

등록번호	지역건강과-6167
등록일자	2015.4.15.
결재일자	2015.4.16.
공개구분	대시민공개

주무관	건강증진팀장	지역건강과장	보건소장	부구청장	구청장
임문희	황성기	김선찬	이준영	조인동	04/16 문석진
협 조	행정지원과장 오남희 자치행정과장 최선희 인사팀장 이현				

2015년 대사증후군관리사업
“건강한 직장 만들기” 계획(서대문구청)

서 대 문 구
지역건강과

2015년 대사증후군관리사업

“건강한 우리 직장 만들기” 계획

성인기 만성질환에 노출되어 있는 구 직원들에게 대사증후군관리 서비스를 제공하여 만성질환으로의 이환을 예방하고 적정 건강관리를 통해 업무능률 향상 및 삶의 질 향상에 기여하고자 함.

I 추진근거

- 보건의료기본법 제41조(만성질환의 예방 및 관리)
- 국민건강증진법 제19조, 제20조
- 2015년 대사증후군관리사업 계획
- 2015년 보건소 인센티브사업 평가

II 추진배경

- “예방”중심의 질병위험 관리의 중요성
- 질병으로 인한 사회경제적 손실의 증가와 삶의 질 저하
- 생애주기별보건의문제의 심각성과 성인기 만성질환 관리의 시급성
- 통합 건강관리로의 패러다임 전환 “대사증후군관리사업”

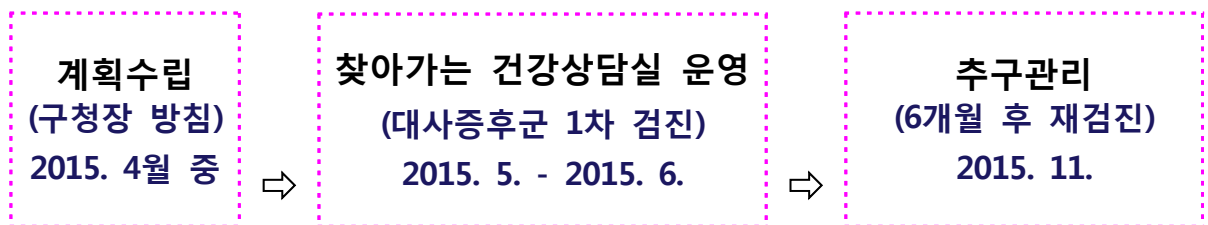
III 사업개요

- 기 간 : 1차검진 - 2015년 5월 ~ 6월
재검진 - 2015년 11월

- 대 상 : 서대문구청 직원(구청, 별관, 보건소, 동주민센터)
- 장 소 : 구청 각층 복도, 보건소, 별관, 동주민센터
- 방 법 : 찾아가는 건강상담실 운영(대사증후군 이동검진)
- 내 용
 - 건강생활실천 기초조사, 체성분 측정
 - 대사증후군 검진(복부둘레, 혈압, 혈당, 중성지방, 콜레스테롤)
 - 검진 결과 및 운동·영양 상담, 추후관리(위험요인 상태에 따른 재검진)
 - 건강 프로그램 연계(걷기 동아리, 한방 대사증후군관리 등)

IV 추진내용

● 추진과정



● 세부내용

『찾아가는 건강상담실 운영』

- 날 짜 : 1차 검진 - 2015년 5월 ~ 6월 / 재검진 - 2015년 11월
- 시 간 : 08:00 ~ 10:30
- 장 소 : 서대문구청 각 층 복도, 보건소, 별관, 주민센터
- 대 상 : 만 20세~64세, 서대문구청 전 직원(비정규직 포함)
- 내 용
 - 건강생활습관 설문조사, 체성분 측정
 - 대사증후군 5종 검사(혈압·혈당·복부둘레·콜레스테롤·중성지방)
 - 대사증후군 검사결과 상담 및 그에 따른 운동·영양 교육
 - 건강생활습관 형성 및 자신의 건강수준 향상을 위한 추구관리
 - 건강 프로그램 연계(건강체중 3·3·3 프로젝트 연계, 한방대사증후군관리 등)
- 검진인력 : 6명(간호사, 영양사, 운동사 등)

대사증후군 이동 검진 과정



※검사전날 밤 10시 이후 금식(물 및 커피 등 기호식품 포함)

※혈액검사는 liprdo pro 검사기를 이용하여 **즉석에서 결과 판정**

● 홍보

- 새울행정 공지사항 게시, 배너 게시, 리플렛 및 홍보물 배부

● 사업평가 : 보건소 인센티브사업 및 대사증후군관리사업 평가와 연계

V 검진일정

● 검진일정(붙임 참고)

VI 행정 및 협조사항

● 행정지원과

- 검진 일정에 따른 각 층 물품(책상 및 의자, 전력)지원

- 검진 일정에 따른 안내방송 및 직원 참여 유도

● 자치행정과(주민센터 검진시)

- 검진장소 및 행사장비(책상 및 의자, 전력) 지원

- 주민센터 직원 및 지역주민 참여 홍보 협조

IV

기대효과

- 직원들에게 건강복지 제공 및 업무능률 향상에 기여
- 대사증후군 조기발견 및 관리로 만성질환으로의 이환 예방
- 만성질환 및 심뇌혈관질환 합병증 감소로 개인의 삶의 질 향상

붙임 : 1. 서대문구청 검진일정 1부
2. 검진 안내문 1부. 끝.

【참고】

※ 대사증후군이란 ?

복부 내 내장을 둘러싸는 지방이 많이 쌓인 형태인 내장지방형 복부비만과 고혈압, 고혈당, 지질이상 같은 생활습관병의 위험인자를 함께 가지고 있는 상태

※ 대사증후군 진단기준 (5가지 요인 중 3개 이상인 경우 대사증후군으로 진단)

요 인	기 준
* 복부비만	·허리둘레 \geq 90cm(남), \geq 85cm(여)
* 고중성지방 혈증	·중성지방 \geq 150mg/dL, 혹은 치료제 복용
* 낮은 HDL콜레스테롤 혈증	·HDL-콜레스테롤 $<$ 40mg/dL(남), $<$ 50mg/dL(여) 혹은 치료제 복용
* 높은혈압	·혈압 \geq 130/85mmHg 혹은 고혈압 치료제 복용
* 혈당장애	·공복혈당 \geq 100mg/dL 혹은 제2형 당뇨병

※ 관리대상 분류 및 지원내용

- ▶ 대사증후군 : 위험요인 3개 이상(현재 약물 복용자 제외)
- ▶ 건강주의군 : 위험요인 1~2개 이상(현재 약물 복용자 제외)
- ▶ 약물투여군 : 위험요인 상관없이 현재 약물 복용자인 경우
- ▶ 정상군 : 위험요인 0개 보유

대상자 분류	지 원 내 용
정상군	<ul style="list-style-type: none"> - 개인별 건강정보제공, 교육자료 배부 - 12개월 후 재검진
건강주의군 약물투여군	<ul style="list-style-type: none"> - 초회 상담 - 6개월 후 재 검진 - 영양, 운동 등의 생활습관 개선 지도
대사증후군	<ul style="list-style-type: none"> - 월 1회 상담 - 3, 6,개월 후 재검진 - 6개월 후 행동목표 실천여부, 생활습관 변화 등 평가, 만족도 조사