


심근경색증 조기증상, 얼마나 알고 계신가요?

- 질병청, 지자체별 심근경색증 조기증상 인지율 현황 발표
- 치명적이지만 성인 절반 이상이 잘 모르는 심근경색증 조기증상
- 심근경색증 조기대응 및 예방관리를 위해 주요 증상과 생활수칙 인지 중요성 강조

질병관리청(청장 지영미)은 「심뇌혈관질환 예방관리를 위한 레드서클 캠페인 기간(9.1~9.30.)을 맞아」 심근경색증* 조기증상에 대한 사전 인지 중요성을 알리고자, 지자체별 심근경색증 조기증상 인지율** 현황을 발표하였다.

* 심근경색증 : 심장근육에 혈액을 공급하는 혈관인 관상동맥이 혈전에 의해 갑자기 막혀서 심장근육이 괴사 되고, 심장마비가 생겨 심정지를 일으킬 수 있는 사망률이 매우 높은 질환

** 심근경색증 조기증상 인지율 : 심근경색증 조기증상에 대해 모두 맞힌 사람의 비율



- 갑자기 가슴에 심한 통증이나 압박감 또는 짓누르는 느낌이 있다.
- 갑자기 턱, 목 또는 등 부위에 심한 통증이나 답답함이 있다.
- 갑자기 숨이 많이 찬다.
- 갑자기 팔 또는 어깨에 통증이나 불편함이 느껴진다.

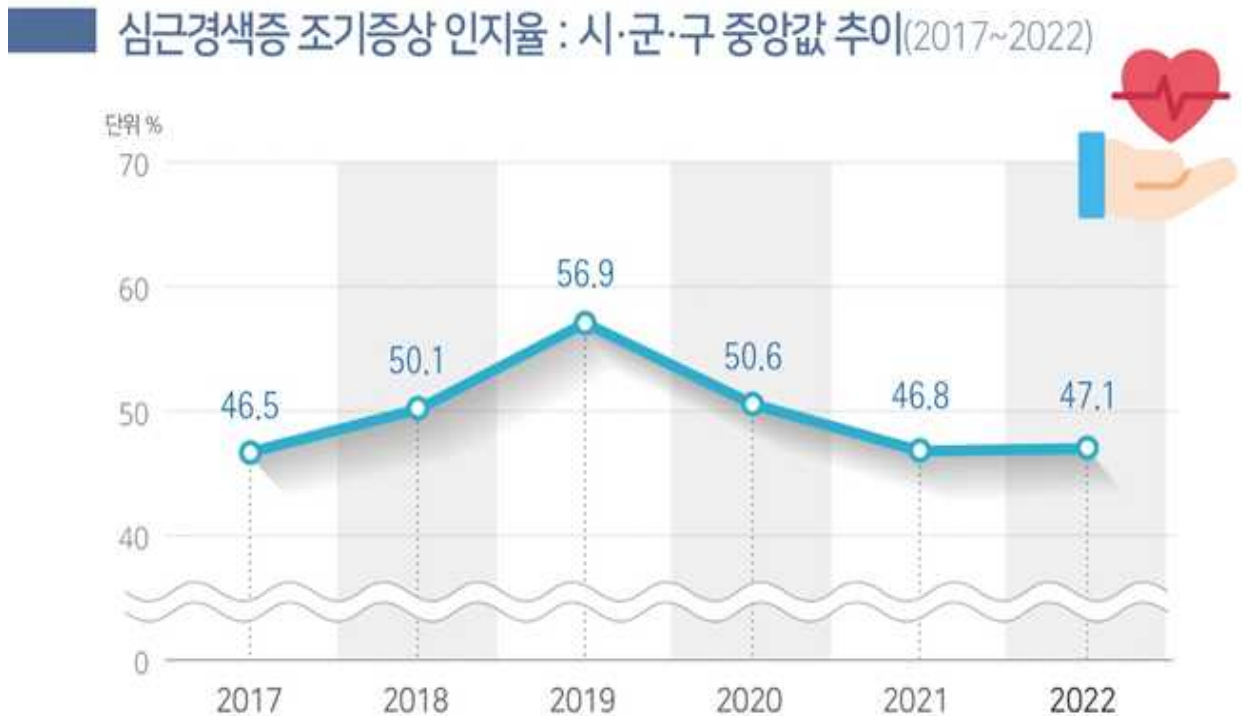
이를 위해 질병관리청과 17개 광역자치단체, 258개 보건소, 34개 지역대학과 함께 매년 실시하고 있는 ‘지역사회건강조사’ 자료를 상세 분석하였다.

◀ 지역사회건강조사 개요 ▶

- ▶ (대상) 전국 만19세 이상 성인 약 23만명(시군구별 약 900명×258개 지역)
- ▶ (조사내용) 건강행태(흡연, 음주, 안전의식, 신체활동, 식생활 등) 및 만성질환 이환(고혈압, 당뇨병 등), 사고 및 중독, 삶의 질, 의료이용 등
- ▶ (조사방법) 조사원이 조사가구 방문, 태블릿PC내 전자조사표를 이용한 1대1 면접조사

전국 심근경색증 조기증상 인지율은 '22년 47.1%로 성인 2명중 1명이 조기증상을 인지하고 있는 것으로 나타났다. '17년에 46.5%로 처음 집계된 이후 '19년에 56.9%까지 올랐으나(10.4%p↑), '20년부터 그동안 올랐던 인지도가 하락하였다. 이는 최근 코로나19 유행에 따라 심뇌혈관질환에 대한 관심도가 다소 떨어진 것으로 해석된다.

<심근경색증 조기증상 인지율 시·군·구 중앙값 추이(2017-2022년)>



[광역 시도별 현황]

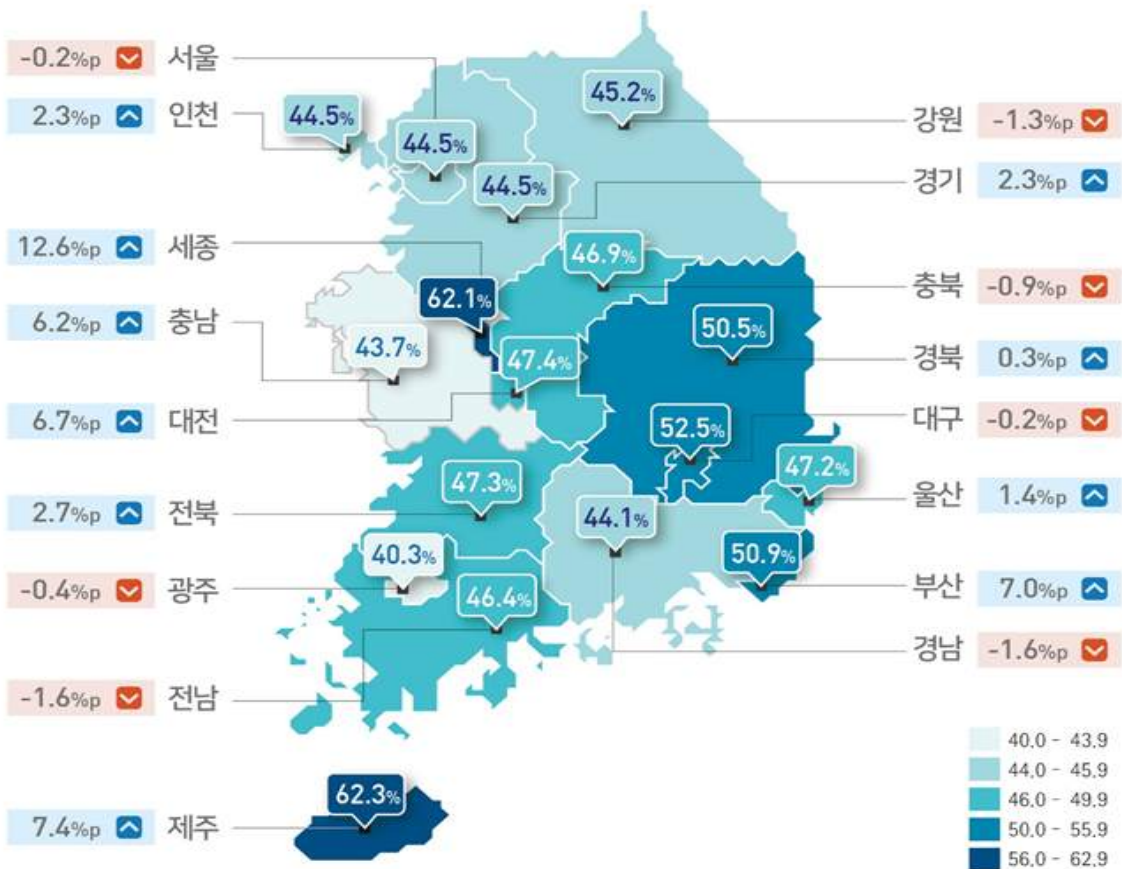
'22년 시도별 심근경색증 조기증상 인지율은 제주에서 62.3%로 가장 높게, 광주에서 40.3%로 가장 낮게 나타났으며, 특히 제주는 최근 4년간 ('19~'22년) 인지율이 가장 높은 지역으로 유지되고 있다.

17개 시도 중 전년 대비 심근경색증 조기증상 인지율이 낮아진 시도는 7개로 전남·경남(1.6%p↓), 강원(1.3%p↓)순으로 낮아졌으며, 개선된 시도는 10개로 세종(12.6%p↑), 제주(7.4%p↑), 부산(7.0%p↑)순이었다.

<'22년 시도별 심근경색증 조기증상 인지율 및 전년 대비 증감 현황>

2022년 시도별 심근경색증 조기증상 인지율 및 전년 대비 증감 현황

전년대비
▲ 증가 ▼ 감소



[시·군·구별 현황(258개 보건소 기준)]

'22년 시·군·구별 심근경색증 조기증상 인지율은 전남 여수시(23.5%), 경기 고양시 일산동구(27.1%), 전남 영암군(28.2%) 순으로 낮았고, 전남 영광군(79.0%), 대구 중구(73.1%), 전남 장성군(71.8%) 순으로 높았으며, 가장 낮은 전남 여수시와 가장 높은 전남 영광군의 심근경색증 조기증상 인지율 차이는 55.5%p나 되었다. '21년에는 대전 대덕구에서 가장 낮고(25.3%), 전남 담양군에서 가장 높았으며(83.8%), 두 지역간 차이는 58.5%p였다.

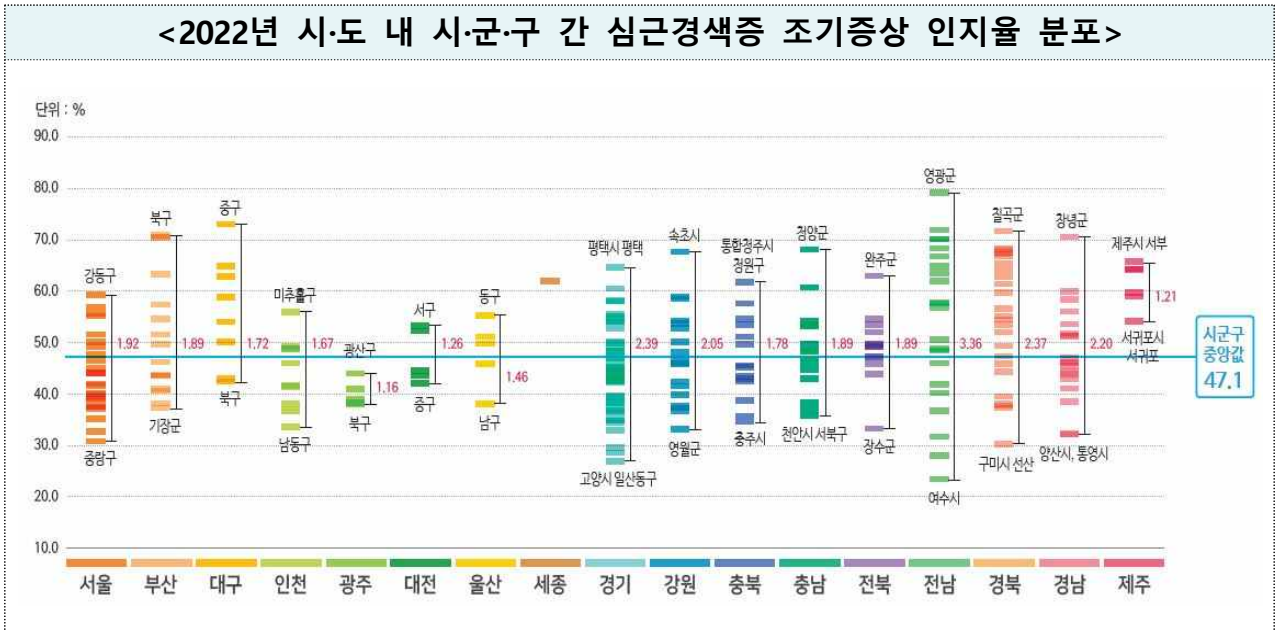


전년 대비 심근경색증 조기증상 인지율이 낮아진 시·군·구는 119개로 경북 경주시(32.2%p↓), 충남 부여군(29.7%p↓), 전남 신안군(27.8%p↓)순으로 낮아졌으며, 개선된 시·군·구는 136개로 경북 칠곡군(44.6%p↑), 대전 대덕구(27.0%p↑), 충남 홍성군(26.3%p↑)순이었다.

[시·도 내 시·군·구 격차 현황]

같은 시·도 내에 거주하고 있더라도 각 시·군·구의 심근경색증 조기증상 인지율은 차이를 보였으며, 시·도내 격차비*가 가장 큰 곳은 전남(3.36)이었고, 가장 작은 곳은 광주(1.16)로 나타났다.

* 격차비: 시·도 내 시·군·구 최댓값과 최솟값의 차이로 작을수록 격차가 작음을 의미



[맺음말]

2017년 처음 집계된 이후 꾸준히 개선 중이던 심근경색증 조기증상 인지율이 코로나19 유행 이후 지속 하락추세를 보이고 있으며, 특히 60대까지는 연령대*가 높아질수록 인지율도 높아졌으나 70대 이후부터는 인지율이 급격히 감소하는 경향을 보였다.

* 연령대별 심근경색 조기증상 인지율 (단위: %)

구분	20대	30대	40대	50대	60대	70대	80대이상
심근경색 조기증상 인지율	39.0	44.8	49.0	51.5	52.6	46.7	34.0

심근경색 조기증상 인지율이 평균보다 낮은 시·도 11개 중 허혈성 심장질환(심근경색증, 협심증)으로 인한 사망률이 평균보다 높은 시·도 6개*지역이 포함되어 있다.

* 인구 십만명당 사망률(연령표준화): 충남·강원 12.8명, 서울 13.7명, 부산 14.5명, 울산 16.1명, 경남 16.9명(전국 평균 12.7명, 2021년 기준)

심근경색 조기증상 인지율이 낮은 지역이 사망률이 높다고 단언할 수는 없으나, 심근경색증 조기증상 인지율이 높으면 응급상황에 빠르게 대처하여 환자의 생존율을 높일 수 있다. 따라서, 인지율이 낮은 지자체들은 특히 심근경색 조기증상에 대한 교육과 홍보 등을 강화할 필요가 있다.

질병관리청 지영미 청장은 “의료의 접근성이 낮은 지역일수록 심근경색증으로 인한 사망을 예방하기 위해 조기증상을 미리 알아두고, 증상이 의심되면 최대한 빨리 병원에 방문하여 적절한 평가와 치료를 받아야 하며, 병원 이동 중에 응급상황이 발생할 수 있으므로 119구급차를 이용하는 것이 좋다”고 전했다.

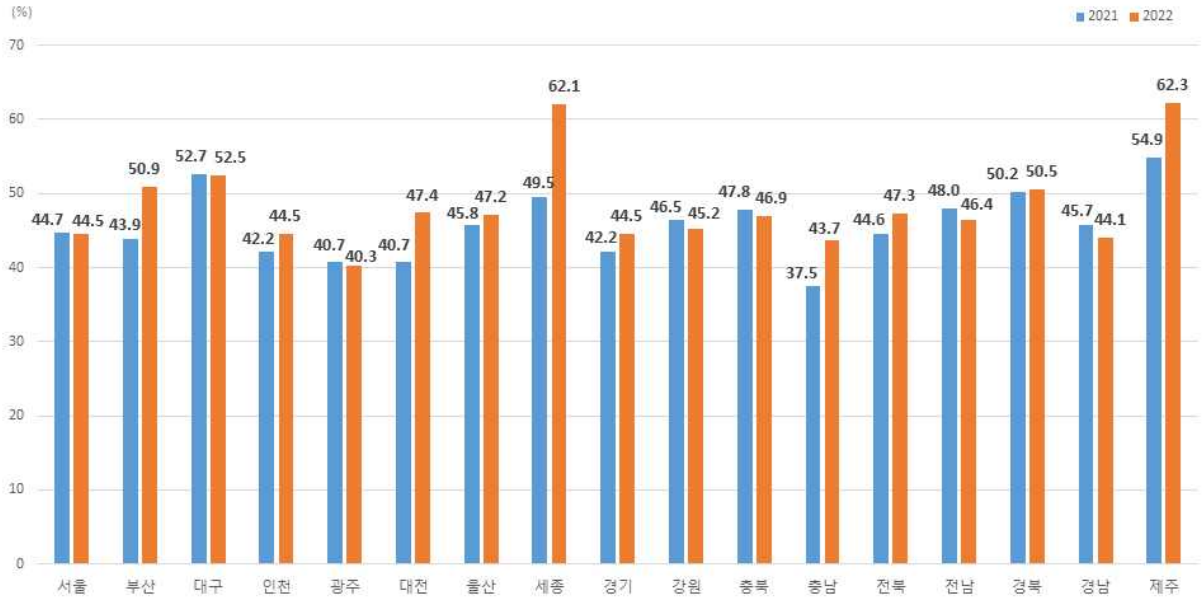
심근경색증 조기증상 인지 등과 관련하여 전북 무주군, 강원도 태백시 등의 지자체는 질병청과 협력하여 지역의 심층조사 연구를 실시하고 있다. 다른 지자체들도 지역사회건강조사의 통계자료를 적극활용하여 지역주민의 건강문제 해소 및 건강증진을 위한 보건정책 수립 등의 노력이 필요하다.

아울러, 10월에는 지자체별 ‘비만 현황’을 심층 분석하여 공유할 예정이다.

- <붙임> 1. 2021-2022년 시·도별 심근경색증 조기증상 인지율
 2. 2021-2022년 시·군·구별 심근경색증 조기증상 인지율
 3. 심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙
 4. 지역사회건강조사 개요
 5. 지역사회건강조사 참여대 학교

담당 부서	만성질환관리국	책임자	과 장	황호평 (043-719-7380)
		담당자	연구관	박광숙 (043-719-7390)
	만성질환관리과		선임연구원	고윤실 (043-719-7391)

<시·도별 심근경색증 조기증상 인지율 분포(2021-2022년)>



구분	심근경색증 조기증상 인지율(%)		개선·악화 현황	순위 변동 ('21년→'22년)
	2022년	2021년		
서울	44.5	44.7	0.2%p 악화	10위→12위 ↓
부산	50.9	43.9	7.0%p 개선	12위→4위 ↑
대구	52.5	52.7	0.2%p 악화	2위→3위 ↓
인천	44.5	42.2	2.3%p 개선	13위→12위 ↑
광주	40.3	40.7	0.4%p 악화	15위→17위 ↓
대전	47.4	40.7	6.7%p 개선	15위→6위 ↑
울산	47.2	45.8	1.4%p 개선	8위(변동없음)
세종	62.1	49.5	12.6%p 개선	4위→2위 ↑
경기	44.5	42.2	2.3%p 개선	13위→12위 ↑
강원	45.2	46.5	1.3%p 악화	7위→11위 ↓
충북	46.9	47.8	0.9%p 악화	6위→9위 ↓
충남	43.7	37.5	6.2%p 개선	17위→16위 ↑
전북	47.3	44.6	2.7%p 개선	11위→7위 ↑
전남	46.4	48.0	1.6%p 악화	5위→10위 ↓
경북	50.5	50.2	0.3%p 개선	3위→5위 ↓
경남	44.1	45.7	1.6%p 악화	9위→15위 ↓
제주	62.3	54.9	7.4%p 개선	1위(변동없음)

시·도	시·군·구	심근경색증 조기증상 인지율(%)		개선·악화 현황
		2022년	2021년	
서울	강남구	46.6	40.9	5.7%p 개선
	강동구	59.4	61.3	1.9%p 악화
	강북구	47.9	45.1	2.8%p 개선
	강서구	45.2	37.0	8.2%p 개선
	관악구	40.5	48.8	8.3%p 악화
	광진구	55.0	50.1	4.9%p 개선
	구로구	37.7	43.8	6.1%p 악화
	금천구	46.7	38.7	8.0%p 개선
	노원구	41.8	48.0	6.2%p 악화
	도봉구	48.6	43.2	5.4%p 개선
	동대문구	42.1	36.3	5.8%p 개선
	동작구	56.9	46.8	10.1%p 개선
	마포구	44.3	56.9	12.6%p 악화
	서대문구	37.3	38.1	0.8%p 악화
	서초구	40.1	48.2	8.1%p 악화
	성동구	35.2	41.7	6.5%p 악화
	성북구	32.9	34.6	1.7%p 악화
	송파구	50.3	52.9	2.6%p 악화
	양천구	39.8	41.9	2.1%p 악화
	영등포구	51.8	35.3	16.5%p 개선
	용산구	55.6	42.0	13.6%p 개선
	은평구	38.9	45.4	6.5%p 악화
	종로구	39.7	43.9	4.2%p 악화
	중구	44.0	52.5	8.5%p 악화
중랑구	30.9	34.2	3.3%p 악화	
부산	강서구	63.6	69.8	6.2%p 악화
	금정구	46.4	26.7	19.7%p 개선
	기장군	37.5	36.6	0.9%p 개선
	남구	43.8	41.6	2.2%p 개선
	동구	41.0	42.5	1.5%p 악화
	동래구	43.8	51.2	7.4%p 악화
	부산진구	40.6	46.1	5.5%p 악화
	북구	71.0	47.0	24.0%p 개선
	사상구	50.0	35.1	14.9%p 개선
	사하구	70.9	51.5	19.4%p 개선
	서구	70.6	51.0	19.6%p 개선
	수영구	38.2	38.9	0.7%p 악화
	연제구	41.0	43.8	2.8%p 악화
	영도구	57.4	38.8	18.6%p 개선
	중구	54.7	53.7	1.0%p 개선
	해운대구	51.7	39.5	12.2%p 개선
대구	남구	62.8	62.5	0.3%p 개선
	달서구	53.9	55.0	1.1%p 악화
	달성군	43.1	53.5	10.4%p 악화
	동구	50.1	53.0	2.9%p 악화

시·도	시·군·구	심근경색증 조기증상 인지율(%)		개선·악화 현황
		2022년	2021년	
	북구	42.5	41.9	0.6%p 개선
	서구	65.0	66.9	1.9%p 악화
	수성구	58.9	52.2	6.7%p 개선
	중구	73.1	54.3	18.8%p 개선
인천	강화군	48.8	37.7	11.1%p 개선
	계양구	49.2	46.7	2.5%p 개선
	미추홀구	56.0	42.3	13.7%p 개선
	남동구	33.6	33.9	0.3%p 악화
	동구	41.6	36.0	5.6%p 개선
	부평구	38.2	40.9	2.7%p 악화
	서구	49.3	42.6	6.7%p 개선
	연수구	46.3	53.1	6.8%p 악화
	옹진군	41.8	68.1	26.3%p 악화
	중구	36.9	35.9	1.0%p 개선
광주	광산구	44.0	39.2	4.8%p 개선
	남구	38.4	41.1	2.7%p 악화
	동구	41.0	43.9	2.9%p 악화
	북구	38.0	35.5	2.5%p 개선
	서구	39.0	49.9	10.9%p 악화
대전	대덕구	52.3	25.3	27.0%p 개선
	동구	43.9	45.7	1.8%p 악화
	서구	53.3	39.6	13.7%p 개선
	유성구	43.5	39.0	4.5%p 개선
	중구	42.3	55.5	13.2%p 악화
울산	남구	38.0	34.4	3.6%p 개선
	동구	55.4	49.7	5.7%p 개선
	북구	46.0	44.6	1.4%p 개선
	울주군	50.0	63.4	13.4%p 악화
	중구	51.0	44.5	6.5%p 개선
세종	세종시	62.1	49.5	12.6%p 개선
경기	가평군	52.9	52.6	0.3%p 개선
	고양시 덕양구	28.7	33.2	4.5%p 악화
	고양시 일산동구	27.1	29.3	2.2%p 악화
	고양시 일산서구	50.3	39.7	10.6%p 개선
	과천시	38.3	33.8	4.5%p 개선
	구리시	45.7	44.6	1.1%p 개선
	김포시	33.2	46.4	13.2%p 악화
	남양주시 남양주	55.0	48.6	6.4%p 개선
	남양주시 풍양	48.8	44.9	3.9%p 개선
	동두천시	45.2	49.1	3.9%p 악화
	부천시 소사	48.3	54.5	6.2%p 악화
	부천시 오정	54.6	46.1	8.5%p 개선
	부천시 원미	29.8	26.5	3.3%p 개선
	양주시	35.1	39.6	4.5%p 악화
	양평군	43.8	42.8	1.0%p 개선
	여주시	42.8	34.8	8.0%p 개선
	연천군	58.4	58.2	0.2%p 개선
	의정부시	54.4	50.4	4.0%p 개선

시·도	시·군·구	심근경색증 조기증상 인지율(%)		개선·악화 현황
		2022년	2021년	
	이천시	36.3	36.8	0.5%p 악화
	파주시	38.6	31.3	7.3%p 개선
	포천시	45.9	40.4	5.5%p 개선
	하남시	54.7	56.0	1.3%p 악화
	광명시	58.0	54.1	3.9%p 개선
	광주시	39.9	39.2	0.7%p 개선
	군포시	43.2	40.3	2.9%p 개선
	성남시 분당구	47.5	47.0	0.5%p 개선
	성남시 수정구	49.9	47.6	2.3%p 개선
	성남시 중원구	60.6	47.1	13.5%p 개선
	수원시 권선구	42.8	43.8	1.0%p 악화
	수원시 영통구	55.5	45.9	9.6%p 개선
	수원시 장안구	44.4	48.2	3.8%p 악화
	수원시 팔달구	48.9	35.4	13.5%p 개선
	시흥시	44.0	43.9	0.1%p 개선
	안산시 단원구	46.3	43.1	3.2%p 개선
	안산시 상록구	34.6	38.8	4.2%p 악화
	안성시	44.7	33.0	11.7%p 개선
	안양시 동안구	39.9	46.7	6.8%p 악화
	안양시 만안구	54.6	50.7	3.9%p 개선
	오산시	36.9	40.7	3.8%p 악화
	용인시 기흥구	47.1	41.4	5.7%p 개선
	용인시 수지구	53.7	38.2	15.5%p 개선
	용인시 처인구	39.4	42.6	3.2%p 악화
	의왕시	44.7	38.4	6.3%p 개선
	평택시 송탄	42.3	42.2	0.1%p 개선
	평택시 평택	64.8	57.4	7.4%p 개선
	화성시 서부	37.3	33.0	(비교 제외)
	화성시 동탄	45.1		
	화성시 동부	34.8		
강원	강릉시	37.4	42.2	4.8%p 악화
	고성군	48.1	47.0	1.1%p 개선
	동해시	37.7	31.8	5.9%p 개선
	삼척시	50.0	55.6	5.6%p 악화
	속초시	67.8	68.2	0.4%p 악화
	양구군	58.6	50.6	8.0%p 개선
	양양군	52.9	55.6	2.7%p 악화
	영월군	33.1	45.1	12.0%p 악화
	원주시	42.4	46.1	3.7%p 악화
	인제군	36.5	37.9	1.4%p 악화
	정선군	47.1	42.9	4.2%p 개선
	철원군	58.9	64.8	5.9%p 악화
	춘천시	46.1	44.4	1.7%p 개선
	태백시	39.9	52.7	12.8%p 악화
	평창군	45.7	35.6	10.1%p 개선
	홍천군	53.8	46.2	7.6%p 개선
	화천군	41.5	47.9	6.4%p 악화
횡성군	54.4	54.5	0.1%p 악화	

시·도	시·군·구	심근경색증 조기증상 인지율(%)		개선·악화 현황
		2022년	2021년	
충북	괴산군	45.1	48.6	3.5%p 악화
	단양군	49.7	48.1	1.6%p 개선
	보은군	35.8	29.9	5.9%p 개선
	영동군	57.6	59.1	1.5%p 악화
	옥천군	43.5	51.2	7.7%p 악화
	음성군	54.6	47.0	7.6%p 개선
	제천시	45.5	43.1	2.4%p 개선
	증평군	43.0	54.7	11.7%p 악화
	진천군	38.7	51.2	12.5%p 악화
	청주시 상당구	51.1	49.9	1.2%p 개선
	청주시 서원구	53.5	42.2	11.3%p 개선
	청주시 흥덕구	42.3	55.3	13.0%p 악화
	청주시 청원구	61.7	53.6	8.1%p 개선
	충주시	34.6	34.1	0.5%p 개선
충남	계룡시	49.9	59.3	9.4%p 악화
	공주시	36.8	56.7	19.9%p 악화
	금산군	44.8	49.7	4.9%p 악화
	논산시	48.2	42.9	5.3%p 개선
	당진시	37.3	28.8	8.5%p 개선
	보령시	43.1	46.5	3.4%p 악화
	부여군	46.3	76.0	29.7%p 악화
	서산시	53.2	44.7	8.5%p 개선
	서천군	38.4	53.6	15.2%p 악화
	아산시	36.9	30.9	6.0%p 개선
	예산군	54.3	48.7	5.6%p 개선
	천안시 서북구	36.0	29.0	(비교 제외)
	천안시 동남구	53.7		
	청양군	68.1	61.0	7.1%p 개선
	태안군	47.0	62.6	15.6%p 악화
홍성군	60.7	34.4	26.3%p 개선	
전북	고창군	53.6	49.3	4.3%p 개선
	군산시	49.4	35.0	14.4%p 개선
	김제시	49.3	40.7	8.6%p 개선
	남원시	46.1	46.9	0.8%p 악화
	무주군	49.8	48.0	1.8%p 개선
	부안군	49.6	50.1	0.5%p 악화
	순창군	47.3	61.0	13.7%p 악화
	완주군	63.1	56.4	6.7%p 개선
	익산시	47.5	47.0	0.5%p 개선
	임실군	54.7	36.0	18.7%p 개선
	장수군	33.4	45.6	12.2%p 악화
	전주시	44.0	45.0	1.0%p 악화
	정읍시	52.1	47.9	4.2%p 개선
	진안군	47.4	48.1	0.7%p 악화
전남	강진군	57.5	51.4	6.1%p 개선
	고흥군	62.1	59.5	2.6%p 개선
	곡성군	48.6	57.4	8.8%p 악화
	광양시	57.7	37.3	20.4%p 개선

시·도	시·군·구	심근경색증 조기증상 인지율(%)		개선·악화 현황
		2022년	2021년	
	구례군	48.9	75.5	26.6%p 악화
	나주시	63.6	51.5	12.1%p 개선
	담양군	68.4	83.8	15.4%p 악화
	목포시	36.8	38.9	2.1%p 악화
	무안군	40.3	47.1	6.8%p 악화
	보성군	56.7	68.1	11.4%p 악화
	순천시	50.6	51.4	0.8%p 악화
	신안군	41.9	69.7	27.8%p 악화
	여수시	23.5	33.9	10.4%p 악화
	영광군	79.0	71.8	7.2%p 개선
	영암군	28.2	36.7	8.5%p 악화
	완도군	70.4	70.5	0.1%p 악화
	장성군	71.8	59.9	11.9%p 개선
	장흥군	46.2	49.7	3.5%p 악화
	진도군	70.1	49.4	20.7%p 개선
	함평군	65.0	53.9	11.1%p 개선
	해남군	32.0	34.9	2.9%p 악화
	화순군	66.8	68.2	1.4%p 악화
	경북	경산시	59.5	60.3
경주시		38.2	70.4	32.2%p 악화
고령군		37.6	35.7	1.9%p 개선
구미시 구미		37.0	34.1	2.9%p 개선
구미시 선산		30.3	35.8	5.5%p 악화
군위군		66.9	58.0	8.9%p 개선
김천시		47.5	60.2	12.7%p 악화
문경시		49.4	42.5	6.9%p 개선
봉화군		44.3	51.5	7.2%p 악화
상주시		65.3	49.0	16.3%p 개선
성주군		56.4	67.2	10.8%p 악화
안동시		53.6	44.5	9.1%p 개선
영덕군		67.1	73.9	6.8%p 악화
영양군		67.9	68.7	0.8%p 악화
영주시		45.8	51.7	5.9%p 악화
영천시		51.8	51.7	0.1%p 개선
예천군		61.5	66.3	4.8%p 악화
울릉군		64.0	67.9	3.9%p 악화
울진군		39.7	52.2	12.5%p 악화
의성군		68.4	59.7	8.7%p 개선
청도군		54.9	33.8	21.1%p 개선
청송군		62.8	52.2	10.6%p 개선
칠곡군		71.7	27.1	44.6%p 개선
포항시 남구	54.6	60.7	6.1%p 악화	
포항시 북구	55.2	45.1	10.1%p 개선	
경남	거제시	42.7	44.7	2.0%p 악화
	거창군	38.8	40.0	1.2%p 악화
	고성군	55.9	61.3	5.4%p 악화
	김해시	46.7	35.5	11.2%p 개선
	남해군	46.5	41.6	4.9%p 개선

시·도	시·군·구	심근경색증 조기증상 인지율(%)		개선·악화 현황
		2022년	2021년	
충청	창원시 마산	45.4	51.9	6.5%p 악화
	창원시 진해	51.7	45.7	6.0%p 개선
	창원시 창원	43.4	51.8	8.4%p 악화
	밀양시	59.9	67.9	8.0%p 악화
	사천시	47.0	40.7	6.3%p 개선
	산청군	51.2	42.6	8.6%p 개선
	양산시	32.1	40.0	7.9%p 악화
	의령군	44.3	55.8	11.5%p 악화
	진주시	45.7	41.6	4.1%p 개선
	창녕군	70.7	61.1	9.6%p 개선
	통영시	32.1	52.2	20.1%p 악화
	하동군	58.4	56.5	1.9%p 개선
	함안군	41.1	39.9	1.2%p 개선
	함양군	43.8	38.3	5.5%p 개선
	합천군	53.7	61.9	8.2%p 악화
제주	서귀포시 서귀포	54.4	55.4	1.0%p 악화
	서귀포시 동부	64.3	53.5	10.8%p 개선
	서귀포시 서부	59.7	61.0	1.3%p 악화
	제주시 제주	64.3	52.5	11.8%p 개선
	제주시 동부	58.9	59.6	0.7%p 악화
	제주시 서부	65.7	62.6	3.1%p 개선

- * 보건소 관할지역 변동으로 인하여 순위 비교불가 보건소(경기 화성시 서부·동부·동탄, 충남 천안시 서북구·동남구)는 순위변동 제외
- ** 세종시는 시·도, 시·군·구 모두 포함하여 분석



심뇌혈관질환 예방관리를 위한

9대 생활수칙



더 궁금하다면? 국가건강정보포털 <https://health.kdca.go.kr>
 [알림정보>건강교육자료실>자료실 검색>'심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 생활수칙' 검색]



담배를 피우지 않습니다.

술은 가급적 마시지 않습니다.

적당량의 음식을 규칙적으로, 골고루, 짜지 않게 먹고, 통곡물, 채소, 콩, 생선을 충분히 섭취합니다.

규칙적으로 매일 30분 이상 운동하고 오래 앉아서 생활하는 시간을 줄입니다.

적정한 체중과 허리둘레를 유지합니다.

스트레스를 잘 관리하여 즐거운 마음으로 생활합니다.

정기적으로 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치를 측정합니다.

고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증 환자는 생활습관을 개선하고 약물치료 등 적절한 관리와 치료를 꾸준히 받습니다.

뇌졸중, 심근경색증의 응급증상을 미리 알아두고 응급 상황이 발생하면 즉시 119를 부릅니다.

*뇌졸중 조기증상 : 한쪽 마비, 갑작스러운 언어장애, 갑작스러운 시야장애, 갑작스러운 어지럼증, 갑작스러운 심한 두통
 *심근경색 조기증상 : 갑작스러운 가슴통증, 식은땀·구토·현기증, 호흡곤란, 통증확산

[발행월 2023년 9월]



□ 추진배경

- 지역사회건강조사를 통한 지역단위 건강통계 및 지역 간 비교 통계 생산으로 지역보건의료계획 수립·평가 시 근거 제공
- (법적근거) 지역보건법 제4조(지역사회 건강실태조사) 및 동법 시행령 제2조(지역사회 건강실태조사의 방법 및 내용)
 - * 통계청 승인통계: 승인번호 제117075호

□ 추진경과

- '07년 5월 지역사회 만성병조사감시체계 구축사업 기본계획 수립
- 지역사회 건강면접조사 2007년 시범사업 실시(20개 보건소)
- 2008년부터 지역사회건강조사 매년 전국 실시

□ 조사내용

- 조사대상: 만 19세 이상 성인 약 23만명(사군구별 약 900명×258개 지역)
- 조사시기: 매년 8.16~10.31('23년부터 조사시기 조정하여 5.16~7.31 실시)
- 조사내용: 138개 문항(2022년 기준)
- 조사항목: 건강행태(흡연, 음주, 안전의식, 신체활동, 식생활 등) 및 만성질환 이환(고혈압, 당뇨병 등), 사고 및 중독, 삶의 질, 의료이용 등
- 조사방법: 조사원이 직접 가구방문, 전자조사표(CAPI)를 이용한 1:1 면접
 - * 2010년부터 컴퓨터를 이용하여 현장 자료 입력 및 자료 전송

□ 자료공개

- 통계집: 지역건강통계 한눈에 보기(<http://chs.kdca.go.kr>, 매년),
지역사회 건강통계(<http://chs.kdca.go.kr>, 매년)
- 원시자료: 전국 및 17개 광역자치단체 자료(<http://chs.kdca.go.kr>)

권역		책임대학교
수도권	서울	인제대학교, 서울대학교(보건대학원), 경희대학교
	경기	아주대학교, 중앙대학교, 성균관대학교, 가톨릭대학교, 한양대학교, 서울대학교(의과대학)
	인천	인하대학교, 연세대학교, 가천대학교
	강원	연세대학교(원주), 강원대학교
충청권	대전	건양대학교
	세종/충남	순천향대학교, 충남대학교
	충북	건국대학교, 충북대학교
호남권	광주	조선대학교
	전남	전남대학교, 조선대학교
	전북	전북대학교, 원광대학교
	제주	제주대학교
경북권	대구	경북대학교
	경북	영남대학교, 대구가톨릭대학교, 동국대학교
경남권	부산	고신대학교, 동아대학교
	울산	계명대학교
	경남	인제대학교(김해), 경상국립대학교