

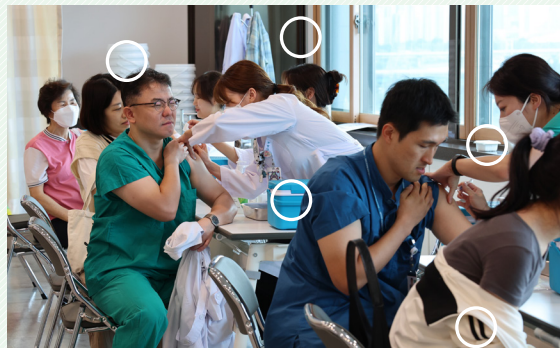
다른 그림 찾기

다음 그림 중 서로 다른 부분 다섯 군데를 찾아보세요.
정답은 다음 호에서 확인하실 수 있습니다.



암교육정보센터가 최근 직원 암환자의 건강한 직장 복귀를 위한 지원 프로그램 '위로 한 걸음' 운영을 시작했다. 암 치료 중 근무 계획 수립, 건강 관리 정보와 상담을 통한 정서적 지지를 제공하며 휴직 중이거나 치료 종료 후에도 참여할 수 있다. 사진은 운영지원팀 권문정 과장(암교육정보센터 전담간호사)이 직원 암환자의 일상 속 건강 관리에 대한 상담을 하는 모습.

지난호 정답



제757호 병원보에 실린 콘텐츠 중 독자들이 꼽은 가장 좋았던 코너는 '감사우체통 - 가족보다 의지했던 선생님'이었습니다.

이번 독자엽서는 수술간호팀 동관마취회복 유닛 김수빈 주임이 추천했습니다.

좋은 의견을 담아 독자엽서를 보내주신 분들에게 추천을 통해 선물을 드립니다.

당첨되신 분들은 3개월 이내에 홍보팀을 방문해 상품을 수령하시기 바랍니다.

독자엽서 보내는 곳

제출 방법 동·서·신관 직원식당 내 배포함

마감 2025년 11월 1일(토)

발표 제761호(2025년 11월 15일 발간)

함께 만드는 뉴스 매거진

이름 : 소속 :
전화번호 :



독자 여러분의 참여가 더욱 알찬 뉴스매거진의 밑바탕이 됩니다.

- 소개하고 싶은 직원
- 특별한 취미를 가진 직원
- 동료와의 협업 사례
- 소개하고 싶은 영화/뮤지컬/책
- 우리 부서 소식



가장 좋았던 코너는 무엇인가요? 뉴스매거진에 바라는 점은 무엇인가요?

독자를 위한 선물



원내 식당 10만 원 이용권
황숙정(중환자간호팀)

피톤치드 룸&패브릭 스프레이
배아정(병리팀)
홍지수(국제교류팀)

원내 식당 5만 원 이용권
김서연(심장혈관흉부외과)
양슬기(영상의학팀)

달마이어 1만 원 이용권
박경미(암병원간호1팀)
서희진(어린이병원간호팀)
이동열(병리팀)
이은비(영상의학팀)
정지영(수술간호팀)

아로마틱 핸드크림
강태경(중환자간호팀)
김선미(수술간호팀)



서울아산병원

VOL.759 2025. 10. 15

뉴스매거진 매월 1일·15일 발행



“환자의 시선으로 더 나은 경험을 제공합니다” 친절한 응대, 충분한 설명, 존중의 자세... 뛰어난 의술에 환자의 마음까지 돌보는 따

뜻함이 더해질 때 환자에게 '좋은 경험'이 완성된다. 우리 병원은 환자 중심 문화를 확산하기 위해 '환자경험 개선사례 공모전'을 진행하고 있다. 환자의 시선으로 치료 과정 전반을 점검하고 개선해 더 나은 경험을 제공하기 위함이다. 8월까지 접수된 사례들을 심사한 결과 총 40개 팀이 우수사례로 선정됐다. 사진은 최우수상을 수상한 영상의학팀 혈관조영 유닛 직원들이 시술을 앞둔 환자가 안심할 수 있도록 직접 개발한 커뮤 니케이션 가이드를 활용해 사전 설명을 진행하는 모습. (왼쪽부터) 영상의학팀 이은진·이창원 주임, 영상의학과 백태욱 임상강사, 영상의학팀 성하연 대리. (관련기사 3면)

02 NEWS 신생아 장천공 판독 인공지능 모델 개발

05 사람 & 이야기 거리에서 빛난 교육의 힘

10 나의 성장 이야기 치료 여정의 동반자가 되기 위한 도전

14 감사우체통 제2의 인생을 선물해준 교수님



서울아산병원 뉴스를
병원 소식을 한눈에

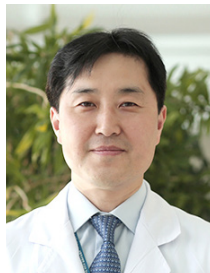
신생아 장천공 판독 인공지능 모델 개발



윤희망 부교수



김남국 교수

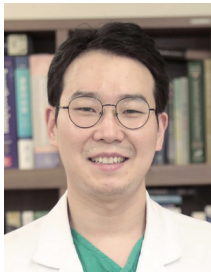


이병섭 교수

신생아 장천공은 과사성 장염 등으로 장에 구멍이 생겨 생명을 위협하는 치명적 질환이다. 진단을 위해 엑스레이로 복강 내 공기 유입 여부를 확인하지만 영상에서 장천공 소견이 뚜렷하게 나타나지 않아 정확한 판독이 어려웠다. 또한 신생아 중환자실 특성상 영상의학과 전문의가 즉시 판독하기 어려워 오진이나 진단 지연 위험이 컸다. 기존 인공지능 판독 모델은 성인 데이터를 기반으로 해 체구, 촬영 자세, 판독 소견에 큰

차이가 있는 신생아에게 적용하기 어려웠다. 영상의학과 윤희망 부교수, 융합의학과 김남국 교수, 신생아과 이병섭 교수팀은 신생아 엑스레이 영상에서 장천공 여부를 판별하고 병변 위치까지 찾아내는 인공지능 판독 모델을 개발했다. 연구팀은 1995년 1월부터 2018년 8월까지의 우리 병원 소아 엑스레이 영상 약 260만 건에서 장천공 영상 294건과 대조군 영상 252건을 최종 선별해 학습시켰다. 다양한 장천공 영상 패턴을 효과적으로 학습시키기 위해 데이터 증강 기술을 적용했다. 개발된 인공지능 판독 모델은 내부 검증 정확도 94.9%, 외부 검증 정확도 84.1%의 높은 성능을 보였다. 의료진의 보조 효과 평가 결과에서는 진단 정확도가 82.5%에서 86.6%로, 판독자 간 일치도는 71%에서 86%로 크게 향상됐다. 이번 연구 결과는 생체의학 분야에서 저명한 국제학술지 「컴퓨터 의학 및 생물학」 최신호에 게재됐다.

완전 암호화 유지해 신장 영상 분석 기술 개발



이상욱 부교수



서준교 조교수

최근 컴퓨터단층 촬영(CT)과 같은 의료영상을 분석할 때 인공지능을 활용해 진단의 정확성과 속도를 높이는 사례가 늘고 있다. 하지만 이를

실제 임상현장에 폭넓게 적용하기에는 환자 개인정보가 유출될 수 있다는 우려가 꾸준히 제기돼 왔다. 마취통증의학과 이상욱 부교수, 비뇨의학과 서준교 조교수팀은 동형암호 기술을 활용해 신장 CT 영상을 암호화한 상태에서 정상 신장과 낭종, 종양을 분류하는 딥러닝 모델을 구현했다. 동형암호 기술은 데이터를 열지 않은 완전 암호화 상태에서 실시간 연산과 분석이 가능한 혁신 기술이다.

연구팀은 먼저 비암호화 상태에서 신장 CT 영상을 학습하는 딥러닝 모델을 기존 모델로 만들었다. 이를 위해 총 1만 2,446장의 신장 CT 영상(정상 5,077장, 낭종 3,709장, 종양 2,283장)이 사용됐다. 두 번째로 기존 모델을 암호화 환경에 맞춘 새 모델로 변형했다. 암호화된 데이터는 직접 비교가 불가능해 비교 연산을 쓰는 구조를 다항식 함수, 최댓값 대신 평균값을 사용하는 방식으로 변환했다. 마지막으로 'CKKS 스킴'이라는 동형암호 기법을 이용해 완전히 암호화된 신장 CT 영상을 인공지능이 분석할 수 있도록 고도화했다. 그 결과 연구팀이 개발한 딥러닝 모델은 질환 분류의 정확도를 나타내는 지표인 AUC 값(1에 가까울수록 예측 정확도가 높음)이 0.97~0.99로 나타나, 환자 데이터가 암호화 상태에서도 기존 비암호화 모델과 동일한 수준의 분석 결과를 제공하는 것으로 확인됐다. 이번 연구 결과는 북미영상의학회 국제학술지 「영상의학: 인공지능」 최신호에 게재됐다.

환자경험 개선사례 공모전 개최

환자경험 개선사례 공모전이 5월부터 10월까지 진행된다. 이번 공모전은 현재 시행 중인 제5차 환자경험평가에 대비해 우수사례를 발굴하고 공유함으로써 환자 중심 문화를 더욱 강화하기 위해 마련됐다. '환자의 눈으로 만드는 변화'를 주제로 한 이번 공모전에는 병원 전 진료과 및 부서 직원들이 참여하며 환자경험 전반에 대한 개선사례나 환자경험평가 설문 항목에 부합하는 사례를 동영상, 카드뉴스 등 자유 형식으로 제출한다. 8월까지 접수된 사례들을 ▲창의성 ▲개선 효과 ▲확산 가능성 등을 기준으로 심사를 진행한 결과, 암병원간호2팀 71·81·82 유닛 연합팀과 영상의학팀 혈관조영 유닛이 최우수상을 받았다. 이외에도 우수상 15팀, 장려상 23팀을 포함해 총 40팀이 환자경험 개선 우수사례로 선정됐다.

우리 병원은 환자경험위원회와 병원환경개선소위원회를 중심으로 ▲회진알림전송 시스템 고도화 ▲환자 중심 커뮤니케이션 가이드 배포 ▲시설물 사전 점검 시스템 등 환자경험 전반에 대한 자체 평가와 개선을 지속하고 있다. 또한 ▲회진 질문지 제작 ▲이해하기 쉬운 치료 안내문 및 동선 안내 표식 제작 ▲검사 대기시간 단축을 위한 프로세스 개선 등 진료 과정에서 환자가 겪을 수 있는 불편을 최소화하기 위해 노력하고 있다. 앞으로 환자경험 개선사례 공모전을 정례화해 우수사례를 지속적으로 발굴하고 전 부서로 확산할 계획이다. 이제환 진료부원장(환자경험위원회 위원장)은 "환자경험 개선은 특정 부서가 아니라 병원 전체가 함께 이뤄야 하는 목표다. 고객이 체감할 수 있는 실질적 변화를 통해 '환자 중심 병원'의 가치를 더욱 공고히 하겠다"고 말했다.

글로벌 인재 육성과정 나눔활동



9월 25일 열린 행사에서 참석자들이 기념촬영을 하고 있다.

2025년 글로벌 인재 육성과정 나눔활동 우수직원 선발 평가회

가 9월 25일 열렸다. 이번 평가회는 글로벌 인재 육성과정 5기, 6기를 수료한 직원들이 학습한 내용을 바탕으로 외국인 환자 관련 업무를 개선한 사례를 공유하기 위해 마련됐다. 최인철 교육부원장, 이창근 아카데미소장 등 경영진과 직원 심사단의 평가 결과 진료지원팀 정미희 과장과 국제교류팀 배기성 과장이 우수상을, 어린이병원간호팀 146 유닛 김나연 대리, 외래간호팀 김아름 대리, 임상시험센터 조수지 연구코디네이터, 대외협력팀 김송이 주임이 참가상을 받았다.

기계환기 워크숍



기계환기 워크숍 참석자들이 기념촬영을 하고 있다.

제32회 기계환기 워크숍이 9월 27일 동관 대강당과 세미나실에서 열렸다. '기계환기의 핵심: 생리에서 임상 적용까지'를 주제로 열린 워크숍에는 호흡기내과, 중환자의학 분야 의료진 260여 명이 참석했다. 워크숍에서는 ▲기계환기와 폐손상의 기전 ▲횡격막 기능장애에서 기계환기 이탈까지 개별화 기계환기 전략 ▲중환자 이송 및 혈액학적 감시 실무 등에 대한 발표와 토론이 진행됐다.

동 정

김영학 디지털정보혁신본부장 'AI 월드 2025' 초청 강연



김영학 디지털정보혁신본부장이 9월 25일 과학기술정보통신부와 파이낸셜뉴스가 공동으로 주최한 'AI 월드 2025' 심포지엄에서 초청강연을 진행했다. 김 본부장은 '인공지능, 당신의 차세대 의사' 세션에서 의료 AI를 비롯해 최근 의료계에서 활발히 적용 중인 혁신기술을 공유하고, 의료 AI 연구개발을 위한 데이터 플랫폼 구축의 필요성에 대해 발표해 참석자들의 호응을 얻었다.

김원구 교수 아시아-오세아니아 갑상선학회 사무총장 취임



내분비내과 김원구 교수가 최근 제11대 아시아-오세아니아 갑상선학회(AOTA) 사무총장으로 취임했다. 1975년 창립되어 올해로 50주년을 맞은 AOTA는 아시아 및 대양주 지역 갑상선학을 대표하는 단체로 현재 12개 국가에서 5,200여 명의 전문가가 참여하는 연합학회다. 김 교수의 임기는 2025년 9월부터 5년이다.

김태균 과장 산업통상부장관상



시설팀 김태균 과장이 9월 29일 한국과학기술관에서 열린 제33회 대한민국 가스안전대상 시상식에서 산업통상부장관상을 받았다. 김 과장은 가스안전 관리 및 사고 예방에 기여한 공로를 인정받아 이 상을 받았다.

대한위암학회 국제학술대회서 수상



종양내과 김형돈 조교수, 위장관외과 유주노 임상강사, 내과 이유나 레지던트가 9월 25일부터 3일간 열린 대한위암학회 국제학술대회(KINGCA WEEK 2025)에서 수상했다. 김형돈 조교수는 '니블루맵과 화학요법 병용치료를 받은 위암 환자에서 삽입/결실 돌연변이의 예측적 가치'를 주제로 최우수 연제발표상을, 유주노 임상강사는 '절제가능한 진행성 위암환자 중 선행항암요법군과 선행수술군의 표준 종양학적 결과 비교분석 및 예후에 미치는 영향'을 주제로 포스터발표상을, 이유나 레지던트는 '위암 환자 1차 니블루맵 병용 화학요법 생존 결과에 대한 상동재조합 관련 유전자 변이의 예측적 의의'를 주제로 최우수구연상을 받았다.

인 사

보직임명

정형외과	교수	황창주	임 : 스포츠건강의학센터소장
- 2025. 9. 1부.			

영상의학과	교수	양동현	임 : AI혁신지원실장
- 2025. 9. 15부.			

이 달 의 후 원 자

개인 및 단체

병원발전(중입자치료기 등)

박신준	100,000원
박지훈	100,000원
서울이텍사랑나치과의원	5,000,000원
양윤선	200,000원
이수진	30,000,000원
임채민	1,000,000원
장연호	100,000원
(주)대호물산	100,000,000원
(주)한솔	10,000,000원
효동기계공업(주)	100,000,000원

불우환자 지원

김양희	1,000,000원
김은희	100,000원
박원종	100,000원
서나연	200,000원
이두화·정현옥	100,000,000원
이성희	1,000,000원
이수진	70,000,000원
이주원	1,000,000원
(주)크라투스	10,000,000원
(주)한솔	10,000,000원

연구

윤종철·이선영	20,000,000원
---------	-------------

직원 및 직원가족

병원발전(중입자치료기 등)

김기훈	10,000,000원
김준	5,000,000원

불우환자 지원

정미랑	500,000원
최재문	1,000,000원

- 2025년 9월 30일 기준, 가나다순

※ 문의: 대외협력팀 후원 유닛 (02-3010-6207)

거리에서 빛난 교육의 힘

무더웠던 8월 어느 여름날, 한 시민이 강남역 한복판에서 쓰러졌다. 마침 근처를 지나던 우리 병원 간호사가 망설임 없이 달려가 침착하게 의식이 저하된 환자의 응급처치를 도왔다는 소식이 편집실에 전해졌다. 주인공은 96병동에서 정형외과 환자의 수술 후 치료와 회복을 돕고 있는 **외과간호2팀 전유정 주임**이다. 당시 긴박했던 상황을 들어보았다. <편집실>



당시 상황을 간략히 설명해달라

일요일 오후 친구를 만나러 가던 길이었다. 강남역 버스정류장에 사람들이 모여 웅성거리는 모습을 보고 다가가니 한 젊은 여성이 쓰러져 있었다. 눈만 깜빡이며 사지를 움직이지 못하고 있었다. 순간 망설임 틈도 없이 다가가 등을 두드리며 환자의 상태를 확인했다. 한 시민이 그런 나의 모습에 당황했는지 제지하기에 “저 서울아산병원 간호사예요”라고 신분을 밝히고, 주변 사람들과 함께 환자를 안전한 곳으로 옮겼다. 얼마 전 부서 교육에서 배운 내용을 떠올리며 환자의 의식 수준과 운동 기능 등을 침착하게 확인했다. 이후 간호사로서 할 수 있는 응급 사정을 진행하며 구급차가 도착할 때까지 환자의 상태를 살폈다.

교육 내용이 실제로 도움이 되었는지

부서주문 시뮬레이션 교육으로 의식 수준이 저하된 환자를 대처하는 방법에 대해 배운 것이 많은 도움이 됐다. 지남력과 글래스고 혼수 척도 등 원내 의식저하 프로토콜을 떠올리며

현장에서 환자의 상태를 신속히 파악했다. 당시 환자의 의식은 또렷하지 않았지만 부르면 응답했고, 상지는 움직일 수 있었지만 하지 근력이 떨어진 상태로 저림 증상을 호소했다. 얼굴이 창백하고 식은땀을 흘리고 있어 자율신경계질환이나 저혈당을 의심했다. 환자가 실신하며 외상이 생겼는지, 다른 골절은 없는지 함께 살폈다. 다행히 찰과상 정도만 관찰돼 주변 시민의 도움을 받아 당분이 있는 음료를 먼저 섭취하도록 했다. 기도 흡인 위험이 있어 상체를 45도 정도 세워 앉히고 구급대원을 기다렸다. 형식적인 것이라 생각했던 교육이 실제 상황에서 얼마나 큰 힘이 되는지를 실감한 순간이었다.

이번 경험이 어떤 의미로 다가왔는지

거리 한복판이라는 장소만 달랐을 뿐 평소 병동에서 환자를 돌보는 것과 크게 다를 것이 없었다. 당황스러움도 잠시, 교육 받은 내용이 자연스럽게 떠올라 수월하게 대처할 수 있었다. 응급 상황에서 누군가를 도울 수 있어 뿌듯했다. 당시 환자분이 눈물을 글썽이며 여러 번 감사를 전하던 모습이 떠올라 마음이 뭉클하다. 병원 밖에서도 누군가에게 도움의 손길을 전할 수 있다는 것에 간호사라는 직업에 대한 감사함과 보람을 느꼈다.

앞으로의 다짐이 있다면

병원에서 진행되는 체계적인 시뮬레이션 교육과 훈련에 적극 참여해 지식과 경험을 쌓고 싶다. 더불어 긴급한 순간에도 침착하게 환자를 돌볼 수 있는 역량을 꾸준히 키워 어디서든 도움이 되는 간호사가 되고 싶다.

“고난도 태아치료 노하우 말레이시아에 전하고 싶어요”

말레이시아에서 온
시티사라 임상강사



저는 산부인과 전문의로 15년간 고위험 산모 및 태아
치료 분야의 임상 경험을 쌓아왔습니다. 고난도 치료가
필요한 환자를 만날 때마다 ‘더 많이 배워 산모와
아기 모두에게 최선의 치료를 제공하고 싶다’는 마음이
커졌어요. 지난 6월 중순부터 서울아산병원 산부인과와
태아치료센터에서 연수를 받고 있습니다. 한국에서 쌓은
고난도 치료 경험을 말레이시아 동료 의료진에게 전하고
싶어요!



처음 수술실 들어가기 전

아시아 최고의 태아치료센터에서 배우고 싶었어요.

태아치료 분야에서 전문성을 키울 수 있는 해외 병원들을 많이 찾
아봤고 아시아 권역에서 명성이 높은 서울아산병원 태아치료센터
를 선택했습니다. 특히 태아내시경 치료가 독보적인 수준이라는
이야기를 듣고 지원을 결심했죠.

서울아산병원에 도착하자마자 외친 첫마디는 “아, 정말 크다!”였어
요(웃음). 규모뿐 아니라 체계적인 진료 시스템, 최첨단 의료 장비,
의료진의 전문성까지 모든 것을 다 갖췄다는 생각이 들었습니다.
무엇보다 의사, 간호사 등 모든 의료진이 환자를 위하는 마음으로
한 팀이 되어 최상의 호흡을 맞추는 모습이 인상적이었어요.

고난도 치료 노하우를 전수받고 있어요.

쌍태아 수혈증후군 치료를 위한 태아 내시경 선택적 레이
저 혈관 문합 응고술, 선택적 태아 감축술, 고주파 용해술,
자궁 내 수혈 등 말레이시아에서는 보기 힘든 훨씬 복잡
하고 어려운 수술과 시술을 경험하고 있습니다. 태아치료
센터 의료진과 함께 빈혈로 인한 태아 수종 등 복합기형
태아의 자궁 내 수혈, 흉강-양막강 셉트 삼입술 등을 직접
시행한 적도 있어요! 정밀한 판단과 섬세한 치료 노하우
를 가까이에서 배울 수 있어 감사한 마음입니다.



2023년 내장산에서 # 올 가을에도 꼭 가고 싶어요!



단골 순두부찌개 맛집에서 말레이시아 친구들과
사장님 손맛 최고

벌써 세 번째 한국 생활이에요!

생각해 보니 저는 한국과 인연이 깊은 것 같아요. 2015년과
2023년에 이어 벌써 세 번째 방문이거든요. 화려하고 활기
찬 도심 속 고요한 공원을 구경하다 보면 서울은 현재와 과
거가 공존하는 재미있는 도시라는 생각이 들어요. 처음 한
국에 왔을 때 맛본 비빔밥과 순두부찌개는 지금도 제 최애
메뉴랍니다! 맛도 좋고 무슬림 친구들과 함께 먹기에도 좋
거든요. 재작년 가을에 울긋불긋 단풍이 아름다운 내장산
을 다녀왔는데 올 가을에도 다녀오려 합니다!



이미영 교수님, 태아치료센터 의료진과 함께 ♥

말레이시아 태아치료 발전을 위해 힘쓸 거예요.

말레이시아도 산전 관리, 태아 이상 감별, 유전 검사 등 합
병증을 조기에 발견할 수 있는 인프라를 어느 정도 갖추고
있습니다. 다만 태아치료 분야 전문가가 부족하고, 태아 수
술이나 심장기형 등 복잡한 케이스에 대한 경험은 아직 적
은 편입니다. 고국에 돌아가면 고위험 산모와 태아가 안전
하게 치료받을 수 있는 환경을 만드는 데 힘을 쏟고 싶습니
다. 마지막으로 지도교수님인 이미영 교수님을 비롯해 곁
에서 큰 힘이 되는 동료 펠로우, 간호사, 코디네이터 선생
님들께 깊이 감사드립니다!

목·어깨가 뻣근하고 팔이 저리다면 흉곽출구증후군 의심해보세요



정형외과 이원선 임상강사

흉곽출구증후군이란

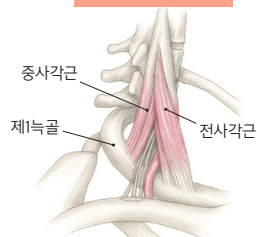
목과 어깨 사이에는 팔로 내려가는 신경과 혈관 다발이 지나는 삼각형 모양의 좁은 길목이 있다. 이 통로를 흉곽출구라고 부른다. 흉곽출구 부위를 반복적으로 사용하면 공간이 좁아지면서 신경과 혈관이 눌려 통증과 저림이 생기는데 이를 흉곽출구증후군이라고 한다. 흉곽출구증후군은 크게 신경형, 정맥형, 동맥형으로 나뉘며 이 중 신경형이 약 90%로 가장 흔하다.

원인부터 응급 신호까지

연구에 따르면 흉곽출구증후군은 주로 성인에게 발생하며 남성보다 여성에게 3.5~4배 높게 나타난다. 특히 팔을 머리 위로 자주 올리거나 같은 자세를 오래 유지하는 직업군, 예를 들어 미용사, 페인트공, 건설 노동자, 마트 점원, 간호사, 사무직, 운동선수 등이 진단 위험군에 속한다.

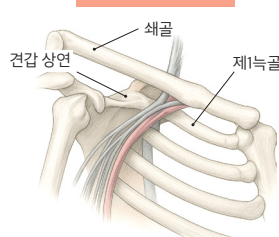
흉곽출구증후군은 흔히 '사각근 삼각' 부위가 압박을 받으면서 생기는 것으로 알려져 있으나 소흉근 등 다른 부위에서도 발생할 수 있다. 이들 부위에서 신경과 혈관이 일시적 혹은 지속적으로 눌리면 통증, 저림, 붓기와 같은 증상이 나타난다.

사각근 삼각



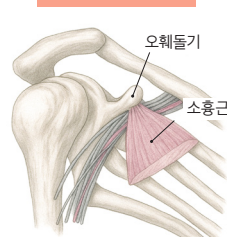
목의 전사각근과 중사각근, 아래쪽 제1늑골로 이뤄진 공간. 상완신경총과 쇄골하동맥이 지나며 이 부위가 눌리면 어깨와 팔 전반에 통증이 생긴다.

늑쇄간 공간



쇄골과 제1늑골, 견갑 상연으로 이루어진 통로. 쇄골하정맥이 지나며 공간이 좁아지면 팔의 불편감이 나타난다.

소흉근 공간



오혜돌기 아래 소흉근과 주변 공간. 팔을 들고 바깥으로 돌릴 때 신경·혈관 다발이 당겨지면서 증상이 유발될 수 있다.

흉곽출구증후군의 가장 흔한 초기 증상은 팔저림이며 목, 어깨, 등 상부에 둔하고 지속적인 통증이 동반되는 경우가 많다. 운전, 머리 말리기 등 팔을 올리는 자세나 동작에 따라 증상이 쉽게 재현된다. 흔히 팔 안쪽과 네 번째, 다섯 번째 손가락 부위에 저림 증상이 나타나지만 손 전체가 저리는 경우도 있다. 팔을 들고 있으면 금방 무겁고 피로해지며 두통, 목덜미 통증, 가슴 앞쪽 불편감, 빗장뼈 윗부분의 통증을 호소하기도 한다.

혈관이 눌리게 되면 팔이 갑자기 붓거나(정맥형), 손끝이 차갑고 창백해지거나 청색으로 변하는(동맥형) 등 혈류 이상 신호가 두드러진다. 이러한 경우는 응급 평가가 필요할 수 있다.

진단이 어려운 신경형 증상

가장 흔한 신경형 흉곽출구증후군은 진단을 확정하는 단일 검사가 없다. 팔저림이나 어깨 통증 같은 증상은 손목터널증후군, 경추신경압박, 말초신경병증 등 다른 질환에서도 흔히 나타나기 때문에 증상만으로는 구별하기 어렵다. 따라서 의사의 진찰과 증상 유발 검사가 가장 중요하다. 대표적으로 팔을 옆으로 90도 올려 바깥으로 돌린 채 손을 빠르게 펴고 쥐기를 3분간 반복하는 루스(Roos) 검사로 증상 재현 여부를 확인한다. 또 상지 신경긴장검사처럼 목, 어깨, 팔의 위치를 단계적으로 바꿔 저림이 심해지는지도 본다. 필요 시 사각근 국소마취 주사를 진단 보조로 사용하거나 MRI, 신경전도검사, 초음파 등을 통해 다른 질환 여부를 우선 감별한 뒤 흉곽출구증후군 여부를 판단한다. 즉 비슷한 증상을 보이는 질환을 하나씩 지워나가는 '배제 진단 과정'이 필요하기 때문에 진단에 시간이 걸리고 어렵게 느껴지는 것이다.

생활 교정부터 수술까지

치료는 주로 비수술 치료부터 시작한다. 대표적인 방법은 다음과 같다.

1. **교육·생활 교정**: 자세교정, 체중 관리, 작업환경 조정
2. **활동 수정**: 팔을 오래 머리 위로 올리는 동작 줄이기, 반복 작업 사이에 스트레칭하기
3. **물리치료**: 견갑 안정화 운동, 코어 강화, 경추 후인 운동, 소흉근 스트레칭, 유산소 운동 등 개인별 맞춤 운동
4. **약물·주사**: 소염진통제, 근이완제, 항우울제 등 사각근 또는 대흉근·소흉근 부위에 주사치료 병행

비수술 치료의 목표는 통증 감소와 기능 회복, 일상 복귀다. 성공률은 일반적으로 50~70%로 알려져 있으며 꾸준한 참여와 생활 개선이 무엇보다 중요하다. 비수술 치료에도 호전 없이 증상이 반복되거나 신경학적 증상이 진행되는 경우 정맥형, 동맥형 흉곽출구증후군 등에서는 수술을 고려할 수 있다. 상황에 따라 사각근절제술, 첫째갈비뼈절제술, 흉근절제술 등을 선택하며 수술 범위는 전문가와 충분히 상의해야 한다. 수술 후 2~3주 안정기를 거치면 가벼운 일상 생활이 가능하고 신경학적 증상 회복은 6개월에서 1년 이상 경과 관찰이 필요하다.

흉곽출구증후군은 사람마다 다른 해부학적 구조와 생활 습관이 겹쳐 생기는 복합 질환이다. 다행히 대부분 수술 없이도 호전될 수 있으며 수술이 필요하다더라도 조기 인식, 정확한 감별, 단계적 치료가 이루어지면 좋은 결과를 기대할 수 있다. 목과 어깨가 늘 뻣근하고 팔이 자주 저리다면 평소 자세와 습관부터 돌아보자. 증상이 반복되면 전문의를 찾아 정확한 평가를 받는 것이 가장 빠른 길이다.

치료 여정의 동반자가 되기 위한 도전

- 메이요 클리닉 염증성장질환센터 연수 후기



외래간호팀 김아름 대리

‘염증성장질환 환자 수, 최근 5년간 30% 증가’ 건강보험심사평가원에 따르면 국내 염증성장질환(IBD) 환자 수는 2015년 5만 3,000여 명에서 2020년 7만여 명, 2023년에는 9만 2,000여 명으로 큰 폭의 증가세를 보이고 있다. 우리 병원은 국내 IBD 환자의 약 15%가 등록된 최대 규모의 의료기관으로 외부에서도 진료 시스템을 벤치마킹할 만큼 많은 관심을 받고 있다.

나는 소화기내과 외래에서 다양한 소화기질환 환자의 진료를 지원하고 있다. 특히 IBD 환자군은 대부분 통원 치료를 기반으로 진행되기 때문에 외래에서의 관리가 무엇보다 중요하다. 이에 2025년 6월 9일부터 약 2주간 미국 미네소타주 로체스터에 있는 메이요 클리닉 염증성장질환센터에서 염증성장질환 환자의 외래 진료 흐름과 간호사의 역할, 환자 교육 체계 등을 직접 보고 배우고자 병원 지원 해외연수를 다녀왔다.

연수 기간 동안 IBD 환자가 병원에 처음 방문했을 때부터 진료가 마무리될 때까지의 실제 흐름을 따라 외래 진료실, 영양 상담실, 내시경 검사실, 주사실, 응급실 등 다양한 부서를 직접 둘러보며 진료 시스템과 간호사의 역할을 관찰했다. 환자의 증상과 상태에 따라 진료 단계가 유기적으로 연결되는 환자 중심 통합 진료가 현장에서 어떻게 구현되는지 체감할 수 있었다. 가장 인상적인 부분은 간호사의 역할이 매우 주도적이라는 점이었다. 환자 상태를 사전에 선별하고 진료 전후 교육을 주도하며 유관 부서와 능동적으로 소통하는

모습이 인상깊었다. 코로나19 팬데믹 이후 전화 상담과 온라인 채팅을 활용한 환자 관리가 일상화됐음에도, 간호사는 단순히 안내자에 머무르지 않고 환자 경험 전반을 조율하는 핵심 역할을 수행하고 있었다. 비대면 진료 환경에서도 간호사의 전문성을 확장해 활용하는 모습이 인상깊었다.

이번 연수를 통해 간호사가 단순한 진료의 조력자로 머무르지 않고, 환자 치료 여정의 동반자이자 조정자가 될 수 있다는 가능성을 확인했다. 특히 외래 기반 진료에서는 간호사의 조기 관여와 지속적인 교육이 환자 만족도와 예후에 긍정적인 영향을 줄 수 있음을 실감했다.

특별한 목표나 계획이 있었던 것은 아니지만, 인생의 과업을 하나씩 이루어 가듯 그동안 병원에서 주어진 기회를 소중히 여기며 성실하게 도전해 왔다. 계속해서 도전해 온 시간들이 쌓여 이번 연수 기회를 잡을 수 있었다고 생각한다. 따뜻한 격려와 지원을 보내준 아카데미운영팀에도 감사의 마음을 전하고 싶다.

해외연수에 지원해 보라며 격려해 준 동료들 덕분에 더 많은 배움의 기회를 얻었다고 생각한다. 일상의 작은 기회들이 큰 성장을 만든다는 사실을 이번 연수를 통해 다시 한 번 확인했다. 함께 일하는 동료들에게도 병원에서 제공하는 다양한 교육 기회를 꼭 활용해 보길 권하고 싶다. 도전하다 보면 어느새 성장의 길로 이어지기 때문이다.

※ 우리 병원은 직원들의 성장과 발전을 위해 다양한 교육 기회를 제공하고 있습니다. '나의 성장 이야기'에서는 국내·외 교육에 참여한 직원들의 경험과 지식을 공유합니다.

“환자를 가족처럼 돌보는 간호사가 될래요”

입사하게 된 계기 울산대학교를 졸업해서 주 실습지가 서울아산병원이었어요. 중증 환자를 전문적으로 치료하는 의료진과 간호에 집중할 수 있도록 분업화된 시스템이 인상깊었습니다. 나도 맛있는 간호사가 되고 싶다는 생각을 하며 취업 준비를 했어요. 103병동에 첫인사를 갔을 때 ‘앞으로 일할 곳’이라는 설렘과 ‘잘 할 수 있을까?’라는 두려움이 교차했던 게 기억납니다.

맡고 있는 업무 간이식 전후 환자, 간담체 질환 환자를 간호하고 있습니다. 생체리듬이 흔들리는 환자가 있으면 언제든지 응급상황이 발생할 수 있다는 긴장감이 있어요. 즉각적인 중재를 위해 환자들의 증상과 상태 변화를 면밀히 관찰하죠. 처방 이유와 검사 진행 과정 등을 하나씩 알아가며 일에 흥미를 느끼는 요즘입니다.

기억에 남는 동료 업무 독립 후에도 항상 일이 늦어지고 누군가의 도움이 필요했어요. 응급 상황이 닥치면 우선순위가 잘 모르겠고 무력감과 부담감이 들었습니다. 하루는 정리가 되지 않은 채로 인계하고 남은 일을 하려는데 눈물이 쏟아졌어요. 동료 선생님들이 퇴근도 미룬 채 “누구라도 힘들 상황인데 차분히 잘해줬어. 너는 잘하고 있어”라며 안아줬어요. 제가 울면 “누가 울렸어? 무슨 일이야?”라며 엄마처럼 나서 주는 선생님들과 파이팅 넘치는 병동 분위기에 다시 힘을 얻게 되는 것 같아요. 덕분에 이제는 자책보다 상황을 복기하며 다음엔 어떻게 할지 생각해봅니다.

퇴근 후 생활 초반에는 기숙사에서 지내며 일을 익히려고 틈틈이 도서관에 들러 공부했어요. 병원을 통 벗어나지 못하다가 최근 자취를 시작하며 병원과 일상을 분리하고 있습니다. 그래도 날씨 좋은 날 직원식당에서 피크닉 세트와 커피를 챙겨 옥외정원에서 먹고 출근하는 게 최고의 행복이에요!

일하며 보람을 느낀 때 간이식을 위해 입원한 환자분이 수술 후 병동에 다시 왔을 때 유독 저를 반기워하셨어요. 경구약 처방과 수혈, 당일 검사·시술이 추가될 때마다 자세히 설명해 드렸더니 퇴원 날 제 어깨를 다독여 주셨죠. “밝고 친절하게 가족처럼 돌봐주는 간호사에게 존경심이 느껴집니다”라는 감사 편지까지 주셔서 정말 뿌듯했습니다.

※ ‘AMC 루키’는 각 부서의 신입직원을 소개하는 코너입니다. 본인을 알리고 싶은 신입직원, 함께 일하고 있는 동료 여러분의 많은 참여를 부탁드립니다.



외과간호1팀 임지민 사원

시간은 누구에게나 유한하다



심장병원 정수지 대리

오랜만에 도서관을 방문해 둘러보다 이 책을 들고 온 이유는 세 가지다.

하나, 표지가 눈에 띄어서. 고풍스러운 공주 침대에 화려한 드레스를 입고 누워 있다네!

둘, 책 홍보하지만 영국 언론과 작가들이 극찬했다는 소설이라서. 셋, '나도 서른여덟인데? 왜 죽고 싶은 걸까?'라는 생각에.

화려한 표지와는 다르게 시한부나 스스로 생을 마감하는 무거운 이야기가 아닐까 걱정했지만 뻔한 자기개발서나 지루한 산문집 대신 재미있는 소설을 읽고 싶었다. 책의 내용은 전개가 빠르고 인물이 위트 있게 그려져 있었다. 죽음을 앞두고도 유쾌하게 살아가는 넬의 모습을 상상하며 금세 읽어 내려갔다.

넬은 19년 전 점쟁이로부터 38세에 죽는다는 예언을 듣는다. 반신 반의했지만 함께 점쟁이를 찾았던 친구가 예언대로 죽자 그녀는 이를 믿고 죽음을 준비한다. 가족을 떠나 전 세계를 떠돌고, 결혼 대신 짧은 연애를 하고, 안정보다 새로움과 재미를 추구하며 삶을 실험하듯 살아간다. 38세 죽음을 일주일 앞두고 휴대폰과 통장, SNS까지 없애고 자신의 인생에서 중요한 다섯 사람에게 편지를 보낸 뒤 초호화 호텔에서 인생의 마지막 파티를 홀로 즐기고 잠든다.

다음 날 아침 넬은 말 그대로 빈털터리가 되어 새로운 삶을 맞이한다. 그동안 전하지 못했던 진심을 담은 다섯 통의 편지도 이미 발송된 상황. 그녀는 인생 최대의 위기에 직면한다. 이후 넬은 자신의 삶에서 중요한 역할을 했던 다섯 사람을 찾아가 그동안 회피해 왔던 진짜 삶을 마주한다. 대학, 직장, 연인, 친구의 문제는 물론 이혼, 죽음, 외도의 상처까지, 죽음을 핑계로 외면해 온 모든 것들과 정면으로 부딪치며 삶과 행복, 인간관계와 진심에 대해 조금씩 깨닫기 시작한다.

넬은 예언을 듣고 19년이라는 긴 죽음 준비 기간을 보낸다. 만일

나에게도 죽음이 예정돼 있다면 나는 어떻게 살아갈까? 넬처럼 생을 즐기며 준비할 수 있을까? 죽음을 믿지 않고 지금처럼 하루를 보내며 두려워하기만 할 것 같다. 그래서 넬의 선택이 대단하다고 느껴졌다.

이 책의 원제는 「The second chance」다. 어제까지만 해도 내일이 없을 거라 생각했던 이가 맛있는 오늘은 어떻게 다가올까? 제목 그대로 삶을 바라볼 수 있는 '두 번째 기회'였을 것이다.

나는 어떤 지향점을 두고 살아가야 하는지 생각해 봤다. 시간은 누구에게나 유한하다. 그렇다고 죽음을 늘 생각하며 무겁게 살고 싶진 않다. 삶을 진정성 있고 의미 있게 살아가고 싶다. 매일을 생산적인 일로만 채울 수는 없겠지만 작은 친절을 베풀며 즐겁고 유연하게 살고 싶다.

책을 덮고 스스로에게 물었다. "내게 일주일밖에 남지 않았다면 누구에게 어떤 편지를 쓸까?", "오늘 하루를 마지막 날처럼 살아가면 무엇을 바꿀 수 있을까?" 사랑하는 이들에게 진심을 전할 것이다. 작지만 의미 있는 변화가 될 것이고 값진 일일 것이다. 겉으로는 죽음을 이야기하는 책 같았지만 결국 삶의 소중함을 다루는 책이었다. '죽음'이라는 단어 때문에 읽기 꺼려지는 분들께도 추천한다. 누구에게나 따뜻하고 유쾌한 위로를 전해줄 것이다.



저는 38세에 죽을 예정입니다만

저자 : 살럿 버터필드

옮긴이 : 공민희

출판사 : 라곰

페이지 : 376쪽

발행일 : 2025년 5월 8일

※ 병원보는 직원들이 감상한 작품과 후기를 소개하는 '컬처 & 라이프' 코너를 운영합니다. 영화, 뮤지컬, 책 등을 통해 삶에 대한 이야기를 전하고 싶은 직원 여러분의 많은 참여 바랍니다.

볼륨 올려! 청춘 레코드 중!!

수술간호팀 동관마취회복 유닛
김수빈 주임

밴드를 소개하면

'RECORecord'는 REC(Recovery room, 회복실)와 Chord(화음)의 합성어로 회복실 간호사들이 합을 맞춰 즐겁게 음악 하자는 뜻을 담았습니다. '찬란히 빛나는 지금 이 순간'을 함께 기록하기 위해 결성된 1년 차 밴드로 지난 8월 강남에 있는 펍에서 첫 공연을 올렸습니다!

첫 공연을 마친 소감은

준비 과정은 쉽지 않았습니다. 악기를 잘 다룰 줄 아는 멤버가 적어 실력 향상이 더뎠고, 곡을 바꾸고 일정도 미뤄야 했습니다. 연습이 길어지며 지치기도 했지만 한 명도 빠짐없이 성실히 참여했습니다. 마지막 합주 때까지 맴돌던 불확실함은 첫 곡이 울려 퍼질 때 벅찬 감동이 되었고 앙코르 곡이 끝날 땐 '우린 결국 해냈다'는 확신으로 바뀌었습니다. 이 과정에서 얻은 성취는 불확실함을 견디는 양분이 되었고 고난 앞에서도 흔들리지 않을 자존감의 뿌리를 단단히 하는 경험으로 남았습니다.

밴드 활동의 장점은

우선 일상의 환기입니다. 일과 삶의 경계가 흐려지면 쉽게 지치지만, 악기를 잡으면 시간은 멈추고 마음은 차분히 가라앉습니다. 취미라는 창을 통해 바람을 들이며 다시 나아갈 힘을 얻습니다. 또 하나는 유대감입니다. 다양한 근무 일정 때문에 합주 시간을 맞추기가 마치 안 맞는 테트리스 블록을 맞추는 것처럼 어려웠어요. 퇴근 후 곧바로 합류해야 할 때도 있었죠. 오프날까지도 서로 부대끼다 보니 고됨은 곧 전우애로 무르익었고 합주실에 울려 퍼진 선율은 선후배 간의 정을 두텁게 만들었습니다.

하고 싶은 말은

청춘의 사전적 의미는 '새싹이 파랗게 돌아나는 봄철'입니다. 보통 10대 후반에서 20대를 뜻하지만 지금은 나이에 상관없이 누구든 마음먹기에 따라 새롭게 도전할 수 있죠. 그럼에도 우리는 바쁜 일상에 안주하며 이를 미루곤 합니다. 인생은 한 번뿐이기에 좋아하는 무언가를 찾아 몰입한다면 삶이 풍요로워질 것입니다. 서툴렀지만 1년의 노력 끝에 성공해 낸 우리의 도전이, 여러분의 마음속 잠든 열정의 불씨를 지피길 바랍니다. 새로운 것을 배우고 도전하는 지금 이 순간이 바로 청춘이니까요!

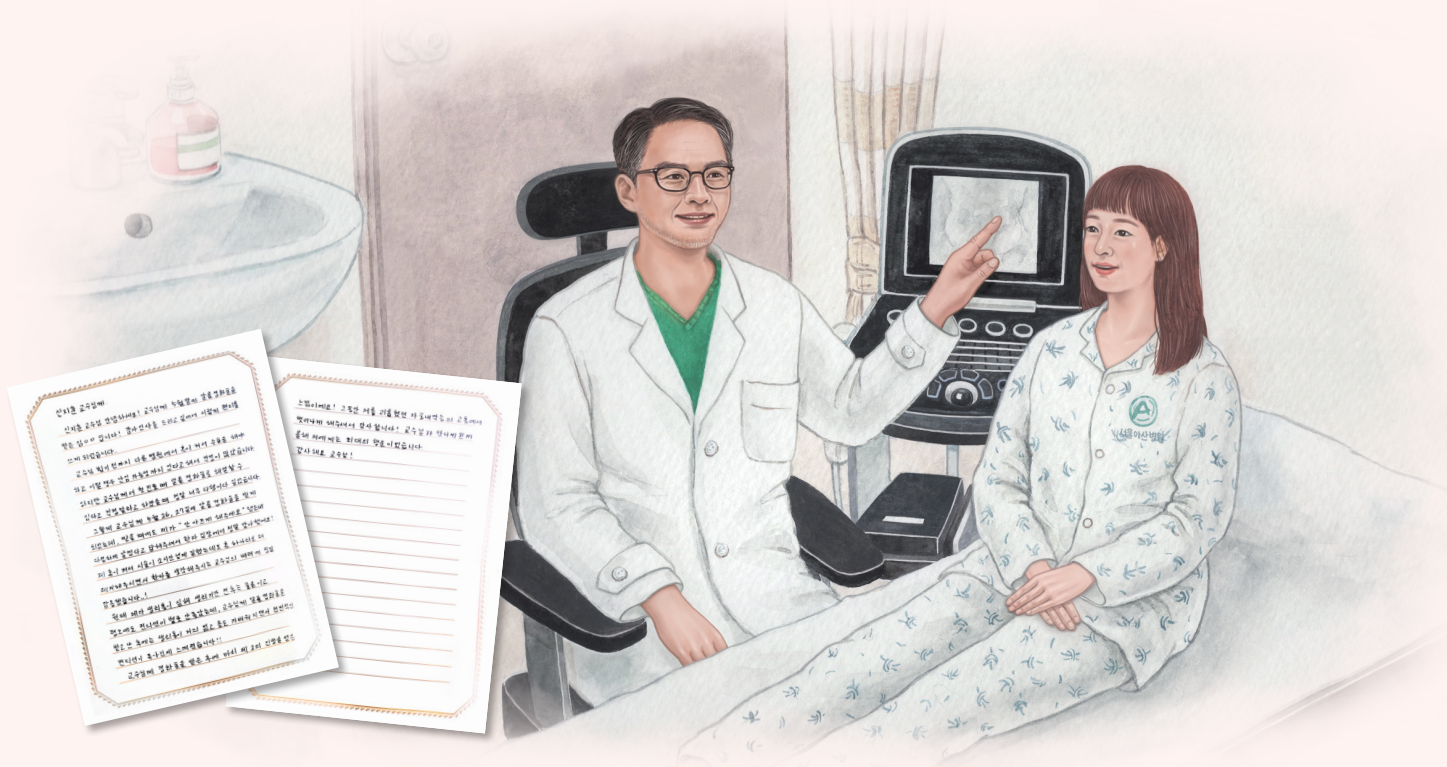
PS. 애정 어린 눈으로 도움 주신 모든 분들께 감사드립니다. 그리고 소중한 RECORecord 멤버들 애정합니다 ♥



※ 병원보는 다양한 취미생활을 즐기는 직원들을 소개하는 '나의 취미생활' 코너를 운영합니다. 취미활동을 소개하고 싶은 직원 여러분의 많은 참여 바랍니다.

제2의 인생을 선물해준 교수님

신지훈 교수님 안녕하세요. 저는 자궁내막종으로 교수님께 알코올 경화술 치료를 받은 김채현(가명)입니다. 다른 병원에서는 혹이 커 수술이 필요하다고 해 걱정이 많았지만, 교수님께서 알코올 경화술로 해결할 수 있다고 말씀해주셔서 안심할 수 있었습니다. 시술 중에도 “안 아프게 해주세요”라는 제 말에 다정히 답해주시고 두 시간이 넘는 시술 시간 동안 최선을 다해 혹을 제거하려 노력하는 모습에 감동했습니다. 저는 늘 생리통이 심해 컨디션이 좋지 않았는데 시술 후에는 통증이 거의 사라지고 몸도 한결 가벼워졌어요. 마치 제2의 인생을 얻은 느낌이에요! 그동안 저를 괴롭혔던 고통에서 벗어나게 해주신 교수님께 감사드립니다. 올해 제게 가장 큰 행운은 교수님을 만난 일이었습니다. 감사해요 교수님!



“월경통과 골반통으로 고생하던 환자분에게 재발이나 난소 기능 저하로 수술이 어려운 경우 선택할 수 있는 비수술 치료법인 알코올 경화술을 시행했습니다. 낭종 내용물을 제거하고 알코올로 낭종벽을 파괴해 크기를 줄이는 방법입니다. 시술 후 증상이 크게 개선된 환자분이 저를 찾아와 정성이 담긴 손편지를 전해 주셨을 때 정말 감사한 마음이 들었습니다. 따뜻한 글을 읽어 내려가며 제가 하는 일이 환자의 삶에 얼마나 큰 변화를 가져다주는지 새삼 깨닫게 되었습니다. 앞으로도 모든 시술과 진료에 더욱 세심한 관심과 정성을 기울여 환자에게 최선의 치료를 제공하도록 노력하겠습니다.”

- 영상의학과 신지훈 교수

※ ‘감사우체통’에서는 고객이 보내온 고마운 마음과 직원들의 이야기를 소개합니다.

독자의 소리

뉴스매거진에 대한 감상, 동료에 대한 칭찬, 신입직원 소개 등 여러분의 다양한 이야기를 독자엽서에 담아 주세요. 좋은 의견을 보내주시는 분들 중 선정된 직원에게는 달마이어 이용권을 드립니다.



약제팀 고아라 사원

‘AMC 리얼스토리 - 나의 마지막 치료제’ 코너에 소개된 우리 병원 첫 CAR-T 치료 사례가 인상 깊었어요. 환자의 의지와 교수님의 헌신으로 암을 이겨낸 이야기가 깊이 와닿았습니다.

수술간호팀 심이슬 주임

‘풍납동 사진관 - 온기가 머무는 동관 18층’ 사진 속 183병동 직원들 모습이 좋아 보였어요. ‘이달의 주인공’을 선정해 동료를 알아가고 새로운 모습을 공유하니 더욱 친밀해질 것 같아요.

피부과 김수연 연구원

우리 병원이 뉴스위크 임상분야별 세계 최고 병원 평가에서 국내 병원 중 최다 1위에 선정된 소식이 유난히 뿌듯했습니다. 일 할 때 또 한 번의 동기부여가 됐어요. 감사합니다!

외과간호팀 이정빈 주임

‘AMC 루키 - 친절하고 신중한 방사선사를 꿈꾸요’를 잘 읽었습니다. 초심을 떠올리게 하는 코너라 늘 챙겨 읽고 있습니다. 루키 선생님들의 멋진 AMC 생활을 응원합니다!

수술간호팀 권애준 주임

‘감사우체통’에 담긴 소소하지만 따뜻한 이야기가 일의 보람을 느끼게 합니다. 앞으로도 좋은 사연 많이 소개해 주세요.

풍납동 사진관

한가위 풍경

만남은 잠시지만
마음은 오래 남습니다.
반가운 가족들,
마주잡은 두 손에
환자의 얼굴에도
달빛 미소가 번집니다.



추석 당일인 10월 6일, 동관 1층 만남의 장소에서 환자와 가족들이 웃음꽃을 피우는 순간을 카메라에 담았다.