

2009년 한국건강관리협회 20대 직장인 건강검진 결과

## 비만도, 간기능 20대 건강을 위협하다

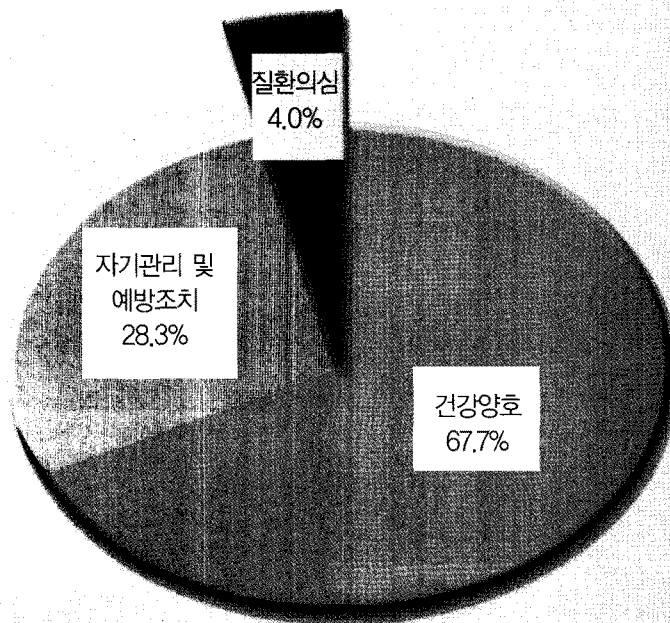
2009년 한국건강관리협회를 통해 근로자 건강검진을 받은 20~29세 검진자는 350,029명이다. 90.4%(316,350명)는 건강이 양호했고 7.1%(24,752명)는 건강에는 이상 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요했다. 그리고 2.5%(8,927명)에게는 질환의심이 나타났다.

### 20대 직장인 32.3%는 비만 때문에 괴롭다

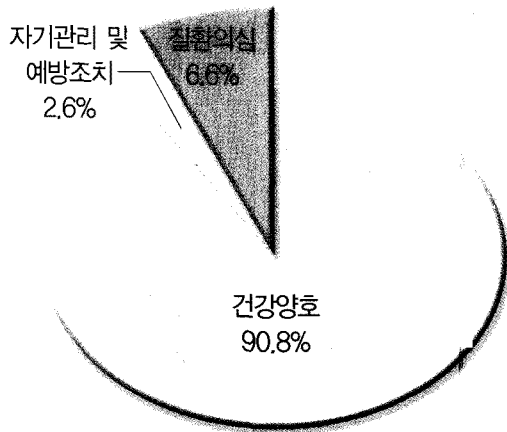
2009년 한국건강관리협회를 통해 건강검진을 받은 20대 근로자 중 비만도검사를 받은 20,632명을 살펴본 결과 32.3%는 비만도에 따른 질환의심이거나 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔다. 그 가운데 4.0%(834명)는 비만도에 따른 질환의심이 나타났고, 28.3%(5,830명)는 건강에는 이상 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 결과가 나왔다. 건강양호는 67.7%(13,968명)다.

성별로 살펴보면 비만도에 따른 질환의심은 주로 남성 검진자에게서 나타났다. 남성 총 8,837명 중 38.3%는 비만도에 따른 질환의심이거나 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔

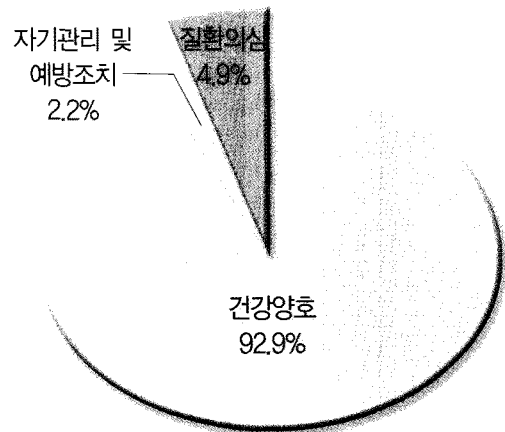
● 20대 직장인 비만도 유소견 현황



● 20대 직장인 GPT 유소견 현황



● 20대 직장인  $\gamma$ -GTP 유소견 현황



다. 그 가운데 6.4%(568명)는 비만도에 따른 질환의심이 나타났고 31.9%(2,815명)는 건강에 이상은 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 결과가 나왔다. 건강양호는 61.7%(5,454명)다.

여성은 남성과 비교할 때 양호하다. 여성 총 11,795명 중 72.2%(8,514명)는 건강양호를 보였고 25.6%(3,015명)는 건강에 이상은 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 결과가 나왔다. 비만도에 따른 질환의심은 2.2%(266명)이다.

#### 20대 직장인 9.2% 간기능검사 질환의심 보여

간기능검사를 받은 20대 근로자 중 GPT 검사를 받은 20,626명을 살펴본 결과 9.2%는 간기능검사 GPT에 따른 질환의심이거나 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔다. 그 가운데 6.6%(1,354명)는 간기능검사 GPT에 따른 질환의심이 나타났고 2.6%(542명)는 건강에 이상은 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 결과가 나왔다. 건강양호는 90.8%(18,730명)다.

간기능검사  $\gamma$ -GTP 검사를 받은 20,626명 중에는 7.1%가  $\gamma$ -GTP에 따른 질환의심이거나 자기관리 및 예방조치가 필요하다는 결과가 나왔다. 그 가운데 4.9%(1,007명)는 간기능검사  $\gamma$ -GTP에 따른 질환의심이 나타났고 2.2%(458명)는 건강에 이상은 없지만, 자기관리 및 예방조치가 필요한 것으로 결과가 나왔다. 건강양호는 92.9%(19,161명)이다. **MEDI<sub>CHECK</sub>**

#### 비만으로 괴로운 20대



비만이 위험한 것은 비만 합병증 때문이다. 비만으로 인해 당뇨병과 고지혈증이 생길 가능성이 커지고, 성 기능 장애, 관절염, 심혈관계 질환의 발병 위험이 커진다. 습관을 개선하는 것이 비만 예방에 가장 중요하다. 특별히 시간을 내기 어려운 경우에는 일상생활을 하는 동안 활동량을 최대한 늘리도록 한다.