

GANGJIN 

Web Contents



목차

목차	2
-----	-----
보도자료	3
-----	-----
강진군보건소, 내 혈압·혈당 알기 캠페인 전개	3
첨부파일(1)	3
-----	-----


강진군보건소, 내 혈압·혈당 알기 캠페인 전개

작성일 2023.03.28 13:34

등록자 강진군청

조회수 158

보도자료 등록일 2023-03-28

첨부파일(1)  5. 마량5일시장 사진.jpeg 14 hit/3.75 MB [다운로드](#)

강진군보건소, 내 혈압·혈당 알기 캠페인 전개

혈압·혈당·콜레스테롤 수치 바로 알고 건강한 혈관 지키기

강진군보건소(소장 서현미)는 지난 23일 심뇌혈관질환 예방·관리에 대한 주민들의 관심을 높이기 위해 마량5일시장 및 복지회관에서 '자기혈관 숫자 알기 캠페인'을 펼쳤다.

심뇌혈관질환은 심근경색, 협심증과 같은 심장질환, 뇌졸중 등 뇌혈관질환, 고혈압, 당뇨병 등을 총칭하며, 최근 식생활의 선진화로 인해 날로 증가하는 질환 중 하나다.

사전에 질환을 예방하기 위해서는 고혈압, 당뇨병, 콜레스테롤혈증을 조기에 발견하고 꾸준히 치료하는 것이 무엇보다 중요하다.

건강한 혈관을 위한 정상 수치는 ▲혈압 120/80mmHg 미만, ▲공복 혈당 100mg/dL 미만, ▲콜레스테롤 200mg/dL 미만이다.

캠페인에 참여한 주민 김모씨는 “병원 검사는 많은 비용이 들 뿐 아니라 강진읍까지 나가서 하기에는 생각보다 귀찮은 일이었다”면서 “먼 곳까지 찾아 (<http://www.gangjin.go.kr>)

와 검사를 해줘 감사하다”고 밝혔다.

서현미 보건소장은 “혈압·혈당·콜레스테롤 검사를 정기적으로 받아보는 것이 가장 중요하다”면서 “특히 심뇌혈관질환 예방을 위해 꾸준한 운동과 금연, 금주 등 건강한 생활 습관 역시 필수다”고 전했다.

한편, 강진군보건소는 대상자 스스로 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치를 확인해 관리할 수 있도록 강진읍 5일시장, 파머스마켓 등 군민이 많이 방문하는 지역을 대상으로 ‘자기혈관 숫자알기 캠페인’ 홍보 활동을 꾸준히 전개하고 있다.

목록

COPYRIGHT © GANGJIN-GUN. ALL RIGHT
RESERVED.

GANGJIN

Web Contents

