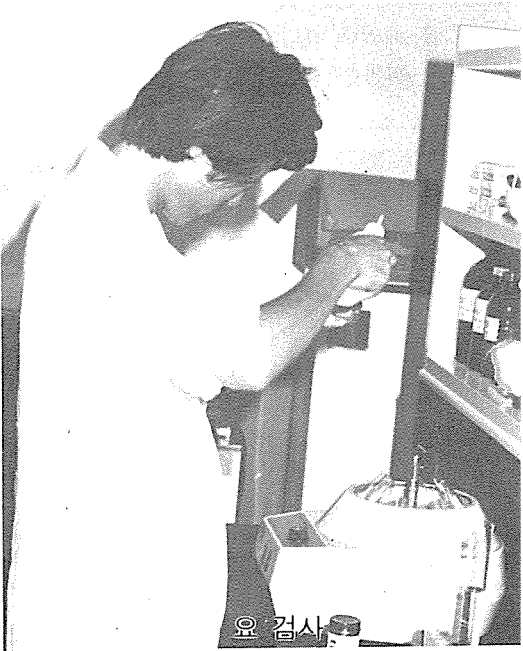




세포진 검사상담



요 검사

우리몸의 건강관리

# 건강검사는 " " " " "

## ■ 김 창 현

한반도의 수려한 환경속에서 살아온 우리는 사변전까지만해도 현대질병의 위협을 받지 않고 지내왔으나 사변후 급작스런 외국문물의 쇄도와 무질서한 식생활 등은 성인병이라 일컫는 비전염성 만성질환, 즉 뇌졸중, 고혈압, 심장병, 동맥경화, 각종 암 등을 유발 시키게 되었다.

이에 국가는 국민의 위생복지에 기여

하고자 정부적 차원에서 이들 성인병을 관리하는 전문기관이 필요하다고 인정. 한국건강관리협회라는 비영리 검사 전문기관을 설치하여 사회를 좀먹고 고급 인력을 앗아가는 성인병을 퇴치하는데 진일보하여 이들을 조기발견하고 조기치료 유도토록 하므로써 국민건강증진을 도모



심각하고 위협적인 존재로 부각 되었고 이를 예방의학적인 측면에서 보다 효율적으로 관리하기위해 한국 건강관리협회에서는 다음과 같은 사업 내용으로서 국민들의 건강관리 사업에의 참여 의식을 고취시키고 있다.

## II. 건강검진에 대하여

우리는 일반적으로 병이 발병해야 병원을 찾는다거나 약국을 찾는다.

이러한 사고방식은 전근대적인 것이며 이는 사후약방문적인 것이다.

현대인은 평소에 행복을 추구하기위한 수단으로서 건강검진을 정기적으로 실시하여 자신이 스스로의 건강을 점검한다.

한국건강관리협회에서는 이러한 현대인에게 좀더 편익을 도모코져 언제, 어디서나 검진에 응해주고있고 정밀한 최신 시설과 풍부한 기술인력을 활용하여 종합건강검진시설을 운영 할 뿐 아니라 순환기 계통의 비전염성 만성질환의 조사연구, 국민건강관리를 위한 국제적 학술교류, 계몽 및 교육 등을 통하여 국민 각개인이 누구나 적은 부담으로 쉽게 검사를 받을수 있도록 하는데 그 목적을 두고있다.

한국건강관리협회에서 실시하고 있는 '종합검사'에 대하여 약술하면 다음과 같다.

간장기능검사, 심장기능검사, 신장기능검사, 당뇨병검사, 자궁암(세포진) 검사, 혈액형검사, 염증성 및 백혈병검사 고혈압에 대한 검사. 뇌검사, 간염검사 등이 있고 예서 중추적으로 다루고 있으며 검사의 중요성과 필요성에 대하여 종목

# 왜 필요한가

“ “ “ “ “

코져 하고있다.

선진국에서의 경향은 보다 일찌기 범국민 건강증진을 위한 전문기관이 요망되어 실행하고 있는바, 일본에서도 이미 20년전인 1960년대부터 군단위에도 성인병 센터를 설치하여 많은 사람들로 하여금 정기적검사를 받게하므로써 건강관리를 효율적으로 하고있다.

현재 성인병이라 칭하는 몇몇 질병은 타산지석(他山之石)이 아닌 우리 주변의

별 내역을 보면 다음과 같다.

#### 가. 심장기능검사

심장의 크기는 자기의 주먹만한데 좌우 상하로 판막이 있어 심장박동을 통해 혈액을 전신에 공급하고 있다. 이는 심장벽자체가 수축이완 운동을 1분당 약 60~70회 가량은 반복하게되고 매회 박동시에 약 60cc의 혈액을 내보내고 있다. 이러한 심장의 힘이 약해진다 던가 하면 심부전이라하고 이렇게 되면 박동의 균형이 깨져 부정맥을 보이게 된다. 건강관리협회에서는 지난 6월 국내 최초로 콤팩퓨터리터로 자동 심전도상의 변화를 판독하는 최신 기구를 일본으로부터 도입하여 현재 많은 시민 및 중, 고등 학생을 대상으로 활용 되고 있고 사소한 변화도 알아낼 수 있게 되었다.

한편 심장의 영양공급은 이 심장을 둘러싼 관상동맥이 도맡아 하고 있는데 여기에 이상이 생기면 「관부전」이 되고 협심증이나 심근경색이 되어 심근세포가 죽든지 출혈이 되는데 이런 변화는 우리가 하고 있는 혈액검사 SGOT수치에 예민하게 나타난다. SGOT수치는 특히 심근의 병변에 한해 예민하기 때문에 이런 검사를 함으로서 심근경색의 조짐을 알아내는데 큰 도움을 받을수 있다.

협심증이나 심근경색은 올바른 치료를 앓으면 갑자기 사망하기도 한다.

#### 나. 당뇨병검사.

우리몸에는 위장 뒷쪽에 췌장이 있는데 이 췌장에서 나오는 홀몬이 '인슈린' 이고 이 '인슈린'의 작용이 부족하면 당뇨병이 생긴다. 즉 '인슈린'은 당분이 근육이나 지방조직 세포속으로 잘 들어

가도록 하고 우리 혈액속에 혈당량을 조절하며 장에서 포도당을 당원형태로 저장하는 일도 한다.

당뇨병에는 두형태가 있는데 가칭 I, 형과 II 형이라하면.

I 형은 어렸을때 바이러스 감염이 선택적으로 췌장에 있는 인슈린 생성 세포를 파괴하므로써 생기는 것으로서 일생 인슈린 주사를 맞아야 한다.

II 형은 유전적 소인이 많이 지배하는데 유전인자가 있으면 꼭 발병 한다는것이 아니라 과식, 과음, 비만증, 스트레스, 운동부족등이 복합적 요인이 되어 발병 한다고 보고있다.

당뇨병은 우선 급선무는 조기에 발견해야하며, 더욱 바람직한것은 증세가 발견되기 전에 공복시 혈당과 식후 2 시간 혈당치검사를 해야하며 뇨검사에만 의존치 말고 혈액을 이용 혈당치검사 즉 당부하 검사를 해야 정확하며 이상이 오면 식이요법과 적당한 운동으로 생활관리를 해야한다.

소변에 당이 나오는 것은 공복시 혈당치가 170mg/dl 이상이 되어야 비로서 검출된다.

#### 다. 고혈압증에 대한 검사

혈압을 높이는 원인으로 여러가지가 거론이되어 연구되어 있지만 성인에 있어서 약 80~95%는 원인 규명이 본태성 고혈압 또는 체질성고혈압이라고 한다.

한편 혈압을 높이는 원인이 규명된것은 전체 고혈압증의 5-10%이며 이를 2 차성 고혈압이라 한다.

세계보건기구 기준에 의하면 (최대혈압 140mmHg, 최소혈압 90mmHg) 미만은

정상혈압, (최대혈압 160mmHg, 최소혈압 95mmHg) 이상을 고혈압으로 정하고 있고, 이 정상과 고혈압 사이의 혈압을 경계역 고혈압 이라고 하는데 성인의 약 10%에서 발견되고 있고 이중 10-30%는 점차 진짜 고혈압으로 진행된다고 한다.

고혈압이 오래 계속되면 가장 무서운 병이 뇌혈관의 장애 즉 뇌출혈이다. 특히 심근비대, 심부전상태로 진행된다. 본태성 고혈압에서도 시기가 지나면 신장 동맥경화가 발생되고 신장이 점점 위축되고 신부전을 가져오게 된다.

반면에 고혈압과 관계되는 것으로 동맥경화증이 있는데 이것은 동맥 내벽에 지방, 특히 '콜레스테롤'이 침착하여 생기는 것이 대부분이다.

고혈압이 모세동맥의 경화를 일으키고 이는 다시 혈압을 높이는 악순환을 동반시킨다. 이러한 무서운 고혈압증에 대해 건강관리협회에서는 혈압측정과 동시에 콜레스테롤(지질)측정을 하여 보다 정밀한 검사에 만전을 기하고 있다.

#### 라. 간염검사

간염에는 간염을 일으키는 바이러스의 종류에 따라 A형, B형, NON A, NON B형등 여러가지가 있다. 그중 가장 성행 하는것이 B형으로 전체 간염의 90% 이상을 차지하고 있다.

(우리나라는 B형 간염 보균자수가 전국민의 10%에 달하고 있다) 이러한 간염바이러스의 예방대책 및 진단 방법에 대하여 급작스런 연구가 진척 되고 있는 것은 타인에게 전염이 된다는 심각성 때문인것이다. 즉 혈청전염, 타액전염 으

로 대인관계마저 흐려놓고 있는 사회를 좀 먹는 질병인 것이다. 이에 건강관리협회에서는 현재 B형간염에 대해 연구 실시하고 있고, HBs항원, 항체, HBc 항체 등을 검사함에 있어 가장 검출감도가 높은 「수신적혈구응집반응법」으로 고감도를 유지하며 그 이상유무를 정확하고 정밀하게 활용 판독하고 있다.

이에 양성자는 치료를 유도하고 음성자는 해파박스를 이용한 예방접종까지 실시하여 간염퇴치 전선에 위선하고 있다.

#### 마. 신장기능검사

신장은 어른의 경우 300g정도의 완두콩과 같은 모양을하고 있는 기관으로서 신체의 모든부분에서 혈액과 함께 보내지는 불용물을 수분과 함께 소변으로서 신체의 밖으로 내보내는 역할을 하며, 하루에 약 1.6ℓ의 뇨를 배출하는 기능을 담당하고 있다.

이런 기능을 하는 신장이 나빠지면 하루종일 오줌이 나오지 않을때도 있고(무뇨)뾰뇨 또는 다뇨의 현상을 일으키며 뇨속에 단백질, 혈액, 세균등이 검출되며 얼굴이 부어오르고 손, 발이 부으며 혈압이 높아지기도 한다. 심하면 혈액중에 노폐물이 쌓여 뇨독증이 되고 두통이 심하고 구토, 경련을 일으켜 혼수상태가 되어 사망하는 경우가 있다. 이는 암보다 무섭고 병에 걸리면 계속 치료를 요하며 신장을 떼어내거나 이식수술을 하게되고 급기야 사망하게된다. 이런 신장을 수시 점검하는것이 신장기능검사이고 조기에 발견, 치료하는 것이 대책이라 하겠다.

## 바. 세포진검사

남성들에 있어서 위암과 같이 여성측에 발생빈도가 높은것이 자궁암이며 이로인하여 귀중한 생명을 잃는 사례가 많다.

자궁암은 다른암에 비해 조기에 발견하기도 쉬우며 치료 효과도 높아, 25세가 넘는 부인은 1년에 한번씩 정기적 검사를 꼭 받기를 권한다.

특히 다음과 같은 증상이 있을시 즉시 검사에 임해야 한다.

대하나 월경량의증가, 부정기성출혈, 접촉시출혈등의 증상은 방치하지 말아야 한다. 검진에 부끄러움을 느끼는것 그자체가 암을 유발하는 역할이 되므로 본인이 간단히 채취하는 방법을 사용 하므로서 미장원에 가는 기분으로 매년 정기적인 검사를 통하여 무서운 '암'으로 부터 생명을 보호 해야겠다. 이에 한국건강관리협회 에서는 일본에서 자궁암 검사에 성공한 사례가 있는 '가도식' 자기 채취기를 이용하여 검사자 본인이 스스로 채취하여 우송또는 직접 가져오면 정밀검사후 판독, 통보하는 방식으로 이용에 도움을 주고있다.

이상 여러가지 성인병에 있어서 공통되는 점은 초기에는 증상을 느끼지 못한다는 것이다. 단지 초기에는 다소 피곤함을 느낄때가 있으나 흔히 대수롭지 않게 넘어가 버리고 쉽게 포기 하는데서 병은 길어지며 급히 진전되어 악화되는 경우가 비일비재이다. 이는 소 잃고 외양간 고친다는 우리말과 같으며 평소예에 방의학적인 관점에서 보다 관심을 가져 건강할때 정기적으로 검사를 받으므로

갑작스런 경제지출을 막고 건강 생활로 행복의 계단을 오르며 개개인의 이상을 추구하는데 하자없이 진척 될수 있으면 한다. 이에 한국건강관리협회에서는 보다 저렴한 검사비로 부담없이 검사에 응할수 있는 기틀을 마련했으며 기구를 신장하여 서울에 본부, 지부를 두고 전국 각 시도지부가 설치되어 있어 개인 집단의 검진 및 상담에 적극 호응 하고 있고 각종 교육 및 홍보자료를 통해 만성병에 대처하여 국민건강 관리를 적극 추진하고 있다.

## Ⅲ. 한국건강관리협회 이용 안내에 대하여

### 검사를 받을때 주의사항

검사당일은 아침식사를 들지마시고 아무것도 마시지 말고 오셔서 검사를 위한 채혈을 하신후 식사를하며 검사전에는 술, 담배, 당분, 커피등을 피하고 자궁암검사는 생리중일때나 임신부는 피하도록 한다.

(필자=건협서울지부 홍보관장)

