

제 목	국 문	건강증진센터 운영방안		
	영 문	The Management Plan of Health Promotion Center		
저 자 및 소 속	국 문	정은경 경기도 구리시 보건소		
	영 문	Eun-Kyeong Jeong Kuri City Health center		
분 야	보건관리	발 표 자	정은경	
발표 형식	구연	발표 시간	15분	
진행 상황	연구완료 (), 연구중 (0) → 완료 예정 시기 : 1996년 12월			
<p>1. 연구 배경</p> <p>최근들어 만성퇴행성질환 중심으로의 질병양상변화와 국민들의 건강욕구 증대에 대한 효과적인 정책대응으로서 기존의 질병발생 후 치료에 의존하는 소극적인 대응이 아닌 질병발생 이전에 적극적인 건강관리체계의 필요성이 커지고 있다. 또한 국민건강증진법의 제정 및 시행으로 보건소가 지역주민의 건강증진 및 질병예방을 위하여 중추적인 역할과 기능을 담당하게 됨에 따라 경기도 구리시 보건소에서는 건강증진센터를 설치하고 그에 따른 운영방안을 마련 중에 있다.</p> <p>2. 연구목적</p> <p>보건소를 중심으로 지역사회 건강증진사업을 활성화하고 서비스의 질적수준을 높여 지역주민의 건강증진 및 질병예방을 도모하기 위하여 건강증진센터운영 계획을 수립한다.</p> <p>3. 연구 방법</p> <p>1996년에 건강증진시범보건소로 지정된 경기도 구리시 보건소의 건강증진프로그램 및 건강증진사업 운영현황을 살펴봄으로서 보건소를 중심으로 하는 지역사회 건강증진사업의 모형을 제시한다.</p> <p>4. 연구결과</p> <p>1) 사업조직</p> <ul style="list-style-type: none"> : 기존의 가족보건계를 건강증진계로 확대, 개편 <p>2) 건강증진업무 인력구성 및 담당역할</p> <ul style="list-style-type: none"> : 의사 1명, 간호사 3명, 영양사 1명, (운동처방사 1명) 인력을 추가 확보 (1) 의사 : 건강평가 및 상담, 보건교육 (2) 영양사 : 영양평가, 영양상담 및 교육, 조리실습지도 (3) 운동처방사 : 체력평가, 운동처방, 운동지도 및 보건교육 (4) 보건교육사(간호사) : 보건교육기획 및 실무, 보건교육자료 수집 및 관리 (5) 간호사 : 영유아담당, 모성 및 여성담당, 성인담당, 노인 및 방문보건담당, 학교보건담당 <p>3) 시 설</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) 체력측정 및 운동처방실 : 신체계측 및 체력평가, 운동처방 및 상담 (2) 영양상담 및 조리실습실 (3) 보건교육실 <p>4) 장 비</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) 건강진단장비: 자동생화학분석기, 자동혈구분석기, 위장촬영기, 초음파기 등 (2) 조리실습실 : 대형싱크대 외 52종 (3) 운동처방실 : 신체계측장비, 체력측정장비, 최대산소섭취량측정기, 전산장비 (4) 보건교육실 : OHP, 슬라이드프로젝트, 각종 모형 				

5) 건강증진사업 내용 및 추진방법

(1) 보건교육사업

건강위험인자의 교정을 위하여 올바른 지식을 보급하고 태도변화를 시켜 행위변화를 유도한다.

- ① 영유아건강교실 : 매월1회, 1세미만 영아 부모대상, 영아건강관리에 대해
- ② 학교보건교육 : 흡연,음주,약물중독방지,성교육 등에 대한 교육 실시
- ③ 여성건강교실 : 사회복지관 2곳에 여성건강강좌(8회교육) 개설
- ④ 노인건강교실 : 경노식당, 노인학교에서 매월1회 건강교육
- ⑤ 당뇨교실 : 매주 금요일, 교육내용-일반관리,영양관리,운동지도,개인식단
- ⑥ 고혈압교실 : 매주 수요일, 교육내용 - 고혈압관리, 식이요법, 운동요법
- ⑦ 중풍교실 : 분기별 모집, 교육내용 - 중풍예방을 위한 관리방법, 재활치료
- ⑧ 단주친목회 : 알콜중독자 및 가족대상 자조모임, 사회사업가 지도
- ⑨ 금연교육 : 시청직원, 사업장을 대상으로 금연비디오상영 및 금연법교육

(2) 평생건강관리사업

연령별, 성별 특성을 고려하여 건강위험인자 파악 및 의학적 검진, 영양평가, 운동평가, 임상검사를 통해 질병위험인자를 파악하여 건강상담 및 교육을 통해 이를 교정하도록 유도한다.

- ① 저소득층 성인병검진, 노인건강검진, 지역의료보험 성인병검진, 공교, 직장 의료보험 건강검진을 보건소에서 실시
- ② 영양평가, 체력측정, 영양상담, 운동상담, 건강교실 등 포괄적인 서비스를 제공하며, 지속적으로 추후관리한다.

(3) 영양사업

바람직한 식습관에 대한 교육과 개인별 영양평가 및 조리실습을 통해 잘못된 식습관을 교정한다.

- ① 소아비만캠프
 - 대상 : 관내 초등학교(5-6학년) 비만아 중 신청자
 - 내용 : 신체계측, 혈액검사 등 비만아 건강진단,비만을 유도하는 식습관 교정교육, 체중조절을 위한 운동요법 지도
- ② 조리실습
 - 영유아 이유식 조리실습 : 분기별 1회
 - 건강요리실습 : 고혈압, 고지혈증 등 만성병질환자 대상, 분기별 1회 저지방, 저염식 조리실습
 - 당뇨부패 : 당뇨환자대상, 식단평가 및 지도, 년2회
- ③ 각종보건교육시 영양평가 및 교육

(4) 체력평가 및 운동처방

- ① 체력평가 : 심폐지구력, 근력, 근지구력, 유연성, 민첩성, 평형성 등 평가
- ② 개인 운동처방 및 운동방법 교육
- ③ 만성퇴행성질환 고위험군 특별관리 및 교육 실시

(5) 건강증진캠프

- ① 대상 : 참여를 원하는 30세 이상 성인
- ② 내용 : 2박3일 일정으로 체조, 산책 및 건강강좌를 통해 건강생활을 체험 하여 집에서 실천할 수 있도록 교육, 훈련 실시

(6) 보건의 날 이벤트 행사 개최

5. 고 찰

건강증진사업에 대한 필요성이 증가함에도 불구하고 아직까지 지역단위의 건강증진을 위한 계획 및 사업개발은 미미한 상태이다. 보건소를 중심으로 하는 건강증진사업의 효과적인 추진 및 활성화를 위해서는 앞으로 많은 연구와 노력이 필요하다.