

중의 특색료법으로 시민들에게 과학적 체중감량 방안 제공

—연변중의병원 ‘중의 체중감량 체험 주간’ 활동 전개



건강평가구역

최근 연변중의병원(연길시중의병원)은 ‘중의 특색 체중관리로 2025년 건강을 구축하자’ 주제의 체험 주간 활동을 전개했다. 활동은 중의 특색료법으로 시민들에게 건강 체크와 함께 과학적 체중감량 방안을 제공했다. 이번 활동은 200여명 연길 시민들의 적극적인 참여를 이끌었다. 병원

에서는 건강평가구역, 중의체험코너, 건강자문구역 등 세계 봉사구역을 설치했다. 건강평가구역에서 의료진은 BMI 지수 측정, 허리둘레 평가 등을 포함한 여러가지 무료 건강검진 봉사를 제공하고 검사 결과에 근거해 개성과 음식 운동 방안을 제시해주었다. 중의체험코너에서는 침구 체중감량,

귀혈 마사지침, 중약 족욕 등 중의 전통 료법으로 시민들에게 중의 체중감량의 독특한 매력을 전시했다. 건강자문구역에는 특별히 전문가팀을 배치하여 시민들에게 여러가지 만성질환의 위험성을 설명하고 체중감량에 대한 곤혹에 해답했다. 아울러 전자건강서류를 만들어 장기 추적 봉사를 제공

하게 된다. 료법에 따르면 연변중의병원은 지난 5월 1일부터 체중관리 외래진료 부서를 전문적으로 설립했는데 청소년, 중장년, 노년 등 부동한 연령층의 건강 목표와 개개인의 체질에 근거해 다양한 중의 특색료법을 활용한 전문적인 체중관리 방안을 제공하고 있다. 연변중의병원 체중관리문진 주치의 사 위정은 “중의 전통 의학의 체중감량은 표면적인 것과 근본적인 것을 함께 해결하는 것을 중시한다.”고 하면서 “이번 행사를 통해 시민들이 비만과 만성질환의 밀접한 관련성을 인식하는 동시에 건강관리에 있어서 중의 학의 독특한 장점을 알았으면 하는 바람이다.”라고 표했다. 위정에 따르면 부동한 연령층의 사람들은 체중관리를 할 때 주목해야 할 부분도 다르다. 로인들은 맹목적으로 체중을 감량하기보다는 여러가지 건강지표에 따라 만성질환 예방과 관리에 집중해야 하고 중장년들은 스트레스가 많고 식습관이 불규칙적인 등 원인으로 비만이 발생하기에 생활습관 개선과 심리조절을 결합하는 것이 좋으며 청소년들은 영양소를 골고루 섭취하고 운동량을 늘이는 것으로 체중관리를 하는 것이 좋다. /리전기자



우리 나라 아동 건강 수준 지속 제고

최근 국가위생건강위원회는 ‘아동 건강 성장 공동 촉진’을 주제로 하는 기자회견을 소집, 실시한다. 또한 전국 2, 3급 공립종합병원에서 모두 소아과 봉사를 제공하도록 추진하여 소아과 봉사 공급을 적극 향상시킨다. 현재 전국 8,000여개 종합병원에서 소아과 외래진료 혹은 입원 봉사를 제공하고 98%의 현급 병원에서 이미 소아과를 설치했으며 80% 이상의 기층의료기구에서 아동들의 일상 질병 진료봉사를 제공하고 있다. 의료 체계를 개선하는 면에서 국가위생건강위원회는 관련 부문의 협력을 강화하여 아동우호병원 건설을 전개하여 아이들에게 감정, 온도가 있고 고효율적이며 안전한 의료보건의봉사를 제공할 수 있도록 노력한다. 2025년말까지 2,000개 의료기구가 아동우호병원 건설 요구에 도달하도록 추동하고 2030년에 이르러 전국 아동의료보건의봉사 제공 의료기구중의 90%에 아동우호병원을 건설할 방침이다. /광명일보

연변병원, ‘눈사랑의 날’ 공익진료활동 전개



시민들에게 안구 검사를 해주고 있는 의료진

6일, 30번째 전국 ‘눈사랑의 날’을 맞아 연변대학부속병원(연변병원)에서는 1층 양광대청에서 공익진료활동을 전개했다. 이날 연변병원 안과 의료진은 대중들에게 시력검사, 안구 굴절 이상, 노년기 황반변성, 백내장, 녹내장, 당뇨병으로 인한 시망막병변 등 여러가지 안과 질병 검사를 무료로 실시하고 눈 건강 관련 상담을 진행해 대중들의 질문에 해답했다. 연변병원 안과 부주임의사 손러하는 “최근 스마트폰 등 전자기기 사용 시간이 크게 늘면서 눈 건강 발병률이 증가하고 있다. 특히 청소년들의 경우, 근시 발병률이 급증하고 있는데 발병 시기가 앞당겨지고 진행 속도도 빠르다.”고 지적



‘고양이의사’ 병치료에 나섰다

—동물‘치유사’, 아동심리 재할에 노력

산동성 제남시지선심리병원의 치료실, 귀엽고 정서가 안정적인 고양이 한마리가 방문객에게 열정적으로 다가와 냄새를 맡으며 정보를 표시한다. ‘편의주머니(方便袋)’라는 이름의 이 고양이는 사람을 각별히 좋아하는데 지난 3월에 정식으로 병원 ‘동물보조치유사(治愈师)’로 취직해 의사를 협조하여 아이들의 학구부진증, 우울증 등 심리문제를 치료하는 데 그 역할을 발휘하고 있다. ‘고양이의사’, ‘개의사’가 우울증, 불안장애를 치료하고 돌고래가 친화력으로 고독증, 자폐증 치료를 돕는다... 요즘 동물들이 ‘치유사’로 변신하는 사례가 늘면서 대중의 심리재할에 새로운 길을 넓혀가고 있다. 제남시지선심리병원 치료사 풍결은 다음과 같이 소개했다. 동물보조치료는 전문적인 의료보조료법의 범주에 속한다. 이런 치료법의 경우, 전문훈련을 받은 동물이 치료 과정에 참여하여 방문자의 신체적, 정신적, 인지적, 사회적 기능을 개선시킨다. 고양이 ‘편의주머니’를 레로 들면 그는 보조치료 과정에서 먼저 냄새 표시를 통해 방문자와 신뢰관계를 맺은 뒤



병원 전문가팀 소개란의 첫자리에 걸려있는 ‘편의주머니’ 명패

방문자의 심리치료 접수에 동반한다. 전문심리치료사도 ‘편의주머니’의 이미지를 빌어 동물 화제를 둘러싸고 방문자와 깊은 대화를 나누면서 관련 치

료를 완수한다. “작은 체구의 동물들은 천연적으로 친근감이 있어 아동들에게 안전한 정감 표달 공간을 창조해준다.” 풍결에 따르면 현재 병원의 동물보조치료 대상은 매일 약 10명의 아동을 접대하고 있으며 학구부진증 군체를 대상으로 펼치는 주기 치료는 이미 현저한 성과를 거두었는데 30%의 아동이 순조롭게 다시 학업을 이어가고 있다. 풍결은 “가정에서 고양이를 키우거나 고양이습을 방문하는 것은 지지성 진정(支持性安撫)에 속하고 의료기구의 동물보조치료는 ‘치료사+동물+방문자’ 삼위일체의 전문 모식을 취한다.”고 하면서 “모래판, 카드 등 도구처럼 동물은 심리 게임의 담체로서 핵심은 치료사가 전문기술을 사용하여 동물의 상호작용을 심리상태 개선의 효과적인 수단으로 전환시키는 것이다.”라고 설명했다. 고양이 ‘편의주머니’는 취직해서부터 지금까지 루계로 100여명 환자를 접대했다. 그의 명패도 병원 전문가팀 소개란의 첫자리로 조정됐다. 제남시지선심리병원 장경현 원장은 “아이가 애완동물과 20분 이상 상호 교류하면

쾌락호르몬 분비가 증가한다는 것이 연구에서 증명됐다.”고 하면서 “미국, 영국과 일본에서는 동물보조치료가 청소년 심리건강 분야에 이미 광범위하게 응용되고 있다.”고 말했다. 장경현 원장은 “현재 전개되고 있는 동물보조치료는 주로 학구부진증, 불안, 우울증 등 문제가 있는 아이들을 대상으로 하는데 대부분 아이들이 예기 이상의 치료 효과를 보았다. 동물은 또 심리연령이 청춘기에 처해있는 성인에게도 마찬가지로 치유 작용이 있는바 심리 성숙으로 나아가도록 도움을 줄 수 있다.”고 밝혔다. “동물 치유는 문명하고 과학적인 애완동물 양육 리념을 전파할 뿐만 아니라 작은 동물의 사회적 가치를 더욱 잘 발휘하여 특수군체에 희망을 가져다준다.” 장경현은 “향후 병원에서는 ‘편의주머니’처럼 사람을 좋아하는 고양이를 더 많이 영입하는 동시에 기타 적합한 작은 동물들을 선택해 보다 많은 아이들이 심리적 상처를 치유하도록 도와주고 동물보조치료의 혜택이 보다 많은 사람들에게 달도록 할 계획이다.”라고 표했다. /중국신문넷

图说 核心价值观 勤劳劳动 万事如意 富强民主文明和谐 自由平等公正法治 爱国敬业诚信友善 河南舞阳 周松晓作