

# 건강



# 건강 [健康] HEALTH

## \* 생태학적(Ecological) 모델

3요소 : 숙주(host), 병원체(agent), 환경(environment)

### (1) 숙주

전염원접촉, 개인집단습관, 성, 연령, 민족적특성, 체질, 유전, 방어기전, 심리적 및 생물학적 특성

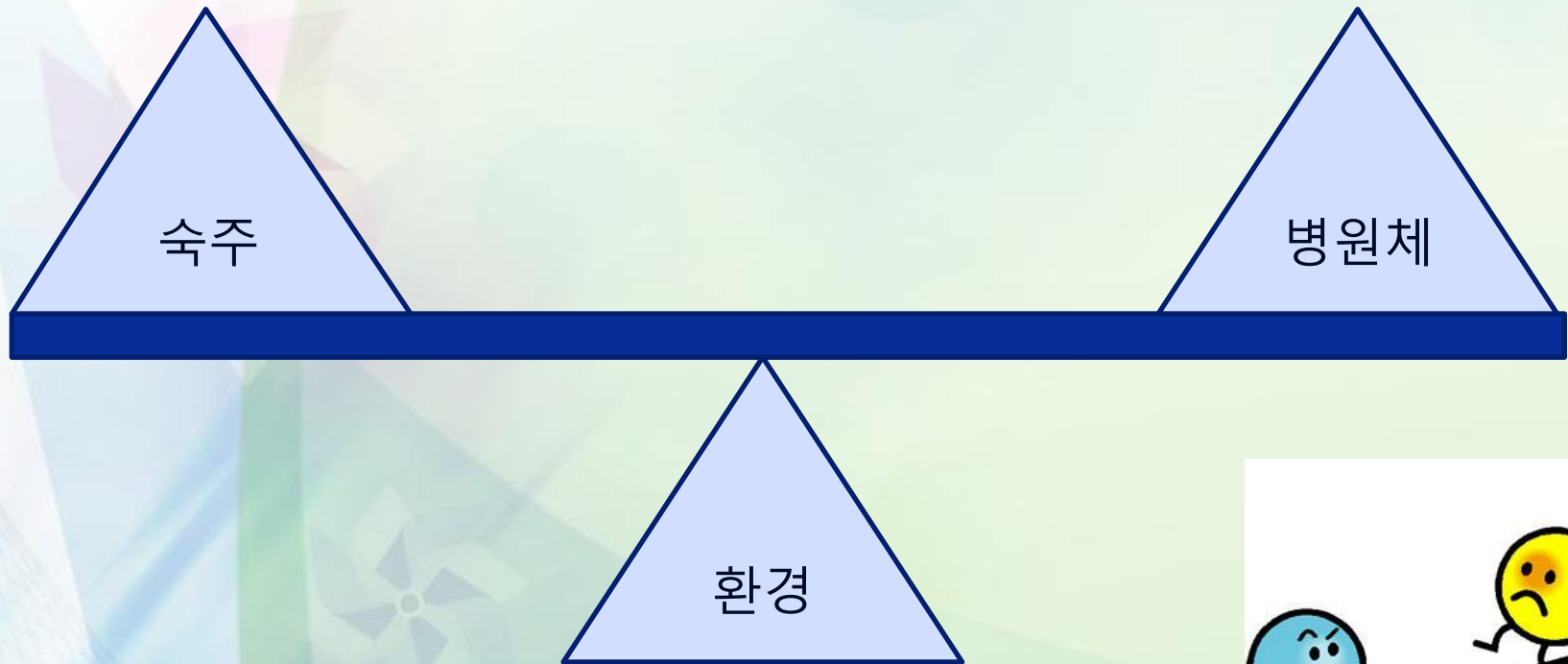
### (2) 병원체

병원체특성, 민감성에 대한 저항, 병원소와 병원, 전파조건

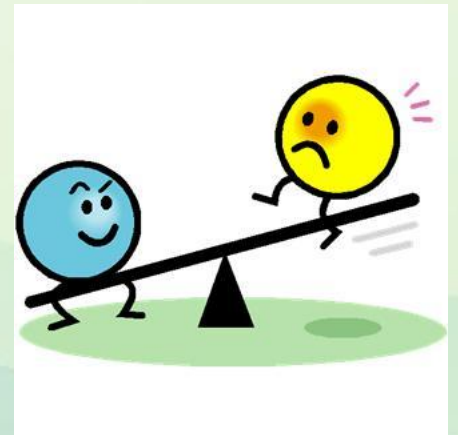
### (3) 환경

물리적, 화학적, 사회적, 경제적, 생물학적

# 건강 [健康] HEALTH



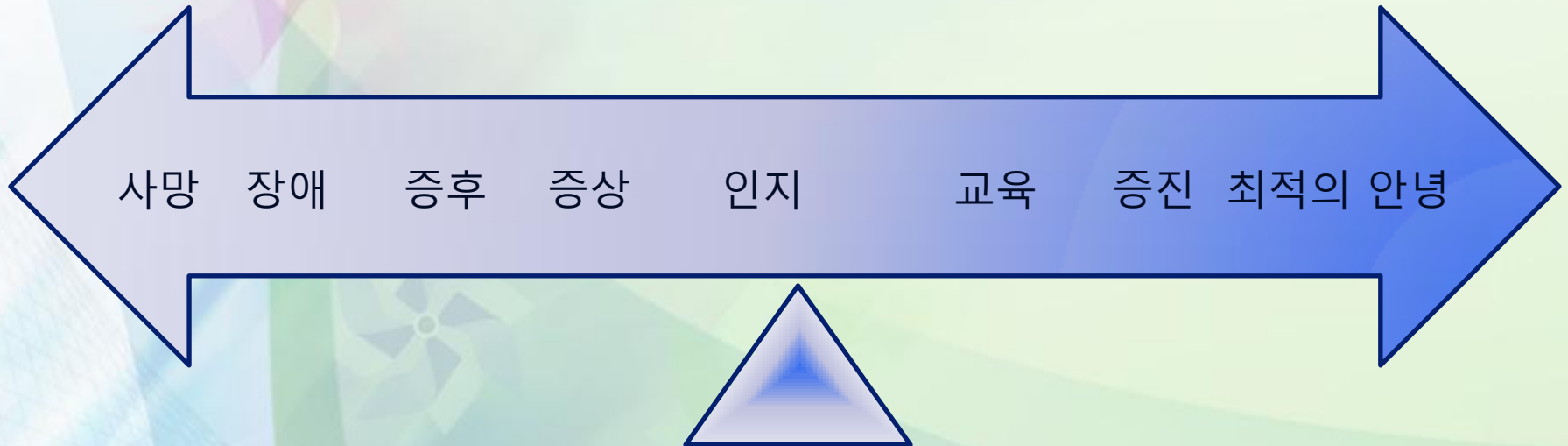
생태학적 모형



# 건강 [健康] HEALTH

## \* 질병-안녕 연속(illness-wellness continuum) 모델

4가지 차원: 신체적 활력, 영양, 스트레스 관리, 자기 책임



# 건강 [健康] HEALTH

## \* 세계보건기구(WHO)의 헌장



건강이란 질병이 없거나 허약하지 않은 것만 말하는 것이 아니라  
신체적·정신적·사회적으로 완전히 안녕한 상태에 놓여 있는 것.

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity(1948)  
+ spiritual health(1998)

# 건강 [健康] HEALTH

- \* **과거** - 육체적·정신적으로 질병이나 이상이 없고, 개인적으로 정상적인 생활을 영위할 수 있는 신체상태
- \* **오늘날** - 사회적인 건강 측면이 강조됨

질병이 없는 상태라는 수동적 건강에 대한 태도에서, 금주·금연 등 생활습관의 변화나 운동 같은 적극적으로 건강해지려는 노력 등 능동적 태도로 변화.



# 건강 [健康] HEALTH

## \* 대한민국 헌법 : 기본권적인 개념

건강은

“모든 국민이 마땅히 누려야 할 기본적인 권리” 로 규정

## . Dr. Wentz

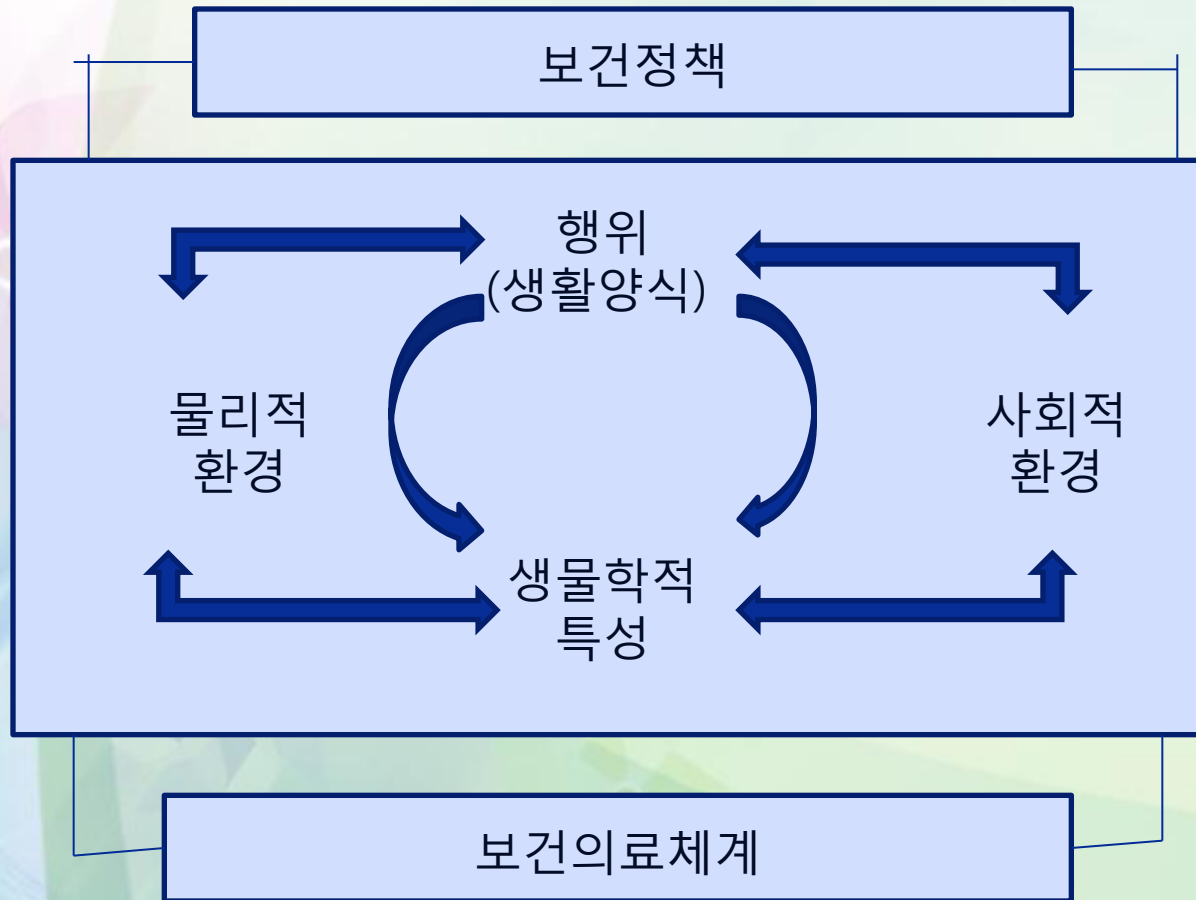
### 진정한 건강이란

우리에게 주어진 조건과 현재 처해있는 상황에서 최고의 잠재력을 발휘할 수 있도록 해주는 능력을 말합니다.

또한, 질병의 부재가 아니라 우리의 신체가 최적의 수준에서 활동할 수 있도록 하는 신체적, 정신적 상태를 말합니다.

(‘보이지 않는 기적’ 중에서)

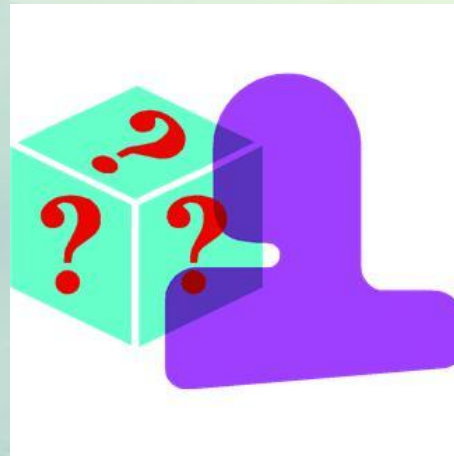
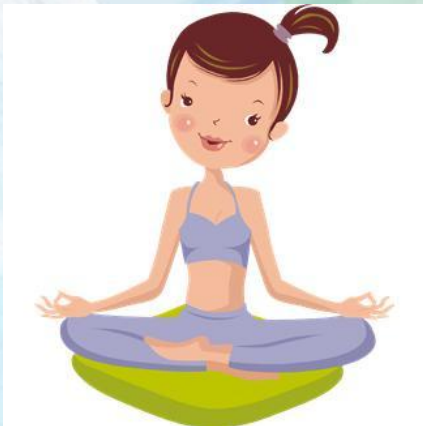
# 건강결정인자





# 건강행위

- Karl & Cobb(1966)
  - 1) 예방행위 (preventive behavior)
  - 2) 질병행위 (illness behavior)
  - 3) 환자역할행위(sick-role behavior)



# 건강행위

- Leavell & Clark(1965)

- 1) 건강증진행위
- 2) 건강보호
- 3) 조기진단과 치료
- 4) 장애 감소
- 5) 재활

