



ENGLEWOOD
HOSPITAL AND MEDICAL CENTER

Family Birth Place

세계의 권위 있는 의료기관
에비엠



목차



3

가족분만센터 소개

출산 교육 및 출산 준비

7

9

산모와 아기의 건강상태 점검

출산 용품

11

12

입원 생활

모유수유

14

16

주요 연락처



Welcome!

가족분만센터에 오신 것을 환영합니다



새롭게 단장한 잉글우드병원의 가족분만센터는 최고 호텔급 숙박시설을 갖추고 있으며, 산모 관리 서비스 부분에서 많은 수상 기록을 가지고 있습니다. 전문의 자격증을 가진 산부인과 의사들과 간호사들은 기대와 설렘으로 가득찬 산모들에게 개개인에 맞는 진료 계획을 세워서 진통과 분만을 포함하는 출산 과정을 온 가족의 기대에 부응할 수 있도록 최선을 다할 것입니다. 잉글우드병원은 Healthgrades가 선정한 산부인과 부문 전국 상위 5%에 들었으며 지난 12년간 연속으로 별 5개인 최고 평가를 받아왔습니다. 무엇보다도 소중한 산모와 아기의 건강을 위해 잉글우드병원의 임산부 서비스는 각종 교육, 강의, 영양 상담, 다양한 전문의료 서비스를 포괄하고 있습니다. 잉글우드병원은 산모분들께 최고의 출산 경험을 선사할 것입니다.



가족분만센터의 주요 서비스

무료 무선 인터넷

무료 발렛 파킹 및
무료 주차권 발급





보호자를 위한 편안한 소파 침대

병실 음악 감상 시설
수술실 위성 라디오 시설

21
소파 침대가 완비된
21개의 산모 1인실



산후 마사지 서비스
(가격 및 일정 문의)





스쿼트 자세를 통해 분만을 돕는 스쿼트 바는 필요시 침대에 설치 가능합니다

8

태아 심폐소생 기구와
개인 전용 화장실을 갖춘
8개의 넓은 분만실

7

통증 관리를 위한
7개의 월풀 욕조



3

고위험 출산을 위한
3개의 산전 모니터실

진통 중 걸어다니기를
원하는 산모를 위한 원격
태아 모니터기 완비





산모가 출산과정을 볼 수 있게 해주는 천장 거울

한식을 포함한 다양한
룸서비스 메뉴

2

제왕절개 출산을 위한
2개의 수술실



18

18개의 신생아
중환자실



healthgrades®

*헬스그레이즈 선정 우수 산부인과 10년 연속 수상 (2005-2014)

*헬스그레이즈 선정 2년 연속 산부인과 부분 상위 5% (2013, 2014)

*헬스그레이즈 선정 12년 연속 별 5개인 최고 평점 획득 (2003-2014)

출산 교육

더 자세한 정보 및 등록은 866-980-EHMC, 또는 출산 교육 부서인 201-894-3727로 전화 바랍니다.

출산 교육 부부 \$150

이 프로그램은 5주간 진행되며 출산 교육, 가족분만실 방문 및 잉글우드병원 소속 소아과 선생님이 진행하는 갓난 아기 돌보기 수업이 포함됩니다. 수업은 매주 월요일에서 목요일 사이 제공됩니다.

속성 출산 교육 부부 \$150

위에 나온 프로그램을 속성으로 3주간 진행합니다.

라마즈 호흡 교육 \$50

라마즈 호흡법 강의와 가족분만센터 방문이 포함되어 있습니다.

모유수유 교육 \$45

이 수업은 모유수유에 대한 전반적인 내용을 알려주며 특히 젖물리기, 유축기 사용법, 적은 모유양 해결방법 등에 대해 알려줍니다. 또한 워킹맘들을 위한 팁도 설명해줍니다.

형제/자매 준비 교육 \$20 (추가 아이당 \$12)

이 수업은 동생이 생기는 3세에서 8세 사이의 아이들을 위한 수업으로 수업 마지막에는 출산실 및 신생아실 방문이 포함되어 있습니다.

임산부 요가 \$100

출산시 사용하게 될 근육의 유연함을 도와줄 요가 수업으로 6주간 진행됩니다.

출산후 요가 수업당 \$17/전체 수업 \$100

갓 태어난 아기와 함께 몸에 무리가 되지 않는 가벼운 요가 동작을 배우는 수업입니다.

신생아 심폐소생술 1인 \$35/부부 \$65

전문 강사가 생명을 살릴 수 있는 심폐소생술에 대해 가르쳐줍니다.

신생아 마사지 교육 \$25

아기와의 유대감 형성 및 아기 몸에 가벼운 자극을 줄 수 있는 마사지 방법에 대해 배우는 수업입니다. 1달에서 1살사이의 아기와 함께 참여할 수 있습니다.

가족분만센터 방문 무료

방문 투어는 매주 토요일과 일요일 오후 1시 30분에 진행됩니다. 어린이의 경우 6세 이상만 동반이 허락됩니다. 등록은 필수입니다.

퇴원 수속 교육

매일 진행되오니 담당 간호사에게 문의바랍니다.

입원 전 준비사항

병원 방문 투어 예약하기

아직 방문 투어를 안하신 분들은 출산일이 다가오기 전 꼭 예약을 통해 병원 시설을 방문하시기 바랍니다. 전화번호는 866-980-EHMC (3462) 입니다.

병원 등록하기

병원 등록은 산부인과 사무실이나 잉글우드병원에 방문, 또는 전화로 하실 수 있습니다. 전화번호는 201-894-3000, ext. 4115, 또는 201-894-3015 입니다.

소아과 정하기

소아과 선생님 추천을 원하시면 병원 웹사이트 www.inglewoodhealth.org를 방문하시거나 866-980-EHMC (3462)로 문의바랍니다.

카시트 안전성 체크

카시트는 예정일로부터 3주 전에는 차에 설치하시기 바랍니다. 동네 경찰서에 연락하시거나 국가기관인 www.nhtsa.gov의 전문가를 통해 제대로 설치가 되었는지 확인받으실 수 있습니다. 또한 인형등을 사용하여 카시트의 벨트 사용법을 충분히 숙지하시기 바랍니다.

카시트는 제조날짜가 6년 이내여야 하며 상태가 양호하며 추가 악세사리 등이 부착되어 있지 않아야 합니다. 카시트의 모든 부품이 잘 작동하는지 확인하시기 바랍니다.

본인 승용차 설명서에 카시트에 대한 설명이 나온 부분을 잘 읽어보시기 바랍니다. NHTSA는 아이의 안전을 위해 과거 차사고가 났던 경우 카시트를 교체하기를 권장하고 있습니다.

미리 계획된 제왕절개 출산시

계획된 날짜 이틀전에 병원의 입원 전 검사실 (pre-admission testing, PAT)을 방문하시기 바랍니다. 전화번호는 201-894-3655입니다.

영상으로 배우기

웹사이트의 영상을 통해 예비부모들이 출산 준비를 할 수 있습니다. 웹사이트 주소는 www.thenewbornchannelnow.com이며 코드는 00059입니다.

출산하러 병원에 도착시

저녁 11시에서 새벽 6시사이에 도착하시는 경우엔 병원 응급실로 들어가시고 나머지 시간대에는 병원 메인 로비로 오셔서 안내를 받으시길 바랍니다.

미리 계획된 제왕절개 수술이나 유도분만을 위해 병원에 오시는 경우 주중에는 병원 5층 출산병동으로 직행하시고 주말인 경우 1층에 위치한 입원과 (Admitting Department)로 방문하시기 바랍니다.

산모와 태아의 건강

마음의 안정을 주는 병원

잉글우드병원은 출산을 전후하여 예상되는 혹은 예상치 못했던 모든 경우의 합병증에 대비할 수 있는 준비가 되어 있습니다. 따라서 가족들은 산모와 태아가 전문적 진료와 치료를 받을 것이라는 확신을 가지고 안심하실 수 있습니다.

산전 검진 센터

예비부모의 가장 큰 걱정거리는 뱃속에 있는 태아의 건강일 것입니다. 저희 병원의 산전 검진 센터는 혹시 모를 산모와 태아의 문제를 책임질 최고의 전문 의료진과 최첨단 기술을 보유하고 있으니 안심하고 믿고 맡기실 수 있습니다.

저희 산전 검진 센터는 전미 초음파 검진 학회에서 인증을 받았으며 매년 1만회 이상의 초음파 검진을 실시하고 있습니다.

의료진 소개

잉글우드병원의 산전 검진 센터에는 자격증을 가지고 있는 산모-태아 전문의와 초음파 전문가, 소아심장 전문의, 유전학 상담가 등이 있습니다. 또한 필요한 경우 다른 소아 전문가들과 연계하여 태아의 상태를 확인할 것입니다.

만약 산모가 합병증이 있을 위험군에 속할 경우 담당 의사는 전문가들과 함께 합병증의 원인을 찾아내고 산모에게 알린후 산모와 태아를 위한 최상의 결과를 얻을 수 있는 치료 방법과 계획을 세울 것입니다.

필요한 검진

- ❖ 1차, 2차, 3차 주기적 초음파 검사
- ❖ 태아의 해부학적 검사
- ❖ 목 투명대 검사
- ❖ 질내 초음파 검사
- ❖ 유전자 초음파 검사
- ❖ 양수 검사
- ❖ Non-stress testing: 태아의 심박동, 산소 레벨등을 알아보는 검사
- ❖ 태아 건강 기록부 (심박동, 초음파, 근육 톤, 움직임, 호흡)
- ❖ 도플러 유속계 (혈액 순환 속도 측정)
- ❖ 4D 초음파 검사
- ❖ 태아 심장 초음파 검사
- ❖ 임신기간 산모 상담
- ❖ 임신 출산 관련 유전자 상담 및 검사

검진 결과

일반적으로 검진 결과는 바로 알 수 있습니다. 산모-태아 전문의는 검진 결과를 분석후 산모에게 결과를 설명하며 산모의 담당의에게도 결과를 통보합니다. 전문의는 산모에게 충분한 시간을 갖고 최대한 명확하게 결과를 전달할 것입니다. 사소한 질문이라도 궁금한 점이 있으시면 주저말고 전문의와 상담하시길 바랍니다.

신생아 중환자실 (NICU)

출산을 위해 병원을 선택할 때 고위험 임신과 출산을 관리할 수 있는 시설이 잘 구비되어 있는지 확인하는 것은 매우 중요합니다.

저희 병원의 신생아 중환자실 (NICU)은 고위험 산모 및 신생아가 최고 수준의 의료 서비스를 받으실 수 있도록 준비되어 있습니다.

저희는 이곳에서 미숙아로 태어난 많은 아기들을 건강히 가족의 품으로 퇴원시켰으며 가족들이 지치고 힘들수 있는 상황에서 많은 도움과 희망을 전달하였습니다.

저희의 목표는 모든 아기들을 가장 건강한 모습으로 부모의 품에 돌려 보내는 것입니다. 이를 위해 부모들이 아기가 중환자실에 머무는 동안 다양한 교육을 받을 수 있게 기회를 제공하고 있습니다. 따라서 부모는 아기를 퇴원 후 집으로 데려가서도 안전하게 양육할 수 있는 준비가 되어 있다는 자신감을 갖게 됩니다.

신생아 중환자실에는 13개의 현대식 신생아 병상이 마련되어 있으며 신생아 전문 의료진이 주 7일 24시간 상주하고 있습니다.

의료진 소개

신생아 중환자실의 의사는 아기의 필요와 상태에 따라 다른 전문 의료진과 협력합니다. 전문 의료진으로는 신생아 전문 간호사, 소아 외과 전문의, 소아 심장과 전문의, 소아 내과 전문의, 소아 마취과 전문의 등이며 서로 협력하면서 치료 계획을 실행하고 합병증을 치료합니다.

최고의 의료 시설 경험

잉글우드병원의 분만실에서는 신생아를 위해 산소 공급 및 측정기, 흡입기, 공기 양압기 등의 기능을 갖춘 특별 제작된 복사 온열기를 사용하고 있기 때문에 신생아를 가장 안전하게 A 지점에서 B 지점으로 옮길 수 있습니다.

신생아 중환자실은 넓고 쾌적한 공간에 최첨단 기술로 만들어진 인큐베이터와 모니터기, 호흡기 등을 갖추고 최상의 의료 서비스를 제공할 것입니다.

신생아 전문 간호사들은 24시간 여러분의 아기를 위해 목욕, 수유, 기저귀 갈기, 아기 달래기 등의 임무를 전문적 지식과 정성으로 돌볼 것입니다.

출산 가방은 언제 꾸러야 하나요?

가방은 분만 예정일로부터 3주전이나 동지 틀 본능 (nesting instinct: 아기를 맞이하기 위해 집안을 청소하고 정리하는 행동)이 일어나는 시기에 준비해 놓는것이 좋습니다. 준비한 가방은 차 안에 두어도 좋지만 만약 제대혈 채취 키트와 같이 온도에 민감한 물건을 챙길 경우 방 문 근처에 두는 것이 좋습니다.

무엇을 챙겨야 하나요?

되도록 적게

소셜 미디어나 주변 사람들의 이야기를 들으면 챙겨야 할 물건이 한도 끝도 없이 많아질 수 있습니다. 아래 체크 리스트를 참고하여 꼭 챙겨야 할 것과 챙기지 않아도 될 것들을 구분하는 것이 좋습니다. 그래야 병원으로 가야 하는 시기가 왔을때 가뿐하게 가방을 들고 나갈 수 있습니다.

준비물 체크 리스트

- 분만을 편하게 도와줄 것들 (예: 본인에게 편안한 베개, 마사지 오일, 오디오 기기)
- 세면 도구 (샴푸, 비누, 칫솔, 치약, 데오도란트 등)
- 카메라 및 비디오 카메라와 빈 메모리 카드 (사용 전 반드시 충전을 시켜놓고 사용 방법을 잘 숙지하여 중요한 순간을 일초라도 놓치지 않기를 바랍니다.)
- 퇴원할 때 입을 편안한 옷
- 퇴원할 때 날씨에 맞게 아기에게 입힐 옷
- 카시트 (차에 미리 설치해 놓으며 설명서도 준비)

지갑 안에 챙겨야 할 것들

- 운전 면허증 또는 신분증 카드
- 보험증

병원에서 제공하는 것들

입원 기간 동안 병원에서 제공하는 의료 용품입니다.

산모용

- ❖ 환자 가운
- ❖ 생리대
- ❖ 산후 속옷
- ❖ 목욕 타월과 손수건

신생아용

- ❖ 분유 (모유 수유를 안할 경우)
- ❖ 기저귀
- ❖ A&D 피부 연고
- ❖ 담요와 신생아 모자
- ❖ 아기 체온계

산모의 배우자, 혹은 산모가 지정한 한명은 산모가 원할 경우 출산시 동반할 수 있습니다.

모자 병동에 오신것을 환영합니다

아기가 태어난 후 산모와 신생아는 가족적인 분위기로 단장된 모자 병동으로 머물면서 정성어린 간호를 받게 됩니다.

모자 병동은 24개의 개인실로 이루어져 있으며 배우자, 가족 및 친구 등을 위한 소파 침대가 구비되어 있습니다.

각 방은 부드러운 색감의 현대식 가구와 원목 마루, 최신식 텔레비전, 소파 침대, 옷장, 안락 의자 등 최고급 호텔식 인테리어로 꾸며져 있습니다.

특히 병실내의 조명은 산모와 아기의 편안함을 위해 특별히 설계되었습니다. 천장 조명은 밝기를 조절할 수 있으며 센서가 달린 조명은 최대한 병실 문 가까이 달려있어 한밤중에 간호사가 들어와도 산모나 아기에게 방해가 되지 않도록 설치되었습니다.

입원실은 여러분 가정의 경사스러운 일에 보다 많은 사람이 방문할 수 있도록 넓은 크기를 자랑합니다.

마지막으로 친절하고 경험 많은 간호사들이 24시간 대기하며 산모와 가족들이 새로 태어난 아기와 편안하게 지낼 수 있도록 최선을 다 할 것입니다.

입원 기간

자연 분만

출산 후 이틀째 퇴원하게 됩니다.

제왕절개

출산 후 3일이나 4일째 퇴원하게 됩니다.

방문 시간

방문 시간은 매일 오전 8시부터 오후 8시까지입니다.

방문시 주의사항

병실에는 한번에 배우자와 산모를 제외한 최대 4명까지만 방문이 가능합니다. 신생아의 안전을 위해 아이들의 경우 산모의 다른 자녀들과 12세 이상의 아이들만 출입이 허용됩니다.

만약 병원내 독감 주의보가 발생시 18살 이하의 미성년자나 몸이 아픈 방문객은 출입을 할 수 없습니다.

특별한 경우가 생겼을 때는 환자 간호팀의 팀장에게 미성년자 방문 여부를 확인하시기 바랍니다. 필요시 마스크 등의 보호 장비를 착용해야할 수도 있습니다.

구내 식당

구내 식당 (Drapkin Family Cafe)에서는 다양한 종류의 맛있고 건강한 식사를 제공하고 있습니다. 과일, 샐러드바, 파니니, 샌드위치, 스프, 각종 고기 등의 여러 음식들이 준비되어 있고 특히 아시아인을 위한 음식도 준비되어 있습니다.

운영 시간

매일 오전 6:30 - 저녁 8시

선물 가게

병원 1층에 위치한 선물 가게는 신문, 잡지, 간식, 기념품, 꽃, 풍선, 인형, 옷, 악세서리 등을 구비하고 있습니다.

선물 가게에서는 유축기를 대여할 수 있고 각종 수유 용품들을 구매할 수 있습니다.

운영 시간

월-금: 오전 8시 - 저녁 8시

토: 오전 10시 - 저녁 8시

일: 오전 11시 - 저녁 7시

입원실로 선물 배달을 원할 경우 가게 전화 201-894-4118, 또는 자원봉사실 전화 201-894-3066으로 문의하시기 바랍니다.

출생 증명서

아기와 퇴원하기 전 출산 증명서 발급을 위한 신청서를 제출하실 수 있습니다. 소셜 시큐리티 번호 신청도 가능합니다. 만약 종교적/문화적 이유로 아기의 이름을 당장 정할 수 없고 추후에 신청 하길 원하시면 201-894-3250으로 문의하시길 바랍니다.

예방 주사

산모의 동의시 퇴원 전에 아기에게 B형간염 예방주사를 놓아줍니다.

아기와 유대감 형성하기

저희는 부모와 새로 태어난 아기와의 유대감 형성이 매우 중요하다고 생각합니다. 따라서 입원 기간 중 스킨 투 스킨 (skin to skin: 아기와 살을 맞닿고 안는 것) 이나 캥거루 케어 (kangaroo care: 엄마가 아기를 안고 등을 쓰다듬는 것)등을 하기를 권장합니다. 병원내에는 또한 산모의 다른 자녀들과 신생아의 유대관계를 위한 어린이 전문가가 상주하고 있습니다.

퇴원 후 관리

저희 병원의 신생아 전담 의료진은 아기가 퇴원 후 곧바로 소아과 진찰을 받을 수 있도록 연결해주며 미숙아나 고위험 신생아의 경우 저희 병원에 특별히 마련된 고위험 신생아 프로그램에 있는 신생아 전문가들이 아기가 퇴원 후에도 필요한 치료를 받을 수 있도록 조치합니다.

장점 및 관련 자료

잉글우드병원의 가족분만센터는 부모들을 대상으로 모유수유의 장점을 교육하여 올바른 모유수유를 실천할 수 있도록 도와줍니다. 미국 소아협회와 세계 보건 기구에 따르면 건강하게 태어난 신생아의 경우 별다른 이상이 없는 한 생후 첫 6개월 동안에는 모유 수유만 하기를 권장합니다.

모유 수유의 장점

- ❖ 모유에는 영양이 풍부하며 신생아를 보호하는 항체가 많이 들어있습니다.
- ❖ 모유의 양은 아기의 성장에 따라 함께 늘어납니다.
- ❖ 연구에 따르면 모유를 먹은 아이들은 천식이나 비만, 제 1, 2형 당뇨병, 호흡기 감염, 조기 백혈병 등에 걸릴 확률이 낮습니다.
- ❖ 또한 여러 연구 결과에 따르면 모유 수유를 한 여성은 제 2형 당뇨병, 유방암, 자궁암 등에 걸릴 확률이 낮습니다.

모자동실

저희 병원에서는 입원 기간 중 산모와 신생아간의 유대감을 형성시키는 것을 매우 중요하게 생각하기 때문에 밤 시간대를 포함한 많은 시간을 같은 병실에서 보내기를 권장합니다.

간호사

가족 분만 센터의 간호사들은 출산 후 산모가 아기에게 모유 수유를 하면서 유대 관계를 높일 수 있게 돕도록 특별히 교육되었습니다. 산모가 퇴원을 한 후에도 모유 수유가 잘 되어가고 있는지를 확인하고 필요한 도움이나 정보를 제공해 줍니다.

모유 수유 상담

국제적으로 공인된 모유 수유 전문 상담가들이 입원 기간내 산모들의 모유 수유를 돕고 필요시 입원실에서 개인 교육 및 상담도 해드립니다.

모유 수유 상담 전화

산모들은 모유 수유에 대한 상담을 전화로 받을 수 있습니다. 퇴원 후 모유 수유에 대한 응급 상황을 제외한 여러 의문 사항이 있을시 전화를 하면 모유 수유 상담원이 24시간 내에 전화로 답변을 해줍니다.

모유 수유 교실

모유 수유를 원하는 예비 산모는 누구나 참석할 수 있습니다. (7 페이지 참조)

유축기

많은 의료 보험이 모유 수유 용품들과 지원 프로그램을 제공하고 있습니다. 따라서 출산 전 본인이 갖고 있는 보험이 어떤 서비스를 제공하는지 알아보는 것이 좋습니다. 입원 중에는 병원에서 사용하는 유축기를 무료로 사용할 수 있습니다.

병원내 주요 연락처

가족 분만 센터 방문 투어 예약

1-866-980-EHMC (3462)

출산 교육 프로그램

201-894-3727 or 201-894-3136

산전 검사 센터 (ANTEPARTUM TESTING CENTER)

201-894-3669

종교 서비스 (종교적 도움 필요시)

201-894-3228

산후 마사지 서비스

201-608-2377

룸 서비스

201-894-4095

출산 증명서 담당자

201-894-3250

모유 수유 상담

201-894-3354

환자 간호 총책임자 - 분만실

201-894-3137

환자 간호 총책임자 - 모자 병실

201-894-3318

잉글우드병원에서 제공하는 각종 서비스 및 의사 추천에
대해 궁금하시면 아래 대표 번호로 문의 바랍니다

1-866-980-EHMC (3462)

한인건강센터

201-608-2341



ENGLEWOOD
HOSPITAL AND MEDICAL CENTER

Family Birth Place

www.engagewoodhealth.org