

초보 부모를 위한 서바이벌  
안내서 및 신생아 책자

**Parent Survival Guide and  
Newborn Book (Korean)**

집에서 아기와 보내는 첫 며칠을 위한  
안내서

A guide to the first few days at home with  
your baby.

Von Voigtlander 여성 병원  
Von Voigtlander Women's Hospital



아기의 탄생을 축하드립니다! 이 아기가 첫째 아이든 다섯번째 아이든, 의사를 만날때까지 도저히 기다릴 수 없는 질문들이 있을 수 있습니다. 본 책자는 그 첫 며칠 동안의 신생아 돌보기에 도움이 되고자 만들어졌습니다. 이 책자를 읽으신 후에도 여전히 궁금한 점이 있으시면, 아기의 소아과 의사에게 연락하시기 바랍니다.

Congratulations on the birth of your child! Whether this child is your first or your fifth, you may have questions that cannot wait until you and your baby see the doctor. This booklet has been designed to help you get through those first few days of parenthood. If you still have questions after reading this, please call your baby's doctor.

## 병원에서 퇴원하기 전 **BEFORE LEAVING THE HOSPITAL**

병원에서 퇴원하기 전에, 아기의 의사를 반드시 지정하십시오. 만약에 선택한 의사가 없으시면, 저희가 선정을 도와드릴 수 있습니다. 병원에서 아기를 돌봐준 의료팀이 아기의 첫 소아과 방문 날짜를 언제로 잡아야 할지를 결정해서 알려드릴 것입니다. 대부분의 아기들은 퇴원한지 1-3 일 후에 소아과 의사를 만납니다.

퇴원하기 전에, 아기는 비타민 K 주사, 눈 치료, B형 간염 예방주사, 맥박 산소 측정 검사, 빌리루빈 검사, 청력 검사 그리고 신생아 선별 검사를 받아야 합니다.

Before leaving the hospital, please make sure that you choose a doctor for your baby. If you do not have one, we can help you choose one. The health care team taking care of your baby in the hospital will determine when you need to schedule your baby's first appointment. Most babies are seen 1-3 days after discharge. Your baby should receive a vitamin K injection, eye treatment, Hepatitis B vaccine, pulse oximetry test, bilirubin test, hearing test, and newborn screening test before you leave the hospital.

## 피로 **FATIGUE**

이제 집으로 온 엄마와 아기는 행복합니다만, 아기가 너무 자주 먹습니다. 설겅이와 빨래들이 쌓여가고, 어찌서 늦은 오후까지 옷도 못 갈아 입는지 도무지 이해할 수가 없게 됩니다. 도대체 왜 그런 걸까요? 이제는 일상 생활이 예전과는 많이 다릅니다. 앞으로 몇 주간은 자신의 건강 관리를 잘 하면서 아기를 알아가는 일을 해내야 합니다. 무엇보다도 자신과 아기를 돌보는 일을 가장 우선시해야 합니다. 음식 및 수분 섭취를 잊지 말고, 아기가 잘 때는 오후 2시 일지라도 같이 자야한다는 점을 명심하십시오.

예전에는 직장 일과 집안 일을 모두 능률적으로 잘 했었다는 자부심이 있더라도, 이제는 도움을 청하는 것을 주저하지 마십시오. 이 시기는 자신과 아기에게 아주 특별한 시간입니다. 가족과 친구들이 가능한한 많이 도울 수 있도록 놔두십시오.

So you and your new baby are home and happy, but he feeds frequently. You find that the dishes and the laundry are piling up and you wonder why you cannot seem to get dressed before late afternoon. What is going on? Your life is a lot different now. Your job for the next few weeks is to get to know your child and to keep yourself well. You need to care for yourself and your baby first and foremost. Do not forget to eat and drink and to sleep when the baby sleeps, even if it is at 2 o'clock in the afternoon. Do not hesitate to ask for help, even if you have previously prided yourself in your efficiency at work and at home. This is a special time for you and your child. Let family members and friends do as much for you as they can.

## 우울증 THE BLUES

산모의 절반 정도는 출산한지 3-4 일후에 산후 “우울증”을 경험할 것입니다. 이것은 수면 부족과 호르몬의 변화로 인한 것입니다. 피곤함, 슬픔, 생각하는데 어려움, 그리고 눈물이 자주 나는 증상이 있습니다. 많은 산모들이 이런 생각과 기분이 드는 것에 죄책감을 느끼지만, 이런 감정은 흔히 생기며, 대략 1-3 주후에 사라질 것입니다.

About half of all new mothers will experience postpartum “blues” 3 to 4 days after delivery. It is caused by sleep deprivation and hormones. Symptoms include tiredness, sadness, difficulty thinking, and crying. Many moms feel guilty about these thoughts and feelings, but these feelings are common and will pass in about 1 to 3 weeks.

우울증이 오면 어떻게 해야합니까? 배우자나 부모님 혹은 친구와 이런 기분에 대해 이야기하십시오. 충분한 수면을 취하십시오. 집안 일을 도와달라고 부탁하십시오. 혼자만 있지 마십시오 -- 집 밖으로 나가서 다른 사람들을 만나십시오. 감정이 점점 감당하기 벅찰 정도가 되거나, 혹은 자신이나 아기를 해치려는 생각이 들기 시작하면 산후 우울증이 오는 것일 수 있으므로, 의사와 상의해야 합니다.

What to do about the blues? Talk about your feelings with your partner, your own parent, or a friend. Get enough sleep. Get help for the chores at home. Do not isolate yourself — get out of the house and see other adults. If things seem increasingly overwhelming, or you begin having thoughts about hurting yourself or your child, you could have postpartum depression and should talk to your physician.

## 아기를 보러가도 될까요? CAN I COME SEE THE BABY?

집으로 돌아오면, 전화가 오기 시작할 것입니다. “아기 보러 언제 갈 수 있나요?” 건강한 사람들에게만 방문을 허락하고 아기를 안아볼 수 있게 해야합니다. 방문객이 아기를 안기 전에 반드시 손을 씻고, 아기에게 재채기나 기침을 하지 못하게 하십시오. 아기 주위에서 담배를 피우지 못하게 하십시오. 방문 시간은 1 시간이나 2 시간 이내로 제한하십시오. 대부분의 방문객들은 산모가 낮에 잠을 자야한다는 사실을 알지 못합니다. 방문객을 원치 않으시면, 요즘 아기에 대해 알아가며 배우는 중이다, 아직은 손님을 맞을 준비가 되어있지 않다고 말하십시오.

Once you are home, the phone calls will start. “When can we come over to see the baby?” Only healthy people should be allowed to visit and hold the baby. Make sure they wash their hands before holding the baby and do not sneeze or cough on the baby. Do not let people smoke around your baby. Limit the visits to 1 or 2 hours or less; most visitors are unaware you need to sleep during the day. If you do not want visitors, tell them you are getting acquainted with your new child and are not ready for visitors.

## 수유 FEEDING

아기에게 모유 수유를 할지 분유 수유를 할지를 결정해야 합니다. 모유는 특별히 인간 아기를 위해 만들어진 것이기 때문에 저희는 모유 수유를 권장합니다. 모유의 또 다른 이점들은 질병 보호, 엄마와 아기간의 유대감 상승, 산모의 체중 감소, 그리고 경제적 절약입니다. 하지만, 어떤 산모들은 모유 수유를 선호하지 않고, 또 어떤 아기들은 엄마의 완벽한 모유 수유 기술에도 불구하고 모유를 먹지 않기도 합니다. 신생아는 오로지 모유나 분유만 필요합니다. 물, 주스, 홍차, 꿀, 혹은 라이스 시리얼 같은 고형 음식은 먹을 필요도 없고 먹여서도 안됩니다.

You will need to decide whether to breast or bottle feed your baby. We recommend breastfeeding, as breast milk is specially made for human babies. Other benefits of breastfeeding include protection against illness, an enhanced mother-child bond, maternal weight loss and financial savings. Some mothers, however, would prefer not to breastfeed, and some babies will not breastfeed, even with perfect technique on the part of the mother. Newborns only need breast milk or formula. They do not need and should not be given water, juice, tea, honey or solid foods (such as rice cereal).

## 모유 수유 : BREASTFEEDING:

초기에는 투명하거나 노란색의 영양가가 풍부한 초유가, 젖이 잘 돌기 시작할 때까지 나옵니다. 초유가 많이 나오지 않더라도, 대부분의 신생아들에게는 첫 며칠간을 충분히 충족시켜주는 양입니다. 출산 후, 약 4 일이 지나면 젖이 돌기 시작할 것입니다.

모유는 아기의 위에 부담을 주지 않고, 소화도 잘 됩니다. 낮과 밤에 상관없이, 1 시간 반에서 3 시간 주기로 아기에게 모유 수유를 해야 한다고 생각하시면 됩니다. 젖이 돌고, 아기를 더 오랫동안 채워도 된다는 의사의 지시가 있기 전까지는 아기를 4 시간 이상 채우지 마십시오. 산모가 잠에서 반드시 깰 수 있도록 알람 시계를

맞춰놓으십시오. 산모는 수분을 많이 섭취하고, 균형잡힌 식사를 하며, 가능한한 잠을 많이 자도록 노력해야 합니다. 약을 복용하는 경우에는 의사와 먼저 상의하십시오.

어떤 약들은 모유로 들어갈 수 있어서 아기에게 해로울 수 있습니다.

Initially, your breasts will make colostrum, a clear or yellow liquid that is extra rich in nutrients, until your milk comes in. Even though there may not be a lot of colostrum, for the vast majority of babies, colostrum is enough to meet their needs the first few days. Your breast milk will likely come in around the 4th day after the baby is born. Breast milk is light on the stomach and easily digested by the baby. You should expect to breastfeed your newborn about every 1 1/2 to 3 hours, day and night. Do not let your baby sleep more than 4 hours between feedings until your milk is in and her doctor says you can let her sleep longer. Set an alarm clock to make certain you wake up. You should try to drink a lot of liquids, eat a well balanced diet, and sleep as much as you can. If you take any medications, check with a doctor first. Some medications can pass in the breast milk and may be harmful to your baby.

**젖이 불어오름/젖몸살 :** 젖이 돌기 시작하는 첫 며칠동안은 유방이 예전보다 더 단단하고, 무겁고, 부은 듯한 기분이 든다는 여성이 많습니다. 이런 변화는 정상적인 것으로 보통 금방 없어지지만, 젖몸살을 초래할 수도 있습니다. 젖몸살은 많은 양의 모유가 돌기 시작할 때 발생합니다. 젖이 불어오르면, 아기에게 자주 수유를 하십시오 (아기가 원한다면 한 시간마다라도). 절대 수유를 거르지 마십시오. 수유 후에는 차가운 수건으로 유방을 눌러주는 것도 좋습니다. 어떤 산모들은 젖을 잘 나오게 하기 위해서 수유 직전에 따뜻한 젖은 수건으로 유방을 부드럽게 마사지 하기도 합니다. 수유하는 동안, 덩어리가 만져지는 부분을 젖꼭지 쪽으로 마사지 하십시오. 특히 젖이

불어오르는 초기 기간에는, 간혹 아기가 젖을 무는데 어려움을 겪습니다. 수유하기 전에 손이나 유축기를 이용해서 젖을 짜내면 아기가 더 손쉽게 젖을 물 수가 있습니다. 젖을 보다 더 완전히 비울 수 있는 다른 여러가지 수유 자세를 취해보십시오.

**Engorgement:** Many women feel that their breasts are firmer, heavier, and swollen in the first few days of producing mature milk. These breast changes are normal and will usually go away quickly, but may lead to engorgement. Engorgement occurs when breasts start to fill with a larger volume of milk. When engorgement occurs, you should feed the baby often (even every hour if baby is rooting). Never skip feedings. You may want to apply cold compresses after feeding. Some mothers will use warm, wet washcloths and gently massage their breasts right before feeding to promote milk let down. Massage any lumpy areas toward the nipple during a feeding. Sometimes babies have trouble attaching, especially during the initial period of engorgement. Manual expression or pumping before a feeding can make it easier for the baby to attach. Use different feeding positions to more fully empty the breast.

**젓꼭지 쓰림:** 모유 수유를 하는 산모들에게는 흔히 있는 문제입니다. 젓꼭지 쓰림은 대개 젖을 잘못 물고있다는 징후입니다. 아기가 고개를 돌릴 필요없이 젓꼭지를 마주 볼 수 있는 자세가 되게끔 아기를 안으십시오. 아기가 입을 크게 벌려 젓꼭지 뿐만 아니라 유륜까지도 전부 다 물었는지 확인하십시오 (유륜은 젓꼭지 주변의 짙은 부위). 유방의 무게 때문에 젓꼭지와 유륜이 아기의 입에서 빠져나올 수 있으므로, 아기가 젖을 먹을 동안 유방의 아래 부분을 받쳐주십시오. 젓꼭지가 너무 쓰리면, 아픈 쪽 유방의 수유시간을 10 분으로 제한하십시오.

충분한 양의 모유 분비를 유지하기 위해서, 수유 후에 유축기로 젖을 짜내야 할 수도 있습니다. 산모와 아기가 모유 수유에 어려움을 겪고 있다면, 소아과 의사나 수유 상담가와 상의하십시오. 의사나 수유 상담가와 상의를 해보지도 않고 모유 수유를 포기하지 마십시오. 모유 수유 문제에 대한 쉽고 빠른 해결책이 있을 수가 있습니다.

**Sore nipples:** This is a common problem for nursing mothers. Nipple soreness is usually a sign of a poor latch. Position your baby so that she directly faces the nipple without needing to turn her neck. Make certain that she opens her mouth widely and gets a large mouthful, not only of the nipple but also the areola (the dark part around the nipple). Hold your breast from below during the feeding so that the nipple and areola are not pulled out of her mouth due to the weight of the breast. If your nipples are very sore, limit the feeding to 10

minutes on the sore breast. You may need to pump your breasts following the feeding to keep your milk supply adequate. If you and your baby are having problems with feedings, talk to your baby's doctor or a lactation consultant. Do not give up on breastfeeding before you talk with a doctor or consultant. The solution to a breastfeeding problem may be quick and easy.

### **분유 수유: FORMULA FEEDING:**

분유 수유를 결정했다면, 철분이 들어있고, 소젖을 바탕으로 한 분유로 시작하십시오. 분유를 먹는 모든 아기들은 분유에 들어있는 철분이 필요합니다. 분유통의 설명서를 잘 읽으시고 지시대로 정확하게 분유를 타십시오. 분유를 탈 때는 반드시 깨끗하고 안전한 물을 사용하십시오. 아기에게 해로울 수 있으므로, 너무 많은 양이거나 너무 적은 양의 물을 타지 마십시오.

If you choose to formula feed, we recommend that you start with a cow's milk based formula that has iron. All formula fed babies need the iron that is put into formula. Read the formula package carefully and mix it exactly as instructed. Make sure you use clean, safe water to prepare formula. Do not add too much or too little water which can be harmful.

수유할 준비가 되었을 때, 절대로 분유를 전자레인지에 넣어서 데우지 마십시오. 전자레인지는 분유 안에 뜨거운 부분을 생기게 해서 아기가 입을 데일 수 있습니다. 먹다 남은 분유 안에 박테리아가 자랄 수 있으므로, 수유 후 젖병에 남은 분유는 그냥 버리십시오. 사례가 들거나 질식할 수 있으므로, 젖병을 아기 입 안에 깊숙히 넣지 마십시오. 심각한 충치의 원인이 될 수 있으므로, 절대로 아기가 젖병을 입에 물은 채 잠을 자지 않도록 하십시오.

When you are ready to feed your baby, do not warm the formula in the microwave. Microwaves cause hot spots in the formula which can burn your baby's mouth. Throw away any formula left in the bottle after you have fed your baby because bacteria can grow in the leftover formula. Do not prop the bottle in your baby's mouth because this can cause choking. Make sure your baby does not sleep with a bottle in her mouth as this can cause severe tooth decay.

생후 이틀 정도가 지나면, 대부분의 신생아들은 1/2 에서 3 온스의 분유를 보통 3 시간 간격으로 먹을 것입니다. 더 오랫동안 채워도 된다는 의사의 지시가 있을 때까지는 아기를 4 시간 이상 채우지 마십시오.

After the first couple of days, most newborns will take 1/2 - 3 ounces each feeding and will usually feed about every 3 hours. Do not let your baby sleep more than 4 hours between feedings until her doctor says you can let her sleep longer.

### **트림: BURPING:**

트림은 아기가 삼킨 공기를 뱃속에서 제거하는데 도움이 됩니다. 수유를 어떻게 하고 있느냐에 따라서, 수유 중간에 혹은 수유를 끝낸 뒤에 트림을 시킬 수 있습니다. 트림을 시키려면 아기의 머리를 엄마의 어깨에 올리면 됩니다. 그리고 나서, 아기의 등을 문지르거나 톡톡 가볍게 칩니다. 아기가 트림을 할 때 소량의 모유/분유를 뱉는 것은 드문 일이 아닙니다. 아기가 항상 트림을 해야 할 필요는 없습니다.

Burping your baby helps to remove any swallowed air from his stomach. You can burp your baby in the middle of the feeding or at the end, depending on how he is doing with the feeding. To burp your baby you can put his head on your shoulder. Then rub or pat his back. It is not unusual to see a small amount of spitting up when the baby burps. Babies may not always need to burp.

### **소변: URINATION:**

아기가 얼마나 먹고 있는지를 정확히 안다는 것이 불가능하기 때문에, 아기의 소변 기저귀 수를 주시해야 합니다. 태어난지 하루가 된 아기는 적어도 하루에 한개의 소변 기저귀, 이틀 된 아기는 적어도 하루에 두개의 소변 기저귀가 나와야 합니다. 아기가 생후 7일 쯤이 될 때까지는 소변 기저귀가 매일 하루에 한 개씩 늘어나야 합니다; 그 후로는 하루에 대략 7-8 개의 소변 기저귀가 나옵니다. 만약에 아기의 소변 기저귀 수가 이에 못미치면, 의사에게 연락하십시오.

Since it is impossible to know exactly how much your child is eating, you need to monitor the number of wet diapers. A one day old should have at least one wet diaper that day and a two day old should have at least two wet diapers per day. Each day, the number of wet diapers should increase by one until the baby is 7 days old; after that the baby will have around 7-8 wet diapers per day. If your child is not meeting this expectation, call your baby's doctor.

### **대변: STOOLING:**

아기의 첫날이나 둘째날의 대변을 태변이라고 부릅니다. 이때의 변은 되직하며, 녹색을 띄거나 흑색입니다. 아기의 수유 양이 늘기 시작하면서, 대변은 노랗고, 알갱이가 있고, 물게 변합니다. 아마도 아기는 수유할 때마다 대변을 볼 것입니다. 대변을 보면서 끄끙 앓는 소리를 내거나, 힘을 주거나, 얼굴이 빨갛게 변하고 우는 것은 정상입니다. 그렇다고해서 변비가 있는 것이 아닙니다. 만약 변이 너무 딱딱하거나 피가 섞여있으면, 의사에게 연락하십시오.

Your baby's bowel movements the first day or two are called meconium. These stools are thick and greenish/ black. As your baby begins to feed more, his stools will become yellow, seedy, and loose. He will probably stool with each feeding. It is normal for babies to grunt, strain, turn red, and cry with bowel movements. This does not mean he is constipated. If his stools are hard or contain blood, call his doctor.

### **체중: WEIGHT:**

모든 아기들은 태어난 후 몸무게가 약간은 줄어듭니다. 아기의 체중이 너무 줄어들어서 걱정이 된다면, 의사와 상의하십시오. 생후 열흘째가 되면, 아기는 태어날 때의 체중으로 돌아갈 것입니다. 대부분의 아기들은 첫 한달 동안 체중이 하루에 1 온스 (30 그램) 씩 늘어납니다. - 이는 일주일에 약 0.5 파운드입니다!

All babies will lose some weight after birth. Talk with your baby's doctor if you are worried your baby has lost too much weight. We expect babies to be back to their birth weight by 10 days of age. Most babies will gain about an ounce (or 30 grams) per day for the first month - that's about a half a pound per week!

### **황달: JAUNDICE:**

황달은 신생아의 피부가 노랗게 보이는 것입니다. 아기의 눈 흰자위가 노랗게 변할 수 있습니다. 황달이 매우 흔하기는 하지만, 어떤 아기의 경우에는 심각한 문제를 방지하기 위한 치료가 필요할 수도 있습니다. 잦은 수유는 아기의 황달을 예방하는데 도움이 될 수 있습니다. 아기의 피부가 노랗거나 오렌지색 처럼 보이면, 의사와 상의하십시오.

Jaundice is when your new baby has yellow looking skin. The whites of your baby's eyes may be yellow. Although jaundice is very common, in some babies

it can require treatment to prevent serious problems. You can help your baby avoid jaundice by feeding frequently. If you think your baby looks yellow or orange, talk with your baby's doctor.

## 신생아의 정상적인 행동 NORMAL NEWBORN BEHAVIOR

집으로 돌아온 첫 며칠은 아기를 알아가는 좋은 시간이 될 것입니다. 어떤 행동이 걱정스런 것이고, 또 어떤 행동이 정상적인 것인지를 파악하기가 어려울 것입니다. 좋은 판단 기준은, 아기가 불편해 보이지 않는 행동을 하면, 해롭지 않은 것이라고 보면 됩니다. 생후 첫 몇주간 아기들이 보이는 자연스러운 행동들은 다음과 같습니다:

The first few days at home will be a great time of discovery. It can be difficult to understand what is concerning behavior and what is normal. A good rule of thumb is if the infant does not seem to mind the behavior, it is likely harmless. Here are some normal behaviors that can be seen in the first few weeks of life:

- 턱과 아래 입술 떨림 chin trembling and lower lip quivering
- 딸꾹질 hiccups
- 재채기 sneezing
- 코막힘 stuffy nose
- 트림과 모유/분유 뱉어내기 burping and spitting up
- 방귀 passing gas
- 대변 볼 때 힘주기 straining with bowel movements
- 하품 yawning
- 아기가 놀랐거나 울때, 팔과 다리를 떨거나 흔들기  
trembling or jitteriness of the arms and legs during crying or if he startles

## 신생아 돌보기 NEWBORN CARE

### 목욕 시간: BATH TIME:

어떤 아기들은 목욕을 좋아하고, 또 어떤 아기들은 매우 싫어합니다. 목욕은 아기를 편안하게 해줄 수 있으므로, 밤이나 “보채고 칭얼거리는” 시간에 목욕을

시키는 것이 좋습니다. 배꼽이 떨어지기 전까지는, 아기 몸을 물에 담그지 말고 스폰지로만 부분적으로 닦아주십시오. 보통 배꼽은 1-4 주내에 떨어집니다. 순한 비누를 사용하고, 비누질을 한 후에는 물로 잘 헹구어 주십시오. 베이비 파우더, 로션, 그리고 오일은 권장하지 않습니다.

Some babies like baths, others hate them. It can be a relaxing experience for the child, so you may want to bathe him in the evening or during a “fussy” period. We recommend giving only a sponge bath until the umbilical stump falls off, usually between 1 - 4 weeks of age. Use a mild soap and be sure to rinse the child well with water when you are done. Baby powders, lotions, and oils are not recommended.

### **땃줄: UMBILICAL CORD:**

만약에 소변이나 대변이 배꼽 주위에 묻어있으면, 스폰지나 수건으로 닦아주십시오. 정기적으로 닦아 줄 필요는 없습니다. 피가 약간 나는 것은 정상입니다. 출혈이 있으면, 휴지로 그 부위를 10 분 동안 짊 눌러줍니다. 만약 피가 계속 나면, 의사에게 연락하십시오. 배꼽에서 냄새가 나거나, 빨개지거나, 분비물이 나오면, 의사에게 연락하십시오.

Clean the umbilical stump with a sponge or washcloth if urine or stool gets on the area. There is no need to clean it routinely. A small amount of bleeding is not unusual. If there is bleeding, use a tissue and hold the area tightly for 10minutes. If the bleeding continues, call the doctor’s office. If the umbilical stump has an odor or if the area is becoming red or has drainage, call the doctor’s office.

### **남자 아기들의 성기: GENITALS, BOYS:**

**포경 수술을 받지 않은 경우** - 신생아의 포피를 음경 끝부위 (귀두)를 넘어서까지 너무 뒤로 잡아당기지 마십시오. 너무 일찍 아기의 포피를 뒤로 젖히면 세포에 흉터 형성과 손상을 초래할 수 있습니다. 첫 몇해가 지나면, 포피는 서서히 점점 더 부드럽고 쉽게 젖혀집니다. 그때까지는, 비누와 물로 음경의 바깥쪽을 닦아주면 됩니다.

**Not circumcised** — A newborn’s foreskin should not be pulled back over the tip of the penis. Pushing your son’s foreskin back too early can cause scar tissue formation and damage. After the first few years of life, the foreskin will

gradually become more retractable. Until this time, wash the outside of the penis with soap and water.

**포경 수술을 받은 경우** - 수술 받은 부위의 생살이 드러나고 아플 것입니다.

소량의 바셀린을 아기 음경에 발라주어 수술 부위가 기저귀에 들러붙지 않도록 하십시오. 수술 부위가 아물 때까지는 물속에 몸을 담그는 목욕을 시키지 마시고, 물로만 살살 씻어주십시오. 1-2 일 내에는, 붓기가 가라앉고, 빨갳던 것도 없어지며, 음경의 끝이 노랗게 덮이는 것을 보게 될 것입니다. 이것은 새로운 세포 조직이 자라나는 정상적인 과정입니다. 4-5 일 정도 후에는 피부가 완전히 아물게 됩니다. 그때 부터는, 바셀린을 바르는 것을 중단해도 됩니다.

**Circumcised** — the area will look raw and sore. Keep a small amount of petroleum jelly (Vaseline) on the penis so that it will not stick to the diaper. Wash the area gently with water and do not immerse in water (no baths) until the area has healed. Within 1-2 days, you will notice a decrease in swelling and redness and see a yellow covering on the tip of the penis. This is normal, new tissue growth. After about 4-5 days, the skin will be completely healed. At this time, you can stop applying petroleum jelly.

**여자 아기들의 성기: GENITALS, GIRLS:**

하얗고 투명하거나 혹은 핏기가 있는 질분비물이 보일 것입니다. 이런 정상적인 분비물은 몇 주가 지나면 없어집니다. 방광염에 걸릴 위험을 줄이기 위해 여자 아기의 성기는 앞에서 뒤로 닦아주어야 합니다 (클리토리스 부위에서 항문쪽으로). 또한 음순을 벌려서 그 부위를 부드럽게 닦아 주십시오.

A white, clear or even blood tinged vaginal discharge can be seen. This normal discharge will stop in a few weeks. You should wipe the genitals from front to back (from the clitoris area towards the anus) to help decrease the risk of bladder infections. You should also separate the labia and clean the area gently.

**손톱: NAILS:**

아기 손톱은 부드러우며, 쉽게 구부러집니다. 그리고 아주 날카롭습니다. 아기들이 손톱으로 긁어 스스로 상처를 내지 않도록 손톱을 잘 다듬어 주십시오. 손톱을 다듬는 줄이나 작은 손톱 깎기 또는 손톱 가위를 사용해서 하시면 됩니다. 보통 손톱 손질은 아기가 잠을 자거나 수유 중에 하는 것이 가장 좋습니다.

Baby nails are soft and easily bent. They also happen to be very sharp. We recommend trimming the nails so that the baby does not scratch himself. You can accomplish this with a nail file, emery board, small clippers, or nail scissors. Usually the best time to do nail care is when the baby is asleep or feeding.

### **옷: CLOTHING:**

아기 옷은 어른이 입는 정도의 두께로 입히시면 됩니다. 실내에 있을 때는 옷을 더 껴입힐 필요가 없습니다. 추운 날씨에 밖에 나갈 때는, 날씨에 맞게 옷을 입히십시오. 아기의 머리에는 모자를 씌워주십시오. 아기의 피부는 쉽게 화상을 입으므로, 여름에는 햇빛에 노출되는 시간을 제한하십시오. 얇은 옷과 모자는 아기의 피부를 보호해줄 것입니다. 오랫동안 햇빛에 노출되었던 카시트에 아기의 살이 닿지 않도록 하십시오. 너무 뜨거워져서 화상을 입힐 수 있습니다.

Dress your baby as you would dress yourself. Babies do not need extra clothing while indoors. In cold weather, dress your baby appropriately when you go outside. Cover your baby's head with a hat. During the summer months, limit exposure to sunlight since baby skin sunburns easily. Lightweight clothing and a hat will protect your baby's skin. Prevent your baby's skin from touching a car seat that has been in the sun since it can become hot enough to cause burns.

### **울기 CRYING**

우는 것은 극히 정상입니다. 아기가 울기 시작하기도 하고 울음을 그치기도 하겠지만, 그 이유를 산모는 모를 수가 있습니다. 어떤 아기들은 다른 아기들에 비해 유독 더 많이 울 수 있습니다. 그렇다고 아기에게 반드시 무슨 문제가 있다는 뜻은 아닙니다. 아기의 버릇을 망칠까봐 염려하지 않아도 됩니다. 아기는 울고 있을 때, 자기를 위로해주고 보살펴 줄 사람이 옆에 있다는 것을 알아야 할 필요가 있습니다. 아기가 안전한 환경에만 있다면, 울음 자체가 아기에게 해가 되지는 않습니다. 그러나 어떤 나이에든, 특히 출생 직후부터 생후 2개월 사이에, 울음을 달랠 수가 없거나 또는 혹시 아기가 아파서 우는 것이 아닌지가 걱정된다면, 의사에게 연락하십시오.

Crying is normal. Crying may start or stop and you may not know why. Some babies may simply cry more than others and this does not necessarily mean something is wrong with your baby. Do not worry about spoiling your baby. When your baby cries, she needs to know that someone is there to comfort and

take care of her. If your baby is in a safe environment, her crying in itself is not harmful. However, if your baby is ever inconsolable at any age but especially between the ages of birth to 2 months or you are concerned that your baby is sick, call her doctor.

### **아기가 울면 어떻게 해야 합니까? What do you do if your baby is crying?**

아기가 혹시 배가 고파서, 가스가 차서, 피곤해서, 기저귀가 젖어서, 덥거나 추워서, 혹은 옷이 너무 꼭 껴서 우는 것이 아닌지 확인하십시오. 아기를 더 많이 안아주고 스킨십을 시도해보십시오. 무언가를 빠는 것을 유독 좋아하는 아기들은 고무 젓꼭지가 도움이 될 수 있습니다. 또 어떤 아기들은 걷기, 살살 흔들기, 토닥토닥 해주기, 자동차 태우기, 유모차 태우기, 아기 그네 혹은 캐리어의 리드미컬한 움직임으로 달랠 수 있습니다. 걸싸개로 단단히 싸매주거나, 자세를 자주 바꿔주는 것도 간혹 도움이 됩니다. 때로는 부드러운 라디오 소리나 시계의 시끄러운 째깍 소리가 아기를 진정시키기도 합니다. 아주 어린 아기들도 사람과의 교감을 좋아해서, 웃으며 말을 시키고 같이 놀아주면 진정이 됩니다.

Make sure your baby is not hungry, gassy, tired, wet, hot or cold, and his clothing is not too tight. Some babies desire more sucking so a pacifier may help, or try more cuddling and physical contact. Other babies are comforted by the rhythmic motion of walking, rocking, patting, car rides, stroller rides, baby swings, or being carried in a front carrier. Swaddling or frequent position changes sometimes help. Sometimes, the sounds of a soft radio or the loud ticking of a clock soothe babies. Even very young babies love social stimulation and may settle down when you smile, talk, and play with them.

아기 돌보기는 즐거운 일일 수 있지만, 아기가 울음을 그치지 않을 때는 매우 속상한 일이 될 수도 있습니다. 나 혼자만 그런 것이 아니라는 사실을 기억하십시오. 아기가 그치지 않고 계속 울면 아기를 돌보는 사람은 누구나 다 힘들어 합니다. 부모와 아기를 돌보는 사람들이 좌절감을 느낄 수 있습니다. 아기를 아기 침대에 눕힌 후, 앉아서 눈을 감고, 심호흡을 20 번 하십시오. 자신의 아기를 얼마나 사랑하는지를 생각하십시오. 스스로에게 필요한 휴식을 주기위해, 믿을만한 친구나 친척, 혹은 이웃에게 아기를 돌봐달라는 부탁 전화를 하십시오. 위기 핫라인 중 하나인 1-800-4-A-CHILD 로 전화하십시오. 아기를 돌봐줄 다른

사람들과도 이런 조언들을 공유하십시오. 어느 누구도 본인이나 다른 사람이 아기를 심하게 흔들거라는 생각을 하지 않습니다. 하지만 연구 결과에 따르면, 아기를 돌보는 사람들이 아기를 과격하게 흔들거나 부상을 입히게 하는 가장 큰 유발 요인이 바로 아기의 울음입니다.

Taking care of your baby can be enjoyable but, when your baby will not stop crying, caring for the baby can be very upsetting. Remember that you are not alone and non-stop crying is difficult for all caregivers to cope with. Parents and caregivers may become frustrated. Put the baby in his crib, sit down, close your eyes, and take 20 deep breaths. Think about how much you love your baby. To give yourself a needed break, call a trusted friend, relative, or neighbor to watch the baby. Call one of the crisis hotlines (1-800-4-A-CHILD). Share these suggestions with anyone who will be caring for your baby. No one thinks he or she will ever shake an infant or that another caregiver will shake a baby, but research shows crying is the number one trigger leading caregivers to violently shake and injure babies.

## 아기의 체온 재기 **TAKING YOUR BABY'S TEMPERATURE**

아기가 아프다고 생각되지 않는 한 아기의 체온을 잴 필요는 없습니다. 가장 정확한 체온은 직장으로 잰 체온입니다. 직장 체온을 재려면 아기를 엎드려 놓습니다. 바셀린을 체온계 끝과 아기의 직장 (항문 입구) 에 바릅니다. 체온계를 1/4 - 1/2 인치 정도 항문 안으로 살짝 넣습니다. 체온계의 완료 신호음이 날 때까지, 아기가 움직이지 못하도록 잡고 계십시오. 아기의 체온이 화씨 100.4 도 (섭씨 38 도) 이상이면 의사에게 연락하십시오. 간호사나 의사와 상담을 하기 전까지는 약을 주지 마십시오.

It is not necessary to take your baby's temperature unless you think your baby is sick. The most accurate temperature is taken rectally. To take a rectal temperature, have your baby lie on his stomach. Put some petroleum jelly on the end of the rectal thermometer and on the rectum (the opening of the anus). Put the thermometer gently into the rectum about ¼ to ½ inch. Hold your baby still until the thermometer signals that it is done. If your baby's temperature is greater than 100.4 F (38.0 C), call the doctor. Do not give your baby medications until you speak with a nurse or doctor.

## 카시트 CAR SEATS

미시간 카시트: 미시간 주의 법은 아기가 병원에서 처음으로 차를 타고 집으로 가는 순간부터 2 살이 될 때까지, 뒷쪽을 보게끔 장착된 카시트에 앉도록 규정하고 있습니다. 75% 이상의 카시트가 올바르게 사용되고 있습니다. 어릴 때 아기의 안전을 지킬 수 있는 가장 중요한 일 중의 하나가 카시트를 제대로 사용하는 것입니다. Washtenaw 카운티와 Livingston 카운티에는 지역 주민들의 카시트 장착을 도와주는 곳이 여러 군데 있습니다. 카시트를 제대로 장착했는지와 아기가 안전벨트를 올바르게 잘 매고있는지를 확인하기 위해 공인 어린이 승객 안전 기술자와 예약을 하시려면 734-763-2251 로 전화하십시오.

Michigan Car Seats: Michigan state law requires that infants ride in a rear-facing car seat starting with their first ride home from the hospital and until they are two years old. More than 75% of car seats are not used correctly. Using a car seat properly is one of the most important things you can do to keep your child safe in the early years. Several community car seat fitting stations are available in Washtenaw County and Livingston County. Call 734-763-2251 to make an appointment with a Certified Child Passenger Safety Technician to have the installation of your seat checked and to make sure your child is buckled correctly.

Washtenaw 나 Livingston 외의 지역에 사시면, [www.cert.safekids.org](http://www.cert.safekids.org) 로 들어가, 거주지에서 가까운 기술자를 찾아보시기 바랍니다.

If you live in a community other than Washtenaw or Livingston please search [www.cert.safekids.org](http://www.cert.safekids.org) to find a technician near you.

카시트 안전 수칙 및 Mott Buckle Up 에 대한 추가 정보는,

<http://www.mottchildren.org/about-us/mott-buckle> 혹은 734-763-2251 로 연락하시기 바랍니다.

Learn more about car seat safety and Mott Buckle Up at <http://www.mottchildren.org/about-us/mott-buckle> or by calling 734-763-2251.

## 안전하게 재우기 SAFE SLEEP

아기는 하루에 총 20 시간까지도 잠을 자기 때문에 아기를 반드시 안전한 곳에서 재우는 것이 매우 중요합니다. 안전하게 재우기 위해 주의를 기울이는 일은 영아

돌연사 증후군과 안전하지 않은 환경으로 인해 발생하는 사망을 방지하는데 중요합니다. 영아 사망 위험률을 줄이기 위해서 산모와 아기를 돌보는 사람들이 할 수 있는 일이 많이 있습니다. 안전하게 재우는 실천은 집에 있든 다른 곳에 나와있든, 낮이든 밤이든 상관없이 항상 지켜져야 한다는 사실을 기억하십시오.

Your baby will sleep for up to a total of 20 hours per day so making sure your baby has a safe place to sleep is crucial. Taking precautions to ensure safe sleep is important in preventing sudden infant death syndrome (SIDS) and death from unsafe sleep conditions. There are many things that you and others who care for your baby can do to reduce the risk of infant death. Please remember that safe- sleep practices should be followed at all times regardless of whether you are at home or are away and regardless of the time of day or night.

### 안전한 수면 지침 GUIDELINES FOR SAFE SLEEP

1. 아기를 언제나 똑바로 눕혀서 재우십시오. 옆드리거나 옆으로 누워서 자게해서는 절대 안됩니다. 반드시 할머니, 할아버지, 베이비시터, 어린이 집 교사, 그리고 아기를 돌봐주게 될 다른 모든 사람들도 아기가 언제나 똑바로 누워서 자야 한다는 사실을 인지하도록 하십시오.

**Always place your baby on her back to sleep.** Babies should NOT sleep on their stomachs or on their sides. Make sure grandparents, babysitters, childcare providers, and anyone else who may be caring for the baby are aware that she should always sleep on her back.

2. 침대에 꼭 맞게 만들어진 시트를 씌우고, 안전 점검을 받은 아기 침대같이 평평하고 단단한 곳에 아기를 눕히십시오. 담요나 양털 같은 부드러운 재질 위에 아기를 재우지 마십시오.

**Place your baby on a firm surface, such as a safety-approved crib mattress, covered with a fitted sheet.** She should not sleep on soft materials like blankets or sheepskins.

3. 담요, 누빈 이불, 베개, 부드러운 장난감, 침대 보호 범퍼를 아기가 자는 곳에서 치우십시오. 필요시, 추운 계절에는 얇은 옷을 여러 겹 입힌다던가 또는 양말이 달린 잠옷을 입혀서 따뜻하게 해줄 수가 있습니다.

**Keep blankets, quilts, pillows, soft toys, and crib bumpers out of your baby's sleep area.** If necessary, your baby may be dressed in thin layers or a footed sleeper to keep warm in colder seasons.

출산 직후의 기간 동안, 어떤 아기들은 겹싸개로 단단히 싸줘야 진정이 되고 편안함을 느낄 수 있습니다. 단단히 싸주는 경우에는 아기의 몸이 과열되지 않도록 주의하십시오. 아기의 두 팔이 가슴을 가로 지르지 않게 하고, 겹싸개가 너무 팍 조이지 않도록 싸매주십시오. 이 두가지 상황 모두 아기의 호흡을 방해할 수 있습니다. 겹싸개가 아기의 얼굴이나 머리에 너무 가까이 있지 않도록 주의하십시오. 아기들이 더 활동적이 되고, 담요를 걷어낼 수 있는 생후 2개월쯤이 되면, 겹싸개로 싸매는 것을 중단해야 합니다. 걷어낸 담요에 아기가 질식할 수 있기 때문입니다.

During the immediate postpartum period, some babies may be comforted by being swaddled. If swaddling is used, please make sure your baby does not get overheated. Your baby's arms should not be across his chest and your baby should not be swaddled too tightly— both situations could interfere with your baby's breathing. The swaddling blanket should not be too close to the baby's face or head. Swaddling should be discontinued by 2 months of age when infants are more active and more likely to displace the swaddling blanket which can suffocate the baby.

4. **아기 주위에서의 흡연을 금지하십시오. Do not allow smoking around your baby.**

5. **유아 돌연사 증후군은 부모와 아기가 같은 방에서 잘 때 줄어드는 것으로 나타납니다.** 그렇다 하더라도, 아기가 부모 혹은 아기를 돌보는 사람과 한 침대에서 같이 자는 것보다는, 아기 침대에서 혼자 자는 것이 바람직합니다. 어른과 함께 어른 침대에서 자는 아기는, 혼자 아기 침대에서 자는 아기보다 질식의 위험이 40 배나 더 높습니다. 아기와 같이 소파나 안락의자에서 자는 것은 더 위험합니다.

**The risk of SIDS has been shown to be less when babies sleep in the same room as a parent.** However, your baby should sleep in his own sleep space and not with you or any other person. The risk of suffocation is 40 times higher for infants in adult beds compared with those in cribs. Sleeping with an infant on a couch or armchair is even more dangerous.

6. 자는 동안에 아기에게 고무 젓꼭지를 물리면 유아 돌연사 증후군 발생이 줄어듭니다. 고무 젓꼭지는 아기를 재우려고 눕힐 때만 사용해야 하며, 아기가 일단 잠이 들고 난 후에는 넣지 마십시오. 아기가 젓꼭지를 거부하면, 억지로 물도록 강요하지 마십시오. 모유 수유를 하는 아기라면, 고무 젓꼭지 사용을 아기가 모유를 잘 먹게 될때까지 (혹은 1 개월) 기다리셔도 됩니다.

**Pacifier use during sleep decreases SIDS.** The pacifier should be used when placing your baby down for sleep and not be inserted once your baby has fallen asleep. If your baby refuses the pacifier, she should not be forced to take it. If your baby is breastfeeding, you can wait until the baby is feeding well (or 1 month) before introducing the pacifier.

7. 아기가 자는 동안에 너무 덥게 하지 마십시오. 옷은 얇게 입히시고, 방의 온도는 얇은 옷을 입은 성인이 편안하다고 느낄 정도면 됩니다. 옷이나 이불로 아기를 지나치게 싸매놓으면 아기가 너무 더워하거나, 영아 사망의 위험률이 증가합니다.

**Do not let your baby overheat during sleep.** Your baby should be lightly clothed for sleep and the room temperature should be kept comfortable for a lightly-clothed adult. Over-bundling can cause your baby to become too hot and also increases the risk for infant death.

8. 유아 돌연사의 위험을 줄여준다고 선전하는 제품들을 사용하지 마십시오. 효과나 안전을 증명할만한 충분한 실험을 거친 제품은 하나도 없습니다.

**Avoid products that claim to reduce the risk of SIDS.** None have been tested sufficiently to show that these products are effective or safe.

9. 아기의 머리 모양이 틀어지거나 한쪽만 납작해지는 확률을 낮추십시오. 아기가 깨어 있을 때는 “엎드려 놀기” 를 시키십시오. 아기를 침대에 눕히는 방향을 일주일에 한번씩 바꿔주십시오. 아기가 카시트나 보행기, 혹은 포대기에서 보내는 시간이 너무 많지 않게 하십시오.

**Reduce the chance that your baby's head will be misshapen or flat on one side.** Provide “tummy time” when your baby is awake and supervised.

Change the direction that your baby lies in the crib from one week to the next. Avoid too much time in car seats, carriers, and bouncers.

## 언제 의사에게 전화해야 합니까? WHEN SHOULD YOU CALL THE DOCTOR?

- 숨을 잘 못쉬거나 얼굴이 파래질 때 Breathing difficulties or turning blue
- 아기의 피부와 눈이 노랗게 보일 때 (황달) The baby's skin and eyes look yellow (jaundice)
- 잘 먹지 않을 때 - 젖을 잘 물지 못하거나, 예전처럼 오래 먹지 않거나, 젖을 먹는 도중 금방 잠이 들거나, 한번 먹는 양이 우유병으로 1 온스도 되지않는 경우입니다.

Not feeding well — this can be poor latching onto the breast, not nursing as long as before, falling asleep quickly at the breast, or not taking at least one ounce from the bottle at each feeding

- 너무 졸려서 먹지 못하거나, 수유한지 5시간이 지나도 먹지 않을 때 Too sleepy to feed or has not fed in more than 5 hours
- 소변 기저귀 숫자가 예상만큼 나오지 않을 때 - 생후 1일이 된 아기는 소변 기저귀가 적어도 하루에 한개, 그리고 이틀된 아기는 두개의 소변 기저귀가 나와야 합니다. 아기가 생후 7일째가 될 때까지 소변 기저귀는 이렇게 매일 한개씩 늘어납니다. 그 이후로는 하루에 7-8 개의 소변 기저귀가 나옵니다.

Not making the expected number of wet diapers. A one day old should have one wet diaper and a two day old should have two wet diapers. This continues to increase each day until the baby is 7 days old. After that the baby will have around 7-8 wet diapers per day.

- 생후 첫 5일간 적어도 하루에 한번씩 대변을 보지 않을 때 Not stooling at least once per day in the first 5 days of life
- 토할 때 Vomiting
- 먹으면서 땀을 흘릴 때 Sweating with feedings
- 화씨 100.4 도 (섭씨 38 도) 이상의 열이 날 때 - 체온은 항문으로 재야 합니다. Fever over 100.4 F (38.0 C). The temperature should be taken rectally

- 한 시간 혹은 그 이상을 달랠 수 없을 정도로 울 때 Inconsolable crying for an hour or more
- 배꼽에서 분비물이 나오거나 악취가 날 때 Oozing or a foul odor from the umbilical stump
- 산모가 감정 조절을 할 수 없거나, 아기를 해칠 것같은 걱정이 들 때 Your emotions are getting out of control or you are worried you may harm your baby
- 언제든 아기가 걱정이 될 때 Anytime you are worried about your child

미시간 대학교  
University of Michigan

소아과, 성인의학과/소아과 및 가정 의학과  
Pediatrics, Adult Medicine/Pediatric and Family Medicine Clinics

일반 소아과  
GENERAL  
PEDIATRICS

브라이어우드 센터  
여성과, 소아과 및  
청소년과  
Briarwood Center for  
Women, Children and  
Young Adults  
Building 2  
400 E Eisenhower  
Parkway, Suite B  
Ann Arbor, MI 48108  
(734) 232-2600

브라이트 헬스 센터  
Brighton Health Center  
8001 Challis Road  
Brighton, MI 48116  
(810) 227-9510

칸튼 헬스 센터  
Canton Health Center  
1051 N. Canton Center  
Road Canton, MI 48187  
(734) 844-5400

코너 헬스 센터  
Corner Health Center  
47 N. Huron  
Ypsilanti, MI 48197  
(734) 484-3600

이스트 앤 아머 헬스 및  
노인 건강 센터  
East Ann Arbor Health  
and Geriatrics Center  
4260 Plymouth Road  
Ann Arbor, MI 48109  
(734) 647-5680

하우웰 소아과  
Howell Pediatrics  
711 Byron Road  
Howell, MI 48843  
(517) 548-1020

Von Voigtlander Women's Hospital  
Parent Survival Guide (Korean)

노스빌 건강 센터  
Northville Health  
Center  
39901 Traditions Drive  
Suite 240  
Northville, MI 48168  
(248) 305-4400

살린 헬스 센터  
Saline Health Center  
700 Woodland Drive  
East Saline, MI 48176  
(734) 429-2302

웨스트 앤 아머 헬스  
센터  
West Ann Arbor Health  
Center  
4900 Jackson Road,  
Suite A Ann Arbor, MI  
48103  
(734) 998-7380

입시랜티 헬스 센터  
Ypsilanti Health Center  
200 Arnet Street, Suite  
200  
Ypsilanti, MI 48198  
(734) 484-7288

4260 Plymouth Road  
Ann Arbor, MI 48109  
(734) 647-5670

가정 의학과  
FAMILY MEDICINE

7300 Dexter-Ann Arbor  
Road, Suite 110  
Dexter, MI 48130  
(734) 426-2796

도미노 팜 가정 의학과  
Family Medicine at  
Domino's Farms  
24 Frank Lloyd Wright  
Drive Ann Arbor, MI  
48106  
(734) 647-5640

성인 의학과 및 소아과  
ADULT MEDICINE AND  
PEDIATRICS

브라이어우드 가정  
의학과

Briarwood Family  
Medicine  
Building 10

1801 Briarwood Circle  
Ann Arbor, MI 48109  
(734) 998-7390

리보니아 가정 의학과  
Livonia Family  
Medicine  
20321 Farmington Road  
Livonia, MI 48152  
(248) 473-4300

캔튼 헬스 센터  
Canton Health Center  
1051 North Canton  
Center Canton, MI  
48187  
(734) 844-5400

첼시 헬스 센터  
Chelsea Health Center  
14700 East Old U.S.  
Highway 12

Chelsea, MI 48118  
(734) 475-1321

이스트 앤 아버 헬스 및  
노인 건강 센터  
East Ann Arbor Health  
and Geriatrics Center

텍스터 가정 의학과  
Dexter Family Medicine

입시랜티 헬스 센터  
Ypsilanti Health Center  
200 Arnet Street, Suite  
200  
Ypsilanti, MI 48198  
(734) 482-6221

## 참고 자료 출처 RESOURCES

미시간 대학 병원 University of Michigan Health System

[www.med.umich.edu](http://www.med.umich.edu)

미시간 대학 병원과 소속 의사 약력에 대한 정보를 원하시면, “Find a Doctor/Clinic” (“의사/클리닉 찾기”) 를 클릭하십시오. 다양한 건강 관련 정보를 원하시면, “Health Topic” (건강 주제) 를 클릭하십시오.

For information about U-M Health Centers and **physician biographies** click on “Find a Doctor / Clinic”. For information about a variety of health topics click on the “Health Topics.”

미시간 대학 병원  
UNIVERSITY OF MICHIGAN HEALTH SYSTEM  
1500 E Medical Center Drive  
Ann Arbor, MI 48109

Von Voigtlander Women's Hospital  
Parent Survival Guide (Korean)

저희 병원과 소속 의료진 약력 그리고 건강 주제에 대한 추가 정보를 원하시면, 저희 웹사이트를 방문하시기 바랍니다.

For further information about our health centers, provider biographies and health topics, please visit our Web site.

[www.med.umich.edu](http://www.med.umich.edu)

**미시간 대학 병원 집행 임원진:** Marschall S. Runge, M.D., Ph.D., Executive Vice President for Medical Affairs; James O. Woolliscroft, M.D., Dean, U-M Medical School; T. Anthony Denton, J.D., MHA, Acting Chief Executive Officer, U-M Hospitals and Health Centers; Kathleen Potempa, Ph.D., Dean, School of Nursing.

**Executive Officers of the University of Michigan Health System:** Marschall S. Runge, M.D., Ph.D., Executive Vice President for Medical Affairs; James O. Woolliscroft, M.D., Dean, U-M Medical School; T. Anthony Denton, J.D., MHA, Acting Chief Executive Officer, U-M Hospitals and Health Centers; Kathleen Potempa, Ph.D., Dean, School of Nursing.

**미시간 대학교 이사진:** Michael J. Behm, Mark J. Bernstein, Laurence B. Deitch, Shauna Ryder Diggs, Denise Ilitch, Andrea Fischer Newman, Andrew C. Richner, Katherine E. White, Mark S. Schlissel, ex officio.

**The Regents of the University of Michigan:** Michael J. Behm, Mark J. Bernstein, Laurence B. Deitch, Shauna Ryder Diggs, Denise Ilitch, Andrea Fischer Newman, Andrew C. Richner, Katherine E. White, Mark S. Schlissel, ex officio.

고용 기회 균등/차별 철폐 조치를 추구하는 미시간 대학교는 차별 금지 및 차별 철폐 조치와 관련된 연방 및 주 정부의 모든 해당 법률을 준수합니다. 미시간 대학교는 모든 사람에게 균등한 기회를 제공하는 정책에 충실하며, 고용, 교육 프로그램 및 활동 그리고 입원시에, 인종, 피부색, 국적, 나이, 결혼 여부, 성별, 성적 취향, 성별 정체성, 성별 표현, 장애, 종교, 키, 체중 또는 병역 여부를 근거로 하여 차별을 하지 않습니다. 문의나 항의는 아래로 하십시오: **Senior Director for Institutional Equity, and Title IX/Section 504/ADA Coordinator, Office for Institutional Equity, 2072 Administrative Services Building, Ann Arbor, Michigan 48109-1432, 734-763-0235, TTY 734-647-1388, institutional.equity@umich.edu.** 미시간 대학교에 관한 그 외의 정보 및 안내는 734-764-1817 로 하시기 바랍니다.

The University of Michigan, as an equal opportunity/affirmative action employer, complies with all applicable federal and state laws regarding nondiscrimination and affirmative action. The University of Michigan is committed to a policy of equal opportunity for all persons and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, marital status, sex, sexual orientation, gender identity, gender expression, disability, religion, height, weight, or veteran status in employment, educational programs and activities, and admissions. Inquiries or complaints may be addressed to the Senior Director for Institutional Equity, and Title IX/Section 504/ADA Coordinator, Office for Institutional Equity, 2072 Administrative Services Building, Ann Arbor, Michigan 48109-1432, 734-763-0235, TTY 734-647-1388, institutional.equity@umich.edu. For other University of Michigan information call 734-764-1817.

© 2015 년, 미시간 대학교 이사진

© 2015, The Regents of the University of Michigan.

Translated by UMHS Interpreter Services Program, 5/2016  
06802

04/2015-5K/A