

지역아산병원의 직원과 환자, 지역주민 등의 소식을 전합니다.

## 잘 웃는 물리치료사로 기억되고 싶어



이상미 진료지원팀 팀장은 홍천아산병원 창립 멤버로 36년간 물리치료사로 근무하고 있다.

홍천아산병원 진료지원팀 이상미 팀장은 병원에서는 물리치료사, 병원 밖에서는 인기 강사다. 2009년 홍천 지역의 복지관과 읍사무소, 보건소를 대상으로 시작한 그의 건강강좌는 인근 원주와 춘천에서도 초청하는 인기 강의가 됐다.

“주로 의사나 간호사 분들이 건강강좌를 진행했는데, 어느 날 병원 원무팀에서 제게 강의를 해달라고 부탁을 하셨어요. 제가 해도 되나 싶었지만 지역 주민들의 건강증진을 도울 수 있는 기회라서 시작했죠. 하다보니 여러 곳에서 불러주시고 좋아해 주셔서 꾸준히 할 수 있었던 거 같아요.”

### 노인 눈높이에 맞춘 건강강좌로 인기

이상미 팀장의 건강강좌는 전문 분야인 물리치료를 넘어 감

기, 알레르기 예방이나 당뇨, 근감소증 등 일상 속 건강상식까지 아우른다. 노인 인구 비중이 높아지면서 자연스럽게 관련 정보에 대한 관심이 높아져 이상미 팀장에게 강연을 요청한 것이다. 이상미 팀장은 강의 요청을 받으면 항상 관련 분야의 최신 자료를 공부하고 연구한다. 주민들의 눈높이에 맞게 설명하는 방법을 고민하고 여기에 실천하기 쉬운 운동을 덧붙인다. 감기 등 호흡기질환에 대한 강의라면 풍선을 이용한 폐강화운동을 소개하고, 근감소증에 대한 강의에선 수건 누르기, 뒤꿈치 들기 등 간

단한 운동법을 알려주는 것이다.

“노인들은 아무리 작은 것이라도 운동기구를 권하면 돈이 든다고 잘 안하세요. 그래서 버리는 페트병에 물을 담아서 손목 운동을 하라고 알려드리거나 고무장갑 손가락 부분을 잘라서 링을 만들어 나눠드리고 이걸 활용한 손목통증예방 운동법을 가르쳐 드렸죠. 또 혼자 사시는 분들이 많아서 집에서 간단히 할 수 있는 응급처치법도 알려드리고요. 가볍게 발목이나 허리가 빠면 급하게 병원에 오느라 서두르기 보다는 얼음찜질을 30분 정도 하는게 좋거든요. 이런 방법을 알려드리면 많이들 좋아하세요.”

이상미 팀장은 “아산병원이라는 신뢰할 수 있는 이름 덕분에 저를 많이 불러주는 것 같다”고 말한다. 이제는 이상미 팀장이 지역 복지관으로 강의를 나가면 안부를 묻는 노인들도 있고, 독감 예방접종 일정이나 치료 중 궁금했던 점을 묻기도 한다. 병원을 방문하면 일부러 물리치료실까지 찾아와 감사, 고구마 등 간식거리도 안겨준다. 마음을 주고받는 따스한 순간들이 쌓여 이상미 팀장은 보람을 느끼며 활동할 수 있었다.

### 힘들지만 보람 있는 36년 물리치료사의 삶

홍천아산병원 창립 멤버인 이상미 팀장은 36년간 홍천아산병원의 물리치료사로 근무하고 있다. 환자의 재활을 돕는 업무이다



이상미 팀장이 물리치료실에서 환자를 치료하고 있다.



홍천노인복지관에서 건강강좌를 진행하고 있는 이상미 팀장.

보니 때로는 치료 중에 환자의 고성과 난폭한 행동을 겪기도 한다.

“선천적으로 근육이 위축되는 병으로 계속 치료를 받아야 했던 아이가 있었는데, 어머니가 치료 내내 옆에서 지켜보시며 체크를 하셨어요. 치료과정을 불신하는 듯하여 부담스러웠지만 아이가 걱정되서 그러신 거라 생각했죠. 그런데 1~2년 뒤에는 전적으로 저희에게 치료를 맡겨 주셨어요. 그 아이는 잘 커서 얼마 전 대학교에 입학했어요. 그 어머니가 고맙다고 떡을 잔뜩 해 오셨는데, 그때 어머니도 저도 같이 울었어요. 오랜 시간 함께해 온 환자가 잘 됐다는 소식을 들으면 너무 좋고 보람을 느껴요.”

이상미 팀장의 두 딸은 학업을 마치고 각각 작업치료사와 언어치료사로 일하고 있다. 언젠가는 딸들과 함께 치료 센터를 운영하고 싶다는 즐거운 꿈도 생겼다. “은퇴하기까지 성실하게 일하며 ‘잘 웃는 좋은 치료사’로 기억되고 싶다”는 것이 이상미 팀장의 소박한 바람이다. 글 편집부