



2018년 1월 1일부터
 만 65세 이상 어르신
 동네의원·약국 진료비 부담이
 더욱 줄어듭니다

건강을 가꾸는 사람들

2018 January+February 01/02 Vol. 162

노인 외래진료비 본인부담 경감

- 대상 만 65세 이상 어르신이 의원급 외래 진료 및 약국 조제 시
- 본인부담 총 진료비가 1만5천원 이하인 경우 1,500원만 부담
 약국의 경우 총 약제비가 1만원 이하인 경우 1,000원만 부담

※ 이 금액을 초과할 경우에는 총 비용의 10~30% 부담

■ 개선내용 ■

구분	비 용 구 간	본인부담	
		종 전	개 선
의원 · 치과의원	1만5000원 이하	1,500원	1,500원
	1만5000원 초과 ~ 2만원 이하		10%
	2만원 초과 ~ 2만5000원 이하 2만5000원 초과	30%	20% 30%
한의원	투약 처방이 없는 경우	1만5000원 이하	1,500원
		1만5000원 초과 ~ 2만원 이하	10%
		2만원 초과 ~ 2만5000원 이하 2만5000원 초과	30%
	투약 처방이 있는 경우	1만5000원 이하	1,500원
		1만5000원 초과 ~ 2만원 이하	2,100원
		2만원 초과 ~ 2만5000원 이하 2만5000원 초과 ~ 3만원 이하 3만원 초과	30%
약국	1만원 이하	1,200원	
	1만원 초과 ~ 1만2000원 이하	20%	
	1만2000원 초과	30%	

건강을 가꾸는 사람들

2018 January+February 01/02 Vol. 162

행복한 건강 이야기
 발길 가는 그곳 -
 운치 있는 겨울 여행의 묘미,
 무주 & 진안

Theme Report
 고혈압
 우리나라 국민 건강을
 위협하는 만성질환
 고혈압의 현주소

행복한 건강 이야기
 만나고 싶었어요 -
 한가득 행복 신희
 건강지킴이 '행복버스'가
 찾아갑니다

Theme Field
 시민 누구에게나 열린
 맞춤형 고혈압 건강교실
 양주시 보건소

Theme Report

고혈압



Contents

가꾸는 건강 이야기

04 Theme Data

당신의 혈압은 안녕하십니까?

06 Theme Clinic

고혈압 환자에게 습관이 되면 좋아지는 것들

10 Theme Trend

국민 질병 고혈압 관리 정책 방향

12 Theme Field

시민 누구에게나 열린 맞춤형 고혈압 건강교실

16 마음의 소리

긍정의 힘을 믿어요!

바른 건강 이야기

심사·평가정보

18 2018년도 의료급여 기획현지조사

20 2017년 하반기

처방·조제 약품비 절감 장려금 산출 결과

22 관상동맥우회술 4차 적정성 평가결과 공개

24 항반변성 치료제 급여기준 변경 관련 안내

26 2018년도(6차) 혈액투석 적정성평가 및

가감지급 기준 변경에 대한 안내

28 의약품, 안심하고 드셔도 됩니다

30 상담사례로 알아보는 요양기관 개인정보보호

33 <카툰> 안녕 심평원

약국 야간·공휴일 조제로 가산제

행복한 건강 이야기

34 <연중기획> 심평원을 알려드립니다

전산심사·전문심사·정밀심사...

당신의 진료비, 이렇게 결정됩니다

① 진료비 심사 업무

38 <기획연재> 보장성 강화 Brief

올해부터 3대 비급여 중 하나인

선택진료비(특진비) 폐지됐어요!

42 만나고 싶었어요

한가득 행복 싹고 건강지킴이 '행복버스'가 찾아갑니다



46 발길 가는 그곳

운치 있는 겨울 여행의 묘미, 무주 & 진안



52 진료 상식 정보

진료비 확인 서비스

53 음식의 속내

발효주는 꼭 건강에 좋을까?



54 마음 연구소

닭고 싶지 않았는데 결국... 아버지의 나쁜 습관



56 HIRA News

60 독자의 소리

건강을 가꾸는 사람들

2018 01/02

Vol. 162

발행일 2018년 3월 9일
 통권 제162호
 발행처 건강보험심사평가원
 주소 강원도 원주시 혁신로 60(반곡동)
 발행인 김승택
 편집인 송문홍
 기획·디자인 유니크플러스
 인쇄 한국장애인단체 총연합회 인쇄사업소
 고객센터 1644-2000 / 033-739-0331

건강보험심사평가원의 온라인 홍보 채널에서도 다양한 건강정보를 만나실 수 있습니다.

- 「건강을 가꾸는 사람들」 홈페이지: <http://www.hirasabo.or.kr>

- 건강보험심사평가원 블로그: http://blog.naver.com/ok_hira

- 웹진<건강나래>: <http://hirawebzine.or.kr>

- 팟캐스트<장도연, 양세찬의 오케바디>: <http://www.podbang.com/ch/9584>

- 심평TV: <http://hiratv.or.kr>

※ 책자 오른쪽 윗부분에 시각 장애인을 위한 2차원 음성 바코드가 인쇄되어 있습니다.

※ 외부필자의 원고는 본지의 편집방향과 일치하지 않을 수 있습니다.

23.7%

요양급여비용총액 비율은 70대가 23.7%로 가장 높고 60대 23.6%, 50대 21.3% 순서로 높다.



남성 50대 vs 여성 70대

연령구간별 내원일수가 가장 많은 연령대는 남성은 50대(5,994,742일), 여성은 70대(6,677,397일)이다.

35,729,793일

요양기관그룹별 내원일수는 의원급이 35,729,793일로 가장 많고, 병원급 4,042,949일, 보건기관 등 3,629,825일, 종합병원 1,895,982일, 상급종합병원 493,350일 순서로 많다.



당신의 혈압은 안녕하십니까?

HIRA 보건의료빅데이터

국민관심질병통계(2016년)

#1 . 고혈압

고혈압이 국민 건강을 위협하고 있다. 만성질환 중 가장 많은 진료인원, 진료 비용으로 이제는 '국민병'으로 자리 잡았다. 게다가 고혈압 등 만성질환은 합병증을 일으키는 원인이 되기도 한다. 우리나라 국민 건강을 위협하는 만성 질환 고혈압의 현주소를 살펴보자.



45,791,899일

입원·외래별 내원일수는 외래 43,767,578일, 입원 2,024,321일이다.



5,890,553명

고혈압 환자 수는 5,890,553명이었다. 그 중 남성이 2,875,408명, 여성이 3,015,145명이다. 고혈압 환자 수는 2012년 5,381,671명, 2013년 5,513,460명, 2014년 5,551,557명, 2015년 5,679,139명으로 해가 지날수록 꾸준히 증가했다.



900,994,621천 원

입원·외래별 요양급여비용총액은 900,994,621천 원으로 그중 외래 745,590,140천 원(82.8%), 입원 155,404,481천 원(17.2%)이다.



경기도 179,439,461천 원

요양기관소재지별 요양급여비용총액은 경기도 179,439,461천 원, 서울시 142,520,573 순서로 높고 가장 낮은 지역은 세종시 5,411,299천 원으로 집계됐다.



고혈압 환자에게 습관이 되면 좋아지는 것들

고혈압이 지속되면 위험하다는 경고, 단번에 치료할 수 없으니 꾸준히 관리해야 한다는 조언에 귀 기울이는 사람이 얼마나 될까? 고혈압은 나쁜 식습관과 생활습관이 쌓여 서서히 찾아오지만 단번에 생명을 빼앗아가는 원인이 되기도 한다. 고혈압 예방 관리 습관을 들이는 데 소홀해서는 안 되는 이유다.

가족이나 가까운 지인 중에 고혈압 환자 한두 명은 있을 것이다. 질병관리본부에서 실시한 국민영양조사에 따르면 우리나라 30세 이상 성인의 약 30%가 고혈압 환자다. 중요한 건강 문제이고 만성질환이지만, 고혈압 환자를 흔히 볼 수 있어서인지 고혈압의 위협에도 두려움을 느끼는 사람은 많지 않은 것 같다. 오히려 고혈압 진단을 받아 혈압약을 먹어야 하거나 생활습관에 제약을 받는 걸 두려워하는 눈치다. 고혈압 예방과 관리법에 대한 정보는 더 이상 얻을 게 없을 만큼 잘 알고 있다며 무심하다.

발병의 원인은 지난날 생활습관의 합(合)

혈관의 압력이 높아진 상태를 말한다. 혈관에 높은 압력이 가해진다고 해서 직접적인 통증이나 증상을 느끼는 사람은 없다. 뚜렷한 증상도 없는데 약을 먹어야 한다거나 생활습관을 고치라는 처방을 받으면 진단을 받은 환자 입장에서도 황당한 노릇이다. 하지만 혈관에 지속해서 가해지는 높은 압력은 혈관이 막히거나 굳는 동맥경화, 갑작스레 심장이 뛰지 않고 굳는 심근경색, 심각한 뇌 손상을 일으키는 뇌졸중 같은 치명적인 합병증을 가져온다. 고혈압은 당장 죽고 사는 기로에 서는 것이 아니지만, 수술이나 치료로 단번에 고칠 수 있는 병도 아니다. 방심하는 순간 생명을 위협하므로 큰 사고가 터지기 전에 미리 점검하고 고쳐야 한다.

너무 맛있게 말고 조금 부족하게

한 상 가득 차린 밥상을 받아두고 보니 젓가락이 갈 데가 없을 때, 커다란 대접에 밥을 퍽 하니 붓고 조물조물 무친 나물이며 반찬을 얹어 고추장을 넣고 쓱쓱 비비면 밥 한 그릇이 딱딱이다. 따로 반찬을 집어 들지 않아도 짭조름한 맛

이 아주 꿀맛이다. 얼큰하고 시원한 맛에 손가락을 내려놓을 새 없이 국밥을 먹다 보면 어느새 뚝배기 바닥을 탁탁 긁게 된다. 탱글탱글한 낙지는 매콤한 양념에 볶아야 제맛인데 낙지를 모두 건지고 나면 맛있는 국물을 버릴 수 없으니, 아니 맛있는 양념에 볶아낸 볶음밥은 너무 맛있으므로 포기할 수 없다. 음식을 맛있게 하고 심심한 맛을 조화롭게 하는 장맛, 후루룩 마신 국물, 입맛을 당기는 진한 양념에는 짠맛이 숨어있다. 짠맛을 내는 소금은 고혈압과 매우 밀접한 관계가 있다. 미국심장학회 저널에 발표된 연구에 따르면 소금 섭취량이 증가하거나 습관적으로 소금을 많이 먹는 사람은 고혈압 위험성이 증가한다.

먹는 법을 바꾸면 낮아진다

만성질환은 길고 지루한 치료에 돌입하기에 앞서 생활습관 교정부터 시작하기 마련이다. 특히 고혈압은 혈압약에 대한 거부감이 커서 음식이나 행동 교정 등을 찾는 사례가 많다. 포털사이트 검색창에 고혈압이라는 단어를 입력하면 '낮추는 방법', '낮추는 음식'이 자동완성되는 것만 보아도 알 수 있다.

FOOD

1. 저염식 고혈압을 예방하고 관리하는 식사요법의 기본은 저염식이다. 저염식은 고혈압 예방 식이요법의 기본이다. 경증 고혈압 환자가 4주간 염분 섭취를 1일 3g으로 줄인 결과 1일 12g의 염분을 섭취한 경우에 비해 수축기 혈압은 16mmHg, 이완기 혈압은 9mmHg 정도 감소된 것으로 보고되었다. 소금 섭취를 줄이는 것만으로도 혈압을 낮추는 효과를 기대할 수 있다는 것이다. 세계보건기구 WHO에서는 하루 나트륨 섭취량을 2000mg 이하로 권장한다. 소금으로 환산하면 5g 정도인데, 우리나라는 싱겁게 먹는 사람도 하루 11~12g의 소금을 먹고 있으므로 고혈압 예방을 위해서는 꾸준히 저염식을 시행할 필요가 있다.

2. DASH 식사법 미국 심장학회에서 오래전부터 비만과 혈압, 혈당이 올라가지 않게 한다고 권장하는 것이 DASH 식사법이다. 통곡물, 저지방 단백질과 유제품, 채소, 과일, 견과류를 충분히 섭취해 무기질 섭취는 높이고 염분 섭취는 낮춘다. 까다

로운 식사법으로 알려졌지만, 의외로 실천하기 어렵지 않다. 매끼 쌀밥 대신 잡곡밥으로 바꾸고, 쇠고기나 돼지고기 대신 지방이 적고 단백질이 풍부한 생선을 반찬으로 올리면 된다. 1종류 이상의 샐러드나 나물을 준비하고, 간식은 호두나 아몬드 몇 알 정도로 대체한다.

3. 젓가락 식사법 따뜻한 국의 국물을 후루룩 마셔야 잘 먹은 느낌이 드는 사람에게 적합한 식사법이다. 국물에는 소금이 많이 녹아 있는데, 젓가락으로 국을 먹으면 건더기 위주로 먹고 국물 섭취량을 줄일 수 있다.

4. 거꾸로 식사법 가정의학과 전문의 박민수 원장은 『거꾸로 식사법』이라는 책을 통해 식사 순서만 바꾸어도 고혈압, 당뇨, 비만을 부르는 탄수화물 중독을 막고 건강하게 식습관을 개선할 수 있다고 소개한다. 밥, 국, 반찬 등 한 끼에 먹을 상을 차린 다음, 180도 뒤집어서 채소를 비롯한 반찬을 먼저 먹고, 밥을 나중에 먹는다.



지금 이 순간에도 몸을 움직여라

역동적인 운동을 지속하면 운동하지 않는 사람에 비해 고혈압 발생의 위험이 50%나 감소한다. 고혈압 진단을 받은 사람도 꾸준히 운동하면 혈압을 내리는 효과를 얻을 수 있다. 걷기는 장비가 필요 없고 누구나 할 수 있는 운동이어서 가장 많이 추천한다. 근육을 골고루 발달시키고 심폐 기능 강화에 도움을 주며 쉽고 안전하다.

운동이 몸에 좋은 건 알지만 좀처럼 운동할 시간이 없다고 말하는 사람이 많다. 운동은 몸을 움직이는 것이다. 반드시 시간을 내고 장비를 준비해서 일정한 방식으로 할 필요가 없다. 너무 바쁘고 집 밖에 나서는 것조차 싫을 만큼 여유가 없다면 생활 속에서 몸을 조금 더 움직여보자. 자고 일어났을 때 크게 기지개를 켜고, 10분 동안 발목 펌프 운동을 한다거나 스트레칭을 하면 된다. 스트레칭처럼 강도가 낮은 운동도 근육량 유지에 도움이 된다. 무엇보다 아무것도 안 하는 것보다 하는 게 낫다.

고혈압을 예방하고 관리하려면 꾸준히 운동하는 게 중요하다. 이미 고혈압으로 진단받은 경우 혈압 강하 효과를 보려면 3~6개월 운동을 지속해야 한다. 운동으로 정상화된 혈압은 운동을 그만두면 다시 증가해 보통 2~3주면 운동 전 수준으로 올라가므로 습관을 들이는 게 좋다. 잠에서 깨어났을 때, 일하다가 잠시 틈이 났을 때, TV를 보면서, 잠자기 전에 매일 단 3분이라도 신경 써서 몸을 움직여보자. 매일 몸을 움직이는 습관이 있는 사람과 없는 사람은 큰 차이가 있다. 하루에 3분씩 30일이면 90분이다.



고혈압의 원인은 다양하고 복합적인데, 나쁜 식습관과 생활습관이 쌓여 소리 없이 서서히 찾아온다. 고혈압 예방과 관리에 도움이 되는 좋은 습관을 조금씩 꾸준히 쌓다 보면 서서히 증상을 개선할 수 있다.



고혈압의 원인은 다양하고 복합적인데, 나쁜 식습관과 생활습관이 쌓여 소리 없이 서서히 찾아온다. 고혈압 예방과 관리에 도움이 되는 좋은 습관을 조금씩 꾸준히 쌓다 보면 서서히 증상을 개선할 수 있다. ‘누가 몰라서 안 하나. 좋은 식습관을 가지고 운동하면 다 건강해지지’라며 느긋해 할 시간이 없다. 생명을 옥죄어오는 어둠의 그림자는 고혈압을 예방하고 관리하는 생활습관은 다 알지만, 시간이 없고 좀처럼 지키기 어렵다는 투정을 받아주지 않는다.

국민 질병 고혈압 관리 정책 방향

고혈압은 성인 10명 중 3명이 앓고 있는 국민 질병이다. 고혈압은 흔하며 잘 관리하면 위험하지 않은, 그러나 위기상황에서는 위험해질 수 있는 잠재적인 위험 질병이다. ‘병고(病苦)로 양약(良藥)을 삼으라’는 옛말과 같이 고혈압을 관리하기 위해 금연하고 절주하고 운동하고 소금을 줄여 먹는 등 필요한 생활을 일상화하면 당뇨병, 암 등 다른 질병도 예방할 수 있으니 양약이 된다.



친숙하지만 위험한 질환, 고혈압

고혈압은 국민들에게 너무 친숙하여 일상생활 중 환자가 고혈압약을 먹어도 이상하게 생각하거나 차별을 받지 않는 사회적으로도 인정된 친숙한 질병이다. 실제로 약 6백만 명이 고혈압 진료를 받고 있으며 1년에 건강보험 진료비로 약 3조 원을 사용하니 1인당 약 50만 원씩 고혈압 진료비로 사용하고 있다. 그러나 고혈압은 치명적인 질병으로 이어지기도 한다. 최근 인기 드라마 ‘황금빛 내 인생’에서 결정적인 순간에 극 중 중요 역할을 하는 할아버지가 심장병으로 쓰러지는 장면이 있었다. 예전에 인생 역정을 바꾸는 생활 속 질병으로 결핵과 맹장염이 자주 도입되던 것이 요새는 주로 심장병과 뇌졸중으로 바뀌었다. 실제로 미국의 루스벨트 대통령도 1945년 집무실에서 고혈압으로 인한 뇌졸중으로 사망하였다. 미국 국립보건연구원(National Institute of Health)에서는 그 사건을 계기로 보스턴 옆의 프레이밍햄(Framingham)시 주민 전체를 대상으로 뇌졸중 심장병 발생 원인을 추적 조사하여 고혈압, 흡연, 음주, 소금 섭취량 과다, 운동 부족, 고혈당, 고지혈증 등을 위험요인(risk factor)이라고 밝혀내고 그중 고혈압이 가장 큰

위험요인이라고 발표하였다.

그 후에도 여러 연구를 통하여 정리된 고혈압으로 인한 위험 중 대표적이고 중한 질병이 심장병과 뇌졸중이다.

고혈압 관리를 둘러싼 두 가지 변화

세계보건기구에서 2017년 조사한 바에 의하면 세계 고혈압 인구는 10억 명 이상이며 빠른 속도로 증가하고 있다. 전 세계 사망의 14%가 고혈압으로 인한 질병이 원인이며 사망 위험요인 중 1위이다. 고혈압으로 인한 심장질환으로 사망할 확률은 120/80부터 시작하여 혈압이 20mmHg 높아질 때마다 2배씩 높아진다. 수축기 혈압이 180이면 8배가 높아진다. 반대로 100만 명을 대상으로 연구한 61개 연구를 분석한 결과 집단적으로 평균 혈압을 2mmHg만 낮추어도 심장병 사망률 7%, 뇌졸중 사망률 10% 감소한다는 연구결과가 발표되었다.

미국 심장학회는 개인의 나이, 성별, 혈압, 콜레스테롤, 흡연 여부, 당뇨병 여부를 입력하면 10년 내 심장병과 뇌졸중 발생위험을 알려주는 프로그램을 만들어 공개하였다. 구글에 ASCVD를 찾아 입력하면 위험도가 바로 산출된다. 필자



가 해보니 34%로 산출되었다. 이밖에도 미국 질병관리본부의 심장 나이, 부정맥을 가진 사람의 뇌졸중 위험도 평가인 CHADS 점수 등 많은 프로그램이 개발되어 국민이 스스로 간단히 위험도를 평가할 수 있다.

최근에 고혈압과 관련되어 두 가지 중요한 이슈가 있었다. 하나는 그동안 비교적 정확하게 혈압을 측정하던 수은혈압계가 세계적인 수는 사용중지(mercury-free) 정책으로 2020년부터는 사용하지 못한다는 것이다. 이에 따라 정확하게 혈압을 측정할 수 있는 전자측정계가 개발되고 있다. 두 번째는 미국 심장학회 등 11개 학회가 고혈압의 기준을 130/80으로 하향 조정한 것이다. 고혈압을 보다 적극적으로 개발하면 심장병 뇌졸중 발생을 대폭 줄일 수 있다는 장기간의 연구결과에 따른 것이다. 그러나 기준을 낮추면 환자가 큰 폭으로 늘어난다. 30대 이상 인구의 50%에 달할 수 있다고 추계하기도 한다. 아울러 제약회사와 의사가 협력한 현대의 대표적인 의료화(medicalization)정책이란 비판과 일부에서는 음모론을 제기하기도 한다. 그러나 현대 의학의 근거를 기반으로 할 때 고혈압 기준을 낮추어 일찍부터 적극적으로 관리하면 그만큼 합병증이 줄 것은 분명하다.

우리나라도 적극적인 고혈압 관리 정책 도입 필요

우리나라도 적극적으로 검토해야 할 때이다. 혈압이 높은 사람은 본인이 혈압을 계속 측정하는 것이 필요하다. 고혈압 환자 중 병원에서 흰 가운 입은 의료진을 보면 혈압이 높아지는 백의고혈압(white-coat hypertension)이 있는 반면에 의료기관 방문 시 혈압약을 복용하고 안정되어 실제 고혈압인데 정상으로 측정되는 가면고혈압(masked

“혈압관리 정책의 목표는 첫째, 고혈압 환자가 혈압 관리가 되도록 1년에 최소 290일 이상 약을 복용하도록 지원하는 것, 둘째, 금연, 절주, 운동, 저염식 등을 교육하고 실행하도록 하여 혈압을 일정 수준으로 유지하도록 하는 것, 마지막으로 합병증을 조기 발견하여 대처하는 것이다.”

hypertension)도 있기 때문이다. 혈압관리 정책의 목표는 첫째, 고혈압 환자가 혈압 관리가 되도록 1년에 최소 290일 이상 약을 복용하도록 지원하는 것, 둘째, 금연, 절주, 운동, 저염식 등을 교육하고 실행하도록 하여 혈압을 일정 수준으로 유지하도록 하는 것, 합병증을 조기 발견하여 대처하는 것이다. 이를 위해서는 정기적 병원방문을 지원하는 recall-reminder 서비스로 정기적으로 전화 등을 통해 안내하고, 환자들에게 조직화된 교육을 제공하고 행태변화를 관찰하고 지원하는 일, 셋째, 정기적으로 부작용을 검사하는 일이 필요하다. 이를 위해 2007년부터 대구광역시에서 보건소를 기반으로 대학과 의사회가 거버넌스를 구성하여 고혈압 당뇨병 등록교육센터를 설치하고 의원을 통해 등록된 환자를 대상으로 recall-reminder 서비스 제공, 환자에게 표준교육 제공, 행태 변화를 위한 환자 모니터링 등의 서비스를 제공하였으며 2010부터는 전국 25개 보건소를 중심으로 사업을 확대하여 시행하고 있다. 이와 함께 보건복지부와 건강보험공단에서는 지역사회 일차의료시범, 만성질환수가 시범사업 등을 통해 의사가 환자를 진료하면서 교육 등을 전체적으로 관리할 수 있도록 건강보험 수가를 개발하고 있으며 2018년에는 수가가 정해질 것으로 생각된다.



시민 누구에게나 열린 맞춤형 고혈압 건강교실

양주시보건소

양주시보건소에는 매월 첫째·둘째 주 수요일마다 소위 ‘국민 질환’으로 불리는 고혈압 건강교실이 열린다. 국내 고혈압 환자는 이미 1,000만 명을 넘었다. 하지만 실제 의료기관에서 진료받는 환자들은 그보다 훨씬 적다고 한다. 고혈압에 대한 심각성을 깨닫지 못하는 까닭이다. ‘시민의 건강은 우리가 지킨다’는 슬로건을 내건 양주시보건소 고혈압 건강교실의 가치가 빛나는 이유다.



개별 맞춤형 교육으로 시민과 직접 소통

건강보험심사평가원(이하 심평원)에 따르면 2016년 846만 명의 고혈압 및 당뇨병 환자가 의료기관에서 진료를 받은 것으로 조사됐다. 하지만 이는 발병 후 치료를 위해 병원을 찾은 사람의 수에 불과하다. 이에 22만 명에 달하는 시민들의 건강을 책임지는 양주시보건소는 고혈압에 대한 시민들의 인식을 개선하고 이를 관리 및 예방하기 위해 건강교실을 기획·운영하고 있다. 건강교실을 책임지고 있는 이은지 양주시보건소 주무관은 “의료계 격언 중 하나인 ‘최고의 치료는 예방이다’라는 말처럼 시민들이 자신의 질환을 스스로 예방할 수 있도록 하는 것이 건강교실의 목표다”라며 “이를 위해 이론과 실습을 모두 아우르는 표준화 교육 프로그램을 시행하고 있다”고 설명했다. 체계적인 교육을 위해 ‘표준화 사업’을 시행, 관련 내용을 보완한 고혈압 건강교실은 각 주차에 따라 이론과 실습 교육이 순차적으로 진행되며 30세 이상의 양주시민이라면 누구나 참여할 수 있다.

양주시보건소 건강교실의 특징은 ‘개별 맞춤형 교육’으로 압축된다. 20여 명 내외의 신청자 개개인을 대상으로 고혈압에 대한 전반적인 이해와 올바른 영양관리, 자가 관리법, 예방운동 등 꼭 필요한 맞춤형 교육을 실시하고 있는 것이다. 무엇보다 주목해야 하는 부분은 바로 ‘주민과의 직접적인 소통’이다. 현재 양주시보건소에서는 건강검진기록을 바탕으로 기존의 고혈압 환자와 고혈압 발생 위험군에 해당되는 시민들에게 직접 전화를 걸어 건강교실 참석을 유도하

고 있다. 실제로 올해 들어 두 차례 진행된 건강교실에 참석한 30여 명의 시민 역시 양주시보건소 직원들의 권유에 따라 강의를 듣게 됐다.

이 주무관은 “의외로 많은 시민이 고혈압이라는 건강검진 결과를 받았음에도 이를 심각하게 생각하지 않는다”라며 “지속적인 소통으로 고혈압에 대한 경각심을 일깨워 건강교실 참여를 유도해 궁극적으로는 질병을 예방할 수 있도록 노력하고 있다”고 말했다.

이와 함께 양주시보건소에서는 건강교실이 열리는 날마다 참석자들의 건강검진을 시행하고 결과를 ‘건강관리 수첩’에 기록하고 있다. 참석자들의 건강 상태를 지속적으로 관찰함으로써 고혈압을 적절히 관리하기 위함이다. 특히 검사결과가 부정적인 환자는 개별상담을 실시하고 상태에 따라 전문의료기관과의 연계를 통해 진료를 병행하기도 한다. 이외에도 건강교실을 수료한 시민을 대상으로 중·장기적인 사후관리 시스템을 운영할 계획이다. 건강교실 참석자들에게 일정 시간 후 재방문을 권유하는 ‘해피콜 시스템’을 시행함으로써 교육 후 달라진 건강상태를 직접 확인할 수 있도록 하는 것이다. 반대로 상태가 나빠졌을 경우, 그에 맞는 상담 및 진료를 병행할 예정이다.

이 주무관은 “대표적인 만성질환으로 손꼽히는 고혈압은

14

지속·반복적인 관리가 필수인 만큼 시민들의 건강상태를 꾸준히 관찰할 수 있는 사후관리 시스템이 필요하다는 의견이 많았다”라며 “고혈압 건강교실이 일회성 교육에 그치지 않도록 향후, 시민들과의 소통창구를 더욱 넓힐 것”이라고 강조했다.

적절한 관리만으로도 충분히 극복할 수 있어

지난 2월 14일, 올해 들어 두 번째 열린 양주시보건소의 고혈압 건강교실 현장. 2월 7일 1차 이론교육에 이어 2월 14일에는 실습교육으로 구성됐다. 당일, 고혈압 건강교실에는 총 16명이 참석했다. 특이한 점은 이 중 4명은 지난 1월에 이미 한차례 교육을 마친 시민들이었다. 지난해부터 지금까지 건강교실에 세 차례 참석했다는 박상하 씨는 “고혈압 진단을 받은 지 20여 년이 됐지만, 병원에서는 그저 약만 처방해줄 뿐 세세한 부분까지 설명해주지는 않을 때가 많다”라며 “우리 시 보건소의 건강교실은 환자 입장에서 평소 궁금했던 부분을 자세히 알려줄 뿐 아니라 전문적인 내용을 어려워하는 고령의 참석자들이 이해할 때까지 반복적으로 친절하게 설명해주기 때문에 일상생활에서 고혈압을 관리하는 데 실질적인 도움이 된다”고 말했다.

건강교실의 본격적인 시작에 앞서 강의를 담당하는 홍기영·한신애 강사가 참석자들의 혈압과 혈당, 당화혈색소, 체성분 등을 포함한 건강검진을 실시했다. 해당 검사는 지난 2월 7일 열린 1차 교육 당시에도 시행됐으며 참석자 개인의 건강관리 수첩에 검사결과가 기록됐다. 두 강사는 참석자들과 함께 지난 검사결과를 확인하는 한편 현재 상태와 추후 관리 방법에 대한 개별상담을 실시했다. 평소 가장 수업을 열심히 듣는다는 ‘건강교실 공식 에너지’ 강은세 씨는 “내 건강상태를 꼼꼼히 체크해주고 개별 상담까지 해주니 개인 주치의가 생긴 것 마냥 든든하기 그지없다”라며 “건강교실이 아니더라도 개인적으로 궁금한 점은 언제든지 전화로 문의할 수 있으니 시민 입장에서는 고맙다”라고 말했다. 제법 오랜 시간이 걸렸지만 두 강사는 단 한 명도 허투루 지나치지 않고 모두에게 건강검진을 실시한 후에야 비로소 본격적인 수업에 들어갔다. 당일 주요 교육 내용은 자가혈압 측정방법으로 보건소 측은 미리 준비한 혈압 측정 기구를 참석자에게 나눠줬다. 홍 강사는 직접 측정 방법에 대해 시범을 보이는 한편 참석자들의 높은 평균 연령을 감안해 최대한 쉽게 교육을 진행해나갔다. 1시간 동안 진행된 강의는 사뭇 진지하기까지 했다. 참석자 개인의 건강검진 결과를 기본으로 한 실질적인 자가 관리방법에 관한 내용이었던 까닭에 사방에서 실 새 없이 질문이 쏟아졌다. 홍



강사는 참석자들의 질문을 갈무리한 후 충분히 시간을 들여 차분하고 꼼꼼하게 설명했다. 70세를 훌쩍 넘긴 송덕순 씨는 “병원에서는 어려운 말이 많아서 잘 이해되지 않는데, 건강교실에서는 나 같은 노인들도 이해하기 쉽게 수업을 한다”라며 “그래도 이해가 안 될 때는 수업 후에 아예 따로 시간을 내서 개인적으로 가르쳐 준다”고 말했다. 자가 혈압 측정 교육을 마치고 잠시 쉬는 시간을 가졌다. 참석자들은 10여 분간의 짧은 쉬는 시간에도 강사들에게 평소 궁금했던 점을 물어보곤 했다. 휴식 후 김령희 운동처방사가 담당하는 고혈압 예방 운동 교육이 시작됐다. 보건소 측에서 준비한 세라밴드를 비롯해 만보기, 운동법 차트, 기념품 등이 참석자에게 증정됐다. 특히, 탄력 있는 고무 소재로 만들어진 세라밴드는 노인들에게도 적합한 운동기구로 알려져 있다. 김 운동처방사는 세라밴드를 이용해 집에서 손쉽게 할 수 있는 운동법을 중심으로 수업을 진행했다. 참석자들은 강사의 동작을 열심히 따라 하며 모처럼 기분 좋게 땀을 흘렸다. 맨 앞에서 가장 열정적으로 운동한 유갑중 씨는 “그동안 날씨가 춥다든 핑계로 운동을 멀리한 탓인지 겨울 들어 혈압

“양주시보건소는 고혈압 건강교실이 일회성 교육에 그치지 않도록 향후 시민들과의 소통창구를 더욱 넓힐 수 있도록 노력할 것이라고 강조했다.”

이 높아졌는데 이렇게 땀 흘리면서 운동하니 기운이 솟는 것 같다”라며 “당장 운동을 다시 시작해야겠다”고 의지를 보였다. 고혈압은 한 번 발생하면 평생을 함께해야 하는 탓에 ‘반갑지 않은 동반자’로 여겨진다. 하지만 고혈압이란 불청객을 똑바로 바라보고 이해하려는 노력만 있다면 충분히 극복할 수 있다는 사실을 기억해야 한다. 시민들의 건강한 삶을 책임지고 있는 양주시보건소의 고혈압 건강교실을 주목해야 하는 이유다.

I believe in
the power of
positive!

긍정의 힘을 믿어요!

더 나은 내일을 생각하며 세운 수많은 계획들.
꼭 필요하다 여겼지만, 때로 계획에 짓눌릴듯한 부담을 느낄 때도 있다.
그래도 마음에 뿌리내린 긍정의 힘이 있기에 다시 기운을 낸다.

2018년도 의료급여 기획현지조사

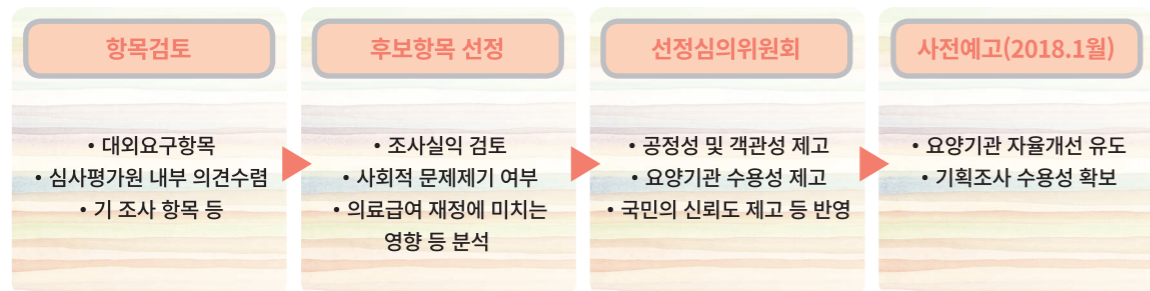
보건복지부(장관 박능후)는 의료급여기관을 대상으로 실시하는 2018년 의료급여 「기획현지조사」 항목을 다음과 같이 선정하여 예고하였습니다.

- ① **사회복지시설 수급권자 청구 상위 의료급여기관**
 - 대상기관: 병·의원급 20여 개소
 - 조사시기: '18년도 상반기
- ② **의료급여 관외 요양병원 장기입원 청구기관**
 - 대상기관: 요양병원 20여 개소
 - 조사시기: '18년도 하반기

보건복지부는 기획 현지조사 항목 사전 예고를 통해 의료급여기관이 조사 예정 사실을 미리 예측할 수 있도록 함으로써 조사에 대한 수용성을 높이고, 스스로 시정할 수 있는 기회를 제공하여 기획조사의 파급효과 및 사전예방 효과가 높아질 것으로 기대된다고 밝혔습니다.

기획현지조사란? 의료급여·건강보험 제도 운영상 개선이 필요한 분야 또는 사회적으로 문제가 제기된 분야에 대해 실시하는 현지조사입니다. 따라서 조사의 공정성·객관성·수용성을 제고하기 위해 민간전문가가 포함된 의료급여기관 ‘현지조사선정심의위원회’의 심의를 거쳐 조사 대상 항목을 선정하여 사전예고하고 있습니다.

기획 조사 대상 항목 선정 절차



의료급여 기획현지조사 대상 항목(2010~)

조사연도	기획조사 항목
2010	1. 의료급여 장기입원 청구 상위기관
	2. 진료비 증가율 높은 지역(시·군·구)의 진료비 증가율 상위 의료급여기관
	3. 진료의뢰서를 남발하는 선택의료급여기관
2011	1. 사회복지시설 수급권자 청구 상위 의료급여기관
	2. 동일 주소지 내 다수 개설된 의료급여기관
2012	1. 시·도·군립 기관을 수탁 운영하는 의료급여기관
	2. 의료급여 입원청구 집중기관
	3. 의료급여일수 상위수급자 외래진료 다발생 의료급여기관
2013	1. 의료급여 장기입원 청구기관
	2. 의료급여 단순·전문재활치료 청구기관
2014	1. 의료급여 장기입원 청구기관
	2. 의료급여 한방 청구기관
2015	1. 사회복지시설 수급권자 청구기관
2016	1. 의료급여 장기입원 청구기관
	2. 의료급여 혈액투석기관
2017	1. 의료급여 장기입원 청구기관

※ 보건복지부 기초의료보장과 주관 의료급여 기획조사 항목

기타 자세한 내용은

- ① 건강보험심사평가원 홈페이지 www.hira.or.kr > 알림 > 공지사항 「2018년 의료급여 기획 현지조사 대상 항목 사전예고」 첨부파일 참조
- ② 보건복지부 홈페이지 www.mw.go.kr > 알림 > 보도자료 「2018년 의료급여 기획 현지조사 대상 항목 사전예고」 첨부파일 참조

2017년 하반기 처방·조제 약품비 절감 장려금 산출 결과

- 개요 및 목적**
- 요양기관의 자율적 처방행태 개선을 유도하고, 약품비를 적정관리하고자 「처방·조제 약품비 절감 장려금」(이하 처방·조제 장려금) 사업이 2014년 9월 1일부터 실시되어 반기별 총 6회차 지급되었습니다.
 - 처방·조제 장려금이란 요양기관이 전년도보다 약제 사용량을 감소시키거나, 약제를 상한금액*보다 저렴하게 구매하여 약품비를 절감하였을 때 지급하는 장려금입니다.

*상한금액: 「약제 급여 목록 및 급여 상한 금액표」에 등재된 약제 금액

산출방법 처방·조제 장려금 = 사용량감소 장려금 + 저가구매 장려금

- 사용량감소 장려금: 기대약품비와 실제약품비를 비교하여 약품비 절감액을 산출한 후 약품비고가도지표(PCI)*가 감소한 경우 기관별 지급률(10~50%)을 곱하여 산출한 금액

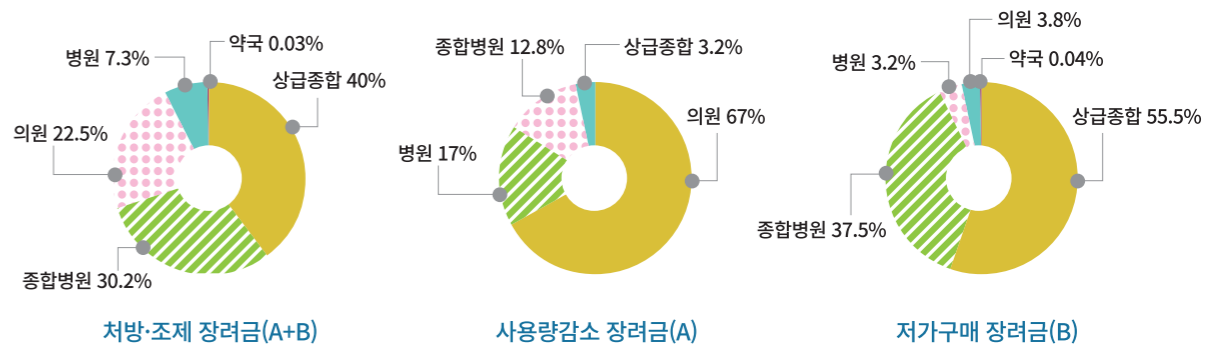
*약품비고가도지표(PCI: Prescribing Costliness Index): 요양기관의 약품비 발생수준을 동일산출군과 비교하는 상대평가지표

- 저가구매 장려금: 대상기간의 약품별 상한금액과 실제 구입하여 청구한 금액을 비교하여 약품비 절감액을 산출한 후 기관별 지급률(10~30%)을 곱하여 산출한 금액

※ 약국은 저가구매 장려금만 산출

- 산출결과**
- 산출대상은 '17년 1~6월(2개월 심사결정 포함) 진료한 후 건강보험으로 요양급여비용을 청구한 상급종합병원, 종합병원, 병원(보건의료원 포함), 의원, 약국이며, 총 52,588 기관, 약품비 78,148억 원입니다.
 - 처방·조제 장려금은 6,671기관에 452억 원 산출되었으며, 그중 사용량감소 장려금은 5,970기관에 134억 원, 저가구매 장려금은 1,160기관에 319억 원입니다.
 - 요양기관당 평균 장려금은 678만 원이며, 최다액 산출기관(종합병원)의 장려금은 24억 원입니다.
 - 병원 규모별로 살펴보면 상급종합병원 43기관, 181억 원(40%), 종합병원 197기관, 137억 원(30.2%), 병원 701기관, 33억 원(7.3%), 의원 5,772기관, 102억 원(22.5%), 약국 8기관, 1,000만 원(0.03%)입니다.

요양기관 종별 처방·조제 장려금 산출 현황



- 정보 조회**
- 건강보험심사평가원 요양기관업무포털(<http://biz.hira.or.kr/평가/처방·조제>) 약품비 절감 장려금을 통해 산출 결과를 확인할 수 있습니다.

- 향후 계획**
- 향후 7차 「처방·조제 약품비 절감 장려금」 사업은 '17년 하반기(7~12월) 진료분(비교대상: '16년 7~12월)을 대상으로 '18년 6월 산출 및 지급될 예정입니다.



관상동맥우회술 4차 적정성 평가결과 공개

평가배경 및 목적 심장질환은 2016년 우리나라 사망원인 중 암을 제외한 단일 질환으로는 1위¹⁾이며, 사망률이 지속적으로 증가하고 있는 추세입니다. 심장질환으로 인한 사망 중 절반 정도는 심장근육에 혈액과 산소를 공급하는 관상동맥이 좁아지는 질병인 허혈성심질환이 차지하고 있으며, 급성심근경색증, 협심증 등이 대표적입니다.

허혈성심질환의 치료법으로는 약물치료, 관상동맥우회술²⁾, 경피적관상동맥중재술³⁾ 등이 있으며, 이 중 한 가지 또는 두 가지 이상을 혼합하여 사용합니다. 이 중 광범위한 관상동맥질환, 좌심실 수축 기능이 저하된 경우 또는 좌주간지 관상동맥협착증의 경우에는 관상동맥우회술이 더 권장되고 있습니다.

이에, 국민들이 안전하고 질 높은 수술을 받을 수 있도록 관상동맥우회술 적정성 평가를 실시하고 그 결과를 공개하였습니다.

- 주요내용**
- 4차 평가는 2015년 10월부터 2016년 9월까지 1년간이며, 허혈성심질환 환자에게 관상동맥우회술을 실시한 상급종합병원과 종합병원(80기관, 3,505건)의 입원 진료기록을 수집하여 평가하였습니다.
 - 평가기준은 진료량, 진료과정, 진료결과를 보는 아래 6개 평가지표입니다.

1	2	3
진료량	진료과정	진료결과
<ul style="list-style-type: none"> • 관상동맥우회술 총 수술건수 	<ul style="list-style-type: none"> • 내흉동맥⁴⁾을 이용한 관상동맥우회술률 • 퇴원 시 아스피린 처방률 	<ul style="list-style-type: none"> • 수술 후 출혈 또는 혈중으로 인한 재수술률 • 수술 후 30일 내 사망률 • 수술 후 입원일수

1) 우리나라 사망원인 통계, 통계청, 2016
 2) 좁아진 관상동맥의 혈관을 대신하여 다른 혈관으로 새로운 통로를 만들어주는 외과적 수술
 3) 대퇴동맥 등에 삽입한 긴 관을 통하여 풍선카테터 및 스텐트를 관상동맥까지 이동시킨 후 막히거나 좁아진 혈관을 넓혀주는 시술
 4) 흉골 안쪽에 있는 동맥(속가슴 동맥)으로 관상동맥우회술 시 내흉동맥을 사용할 경우 장기간 혈관 유지가 가능하여 생존율을 높일 수 있고, 재발률을 줄일 수 있는 장점이 있어 권장되고 있음

- 평가결과**
- 관상동맥우회술 수술건수는 3,505건으로 3차 평가(2,748건)와 비교할 때 증가하였습니다.
 - 내흉동맥을 이용한 수술률은 98.7%로 나타났고, 퇴원 시 아스피린 처방률도 99.7%로 우수한 결과를 보였습니다.
 - 수술 후 출혈 또는 혈중으로 인한 재수술 비율은 3.1%로 3차 평가결과보다 0.3%p 감소하여 지속적으로 좋아지고 있습니다.
 - 수술 후 입원일수도 14.4일로 3차 평가 대비 치료기간이 1일 단축되었습니다.
 - 의료의 질이 우수한 1등급 기관은 57개 기관으로 3차 평가에 비해 9기관 증가하여 더 많은 국민이 우수한 의료서비스를 받을 수 있게 되었습니다.

평가결과 공개 및 향후 계획

- 평가결과는 5등급으로 구분하여 공개하였습니다. 상세한 평가결과 및 병원의 위치는 건강보험심사평가원 홈페이지 또는 앱(건강정보)에서 확인할 수 있습니다.
 - ▶ 건강보험심사평가원 홈페이지(www.hira.or.kr) > 병원 · 약국 > 병원평가정보 > 관상동맥우회술 또는 앱(건강정보) > 병원평가 > 수술 > 관상동맥우회술 참조
- 심사평가원은 의료기관을 대상으로 하여 평가결과 설명회를 개최하고, 맞춤형 방문상담 등을 통하여 의료기관들이 자발적으로 질 향상을 할 수 있도록 하겠습니다.
- 5차 적정성평가는 2017년 7월 ~ 2018년 6월 진료분을 대상으로 2018년 12월에 평가 조사표를 수집하고, 2019년에 평가자료를 분석하여, 의료평가조정위원회 심의를 거쳐 결과를 공개할 예정입니다.
- 또한, 새로운 평가지표(예, 수술 시 수혈여부) 도입 가능성에 대해 검토할 예정입니다.
 - ※ 세부일정은 추진과정에서 일부 변경될 수 있습니다.

허혈성심질환 관련 주의할 점

- 허혈성심질환으로 인한 사망률은 남자가 여자보다 높고, 50대 이후에서 급증하는 것으로 알려져 있습니다. 관상동맥우회술을 받은 환자에서도 남자가 여자보다 약 2.7배 많았으며, 연령대별로는 60대 이상이 72.8%를 차지하는 것으로 나타나, 특히 연령이 높은 남성에서 주의가 필요합니다.
- 찢어지는 듯한 가슴 통증, 왼쪽 가슴에서 어깨·팔 안쪽·목으로 퍼지는 방사통, 호흡곤란, 어지러움, 실신, 메스꺼움 등의 증상이 지속될 경우 허혈성심질환을 의심할 수 있습니다.
- 특히 급성심근경색증은 돌연사의 위험이 매우 높으므로, 즉시 119에 도움을 요청하여 가장 가까운 큰 병원 응급실로 가서 신속한 진단과 치료를 받는 것이 중요합니다.

황반변성 치료제 급여기준 변경 관련 안내

연령관련 습성 황반변성 치료제의 급여기준

• 연령관련 습성 황반변성이란?

중심시력과 색각의 대부분을 담당하는 영역인 망막 중심부인 황반부에 변성이 생기는 것을 황반변성이라고 하며, 노화에 의해 생기는 연령 관련 황반변성이 가장 많습니다. 고령화될수록 유병인구가 증가하며 물체의 중심 부분이 안 보이게 되고 선이 휘어 보이는 등 왜곡되어 보이며 물체의 색이 다르게 보이는 등의 증상이 생깁니다. 임상적으로 건성 및 습성의 2가지 유형으로 나뉘며 심각한 시력 상실은 대개 습성 황반변성에서 나타나는데, 이 형태는 망막 밑에 맥락막 신생혈관이 자라서 이 신생혈관 자체 또는 혈관으로부터의 출혈, 삼출 등에 의해 실명이 초래될 수 있습니다.

• 치료

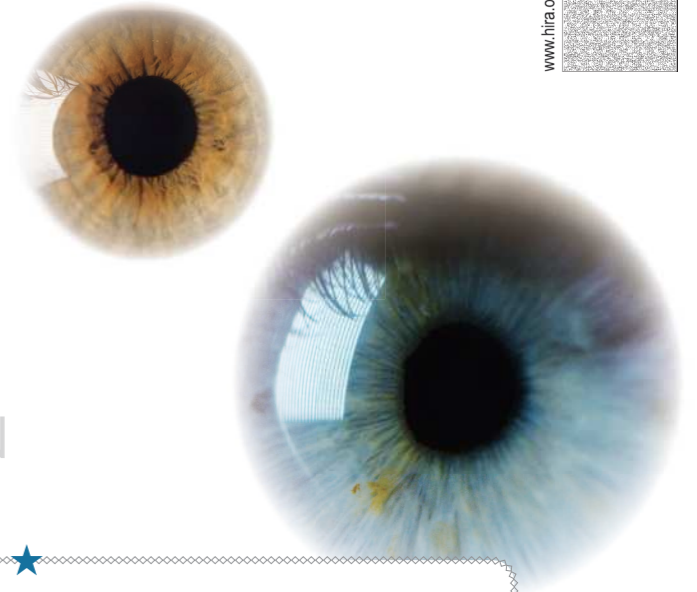
현재까지 완치법은 없으나 최근까지 가장 효과적인 치료는 안구내로 주입하는 항체 주사로, 허가받은 의약품인 루센티스, 아일리아가 사용되고 있습니다.

• 보험인정기준

'09.8.1. 최초 보험 적용 시 투여횟수는 단안당 총 5회였으며, '13.1.1. 이후부터 환자당 총 10회, '14.11.1. 이후부터 환자당 총 14회(루센티스와 아일리아 교체투여 가능)로 지속적으로 확대된 바 있습니다. '17.12.1. 이후부터 치료효과를 보이는 환자에 대해서 투여중단 기준(교정 시력 0.1 이하)에 해당하지 않으면 지속적 투여가 가능하도록 보험인정 기준을 확대하였습니다.



AGE-RELATED MACULAR DEGENERATION



신생혈관성(습성) 연령관련 황반변성 치료제 급여기준 (고시 제2017-215호, '17.12.1. 시행)

허가사항 범위 내에서 아래와 같은 기준으로 투여 시 요양급여를 인정하며, 동 인정기준 이외에는 약값 전액을 환자가 부담토록 함.

가. 신생혈관성(습성) 연령관련 황반변성

1) 투여대상: 연령관련 황반변성(Age-related macular degeneration)에 의한 황반하 맥락막 신생혈관(Subfoveal choroidal neovascularization)을 가진 환자. 다만, 반흔화된 경우나 위축이 심한 경우 등은 투여 대상에서 제외함.

2) 투여방법

- 가) 초기 3회 투여 후에도 치료효과가 보이지 않으면 그 이후 투여는 급여로 인정하지 아니함.
- 나) Aflibercept 주사제(또는 Ranibizumab 주사제)에서 동 약제로 교체(투여소견서 첨부)하여 3회 투여 후에도 치료효과가 보이지 않으면 그 이후 투여는 급여로 인정하지 아니함.
- 다) 5회 투여부터는 교정시력이 0.1 이하인 경우 급여로 인정하지 아니함.(단안시의 경우 사례별로 인정)

3) Verteporfin(품명: 비쥬다인)과의 병용투여는 급여로 인정하지 아니함. (중략)

※ 심사평가원 홈페이지(www.hira.or.kr) > 제도·정책 > 보험인정기준

희귀난치성질환 산정특례(V201 코드)로 등록된 환자가 루센티스주 또는 아일리아주를 급여기준에 해당하여 투여한 경우에는 약값의 10%를 부담하게 됩니다. (각각 1회당 82,817원 또는 79,216원)



2018년도(6차) 혈액투석 적정성평가 및 가감지급 기준 변경에 대한 안내

우리원은 혈액투석 진료의 질적 수준을 지속적으로 평가하여 요양기관의 자발적인 질 개선을 유도하고자 2009년부터 혈액투석 적정성평가를 수행하고 있습니다. 2018년도(6차) 평가 및 가감지급의 기준이 일부 변경되어 아래와 같이 안내합니다.

변경내용 ('17.10.20. 11.17. 의료평가조정위원회 심의)

평가 대상기간

구분	변경 전(5차 평가)	변경 후(6차 평가)	비고
대상기간 확대	3개월	6개월	· 평가지표 충족률의 지속적인 유지·향상을 위해 확대 · 가감지급 대상기간과 동일

평가지표

구분		변경 전(5차 평가)	변경 후(6차 평가)	비고	
지표 축소		16개	13개 (모니터링지표 3개 삭제)	지표 간소화	
지표 세부기준 변경	인력제외* 기준	의사	15일 이하 근무자	30일 이하 근무자	평가 대상기간 확대 관련
		간호사	30일 이하 근무자	60일 이하 근무자	
	장기휴가* 기준	의사	16일 이상	32일 이상	
		간호사	31일 이상	62일 이상	
	표준화점수 구간**	5점	75% 이상	60% 이상	상위구간 완화 (간호사 수급 문제), 하위구간 강화 (질향상 유도)
		4점	50% 이상~75% 미만	50% 이상~60% 미만	
		3점	25% 이상~50% 미만	40% 이상~50% 미만	
		2점	15% 이상~25% 미만	30% 이상~40% 미만	
	1점	15% 미만	30% 미만		

* 관련지표: 혈액투석을 전문으로 하는 의사 비율, 의사 1인당 1일 평균 투석건수, 2년 이상 혈액투석 경력을 가진 간호사 비율, 간호사 1인당 1일 평균 투석건수

** 관련지표: 2년 이상 혈액투석 경력을 가진 간호사 비율

가감지급

구분		변경 전(5차 평가)	변경 후(6차 평가)	비고
가감지급 확대	가산 기준	1등급*이면서 상위 10% 기관	좌동	
	감산 기준	종합점수 65점 미만기관	종합점수 67점 미만기관	5차 평가 가산기관 비율(상위 10%) 참조, 하위 10% 점수로 설정
	가·감률	±1%	±2%	질 향상 유도

* 평가등급: 종합점수 95점(1등급)을 기준으로 10점 간격으로 5등급화 함

평가지표 변경 전·후 대비표

영역	지표명	변경 전(5차 평가)	변경 후(6차 평가)	비고
		변경 전(5차 평가)	변경 후(6차 평가)	
구조 부문	인력	혈액투석을 전문으로 하는 의사 비율	좌동	표준화 점수 구간 변경
		의사 1인당 1일 평균 투석건수	좌동	
		2년 이상 혈액투석 경력을 가진 간호사 비율	좌동	
	간호사 1인당 1일 평균 투석건수	좌동		
장비	B형 간염 환자용 격리 혈액투석기 최소 보유대수 충족여부	좌동		
	혈액투석실 응급장비 보유여부	좌동		
시설	수질검사 실시주기 충족여부	좌동		
	혈액투석 적절도	혈액투석 적절도 검사 실시주기 충족률	좌동	
과정 부문	혈관관리	동정맥루 협착증 모니터링 충족률	좌동	
	정기검사	정기검사 실시주기 충족률	좌동	
	빈혈관리(모니터링)	철분제 투여율	삭제	
결과 부문	혈액투석 적절도	혈액투석 적절도 충족률	좌동	
	무기질관리	칼슘×인 충족률	좌동	
	빈혈관리(모니터링)	Hb 10g/dl 미만인 환자비율	좌동	
	혈압관리(모니터링)	수축기혈압 충족률	삭제	
이완기혈압 충족률		삭제		



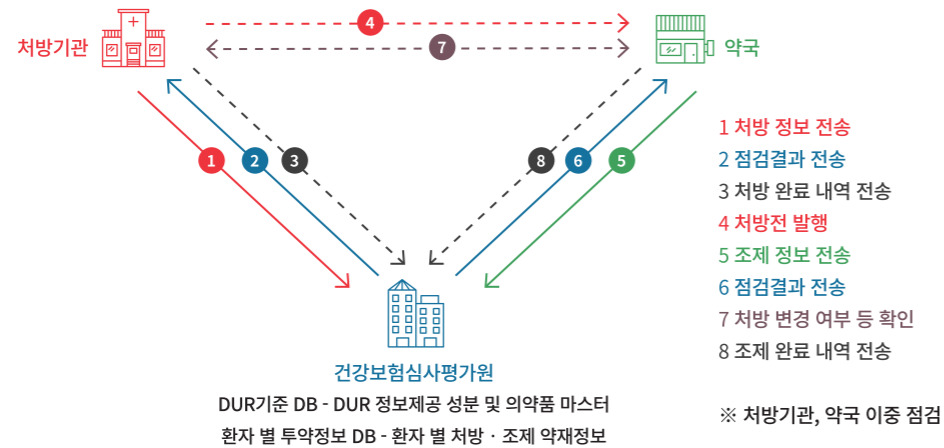
의약품, 안심하고 드셔도 됩니다

의약품안전사용서비스(DUR, Drug Utilization Review)

Q. DUR서비스란 무엇인가요?

A. DUR은 국민들이 의약품을 안전하게 복용할 수 있도록 도와주는 서비스입니다. 의사가 환자에게 약을 처방할 때 한 번, 약사가 조제할 때 다시 한번 의약품 안전 여부를 실시간으로 점검하여 의사와 약사에게 알려줍니다. 이런 서비스를 통하여 약물 부작용 발생을 미리 예방할 수 있습니다.

DUR 점검 절차



Q. DUR로 어떤 정보를 제공하나요?

A. 함께 먹으면 안 되는 약, 임부이거나 임신 가능성이 있는 경우 먹으면 안 되는 약, 노인이나 아이가 먹을 때 주의해야 하는 약, 성분이 동일하게 중복 투여되는 약 등의 정보를 실시간으로 안내하고 있습니다.



Q. 환자가 이전에 처방받은 약을 의사나 약사에게 다 알려주나요?

A. 점검 결과, 환자 안전에 문제가 되는 약이 있는 경우에만 의사나 약사의 진료·조제화면에 팝업 알림창을 띄우기 때문에 문제가 없는 다른 정보는 제공하지 않습니다.

Q. 환자는 의약품 정보를 확인할 수 없나요?

A. 국민도 건강보험심사평가원 홈페이지에서 '의약품안전사용서비스(DUR)' 메뉴를 통해 본인이 복용하는 의약품을 입력하여 DUR서비스로 제공하는 의약품 안전여부 정보를 확인할 수 있습니다.

Q. 국민이 과거에 처방·조제 받은 약을 조회할 수 있나요?

A. 우리원에서 제공하는 '내가 먹는 약! 한눈에' 서비스를 이용하면 본인확인절차(본인공인인증서)를 거쳐 조회일로부터 최근 6개월간 처방 후 조제받은 약*에 대해 알 수 있습니다.

*병원에서 처방은 받았으나 약국에서 조제하지 않은 약에 대한 정보는 제공하지 않습니다.

'내가 먹는 약! 한눈에' 서비스 이용절차



건강보험심사평가원 홈페이지(www.hira.or.kr) 메인화면 > '내가 먹는 약! 한눈에'



모바일 애플리케이션 건강정보 > '내가 먹는 약! 한눈에'

상담사례로 알아보는 요양기관 개인정보보호

개인정보 수집·이용 동의 분야

Q. 진료를 받기 위해 내원한 환자들에게 개인정보 수집 동의를 받아야 하나요? 받아야 한다면 수집 동의를 어떻게 작성해야 할까요?

A. 진료목적뿐만 아니라 개인정보를 수집·이용하는 경우 의료법에 근거하여 환자의 동의 없이 수집할 수 없습니다. 진료목적은 의료법에 의한 진료기록부, 조산기록부 및 간호기록부 등의 작성과 동일 진료와 연결된 예약내용의 안내, 검사결과 통보 등이 포함됩니다.

홍보 또는 진료와 관계없는 예방접종 안내 SMS를 발송 등 진료목적 외로 개인정보를 활용하려는 경우에는 개인정보 수집 동의를 작성하여 환자에게 동의 받고 수집하여야 합니다. 개인정보 수집 동의서에는

- ① 개인정보의 수집/이용 목적(재하나 서비스의 홍보 또는 판매인 경우 강조하여 표시)
- ② 수집하려는 개인정보의 항목(민감정보, 여권번호, 운전면허번호, 외국인등록번호는 강조하여 표시)
- ③ 개인정보의 보유 및 이용기간(강조하여 표시)
- ④ 동의를 거부할 권리가 있다는 사실 및 동의 거부에 따른 불이익이 있는 경우 그 불이익의 내용을 명확하게 기재하여야 하며, 환자가 14세 미만 아동인 경우에는 법정대리인의 동의 또한 받을 수 있도록 작성하여야 합니다.

개인정보 수집·이용 동의서 예시

병원 및 진료 정보 안내(SMS)를 위한 개인정보 수집·이용 동의서

우리의원은 병원 및 진료정보 안내(SMS)를 위하여 아래와 같이 개인정보를 수집·이용 및 제공하고자 합니다. 내용을 자세히 읽으신 후 동의 여부를 결정하여 주십시오.

개인정보 수집·이용 내역(필수정보)

항목	수집목적	보유기간
성명, 전화번호	예방접종 안내, 최신의학정보 SMS 발송	1년

※ 위의 개인정보 수집·이용에 대한 동의를 거부할 권리가 있습니다. 그러나 동의를 거부할 경우 원활한 서비스 제공에 일부 제한을 받을 수 있습니다.
▶ 위와 같이 개인정보를 수집·이용하는데 동의하십니까? (예, 아니오)

선택적 개인정보 수집·이용 내역(동의거부 가능)

항목	수집목적	보유기간
성별, 결혼 여부, 연령, 관심 분야	맞춤형 의학정보 제공	1년

※ 위의 개인정보 수집·이용에 대한 동의를 거부하셔도 병원 및 진료정보 안내 SMS는 받으실 수 있습니다.
▶ 위와 같이 개인정보를 수집·이용하는데 동의하십니까? (예, 아니오)

기타 고지 사항

개인정보보호법 제15조제1항제2호에 따라 진료목적으로 정보주체의 동의 없이 아래 개인정보를 수집·이용합니다.

개인정보 처리사유	개인정보 항목	수집 근거
진료기록부 작성	성명, 주민등록번호,	「의료법」 제22조, 동법 시행규칙 제14조
	주소, 연락처	

년 월 일
 본인 성명 (서명 또는 인)
 법정대리인 성명 (서명 또는 인)
 우리의원장 귀중



보를 수집하는 기관이 지게 됩니다. 진료(조제)목적 외로 SMS를 발송하는 의원·약국에서는 일반적으로 이름과 전화번호를 필수정보로 정하는 사례가 많습니다.

개인정보보호법 제16조(개인정보의 수집 제한) 1~2항

- ① 개인정보처리자는 제15조제1항 각 호의 어느 하나에 해당하여 개인정보를 수집하는 경우에는 그 목적에 필요한 최소한의 개인정보를 수집하여야 한다. 이 경우 최소한의 개인정보 수집이라는 입증책임은 개인정보처리자가 부담한다.
- ② 개인정보처리자는 정보주체의 동의를 받아 개인정보를 수집하는 경우 필요한 최소한의 정보 외의 개인정보 수집에는 동의하지 아니할 수 있다는 사실을 구체적으로 알리고 개인정보를 수집하여야 한다.

개인정보보호법 제15조(개인정보의 수집·이용) 1항 1~2호

- ① 개인정보처리자는 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 경우에는 개인정보를 수집할 수 있으며 그 수집 목적의 범위에서 이용할 수 있다.
- 1. 정보주체의 동의를 받은 경우
- 2. 법률에 특별한 규정이 있거나 법령상 의무를 준수하기 위하여 불가피한 경우

의료법 제22조(진료기록부 등) 1항

① 의료인은 각각 진료기록부, 조산기록부, 간호기록부, 그 밖의 진료에 관한 기록(이하 “진료기록부등”이라 한다)을 갖추어 두고 환자의 주된 증상, 진단 및 치료 내용 등 보건복지부령으로 정하는 의료행위에 관한 사항과 의견을 상세히 기록하고 서명하여야 한다.

TIP

- 1. 약국의 경우 약사법에 의해 조제목적으로 환자의 개인정보를 수집할 수 있습니다.
- 2. 개인정보의 이용 목적이 추가 또는 변경될 경우에는 환자의 별도 동의를 받아야 합니다.

Q. 내방한 환자들에게 SMS 발송을 위해 이름, 전화번호, 결혼여부, 관심분야를 수집하려고 합니다. 어느 것을 필수정보로 하여야 하나요?

A. 환자의 개인정보를 수집·처리하려는 목적에 따라 필수정보와 선택정보를 구분하여야 합니다. 해당 목적을 달성하기 위한 필요 최소한의 정보를 필수정보로 설정하면 되며, 이에 대한 (최소한의 정보 수집) 입증 책임은 개인정

Q. 대학병원 퇴직 후 개업하는 의사가 대학병원에서 진료 목적으로 수집한 개인 정보를 이용하여 개업 인사 문자를 보낼 수 있나요?

A. 진료 목적으로 수집한 환자의 개인정보는 진료 목적으로만 이용 가능하기 때문에 개업 인사 문자를 보낼 목적으로 활용할 수 없습니다. 만일 개업 인사 문자를 보내고 싶다면 개인정보 수집·이용 동의를 위한 필수항목(①개인정보의 수집/이용 목적, ②수집하려는 개인정보의 항목, ③개인정보의 보유 및 이용기간, ④동의를 거부할 권리가 있다는 사실 및 동의 거부에 따른 불이익이 있는 경우 그 불이익의 내용)을 환자에게 알리고 동의를 받아야 합니다. 또한 만 14세 미만 아동의 개인정보를 수집한 경우에는 법적대리인의 동의를 받아야 합니다.

개인정보보호법 제15조(개인정보의 수집·이용) 1항

① 개인정보처리자는 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 경우에는 개인정보를 수집할 수 있으며 그 수집 목적의 범위에서 이용할 수 있다.

개인정보보호법 제18조(개인정보의 목적 외 이용·제공 제한) 1항

① 개인정보처리자는 개인정보를 제15조제1항에 따른 범위를 초과하여 이용하거나 제17조제1항 및 제3항에 따른 범위를 초과하여 제3자에게 제공하여서는 아니 된다.

개인정보보호법 제15조(개인정보의 수집·이용) 1~2항

① 개인정보처리자는 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 경우에는 개인정보를 수집할 수 있으며 그 수집 목적의 범위에서 이용할 수 있다.

1. 정보주체의 동의를 받은 경우
2. 법률에 특별한 규정이 있거나 법령상 의무를 준수하기 위하여 불가피한 경우

② 개인정보처리자는 제1항제1호에 따른 동의를 받을 때에는 다음 각 호의 사항을 정보주체에게 알려야 한다. 다음 각 호의 어느 하나 사항을 변경하는 경우에도 이를 알리고 동의를 받아야 한다.

1. 개인정보의 수집·이용 목적
2. 수집하려는 개인정보의 항목
3. 개인정보의 보유 및 이용 기간
4. 동의를 거부할 권리가 있다는 사실 및 동의의 거부에 따른 불이익이 있는 경우에는 그 불이익의 내용

개인정보보호법 제22조(동의를 받는 방법) 5항

⑤ 개인정보처리자는 만 14세 미만 아동의 개인정보를 처리하기 위하여 이 법에 따른 동의를 받아야 할 때에는 그 법정대리인의 동의를 받아야 한다. 이 경우 법정대리인의 동의를 받기 위하여 필요한 최소한의 정보는 법정대리인의 동의 없이 해당 아동으로부터 직접 수집할 수 있다.

TIP 진료목적의 범위

- ① 진료와 직접 관련된 진료 신청, 진단, 검사, 치료, 수납 등 업무
- ② 진료신청 문자발송, 검사결과 통보 등
- ③ 진료와 연결된 예방접종
- ④ 병원 이전 또는 휴업에 관한 정보

Q. 간염 1차 접종을 받은 사람에게 2차 예방접종 안내를 위해 환자에게 SMS를 보낼 예정입니다. 환자의 동의 없이 예방접종 안내 SMS를 보내도 되나요?

A. 해당 사례와 같이 동일 진료(간염 1차 접종)와 연결된 예방접종 사항에 대한 안내(SMS 발송)는 진료목적의 범위에 포함되므로, 환자의 별도 개인정보 수집·이용 동의가 필요하지 않습니다. 하지만 다른 진료를 위해 방문한 환자에게 해당 진료와 관계없는 예방접종을 안내하기 위해서는 환자의 동의가 필요합니다. 동의서에는 ①개인정보의 수집/이용 목적, ②수집하려는 개인정보의 항목, ③개인정보의 보유 및 이용기간, ④동의를 거부할 권리가 있다는 사실 및 동의의 거부에 따른 불이익이 있는 경우 그 불이익의 내용을 포함하여야 하며, 환자가 14세 미만인 경우에는 법적대리인의 동의 또한 받아야 합니다.

• 본 사례는 건강보험심사평가원에 접수된 의약분야의 개인정보보호 상담사례(온라인 자가점검 서비스, 현장지원 서비스, 국민신문고 및 기타 문의)를 Q&A 형식으로 구성한 것입니다. 일부 답변·해결 내용은 해당 사례에만 국한되어 일반적으로 적용하기 어려운 경우도 있으므로, 지나친 확대 해석이나 일반화는 피하여야 합니다. 본 사례와 관련하여 궁금한 사항은 건강보험심사평가원(고객센터: 1644-2000)으로 문의 주시기 바랍니다.

• 본 사례는 개인정보보호법의 모든 준수사항을 포함한 것이 아닌, 실제 상담 사례 위주로 구성되었음을 유의하시기 바랍니다.

• 본 사례에서 다루는 관계법령, 지침 등에 개정사항이 발생한 경우, 관련 사례의 답변 및 가이드보다 개정내용에 따른 조치사항을 준수하여야 합니다.

약국 야간·공휴일 조제로 가산제



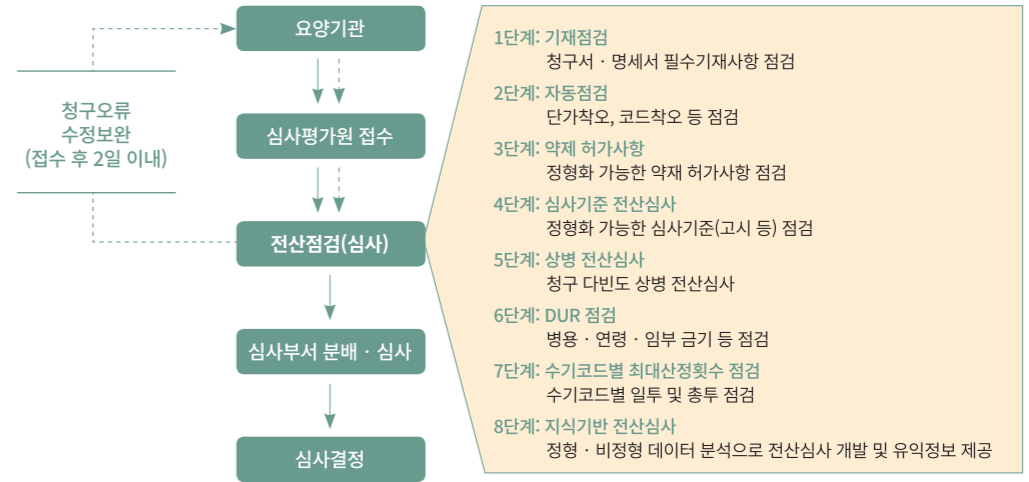


전산심사·전문심사·정밀심사... 당신의 진료비, 이렇게 결정됩니다

① 진료비 심사 업무

가족 중 한 명이라도 아프면 집안이 휘청인다고 하죠. 한 가구당 소득의 1/3을 의료비에 쓴다는 통계에서처럼 이제는 의료비 부담이 어느 개인이 아닌 우리 사회 전체의 문제가 됐습니다. 지난해 문재인 정부도 나서서 건강보험 보장성 강화 대책을 발표하고, ‘병원비 걱정 없는 든든한 나라를 만들겠다’고 한 이유이기도 하지요. 이로 인해 보건복지부 못잡게 바빠지고 중요해진 기관이 바로 건강보험심사평가원(이하 심평원)입니다. 건강보험으로 진료비를 보장해주는 항목을 늘린다는 것은 그만큼 의료행위와 약제, 치료재료가 적절하게 잘 쓰였는지 심사해야 할 대상도 많아진다는 의미로, ‘진료비 심사’가 주 업무인 심평원의 일도 늘어날 수밖에 없어요.

동시에 진료비 심사에 대한 관심도 커지고 있습니다. 의료기관에서는 전에는 없던 새로운 심사 항목(비급여·치료재료 포함 3,800여 개)이 생기고, 심사에서 통과되지 못하면 진료한 대가도 받지 못하니



전산심사 업무 흐름도

까요. 그런 사례가 많아지면 의료진은 다른 치료방법을 쓰게 돼 결국 환자들도 혼란스러워할 수 있어요. 이러한 일을 최소화하고 의료의 질을 높이기 위해 심평원은 심사할 때에 필요한 치료를 제한하지는 않으면서, 의학적으로 타당한지를 잘 확인해 불필요한 검사나 의약품 사용은 막는 심사시스템을 계속해서 발전시키고 개선하고 있습니다.

진료비가 지급되기 전 거쳐야 할 과정 ‘심사’

이쯤에서 진료비 심사는 어떠한 과정을 거쳐 이뤄져 왔는지부터 이해해 볼까요? 진료비 심사는 국민이 매달 납부하는 건강보험료를 헛되이 쓰지 않도록 하는 일종의 안전장치입니다. 한정된 건강보험료로 많은 국민이 필요한 진료를 받을 수 있도록 돈을 잘 써야겠지요? 돈을 지급하기 위한 잣대가 급여 기준이고, 그 기준을 충족했는지를 검토하는 일련의 과정이 진료비 심사입니다. 환자들은 진료를 받고 난 뒤 전체 비용의 일부인 본인부담금만 지불하기 때문에 잘 모를 수 있지만, 나머지 진료 비용은 법으로 정해진 진료비 심사 절차를 거쳐 요양기관에 일괄적으로 지급됩니다.

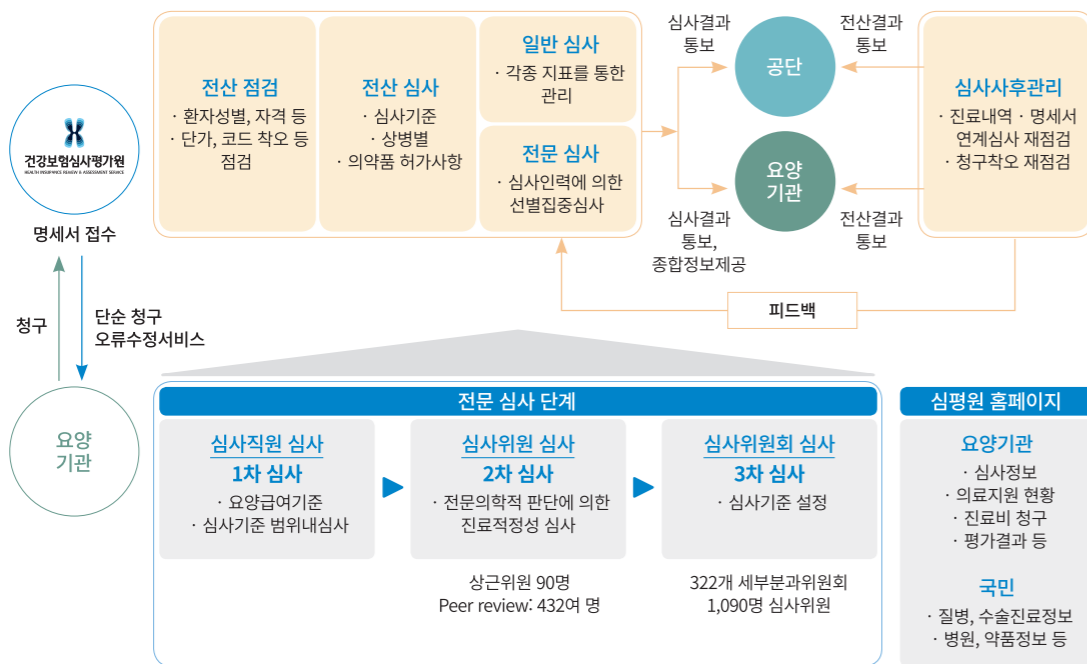
이때 돈을 지급하는 대상은 보험료를 받고 있는 국민건강보험공단(이하 건보공단)이지만, 진료비의 심사는 심평원

이 하기 때문에 요양기관은 진료한 내용이 담긴 ‘진료비 청구명세서’를 심평원에 제출합니다. 심평원은 그 진료 자료를 점검하고 확인한 후 공단과 요양기관에 최종 지급할 비용과 심사결과를 안내합니다. 만약 요양기관에서 처음 요청한 금액과 달라 재확인이 필요하다고 판단하면 이의신청을 할 수 있습니다.

심평원이 진료비용을 결정하는 과정은 복잡하면서도 체계적입니다. 한해 심평원이 심사해야 하는 물량은 자그마치 14억 9,851만 건에 달합니다. 전국의 의원과 병원은 물론 약국까지 8만 9,949개소가 환자를 진료하거나 약을 조제한 비용을 심평원에 모두 청구하기 때문이지요. 청구된 진료비만 73조 4,732억 원이고 환자 수만 4,943만 5,000명입니다(2016년 심평원 통계 기준).

이 많은 양을 어떻게 제때 심사하고, 비용을 지급할 수 있을까요. 비법은 IT와 전문성, 체계화된 시스템에 있습니다. 우선, IT가 발전하면서 전국의 약국과 병·의원은 IT를 활용한 진료비청구 프로그램을 통해 진료비 청구명세서를 전달

심사 업무 흐름도



심평원 홈페이지

- 요양기관
 - 심사정보
 - 의료지원 현황
 - 진료비 청구
 - 평가결과 등
- 국민
 - 질병, 수술진료정보
 - 병원, 약품정보 등



Q. 간염 1차 접종을 받은 사람에게 2차 예방접종 안내를 위해 환자에게 SMS를 보낼 예정입니다. 환자의 동의 없이 예방접종 안내 SMS를 보내도 되나요?

A. 해당 사례와 같이 동일 진료(간염 1차 접종)와 연결된 예방접종 사항에 대한 안내(SMS 발송)는 진료목적의 범위에 포함되므로, 환자의 별도 개인정보 수집·이용 동의가 필요하지 않습니다. 하지만 다른 진료를 위해 방문한 환자에게 해당 진료와 관계없는 예방접종을 안내하기 위해서는 환자의 동의가 필요합니다. 동의서에는 ①개인정보의 수집/이용 목적, ②수집하려는 개인정보의 항목, ③개인정보의 보유 및 이용기간, ④동의를 거부할 권리가 있다는 사실 및 동의 거부에 따른 불이익이 있는 경우 그 불이익의 내용을 포함하여야 하며, 환자가 14세 미만인 경우에는 법적대리인의 동의 또한 받아야 합니다.

개인정보보호법 제15조(개인정보의 수집·이용) 1~2항

① 개인정보처리자는 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 경우에는 개인정보를 수집할 수 있으며 그 수집 목적의 범위에서 이용할 수 있다.

1. 정보주체의 동의를 받은 경우
2. 법률에 특별한 규정이 있거나 법령상 의무를 준수하기 위하여 불가피한 경우

② 개인정보처리자는 제1항제1호에 따른 동의를 받을 때에는 다음 각 호의 사항을 정보주체에게 알려야 한다. 다음 각 호의 어느 하나의 사항을 변경하는 경우에도 이를 알리고 동의를 받아야 한다.

1. 개인정보의 수집·이용 목적
2. 수집하려는 개인정보의 항목
3. 개인정보의 보유 및 이용 기간
4. 동의를 거부할 권리가 있다는 사실 및 동의 거부에 따른 불이익이 있는 경우에는 그 불이익의 내용

개인정보보호법 제22조(동의를 받는 방법) 5항

⑤ 개인정보처리자는 만 14세 미만 아동의 개인정보를 처리하기 위하여 이 법에 따른 동의를 받아야 할 때에는 그 법정대리인의 동의를 받아야 한다. 이 경우 법정대리인의 동의를 받기 위하여 필요한 최소한의 정보는 법정대리인의 동의 없이 해당 아동으로부터 직접 수집할 수 있다.

TIP 진료목적의 범위

- ① 진료와 직접 관련된 진료 신청, 진단, 검사, 치료, 수납 등 업무
- ② 진료신청 문자발송, 검사결과 통보 등
- ③ 진료와 연결된 예방접종

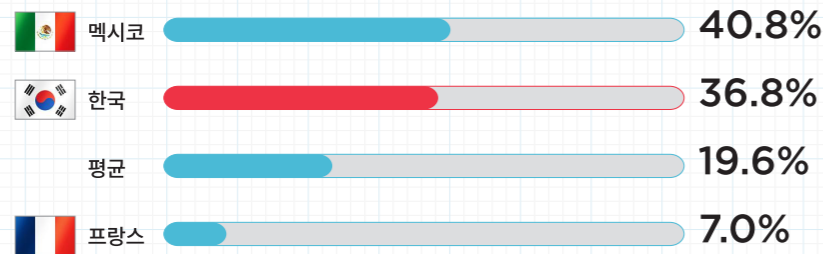
올해부터 3대 비급여 중 하나인 선택진료비(특진비) 폐지됐어요!



지난해 8월 보건복지부는 국민들의 의료비 부담을 획기적으로 낮추고 고액 의료비로 인한 가계 파탄을 방지하기 위한 ‘건강보험 보장성 강화대책’을 발표했다. 새 정부의 보장성 강화대책 무엇이 달라질까?

건강보험 보장성 강화대책의 추진 배경

우리나라 건강보험제도는 세계적으로 우수하다는 평가를 받고 있다. 그러나 국민들이 부담하는 의료비 비율은 여전히 높은 편이다. 우리나라의 평균 가계의료비 부담 수준은 36.8%로 OECD 국가들 중 멕시코 다음으로 높다.



OECD 국가의 가계직접부담 의료비 비율('14년)

실제로 가족이 중증질환에 걸리게 되면 의료비 걱정부터 앞서게 되고, 특히 저소득층은 의료비 때문에 빈곤층으로 전락하는 사연들이 우리 주변에서 발생되고 있다. 이러한 국민들의 과중한 의료비 고통을 줄이기 위해서는 건강보험의 혜택 범위는 넓히고, 의료비 중 본인이 부담하는 비율은 낮추는 것이 최선의 선택이라 할 것이다. 이에 정부에서는 ‘병원비 걱정 없는 든든한 나라’를 만들기 위해 누적된 건강보험 적립금을 과감하게 투입하여 국민에게 더 많은 혜택을 돌려 줄 계획이다.

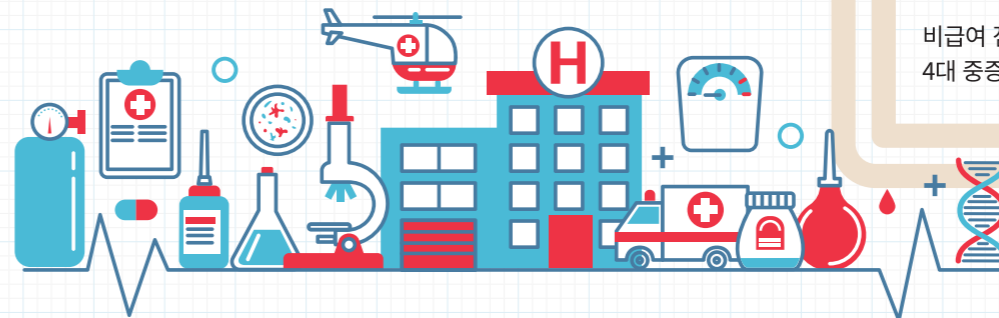
이전과 달라지는 내용

건강보험 보장성 강화의 패러다임이 근본적으로 달라진다. 즉, 건강보험에 2중, 3중 보장강화 대책을 더해, 의료비로 인한 가계파탄을 막는 사회안전망 역할이 강화된다.

- ✓ **하나.** 치료에 꼭 필요한 비급여는 물론 특진비 등 원하지 않게 추가로 부담하였던 부분까지 의료비 부담이 크게 줄어든다.
- ✓ **둘.** 노인, 아동, 여성, 장애인 등 대상별 혜택을 더하고, 가계 부담능력 이상의 의료비는 건강보험이 책임진다.
- ✓ **셋.** 과도한 의료비로 가계가 어려워지지 않도록, 저소득층은 재난적의료비 지원을 확대하는 등 촘촘한 사회안전망 역할을 강화한다.

건강보험 보장 패러다임 전환

비급여 점진적 축소 → 비급여 완전 해소
4대 중증질환 중심 보장 → 질환 구분 없이 보편적 보장

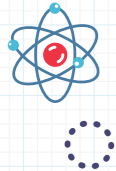


2018년 상반기 시행되는 보장성 강화대책

보장성 강화대책으로 많은 부분의 변화가 예상되지만, 2018년 1월부터 시행되는 가장 큰 변화는 다음 두 항목을 꼽을 수 있다.

국민 부담이 큰 선택진료비(특진비) 폐지

과거 병원에서 특정 의사를 선택해 진료를 받는 경우, 환자는 15~50%의 선택진료비를 부담해야 했다. 선택진료비는 건강보험이 적용되지 않아 상급병실료, 간병비와 함께 환자들의 부담을 높이는 3대 비급여 항목으로 손꼽혔다. 보건복지부는 선택진료에 따른 환자 부담을 낮추기 위해 단계별로 노력해왔다. 2014년 선택진료비를 35% 낮추고, 2015년 선택진료 의사 비율을 80%에서 67%, 2016년 33.4%로 낮췄다. 그리고 2018년 1월 1일부터 선택진료 의사, 선택진료비가 전면 폐지되어 선택진료에 따른 추가 본인 부담이 사라졌다.



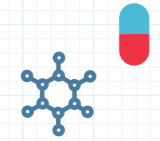
사례.

63세 최○○님은 간세포암종의 악성 신생물(C220) 진단 하에, 종양 절제를 위한 간절제술을 시행했다. 2017년 12월 12일부터 17일까지 상급종합병원(의료질 1등급, 본인부담률 5%)에 입원했으며, 입원 6일 중 4인실 4일, 5인실 1일을 이용했다. 총 진료비는 선택진료비를 포함해 6,975,903원이 나왔고 그중 본인부담액은 1,714,419원이었다.

본인부담률 어떻게 달라질까?

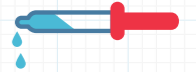
‘입원료, 의료질평가지원금 수가 인상’, ‘수가 인상 항목 적용(마취료, 수술료)’, ‘선택진료제도 폐지에 따른 선택진료비 미산정’, 세 가지 항목이 바뀔 경우에 맞춰 계산해 보았다.

구분	제도개선 전	제도개선 후	비고	
총계	6,975,903	6,107,376		
총 본인부담금(A+C)	1,714,419	316,029		
보험 급여	본인일부부담금(A)	288,142	316,029	선택진료제도 개편에 따른 기관의 손실금액을 수가항목 등으로 보전(입원료, 의료질평가지원금, 마취료, 수술료 수가 인상)함에 따라 보험급여 총 진료비가 증가할 것으로 예상됨
	공단부담금(B)	5,261,484	5,791,347	
비급여	선택진료비(C)	1,426,277	0	선택진료제도가 폐지됨에 따라 33.4%의 선택진료의사가 전부 비선택진료의사로 전환되어 본인부담금 없음



노인외래진료비 본인부담 경감

65세 이상에 적용되는 ‘노인외래진료비’ 부담도 줄어들었다. 총 진료비 1만 5천 원을 기준으로 이하 10%, 1만 5천 원 초과일 때는 30%로 결정되었던 본인부담금 정률구간을 완화해 의료비 급증을 줄였다. 총 진료비 2만 원까지 본인부담률 10%, 2만~2만 5천원까지 20%, 2만 5천 원 초과 시 30%로 변경된다.



사례.

지난해 80세 박○○님은 양쪽 원발성 무릎관절증으로 의원에 내원했다. 진료 내역은 재진진찰료와 물리치료(심층열치료, 표층열치료, 경피적전기자극치료[TNES])이며, 총 진료비는 16,550원이 나왔다. 그 중 본인부담금은 4,900원이었다.

본인부담률 어떻게 달라질까?

‘65세 이상 의원, 치과의원, 한의원, 보건의원 외래본인부담금’, ‘65세 이상 약국에서 처방전에 따라 의약품을 조제받은 경우 본인부담금’ 개선에 따른 본인부담금을 계산해 보았다.

기존	변경
총진료비가 15,000원 초과 시 30% 본인부담	총진료비가 15,000원 초과 ~20,000원 이하 시 10% 본인부담
위 사례에서 4,900원 본인부담	위 사례에서 1,600원 본인부담



한가득 행복 신고 건강지킴이 ‘행복버스’가 찾아갑니다

삼도봉생활권 산골 마을 의료·문화 행복버스

고즈넉한 시골마을은 바라보는 것만으로도 마음이 넉넉해진다. 하지만 정작 그 곳에 사는 주민들의 삶은 넉넉함보다 불편함이 크다. 주민 대부분 고령인 지방 소규모 마을은 이동의 어려움 탓에 몸이 불편해도 병원을 찾지 않아, 소위 ‘의료사각지대’에 놓이는 경우가 많다. 이에 김천시보건소는 의료사각지대에 놓인 지역 내 산골 마을 주민들의 건강을 지키기 위해 지난 2016년부터 ‘행복버스’를 운영하고 있다. 산골 마을로 향하는 행복버스의 기분 좋은 덜컹거림을 함께 했다.



보건의료서비스 취약지역 주민 건강 지킴이 ‘행복버스’

김천시와 무주군, 영동군이 지난 2016년부터 공동으로 운영하는 ‘산골 마을 의료·문화 행복버스(이하 행복버스)’는 지금까지 총 220여 차례에 걸쳐 보건의료서비스 취약지역인 삼도봉생활권 내 주민들의 건강을 돌봐왔다. 산골 마을 의료·문화 행복버스는 경상북도, 충청북도, 전라북도 접경 3개 시·군이 주민들의 삶의 질을 높이기 위해 시행하는 사업이다. 교통이 불편한 산골 마을 주민들을 찾아가 무료로 진료와 검진을 해주고 진료 대기 중에는 영화 상영과 문화 프로그램도 진행한다.

정현숙 김천시보건소 진료계장은 “삼도봉생활권 산골 마을의 경우 주민 대부분이 고령인 까닭에 도시에 위치한 의료기관까지 물리적인 이동상의 어려움이 있으며 그 어느 곳보다 적극적인 의료서비스 지원이 필요하다”며 행복버스 기획의 취지를 설명했다.

시행 3년 차를 맞이한 행복버스는 지난 2016년 90회 운영을 시작으로 지난해 134회에 이어 올해에는 120회를 목표로 하고 있다. 행복버스는 1주일에 3~4차례 운영된다. 김천시 5개면(봉산, 대항, 구성, 부항, 대덕), 영동군 2개면(상촌, 용화), 무주군 2개면(무풍, 설천)에서 오전 10시부터 오후 3시까지 운영되고 있다. 김천은 매주 월요일과 목요일, 영동은 매주 화요일, 무주는 매주 수요일 행복버스가 찾아가간다.

정 계장은 “다각적인 방향에서 향후 행복버스의 질적 양적



확대 및 성장을 위해 노력하겠다”는 다짐을 건넸다.

지난 2월 22일 오전 9시, 정 계장을 비롯해 김하진 주무관, 이정훈 내과전문의, 김고은·김나연·송현명 간호사, 박해란 임상병리사, 이향숙 방사선사, 정중식, 박재범 운전기사 등 10여 명의 보건소 직원은 저마다 각자의 장비를 챙겨 들고 행복버스에 올랐다. 오늘의 행복버스 목적지는 김천시 구성면 양각리로 이른바 ‘자두마을’로 유명한 곳이었다. 행복버스는 30여 분간의 기분 좋은 덜컹거림 끝에 양각1리 경로당에 도착했다. 이미 며칠 전부터 마을이장을 통해 행복버스 운영을 공지한 까닭인지 아침 일찍 대부분의 마을 주민이 경로당에 모여 있었다. 예전에 두 차례 방문했던 경험 때문인지 직원들은 두 손 가득 검사장비와 의약품을 나르





던 중에도 주민들과 스스럼없이 안부를 주고받으며 환하게 웃어 보였다.

정 계장은 “건강은 지속적인 관리가 중요하므로 기존에 방문했던 마을을 적어도 6개월마다 한 번씩은 재방문하고 있으며, 직원들 역시 유·무선통신과 각종 창구를 활용해 주민과 직접 소통에 노력하고 있다”고 말했다.

아침 일찍부터 경로당에서 행복버스를 기다린 주민에 대한 미안함에 직원들의 손길이 바빠졌다. 아직 쌀쌀한 날씨에도 걸옷까지 벗어 던지고 부지런히 장비를 옮기고 각자 맡은 역할에 따라 경로당 한 편에 마련된 공간에 검사장비와 차트, 의약품을 정리하는 등 착착 호흡을 맞춰 예정보다 빠른 오전 9시 45분에 본격적인 진료를 시작할 수 있었다.

주민들이 직접 만든 떡국 한 그릇에 담백한 감사의 마음

행복버스의 주 업무는 기초검진과 무료진료 및 상담이다. 혈압, 혈당, 콜레스테롤, 골밀도, 간 기능, B형 간염, 당화혈색소, 소변(뇨) 등의 기초검진을 기본으로 해당 검사결과를 토대로 최종적으로 전문의와의 상담을 진행하는 식이다. 전문의의 판단에 따라 추가검사의 필요성이 인정되면 행복버스 내에 마련된 각종 의료장비를 사용해 초음파, 심전도, 흉부X선 등을 시행하기도 한다. 또한 검사결과가 좋지 않은 환자에 대해서는 그 자리에서 직접 소견서를 작성한 후

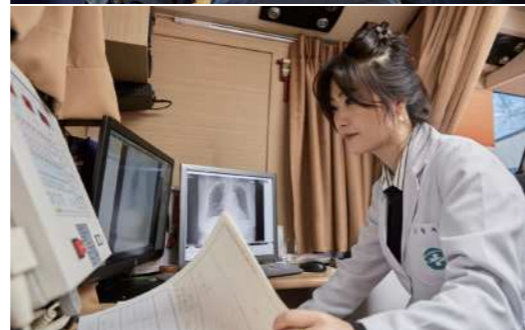
적절한 의료기관과 연계해준다.

정 계장은 “지역 주민들의 건강증진을 목적으로 하는 행복버스의 핵심은 ‘예방’과 ‘관리’로 압축된다”며 “검진을 위주로 현재 주민들의 건강상태를 정확히 파악해 개별 차트를 만들어 관리하는 한편 추후 발병 우려가 높은 질환에 대한 예방을 강조하는 등 건강에 대한 인식을 근본적으로 개선하기 위해 노력하고 있다”고 말했다.

이날 행복버스의 건강검진을 받기 위해 모인 주민은 50명 정도였다. 희끗희끗한 머리칼의 어르신들은 삼삼오오 모여 앉아 수다를 떨기도 하고 행복버스의 또 다른 파트인 ‘문화버스’에서 상영하는 영화를 보기도 했다.

가장 먼저 진료를 받은 이영숙 씨(78세)는 “다리가 아파서 도시에 있는 병원에 가기 힘든데 이렇게 직접 와서 진료를 해주니 그저 고마울 따름이다”라며 “주민 입장에서 좀 더 자주 오면 좋겠다”고 말했다.

본격적인 진료가 시작되자 여기저기에서 타박 소리(?)가 들렸다. 기존보다 검사 수치가 부쩍 나빠진 어르신들에게



“ 버스에 오를 때까지 직원들의 손을 잡고 감사의 인사를 전하는 주민들의 모습에서 가슴 깊은 곳에서 우러나는 진심을 느낄 수 있었다. 김천시보건소 행복버스가 지역 주민들에게 선물한 행복과 건강의 가치가 더욱 특별하게 다가오는 하루였다. ”

건강관리에 대한 중요성을 재차 강조하기 위해 직원들의 목소리가 높아진 것이다. 평소 술을 즐긴다는 김종식 씨(81세)는 부쩍 높아진 혈당수치에 ‘금주’를 처방받기도 했다.

정 계장은 “평균 연령이 높다 보니 만성질환 환자가 많은 편이다”라며 “만성질환은 지속적인 관리가 필요하기에 주민 스스로가 평소에 질환을 잘 관리할 수 있도록 관련 교육을 함께 병행하고 있다”고 말했다.

수십 명의 주민으로 인산인해를 이루는 중에 경로당 한 편에서는 점심식사 준비에 한창이었다. 오늘의 메뉴는 떡국. 자신들의 건강을 위해 먼 길을 마다하지 않은 김천시보건소 직원들에 대한 감사의 마음이 담백 담긴 최고의 한 그릇이었다. 어떤 주민은 “고맙다”는 말과 함께 직접 캔 나물을 선물하기도 했다.

정 계장은 “주민들을 위해 운영되는 행복버스지만, 오히려 우리가 더 많은 것을 받아가는 느낌을 받는다”며 “앞으로 지속적으로 미흡한 점을 보완하고 실질적인 방문횟수를 늘리는 등 주민들에게 받은 사랑을 돌려드리기 위해 노력할 것”이라고 말했다.

운영 만 2년을 넘긴 행복버스는 여러 주민의 소중한 생명을 지켰다. 혈액투석이 필요할 정도로 상태가 악화된 당뇨병 환자에게 병원방문을 적극적으로 권유하는가 하면, 한 마을의 87세 여성은 간암이 발견돼 곧바로 수술을 받기도 했다.

정 계장은 “의외로 많은 어르신이 자신의 몸 상태가 나빠지는 것을 그저 노환으로 여기는 경우가 많다”며 “지속적인 상담과 권유로 올바른 건강관리 및 의료기관 방문을 적극

유도하고 있다”고 말했다.

오전 내내 진행된 건강검진에서 소견이 발견된 주민들은 점심 식사 후 행복버스로 자리를 옮겨 심전도 및 초음파, 흉부X선 검사 등을 받았다. 해당 검사에서 질환이 의심될 경우 전문의의 판단에 따라 전문 의료기관과의 연계를 도와준다.

오후 3시가 조금 넘은 시간, 꼬박 6시간 동안 진행된 행복버스가 막바지에 다다랐다. 마무리를 위해 장비를 정리하는 순간까지 지역 주민들은 평소 궁금했던 부분을 묻곤 했다. 사방에서 쏟아지는 질문세례에도 직원들은 짜증 한 번 내지 않고 최대한 쉬운 단어를 사용해 반복적으로 설명하는 배려를 보였다. 버스에 오를 때까지 직원들의 손을 잡고 감사의 인사를 전하는 주민들의 모습에서 가슴 깊은 곳에서 우러나는 진심을 느낄 수 있었다.

삼도봉생활권 의료·문화 행복버스가 지역 주민들에게 선물한 행복과 건강의 가치가 더욱 특별하게 다가오는 하루였다.



MUJU & JINAN

운치 있는 겨울 여행의 묘미, 무주 & 진안

예부터 사람들은 무주군, 진안군, 장수군을 합쳐 부를 때 앞글자를 따서 '무진장'이라고 했다. 요즘은 이곳을 산골 오지로 생각하는 사람은 없지만 때 묻지 않은 자연은 예전 그대로다. 곤돌라 타고 오르면 덕유산 눈꽃 세상이 펼쳐지고, 마이산을 바라보며 뜨끈한 온천도 즐길 수 있다. 심심산골이 차려낸 겨울 밥상은 또 어찌나 맛깔난지, 겨울이 가기 전 떠나야 할 필수 코스다.



곤돌라 타고 만나는 은빛 세상, 덕유산

전북 무주군에 위치한 덕유산은 대한민국 최고의 겨울 명산으로 꼽힌다. 해발 1,614m로 우리나라에서 네 번째로 높다. 향적봉에 오르면 겹겹이 넘실대는 고산준령이 한눈에 들어온다. 겨울 덕유산은 유독 눈이 많다. 서해의 습한 대기가 높고 거대한 봉우리를 넘다가 힘에 부쳐 눈을 뿌려대기 때문이다. 내려앉은 눈은 그대로 얼어붙어 보석 같은 눈꽃을 피운다.

구름조차 넘기 힘든 고봉의 설산이 누구에게나 인기 있는 이유는 곤돌라 덕분이다. 곤돌라를 타면 해발 1,520m 설청봉까지 단숨에 오른다. 곤돌라에서 내리는 순간 눈앞은 빛나는 은빛 세상이다. 설경 속 주목이 눈에 띈다. 주목을 감상하고 걸음을 옮기면 정상으로 향하는 등산로 입구가 나온다. 나무계단을 오르면 데크로 만든 편안한 등산로를 따라 정상인 향적봉까지 눈꽃터널이 이어진다. 설청봉에서 향적봉까지 20분, 느릿느릿 걸어도 30분이면 충분하다.

시야가 훤히 트인 향적봉에 서면 주변 산봉우리들이 발아래 펼쳐진다. 향적봉 100m 아래에 향적봉대피소가 보인다. 고산준령을 배경으로 하는 일몰과 일출을 카메라에 담

기 위한 사람들이 이곳에서 하룻밤 묵어간다. 묵어가지 않더라도 칼바람을 피해 잠시 쉬어가기 좋다. 시간과 체력이 넉넉하면 대피소에서 30분 거린 중봉까지 다녀와도 좋다. 중봉으로 가는 길에는 덕유산의 자랑인 우람한 주목들을 만나게 되고, 동렬령으로 뻗어 내린 설산의 비경이 기다린다.

향적봉으로 이어지는 덕유산 눈꽃트레킹이 데크길이라 편안하긴 해도 아이젠과 방한 장비는 필수다. 시즌마다 달라지는 곤돌라 운행시간도 미리 확인해두어야 한다. 무주리조트 관광 곤돌라는 겨울 시즌 오전 9시부터 오후 4시 30분까지 운행되며 주말에는 예약제다. 덕유산리조트 홈페이지에서 2주 전부터 예약이 가능하다.

볼거리 가득한 무주, 설 연휴 가족 여행지로도 제격

무주하면 구천동을 빼놓을 수 없다. 라제통문을 지나 덕유산 향적봉까지 36km에 이르는 구천동은 33경의 비경을 품고 있다. 구천동 33경 중 핵심 구간을 다듬어 ‘구천동어사길’이 조성돼 있다. 이 길은 어사 박문수가 구천동을 찾아 어려운 민심을 헤아렸다는 설화가 전해온다. 계곡 옆으로 놓인 데크길은 온 가족이 걷기에 안성맞춤이다.

덕유산과 구천동 말고도 즐길 것이 많다. 전 세계에서 가장 큰 태권도 경기장인 태권도원이 무주에 있다. 70만 평의 부지에 5,000명의 관객을 수용할 수 있는 어마어마한 규모다. 태권도박물관, 체험관, 태권도 T1 경기장 등 태권도의 모든 것을 체험할 수 있는 공간이다.



반디랜드는 곤충박물관에서 천문과학관까지 다양한 볼거리가 몰려있다. 곤충박물관은 13,500여 마리의 희귀곤충표본을 만날 수 있고, 한겨울에도 150여 종의 열대식물이 반긴다. 천문과학관서에는 겨울 별자리를 관찰해볼 수 있다. 아이들에게 최고 인기는 단연 사계절 썰매장이다. 머루와인동굴은 어른들에게 인기 만점이다. 연중 13~17도로 유지되는 동굴 안에는 무주의 특산물인 머루로 만든 와인을 만날 수 있다. 카페와 와인족욕체험장도 마련돼 있다.

마이산의 진귀한 설경을 감상하며 즐기는 홍삼스파

마이산은 ‘미술랭 그린가이드 한국 편’에서 별 3개 만점을 받은 진안의 대표 명소다. 우뚝 솟은 암마이봉과 수마이봉이 말 귀를 닮았다고 해서 이름 붙은 마이산은 1억 년 전 퇴적된 암석이 지각운동으로 솟아났다. 마이산의 모습을 제대로 감상할 수 있는 포인트는 마이돈테마공원이다. 하얀 눈발에 솟아오른 마이산의 두 봉우리가 또렷이 보이는 명당이다. 마이돈테마공원을 지나면 사양제가 나온다. 저수지 위로 데크 산책로가 설치되어 있는데 마이산의 두 봉우리가 비치는 저수지 위를 걷는 기분이 색다르다. 마이산의 백미는 두 봉우리 깊숙한 품에 깃든 탐사다. 남부주차장에서 호수를 지나 10분 정도 걸어 들어가면 수십 개의 돌탑이 눈길을 사로잡는다. 조선 고종 때 이갑룡 처사가 30년간 쌓은 탑이라 한다. 백여 년 동안 수많은 폭풍에도 무너지지 않도록 쌓아 올린 공이 놀랍다. 마이돈테마공원 입구에 있는 ‘진안홍삼스파 엔 빌’은 마이산을 바라보며 온천을 즐기는



명소다. 산이 많고 일교차가 커 인삼이 잘 자라는 진안은 국내 유일하게 지정된 홍삼특구다. ‘홍삼스파 엔 빌’은 피부에 좋다는 홍삼을 넣은 온천으로 유명하다. 이곳 하이라이트는 노천탕이다. 보글보글 김이 솟아오르는 따뜻한 탕에 몸을 담근 채 마이산 두 개의 봉우리를 감상하노라면 신선놀음이 따로 없다.

심심산골이 차려낸 겨울 밥상

무주에 왔다면 대표 보양 음식인 어죽을 맛봐야 한다. 우리나라에서 어죽을 처음 개발한 원조 어죽 집인 금강식당은 1986년 개업해 같은 자리에서 30년 넘게 어머니의 손맛을 이어오고 있다. 민물고기의 뼈를 발라내고 신선한 채소와 함께 팔팔 끓여내는데, 고소하고 담백한 맛에 반해 한 그릇 딱딱 비우기 일쑤다. 무주 천마루는 줄 서서 먹는 해물갈비찜뽕으로도 유명하다. 천마 가루를 넣어 반죽한 면발이 일품이다. 진안에는 특산물인 홍삼으로 차려낸 건강한 밥상이 인기다. 진안 모범음식점으로 지정된 ‘마이담’은 홍삼시래기밥과 홍삼떡갈비가 함께 나오는 세트가 대표 메뉴다. 주문을 받고 돌솥에 바로 지어내는 시래기밥과 홍삼액과 가루를 넣어 만든 떡갈비는 맛도 영양도 대만족이다. 홍삼주를 곁들이면 금상첨화다.

I N F O R M A T I O N

- 무주덕유산리조트 전북 무주군 설천면 만선로 185 / 063-322-9000
 - 무주 구천동 관광단지 전북 무주군 설천면 구천동1로 166 / 063-322-2905
 - 반디랜드 전북 무주군 설천면 무설로 1324 / 063-324-1155
 - 태권도원 전북 무주군 설천면 무설로 1482 / 063-320-0114
 - 머루와인동굴 전북 무주군 적상면 산성로 359 / 063-322-4720
 - 마이산탐사 전북 진안군 마령면 마이산남로 367 / 063-433-0012
- FOOD**
- 금강식당 어죽 / 전북 무주군 무주읍 단천로 102 / 063-322-0979
 - 천마루 해물갈비찜뽕 / 전북 무주군 안성면 장무로 1730 / 063-322-0433
 - 마이담 홍삼시래기밥+홍삼떡갈비 / 전북 진안군 부귀면 전진로 1947 / 063-433-5535
- ROOMS**
- 무주 덕유산리조트 가족호텔 전북 무주군 설천면 만선로 185 / 063-322-9000
 - 진안홍삼스파엔 빌 전북 진안군 진안읍 의사양길 16-10 / 1588-7597



진료비 확인 서비스

진료비 확인 서비스란?

진료비 확인 서비스는 환자가 병원이나 의원 등에서 부담한 비급여진료비가 적정하였는지를 확인해 주는 권리구제 제도입니다.

Q. 올해 출산을 앞둔 예비 엄마입니다. 임신 16주 차 때 초음파검사를 1회 받았는데 주변 예비 엄마들보다 검사 비용이 훨씬 많이 나왔어요. 진료비 영수증을 확인하니 비급여 항목으로 처리된 것 같은데 비급여가 맞는지 궁금합니다.

A. 산전검사로 임신 14~19주 차에 ‘임산부 초음파 검사’를 1회 실시하였다면 이는 초음파 검사의 임산부 초음파 검사 기준(산전 진찰을 목적으로 임신주수별 인정횟수에 해당할 때 요양급여)에 해당하므로 요양급여 대상입니다. 따라서 비급여 진료비 중 급여로 적용될 수 있는 진료비를 환불받으실 수 있습니다. 단, 임산부 초음파 검사 기준 외의 검사는 비급여로 산정됩니다. (근거: 보건복지부고시 제 2016-207호 '16.11.07. 시행)

Q. 허리 통증과 양쪽 발이 찌르는 듯 화끈거리고 종아리 통증이 있어 척추-MRI를 촬영했습니다. 비급여로 비용을 부담하는 게 맞나요? 검사결과는 척수염으로 확인됐습니다.

A. 검사결과가 척수염으로 확인되었다면 이는 고시에서 정한 MRI 질환별 급여대상(척수의 염증성 질환-척수염, 척수내농양 및 육아종, 기생충 등) 및 산정기준에 해당하여 요양급여 대상(환불)입니다. (근거: 보건복지부고시 제 2016-118호 '16.07.01. 시행)

‘진료비 확인 서비스’에 대한 자세한 내용은 건강보험심사평가원 홈페이지(www.hira.or.kr) ▶ 진료비 ▶ 비급여진료비 확인요청 ▶ 비급여진료비 확인안내에서 확인하실 수 있습니다.



발효주는 꼭 건강에 좋을까?

프렌치 패러독스라는 말이 있다. 프랑스인들이 포화지방산이 많이 든 음식을 주로 섭취하는데도 심혈관계 질환이 적은 것을 두고 하는 말이다. 일부에서는 프랑스인의 레드와인 소비량이 많은 것과 관련 있지 않을까 추측했다. 1991년 이 내용이 미국 시사프로그램 「60분」에 방송돼 화제가 되자 미국의 레드와인 소비량이 44%나 늘었다. 그러자 와인 회사들은 와인의 유익성에 대한 연구를 지원했고, 와인에 들어 있는 폴리페놀과 레스베라트롤이라는 물질이 유익하다는 연구들이 발표되었다. 그렇다면 와인 소비가 늘어난 덕에 미국 내 심혈관계 질환도 줄었을까? 미국인 사망 원인 1위는 여전히 심혈관계 질환이다.

와인이 다른 술보다 ‘상대적으로’ 나은 점이 있는 것은 사실이지만 ‘건강에 좋은 술’이라고 말하는 것은 무리다. 1군 발암물질에 속하는 술이 건강에 좋다는 것부터가 모순이다. 발효는 단순하지 않다. 포도 속의 당분이 에탄올로 전환되는 과정에서 여러 부산물도 만들어진다.

2007년 10월 ‘수입산 와인에서 발암물질 발견’이라는 뉴스가 전국을 강타한 적이 있다. 와인 속에서 2A군 발암물질인 에틸카바메이트가 발견된 것이다. 미국 기준치인 15ppb를 7배 이상 초과했고 최고 26배를 초과한 제품도 있었다. 그런데 에틸카바메이트는 발효나 숙성, 저장 과정에서 알코올(에탄올)과 요소가 자연적으로 반응하여 생기는 물질이다. 이 물질은 간장, 김치, 된장 등에도 들어 있다고 보고된 적 있다. 발암물질이 들어 있으니 간장이나 김치가 나쁘다는 것이 아니다. 중요한 것은 섭취량이다. 간장을 와인처럼 마시는 사람은 없을 테니 크게 걱정할 이유는 없다. 다만 발효 과정에서 유익한 성분뿐 아니라 해로운 물질이 만들어지는 경우도 있다는 것이다. 에탄올과 함께 만들어지는 고도 알코올인 퓨젤유는 레드와인을 마시고 생기는 두통이나 막걸리를 마시고 생기는 숙취의 원인 중 하나로 의심받고 있다.

아무나 집에서 발효식품을 만들어 먹을 수도 있지만, 사실 발효는 정교하게 제어해야 하며 따져볼 것 많은 과정이다.



답고 싶지 않았는데 결국... 아버지의 나쁜습관

많은 사람이 부모의 장점만 골라 답고 싶어 한다. 하지만 반대로 되는 경우가 흔하다. 자주 싸우는 부모를 보며 ‘나중에 결혼하면 배우자에게 잘해줘야지’라고 생각했어도 성인이 되고 결혼하면 부모처럼 상대를 대하는 경우가 많다. 또는 어릴 때 잔소리하고 간섭하는 부모가 싫었는데 성장한 자신이 주변 사람을 그렇게 대하고 있다.

자녀가 부모를 답는 데는 네 가지 이유가 있다. 첫째, 부모의 얼굴을 답듯 두뇌도 답는다. 두뇌는 인간의 성격과 기질을 결정한다. 평소 인자하고 느긋하던 사람도 두뇌를 다치면 기질과 성격이 정반대로 바뀌기도 한다. 둘째, 모방학습이다. 집에 있을 때 누워서 텔레비전만 보며 자녀에게는 부지런해야 한다고 말하는 부모가 있다. 하지만 자녀가 성인이 된 후 집에 있을 때면 누운 채로 텔레비전만 본다. 셋째, 가치관이다. 어려서부터 우리는 의식적·무의식적으로 옳고 그름에 대한 가치관을 부모에게서 주입받는다. 어떤 부모는 “성공이 세상에서 가장 중요하다”고 하고 누군가는 “돈이 세상에서 제일 중요하다”고 말한다. 자녀는 이러한 부모의 가치관에 일정 부분 영향을 받는다. 때로 부모의 가치관과 정반대로 행동하기도 한다. 이런 경우는 ‘역동일시’라는 용어로 표현한다. 지나치게 고지식한 부모의 가치관과 정반대로 매우 자유분방하게 살아가는 이도 있고, 이와 정반대의 경우도 있다. 넷째, 상황을 이어받는다. 인간은 유사한 상황에서 비슷하게 행동하는 성향이 있다. 예를 들어 경제력이 아예 없는 부모가 있다고 가정하자. 그들의 자녀는 맨바닥에서 인생의 첫걸음을 땀 수밖에 없다. 열악한 환경에서 살다 보면 불만이 많아질 수밖에 없다. 부모로부터 좋지 않은 환경을 물려받는 경우 부모와 비슷하게 행동할 확률이 올라간다.

배우자에게 냉담한 K 씨

“K 씨는 어릴 때 어머니에게 냉담한 아버지가 불만이었다. 크면 절대 그러지 않겠다고 다짐했다. 그런데 성인이 된 후 연애할 때면 어떤 이유에서인지 상대와 무덤덤해지고는 했다. 처음에는 상대 탓으로 여기고 따뜻하게 배려할 줄 아는 사람을 만나면 달라질 것으로 생각했다. 하지만 그런 상대를 만날 수 없어서 살다 보면 나아질 것이라고 여기며 결혼을 했다. 그러나 시간이 지나도 나아지기는커녕 배우자에게 냉담하게 대했다”

사람들은 익숙한 것을 답는 습성이 있다. 부모를 보며 자라기에 그 모습이 머릿속에 각인된다. 성인이 되어 연애할 때도 따뜻한 관계는 어색하고 무덤덤한 관계가 익숙해진다. 진정한 사랑을 만나면 자신의 태도가 바뀔 것으로 생각하지만 문제는 자신에게 있다. 누군가 자신을 열정적으로 사랑하면 마음이 불편해져서 핑계를 대며 거리를 두는 것이다. 자신을 행복하게 해줄 사람을 만나서 결혼하는 것이 바람직함을 알고 있다. 하지만 불편한 행복과 익숙한 냉담 사이에서 익숙한 냉담을 선택하게 된다. 문제가 있다고 배우자가 얘기하면 우리 부모는 다 그렇게 살았다며 합리화한다. 배우자와 다정하고 행복하게 지내고 싶다면 자신의 마음속 냉정함이 문제라는 것을 인정해야 한다. 누군가 그 마음을 녹여주기를 바라지 말자. 마음속 얼음송곳을 녹일 사람은 자신밖에 없다.



“인간의 가치관은 어려서부터 형성된다. 보고 배우는 것이 상당한 영향을 준다. 잔소리를 자주 들으면서 성장한 이들은 본인이 성인이 되어서도 잔소리를 하게 된다. 이런 상황에서 벗어나기 위해서는 우선 처지를 바꿔 생각하는 지혜가 필요하다.”

잔소리만 늘어놓는 M 씨

“M 씨는 어릴 때 잔소리만 늘어놓는 부모님이 싫었다. 학생 때도 지나치게 간섭하는 선생님을 보면 부모님이 생각나 반항하고는 했다. 회사에 다닐 때도 잔소리하고 간섭하는 상사가 가장 싫었다. 그런데 막상 본인이 승진해서 사람을 관리하는 입장이 되자 습관적으로 잔소리하게 되었고 결국 ‘꼰대’라는 소문이 났다. 집에서도 마찬가지였다. 자녀가 잘되라고 하는 얘기를 자녀는 잔소리로 여겼다. 누군가를 힘들게 할 의도는 아니었다. 하지만 결과적으로 사람들이 자신을 피하는 상황이 되어 화나고 슬펐다”

인간의 가치관은 어려서부터 형성된다. 보고 배우는 것이 상당한 영향을 준다. 잔소리를 자주 들으면서 성장한 이들은 본인이 성인이 되어서도 잔소리를 하게 된다. 그러다보면 사람들이 멀리해 소외감을 느끼며 상처를 받는다. 이런 상황에서 벗어나기 위해서는 처지를 바꿔 생각하는 지혜가

필요하다. 자신의 얘기를 듣게 되는 상대가 배우자일 수도 있고, 자녀일 수도 있고, 직장 후배일 수도 있다. 자신의 이야기를 듣는 상대가 누구든 그 사람이 어릴 때의 당신이라고 가정해보자. 그리고 현재의 당신을 과거의 부모님이라고 상상해보자. 지금 당신이 하려는 이야기를 어릴 때 부모님께 들었다면 기분이 어떨까. 그 상황에서 이야기가 공감되거나 수긍되지 않는다면 잔소리하는 것이고 쓸데없이 간섭하는 것이다. 그때는 말을 삼켜야 한다.

HIRA News

2018 January+February 01/02 Vol. 162



심평원 시무식

건강보험심사평가원은 1월 2일 본원 대강당에서 2018년 시무식을 거행했다. 이날 행사는 2017년 종합뉴스상영, 1·2급 임명장 수여식과 원장 신년사 등의 순으로 진행됐다. 김승택 원장은 “올해 가장 중요한 부분이 국정과제의 원활한 수행이며 우수한 우리 인력들이 맡은 바 임무를 열심히 해주기를 바란다”고 말했다. 시무식 이후 본원 및 서울사무소에서는 전 직원이 함께 새해맞이 떡국 나눔행사를 진행했다.



3급 이하 승진자 임명장 수여

건강보험심사평가원은 2월 5일 본원 대강당에서 3급 이하 승진자에게 임명장을 수여했다. 이날 임명장 수여식에서 김승택 원장은 “어느 어려움에도 어느 업무에도 흔들리지 않는 든든한 심사평가원의 일원으로 자리매김하게 되기를 바란다”고 말했다. 심사평가원 임직원들은 한마음 한뜻으로 승진자들을 축하해주었으며, 승진자들은 새롭게 각오를 다졌다.



글로벌지속가능발전포럼(GEEF)

건강보험심사평가원은 2월 8일 서울 연세대학교 백주년기념관에서 열린 글로벌지속가능발전포럼(GEEF)에 참석했다. 이날 심사평가원 류종수 국제협력단장은 ‘보편적 의료보장을 위한 심사평가원의 역할’을, 바레인 보건최고위원회 샤이크 모하메드 빈 압둘라 알 칼리파 의장은 ‘바레인 보건의료시스템 개혁’에 대해 발표했다. 이 포럼은 국제기구, 정부, 학계, 기업 등의 참여 속에 양질의 일자리와 경제성장 등 글로벌 사회 문제를 논의하기 위해 올해 처음 개최되었으며, 향후 지속적으로 글로벌 발전 방안을 모색할 예정이다.



‘2018 평창올림픽 성화봉송’ 환영행사 참가

건강보험심사평가원은 2월 2일 전 국민 참여 속에서 올림픽 분위기를 조성하는 대규모 이벤트 ‘2018 평창올림픽대회 성화봉송 환영행사’에 참여했다. 원주시는 총 63명의 주자가 29.8km를 200m씩 봉송했다. 심사평가원 직원들은 이날 행사에서 2018년 평창 동계올림픽의 성공적 개최를 한마음 한뜻으로 응원했다.



「with HIRA 대학생 서포터즈」 모집

건강보험심사평가원은 진료비확인 서비스의 운영방법 및 콘텐츠에 대한 국민 의견 반영으로 인지도 및 접근성을 향상시키고 외부 시각의 객관적 감시기능 활성화를 위해 ‘with HIRA 대학생 서포터즈’를 모집했다. 이번에 모집된 서포터즈는 3월부터 11월까지 활동하며, 진료비확인 업무 개선사항과 홍보 아이디어를 제안하는 등 다양한 활동을 펼칠 예정이다.



심평원 2018년 상반기

건강플러스 생명나눔 헌혈 실시

건강보험심사평가원은 2월 26일 본원, 2월 27일 서울사무소에서 희귀난치병 어린이가 돕기 건강플러스 생명나눔 헌혈 행사를 실시했다. 심사평가원은 매년 2회 전 직원이 참여하는 생명나눔 헌혈 캠페인 개최로 안정적 혈액공급과 헌혈증 기증을 통한 저소득계층 희귀난치병 환우 치료 등에 공헌하고 있다.

HIRA News



2018 January+February 01/02 Vol. 162



빅데이터 실습 Pilot 과정 실시

건강보험심사평가원은 2월 19일부터 2월 27일까지 민간일자리 창출을 위한 빅데이터 실습 Pilot 과정을 실시했다. 이 과정은 원주의료기기테크노밸리 기업체와 연세대학교 학생 등 16명이 참여하였으며 빅데이터 기초 이론, 데이터 탐색 및 처리 등의 내용으로 진행되었다. 심사평가원은 향후 이번에 운영된 교육과정에서 도출된 보완사항을 분석한 후 2018년 하반기에는 정례 교육과정으로 운영토록 검토할 예정이다.



심평원 건강나래 기자단 모집

건강보험심사평가원은 소셜미디어 채널 콘텐츠의 전문성 및 신뢰성 제고를 위해 기자단을 모집한다. 기자단은 총 22명으로 전문기자단 12명과 국민기자단 10명이다. 전문기자단은 의학전문, 약사, 트레이너 등이며, 국민기자단은 대학생, 주부, 일반인 등이다. 이번에 모집된 기자단은 활동기간 중 국민에게 유익한 콘텐츠를 제공할 예정이다.



심평원 부패방지 시책 4년 연속 '우수' 달성

건강보험심사평가원은 국민권익위원회에서 발표한 '2017년도 공공기관부패방지 시책평가'에서 우수기관으로 선정됐다. 국민권익위원회가 모든 공공기관을 대상으로 실시한 부패방지 시책평가 결과, 심사평가원은 2014년부터 4년 연속 '우수'등급 이상을 거두어 높은 부패방지 수준을 인정받았다. 특히 청렴생태계 조성 분야에서 제도화된 청렴추진체계에 따른 구성원의 참여 실적이 양호하고, 대내외 청렴교육 내실화가 우수하며 지역사회 청렴문화 활성화에 적극적으로 앞장서는 등 청렴문화 확산부문에서 우수한 평가를 받았다.

제15기 건강보험심사평가 최고위자과정 프로그램

주차	일자	강의 주제	주차	일자	강의 주제
1주	3월 20일	입학식	8주	5월 8일	보장성 강화
2주	3월 27일	보건의료 현황 및 심사평가원의 역할	9주	5월 15일	진료비 관리 (심사 및 사후관리 등)
3주	4월 3일	보건의료 정책 방향 등	10주	5월 29일	적정성 평가방향
4주	4월 10일	의료법, 진료비 청구 등 분쟁사례	11주	6월 5일	보건의료 빅데이터 활성화 방안
5주	4월 17일	제외국의 보건의료제도	12주	6월 12일	건강보험과 의약품 등재관리
6주	4월 24일	의료제도와 의료비	13주	6월 19일	특강(또는 토론회)
7주	4월 26-29일	국의 사례개발 연수	14주	6월 26일	수료식

심평원 '제15기 최고위자과정 수강생 모집'

건강보험심사평가원은 2월 1일부터 14일까지 제15기 건강보험심사평가원 최고위자과정 수강생을 모집했다. 2007년 처음 개설된 최고위자과정은 그 간 정부, 국회, 언론, 보건의약계 등 560여 명의 수료생을 배출했다. 이번 과정은 심사평가원의 주요업무인 심사평가, 약제 및 수가 관리 등에 대한 강의와 보건의료정책 주요 현안 토론 등으로 구성된다. 3~6월까지 매주 화요일 오후 7시부터 심사평가원 서울사무소(서초동)에서 진행된다.



심평원 요양기관 업무포털 사용설명회 개최

건강보험심사평가원은 3월 5일부터 9일까지 '요양기관 업무포털 및 영상정보 제출시스템 사용설명회'를 개최한다. 요양기관 업무포털은 요양기관과 심사평가원 간 심사평가 관련 정보를 제공하고 각종 업무를 처리하는 포털사이트이며, 영상정보 제출시스템은 요양기관이 심사참고자료 및 보완자료를 제출하는 온라인 시스템이다.



심평원, 노사가 함께하는 설 명절맞이 나눔행사 개최

건강보험심사평가원은 2월 13일 설 명절을 맞아 원주 지역사회와 함께 나눔행사를 가졌다. 이번 행사는 명륜사회복지관에서 황대능 노사복지부장 정의선 노동조합 부위원장이 참석한 가운데 원주 지역 소외계층에게 따뜻하고 풍성한 설 명절이 될 수 있도록 성금을 전달했다. 이날 전달된 성금은 직원들의 자발적인 성금과 노동조합의 후원금으로 마련됐다.



LETTER 독자의 편지

겨울철마다 발생하기 쉬운 뇌혈관 질환, 협심증 환자들에게 좀 더 알기 쉽고 상세하게 해당 질환을 설명해주셔서 감사합니다. 진료대기실에 상기 책자를 비치하여 환자들에게도 정보를 공유하도록 하겠습니다. 감사합니다.

서울특별시 강남구 유태경 님

찬바람이 부는 계절이 다가오니 걱정이 하나 더 늘었습니다. 팔순이 넘은 어머니가 협심증을 가지고 계시는데 혼자 계시다 보니 하루 한 번 전화로도 안심되지 않을 때가 있습니다. 당신께선 늘 괜찮다며 걱정을 덜어주려 하지만 일종의 노환 질환이기에 줄일 수는 있어도 낫기는 힘든 병이라 지켜볼 수만은 없어 늘 마음이 무겁습니다. 그래도 <건강을 가꾸는 사람들> 덕분에 좀 더 관심 가져야 할 부분들을 세심하게 알게 되어서 다행이고요. 감사합니다.

경상남도 김해시 이수현 님

‘행복하려면 분노를 조절하라’를 곱씹으며 읽었습니다. 막내아들이 게임을 좋아해서 늘 잔소리를 했는데 제 방식이 현명했을까 반성했습니다. 아이를 부모 기준으로 평가하는 대신, 자식 입장에서 생각해보려고 합니다.

서울특별시 송파구 이주현 님

CONGRATULATION 당첨을 축하합니다

2017년도 11·12월호 독자엽서 당첨자

유태경, 이수현, 이주현, 강은영, 임기동, 박민희, 김인정, 안향선, 김희용, 황수정

좋은 의견과 함께 퀴즈 정답을 맞힌 독자분들에게 도서상품권 등 소정의 상품을 보내드립니다. 많은 관심과 참여 부탁드립니다.

REQUEST 구독신청

건강을 가꾸는 사람들 구독신청

건강보험심사평가원 건강을 가꾸는 사람들 구독을 원하시는 분들은 hirasabo@hiramail.net 또는 033-739-0331로 연락해주시면 구독신청 세부절차를 안내해드리겠습니다. 건강을 가꾸는 사람들은 한정된 부수만 발간하며, 웹진(hirasabo.or.kr)으로도 보실 수 있습니다.



♡ 최저임금 보장 ♡

함께 사는 삶의 시작입니다

일자리 안정자금 신청하시고 사회보험료 지원도 챙기세요~



카드수수료 인하, 음식점 부가세 감면
상가임대료 경감도 있습니다.

근로복지공단

1588-0075

독자 설문조사

2018 1+2 Vol. 162

독자님의 성별과 나이는? ① 남() ② 여() / 나이(세)

독자님의 연락처를 적어주세요. 연락처()

독자님의 근무처는? ① 요양기관(의사□, 한의사□, 약사□, 간호사□, 사무□, 기타□) ② 의약단체 ③ 일반 회사원, 주부 및 학생 ④ 연구 및 학계 ⑤ 기타()

간행물 주요 내용 중 가장 관심 있게 읽은 콘텐츠는?(택 1)

① Theme Report ② 심사-평가정보 ③ 만나고 싶었어요 ④ 발길 가는 그곳 ⑤ 기타()

건강보험심사평가원 업무 내용 이해에 있어 간행물 <건강을 가꾸는 사람들>이 도움이 되셨나요?

① 많이 도움된다 ② 도움된다 ③ 보통 ④ 불만족(사유:)

간행물 <건강을 가꾸는 사람들>에 대한 개선 사항(전하고 싶은 이야기)을 남겨주세요.

이용자는 해당 개인정보 수집 및 이용 동의에 대한 거부 권리가 있습니다.
1. 개인정보의 수집 이용목적: 독자엽서 당첨자 상품권 발송, 독자설문 조사 등 서비스 제공에 관련된 목적으로 개인정보 수집
2. 수집-이용 개인정보 항목: 이름, 주소, 전화번호
3. 개인정보 보유 및 이용 기간: 동의일로부터 2년
*상기 내용을 읽고 개인정보 수집-이용에 동의합니다. 동의함□ 동의하지 않음□

PUZZLE

1		B				C
	2					
		3				
A						
4						

- 가로열쇠**
- 고혈압을 예방하고 관리하는 식요법의 기본은 ○○○이다. (8쪽 참고)
 - 고혈압은 ○○의 압력이 높아진 상태를 말한다. (7쪽 참고)
 - 은 국민들이 의약품을 안전하게 복용할 수 있도록 도와주는 서비스이다. 의사가 환자에게 약을 처방할 때 한 번, 약사가 조제할 때 다시 한 번 의약품 안전 여부를 실시간으로 점검하여 의사와 약사에게 알려준다. (28쪽 참고)
 - 은 2016년 우리나라 사망원인 중 암을 제외한 단일질환으로는 1위이며, 사망률이 지속적으로 증가하고 있는 추세이다. (22쪽 참고)

- 세로열쇠**
- 구천동 33경 중 핵심 구간을 다듬어 '구천동어사길'이 조성돼 있다. 이 길은 어사 박문수가 구천동을 찾아 어려운 ○○을 헤아렸다는 설화가 전해온다. (49쪽 참고)
 - 고혈압의 원인은 다양하고 복합적인데, 나쁜 ○○○과 생활습관이 쌓여 소리 없이 서서히 찾아온다. (9쪽 참고)
 - 은 발효나 숙성, 저장 과정에서 알코올(에탄올)과 요소가 자연적으로 반응하여 생기는 물질이다. (53쪽 참고)

우 편 엽 서

보내는 사람

이름 _____

주소 _____

□ □ □ □ □ □



강원도 원주시 혁신로 60(반곡동, 건강보험심사평가원) 고객홍보실 홍보부 <건강을 가꾸는 사람들> 담당자

2 6 4 6 5

「건강을 가꾸는 사람들」을 받아보시는 분들 중 주소변경, 구독취소 등을 원하시는 경우 연락주시기 바랍니다. (엽서 회신 또는 전화 033-739-0331)

