



새해를 맞이하여 하나님의 축복이 모든 독자들에게 풍성하게 임하기를 기도합니다. 에덴요양병원의 사명은 “사랑으로 치료하고, 선교하며, 교육한다.”입니다. 금년 한 해에는 이 사명에 충성을 다하려고 합니다. 모든 직원과 봉사자들이 사랑의 마음으로 치료봉사를 하겠습니다. 선교를 위해서 병원 내 원목실 중심의 선교 봉사 외에 수도권에 있는 7,8개 교회와 협력하여 교회 주변 구도자들을 중심으로 건강전도회(찾아가는 닥터디톡스)를 하여 건강도 좋아지고 영생도 얻도록 선교 봉사를 하겠습니다. 그리고 에덴병원 팀이 수백 개 교회를 다 찾아가서 봉사를 할 수는 없는 일이기에도 의료 선교에 뜻을 두고 있는 평신도들을 1학기(4개월)에 8주(월2회 일요일 중일) 48시간씩 생리학 위주로 교육시켜 교회별로(대형교회) 또는 지선협별로 자체 건강 전도회를 개최할 수 있도록 훈련시키려고 합니다. 2015년은 주님의 축복으로 에덴요양병원을 통하여 하나님께는 영광이요 땅에는 평화가 임하기를 바랍니다. - 병원장 박종기

건강을 위한 명상

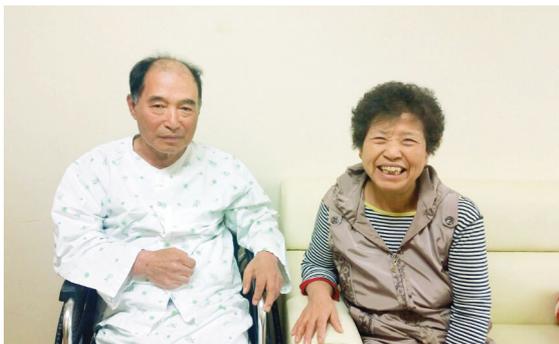
합리적 치료법
 건강의 남용으로 병이 생기면, 고통 당하는 자는 때때로 다른 어떤 사람이 그를 위하여 할 수 없는 일을 자기 자신을 위하여 할 수 있다. 제일 먼저 해야 할 일은 병의 참성격을 확인하는 일이고 그다음에는 그 원인을 지혜롭게 제거하는 일이다. 만일 과로, 과식, 그 밖의 불규칙한 일을 통하여 신체 조직의 조화로운 활동이 균형을 잃었다면, 해로운 약을 사용함으로써 어려움을 없애고자 애쓰지 말라. 부절제하게 먹는 일은 때때로 질병의 원인이 된다. 그리고 자연이 가장 필요로 하는 것은 그에게 과해진 부당한 부담을 제거해 주는 일이다. 많은 질병의 경우에 있어서, 가장 좋은 치료법은 환자를 한두 끼 굶김으로 과로해 온 위장에 쉴 기회를 갖게 하는 일이다. 2, 3일간 과일로 된 음식을 섭취하게 되면, 정신 노동을 하는 사람들에게 때때로 큰 도움을 가져다준다. 여러 차례 짧은 기간에 걸쳐 완전한 금식을 한 후에 간단하고 알맞은 식사를 하면 자연 자체가 가진 회복력을 통하여 얻게 된다. 한두 달 동안 절제 있는 식생활을 해 보면 자체의 길이 건강의 길임을 확신하게 될 것이다.

(건강생활의 지혜), 235

NEWS ... 에덴뉴스



에덴희망나눔 후원회



에덴요양병원(병원장 박종기)은 에덴병원에 입원하여 치료 중이나 경제적으로 어려움을 당하는 환우를 위해 에덴희망나눔후원회(이하 희망나눔)를 조직하여 운영 중이다. 희망나눔은 이삭(월급의 짜투리금액)후원, CMS(1구좌 3,000원)후원, 일반(본인이 정한일정금액)후원 등이 있다. 이 일을 위해 에덴 직원들은 이삭후원이나 CMS후원에 동참하고 있으며 에덴병원교회 성도들이나 환우들도 자원하여 동참 중인데 희망나눔은 지난 한 해 동안 에덴병원에 입원한 환우 중에 경제적인 어려움으로 지속적인 입원이 어려운 환우 22명에게 21,000,000원을 지원하여 도움을 주었다. 한편 에덴희망나눔후원회는 본인의 이름을 밝히지 않은 익명의 환우가 자신보다 어려운 환우를 도와주라며 일천만 원을 후원한 것이 씨앗이 되어 후원회 운영이 시작되었으며 2015년부터는 에덴병원 입원 환자뿐 아니라 외부 도움이 필요한 환우를 위한 지원도 계획 중이다. 희망나눔에 후원하기를 원하시는 분은 전화 031-590-7591, 3번으로 문의하거나 기업은행 492-028923-01-017 에덴희망나눔후원회로 동참 가능하다.

에덴 직원 5분설교대회



에덴요양병원(병원장 박종기)은 직원들이 업무와 삶을 통해 하늘을 사모하고 마음으로 즐거움을 누리도록 돕기 위해 영적 향상을 위한 다양한 프로그램을 운영하고 있는데 지난 11월 12일에는 직원 전체 채플 시간을 통해 5분설교대회를 개최했다. 사전에 미리 참가를 신청한 직원들은 기도하며 열심히 준비한 말씀을 청중들에게 선포하였는데 각자가 받은 달란트대로 준비된 말씀은 듣는 이들에게 깊은 감동을 주기에 충분했다. 이날 강미리(간호부), 김은혜(원무과), 남태희(프로그램과), 이영광(영양과), 이용길(재무실), 전지훈(진료부), 정인숙(간호부) 직원이 기별자로 단 위에서 말씀을 선포한 결과 ‘승희 엄마의 고백’이라는 주제로 겁 많은 자신처럼 연약한 양을 돌보시는 주님의 사랑을 전한 김은혜 직원이 최우수상을 받았으며 남태희(우수), 강미리(장려)직원이 잘 준비된 기별자로 선정되었다.



태국 보로마나요나니 간호대학, 에덴요양병원 견학
 태국 소재의 보로마나요나니 간호대학 교수 및 간호행정 석사과정 재학생 44명이 지난 11월 11일 에덴요양병원을 방문했고 뒤이어 동대학 교수진 31명이 12월 16일 에덴병원을 찾았다. 한국의 간호 행정 서비스 현황을 견학하기 위해 방문한 태국 방문단은 에덴요양병원에서 준비한 병원 홍보 비디오를 시청하고 박종기 병원장의 에덴요양병원 치료원리에 대한 설명과 질의응답 시간을 가진 뒤 병원 시설과 직영 농장, 외부 환경을 견학하는 시간을 가졌다. 방문단은 조용한 환경 속에 위치한 병원의 규모와 운영 시스템이 이렇게 훌륭할 줄은 몰랐다고 하며 병원 환경과 운영에 특별한 관심을 보였으며 특히, 농장을 둘러본 후 환자 치료를 위한 병원의 배려에 놀라움을 표시했다. 한편 2012년부터 태국 성루이스 간호대학(Satnt L ouis Nursing College)을 비롯한 태국 소재 간호대학들이 매년 에덴요양병원을 방문하여 선진화된 생활의학병원의 우수성을 견학하는 행사를 지속하고 있다.

간호부 순서 '너는 내 아들이라'



에덴요양병원(병원장 박종기) 간호부(부장 김정렬)는 부서의 화합을 도모하고 나아가 환우들에게 감동을 나누기 위해 매년 특별한 주제를 가지고 특별 순서를 진행하고 있는데 금년에는 '너는 내 아들이라'를 기획하여 무대에 올렸다. 특히 환우들이 가장 좋아하는 찬양을 투표를 통해 선정하고 환우가 직접 부른 영상을 선보여 뜨거운 반응을 불러일으켰고 잘 준비된 화음을 한마음으로 노래한 합창은 환우들을 감동시키기에 충분했다. 참석한 환우들은 바쁜 시간에도 환우를 위해 준비한 순서 자체가 감동이지만 순서 속에 묻어간 간호사들의 사랑이 느껴지는 순간이었다며 감사를 표현했다.

'환우를 위한 성탄 음악 예배' 소프라노 이유라 초청



에덴요양병원(병원장 박종기)은 에덴병원교회(담임목사 오신영)주관으로 지난 23일 독일에서 활동 중인 리릭 콜로라투라 소프라노 이유라 씨를 초청하여 에덴병원 환우를 위해 성탄 음악 예배를 드렸다. 이날 음악 예배에는 평소보다 많은 직원, 환우, 교인들이 참석해 기대와 관심을 표현했는데 이날 이

유라 씨는 생명의 양식, you raise me up, 내 인생 다 가도록을 비롯 성탄 찬양으로 Rejoice, 오 거룩한 밤, Amazing grace 찬양으로 감동을 선사했다. 섬세하고 깨끗하고 설득력 있는 음성과 따뜻하고 부드러운 프레이징이 특징인 이유라 씨는 원래 바이올린을 전공했으나 타고난 음악성을 발견한 교수의 추천으로 다시 성악을 전공하여 독일에서 활동 중이다.

질병을 이기는 사람들

놀~라운 일이 생겼어요 **비록 이 아니라 축복이었다** - 김양수 (58세, 간암)



간암 때문에 오히려 삶이 더 풍요로워졌다고 좋아하는 사람.
간암 때문에 앞으로 더 건강하게 살아갈 자신이 생겼으며 기
뻐하는 사람.

그래서 스스로를 일러 천운을 가진 사나이라고 말하는 사람.

1980년대 초, 공무원을 대상으로 국가건강검진사업이 실시되
기 시작하면서 김양수 님은 뜻밖의 사실을 알게 됐다. 이렇듯 생소한 B형 간염 보균자
로 나왔던 것이다. 모태간염이었다. 하지만 그 당시 B형 간염에 대한 사람들의 인식은
낮았다. 의사들에게 물어봐도 비활동성이라 괜찮다고 했다. 그래서 잊고 살았다. 평생
시대로 살았다. 운동을 워낙 좋아했던터라 토요일은 자전거 타고 일요일은 마라톤 뛰
고~. 배드민턴에서 산행, 마라톤까지 좀 과할 정도로 운동을 즐겼고, 술도 무척 좋아
했다. 일주일에 4~5일은 술자리를 가졌다.

하지만 그것도 30년이 고비였을까? 30여 년 동안 간염으로 인해 치료 한 번 받은 적
없었던 김양수 씨는 2011년 뜻밖의 결과 앞에서 아연실색했다. 그때 그의 나이 56세였
다. 평소 마라톤 마니아였던 김양수 씨는 2011년 11월 13일 잠실운동장에서 열린 중앙
마라톤대회에 참가해 폴코스를 뛰었다. 그런데 좀 이상했다. 반환점을 돌면서 급격히
힘이 빠졌다. 막연한 불안감 사이로 1년에 한 번씩 받는 건강검진을 받지 못한 게 마음
에 걸렸다. 건강검진을 받으려면 3일 정도 술을 끊어야 하는데 그러지 못해 미루고 미
루다 11월이었다. 더 이상 미뤄서는 안 되겠다 싶어 좋아하는 술도 3일간 딱 끊고 11월
20일경 건강검진을 받았다. 혈액 검사를 했고 초음파 사진도 찍었다. 그런데 초음파 사
진을 훑어보던 담당의사가 CT를 찍어 보자고 했다. 초음파에 이상한 게 보인다고 했다.

그것이 시작이었다. 간암 진단을 받은 것이다. CT상에 나타난 간암은 7cm라는 어마
어마한 크기였다. 이럴 수도 있나 싶었다. 단지 조금 피곤하다는 것 외에는 아무런 증상
도 없었는데 7cm 암이라니... 그 크기가 되도록 까맣게 모르고 있었다니 어이가 없었
다. 그런 그에게 담당 의사는 간암 세포가 간의 근육 쪽에 뿌리를 박고 있어서 혈액검
사를 해도 나타나지 않았고, 심한 자각 증상도 없었다고 말했다. 충격스럽기는 했으나
알고 보니 진단받은 그의 상태는 절망보다는 희망적이지 불평보다는 감사를 느끼게 했
다. 이걸 천운 즉 하늘이 주신 생명이었다는 게 김양수 님의 생각이다.

첫째, 간암 세포가 혈관을 침입하지 않아 전이가 안 됐다는 것이고, 둘째, 증상이 나

타나기 전에 암이 발견되었다는 것이고, 셋째, 수술할 수 있는 암의 범주에 속한다는
것이고, 넷째, 항암 치료는 하지 않아도 된다는 점이 그랬다.

수술 후 요양병원을 선택한 것도 지금 생각해 보면 너무도 큰 축복이었다고 말하는
김양수 님. 그가 더 감사하는 것은 규모나 환경이나 프로그램이 회복으로 초점을 맞춘
제대로 된 요양병원에서 건강의 기초를 다시 세울 수 있었던 것도 다시없는 축복처럼
느껴진다고 말한다. 특히 암 수술을 받고 요양을 위해 머물렀던 7개월간의 여정은 그의
삶의 지침을 돌려놓았다. 2012년 1월 3일, 간암 수술을 받은 김양수 씨는 일주일 정도
머물 생각으로 세면도구만 챙겨 에덴요양병원에 왔다.

하지만 그 생각은 곧 바뀌었다. 암은 수술만 한다고 해서 결코 끝이 아니라 평생 관
리를 해야 한다는 너무도 중요한 사실, 어떤 식습관을 가져야 하고, 어떻게 생활해야
하는지를 비로소 알게 됐기 때문이다. 그는 에덴 생활에 7개월 동안 폭 빠져 살았다.
김양수 님은 건강의 큰 밑거름을 그릴 수 있게 된 에덴 생활이 그의 삶에서 결코 잊을
수 없는 시간이란다. 그래서 지금도 에덴 생활 방식은 목숨 걸고 실천하는 건강 덕목
이 되고 있다.

김양수 님이 평생 최우선으로 실천하는 건강 7계명이 있다.

1. 굶모닝 스트레칭 하기
2. 식사 30분 전에 과일 먹기
3. 세 끼 식사는 현미잡곡밥으로~
4. 반찬은 육류 대신 생채식으로
5. 하루 2,000cc 물 마시기
6. 틈틈이 운동하기
7. 열혈 긍정맨 되기



비록 간암 진단을 받았지만 성공적인 수술과 성공적인 회복으로 이어진 그의 행보는
더할 나위 없이 부러워 보인다. 현재, 그의 건강 상태도 이상 무다. 최상의 컨디션을 유
지하고 있다. 3개월마다 하는 정기 검진에서 이상 소견은 전혀 발견되지 않는다.

그런 그가 지금 이 시간에도 병마의 고통과 싸우고 있는 수많은 암 환우들에게 이러
게 당부한다. 암 진단을 새로운 삶의 시작점으로 여기자는 것이다.

칭찬합니다



박미향(103호) 주방에서 일하시는 모든 분에게 감사드립니다. 식사 때마다 정성껏 요리한 식탁을 대하면 행복합
니다. 사랑합니다.

이복례(105호) 언제나 밝고 웃음 띤 얼굴로 환우들에게 편안함을 주고 정성을 다한 간호에 항상 감사함을 느낀
니다(윤희정 간호사).

이원련(214호) 권춘희 목사님께 감사합니다. 언제나 엄마같이 사랑해 주시고 챙겨 주셔서 에덴에 살고 계심이
든든합니다. 권 목사님 사랑합니다.

오선순(214호) 강영숙 집사님은 항상 변함없이 친절하시고 병원 생활에 많은 도움을 주셔서 많은 환우들이 감사하고 있습니다.

김일우(509호) 어깨 통증이 심해 잠을 못 이룰 정도인데 본 병원을 출발하여 늦은 시간에 에덴에 도착했는데도 8시까지 치료해 주시고
또 새벽 6시 30분에 치료해 주시는 등 시간과 장소를 가리지 않고 오로지 환우의 건강 회복을 위해 온 정성을 기울여 주시는 윤정섭
장로님의 높고 깊고 넓은 사랑의 마음 진심으로 감사드립니다.

배식해 주실때 음식만 전해 주시는 것이 아니라 따뜻한 미소와 함께 아름다운 말씀 그리고 활기찬 움직임을 바라보면 절로 기운이 솟고
맛있게 먹고 싶은 욕구를 불러일으켜 주시려고 노력하시는 모습 보여 주신 영양과 이상선 님 감사드립니다.

장영미(509호) 3층 간호사실 안재현 간호사님을 칭찬합니다. 항상 상냥한 미소를 띄우며 환우들의 아픈 곳을 정성스럽게 돌보아 주시
는 안재현 간호사님 감사합니다. 정성껏 돌보아 주시는 사랑으로 많은 도움을 받고 있습니다. 바쁜 업무에도 한결같은 미소로 대해 주
셔서 감사드립니다.

최경자(608호) 관리과에서 근무하시는 유갑상 장로님은 맡은 책임에 충실함은 물론이요 굳은 일도 도맡아 하시는 분입니다 이에 칭찬
합니다.

전봉수(608호) 에버그린 박경신 님은 식당, 탁구장, 산책로 어디든지 그분만 계시면 분위기가 화기애애 해지고 밝게 만드는 분이랑 칭
찬합니다.

* 나 점 빼어!

숫자 4.5와 5가 있었다. 5보다 낮은 4.5는

항상 5를 형님이라

모시며 깎듯한 예의를 차리곤 했다.

그러던 어느 날...

평소 그렇게 예의 바른던 4.5가 5에게 반말

을 하며 거들먹거렸다.

화가 난 5가 말했다.

“너 죽을래? 어디서 감히!”

그러자 4.5가 가만히 찌러보면서 말했다.

“까불지 마! 인마! 나 점 빼어!”

재미있는 웃음 이야기를 보내 주세요.

이메일 : pr@edenah.com



최신 의학 정보



* 위암·신장암 원스톱 로봇수술 성공

로봇을 이용한 수술이 발전하면서 두 가지 이상의 복합 암을 동시에 수술하는 일도 가능해졌다. 삼성서울병원 소화기외과 배재문 교수와 비뇨기과 서성일 교수는 최근 위암, 신장암이 동시에 발생한 환자 A(55·여) 씨를 상대로 로봇을 활용한 '원스톱' 수술에 성공했다. 삼성서울병원에 따르면 A 씨는 지난 3월 정기 건강검진 당시 내시경 검사에서 초기 위암이 발견됐

다. 이후 추가 검사 결과 오른쪽 신장에서 3.6cm 크기의 암이 또 확인됐다. 의료진은 논의 끝에 로봇 수술로 두 개의 암을 동시에 제거하기로 결정했다. 먼저 배 교수가 환자 복부에 8~12mm의 구멍 5곳을 뚫은 뒤 무려 4시간 20분이 걸려 위암 부위를 절제했다. 이어 서 교수가 구멍 4곳을 추가로 뚫은 다음 1시간 50분 동안 신장암 부위를 절제했다. 총 6시간 10분에 걸친 대수술 후 A 씨는 건강을 되찾았다. 병원 측은 "6개월 동안 세심하게 관찰한 결과 재발 등 위험 요소가 발견되지 않았다."라고 밝혔다. 배 교수와 서 교수는 이번 성공을 계기로 로봇 수술의 다양한 활용법과 수술 기술 개발에 더욱 매진한다는 계획이다. 복합 암에 대한 수술을 동시에 진행하면 아무래도 수술 자체에 따른 위험 요소를 한 번이라도 줄일 수 있다. 또 시간과 비용 면에서도 보다 효과적이다. A 씨의 경우 위암과 신장암 수술을 할 때 로봇 팔의 진입을 위해 각기 구멍을 뚫어야 했다. 하지만 향후 수술 기술이 발전해 진입 부위를 공유하면 미용적 측면 등에서 보다 나은 결과를 얻을 것으로 기대하고 있다. 배 교수와 서 교수는 "초기 암 환자에게는 가급적 최소 침습적 치료를 선택하는 것이 환자의 삶의 질 향상에 도움이 된다."며 "앞으로 더 많은 환자에게 혜택이 돌아갈 수 있도록 연구에 박차를 가할 것"이라고 말했다. 두 교수는 이번 수술 경과를 대한위암학회지 최근 호에 게재했다.

* 암세포만 공격, 다가(多價) 신수지상세포 암 백신 주목

암세포만을 찾아내 제거하는 '다가(多價) 신수지상세포 암 백신' 치료에 세간의 이목이 쏠리고 있다. 이 치료법은 지난 7월 특허도 취득했다. 일본의 암 치료 병원인 아베중앙내과가 개발한 다가 신

수지상세포 암 백신 치료는 개인별 맞춤형 치료를 위한 것으로, 환자 개인에게 맞는 여러 종류의 펩타이드(항원)를 찾아내어 추가하는 치료술이다. 수지상세포를 단순 배양하는 기존의 암치료 방법과는 확연한 차이가 있다. 11일 아베중앙내과와 공동 임상 연구에 참여하고 있는 국내 기업 선진바이오텍에 따르면, 이 암백신 치료는 다양성을 가진 암세포에 대항하기 위해서는 이와 일치되는 다양한 펩타이드가 필요하다는 것을 주요 골자로 한다. 다시 말해, 동일한 사람의 몸에서 나온 암세포라도 표면에 제시된 항원(암 표시)이 다르기 때문에 각기 다른 항원에 대항할 수 있는 여러 종류의 펩타이드를 적용해야 한다는 것. 실제 이 병원은 표준 치료(수술 및 항암제, 방사선 치료)가 어려운 전이·재발 암 환자에게 다가 신수지상세포 암 백신 치료와 복합면역세포치료를 2주에 1번씩 총 6회(1사이클) 치료한 결과 매우 고무적인 성과를 얻었다고 제19회 국제개별화의료학회에서 발표한 바 있다. 암 치료 결과 진행성 폐암 환자 22명 중 15명(68.2%)에서 효과가 나타났으며, 진행성 대장암 환자 32명 중 19명(59.4%), 진행성 췌장암 환자 42명 중 18명(42.9%)에서 치료 효과를 얻었다. 2013년 1월부터 9월까지 표준 치료를 병행한 전이·재발암 환자 39명을 대상으로 신수지상세포 암 백신 치료를 진행하여 74.4%의 성과를 거두기도 했다. 치료는 유전자 검사와 항원검사, 종양마커 종합검사 후 진행됐으며, 환자의 수지상세포에 평균 5개의 펩타이드를 추가 사용했다. 사용한 펩타이드는 싸바이빈, MAGE-A3, NY-ES O-1, GV1001, WT1, MUC1, CEA, CA125 등으로, 이 외에도 이 병원은 암세포 인지 능력을 갖춘 다양한 항원을 보유하고 있다고 밝혔다. 이 중 GV1001은 지난 9월 한국 식품의약품안전처가 정식 허가한 췌장암 치료제로, 아베 이사장은 GV1001의 추가적인 효과를 밝히기 위해 일본의 임상시험계획(IND) 및 임상시험심사위원회(IRB)의 승인을 거쳐 폐암과 위암, 유방암 등 암종별 환자 40명씩 총 160명을 대상으로 3년간 치료를 진행하고 있다. 선진바이오텍 관계자는 "다가 신수지상세포 암 백신 치료는 암세포만을 집중 공격하는 방식이기 때문에 부작용에 대한 우려가 적다."며 "정맥혈에 있는 8~11%의 단구를 분리하여 활용함으로써 약 25ml의 소량 채혈만으로 치료가 가능하다는 장점이 있다."고 설명했다. 이어 관계자는 "내년 1월 도쿄에서 '암 치료의 미래와 후회 없는 암 치료'라는 주제로 다가 신수지상세포 암 백신 치료 결과를 추가로 발표할 계획"이라며 "국내외 암환자들에게 좋은 소식이 될 것으로 기대한다."고 덧붙였다.



... 먹으면 약이 되는 식품 이야기

양파의 효능



1 허약 체질, 신경쇠약 회복 양파는 허약 체질이나 신경쇠약 환자의 회복식으로 적당하다.

2 불면증 양파는 진정제나 신경안정제 역할을 해 마음이 긴장될 때나 잠이 안올 때 생양파를 먹으면 양파의 매운 맛과 향기가 뇌에 작용, 정신을 안정시킨다. (양파를 머리맡에 놓고 자거나 생으로 먹으면 잠이 잘 온다.)

3 고혈압/동맥경화증 양파는 지방과 콜레스테롤을 녹여 없애 동맥경화와 고지혈증을 예방, 치료하며 혈액의 점도를 낮춰 피를 맑고 깨끗하게 한다. 또한 고혈압의 예방과 치료에 탁월하다. (양파의 껍질을 매일 달여 마시면 효과가 있다.)

4 감기/기침 양파는 감기 퇴치 기능이 있어 지난 수세기 동안 감기약으로 사용되었다. 양파는 기도의 가래를 제거해 주는 역할을 하기 때문에 기침에 좋다.

5 만성 폐렴 양파를 지속적으로 먹으면 만성 폐렴 증세가 매우 호전된다. (양파 150g, 생강 100g을 같이 넣고 찌는 뒤 삶아 물을 매일 3번씩 마시면 증세가 호전된다.)

6 미용/다이어트 양파는 혈액을 정화하기 때문에 피부 미용에 좋고 잔주름을 예방한다. 특히 지방의 함량이 적고 단백질이 많은 편이어서 여성의 다이어트에도 좋다.

7 습진/무좀 양파는 살균력이 뛰어나 습진이나 무좀 등에도 매우 좋다. (마른 양파 껍질을 가루 내어 물에 타 마시면 효과가 있다.)

8 간장 보호/알코올 분해 양파는 알코올 때문에 소모되는 비타민 B₁의 흡수를 높힐 뿐 아니라 독을 중화하여 간장을 보호한다. 또한 간장 속의 지방을 저하시켜 간장을 건강하게 하며 신체의 노곤함을 없애 주어 신경통이나 피로 회복에 좋다.

9 변비/알레르기/당뇨병 양파는 소화 촉진, 변비, 생리 불순, 유방 종양, 대머리 등의 예방과 치료에도 탁월한 효능을 발휘하며, 임신 중독, 약물 중독, 알레르기에도 좋다. 특히 혈당을 저하시키며 인슐린의 분비를 촉진시켜 당뇨병에도 좋다.



... 나도 시인입니다

마음을 울리는 글

- 조윤래

삶이 늘 행복을 주는 것은 아닙니다.
더러는 슬픔이 오는 아픔을 주기도 합니다.
늘 행복만 준다면 이미 그건 삶이 아닙니다.
아픔이 있기에 즐거움을 느끼고 슬픔이 있기에 기쁨을 누리며
불행을 알기에 행복함을 느낍니다.
내게만 온 불행이라 생각하지 마십시오.
주어진 삶을 어떻게 가꾸어 나감은 오직 스스로에게 달려 있습니다.
원망하지 말고 자기가 선택한 삶에 책임과 의식이 살아 있을 때
우리는 그것을 진정한 삶이라고 부릅니다. 지금 내 삶이 지탱하기
힘들더라도 슬픔과 우울함이 가슴속을 채울지라도 그것 또한
스스로 주어진 삶이며 그 속에 진솔한 삶이 살아 숨쉬고 있습니다.
그렇기에 어떠한 경우라 할지라도 삶은 결코 포기할 수가 없습니다.
그 속에 꿈과 희망이 있는 것이기에...
받아들여야만 하는 우리들이 삶인 것이기에...
먼 훗날 삶이 헛되지 않았다는 자부심이 우리의 가슴속에
살아 숨쉬는 때의 행복이 진정한 삶이라고 우리는 말할 수 있습니다.
진정한 행복은 그 속에서 존재하는 것이기에...

에덴요양병원 2014년 10대 뉴스

10 NEWS

고주파치료 증가변화



고주파온열치료 증가

에덴요양병원이 SNS로 여러분과 함께합니다

- 페이스북 : www.facebook.com/Edenhospital
- 트위터 : @Edenhospital
- 홈페이지 : www.edenah.com
- 에사모(에덴을 사랑하는 사람들의 모임) : www.facebook.com/Edenhospital#!/Edenesamo
- 네이버 블로그 : blog.naver.com/edenah
- 유튜브 : www.youtube.com/user/TVEdenah
- 네이버 :

지원동정

❖ 환영합니다

- 박은진 간호부 10. 1.
- 백선경 간호부 10. 1.
- 최미화 영양과 11. 1.
- 김정수 총무과 12. 1.

❖ 수고하셨습니다

- 김명인 간호부 10. 31.
- 이상선 영양과 10. 31.
- 최희숙 영양과 10. 31.
- 이윤경 영양과 1. 2.



편집후기

사람의 생각은 저마다 다릅니다. 그래서 내가 하는 말이나 행동이 때론 오해되기도 합니다. 때론 그 오해를 풀기 위해 대화를 하다가 대화 중에 하는 말이 더 큰 오해를 불러오기도 합니다. 또 어떤 경우는 내 말이나 행동에 대해 상대방은 현재의 기분이나 자기 생각으로 이해해서 문제가 생기기도 합니다. 그런데 오해되어진 말과 행동을 가만히 생각해 보면 상대방이 오해할 만하다고 생각하는 경우도 많습니다. 대화의 부족이 문제이기도 하고 표현이 적절하지 못한 경우이기도 합니다. 어차피 우리가 사는 세상에서는 완벽이란 없습니다. 오해받기도 하고 오해하기도 하면서 삽니다. 그러나 우리에게는 이해와 배려라는 특별한 치유책이 있습니다. 그것이 상황을 다르게 만듭니다. 불안은 안정으로 분열은 연합으로, 상처는 회복으로 바뀝니다. 그래서 우리는 특별한 사람입니다. 이것은 아무나, 누구나 할 수 있는 일이 아닙니다. 특별한 사람을 특별하게 볼 때 가능한 일입니다. 오늘도 나는 에덴에 있음에 감사합니다. 특별한 사람들 속에 오늘 또 하나의 신나고 특별한 일을 경험하기 때문입니다. 특별한 에덴가족에게 2015년 새해가 밝고 맑고 깨끗한 한 해가 되기를 희망해 봅니다. 새해 복 많이 받으세요. - 행복돌쇠

<에덴뉴스> 편집실
(36pr@naver.com)



본관 증축(법관) 준공



난방용 하이킹파워보일러 설치



해의료봉사 (러시아)



에버그린센터 개원



의료 기관 평가 인증 획득



제11회 간호사의 밤



2014 직원 가을운동회



제1회 5분설교대회



지상파 및 중편TV 방영



사랑가득한 2015 되세요!



즐린그림 찾기

즐린 그림 5개를 찾아보세요~ 정답을 홍보실로 보내시면 추첨을 통해 에덴요양병원 매점 상품권을 드립니다(상품권 후원 연락처 : 010-9906-3004).

↓ 지난 호 정답



❖ 지난 호 당첨자, 축하합니다! 박미향(103호), 이복례(105호), 이원련(214호), 오선순(214호), 김일우(509호), 최경자(608호)

❖ 상품권은 박세연님께서 제공해 주십니다. 감사합니다.

❖ 정답과 함께 칭찬하고 싶은 직원과 환우를 아래에 기록하고 추천해 주세요.

()님을 칭찬합니다. 칭찬 사연(자세히 기록해 주세요.) : _____

* <에덴뉴스>는 3개월마다(계간지) 발행됩니다.