

근거기반간호 - 임상간호연구결과

모유수유 임파워먼트 프로그램 개발

산전후 총 5회 교육 ... 성공적으로 모유수유 적응·유지

모유수유 임파워먼트 프로그램이 초산모의 모유수유 자기 효능감을 높이고 모유수유 적응 및 지속에 효과적인 것으로 나타났다.

이은 송선미 예멘병원 인생아실팀장과 박미경 남부대 간호학과 교수의 연구논문 '모유수유 임파워먼트 프로그램이 초산모의 모유수유 자기효능감, 적응 및 지속에 미치는 효과'에서 확인됐다.

연구는 한 여성전문병원에서 산전관리를 받고 모유수유를 계획한 초산모들을 대상으로 진행됐다. 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인을 받았다.

모유수유 임파워먼트 프로그램은 선행연구들을 문헌고찰해 초안을 구성하고, 전문가 자문을 거쳐 개발됐다. 초산모가 모유수유에 대한 믿음과 신념을 고수하도록 돕고, 스스로 모유수유를 실천할 수 있도록 관련 지식과 기술을 습득하며

문제해결 역량을 높일 수 있도록 구성됐다.

프로그램은 총 5회 과정으로 구성됐다. 1회는 산전에, 2회는 산후 2일, 3회는 산후 1주일, 4회는 산후 4주, 5회는 산후 8주에 진행됐다. 소요시간은 최소 20분에서 최대 60분이다.

프로그램 운영은 연구자가 했으며 1·3회는 집단으로, 2·4·5회는 개별로 이뤄졌다.

1~3회까지는 병원 내 교육실이나 병실에서, 4~5회는 개인별 전화상담을 통해 실시했다.

교육효과를 높이기 위해 적극적 경청, 문제 제기, 행동순서로 계획해 진행했다.

매 회마다 "나는 완전 모유수유를 할 수 있다"라는 구호를 5~7번 큰소리로 외치도록 했다. 모유수유 선택 이유, 모유수유 지식과 자세, 젖의 양, 아기의 성장 등을 주제로 집단

토의를 했다. (적극적 경청) 집단교육에서는 모유수유 가이드 및 모유수유 성공 원칙과 전략에 대해 교육했다. 개별교육에서는 습득한 내용을 확인하고 추가 교육했으며, 모유수유 수행을 관찰·지도했다. 퇴원 후에는 전화로 모유수유 교육 및 상담을 실시하고, 문제제기식 대화를 통해 해결방법을 찾도록 유도했다. (문제제기)

다양한 모유수유 관련 문제를 주고 해결방안을 생각해 표현하도록 했다. 모유수유 일지를 작성하도록 했다. 모유수유 지지모임 결성 및 유지를 도왔다. (행동)

연구결과 모유수유 임파워먼트 프로그램을 실시한 실험군이 병원에서 통상적으로 이뤄지는 교육을 받은 대조군에 비해 시간이 경과할수록 모유수유 자기효능감 점수가 높아졌고, 모유수유 적응 점수가 유의하게 높아졌다.

모유수유 지속률도 산후 4주째와 8주째에 유의하게 높아졌다. 특히 산후 8주째 모유수유 지속률은 실험군이 100%, 대조군이 64.3%로 나타났다. 주혜진 기자 hjjoo@

부산시간호사회 취약계층 노인 '약 먹는 달력' 전달

부산시간호사회(회장·이영은)는 제14회 간호봉사대장정의 일환으로 부산지역 취약계층 노인들을 위한 '약 보관함-약 먹는 달력' 200개를 부산시에 기증했다.

구보건강소를 통해 연제구, 부산진구, 남구, 사하구에 거주하는 거동이 불편한 만성질환 독거노인에게 전달됐다.

'약 먹는 달력'은 1주일분 약을 요일별·시간별(아침·점심·저녁)로 넣어놓을 수 있는 보관함으로, 약 먹는 것을 잊거나 중복 복용하는 것을 예방할 수 있다.



이영은 회장은 "만성질환을 가진 어르신들이 규칙적으로 약을 복용할 수 있도록 돕기 위해 약 먹는 달력을 전달하게 됐다"면서 "매년 4개구씩 2019년까지 지원해 나갈 계획"이라고 말했다.

김숙현 기자 skkim@

대구시간호사회 노인간호 역량강화 전문교육

대구시간호사회(회장·박현숙)는 회원들의 역량 강화를 위한 전문교육프로그램으로 '노인간호 역량강화 교육'을 실시하고 있다.

종합병원 등의 간호사를 대상으로 9월 6일 진행했으며, 요양병원 간호사를 위한 교육을 오는 11월 개최할 예정이다.

박현숙 회장은 "간담회 등을 통해 수련된 회원들의 요구도를 반영해 매년 교육주제를 정하고 있다"면서 "올해는 증가하는 노인환자의 간호에 대한 교육요구가 높았으며, 종합병원과 요양병원의 특성에 맞춰 교육내용을 달리해 각각



실시하게 됐다"고 말했다. 교육프로그램은 △노인이 되어 간다는 것 △뇌를 통한 노인의 이상행동 이해 △노인의 증상별 건강사정 및 관리-투동 및 복용 △노인의 안전관리와 인권 등의 강연으로 구성됐다.

김숙현 기자 skkim@

경북간호사회 '혁신의 시대, 간호사 역할'

경북간호사회(회장·윤난숙)는 2016년 학술강연회를 9월 6일 개최했다. '변화와 혁신의 시대, 간호사의 역할' 주제로 나 건 홍익대 디자인전문대학원장이 강연했다.

나 건 원장은 "서비스 디자인은 변화와 혁신을 위한 가장 효과적인 수단이며, 서비스 디자인을 통해 편리함과 동시에 즐거움이라는 긍정적 감정을 이끌어 낼 수 있다"고 말했다. 이어 "환자와 가장 직접



에 있는 간호사들이 공감능을 바탕으로 환자경험을 관리하고 서비스를 혁신하는 일에 앞장서야 한다"고 말했다. 김숙현 기자 skkim@

경남간호사회 어르신 행복잔치 봉사활동

경남간호사회(회장·이경옥)는 여성단체활동사업의 일환으로 '어르신 행복잔치'를 9월 10일 합천군 삼백면복지회관에서 개최했다. 경상남도가 공동주최했으며, 경남합천군간호사회(회장·진남희)에서 주관했다.

합천군 어르신 210여명을 초청해 보건교육을 하고, 즐거운 시간을 선물했다. 이경옥 경남간호사회장이 '활기찬 노년의 삶' 주제강연을 했다. 남도민요, 색소폰과 아코디언 연주 등 공연이 진행됐다. 이재학 삼백면장이 축사를 했다. 김숙현 기자 skkim@



이경옥 회장은 "매년 어르신 행복잔치를 시간호사회와 함께 진행하며 지역 어르신들의 건강을 돌보고 간호사회를 알리고 있다"면서 "오는 10월에 거제시간호사회와 함께 행사를 한 번 더 개최할 계획"이라고 밝혔다.

기독교간호사회 '자기돌봄, 영적간호의 시작'

대한기독교간호사회(회장·정순화)는 제54회 전국 기독교간호사 및 간호대학생 여름수련회를 '자기돌봄, 영적간호의 시작II' 주제로 경기도 Acts29 비전빌리지에서 개최했다.

이번 수련회는 간호사가 자기 자신을 돌보는 것이 영적간호의 시작임을 깨닫고, 간호사가 스스로를 전인적으로 돌봄으로써 타인을 전인적으로 돌볼 수 있는 역량을 갖추는 계기가 됐다.

영적, 지성적, 정서적, 신체적, 전인적 자기돌봄을 위한 특강과 그룹토의가 진행됐다. 전인적으로 균형 잡힌 기독교간호사로 사는 법에



대한 다양한 멘토들의 발표를 듣고 함께 고민하는 시간을 가졌다. 일하면서 받는 스트레스를 건강하게 관리하는 방법을 배웠다. 간호사로서의 삶과 신앙에 대해 진솔하게 이야기를 나눴다.

한국기독교간호사협회장을 방문했다. 최수정 기자 sjchoi@

가정간호사회 '가정간호와 법' 워크숍

가정간호사회(회장·윤영미)는 2016년 가정간호사업 책임자 및 실무자 워크숍을 '가정간호와 법' 주제로 9월 23일 개최했다.

워크숍에서는 '가정간호와 관련법 및 실제' 주제로 장미희 서울시립대 법학연구소 연구원이 특강을 했다. '가정간호 정책 현황'에 대해 윤영미 가정간호사회장이 발표했다.

이러 참석자들은 가정간호 개설 인력 완화 건 및 요양원 가정간호 질 관리 방안 주제로 조별토의를 하고 발표하는 시간을 가졌다. 윤영미 회장은 개회사를 통해



"안전한 법 테두리 안에서 가정간호를 제공하기 위해 노력하는 것은 우리의 중요한 과제"라며 "이번 워크숍이 가정간호의 질을 향상시키고 발전하는 기회가 되기 바란다"고 말했다.

주혜진 기자 hjjoo@

인사

몽골 국제올림바르르대 오기실 대학원장

몽골 국제올림바르르대는 대학원장에 오기실 간호대학장을 임명했다.

오기실 연세대 간호대학 명예교수는 2008년 국제올림바르르대 간호대학 초대 학장을 맡은 이래 줄곧 몸담아오고 있으며, 9월부터 대학원장을 함께 맡게 됐다. 한편 오기실 학장은 지난 8월



몽골간호협회 회장 임행이 대한간호협회 운영 시스템과 주요사업을 벤치마킹하기 위해 간호협회를 방문했을 때 동행하는 등 양국 간호 교류에 기여하고 있다.

정규숙 기자 kschung@

신한대 간호대학 양승희 학장

신한대 간호대학 학장에 양승희 교수가 9월 1일자로 임명됐다.

양승희 학장은 고려대 간호대학을 1985년 졸업했다. 동대에서 간호학 석사학위와 박사학위를 취득했다. 2008년부터 신한대에서 몸담아왔으며, 간호학과장을 지냈다. 양승희 학장은 "기독교 정신을



바탕으로 따뜻한 인간애와 올바른 인성을 갖추고 인류공영에 기여할 글로벌 간호인재를 배출하기 위해 노력하겠다"고 말했다.

최수정 기자 sjchoi@

독자주소변경 ☎ 02) 2260-2571

28년 전통 대방열림고시학원

기술직 공무원 / 간호직 / 보건직 / 보건진료직 / 의료기술직

국가면허시험 / 간호사국가고사 / 위생사 / 연세대 RN-BSN

최다 합격자 + 입소문

2016. 9월 대방열림고시학원 직강 현황 모습

합격생이 적극 추천하는 기술직 명문학원

매월 초 개강 / 수시 등록 가능 / 학원강의 연중 순환식 진행

이론반 > 심화반 > 기출문제반 > 단원별·모의고사 문제풀이반

★ 대방열림고시학원의 강점 ★

- 과목별 수험생 선호도 1위 교수진 구성
- 매년 기술직 공무원 최다합격자 배출
- 수강생이 가장 많고 입소문으로 유명한 학원
- 학원직강을 그대로 촬영한 최신 동영상강의
- 최고의 시설로 쾌적한 환경을 제공
- 최신 스마트폰 동영상 강좌 시스템
- 체계적인 시스템 및 학원직강 연중 무중단 진행

www.yulimgosi.com

상담문의 02-823-4700 서울 지하철 1호선 대방역3번출구

빕스 우측건물(1층 피자허트, 2·4층학원)

고려수지침강좌

저자 윤태우 / 4x6배판 / 508페이지 / 정가 80,000원(특가 60,000원)

— 고려수지침 발견 40주년 기념 특가 실시 —

안전하게 질병을 낮게 하는 방법입니다

노인성 질병 관리에 특히 우수합니다.

영어·일본어·독일어 등 9개 국어로 번역, 세계적으로 유명한 한국의 제3의약입니다

제137권

최신 개정판

고려수지침으로 간단한 질환에서부터 중증의 질환까지 질병을 낮게 하는데 큰 도움이 됩니다. 나와 가정의 질환! 외국에서도 가능합니다.

본서 구입 후 읽어 보고 이해되지 않으면 세미나에 참석하여 배우면 쉽게 이해하고 이용할 수 있습니다.

* 스마트폰 플레이스토어 검색창에서 '고려수지침' 을 다운받아 확인 바랍니다.

(주)고려수지침 ■문의처: ☎(02)2231-3000 ■통신구입처: (02)2233-0841~2

www.seokeum.com / www.soojichim.com * 전국 16개 지점을 이용합니다.

가능성 특수스판 수술복 스타K

가능성 향균 가공처리 특수 스펀섬유 하이퀄리티 스펀근무복

스타K(스타케이) STAR K HIGH QUALITY

원장남근무복·진료복·간호복·수술복·당직복 근무복·치과근무복·기공사근무복

새롭게 개발된 신개념 스펀텍스 100% 오리지널

- 가벼운 원단으로 활동성 불편함이 없습니다. 가볍고 편안해요 !!
- 신축성이 있는 소재로 착용감이 뛰어나습니다.

네이버에서 "신화가운" 을 검색하세요

홈페이지 주문 환영

본사 및 공장 : 대구광역시 중구 달성동 111-12번지

상담문의 : 010-3200-1420 / 053-555-1315

(주)신화직물, 신화가운, 신화유니폼

압박스타킹 전문 태경 S-K

간호사 특별 할인

베노스 / 잡스타킹

다리가 붓고 피곤할때, 부종, 정맥류 예방

전화 & 카카오톡 010-3244-4131

365일 카카오톡 ID : TSKS11

주문&상담가능 tk-sk.com 에 접속해보세요~