



* 성인병 예비군이 늘고있다.

- 최근들어 어린이에게도 성인병 혹은 성인병 예비군이 늘고 있다.
- 이것을 성인병의 약년화(若年化)라고 볼 수 있다.
- 조기에 성인병이 되는 것은 어린 시절에 형성된 잘못된 생활습관 때문.
- 동물성 지방, 당분의 과다 섭취→혈중 콜레스테롤치 증가, 비만아 증가
- 어린이들의 운동부족과 주부들의 다양한 요리에 대한 관심 부족도 한몫

* 어린이들의 건강한 성장을 위해 올바른 생활습관을 갖도록 하는-교육이 필요

* 교육의 책임은 가정과 학교에서의 보건교육에 있다.

* 부모, 학교보건관계자, 어린이들 모두가 성인병에 대한 올바른 지식을 갖고 생활을 지도해 나가야 한다.

동맥경화를 촉진하는 위험인자



흡연



운동부족



스트레스



당뇨병



고혈압



고지혈증

무서운 동맥경화

* 동맥경화

- 넓아서 물양금이 딱지딱지 붙은 수도관 내부처럼, 동맥의 혈관 벽이 굳어져서 그 안쪽이 좁아지는 질병

* 동맥의 역할 :

- 우리 몸 속 구석구석까지 혈액을 흘려보냄으로써 필요한 산소와 영양을 운반

* 동맥경화가 진행되면

- 충분한 산소와 영양분을 제대로 운반할 수 없게되기 때문에 신체 여러 곳에서 고장이 발생
- 뇌, 심장의 혈관이 막히거나 터지면 뇌졸중, 협심증, 심근경색 등 발생

* '성인병'은 흔히 어른들의 질병으로 생각할 수 있으나 사실 어린 시절부터 시작되고 있는 것이다.



(동맥경화가 진행되면 혈관의 내측은 오래된 수도관 같이 되어 버린다.)



가족력



비만

동맥경화는, 단순하고 확실한 어떤 원인에 의해 발생하는 것이 아니다. 그림에서 보는 것처럼 여러가지 원인들이 쌓여서 발병하게 되는 것이다.