

언제 어디서나
당신의 건강을 관리하세요!!

보건소 모바일 헬스케어

참가자모집

보건소 모바일 헬스케어란?

건강위험요인이 있는 사람에게 모바일 앱을 통해 보건소 분야별 전문가(의사, 코디네이터, 간호사, 영양사, 운동전문가)가 언제 어디서나 맞춤형 건강상담을 제공하는 서비스입니다.

■ 서비스 대상

사업참여 희망하는 대상자 중
질환을 보유하지 않은 분
“단, 고혈압/당뇨/고지혈증 투약자 제외”

■ 신청기간

‘21. 04. 26.(월)~05. 12.(수)

(* 선착순 모집으로 조기 마감 될 수 있음)

건강위험요인		판정수치
1. 혈압	수축기혈압	130mmHg이상
	이완기혈압	85mmHg이상
2. 공복혈당		100mg/dl이상
3. 허리둘레	남	90cm 이상
	여	85 cm 이상
4. 중성지방		150mg/dl이상
5. HDL - 콜레스테롤	남	40mg/dl 미만
	여	50mg/dl 미만



의사



코디네이터



간호사



영양사



운동전문가

모바일 APP을 통한
건강생활 실천

[자가 건강관리]

- 디바이스 연동 모니터링
- 운동이력/소모칼로리 확인
- 개인목표 실시간 확인
- 일일 식생활 미션 실천
- 식사내용 입력/영양평가



[건강정보 분석 및 상담]

- 매주 건강정보 콘텐츠 발송
- 월 1회 건강실천 리포트 발송 및 분야별 전문가 상담
- 보건소별 커뮤니티 운영 및 실시간 상담

■ 문의

☎032)560-5865, 5059, 5044

인천 서구보건소 통합건강관리실