

일반건강검진 바로 알기



질병의 예방은 건강을 증진시켜 발병을 예방하는 1차 예방, 질병을 조기에 발견하여 조기에 치료하는 2차 예방, 질병에 걸린 후 기능 회복 및 기능 유지를 위한 3차 예방 등 세 가지로 나눌 수 있다. 그리고 이 가운데 가장 기본이 되는 것은 건강한 생활습관을 스스로 확립하는 1차 예방이다. 「건강검진기본법」에 따르면 '건강검진'은 건강 상태 확인과 질병의 예방 및 조기 발견을 목적으로 건강검진기관을 통해 진찰 및 상담, 이학적 검사, 진단 검사, 병리 검사, 영상의학 검사 등 의학적 검진을 시행하는 것을 말한다. 따라서 건강검진의 목적은 1차 예방과 2차 예방의 영역으로 볼 수 있다.

글 손석준 원장(광주전남지역본부 관리의사)

법으로 정한 노동자의 권리

국가건강검진은 국가와 지방자치단체가 시행하는 건강검진을 말한다. 국민건강보험공단은 가입자와 피부양자에 대하여 질병의 조기 발견과 그에 따른 요양급여를 위하여 일반건강검진, 암검진, 영유아건강검진 등을 실시한다. 보건복지부가 고시한 건강검진실시기준에 따르면 '일반건강검진'이란 국민건강보험법에 따른 직장가입자, 세대주인 지역가입자, 20세 이상인 지역가입자 및 20세 이상인 피부양자, 의료급여법에 따른 의료급여수급권자 가운데 20세부터 64세까지 세대주 및 세대원을 대상으로 실시하는 건강검진을 말한다.

사업주는 「산업안전보건법」에 의해 상시 사용하는 노동자의 건강관리를 위해 건강진단을 실시하여야 한다. 그리고 사업주가 고용노동부령으로 정하는 국민건강보험법에 따른 건강검진, 선원법에 따른 건강진단, 진폐의 예방과 진폐근로자의 보호 등에 관한 법률에 따른 정기 건강진단, 학교보건법에 따른 건강검사, 항공안전법에 따른 신체검사 등의 건강진단을 실시했다면 해당 건강진단을 받은 노동자에 대해서는 일반건강진단을 실시한 것으로 본다.

또한, 사업주는 상시 사용하는 노동자 중 사무직에 종사하는 노동자(공장 또는 공사 현장과 같은 구역에 있지 않은 사무실에서 서무·인사·경리·판매·설계 등의 사무 업무에 종사하는 노동자를 말하며, 판매 업무 등에 직접 종사하는 노동자는 제외한다)에 대해서는 2년에 1회 이상, 그 밖의 노동자에 대해서는 1년에 1회 이상 일반건강진단을 실시해야 한다. 이에 따라 사무직 노동자는 2년에 한 번, 비사무직 노동자는 매년 기본 항목이 포함된 일반건강검진을 받게 된다.

건강검진 항목과 기준

건강보험공단에서 실시하는 건강검진 항목은 기본적으로 나이와 성별에 따라 달라진다. 국가건강검진에서 일반건강검진은 해당연도에 다음 검사 항목을 실시하고, 일부 검진 항목의 검진 실시시기는 건강검진실시기준에 따르도록 한다. 올해도 많은 노동자들이 일반건강검진을 받는다. 연례행사처럼 받는 일반건강검진이라 일부 노동자들은 무심히 검진을 받을 수도 있다. 하지만 일반건강검진에 포함된 검사 항목은 우리가 생각하는 것보다 훨씬 다양하다.

검진 결과는 정한 기준에 따라 정상과 비정상을 구분하여 수검자에게 통보된다. 검진 결과에서 이상 소견이 나온 항목이 있다면 의사의 진료를 받거나 생활습관을 개선하는 등의 행동으로 이어져야 한다. 물론 결과가 좋은 경우에도 현 건강 상태를 유지하기 위한 노력과 행동을 지속하는 것이 좋다. 검진 결과를 통해서 본인의 건강 상태를 확인하고 건강관리를 위한 계획을 세우고 행동으로 옮기는 것은 오롯이 자신의 몫임을 기억하자.

건강검진 검사 항목

- 1 문진과 진찰
- 2 신체 계측, 혈압 측정, 시력·청력 측정
- 3 흉부방사선 촬영, 요검사, 혈액검사
- 4 구강검진
- 5 문진과 검사 결과 등을 토대로 건강검진을 받은 자의 심뇌혈관질환 위험도와 건강위험요인 등을 평가하는 심뇌혈관질환 위험평가
- 6 인지기능장애 검사
- 7 B형간염 검사, C형간염 검사
- 8 구강 치면세균막 검사
- 9 골밀도 검사, 폐기능 검사, 노인신체기능 검사
- 10 생활습관과 관련된 담배 사용, 음주, 운동, 영양, 비만 건강위험 요인을 평가하고 평가 결과에 따라 생활습관 개선을 위한 상담 및 처방 등을 실시하는 생활습관평가
- 11 우울증 및 조기정신증에 대한 정신건강 선별검사

건강검진! 선택이 아닌 필수

국민건강보험공단의 2024년 건강검진통계연보에 따르면 2024년 일반검진 대상자 2,318만 명 가운데 약 1,752만 명이 검진을 받아 수검률 75.6%를 기록했다. 하지만 정상 판정을 받은 비율은 39.1%에 그쳤다. 특히 연령이 올라갈수록 정상 판정이 줄고, 유질환자 판정은 증가했다. 특히 40대의 '질환 의심' 판정 비율은 39.8%로 전 연령대 가운데 가장 높아 더욱 각별한 주의가 필요한 상황이다. "특별히 아픈 곳도 없는데 건강검진 꼭 받아야 할까요?"라는 안일한 질문 대신 일반건강검진은 질병의 조기 발견과 예방을 위한 중요한 활동임을 명심하자. 정기적인 건강검진은 선택이 아니라 필수이다. 🐦