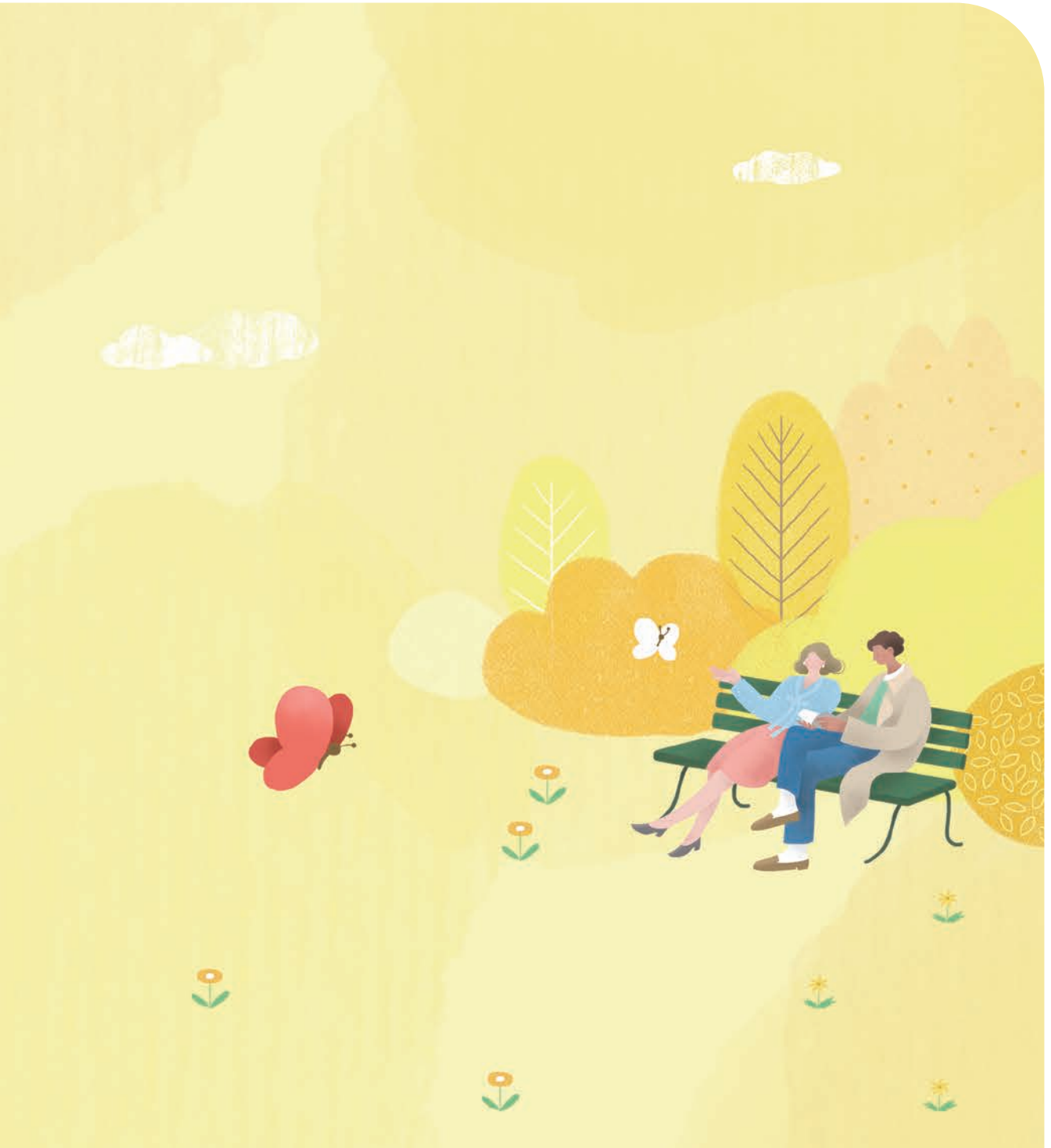


당신의 마음을 안녕하십시오?

전라남도광역정신건강복지센터와 함께하는

Vol.
27



코로나19 예방접종 전, 주의사항은 무엇인가요?



셋!



임산부와 18세 미만 소아·청소년의 경우 백신 접종 후 안전성 및 유효성에 대한 임상연구 결과가 나오기 전 까지 접종이 권고되지 않습니다.
(백신별 국내 허가사항에 따라 변동 가능)

넷!



다음과 같은 경우는 예방접종을 연기합니다.

- ✓ **코로나19 감염이 의심되는 경우** 선별진료소 등을 통해 신속히 진단검사를 받으셔야 합니다. 결과가 나올 때까지 예방접종을 연기합니다.
- ✓ **격리 중인 코로나19 환자 및 접촉자는 격리해제 될 때까지** 예방접종을 연기합니다.
- ✓ **발열(37.5℃ 이상) 등 급성병증이 있는 경우** 증상이 없어질 때까지 예방접종을 연기합니다.

하나!



건강상태가 좋을 때 백신을 접종 받는 것이 중요하며, 접종 전 반드시 의사의 예진을 받아야 합니다.

둘!



다음과 같은 경우, **코로나19 예방접종을 받아서는 안됩니다.**

- ✓ **코로나19 백신 구성 성분에 대한 아나필락시스와 같은 심한 알레르기 반응**이 나타난 경우.
- ✓ **1차 코로나19 예방접종 후 아나필락시스와 같은 심한 알레르기 반응**이 나타난 경우.
 - ※ 아나필락시스 : 쇼크, 호흡곤란, 의식소실, 입술·입안의 부종, 몸 전체 심한 두드러기 등의 증상을 동반한 중증 알레르기 반응
 - ※ 약(장 세척제 등), 화장품, 음식, 다른 종류의 백신접종 등에 대한 알레르기 병력이 있는 경우 예진표에 자세히 기록

하나!



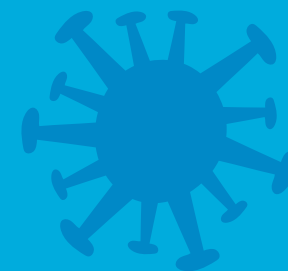
코로나19 예방 접종 후 15~30분간 접종기관에 머물러 이상반응 발생 여부를 관찰하며, 귀가 후 적어도 3시간 이상 주의 깊게 관찰합니다.

둘!



접종 후 최소 3일간은 특별한 관심을 가지고 관찰하며 고열이 있거나 평소와 다른 신체 증상이 나타나면 바로 의사의 진료를 받도록 합니다. **어르신**의 경우, 예방접종 후 혼자 있지 말고 다른 사람과 함께 있어 증상 발생 시 도움을 받을 수 있도록 합니다.

코로나19 예방접종 후, 주의사항은 무엇인가요?



셋!



접종부위는 청결히 유지하고 긁지 않습니다. 주사를 맞은 당일, 간단한 샤워는 가능하지만 사우나, 찜질방, 반신욕, 수영은 피하고, 충분한 휴식을 취해줍니다

넷!



코로나19 예방접종 후에도, **마스크와 사회적 거리 두기**는 꼭 지켜줍니다.



코로나19 예방접종 후, 증상이 나타나면 이렇게 하세요!



해!

코로나19 예방 접종 후,
최소 3일간 특별한 증상이 나타나는지 관심을
기울여주세요.

예방접종 후, 접종부위 발적, 통증, 부기, 근육통, 발열, 두통, 오한 등
증상이 흔하게 발생할 수 있습니다.
대부분 2~3일 내 사라집니다.



툼!

접종부위에 부기나 통증이 있어요.

예방접종 후, 접종부위가 붓고 아프거나 발적이 생길
수 있습니다. 접종 부위에 통증이 있는 경우, 통증
부위에 깨끗한 수건 등으로 냉찜질을 해주세요!



넷!

통증으로 인해 해열·진통제를 복용했어요.

해열·진통제 복용에 제한은 없으나, 가급적 염증을 제거하는 효과가 없는
아세트아미노펜 성분의 의약품은 복용하시기 바랍니다.

접종 전 미리 해열·진통제를 준비하시고 증상이 나타나면 바로 복용을 하시기
바랍니다.

대부분 면역이 형성되는 과정에서 생길 수 있는 반응으로 2~3일 이후에는 증상
이 모두 사라지고 해열·진통제 복용으로 호전될 수 있습니다. 다만, 3일 이상 증
상이 지속된다면 의료 기관을 방문하시기 바랍니다.

※ 호흡곤란, 의식소실, 안면부종 등을 동반한 심각한 알레르기 반응(아나필락시스 등)
이 나타난 경우, 즉시 119로 연락하거나 신속히 가까운 응급실로 내원하시기 바랍니다!



셋!

코로나19 예방 접종 후,
접종 후, 발열과 전신 통증이 있어요.

접종 후 발열과 전신 통증 이 있을 수 있습니다. 수분을 충분히
섭취하고 쉬어주세요. 발열로 인해 불편함이 있는 경우, 해열·
진통제가 도움이 될 수 있습니다.



CONTENTS



정신질환관리사업

전라남도 정신보건사업 간담회	10
정신보건사업 담당자 워크숍	10
전라남도광역정신건강복지센터 1차 운영위원회의 개최	11
전라남도 중증정신질환자 가족 지원 서비스 현황 조사	11



자살예방사업

전라남도 노인 자살예방사업 ‘내·안·愛’	14
상반기 자살예방 프로그램 ‘안녕, 괜찮니?’ 시범교육 및 인증 심사	14
민간 자살예방수행기관 역량강화교육	15
2021년 보건복지 종사자 대상 자살예방 생명지킴이 양성교육	15
전라남도 자살유족사업 활성화를 위한 간담회	16
2021년 농약 안전 보관함 보급사업 실무자 사업설명회	16
전라남도 자살유해정보 모니터링단 마음클리너 운영	17
자살예방 인증 프로그램 안녕하십니까? 업데이트	17
정신보건실무자를 위한 대상자별 상담매뉴얼 제작 및 배포	17



통합정신건강증진사업

전라남도 아동·청소년 정신건강증진사업 간담회	20
2021년 전라남도 통합정신건강증진사업 시군 간담회(1, 2차)	20
정신건강 앱 터치마인드 · 담당자 사업 설명회 진행 · 상표등록	21
전라남도 청년정신건강증진사업 간담회	22
2021년 전라남도 시·군 통합정신건강증진 사업 평가	22
전라남도 재난심리지원사업 간담회	23
전라남도 아동·청소년 정신건강증진사업 실무자 역량강화교육	23

당신의 마음을
안녕하십니까?
Vol. 27



정신응급대응사업

정신건강위기상담전화 1577-0199 운영	26
전라남도 정신건강인식개선 사업	26
전라남도 지정정신 응급의료기관 운영	27
전라남도 지정정신 응급의료기관 간담회	27
정신응급대응사업 · 전라남도 정신응급대응사업 간담회 · 전라남도 정신응급대응 협의체 조사	28
전라남도 응급실 기반 자살시도자 사후관리사업 생명 이-음 · 희망 KIT 배포 · 응급실 내원 자살시도자 현황 조사	29



발 행 일 2021년 04월
발 행 처 전라남도광역정신건강복지센터
전라남도 나주시 세남로 1328-31
주 소 국립나주병원 본관 2층
전 화 061.350.1700
팩 스 061.332.1093
홈페이지 www.061mind.or.kr
디 자 인 (주)데코디자인그룹 062.226.6603

정신질환 관리사업

초발정신질환관리, 정신건강 전문역량강화,
정신장애인 인권강화, 정신질환 통계 DB관리를 통해
정신건강증진을 도모하며 정신질환자의
사회통합과 삶의 질을 향상시키고자 합니다.



주요사업

지역사회 지원체계구축
정신보건전문인력역량 강화사업
정신장애인 인권강화사업
동네의원 '마음이음' 사업
정신건강서비스DB구축
정신건강사례관리시스템 (MHIS)

1분기 추진 실적

전라남도 정신보건사업 간담회	10
정신보건사업 담당자 워크숍	10
전라남도광역정신건강복지센터 1차 운영위원회의 개최	11
전라남도 중증정신질환자 가족 지원 서비스 현황 조사	11





전라남도 정신보건사업 간담회

전라남도 정신건강증진사업 활성화를 위하여 2020년 정신건강증진사업을 평가하고 2021년 발전 방향을 모색하는 시간을 가졌다. 2021년 통합정신건강증진사업 확대를 위하여 전라남도 및 시·군 담당자들과 협조체계를 구축함으로써 통합 정신건강증진사업의 활성화를 기대하여 본다.



일시
2021. 3. 9.



참여기관
전라남도청 외 7명

10

정신보건사업 담당자 워크숍

매월 둘째 주 목요일 22개 시·군 정신보건 담당자가 참여하여 원활한 정신보건사업 추진을 위한 지역사회 자문과 주요 현안을 논의하고 있다. 전라남도 정신건강사업 연간일정에 대한 안내 및 협의와 함께, 정신건강 앱 '터치마인드' 설명회로 진행되었다.



일시
2021. 3. 11.



진행방법
대면 및 비대면(ZOOM)



전라남도광역정신건강복지센터 1차 운영위원회의 개최

2021년 원활한 사업발전을 위한 운영위원회!

2021년 전라남도정신보건사업의 사업발전과 적극적인 협력체계 구축을 위하여 1차 운영위원회의를 개최하였다. 운영위원회의는 2021년 사업추진방향, 1분기 사업 실적 및 2분기 집중사업보고로 진행되었다. 기초정신건강복지센터 현장 컨설팅 방법 및 지원내용, 지정 정신응급의료기관 추가 지정에 대한 논의 또한 이루어졌다.



일시
2021. 3. 22.



참여자
전라남도광역정신건강복지센터
윤보현 센터장 외 9명



11

전라남도 중증정신질환자 가족 지원 서비스 현황 조사

2021년 전라남도 22개 시·군 정신건강복지센터 가족대표 및 가족 지원 서비스 현황 조사를 실시하였다. 이에 전라남도 2021년 중증정신질환자 가족대표 자조모임 및 힐링캠프를 추진함으로써 전남가족협회 체계구축 및 활성화 하고자 한다.



일시
2021. 3. 22. ~ 26.



자살예방 사업

자살예방 환경조성을 위한 사업, 맞춤형 자살예방 서비스 제공,
자살예방 정책추진 기반 강화를 통해

자신의 삶은 가치 있음을 알리고,
생명존중에 대한 인식을 증대시키고자 합니다.



주요사업

범사회적 자살예방 환경 조성
맞춤형 자살예방서비스
자살예방정책 추진
“마음 돌봄 약국”사업
생명지킴이 관리 사업
자살예방 연구체계마련
노인자살예방사업 내·안·愛

1분기 추진 실적

전라남도 노인 자살예방사업 ‘내·안·愛’	14
상반기 자살예방 프로그램 ‘안녕, 괜찮니?’	14
시범교육 및 인증 심사	
민간 자살예방수행기관 역량강화교육	15
2021년 보건복지 종사자 대상 자살예방	15
생명지킴이 양성교육	
전라남도 자살유족사업 활성화를 위한 간담회	16
2021년 농약 안전 보관함 보급사업 실무자 사업설명회	16
전라남도 자살유해정보 모니터링단 마음클리너 운영	17
자살예방 인증 프로그램 안녕하십니까? 업데이트	17
정신보건실무자를 위한 대상자별 상담매뉴얼 제작 및 배포	17

전라남도 노인 자살예방사업 '내·안·애'

어르신들의 정신건강관리를 위한 프로그램 개발!

전라남도의 65세 이상은 유일하게 전년 대비 자살률이 증가한(+1.3명) 연령층이다. 이에 전라남도에서는 코로나 시기에 어르신들의 정신건강실태파악과 그에 따른 적절한 서비스를 개발하여 제공하고자 한다. 본 사업은 노인 정신건강 실태조사와 더불어 어르신들 스스로를 사랑하며 정신건강관리를 효율적으로 할 수 있도록 인지행동 프로그램을 개발하고 그에 따른 효과를 분석하여 22개 시·군 어르신들에게 제공하고자 한다. 이에 구성 및 프로그램 기획에 앞서 전문가와의 자문회의를 2차례 진행하였다.



일시
2021. 2. ~ 12.



대상
전라남도 거주 65세 이상



상반기 자살예방 프로그램 '안녕, 괜찮니?' 시범교육 및 인증 심사

안녕, 괜찮니?

청소년 대상 생명사랑지킴이 교육자료 '안녕? 괜찮니?'를 개발하여 중앙자살예방센터 인증 받아 지역에 배포하여 활용할 수 있도록 하였다. 자료 개발 과정의 일환으로 청소년 대상 시범교육 운영을 통한 의견수렴 과정을 거쳤다. 시범교육은 32명의 고등학생을 대상으로 진행되었고 함께 할 수 있는 내용이 많아 교육생들의 만족도가 높았다. 인증이 승인된 이후 지역사회에 보급하여 청소년 생명지킴이 양성 활성화에 기여하고자 한다.



일시
2021. 2. 25.



대상
청소년 32명



민간 자살예방수행기관 역량강화교육

효과적인 자살예방사업 운영을 위해 민간 자살예방사업 수행기관 실무자 대상 역량강화교육을 진행하였다. "자살 고위험군 상담 및 정신건강 상담기법"의 주제로 이론과 실제 사례를 들어 강의를 진행하였다. 이번 교육을 통하여 지역 내에서 발생하는 고위험군 관리 시 효율적 개입을 하실 수 있도록 자살예방사업 동반자로서 함께 해주실 것을 기대한다.



일시
2021. 3. 3.



대상
여성 긴급전화
1366 상담사 등



진행방법
대면 및
비대면(ZOOM)



일시
2021. 3. 11.



대상
정신건강전문요원
수련생 29명



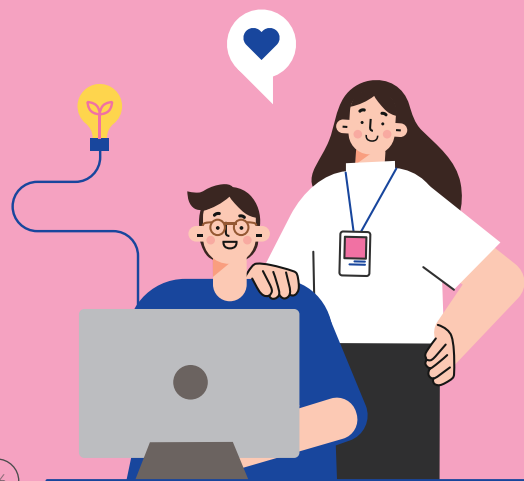
진행방법
대면 및
비대면(ZOOM)

2021년 보건복지 종사자 대상 자살예방 생명지킴이 양성교육

중앙자살예방센터에서 신규개발 자료인 "보건복지종사자대상 자살예방생명지킴이"를 활용하여 전문가 대상으로 촘촘히 구성된 생명지킴이 양성 교육을 진행하였다. 해당 자료는 지역사회 현장에서 활용 가능한 내용으로 구성되어 있어 유용하다며 반응이 좋았다. 그러나 상호작용을 주고받기에 어려움이 발생했던 부분은 아쉬웠다.



전라남도 자살유족사업 활성화를 위한 간담회



전문적인 서비스 제공을 위한 간담회 진행!

중앙심리부검센터-전라남도광역정신건강복지센터 협력 체계 기반 마련 및 자살유족 자조모임 활성화를 도모하기 위해 간담회를 진행하였다. 본 간담회는 전라남도 자살유족사업 및 자조모임 현황을 공유하고, 자살유족 전문가 적극 양성의 필요성 등 자살유족사업 활성화를 위해 논의되었다. 이번 기회를 통해 전라남도의 자살유족을 발굴하여 전문적인 서비스 제공이 활발히 이루어지기를 기대한다.



일시
2021. 3. 8.



대상
전라남도광역정신건강복지센터,
중앙심리부검센터

16

2021년 농약 안전 보관함 보급사업 실무자 사업설명회

농약 안전 보관함 보급사업 추진을 위한 사업 설명회가 진행되었다. 본 사업의 필요성과 진행방법 및 일정조율 등의 내용을 공유·논의하였고 올해는 전라남도 2개 시·군에 500개의 농약 안전 보관함이 추가로 배치될 예정이다. 이번 사업에 참여하는 영광군과 진도군은 다른 시·군과는 다르게 음독으로 인한 자살률이 높아 농약 안전 보관함 보급을 통해 농약을 안전하고 체계적으로 관리하고 음독으로 인한 자살예방을 위한 노력을 지속하고자 한다.



일시
2021. 3. 25.



대상
한국자살예방협회 외 4곳



전라남도 자살유해정보 모니터링단 마음클리너 운영



효과적인 자살예방사업 운영을 위해 민간 자살예방사업 수행기관 실무자 대상 역량강화교육을 진행하였다. “자살 고위험군 상담 및 정신건강 상담기법”의 주제로 이론과 실제 사례를 들어강의를 진행하였다. 이번 교육을 통하여 지역내에서 발생하는 고위험군 관리 시 효율적 개입을 하실 수 있도록 자살예방사업 동반자로서 함께 해주실 것을 기대한다.

* 현재 전라남도광역정신건강복지센터 홈페이지에서 신청서 다운로드 후 이메일 접수 진행 중!

자살예방 인증 프로그램 안녕하십니까? 업데이트

성인용 자살예방 인증 프로그램 ‘안녕하십니까?’가 2021년에 맞춘 최신화된 통계 자료를 인용하여 업데이트 되었다. 2022년에는 재인증 절차에 따른 프로그램 내용의 질적 향상을 도모하여 양질의 자살예방 생명지킴이 및 강사양성을 위해 노력할 계획이다.

17

정신보건실무자를 위한 대상자별 상담 매뉴얼 제작 및 배포



자살예방사업 실무자 및 수행기관의 역량강화의 일환으로 “대상자별 상담매뉴얼”을 제작하여 22개 시·군 보건소(정신건강복지센터)와 유관기관에서 실제 지역사회 내 고위험군 상담 시 활용할 수 있도록 배포하였다. 매뉴얼은 상담의 이해와 자세부터 위기상황의 이해, 위기개입의 방법, 유형별 실제 상담 사례가 담겨있어 자살예방사업 담당자 및 수행기관 실무자의 역량강화에 큰 도움이 될 것으로 사료된다.

통합정신건강 증진사업

정신건강 인식개선 및 문화조성, 전남 심리지원,
중독예방사업 등 전남 도민의 정신건강증진을 통한
건강한 마음, 행복한 삶을 실현하고자 합니다.

주요사업

전라남도 통합정신건강증진사업 기획 및 관리
정신건강의 날 기념식 및 연합행사
비대면 지능형 정신건강서비스
코로나우울 극복 및 재난 심리지원사업
정신건강 행복선 “도(島)란도(島)란”
생애주기별 정신건강지원체계 구축

1분기 추진 실적

전라남도 아동·청소년 정신건강증진사업 간담회	20
2021년 전라남도 통합정신건강증진사업 시군 간담회(1, 2차)	20
정신건강 앱 터치마인드	21
· 담당자 사업 설명회 진행	
· 상표등록	
전라남도 청년정신건강증진사업 간담회	22
2021년 전라남도 시·군 통합정신건강증진 사업 평가	23
전라남도 재난심리지원사업 간담회	23
전라남도 아동·청소년 정신건강증진사업 실무자 역량강화교육	22

전라남도 아동·청소년 정신건강증진사업 간담회

아동·청소년 정신건강을 위한 자리를 마련하다!

전라남도 아동·청소년정신건강증진 사업의 효율적인 운영을 위해 사업 간담회가 진행되었다. 이번 간담회에서는 2017년부터 협업으로 진행되어지고 있는 아동·청소년정신건강증진사업에 대한 공유와, 2021년 사업 운영 방향 및 협업 사항 논의로 향후 양 기관의 협력관계 유지와 발전을 도모하는 시간이 되었다.

 일시
2021. 3. 3.

 참여자
전라남도광역정신건강복지센터,
국립나주병원 소아청소년정신과

정신건강 앱 터치마인드

담당자 사업설명회 진행

전라남도민 대상 정신건강서비스 접근성 강화와 고위험군 조기발견 및 치료 활성화를 목적으로 개발된 정신건강 앱 '터치마인드'의 이해를 도모하고자 사업 설명회를 진행하였다. 이번 설명회는 도민 대상 정신건강 앱 '터치마인드'와 기초정신건강복지센터 실무자 전용 앱 구성 및 활용법 전달을 통해 전남 비대면 지능형 정신건강서비스 사업 활성화를 도모하였다. 향후 전남 22개 시·군 기초정신건강복지센터 실무자 대상 설명회 개최를 통해 사업 운영을 본격적으로 할 예정이다.

 일시
2021. 3. 11.

 참여자
22개 시·군 정신보건사업 담당자,
전라남도광역정신건강복지센터,
(주)구슬전성훈대표

2021년 전라남도 통합정신건강 증진사업 사군 간담회(1, 2차)

전라남도 통합정신건강증진사업 방향성 점검 및 의견 수렴의 장 마련!

전라남도 통합정신건강증진사업에 대한 의견수렴 및 이해와 관심 증대를 위한 간담회가 코로나19 발생추이 및 대응상황 등을 고려하여 비대면 화상시스템을 통해 2회 진행되었다. 이번 간담회를 통해 전라남도 지역특성에 맞는 통합정신건강증진사업 방향성 및 추진을 위한 점검과 준비하는 시간이 되었다.



상표등록

정신건강 앱 '터치마인드' 지정상품에 대한 독점적 사용 및 재산권 침해 등 법적인 보호를 위한 특허청 상표등록이 3. 15. |월| 최종 완료되었다. 상표법에 의해 등록된 '터치마인드'는 상표권이 인정되어 독점적·배타적인 사용과 함께 10년간 유지할 수 있는 근거를 마련하였다.



전라남도 청년정신건강증진사업 간담회

전남 청년 정신건강증진을 위한 준비!

2021년 전라남도 청년정신건강증진사업의 효율적인 수행을 위해 국립나주병원과 2021년 전라남도 청년정신건강증진사업 간담회를 진행하였다. 이번 간담회에서는 2021년 전남 청년정신건강증진사업 추진 계획을 공유하고 향후 진행 예정인 청년 정신건강 프로그램 및 대학생 정신건강검진에 대해 논의하였다. 향후 양 기관 활발한 협업 기대와 전남 청년정신건강증진사업의 활성화를 기대해 본다.

 일시
2021. 3. 17.

 참여자
전라남도광역정신건강복지센터, 국립나주병원



협력관계 유지와 발전을 위한 자리!

전라남도 재난심리지원사업 활성화 및 실무자들의 역량강화를 위해 사업 간담회를 진행하였다. 전라남도광역정신건강복지센터와 마음건강1팀은 2018년부터 '심리적 응급처치', '문제관리 플러스', '신체 안정화 기법' 등 재난정신건강 지원인력 양성교육 공동 진행으로 협력관계를 유지하고 있으며, 이번 간담회를 통해 2021년 재난심리지원사업 운영 방향 및 협업사항을 논의로 향후 양 기관의 협력관계 유지와 발전을 도모하는 시간을 가졌다.

 일시
2021. 3. 24.

 참여자
전라남도광역정신건강복지센터, 국립나주병원 마음건강1팀

전라남도 재난심리 지원사업 간담회



2021년 전라남도 사·군 통합정신건강증진 사업 평가

지역 특성에 맞는 통합정신건강증진사업 추진!

보건복지부가 추진하는 「통합정신건강증진사업」이 전라남도에 2021년 전면 도입됨에 따라 전라남도 지역 특성에 맞는 통합정신건강증진사업을 확대 추진하게 되었다. 「2021년 전라남도 통합정신건강증진사업」의 질적 향상 및 효율적 운영을 위해 심사위원회를 구성하여 전남 22개 시·군에서 제출한 2021년 통합정신건강증진사업 계획서에 대한 1차 서면평가 및 2차 종합평가를 진행하였다. 향후, 심사위원 평가사항을 반영한 계획서 보완을 통해 정부 정책 방향성과 지역 여건과 특성을 고려한 전라남도 통합정신건강증진사업을 추진할 수 있도록 노력할 것이다.

 일시
1차 서면평가 2021.3. 17. ~ 19. | 2차 종합평가 2021. 3. 22.



전라남도 아동·청소년 정신건강증진사업 실무자 역량강화교육

사례관리능력 향상 및 전문성 강화를 위해 'ASEBA검사군의 이해와 활용' 워크숍이 국립나주병원 소아청소년과와 공동으로 진행하였다. 이번 워크숍은 아동·청소년기 문제행동에 대한 다차원적인 이해 증진, ASEBA 검사군의 구조와 특징 및 활용법 등의 주제로 실무자들의 업무 능력 향상과 표준화된 도구 활용방법 습득 및 즉각적인 실무적용에 대한 역량강화 기회를 제공하였다.

 일시
2021. 3. 26.

 참여자
전라남도 아동·청소년
정신건강사업 실무자

 장소
나주씨티호텔



정신응급 대응사업

도민들의 정신과적 응급상황에서 신속한 도움을
제공하여 정신적 안녕을 도와
마음이 건강한 전라남도를 만들어갑니다.

주요사업

정신건강상담전화 운영
정신응급대응체계 구축
지정정신응급의료기관 운영
전라남도 정신건강 인식개선
응급실 기반 자살시도자 사후관리사업

1분기 추진 실적

정신건강위기상담전화 1577-0199 운영	26
전라남도 정신건강인식개선 사업	26
전라남도 지정정신 응급의료기관 운영	27
전라남도 지정정신 응급의료기관 간담회	27
정신응급대응사업	28
· 전라남도 정신응급대응사업 간담회	
· 전라남도 정신응급대응 협의체 조사	
전라남도 응급실 기반 자살시도자 사후관리사업 생명 이-음	29
· 희망 KIT 배포	
· 응급실 내원 자살시도자 현황 조사	

정신건강위기 상담전화 1577-0199 운영

언제나 여러분 곁에 있어요!

24시간 365일 정신건강위기상담전화 운영을 통하여 자살위기, 정신건강 상담과 지지, 정신건강의료기관 정보 제공, 서비스 연계 등을 제공하며, 현장에 출동한 구급대원이 나 경찰관의 현장대응 지원하고 있다.



집계 기간
2021. 1. 1. ~ 3. 25.



총 상담건수
869 건



연계
40 건

전라남도 정신건강 인식개선 사업

카드뉴스 게시!

다양한 매체를 활용하여 정신건강과 관련한 잘못된 정보 및 편견, 유용한 정보 등을 제공함으로써 전라남도 내 정신건강에 대한 편견 및 인식 개선, 그리고 조기 예방을 도모하고 있다. 이번 1분기에는 카드뉴스 형태로 코로나19 상황에 유용한 정보를 제공하였다.



홈페이지 게시건수
8 건

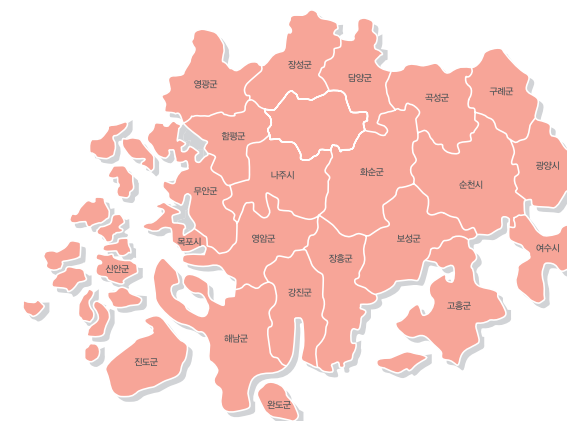


인스타그램 게시건수
7 건

전라남도 지정정신 응급의료기관 운영

응급 상황 시 신속하고 안전하게!

전라남도 내 8개 정신의료기관을 지정하여 야간 및 휴일에 정신과적 응급 상황 시 신속하고 안전하게 입원할 수 있는 전라남도 지정정신응급의료기관 운영하고 있다.

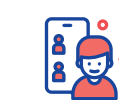


전라남도 지정정신 응급의료기관 간담회

2021년 정신과적 응급대응체계 강화를 위한 지정정신응급의료기관 간담회를 진행하여 운영현황과 추후 방향성을 논의하였다.



일시
2021. 3. 23.

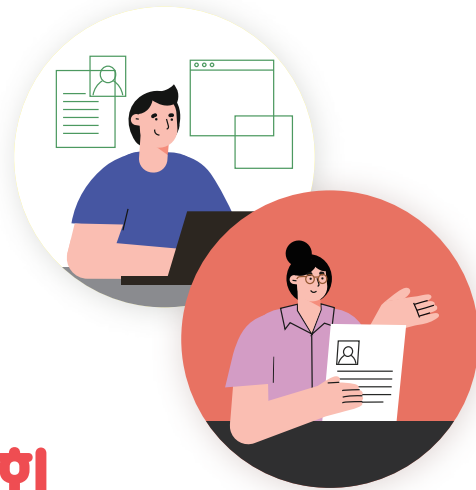


참여자
전라남도광역정신건강복지센터,
전라남도청, 보성군 보건소,
별교 삼호병원



장소
별교 삼호병원 이사장실

정신응급 대응사업



전라남도 정신응급대응사업 간담회

전라남도에서 발생하는 정신응급상황에서 112-119-의료기관-광역(기초)정신건강복지센터 간의 신속하고 안전한 현장대응체계구축을 위한 간담회를 진행하였다.

 일시
2021. 3. 16.

 참여자
전라남도 지방경찰청, 나주시경찰서,
국립나주병원, 전라남도광역정신건강복지센터

전라남도 정신응급대응 협의체 조사

전라남도 22개 시·군의 협의체 운영 현황과 방향성 제시 등을 위해 지역 정신응급대응협의체 현황조사를 실시하였다. 본 조사결과를 바탕으로 전라남도 22개 시·군 정신응급대응협의체 운영과 관련하여 통일성과 지역 특성을 반영한 정신응급대응협의체 운영을 통하여 각 지역의 정신응급 대응체계 활성화에 이바지 하고자 한다.

전라남도 응급실 기반 자살시도자 사후관리사업 생명 아-음

희망 KIT 배포

모두의 생명은 소중하니까!

응급실 내원 자살시도자의 재시도를 방지하고 사후 관리가 적절히 이루어질 수 있도록 사업 참여 응급 의료기관에 ‘희망KIT’을 배포하였다. 배포된 ‘희망KIT’은 응급실에 내원한 자살시도자들에게 전달되어 자살에 방을 도모한다.



응급실 내원 자살시도자 현황 조사

전라남도 내 응급의료기관 자살시도자 현황을 파악하여 사후관리사업 활성화 방안을 강구하고 내원 통보시스템의 적극 활용을 위해 매월 응급실 내원 자살시도자 현황을 파악하고 있다. 1분기 응급실 내원 자살시도자 현황조사 결과 내원 총 23명, 연계 8명으로 지역 정신건강복지센터로의 연계가 활성화될 수 있도록 지속적인 독려가 필요할 것으로 사료된다.

 내원
23명

 연계
8명

#함께_행복

#행복을_주는_전라남도 #선사인_광양 #자연으로_가는_길_구례
#맑은_물-푸른_숲_정남진_장흥



#동백꽃_꽃말

그대를 누구보다 사랑합니다

전라남도 도화인 동백꽃은 해풍, 공해에 강하고 혹한도 이겨내는 강인한 꽃으로 전라남도의 도화입니다. 아름다우면서도 강인한 동백꽃은 여러분을 닮았습니다. 코로나19에 어려움을 겪고 있더라도 저희 전라남도광역정신건강복지센터와 함께라면 동백꽃처럼 이겨낼 수 있으리라 생각합니다. 우리 모두 파이팅!



#광양_매화마을

고결한 마음 맑은 마음

매화는 봄을 대표하는 꽃으로 추위를 이기고 꽃을 피운다 하여 불의에 굴하지 않는 선비의 정신을 상징하기도 합니다. 또한, 매화는 회춘을 상징하기도 하고 사랑을 상징하는 꽃 중 으뜸으로 알려져 그림에 많이 그리고는 합니다. 코로나19가 끝나면 눈꽃처럼 피어있는 매화 아래에서 사진 한 번 찍어보는 것은 어떨까요? 광양에 관한 더 많은 정보는 광양시청 홈페이지를 이용해주세요!

위치 전남 광양시 다압면 섬진강매화로 1563-1

광양시 www.gwangyang.go.kr



#구례_산수유마을

영원불멸의 사랑

봄철 대표 명소 구례 산수유마을! 산수유는 3~4월 개화하는 꽃으로 노란 빛깔이 인상적인 나무입니다. 이러한 산수유는 구례의 젊은 사람들이 번치 않는 사랑을 맹세하기 위해 '산수유 꽃과 열매'를 연인에게 선물하는 풍습이 있었다고 해요. 우리도 코로나19가 끝난 뒤, 소중한 사람에게 한 번 산수유 꽃과 열매를 선물해 보는 것은 어떨까요? 구례에 관한 더 많은 정보는 구례군청 홈페이지를 이용해주세요!

위치 전남 구례군 산동면 상위길 7

출처 구례군 www.gurye.go.kr



#장흥_유채마을

영랑 그리고 쾌활

봄 하면 떠오르는 꽃 중에 하나인 유채꽃! 유채꽃은 노란빛이 사랑스러운 꽃이기도 하지만 기름으로도, 나물로도 우리와 함께하는 팔방미인 같은 꽃입니다. 이런 유채꽃이 만연한 아름다운 도시, 코로나19가 끝난 뒤, 우리 함께 장흥 선학동 유채마을로 가서 봄을 느껴보는 것은 어떨까요? 장흥에 관한 더 많은 정보는 장흥군청 홈페이지를 이용해주세요!

위치 전남 장흥군 회진면 회진리 201

장흥군 www.jangheung.go.kr



정신질환 관리사업



01 정신보건사업 담당자 워크숍

- **일시** 4월 ~ 6월 매월 둘째 주 목요일 10:00 ~ 12:00
- **대상** 전남 22개 시·군 정신보건사업 담당자
- **내용** 지역사회 자문, 사업공유 및 협의, 역량강화 교육

02 전라남도 정신건강 기초심사위원회 지원

- **일시** 4월 ~ 6월 매월 둘째 주 목요일 13:00 ~ 15:00
- **대상** 전라남도 4개 권역(목포권, 동부권, 중서부권, 순천권)
- **장소** 전라남도광역정신건강복지센터

03 전라남도 정신보건기관 종사자 현황조사

- **일시** 5월
- **대상** 25기관(기초정신건강복지센터, 중독관리통합지원센터, 청년정신건강조기중재센터)
- **내용** 기관정보, 종사자 현황

04 전라남도 정신건강사례관리시스템 (MHIS)통계집 배포

- **일시** 5월
- **대상** 22개 기초정신건강복지센터, 2개 중독관리통합지원센터
- **내용** 2020년 정신건강사례관리시스템(MHIS) 통계 결과분석

05 찾아가는 기초정신건강복지센터 컨설팅

- **일시** 4월 ~ 6월
- **대상** 22개 시·군 정신보건사업 담당자 및 기초정신건강복지센터 실무자
- **내용** 기초센터 사업 자문, 사례관리 전반, 정신건강사례관리시스템(MHIS) 사용법 등

06 전라남도 중증정신질환자가족대표 상반기 자조모임

- **일시** 6월
- **대상** 전라남도 정신건강증진시설 실무자
- **내용** 정신장애인 인권 강화 프로그램 보급

07 전라남도 정신보건기관 실무자 역량강화 교육

- **일시** 5월20일(목)
- **대상** 전라남도 정신건강증진시설 실무자
- **내용** 정신장애인 인권 강화 프로그램 보급

08 동네의원 마음이음 사업

- **일시** 4월 ~ 6월
- **대상** 전남 22개 기초정신건강복지센터
- **내용** 매뉴얼 제작 및 배부, 도 의사회 협약 및 설명회, 홍보시안(현판, 리플렛, 포스터 등) 배부



자살예방 사업



01 전라남도 이·통장과 함께하는 생명사랑 캠페인

- **일시** 4월 예정
- **대상** 전라남도민
- **내용** 자살예방, 생명사랑을 위한 로고송 캠페인 / 자살 고위험시기 마을방송 송출 등

02 생명사랑 로고송 공모전

- **일시** 4월 ~ 5월
- **대상** 전라남도민
- **내용** 자살예방, 생명사랑을 위한 로고송 공모전 홍보, 제작 등

03 생명지킴이 강사 인력 및 자살예방사업 담당자 현황조사

- **일시** 4월 예정
- **대상** 22개 시·군 정신건강복지센터 실무자
- **내용** 생명지킴이 강사인력 및 자살예방사업 담당자 인력 현황조사

04 전라남도 노인 자살예방사업 내·안·愛

- **일시** 4월 ~ 6월
- **대상** 전라남도 65세 이상 노인
- **내용** 전라남도 노인 정신건강 실태조사 진행 및 자살예방 프로그램 기획 개발 등

05 상반기 자살예방 프로그램 인증 심사

- **일시** 4월 ~ 6월
- **내용** 청소년 생명지킴이 양성교육 프로그램 ‘안녕, 괜찮니?’ 인증심사

06 2021 일산화탄소 중독 자살예방 지원 사업 추진

- **일시** 4월 ~ 12월
- **대상** 22개 시·군 및 전라남도 광역정신건강복지센터 자살예방사업 실무자
- **내용** 일산화탄소 자살예방 사전간담회 및 홍보물 제작·배포 등

07 전라남도 자살유족사업 실무자 역량강화교육

- **일시** 5월 예정
- **대상** 전라남도 22개 시·군 담당자 및 실무자
- **내용** 자살유족의 이해 및 상담기법 등

08 자살예방 인증 프로그램 강사 양성교육(1~2차)

- **일시** 5월 ~ 6월
- **대상** 22개 시·군 정신건강복지센터 및 유관기관 자살예방사업 실무자
- **내용** ‘안녕하십니까?’ 강사 양성교육

09 제7회 생명사랑·코로나 극복 사진 공모전 진행

- **일시** 6월 예정
- **대상** 전라남도민
- **내용** 생명사랑 및 코로나 극복을 주제로 한 사진 공모전 진행

10 전라남도 자살유해정보 모니터링단 마음클리너 운영

- **일시** 상시
- **대상** 생명사랑에 관심이 있는 전라남도민 누구나
- **내용** 자살유해정보 및 자살보도권고기준3.0 미준수 기사 모니터링단 모집 및 활동

11 마음돌봄약국사업설명회 및 전남약사회 MOU 채결

- **일시** 4월 ~ 5월
- **대상** 전라남도 22개 시·군 담당자 및 실무자, 전라남도 약사회
- **내용** ‘마음돌봄’약국 사업설명회, 전라남도 약사회 MOU 체결 등



01 청년정신건강증진사업 2차 간담회

- **일시** 4월 1일 |목|
- **대상** 전라남도광역정신건강복지센터, 국립나주병원
- **내용** 21년 대학생 정신건강검진 협업 논의

02 정신건강 앱 터치마인드 설명회

- **일시** 4월 15일 |목|
- **대상** 전남 22개 시·군 기초정신건강복지센터 실무자
- **내용** 정신건강 앱 ‘터치마인드’ 및 기초센터 실무자 전용 앱 구성 및 활용법 등

03 우울·스트레스 강사양성 교육

- 일시 4월 29일 |목|
- 대상 전남 22개 시·군 기초정신건강복지센터 실무자
- 내용 우울·스트레스 예방 교육 강사양성

04 노인 정신건강 예방교육 강사양성

- 일시 4월 ~ 5월
- 대상 전남 22개 시·군 기초정신건강복지센터 실무자
- 장소 전라남도광역정신건강복지센터 회의실
- 내용 어르신 마음건강 교육 및 시연(강사양성교육)

05 재난심리지원사업 실무자 역량강화교육 (상반기)

- 일시 5월 12일 |수|
- 대상 전남기초센터 실무자 35명
- 내용 심리적응급처치(PFA)의 이해 및 실습



정신응급
대응사업



01 전라남도 응급실 기반 자살시도자 사후관리사업 생명 이-음

- 일시 4월 ~ 6월
- 대상 사업 참여 응급의료기관 13개소
- 내용 응급실 내원 자살시도자 월별 현황 확인 및 고위험군 연계, 간담회(예정)

02 지정정신응급의료기관 간담회(예정)

- 일시 4월 ~ 6월
- 대상 사업 참여 지정정신응급의료기관
- 내용 2021년 전라남도 지정정신응급의료기관 운영 안내 및 논의

03 정신응급대응 경찰관 교육

- 일시 4월 14일 |수| •장소 전라남도 경찰청
- 대상 전라남도 경찰서 보호조치 업무 담당 경찰관 20명
- 주제 전라남도 정신응급대응사업 안내 및 대응)

코로나 예방접종 전후 발생하는 심리적 어려움 극복방법!



우울감&불안감 증상



코로나19 심리지원 검색!



전문가에게 도움을!

정신건강 상담전화 1577-0199

목포시정신건강복지센터	061-276-0199	강진군정신건강복지센터	061-430-3570
곡성군정신건강복지센터	061-363-9917	장성군정신건강복지센터	061-395-0199
여수시정신건강복지센터	061-659-4290	해남군정신건강복지센터	061-531-3768
구례군정신건강복지센터	061-780-2048	완도군정신건강복지센터	061-550-6745
순천시정신건강복지센터	061-749-6695	영암군정신건강복지센터	061-470-6569
고흥군정신건강복지센터	061-830-6673	진도군정신건강복지센터	061-540-6058
나주시정신건강복지센터	061-333-6200	무안군정신건강복지센터	061-450-5102
보성군정신건강복지센터	061-853-5500	신안군정신건강복지센터	061-240-5480
광양시정신건강복지센터	061-797-3779	함평군정신건강복지센터	061-320-2428
화순군정신건강복지센터	061-374-4600	영광군정신건강복지센터	061-350-5666
담양군정신건강복지센터	061-380-2973		
장흥군정신건강복지센터	061-864-0199		



Address 전라남도 나주시 세남로 1328-31 국립나주병원 본관 2층

Tel 061-350-1700 **Fax** 061-332-1093

E-mail 061mind@daum.net **Instagram** @jnmhc061

