

2009년 한국건강관리협회 40대 직장인 건강검진 결과

40대 직장인 혈압, 중성지방으로부터 건강 지켜야

2009년 한국건강관리협회를 통해 근로자 건강검진을 받은 40~49세 검진자는 1,244,114명이다. 그 가운데 83.1%(1,033,260명)는 건강이 양호했고 11.7%(145,911명)는 건강에 이상 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요했다. 그리고 5.2%(64,943명)에게는 질환의심이 나타났다.

40대 직장인 30% 이상이 혈압으로 괴롭다

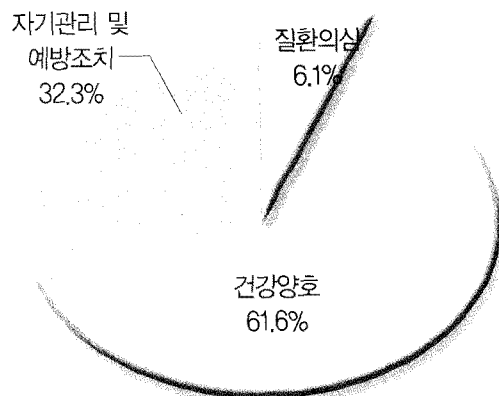
2009년 한국건강관리협회를 통해 건강검진을 받은 40대 근로자 중 혈압검사를 받은 73,195명을 살펴본 결과 수축기 혈압에서 38.4%, 이완기 혈압에서 31.5%가 질환의심이거나 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 결과가 나왔다.

수축기 혈압에서는 6.1%(4,492명)가 질환의심으로 나타났고 32.3%(23,655명)는 건강에 이상 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 결과가 나왔으며,

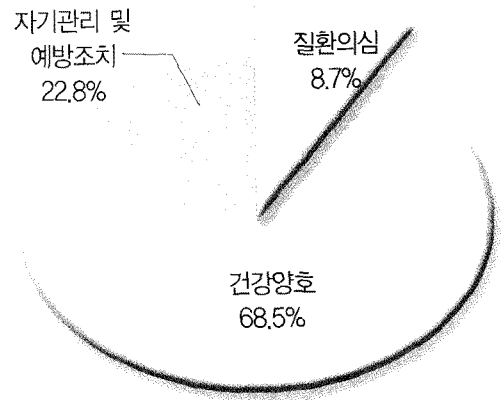
이완기 혈압에서는 8.7%(6,380명)가 질환의심으로, 22.8%(16,651명)가 건강에 이상 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 나타났다.

수축기 혈압에서 61.6%(45,048명), 이완기 혈압에서 68.5%(50,164명)는 건강양호로 판정받았다.

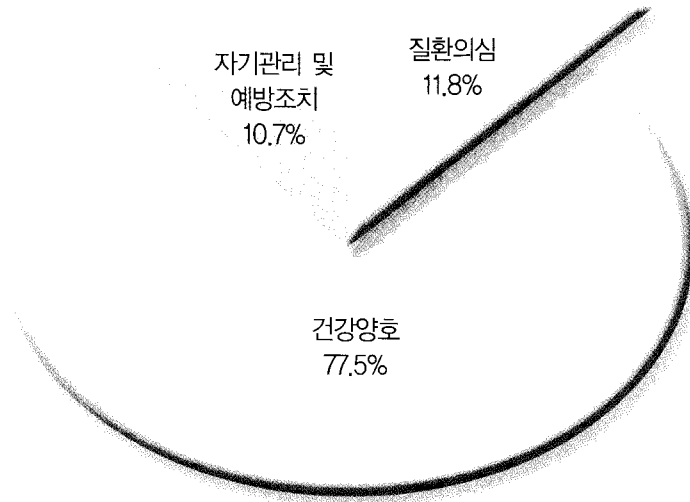
40대 직장인 수축기 혈압 유소견 현황



40대 직장인 이완기 혈압 유소견 현황



40대 직장인 중성지방 유소견 현황



40대 직장인 괴롭히는 중성지방, 22.5%는 관리 필요해

중성지방검사를 받은 40대 근로자 73,239명 중 22.5%는 중성지방에 따른 질환의심이거나 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔다. 그 가운데 11.8%(8,664명)는 중성지방에 따른 질환의심으로 나타났다고 10.7%(7,808명)는 건강에 이상은 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 나타났다. 건강양호는 77.5%(56,767명)이다.

성별로 살펴보면 남성 29,455명 중 38.0%는 중성지방에 따른 질환의심이거나 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔다. 세부적으로 보면 21.8%(6,417명)는 중성지방에 따른 질환의심이 나타났고 16.2%(4,785명)는 건강에 이상 없지만 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔다. 건강양호는 62.0%(18,253명)이다.

여성 43,784명 중 12.0%는 중성지방에 따른 질환의심이거나 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔다. 세부적으로 보면 5.1%(2,247명)는 중성지방에 따른 질환의심이 나타났고 6.9%(3,023명)는 건강에 이상 없지만 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔다. 건강양호는 88.0%(38,514명)이다. **MEDYCHECK**

비만과 중성지방



비만은 체내에 지방이 과도하게 축적되어 있는 상태로, 흔히 BMI(체질량지수)를 사용하여 비만 정도를 확인한다. BMI가 23~24.9kg/m²이면 과체중, 25.0kg/m² 이상이면 비만으로 판정하며, 비만의 상태로 2~3년 경과하게 되면 혈중 중성지방 및 콜레스테롤 수치가 상승하여 고혈압, 심장질환 등에 걸리기 쉽다. 뿐만 아니라 과체중으로 인한 관절통증을 유발할 수도 있다.

※ 체질량지수 BMI = 체중(kg) ÷ 신장²(m)