

# 健康管理事業의 體系化



전 원 배

건강관리 사업에서 가장 기초적이며 중요한 분야가 건강상담과 건강진단 업무라고 할수 있으며 비교적 쉽게 접근할수 있으므로 현상황하에서는 이 사업이 건강관리대책의 중심 사업이 될수있다.

## 健康生活의 定義

世界保健機構는 健康에 대하여 “精神的, 肉体的으로 疾病이 없는 것 뿐 아니라 社会的으로도 安寧한 生活을 영위하는 狀態”라고 定義하고 있다.

健康管理은 個個人이 無病하도록 努力하면서 日常生活을 明朗하고 活氣있고 潤沢하게 이끌어가는 것을 目標로 하는 것이다.

平常勤勞를 하는 동안 特定한 疾病은 없다하더라도 過重한 勞動이나 不適不快한 環境에서 作業을 계속하였을때, 또는 疲勞를 呼訴하는 生活은 決코 健康한 生活이라 할 수 없는 것이다.

健康한 生活을 위하여는 무엇보다 兪病을 予防하는데 힘써야 겠지만 옛부터 病은 마음으로부터 생긴다는 말이 있다

緊張과 不安한 日常生活이 胃潰瘍을

誘發한다는것은 이미 定說처럼되어 있는 것만 보아도 精神健康은 여러가지 疾患을 予防하는데 重要한 要素가 된다는 것을 理解할수 있다.

우리나라는 事業場근로자의 健康管理을 위하여 安全保健法, 근로基準法 등을 制定施行하여 使用主에게 勤勞者의 安全保健에 대한 責任을 부과하고 있으나 이것은 어디까지나 事業場內에서의 勤勞와 關聯하여 發生하는 傷病에 限定適用하고 그외의 日常的인 健康이나 傷病發生에 대해서는 個人的 責任으로 管理하여야 하며 그 家族의 健康管理은 더 말할 余地가 없다.

그러므로 家庭內에서의 健康管理은 家族構成員 모두가 協力하여 健康을 지키는 共同努力을 하지 않으면 안된다.

## 健康管理의 主体

健康管理 또는 健康增進의 主体는 어

디까지나 本人 自身이다.

疾病이 發生하거나 自傷을 입었을 때 醫師의 診療를 받는 것은 生活化되어 있지만 診療의 效率性을 높이기 위하여는 患者 自身の 努力과 協助가 必要한 경우가 許多하고, 特히 疾病을 予防하고 健康을 增進하기 위해서는 醫學的인 機能보다는 本人 自身の 努力과 醫師 以外の 第三者의 協力이 더욱 必要하다.

疾病을 大体로 感染症과 非感染症으로 大別하는데 感染에 依한 疾病은 予防醫學의 發達과 醫學技術의 進歩로 그 發生이 현저하게 感少되었으며 近代에 이르러서는 高度産業社會移行 추세와 더불어 人間 自身이 創出한 새로운 環境 自体에 依하여 生기는 疾病이 오히려 增大 하고 있는 現象이다. 얼마前까지만 해도 細菌에 依하여 發生하던 傳染病은 漸次 차취를 감추어가고 그代身 環境汚染문제, 交通運搬道具에 依한 交通安全問題, 工場等에서의 安全管理문제, 그리고 社會環境의 急速한 變動에 依한 精神疾患 等の 諸 問題等, 自然環境의 要因보다도 人間이 形成한 社會的 要因에 依한 新種의 難治病들이 多發生하고 있다.

高血壓이나 糖尿病等 所謂 成人病 은 老化現象이라고하고, 또 本人의 生活歷과 密接한 關係가 있다고 알려져 있지만 高血壓의 發病은 日常生活의 健康管理가 큰 影響을 미쳤을 것은 疑問의 余地가 없을 것이다. 오랜동안 反復된 緊張된 生活이 高血壓이나 動脈硬化 等の 發病原因이 된다는 說도 있다.

이런 觀點에서 健康管理의 實際 活動은 醫學의 支援도 必要하지만 本人 自身과

모두의 協力으로 成就되어야 한다는 것 을 알 수 있다.

最近 各種事業場에서는 産業災害가 漸増하고 있으며 職業病도 큰 問題로 擡頭되고 있는데, 大部分의 産業安全事故와 職業病의 發生은 勤勞者 自身の 努力과 使用主의 健康管理에 대한 認識度의 高低에 따라 그 發生率에 있어서 현격한 差異를 나타낼수 있는 것이다. 作業場의 有害物이나 作業方法, 環境條件等 諸문제에 對處하는 努力은 使用主나 근로자 自身의 一次의이며 基礎的 活動事項인 것이다.

모든 事業場의 安全保健管理者와 근로자들이 健康管理에 関해 関心を 갖고, 取扱하는 物質·稼動施設·作業方法등이 健康을 低害하는 問題點에 대해 早期對處하고 改善하는 努力을 項注하면 多數 근로자의 健康增進은 물론 莫大한 人命과 財產의 損失을 予防할 수 있을 것이다.

家庭의 健康管理도 이와 같다고 할 수 있다. 家長은 恒常 家族의 健康狀態를 觀察하고 가족은 各自의 健康管理에 努力하는 한편 家內 衛生維持에 協同한다면 健康한 家庭生活은 반드시 保障될 것이다.

### 健康管理과 健康診斷

健康을 지키고 增進시킨다는 것은 相對的으로 疾病의 發生을 予防하는 概念이므로 予測할 수 없는 傷病에 대해 留意하게 된다. 우리는 近來 國民所得의 增大로 社會經濟的 與件이 向上됨에 따라 健康에 대한 慾求가 높아지고 健康管理에 대한 認識은 한층 새로워지고 있으며 特히 40代以後의 壯年階層은 自身이 自覺하지

건강진단을 계기로 무관심하거나  
무분별하던 건강에 대한 태도와 올바른 지식을  
습득케 하는 전기가되기도 하여야하며,  
사실상 건강상의 문제를 해결 하는  
새로운 출발점이 된다는 데 중요한  
의의가 있다.

못하는 어떤 疾病이 体内에서 進行되지 않는가에 기우심을 갖고 健康診斷에 대한 關心이 높아지고 있고, 또 健康診斷結果에 대하여 過信하는 傾向도 없지않으나 健康診斷에 依하여 病患을 判別하기 보다 이에 앞서 疾病이나 健康異常有無를 本人 自身이 發見하기에 힘쓰는 것이 가장 現明하다. 身体에 異狀을 自覺하여 醫師의 診斷을 받았을 때는 이미 病患은 相當히 進行되었을 경우가 許多한 것은 經驗을 통하여 잘 아는 일이다.

健康診斷은 疾病의 早期發見을 爲해 必要하며 事業場에서의 定期健康 診斷은 勤勞者의 保健管理를 爲해 必要不可決한 것으로 事業主에게 그것을 法令으로 義務化하고 있는 實情이다. 例를 들면, 結核病은 傳染性疾患이므로 罹患者를 早期發見하는 것은 他人의 感染을 防止하고, 早期治療는 傳染源을 芟除하고 傳染經路를 効果的으로 遮斷하므로 健康診斷을 통한 早期發見은 重要한 予防活動이 되는 것이다.

健康診斷은 心身の 健康狀態에 관한 情報를 提拱해 줌으로 이를 勞動과 健康과의 調和를 도모하고 健全한 勞動生活

을 維持하는데 活用하는것은 知慧로운 것이라고 생각한다.

그러므로 健康診斷은, 앞으로 高所得時代를 맞이하면서 疾病의 發見도 重要하지만 오히려 日常生活과의 調和를 圖謀하기 爲해 健康管理上 必要한 情報를 얻는 目的으로 利用되는 것이 더욱 바람직 하리라 믿는다.

### 健康診斷의 効用

健康診斷은 單純히 自覺치 못한 疾病을 發見하기 爲한 手段만이 아님을 前述한 바 있거니와 健康診斷을 契機로 無關心 하거나 無分別하던 健康에 대한 態度와 올바른 知識을 體得케 하는 轉機가 되기도 한다. 그리고 健康診斷은 事實上 健康상의 문제를 解決하는 새로운 出發점이 된다는데 重要한 意義가 있다.

健康診斷은 一定한 基本規定 項目을 包含하여 健康診斷 目的에 充實 하여야 하며 空虛한 檢査項目을 늘리는것은 不可하고 健康診斷은 細心한 問診을 併行해야 한다.

問診은 對話를 통해 受檢者의 健康상의 情報를 보다 正確하게 얻는 手段이 되기 때문이다.

우리사회에서는 직장뿐만아니라  
일반적으로, 상담이라는 활동은 아직도  
생소하며 더욱 건강관리문제에 있어서는 불모지  
대와 같이 미개척분야이므로 전문적인 민간단체의 활동이  
필요하며, 조직적으로 일괄성있게 추진할 전문적  
인 민간기구의 설립을 지지하고, 또 육성하는  
방안을 강구하여 健民富國의 선진국을  
건설하는데 기본이 될것이다.

集團檢診方式의 短점이 바로 對話없는  
健康診斷方法임은 周知의 事實이며, 이를  
補完하기 위해 양케이드式의 問診表를  
使用하는 것이다.

健康診斷 結果에 대하여는 本人에게 通  
知하여 不安이나 不信을 사지 않도록 하  
여야하며 이것은 곧 健康診斷에 대해 重  
要한 意味를 부여하는 것이다.

健康診斷은 斷面的인 健康調査이지만  
事後管理를 適正하게 하면 健康管理을 위  
해 커다란 意味가 있다.

### 健康管理 專門機構 育成

健康管理業務는 물론 專門職에 의하여  
多樣한 方法으로 수행되지만 가장 重要  
한 것은 自發的으로 人間關係를 形成하고  
情報를 聚集하며 積極的으로 活動하는  
姿勢가 必要하다.

健康管理事業은 組織的 活動이며 “팀  
· 워”이 이루어져야 한다.

事業場에서는 産業安全法의 規定에 따  
라 使用主의 責任下에 安全 또는 保健委  
員會같은 기구에서 健康문제 全般에 関  
하여 安全·保健管理者와 討議하고 지도  
하도록 되어있지만 그 實効를 거두기 위  
해서는 致密한 企劃과 專門性이 要求되

며 担当者들의 熱誠과, 組織的이며 誠實  
한 接近方法이 必要하다.

健康診斷이 어떤 一定時期의 健康상태  
를 調査하는 方式이라면 健康相談등은 實  
로 日常活動상태를 点檢하는 것이므로 担  
當者는 恒常 集團內에서 健康情報를 探  
索하는 積極的인 姿勢가 必要하다.”

우리사회에서는 職場뿐만 아니라 一般  
的으로, 相談이라는 活動은 아직도 生疎  
하며 더욱 健康管理문제에 있어서는 不  
毛地帶와 같이 未開拓分野이므로 專門的  
인 民間團體의 活動이 必要하다.

健康管理事業에서 가장 基礎的이며 重  
要한 分野가 健康相談과 健康診斷 業務  
라고 할 수 있으며 比較的 쉽게 接近할 수  
있으므로 現 狀況下에서는 이 事業이 健  
康管理對策의 中心 事業이 될 수 있다.

國民健康 管理事業의 重要性을 감안하  
여 이 事業을 組織的으로 一貫性있게 推  
進할 專門的인 民間機構의 設立을 支援  
하고 또 育成하는 方案을 강구하는 것은  
時宜에 맞고 健民富國의 先進國을 健設  
하는데 基本이 될것이다.

〈필자=前서울제1지구 醫保代表理事〉