

GANGJIN 

# *Web Contents*



# 목차

목차	2
모바일헬스케어	3
모바일헬스케어는?	3
주요 내용	3



**모바일헬스케어는?**

스마트폰 모바일 앱을 이용해 대상자 스스로 운동·영양·생활 습관을 확인, 관리하고 보건소 전문인력이 대상자에게 맞춤형 건강관리를 제공하여 건강위험요인을 개선

- 기간 : 2023.4.~9.(개인별 24주 운영) ※ 대상자 모집 : 2023. 3.
- 대상 : 70명 (만 19세 이상 성인), 초등학교 20명
- 대상자 등록을 위한 기준
  - 건강검진결과 건강위험 5개요인(① 혈압 ② 공복혈당 ③ 허리둘레 ④ 중성지방 ⑤ HDL 콜레스테롤) 중 1개 이상 해당 성인 (약 복용자 및 질환자 제외)

구분		위험군 판정기준	위험군 분류	질환자 판정 기준*
① 혈압	수축기혈압	130mmHg 이상	고혈압 전단계	140mmHg 이상
	이완기혈압	85mmHg 이상	고혈압 전단계	90mmHg 이상
② 공복 혈당		100mg/dl 이상	공복혈당장애, 내당능장애	126mg/dl 이상
③ 허리둘레	남	90cm 이상	위험	-
	여	85cm 이상	위험	-
④ 중성지방		150mg/dl 이상	경계역 중성지방혈증	200mg/dl 이상
⑤ HDL-콜레스테롤	남	40mg/dl 미만	위험	-
	여	50mg/dl 미만	위험	-

※ 혈압의 경우 수축기 또는 이완기 수치 중 1개 이상 해당되는 경우 포함

**📍 주요 내용**

- 모바일 앱 활용하여 시·공간 제약 없는 체계적인 관리시스템
- 보건소 3회 방문(미션 시작 전·중·후)으로 건강수치 관리 및 확인
- 활동량계 (손목에 차는 기기) 제공 : 걸음수, 칼로리 연동 확인
- 참여자간 우수 건강랭킹, 미션수행시 혜택
- 문의 사항 : 보건소 (T. 061-430-5263~5)



GANGJIN

***Web Contents***

