


품질과 신용의 일성신약

대주주업이 소액주주로만 구성된 국내 유일의 완전 공개 기업으로
 '기업의 주업은 종업원'이라는 신념아래 1972년 부터
 설립자의 소유주식지분 100%를 사회복지기금내 출연하였습니다.
 일성신약은 미래를 향한 천진으로 무한한 가능성을 추구함으로써
 세계인류와 함께하는 기업이 될 것을 약속드리겠습니다.




ILSUNG 일성신약주식회사
 대표: 서울특별시 강남구 테헤란로 124 444-7
 전화: 02-556-5241 FAX: 02-556-1307
www.ilsung-ph.co.kr


 가톨릭대학교 성모자애병원

you & me

同行




 가톨릭대학교 성모자애병원

개원 51주년!

반세기의 역사와 그리스도의 사랑이

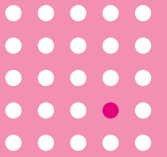
살아 숨쉬는 병원

인천 최고의 최첨단 병원

지난 51년동안 그러하였듯 저희 병원은 환우분들의 마음에 한걸음 더 가까이 다가갈 수 있도록 온정성을 다하겠습니다. 저희 성모자애병원에서는 보다 나은 의료서비스를 제공하고자 오는 7월 1일부터 토요일 외래진료를 실시합니다.

OUR LADY OF MERCY HOSPITAL

가톨릭대학교 성모자애병원



y o u & m e : 兩 行

BEAUTY & STYLE ●

04 점점 신경 쓰이는 점 | 성형외과 임지현 교수

06 예쁜 눈 만들기 | 안과 양연희 교수

NATURAL SPACE ●

08 "암, 이제는 정복할 수 있다" - 최첨단 치료법으로 암을 정복한다

WELL-BEING LIFE ●

12 어려우며야 예쁜 얼굴이라는데...동인(童顔)

14 심표 하나-여름섬 이야기

HEALTH FOOD ●

16 "氣를 놓자! 월드컵 보양식"



200606_June Vol.3

●● 등록번호 | 인천라-1027 ●● 등록일자 | 1995년 10월 31일 ●● 발행일 | 2006년 6월 9일 ●● 발행인 | 제정원 ●● 편집인 | 흥보 · 마케팅팀
●● 발행처 | 가톨릭대학교 성모자애병원 (우)403-720 인천광역시 부평구 부평6동 665 TEL. 032-510-5500 http://www.cmcolmh.or.kr
●● 디자인 | 오즈커뮤니케이션 02-515-3681 ●● 인쇄 | 성우칼라 02-2267-5962

미인 만들기 프로젝트-점(點) ● 도움말_가톨릭대학교 성모자애병원 성형외과 임지현

진료과: 성형외과
전문분야: 미용성형, 화상, 안면골절 및 외상



점점 커지는 점 점점 신경 쓰이는 점

우리 몸 안에서 흔히 찾아볼 수 있는 점!

점점 커지거나 큰 점 때문에 고민되는 계절 여름!

온 몸을 덮고 다닐 수도 없고 드러내자니 큰 점 때문에...

● 점점 커지는 점(點)! 어떤 문제점이 있을까요?

점은 우리 누구에게나, 우리 몸 어디에서나 흔히 존재합니다.

복점이라며 귀여움 받는 점도 있지만... 보기 흉할 정도로 큰 점과 커지는 점 때문에 고민 하시는 분들이 의외로 많습니다.

점은 선천성과 피지선 크게 두 종류로 나뉩니다.

선천성 점에서는 크기에 따라 작은 점, 중간, 거대 점 세 가지로 나뉩니다.

피지선 점은 사마귀의 형태로 생긴 것을 말합니다. 대부분 두피나 얼굴 등 피지선이 많은 부위에 나타납니다.

그러나, 가장 큰 문제점은 악성 흑색종 같은 피부암으로 발전할 수 있다는 점이지요.

또한, 아이들의 경우에는 정서적으로 예민한 시기이므로 점으로 인한 스트레스를 줄여주어야 합니다. 여성의 경우에는 당연히 미용 상 좋을 리가 없겠죠.

● 점점 신경 쓰이는 점(點)! 해결점은 있나요?

크기가 점점 커져 신경이 거슬리는 거대 점은 피부암으로 발전할 수 있기에 외과 진료를 통해 없애야 합니다. 피지선 점 같은 경우에는 사춘기 이전 피지선의 활동이 증가하기 전에 없애줘야 합니다.

치료 방법에는 수술과 레이저 치료가 있는데요, 수술은 표피와 진피에 있는 점을 모두 제거 하므로 가장 확실하게 한다는 장점이 있습니다. 그렇지만 점이 너무 크면 단계적으로 치료해야 하고 수술 자국이 남는다는 단점이 있습니다.

레이저 치료에는 여러 차례 장기간 동안 치료를 받아야 합니다. 점의 자국은 아주 미세하게 남습니다.

무더운 여름! 즐거운 여름! 자신 있게 노출하세요!

진료과 : 안과
 전문분야 : 안검성형, 눈물길협착, 백내장, 안와질환



예쁜 눈 만들기

사람의 얼굴 중 첫인상에 가장 중요한 부분은 눈이라고 할 수 있습니다.

남성이 여성을 처음 만날 때 첫 시선은 가슴, 그 다음을 눈이라고 하는데 이렇듯 눈은 사람의 첫인상을 결정하는 매우 중요한 요소입니다.

眼

사람의 눈에는 여러 가지 종류가 있습니다. 순하고 착하게 보이는 눈, 작고 날카롭게 생긴 눈, 눈꼬리가 쳐져서 반항적으로 보이는 눈이 있습니다.

일반적으로 크고 시원한 눈은 상대방에게 좋은 인상을 주게 되지만 날카롭고 작은 눈은 매서운 인상을 주게 됩니다.

동그랗고 작은 눈

동그랗고 작은 눈 때문에 피곤해 보이거나 무서워 보이는 인상을 고치고 싶을 경우에는 쌍꺼풀 수술 만으로는 원하는 모습을 얻지 못하는 경우가 많습니다.

눈꺼풀을 올리는 근육이 약해져서 생긴 작은 눈이라면 쌍꺼풀뿐만 아니라 눈꺼풀을 올리는 근육을 교정해야 크고 시원한 눈을 만들 수 있기 때문입니다.

나이가 들면 조금씩 눈꺼풀 올림근이 쳐져 있어 젊은 분들과는 달리 눈꺼풀 근육을 교정해야 하는 경우가 많습니다.

눈썹이 같이 처진 경우

눈썹이 처지면 심한 경우에는 우는 얼굴이 되는데 쌍꺼풀 수술만 하게 되면 눈썹과 눈꺼풀 사이가 좁아져 있어 답답한 얼굴이 되기 쉽습니다.

그래서 눈썹을 올려주는 수술을 쌍꺼풀 수술과 같이 해야 합니다.

눈썹을 올리는 수술은 눈썹 위 피부를 절개해서 올릴 수도 있지만 눈꺼풀 성형술을 하면서 교정을 하면 흉터가 남지 않아 만족도가 높습니다.

눈꺼풀이 두-해진 경우

안구 주위에 있는 조직(안와사이막)이 느슨해지면서 튀어나온 안와 지방이 주 원인입니다.

위눈꺼풀이나 아래눈꺼풀에서 튀어나온 지방을 제거하는 수술은 비교적 간단하지만 아래눈꺼풀이 볼록하게 튀어나온 경우에는 지방의 위치를 바꿔주는 수술을 할 수 있습니다.

☞ 다음호에 계속 됩니다.

"암, 이제는 정복 할 수 있다"

아주 특별한 팔손 잔치



늘 웃음있고 정 많은 우리동네 신씨 할아버지.
당배와 술을 너무 좋아해서 당송 할아버지로 불리우십니다.
항상 웃음이 떠나지 않던 당송 할아버지의 얼굴에서 어느날부터인가
웃음이 사라지기 시작했습니다.
호탕하던 웃음소리 대신 쉬된 목소리가 나고 식사할 때는 숨이 막힐 듯한 기침을 하고,
몸무게도 눈에 띄게 줄어드셨습니다.
서둘러 병원으로 모시고 가니 병명은 '식도암'
명암 후면 팔손이신데... 건강을 회복할 수 있을까요?

How 1
어떻게?

최첨단 암치료 - [토모테라피] ●●

토모테라피는 CT나 MRI를 통해 3차원 영상들을 얻고 암덩어리와 주위의 정상 장기의 형태를 정밀하게 그려낸 뒤 종양 부위에 조사해야 할 방사선의 양을 결정하여 정상 조직들이나 장기에는 피해가 가지 않고 암만을 제거하는 첨단 치료법입니다.

가톨릭의과대학 성모자애병원에서는 2005년 11월에 국내 최초로 토모테라피를 도입하였고 기존의 방사선 장비로는 불가능했던 척추종양, 전이암, 재발성암, 다발성암들에 대한 치료를 하고 있습니다.

특히, 종양의 개수에는 상관없이 신체의 어느 부위에 있는 암이라도 치료할 수 있으며 암덩어리에만 방사선을 정확하게 조사하고 주위의 정상조직에는 방사선량을 줄임으로써 기존 방사선암 치료의 부작용을 최소화할 수 있습니다.

암, 이제는 정복할 수 있다

최첨단 ● 치료법으로 ● 암을 ● 정복한다

21세기 최악의 질병으로 불리는 암. "암"하면 "죽음"을 떠올렸던 것이 사실입니다.
그러나 이제는 정복할 수 있습니다.



How 2

토모테라피로 어떻게 치료하나요?

1. 치료 전 계획(Planning) ●●

미리 CT나 MRI를 통해 3차원 영상들을 얻고 병소의 종양과 주위의 정상 장기의 형태를 정밀하게 그려냅니다. 의사는 선택된 종양 부위에 조사해야 할 방사선의 양을 결정하고 주위 정상 조직들에 허용할 방사선 피복량을 함께 결정하게 됩니다.

2. 환자 위치 잡기(Positioning) ●●

매번 치료 때마다 발생할 수 있는 오차를 없애기 위해 치료가 시작되기 직전에 토모 기계에 내장된 megavoltage 이미지와 planning CT의 이미지를 융합시켜 정확한 표적의 위치를 확인하고 치료하는 단계입니다.

3. 방사선 조사 ●●

방사선 발생장치가 360도 회전하면서 방사선의 세기와 모양, 크기가 연속적으로 컴퓨터에 의해 조절됩니다.

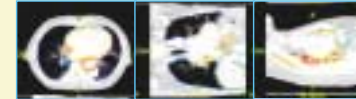
동시에 환자의 고정용 침대가 천천히 이동하기 때문에 나선형의 방사선 조사가 이루어지게 됩니다.

기본적으로 CT 영상과 마찬가지로 잘라진 단면, 즉 각각의 슬라이스형 공간에 방사선이 회전하면서 조사되기 때문에 가능한 주위 정상 조직들이나 장기에는 피해가 가지 않고 암이 있는 부위에만 집중됩니다.

How 3

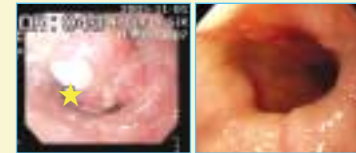
이렇게 치료했습니다 <신○○, 남 79세>

●● 토모테라피 치료



토모테라피는 붉은선으로 표시된 부분인 암덩어리에만 방사선을 쬐기 때문에 정상세포들에게 피해를 주지 않으므로 다른 방사선 치료에서 발생할 수 있는 부작용을 없앨 수 있습니다.

●● 내시경사진 [★표시 : 암덩어리]



치료전 |

치료후 |

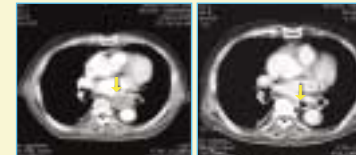
치료전 |

★부분이 암덩어리입니다. 암덩어리 때문에 식도부분이 꼭 막혀 있네요.

치료후 |

암덩어리가 말끔하게 없어지고 막혀 있던 식도가 뻥~ 뚫렸습니다.

●● CT사진



치료전 |

치료후 |

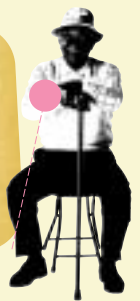
토모테라피 치료전 |

화살표 부분은 식도암이 생긴 부분으로 종양 덩어리가 식도를 꼭 막고 있습니다.

토모테라피 치료후 |

기존의 항암 치료의 경우 침상마피로 인한 부작용으로 식사를 제대로 할 수 없는 등 부작용이 생기지만 토모테라피 치료의 경우에는 부작용으로 인한 피해를 최소화하였습니다.

이렇게 해서 당송 할아버지는 건강을 회복한 후 아주 특정한 팥송장치를 하리게 되었습니다.
그리고 병명도 바뀌셨어요...
"이제는 정대 당배랑 술은 안하셔겠다구"
그래서 병명을 안당송 할아버지로 바꿔 드렸죠.
안당송 할아버지 ~ 늘 건강하세요.



b a b y
f a c e
동안

어려 보여야 예쁜 얼굴이 라는 데...

우리 여자들이 제일 듣기 좋아하는 소리 3총사!
날씬해졌네! 다이어트 했어?

그거 어디서 산 거야? 넘 괜 다
진짜 어려 보인다! 말 놓을 뻔했어요!

예뻐지고 싶고 젊어 보이고 싶은 건 남자 여자 할 것 없는 요즘의 최대 관심사!
좋은 화장품을 산다... 운동을 한다... 여러 가지로 노력을 하지만...
아! 내 얼굴은 왜 이런 거지?
입사동기 총무부 미스 박은 나이보다 서너살은 젊게 애길 하는데...
동안이 대체 뭐길래? 동안(童顏)으로 기꿀 방법은 없을까? 수다맨 나 좀 도와줘요~~~~!

●● 늙어 보이는 원인이라도 있는 거야?

젊게 보이는 사람이 있으면 늙게 보이는 사람도 있게 마련. 나이 들어 보이는 원인은 무얼까?
과도한 스트레스나 음주, 지나친 흡연, 편식이나 과식이 원인이 된다는데요.
몸과 마음의 균형을 깨뜨리면 당연히 나오는 결과가 아닌가 싶네요.
좀 더 젊게.. 어리게 보이려면 비결은 어떤 것이 있을까요?
어려 보이는 동안의 소유자들이 이구동성으로 하는 얘기들을 귀담아 들을 필요가 있겠죠?

●● 젊어지는 비결 7가지!

- 1+ 물을 많이 마셔라! (하루 1리터 이상)
- 2+ 잠을 많이 편안하게 자라! (하루 7시간 정도)
- 3+ 3박자운동을 해라! (유산소, 근육, 지구력 // 하루에 20분씩만 걸어도 5년 젊어진다)
- 4+ 치아와 잇몸관리를 잘하라! (4년은 젊어보인다)
- 5+ 정기적인 건강검진을 받아라! (12년은 더 살 수 있다)
- 6+ 폐경기 여성이라도 호르몬 대체요법을 준히 받으면 8년 젊어진다.
- 7+ 많이 웃어라! (5분 웃으면 3년은 젊어진다)





1, 덕적도

공영버스를 타고 깔딱 고개를 넘는 재미가 있는 덕적도.
소나무 숲과 해변과 등산을 즐길 수 있는 섬 덕적도
가족끼리 연인끼리 동무끼리 해변과 마을 사이에 있는
소나무 동산에서 야영을 즐기며 자연과
가장 가까운 시간을 보내기 좋은 곳
섬 여기저기 흙 속에 숨어있는 진주를 찾듯
살짝 숨어있는 작은 해변들을 찾아보재
마을 앞 밧고랑을 지나서 훌쩍 나와 버리는 해변
알려주는 것 아무것도 없어 물어 물어 발품으로 차지하는 해변... 해변들....
그리고 바위위에 앉아 찰떡 파도소리와 함께 마음의 낚시대를 드리워 본다.
각아지른 듯한 산을 쉬엄 쉬엄 넘어서 오르면 한눈에 덕적도를 다 내어줘 버리는 비조봉에 올라 담을 식히며,
섬을 감상한다. 바다를 감상한다.
어느 시인의 시귀처럼 "술은 내가 마시는데 취하기는 바다가 취하더라구..."

summer island 여름 섬 이야기

올 여름에는 섬에서 쉬어볼이 어떨까요?

바다가 그리워지는 계절이 왔다.
사람이 북적이는 소문난 바닷가가 싫다면
조용한 섬에서 섬표하나를
찍어보는건 어떨까?

2, 장봉도

영종도에서 갈매기 따라 길로 40분...
웅진군 북도면 장봉도.
때 묻지 않은 자연이 살아 숨쉬는 곳.
갯바위에서 낚시를,
갯벌에서는 낙지와 조개를 잡을 수 있어 가족여행에 적합한 곳.
선착장에서 멀지 않은 곳에 티없이 맑은 웅암해수욕장이 호젓이 자리잡고
있다. 새색시 손처럼 고운 백사장이 주변 지역의 방풍림과 어우러져 포근
한 느낌을 준다. 갯벌에서 동죽, 게 등을 잡는 것은 장봉도에 들러 놓치지 말고 즐겨야
할 재미 중의 하나 특히 한밤중에 손전등을 들고 게를 잡는 재미는 직접 경험해 보시라~~



월드컵 보양식

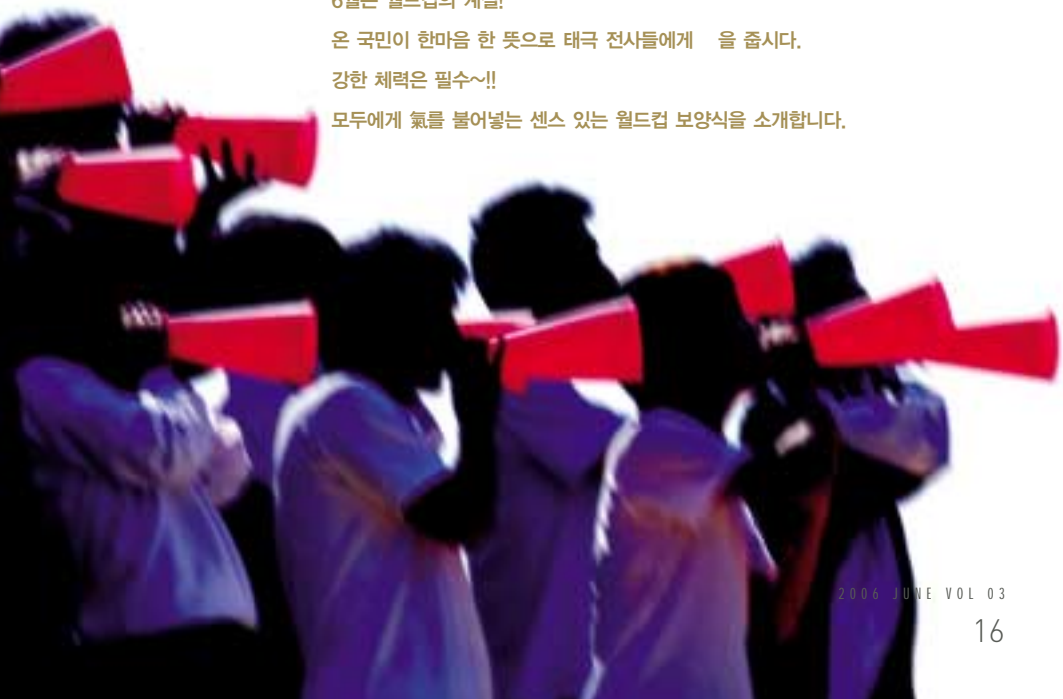
氣를 넣자!
월드컵★보양식

6월은 월드컵의 계절!

온 국민이 한마음 한 뜻으로 태극 전사들에게 을 줍시다.

강한 체력은 필수~!!

모두에게 氣를 불어넣는 센스 있는 월드컵 보양식을 소개합니다.



월드컵 보양식 하나* “밥심으로 산다”

오랜 시간 지구력을 키우는 데는 밥이 최고 쌀에 들어 있는 풍부한 탄수화물은 근육의 주 에너지원 빠른 스피드와 장시간의 에너지 소비에도 거뜰하게 견뎌냅니다. 서양에서는 경기 전 후 파스타로 체력을 보충할 정도입니다.



월드컵 보양식 두울* “보양식 하면 꼬끼오! 고기중에 최고의 스태미너를 자랑한다!”

단백질이 풍부하여 예로부터 허약한 체질에 좋다고 하여 보양식으로 환영을 받아온 닭고기는 고단백식품이면서 다른 육류에 비해 콜레스테롤이 낮고, 면역력을 키우는 비타민 A가 풍부해 피로회복과 몸 보신에 탁월한 효과가 있습니다.

월드컵 보양식 세엳* “원기 회복의 제왕! 장어 납시오”

불포화 지방산과 단백질이 많아 원기 회복에 탁월하다는 장어! 지방양장 외에도 성인병 예방, 노화방지, 피부미용에도 많은 도움을 줍니다.

월드컵 보양식 네엳* “대한민국 대표선수! 마늘!”

대한민국 요리에 마늘이 빠진다면 말이 될까요? 김치, 무침, 찌개, 구이, 찜 등 동네 아주머니 수다처럼 꼭 들어가는 대표 식품 마늘!! 몸의 원활한 순환을 도와 기운을 북돋아 주고 노폐물에 대한 발산작용으로 스트레스를 풀어주는 효과가 있습니다.



월드컵 보양식 다섯* “차로 마신다! 황기!”

황기는 단너삼의 뿌리로 기를 보호한다고 알려져 있어, 닭고기와 함께 삼계탕의 재료로 이용되어 왔습니다. 황기를 차로 만들어 마시면 되는데 황기 20g에 물30ml를 넣고 반으로 줄여 차처럼 드시면 됩니다.

월드컵 보양식 여섯* “시원한 콩식초물 한 잔!”

체력증강을 위해서는 콩만큼 건강식품도 없습니다. 여기에 비타민 C가 많은 레몬과 혈액순환 촉진효과가 어나 식초와 함께 섭취하면 효과가 커집니다. 더운 날씨가 계속되면 위장의 움직임이 약해져 더운 날 시원하게 만들어 마시면 신이 보충되어 식욕을 살리고 소화를 돕게 됩니다.



** 센스 있는 월드컵 보양식으로 입안 가득 정성을 쏟~~~~!