

건강진단에 대해 꼭 알아야 할 사항

첫째, 건강진단에는 반드시 의사의 진찰소견과 상담이 함께 포함되어야 의미가 있다. 건강상태나 질병 여부를 파악하기 위해서는 혈액 검사나 엑스레이 검사 결과보다 본인의 증상이나 의사의 진찰소견이 몇 배 더 중요하기 때문이다. 현재 행해지고 있는 건강진단의 각종 검사에서도 정확히 찾아낼 수 없는 질병은 무수히 많으므로 검사 결과가 정상수치를 보인다고 하여 건강증명서를 발급받았다고 생각하면 큰 오산이다.

둘째, 모든 사람에게 종합 검사라는 이름으로 똑같은 검사를 받게 하는 건강진단은 옳지 않다. 나이와 성별, 개인의 건강 위험요소 등을 일일이 확인한 후 꼭 필요한 검사만을 받도록 해야 비용도 절감되고 정확성도 높아진다. 어린이에게는 적절한 영양과 성장 발달 여부를 조사하고 선천적인 유전질환을 확인하거나, 제때에 필요한 예방접종을 받도록 하는 것이 중요하다. 어른에게나 필요한 성인병 검사를 어린이가 받는 것은 불필요할 뿐 아니라 오히려 해롭기까지 하다. 남녀별로, 연령이 증가함에 따라 생기는 질병의 종류와 위험성도 다르므로 개개인에 따라 필요한 검사의 종류와 방법이 달라져야 하는 것이 제대로 된 건강진단의 방법이다.

셋째, 첨단기술을 동원한 비싼 검사를 받는다고 더 좋은 건강진단이 되는 것은 아니다. 건강진단은 건강하다고 생각되는 사람들이 받는 검사이지, 아픈 환자가 질병의 상태를 정확히 파악하려고 받는 검사가 아니기 때문이다.

물론 여러 가지 증상이나 진찰소견에 따라 특수한 검사를 해야 하는 경우가 있으나 일반 건강진단을 위해 정밀 검사에 해당하는 컴퓨터단층촬영(CT)이나 자기공명촬영(MRI)을 비롯한 값비싼 검사를 받는다면 그것은 건강진단이라고 말할 수 없고 낭비에 불과할 뿐이다.

넷째, 여러 가지 다양하고 복잡한 종합 검사를 매년 똑같이 반복하는 것은 불필요한 일이다. 바뀌지도 않는 혈액형을 매년 검사할 필요가 없으며, 항체가 형성되어 있는 간염 검사를 1년마다 다시 할 이유가 없다. 소변 검사나 빈혈을 비롯한 일반적인 혈액 검사도 이유 없이 매년 받을 필요가 없다. 사실을 말하자면 대부분의 검사가 매년 정기적으로 확인할 필요가 없다. 검사항목마다 나이나 개인의 건강상태에 따라서 감사해야 할 시기가 따로 정해지는 것이지 모든 검사를 이유 없이 해마다 정기적으로 재확인하는 건강진단은 크게 잘못된 것이다.

다섯째, 건강진단이 정확하게 되기 위해서는 한순간의 진찰소견이나 검사 결과보다 지속적인 경과 관찰 또는 변화 여부를 보는 것이 필요하므로 한 곳에서 꾸준히 받는 건강진단 결과가 더욱 큰 의미가 있다. 시설이 좋다고 건강진단을 받을 때마다 옮겨다니면 중요한 질병 발생의 위험을 놓칠 수가 있다. 따라서 자신의 건강상태를 수시로 점검할 수 있는 단골의사, 주치의를 정해놓는 것이 정확한 건강진단을 기대할 수 있는 필수조건이다. ㉞

〈출처: Health2000 건강셈〉