

신규에서 간호사로 힘찬 출발



박 세 희
서울대학교병원 5병동 간호사

간호기술에 대해 능숙하지 못한 부분에 대한 위축감과 중증자를 매일 보고 산다는 것이 무섭고 두려워 5개월 만에 수간호사님에게 면담을 요청해 나의 의견을 솔직히 말했다. “중증자를 간호한다는 것에 대한 책임감이 너무 부담스럽다”고 고민을 털어놓았다.

간호부에서는 입사 5개월 만에 사직해 경력을 단절시키는 것보다는 적응이 가능한 부서로 배치하기로 결정했고, 입원초기준비실이라고 하는 입원 전 처치가 이뤄지는 부서로 순환 배치해주었다.

그렇게 6개월 정도 상근으로 일하다 보니 조금씩 병원에 적응이 되어갔다. 이제는 병동에서 3교대도 할 수 있을 것 같다고 말했더니, 올해 1월부터는 소아과 환자와 정형외과 환자를 돌보는 5병동으로 순환 배치해주었다. 신규간호사 1년 동안 부서를 두 차례 옮기면서 적성을 고려한 순환 배치를 통해 사직이라는 죄악의 고비를 넘겼고, 간호부에서는 1년 조직사회화 성공 축하잔치를 준비한다고 했다.

드디어 올해 입사한 신규간호사들을 넉넉한 마음으로 바라볼 수 있게 된 것은 물론 간호전문학사의 고리표를 떼기 위한 재도전도하게 됐다. 병원에서 간호학 학사학위과정에 다니는 간호사에게 등록금

도 후원해주니 정말 감사한 일이다. 혜택을 누리면서 공부할 수 있는 기회까지 얻게 돼 시회병원에 입사한 것을 지금은 매우 자랑스럽게 여기고 있다.

이제 환자를 대할 때 두려움 없이 간호 할 수 있다는 것에 대해 자부심이 생기기 시작했고, 점점 나아지는 나의 간호기술의 솔직됨에 즐거움과 행복감을 느낀다. 부족한 나의 눈높이에 최대한 맞춰주려고 애쓴 간호부에 감사한 마음을 가질 수 있는 여유도 조금씩 생겼다.

그동안 많은 배려를 받아서 오늘의 내가 있듯이, 나도 환자들의 눈높이에 맞춰 잘 이해하고 쉽게 설명하기 위해 환자서 많은 연습을 했다. 이제는 환자 앞에서 술술 설명이 나오는 것을 체험하면서 뿐만 아니라 환자들은 반응한다. 생사를 오가는 신경외과 중증자의 미세한 반응에 촉각을 곤두세우며 업무에 집중한다. 나는 이 업무가 멋지고 보람차다.

아직은 미숙하고 배울 것들이 많아 앞으로도 어려운 과정들이 있을 것이다. 하지만 중간에 포기하지 않을 용기가 생겼다. 신규간호사 조직사회화 프로젝트가 성공한 덕분에 행운의 기회를 잡을 수 있게 된 것이다. 더 노력하는, 친절하고 전문지식을 잘 갖춘 시회병원의 자랑스런 간호사가 되고 싶다.

나를 성장시킨 힘 ‘프리셉터’



김 현 진
가대 성빈센트병원 신경외과중환자실 간호사

“눈 떠보세요! 이름이 뭐예요? 여기가 어디죠?”

신경외과중환자실의 자명종이 된지 벌써 10년이다. 이 간결한 문장들 하나하나에 환자들은 반응한다. 생사를 오가는 신경외과 중증자의 미세한 반응에 촉각을 곤두세우며 업무에 집중한다. 나는 이 업무가 멋지고 보람차다.

강산도 변한다는 10년 동안 내게는 어려운 변화가 있었을까? 시간이 만들어준 경력이라는 울타리 안에서 경험이라는 탑을 차곡차곡 쌓았다. 그 경험이 환자와 보호자에게 믿음이 되고, 동료 간 신뢰가 되고, 나를 인정받을 수 있게 해줬다. 중환자실 간호사로서 10년 공든 탑인 셈이

다. 그 경험이 내 노하우가 됐고, 이처럼 경력자들이 자신의 노하우를 앞으로 공든 탑을 쌓아갈 신규간호사들에게 전달하는 것이 ‘프리셉터십’이라고 생각한다.

2007년 첫 출근을 기다리던 신규간호사 시절에는 무엇이든 잘해내리라는 의지에 열정과 폐기가 충만했고, 기본 좋은 긴장감과 설렙이 공존했다. 그런 나에게 초석을 다져주고 길라잡이가 되어 준 것이 그 시절 나의 프리셉터였다. 프리셉터는 내가 부서의 일원으로서 융화될 수 있도록, 미흡한 것을 의회 수 있도록, 힘든 일을 버텨낼 수 있도록, 첫 직장에서의 첫 단추를 잘 퀘어줬다.

이후 내가 프리셉터 역할을 하게 됐다. 신규간호사에게 ‘과연 내가 잘 가르쳐 줄 수 있을까?’하는 걱정과 지금까지 쌓아온 노하우를 잘 전달해야겠다는 설렙과 책임감이 함께 들었다. 하지만 설렙과는 달리 프리셉터로서의 첫 시작은 어려움이 많았다. 더 많은 것을 알려주려 욕심도 내고, 부족한 부분에 대해 조바심을 내기도 했다. 한창 뛰어다니며 일할 경력자인 내게 업무와 병행해야 하는 프리셉터 역할은 쉽지만은 않았다. 그 후 3년이 지나고 다시 프리셉터를 했을 때는 조금은 여유가 생겼다. 좀 더 체계적으로, 부족한 것

을 반복적으로 짚어가며 가르칠 수 있게 됐다.

지난해 병원에서 시행한 ‘프리셉터 심화과정’ 교육을 받으며 잘 알고 있다고 생각했지만 놓치고 있던 한가지를 깨달았다. 바로 ‘역지사지’다. 어리숙하던 나의 신규간호사 시절을 떠올리며 그때 프리셉터의 말 한마디, 행동 하나하나에 어떤 감정들을 느꼈다 되돌아봤다. 프리셉터 심화과정 교육을 받은 후 새로운 신규간호사를 만났고, 조금 다른 마음가짐으로 프리셉터십을 시작했다.

이제 프리셉터십을 시작하는 선생님들께 전하고 싶은 말이 있다. 작은 그릇에 넘치게 담긴 물은 결국 쏟아진다. 신규간호사가 가진 그릇의 크기가 얼마인지 알고 넘치지 않도록 본인의 노하우를 담아주길 바란다. 체감하지 않고 기다려주면 조금씩 그릇의 크기는 커진다. 최근 프리셉터로서 경험을 공유할 기회가 있었다. 올해 처음 프리셉터가 된 후 배 간호사들의 눈빛에서 예전 나와 같은 경향을 발견해 기뻤다. 그 기분 좋은 설렙과 긴장감이 책임감을 바탕으로 더 멋진 탑을 쌓아올릴 것이라 믿어 의심치 않는다. 부디 프리셉터들이 신규간호사들에게 잘 퀘어진 첫 단추가 되주길 바란다.

새벽에 깨어나서



이 덕 향
청주 효성병원 내시경실 파트장

내시경실에서 일을 하는 나는 매일 다양한 사람들의 모습을 보게 된다. 외래 내시경실이기 때문에 진짜 아픈 사람들이 오는 곳이다. 먹고 시는 게 우리네 일상인데 그 소중함을 잊어버린 사람들이 한 가지 날같 같은 희망을 붙잡고 찾아온다. 식도와 항문으로 쏟아지는 붉은 피의 근원지를 찾아서 의료진들은 굵은 땀방울을 흘린다. 손에 마비가 와도 내시경을 멈추지 않고 환자들의 건강을 위해 싸우는 뜨거운 마음이 느껴지는 곳이다. 환자들은 괴로움을 참으며 의사의 지시를 말없이 따른다.

신 앞에서, 아니면 자기 자신들 앞에서, 환자들은 처음 태어날 때와 똑같은 모습으로 겸사내에 눕는다. 나이가 많아도 아이가 되고, 돈이 많아도 몸은 아픔으로 가난하다. 신이 내린 생명은 돈으로 살 수 없다. 적어도 여기서는 모두가 그 낭신 앞에서 평등한 뿐이다. 최선을 다해 일찍 발견하고 일찍 치료할 뿐, 우리는 모두 신의 뜻에 따른다.

과거의 자신을 찾기 힘든 노인들이 있다. 겸은 얼굴에 그 몇 배나 되는 크기로 복수가 찬경변 환자들도 있다. 구축으로 팔과 다리가 나무토막같이 변해 버린 위루술 환자들도 있다. 괴를 토하면서도 삶을 초월한 것인지 고요하게 순한 눈만

껌뻑이는 알코올중독자들도 있다. 예전엔 그들도 나와 같은 때가 있었으리라. 회려하게 웃었던 젊은 날들이, 행복에 젖어 노래 부르던 그런 날들이, 혹은 누군가에게 호기롭게 소리를 지르면서 자신만만하게 살았을 그런 날들이.

젊은 순간 또 다른 그들의 표정을 볼 때가 있다. 망가져버린 얼굴에선 어느새 독기가 빠지고 없다. 흠은 있지만 적한 눈빛이 있다. 그들에게 남은 것은 무엇일까? 그들의 표정에서 거역할 수 없는 자연을 보게 된다. 체념인지, 신에 대한 복종인지, 알 수 없는 그들의 표정들이 이제 막 태어난 신생아들 같다. 그들의 얼굴은 괴로움이 없다. 그런 표정이 되기까지 얼마나 많은 시간을 그들은 아파하고 견뎌오고 슬퍼했을까? 잠시 인간적인 연민으로 마음이 아파졌다.

매일 그들을 보면서 나를 돌아본다. 나도 신과 자연 앞에서는 평범한 인간일 뿐이다. 언젠가는 그들이 겪은 과정들을 거치며 나도 신에게로 돌아갈 것이다. 그것이 그들을 가엾다고 동정할 수 있는 이유고, 그들 앞에서 잘난 척 할 수 있는 이유다. 그들이 나보다 먼저 태어났기에 먼저 가고 있을 뿐, 나도 한발씩 그들의 뒤를 따라 신에게로 나아가고 있기 때문이다.

나는 31년차 간호사다. 1987년 입사 후 한 번도 병원을 떠난 적이 없었다. 내게도 되돌아봐야 할 시점이 찾아왔다고 생각했다. ‘이 직장에 아직도 내가 필요한가?’ ‘나에게 아직도 신념이 남아 있는가?’ 그 때 새로운 기회가 찾아왔다. 바로 ‘Passion, Connected. (하나된 열정)’ 주제로 열린 평창 동계올림픽(2월 9~25일) 및 동계패럴림픽(3월 9~18일)이다.

연세대 원주세브란스기독병원은 2018 평창 동계올림픽 및 동계패럴림픽 지정병원으로 선정돼 선도적인 역할을 했다. 평창의 폴리클리닉과 13개 경기장의 의무실, 경기구역 진료팀, 선수촌 종합진료소 등에 의사와 간호사, 응급구조사, 방사선사 등 124명으로 구성된 의료지원단을 파견했다. 평창올림픽 지역에서 이송돼 온 환자 치료에도 만전을 기했다.

나는 선수촌의 종합병원이라 불리는 폴리클리닉의 총괄매니저로 활동했다. 동계올림픽 개막 전 준비작업부터 패럴림픽 폐막 후까지 전 기간 참여하며 힘을 보탰다. 선수촌아파트 사이 주차장 공간에 대형천막으로 세워진 폴리클리닉은 산부인과나 정신건강의학과까지 웬만한 진료과목이 다 갖춰져 있었다. 선수촌에서 가장 필요한 의상외과, 응급외과, 정형외과는 24시

간 풀가동됐다. 간호사들은 모든 진료부서에 배치됐다. 현장의 의료진들은 최상의 의료서비스를 제공하기 위해 강추의 속에서 구슬땀을 흘리며 최선을 다했다.

평창의 한파로 인해 진료실 수도 더 터지는 위기도 있었지만, 의료진들은 내 집처럼 나서 대대결과를 들고 수습하며 의료기기와 물품을 지켜냈다.

퇴직간호사를 중심으로 꾸려진 10명의 어벤저스 외래간호팀은 환경소독제로 문손잡이 하나하나 청소하는 책임감과 우직한 사랑으로 아직 가슴에 살아있는 열정을 보여주었다. 덕분에 강행군의 일정이 따뜻하고 험기 넘칠 수 있었다.

의료지원단은 한파로 인한 노로바이러스와 인플루엔자 감염 확산을 막기 위해 총력을 기울였다. 감염의심 발생 시 30분 안에 원진을 가서 진료와 검사를 시행했다. 5000ppm의 염소소독제를 만들고 청소팀을 교육시키는 등 철저한 예방활동을 펼치며 선수들의 컨디션을 위해 최선을 다했다.

나는 선수촌의 종합병원이라 불리는 폴리클리닉의 총괄매니저로 활동했다. 동계올림픽 개막 전 준비작업부터 패럴림픽 폐막 후까지 전 기간 참여하며 힘을 보탰다. 선수촌아파트 사이 주차장 공간에 대형천막으로 세워진 폴리클리닉은 산부인과나 정신건강의학과까지 웬만한 진료과목이 다 갖춰져 있었다. 선수촌에서 가장 필요한 의상외과, 응급외과, 정형외과는 24시

떠나면서 서로를 안아주고 격려하던 선수단의 모습은 아마 평생 잊혀지지 않는 기억이 될 것 같다.

전국의 여러 병원에서 의료지원단으로 파견된 간호사들이 평창을 건강하고 안전하게 지켰다. 외국 지원봉사자 중에는 협직 간호사와 의사도 많았는데, 휴가기간을 이용해 봉사한다고 했다. 그 모습이 예쁘다며 외래간호사 김경선 선생님은 직접 만든 자수지갑을 선물하기도 했고, 프랑스 봉사자의 새벽 귀국을 돕기 위해 개인차로 진부역까지 배웅을 기기도 했다. 모두가 아름다운 추억이다.

이제 나는 54세의 나에게 말하고 싶다. “잘했어 아주 잘했어. 마지막이 아니야. 너의 남은 열정을 불태울 기회는 또 올거야”라고. Passion, Connected.



김정아
연세대 원주세브란스기독병원
건강증진센터
간호처장

2018 NURSING BOOK LIST

| 교과서 및 참고도서 |

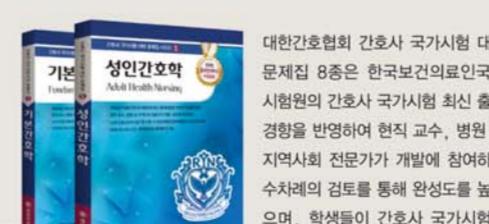


| RNbook.or.kr |



| 2019년 |

| 간호사 국가시험 대비 문제집 시리즈(8종) |



최소 직무 능력이 습득될 수 있도록 필요한 이론과 임상사례를 다수 수록하였습니다. 또한 문제집 온라인서비스를 무료로 제공하고 있어 PC·휴대폰으로 언제 어디서나 편리하게 학습할 수 있습니다.



| 보수교육 교재 |



대한간호협회
Korean Nurses Association

| 간호역사 서적 |



| 단체주문하고 할인 혜택 받으세요! |

| 간호사 국가시험 대비 문제집 시리즈 |



고객센터 02-2260-2553

* 불법 복제는 범죄 행위입니다.
우리 모두 저작 재산권을 지킬 줄 아는 성숙한 간호사가 됩시다.

간호사 국가시험 대비 문제집 시리즈
세트 구입 시 할인
복마크 증정!

10%