



건강에 대한 관심이 높아지면서 건강관리에 신경을 쓰는 사람들이 점점 늘어나고 있다. 그러나 일부에서는 건강에 대한 지나친 걱정으로 몸에 조금만 이상이 느껴져도 이 약 저 약을 다 먹어보고, 몸에 좋다는 모든 민간요법을 다 동원하고, 이 병원 저 병원 다니면서 괜히 돈 들고 고생하는 사람들이 있다.

그러나 이런 사람일수록 체계적인 진료를 받지 않고 무절제하게 의료를 오·남용하여 진짜 병이 있어도 발견하지 못하고 오히려 병을 키우는 경우가 종종 있다. 반대로 자신의 건강에 지나치게 자신감을 가져, 몸에 이상이 생겨도 무시하고 지내다가 조기에 진단하여 치료하면 완치가 될 수 있는 데도 병을 키워 치료시기를 놓치는 경우도 있다.

최근들어 많은 의료기관에서 마치 유행처럼 종합검진을 실시하고 있다. 질병예방에 대한 국민의 관심은 고조되었지만 대부분의 기존 의료가 질병치료에 치우쳐있어, 소위 "종합검진센터"가 계속 증가하는 추세인 것이다. 하지만 성별, 연령별 또는 개인건강 위험요인을 고려하지 않고 많은 종류의 검

정기적 건강검진이란 건강한 사람들을 대상으로 하여 주기적으로 조기진단 검사를 실시하는 것을 말하며, 건강에 대한 자세한 상담과 진찰 등을 통해 각 개인의 건강상태를 평가하고 건강 위험 인자를 고려하여 개인에게 꼭 필요한 항목을 골라 검사하는 것이 필요하다.

건강검진은 크게 의사에 의한 문진 및 진찰, 질병의 조기발견을 위한 임상검사, 예방접종으로 나눌 수 있다.

청·장년기의 건강관리계획을 예로 살펴보면 먼저 이학적 검사로 키, 몸무게, 혈압을 재며, 고위험군에 해당되는 사람은 다음과 같은 검사를 받는 것이 좋다.

구강진찰(흡연이나 음주자), 갑상선진찰(방사선을 조사받은 적이 있는 경우), 유방진찰(35세 이상으로 집안 중 유방암에 걸렸던 가족이 있는 경우), 청력검사(정기적으로 지나친 소음에 노출된 경우) 등을 받는다.

임상검사로는 B형 간염 항원, 항체검사는 처음에 시행하며, 혈중 콜레스테롤치, 자궁암검사(여자)를 시행한다. 고위험군의 경우는 다음과 같은 검사를 받을 수 있다.

공복시 혈당(비만, 가족력상 당뇨가 있거나, 임신시 당뇨에 걸렸던 적이 있는 경우), 간기능 검사(간염보유자 또는 과음자의 경우), 심전도(허혈성 심질환, 가족력, 대중교통, 운전자로서 남자인 경우), 유방 X선(35세 이상으로 유방암에 걸렸던 가족이 있는 경우), 간초음파(B형 간염보유자, 만성 간염환자), 위내시경 또는 투시(위절제술 과거력, 만성 위축성 또는 화생성 위염, 과거력, 선종성 용종의 과거력, 위궤양 과거력이 있는 경우) 등의 검사를 받는 것이 도움이 된다.

예방접종으로는 파상풍 추가접종, 간염 예방접종을 하고, 고위험군은 폐렴구균에 대한 예방접종(만성 심폐질환자, 당뇨환자, 면역결핍자, 신부전환자, 알콜중독자, 비장적출수술을 받은 자, 간경화, 신 중후군환자 등)와 독감예방접종(만성질환관리 병동의 근무자, 만성 심폐질환자, 당뇨환자, 면역결핍자, 신부전환자)을 맞는 것이 좋다.

다시 한번 강조하자면 기존의 무차별적인 검사보다는 의사의 검진과 상담을 통해 개인에게 필요한 건강검진계획을 세우는 것이 무엇보다도 중요하다고 할 수 있다. [4]

질병의 면죄부, 종합검진?



정은경
<가정의학전문의를>

많은 의료기관에서는 마치 유행처럼 종합검진을 실시하고 있다. 국민의 관심이 '질병치료에서 예방'으로 변하고 있기 때문이다. 그러나 성별, 연령별, 개인건강 위험요인을 고려하지 않는 일률적 검사이기 때문에 문제가 많으므로 건강 진단은 의사의 검진과 상담을 통해 개인에게 필요한 건강 검진 계획을 세우는 것이 필요하다.

사를 일률적으로 시행하는 것에 불과하며, 과학적이고 체계적인 뒷받침이 부족하고 상업성으로 흐르는 경향이 있다. 그리고 종합검진결과 질병이 발견되면 별도의 치료기관에 다시 의뢰되어야 하기 때문에 이에 따른 불편과 재검사 등으로 인한 여러가지 문제점이 있기도 하다.

한편 일반인들은 마치 종합검진이 건강에 대해 현대의학이 줄 수 있는 최고의 보증인양 믿는 잘못된 인식이 팽배해 있어 문제가 되고 있다. 유감스럽게도 건강이나 질병은 그렇게 무 차르듯이 나누어 지는 것도 아니며, 그 많은 검사들이 그대로 질병을 진단해 주거나 건강을 보증해주는 것은 아니다. 무차별적으로 여러가지 다양한 검사를 해서 검사수치가 정상이라는 것을 확인해 보는 것 이상의 별 의미가 없는 경우가 많다.