

美國人2만5천명意識調查결과

◇... 최근雜誌「Psychology Today」를 통해 미국인 2...◇
 ◇...만5,000명에 대해 실시한 意識조사 결과에 의하...◇
 ◇...면, 半數가까운 回答者는 사랑, 活動, 돈이상으로 건...◇
 ◇...감을 증시하고 있다는 사실이 밝혀졌다. 이러한 種...◇
 ◇...類로서는 最大규모인 調查인데 女性은, 대체로 男性...◇
 ◇...보다 건강하지 않고, 가벼운疾病에 많이 걸리며, 스트...◇
 ◇...레스가 많은 것으로 느끼고 있다는 點도 확인 되...◇
 ◇...었다. ...◇

그러나, 回答者의 過半數는 中 流에서 中流上의 所得者이고, 半 數이상은 大學교육을 받은 人들이라는 點, 또 대부분이 40세이 하라는 點에서, 미국인 일반의 健康에 대한 意識이나 行動을 반영하는 結果라고는 인정되지 않는다.

여성의 3분의 2와 남성의 半 數는 事故나 만성질환일경우, 醫療器械로 生命을 유지하는 것보다 는 죽음을 선택한다고 대답하 고 있었다.

이혼가정에서 성장된 人들, 兩親이 있는 가정에서 성장된 人들 比해 건강하지 않다고 느끼 는 예가 많았고, 17세이하에서 近

사람이, 男性·女性을 통해 전체 的 3분의 1 驗을 차지했다. 男性의 11%와 女性의 8%는 血 압이 높았다. 回答者의 78%는, 최근 1년 간에 의사를 찾았다. 3분의 1 가 까이는 「적어도 1회」의 사지시 를 거 고, 자기가 최선이라고 생각한

는 자기를 「Junk food」 黨으로 보 고 있으나, 8%는 채식주의자이 고, 11%는 高纖維食을 섭취하고 있었다. 回答者의 10명에 4명은 고혈 압에 관련이 있다는 염분은 거 의 섭취하지 않았다. 또, 3명에 1명은 당분은 섭취하지 않았다.

1명은 매일 1시간이상의 운동 으로 땀을 흘리고 있었다. 이와 같이 규칙적으로 운동하는 미국 인이 예상으로 많은것은, Wash ington Post와 ABC 뉴스가 실 시한 調查에서도 證明되고 있다. 成人 1,505명에 대해 조사한 結果, 男女의 60%와 女性의 46%가

健康이 최대의 關心事

방법으로 治療한 경험이 있었다. 醫師의 「處治가 좋지 않았다」고 하는 여성은 3분의 1을 차지했 으나, 그래도 1년에 4회는 의 사를 찾아간 여성이 많았다. 回答者의 4명 1명은 하루

半數가까이는 매일 커피나 홍차 를 석잔이상 마시고 있었다. 回答者의 55%는, 암케이트에 記 入하기 전의 24시간이내에 비타민 제를 복용하고 있었다.

매일, 산책·자전거·수영·정원손 질등으로 땀을 흘리고 있었다. 高校나 大學에서 축구경기를 하는 男性은, 그렇지 않은 人들 比해 疾病이 이환되는 경우가 적 고, 자기는 건강하다는 意識이 높

精神건강은 身體건강에 영향...반 이상이 過體重에 過食

회답자의 75%는 最近 1년간에 감기 經驗 50%는 인플루엔자나 肺感染症에 罹患

과 같다. ◇건강전반에 대해 회답자의 3분의 1은 「상당히 健 康」 52%는 「양호」라고 대답했다. 一般의 예상에 反해, 그토록 健 康하지 않다고 느끼는 경향은 中 年層보다 젊은層에 많았다. 健康 이라는 意識은 나이가 많아지는 데 따라 變했다. 회답자의 80%이상은, 마음의 健

親相姦이나 暴行의 性體驗이 있는 人들, 다른 成人에 比해 健 康하지 않다고 느끼는 예가 많 았다. 회답자의 75%는 最近 1년 간에 감기에 罹患, 50%는 인플루엔자 나 肺感染症에 罹患되고 있었다. 男性의 3분의 1과 女性의 40 %는, 最近 1년간에 감기, 50% 는 인플루엔자 또는 肺感染症에 罹患되고 있었다.

에 5개미이상 출연하고 있었다. 한편, 전체의 반수가 까이는 전연 출연한 경험 이 없었다.

◇운동에 대해 回答者의 3분의 1이상은, 정확 回答者의 57%는, 어떠한 種의 一 한 食사와 규칙적인 운동으로 健 康한 人이나 體力단련프로그램에 參加 감상의 위험은 모두 극복할수 있 평균 주6회는 운동하며, 4명 1 명은 운동하지 않았다.

回答者의 3분의 1이상은, 정확 回答者의 57%는, 어떠한 種의 一 한 食사와 규칙적인 운동으로 健 康한 人이나 體力단련프로그램에 參加 감상의 위험은 모두 극복할수 있 평균 주6회는 운동하며, 4명 1 명은 운동하지 않았다.

남성의 3분 1과 女性 40% 수면장애 경험 남성 11%와 女性 8%는 血壓이 높았다고

강이 직접 身體의 健康에 영향 된다고 생각하고 있고, 스트레스 는 身體의 疾病원인이 되므로 「싫 어한다」는 회답이 많았다.

男性의 3분의 1과 女性의 40% 는 最近 1년간에 수면장애를 경 험하고 있었다. 最近 1년간에 요통이 있었던

◇식사에 대해 回答者의 半數가까이는 肥滿으 로, 과식을 피하고 있었다. 8%

과 疾病예방을 중시한 새로운 施 策으로, 앞으로는 더욱 高血壓이 감소될 것으로 기대된다」고 조 사결과의 발표에 앞서, Richard S. Schweiker 厚生장관은 말했다. 高血壓症治療의 사용은 1970 년대에 크게 증가, 高血壓症환자 로서 藥劑의 處方을 받고 있는 환 자의 비율은 1960년대 前半의 31%, 1970년대 前半의 34%에 對해, 1970년대 후반은 약 65%가 되었다.

◇...비장에 바이러스 感染, 防止하는 作用이...◇ 例, 받지 않은 환자는 27例 이 었다. 5例의 환자가 같은 症候群 을 발견했다. 모두가 白人男子 로서 胸腹部에 重症外傷을 입 어 數回의 輸血과 脾摘, 人工 호흡이 필요했다.

高血壓管理...대중교육 效果

運動, 食事, 藥劑등으로 高血壓 을 管理하면 病狀이 軽減되고 그 후의 死亡리스크가 저하된다는 사 실이 1960년대의 연구에서 밝혀 진 이래, 정부는 이 질환에 대 해 일반 대중을 教育하기 위해 대규모의 캠페인을 전개해왔다. 국립心脾血液연구소가 중심이 되 어, TV나 印刷物에 의한 廣告, 의사나 보건관계자 的 資料배부 등에 수백만달러가 투입되었다. 이러한 「高血壓症의 위험을 대 중에 알리는 公的, 私的인 보건 단체나 의사들의 노력은, 상당한 효과를 거두고 있다」고 보건차 관보대리 Edward N. Brandt, Jr. 박사는 지적하고 있다. 高血壓관리에 성공하고 있는 사

람들이 늘어났다는 所見외에, 19 60년에 比해 1980년에는 高血 壓환자가 13% 감소했다는 조사 결과도 있다. 高血壓리스크가 가 장 높은 黑人男女에서는 25%白 人女子에서는 34%의 감소, 白人 男子에서의 比率는 變하지 않았 다. 이것은 1970년대에 心疾患으로 死亡한 미국인이 約20% 감소된 것과 일치된다. 이 감소는, 食事 的 개선과 運動의 증가에 기인 되는 것으로 되어 있다. 「이러한 밝은 數字는, 高血壓이 다른 많은 보건문제와 同様, 일 반의 自覺과 일상생활에서의 豫 防에 의해 감소, 억제될 수 있 다는 것을 보여주고 있다. 건강

과 疾病예방을 중시한 새로운 施 策으로, 앞으로는 더욱 高血壓이 감소될 것으로 기대된다」고 조 사결과의 발표에 앞서, Richard S. Schweiker 厚生장관은 말했다. 高血壓症治療의 사용은 1970 년대에 크게 증가, 高血壓症환자 로서 藥劑의 處方을 받고 있는 환 자의 비율은 1960년대 前半의 31%, 1970년대 前半의 34%에 對해, 1970년대 후반은 약 65%가 되었다. 高血壓症은 단계적인 疾患이 므 로, 약간 높을때는 食事와 運動 으로 管理하는 醫師가 많다. 그 것으로도 여의치 않으면, 점차적 으로 強力한 藥劑를 사용한다. 1970년대 후반에 服藥한 환 자의 約 3분의 1은, 血壓저하에 성공했다. 이것은 1960년대의 16 %, 1970년대 중반의 約20%를 상회하는 성적이다. 이것이 「段階 的」藥劑療法의 進歩에 의한 것 으로 지적되고 있다.

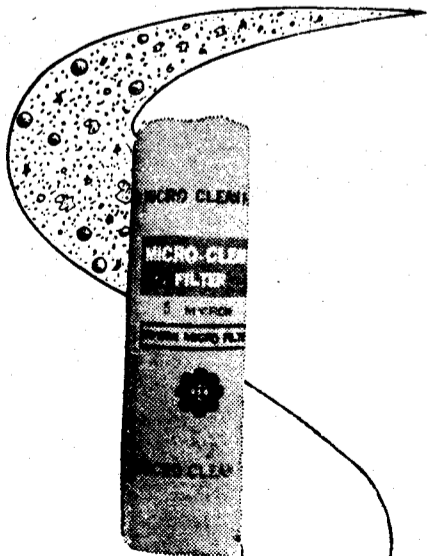
당뇨병 강좌 안내

(매주 수요일 오후 2시)

- ▲ 3월 2일 식이요법 (송오금)
- ▲ 3월 9일 당뇨병과 고혈압 (유동준)
- ▲ 3월 16일 당뇨병과 안과 (김영택)
- ▲ 3월 23일 당뇨병과 올바른 자연식 (원태진)

營業 種 目

- MICRO FILTER 및 空 調 FILTER
- 淨 水 裝 置
- 純 水 裝 置
- 濾 過 裝 置
- CHEMICAL FEEDER (消毒裝置)
- POOL場 濾過裝置
- 其他 機器製作



- 본 社 ; 서울특별시중구인현동 73~1 (풍전상가 3층가열 306) 전화 265-9380, 266-0855·8302
- 공 장 ; 경기도시흥군의왕면내손리 324-13 전화 1343-3-3552
- 부 산 지 社 ; 부산시중구부평동 2가 53 전화 23-2407
- 대 구 지 社 ; 경북대구시중구서문로 1가 25 전화 22-4819
- 호 남 지 社 ; 전주시태평동 1가 4-10 전화 3-6859
- 포 항 지 社 ; 포항시죽도 1동 35-34 전화 3-2489

