

SHARE HAPPINESS

Man is the artificer of his own happiness

인간은 자신의 행복 창조자다
- Henry David Thoreau -



2018 중국 상하이 CMTF 참가기

(2018.5.18.~ 5.20.)

드디어 성남시에서 중국 상하이 박람회에 참가했습니다!
중국은 성남시에 들어오는 환자 수 1위 국가이며, 한국과 가까운 나라로 성남시와도 자매도시 맺은 곳이 많이 있습니다.
상하이에서 열린 박람회는 중국 최대 의료관광 박람회이며, 한국관광공사 상하이 지사도 만나 뵈고 왔습니다!

2016년 중국 환자 성남시 방문 현황



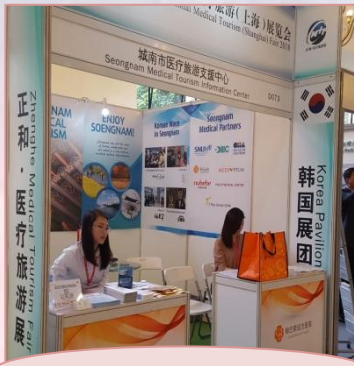
실 환자수
3,427명



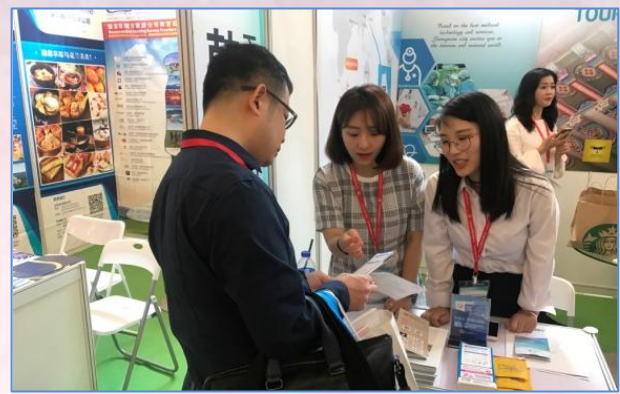
연 환자수
6,351명



성남시 방문국
1위



이번 행사에는 보바스 기념병원이 성남시와 함께 부스를 사용하여 중국 에이전시와 개별 방문객에게 홍보를 진행하였습니다!
박람회장 : 상하이 전시 센터 / 성남시 부스



중국의 현지 에이전시들이 한국의 의료관광과 성남시 의료기관에 많은 관심을 주셨습니다!



개막식 행사와 컨퍼런스도 참여하여 최근 중국의 의료관광 트렌드와 마케팅 방향설정에 관한 내용을 공유했습니다.

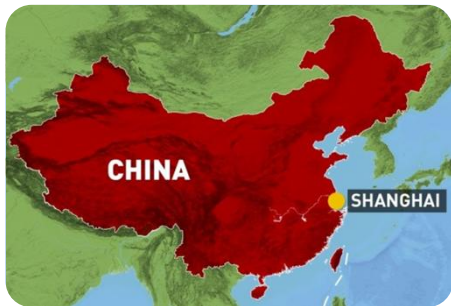


마지막 날은 한국관광공사 상하이지사 방문하여 성남시 국제의료관광 박람회 관련 내용을 협의하고, 중국의 의료관광 마케팅 방향에 대해 함께 고민하는 시간을 가졌습니다. 의미 있는 시간과 함께 한 중국 상하이 출장이었습니다^^! 앞으로 성남시의 중국 마케팅 활동을 기대 해 주세요!



직접 보고, 듣고, 느끼고 온

중국 상하이 의료&관광 현황



상하이(SHANGHAI)



뉴욕, 런던 다음으로 큰 세계 금융의 중심지



극동지역에서 가장 큰 상업도시



인구 2,418.33만 명



GDP : 30,134억 위안 (약509조원)
GNP : 124,536위안 (약2천2백 만원)

상하이(SHANGHAI) 의료기관 & 의료 현황



- 의료기관 수 : 5,011개
- 종합병원, 중의병원, 중·서양 결합 병원, 전문병원, 요양원 등
- 병상 수 : 129,166개



- 장점 (사립 의료기관)**
- 최고급시설
 - 수준 높은 서비스 제공
 - 발전 속도가 빠름



- 단점**
- 높은 금액
 - 긴 대기시간 (번호표를 대신 뽑아 주는 아르바이트도 있을 정도)

의료관광 목적지로 한국 선택을 고려하는 이유



- 중국에 진출한 한국 의료기관 증가



- 중국 파견 한국 의사 증가
- 중국에서 유학하는 한국 의대생의 증가



- 중의학에 대한 신뢰와 자부심



- 높은 생활 수준에 따른 목적지 선택

앞으로의 중국 진출 전략

- 도시 별 맞춤형 의료관광 상품 개발
- 관광을 중시하는 중국의 수요에 맞춘 관광 연계상품의 다양화
- 시장 가능성이 높은 신(新) 1선 도시 집중 마케팅
- 기관 명이 아닌 우수 의료기술 홍보

구분	도시	의료관광 상품(안)
1선 도시	베이징, 상하이, 광저우, 선전	VIP검진, 고급 요양시설, 비만치료 등
신(新) 1선 도시	청두, 항저우, 우한, 충칭, 난징, 톈진, 쑤저우, 시안, 창사, 선양, 칭다오, 정저우, 다롄, 둥관, 닝보	건강검진, 중증치료, 피부/성형, 불임/난임 등



30대부터 시작되는 노안!



예방으로 늦추기

노안 자가 진단법

1. 나이가 40세 이상이다
2. 작은 글씨가 뿌옇게 보이면서 초점이 잘 맞지 않는다.
3. 밝은 조명에서는 잘 보이는 글씨도 어두운 조명에서는 흐리게 보인다.
4. 조금만 책을 읽으면 눈이 피로하고 머리가 아프다.
5. 책이나 신문을 읽을 때 집중이 잘 안 된다.
6. 눈이 안개 낀 것처럼 침침해 눈을 자주 비빈다.
7. 스마트 폰 화면을 오래 바라보기가 어렵다.
8. 책이나 신문을 보다가 갑자기 먼 곳을 보면 초점 맞추기가 어렵다.
9. 먼 곳을 보다가 갑자기 가까운 곳의 글씨를 보면 앞이 어른거리고 머리가 아프다.
10. 밤에는 증상이 심해져 운전할 때 어려움을 겪는다.
11. 바늘 귀에 실을 꿴는 등 약 25-30cm의 가까운 거리의 작업이 어렵다.
12. 처음에는 잘 보이다가 차차 흐려진다.



위의 자가진단법에서 해당되는 사항이 7개 이상이면 노안을 의심해 봐야 합니다. 특히 2번, 8번, 9번에 해당한다면 개수와 상관없이 노안이 의심되는 상황이니 꼭 안과에 가서 진료를 받아보아야 하는 것이 좋아요!

젊은 노안의 습격



최근에는 30대에도 노안이 찾아오는데요!! 스마트폰이나 태블릿 PC, 오랜 컴퓨터 사용 등이 그 주요 원인이라고 합니다.

또한 안구건조증과 원시도 그 원인이 될 수 있는데요, 안구건조증은 스마트폰이나 컴퓨터와 같은 전자기기를 자주 사용할수록 유발될 확률이 높다고 하니 주의가 필요하답니다.

노화의 자연스러운 현상은 막을 수 없지만, 젊은 노안은 평소 눈 건강관리를 통해 늦출 수 있다고 합니다.

모두들 생활습관을 통해 노안을 늦춰보세요!!



노안을 늦추는 생활습관

1. 스마트폰 등 전자기기 현명하게 사용하기



TV와의 거리는 3미터를 유지하고, 컴퓨터로 1시간 업무를 했다면, 10분은 휴식하는 것이 좋아요. 스마트폰은 최소 30cm 이상 거리를 두는 것이 좋습니다. 흔들리는 버스나 지하철에서 되도록 스마트폰이나 태블릿PC 보는것을 자제하고, 눈을 자주 깜빡이는 것이 좋아요!

2. 선글라스로 자외선 차단하기



강한 자외선은 눈의 수정체 조직을 파괴하여 노안을 유발할 수 있습니다. 야외 활동 시 선글라스로 자외선을 차단하는 것이 좋아요. 자외선 차단 지수 100%인 것이 좋고, 챙이 넓은 모자를 쓰는 것도 좋습니다.

3. 균형 잡힌 식단으로 영양 섭취하기



베타카로틴과 루테인이 풍부한 녹색채소를 많이 먹는 것은 눈 건강에 도움이 됩니다. 케일이나 블루베리, 당근 같은 식품이 대표적이예요. 루테인은 안구의 혈류를 개선해주며 비타민 A 는 눈의 구성성분을 만드는데 꼭 필요하기 때문에 눈이 피로하거나 안구건조증, 염증이 생길 때 이런 영양분을 섭취하는 것이 도움이 될 수 있답니다.

4. 눈의 피로를 풀어주는 마사지 및 운동 하기



눈의 피로를 풀어주는 마사지와 운동도 좋습니다! 하루에 10분씩, 관자놀이 부분과 눈썹 부위를 부드럽게 눌러주거나, 온 찜질을 하는 것도 도움이 됩니다. 눈썹과 눈 사이의 움푹 들어간 곳을 지그시 누르는 것도 눈 피로 해소에 좋습니다.

안내

2018 Medical Korea in Mongolia

- 행사명 : 2018 Medical Korea in Mongolia
- 행사기간 : 2018년 6월 14일(목) ~ 6월 16일(토)
- 행사장소 : 몽골 울란바타르 미셸 전시장
- 분야 : 의료서비스(한방 병·의원 포함), 제약, 의료기기
- 주요내용
 - 한-몽 의료인간 세미나, 한-몽 서울프로젝트 연수생 초청 학술 세미나 및 네트워킹 만찬
 - 보건의료홍보회 개최
 - * 의료기관(한방 병·의원 포함), 의료기기·제약업체 등 홍보전시관 운영(부스 설치), 세미나 개최 및 무료 진료 시행
 - 한-몽 참여기관 간 비즈니스 미팅 개최
- 추진일정
 - 4/25~5/18 : 참여기관 접수
 - 5/21~5/25 : 한-몽 참여기관간 비즈니스 상담 매칭
 - 6/14~6/16 : 2018 Medical Korea in Mongolia 참여
- 문의
 - (의료기관·지사체) 이수연 연구원(☎043-713-8292, suyeon11@khidi.or.kr)
 - (한방 병·의원) 장은수 연구원(☎043-713-8807, helrios@khidi.or.kr)
 - (제약·의료기기) 한유진 연구원(☎043-713-8472, besthyj@khidi.or.kr)



몽골 나담 축제 (Naadam Festival)



- 몽골 울란바토르에서 매년 7월 11~13일에 열리는 몽골 최대 민속 축제이자 스포츠 축제
- 몽골 씨름, 말 타기, 활 쏘기 등 3가지 경기가 축제의 중심
- 몽골 전국에서 각 부족을 대표해 모여든 선수들이 전통적으로 유목민에게 필수적인 힘을 과시할 수 있는 종목에 참여하여 축제기간 동안 각축을 벌임
- 2010년 유네스코 문화유산 등재

대표해 모여든 선수들이 전통적으로 유목민에게 필수적인 힘을 과시할 수 있는 종목에 참여하여 축제기간 동안 각축을 벌임

2018 성남시 국제의료관광 컨벤션(SIMTC)



2018 SEONGNAM INTERNATIONAL MEDICAL TOURISM CONVENTION

9.14(금) - 9.16.(일) 성남시청
10:00~18:00(Last day 17:00)

- 의료관광 / 의료기기 통합전시회
- 글로벌 비즈니스 미팅 및 네트워킹
- 해외바이어 초청 수출 상담회
- 의료관광 팸투어
- 의료체험 이벤트
- 국제 컨퍼런스



+82-31-729-8616 wsh45@korea.kr @seongnam.meditour

성남시 의료관광 지원센터

연락처	+82-31-729-8614
대표 이메일	seongnam.meditour@gmail.com
홈페이지	www.seongnam.go.kr

