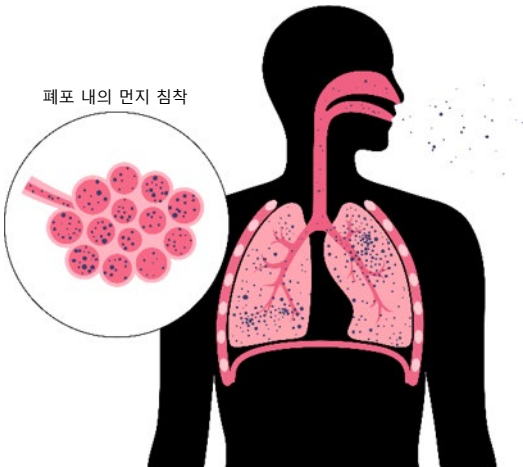


## 규폐증(Silicosis)이란 무엇입니까?

- 규폐증은 예방 가능한 직업성 폐 질환입니다.
- 직장에서 규사 먼지를 흡입함으로써 발생하는 질환입니다.
- 치료가 불가능하며 치명적일 수 있습니다.
- 폐 이식이 필요한 환자들 중 일부는 이식 수술을 위한 의학적 자격 요건을 충족하여 대상자로 선정될 수 있습니다.
- 증상이 나타나기까지 10년에서 15년 정도의 긴 시간이 소요될 수 있습니다.
- 증상에는 기침, 피로감, 체중 감소, 호흡 곤란, 흉통 등이 포함되나, 이에 국한되지는 않습니다.



다음 산업 분야에 종사하는 개인은 규사 먼지에 노출될 위험이 가장 높습니다

- 석재 절단 및 가공업
- 건설업
- 채광업

## LACDMH의 핵심 가치

**정렴성(Integrity).** 우리는 최고의 윤리 기준에 따라 전문성을 가지고 행동합니다.

**존중(Respect).** 우리는 모든 개인의 고유함을 인정하며, 모든 사람을 그들의 인격적 가치와 존엄성을 존중하는 방식으로 대우합니다.

**책임감(Accountability).** 우리는 우리의 선택과 그 선택이 초래하는 결과에 대해 책임을 집니다.

**협력(Collaboration).** 우리는 지역사회 전체와 파트너십을 맺고 지식을 공유하며, 확고한 합의를 도출하고 의사결정 과정을 공유함으로써 공통의 목표를 향해 함께 노력합니다.

**헌신(Dedication).** 우리는 고객과 지역사회의 삶을 개선하기 위해 필요한 모든 노력을 다할 것입니다.

**투명성(Transparency).** 우리는 조직에 대한 신뢰를 보장하기 위해 우리의 아이디어, 결정 사항 및 결과를 공개적으로 전달합니다.

**품질 및 우수성(Quality and Excellence).** 우리는 개인, 조직, 전문 및 임상 분야에서 가장 높은 기준을 설정하고, 업무의 모든 측면을 지속적으로 개선함으로써 이러한 기준을 달성하기 위해 전념합니다.

위기 상황에 처하여 즉각적인 도움이 필요하시면 연중무휴 24시간 수신자 부담 헬프 라인으로 연락주세요.

헬프 라인: **800.854.7771**

청각 또는 언어 장애가 있는 분들은 **711번으로 전화**하여 상담원에게 헬프 라인으로 전화를 연결해 달라고 요청하십시오. 상담원이 발신자와 우리 직원 사이에서 통역사 역할을 수행할 것입니다.

[dmh.lacounty.gov](http://dmh.lacounty.gov)



▶▶ 규폐증 지원 자원



LOS ANGELES COUNTY  
**DEPARTMENT OF  
MENTAL HEALTH**  
hope. recovery. wellbeing.



## 규폐증 진단으로 인해 개인과 가족이 겪을 수 있는 어려움

**재정적 부담.** 환자가 근무 시간을 줄이거나 일을 중단해야 할 경우 소득이 감소하게 됩니다.

**의료 및 건강 관리 비용.** 지속적인 진료, 약물 복용 및 치료 과정에서 비용이 발생합니다.

**가족 역할의 변화.** 가족 구성원은 환자를 돌보거나 가계 재정을 관리하는 등 새로운 책임을 떠맡아야 할 수도 있습니다.

**정서적 고통.** 사랑하는 사람의 건강과 미래에 대해 걱정하고 슬퍼하며 두려움을 느낄 수 있습니다.

**아동에게 미치는 영향.** 자녀들은 부모님의 건강 상태나 가정 환경의 변화에 대해 불안감을 느낄 수 있습니다.



## 규폐증이 정신 건강에 미치는 영향

귀하 자신이 규폐증을 앓고 있거나, 규폐증 환자를 돌본다면 귀하의 정신 건강에 영향을 줄 수 있습니다. 많은 환자들이 근무 시간을 단축하거나 야에 일을 그만두어야 하므로, 이로 인해 재정 문제, 의료 서비스 이용, 가족 부양 책임과 관련된 추가적인 스트레스가 발생합니다. 규폐증 진단을 받은 분들은 다음을 경험할 수 있습니다.

- 호흡 곤란으로 인한 불안 증세나 공황 발작을 겪을 수 있습니다.
- 우울증이나 깊은 슬픔을 느낄 수 있습니다.
- 분노나 좌절감을 느낄 수 있습니다.
- 앞으로의 삶에 대한 두려움이나 불확실성을 경험할 수 있습니다.

## 지원 및 자원

지원 그룹 및 지역사회 자원을 안내받으려면 211번으로 전화하거나 211LA.org 웹사이트를 방문하십시오.

로스앤젤레스 카운티 정신건강국(Los Angeles County Department of Mental Health)  
[dmh.lacounty.gov/mental-health-resources/silicosis-resources/](https://dmh.lacounty.gov/mental-health-resources/silicosis-resources/)

로스앤젤레스 카운티 공중보건국(Los Angeles County Department of Public Health) 규폐증 정보 웹사이트  
[publichealth.lacounty.gov/silicosis/](https://publichealth.lacounty.gov/silicosis/)

## 규폐증의 영향을 받는 환자와 그 가족을 위한 대처 및 지원 방법

어려운 시기에는 스스로를 돌보고 타인과 유대감을 유지하는 것이 도움이 될 수 있습니다. 귀하의 안녕을 지키기 위한 몇 가지 방법은 다음과 같습니다.

- 자기 관리를 실천하세요.
- 규칙적으로 식사하고 충분한 휴식을 취하세요.
- 가능한 한 매일의 일상적인 생활 패턴을 유지하세요.
- 친구, 가족 또는 신뢰할 수 있는 지역사회 구성원과 대화하여 심리적 연결 고리를 유지하세요.
- 자신이 가진 개인적 강점에 집중하세요.
- 술이나 약물에 의존하여 스트레스를 해소하지 마세요.
- 질병이나 상실에 적응하는 데는 시간이 걸리며, 슬픔, 비탄, 불확실성을 느끼는 것은 지극히 정상적인 과정입니다.
- 판단하지 말고 경청하세요.
- 함께 일상적인 활동에 참여하세요.
- 식사 준비, 심부름, 병원 진료 동행 등 실질적인 도움을 제공하세요.