



생활 속 의료기기 & 유전자 이야기

건강한 몸을 이해하는 시간

전북우리사이 온기순환 7회차 교육

무엇을 배워볼까요?



① 생활 속 의료기기 알아보기

병원과 우리 집에서 만나는 의료기기, 검사에 대한 궁금증까지



② 의료기기 올바르게 사용하기

사용·검사 전 준비·보관 관리·문제 발생 시 대처법



③ 유전자와 가족력 이야기

나를 닮게 만드는 몸속 설명서와 건강을 지키는 습관



PART 1

생활 속 의료기기 알아보기

병원과 일상에서 만나는 의료기기를 살펴봐요

병원에서 자주 사용하는 의료기기



청진기

심장과 폐 소리를 들어 건강 상태를 확인해요



혈압계

혈관에 가해지는 압력을 재서 심혈관 건강을 살펴봐요



체온계

체온을 재서 염증이나 감염 여부를 확인해요



초음파기기

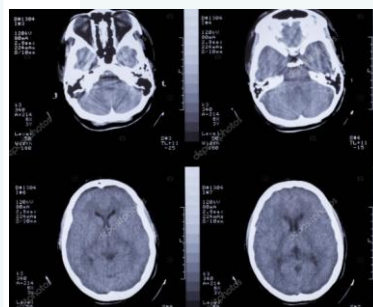
소리의 울림으로 통증 없이 몸속 장기를 살펴봐요

CT · MRI · X-ray · 초음파, 무엇이 다를까요?



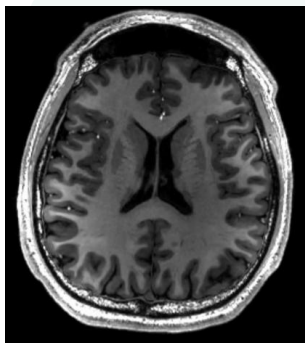
X-ray

방사선으로 짧은 시간에 뼈나 폐 모양을 찍어요



CT

여러 각도의 X-ray를 모아 몸속을 입체적으로 자세히 봐요



MRI

강한 자석과 전파로 방사선 없이 아주 선명한 영상을 얻어요



초음파

소리의 울림으로 방사선 없이 장기와 태아 등을 살펴봐요

검사, 이것도 궁금하셨죠?



Q

검사가 많이 아플까요?

대부분 통증이 없어요. 다만 조영제 주사를 맞을 때는 잠깐 따끔할 수 있어요

Q

검사 시간은 얼마나 걸리나요?

X-ray·초음파는 몇 분이면 끝나지만, CT·MRI는 15~40분 정도 걸릴 수 있어요

Q

MRI 검사 중에 시끄러운 소리가 나나요?

네, 자석이 작동하는 큰 소리가 나요. 미리 귀마개를 준비해드리니 걱정하지 마세요

Q

검사 결과는 언제, 어떻게 알 수 있나요?

보통 며칠 안에 담당 의사가 결과를 직접 보여주며 설명해드려요

일상에서 사용하는 의료기기



체온계

발열 여부를 확인해 감염이나
염증을 초기에 알아차려요



보청기

소리를 증폭해 난청이 있어도
대화를 잘 들을 수 있게 도와
줘요



혈압계

매일 같은 시간에 재면 혈압
변화를 스스로 관리할 수 있
어요



혈당측정기

혈당 수치를 확인해 당뇨 관
리와 식습관 조절에 도움을
줘요



PART 2

의료기기 올바르게 사용하기

안전하게, 그리고 정확하게 사용하는 법을 알아봐요

의료기기 사용 시 주의사항



사용 설명서를 먼저 읽어요

1

기기마다 사용법과 측정 방식이 달라서, 잘못 사용하면 결과가 부정확해질 수 있어요

몸에 이상이 있으면 바로 알려요

2

어지럽거나 아프면 참지 마세요. 검사나 측정을 잠시 멈추고 의료진에게 바로 말씀해주세요

고장 나거나 오래된 기기는 사용하지 않아요

3

정확하지 않은 결과는 건강 상태를 잘못 판단하게 만들어 오히려 위험할 수 있어요



검사 전 알아두면 좋은 사항

1

금식이 필요한 검사인지 확인해요

위나 혈액 속 음식물 성분이 섞이면 검사 결과가 부정확해질 수 있어요

2

몸에 지니고 있는 금속을 미리 알려요

MRI는 강한 자석을 이용하는 검사라, 인공관절·심박동기·보청기 같은 금속이 있으면 위험하거나 영상이 흐려질 수 있어요

3

복용 중인 약을 의료진에게 알려요

혈액을 묽게 하는 약 등 일부 약은 검사 전에 잠시 중단해야 할 수도 있어요

4

약물이나 조영제 알레르기가 있다면 미리 말해요

검사 중 사용하는 약물에 갑작스러운 알레르기 반응이 나타나는 것을 막기 위해서예요



의료기기 안전하게 보관·관리하는 법

1

정해진 자리에, 습기와 직사광선을 피해 보관해요

온도와 습도 변화가 크면 배터리 성능과 측정 정확도가 떨어질 수 있어요

2

정기적으로 점검하고 오차를 확인해요

오래 사용한 체온계나 혈압계는 실제 수치와 조금씩 차이가 날 수 있어요

3

사용 후에는 깨끗하게 소독해요

청진기, 혈당측정기 채혈기 등은 세균 감염을 막기 위해 위생 관리가 꼭 필요해요

4

측정값이 이상하면 병원에 먼저 확인해요

기기 오차인지 실제 건강 문제인지는 전문가가 함께 확인해야 정확해요



기기에 문제가 생겼을 때 대처법

1

혈압계 수치가 켈 때마다 달라요

자세와 팔 높이를 확인하고, 5분 정도 안정을 취한 뒤 다시 측정해보세요

2

체온계가 오류 표시를 보여줘요

배터리를 새것으로 갈아 끼우거나, 겨드랑이 등 다른 부위로 다시 측정해보세요

3

보청기에서 소리가 안 나거나 찢어져 들려요

배터리와 볼륨을 먼저 확인하고, 계속되면 청력클리닉에 문의해요

4

혈당측정기 수치가 평소와 많이 달라요

손을 깨끗이 씻고 새 테스트지로 다시 측정한 뒤에도 이상하면 병원에 문의해요



잠깐, 함께 생각해봐요

퀴즈 & 질의응답

우리 집에는 어떤 의료기기가 있나요?
오늘 새롭게 알게 된 기기가 있다면 함께 이야기해봐요.



PART 3

유전자와 가족력 이야기

나를 나답게 만드는 몸속 설명서를 알아봐요

유전자, 우리 몸의 '설명서'예요



유전자는 부모님에게서 물려받아 **나를 나답게 만드는 정보**예요.

키, 눈 모양, 혈액형 같은 특징들이 유전의 영향을 받을 수 있어요.

함께 이야기해봐요

?

“자녀와 닮았다고 들어본 적 있으신가요?”

유전자는 어떻게 담겨 있을까요?



- 우리 몸의 세포 하나하나에는 46개(23쌍)의 염색체가 있어요
- 그중 23개는 아버지에게서, 나머지 23개는 어머니에게서 물려받아요
- 이 염색체 속에 유전자가 실처럼 촘촘하게 담겨 있어요



그래서 우리는

부모님 두 분의 특징을 함께 물려받아, 나만의 고유한 모습이 만들어지는 거예요.

가족력, 안다면 미리 준비할 수 있어요

가족력이 있다고 **반드시** 병에 걸리는 것은 아니에요. 운동과 식습관 같은 **생활습관**도 매우 중요해요.

대표적인 질환



고혈압



당뇨병



치매



일부 암



가족력, 이렇게 기록해보세요

1

부모님과 형제자매의 주요 질환을 적어봐요

고혈압, 당뇨, 심장병, 암 등 앓았거나 앓고 있는 병을 떠올려봐요

2

발병했을 때의 나이도 함께 기록해요

몇 살에 병을 진단받았는지가 위험도를 파악하는 데 큰 도움이 돼요

3

병원 진료 전에 의료진에게 보여드려요

정확한 가족력 정보는 검진 항목과 주기를 정하는 데 큰 도움이 돼요

OX 퀴즈

Q1

부모님이 당뇨면 나는 반드시 당뇨다.

Q2

운동과 식습관은 질병 예방에 도움이 된다.

Q3

가족력이 없으면 정기검진을 받지 않아도 된다.

OX 퀴즈

Q1

부모님이 당뇨면 나는 반드시 당뇨다.



Q2

운동과 식습관은 질병 예방에 도움이 된다.



Q3

가족력이 없으면 정기검진을 받지 않아도 된다.



유전자 검사, 병원에서 이렇게 활용해요



- 병원에서 혈액이나 조직으로 검사를 진행해요
- 고혈압, 당뇨, 일부 암 등 특정 질병의 위험도를 미리 알아볼 수 있어요
- 위험도가 높게 나오면 더 자주 검진받거나 생활습관을 미리 관리할 수 있어요
- 검사 전 의료진과 상담해 결과의 의미와 한계를 함께 확인하는 것이 좋아요



꼭 기억해요

검사 결과가 미래를 확정하는 것은 아니에요.



예방을 위해 실천할 수 있는 것들

1

균형 잡힌 식사와 싱겁게 먹는 습관

고혈압과 당뇨의 위험을 낮추는 데 큰 도움이 돼요

2

매일 30분 정도 걷기 등 규칙적인 운동

혈관 건강을 지키고 혈당 조절에도 도움이 돼요

3

정기적인 건강검진 받기

가족력이 있다면 더 자주, 더 이른 나이부터 검진을 시작하는 것이 좋아요

4

금연과 절주

여러 만성질환의 위험을 크게 줄여주는 가장 확실한 습관이에요



오늘 함께해 주셔서 감사합니다

궁금한 점은 언제든지 편하게 질문해 주세요