

## 서울적십자병원 건강강좌 실시

기사입력시간 : 2026/03/25 [07:36:00]

유시운 기자

【후생신보】 서울적십자병원(병원장 채동완)은 지난 18일 서대문노인종합복지관에서 지역 어르신 을 대상으로 '찾아가는 건강강좌'를 실시했다. 이날 강의는 내과 강석우 과장이 진행하였으며, 대사 증후군을 주제로 이루어졌다.

대사증후군은 복부비만, 고혈압, 고혈당, 고중성지방, 낮은 HDL콜레스테롤 중 3가지 이상이 해당될 경우 진단된다. 각 지표가 복합적으로 나타날 경우 심혈관질환, 당뇨병, 뇌졸중 등 만성질환의 주요 위험요인으로 작용할 수 있다. 특히 고령층에서는 신체 기능 저하와 대사 이상이 상호 영향을 미치면서 건강 악화로 이어질 수 있어 지속적인 관리가 필요하다.

이날 강좌에는 지역 어르신 39명이 참석하였다. 강의에서는 식이 조절, 신체활동 등 생활습관 관리 와 정기적인 건강검진의 필요성이 안내되었다. 질의응답을 통해 개인 건강관리 방법에 대한 상담 이 이루어졌다.

서울적십자병원 공공의료사업팀은 지역사회 대상 건강교육 프로그램을 수행하고 있으며, 찾아가 는 방식의 공공의료 모델을 기반으로 관련 사업을 확대해 나갈 예정이다.