

버겐 카운티

지역사회 건강 증진 계획서

CHP

2006년 9월

버겐카운티, 뉴저지

p2 CHIP 조직위원 및 기관

- ◆ 알렌데일 교육국
- ◆ 전미 암 협회, 북부뉴저지 지부
- ◆ 전미 적십자, 버겐&허드슨 지부
- ◆ 뉴저지 Amerigroup
- ◆ Atlantic Stewardship 은행
- ◆ 버겐 커뮤니티 칼리지
- ◆ 버겐 카운티 도서관 협회
- ◆ 버겐 카운티 보건국
- ◆ 버겐카운티 인사과
- ◆ 버겐카운티 지역개발과
- ◆ 버겐카운티 다 문화 지역사회 사무소
- ◆ 버겐카운티 의료협회
- ◆ 버겐카운티 공중 간호사 협회
- ◆ 버겐카운티 경찰국
- ◆ 버겐카운티 학부모/교사 협회
- ◆ 버겐카운티 공중보건 협력단체
- ◆ 버겐카운티 United Way
- ◆ 버겐카운티 청소년 봉사 위원회
- ◆ 버겐 가족센터
- ◆ 버겐 지역 의료 센터
- ◆ 버겐필드 보건국
- ◆ 버겐 자원봉사 의료 이니셔티브, Inc.
- ◆ Buddies of New Jersey, Inc.
- ◆ 케어 원 벨리
- ◆ 케어 플러스 뉴저지, Inc
- ◆ 알코올&약물자원 센터, Inc
- ◆ Citizens-at0large
- ◆ 콜럼비아 치과대학
- ◆ 콜럼비아 보건대학
- ◆ 포괄적 행동 보건관리, Inc
- ◆ 잉글우드 병원/의료센터
- ◆ Fairleigh Dickinson 대학교
- ◆ 버겐카운티 걸스카웃 위원회
- ◆ 헤켄섹 보건국
- ◆ 헤켄섹 대학 의료센터
- ◆ 홀리네임(Holy Name) 병원
- ◆ Horizon 뉴저지 의료보험
- ◆ 뉴저지 한미 연합회
- ◆ Lakeland 은행

- ◆ Mount Olive 침례교회
- ◆ 100 인 흑인여성 전국연맹
- ◆ 새소망 침례교회
- ◆ 뉴저지 시립대학
- ◆ 뉴저지 지방 보건국 자문위원협의회
- ◆ 뉴저지 퇴직자 협회
- ◆ 뉴저지교육국, 버겐카운티 사무소
- ◆ 북부뉴저지 모자,녀(母子,女) 건강협의회
- ◆ 파라무스 보건국
- ◆ 지역사회 보건 동우회, Inc.
- ◆ 라마포(Ramapo) 칼리지
- ◆ 실시간 영양섭취, Inc
- ◆ 리지우드 YMCA
- ◆ Haworth 성심교회
- ◆ 티넥 보건국
- ◆ 벨리 병원

p3 목차(Table of Contents)

전망과 의의(vision & Values)	4
집행위원회 요약.....	5
체계:전략적 계획 모델.....	6
공중보건 주요 현안문제 및 해결방안	
현안문제1: 의료 서비스 접근성	12
현안문제2: 정신건강	15
현안문제3: 비만-영양과 신체활동	18
현안문제4: 술, 담배 및 기타 약물	22
현안문제5: 보건 현안 문제에 관한 정보 교환	25
미래의 향방(The Path Ahead).....	28
지역사회 자원 및 기부자들	29
주요 보건문제 특별 전담 위원회 명단	30
건강 증진을 위한 10가지조언	31

버겐카운티(County of Bergen)

데니스 맥너니 카운티 행정관(Dennis McNerney ,County Executive)

버겐카운티 보건국 (Bergen County Department of Health Services)

버겐카운티 공중보건 파트너십,Inc (Bergen County Public Health Partnership, Inc)

버겐 카운티 지역보건 파트너십, Inc (Bergen County Community Health Partnership, Inc)

버겐카운티 CHIP 위원회는 아래와 같은 비전과 가치를 받아들인다.

비전(Vision)

->버겐카운티 주민들이 깨끗하고, 안전하며, 경제적으로 안정된 발전을 하고있는 지역 사회의 적극적인 후원 아래 최적의 건강, 웰빙과 질높은 삶을 이룰 수 있는 재원을 마련할 것이다.

->지역사회 주주들은 더욱더 건강한 버겐 카운티 설립을 위해 재원을 창출하고 투자하는데 협력 할 것이다.

가치(Values)

체계적인 사고

의견교환

비전의 공유

계량화 된 평가

전략적인 사고

실천

성공의 축하

협력

Executive Summary(집행 위원회 요약)

버겐카운티 CHIP 위원회는 2년간 전략적 기획 과정을 거쳐 탈고한 지역사회 건강 증진 계획서를 카운티 주민, 지역사회 각종 기관 및 시민단체 들에게 발표하게 되어 기쁘게 생각합니다.

버겐카운티 CHIP 위원회는 지역사회의 광범위한 시각과 보건의 정의를 결정하는데 대표적인 역할을 한 50개 이상의 기관과 개인들로 구성되어 있습니다.

지역사회 건강 증진 평가서는 양적, 질적인 면을 모두 고려하였습니다. 지역토론회, 포커스 그룹(집중토론회), 전화 설문조사를 통하여 주민들의 정보 및 데이터를 수집하였습니다. 또한 지역사회의 건강 상태와 지역보건국 활동 데이터 분석은 다른 영향력 있는 계획서와 함께 가까운 미래의 공중보건에 영향을 끼칠 것입니다. 모아진 정보들은 CHIP 위원회의 검토 아래 다섯 가지로 구별된 건강증진 문제들로 분리 되었습니다.

- | | |
|----------------|----------------------|
| 1. 의료서비스 접근성 | 4. 술, 담배 및 기타 약물 |
| 2. 정신건강 | 5. 보건 현안 문제에 관한 정보교환 |
| 3. 비만-영양과 신체활동 | |

위의 현안 문제들과 관련하여 목적, 목표, 제안된 전략, 장애물, 그리고 지역재원은 건강증진계획서 안에 포함되어 있습니다.

다음단계는 3년 주기의 활동을 기준으로 가장 적합하고 전망이 좋은 전략을 이행하는 것입니다. 현재 다섯 가지 건강 증진문제를 개선하는데 힘 쓴 개인과, 단체들이 속한 특별 대책본부는 새롭게 조직되었습니다. CHIP 위원회에 속한 여러 특별 대책 위원들은 지역 주민들이 적극적인 참여를 장려하고 있습니다.

CHIP 의 과정은 공익을 위해 지역사회에 참여하는 야심적이고 대담한 노력입니다.

어느 단체도 지역사회 건강을 최적의 수준 또는 현재의 수준으로 유지하기 위해 필요한 좀 더 깊이 있는 정보를 가지고 있지 않습니다. CHIP 의 과정은 협동작용으로 일어나는 상승효과에 근거를 두고 있습니다. CHIP 의 또 다른 주안점은 계획이 지역사회로부터 근거하며 계획의 실행은 더 큰 투자를 이끌어 냅니다.

CHIP 실천단계에 들어가기에 앞서, 주민들과 지역사회 단체들은 CHIP 과정에 협력해 주시기 바랍니다. 더 자세한 정보를 원하시면, 이 책자 28페이지를 참고 하시기 바랍니다. 주요 건강 문제, 지역 주민, 지역 현안 문제를 포함하여 지역 주민들과 지역 사회 기관들은 버겐 카운티를 일하고 사는데 건강한 장소가 될 수 있도록 협력 할 것입니다.

공중 보건에 우선적인 현안 문제 및 해결 방안

ISSUE ONE(현안 문제 1):

의료 서비스의 접근성 (Access to Health Care)

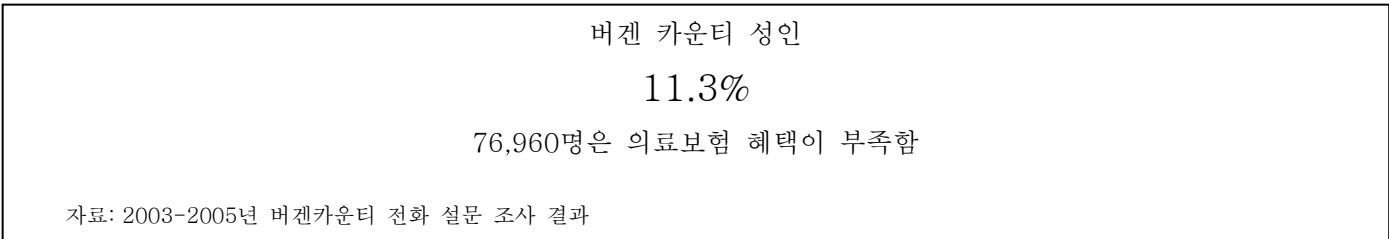
지역사회 주민의 주요 관심사항을 알아보기 위해 3가지 방법을 동원하였다: 지역 토론회(Community forums), 포커스 그룹(집중토론회), 그리고 1000명을 대상으로 한 전화 설문조사 방법을 사용하였다. 조사 및 평가 내용 중, 의료 서비스의 접근성이 가장 주요한 관심 사항으로 나타났다.

지역토론회 참여자들 대부분이 의료 서비스의 접근성을 주요 현안 문제로 거론 하였다. 세부사항을 살펴보면, 예방적 의료 서비스(Preventive Health Care), 장기간 의료서비스(Long-term Care), 치과 서비스 및 처방 약 서비스의 부족이 포함되어 있다. 토론회 참여자의 3분의 1 이상이 의료서비스의 접근성을 주요 현안 문제로 손 꼽았다.

이민자와 남성 및 여성으로 구성된 포커스 그룹은 대중교통의 부족과 영어사용 구사능력의 부족이 큰 장애물로 지적하였으며, 아울러 어려운 의료서비스의 접근성을 주요 현안 문제로 꼽았다. 특히, 변화 평가단(Forces of Change Assessment)의 요청에 따라 대중교통은 모든 연령층이 동등하게 이용할 수 있도록 법적으로 규정되어 있지만, 노년층을 위한 대중 교통수단이 상대적으로 부족하다고 주장하였다.



예방접종은 노인과 어린이를 위한 예방적 의료서비스의 중요한 측면이다. 의료의 “Home”이라 불리는 의료보험이 없는 주민들, 언어, 문화 및 여러 장벽에 직면한 주민들은 예방적/지속적인 의료서비스 혜택을 받는데 커다란 어려움을 겪는다.



<p>목표에 영향을 미치는 자원</p> <ul style="list-style-type: none"> *연방정부 프로그램의 증가 *비영리 건강 클리닉 *무료 또는 인하된 가격의 처방약 프로그램 	<p>정신건강 목표와 지침</p> <ul style="list-style-type: none"> *정형외과 초기 진료를 89% 이상 증진시킨다. *일대 치료가 가능한 진단 (Ambulatory care sensitive diagnosis) 과 관련, 65 *문화적 해체인 1000명당 13명; *역외 해체 자원 대비 100명당 23명 수준으로 병원 입원비율을 낮춘다.
<p>위험요인:</p> <ul style="list-style-type: none"> *낮은 연 소득 *청소년층 *최근 이민자들 *소기업의 직원들 *파트타임 직원들 	<p>목표달성 추진 요소</p> <ul style="list-style-type: none"> * 기초 의료서비스 제공을 연방정부 빈곤수준 200% 이하까지 확대시킨다. * 무료 의료서비스 기관과 사회 복지 기관 및 다른 의료 서비스 기관간의 추천 시스템과 상호 협력 강화. * 문화적 서비스 보급의 향상.
<p>목표에 영향을 미치는 요인:</p> <p>직접요인:</p> <ul style="list-style-type: none"> *의료보험 혜택의 불충분 *빈곤 *비용 *치료비의 부족과 잘못된 사용 <p>간접요인:</p> <ul style="list-style-type: none"> *고용에 따른 의료보험혜택 체계 *교육의 부족 *직업의 부족 *약물남용 	<p>중재 전략</p> <ul style="list-style-type: none"> * 무료 의료서비스 기관으로의 추천 시스템 인식 향상 * 어린이 의료보험 가입과 무료 또는 낮은 가격의 건강보험 가입 장려 (예, 어린이 재난 기금) * 무 보험자를 위해 무료 서비스를 제공하는 비영리 의료단체 건립 지지 * 병원에 지원금 또는 추가 혜택을 제공하여 자발적으로 무료 의료단체와의 연구실 및 방사선실 공유를 장려 * 무료 또는 인하된 가격의 처방 약 프로그램 인식 향상 * 예방 의료서비스의 적합한 사용에 대한 인식 향상 * 건강교육을 통한 의료 서비스접근성 증가 * 의료 혜택의 장애물 감소 지지 * 모든 진료소에서 의료 서비스에 필요한 기초검진을 실시 하도록 지원 * 버겐 카운티의 생계비와 관련하여, 연방과 주정부가 주관하는 프로그램 지침서를 재검토하고 적절치 않은 내용의 변경을 촉구

의료 서비스의 접근성 (계속...)

현재 이민자들은 조기진료 대신으로 병원 응급실을 이용하고 있지만, 이것은 이민자들의 필요에 의한 부적절한 방법이다. 이민자들은 불편하고 불충분한 병원 응급실 의료 서비스 제공에 불만을 표시하며, 또한 이중언어 서비스 및 자료부족에 대해 불평한다. 건강보고서에 의하면 버겐 카운티에 살고 있는 주민들 중 13%가 영어를 잘 구사하지 못하는 것으로 나타났다.

주민들은 보다 더 쉽게 접근 할 수 있는 의료서비스를 원한다고 응답했다.

전화 설문조사 결과, 무려 60%의 카운티 주민들은 예방의료 서비스가 지역사회에서 꼭 향상 되어야 하는 문제라고 응답했다. 그리고 연방정부 빈곤수준 200% 이하 주민들은 더욱 절실히 필요하다고 응답했다.

설문조사 통계:

***버겐카운티에 거주하는 성인 중 11.3%가 건강보험 미 가입**

***버겐카운티에 거주하는 성인 중 18.8%는 높은 가격 때문에 지난 12개월 동안 처방 약 구입 불가**

***버겐카운티에 거주하는 성인 중 12.7%는 높은 가격 때문에 지난 12개월 동안 치과 진료 불가**

모든 주민들이 혜택 받을 수 있는 의료보험이 없기 때문에, 의료 서비스의 접근성은 지역사회에서 가장 중요한 현안 문제로 볼 수 있다. 고가의 진찰비, 처방 약, 그리고 치과 진료 비 때문에 지역 주민들은 진료를 망설인다. 그럼에도 불구하고 지난 몇 년간 더 많은 버겐 카운티 주민들이 전국적인 지역 주민들 보다 더 많은 치과진료를 받았으며 “건강한 사람들 2010 (Healthy People 2010)의 목표 “정기적 치과 검진”에서 만족할만한 성적을 거두었다.

버겐카운티 성인 **58.9%**, (401, 146명)이 예방 의료서비스는 지역 사회에서 꼭 향상되어야 한다고 느끼고 있었다.

버겐카운티 연방정부 빈곤수준 200%이하 연 소득자들 중 71.6%가 위의 사항에 동의하였다.

열명 중 한명은 의료보험 혜택 부족

특정 분야에서는 전국적인 평균치를 넘어섰지만, 지난 몇 년간 버겐카운티에 거주 하는 무 보험 성인과 어린이의 정기적인 의료 검진율은 매우 낮게 나왔다. 전국적으로 실시한 의료 검진 조사에서는 버겐카운티가 가장 높은 점수를 받았지만, 대부분 의료 보험이 없어 -Healthy People 2010의 목표- 많은 어려움을 겪고 있다. 조사에 따르면, 버겐 카운티의 성인 열명 중 한 명 이상이 의료보험 없이 자신의 건강을 유지하고 있는 것으로 밝혀졌다.

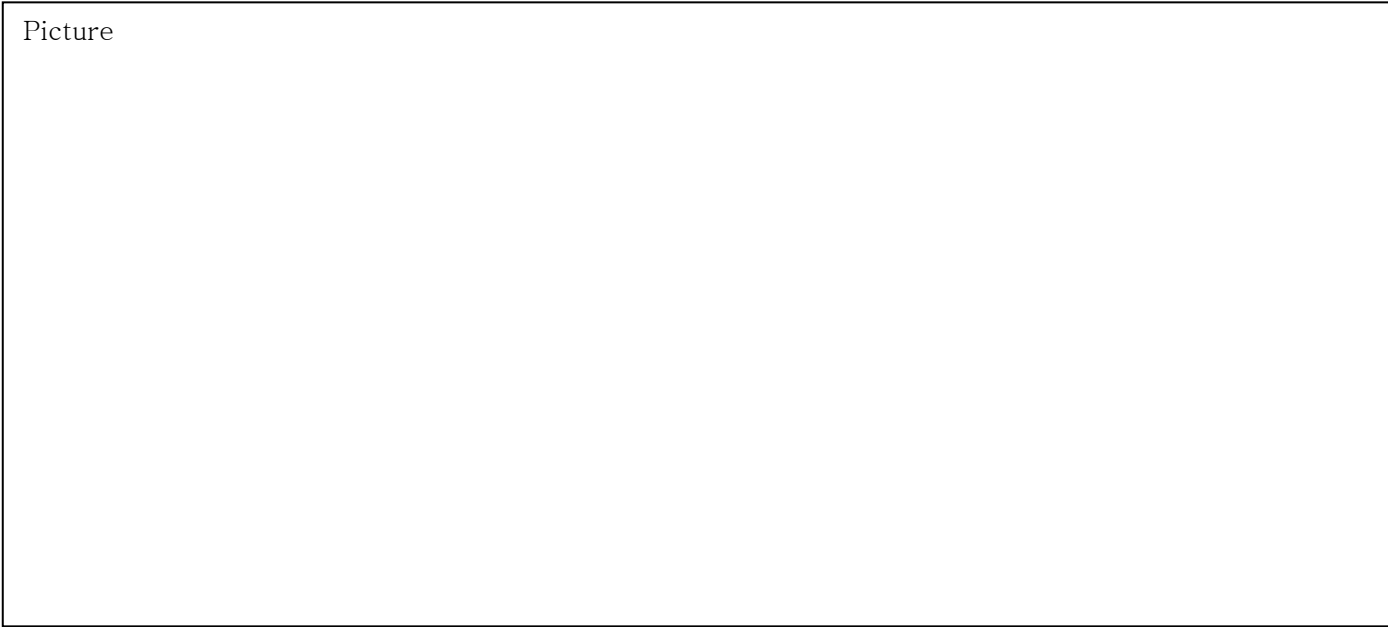
주민들은 포커스 그룹이나 지역 토론회를 통해서 향상된 의료서비스 접근성을 강력히 주장하고 있다. 변화평가단(The Forces of Change Assessment)은 향상된 의료서비스 접근성의 중요성을 가장 중요한 논점으로 부각시키고 있다. 경제현황에 대한 토론에서 변화 평가단 관계자들은 늘어가는 무보험 주민들과,병원들이 직면한 부담요인들, 즉 자선 의료서비스 기금(Charity care funding)으로 치료 받는 환자로 인한 부담에 대해서도 언급하였다. 또한 음식과 같은 기본적 생활요구의 충족과 의료비 및 처방 약 비용 지불에 대해서도 논의 하였다.

Issue Two(현안 문제 2): 정신건강(Mental Health)

지역토론회에 참여한 주민들은 정신 건강에 대하여 심각한 우려를 표명하고 있으며, 처음 토론회 시작할 때 보다 결론 부분에서 많은 좋은 의견들이 제안 되었던 주제들 중 하나였다. 참여자들중 거의 다섯명중 한명은 정신건강의 중요성의 순위를 첫번째나 둘째번으로 중요하게 손꼽았다.

참여자들은 정신 질환자로 진단된 사람들을 위하여 더 많은 의료 서비스 인력과 지원, 교육, 생계보조, 직업교육과 취업을 요구하였다. 또한 생활 환경에서 오는 압박감과 스트레스에 관련한 정신건강 문제에 대해서도 언급하였다. 스트레스는 공중보건 문제로서 모든 지역 주민들(아이들 포함) 에게 영향을 준다고 판단하였다. 정신건강 문제를 일으키는 요인은 바쁜 도심 속 생활 그리고 소유할 수 없는 생활양식의 동경에 있다.

Picture



주민들은 정신질환자 들과 스트레스, 불안, 그리고 우울증을 겪고있는 사람들이 필요로 하는 도움을 줄 수 있는 정신 건강 문제를 주요한 보건 현안 문제로 인식하고 있었다. 후원조직을 구성하고 지역 사회에 대한 소속감을 키워주는 것이 정신건강을 장려하는 요소들이다.

버겐 카운티 성인 세 명중 한명, **32.2%**가 직업과 관련된 스트레스를 받는다고 답하였다.
그 중 9% 는 과도한 직장관련 스트레스를 받는다고 답했으며, 많은 스트레스를 받는다고
답한 사람이 23.3%이다.

청소년 층은 스트레스와 불안에 대해, 노년층은 우울증과 소외감에 대해서 언급

정신건강 문제에 대한 염려는 포커스 그룹에서 다시 거론되었다. 대부분의 참가자들은 우울증, 불안감, 그리고 스트레스를 가장 심각한 문제라고 지적 하였다. 청소년들은 학업과 집단에서 오는 스트레스가 가장 많은 영향을 준다고 답했다. 더불어 변화평가단은 아이들의 정신건강에 관한 문제, 집단 괴롭힘과 따돌림(인터넷을 통한 따돌림 혹은 헐박)에 커다란 관심을 나타냈다.

노년층은 집중토론회에서 우울증과, 소외감에 대해 관심을 표명하였다. 변화평가단 참여자들은 인구의 노령화에 따른 문제점으로 정신건강에 관계되는 서비스를 포함, 더 많은 노인복지 시설의 건립을 제안 함으로써 토론회의 걱정을 한층 덜어주었다.

의료서비스의 접근성과 낙인(과거의 경력이 현재에 미치는 영향)의 문제점

집중토론회 참가자들은 우울증이 개인이나 개인의 가족에 미치는 영향이 가장 크다고 논의 하였다. 전화설문조사 결과, 자가 진단 우울증(Self-Reported Depression)의 수치는 버겐 카운티가 전국에서 가장 낮은 것으로 나타났다. 하지만 이민자들의 경우, 언어의 장벽으로 인하여 치료에 어려움을 겪고 있는 현안 문제가 표출되었다. 모든 토론회 참가자들은 정신질환으로 연결되는 낙인이 여전히 문제로 남아있음에 동의했으며, 더 많은 정신질환의 원인과 치료방법에 관한 교육이 절실히 필요하다고 논의하였다.

전화 설문조사 결과:

*버겐카운티 성인중 9%가 직업과 관련 과도한 스트레스를 받는다고 응답

*버겐카운티 성인중 23.3% 가 직업과 관련 많은 스트레스를 받는다고 응답

*버겐카운티 성인들은 지난달 중 평균 27일이 정신이 건강했던 날이라고 응답

정신건강 서비스의 충분성

전화설문조사 응답자 중 40%가 지역사회의 정신건강 문제는 심각하거나 또는 고려해야 할 문제라고 답했다. 변화평가단은 지난 2001년 9월11일 보안의 허술함으로 수천명의 사상자를 내고, 국민들에게 커다란 충격을 안겨 준 월드트레이드 센터 테러사건 이후 더 많은 정신건강 서비스를 요구하였다.

버겐카운티 성인중 **52.4%**(356,887명)은 지역사회에 충분한 정신건강 서비스가 제공되어야 한다고 주장했다. 연방정부 빈곤수준 200% 이하 주민들은 68% 가 동의했다.

- 2003-2005년에 버겐카운티 전화 설문조사 자료

한편, 전화 설문조사 결과, 버겐 카운티 성인의 52% 이상이 정신건강 서비스가 지역사회에서 개선되어야 한다고 하였으며, 연방정부 빈곤수준 200% 이하 거주자들은 더욱더 절실히 필요로 하는 것으로 드러났다.

<p>목표</p> <p>지역 사회 정신건강 증진</p>	<p>예상목표와 지침</p> <p>*건강한 정신으로 일상생활 하는 날을 30일중 27일에서 28일로 증가</p> <p>*지난 30일 중 7일 이상 자기의 정신건강에 문제가 있다고 대답한 성인 비율의 감소</p>
<p>위험요인</p> <p>가족내력</p> <p>의료서비스 접근성의 부족</p>	<p>목표달성 추진 요소</p> <p>*정신건강 서비스 접근성을 개선</p> <p>*지역사회에서 정신질환 낙인자를 감소</p> <p>*정신과 의료시설과 다른 서비스 단체의 연결 체계 확립 및 추천 시스템의 개선</p> <p>*문화적, 언어적으로 유능한 정신과 의료종사자의 비율 향상</p>
<p>목표에 영향을 끼치는 요인:</p> <p>직접요인:</p> <p>가난</p> <p>노령</p> <p>의료보험의 혜택불가</p> <p>약값과 치료비용</p> <p>불가능한 치료공급원</p> <p>불가능한 각문화의 유능한 서비스 낙인</p> <p>가정폭력</p> <p>치료 될수 있는 것에 대한 인식부족</p> <p>간접요인:</p> <p>지나친 약물복용</p> <p>사회적 태도</p>	<p>중재전략의 압시</p> <p>*정신건강 서비스 기관의 추천시스템과 전화상담 시스템에 대한 인식의 향상</p> <p>*지역사회의 정신건강 시스템 사용과 인식의 향상</p> <p>*종업원 지원 프로그램에 대한 인식 향상</p> <p>*의료 기관의 우울증과 불안에 관한 기초검사 지원 및 적절한 서비스 혜택 추천시스템 장려</p> <p>*만성질환 예방노력을 장려하는 대중매체를 포함, 정신건강 증진을 위한 협력</p> <p>*다양한 정신건강 의료서비스 프로그램을 지지</p> <p>*다양하고 독특한 다민족 문화에 대비한 특수 훈련을 받은 치료전문가 양성 지원</p> <p>*정신 질환자에 대한 인식과 이해 및 지역사회 관심 증대</p> <p>*의사들에게 공정한 치료비를 보상하며, 메디케이드 보상액 증가와 더불어 어린이들과 청소년들을 위한 정신과의사 연합의 결성</p>

	<p>*교육을 통한 부모 역할과 치료의 개선</p> <p>*학교 및 청소년 단체에 정신질환의 조기중재와 예방에 관한 훈련 프로그램 개설</p> <p>*소외감의 감소, 조기중재 및 예방의 향상을 위한 인격형성과 교육의 활성화(따돌림 방지...)</p> <p>*정신적 피폐 화학적 약물중독(Mentally Impaired Chemically Addicted), 청소년들의 만성적 약물중독 사례 등에 관심을 가지고 치료하는 성공적인 약물 남용 치료 프로그램의 도입</p>
<p>유용한 자원</p> <p>카운티 지원의 정신건강 관리체계</p> <p>무료 또는 저가의 처방전 프로그램</p> <p>NAMI(전국 정신질환자 연맹)</p>	<p>장애물</p> <p>대중교통</p> <p>낙인(Stigma)</p> <p>언어</p> <p>문화</p>

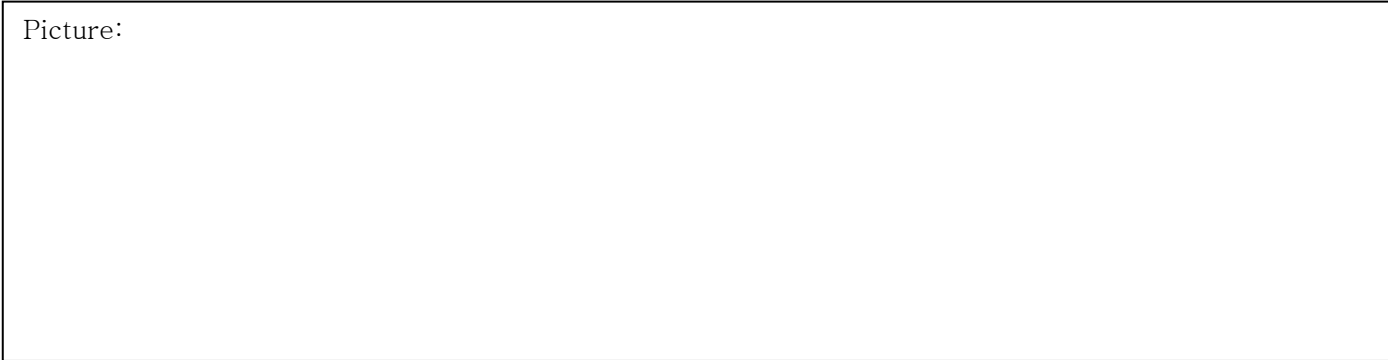
Issue Three(현안문제 3):

비만(Obesity) – 영양과 신체활동

전화 설문 조사결과 버겐 카운티 성인의 과반수 이상이 과체중(overweight) 또는 비만을 갖고 있는 것으로 나타났으며, 주민들 4명중 3명 꼴로 과체중 또는 비만을 사회의 주요한 또는 버금가는 문제로 인식 하고 있었다.

버겐 카운티 성인의 절반이하, **46.3%** 의 성인들만이 적당한 신체 운동을 하는 것으로 나타났다.

*자료: 버겐카운티 전화 설문조사 2003-2005 년도 참조



현재 증가 추세에 있는 과체중 및 비만 현상은 남녀노소 구별 없이 발생하고 있으며, 만성적 질병 위험을 증가시키고 있다. 올바른 영양섭취와 적절한 운동은 비만을 물리치는 생활 습관 이며 사회적 또는 신체적으로 건강한 환경을 조성한다.

보건 전문가들은 비만이 심장병과 암 등 만성질환을 일으키는 주요 위험요인이라고 밝혔으며, 심장병과 암은 주요 사망원인으로 이미 알려 져있다. 비만과 과체중은 전세계적으로 증가 추세에 있는 Type 2 당뇨병과 관련이 있으며, 이 질병은 심각한 합병증을 일으키고 신생아 사망을 일으키는 것으로 알려져 있다.

비만이 일으키는 문제:

여러 보건조사 평가서에 의하면 비만은 남녀노소 전반에 걸친 문제로 알려져 있다. 예를 들면, 변화 평가단 참여자들은 많은 시간을 앉아서 활동하는 젊은이들의 증가와 아울러 유년기 비만의 증가를 논의했다. 지역토론회 참가자들은 비만 연령이 점점 낮아지는 추세에 있음을 지적했으며, 토론자들은 주요 관심사항으로 노약자의 영양 불균형을 지적하였다.

비만의 주요 위험 요인인 영양섭취와 신체활동에 대한 토론에서는 특히, 포커스 그룹 참가자들의 강한 반응을 이끌어 냈다. 이상적인 몸무게와 건강을 유지하는 비결로 익히 알려져 있는 건강한 식 습관과 운동을 방해하는 수많은 요소들이 지적되었다. 포커스 그룹 참가자들은 주요 요인으로 시간부족을 손 꼽았다. 노인들의 경우 식품 가격으로 향하는 대중교통수단의 부족, 그리고 청소년과 여성의 경우는 요리 실력의 부족을 들었다. 흥미 있는 사실은, 이민자들의 경우 비만과의 전쟁 수단으로 자가용 운전 대신 대중교통을 이용하도록 주장하였다. 비만을 일으키는 또 다른 요소로 쉽게 접할 수 있는 싼 가격의 음식들, 소위 불량식품(Junk Food) 의 섭취를 들었다.

버겐카운티 성인의 과반수 이상, **54.8%**(373,223명)이 비만 또는 과체중

38.6%

버겐카운티 성인중 261,890 명이 과체중. 건강한 뉴저지 2010년 목표는 과체중 비율을 27.6% 미만으로 감소.*

과체중은 신체 질량지수 (BMI-Body Mass Index)-몸무게와 키의 비율-로 정의하며 25.0~29.9가 표준이다.

전화 설문조사결과:

*버겐카운티 성인의 16.2%가 비만

*버겐카운티 성인의 38.6%과 과체중

*약 3분의1(28.4%) 가량의 성인들만이 매일 다섯 개 이상의 과일과 야채를 섭취

*약4분의1(22.6%) 가량의 성인들만이 꾸준한 여가 활동과 신체활동을 실천

체중감량을 위한 의료 정보의 적극적인 필요성

비록 버겐카운티 성인의 비만율이 전체 뉴저지(2004년 기준) 성인과 전 미국(2005) 성인 비만율 보다 낮게 나왔지만, 건강한 뉴저지 2010 의 목표 수준에는 미치지 못하였다. 더군다나, 버겐카운티 과체중 성인들의 41.8% 만 이 체중감량을 권고 받았으며, 지난 12개월 동안 단 27% 만이 의료 전문가의 조언을 받은 것으로 나타났다.

16.2%

버겐카운티 성인의 약 110,332 명은 비만상태. 연방정부 빈곤수준 200% 미만의 주민들은 일반 성인의 2배인 36.0% 가 비만상태. 건강한 뉴저지 2010의 목표는 12% 이하의 성인 비만율 유지가 목표

**비만(Obesity)의 정의 = 몸무게와 키의 비율 ≥ 30.0

p20 한편, 주민들의 과체중과 비만에 관한 교육 이나 캠페인, 문제를 위한 전략적인 도움, 요리교실; 레크리에이션 시설과 재활 센터를 늘리므로 그 활용에는 부족함이 없는 것으로 나타났으며, 학교들에서는 커뮤니티를 위하여, 건강을 위한 좋은 영양교육과 체육교육 그리고 간식당 사용도 제공 되었다.

주민들의 과일 및 야채 섭취 부족과 신체활동

(Residents short on fruit and vegetable intake and physical activity)

전문가들은 체중감소를 위하여 칼로리 섭취를 줄이고 운동량을 늘이라고 충고한다. 무엇보다, 적당한 운동과 균형잡힌 영양 식습관은 만성질환의 위험을 줄이며, 비만을 없앨 수 있다고 말한다. 적정량의 지방과 칼로리를 섭취하는 균형잡힌 식습관은 체중 조절을 도와준다. 일반적으로 하루 5-씨빙 이상의 과일이나 야채를 섭취하도록 권고한다.

버겐 카운티 681,064 명의 성인들 중 **28.4%** (193,422명) 만이 하루 5씨빙 이상의 과일이나 야채를 섭취 하는 것으로 조사. 건강한 뉴저지 2010 의 목표는 35% 이상 유지.

버겐카운티 성인들은 전국 성인들에 비해 과일 및 야채 섭취량이 전문가들의 권고량에 못 미치는 실정이며, 건강한 뉴저지 2010을 위한 만족한 목표달성에 미달되는 수치이다.

22.6% 의

버겐 카운티 성인(153,920명)은 지난 몇 달 동안 여가 활동중 운동을 거의 하지 않은 것으로 나타났다.

버겐카운티 성인은 전국 성인들과 같은 수준의 체육활동을 한 것으로 나타났다. 절반에 못 미치는 46.3%의 성인만이 한 주에 매일 30 분씩 운동을 하는 것으로 나타났다. 버겐카운티 성인의 4분의1에 못미치는 22.6% 만이 여가 중 체육활동을 하는 것으로 나타났으며, 절반이상 53.9%의 성인은 체육활동이 부족한 것으로 나타나 버겐카운티의 주요 건강 문제로 지적되었다.

46.4% 의

버겐 카운티 성인(316,013명)은 지역 사회 내에 산책이나 보행을 위한 운동환경 개선의 필요성을 주장하였다.

건강한 결정의 촉진을 위한 사회 환경의 개선

(Improving the social environment to foster healthy decisions)

건강한 결정은 여러 분야에 걸쳐 이루어진다. 개인의 영양섭취 선택과 체육활동의 수준 등이 포함된다.

의사결정(decision making) 은 종종 주위 사회환경에 커다란 영향을 받는다. 절반이상의 버겐 카운티 성인들 (57%)은 건강 의사 결정 촉진을 위해 사회 환경 개선이 필요하다고 느끼고 있다. 예를 들면, 지역사회 규범(NORM)과 건전한 라이벌 의식, 역할 모델의 부각 등을 들 수 있다.

<p>목표</p> <p>개선된 영양섭취와 적당한 체육활동을 통한 비만과 과체중 비율 감소</p>	<p>예상 목표 및 지침</p> <ul style="list-style-type: none"> *과일과 야채 섭취량 증가 *비만/과체중 인구 비율 감소 *규칙적인 운동 인구 비율 증가 *과체중 인구 대상, 체중감소를 위한 체육활동 증가 및 다이어트 실천 인구 비율 증가 *유치원생부터 청소년 인구 중 BMI(비만비율) 수치가 높은 학생 수의 감소
<p>위험요인</p> <ul style="list-style-type: none"> *건강하지 못한 다이어트 요법 실시 *신체적 게으름 *교육의 부족 *저소득 *소수 민족 *흑인 및 라틴계 인구 	<p>목표달성 추진요소</p> <ul style="list-style-type: none"> *식당 및 학교 카페테리아 수/건강을 위한 선택 폭의 증가 *건강증진 정책을 개발 및 발전 시키는 지역사회 단체증가 *함께 체육활동을 실천하는 가족 수 증가 *지역사회 내 무료 또는 낮은 수업료 요리 강습회의 증가
<p>비만유발요인</p> <p>직접 요인:</p> <ul style="list-style-type: none"> *지식의 부족 *시간의 부족 *건강하지 못한 식습관 *체육활동을 할 수 없는 생활방식 <p>간접 요인:</p> <ul style="list-style-type: none"> *어린이 대상 불량식품 홍보 *건강식 섭취 기회 부족 	<p>중재 전략 암시</p> <ul style="list-style-type: none"> *카운티 주민들을 대상으로 규칙적인 운동 및 질 높은 영양섭취의 중요성에 대한 지식과 인식 고취 *좋은 음식의 선택과 규칙적인 운동 가치에 대한 소비자의 인식 증가 *보행자의 우선권 존중, 안전한 인도, 자전거 전용도로, 가로등의 개선 등을 통하여 “걷기 좋은(Walkable)” 지역사회를 만들어 주민들의 체육활동을 유도하는 환경 조성 *다양한 종류의 체육활동 및 행사, 그리고 체육시설 확충 *질 높은 영양섭취와 체육활동 증가를 주도하는 학교정책, 노인프로그램 및 직장내의 정책 개발 및 지원

<p>*고 칼로리 음식을 쉽게 섭취 할 수 있는 환경</p> <p>*음식을 “약물”로 취급하는 태도</p> <p>*운동시설의 부족</p> <p>*체육활동에 불리한 생활 환경</p> <p>*역할모델(Role Models)</p> <p>*만성질환</p> <p>*심신장애(Disabilities)</p>	<p>*학교나 지역사회 단체의 체육 및 영양 교육의 확충지지</p> <p>*운동의 생활화, 건강식품 구입, 조리 및 소비기술과 지식의 향상</p> <p>*어린이 대상 불량식품 광고 규제</p> <p>*어린이들에게 건강식을 제공하고 체육활동을 장려하는 부모나 단체 지원</p> <p>*영양섭취에 대한 정보 제공 증가</p> <p>*신뢰할 수 있는 영양 정보 및 신뢰도 결정 요령 제공</p> <p>*소비자들의 건강식품 선택의 폭을 넓히기 위해, 보상프로그램을 개발하고 실시하는 식품업체 지원</p> <p>*건강식품에 쉽게 접할 수 있도록 해주는 프로그램이나 자료의 인지도 향상</p>
<p>유용한 자원</p> <p>거주지 및 카운티 공원</p> <p>비영리 레크리에이션 기관</p> <p>학교 및 병원의 운동시설</p> <p>전 미 다이어트 협회 웹사이트</p> <p>5-A-Day 프로그램</p> <p>여성 및 영유아 영양식 프로그램</p> <p>각 지역 전문대/종합대학의 인터넷</p>	<p>장애물</p> <p>비용</p> <p>제한된 시간</p> <p>지식의 부족</p> <p>영양섭취 및 체육활동에 관한 태도</p> <p>안전 문제</p>

Issue Four(현안문제 4): 술, 담배 및 기타 약물복용 (Alcohol, Tobacco & Other Drugs)

전화 설문조사 결과, 버겐카운티 성인의 과반수 이상이 음주, 흡연 및 약물남용을 지역사회 의 가장 큰 문제점으로 지적하였다. 흡연이 건강을 해치는 주요 요인이라는 사실은 모두 잘 알고 있었다. 전국 조사자료에 의하면, 흡연자 3명 중 1명은 정상적인 기대 수명보다 12년에서 15년 정도 일찍 사망하는 것으로 나타났다. 한편, 비흡연자 중 상당 수는 간접 흡연으로 인하여 건강을 잃고 있는 것으로 나타났다.



흡연, 과음과 같은 약물의 복용/남용 행태는 10대 초반에 시작된다. 예방적 접근법은 “발달의 자산 (Developmental Assets)” 측면에서, 청소년을 끌어 안아 주는 것을 들 수 있다. 또한, 가족과 학교 지역사회와의 “연계성(Connectedness)”, 개인적 책임의식과 자기 가치의식에 대한 인식을 들 수 있다.

전화 설문조사 결과:

*16.2% 버겐카운티 성인은 흡연자

*13% 버겐카운티 성인은 지난 한달 간 과다 음주(술을 마실 때 마다 5잔 이상)

흡연 및 과다음주는 목표수치를 하락 시키고, 약물 복용은 염려 수준

전화 조사 결과, 버겐카운티 과다 음주(Binge Drinking) 빈도수는 전국에 비해 낮은 수준이지만, 건강한 뉴저지 2010 의 목표에는 못 미치는 것으로 조사 되었다. 버겐카운티 성인 흡연 빈도수 또한 목표수치에 미달 하는 것으로 조사 되었다.

13% 의

버겐카운티 성인(88,538명)은 지난 한달 내에 과다 음주를 한 것으로 나타났다. 건강한 뉴저지 2010의 목표 수치는 10.6% 이하.

<p>목표</p> <p>-음주, 흡연 및 약물 남용의 감소</p>	<p>예상 목표 및 지침</p> <p>-현재 흡연 중인 고등학생의 흡연율을 30%로 감소</p> <p>-지난 30일 내에 약물사용 고등학생의 비율 감소</p> <p>-지난 1년 내에 일일 금연자 비율 증가</p> <p>-과다 음주를 즐기는 성인 비율 감소</p>
<p>위험요인</p> <p>-18세 이하의 청소년</p> <p>-소외감과 상실감 (특히 노년층)</p> <p>-부모/동료들의 흡연과 다른 약물의 사용</p>	<p>목표 달성 추진 요소</p> <p>-흡연 시작 연령의 증가</p> <p>-담배 판매 연령법을 통해 흡연물질 이용률 감소</p> <p>-금연 가정과 예상금연 주부수 의 증가</p>
<p>동기유발 요인:</p> <p>직접 요인:</p> <p>-동료의식</p> <p>-지식부족/거절 기술</p> <p>-발달 행동가치와 회복력의 부족</p> <p>-약물사용과 남용에 대한 태도</p> <p>-흡연물질과 다른 약물 접근 용이성</p> <p>-중독</p> <p>간접 요인:</p> <p>-자긍심(Self-Esteem)의 저하</p> <p>-역할모델</p> <p>-가족 관리기술의 부족</p> <p>-노인들을 위한 지역사회 지원 부족</p> <p>-금연을 위한 지원 부족</p> <p>-흡연 정책 부족</p> <p>-약물 사용에 관한 그림매체(Media Portrayals)</p>	<p>중재 방안</p> <p>-미성년자 음주에 대한 인식 증진을 위해 타운 모임이나 기타 행사 주최</p> <p>-ATOD 예방 프로그램/ 이니셔티브 이용권장, 학교에 관련된, 학부모와 신앙 기초단체 (언어와 문화를 고려한) 단체 포함.</p> <p>-알코올의 위험성, 태아에 미치는 영향, DUI 의 피해 등을 포함한 금연 프로그램과 약물 남용에 대한 관련 자료의 증가</p> <p>- 학교 재원 담당관의 기금을 포함한 ATOD 프로그램 기부금 증가 지원</p> <p>-ATOD 예방과 중단 활동에 청소년 참여 증가</p> <p>-청소년 프로그램, 학교 및 다른 지역사회 단체에서 활동하는 청소년 Resiliency Building 지원</p> <p>-교육을 통한 부모 역할 증진</p> <p>-가정 내의 미성년자 음주에 관한 법적 조사권 통과를 지원</p>

	<p>-ATOD 남용 환자들에게 건강 폐해에 관한 조언을 할 수 있도록 의료 전문가들을 권고</p> <p>-지역사회 동맹 등의 조직을 통하여 약물사용과 남용을 줄일 수 있도록 풀 뿌리 활동의 인식 증가</p> <p>-노인들의 과다음주 중재 지원</p> <p>-교육, 정책, 음주/약물 중독의 규제에 관한 카운티 전체의 동일성 창출</p> <p>-미성년자의 음주에 대한 청소년들에게 전달하는 메시지를 포함하여, 약물 사용에 관한 지방정부 정책 개발의 적극지원.</p>
<p>유용한 자원들</p> <p>-REBEL (Reach Everyone By Exposing Lies, For Youth)</p> <p>-알코올, 약물 자원센터(Center For Alcohol and Drug)</p> <p>-알코올 중독 및 약물 남용 예방 지방 단체 (Municipal Alliance to Prevent Alcoholism and Drug Abuse)</p> <p>-TASE Program (Tobacco Age of Sale)</p> <p style="padding-left: 20px;">- 담배 판매 연령 프로그램</p> <p>-전문대학/대학교 인턴십 프로그램</p> <p>-공공 및 사립 치료 프로그램</p>	<p>장애물</p> <p>-약물 사용/남용에 관한 태도</p> <p>-피해 효과가 늦게 나타남</p>

이러한 조사 결과에 따르면, 지역 토론회 참석자들은 흡연과 약물남용을 주요 관심사로 논의했다. 청소년 토론 그룹의 대부분은 흡연이 유해한 것으로 인정했지만, 음주는 일반적인 것으로 받아들였고, 상대적으로 마리화나는 친구들 사이에 통용되고 있음을 인정했다. 일부 청소년들의 경우 불법약물이 지역사회 내에서 쉽게 구할수 있다고 했으며, 한편 일부 청소년들은 “Hard Drug”이 용납되는 것은 아님을 알지만 그것을 사용한다고 했다. 삶의 권태나 걱정 불안이 그요인 이라고 했다.

16.2%

버겐카운티 성인, 110,332 명은 현재 흡연중. 건강한 뉴저지의 목표는 15% 이하이며 건강한 사람들 2010의 목표는 12% 이하

변화 평가단은 청소년 그룹을 통하여 청소년들의 음주 인식도와 methamphetamine(메탐페타민) 각성제를 사용하는 학생 수가 증가 하고 있다는 정보를 얻을 수 있었다. 또한 범죄증가는 약물복용의 영향으로 인한 것임을 알 수 있었다.

청소년들이 피해를 입기 쉬운 요인들

약물복용/남용의 피해를 입기 쉬운 청소년들에 관하여 변화 평가단은 청소년들의 피해를 증가시키는 주요 사회 요인들에 대해 언급하였다. 참여자들은 편부모의 존재, 일하는 부모의 증가는 가족 레크리에이션의 시간과 가족 친밀도를 감소시킨다고 지적하였다. 컴퓨터 게임/컴퓨터 사용의 증가는 또 다른 사회 관계를 감소시키는 요인으로 지적하였다. 결론적으로, 부모역할의 상실이 부정적인 요인으로 지적되었다.

57.0 %

버겐 카운티 성인 388,206 명은 지역 사회 내에서 건강 의사 결정의 증진을 위해 사회 환경 역할의 중요성을 인식하고 있었다. 연방정부 빈곤수준 200% 이하성인 주민들의 경우, 수치가 63.6% 로 증가했다.

건강한의사 결정은 개인의 상태에 영향을 준다. 57% 이상의 주민들은 건강증진 의사결정을 위해 사회환경의 개선의 필요성을 느끼고 있었다. 예를 들면, 약물사용이나 남용에 대항하는 긍정적인 라이벌의식, 지역사회규범의 변화 및 역할모델의 추천들을 통한 사회 환경 개선을 요구하고 있다.

약물남용 중단지원 서비스의 충분성

약물에 중독된 사람들은 약물 중독 중단 프로그램의 도움이 필요하다. 전화 설문조사에 따르면, 응답자 중 53% 이상이 충분한 약물남용 중단 프로그램 제공이 필요하다고 느끼고 있었다. 그리고 연방정부 빈곤수준 200% 이하 주민들의 경우는 더욱 강력하게 필요성을 주장했다.

53.7 %

버겐 카운티 365,731 명은 지역사회 내에 충분한 약물 중독 프로그램의 제공이 필요하다고 느끼고 있다. 연방 정부 빈곤수준 200% 이하 주민들의 경우 인지도는 67.2% 로 높아졌다.

자료: 2003-2005 버겐카운티 전화 설문조사

Issue Five(현안 문제 5): 보건문제에 관한 커뮤니케이션 (Communication of Health Issue)

지역 사회 주민들이 참여한 세 그룹(지역 토론회, 포커스 그룹, 전화 설문조사)은 , 더 많은 의사소통과 보건교육 및 건강증진 대하여 요청하였다. 이 문제에 관한 많은 논의와 조사는 나이, 성별, 이민신분과 상관없이 일반적으로 이루어졌다.

지역 토론회에 참여한 사람들 5명중 1명은 보건현안 문제 인식의 증가 또는 보건 교육을 주요 과제로 논의 하였다. 참가자들은 공공보건의 용이성과 사회봉사 프로그램, 건강 현안 문제에 관한 지원확대, 건강 선택의 폭을 넓힐 수 있는 더 나은 의사소통 수단의 사용을 요청했다. 노년층과 아울러 청소년들은 STD(성병) HIV(선천성 면역 결핍증)과 천식과 같은 구체적인 문제에 관한 보건교육의 확대를 논의 하였다.

포커스 그룹의 보건 교육 및 인식도 증가 방법에 관한 토론

보건교육의 중요성과 주요 과제에 관한 인식 변화가 포커스 그룹에서 유사하게 논의 되었다.



지역사회 전망은 지역 토론회, 포커스 그룹 및 전화 설문조사를 통해 이루어 졌으며, 주민들은 보건 관련 기술의 개선, 보건 자료에 관한 인식과 지식의 증가를 요구하는 것으로 나타났다.

주민들은 공공모임 횟수의 증가, 대중매체의 보다 효과적인 이용, 영어 외의 언어로 된 정보 사용의 증가를 요구하는 것으로 나타났다. 남성, 여성 모두 부모역할 기술과 정신질환과 같은 구체적인 교육의 실시와 더 향상된 공중보건 서비스의 제공을 요구하였다. 최근 이민자들의 경우, 교육제도의 차이 때문에 서로 다른 보건교육 현안 문제를 안고 있어, 외국 출생 이민자들을 위한 보건 교육실시의 증가를 요청 하였다.

노년층은 정기적인 프로그램을 통하여 더 많은 보건관련 연설자를 요구하였고, 노년 건강을 증진 시키기 위해 보다 개별적인 도움을 요청 하였다. 노년층은 또한 청소년 보건교육의 중요성을 인지하고 있었으며, 청소년들을 가족 화합의 징검다리로 인식하고 있었다. 10대 청소년들은 학교 내에서 영양섭취와 약물 사용에 관한 보건 교육을 원하는 것으로 나타났다. 한편, 정신건강, STD(성병) 및 알코올 중독 미성년자의 피해등과 같은 다양한 문제에 관한 정보를 얻을 수 있는 지역 청소년 건강센터 설립을 요청 하였다.

10.6%

버겐 카운티 성인 72,192 명은 신뢰할 수 있는 보건 정보를 구할 수 있는 기관이나 자원의 이름을 말하지 못했다.

자료: 2003~05 버겐카운티 전화설문조사

일부 청소년들은 보건정보를 나누는 것을 다른 종류의 보건 서비스를 제공 하기 위한 카드를 그리는 것으로 인식하고 있었다.

설문조사를 통한 다양한 현안 문제에 대한 인식의 증가

전화 설문조사 결과, 지역사회 인식에 관하여 분명한 Disconnect(단절)이 있음이 드러났다. 예를 들어, 유해한 / 또는 독성의 집안 쓰레기를 버리는 공인된 지정장소가 있는지 여부를 물었을 때, 거의 3분의1의 응답자가 모르고 있거나 “아니오”라고 대답했다.

3명중 1명의 버겐 카운티 성인 **32%** (217,940명)
가정의 유해/독성 쓰레기를 버리는 공식지정 장소가 없다고 믿거나, 모른다고 대답하였다.

자료: 2003~05 버겐카운티 전화설문조사

한편, 약 70% 이상의 성인들은 생물학적 테러사건이나 유행병 출현과 같은 비상사태의 경우를 대비한 지역사회의 비상 대책 계획이 있는지 여부를 알지 못하는 것으로 나타났다.

약 7% 정도의 주민들만이 비상사태가 발생했을 때 30일을 견딜, 자신과 가족들을 위한 비상 식량이 충분한지 염려하는 것으로 나타났으며, 16% 이상의 주민들은 비상시 어디에다 구조 요청을 해야 하는지 알지 못하는 것으로 나타났다.

기술격차, 다중문화 이해의 요구

보건 현안 문제에 관한 의사소통의 증가 요구는 변화 평가단과 보건상태 보고서(Health Status Report)에 의해 보장되었다. 변화 평가단은 정보기술 접근성의 격차를 언급하였다. 사람들간의 사회 경제적 격차를 줄여주는 정보기술 접근성의 격차가 커지면서 보건 정보 기술을 포함한 각종 정보 수집에 불이익을 초래한다고 지적했다.

한편, 다양한 문화의 이해를 주도하는 타민족 이민자의 증가와 외국어 사용 주민의 증가가 지적되었다

보건상태 보고서 (Health Status Report)에 따르면, 3분의 1 가량의 버겐 카운티 주민은 가정에서 영어 이외의 언어를 사용하고 있으며, 13% 이상의 주민이 영어를 사용하지만 “잘하지 못함” 수준인 것으로 나타났다.

72.3% 의
버겐 카운티 성인들(492,409명)은 공중보건 비상시를 위한 사회비상대책 계획이 있음을 인지 하지
못하고 있었다

정보기술 접근성의 격차와 카운티 내의 다민족 수의 증가 때문에, 의사소통 증진이 카운티 내의 주요 현안 문제로 부각 되었다.

의사소통 개선을 요구하는 다른 요소들

변화 평가단은 생물테러전의 위협, 세계적 유행병 또는 조류독감 (Avian Flu.) 등의 전염병과 관련하여 보건 의사소통을 중요한 추가 요소로 지적하였다. 이런 사태가 발생한다면, 주민들과의 의사소통은 훨씬 심각한 상황에 부딪히게 될 것이다. 보건 메시지를 전달하는 체계가 현존하고 있지만, 그것들을 강화하여, 보다 긍정적인 단계로 구성 발전 시켜야 할 것이다.

한편, 보건상태 보고서는 현재 가장 관심이 집중되고 있고 가장 긴급한 공중보건 문제중의 하나인 항 세균 저항(antimicrobial resistance)은 항생제의 효과를 줄이거나 없애버리는 박테리아의 변형으로 발생한다. 거의 대부분의 나라에서 주요한 병원 감염은 잘 알려진 항생제 치료에 저항해서 발생한다. 예방은 항 세균 저항의 심각성에 관해 지역사회 및 의사들을 위한 교육프로그램 실시 및 항생제의 올바른 사용을 통해서만 가능하다.

CHIP 위원회의 보건현안문제와 관련한 의사소통의 강조는, 주민들의 논의된 요구조건을 수용 하는데 도움을 줄 뿐만 아니라, 지역 사회내의 기술적/ 생물학적 건강위협 사태의 발생 경보 및 교육을 위한 또 다른 의사소통 전달 체계를 구축하는데 도움을 줄 수 있다.

<p>목표</p> <p>보건 현안 문제에 대한 대화향상</p>	<p>예상 목표와 지침</p> <p>-주민들이 건강자료 및 건강관련 문제 프로그램을 접할 수 있는 비율 증가</p> <p>-지역환경, 건강과 사회사업 프로그램 그리고 비상시 계획에 대해 인식하고 그에 대한 정보와 지식을 가지고 있는 주민들의 비율 증가</p>
<p>위험요인:</p> <p>-낮은교육 수준</p> <p>-외국어 사용</p> <p>-교육의 부족</p> <p>-저소득</p>	<p>목표 달성 추진요소</p> <p>-소수민족과 특별한 도움이 필요한 사람들을 위해 의 사전달 수단을 마련하고 향상</p> <p>-버겐카운티 협동 도서관 시스템(BCCLS)을 통하여 건강에 관련된 정보와 사회복지 프로그램을 찾으려는 주민들의 비율 증가</p> <p>-지역 도서관에 외국어로 된 건강교육 관련자료 또는 서적의 비율 증가</p> <p>-라디오를 통한 건강에 관한 방송 증가</p>
<p>동기 유발 요인:</p> <p>직접요인:</p> <p>-가난</p> <p>-문화의 다양성과 이민자 증가</p> <p>-자료에 대한 정보와 지식 부족</p> <p>-인터넷 접근성의 부족</p> <p>간접요인:</p> <p>-공중보건 및 사회 봉사단체의 장려금 예산부족</p> <p>-뉴욕 근교 위성도시의 미디어 시장에 지역 보건 현안 메시지 방송 요청</p>	<p>중재전략</p> <p>-체계적인 분석을 통해 대화 단절요인 분석</p> <p>-인쇄물이나 대중매체를 이용해 건강정보나 다른 연관된 서비스를 이용할 수 있는 주요 전화번호 제공</p> <p>-건강 서비스에 대한 인지도를 높이기 위해 지역행사 참가 비율 증가</p> <p>-영어나 다른언어로 접근할 수 있는 건강 정보 웹페이지 개설</p> <p>-신뢰할 수 있는 건강자료 범위 기준을 후원자 의 사 용을 위해 동네 도서관에서 제공</p>

	<p>-의료 서비스에 관한 정보가 담긴 뉴스레터나신문용 전단지 발간</p> <p>-지역사회에 정기적으로 건강정보를 제공</p>
<p>유용한 자원들</p> <p>-BCCL(버겐 카운티 협동 도서관 시스템)</p> <p>-뉴저지 보건국, 노인복지시설, 소수민족과 다민족 건강 사무국</p> <p>-CDC(미국질병통제국) 웹사이트</p> <p>-CHIP 위원회의 다중언어 공동제공</p> <p>-지역 대학교의 인턴쉽 프로그램 제공</p>	<p>장애물</p> <p>-언어문제, 영어 읽기 쓰기능력 부족과 문화문제</p> <p>-단절된 공중보건 시스템</p>

Bergen County

앞으로의 방침 (The Path Ahead)

CHIP 진행과정의 정의는 지역사회 건강개선을 향한 순환적인 발전을 의미한다. 지역사회 건강증진계획의 완성
과 함께, 관계자들은 다음의 행동단계로 옮길것이다. 이 순환적 사이클은 정하여진 목표달성을 이루기 위하여
계획하고 이행하며 의견의검토와 조정이나 중재등으로 구성되었다.

CHIP위원회의 위원들은 이미 대책위원회에 가입하였으며 그것은 다섯가지 우선적인 건강문제의 하나 하나에 초
점을 둘것이다. 그들의 다음 단계는 알맞는 목표들을 세우고 그것을 이루기 위하여 전략선택을위해 도움이되는
지역사회 회원들을 같은 테이블로 모으는 일일 것이다. 목표를 향한 진행을 검토하기 위하여 가치평가
(Evaluation)는 최우선으로 남게 될것이다.

성취의 단계는 대책위원회 회원들의 실행약속 여부에 달려 있을 것이다. 모든 주민들과 지역사회, 시민 공동체,
여러분들은 이 건강증진운동에 참여해 주시기를 바랍니다. 동참하시기를 원하시는 분이나
자세한 정보가 필요하신분은 아래 주소를 참조하시기 바랍니다.:

Bergen County Department of Health Services
327 E. Ridgewood Avenue
Paramus, New Jersey 07652-4895
Phone: 201-634-2600
www.bergenhealth.org

Or:

Partnership for Community Health, Inc.
690 Kinderkamack Road, Suite 202
Oradell, Newjersey 07649
Phone: 201-986-7715
www.bergenpch.org

지역사회 공급원과 기증자들

지역사회 건강증진 계획은 CHIP Committee Member organizations에서 그들의 시간과 재능과 또다른 자원의 아낌없는 후원을 통하여 개발되었다.

보다건강한 버겐카운티를 위하여 CHIP 위원회 회원으로 봉사를 위해 개인적으로 약속한 분들, 값으로 셀수없는 통찰력과 전문지식을 가지고 목표달성을 위하여 건강평가 표준과 우선문제를 정하며 전략을 암시하고 수행해낸 아래에 명기된 개개인들께 심심한 감사를 표하는 바 입니다. 그리고 또세개의 공동 스폰서기관과 CHIP 핵심 리더의 총체로서 이일 전체의 진행을 감독한 그룹회원들 아홉분들께 감사를 드립니다.

건강향상을 위한 10가지 조언

지역사회 건강증진 프로그램이 실행 단계에 이르는 동안, CHIP 기획위원회 및 기관들은 전 주민의 건강 증진을 위한 전략을 모색하는 일에 다 함께 협력 할 것이다. 개인 및 지역사회 단체들은 모두 함께 이 프로그램에 동참하기를 바라며, 주민들이 쉽게 응용할 수 있는 건강 향상을 위한 10가지조언을 제시하고자 한다.

- 1) 일주일에 거의 매일, 최소 하루 30분씩 적당한 운동을 한다.
- 2) 하루에 5-9 씨빙 정도 과일이나 야채를 섭취한다.
- 3) 희망 몸무게를 정하여 달성하고, 계속 유지하도록 노력한다.
- 4) 자녀들과 자주 대화하여, 자녀들의 약물 복용이나 남용을 막도록 노력한다.
- 5) 금연을 실천하고, 자녀들과 흡연의 위험성에 대해 대화를 나눈다.
- 6) 여성은 하루 1잔, 남성은 하루 2잔 이상의 음주를 삼가 한다.
- 7) 누구에게나 정신 질환은 발생할 수 있으며, 치료될 수 있다는 사실을 인정한다.
- 8) 건강을 해치는 스트레스를 줄이고, 우울증 증상을 미리 알아둔다.
- 9) 믿을 수 있는 건강 정보를 수집하고 활용한다.
- 10) 거주지 보건국에 실천 가능한 예방적 건강 관리에 관해 문의한다.