

한국인의 평생건강관리 프로그램

Lifetime Health Maintenance Program for Koreans

가

2 388 - 1

Young Sik Kim, M.D.

Department of Family Medicine

University of Ulsan College of Medicine, Asan Medical Center

E - mail : youngkim@amc.seoul.kr

(Lifetime Health Main-

tenance Program)

Abstract

Lifetime Health Maintenance Program (LHMP) is a special type of clinical preventive services that include screening for diseases, counseling and immunization. The Korean Task Force on the LHMP reviews evidence for interventions to prevent over 50 different illnesses and conditions. The problems addressed in this program are common ones encountered every day by primary care physicians in Korea : cardiovascular and infectious diseases, endocrine diseases, cancers, alcohol and smoking - related morbidities, and many others. Primary care clinicians play the key role in screening for many of these problems and immunizing against others. Of equal importance, however, is the clinician's role in counseling patients to change unhealthful behaviors related to diet, smoking, exercise, injuries, and sexually transmitted diseases. The recommendations are stratified by age, sex, and other risk factors.

Keywords : Preventive health service; Screening; Counseling; Immunization

: ; ; ;

,

(1).

.

() (

)

.

(1).

가 가 .

가 ,
가 ,
 ,
가 .
1977 London (4) 40

1977 London (4) 40
60 7,000

A 4x4 grid of dots. The top-right cell (row 1, column 4) contains an 'X'. All other cells are empty.

가 9

가

, 1923

1977 Breslow Somers (5)

가 1970

1970

8가 ,

10,000

X

,

, S 가

가 , , , 5. 1988 10 , (10). 1991 3. 1976 , 가 가 1979 'A Lifetime Plan for Preventive Medicine' 78가 가 1995 가 ' (6). 1994 'The Canadian Guide to Clinical Preventive Health Care' (7). 가 가 2001 가 5 가 2002 가 (12). 100 가 2002 4 5 8 1996 1 2 , 1995 2003 3 2003 10 43 가 (9). , 1

가

가

X

X

가

가

가

가

가,

가

(가 ,

가

가

가,

가

1

가

1.

가

가

1

가

가

1

가

1

가

1

가

가 .

가 .

5

5. 가 1 4

가 4 1

가 .

가 .

가 ,

가

가 .

가

가 .

가

50% 가 1

10

가 1 5 ,

10%

10,000 1

가 1 1,000

가 .

가

가 6.

가

(Volunteer bias),

(Lead - time Bias) (Length Bias)

(11).

가

가

1.									
40	50		2		(1).				
(B).					(D).				
6 12		B C				40 , 50			
						(1).			
40 50	2 , 50		3 ,		(1).				
40 50	2 , 50 65		3		(B).				
50									
		(A).							
5 10			(1)		(1)				
10			(1).						
30				3		(B).			
						(D).			
				(D).					
				(D).					
						가 (1).			
						(D).			
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					
				(D).					

65	가	60	(D).	(B).
Mantoux test	(I)	(D).		
가가				
	(D).	VDRL		(B).
HIV	(B).	HIV	(D).	anti - HIV
			(D).	
			(D).	
		(D).		
	가	(I).		(B).
()				
			(I).	
(B).	가			
		가	(I).	
		(D).		
:		(B).		
가 가		(B).		
		(A).		
		(A)		
		(D).		
		가	(I).	
	가	(I).		
65		가	(I).	
1)	:	(D).		가
		가	(I).	12~16
,		(A), dipstick	(D).	
2)	:	(D).		
3)	:	(D).		
		(D),		
	가	(I).		
(I).				가
		가	(B).	
		가	(D).	

	20	30	40	50	60	70	80
위암			2년마다 위내시경 또는 위장조영술				
대장암				매년 대변잠혈검사, 5-10년마다 S결장 또는 대장조영술, 매 10년 대장내시경			
간암			고위험군 * 만 6-12개월 간격 알파태아단백과 간초음파 검사				
고혈압	1-2년 간격 혈압 측정						
바이러스성 간염	B형 간염 면역 여부 확인						
비만	정기적인 체중과 신장 측정						
고지혈증		총콜레스테롤, 고밀도지단백 측정					
결핵	정기적인 흉부 방사선 촬영						
청력						청력에 대한 질문	
시력						정기적인 시력 검사	
우울증	후속 조치가 가능할 때 선별						
흡연, 음주	흡연, 음주 여부 질문						

* 간암의 고위험군 : 간경변증, B형 또는 C형 간염 바이러스 보유자

1.

	20	30	40	50	60	70	80
위암				2년마다 위내시경 또는 위장조영술			
대장암				매년 대변잠혈검사, 5~10년마다 S결장 또는 대장조영술, 매 10년 대장내시경			
간암				고위험군 *: 6~12개월 간격 알파태아단백과 간초음파 검사			
유방암			2년마다 유방촬영	3년마다 유방촬영			
자궁경부암			매 3년마다 자궁세포진 검사				
고혈압	1~2년 간격 혈압 측정						
바이러스성 간염	B형 간염 면역 여부 확인, 삼전 김할시 확인 검사						
비만	정기적인 체중과 신장 측정						
고지혈증				총콜레스테롤, 고밀도지단백 측정			
결핵	정기적인 흉부 방사선 촬영						
청력					청력에 대한 질문		
시력					정기적인 시력검사		
우울증	후속 조치가 가능할 때 선별						
흡연, 음주	흡연, 음주 여부 질문						

* 간암의 고위험군 : 간경변증, B형 또는 C형 간염 바이러스 보유자

2.

가

(, , ,)

(14).

2.

A
C
C
A
C
C
A
C

가

가

1

가

가

가

가

가

가

가

가

가

가

가

(14).

가

[illegible]

5. Breslow L, Somers AR. The lifetime health - monitoring program. A practical approach to preventive medicine. N Engl J Med 1977 ; 296(11) : 601 - 8
6. Canadian Task Force on the Periodic Health Examination. The Canadian Guide to Clinical Preventive Health Care. Ottawa : Minister of Supply and Services of Canada, 1994
7. <http://www.ctfphc.org>
8. US Preventive Services Task Force. Guide to clinical preventive services. 2nd ed. Baltimore : William & Wilkins, 1996
9. <http://www.ahrq.gov/clinic/uspstfh.htm>

11. 가 . : ,
1995

13. 가 . : , 1996 :
3-36

14. . 가 1993 ;
14(6, 7) : 302 - 23

2. Charap MH. The periodic health examination : Genesis of a myth. *Ann Intern Med* 1981 ; 95 : 733 - 5

4. Hudson TW editor. Clinical Preventive medicine : health promotion and disease prevention. 1st ed. Boston : Little, Brown