

암환자와 환자가족을 위한 안내서



ENGLEWOOD
HOSPITAL AND MEDICAL CENTER

The Lefcourt Family
Cancer Treatment and
Wellness Center

레프코트 암전문센터에 오신 여러분을 환영합니다.

잉글우드병원을 선택해주신 여러분께 감사드립니다. 저희 병원은 암 치료는 물론이고 암 고위험군을 대상으로 하는 검사, 연구, 교육 등을 담당할 최고의 시설을 갖추고 있습니다. 또한 암전문센터의 전문의들은 최신 기술을 통해 가장 종합적이면서도 환자 개인에 맞는 맞춤형 케어를 제공합니다.



환자가 암 진단을 받는다는 것이 얼마나 힘든 일인지 저희는 잘 알고 있습니다. 따라서 저희 암 치료 팀은 풍부한 경험과 따뜻한 가슴으로 환자분의 신체적, 감정적, 그리고 정신적인 문제까지도 도와드릴 준비가 되어 있습니다.

또한 환자의 전담 의료진은 이 지역 최고의 암전문의들이며 하나의 팀으로 구성되어 원활한 의사소통과 협조하에 환자 한분한분에게 정성을 다합니다. 저희는 치료 시작부터 치료후까지의 모든 단계에 여러분과 함께 할 것을 약속드립니다.

본 안내서는 한인여러분들이 레프코트 암전문센터를 이용하심에 도움이 되도록 제작되었습니다. 질문이나 권유사항이 있으시면 어느 직원에게나 주저없이 말씀해주시시오. 감사합니다.

Steven Brower, MD, FACS
Medical Director,
The Lefcourt Family Cancer Treatment and Wellness Center
Chief, Surgical Oncology and Hepatobiliary Surgery

목차

전담 의료진	3
환자 네비게이션 서비스	6
TLC: 치료 교육 클래스	8
인퓨전 센터	9
방사선 치료	14
암 고위험군 진단 및 유전자 상담	18
임상 실험	20
통증 완화 서비스	22
대체 의학 서비스	24
영양 상담	27
지원 서비스	29
자녀와 암에 대해 얘기하기	32
기타 도움 기관	35

전담 의료진

레프코트 암전문센터의 의료진은 진단에서 치료까지 환자 개인맞춤형 치료를 지향하며 전담 의료진은 아래와 같이 구성됩니다.

의사

의사는 항암치료 및 면역요법을 처방하고 예후를 담당하는 암전문의, 수술담당 암전문 외과의, 방사선치료를 담당하는 방사선과 암전문의, 병리학자, 방사선판독사, 그리고 통증 완화 및 관리 담당자로 구성됩니다.

임상 간호사와 보조의사

임상 간호사와 보조의사는 의사와 협력하여 환자의 여러 불편사항을 들어주고 치료가 원활히 이루어 질 수 있도록 치료예후를 관찰하고 증상을 관리합니다.

간호사

종양학 전공 자격증을 소지한 간호사들을 포함한 정간호사들이 환자와 가족들을 위한 전반적인 케어를 하며 암 치료중과 치료후를 대비하는 교육을 담당합니다.

약사

종양학 전공 자격증을 소지한 약사를 포함한 전문약사들이 환자의 약을 준비합니다.

환자 네비게이터

네비게이터는 환자와 병원 사이를 연결해주는 역할을 합니다. 이들은 환자의 도우미로써 환자의 정신적 지지를 포함하여 요구사항 해결, 각종 예약, 병원내 서비스 소개, 환자에게 도움이 되는 외부기관 소개등을 담당합니다.

소셜 워커

소셜워커는 환자 케어에 있어 현실적인 부분들을 도와줍니다. 홈케어 서비스나 재활원등과 같은 시설로 연결해주거나 환자와 환자의 가족을 위한 정신적 지주 역할도 합니다.

영양사

전문 영양사들은 환자의 치료에 알맞은 건강한 식습관에 대한 교육을 도와줍니다.

대체의학 전문가

대체의학 전문가는 마사지 치료, 침술, 요가, 기치료, 명상 등을 통한 대체의학으로 환자의 휴식과 스트레스 해소에 도움을 줍니다.

테크니션 및 기타 직원

환자가 치료를 받는동안 환자의 상태를 확인하거나 피검사, 방사선 치료 등을 담당하는 전문인력등이 포함됩니다.

나의 암치료 전담 의료진

이름	직책/분야	연락처

환자 네비게이션 서비스



누구든지 암 진단을 받게되면 본인의 치료, 예약관계, 일상생활에 관한 전반적인 걱정이 생기게 됩니다. 하지만 여러분이 모든것을 혼자서 부담하지 않으셔도 됩니다.

저희 병원의 환자 네비게이터가 여러분의 가족과 같은 마음으로 정성껏 도와드리기 때문입니다.

환자 네비게이터가 하는 일은 다음과 같습니다.

- 환자와 전담 의료진과의 다리역할
- 치료에 대한 각종 질문 해결
- 환자 개개인의 요구를 들어주고 개별화된 치료방법 소개
- 정신적 지주 역할
- 각종 예약 관리
- 환자의 전담 의료진과 환자의 진행상태 보고
- 여러 도움 단체와의 연결

암센터의 네비게이터는 환자의 담당 의료진의 일원이며 환자의 편의를 위해 최선을 다합니다.

연락처

The Cahn Family Cancer Care Companion Program
201-608-2266

TLC: 치료 교육 클래스

저희 레프코트 암전문센터는 여러분이 암 치료에 앞서서, 치료 전반에 대해 정확하게 알고 이해하는 것이 적절한 치료대비에 큰 도움이 된다고 믿습니다.

따라서 저희 병원에서는 치료 교육 프로그램을 진행하고 있습니다. 내용은 다음과 같습니다.

- 본인의 암 치료의 진행 상황
- 치료에 대한 질문 및 우려사항 논의
- 암 치료 담당 팀과의 만남
- 병원내,외적으로 받을 수 있는 도움 단체 소개

클래스 예약이나 더 많은 정보를 알고 싶으시면 201-608-2266으로 전화하시거나 담당 의료진에게 문의하시면 됩니다.

나의 교육 스케줄

날짜 _____

시간 _____

장소 _____

인퓨전 센터

최첨단 시설의 윌슨
캐플랜 인퓨전
센터는 항암치료,
생물요법치료,
면역요법치료, 수혈
등을 위한 각종 장비를
구비하고 있습니다.
뛰어난 경력의 정간호사
및 임상간호사, 약사
들로 이루어진 인퓨전
센터는 각종 암,
류마티스, 위장병, 신경,
신장, 심장, 전염병 등의
질병 치료를 담당하고
있습니다.



항암치료 (Chemotherapy)란?

항암치료란 몸속의 암세포를 죽이는 치료요법입니다. 암의 종류와 공격성에 따라 치료법을 달리하는데 암세포 제거법, 암세포 성장억제, 암으로 인한 증상완화 등으로 나뉘어 집니다.

생물요법치료나 면역요법치료의 경우 환자의 자가면역체계를 이용해 암을 치료하는 방법입니다. 이 치료는 환자의 면역체계를 자극해 암 세포를 공격하도록 하는 경우와 인공 면역체계 단백질을 환자에 투여하는 두가지 방법이 있습니다.

환자의 치료는 암의 종류와 전이상태에 따라서 달라집니다. 따라서 어느 특정한 암 치료에만 도움이 되는 약이 있을수 있으며 환자가 심장질환이나 당뇨등의 지병이 있느냐에 따라 약이 달라질 수 있습니다.

빈혈과 혈액 관리

빈혈이란 체내 적혈구의 부족으로 근육과 장기에 필요한 산소 공급이 부족한 현상입니다. 암에 걸려 항암치료 및 방사선치료를 받을시에 몸속 적혈구 수치가 영향을 받게됩니다. 잉글우드병원은 무수혈 혈액 관리 프로그램의 선구자로서 수혈없이 빈혈을 치료하고 있습니다. 암에 걸려서 방사선치료나 항암치료를 받다가 빈혈에 걸린 많은 환자들이 위에 방법으로 치료를 받고 있으며 다른 병원에서 저희 잉글우드병원으로 이송되어 치료받는 경우도 많습니다.

환자를 위한 편의시설

인퓨전 센터에는 1인용 개인실과 공용실이 준비되어 있습니다. 각 방은 최대한 환자의 편의를 위해 꾸며졌습니다. 방에 준비된 시설은 아래와 같습니다.

- 환자를 위한 안락의자 및 침대, 보호자/방문객을 위한 의자
- TV, 인터넷, 영화, 각종 교육자료를 열람할수 있는 터치 스크린
- 인터넷 Wi-Fi 무료 이용 (핸드폰 사용 허용)

공용시설은 다음과 같습니다.

- 환자의 편의를 위해 약국 및 병리과 상주
- 환자 등록, 예약, 보험 확인을 독자적 운영
- 가벼운 다과 준비
- 자료실 및 미술치료실

운영시간

월~금: 오전 7시~오후 7시

토: 오전 7시~오후 5시

일: 대기

보험 및 병원비 상담

잉글우드병원 인퓨전 센터는 각종 보험을 취급합니다. 여러분의 치료전에 환자 부담금과 보험 환급액에 관하여 보험담당직원이 상세하게 알려드립니다. 재정 보조 또는 기타 의문사항이 있으시면 상담을 요청하시기 바랍니다.

예상 치료 계획

1. **의사 만나기:** 치료 당일, 혹은 치료를 받기 며칠전에 암전문의와 만나 치료 계획과 피검사 결과에 대해 상의합니다.
2. **치료 준비:** 테크니션을 따라 안으로 들어가면 정확한 양의 약을 투여받기 위해 각종 건강상태 체크와 키와 몸무게를 잽니다. 만약 피검사가 필요할 시에 채혈할 수 있습니다. 결과는 환자의 암전문의, 약사, 그리고 담당간호사가 확인하여 치료가 안전하게 진행될 수 있도록 합니다.
3. **치료실:** 준비가 끝나면 환자는 치료를 받는 방으로 안내받습니다. 치료실은 환자의 상태와 치료방법에 따라 나뉩니다.
4. **약 준비:** 약사와 간호사는 의사가 주문한 약과 그날의 피검사를 다시 한번 확인 후 약을 준비합니다. 환자의 안전과 정확성을 위해 환자의 약은 두명의 약사와 두명의 간호사가 항상 검사합니다.
5. **약 투여받기:** 약이 준비가 되면 환자는 약을 투여받습니다. 약에 따라 10분이 걸릴수도 있고 6시간이 걸릴수도 있습니다. 약 투여시간에 대한 문의사항이 있을시 담당 간호사에게 알립니다.
6. **치료 마감:** 약 투여가 끝나면 담당간호사로부터 퇴원 조치를 받게됩니다. 예약 담당자와 만나 다음 치료날짜를 예약하고 귀가하시면 됩니다.

자주 하는 질문

옷은 어떻게 입는게 좋을까요?

옷은 편한한 옷을 입으시되 두꺼운 옷 보다는 얇은 옷 여러장을 겹쳐서 입으시면 좋습니다. 항암치료를 위해 가슴에 포트를 달고 계신분들은 버튼이나 지퍼가 달린 셔츠를 입으시는것이 좋습니다. 다른 환자분들의 편의를 위해 향이 강한 향수등은 피하시기를 권장합니다.

가져가야할 준비물이 있나요?

베개와 담요는 병원에서 제공해드리지만 집에서 가지고 오셔도 상관없습니다. 장시간 치료를 받으실 경우 책이나 뜨개질, 그림책 등을 가지고 오셔도 되며 병원에서 제공하는 미술치료 프로그램을 경험해 보실 수도 있습니다.

가족이나 친구를 데려가도 되나요?

치료를 받으러 오실때 한명과 함께 오실수 있습니다. 동행하시는 분이 치료후 집으로 데리고 가줄 수 있는 분이면 제일 좋습니다. 몸이 아프거나 감기 증상이 있거나 13세이하의 아동은 환자와 동행할 수 없습니다.

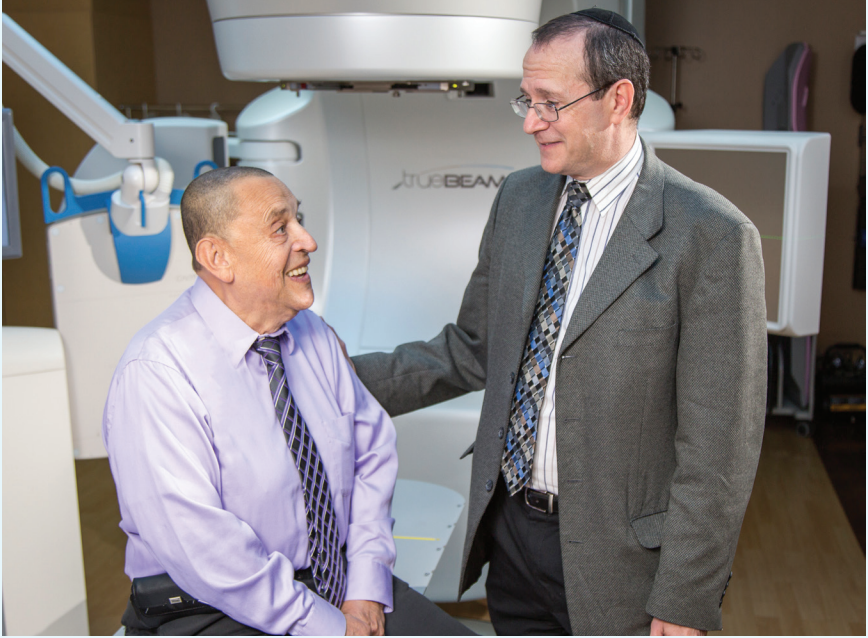
치료시간동안 음식을 먹어도 되나요?

병원에 오기전 가볍게 식사를 하고 오시는 것이 좋으며 음식을 가지고 오거나 병원내 식당에서 음식을 사와서 드실 수도 있습니다. (전자렌지 구비) 하지만 다른 환자분들을 위해 향이 강한 음식은 피하시길 바랍니다. 2시간 이상 치료를 받으시는 환자분들께는 가벼운 다과를 제공해드립니다.

연락처

Wilson Kaplan Infusion Center
201-894-3600

방사선 치료



방사선치료는 암 치료에 흔히 사용되는 치료법입니다. 방사선은 우리 몸속에 있는 암 세포의 유전자를 공격해 크기나 그 수가 더이상 자라지 않도록 막는 역할을 합니다. 따라서 방사선치료는 암 세포를 죽이거나 암의 번식 속도를 줄이거나 통증을 완화하는 요법으로 많이 쓰입니다. 환자는 암 종류에 따라 방사선 치료만 받거나 암수술, 항암치료, 면역요법치료 등이 병행될 수 있습니다. 이곳 방사선 센터에서는 유방암, 폐암, 전립선암, 대장암 등과 같은 여러가지 암을 다 치료합니다.

보통 방사선치료는 주 5일 진행되며 짧게는 몇주에서 길게는 몇달간 진행이 됩니다. 방사선센터를 이용하시는 환자분들은 본 병원의 정문을 통하지 않고 별도의 출입문으로 들어오실 수 있습니다.

최고의 수준을 갖춘 최상의 시설

저희 방사선센터는 미국 방사선 종양 치료 인증 프로그램 연합 (ACRO) 로부터 최고의 수준을 갖추었다고 평가받았습니다. 잉글우드 병원에서는 방사선 치료에 필요한 최상의 시설을 갖추고 있으며 리스트는 아래와 같습니다.

- 외부방사선치료를 할수있는 Varian TrueBeam 기계 사용
- 방사선 물질이 암 조직 안, 혹은 매우 근접하게 투입되어서 치료하는 방식인 고선량률 (HDR) 과 저선량률 (LDR) 근접치료 가능
- 종양의 형태나 윤곽에 따라 매우 정확하게 방사선 물질을 투여하는 강도 변조 방사선 요법 (IMRT) 사용
- 매 치료마다 정확한 위치를 치료할 수 있도록 치료 도중에 치료 부위 영상을 찍을 수 있는 영상 유도 방사선 치료 (IGRT) 사용
- 적은 시간에 최대한 많은 양의 방사선 물질을 투여받을 수 있도록 도와주는 정위방사선수술 (SRS)과 정위적 방사선요법 (SRT) 사용
- 몸속 다른 부위는 건드리지 않고 치료를 받아야 하는 부위만 정확하게 치료하는 칼립소 추적 시스템 (Calypso tracking system) 사용
- 방사선 치료를 받는동안 환자의 몸이 제대로 위치되었는지 확인하고 환자의 움직임을 추적하는 시스템인 광학표면 관찰 시스템 (OSMS) 사용

방사선 치료진

방사선센터의 치료진은 다음과 같습니다.

- 방사선종양학 담당의사 - 방사선 치료를 처방하고 환자의 전반적인 진행과정을 주관하는 의사
- 의학 물리학자와 선량측정사 - 컴퓨터 프로그램을 통해 환자에게 맞는 방사선 치료 계획을 세움
- 방사선 요법사 - 방사선 치료 기기를 작동함
- 방사선 종양학 담당 간호사 - 다른 치료진들을 지원하며 환자가 치료를 받는 동안 환자 케어를 담당함

운영 시간

월 ~ 금: 오전 8시 ~ 오후 6시

예상 치료 계획

방사선 치료를 받기위한 몇가지 절차를 알려드립니다.

1. 일단 방사선 치료 담당의사를 만나서 본인의 의료정보를 확인하고 방사선 치료 계획에 대한 설명을 듣습니다.
2. 그다음에는 치료 계획 시간입니다. 방사선치료를 받을 정확한 위치 표시를 위해 CT 스캔을 찍습니다. 종양의 크기, 모양, 위치 등을 정확히 파악해서 치료 계획을 짜기 때문입니다. 몸에 하는 표시는 작은 점 크기의 표시로 영구적 문신입니다.

3. 치료 계획이 끝나면 다시 한번 병원에 들려 마지막으로 치료 계획을 확인하게 됩니다. 그다음 치료를 받으러 올 시간과 날짜를 예약합니다. 환자의 편의를 위해 치료는 가능하면 매번 같은 시간대에 짜여지며 치료 소요시간은 보통 15분 내외로 진행됩니다.
4. 치료가 시작되면 일주일에 한번 담당의사나 담당간호사와 만나 진행상황에 대해 상의하는 시간을 갖습니다. 이때 평소 질문이 있었거나 치료에 대한 부작용이 있을시 상담을 받고 적절한 해결책을 전달받을 수 있습니다.

연락처

Coe Radiation Oncology Center
201-894-3125

암 고위험군 진단 및 유전자 상담



암전문센터의 암 고위험군 진단 및 유전자 상담을 담당하는 전문 간호사들은 환자가 암에 걸릴 확률과 유전적 문제에 대한 상담을 해줍니다. 본인이 아래 사항에 해당이 되면 상담을 신청할 수 있습니다.

- 본인, 혹은 가까운 친척중 다수가 50세 이전에 암 진단을 받은 경우
- 한가지 이상의 암 진단을 받은 경우
- 세명 이상의 가까운 친척이 각자 다른 암에 걸린적이 있는 경우

이 외에도 특정한 환경적 요인이나 생활방식에 따라 암에 걸릴 위험이 높아질 수 있습니다. 만약 본인이 위험군에 속한다고 생각이 된다면 상담 요청을 하실 수 있습니다. 상담 내용은 아래와 같습니다.

- 본인의 의료 정보 및 가족력 확인
- 병원에서 필요로 하고 본인이 원할시 유전자 검사 실시. 유전자 검사는 주로 유방암과 대장암의 경우 실시되지만 자궁, 위, 난소, 폐, 피부, 췌장암등 각종 암 및 대장 용종증과 같은 질병에도 실시되고 있습니다. 결과는 환자에게 자세히 알려줍니다.
- 암에 걸릴 확률을 낮추는 방법 및 정기 검진에 대한 상담 (예를들면 정기적 유방암 검사, 금연, 규칙적인 운동 권유)

연락처

더 자세한 내용 및 예약을 원하시면
201-608-2608로 문의바랍니다.

임상시험

현대의학에서 암치료법의 눈부신 발전은 꾸준한 임상시험의 결과라고 할 수 있습니다. 임상시험을 통하여 새로운 치료법과 치료약이 개발되고 있습니다. 임상 시험은 환자의 몸에 얼마나 안전하고 효과적인지 면밀한 검사 후 진행됩니다.



잉글우드병원은 최상의 환자 케어를 제공하기 위해 노력합니다. 그 노력의 일환으로 다양한 임상시험을 통해 환자를 위한 새로운 치료 방법을 꾸준히 연구하고 있습니다. 따라서 가장 최신 치료 방법을 필요한 환자들에게 제공할 수 있습니다. 또한 국립 암 연구소와 협의해 암 치료에 있어 가장 효과적인 약이 무엇인지 파악하기 위한 암 세포 생물학에 대해서도 연구하고 있습니다.

알아두세요

- 간호사, 임상시험 담당자 등을 포함한 모든 의료진은 환자에게 임상시험에 대한 필요한 정보를 알려줄 수 있습니다.

- 임상실험에 참여하는건 환자의 자발적 선택입니다. 꼭 해야할 의무는 없습니다.
- 임상실험 중도에 언제든지 그만두실 수 있습니다.
- 실험에 참가하기로 결정하신 분들께는 깊은 감사를 드립니다. 임상실험이 환자 본인에게는 물론 미래에 같은 병을 앓는 다른 환자들에게도 큰 도움이 될것입니다.

본인에게 해당되는 임상실험이 진행되고 있는지 의료진과 꼭 상의해보시기 바랍니다.

임상실험에 대한 더 자세한 내용은 병원 웹사이트 englewoodhealth.org/clinicaltrials 또는 clinicaltrials.gov를 방문하시기 바랍니다.

통증 완화 서비스

통증 완화란 환자의 치료 과정의 시작에서 끝까지 환자의 삶의 질을 향상시키는데 목적을 둔 치료법이며 암의 각종 부작용과 증상들을 예방 및 치유하는 것이 목적입니다. 통증 완화가 암 치료를 대신할 수는 없지만 치료과정을 견디시는데 도움을 드리는 방법이며 이는 환자뿐 아니라 가족에게도 도움이 되고 있습니다.



따라서 환자가 각종 통증, 숨가쁨, 피로, 미식거림, 변비, 식욕부진, 불면증 등의 증상으로 고통받고 있다면 통증 완화 서비스에 대하여 문의하시기 바랍니다. 약으로하는 치료와 병행하며 몸, 마음, 그리고 정신적인 치유를 돕는 것이 통증 완화 서비스가 추구하는 바입니다.

통증 완화 팀은 담당의사, 임상간호사, 정간호사, 사회복지사, 목사, 약사, 영양사, 소아전문가 등으로 이루어져 있으며 환자의 주치의와 암전문의 등과 함께 환자에게 가장 필요한 치료가 무엇인지 상의합니다. 이 치료를 통해 얻을수 있는것은 다음과 같습니다.

- 환자는 불안감이나 스트레스가 적은, 보다 편안한 환경에서 본인의 치료를 좀 더 적극적으로 관리할 수 있습니다.
- 통증 완화 팀은 환자가 병원을 방문할때마다 환자의 요구사항과 환자가 생각하는 치료의 목표가 다 충족되어지고 있는지 확인합니다.
- 환자는 일상 생활을 유지할 수 있습니다. 통증 완화 치료법은 환자가 암 치료를 잘 받을수 있도록 도와주며 환자의 현재 상태에 대한 이해를 돕기 때문에 환자가 보다 양질의 삶을 즐길 수 있도록 합니다.

통증 완화 서비스를 원하시면 담당 의사와 반드시 상의를 하시기 바랍니다. 별도의 주치의의 추천은 필요하지 않습니다.

연락처

Palliative Medicine
201-894-3896

대체 의학 서비스



잉글우드병원의 대체 의학 서비스를 제공하는 그래프 센터는 건강이란 몸과 마음을 함께 치료할때 비롯된다고 믿고 있습니다. 그래프 센터에는 치료에 따른 허가와 인증을 받은 각종 치료사들이 질병의 예방 및 회복을 도우며 특히 미식거림, 통증, 저혈압, 스트레스 완화 등에 많은 도움을 줍니다.

환자를 위한 편안한 환경으로 꾸며진 그래프 센터는 차분한 음악과 은은한 조명 등, 최대한 환자에게 안정이 되는 분위기로 몸과 마음을 힐링시켜줍니다.

그래프 센터에서는 암 환자분들을 위한 여러 서비스를 제공하고 있습니다.

- **침술** - 침술로써 항암치료나 수술로 인한 미식거림, 구토, 신경장애, 두통, 목과 허리 통증, 관절염 등과 같은 증상을 완화시킬 수 있습니다. 정식 허가를 받은 침술사가 환자의 필요에 따라 맞춤 치료를 진행합니다.
- **마사지 테라피** - 마사지를 통해 스트레스, 근육 및 신경통, 두통, 불면증과 같은 증상이 완화될 수 있습니다. 스웨덴식 안마를 포함한 안마 치료, 딥티슈 안마, 신경근 안마 등 여러 서비스가 가능합니다.

- **스트레스 관리 워크숍**
- 스트레스 완화하는 방법과 내 스스로 내몸의 주인이 되는 방법을 알려드립니다.

- **기치료 (Reiki)** - 손으로 스트레스 완화를 돕는 일본식 기치료입니다. 기치료는 항암치료를 받는 중간에 병행할 수 있습니다.



- **요가** - 몸과 마음을 합치는 요가 수업은 누구나 참가할 수 있으며 암 환자만을 위한 수업 및 환자 가족만을 위한 수업이 따로 진행됩니다.
- **의료 상담** - 본 센터의 담당의와 본인의 치료와 상태에 대한 상담을 할 수 있습니다.
- **금연** - 금연을 원하는 환자들을 위해 그룹 프로그램, 명상, 침술 등을 제공합니다.

이 외에도 건강한 삶을 유지하는데에 도움을 주는 여러 수업 및 워크숍을 진행하고 있습니다. 예약 및 문의는 아래 연락처를 이용하십시오.

연락처

그래프센터는 잉글우드병원 암센터의
5층에 자리잡고 있습니다.

350 Engle Street
Englewood, NJ 07631

201-608-2377

grafcenter@ehmchealth.org
englewoodhealth.org/graf

Like us on Facebook: TheGrafCenter

영양 상담



힘든 암 치료를 잘 견디기 위해서는 건강한 식단이 무엇보다 중요합니다. 비타민, 미네랄, 단백질 등 보충제를 복용하거나 물을 잘 마시는 것 만으로도 치료에 도움이 될 수 있습니다. 이곳 암전문센터에서는 숙련된 영양사들이 암전문의와 상의해 환자에게 알맞은 식단을 준비하는데 도움을 줍니다. 특히 새 환자로 등록이 되면 개인 영양 상담을 받으실 수 있습니다.

암 치료에 있어 균형있는 식단이 중요한 이유는 다음과 같습니다.

- 감염에 노출될 확률을 낮춤
- 활력과 에너지가 높아짐
- 저체지방 유지
- 신체조직 재건

- 체력 강화
- 치료후 빠른 회복
- 면역력 강화
- 전반적인 건강 유지

영양사에게 궁금한점이 있을시 다음과 같은 질문을 하십시오.

- 항암치료나 방사선치료를 받을때 주의해야할 음식은 무엇이 있나요?
- 치료 부작용인 피로, 미식거림, 설사, 변비, 몸무게 변화 등에 효과적인 음식은 무엇이 있나요?
- 생과일이나 생야채, 또는 단 음식은 피해야 하나요?
- 채식 위주의 식사를 해도 되나요?

목이나 머리쪽에 암이 있는 환자인 경우 음식을 씹어 넘기는데 어려움이 있을수 있기 때문에 특별한 식단을 준비해야 합니다. 이러한 환자들은 영양 상담을 통해 본인에 맞는 식단에 대한 조언을 받을 수 있습니다.

연락처

영양 상담 서비스
201-894-3867

지원 서비스

환자와 가족이 치료를 받는 동안은 물론 전, 후에 필요한 정신적 지지 및 실질적 도움을 주는 서비스입니다. 병원에서 제공하는 여러가지 서포트 그룹을 통해 다른 환자 및 환자 가족분들을 만나 서로 위로받고 정보를 나눌수도 있습니다.



연락처

Cathy Verhulst, MS, LCSW
Oncology Social Worker - Certified
Manager, Patient Navigation
201-608-2162

유방암 서포트 그룹

이 그룹은 유방암을 앓고있는 모든 여성들을 위한 서포트 그룹이며 여러 정보 및 응원을 받을 수 있는 모임입니다. 정기 모임은 매달 첫번째, 세번째 금요일, 오전 10:30에서 오후 12시까지입니다. 자세한 정보는 201-608-2162로 문의바랍니다.

부인과암 지원 프로그램

이 서포트 그룹은 모든 부인과암을 갖고 있는 여성들을 위한 모임입니다. 자세한 정보는 201-608-2162로 문의바랍니다.

SPOHNC (구강암, 두부암, 경부암 환자를 위한 서포트 그룹)

이 단체는 구강암, 두부암, 경부암을 앓고있는 환자와 가족들을 위한 단체입니다. 서로 정보를 교환하고 응원하는 정기모임이 매달 4 번째 수요일 저녁 7시에 잉글우드병원에서 있습니다. 추가 내용은 담당자인Patrick Taafee 201-931-6394, pjt1096@gmail.com으로 문의바랍니다.

Look Good Feel Better

미국 암 협회에서 후원하는 이 단체는 암에 걸린 여성들을 위해 피부관리, 화장, 가발 등과 같은 미용 관련 도움을 줍니다. 2달에 한번 월요일 오후 1시~3시사이에 정기적 모임을 갖습니다. 등록은 필수이며 201-608-2162로 문의바랍니다.

신경장애 지원 그룹

암을 치료하는 약이 신경장애를 일으킬 수 있습니다. 이 단체는 신경장애를 앓고있는 사람들의 모임이며 3월에서 5월, 9월에서 11 월까지 세번째 목요일 저녁 7시에 정기모임을 갖습니다. 더많은 정보를 원하시면 Rich Booz (201-587-1250), Mary Robertson (973-226-1535), Tom McCullum (201-692-9313), Dean Lewis (631-223-8416)으로 문의하시기바랍니다.

보호자 지원 그룹

암환자를 돌보는 보호자들도 도움이 필요할때가 있습니다. 이 서포트 그룹을 통해 다른 보호자들을 만나 서로 어려운 점을 이야기하고 정보를 교환할 수 있습니다. 이 그룹은 자격증을 소지한 사회복지사가 주관합니다. 자세한 정보는 201-894-3333으로 문의바랍니다.

금연 프로그램

이 모임은 금연을 원하는 모든 사람들에게 무료로 진행됩니다. 서로 금연을 위한 정보를 주고받을 수 있습니다. 이 모임은 미국 폐 협회의 금연 프로그램에서 정식 자격증을 소유한 사회복지사가 주관합니다. 자세한 내용은 201-608-2377로 문의바랍니다.

체리티 케어 프로그램

뉴저지주에서 제공하는 체리티 케어 프로그램은 보험이 없거나 비싼 보험료를 내야하는 사람들에게 병원비를 지원해주는 프로그램입니다. 지원자격이 맞아야하며 소득 및 재산 제한이 있습니다. 병원 1층에 위치한 Financial Counseling Office로 방문바라며 방문시간은 월~금, 9시~3시 (12시~1시는 점심시간)이고 전화번호는 201-894-3918입니다.

미술 치료 프로그램

병원에서는 암 치료를 받으시는 분들을 위해 미술 치료를 제공합니다. 미술 치료를 통해 암 치료에 따른 복잡하고 힘든 생각들을 미술로 표현할 수 있으며 또한 긍정적인 마음을 갖게끔 도와줍니다. 상담 치료가 불편한 환자들에게 특히 도움이 많이 되며 환자의 가족들에게도 좋습니다. 자세한 내용은 병원의 인퓨전 센터에 문의바랍니다.

Heel the Soul

암을 앓고있는 여성 환자분들을 돕는 단체이며 자세한 문의는 201-894-3980으로 문의바랍니다.

잉글우드병원 한인건강센터 소개

잉글우드병원의 한인건강센터는 한국인 직원들로 꾸며져있으며 한인 환자분들과 가족분들의 편의를 위해 통역 서비스, 의사 추천, 진료 예약 등을 포함한 여러 서비스를 제공해드리고 있습니다. 한인건강센터는 병원내에서 주중 오전 9시부터 5시까지 근무합니다. 자세한 정보는 201-608-2341 한인건강센터로 문의바랍니다.

암에 대해 자녀와 대화하기



어린 자녀를 둔 암 환자의 경우 본인의 질병으로 인해 자녀가 받을 영향에 대한 고민을 하게됩니다. 아이들은 집안에 일어나는 모든 일들에 대해 쉽게 영향을 받기 때문입니다. 자녀와 암에 대해 대화하는 것이 쉬운일은 아니지만 숨길수도 없는 일이기 때문에 병원에서는 환자가 자녀와 잘 대화할 수 있도록 아동심리 전문가, 사회복지사등의 전문가의 도움을 제공합니다.

아래는 자녀와 대화할때 알아두면 좋은 팁입니다. 아이들은 나이에 따라, 성격에 따라 이해의 폭이 다를 수 있으니 참고하시기 바랍니다.

- **최대한 솔직하게 말하세요.** 아이들은 자기들이 모르는 것이나 준비가 안된것들에 대해 가장 두려워 합니다. 자녀가 여러명인 경우 한명씩 조용한 자리로 불러 아이들이 본인의 감정에 대해 충분히 얘기할 수 있는 시간을 주십시오. “암” 이라는 단어를 숨기지 말고 꼭 사용하여 친숙하게 느끼게 하며 치료 기간 중 가족들에게 끼칠 영향에 대해 충분히 설명하세요.

- **질문을 많이 하게끔 격려하세요.** 아이들에게 대화 할 때는 같은 내용을 반복해서 해야할 수도 있습니다. 따라서 아이가 이해하고 있는지 중간중간에 계속 물어보고 어떤 질문을 해도 괜찮다고 북돋아주세요.
- **암에 걸린건 너의 잘못이 아니란다.** 아이들은 부모가 암에 걸린 이유가 자기 때문이라고 생각하기 쉽습니다. 왜냐하면 주변에 일어나는 모든 일들이 자기로 인해 일어난다는 사고를 갖고있기 때문입니다. 따라서 아이가 사고를 쳤거나 엄마 아빠를 화나게 해서 암에 걸리게 아니라는 것을 정확히 말해주세요.
- **암은 전염병이 아니란다.** 부모가 암에 걸려도 평소와 마찬가지로 안아주고 뽀뽀를 해도 괜찮다고 상기시켜 주시기 바랍니다.
- **평소 하던 규칙적인 일과를 유지하세요.** 최대한 전과 달라지는게 없어야 아이들은 안정감을 느끼고 부모가 보살피고 있다라는 것을 느낍니다.
- **꾸준히 대화하세요.** 치료 중간 중간에 계속해서 아이에게 질문은 없는지 물어보세요. 또한 새로운 내용이나 달라지는 상황이 있으면 바로바로 아이에게 알려줘야 아이가 안정을 느낍니다.
- **아이의 행동 변화를 잘 관찰하세요.** 만약 아이가 식습관, 수면, 학교생활 등에 변화를 보이거나 전과는 다른 행동을 보인다면 아이와 대화를 해보세요. 필요시 의료진이나 소아과 의사선생님, 정신과 의사선생님과 상담을 요청하시기 바랍니다.

자녀와의 대화시 가장 중요한것은 솔직함입니다. 아이가 어려운 시기를 잘 보낼 수 있도록 대화의 창을 열어주세요. 부모가 먼저 아이에게 마음을 열면 아이도 똑같이 마음을 열고 대화할 것입니다. 자녀에게 사랑하는 가족이 암에 걸려서 화가 나고 슬프고 두려워 하는 것은 정상이라고 말해주세요. 그리고 무엇보다 치료기간중 자녀를 잘 보살피기 위해선 환자 본인을 먼저 돌봐야 합니다. 도움이 필요시 언제든지 주변에 도움을 요청하시기 바랍니다.



연락처

위의 내용에 대해 더 자세한 상담을 원하시면
아래 담당자에게 연락바랍니다.

Michelle Brauntuch, MS, CCLS
Manager, Child Life Services
Englewood Hospital and Medical Center
201-894-3635

기타 도움 기관

잉글우드병원 암전문센터에서 드리는 다양한 정보 외에도 환자와 환자가족에게 여러 가지 도움을 주는 기관들이 많이 있습니다.

암에 대한 정보 및 도움 제공

- **미국 암 협회 (American Cancer Society):** 1년 365일 24시간 전화로 암에 대한 정보, 재정적 지원 등에 대한 상담이 가능합니다. 1-800-227-2345이나 www.cancer.org로 문의바랍니다.
- **CancerCare of New Jersey:** 비영리로 운영되는 이 단체는 환자와 환자가족을 위해 무료 상담, 교육 프로그램, 재정적 지원 등을 제공해드립니다. 800-813-4673이나 www.cancercare.org로 문의바랍니다.
- **Cancer Hope Network:** 환자를 위한 일대일 상담을 무료로 제공하는 기관입니다. 800-552-4366이나 www.cancerhopenetwork.org로 문의바랍니다.
- **Cancer Support Community:** 환자와 환자의 가족을 위해 암에 관한 여러 최신 자료, 식단 등을 제공하고 개인 웹사이트 제작도 도와줍니다. 뉴저지 티넥 (Teaneck)에서 제공되는 프로그램에는 뜨개질, 드럼연주, 암 회복에 좋은 운동 등이 있습니다. 201-833-3392나 www.cancersupportcommunity.org로 문의바랍니다.
- **백혈병및 림프종 기관:** 백혈병, 림프종 등과 같은 혈액암을 앓고있는 사람들을 도와주는 단체입니다. 800-955-4572나 www.lls.org로 문의바랍니다.

- **Cancer.Net:** 이 웹사이트는 American Society of Clinical Oncology (미국 임상 종양 협회)로부터 인증받은 암에대한 자세한 정보를 알려드리는 사이트입니다.

재정적, 법률적 및 경제활동에 대한 상담

- **Cancer and Careers:** 이 단체는 암 환자들에게 직장생활에 필요한 여러가지 도움을 제공합니다. 웹사이트를 통해 다양한 정보를 볼수 있고 직업 코칭이나 교육 세미나 등도 제공합니다. www.cancerandcareers.org로 문의바랍니다.
- **Cancer Legal Resource Center:** 이 단체는 암환자와 가족들에게 암에 관련된 법적 조언 및 자료를 제공합니다. 관련 주제로는 보험 적용, 직장에서의 병가 신청, 정부 보조금, 재산 관리 등이 있습니다. 만약 암 치료를 위해 직장에서 병가를 신청하는데 도움이 필요하시다면 866-999-3752나 www.cancerlegalresources.org 로 문의바랍니다.
- **NJHelps.org/211:** 이 단체를 통해 푸드 스탬프, 메디케이드, 전기료 보조등에 대한 정보를 받으실 수 있습니다. 웹사이트 www.njhelps.org를 방문하시거나 211로 전화하셔서 문의바랍니다.
- **Patient Advocate Foundation:** 암 치료로 인해 경제적인 어려움을 겪고 계신다면 이 단체로 연락하셔서 경제적 지원이나 보험 관련 정보를 받으실 수 있습니다. 800-532-5274나 www.patientadvocate.org로 문의바랍니다.

교통편 보조

- **Bergen County Community Transportation:** 장애인, 혹은 60세이상 노인들에게 무료로 차편을 제공합니다. (이용시 \$1 도네이션 권장) 7일전 예약을 해야하며 장애인의 경우 장애인증서를 소지하여야 합니다. 예약 및 문의는 201-368-5955입니다.
- **Logisticare Transportation:** 메디케이드가 있는 환자만 사용 가능한 서비스입니다. 866-527-9933이나 www.logisticare.com을 문의바랍니다.
- **NJ Transit-Access Link:** 장애가 있어 일반 로컬 버스 노선 서비스를 사용할 수 없는 분들을 위한 서비스입니다. 서비스 이용 요청시 NJ Transit에서 직접 면접을 나옵니다. 버스 서비스는 주 7일 오전 7시 30분에서 오후 4시까지 입니다. 800-955-2321이나 www.njtransit.com으로 문의바랍니다.

집안일 보조

- **Cleaning for a Reason:** 암 치료를 받고있는 여성들을 위해 무료로 집 청소를 해주는 업체입니다. 웹사이트 www.cleaningforareason.org 를 통해 신청바랍니다.
- **Magnolia Meals at Home:** 이 회사는 유방암, 감상선암, 신장암, 연조직 육종을 앓고있는 환자들에게 무료로 식사를 배달해 줍니다. 배달 가능한 지역은 버건, 에섹스, 웨스트체스터, 로클랜드, 파세익 등입니다. 자세한 내용은 www.magnoliamealsathome.com이나 1-800-813-HOPE, ext. 6809 로 문의바랍니다.

- **무료 청소 서비스:** MaidPro라는 청소업체가 암에 걸린 환자의 집을 무료로 청소해줍니다. 가능한 지역은 뉴저지 버겐카운티 (Emerson, Oradell, River Edge, Ridgewood, Fair Lawn, Glen Rock, Wyckoff, Allendale, Paramus, Midland Park, Saddle River, Waldwick, Washington Township, HoHoKus, Ramsey) 입니다. 자세한 내용은 Kathy Nugent, 201-301-6809, knugent@cancercare.org이나 Ariana Parmese, 201-301-6808, aparmese@cancercare.org로 문의바랍니다.

암에 걸린 여성들을 위한 정보

- **Sharsheret:** 이 단체는 유방암에 걸린 유태인 여성들을 위한 단체입니다. 자세한 내용은 866-474-2774나 www.sharsheret.org로 문의바랍니다.
- **Sisters Network:** 이 단체는 유방암에 걸린 흑인 여성들을 위한 단체입니다. 자세한 내용은 866-781-1808, infonet@sistersnetworkinc.org, www.sistersnetworkinc.org로 문의바랍니다.
- **Triple Negative Breast Cancer Foundation:** 이 단체는 삼중음성유방암 (triple negative breast cancer)에 대한 인식을 올리고 이 병에 대한 원인을 찾는 일에 여러 지원을 하고 있습니다. 자세한 내용은 877-880-8622나 www.tnbcfoundation.org로 문의바랍니다.

암에 걸린 청소년들을 위한 정보

- **I'm Too Young for This Cancer Foundation:** 이 단체는 암에 걸린 청소년들에게 필요한 여러 정보 및 도움을 주는 단체입니다. 자세한 내용은 www.stupidcancer.org로 문의바랍니다.

- **Young Survival Coalition:** 암에 걸린 40세 미만의 여성들에게 도움을 주는 단체입니다. 자세한 내용은 www.youngsurvival.org로 문의바랍니다.

운동 및 통합의학

- **Mary's Place by the Sea:** 이 단체는 암에 걸린 여성환자들에게 통합의학 서비스 등을 제공하며 쉴 수 있는 숙박시설을 무료로 제공합니다. 마음과 몸이 치유되는 경험을 느끼고 싶은 분들은 www.marysplacebythesea.org로 문의바랍니다.
- **Tennis for Life:** 이 단체는 유방암을 이겨낸 환자들에게 무료로 테니스 레슨을 해줍니다. 초보자도 환영합니다. 버겐카운티 주민은 201-384-3816이나 cydmc1@gmail.com, 라클랜드 카운티 주민은 845-365-0147이나 andie23@aol.com으로 문의바라며 웹사이트는 www.tennisforlife.org 입니다.

탈모와 가발

항암 치료로 인해 탈모로 고생하시는 분들에게 도움을 주는 단체입니다.

- **미국 암 협회**에서는 무료로 가발을 맞춰드립니다. 예약 및 문의는 800-227-2345로 전화하세요.
- **Do Wonders**라는 가발전문점은 뉴저지 티넥에 위치하고 있으며 가발을 구입하기 힘든 환자들에게 중고 인모가발을 제공합니다. 자세한 내용은 201-837-6770으로 문의바랍니다.
- **Just for You Center:** 가발을 구입하기 힘든 환자들을 위해 무료로 가발을 맞춰주는 회사입니다. 잉글우드 병원에 한달에 한번 와서 피팅을 해줍니다. 예약필수이며 전화번호는 201-608-2162 입니다.

암 치료 공유하기

- **CarePages:** 이 웹사이트는 암을 가진 환자가 가족이나 친구들에게 본인의 치료 과정을 공유하게 해주는 사이트입니다. 또한 환자를 위한 여러 정보등을 제공합니다. 자세한 내용은 www.carepages.com으로 문의바랍니다.
- **Memories Live:** 이 단체는 환자의 사진이나 이야기 등을 영화로 제작해 사랑하는 사람들에게 공유할 수 있게 해줍니다. 자세한 내용은 646-245-1698이나 www.memorieslive.org로 문의바랍니다.
- **Beautiful Self:** 암에서 완치된 환자들을 위해 패션 모델같은 사진을 찍어줍니다. 자세한 내용은 www.beautifulself.org로 문의바랍니다.

Notice of Nondiscrimination

Englewood Hospital and Medical Center (EHMC) complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. EHMC does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex. EHMC provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as qualified sign language interpreters and/or written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats). EHMC provides free language services to people whose primary language is not English, such as qualified interpreters and information written in other languages. If you need these services, contact our Patient Relations Department. If you believe that EHMC has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance with our Patient Relations Department, 350 Engle Street, Englewood, NJ 07631; telephone: 201-894-3368; email: patrel@ehmchealth.org. You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help, our Patient Relations Department is available. You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at ocrportal.hhs.gov or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue, SW Room 509F, HHH Building Washington, D.C. 20201, 800-368-1019, 800-537-7697 (TDD). Complaint forms are available at hhs.gov/ocr.

AR	.لاستفادة من خدمات المساعدة اللغوية، اتصل على الرقم 201-894-3368
ES	Para asistencia lingüística gratuita, llamar al 201-894-3368.
FR	Pour bénéficier d'un service d'aide linguistique gratuit, appelez le 201-894-3368.
GU	भङ्गन भाषा सहायता सेवाओं माटे 201-894-3368 पर क्रॉब करे.
HI	निशुल्क भाषा सहायता सेवाओं के लिए 201-894-3368 पर कॉल करें।
HT	Pou sèvis asistans ak lang gratis, rele 201-894-3368.
IT	Per avere servizi gratuiti di assistenza linguistica, chiamare il numero 201-894-3368.
KO	무료 통역 서비스를 원하시면 201-894-3368로 문의바랍니다.
PL	Usługi bezpłatnej pomocy językowej zadzwoń 201-894-3368.
PT	Para serviços de assistência de idioma grátis, chame 201-894-3368.
RU	Для получения бесплатных языковых услуг обращайтесь по телефону 201-894-3368.
TL	Para sa mga libreng serbisyo ng tulong sa wika, tumawag sa 201-894-3368.
UR	مفت لسانی معاونت کی خدمات کے لیے 201-894-3368 پر کال کریں۔
VI	Đổi với các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí, vui lòng gọi đến số 201-894-3368.
ZH	如需免费语言协助服务，请致电 201-894-3368。



ENGLEWOOD

HOSPITAL AND MEDICAL CENTER

Your hospital for life.

The Lefcourt Family Cancer Treatment and Wellness Center

350 Engle Street, Englewood, NJ 07631

201-608-2266

201-608-2341 (한국어 서비스)

cancer.center@ehmhealth.org

englewoodhealth.org/cancer