



좋은 글 | 이기는 사람과 지는 사람

이기는 사람과 지는 사람

이기는 사람은 실수했을 때 '내가 잘못했다'고 말하고

지는 사람은 실수했을 때 '너 때문에 이렇게 되었다'고 말한다.

이기는 삶은 아랫사람뿐만 아니라 어린아이에게도 사과합니다.

지는 삶은 지혜 있는 사람에게도 고개 숙이지 않습니다.

이기는 사람은 열심히 일하지만 시간의 여유가 있습니다.

지는 사람은 게으르지만 늘 '바쁘다 바쁘다'며 허둥댁니다.

이기는 사람은 열심히 일하고, 열심히 놓고 열심히 쉽니다.

지는 사람은 허겁지겁 일하고 빈둥빈둥 놓고 흐지부지 쉽니다.

이기는 사람은 저도 두려워하지 않습니다.

지는 사람은 이기는 것도 은근히 염려합니다.

이기는 사람은 과정을 위해 살고,

지는 사람은 결과를 위해 삽니다.

- 좋은 글 중에서 -

마음을 전하는 책

어느덧 입사한지 6년이 가까워오고 있습니다. 1년에 제대로 된 책 한 권 읽을까 말까 할 정도로 독서에 목말라 있었는데 뜻밖에 책을 받게 되어 정말 기뻐했습니다. 학생시절에도 글로 읽는 공부보다는 사람들과 어울리는 실습을 더 즐겼던 것 같은데, 병원생활을 5년이상 하다보니 조용하게 글 읽는 여유를 가져보는 것도 참 소중한 시간인 것 같습니다. 평범한 회사원 생활을 하다가 간호사가 되기 위해 학창시절 가장 어려웠던 화학, 생물 공부를 다시해야 된다는 두려움이 컸었던 시절이 생각납니다. 이과계열 공부는 심지어 중환자실에서 일하는 지금까지도 어려움이 있고, 과학에 관련된 지식 쌓기는 거의 전무했었는데 '코스모스'라는 과학에 관련된 방대한 분량의(?) 책을 선물받게 되어 두고두고 읽게 될 것 같습니다.

하느라 어려움이 있었지만 많은 선생님들이 도와주신 덕에 환자를 보는 새로운 관점을 배울 수 있었고, 다시 흉부외과중환자실로 복귀했을 때, 이전에 경험했던 슬럼프도 많이 극복할 수 있었던 것 같습니다. 비록 3년전이라는 오래된 과거이지만 저에게 많은 도움을 주었던 정수진간호사님이 생각나서 책 한권을 선물해주고 싶습니다. 지적이고 아름다운 삶을 살기 원하는 정수진 간호사님에게 '라틴어 수업'이라는 책을 전달합니다.



From. 김현진 간호사 (CSICU)



To. 정수진 간호사 (MICU1)

"라틴어 수업"
(김 세연 저)

책을 선물 받는 것도 드문 일이지만 책을 누군가에게 선물하는건 언제였는지조차 기억나지 않을 정도로 오래된 일입니다. 중환자실에 근무하며 슬럼프에 빠졌던 3년차 어느 달, 저에게 내과계중환자실 1달간 파견근무라는 기회(?)가 주어졌을 때, 주변사람들은 리프레싱하는 마음으로 다녀오라는 말을 했지만 사실 기대보다 두려움이 앞섰었습니다. 계속 외과계열에서 빠른 병상회전만 경험하다가 수주 수개월동안 있는 장기환자들을 보았던 내과계중환자실에서의 Helper 경험은, 비록 낯선곳에서 일

ICU News

MICU1

- MICU1 송현희(12/12)
- MICU1 송현희(12/19)
- 심장간호사 임파워먼트(12/08): 임정은

SICU1

- SICU1 송현희(12/7)
- CN송환: 문경은간호사 이명숙 간호사
- 행복노키 봉사(12/18): 김성환, 김민지, 김수지, 이의령

ACU

- 2차 감염병 재난대비 종합 모의 훈련(12/5)
- 중환자실 풍력 저할 수상: Fellow 적성민, CN 심은영
- 15, 16' grade study(12/12)
- 우리나라 패혈증의 실태와 대책 마련을 위한 국회 토론회 참석(12/15)
- ACU 송현희(12/18)
- RN 우혜민 사직 (12/31)

MICU2

- 풍력저할 시상(12/11): 임문주 간호사
- 진료과 형의회(12/18)
- MICU2 송현희(12/19)
- MICU2 송현희(12/22)

SICU2

- 부서 송현희(12/19)
- 간식 외과 송현희(12/18)
- 테마특강 강의(12/2): 김보준
- 부서 이동 현초롱 간호팀
- 간식 외과 의사소통 우수 의료진: 민소현 간호사 선정

NICU1

- 태환회과 추계 학술대회(11/2): 임성복, 김진연
- 11월 신입간호사: 이연주
- 대한신생아학회 경인지회 신생아 인공호흡기 심포지엄(11/5): 김명혜 외 6명
- 태환주산의학회 추계학회(11/25): 박소영 외 2명
- 선천성심장병센터 심포지엄(11/26): 이연영

CCU

- 하반기 CCU 풍력저할: 박형정 간호사, 한창진 선생님
- CV 송현희(12/8)
- CCU 송현희(12/14)

NRICU

- 아산간호보사단 봉사활동: 박은혜, 김경연
- 울산대학교 임상대학원 산과계 실습
- NRICU 송현희(12/12)

PICU1

- 테마여행(10/18): 안리바, 윤미나
- 저녁식사간호사 PCS 교육(10/24)
- 부서 conference(10/31)

MAT

- 고대구로병원 연수(12/5)
- 가사-병동간호사를 위한 중환자 교육(12/5): 한명자
- 교육-응급-도관리 연수강좌(12/6): 한영자, 김다혜
- 축하휴가-이주리 본인명함(12/9)
- 가사-신입 간호사 응급환자 간호교육(12/18): 손정숙

RT

- 호흡치료실 송현희(12/11)
- 소아청소년과와 임무회의(12/20)

담당부서(2018.1)	담당자	연락처	사무실
MICU1/ACU/동관ICU	김은영	8862442	T.62444
MICU2/SICU1-2	서희정	8862444	T.62444
일방병동	서가진	8862441	





드디어 달력의 제일 마지막 장인 12월이다. 2017년도 보름도 채 남지 않은 만큼 거리에서는 벌써 연말의 분위기를 물씬 느낄 수 있다.

출근 후 원내 메일을 확인하던 중 제일 먼저 눈에 띄는 것이 있었다. [아낌없이 주는 나무] 12월 호의 칼럼 하나를 내가 맡게 되는 것이었다. 글을 쓴다는 부담감에 무슨 내용을 써야 할 지 수도 없이 고민을 했다. 결국 많은 고민 끝에 환자를 바라보는 나의 생각과 다짐을 조심스럽게 글로 적어본다.

지난 1년이라는 신입기간 동안 나는 환자분들이 고통스러워하는 모습을 보거나, 죽음을 마주하며 임종간호를 수행하게 될 때면 감정적으로 많이 흔들리곤 했다. 하지만, 선배 간호사들과 담당의는 이러한 상황을 태연하게, 담담하게 처리하는 모습을 보여주곤 하여 많이 놀라웠다. 선배들의 모습은 단순히 '嘿'라는 감정에 무너지는 것처럼 보였고, 나 또한 슬픔이라는 감정에 대해 무너지지 않을까 하는 생각이 들었기 때문이다. 그리고 어느덧 3년이 지나는 이 시점의 나 역시 선배들처럼 감정적 요동없이 일하는 내 모습을 발견하게 되었다.

그러던 어느날 나는 어떤 환자를 담당하게 되었다. 그녀는 46살의 중년 여성으로, 최근 자궁암으로 진단받았으며 항암 후 상태가 악화되어 ACU로 입원을 하게 되었다. 이미 환자는 고용량의 승압제를 쓰고 있는 상태로 매우 안 좋았으며, 인공호흡치료까지 거부한 DNR 상태였다. 하지만, 환자의 정신은 obey가 가능할 정도로 명료했으며, 심한 통증으로 인해 목소리는 거의 나오지 않았다. 면회시간이 되자 담담한 표정의 배우자와 빨갛게 상기된 11살짜리 외동딸이 왔다. 나는 병실문 앞에서 면회객들을 안내했다. 원칙 상 11살 딸은 중환자실 면회가 제한되지만 엄마를 간절히 만나길 원하여, 면회시간이 끝난 후 들어올 수 있게 배려해주었다. 문 앞을 들어가기 전 딸아이가 갑자기 발걸음을 멈추었다.

엄마에게 울은 모습을 보이고 싶지 않다면, 진정하고 들어가고 싶다는 거였다. 나는 종이컵에 찬물을 따라 건네주며, 자그마한 체구의 이 학생이 진정될 수 있도록 다독여 주었다. 환자 병실의 방문을 열자 나는 처음으로 미세하면서도 또렷한 환자의 목소리를 들을 수 있고 환자의 해맑은 웃음도 볼 수 있었다. 그리고 딸이 울음을 참으며 한자 한자씩 편지를 읽는 목소리와, 남아있는 힘을 다해 양손으로 하트를 만들면서 답하는 환자를 볼 수 있었다. 처음으로 나도 모르게 눈에 눈물이 맺히는 순간이었다. 그리고 그 어느 때보다 문밖으로 들리는 보호자, 딸의 목소리가 따뜻하게 들렸고 맺힌 눈물은 한줄기로 흘러내렸다. 며칠 뒤 다시 담당했던 환자 방 안에는 딸과 건강했을 때 찍은 사진이 게시되어 있었고, 마지막까지 힘내라는 딸의 소망편지가 적혀있었다. 그러나, 딸의 간절한 소망을 뒤로 한 채 환자는 결국 세상을 떠났다. 나는 눈물을 삼키며 환자, 보호자에게 간호사로서 해줄 수 있는 것이 무엇이 있을지 끊임없이 생각을 하면서, 마지막 가는 길을 진심으로 배웅했다.

대개 환자들은 한 명의 담당 간호사에게 간호를 받지만, 간호사는 다수의 환자들을 간호한다. 업무시간 동안 환자들을 간호하려면 한 환자로 하여금 겪는 감정의 변화는 다른 환자들에게 영향을 미칠 수 있고, 그래서 우리는 환자로 만들어진 감정에 너무 입을 해서 안 된다고 배운다. 하지만 이러한 점은 우리들로 하여금 간호를 단순히 하나의 업무로 느껴지도록 착각을 일으켜, 간호를 억지로 하는 '일'처럼 여기게 만든다. 그리고 이 일이 익숙함으로 여겨지면, 환자에게 진정성있게 다가가는 데에 한계가 있다는 생각이 든다. 그렇다면 이 한계를 어떻게 극복해야 할까?

결국 환자에게 공감하며, 관심을 가지고, 진정성에 대해 끊임없이 질문을 하며 간호에 임해야 한다고 생각된다. 생텍쥐페리의 어린 왕자를 보면 이런 구절이 있다. 어린 왕자와 아저씨의 이별 중 대화 내용이다.

"밤에 하늘을 바라볼 때면 내가 그 별들 중 하나에 살고 있을 테니까, 내가 그 중 하나의 별에서 웃고 있을 테니까, 모든 별들이 다 아저씨에게 웃고 있는 듯이 보일 거야. 아저씨는 웃을 줄 아는 별들을 가지게 되는 거야. 그래서 아저씨의 슬픔이 사라지게 되면 나를 알게 된 것을 기뻐하게 될 거야."

우리는 환자들과 항상 이별을 전제로 만나게 된다. 건강한 상태로 퇴원하거나, 전동, 전원 등 다른 곳으로, 그도 아니면 죽음으로 이별을 한다. 환자가 치료 받는 과정 하나 하나가 종던, 나쁘던 환자의 기억으로 남을 것이다. 만약 내가 면회를 단순히 하나의 일로 치부하고, 원칙을 내세워 딸아이의 면회를 허용하지 않았더라면 어땠을까? 정말 정말 다행이다. 엄마와 딸이 함께 할 수 있던 순간이 있었다는 것이..... 환자에게 딸과 함께한 순간의 기억을 선물한 것이..... 그 학생에게 엄마의 마지막 미소를 추억하게끔 도와준 것이..... 그리고, 내가 환자와 보호자의 마음을 공감했다는 사실이.....

'따뜻하다'는 것은 마음씨나 분위기가 도타운 사랑을 느낄 정도로 인정이 있다는 것을 뜻한다. 환자나 보호자들은 우리에게 어려운 것을 바라지 않는다. 낯설고 힘든 이 순간을 공감해 주고, 차가운 기계 음 속에서 혼자 싸우고 있다는 것이 아니라 옆에 함께 있다는 사람 냄새를 느끼게끔 해주면 되는 것이다. 이번 일을 계기로 나는 새롭게 변화하고자 한다. 환자들의 말과 행동에 더 관심을 가지면서 진심을 다하는 모습으로 기억되도록 할 것이다. 그리하여 환자분들 얼굴에 더 많은 웃음이 생길 수 있도록 따뜻한 간호로 보답해야겠다는 다짐을 해본다.



풍납동 서당

유비무환 有備無患

있을 유 有, 갖출/준비할 비 備, 없을 무 無, 근심/질병 환 患



뜻) 준비가 되어 있으면 근심이 없다
예문) 얼마 전 있었던 지진을 생각하면 집을 지을 때 내진 설계를 하는 것이 좋겠습니다. 유비무환입니다.

상하이 여행기(1)



상하이 공항의 1번 터미널 5번 버스는 쾌쾌하고 눅눅했다. 낡은 빌라 반지하에서 올라오는 냄새 같아, 라고 친구가 말했다. 이쯤 되면 냄새로 이곳을 기억할 지경이다. 그리 상쾌하지 않은 사람들의 몸 내음. 날씨가 잔뜩 가라앉아 비를 흠뻑리기 직전이었다. 화색 비가 내릴 것 같았다.

45분 전 OZ367기의 바퀴가 땅에 닿았을 때에도 역시 중국답다 생각했다. 아무것도 거치지 않고 지평선까지 쭉욱 펼쳐진 땅덩어리가 그랬고, 택시를 타기 위해 길게 늘어선 줄의 바로 옆 가로등을 표적 삼아 작은 고추를 내밀게 해 오줌을 누이는 아비의 모습이 그려졌다. 누런 분비물이 발등으로 탁탁 튀거나 말거나 그 꼬마는 참으로 시원해 보이긴 했다. 벼미가 양볼에 붉게 피어있었고 갈색 머리가 왼쪽으로 잔뜩 눌러있었다.

버스 안의 공간이 점점 채워지고 있었다. 승객들의 데시벨이 서로 올라갔다. 왕왕대는 안내원의 목소리로 처음에 우리를 맞이할 때와는 달리 점점 멀어지고 있었다. 약한 상대를 타고났나 보다. 저 직업이 맞지 않는 것은 아닌지 쓸데 없는 걱정이 살짝 들었다. 그녀는 채우고 또 채웠다. 닥들이 세상에서 가장 잘 만드는 만두 속이 아닌 데 미어터지도록 채울 셈인가. 분명 모자랄 것 같던 좌석이 딱 들어맞았다. 상대는 비록 약하지만 정색에는 강한 그녀였다. 갑자기 뚜벅뚜벅 걸어오더니 세워줬던 내 캐리어를 탁탁 쳤다. 아야 놀라라고 하는 것 같았다. 그렇게까지 거친 도로인가 싶었지만 상하이 시내에 도달할 때쯤 그 이유를 몸소 알게 되었다. 도로가 아니라 운전 습관이 문제였다. 과속방지턱의 용도 따위는 상관없었다. 쭉욱 내달리다가 그 장애물을 지지대 삼아 버스가 공중으로 솟는 것 같았다. 덜컹 하고 날아 쿵 하고 떨어졌다. 안전벨트가 무색하게 정수리가 천장에 닿을 뻔 했다. 캐리어가 움찔했다. 세워 놓았으면 저만치 날아갔을 일이다. 내심 안심하다가도 처음부터 살살 달리면 되는 것 아닌가 하는 의구심이 들었다. 하지만 다들 당황스러워 하지 않아 보였다. 환호성을 작게 지르는 이도 있었다. 이곳의 법칙을 이해하지 못한 것은 나 뿐인 모양이었다.

버스에서 내렸다. 꿈꿨던 실내 공기보다 조금 나은 대기가 콧구멍을 자극했다. 내리자마자 재채기를 했다. 친구가 상하이 길바닥에 대고 인사를 하나씩 꺼낼 땀다. 코를 훌쩍이며 속소로 이동했다. 원래는 한 번 더 버스를 타야 하지만 이미 막차 시간은 지난 터라 15분 정도 걸어가야만 했다. 거리는 한신했고 베이징보다는 덜 보였지만 여기저기 공인들도 포진해있었다. 굉장한 시위가 아니고서는 중국은 여행하기에 의외로 안전하다. 모두를 감시하는 공간이 있어서다. 내가 범죄에 가까운 일을 지행하지 않는 이상 나에게 해를 주는 일은 애초에 거의 걸러진다고 보면 된다. 캐리어를 질질 끌고 가는 우리를 그림자처럼 지켜보고 있는 느낌이 들었다. 저렇게 보고만 있는 것도 지겨울텐데 사진이나 같이 찍자고 하면 어떨까, 라고 말했더니 친구가 한심하게 쳐다보았다. 심지어 허까지 찼다.

숙소는 작았지만 전철역이 5분 거리라 움직이기 편할 것이었다. 프론트에는 영어에 능숙한 직원이 있어 조금 더 마음에 들었다. 중국인들은 자신들의 문화에 대한 자부심이 대단해서 타국의 언어인 영어 따위엔 전혀 관심이 없다. 관광지가 아닌 곳에서는 원투,쓰리 조차 아예 알아듣지를 못한다고 보면 된다. 더 재미있는 사실은 결코 서로 답답하지 않다는 것이다. 아쉬운 것은 그들이 아니라 오로지 나다.



그들의 관점에서는 안 팔면 그만이고 안 사기면 그만이게 때문이다. 어느 나라나 마찬가지지만 원초적인 바디랭귀지가 가장 필수인 나라는 이곳임이 분명하다. 지금 있는 직원들도 분명 교대 근무일테니 말이 그나마 통할 때 이것저것 물어보는 게 낫겠다 싶었다. 그녀의 말에 따르면 며칠 후에 있을 중추절을 맞아 상하이 시내가 엄청나게 붐빌 예정이라 전철 몇 군데를 아예 폐쇄한다는 것이었다. 굉장히 유용한 정보라 나중에 팁을 챙겨줘야겠다는 결심이 섰지만 이내 접었다. 중국인들은 팁을 받지 않는다.

딱히 정해놓은 스케줄이 없다는 것이 이번 여행의 테마였다. 오전 10시 쯤 느낌이 일어났다. 샤워를 하고 거리로 나섰다. 어제와 마찬가지로 여전히 습해서 애써 드라이로 건조시킨 머리카락이 다시 반건조 오징어처럼 말려드는 느낌이었다. 그래도 아직은 전반적으로 보송보송한 상태였다. 내가 가지고 있는 중국에 대한 선입견 중 하나는 그들이 잘 씻지 않는다는 것이다. 일단 나보다 덜 씻는다는 것은 확실했다. 지금 지나가는 사람마다 정수리와 앞머리가 요란하게 기름져있었고 눈곱도 끼어있는 사람도 종종 있었다. 하품을 하면 입냄새가 나고 대기 따위 가볍게 놀러버리는 체취에 몸서리가 쳐졌다. 그렇다고 향수로 가리지도 않는 그들이었다. 무언가 이들의 행위에 이유가 있을 법했다. 뭐든 청결해서 나쁠 이유는 없을테니까. 합리화 시킬 만한 이유가 필요했다. 우선 아침에 머리를 감으면 재수가 없다는 금기에 가까운 강력한 미신 때문이라고 어디선가 들었다. 그리고 미의 기준처럼 외모의 깔끔함에 대한 우선순위가 우리와는 사뭇 다르다고도 했다. 그래서 그들의 입장에서 내 작은 경멸은 고작 머리카락에 유난 떠는 것으로 밖에 보이지 않을 수도 있다. 하지만 이런 이유로는 납득이 완전하게 되지 않아 스스로 고민해보았다.

그러다가 경쾌한 묘안이 떠올랐다. 중국엔 13억의 인구가 산다. 이들이 아침마다 머리를 감지 않고 샤워를 하지 않으므로써 아끼게 되는 물과 세제의 양은 정말 어마어마할 것이다. 무릎을 탁 치는 결론을 타국인이 쥐어 짜낸 셈이었다. 굉장히 환경친화적이고 나름대로 합리적이라는 느낌까지 들었다. 그렇다고 해서 즉시 냄새에 익숙해질 수는 없었지만 어쨌든 그런대로 이해는 되기 시작했다. 내 팔꿈치 안쪽에 코를 대고 쿵쿵 냄새를 맡아보았다. 바디로션의 상쾌한 잔향이 남아있었다. 기분이 조금 좋아졌다. 여행 끝까지 나는 샤워를 하루에 두 번씩 했다.

배가 고팠다. 뭐든 먹기로 했다. 네 발 달린 것은 의자 빼고 다 먹는다는 나라가 아닌가. 스타트는 고급 레스토랑으로 하기로 했다. 엄청나게 맛있는 것을 먹어야만 한다고 생각했다. 여행은 시작이 좋아야 끝까지 유쾌한 기분이 든다. 아마도 여행 내내 먹어달텐데 어떠한 맛의 기준점 같은 것이 필요했다. 첫 날 먹은 것보다는 못하지만 그런대로 괜찮았단지, 혹은 가격이 훨씬 저렴하면서 비슷한 맛의 수준이라면 정말 가성비 좋은 집으로 등극하게 되어 같은 나라를 여행하기로 한 지인들에게 맘껏 추천하게 되는 뿌듯한 일이 생기는 것이다. 커다란 건물이 보였다. 전체적으로 붉은 색이었고 그 가운데에 휘황찬란하게 기세를 뽐내는 식당이 보였다. 금색 간판에 용까지 휘감아져 있었다. 나를 따르시오, 그리고 잡수시오, 라고 유혹하는 듯 했다. 고민도 없이 씩 입장하였다. 조금 두근거렸다.



◆ 뮤지컬 <모래시계>

1955년 SBS에서 방영되었던 동명 드라마가 뮤지컬로 다시 돌아왔다. 최고 시청률 64.5%를 달성하며 국민드라마로 명성을 떨쳤던 '모래시계'는 정의로운 검사 '우석', 학생운동을 하며 기독교에 대항하는 카지노 대부의 딸 '혜린', 사회의 벽에 꿈을 좌절당하고 결국 희생당하는 '태수'의 사랑과 우정에 대한 이야기다. 아름다운 음악들이 가득한 모래시계 공연과 함께 감동적인 무대로 떠나 보는 것은 어떨까요?

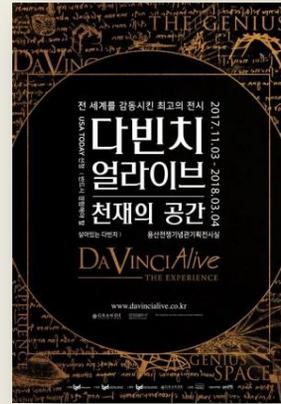
2017.12.05 ~ 2018.02.11 / 충무아트센터 대극장



◆ 전시 <내셔널지오그래픽 특별展>

이번 전시는 포토아크의 창시자이자 '현대판 노아'라 불리며 세계적으로 인정받는 사진작가 조엘 사토리의 기발한 생물촬영기법을 접할 수 있는 전시다. 생김도 다양하고, 사는 환경도 다양한 조류, 파충류, 무척추동물, 포유류, 양서류, 어류 등등 다양한 생물들을 어떻게 촬영했는지 궁금하다면 전시장을 꼭 방문 해봐요.

2017.11.10 ~ 2018.03.04 / 용산전쟁기념관 특별전시실



◆ 전시 <다빈치 얼라이브: 천재의공간>

르네상스 시대를 더욱더 찬란하게 빛나도록 한 과학자이자, 학자, 의사, 예술가였던 레오나르도 다빈치에 대한 다양한 전시물을 볼 수 있는 곳. 인간 뇌 영역의 한계란 어디까지인가를 궁금하게 하는 그의 작품들을 관람하는 것이야말로 겨 울방학을 맞은 아이들에게 최고의 선물이 될 것입니다.

2017.11.03 ~ 2018.03.04 / 용산전쟁기념관 기획전시실



◆ 영화 <위대한 쇼맨>

'레미제라블', '라라랜드'를 잇는 할리웃 뮤지컬 영화의 세 번째 작품이다. 모든 배우들이 직접 춤과 노래를 소화해내고 화려한 음악과 짜임새 있는 스토리로 감동을 자아내게 만드는 영화. 러닝타임 104분이 전혀 지루할 틈 없이 지나간다.

2017.12.20 개봉