



자연스럽게 내 생활처럼 되어버린 봉사의 습관을 통해 우리 노인병원 어르신들에게 꼭 필요한 사람이 되도록 더욱더 노력할 것입니다.

## 즐거운 습관

강분연 / 2병동 간병사

간병사로 처음 근무하면서 배운 것이 여러 가지 있지만 그중 하나가 어르신이란 호칭입니다. 평소에 어르신들을 할머니, 할아버지라 부르던 나는 갑자기 어르신이란 호칭으로 고치기가 어려워 선배 간병사에게 지적당하기도 했습니다. 많은 시행착오 끝에 이전 어르신이란 호칭을 너무나 친근하고 자연스럽게 잘 부르고 있습니다. 요즘 실습생을 보면 처음 근무할 때의 저의 모습을 보는 것 같고 아직 습관이 안 되었구나 생각해봅니다.

평소 습관이 얼마나 중요한지요.

저희 2병동 어르신들은 대부분 치매 어르신들입니다. 그 중에 한 어르신은 젊은 날부터 화투놀이를 즐겨 하신 분이 계시는데 지금도 다른 것은 잊어도 화투놀이는 잊지 않고 있습니다. 한참 환시가 보일때는 혼자서 화투놀이에 열을 올리십니다. 옆자리 어르신께 "니 똥 석장 들고 한 장 안풀래? 내 돈 잃으면 책임질래?"하시며 젊은 날의 화투놀이를 재연하십니다.

또 어떤 어르신은 집에서 살림만 하시고 시간이 날 때마다 갖바위에 불공드리러 다녔다고 합니다. 이 어르신은 식사를 하고 나면 화장실 변기물에 설거지를 하시거나 그 물이 웅달쌔인줄 알고 퍼기도 하며 그 앞에서 절을 하기도 하십니다.

저 또한 요즈음 어르신이란 호칭을 많이 쓰다 보니 남편 보고도 "어르신 국 좀 더 드실래요? 하다가 "니 뭐라겠노" 하며 남편이 저에게 눈 흘긴 적이 있습니다. 또 꿈속에서도 "어르신 안녕하세요? 하며 손을 쓰다듬다가 실제로 남편의 손을 쓰다듬기도 했습니다.

이렇듯 사람들은 현재 어느 자리에서 자기가 어떤 일을 하고 있는지 참 중요하다고 생각합니다.

짧은 기간이지만 어르신들을 섬기며 봉사하는 일이 습관이 되어서 그런지 주일날 저희 교회에 무료급식을 드시러 오시는 노숙자나 어르신들을 보면 얼른 자리를 내드리고 "어르신 제가 타온 국수 먼저 드세요?" 하면서 나도 모르게 섬기게 되었습니다.

이렇게 자연스럽게 내 생활처럼 되어버린 봉사의 습관을 통해 우리 노인병원 어르신들에게 꼭 필요한 사람이 되도록 더욱더 노력할 것입니다.

그래서 먼 훗날 내 인생의 여정이 끝나는 날, 내가 믿는 그분 앞에 섰을 때 잘했다고 칭찬받는 사람이 되고 싶습니다🍀



서로에 대한 이해를 넓힐수 있고, 아껴주고 위로해주는 따뜻한 마음이 서로에게 전달되는 사랑의 공동체가 되리라 믿습니다.

**리** 시아의 대문호 톨스토이는 이렇게 말했다 합니다. '사람이 살아가는데 3가지의 중요한 것이 있는데 그것은 시간, 사람, 일 이라고 합니다. 가장 중요한 시간은 바로 지금이며 가장 중요한 사람은 지금 만나고 있는 사람이며 가장 중요한 일은 지금하고 있는 일이다' 라고 삶의 지혜에 대해 이야기 하고 있습니다.

병원에 출근하여 제가 하고 있는 시간을 중히 여기고 제가 만나고 있는 사람, 즉 병원에 함께 근무하고 있는 식구들 뿐만 아니라, 특히 타인의 도움이 없이는 생활이 불가능한 어르신들과 함께 고통을 갖고 살아가고 있는 가족들이 제일 중요한 사람들일 것입니다.

내가족, 내부모와 같이 생각하는 마음에서 우리나라는 몇마디의 따뜻한 위로와 격려의 말, 빠른 쾌유를 위한 최선의 진료와 간호와 관련되는 일이 제일 중요한 일일 것입니다.

시작하기 전에는 정말 내 가족, 내 부모와 같이 생각하며 간호를 해야지 하며 생각하였으나 막상 시작해보니, 처음생각만큼 그렇게 쉽지만 않음을 알았습니다. 이런저런

# 삶의 지혜

이 춘 경 / 2병동 간호사

이유야 있을 수 있겠지만 결국 제가 갖고 있는 부덕한 부분으로 인한 것임을 알았습니다. 그동안 제가 느끼고 중요하다고 생각되어지는 것은 무엇보다도 중요한 것은 병원에 함께 근무하고 있는 종사자들 상호간의 친목이지 않을까 싶습니다. 근무하다보면 있을 수 있는 서로 상이한 의견으로 인한 갈등이 당연히 생기며 생겨 날 수 있다고도 생각됩니다. 이런 갈등은 내가 할 수 있는일, 내가 마음을 바꾸는 일은 접어두고 남에게 일방적으로 이해를 구하고 남을 설득시키려하고 남의 마음을 돌려 놓으려고 하다가 그게 안되면 그를 미워하고 무시하고 불평하는 마음에서 생겨난다고 봅니다.

남의 마음을 바꾸는 일은 내가 할 수 없는 일임을 인정하고 다만 내가 할 수 있는 일은 내마음을 바꾸는 일임을 알 때 비로소 서로에 대한 이해를 넓힐 수 있고, 아껴주고 위로해주는 따뜻한 마음이 서로에게 전달되는 사랑의 공동체가 되리라 믿습니다. 이런 형제적인 따뜻한 나눔의 정신이 모여져 결국 고통중에 계시는 어르신들에게 돌아가 빠른 쾌유는 물론 삶의 의욕을 고취시키는 사랑의 열매를 맺게 할 것입니다.

앞으로 저는 병원 가족들의 일원으로서 미력하나마 정열과 정성을 다하고자 합니다.

감사합니다 🍀

# 봉사의 길을 회상하면서

藝 사랑 민요팀

거대한 자연 앞에 우리들의 힘은 한없이 미약하지만 한사람 한사람의 뜻을 모우고 합치면 엄청난 힘을 발휘할 수 있는 것이 사람인 것 같습니다.

세상을 살아가면서 다른 사람을 위하여 무엇인가를 할 수 있다는 것이 과연 쉬운 것만은 아닌 것 같은데 뜻이 있으면 길이 열린다고 할까요.

대구시 노인전문병원과의 만남은 하늘에서 인연을 맺어준 것이라고 항상 생각하면서 오늘도 연구와 노력을 아끼지 않고 열심히 전진하고 있습니다.

평소 나만 건강하면 모든 사람이 다 건강할 것이라고 생각하고 있었는데 막상 병원을 찾아 어르신들을 보니 안타까운 마음에 자꾸 눈물이 앞을 가려 앞에 계시는 분들을 제대로 볼 수가 없었습니다. 목이 메어 이를 악물고 참으며 노래를 불렀던 첫 날 봉사시간을 생각하면 지금도 마음이 찡합니다.

비록 일주일에 한번이지만 즐거운 시간이 될 수 있도록 열심히 노래를 부르며 최선의 노력을 다 했습니다만 처음에는 어르신들과의 거리감이 있어 손도 한번 따뜻하게 잡아드리지 못했습니다. 그러나 어르신들과 함께한지 가 언 일년이라는 세월이 지난 지금은 어느새 함께 손을 잡고 춤을 추고 신명이 나서 하나가 되어가는 모습을 볼 때 우리 藝 사랑 민요팀은 지칠줄을 모르고 더욱 열심히 할 것을 마음속 깊이 되새겨 봅니다.



대구시 노인전문병원과의 만남은 하늘에서 인연을 맺어준 것이라고 항상 생각하면서 오늘도 연구와 노력을 아끼지 않고 열심히 전진하고 있습니다.

시간이 지남에 따라 어르신들과의 정이 들어 노래를 부르며 한분 한분이 눈을 맞추며 바라보다가 어느 날 그 자리에서 웃으시던 모습이 보이지 않을 때는 인생의 허무함을 느껴보기도 합니다.

우리 藝 사랑 민요팀은 비록 일주일에 한번 찾아 시간을 보내지만 항상 옆에서 어르신들을 보살피며 위로해드리는 병원 직원들을 볼 때면 가끔 머리가 숙여지기도 합니다. 그리고 어르신들이 병원에 계시는 동안 마음 편히 즐거운 시간을 가질 수 있도록 배려를 해주신 병원당국 관계자분 들께도 심심한 감사를 전합니다.

푸른 산, 숲 속 맑은 공기, 주변경관이 유난히 아름다운 대구시 노인전문병원에서 어르신들이 하루 빨리 완쾌 되시어 그리운 가족의 품으로 돌아갈 수 있도록 우리 藝 사랑 민요팀은 오늘도 최선의 노력을 아끼지 않을 것을 약속합니다 🌿

대구광역시 치매 및 노인전문병원  
발자취

본원에서는 무한 서비스 >> 시대에 발맞춰 직원자질 향상과 최고의 친절서비스를 제공하고자 외부강사를 초빙하여 친절교육을 실시하고 있다.



◀ 개원식 - 2002년 10월 14일

대구광역시 치매 및 노인전문병원 개원식 후 조해녕 대구시장, 강 황 대구시의회의장, 故곽예순 윤경재단 명예원장, 곽동환 윤경재단 이사장 등 여러 인사들이 개원 축하 테이프를 절단하는 모습

외부강사 친절교육 ▶

- 대구은행 과량새 친절교육팀 권복희 강사
- 외국어테크노대학의 임성환 교수
- 안동병원 권기수 본부장



◀ 친절교육팀

2003년 10월 친절팀 구성 후 병원내 직원 친절교육을 실시하고 있다. 내외부 고객 서비스 만족 향상을 위해 교육을 실시하고 있다.



소방교육 - 상·하반기 정기소방교육 ▶

비상시를 대비한 진화훈련과 응급구조 대처상황을 실제 경험을 통해 체험해 봄으로써 안전예방의 중요성을 인식하는 교육이었다.



◀ 나눔의 사랑 무료진료

의미있고 가치있는 나눔의 소중한 경험을 하고자 전직원의 자발적 모금으로 지난 12일 달성군 가창면에 위치한 신일양로원을 방문하여 생활필수품 및 다과를 전달하고 병원의 지원으로 무료진료를 실시하였다.



발자취



#### ◀ 간병사 양성과정

이론 40시간, 실습 90시간으로 매년 3회(2월, 6월, 10월) 교육이 시행되며, 간호대학 교수 5명, 의사 3명, 본원 간호과장 등 최고의 강사진으로 구성된 현장실무 위주의 교육을 실시하는 국내 최대 간병사 교육 병원입니다.

#### 성화봉송 ▶

8월 21일(U대회 성화봉송) >> 들안길을 가득 채운 시민들의 환호를 들으며, 대구 시민의 자랑인 큰 축제의 한마당 U-대회에 함께 자리를 빛낸 영광의 순간이었다.

2003년 대구하계유니버시아드대회를 밝혀줄 성화봉송이 21일 개막식 시간이 다되어 가면서 대회 분위기가 점차 무르익을 무렵 수성구 들안길 네거리~들안길 삼거리 구간 성화봉송 주자로 대구시 노인전문병원에서도 참여하였다.



21세기 노인전문병원 최고의 >> 간병사 자질에 대한 열띤 토론 장면



#### ◀ 워크숍

간병사 워크숍

주제 : 노인병원 으뜸 간병사가 되려면..

#### 시민건강교실 ▶

대구광역시 치매 및 노인전문병원은 지역주민들의 건강 증진을 위해 본원 의료진들이 치매예방 스트레스 관리, 운동요법, 약물요법 등 지역민과 함께하는 노화방지 의학강좌를 개최하였으며 많은 사람들이 참석하여 성황을 이루었다.



#### ◀ 산우회

병원내 산을 좋아하는 사람들이 만나 산우회를 결성(2003. 7. 1)하였습니다.

이미 병원 부근의 가까운 산 성암산에서 백자산 그 외 타지역의 경치 좋은 대둔산까지 산행을 다녀왔습니다.

6월 28일(1주년 기념행사) >>



◀ 1주년 기념행사

개원 1주년을 기념하여 지난 1년을 되돌아 보고 앞으로 병원이 나아가야 할 방향을 다짐해보는 뜻깊은 시간이었다. 또한 직원간에 따뜻한 말 한마디는 훈훈한 정을 느낄 수 있었고, 숨겨진 직원들의 장기자랑과 흥겨운 뒷풀이 시간도 잊지 못할 추억이 되었다.

6월 23~28일 >>  
(1주년 기념 탁구대회)

탁구 대회 ▶

전직원이 팀을 구성한 가운데 개원 1주년 기념 탁구대회가 있었다. 몸을 아끼지 않는 탁구 실력과 각종 응원도구를 이용한 팀별로의 열띤 응원전이 아주 인상 깊었다.



■ 사회사업 프로그램 소개 ■

짜장면



◀ 어르신 니들이

화창한 봄날, 단풍이 고운 가을에 어르신들의 손을 꼭 잡고 야외 나들이를 갑니다. 갑갑했던 병실에서 벗어나 게임도 하고, 간식도 나누어 먹으면서 즐거운 시간을 보내고 옵니다.

요리 활동 ▶

매달 절기에 맞는 우리 고유의 음식을 어르신들이 직접 만들어 나누어 먹음으로 과거에 능숙한 솜씨를 뽐내시는 소중한 시간입니다. 어르신들의 인생경험과 지혜가 고스란히 표현되는 웃음 넘치는 요리활동 프로그램입니다.



매월 생신을 맞으신 어르신들께 작은 정성을 모아 생신상을 차려드립니다.



#### ◀ 어르신 생신잔치

직원들이 목청 높여 생신축하노래를 불러드리면 주름진 눈가에 눈물이 흐릅니다.

한식구가 되는 이시간 2부에서는 언제나 다양하고 신나는 공연순서가 이어진답니다.



#### 원예치료는... >>

식물기르기, 꽃장식 등 다양한 원예활동을 통하여 사회적, 교육적, 심리적, 신체적 적응력을 기르고 그 결과 육체적 정신적 회복과 재활을 추구하는 것으로 궁극적으로 생활의 질적 향상을 도모하는 활동입니다.

#### 원예치료 ▶

우리병원 치매병동에서는 매주 화요일 11시~12시까지 전문가인 원예치료사와 함께 어르신들의 환한 표정과 꽃의 향기가 항상 그윽한 아름다운 병실을 만들어 가고 있습니다.



#### 음악치료는... >>

음악을 통하여 어르신들의 사회적, 정서적 기능의 손상을 막아주고 잔여 기능의 유지 및 보존과 병실생활의 적응을 돕는 활동입니다.



#### ◀ 음악치료

어르신들의 정서에 맞는 민요, 동요, 흘러간 옛 노래 등 직접 참여하는 활동을 통해 흥미감을 유발하고 이에 관련된 과거의 기억을 회상하도록 돕고 활력을 줍니다.

매주 목요일 오후 2시 2병동에서는 흥겨운 우리 민요와 더불어 어르신들의 덩실덩실 어깨춤이 정겹습니다.

#### 미술치료는... >>

조형활동을 통해 비언어적 형식의 표현수단으로 자신의 감정에 대한 새로운 통찰과 회상의 역할을 할 수 있다

#### 미술치료 ▶

어르신들에게는 다소 생소한 미술치료 프로그램이지만 서투른 몸짓으로 하나하나 작품을 완성할 때면 누구보다 환하게 웃고 만족해 하신답니다.



#### ◀ 이·미용 봉사

매월 4째주 화요일 오후에는 오무선 미용실에서 우리 어르신들께 멋진 헤어디자인을 해주고 계십니다.

한달에 한번이지만 이날을 기다리시는 열혈팬 어르신도 계신답니다.



# 주름살을 예방하는 세안법



- ① 세안을 하기 전에 미지근한 물로 얼굴을 씻어 냅니다. 이는 피부에 남아있는 나머지 때나 먼지를 씻어 내기 쉬운 상태로 만들어 줍니다.
- ② 알칼리 성분이 적은 비누를 실크천에 묻혀 얼굴을 세세하게 문질러 줍니다.
- ③ 미지근한 물로 10회에 걸쳐 헹굽니다.
  - 이마의 중심을 손가락 끝으로 꾹 눌러 줍니다. 이렇게 하면 이마의 주름살을 예방해 줍니다.
  - 엄지 손가락과 집게 손가락 사이로 귀를 치켜 올리면 처진 양볼을 원래대로 회복 시키는 데 도움을 줍니다.

④ 찬물을 이용하여 똑같은 방법으로 10회에 걸쳐 헹굽니다.  
이는 땀구멍을 수축시켜 주는 효과가 있습니다.

⑤ 위의 ③,④를 번갈아가며 5회 이상 반복하는 것이 이상적입니다.

⑥ 마지막으로 찬물만으로 얼굴을 톡톡 두드려 주는 패딩 세안법을 하면, 세안 후 얼굴이 당기는 증세가 없어지며, 보습이 잘 유지됩니다.

# 올피팩으로 잔주름을 제거합니다

## 재 료

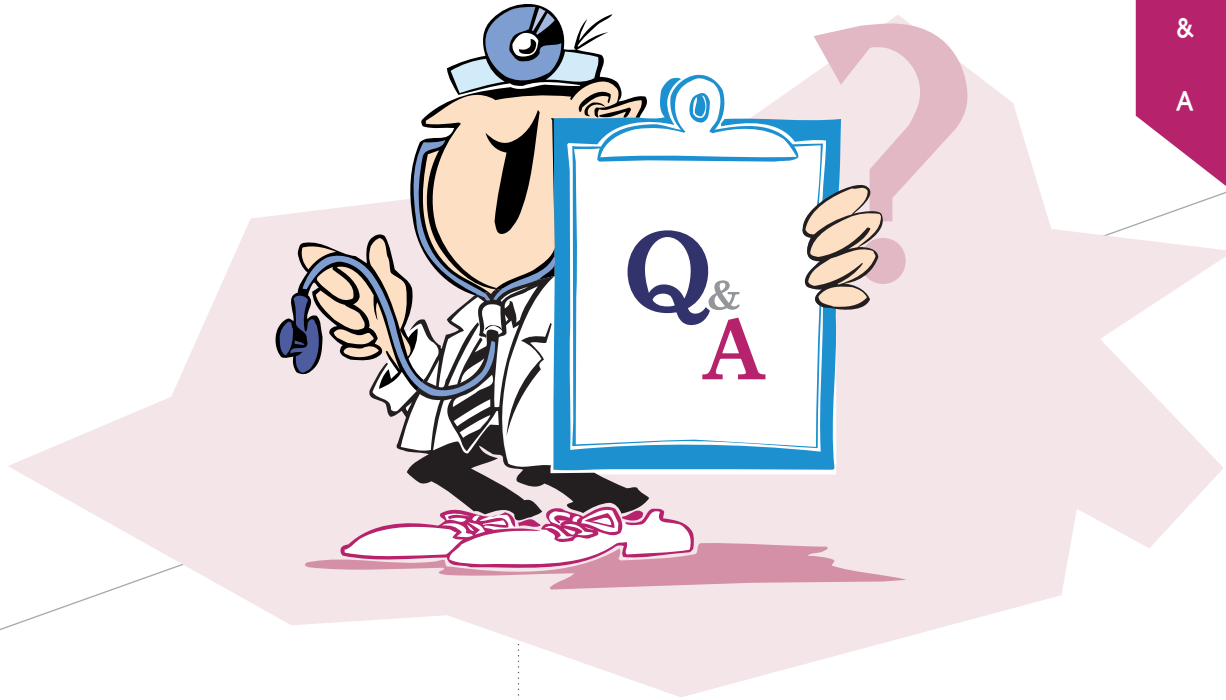
올피가루 1/2큰술, 흑설탕2작은술, 효소분말 2작은술, 꿀 1큰술

※ 겨울에는 흑설탕이 잘 녹지 않으므로 흑설탕에 물 1큰술을 섞고 불에 녹여 시럽으로 만들어 사용합니다.

- ① 용기에 흑설탕을 넣고 꿀과 함께 으깁니다.
- ② 올피가루, 효소 분말을 넣어 녹진해질 때까지 깹니다.
- ③ 양볼, 이마 코 턱의 순서로 고르게 퍼서 팩을 합니다.
- ④ 눈, 코, 입 부분을 제외하고 얼굴 전체에 랩을 씌운 다음 쉽니다. 황금의 수면시간인 밤 11시경에 팩을 하면 효과가 아주 높습니다. 팩을 할 때는 30~40분 정도면 충분합니다.
- ⑤ 랩을 벗겨 내고 미지근한 물로 얼굴을 씻고 곧바로 찬물로 얼굴 피부를 수축시켜줍니다. 얼굴에 수분 공급이 충분히 되어 잔주름이 퍼지며 촉촉하고 윤기가 날 것입니다.

「출처 : 강봉수 할머니의 미용 식이요법」





**Q** 입원은 어떻게 하나요?

**A**

**보호자 방문**

- 건강보험증(보험카드)
- 진료의뢰서
- 타병원 입원중인 경우 소견서
- 특수촬영 결과지(CT, MRI 등)



**접 수**



**담당의사와 입원상담**

외래진료(치매척도검사, MRI 등의 결과)



**입원 결정**



**입원 수속**

입원서약서 작성



**병실 배정**

**Q** 어떤분들이 입원 가능한가요?

**A**

치매나 뇌졸중, 당뇨합병증, 고혈압 등의 노인성 질환을 가진 어르신 누구나 입원 가능합니다.

**Q** 어르신들만 외래진료가 가능한가요?

**A**

어르신들뿐만 아니라 누구든 지역과 나이에 상관 없이 외래 진료가 가능합니다.

**Q** 외래진료과목은 어떻게 되나요?

**A**

- 내 과** - 고혈압, 당뇨, 급만성 호흡기 질환, 급만성 간질환, 만기 암질환 등
- 가정의학과** - 호흡기 질환, 안과 질환, 소화기 질환, 내분비 질환, 비뇨기 질환, 부인과 질환 등
- 신 경 과** - 신경계(뇌와 척수)의 질환을 진단 치료, 중풍, 치매, 간질, 말초신경병 어지럼증 등
- 재활의학과** - 중풍 및 기타 마비성 질환의 재활, 퇴행성 관절염, 만성통증치료, 기타 질환의 재활

**Q** 국민기초생활수급권자(의료급여 1종)는 병원비가 전액 무료진료인가요?

**A**

건강보험에 해당되는 것은 전액 보험 혜택이 되지만 건강보험이 되지 않는 즉 간병료 등에 대해서는 본인 부담을 하셔야 합니다.