

종합건강검진 외 실시되는 특수검사

스트레스 클리닉

오늘날 스트레스는 인간의 정신적, 신체적 건강을 해치는 만병의 근원으로 알려져 있고, 우리 몸의 치명적인 질병인 악성 종양에서 뇌졸중, 심장병, 고혈압, 소화기 질환, 내분비계 질환, 노이로제 및 우울증을 비롯한 대부분의 성인병이 스트레스에 기인한 것으로 밝혀져 있다.

그러나 적당한 스트레스는 절대로 필요한 것이라는 것을 우리는 알아야 한다. 그러기에 현대를 살아가는 사람이라면 누구나 스트레스와 함께 사는 지혜로운 방법을 터득하여 나가는 것이 중요하다. 적당한 스트레스는 우리에게 활력소의 역할을 함으로써 발전과 진보를 위하여 필요한데 그럼으로 스트레스를 피하는 것 보다 그것을 적절히 이겨나가는 것 또한 중요하다. 스트레스를 해소하기 위해서는 규칙적인 운동, 명상이나 기도, 충분한 휴식, 취미생활, 여행 및 긍정적인 생각 등 여러 가지 방법이 있으나 이러한 방법으로 해결이 안되는 경우 종합건강진단센터 내의 스트레스 클리닉 전문의와 상담을 해보는 것도 한가지 방법일 것이다.

스포츠 클리닉

초기 스포츠의학은 운동 경기 중 발생하는 간단한 스포츠 외상을 치료하고 관리하는 분야의 연구로 활발하였으나 근래에 와서는 보다 넓은 의미로 운동을 하는 사람들 모두를 대상으로 하는 총체적인 건강관리의학으로 발전하게 되었다.

그러한 의미에서 스포츠의학이 건강 증진을 위한 예방 의학적 역할로서 종합건강진단 프로그램의 일환으로 현재 실시되고 있다. 즉 건강진단 수검자의 건강체력

요소인 신체 구성, 근력, 지구력, 심폐지구력, 유연성 등을 발달시켜 악성 종양을 비롯한 만성퇴행성 질환이 발생하지 않도록 신체의 면역 기능을 향상시키는 역할을 담당하는 것이고, 둘째로는 이미 발생한

만성 퇴행성 질환을 조절·관리하는 역할을 함으로써 질병이 악화되거나 합병증의 유발을 낮추는 치료 기능을 갖는데, 특히 운동은 당뇨병환자의 혈당 조절과 고혈압환자의 혈압 조절 그리고 관상동맥 환자들에 있어서는 혈관의 수축력을 증강시키고 원활한 혈류 순환을 촉진시키는 효과가 있다. 셋째가 규칙적인 운동으로 건강을 유지하고 증진시키는 역할인데 규칙적인 운동은 여러 질병의 발생을 줄이고, 적절한 체중을 유지시켜주며 걱정이나 스트레스를 해소시켜 육체적인 건강 뿐 아니라 정신 건강에도 상당한 도움을 주어 요즘 스포츠 클리닉의 중요도가 점차 강조되고 있다.

예비부부 클리닉

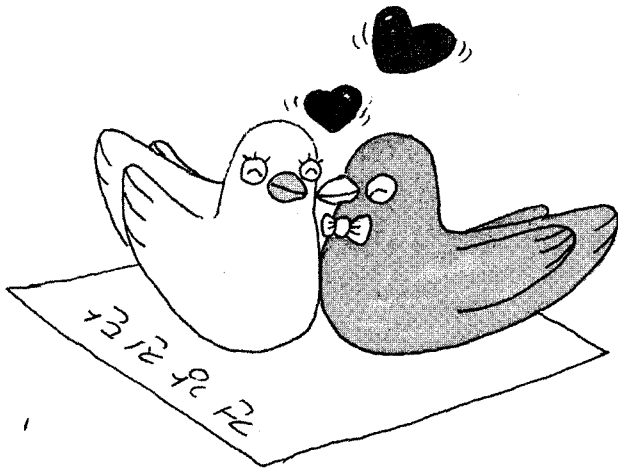
건강진단의 목적은 질병의 조기 진단과 조기 치료에 있다. 특히 결혼을 앞둔 예비 신랑신부는 건강진단이 더욱 필요한데, 결혼이란 두 남녀가 이전의 환경과는 다른 새로운 환경에서 적응하며 혼자가 아닌 두사람이 함께 삶을 영위해 나가야 하므로 자신 뿐 아니라 상대의 건강도 유지 증진시켜야 할 책임과 의무가 있다 할 것이다.

예비신랑신부를 위한 건강진단은 향후 임신, 출산 및 B형 간염, 폐결핵, 성병 등을 비롯한 각종 전염성 질환, 풍진 등과 관련한 예방접종, 특히 해외 신희여행을 계획 중인 신혼 부부의 해외 전염성 질환(말라리아, 콜레라, 황열, 여행자 설사 등)들에 대한 교육 및 예방접종을 위해 실시된다. 아직까지도 우리나라에 유행률이 높은 B형 간염의 경우 신부가 B형 간염의 바이러스를 보유한 경우 배우자와 함께 태아에게도 수직 감염의 위

협성이 커 향후 아기에게 간손상을 일으킬 확률이 크다. 풍진의 경우는 임신부에게 중요한 의미를 갖는데, 즉 임신 3개월 이전의 임신초기에 산모에게 풍진이 감염되면 기형아 발생의 위험이 있으므로 이에 대한 예방접종도 간과하면 안된다.

자신과 상대의 혈액형에 대한 정확한 정보도 중요한데, 즉 정확한 ABO 및 Rh형식에 대한 지식은 태어날 아기의 혈액형 혼란 방지와 함께 Rh형식의 혈액형의 경우, 산모가 Rh 음성일 때 첫째 아기는 문제가 없지만 둘째 아기부터는 많은 용혈성 문제를 가지기 때문에 사전 검사가 꼭 필요하다.

또한 치아 검진의 경우는 매우 중요하여, 건강한 치아는 훌륭한 혼수이자 매력의 포인트가 되기 때문이다. 치아에 이상이 있는 경우 입냄새의 원인이 되어 사랑의 밀어를 나누어야 할 신랑신부에는 더 큰 문제가 될 것이므로 결혼전 치석제거(스케일링) 등은 구취예방과 청결면에 있어 필수적이며, 치열이 나쁜 경우 충치, 잇몸 질환 등 다른 치과 질환을 일으키므로 미리 치료를 하여야 하고, 특히 임신중의 충치 및 잇몸 질환은 치료가 더욱 곤란하므로 사전 치아 검진이 중요하다.



뇌혈관 클리닉

일반적으로 종합건강진단이라 함은 주로 내과적인 질환을 중점으로 검진을 하기 때문에 비교적 장년과 노령의 수검자들에게 관심이 높은 뇌혈관 질환은 비용적인 면, 검사방법의 제한, 뇌혈관 전문가의 부재 등 여러 외적인 이유로 하여 검진 항목에서 제외되어 있는 경우가 대부분으로 종합병원인 경우에는 수검자와의 상담을 통해 선택항목으로 들어있는 경우가 대부분이다.

뇌혈관 질환은 우리나라에서 인구 10만명당 80명 이상이 사망하여 성인의 사망 원인에서 수위를 차지할 정도로 높고, 그 중 '중풍'이라 불리는 뇌졸중은 일단 발생하게 되면 사망하거나 심각한 뇌손상이 발생하여 심한 장애가 남게 되므로 치료적인 측면 보다는 예방적인 측면이 최선의 방법이라 할 것이다. 뇌혈관 클리닉을 통하여 뇌졸중 뿐 아니라 뇌경색 등의 다른 뇌혈관 질환이 발견될 경우도 해당 신경계 질환 전문의에게 바로 진료받을 수 있도록 안내도 한다. 뇌혈관 클리닉에서 건강진단을 받아야 할 대상자는 40대 이상의 성인으로 뇌혈관 질환의 위험인자인 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 비만, 흡연, 뇌졸중의 가족력이 있는 경우이다.

심장 클리닉

식생활의 변화, 생활 수준의 향상, 노인인구의 증가 등으로 인한 만성 퇴행성 질환의 심각성은 대단하다 하겠는데, 특히 허혈성 심장 질환으로 인한 사망률은 지난 10년간 6배나 증가하여 심장 질환의 조기 발견은 오늘날 종합건강진단 측면에서 매우 중요한 관심사가 아닐 수 없다. 관상동맥 협착에 의한 심근 경색증은 처음 발병된 후 병원에 도착하기 전에 약 50%가 사망하고, 특히 전형적인 심한 흉통 증상을 보이지 않고 발생하는 심장급사의 양상으로도 나타날 수 있어 조기 진단으로 인한 치료가 매우 중요하다.

심장의 관상동맥 질환의 위험인자는 주로 고지혈증 특히 고콜레스테롤혈증, 고혈압, 흡연, 당뇨, 비만 등이다. 우리나라의 경우 상기 위험인자에 노출될 기회가

점점 증가하는 경향으로 위험인자를 가진 사람은 예방적인 측면에서 주기적으로 보건 교육 및 검진을 실시하는 것이 바람직하다.

본 심장 클리닉에서는 주로 운동요법, 행동요법(식이요법, 금연, 생활양식변화, 스트레스 조절 등), 기타 위험인자 조절, 심리 상담, 직업 상담 등이 실시된다.

여성 클리닉

기혼 여성 모두에게 해당되나, 폐경기의 여성에게 더욱 중요하게 인식되는 프로그램으로, 요즘 여성들의 평균 수명이 80세 정도로 인생의 3분의 1 이상이 폐경기 이후의 삶이므로 삶의 질적인 측면에서도 이 시기를 적절히 관리해 나가는 것이 매우 중요하다. 폐경기에는 호르몬 변화 등 여러 신체적인 변화가 나타나지만 대부분 병적인 것 보다는 생리적인 현상으로 대개 시간이 지나면 없어지거나 별 불편없이 지낼 수 있다. 이 시기의 주요 증상을 보면 먼저 생리의 변화가 가장 두드러지겠고, 그 외 혈관 운동 조절의 변화로 인한 안면 홍조, 땀, 가슴 두근거림, 비뇨생식기의 변화로 인한 외음부의 건조, 질점액 분비의 감소, 성교통, 배뇨시 통증, 뼈에서 칼슘이 빠져나가는 골다공증으로 인한 골절상 및 심혈관계 질환의 증가 등 다양한 증상도 발생할 수 있으므로 이러한 증상의 교정을 위한 호르몬 검사, 부인암 검사, 유방암 검사 및 골밀도 검사 등이 여성 클리닉에서 실시하는 프로그램이다.

남성 클리닉

주로 장·노년기의 남성에서 성기능의 장애와 전립선 질환 등에 의한 배뇨장애 등을 위한 검사로 여성 클리

여성클리닉은 기혼 여성 모두에게 해당되나, 폐경기의 여성에게 더욱 중요하게 인식되는 프로그램으로, 요즘 여성들의 평균 수명이 80세 정도로 인생의 3분의 1 이상이 폐경기 이후의 삶이므로 삶의 질적인 측면에서도 이시기를 적절히 관리해 나가는 것이 매우 중요하다.

닉과 마찬가지로 평균 연령의 증가로 노인인구가 늘어남에 따라 그 중요성이 증대되고 있는 분야이다. 특히 우리나라 남성의 정력 증강을 위한 욕구는 대단하여 뱀탕, 사슴피, 근거없는 보도에 의한 DHEA 파동 등이 그를 대변한다 하겠는데 수백가지가 넘는 정력증강제의 실체는 대부분 필수아미노산이나 비타민, 콜레스테롤 등으로 전신보양 효과에 의한 경우가 많아, 이는 평소 식습관으로도 우리가 충분히 섭취할 수 있는 정도이다. 남성 클리닉에서는 상기 증상들을 위하여 정액 검사, 전립선 초음파, 혈관계 및 발기능 검사와 함께 정선과 상담 등이 이루어진다. ☞



정귀원/
서울백병원
종합건강진단센터 과장