

변화의 중심, 백암

INNOVATION BAEKAM



서울특별시
백암정신병원



백암정신병원 사업목표

소통과 혁신 새로운 도약기반 구축

Innovation Baekam

변화의 중심, 백암



입원진료 안내

입원진료절차



- 1. 입원결정** : 보호자 및 환우가 방문 상담 후 입원가능 유·무를 확인
- 2. 접 수** : 병원방문하여 원무과에 건강보험증 또는 의료급여증을 제출 진료신청서 작성
- 3. 진 료** : 환우 및 보호자 면담을 통하여 환자의 상태 점검 후 입원여부결정
- 4. 입 원** : 환우의 증상 및 현재상태에 따라 적합한 병동과 병실을 결정
- 5. 입원수속** : 입원구비서류제출 및 입원동의서 1부, 입원승락 보증서 1부 작성
- 6. 귀 가** : 보호자 귀가

입원시 구비서류

건강보험증 또는 의료급여증, 보호자도장, 환우와 보호자의 관계를 증명할수 있는 주민등록등본 또는 가족관계증명서 1통

contents

2019년 백암소식 22호



1장. 혁신하는 대백암 人

- 06 3대 병원장 취임
- 08 우수병원 : 서울시립병원 평가, 공공보건의료 평가
- 10 백암의 얼굴 : 근속 10년 & 20년 직원 소개
- 12 별을 쏘다 : 2018년 신입사원 소개
- 14 부서소개 - 공공협력팀
- 16 해외연수
- 18 환경구조개선사업 / 환우들의 변화

2장. 따뜻한 대백암 人

- 22 봄바람 불어와~ 예술을 만나다 : 벚꽃예술제
- 24 QI 10주년 경진대회
- 25 생명사랑교육
- 26 이 경진대회 수상 : 향기로운 병동생활
- 28 심리재활프로그램
- 30 심리치료극 : 사이코드라마
- 32 월별행사
- 34 정신건강칼럼
- 37 자원봉사자 수기 : 이미용 봉사자
- 38 쉬어가기 : 취미생활

3장. 소통하는 대백암 人

- 42 세광재단 단합대회
- 44 떴다! 新 메뉴 : 영양팀
- 46 환자안전의 날 | 인권의 날
- 48 원외취약계층 사업
- 50 차석 워크샵
- 52 쉬어가기 : 동호회
- 54 10th 수련사회복지사
- 56 아름다운 백암인
- 58 따온후원회

01

3대 병원장 취임

우수병원 : 서울시립병원 평가, 공공보건의료 평가

백암의 얼굴 : 근속 10년 & 20년 직원 소개

부서소개 - 공공협력팀

별을 쓰다 : 2018년 신입사원 소개

해외연수

환경구조개선사업 / 환우들의 변화



제 1장

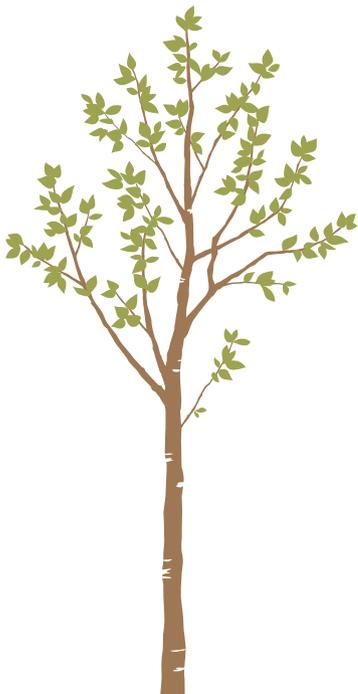
혁신하는 새벽암인



시대를 앞서가는, TOP OF TOP 백암병원

2018년 11월 1일 서울특별시 백암정신병원 3대 병원장 취임식이 진행 되었습니다. 변화의 중심에서 최고의 정신병원을 만들기 위한 가치를 실현하기로 하였으며, 앞으로 전국 최고의 정신의료기관이 되기 위한 비전을 선언하고, 혁신하는 병원이 되기 위한 첫 발걸음이 시작되었습니다.

2017년 5월, 정신보건 관련 법률이 '정신건강증진 및 정신질환복지서비스 지원에 관한 법률' 이라는 다소 긴 이름으로 개정 되었습니다. 관련 법률의 변경은 병원을 둘러싸고 있는 환경에 많은 변화를 요구하고 있으며 우리 스스로도 변화에 대한 필요성을 실감하고 있으며 그 변화에 능동적으로 대처하지 못하면 도태 될 수도 있다는 엄연한 사실에 직면한 것도 사실입니다. 우리는 개원 이래 전국 최고의 정신병원을 만들기 위한 쉽 없는 노력을 경주하였으며 '고객에게 최상의 의료서비스를 제공하여 건전한 사회를 구현하고 행복한 삶에 기여한다' 라는 미션을 달성을 위한 우리의 가치를 위하여 모든 직원이 함께 노력을 해왔습니다. 이러한 변화의 중심에서 우리의 미션을 향해 나아가고 병원이 가고자 하는 최종의 가치를 달성하기 위하여 우리를 한 번 둘러 볼 수 있는 기회를 가졌으면 합니다. 우리 스스로가 당연하다고 간과하며 쉽게 지나쳤던 것이 있었는지 다시 한 번 살펴보고 기





서울특별시 백암병원장 박수일

본을 지켜나가려는 작은 혁신, 부서간 모든 것을 공유하고 이해하며 함께 하려는 완전한 의사소통, 모든 업무 처리에 있어서 투명하고 일관성 있는 따뜻한 원칙의 적용 등을 통하여 우리를 둘러싼 변화에 대하여 능동적으로 대처하고 준비해 나가길 희망합니다.

2019년도 결코 쉽지 않은 모습으로 우리에게 다가 오겠지만 미리 준비하고 계획하여 두려움 없이 맞이하길 결국 우리가 생각했던 모습으로 나아 갈 수 있도록 서로 힘이 되며 함께 손을 잡고 나가길 소망합니다. 새로운 사명을 언제나 직원 분들과 함께 할 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

직원여러분께 늘 감사드리며... 사랑합니다 ♡



백암정신병원 2018 서울특별시립병원성과평가 대회 수상 !



서울특별시립병원 평가에서 2009년~2018년까지 10년 연속 우수기관이 우수기관으로 선정되었습니다.

2018년 12월 14일(금), 서울시청에서 “2018 서울특별시립병원 성과평가 대회”가 열렸습니다!

시립병원성과평가 대회, 생소하시죠? 매 연말마다 모든 서울 시립병원들이 다함께 모여 한 해의 성과와 앞으로의 발전 방향성을 공유하는 자리입니다. 서울시의 13개 시립병원들은 리더병원 (일반종합병원), 전문병원 (특정 대상 /질환 전문 진료) 그리고 정신병원으로 크게 3가지 유형으로 나누어집니다. 그 중 정신질환을 전문적으로 다루는 백암정신병원은 정신병원 종합평가 결과 우수기관으로 선정되었습니다.

또한 2009년부터 서울시립병원 평가 대회에서 매 회 1등을 하였으며, 2018년까지 10년 연속 우수기관으로 선정되었으며, 의료의 질을 향상하기 위한 백암인의 노력이 빛을 발하는 순간이었습니다.

백암정신병원 2017 복지부 공공보건의료 평가 우수기관 선정

백암정신병원 공공병원으로써의 역할 특특히 수행 하다!

서울특별시 백암정신병원이 보건복지부 2017년 공공보건의료계획 시행결과 평가에서 좋은 점수를 받으며 ‘우수’ 기관에 선정됐습니다. 보건복지부는 국민보건향상에 기여하기 위해 국립대병원, 의료원 등 전국 공공보건의료기관을 대상으로 매년 △공공성 강화, △적정 진료 및 양질의 의료서비스 제공, △건강안정망 기능, △미충족 보건의료서비스 제공 총 4개 영역별로 평가를 실시하고 있습니다. 서울특별시 백암정신병원은 공공성 강화와 양질의 적정진료를 제공하기 위해 노력하고 있으며, 건강안정망 영역에서 취약계층을 지원하기 위한 다양한 사업을 진행하였으며 대부분의 사업이 계획 대비 실적을 달성했고, 또 그 과정에서 다양한 지역사회 기관들과 연계를 한 것으로 보인다. 특히, 정신질환자의 지역사회 연계 시 연계등의서 개발과 사전 동의 절차는 향후 실질적인 개선이 되었는지 여부를 평가하고 만일 이점이 확인이 되면 다른 기관에서도 이러한 방식을 활용할 수 있을 것으로 기대된다는 좋은 평가를 받았습니다. 앞으로도 서울특별시 백암정신병원은 공공병원으로서 지역사회에 공공의료를 기여하기 위하여 끊임없이 주춧 해 갈 것입니다.





최고의 백암병원의 주인은 우리 환우분들! 그렇다면 환우분들이 생각하는 백암정신병원은 ?

백암병원을 _____ 를 칭찬해 ~

- 입원 중 외출, 외박이 자유롭고 편안한 분위기를 칭찬해 ~
- 백암 병원직원 분들이 다정하고 따뜻함을 칭찬해 ~
- 산책할 수 있는 장소가 있어서 바깥 공기를 쉴 수 있는 것을 칭찬해 ~
- 사회복지사 선생님들이 진행하는 프로그램이 다양함을 칭찬해 ~
- 의사선생님, 간호사선생님이 항상 친절한 점을 칭찬해 ~
- 직원분들의 봉사과 친절이 두드러짐을 칭찬해 ~
- 병동 프로그램이나 재활요법실 프로그램 참여를 하는데 본인이 선택하는 것을 칭찬해 ~
- 치료진들이 투약이나 프로그램 등을 잘 신경써주는 점을 칭찬해 ~
- 치료진들이 인권을 생각하고, 차별하지 않는 점을 칭찬해 ~
- 환자의 입장에서 배려해주고, 생각 해주는 것 점. (거동불편 등)을 칭찬해 ~
- 병원 내부가 청결함을 칭찬해 ~
- 4인실 인테리어가 좋고 병원 로비가 너무 예뻐요 를 칭찬해 ~
- 병동에서 진행되는 가요TOP10 프로그램 을 칭찬해 ~
- 새롭고 맛있는 메뉴의 식사가 나오는 것 을 칭찬해 ~
- 병실을 같이 쓰는 환우들과 싸우지 않아서 분위기가 편한 점을 칭찬해 ~
- 병동에서 투약을 철저히 지켜주는 것 을 칭찬해 ~
- 월별행사 종류가 많고 다양해서 매우 좋은 점 (SST, 아유회, 송년대잔치 등) 을 칭찬해 ~



백암병원 이것이 만점이다! BEST!



Best. 5

- best 1.** 매 년, 올 해까지 서울시립병원 10년 연속 우수기관 선정된 기관이다.
- best 2.** 금연병원이라서 금연할 수 있고, 담배 냄새가 없어서 좋다.
- best 3.** 4인실 방이 따로 있어서 개인 생활하기에 좋다.
- best 4.** 건강과 관련된 (독감주사, 구충제 등) 의료서비스를 제공 해 준다.
- best 5.** 시설이 깨끗하고 공기가 맑으며, 조용해서 마음이 편안하다.



근속 10주년 및 20주년 근속 직원 소개



20년 근속기념 안향임 간호팀장

2018년 3월 2일!

버킷리스트 중 '백암정신병원 20년 근속기념패 수여'를 달성한 기다리고 기다렸던 날! 그러나 버킷리스트 달성보다도 더 중요하고 소중한 의미는 백암정신병원에서 20년 동안 근무하면서 성취감으로 심장이 터질 듯이 뛰었던 수많은 시간들과, 힘든 일이 있을 때마다 공감해주고 지지해 주었던 따뜻하면서도 열정 가득한 백암 식구들과의 축복된 시간들을 선물로 받았다는 것이었습니다. 제가 근속 20주년을 맞이할 수 있도록 끊임없이 공감하고 지지해 주신 모든 복덩어리 백암식구들에게 저의 마음을 다해 머리 숙여 감사 인사 드립니다 (꾸벅^^).



20년 근속기념 이인규 보호계장

서른에 아무것도 모르고 병원에 뛰어들어 병동생활을 시작하였습니다. 그게 벌써 20년 전 이야기입니다. 내 인생에 있어서 가장 행복하고 에너지 넘치던 시절이었던 것 같습니다. 행복은 멀리 있지 않습니다. 바로 우리 옆에 가까이 있습니다. 병원 근무를 하면서 많이 행복했고 지금도 행복합니다. 오늘날 병원에서 일을 잘 할 수 있도록 도와주신 병원 직원분들께 감사하고 모든 직원들이 병원에서 근무하는 내내 행복한 일들이 가득하길 바랍니다.

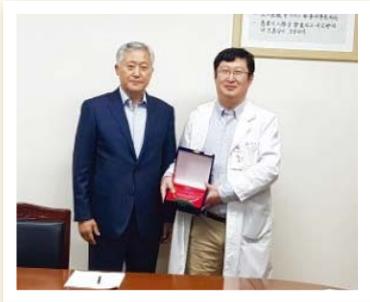


10년근속기념 이효근 진료원장

제가 우리 병원에 입사한 것이 불과 얼마 전인 것 같은데, 어느새 10년이 되었습니다. 가만히 생각해보니, 학교와 직장을 포함해서 어느새 백암병원이 제가 가장 길게 몸 담은 공간이 되었습니다. 한 사람의 의사로서, 또 진료원장으로서 다른 어떤 곳에서도 경험할 수 없는 많은 기쁨과 보람을 느꼈습니다. 결코 짧지 않은 시간인 10년의 세월이 언제 흘러갔는지도 모르게 보낼 수 있었던 것은 무엇 때문이었을까 생각 해봅니다. 많은 이유를 들 수 있겠지만, 무엇보다 가장 큰 이유는 같이 울고 같이 웃었던 백암의 식구들과 함께 했었기 때문이라고 생각했습니다. 직장 생활이라는 것이 언제나 즐거울 수가 없겠지요. 때로는 힘들기도 하지만, 그럴 때 말 없이 저를 지켜봐 주고 손 잡아주는 여러 백암 가족 여러분들 덕에 저는 제 자리를 지키고 백암의 일원으로서 제 일을 할 수 있었다고 생각합니다. 앞으로도 꼭 지금의 자리에서 지금 내 옆에 계신 여러분과 같이 하고 싶습니다. 힘들 땐 서로 손 잡아주면서요.



10년 그리고 20년 동안 백암을 밝게 비추는 얼굴들이 있어
오늘도 백암병원이 존재합니다.



10년 근속기념 박성국 진료 과장님

안녕하세요?

진료팀 박성국 과장입니다. 올해 저도 드디어 영광스런 10년 근속직원이 되었습니다. 잠시 돌이켜보면 시간이 참 빠르다는 느낌도 들고 여러 가지 감회가 새롭습니다. 그동안 모든 병동, 원무, 행정 직원분들이 많이 도와주셔서 부족하지만 진료업무를 큰 어려움 없이 잘 수행할 수 있었다고 생각합니다. 모든 동료 직원분들께 감사드립니다.

등산회를 통해 아름다운 자연을 만끽하며 동료들과 좋은 추억을 쌓은 것은 행운이었습니다. 백암병원은 가장 오래 몸담은 직장이자, 저를 성장시킨 인생에서 의미 있는 곳입니다. 앞으로도 잘 협력해서 좋은 직장을 만들고 함께 성장하는 직원이 되도록 노력하겠습니다.



10년 근속기념 박옥련 책임간호사

2008년 4월 병원입구에 활짝피어 있던 벚꽃을 보며 설렘반 두려움 반으로 입사했던 기억이 납니다.

직원 모든분들의 따뜻한 미소와 격려, 그리고 환우분들의 사랑으로 10년을 함께 할수 있어 감사했고 행복했습니다. 늘 환우곁에서 최선을 다하는 간호사가 되겠습니다. 사랑합니다. 백암병원~



10년 근속기념 박연희 간호주임

10년 전 봄 백암병원의 정원에 꽃들이 피어날무렵 저는 백암병원에 근무를 시작하여 제 인생의 꽃을 피울 수 있는 기회를 얻었습니다.

오랜 시간 근무하며 삶의 한 축으로 자리잡은 백암병원은 날이 갈수록 정겹게 느껴집니다. 제가 피울 꽃이 백암병원의 꽃으로 이어질 수 있도록 더욱 노력하는 백암인이 되겠습니다.

10년 그리고 20년 근속 직원을 잇는 셋별!

백암을 밝혀주는 11명의 별



간호팀 남궁진 간호사

백암 정신병원에 입사한 것이 어제 같은데 어느덧 1년 가까운 시간이 흘렀습니다. 정신간호라는 새로운 영역에 도전함에 있어서 '과연 내가 잘 할 수 있을까?' 스스로 두려운 마음이 있었습니다. 그러나 처음 면접을 보러 오던 순간부터, 이사장님을 비롯한 모든 직원분들께서 마치 오래전부터 알고 지내던 가족처럼 따뜻하게 맞이해주신 덕분에 자신감을 가지고 일을 할 수 있었다고 생각합니다. 제가 그 동안 경험해 온 그 어떤 병원보다도 화목한 분위기의 백암 정신병원이 저의 직장이기에 여전히 설렘과 기대감을 가지고 출근하는 길이 행복합니다. 아직 부족한 면이 많지만 항상 열정적으로 저를 이끌어주시는 모든 직원분들을 믿고 한 사람의 자랑스러운 백암인이 되기 위해 노력하겠습니다.



영양팀 연순민 조리원

처음 입사지원을 했을 때에는 타지생활과 업무 환경 적응에 대하여 걱정이 많았지만 직원 여러분의 관심과 호의 덕에 빨리 적응하고 어쩌다보니 기회가 되어 친한 동생도 함께 입사하게 되어 감사히 여기고 있습니다. 더 노력하는 모습 보여드리겠습니다.



영양팀 김위순 조리사

백암병원에 몸담은 일원으로서 병원의 발전에 누가 되지 않게 잘 협조하며 맡은바 소임 성실히 해 나가려합니다.



사회사업팀 정예지 정신건강사회복지사

안녕하십니까? 사회사업팀 정예지 사회복지사입니다. 2월 1일부로 입사하여 사계절을 모두 보내고 있는 지금, 다시 한 번 입사 당시의 다짐이 떠오릅니다. 즐겁게, 열심히 때로는 힘들게 일하기도 했습니다. 그래도 백암가족 덕분에 항상 든든한 힘을 얻고 있습니다. 백암병원 그리고 우리 환우를 위해 최선을 다하는 백암인이 되겠습니다.



간호팀 장수민 간호사

무더운 여름날 정장을 입고 백암정신병원에 어색하게 첫 발을 딛은지가 어제만 같은데, 벌써 6개월이 흘러 근무복을 입고 출근을 하면 익숙하다는 듯이 환하게 웃으며 맞이해주는 환우분들이 있을 정도로 익숙해진 직원이 되었습니다. 사실 익숙이란 단어가 맞을진 모르겠지만, 그만큼 적응을 잘 할 수 있었던 것은 병원의 모든분들이 칭찬을 아끼지 않고, 어려운 상황이 있을 때 친절과 따뜻함으로 이끌어 주셨기에 할 수 있었습니다. 백암정신병원에서 근무하며 모든 직원분들이 각자의 분야에서 최고로 노력하며 업무 해결하시는 모습을 어깨너머로 배우며 차분하게 상황에 따라 통찰력을 가지며 적절한 판단을 내려 행동할 수 있게 되었습니다. 아직은 부족한 점이 있더라도 항상 노력하고 배워 백암정신병원의 혁신을 이끄는 간호사가 되도록 노력하겠습니다. 감사합니다.

별을 소다 길로

영양팀 김현희

안녕하세요 영양팀 김현희입니다. 언제나 첫 시작은 두렵고 떨리기만 합니다. 백암병원에서 새로운 시작을 하려할 때 여러분들과 잘 어울리며 맡은 바를 잘 해낼 수 있을까 라는 막연한 두려움과 새로운 인연을 만날 수 있다는 기대감이 공존하였습니다. 하지만 제 걱정이 무색하게도 이 곳 백암병원은 친근하게 저를 맞이해주었고, 이른 아침이어도 활기찬 인사가 오가며 어느새 긴장감은 눈 녹듯 사라졌습니다. 이로 인해 처음이라는 두려움은 새로운 시작이라는 설렘으로 바뀌었고, 또한 제가 여러분들에게 받은 따뜻한 관심과 정을 저 또한 많은 분들에게 나눠드리고자 합니다. 많이 추워진 날씨에도 불구하고 언제나 묵묵히 제 몫을 다하며 열심히 일하시는 여러분들을 항상 응원하며 올 겨울 따뜻하게 보내시길 바랍니다. 감사합니다.

영양팀 박경태 조리원

아는 형의 추천으로 백암병원에 입사 하게 되었습니다. 처음 들어왔을 때는 모든게 낯설어 잘 할 수 있을지 걱정이 되었는데 직원 분들이 친절하게 도와주셔서 잘 적응한 것 같습니다. 앞으로 성실하게 근무하겠습니다.

보호팀 강상원 보호사

백암병원 보호사로 입사 후 병동 보호사님, 간호사님들 웃으면서 반겨주신 분들에게 감사드리고, 보호사로서 항상 환우안전과 봉사정신으로 열심히 최선을 다하는 근무자가 되겠습니다.

총무팀 이학재 사원

안녕하십니까? 이학재입니다. 저는 백암병원에 엇그제 입사한 것 같은데 벌써 4 개월이 지났습니다. 총무팀 소속으로 청결한 환경을 조성하는 임무를 맡게 되어 나름대로 열심히 일하려고 노력하고 있습니다. 직원 여러분들이 많은 도움을 주셔서 이제는 어느 정도 안정을 찾은 것 같아 감사를 드립니다. 앞으로도 직원여러분들과 함께 열심히 일함으로써 더욱 좋은 백암정신병원이 되도록 최선을 다하겠습니다. 감사합니다.

총무팀 이혜숙 사원

안녕하십니까? 저는 총무팀 에서 근무하고 있는 이혜숙입니다. 처음 입사했을 때 서먹서먹하고 어색하기도 하였으나 얼마가지 않아 직원들이 친절하게 대해주시고 잘 모르는 부분에 대해서 세심하게 가르쳐 주셨습니다. 그래서 지금은 근무하는데 특별한 어려움 없이 즐거움으로 하고 있으며 매일출근이 기대가 됩니다. 앞으로 저는 제가 맡은 임무인 청결한 병동을 유지할 수 있도록 최선을 다하여 청결한 환경에서 환우들이 생활 할 수있도록 최선을 다하겠습니다.

사무국 김수정 사원

첫 직장으로 백암정신병원에 입사하게 되어 영광입니다. 입사 전에는 걱정을 많이 안고 입사를 하였습니 다. 혹시나 시사프로그램에 나오는 직장들처럼 직원들을 그저 소모품처럼 대하는 직장이 아닐까 하는 걱정을 많이 하고 왔지만, 어머니 아버지 언니 오빠들처럼 대해주시는 직장 상사분들 덕분에 그러한 걱정은 행복함으로 변하게 되었습니다. 아직은 서툴고 부족한 부분이 많지만, 열정과 책임을 가지고 빠르게 적응하여 백암정신병원에 없어서는 안될 인재로 커 갈 수 있도록 하겠습니다.





공공협력팀장 황 동욱

공공성 강화를 위한 백암 히어로들의 Collaboration

공공 협력팀

안녕하세요.

2018년 10월 29일자로 원무팀에서 공공협력팀을 이끌게 된 공공협력팀장 황동욱입니다. 우선 공공사업팀에서 공공협력팀으로 새롭게 출발한 공공협력팀을 소식지에 알릴 수 있는 기회를 주셔서 감사드립니다.

먼저 기존 원무팀 소속으로 원무행정업무와는 다른 새로운 팀을 운영해야 되는 부담이 있지만 이사장님께서 전향적인 생각으로 지원해주시고, 전임 공공사업팀장 이셨던 박수일 병원장님과 껴임으로 사업을 진행하시는 각부서의 직원여러분들의 전폭적인 지지와 지원으로 사업을 진행하는데 큰 힘이 되고 있어 감사의 마음을 전하고 싶습니다.

공공협력팀은 기존의 공공보건의료사업(공공성강화, 적정진료 및 양질의서비스, 건강 안전망수행, 미충족 의료서비스)의 주요업무였던 공공사업팀업무에 의료기관 및 지역사회 유관과의 대외 협력사업을 통합하여 공공협력팀으로 새롭게 시작하게 되었습니다. 공공협력팀은 원내 4개의 위원회가 공공협력팀 업무를 지원하고 전담인력(공공협력팀장)외진료팀을 포함하여 11명의 껴임인력으로 팀을 구성하고 있습니다. 기존의 공공사업팀의 많은 성과(보건복지부 2011년 공공보건의료사업평가 우수기관을 시작으로 2014년 최우수, 2017년 우수기관)와 공공병원으로서 공공보건의료를 효과적으로 제공하기 위해 체계적인 계획의 수립과 이를 시행함으로써 국민보건향상에 기여함을 계승하고 정부의 예산 지원 없이 자체 예산만으로 운영하는 사업인 만큼 지역사회 협력 사업을 확대하여 병원의 공공의료기반을 확보하여 공공성을 강화시켜 병원발전에 기여하도록 열심히 노력 하겠습니다. 감사합니다.



한눈에 보는 공공협력팀의 활동

원내 의료취약계층을 위한



구충제 복용



독감 예방접종



국가건강검진

원외 의료취약계층을 위한



미혼모 시설
(MMPI심리검사 및 정신과전문의 연계진료)



지역사회 중·고등학교
(청소년 자살예방캠페인)



지역사회 찾아가는 의료지원
(응급처치, 혈압 및 혈당검사 찾아가는 의료지원)

더 넓은 지역사회로



지역사회기관 협력



따스한 온기 및 민간기업 후원



이 외에도 공공협력팀은 원내취약계층 이미용 서비스, 지역사회 노년기 어르신 및 장애인 입소시설의 이용자를 대상으로 건강한 정신, 건강한 삶에 기여하기 위한 사업을 진행하고 있습니다.

해외연수 후기 2018년 베트남 여행 후기



간호팀 김재현 간호사

인상 깊게 남은 곳은 바나힐입니다. 바나힐은 높이가 5800m이며 케이블의 길이는 12km로 기네스북에 등재되어 있습니다. 긴 케이블 카를 타고 아찔한 높이를 올라가게 되면 올라가는 중간 중간에 보이는 풍경들이 장관입니다. 바나힐에 대하여 간단히 설명을 드리겠습니다. 과거 20세기 초 베트남을 점령했던 프랑스 식민 정부는 다낭 외곽 바나산 위에 휴양지를 건설했습니다. 그 이유는 덥다 못 한 뜨거운 동남아의 열기를 버틸 수 없었던 프랑스인들이 상대적으로 서늘한 바나힐에 그들만의 피난처를 만들었습니다. 베트남이 독립 후에도 많은 관광객들이 찾는 명소입니다. 이렇게 좋은 곳을 다녀와 힐링이되었고 일상에 복귀하여 일하는데 많은 도움이 되었습니다. 좋은 곳으로 연수를 보내신 병원에 감사합니다.



간호팀 김한나 간호사

2012년 입사한 이후로 2018년에도 백암병원에 즐겁게 다닐 수 있는 것만으로도 감사한 저에게, 올 해는 베트남여행이라는 아주 특별한 선물을 주셨습니다. 결혼한 이후로 가족과 떨어진 혼자만의 여행은 꿈꾸기 어려운 일이었기에, 직원분들과의 베트남여행은 정말로 설레었고, 3박 4일동안 매 순간이 행복했습니다. 처음 방문한 나라이자, 다낭이란 곳은 현지인들이 한국어로 대답해 줄 만큼 한국인 관광객들이 많았고, 그만큼 여행하기에 편한 나라였습니다. 특히 병원에서 숙소 또한 다낭 최고의 호텔에서 지내게 해주셔서 여행기간 동안 정말로 잘 먹고, 잘 구경하고, 잘 쉬었습니다. 커피맛도 모르고 마시지 않던 제가 다낭의 맛집이었던 콩까페의 코코넛커피 맛이 생각날 정도로 맛있었고, 무더운 여름날 시원했던 베트남 맥주맛과 맛있는 씨푸드를 실컷 먹었던 일이 많이 생각납니다. 여행기간동안 함께 보내며 정말 잘 해주시고 서로 잘 챙겨주신 직원 분들께 정말 감사드리고, 베트남에서의 시간을 함께 보낸 추억이 행복하게 남아 있습니다. 이렇게 뜻깊고 좋은 여행을 보내주신 이사장님께 가슴 깊이 감사드립니다.



영양팀 이경희 팀장

불과 몇 년 사이 한국인에게 인지도가 높아진 베트남 휴양지 다낭, 호이안. 언젠가는 가봐야지 했던 곳인데, 병원의 배려로 함께 근무하는 동료들과 여행을 다녀왔다. 얼마나 감사한지...^^

케이블카가 인상적인 바나힐 국립공원, 68m의 해수관음상이 웅장했던 영응사, 도시 전체가 유네스코 유산으로 등재된 강변도시 호이안의 올드 타운 야간 투어, 드넓은 모래사장과 바다가 함께하는 해변 산책도 좋았고, 거리를 누비는 어마어마한 오토바이 행렬은 신기할 따름이었다. 우리나라보다 저렴한 <한시장>에서의 가격 흥정 재미도 쏠쏠~

묵었던 호텔 루프탑에서 즐기는 물놀이는 가봤던 수영장 중 최고의 뷰(view)를 선사했다. 베트남 여행을 가고 싶게 만드는 요소 중 하나 “베트남 요리”를 빼놓을 수가 없는데 향신채 때문에 생소한 맛에 당황하기도 했었지만 현지 음식인 쌀국수, 분짜, 코코넛 커피(콩카페), 나는 몰랐는데 한국인에게 꽤나 유명한 곳, 해산물 요리는 우리 입맛에도 딱 인 듯~. 30도를 넘나드는 뜨거운 날씨가 이곳저곳을 다녀야 하는 여행자에게 옥에 티라면 티랄까? 3박 4일 길지 않은 일정이었지만 낯선 곳에서의 설레임과 힐링을 동시에 만끽하기에 충분한 여행이 아니었나 싶다.



총무팀 박인선 주임

다낭에서 가장 기억에 남는 곳이 있다면 호이안이었습니다. 한국에서는 먹어보지 못했던 개구리, 메뚜기의 그 맛은 아직도 잊혀지질 않습니다. 또한 인력거를 타고 노을이 지는 마을을 아이쇼핑 했던 것도 평생 잊지 못할 겁니다. 우리나라의 동대문 야시장 같은 느낌에 고급을 더한 곳이었습니다. 다낭이라는 곳...

모든 순간이 좋았습니다. 우리 직원들만 타는 벤, 친절한 가이드, 최고급 호텔, 맑은 날씨까지..

어느 곳에서나 한국인들에게 친절했던 모습만 기억에 남습니다. 아무리 좋은 여행지를 간다하더라도 마음이 맞는 사람이 없다면 불행할 것 같은데 이번 여행은 좋은 분들과 함께여서 행복했습니다. 모든 직원들이 베트남 다낭을 경험했으면 좋겠습니다. 그리고 이렇게 좋은 선물을 주신 이사장님 이하 병원 직원분들께 감사드립니다.



환우를 먼저 생각하는 백암정신병원, 병상 축소를 통한 환경구조 개선사업 펼쳐



본 백암정신병원은 적절한 의료서비스 제공을 위해서는 구조부문(인력, 시설)의 개선이 필요하다고 판단하여 2018년 4월 21일, 허가 병상을 296병상에서 251병상으로 축소하였습니다.

먼저, 병상 축소를 진행하면서 입원환자의 사생활 보호 및 개인생활공간 확대를 위해 10인실을 4인실로 구조를 변경하여 입원환자의 심리적 안정을 도모하였으며, 반면, 인력은 그대로 유지하여 보다 더 질 높은 개인정신치료, 간호서비스, 재활 프로그램 등이 제공될 수 있는 환경이 조성되었습니다. 그리고 기존 개방병동의 공간을 활용하여 다양하고 다채로운 편의 시설 및 프로그램 실을 제공할 계획입니다.

환우의 도전과 변화를
꿈꾸는 백암정신병원,
그곳에서

2018 우리 환우들의 마음의 소리를 듣다!



1. 내가 생각하는 도전, 변화란?

- ♥ 책을 많이 읽는 것이 나의 변화이자 도전이라고 생각한다.
- ♥ 내가 싫어하는 사람과는 말조차도 안했는데 앞으로는 모든 환우와 친한 친구가 되어 보고자 도전하고 싶다.
- ♥ 게을러진 습관을 버리자!
- ♥ 다이어트를 통해 살을 빼고 건강해지고 싶다.
- ♥ 성실하고 차분하게 생활 잘하는 사람으로 변화되고 싶다.
- ♥ 마음이 넓어지고 긍정적인 마인드로 병동생활을 한 점이 변화된 점이다.
- ♥ 병원에서 치료 잘 받고 재활하여 사회로 복귀하는 것이 나의 도전이다.
- ♥ 병원 외에서 홀로서기를 할 수 있게 나를 준비시키는 것이 나의 도전과제이다.
- ♥ 소극적이 아니라 적극적인 사고와 행동으로 마음자세를 변화시키고 재활에 힘쓰는 것이다.

2. 나의 계획이 있다면?

- ♥ 건강한 정신과 신체를 갖추기 위한 운동과 지식을 쌓기 위한 독서
- ♥ 대화와 소통을 통한 수양하기
- ♥ 규칙적인 생활하며 지내기
- ♥ 치료에 주도적 참여와 협조하기
- ♥ 원만한 대인관계 이루기
- ♥ 전과 다른 나의 긍정적인 모습으로 변화하기
- ♥ 활발해지기 위하여 재활 프로그램 참여하기
- ♥ 소식과 운동을 통한 건강한 몸 만들기
- ♥ 술선수범하여 타인의 모범이 되기

3. 입원 중 변화 및 개선된 점이 있다면?

- ♥ 성격이 활발해졌다.
- ♥ 규칙적인 생활로 변화되었다.
- ♥ 각종 프로그램을 통해 스트레스가 해소 되었다.
- ♥ 나를 아껴주고 사랑해주는 치료진이 생겼다.
- ♥ 몸과 마음이 건강해졌다.
- ♥ 다른 사람을 배려하게 되었다.
- ♥ 자존감이 향상되었고 감사하는 마음이 생겼다.
- ♥ 타인과의 소통하는 방법을 알게 되었다.

4. 향후 나의 바람

- ♥ 사회적 경제적 독립하기
- ♥ 꾸준한 걷기운동을 통한 당뇨치료하기
- ♥ 더욱 건강해지고 환우들과 잘 어울려 보람 있는 병동생활 지내기
- ♥ 부모님께 효도하기
- ♥ 올해보다 성실한 마음을 갖고 생활하기
- ♥ 목표를 세우고 꼭 이루기!

02

봄바람 불어와~ 예술을 만나다 : 벚꽃예술제

QI 10주년 경진대회

생명사랑교육

이 경진대회 수상 : 향기로운 병동생활

심리재활프로그램

심리치료극 : 사이코드라마

월별행사

정신건강칼럼

자원봉사자 수기 : 이미옹 봉사자

쉬어가기 : 취미생활

제 2장

따뜻한 새벽암인



“봄바람 불어와~ 예술을 만나다!”



2018년 4월!
따뜻한 봄벌. 흠날리는 벚꽃잎과 함께
백암병원 소공원에서 예술의 혼을 펼쳤던
벚꽃 예술제!



우리의 소원을 말해봐 ~♪ 꼭 이루어지길!



즐거운 퀴즈, 맛있는 간식! 소소한 즐거움 거리가 가득한데 ~



열정의 혼, 예술의 혼을 불태우리다!



2018년,



대망의 벚꽃 예술제 “백일장 및 사생대회” 수상작 함께 구경하시죠.



백일장 수상작

4월 한오영

4월 하늘 아래서 사랑에 물들고 싶습니다.
당신은 바람의 노래에 맞추어 춤을 추는
아름다운 사랑입니다.

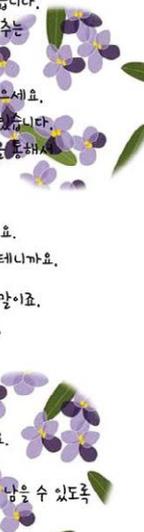
아픔이 밀려와도 슬픔이 밀려와도 웃으세요.
그러면 진주를 찾을 사랑을 찾을 수 있습니다.
진주가 아름다운 이유는 조개가 아픔을 통해서
진주를 탄생시키기 때문입니다.

4월에 누군가가 그리워지면
한손이 라일락처럼 향기를 풍어보세요.
라일락 향이 사랑을 싹틔울 수 있은대니까요.

4월에 비라도 내려주면 좋으텐데 말이지요.
당신의 눈물 제가 닦아 드릴텐데요.

4월에는 사랑을 하고 싶습니다.
그래서 4월은 아름다운 계절입니다.

4월에는 절대 이별을 하지 마라고요.
4월에는 기쁨만 간직하라고요.
4월의 이름이 당신 가슴에 사랑의 밤을 수 있도록
4월은 희망이라고.



봄 강오권

내가 사랑하는 것은 **봄**입니다.
나와 당신이 사랑하는 것은 **봄**입니다.
나와 당신과 우리가 사랑하는 것은 **봄**입니다.

봄과 나는 **비밀**이 있어요.
그러나 곧 **비밀**은 나타납니다.

봄에 산들은 꽃잎으로 말하고
수양버들은 그 연한 가지로 말하고
산들산들 바람은 바람으로 이야기 합니다.

봄은 화려하고 **따뜻한** **가래의** **꿈**으로 변한다고
이 봄에 비밀을 말하네요.

저 봄과 함께 여름이 올 때까지
이 봄과 사랑해보세요.



나만의 진실 나오애

나의 하늘은 거울 속에 숨었네.

작은 입김이 너의 **손**에
항상 나만의 진실은 숨기며

얼굴빛의 **향수**가 항상
절어드는 **꽃방울**

마음의 **진실**이 너의 **앞**에
서 있는 **소나무**처럼
변하지 않는 **사시사철**

너도 이제 끝이 아니길
약속하며 **마음의 준비**를 찾아드립니다.



봄 강오권

내가 사랑하는 것은 **봄**입니다.
나와 당신이 사랑하는 것은 **봄**입니다.
나와 당신과 우리가 사랑하는 것은 **봄**입니다.

봄과 나는 **비밀**이 있어요.
그러나 곧 **비밀**은 나타납니다.

봄에 산들은 꽃잎으로 말하고
수양버들은 그 연한 가지로 말하고
산들산들 바람은 바람으로 이야기 합니다.

봄은 화려하고 **따뜻한** **가래의** **꿈**으로 변한다
이 봄에 비밀을 말하네요.

저 봄과 함께 여름이 올 때까지
이 봄과 사랑해보세요.



그림 수상작





생명을 존중하고 자살 예방을 위해 선도하는 우리는! 생명사랑 지킴이!



보고 자살을 암시하는 언어, 행동, 상황적 신호를 본다.



듣고 실제 자살 생각을 묻고 죽음의 이유와 삶의 이유를 적극적으로 듣는다.



말하기 안전점검목록을 확인하고 전문가에게 도움을 의뢰한다.

지난 8월21일 백암정신병원 전직원은 한국자살예방협회에서 진행하는 한국형 표준자살예방교육 프로그램인 「보고·듣고·말하기」라는 '생명사랑 지킴이 (게이트키퍼) 교육'을 받게 되었습니다. '생명사랑지킴이'는 자살 위험 대상자와 자살예방센터 사이에 중간다리 역할을 한다는 의미로 붙여진 이름입니다. 우리나라는 OECD 국가 중 자살률 1위를 기록하고 있고, 2016년 기준 10만명당 25.6명이 자살하는 높은 자살률을 보이고 있다고 합니다. 또 자살을 생각한 사람들은 인구의 5%나 차지한다고 합니다. 이러한 절망적인 상황을 희망적으로 바꾸기 위한 노력은 우리 모두의 몫이겠지요.

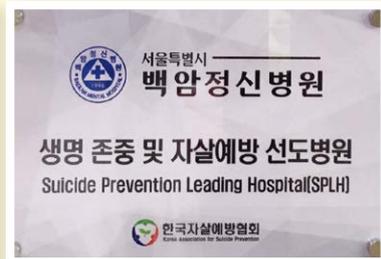


자살은 다양하고 복잡한 문제에서 기인하는 최악의 결과이지만 예방이 가능하다는 희망과 생명사랑지킴이 (게이트키퍼)교육이 더 많은 사람들에게 확대되길 바라는 마음으로 교육을 마쳤습니다. 교육을 마치고 수료증을 받고나니 자살예방에 관심을 가지고 더 적극적으로 대처해야겠다는 책임감마저 생겼습니다.

그리고

보건복지 콜센터 희망의 전화 129

자살 및 정신건강 위기 상담전화 1577-0199 를 기억합니다.



2018년 제 10차 QI경진대회 개최

2018년 QI 활동목표는

1) 환자안전향상 2) 2주기 정신의료기관 인증유지 3)의료의 질 향상 및 고객만족 증대 4) 비용절감 및 수익증대였으며 QI활동팀들이 PDCA방법에 따라 2018년 2월~9월까지 QI활동을 진행하였습니다.



10차 QI경진대회에서는 병동내 불쾌한 냄새 원인제거를 통한 실내 공기 질 향상이라는 주제로 QI활동을 수행한 향기로운 병동생활팀이 대상과 응원상을 수상하였습니다.

건강in팀(신체 건강검진 서비스 제공을 통한 신체건강증진)은 최우수상.
리턴팀(근력강화를 통한 낙상발생 건수 감소)은 우수상.
영양플러스팀(영양지식 제공 서비스 강화를 통한 영양지식 인식변화점수 향상)은 사진컨테스트 우수상을 각각 수상하였습니다. 또한 각 팀의 간사들은 노력상을 각각 수상하였습니다.



2018년 QI 경진대회 대상수상

향기로운 병동생활팀 병동 내 불쾌한 냄새의 원인 제거를 통한 실내 공기 질 향상



면역력이 약하고 실내에서 활동하는 시간이 많은 건강민감 계층인 노인과 환자들의 경우 적절하게 관리 되지 않은 실내공기는 건강을 위협하는 중요한 요인이 될 수 있기에 실내 공기를 오염시키는 불쾌한 냄새의 원인을 제거하여 실내 공기 질을 향상시키고 쾌적한 병동을 조성하고자 주제로 선정하여 QI를 진행 하였습니다.



새로운 시작, 활기찬 동행! 함께 만들어가는 재활프로그램



더 펼치자! 더 뛰자!

더 건강해지는 재활프로그램

백암정신병원은 환우분들에게 많은 **경험, 희망, 건강**을 더해주는 프로그램을 제공하고 있습니다.

심리재활 프로그램

증상 및 기능 회복을 위한 사회기술프로그램, 알코올회복프로그램, 정서관리 프로그램, 인지재활프로그램 등 다양한 프로그램이 진행 됩니다.



스트레스 지피지기
(스트레스관리훈련)



내 마음이 들리니
(자기주장훈련)



마인드 talk talk
(사회인지재활)



Re:born
(알코올회복)

사회복귀지원 프로그램

은행, 관공서, 대중교통, 마트, 박물관 등을 이용함으로써 사회복귀에 대한 동기를 강화하고 사회문화에 발맞추어 가기위한 적응능력을 높이는 훈련이 진행됩니다.



문화체험



음식점 이용 및 대형마트체험

병동특화 프로그램

환우 욕구에 기반한 병동 별 특화프로그램을 계획하여 여가, 취미 활동을 통해 긴장감 및 스트레스를 완화시키는 프로그램이 진행됩니다.



나마스떼
(체육(요가)요법)



글 속에 빠지다
(문예요법)



노래야 놀자 팝! 팝!
(음악요법)



오픈더레코드
(음악요법)



신문아 놀자
(NIE요법)



뷰티플러스
(뷰티요법)



책!책!책! 책을 읽어요
(독서요법)



춤신춤
(체육(댄스)요법)

찾아가는 프로그램

재활동기가 낮은 환우들을 위해 정신건강사회복지사가 병동으로 직접 찾아가서 진행하는 프로그램으로 모두가 함께 나눌 수 있는 유익하고 흥미로운 프로그램이 진행됩니다.



생각나누기



가요톱텐



시사상식



백암시네마



당신의 이야기, 나의 이야기, 우리가 함께 만들어가는 드라마!

2018년 새롭게 시작된
“사이코드라마”를 소개합니다.

2018년 9월 부터, 본원에서는 전문 강사를 초빙하여 입원 환우 대상으로 ‘사이코드라마’를 진행하고 있습니다. 매주 월요일 15시 30분. 본원 4층 종합생활관에서는 약 30명의 환우가 모여, 서로의 속마음을 나누며 보다 건강한 방식과 다양한 대안으로 문제를 해결하는 연습을 해나가고 있습니다.



사이코드라마란?

1936년 모레노(J. L. Moreno)가 제안한 기법으로서 인간의 심리를 탐색하기 위한 대인 집단 접근법이다. 이 기법은 자신의 갈등상황을 단순히 말로 설명하는 것이 아니라 연기로 표현함으로써 자신이 갖고 있는 문제의 심리적 차원을 탐구한다. 자신의 현실, 좌절당한 상황, 소망 등 자신이 직면하고 있는 문제를 연기로 표현하는 과정을 통해 내재된 자신의 감정, 무의식적 충동 등을 깨닫게 되고, 현재 문제와 관련된 환상이나 기억을 찾아낸다. 이렇게 함으로써 현재 문제를 해결하기 위한 여러 가지 대안을 모색하고, 보다 건강한 방식으로 적응해 나간다.

이 기법의 요소는 주인공(protagonist), 연출자(director), 보조자(auxiliary ego), 관객(audience), 무대(stage)이며, 이러한 요소들로 전개되는 즐거리가 없는 즉흥극(即興劇)으로 진행된다.

사이코드라마에서 개인은 자신의 갈등에 관한 정서적인 문제를 해결하기 위해 연기를 한다는 점에서 주인공 중심적이다. 극은 주인공의 삶을 중심으로 주인공의 과거, 현재, 미래를 이동하면서 삶의 여러 측면을 탐색하게 된다. 모레노는 사이코드라마가 드라마 기법을 이용하여 ‘진실’을 탐구하는 과학이라고 하였다. 이는 언어에 의한 정신의 탐구가 아니라 집단적 접근을 통한 몸과 행위에 따른 인간과 인간정신 및 삶의 탐구로서, 자발성과 창조성의 철학을 바탕으로 한 우리 삶의 실천적 학문이라고 할 수 있다.

출처 : [네이버 지식백과] 사이코드라마 [psychodrama] (상담학 사전, 2016. 01. 15., 학지사)



우리가 함께 만드는 사이코드라마!

준비 단계 함께 강당을 걸으며 머릿속을 복잡하게 만드는 생각을 정리하며 마음을 다스리는 연습을 해봅니다. 함께 걸다가 마주치는 사람하고 무릎, 팔꿈치, 손바닥을 맞대며 반갑게 인사도 나누어 봅니다. 반갑게 인사를 나누다 또 마주친 사람하고는 서로의 손을 당기고, 마주잡은 두 손으로 균형을 맞추며 이전보다 더 반갑게 친밀감을 나눕니다. 한참을 돌다, 서로 모여 안부를 나누고 서로를 격려하며 프로그램에 집중하기 위한 준비를 합니다.



행위화 단계 모두가 주인공이 될 수 있는 열린 프로그램, 사이코드라마! 그 날의 주제에 맞춰 자신이 하고 싶은 이야기를 자유롭게 풀어봅니다. 함께 참여한 환우들은 나의 이야기에 상대방이 되어주기도 하고, 문제를 해결해주는 조언자가 되어주기도 합니다. 그렇게 서로의 이야기를 나누며 마음을 치유하고 문제해결 방법을 찾아 봅니다.



나누기 단계 참여한 모든 환우가 함께 모여 참여를 통해 느꼈던 감정을 공유하는 시간입니다. 행위화 단계에서 느꼈던 공감대가 강화되는 시간이기도 한데 무엇보다 중요한 단계입니다.

이렇게, 우리는 서로의 삶을 공감하고 치유해나가며 우리만의 이야기를 만들어 갑니다.

악자지껄, 2018! 월별행사, 함께 써내려간 우리의 시간!



2월! 새해의 첫 시작은! 달콤한 음악 선율로 즐기자~ ♪

신나는 기타와 환상적인 합창 콜라보까지! 추억의 7080으로 모두가 화합됐던 즐거운 시간!



4월! 봄바람 불어와~ 예술을 만나다!

따사로운 봄볕에 내리쬐던 날~ 벚꽃예술제(글&그림)으로 우리의 예술감수성을 채우다!



5월! 따뜻한 날, 어버이 은혜의 감사드리다!

어버이의 날을 맞이하여, 백암 모두가 감사한 마음을 전달드렸던 따뜻한 시간!



8월! 무더운 여름날~ 흥겨운, 음악 바람이 분다!

아름다운 하모니, 합창단! 엉덩이 들썩들썩, 트로트 메들리! 청명한 플룻과 매력적인 색소폰



10월! 파란하늘, 열린마음! 함께하는, 백암가족!

우리의 가장 큰 축제~ 백암한마당! 무궁무진 게임월드, 푸짐한 먹거리와 상품까지!



10월! G-mind '럭키데이' 유쾌한 연극관람!

함께 보니 더 즐거운 G-mind '럭키데이' 다음 번에는 우리가 주인공!



12월! 시끌벅적, 우리의 크리스마스

함께 해서 더욱 즐거운 우리의 '송년대축제'! 메리크리스마스~





서울특별시 백암병원
이경린 진료과장

정신건강증진시설 인권교육 국외연수를 다녀오며

저는 2018년 11월 11일부터 2018년 16일까지 5박 6일의 일정으로 한국보건복지인력개발원에서 주관한 정신건강증진시설 국외연수 프로그램에 참가하였습니다. 비록 짧은 기간이었지만 이번 연수과정을 통해서 우리나라와 비슷한 경제적 규모와 사회·문화적 배경을 갖고 있는 대만과 홍콩의 정신보건시스템을 이해할 수 있었고 실제 운영하고 있는 서비스 현장을 살펴볼 수 있는 귀중한 시간을 가졌습니다. 금년도 백암정신병원 소식지를 통해서 대만과 홍콩 현지에서 방문했던 국공립 정신의료기관, 지역사회복지시설, 클럽하우스 등 주요 정신건강증진시설들에 대한 저의 경험과 생각들을 간략히 소개하고자 합니다. 먼저 대만의 정신보건시스템은 공공의료서비스를 중심으로 이루어져 있습니다. 전체 대만의 각 권역을 중추적인 역할을 담당하는 7개 거점 병원간 긴밀한 네트워크를 구축하면서 동질적인 수준의 체계적인 의료서비스를 제공하고 있었습니다. 저는 그 중 3곳의 병원을 방문하였습니다. 우리나라의 국립정신건강센터와 같은 위상을 가진 대만 최초의 공립 정신병원 타오위안 정신병원(Taoyuan Psychiatric Center), 대만의 국립정신병원 중 농촌형 정신병원 모델의 대표하는 쓰오퉈 정신센터(Tsaotun Psychiatric Center) 그리고 대만의 수도 타이페이에서 운영하는 도시형 정신병원 모델인 시립 정신병원(TCPC : Taipei City Psychiatric Center)을 다녀왔습니다.

위 3개 국공립 병원에서 제공하는 서비스와 정신보건시스템은 민간 중소 정신의료기관이 대부분을 차지하는 우리나라와는 많은 차이를 보였습니다. 각 병원들은 대만의 건강보험제도와 사회보장정책을 통한 정부 예산 지원이 뒷받침되면서 상대적으로 충분한 인력과 시설을 갖추고 있었습니다. 이러한 역량을 바탕으로 급성, 만성 정신질환자에 대해서 구별된 입원 환경을 갖추고 있고 다학제적이고 포괄적인 치료 프로그램을 운영하고 있었습니다.

병원에서 집중적인 치료과정을 마친 환자들은 지역사회로의 원만한 복귀를 위한 다양한 사회지지서비스가 제공되었습니다. 그중 가장 인상적이었던 점은 보호 작업장부터 시작해서 거주 지역 기업체에 완전 고용될 수 있는 수준까지 이어지는 단계별 환자 맞춤형 직업재활서비스가 제공된다는 것이었습니다. 또한 장기 입원을 줄이기 위한 대안적 치료로 환자군의 연령대별 낮병동이 운영되고 있었습니다. 거주를 위한 주거환경여건이 미흡한 환자들을 위해서 공동생활이 가능한 지역사회복지시설도 병원이 직접 운영 관리하고 있었습니다.

위의 모든 병원들은 병원 중심의 통합적인 사례관리 시스템을 운영하였는데, 특히 도시형 병원의 경우 경증 정신 질환에 대한 자문 상담과 함께 특화된 정신치료 클리닉을 운영하고 있었습니다. 그리고 응급정신 질환에 대한 전화상담, 거동이 불편하거나 벽·오지에 있는 환자를 위한 의료

팀의 현장 응급방문과 함께 경찰, 소방서 등 협력기관들과 연계된 지속적인 위기관리서비스를 제공하고 있었습니다. 우리나라에서 지난 2017년 5월 30일부터 개정 시행된 ‘정신건강증진 및 정신질환자 복지서비스 지원에 관한 법률’에 따라 정신질환자의 범위를 중증 정신질환자로 재정의하고 입·퇴원제도를 개선하며 정신질환자의 복지서비스 제공의 근거를 마련한 것과 마찬가지로 대만에서도 장애인의 인권 법률에 근거한 CRPD(The Convention on the Right of Person with Disabilities) 법안이 2018년 12월에 제정될 예정이라고 합니다. 대만 역시 우리나라와 마찬가지로 정신장애에 대한 낙인을 퇴치하기 위해 애쓰면서 정신질환자들의



치료결정권을 존중하고 사회에서 포용되어 차별받지 않고 살 수 있도록 법제도적 보완책을 준비하고 있었습니다. 다음으로 방문한 홍콩 역시 대만과 마찬가지로 병원 중심 치료에서 지역사회 중심 서비스로의 전환이라는 정신보건정책의 기초 아래 여러 정신보건서비스 영역에서 다양한 협업이 일어나고 있었습니다. 홍콩은 1960년에 정신건강법이 제정되었는데 이는 우리나라보다 약 35년 빨리 관련 법률이 제정된 것입니다. 홍콩 정부는 전체 지역을 7개 권역으로 나누었고 각 권역마다 거점 병원을 지정하고 국가 정신보건 시스템 하에서 관리하고 있었습니다. 홍콩은 의료보험 지불 제도의 특성상 가벼운 스트레스 관리와 경한 우울 기분 등 대한 1차 진료는 일반의가 담당하였고 조기 검진과 선별을 통해 중등도 이상 정신질환을 가진 것으로 의심되는 경우 정신건강의학과 전문의에게 자문 의뢰하는 시스템으로 운영되고 있었습니다. 저는 홍콩에서 가장 큰 규모를 자랑하는 통와그룹병원(Tung Wah Group Hospital)과 콰이 정 병원(Kwai Chung Hospital)을 방문했습니다. 두 병원의 공통점은 모두 포괄적인 정신건강서비스를 제공하고 있다는 것이었습니다.

먼저 방문한 통와그룹병원은 만성정신질환자를 위한 장기 거주시설과 노인정신질환에 대한 인지재활시설을 갖추었고 지역 내 정신건강문제에 대한 효율적 관리를 위한 병원 중심으로 통합된 지역정신보건센터를 운영하고 있었습니다. 이곳에서 중증정신질환자의 사례관리는 물론이고 조기 정신증 발병 고위험군에 대한 집중적인 관리와 적절한 치료연계가 이루어졌습니다. 또한 지역사회 거주하는 일반인을 대상으로 한 정신건강에 대한 교육과 인식개선을 위한 홍보활동도 하고 있었습니다. 이러한 주요 활동 영역을 지원하기 위해서 지역 특색에 맞는 원예치료 등 다양한 정신재활치료 프로그램이 시행되었고, 회복 환자를 중심으로 한 구내식당 같은 사회적 기업을 운영하고 있었습니다. 또한 정신건강 웹사이트와 무료 전화상담 서비스도 병행하고 있었습니다. 다음으로 방문한 콰이정 병원 역시 해당 지역의 중증정신질환자에게 지역사회에 기반을 둔 다양한 재활서비스를 제공하였는데 정신질환의 중증도에 따라 분류된 차등된 인원을 사례관리자가 담당하는 방식이었고, 입원치료와 지역사회 복귀의 중간 성격에 해당하는 환자군을 중점 관리대상으로 선정하여 보다 집중적인 외래 서비스를 제공하는 것에 주안점을 두고 있었습니다.

이번 국외연수를 다녀오면서 민간 병원이 중심 역할을 담당해온 우리나라 정신의료서비스의 현실 속에서 지역사회 정

신보건서비스의 가치를 실현하기 위한 고민들을 해보게 됩니다. 1960년대 구미 선진국에서 정신질환자들의 인권문제와 장기입원으로 인한 재정 부담증가, 정신질환의 조기치료에 대한 효과와 인식, 일차 보건의료 확산의 영향으로 오늘날 지역사회 정신보건의 정착, 발전하였습니다. 이들 선진국에서는 정신병원의 병상수를 줄이고 탈원화를 추진하여 상당한 효과를 거두었지만, 지역사회 내의 환자 관리에 한계를 보이면서, 재입원률이 증가하고, 행려환자가 증가하는 등 문제가 나타났습니다.

우리나라도 정신질환자의 인권보호 및 정신질환의 예방과 의료, 사회복귀에 필요한 사항을 규정함으로써 국민의 정신건강 증진에 이바지한다는 취지하에 1995년 12월 9일 정신보건법이 처음 제정되었고 만성정신질환자들에 대하여 시설중심 치료에서 벗어나 재활과 사회복귀를 목표로 하는 지역사회 정신보건이라는 개념이 처음으로 등장하게 되었습니다. 2017년 기준으로 우리나라의 정신의료기관은 국공립기관이 18개, 민간기관이 1,431개로 정신의료서비스의 비중에서 압도적으로 민간 중심 의료서비스가 제공되고 있습니다. 정신보건법이 시행된 이후 지난 30여년간 국공립 및 민간 정신의료기관이 외형적인 성장을 거둔 것으로 생각되지만, 50만명으로 추정되는 국내 중증만성정신질환자 중 단지 20% 미만이 인원만이 지역사회 정신보건서비스를 이용하는 상황입니다. 중증만성정신질환자의 사회복귀를 도모하고자 하는 목표와 방향은 맞지만 민간 정신의료기관의 경우 근무하는 인력 규모와 시설, 재원 등 기본적인 인프라가 취약한 상태에서 환자와 가족이 원하는 충분한 수준의 정신건강서비스를 제공하기에는 한계가 있기 때문입니다.

정신질환은 단순한 정신의료기관에서의 치료뿐만 아니라 예방, 사회복귀, 지역사회 정신보건기관 간의 연계 등 공공성에 기반을 둔 총체적인 관리가 필요한 질환입니다. 만성정신질환자들이 병원 중심의 의학적 치료 서비스를 넘어서 지역사회에서 재활서비스를 제공받기 위해서는 사례관리를 포함한 사회지지서비스, 직업재활서비스, 주거지원서비스 등을 아우르는 포괄적인 지원이 필수적일 것입니다. 그동안 연구에 따르면 직업재활 프로그램에 참여하고 있는 환자는 가족부재 등 불가피한 사유로 병원에서 장기 수용되어 치료 받는 환자군보다 정신병적 증상, 충동적 행동, 우울 등이 낮았고 일상생활 기능이 유의미하게 높았다는 결과가 보고되고 있습니다.

실제로 국내에서 운영되는 지역사회 정신보건 사업에 있어서 사업의 주체는 보건행정기관이 담당하고 실질적인 운영

과 책임은 민간협력기관의 정신건강의학과 전문의와 소속 기관 정신보건 전문인력이 담당하는 민간 위탁형 지역정신보건센터가 다수 운영되고 있습니다. 하지만 민간부문과 공공부문간 사업에 대한 불확실한 규정과 사업 목표 수행 방식에 대한 이해 차이, 전문 인력에 대한 제도적 보장과 재정적 지원이 미미한 상황에서의 불안정한 협력관계는 갈등의 원인이 될 뿐만 아니라 지속적인 서비스 제공에도 어려움이 발생할 가능성이 있습니다.

우리나라의 일부 민간병원에서는 낮병원을 운영하고 있고, 자체적인 사례관리와 외래 진료 활성화 등 대안마련을 통해 보다 촘촘한 의료서비스 제공을 위해 노력해오고 있습니다. 본원에서 서울시립수탁병원의 역할에 부응하고자 2005년 12월부터 만성정신질환자들의 탈원화를 활성화하기 위하여 정신의료기관과 지역사회 복귀의 중간단계 기능을 담당하고자 국내 최초로 half-way house체계를 도입하여 지역사회 복귀시설 ‘누리봄’을 개소하였습니다. 이곳에서 정신건강문제로 어려움을 겪는 당사자와 가족들의 서비스 욕구를 반영하면서 전인적인 접근방식을 통해 환자들이 지역사회에서 독립적인 생활을 안정적으로 유지하는 것을 목표로 삼고 통합적 관리를 하고 있습니다.

만성정신질환자에 대한 앞으로의 정신건강서비스 방향은 전통적인 병원 중심의 진료에서 벗어나 지역사회로의 전환을 넘어서 진정한 회복을 통한 인간 존중의 가치실현을 기대하고 있습니다. 지난 수십년 이상 국가 적극적인 민간기관에서 노력을 다해왔지만, 민간 정신의료기관이 중심인 우리나라의 현실은 아직도 탈원화를 달성하지 못하고 있으며, 지역사회 중심의 정신보건사업이 정착이 되기까지 넘어야 할 과제들이 많이 남아있다고 생각합니다.

지역사회 정신보건은 공공성이 강조되어야 하지만 민간의 참여 또한 적극적으로 이루어져야 합니다. 앞으로 지역사회 중심의 정신보건사업이 안정적으로 운영되기 위해서는 지역사회 내 모든 자원이 정신보건사업에 참여하고 유기적으로 연결되어야 할 것입니다. 이를 위해서 향후 우리나라도 국가 정신건강 관리체계 통합시스템의 도입이 필요하겠다는 생각을 해봅니다. 대신 총체적으로 정신건강시스템을 관리하는 기관을 선정하고 책임의 범위를 분명하게 해두어야 할 것입니다.

지역사회 정신보건사업에 참여하는 개별 정신의료기관과 정신요양시설, 정신재활시설 등 정신보건기관들은 정신보건서비스의 질 향상을 위해 노력하며 상호보완적 관계로 다양한 프로그램과 서비스를 제공하는 협력적 협동 모델이 필



요하지 않을까 생각합니다. 하지만 민관의 협력관계가 확립된다고 해도 현재의 재정 여건으로는 효과적인 정신보건서비스 사업의 정착과 시행이 어려울 수 있습니다. 따라서 정부에서도 사업비 형식의 보조뿐만 아니라 의료보호와 의료보험 수가체계 변화를 통해서 재활프로그램과 서비스에 대한 급여를 확대하고, 공익성의 실현을 위한 예산확보와 다양한 형태의 재원 마련을 위한 변화의 움직임을 보여주어야 할 때라고 생각합니다.

세계보건기구(World Health Organization)는 ‘정신건강은 사회·경제적요소와 환경적 요소에 의해 결정되고 정신건강은 정신질환이 없는 상태 이상의 것’ 이라고 정의하였습니다. 다양한 원인으로 인해서 정신건강의 어려움을 갖고 있는 개인들이 삶에서 겪는 스트레스에 대처할 수 있을 만큼 정신적 안녕상태를 지속하면서 생산적인 직업 활동을 하고 그 결실을 소속된 지역사회 발전을 위해 환원할 수 있기를 기원하면서 글을 마칩니다. 고맙습니다.

※ 참고문헌

2018 정신건강증진시설 인권교육 국외연수 사전 워크숍 교육자료, 보건복지부, 한국보건복지인력개발원, 2018.9.
 2018년도 정신건강증진시설 인권교육 국외연수 보고서, 보건복지부, 한국보건복지인력개발원, 2018.11.
 대한신경정신의학회 저, 신경정신의학 3판, chapter 33 지역사회 정신의학, 아이엠이즈컴퍼니, 2017.3., p. 865-880
 민성길 저, 최신정신의학 6판, 제36장 정신의학 서비스와 지역사회 정신의학, 일조각, 2015. 3., p.865-883
 백중우, 이해국, 이승엽, 나경세, 이강준, 최원석, 정현용, 대한신경정신의학회 중장기 정책방향에 대한 고찰 : 내부 및 외부 전문가 설문조사를 중심으로, J Korean Neuropsychiatr Assoc 2015;54(1):11-15
 민다경, 김한진, 전진용, 박수빈, 남윤영, 홍진표, 전주리, 이종영, 임희영, 이다영, 최성구, 허규설, 해외 정신건강 관리체계 통합시스템 사례분석, 사회정신의학 2015;20(1):1-70수정, 최정규, 정운진, 장홍석, 김선아, 박종익, 국내 지역사회 정신보건서비스 이용 정신장애인군과 재원환자군의 특성 비교 연구, Korean J Schizophr Res 2013;16:51-61
 조성진, 이병조, 조맹제, 김용익, 서동우, 정인과, 정신보건 관련 사설의 재원 기간 및 관련 요인에 대한 연구, J Korean Neuropsychiatr Assoc/Volume 45, No 4/July, 2006
 조성진, 김용익, 조맹제, 서동우, 박계식, 배재남, 신철진, 지경원, 함봉진, 정인원, 지역 사회에 거주하는 자스득중 만성 정신질환자의 요구도 조사, J Korean Neuropsychiatr Assoc/Volume 42, No 6/November, 2003
 서국희, 지역사회 정신보건과 민간 정신의료기관, 사회정신의학 2000;5(2): 133-145
 황대연, 이주훈, 지역사회 정신보건사업의 현황과 전망, 사회정신의학 2001;6(1):3-11
 황대연, 지역사회 정신보건 사업의 모델, 사회정신의학 2000;5(2): 125-132

이미용 자원봉사 수기

나의 활력소

안녕하십니까? 수원이미용 봉사팀 이선미 입니다. 2019년을 맞이하여 새해 복 많이 받으시길 바랍니다. 어느덧 백암병원을 다니지 10년이 넘었네요 10년 동안 백암병원을 다니면서 새삼스럽게 회상할 기회가 생겨서 몇 자 적어 봅니다. 처음에 다닐 때에는 정신병원의 시설이 전원적이면서 깔끔하고 체계적인 병원임에 놀랐고, 직원 식당의 밥과 국, 반찬들이 맛있어서 한번 더 감탄했던 적이 었그제 같은데 백암병원 직원들과 한술 밥을 먹는 가족이 되었습니다.

10여년 동안 백암병원에 봉사활동을 다니면서 감동이 있고, 웃음과 따뜻한 정을 느낄 수 있었습니다. 2018년도 최근 6개월간 백암정신병원 자원봉사를 같이 다니던 선생님들이 하나둘씩 거리가 멀다는 이유로 그만두니 결국 수원에서 백암정신병원까지 혼자 다니게 되어 교통편에 대한 어려움이 있었습니다. 병원측에서는 이러한 어려움을 같이 해결 해 주기 위해 방안을 모색하고, 챙겨주시는 마음에 너무나 감동적이었습니다. 고맙게도 제가 백암면 소재지까지만 와도 데리러 와주시고, 저녁에는 통근버스를 타고 집에 갈수 있어서 원만하게 자원봉사를 할 수 있었던 것 같습니다.

또한 백암병원 환우분들이 항상 반갑게 맞이해주시고,



자원봉사자 감사패 전달식

환자분들과 한 달에 한번 만남에도, 가족같이 반겨주시면서 오지 않은 자원봉사자 선생님들까지 안부를 물어봐주시고, “감사합니다”, “고생하셨습니다.” 라고 한마디씩 해주시면서 응원과 격려의 말씀들이 저에게 용기를 주었습니다. 이러한 따뜻한 관심과 한마디가 한 달에 한 번씩 차를 두 번 타고 3시간코스를 6개월 간 다닐 수 있게 한 저의 원동력이 되었고, 따뜻한 정감에 제가 오랫동안 이미용 자원봉사를 할 수 있었던 활력소가 되었던 것 같습니다. 간혹, 혼자 자원봉사활동을 회상하면 기분이 뿌듯하고, 흐뭇해집니다. 머리 자를 때 옆에서 보조해주시고 더워서 땀 흘리면 냉수건과 냉커피를 가져다주시고, 혼자 환우분들의 머리를 이·미용할 때에는 사회사업팀 직원이 같이 환우분들의 머리를 이발해주셔서 감사했습니다. 이렇게 어려운 시기에 전 외롭지 않았던 것 같습니다. 가끔 안보이는 환자분이 계시면 은근히 걱정되었지만 퇴원하셨다고 하면 정말 반갑게 느낄 정도로 가족이 된 것 같습니다.

앞으로도 기회가 되고 몸의 건강이 허락 한다면 꾸준히 미용봉사 계속 할 생각입니다. 그리고 수원 이미용 봉사 담당 사회복지사 선생님들도 행여나 제가 불편할까 어려운 것은 없는지 기계나 물건들은 빠진 것이 없는지 여러모로 챙겨 주시고, 원활한 이미용 봉사 환경을 만들어주어서 더 더 더욱 감사드립니다.

마지막으로 수원 이미용 봉사팀도 열심히 개척해서 많은 봉사자분들이 참여 할 수 있도록 홍보 하겠습니다 앞으로 여러모로 잘 부탁 드립니다.

일상의
짐을 내려놓는 시간 ~
우리는 이런
취미생활을
즐거요 ~



병원장 박수일

트레킹의 원래 뜻 ‘서두르지 않고, 느긋하게 소달구지를 타고 하는 여행’ 이라는 의미처럼 트레킹을 시작하면 마음이 편안해지고 아름다운 자연경관에 감탄하면서 천천히 걷게 됩니다.

나를 온전히 내려놓고 한번쯤 돌아 볼 수 있게 해주는 트레킹 ~
2019년도에는 병원직원 여러분도 꼭 한번 시도해보시길 바랍니다.

보호팀 안효승

저의 취미는 축구입니다. 딱히 취미라 할 것도 없던 중학교 1학년 시절 우연한 계기로 동네에서 공 좀 찬다는 아이들(총무팀 박인선 주임 포함)과 함께 공놀이를 시작하게 되었고, 저는 그 이후로 지금까지 제일 좋아하는 취미생활과 함께 아주 소중한 친구들을 얻을 수 있었습니다. 지금도 주말이면 친구들과 함께 웃고 떠들며 큰 걱정이나 많은 생각 없던 중학생 때로 돌아갈 수 있게 해주는 이 취미생활은 제 삶의 큰 활력소입니다.



총무팀 이태석

헬스장에서 운동한지가 벌써 20년 가량 됐네요. 좋은 점은 근육과 골격이 강화되고, 심폐기능 강화와 스트레스 해소, 면역효과, 몸의 좌우 균형이 좋아집니다.

건강한 신체를 만들기 위한 가장 손쉬운 방법이며 효율적인 신체운동입니다. 나이보다 젊게 살 수 있는 운동이라고 생각합니다. 자~~여러분도 시작해보세요, 그럼 10살 어리다고 칭찬받을 수 있다고 확신합니다.



간호팀 박옥련

취미생활로 잘할 수 있고 좋아할 수 있는 것을 찾아보니 손뜨개 인형과 양말인형이 눈에 들어왔고 시작하게 되었습니다. 완성하기까지 상당히 긴 시간이 걸리는 단점이 있지만, 장시간 인내하여 하나의 작품을 완성한 후의 성취감과 손으로 낳은 아이들을 하나하나 분양할 때의 기쁨은 그 무엇보다도 비교할 수 없다고 생각합니다. 무언가에 몰입할 수 있고 정서적 안정을 위해 백암가족 여러분들의 도전을 적극 추천합니다.



약제팀 박미란

내 삶의 활력소는 백패킹~

첻바퀴 돌 듯 돌아가는 일상생활에서 탈출하고 싶을 때 예약없이 떠나는 백패킹은 정말 매력적인 여행방법중의 하나인 듯 싶습니다. 떠날 때마다 항상 속이 뻥 뚫리는 기분을 선사하지만, 그 중 잊을 수 없었던 여행은 영남의 알프스라 불리는 신불산을 지나 해발 900m에 위치한 간월재에서의 비박(?) 이었습니다. 한여름밤까만 밤하늘에서 쏟아지는 별 사이로 날아다니던 반딧불이를 볼 수 있었던 그날은 잊을 수가 없는 추억이 되었습니다. 앞으로도 백패킹은 꼭 내 인생의 유행유가 될 것입니다.



03

백암의 한마음 : 단합대회
떴다! 新 메뉴 : 영양팀
환자안전의 날 / 인권의 날
원외취약계층 사업
차석 워크샵
쉬어가기 : 동호회
10th 수련사회복지사
아름다운 백암인
따옴후원회



제 3장

소통하는 새벽암인

역사를 쓰는 세광재단

세광재단설립 38주년 기념 직원단합대회



2018년 5월 28일 세광재단 가족 party ~ ♥

백암정신병원 · 세광 정신요양원 · 용인효사랑 · 지역사회전환시설 누리봄! 식구들이 한자리에!

준비운동을 마치고 세광재단과 함께하고 있는 해발 325m 조비산으로 Go!Go!Go! 초여름날씨로 땀을 뻘뻘 흘렸지만 나무들 사이사이로 시원한 바람이 솔솔 ~



세광재단 정상에 서다

조비산 정상에 올라 높은 경지에서 시원함을 만끽하며 즐거운 시간을 보낸 후 바비큐 파티 ~ !



알록달록 여러 빛깔의 대백암인들의 마음을 모아모아

백암병원

Every body ~ All Right!
We will We will
B.A.E.K.A.M !♪



2018년 10월 25일 백암병원의 대백암인들이
알록달록 물들은 하남의 조정경기장에 모여 한마음으로 진행되는 페스티벌 !



백암 인스타그램! 새피드를 많이 구독해주세요♥



너와 나의 연결고리!

미사리 조정경기장을 걸으며
서로를 알아가고 위로를 통해
하나가 되었던 시간

우리가 있는 곳은
최고이고,
TOP이고,
웃음이 있다 !



#백암정신병원 #한마음 #페스티벌 #미사리 #조정경기장 #가을단풍 #대백암인 #모여모여 #단체사진 #꽃밭 #백암의 미녀들 #백암 미남 #힐링 #최고 #감사 #단합

게임 승부에 양보는 없다! 승부에 강한 만능 백암인들!



백암병원을 설레게 만든 2018 백암병원 급식 신메뉴들!

2018년 환우님들과 직원들의 마음을 설레게 했던 새로운 메뉴들이 이렇게나 많~이 있네요.
퓨전음식부터 길거리 음식까지!
그동안 병원에서 한 번도 나오지 않았던 다양한 음식들 총집합! 한번 감상 하실까요~



다이어트를 시작한다면!
저칼로리 닭가슴살 샐러드!



고소하고 부드러운 맛이
일품인 명란젓 크림파스타!



매콤 짭자름한 돈육맛초킹!



샐러드와 파스타가 만나면!?
샐러드파스타!



단짠단짠의 조화
허니버터치킨! 너무 맛있어요.



하~얇고 부드러운
크림파스타!



부산길거리음식의 대표주자
비빔당면!



이영자가 인정한 휴게소음식
소떡소떡!



중국의 게살스프가 떠오르는
깊~은맛의 산라탕!



고소한 치즈가 쭈~욱 늘어
나서 살살 녹는 치즈돈가스!

다시 봐도 군침 도는 메뉴들입니다. 사실 이외에도 더 많은 신 메뉴가 나왔지만 다 소개해드릴 수 없어서 호응이 좋았던 몇 가지만을 소개해드렸습니다. 백암정신병원 영양팀은 일주일에 한 번씩 팀원들끼리 메뉴회의를 통해 보다 나은 메뉴 서비스와 질을 위해 고민하고 있어요!^^ 백암정신병원 급식을 이용하시는 모든 분들이 맛있게 드시고 힘내셨음 해요!
특히 직원들과 희망병동 환우님들이 그동안 나왔던 메뉴 중 가장 맛있던 새로운 메뉴를 투표를 통해 골라서 순위를 정해봤습니다. 그 결과는...?
두구두구두구~~



희망병동 환우님들과 직원들이 뽑은 선호메뉴

Best 3!



1 위 치즈돈가스



2 위 산라탕



3 위 허니버터치킨

<직원>

- 모든 메뉴가 훌륭합니다.
- 늘 감사함으로 먹고 있어요.
- 순대메뉴 자주 나왔으면 좋겠어요!
- 두부를 활용한 다양한 요리 해주세요~



<환우>

- 면음식이 자주 자주 나왔으면 좋겠어요
- 새로운 메뉴들이 신선해서 호응이 좋아요!
- 매운 떡볶이 해주세요!
- 급식 양을 더 많~이 주세요!



♥ 앞으로 선호도 조사를 통해 환우 및 직원분들이 좋아하는 새로운 메뉴들을 계속 제공하여 하루 중 제일 기대되고, 설레는 식사시간을 이어갈거립니다. 많이 기대해주세요!



인권의 날 인권 무지개

지난 2018년 5월 29일 백암정신병원에서는 '인권 무지개'라는 주제로 제 7회 인권의 날 행사가 진행되어 환우분들과 직원들에게 의미 있는 시간을 가졌다.

2018년 인권의 날 주제인 '인권 무지개'는 '열정, 인내, 평화, 희망, 여유, 겸손, 사랑으로 가득한 일곱 색깔 무지개 같은 삶이 되었으면 좋겠다.'라는 의미로, 일곱 빛깔의 아름다운 색깔이 한데 모여 예쁜 무지개가 되는 것처럼 인권을 지키는데 있어 함께 하면 빛이 나는 7가지가 모여 예쁜 '인권 무지개'를 나타냈으면 하는 소망이 담긴 주제이다. 인권의 날의 유래는 세계의 정의를 유지하기 위해서는 인간의 존엄성이 인간 삶의 바탕이 되어야 한다는 '세계 인권 선언'을 만들어 발표한 것이 시작이었다. 이번 행사는 인간이 누려야 할 최소의 권리를 생각해보고 스스로를 돌아보며 함께 나누는 기회의 장으로서 행사에 참여한 많은 환우님들과 직원들이 다시금 인간의 존엄성과 권리를 마음속에 고취시키는 시간이었으며 좋은 추억으로 기억에 자리 잡았다.



인권관련영화관람



함께 대화를 나누는 인권 토크



인권 OX 퀴즈



직원즉석인권퀴즈



이상지각체험



제 1회 백암정신병원 환자안전의날 행사

지난 2018년 6월 27일(수) 백암정신병원 로비에서 전 직원과 함께 제1회 환자안전의날 행사를 진행하였다. 이번 행사는 환자 안전에 대한 인식을 높이고, 의료의 질 향상과 안전한 의료 환경을 제공하는 것을 목적으로 홍보를 위한 플래시몹, 환자안전 동영상 상영, 환자안전 사행시 공모, 환자안전 서약, 근접오류 알아보기, 환자안전 퀴즈 등이 펼쳐졌다. 한편, 환자안전 사행시 최우수상은 다음과 같다.

환 : 환우 여러분
자 : 자신 있게 말씀드립니다.
안 : 안전하고 편안하게 치료받을 수 있도록 백암병원
전 : 전 직원은 사랑과 열정으로 여러분의 안전을 최우선으로 생각합니다.



플래시몹-환자안전의 날 홍보



개회식



환자안전 동영상 상영



근접오류 알아보기



환자안전 서약 / 서약 나무



환자안전 퀴즈



환자안전 사행시 공모 / 시상



환자안전 우리가 지킨다!

원외취약계층 진료지원 활동



청소년 자살예방 캠페인

사회문제로 대두되고 있는 자살에 대한 현실상황을 인식하고 백암중학교 2·3학년 전체학생을 대상으로한 자살예방 교육 및 인식개선 캠페인을 진행 함.



편견해소사업 (찾아가는 의료지원, 편견해소 캠페인)

직접 지역사회를 방문하는 '편견해소사업과 '찾아가는 의료지원활동'을 통해 정신병원 및 정신질환에 대한 편견해소하는데 기여하고자 지역사회 용인공용버스터미널, 용인시청, 백중문화제, 송담대학교 등에서 진행되었으며, 다양한 생애주기별 대상자들을 상대로 정신건강 상담을 제공하고, 올바른 인식 제고를 위한 캠페인을 실시하며 정신 장애인이 지역사회로 원만하게 복귀할 수 있는 환경을 구축하는데 기여함.



장애인입소시설 진료지원사업 (작은평화의 집)

신체질환 발생시 스스로 의사표현을 할 수 있는 능력이 부족하고, 건강 관리에 어려움이 있는 장애인들을 대상으로 건강검진, 성인병 관리 및 신종 전염병 교육을 통하여 질병을 예방하고 조기에 발견하기 위한 무료진료를 수행함.



미혼모입소시설 진료지원사업 (생명의 집)

여건상 정신건강 서비스 제공을 받지 못하는 대상자들에게 정서적으로 환기할 수 있는 심리재활통합 서비스를 제공하고, 정신과적 진단에 따라 치료가 필요한 대상자들에게 개별화된 진료를 지원하였음. 이외 필요시 연계활동으로 건강안전망 기능강화를 통해 정신건강증진에 기여함.



행복한 노년사업

지역사회 노인들을 대상으로 같은 지역에 위치하고 있는 송담대학교 간호학과와 협력하여 노인들을 위한 노인행복프로그램 (신체활동, 인지활동, 정서활동), 치매선별검사, 노인우울척도검사 등 다양한 프로그램을 진행함으로써 삶의 만족감을 향상 시키는데 기여함.



10년 연속의 우수기관을 함께 만든 2018 백암병원의 **합**한 차석들이 뭉쳤다!



2018년 11월30일~12월 2일 2박 3일 제주도로 워크샵을 다녀왔습니다. ‘병원 미션 달성을 위한 제언’이라는 주제로 토론의 장을 마련하여 다양하고 참신한 아이디어를 창출하고 재밌고 보람된 차석 워크샵이 되었습니다.

♥ 정우균 진료부장

2박3일이 너무 짧게 느껴졌습니다. 제주도에서 지낸 시간간간이 아직 생생할 정도로 몸과 마음이 하나되는 찐한 워크샵이었습니다. 병원 미션 달성을 위한 진지한 토론과 서 웨프(서정민 총무팀장)의 진수성찬의 성산일출봉 등산과 쇠소깍에서의 카누 데이트, 그리고 볼링대회까지...카니발 2대로 나눠탄 원장님 이하 백암가족 12명의 얼굴을 떠올리며 지금도 마음은 아직 그때의 여운을 간직하고 있습니다. 잊지 못할 시간이었습니다. 감사합니다.

♥ 이태석 총무주임

우리 직원들과 진솔한 대화를 나눌 수 있었던 점이 무엇보다 값진 시간이었습니다. 각자 맡은 바 역할을 하면서 공감을 느꼈고 이런 바램을 적게나마 병원발전에 도움을 줄 수 있도록 다짐해 봅니다.



♥ 김숙화 보호계장

제주도의 워크샵이 서로가 진지하면서도 진취적이고 열정이 넘치는 그런 시간이었습니다. 고객을 위해서 노력하는 모습들이 너무 아름다웠습니다.

♥ 한란숙 주임조리사

설레임 가득 떠난 워크샵...낮선 곳에서 동료들과 맛있는 음식도 나누고 이야기도 하고 멋진 경치도 구경하고 숨이 턱까지 차도록 오른 성산일출봉도 처음으로 올라보고 불링게임도 치고 잠도 같이자면서 느낀 새로운 경험들, 정말 오래도록 잊지 못할 즐겁고 행복한 기억으로 남을거예요. 함께한 우리 백암가족분들께 감사드립니다.

♥ 송미연 책임간호사

동료들과 좋은곳에서 맛있는 음식을 먹고 서로의 생각을 나누며 평생 잊지 못할 추억을 만들었습니다. 사기충전과 동기부여가 되는 만큼 차석 워크샵이 지속 가능한 백암병원의 문화로 자리 잡기를 소망합니다.

♥ 오수영 수간호사

‘병원미션 달성을 위한 제언’이라는 주제아래 여러부서의 직원들이 모여 함께 의견을 나누며 때로는 진지하게 때로는 웃음으로 때로는 배려와 양보를 느끼고 경험할 수 있는 의미있는 좋은 시간이었습니다. 특히 특급조리장 못지 않는 실력을 갖춘 총무팀장님의 요리솜씨는 정말 감동 그 이상이었습니다. 모두모두 사랑합니다.

♥ 이인규 보호계장

이번 워크샵은 모든 직원분들이 일심동체로 서로 도와 주셔서 별 탈 없이 진행할 수 있었습니다. 덕분에 여유로운 알찬 워크샵을 하고 올 수 있었습니다. 이번 제주도 워크샵 대 만족입니다. 백암병원 파이팅~

♥ 송인숙 원무계장

친한 친구나 식구들보다 더 많은 시간을 직원분들과 보내는 것 같은데 한 분 한 분 업무적인 관계가 아니라 개인적으로 알아 갈 수 있는 시간을 함께해서 즐거웠습니다.

♥ 박수남 약제계장

이번 워크샵은 제주도의 곳곳의 아름다움과 더불어 직원들과의 색다른 추억으로 잊지 못할 경험을 안겨주었습니다. 특히나 직원간 불링게임은 무엇보다 즐거웠습니다. 매우 뜻깊고 오래도록 기억에 남는 워크샵이 된 것 같습니다.

♥ 황동욱 공공협력팀장

기대반 설레임반 이라는 생각으로 참석했지만 개인적으로는 너무 의미있는 시간이었습니다. 워크샵을 통해 부서와 상관없이 소통의 시간을 가지면서 속해있던 부서의 업무에만 충신했던 제 스스로를 다시 한 번 되돌아 볼 수 있는 시간이었습니다.



직장 동료를 친구처럼 만드는 우리병원 동호회를 소개합니다 ~



자연이 주는 선물을 맘껏 즐기는 산악동호회

등산을 통해서 동료애를 쌓아가는 백암정신 병원 산악회 멤버들은 전국 아름다운 장소를 누비며 아름다운 경관을 눈과 맘에 담은 호사(?)를 누립니다.



2018년 산악회를 이끌어 온 산악동호회 회장 박정규 원무팀장은 이렇게 산악동호회를 소개합니다. “올해 산악동호회에서는 검단산을 시작으로 많은 곳을 누볐지요. 3월에 더딘 풍경으로 쉽표가 되는 섬 청산도 슬로길 트레킹을 2박3일 일정으로 ... 6월에는 천혜의 자연환경과 아름다운 풍광을 간직한 울릉도 여행을 진행하였습니다. 당일 여행에서는 느낄 수 없었던 여유로움으로 일상생활에서의 스트레스를 날려버리는 시간이었던 것 같습니다.

앞으로도 산악동호회에서는 산행, 트레킹, 섬여행 등 다양한 코스로 활동을 할 예정입니다. 많은 참여 부탁드립니다.” 힘든 코스에서는 손을 잡아주고 맛난 음식을 나눠먹고 또 가끔씩은 술잔을 부딪히며 동호회활동을 하다보면 직장 동료가 친구처럼 편해 집니다. 백암병원 산악동호회 짱!



스트레스를 저 멀리 패드민턴 동호회



딱~ 딱~ 딱~ 딱~

경쾌하기도 하고 통쾌하기도 한 이 소리가 백암병원 강당에 울려 퍼지는 날은 병원 여직원들의 웃음도 울려 퍼지는 날입니다. 패드민턴 동호회~ 탁구라켓과 비슷한 라켓을 들고 셔틀콕을 이용하여 주고 받는 게임을 하는 것으로 짧은 시간에 많은 운동 효과를 얻을 수 있는 스포츠지요.

백암병원 패드민턴 동호회는 여직원들만의 모임으로, 근무하면서 쌓여있던 스트레스도 풀고 얼굴보며 답소도 나누고 가끔씩은 동호회 회식도하며 수다를 날리는 즐거운 시간을 만들어주는 동호회입니다. 동호회 회원인 간호팀 박연희 주임은 “일을 하고 사람을 만나는 일상속에서 기분좋은 선물같은 시간을 보낼 수 있다는 것은 직장생활을 하는 사람이라면 누구나 꿈꾸는 것이겠지요.저에게 있어 패드민턴 동호회가 이런 존재입니다. 늘 같은 일, 공간속에서 벗어나 몸을 움직이고 땀을 흘릴 수 있어서 마음까지 편안해지는 시간, 패드민턴 안에서 웃고 뭉칠 수 있었습니다. 앞으로도 건강하고 즐겁게 하나되는 우리가 되길 바랍니다.” 라고 자랑을 하더군요^^

패드민턴 동호회는 건강도 챙기고, 스트레스도 날리고, 동료애도 만들고, 일석삼조의 동호회입니다~



다시 봄.

정신건강수련사회복지사 수련과정을 마치며 ...





수련 사회복지사 박수연

백암의 사계를 지나며

안녕하십니까! 10기 수련사회복지사 박수연입니다. 수련을 받기에 늦다면 늦은 나이에 수련을 받아보겠다며 이력서를 넣고 면접을 보러왔던 백암의 공기가 생각납니다. 수련 도전에는 두려움과 설렘의 두근거림이 있었고 합격전화를 받았을 때는 커다란 기쁨이 있었습니다. 백암정신병원은 저에게 사계절 같은 곳이었습니다. 봄 같은 설렘도 있었고 여름 같은 열정도 있었습니다. 또 가을 같은 결실도, 겨울 같은 어려움도 있었습니다. 이렇게 보낸 사계절에 중심에는 같은 자리를 지키며 수련 사회복지사를 넓은 마음으로 보듬어주신 사회사업팀장님과 작은 것 하나에도 세심하게 챙겨주던 사회사업팀 선생님들, 그리고 10기 동기 원효진 선생님이 있었습니다. 이 분들의 따뜻한 도움이 있었기에 조금 더 성장한 제가 있지 않았나하는 생각을 해봅니다. 또한 애정 어린 관심과 사랑을 보내주신 백암정신병원 직원 여러분들, 뒤에서 묵묵히 응원 해주시던 병원장님과 이사장님, 마지막으로 수련사회복지사라는 타이틀이지만 열심히 따라준 우리 백암 환우들이 계셔서 2018년 인고의 시간을 잘 보낼 수 있었다고 생각합니다. 모두에게 감사의 말씀을 전하고 싶습니다. 이렇게 쓰고 보니 장황한 수상소감으로도 보이네요. 수련을 마치는 것이 인생의 한 고비를 넘고 받는 상이라는 생각에 감사한 분들에게 감사를 전하고 싶었나봅니다. 다시 한 번 진심으로 감사의 말씀을 전합니다. 고진감래라는 말이 생각이 납니다. 겨울이 끝나면 새봄이 또 오겠죠? 늘 필요한 곳에서 이로운 쓰임이 되도록 노력하는 정신건강 사회복지사가 되겠습니다. 모두 건강하세요~^^



수련 사회복지사 원효진

한 걸음 더 성장한 나

안녕하십니까? 백암정신병원 사회사업팀 10기 정신건강수련사회복지사 원효진입니다. 처음 병원에 면접을 보러 왔을 때 웃으며 인사를 해주셨던 환우님들과 긴장감 속에서 아침인사 시간에 본원에 수련을 받으러 왔다고 인사드렸을 때의 다정한 박수소리를 잊지 못합니다. 그렇게 수련 첫날부터 격려해주시고 응원해주시는 백암병원 직원들께서 저희가 지나갈 때마다 수련상황에 대해 관심을 주시고 어려움이 있을 때마다 맛있는 간식과 힘이 되는 말 한 마디씩을 해주셨기 때문에 힘든 상황에서도 포기하지 않고 더 자신을 성장시킬 수 있는 기회로 만들게 된 것 같습니다. 또한 사회생활을 한 후라 더 긴장하고 실수해서는 안 된다고 생각했던 저에게 오히려 실수를 해도 괜찮고 배울 수 있는 기회라며 독려하며 정신건강사회복지사로서도 한걸음 더 성장할 수 있게 해주신 사회사업팀 선생님들께도 깊은 감사의 말을 전하고 싶습니다. 이렇게 봄, 여름, 가을을 보내고 이제 겨울이 되었습니다. 다시 새롭게 시작된 봄을 맞이하여 백암정신병원에서 배운 마음가짐으로 앞으로 더욱 힘차게 나아가 정신건강 사회복지사가 되겠습니다. 1년 동안 저와 함께해주셔서 진심으로 감사드립니다. 모두들 건강하세요 ~ !

아름다운 노력이 더 큰 백암을 만듭니다.



총무팀
서정민



최우수사원 (백암인상)

- 상기인은 1996년 입사하여 병원 발전을 위해
- 고객 만족과 직원 업무환경을 위해 행정 서비스 제공
 - 담당 직무분야의 업무 개선과 향상에 공헌
 - 전문지식을 높이기 위해 꾸준히 연구
 - 애사심을 갖고 자발적이고 의욕적으로 업무 수행

위와 같이 병원 발전에 타직원의 모범이 되어 제15회 백암인상 수상자로 선정하였습니다.

우수사원상



약제팀 **박미란**

우수사원상



간호팀 **송미연**

우수사원상



총무팀 **김포성**

우수사원상



보호팀 **맹순경**

친절상



관리팀 **한광익**

인권상



보호팀 **맹순경**

제안 우수상



보호팀 **전병관**

제안장려상



간호팀 **정민주**

제안 장려상



공공협력팀 **황동욱**

최다 제안상



영양팀 **한란숙**

백암에서의
비상을
축하합니다.



약제팀 김현경
과장 → 차장



원무팀 송인숙
선임계장 → 과장



공공협력팀 황동욱
선임계장 → 과장



보호팀 장승영
계장 → 선임계장



간호팀 곽유진
계장 → 선임계장



간호팀 김한나
사원 → 주임



보호팀 맹순경
사원 → 주임



보호팀 이동표
사원 → 주임



감사드립니다

★ 2018년 후원실적 및 활동내용

구 분	지 원 금 액 / 품 목(단위/원)	지 원 환 우(명)
입원비 지원	10,800,000원	67명
생필품 지원	1,815,610원 / 민간기업 후원물품	234명

후원명단

내 부
 광유진 김숙화 김태규 김포성 김현경 맹순경
 박미란 박성국 박수남 박수일 박연희 박옥련
 박인선 박정규 서정민 송미연 송인숙 안은숙
 안향임 오수영 이경희 이동표 이순영 이인규
 이정례 이태석 이효근 장승영 전병관 전희수
 정우균 정태호 조은정 조현우 최동엽 한광의
 한란숙 한수정 황동욱

외 부
 강정숙 강정원 강채원 권대환 김권웅 김무장 김병구 김영
 일김정한 김현덕 김현덕 노영애 다린(이경아) 박경자 박순
 희 박용호 박은숙 박장우 박준규 백암공판장(함필화)
 백암알파문구(안미영) 빈스토리 성문인쇄사 신부삼 신정자
 심재인 오영숙 원삼주유소 유영학 육기룡 윤석림 이기덕
 이병승 이서연 이수찬 이영주 이은경(김무장) 이주영 이준채
 이현지 인수환경(이대근) 임대희 임영순 전미현 전인태
 전충일(대용부동산) 정관택 조경만 주식회사유리빙
 (주)써브.동남 (주)우민기전(김홍구) (주)중앙환경엔지니어링
 지현미 진만옥 최인숙 피정호 황이삭 한국중앙교회

자원봉사자

개인 이 미 용 엄은기 엄은정 왕미경 윤갑수 이선미 이양임 조건수 한예원 주희진 송경진 김미란 이정숙
 김경숙 임광옥 김기주 이규원 유영숙 김희경 김혜경
 문화공연 장승영 설하수(트로트 가수) 김형준(색소폰), 파울루
 프로그램 김흥기 이혜영 정수빈 조현자

단체 파초&미션 기타동호회 용인시 문화원합창단 s.i.p.t(플룻&피아노)
 전국트로트가수예술인협회(최리, 서한범, 오뚜기)

※ 후원명단과 자원봉사자는 가나다 순입니다.

★ 물품후원



서울특별시 백암정신병원 “따온후원회” 에 2018년도에도 변함 없는 관심과 성원을 보내 주신 후원자님들에게 깊은 감사를 드립니다. 후원자님들이 보내 주시는 정성은 취약계층 입원환우들을 위한 입원비 지원사업 및 생필품 지원사업에 소중한 사용되고 있습니다. 2019년 새해에도 후원자님들의 가정에 사랑과 평안이 가득하시길 기원드립니다.

2019년 1월

서울특별시 백암정신병원 따온후원회



2018년 서울시립병원평가 우수기관 선정 (10년연속)

2017년 보건복지부 공공보건의료 평가 우수기관 선정



서울특별시
백암정신병원



발행기관 백암정신병원 발행인 박수일

편집위원 정태호 박정규 박미란 오수영 이인규 박인선 이길아 정예지 이서원