

# 일반건강검진

## ◆ 건강검진 대상자 (국민건강보험공단)

구분	대상기준	실시주기
건강보험 가입자	지역가입자 세대주로 짝수년도 출생자 및 20세이상 세대원 중 짝수년도 출생자	2년/1회
	피부양자 20세이상 피부양자 중 짝수년도 출생자	2년/1회
	직장가입자 비사무직 근로자 전체 사무직 중 격년제 실시에 따른 2024년도 대상자	1년/1회 2년/1회
의료급여수급권자	20세~64세 의료급여 수급권자	2년/1회

- \* 직장가입자의 경우 사무직 2년마다 1회, 비사무직 매년 실시
- \* 20세 이상: 2024년도 기준 2004.12.31. 이전 출생자를 뜻함

## ◆ 건강검진 대상자 확인 (국민건강보험공단)

- ① 직장가입자
  - 사용자는 공단에서 통보받은 건강검진대상자 명단을 확인해 개인별로 교부 또는 사내 공지
  - 검진대상자는 검진확인서 또는 신분증을 지참하여 검진기관에 방문하여 검진 실시
- ② 지역가입자 및 피부양자
  - 검진대상자는 공단에서 송부받은 건강검진표 또는 신분증을 지참하여 검진 실시

## ◆ 공통 검사항목

대상질환	검사항목	대상질환	검사항목
비만	신장, 체중, 허리둘레, 체질량지수	당뇨병	공복혈당
시각, 청각이상	시력, 청력	간장질환	AST, ALT, r-GTP
고혈압	혈압	폐결핵/흉부질환	흉부방사선촬영
신장질환	요단백, 혈청크레아티닌, e-GFR	구강질환	구강검진
빈혈증	혈색소		

## ◆ 검진 전 주의사항

- ① 검진 전날 저녁식사는 8시 이전에 가볍게 먹고 이후에는 금식하세요.
- ② 검진 전날 음주, 과식, 과격한 운동은 정확한 검사를 방해하므로 피해주세요.
- ③ 검진 당일 아침 식사는 물론 물, 커피, 우유, 담배, 주스, 껌 등을 일절 피하세요.
- ④ 혈압, 심장질환, 간질 약은 아침 일찍 소량의 물로 복용하고,  
인슐린 또는 당뇨약은 검진 후 복용하세요.

# 국가 암 검진

## 국가 암 검진

검진 기간: 2024년 12월 31일까지

※ 단, 위암 · 대장암 · 폐암 2단계 검진은 2025년 1월 31일까지

## 6대 암검진

	검진대상	주기	방법
 위암	40세 이상 짝수년도 출생자	2년	위내시경 검사 ( 위내시경 검사가 어려운 경우, 위장조영검사 선택 가능)
 대장암	50세 이상인 자 전체	1년	분별잠혈반응검사 (이상소견 시 대장내시경 검사)
 간암	40세 이상인 자 중 간암발생고위험군 (간경변증, B형 간염 바이러스 항원 양성, C형 간염 바이러스 항체 양성, B형 또는 C형 간염 바이러스에 의한 만성 간질환 환자)	6개월	간 초음파검사 + 혈청알파태아단백검사
 유방암	40세 이상 여성 짝수년도 출생자	2년	유방촬영 검사
 자궁경부암	20세 이상 여성 짝수년도 출생자	2년	자궁경부 세포 검사 (자궁적출술, 성경험이 없는 경우 검사 전 의사와 상담)
 폐암	54세~74세 짝수년도 출생자 중 폐암 발생 고위험군 해당자 (흡연력이 30갑년 이상인 흡연자, 국가폐암검진 후 금연 15년 이내 74세까지) * 갑년 = 1일 흡연량(갑) × 흡연기간(년)	2년	저선량 흉부CT 검사

\* 40세 이상: 1984.12.31. 이전 출생자 \* 50세 이상: 1974.12.31. 이전 출생자

\* 54~74세: 1950.1.1.~1970.12.31. 출생자

## 증상 · 원인 · 예방

	증상	원인	예방
 위암	소화불량, 속쓰림, 복통, 위염, 위궤양, 체중감소, 토혈, 구토 등	헬리코박터 파일로리균, 식생활, 흡연, 가족력 등	①정기적인 위내시경 검사 ②금연, 과식·폭식 피하기 ③고염식, 가공식품 피하기 ④신선과일, 채소, 우유, 유제품, 단백질 섭취
 대장암	복통, 식욕부진, 체중감소, 배변양상의 변화 (설사, 변비, 점액변, 가늘어진 변, 혈변 등)	섬유소 부족, 비만, 붉은 육류·육가공품 과다섭취, 염증성 장 질환, 유전성 대장 용종 등	①금연, 금주 또는 절주 ②비만 예방 ③규칙적인 운동 ④정기적인 검사로 선종 제거 등
 간암	우상복부 통증/덩어리, 복부팽만, 체중감소, 심한 피로감, 황달 등	만성 B형 간염이나 C형 바이러스 감염, 과음·폭음·지속적인 음주	①B형간염 백신 접종 C형 간염 감염 주의 ②금주 또는 절주
 유방암	딱딱하고 통증이 없는 덩어리 만져짐, 유두 분비물, 유두 주변이 굴 껍질 같은 피부로 변화	여성 호르몬(에스트로겐), 연령 및 출산 경험, 음주, 방사선 노출, 가족력 등	①정기적인 검사로 조기 발견이 가장 중요 (0기의 경우 5년 생존률이 100%에 근접, 4기의 경우 20% 미만)
 자궁 경부암	성교 후 경미한 질 출혈, 질 분비물의 증가, 골반통, 요통, 체중감소 등	인유두종 바이러스, 연령, 흡연, 성병을 가지고 있거나 면역 기능이 저하된 여성	①HPV(인유두종바이러스) 예방 접종 ②고위험바이러스보균자의 경우 정기적인 추적검사 ③금연 등
 폐암	잦은 기침 및 객혈, 가슴 통증, 쇠 목소리, 호흡곤란	흡연, 간접흡연, 미세먼지, 유해물질 등	①금연, 간접흡연 피하기 ②미세먼지 노출에 유의 (마스크착용, 외출자제 등)

