



에덴뉴스

2018년
통합 12-76호 6月

03 에덴의 소식
에덴요양병원의
소식을 알립니다.

04 행복칼럼2018
류태희 목사가 전하는
희망과 행복의 메시지

06 치유스토리
암을 이겨내는 사람들의
생생한 투병이야기

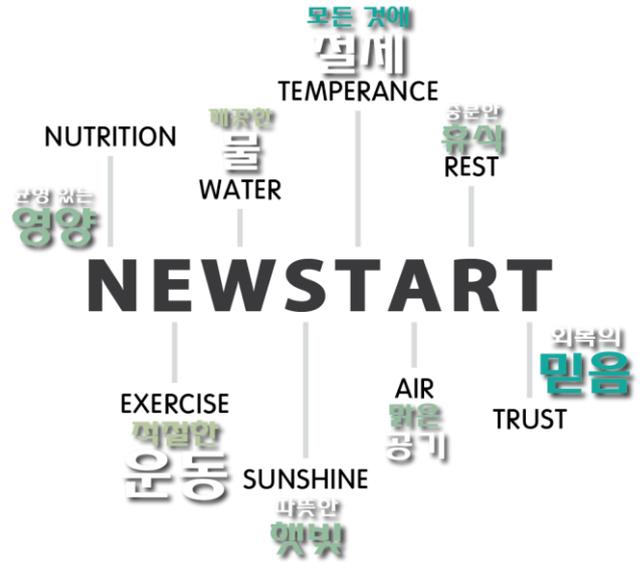
07 에덴 마당
화이팅릴레이/나도 시인
웃어보아요/칭찬합니다



SPECIAL 편집장 특집

새로 시작하는 에덴,
다시 돌아보는 에덴

에덴요양병원에 입원하신 환우들이 건강을 회복하는 일에 생활습관개선은 반드시 꼭 해야 하는 아주 중요한 일 중에 하나입니다. 에덴요양병원은 치료가 목적이 아닌 완치를 최고의 목표로 생활하는 곳입니다. 이 목표의 달성을 위해 단순하지만 정말 중요한 여덟 가지의 생활원칙을 실천하는 것이 무엇보다 중요합니다.



그 셋째가 햇빛입니다.

- 햇빛은 하늘에서 쏟아지는 공짜 영양제입니다. 햇빛을 쬐면 우리 몸속에서 비타민D가 만들어집니다. 비타민D는 칼슘과 인을 흡수하고 뼈형성과 유지에 중요한 역할을 합니다. (비타민D의 혈중농도가 30ng/ml 이상이면 정상, 20ng/ml 이하면 부족)
- 여름철에는 10시 이전이 가장 좋습니다. 직사광선은 오히려 해롭습니다.
- 스위스 출신의 의사이자 자연치료사인 아놀드 리클리는 햇빛을 질병 치료 수단으로 이용했는데 그는 “물의 효과는 대단히 좋고 공기는 한층 더 좋을 수 있으나, 그 중 햇빛의 효과가 가장 좋다”고 강조했습니다.
- 하루 30분 정도 햇빛을 쬐면 대략 800~1500IU의 비타민D가 체내에 합성되며 75%의 질병을 예방하는 효과가 있습니다. (2010년 한국영양학회에서 지정한 비타민D의 하루 권장량은 성인 400IU, 영유아 및 소아는 200IU이다.)

+ 햇빛의 효과 +

- | | | |
|----------|----------|---------|
| ▶신진대사 촉진 | ▶혈관 확장 | ▶혈류 증가 |
| ▶백혈구 활성화 | ▶상처 치료 | ▶통증완화 |
| ▶살균 효과 | ▶세로토닌 분비 | ▶면역력 강화 |



NEWS 에덴의 소식

어버이날 행사



5월 8일, 65세 이상 환우들과 에버그린센터 어르신, 직원 가족, 에덴병원교회 어르신들을 대강당으로 모시고 어버이날 행사를 진행했다. 이번 행사는 그동안 병실을 방문하여 축하하던 행사를 전체가 함께 모이는 곳으로 축하대상자를 초청해 진행했다.

감염관리의 날 행사

5월 9일, 에덴요양병원 QPS실에서 감염관리의 날 행사를 진행했다. 교육에 이어 피켓을 들고 병원 내 감염관리 계몽활동을 펼치고 손씻기 방법의 실행여부도 검사를 통해 확인했다.



뮤지컬 다산 정약용

5월 9일, 극단 천마산을 초청해 뮤지컬 “다산 정약용”을 무대에 올렸다. 다산 정약용은 애민과 실학정신의 대표 학자인 정약용의 일대기를 그린 뮤지컬로, 풍성하면서 웅장한 음악, 역동적인 안무, 진중하고 탄탄한 연기의 3박자가 아름답게 어우러져 조금은 무거울 수 있는 역사물을 다이내믹한 최고의 공연으로 표현했다는 평가를 받고 있는 작품으로 이날 환우 직원 등 200여 명이 참석하여 공연을 관람했다.



서리산 등정

5월 13일, 직원을 대상으로 한 서리산 등정 행사를 가졌다. 함께 하기를 희망하는 직원들이 자율적으로 참여한 이번 행사에 총 16명의 직원과 가족이 참가하여 서리산 정상에 올랐다. 등정 후 병원 인근에 위치한 몽골문화촌에서 예술과 마상공연을 관람했다.

환우치유 및 직원 신앙부흥회



5월 14일부터 19일까지 전 동중한 합회장 이경우목사를 강사로 초청하여 환우치유 및 직원신앙부흥회를 개최했다. 환우치유 집회는 매일 새벽시간에, 직원신앙부흥회는 매일 오전에 진행되었는데 이경우목사는 '십자가를 통해 본 인생의 사계절'이란 제목으로 인생과 사계절을 비교하며 간결하고 섬세하게 감동적으로 말씀을 풀어 참석한 모든 이들의 가슴을 뜨겁게 달구었다.

합동소방훈련

5월 24일, 합동소방훈련을 실시하였다. 이번 훈련은 남양주시 소방서와 합동으로 진행하여 부상자 소방차 이송 등도 실전처럼 진행할 계획이었으나 훈련 당일 소방차가 실제 화재현장에 투입되어 자체교육으로 전환하여 실시하였다. 사이렌 소리와 함께 병원 자체 방송을 겸해 화재진압, 직원 및 입원환자 대피, 부상자 이송 및 응급처치 등 맡겨진 분담업무를 동시에 진행하였고, 직원들은 각자에게 부여된 업무매뉴얼에 따라 정해진 위치와 방법대로 훈련에 동참하였다.



직원동정

♠ 환영합니다 ♠

한정광(관리과) 6월 1일 부

♥ 수고하셨습니다 ♥

김순영(약무과) 5월 31일 부

정진희(간호부) 5월 31일 부



행복칼럼[13] 원목실장 류태희

‘누가 우리를 그리스도의 사랑에서 끊으리요 환난이나 곤고나 박해나 기근이나 적신이나 위협이나 칼이라 내가 확신하노니 사망이나 생명이나 천사들이나 권세자들이나 현재 일이나 장래 일이나 능력이나 높음이나 깊음이나 다른 어떤 피조물이라도 우리를 우리 주 그리스도 예수 안에 있는 하나님의 사랑에서 끊을 수 없으리라’ (롬 8:35~39)

2011년 10월 미국 워싱턴 포스트는 한 장의 사진과 함께 신문기사를 통해 독자들에게 큰 감동을 주었다. 그것은 전쟁터에서 두 다리를 잃고 의족을 한 미군병사와 그의 여자 친구의 변함없는 진솔한 사랑의 이야기이다.

미 육군 댄 버스친스키(27) 중위는 아프가니스탄 파병을 2주 앞둔 2009년 6월 워싱턴DC에서 친구의 소개로 레베카 테이버(25)를 만났다. 레베카는 영화배우 나탈리 포트먼을 닮은 미모의 여성으로서 예일대를 졸업하고 맥킨지 컨설팅에서 일하는 인재였다. 해외 파병을 앞둔 댄 중위는 짧은 기간 레베카와의 만남을 통해 그녀에게 마음이 이끌리게 되었다. 레베카도 건강하고 친절할 댄이 싫지 않았다.

서로의 만남을 통해 사랑이 싹트고 자라날 무렵 해외 파병 계획이 변경되어 댄 중위는 예상보다 일찍 아프가니스탄 전쟁터로 떠나야 했다. 정식으로 사귀자는 말도 아직 하지 못한 댄은 레베카에게 문자를 보내 “(자신이) 살아 돌아와야 할 이유가 하나 더 생겼다”고 고백했다. 댄 중위는 아프간 남부 칸다하르에 배치되어 소대원들을 이끌고 전쟁터를 누비는 와중에도 레베카와 이메일을 주고받으며 서로의 관계를 발전시켰고 서로를 위해 기도해 주며 사랑을 키워나갔다.

그러던 어느 날 댄 중위에게 큰 사고가 임하게 되었다. 파병 2개월 만인 2011년 8월 19일 댄 중위가 전쟁터에서 지뢰를 밟았던 것이다. 오른쪽 다리는 허리 아래부터, 왼쪽 다리는 허벅지 중간부터 끊어지는 중상이었다. 의사들은 댄이 목숨을 건지더라도 정신적인 트라우마 때문에 정상적인 삶을 살기 어려울 것으로 내다봤다.

소식을 들은 레베카도 처음에는 혼절할 정도로 놀랐으나 더 큰 절망에 빠져 있을 댄을 생각하며 정신을 차렸다. 레베카는 이후 매일 댄에게 하루하루 소소한 일상을 적은 이메일을 보내 “남자는 긴 바지를 입고 다니니 괜찮아”라며 용기를 북돋아줬다. 한 달 후 댄이 워싱턴DC의 월터 리드 육군 병원으로 후송됐다. 병실을 찾아온 레베카에게 그는 “날 떠난다 해도 미워하지 않겠다”고 말했고, 레베카는 “내가 당신의 다리를 보고 좋아한 것은 아니다”라고 답했다. 그리고 댄의 곁을 떠나지 않고 격려하며 위로하였고 오히려 더욱 더 사랑이 깊어지게 되었다. 레베카의 가족과 친구들은 그녀가 사랑과 동정을 혼동하는 것이 아닌가 걱정했으나 그것은 기우였다. 두 사람의 조건 없는 사랑은 더욱 깊어졌다.

“끊을 수 없는 사랑”



레베카는 현재 워싱턴 DC에서 2시간 여 떨어진 델라웨어에서 일하고 있지만, 매 주말을 댄의 집에서 보낸다. 함께 대학원에 진학하기 위해 시험 공부도 같이 하고 있다. 전쟁터의 아픈 기억에 대해서도 함께 대화를 나누면서 레베카는 댄에게 “다리를 잃었으면 어때, 나를 얻었잖아”라며 미래에 대한 소망을 심어주었다. 이러한 레베카와 댄의 어떤 상황에서도 변

치 않는 진솔한 사랑이야기는 이 기사를 읽는 모든 사람들에게 깊은 감동을 전해주고 있다.

6월은 현충일과 한국전쟁일(6.25) 등이 포함된 호국의 달이다. 전쟁은 많은 사람들에게 치유되기 힘든 상처를 주고 각종 장애와 사별의 아픈 흔적을 남긴다. 모든 이들에게 아픔을 주는 전쟁이 언제까지 계속될 지... 세계 곳곳에는 지금도 서로를 적대시하는 전쟁이 계속되고 있다.

전쟁 중에 최고의 전쟁, 지구 6천년 역사동안 가장 오랜기간의 선악의 대쟁투, 사탄은 순진한 사람들을 속여 함께 죽고자 유혹하고 각처에 파멸의 지뢰를 뿌리고 있다. 그로 인해 각종 질병(암)과 교통사고, 재난과 안전사고 등이 발생하고 우리의 지체들과 각종 신체기관들이 장애를 입거나 심한 경우 죽음에 이를 수 있다. 우리가 어떤 장애와 망가진 몸을 갖고 있다 하더라도 친구인 예수님은 우리를 끝까지 사랑하시며 영원히 항상 내 곁에 함께 하셔서 병들고 장애를 입어 죽어가는 우리를 완전한 몸과 마음으로 부활(재창조)시켜 주실 것이다.

2011년 8월 19일, 댄 중위가 사고를 당하던 날, 우리 가정에서도 사탄이 숨겨놓은 큰 지뢰가 터져 딸을 잃는 크나큰 장애를 입게 되었다. 비록 절뚝거리며 걸어가는 나그네 인생이지만 하나님을 붙잡고 씨름하여 승리한 야곱처럼 하늘을 바라보며 죽음도 끊을 수 없는 사랑을 향해 걸어간다. 하나님은 우리의 다리를 보고 사랑하신 것이 아니다. 우리의 믿음(마음)을 보시고 택하여 자녀로 삼으신 것이다. 이 놀라운 사랑을 언제나 잊지 말고 감사하면서 대쟁투에서 승리하게 되기를 기도드린다.

‘여호와께서 사무엘에게 이르시되 나의 보는 것은 사람과 같지 아니하니 사람은 외모를 보거니와 나 여호와는 중심을 보느니라’ (삼상 16:7)

★감동나누기 : 글을 읽고 느낀 소감을 보내주시면 두 분을 선정하여 작은 선물을 드립니다.

★보내실 곳 : 에덴요양병원 원목실(031-590-7591) 또는 이메일 (eckclth@hanmail.net)

★지난 달 독후감 : “고진감래(苦盡甘來), 처조성공(妻助成功) - 아내의 도움으로 고생 끝에 성공을 이룸” (이규호)

TODAY 따뜻한 하루

용서가 가진 힘

**용서는 과거를 변화시킬 수 없다.
그러나 미래를 넓혀 준다.
- 파울 뵈세 -**



치열한 전투가 벌어지고 있는 전쟁터에서 병사들은 조국을 위해 목숨을 걸고 싸우고 있었습니다. 그러는 와중에 한 탈영병이 체포되어 사령관인 장군 앞으로 끌려 왔습니다.

그 병사가 탈영하다 체포된 것은 벌써 5번 째였습니다. 전투 중 탈영은 당시 군법으로 사형이었습니다.

하지만 병사를 자식처럼 아끼는 장군은 계속해서 그 병사에게 사형선고를 내리지 못했습니다. 그러나 더는 작은 처벌로는 어렵다는 것을 알게 된 장군은 결심했습니다.

그리고 비통한 마음으로 병사에게 말했습니다.

“훌륭한 병사로 만들기 위해 가르치고, 정신과 육체를 단련시켰다. 그리고 수차례의 탈영을 저질렀지만, 처형을 미루고 온갖 방법으로 마음을 바꾸려 노력했는데도 또다시 조국을 배신하고 말았다. 이에 죄를 물어 엄정한 군법으로 사형을 선고한다.”

병사에게 사형 선고가 내려지자 장교 한 명이 장군에게 말했습니다.

“장군님은 저 병사를 위해 온갖 방법을 동원했다고 하셨지만, 한 가지 해보지 않은 일이 있습니다.”

장군은 그것이 무엇인지 궁금해서 물었습니다.

“바로 용서하는 것입니다. 장군님은 아무 조건 없이 용서해 주시는 것은 하지 않으셨습니다.”

장교의 말에 장군은 탈영병을 조건 없이 용서해 주었습니다. 큰 깨달음을 얻은 병사는 다음 전투 때 선두에 서는 용감한 병사가 되었습니다.

누군가를 벌한다는 것은 그 사람에 대한 나의 분노를 어두운 마음으로 토해내는 것입니다.

그러나 용서한다는 것은 나의 마음 속 분노 뿐만 아니라 심지어 자존심까지 내려놓아야 합니다. 당연히 결코 쉬운 일이 아닙니다.

그렇기에 진심 어린 용서는, 어떤 가혹한 처벌보다 강력한 힘을 가지고 있는 법입니다.



LOVE LETTER 사랑의편지

산장의 여인

노도경

화려한 내 종년은 어디로 가고
 병마에 시달려
 서러운 몸이 되어
 이곳에 왔다

밤이면 귀뚜라미 소리에
 형여 임이 오시려나 기다려도
 무정한 내 님은 소식도 없다

서리산을 울리는
 까마귀 참새떼
 온갖 노래하는 새들과
 친구가 되어 헤매인다

기나긴 밤
 아직도 초저녁인데
 소쩍새 울음소리에
 아픈 가슴으로
 나는 서럽게 운다



참외

인도산 야생종에서 개량된 것이라고 하며 재배 역사가 긴 식물이다. 중국에서는 기원전부터 재배하였으며 5세기경에는 현대 품종의 기본형이 생겼다고 한다. 원산지에서 한국을 비롯하여 중국·일본 등지에 퍼져 오랫동안 재배되어 오는 사이에 동양계 참외가 분화되어 발달하게 되었다.

FOOD 몸에 좋은 제철 과일

참외는 갈증 해소에 도움을 주고, 칼륨 함량이 높아 이뇨작용을 촉진한다. 비타민C가 많아 피부 미용에 좋으며, 임산부에게 꼭 필요한 엽산이 많아 하루에 1개만 먹어도 권장량을 충족할 수 있다. 참외 꼭지에는 항암작용을 하는 '쿠쿨비타신'이라는 성분이 있고, 껍질에는 간 기능을 보호하는 베타카로틴이 풍부하다. 따라서 참외를 먹을 때는 껍질째 먹는 것이 더 좋다.



FIGHTING 화이팅 릴레이

총무과장 신안순

“예수께서 가라사대 딸아 네 믿음이 너를 구원하였으니 평안히 가라 네 병에서 놓여 건강할찌어다” (마5:34)

이 말씀의 배경은 12년 동안 혈루증으로 앓는 한 여인의 이야기입니다. 이 여인이 병을 치료받기 위해 많은 의원을 찾았으나 회복은 커녕 돈만 다 허비하고 병은 더 중하여지고 더 이상 손쓸 방법이 없는 상황에 이르렀습니다. 그러던 차에 예수님의 소문을 듣게 되죠. 당시 예수님의 인기는 대단해서 많은 무리가 예수님을 따르고 있었기 때문에 예수님께 가까이 가려면 그리 쉬운 일이 아니었습니다. 그러나 여인의 마음 속에 예수님의 옷자락만이라도 잡으면 병이 낫겠단 강한 믿음이 있었기에 여인은 자신이 할 수 있는 모든 방법을 동원하여 무리를 뚫고 예수님 옷자락을 잡기에 이르렀습니다. 그 결과 병이 치유되었습니다.

이 여인이 병이 치유되기까지 예수님은 자신의 능력이 나간 줄 스스로 아셨습니다. 그리고 물으십니다. “누가 내 옷에 손을 대었느냐?” 그때 여인은 두려워 떨며 엎드려 사실을 고하게 되었고, 예수님께서 “딸아 네 믿음이 너를 구원하였으니 평안히 가라”고 말씀하셨습니다.

힘내세요 여러분~
 주님은 그런 분이십니다.
 스스로 능력이 나간 줄을 아시는 분, 그리고 다른 사람은 다 몰라도 주님만은 우리 모두의 형편을 아시는 구세주이십니다.
 그리고 믿음을 꼭 간직하십시오. 믿기만 하면 주님께서 치유하실 것입니다.
 회복을 위해 날마다 기도하고 있습니다.
 지금 이 시간에도 주께서 말씀하십니다.
 “네 믿음이 너를 구원하였으니 평안히 가라”
 아멘!

화이팅 릴레이는 에덴직원들이 환우 여러분께 전하는 응원의 메시지입니다. 신안순님이 지목한 다음 주자는 '원무과 박효의님'입니다.

지난 호 틀린그림찾기 정답



칭찬합시다~

‘김성은’ 간호사님을 칭찬합니다.
 성은 간호사는 친절하시고, 상냥하셔서 감사해요.
 볼 때마다 기분 좋답니다. 우리 모두가~
 - 112호 김정숙 -

‘황귀웅’님을 칭찬합니다.
 칭찬하고 싶은 분들이 참 많지만 늘 친절하게 배식 해 주시고 특히 식판 수거 시 바쁜 와중에도 통행하시는 분(환자, 보호자 등)을 보시면 하던 일을 멈추시고 친절하게 “먼저 지나가세요” 인사하시며 배려하는 모습이 참 보기 좋았습니다.
 - 315호 이우인 -

‘필리핀 의료선교 봉사팀’을 칭찬합니다.
 해외의료선교를 위해 일주일에 두세 번씩 모여 기도로서 회의하고 밤 늦게까지 준비하는 병원장님을 비롯한 모든 대원분들을 칭찬합니다. 이 모든 과정 속에 하나님께서 역사하여 주셔서 선교지 곳곳에 하나님의 사랑이 전해지길 바랍니다.
 - 총무과 최슬기 -

수기공모

환우들의 글을 모집합니다.

- 에덴에서 경험한 행복이야기
- 가족, 환우를 향한 사랑의 편지
- 감동을 주는 병실 에피소드
- 그 외 자작시나 수필 등

문의 홍보기획실 (☎610)



편집후기

얼마 전 에덴요양병원이 사진과 동영상 촬영이 가능한 드론을 구입했습니다. 이 드론은 장애물을 식별하여 피해가기도 하고 배터리가 방전될 상황이거나 GPS수신에 문제가 생기면 원래 이륙한 장소로 복귀하는 기능이 탑재되어 조종이 쉽고 안전하기도 합니다. 우리 몸에도 자동화 되어진 기능들이 가장 적절하고 필요한 순간 몸의 밸런스를 맞춥니다. 온도를 적정온도로 유지하고 혈압을 유지하고 영양소의 불균형을 조절합니다. 그러나 기능에 문제가 생기면 조절기능이 정상적으로 작동하지 않습니다. 에덴생활의 핵심은 생활습관 개선입니다. 신체 밸런스를 정상화 시켜 망가진 유전자를 복구합니다. 작은 선택이 놀라운 일을 이룹니다. 회복은 작은 시작부터 이루어집니다.

- 에덴뉴스 편집장 행복돌쇠

에덴요양병원은 어디서나 여러분과 함께 합니다.

- 홈페이지 www.edenah.com
- 블로그 blog.naver.com/edenah
- 유튜브 www.youtube.com/user/TVEdenah
- 페이스북 www.facebook.com/Edenhospital
- 트위터 twitter.com/Edenhospital

검색창

에덴요양병원 ▼

절 취 선

틀린그림찾기(11개)

이름 : 호실 : 호

()님을 칭찬합니다.

- 칭찬사연을 자세히 남겨주세요

- ♥ 틀린그림찾기 정답, 칭찬의 글을 홍보기획과로 보내주시면 매월 1분씩 추첨하여 매점상품권을 드립니다.
- ♥ 접수마감일은 6월 25일이고, 틀린그림찾기 정답과 칭찬의 글을 모두 작성해 주시면 당첨확률이 높아집니다.
- ♥ 지난 호 당첨자
- 112호 김점숙, 315호 이우인, 총무과 최슬기



틀린그림찾기 출처 : <http://blog.naver.com/xiipego>

