, 재발된 암을 모두 포함하여 재진단암을 보장해준다. 이밖에도 개별 특약을 통해 암수술, 사망, 입원, 통원, 항암치료 등의 보장을 받을 수 있다.

언론사: 내일신문-1-236.txt

제목: [박철의 금융교실] 노후준비에 대한 단상  
날짜: 20151013  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204840174  
본문: 환절기여서 그런지 요즘 주변에서 '부고' 소식이 자주 들린다. <br/> <br/>초상은 흔히 호상과 애상으로 나뉜다. 보통 나이 들어 편하게 돌아가시면 '호상(好喪)', 제명을 다 누리지 못하거나 일찍 세상을 뜨면 '애상(哀喪)'이라고 말한다. 사실 사랑하는 사람을 멀리 떠나보내는 유족입장에서는 애당초 호상이라는 표현은 맞지 않는지 모른다. <br/> <br/>그런데 엊그제 찾은 상가는 영락없는 애상이었다. 대학선배인 고인은 '불도저'라는 별명이 붙을 만큼 열정적으로 일하는 스타일인데다 능력도 발군이어서 직장생활 내내 화려한 경력을 자랑하던 분이셨다. 또 만능 스포츠맨일 만큼 건강에도 자신이 넘쳤다. 그런데 현역에서 물러 나신 지 얼마 되지 않아 허망하게 돌아가신 것이다. <br/> <br/>갑자기 할 일이 없어진 후 몸도 마음도 기운을 놓고 있다가 생긴 우울증이 원인이었다. 고인의 갑작스런 죽음으로 비통에 빠진 가족들의 모습을 지켜보면서 눈시울이 뜨거워질 수밖에 없었다. <br/> <br/>사실 고인만의 얘기가 아니다. 주변에서 은퇴가 조기 사망선고가 되어버리는 경우를 종종 보게 된다. 월급쟁이는 평생 집보다 직장에서 그리고 가족보다 직장사람들과 더 많은 시간을 보낸다. 그러니 직장에 나가지 않게 되면 남는 시간을 주체하지 못한다. 은퇴의 여유로움은 눈 녹듯이 사라지고 대신 그 자리는 권태와 무력감이 차지하게 된다. <br/> <br/>노후생활 '돈'이 전부가 아니다 <br/> <br/>만약 60세에 정년퇴직한다면 현재 80세 안팎인 평균수명까지만 살아도 약 20년이다. 여기에서 잠자고 밥 먹는 시간을 뺀다고 해도 약 7만 시간의 자유시간이 주어진다. 이런 어마어마한 시간을 특별한 일 없이 보내야 한다면 고문이나 마찬가지다. 어쩌면 인생에서 가장 고통스러운 시간이 될지 모른다. 그래서 요즘 '7만 시간의 공포'라는 말이 회자된다. <br/> <br/>은퇴(隱退)란 글자 그대로 일에서 물러섬이다. 퇴직과 더불어 사라지는 게 월급만은 아니다. 명함이나 직함도 없어지고 무엇보다 할 일이 사라진다. <br/> <br/>하지만 사람은 할 일이 있어야 바쁘고 삶에 생기가 돈다. 할 일이 없으면 정신적으로나 육체적으로 허물어진다. <br/> <br/>실제 일과 수명의 관계를 연구한 조사에 따르면 특별한 일 없이 생활하는 사람의 평균수명은 일하는 사람보다 십수년이나 더 짧은 것으로 나타났다. <br/> <br/>결론은 은퇴 후에도 일이 있어야 건강도 지킬 수 있다는 것이다. '제2의 직업'이라면 더할 나위 없고 자원봉사나 취미생활 등 은퇴 후의 특별한 소일거리도 좋다. 아침마다 눈을 떠서 가야 할 곳과 할 일이 있다는 것만큼 노후에 마음 든든한 일은 없다. <br/> <br/>영화 '버킷리스트'는 꼭 하고 싶었던 일들을 하나씩 이루며 삶의 끝자락을 정리하는 카터와 에드워드라는 두 노인의 이야기다. <br/> <br/>제목 '버킷리스트(Bucket List)'는 "죽기 전에 후회하지 않게끔 꼭 해야 할 일들의 목록"을 뜻한다. 말기 암으로 입원한 카터는 시간이 얼마 남지 않았음을 직감하고 버킷리스트를 써내려 간다. 하지만 가난한 자동차 정비사 카터에게 는 그저 희망사항일 뿐이다. 한편 같은 병실에 있는 재벌사업가 에드워드는 평생 돈 버는 것 외에는 관심을 가져본 적이 없다. 이렇게 판이한 인생경로를 살아온 두 사람은 카터가 만든 버킷리스트를 통해 의기투합한다. <br/> <br/>영화 버킷리스트의 메시지 <br/> <br/>말하자면 에드워드가 카터의 꿈을 산 셈이다. 에드워드의 이야기는 노후준비는 돈만 갖고 안 된다는 것을 역설적으로 보여준다. "늙으면 돈이 효자", "노후자금은 얼마가 필요하다" 등등 노후준비에 관한 이야기의 초점은 언제나 돈이다. 그래서 노후준비에 대한 판에 박힌 해법은 연금가입이나 직장을 오래 다니라는 말뿐이다. 돈만 있으면 노후는 끄떡없다는 식이다. <br/> <br/>하지만 노후준비는 돈이 없어도 안되지만 돈만 갖고도 안 된다. 행복한 노후를 보내기 위해서는 노후준비의 끝자락에 한 가지를 더 추가하지 않으면 안 된다. 바로 할 일을 준비하는 것이다. <br/> <br/>박철 KB국민은행 인재개발부 팀장

언론사: 내일신문-1-237.txt

제목: 갑상선염 : 갑상선기능이상 치료보다 정확한 진단이 먼저이다.  
날짜: 20151012  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204817126  
본문: 조정훈유바외과 조정훈 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> 갑상선 하면 대부분 ‘여성암 1위’ 라는 ‘갑상선암’ 키워드가 생각난다. 하지만 갑상선은 호르몬을 분비하는 내분비 기관으로 암 질환 이외에 ‘기능이상’ 이라는 복잡한 문제를 일으키기도 한다. 이러한 갑상선 기능이상은 때에 따라 여러 가지 증상을 일으켜 우리의 삶의 질을 떨어뜨린다. <br/><br/><br/>많은 환자들이‘갑상선 기능검사에서 이상이 있다’ 하여 병원에 내원한다. ‘갑상선기능항진증’, 또는 ‘갑상선기능저하증’ 진단을 받고, 항갑상선제 내지는 갑상선 호르몬제를 복용한다. 하지만 이것은 자칫 문제가 될 수 있다. <br/><br/><br/>갑상선기능에 문제를 일으키는 주요 원인은 ‘갑상선염증’이다. 갑상선염은 급성 세균성 염증부터 만성, 자가면역성 갑상선염까지 다양하다. 이러한 갑상선염이 생기면 갑상선 호르몬의 분비에 균형이 깨지게 된다. 발병 초기에는 염증에 의해서 갑상선세포가 파괴되면서 세포 내 함유 되어있던 호르몬이 혈액에 과다 배출되면서 기능이 상승한다. 그러나 염증이 만성적으로 지속되면 호르몬을 만들어내는 세포 자체가 파괴되기 때문에 결국 호르몬이 부족하게 된다. 다시 말해, ‘만성 갑상선염’ 은 시기에 따라  ‘갑상선 기능항진증(중독증)’ 과 ‘갑상선기능저하증’이 모두 생길 수 있다. 호르몬 수치가 높다고 정확한 진단 없이 무턱대고 ‘항갑상선제’ 를 복용하면, 오히려 이어지는 ‘기능저하증’ 이 악화된다. 그래서 주의가 필요하다.      <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>결론적으로 갑상선호르몬 수치가 높다고 무조건 항갑상선제를 복용해서는 안 된다. 치료에 앞서 정확한 진단이 선행되어야 한다. 전문병원에 내원하여 갑상선의 크기와 모양 등을 파악하는 초음파 검사를 받고, 해당되는 자가면역항체를 체크해 보는 것이 좋다. 진단이 이루어졌다면 약물 치료를 시작하고, 6~8주 간격으로 호르몬 수치를 확인하여, 시기 적절한 약물 (항갑상선제, 호르몬제)을 정확한 용량으로 복용하는 것 또한 중요하다. 갑상선염은 고혈압처럼 본인이 잘 컨트롤 하는 게 중요한 질병이다. 갑상선염은 생명에 중대한 지장을 초래하는 질환은 아니다. 허나 갑상선이 담당하고 있는 호르몬 분비 기능에 이상이 생긴다면, 이로 인하여 우리 삶의 질을 떨어뜨릴 수 있기 때문에 쉽게 간과해서 안 되는 병이라는 것을 잊지 않았으면 한다.

언론사: 내일신문-1-238.txt

제목: 교육의 새로운 패러다임, 초등학생을 위한 코딩 교육!  
날짜: 20151012  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204820926  
본문:  대한민국에 코딩열풍이 불고 있다. 아울러 코딩 교육에 대한 여러 길라잡이들이 생겨나고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>아래에 제시된 코딩 교육에 대한 방법들 중 초등학생들이 새로운 시대의 변화에 맞게 코딩 교육을 수학할 수 있는 방법은 무엇일까? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1. 코딩은 역시 어려운 C를 배워야지, C를 어릴 때부터 배우자! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>2. 컴퓨터 학원에 보내서 어려운 알고리즘을 배우게 하고 정보올림피아드를 준비시키자! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>3. 학교에서 배우는 스크래치를 선행해서 빨리 배우게 하자, 코딩도 선행 학습! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>4. 요즘은 모바일이 대세, 아이폰과 안드로이드의 모바일 코딩을 배우게 하자! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>5. 코딩도 한 걸음부터, 어릴 때 내가 배운 것처럼 Basic부터 배우게 하자! <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그러나 위 제시된 것들 중 어떤 방법도 21세기 선진국에서 가르치는 코딩 교육의 교육적 목표와 부합하지 않는다. 그 이유는 선진국들에서 시작된 코딩 교육의 목표는 코딩의 기술교육이나 컴퓨터 언어 교육에 있지 않으며 그것은 바로 'Computational Thinking(컴퓨팅적 사고력)'이기 때문이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>스마트폰, 스마트 TV, 구글의 인공지능, 휴머노이드형 로봇, 보편화된 드론 기술 등 최근 20년 사이에 우리 주변에서 벌어진 공학적 발전은 혁명에 가까운 변화를 가져왔으며 그에 따른 소프트웨어와 하드웨어의 통합성과 유기성은 새로운 현상을 만들어냈다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>중학생이 레고 마인드스톰으로 장애인용 '점자 로봇'을 만들기도 하였고 고등학생이 3 센트라는 믿지 못할 가격의 '암 진단 키트'를 발명하기도 하는 등 코딩 교육의 과정에 '협업'과 '공유'라는 가치교육이 동반되어야 하며 이런 코딩 교육 과정을 통해 아이들은, '코딩'이 공학이나 과학 일반은 말할 것도 없고, 디자인, 음악, 인문학적 스토리 등 다양한 영역과 융합하는 놀라운 경험을 할 수 있게 된다. 또한 그 과정에서 단순한 기술교육이 아닌 창의적인 융합교육이 이루어질 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>코딩 교육을 통해 아이들이 어릴 때부터, 어려운 컴퓨팅적 사고를 '즐거운 놀이' 속에서 배울 수 있게 도와주고 그 과정에 중요한 가치를 배울 수 있게 해주는 것이 현재 선진국들에서 벌어지는 코딩 열풍의 진정한 모습이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>런스팀 에듀  전상현대표

언론사: 내일신문-1-239.txt

제목: [10월의 Talk 책]주부들의 추천도서  
날짜: 20151011  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204734449  
본문: 맺힌 마음을 푸는 데는 수다가 제격이라지만 사람이 주지 못하는 위로도 있다. 그럴 때면 책 속으로 답을 찾아 떠나는 건 어떨까. 올 한해 우리 지역 주부들이 즐겨 읽은 책을 소개 받았다. 실용서부터 문학까지 주부들의 마음을 위로하고 갈 길을 제시한 인생의 나침반, 책에 관한 이야기가 이들의 주제다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>교하 장영란(47)씨 추천도서                     <빅픽처를 그려라> <br/><br/><br/>          <br/><br/><br/>인생의 큰 그림을 그리도록 도와준 책 <br/><br/><br/>10년 전 커피와 사랑에 빠졌어요. 파주에서 강남까지 지하철을 타고 커피를 배우러 다닌 게 7년 전이죠. <빅픽처를 그려라>는 커피와 함께 하는 삶을 살겠다고 결심하게 해준 책이에요. 카페를 연다니 주변에서는 후발주자라며 말렸어요. 커피 팔아서 얼마나 번다고 차리느냐면서. 하지만 제가 그린 인생의 큰 그림은 커피와 함께 하는 삶이었어요. 결국 헤이리에 카페 크림선인장을 에티오피아 커피 전문점으로 열게 됐죠. <br/><br/><br/>이 책은 제 인생의 나침반이랄까요. 가장 좋아하는 구절은 ‘더는 안 된다고 생각할 때 한 번 더’예요. 책에는 인생의 큰 그림은 세 개의 단계가 있다고 나오는데 제 그림은 아직 그려나가는 중이니 기대해 주세요. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>백석동 이해선(47)씨 추천도서       줌파 라히리의 〈그저 좋은 사람〉 <br/><br/><br/>      <br/><br/><br/>천천히, 담담하게 딸이 아버지를 알아가는 이야기 <br/><br/><br/>기억에 남는 책은 줌파 라히리의 단편소설집 〈그저 좋은 사람〉이예요. 8편의 단편 중 마음을 끌었던 건 ‘길들지 않은 땅’ 인데 어머니의 죽음, 그리고 남겨진 아버지와 딸의 관계를 담담하게 그려서 오히려 객관적인 시선으로 담아냈죠. 아버지의 존재를 무겁게 느끼면서도 함께 하는 것은 원치 않는 딸, 그리고 이제는 자신의 삶을 구속하지 않고 자유롭게 살고자 하는 마음을 딸에게는 애써 감추는 아버지. 작가는 결국 서로 다른 마음, 관계 속의 부재 속에서 가족은 이렇게 타인이 되는 것이고, 가족은 어쩌면 가장 가까우면서도 먼 존재라는 것을 말하고 싶었던 것 아닐까요. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>풍동 전선아(40)씨 추천도서             김영수의 <난세에 답하다:사마천의 인간탐구> <br/><br/><br/>                 <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>인간관계에 대해 많이 생각 하게하고 삶의 지침에 도움이 된 책</span>” <br/><br/><br/>사마천의 <사기>를 읽어보고 싶었지만 워낙 방대하고 어려운 책이라 머뭇거리고만 있었는데  <사기>를 읽기 전 이 책을 먼저 읽어보면 좋다고 해서 읽게 되었죠. 이 책에는 여러 다양한 인간들과 그 인간들의 관계에 대한 이야기가 나옵니다. 이런 저런 상황 그리고 별별 사람들의 이야기를 읽으며 인간과 그 관계에 대해 많이 생각해 볼 수 있었고 이해의 폭이 조금은 더 넓어진 것 같아요. 또 나름대로 제 상황과 맞춰보며 인간관계에 대한 팁도 얻었죠. 살아가면서 인간관계가 제일 중요한 것 같은데 그게 참 어렵더라고요. 이 책을 읽으며 과거의 제 인간관계에 대해 반성도 하고 ‘앞으로의 인간관계를 어떻게 잘 해나갈 수 있을까’하는 생각도 하며 저 자신을 다지는 기회가 됐습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>일산동 안정운 씨(39) 추천도서         <나의 첫 암&핑거니팅> <br/><br/><br/>     <br/><br/><br/>어려울 것 같던 뜨개질, 이젠 제 취미가 됐죠 <br/><br/><br/>직장을 다니고 있지만 요리, 공예 등에 관심이 많아 틈틈이 배워두고 있어요. 그런데 이번에 뜨개질이라는 새로운 취미를 갖게 됐어요. 바로 이 책 덕분이죠. 암 니팅, 핑거 니팅은 요즘 영국에서 인기 있다는 뜨개 기법인데 한국에서도 알려지는 것 같아요. 바늘을 사용하지 않고 손으로 하는 뜨개법이지요. 간단하면서도 초보자인 저도 쉽게 따라할 수 있어서 실용적이었어요. 뜨개에 관심 있는 주부라면 접해볼만합니다. 바늘 없이도 쿠션, 덧베개 등의 인테리어 소품은 물론 니트 등 의류, 액세서리도 만들 수 있는 게 신기했어요. 올 가을엔 우리 집을 장식할 쿠션 커버에 한 번 도전해보려고요. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>대화동 최은숙씨 추천도서                    <길 끝에서 천사를 만나다> <br/><br/><br/>          <br/><br/><br/>인생의 소중한 가치를 찾아 가는 감동적인 여정 <br/><br/><br/>40대 중반에 접어든 저자는 변화 없는 일상에 답답함을 느끼며 탈출구를 찾던 중 돌연 신문사 기자직을 그만두고 중학교를 마친 딸과 함께 2년 3개월 동안 인도로 배낭여행을 떠납니다. 삶의 돌파구를 찾기 위해 떠난 여행은 둘은 생애 다시는 맛볼 수 없는 값진 경험을 하게 되지요. 그러나 한국으로 돌아온 후 다시 한국적인 삶을 살기 위해 엄마는 직장(신문사)으로, 딸은 대학 진학을 준비합니다. 이 과정에서 엄마와 딸은 깊은 갈등을 경험하고 특별한 치유의 시간을 마련합니다. 이 책은 인도 여행과, 한국에 돌아와서 겪는 갈등, 그리고 쿠마리와 함께한 치유의 시간 속에서 엄마와 딸이 변화하고 인생의 소중한 가치들을 되찾아 가는 과정을 담았습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>파주 야당동 백미선(38)씨 추천도서<앞으로의 10년 돈의 배반이 시작된다> <br/><br/><br/>          <br/><br/><br/>평범하고 가난한 삶 대물림 하고 싶지 않은 분들에게 적극 추천 <br/><br/><br/>요즘은 열심히 산다고 해서 다가 아닌 거 같아요. 돈의 흐름을 읽을 수 있는 안목이 절실하죠. 그동안 우리는 돈에 대한 특별한 교육 없이 일을 해서 먹고 살기에만 바빴던 거 같아요. 그렇게 부모세대의 평범하고 가난한 삶을 물려받았죠. 저 역시 마찬가지고요. <br/><br/><br/>내 아이들에게는 이런 삶을 물려주고 싶지 않다면 <앞으로의 10년 돈의 배반이 시작된다>를 읽어보세요. 무엇을 하던 돈에 대한 공부는 꼭 필요하고, 돈의 가혹함과 무서움을 깨닫는 나이는 빠르면 빠를수록 좋잖아요. 이 책에는 금융교육의 중요성과 가난한 사람, 중산층, 부자들의 돈에 대한 생각을 알려줘요. 그리고 뭐든 해봐야 한다는 진한 가르침도 주고요. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>운정 가람마을 박순규(57)씨 추천도서<혜민 스님의 ‘멈추면, 비로소 보이는 것들> <br/><br/><br/>                 <br/><br/><br/>마음의 평화와 용기를 준 책이에요 <br/><br/><br/>혜민 스님이 살아가는 방법에 대해 쓴 책인데요. 마음 속, 잔잔한 감동을 주고 정화를 할 수 있게 해주더라고요. 나 자신을 먼저 사랑해야 남도 사랑할 수 있다, 남이 불행해지면 나도 불행해진다, 다 같이 행복해지도록 하라는 등의 내용이 마음에 많이 남았어요. 또 혜민 스님이 이외수 작가와 인터뷰한 내용도 있었는데요. 요새 나약한 젊은이들에게 ‘버티면 살 수 있다’고 하신 말씀이 자식 키우는 입장에서 많이 공감이 되더라고요. 또 책 뒷부분을 보면 독자가 입으로 직접 소리를 내서 읽는 글귀들이 있는데 실제로 그렇게 읽어보니 마음이 평안해지고 참 좋았어요. 사람마다 살면서 여러 가지 힘든 일이 있을 수 있는데, 이 책을 통해 마음의 용기와 평안함을 얻을 수 있을 것 같아요. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>후곡마을 권정희씨                                   조정래 <태백산맥> <br/><br/><br/>          <br/><br/><br/>한국근대사의 총체적인 상황과 문제점 한눈에 보여 <br/><br/><br/>일상에 쫓기다 보면 시간을 내서 책을 읽는다는 게 쉽지가 않은데요. <태백산맥>도 한 달에 3권을 읽어내느라 너무 힘들었던 기억이에요. <br/><br/><br/><태백산맥>은 그전에 <마당 깊은 집>을 읽고 이와 연관된 책을 읽어보자고 찾은 책이에요. 사실 보급판이라 엄청 싼(10권에 1만 7000원) 이유도 한 몫 했고요.(웃음) <br/><br/><br/>40대가 돼서 이 책을 읽으니 한국근대사의 총체적인 상황과 문제점을 꿰뚫는 듯한 느낌이 들었어요. 2015년인 지금의 현실과는 많이 다르지만 어떤 부분은 결코 다르지 않은 답답함도 느꼈고요. 책을 읽는 내내 한 번도 가보지 못한 보성과 벌교에 서 있는 듯, 입에서는 전라도 사투리가 막 튀어나오는 듯한 색다른 경험을 했어요.

언론사: 내일신문-1-240.txt

제목: [‘디딤씨앗통장’을 아시나요?]“내 아이가 잘 크길 원한다면 같은 세상 살아갈 친구들을 도와주세요”  
날짜: 20151011  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204728685  
본문: 고진철(가명 18)군은 이혼한 아버지의 자살 후 시설에 입소했다. 아무도 돌보지 않은 사이 고군은 자신도 몰랐던 아버지 빚을 고스란히 떠안게 됐다. 고군은 사회로 나가보기도 전에 신용불량자가 될 상황에 처했다. <br/><br/><br/>정희진(가명 17)양은 한부모인 아버지가 말기암. 아버지는 고아여서 정양을 돌봐 줄 가족도 친척도 없다. 정양은 아버지를 치료하기 위해, 먹고 살기 위해, 꿈을 좇는 공부보다 돈을 벌어야 했다. <br/><br/><br/>우리가 상상하는 것보다 더 열악하게 사는 아이들이 많다. 이 아이들도 꿈 많은 소년소녀로 자라고 싶었지만 현실은 냉혹했다. <br/><br/><br/>이 현실이 아이들의 잘못일까. 단지 이 아이들은 지금 그런 환경에 놓인 것뿐이다. 다만 세상을 살아갈 작은 도움이 필요할 뿐이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>아동·청소년의 자립기반 형성에 큰 도움 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>정부는 저소득층과 복지사각지대에 놓인 아동·청소년이 준비된 사회인으로 성장?발전할 수 있도록 자립기반을 마련해줄 수 있게 ‘디딤씨앗통장’을 운영하고 있다. 아동복지시설 공동생활가정 가정위탁 소년소녀가장 장애인시설 가정복귀보호아동 기초생활수급가정 등 요보호대상아동들이 통장 개설 대상이다. <br/><br/><br/>디딤씨앗통장은 저소득층 아동이 매달 일정 금액을 저축하면 국가와 지자체가 이와 같은 액수의 금액을 매칭해 적립해 준다. 매칭금액은 월 최대 3만원까지. 예를 들어 저소득층 아동이 월 3만원씩 저축하면 국가가 똑같은 금액 3만원을 적립해 주므로 통장에는 6만원씩 모인다. 이 통장은 최장 18년까지 유지 가능하며 만 18세 이후에 찾을 수 있다. <br/><br/><br/>시설에서 고3까지 지낸 청소년이 대학 진학을 하지 않는 경우 퇴소해야 하기 때문에 경제적 기반을 갖췄느냐 아니냐는 사회 첫걸음에서 매우 중요하다. 디딤씨앗통장은 사회 진출 시 필요한 자립기반금이기 때문에 중도 해지가 매우 까다롭다. 본인이라도 결혼 주택마련 대수술 대학입학 등 6대 해지사유에 해당되지 않으면 함부로 찾을 수 없다. <br/><br/><br/>아산의 모 공동생활가정 원장은 “해지를 까다롭게 한 것은 이 돈을 노린 범죄를 막을 수 있는 좋은 제도”라며 “꾸준히 적립한다면 자립기반금으로 매우 유용하다. 아이들이 사회에 더 사람답게 다가설 수 있는, 꼭 필요한 돈”이라고 강조했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>후원 없이 적립 꾸준히 유지하기 어려워 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>경제적 기반이 약한 아이들은 또다시 복지사각지대에 놓이기 쉽다. 디딤씨앗통장은 자립기반 금액을 형성할 수 있으므로 새로운 취약계층 발생을 예방하는 효과가 있고 청소년들이 탈선과 빈곤의 굴레에서 벗어날 수 있도록 ‘비빌 언덕’이 되어준다. <br/><br/><br/>그러나 문제는 이들이 경제적 어려움에 못 이겨 디딤씨앗통장을 유지하지 못하거나 아예 넣을 돈조차 마련하기 힘든 경우가 자주 있다는 것이다. <br/><br/><br/>아산의 경우 가정복귀하는 보호대상 아이들의 가입률은 100%이지만 정작 적립률은 11.1%다. 장애인시설 아이들은 가입률이 58.3%며 가입아동의 적립률은 57.1%다. 나머지 아이들은 가입도 적립도 어려운 상태라는 것을 보여준다. <br/><br/><br/>이때 본인적립금은 후원금으로 가능하기 때문에 본인 적립이 어려운 경우에도 후원이 꾸준히 이어진다면 디딤씨앗통장을 유지할 수 있다. <br/><br/><br/>아이들은 이 자립기반금을 통해 보다 안정적으로 사회에 진입할 수 있다. 조금씩 나누는 후원 덕분에 아이들은 밝게 살아갈 기운을 얻는다. <br/><br/><br/>고군이 입소한 아동복지시설의 원장은 “아이들이 30명이 넘는데 부모가 가입해준 경우는 5명도 안 된다. 그러니 스스로 통장을 유지하기 어렵다”며 “게다가 예전보다 후원이 많이 줄었다. 어떻게든 디딤씨앗통장을 유지해 주려고 시설후원금에서 적립을 지원하고 있는데 그러다보니 시설의 살림은 팍팍할 수밖에 없다”고 밝혔다. <br/><br/><br/>현재 그는 고군의 법정후견인을 신청했고 빚 청산을 위해 노력 중이다. 고군의 사회진출에 더 이상 걸림돌이 없길 바라고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>‘후원하기’로 우리 모두가 행복하길 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>후원금의 상한선은 없다. 단지 디딤씨앗통장의 매칭금액이 최대 3만원인 것. 후원금은 월 1만원부터 최대 월 50만원까지 가능하고 일시금으로 후원할 수도 있다. 반드시 큰돈이 아니어도 된다. <br/><br/><br/>요보호대상아동 중 후원하고 싶은 아동을 보호구분 안에서 지정할 수도 있다. 소년소녀가장, 공동생활가정, 아동복지시설 아동 등으로 후원 분야를 한정할 수 있다는 뜻이다. <br/><br/><br/>가장 투명한 방법으로는 널리 알려진 사회복지공동모금회에 기부하는 것이다. 기부한 금액은 100% 소득공제를 받을 수 있어 절세에도 도움이 된다. <br/><br/><br/>매달 적립금을 후원하기 어렵다면 물품 후원과 재능기부도 가능하다. 다양한 생필품을 전달하거나 학업을 돌봐주는 것도 이들에겐 큰 도움이다. 각 지자체에 문의하면 관내 어떤 아동복지시설이 있는지 알 수 있으며 아이들에게 필요로 하는 후원을 전달할 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/><후원 및 문의> <br/><br/><br/>사회복지공동모금회 www.chest.or.kr <br/><br/><br/>천안시 복지정책과 복지서비스팀 041-521-5345, 3432 <br/><br/><br/>아산시 여성가족과 아동복지팀 041-536-8475. 041-540-2108

언론사: 내일신문-1-241.txt

제목: 학부생이 학교 발전기금 3천만원 기탁  
날짜: 20151008  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204648005  
본문: 상명대 한국어문학과 안혜주씨가 학교와 후배들을 위해 3000만원의 발전기금을 기탁해 화제다. <br/> <br/>상명대에 따르면 안씨는 고등학교에 다닐 당시부터 아르바이트를 통해 얻은 급여를 주식에 투자하며 차츰 성과를 냈으며 대학에 들어와서도 주식투자 관련 회사에 취업해 경험을 쌓았다. <br/> <br/>현재 휴학을 하고 본격적으로 펀드 관련 사업에 뛰어든 암씨는 상당한 수익을 올리고 있는 것으로 전해졌다. <br/> <br/>안씨는 당초 국어교사가 되겠다는 꿈을 가지고 대학에 입학했지만 적성에 맞는 분야를 찾아가기 위해 꿈을 접고 투자자문의 길로 들어선 것이다. <br/> <br/>상명대 관계자는 "안씨는 학교로부터 장학금을 받았을 뿐 아니라, 학업적으로도 친구들에게 많은 도움을 받아서 이를 되돌려 주고 싶은 마음을 가지고 있었다"고 말했다.

언론사: 내일신문-1-242.txt

제목: 가족 같은 반려동물 건강하게 지키기  
날짜: 20151006  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204527274  
본문: ‘일생을 함께 보내는 동물’이라는 의미를 지닌 ‘반려동물’. 여기 친구이자 가족 같은 반려동물의 건강을 위해 전문 의료진의 수준 높은 진료와 최고 의료장비로 즉각적인 진료시스템을 갖추고 있는 동물병원이 있다. 국내 로컬 최대 규모의 동물병원 헬릭스동물메디컬센터 황정연 대표원장을 만나 반려동물을 가장 건강하게 지키는 방법과 위급상황별 대처요령에 대해 들어봤다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 위급상황별 적절하고 빠른 대처가 중요 <br/><br/><br/>사람과 마찬가지로 반려동물도 위급상황에서는 적절하고 빠른 대처가 가장 중요하다. ‘어떤 증상이 응급상황에 해당하는지 반려동물에 대한 기본 지식이 필요하며, 사람처럼 의사소통을 할 수 없는 반려동물이라서 응급상황에 맞은 보호자의 적절한 판단과 대처가 더욱 중요하다’고 황 원장은 강조했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>▶ 신경계 질환의 경우, 발작과 경련이 동반될 경우 뇌질환 확률이 높고 고열과 호흡곤란으로 폐사할 수 있다. 후지마비와 사지마비 등의 척수질환은 디스크 질환으로 페키니즈, 닥스훈트처럼 허리가 긴 견종들이 걸리기 쉽다. 이와 같은 신경계 질환은 MRI를 통해 정확한 원인과 위치를 진단하고 증상의 경중에 따라 즉각적인 수술 또는 약물치료가 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>▶ 심혈관계 질환의 경우, 심장판막질환은 반려견의 심장질환 가운데 약 80%를 차지하는 대표적인 노령성 질병으로 만약 반려견이 평상시 산책 중에 갑자기 주저앉거나 호흡곤란 증세를 보이면 즉각적인 응급조치를 해야 한다. 심장초음파를 통한 다양한 기능적, 구조적 평가가 필요하며, 특히 가슴에 물이 차는 폐부종이 동반된 경우, 폐의 산소교환 기능이 떨어져 혈중 산소포화도 저하로 죽음에 이를 수도 있어 정확한 진단과 응급처치가 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>▶ 소화계 질환의 경우, 이물질 섭취에 대한 응급질환으로 흔히 급하게 먹은 육포나 개껌, 자두나 사과 등이 식도 내에 정체하게 되면 호흡곤란과 구토 등의 증상을 보인다. 이물이 식도 내에 오래 있거나, 또는 날카로운 이물이 식도점막 유착 및 열상을 일으켜 식도천공을 유발할 수 있다. 이와 같은 응급질환은 식도, 위장 내시경을 통해 이물을 제거하거나, 천공 시에는 흉강을 열어야 하는 복잡한 고난도의 수술 치료가 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>▶ 설사와 구토의 경우,수양성 선혈, 대장 출혈의 혈변, 소장, 위 상부 소화기관 출혈이 원인이 되는 흑변과 피를 토하는 등 다양한 증상을 보일 수 있다. 특히 1kg 미만 소형견의 경우 전해질 불균형과 탈수증상을 보일 수 있는 설사와 구토가 결코 가벼운 질환이 아닌 생명과 직결된 응급질환이 될 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>▶ 노령성 췌장염의 경우,관리하기 어려운 질환으로 예후도 다양하다. 경과에 따라 일반 병원 진료도 가능하지만 췌장염의 수치와 레벨 진단이 가능한 전문 의료진의 24시간 중환자실 응급 집중케어가 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>▶ 기타 응급상황의 경우, 교통사고에 따른 복부파열, 낙상과 같은 외상성 질환, 동물끼리 싸워서 생기는 교상, 복합골절, 혼수상태 등 다양한 원인과 증상이 있을 수 있다. 특히 안구가 빠지는 안과응급의 경우 시신경 손상이나 안구 내 구조물의 손상을 막기 위해서는 빠른 처치와 응급케어가 중요하다. <br/><br/><br/>이 외에도 노령으로 인한 종양질환의 경우 암 덩어리의 부피와 염증으로 인한 주변 장기의 구조적, 기능적 이상을 초래하거나 다발성 장기부전 등 응급상황으로 악화될 수 있어, 응급처치 후 전신 CT촬영 검사에 뒤따르는 정확한 처치 및 수술이 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 사랑한다면, 동물병원으로 <br/><br/><br/>반려동물은 야생 습성이 있어 자신의 병이나 약점을 절대 드러내거나 표현하지 않는다. 특히 사람처럼 의사소통이 되지 않아 정확한 진단이 어려움에도 불구하고 보호자의 섣부른 판단으로 조기에 치료 가능한 병도 키워서 오는 안타까운 경우가 많다고 황 원장은 말했다. “평소와 다른 증상이 있다면 주저하지 말고 즉각 동물약국이 아닌 동물병원으로 오세요. 이것이 사랑하는 반려동물과 오래 함께 할 수 있는 방법입니다.” 응급상황 시 생명을 살릴 수 있는 골든타임을 지켜내기 위해 노력하는 헬릭스동물메디컬센터에서는 병의 원인을 찾기 위해 더욱 진보된 의료장비와 최신 CT, MRI를 통해 정확한 진단검사를 실시하고 있다. 풍부한 지식과 경험을 갖춘 응급의료진의 빠른 진단과 치료를 받을 수 있으며, 특히 환자의 이동 없이 검사에서 수술, 치료에서 회복까지 한 번에 가능한 ONE-STOP 응급의료서비스를 받을 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>문의 헬릭스동물메디컬센터 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-243.txt

제목: 암사동 일대, 선사시대 변신  
날짜: 20151006  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204449477  
본문: 서울 강동구 암사동 유적지 일대가 선사시대로 돌아가 관광객들을 맞이한다. <br/> <br/>강동구는 9일부터 11일까지 서울 암사동 유적지 일대에서 '제20회 강동선사문화축제'를 연다고 5일 밝혔다. <br/> <br/>강동선사문화축제는 자치구 최대 축제이며 세계축제협회(IFEA가 주최하는 피너클어워드에서 2년 연속 세계우수축제로 인정받았다. <br/> <br/>첫날인 9일 오후 8시 개막선언과 주제공연에 이어 2000명이 참여하는 '선사플래시몹 음악회'가 원시시대로의 문을 활짝 연다. 10일 저녁 6시 30분 천일중학교부터 서울 암사동 유적 1.8㎞ 구간에서 펼쳐지는 '원시대탐험 거리퍼레이드'로 축제의 흥을 돋울 예정이다. <br/> <br/>3일 동안 유적지 일대에서는 인류의 초기 모습인 원시생활을 생생하게 체험할 수 있는 선사마당, 수렵체집마당, 발굴마당 등 체험마당과 부대행사가 관람객들을 기다리고 있다. <br/> <br/>축제장을 환하게 밝힐 '선사의 빛 축제'는 올해 처음 마련된 축제 속의 축제다. 유적 입구에는 선사 돌도끼 모형을 크게 제작한 대형 유등을 설치하고, 고대유적등을 포함해 친근한 이미지의 전통등 7종 26개가 선사체험 마을 120m 거리에 전시될 예정이다. <br/> <br/>또 대표 유물인 빗살무늬토기를 형상화해 만든 선사 소망등 2000여개가 소망 이룸터와 소망등 거리에 전시된다. <br/> <br/>암사동 유적의 세계유산 등재를 기원하는 문학 공모 수상작을 무대극으로 재해석한 '서울 암사동 유적 세계유산 등재 기원 문학공연'이 11일 오후 3시 주무대에서 펼쳐진다. <br/> <br/>이밖에도 강동락 페스티벌, 전국선사 휘호대회, 푸른문화 강동사진전 등 행사가 관람객을 맞을 준비를 하고 있다. <br/> <br/>이해식 강동구청장은 "세계적으로도 역사적 가치를 인정받는 서울 암사동 유적에서 펼쳐지는 강동선사문화축제는 문화적 유산의 의미를 되살림은 물론 주민 화합의 한마당이라 할 수 있다"며 "모두가 함께 즐기고 하나되는 축제가 될 것으로 기대한다"고 말했다. <br/> <br/> 한편 강동구는 7일 암사동 유적(강동구 올림픽로 875)에서 선린초등학교 3학년생 22명을 대상으로 선사움집짓기, 선사불피우기, 집자리발굴 등 선사 체험프로그램을 운영한다. <br/> <br/>선사 체험프로그램은 9~11일 서울 암사동 유적에서 개최되는 '제20회 강동선사문화축제' 신석기고고학 체험스쿨에서 운영된다.

언론사: 내일신문-1-244.txt

제목: 수내동 ‘당당한의원’ 근본적인 치료로 난치성 질환에 당당히 맞섭니다  
날짜: 20151006  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204441484  
본문: 의술은 날로 발전한다 그럼에도 아직까지 ‘암’을 비롯한 고혈압, 당뇨, 만성신부전, 간경화, 류머티즘 같은 자가면역질환 등 난치성 질환으로 고통 받는 환자의 수는 여전히 증가하는 추세다. 정보가 넘치는 시대임에도 환자들은 자신이 왜 아픈지 명확한 원인과 이유도 모른 채 이 병원, 저 병원을 전전한다. 이에 수내동에 위치한 ‘당당한의원’의 고재왕 원장은 어떻게 하면 난치병 환자들을 근본적으로 치료할 수 있을까, 암을 예방하기 위해서는 어떻게 해야 할까, 오랜 시간 환자들을 돌보며 고민하고 또 고민했다. 고재왕 원장을 통해 암과 난치성 질환의 근본원인에 따른 치료방법을 들어보았다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>바른 체형에 건강한 정신 담는 근본적 치료 <br/><br/><br/>최근 들어 성인을 비롯한 청소년에 이르기까지 과도한 컴퓨터나 핸드폰 사용이 늘고 의자에 앉아 있는 시간이 길어지면서 바른 체형을 가지고 있는 사람이 드물 정도로 많은 이들이 턱관절을 비롯해 허리, 어깨 등의 통증을 호소하고 있다. <br/><br/><br/>몸이 틀어지면 만병의 근원이 된다. 고 원장은 “<span class='quot0'>균형 잡힌 자세는 외형뿐 아니라 몸의 기능과도 밀접한 관계를 갖고 있기 때문에 교정을 통해 체형을 바로잡는 것이 난치성 질환 치료에 불가피하다</span>”며 “<span class='quot0'>나쁜 습관이 반복되면서 특정 부위의 인대와 근육이 약해지고 또 다른 부위는 과도하게 긴장되면서 척추와 체형이 틀어져 병으로 진행 된다</span>”고 전했다. 또한 “스트레스는 만병의 근원이라 해도 과하지 않다”며 건강하게 마음을 다스리는 것의 중요성을 강조했다. <br/><br/><br/>체형교정으로 이미 수도권에서 명성을 쌓아온 ‘당당한의원’에서는 환자 한 명 한 명의 질병 원인을 정확히 분석하여 한의학의 강점인 기능을 개선시키는 약침, 봉침이나 한약과 틀어진 구조를 바로 잡아주는 구조적 치료를 진행한다. 또한 건강하게 마음을 다스릴 수 있는 여러 가지 방법을 제시해 바른 체형에 건강한 정신을 담는 근본적 치료로 최고의 시너지 효과를 기대할 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>제대로 먹고 움직여 난치성 질병도 호전 <br/><br/><br/>고 원장은 현대인의 식습관과 운동부족을 지적했다. “<span class='quot1'>어떤 음식을 먹어야 하고 먹지 말아야 하는지, 어떻게 몸을 움직여 에너지를 소비해야 하는지 고려해야 한다</span>”며 “<span class='quot1'>난치성 질환을 치료하고 예방하기 위해서는 생활습관부터 바꾸는 게 치료의 출발점</span>”이라고 힘주어 말했다. <br/><br/><br/>오염되지 않은 자연식, 제철 음식, 오색채소와 과일 및 견과류 등을 통해 미네랄과 무기질, 비타민 등 부족하기 쉬운 영양소를 충분히 섭취할 것을 권했다. <br/><br/><br/>덧붙여 “운동은 부족하고 인스턴트식품과 영양이 불균형된 고칼로리 식품에 무방비로 노출되어 다양한 영양소를 골고루 섭취하는 것이 현실적으로 쉽지 않은 현대인들이 몸 전체의 대사기능이 떨어지고 순환장애에서 기인하는 여러 가지 난치성 질환을 앓고 있다”고 이야기했다. 근본 원인부터 분석해  치료방법을 제시하는 ‘당당한의원’에서는 환자의 체질과 생활습관을 분석해 맞춤형 식이요법과 운동요법을 병행하여 난치성 질병을 탁월하게 호전시키고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>노폐물 배출과 면역기능 강화로 통합적 관리 <br/><br/><br/>중금속, 매연, 환경호르몬 등 하루하루 몸속에 쌓이는 ‘생활 독’으로부터 건강을 지키기 위해서는 노폐물과 독소를 배출하는 체내 해독능력과 면역기능 강화가 무엇보다 중요하다. 몸속에 독소가 쌓이면 활성산소가 증가하고 몸의 순환과 균형을 깨뜨려 면역기능이 저하되기 때문에 각종 질병에 취약해진다. <br/><br/><br/>고 원장은 “<span class='quot0'>많은 현대인들이 만성피로, 만성통증을 호소하는데 체내에 쌓인 독성물질을 배출해 내고 면역기능을 강화하는 등의 통합적 관리로 치료가 가능하다</span>”며 “<span class='quot0'>당당한의원만의 노하우를 담은 치료 프로그램과 약을 통해 우리 몸속의 노폐물과 독소를 효과적으로 배출해준다</span>”고 전했다. 아울러 “최근 들어 난치성 질환의 범위가 더욱 넓어지고 가족 중에 암 환자들이 늘어나면서 막연하게 병에 대한 두려움을 가지고 있는 사람들이 많아지는 추세”라며 “그들이 가지고 있는 두려움에 체계적, 통합적으로 치료함으로써 난치병에 대해 당당하게 맞서려 한다”고 목소리를 높였다. 이어 고 원장은 “<span class='quot0'>우리 몸을 오염되지 않은 자연의 상태로 돌아가게 도와주는 것이 바로 내 일</span>”이라고 입가에 미소를 지었다.

언론사: 내일신문-1-245.txt

제목: 딱 내마음같은 교보CI보험 출시  
날짜: 20151005  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204404243  
본문: 교보생명은 기존 상품보다 보험료를 대폭 줄인 '내 마음 같은 교보CI보험'을 6일부터 출시한다고 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 사망 보장은 물론, 암, 뇌졸중, 급성심근경색증 등 중대한 질병(CI)과 중증치매 등 장기간병(LTC) 상태를 평생 보장한다. CI나 LTC로 진단받으면 가입금액의 80%를 먼저 치료비로 받을 수 있다. <br/> <br/>'내 마음 같은 교보CI보험'은 해지환급금 적립 방식을 바꿔 기존 CI보험보다 보험료를 7~ 19% 낮춘 것이 특징이다. 그동안 국내 생명보험업계의 종신보험이나 CI보험은 해지환급금을 미리 확정된 예정이율로 쌓아 최저보증하는 방식이었다. 그러나 이 상품은 해지환급금을 공시이율로 적립하는 방식을 도입했다. 공시이율은 금리연동형 보험상품의 적립금에 적용하는 이자율로 시중금리의 변동에 따라 이율이 바뀐다. <br/> <br/>다만, 공시이율이 내려가더라도 가입 후 5년 미만은 연복리 2%, 10년 미만 1.5%, 10년 이상 시 1%를 최저 보증한다. <br/> <br/>이에 따라 시중금리가 지속적으로 내려가면 해지환급금이 기존 방식보다 다소 적어질 수 있지만 생명보험 본연의 기능인 보장혜택에 초점을 맞춰 저렴한 보험료로 동일한 보장을 받을 수 있도록 했다.

언론사: 내일신문-1-246.txt

제목: 심근경색·뇌졸중 '골든타임(2~3시간)'이 생명  
날짜: 20150930  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204212288  
본문: 심근경색증과 뇌졸중 환자는 응급상황이 발생하면 골든타임(2~3시간) 안에 처치를 받아야 위험을 줄일 수 있다. 하지만 우리나라 환자들은 여전히 골든타임을 넘기는 경우가 많아 개선 대책이 절실한 상황이다. <br/> <br/>심근경색증은 심장근육에 혈액을 공급하는 혈관인 관상동맥이 혈전(피떡)에 의해 갑자기 막혀서 심장근육이 죽어 사망에 이르는 질환이다. 뇌졸중은 뇌에 혈액을 공급하는 혈관이 막히거나 터져서 사망에 이르거나 뇌 손상으로 신체장애가 나타나는 질환이다. 이 두 질환의 주요 발생 원은은 평소 흡연, 음주, 운동부족, 스트레스, 고혈압, 당뇨병 등으로 학계는 보고 있다. <br/> <br/>질병관리본부에 따르면, 심근경색증, 뇌졸중 등 심뇌혈관질환으로 인한 사망자는 2013년 기준 5만803명이나 된다. 전체 사망 원인의 20%를 해당된다. 이렇게 심각한 질환이지만 암 같은 다른 질병에 비해 심각성이 과소평가되고 있다. <br/> <br/>심근경색증은 막힌 혈관을 뚫어주는 치료가 가능하도록 증상 발생 후 2시간, 뇌졸중은 3시간이 환자를 살리는 데 중요한 '골든타임'이다. 하지만 2012년 기준 증상 발현 후 평균 병원 도착까지 소요 시간은 심근경색증은 2시간20분, 뇌졸중은 3시간 24분으로 나타났다. 골든 타임으로 잡고 있는 시간보다 길었다. <br/> <br/>그 결과 우리나라는 심근경색 같은 심장질환 사망률은 경제협력개발기구(OECD) 평균보다 낮지만 지속적으로 상승하는 추세다. 뇌졸중 같은 뇌혈관질환은 사망률이 감소 추세에 있지만 OECD 국가 평균을 상회하고 있다. <br/> <br/>더군다나 흡연율, 고위험 음주율 등 심근경색증과 뇌졸중의 발생에 영향을 미치는 생활습관 지표가 좋지 않다. 현재 흡연율은 20% 중반대에서 정체돼 있으며 고위험 음주율(1회 평균 음주랑 7잔 이상(여성5잔)이며 주 2회 음주) 역시 10% 초반에서 한자릿수로 내려오지 않고 있다. 중증도 이상 신체활동 실천율은 2007년 54.7%에서 2013년 47.2%로 오히려 7.5%p나 떨어졌다. <br/> <br/>질본은 "증상이 나타나면 지체없이 119 도움을 요청하고, 평소 예방관리에 힘써야 한다"고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-247.txt

제목: 암을 이기자! 대한암협회 안산시지부 창립\_‘대장앎의 날’ 건강강좌 개최  
날짜: 20150926  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204136008  
본문:  대한민국 사망원인 1위 암을 극복하기 위한 의미 있는 시도가 안산에서 벌어지고 있다. 주민들의 생활 현장에서 암예방과 치료, 사후관리 등 대한암협회의 사업을 보다 활성화하기 위해 대한암협회 안산시지부(지부장 이천환 한사랑병원장)가 지난 9월 18일 발족했다. 안산시지부 창립식에는 구범환 대한암협회장과 김명연 국회 보건복지위원, 원미정 경기도의회 보건복지위원장 및 시,도의원, 국민건강보험공단 및 관계 기관장, 암환우회, 그리고 지역주민 등 150여 명이 참석하였다. <br/><br/><br/>이천환 대한암협회 안산시지부장은 “이번 행사는 대한암협회와 시민들과의 접촉면을 늘리고자   기획하였다. 안산시지부의 창립을 알리는 것과 더불어 전문의료인들이 일반인들에게 대장암에 대한 정보를 제공하자는 취지에서 대장앎의 날 행사 병행하였다. 앞으로 지역주민들 속에서 대한암협회의 강연회, 캠페인, 출판사업 등 지속적으로 벌여나가겠다.” 라고 말했다 <br/><br/><br/>이날 창립식에 이어 첫 사업으로 ‘대장앎의 날’ 건강강좌를 진행하였다. 대한대장항문학회와 전국 병의원들은 서구화된 식생활로 인하여 빠르게 증가하고 있는 대장암을 예방하기 위하여 매해 9월 대장앎의 날 캠페인을 개최하고 있다. <br/><br/><br/>안산시지부의 ‘대장앎의 날 건강강좌’는 최동현 한사랑병원 진료원장이 사회를 맡았고, 임상우 성심병원 외과교수의 ‘한국인의 화장실습관과 100세까지 장건강지키기’, 구범환 대한암협회장의 ‘암예방을 위한 올바른 생활습관’, 그리고 최효성 전 국립암센터 대장암센터장의 ‘대장암의 예방과 치료’ 순으로 강좌가 진행됐다.

언론사: 내일신문-1-248.txt

제목: 생활습관병 진단·입원·수술 종합보장  
날짜: 20150924  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107204018645  
본문: 삼성생명이 과거 성인병으로 불리던 '생활습관병'에 대한 입원과 수술 등을 종합보장하는 '삼성생명 생활습관건강보험'을 이달 7일부터 판매하고 있다. <br/> 생활습관병은 당뇨병·고혈압·위장병·뇌졸중 등 잘못된 식습관, 운동 부족, 흡연, 음주 등의 생활습관으로 인해 현대인들에게 쉽게 노출되고 있는 각종 질병을 말하는데, 완치를 위해서는 대부분 입원, 수술 등의 치료가 필요하다. <br/> <br/>'삼성생명 생활습관건강보험'은 이런 질병을 종합 보장한다. 다만, 암의 경우 이미 암보험에 가입한 고객이 많아 특약을 통해 보장여부를 고객이 직접 선택할 수 있도록 했다. <br/> <br/>보장 대상은 생활습관병으로 인한 입원과 수술을 기본으로 하고, 추가로 △중증생활습관병보장특약, △소액질병진단특약, △실손의료비 보장 특약 등 총 18종의 특약을 구성해 생활습관병의 진단, 입원, 수술에 이르는 전체 치료과정을 보장받을 수 있다. <br/> <br/>예컨대 주보험 1000만 가입시 △입원시 1일당 3만원 또는 5만원, 다른 질병이나 재해로 인한 입원시 1일당 2만원, △관혈 수술시 회당 120만~300만원, 내시경·카테터·신의료 수술시 회당 40만~100만원(최대 3회), △만기 생존시에는 만기보험금으로 200만원을 지급한다. <br/> <br/>가입 연령은 만 15세부터 60세까지이며, 기본 보장 기간은 15년이나 갱신을 통해 최대 100세까지 보장받을 수 있다. <br/> <br/>삼성생명 관계자는 "그동안 암보험이나 CI보험 등 중증 질병을 보장하는 상품은 계속 판매해 왔지만 종합 건강보험은 2006년 이후 10년 만에 다시 판매하는 것"이라며 "비교적 저렴한 보험료로 각종 질병에 대한 입원, 수술, 치료 등의 보장이 가능한 종합건강보험이라 매우 유용한 상품이 될 것"이라고 설명했다.

언론사: 내일신문-1-249.txt

제목: 교과과정 개편, 학교교육 '지각변동' 예고  
날짜: 20150923  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203959547  
본문: 교육부가 22일 '지식 위주의 암기식 교육에서 배움을 즐기는 행복교육으로 전환한다'는 '2015 개정 교육과정'을 발표했다. 교육부는 '인문학적 상상력, 과학기술 창조력, 바른 인성을 두루 갖춘 창의융합형 인재상'을 개정안에 담았다고 설명했다. <br/> <br/>국정교과서를 쓰는 과목은 2017년부터, 나머지 과목은 2018년부터 새 교육과정을 적용한다. 연차적으로 적용해 2020년에는 모든 학교·학년·교과가 새 교육과정을 따르게 된다. <br/> <br/>가장 두드러진 변화는 고교 1학년 때 모든 학생이 배우는 '통합사회' '통합과학' 과목 신설이다. 문·이과 벽을 허물고 공통과목으로 신설해, 연극 소프트웨어 교육 등 인문 사회 과학기술에 대한 소양교육을 강화한다는 취지다. 김재춘 교육부 차관은 "2018학년도부터 수학 영어 등 주요 과목의 교과별 성취기준을 현재보다 20% 낮춰 학생들의 학습 부담을 줄일 것"이라고 설명했다. <br/> <br/>자율성을 확대하는 다양한 선택과목도 개설한다. 꿈과 끼를 키우고 진로와 적성을 고려했다고 밝혔다. 중학교 한 학기를 학생중심의 창의적이고 체험중심 수업으로 전환하는 자유학기제 전면 운영 근거도 마련했다. <br/> <br/>◆교수 평가방법도 개선 = 교수·학습 및 평가방법도 크게 개선한다. 꼭 배워야 할 핵심 개념과 원리를 중심으로 학습내용을 정선한다. <br/> <br/>국어 수학 영어 통합사회 통합과학은 8단위 공통과목으로, 한국사는 6단위로 신설했다. 통합사회는 행복, 자연환경, 생활공간, 인권, 시장, 정의, 인구, 문화, 세계화를 바탕으로 사회현상과 갈등 해결방안 등을 목표로 묶었다. 통합과학은 물질과 규칙성, 시스템과 상호작용, 변화와 다양성, 환경과 에너지를 4개의 핵심개념으로 삼았다. <br/> <br/>공통과목을 배운 뒤엔 진로를 위한 문·이과 집중교육으로 이어지도록 했다. 사회·문화, 경제, 물리학Ⅰ, 지구과학Ⅰ 등 기존 일반선택 과목 외에 적성에 따라 더 배우는 진로선택 과목을 신설했다. 최소 3과목을 이수해야 한다. <br/> <br/>개정 교육과정 정착과 성공여부는 수능과 어떻게 연계하는가에 달렸다. 교육부는 22일 브리핑에서 구체적 수능연계방안에 대한 설명은 하지 않았다. 2017년쯤에나 수능 개편안을 내놓을 예정이라고 말했다. 김재춘 차관은 "대입과 연계하는 문제는 숙제로 남아 있다"며 "23일 고시 후 대입 연계 방안 연구를 바로 시작할 예정"이라고 밝혔다. 하지만 대입 개편안이 확정 발표될 때까지 교육시장은 불안감을 털어내지 못할 것이고 사교육으로 이어질 가능성이 크다는 게 입시전문가들의 지적이다. <br/> <br/>교육부가 개정 교육과정을 확정고시 하면 초중고 각급 학교별로 학생과 교사 모두에게 커다란 변화가 예고되는 대목이다. 교과서부터 대입제도, 교원양성 체계까지 교육제도 전반에 걸친 대 지각변동이 일어날 것으로 보인다. <br/> <br/>교육과정 개정은 최근 2007년, 2009년, 2011년에 바꿨다. 학생들은 고교 때까지 3개 교육과정을 공부해야 하고 교사들 역시 개정에 따른 피로감이 누적되고 있다고 호소하고 있다. 논란이 된 '초등 한자병기'는 이번 개정안에서 빠지고 결정을 내년 말로 연기했다. <br/> <br/>◆학생 교사 피로감 누적 = 학교현장에서는 개정 교육과정 발표에 대해 우려의 목소리가 높았다. <br/> <br/>전교조는 "교육부가 행정절차법에서 규정한 공청회 방법, 행정예고 일자 등을 위반했기 때문에 2015 교육과정은 원천무효"라면서 "교육시민단체들을 중심으로 행정소송을 제기할 예정"이라고 밝혔다. <br/> <br/>이번 개정교육과정에서 지리과목이 제외돼 전국 지리교사들과 학계의 강한 항의를 받았다. 중학교 사회에서 지리를 별도로 분리하는 게 통합과정에 적합하지 않다는 게 교육부 해명이다. 해양교육의 경우 별도 시수보다 창의체험활동 시간으로 묶어 단위 학교 재량으로 넘겨 사실상 수업이 어렵게 됐다. <br/> <br/>암기식 교육에서 창의력 수업으로 전환한다는 교육과정 개정이 국영수 입시 중심에서 크게 벗어나지 못했다는 지적도 나왔다. <br/> <br/>국영수와 기초(한국사)를 묶어 50%를 넘지 못하도록 했기 때문에 국영수 비중이 이전보다 줄었다는 게 교육부 설명이다. 하지만 수능과 입시의 변화가 없는 한 비 입시과목을 늘리기는 어렵다는 게 현장 교사들의 의견이다. <br/> <br/>전국 14개 시·도 교육감들도 지난 17일 공동 성명에서 "2011년에 개정된 교육과정도 마무리되지 않은 시점에 또다시 일선 학교와 충분한 논의도 없이 교육과정 개정을 조급하게 추진하고 있다"며 중단을 요구했다.

언론사: 내일신문-1-250.txt

제목: 1편-육식이 좋을까?채식이 좋을까?  
날짜: 20150921  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203841186  
본문:    맑은사람 한의원 <br/><br/><br/>    허성식원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>20여 년 전 어떤 박사님이 채식의 중요성을 설파하던 때가 있었다. 아마도 자기 자신이 채식의 효과를 많이 보았기 때문이라고 생각된다. 또, 병원에서 포기한 말기 암 환자들이 자연으로 돌아가 채식을 하며 기적적으로 완치된 사례들도 심심찮게 보고되고 있다. 그렇다면 건강을 위해서는 채식만 해야 할까? 그렇지 않다. 최근 방송에도 나왔지만 채식이 좋다 하여 채식으로 말기 암을 케어 하다가 더 안 좋아져서 육식으로 바꾼 후 병이 나았다는 경우도 보고되고 있다. <br/><br/><br/>그렇다. 몸의 특성은 한 가지가 아니라 다양하다고 볼 수 있는데 이런 특성을 연구하고 치료에 활용하는 의학을 체질의학이라고 하며 대표적으로 사상의학과 8체질의학이 있다. 8체질의학에서는 사람의 특성을 금양, 금음, 토양, 토음, 목양, 목음, 수양, 수음의 8가지로 분류하고 침과 음식섭생을 주 치료 수단으로 삼고 있다. 서두에 얘기했던 것처럼 체질의 특성에 맞추어 음식을 먹는 것은 건강을 유지하고 질병을 예방하며 좀 더 빠르고 근본적인 질병치료를 하는데 반드시 필요하다. <br/><br/><br/>위에서 채식을 강조했던 박사는 아마도 금양체질이었을 것이다. 이들은 창의력이 뛰어나며 은둔하기를 좋아하는 특성이 있다. 에디슨, 스티브잡스처럼 은둔을 통한 뛰어난 창의력으로 세상을 진보시키는 사람들이다. 금음체질은 직관력이 뛰어나다. 어떤 일의 본질을 꽤뚫는 능력이 있어서 독선으로 빠지기 쉽다. 박정희, 김대중, 노무현 등 대중 앞에서 군중을 선동하고 이끄는 힘이 있는 정치가들이 많다. 이들 금 체질이 바로 채식체질이다. 육식과 금붙이를 멀리하고 채식을 하며 땀을 많이 내지 않는 것이 건강섭생법이다. 그래서 목욕탕에 가서도 냉탕과 온탕을 번갈아 해야 좋으며 수영이 좋다. <br/><br/><br/>토양체질은 성격이 매우 급하여 ‘빨리 빨리’가 가장 큰 특징이며 호기심이 많고 사교적이며 낙천적이고 헌신적이며 솔직하다. 얼리어답터라고 하여 신제품이 나오면 가장 먼저 사는 사람들이다. 이태석 신부처럼 헌신적이며 깊진 않지만 다양한 재주를 가지고 큰 봉사를 한 경우가 있는 반면 영화 ‘Catch me if you can’의 주인공처럼 희대의 사기꾼도 있다. 토체질은 음식섭생이 제일 편한 체질로 육식, 채식 모두 괜찮으나 맵고 짠 것과 닭, 개, 염소, 오리, 망고 등 흔히 보양식이라고 하는 음식은 해로우니 피하는 것이 좋다.

언론사: 내일신문-1-251.txt

제목: KT-서울대, 암 유전체연구센터 개소  
날짜: 20150915  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203437320  
본문: KT는 15일 서울대학교에서 황창규 KT 회장, 성낙인 서울대학교 총장 등이 참석한 가운데 '생명정보실용화센터'(IBIS) 개소식을 가졌다. <br/> <br/>서울대학교 생명공학공동연구원에 위치한 IBIS는 일주일에 약 100명의 전체 유전체를 분석할 수 있는 국내 최대규모의 생명정보 데이터분석 전문 연구센터다. KT의 첨단 ICT 역량과 서울대의 생명정보 분석기술 및 전문 연구인력을 통해 유전체 분석 핵심 솔루션 개발과 유전체 관련 사업발굴을 목표로 설립됐다. <br/> <br/>KT와 서울대는 지난해 5월부터 바이오인포매틱스 산학협력을 통해 맞춤 치료의 핵심 요소인 암 발병 원인 유전자 검사 기술과 유전체 정보분석 소프트웨어를 개발해왔다. 이번 IBIS 개소를 통해 향후 암 유전체 분석 알고리즘 개발 및 암 동반진단 기술개발에 이르기까지 첨단 연구를 수행할 예정이다. <br/> <br/>황창규 회장은 "IBIS를 한국을 대표하는 세계적 수준의 연구소로 육성하고, 연구성과의 사업화를 통한 국가 창조경제에도 기여할 것"이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-252.txt

제목: "의료기기 납품 대가로 해외연수 요구"  
날짜: 20150915  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203444289  
본문: 국립대병원이 의료기기 입찰에 있어 납품업체로부터 리베이트성 대가를 요구했다는 의혹이 제기됐다. <br/> <br/>충북대병원은 지난 7월부터 방사선 암치료 의료기기인 초정밀선형가속기 시스템 1세트 구매를 위한 입찰 공고를 다섯차례 냈다. 그러면서 공고와 함께 첨부된 규격서의 "훈련 지원(Training support)"항목에 "2주간 국외로 2명의 의사와 1명의 물리치료사를 보내줄 것(2 weeks overseas for 2 doctors, 1 physicists), "2주간 국외로 방사선 치료사를 보내줄 것(2 weeks overseas 2 radiotherapists)"라고 명시했다. 즉, 2주동안의 5명의 충북대병원 소속 의료인에 대한 해외 교육을 지원하라는 것이다. <br/> <br/>의료법 23조의2 및 의료기기법 13조 3항과 같은법 18조 2항에서는 '의료인, 의료기관 개설자, 의료기관 종사자가 의료기기업자 등으로부터 경제적 이익을 취득하는 것을 금지한다'고 정하고 있다. <br/> 암치료에 쓰이는 선형가속기 VARIEN 홈페이지 제공 <br/>이 규정을 위반해 의료인이 경제적 이익을 의료기기업자로부터 제공받은 경우, 의료법에 따라 1년 범위 내의 자격정지에 처해지거나 2년이하의 징역 3천만원 이하의 벌금을 받게 된다. 그동안 의료계의 고질적인 폐해로 지적된 리베이트 관행을 없애기 위한 규정이다. <br/> <br/>법이 금지하고 있는 경제적 이익이 다소 모호해 의료법은 시행규칙을 두고 엄격하게 그 범위를 정하고 있다. 예를 들어 '의료기기 수입업자가 의료기관에 소속한 보건의료인을 대상으로 국내에 수입되지 않은 수입업자의 의료기기와 관련한 기술 습득 및 기술 향상을 위해 실시하는 국외 교육과 국외 훈련은 허용되는 경제적 이익'이라 정하고 있다. 국내에 없는 기기라면 해외에서 교육 기회를 가지는 것을 일정부분 인정해주는 것이다. <br/> <br/>그러나 충북대병원이 구매하고자 하는 선형가속기는 모두 국내에 이미 시판되고 있는 것들로 의료기기업자가 이런 경우 의료진의 해외연수를 지원하면 리베이트에 해당, 의료법 및 의료기기법 위반이 된다. <br/> <br/>결국 입찰에 응한 곳 중 하나인 H업체는 관리당국인 교육부에 '의료기관이자 공공기관인 충북대병원이 해외 교육 및 훈련 지원사항이 관련법 위반인줄 인지하고 있음에도 불구하고 규격서에 포함시켰다. 문제점을 지적하는 공문을 수차례 발송했으나 아무런 시정조치를 취하지 않았다'고 민원을 제기했다. <br/> <br/>충북대병원 방사선종양과 한 관계자는 "다른 국립대병원에서 내는 입찰 공고문을 그대로 베껴서 내다보니 이뤄진 실수"라고 해명했다. <br/> <br/>또 어떻게 실수인지를 인지하게 됐느냐고 묻자 그는 "민원이 들어와서야 잘못된 내용이 들었다는 것을 알았다"고 말했다. 민원이 있기까지 해당부분이 리베이트에 해당할 수 있다는 문제의식은 없었음을 시사했다. <br/> <br/>충북대병원은 교육부에 민원이 제기된 이후인 지난 11일 5차 공고를 냈으며 앞선 공고를 일부 수정했다. <br/> <br/>5차공고에서는 '훈련 지원(Training Support)'항목에 '현장 훈련 (One-site training)'이라고 적고 ·국외(overseas)'부분은 제외했다. 하지만 어떤 교육을 지원하라는 의미인가를 묻자 충북대병원은 "아직 구체적으로 정해진 것은 없다"고 말했다. <br/> <br/>뿐만아니라 다른 국립대병원의 입찰공고문을 그대로 베껴쓰고, 4차례나 유찰이 된 후 해당업체가 관리당국에 민원을 제기하기까지 한번도 입찰공고문이 재검토되지 않았다는 점은 의문으로 남았다. <br/> <br/>또한 입찰 공고가 반복될 수록 제출하라는 서류는 늘어났다. 5차공고에서도 이전에 없었던 '초정밀선형가속기 시스템 규격검토 별도 기준'을 추가했다. 국가계약법 시행령 20조 3항은 "재공고입찰시 기한을 제외하고는 최초의 입찰에 부칠 때에 정한 가격 및 기타 조건을 변경할 수 없다"고 규정하고 있다. 이 점에 대해 충북대병원 측은 "우리는 재공고를 한 것이 아니라 매 회 새로운 공고를 낸 것이라 조건은 추가할 수 있다고 본다"고 답했다. <br/> <br/>또한 충북대병원 앞의 관계자는 "해당업체에서 내용증명을 비롯 문제제기가 있어 온 것은 사실"이라며 "올해까지 사업을 하지 않으면 국가에 예산을 반납해야 하는 입장이라 10월초까지는 반드시 마무리 해 기계를 도입할 예정"이라고 밝혔다. <br/> <br/>교육부 대학정책실 한 관계자는 "해당 입찰과 관련해 민원청구가 들어온 것은 사실"이라며 "충북대병원 측에 민원청구서를 보여주고 사실확인서를 요청했다"고 밝혔다. 그는 또한 "위법이 발견되면 감사에 착수하는 것이 순서이나 일단 충북대병원 측의 입장을 들어볼 예정"이라 말했다.

언론사: 내일신문-1-253.txt

제목: 초음파 검사의 정확성은 검사자와 장비에 의해서 결정된다  
날짜: 20150915  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203409847  
본문: 조정훈유바외과 조정훈원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>정부는 9월 1일부터 4대 중증질환 보장 강화 계획의 일환으로 ‘초음파 급여 확대’ 를 발표 하였다. 초음파 검사는 일부 중증질환 환자들에게만 보험 적용을 해주고 있어, 개인 사보험이 없는 환자들에게 다소 부담이 되는 검사였다. 그러나 앞으로는 해당 질환의 진단을 위해서 시행하는 초음파 검사도, 적용 요건이 된다면, 국가 보험 적용을 받을 수 있게 되었다. <br/><br/><br/>필자는 수원 영통구에서 유방, 갑상선 클리닉을 운영하고 있는 전문의 이다. 필자가 전문과목으로 보고 있는 유방과 갑상선은 암이 잘 발생하는 장기 이지만, 다행히 우리 몸의 표면에 위치하고 있기 때문에 초음파 검사는 매우 유용하다. 요즘 많이 알려져 있는 갑상선 고주파 절제술과 유방 맘모톰 절제술과 같은 미세 침습적인 수술법 또한 이러한 초음파 장비가 없으면 무용지물이 된다. 하지만 병원마다 초음파 진단의 수준은 어떠한가? 천차만별이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>초음파 검사의 수준을 결정하는 변수는 무엇인가? <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>첫째 검사를 진행하는 의사의 전문성이다. 초음파 검사는 시행하는 의사의 역량에 따라 진단이 달라 질 수 있다. 기본적으로 유방, 갑상선 질환에 대한 해박한 지식을 가지고, 검사에 대한 오랜 경험이 있는 전문의사가 검사를 진행할 때 진단이 더욱 정확해진다. 또한 충분한 시간을 가지고 꼼꼼하게 검사를 마칠 수 있는 조건이 주어진다면 병변을 놓치는 일이 없을 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>둘째 검사장비의 사양이다. 종양의 위치와 크기 정도만 파악할 수 있는 저가의 장비가 있는가 하면, 고해상도 영상을 통하여 병변의 모양을 구현하고, 조직 내 혈액의 흐름과 종양의 탄성도와 같은 생리학적인 정보까지 알려주는 수준 높은 초음파도 있다. 이러한 하이앤드급 장비는 병변을 찾아내는데 그치지 않고 발견한 종양을 범주화시켜 악성도에 따라 관리할 수 있게 한다. 결국 좋은 장비를 갖추고 있는 의료기관이 더 정확한 진단을 하는 것은 자명한 이치이다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>이번 초음파 급여 확대로 양적인 혜택이 자칫 질적인 수준 저하의 결과를 초래할 수 있기 때문에 관심을 가져야 한다. 검진기관의 선택에 앞서 의사의 전문성 여부와 기관의 장비 수준을 파악하는 것이 이제는 중요하게 되었다. 

언론사: 내일신문-1-254.txt

제목: [9월부터 4대 중증질환 의심시 1회 한해 초음파 보험급여]초음파 검사 목적에 맞는 정확한 진단이 우선  
날짜: 20150914  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203346362  
본문: 9월 1일부터 초음파 진단 시 건강보험급여 범위가 확대된다. 보건복지부는 4대 중증질환(암, 심혈관, 뇌혈관, 희귀난치질환)이 의심돼 초음파 검사를 실시하면 연간 1회에 한해 보험급여를 인정한다고 밝혔다. 하지만 아직까지 가이드라인이 명확하지 않아 향후 급여 심사를 놓고 혼선이 빚어질 수 있다는 우려의 목소리가 나오고 있다. <br/><br/><br/>‘4대 중증질환 의심 시 연간 1회 초음파 보험급여’가 실시되는 현 시점에서 초음파 검사를 받기 전에 꼭 알아야 할 점은 무엇인지 수원 영통 조정훈외과(유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장을 만나 궁금한 점을 물어보았다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 조정훈 유바외과(유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>초음파 보험 범위 가이드라인 모호 <br/><br/><br/>초음파 검사에 대한 건강보험급여는 2013년 10월부터 4대 중증질환자들에 한해 연간 2회 적용됐다. 질환 진단을 받은 이후에만 해당하고, 질환인지 아닌지 여부를 판단하는 과정에서는 보험 적용이 되지 않아 검사료 부담이 적지 않았다. 이러한 문제를 해결하기 위해 올해 9월 1일부터는 4대 중증질환으로 진단되기 전 ‘의심’ 단계에서 초음파 검사를 실시하면 건강보험으로 인정하기로 한 것이다. 단, 초음파 검사가 남용되는 걸 방지하기 위해 진단과정 1회(에피소드) 당 1번만 보험을 적용하기로 했다.  <br/><br/><br/>그러나 의료현장에서는 초음파 보험 적용 범위를 둘러싸고 혼선이 빚어질 가능성이 높다는 지적이다. 조정훈 원장의 말이다. <br/><br/><br/>“예를 들어, 유방암 증상이 있다고 ‘의심’ 돼 유방암을 감별할 목적으로 초음파 검사를 받으면 1회에 한해서는 보험급여로 인정하겠다는 것이니 이 점은 환영할 만한 일이다. 하지만 문제는 그 ‘의심되는 증상’을 어떤 기준으로 판단할 것인지 굉장히 모호하다는 데 있다. 의학적 판단의 범위를 두고 의사와 보건당국의 해석에서 차이가 발생할 개연성이 높다.” <br/><br/><br/>의료현장에서 가이드라인 부재를 우려하는 목소리가 나오자 건강보험심사평가원은 “<span class='quot0'>의학적 판단이 불분명한 경우 등은 진료심사평가위원회를 통해 심사가 이뤄질 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>급여 기준 및 질의응답, 심사사례 공개 등을 통해 혼란을 줄여나가겠다</span>”고 밝혔다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>정확한 초음파 장비와 전문의사의 역할 커 <br/><br/><br/>중증질환 의심 단계에서도 초음파 급여 혜택을 받을 수 있게 된 차제에 초음파에 대한 자세한 내용을 알고 가는 것이 현명한 자세일 터. <br/><br/><br/>초음파 검사는 유방, 갑상선과 같이 우리 몸의 표면에 위치한 구조를 쉽고 정확하게 진단할 수 있다. 최근에는 ‘하모닉 영상’ ‘탄성 초음파 영상’ ‘도플러 초음파 영상’이 지원되는 고해상도 초음파 장비가 나와 병변을 파악하는데 큰 도움을 주고 있다. <br/><br/><br/>△하모닉 영상(Harmonic Imaging)은 종양 내부가 에코결을 통해 분명하게 보이기 때문에 낭종인지 고형결절인지 여부가 감별되고 윤곽이 확실하게 보이기 때문에 악성종양(암)의 특징인 침윤여부를 판정할 수 있다. <br/><br/><br/>△탄성 초음파 영상(Elastography)은 종양의 ‘단단함’을 알 수 있게 해준다. 악성종양은 양성종양에 비하여 딱딱하다. 한데 이 ‘딱딱하다’는 생리학적인 특성이기 때문에 모양만 봐서는 알기 어렵다. 이때 탄성 초음파 영상은 생리학적인 정보를 색깔로 나타내 종양의 악성도가 어느 정도인지 가늠할 수 있다. <br/><br/><br/>△도플러 초음파 영상(Doppler Image)는 혈관 신생도라고 이해하면 된다. 악성종양은 혈관을 끌어 모으면서 성장과 전이를 하기 때문에 종양 주변의 혈관의 형태와 혈류의 특성을 분석하면 악성종양 여부를 판정하는데 도움이 된다. <br/><br/><br/>조정훈 원장은 “<span class='quot1'>하모닉 영상, 탄성 초음파 영상, 도플러 초음파 영상 등에서 얻은 객관적인 정보를 토대로 초음파 진단이 보다 정확해질 수 있다</span>”고 설명했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>낡은 장비로 진단하는 곳 많아 주의해야  <br/><br/><br/>초음파는 컴퓨터 단층촬영(CT)이나 자기공명영상(MRI)에 비해 쉽게 선택할 수 있는 검사 방법이다. 간편하고 검사를 받을 때 큰 불편함이 없으며 인체에 큰 해도 없어서 영상 검사 중 가장 기초가 되는 검사 방법이기도 하다. 하지만 일부 병원에서는 노후화된 초음파 장비를 그대로 사용하는 경우가 있어 주의가 요구된다. <br/><br/><br/>조정훈 원장은 “<span class='quot1'>어떤 초음파 장비로 검사를 하고, 누가 검사를 하는지에 따라 진단의 정확도가 달라질 수 있다</span>”고 말했다. CT는 영상기사가 찍고, 의사가 판독한다. 그러나 초음파 진단은 리얼타임으로 검진을 하는 것이므로 검사자(의사)의 역할이 굉장히 중요하다. <br/><br/><br/>조 원장은 “<span class='quot1'>유방 전문 클리닉의 경우 고해상도 초음파를 통해 발견된 유방종괴를 유방암 위험도에 따라 분류하는 BI-RAD(영상의 모양에 따라 분류하는 가이드라인) 시스템에 따라 관리하고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>초음파 검사 장비가 정밀해야 함은 물론 의사가 정확한 가이드라인에 따라 종양을 진단할 수 있는 역량이 있는지 확인하는 게 필요하다</span>”고 강조했다.

언론사: 내일신문-1-255.txt

제목: 대한암협회 안산시지부 창립식\_대장암 전문가 건강강좌 진행  
날짜: 20150913  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203258458  
본문: 대한민국 사망원인 중 1위를 차지하는 암을 극복하고 국민건강 증진을 위해 강연회의 캠페인 출판사업 등을 진행해온 대한암협회 안산시부가 오는 18일 상록구청 시민홀에서 창립기념식을 가질 예정이다. <br/><br/><br/>호수여성합창단의 식전공연으로 시작될 이날 창립식에서는 이천환 한사랑병원 원장이 안산지부 초대회장을 취임한다. <br/><br/><br/>한편 대한암협회 안산시지부는 지역주민들의 생활 현장에서 암예방과 치료, 사후관리를 위한 다양한 활동을 계획 중이며 창립식 후 ‘대장앎의 날 건강강좌’도 마련했다. 대한대장항문학회가 빠르게 증가하는 대장암을 예방하기 위해 매년 9월에 진행하는 ‘대장앎의 날’ 캠페인은 전문의료인이 일반인에게 대장암에 대한 정보를 제공하기 위해 8년째 진행하는 행사다. <br/><br/><br/>이날 진행될 대장암의 날 건강강좌는 최동현 한사랑병원 진료원장이 좌장을 맡은 가운데 한림대학교 성심병원 임상우 외과교수가 ‘한국인의 화장실습관과 100세까지 장건강지키기’라는 주제로 강연을 진행하며 구범환 대한암협회장이 ‘암예방을 위한 올바른 생활습관’, 최효성 전 국립암센터 대장암센터장이 ‘대장암의 예방과 치료’에 대한 강의를 진행할 예정이다. <br/><br/><br/>건강강좌에 참여를 원하는 시민은 한사랑병원(070-4949-7115)으로 사전 신청하면 된다. <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-256.txt

제목: [9월부터 4대 중증질환 의심시 1회 한해 초음파 보험급여]초음파 검사 목적에 맞는 정확한 진단이 우선  
날짜: 20150911  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203239073  
본문: 9월 1일부터 초음파 진단 시 건강보험급여 범위가 확대된다. 보건복지부는 4대 중증질환(암, 심혈관, 뇌혈관, 희귀난치질환)이 의심돼 초음파 검사를 실시하면 연간 1회에 한해 보험급여를 인정한다고 밝혔다. 하지만 아직까지 가이드라인이 명확하지 않아 향후 급여 심사를 놓고 혼선이 빚어질 수 있다는 우려의 목소리가 나오고 있다. <br/><br/><br/>‘4대 중증질환 의심 시 연간 1회 초음파 보험급여’가 실시되는 현 시점에서 초음파 검사를 받기 전에 꼭 알아야 할 점은 무엇인지 수원 영통 조정훈외과(유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장을 만나 궁금한 점을 물어보았다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 조정훈 유바외과(유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>초음파 보험 범위 가이드라인 모호 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>초음파 검사에 대한 건강보험급여는 2013년 10월부터 4대 중증질환자들에 한해 연간 2회 적용됐다. 질환 진단을 받은 이후에만 해당하고, 질환인지 아닌지 여부를 판단하는 과정에서는 보험 적용이 되지 않아 검사료 부담이 적지 않았다. 이러한 문제를 해결하기 위해 올해 9월 1일부터는 4대 중증질환으로 진단되기 전 ‘의심’ 단계에서 초음파 검사를 실시하면 건강보험으로 인정하기로 한 것이다. 단, 초음파 검사가 남용되는 걸 방지하기 위해 진단과정 1회(에피소드) 당 1번만 보험을 적용하기로 했다.  <br/><br/><br/>그러나 의료현장에서는 초음파 보험 적용 범위를 둘러싸고 혼선이 빚어질 가능성이 높다는 지적이다. 수원 영통 조정훈외과의 조정훈 원장의 말이다. <br/><br/><br/>“예를 들어, 유방암 증상이 있다고 ‘의심’ 돼 유방암을 감별할 목적으로 초음파 검사를 받으면 1회에 한해서는 보험급여로 인정하겠다는 것이니 이 점은 환영할 만한 일이다. 하지만 문제는 그 ‘의심되는 증상’을 어떤 기준으로 판단할 것인지 굉장히 모호하다는 데 있다. 의학적 판단의 범위를 두고 의사와 보건당국의 해석에서 차이가 발생할 개연성이 높다.” <br/><br/><br/>의료현장에서 가이드라인 부재를 우려하는 목소리가 나오자 건강보험심사평가원은 “<span class='quot0'>의학적 판단이 불분명한 경우 등은 진료심사평가위원회를 통해 심사가 이뤄질 것</span>”이라며 “<span class='quot0'>급여 기준 및 질의응답, 심사사례 공개 등을 통해 혼란을 줄여나가겠다</span>”고 밝혔다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>정확한 초음파 장비와 전문의사의 역할 커 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>중증질환 의심 단계에서도 초음파 급여 혜택을 받을 수 있게 된 차제에 초음파에 대한 자세한 내용을 알고 가는 것이 현명한 자세일 터. <br/><br/><br/>초음파 검사는 유방, 갑상선과 같이 우리 몸의 표면에 위치한 구조를 쉽고 정확하게 진단할 수 있다. 최근에는 ‘하모닉 영상’ ‘탄성 초음파 영상’ ‘도플러 초음파 영상’이 지원되는 고해상도 초음파 장비가 나와 병변을 파악하는데 큰 도움을 주고 있다. <br/><br/><br/>△하모닉 영상(Harmonic Imaging)은 종양 내부가 에코결을 통해 분명하게 보이기 때문에 낭종인지 고형결절인지 여부가 감별되고 윤곽이 확실하게 보이기 때문에 악성종양(암)의 특징인 침윤여부를 판정할 수 있다. <br/><br/><br/>△탄성 초음파 영상(Elastography)은 종양의 ‘단단함’을 알 수 있게 해준다. 악성종양은 양성종양에 비하여 딱딱하다. 한데 이 ‘딱딱하다’는 생리학적인 특성이기 때문에 모양만 봐서는 알기 어렵다. 이때 탄성 초음파 영상은 생리학적인 정보를 색깔로 나타내 종양의 악성도가 어느 정도인지 판독해낼 수 있다. <br/><br/><br/>△도플러 초음파 영상(Doppler Image)는 혈관 신생도라고 이해하면 된다. 악성종양은 혈관을 끌어 모으면서 성장과 전이를 하기 때문에 종양 주변의 혈관의 형태와 혈류의 특성을 분석하면 악성종양 여부를 판정할 수 있다. <br/><br/><br/>조정훈 원장은 “<span class='quot1'>하모닉 영상, 탄성 초음파 영상, 도플러 초음파 영상 등에서 얻은 객관적인 정보를 토대로 초음파 진단이 보다 정확해질 수 있다</span>”고 설명했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>낡은 장비로 진단하는 곳 많아 주의해야 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>초음파는 컴퓨터 단층촬영(CT)이나 자기공명영상(MRI)에 비해 쉽게 선택할 수 있는 검사 방법이다. 간편하고 검사를 받을 때 큰 불편함이 없으며 인체에 큰 해도 없어서 영상 검사 중 가장 기초가 되는 검사 방법이기도 하다. 하지만 일부 병원에서는 10~20년 전 노후화된 초음파 장비를 그대로 사용하는 경우가 있어 주의가 요구된다. <br/><br/><br/>조정훈 원장은 “<span class='quot1'>어떤 초음파 장비로 검사를 하고, 누가 검사를 하는지에 따라 진단의 정확도가 달라질 수 있다</span>”고 말했다. CT는 영상기사가 찍고, 의사가 판독한다. 그러나 초음파 진단은 리얼타임으로 검진을 하는 것이므로 검사자(의사)의 역할이 굉장히 중요하다. <br/><br/><br/>조 원장은 “<span class='quot1'>유방 전문 클리닉의 경우 고해상도 초음파를 통해 발견된 유방종괴를 유방암 위험도에 따라 분류하는 BI-RAD(영상의 모양에 따라 분류하는 가이드라인) 시스템에 따라 관리하고 있다</span>”며 “<span class='quot1'>초음파 검사 장비가 정밀해야 함은 물론 의사가 정확한 가이드라인에 따라 종양을 진단할 수 있는 역량이 있는지 확인하는 게 필요하다</span>”고 강조했다.

언론사: 내일신문-1-257.txt

제목: 둔산동 마천농협 특산물매장\_“지리산 청정지역의 향을 전해드려요”  
날짜: 20150910  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203149437  
본문: 2015년 여름이 유난히 더워서 일까. 갑자기 불어오는 서늘한 바람이 아침저녁으로 제법 차게 느껴진다. 초복·중복·말복 꼬박꼬박 챙겨먹은 보양식을 추억하며 기운차려 보지만 그래도 가을 선선함이 겨울 서늘함처럼 느껴져 마음조차 차갑다, <br/><br/><br/>이맘땐 건강을 위해 무엇을 챙겨 먹을까. 공부하는 아이들, 여름 내내 더위에 지친 남편에게 도움이 될 만한 ‘몸에 좋은 무언가’를 준비해 주고 싶다. 다가오는 계절을 건강하게 맞고 싶은 사람들을 위해 문을 연 이곳, 둔산동 마천농협특산물매장을 찾았다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>마천농협특산물매장은 충남고등학교 맞은편(둔산동 1876번지)에 위치해 있다. 주위로 아파트 단지가 많아 주부들이 심심찮게 들리기도 한다. 마천농협은 지리산 천왕봉 자락인 함양군 마천면에 있다. 지리산 한 기슭 자그마한 마을이 농협 안에 별도의 사업부를 두고 농산물 농협자체브랜드를 개발해 운영하고 있다. 또한 식품안전 관리인증 기준(HACCP) 생산 시설을 갖추고 있어 위생적이고 품질 좋은 건강 관련 식품들을 주로 생산한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>아로니아즙, 삼채&블루베리즙 1+1행사 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>둔산동 마천농협특산물매장을 두어 달 전에 오픈한 한재권 대표는 “<span class='quot0'>요즘 각광받는 아로니아즙을 비롯해 꾸준히 인기 있는 벌꿀, (흑)양파, 흑마늘, 상황버섯즙까지 지리산의 정기가 한 자리에 모였다</span>”고 강조했다. 매장을 들어서자마자 요즘 대세로 떠오른 아로니아즙 제품이 눈에 들어온다. 아로니아는 일명 초코베리라고 불리는 블루베리과 열매로 시고 떫은맛을 특징으로 한다. 항산화작용이 블루베리의 5배에 달한다는 효능이 알려지면서 급속하게 대중에게 전파됐다. 항산화성분은 피부미용은 물론 피로개선 및 성인병의 원인인 활성산소를 제거해주는 중요한 성분이다. <br/><br/><br/>삼채&블루베리즙도 1+1행사를 진행하고 있다. 삼채는 히말라야 산맥 해발 1600미터의 고랭지에서만 자생하는 식물로 알려져 있다, <br/><br/><br/>우리나라에서는 약 5년 전부터 본격적 재배가 시작된 작물이다. 단맛, 쓴맛, 매운맛의 3가지 맛이 함께 난다해서 삼채라는 이름이 붙여졌다는 이 채소는 히말라야 고산지대 원주민들이 약재로 사용해왔다고 전해진다. 항암효과가 뛰어나고 식이유황 성분이 마늘의 6배에 달하며 뼈 건강에도 좋아 성장기 아이들에게도 좋다고 한다. <br/><br/><br/>마천농협특산물 상품으로 만들어진 삼채&블루베리즙은 삼채의 이런 성분에 블루베리의 향과 맛을 더했다. 아로니아즙과 함께 가족건강식품으로 인기가 많다는 귀띔이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>추석 건강 선물세트 판매 중 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그 외에도 혈액순환 및 면역력 향상에 탁월하다고 알려진 마천 흑마늘, 고혈압 고지혈증 전립선 등에 좋은 (흑)양파, 항암에 탁월한 효능이 있다는 상황버섯즙, 피로회복의 대명사로 알려져 있는 오미자진액, 숙취해소 및 노폐물 제거에 좋은 지리산 벌꿀 등이 마천농협이 자랑하는 대표 상품이다. <br/><br/><br/>흑마늘로 건강을 되찾았다는 둔산동 변성진씨는 “야근과 회식 등으로 몸이 많이 지쳐있을 때 흑마늘을 먹게 됐다”면서 “흑마늘을 하루에 두 통씩 먹고 운동을 시작하면서 건강을 되찾았다. 지금은 아침에 몸이 가벼운 것은 물론이고 대사가 활발해 확실히 하루를 보내고 지치는 정도가 다른 것이 느껴진다”고 흑마늘의 효능을 극찬했다. <br/><br/><br/>지리산 상황버섯은 암환자들에게도 효과가 있다고 알려져 있어 환자가 있는 가정이나 건강을 챙겨야 하는 노약자들의 선물로도 좋다. 추석을 맞아 건강식품 선물을 선호하는 고객들의 문의가 늘어나고 있는 추세다. <br/><br/><br/>한재권 대표는 “<span class='quot0'>상품의 질이 워낙 탁월하기 때문에 우리 상품을 한 번 경험하면 인정할 수밖에 없다</span>”면서 “<span class='quot0'>둔산마천농협특산물 매장 오픈과 추석 선물을 계기로 마천농협상품이 지금처럼 퀄리티를 유지하면서도 더 대중들에게 많이 다가갈 수 있기를 바란다</span>”는 바람을 밝혔다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>문의 042-345-8922, 010-6420-8922 (마천농협특산물) <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-258.txt

제목: 서울특별시 서남병원 지역 대표 거점 병원 역할 충실히 해 의료서비스, 대학병원 수준으로 높인다  
날짜: 20150910  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203109876  
본문: 이화여자대학교의료원이 운영하는 서울특별시 서남병원(병원장 조영주)이 인공관절센터 김영후, 비뇨기과 박영요, 소아청소년과 이승주, 알레르기내과 조영주, 가정의학과 이상화 교수 등 각 분야별 전문 의료진을 영입하여 의료서비스 질을 한층 더 향상시키는데 주력한다는 방침이다. <br/><br/><br/>인공관절센터 김영후 교수는 무릎과 고관절 치환술의 대가로 미국 하버드대학에서 시술과 연구로 명성을 쌓았으며, 이대목동병원 인공관절센터 센터장을 역임하며 연구 활동은 물론 탁월한 임상 실적으로 이름나 있다. 특히 무(無)시멘트 고관절 인공관절을 직접 개발해 시술하는 등 인공관절 분야에서 그 실력을 인정받아왔다. <br/><br/><br/>비뇨기과에 영입한 박영요 교수는 자연배뇨형 인공방광조성수술을 국내 최초로 시술한 방광암 분야의 권위자다. 방광암, 전립선암, 신장암 등 비뇨기계 암 수술수가 총 3,000례가 넘으며 EBS 명의 프로그램에 두 번이나 선정된 바 있다. <br/><br/><br/>소아청소년과 이승주 교수는 35년 경력의 소아과 전문의로 미국미네소타의대, 미국알버트아인슈타인의대 소아신장학 연수하고 대한 소아신장학회 회장 등을 역임했다. <br/><br/><br/>서남병원장 알레르기내과 조영주 교수는 천식명의로 천식 환자들의 삶의 질 향상을 위한 치료와 관리에 집중할 것이다. 이화여대의과대학을 졸업하고 동대학원에서 석·박사학위를 취득한 뒤 서울대학병원 알레르기내과 전임의, 서울아산병원 생명과학연구소 선임연구원, 미국 아이오와대학, 미국 뉴욕 업스테이트 병원 방문교수를 지냈다. <br/><br/><br/>가정의학과 이상화 교수는 노인의학의 권위자로 노화방지, 평생건강관리, 노인병 등에 풍부한 경험을 갖춘 의료진이다. 진료뿐만 아니라 공공의료단장을 역임하며 공공의료사업, 백세건강증진 활동을 활발하게 지휘할 것이다. <br/><br/><br/>조영주 병원장은 “우수한 의료진 영입으로 중증질환 치료와 고난이도 수술까지 가능해지면서 대학병원 수준의 의료서비스 제공이 가능해졌다. 한층 강화된 진료체계로 지역 대표 거점병원으로서 지역의 의료수요를 만족시키며 진정한 시민의 병원이 되도록 더욱 노력하겠다.” 고 말했다.

언론사: 내일신문-1-259.txt

제목: "청소년 색조화장 광고 규제해야"  
날짜: 20150909  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203057052  
본문: 청소년에게 판매되는 색조화장품 광고를 규제해야 한다는 주장이 나왔다. 초등학생 때부터 화장품 사용이 늘어나면서 청소년 건강을 위협함에도 또래 연예인을 모델로 기용해 색조화장품의 선호도를 높인다는 이유를 들었다. <br/> <br/>국회 보건복지위원회 양승조 새정치민주연합(천안갑) 의원은 "화장품업계가 10대 청소년 연예인을 모델로 기용해 과도한 색조화장을 광고·홍보하면서 청소년의 모방심리를 자극하고 있다"고 밝혔다. <br/> <br/>현재 10∼20대를 주요 고객층으로 삼고 있는 저가의 화장품브랜드들이 10대 청소년 연예인 모델을 기용해, 립스틱 파우더 마스카라 아이라이너 등 청소년들에게 불필요한 색조화장을 과도하게 홍보하며 사용을 권장하고 있다는 지적이다. <br/> <br/>양 의원이 제출받은 S화장품회사의 지난 4년간 청소년 회원현황자료에 따르면, 중학생 회원수는 4년간 123% 증가했고, 고등학생 회원수 역시 137%나 늘어난 것으로 확인됐다. S화장품 회사의 현재 모델 나이는 17살 고등학교 1학년이다. <br/> <br/>2012년 '여중생의 화장품 소비행동과 아이돌 연예인 모방행태'연구논문에 따르면, '아이돌 연예인이 직접 사용하는 화장품 브랜드를 써보고 싶다'고 한 학생이 전체 중 58.9%나 됐다. 이는 많은 청소년이 또래 연예인의 화장법에 관심이 있고 모방심리를 갖고 있다는 것을 보여준다. <br/> <br/>하지만 화장품을 관리하는 식품의약품안전처는 청소년 관련 화장품 규정이 없는 상태이다. 미국 FDA 검사 결과, 립스틱은 납·카드뮴·알루미늄과 같은 소량의 중금속이 포함되어 있어 장기간 사용으로 체내에 축적이 되면 뇌병증, 암, 치매, 골질환 등의 질환을 가져올 수 있고, 아이라인, 마스카라와 같은 화장품은 안구건조증, 각막염 등의 부작용을 유발할 수 있는 것으로 알려져 있다. <br/> <br/>양 의원은 "색조화장품은 성인을 대상으로 출시되기 때문에 청소년의 피부와 건강에 적합하지 않아 일찍 화장품을 사용한 청소년은 성인보다 화장품 부작용에 더 많이 노출될 것"이라며 "또래 모델을 기용하는 등 청소년에게 색조화장을 권장하는 화장품 회사들의 무분별한 광고 행태는 규제해야 할 것"이라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-260.txt

제목: 사춘기 자녀, 자궁경부암 예방접종 필요  
날짜: 20150908  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107203030412  
본문: 하나여성의원 김윤형 원장(전 임플란트질성형연구회 회장) <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>자궁경부암은 일반적으로 자궁암이라고 알려져 있는 데 자궁 입구에 생기는 것을 말한다. 전 세계적으로 여성암으로 인한 사망 원인의 두 번째를 차지할 정도로 흔한 암이며 연간 50만명이 걸리고, 우리나라의 경우 매년 4,300여명의 환자가 발생하며, 그중 1000명이 사망하는 것으로 알려져 있다. <br/><br/><br/>자궁경부암은 인유두종바이러스(HPV)에 의해 발생하는 것으로 알려져 있다. 인유두종바이러스는 사람에게 전염되는 가장 흔한 바이러스중 하나로 자궁경부암, 생식기 사마귀를 일으키는 것으로 알려져 있으며 구강, 눈, 항문, 성기 주변에 감염되어 병변을 일으킨다. <br/><br/><br/>인유두종바이러스는 성생활을 하는 남녀의 최소 50%에서 감염이 나타난다. 그리고 일반 여성이 일생동안 감염될 확률은 80%이다. 인유두종바이러스의 감염은 특별한 증상이 없어 자신도 모르게 다른 사람들을 감염시킬 수도 있고, 드물게 임산부가 자연분만을 하는 과정에서 신생아에게 감염시키는 경우도 있다. <br/><br/><br/>자궁경부암 예방백신은 총 3회(1, 2, 6개월)접종을 하는 데 백신의 면역 효과는 평생동안 이어지는 것으로 돼 있으나, 추가접종이 필요한 지는 향후 결과를 지켜보는 것이 필요하다. 백신을 접종할 경우 자궁경부암 환자가 현재의 20-30%수준으로 줄어들 수 있고, 생식기사마귀의 경우 90%가 줄어든다는 보고가 있다. <br/><br/><br/>자궁경부암 백신은 실제 바이러스가 아니라 바이러스 유사체를 이용하기 때문에 생백신과 달리 감염을 일으키지는 않는다. 현재 미국, 유럽, 호주 등 전세계 80여 구가에서 접종하고 있다. 백신 접종 대상은 만 9-26세의 여성과 9-15세의 남성들에게 적응증을 받았으며 현재 만 45세의 여성까지 효과와 안전성이 입증되었다. <br/><br/><br/>접종의 효과를 극대화시키기 위하여 성 접촉을 통한 감염 전에 가급적 일찍 접종 받는 것이 좋다. 요즘은 방학을 이용해 사춘기 자녀들에게 예방접종을 시켜주는 부모들도 늘고 있는 추세다. <br/><br/><br/>자녀들의 건강을 위해 HPV 예방접종을 해 주는 것도 현명한 부모의 선택일 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-261.txt

제목: 흉터 예방 관리  
날짜: 20150907  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202936032  
본문: 더마주피부과 김주영 원장 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>흉터는 상처의 초기 치료가 적절히 잘 이루어진 경우 상피화가 되고 보통 삼출물이 나오지 않기까지 3주 이하의 기간에서 대부분 해결이 되며, 이후엔 일반적으로 상처가 다 나았다고 관리에 소홀하기 쉽다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이처럼 상처가 아문 후, 수술 봉합선의 실밥 제거 후 6개월에서 1년 이내의 기간 동안을 프리스카 혹은 전흉 (흉터의 전 단계)라고 일컬을 수 있다.  이 시기는 상처의 성숙시기로서 이때 적절한 관리나 치료에 최선을 다하지 않을 경우 상처의 형태나 모양이 좋지 못한 결과를 불러오기도 하며 섬유질의 합성과 분해 간의 균형이 깨져서 체질에 따라 비후성 흉터 혹은 켈로이드 흉터로의 변이까지 초래할 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이 단계에 흉터의 최소화 혹은 예방을 위해 전문적 레이저 시술과 관리를 적극 활용해보자! 일단 이 시기 상처의 가장 적극적인 치료로는 ‘브이빔퍼펙타’로 알려진 혈관레이저(Pulsed Dye Laser)를 조사하는 것이다. 595nm파장대의 빔이 혈관의 붉은 혈색소에 선택적으로 작용하여 과도한 혈관반응과 붉은 기를 감소시켜 안면홍조, 여드름의 붉은 자국, 선천성 혈관모반의 치료로 널리 사용되어 왔다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>특히 퍼펙타의 경우 기존의 브이빔 레이저에 비해 조사 시간을 길게 조절할 수 있어 혈관에 대한 작용 뿐 아니라 진피 내 섬유질의 재배열과 리모델링을 최대한 유도하여 흉터를 예방하는 치료로 수술 후 모든 수술자국이나 튼살의 붉은 초기병변 대해 가장 적극적으로 활용할 수 있으며 탁월한 시술후 만족도를 나타낸다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>일부 대학병원에서 갑상선 암 수술, 아킬레스건 봉합수술, 제왕절개 수술 자국 등에 대해 흉터 예방치료 목적으로 실밥제거 2-4주 이내에 바로 PDL혈관레이저시술을 시작하게 되는 이유가 바로 이것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>프리스카 레이저시술은 실밥제거 2-4주 이내에 3-4주 간격으로 3회-5회 정도 시술시 최적의 효과를 기대할 수 있으며 최근 많이 알려져는 흉터치료제 홈 케어와 함께 치료 시 상승효과를 볼 수 있다. 또한 상처치유는 동화작용(anabolic)이 이루어지는 상황이므로 알부민, 비타민 A, C, 지방산, 아연, 구리 등 단백질, 비타민, 미네랄을 충분히 섭취하는 것이 도움이 된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>상처 초기의 적절한 드레싱, 프리스카, 흉터 전 단계 자국에 대한 전문화된 적극적인 치료로 비후성 반흔이나 흉터로의 진행을 예방하거나 최소화 할 수 있다.

언론사: 내일신문-1-262.txt

제목: [자율동아리 활동으로 성장하는 중학생들]용인 신촌중학교 동아리 발표회 현장을 가다  
날짜: 20150907  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202947125  
본문: 몇 해 전부터 중학교에도 교내 자율동아리 붐이 일기 시작했다. <br/><br/><br/>시작은 특목·자사고에 지원하고자 하는 일부 학생들의 스펙용이었으리라. <br/><br/><br/>실제로 중학교마다 학기 초에 자율동아리 신청이 봇물 터지다가 시간이 갈수록 <br/><br/><br/>흐지부지 되는 경우가 많다고 들었다. <br/><br/><br/>그런데 대학생 동아리보다 활동을 잘하는 중학생들이 있다는 소문을 듣고 <br/><br/><br/>용인 신촌중학교를 찾았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>중학생들이 영어로 모의재판을? <br/><br/><br/>지난 8월 28일 오후 4시, 용인 신촌중학교 도서관에서 영어동아리 LTE-us(Let’s Talk English with us)의 영어 모의법정(Mock trial) 발표회가 있었다. <br/><br/><br/>“저희 동아리 발표회에 참석해주신 여러분께 감사의 말씀드립니다. 저희는 영어로 진행하는 모의법정 발표를 준비했습니다. 실제 있었던 사건을 분석하여 역할을 나누고 부원들이 직접 원고를 작성해 매일 정말 열심히 연습했습니다. 영어로 진행하는 재판이라 조금 어렵거나 지루할 수 있겠지만 끝까지 관람 부탁드리겠습니다.” 동아리 회장 권법강군의 진행으로 발표회가 시작됐다. 각 측 변호사들의 입론이 펼쳐졌고, 증인들에 대한 심문이 이어졌다. 40분간 진행된 재판은 변호사들의 최종변론으로 마무리 되었다. <br/><br/><br/>모의재판은 영어권 국가에서 중·고등학생부터 대학생들까지 많이 도전하는 클럽활동이다. 국내에서는 일반 중학교 학생들이 학교는 물론이고 영어학원에서조차도 경험하기 어렵다. 최근 경기외고와 외대부고 학생들이 중학생을 대상으로 대회를 주최하기 시작하여 경험자들이 조금씩 배출되고 있다. 신촌중학교 영어동아리 LTE-us의 회장단(권법강, 우동현, 박하은)은 경기외고와 외대부고 모의법정대회에 출전해 수상 경력이 있는 학생들로 자신들의 경험을 살려 후배들을 가르치고 발표회를 준비했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>영어로 재판과정 공부하고 <br/><br/><br/>청중 앞에서 설득해야 <br/><br/><br/>“영어모의법정은 모국어로도 어려운 법, 재판에 대한 용어와 내용을 영어로 공부해야 합니다. 남들 앞에서 영어로 말할 수 있는 자신감도 있어야하고 청중과 심판을 설득해야 하기 때문에 어렵죠. 그런데 해보면 재미있고 영어학원 다니는 것보다 실력이 엄청나게 늘거든요. 처음에는 과연 가능할까 싶었는데 후배들 실력이 몰라보게 느는 것을 보면서 보람을 느꼈고, 선후배 간의 끈끈한 팀워크를 경험할 수 있었습니다.” 부회장 우동현군의 말이다. <br/><br/><br/>“처음에는 영어로 말하는 것이 자신 없어서 발표회에 참여하고 싶지 않았는데 케이스를 읽고 원고를 쓰면서 내용을 자세히 알게 되었고, 친구들과 연습하면서 재미를 느껴 빠져들게 됐습니다. 실수할까봐 밥을 먹거나 화장실에서도 중얼중얼 대사를 외웠습니다. 충분히 연습한 덕분에 실수하지 않고 발표를 마쳐서 정말 뿌듯했고 제 자신이 자랑스러웠습니다.” 2학년 권미성 부원이 자랑스럽게 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>용인 신촌중학교 대표 자율동아리 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>영어토론동아리 LTE-us <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>영어 모의법정, 영어 디베이트, 영어 기사 읽고 토론하는 동아리이다. 1,2,3학년 재학생 15명으로 구성되어 있고 영어 모의법정 교내 발표회를 개최했다. 매주 토요일 용인영어도서관에서 유아들을 위한 영어교실 봉사를 하고, 교내에서 중고 학용품을 모아 저개발국 어린이에게 기부하는 ‘호펜’ 활동도 펼쳤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>생명공학동아리 With 홈즈 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>유전자 조작과 암 치료방법의 지식을 습득하고 탐구하는 생명과학 동아리이다. 유전자 조작에 관련된 영화를 선정해 관람하고 유전자 조작 관련 기사 및 치료 사례를 조사해 토론활동도 펼치고 있다. 여름방학에는 국립 암센터에 견학을 갔고, 현재 부원들이 함께 소논문을 작성 중이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>음악연주 봉사동아리 Dream 앙상블 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>클래식 음악연주로 봉사활동을 펼치는 동아리이다. 주 2회 아침에 모여 ‘세빌리아의 이발사’, ‘사운드 오브 뮤직’, ‘호두까기 인형’ 등의 곡을 연습하며, 지역의 요양원 및 요양병원, 음악회를 자주 접하지 못하는 군·면·읍 단위의 작은 초등학교를 방문해 ‘찾아가는 음악회’를 열고 있다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>과학영어토론동아리 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>과학 서적이나 영어로 된 과학 기사를 읽고 영어로 토론하는 동아리다. 과학에 대한 호기심을 높이면서 영어로 말하기, 글쓰기 능력까지 향상하고자 한다. 고려대 언어정보연구소와 신촌중은 집단토론언어교수법의 교육현장 적용에 대한 산학교류 협약을 체결했다.

언론사: 내일신문-1-263.txt

제목: 인터뷰 - 동기부여 &공부법 전문가 김해원 강사  
날짜: 20150907  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202944441  
본문: 중학교 꼴등에서 고등학교 전교 1등 ‘공부의 신’으로 등극한 경험을 가진 공부법 전문가 김해원 강사. 성적은 하루아침에 만들어지기 쉽지 않지만 어떻게 동기부여를 받느냐에 따라 얼마든지 반전이 가능하다고 김 강사는 강조한다. 전국의 학교들을 다니며 동기부여 &공부법 특강으로 인기몰이를 하고 있는 김해원 강사는 서현고, 분당고 등 분당지역 학교 특강 섭외 1순위로 꼽히는 핫한 인물이다. 그가 들려주는 예비 고1 수학공부법을 들어보자. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>중3까지 공부가 대학 결정, <br/><br/><br/>수학은 고교 입학 전 기본기 다져놔야 <br/><br/><br/>암기력보다는 사고력이 요구되는 평가의 흐름에 따라 스스로 생각하는 힘을 키우지 못하면 학년이 올라갈수록 성적이 떨어질 수밖에 없다. 고등 이후 공부를 잘 할 수 있는 힘은 중등 때 만들어진 공부습관과 자기주도 학습력이라고 김 강사는 강조한다. <br/><br/><br/>“부모가 만들어준 스케줄에 따라 수동적으로 공부해 온 학생들은 고등 이후 자신감이 급격히 하락하는 경우가 많아요. 중학교와 고등학교 평가 방식이 확연하게 다르기 때문이죠. 이러한 특징은 특히 수학에서 두드러집니다.” <br/><br/><br/>배운(學) 것을 자신의 것으로 만드는 과정(習)을 거쳐야만 진짜 실력이 된다. 하지만 많은 학생들이 배우기만 하고 자신의 것으로 만드는 시간을 확보하지 못하는 것이 문제. 사교육의 효과를 부정할 순 없지만 고등 이후에는 사교육에의 의존을 최소화해야 한다고 강조하는 김 강사다. <br/><br/><br/>“필요하면 선행을 하되 진도 위주의 문제풀이식 공부로는 제대로 된 실력을 만들 수 없어요. 공부의 주인은 분명히 ‘나’이기 때문에 배운 것은 반드시 나만의 방식으로 정리하고 완벽하게 이해하는 과정이 필요합니다.” <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>원리가 파악되면 수학은 즐거운 놀이가 된다 <br/><br/><br/>김 강사는 자신이 고1 때부터 정리해 온 수학 개념노트를 펼쳐보였다. 수백 쪽 짜리 노트는 본인이 알아가는 과정을 그대로 기술해 놓은 것으로 꼴등에서 1등을 만들어 준 공부비법이 고스란히 담겨 있다. <br/><br/><br/>“중간-기말-중간-기말 이렇게 시험공부를 반복하면서도 누적되지 않는 것이 문제에요. 쌓이지 않는 공부를 계속하게 되는 이유는 학원에서 가르쳐 준대로 유형을 암기하고 비슷한 유형을 반복해서 푸는 것으로 공부를 끝내기 때문이죠. 이 노트는 배운 것을 하나도 놓치지 않고 내 것으로 만들고 싶은 마음에서 완성한 것입니다.” <br/><br/><br/>노트 정리를 하다 보니 언제부터인가 친구들에게 수학을 강의할 수 있을 만큼 개념이 확실해졌고, 수학의 원리가 한 눈에 들어왔다. 그때부터 그에게 수학이 즐거운 놀이처럼 바뀌게 됐다고. 그가 대치동에서 잘나가는 수학강사에서 학습법 강사로 나선 이유는 꼴등도 1등이 될 수 있음을 증명하고 싶어서다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>문제를 한 꺼풀씩 벗겨서 격파해 나가는 <br/><br/><br/>습관 반드시 들여라 <br/><br/><br/>중학교 3학년이 고등학교 진학 이전에 수학을 정복하는 경험을 꼭 선사하고 싶다는 김 강사. 진도 위주의 양적인 학습에 매몰된 학생들에게 하나의 문제라도 어떤 상황이며, 무엇을 묻고 있고, 어떻게 풀지 단서를 찾아보고, 이를 해결할 수 있는 문제를 스스로 생각해내는 습관을 가져야 한다고 김 강사는 조언한다. <br/><br/><br/>“습관적으로 문제를 다 읽고, 어떻게 풀지? 이것이 우리 학생들의 문제를 대하는 패턴이에요. 수능문제 기준으로 보통은 한 문제에 3~4개의 개념이 복합적으로 나오기 때문에 우선 문제를 분석하는 눈이 있어야 합니다. 문제를 쪼개서 볼 줄 알게 되면 단계별로 요구하는 것과 최종적으로 요구하는 것이 무엇인지 분명해집니다.” <br/><br/><br/>중3까지의 내신이 유형을 외워서 점수를 받을 수 있었다면 수능은 절대 기존 유형이 출제되지 않는다는 것을 명심해야 한다. 때문에 고교 진학 이전에 한 문제 한 문제를 한 꺼풀씩 벗겨서 스스로 격파해 나가는 습관을 들여야 한다고 김 강사는 당부했다.

언론사: 내일신문-1-264.txt

제목: 순천향대천안병원, 건강검진결과 인터넷 조회서비스 시작  
날짜: 20150907  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202859248  
본문: 순천향대학교 천안병원(병원장 이문수)이 9월부터 ‘검진결과 인터넷 조회서비스’를 시작했다. <br/><br/><br/>‘검진결과 인터넷 조회서비스’는 PC나 스마트폰을 이용해 인터넷으로 검진결과를 확인하는 간편 서비스다. <br/><br/><br/>이용방법은 간단하다. 병원의 검진결과 확인요청 문자메시지를 받으면 PC나 스마트폰으로 인터넷 병원 홈페이지를 접속하면 된다. PC의 경우 순천향대학교 천안병원 홈페이지 첫 화면에서 건강증진센터 페이지로 들어가 ‘검진결과 조회’ 메뉴를 클릭해 이용하면 된다. 스마트폰의 경우도 모바일 버전의 홈페이지로 들어갈 수 있는데 첫 화면의 검진결과 조회 아이콘을 누르면 된다. <br/><br/><br/>별도의 가입절차나 앱을 다운받을 필요가 없으며, 결과 내용 인쇄는 물론, 누적된 모든 검진결과 비교가 가능해 건강 변화를 한 눈에 볼 수 있는 장점도 있다. 단, 휴대전화 본인 인증을 거쳐야 한다. <br/><br/><br/>서비스는 종합검진을 비롯해 특수검진, 건강보험공단에서 실시하는 일반건강검진과 암검진 등 병원이 실시한 모든 검진 결과를 제공한다.

언론사: 내일신문-1-265.txt

제목: 서울시내 학교·어린이집 석면위험 여전  
날짜: 20150907  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202902864  
본문: 서울시내 학교와 유치원 어린이집이 여전히 석면 위험을 안고 있는 것으로 나타났다. 학교 5곳 중 4곳 가량은 5% 안팎 석면에 노출돼있고 430㎡가 안되는 어린이집은 실태점검조차 이뤄지지 않고 있다. <br/> <br/>김제리 서울시의회 환경수자원위원회 위원이 서울시교육청에서 받아 7일 공개한 자료에 따르면 유치원을 포함한 2224개 학교 가운데 1566곳에서 석면이 검출됐다. 교육청이 5월 기준으로 작성한 학교 건축물 석면조사 결과다. <br/> <br/>시교육청은 위해성 등급 평가 결과 '매우 높음'에 속하는 학교가 한곳도 없고 4개 학교만 '중간'이라 '위협적이지 않다'는 입장이지만 안심할 만한 상황은 못된다. 김제리 위원은 "위해성이 '낮음'으로 분류된 1562 학교 석면 농도는 5% 안팎"이라며 "바꿔 말하면 서울시내 학교 80%가 5% 내외 석면에 노출돼있다"고 반박했다. <br/> <br/>지역별로 살펴보면 북부교육지원청 산하 즉 노원구와 도봉구에 있는 학교들의 석면 위험이 상대적으로 높은 편이다. 242개 학교 가운데 206곳(89.2%)에서 석면이 검출됐다. 강남교육지원청 소속 201개 학교 가운데 148곳(87.1%)에서 석면이 검출됐는데 그 중 한 곳은 위험도가 '중간'이다. 동부교육지원청이 159곳 가운데 118곳(85.5%), 동작·관악교육지원청이 174개 가운데 131개(85.1%)로 뒤를 잇는다. 동작·관악지역 학교 중 한 곳과 중부교육지원청 소속 학교 2곳은 위험도가 '중간'이다. <br/> <br/>어린이집 역시 상황은 크게 다르지 않다. 430㎡ 이상 어린이집 673곳 가운데 172곳에서 석면이 검출됐다. 그 중 한 곳은 위해성 평가에서 '중간', 나머지 171곳은 '낮음'으로 나왔다. 문제는 규모가 430㎡가 안되는 작은 어린이집. 실태점검조차 이뤄지지 않고 있어서다. 서울시에서 예산을 투입해 순차적으로 학교 내 석면자재를 교체하고는 있지만 예산 문제로 속도가 나지 않는 상황이다. <br/> <br/>석면은 세계보건기구가 정한 '1급 발암물질'. 2009년부터 사용을 금지하고 있지만 현재까지 공식적으로 석면피해를 인정받은 종사자 등만 1705명에 달한다. 더군다나 신진대사가 활발한 유·소년기에 석면에 노출되면 암 발병률이 높아 해외에서는 학교 건축물 석면 관리를 보다 엄격하게 하고 있다. <br/> <br/>서울시교육청만 해도 5% 안팎 석면 농도를 '위해성 낮음'으로 분류하고 있지만 이웃 일본은 석면 제거 기준을 0.1%로 설정, 8년 전 학교 건축물 내 석면을 완전히 추방했다. 미국은 학교 내에서 석면이 검출되면 안전하게 제거작업을 마칠 때까지 학생들 등교를 미룬다. <br/> <br/>김제리 위원은 "유아 청소년이 생활하는 학교와 유치원 어린이집에 석면이 존재한다는 것이 문제"라며 "석면이 예상치 못한 충격에 날릴 가능성이 있기 때문에 위해성이 높고 낮음은 큰 의미가 없다"고 지적했다.

언론사: 내일신문-1-266.txt

제목: [새책마당] 몸이 아니라고 말할 때  
날짜: 20150904  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202823360  
본문: 윌게이버 메이트 지음 / 류경희 옮김 / 김영사 / 1만8000원 이 책의 저자는 홀로코스트의 생존자다. 극한의 고통을 매일 마주해야 하는 상황 속에서 유아기를 보낸 저자는 그 자신이 부모의 보호자가 돼야 했다. <br/> <br/>그는 감정을 억누르고 고통을 참으며 부모의 고통을 배려했다. 이런 경험 때문에 그는 인간 심리에 관심을 가져왔다. <br/> <br/>이 책에서 저자는 자기희생적 대처 방식을 바꾸지 않으면 몸이 이를 거부하며 스스로를 공격한다고 말한다. 마음의 상처들은 천식에서 류머티즘 관절염, 알츠하이머병, 암 등 여러 가지 질병으로 나타난다. <br/> <br/>의사인 저자는 수백 명의 환자들에 대한 고찰을 바탕으로 우리 몸 안에 존재하는 본래의 지혜를 찾아가는 여행을 제안한다.

언론사: 내일신문-1-267.txt

제목: 암투병 주민이 조성한 꽃길서 축제  
날짜: 20150904  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202826526  
본문: 서울 강북구가 암투병 중이던 주민이 조성한 꽃길에서 동네잔치를 연다. 5일 번동 오동근린공원 꽃샘길에서 열리는 꽃축제다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>꽃샘길은 번2동에 사는 김영산(58)씨가 암과 싸우면서 갈고 닦은 길이다. 1994년 공원 근처로 이사한 사진작가 김씨 눈에 띈 건 각종 생활쓰레기로 뒤덮여있는 공원. 쾌적한 공원을 만들기 위해 혼자 쓰레기를 치우던 김씨는 꽃길을 조성하면 무단투기가 줄어들 것으로 판단, 꽃을 심기 시작했다. 매일같이 공원에 나와 무거운 돌을 골라내고 군데군데 자갈이 박힌 척박한 땅을 가꿨다. 다섯갈래로 갈라지는 길마다 양쪽으로 화단을 조성해 갖가지 야생화 모종을 심고 가꾼 건 물론 공사장에서 버려진 나무토막을 가져다 지친 다리를 쉬어갈 의자도 만들었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>10여년간 공원을 가꾸던 그에게 암이라는 시련이 닥쳤지만 '집에 있는 것보다 꽃샘길에 나오는 게 휴양'이라며 꽃길 가꾸기를 멈추지 않았다. 그 즈음인 2007년 9월 이웃들이 오동근린공원을 사랑하는 사람들의 모임이 꾸려져 회원들이 함께 꽃길을 살피기 시작했다. '오사모'는 '오동우정회'로 이름을 바꿔 꽃샘길을 중심으로 오동공원 전역에서 자연생태보전활동을 하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>꽃샘길 꽃축제는 김영산씨와 오동우정회가 기획, 준비한 잔치이기도 하다. 국화 구절초 옥잠화 코스모스 등 5만여송이 꽃과 함께 그간 꽃을 가꾸며 찍은 사진을 당일 지역 주민들에게 선보이며 오동근린공원의 아름다움을 전하고 동시에 생태보호 필요성을 알린다. 강북구와 강북자연환경보전회, 번2동 주민자치위원회, 교육극단 원향 등도 힘을 보태 시낭송회와 자연숲 체험행사와 뮤지컬 갈라쇼 등 풍성한 문화공연까지 선보인다.

언론사: 내일신문-1-268.txt

제목: 여성·남성 비뇨기계통 질병 방치 금물  
날짜: 20150902  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202649112  
본문:  “소변을 볼 때마다 통증을 느끼고 시원하게 나오지 않습니다. 화장실을 자주 들락거리기 때문에 장거리 외출도 꺼리게 됩니다.” 전립선 질환으로 고생하는 50대 남성의 하소연이다. <br/><br/><br/> 남성들의 말 못할 고민인 전립선 질환은 보통 20~30대는 전립선염, 40대 이후에는 전립성 비대증, 전립선암이 많이 발생한다. <br/><br/><br/> 남성은 여성과 달리 비뇨기, 생식기가 분리돼 있지 않아 전립선에 병이 생기면 배뇨 이상,  성기능 관련 증상이 복합적으로 나타날 수 있다. 증상이 나타나면 적절한 치료를 받아야 하는데 많은 환자들이 혼자 끙끙 앓거나 민간 처방에 의존해 병을 키우는 경우가 많다. <br/><br/><br/> “전립선 질환은 50대 이상 남성 절반 이상이 앓고 있을 만큼 흔한 질병입니다. 전립선이 커지면서 요도를 눌러 소변 보기가 불편해지고 방광에 악영향을 주는 전립선 비대증, 전립선염 이 대표적인데 단순 노화현상으로 여겨 치료시기를 놓치는 경우가 많습니다. 이 같은 질환은 배뇨 장애, 통증 뿐 아니라 성기능, 갱년기 우울증 등 다방면에 영향을 미치기 때문에 정확한 진단과 꾸준한 치료, 관리가 필요합니다”라고 김명준 타워비뇨기과 광진점 원장이 설명한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>전립선 질환 조기 치료가 필수 <br/><br/><br/> 타워비뇨기과 광진점은 남성, 여성의 비뇨기 계통 질환을 집중적으로 치료하는 전문 클리닉. 전립선 질환, 남성 갱년기, 발기부전, 음낭질환을 비롯해 요실금, 과민성방광, 요로결석 등을 전문적으로 치료한다. <br/><br/><br/> 최근 들어 비뇨기과 전공의 인력 부족을 겪고 있는 대학병원들은 비뇨기계통 암 등 긴급 질환 중심으로 진료를 진행중이다. 이런 가운데 타워비뇨기과 광진점은 요로결석, 전립선 질환 등 비뇨기 계통 전반에 대한 전문적인 의료 서비스를 선보여 입소문이 났다. <br/><br/><br/> 대학병원 수준의 각종 검사, 수술 장비와 함께 원스톱 진료 시스템을 갖췄다. 최근에는 방광내시경 검사 때 통증을 줄이고 진단의 정확성을 높여주는 연성 방광내시경검사장비도 도입한다. <br/><br/><br/> “고령화로 인해 비뇨기계 암이 증가하고 있습니다. 전립선암은 20년 사이 20배가 넘게 늘었고 방광암은 남자의 5대암이 됐습니다. 방광암 등 비뇨기계암은 조기 발견 시 완치가 가능한데 문제는 자각 증상이 거의 없다는 점입니다. 따라서 정기 검진이 필수적입니다. 기존 방광내시경검사는 휘어지지 않는 기다란 관을 요도에 삽입하기 때문에 국소마취를 해도 통증을 호소하는 사람이 많습니다. 반면 연성 방광내시경은 요도에 맞게 자유자재로 구부러지는 부드러운 소재의 관을 사용하기 때문에 통증이 없고 환자 만족도가 높습니다.”라고 김 원장은 덧붙인다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요로결석 응급진료 체계 갖춰 <br/><br/><br/> 심한 하복부와 옆구리 통증을 느끼는 요로결석은 비뇨기계통의 대표적인 질환. 신장, 방광, 요도 등 비뇨기계 요석(돌과 같은 응결물)이 생겨 소변 장애와 함께 극심한 통증을 동반한다. 결석의 크기가 5mm 이하면 자연배출을 유도하지만 크기가 크거나 환자가 극심한 고통을 호소할 경우 체외충격파쇄석술을 통한 시술이 이뤄진다 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> “요로결석은 출산의 고통을 뛰어넘을 만큼 통증의 강도가 심하고 야간, 휴일 등에도 환자가 자주 발생하기 때문에 응급진료 시스템을 갖춰놓아야 합니다. 최근 60대 남자 환자는 일요일 심한 통증을 느끼고 긴급 연락을 해와 응급 시술을 받았습니다.”라고 김 원장이 설명한다. <br/><br/><br/> 이처럼 타워비뇨기과 광진점은 응급환자 진료를 위해 야간, 휴일 24시간 진료 체계를 갖췄다. 또한 온라인, 전화를 통해 전문의와 직접 의료 상담을 받을 수 있는 시스템도 선보인다. <br/><br/><br/> 비뇨기과 특성상 성기능 장애, 요실금 등 환자들이 혼자 속앓이 하는 질환들이 많기 때문에 의사와 환자 간의 원활한 소통과 신뢰가 중요하다. “<span class='quot0'>환자들에게 증상의 원인, 상태, 치료 과정 , 약물이나 수술 중 최선의 치료법 등에 대해 정확하고 상세히 설명합니다</span>”라고 김 원장이 덧붙인다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 환자 프라이버시, 편의성 고려한 의료 서비스 <br/><br/><br/>  환자들의 프라이버시, 편의를 위해 남성클리닉센터와 여성센터를 각각 분리 운영하는 한편 남자, 여자 간호사들이 맞춤형 의료 서비스를 선보여 호응을 얻고 있다. <br/><br/><br/> 중년 이후 여성들이 많이 앓고 있는 요실금 클리닉도 체계적으로 운영중이다. “요실금은 나이를 먹을수록 심해지기 때문에 증상이 나타나면 바로 병원을 찾아 약물, 운동요법, 수술 등 적절한 치료를 받는 것이 좋습니다. 요실금 수술은 통증이 거의 없고 당일 퇴원이 가능하며 보험적용이 돼 수술비 부담이 적습니다. 삶의 질과 직결되는 질환인 만큼 부끄럽다고 병을 키우지 말고 적극적으로 치료를 받아야 합니다”라고 김 원장은 강조한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>·도움말 : 김명준 타워비뇨기과 광진점 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-269.txt

제목: 우리 동네 ‘한강 조망 명소’\_흐르는 강물 따라 문화에 취하다  
날짜: 20150902  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202657936  
본문: 도심 한복판을 도도히 흐르는 폭 1km에 달하는 한강은 서울의 트레이드마크. 한강의 매력을 가까이에서 즐길 수 있는 공간들이 꾸준히 만들어지고 있다. 시원한 강바람 맞으며 산책 삼아 ‘숨은 한강 매력 찾기’를 할 수 있는 동네 명소를 소개한다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한강을 발 아래 ‘광진교 8번가’ <br/><br/><br/> 광진교 풍경은 차들이 씽씽 달리는 여느 한강 다리와는 다르다. 2차선 도로를 달리는 차들은 시속 40km로 제한하고 다리 양 옆 인도는 산책하기 좋도록 곳곳에 벤치와 조명 시설을 갖췄다. <br/><br/><br/> 걷고 싶은 다리로 조성된 광진교 중간 지점에 이르면 ‘광진교 8번가’가 보인다. 유리 계단을 밟고 다리 아래로 내려가면 사방 벽이 유리로 둘러싸인 교각하부 전망대가 나온다. <br/><br/><br/> 때마침 경민대 이정현 교수의 ‘뮤지컬 노래 부르기’ 프로그램이 진행중이다. 재치 있는 입담으로 발성과 호흡법을 일러주고 관객들은 명성왕후 OST ‘나 가거든’ 노래 부르기에 함께 도전한다. 처음 만난 낮선 이들끼리 노래로 하나 되는 낭만적인 분위기다.  <br/><br/><br/> 토요문화살롱은 사전 예약 없이 누구나 무료로 참석할 수 있으며 매주 전문가를 초청해 가곡, 뮤지컬, 재즈 등 장르를 색다르게 구성한다. 일요일 저녁에는 재즈, 요들, 클래식 공연이 매주 열린다. <br/><br/><br/> 전시장에서는 미술작품 전시가 상시 열린다. 고운 색감, 따스한 화풍으로 고(故) 장영희 교수 등 유명 작가 책에 작품을 수록한 최승미 화가는 “<span class='quot0'>유리로 둘러싸인 탁 트인 공간에서 강물 흐르는 소리 들으며 대중 가까이 다가선 미술 전시가 작가에게는 색다른 경험</span>”이라고 흡족해 한다. <br/><br/><br/> 야경 명소로 손꼽히는 광진교 8번가는 연인들이 특별한 프로포즈 추억을 만들 수 있도록 무료 대관 서비스를 선보인다. 매월 첫째, 셋째 월요일마다 한 팀을 선정해 진행하는 프로포즈 이벤트는 연인들 사이에 인기가 높고 경쟁률도 세다. 이 외에 아마추어 음악인을 위한 공연장 대관도 주목받는 서비스다. <br/><br/><br/> 매주 금요일 저녁 7시30분 열리는 명화감상회는 서울예대 연기과 염우형 교수가 영화 해설과 제작에 얽힌 비하인드 스토리를 흥미롭게 풀어내며 영화를 상영한다. <br/><br/><br/> 광진교 8번가는 위로는 전철이 아래는 인도인 독특한 2층 구조물인 프랑스 파리 ‘비라켐다리’, 전철과 자동차가 층별로 다니는 일본 도쿄 ‘레인보우브릿지’와 함께 세계에 3개 뿐인 교각하부구조물이다. <br/><br/><br/> 바닥 곳곳을 강화유리로 깔아 도도히 흐르는 한강을 발 아래에서 감상하며 짜릿함을 느껴볼 수도 있다. 드라마 ‘아이리스’, ‘씨티헌터’의 촬영지로 입소문 나면서 외국인 관광객도 꾸준히 찾아온다. <br/><br/><br/> 해질 무렵 붉게 노을 진 한강의 풍광부터 화려한 야경까지 고르게 감상할 수 있는 저녁 6~8시 무렵이 인기가 많다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>9월 프로그램 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>토요문화살롱 <br/><br/><br/>(저녁 7시30분) <br/><br/><br/>9월5일  나호수 교수 '재즈강연콘서트' <br/><br/><br/>9월12일 김현준 교수 '아름다운 우리 강연 콘서트' <br/><br/><br/>9월19일 이정현 교수 '뮤지컬 노래 부르기' <br/><br/><br/>9월26일  '아름다운 콘서트' <br/><br/><br/>일요열린예술극장 <br/><br/><br/>(저녁 7시30분) <br/><br/><br/>9월6일  재즈 '류주희 밴드' <br/><br/><br/>9월13일 요들 '서용을 콘서트' <br/><br/><br/>9월20일 탱고 '라벤타나' <br/><br/><br/>9월27일 클래식 '듀오 뮤지칸텐'  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>·운영시간 : 오전 10시~ 오후 10시 (4월~10월 운영, 매월 둘째, 넷째 월 휴관) <br/><br/><br/>·문의 : 02-476-0722, www.riverview8.co.kr <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한강을 품 안에 ‘자벌레 뚝섬전망문화콤플렉스’ <br/><br/><br/> 자벌레 나방 애벌레의 가늘고 긴 원통 모양을 본뜬 독특한 외관으로 눈길을 모으는 뚝섬 자벌레. 7호선 뚝섬유원지역 3번 출구와 바로 연결된다. <br/><br/><br/> 2010년 개관 후 건물 곳곳에 세월의 흔적이 엿보이지만 한강 조망만큼은 일품이다. 특히 한강시민공원 쉼터, 인공암벽장 등 배후시설이 잘 갖춰져 있다. <br/><br/><br/> 자벌레 2층에는 환경, 생태, 어린이도서로 특화한 작은 도서관을 꾸며 놓았다. 테이블 좌석부터, 신을 벗고 편안히 독서할 수 있는 쿠션 좌석까지 골고루 갖춰 놓았다. 북적거리지 않는 주중 낮 시간에 한강을 감상하며 나홀로 독서에 빠지고픈 애서가들에게는 안성맞춤 명당자리다. 어린이, 청소년 대상으로는 내면의 꿈을 발견하고 진로를 개발하는  ‘꿈틀’ 프로그램이 진행된다. <br/><br/><br/>  3층은 식물, 곤충을 다양하게 만날 수 있는 가족 단위 한강생태 프로그램이 수시로 진행된다. 신청은 서울시 공공예약시스템을 통해 사전 예약하면 된다. <br/><br/><br/>·문의 : 02-3780-0519 www.j-bug.co.kr <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-270.txt

제목: 메트라이프생명, 건강 챙겨주는 연금보험 출시  
날짜: 20150902  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202621275  
본문: 메트라이프생명은 연금개시 전과 후 모든 기간에 걸쳐 다양한 질병 및 수술 등으로 인한 의료비 부담에 대비할 수 있는 '무배당 건강해지는 연금보험'을 출시한다고 2일 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 연금개시 전 보험기간 중 암, 뇌출혈, 급성심근경색증, 말기신부전증, 말기 간질환, 말기폐질환 등 6대 질병과 관상동맥우회술, 대동맥인조혈관치환수술, 심장판막수술, 장기이식수술 등 4대 수술, 그리고 중대한 화상 및 부식, 중증치매상태, 일상생활 장해상태, 고도장해상태 등으로 진단확정시에는, 남은 납입기간 동안의 기본보험료를 회사가 대신 납입해주는 '보험료납입면제특약'을 통해 가입자가 목표하는 연금재원을 안정적으로 준비하거나 중도인출을 통해 치료비에 사용할 수 있다. 질병 발생 없이 연금개시 시점이 되면, '더블케어연금형'을 선택해 14가지 주요 진단 또는 수술 시 기본연금의 두배를 10년 동안 지급받을 수 있다.

언론사: 내일신문-1-271.txt

제목: 대전창조혁신센터, 드림벤처 스타 2기 선정  
날짜: 20150901  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202547127  
본문: 대전창조경제혁신센터(대전센터)는 1일 스탠다드에너지 등 10개 벤처기업이 참석한 가운데 '드림벤처 스타 2기' 출범식을 갖고 본격적인 10개월간 인큐베이팅에 들어갔다고 밝혔다. <br/> <br/>드림벤처 스타 2기에는 대학과 연구소에서 연구개발을 통해 확보한 기술을 창업으로 연결시킨 업체들이 다수 선발됐다. <br/> <br/>적외선 센서와 에너지저장장치, 레이저 활용 암진단, 플라즈마 활용 멸균 기술 등 대학과 연구소에서 확보한 연구성과를 사업화한 벤처기업이 60%나 됐다. <br/> <br/>카이스트 현직 교수들과 국내외 유명대학 석박사급 연구원이 창업 대열에 합류한 것도 특징이다. 벤처기업 대표의 연령도 30대가 60%를 차지할 정도로 젊어졌다. <br/> <br/>사업 분야는 사물 인터넷(3건)과 헬스 케어(2건), 반도체 에너지 플랫폼 솔루션 핀테크(각 1건) 등으로 스펙트럼이 다양해졌다. 사물 인터넷과 제조 솔루션 분야가 주종을 이뤘던 1기에 비해 융합형 사업 아이템이 많아졌다. <br/> <br/>드림벤처 스타 2기에 선정된 스탠다드에너지는 대용량 에너지저장 차세대 2차전지 기술을 보유하고 있다. 다른 2차전지에 비해 수명이 길고 설치가 간편하며 비용도 저렴하다. <br/> <br/>여기에 전북센터 탄소섬유 기술이 더해지면 무게는 더 가벼워지고 전도율이 높아져 배터리 사용 시간이 길어진다. <br/> <br/>김부기(30) 스탠다드에너지 대표는 "대전센터와 전북센터, SK그룹과 네트워킹을 하면서 배터리와 소재 분야기술과 노하우를 습득해 시장 경쟁력을 강화할 수 있는 기회가 생겼다"고 말했다. <br/> <br/>대전센터는 성장 잠재력이 높은 기술벤처가 많이 선발된 점에 주목하고 사업화 모델을 다듬어 '조기 대박'을 만들어 나가기로 했다. SK그룹은 벤처기업의 본원적 경쟁력을 강화하는데 초점을 맞춰 인큐베이팅을 진행해 나갈 방침이다. <br/> <br/>대전센터는 지난해 10월 벤처기업 10개를 드림벤처 스타 1기로 선발한 뒤 사업화를 지원했다. 이들은 매출 6.1배 증가(3억2000만원에서 19억6500만원), 투자(33억8000만원), 고용 73% 증가 등의 성과를 올렸다. <br/> <br/>SK는 2기 벤처기업의 기술이 그룹 주력사업과 연계된 것이 많아 기술과 사업부서 전문가를 1대1로 매칭시켜 사업화에 필요한 노하우를 전수하기로 했다. <br/> <br/>임원급 전문가도 멘토링에 참여시켜 '알짜 노하우'가 장기적으로 제공될 수 있도록 했다. <br/> <br/>이와 함께 벤처기업 운영과 성장과정을 2주나 1개월 단위로 점검하면서 이들이 필요로 하는 서비스를 제공하는 시스템도 갖췄다. <br/> <br/>시장 동향과 사업제안 요청 등 개별 벤처기업 사정에 맞춘 국내외 정보를 파악해 공급할 예정이다. 또 창업자와 투자자들이 참석하는 투자설명회를 정기적으로 개최한다. <br/> <br/>중국 시장 진출도 지원한다. 중국판 실리콘밸리인 선전에서 투자설명회를 개최해 해외 투자를 유도해 나갈 계획이다. <br/> <br/>SK그룹은 최태원 회장이 지난달 18일부터 대전과 세종 충북 울산 대구 등 5개 창조경제센터를 잇달아 방문할 정도로 중요시하고 있다. <br/> <br/>김창근 SK수펙스추구협의회 의장과 산하 7개 위원장, SK하이닉스와 SK E&S CEO로 구성된 협의체를 구성하고 그룹의 최고경영진들이 창조경제를 챙기고 있다.

언론사: 내일신문-1-272.txt

제목: NH농협생명보험, 생애주기 맞춤형 '평생친구NH어린이보험'  
날짜: 20150831  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202447919  
본문: 어린 자녀를 키우다보면 예상하지 못한 안전사고 발생 가능성도 많고, 면역력이 약해 작은 질병으로도 병원을 자주 찾게 된다. <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/> NH농협생명이 판매하고 있는 '평생친구NH어린이보험(무배당)'은 자녀가 뱃속에 있을 때부터 최고 100세까지 보장하고, 자녀의 생애주기에 따라 주요 질환에 대한 맞춤형 보장을 보험료 인상 없이 제공한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>'평생친구NH어린이보험'은 각종 입원, 수술 뿐 만 아니라 횟수에 제한 없이 응급실 내원 1회당 2만원을 보장한다. 백혈병, 뼈암 뿐만 아니라 뇌암까지 보장하는 고액치료비 암은 1억원, 일반암은 5000만 원을 보장한다. 교통재해장해 최대 1억원, 일반재해장해 최대 5000만원, 중대한 화상은 2000만원을 보장한다.(가입금액 2500만원 기준) 태아부터 30세까지는 폐렴, 중이염, 결핵, 천식 등 어린이 주요질환 입원비를, 그 이후부터 80세 또는 100세까지는 당뇨병, 고혈압, 뇌혈관질환 등 11대 성인병 입원비를 첫날부터 보장한다. 유자녀 학자금보장특약에 가입하면 지정부모 유고 시 7세부터 22세까지 매년 최고 1000만원의 학자금을 제공한다.(특약 가입금액 1000만원 기준) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>뿐만 아니라 태아가입 시 주산기질환입원(4일이상)특약을 통해 영아기 주산기질환(조산, 태변중독증 등)을 보장하고 주요 질환 입원비, 재해골절 치료비, 깁스 치료비 등 다양한 보장을 강화했다.

언론사: 내일신문-1-273.txt

제목: 코앞에 다가온 가을, 깜빡하기 전 미리 체크!  
날짜: 20150828  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202404989  
본문: 가을의 문턱이 멀지 않았다. 우리 지역 문화센터들은 다가오는 가을학기를 맞아 유익하고 실속 있는 특강들을 마련하고 있다. 놓치면 아쉬울 알짜배기 특강들을 정리해봤다. 나에게 필요한 강좌들은 없는지 꼼꼼히 체크해보자. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■ 만나고 싶었어요! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>◇ 종이접기 김영만 아저씨와의 동심여행 <br/><br/><br/>최근 MBC ‘마이 리틀 텔레비전’을 통해 많은 이들에게 용기와 감동을 준 종이접기 김영만 종이문화재단 평생교육원장이 8월 29일, 오후 2시부터 롯데백화점 문화센터 일산점에서 강연한다. 종이접기를 따라할 이들은 색종이, 가위, 풀을 준비한다. 가족 참여 가능하다. 수강료는 1천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 전 SBS 전아나운서 김범수의 컬처 앤 아트, 방송 그리고 인생 <br/><br/><br/>전 SBS아나운서 김범수 씨가 ‘방송 그리고 인생’이란 주제로 오는 9월 2일 오전 11시부터 롯데백화점 문화센터 일산점에서 특강을 한다. 기업인으로 변신하고 TV프로그램에 출연 중인 그를 만나 다양한 문화경영 이야기와 인생이야기를 들어본다. 수강료 1천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 2가지 암을 이긴 홍영재 박사의 젊은 생각과 행복하게 사는 법 <br/><br/><br/>대장암과 신장암을 극복한 홍영재 박사(산타홍 클리닉 원장)가 ‘젊은 생각과 행복하게 사는 법’이란 주제로 오는 10월 20일, 오후 2시부터 롯데백화점 문화센터 일산점에서 특강을 한다. 젊은 생각과 식이요법, 보장성 보험을 통한 대비책을 알아본다. 수강료 1천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 웹툰 작가 김풍이 말하는 자취요리와 잉여의 힘 <br/><br/><br/>웹툰 ‘찌질이의 역사’를 연재하고 JTBC '냉장고를 부탁해‘에 출연한 웹툰 작가 김풍이 오는 11월 11일 오후7시부터 롯데백화점 문화센터 일산점에서 특강한다. 웹툰작가와 요리를 할 수 있던 계기는 잉여시간 덕분이었고 잉여로운 마인드가 있었다는 내용을 전한다. 당일 선착순 100명에게 빼빼로를 제공한다. 수강료는 1천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>■ 건강한 마음 가꾸기 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 상처를 넘어설 용기 외 <br/><br/><br/>현대백화점 문화센터 킨텍스점에서는 건강한 마음을 가꿀 수 있는 심리 관련 강좌를 진행한다. 먼저 ‘상처를 넘어설 용기’는 아픈 상처에서 벗어나 마음을 힐링하고 상처를 사랑하는 용기 있는 삶의 팁을 전하는 강연이다. ‘상처를 넘어설 용기’의 저자 나영채 씨가 8월 28일 오후 2시부터 강연한다. <br/><br/><br/>‘관계를 회복하는 용기’란 강연도 있다. 자신을 사랑하고 타인과 원활한 관계를 맺을 수 있는 용기를 북돋워주는 시간이다. ‘관계를 회복하는 용기’의 저자 박대령 씨가 8월 28일 오전 11시부터 강연한다. <br/><br/><br/>‘짜증과 스트레스 현명하게 대처하기’는 스트레스를 피할 수 없다면 똑똑하게 대처할 수 있는 방법에 대해 모색해보는 강연이다. 강현식 심리학 컬럼니스트의 강의로 8월 31일 오전 11시부터 들을 수 있다. 수강료 3천원.(현대백화점 카드 미소지 고객은 1만원) <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 매일 수만 가지 감정에 흔들리는 사람들을 위한 감정터치 <br/><br/><br/>롯데백화점 일산점 문화센터에서는 ‘매일 수만 가지 감정에 흔들리는 사람들을 위한 감정터치’강좌를 9월 3일 오후 12시 30분부터 진행한다. 부정적인 감정 밑에 깔린 긍정적인 면을 찾아내 힘을 키우는 방법을 알아보고 일상의 감정들을 살피고 내 감정의 주인이 돼 보는 시간을 갖는다. 수강료 1천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>■ 자녀 교육 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 영재 아빠 정은표의 슈퍼맨 육아법 <br/><br/><br/>영재 아빠인 텔런트 겸 영화배우, 정은표 씨가 ‘슈퍼맨 육아법’이란 주제로 8월 31일 오후 1시부터 롯데백화점 일산점 문화센터에서 강연한다. 아빠 정은표 씨는 영재를 키우기에 가장 적합한 부모로 판정받았다. 끌고 가는 것이 아닌 인정과 포용으로 함께 가는, 아이를 행복하게 만드는 방법을 알려준다. 수강료 1천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 아이의 공부가 자라는 학습심리학 <br/><br/><br/>EBS다큐프라임 ‘공부 못하는 아이’의 학습멘토로 활약한 박민근 씨가 행복과 성적 사이에서 고민하지 않고 공부 잘하는 아이로 키우는 방법을 소개한다. 9월 1일 오전 11시부터 현대백화점 킨텐스점 문화센터에서 만날 수 있다. 수강료 3천원(현대백화점 카드 미소지 고객은 1만원) <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 4남매를 하버드, 예일 미명문대에 보낸 비결 <br/><br/><br/>‘4남매를 하버드, 예일 미명문대에 보낸 비결’의 박경이 저자가 9월 2일 오후 1시 30분부터 이마트 문화센터 덕이점에서 강연한다. 지식보다 지능과 인성을 먼저 길러 자존감 높은 아이로 키우는 비법과 더불어 놀이를 통해 학습에 필요한 기초체력 길러주기, 스스로 책 읽는 아이로 키우기 등을 전한다. 참가비 1천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 두뇌학자 홍양표 소장의 엄마가 1% 바뀌면 아이는 100% 바뀐다 <br/><br/><br/>두뇌학자 홍양표 한국좌우뇌교육 계발 연구소장이 ‘엄마가 1& 바뀌면 아이는 100% 바뀐다’란 주제로 8월 28일, 오전 11시부터 이마트 문화센터 킨텍스점에서 강연한다. 홍 소장은 영재교육학과 지도교수로서 EBS 부모, MBC 명사특강 등에 출연했고 ‘우리 아이 천재로 키우는 법’을 쓴 저자이다. 우리 아이의 좌우뇌 밸런스와 선호도를 알고 우리 아이의 문제점과 해결법을 알아본다. 참가비 2천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 딸로 태어난 엄마는 죽어도 모르는 남자아이 교육법 <br/><br/><br/>최민준 자라다 남아미술연구소 대표가 ‘딸로 태어난 엄마는 죽어도 모르는 남자아이 교육법’ 에 대한 강의를 오는 9월 30일 오전 11시부터 롯데백화점 문화센터 일산점에서 한다. 남자 아이의 특성에 맞는 교육법으로 아들의 가능성을 끌어내는 교육방법과 아무도 알려주지 않았던 내 아들을 이해하는 방법과 아들 상대 노하우 팁을 알려준다. 수강료 1천원. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>■ 미리 만들어보는 명절음식 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 미리 배워 사랑받는 명품 전&알짜배기 명절음식 <br/><br/><br/>롯데마트 문화센터 고양점에서는 다가오는 추석 명절을 맞아 명절음식을 만들어보는 강좌를 개설했다. 먼저 ‘미리 배워 사랑받는 명품 전&알짜배기 명절음식’ 강좌가 9월 16일~23일, 매주 수요일 오후1시부터 시작한다. 녹두빈대떡, 패주전, 오징어링전, 애호박새우전, 소갈비찜, 삼색나물, 전통잡채, 단호박식혜를 만든다. 2회 수강료 1만원.(재료비 3만원) <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 삼색양갱&약식 외 <br/><br/><br/>뉴코아아울렛 문화센터 일산점에서는 추석맞이 D.I.Y 선물제안 강좌를 개설했다. ‘소중한 분께 드리는 영양 간식 삼색양생&약식’은 8월 28일 오전 10시 30분부터 진행된다. 수강료 5천원, 재료비 1만5천원(포장 포함)이다. ‘자녀에게 주는 선물 밤 품은 찹쌀떡’은 9월 15일 오후 2시부터 한다. 수강료 1만원, 재료비 2만5천원(포장포함)이다. ‘가족에게 전하는 사랑 플라워 송편’은 9월 22일 오후 2시부터 진행된다. 수강료 1만원, 재료비 2만5천원(포장포함)이다.     <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 명절 선물용 오방구름떡 만들기 <br/><br/><br/>‘명절 선물용 오방구름떡 만들기’ 강좌가 9월 16일 오후 1시 30분부터 롯데마트 문화센터 주엽점에서 열린다. 참가비는 1천원(재료비 2만5천원)이다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>◇ 추석명절 한과, 약식 만들기 외 <br/><br/><br/>현대백화점 문화센터 킨텍스점에서는 명절대비 강좌들을 개설했다. 먼저 ‘사랑받는 며느리표 명품 추석전과 알짜배기 명절음식’강좌가 오는 9월 15일~9월 22일, 화요일 마다 진행되는 2회 강좌로 오후 1시 20분부터 열린다. 1회차 수업에서는 녹두빈대떡, 패주전, 오징어링전, 애호박새우전을 만들고 2회차 수업에서는 소갈비찜, 삼색나물, 전통잡채, 단호박식혜를 만든다. 2회 수업료는 2만원(재료비 3만원)이다.   <br/><br/><br/>‘추석 명절 한과, 약식 만들기’강좌는 전통약식과 호두 강정, 개성모약과를 만들어보는 시간이다. 9월 1일 오후 1시 20분부터 진행되며 1회 수강료는 1만원(재료비 2만원)이다. <br/><br/><br/>또 ‘명절대비 전통 수제육포 만들기’ 강좌도 있다. 소고기 수제육포 1인당 1근 분량 포장해 간다. 9월 8일 오후 1시 29분부터 진행되며, 수강료는 1회 1만원(재료비 2만3천원)이다.

언론사: 내일신문-1-274.txt

제목: 여성의 아름다움을 되찾아주는 여성토탈케어클리닉으로 변신  
날짜: 20150827  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202329710  
본문: 여성성형, 요실금, 비만치료로 대전에서 입소문이 난 월평동 신아산부인과가 여성의 아름다움을 되찾아주는 토탈케어전문병원으로 재탄생했다. 신아산부인과·피부과는 5월부터 전 DS피부과 둔산점 대표 원장이던 피부과 전문의 박홍표 원장이 협진을 시작했다. <br/><br/><br/>신아산부인과·피부과 박홍표 원장은 “여성들에게 흔한 피부질환인 사마귀나 대상포진은 여성 외음부에 오는 경우도 많다. 부끄러워서 진료를 꺼리지만 우리 병원에서는 피부과와 산부인과 협진이 가능하다”며 “신아산부인과·피부과는 여성들의 부인과적 고민이나 비만, 피부질환 및 각종 트러블, 미용성형, 피부 관리까지 여성들이 원하는 치료를 원스톱으로 해결할 수 있는 병원”이라고 소개했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>사마귀바이러스, 자궁경부암 일으켜 <br/><br/><br/>사마귀는 우리 주변에서 흔하게 볼 수 있는 피부질환이다. 사마귀바이러스가 원인이 돼 발생하며 면역력이 약한 사람일수록 잘 전염된다. <br/><br/><br/>사마귀의 원인이 되는 바이러스는 인간유두종바이러스(human papilloma virus : HPV)이다. 피부감염을 주로 일으키는 보통 바이러스성 사마귀, 생식기와 항문주위에 소위 곤지름을 유발하는 성기주위사마귀(콘딜로마)가 있다. <br/><br/><br/>박 원장은 “바이러스 번식이 쉬운 여름철에 전염위험이 높은 성기사마귀는 특히 여성 생식기 안으로 전염될 가능성이 매우 높고 환자 본인이 육안으로 확인하기 어렵다. 일부 바이러스균은 장기간 방치할 경우 여성생식기 암과 자궁경부암을 유발할 수 있다”며 위험성을 경고했다.  <br/><br/><br/>사마귀의 치료방법은 사마귀의 위치, 크기, 숫자, 환자의 나이, 면역 상태에 따라 다르다. 손이나 발에 생긴 사마귀는 주로 냉동치료와 국소파괴제를 활용한다. 성기주위사마귀의 경우는 단순 절제술이나 전기소작술, 레이저치료를 한다. <br/><br/><br/>박 원장은 “사마귀는 한번 감염되면 여러 부위에 번지거나 가족까지 전염시킬 수 있다. 고위험 사마귀바이러스의 경우 암을 유발할 수 있으므로 예방백신을 접종하여 자궁경부암 등을 미리 예방하는 것이 최선”이라고 강조했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>대상포진, 72시간 내 초기치료 중요 <br/><br/><br/>체력 소모가 심한 7~9월에 발병률이 높은 대상포진은 면역기능이 떨어져서 발생한다. 주로 50대 이상에서 많이 나타나며 요즘에는 30~40대 환자도 늘어난 추세다.  대상포진의 초기 증상은 감기와 비슷하다. 감기몸살을 앓는 것처럼 온몸이 욱신거리다 2~3일후부터는 피부물집이 나타나고 바늘로 찌르는 것 같은 통증이 있다. <br/><br/><br/>박 원장은 “주로 가슴, 배, 허리 같은 몸통이나 팔, 다리, 어깨에 울긋불긋 물집이 올라온다. 얼굴에 발생하여 극심한 통증을 유발하고 심한 경우 안면마비를 일으키는 경우도 드물지 않다. 간혹 여성 외음부로 오는 경우도 있다”며 “피부 증상은 금방 가라앉지만 고통스러운 통증이 한두 달 계속되면 일상생활이 힘들 정도다. 초기 발진 72시간 내에 항바이러스제 치료를 시작하는 것이 가장 좋다”고 설명했다. <br/><br/><br/>치료 시작 당시의 발진 정도가 통증의 강도와 기간에 영향을 미친다. 더 번지기 전에 병원치료를 시작해야 하는 이유다. 포진 후 신경통은 대상포진 합병증으로 가장 흔하다. 바이러스가 신경계를 교란시키는 신경통이 후유증으로 남을 경우 수개월에서 수년간 통증이 지속될 수 있다. <br/><br/><br/>대상포진 예방을 위해서는 대상포진 백신을 미리 접종하는 것이 좋다. 백신 접종으로 70%정도 예방할 수 있고 접종 후 대상포진이 발생하더라도 수포정도나 통증 등 후유증이 매우 약하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>발바닥에 생긴 티눈, 통증 없이 치료 <br/><br/><br/>우리 몸 중에서 가장 혹사당하는 발. 특히 여름에는 맨발로 신발을 신는 경우가 많아서 발가락 사이나 발바닥에 티눈이 잘 생긴다. 티눈은 각질이 국소적으로 두꺼워지는 것으로, 통증이나 염증을 유발한다. 치료하지 않으면 염증 물집이나 감염 출혈, 궤양, 혈관염이 발생할 수 있다.  <br/><br/><br/>박 원장은 “티눈은 맞지 않는 신발이나 걷는 습관으로 인해 지속적인 마찰이 원인이 돼 생긴다. 티눈이 생기면 딱딱해진 부위가 신경을 눌러 걸을 때마다 통증이 있다”며 “일부 환자들은 막연히 병원에서 티눈수술을 하면 씻지 못하거나 일정기간 잘 걷지 못할 것으로 생각해 치료를 망설인다. 요즘은 메스를 이용한 절제술보다는 병변 내 주사치료나 냉동치료술로 통증 없이 간단하게 치료할 수 있다”고 설명했다. <br/><br/><br/>한편 티눈은 병변이 제거 되어도 원인이 남아 있으면 재발할 수 있다. 걸을 때 압력이 어느 한곳에 집중되지 않고 발바닥 전체에 고루 분포할 수 있도록 걸음걸이를 바로 하고, 발에 잘 맞는 신발을 착용하는 것이 중요하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 신아산부인과·피부과 박홍표 원장 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-275.txt

제목: [인터뷰-행복한 봄 산부인과 김민정 원장]자궁근종, 어떻게 치료해야 하나요?  
날짜: 20150827  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202303764  
본문: 여성의 건강 척도는 자궁이라고 할 만큼 여성들에게 있어 자궁 건강은 무척 중요하다. 특히 <br/><br/><br/> 자궁근종은 40대 이후 여성들에게 흔한 질환으로 최근에는 젊은 층에서도 자궁근종 환자가 많이 발생하고 있다. 건강보험심사평가원의 통계에 따르면 20∼30대 자궁근종 환자의 수가 1만 명을 넘어섰다고 한다. 자궁근종의 원인과 치료법에 대해 행복한 봄 산부인과 김민정 원장에게 물어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>-자궁근종이란 어떤 질환인가요？ <br/><br/><br/>자궁근종이란 자궁의 대부분을 이루고 있는 평활근이라는 근육 층에 생기는 종양(혹)을 말합니다. 대부분 양성 종양으로 임상적으로 봤을 때 종양 자체로는 문제가 되지 않습니다. 특히 사이즈가 작고 별다른 증상이 없다면 걱정할 것이 없지만 사이즈가 크다면 문제가 될 수도 있습니다. 정확한 원인은 밝혀지지 않았고 유전적인 영향이나 여성호르몬의 불균형 등 여러 가지 요인으로  보고 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>-근종으로 인해 어떤 증상이 생기나요? <br/><br/><br/>생리 양이 증가하거나 생리통, 배란통,, 골반통 등의 증상이 나타날 수 있습니다. 주로 40대 이후 여성분들에게 근종이 발견되지만 나이가 젊은 분도 근종이 생길 수 있어요. 대부분 근종으로 인해 별 문제는 없지만 40대가 지나면 근종이 커지는 경우도 많습니다. 근종이 몸에 무리를 주는 경우는 과다월경으로 인한 빈혈, 반복되는 부정기 출혈, 생리통, 배란통 등을  동반할 때입니다. 상기 증상이 반복되며 일상생활에 지장을 초래한다면 치료를 하는 것이 맞습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>-근종은 일종의 종양(혹)이니 수술을 해야만 하나요? <br/><br/><br/>다 그렇지는 않습니다. 증상이 심하지 않다면 반드시 수술할 필요는 없습니다. 근종이 암으로 발전할 확률은 0.03％정도로 적기 때문에 근종이 있다고 무조건 수술을 해야 하는 것은 아닙니다. 다만 근종의 크기가 10∼15cm이상인 거대근종이라면 수술을 고려해야 합니다. 또 근종의 크기가 갑자기 커지는 경우도 마찬가지이고요. 근종의 크기가 작아도 생리 양이 많아져 빈혈이 지속된다던가, 생리통이나 배란통, 부정기적 출혈이 반복되어 생활에 지장을 주게 된다면 치료를 해야 합니다. 어떤 분은 근종이 있다는 자체만으로도 걱정을 많이 하시는데 꼭 수술이 아니더라도 다른 치료법이 있으니 전문의와 상의해 판단하시면 될 것 같습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>-수술이외에 다른 치료법은 어떤 것이 있나요? <br/><br/><br/>자궁근종이 몸에 무리를 주는지는 과다월경으로 인한 빈혈수치나 부정기 출혈의 정도, 통증의 정도 등으로 판단합니다. 환자가 별다른 이상을 느끼지 않아도 빈혈 수치가 낮다면 교정을 해야 합니다. 보통은 혈액검사를 통한 빈혈이 심한지 정도를 판단하게 됩니다. 일단 교정해야 할 정도의 빈혈이 있다면 철분제를 복용하게 되고 더 이상의 과다 월경을 방지하기 위해 호르몬제 등을 몇 달간 복용하게 됩니다. 다만 약을 끊고도 증상이 지속된다면 미레나, 자궁적출술 등을 고려하게 됩니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>-미레나란 어떤 것인가요? <br/><br/><br/>미레나에 대한 오해가 많은데  일반 구리 루프나 미레나는 둘 다 피임목적이지만 구리 루프는 구리 성분이 약간의 염증 반응을 일으켜 임신이 안되게 하는 기전으로, 어떤 분에게는 생리양이 증가하거나 생리기간이 길어지게 하고 생리통, 염증 등을 증가시키는 부작용이 있을 수 있는 반면 호르몬 루프인 미레나는 루프와는 기전 자체가 틀립니다. 기구 안의 수직 부분에 호르몬을 함유하는 실린더가 있어 이 실린더에서 여성호르몬과 유사한 작용을 하는 황체호르몬 성분이 일정한 속도로 극소량씩 방출되고 이 호르몬은 자궁 내에 국소적으로 작용을 하게 됩니다. 자궁 내막을 위축시켜 월경량과 월경기간을 줄이고 생리통을 감소시키는 효과가 있어 근종이나 선근증, 내막증, 심한 월경통이나 과다월경 등의 질환이 있는 환자에게는 치료목적으로 사용됩니다. 예전에는 근종이 있으면 자궁적출을 흔하게 했지만 요즘은 미레나를 장착해 5년에 한 번씩 교체하면서 폐경 때까지 증상을 줄이며 지낼 수 있도록 하는 방법이 환자들에게 각광받고 있습니다.

언론사: 내일신문-1-276.txt

제목: [인터뷰-행복한 봄 산부인과 김민정 원장]자궁근종, 어떻게 치료해야 하나요?  
날짜: 20150827  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015082710018371585  
본문: 여성의 건강 척도는 자궁이라고 할 만큼 여성들에게 있어 자궁 건강은 무척 중요하다. 특히 <br/><br/><br/> 자궁근종은 40대 이후 여성들에게 흔한 질환으로 최근에는 젊은 층에서도 자궁근종 환자가 많이 발생하고 있다. 건강보험심사평가원의 통계에 따르면 20∼30대 자궁근종 환자의 수가 1만 명을 넘어섰다고 한다. 자궁근종의 원인과 치료법에 대해 행복한 봄 산부인과 김민정 원장에게 물어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>-자궁근종이란 어떤 질환인가요？ <br/><br/><br/>자궁근종이란 자궁의 대부분을 이루고 있는 평활근이라는 근육 층에 생기는 종양(혹)을 말합니다. 대부분 양성 종양으로 임상적으로 봤을 때 종양 자체로는 문제가 되지 않습니다. 특히 사이즈가 작고 별다른 증상이 없다면 걱정할 것이 없지만 사이즈가 크다면 문제가 될 수도 있습니다. 정확한 원인은 밝혀지지 않았고 유전적인 영향이나 여성호르몬의 불균형 등 여러 가지 요인으로  보고 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>-근종으로 인해 어떤 증상이 생기나요? <br/><br/><br/>생리 양이 증가하거나 생리통, 배란통,, 골반통 등의 증상이 나타날 수 있습니다. 주로 40대 이후 여성분들에게 근종이 발견되지만 나이가 젊은 분도 근종이 생길 수 있어요. 대부분 근종으로 인해 별 문제는 없지만 40대가 지나면 근종이 커지는 경우도 많습니다. 근종이 몸에 무리를 주는 경우는 과다월경으로 인한 빈혈, 반복되는 부정기 출혈, 생리통, 배란통 등을  동반할 때입니다. 상기 증상이 반복되며 일상생활에 지장을 초래한다면 치료를 하는 것이 맞습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>-근종은 일종의 종양(혹)이니 수술을 해야만 하나요? <br/><br/><br/>다 그렇지는 않습니다. 증상이 심하지 않다면 반드시 수술할 필요는 없습니다. 근종이 암으로 발전할 확률은 0.03％정도로 적기 때문에 근종이 있다고 무조건 수술을 해야 하는 것은 아닙니다. 다만 근종의 크기가 10∼15cm이상인 거대근종이라면 수술을 고려해야 합니다. 또 근종의 크기가 갑자기 커지는 경우도 마찬가지이고요. 근종의 크기가 작아도 생리 양이 많아져 빈혈이 지속된다던가, 생리통이나 배란통, 부정기적 출혈이 반복되어 생활에 지장을 주게 된다면 치료를 해야 합니다. 어떤 분은 근종이 있다는 자체만으로도 걱정을 많이 하시는데 꼭 수술이 아니더라도 다른 치료법이 있으니 전문의와 상의해 판단하시면 될 것 같습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>-수술이외에 다른 치료법은 어떤 것이 있나요? <br/><br/><br/>자궁근종이 몸에 무리를 주는지는 과다월경으로 인한 빈혈수치나 부정기 출혈의 정도, 통증의 정도 등으로 판단합니다. 환자가 별다른 이상을 느끼지 않아도 빈혈 수치가 낮다면 교정을 해야 합니다. 보통은 혈액검사를 통한 빈혈이 심한지 정도를 판단하게 됩니다. 일단 교정해야 할 정도의 빈혈이 있다면 철분제를 복용하게 되고 더 이상의 과다 월경을 방지하기 위해 호르몬제 등을 몇 달간 복용하게 됩니다. 다만 약을 끊고도 증상이 지속된다면 미레나, 자궁적출술 등을 고려하게 됩니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>-미레나란 어떤 것인가요? <br/><br/><br/>미레나에 대한 오해가 많은데  일반 구리 루프나 미레나는 둘 다 피임목적이지만 구리 루프는 구리 성분이 약간의 염증 반응을 일으켜 임신이 안되게 하는 기전으로, 어떤 분에게는 생리양이 증가하거나 생리기간이 길어지게 하고 생리통, 염증 등을 증가시키는 부작용이 있을 수 있는 반면 호르몬 루프인 미레나는 루프와는 기전 자체가 틀립니다. 기구 안의 수직 부분에 호르몬을 함유하는 실린더가 있어 이 실린더에서 여성호르몬과 유사한 작용을 하는 황체호르몬 성분이 일정한 속도로 극소량씩 방출되고 이 호르몬은 자궁 내에 국소적으로 작용을 하게 됩니다. 자궁 내막을 위축시켜 월경량과 월경기간을 줄이고 생리통을 감소시키는 효과가 있어 근종이나 선근증, 내막증, 심한 월경통이나 과다월경 등의 질환이 있는 환자에게는 치료목적으로 사용됩니다. 예전에는 근종이 있으면 자궁적출을 흔하게 했지만 요즘은 미레나를 장착해 5년에 한 번씩 교체하면서 폐경 때까지 증상을 줄이며 지낼 수 있도록 하는 방법이 환자들에게 각광받고 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-277.txt

제목: 자폐스펙트럼 환자들에게 희망 주는 한약 개발  
날짜: 20150825  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107202126309  
본문:   <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>환자의 30%는 복용 후 3일이면 눈에 띄게 호전 <br/><br/><br/>발달장애, 그중에서도 자폐스펙트럼을 앓고 있는 아이들에게 희소식이 전해졌다. 워낙에 쉽지 않은 병이라 호전이 더뎌 치료하는 의사나 부모들의 속을 태웠는데 이번에 브레인리더한의원의 설재현 원장이 개발한 한약은 복용을 시작한지 3일이면 눈에 띄게 호전되는 양상을 보여 희망을 주고 있다. 설재현 원장을 만나 자세한 얘기를 들어봤다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그동안 발달장애 치료로 이름을 높여온 브레인리더한의원이 교보타워사거리로 이전하더니 분위기도 시설도 확 바뀐 느낌이다. 예전에도 깔끔하긴 했지만 훨씬 밝고 쾌적한 느낌이고 환자들도 한층 넓어진 대기실에서 편안히 대기하고 있는 모습이다. <br/><br/><br/>발달장애, 그중에서도 자폐스펙트럼을 앓고 있는 아이를 둔 부모들의 속은 말로 표현할 수 없을 정도로 힘들다. 보호자가 없으면 하루도 제대로 살기 힘든 아이들이다보니 오죽하면 아이보다 꼭 하루만 더 살게 해달라는 게 가장 큰 소원일까. 이런 자폐스펙트럼을 앓는 아이에게 미세하나마 한 줄기 빛이 비치고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>뇌에 산소 공급 늘였더니 극적인 호전 <br/><br/><br/>오래도록 발달장애 치료에 총력을 기울여온 설 원장은 흥분을 감추지 못했다. “지난 6월부터 약을 쓰기 시작했으니 아직 임상 데이터가 많은 것은 아닙니다. 하지만 새로운 약물을 쓰고부터는 3일이면 효과가 눈에 띄게 나타납니다. 물론 모든 환자가 그런 건 아니지만 체질에만 맞으면 집중력이 훨씬 나아져 1~2분을 가만히 있지 못하던 아이들이 5분이 넘도록 차분히 있기도 했습니다. 또, 눈을 맞추기도 하는 등 호전된 점을 바로 관찰될 정도로 좋아지더군요”라며 밝은 표정으로 말했다. <br/><br/><br/>자폐라는 병이 워낙에 낫는 속도가 더뎌 치료를 받는 환자나 의사나 오랜 안내가 필요한 질병이다. 그런 병이 눈에 띌 정도로 좋아지니 부모나 치료하는 의사나 보람과 놀라움이 컸다.  <br/><br/><br/>“사실 제가 이 한약을 개발했다기보다는 저의 스승님이신 강주봉 선생님이 개발하셨다고 하는 게 정확합니다. 함께 연구를 해왔지만 저는 그저 거드는 정도였을 뿐이거든요. 스승님께서는 오랫동안 암이나 난치병 연구에 매진해 오셨고요. 그러다 최근 여러 약재를 혼합하다보니 효과가 있을 것 같은 데이터를 발견한 거죠. 그래서 임상을 시작했고 극적인 치료효과가 나타나고 있는 겁니다.” <br/><br/><br/>이 약재로 치료해보니 환자의 약 30% 정도가 눈에 띄는 호전을 보였다고 한다. 스스로도 믿기지 않는다는 설 원장은 안타깝게도 20~30%는 오히려 약간의 역효과가 나기도 했으며 나머지 30%는 미미한 효과만 있었다고 한다. 하지만 약효가 없으면 처방을 중단하고 다른 처방을 내리기 때문에 역효과가 난다고 해서 별다른 문제가 되는 것은 아니란다. 또 들어가는 약재가 다 보약 계통이라서 발달장애에만 큰 호전이 없을 뿐 몸에는 좋은 약재라고 한다. <br/><br/><br/>이 약재의 효과는 체질에 맞도록 뇌에 산소를 최대한 공급해 뇌의 각성을 높여주는데 있다고 한다. 즉, 잠든 뇌를 깨우는 효과가 있다는 말이다. 이처럼 산소의 공급량이 늘자 뇌로 들어가는 혈류량이 늘었고 혈액순환도 잘 돼 뉴로피드백 치료와 운동치료, 언어치료 등에서도 눈에 띌 정도로 호전되었다고 한다.    <br/><br/><br/>지금까지 치료해오면서 늘 호전이 늦어 답답했다는 설 원장은 이번 약재의 획기적인 효능으로 그동안의 답답함이 속 시원히 뚫렸다고 기뻐했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>늘어나는 발달장애 환자, 남 얘기 아니다 <br/><br/><br/>최근 발달장애 환자가 눈에 띄게 늘었다는 설 원장은 그 원인으로 항생제의 남용, 인스턴트식품의 대중화 등 화학조미료나 자신도 모르는 사이에 섭취하는 오염물질의 확대 탓에 신경전달물질에 교란을 일으킨 것으로 파악하고 있다. 100명 중 발달장애를 겪는 아이들이 2명 가까이로 늘어 이제는 남의 얘기만이 아닌 자신의 이야기일 수도 있다고 한다. 그러다보니 이번 처방은 앞으로 발달장애 치료에 획기적인 사건이 될 것으로 전망되고 있다. <br/><br/><br/>병원을 이전하면서 새롭게 파킨슨병과 식이장애 등도 추가해 치료하고 있으며 그룹치료실도 만들었고 운동치료실도 넓혀 보다 쾌적하게 만들어 환자들에게 편안함을 주고 있다. 이번 약재의 개발로 환자만큼이나 기쁘다는 설 원장은 빨리 임상을 늘려 보다 많은 사람들에게 치료 혜택이 돌아갔으면 하는 바람을 나타냈다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 설재현 원장(브레인리더한의원 원장)     

언론사: 내일신문-1-278.txt

제목: 자폐스펙트럼 환자들에게 희망 주는 한약 개발  
날짜: 20150825  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015082510018361585  
본문:   <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>환자의 30%는 복용 후 3일이면 눈에 띄게 호전 <br/><br/><br/>발달장애, 그중에서도 자폐스펙트럼을 앓고 있는 아이들에게 희소식이 전해졌다. 워낙에 쉽지 않은 병이라 호전이 더뎌 치료하는 의사나 부모들의 속을 태웠는데 이번에 브레인리더한의원의 설재현 원장이 개발한 한약은 복용을 시작한지 3일이면 눈에 띄게 호전되는 양상을 보여 희망을 주고 있다. 설재현 원장을 만나 자세한 얘기를 들어봤다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그동안 발달장애 치료로 이름을 높여온 브레인리더한의원이 교보타워사거리로 이전하더니 분위기도 시설도 확 바뀐 느낌이다. 예전에도 깔끔하긴 했지만 훨씬 밝고 쾌적한 느낌이고 환자들도 한층 넓어진 대기실에서 편안히 대기하고 있는 모습이다. <br/><br/><br/>발달장애, 그중에서도 자폐스펙트럼을 앓고 있는 아이를 둔 부모들의 속은 말로 표현할 수 없을 정도로 힘들다. 보호자가 없으면 하루도 제대로 살기 힘든 아이들이다보니 오죽하면 아이보다 꼭 하루만 더 살게 해달라는 게 가장 큰 소원일까. 이런 자폐스펙트럼을 앓는 아이에게 미세하나마 한 줄기 빛이 비치고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>뇌에 산소 공급 늘였더니 극적인 호전 <br/><br/><br/>오래도록 발달장애 치료에 총력을 기울여온 설 원장은 흥분을 감추지 못했다. “지난 6월부터 약을 쓰기 시작했으니 아직 임상 데이터가 많은 것은 아닙니다. 하지만 새로운 약물을 쓰고부터는 3일이면 효과가 눈에 띄게 나타납니다. 물론 모든 환자가 그런 건 아니지만 체질에만 맞으면 집중력이 훨씬 나아져 1~2분을 가만히 있지 못하던 아이들이 5분이 넘도록 차분히 있기도 했습니다. 또, 눈을 맞추기도 하는 등 호전된 점을 바로 관찰될 정도로 좋아지더군요”라며 밝은 표정으로 말했다. <br/><br/><br/>자폐라는 병이 워낙에 낫는 속도가 더뎌 치료를 받는 환자나 의사나 오랜 안내가 필요한 질병이다. 그런 병이 눈에 띌 정도로 좋아지니 부모나 치료하는 의사나 보람과 놀라움이 컸다.  <br/><br/><br/>“사실 제가 이 한약을 개발했다기보다는 저의 스승님이신 강주봉 선생님이 개발하셨다고 하는 게 정확합니다. 함께 연구를 해왔지만 저는 그저 거드는 정도였을 뿐이거든요. 스승님께서는 오랫동안 암이나 난치병 연구에 매진해 오셨고요. 그러다 최근 여러 약재를 혼합하다보니 효과가 있을 것 같은 데이터를 발견한 거죠. 그래서 임상을 시작했고 극적인 치료효과가 나타나고 있는 겁니다.” <br/><br/><br/>이 약재로 치료해보니 환자의 약 30% 정도가 눈에 띄는 호전을 보였다고 한다. 스스로도 믿기지 않는다는 설 원장은 안타깝게도 20~30%는 오히려 약간의 역효과가 나기도 했으며 나머지 30%는 미미한 효과만 있었다고 한다. 하지만 약효가 없으면 처방을 중단하고 다른 처방을 내리기 때문에 역효과가 난다고 해서 별다른 문제가 되는 것은 아니란다. 또 들어가는 약재가 다 보약 계통이라서 발달장애에만 큰 호전이 없을 뿐 몸에는 좋은 약재라고 한다. <br/><br/><br/>이 약재의 효과는 체질에 맞도록 뇌에 산소를 최대한 공급해 뇌의 각성을 높여주는데 있다고 한다. 즉, 잠든 뇌를 깨우는 효과가 있다는 말이다. 이처럼 산소의 공급량이 늘자 뇌로 들어가는 혈류량이 늘었고 혈액순환도 잘 돼 뉴로피드백 치료와 운동치료, 언어치료 등에서도 눈에 띌 정도로 호전되었다고 한다.    <br/><br/><br/>지금까지 치료해오면서 늘 호전이 늦어 답답했다는 설 원장은 이번 약재의 획기적인 효능으로 그동안의 답답함이 속 시원히 뚫렸다고 기뻐했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>늘어나는 발달장애 환자, 남 얘기 아니다 <br/><br/><br/>최근 발달장애 환자가 눈에 띄게 늘었다는 설 원장은 그 원인으로 항생제의 남용, 인스턴트식품의 대중화 등 화학조미료나 자신도 모르는 사이에 섭취하는 오염물질의 확대 탓에 신경전달물질에 교란을 일으킨 것으로 파악하고 있다. 100명 중 발달장애를 겪는 아이들이 2명 가까이로 늘어 이제는 남의 얘기만이 아닌 자신의 이야기일 수도 있다고 한다. 그러다보니 이번 처방은 앞으로 발달장애 치료에 획기적인 사건이 될 것으로 전망되고 있다. <br/><br/><br/>병원을 이전하면서 새롭게 파킨슨병과 식이장애 등도 추가해 치료하고 있으며 그룹치료실도 만들었고 운동치료실도 넓혀 보다 쾌적하게 만들어 환자들에게 편안함을 주고 있다. 이번 약재의 개발로 환자만큼이나 기쁘다는 설 원장은 빨리 임상을 늘려 보다 많은 사람들에게 치료 혜택이 돌아갔으면 하는 바람을 나타냈다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 설재현 원장(브레인리더한의원 원장)      <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-279.txt

제목: 다이어트 제안  
날짜: 20150819  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107201638839  
본문: 배순희피부비만 배순희 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>168cm인 강소라는 엄청난 노력으로 살을 빼고 48kg을 꾸준히 유지하여 섹시한 S라인으로 남성팬들의 시선을 사로잡고 있다. 이희경은 '헬스걸'을 통해 체중감량에 성공하였지만 다시 요요가 온 후 최근 다시 다이어트를 해 무려 23kg을 감량했다. 이희경은 "생애 최저 몸무게를 만들었다"며 '레알 비키니 몸매'를 드러낸 사진을 통해 관심을 끌고 있다. 이 같은 다이어트 성공신화 무작정 굶기만 해서는 어렵다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>무작정 굶기 다이어트 피해 <br/><br/><br/>얼마전 저희 샵에 들린 한 여성은 거의 두 달을 아침은 굶고, 점심은 평소의 절반이나 3분의 2 정도만 먹어 체중을 3kg 정도 뺐다고 한다. 하지만 최근 직장에서 진행한 정기 건강검진에서 ‘영양성 빈혈’ 증세가 있다는 판정을 받았다. 기존의 굶는 체형관리는 영양불균형의로 인한 근육감소와 거식증, 골다공증 등 여러가지 부작용을 일으켜 건강을 악화시켰고 극심한 스트레스로 인한 요요가 발생하여 오히려 체중이 이전보다 불어났다. 이러한 부작용을 피하기 위해서는 먼저 건강상태를 유지하면서 다이어트한다는 생각을 명심해야 한다. 요요악순환을 끊고 건강하게 살을 배는 방법으로 디톡스를 대안으로 제안한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>de의 제거하다란 뜻과 tox(독)이란 뜻의 합성어, 즉 독을 제거하다란 뜻의 디톡스는 현대를 살아가는 사람들은 필연적으로 유해한 자연환경에 노출되어 독소가 쌓이고 면역력이 약해져 자기 치유능력이 현저히 떨어지게 마련이다. 이렇게 되면 독소를 원활히 배출하지 못해 암, 당뇨, 심장질환 등을 발생시키게 된다.  특히 비만 치료, 체질 개선에 있어서 반드시 체내의 독소를 제거하는 해독요법이 선행되어야 한다. 체내의 독소를 제거하지 않는 다이어트는 요요현상을 피하기 어렵다. 그래서 먼저 비만을 일으키는 몸속의 독소를 제거여 인체 내 장기의 건강함을 되찾아 원활한 신진대사를 통해 건강한 몸을 유지하면서 다이어트를 병행해야 한다. 에버앤에버 디톡스 프로그램은 5일간 진행되는 것으로 독소제거의 탁월함을 느낄 수 있다.

언론사: 내일신문-1-280.txt

제목: 다이어트 제안  
날짜: 20150819  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015081910018298582  
본문: 배순희피부비만 배순희 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>168cm인 강소라는 엄청난 노력으로 살을 빼고 48kg을 꾸준히 유지하여 섹시한 S라인으로 남성팬들의 시선을 사로잡고 있다. 이희경은 '헬스걸'을 통해 체중감량에 성공하였지만 다시 요요가 온 후 최근 다시 다이어트를 해 무려 23kg을 감량했다. 이희경은 "생애 최저 몸무게를 만들었다"며 '레알 비키니 몸매'를 드러낸 사진을 통해 관심을 끌고 있다. 이 같은 다이어트 성공신화 무작정 굶기만 해서는 어렵다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>무작정 굶기 다이어트 피해 <br/><br/><br/>얼마전 저희 샵에 들린 한 여성은 거의 두 달을 아침은 굶고, 점심은 평소의 절반이나 3분의 2 정도만 먹어 체중을 3kg 정도 뺐다고 한다. 하지만 최근 직장에서 진행한 정기 건강검진에서 ‘영양성 빈혈’ 증세가 있다는 판정을 받았다. 기존의 굶는 체형관리는 영양불균형의로 인한 근육감소와 거식증, 골다공증 등 여러가지 부작용을 일으켜 건강을 악화시켰고 극심한 스트레스로 인한 요요가 발생하여 오히려 체중이 이전보다 불어났다. 이러한 부작용을 피하기 위해서는 먼저 건강상태를 유지하면서 다이어트한다는 생각을 명심해야 한다. 요요악순환을 끊고 건강하게 살을 배는 방법으로 디톡스를 대안으로 제안한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>de의 제거하다란 뜻과 tox(독)이란 뜻의 합성어, 즉 독을 제거하다란 뜻의 디톡스는 현대를 살아가는 사람들은 필연적으로 유해한 자연환경에 노출되어 독소가 쌓이고 면역력이 약해져 자기 치유능력이 현저히 떨어지게 마련이다. 이렇게 되면 독소를 원활히 배출하지 못해 암, 당뇨, 심장질환 등을 발생시키게 된다.  특히 비만 치료, 체질 개선에 있어서 반드시 체내의 독소를 제거하는 해독요법이 선행되어야 한다. 체내의 독소를 제거하지 않는 다이어트는 요요현상을 피하기 어렵다. 그래서 먼저 비만을 일으키는 몸속의 독소를 제거여 인체 내 장기의 건강함을 되찾아 원활한 신진대사를 통해 건강한 몸을 유지하면서 다이어트를 병행해야 한다. 에버앤에버 디톡스 프로그램은 5일간 진행되는 것으로 독소제거의 탁월함을 느낄 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-281.txt

제목: 흥국화재 '미리DREAM 든든한 보장보험'  
날짜: 20150818  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107201410441  
본문: 흥국화재는 주요질병 진단을 받으면 사망보험금의 일부를 미리 받을 수 있는 신상품 '(무)미리DREAM 든든한 보장보험'을 출시했다고 18일 밝혔다. <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/> 상품의 가장 큰 특징은 높은 발병률과 주요사망원인인 6대 주요질병(암, 뇌졸중, 급성심근경색, 말기간경화, 말기폐질환, 말기신부전)으로 진단 받으면 사망시에 보장받을 수 있는 보험금의 일부를 미리 받아 높은 의료비 부담을 덜고 까다로운 치료에 집중할 수 있다는 것이다. 미리 받는 사망보험금은 업계에서 가장 높은 최고 6000만원이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또 6대 주요질병으로 진단 받으면 납입해야 하는 보장보험료가 면제돼 경제적 부담을 줄일 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>미리DREAM 든든한 보장보험은 15세부터 최대 70세까지 가입가능하며, 2종 15년 갱신형, 40세 남자 기준으로 월 5만원 정도 납입시 상해 사망시 5000만원, 질병사망시 5000만원, 6대질병진단시 사망보험금의 60%인 3000만원을 미리 보장받을 수 있고, 암관련질병 수술시(수술1회당) 100만원, 암입원시(입원1일당) 5만원, 암통원시(통원1회당) 2만원 등을 최고 100세까지 보장받을 수 있다. 이정철 흥국화재 장기상품 팀장은 미리DREAM 든든한 보장보험은 사후 유족뿐 아니라 살아있는 동안 건강보장과 치료비 부담을 덜게 헤주는 꼭 필요한 보험 이라고 밝혔다.

언론사: 내일신문-1-282.txt

제목: 흥국화재 '미리DREAM 든든한 보장보험'  
날짜: 20150818  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015081810018272763  
본문: 흥국화재는 주요질병 진단을 받으면 사망보험금의 일부를 미리 받을 수 있는 신상품 '(무)미리DREAM 든든한 보장보험'을 출시했다고 18일 밝혔다. <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/> 상품의 가장 큰 특징은 높은 발병률과 주요사망원인인 6대 주요질병(암, 뇌졸중, 급성심근경색, 말기간경화, 말기폐질환, 말기신부전)으로 진단 받으면 사망시에 보장받을 수 있는 보험금의 일부를 미리 받아 높은 의료비 부담을 덜고 까다로운 치료에 집중할 수 있다는 것이다. 미리 받는 사망보험금은 업계에서 가장 높은 최고 6000만원이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또 6대 주요질병으로 진단 받으면 납입해야 하는 보장보험료가 면제돼 경제적 부담을 줄일 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>미리DREAM 든든한 보장보험은 15세부터 최대 70세까지 가입가능하며, 2종 15년 갱신형, 40세 남자 기준으로 월 5만원 정도 납입시 상해 사망시 5000만원, 질병사망시 5000만원, 6대질병진단시 사망보험금의 60%인 3000만원을 미리 보장받을 수 있고, 암관련질병 수술시(수술1회당) 100만원, 암입원시(입원1일당) 5만원, 암통원시(통원1회당) 2만원 등을 최고 100세까지 보장받을 수 있다. 이정철 흥국화재 장기상품 팀장은 미리DREAM 든든한 보장보험은 사후 유족뿐 아니라 살아있는 동안 건강보장과 치료비 부담을 덜게 헤주는 꼭 필요한 보험 이라고 밝혔다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-283.txt

제목: 유방암 조기발견, 자가검진 중요  
날짜: 20150817  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107201254932  
본문: 울산 비너스휴방외과의원 <br/><br/><br/>박종필 원장 <br/><br/><br/>유방 세부 전문의 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>유방암은 비만, 모유수유의 감소, 식습관의 서구화 등이 원인이 되어 세계적으로 많은 여성에게 생기고 있는 병입니다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>특히 우리나라 여성들에게는 암 발병률 1위를 차지하고 있는 흔한 병입니다. 미국의 유방암 환자는 폐경 이후의 환자들이 많지만 우리나라는 54.7%의 환자가 50세 미만의 젊은 환자라는 점이 특징입니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암 발생률이 해마다 꾸준히 증가하는데다 젊은 층도 안심할 수 없다는 점에서 유방 건강에 대한 인식과 예방이 무엇보다 중요합니다. 조기에 발견하면 95%이상 완치를 기대할 수 있는 유방암, 조기발견을 위한 자가검진에 대해 알아보겠습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암은 조기에 발견할 경우 경우 5년 생존율이 100%에 가까우나 4기 정도에서 발견될 경우에는 30%미만으로 대폭 줄어들게 됩니다. 그러므로 증상이 없을 때 주기적으로 자가진단을 해 조기에 발견하는 것이 그 무엇보다 중요합니다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>유방암 조기검진은 전혀 어려운 방법이 아닙니다. 자주 하지 않더라도 생리 뒤 한 번씩 확인하는 것이 필요합니다. 생리 뒤 5일 전후에 거울 앞에 서서 유방의 전체적인 윤곽, 좌우 대칭여부, 유두와 피부함몰여부를 살피면 됩니다. 양손을 올려 유방의 피부를 팽팽하게 한 뒤 피부 함몰 여부도 다시 한 번 관찰합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>왼손을 어깨 위로 올린 뒤 오른쪽 가운데 세 손가락의 끝을 모아 유방 바깥에서부터 시계방향으로 원형을 그리며 유두를 향해 천천히 들어오면서 만져보고 유두를 짜면서 분비물이 있는지 만져보는 것도 방법입니다. 겨드랑이에도 멍울이 잡히는지 확인해봐야 합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암은 초기에는 대부분 증상이 없으며 증상이 생긴 후 병원을 찾게 되면 이미 진행된 경우가 많습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암이 있을 때 나타날 수 있는 증상으로는 유방 종괴, 유방 통증, 유두이상 분비, 액와(겨드랑이) 종괴, 유방크기의 변화, 유방피부의 변화 등이 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방 종괴는 유방암의 가장 흔한 증상으로, 대부분 통증을 동반하지 않아 유방암 발견을 위해 유방을 정기적으로 만져보아야 합니다. 자신의 유방에 지금까지 만져지지 않던 혹이 만져지면 빨리 의사와 상담을 하는 것이 필요합니다. 유방 통증은 대부분 생리적 증상인 경우가 많으며 유방 통증으로 유방암이 발견된 경우에는 대부분 유방 종괴를 동반합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유두이상 분비는 유두 표면의 한 개의 구멍에서 피 혹은 맑은 물이 나오는 것을 말합니다. 이외에도 유방 크기의 변화와 비대칭성, 부종, 궤양, 괴사, 유두와 유방피부 함몰 등이 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암을 조기에 발견하기 위해서는 꾸준한 자가진단으로 자신의 상태를 살피거나 전문의를 찾아 정기적인 검사를 받는 것이 필요합니다.

언론사: 내일신문-1-284.txt

제목: 유방암 조기발견, 자가검진 중요  
날짜: 20150817  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015081710018272696  
본문: 울산 비너스휴방외과의원 <br/><br/><br/>박종필 원장 <br/><br/><br/>유방 세부 전문의 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>유방암은 비만, 모유수유의 감소, 식습관의 서구화 등이 원인이 되어 세계적으로 많은 여성에게 생기고 있는 병입니다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>특히 우리나라 여성들에게는 암 발병률 1위를 차지하고 있는 흔한 병입니다. 미국의 유방암 환자는 폐경 이후의 환자들이 많지만 우리나라는 54.7%의 환자가 50세 미만의 젊은 환자라는 점이 특징입니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암 발생률이 해마다 꾸준히 증가하는데다 젊은 층도 안심할 수 없다는 점에서 유방 건강에 대한 인식과 예방이 무엇보다 중요합니다. 조기에 발견하면 95%이상 완치를 기대할 수 있는 유방암, 조기발견을 위한 자가검진에 대해 알아보겠습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암은 조기에 발견할 경우 경우 5년 생존율이 100%에 가까우나 4기 정도에서 발견될 경우에는 30%미만으로 대폭 줄어들게 됩니다. 그러므로 증상이 없을 때 주기적으로 자가진단을 해 조기에 발견하는 것이 그 무엇보다 중요합니다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>유방암 조기검진은 전혀 어려운 방법이 아닙니다. 자주 하지 않더라도 생리 뒤 한 번씩 확인하는 것이 필요합니다. 생리 뒤 5일 전후에 거울 앞에 서서 유방의 전체적인 윤곽, 좌우 대칭여부, 유두와 피부함몰여부를 살피면 됩니다. 양손을 올려 유방의 피부를 팽팽하게 한 뒤 피부 함몰 여부도 다시 한 번 관찰합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>왼손을 어깨 위로 올린 뒤 오른쪽 가운데 세 손가락의 끝을 모아 유방 바깥에서부터 시계방향으로 원형을 그리며 유두를 향해 천천히 들어오면서 만져보고 유두를 짜면서 분비물이 있는지 만져보는 것도 방법입니다. 겨드랑이에도 멍울이 잡히는지 확인해봐야 합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암은 초기에는 대부분 증상이 없으며 증상이 생긴 후 병원을 찾게 되면 이미 진행된 경우가 많습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암이 있을 때 나타날 수 있는 증상으로는 유방 종괴, 유방 통증, 유두이상 분비, 액와(겨드랑이) 종괴, 유방크기의 변화, 유방피부의 변화 등이 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방 종괴는 유방암의 가장 흔한 증상으로, 대부분 통증을 동반하지 않아 유방암 발견을 위해 유방을 정기적으로 만져보아야 합니다. 자신의 유방에 지금까지 만져지지 않던 혹이 만져지면 빨리 의사와 상담을 하는 것이 필요합니다. 유방 통증은 대부분 생리적 증상인 경우가 많으며 유방 통증으로 유방암이 발견된 경우에는 대부분 유방 종괴를 동반합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유두이상 분비는 유두 표면의 한 개의 구멍에서 피 혹은 맑은 물이 나오는 것을 말합니다. 이외에도 유방 크기의 변화와 비대칭성, 부종, 궤양, 괴사, 유두와 유방피부 함몰 등이 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방암을 조기에 발견하기 위해서는 꾸준한 자가진단으로 자신의 상태를 살피거나 전문의를 찾아 정기적인 검사를 받는 것이 필요합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-285.txt

제목: 최근 노후대책으로 각광받는 ‘치매 간병 보험’이란?  
날짜: 20150813  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107195336716  
본문: 우리나라 중장년층은 벌이의 많은 금액을 자녀교육비와 생활비에 쓰고 있으며, 정작 본인들을 위한 제대로 된 노후 대책을 하지 못하는 비율이 전체의 70%나 된다는 통계자료가 있다. <br/><br/><br/>최근에는 환갑잔치를 하는 경우가 거의 없을 정도로 70세 이상 사는 것이 당연시 되고, 기대수명이 100세 까지 늘어날 정도로 초고령화 사회에 들어서고 있다. 문제는 그나마 질 좋은 의미의 경제활동을 60세 이전에 마치게 된다는 점. 은퇴 후에도 20, 30년을 더 살아갈 노인들이 위에서 언급한 것처럼 노후 대책 없이 황혼기를 지내야 한다는 것이다. 급기야 노인들의 행복지수가 OECD 국가 중 최하위일 정도로 우울증과 병든 몸, 생활고로 자살하는 노인 인구가 점점 급증하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한정된 노후대책 자금, 투자 우선순위 정해놓아야 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>‘건강하지 못한 몸으로 오래 사는 것은 비극’이라고 하듯이 노인세대는 질병과 질환을 숙명으로 받아들여야 한다. 그런데 이에 대한 대비가 허약한 노후대책을 과연 제대로 된 것이라 할 수 있을까? 즉 노후대책이란 것이 ‘건강하게 오래 사는 것’으로 정의할 수 있다면 노후대책을 굳이 자산을 불리는 것으로만 생각 할 필요는 없다고 본다. 특히 치매, 알츠하이머, 뇌졸중, 중풍 등의 노인성 질환은 암 환자보다 치료기간이 평균 5년 이상 10년까지 길고, 치료비도 많이 든다. 그중에서도 여성 환자가 남성보다 발병률이 약 2.5배나 많다는 치매에 걸릴 경우 어렵게 마련한 노후자금을 소진하는 것은 물론 자식을 비롯한 가족에게도 물적, 심적 부담을 크게 지우게 된다. <br/><br/><br/>그래서 최근 각광받고 있는 치매간병 보험으로 이를 대비할 수 있다. 적은 비용대비 보장이 확실하며 더구나 간병까지 받을 수 있다. 가족들은 자기 시간과 재산에 대한 희생을 걱정할 필요 없이 오로지 따뜻한 마음으로 환자를 대할 수 있다. <br/><br/><br/>또한 치매간병 보험의 보장성 담보를 예정이율 3.25%로 적용하고 있어서 가입 후 25년 후에 사정이 있어 해약을 하더라도 납입보험료의 90-100% 이상 해지환급금이 보장된다. 이렇듯 연금대체상품으로 생각해도 나쁘지 않은 보장성 보험의 장점도 있으므로 노후를 대비 한다면 ‘치매 간병 보험’을 고려해 봄은 어떨까 싶다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의 031-922-7913 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>KB손해보험 일산중앙지점 사업가형 팀장 안미영

언론사: 내일신문-1-286.txt

제목: 최근 노후대책으로 각광받는 ‘치매 간병 보험’이란?  
날짜: 20150813  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015081310018230260  
본문: 우리나라 중장년층은 벌이의 많은 금액을 자녀교육비와 생활비에 쓰고 있으며, 정작 본인들을 위한 제대로 된 노후 대책을 하지 못하는 비율이 전체의 70%나 된다는 통계자료가 있다. <br/><br/><br/>최근에는 환갑잔치를 하는 경우가 거의 없을 정도로 70세 이상 사는 것이 당연시 되고, 기대수명이 100세 까지 늘어날 정도로 초고령화 사회에 들어서고 있다. 문제는 그나마 질 좋은 의미의 경제활동을 60세 이전에 마치게 된다는 점. 은퇴 후에도 20, 30년을 더 살아갈 노인들이 위에서 언급한 것처럼 노후 대책 없이 황혼기를 지내야 한다는 것이다. 급기야 노인들의 행복지수가 OECD 국가 중 최하위일 정도로 우울증과 병든 몸, 생활고로 자살하는 노인 인구가 점점 급증하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한정된 노후대책 자금, 투자 우선순위 정해놓아야 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>‘건강하지 못한 몸으로 오래 사는 것은 비극’이라고 하듯이 노인세대는 질병과 질환을 숙명으로 받아들여야 한다. 그런데 이에 대한 대비가 허약한 노후대책을 과연 제대로 된 것이라 할 수 있을까? 즉 노후대책이란 것이 ‘건강하게 오래 사는 것’으로 정의할 수 있다면 노후대책을 굳이 자산을 불리는 것으로만 생각 할 필요는 없다고 본다. 특히 치매, 알츠하이머, 뇌졸중, 중풍 등의 노인성 질환은 암 환자보다 치료기간이 평균 5년 이상 10년까지 길고, 치료비도 많이 든다. 그중에서도 여성 환자가 남성보다 발병률이 약 2.5배나 많다는 치매에 걸릴 경우 어렵게 마련한 노후자금을 소진하는 것은 물론 자식을 비롯한 가족에게도 물적, 심적 부담을 크게 지우게 된다. <br/><br/><br/>그래서 최근 각광받고 있는 치매간병 보험으로 이를 대비할 수 있다. 적은 비용대비 보장이 확실하며 더구나 간병까지 받을 수 있다. 가족들은 자기 시간과 재산에 대한 희생을 걱정할 필요 없이 오로지 따뜻한 마음으로 환자를 대할 수 있다. <br/><br/><br/>또한 치매간병 보험의 보장성 담보를 예정이율 3.25%로 적용하고 있어서 가입 후 25년 후에 사정이 있어 해약을 하더라도 납입보험료의 90-100% 이상 해지환급금이 보장된다. 이렇듯 연금대체상품으로 생각해도 나쁘지 않은 보장성 보험의 장점도 있으므로 노후를 대비 한다면 ‘치매 간병 보험’을 고려해 봄은 어떨까 싶다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의 031-922-7913 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>KB손해보험 일산중앙지점 사업가형 팀장 안미영 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-287.txt

제목: 춘천시매쓰\_암호를 찾아라!  
날짜: 20150811  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107195219359  
본문: 여러분이 만약 알리바바와 40인의 도적들이 보물을 숨겨놓은 동굴을 발견하게 된다면 어떨까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>탐험을 좋아하는 똘똘이가 우연히 그 동굴을 발견 했다고 해요. 그래서 이야기 속의 알리바바처럼 동굴 문을 열기 위해 “열려라! 참깨!” 하고 힘차게 외쳐 보았지만 어떻게 된 일일까요? 문은 꿈쩍도 하지 않았어요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한참을 고민하던 똘똘이 눈에 종이 한잔이 눈에 띄었어요. 동굴 문 앞에 붙어있는 그 종이에 암호를 알려주는 힌트가 있었던 거예요! <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>동굴 문을 열 수 있는 암호는 과연 무엇일까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>힌트에는 “암호 판에서 다음의 원 안의 두 수와 같은 관계를 가진 원들만을 골라 색칠하면 암호가 보일 것이다.”라고 쓰여 있었습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>원 안의 두 수는 어떤 관계일까요? 관계를 찾아 암호 판에 색칠하여 보세요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>두 수 사이의 관계를 어떻게 생각해야 할까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>앞의 수가 4일 때에는 뒤의 수가 9이고, 앞의 수가 1일 때에는 뒤의 수가 3, 앞의 수가 3일땐 뒤의 수가 7, 또 앞의 수가 0일 때에는 뒤의 수가 1입니다. 각각의 수들의 차나 합을 먼저 구해봅니다. 각각 나온 합과 차를 보고 원래의 수들과 관계가 있는 지 살펴봅니다. 이 경우에는 두 수의 차와 앞 수를 비교하면 항상 두 수의 차가 앞의 수보다 1이 큽니다. 따라서 이 원안의 두 수의 규칙은 앞의 수에 앞의 수 보다 1 큰 수을 더해주면 뒤의 수가 됩니다. 다시 정리하면 뒤의 수는 앞의 수의 두 배보다 1이 큰 수라고 할 수 있습니다. 따라서 원 안의 두 수의 규칙을 식으로 나타내면 <(뒤의 수)=(앞의 수)×2+1>입니다. 이런 규칙이 있는 수들을 찾아보면, <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>0 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>1 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>1 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>3 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>2 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>5 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>3 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>7 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>4 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>9 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>5 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>11 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>6 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>13 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>7 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>14 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>8 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>17 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>9 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>18 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>10 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>21 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>입니다.<br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>암호판에서 위의 수들을 모두 색칠 해 보세요. 규칙에 맞는 수를 찾아 색칠 할 때에는 여기저기 눈에 보이는 대로 찾아 색칠하면 빠지는 원들이 생길 수 있으므로 이렇게 찾지 말고 위에서부터 하나하나 차례로 찾아 색칠 한 뒤 다시 한번 확인하여 봅니다. 모두 다 색찰 하고 나면 암호판에 “나무”라는 암호가 나타납니다. 똘똘이도 암호를 찾아내어 동굴 앞에서 “열려라!나무!” 라고 외치니 동굴 문에 열렸습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 

언론사: 내일신문-1-288.txt

제목: 고도비만 50만명 넘어 … 맞춤형관리 절실  
날짜: 20150811  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107195203636  
본문: 비만이 국민건강과 건강보험재정을 위협하고 있다. 2013년 고도비만자가 50만명, 초고도비만자가 5만명을 넘어섰다. 비만(체질량지수 25이상)인 경우, 정상체중인 사람보다 고혈압과 당뇨병에 걸릴 위험이 각각 2.6배, 이상지질혈증에 걸릴 위험은 2.1배, 허혈성심장질환에 걸릴 위험은 1.9배, 신장암에 걸릴 위험은 1.8배나 높다. 이로 인한 진료비는 2011년 2조1284억원으로 나타났다. 체질량지수 23이상인 과체중까지 포함하면 2조6919억원이었다. <br/> 만성질환자나 비만자는 혼자 영양과 운동 관리를 하기 어렵다. 진료와 생활관리가 접목된 종합관리프로그램이 절실하다. 사진은 10일 건보공단 안양동안지사 건강증진센터에서 운동처방사가 회원에게 생활, 운동습관 지도 상담을 하고 있다. 사진 이의종 <br/>더 이상 비만은 개인적 문제가 아닌 국민 건강증진 차원에서 범국가적 과제가 됐다. 특히 고도비만과 초고도비만은 개인적 노력으로 해결하기 힘들다. 이에 건보공단의 국민건강증진센터에서 진행하는 맞춤형 건강관리 프로그램을 사회전체로 확산해 개인의 생활·운동습관을 바꿀 필요가 있다. <br/> <br/>◆고도비만 혼자 해결하기 어렵다 = 고도비만은 체질량지수가 30이상인 경우를 말한다. 고도비만인 경우 지방세포 자체의 심각한 변성이 생겨 지방세포가 정상으로 돌아오기 어렵다. 특히 우리나라의 고도비만은 합병증 위험이 높은 내장비만과 복부비만이 심하다. 이미 변성된 지방세포가 복강 안 혈액과 림프구의 흐름에 장애를 일으킨다. 또 거대대식세포의 증식으로 비만세포 내에서 50여종의 염증물질이 과다분비 되는데 이로 인한 합병증 발생이 이어진다. <br/> <br/>고도비만이 일으키는 합병증에는 제2형 당뇨, 골관절염, 비알콜성 지방간증, 수면무호흡증, 폐색전증, 고혈압, 천식, 불임, 암, 우울증 등이 있다. <br/> <br/>특히 복부비만이 심한 경우 췌장암, 자궁암, 유방암과 관련성이 높아진다. 폐경기 이후 여성 유방암의 원인으로 비만이 1위에 올랐다는 것은 시사하는 바가 크다. 체내에 과도한 체지방이 쌓이면 에스트로겐이 보다 강력한 에스트라디올로 전환되면서 유방암을 촉진시킨다. 복부비만이 심한 남성의 경우 대장암의 위험도가 높아진다. 내장지방이 많으면 지방세포가 대장을 공격함으로써 대장암을 일으키는 원인이 된다. 또 혈중 인슐린 농도가 높아져 세포성장을 촉진시키는데 관여해 종양의 원인이 된다. <br/> <br/>고도비만은 남녀모두 20∼30대에서 많이 나타나는데, 2002년보다 2013년에 고도비만이 남자는 2.3배. 여자는 3.0배 증가했다. 이는 1980년대 이후를 청소년기를 보내면서 패스트푸드를 '즐겨' 먹은 사람들이 성인이 됐을 때 고도비만인 상태가 된 결과로 분석된다. 청소년때부터 비만관리를 하기 위한 프로그램이 사회적으로 필요함을 시사한다. <br/> <br/>◆운동 식이 약물 수술 등 종합적 진단과 처방 필요 = 고도비만자들은 혼자 다이어트를 하기 위해 엄청난 노력을 하지만 대부분 실패한다. 의지만으로 먹기를 줄이거나, 운동을 하기도 쉽지 않다. 한번 늘어난 위장과 커진 지방세포 때문에 뇌는 그만 먹으라는 신호보다 더 먹으라는 신호를 보낸다. 또 과도한 체중 탓에 관절이 쉽게 손상되는 탓에 격렬한 운동으로 체중감량을 시도할 수도 없게 된다. <br/> <br/>이 때문에 개인맞춤형 비만관리프로그램이 절실하다. 비만정도와 만성질환 정도에 따라 운동처방사가 운동방식을 안내하고, 영양사가 적절한 식습관을 익힐 수 있게 도와 줘야 한다. 식이요법과 운동으로 비만관리가 되지 않는 경우, 약물요법과 수술요법을 살펴 볼 필요가 있다. 약물요법은 양한방 대부분 식욕을 억제하는 약물을 복용한다. 하지만 체중이 너무 많이 나가는 경우에는 그만큼 비례해서 약물을 복용해야 하기 때문에 기대한 만큼 효과를 기대하기 어렵다. <br/> <br/>최후의 체중감량 수단은 수술요법이다. 조민영 서울365mc병원장에 따르면, 위밴드술, 위소매절제술 등이 있다. 위밴드술은 위를 자르지 않기 때문에 합병증이 적다. 가능성은 적지만 문제 발생시 밴드제거술 등을 통해 수술전으로 돌릴 수 있는 장점이 있다. 위소매절제술은 소매모양으로 위를 절제해 위 용적을 줄여 섭취량을 제한하고 위에서 나오는 식이조절 호르몬 분비를 억제하는 수술법이다. 고도비만 수술 대상이 되는 환자는 조기에 수술을 받을수록 훨씬 빠르게 체중과 체질량지수를 줄일 수 있다. <br/> <br/>◆청소년비만 방치하면 성인만성질환 악화시켜 = 개인 맞춤형관리프로그램에 따라 적절히 안내받는 것과 더불어 사회제도적으로 비만을 예방하기 위한 조치들이 필요하다. <br/> <br/>비만율 세계2위인 미국은 2010년 소아비만과의 전쟁을 선포, 학생들에게 더 건강한 음식을 제공하고 더 많은 신체활동을 장려하는 켐페인을 시작했다. 이런 노력으로 2-5세 아동의 비만율이 2004년 14%에서 2012년 8%로 줄었다. 유럽연합과 캐나다도 정크푸드 광고를 규제하고 학교 식당 내 인스턴트식품 판매를 금지 등을 법제화했다. 미국 캘리포니아주에서는 모든 탄산음료, 당분이 들어간 음료에는 예외없이 건강 경고문구를 제품 라벨에 삽입하도록 했다. 이외 미국, 프랑스, 덴마크, 영국, 헝가리, 대만 등은 비만을 유발하는 건강유해식품에 비만세를 부담시켰다. <br/> <br/>건보공단 관계자는 "특히 청소년시기 비만관리를 놓치면 성인비만으로 이어져 만성질환을 일으키게 된다"며 "교육부와 공단이 연계해 관리프로그램을 만들 필요가 있고, 사회적으로 비만을 예방관리할 수 있는 다양한 방안을 검토할 시기"라고 말했다.

언론사: 내일신문-1-289.txt

제목: 춘천시매쓰\_암호를 찾아라!  
날짜: 20150811  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015081110018217981  
본문: 여러분이 만약 알리바바와 40인의 도적들이 보물을 숨겨놓은 동굴을 발견하게 된다면 어떨까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>탐험을 좋아하는 똘똘이가 우연히 그 동굴을 발견 했다고 해요. 그래서 이야기 속의 알리바바처럼 동굴 문을 열기 위해 “열려라! 참깨!” 하고 힘차게 외쳐 보았지만 어떻게 된 일일까요? 문은 꿈쩍도 하지 않았어요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한참을 고민하던 똘똘이 눈에 종이 한잔이 눈에 띄었어요. 동굴 문 앞에 붙어있는 그 종이에 암호를 알려주는 힌트가 있었던 거예요! <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>동굴 문을 열 수 있는 암호는 과연 무엇일까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>힌트에는 “암호 판에서 다음의 원 안의 두 수와 같은 관계를 가진 원들만을 골라 색칠하면 암호가 보일 것이다.”라고 쓰여 있었습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>원 안의 두 수는 어떤 관계일까요? 관계를 찾아 암호 판에 색칠하여 보세요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>두 수 사이의 관계를 어떻게 생각해야 할까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>앞의 수가 4일 때에는 뒤의 수가 9이고, 앞의 수가 1일 때에는 뒤의 수가 3, 앞의 수가 3일땐 뒤의 수가 7, 또 앞의 수가 0일 때에는 뒤의 수가 1입니다. 각각의 수들의 차나 합을 먼저 구해봅니다. 각각 나온 합과 차를 보고 원래의 수들과 관계가 있는 지 살펴봅니다. 이 경우에는 두 수의 차와 앞 수를 비교하면 항상 두 수의 차가 앞의 수보다 1이 큽니다. 따라서 이 원안의 두 수의 규칙은 앞의 수에 앞의 수 보다 1 큰 수을 더해주면 뒤의 수가 됩니다. 다시 정리하면 뒤의 수는 앞의 수의 두 배보다 1이 큰 수라고 할 수 있습니다. 따라서 원 안의 두 수의 규칙을 식으로 나타내면 <(뒤의 수)=(앞의 수)×2+1>입니다. 이런 규칙이 있는 수들을 찾아보면, <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>0 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>1 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>1 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>3 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>2 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>5 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>3 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>7 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>4 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>9 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>5 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>11 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>6 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>13 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>7 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>14 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>8 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>17 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>9 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>18 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>10 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/>21 <br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/>입니다.<br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>암호판에서 위의 수들을 모두 색칠 해 보세요. 규칙에 맞는 수를 찾아 색칠 할 때에는 여기저기 눈에 보이는 대로 찾아 색칠하면 빠지는 원들이 생길 수 있으므로 이렇게 찾지 말고 위에서부터 하나하나 차례로 찾아 색칠 한 뒤 다시 한번 확인하여 봅니다. 모두 다 색찰 하고 나면 암호판에 “나무”라는 암호가 나타납니다. 똘똘이도 암호를 찾아내어 동굴 앞에서 “열려라!나무!” 라고 외치니 동굴 문에 열렸습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-290.txt

제목: 고도비만 50만명 넘어 … 맞춤형관리 절실  
날짜: 20150811  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015081110018204284  
본문: 비만이 국민건강과 건강보험재정을 위협하고 있다. 2013년 고도비만자가 50만명, 초고도비만자가 5만명을 넘어섰다. 비만(체질량지수 25이상)인 경우, 정상체중인 사람보다 고혈압과 당뇨병에 걸릴 위험이 각각 2.6배, 이상지질혈증에 걸릴 위험은 2.1배, 허혈성심장질환에 걸릴 위험은 1.9배, 신장암에 걸릴 위험은 1.8배나 높다. 이로 인한 진료비는 2011년 2조1284억원으로 나타났다. 체질량지수 23이상인 과체중까지 포함하면 2조6919억원이었다. <br/> 만성질환자나 비만자는 혼자 영양과 운동 관리를 하기 어렵다. 진료와 생활관리가 접목된 종합관리프로그램이 절실하다. 사진은 10일 건보공단 안양동안지사 건강증진센터에서 운동처방사가 회원에게 생활, 운동습관 지도 상담을 하고 있다. 사진 이의종 <br/>더 이상 비만은 개인적 문제가 아닌 국민 건강증진 차원에서 범국가적 과제가 됐다. 특히 고도비만과 초고도비만은 개인적 노력으로 해결하기 힘들다. 이에 건보공단의 국민건강증진센터에서 진행하는 맞춤형 건강관리 프로그램을 사회전체로 확산해 개인의 생활·운동습관을 바꿀 필요가 있다. <br/> <br/>◆고도비만 혼자 해결하기 어렵다 = 고도비만은 체질량지수가 30이상인 경우를 말한다. 고도비만인 경우 지방세포 자체의 심각한 변성이 생겨 지방세포가 정상으로 돌아오기 어렵다. 특히 우리나라의 고도비만은 합병증 위험이 높은 내장비만과 복부비만이 심하다. 이미 변성된 지방세포가 복강 안 혈액과 림프구의 흐름에 장애를 일으킨다. 또 거대대식세포의 증식으로 비만세포 내에서 50여종의 염증물질이 과다분비 되는데 이로 인한 합병증 발생이 이어진다. <br/> <br/>고도비만이 일으키는 합병증에는 제2형 당뇨, 골관절염, 비알콜성 지방간증, 수면무호흡증, 폐색전증, 고혈압, 천식, 불임, 암, 우울증 등이 있다. <br/> <br/>특히 복부비만이 심한 경우 췌장암, 자궁암, 유방암과 관련성이 높아진다. 폐경기 이후 여성 유방암의 원인으로 비만이 1위에 올랐다는 것은 시사하는 바가 크다. 체내에 과도한 체지방이 쌓이면 에스트로겐이 보다 강력한 에스트라디올로 전환되면서 유방암을 촉진시킨다. 복부비만이 심한 남성의 경우 대장암의 위험도가 높아진다. 내장지방이 많으면 지방세포가 대장을 공격함으로써 대장암을 일으키는 원인이 된다. 또 혈중 인슐린 농도가 높아져 세포성장을 촉진시키는데 관여해 종양의 원인이 된다. <br/> <br/>고도비만은 남녀모두 20∼30대에서 많이 나타나는데, 2002년보다 2013년에 고도비만이 남자는 2.3배. 여자는 3.0배 증가했다. 이는 1980년대 이후를 청소년기를 보내면서 패스트푸드를 '즐겨' 먹은 사람들이 성인이 됐을 때 고도비만인 상태가 된 결과로 분석된다. 청소년때부터 비만관리를 하기 위한 프로그램이 사회적으로 필요함을 시사한다. <br/> <br/>◆운동 식이 약물 수술 등 종합적 진단과 처방 필요 = 고도비만자들은 혼자 다이어트를 하기 위해 엄청난 노력을 하지만 대부분 실패한다. 의지만으로 먹기를 줄이거나, 운동을 하기도 쉽지 않다. 한번 늘어난 위장과 커진 지방세포 때문에 뇌는 그만 먹으라는 신호보다 더 먹으라는 신호를 보낸다. 또 과도한 체중 탓에 관절이 쉽게 손상되는 탓에 격렬한 운동으로 체중감량을 시도할 수도 없게 된다. <br/> <br/>이 때문에 개인맞춤형 비만관리프로그램이 절실하다. 비만정도와 만성질환 정도에 따라 운동처방사가 운동방식을 안내하고, 영양사가 적절한 식습관을 익힐 수 있게 도와 줘야 한다. 식이요법과 운동으로 비만관리가 되지 않는 경우, 약물요법과 수술요법을 살펴 볼 필요가 있다. 약물요법은 양한방 대부분 식욕을 억제하는 약물을 복용한다. 하지만 체중이 너무 많이 나가는 경우에는 그만큼 비례해서 약물을 복용해야 하기 때문에 기대한 만큼 효과를 기대하기 어렵다. <br/> <br/>최후의 체중감량 수단은 수술요법이다. 조민영 서울365mc병원장에 따르면, 위밴드술, 위소매절제술 등이 있다. 위밴드술은 위를 자르지 않기 때문에 합병증이 적다. 가능성은 적지만 문제 발생시 밴드제거술 등을 통해 수술전으로 돌릴 수 있는 장점이 있다. 위소매절제술은 소매모양으로 위를 절제해 위 용적을 줄여 섭취량을 제한하고 위에서 나오는 식이조절 호르몬 분비를 억제하는 수술법이다. 고도비만 수술 대상이 되는 환자는 조기에 수술을 받을수록 훨씬 빠르게 체중과 체질량지수를 줄일 수 있다. <br/> <br/>◆청소년비만 방치하면 성인만성질환 악화시켜 = 개인 맞춤형관리프로그램에 따라 적절히 안내받는 것과 더불어 사회제도적으로 비만을 예방하기 위한 조치들이 필요하다. <br/> <br/>비만율 세계2위인 미국은 2010년 소아비만과의 전쟁을 선포, 학생들에게 더 건강한 음식을 제공하고 더 많은 신체활동을 장려하는 켐페인을 시작했다. 이런 노력으로 2-5세 아동의 비만율이 2004년 14%에서 2012년 8%로 줄었다. 유럽연합과 캐나다도 정크푸드 광고를 규제하고 학교 식당 내 인스턴트식품 판매를 금지 등을 법제화했다. 미국 캘리포니아주에서는 모든 탄산음료, 당분이 들어간 음료에는 예외없이 건강 경고문구를 제품 라벨에 삽입하도록 했다. 이외 미국, 프랑스, 덴마크, 영국, 헝가리, 대만 등은 비만을 유발하는 건강유해식품에 비만세를 부담시켰다. <br/> <br/>건보공단 관계자는 "특히 청소년시기 비만관리를 놓치면 성인비만으로 이어져 만성질환을 일으키게 된다"며 "교육부와 공단이 연계해 관리프로그램을 만들 필요가 있고, 사회적으로 비만을 예방관리할 수 있는 다양한 방안을 검토할 시기"라고 말했다.<br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-291.txt

제목: 유병자·고령자 대상 간편심사 보험 나와  
날짜: 20150803  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.20160107194417070  
본문: 현대해상은 유병자·고령자 등 보험 취약계층을 위해 손해보험업계 최초로 간단한 질문만 통과하면 가입할 수 있는 '모두에게 간편한 건강보험'을 출시했다고 3일 밝혔다. <br/> 50∼75세 고객이 5년 내 암 진단·치료, 2년 내 입원·수술, 3개월 내 의사의 입원·수술 소견 등 세 가지 조건에 해당하지 않으면 서류제출이나 건강진단 없이 가입할 수 있다.개인 의료정보를 공개하지 않고 가입이 가능한 이점도 있다. <br/> <br/>또 국내 최초로 3대 질병(암·뇌출혈·급성심근경색) 진단 담보를 간편심사를 통해 가입할 수 있고 입원일당, 수술 보장은 지급사유가 발생할 때마다 보험금을 받을 수 있게 했다. 교통사고에 대비한 운전비용(벌금·방어비용)과 보이스피싱 손해까지 보장받을 수 있다. <br/> <br/>보험기간은 5년, 10년으로 최고 100세까지 갱신이 가능하며, 보험료는 60세 남자, 상해 1급, 전기납, 보험기간 10년, 갱신종료나이 100세 기준으로 6만원 수준이다.

언론사: 내일신문-1-292.txt

제목: 유병자·고령자 대상 간편심사 보험 나와  
날짜: 20150803  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015080310018119987  
본문: 현대해상은 유병자·고령자 등 보험 취약계층을 위해 손해보험업계 최초로 간단한 질문만 통과하면 가입할 수 있는 '모두에게 간편한 건강보험'을 출시했다고 3일 밝혔다. <br/> 50∼75세 고객이 5년 내 암 진단·치료, 2년 내 입원·수술, 3개월 내 의사의 입원·수술 소견 등 세 가지 조건에 해당하지 않으면 서류제출이나 건강진단 없이 가입할 수 있다.개인 의료정보를 공개하지 않고 가입이 가능한 이점도 있다. <br/> <br/>또 국내 최초로 3대 질병(암·뇌출혈·급성심근경색) 진단 담보를 간편심사를 통해 가입할 수 있고 입원일당, 수술 보장은 지급사유가 발생할 때마다 보험금을 받을 수 있게 했다. 교통사고에 대비한 운전비용(벌금·방어비용)과 보이스피싱 손해까지 보장받을 수 있다. <br/> <br/>보험기간은 5년, 10년으로 최고 100세까지 갱신이 가능하며, 보험료는 60세 남자, 상해 1급, 전기납, 보험기간 10년, 갱신종료나이 100세 기준으로 6만원 수준이다.<br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-293.txt

제목: 전남에서 통합의학박람회  
날짜: 20150727  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015072710018046737  
본문: 올해로 6회를 맞는 '대한민국 통합의학박람회'가 오는 31일부터 다음달 6일까지 전남 장흥 청소년수련관 일원에서 열린다. <br/> <br/>양·한방 대체요법을 소개하는 통합의학박람회에선 독일 등 해외 대체요법과 국내 면역증강 요법 등을 체험할 수 있다. <br/> <br/>우선 국내 병원부스에선 자율 신경계검사, 정맥영양주사 요법, 면역증강 요법 상담, 구강검진, 암 관련 상담, 심뇌혈관 관리, 안질환 등 농촌 고령인구를 대상으로 한 상담이 이뤄진다. <br/> <br/>또 만병의 근원인 스트레스와 우울증 검사, 사상체질과 함께하는 약초여행, 천일염 체험 등이 진행된다. <br/> <br/>면역증진관에서는 사상체질 분석과 체질에 적합한 음식 소개, 몸 안에 필요하지 않은 노폐물을 알아볼 수 있는 활성산소 검사, 면역음식과 면역 증강식품 소개, 다양한 한약재와 보양 환 만들기 체험 등을 경험할 수 있다. <br/> <br/>건강체험관은 발 마사지, 편백 족욕 체험 등 일상생활에서 지친 심신을 회복시키는 체험행사로 꾸며진다. 특히 이곳에선 석류 등 지역특산물을 이용한 가공식품이 소개된다. <br/> <br/>세계 각국의 다양한 치료요법이 소개되는 통합의학관에선 독일 통합암치료 프로그램, 일본과 인도의 미술치료, 인도 동종요법과 요가체험, 일본 컬러 테라피, 중국 중의학 한방 진료 등을 체험할 수 있다. 신현숙 전남도 보건복지국장은 "양·한방 대체요법이 한 곳에 모여 다양한 프로그램과 무료 상담을 진행 한다"고 통합의학박람회를 소개했다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-294.txt

제목: [인터뷰│오수근 법학전문대학원협의회 이사장] "로스쿨의 가장 큰 성과는 출신지역과 대학 다양화 "  
날짜: 20150724  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015072410018025962  
본문: "사법시험(사시) 시절에 한 명의 변호사도 배출하지 못한 대학 중 로스쿨에 학생을 입학시킨 대학이 62개나 된다. 로스쿨 도입이후 굉장히 큰 변화는 출신 지역과 대학이 다양화 됐다는 점이다." <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> 오수근 법학전문대학원협의회 이사장 △학력 서울대학교 법과대학 법학과 법학사·동 대학원 법학과(상법전공) 법학석사·서울대학교 대학원 경영학과(회계학전공) 경영학석사·미국 미시간대학교 법과대학(비교법학 전공) 비교법학석사·숭실대학교(상법전공) 법학박사 △경력 인하대학교 법과대학 법학과 교수·현재 이화여자대학교 법과대학 법학과 교수·법학전문대학원장·법과대학장 장병호 기자<br/><br/><br/><br/> 이화여자대학교 법학전문대학원(로스쿨) 오수근 원장의 말이다. 2017년 말 없어질 사시를 존치하자는 주장이 나오는 데 대해 오 학장은 "사회적 합의를 뒤집으려는 기득권세력의 저항"이라고 잘라 말했다. 22일 이화여대 로스쿨 원장실에서 법학전문대학원협의회 이사장직도 겸하고 있는 오수근 원장을 인터뷰했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■사법시험을 존치해 로스쿨과 병행하자는 주장이 나오고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>오랜 시간에 걸쳐 이뤄진 사회적 합의를 정면으로 뒤집자는 것이다. 2000년대 중반, 국가가 시험에 의해 변호사 자격을 주는 것은 문제가 있어, 변호사를 시험으로 선발하는 것이 아니라 교육을 통해 양성하기로 사회적 합의를 이뤘다. 그에 따라 로스쿨 도입과 사시의 단계적 폐지가 진행되고 있는데, 이를 정면으로 무시하는 주장이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■당시 어떤 과정을 통해 사회적 합의가 되었나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>시작은 고시 망국론이었다. 당시 대학 도서관을 가보면 전부 법전을 펴고 고시 준비를 하고 있었다. 사회대 인문대 교수들이 사시 때문에 수업이 제대로 안 된다며 가장 적극적으로 그 폐해를 주장했다. 또 한정된 영역을 제한된 양식으로 테스트할 수 밖에 없는 시험의 본질적 문제도 지적됐다. 필기시험이 갖는 한계가 지적되며, 변호사를 시험이 아닌 교육을 통해 양성하자는 논의가 YS시절 시작됐고, DJ정권을 거쳐 참여정부에서 결국 로스쿨을 만들고 사시폐지의 사회적 합의에 이르렀다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■필기시험의 한계란 무엇을 말하나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암기력은 늘겠지만 논리적 분석이나 외국어 능력, 다른 전공에 대한 이해 등 변호사로써 필요한 다양한 능력은 사시를 통해서는 늘지 않는다. 송무 중심의 소수의 변호사를 배출하는 사시 시스템은 국제 경쟁력이 없다. 이것을 깨자는 게 로스쿨이다. 시험에 매달리지 않고 수업과정에 충실하면 변호사가 될 수 있는 것이 교육에 의한 변호사 양성의 가장 바람직한 모델이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■기득권 세력의 저항은 없었나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>가장 힘들었던 문제는 변호사 숫자였다. 로스쿨 정원이나 합격자 수를 정하면서 논란이 많았다. 숫자에 대한 저항이 오랫동안 있었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■로스쿨 도입 이유 중 하나로 법조인의 특권을 없애자는 것도 있지 않았나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇다. 핵심은 변호사 수를 늘리는 것이다. 수를 늘리지 않으면 특권이 유지되고, 사법권력이 국가경쟁력에 방해가 된다는 판단이었다. 숫자를 적게 뽑을 때는 서울대 등 몇몇 대학의 점유율이 높았다. 하지만 로스쿨을 도입해 숫자를 늘리니 출신 지역과 학교가 다양화 됐다. 이건 굉장히 큰 변화다. 해방직후 토지개혁이후 기존 권력을 나누어준 역사적인 사건이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■로스쿨 도입으로 사법권력이 분산됐다는 것인가. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇다. 사법권력이 분산돼 크게 약화됐다는 것이다. 로스쿨을 각 지역에 배분하는 과정에서 첨예한 대립이 있었다. 숫자를 늘려 각 지방에 나눠줬다. 그 결과 사시 시절에는 한 명의 변호사도 배출하지 못했던 대학 중, 로스쿨에 학생을 입학시킨 곳이 62개교나 된다. 사법시험 합격자보다 훨씬 다양해졌다. 반면에 사법시험에서 합격자를 많이 배출한 서울대 등 몇몇 대학 학생의 비율은 로스쿨이 들어선 뒤 크게 떨어졌다. 바람직한 변화다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■구체적으로 말해 달라. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>법학전문대학원협의회가 사시 합격자와 로스쿨 입학자의 출신대학 현황을 전수조사 했다. 조사결과 2011년부터 2015년까지 로스쿨에 입학한 1만 410명의 출신 대학은 102개였고, 2002년부터 2014년까지 사법시험에 합격한 1만 458명의 출신 대학은 40개로 파악됐다. 로스쿨 입학자의 출신대학이 사법시험 합격자보다 2.5배 많은 것이다. 객관적인 분석을 위해 조사 대상을 서로 비슷한 수준으로 맞췄다. 특히 서울대, 연세대, 고려대의 비율은 사법시험 합격자의 58.51%(6119명)를 차지했지만 로스쿨이 출범한 후에는 점유율이 46.8%(4871명)로 11.71% 포인트 떨어졌다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■일부에서는 로스쿨 출신 변호사 실력에 대한 문제제기가 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>실력을 비교할 때는 기준을 잘 잡아야 한다. 연수원을 막 졸업한 변호사와 로스쿨을 갓 졸업한 변호사를 비교하면 안 된다. 사법시험 합격을 위해 평균 5년 정도 소요된다고 하니까 연수원을 졸업하면 대략 7년 정도 법학을 익힌 셈이다. 로스쿨을 졸업하고 최소한 몇 년간 실무를 익힌 변호사들하고 비교하는 것이 맞는 것 아닌가. 더군다나 이런 비교도 송무에 국한된 얘기다. 제약회사에서 약품을 다루다 로스쿨을 졸업하고 제약 관련 지적재산권을 처리하는 변호사. 외국대학을 졸업하고 로스쿨을 졸업해 외국어 실력이 유창한 변호사. 이들이 과연 경쟁력이 없을까. 실력은 채용자들이 제일 잘 안다. 로스쿨 출신들의 취업 상황 나쁘지 않다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■이른바 대형 로펌에 입사를 많이 했나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>대형 로펌은 자신의 처지에서 제일 도움이 될 사람을 고를 것이다. 분석능력, 외국어 능력, 전문성 등을 보지 않겠나. 경우에 따라서는 유력자의 자녀를 채용해서 사건을 많이 유치할 수 있는 이른바 영업능력을 고려할 수도 있겠지만, 이제 갓 들어온 변호사에게서 그런 능력을 얼마나 기대할 수 있을지 모르겠다. 사시 시절에도 대형 로펌이 일정한 수준 이상의 성적을 요구했지만 성적 순으로 변호사를 뽑지는 않았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■그래도 판검사 임용은 성적순이 아닌가. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>종래 연수원 성적만으로 판검사를 임용하는 것이 제일 좋은 방법인지 되물어보지 않을 수 없다. 인간에 대한 평가를 시험 성적만으로 하면 공정성을 확보할 수 있지만 결국 다양성을 놓치게 된다. 오히려 관심을 둬야 하는 것은 판검사 임용시 고려되는 요소가 의미가 있는지, 그 절차가 공정한지의 문제다. 대학입학에서도 수능성적만으로 뽑지 않는데, 판검사 임용시 성적 외에 다양한 기준을 적용할 필요가 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■로스쿨 교육으로 실력 있는 법률전문가 육성이 가능한가. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>시험을 통한 선발이 아니라 교육을 통한 양성으로 전환이 이뤄졌기 때문에 많은 변화가 일어났다. 교수대 학생비율이 개선됐고, 교육환경도 분명히 좋아졌다. 교육 내용에서 보면 실무교육이 강화된 것이 큰 변화다. 이제는 단순히 책을 암기해서 법조인이 되는 것이 아니라 다양한 실무수습, 실무진들과의 수업을 통해 스스로 문제를 해결해 나갈 수 있는 법률가를 육성하게 됐다. 무엇보다 국제화시대에 걸맞은 소양의 법률가를 양성할 수 있게 됐다고 본다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■로스쿨의 취지는 다양한 전공과 경력을 갖춘 전인적 법조인을 만들겠다는 것인데, 이런 취지가 잘 실현되고 있는가. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>변호사시험관리위원회의 변호사시험 합격자 결정에 따라 그 취지를 제대로 살리지 못하고 있는 부분이 있다. 다양한 전공자들이 본인들의 역량을 펼치려면, 응시자 대비 80% 이상은 합격해야 한다. 변호사시험의 합격률이 낮아질수록 학생들은 시험 위주의 과목만 학습하게 된다. 시험 과목이 아니면 폐강될 위기에 처할 것이다. 로스쿨은 본래 취지에 따라 제도는 잘 설계되어 있지만 변호사시험 합격률로 인한 폐해가 곳곳에서 드러나고 있는 상황이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■최근 변호사시험 성적이 공개되면서 더욱 변호사 시험 매달려 로스쿨은 다양성을 살릴 수 없는 것 아닌가. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>성적이 공개되지 않을 때에 비해 시험 준비에 더 많은 노력을 할 것이다. 그게 나쁜 것은 아니다. 변시 성적이 아주 나쁜 경우에는 영향을 받겠지만, 그렇지 않다면 채용하는 쪽에서는 변호사 시험성적뿐 아니라 인성, 사회경력, 외국어 능력, 특정 분야에 대한 전문성 등 다양한 역량을 볼 것이다. 변시 성적 순으로 채용하지는 않을 것이다. 그런 점에서 오히려 로스쿨은 수요자가 원하는 댜양한 역량에 관심을 유지할 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■로스쿨은 돈스쿨이란 비판이 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>로스쿨마다 등록금의 편차가 있지만, 평균적으로 학기당 약 770만원 정도다. 하지만 로스쿨에선 재학생 절반 이상이 장학금을 받고 있어 실질 등록금은 450만원으로 다른 전문대학원과 비교했을 때 낮은 수준이다. 현재 로스쿨에선 총 운영수입 가운데 32.6%를 장학금으로 지급하고 있다. 돈스쿨이라는 말은 로스쿨을 폄하하고자 하는 악의적인 표현일 뿐이다. 학생의 입장에선 교원 1인당 학생 6.3명, 교육비 투자율 300% 이상으로 학생들에게는 많은 혜택이 주어지는 해피스쿨이라고 할 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■사회적 약자들이 로스쿨의 비싼 학비를 감당하지 못한다는 지적도 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>로스쿨을 운영하는 대학본부의 관점에선 로스쿨이 고비용이겠지만 학생들 입장에선 교육비용이 학생들에게 전가되지 않기 때문에 고비용이라고 할 수 없다. 로스쿨이 고비용이면 저소득층 자녀들이 입학할 수 없을 텐데 서울대 법전원이 발표한 바에 의하면 가구의 연소득이 2300만원 이하인 학생이 전체 학생의 25%다. 이대 로스쿨만 해도 가구의 연소득이 2000만원 이하인 학생이 20%를 넘는다. 로스쿨이야말로 사회적 약자들을 배려하는 제도다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■자세히 설명해 달라. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>로스쿨은 구조적으로 저소득층 자녀가 변호사가 될 수 있는 기회를 확실하게 부여한다. 과거 사법시험 시절 경제적 사회적 취약 계층이 법조인이 되기 어려웠다. 가난한 가정에선 연간 1000만원이 넘는 고시비용을 평균 7년씩 감당할 수 없었다. 로스쿨 도입으로 오히려 계층이동이 활발해 진 것을 확인할 수 있다. 현재 전국 25개 로스쿨에선 특별전형제도를 통해 매년 입학정원의 6% 이상(지금까지 890명)이 전액장학금과 생활비까지 지원을 받고 있다. 특별전형으로 입학한 사람 가운데 이미 315명이 변호사, 판·검사가 돼 활동하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■사시폐지가 계층이동의 사다리를 걷어차는 것이라는 주장이 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>가난한 집 자식이 사시에 합격해 계층이동을 한다는 것은 옛날 일이다. 이미 2000년 이후 사법시험에 합격하는 계층이 경제적으로나 사회적으로 중상층이라는 것이 연구결과다. 사법시험이 계층이동의 기회가 될 수는 있지만 실제 그런 일이 많이 발생하지는 않았다는 점을 기억해야 한다. 사시에 합격한 학생의 80% 이상이 10대 대학 출신이고 75% 이상은 5대 대학 출신이다. 그런 대학에 다니면 일단 계층이동의 필요성은 적다고 봐야겠다. 정말 사회·경제적으로 취약계층의 자녀가 계층이동을 하기 위해선 그들에게 변호사가 될 수 있는 문만 열어 놓는 것이 아니라 실제로 변호사가 될 수 있는 구체적인 기회를 부여해야 한다. 그런 점에서 로스쿨이 더 확실한 '희망의 다리'다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■사시를 존치시켜 로스쿨이 함께 경쟁하면 되지 않나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>국민들 관점에서 사시가 존치됐을 때 제일 큰 문제는, 기득권을 가진 분들에게 그 몫이 돌아간다는 것이다. 기초생활 수급자가 변호사가 되는 것은 사시 체제에서는 불가능하다. 빈부 나이 성별 배경 관계없이 공정하게 열려있다고 하는데, 사시를 보면 결국 기존의 특정대학 중심의 시험선수들이 다 가져갈 것이다. 지역출신 변호사가 나올 가능성은 매우 낮다. 공정한 경쟁이 되기 위해서는 환경을 다 고려해야 한다. 환경을 고려하지 않은 것은 공정하지 않다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■그래도 사시는 누구에게나 공정하지 않나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>객관적인 여러 데이터를 봤을 때 사법시험이 빈부, 배경, 나이, 학력과 무관하게 법조인이 될 수 있는 공정한 기회라는 주장에 대한 근거는 없다. 과거의 데이터를 보면 법과대학에 입학해 사법시험에 합격할 때까지 평균 7년이 소요된다. 가난한 학생이 7년 간 시험 준비를 한다는 것은 어려운 일이다. 더 큰 문제는 사법시험은 합격 확률이 지극이 낮다는 점이다. 1차 시험 응시자 대비 최종합격자가 지난 50년간 2.94%였다. 정말 환경이 어려운 사람이 그런 낮은 확률에도 불구하고 장기간 시험 준비를 할 수 있을지 의문이다. 사시가 공정했다고 하지만 그런 공정성이 다양성의 희생 위에서 이루어진 것임을 직시해야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■7년째를 맞고 있는 로스쿨을 평가해 본다면 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>변호사를 시험에 의해 선발하지 않고 교육에 의해 양성한다는 로스쿨 제도의 기본 목표가 달성되었다고 본다. 한번 시험으로 변호사가 되는지가 결정되는 것이 아니고 로스쿨 입학, 진급, 졸업시험, 변호사시험 등의 교육과정에서 단계적으로 걸러지고 있다. 고시촌의 고시준비생의 수가 준 것이 또 다른 증거다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■로스쿨의 개선할 점은 없나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>두 가지가 있다. 먼저 문호를 더 개방해야 한다. 직장인들이 들어올 수 있도록 야간로스쿨과 온라인로스쿨을 도입하는 방안도 준비 중이다. 경력단절여성들이 로스쿨에 들어올 수 있는 길도 고민하고 있다. 두 번째는 교육내용의 개선이다. 미국 예일대학은 공식적으로 실무를 가르치지 않는다. 이론만 가르치면 된다고 생각한다. 그렇다고 예일 출신을 실력없다고 하지 않는다. 우리나라는 변호사가 실무를 잘 모른다고 실력없다고 한다. 진짜 실력이 무엇인가 고민해봐야 한다. 로스쿨 교육과정에서 진짜 실력을 키우는 내용을 고민하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-295.txt

제목: 성조숙증은 왜 치료해야 하나  
날짜: 20150720  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015072010017982840  
본문: 성조숙증에 대한 이해가 얼마나 될까? 성조숙증에 대한 이해가 부족한 이유 중 큰 부분을 우리 의료진이 만들었다 할 수 있을 듯하고, 또 하나는 인터넷상에서의 광고성 정보들이 범람해 문제가 된 것이다. 어느 순간 성조숙증 전문클리닉이 이리도 많아지고 자칭 전문가분들이 많아졌지만, 성장과 달리 성조숙증은 그 치료시기가 매우 중요하기에 좀 더 보호자분들의 이해도가 중요하다 할 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>성조숙증에서 중요한 것은 진단시기로 여아는 8세, 남아는 9세 이전이다. 가슴발달이나 고환사이즈의 변화 등 이차성징을 보이는 아이들에서 성장판 검사를 시행해 본다. 실제 나이보다 골연령이 빠를 경우, 성선자극검사를 통해 진성성조숙증과 가성성조숙증을 감별할 수 있어야한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>성조숙증이란 예를 들어 시소 100km로 달려야하는 고속도로를 아이가 150km로 달리고 있다고 생각하면 될 것이다. 정해진 속도보다 빨리 달리다보니 다양한 사고의 위험에 놓이게 된다. 대표적으로 정서발달이 또래와 달라 친구들과 어울리는데 문제를 보여 사회성 문제나 우울증 발병률이 높아질 수 있다. 또 당뇨나 고혈압, 고지혈증 등 성인성 만성질환의 조기발병, 유방암이나 자궁관련암의 발병률도 높아질 수 있다. 갱년기가 조기에 와서 오래 지속될 염려 등 삶의 질적 문제에 위험이 있기에 치료대상이 되는 것이다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>성조숙증으로 치료중인 경우 ‘왜 치료를 하는가’를 물으면 키를 말하는 경우가 많듯이 키도 문제가 된다. 제 때 치료가 되지 않으면 아이가 자랄 수 있는 예상키에서 평균적으로 10~12cm 이상 손해를 보게 된다. <br/><br/><br/>더한 문제는 당장 성조숙증 치료의 주 연령대인 초등학교 시절은 외모에 대한 관심이 적지만, 사춘기가 시작되는 중학교에 들어가면서 자기보다 작던 친구들이나 비슷하던 친구들과의 키가 역전이 되면 심적 갈등이 심해질 수 있다. 키에 대해서는 당장보다 성장기 전반을 고려하면서 논의가 되어져야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>성조숙증 치료와 관리에서 잊지 말아야할 것은 단지 성호르몬 억제나 키만이 아닌 그 원인에 대한 치료와 관리가 병행되어야만 한다는 점이다. 예로 폐암환자가 폐암 치료 중 줄담배를 피면 치료의 의미가 적어지듯이, 성조숙증도 단지 호르몬 억제만이 아닌 원인에 대한 관리가 더 중요할 수 있다. 주 원인은 부모의 유전적 조건에 아이의 식습관과 영양상태, 환경, 환경호르몬의 체내 축적여부가 되고는 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>성조숙증의 주 치료자는 의료진이 아닌 일상 속 부모님, 보호자에 의해 이루어지는 것이기에 부모님들의 충분한 이해와 치료 과정 중 아이의 다양한 변화에 대하여 그때그때 편한 상담이 이루어질 수 있어야만 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움글 고시환의원  고시환 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-296.txt

제목: 요로결석과 여름철 물과 관련된 건강상식  
날짜: 20150717  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015071710017969451  
본문: 타워비뇨기과 광진점 김명준 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>여름에는 가만히 앉아 있어도 하루 1.5ℓ의 수분이 땀으로 나간다. 따라서 하루 맥주잔 10잔 정도의 수분을 섭취해야 건강을 유지할 수 있다. 그러나 사람들은 물을 먹는 데 게으르다. 사실 우리 몸에서 물 없이 이루어지는 신진대사는 거의 없다. 물이 없으면 생명도 없는 것이다.여름철 물과 관련된 건강상식을 알아본다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>하루 필요한 물은?인체의 50~85%는 물로 이뤄져 있다. 체중에서 체지방 비율이 높으면 수분 비율도 올라간다. 땀이 나지 않아도 체중의 4% 정도의 수분이 매일 배출된다. 이 중 절반은 내쉬는 호흡과 알게 모르게 피부를 통해 나가는 것. 그리고 나머지 절반은 소변과 대변을 통해서 배설된다. 따라서 하루 1.5~2ℓ정도의 물이 외부에서 들어와야 물 부족을 막을 수 있다. 과일•야채 등의 음식을 통해 섭취되는 수분은 통상 약 1ℓ. 이것으론 250 ㎖ 정도만이 체내 대사과정을 통해 물로 만들어진다.그러니 나머지 1.5ℓ 정도는 매일 마셔야 하는 수분의 양이다. 대개 섭취 ㎉당 1㎖ 정도의 물을 먹도록 권장된다. 남자 성인이 하루 2900㎉, 여자가 2200㎉의 음식을 먹으므로, 250㎖ 맥주잔으로 남자는 약 12컵, 여자는 9컵의 물을 먹어야 한다.물 부족으로 오는 질병들인체에 물이 부족하면 새로운 질병이 생기기도 하고, 있던 질병이 악화되기도 한다. 요로결석은 소변이 만들어지는 콩팥에서 칼슘 등이 결석의 시발점이 되어 눈덩이처럼 커진 상태를 말한다. 따라서 물이 부족하면 소변의 농도가 짙어져 결석이 생길 확률이 높아진다. 원래 있던 결석도 커질 가능성이 많다. 그러나 물을 많이 마신다면 소변을 희석 시키고, 있던 요로결석의 배출도 원활해진다. 치료와 예방이 되는 셈이다. 마찬가지로 물을 많이 먹으면 콩팥, 요관, 방광 등 요로에 생기는 암 발생도 줄여준다. 이는 발암물질이 접촉하는 시간과 농도를 줄여 주기 때문이다. 특히 방광암의 예방 효과는 물을 많이 마실수록 커진다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-297.txt

제목: [기고] 일차의료는 의료혁신 최우선 과제  
날짜: 20150716  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015071610017936023  
본문: 메르스의 충격이 쉽게 가시지 않는다. 감염이 확산되는 큰 고비는 지났다지만 아직도 환자가 생길 수 있으니 안심할 수 없다. 메르스 환자가 삽시간에 186명, 사망자가 36명에 이를 정도로 사태가 커졌던 데에는 안일한 대응과 잘못된 판단을 일삼았던 정부의 책임이 무엇보다 크나, 한편으로 우리나라 의료체계가 그만큼 허약하기 때문이다. <br/> <br/>의료체계란, 건강상태의 진단과 질병의 치료를 뜻하는 의료를 넘어 그 의료를 생산하고 제공하며 관리하는 제도와 사회적 여건 전반을 지칭한다. <br/> <br/>구체적으로 비교하기 쉽지 않지만 우리나라 의학의 수준은 세계적으로 손색이 없게 높다고 한다. 그러나 관점을 의료체계로 돌리면 얘기가 달라진다. 건강보험을 국가가 공적으로 운영하지만 실제 의료 현장인 병의원은 사립기관 일색인 데에서 빚어지는 부조화와 갈등, 의료 이용에 질서나 체계가 없어 아픈 사람이 '각자 알아서' 여기저기 다녀야 하는 이른바 시장형 의료공급의 비효율이 우리 의료체계의 현 주소다. <br/> <br/>의학기술 높아도 국민건강수준 낮아 <br/> <br/>우리나라 국민의 건강 수준은 낮다. OECD 35개 국가 중 암으로 인한 사망의 증가율이 2위, 심혈관질환으로 인한 사망 증가율이 1위이다. 게다가 10명 중 6명이 '건강이 나쁘다'고 답하여 주관적 건강 수준이 나쁘기로 2위이다(건강통계 2013). 국민소득이 3만불에 가깝다는 경제 강국의 이미지가 무색하다. 인구당 의사의 진찰 횟수가 비교 국가 중 가장 많은데도 결과가 저러하다는 것은 의료를 작동시키는 제도에 문제가 크다는 것을 보여준다. <br/> <br/>메르스 사태 또한 의료체계의 문제를 보여주었다. 아픈 환자가 의원을 여기저기 찾아다니고, 낫지 않아서 종합병원에 입원했는데 담당 의사는 환자에 대해 잘 모르는 채 진료만 하고, 환자의 폐렴이 악화되어 더 큰 병원에 가도 응급실에 있는 채 며칠을 보내야 했다. 환자마다 이동 경로가 혼란스러웠고 병원 안에서도 환자는 제대로 보호받지 못했으며 옆에 있던 사람은 어이없게 감염되었다. <br/> <br/>의료체계 개선의 방향은 무엇일까. OECD는 이미 2003년에 보건의료에 대한 우리나라의 자유방임 정책을 우려하였고 2012년에는 일차의료 강화를 의료체계의 최우선 과제로 삼기를 한국 정부에 권고하였다. 일차의료는 주치의를 핵심으로 하는 제도로서 첫째, 사람마다 동네나 일터 가까이에 단골 의사가 있어서 건강에 대해 예방 단계에서부터 총체적 보살핌을 받고, 둘째, 대부분의 건강문제는 주치의가 제공하는 진료와 상담으로 해결하되 어려운 질병이 발생하면 주치의의 도움을 받아 종합병원을 이용하는 것으로 요약된다. 유럽의 선진국에서 일차의료는 의료체계의 기초이다. <br/> <br/>친밀하고 안전한 일차의료 <br/> <br/>우리나라에서 일차의료 제도화는 쉽지 않다. 의대를 졸업한 젊은 의사 대부분이 내과, 소아과, 정형외과, 이비인후과 등을 선택하여 몇 년씩 수련 받고 전문의가 된다. 그 후 다수가 개업을 한다. 그런데 일차의료에서 주치의는 환자의 건강문제를 폭넓게 다루고 총체적으로 보살펴야 한다. 내과, 소아과, 가정의학과라면 기존에 해오던 진료와 크게 다르지 않겠지만 그 외 과목의 의사라면 한번도 해본 적 없는 진료를 해야 하는 상황에 놓인다. 그러니 개업의 일부는 이에 대해 적대적이다. 대형병원도 마찬가지다. 일차의료 제도로 동네의원의 진료가 중요한 의미를 갖게 된다면 지금처럼 대형병원이 마음껏 외래 진료 규모를 늘리고 수익을 높이기 어렵다. 아마 환자의 병원 선택권을 제한하는 잘못된 제도라 하며 반대할 것이다. <br/> <br/>더 일찍 일차의료를 제도화하고 이를 기초로 의료체계를 운영했더라면 좋았을 것이다. 그러나 일제의 점령 아래에서 보건의료는 식민지 통치의 수단이었을 뿐이고, 해방 이후에도 보건의료에 대한 국가적 비전이 수립되지 않았다. 80년대에 공적 의료보험을 도입할 때에도 의료체계의 혁신에는 관심을 두지 않았으니, 우리 시대의 과제가 된 것이다. <br/> <br/>만약 일차의료가 뿌리내리고 있었다면 메르스의 전개 양상은 달랐을 것이다. 동네의원은 단골 환자의 신속한 진단과 치료를 위해 적극적인 역할을 했을 것이고, 종합병원과 대형병원도 동네의원으로부터 정보를 넘겨받아 지금보다 훨씬 더 환자를 안전하게 보호하며 수준 높은 진료를 제공할 수 있었을 것이다. 쉽지 않은 일임에도 일차의료를 포기할 수 없는 이유이다. <br/> <br/>문정주 서울의대 겸임교수 의료관리학교실<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-298.txt

제목: 국립암센터, 호스피스완화 전문기관  
날짜: 20150713  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015071310017888164  
본문: 최근 국립암센터가 호스피스 완화의료 전문기관으로 보건복지부 지정을 받았다. <br/> <br/>국립암센터는 말기암환자와 가족의 삶의 질 향상을 위해 올해 3월 호스피스완화의료 병동을 열었다. 운영 중인 호스피스 완화의료 병동은 입원병상 (4인실 2실 및 1인실 1실) 및 임종실, 가족실, 상담실, 목욕실 등 말기암환자와 가족의 돌봄을 위한 시설을 갖춰다. 국립암센터 호스피스완화의료팀은 전담 의사, 호스피스 전문간호사, 병동 간호사, 사회복지사 및 가정 방문 간호사, 자원봉사자로 구성되어 있다. 또한 전인적인 돌봄을 위해 성직자, 음악치료사, 미술치료사 등 다양한 전문 인력이 참여하고 있다. <br/> <br/>호스피스완화의료 병동에서는 통증, 호흡곤란, 구토, 불면 등의 신체적 증상을 조절하고, 환자와 가족의 심리·사회·영적 고통을 완화하기 위해 주기적으로 돌봄팀 회의를 진행한다. 또한 체계적인 증상 조절을 위해 통증클리닉, 정신건강클리닉, 재활의학클리닉 등 원내 전문 진료과와 연계해 통합 돌봄을 제공하고 있다. 여기에 돌봄 서비스의 일환으로 음악요법, 미술요법, 목욕봉사 등의 서비스를 제공한다. <br/> <br/>아울러 국립암센터는 2018년 완공을 목표로 부속병원 증축을 추진하고 있다. 신축 병동에 24병상 규모의 호스피스 완화의료 병동을 확충할 예정이다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-299.txt

제목: 대구에 조지타운대 분교 생긴다  
날짜: 20150710  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015071010017871563  
본문: 미국 조지타운대학교가 대구에 통합의학대학원 과정을 설립한다. 통합의료는 한의학과 양의학을 통합해 치료하는 방법으로 암 등 난치성 질환 극복을 목표로 하는 영역이다. <br/> <br/>대구경북경제자유구역청은 8일 미국 워싱턴 조지타운대학에서 대구 수성의료지구에 통합의학대학원 과정 설립하는 내용의 업무협약 양해각서를 체결했다고 10일 밝혔다. 양해각서에는 대학원 과정 설립 외에 의료분야 교육·연구 협력 촉진, 의료인력 및 환자 상호교환 프로그램 추진, 의료 관련 산업 활성화 등을 위해 상호협력한다는 내용이 포함됐다. <br/> <br/>통합의학대학원 과정이 들어설 수성의료지구는 도심과 가깝고 편리한 정주여건을 갖추고 있어 국내외 학생유치가 쉬울 것으로 전망된다. 대구경북경제청은 우수한 의료 기술과 인력 유입으로 지역의료 발전과 경제적 파급효과를 기대하고 있다. <br/> <br/>조지타운대는 1789년 설립돼 법과대, 의대 등 16개 분야의 학부과정과 1300여명의 교수진으로 구성된 명문대학이다. 2008년부터 대구가톨릭대와 통합의료 관련 교류를 하고 있으며, 최근에는 대구한의대와 한의학 분야 협력도 시작했다. <br/> <br/>도건우 대구경북경제청장은 "대구가 보유한 우수한 의료 인력과 통합의료진흥원 등의 인프라를 최대한 활용해 조속한 시일 내에 수성의료지구에 대학원을 설립하겠다"고 말했다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-300.txt

제목: 건강보험보장률 '4년째 하락'  
날짜: 20150710  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015071010017871609  
본문: 2013년 전체 의료비 가운데 건강보험이 부담하는 비율인 '건강보험 보장률'이 62.0%로 최근 4년째 (2010~2013년) 계속 하락하고 있는 것으로 조사됐다. <br/> 또 2006년 이후 8년 새 가장 낮은 것으로 나타났다. 그만큼 환자들이 부담하는 의료비가 많아졌고 국민건강보험이 제기능을 하지 못하고 있다는 뜻이다. <br/> <br/>국민건강보험공단은 10일 '2013년 건강보험환자 진료비 실태조사' 결과, "2013년 건강보험 보장률은 62.0%"라고 발표했다. 환자들이 병원을 찾아 진료를 받은 뒤 전체 의료비가 100만원이 나왔다면 건강보험이 62만원을 부담하고 환자는 38만원을 낸다는 이야기다. <br/> <br/>이는 2012년보다 0.5%p 떨어진 수치다. 지난 2009년 65%를 기록한 뒤 4년 연속 하락세를 보였다. 또 2006~2013년 8년 동안 가장 낮은 보장률이다. 건강보험 보장률은 2006년 64.5%, 2007년 65%, 2008년 62.6%, 2009년 65%, 2010년 63.6%, 2011년 63%, 2012년 62.5% 등이었다. <br/> <br/>건강보험공단 관계자는 "건강보험이 적용되지 않는 진료 영역인 비급여 진료비의 증가폭이 크게 늘어나 건강보험 보장률이 계속 낮아지고 있다"고 말했다. <br/> <br/>2012년 비급여 환자 부담률이 17.2%에서 2013년 18.0%로 높아졌다. 일반병원과 의원급 의료기관에서의 비급여 환자 부담은 2012년 29.7%에서 2013년 32.8%, 14.8%에서 18.4%로 각각 높아졌다. 다만 종합병원급이상에서만 비급여환자 부담률이 24.2%에서 21.8%로 줄어들었다. <br/> <br/>우리나라의 건강보험 보장률은 경제협력개발기구(OECD) 회원국 평균(약 80%)보다 크게 낮아 환자들의 의료비 부담이 크다는 지적을 받아 왔다. 최근 들어 오히려 이 수치가 낮아지고 있는 것이다. <br/> <br/>건강보험정책심의위원인 김경자 민주노총 부위원장은 "2013년 건보재정 누적 적립금이 8조2000억원이 넘어선 상태에서 건보보장률이 떨어졌다는 것은 경제적 부담으로 아파도 치료를 받지 않는 환자가 그만큼 늘어 났다는 의미다 "라며 "올해 5월말 현재 15조7000억원의 여유 건보재정을 환자 부담을 줄이는 쪽으로 사용해야 한다"고 주장했다. <br/> <br/>질병별로 건보보장률을 살펴 보면, 이른바 4대 중증질환인 암ㆍ심혈관질환ㆍ뇌혈관질환ㆍ희귀난치성질환의 경우 2013년 77.5%로 나타나 2012년(77.8%)보다 그 보장률이 0.3%p 떨어졌다. 또 환자 1인당 진료비가 많은 상위 30개 질환의 건강보험 보장률도 2013년 기준 75.7%로 이전해보다 1.7%p 줄었다. <br/> <br/>공단 관계자는 "2013년 3대 비급여, 4대중증질환 등 주요 국정과제의 신규 보장성사업이 시작되는 이전 시기였다. 2014년부터 3대비급여 제도개선 등이 추진돼 2014년 건보보장률은 반등할 것으로 기대한다"고 말했다. <br/> <br/>한편 감사원은 보건복지부의 의료비관리분야 감사에서 비급여 원가 공개를 강하게 주문했다. <br/> <br/>감사원은 4월 감사결과에서 "비급여 항목의 표준화 방안을 도입하고, 의료기관의 비급여 항목 진료정보를 급여 항목 진료정보와 같이 심평원에 제출하도록 하는 등 비급여 항목 진료비와 의료기관 원가정보를 체계적으로 수집, 관리하는 방안을 마련하라"고 통보했다. <br/> <br/>건보 적용을 늘리더라도 비급여 진료분야가 턱없이 늘어난다면, 환자부담은 줄어들지 않게 된다.<br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-301.txt

제목: 기말고사 후 영어 공부는 이렇게 하자  
날짜: 20150709  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015070910017871307  
본문: 학기말 고사에 중고등 제군들 모두 수고 많았다. 결과가 만족스런 과목도 있겠고, 그렇지 못한 과목도 있겠지만, 지나간 시간에 어떻게 공부했는지 살펴보고 다음 시험은 어떻게 볼지를 생각하는 시간을 갖자. 만족할 수 있는 더 나은 다음 목표를 세우자. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1학기 시험을 경험으로 2학기에는 어떻게 공부해야 할지 짐작할 수 있지 않나? 실수를 경험했으므로 안 하는 방법도 알았을 것이다. 문제가 어떻게 나오는지 파악했을 것이고 난이도도 짐작했을 테고, 자주 틀리는 문제 유형도 알았을 것이다. 2학기 고사에는 대박 성적을 내자. 그러나 벼락치기는 말고… <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이번 글은 고3은 제외하고, 중학생부터 고2학년까지를 중심으로 이야기하고자 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1학기 고1, 2학년의 시험범위는 교과서와 부교재(EBS 교재 포함), 모의고사, 듣기 등 학교에 따라 적게는 한 권, 많게는 다섯 권에서 나왔다. 객관식은 대부분이 어법과 어휘, 독해 등 수능형이었고, 주관식은 단답형, 문장 어순배열, 문장 영작, 문장 완성, 환문, 글 내용 정리 등이 나왔으며, 일부학교는 설명을 요구하는 순수 서술형 문제와 듣기에서도 주관식이 출제됐다. 1학년은 문법문제도 적지 않았고, 2학년은 주로 독해에 비중을 두었다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>중학교는 어휘(영영 뜻풀이), 대화 완성, 문법 정오판별, 독해(대부분 수능형), 주관식 서술형(어순배열, 단문 영작, 문장완성, 환문 등)으로 출제된바, 전과 거의 같은 형식의 문제로 출제되었고, 범위는 거의 3개과로서 대부분의 학교가 비슷하였다. 문법관련 문제가 상당한 비중을 차지했으며, 심지어 대화문에서도 문법이 출제되어 문법 이해의 중요성이 컸다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>교과서는, 고등학교는 본문에서 나왔으며, 중학교는 본문과 대화체를 골고루 출제하였다. 대부분 본문을 외는 것이 일반적이나, 과거(2010년 이전)와 달리 본문을 암기했다 해서 높은 점수를 얻는 것은 아니다. 빈칸 유형과 어형, 낱말 선택, 내용 일치 관련 일부와 출제자가 요구하는 대로의 영작(암기해서 그대로 쓰는) 문제는 정답으로 이어지는데 다소 도움이 됐을지는 모르지만, 분석, 유추, 추론, 논리적 사고를 요하는 난도 있는 문제에는 암기가 한계가 있다. 그러므로 무조건적인 암기보다는 글의 내용 분석을 기초로 완벽한 해석연습과 이해, 의역적이고 해석적인 독해가 필요하다. 물론 암기하지 말라는 뜻은 절대 아니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>암기해서 답할 수 있는 문제는 웬만큼 경험 있는 영어 선생님이라면 출제가 될 만한 부분은 감이 온다. 수업에 집중하면 상당한 효과를 얻을 수 있다. 하지만 찍어주기를 바라고 내신기가 되면 학원을 찾는 학생들이 많다. 영어는 기계적 원리나 이론으로 공부하는 사회나 과학과 같은 과목이 아니다. 추론하고 유추하고 사고하는 과목이다. 족집게로는 꼭 집어내지 못한다. 그러므로 평소에 꾸준한 노력을 해야만 성과를 볼 수 있다. 벼락치기 반짝 공부는 절대 성적과 연결되지 않는다. 전체에 대한 이해와 감각이 있어야 문제가 풀린다는 점에서 수학보다 공부하기가 더 재미없고 힘 드는 과목일 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>항간에는 어느 학교의 어떤 유형이 어떻게 출제된다 하여 마치 특정한 고유의 출제경향이라도 있는 듯 말하지만 중고등학교별 문제의 유형은 대동소이하다. 수능처럼 문제의 틀이 거의 고정되어 있다. 출제경향이라 할 수 없을 정도로 유형의 차이가 없다. 송파구에서는 자사고인 B고교만이 특이한 문제를 출제하고 있을 뿐이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>난이도도 그렇다. 수년 전에는 어느 특정학교가 어렵게 출제되기도 했지만 이제는 많은 학교들의 문제 난이도가 높아졌다. 오히려 어떤 학교는 과거 어느 학교의 수준을 능가하는 학교도 있다. 좀 반골적인 얘기일지 모르나 얄팍한 현혹적 상술에 말려들지 말기 바란다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>중학생이든 고등학생이든 단어를 소홀히 해서는 영어가 될 수 없다. 문법보다는 단어가 더 중요하며, 단어가 되어야 문법도 독해도 되는 거다. 단어를 공부할 때, 의미에 따른 품사 이해가 필요하다. 영어공부를 시작할 때 가장 기본적이면서도 중요한 것이 단어의 의미로 결정되는 품사이해다. 만약 품사에 대한 이해가 없다면 문법공부는 도로아미타불이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>고등학교에서 내신은 대입시와 직결되므로 매우 중요하다. 고1 첫 중간고사부터 이미 입시 경쟁은 시작되었다. 수능은 마라톤식 장기계획으로, 내신은 100m 단거리식 스퍼트를 해야 한다. 다음 시험은 반 1등을 누르고, 그 다음은 전교 1등을 누르겠다는 멋진 계획과 목표를 갖자! <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>자신과 약속하자, 다음 시험에는 그러겠노라고… <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>이승환 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>IEL(영어동시통합학습법) 창안자 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>EMC이승환영어전문학원 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>송파구 방이동 212 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-302.txt

제목: [목동 사고력 수학의 자존심 ‘거산학원’]올바른 학습법으로 두뇌사고능력 키워야 진짜 수학실력 기를 수 있는 것  
날짜: 20150709  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015070910017871249  
본문: 2008년 개원 이래로 매년 성장을 거듭한 거산학원은 본질에 충실한 수학교육에 그 원동력이 있다고 믿는다. 단지 교재만 끝내는 학원이 아닌, 학생들의 실질적인 사고력을 키워주는 학원. 학생의 수학적인 재능을 길러주고 사고할 수 있는 그릇을 만들어 주는 학원. 수학공부를 즐겁게 할 수 있게 만들어주는 학원. 학생들 스스로 답을 찾아가고 해결하는 문제해결력을 키워주는 학원. 이러한 교육 철학과 목표에 맞춰 학생들을 지도하는 거산학원은 우수한 내신성적과 경시대회 실적, 높은 특목고 진학률, 수능성적 향상이라는 결과를 낳고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암기가 아닌 이해하는 수학공부로 진정한 수학실력 길러 <br/><br/><br/> “반복적인 문제풀이, 암기와 기억에 의존한 수학 학습법으로는 실제 수학 실력을 키워줄 수 없습니다. 스스로 생각할 수 있는 ‘올바른 수학 학습법’으로 지도해야 합니다.” <br/><br/><br/> 수학 교육에 대한 거산학원 이정환 원장의 생각은 확고부동하다. 개념이해를 “했다”를 “안다”로 착각하고 양적인 수학공부법에만 의존하는 학생들에게 거산학원은 가장 기초가 되는 개념이해부터 심화선행까지 맞춤교육 프로그램을 제공함으로써 학생들의 ‘진짜 수학실력’을 향상시키는 것을 목표로 한다. <br/><br/><br/> 이를 위해 학생들이 단원에 대한 기본개념을 정확하게 이해하고, 암기가 아닌 ‘이해하는’ 수학공부로 기본 개념을 충분히 확장시키는 것을 습관화 하도록 지도한다. 이렇게 정확한 개념의 이해와 확장을 통해 추론해보는 과정에서 얻어진 수학적 사고력은 정형화된 문제나 유형을 익힐 필요가 없도록 해준다. 스스로 사고하는 힘이 있기에 익숙한 유형에서 벗어나 새로운 유형을 접하더라도 어려움 없이 풀 수 있는 것이다. <br/><br/><br/> 거산학원의 수업은 문제풀이에만 치중하는 것이 아닌, 전체적으로 큰 틀을 먼저 배우는 계통적 학습을 추구한다. 이는 학년별로 배운다는 뜻이 아니라, 전체적인 이론의 흐름을 배우고 이후 각각의 이론을 깊이 있게 들어가는 것을 말한다. 이 원장은 “특히 고1 수학은 80% 정도가 중학 수학과정과 연계돼있기 때문에 중학과정의 총정리라고 할 수 있다. 따라서 중학과정의 이론이 확실히 잡혀있지 않은 경우에는 고1 과정의 학습을 따라가기 어렵게 된다”고 말한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>세분화한 반 구성과 과학적 피드백으로 개별맞춤학습지도 구현해 <br/><br/><br/> 거산학원은 수준별로 세분화한 반 구성을 장점으로 내세운다. 이를 위해 분기별로 전 재원생 대상 평가인 KSCT를 실시한다. KSCT는 학생들의 학습 과정을 종합적으로 평가하기 위해 현행뿐 아니라 선행과정까지 단원별 이해도를 체크하는 시험으로 그 결과에 따라 승반이 이뤄진다. <br/><br/><br/> 초등부 수업은 1년 과정을 4분기로 나눠 진행한다. 기본, 응용, 심화 과정을 마치면 경시입문 과정 교재인 점프 및 왕수학, 왕수학응용까지 다루고 있다. 사고력 수학은 창의사고와 수리사고 분야를 함께 다루며, 심화나 선행학습뿐 아니라 문제 유형별로 더욱 깊이 있게 접근할 수 있도록 프로그램을 구성했다. <br/><br/><br/> 중등부는 정규수업 외에 매 수업시간 전 또는 후 1시간씩 ‘분석수학 프로그램’을 통해 철저한 개별 맞춤 학습관리를 하고 있다. 레벨에 맞춰 틀렸던 유형의 문제를 추출해 풀도록 하는 분석수학은 취약 유형에 대한 보강학습을 바로 할 수 있게 해준다. <br/><br/><br/> 고등부는 정규수업과 함께 2시간씩 논리수학 프로그램을 병행하고 있다. 분석수학 프로그램과 같이 학생의 취약유형을 분석해 보강하고 유사유형을 반복하는 맞춤학습 시스템으로, 무분별한 문제 풀이를 지양해 효율적인 피드백과 시간을 절약할 수 있다는 장점이 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>개별맞춤 내신대비부터 차별화된 학생관리까지 <br/><br/><br/> 거산학원은 시험대비를 실력에 따라 기간을 달리하는 개별맞춤학습으로 최상의 결과를 꾀한다. 학생들은 분석수학 시스템을 통해 제작한 개별 맞춤형 내신교재로 학습하고 목동 지역의 학교별 출제 유형을 철저히 분석한 기출문제를 풀며 마무리한다. 빈틈없는 내신대비로 재원생 전체 내신 평균 92점, 상위권반 평균 99점이라는 우수한 성과를 거두고 있다. <br/><br/><br/> 거산학원은 학생들의 사고력 향상을 위한 차별화된 학생 관리시스템을 강점으로 꼽는다. 우선 ‘데일리 테스트(5분 테스트)’부터 다르다. 단순히 문제를 푸는 보통의 테스트가 아니라, 철저한 이해 여부를 확인하기 위해 학생이 직접 설명하게 하는 발표형식이다. 제대로 이해해야만 남에게 정확하게 설명할 수 있기 때문이다. <br/><br/><br/> 경시반 이상 학생들을 대상으로 하는 ‘플립 러닝(Flip Learning, 거꾸로 학습법)’도 눈에 띈다. 수업할 내용에 대해 학생들이 먼저 조사해 와 문제를 해결하고 조별 발표를 한 후 수업을 진행하는 방식이다. 테스트도 모든 과정을 직접 증명하고 서술하는 백지 테스트를 실시해, 암기를 통해서가 아닌 스스로 정의를 가지고 결론을 찾아가는 과정을 체크하고 있다. <br/><br/><br/> 마지막으로 강사가 학생들에게 멘토가 돼주는 담임제를 들 수 있다. 학생들과의 밀착된 관계를 유지하며 학생들의 꿈과 목표를 키워주고, 더불어 강사의 발전도 이뤄나가도록 노력하고 있다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-303.txt

제목: 강동성심병원도 내일 메르스 격리해제  
날짜: 20150706  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015070610017826763  
본문: 한때 5000여명에 이르는 관리대상자가 발생했던 강동성심병원 등도 내일 격리 해제될 예정이다. 12일째 신규 확진자가 0∼1명으로 나타나고 있다. 전체적으로 삼성서울병원을 제외하고 안정세를 보이고 있다. <br/> <br/>보건복지부 메르스중앙대책본부는 6일 "전날 메르스 신규 환자와 사망자가 발생하지 않았다"고 밝혔다. 이로써 전체 진료 중인 환자는 36명이고, 격리대상자가 전날보다 75명이 줄어 907명이 됐다. 또 강동성심병원과 강릉의료원이 7일 0시에 병원격리를 해제할 예정이다. 신장투석실 감염 우려가 컸던 강동경희대병원이 11일 격리 해제가 연기되었지만 아직 추가 확진자가 발생하지 않았다. 최근 확진자도 1명 이하로 발생하고, 메르스 집중관리병원의 격리 해제도 이어져 전체적으로 안정세로 접어 든 것으로 보인다. <br/> <br/>하지만 삼성서울병원은 아직 지켜봐야 할 곳이다. 병원 치료환자 15명을 다른 병원으로 이송을 했지만, 일반인 186번환자가 다시 발생해 긴장의 끈을 놓을 수 없게 됐다. 186번 환자는 남편(132명환자)이 확진되기 전 엿새 가량 함께 생활했지만 이때 감염됐다면 증상 발현까지 잠복기가 20일이 넘은 셈이다. 아니면 삼성서울병원 다른 곳에서의 감염 가능성이 남게 된다. 이 환자는 6월 29일 항암 치료를 위해 삼성서울병원 암 병동을 다시 방문해 4시간가량 머물렀다. 이 과정에서 의료진, 혹은 다른 확진자로부터 감염됐을 수 있다. <br/> <br/>한편 6일 오전 6시 현재 진료환자 36명중 12명이 불안정상태로 남아 있다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-304.txt

제목: 천안 지역 고교 배정, 지망 순위 무제한 배정방법으로 결정  
날짜: 20150706  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015070610017826683  
본문: (충남도교육청은 지난달 30일 천안지역 고교평준화 학교배정방법으로 ‘지망순위 무제한 배정방법’을 확정, 발표했다.) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>충남도교육청(교육감 김지철)이 천안지역 고교평준화 학교배정방법을 확정 발표했다. <br/><br/><br/>지난달 30일 도교육청이 발표한 천안지역 고교평준화 학교배정은 ‘지망순위 무제한 배정방법’이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지망순위 무제한 배정방법이란 수험생이 입학원서 제출 시 남학생은 1지망부터 9지망까지, 여학생은 1지망부터 10지망까지 희망하는 학교를 지정해 제출하면 천안지역 고입전형에서 합격한 학생을 대상으로 배정 정원의 100%를 학생 지망 순위에 따라 1지망 지원자부터 컴퓨터 추첨에 의해 순차적으로 배정하는 방식이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>예를 들어 A고의 모집정원이 400명이고 A고에 1지망으로 300명의 학생이 지원했다면 300명 전원을 A고에 배정하고 나머지 100명은 1지망 지원학교에 배정받지 못한 2지망 지원학생을 배정한다. 동일한 방법으로 3지망 지원학생, 4지망 지원학생을 순차적으로 배정해 마지막 지원학생까지 배정하게 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>A고의 모집정원이 400명이고 A고에 1지망으로 지원한 학생이 500명이라면 컴퓨터 추첨에 의해 A고에 400명을 배정하고 나머지 100명은 2지망 지원 학교에 컴퓨터 추첨으로 배정하게 된다. 2지망 지원학교에도 배정받지 못한 학생은 3지망, 4지망 지원 학교에 순차적으로 배정해 마지막 지원학교까지 배정하게 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>특수한 경우는 배정에서 우선 고려된다. 천안시 읍·면지역 중학교 졸업생은 출신 중학교에서 가장 원거리에 위치한 1개 학교를 제외하고 배정한다. 특수교육대상자와 체육특기자는 해당 위원회에서 배치한 학교에 배정한다. 지체부자유자, 암·희귀·난치병 환자, 국가유공자 자녀, 소년·소녀 가장, 2급 이상 중증 장애부모의 자녀 등은 해당 위원회의 심의를 거쳐 근거리 고등학교에 배정한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>충남교육청은 천안지역에 맞는 최적의 학교배정방법을 찾기 위해 전문연구기관에 의뢰해 연구를 진행해 왔고, 공주대학교 임연기 교수가 주관하는 연구팀에서 전국의 사례를 조사 분석하여 천안지역에 적용 가능한 4개의 대안적 학교배정방안을 설정, 학생·학부모·교원들에 대한 설문조사와 의견수렴 등을 통해 각각의 안에 대해 적합성 검토를 실시했다고 전했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-305.txt

제목: [천안지역 고교평준화 학교배정 QnA]“올해부터 입학 희망 학교 지정 후 컴퓨터 추첨에 따라 순차적 배정”  
날짜: 20150706  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015070610017826684  
본문: 충남도교육청(교육감 김지철)은 지난달 30일 천안지역 고교평준화 학교배정방법을 확정 발표했다. 이인수 교육정책국장은 “<span class='quot0'>의견수렴 과정에서 비선호학교에 대한 지원, 장거리 통학생에 대한 교통대책 마련, 학교별 특색 있는 교육과정 운영, 관내 고등학교에 대한 다양한 정보제공 등의 요청이 있었고,이를 해결하기 위해 노력하겠다</span>”고 말했다. <br/><br/><br/>고교평준화와 함께 고입은 물론, 고교 생활에도 큰 변화가 보일 예정. 고입을 앞둔 학생과 학부모들이 궁금해 할 사항을 QnA로 풀어보았다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q1. 평준화지역의 학교배정은? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>2016학년도 고입전형에서 평준화지역에 지원하는 학생은 입학원서 제출 시 남학생은 1지망부터 9지망까지, 여학생은 1지망부터 10지망까지 입학 희망학교를 지정하여 제출합니다. 이때 평준화지역의 입학전형에서 합격한 학생을 대상으로 학교를 배정하는데, 학교별 배정 정원을 정하고 학교별로 배정 정원의 100%를 학생의 지망순위에 따라 1지망 지원자부터 컴퓨터 추첨에 의해 순차적으로 배정합니다. <br/><br/><br/>      <br/><br/><br/>Q2. 읍면지역 중학교 졸업(예정)자 배정방법은? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>읍·면지역에 소재한 중학교를 졸업하고 읍·면지역에 거주하는 학생에 대해서는 출신 중학교에서 가장 원거리에 위치한 1개의 고등학교를 제외하고 학교를 배정합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q3. 근거리 배정 대상자 기준은? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>현재 전국의 모든 시·도에서 사회적 약자나 국가유공자의 자녀에 대해 배정에 우선권을 주고 있습니다. 충남도교육청도 지체장애인 및 뇌병변장애인, 암·희귀·난치병 환자, 국가유공자 자녀, 소년·소녀 가장, 2급 이상 중증 장애부모의 자녀 등에 대하여 거주지에서 가까운 학교에 배정할 수 있도록 하였습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q4. 비선호학교에 대한 지원 대책은? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>학교배정방법연구팀에서 제안한 비선호학교의 학급수 및 학급당 인원수 감축을 심도 있게 고려하고 있습니다. <br/><br/><br/>천안신당고는 행복나눔학교 지정 등 다양한 지원책을 모색하고 있고, 천안신당고와 천안업성고는 특색있는 교육과정 집중지원교로 지정하고 천안업성고는 자율형공립고 역량강화사업비로 지정해 예산을 지원했습니다. 통학여건 개선을 위해 천안신당고와 천안업성고에 셔틀버스를 운행하고 있습니다. <br/><br/><br/>또한 교원의 업무경감대책으로 천안신당고 1명, 천안업성고 2명의 기간제교사을 배치하였으며, 정기 전보에서 비선호학교에는 신규교사 배치를 최소화하겠습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q5. 원거리학교 통학여건 개선을 위한 대책은? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>현재 고등학교 1·2학년 학생의 교통여건 실태조사를 실시하였으며, 분석결과를 천안시청과 운수회사 등과 협의하여 등·하교 시간대에 버스 증편과 노선조정에 대한 구체안을 마련하고 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q6. 특색있는 교육과정 편성?운영에 대한 방안은? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>모든 고등학교가 특색있는 교육과정을 운영할 수 있도록 일반고 교육역량강화지원비를 지급하였습니다. 학교별 진로집중과정을 편성·운영하여 기존의 인문사회·자연과학집중과정 중심에서 수학·과학집중과정, 외국어집중과정, 미술집중과정 등을 편성하도록 컨설팅하고 있습니다. 특히 천안신당고와 천안업성고는 특색있는 교육과정 집중지원교로 지정하였습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q7. 특수지학교에 대한 지원 대책은? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>3개의 특수지학교는 학교와 지역사회의 특성을 살린 학생 맞춤형 교육과정 운영과 명품진로교육 선도학교로 육성하여 향후 평준화 대상교에 포함시킬 예정입니다. 특색있는 학생맞춤형 진로교육 프로그램을 다양화하여 인문사회·자연과학집중과정 외에 진로교육집중과정, 직업교육집중과정, 산학연계위탁과정을 운영하고 있습니다. <br/><br/><br/>2015학년도에 특수지학교의 입학정원을 조정하여 목천고는 8학급에서 6학급으로, 급당정원도 35명에서 30명으로 줄이고, 성환고는 일반계 급당정원을 35명에서 30명으로 감축하였습니다. 일반고 교육역량 집중지원교 지정 및 교육복지우선지원사업학교로 지정하였으며, 특수지학교 근무교원 우대방안으로 지역근속 만기유예제도를 2016년 3월부터 시행하겠습니다. 목천고와 성환고는 원거리 학생을 위해 셔틀버스를 운행하고 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>Q8. 교수·학습방법 및 생활지도 개선 대책은? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>타시도에서 평준화 시행 이후 성공적인 학교로 평가되는 학교의 교원을 초빙하여 교육과정, 생활지도, 교수학습, 진로지도 영역으로 방학 중 연수를 계획하고 있습니다. 2016년 2월에는 1학년 담임을 대상으로 연수를 실시하겠습니다. <br/><br/><br/>단위학교가 수준별 수업을 확대하고 프로젝트형 수업, 토론식 참여형 수업 등 수업혁신을 할 수 있도록 지원을 확대하고, 학교폭력을 예방하기 위해 상담 및 치유 네트워크를 구축하고, 학교부적응 학생 예방 및 지도를 위해 교사의 상담 역량을 높이겠습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>자료제공 : 충남도교육청 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-306.txt

제목: 효율적인 수능 과학 학습 방법  
날짜: 20150705  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015070510017826663  
본문: 이승준 <br/><br/><br/>이튼학원 과학과 대표 <br/><br/><br/>자연계에듀(주) 이사 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>성실하게 꾸준히 많은 시간을 들여 공부를 하는데도 성적이 기대했던 것만큼 나오지 않는 학생들이 꽤 많다. 특히 수능시험에서 기대했던 것만큼 성적이 좋지 않아 대학 입시에서 좌절을 경험하는 학생들을 주변에서 많이 접하게 된다. 여러 가지 이유가 있겠으나 가장 중요한 것은 공부하는 요령이 부족한 탓인 경우가 대부분이다. 무턱대고 열심히만 한다고 항상 좋은 결과를 얻을 수 있는 것은 아닐 것이다. 우공이 산을 옮겼다지만 산을 옮기는 방법을 모르고 죽기 전에 산을 옮길 수는 없었을 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>다른 과목도 마찬가지겠지만 수능 과학은 크게 3단계로 나누어 학습이 진행된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>첫 번째 단계는 “ 이해와 정리 ” 단계이다. <br/><br/><br/>이 단계는 수능 과학 과목을 처음 배우는 학생들의 단계이다. 교과서에 어떤 내용이 들어있는지를 파악하고 교과서에서 다루는 기본적인 과학 원리를 이해해야 한다는 것은 누구나 아는 사실이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그런데 교과서에 수록된 모든 내용이 수능에 다루어지는 것은 아니다. 교과서에는 교과서 집필진의 집필 의도에 따라 반드시 알아야 할 부분과 참고적으로 읽고 넘어가도 되는 부분 등이 존재한다. 그에 따라 교과서에 나와 있는 내용들도 수능에서 다루는 중요도가 달라질 수 있다. 또한 교과서가 개편되면서 예전 교과서에서와 같은 내용이라도 과거에는 중요했으나 지금은 중요하지 않은 내용으로 바뀌는 경우도 있다. 그러므로 수능 시험에 자주 등장하는 부분과 수능에서 잘 다루지 않는 부분, 그리고 수능에서 출제되지 않는 부분 등을 분류하여 정리해 둘 필요가 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그런데 교과서의 내용을 파악하고 이해하며 수능에서 중요한지 안한지를 구별하는 일은 학생들 혼자서 수행하기는 쉬운 작업이 아니다. 그러므로 이 단계에서는 선생님들의 도움을 얻는 것이 좋다. 특히 학원이나 인강 수업을 참조하는 것이 효과적일 수 있다. 물론 학교에서 배우면서 파악할 수도 있겠으나, 학교 수업은 학원이나 인강 수업처럼 수능 시험만을 위한 강의가 아니기 때문에, 수능 시험에서의 중요한 것들을 파악하기가 쉽지는 않을 것이다. 이는 학교 선생님들의 강의력이 부족해서라는 뜻이 아니다. 다만 학원 선생님들과 학교 선생님들의 강의 목적이 다르다는 것을 이야기 하는 것이다. 수능 시험을 위한 강의만을 전문적으로 하시는 선생님들의 도움을 받아 공부를 하는 것이 시간적인 면에서나 학습의 깊이 면에서 여러모로 효율적인 학습 방법이 될 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>두 번째 단계는 “ 암기 ” 단계이다. <br/><br/><br/>공부는 이해 위주로 해야 한다고 들 한다. 그러나 이해만하면 공부가 끝나는 것은 아니다. 우리들이 하고 있는 공부는 좋든 싫든간에 시험을 위한 공부임을 인정할 수 밖에 없다. 시험문제에서 다루어지는 내용들의 기본적인 원리와 단어, 공식 등을 암기하고 있어야 문제를 풀 수 있기 때문에, 암기는 시험공부에 있어서 필수 사항인 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그리고 사람의 기억력은 무한하지 않아서 암기 단계를 거치지 않고 시간이 지나게 되면 이해와 정리 단계에서 습득한 지식이 시간이 흐를수록 머릿속에서 점점 사라지게 된다. 물론 암기 단계를 거친 후에도 암기된 지식이 사라지기는 하겠지만 암기 단계를 거치지 않은 지식이 머릿속에서 사라지는 속도는 암기 단계를 거친 다음의 지식이 사라지는 속도 보다 훨씬 빨라서, 과학책의 마지막장을 넘기는 시점에 머릿속에 남아 있는 지식은 마지막 단원의 일부에 불과하며 처음에 배웠던 내용은 거의 전무한 상태가 된 것을 많은 학생들은 경험해 보았을 것이다. 암기 단계는 그동안 공부한 것을 머릿속에서 빠져나가지 않도록 단단하게 굳히는 작업이라고도 할 수 있다. 어쩌면 암기 단계가 선생님으로부터 수업을 듣는 단계인 이해와 정리 단계보다 더 중요하며, 진짜 공부는 지금부터 시작인 셈이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암기는 공부했던 내용에 해당하는 부분의 문장이나 단어, 공식만을 단순히 외워야 한다는 것을 의미하는 것은 아니다. 가장 좋은 암기 방법은 문제를 풀면서 문제와 함께 외우는 것이다. 사람들은 어떤 내용을 기억할 때 무엇인가와 연관지어서 기억하게 되면 빨리 외워지고 오랫동안 기억할 수 있다는 것은 모두가 알고 있는 사실이다. 자기가 그날그날 학습한 내용을 암기할 때도 자기가 학습한 내용에 해당하는 문제를 풀면서 내가 배웠던 내용이 어떻게 문제로 적용되는가와 연관지어 외운다면 좀 더 효율적일 것이다. 영어 단어를 외울 때도 영어 문장을 통해 외우라 것과 같은 맥락이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문제를 풀다보면 기본 원리에 해당하는 내용을 다시 한 번 생각할 수 있을 뿐 만 아니라, 비슷한 문제를 여러 번 풀게 되면, 같은 내용을 다양한 각도에서 생각해봄으로써 내가 배웠던 지식의 깊이를 한 층 깊게 할 수 있다. 책을 읽으면서 행간을 읽어낼 줄 알아야 한다는 말이 있다. 텍스트에는 없는, 글을 쓴 저자의 숨은 뜻을 읽어 내라는 말이다. 교과서 텍스트 상에 나와 있지 않은 숨은 뜻까지 파악해내야만 하는 이유가 있다. 수능 시험은 철저하게 응용문제이기 때문에 교과서 원리를 깊이 있게 파악할 줄 알아야 한다. 교과서에 나와 있는 내용의 보이지 않은 숨은 뜻까지 읽어 낼 수 있는 방법은 역시 문제를 풀면서 해결될 수 있다. 그래서 문제를 풀어보게 되면 교과서 기본 원리를 암기함과 동시에 문제를 풀 수 있는 응용력까지 더불어 생기게 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>특히 문제를 풀면서 암기를 할 때, 역점을 두고 집중적으로 외워야 하는 것은 교과서 내용이 아니라 문제 그 자체이다. 즉, 내가 배운 지식과 관련된 문제는 어떤 문제가 출제되는지를 외워야하며, 더 나아가서 문제를 푸는 방법과 시험 문제에 자주 나오는 자료를 해석하는 방법까지 기억해 두어야 한다. 이러한 것들을 기억하려고 노력하다 보면 문제에 적용되는 기본 원리와 단어, 공식 등은 자연스럽게 따라서 외워지게 되며, 더 나아가 실제 시험 문제를 푸는 능력까지 생기게 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문제를 풀면서 암기할 때 풀어봐야 할 가장 좋은 문제는 모의고사ㆍ수능 기출 문제이다. 학교 내신 준비를 하는 경우에도 학교 내신 기출문제를, 수능 준비를 하는 경우에도 모의고사와 수능 기출 문제를 가지고 학습하는 것이 가장 효율적이다. 실제로 시험에 출제되었던 문제가 똑같이 시험에 다시 출제되지는 않겠지만, 시험 문제에서 나왔던 문제 풀이 방법으로 풀 수 있는 문제는 계속 출제 된다. 왜냐면 문제풀이 방법에는 그 문제와 연관된 과학적 원리가 들었기 때문에 시험 문제는 달라져도 기본 원리가 달라지지는 않으므로 풀이 방법이 비슷한 문제는 계속해서 나오기 때문이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한 번 기억했던 내용을 오랫동안 머릿속에 유지시키는 방법은 내가 공부했던 것들을 주기적으로 반복 학습 하는 것이다. 앞에서도 이야기 한데로 공부를 했다 하더라도 시간이 지나면 기억은 점점 사라지게 될 것이다. 애써 공부해서 기억해 두었던 지식이 사라지지 않게 하려면 주기적으로 반복하는 것이 중요하다. 적어도 일주에 한번 씩은 전에 암기해두었던 문제들을 다시한번 풀어보면서 기억을 떠올리는 것이 효율적인 학습방법이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>세 번째는 “ 문제 풀이 능력 배양 ” 단계이다. <br/><br/><br/>수능을 준비하는 마지막 단계는 문제 풀이 능력 배양 단계이다. 두 번째 단계까지를 거치게 되면 시험에 관한 기본정보는 모두 습득한 셈이다. 즉, “ 시험문제는 어떤 것이 나오며 어떻게 푸는 것이다 ”에 대한 이론적인 사항은 모두 습득한 셈이다. 그러나 여기서 공부가 끝나는 것은 아니다. 첫 번째 단계와 두 번째 단계에서 보냈던 시간도 만만치 않겠지만 그에 버금가는 시간이 소요되는 단계가 바로 마지막 단계인 문제 풀이 능력 배양 단계이다. 이 단계는 문제 풀이 연습을 하는 단계이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 단계가 필요한 이유는 알고 있는 것과 아는 것을 문제에 적용시켜 정답을 찾아내는 것은 또 다른 차원이기 때문이다. 두 번째 단계까지 학습했던 수많은 지식들 중에서 수능 시험 각 문제에 어떤 내용을 적용시켜서 풀어낼 것인지를 결정하고 실제로 답을 찾는 과정은 의외로 쉽지 않다. 그래서 그러한 과정에 대한 연습이 이루어져야지만 실수 없이 정답을 찾는 것이 가능해진다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또한 수능 과학 시험 시간은 과목당 30분으로 20문제를 풀기에는 시간이 넉넉지 않다. 굉장히 빠른 속도로 문제를 풀지 않으면 문제 20개 모두를 읽어 보지도 못하고 시험을 마치는 학생들이 많다. 실제로 많은 고3 학생들이 시간이 부족하여 문제를 모두 풀지 못하고 마지막 2-3 문제를 찍고 나오는 일이 허다하다. 이는 몰라서 그럴 수도 있지만 문제 풀이 연습이 많이 안 되어 있어서 초래된 결과이다. 축구 선수가 공 차는 방법을 몰라서 연습하는 것이 아니다. 골을 성공 시키려면 부단한 연습이 필요하듯이, 알고 있다 하더라도 문제에 적용시켜 정답을 찾아내는 훈련을 하지 않으면 골을 성공시키기 어려운 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>비슷한 유형의 문제를 여러 번 반복해서 풀어봄으로써 문제 푸는 방법을 제대로 익혀야 한다. 이를 위한 가장 좋은 방법은 시험과목 전 범위를 대상으로 한 모의고사 문제를 풀어보는 것이다. 수십, 수백 차례의 모의고사 문제를 풀다보면 비슷한 문제들을 계속해서 반복해 풀어볼 수 있기 때문이다. 또한 모의고사 문제를 풀 때도 실제 시험 시간과 같은 30분을 정해놓고 시간 안에 푸는 훈련을 하게 된다면 더욱더 효율적일 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>효율적인 수능 과학 학습 방법의 핵심은 암기와 연습이다. 얼마나 많이 외우고, 얼마나 많이 연습했는냐가 수능 성적을 결정할 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>공부를 잘 하는 학생과 잘 못하는 학생은 분명히 있다. 공부를 잘하는 학생은 머리가 좋은 학생을 의미하고 공부를 못하는 학생은 머리가 나쁜 학생을 의미하는 것이 아니다. 공부를 잘 하는 학생은 제대로 공부하는 방법을 알고 있는 학생이며, 공부를 못하는 학생은 공부하는 방법을 잘 모르고 있는 학생이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-307.txt

제목: 우리 동네 보리밥 맛 집 탐방  
날짜: 20150702  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015070210017784770  
본문: ‘오곡지장’(五穀之長)이라 하여 다섯 가지 곡류 중 으뜸으로 치는 보리. 풍부한 식이섬유와 칼슘, 철분, 비타민B복합체가 다량 함유되어 변비와 암, 성인병 예방, 피로회복, 노화방지 등에 탁월한 효능을 자랑한다. 한때 ‘보릿고개’, ‘꽁보리밥에 된장국’이라는 말을 남기며 가난의 상징으로 대변되던 보리밥. 이제는 추억의 음식이자 건강을 지켜주는 웰빙 식품으로 재조명되면서 꾸준히 사랑받고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>화곡동 ‘대호보리밥 손칼국수’ <br/><br/><br/>22년간 지켜온 어머니 손맛! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>동네사람들 중 알만 한 사람들은 다 안다는 ‘대호보리밥 손칼국수’. 22년 동안 한자리에서 보리밥과 손칼국수, 딱 두 가지 메뉴만 팔아온 전통 있는 맛 집이다. <br/><br/><br/>보리밥을 주문하면 제육볶음, 다섯 가지 쌈 채소, 매콤한 겉저리, 물김치 등의 기본 찬에 콩나물, 무생채, 도라지, 취나물로 한상 차린 밥상이 나온다. 청양고추를 넣어 칼칼한 된장국은 전북 정읍에서 가져온 시골된장을 풀어서 끓인 것이다. 찹쌀 풀을 쑤고 밥, 사과, 배, 양파, 무 등을 갈아 넣어 만든 물김치는 뽀얀 국물 맛이 일품이다. <br/><br/><br/>보리밥 2인분 이상 인원수대로 시키면 칼국수가 함께 나온다. 직접 반죽해서 뽑은 쫄깃한 식감의 칼국수는 푸짐한 양에다 무한리필이라 보리밥 먹고 금방 배가 꺼졌다는 말이 나올 수가 없다. 제육볶음이나 공깃밥 추가도 돈을 받지 않는 넉넉한 인심이 마음까지 배부르게 한다. 손님들이 몰리는 시간을 피해 12시 전이나 1시 이후에 가면 여유롭게 먹을 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>메뉴: 보리밥 7,000원/ 칼국수 6,000원 <br/><br/><br/>위치: 강서구 화곡6동 1117-12 <br/><br/><br/>문의: 02-2605-3192 <br/><br/><br/>영업시간: 오전 7시~오후 10시 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>신월동 ‘어울림셀프식당’ <br/><br/><br/>부담 없는 가격으로 양껏 드세요~ <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘어울림셀프식당’의 메뉴는 보리밥과 팥 칼국수 두 가지. 맛도 맛이지만 무엇보다 3,500원이라는 저렴한 가격에 놀라게 된다. <br/><br/><br/>좌식 실내 한 쪽에 보리밥과 열무김치, 상추, 무생채, 취나물, 콩나물과 시원한 동치미가 가지런히 준비돼 있어 마음껏 가져다 먹을 수 있다. 이곳은 모든 나물반찬에 통고추를 갈아 만든 양념을 사용해 맛이 깔끔하고 향이 진하다. <br/><br/><br/>팥 칼국수는 팥을 삶고 일일이 맷돌에 갈아 만든 앙금으로 팥죽을 쑤어 만든다. 밀가루 반죽도 직접 치대 생 국수를 뽑아 바로 끓여준다. 손님들 식성대로 면이나 국물을 추가해주는 인심과 정성스러운 손맛이 단골을 만드는 비결. <br/><br/><br/>박부기 사장은 “셀프식당이라 가능한 가격”이라며 “<span class='quot0'>이익을 남기는 것도 좋지만 손님들이 남기지 않고 맛있게 다 드시는 것으로 만족한다</span>”라고 전한다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>메뉴: 보리밥 3,500원/ 팥 칼국수 4,000원 <br/><br/><br/>위치: 양천구 신월1동 132-4 <br/><br/><br/>문의: 02-2698-7739 <br/><br/><br/>영업시간: 오전 11시~오후 9시 <br/><br/><br/>휴무: 일요일 휴무 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>신정동 ‘보리마을’ <br/><br/><br/>입맛 당기는 보리밥 낙지정식! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘보리마을’은 3가지 보리밥 메뉴와 다양한 안주거리가 준비되어 있다. 이곳에서 인기 있는 메뉴는 보리밥 낙지정식. 기본 나물반찬과 연두부, 낙지볶음, 된장찌개, 뚝배기 강된장, 쌈 채소, 생도자리무침 등 푸짐한 밥상이 차려진다. 보리밥 담긴 커다란 대접에 취나물, 고사리, 콩나물, 무생채, 배추나물, 열무김치, 매콤한 낙지볶음을 올리고 뚝배기에 보글보글 끓여낸 강된장을 넣어 쓱쓱 비벼먹으면 별미가 따로 없다. <br/><br/><br/>생도라지무침은 식초와 설탕에 담가 새콤달콤하게 무쳐내 식욕을 자극하고 통통하게 살 오른 낙지를 바로 볶아 쫄깃한 식감을 자랑하는 낙지볶음은 따로 쌈을 싸서 먹어도 맛있다. <br/><br/><br/>‘보리마을’의 주인장 유순분씨는 “나물 하나를 씻어도 여러 번 헹궈내고 모든 반찬을 정성들여 만든다. 맛있게 드시는 손님들을 보면 뿌듯하다”라고 말한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>메뉴: 보리밥정식 7,000원/ 보리밥낙지정식 10,000원 <br/><br/><br/>위치: 양천구 신정동 1005-7 <br/><br/><br/>문의: 02-2602-5500 <br/><br/><br/>영업시간: 오전 11시 30분~오후 10시 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>양평동 보리밥 뷔페 ‘자연밥상’ <br/><br/><br/>매일 바뀌는 가정식 밥상으로 승부! <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>카페 같은 외관에 아기자기한 인테리어와 테이블 세팅으로 분위기가 색다른 ‘자연밥상’. 이곳은 밥과 국, 반찬이 뷔페식으로 준비돼 있다. 머위나물, 취나물, 미나리, 애호박 등의 나물과 오이소박이, 메추리알 조림, 부침개 등 다양한 반찬이 입맛을 사로잡는다. 제육볶음과 열무김치를 기본 찬으로 국과 반찬이 수시로 바뀌고 가끔 샌드위치까지 나와 손님들의 반응이 좋다. 콩나물국, 북엇국, 미역국, 오이냉채 등 그날그날 주인장이 고민한 메뉴는 엄마가 해주는 집밥을 떠올리게 한다. 여름철 별미 콩국수는 경북 울진의 고향에서 보내주는 콩을 갈아 만드는데 시원하고 고소한 국물이 일품이다. <br/><br/><br/>장미예 사장은 “보리밥 먹고 뒤돌아서면 금방 배가 고플까봐 메뉴 구성에 신경을 썼다”며 “고향에서 올라온 머위로 장아찌를 만들었다. 곧 맛있는 머위장아찌를 드실 수 있을 것”이라고 전한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>메뉴: 보리밥 6,000원/ 콩국수 6,000원 <br/><br/><br/>위치: 영등포구 양평동 1가 20 <br/><br/><br/>문의: 02-2068-5224 <br/><br/><br/>영업시간: 오전 10시 30분~오후 9시 <br/><br/><br/>휴무: 일요일 휴무 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-308.txt

제목: 내 몸이 살아나는 공간 ‘Re:Born’  
날짜: 20150630  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015063010017770563  
본문: 바야흐로 노출의 계절이다. 여름 바캉스를 대비해 다이어트에 도전하는 이들도 늘고 있다. 요요현상 없이 예쁜 몸매를 만들어주는 ‘Re:Born’(르:본, (구) 마노미아)은 다이어트에 도전하는 젊은 여성들뿐만 아니라 온 몸이 찌뿌드드한 40~50대, 특히 공부할 때 집중력이 필요한 10대들에게도 필요한 ‘내 몸이 살아나는 공간’이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>편백수소스파와 수소수 마시면서 활성산소 배출 <br/><br/><br/>르:본이 여느 에스테틱과 다른 점은 편백수소스파가 있다는 점이다. 편백수소스파의 존재 이유? 바로 활성산소를 제거하는 데 도움을 주기 때문이다. <br/><br/><br/>활성산소가 체내에서 과다하게 생기면 정상세포를 공격해서 각종 질병을 일으키고 검버섯, 기미, 주근깨 등 피부 노화에도 영향을 끼친다. 미국 존스홉킨스 의대는 암, 심근경색, 고혈압, 동맥경화, 치매, 당뇨, 결막염, 신장결석과 같은 질병의 90%가 활성산소 때문에 발생한다는 보고서를 내놓기도 했다. <br/><br/><br/>르:본 이상만 대표는 “체내에 활성산소가 과도하게 배출되지 않도록 하는 것이 건강한 삶을 위한 첫걸음이라고 해도 과언이 아니다. 활성산소로부터 내 몸을 보호해주는 가장 강력한 무기인 ‘수소’를 이용한 편백수소스파는 그래서 큰 도움이 된다”고 말했다. 이 대표는 또 “<span class='quot0'>피톤치드와 음이온이 다량 방출되는 편백나무 부스에 앉아 휴식을 취하는 것만으로도 몸 안 깊숙이 활성수소를 흡수시키고 여기에 수소수를 마시면 건강 개선 효과를 보인다</span>”며 “<span class='quot0'>근육 피로감 회복, 숙취 해소, 배변이뇨작용, 혈행 개선, 피부 보습, 피부 세정 등에 효과가 있다</span>”고 덧붙였다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요요없는 다이어트로 예쁜 몸매를 <br/><br/><br/>편백수소스파에서 30~40분 정도 앉아 있으면 몸의 긴장이 어느 정도 풀리게 된다. 몸을 따뜻하게 하는 이 과정이 중요한 이유는 일본에서 ‘자연의학계의 명의’로 유명한 이시하라 유미 박사의 저서 <체온 1도 올리면 면역력이 5배 높아진다>에서도 찾을 수 있다. 오랜 치료 경험과 임상 사례를 바탕으로 몸을 따뜻하게 하는 습관이 병 없는 삶의 비결이라고 밝힌 바 있는 그는 “<span class='quot0'>체온이 1도 떨어지면 면역력은 30%나 낮아지고, 반대로 체온이 1도 올라가면 면역력은 5배나 높아진다</span>”고 강조하고 있다. <br/><br/><br/>편백수소스파 다음 코스는 마사지. 르:본은 10여 종류의 수기기법을 이용한 클리닉컬 개념의 마사지를 실시한다. ‘어깨가 뭉쳤다’ ‘등이 딱딱해졌다’ 등과 같이 근육통을 호소하는 말은 같을지라도 사람에 따라 마사지 방법을 달리해야 한다. 이상만 대표는 “르:본에서는 기계를 이용한 마사지는 하지 않는다. 철저히 손으로만 마사지를 한다”며 “셀젤을 바른 후 편백수소스파에 40~60분 앉았다가 수기 마사지를 받으면 탁월한 지방분해 효과를 볼 수 있다”고 설명했다. 뱃살, 허벅지의 튼살을 없애는 데는 셀(Cell) 젤을 사용한다. 비키니 입기, 산후 케어, 신부 케어 등을 원할 때 2주 단기 케어로도 효과를 볼 수 있다고 이 대표는 귀뜸했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>5박6일 단식? 르:본 디톡스 프로그램! <br/><br/><br/>르:본에서 눈에 띄는 것은 또 있다. 바로 디톡스프로그램. 이상만 대표는 “<span class='quot1'>르:본의 디톡스 프로그램으로도 5박6일 단식 효과를 볼 수 있다</span>”고 소개했다. <br/><br/><br/>단식 예찬론자들은 단식은 몸무게를 줄이는 데서 그치지 않고 몸의 해독 회복 기능도 돕는다고 말한다. 이상만 대표의 설명이다. “르:본은 소장과 대장을 정상화 시켜 내장 비만을 줄이는데 초점을 두고 있다. 우선 편백수소스파에서 몸을 따뜻하게 하면서 나노용융염수를 음용한다. 이렇게 하면 소장과 대장을 정상화 시킬 수 있다. 그 다음에 장 마사지를 병행하면 단식을 제대로 할 때처럼 장을 깨끗하게 비워낼 수 있게 된다.” <br/><br/><br/>실제로 디톡스 프로그램을 직접 해본 김순희(가명·50)씨는 “<span class='quot2'>마른 체형이지만 평소 배불뚝이라는 말을 많이 들었는데 르:본에서 디톡스 프로그램을 하고 난 후 배가 쏙 들어가고 몸이 가벼워져 놀랐다</span>”고 전했다. <br/><br/><br/>르:본 디톡스 프로그램에 소요되는 시간은 2시간. 여유있게 하려면 3시간까지 필요하기 때문에 미리 예약을 해야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>위치 서울 서초구 반포동 746-14 1층 <br/><br/><br/>문의 02-511-6678 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-309.txt

제목: KDB생명, 4세대 'U-Choice 종신보험'  
날짜: 20150630  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015063010017756166  
본문: KDB생명(사장 안양수)이 생활비·의료비로 미리 쓰고 다시 채워 쓰는 무배당 U-Choice 종신보험을 7월 1일부터 판매한다고 30일 밝혔다. <br/> <br/>이 상품은 갑작스런 사망에 대비하는 종신보험을 살아있는 동안 다양하게 활용할 수 있게 한 보험이다. 가장의 경제적 책임이 큰 기간에는 사망보장에 집중하고 자녀가 성장한 은퇴 이후에는 생활비와 의료비 보장으로 사망보장금을 미리 쓸 수 있게 했다. 그리고 여기에 원래의 사망보장만큼 보장을 다시 채워 넣는 '복원' 기능을 더했다. 연금 등 생존보장을 강화한 3세대 종신보험에서 한발 더 나아간 4세대 보험이다. <br/> <br/>보험가입금액 1억 기준, 40세 남자의 월 보험료는 22만5000원(20년납)인데 생활자금전환특칙을 통해 사망보험금의 90%까지 생활비로 미리 쓸 수 있고 건강설계전환특약으로 의료비 보장을 받을 수 있다. <br/> <br/>생활자금전환특칙은 55세부터 80세까지 신청할 수 있다. 건강설계전환특약의 의료비 보장은 3대 질병(암·뇌출혈·급성심근경색)에 대해 최고 3000만원의 진단비를 지급하고, 재해나 질병으로 인한 입원·수술비를 보장한다. 55세부터 전환이 가능한데 전환시점에 건강상태가 나쁘더라도 무심사로 전환이 가능하다. <br/> <br/>이렇게 사망보험금을 생활비와 의료비로 미리 쓰고 소진했더라도 고객이 원한다면 85세 이전에 리본(Re-Born)서비스를 신청해 사망보험금을 다시 원래 상태로 '복원'시킬 수 있다. 물론 이를 위한 추가보험료가 발생하지만 종신보험 가입이 어려운 고령기에 별도의 가입심사 없이 건강상태와 무관하게 종신보험에 다시 가입할 수 있게 된 셈이다. <br/> <br/>KDB생명 관계자는 "단순히 특정한 혜택이 보강된 보험이 아닌 고객이 원하는 때에 원하는 방향으로 선택이 가능한 유연한 종신보험을 만들고자 노력했다"고 말했다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-310.txt

제목: 메르스로 주목받은 비타민C 바로알기  
날짜: 20150629  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015062910017756125  
본문: 최근 중동호흡기증후군(메르스) 사태를 겪으면서 비타민C를 섭취해 면역력을 키운다는 이들이 부쩍 늘었다. ‘메르스 예방을 위해 비타민C를 하루 4g씩 섭취하면 좋다’는 글이 SNS 상에 퍼지면서 비타민C에 대한 관심이 커졌기 때문이다. 비타민C에는 어떤 효과가 있으며 적절한 복용 방법은 어떠한지 알아보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>항산화 효과와 감기 예방 효과 <br/><br/><br/>비타민C의 대표적인 효과는 유해산소로부터 세포를 보호하는 항산화 효과이다. 팜메이트 선능수정약국 신수정 약사는 “비타민C는 미국 국립과학원회보(PNAS), 온라인학술지 JBC 등의 논문에서 감기 예방 효과가 있다고 발표되었습니다. 조류독감이나 사스 등도 초기는 감기로 시작하므로 메르스도 고함량 비타민C 섭취를 통해 예방하는 효과를 기대할 수 있습니다”라고 말했다. 비타민C는 감기바이러스(RNA 바이러스)의 증식을 효과적으로 억제해 주기 때문에 감기 전조증상이 나타날 때 집중적으로 복용하면 증상이 완화되고 투병기간도 상당히 줄일 수 있다. <br/><br/><br/>또한 비타민C는 항스트레스에도 효과적이다. 스트레스가 지속되면 고혈압, 당뇨, 소화기불량, 면역력 저하로 인한 암 발생 등 다양한 질환의 기본적인 원인이 된다. 따라서 비타민C 섭취를 통해 항스트레스 작용을 하는 부신피질호르몬(코티졸) 합성을 촉진하고, 활성산소 및 자유기를 제거해 면역력을 증강시킬 수 있다. <br/><br/><br/>이밖에도 비타민C에는 항암효과도 있다. 암세포에 들어가 활성산소를 생성하여 암세포를 죽이고, 콜라겐을 생성하여 암세포 성장을 억제하는 등의 역할을 한다. 더불어 독소제거를 통한 다이어트와 노화 방지 효과도 기대할 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>성인 하루 적정량 1000mg~3000mg <br/><br/><br/>비타민C는 신체가 정상적인 기능을 유지하기 위해서 반드시 필요한 물질 중 하나다. 하지만 대부분의 동물이 체내에서 비타민C를 합성하는 반면 사람은 비타민C를 자체 생성할 수 없어서 식품 등을 통해 섭취해야 한다. <br/><br/><br/>그럼 성인 기준으로 하루 비타민C 섭취량은 어느 정도일까? 신 약사는 “<span class='quot0'>성인이라면 하루 최소 1000mg이면 적당하고 감기를 예방하고자 한다면 하루 3000mg 정도 섭취하면 됩니다</span>”라고 말했다. 그러나 개개인마다 상황과 특징이 다 다르기 때문에 의료 전문가와 상담해서 자기에게 맞는 적정량을 정할 것을 권했다. <br/><br/><br/>평소 1000mg을 섭취하다가 면역력이 떨어졌다거나, 여행 등 특별한 계획을 앞두고 있다거나, 여름철 무더위에 감기 예방을 하고자 하는 등 단시간 면역력을 높일 필요가 있다면 하루 3000mg을 단기간(15일~한 달) 섭취하는 식으로 하는 것도 좋다. 신 약사는 “<span class='quot0'>다만 장기간 하루 3000mg을 섭취하는 것은 피해야 하며, 임산부, 수유부, 또는 질병 치료나 약물투여 중인 경우 의사나 약사와 상담할 것을 권합니다</span>”라고 덧붙였다. <br/><br/><br/>그러면 어린이는 어느 정도 섭취해야할까? 신 약사는 “<span class='quot0'>어린이들은 성인들과 달리 체내에 비타민C를 갖고 있기 때문에 성인처럼 고함량의 비타민C를 섭취할 필요가 없습니다</span>”라고 말했다. 체내에 보유하고 있는 비타민C의 양을 살펴보면 어린이 1,820mg, 성인 400mg, 노인 100mg 정도이다. 신 약사는 “어린이는 식품을 통해 비타민C를 섭취하면 좋고, 씹어 먹을 수 있는 츄잉 형태로 섭취해도 됩니다. 오히려 과한 경우 입 점막 등에 손실이 생길 수 있습니다”라고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>복용 후 속 쓰림, 설사 있다면 섭취량 조절해야 <br/><br/><br/>간혹 비타민C 섭취로 인해 설사나 속 쓰림 증상을 겪었다는 이야기도 들린다. 신 약사는 “개인마다 비타민C를 몸속에서 받아들일 수 있는 양은 차이가 있기 때문에 묽은 변이나 설사 등의 증상이 나타날 수 있습니다. 이럴 때는 섭취량을 낮추거나 중단하면 사라집니다. 따라서 하루 권장량을 무조건 따를 것이 아니라 나에게 맞는 용량을 찾는 것이 필요합니다”라고 조언했다. <br/><br/><br/>또한 위장에서 속 쓰림 등의 자극을 받을 경우에는 빈속에 먹는 것을 피하고 식후나 식사를 하는 중간에 비타민C를 섭취하는 게 좋다. 또 위가 약한 경우에는 하루 섭취량을 여러 번 나눠서 섭취하면 좋다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/><비타민C 구입 Tip> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>#알약 vs 분말 <br/><br/><br/>시중에서는 분말, 알약, 츄잉 등 다양한 형태의 비타민C가 판매된다. 보통 알약은 1정에 1,080mg~1,130mg의 비타민C가 함유되어 있고, 분말은 1포에 3,003mg의 비타민C가 함유되어 있다. 알약 형태는 섭취가 편리하고 가격대가 비교적 저렴하며, 분말 형태는 흡수가 빠르다는 장점이 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 팜메이트 선능수정약국 신수정 약사 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-311.txt

제목: [ 유용한 애플리케이션 소개]일상생활에 도움 주는 똑똑한 애플리케이션  
날짜: 20150626  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015062610017726346  
본문: 스마트폰 사용자가 늘어나면서 스마트폰 과다 사용에 대한 우려의 목소리가 높다. 스마트폰은 말 그대로 똑똑한 전화기로 사용자가 어떻게 사용하느냐에 따라 그 가치가 달라지기 마련이다. <br/><br/><br/>스마트폰의 가장 큰 장점은 각종 정보와 시스템을 보다 편리하게 사용할 수 있는 다양한 스마트폰 애플리케이션이다. 일상생활 속에서 유용하게 사용할 수 있는 애플리케이션을 설치하는 것이 바로 스마트폰의 기능을 십분 발휘하는 똑똑한 사용자가 되는 첫 단계이다.  <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 전문가도 인정한 ‘스마트구조대’ <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>사진1>스마트구조대 메인                      사진2>스마트구조대 대처 요령 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>위급한 상황에서 신고와 구조가 늦어지면 2차 사고로 이어질 수 있어 더욱 위험하다. 이럴 때 당황하지 말고 ‘스마트구조대’ 어플리케이션으로 신고를 하면 된다.  <br/><br/><br/>앱을 실행하면 화재신고(119), 범죄신고(112), 해양신고(122), 국가안보(111), 산악신고(1688-3119)로 상황별 신고 전화 화면이 나온다. 상황별로 각각 SNS나 통화로 담당기관으로 신고할 수 있다. <br/><br/><br/>구급 버튼을 누르면 위험상황을 선택할 수 있다. 이를 통해 현재 위급 상황을 정확하고 신속하게 신고할 수 있어 구조를 나오는 분들도 상황을 미리 알고 준비를 할 수 있다. <br/><br/><br/>사고 유형을 선택하면 신고자의 위치가 지도에 표시된다. 대도시라면 위치 설명이 비교적 수월하지만, 그렇지 않다면 사고 위치 설명이 어려울 수밖에 없다. 이런 경우 스마트구조대에 표시된 지도를 누르면 위치가 바로 전송되어 정확한 위치를 알려줄 수 있다.   <br/><br/><br/>또한 하단 메뉴에 있는 응급 처치 방법에는 심폐소생술, 심장 충격기 사용법, 기도 폐쇄 시 응급 처치법, 화상이나 뱀 물림 상황에 대한 대처법이 나와 있다. 위기 상황 시 대처요령에는 산악사고, 산불, 익사, 매몰?붕괴사고, 폭발 및 화재 발생 시 행동요령과 대처요령을 볼 수 있다. 실종이나 유괴, 성폭력, 학교폭력 예방과 범죄 유형 등과 같은 생활안전정보 역시 자세하게 나와 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>내 손 안의 개인트레이너 ‘건강갤러리’ <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>사진3>건강갤러리 메인                            사진4>건강갤러리 건강 운동 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>건강갤러리 앱을 실행하면 건강문고, 건강검진 안내문, 웹툰, 동영상, 웹진, 비만 개선 프로그램 등이 보이는 첫 화면이 열린다. <br/><br/><br/>웹툰 메뉴는 일상생활에서 쉽게 접하는 건강지식을 알려주는 건강 IN 웹툰, 알기 쉽게 만화로 신체 각 부위별 질환과 치료방법을 알려주는 헬스 카툰, 건강검진제도에 대한 알려주는 건강검진 항목이 있다. <br/><br/><br/>동영상 메뉴에는 우울증?비만?고혈압?뇌졸중 등 14개의 만성질환, 대장암?폐암?전립선암?자궁경부암 등 9개의 암 질환, 인터넷 중독?스트레스?자살예방, 식이장애 등 11개의 청소년보건교실, 따라 하기 쉬운 건강 체조와 노인의 기능 저하 예방운동 등 6개의 노인운동, 요가?스트레칭?웨이트 등 3가지의 건강운동까지 다양한 내용으로 구성되어 있다. <br/><br/><br/>만성질환과 암질환은 발생 원인, 증상, 진단방법, 치료방법 및 예방에 관한 정보를 알기 쉽게 애니메이션으로 설명도 해준다. 노인운동과 건강운동은 직접 보고 들으며 따라 할 수 있는 동영상으로 실생활에서 언제든 유용하게 사용할 수 있다. <br/><br/><br/>웹진 메뉴에는 매달 발행하는 건강IN매거진을 손쉽게 볼 수 있어 최신의 건강뉴스를 접할 수 있다. 그 외 비만개선프로그램 메뉴에는 비만에 대한 설명과 자가진단, 비만진단 다이어리 등이 있다. 이 기능을 이용하면 손쉽게 하루 동안 섭취한 칼로리를 한 눈에 볼 수 있어 체중 관리에 도움이 된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>사용자가 만들어가는 강원도여행정보 ‘토스트’ 앱 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>사진5>토스트메인                                        사진6>토스트래포츠 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>공공기관이 제공하는 애플리케이션 중 가장 성공한 사례로 평가 받고 있는 강원도의 여행정보 앱인 '토스트(TOaST, Tour&Story)'는 강원도를 방문하는 여행객들에게 재미와 감동이 있는 스토리텔링형 콘텐츠를 제공한다는 취지로 제작되었다. <br/><br/><br/>토스트는 관광지, 맛집, 숙박, 강원 길, 농촌체험, 전통시장, 축제공연, 문화유산, 특산품 등 다양한 정보를 지역별로 세분화해서 제공하고 있다. <br/><br/><br/>회원 가입을 하면 사용자는 직접 맛집, 숙박 등 다양한 콘텐츠를 게시할 수 있다. 이를 통해 사용자들이 적극적으로 정보를 추천하거나 등록하고 콘텐츠를 평가하는 방식으로 상호 소통이 가능하다. 사용자들의 왕성한 활동을 위해 매달 활동왕 이벤트를 통해 선물도 주고 있다. <br/><br/><br/>여행자에게 가장 유용한 항목인 ‘내 주변 정보’ 기능은 현재 위치 주변에 있는 관광지, 맛집, 숙박정보를 자동으로 검색하는 것은 물론 여행지 반경 10km 이내 주요장소까지 자동으로 검색할 수 있다. <br/><br/><br/>아이들과의 여행을 계획하고 있다면 ‘문화관광해설사 예약하기’ 기능을 통해 역사와 문화에 대한 현장학습이 가능한 일정을 만들어 보는 것이 어렵지 않다. <br/><br/><br/>‘증강현실’ 기능을 통해 가보고 싶은 곳에 대한 설명과 위치 등을 한 눈에 볼 수 있고 ‘특산품쇼핑‘ 기능도 있어 강원도 특산품을 모바일을 통해 직접 구매할 수 있어 편리하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-312.txt

제목: '한국사위' 래리 호건 메릴랜드 주지사 암투병 발표  
날짜: 20150623  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015062310017684162  
본문: '한국, 한인들의 사위'임을 자부해온 래리 호건 메릴랜드 주지사가 악성 림프종 암에 걸려 투병중이라고 발표했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한국계 부인을 두고 있어 '한국, 한인의 사위'임을 자임해온 래리 호건(59) 메릴랜드 주지사가 22일 주도인 애나폴리스 주지사 관저에서 부인 유미 호건 여사 등 가족과 함께 긴급 기자회견을 갖고 "상당히 진행되고 매우 공격적인 림프종암 3기 진단을 받았다"고 발표했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>호건 주지사는 자신의 상태에 대해 "처음에는 목부위에 덩어리가 잡혀 검사를 받아보니 암세포가 복부에 퍼져서 척추를 압박하고 있다"고 설명했다. 호건 주지사는 이어 "곧 항암화학요법을 통해 치료를 시작할 것"이라며 "필요할 경우 보이드 루더포드 메릴랜드 부지사가 업무를 대행하도록 하겠다"고 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>호건 주지사는 그러나 "나는 어떠한 도전에도 맞서 싸워 극복할 것"이라며 "메릴랜드를 변화시키려는 임무도 중단하지 않을 것"이라고 자신했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>실제로 미 의료진은 악성 림프종의 경우 대다수가 3기에 발견되고 있으며 수술이나 방사선보다는 화학요법으로 치료받게 되고 5년이상 생존율이 70%로 높은 편이라고 강조하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또한 의료진은 림프종 암을 치료받는 과정에도 정상적 생활을 하도록 권고하고 있어 호건 주지사의 업무도 일정을 다소 줄일 수 있으나 중단되지는 않을 것으로 예상되고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>호건 주지사와 유미 호건 여사는 36명의 사절단을 이끌고 지난달 26일부터 이달 초까지 한국을 비롯해 중국 일본을 순방한 바 있다. <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-313.txt

제목: 생보사 모바일슈랑스 바람 '멈칫'  
날짜: 20150623  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015062310017684168  
본문: 스마트폰 등으로 시간과 장소에 구애받지 않고 보험에 가입할 수 있는 '모바일슈랑스' 바람이 멈칫거리고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>모바일슈랑스는 모바일과 인슈어런스(보험)의 합성어로, 보험설계와 가입, 결제 등이 스마트폰과 태블릿PC 등 모바일 기기를 통해 이뤄지는 것을 말한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지난 4월 교보라이프플래닛이 국내 생명보험사 가운데 최초로 서비스를 시작하고 뒤이어 미래에셋생명이 관련 서비스를 오픈하면서 생보업계의 모바일슈랑스가 본격화할 것이란 예상이 많았다. KDB생명과 현대라이프가 시스템 구축에 들어갔다고 밝히면서 6월 중 모바일슈랑스에 합류하겠다는 계획을 내놓은 때문이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>4개 생보사가 모바일슈랑스 시장을 형성해 경쟁이 가열되면 나머지 생보사들로 바람이 확산될 것이란 관측이 적지 않았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>하지만 23일 보험업계에 따르면, KDB생명과 현대라이프의 모바일슈랑스 추가합류는 지연되거나 원점에서 재검토되는 단계에 머물고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>온라인 보험시장에서 선두를 달리는 KDB생명은 모바일슈랑스 도입이 한달 이상 늦춰지는 분위기다. 이 회사 관계자는 "당초 6월 말에 모바일슈랑스 서비스를 시작한다는 목표를 잡았으나 관련 시스템 개발이 올 초에 시작돼 지연되고 있다"면서 "지금 상태로는 7월 말이나 8월 초에나 가능할 것으로 보인다"고 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>KDB생명은 당초 5월 출시를 계획했다가 지난 4월엔 6월로 한달 늦췄고, 시스템 구축에 생각보다 시간이 걸리면서 다시 뒤로 미룬 상태다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>현대라이프는 모바일슈랑스에서 아예 발을 뺄 가능성이 제기되고 있다. 현대라이프는 모바일을 통한 상품조회, 가입설계가 이미 가능했던 상태라 보험료 결제만 보태면 시스템 구축이 완료되는 상황이었다. 현대라이프는 당초 7월 중에 현재 온라인으로 판매하고 있는 보험상품들을 모두 모바일로도 판매할 수 있게 하겠다는 계획을 세운 바 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그러나 최근 들어 모바일슈랑스의 장점 뿐 아니라 단점도 따져봐야 한다는 내부의견이 나오면서 기류가 달라졌다. 현대라이프 관계자는 "보험가입과 결제가 편리하지만 고객이 언제든지 손쉽게 청약철회나 계약해지를 할 수도 있어서 보험사로서는 약점이 된다"면서 "유지율 관리에 대한 우려 때문에 득과 실을 면밀히 따져봐야 한다는 점에서 원점에서 재검토하고 있는 중"이라고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>생보업계에서는 현대라이프의 경우 모바일슈랑스 진입 계획을 철회할 가능성이 있는 것으로 전망하고 있다. 업계 한 관계자는 "현대라이프는 그동안 여러 가지 마케팅 활동을 통해 마트슈랑스 등 톡톡 튀는 상품을 만들어 브랜드 이미지를 각인시켰지만 수익을 내지는 못했다"면서 "이 때문에 온라인·모바일 비즈니스에 대해 부정적 기류가 강한 것으로 알고 있다"고 전했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이에 따라 향후 모바일 보험시장은 교보라이프플래닛과 미래에셋생명, KDB생명 위주로 경쟁이 벌어질 공산이 커졌다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>◆라이프플래닛, 미래에셋생명 모바일 판매는 순항 = 한편, 교보라이프플래닛과 미래에셋생명의 모바일 보험판매는 출시 한달여 기간 동안 비교적 순조롭게 진행되고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>교보라이프플래닛은 전체 가입 건수의 21% 가량이 모바일을 통해 이뤄지고 있고, 미래에셋도 스마트폰 가입 비중이 15% 가량을 차지하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>교보라이프플래닛 관계자는 "2년 전에 모바일 서비스를 오픈한 일본 라이프넷의 모바일 가입고객 비중이 전체의 23~25% 정도"라면서 "우리 시장의 모바일슈랑스가 아직 초반인 점을 고려하면 판매 비중 15~20%는 향후 성장세가 기대되는 수치"라고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>모바일 보험가입에 주로 관심을 갖는 층은 30~40대인 것으로 파악되고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>교보라이프플래닛이 지난 5월 한달간 가입건수를 분석한 결과, 모바일 가입자의 연령은 30대가 58.1%로 가장 높았고 이어 40대(25.8%), 20대(12.9%), 50대(3.2%)의 순이었다. 보험가입에 관심이 높은 30~40대 고객 비율이 무려 83.9%에 달했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>특히 보험 가입을 위해 생년월일과 성별을 입력해 보험료 계산을 해본 전체 접속자 중 약 40%는 모바일을 이용한 것으로 나타났다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>상품별로는 '(무)라이프플래닛e정기보험'과 '(무)꿈꾸는e저축보험'이 각각 30.6%로 가장 높은 비중을 차지했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>미래에셋생명은 암·정기·어린이보험 등 보장성보험 상품과 업계 최초의 온라인 변액보험까지 총 10종의 상품을 모바일 홈페이지를 통해 판매하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-314.txt

제목: 능이버섯의 깊은 향과 오리고기의 쫄깃함이 만나다  
날짜: 20150620  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015062010017668977  
본문: 버섯만큼 신비로운 식재료가 있을까? 어느 순간 깊은 숲 속에 나타났다가 사라지는 버섯은 그야말로 신비롭고 귀한 식재료였다. 재배기술이 늘었다고는 하지만 여전히 귀한 버섯은 자연에서만 얻을 수 있어 버섯의 계절인 가을이 되면 사람들은 깊은 숲 속으로 들어가 버섯을 찾는다. 이 때문에 귀하디귀한 버섯에는 몸값 순위도 매겨졌다. 호사가들이 꼽는 버섯의 순위 첫째는 능이, 두 번째는 송이, 세 번째는 표고다. 참나무 옆에 자라는 능이버섯은 비타민이 많고 풍미가 좋아 미식가들이 좋아하는 으뜸재료다. 귀한 능이버섯의 풍미를 만끽할 수 있는 곳 ‘야구장 농원’을 찾았다. 오리진흙구이로 유명한 이 음식점의 새로운 메뉴 ‘능이한방백숙’을 맛보기 위해서다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>버섯 중에 으뜸 ‘능이’에 빠지다 <br/><br/><br/>능이버섯은 깊은 숲 속 참나무 옆에서 자라는 버섯이다. 송이버섯이 소나무 옆에서 자라 솔향이 그윽하다면 능이버섯의 향은 참나무의 깊은 향이다. 특히 그 향이 진해 향 버섯이라고 불리는 능이버섯에는 비타민이 풍부하다. 비타민 B2는 송이버섯에 비해 9배나 많다. 영양이 풍부한 능이버섯과 능이버섯 추출물은 기관지·천식·감기·산후병·콜레스테롤·산화·암 등에 효과가 있으며, 특히 위암에 강한 효능을 나타내는 것으로 알려져 있다. <br/><br/><br/>단순한 버섯을 넘어 건강식품으로 사랑받는 능이버섯과 오리의 조화는 어떨까? <br/><br/><br/>아삭한 배추 동치미와 정갈한 밑반찬이 식탁위에 자리 잡은 후 드디어 오늘의 주인공 ‘능이한방백숙’이 등장했다. 맑은 국물 속에 푹 삶긴 오리와 대추, 인삼, 황기, 당귀 등 갖가지 한약재, 그 위에 듬뿍 올려 진 능이버섯까지 한 그릇에 담겼다. <br/><br/><br/>야구장 농원 김종명 대표는 “능이 버섯은 향이 참 좋아요. 능이버섯의 향기를 그대로 살리고 싶어 버섯을 삶아낸 물로 오리백숙을 끓인다. 오늘 능이버섯오리백숙에서 능이버섯의 깊은 향기를 느껴보세요”라고 권한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>숲속 향기 가득한 능이버섯 백숙의 맛 <br/><br/><br/>백숙은 뜨거워야 제 맛. 익혀온 백숙을 다시 한 번 끓여 먹는다. 백숙이 끓기 시작하자 능이의 은은한 향이 식탁위에 번져간다. 맑은 국물을 떠서 먹으니 담백하고 깊은 국물이 입안을 깔끔하게 만든다. <br/><br/><br/>능이의 향은 한 마디로 표현한다면 깊은 숲 속에 들어갔을 때의 청아한 맛이다. 인공 조미료는 절대 낼 수 없는 자연의 맛이 그대로 느껴져 고기를 먹기도 전에 국물에 자꾸만 손이 간다. 오리고기와 능이버섯의 조화도 기대 이상이다. 오리고기의 쫄깃함은 살아있고 속살까지 능이와 한약재에서 우러난 국물이 스며들어 오리 특유의 누린내가 전혀 없다. <br/><br/><br/>쫄깃한 오리고기와 능이버섯의 향기에 빠져 젓가락과 숟가락이 번갈아 가며 백숙 그릇을 오가느라 그릇이 비워질 즈음 찰밥이 접시에 담겨 나온다. 은행과 잣, 콩 등 각종 견과류와 찹쌀로 지은 찰밥을 능이버섯 국물에 넣고 끓이자 든든한 영양만점 죽이 완성된다. 버섯의 진한 향기는 영양죽을 다 먹을 때까지 사라지지 않아 음식을 먹는 내내 몸이 힐링이 되는 느낌이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>야구장에는 열띤 응원이 생명이듯이 ‘야구장 농원’을 찾는 손님들의 건강을 응원한다는 김종명 대표는 “한 끼 음식이라기보다 체력을 보충하기 위해 이 음식을 찾는 사람들이 많다. 특히 어르신을 모신 가족단위 손님들과 직장인들이 주로 찾아 온다. 든든하게 먹고 뿌듯한 얼굴고 나서는 손님들을 보면 저도 기분이 좋아진다”고 말한다. <br/><br/><br/>3시간동안 불가마에서 익혀내는 오리진흙구이로 오리를 이용한 건강음식을 선보였던 ‘야구장농원’에서 새롭게 인기 몰이중인 ‘능이한방백숙’. 이르게 찾아온 더위에 ‘이 여름 어떻게 견딜까?’ 벌써부터 걱정이라면 야구장농원을 찾아보자. 귀한 능이버섯과 오리가 당신의 걱정을 덜어줄 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-315.txt

제목: [책으로 읽는 경제 | 숫자는 어떻게 세상을 지배하는가] 숫자 뒤에 숨은 정치경제학  
날짜: 20150619  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061910017649810  
본문: 로렌조 피오라몬티 지음 / 박지훈 옮김 / 더좋은책 / 1만5000원 "거짓말에는 세 가지 종류가 있다. 그럴듯한 거짓말, 새빨간 거짓말, 그리고 통계." '영국의 황금기'를 이끈 빅토리아 여왕 시대 총리였던 벤저민 디즈레일리의 말이다. <br/> <br/>남아프리카공화국 프리토리아대학교 교수인 로렌조 피오라몬티 교수도 아마 디즈레일리 총리의 말에 깊이 공감하는 한 사람일 듯하다. 국가의 경제수준을 보여주는 가장 대표적인 통계 국내총생산(GDP)을 살짝 비꼰 '국내총문제(Gross Domestic Problem)'를 펴낸 바 있는 피오라몬티 교수는 새로운 신간을 들고 나왔다. 이 책 역시 숫자가 정말 정확하고 과학적이며 어떤 편견도 담기지 않은 진실인가에 대한 의문을 제기한다. 또 통계 뒤에 숨어 있는 권력과 정치, 그리고 수많은 이해관계를 통찰한다. <br/> <br/>예를 들어 기후변화 논쟁은 40년간이나 통계전쟁이 벌어지고 있는 분야다. 대립되는 견해를 가진 양 진영은 숫자, 통계, 모델, 지표를 사용해 정반대의 아젠다를 제시했고 여기에 수많은 통계전문가들이 개입해 엄청난 수익을 올렸다. 한편의 과학자들은 지구온난화가 현실이라는 증거를 보여주기 위해, 또 한편의 과학자들은 지구온난화 이론에 반대하며 다른 숫자를 제시하곤 했다. 수많은 이해관계도 개입되어 있다. 기후변화 회의론 뒤에는 화석연료 분야와 군수산업 분야 기업들이 자리잡고 있었다. 이들 기업들은 환경문제에 대한 주류적 견해를 반박하는 시민단체나 연구소를 만들거나 적극적으로 후원하며 기존 통념(흡연과 암의 관계 등)에 대한 의심을 유발하는 데 애썼다. <br/> <br/>기후변화론자들이 구린 구석이 없는 것은 아니었다. 2009년 11월 19일 유엔 정부간 기후변화위원회(IPCC)의 지구온난화 보고서를 만들어 온 필 존스 교수의 개인 이메일이 해킹되는 사태가 벌어졌다. 그의 이메일을 통해 필 존스가 그동안 수많은 정보를 은폐해왔고, 기후과학자들이 지구온난화에 비판적인 기사를 게재한 기자들에게 압력을 행사한 데다, 기후과학자들이 이용한 통계수치들이 조작돼 있음이 만천하에 공개됐다.<br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-316.txt

제목: 보험업계 첫 단독 수술비 전문보험  
날짜: 20150618  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061810017636461  
본문: MG손해보험이 올 2월 출시한 '(무)건강명의 수술비보험'이 최근 보험시장에서 인기다. 이 상품은 보험업계 최초의 수술비 전문 상품으로, 질병 및 상해 관련 모든 수술비와 진단비, 입원비를 종합보장한다. <br/> 이 상품의 가장 큰 특징은 중복가입을 통해 집중보장이 가능하다는 점이다. 특히 암·뇌·심장 3대 성인병의 경우, 다양한 수술비 외에도 진단금과 입원비를 함께 보장받을 수 있어 충분한 의료비 보장이 가능하다. <br/> <br/>가입 후 일정 기간 내 수술 사유 발생 시 50%만 보장하던 기존 상품들과는 달리, 이 상품은 별도 조건없이 주요 수술비를 100% 지급한다. <br/> <br/>또 보험료 인상없이 처음 가입한 보험료 그대로 최대 110세까지 보장해 경제적 비활동기의 수술비 부담을 줄여준다. 상해 혹은 질병 80%이상 후유장해가 발생하거나, 암보장 개시일 이후 암으로 진단이 확정되면 보장성보험료를 납입하지 않아도 보장을 그대로 유지해 준다. <br/> <br/>단, 기타피부암·갑상선암·제자리암·경계성종양은 제외된다. <br/> <br/>여성을 위한 여성만성질병수술비, 남성을 위한 남성특정비뇨기계질환수술비 등 성별에 따른 특별보장도 마련했다. 노년기에 많이 발생하는 백내장, 녹내장, 관절수술 등도 집중적으로 보장한다. 의료사고에 대비해 법률비용도 보장받을 수 있다. <br/> <br/>MG손보 관계자는 "건강명의 수술비보험은 고객이 수술비에 대한 경제적 부담없이 제때 수술치료를 받아 건강하고 행복하게 회복할 수 있도록 돕는 '건강 해결사'"라고 말했다. <br/> <br/>이 상품은 우수성을 인정받아 최근 '2015 대한민국 명품 브랜드대상'에서 건강보험부문을 수상했다.<br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-317.txt

제목: 갑작스런 혈뇨, 복통-가까운 비뇨기과에서 치료 가능  
날짜: 20150618  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061810017649742  
본문: 소변에서 갑자기 피가 나온다면, 매우 당황스러운 상황이다. 하지만 그 원인을 확인한다면 의외로 간단한 시술로 치료되는 경우가 많다. 혈뇨는 소변에서 비정상적으로 적혈구가 배설되는 증상으로, 전 인구의 10%에서 발견이 될 정도로 아주 흔한 질환이다. 특히, 건강검진이 늘어나면서 점점 더 많은 사람들이 혈뇨가 발견이 되어 걱정하시는 경우가 늘어나고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>타워비뇨기과 광진점 김명준 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>혈뇨는 소변이 만들어지는 신장부터 요도구까지 요로계의 어딘가 이상이 있다는 신호다. 대부분의 혈뇨는 정확한 검사와 진단과정을 거치면 원인을 확인할 수 있으며 치료 역시 가능하다. 특히 혈뇨는 방광암이나 신장계통의 종양질환, 만성신부전이나 사구체신염과 같은 만성 신장 질환에 의해서 나타날 수 있기 때문에 반드시 원인을 확인하고 치료해야 하는 질환이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>신장에서 나오는 혈뇨는 사구체신염, 신장 종양, 신우신염, 악성고혈압, 신장 결핵, 신장 결석 등이 원인일 수 있고, 신장 외에서 나오는 혈뇨는 방광암, 전립선암, 방광염, 요도염, 요로결석, 전립선질환 등이 원인이다. 그 밖의 혈뇨는 약물, 과도한 운동에 의해 나타날 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>증상별로 원인을 분류해 보면, 옆구리통증이 있으면, 요로결석, 감기후 재발성 혈뇨가 있으면 면역글로불린 A형 신증, 나이 많은 남자에서 배뇨증상이 있으면 전립선 질환, 젊고 건강한 사람에서 몸이 부으면서 혈압이 오르면 급성사구체신염, 소변횟수가 잦으면서 통증이 있으면 방광염, 고열과 오한이 있으면 신우신염, 혈뇨의 가족력이 있으면 유전성 신염이나 다낭성 신질환 등을 의심할 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이중 가장 흔한 원인은 요로 결석과 요로계 염증 질환이다. 혈뇨를 동반한 옆구리 또는 하복부 통증, 빈뇨 등은 요로 결석을 의심할 수 있는 소견이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이는 신초음파 및 요로 조영술로 바로 진단 가능하며 동시에 체외충격파 쇄석술로 즉각적인 치료도 가능하다. 시술 직후에 바로 일상생활도 가능하다. 본원에서는 24시간 요로결석 응급 치료센터를 운영중이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요로계 염증으로 인한 혈뇨는 보통 약물 치료로 혈뇨를 없앨 수 있다. 그 외 방광암 신장암과 같은 종양성 질환은 신초음파 및 방광내시경을 통해 진단 가능하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>최근에는 수면 방광내시경으로 편안히 진행 가능하여 내시경 검사에 두려움이 있는 분에게 널리 활용하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>전립선 비대증으로 인한 혈뇨는 약물 치료가 주가 되면 심한 배뇨곤란이 동반된 경우 내시경하에 전립선 레이져 수술도 고려할 수 있다. 물론 마취하에 진행하므로 편안히 누워 있는 동안 수술은 진행 된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>대부분의 혈뇨는 정확한 진단만 되면 치료가 가능하기 때문에 혈뇨가 있으면 증상유무와 관계없이 비뇨기과를 찾아 치료시기를 놓치지 않는 것이 중요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>특히, 40대 이상에서 담배나 화학약품에 노출된 경우에는 반드시 비뇨기계암에 대한 정밀 검사가 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-318.txt

제목: 메르스 확진자 36%가 병원 방문객  
날짜: 20150615  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061510017595609  
본문: 중동호흡기증후군(메르스) 확진자 중 36%가 가족 등 방문객인 것으로 나타났다. 우리나라의 병문안 문화 탓이다. <br/> 체온 측정하고 등교 메르스 여파로 휴업을 실시했던 경기 수원의 한 초등학교에서 등교가 재개된 15일 오전 학생들이 학교입구에서 체온을 재고 있다. 이 학교는 메르스 전문병원인 경기도의료원 수원병원 인근에 위치해 있다. 뉴시스강종민 기자 <br/>보건복지부 중앙메르스대책본부는 15일 메르스 감염자 분포가 병원 환자 47%, 가족 등 방문자 36%, 종사자 17%로 나타났다고 밝혔다. 인원수로는 환자가 70명, 환자 가족 등 방문객 54명, 의사와 간호사를 포함한 병원 관련 종사자가 26명이었다. 병원관련 종사자에는 의사가 4명, 간호사 9명, 간병인 7명, 기타 6명이다. <br/> <br/>전날 보다 확진자는 5명 늘었다. 5월27일 14번 확진자와 삼성서울병원 응급실에 있었던 환자가 확진됐고, 8일 123번 확진자와 같은 의원급 의료기관에 체류한 환자, 3일 36번 확진자에게 건양대병원에서 심폐소생술을 시행한 의료진, 5월22일-28일 16번 확진자와 대청병원 동일 병원에 입원한 경우, 6일 76번 확진자와 건국대병원 병실에 체류한 환자가 확진 됐다. <br/> <br/>퇴원자는 4명 늘어나 14명으로 증가했다. 이들은 항생제 및 항바이러스제 투여, 대증요법 등을 통한 치료를 받아 왔다. 발열 등 호흡기 증상이 호전돼 2차례 메르스 검사에서 모두 음성으로 나왔다. <br/> <br/>사망자 1명도 나왔다. 당뇨병을 앓았던 58세 28번 환자가 14일 사망했다. 이로써 사망자는 16명으로 집계됐다. <br/> <br/>한편 6시 현재 격리 대상자는 모두 5216명으로 전날보다 360명 증가했다. 격리해제는 모두 3122명으로 전날보다 649명 늘었다. 이중 병원 격리자는 291명이다. <br/> <br/>확진자를 성별로 보면, 남성이 91명(61%), 여성이 59명(39%)이다. 연령별로 보면 50대가 31명(21%), 60대 29명(19%), 40대(19%) 순으로 나타났다. 최근 30~40대가 늘어나고 있다. 사망자 16명 중 14명은 기저질환자로 만성호흡기 질환, 암, 심뇌혈관질환 등을 앓고 있었다. <br/> <br/>연령별 사망자 현황을 보면, 70대 7명(44%), 60대 5명(31%), 80대 2명(13%), 50대 2명(13%)로 나타났다.<br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-319.txt

제목: 메르스 퇴치는 항바이러스 면역주사로  
날짜: 20150614  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061410017591898  
본문: MERS (중동 호흡기 증후군) 때문에 요즘 난리입니다. 결핵같은 감염성 질병은 전파력 때문에 과거 두려움의 대상 이였고, 미래에는 암 고혈압 당뇨 같은 질환이 무서운 대상입니다. 하지만, 항산화효과가 뛰어난 음식과 천연 면역식품 및 영양주사만으로도 모두 예방할 수 있다는 것이 제 결론입니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>면역이 떨어지면, 스트레스에 저항이 약해지고 세균의 공격이 시작되므로, 메르스가 아무리 무섭다 한들 개개인이 위생에 주의하고 잘 먹고 잘 쉬고 해서 면역력을 높이면 걱정할 게 없습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이번 메르스 사망자도 심폐질환이 심각한 분들이었고, 건강한 사람들이 죽는 것은 드물다는 견해입니다. 단지 전염성이 강한 변종 코로나 바이러스 추정되므로, 천식이나 호흡기 약한 노인들이든 어린이들이 쉽게 전염이 되는 것은 어쩔 수 없지만, 감염자들도 유해산소를 해독하는 능력이 있거나, 면역이 있다면 그냥 여느 독감처럼 지나가고 항체도 생깁니다. 직접 치료약물이 없어, 집단공포에 빠지는 것이 더 문서운 것이지, 의사협회에서도 메르스 바이러스자체는 위험하지 않고 퇴치 가능하다고 봅니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>겨울의 유행성독감으로 인한 사망자 수가 메르스 사망자보다 훨씬 많으므로, 늘어나는 감염자수에 너무 예민하지 마시길 바랍니다. 건강하면, 본인의 면역력으로 바이러스는 이겨낼 수 있으니, 걸렸다고 너무 두려워하지 말고 메르스는 대증치료로 치료가 되므로, 남에게 전파되는 5일~14일정도의 잠복기동안 잘 예방하고 이겨내길 바랍니다. 저는 항산화제와 항바이러스 면역증강효과 좋은 식품이나 고용량의 비타민-C, 영양주사를 맞는다면 충분히 예방이 된다고 봅니다. 제안을 몇 가지 드리겠습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>일반적으로 알고 있는 손 세정제 사용, 항산화제, 항바이러스 면역식품 복용 고용량 비타민과 천연 항생제를 복용과 같은 방법도 좋은 예방법입니다. 여기에 항바이러스 면역증강 주사 바이러스 예방에 도움을 줍니다. 특히 신데렐라주사나 메리트시 같은 고용량 비타민씨나 멀티블루나 감초주사 등의 항산화 주사는 탁월한 피로회복과 면역기능 강화 능력이 있습니다. 이 때문에 항암효과 및 디톡스 작용을 하여 감기 같은 질환예방에도 탁월했던 주사입니다. 항산화 항노화 영양주사요법을 치료하는 전문 병원을 찾아 메르스 퇴치 예방주사와 항산화주사를 통해 메르스뿐 아니라, 싸스, 에볼라 및 어떤 감기나 세균의 공격에도 이겨낼 수 있을 것 입니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움글  엔비의원 기문상원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-320.txt

제목: 손씻기 등 철저한 개인위생으로 메르스 예방  
날짜: 20150614  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061410017591916  
본문: 메르스란 2012년 사우디를 비롯한 요르단 카타르 아랍에메리트(UAE) 등 중동 지역에서 환자가 집중적으로 발생하면서 중동호흡기증후군(middle east respiratory syndrome, MERS)이라고 부른다. 메르스를 일으키는 바이러스는 RNA바이러스인 코로나 바이러스 일종인데 돌연변이가 일어날 확률이 높다. 처음 박쥐나 낙타 등 동물에 살던 메르스 바이러스가 사람에게도 감염될 수 있도록 돌연변이가 일어나서 이후 사람 간 감염도 가능해진 것으로 추측하고 있다. <br/><br/><br/>2002년도 아시아에서부터 세계를 강타한 사스도 같은 코로나 바이러스이지만 사스보다 치사율이 높고 급성 신부전증을 더 잘 일으킨다고 되어있다. 또한 사스보다 어린아이에게서의 발병률은 낮고 어른에게서의 발병률이 더 높다. <br/><br/><br/>일단 다른 국가의 높은 메르스 사망률에 비해 우리나라의 사망률은 아직 10% 미만이다. 이는 우리나라의 의료수준이 그만큼 높다는 것을 의미하는데 아직 메르스가 아직 근절되지 않은 시기여서 좀 더 지켜봐야 한다. 또한 잠복기간이 2일에서 14일이라고 되어 있지만 우리나라에서는 18일 지나서 발병한 사람도 있다. <br/><br/><br/>메르스 바이러스는 밀접한 접촉으로, 비말로 인해 전파되는 것으로 알려져 있다. 그리고 전염성이 그리 강하지 않은 것으로 알려졌지만 우리나라의 경우는 특히 의료기간에서의 전염력은  매우 강한 것으로 드러나고 있다. 확진 또는 의심환자를 돌본 사람(의료인, 가족 포함), 환자 및 의심환자가 증상이 있는 동안 동일한 장소에 머문 사람(방문, 동거 등)을 중심으로 빠르게 늘고 있다. <br/><br/><br/>증상은 95% 이상에서 발열을 동반하고 기침, 호흡곤란, 숨가쁨, 가래 등의 호흡기 증상을 주로 보인다. 이 외에 두통, 오한, 콧물, 근육통과 같은 독감과 비슷한 증상을 보이며 식욕부진, 메스꺼움, 구통, 복통, 설사 등의 소화기 증상도 나타난다. 폐렴은 거의 모든 환자에게서 나타난다. 심한 경우 폐부전을 동반하여 인공호흡기를 사용해야 한고 특히 콩팥을 침범하여 신부전을 일으킨다. 어떤 사람들에게는 무증상으로 지나가기도 한다. <br/><br/><br/>메르스 바이러스는 특히 면역이 약한 사람들에게서 심한 병의 경과를 일으키는데 면역저하자, 노인, 당뇨나 암, 만성 폐질환자들과 같은 만성질환자들에게서 치사율이 높다. <br/><br/><br/>다행히 지금까지 알려진 바로는 메르스 바이러스는 밀접한 접촉에 의해 전염되고 특히 무방비상태로 교육받지 않은 상태로 환자를 간병하거나 돌봄으로 옮기는 경우가 대다수이고 다른 나라를 포함해서 지속적인 지역사회 감염이 지금까지 없다는 점은 공기전파가 아니라는 것을 시사하기 때문에 이 점은 매우 다행이라고 생각한다. <br/><br/><br/>그러므로 너무 공포감을 갖지 말고 평소에 손씻기 등 개인위생을 철저히 함으로 이 난국을 헤쳐 나가야 할 것이다. 기침이나 재채기를 할 때 휴지나 옷소매로 입과 코를 가리는 기침 예절을 지켜나가고 씻지 않은 손으로 눈 코 입은 만지지 말며 호흡기 증상이 있는 사람과의 접촉은 되도록 삼가야 할 것이다./드림아이 소아과 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-321.txt

제목: 두산연강재단, 서울대병원 1억 기부  
날짜: 20150611  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061110017562852  
본문: 두산연강재단(이사장 박용현)은 10일 암 연구 활성화를 위해 서울대학교병원에 연구비 1억원을 전달했다. 이 연구비는 서울대병원 외과 김선회 교수, 내분비내과 박도준 교수, 신경외과 정천기 교수 등의 암 치료 연구과제에 활용될 예정이다. 두산연강재단은 2006년부터 암 연구비 지원사업으로 서울대학교병원과 협약을 맺고 올해까지 매년 1억원씩 총 10억원을 지원했다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-322.txt

제목: 암사도서관에는 해리 포터가 산다  
날짜: 20150611  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061110017572215  
본문: 강동 구립 암사도서관(이사장 박덕수) 로비는 요즘 핸드폰 카메라를 든 사람들로 시끌벅적이다. “해리야~ 해리야~” 여기저기서 ‘해리’를 부르는 소리도 끊임없이 흘러나온다. 화제의 주인공은 노란색 고양이 한 마리, 바로 해리다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>도서관 이용자들 맞이하는 고양이 해리 포터 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>암사도서관은 2013년도 여름부터 지금까지 강동구 길고양이 급식소를 운영하고 있어서 주변 길고양이들이 종종 모습을 드러내는 곳이다. 사람이 다가서면 황급히 모습을 감추는 일반 길고양이와 달리 더운 여름부터 도서관 화단에서 머물기 시작한 고양이 한 마리는 초겨울이 임박했는데도 떠날 생각을 하지 않았다. 한겨울이 시작되기 전, 암사도서관 사서들은 고양이가 겨울을 날 수 있는 집을 도서관 한켠에 마련하기로 결정했다. <br/><br/><br/> 도서관 관계자와 도서관 이용자 모두가 함께 보살피는 고양이라는 의미로, 한 달 간 ‘고양이 이름 공모전’을 개최하기도 했다. 사람들의 큰 관심을 반영하듯 많은 이름이 공모되었고, 그렇게 붙여진 이름이 ‘해리 포터’다. <br/><br/><br/> 암사도서관 조미나 사서는 “힘겹게 혼자 살아가다 좋은 사람을 많이 만나 볼드모트를 무찌르고 호그와트를 구하는 해리포터처럼 고양이 ‘해리’도 좋은 사람을 많이 만나 행복해지기를 바란다는 마음이 담겨 있다”고 말했다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>생명의 소중함 알리는 매신저 역할 톡톡 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>해리는 도서관의 따뜻한 마음에 보답이라도 하듯 접대묘(낯가림 없이 사람을 반가이 맞이하는 고양이를 가리킴) 노릇을 톡톡히 해내고 있다. 도서관에 로비에 들어서면 살갑게 먼저 다가오는 고양이 해리에게 이용자들 모두가 긍정적인 반응을 보인다. 특히, 아이를 둔 학부모 이용자들은 생명존중에 대해서 가르쳐줄 수 있는 산교육 현장이라고 고양이의 겨울을 배려한 도서관의 마음을 높이 평가했다. <br/><br/><br/> 미국의 경우 과거 화제가 됐던 '도서관 고양이 듀이'라는 책을 통해 19년 간 도서관과 고양이의 동고동락 스토리로 세계를 감동시킨 바 있다. 우리나라 공공도서관과 고양이가 공존할 수 있는지에 대한 질문에 대해서 암사도서관은 현재실험 중이라고 대답한다. <br/><br/><br/>고양이 해리의 생활이 궁금하다면, 암사도서관에 방문해서 언제든지 확인할 수 있다. 강동구립 암사도서관은 강동구 암사동에 위치하고 있으며, 하절기 기준 평일 오전 7시에서 오후 11시까지 개방하고 있으며, 주말은 오전 8시에서 10시까지 운영한다. 빨간 목걸이를 한 고양이 해리는 암사도서관 첫 방문자에게도 차별 없이 반갑게 맞이하며 도서관의 마스코트 노릇을 톡톡히 하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>고양이를 위한 벼룩시장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한편, 암사도서관은 해리와 친구들을 위한 특별한 자리를 마련했다. 오는 20(토)일 오후 2시, 도서관과 이용자들이 함께 개최하는 ‘Flea market for 해리와 친구들’을 진행하는 것. <br/><br/><br/>암사도서관은 이번 벼룩시장을 통해 마련된 수익금 전액을 해리와 도서관 주변의 길고양이들을 위한 쉼터를 마련하는 데 사용할 계획이다. 행사(판매 참여, 물품기부 등)에 대한 자세한 문의 및 신청은 암사도서관 사무실(429-0476~7)로 하면 된다. <br/><br/><br/>                                         <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-323.txt

제목: 숨겨 왔던 여성 흡연, 이젠 당당하게 치료하세요!  
날짜: 20150611  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015061110017562803  
본문: 매년 5월 31일은 세계보건기구(WHO)가 담배 없는 환경을 만들기 위하여 제정한 ‘세계 금연의 날’이다. 흡연이 건강에 미치는 악영향을 알리고 담배의 소비를 줄이기 위한 효과적인 정책들을 독려하기 위해 1987년 제정되었다. 이후 전 세계적으로 흡연자의 비율이 점차 감소하는 추세를 보이고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>다만 아이러니하게도 국내 여성들의 흡연율은 꾸준히 증가하고 있다. 실제 국민영양조사(2014)에 따르면, 최근 5년간(1998년~2012년) 전체 남성의 흡연율은 약 20% 감소한 반면, 여성은 1.4%로 소폭이지만 증가했다. 특히 20~30대 여성의 흡연율은 상승 폭은 더욱 컸다. 설문 답변보다 소변 니코틴 검사가 3배 이상 높게 나온 결과를 보더라도,  여성은 남성에 비해 흡연 사실을 숨기는 경우가 많아 흡연율이 집계된 수치보다 약 2~3배 많을 것으로 보인다. <br/><br/><br/>이에 세계 금연의 날을 맞아 이대목동병원 호흡기내과 천은미 교수의 도움말로, 상대적으로 사회적 관심 속에서 소외된 여성 흡연의 위험성에 대해 조명해 보고, 효과적인 금연 방법에 대해 알아본다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 이대목동병원 호흡기내과 금연클리닉 천은미 교수 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>o 흡연도 남녀유별? 같이 피워도 여성이 더 위험해 <br/><br/><br/>흡연으로 인한 타격은 여성이 남성보다 크다. 실제 연구에 따르면 담배의 독성 물질은 대부분 지용성이기 때문에 남성보다 지방이 10% 정도 많은 여성의 몸에서 잘 녹고, 오래 축적되는 것으로 보고되고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이대목동병원 호흡기내과 천은미 교수는 “여성은 남성보다 폐가 작고 노폐물을 분해시키는 자정력이 약해 같은 양의 담배를 피워도 더 해롭다. 폐포의 변성이 빨라 남성 흡연자보다 폐암으로 사망할 위험 또한 2~3배 높다”고 말했다. 이어, “여성 흡연자들은 남성 흡연자들에 비해 사회적 편견 등으로 인해 흡연으로 인한 호흡기 증상이 나타나도 병원 진료를 하지 않는 경향이 높으며 정기검사를 하지 않아 페기종이나 폐암의 조기 진단이 어렵다”며, “폐는 한 번 망가지면 회복이 어려운 만큼 주의가 필요하다”고 덧붙였다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>보다 큰 문제는 일단 흡연을 시작하면 여성은 남성보다 담배를 끊기가 더 어렵다는 것이다. 여성은 니코틴 대사에 관여하는 ‘CYP2A6’이라는 효소의 활성도가 남성보다 커서 니코틴에 중독될 가능성도 높다. 또한 호르몬의 영향을 많이 받는 여성의 특성상 생리 전에 나타나는 세로토닌의 변화로 기분이 우울해지고 충동성이 강해져 흡연의 유혹에서 쉽게 벗어나지 못하기도 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>o 비흡연 여성에 비해, 부인 질환 발병률 더 높아 <br/><br/><br/>흡연을 하면 부인 질환의 발병률도 높아진다. 흡연 여성은 비흡연 여성에 비해 유방암, 자궁경부암 등 각종 여성암의 발생 위험이 크다. 담배를 하루 1갑, 최소 10년 이상 피운 여성은 담배를 피우지 않은 여성에 비해 유방암 발생 위험이 약 60% 높다는 연구 결과가 나타났고, 흡연이 자궁경부암의 주원인인 인유두종바이러스에 양성 반응을 보이면서 5년 이상 담배를 피운 여성은 자궁경부암 발병 위험이 무려 36배나 증가한다는 보고도 있다. 이에 부인 질환의 위험에서 벗어나려면, 금연이 필수라는 사실을 인지해야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>o 여성 흡연, 혼자가 아닌 둘이 피우는 담배 <br/><br/><br/>여성의 흡연은 특히나 본인 한 사람만의 문제가 아니다. 임산부가 흡연을 할 경우 태아에게는 매우 치명적인 영향을 미친다. 흡연 중인 산모에게서 태어난 아이는 성장 후에도 암, 행동장애, 선천성 심장병, 청력 손실, 생식 능력과 폐 기능 저하까지 나타날 수 있다. 스웨덴에서 진행된 한 연구에 따르면, 임신 중 하루 1~9개비의 담배를 피운 여성은 유아 돌연사로 자녀를 잃을 확률이 비흡연 여성에 비해 2배나 높고, 하루 10개비 이상의 담배를 피울 경우에는 3배나 높다고 밝혀졌다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>또한 흡연은 모유의 맛과 향을 변화시키며, 흡연자 특유의 냄새가 모유를 먹은 아이들에게서도 나타날 수 있다는 연구결과가 나왔다. 담배 성분이 수유를 통해 아기에게 전달됨으로써 아기는 담배 맛에 대한 경험을 일찍 하게 된다는 것이다. 이는 흡연하는 여성의 자녀가 커서 높은 흡연율을 보인다는 연구 결과를 설명하는데도 설득력을 높인다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그렇다면, 득보다 해가 많은 흡연의 유혹에서는 어떻게 벗어날 수 있을까? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1. 서서히 줄이지 말고 한 번에 끊어라! <br/><br/><br/>담배를 끊는 방법에는 크게 서서히 흡연량을 줄이는 감연법과 한 번에 끊는 단연법이 있다. 대부분의 흡연자들이 갑자기 담배를 끊을 때 생기는 여러 가지 금단 증상과 두려움 때문에 감연법을 선택하곤 하는데, 실제로 금연 성공률은 담배를 한번에 끊는 단연법이 높은 것으로 알려져 있다. 금연에 실패할수록 자신감이 점점 떨어지므로, 되도록 한 번에 끊을 것을 권장한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>2. 흡연을 대체할 습관을 만들어라! <br/><br/><br/>흡연도 하나의 습관이기 때문에 흡연 욕구가 생길 때는 그것을 대체할 만한 다른 습관 하나를 만드는 것이 도움이 된다. 초조, 불안, 손 떨림 등의 금단 증상이 나타날 때에는 명상 또는 찬물 마시기, 심호흡, 산책 등이 도움이 될 수 있다. 대부분의 흡연자들은 커피와 술을 마실 때 담배를 항상 피우게 되므로 커피 대신 녹차나 생수로 대체하고, 담배를 피우지 않아 입이 심심할 때에는 껌이나 은단을 가지고 다니며 복용하면 도움이 된다. 전문가들이 가장 추천하는 습관은 규칙적인 운동으로, 특별한 운동보다는 개인이 즐기면서 지속적으로 할 수 있는 것을 선택하는 것이 좋다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>3. 함께 금연할 친구나 조력자를 만들어라! <br/><br/><br/>금연을 할 때도 혼자 보단 누군가와 함께 하는 것이 큰 힘이 될 수 있다. 이에 같이 금연할 친구나 동반자를 만들면 좋다. 다만 주변에 함께 금연할 지인을 찾기 어렵다면, 본인의 금연 계획을 응원해주고 사랑이 담긴 쓴 소리도 해줄 수 있는 가족이나 친구들에게 적극적으로 도움을 청하는 것도 방법이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>4. 담배 구매 비용을 아껴 스스로를 보상해 주어라! <br/><br/><br/>‘칭찬은 고래도 춤추게 한다’라는 말이 있듯이, 금연에 적극적으로 나서는 자신 스스로에게 보상을 해주는 것도 시도해 볼만 하다. 예를 들어, 금연으로 아낀 비용으로 본인이 가지고 싶은 물건을 구매한다거나 평소 해보지 못한 취미 생활을 시작해 수도 있을 것이다. 이는 담배를 피고 싶은 생각을 다른 곳으로 돌리는 데에도 효과적이라 일석이조다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>5. 금연 클리닉을 적극 활용하라. <br/><br/><br/>하루 10개비 이상의 담배를 피웠거나 니코틴 의존도가 심한 경우, 과거 여러 번 금연 시도에 실패했다면 금연 클리닉을 방문해 전문 의료진의 상담을 받아야 볼 것을 추천한다. 특히 여성들은 본인의 금연 사실을 알리기 부끄러워해 일대일로 상담 받는 것을 주저하게 되는데, 최근에는 여성 전용 금연 클리닉을 운영 중인 곳도 많다. 더불어 본인의 의지만으로 담배를 끊기 어렵다면 의료진과의 논의를 통해 금연 보조제 등을 활용할 수도 있다. 흡연은 단순한 습관이 아닌 만성 질환이므로, 적극적인 금연 상담과 약물치료가 동반되어야 가장 효과를 볼 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이대목동병원 호흡기내과 금연클리닉 천은미 교수는 “<span class='quot0'>일반적으로 6개월 이상 담배를 피우지 않으면 금연에 성공한 것으로 보지만, 흡연도 니코틴에 의한 만성질환인 만큼 흡연에 대한 갈망은 몇 년이 지나도 사라지지 않을 수 있다</span>”며, “<span class='quot0'>한 대 정도는 괜찮겠지 하는 순간적 판단에 의한 흡연은 재발의 위험이 크므로, 지속적으로 마음을 다잡고 관리하는 것이 무엇보다 중요하며 의료진의 도움을 받는 것도 현명하다</span>”고 조언했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-324.txt

제목: 유방통 있다, 나도 혹시 유방암?  
날짜: 20150609  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015060910017507139  
본문: 울산 비너스휴방외과 의원 <br/><br/><br/>박종필 원장 <br/><br/><br/>유방 세부 전문의 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>최근 유방암 환자가 늘고있는 추세에 따라 유방통증을 호소하는 여성들도 늘고 있습니다. 유방통이 있으면 혹시 유방암이 아닐까 걱정을 하게 되는데 단순 유방통과 유방암 통증은 어떻게 다른지 알아보겠습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>일생동안 여성 10명중 7명꼴로 유방이 아프고 찌릿찌릿한 경험을 한다고 합니다. 하지만 유방통을 주요증상으로 호소하는 경우 유방암으로 진단되는 경우는 5%로 드물지만 유방통이 지속되는 경우는 유방검진을 받아보는 것이 중요합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방통은 크게 2가지로 월경주기와 관련이 있는 주기적인 유방통과 월경주기와는 관계없는 비주기적인 유방통으로 나눕니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>월경주기와 관련이 있는 주기적인 유방통은 월경이 가까워지는 시기에 발생하거나 월경 중에 유방에 통증이 느껴지기도 하는데 이러한 유방통은 정상적인 현상으로 봅니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>다음으로 월경주기와 관련이 없이 비주기적인 유방통은 양쪽 유방에서 통증이 나타나기 보다는 한쪽 유방에서만 통증이 발생하는 경우가 많습니다. 이 경우에는 여성호르몬의 이상분비와 관련된 원인으로 볼 수 있는데 지방이 많은 음식을 장기간 섭취하거나 커피, 차 와 같은 카페인이 많은 음식과도 연관이 있습니다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>그리고 유방암과 단순 유방통을 구별할 수 있는 증상으로 멍울, 유두분비, 피부변화 등이 있습니다. 분비물이 나온다고 모두 암관련 증상은 아니며, 호르몬 이상이나 약물복용 등도 원인이 됩니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방을 만져보면 부위에 따라 단단하기도 하고 부드럽기도 한데, 이상이 없는 단단한 부위를 멍울이라 착각하는 경우가 많습니다. 반대로 혹이 생겼어도 이를 정상적인 유방조직으로 생각해 방치하다 병이 진행된 상태에서 발견되기도 합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>암으로 인한 분비물은 주로 한쪽에서 나오고, 한쪽 유두에서도 여러 개의 유관보다는 특정한 한개 유관에서 초콜릿색 또는 피색을 띤 혈성 유두 분비물로 나오는 것이 대부분입니다. 유방암으로 인한 피부변화는 유방의 굴곡변화, 유두 및 피부 함몰과 피부습진으로 나타나는 경우가 많습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한편, 전체 유방통의 70%는 20~30대에 생기고 20~30%에서는 저절로 증세가 사라지고 폐경 후가 되면 대부분 사라집니다. 주기적으로 생기는 유방통은 호르몬 변화에 대해 유방조직이 정상보다 민감하게 반응해 생깁니다. 하지만 유방통이 지속적으로 나타나고 심해지거나 멍울, 유두분비물, 피부변화 등의 증상이 있다면 유방검진을 꼭 받아보시길 권합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-325.txt

제목: 이유없이 체중변화 있다면?  
날짜: 20150609  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015060910017507138  
본문: 울산 비너스휴방외과의원 <br/><br/><br/>박종필 원장 <br/><br/><br/>유방 세부 전문의 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>평소 남들에 비해 추위를, 혹은 더위를 많이 타거나, 체중이 급격히 줄거나 식욕은 없는데 체중이 늘거나 등의 변화가 있다면 갑상성질환을 의심해 볼 필요가 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>갑상선은 식도와 기관 앞쪽에 위치한 기관으로, 체온 유지와 신체 대사를 유지하는 데 중요한 갑상선호르몬과 뼈와 신장에 작용해 혈중 칼슘 수치를 낮추어주는 역할을 하는 칼시토닌을 만들고 분비합니다. 이러한 갑상선에서 호르몬이 적게 분비될 경우 갑상선기능저하증이 나타나며, 과다 분비될 경우 갑상선기능항진증이 나타납니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>갑상선기능저하증의 원인으로는 갑상선 자체에 문제가 있어 갑상선 호르몬 생산이 줄어드는 경우와 갑상선에서 호르몬을 만들도록 하는 신호에 문제가 생겨서 갑상선 호르몬 생산이 줄어드는 경우로 나눌 수 있습니다. 그 증상으로는 만성 피로, 식욕 부진, 체중 증가, 피부 건조증 등이 발생하며, 특히 여성의 경우에는 월경 과다가 동반되기도 합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>치료 방법으로는 갑상선 호르몬 제제를 복용함으로써 저하된 갑상선 기능을 정상화 시킬 수 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>갑상선기능항진증은 갑상선 호르몬이 지나치게 많이 분비되는 질환으로 식욕이 왕성해짐에도 불구하고 오히려 체중이 감소할 수 있습니다. 이 외에도 더위를 참지 못하며 빈맥, 두근거림, 손 떨림 등이 나타날 수 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>갑상선기능항진증은 일반적으로 갑상선 호르몬의 생산을 억제하는 항갑상선제를 사용한 약물치료를 시행하는데 약물 복용을 중단할 경우 재발률이 높은 것이 단점이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한편 갑상선에 종양이 생기는 것을 갑상선 결절이라고 하는데, 5mm 이상의 종양이 발견되면 조직검사를 통해 양성인지 암인지를 구분하게 됩니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>암으로 진단되면 반드시 수술을 해야 하지만 양성 결절일 경우에는 종양의 크기나 상태에 따라 약물치료, 고주파 레이저를 이용한 절제술 등을 선택하여 치료하게 됩니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>모든 질환이 그렇듯 조기발견과 치료시기가 중요합니다. 규칙적인 정기검진으로 갑상선질환을 미리 예방하는 것이 필요하겠습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-326.txt

제목: 돌발성난청, 치료 시기 놓치면 회복 어려워...  
날짜: 20150605  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015060510017483349  
본문: 돌발성난청이란 어느 날 갑자기 순음(純音)청력이 저하되거나 아예 들리지 않는 질환을 말한다. 주로 한쪽 귀에서만 나타나는 경우가 많다. 난청과 함께 귀에서 소리가 난다고 느껴지는 이명, 귀가 꽉 찬 느낌, 현기증, 구역질을 동반하기도 한다. 돌발성 난청은 치료를 미룰수록 청력상실 위험이 큰 응급질환으로 발생했다면 즉시 의료기관을 찾아야 한다. 심한 경우 아예 소리를 듣지 못할 수도 있다. 발병 후 최소 6개월 이내에 치료해야 청력의 영구적 손실을 막을 수 있다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>서양의학에서의 치료엔 스테로이드 등 항염증제가 처방된다. 이밖에 혈관확장제, 항바이러스제, 혈액순환개선제 등을 병용한다. 드물게 수술이 필요할 때도 있다. 현재까지 치료효과가 가장 확실한 것은 스테로이드다. 하지만 과잉 처방되면 부작용이 나타날 수 있다는 한계가 존재한다. 이런 경우 서양의학적 치료를 보완하는 데 한방의학이 중요한 역할을 할 수 있다. 한의학에서는 장부와 생체기능의 상태를 살펴 돌발성난청의 발생한 원인을 규명한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한방에서는 귀의 기능과 신체전반의 건강상태를 함께 개선하는 치료를 시행한다. 주로 침을 이용해 인체 허실균형을 맞추는 ‘보사원리’를 구현하거나 경락순환을 촉진하는 방법을 쓰고 있다. 돌발성 난청이 나타난 초기에 2~4주간 스테로이드 치료를 시행할 때 침 치료를 병행하면 치료효과를 높일 수 있다. 이 때 주의할 점은 스테로이드 약물을 복용할 때엔 한약을 먹는 것은 삼가야 하고, 한약치료는 스테로이드 치료가 끝난 후 고려해 보는 것이 좋다. 다만 스테로이드 처방이 곤란한 환자나 치료골든타임을 넘긴 이들에게는 한약치료가 대안이 될 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>최근엔 양한방 협진으로 암, 뇌졸중, 아토피피부염 등 많은 현대난치성질환을 치료하고 효과를 보인 연구사례가 증가하는 추세이고 돌발성난청도 이러한 협진이 도움이 될 수 있다. 돌발성난청 치료 후 청력을 회복했더라도 안심하긴 이르다. 질환을 앓은 뒤 어지럼증, 이명, 이폐감(귀먹먹함), 이통 등 후유증을 호소하는 경우가 적잖아 꾸준히 관리해야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>돌발성난청을 예방하기 위해서는 무엇보다 평소 생활관리가 중요하다. 피로와 스트레스가 누적되지 않도록 평소 충분한 휴식과 수면을 취하고 운동과 영양관리에 힘써야 한다. 귀밑부분과 귓바퀴 등을 손가락으로 강하게 지압해주는 것도 좋다. 단순해 보이지만 이문, 각손, 노식, 예풍 등 청력과 관련된 혈 자리를 자극하면 난청예방과 청력강화, 이명완화에 도움이 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>(청이한의원 유종철 원장) <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-327.txt

제목: [주말을 여는 책 | 어떻게 죽을 것인가] 현대의학이 놓친 삶의 마지막 순간  
날짜: 20150605  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015060510017482715  
본문: 아툴 가완디 지음 / 김희정 옮김 / 부키 / 1만6500원<br/><br/><br/><br/> 요즘 들어 우리 사회에서도 죽음, 특히 인간답게 죽기, 즉 '웰다잉'(well-dying)에 대한 이야기를 자주 들을 수 있다. 참살이 또는 '잘살기' 정도의 뜻을 지닌 웰빙(well-being)에 대한 관심 못지않게 '잘죽기'가 새로운 문화코드가 될 조짐을 보이고 있는 것이다. '인간답게 죽기'에 대한 강연에 사람들이 몰리고 죽음에 관한 책들도 심심찮게 나오고 있다. 죽음을 소재로 한 웹툰도 선보이고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>'웰다잉'을 '좋은 죽음'이라고 하기에는 왠지 어감이 어색하다. '아름다운 죽음'이라고 하는 사람도 있으나 이도 어색하기는 마찬가지다. '잘 먹고 잘 살기'뿐만 아니라 '인간답게 죽기'가 눈길을 끄는 것은 노인이 급속히 늘어나고 있는 점도 한몫을 하고 있다. 여기에다 평균수명은 늘어났지만 여전히 오랜 병고와 고독, 빈곤에 시달리다 고통 속에 힘겹게 생을 마감하는 노인들이 주변에서 늘고 있는 것도 그 이유로 꼽을 수 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>장애를 가진 남편을 40년간 수발하다 자신도 우울증에 걸리는 등 몸과 마음이 황폐해져 결국 남편을 죽이고 자신도 자살한 어느 할머니의 슬픈 이야기는 더는 어쩌다 생기는 사건이 아니다. 요양병원과 요양원에는 가족도 알아보지 못하고 텔레비전도 볼 수 없으며 움직이지도 못한 채 끼니마다 죽이나 유동식으로 생을 연장하고 있는, 무의미한 삶을 꾸려가는 노인들이 한둘이 아니다. 이런 곳에서 그런 분들을 보며 지내는 사람이라면 열에 열 모두 '어떻게 죽을 것인가'를 생각하지 않을 수 없을 것이다. 미국의 의사 아툴 가완디도 삶의 마지막 단계에 놓인 많은 노인들을 진료하며 '어떻게 죽을 것인가'에 대해 깊이 고뇌했다. 그리고 마침내 현대 의학이 놓치고 있는 삶의 마지막 순간을 적나라하게, 진솔하게 '어떻게 죽을 것인가(원제 Being Mortal)'란 책으로 펴냈다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>죽음은 실패 아닌 정상적인 일 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 책은 전문가들이 쓴 여느 책들과는 달리 각주나 참고문헌 등이 없다. 그런데도 <뉴욕타임스> 31주 연속 베스트셀러에 올랐다. 가완디는 스탠퍼드 대학교를 졸업한 뒤 옥스퍼드 대학교에서 윤리학과 철학을 공부했고 하버드 의과대학에서 박사학위를, 하버드대 보건대학원에서 공중보건학 석사학위를 받았다. 현재 하버드 의과대학과 보건대학원 교수로 있으면서 보스턴 브리검 여성병원 외과의사이며 '뉴요커'지 고정 필진으로 활동하는 독특한 이력을 지니고 있다. 이미 여러 권의 의료·의학 관련 저술로 저명한 상을 여러 차례 수상했으며 '타임'지가 선정한 세계에서 가장 영향력 있는 사상가 100인에 이름을 올렸고 2015년 영국의 '프로스펙트'지가 선정한 세계적 사상가 50인에 선정되기도 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그는 냉혹하고 가차 없는 삶의 사이클을 받아들이기를 거부하는 우리의 습성 때문에 늙고 병든 구성원들이 병원 중환자실이나 요양병원, 요양원에서 삶에서 가장 중요했던 모든 것, 다시 말해 친구, 가족, 친지들로부터 고립된 채 인간답지 못한 마지막 생을 보내고 있다고 진단한다. 아주 조금 나아질 가능성이 있을지도 모른다는 이유로 뇌를 둔화시키고 육체를 서서히 무너뜨리는 치료를 받으며 저물어가는 삶의 마지막 나날들을 모두 써 버리게 만든다는 것이다. 이것이 그가 생의 종말과 죽음의 불가피성을 조망하는 책을 쓰게 된 동기이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>죽음은 실패가 아니며 지극히 정상적인 일인데도 살만큼 산 노인이나 건강 상태가 더는 의미 있는 삶을 꾸리기 힘들다는 것이 명백한데도 심폐소생기를 작동하거나 인공호흡기로 의미 없는 삶을 연장하고 있는 것이 이 책에 등장하는 미국뿐만 아니라 우리의 현실이기도 하다. 더 나은 해결책은 없을까? 이 책은 저자의 이런 고민을 고스란히 담았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 책은 가완디 자신과 같은 고민을 일찍이 했던 노인전문가나 노인학자들의 노력과 연구 등을 소개하고 있다. 생의 마지막을 행복하게 보냈던 노인들을 두루 만나 그들의 삶이 어떠했는지도 전하고 있다. 자유나 자율, 개성이라고는 눈곱만큼도 찾아볼 수 없는 감옥에 다를 바 없는 요양시설과는 전혀 다른, 자기 집 같은 노인주거문화를 만들어보기 위해 '어시스티드 리빙'이라는 새로운 개념의 노인주택을 만들어 성공을 거두어 미국의 새로운 노인주거문화로 정착시킨 윌슨 부부 이야기는 고령 사회의 문턱에 있는 우리들의 눈길을 끌기에 충분하다. 또 1991년 뉴욕주 북부의 소도시 뉴 베를린에서 빌 토머스라는 젊은 의사가 한 요양원에서 벌인 실험도 영화처럼 무척 흥미롭다. 좋은 삶이란 독립성을 극대화한 삶이라고 믿은 토머스는 '요양원에 존재하는 세 가지 역병'으로 무료함, 외로움, 무력감을 꼽고 이를 '박멸'하기 위해 금기시됐던 개와 고양이, 새 등을 들여와 그곳 노인들의 생각과 삶을 확 바꾸어 놓았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>오늘날 미국이나 유럽국가와 같은 선진국은 물론 우리나라에서도 메르스(중동호흡기증후군)와 같은 비참한 질병에 걸려 갑작스럽게 죽음에 이르는 건 예외적인 일이 됐다. 의학 기술의 발달로 의식이 없어지고 신체 기능이 제대로 돌아가지 않는 상황에서도 인체 각 기관을 유지할 수 있게 된 것이 오늘의 현실이다. 저자는 "지난 몇십 년 사이, 의학은 죽음에 관해 수백 년 동안 내려온 경험과 전통, 표현들을 더 이상 쓸모없게 만들어 버렸고, 인류에게 '어떻게 죽을 것인가'하는 새로운 문제를 안겨주었다."는 진단을 내린다. 그의 처방은 말기 전이성 암이나 치료 불가능한 심부전, 치매와 같은 질환을 지닌 노인에 대해서는 심폐소생술을 사용하거나 관 또는 정맥주사로 영양공급을 받거나 기계적 인공호흡기 치료보다는 호스피스를 권한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 책에 대해 '타임'은 '아름다우리만치 너무나 잘 쓰인 책'이라고 찬사를 아끼지 않았다. 인도에서 미국으로 건너온 부모 또한 의사였으며 아버지는 힌두교도였다. 책의 마지막은 아버지 임종과 유언에 따라 갠지스 강에 유해를 뿌리는 모습을 정말 감동 주는 수필처럼 묘사했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>삶과 죽음이 교차한 아버지 임종 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>"공기는 청량하고 쌀쌀했다. 하얀 안개가 수의처럼 도시의 탑들과 강물을 뒤덮었다. 치직거리는 스피커에서는 사원에서 외는 염불 소리가 울려 퍼지고 있었다. 일찌감치 비누를 챙겨 목욕하러 나온 사람들, 돌판에 옷을 쳐 대며 빨래하는 사람들, 정박용 밧줄 위에 앉은 물총새 위로 그 소리가 퍼져나갔다. 강 한가운데까지 충분히 나아갔을 때 안개 사이로 해가 떠오르는 게 보이기 시작했고, 힌두 성자는 베다 성가를 낭송하며 노래를 불렀다. 아버지의 유해를 뿌린 다음, 우리는 잠시 조용히 강 위에 떠서 강물이 인도하는 대로 흘러갔다. 안개를 걷어 내며 햇살이 타올랐고, 우리는 뼛속까지 온기를 느끼기 시작했다. 뱃사공에게 신호를 보내자 그가 노를 집어 들었다. 그리고 우리는 다시 땅으로 향했다." 삶과 죽음이 교차하는 장면이었다. <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-328.txt

제목: 전국 고교생 경제한마당 은상 수상 저현고 2학년 신재욱 학생  
날짜: 20150605  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015060510017483345  
본문: 기획재정부와 한국개발연구원(KDI)에서는 청소년들에게 경제적 사고와 논리력을 기를 수 있는 기회를 제공하고 경제교육의 중요성을 공유하기 위해 전국 고교생 경제한마당을 해마다 개최해왔다. 2004년부터 시작해 올해로 11년째로 외고나 자사고 학생들이 팀을 이뤄 참가하거나 경제학과 진학을 계획하는 학생들이 주로 참가하고 있다. 지난 1월에 열린 대회에서 저현고등학교(교장 이영철) 2학년 신재욱 학생이 은상을 받았다. 일반고 학생이자 1학년으로 참가해 은상을 받은 것은 주목할 만한 성과라고 한다.   <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암기보다 개념 이해하고 터득하려 노력 <br/><br/><br/>사회 변화에 관심이 많았던 재욱군은 중학교 때부터 사회학과 관련된 책을 읽거나 공부하는 것을 즐겼다. 사회학을 공부하면서 관심은 자연스럽게 경제학으로 넘어갔다. 사회 변화와 경제는 서로 밀접한 관계로 경제가 사회 변화를 주도하기도 하고, 사회 변화가 경제에 미치는 영향이 고스란히 우리 생활에 나타났기 때문이다. 사람들이 돈을 추구하는 이유와 사회가 어떻게 돌아가는지 알려면 경제 지식이 뒷받침돼야 했다. <br/><br/><br/>경제 관련 책을 꾸준히 읽고 관련 용어와 개념을 공부하며 언젠가 기회가 되면 전국 대회에 참가해 자신의 실력을 확인해 보고 싶다는 생각을 했다. 고1 겨울방학을 앞두고 저현고에서는 전국 고교생 경제한마당 대회 준비반 수업을 개설했다. 재욱군은 수업을 들으며 그동안 공부해 온 것들을 체계적으로 정리하는 시간을 가졌고 이는 좋은 성과로 이어졌다. <br/><br/><br/>경제 관련 개념들은 암기 이전에 이해가 선행돼야 한다. 그래야만 문제를 접했을 때 개념을 적용해 풀어낼 수 있다. 또한 어려운 용어와 개념이 많아 이해하지 않으면 문제가 계속 풀리지 않는 상태로 남아있게 된다. 재욱군은 “이해가 되지 않는 부분은 참고서나 인터넷 등의 자료를 참고해 살펴봤다”며 “그래도 풀리지 않는 부분은 계속 반복해 읽어보는 방법을 통해 암기보다는 개념을 터득하려고 노력했다”고 전했다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>효율성 높이는 공부 추구 <br/><br/><br/>재욱군은 학교의 ‘리더스경제경영 동아리’에 참여하며 경제와 관련된 현상을 탐구하는 활동을 하고 있다. 동아리에서 지난해부터 주식시장에 대한 연구와 체험을 하고 있어 주식투자도 해봤다. 2년 정도 주식투자를 하며 주식투자는 ‘운’이 아닌 ‘정보’라는 것을 깨달았다고 한다. <br/><br/><br/>무턱대고 ‘묻지마 투자’를 한 친구들은 손해를 봤지만 주식에 대한 정보를 알고 투자한 친구들은 이익을 거뒀기 때문이다. 경제 관련 분야의 독서도 꾸준히 해왔다. 마이클 샌델 교수의 <돈으로 살 수 없는 것들>과 장하준 교수의 <이코노믹스 유저스 가이드>를 읽으며 경제에 대한 기본 개념을 다지게 됐다. 지금은 ‘기업과 무역 패턴’이라는 경제 분야의 논문을 준비 중이다. 기업이 무역에 미치는 영향을 연구해 소논문으로 발표할 예정으로 다양한 사례와 문헌 조사를 진행하고 있다. <br/><br/><br/>경제학은 효율성을 강조하는 학문이다. 재욱군은 학습에서 이 효율성을 강조한다. 학원을 선택하는 대신 학교 수업을 열심히 듣고 교과서를 활용해 공부하며 자신만의 공부법을 추구한다. 이렇게 공부 노하우가 쌓이면 여유 시간이 생기고 그 시간에 자신이 하고 싶은 공부나 다른 취미활동을 할 수 있다는 것이 소신이다. 실제 재욱군은 학교 공부와 자신이 하고 싶은 경제 공부를 병행하며 틈틈이 운동과 여행도 즐기고 있다. <br/><br/><br/>“뭔가 해야 한다는 의무감보다는 하고 싶은 것을 하고 싶을 때 하면 심적 여유가 생기는 것 같아요. 하고 싶은 공부를 하다 보면 자연스럽게 선행도 되고 심화도 되지요. 공부는 자발적으로 할 때 가장 효율이 높은 것 같아요. 부모님이 시켜서 받는 사교육은 효율성이 떨어지고 시간 낭비라는 생각이 듭니다.” <br/><br/><br/>재욱군 또한 사교육을 받고 있다. 스스로 꼭 필요하다고 판단해 내린 선택이다. 하지만 사교육은 비용과 시간 투자가 필요한 만큼 최대한 효율적으로 활용해야 한다는 것이 경제학자를 꿈꾸는 재욱군의 생각이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-329.txt

제목: 통증질환 탈출하기\_ (1)대상포진  
날짜: 20150603  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015060310017469333  
본문: # 최 모씨 (54세 남, 서초동 거주) 허리통증과 오른쪽 다리 안쪽의 통증이 심해 고통 받아 온 그는 어느 날 다리의 힘이 빠지는 증상을 경험하면서 유명 척추병원을 찾았다. MRI 검사를 통해 응급‘추간판탈출증’이라는 진단이 내려졌고 허리수술을 받게 되었다. 그러나 4~5일 후 피부발진과 수포가 일어나며 지속적인 통증에 시달려 지인통증클리닉 강북본점을 찾게 되었다. 진단명은 ‘대상포진’. 조기치료를 놓쳤지만 통증치료 중에 있다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/># 이 모씨 (60세 여, 일산 거주) 어느 날 부턴가 시작된 눈 위쪽 이마의 통증. 단순 편두통이라 생각했지만, 통증이 심해지면서 ‘두통약, 기력회복을 위한 보약, MRI 검사’ 등 다양한 방법을 동원했지만 통증은 사라지지 않았다. 지인통증클리닉 강북본점에 와서야 ‘대상포진’ 진단을 받을 수 있었다. 머리카락 아래 띠 모양의 피부발진과 누를 때 겪는 이질 통을 발견하지 못해 엉뚱한 치료만 해왔던 것. 통증전문의에 의한 조기진단이 중요한 순간이었다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>60세 이상 환자의 50% 이상 대상포진 후 신경통 발생! <br/><br/><br/>대상포진은 수두를 일으키는 바이러스가 우리 몸 신체의 신경에 침입해 잠재되어 있다가 몸이 쇠약해지거나 정신적 스트레스, 고령 등 면역력 저하 요인이 생기면 재발하게 된다. 대표적으로 수술이나 외상, 방사선 조사나 류마티스, 천식, 알레르기 등의 치료 목적으로 스테로이드 복용하면서 면역이 억제되는 경우 그리고 면역억제질환인 암, 결핵, 매독, 말라리아, AIDS 감염 등이 동반될 때 활발해진다.    <br/><br/><br/>전 세계적으로 매년 수백만 명이 겪는 대상포진은 3명당 1명이 발병할 수 있다고 보고되고 있으며, 발생 환자의 2/3가 60세 이상으로, 연령이 증가할수록 발생빈도가 높아진다. <br/><br/><br/>최용민 원장은 “대상포진은 조기에 강력하게 치료해야 만성 신경질환으로 옮겨가는 것을 최소화할 수 있다. 특히 60세 이상 환자의 20-50%, 70세 이상 환자의 50% 이상에서 대상포진 후 신경통이 발생하므로, 고령일수록 적극적인 치료와 예방이 더욱 중요하다. 따라서 조기에 통증의학 전문의에게 정확한 진단과 치료를 받는 것이 중요하다.”고 강조했다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>감각이상, 극심한 통증, 발진, 수포 등 다양한 증상과 치명적 결과도 초래 가능 <br/><br/><br/>일반적으로 대상포진은 발진 3~7일 전 발열, 근육통, 두통 등 비 특이적 증상이 일어나고, 일부 환자에서는 7일 이상, 심지어 100일까지 지속되는 경우도 있다. <br/><br/><br/>대상포진 통증은 피부발진 전 후, 또는 동시에 올 수 있는데, 일반적으로는 발진이 치유되면 통증이 사라지지만, 일부 환자는 신경통이 지속된다. 이때 통증은 가벼운 근육통 증세에서 가렵거나 얼얼한 느낌, 감각이상, 바늘로 찌르는 느낌 등 다양한 양상으로 나타난다. <br/><br/><br/>또한 드물게 비특이적 예후로 전신포진 발생 또는 안신경, 청신경을 침범하여 시력이나 청력 손상을 가져오기도 하며, 척추신경에 침범하여 방광이상을 일으킨 경우도 보고되고 있다. 최 원장은 “대상포진은 증상만으로 구별이 어렵기 때문에 눈 대상포진을 녹내장으로 오인하거나 다리가 당기고 저리면 허리 MRI 검사 또는 척추수술을 받는 경우도 있다. 흉부 대상포진 전구증상을 심장병으로, 옆구리 통증을 신장질환으로 오인해 조기진단과 치료시기를 놓치는 경우도 많다. 또한 피부발진이 없어 대상포진을 의심하지 못하는 경우도 있다.”고 설명하며 대상포진 유사증상의 발현 시 전문가를 찾을 것을 당부했다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>72시간 내 항바이러스 제제 투여와 24시간 지속적인 신경치료 권장! <br/><br/><br/>지인통증클리닉 강북본점에서는 대상포진 치료를 위해 72시간 내 항바이러스 제제 투여와 조기 신경치료를 권하고 있다. 특히 대상포진이 만성신경통으로 악화되는 것을 막기 위해  지속적인 신경치료를 권장하고 있는데, 교과서적으로는 만졌을 때 이상통증을 경험하게 되는 이질 통이 거의 없어질 때까지 24시간 지속적인 신경치료를 권하고 있다. 이곳에서는 통증 전문 입원실을 갖추고 있는 만큼 지속적인 경막외 신경치료뿐만 아니라 교감신경치료 등 교과서적인 모든 치료를 실시하고 있다.  <br/><br/><br/>최 원장은 “대상포진은 치료시기를 놓치면 만성 신경통으로 남아 극심한 통증으로 일상생활이 곤란해지고, 이로 인해 삶의 질이 현저히 저하되므로 조기진단과 치료가 중요하다. 또한 1년 이상 된 대상포진은 약물치료나 신경치료로도 통증치료가 어렵기 때문에 적극적으로 조기치료에 임해야 한다.”고 강조했다.   <br/><br/><br/>최근에는 미국에서 대상포진 예방주사가 개발되어 50세 이상 성인의 경우 1회 접종만으로 50% 이상 예방효과를 볼 수 있다. <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움말 : 지인통증클리닉 강북본점 최용민원장 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-330.txt

제목: 이해, 암기, 그리고 재미가 영어실력을 만든다!  
날짜: 20150603  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015060310017469335  
본문: 「제 699」호에 이어서 이번에도 작지만 우리 학생들에게 도움과 격려를 주고자 한다. 우리가 생각하는 공부를 하기 위해서 필요한 요건들은 매우 다양하다. 그 중 정해진 정답은 없다. 어떤 공부방법이든 가장 중요한 것은 아는 것들을 그리고 본인이 생각한 것들을 실천해 나가는 것일 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>더베스트영어학원 정소영원장 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이해! 공부의 시작이고 암기의 바탕이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>모든 학습에는 규칙이 있고 원리가 있다. 단순히 외우는 것이 아니라 이 규칙과 원리를 이해해야만 한다. 그래야 외울 것도 생기는 것이다. 예를 들어보자. 우리는 하나의 시제가 아닌, 서로 다른 두 개 시제 모두에 관련이 있는 시제를 <완료시제>라 한다. 그리고 이러한 완료시제는 총 3가지로 <현재완료>, <과거완료>, <미래완료>가 있다. 이 중 <현재완료>를 나타내는 공식은 <have(has) + p.p>이다. 이 <완료 시제>를 효율적으로 학습하기 위해서는 <단순시제>에 대한 이해가 있어야 한다. 그리고 그 이론을 바탕으로 <단순시제>와 <완료시제>를 구별하여 이해할 줄 알아야 한다. 시험의 변별력 문제는 하나의 문법내용을 아는 것이 아니라, 비슷한 두 개의 문법을 정확하게 구별함을 요구하기 때문이다. 또한 <현재완료>공식을 바탕으로 조동사(have)의 시제만 바꾸어 주면서 <과거완료>와 <미래완료>의 공식도 함께 이해할 수 있는 것이다. 만약 지금까지 앞서 괄호표시한 키워드의 내용을 단순히 암기만 하였다면, 지금 당장 문법의 <완료> 문제를 다시 풀어보자. 예상컨대, 생각보다 낮은 점수가 나올 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>암기 없는 공부는 없다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요즘 많은 학원들이 주입식 교육 혹은 암기식 수업을 반대하는 슬로건을 내놓고 있다. 이는 우리 『더 베스트 학원』도 동의하는 바이다. 하지만, 이 슬로건의 내용을 공부에는 암기가 필요 없다거나 또는 모든 것을 스스로 할 수 있다는 것으로 이해하면 안 된다. 앞선 단락에서 언급하였지만, 효율적인 학습은 이해를 바탕으로 이루어진다. 하지만, 그 이해의 뿌리를 만들어 주는 혹은 화룡점정을 찍어줄 것은 암기이다. 학생들이 가장 하기 싫어하고 힘들어하는 부분이지만, 이 것을 이겨내야 내 점수가 평균을 넘어설 수 있다. 아무리 원리를 바탕으로 많은 것들을 이해해 냈다고 하더라도 기본적인 암기를 하지 않는다면 앞선 학습들은 빛을 발하지 못한다. 특히, 독해력, 문법력, 그리고 청취력. 이 모든 영어 영역을 위해 영어단어 암기는 소홀히 하지 않았으면 한다. 어원을 이용하여 효율적으로 단어 학습을 할 수 있지만, 기본 바탕은 그 어원을 암기하는 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>재미가 없다면, 내 손에 책이 있을 수 없다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>어떤 공부든, 어떤 일이든 재미없이 할 수 있는 것은 없다. 하지만 처음부터 재미있는 일도 없다. 얼마나 빠른 시간에 나의 재능과 변화의 가능성을 확인 할 수 있는지가 무언가에 재미를 느끼게 해주는 요소가 될 것이다. 이렇게 재미를 느끼게 해주는 요소는 작고 단순할 수 있다. 가령, 우리가 평상시 영어 문법책 혹은 독해책을 사고 처음부터 끝까지 풀어본 적이 얼마나 있는가? 생각보다 많지 않을 것이다. 그렇다면, 지금 서점에 가서 주변에서 많이 사는 책이 아닌 얇고 순전히 본인이 맘에 드는 책을 골라보자. 그리고 본인이 할 수 있는 양보다 약간 적게 학습량을 정해서 매일 풀어보자. 이제까지와는 다른 나의 모습을 하나라도 발견한다면, 즉 매일 실제로 학습을 하거나 교재를 처음부터 완벽히 끝내는 것들이 우리 학생들에게 날마다 책상에 앉게 하는, 그 싫던 책이 내 손에 들리게 하는 시발점이 될 것이다. 그리고 그것이 도화선이 되어 우리 학생들의 영어 실력이 조금씩 오르게 하는 것이 될 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>모든 공부에는 왕도는 없다. 내가 공부한 시간에 절대적으로 비례하여 점수가 향상 되지도 않는다. 그렇다고 절대 포기하면 안 된다. 나는 안 될 것 같다는 섣부른 생각으로 시작도 안하면 안 된다. 모든 공부는 작은 재미와 작은 변화에서부터 시작된다는 것을 잊지 않았으면 한다. 큰 목표를 가지고 많은 노력을 기울여 지금도 열심히 공부하고 있겠지만, 그리고 가끔씩은 생각보다 낮게 나온 점수에 실망도 되겠지만.. 분명히 지금 우리 학생들이 흘리고 있는 땀의 결실은 꼭 나올 것이다. 자신을 믿고 조금 더 힘을내서 현명하게 여름을 나길 바란다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-331.txt

제목: 목동 ‘복담’  
날짜: 20150528  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015052810017413396  
본문: 호박은 예로부터 친정어머니들이 아이를 낳고 누워있는 산모에게 붓기가 빠지게 하려고 마련해주곤 했다. 호박은 칼로리가 낮아 여성들의 다이어트식으로 언제나 1순위에 올라있고 단백질과 식이섬유소가 많아 당뇨나 암 예방에도 좋다고 알려져 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>호박은 반찬으로 만들어 먹어도 좋지만 디저트로 만들어 먹어도 좋다. 호박전문 디저트카페 ‘복담’을 찾아보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘복담’은 국내에서는 유일하게 호박만을 이용해 메뉴를 구성한 호박 디저트 카페다. 복담의 메뉴는 5가지로 구성돼 있다. 참마호박죽, 호박 찹쌀떡, 호박 유기농 아이스크림, 호박 치즈수플레, 호박 빙수다. 참마호박죽의 경우 어린아이부터 어르신들까지 모두 좋아하는 메뉴로 호박 이외에 안동 참마까지 첨가해 건강식으로 만들었다. 아이들이 특히 열광하는 호박 유기농 아이스크림은 유기농 우유와 볶은 현미, 호두, 해바라기씨의 견과류를 듬뿍 넣어 고소한 맛이 일품이어서 인기가 높다고 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘복담’의 대표는 외국에서 10년간 셰프로 일한 친한 친구와 특별한 디저트 카페를 만들고 싶어서 건강재료인 ‘호박’을 선택해 오픈했다고 한다. 매장의 모습도 연구를 많이 했는데 찾아주는 분들이 쉽게 들어올 수 있도록 만들었다. 복담의 주방은 오픈 형으로 돼 있어 손님들이 담소를 나누면서 만들어지는 과정을 들여다볼 수 있다. 복담의 모든 재료는 까다로운 검수과정을 통해 공수해 온 호박들로 첨가제는 물론, 방부제나 색소를 넣지 않고 만든다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>주방 앞에는 커다란 가마솥이 두 개 있으며 팥이나 호박을 늘 찌고 있는 모습을 볼 수 있다. 이런 가마솥의 모습이 신기하기도 하고 위생적으로 보여 안심이 되기도 한다. 복담의 찹쌀떡은 가마솥에서 찐 팥이 가득 들어가 있어 보기도 좋고 한두 개만 먹어도 속이 든든하다. 호두나 마카다미아 같은 견과류도 함께 넣어 매일 만들고 있으며 이틀 내에는 먹어야 한다. 만든 후 포장까지 모든 과정에서 정성을 다하고 있어 선물용으로 손색이 없다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>특히 젊은 사람들에게 인기 있는 메뉴는 ‘호박 치즈 수플레’다. 수플레는 달걀흰자를 거품 내 그 밖의 재료들을 넣어 오븐에 구워내는 프랑스 요리다. 복담에서는 호박과 유기농 우유생크림, 프랑스산 치즈가 어우러져 색다른 맛을 만들어내고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>복담의 대표는 “<span class='quot0'>남녀노소 구분 없이 쉬면서 먹고 이야기할 수 있는 호박 디저트 카페를 만들고 싶었어요, 오픈한지 얼마 되진 않았지만 많은 분들이 좋아하고 찾아주셔서 감사해요</span>”라며 호박으로 할 수 있는 새로운 메뉴들을 계속 고민하고 있다고 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>복담 세트는 참마호박죽과 호박찹쌀떡, 미니 인절미가 함께 나와 복담의 여러 메뉴들을 한 번에 맛볼 수 있다. 모든 메뉴는 포장이 가능하다. <br/><br/><br/>영업시간 오전 9시~오후 9시(설날과 추석만 휴무) <br/><br/><br/>문의 02-2654-0815 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-332.txt

제목: 미국산부인과학회 ‘레벨A’ 등급 인정한 ‘자궁근종 색전술’  
날짜: 20150528  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015052810017421014  
본문: 자궁근종은 암은 아니지만 위치에 따라 생리통, 부정출혈, 생리과다, 허리통증 등을 일으켜 증상이 심한 경우 적극적인 치료가 필요하다. 과거에는 자궁을 적출하거나 개복 또는 복강경으로 근종만을 떼어내는 근종제거술이 흔했지만, 최근에는 자궁을 지키는 비수술 치료가 각광을 받고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>근종 자라는 혈관 막아 근종 굶겨 죽이는 원리 <br/><br/><br/>자궁근종을 치료하는 비수술 치료로는 ‘색전술’이 있다. 영상의학과에서 시행하는 자궁근존 색전술은 1992년 프랑스에서 첫 시술이 이루어졌고, 몇 년 후 미국 UCLA 의과대학에서 산부인과 의사와 인터벤션영상의학과 의사로 구성된 시술팀이 본격적으로 시행하면서 전 세계로 널리 퍼지기 시작했다. <br/><br/><br/>자궁근종 색전술은 2mm의 침습만을 내어 카테터라는 미세한 와이어를 혈관 안으로 삽입해 영상장비를 보며 근종이 있는 혈관을 색전물질로 막는 방식이다. 종양은 혈액을 먹고 크기를 키우기 때문에 근종이 자라는 혈관을 막아 근종을 굶겨 죽이는 원리다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>최소 침습으로 흉터 안 남고 일상 복귀 빨라 <br/><br/><br/>색전술의 장점은 혈관 내로 진입해 근종이 있는 곳을 직접 막기 때문에 몸 밖에서 쪼이는 레이저 치료보다 확실한 효과를 얻을 수 있다는 것이다. 최소 침습으로 치료하기 때문에 수술 후유증에서 자유롭고, 10cm 이상의 거대 근종도 치료 가능하다. 2mm의 가느다란 튜브를 이용한 시술이어서 개복이 필요 없기 때문에 흉터가 남지 않는 장점도 있다. 절개나 질로 진입하지 않고 서혜부(사타구니)에 주삿바늘을 내는 것만으로 치료가 가능해 수술이 두렵거나 전신마취가 힘든 환자군에 특히 추천할 만하다. 국소마취로 30분~1시간 이내에 시술이 끝나고, 일주일간 안정을 취하면 대부분 정상회복 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>비수술 분야 유일한 레벨A 등급 ‘색전술’ <br/><br/><br/>이렇듯 최소 침습만으로 근종을 치료할 수 있어 다른 수술·시술보다 안전하고 치료 효과도 높다. 지난 2008년 미국산부인과학회(ACOG)는 자궁근종 색전술이 자궁적출을 대체하는 효과적인 치료법임을 인정해 치료효과 ‘레벨A’ 등급을 공식적으로 부여하기도 했다. 비수술 분야에서 유일한 레벨A 등급이다. 매해 미국에서는 약 3만 명, 유럽에서는 2만 명의 환자가 자궁적출 대신 색전술로 근종을 치료하고 있다. 우리나라에서는 대학병원의 인터벤션센터 및 인터벤션 전문병원에서 치료받을 수 있다.   <br/><br/><br/>민트영상의학과 김재욱 원장은 “<span class='quot0'>자궁근종 색전술은 혈관을 통해 하는 시술이기 때문에 첨단 혈관조영장비를 갖추고 있는지 또 영상장비와 미세한 시술도구에 능숙한 인터벤션 전문의가 집도하는지 등을 체크해하는 것이 중요하다</span>”고 조언했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>자궁근종 치료법 중 ‘자궁근종 색전술’ 최고 치료효과 레벨A 인정 <br/><br/><br/>자궁근종 색전술은 미국산부인과학회(ACOG)로부터 지난 2008년 ‘레벨A’치료로 지정되었다. ‘레벨A’치료는 근거중심의학에서 정해놓은 각 시술법(의약 포함)의 평가기준 중 최고 등급이다. 수많은 실험에 의해서 모아진 객관적 근거를 바탕으로 치료의 우선순위를 정하고 여러 건의 RCT 리포트가 몇 년간 쌓여야 비로소 최고 등급인 ‘레벨A’를 받을 수 있다. 자궁근종 색전술은 1278명의 시술환자들을 3년간 추적 검사한 결과에서도 90% 이상에서 근종의 100% 완전 치료가 입증됐고 검사 대상이었던 시술환자 중 86%는 “<span class='quot1'>지인들에게 적극적으로 추천하겠다</span>”고 답변했다./민트영상의학과 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-333.txt

제목: 셋째아이부터 건강보험료 지원  
날짜: 20150526  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015052610017370728  
본문: 서울 종로구가 저출산 대책 일환으로 셋째아이부터 부모 대신 건강보험에 가입한다. 종로구는 보호자가 안정적인 환경에서 자녀를 양육할 수 있도록 부모 소득과 무관하게 올해 보험료를 지원하기로 했다고 25일 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>종로구는 '저출산고령사회 기본법' 8조(자녀 출산과 보육 지원)와 10조(경제적 부담 경감)에 근거해 '출산양육 지원에 관한 조례'를 제정하고 2010년부터 건강보험 지원을 해오고 있다. 올해는 출생일을 기준으로 10개월 전부터 종로구에 주민등록을 두고 거주하는 주민 가운데 1월 1일 이후 셋째아 이상을 낳은 경우에 한해 지원한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>보험은 월 보험료 2만원 이내 5년 납입 조건인 순수보장형 정액보험. 재해 상해 질병이 발생하면 치료비와 수술비 위로금 등을 10년간 보장한다. 고액치료비가 드는 암을 비롯해 재해, 5대 장기이식 수술비, 화상 수술비, 폭력사고 위로급여금 등이 보장된다. 보험사는 경쟁입찰 결과 KDB생명보험이 선정됐다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>건강보험료 지원을 원하는 주민은 출생일이나 실제 거주기간이 10개월 지난 날부터 6개월 이내에 주소지를 둔 동주민센터에 신청하면 된다. 2010년부터 지난해까지 총 9193명이 1억5000여만원 보험료 지원혜택을 받았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>구는 보험료 외에도 출산 장려를 위해 입양가정 양육수당을 일반아동 100만원, 장애아동 200만원에서 두배로 확대하는 한편 장애인가정 출산지원금과 어린이집 영아간식비 등을 지원하고 있다. 김영종 구청장은 "건강보험료 지원으로 양육에 대한 경제적 부담을 조금이나마 줄일 수 있었으면 한다"며 "종로구만의 특화된 출산장려방안을 적극 발굴해 아이 낳기 좋은 도시를 만들겠다"고 말했다. <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-334.txt

제목: 5월 가정의 달, 가족 건강 챙기기  
날짜: 20150523  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015052310017369309  
본문: 하늘이 맑아지고 신록이 푸르러지는 가정의 달 5월이다. 5월 가정의 달에 자신과 가족에 대한 사랑을 건강검진으로 건강하게 지켜보자. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>영·유아기는 사고에 의한 사망이나 장애의 발생이 많고, 질병에 대한 발견 확률이 낮으므로 성장과 발달사항을 부모가 관심 있게 점검하는 것이 필요하다. 0~6세 영유아가 있다면 ‘영유아 건강검진’을 받도록 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>10대에는 신체적으로나 정신적으로 가장 많은 변화가 일어난다. 성장발육을 평가하고, 위험인자의 조기 발견과 질병의 조기진단을 위한 성장검사, 청소년건강검진이 필요하다. 그리고 비만에 대한 관리와 함께 잘못된 자세로 인해 나타날 수 있는 척추측만증 검사도 필요하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>20~30대는 사회생활이 왕성해지면서 불규칙한 식생활과 운동부족으로 체지방이 늘어나게 되고, 술, 담배, 스트레스 등에 노출되면서 몸이 혹시 당하는 시기이다. 반면, 젊다는 이유로 건강에 자만하기 쉬운 시기이기도 하다. 이 시기에는 혈압, 당뇨, 고지혈증, 위내시경 등 생활습관병 예방을 위한 정기적인 건강검진과 비만 관리를 하는 것이 좋다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>40~50대는 체력이 급격하게 떨어지는 시기이다. 또 30대에 나타나지 않았던 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 등의 생활습관병이 모습을 드러내기도 하고 심장질환의 발병률이 높아지기도 하므로 40대 이상이라면 1년에 한 번씩은 건강검진을 받는 것이 이상적이다. 특히, 이 시기에는 정기적인 건강검진 외에도 5대 암 검사를 포함해야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>60세 이상은 1년에 한번 씩은 전문가와 상담하여 본인에게 맞는 맞춤형 건강검진을 받는 것이 좋다. 이 시기에는 근육량이 줄어들면서 상대적으로 체지방의 비율이 높아지기도 하고, 신체적·정신적 노화와 함께 치매, 퇴행성 관절염 등의 퇴행성 질환에 대한 위험에도 노출되어 있다. 균형 잡힌 식사습관과 규칙적인 운동으로 건강을 유지해야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한국건강관리협회 서울강남지부 건강증진의원 임대종 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-335.txt

제목: 임산부 보장 확 늘린 보험 나와  
날짜: 20150521  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015052110017353691  
본문: 삼성화재가 손해보험업계 최초로 임산부가 각종 임신·출산 관련 질환으로 입원하면 실손입원의료비의 80%를 보장하는 'NEW엄마맘에쏙드는 자녀보험'을 20일 내놨다. 이 상품은 기존 자녀보험을 임산부에 대한 보장을 강화하는 내용으로 개정한 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이번에 새로 출시된 자녀보험의 '임신질환 실손입원의료비(통상분만 제외)' 담보는 통상분만을 제외한 유산, 입덧, 임신성 당뇨, 자궁경관 무력증, 조기진통 등으로 입원하면 1000만원 한도로 입원비의 80%를 보장한다. 많은 산모들이 걱정하는 임신중독증도 최초 1회에 한해 진단비를 보장 받을 수 있다. 기존 실손의료비에서는 임신·출산 관련 질환을 보장하지 않는다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또 선천성 발달장애 중 뇌성마비 및 다운증후군 진단 시 10년간 매년 양육자금을 지원하는 보장도 포함시켰다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>NEW엄마맘에쏙드는 자녀보험은 '치아보존치료지원금'과 '중증세균성수막염진단비' 등 실질적인 보장을 강화했다. 또 암 진단·수술·입원, 항암 방사선 약물치료에 이르기까지 종합적인 암 보장이 가능하다. 특히, 암 입원일당의 경우 입원 1일째부터 보장한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 상품은 일정한 가입조건을 만족시킬 경우 △출산용품 지원 △포토북 제작 △문화체험 중 한 가지 서비스를 1회에 한해 제공한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>삼성화재 장기상품개발팀장 정병록 상무는 "계속 확대되고 있는 자녀보험 시장을 공략하기 위해 엄마들에게 필요한 보장을 담았다"고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-336.txt

제목: 자연으로 돌아가자  
날짜: 20150521  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015052110017355052  
본문: 현대인들의 최대관심사 중에 하나가 건강하게 사는 삶이다. 그래서인지 방송과 신문에서는 무엇을 어떻게 먹으면 건강해지고, 어떤 운동을 하는 것이 좋고, 어디에 가면 힐링을 할 수 있다는 이야기를 계속 하고 있다. 특히 먹거리에 대한 관심이 높은데 색깔 있는 채소와 유기농 식재료로 만든 신선한 음식을 많이 먹으면 당뇨, 고혈압, 암 등 각종 성인병을 예방할 수 있고 면역력도 높아진다고 한다. 자연에서 자라는 식물들은 자연에서 받는 스트레스, 즉 자외선 또는 해충 등으로부터 자신을 보호하기 위해 피토 케미컬이라고 하는 물질을 만드는데 이것이 활성산소의 제거와 배출에 중요한 역할을 하고 색깔 있는 식물에 특히 많다는 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그런데 이러한 음식들을 가만히 살펴보면 우리가 산업의 심화와 정보통신의 발달이 본격화  되기 전인 60~70년대에는 우리가 가족들과 매일 즐겨 먹던 자연주의 음식형태가 아니던가? 방사한 닭에서 나온 달걀과 제철 미나리와 상추, 오이, 호박, 가지 등 일상에서 즐겨 먹던 채소들은 농약과 비료로 키운 것이 아닌 자연에서 온 재료들이었다. <br/><br/><br/>이제 많은 사람들이 급격하게 발전해온 산업화와 물질문명을 뒤로하고 되돌아 갈 수는 없지만, 최소 먹거리만큼은 그 옛날로 돌아가자고 한다. 미국과 캐나다, 유럽과 최근 한국에서도 값이 20~30% 이상 더 비싼 친환경적이고 유기농법으로 재배한 채소와 과일들을 파는 매장에 사람들로 북적이고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>그렇다면 먹거리만 자연으로 돌아갈 것인가? <br/><br/><br/>이제는 교육도 자연으로 돌아갈 때다. 누구나 잠재적 능력을 가지고 태어난다. 그림을 그리는 재능을 타고 난 아이도 있고, 운동능력이 남다른 아이도 있다. 음악에 재능이 있을 수도 있고 수리적 능력이 뛰어나거나 언어적 사고 능력에 두각을 보이는 경우도 있다. 모든 아이들은 태초에 주어진 잠재적 능력을 갖추고 있다. 그 능력을 끌어내고 발전시켜서 자신이 잘하는 분야나 하고 싶은 일이 있다면 그 능력을 키워서 최고의 능력을 발휘하게 하여 자신의 성취감과 자존감을 높이고 이 사회와 세계에 기여하게 하는 교육적 본질로 돌아가자. <br/><br/><br/>영어교육도 마찬가지이다. 영어는 이제 세계와 소통하고, 한국 또는 해외 대학에 가서 자신이 하려는 공부를 할 수 있는 발판이다. 성인이 되어 한국을 넘어서 세계 속에서 내가 만든 아이디어로 남과는 차별화된 물건 또는 서비스를 파는데 있어서 의사소통의 도구이다. <br/><br/><br/>영어교육을 통해서 단순히 영어적 스킬을 키우는 데에서 벗어나 보자. 영어는 언어다. 그 속에는 그 언어를 사용하는 사람들의 생각과 문화가 숨어 있다. 이제는 문법과 단어암기, 그리고 단순히 한국어로의 번역과 문제풀이 보다는 영어를 공부하면서 단순한 이해를 넘어서 자신의 독창적 생각을 영어적으로 정리하여 거침없이 쓰고 말할 수 있는 아이들로 키워보자. 우리는 5천년이 넘는 장구한 역사를 가지고 있다. 그 속에는 우리만의 독특한 의식주 문화와 사고, 가치관, 우리의 색과 문양, 그리고 철학들이 있다. 이것을 세계에 풀어내보도록 하자. 우리의 멋과 색깔이 살아있는 한복과 한식, 한옥 등을 세계 사람들이 열광하도록 새롭게 만들어 보자. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>자연을 닮은 영어교육 <br/><br/><br/>잘 되는 식당에 가보면 두 가지가 눈에 들어온다. 첫째는 요리사가 새벽에 농수산물 시장에 가서 신선한 재료를 사오거나 엄선된 산지에서 직접 공급을 받는다는 점이다. 둘째는 요리를 할 때 그 신선한 재료들을 아낌없이 넣고 정성을 다해 음식을 만든다는 점이다. <br/><br/><br/>영어교육도 마찬가지이다. 다양하고 신선한 책들을 최대한 많이 우리 학생들에게 제공해 주자. 동물, 친구와의 우정, 로봇, 가족생활, 학교생활, 건축, 생물의 다양성, 지구, 우주 등 다양한 이야기를 우리 학생들에게 아낌없이 공급해 주자. <br/><br/><br/>픽션과 논픽션의 다양한 주제를 큰 소리로 읽으면서 영어 책을 한국어 책 읽듯 유창하게 읽게 만들자. 이해해야 읽을 수가 있는 것이 아니라 자연스럽고 유창하게 읽을 수 있다면 이해할 수 있게 된다는 점을 명심하자. 리듬과 박자를 살려서 생생하게 읽게 되었으면 영어책을 읽은 후에 주인공이 어떤 사람이고, 무엇을 하고 싶었고, 어떻게 어려움을 해결해 냈는지 아이들로부터 들을 수 있다. <br/><br/><br/>당연히 영어로 말해달라고 강요할 필요가 없다. 자연스럽게 한국말로 해도 된다. 이렇게 자연스러운 이해가 계속 되다 보면 아이는 어느새 영어로 자신이 느낀 점과 주인공에 대해서 자연스럽게 영어로 말하는 순간이 다가온다. 이때에 도달하게 되면 아이는 서서히 재미있는 주제를 가지고 자신의 생각을 영어로 거침없이 말할 수 있게 되고 사회 문제나 시사 이슈가 주어져도 자신만의 논거와 근거되는 보충설명을 영어로 자연스럽게 쓰고 말할 수 있게 된다. <br/><br/><br/>암기하고 문제를 찍는 시험으로 압박된 공부가 아닌 자신의 생각을 하나의 문장이라도 쓰고 말하면서 자연스럽게 세계와 소통하는 영어교육이 이루어지는 것이다. 이것은 마치 신선한 당근을 먹으면 당근의 에너지가 우리 몸에 들어와서 영향을 미치듯, 다양한 영어책을 통해 읽고 나서 나만의 언어로 재구성 하다 보면 그 속의 에너지가 우리아이들의 머릿속에 들어가 변화를 주는 것과 같다. 이제는 영어교육도 인위적이고 강요적인 주입식에서 자연의 방식으로 돌아갈 때이다. <br/><br/><br/>문의: 라시움러닝 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김성환 대표 <br/><br/><br/>영어전문서점 스토리캠프 대표(전) <br/><br/><br/>대전 리딩타운 대표(전) <br/><br/><br/>대전 아발론교육 대표(현) <br/><br/><br/>라시움러닝 대표(현) <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-337.txt

제목: "2010년 이전 설치 인조잔디, 학교 운동장 90%서 암 유발 물질"  
날짜: 20150520  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015052010017342481  
본문: 발암물질 인조잔디 논란이 계속되는 가운데 2010년 이전 설치된 학교 운동장 인조잔디의 90%에서 암이나 아토피, 중추신경계 질환 등 치병적인 질병을 유발하는 물질이 검출된 것으로 나타났다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>녹색당은 19일 오후 서울 환경재단 1층 레이첼카슨홀에서 '학교 인조잔디, 어떻게 할것인가'를 주제로 토론회를 열고 2014년 실시한 국민체육진흥공단 실태 조사 결과를 인용해 이같이 밝혔다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이날 주제발표자로 나선 김수민 녹색당 언론홍보기획단장은 "1037개 운동장 가운데 90.74%인 941개에서 암, 아토피, 중추신경계 질환을 유발한다고 알려진 유해물질이 검출되었다"며 "주로 검출된 것은 납과 다환방향족탄화수소(PAHs)였다"고 말했다. 이어 김 단장은 "인조잔디 파일에 쓰이는 주원료가 납이고, 충전재 고무알갱이에 폐타이어가 재활용되면서 PAHs가 유입된 탓"이라며 "경기도 안용중 인조잔디의 파일에서는 납이 허영기준치의 87배에 해당하는 무려 7817mg/kg가, 포항 동지고 충전재에서는 기준치의 348배인 3484.3mg/kg의 PAHs가 검출되었다"고 지적했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그는 또 "조사 결과 분석의 주요 잣대로 쓰인 허용기준치는 이중의 효과를 초래해 기준치 이내 학교는 '위험이 뚜렷하지 않은 학교' 또는 '아직은 괜찮은 학교'로 여겨지고 있다"며 "그러나 이 허용기준치란 '안전 기준치'라기보다 '관리 기준치'에 가깝다"고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이어 토론자로 나선 김신범 노동환경건강연구소 화학물질센터 실장은 "인조잔디의 유해성에 대해 토론하기 보다는 인조잔디의 유해성을 바라보는 눈에 대해 토론이 이뤄져야 한다"며 "인조잔디의 문제는 유해성의 문제라기보다는 사전주의원칙의 문제이기 때문이다"고 말했다. 그는 이어 "인조잔디가 인체에 위험하다는 것이 과학적으로 명확하게 입증되지 않았더라도 위험할 가능성이 있다면 대책을 수립해야 한다"며 "환경문제에 있어 피해자가 원인을 입증해야 하는 우리나라 기업·사회 인식이 문제"라고 지적했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>안명균 전 경기환경운동연합 사무처장은 "학교 운동장 인조잔디에 '환경마크인증'이 아닌 '어린이 완구 KS 기준'을 적용하고 있다"며 "어린이용 완구에 적용되는 KS기준을 적용하면 안전할 것이라고 생각하는 것은 잘못"이라고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그는 이어 "어린이용 완구는 쉽게 부서지거나 분진이 나지 않지만 학교 운동장 바닥 인조잔디는 마찰로 쉽게 분진이 일어나 그 가루를 직접적으로 아이들이 흡입하게 되기 때문"이라며 "2010년 이전에 KS기준조차도 없이 설치된 인조 잔디 운동장이 1000여개에 이른다"고 지적했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또 윤국재 전교조 참교육연구소 선임연구원은 "많은 학교에서 인체 유해 문제 등으로 인조잔디 운동장을 철거하지만 정부·지자체는 아직도 이를 외면하고 있다"며 " 더 나아가 새로 설치할 인조 잔디 운동장 예산을 편성하고 '업적'으로 인정받으려고만 한다"고 지적했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-338.txt

제목: [이맘때면 생각나는 ‘그때 그 선생님’]지나고 나니 그저 모두 추억 … 하지만 잊히진 않더라~  
날짜: 20150518  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015051810017316319  
본문: 어린이날을 지나고 어버이날을 거치니 기다리는 5월 또 하나의 행사. 바로 스승의 날이다. <br/><br/><br/>그저 고마운 마음 가득한 채 지낼 수도, 부담감과 압박감에 내내 목이 탈 수도 있는 하루. 선물을 해야 하나, 선물을 한다면 무엇을 해야 하나 등 생각할 것 많고 따질 것은 더 많다. <br/><br/><br/>하지만 머릿속이 복잡한 것은 엄마들의 괜한 오지랖 때문 일는지도 모른다. 자신들의 마음 딱 고만큼만 감사를 표현하며 하루를 지낼 아이들의 마음과 할 일을 괜히 가로막고 지레 엄마들이 전전긍긍하기도 한다. <br/><br/><br/>그 시간 오늘의 나를 있게 한 고마운 선생님 혹은 아이에게 소중한 학창시절을 갖게 배려해준 선생님들을 떠올리며 마음으로 인사를 드려보는 것은 어떨까. 물론, 생각하면 할수록 고개를 세게 가로젓고만 싶은 선생님도 떠오르겠지만. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>생각만 해도 감사함에 눈물이 울컥 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>나를 믿고 지지해 준 선생님 덕분에 꿈 이뤄 <br/><br/><br/>김진영(가명, 48, 아산시 용곡동) <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>중학교 3학년 담임선생님이셨던 홍 선생님은 윤리를 가르치셨어요. 당시 집안 형편이 어려워 부모님은 인문계고등학교 대신 상업고등학교에 진학해 취업하기를 원하셨어요. 집안 사정을 빤히 알았던 장녀였던 저는 부모님께 한마디도 드리지 못했지만, 제 꿈은 초등학교 선생님이 되는 것이었지요. 진학상담을 하다가 눈물을 쏟는 저를 보시고 선생님은 부모님과 상담을 해 주셨어요. 당시 선생님은 우리 엄마에게 “아무개는 성적도 좋고 진로계획도 분명해 인문계학교로 진학하게 해 주시면 자기 꿈을 이룰 것”이라며 “고생이 되시겠지만, 인생이 걸린 일이니 한번만 기회를 주시라”고 눈물로 호소하셨대요. 상황이 어려웠던 엄마는 선뜻 결정을 내리지 못하셨고, 학교에 상담 오신지 세 번 만에 인문계학교 진학을 허락해 주셨어요. 덕분에 저는 교대를 졸업하고 초등학교 교사가 되었어요. 당시 제가 꿈을 펼칠 수 있도록 마음 써 준 선생님은 평생 제 마음의 은인이에요. 선생님 감사합니다. 저도 좋은 스승이 되겠습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>“<span class='quot0'>일요일도 없이 이끌어주셔서 감사합니다</span>” <br/><br/><br/>유성희(43, 천안시 불당동) <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>고등학교에 들어가면서 호되게 사춘기를 겪었어요. 공부도 손에서 놓았지요. 그러다가 2학년이 되면서 정신이 번쩍 들어 다시 교과서를 펼쳤는데, 1년 동안 해놓은 게 없던 터라 힘들었어요. 부족한 내용을 보충하려면 학원이나 과외라도 다니고 싶었지만 집안 형편상 보내달라고 할 엄두가 안 났고요. 그런데 어느 날 수학선생님께서 부르시더니 문제집을 한 권 주시는 거예요. 분량을 정해주시고는 매일 풀어서 검사를 받으라고 하셨어요. 그렇게 해서 선생님에게 따로 지도를 받기 시작했어요. 야간자율학습이 끝나면 선생님과 공부하다 자정을 넘긴 적도 있고, 일요일에 공부한 날도 많았어요. 한 학기를 그렇게 지내니 점점 수학이 좋아져 3학년이 될 때는 전교에서 수학을 가장 잘 하는 아이가 되어 있었고 다른 과목에도 자신감을 갖게 되었죠. 졸업 후 한두 번 찾아가고는 점차 생활이 바빠져 못 뵀는데, 오랜만에 연락을 드렸을 때는 건강상 문제로 학교를 그만두셨더라고요. 그때 아차 했어요. 감사한 마음이 가득한데 전해드릴 방법이 없네요. 그래서 이렇게라도 인사드려요. 박상식 선생님. 정말 감사합니다. 뵙고 싶어요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>아이들과 소통을 위해 시작한 가정방문, 7년째 <br/><br/><br/>문정미(46)씨 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>아이 담임을 맡으신 이민복 선생님은 반 학생들의 가정을 일일이 방문하십니다. <br/><br/><br/>선생님이 처음부터 가정방문을 해 오셨던 건 아니래요. 학생들을 상담할 때 우연찮게 애들 말과 실제 생활이 너무 달랐던 것을 알게 되셨대요. 반에서 한두 명은 꼭 있더랍니다. <br/><br/><br/>한참 예민할 시기의 학생들은 사실을 숨기거나 거짓으로 대답하는 경우가 종종 있잖아요. ‘학생의 생활환경을 잘 알지 못하면 잘못 지도할 수도 있겠구나’하는 깨달음을 얻으셨대요. <br/><br/><br/>그렇다고 가정방문 하는 선생님이 어디 흔한가요? 최근 학교차원에서 가정방문을 다시 부활시킨 학교도 있다고 들었으나 울 선생님은 학교에서 강제한 것도 아닌데 스스로 결정하셨어요. <br/><br/><br/>또 일일이 찾아다니려면 얼마나 귀찮겠어요? 그래도 벌써 7년째 이 일을 이어오고 계십니다. 제자들을 더 잘 이해하기 위해 발로 뛰시는 선생님이세요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이제는 말해보는 “왜 그러셨어요?” <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>대놓고 차별하던 선생님 … 지금도 떠오르는 불쾌한 기분 <br/><br/><br/>이영지(가명, 39 아산시 배방읍) <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>초등학교 2학년 때 담임선생님을 잊을 수 없지요. 엄마가 학교에 자주 오는 아이들만 예뻐하던 선생님은 노골적으로 표를 내는 분이었어요. 샘 많아 선생님께 예쁨 받고 싶어 했던 제게 매번 좌절감을 느끼게 하셨지요. 선생님이 주로 하시던 말씀은 “이 간식은 누구 엄마가 사 오신 것이다. 한 번도 간식 안 사온 사람들은 어떤 마음으로 먹어야 할까?” 등으로 지금 생각하면 치졸하기 짝이 없는 얘기들이었지요. 당시 우리반은 고개를 빳빳이 들고 다니는 몇몇 아이들과 그렇지 못하고 주눅 들어 지내던 아이들로 나뉘었던 기억이 있지요. 어린 마음에 엄마에게 투정을 부린 적도 있지만 저는 내내 부당하다는 느낌과 선생님이 틀렸다는 생각을 가지고 지냈어요. 지금 초등학교 아이를 키우는 저는 학교에 부지런히 찾아가는 엄마에요. 물론 세상이 바뀌었으니 아직도 저런 선생님이 계시지 않겠지만, 행여 아이가 불이익을 당할까 학교에 드나듭니다. 당시 선생님과 모습이 비슷한 선생님이라도 마주치는 날에는 뒷골이 서늘하네요. 아직도 선생님을 하고 계실 것 같아서요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>어린 마음에 꼭 그렇게 못을 박으셔야 했을까 <br/><br/><br/>김선영(가명, 37) <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>초등학교 3~4학년 계속 한 분이 담임이었어요. 그 선생님은 유난히 제게 타박을 하셨어요. 사실, 뭐 하나 내세울 게 없는 아이긴 했어요. 얼굴이 예쁜 것도, 성격이 활발한 것도 아니고 공부를 잘 하지도 못했죠. 집도 부유하지 않았어요. 그래도 그 나이 때는 선생님 눈길을 받고 싶잖아요. 눈을 맞추며 한 마디라도 해주길 기다렸어요. 하지만 “너는 이래서 안 된다” “이걸 또 못 했다” “재는 저걸 하는데, 너는 왜 그게 안 되니” 등등 늘 기가 꺾이는 말만 하셨어요. 나름 노력을 했는데 선생님은 따듯하게 바라봐주지 않으셨죠. 어린 마음이라 그랬는지 내가 문제가 있어서 선생님이 날 안 본다고 생각했어요. 지금까지도 그 기억이 남아 있어요. 어디에도 자신감 있게 나서지를 못하고, 주눅이 들죠. 누군가에게 주목받는 일을 할 때는 가슴이 두근거려요. 좋은 결과가 나오지 않을 거라고 지레 포기할 때도 많아요. 그냥 한 마디만 해주시면 되는 거였는데, 그게 어려우셨을까요. 아이들을 한 명씩 따듯하게 한 번이라도 봐주시는 게 그렇게 힘든 일일까요. 2년 후 학교에 들어가는 아이도 저와 같은 상처를 갖게 될까 걱정됩니다.   <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>아이가 오든 말든 신경 안 쓰셔요 <br/><br/><br/>김영선(가명, 45)씨 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1교시 수업이 끝날 무렵이 되도 아이가 학교에 도착을 못했는데 담임선생님으로부터 무슨 일 있냐는 전화는커녕 문자 한 통도 못 받았어요. 아이가 갑자기 열이 나고 아팠거든요. 어린 동생들도 챙겨 학교에 보내야 했고요. 정신없이 병원에 가느라 미리 연락을 못 드렸어요. <br/><br/><br/>암만 학부모가 미리 연락을 안했다고 해도 아이가 학교에 오지 않았는데 1교시 수업이 끝나도록 연락 한 번 안하는 선생님이 옳은 걸까요? 등굣길에서 문제가 생긴 건 아닌지 걱정이 안 될까요? 더구나 딸아이라고요. <br/><br/><br/>결국 제가 전화를 하니 친절하게도 지각처리 된다고 알려주셨어요. “<span class='quot0'>오늘만 제가 정신없어 미리 전화 못 드렸는데 아이가 학교에 안 갔는데도 연락이 없으시네요</span>” 했더니 “<span class='quot0'>가끔 아프다고 지각한 일이 있어서 오늘도 그런 줄 알았다</span>”고요. <br/><br/><br/>만약에 등굣길에서 무슨 일이 생겼다면? 생각만 해도 끔찍하네요. <br/><br/><br/>알아서 잘 해석하시는 선생님, 어떡하죠? 선생님이 학교 가기 싫으신 건 아닐까요? <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-339.txt

제목: 호스피스 완화의료 시집 <우리 삶의 마지막 희망별곡> 펴낸 명지병원 완화의료센터 허수정 간호사  
날짜: 20150515  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015051510017293635  
본문: 명지병원 ‘암 통합 치유센터’에는 완화의료센터가 있어 아름다운 삶의 마무리를 돕고 있다. 완화의료는 암 환자와 가족들이 겪는 총체적인 고통을 전인적으로 돌보고 아름답고 품위 있는 마무리를 돕는 한편 사별 후 가족들의 고통과 슬픔까지 함께 하는 의료복지 서비스의 한 분야다. 그곳에서 환자와 보호자들의 마음과 신체의 통증을 보살피는 허수정 간호사가 현장에서 느낀 감정들을 71편에 시에 담아 호스피스 완화의료 시집 <우리 삶의 마지막 희망별곡> 펴냈다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>‘희망의 빛으로’, ‘영원을 사모하는 희망’, ‘우리병원의 희망노래’, ‘삶과 죽음의 희망 이중주’, ‘하늘바라기의 희망’ 등 5부로 구성된 시집에는 허 간호사가 말기 암 환자를 떠나보내며 그들과 나눈 시간과 다양한 감정들이 진솔하게 담겨있다. 시집에는 ‘가슴 벅찬 환한 미소 죽음인 듯 책임을 물을 때’(참된 안식), ‘한 방울 눈물 속에 눌러 담은 천 마디 말들’(위로), ‘하나님도 똑같이 울고 계신다’(모르페우스) 등 매일매일 삶의 일부로서 죽음을 대하는 호스피스만이 느낄 수 있는 이야기들이 녹아있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>허 간호사는 “간호사 초년 시절에 중환자실과 암 병동에서 근무했었다. 중환자실은 환자를 살려야 한다는 긴장감의 연속인 현장이다. 그런 생활을 하다 보니 간호사가 내 적성에 맞는 일일까 회의가 들었다. 그래서 병원을 떠나 선교사 훈련을 받기도 했고, 호스피스는 2004년 샘물호스피스 선교회를 통해 시작하게 됐다”라고 한다. 평소에도 꾸준히 일기를 써왔고 느끼고 생각한 것들을 글로 옮기곤 했다는 허 간호사. <br/><br/><br/>“완화의료센터에서 지내다 보면 여러 가지 감정이 교차한다. 나 역시 선교사 훈련을 받던 중 몸이 많이 아팠던 적이 있었다. 그래서인지 삶의 마지막을 앞둔 말기 암 환자들을 돌보며 많은 생각을 하게 된다. 그런 느낌들을 평소 하던 대로 글로 옮기다 보니 여러 편의 시가 됐다. 부끄럽지만 시집을 펴내게 된 것은 죽음을 부정하고 분노하고 두려워하던 사람들이 사랑의 돌봄을 통해 변화되는 과정을 통해 죽음은 비극이 될 수도 있고 삶의 아름다운 완성이 될 수도 있다는 것을 전해주고 싶었다”라고 말한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>끝으로 그는 “명지병원 완화의료센터는 간호사 출신의 완화의료 호스피스 외에 의사, 사회복지사, 성직자, 예술치료사, 물리치료사, 자원봉사자 등 각 영역의 전문가들이 말기 암 환자와 가족들을 위해 다학제적 팀 접근의 돌봄 서비스를 제공하고 있다. 이런 돌봄 서비스를 통해 말기 암 환자의 정신적 육체적 고통이 완화되고 죽음도 삶의 자연스러운 과정으로 받아들일 수 있도록 돕고 있다”라고 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-340.txt

제목: 홍삼이 항암제 부작용 급성신부전에 효과 있다  
날짜: 20150512  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015051210017256000  
본문: 홍삼이 항암제 부작용인 급성신부전을 완화시킨다는 연구 결과가 나왔다. 정주영 충남대 교수팀은 42마리 동물을 6마리씩 7개 그룹의 실험군으로 나눠 항암제 시스플라틴으로 생기는 급성신부전에 대한 홍삼의 신장기능 보호효과를 관찰했다고 11일 밝혔다. <br/> <br/>실험 결과, 홍삼 투여군에서 시스플라틴만 투여군 대비 체중 감소 정도가 줄어 들었다. 또 신장 내 조직손상 정도를 나타내는 세포산화물 형성, 세뇨관 괴사 정도도 홍삼 투여군에서 감소됐다. 이외 △홍삼 투여군에서 혈장 내 신장기능 지표 및 소변량의 급격한 증가가 개선 △신장 내 산화 스트레스 조절을 위한 필수요소인 생체활성 항산화 효소와 과산화물제거효소도 증가했다. <br/> <br/>현재 암 치료에 널리 사용되는 시스플라틴은 난소, 방광, 머리, 목 등 고형암에 주로 쓰이고 있다. 하지만 시스플라틴 투여로 구토, 오심, 무기력 등 여러 부작용이 발생할 수 있다. 특히 신장독성을 가지고 있어 급성신부전이 유발될 수 있다. <br/> <br/>급성신부전에 의한 신장기능 장애는 초기 치료실패 시, 회복이 매우 어려운 만성신부전으로 이행될 위험이 높다. 급성신부전에는 아직 근본적인 치료제가 없는 상황에서 나온 성과이다. 정 교수는 "이번 연구로 암 치료에 쓰이는 시스플라틴으로 인한 신장기능 감퇴가 홍삼 투여로 개선되는 효과가 입증됐다"며 "급성신부전 외 다른 종류의 신장병치료에도 홍삼에 대한 추가적인 연구가 진행될 필요가 있다"고 밝혔다. 연구결과는 과학논문인용색인(SCI)급 국제의학지인 독일의 '플란타 메디카' 6월호에 게재됐다.<br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-341.txt

제목: 노년기 의료비 지출 증가에 어떻게 대비할 것인가  
날짜: 20150511  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015051110017242827  
본문: 2009년 건강보험 기준 전체 의료비는 39조 4296억원이며, 이중 65세 이상 고령자 의료비는 12조 391억원으로 총 의료비의 30.5%를 차지한다. 전체 의료비 중 65세 이상 고령자의 의료비가 차지하는 비중은 1999년 17.0%에서 2009년 30.5%로 10년 동안 13.5%p 증가했다. 그 주된 이유로 꼽자면 고령화가 가장 큰 이유일 것이다. <br/><br/><br/>연령 계층별로 보면, 지난 10년간 ‘65~69세’의 의료비 비중은 감소한 반면, ‘75세 이상’은 증가하여 사회가 고령화될수록 의료비 지출도 늘어날 것으로 전망된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/><자료 : 한국경제학회 노인가계재정비율에 관한 연구> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>소득은 눈에 보이게 줄어들지만 65세 이상 노인의 생활비는 크게 줄지 않는 가장 큰 이유의 결론은 바로 의료비의 지출 증가이다. 그렇다면 이에 대한 대책의 정답은? 바로 젊은 시절 들어 둔 '보험'이다. <br/><br/><br/>적정한 보험이 정답이라는 의견에는 대개 큰 이견이 없지만 이 '적정한' 이라는 그리고 '제대로 된' 이라는 정의에는 자산관리사. FC. FP 등 소속된 회사, 같은 보험사라 하여도 소속된 환경에 의해서도 그 기준이 제 각각이다. 내가 생각하는 보험의 적정성과 합리성 또한 어찌 보면 나만의 주관일 수도 있겠지만 국내외 많은 자료와 업계 선배. 후배들과 그리고 선진국의 자산관리사들과 나눈 의견을 정리해서 내린 결론이기에 참고해 볼만 할 것이라 생각한다. <br/><br/><br/>보험 가입 시 고려하여야 할 사항으로는 첫 번째가 가계소득이다. 두 번째는 정액형 보험+실손형 보험으로, 정액형 보험으로는 일반사망. 진단비(암. 뇌혈관질환. 심장질환 등). 각종수술비(암. 성인병. 일반질환 등). 입원비 등이다. 실손형으로는 질병실손의료비와 상해실손의료비가 포함된다. 보통 소득의 10%정도를 권장한다. <br/><br/><br/>4인 가족을 예로 들면 누구의 보험이 가장 중요할까? 주 소득원의 보장이 가장 중요하다. 우리 집 같은 경우만 보아도 내 보험료가 가장 많이 나가도록 설계되어 있다. 그렇다면 주 소득원의 보장 중에서 제일먼저 살펴야 할 것은 무엇일까? 바로 사망보험금이다. 보통 소득의 몇 배라고 얘기하는 경우도 많은데 나의 개인적인 생각은 소득의 몇 배라는 공식보단 가계의 환경에 더 많은 주완 점을 두어야 할 것이다. <br/><br/><br/>주 소득원의 보험은 사망 -> 장해 -> 진단 -> 의료비 순으로 특약을 선정하는 것이 바람직하다. 그리고 배우자가 소득이 있다면 주 소득원과 같은 순서로 소득이 없다면 장해 -> 진단 -> 의료비 -> 사망 순으로 우선순위를 정한다. 그리고 상담을 하다 보면 자녀들 보험을 10만원이상 하시는 분들이 있는데 나 같은 경우는 아이들 실비와 진단비를 포함해서 큰아이(남자) 16,000원 정도 작은아이(여자) 13,000원 정도 지출하고 있다. <br/><br/><br/>세 번째로 보험 가입 시 고려해야 할 사항은 인플레이션이다. 공시이율을 가지고 있는 보험보다는 사망보험금을 최저보증하며 투자를 통해 사망보험금을 추가로 쌓아주는 변액 보험을 권한다. 또한 특약들도 체증되는 것들이 있다. 체증이란 1보험기간과 2보험기간을 정할 수 있는데 1보험기간이 지나면 진단비 수술비 입원비 같이 인플레가 작용하는 특약들에 대해서 2배로 보장 금액을 키워주는 기능이다. <br/><br/><br/>네 번째로 보험을 선택할 때 고려되어야 할 사항은 주계약의 연금전환 기능이다. 일부 생명보험사에서 판매되는 종신보험에는 주계약을 사망보험금으로 쓰지 않고 연금으로 수령해도 특약들이 전부 살아서 보장을 받을 수 있는 보험들도 있다. 스스로 준비한 노후자금이 부족하거나 필요하면 주계약을 연금으로 전환해서 쓰게 되면 유용할 수 있을 것이다. <br/><br/><br/>마지막으로 보험은 지금을 위해서 드는 것이 아니다. 나는 개인적으로 내가 들어놓은 보험이 내게 가장 유용하게 쓰일 시기는 55세 이후라 생각한다. 다만 지금은 55세 이후를 위해 투자하는 시기이고 내가 지금보다 왕성한 소득이 이루어지지 않을 때 보험관리 비용을 지불하지 않기 위해서 미리 들어두는 것이다. <br/><br/><br/>지금까지 7년간 유지된 보험에서 내가 혜택을 본 건 두 번(요로결석. 용종)이지만 아깝다는 생각을 하거나 하진 않는다. 결국 잘 유지해두면 55세 이후에 내게 좋은 자산이 될 것이라는 것을 잘 알기에. <br/><br/><br/>의료비의 문제는 보험으로 관리하면 된다 하지만 정작 중요한 건 스스로의 관리가 아닐까 생각한다. 스스로 나 자산의 건강관리에 집중하지 못하는 내가 이런 얘길 하려고 하니 부끄럽다. 건강 리스크는 적정한 보험과 꾸준한 자기관리를 통해서 슬기롭게 극복할 수 있길 바래본다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-342.txt

제목: 아산시, 2013년에 비해 흡연율과 음주율 안전벨트 착용율 증가  
날짜: 20150511  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015051110017242829  
본문: 아산시민의 흡연율과 음주율 등이 2013년에 비해 높아진 가운데 특히 남자 현재 흡연율과 월간음주율이 높게 조사됐다. 이와 함께 흡연자의 1개월 내 금연계획율과 금연시도율도 증가한 것으로 나타났다. <br/><br/><br/>2014년 지역사회 건강조사 결과에 따르면 현재 흡연율이 24.7%로 2013년 22.4%보다 2.3% 증가한 것으로 조사됐다. 흡연자의 1개월 내 금연계획율과 흡연자의 금연 시도율은 2013년보다 증가한 각각 7.5%와 27.0%로 조사됐다. <br/><br/><br/>또한 월간음주율과 고위험음주율은 2013년보다 높아져 월간음주율 61.4%, 고위험음주율 22.3%의 결과를 보였고, 걷기실천율은 2013년 32.6%에서 38.3%로 높아졌다. <br/><br/><br/>운전시 안전벨트 착용률은 2013년 73.9%에서 2014년 78%로 연도별로 증가하였고, 동승차량 앞좌석 안전벨트 착용률은 64.1%로 아산시 안전의식 지표가 높아졌음을 알 수 있다. <br/><br/><br/>비만율은 2013년 24.7%에서 2014년 25.4%로 높아졌으며, 주관적 비만인지율과 체중 조절 시도율은 각각 33.2%와 58.1%로 낮아진 것으로 나타났다. 정신건강과 관련해 스트레스 인지율 31.1%, 우울감 경험률은 9.3%로 연도별로 증가되고 있다. <br/><br/><br/>이번 2014년 건강조사 결과 아산시의 지표는 국민건강영양조사(2013년) 조사 결과에 비해 남자현재흡연율, 월간음주율, 고위험음주율, 스트레스 인지율, 필요의료서비스 미치료율이 양호하지 않은 것으로 나타났으다. 양호한 지표들은 운전 시 안전벨트 착용률, 걷기 실천율, 건강검진 수진율, 암 검진율, 우울감 경험률, 주관적 건강수준 인지율이었다. <br/><br/><br/>아산시보건소 관계자는 “<span class='quot0'>흡연과 음주의 지표들에서 특히 남자현재 흡연율과 월간음주율이 높게 나타났다</span>”면서 “<span class='quot0'>흡연과 음주에 대한 교육과 홍보사업의 문제점 파악과 효율적인 사업대책이 필요한 실정이다</span>”고 밝혔다. 또한 이 관계자는 “<span class='quot1'>교육 및 홍보사업의 효율적 추진으로 비만 및 체중조절 지표가 다소 개선되고 있으나 스트레스와 우울 등 정신건강 지표들이 나빠지고 있다</span>”면서 “<span class='quot1'>고위함군 조기발견과 정신건강에 도움이 되는 다양한 프로그램을 개발,운영하여 2015년에는 건강수준 향상에 노력할 계획이다</span>”고 밝혔다. <br/><br/><br/>한편, 지역사회 건강조사는 2008년부터 질병관리본부가 전국 254개 시·군·구(보건소)와 함께 시·군·구별 19세이상 성인을 대상으로 평균 900명의 표본을 추출하여 매년 조사하는 지역단위 건강조사로 아산시는 2014년 909명 표본집단을 대상으로 한 건강행태등 총 18개 영역에 대한 조사했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-343.txt

제목: 3대질병 집중보장 보험 출시  
날짜: 20150507  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015050710017211957  
본문: LIG손해보험은 7일 3대질병을 집중보장하는 신상품 '무배당큰병든든건강보험'을 출시했다. <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> <br/><br/><br/><br/> 이 상품은 한국인의 사망원인 중 약 50%를 차지하는 3대 중증질환(암, 뇌질환, 심장질환)에 대해 진단과 수술, 입원, 후유장해까지 원스톱 보장을 제공한다. 3대질병 진단시 최고 3000만~5000만원, 사망시 최고 2억원을 지급하는 등 업계 최고수준의 보장을 제공한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>입원일당의 보장기간도 늘렸다. 기존의 일당이 입원 후 4일 이상부터 120일까지 지급했던 반면, 3대질환 입원일당은 입원 첫날부터 180일까지 일당을 지급한다, 또한 보험기간 중 질병이나 상해로 80% 이상 고도후유장해를 입었을 경우 보장보험료의 '납입면제' 기능을 활용해 경제능력 상실 이후의 보험료 납입 부담을 덜 수 있도록 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>기본 계약은 뇌졸중 및 급성심근경색증 수술비 및 입원일당 보장이며 여기에 암과 뇌, 심장질환 및 기타 추가특약을 통해 보장의 수준을 조절할 수 있도록 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>만 15세부터 최장 60세까지 가입이 가능하며, 3대질병에 대해 진단비 3000만원, 입원일당 3만원(암 10만원 등의 보장 선택 시 보험료는 35세, 15년 만기 전기납을 기준으로 월 3만원 수준이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-344.txt

제목: 유방종양 '섬유선종' 맘모톰으로 간단 제거  
날짜: 20150507  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015050710017205820  
본문: 울산 비너스휴방외과 박종필 원장(유방 세부 전문의) <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>섬유선종은 유방에 생길 수 있는 가장 흔한 양성종양 중 하나입니다. 보통 20세 부터 50세 사이에 잘 나타나며 20대 초반에 발견되는 특징이 있습니다. 섬유선종의 발명 원인은 정확히 밝혀지지 않았지만 월경 전 유방통이 있거나 유방암 가족력이 있는 여성에게서 더 많이 발생한다고 보고됩니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>대게 1~2cm 정도일때 유방근처에 혹이 만져져서 병원에 내원하시는 분들이 많으며, 먼저 진찰 후 보다 정확한 검사를 위해 유방촬영, 유방초음파를 함께 시행해 진단합니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 종양은 암은 아니더라도 발견 즉시 제대로 제거하는 것이 좋은데, 효과적인 방법이 바로 ‘맘모톰’을 이용한 시술법입니다. 맘모톰은 한국 여성처럼 치밀하고 단단한 유방을 가진 이들에게 적합한 수술 및 시술 방법이며, 섬유선종뿐 아니라 혹은 멍울 등 양성 유방병변도 간단하게 제거할 수 있는 방법입니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>맘모톰은 시술 시간도 10분 내외로 짧아 절개 없는 시술이라 흉터걱정이 거의 없어 젊은 여성들도 흉터 등에 대한 부담 없이 비교적 안전하게 시술 받을 수 있습니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>섬유선종은 유방의 피부가 함몰되거나 변형되지는 않고, 어느 연령층에서나 발병 가능합니다. 통계치에 따르면 오른쪽에서 발견되는 경우가 더 많지만 양쪽 유방에서 발견되는 경우도 있고 한 사람에게 여러 개가 동시에 생기기도 합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>또 호르몬 분비와도 관계가 깊은 섬유선종은 정상 유방의 생리적인 변화에 따라 변화하며 임신이나 수유 중에는 크기가 더 커지며 폐경기 이후에는 섬유선종도 함께 퇴화하는 것으로 알려져 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>섬유선종이 커지는 것을 막고 유방암을 예방하기 위해서는 여성 스스로가 주기적으로 유방검진을 받는 것이 중요합니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-345.txt

제목: 전립선암 로봇수술 비용대비 효과 적다  
날짜: 20150504  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015050410017173360  
본문: 전립선암 로봇수술은 기존 수술보다 비용이 2-3배 높지만, 삶의 질을 개선 효과는 그에 못 미친다는 연구 결과가 나왔다. <br/> <br/>한국보건의료연구원(원장 임태환, 이하 NECA)은 2014년 수행한 '전립선암에서 로봇수술의 경제성 분석' 연구결과, "로봇수술이 현재 비용의 절반 이하로 떨어진다면 비용대비 효과적"이라고 4일 발표했다. <br/> <br/>전립선암은 남성인구 10만명당 27.5명으로 발생하고 있으며, 남성 발생 암 5위에 해당된다. 최근 연평균 증가율12.7%로 갑상선암에 이어 두번째로 높다. <br/> <br/>그리고 국내에서 로봇수술이 가장 많이 시행되는 암이다. 이에 NECA에서는 2013년 전립선암 로봇수술의 안전성·유효성을 확인함에 따라 해당 의료기술의 비용-효과성을 분석했다. <br/> <br/>2012년 6월 기준 로봇수술을 시행하는 국내 30개 의료기관 전수조사 결과에 따르면, 전립선암은 전체 로봇수술 시행(2005년부터) 누적 2만4207건 중 8146건(33.7%)로 가장 높은 비율을 차지하고 있다. <br/> <br/>전립선암 로봇수술은 안전성·유효성 측면에서 기존 수술에 비해 효과적이라고 알려졌으나, 아직까지 국내 환자 자료 및 비용분석 자료를 활용한 경제성 평가 결과는 보고된 바 없었다. <br/> <br/>NECA 연구결과, 전립선암 로봇수술은 기존 수술(복강경/개복) 대비 삶의 질 개선 측면의 효과가 다소 좋았다. <br/> <br/>실제 생존기간의 연장은 없지만 수술 합병증, 기능 회복 등 삶의 질을 고려하면 로봇수술은 기존 수술보다 14-31일 정도 건강하게 사는 효과가 있었다. <br/> <br/>하지만 비용은 2~3배 이상 매우 높았다. 복강경보다 950만원, 개복 수술보다 1180만원 비쌌다. 비용-효과를 고려할 때 현재 로봇수술은 기존 수술과 비교해 합리적 대안으로 보기 어렵다. <br/> <br/>수술비를 포함한 1년 의료비가 약 900만 원 또는 약 830만 원 낮을 경우 개복 수술 또는 복강경 수술 대비 비용-효과적인 대안이 될 수 있다는 분석이 나온다. <br/> <br/>임태환 원장은 "실제 정책 결정을 앞두고 가치중립적으로 수행한 경제성 분석연구는 매우 중요하다"며 "이번 연구가 향후 보건복지부의 급여결정에 중요한 기초자료가 될 것을 기대한다"고 밝혔다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-346.txt

제목: 강서구, 도시농업으로 암환자 정서 치유  
날짜: 20150501  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015050110017150516  
본문: "채소가 자라는 걸 보면 희망도 자라는 것 같아요. 동료들과 한바탕 수다도 떨고. 텃밭 가꾸기 시간만큼은 꼭 참여하고 싶어요." "보건소에 운동하러 올 때면 옥상에 올라가서 보고 만지고 가요. 건강요리법도 배웠는데 집에서 열심히 따라하고 있어요." <br/> <br/>매달 2·4주 금요일 서울 강서구 보건소에는 특별한 주민들이 모인다. 암 선고를 받고 수술·항암치료를 받았거나 투병생활을 하고 있는 재가 암환자들이다. 여느 지자체와 다름 없이 교육이나 강좌 중심으로 진행하던 암환자 자조모임 방향을 지난해부터 틀었다. 보건소 옥상에 27㎡ 규모 텃밭과 상자텃밭 7개를 마련, 작물을 기르면서 아픈 몸과 마음을 치유하는 '한빛 뜰 가꾸기 치유교실'을 시작했다. 텃밭 가꾸기를 통해 투병의욕을 높이고 재활의지를 북돋울 수 있으리라는 기대도 있었다. <br/> 강서구가 재가 암환자를 위한 마음치유과정에 텃밭농사를 도입했다. 한빛 뜰 가꾸기 치유교실 참가자들이 도시농업 학습동아리 소속 공무원들 도움을 받아 모종을 심고 있다. 사진 강서구 제공 <br/>거동이 가능하고 증세가 어느 정도 안정된 암환자와 가족을 대상으로 지난해 상·하반기 1·2기 과정을 진행, 총 65명이 참여했다. 올해는 지난 4월 10일 모종심기를 시작으로 6월까지 여덟차례, 8월부터 다시 일곱차례 치유교실을 연다. 구에 등록된 재가암환자 470명 가운데 40여명이 3기 텃밭가꾸기에 참여하겠노라 신청했고 30명 안팎이 매주 한번 이상 텃밭을 찾는다. <br/> <br/>옥상텃밭에서 키우는 작물은 상추 배추 무 고구마 등 손쉽게 기를 수 있는 채소 중심. 가정에서도 텃밭을 일구기 원하는 참가자들에게는 모종을 별도로 제공했다. 암과 싸우고 있는 주민들을 위해 공무원 연구동아리 '푸른도시락(樂)'이 재능기부를 한다. 이선희 회장 등 회원 17명이 도시농부학교 책자를 활용한 이론교육과 모종심기 텃밭가꾸기 수확 등을 돕는다. 암환자와 함께 하는 한빛 뜰 가꾸기는 일반 주민을 대상으로 한 주말농장 텃밭교육과 음식물퇴비교육, 친환경농법교육과 현장교육용 친환경텃밭 운영처럼 동아리 핵심 사업 가운데 하나다. <br/> <br/>웃음치료나 노래교실 등 기분전환을 위한 강좌는 물론 자가건강관리법 교육, 영양상태를 개선하기 위한 이론교육, 몸 건강유지에 도움이 되는 기공체조와 경락마사지 등도 틈틈이 이어진다. 직접 기른 채소를 활용한 음식물 시연회, 수확물 나눔도 참가자들에겐 큰 기쁨이다. 3년 전 초기 유방암 수술을 받은 임헌중(70·등촌3동)씨는 "고구마가 화분에서 자랄까 싶었는데 튼실하게 자란 걸 보고 놀랐다"며 "올 때마다 고추를 한주먹씩 따갔는데 그게 또 재미였다"고 말했다. 올해는 치유교실과 기공체조를 병행하고 있는데 집에 돌아가기 전 반드시 들르는 곳이 옥상텃밭이다. <br/> <br/>건강한 이들에게는 단순한 텃밭농사라도 암환자들에게는 큰 노동이자 결실이다. 2011년 난소암 4기 판정을 받고 수술을 했던 김문주(52·가양3동)씨는 지난해 말 6개월 선고를 받았지만 텃밭에 대한 관심은 놓지 않고 있다. 그는 "방문간호사가 '아픈데 (텃밭 가꾸기를) 할 수 있겠냐'고 물었는데 '당연히 한다'고 했다"며 "여기가 우선이고 오는 날이 기다려진다"고 말했다. 유방암 때문에 6개월마다 치료를 받는 강명옥(61·화곡4동)씨도 "다른 활동을 하는 동료들은 수술받은 사실도 모른다"며 "여기서는 속속들이 얘기하게 된다"고 의미를 부여했다. <br/> <br/>지난해 치유교실에 참여한 주민들 대부분이 이들처럼 답을 했다. 구에서 사후 만족도 조사를 했을 때 참가자 97%가 '우울감과 스트레스를 해소하는데 크게 도움이 됐다'고 말했다. '하루하루 건강하게 자라나는 모습을 보면서 나도 건강하게 살 수 있다는 느낌이 들었다' '생명의 소중함을 알게 됐다'며 재활·투병의지가 높아졌다고 해석한 참가자도 많았다. <br/> <br/>식물을 통한 암환자 우울감 해소는 농촌진흥청 연구에서도 입증됐다. 진흥청은 암환자 20명을 대상으로 주 1회 식물치유과정을 두달간 진행, 자아통합감(자신의 삶을 있는 그대로 받아들이고 자아를 존중할 때의 느낌)이 91.30에서 99.43으로 늘었다고 밝혔다. <br/> <br/>강서구는 치유교실 운영을 보다 체계화해 재가암환자 자연치유를 극대화한다는 구상이다. 윤점숙 건강관리과 주무관은 "의료기술 발달로 생존율은 높아졌지만 우울감이나 스트레스로 인한 삶의 질은 떨어지는 문제가 있다"며 "마음이 힘든 암환자들이 텃밭을 활용한 정서치유 효과를 본다"고 설명했다.<br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-347.txt

제목: 자녀 건강 지키는 똑똑한 부모 되려면?  
날짜: 20150501  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015050110017150541  
본문: 가정의 달인 5월은 그 동안 소홀했던 가족들을 돌아볼 수 있는 시간이다. 특히 최근 급증하고 있는 맞벌이 부부이면서 한 자녀를 둔 가정이라면 그 의미가 더욱 남다를 것이다. <br/> <br/>보험개발원에 따르면 2012년 10세 미만 연령의 어린이보험 가입률은 87%에 달했다. 다양한 사회 환경적 요인으로 아이들의 건강과 안전을 위협하는 일이 빈번해지면서, 부모들이 자녀를 지켜주는 안전장치로 어린이보험을 선택하고 있는 셈이다. 하나생명이 어린이 보험에 대한 가입 팁을 소개했다. <br/> <br/>◆응급실도 보험처리 되나, 보장내역 확인 = 어린이보험 가입의 주목적은 자녀가 질병에 걸리거나 사고를 당했을 때 갑작스러운 치료비를 보장받기 위해서다. 아이들은 각종 질환에 걸릴 확률과 사고발생빈도가 높고 그 종류도 다양하기 때문에 보장범위를 꼼꼼하게 비교하는 것이 중요하다. <br/> <br/>골절, 화상 등 성장기 자녀에게 발생하기 쉬운 각종 위험부터 아토피, 비염, 천식 등 생활질환의 보장 여부를 확인해야 한다. 또 입원 및 통원치료뿐만 아니라 영유아기 이용가능성이 높은 응급실 내원 시에도 보험금 지급이 가능한지 체크해야 한다. 이외에도 암을 포함한 중대질병은 어디까지, 또 얼마나 보장되는지도 확인해 대비가 필요하다고 생각되는 보장내역은 미리 마련해 놓는 것이 좋다. <br/> <br/>◆생명보험사와 손해보험사, 상품의 차이점은 = 생명보험사와 손해보험사 모두 어린이보험을 판매하지만 차이가 있다. <br/> <br/>생명보험은 가입 시 정해진 기준에 따라 암, 백혈병 등 치료비 부담이 큰 질병에 대한 보장이 가능해 가족력, 선천성 등 큰 질병에 대한 우려가 있는 부모들이 선호한다. 반면, 손해보험은 실제로 발생한 치료에 대해 보상을 해주는 실손 의료비 형태이므로, 실제 사용한 치료비를 보장받고자 할 때 유리하다. <br/> <br/>그러나 두 가지 상품 모두 약간의 보험료 추가로 특약에 가입하면 중증 질병에 대한 고액 치료비와 실손 의료비를 보장받을 수 있는 종합 설계가 가능하다. 따라서 두 상품이 가진 주된 장점을 놓고 비교하되 추가적인 보장기능은 특약을 통해 마련하면 된다. <br/> <br/>해마다 높아지는 산모의 연령은 조산이나 저체중아 출산 등으로 이어져 태아의 건강에 악영향을 미친다. <br/> <br/>◆출산 전부터 준비하는 태아특약, 가입 시 주의사항 = 이를 대비해 어린이보험에는 출산 직후 각종 선천성 질병에 대한 보장기능인 '태아특약'이 있다. 가입 시기는 보통 임신 16~22주 내이다. 이후에도 가입은 할 수 있지만 보장항목이 크게 줄어들기 때문에 되도록 이를 지키는 것이 좋다. <br/> <br/>해당 특약 가입 시 주의할 점은 다둥이의 경우 먼저 태어나는 아이만 보장이 되므로 모든 아이에 대해 보장받고자 한다면 각각 하나씩 가입해야 한다. 사고위험률이 비교적 높은 남자아이를 가정해 보험료가 산정되므로 여자아이를 출산하게 되면 보험사에 알려 보험료 차액을 적립하거나 환급 받아야 한다. <br/> <br/>최춘석 하나생명 마케팅기획부 차장은 "자녀양육에 필요한 경제적 부담과 사회 불안감 증대로 인해 어린이보험에 대한 관심이 지속적으로 높아지고 있다"며 "상품 자체의 특장점들을 비교한 뒤 병원비 걱정 없이 치료에 집중할 수 있도록 해당 보험사가 지급절차상의 편리함을 갖추고 있는지도 점검하는 것이 바람직하다"고 말했다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-348.txt

제목: 미래에셋생명도 '모바일슈랑스' 가세  
날짜: 20150501  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015050110017150539  
본문: 미래에셋생명이 '모바일슈랑스'에 가세했다. 교보라이프플래닛에 이어 생보업계에서 두 번째다. <br/> <br/>미래에셋생명(대표이사 수석부회장 최현만)은 30일 모바일 환경에서 보험에 가입할 수 있는 서비스를 오픈했다고 밝혔다. PC 환경에서만 가입이 가능했던 온라인보험을 스마트폰이나 스마트패드를 이용해 가입할 수 있도록 한 것이다. <br/> <br/>모바일 기기의 브라우저를 통해 미래에셋생명 온라인보험 홈페이지(http://online.miraeasset.com/mobile)에 접속하면 터치만으로 쉽게 가입할 수 있다. <br/> <br/>단순한 화면 구성으로 보험을 잘 모르는 고객도 쉽게 가입할 수 있게 했고, 필요한 서류를 내려받거나 이메일로 받아볼 수도 있다. <br/> <br/>모바일 상에서 가입 절차를 마치지 못했다면 PC 홈페이지(http://online.miraeasset.com)의 '보험가입 진행현황'을 조회해 마무리 지을 수 있다. 가입 후에는 '사이버창구' 애플리케이션을 다운받아 관리할 수 있다. <br/> <br/>차승렬 미래에셋생명 모바일비즈니스팀장은 "이번 모바일 서비스 오픈으로 한 번의 보험료 납부로 2년의 군 생활을 보장받는 '건강제대보험'은 입대 1시간 전에도 스마트폰만 있으면 가입할 수 있을 정도로 보험상품의 문턱이 낮아졌다"고 밝혔다. <br/> <br/>미래에셋생명 온라인보험은 암, 정기, 어린이 보험 등 보장성 보험 상품과 업계 최초의 온라인 변액보험까지 총 10종의 상품을 판매하고 있다. 온라인보험 판매회사 중 가장 많은 상품 숫자다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-349.txt

제목: 경증환자 응급실 가면 '진료비 폭탄'  
날짜: 20150501  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015050110017150572  
본문: 응급실 내원자의 80%가 비응급환자인데, 앞으로 감기 등 가벼운 질환으로 응급실을 찾으면 진료비 폭탄을 맞을 수 있다. <br/> <br/>보건복지부와 건강보험공단에 따르면 경증환자가 응급실에서 진료를 받으면 진료비 이외에 '응급의료 관리료'를 본인이 부담해야 한다. 응급환자나 준응급환자의 비용은 보험급여 외 본인 부담금만 내면 된다. <br/> <br/>응급의료에 관한 법률과 시행령, 시행규칙은 응급증상이나 응급증상에 준하는 증상을 나타내지 않은 사람이 응급의료기관의 응급실에서 진료를 받으면 첫날에 한해 응급의료관리료를 산정하되, 환자 자신이 응급의료관리료 전액을 부담하도록 규정하고 있다. <br/> <br/>비용도 만만찮다. 의료기관에 따라 액수에 차등을 둬 현재 서울대병원 등 전국에 20곳이 있는 권역응급의료센터는 5만4830원, 전문 및 지역응급의료센터는 4만7520원, 그 밖의 응급실은 1만8280원이다. <br/> <br/>비응급환자가 응급실에서 단순 치료를 받거나 약 처방을 받고 약을 타가도 진찰료와는 별도로 이 비용을 100% 자신이 내야 한다. 다만, 복지부는 농어촌 의료취약 지역은 휴일이나 야간에 응급실 이외에는 문을연 병원이 없는 점을 고려해 비응급환자가 응급실을 이용하더라도 응급환자와 마찬가지로 건강보험 혜택을 제공하기로 했다. <br/> <br/>대한응급학회와 복지부에 따르면 전체 응급실 내원 환자 중에서 80%가량은 비응급환자다. 가톨릭대서울성모병원, 삼성서울병원, 서울대병원, 서울아산병원, 연세대세브란스병원 등 상급종합병원 응급실을 찾은 환자의 주요 질병은 1위 암이고, 3위 감기, 5위 복통이었다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-350.txt

제목: 요실금 치료 이것만은 알자!  
날짜: 20150430  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015043010017150493  
본문: 타워비뇨기과과 광진점 김명준 원장 <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금클리닉을 운영하다보면 안타깝고도 흐뭇한 사연들을 많이 접하게 된다. 얼마 전 요실금수술을 받으시고 이제는 손녀랑 마음껏 줄넘기를 할 수 있게 되었다면서 감사해하시던 60대 할머니부터 요실금 때문에 계모임, 여행 한번 맘껏 못했다면서 하소연 하던 40대 아주머님까지 남몰래 고민아닌 고민을 안고 있는 많은 분들을 보면서 간단한 치료만 하면 얼굴을 활짝 피고 맘껏 웃으면 훨씬 젊어질텐데...하는 안타까움을 느끼게 된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1. “요실금이 있는데 어떻게 하면 되나요. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금은 암과 같은 생명을 위협하는 질병은 아니지만, 요실금으로 인한 정신적인 스트레스는 어떤 질환 못지않게 당사자를 괴롭히는 질환입니다. 어느 누구에게도 속시원하게 말을 못하기 때문입니다. 미국조차도 요실금을 “사회적인 암”으로 규정하고 전국민적인 요실금퇴치운동을 벌이기도 하였습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>요실금은 아주 간단한 수술만으로 완치가 가능합니다. 요즘의 요실금 수술은 과거와 달리 간단한 국소마취만으로 30분이면 통증없이 수술이 끝나고, 2-3시간 지나면 회복이 되며, 입원할 필요도 없습니다. 요실금 수술을 결심한 분들 대부분이 전에 수술한 분들의 권유로 수술할만큼 수술한 분들의 90%이상이 수술을 잘했다고 생각합니다. 수술한 분들은 딴 세상이라고 할 정도로 만족스럽기 때문입니다. 무엇보다도 자신의 몸관리가 가장 중요한 요즘 웰빙 시대에 평생을 요실금으로 계속 불편해하는 것보다는 간단한 결심과 수술로 전혀 다른 생활을 즐길 수 있기 때문에 요실금은 꼭 치료해야 하는 질환이라고 얘기할 수 있습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>2. “수술을 안하고도 요실금을 치료할수 있나요? <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>간단한 수술로 치료가 되는 요실금이지만, 많은 분들이 수술에 부담을 가지고 있습니다. 초기의 약한 요실금의 경우는 골반근육운동이나 체외자기장치료 등을 꾸준히 하면 많은 도움을 받습니다. 특히, 출산 후 예방적 목적으로 위의 치료를 받으면 좋습니다. 다만 최소한 6개월이상 꾸준히 운동을 해야지 효과가 있으며, 중등도 이상의 요실금에는 치료가 안되는 것이 문제입니다. 결론적으로, 약한 요실금 치료나 요실금 예방이 목적인 경우에는 골반근육운동이나 체외자기장 치료를 고려해볼 수 있으나, 중등도 이상의 요실금은 수술적 치료를 먼저 하는 것이 좋습니다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-351.txt

제목: [삼성서울병원 소화기외과 이준호 교수]전신 화상 입었던 소년, 의사의 길을 걷다  
날짜: 20150428  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015042810017133467  
본문: 여섯 살 때 전신 화상을 입고 3개월 간 병원 신세를 졌던 소년이 있었다. 고통스럽고 힘겨운 치료지만 그때마다 자신을 어르고 달래며 극진히 치료해주는 의료진들을 보며 소년은 의사가 되겠노라 다짐했다. 그 옛날 의사들이 그랬듯 환한 미소로 환자들을 대하는 그 사람. 위암 수술의 명의로 손꼽히는 삼성서울병원 소화기외과 이준호 교수의 이야기다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>냉철한 외과의사? 인간미 넘치는 의사 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>부드러운 인상에 선한 미소, 다정다감한 말투. 삼성서울병원 암 병원 위암센터에서 만난 소화기외과 이준호 교수는 의학 드라마 속에 등장하던 외과의사의 모습과는 사뭇 달랐다. 푸른 가운을 입었으니 더욱 차가운 이미지가 강할 것이라는 예상이 보기 좋게 깨지는 첫 느낌이었다. 그 마음을 간파한 걸까. 이 교수가 분위기를 전환하듯 먼저 말문을 열었다. <br/><br/><br/>“저는 인간다운 의사가 되고 싶습니다. 수술을 잘하는 것도 중요하지만 환자들을 사랑하고 따뜻하게 대하는 의사야말로 진정한 의미의 ‘훌륭한 의사’라고 생각합니다.” <br/><br/><br/>그가 이런 마음가짐을 갖고 의사의 길을 걷게 된 가장 큰 이유는 어릴 적 겪었던 아픔 때문이다. 여섯 살의 어린 나이에 중증 전신 화상을 입고 병원에서 3개월 동안 고통스러운 화상치료를 받았지만 의사의 손을 거쳐 차츰차츰 몸이 나아지는 모습을 보며 막연하게 의사가 되고 싶다는 생각을 했던 것. <br/><br/><br/>“그때의 기억이 워낙 깊이 자리하고 있어서 그런지 아픈 환자들을 보면 남 일 같지 않습니다. 화상의 아픔은 컸지만 저를 세심하게 치료해주는 의사 선생님 덕분에 잘 견뎌낼 수 있었지요. 그래서 저는 환자들의 입장에서 아픔을 먼저 헤아리는 의사가 되기 위해 노력하고 있습니다.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> 환자 중심, 그것이 곧 나의 의료철학    <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>힘겹게 병마와 싸우고 있는 암 환자들에게는 ‘이겨낼 수 있다’는 믿음이 암을 극복하는 긍정의 요인이 된다. 이렇듯 환자의 불안감과 심리적 부담감을 덜어주기 위해 대화를 많이 나누고, 희망을 잃지 않도록 이 교수는 더 각별한 신경을 쓰고 있다. <br/><br/><br/>“위암 환자들은 암을 진단받는 순간부터 공포감과 스트레스에 휩싸입니다. 이럴 때 의사가 가장 먼저 해야 할 일은 환자에게 믿음을 주는 일입니다. 진행이 많이 된 위암으로 치료가 어렵더라도 언제든 기적이 일어날 수도 있기 때문에 저는 환자들에게 희망을 잃지 않도록 돕고 있습니다.” <br/><br/><br/>‘환자는 내 인생의 절대적인 부분’이라며 입버릇처럼 말해왔던 이 교수의 의료철학을 다시금 엿볼 수 있는 대목이다. 환자를 생각하는 각별한 마음은 환자 가족과 편지를 주고받는 것만 봐도 알 수 있다. 그 중에서도 이 교수에게 위암 수술을 받고 건강을 되찾았던 환자의 초등학생 딸이 해마다 정초가 되면 보내오는 감사의 편지는 의사로서의 소명을 다시금 확고히 하는 계기가 됐다.     <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>     <br/><br/><br/> 위암 치료 위해 새로운 치료방법 모색 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>삼성서울병원은 ‘위암 수술 후 사망률 제로’라는 성과를 자랑한다. 물론 그 중심에는 위암 명의 이준호 교수가 있다. 하지만 암 환자에게 또 다른 암이 다시 생길 확률은 15%나 되므로 이런 환자들 위해 2차 원발 암 확률을 낮춰 삶의 질을 높이고, 2차 원발 암이 발생됐다 해도 조기에 발견해 치료할 수 있는 암 관리 프로그램이 필요하다는 것이 이 교수의 생각. 새로운 치료방법을 끊임없이 고민하고 시도하는 것 역시 이런 이유에서다.  <br/><br/><br/>“저는 환자의 입장에서 바라봤을 때, 비용 대비 효과가 큰 치료방법을 개발해나가기 위해 노력하고 있습니다. 성과나 이득보다는 의사에게 좋은 시스템이면서 환자에게도 효과가 큰, 모두 만족할 수 있는 효율적인 치료법을 개발하는 것이 무엇보다 중요하다고 생각합니다.” <br/><br/><br/>현재 이 교수는 암에 대한 1차,  3차 예방 측면에서의 새로운 치료법 개발에 주력하고 있으며, 무엇보다 ‘인간다운 의사를 육성하는 것’을 가장 원대한 목표로 삼고 있다. “<span class='quot0'>의과대학 교육이 공부를 잘하는 것만 강조하면 자칫 전인적 인성교육에 소홀할 수 있다</span>”며 인성교육을 의과대학 커리큘럼에도 반영할 뜻을 내비친 그의 마지막 말이 오랫동안 귓가에 맴돈다. <br/><br/><br/>20년간 오직 환자를 위해 걸어온 길. 인간미 넘치는 의사, 친절한 의사, 희망의 불씨가 되어준 의사… 그리고 여전히 환자를 위하는 의사. 인간 이준호의 이름에 따라붙었던 수많은 수식어의 의미를 다시금 곱씹어보게 된다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-352.txt

제목: 안양점 장수돌침대 건강 수면법의 선구자  
날짜: 20150423  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015042310017065228  
본문: 평균수명 100세 시대. 건강하게 장수하는 법에 대한 관심이 이제는 잘 먹고 운동하는 수준을 넘어, 건강하게 잠자는 방법에 대한 고민으로 이어지고 있다. 그런데 건강한 수면법에 관한 이야기는 새로운 이야기는 아니다. 단지 우리가 그동안 관심을 덜 기울였을 뿐이다. <br/><br/><br/>그리고 그런 의미에서 본다면, 안양 평촌에 있는 장수돌침대는 이미 25년 전부터 건강한 수면을 위한 노하우를 축적시켜 온 그야말로 우리나라 돌침대의 대표 브랜드이다. 건강애호가들로부터 후한 점수와 입소문이 끊이지 않는 장수돌침대의 꾸준한 인기비결에 대해 장수돌침대 안양점 이화종 대표의 설명을 들어봤다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>건강 챙기는 가장 쉬운 방법, 장수돌침대 <br/><br/><br/>매일 최첨단 소재와 기기들이 등장하고 있지만, 건강에 있어서만큼은 예전 것이 최고라는 단순한 진리가 항상 지지를 받는다. 잠자리에 있어서도 예외는 아니다. <br/><br/><br/>우리 조상들의 지혜가 담긴 구들장 문화를 침대에 그대로 적용시킨 돌침대. 푹신한 매트리스가 인기를 끌 때 딱딱하다는 이유로 기피대상이 되기도 했지만, 이제는 고질적인 허리통증을 예방하고, 약해진 허리를 강화시켜주는 대안으로 주목받고 있다. 또한 천연석을 사용하기 때문에 집 먼지 진드기 등으로 인한 알레르기나 아토피를 전혀 걱정할 필요가 없다는 장점도 다시금 부각되고 있다. <br/><br/><br/>특히, 1년 4계절 하루 24시간 동안 내 몸이 원하는 온도로 조절할 수 있다는 점은 타의추종을 불허하는 점이다. 이 대표는 “<span class='quot0'>체온을 1도만 올려도 면역력이 5~6배 증가해 각종 질환을 예방할 수 있다</span>”며 “<span class='quot0'>혈액순환이 잘 안 되는 50~60대, 암이나 당뇨 등 면역력이 약해져 각종 질환에 시달리는 환자들이 장수돌침대를 구입한 후 몸이 좋아지는 경험을 하면서 주변에 추천하는 경우가 많다</span>”고 말했다. 또한 “요즈음에는 아랫배가 차갑고 생리통 때문에 힘들어 하는 젊은 여성들이 입소문을 듣고 많이들 방문 한다”고 덧붙였다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>장수돌침대, 별 다섯 개를 ‘꼭’ 확인하세요 <br/><br/><br/>돌침대는 크게 프레임, 보료(전열장치), 돌로 구성이 된다. 돌침대에서 가장 중요한 부분은 바로 돌 밑에 내장되어 있는 보료이다. 돌침대의 온도를 올려주고, 열이 고르게 퍼지도록 하는 것이 바로 보료의 역할. 문제는 내장되어 있기 때문에 실제로 확인할 방법이 없다는 것이다. <br/><br/><br/>이 대표는 “<span class='quot0'>바로 그러한 이유 때문에 믿고 신뢰할 수 있는 돌침대의 브랜드가 무엇보다도 중요하다</span>”며, “<span class='quot0'>보료에 들어가는 열선만 보더라도 일반적으로 3개의 열선을 사용하는 경우가 많지만 장수돌침대는 7개의 열선을 사용해 내구성이 좋고, 최근에는 구들장을 데워주는 방식의 히팅플로우 공법을 개발해 특허를 받았다</span>”고 설명한다. 더불어 “장수돌침대가 돌침대를 대표하는 브랜드이다 보니, 장수라는 단어를 사용한 유사브랜드에 속아 낭패를 보는 이들도 많다”며 “정식 대리점인지, 정식 제품인지 확인하기 위해 침대 프레임과 보료에 찍혀있는 장수돌침대와 별 다섯 개의 마크를 반드시 확인해야 한다“고 강조했다. <br/><br/><br/>또한 이 대표 자신은 고객과의 신뢰와 믿음을 가장 중요하게 생각한다며, “판매한 제품의 AS와 사후관리를 끝까지 책임짐으로써 고객의 믿음에 보답하고 있다”고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>가정의 달 5월, 할인행사 기회 잡아야 <br/><br/><br/>시골에서 농사지으며 매일같이 힘들어하시는 부모님이 걱정된다면, 그리고 결혼과 함께 한 가족이 될 시댁에 제대로 된 예단으로 사랑받고 싶다면, 장수돌침대 안양점에서 5월 한 달간 진행하는 할인행사를 눈여겨보자. 393만~571만원에 판매되고 있는 퀸 사이즈 옥돌침대가 245만~365만원에, 285만~448만원에 판매 중인 싱글사이즈 옥돌침대는 185만~295만원에 판매될 예정이다. <br/><br/><br/>이 대표는 “이미 많은 분들이 장수돌침대가 좋다는 사실을 알고 있지만, 조금 더 저렴하게 구입하려는 욕심 때문에 유사브랜드의 잘못된 돌침대를 구입하는 실수를 범하기도 한다”며, “부모님이 주변에 자랑하기에 부족함이 없는 장수돌침대의 품질을 그대로 누리면서도 가격적인 이점도 챙길 수 있는 정식 대리점의 행사기간을 잘 활용하는 것이 좋다”고 조언했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-353.txt

제목: 레이저로 손·발톱무좀 치료하기  
날짜: 20150420  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015042010017031108  
본문: 내일의원 문양주 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>무좀은 곰팡이균으로써 피부무좀과 손발톱무좀으로 구분이 된다. 피부무좀은 곰팡이균 치료로 바르는 것과 먹는 것으로 쉽게 치료가 된다. 발톱무좀은 치료기간이 오래 걸린다는 것이 딜레마다. 오랫동안 약물을 복용해야하는 부담감도 있고 약물 유해성 논란도 있기 때문이다. 특히 임산부나 유소아, 간 장애가 있는 사람들은 약물복용이 불가능한 것도 있다. 그래서 서구 및 유럽에서는 약 5년 전부터 레이저를 이용한 손발톱 진균증 치료가 대중화되어 실시된 것도 사실이다. 우리나라도 금년 1월에 보건복지부 고시에 의해서 전면적으로 레이저치료를 손발톱 무좀에 치료하도록 인증이 나게 되었다. <br/><br/><br/>현대는 바야흐로 100세 시대에 도전하고 있다. 고령의 인구가 늘어나고 있고 그동안 무관심의 영역이었던 손발톱에 관한 영역도 치료와 더불어 관심의 열풍이 불게 되었다. 100세 시대에는 손발톱도 나의 표현인 동시에 가꾸어야 할 귀중한 신체의 한 부위로 여기는 것이다. 손톱 디자인도 많은 사람들이 타인과 접촉하거나 비즈니스 활동에서 보여줘야 할 신체의 일부가 되다보니 아름다움은 물론이고 질환은 당연하게 치료를 하게 되었다. <br/><br/><br/>레이저치료는 손발톱에 레이저 파장을 조사해서 밑에 있는 곰팡이균을 멸균하는 작용원리다. 위에서 열거한 것처럼 약 먹기가 부담스러운 위치에 있는 사람들에게는 좋은 의료기술이라고 할 수가 있게 된 것이다. <br/><br/><br/>이제 노출의 계절 봄이 왔다. 손톱도 발톱도 여러 가지 색상으로 단장을 하고 봄과 여름을 맞이할 준비를 하고 있다. 예쁘게 단장한 발톱에 아름다운 무늬를 새기고 가벼운 신발을 신고 햇빛 찬란한 봄의 계절을 만끽하지 않겠는가? <br/><br/><br/>손발톱은 특히 건강을 나타내주는 바로미터 역할을 하기도 한다. 건강이 나쁘면 손발톱에 여러 가지 증상이 나타나게 된다. 무한한 관심을 가져도 부족함이 없고 특히나 손발톱의 흑색종은 양성과 악성이 공존하기 때문에 조직검사를 통한 구분을 해주기도 한다. 이렇게 손발톱은 작은 것에서부터 크게는 암까지 분포가 가능한 신체의 중요한 부분이 되었다. 수세기 동안 발톱무좀치료에 이제는 레이저라는 문명의 최신 이로운 기계가 나타나서 우리의 삶을 더욱 풍족하게 만드는데 일조를 할 것으로 보인다.     <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움글 내일의원 문양주원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-354.txt

제목: 대구 퀸즈시크릿 아로마테라피 다이어트 화제  
날짜: 20150420  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015042010017019242  
본문: 봄이면 되풀이되는 여성들의 고민, 바로 다이어트다. 모델처럼 마른 몸까지는 아니더라도, 적절한 체중에 보기 좋은 몸매를 갖고 싶은 것은 여성이라면 누구나 바라는 것. 문제는 적정 체중, 매끈한 바디라인, 탄력 있는 피부, 게다가 건강까지 모든 것을 얻을 수 있는 다이어트 방법이 흔치 않다는 데 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이런 가운데 최근 화제를 모으고 있는 것이 대구 퀸즈시크릿의 ‘아로마테라피 다이어트’다.아로마테라피는 향기와 약효가 있는 식물(허브)에서 추출한 에센셜 오일을 이용해 몸과 마음의 균형을 회복시켜 인체의 항상성을 유지시켜주는 자연요법으로, 이를 다이어트에 응용하면 건강하고 안전도가 높은 다이어트를 할 수 있다고. 전신체형 및 피부관리 전문업체인 퀸즈시크릿 대구점(원장 유현정)을 찾아 ‘아로마테라피 다이어트’에 대해 알아본다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>체중감소는 물론 해독작용까지 건강에 도움  <br/><br/><br/>흔히 아로마테라피라고 하면 아로마 오일의 향기를 이용해 심신의 안정이나 공기정화 정도에 이용하는 것을 떠올리지만, 아로마 오일은 마사지 등을 통해 피부나 점막을 통해 체내로 들어가게 하는 경우 좀 더 직접적으로 신체 건강에 도움을 줄 수 있다. 실제로 외국에서는 암치료를 비롯한 질병의 보조치료에 아로마테라피가 활용될 만큼 그 의학적 효과가 큰 주목을 받고 있다고 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>퀸즈시크릿 대구점 유현정 원장은 “<span class='quot0'>아로마테라피 다이어트는 체중감소나 사이즈 감소 효과는 물론 몸 속 노폐물 배출과 호르몬 불균형 개선, 세포 재생 등에 도움을 주기 때문에 건강한 다이어트가 가능하다는 것이 강점</span>”이라며 “<span class='quot0'>아로마테라피는 각 개인별 체질이나 질환 등에 따라 주의해서 사용해야 하는 경우가 있기 때문에 전문 자격을 갖춘 아로마테라피스트와 꼼꼼하게 상담한 뒤 시행하는 것이 좋다</span>”고 설명한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>5단계 전문 관리, 산모 산후관리에도 효과적 <br/><br/><br/>대구 퀸즈시크릿의 아로마테라피 다이어트는 고객에 맞는 아로마 오일을 블렌딩하는 것으로부터 시작된다. 아로마오일은 피부에 직접 사용할 뿐 아니라 피부를 통해 몸에 직접 흡수되는 것이므로 특히 안전성에 유의해야 한다고. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유 원장은 “아로마테라피에 사용되는 오일은 전 세계에서 생산되는 허브 중 상위 5%에 해당하는 퓨어(Pure) 등급의 유기농 오일”이라며 “아로마 오일은 총 60여가지가 마련되어 있는데 이중 최대 8가지까지 오일을 블렌딩해 사용할 수 있다. 고객의 체질과 질환, 부종 정도, 셀룰라이트 정도 등을 감안해 오일을 블렌딩하며, 그 양이나 종류는 개인적 차이에 따라 가감된다”고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이렇게 ‘나에게 꼭 맞는’ 아로마 오일이 만들어지고 나면 오일을 이용해 퀸즈시크릿의 오랜 노하우가 담긴 근막관리가 시행된다. 근막관리는 근육을 둘러싸고 있는 막인 근막을 풀어주어 혈액순환과 림프순환을 원활하게 해 지방이나 셀룰라이트 등의 몸 속 노폐물을 배출시켜 실제 몸의 사이즈를 줄여주고 매끈하고 탄력 있는 몸매를 만드는 퀸즈시크릿의 전문 관리. <br/><br/><br/>아로마테라피 다이어트는 크게 5단계에 걸쳐 각 단계별로 2회씩 총 10회의 전문관리가 진행된다. 단계를 살펴보면 ‘1단계 디톡스→2단계 셀룰라이트분해→3단계 근육 및 바디라인 디자인→4단계 호르몬 균형→5단계 세포재생’ 등. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유 원장은 “다이어트에서 가장 핵심은 디톡스, 즉 몸 속 노폐물을 배출하는 것”이라며 “1~2단계는 몸속 독소와 셀룰라이트를 배출시키는 단계이므로 좀 더 집중적인 관리가 필요하다. 1주일에 2회, 2주간 총 4회에 걸쳐 집중관리를 실시한다”고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이후 3단계로 흐트러진 근육을 바로잡고 바디라인을 매끄럽게 하는 수기관리가 실시된다. 3단계에 접어들면 아로마테라피를 통해 호르몬 발란스를 맞춰주는 과정이 진행된다. 호르몬 균형을 제대로 맞춰주면 우리 몸이 늘 좋은 상태를 유지하는 능력, 즉 항상성이 높아지면서 요요현상으로 살이 찔 염려가 줄어든다고. 5단계는 세포재생으로 우리 몸이 더욱 건강한 상태로 거듭나는 단계이기도 하다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유 원장은 “아로마테라피 다이어트는 아로마오일을 이용한 수기관리이기 때문에 전신은 물론 특별히 고민이 되는 부위를 집중관리할 수 있고, 특별히 몸매가 흐트러진 포인트를 잡아 관리하기 때문에 사이즈 감소효과도 매우 큰 편이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>특히 산모의 산후체형관리에 효과적인데 출산 후 겪는 지방 및 셀룰라이트 분해에 효과적이고 훗배앓이나 골반교정에도 큰 도움을 받을 수 있다”며 “건강한 다이어트, 요요현상을 최소화한 다이어트, 피부탄력과 바디라인까지 잡아주는 다이어트를 찾는다면 아로마테라피 다이어트가 좋은 대안이 될 수 있다”고 강조했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-355.txt

제목: <우리 동네 사람들>“똥그리가 전하는 순수한 동심의 세상으로 초대합니다”  
날짜: 20150418  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015041810017007716  
본문: ‘똥그리맘’ 박월선 일러스트 작가 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>똥글똥글, 그 귀여움을 표현하기에 딱 맞는 이름으로 태어난 아이가 바로 똥그리입니다. 똥그리는 한 작가의 손끝에서 태어났답니다. 하지만 어디 손끝으로만 똥그리를 낳았을까요. 온 마음과 노력을 다해 한 장 한 장 똥그리를 그려내며 그는 ‘똥그리맘’이 됐습니다. 바로 박월선 일러스트 작가의 이야기입니다. 오는 4월 20일부터 5월 1일까지 일산동구청 내에 위치한 가온갤러리에서 똥그리를 직접 만나볼 수 있는 전시회가 열립니다. 간만에 세상으로 나온 똥그리의 봄나들이, 똥그리가 전하는 순수한 동심의 세상으로 초대합니다. <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>사람들과 소통하며 성장한 똥그리 <br/><br/><br/>‘무엇을 하고 살아야할까?’ 쉰 살이 다 돼가는 나이에 터닝 포인트처럼 찾아온 이 물음에 박월선 작가는 그동안 일을 하고 자녀를 키우느라 미뤄 왔던 그림 그리기를 실행에 옮겼다. 그림과 동시가 어우러진 나만의 작품집을 만들어 볼 꿈을 키워보기로 한 것이다. 잠시 문화센터 강좌를 듣긴 했지만 대부분 혼자 그림을 그리며 독학으로 일러스트를 배웠다. 특색 있게 나만이 그릴 수 있는 것을 고민하다 똥그리를 그리게 됐고 2013년 여름 똥그리가 태어났다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한 컷에 간결한 메시지와 일러스트를 담은 똥그리는 바로 사람들의 마음을 사로잡았다. 보는 것만으로 미소 짓게 만드는 덕분에 남녀노소 누구나 좋아하는 작품이 됐다. 그러나 똥그리는 쉽게 표현할 수 있는 작품은 아니라고 한다. 박월선 작가는 “<span class='quot0'>얼굴에 코와 입이 없어 자칫하면 의도하지 않았던 표정이 나오거나 다른 느낌의 작품이 완성되기도 한다</span>”며 “<span class='quot0'>눈만으로 똥그리의 얼굴을 표현하기 때문에 선 처리가 섬세해야 한다</span>”고 전했다. 또한 “주제에 어울리는 동작이나 표정을 자연스럽게 그리기 위해 주의를 많이 기울인다”고 덧붙였다. <br/><br/><br/>똥그리는 SNS 세상에서 특히 더 인기다. 박 작가는 날마다 그린 똥그리를 밴드나 카톡 등에 올려 똥그리를 좋아하는 사람들과 소통하고 있다. 온라인 세상엔 국경이 없는 만큼 캐나다나 동남아 국가 등의 해외 팬들에게도 똥그리는 인기다. 최근엔 일본 팬들이 박 작가의 작업실을 다녀가기도 했다. 이런 활발한 소통을 통해 박 작가는 작품의 아이디어를 얻기도 한다. <br/><br/><br/>“똥그리를 그리기 시작하며 날마다 하루에 하나 이상의 작품을 그려보자고 제 자신과 약속을 했죠. 그렇게 날마다 그리다보니 아이템이 고갈될 때도 있어요. 그럴 때 어떤 똥그리의 모습이 보고 싶다는 지인들의 적극적인 요청이 작품 활동에 도움이 됩니다.” <br/><br/><br/>누구에게나 다정한 느낌을 주는 똥그리는 작가의 마음이기도 했다. 마음을 열고 똥그리를 좋아하는 사람들과 소통하며 차곡차곡 그려 온 작품들이 이제 전시회에서 관객을 기다리고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>각박한 삶에 기쁨과 위로를 전하며 <br/><br/><br/>똥그리 엄마가 되기 전 그는 동시 작가로 활동하며 창주아동문학상을 수상한 바 있다. 지금은 일러스트 작업을 하느라 동시를 많이 쓰지 못하지만 작품에 시적인 메시지를 담아내며 동시 쓰기를 대신한다. 동시를 쓰고 똥그리를 그리며 사람들의 동심을 자극해 감동을 주는 것이 그의 주된 일이다. <br/><br/><br/>똥그리 팬들 중 유독 30대 이상이 많은 것은 동심의 향수를 그리워하기 때문이다. 박월선 작가는 똥그리가 사람들의 삶에 위로가 되길 바란다. 그래서 미국이나 아시아의 암 환우를 위해 엽서 캐릭터 이미지를 제공하고, 병원 병실에 캐릭터 이미지를 선뜻 제공하고 있다. <br/><br/><br/>“어릴 적 추억이 어른들의 각박한 삶에 위로가 되듯이 똥그리가 사람들의 일상에 기쁨과 위로가 되길 바라는 마음입니다. 특히 몸과 마음이 아픈 분들에게 똥그리의 사랑이 전해졌으면 좋겠어요.” <br/><br/><br/>똥그리 작품을 통해 우리가 느낀 순수와 사랑, 동심의 감정은 박월선 작가가 세상에 전하고 싶은 메시지였다. 전시회를 앞두고 있는 요즘 그는 가족들이 잠든 늦은 밤 책상에 앉아 똥그리를 그리며 새벽을 맞이한다. 이렇게 완성된 똥그리를 밴드나 카톡에 올려 사람들에게 전하는 것으로 박 작가의 하루가 시작된다. 그리고 따끈따끈한 똥그리를 만난 사람들은 행복한 마음으로 새로운 일상을 시작한다. 이번 전시회에서는 똥그리 작품 80여점을 만나볼 수 있으며, 똥그리 이미지를 담은 머그컵과 에코백 등도 판매할 예정이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-356.txt

제목: [특별기획 '대한민국을 인양하라' | ④정부 안전대책, 원점부터 재검토해야] "안전혁신 마스터플랜은 말잔치 … 기업살인법부터 도입을"  
날짜: 20150417  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015041710017000487  
본문: "지난 1년간 말만 많았지 아무 것도 변한 게 없습니다." <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>세월호 참사 1주기를 앞두고 7일 서울 한성대에서 만난 박두용(53·사진) 한국안전학회 부회장의 말이다. 그는 노무현정부 시절 산업안전보건연구원장을 역임한 재난방재 분야 전문가로 손꼽힌다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>정부는 참사 후 해경을 해체하고 국민안전처를 신설하는 등 대대적으로 정부조직을 개편하고 최근에는 '안전혁신 마스터플랜'을 내놨다. 그러나 박 부회장은 "1년 전과 밑바닥은 하나도 안 바뀌었는데 위에서 요란한 말잔치만 벌이고 있다"며 답답해했다. <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> 박두용 한성대학교 공과대학 기계시스템공학과 교수. 산업안전보건연구원 원장, 노동부 정책자문위 위원, 정부혁신지방분권위원회 산업안전행정기능강화TF 위원 역임 사진 이재걸 기자<br/><br/><br/><br/> ■지난 1년간 체감되는 변화가 있나 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>말은 굉장히 많았다. 사회적으로 안전에 대한 경각심도 높아졌다. 그러나 변한 것은 별로 없다. 정부가 내뱉은 그 많은 말들이 어디로 갔나. 공허하다. 상대가 없는 말이었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■'안전혁신 마스터플랜'이 나왔다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>검토해 봤다. 많은 내용을 포함하고 있었다. 대부분 옳은 얘기들이었다. 그러나 '맥락'이 없었다. '이게 문제니까 이걸 고치자' 하고 집어내는 게 없이 다 문제고 다 고쳐야 하니 다 노력하자는 내용이었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>실제로 이 플랜을 보면 '모든 유형' '전 과정' '국민 다 함께' 식의 표현 투성이다. 옛날에 하던 '무재해 운동'과 비슷하다. 말이 그럴싸해 반박하기 어렵지만 사실은 문제의 초점을 흐려 진짜 문제가 뭔지 모르게 만들어 놨다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■어떻게 접근했어야 하나 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>세월호와 이를 전후한 재난성 사고를 하나하나 놓고 문제를 따졌어야 했다, '세월호의 문제'가 뭐였냐는 핵심 키워드를 찾아냈어야 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>몸이 좀 안 좋은 사람에게는 밥 잘 먹고 운동 열심히 하라는 처방이 맞다. 그런데 이번 정부 대책은 암환자나 다리 골절 환자에게 똑같은 처방을 하는 격이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■정부는 재난을 예방하겠다고 한다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>일상적 사고는 사회가 정상적인 상황에서 일상적 대응 시스템으로 막는 거다. 반면 세월호처럼 일상적 대응 범위를 넘어선 사고는 예방이 안되니까 재난이라고 하는거다. 그런데 정부는 이 두 가지를 헷갈려 하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■예방과 재난대응, 얼마나 개선됐나 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>세월호는 선박이 출항하기 전에 이미 위험을 내포하고 있었다. 그걸 안 고치면 사고를 예방하기 어렵다. 그런데 재난이 나고 나서는 구조시스템이 없었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지금도 이 두 가지가 하나도 해결이 안 됐다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지금도 평형수, 고박, 승선인원 체크, 구명정, 탑승시 안전교육이 제대로 이뤄지지 않고 있다는 보도가 이어진다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>출동시스템이 어떻게 개선됐는지, 해경 인원 늘었는지, 경비정 구조시스템이 확보됐는지 이런 게 수치로 확인돼야 하는데 아직도 제대로 안 되고 있다. '안전다짐대회'가 아니라 '안전보고대회'를 열었어야 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■국민 안전교육을 강조하고 있다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>원인을 잘못 짚고 있다는 뜻이다. 일반 국민 안전의식 문제가 아니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>(안전혁신 마스터플랜을 펼쳐 보이며) 여기 보면 '일반국민에 대한 안전관련 교육홍보가 부족하다'면서 대구지하철 참사를 사례로 들었다. 전동차 비상개폐 방법을 시민들이 몰라 사람들이 죽었다는 말인데 기가 막히다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>당시 방화범이 1079열차에 불을 냈다. 기관사가 불을 못 꺼서 대피를 시켰다. 그런데 반대로 들어오던 1080열차가 이 사실을 전해 듣고는 차를 세웠다. 승객들에게 "잠시 대기중이니 기다리라"고 했다. 그러다 정전이 됐다. 불이 번지고 정전으로 아무도 꼼짝 못하게 되자 기관사들은 키를 뽑고 승객들을 방치한 채 먼저 나왔다. 세월호 때와 판박이다. 기관사의 지시를 따른 승객들은 틀리지 않았다. 지시가 잘못된 거다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>세월호 때 직원들도 누가 학생들을 구했느냐. 교사도, 직원도, 물들지 않은 사람이 나섰다. 끝까지…. 안전교육은 이미 충분히 돼 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지금이 어떤 시대인데 20년 전 사례로 교육부족을 들먹이나. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■다른 나라들은 어떤가 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>재난이 매일 벌어지는 게 아니고 가끔 벌어진다. 다른 나라의 경험이 중요하다. 선진국들은 누적된 경험을 토대로 대책을 수립해왔다. 그런데 미국이 911 나고 나서 국민교육 강화했나. 영국에서 대형사고 나고 국민교육 했나. 아니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>우리는 정작 고쳐야 할 법은 안 고치고 국민에게 책임을 전가하는 꼴이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>안전은 혁신이 없다. 기발한 아이디어 없다. 기본(원칙)이 중요하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그런데 우리가 대안으로 내세우고 있는 것들이 보편적이지 않은 게 많다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>국민안전교육진흥기본법 만들겠다, 안전기준등록 심의 및 관리에 관한 법률 만들겠다…. 발상 자체가 굉장히 탁상행정의 전형이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■국민안전처는 제 역할을 할까 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>모든 부처에서 하고 있는 안전을 다 등록해서 관리하겠다는 건데 불가능하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>법에는 기본 법칙이 있다. 보호법익. 이에 따라 주체를 관리하는 거지 객체를 관리하는 게 아니다. 관리 대상자에 따라 기준이 달라질 수밖에 없다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>사람과 조직이 무슨 책임을 갖고 무슨 행동을 해야 하는 건지가 핵심인데. 이걸 망각한 발상이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>화학물질 기준을 만들어도 실질적 관리주체가 없는 '주객전도' 현상이 벌어지게 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■정책방향을 어떻게 가져가야 하나 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>위험도 '생산자'가 있고 '노출자'가 있다. 안전관리 핵심은 위험생산자에게 위험관리를 맡기는 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■'유병언법'이 그런 목적 아닌가 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>취지는 옳지만 처분이 '사후적'이라 현실적으로 잘 작동하지 않을 것이다. 일단 사고 벌어지고 나서 추적한다는 것은 너무 늦다. 대부분의 기업들에게 별 위협이 되지 않는다. 사람도 조직도 자기들이 사고를 겪을 것이라는 기대치가 낮으므로 위협이라고 생각 안 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>또 이렇게 법 만들어놓으면 빠져나갈 구멍도 생긴다. 등기이사 등록 안하는 식으로 책임 피하는 게 대표적이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■실효성이 있으려면 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>두 가지가 필요하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>하나는 예방 차원에서 위험을 일으킬 수 있는 행위를 할 경우 영업행위 자체를 막는 것이다. 영업중지 또는 작업중지 처분으로 경제적인 책임을 물어야 한다. 영업익을 몰수하는 과징금을 물리는 방법도 있다. 유사사례가 화학물질 관리법이다. 영업정지만 하면 제3자도 피해를 보니까. 급박한 위험이 지나면 영업정지 풀어주되 과징금을 몰수토록 돼 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>다른 하나는 기업살인법 도입이다. 조직의 의사결정에 영향을 미친 사람을 처벌하거나 조직을 형사처벌하고 경제적 제재를 가하는 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>특정 개인에게만 처벌을 하면 실효성이 낮기 때문에 법인에 대한 처벌이 어떤 식으로든 들어가야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■일반 주주가 피해를 보므로 개인에게 책임을 물어야 한다는 주장도 있다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>형법에서는 범죄를 저지를 행위능력이 있는지, 그리고 책임질 능력이 있는지를 따진다. 영미법은 법인에 책임능력이 있다고 보고 대륙법은 없다고 본다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그런데 기업범죄라는 게 개인에게 책임을 물을 수 없다. 바지사장이 너무 많아 조직의 범죄를 다스릴 수 없다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그리고 몇 사람이 의사결정 내렸는데 주주가 왜 피해봐야 하느냐는 건데 사실은 그래야 주주들이 감시한다. 특히 대주주. 조직에 처벌해야 실질적 대주주가 책임을 지게 된다. 현장 소장 처벌하고 공장장만 처벌해선 꿈쩍도 안 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■교통사고는 개인 책임이다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>사실이다. 순전히 개인의 행위에 의한 것이기 때문에 가능하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그러나 조직에 의한 안전범죄는 개인을 처벌하지 않는 쪽으로 가는 게 추세다. 보통 사람이 어디 속해 있으면 개인책임으로 돌리기에 맞지 않다. 시스템의 문제인 경우가 많다. 조직이 위험을 부추기는 시스템으로 돌아가면 개인으로서는 그 안에서 할 수 있는 게 거의 없다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>초점을 개인에게 맞출 거면 형법상 과실치사상으로 다스리면 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>안전관리법이 형법상 업무상과실치사상이 있어도 따로 두는 것은 안전이 개인문제로 보기 어렵기 때문이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■안전관리법이 적용된 사고가 별로 없어 보인다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>대림폭발사고, 구미불산사고, 삼성, 현대제철…. 모든 사고가 업무상 과실치사상으로 처리됐다. 안전관리법이 유명무실한 상태다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>세월호 선장 물론 잘못했다. 변명의 여지없다. 그런데 출항할 때 고박 않고 평형수 빼고, 승선인원 확인 않고 한 것까지 이들에게 책임 물을 수 있냐면 그건 아니다. 구조적 문제가 해결되지 않는다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■별도의 법이 더 필요한가 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>법은 이미 있다. 집행체계, 즉 손발이 제 기능을 해야 한다. 법과 집행기관을 따로 놓고 볼 수 없다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>위험은 세 단계로 볼 수 있는데 단계마다 관리주체와 방식이 다르다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>먼저 모든 상품과 서비스는 '잘못 만들어서' 생길 수 있는 위험을 방지하기 위해 각종 검사와 인증을 한다. 한 번만 하면 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그런데 아무리 상품을 잘 만들어도 두 번째 사용·소비단계에서 위험이 생긴다. 이를 책임지고 관리하기 위해 환경·식품·산업·교통·생활안전 5가지 부문에서 각 '청' 단위의 집행기관들이 상시감시체계를 가동하고 있다. 이 집행기관들에게 정확하게 역할을 주고 책임을 지게 하면 될 일이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■세 번째 단계는 뭔가 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>사고 발생 이후다. 크게 육상과 해상으로 나뉜다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 단계에서는 사고의 규모에 따라 보고체계가 위로 올라갈수록 집중돼야 한다. 911 때 뉴욕소방서장이 상황을 일사불란하게 통제할 수 있었던 게 이 때문이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>우리는 가지뻗기 식으로 오히려 보고체계가 분산되는 형태다 보니 지난해처럼 우왕좌왕했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■사용·소비단계 위험은 어떻게 관리해야 하나 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>현재 감시체계가 잘 작동하지 않고 있다. 식품·산업안전도 음주·뺑소니 교통사고처럼 가중처벌 해야 하는데 조직에 대해선 하지 않고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>위험관리는 교통사고의 예를 확대적용할 필요가 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>음주나 뺑소니처럼 정말 해선 안될 '나쁜 사고(위험)'를 하나씩 정해 가중처벌하는 거다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>선박사고의 경우 모든 걸 한꺼번에 고치긴 어렵다. 그러므로 승선인원·과적 허위신고, 평형수 빼기 등을 순차적으로 '나쁜 사고'로 규정, 영업정지 등 엄중조치를 해나가면 된다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이건 온전히 정부 집행기관 몫이다. 정부는 안전교사를 만들겠다는데 교사가 선령 확인하나, 증개축 확인하나, 평형수 확인할 건가. 도대체 이해가 안 간다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■집행기관들이 제 몫을 하려면 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>각자 자기 일을 할 수 있게. 전문화하고 독립성·지속성을 담보해야 한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>국민안전처는 5대 영역을 모두 섞어놓은 건데, 오히려 따로 분리시켜야 한다. 경계와 책임을 명확히 해야 협업이 이뤄진다. 애매하게 벽만 허물어놓으면 자기 정체성 가지려고 더 싸운다. 중복과 사각지대가 필연적으로 생긴다. 나중에 보면 뻥 뚫려 있고 어느 부분은 겹친다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>안전은 일원화가 불가능하다. 안전처가 다 할 수 없다. 서류만 왔다갔다하다 말 거다. 국민안전처를 왜 상시조직으로 뒀는지도 의문이다. 일 년에 한 번 날까 말까 하는 참사 때문에. 각 재난별로 기구가 짜여져야지 위에 비대한 기구를 둘 필요가 없다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>■안전에 대한 국민요구에 정부가 못 따라오는 것 같다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>약간의 혼돈상태다. 한편으로는 안전대책이 오히려 후퇴했다고 본다. 문제도 호도되고. 비대한 조직 만들어 말잔치를 벌일 게 아니라 각각의 기관들의 관리대책을 정밀하게 다듬어야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-357.txt

제목: 보험사, 퇴원환자 보험금 지급 거절  
날짜: 20150415  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015041510016969110  
본문: 최근 '메리츠화재' 등 일부 민간보험사가 입원환자 퇴원시 처방·조제받은 표적항암제 비용에 대한 실손보험금 지급을 거절하고 있다. 이를 항의하며 14일 해당 암환자와 환자단체는 금융감독원 앞에서 항의시위에 들어 갔다. 암환자는 병원에 통근하면서 장기치료를 받는 경우가 대부분이다. 그런데 보험사들은 입원제비용명목으로는 퇴원 후 보험금을 지급하지 않겠다고 밝히고 있다. 실손보험을 들고도 보험혜택을 보지 못하는 비정상적 상황이 나타나고 있는 것이다. 금융당국의 대책이 시급하다. <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> 14일 표적항암제 복용하고 있는 김 모씨와 안기종 환자단체대표 등이 금융감독원 앞에서 퇴원환자에게 표적항암제 실손보험금 미지급하는 보험사에 항의하고 있다. 사진 환자단체연합제공<br/><br/><br/><br/> 한국환자단체연합 등 관계자에 따르면 '메리츠화재'는 지난해 3월경 말기 폐암치료제 '잴코리'가 경구용(먹는) 표적항암제라는 이유로, 폐암환자에게 이미 지급한 보험금 2천여만 원의 반환청구와 앞으로 지급해야할 보험금에 대한 채무부존재확인 민사소송을 제기했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>해당 환자는 "병원치료 모두 혜택을 주겠다고 광고하고, 혜택보지 못하는 부분은 분명히 표시했다. 그런데 입원제비용 등은 불분명하게 표시하고 정확히 설명하거나 알리지 않았다"며 "기존에 지급하던 비용을 지급하지 않는 것은 보험사기가 아니냐"고 항의했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>반면 '메리츠화재' 등 일부 민간보험사는 폐암치료제 '잴코리'와 같이 표적항암제의 경우 '병원에 입원해 처방도 받고 처방받은 병원에서 복용까지 한 경우에만 보험금을 지급하겠다'는 입장이다. 메리츠화재 관계자는 "환자가 처방받은 병원에서 퇴원해 요양병원에서 진료받은 상태에서 입원제비용항목으로 청구해 반환소송을 하게 된 것이며 요양병원 진료를 퇴원상태로 본다"고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>민간보험사의 주장처럼 암환자의 실손보험금 지급을 병원에 입원한 상태에서 처방받고 복용까지 한 경우로 한정한다면 여러 문제가 발생한다. 우선 한 달 몇 백만 원에서 1000만원이 넘는 약값을 지불할 능력이 없는 저소득층 암환자는 실손보험금 혜택을 받기 위해 퇴원하지 않고 계속 병실에 있어야만 한다. 또 불필요한 입원으로 암환자는 정신적·육체적 고통이 가중될 것이고, 병원은 입원실 부족으로 위독한 다른 환자의 치료기회를 놓칠 것이며, 입원료 등 막대한 건강보험 재정도 낭비될 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>환자단체는 "최근 표적항암제 등 고가약이 늘어 나자 보험사들이 보험금 지급액을 줄이기 위해 기존에 지급해 오던 퇴원후 약값을 지급하지 않고 있다"며 "표적항암제를 복용하는 말기 암환자들은 질병을 치료받기 위해 병원에 입원하는 것이 아니라 실손보험금을 받기 위해 병원에 입원해야 하는 상황을 민간보험사가 만들고 있다"고 지적했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이학영 의원(새정치민주연합)은 4월 7일 금융감독원 업무보고 때 진웅섭원장에게 입원환자 퇴원시 먹는 표적항암제 실손보험금 지급을 거절하고 있는 일부 민간보험사의 행태를 지적했다. 지난해 10월 24일 김용익 의원(새정치민주연합)은 2013년부터 2017년까지 4대 중증질환 등 건강보험 보장성 확대 결과, 실손형 민간보험사가 2조5379억 원의 반사이익을 얻을 것이라고 발표했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>안기종 환연 대표는 "천문학적인 이익까지 챙기는 민간보험사가 의학의 발전으로 말기 암환자가 남은 인생을 가정에서 보내는 기회까지 빼앗는 것은 반인권적인 횡포"라며 "진행중인 민사소송을 취하하고, 국회와 금융감독원은 '입원환자 퇴원약 실손보험금 지급거절' 문제에 대한 해결책을 마련할 것"을 촉구했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-358.txt

제목: 자궁암 백신 얼마나 효과 있나?  
날짜: 20150412  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015041210016969043  
본문: -비엠산부인과 정인광 원장 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>중학생이 된 딸아이를 키우는 이미란씨(가명 사동거주)는 요즘 딸아이 자궁암 예방백신을 맞아야 하는지 걱정이 많다. 지난해 초경을 시작한 딸. 아이에서 여자로 성장해 가는 딸을 볼 때마다 기쁨보다 걱정이 더 크다. 적지 않은 예방백신 비용도 부담스럽지만 효과에 대한 부정적인 소문과 부작용 우려에 선뜻 산부인과를 찾지 못하고 있다. 이 씨처럼 두 번째 탄생을 시작한 딸을 키우는 엄마들의 고민. 여성에게만 찾아오는 질환에 대해 알고 예방하는 법은 없을까? 딸아이가 태어났던 병원 비엠 산부인과를 찾아 정인광 원장에게 자궁암 예방백신 등 궁금한 점을 물었다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>자궁암 백신 꼭 맞아야 하나요? <br/><br/><br/>다른 암들이 정확한 암의 원인을 찾지 못하지만 자궁암은 다른 암들과 달리 정확한 원인이 밝혀진 몇 안 되는 암이다. 자궁암은 자궁 속에 들어온 몇 종류의 바이러스가 암을 발생시키는 것으로 알려져 있다. 따라서 이 바이러스에 대한 항체가 몸 속에 만들어져 있다면 충분히 암 예방이 가능하다는 것이다. <br/><br/><br/>이에 대해 정인광 원장은 “자궁암은 헤르페스 II형 바이러스나 인유두종 바이러스(HPV)의 감염과 관련이 많은 것으로 알려져 있다. 특이 자궁경부에 바이러스가 들어오면 자궁경부 종양 발생 위험도는 10배 이상 증가하는데 백신을 처방받으면 자궁암을 일으키는 바이러스 중 80%에 대해 면역력이 생기기 때문에 예방할 수 있다”고 말한다. <br/><br/><br/>그렇다면 언제부터 맞히는 것이 좋을까? 세계보건기구인 WHO는 만 9세부터 13세 모든 여아에게 자궁경부암 애방 접종을 할 것을 접종을 권하고 있다. 특히 예방 효과를 높이기 위해서는 첫 경험을 하기 전 접종을 하는 것이 좋다. 나이가 어릴수록 성 경험 이전일수록 효과가 좋은 것으로 알려져 있다. <br/><br/><br/>정 원장은 딸 뿐만 아니라 평균수명이 길어지면서 30대 중반에서 40대 중반 주부들에게도 자궁암 백신을 효과가 있다고 설명한다. <br/><br/><br/>“임상보고된 사례에 따르면 만 45세 여성도 예방백신을 맞고 항체가 발견됐다. 자궁암은 노인에게서도 발견되는 질환인 만큼 백신으로 예방한다면 훨씬 더 건강하고 만족한 생활을 할 수 있을 것”이라고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>부작용과 비용은 얼마나? <br/><br/><br/>자궁암 백신 부작용은 없을까? 자궁경부암 예방접종을 하면 일시적인 통증과 미열 근육통이 생길 수 있지만 다른 백신에 비해 부작용이 적은 편이다. <br/><br/><br/>“국내에서는 이렇다 할 부작용 사례가 접수된 것이 없고 일본에서 신경 마비나. 염즘 등 부작용을 호소한 사례가 있지만 대부분 예방백신과 직접적인 연관이 없는 것으로 밝혀졌다. 효과에 비해 부작용은 크지 않은 편이다” <br/><br/><br/>현재 시중에 판매되는 자궁암 백신은 ‘가다실’과 ‘서바릭스’. 국내 백신이 아니기 때문에 비용이 비싼 것이 단점이다. <br/><br/><br/>1회 예방접종 비용은 15만원 수준. 총 3회 접종을 위해서는 45만원이 든다. 예방 접종은 일반 예방주사처럼 팔 근육에 주사하게 된다. 이른 나이에 접종을 시작하면 2회 만에 항체가 발생해 비용을 줄일 수도 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>성인이 되면 3년마다 정기검진으로 자궁암 예방 <br/><br/><br/>여성이 성인이 되면 3년마다 정기적인 자궁암 검사는 필수다. 자궁암은 유전인자보다 성경험에 영향을 많이 받는 질환이다. 외국의 역학 조사에 의한 성적으로 활발한 여성의 50%가 2년 이내에 HPV 바이러스 감염이 일어난다고 한다. 바이러스에 감염되면 일정 시간이 흐르면 암으로 발전할 가능성이 높아진다. <br/><br/><br/>“자궁경부암은 정기적인 검사만으로 예방이 가능하다. 이는 암으로 발전하는데 걸리는 시간이 길고 암전구 병변을 진단할 수 있는 간단한 선별검사 방법과 치료방법이 있기 때문에 암 전단계에 발견 치료할 경우 100% 예방할 수 있다” <br/><br/><br/>이 때문에 국립암센터는 최근 ‘자궁경부암 검진 권고안’을 공개하고 만 20세 이상 무증상 여성을 대상으로 3년마다 정기검진을 시행할 것을 권고하고 나섰다. <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>통계적으로 자궁 입구에 암이 생기는 자궁경부암은 40세부터 50세, 자궁체암은 갱년기 전후의 50세부터 55세 정도에서 더 많이 발견되는데 정상세포가 암으로 변화되기까지는 5년 이상 걸리므로 정기적인 검사를 통해 발견할 수 있다</span>” <br/><br/><br/>40세 이상 여성을 대상으로 2년마다 실시하는 국민건강보험공단 암검진만 잘 활용해도 자궁암 예방 효과는 높다. 자궁암 검사는 짝수해 태어난 사람은 짝수해, 홀수해 태어난 사람은 홀수해에 검사받을 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-359.txt

제목: [주말을 여는 책 | 담바고 문화사] 담배로 아로새긴 조선문화 y300년  
날짜: 20150403  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015040310016845316  
본문: 안대회 지음 / 문학동네 / 3만원<br/><br/> <br/><br/>담배 싫으시죠? 그럴 겁니다 암을 비롯한 만병의 근원. 게다가 피우는 사람만 손해를 보나요, 간접피해 또한 심각하지요. 뿐만 아니라 그 악취에 연기, 지저분하게 날리는 담뱃재까지. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇게 백해무익한 담배 이야기를 왜 하려 하느냐고요? 그래도 담배는 우리의 전통, 우리 삶에 빼놓을 수 없는 일부이니까요 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>흡연을 예찬하자는 게 아닙니다. 17세기 초 국내에 들어 온 뒤로 우리 문화와 경제에 지대한 영향을 미친 담배, 그 역사를 한번 정리해 보자는 겁니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>지은이는 성균관대 한문학과 안대희 교수. 정갈하면서도 또렷한 말투로 학문의 세계를 쉽게 풀어나가는 고급스러운 이야기꾼. 안교수가 소개하는 담배의 세계를 함께 거닐어 볼까요. 재미는 물론 보장합니다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>정조 '온 백성 흡연'을 꾀하다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>조선 정조 20년(1796년) 11월18일 왕은 과거 시험의 한 과목인 책문(策問)에 어떻게 하면 모든 백성에게 담배를 피우게 할 것인가 그 방안을 제시하라는 문제를 내었다. 정조는 "온갖 식물 가운데 유익하기로 남령초만한 게 없다"면서 백성에게 그 혜택을 확산해야 함을 강조했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>영명한 군주로 기억되는 정조가 이처럼 이상한 시책을 왜 시도했을까. 정조는 지독한 골초였다. 창덕궁 후원에서 담배를 재배해 신하들에게 나눠 주었다. 문신에게 시(詩) 창작을 시험할 때는 승지에게 담배를 한 대 피우라 하고 그 사이에 시를 짓도록 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그는 골초가 된 이유를 스스로 밝혔다. 젊어서부터 다른 취미 없이 책읽기에만 몰두했더니 마침내 가슴속이 꽉 막히는 고질병에 걸렸다, 백약을 써도 효험이 없다가 담배를 피운 뒤로 가슴 막힌 것이 저절로 사라졌다는 것이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>의학 지식이 뛰어나 의학서 '수민묘전(壽民妙詮)'을 친히 편찬하기도 한 정조는 담배를 하늘이 내린 선물로 여겼다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이 땅에 담배가 들어 온 때는 1609년쯤이었다. 포르투갈 상인이 일본에 전하고, 일본이 다시 조선에 수출했다. 그래서 그 이름도 포르투갈어 'tabaco'에서 비롯돼 '담바고'라 했다. 이를 또 한자로 표기하는 과정에서 담파고 담파괴 담마고 등 여나믄 가지로 새끼를 쳤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>담배의 속성에 빗댄 남령초(南靈草=남쪽에서 온 신비로운 풀) 망우초(忘憂草=근심을 잊게 하는 풀) 등도 식자층에서 두루 쓰였다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>담배는 폭발적인 인기를 끌었다. 일본 상인이 처음 들여오면서부터 만병통치약인 양 선전했기 때문이다. 그러나 근본적인 원인은 따로 있었다. 당시 조선 백성에게 기호품이란 술과 차가 전부였다. 그런데 차는 그리 인기가 없어서 오로지 술이었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>담배가 등장하자 술의 위상은 단박에 떨어졌다. 위로는 고관대작에서 아래로는 마부까지, 심지어는 아낙네나 어린애도, 담배는 지위와 신분, 성별과 나이, 직업과 빈부의 차이를 떠나 누구나 즐기는 대중의 기호품이 되었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>담배 앞에 모든 이는 평등했다. 유사 이래 그같은 기호품은 존재한 적이 없었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>춘향·몽룡 첫날밤은 '담배 권하기'부터 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>담배는 또 '사랑의 묘약'이기도 했다. 고전소설의 최고봉인 '춘향전'은 이본(異本)이 100종 넘을 정도로 다양하게 변주됐다. 그런데도 대부분 공통적으로 묘사한 부분이 있으니, 첫날밤 춘향이 이도령에게 담배를 권하는 장면이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이도령이 밤에 찾아 와 방에 마주 앉자 춘향은 담배부터 권한다. 전국에 유명하다는 담배는 다 꺼내놓고 그 가운데 하나를 택해 꿀물에 촉촉이 적신다. 이어 대통에 꾹꾹 담아 불붙인 뒤 단순호치(丹脣皓齒)로 빠끔빠끔 빨고는 항라 치마에 아드득 씻어 이도령에게 건넨다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>조선의 흡연 문화는, 담배를 종이에 말아 피우는 궐련이 아니라 썬 담뱃잎을 담뱃대에 담아 피우는 장죽(長竹)문화였다. 초기엔 너나없이 맞대놓고 담배를 피웠으나 점차 예법이 생겼다. 윗사람 앞에서 아랫사람은 못 피웠고 여자·어린아이는 숨어서 피워야 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>담뱃대 길이는 권위와 힘에 비례해 길어져 갔다. 다만 기생은, 미천한 신분에 여자였어도 예외였다. 기생이 고관대작 못잖게 긴 장죽을 비스듬히 문 모습은, 숱한 문학작품에서, 혜원 신윤복의 그림에서 자연스레 색정을 내비쳤다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>담배는, 비단 조선의 문화에만 큰 영향을 미친 건 아니었다. 임진·병자 양란을 거쳐 피폐해진 경제에 구세주 구실을 톡톡히 했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>처음 일본에서 들어온 담배는 머잖아 조선 전국에 뿌리를 내렸다. 그리고 그 생산량의 많은 부분이 청나라로 수출됐다. 병자호란으로 조선 땅을 침범한 청나라 군대는 전쟁 통에도 조선 담배에 맛을 들였다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이후 담배는 청 제국이라는 거대한 시장을 가진, 수출의 첨병이었다. 예컨대 1640년-담배 도입 후 불과 30년쯤 지났을 때다- 청은 명나라를 공격하고자 조선에게 원병을 요청했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>조선은 임경업 장군을 대장 삼아 파병하는데, 임 장군은 특이하게도 담배를 잔뜩 싣고 갔다. 군량미가 떨어지자 그는 담배를 팔아 비용을 대는 것은 물론이고 그때 청나라에 끌려가 있던 소현세자 일행에게 돈을 바쳤다. 더구나 남은 돈은 조정에 보고한 뒤 조선 땅 의주에 보낼 정도였다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>양란 후 조선경제, 담배가 살렸다 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>경제재로서 담배의 위상은 그러했다. 청이 패전국에게 요구한 물질적 보상을 충당한 것은 기본이었고, 도리어 청의 재화를 끌어모았다. 담배 수출로 조선에는 은화가 넘쳐났다. 담배는 등장 이래로 20세기에 이르기까지 산업에서 중추적인 위치를 벗어나 본 적이 없었다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>조선시대에 담배가 마냥 긍정의 대상이었던 것만은 아니었다. 지난 연말 담뱃값 인상을 둘러싸고 벌어진 논쟁은, 담배 도입 초기부터 있어 왔다. '담배 유해론'이 간단없이 제기됐고 담배 금지령을 내려야 한다는 주장, 상소도 끊이질 않았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>하지만 담배의 재배, 유통을 금하기에는 그 산업 규모가 너무나 컸다. 신분사회인 조선에서 담배가 가진 평등성을 지지하는 심성 또한 사그라지지 않았으리라. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이제 담배는 인류의 건강을 해치는 암적 기호품이자 공공장소에서 퇴출해야 할 혐오품으로 내몰린다. 담배가 '기호품 으뜸'의 자리를 술에게서 빼앗았듯이 지금은 커피에게 슬슬 밀리고 있기도 하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>그렇더라도 담배가 조선조 300년 동안 남긴 유산이야 보듬고 사랑해야 하지 않겠는가. 그건 '우리 것'이므로. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-360.txt

제목: 텃밭은 살리고, 암은 죽인다  
날짜: 20150331  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015033110016819197  
본문: 서울 강서구가 실시하고 있는 '한빛 뜰 가꾸기 사업'이 <br/><br/><br/>암환자들에게 새로운 희망이 되고 있다. <br/><br/><br/>강서구는 지난해 이 사업에 참여한 65명을 대상으로 설문조사를 실시한 결과 95% 이상이 '매우 만족했다'고 답했으며 '재입소를 희망한다'는 의견도 많았다고 31일 밝혔다. 또 92%는 우울감과 스트레스를 해소하는데 크게 도움이 됐다고 답했으며, 재활의지도 높아졌다고 밝힌 응답자도 많았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>한빛 뜰 가꾸기 사업이 암환자들로 하여금 불안한 정서를 안정시키고 삶에 대한 긍정적인 시각을 이끌어냈기 때문이라고 구는 설명했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>'한빛 뜰 가꾸기 사업'은 암환자들이 보건소 옥상 텃밭에서 작물을 직접 기르며 몸과 마음을 치유하는 사업이다. 구는 지난해 자치구 최초로 텃밭을 활용한 정서체험 프로그램을 시작했다. 보건소 옥상에는 27㎡ 규모의 텃밭, 7개의 텃밭상자가 마련돼 있다. <br/><br/><br/>구는 재가암 환자를 대상으로 9일까지 참여자를 모집하고 10일부터 본격적인 사업에 들어간다. 상·하반기로 나누어 총 60명을 모집, 운영할 계획이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>참여자들은 주1회 이상 보건소 옥상텃밭에서 상추 배추 무 등의 다양한 채소를 키우며 심신의 안정을 찾게 될 전망이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>구 직원들로 구성된 도시농업 연구동아리 '푸른도시樂(락)'이 채소 가꾸기, 텃밭 경작법 등을 교육하고 현장실습 활동을 지원한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>암환자들의 자가건강관리법 교육은 물론 영양상태를 개선하기 위한 이론교육도 중간중간 진행된다. 교육 후에는 직접 가꾼 채소 수확물로 음식시연회도 열어 식이요법에 대한 관심도 높인다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>구는 텃밭 가꾸기가 생명을 가꾸는 과정에서 암환자의 삶의 질 개선은 물론 전반적인 치료 성적 향상에도 도움이 될 것으로 기대하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>구 관계자는 "환자들은 수확한 작물로 직접 요리까지 하면서 심리적 안정을 찾아가고 있다"며 "올해도 많은 분들이 사업에 참여해 삶의 활력을 찾길 기대한다"고 말했다. 접수문의 02-2600-5894 <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-361.txt

제목: 전립선 비대증과 과민성 방광  
날짜: 20150326  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015032610016819781  
본문: 비뇨기과를 처음 내원하신 할아버지가“소변줄기도 약하지만 밤에 화장실 가느라 잠을 못 자” 라고 말하신다. 경직장 전립선 초음파, 수지 검사 등을 마친 후 전립선에 대해 설명과 진단 후 진료실 밖으로 나가시려는 순간, 옆에 계시던 할머니가 한 말씀 하신다.“이 영감 때문에 잠을 잘 수가 없어요. 하룻밤에 네댓 번씩 잠을 깨는데 옆에서 잠을 못 자겠어.” “나도 자다가 계속 화장실을 가요. 이 영감하고 같이 약 먹어도 되나요?“ 할아버지, 할머니 부부 내외가 잠자리 마다 힘들었을 기간이 그려진다. 빈뇨, 야간뇨 는 남성 여성 모두 나타날 수 있는 증상이며 남성의 경우 전립선비대증과 그로 인한 방광 자극이 원인이 될 수 있으며, 여성의 경우는 과민성방광이 원인이 될 수 있다. <br/><br/><br/>집에서는 화장실을 자유로이 갈 수 있지만, 두 분이 번갈아 가며 화장실에서 시간을 보낸다. 외출시에는 화장실을 찾느라 불안해 진다. 마렵지도 않지만 실수라도 할까봐 미리 화장실을 가게 되고 얼마 없는 소변을 쥐어짜며 보게 된다. 고속버스라도 타면 휴게소에 도착하자 마자 부부 내외는 곧장 화장실로 향한다. 겨우 요절박은 해결하지만, 할아버지는 한참 후에야 볼 일을 마치고 나오고, 할머니는 급히 화장실을 가는 동안 속옷을 적셨다. <br/><br/><br/>저녁에 약주라도 하게 되면 5분, 10분 간격으로 화장실을 찾게 되고 막상 소변을 보고 싶은데 소변이 찔금 밖에 안 나온다. 새벽녘이 되니 아래배가 아파오고 불룩하다. 오줌보가 터질 것 같은 느낌에 식은땀도 절로 난다. 근처 병원 응급실로 달려가니 의사가 방광에 소변이 가득 찼다며 요도에 관을 넣어 소변을 빼내고 그 양이 너무 많아, 일주일 이상을 소변줄을 유지해야 될 지경이다. <br/><br/><br/>전립선비대증과 과민성방광은 이렇듯 남성과 여성의 잠자리를 시달리게 하고 삶의 질을 심각히 저하 시킨다. 전립선비대증은 전립선암과 증상만으로 구분이 어려워, 나이가 들면 그러려니 하고 “나만 그런 게 아니고 노인정 사람들 다 그래” 하고 넘길 것이 아니라 전립선 검사를 통해 암과 구별해야 하고 치료 및 예방법을 찾아야 한다. 여성의 과민성 방광의 경우, 방광염과 증상이 비슷하여 불필요하게 방광염 관련 약만 복용할 것이 아니라 비뇨기과에 방문해 진찰을 받을 필요가 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>도움글 타워비뇨기과 광진점김명준 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-362.txt

제목: 검찰, 경남기업 압수수색  
날짜: 20150318  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015031810016649720  
본문: 검찰이 경남기업에 대한 압수수색을 실시하면서 자원외교 비리수사 시위를 당겼다. 서울중앙지검 특수1부(임관혁 부장검사)는 한국광물자원공사와 경남기업의 광산 지분 거래와 관련해 경남기업을 전격 압수수색했다고 18일 밝혔다. <br/> <br/>검찰은 한국광물자원공사가 경남기업의 암바토비 사업 지분을 고가로 매입해 116억원 상당의 손실을 입힌 혐의(특경법상 배임)를 포착했다. <br/> <br/>또한 그 지분을 삼성물산과 현대컨소시엄에 저가로 매각해 회사에 총 932억원의 손실을 입혔다는 의혹도 수사중이다. <br/> <br/>암바토니 니켈광산 사업은 2006년 10월 한국광물자원공사가 컨소시엄을 구성해 마다가스카르의 암바토비 니켈광산 개발 사업에 1조9000억원을 투자하는 계약을 맺으면서 시작됐다. <br/> <br/>경남기업의 대주주는 이명박 전 대통령의 인수위 출신인 성완종 전 새누리당 의원이다.<br/><br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-363.txt

제목: 올바른 학원 사용법  
날짜: 20150315  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015031510016583750  
본문: 학원은 독인가? <br/><br/><br/>요 근래 들어 학원이 속된말로 ‘까이고’ 있다. 정부로부터는 공교육을 갉아먹는 존재인 동시에 지나친 가계지출을 야기시켜 국가경제를 좀먹는 존재로 규정된 지 오래이다. 교육학자들로부터는 학생들의 자기주도학습력을 떨어뜨려 이들의 창의성과 사고력을 떨어뜨리는 주범으로 지목되어 있다. <br/><br/><br/>심지어 최근 들어 유행하기 시작한 각종 교육컨설팅업체로부터는 ‘공포 마케팅과 장삿속으로 순진한 학생들과 학부모를 꼬드겨 돈이나 챙긴 뒤 나 몰라라 하는 사회의 암적인 존재’로 매도되기 일쑤다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>학원이 담당해 온 역할 <br/><br/><br/>물론, 특히 경쟁이 심한 특정 지역의 경우 많은 학원들이 학생과 학부모들의 경쟁 심리와 불안감을 자극하여 학생의 능력에 맞지 않는 불필요한 선행수업을 진행하여 오히려 학생들의 잠재력을 갉아먹는 행태를 보이고 있는 것은 주지의 사실이다. <br/><br/><br/>또한 당장의 학원 수강률에 연연하여 눈앞의 내신시험 성과를 얻기 위해 단순 암기 위주의 스파르타식 지도로 일관하는 학원들도 많은데, 이 경우 학생들이 당장은 성적이 오를지 모르지만 장기적으로는 이해/응용력이 전혀 계발되지 않아 고3이 되었을 때 수능/논술에 전혀 대응하지 못하는 ‘돌이킬 수 없는’ 결과를 초래하기도 한다. <br/><br/><br/>하지만 공교육이 턱없는 인프라 부족으로 인해 미처 완수해 내지 못한 역할들이 있어 왔고, 이를 학원들이 대신하여 수행해 왔다는 사실 또한 부인할 수 없는 현실 아닐까? 예전보다 많이 나아졌다지만 우리의 공교육은 여전히 ‘한 반에 40명 모아놓은 강의실에서 선생님이 미적분학 강의하시면 그 중 9~10명만 열심히 듣고 나머지 30명은 들러리나 서는’ 모습에서 크게 달라지지 않았음을 모르는 분이 계시는지? 공교육이 품어내지 못한 이 다수의 ‘들러리’ 들을 그나마 불러 모아 책상에 앉히고 문제 하나라도 더 풀게 하고, 공부 열심히 해야 한다고 잔소리 해주고, 성적 오르지 않는다고 함께 걱정해 주는 역할을 담당해 온 것이 바로 학원인 것이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>올바른 학원 사용법 <br/><br/><br/>어차피 공교육이 학생과 학부모의 눈높이에 맞는 인프라를 갖출 때까지 앞으로도 적지 않은 시간이 소요될 것이라면, 학원의 존재를 덮어놓고 비난하거나 강제로 억누르는 것보다는 차라리 이들의 역할을 솔직히 인정하고, 장단점을 냉철하게 분석하여 어떻게 하면 공교육과 함께 시너지를 낼 수 있을지 고민하는 것이 더 효과적인 사회적 논의의 방향이 될 것이다. <br/><br/><br/>학원은 공교육에 비해 소수정예화가 용이하므로 수준별 맞춤형 수업이 가능하다는 점이 장점인 반면, 영리기관인 관계로 교육의 단기적 성과에만 연연하기 쉽다는 점, 공교육에 비해 고급인력의 유입이 부족하여 교육 컨텐츠에 대한 연구개발 및 기초적인 기반연구가 별로 이루어지지 않는다는 점이 약점으로 꼽힌다. 반면 공교육 기관처럼 관료화 되어있지 않은 덕분에, 개발된 컨텐츠는 곧바로 실행이 가능하며, 교육환경 변화에 신속하게 대응할 수 있다는 점은 큰 장점이 된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>마지막으로, 학부모와 학생들에게 학원 선택 시 유의해야 할 점들을 소개한다. <br/><br/><br/>첫째, 자습시간과의 밸런스를 맞춰야 한다. <br/><br/><br/>월요일부터 일요일까지 매일같이 방과 후 3~4시간 씩 자녀를 학원으로 돌리는 경우가 흔히 있는데, 학습은 근본적으로 배우고(學) 익히는(習) 것이다. 한 시간을 배웠으면 그것을 스스로 익히는데 적어도 한 시간이 필요하다. 만일 월요일에 자습시간 없이 내내 학원 수업만 들었다면 적어도 화요일 하루는 방과 후 모든 시간을 자습에 할애하는 것이 효과적이다. 아니면 아예 수업 후 자습 또는 피드백 시간을 의무적으로 운영하는 학원을 선택하는 것도 한 방법이 될 것이다. <br/><br/><br/>둘째, 학원 수업시 개념 설명이 잘 되어 있는지 파악해야 한다. <br/><br/><br/>자녀에게 학원 수업 내용에 자주 물어보고, 만일 단순히 교재의 내용을 읽어주고 암기시키는 것에만 치중하는 수업이라면 피하는 것이 좋다. 교재의 내용을 깊이 파고들고, 이면의 원리를 설명하며 다른 단원과 자꾸 연결시키려는 강의를 하는 수업을 수강하도록 한다. <br/><br/><br/>셋째, 무분별한 선행교육을 강요하는 학원은 피하도록 한다. <br/><br/><br/>모든 교육의 기본은 ‘복습’이다. 현행학습이 충실히 이행되고, 앞서 배운 내용들 중에서도 대충 넘어간 모든 부분이 완전히 복습이 된 후에도 시간이 남으면 그때 고려해 보는 것이 선행학습이다. 또한 선행학습을 하는 목적 역시 미리 한 번 공부하여 나중에 현행학습이 사실상 ‘복습’이 되도록 만드는데 있는 것이다. 현행학습이 소화되지 않은 상태에서 행해지는 선행학습은 단지 시간과 노력만을 갉아먹는 것이 아닌, ‘학습 전체에 대한 밸런스’를 무너뜨리는 치명적인 결과가 될 수 있음을 명심해야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>미스터밥 수학학원 <br/><br/><br/>정윤성 고등부 팀장 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-364.txt

제목: 탐방-굿핸드  
날짜: 20150311  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015031110016560202  
본문:   <br/><br/><br/>현대인들은 너무 바쁘고 힘들다. 자신이 무엇 때문에 이렇게 치열하게 살고 있는지 목적을 잃고 일상을 반복하는 동안 몸은 지쳐간다. 한 번 망가진 몸과 마음을 회복하기는 쉽지 않고 많은 고통을 동반한다. 앞으로도 오래 써야할 나의 몸과 마음을 수기요법과 개인별 맞춤운동처방으로 좀 더 편안하게 만들어 줄 수 있는 곳, ‘굿핸드’를 찾아가 보았다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>몸과 마음의 응어리를 동시에 풀어 균형을 찾는다 <br/><br/><br/> 굿핸드를 찾는 사람들은 허리나 어깨, 목 등이 아파 정형외과에 가서 치료를 이미 받아보았거나 만성피로, 불면증, 암 수술 같은 큰 수술 후 관리를 받고 싶은 사람들과 비만, 측만증을 겪고 있는 사람들이다. 굿핸드를 방문하게 되면 우선 꼼꼼하게 사전체크를 한다. 몸의 여러 부위의 기능을 체크하는 것은 말할 것도 없고 현재의 정신 상태나 관심사까지 세밀하게 들여다본다. 정확한 사전 검사가 있어야 몸과 마음을 갉아먹고 있는 원인을 제대로 없앨 수 있다. <br/><br/><br/>원인을 알게 되면 이제 개인별로 맞춤 관리에 들어간다. 내장기, 근골격기, 두계부의 3가지 컨셉을 잡아서 수기로 잡아준다. 12경락을 각 장기별로 오가며 마사지를 하고 내장기와 근골격기의 틀어진 부분을 함께 바로 잡기 시작한다. 익히 알고 있는 추나, 카이프로락틱, 경락, 내장기마사지 등의 방법들이 복합적으로 들어가면서 뇌척수 액의 흐름을 원활하게 만들어 몸과 마음의 부담을 덜어준다는 원리다. <br/><br/><br/>이런 관리가 끝나가면서 운동요법이 들어간다. 운동요법도 큰 비중을 차지하고 있는데 그 이유는 관리 받는 것이 끝나도 본인이 스스로 자신의 몸을 체크하고 근력을 유지할 수 있도록 하기 위함이다. 운동은 러닝머신이나 자전거, 스트레칭 등을 통해 단계별로 몸에 익숙해질 수 있도록 만들어준다. <br/><br/><br/>몸뿐만이 아니라 대화와 상담을 통해 마음속에 쌓여있는 응어리와 스트레스를 풀어 심리적 안정감을 주려고 노력한다. 마음속에 담겨있는 부담을 털어버리면 그만큼 몸의 삐걱거림도 덜어낼 수 있다는 것이 박성수 원장의 지론이다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>20년 경력으로 대형병원에서 강의도 하고 국가대표 의무트레이너도 해 <br/><br/><br/> 굿핸드의 박성수 원장은 도수 물리치료나 근신경학 등의 공부를 했고 경력이 20년이 넘어가는 전문가다. 굿핸드에서의 치료 외에도 대형병원이나 운동처방사, 물리치료사들을 대상으로 강의를 활발하게 하며 후진 양성에도 힘쓰고 있다. 정원석 부원장은 국가대표선수단, 무용수, 무대에 서는 배우들의 의무 트레이너 일을 오랫동안 해 오고 있다. 몸을 격하게 많이 쓰는 운동선수들의 경우 몸의 협응 능력이 많이 떨어지고 기량이 부족해질 경우 전반적인 케어가 필요하다. 통증관리나 부상 후 재활 등에 탁월한 효과를 보이고 있는 편이다. 현장경험이 많아 사례마다의 데이터를 통해 시너지효과를 내고 있다. <br/><br/><br/>거동이 불편한 어르신이나 증세가 심한 사람의 경우 출장방문을 통해 관리를 해주기도 한다. 가정방문을 했을 때는 더 많은 이야기들을 나누면서 움직이지 못해 불편하고 불안했을  마음을 다스려주면서 다른 부분과의 균형을 맞추어 가는 작업을 한다. 집안에서 편안하게 여러 가지 관리들을 받으며 차분한 대화를 통해 몸과 마음의 안정감을 가져와 인기가 높다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>방치되었던 몸과 마음을 바로잡아 집중력까지 키워 <br/><br/><br/> 대장암 수술을 하고 남해에서 올라온 60대 후반의 어르신이 계셨다. 대장암수술이라는 큰 수술 후 배가 항상 불러있고 걷기도 힘들었는데 굿핸드의 관리 후 이동에 불편함이 없어지고 아랫배가 편안해졌다고 한다. 50대 중반의 주부는 재수하는 아들 때문에 불면증과 만성피로에 시달려 여기저기가 아파왔는데 굿핸드에서의 운동요법과 대화를 통해 마음속의 불만과 스트레스를 풀고 나니 이유 없는 통증이 사라졌다고 한다. <br/><br/><br/>이유 없는 두통이나 몸의 여기저기 나타나는 통증들은 심리적인 부분을 무시할 수 없다. 정신이 몸을 지배한다는 말이 있듯이 마음 깊은 곳에 맺혀있는 돌덩이들을 내려놓는 과정이 함께 필요한데 굿핸드는 몸을 풀어주는 과정 외에 정신적인 부분이 들어가 효과가 크다. 학업스트레스가 심했던 파일럿지망 고등학생의 경우도 30분도 책상에 앉아있지 못할 정도로 집중력이 약했었는데 이제는 3시간 앉아 공부하는 것도 거뜬하다고 한다. <br/><br/><br/>두통을 없애고 집중력을 키우는 훈련 이후 자신감이 높아져 학업 스트레스를 없애자 성적도 향상되었다고 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>내 몸을 사랑하고 돌아보자 <br/><br/><br/> 굿핸드의 장점은 비용을 투자해서 겨우 좋게 만들어 놓은 몸을 다시 고통스러운 처음으로 되돌아가지 않도록 제대로 된 관리를 한다는데 있다. 몸이 다시 불편해져도 가벼운 처치와 운동을 통해 제자리로 돌아갈 수 있게끔 스스로 몸을 체크할 수 있도록 만들어주는 프로그램들이 돋보인다. 평소에 나의 몸을 체크하고 관리하면 반드시 중요한 순간에 몸은 나에게 그 보답을 할 것이라고 굿핸드의 정 부원장은 강조한다. <br/><br/><br/>경력 많은 원장과 현장경험 풍부한 부원장의 체계적인 관리가 즉각적으로 몸의 변화를 느낄 수 있을 정도라고 한다.   <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-365.txt

제목: 현장취재 \_ 웃음댄스 수업현장을 찾아서  
날짜: 20150311  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015031110016560200  
본문: 새해, 새 학년이 시작됐지만 긴장의 연속이다. 정신없이 돌아가는 업무에 시달리는 직장인이나 자녀 뒤치다꺼리에 지친 주부들이 웃음을 잃고 살아간 지는 이미 오래다. 생각해 보면 내가 언제 호탕하게 웃어봤는지 기억도 나지 않을 정도다. 웃음은 의심을 녹이고 편견의 벽을 허물며 사람들에게 편안함을 줄 뿐 아니라 몸의 면역계를 강화시켜주고 혈액순환을 도와 소화기능을 향상시키며 몸속 노폐물까지 제거해주는 역할까지 한다. 생활 속에서 우울을 느낄 때 한바탕 웃음을 통해 삶의 활력을 찾는 웃음댄스 수업 현장을 찾았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>웃음 통해 자신감과 긍정적인 마음 길러 <br/><br/><br/>“하하 호호, 짝짝짝~” <br/><br/><br/>매주 목요일 오후 1시, 양천구 신정1동 주민 센터 자치회관 3층 대강당에는 웃음소리가 가득하다. 모여 있는 십여 명의 사람들은 웃음댄스 강좌 수강생들이다. 예순이 넘은 어르신들로 웃음을 통해 우울증을 극복하고 건강한 몸과 마음을 가꾸는 분들이다. 강사인 한국 웃음 레크레이션 연구소 성정숙 소장은 “<span class='quot0'>나이가 들수록 무기력해지고 우울감을 느끼게 되는데 웃음댄스수업을 듣는 수강생들은 활기가 넘치고 건강하기까지 하다</span>”며 “<span class='quot0'>전문 교육과정을 마치고 웃음치료사 자격증을 딴 분들이 대부분일 정도로 열정적</span>”이라고 자랑한다. 수강생들은 신나는 음악소리에 맞춰 파트너와 장단을 맞춰 춤을 추면서 박수도 치고 큰 소리로 웃는다. 성 소장은 “<span class='quot0'>웃음의 3대 요소는 크고, 길게, 온몸으로 웃어야 한다</span>”라며 “<span class='quot0'>혼자서 웃는 것보다 여럿이 같이 웃으면 그 효과가 33배로 늘어난다</span>”라고 설명한다. <br/><br/><br/>수강생들은 수업을 받는 것에 그치지 않고 ‘하하봉사단’을 결성해 양천구 관내 각 기관에 웃음전도사로 봉사활동을 한다. 모금활동을 통해 모은 기금으로 형편이 어려운 이웃이나 노인들에게 삼계탕을 대접하기도 하고 웃음치료가 필요한 노인정, 복지관 등에 나가 웃음치료 수업을 하기도 한다. ‘하하봉사단’ 장봉수 회장은 “<span class='quot1'>2013년에 결성된 ‘하하봉사단’은 웃음치료 자격증을 소지한 수강생들이 자발적으로 모여 만든 봉사모임</span>”이라며 “<span class='quot1'>4~5명씩 그룹을 지어 웃음치료 수업을 하는 등 노노케어 활동을 통해 보람과 성취감을 느낀다</span>”라고 말한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>가수인 그룹 코요테의 ‘순정’에 맞춰 스텝을 밟으면서 큰 소리로 ‘하하하’ 웃고 짝을 지어 손 유희를 하면서 박수치며 웃는 등 능숙하게 따라하는 수강생들은 거리낌이 없고 활기차다. 둥글게 모여 앉아 강사의 지도에 따라 여러 가지 박수치는 법을 배우고 정확한 발음으로 큰소리로 따라 말하기 등을 한다. 또, 과일바구니게임 같은 간단한 게임으로 집중력과 기억력을 되살리기도 한다. 신방자 회원은 “<span class='quot2'>박수를 치면서 큰 소리로 웃기, 발 구르면서 웃기, 온 몸으로 느끼면서 큰 소리로 웃기 등 활동을 하고 나면 나도 모르게 몸속 에너지가 발산되는 것 같다</span>”며 “<span class='quot2'>내성적이고 소극적인 성격이었는데 웃음댄스 수업을 받고 나서 자신감과 집중력이 높아졌다</span>”라고 자랑한다. 박종팔 회원은 “<span class='quot3'>박수치고 노래하는 활동은 몸의 혈액순환을 돕고 체온을 높여 면역력을 증진시키는 효과가 있다</span>”라며 “<span class='quot3'>웃음치료 수업은 기분전환의 효과뿐 아니라 실제 암 예방율을 높이는 효과까지 있다</span>”라고 설명한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>< 미니 인터뷰 > <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>성정숙 강사(한국 웃음 레크레이션 연구소 소장) <br/><br/><br/>웃음, 활력 찾아주고 만병 치료하는 약 <br/><br/><br/>“웃음은 지친 몸에 활력을 불어넣어 주고 기분을 밝게 해줄 뿐 아니라 혈액순환과 면역력 증진에도 도움을 줍니다. 특히 여럿이 함께 웃으며 박수치고 춤까지 추면 즐겁고 활기찬 에너지를 서로 전달하고 받을 수 있어 효과가 증폭되죠. 지치고 힘든 현대인들이 웃음치료를 통해 삶의 활기와 긍정적인 마음을 가졌으면 합니다.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>장봉수 회장(하하봉사단 회장) <br/><br/><br/>여럿이 함께 웃어 효과 배가돼 <br/><br/><br/>“평소 레크리에이션에 관심이 많아 자치회관 수업을 신청해 듣게 됐죠. 특히 혼자만 웃는 게 아니라 동료들과 같이 웃으며 즐기기 때문에 표정이 밝아지고 사람들끼리 친해지게 되죠. ‘하하봉사단’이 구 행사에 공연을 나가면 스트레스가 한꺼번에 풀린다고 다들 좋아한답니다.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이순화 회원 <br/><br/><br/>다른 사람에게도 가르쳐 줘요 <br/><br/><br/>“웃음댄스 수업을 듣고 나니까 항상 잘 웃게 되고 모든 일에 감사하고 긍정적인 자세가 되더라고요. 다른 사람을 만나도 배운 손동작이나 율동을 자연스럽게 가르쳐 주게 되고요.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>전혜순 회원 <br/><br/><br/>스트레스 해소하고 부부사이 좋아졌어요 <br/><br/><br/>“남편이 몸이 불편해서 뒷바라지하느라 항상 신경을 많이 쓰고 살았어요. 스트레스도 쌓이고 힘들었는데 이 수업을 듣고 가면 웃음으로 스트레스가 해소돼 기분이 좋아요. 남편과의 사이도 좋아졌고요. 처음에는 탐탁찮게 여겼지만 지금은 어서 가서 재밌는 것 배워오라고 하더군요.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>현영숙 회원 <br/><br/><br/>봉사단 활동으로 노인들 웃음 찾아줘 뿌듯해요 <br/><br/><br/>“봉사단 활동을 하면서 저희 보다 더 나이 드신 70~90대 노인들께서 즐거워하시고 활짝 웃는 모습을 보는 것만으로도 힐링이 되요. 웃음치료 자격증까지 땄으니 좀 더 많은 분들에게 웃음을 나눠드리는 봉사활동을 활발히 하고 싶어요.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문순옥 회원 <br/><br/><br/>정기적인 봉사활동 계속해요 <br/><br/><br/>“평소 우울감을 느꼈는데 이 수업을 통해 웃음을 찾았어요. 15초만 웃어도 수명이 연장될 만큼 웃음은 건강에 좋아요. 웃음치료자격증, 어르신 신체활동리더 자격증, 풍선아트 자격증 등을 땄어요. 이런 자격증들을 활용하기 위해 일주일에 한 번씩 정기적으로 경로당에 가서 봉사활동을 하고 있죠.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김민희 회원 <br/><br/><br/>스트레스 날려버리려 일주일을 기다려요 <br/><br/><br/>“노래교실을 운영하고 있는데 이 수업에서 배운 웃음치료나 춤, 박수치는 법, 손동작 등을 가미하니 분위기가 더 좋아지더라고요. 일상생활에서 느끼는 스트레스를 이 수업으로 다 날려버릴 수 있어 일주일이 빨리 가길 기다릴 정도라니까요.” <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>이재선 회원 <br/><br/><br/>우울증 치료해 달라는 요청 받아요 <br/><br/><br/>“웃음댄스 수업을 듣고 나서 긍정적이고 밝은 성격으로 바뀌었어요. 제 주변에 있는 사람들이 소문을 내서 그런지 우울증 걸린 사람들이 먼저 저한테 연락을 해오더라고요. 웃음치료로 우울증 좀 치료해 달라고요.” <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-366.txt

제목: [보건소 소식]서북구보건소 건강증진 프로그램 참가자 모집  
날짜: 20150301  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2015030110016412793  
본문: 제9기 건강대학 수강생 모집 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>기간 : 2월 27일(금)까지 <br/><br/><br/>운영 : 3월 11일(수)~5월 27일(수) 매주 수요일 오후 2시~4시 <br/><br/><br/>인원 : 120명(선착순)  <br/><br/><br/>내용 : 평생건강관리, 심장혈관, 신경외과, 비뇨기과, 마취통증, 암 등 12개 분야  <br/><br/><br/>강사 : 단국대병원 교수진 강의                  <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>활력 UP 건강100세 근력강화 운동교실 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>모집 : 3월 2일(월)~13일(금) 선착순 60명 <br/><br/><br/>운영 : 가. 3월 16일(월)~10월 30일(금) 주 2회 월·목 오전 10시~11시  <br/><br/><br/>       나. 3월 31일(화)~6월 30일(화) 주2회 화·목 오전 10시~11시 <br/><br/><br/>장소 : 가. 정신건강증진센터 2층 (구) 성정동보건소 <br/><br/><br/>       나. 불당동 서북구 보건소 4층 프로그램실 <br/><br/><br/>대상 : 관내 60세 이상 어르신 <br/><br/><br/>내용: 가. 태극권(근력강화, 유연성운동) / 나. 건강요가, 건강체조 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>지방 내리 go 근력 올리 go <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>모집 : 3월 2일(월)~13일(금) 선착순 24명 <br/><br/><br/>운영 : 3월 23일(목)~6월 12일(금) 주 5회 월~금 오전 9시 30분~11시, 오전 10시 30분~낮 12시 <br/><br/><br/>장소 : 불당동 서북구 보건소 2층 운동지도실 <br/><br/><br/>대상 : 체지방율 40~50%인 30~50대 천안시 서북구 거주여성 24명 <br/><br/><br/>내용 : 순환장비 이용한 근력운동 및 에어로빅, 체성분검사, 혈압·혈당·혈액 검사, 영양관리, 월 1회 산행 등 숲 프로그램 지원 <br/><br/><br/>  <br/><br/><br/>비만관리프로그램 <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>모집 : 3월 2일(월)~13일(금) 선착순 60명 <br/><br/><br/>운영: 3월 23일(목)~6월 12일(금) 주 3회 월 수 금   <br/><br/><br/>장소 : 가. 두정동 슈퍼스타짐(오전 11시 20분~낮 12시 20분) <br/><br/><br/>       나. 쌍용동 삼성N.A.C에어로빅(오전 11시 30분~낮 12시 30분) <br/><br/><br/>대상자 : 체지방율 35~50%인 30~50대 천안시 서북구 거주여성 각 30명 <br/><br/><br/>내용 : 가. 다이어트복싱, 근력운동 / 나. 에어로빅, 근력운동 <br/><br/><br/>공통 : 체성분검사, 혈압, 혈당, 혈액 검사, 영양관리, 월 1회 산행 등 숲 프로그램 지원 <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>문의 및 접수 : 서북구보건소 건강증진팀 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-367.txt

제목: 전립선암, 조기 발견이 중요하다  
날짜: 20140609  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2014060910014486133  
본문: 전립선암은 미국에서는 남성에게 가장 많이 발생하는 암이며, 암으로 인한 사망 원인 중 두 번째로 75세 이상 남성에서는 사망률 1위의 질환이다. 다행히 국내에서는 흔치 않아 남성 암의 8위에 해당하나 최근 급속도로 증가 추세에 있다. <br/><br/><br/>초기에는 별 증상이 없어 조기에 진단하기가 어려워 2/3 정도는 이미 상당히 진행된 상태에서 진단된다. 이때는 이미 척추나 뼈로 암세포가 전이되어 그 부위의 통증을 호소하는 경우가 있고 암 덩어리가 커진 경우 전립선 비대증과 같이 소변을 보기 힘든 증상이 나타나기도 한다. <br/><br/><br/>전립선내에는 복잡한 신경분포와 전립선 주위에 그물망처럼 신경들이 있어 통증정도가 다양하며 배뇨증상 외에도 성기능 저하, 사정통, 조루, 성욕 감퇴 등의 성에 관련된 증세도 초래할 수 있어 증상만 갖고 어떤 질환인지 구분하기 어렵다. <br/><br/><br/>전립선암은 다음과 같은 간단한 피검사와 초음파로 검진이 가능하다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>직장수지검사 - 항문으로 손가락을 넣어 전립선을 직접 촉진하는 검사로, 비대해지고 울퉁불퉁한 전립선에서 딱딱한 결절이 만져진다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>전립선특이항원 - 일반적으로 전립선암 수치로 알려져 있는 것으로 혈액검사로 간단하게 검사할 수 있다. 그러나 전립선암뿐만 아니라 전립선 비대증, 전립선염 등 다른 양성 전립선 질환에서도 상승할 수 있으므로 건강검진 등에서 전립선특이항원 수치의 상승이 발견되면 반드시 비뇨기과 전문의와 상담하고 진료를 받아야 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>경직장 초음파 - 초음파 탐촉자를 항문을 통하여 직장에 넣어 전립선을 초음파로 촬영하는 검사로 다양한 전립선 질환을 감별하는 기본 검사이다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이러한 전립선암은 병기에 따라 다양한 치료 방법이 있는 질환이다. 무엇보다 중요한 것은 조기 발견이다. 50세 이상의 남자로 전립선암의 가족력이 있거나 지금까지 한 번도 전립선암 검진(직장수지검사, 전립선특이항원검사)을 받아보지 않았거나, 1년에 한번 정도의 주기적인 검사를 받지 않은 경우라면 비뇨기과 전문의를 만나보는 것이 조기발견의 지름길이라 할 수 있겠다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-368.txt

제목: [중소기업 탐방│(주)라이트팜텍] 차세대 '광역동 암치료기' 개발  
날짜: 20140605  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2014060510014510774  
본문: 라이트팜텍(대표 김정숙)은 차세대 암치료제와 의료기기를 연구개발하는 바이오 벤처기업이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>라이트팜텍은 매출은 작지만 바이오 업계에서는 주목받고 있는 벤처다. 최근에 항암제 복제약 상용화에 성공, 종합병원에 납품하면서 성장이 본격화되고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/><9년간 약국을 운영하다 신약개발에 흥미를 느껴 항암제 시장에 뛰어든 김정숙 라이트팜텍 대표. 김 대표는 벤처캐피탈과 엔젤투자가로부터 100억원 가량의 지분투자를 받아냈다. 사진 라이트팜텍 제공> <br/> <br/><br/><br/><br/><br/> 회사 설립 이후 지금까지 벤처캐피탈과 엔젤투자가들이 앞다퉈 투자할 정도로 회사의 미래가치를 인정받고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>라이트팜텍은 주로 첨단 바이오 의약분야인 차세대 광역학 진단기기 및 치료용 광민감제(Photosensitizer)를 대학병원을 중심으로 공급하고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>부작용 없이 종양만을 치료하는 '광역동(光力動)치료'가 차세대 치료법으로 각광 받자 라이트팜텍의 가치가 높아지고 있는 것이다. 광역동치료제를 생산, 공급하고 있기 때문이다. 기존 일반 암치료 방법인 외과적 수술, 화학요법, 방사선 요법 등은 치료효과는 제한적이면서 정상적인 조직까지 손상시키는 부작용을 갖고 있다. 하지만 광역동 치료는 이러한 부작용을 해소한 치료법이다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>광역동치료(photodynamic therapy )란 빛에 민감하게 반응하는 물질인 광과민제를 문제가 되는 피부나 신체 부위에 바르거나 주입하고 빛을 쏘면 강한 광화학 반응을 일으켜 암세포를 파괴하는 치료법이다. 즉 정상조직은 그대로 유지한 채 종양만 선택적으로 치료한다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김정숙 대표는 현직 약사이다. 9년간 약국을 운영하다 신약개발에 흥미를 느껴 항암제 시장에 뛰어들었다. 광역동 치료법은 기간과 비용이 많이 들어가기 때문에 중소기업에서 연구개발하기는 쉽지 않았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김 대표는 회사 설립 후 중소기업 기술혁신 개발과제, 산학연 기술공동개발사업 등 국가과제를 수행하면서 광역동 치료용 광민감제 등을 개발해 냈다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>라이트팜텍은 최근 항산화제 연구 과정에서 간의 해독기능을 활성화시키는 것을 응용, 숙취해소제인 '편安타'를 출시해 좋은 반응을 얻고 있다. '편안타'는 기존 숙취해소제와는 다르게 숙취의 주원인 물질인 아세트알데히드를 신속히 분해하도록 무색무취의 액체를 술 한병에 한포씩 타서 먹는 새로운 방식을 도입했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>약국을 운영하면서 김 대표는 수족관 물갈이 액체(항산화제) '아쿠아센스'를 개발하는 등 늘 도전을 멈추지 않았다. 이 항산화제를 넣으면 수년간 물이 썩지 않는다. 음이온이 발생해 공기정화 기능도 갖고 있다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/>김 대표는 "차세대 광민감제를 이용한 광역학 치료법을 전파해 암 치료 및 말기암 증상 완화, 그리고 중요한 인체장기의 기능보존에 크게 기여할 것"이라고 강조했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-369.txt

제목: 진료실에서 흔히 듣는 유방 혹의 조직검사 결과  
날짜: 20140605  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2014060510014466848  
본문: 유관확장: 말그대로 유관이 늘어나고 벽이 두터워져서 늘어난 유관 내에 체액이 저류될 수 있어서 낭종의 형태 등으로 발견된다. 주변에 상처와 같이 존재하면 유방암과 구별이 힘들 수 있어서 조직검사로 확인이 필요할 경우도 있다. 대부분은 치료없이 혹은 따뜻한 수건으로 마사지하면 호전된다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>섬유선종: 젊은 환자라면 진료실에서 가장 많이 들어봤을 혹으로, 만져지지 않고 검사 상 확인되는 경우가 많으나, 만져지는 경우 딱딱하고 움직이며 주변조직과 구분이 잘되는 둥근 혹은 혹을 만질 수 있다. 영상만으로도 어느 정도 짐작이 되지만, 기타 다른 혹과의 구분을 위해 크기가 일정 크기 이상이거나 사이즈가 증가하게 되면 조직검사를 필요로 하게 된다. 단순 섬유선종은 유방암의 위험도가 올라가진 않지만, 사이즈가 계속 증가하는 경우나 발견당시 크기가 큰 경우에는 암으로 진행가능 한 섬유선종일 수도 있으며, 섬유선종과 유사한 다른 혹일 가능성이 있으므로 절제술을 필요로 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>섬유낭종성변화 : 30대에 호발하는 매우 흔한 병변으로, 여성호르몬을 비롯한 여러 호르몬에 의한 유선자극이 불균형을 가져와서 발생하며, 생리주기의 변화에 따른 증상변화가 보인다. 유방통을 호소하는 환자들에게 발견되는 양성 병변에서 많이 발견되며, 영상에서 확인되는 형태나 크기를 보고 조직검사를 결정하게 된다. 경과 관찰 중 사이즈가 증가하거나, 형태가 변화하는 경우 진단당시에 모양자체가 안심이 안 되면 제거를 고려할 수 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유두종(유관내유두종) : 현미경상 세포가 유두형태로 보인다고 하여 유두종이다. 혈성 유두분비물을 보이는 경우 유방암과 이 혹을 의심하게 되며, 특히 여러개의 유두종이 있는 경우 유방암의 위험도가 증가하며 조직검사만으로는 악성여부를 100% 안심을 할수 없기 때문에 유두종이 진단되면 수술적 치료를 고려해야한다.  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>엽상육종: 섬유선종과 임상양상은 비슷하다. 하지만 빨리 자라는 성질을 가지고 있으며, 영상만으로는 섬유선종이랑 정확히 구분이 쉽지 않기 때문에 조직검사를 해야 한다. 엽상육종은 조직검사 형태에 따라서 양성/중간/악성의 세단계로 나뉘는데 악성은 유방암처럼 전이도 가능하다. 양성이라도 정상조직을 포함한 절제를 하지 않으면 재발이 쉬우므로 엽상육종은 정상조직을 포함한 완전한 절제술이 필요하다. 악성 엽상육종은 유방암과 비슷하게 생각을 해야한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유관증식증: 유관이나 유소엽을 덮는 세포가 과증식하는 것을 말한다. 혹을 조직검사하여 확인 할 수 있으며 세포형태에 따라서 정형유관증식증과 비정형유관증식증으로 나뉜다. 정형증식증은 또 세포증식정도에 따라서 나뉘는데 증식증이 심하지 않는 경우에는 암의 위험도가 높아지지 않아 주기적인 경과 관찰을 하면 되지만, 중등도정도의 증식증이라면 암의 빈도가 미약하게나마 올라가므로 전문가와 상의하여 절제술을 생각해야한다. 비정형증식증은 암의 빈도도 의미있게 높아지며 경우에 따라서 조직검사에서 확인되지 않은 종괴의 부분에 암을 동반할 가능성도 있으므로 꼭 수술적 절제술을 필요로 한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-370.txt

제목: 유방암 검진, 연령에 맞는 검사가 중요하다.  
날짜: 20140603  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2014060310014450286  
본문: 이제 우리나라도 잘 먹고 잘 살아서 생기는 소위 ’서구형 질병’ 이 증가하고 있다. 그 중에서도 유방암은 갑상선암 뒤를 이어 여성암 2위를 차지하는 암으로 그 발병 추이는 이미 위험 수준에 도달했다. <br/><br/><br/>그렇다면, 유방암 조기 진단을 위한 최상의 방법은 무엇일까? ‘한국유방암학회’ 권고에 따라, 30세 이후부터 매월 유방암 자가진단을 시작하고, 35세가 되면 2년에 한번, 40세 이후부터 매년, 유방 전문의사에 의한 임상 진찰과 영상검사를 시행할 것을 권하고 있다. 현명한 자가검진 방법은 생리가 끝난 3일 이후, 거울 앞에 서서 양쪽 유방을 비교하고, 모양의 변형, 피부 함몰, 돌출 부위가 있는지 살펴본 다음, 침대에 편하게 누워서 꼼꼼하게 유방을 만져보는 것인데, 유방 전문병원에서 정확하게 교육받는 것이 좋다. <br/><br/><br/> 유방 촬영술은 유방을 수직, 수평으로 납작하게 눌러서 방사선 영상을 얻는 방법으로 유방암 필수 검사이다. 검사 방법의 특성 상 약간의 고통이 따르게 되는데, 이러한 이유에서인지 일부 환자들 중에는 유방촬영 대신 초음파만 하면 되지 않느냐고 문의하는 경우가 있다. 유방촬영술을 하지 않고 초음파만 할 경우, 초음파에서 발견하기 어려운 미세석회화를 놓치기 쉽다. <br/><br/><br/> 유방 초음파는 방사선 노출이 없는 안전한 검사로, 유방촬영술에 보완적으로 사용된다. 유방 내에 혹이 있는 경우, 유방촬영검사 보다 병변의 위치를 정확하게 알 수 있고, 병소의 크기를 정밀하게 측정할 수 있는 장점이 있다. 유방전문 병원에서는 고가의 고해상도 초음파를 사용하고 있는데 고해상도 초음파는 유방에 혹이 있는지 없는지 평가하는 것에 그치지 않고, 병변의 특징을 파악하여 암 가능성에 따라 등급을 먹이고, 그 등급에 따라 유방의 혹을 관리한다. <br/><br/><br/> 유방암은 초기 발견 시 완치가 가능하지만, 다른 암종과 달리 별다른 초기 증상이 없어서 시기를 놓치는 경우가 많으므로 검증된 유방전문 병원에서 연령에 맞는 정기적인 유방검진이 중요하다. 유방암에 대한 가족력이 있을 경우 유방암에 걸릴 확률이 높기 때문에 아직 미혼이거나 젊은 나이라고 해서 안심하지 말고 반드시 정기적인 유방암검사를 받는 것이 좋다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-371.txt

제목: “하모니카로 따뜻한 마음을 전해요”  
날짜: 20140603  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2014060310014450277  
본문: ‘분당 하모니즈(회장 윤달상)’는 작지만 다양한 소리를 내는 하모니카의 매력에 빠진 사람들의 모임이다. <br/><br/><br/>누구에게나 쉽게 다가설 수 있는 친근한 하모니카. 없어서는 안 될 친구 같은 존재라고 이구동성으로 말하는 하모니즈 회원들의 하모니카 사랑을 들어보았다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>누구나 즐길 수 있는 하모니카 <br/><br/><br/>화려한 사운드와는 다른 소박한 음색에 끌려 들어간 방에서 서로의 소리에 귀 기울이며 하모니카를 연주하는 ‘분당 하모니즈’ 회원들을 만날 수 있었다. 어릴 적 추억이 떠오르는 동요부터 한국인의 어깨를 들썩이게 하는 트로트까지 화려한 비트의 음악들과는 달리 하모니카로 연주되는 음악들은 참으로 정겹다. <br/><br/><br/>“<span class='quot0'>하모니카에 한 번 빠지면 절대 못 나와요</span>”라며 한 마디로 하모니카의 매력을 정리하는 윤달상 회장. 2008년 결성돼 현재까지 25명의 회원들이 활동하고 있는 ‘하모니즈’는 매주 금요일 오후 1시 30분부터 4시까지 분당 요한성당에서 즐거움을 함께 한다. <br/><br/><br/>70대라고는 전혀 믿기지 않는 주숙자 씨는 “나이는 전혀 장애가 되지 않아요. 어린 시절 배웠던 하모니카를 퇴직 후에 다시 시작했어요. 처음엔 많이 서툴렀지만 지금은 많이 향상되었답니다”라며 하모니카를 즐기는데 나이는 전혀 상관없다고 강조한다. 다시 시작한 하모니카는 어느새 인생의 친구가 되었고 동네 아이들에게 가르쳐 주고 싶다는 꿈을 꾸고 있는 주숙자 씨는 닮고 싶은 70대의 아름다움을 보여주고 있다. <br/><br/><br/>“다른 악기를 하기는 겁이 나지만 하모니카는 친근하잖아요. 그래서 시작했지요. 도대체 성인들이 배울 수 있는 반을 찾을 수가 없어 한동안 어린이 강좌에서 하모니카를 배웠어요. 그런데 아이들은 왜 그리 진도가 빨리 나가는지 따라가기도 힘들고 동요보다는 제가 좋아하는 트로트를 불고 싶은 마음에 ‘하모니즈’를 찾게 되었어요”라는 김명래 씨. 자칭 음치라는 그녀는 이제는 손자에게 동요를 연주해주는 멋진 할머니이다. “<span class='quot0'>저 혼자의 멋에 빠져 삶이 즐거워요</span>”라는 그녀의 말에는 행복감이 가득하다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>하모니카는 인생의 벗 <br/><br/><br/>우연한 기회에 접한 강좌를 시작으로 이제는 하모니카가 인생의 단짝이 되어버렸다는 조옥경 씨. 악기를 다뤄본 적이 없던 그녀는 지금은 주차장 차 안에서 하모니카 연습을 할 정도로 음악을 즐기고 있다. <br/><br/><br/>이처럼 회원들은 인생의 친구인 하모니카와 그것을 함께 나눌 수 있는 동호회원들이 최고의 친구들이라고 말한다. 이로 인해 남양주의 이인순 씨와 평택의 최미숙 씨는 귀찮다는 생각보다 신나서 매주 분당으로 오게 된다고 덧붙인다. <br/><br/><br/>2주 전 회원이 된 김용삼 씨는 “강사자격증을 가진 회원들이 많아요. 서로 가르쳐주고 배울 수 있는 것이 이곳을 찾게 된 이유입니다”라고 말한다. 신문에서 하모니카가 폐 기능을 좋게 하는 좋은 치료제 역할을 한다는 기사를 읽고 시작하게 되었다는 이종선 씨. 목적(?)을 갖고 시작했지만 이제는 집에서의 무료한 시간들을 없애주는 취미가 되었다고 한다. <br/><br/><br/>정영애 강사는 “하모니카는 어린아이부터 연세 드신 분들까지 누구나 할 수 있는 악기에요. 다른 키를 가진 하모니카들은 실력에 따라 즐길 수 있게끔 영역을 넓힐 수 있는 것도 하모니카의 매력입니다”라며 악기를 쉽게 시작하지 못하는 40대 이상의 사람들도 조금만 배우면 노래를 연주할 수 있다고 한다. 게다가 다른 악기보다 휴대가 간편하고 값까지 부담 없으니 일석이조가 아닌가. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>“배우고 나누고 섬기고” <br/><br/><br/>회원들은 “배우고, 나누고, 섬기고” 3Go를 항상 실천한다. 회원들의 따뜻한 정을 하모니카의 매력과 버금가는 장점으로 꼽는 윤혜용 씨. 봉사팀장인 정미선 씨는 소아마비 탓에 사회에서 소외된 학생에게 하모니카를 가르쳐주기 시작하였고 처음엔 시큰둥하던 그 친구가 조금씩 하모니카를 불며 즐기게 되었다고 한다. 동호회원이 된 그 학생은 함께 간 봉사활동에서 자신도 누군가를 위해 연주할 수 있다는 것을 경험하고 용기를 얻어 작년, 서른이 넘은 나이에 대학을 졸업하고 취직까지 하게 되었다는 가슴 뭉클한 이야기를 전했다. <br/><br/><br/>주숙자 씨는 “암 병동에 봉사 갔을 때였어요. 저보다 젊은 환자들에게 하모니카 연주를 들려줄 수 있는 나에게 감사하는 마음이 들면서 흐르는 눈물을 어쩔 수 없더라고요”라고 말했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>자연과 잘 어울리는 하모니카 <br/><br/><br/>잔디에 누워 파란 하늘을 바라보며 연주하는 하모니카. 주변의 바람소리, 새소리가 어느새 함께 연주하는 연주자가 되는 것이 하모니카의 또 다른 매력이다. 휴대가 간편하다는 것은 회원들이 꼽는 최고의 장점으로 마음만 먹으면 어디서든지 연주를 할 수 있다고 한다. <br/><br/><br/>“아마존을 바라보며 새벽에 하모니카를 연주한 적이 있어요. 그 감동은 뭐라 표현할 수 없더라고요”라는 윤한종 씨는 비행기에서도 연주를 한 멋을 아는 회원이다. 이는 함께 취미를 즐기는 아내 이혜섭 씨의 이해가 있었기에 가능하다. 부부가 선사하는 듀엣 곡은 인상적이라고 회원들이 말한다. <br/><br/><br/>주머니 속에 들어가는 작은 악기인 하모니카. 작지만 때로는 강하게, 때로는 조용하게 하모니를 이루듯이 아웃처럼 가족처럼 서로를 아끼고 존중하며 따뜻한 마음을 전하는 사람들이 함께 전하는 음악에 박수를 보낸다. <br/><br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-372.txt

제목: 이화의료원, ‘여성이 뽑은 최고의 명품 대상’ 수상  
날짜: 20140529  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2014052910014405467  
본문: 이화여자대학교 의료원(의료원장: 이순남)이 '2014년 여성이 뽑은 최고의 명품 대상' 2개 부문을 수상하며 국내 유일의 여자의과대학 부속 병원으로서의 자존심을 지켰다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이화여자대학교 의료원은 지난 22일 서울컨벤션 일루미나홀에서 열린 ‘제16회 여성이 뽑은 최고의 명품 대상’ 시상식에서 이대여성암병원과 이대여성건진센터/건강증진센터가 여성암센터, 건강증진센터 부문에서 각각 대상을 수상했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>1999년 시작된 ‘여성이 뽑은 최고의 명품 대상’은 여성신문사가 기업 및 기관의 브랜드 경쟁력을 높이고 소비자의 권익 보호와 삶의 질적 향상을 도모하고자 제정된 상으로 기업 및 기관의 브랜드 평가로 제품의 품질 우수성, 서비스 만족도에 대한 여성소비자 대상 온라인 조사와 자문위원단 및 선정위원회의 평가를 종합해 선정한다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이대여성암병원은 ▲국내 최고 수준의 여성암 전문의 보유 및 차별화된 진료 시스템과 시설 운영 ▲여성암 환자만을 위한 차별화된 여성친화적 진료 서비스 ▲여성암 진단과 치료의 정확성을 높이는 첨단 장비의 지속적 도입 등을 높게 평가 받아 여성암센터 부문 대상을 수상하게 되었다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>특히 이대여성암병원은 암 진단 후 1주일 이내 시술, 여성암 환자 전용 레이디 병동 등 국내 대학병원 최초로 혁신적인 진료 서비스를 도입해 여성암 환자의 큰 호응을 받음으로써 의료업계의 벤치마킹 대상이 되기도 했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>또한 대학병원 최초로 여성과 남성의 건강검진을 분리, 독립시켜 운영하고 있는 이대여성건진센터/건강증진센터의 경우 신속하고 편리한 건강검진 시스템과 여성친화적인 편안한 진료 환경을 구축, 고객들로부터 큰 호응을 얻어 건강증진센터 부문 대상을 수상했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>이순남 이화여자대학교 의료원장은 "이대여성암병원과 이대여성건진센터/건강증진센터는 여성 고객의 마음까지 헤아리고 신속하고 편안한 차별화된 진료 시스템과 세심한 진료 서비스, 적극적인 마케팅으로 고객의 사랑을 받아왔다"며 "이번 수상을 계기로 여성암 질환 치료 분야 국내 대표 병원으로서 여성의 건강과 가정의 행복한 삶을 지키고 나아가 사회를 건강하게 하는 데 일조할 수 있도록 최선의 노력을 기울이겠다"고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>한편, 이화의료원은 올해 3월부터 ‘여성을 행복하게, 사회를 건강하게’라는 슬로건을 내걸고 여성 건강 증진을 위한 여성 건강 캠페인을 활발하게 진행하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>  <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/> <br/><br/><br/>▲사진 설명 <br/><br/><br/>사진 왼쪽부터 윤은기 한국협업진흥협회 회장, 김정숙 이대여성건진센터/건강증진센터장, 이순남 이화여자대학교 의료원장, 김효선 여성신문사 대표이사가 기념 촬영을 하고 있다. <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright

언론사: 내일신문-1-373.txt

제목: 유방암·갑상선암 바로알기① 유방암의 진단  
날짜: 20140527  
기자:   
링크: https://www.bigkinds.or.kr/news/detailView.do?docId=01100301.2014052710014378864  
본문: 유방암은 국내 여성암 발생률 2위지만, 비교적 예후가 좋은 암으로 조기에 발견하면 유방을 보존할 수 있고 완치도 가능하다. 그러나 조기 유방암은 특징적인 자각증상이 없기 때문에 발견하기 어렵고, 자칫 진단이 늦어지면 치료시기를 놓칠 수 있다. 최근 자료에 따르면, 유방암으로 진단되는 한국 여성의 약 1/3은 아무런 증상 없이, 검진에서 우연히 발견됐다고 한다. 따라서 고위험 연령에 정기적인 유방 검진은 반드시 필요하고 유방에 이상 증상이 있다면 즉시 유방외과 전문의를 찾아 정확한 진단을 받는 게 좋다. 수원 영통 조정훈 유바외과(유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장에게 유방의 진단방법에 대해 자세한 설명을 들었다.  <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방 조직검사 전 알아야 할 몇 가지 <br/><br/><br/>예전에는 수술로 종양을 절제해야 유방암 여부를 진단할 수 있었으나, 요즈음에는 여러 가지 조직검사 기법이 있어서 수술 전에 간편하게 유방암 여부를 판단할 수 있다. <br/><br/><br/>유방의 가장 기본적인 검사는 유방 전문의에 의한 촉진과 영상검사 즉 유방촬영 및 초음파 검사이다. 이러한 영상검사 결과 이상 소견이 발견되면 담당 의사는 유방암 가능성을 가늠하고, 악성도에 따라 필요하면 유방 조직검사를 통해 확진 한다. <br/><br/><br/>유방 조직검사는 초음파를 통해 혹의 위치를 확인한 후 바늘을 삽입해 조직을 채취하는 표본 검사로, ‘미세침세포검사(23G)’, ‘중심바늘조직검사(14G)’, ‘맘모톰(11G~8G)’ 등이 있다. 게이지(G)는 바늘의 두께를 나타내는 단위로 숫자가 작을수록 바늘이 두꺼워진다. 단순히 생각해 보면 채취하는 양이 많을수록 정확도는 올라가는데, 미세침세포검사는 바늘이 가늘기 때문에 채취물이 조직이 아닌 세포 단위여서 유방암 확진 검사로는 부족함이 있다. 이러한 이유로 최근 유방외과 의사들은 충분한 양의 조직을 얻을 수 있는 중심바늘조직검사를 유방암 확진검사로 사용하여 진단율을 높이고 있다. <br/><br/><br/>맘모톰(Mammotome)은 컴퓨터 소프트웨어가 내재되어 있어 자동으로 여러 개의 조직을 채취할 수 있는 있는 기계로 유방 이상병변에 대한 이상적인 조직검사 장비이다. 또한 반복적인 절취를 통해 3cm 미만의 유방의 종괴(혹)에 대해서 완전한 절제가 가능하기 때문에 최근 유방 양성종괴의 수술 대안으로 사용하고 있다. 하지만 결정적인 단점은 비급여 항목으로 진단검사로 사용하기에는 시술비 부담이 크다. 한데 일부 병원에서는 유방영상 검사 후 미세침세포검사를 먼저 한 다음, ‘결과를 좀 더 자세히 알려면 맘모톰을 해야 한다’고 유도하는 사례가 적지 않다. <br/><br/><br/>이에 조정훈 원장은 “유방 영상검사를 통해 유방 종괴(혹)를 악성도에 따라 분류하고, 그 등급에 따라 관리하면 불필요한 시술을 피할 수 있다. 원칙을 어기면서 무조건 맘모톰부터 하는 것은 문제”라며 “미세침세포검사는 유방 확진검사로 불충분하며, 진단을 목적으로 하는 거라면 중심바늘 조직검사(Core Needle biopsy)가 합당하다”고 설명했다.      <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>유방 혹 등급 따라 치료 가이드라인 있어 <br/><br/><br/>유방의 혹은 영상의학과적인 등급(BI-RAD)으로 평가한다. 한국유방암학회에서 제시하는 가이드라인은 C0~C6까지 표시된다. △C2 등급은 ‘혹이 있어도 1년에 한 번씩 초음파 시행’ △C3 등급은 암 가능성이 3% 이하로 ‘6개월 간격으로 2년간 추적 관찰’ 필요. 모양이나 크기가 변화 있는지 관찰한 후 특별한 변화가 없으면 이후 1년에 한 번씩 검진 △C4, C5 등급은 영상으로 봤을 때 유방암 가능성이 높은 병변이다. <br/><br/><br/>조정훈 원장은 “<span class='quot0'>유방암 악성도가 높은 C4 등급 이상은 무분별하게 치료목적의 맘모톰을 하는 것보다 정확한 진단을 위해서 중심바늘생검을 먼저 하는 것이 종양학적으로 안전한 절차</span>”라며 “<span class='quot0'>중심바늘조직검사를 한 후 악성이 확진되면 암 수술을 하고, 다행히 양성이면 치료목적의 맘모톰으로 종괴 제거 여부를 판단하는 것이 좋다</span>”고 말했다. <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>맘모톰 사용 목적에 맞게 사용 돼야 <br/><br/><br/>맘모톰은 언제 실시하면 될까? 조 원장의 설명에 따르면 △암이 의심되는 미세석회화가 있을 때 △중심바늘조직검사를 했지만 확진을 내릴 수 없을 때 △중심바늘조직검사로는 양성이었지만 추후 암 진행 가능성이 있을 때 하면 된다. 드물지만 유방의 혹 때문에 통증을 호소하는 경우 맘모톰으로 해결하면 환자가 통증이 사라졌다고 느껴 삶의 질이 올라갈 수 있으며, 유방암 가족력이 있거나 혹에 대한 심리적 압박감이 큰 경우도 맘모톰이 도움이 될 수 있다. <br/><br/><br/>여기서 간과해서는 안되는 한가지! 초음파 및 조직검사상에서 악성 가능성이 없는 혹에 대해서만 치료목적의 맘모톰이 시행되어야 한다는 점이다. <br/><br/><br/>조정훈 원장은 “<span class='quot0'>정확한 진단을 하지 않고 맘모톰부터 사용하다가 자칫 병변이 암으로 판명되기라도 하면 오히려 주변을 오염 시켜 수술 범위가 커지게 되므로 주의해야 한다</span>”고 강조했다. <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/><br/><br/> <br/> <br/><br/><br/> <br/><br/>도움말  조정훈 유바외과 (유방, 갑상선 클리닉) 조정훈 원장 <br/> <br/><br/><br/> <br/>Copyright