

건강진단 바로알고 시행할때

최근들어 건강에 대한 관심이 고조되면서 이와 관련한 진단프로그램이 다양하게 선보이고 있는 가운데 건강진단 사업이 보다 효율적으로 운영돼야 한다는 문제제기가 잇따르고 있다.

이는 그동안의 건강진단 사업이 대체로 집단적 획일적으로 진행돼왔기 때문인 것으로 풀이돼 향후 이에대한 다각적인 재검토는 물론 예방의학적 측면에서의 지속적인 건강관리시스템 실행을 통한 활성화가 절실히 촉구되고 있는 것이다.

집단적 획일화 현상 뚜렷

경제가 안정되고 생활수준이 향상되면서 성인병을 비롯한 만성질환이 크게 늘고있는 것은 주지된 사실이다. 성인병의 경우 예방은 말할 것도 없고 조기발견

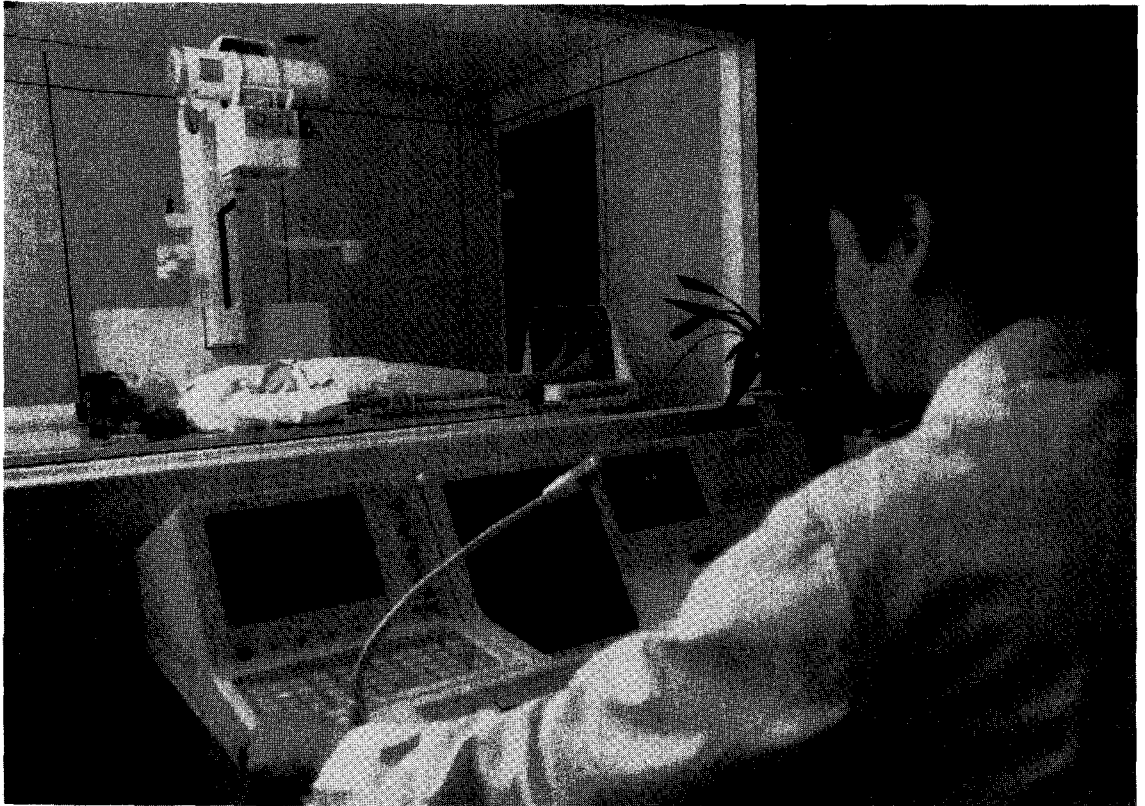


**완벽한 건강관리란
그 사람의 평소 생활태도
분석을 통해 건강위험요소를
찾아내고 이를 토대로
영양처방, 운동 처방 등
총체적인 건강관리 처방을
내리는 것이 1회적인 건강검진
결과보다 중요하다.**

만 해도 질병치료가 신속해진다는 보고가 잇따르면서 일반인들이 건강진단에 쏟는 관심과 투자도 그만큼 증폭되고 있다.

하지만 정작 건강진단사업은 그동안의 치적이나 일반인들 사이의 인지도에도 불구하고 효율성이나 신뢰도 측면에서의 계속되는 비난을 면치 못하고 있다. 이는 자칫 건강진단사업이 유명무실한 돈벌이의 하나로 악용되거나 불필요한 건강진단의 남발로 엄청난 국가재산의 낭비를 초래할 수도 있다는 우려에서 기인한다고 보여진다

따라서 이제 건강진단은 단지 받으라니까 받아나본다는 형식적이고 수동적인 태도에서 벗어나 왜 건강진단이 필요한지, 또 자신에게 적합한 검사종목이 어떤 것인지를 정확히 파악하여 건강관리에 있어서 좀더 주체적이



상복부 위장 촬영 광경

고 계획적인 수준으로 올라서야 한다.

건강진단이란 비교적 값이 싸고 정확한 방법(이학적, 집단적 검사)을 통해 아직 알고있지 못한 무증상의 의학적 문제를 알아내는 것으로 질병 조기발견, 치료와 함께 위험요인이 되는 생활습관을 교정토록 하는 이차예방의 하나이다.

하지만 현재 국내의 건강진단 사업은 그야말로 그 당시의 신체진단만으로 그쳐 무한한 성과를 반감시키고 있다.

메딕스클리닉의 박유근 이사는 건강진단이 중요한 것은 사실이지만 이것만이 완벽한 건강관리라고 믿는 것은 위험천만한 일이라고 주장한다. 즉 완벽한 건강관리란 그 사람의 평소 생활

태도 분석을 통해 건강위험요소를 찾아내고 이를 토대로 영양처방, 운동처방등 총체적인 건강관리처방을 내리는 것이 1회적인 건강검진결과보다 중요하다는 얘기다.

결국 건강진단은 건강관리를 위한 장기적 계획속에서 단계별로 추진될때 비로소 고유목적에 따른 진가가 발휘된다고 정리할 수 있겠다.

건강진단은 장기적으로 계획돼야

최근들어서는 종합건강진단을 체계적으로 강화시킨 평생건강관리클리닉이 서울대병원을 비롯한 일부 병원에 개설돼 이분야에 새로운 전환기를 맞이하고 있다. 이중 건강관리처방 및 지속적인 관리시스템이 실행되고 있는 대표적인 곳으로는 서울중앙병원, 코오롱스포렉스, 메덱스클리닉등 단 3곳뿐이다.

반면 외국의 경우는 이미 오래전부터 건강증진(1차예방), 조기진단 및 조기치료(2차예방)등과 더불어 각각 개인에게 맞는 운동처방 및 영양처방과 이를 실행시



검사후에는 진단결과에 대한 심도 있는 상담이 반드시 진행돼야 한다.

킬 수 있는 여러가지 프로그램을 갖춘 곳이 보편화돼 국내 실정과 현격한 거리감이 있음을 인정치 않을 수 없다.

한편 국내에서 시행중인 건강진단검사로는 의료보험관리공단(공무원 및 사립학교 교직원 포함)이 실시하고 있는 집단건강진단검사, 의료보험법 제26조(예방사업등)에 의한 성인병건강진단검사, 산업안전보건법 3조(건강진단)에 의한 근로자건강진단등이 있고 종합병원이나 대학병원 같은 의료기관의 건강진단과에서와 임상병리검사 전문기관에서 하는 건강진단을 들 수 있다.

이중 일반인에게 비교적 보편화된 것이 바로 직장등에서 단체로 실시하는 집단건강진단검사.

서울의대 가정의학과 허봉열 교수에 따르면 건강진단을 받는 사람들의 대부분이 직장에서 실시하는 정기건강진단을 통해 받고있으며 정기건강진단의 주기에 대해 많은 사람들이 예방의학적 차원에서 추천되고 있는 것보다 빈번히 검진받으려는 경향이 두드러지고 있다는 것. 이같은

사실은 최근 이곳 건강진단센터에 검진받으러온 1백36명을 대상으로한 설문조사에서 83명이 지난 2년동안 1회이상의 건강진단을 받았다고 답함으로써 밝혀졌다.

또 정기적인 건강진단을 받는 이유로는 71%가 직장의 정기검진을 통해 받게됐다고 말했으며 신체의 이상을 느껴서 한 경우는 14%에 불과했다.

건강진단을 통해 받게된 잇점에 대해서는 신체에 특별한 이상이 없어 안심하게됐다라는 응답이 34.6%로 가장 많았고 이전부터 있던 신체문제에 변화가 없어 안심했다는 응답이 11%로 집계됐다.

인식의 대전환 필요한듯

이처럼 건강진단에 대한 인식과 중요성이 부각되면서 건강진단을 받으려는 사람들은 해마다 큰폭의 증가추세를 보이고 있으며 이러한 흐름은 당분간 지속될 것으로 전망되고 있다.

지난 90년 4월26일 문을 연 영동세브란스병원 종합건강진단센터의 경우 올해 8월말까지 1만



**검진받는 사람이 반드시
지켜야할 주의사항은 먼저
검진전날에는 저녁식사를 오후
8시 이전에 마치고 이후에는
물을 포함한 일체의 음식을
먹지말아야 한다.**

2천8백21명 (남자 7천5백93명, 여자5천2백82명)이 검진을 받은 것으로 집계돼 그 호응도를 짐작케했다. 의료보험관리공단에서 실시하는 건강검진결과를 보면 그동안의 변화추이를 더욱 구체적으로 파악할 수 있다.

이곳에서는 지난 80년부터 매 2년마다 전피보험자를 대상으로 건강검진을 실시하고 있는데 1차건강진단을 받은 인원이 지난 80년에 7십6만6백71명, 84년이 8십만9천35명, 88년이 9십1만5천2백21명인데 반해 90년에는 9십7만8천3백49명으로 꾸준한 증가추세를 보이고 있다. 또 검사비용도 자연히 매년증가해 지난 80년부터 91년까지 6회에 걸쳐 총 4백15여억원이 투입, 연평균 69억원이 피보험자의 건강지단비용으로 지출됐다고.

그동안 진단프로그램도 계속적인 개발이 진행돼 1990년도부터는 수검대상이 확대돼 B형간염 항원 양성자인 피보험자의 가족에 대한 감염검사까지 실시케됐다. 더욱이 이환율이 계속 증가하고 있는 위암 등 5대암에 대한 암검사를 희망자에 한해 선별·실시하게 됨으로써 종합검진

체계를 확립하려는 자구책이 나름대로 마련되고 있는 것으로 알려졌다.

실시방법도 대폭 개정돼 84년도까지 전피보험자에게 일률적인 검진종목을 적용하던 것이 86년도부터는 성, 연령군별로 검진종목을 구분, 실시하고 있다. 또 88년부터는 집단검진시 소홀하기 쉬운 진찰기능을 보완키위해 문진표에 의한 진찰이 전면적으로 실행되고 있는 등 꾸준한 발전을 해온 셈이다.

검사항목은 건강진단시 각 의료기관이나 개인에 따라 조금씩 다른데 보편적으로 치뤄지는 검사로는 신체계측, 부인과검사, 혈액검사(일반혈액검사, 간기능검사, 대사기능검사, 혈당검사, 뇨검사, 대변검사, 혈청검사, 호르몬검사), X선검사(흉부, 상부위장관, 유방), 복부초음파 검사, 심장·호흡기능검사(심전도검사, 폐기능검사, 혈압측정), 안과검사(시력, 색각, 안압측정, 안저검사), 청력검사가 있다. 이외에도 선택적으로 대장X선검사, 부인과초음파검사, 위내시경검사, 성기능검사를 받을 수 있다.



검진에 들어가서는 먼저 가족력이나 과거력을 파악키위해 문진과 예진을 실시하는데 이때 자신이 예전에 갖고있던 질병이나 장기간 복용중인 약물에 대해 숨김없이 답변해야 보다 정확한 검사결과를 얻을 수 있다.

검진시 주의사항 잘 점검해야

검진받는 사람이 반드시 지켜야할 주의사항은 먼저 검진전날 저녁식사를 오후 8시 이전에 마치고 이후에는 물을 포함한 일체의 음식을 먹지말아야 한다. 평소 약을 먹던 사람은 주치의와 상담후 약을 당분간 끊어야하며 술, 담배, 커피도 물론 삼가야 한다.

검진당일은 물, 담배를 포함한 어느것도 먹어서는 안된다. 여성의 경우라면 임신, 생리중에는 건강진단을 할 수 없으므로 주의가 필요하다.

검진에 들어가서는 먼저 가족력이나 과거력을 파악키위해 문진과 예진을 실시하는데 이때 자신이 예전에 갖고있던 질병이나 장기간 복용중인 약물에대해 숨김없이 답변해야 보다 정확한 검사결과를 얻을 수 있음은 재론의 여지도 없다.

이처럼 건강진단이 점차 첨단 의학적이고 보편화되어간다고 표면적으로 알려졌지만 사실 일반인이 피부로 느끼는 현실은 이와는 사뭇 다르다고해도 과언이

아니다.

집단검진을 받아본 사람중에는 과연 이 검사결과를 믿어도 될지 의심스럽다는 부정적 견해를 갖고있는 경우가 비일비재하기 때문이다. 이는 일시에 많은 검사자들이 몰려 시장판을 방블케 하는 병원, 성의없이 대충대충 명수만 맞추면 된다는 이기에 사로잡힌 의료관계자들, 최소한

의 주의사항 엄수조차 무시한채 더없이 소중한 기회를 별다른 생각없이 허비해버리는 피검사자들이 만든 자업자득임에 틀림없다.

이러한 것들이 바로 건강진단이 갖는 중요성과 신뢰도를 희석시켜 국민건강을 위한 진단 프로그램의 올바른 자리매김을 방해하고 있는 것이다.

성인 정기건강관리계획

		20세	25세	30세	35세	40세	45세	50세	55세	60세	62세	64세	66세	68세	70세	71세	72세	73세	74세	75세
정기진찰		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
혈색소검사		○	○	○	○	○	○	○	○	○		○		○			○			○
요검사		○	○	○	○	○	○	○	○	○		○		○			○			○
매독 혈청검사		○	○	○		○		○												
생화학검사 (간기능, 혈청지질)						○	○	○	○	○										
흉부엑스레이검사		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
정기 치과검사								매		년		실		시						
피상종 예방접종			○		○		○		○			○								
인플루엔자예방접종															매	년		접		종
정기암검사	위장검사					○	○	○	○	○										
	직장검사					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	자궁암검사			매	년	실	시	(위	협	시	는		연	2회	실	시)				
	유방암검사							매	년	실	시									

소아정기건강관리계획

	신생아	1개월	2개월	4개월	6개월	1세	15개월	18개월	2세	5세	8세	12세	15세
정기진찰	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
신체계측(신장, 체중)	○	○			○	○		○		○	○	○	○
혈압측정										○	○	○	○
시력검사										○	○	○	○
청력검사										○	○	○	○
정기예방접종	BCG	○											
	디프테리아, 백일해 파상풍, 소아마비			○	○	○		○		○			○
	홍역, 볼거리, 풍진						○						
	간염	○	○			○							
결핵반응검사(만토검사)						○							
요검사										○	○	○	○
정기치과검사											매년	실시	

표면적 사실과 동떨어진 체감 평가

고가의 진단비용도 큰 걸림돌이 되기에 손색이 없다. 개인별 정기검진의 경우 보험 혜택도 받지 못해 검사비용이 보통 20~30만원선으로 정기적인 검사를 받기 위해서는 가계운영비중 별도의 목돈을 마련해야 한다는 얘기가. 특히 개인별로 선택하는 검사의 경우는 총건강진단비용에 버금가는 고액을 더 지불해야 하는데 이비용 또한 만만치가 않다. 1회 검사가 CT촬영의 경우는 20만원, MRI검사의 경우는 30~40여만원선으로 서민들이 정기검진을 쉽게 받을 수 없게

만드는 결정적 요인이 되고 있는 것.

결국 국민건강차원의 사업실현을 주장하는 정부는 두손을 뒤로한채 수수방관만 하며 각자의 건강은 각자 능력에 맞춰 알아서 해결하라는 식의 책임전가가 아 니라는 지적이 제기되고 있다.

따라서 올바른 검진을 매개로 하는 완벽한 건강관리시스템이 정착되기 위해서는 정부차원의 심도있는 대책마련은 물론 실행을 위한 각계의 지원이 선행돼야 한다는게 현행 건강진단시스템을 바라보는 관계자들의 한결같은 의견으로 향후 귀추가 주목되고 있다.<閱>