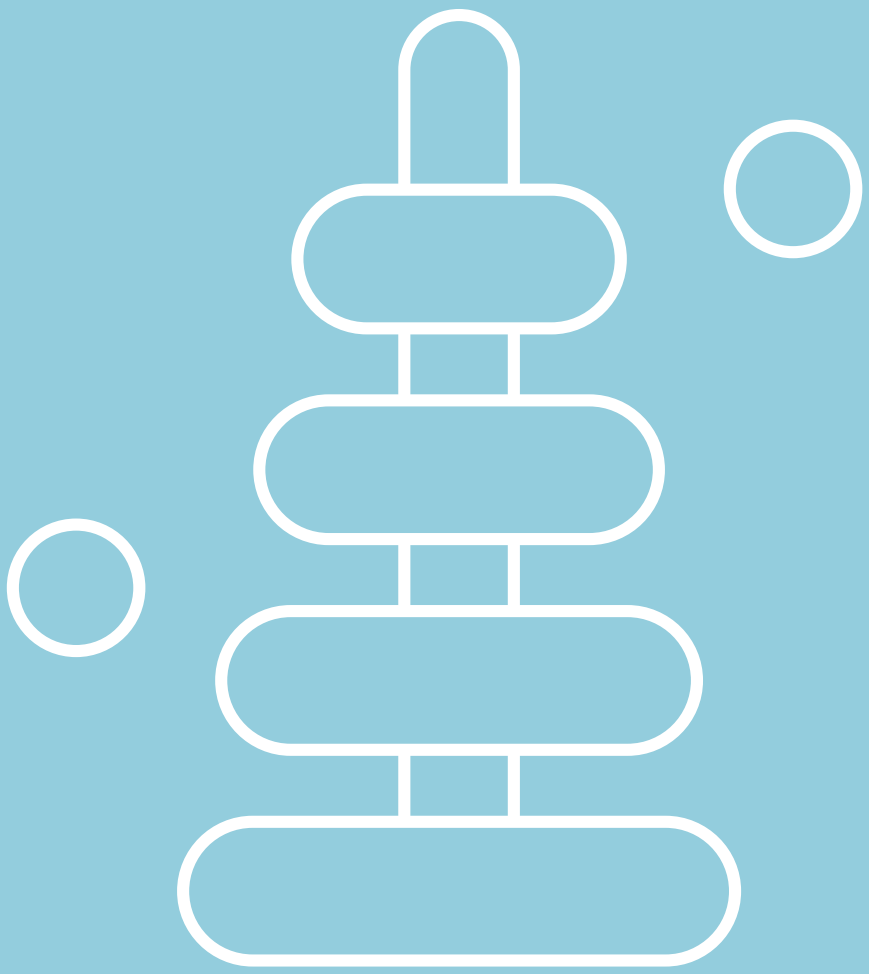
2021 영유아건강검진

검진의사 상담 매뉴얼

별책



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

차례

머리말(2007) 4
개정판을 내면서(2010) 6
검진 추가에 따른 가이드라인을 개발하면서(2011) 7
검진 추가에 따른 가이드라인을 개발하면서(2019) 8

Section I 영유아의 신체계측 및 진찰 9

01 신체계측 방법 및 판정기준 11
02 신체 진찰 20

Section II 영유아 건강검진 보호자용 설명서 27

Section III 영유아 건강검진 문진표 79

Section IV 영유아 건강검진 결과통보서 89

Section V 참고자료 99

01 2017년 한국 소아청소년 표준성장도표 101
02 2017년 한국 소아청소년 신체 발육표준치 102
03 영유아 건강검진 의뢰 가이드라인 122
04 영유아 건강검진 의뢰 체계 126

머리말

영유아는 일생 중 가장 빠른 성장과 발달을 보이는 시기로, 이 시기의 질환이나 사고는 일생동안 영향을 미치기 때문에 예방과 조기 진단이 중요하다. 또한 이 시기에 형성된 생활 습관은 평생 굳어지기 쉬우므로 만성 성인 질환 예방을 위해서는 어릴 때부터 건강한 생활 교육이 중요하다. 이러한 시기적 특성으로 인해 영유아 건강검진은 기존의 검사 위주의 검진만으로는 건강 증진의 본래 목적을 달성하기 힘들다.

기존의 검진 체계는 민관 구별 없이 검사 위주였으며 성인과 크게 다른 영유아의 특징인 성장과 발달을 충분히 반영하지 못하였고, 생활습관 형성기에 중요한 예방적 상담과 건강 교육 역시 전혀 포함하고 있지 않았다.

본 '영유아 건강검진' 사업은 질병 치료 중심에서 질병 예방 중심의 방향으로 확대되는 국가 보건복지 정책의 특성을 잘 반영하고 있다. 이 사업은 수년간의 준비 끝에 2007년 시작된 '생애전환기 건강진단' 사업의 일환으로 성인 대상의 사업에 이어 영유아에서 새롭게 착수되는 것이다. 우리나라는 확연히 선진국형 저출산 고령화 사회로 진입하기 시작하였다. 이는 장차 생산 인구의 감소, 부양 인구의 증가, 국가 경쟁력의 감소로 이어질 것이며 향후 20~30년간은 이러한 상황이 심화될 것으로 예견되고 있다. 이러한 상황에서 국가 보건 정책은 노인 보건복지 강화와 더불어 출산과 양육에 유리한 환경 조성을 중요시하고 있다. 또한 과거에 비하여 여성의 사회적 지위와 어린이의 인권이 향상됨에 따라서 출산과 양육의 사회적 책임이 강조되고 있다. 이러한 배경 아래 국민 개개인의 평생 건강의 기초가 되는 영유아에 대한 건강증진사업의 필요성이 대두되고 있으며, 이는 인적 자본인 국민의 건강에 대한 효율적인 투자 확대를 통해서 차세대 건강한 국민을 확보함으로써 복지국가로 나아가려는 우리나라의 현행 복지정책의 기본 방향인 국민건강증진종합계획(Health Plan 2010)에 부합되는 것이다. 이 사업의 준비를 위해 보건복지부, 질병관리본부, 국민건강보험공단 등 정부 기관과 대한소아과학회 및 여러 관련 학술단체와 전문가가 협력하여 표준 지침을 만들었다. 이를 통해 현행 건강검진의 제한적 개념이 포괄적인 예방 서비스의 개념으로 확대되기를 기대하며 새롭게 추진되는 '영유아 건강검진' 사업을 통해 우리나라 국가 건강검진사업의 수준이 한 단계 높아지길 바란다.

본 사업의 내용은 6세 미만의 전체 영유아를 대상으로 영유아의 성장 발달이 정상적으로 이루어지고 있는지 주기적으로 평가하고 감시하며, 연령별로 예측 가능한 육아 지침(anticipatory guidance)을 제공하는 것이 골자로 4개월, 9개월, 18개월, 30개월, 54개월에 시행되는 5회의 일반검진과 18개월, 54개월의 구강검진 2회 등 총 7회로 구성되어 있다. 각 시기별 검진은 수검자의 일회 방문(one-stop service)으로 끝나는 편의성을 갖추고 있으며, 수검자의 접근성을 높이고자 예방접종 시기와 연계하여 실시하도록 되어 있다. 검진의 적절성을 위해 각 방문 시기는 수검이 가능한 유효기간을 정해 놓았으며, 수검자가 접촉하기에 가장 수월한 일차 의료기관이 중심이 되는 검진체계로 준비되었다.

처음 시행하는 사업인 것을 고려하여 수검자와 일차검진의 양측의 접근성을 최대한 고려하여 프로그램을 마련하였다.

본 영유아 건강검진사업은 건강 증진에 초점이 맞추어져 있다. 따라서 해당 연령에서 흔한 감염성 질환이나 빈도가 낮은 특정 질환 검색에는 적절하지 못할 수 있다. 검진기관에서는 이 검진 사업의 한계를 잘 이해하고, 문진과 진찰 결과에서 이상이 의심되거나 특정 질환의 검색을 원하는 수진자에게는 이러한 한계를 주지시키고 필요한 절차를 소개할 필요가 있다.

이 지침서는 새롭게 시작되는 '영유아 건강검진', 사업을 검진수행기관이 잘 이해하고 제공되는 자료와 정보를 충분히 활용할 수 있도록 준비된 것이다. 처음 수행되는 사업인 만큼 향후 많은 개선점이 필요할 것으로 사료되나, 일차적으로는 검진수행기관과 모든 국민의 적극적인 참여가 이 사업의 성패를 가름할 것으로 생각된다. 앞으로 보건복지부, 질병관리청, 국민건강보험공단 등 정부기관과 소아과 학회 등 학술 단체 및 전 국민의 유기적인 협조가 바탕이 되어 "영유아 건강검진 사업"이 우리나라 어린이의 건강증진에 획기적인 전환점이 되길 바라는 마음뿐이다.

2007. 8

[영유아 건강검진 사업 교육 지침 개발] 연구자 일동

개정판을 내면서

2007년도부터 시행된 영유아 건강검진사업을 시행한지 2년이 경과하면서 시행 과정에서 나타난 문제점들에 대해 분석·평가하고 이를 개선하는 작업의 필요성이 대두되었다.

영유아기는 성장과 발달이 매우 빠른 시기이므로 정기적인 건강검진을 위해서는 의학적으로 적어도 1년 마다 검진을 시행하여야 할 필요성이 있으나, 기존에 시행하고 있던 영유아 건강검진 사업에서는 30개월 검진 이후에 54개월 검진으로 넘어가게 되어 있어 4세 전후의 시기에 검진이 시행되지 못하는 문제점이 있었다. 어린이집 등의 보육시설에 가장 활발히 다니는 이 연령대에 검진이 누락되어 영유아 보육법 상의 검진을 대체하여 시행하려던 원래의 취지를 살리지 못하여 영유아 건강검진 사업의 수진율에도 영향을 미치는 것으로 판단되었다.

그러므로 이번에 개정되는 영유아 건강검진에서는 4세에 검진이 1회 추가되어 유아기의 성장과 발달을 매년 정기적으로 평가해 볼 수 있게 되었으며, 보육시설에 다니는 유아들이 별도의 건강검진을 받을 필요가 없게 되었다.

연령의 표기 방법을 기존의 월령과 연령을 혼용하던 것을 1세 미만에서만 월령을 사용하고, 1세 이후에는 모두 연령으로 표기하도록 개정하였다. 18개월과 30개월로 표기하던 건강검진 시기에 해당되는 연령이 각각 18~24개월, 30~36개월이어서 54개월 검진과 마찬 가지로 검진이 종료되는 시기의 연령에 맞추어 2세, 3세로 표기하고, 새로 시행되는 42~48개월 검진도 4세로 표기하여 54개월 검진과 일관성 있게 이어지도록 표기하였다.

기존의 영유아 건강검진 사업에서 시행 중인 건강교육 이외에 영유아기에 필요한 건강 교육 항목을 추가하였다. 부적절한 대소변 가리기가 유아들에서 정서적인 문제를 초래할 수 있으므로 대소변 가리기에 대한 부모 교육이 필요하여 2세 건강교육 항목으로 선정 추가하였으며, 또래와 어울려 놀기 시작하는 연령에 맞추어 3세 건강검진의 교육 항목으로 정서 및 사회성 교육을 추가하였다. 4세 건강검진에서는 다른 연령에서와 같이 영양과 안전사고 예방 교육을 시행하며, 단체 생활이 많아지는 나이이므로 개인위생에 대한 건강교육의 일환으로서 손 씻기 교육을 추가하였다.

이 외에도 2009년도에 시행된 영유아 건강검진 사업 효과 분석 연구 결과를 연구진들이 분야별 검토를 거쳐 영유아 건강검진 사업이 활성화될 수 있도록 보완하는 작업도 병행하였다. 문진표의 애매한 문구는 수정하여 원래의 질문 의도가 정확히 전달되도록 노력하였다. 아울러 문진표의 문항별로 상담하는 내용을 정리하여 별도로 편집함으로써 검진을 시작하기에 앞서 연령별로 문진표의 내용을 쉽게 정리할 수 있도록 개정하였다.

아무쪼록 개정한 영유아 건강검진 상담의사 매뉴얼이 영유아 건강검진 사업에 참여하는 의사들의 업무에 도움이 되기를 바라며, 영유아 건강검진이 활성화되어 저출산·고령화 사회를 극복해 나갈 미래의 우리나라 주역인 영유아들의 건강을 지켜 나가는 데 도움이 되었으면 한다.

2010. 1

[영유아 건강검진 사업 교육 지침 개정] 연구자 일동

검진 추가에 따른 가이드라인을 개발하면서(2011)

이 연구는 영유아 건강검진의 66개월 검진 시기의 추가에 따른 가이드라인을 개발하는 것을 목적으로 하였다. 66개월부터 72개월 사이의 유아들에 대한 검진을 추가로 실시하게 되면 유치원에 다니는 상당수의 유아가 검진 대상이 되어 영유아 건강검진을 받을 수 있게 된다.

66개월에서 72개월 사이의 유아들은 성장이 어린 유아기에 비해 둔화되지만 사회성이나 정서적인 면에서는 더욱 발달하게 된다. 이번 검진 시기를 추가하게 됨으로써 기존에 사용하던 발달 도구의 연령을 벗어나기 때문에 새로운 발달 평가를 하기 위한 도구의 필요성을 갖게 되었고, 그 또한 기존의 형태와 일관성 있게 보호자 작성형 선별검사 도구를 사용하여야 했다. 그러나 적절한 도구가 없어 개발을 하였다.

건강 교육은 영양 교육과 안전사고 예방을 다른 연령대와 연계하여 계속 하도록 구성하였다. 안전사고 예방에서는 특히 다른 연령대와 달리 개인의 안전에 대해 교육시키는 점이나 부모의 양육 태도와 아이에 대한 부모의 부적절한 행동의 가능성을 파악하며 이에 대한 교육을 하도록 구성하였다. 또한 또래들의 따돌림이 아이의 사회생활에 심각한 영향을 미칠 수 있기 때문에 이를 부모와 적절하게 의논함으로써 문제가 심각해지기 전에 해결할 수 있는 방법을 교육시켜야 하므로 이를 교육 항목에 포함시켰다.

영양 부분에서는 규칙적인 식습관에 대한 교육에 중점을 두었으며, 이와 함께 규칙적인 신체활동을 권장함으로써 어릴 때부터 스스로 신체활동을 규칙적으로 하는 습관을 갖도록 교육시키기 위함이다. 리플렛도 제작하였으며, 규칙적인 신체활동을 할 수 있도록 부모들이 함께 도와줄 수 있도록 교육하여야 한다.

감염에 대한 항목을 포함시켜 이에 대한 상담을 할 수 있도록 한 것은 단체 생활의 시작에 맞추어 감염병에 대한 면역성의 획득과 취약성을 파악하고 이에 대비하도록 교육하기 위한 이유로 포함시켰다. 초등학교 취학할 때에 예방접종력을 확인하고 있기는 하지만 미리 접종을 받을 수 있도록 교육하는 것은 예방접종율 향상에도 기여할 것으로 본다.

간접흡연의 위험은 심각하므로 아직 흡연 인구가 많은 우리나라에서는 가정 내에서의 간접흡연이나 승용차에서의 간접흡연에 대한 위험을 교육하기 위한 노력이 필요하여 건강교육에 포함시켰다. 간접흡연의 위험에 대한 교육은 보다 더 이른 연령대에서 실시되어야 하지만 기존의 검진 항목이 이미 구성되어 있으므로 향후 건강검진 프로그램에 대한 전반적인 개정 작업을 할 때 건강교육 항목의 편성을 연령대에 적절히 재배치하여야 할 것으로 판단되었다.

아무쪼록 추가된 영유아 건강검진 시기가 영유아 건강검진 활성화에 도움이 되고, 미래의 우리나라 주역인 영유아들의 건강을 지켜나가는 데 도움이 되었으면 한다.

2011. 5.

[영유아 건강검진 추가에 따른 가이드라인 개발] 연구자 일동

검진 추가에 따른 가이드라인을 개발하면서(2019)

2007년부터 시행된 영유아 건강검진 프로그램이 개발된 지 12년이 되었다. 그동안 두 차례 검진 주기의 추가가 이루어지고 2014년에 매뉴얼이 통합 개정되었으나, 영아기 초기 검진의 추가와 일부 건강 교육 시기 조정의 필요성이 대두되고 신체 진찰 항목 및 표기 방식에 대한 문제점이 지적되어 왔다. 또한 10여 년간 관련 지침이나 학술 자료들이 개정되어 이를 반영한 매뉴얼의 개정이 필요하게 되었다.

이번 개정 매뉴얼에서는 신체 진찰 항목을 연령에 따라 중점적으로 확인하여야 할 항목을 지정하여 특정 진찰 소견 유무를 기재하도록 하였고, 생식기 진찰은 생후 12개월까지만 실시하도록 하였다. 표기 방식도 '양호', '이상'이 아니라 특정 소견이 '있음', '없음'으로 표기하도록 하였으며, 영유아기의 특성 상 영유아가 진찰에 협조하지 않는 경우 '협조 안 됨'으로 표기할 수 있도록 하였다.

영아기 초기 검진이 추가되었다. 생후 14~35일에 초기 검진이 추가되어 발달성 고관절 이형성증의 스크리닝이 적절한 시기에 시작되도록 하였으며 모유 수유 교육, 카시트 사용 교육 및 수면교육이 이루어지도록 배치하였다.

건강교육의 편성을 한 검진 주기에 3항목으로 제한함에 따른 건강교육 배치의 문제점을 개선하고, 충실한 건강교육이 이루어지도록 하기 위하여 검진 주기별로 항목을 3가지로 제한하지 않고 필요한 교육을 편성하였다. 수면교육이 4~6개월에 추가 편성되었으며, 대소변 가리기 교육을 30~36개월에 추가 편성하였다.

우리나라에서 전자미디어 노출에 대한 우려가 커짐에 따라 이에 대한 교육을 조기에 시작하도록 4~6개월에 편성하였고, 18~24개월 및 54~60개월에 추가 편성하였다. 정서 및 사회성 교육은 부모와의 애착이 중요한 9~12개월과 또래 관계 형성이 중요한 30~36개월에 편성하였고, 취학 전 준비 교육은 누리과정의 시작에 맞추어 30~36개월에 추가 편성하였다.

개인위생에 대한 교육은 단체생활이 이른 시기에 시작되는 점을 고려하여 18~24개월로 배치하였으며, 영양 교육은 학술적인 근거 자료가 변경된 부분에 대하여 개정을 하였다.

아무쪼록 새로 개정한 영유아 건강검진 매뉴얼이 우리나라 영유아의 건강을 증진시키는 데에 도움이 되기를 기대한다.

2019. 11.

[영유아 건강검진 개선] 연구진 일동

I

영유아의 신체계측 및 진찰

01 신체계측 방법 및 판정기준
02 신체 진찰

01 신체계측 방법 및 판정기준

1. 서론

소아 진료에서 성장 평가는 가장 중요한 부분이다. 왜냐하면 거의 모든 생리적, 정서적 또는 사회적 문제들이 성장 장애를 일으킬 수 있기 때문이다. 소아기의 주요한 특징인 성장이란 정지 상태가 아닌 진행하는 과정이며, 따라서 나이에 따른 신체 검진(진단)을 시행할 때에 매번 신체계측을 하고 평가하는 것은 중요하다. 또한 성장은 발달과도 상호 영향을 주기 때문에 소아를 진료하는 의사는 어린이의 성장에 충분한 지식을 가지고 있어야 한다.

2017년 표준 성장도표에서 출생 시의 키는 평균적으로 남아 49.9cm, 여아 49.1cm이다. 생후 2세까지는 제1성장 급증기로서 신체의 성장이 급격히 일어난다. 생후 6개월간은 약 18cm가 자라고 다음 6개월간은 약 9cm가 자라서 생후 1년이 되면 키가 77cm가량 된다. 제2년째는 약 9.5cm, 제3년째는 약 8.5cm, 제4년째는 약 7cm가량 자란다. 우리나라 소아의 키는 4세에 출생 시 키의 약 2배(남아 103.1cm, 여아 104.9cm)가 된다.

연령에 따른 평균 자료만으로는 개인별 차이가 심한 신체계측을 평가할 수 없기 때문에 과학적으로 제정된 신체발육표준치, 즉 성장 도표(growth charts)를 사용하여 분석하는 것이 가장 바람직하다.

성장 도표는 성장 곡선(Growth curve)과 표(Growth table)로 제공된다. 성장 도표는 미국, 영국 등 선진국에서 각국 상황에 맞게 만든 것이 있고 개발도상국 등을 중심으로 세계 표준으로 사용하기 위하여 최근에 개정된 WHO의 것이 있다. 우리나라에서는 1960년대부터 우리나라 형편에 맞는 성장 도표를 만들어 사용하고 있다.

2. 2017 소아청소년 성장도표의 사용법

1) 우리나라 신체발육표준치에서 연령의 정의

성장도표의 연령은 만 나이이며, 월령으로 제시되어 있다. 만 나이는 신체계측을 실시한 측정년월일과 생년월일을 이용하여 다음과 같이 계산하며 계산된 값의 소수점은 버림으로 처리한다.

[연령 계산 공식]

만 나이(개월) = ((측정년도 − 출생년도) × 12[1]) + (측정월 − 출생월) + ((측정일 − 출생일) ÷ 30.4[2])

1) 12(개월)=1(년)

2) 30.4(일)=365(일)÷12(개월)

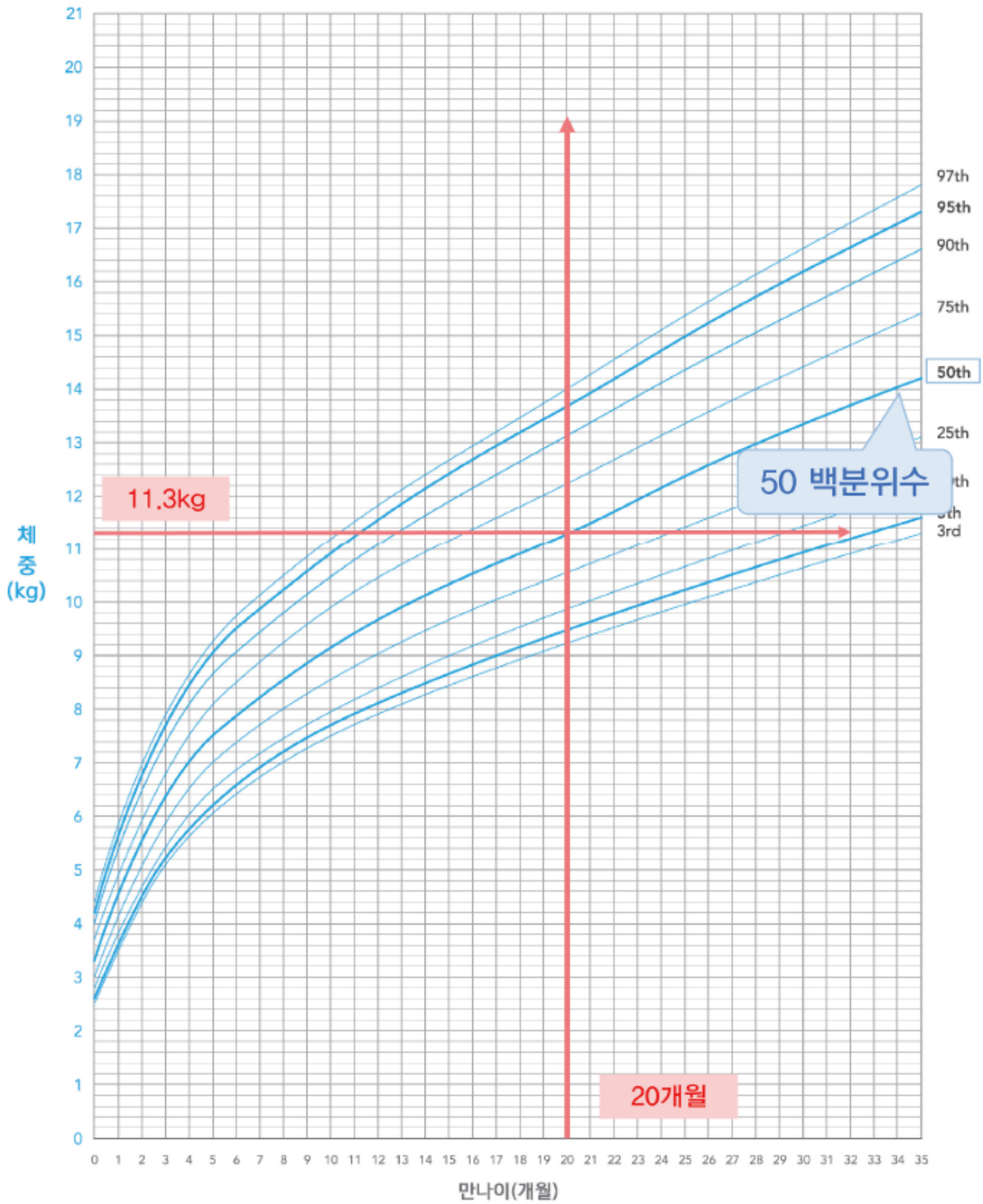
예를 들면 생년월일이 2010년 11월 10일이고 측정년월일이 2017년 12월 12일이라고 한다면 위의 계산방법에 따라 만개월령은 85.07로 계산되고 소수점은 버림으로 처리되므로 85개월로 계산하면 된다.

만 나이는 위의 계산공식이 아니어도 다양한 방법으로 계산할 수 있으므로 다른 계상공식을 활용하여도 된다. 만약 나이(세)만 알고 있고 생년월일을 몰라 정확한 월령을 계산할 수 없다면 연령의 시작 월령의 값을 적용한다. 예를 들면 정확한 생년월일을 알 수 없고 3세인 것만 알고 있다면 36개월의 값을 적용한다.

예를 들어 어떤 어린이가 20개월에 몸무게가 11.3kg이라고 한다면, 성장 곡선에서는 해당 연령과 해당 계측치를 표시하여 50백분위수라는 것을 알 수 있으며(그림 1), 표에서는 대표 범주 연령인 30개월에 해당하는 수치를 찾아 약 50백분위수라는 것을 알 수 있다(표 2).

[표 1] 국내 성장도표 개발에 사용된 표기 연령의 해당 범위, 개월, 년

연령(표기)	범위(개월)	개월	년	연령(표기)	범위(개월)	개월	년
출 생	0	0	0	4.5(4.5~5)세	54-59.9	57	4.75
1(1~2)개월	1-1.9	1.5	0.13	5(5~5.5)세	60-65.9	63	5.25
2(2~3)개월	2-2.9	2.5	0.21	5.5(5.5~6)세	66-71.9	69	5.75
3(3~4)개월	3-3.9	3.5	0.29	6(6~6.5)세	72-77.9	75	6.25
4(4~5)개월	4-4.9	4.5	0.38	6.5(6.5~7)세	78-83.9	81	6.75
5(5~6)개월	5-5.9	5.5	0.46	7(7~8)세	84-95.9	90	7.5
6(6~7)개월	6-6.9	6.5	0.54	8(8~9)세	96-107.9	102	8.5
7(7~8)개월	7-7.9	7.5	0.63	9(9~10)세	108-119.9	114	9.5
8(8~9)개월	8-8.9	8.5	0.71	10(10~11)세	120-131.9	126	10.5
9(9~10)개월	9-9.9	9.5	0.79	11(11~12)세	132-143.9	138	11.5
10(10~11)개월	10-10.9	10.5	0.88	12(12~13)세	144-155.9	150	12.5
11(11~12)개월	11-11.9	11.5	0.96	13(13~14)세	156-167.9	162	13.5
12(12~15)개월	12-14.9	13.5	1.13	14(14~15)세	168-179.9	174	14.5
15(15~18)개월	15-17.9	16.5	1.38	15(15~16)세	180-191.9	186	15.5
18(18~21)개월	18-20.9	19.5	1.63	16(16~17)세	192-203.9	198	16.5
21(21~24)개월	21-23.9	22.5	1.88	17(17~18)세	204-215.9	210	17.5
2(2~2.5)세	24-29.9	27	2.25	18(18~19)세	216-227.9	222	18.5
2.5(2.5~3)세	30-35.9	33	2.75	19(19~20)세	228-239.9	234	19.5
3(3~3.5)세	36-41.9	39	3.25	20(20~21)세	240-251.9	246	20.5
3.5(3.5~4)세	42-47.9	45	3.75	21(21~22)세	252-299.9	258	21.5
4(4~5.5)세	48-53.9	51	4.25				



〈그림 1〉 연령별 몸무게 곡선(남, 0~35개월)에서 20개월에 몸무게 11.3kg인 어린이의 백분위수 추정의 예

[표 2] 연령별 몸무게 성장도표 LMS 및 추정 백분위수 (남) 표에서 20개월에 몸무게 11.3cm인 어린이의 백분위수 추정의 예

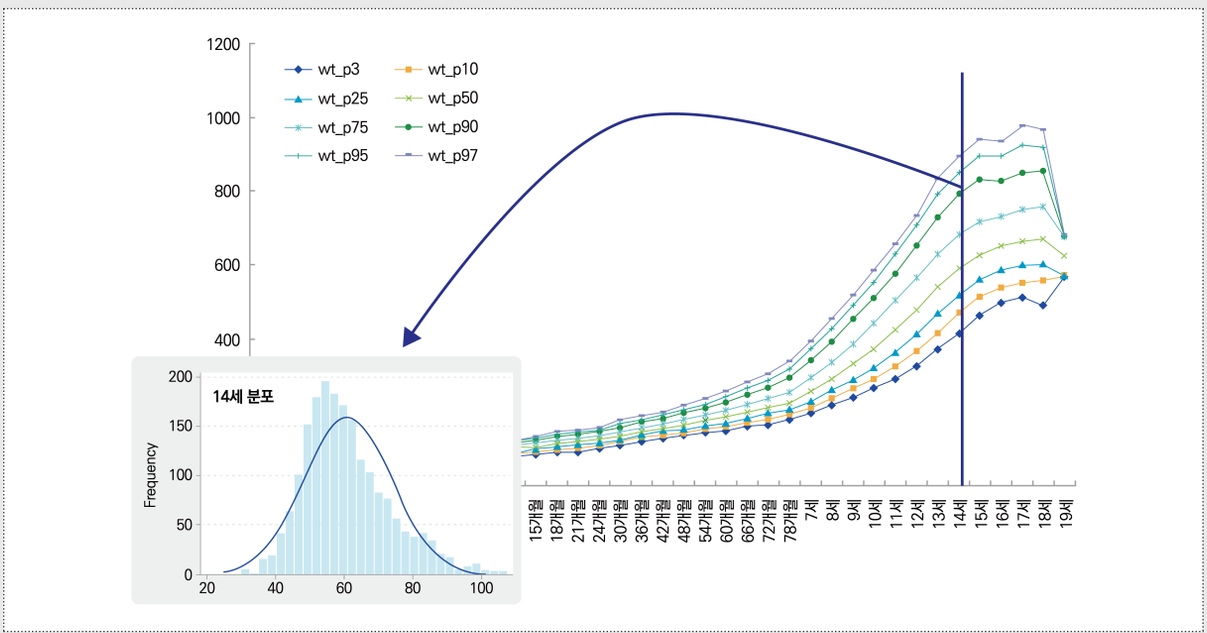
만 나이 (세)	만 나이 (개월)	체중(kg) 백분위수										
		3rd	5th	10th	15th	25th	50th	75th	85th	90th	95th	97th
0	0	2.5	2.6	2.8	2.9	3.0	3.3	3.7	3.9	4.0	4.2	4.3
	1	3.4	3.6	3.8	3.9	4.1	4.5	4.9	5.1	5.3	5.5	5.7
	2	4.4	4.5	4.7	4.9	5.1	5.6	6.0	6.3	6.5	6.8	7.0
	3	5.1	5.2	5.5	5.6	5.9	6.4	6.9	7.2	7.4	7.7	7.9
	4	5.6	5.8	6.0	6.2	6.5	7.0	7.6	7.9	8.1	8.4	8.6
	5	6.1	6.2	6.5	6.7	7.0	7.5	8.1	8.4	8.6	9.0	9.2
	6	6.4	6.6	6.9	7.1	7.4	7.9	8.5	8.9	9.1	9.5	9.7
	7	6.7	6.9	7.2	7.4	7.7	8.3	8.9	9.3	9.5	9.9	10.2
	8	7.0	7.2	7.5	7.7	8.0	8.6	9.3	9.6	9.9	10.3	10.5
	9	7.2	7.4	7.7	7.9	8.3	8.9	9.6	10.0	10.2	10.6	10.9
	10	7.5	7.7	8.0	8.2	8.5	9.2	9.9	10.3	10.5	10.9	11.2
	11	7.7	7.9	8.2	8.4	8.7	9.4	10.1	10.5	10.8	11.2	11.5
1	12	7.8	8.1	8.4	8.6	9.0	9.6	10.4	10.8	11.1	11.5	11.8
	13	8.0	8.2	8.6	8.8	9.2	9.9	10.6	11.1	11.4	11.8	12.1
	14	8.2	8.4	8.8	9.0	9.4	10.1	10.9	11.3	11.6	12.1	12.4
	15	8.4	8.6	9.0	9.2	9.6	10.3	11.1	11.6	11.9	12.3	12.7
	16	8.5	8.8	9.1	9.4	9.8	10.5	11.3	11.8	12.1	12.6	12.9
	17	8.7	8.9	9.3	9.6	10.0	10.7	11.6	12.0	12.4	12.9	13.2
	20개월		9.1	9.5	9.7	10.1	10.9	11.8	12.3	12.6	13.1	13.5
			9.3	9.7	9.9	10.3	11.1	12.0	12.5	12.9	13.4	13.7
	20	9.2	9.4	9.8	10.1	10.5	11.3	12.2	12.7	13.1	13.6	14.0
	21	9.3	9.6	10.0	10.3	10.7	11.3		13.0	13.3	13.9	14.3
	22	9.5	9.8	10.2	10.5	10.9			13.2	13.6	14.2	14.5
	23	9.7	9.9	10.3	10.6	11.1	12.0	12.9	13.4	13.8	14.4	14.8
2	24	9.8	10.1	10.5	10.8	11.3	12.2	13.1	13.7	14.1	14.7	15.1

2) 신체발육표준치의 역학 통계로서의 이해

신체발육표준치(이하 성장 도표)는 성장기의 대상 인구 집단의 통계적 분포를 제시한 것으로서 임상, 보건, 역학 및 정책의 도구로서 사용된다. 성장 도표상의 특정 분포가 직접적으로 생리적 또는 의학적인 의미를 가지는 것은 아님에 유의할 필요가 있다(그림 2). 즉 어떤 어린이가 극단 값에 가까운 특정 백분위수(예로 3백분위수 또는 97백분위수)에 위치하고 있다 하더라도, 다른 임상적인 증상이나 증후 또는 객관적인 검사 결과를 동반하지 않는 한 질병으로 진단하긴 어렵다.

[2017 성장도표의 연령 범주화]

연령은 우리나라 대부분의 국가조사에서 만 나이를 기준으로 조사하고 있고, 3세 미만에 도입한 「WHO Growth Standards」의 경우에도 만 나이로 제시되어 있어 2017 성장도표의 연령은 만나이로 계산하고, 1개월 단위로 범주화하였다. 2005년 신체발육측정조사는 생년월일과 조사년월일이 기록되어 있어 계산공식을 이용한 정확한 월령을 계산할 수 있었지만, 1997년 신체발육측정조사의 경우 생년월일과 조사년월일이 기록되어있지 않고 2~6세는 6개월 단위로, 7~20세는 1세 단위로 연령이 범주화되어 있어 각 연령의 대푯값이 되는 연령범주로 코딩하였다. 예를 들면 3~3.5세는 36개월, 3.5~4세는 42개월로 범주화하였다.



〈그림 2〉 백분위수와 연령의 관계

3) 신체발육표준치에서 정상의 의미

성장 도표에서 "정상"이라는 말은 통계 분포의 중앙에서 얼마나 떨어져있는가를 정상으로 정하는가에 따라 달라진다. 보통 많이 사용하는 ±2×표준편차는 해당 연령 인구 집단의 95.4%를 정상으로 판정한다. 이는 백분위수로 2.3~97.7백분위수 범위에 해당하며, 전통적으로 3~97백분위수를 질병 진단의 근거로서 활용한다. 참고로 ±1×표준편차는 해당 연령 인구 집단의 68.3%를, ±3×표준편차는 해당 연령 인구 집단의 99.7%를 정상으로 포괄한다.

우리나라의 새로운 2017년 성장 도표는 대부분의 선별 기준은 2007 성장도표와 동일하나 「WHO Growth Standards」의 도입에 따라 0~2세 과체중 기준을 연령별 체중에서 신장별 체중으로 변경하였고, 2세 이상에서는 대한소아과학회의 비만 선별 기준 변경에 따라 비만

선별 기준을 '연령별 체질량지수 95백분위수 이상이거나 25kg/㎡'에서 '연령별 체질량지수 95백분위수 이상'으로 변경하였다.

3. 신체계측 방법

1) 신체계측 장비

본 사업에서는 신장계, 체중계, 줄자가 필요하다. 신체계측에 있어서 표준화되고 공인된 장비를 사용하는 것은 중요하다.

참고로 2005년 신체발육표준치 측정 사업에서 사용된 장비는 다음과 같으며, 본 사업에서 반드시 아래 장비를 사용할 필요는 없으나, 이에 준하는 공인된 장비를 사용할 것을 권장한다. 예를 들어 '국가표준기본법'과 '계량에 관한 법률'에 의한 국가 공인 인증 업체에서 생산된 공인 측정 장비를 이용하거나, 해외에서 검증된 장비를 사용하는 것이 좋다.

장비 종류	규 격	용 도
신 장 계	SECA-225(독일)	성인용 신장계
	SECA-210(독일)	영유아용 신장계
체 중 계	GL-6000-20(국산)	몸무게 측정

2) 신체계측 방법

<u>키(Height or length) 계측</u>

- 2세 이상 유아(height)
  - 피검자는 간편한 복장 또는 속내의(런닝과 팬티만 착용) 상태로 측정 자세가 잘 보일 수 있도록 한다.
  - 피검자를 수평면에 곧바로 세우고 발뒤꿈치, 엉덩이, 등, 머리의 뒷부분이 수직판에 닿도록 한다.
  - 머리는 정면을 보게 하여 소위 'Frankfort Horizontal Plane'에 위치되게 한다.
  - 양팔은 손바닥을 다리를 향하게 하여 힘을 빼고 자연스럽게 늘어뜨리게 한다.
  - 팔꿈치를 모으고 발의 내측선(Medial boarders)이 약 60°가 되게 벌리고 무릎이 내측은 겹치지 않고 접촉되게 한다.
  - 다음으로 숨을 깊게 들여 마신 상태로 있게 한 후 수평판을 머리의 정점에 닿게 한다. 이때 머리카락을 누를 정도의 압력만을 가한다.
  - 측정자는 피검자의 정면과 측면에서 바른 자세가 되도록 교정해준다.
  - 계측기에 표시된 눈금의 수치를 0.1cm 단위로 읽는다.
- 2세 미만 영유아(length)
  - 피검자를 똑바로 눕힌 후 얼굴을 앞으로 향하도록 하여 측정선과 몸이 평행이 되도록

한다.

- 머리는 정중면을 향하도록 하며, 이 때 한 사람의 측정자가 머리를 고정시킨다. 다른 한 사람은 피검자의 발을 잡고 측정자의 팔꿈치로 피검자의 무릎을 반듯이 펴지게 누른다. 발을 완전하게 수직으로 똑바로 펴서 발 부위의 측정판을 움직여 발뒤꿈치에 완전히 붙인 다음 측정판에 표시된 키의 측정치를 읽는다. 키는 정확히 측정하기 위해서는 2명의 측정자가 측정하는 것이 좋다.
- 누워서 측정한 키는 서서 측정한 키에 비해 측정치가 0.7cm 정도 크다고 알려져 있으므로 2세 이상의 유아가 누워서 측정한 경우라면 표준성장도표에 비교할 때나 체질량지수를 계산할 때 0.7cm를 뺀 값을 키로 이용하여 평가하여야 한다.

몸무게(Weight) 계측

- 몸무게 측정은 전자식 저울을 사용한다.
  - 저울은 바닥이 평평하고 단단한 곳에 놓고 수평위치를 잡는다.
  - 측정하기 전에 영점조정을 시행한다.
  - 피검자를 발판 위에 올라서게 하고 몸무게가 양쪽 발에 골고루 분포되도록 가만히 서 있게 한다.
  - 피검자는 속내의만을 입거나 될 수 있으면 팬티만 입게 한다.
  - 측정기에 표시된 눈금을 100g 단위로 읽는다.

머리둘레(Head circumference)의 계측

측정기구는 줄자가 공동으로 쓰인다. 0.7cm 폭의 줄자로 잘 휘어지면서 탄력성이 없어 늘어나지 않는 것을 사용한다. 줄자의 영점 쪽을 왼손으로 잡고 오른손으로 나머지 부분을 잡아 영점과 만나는 눈금을 읽는다.

측정 시 얼굴은 정면을 바라보도록 한 후 정면을 향한 얼굴의 왼편에서 측정한다. 귀의 위쪽에서 이마의 눈이 움푹 들어간 부위의 바로 윗부분으로 줄자를 수평이 되도록 돌려서 머리카락을 가볍게 누른 상태로 측정한다. 이때 줄자가 수평면을 이루도록 하고 측정보조자가 돕게 한다.

피부를 누르지 않도록 하고 0.1cm까지 측정한다.

4. 영유아 건강검진 사업에서의 활용

1) 단회 측정에서의 '선별기준'

영유아 건강검진 사업에서는 [표 3]과 같이 '선별기준'을 규정하고 있다. 이는 임상적인 의미가 아니며, 선별 참고 기준(screening reference)으로 제시되는 것이다.

앞에서 언급한 것처럼 성장 도표로 판단하는 '정상'은 보건 통계적인 의미이며 신체계측치 그 자체가 개별 수검자의 건강 상태를 보장하지는 못한다. 또한 정상 범위에서 벗어난 '정밀평가 필요'로 판정되더라도 반드시 질환이 있다는 것을 의미하는 것은 아니기 때문에 수검자 및 보호자에게 과도한 걱정을 하게 할 필요는 없다. 성장 도표는 임상 현장에서 어린이의 전체적인 건강 상태를 평가하는 유용한 도구의 하나로서 다른 임상 정보와 함께 판단되어야 한다. 다만 유소견자의 경우에는 질환의 가능성이 높게 의심되므로, 전문가(소아청소년과 전문의)에 의한 주의 깊은 경과 관찰이 필요하며, 필요한 경우에는 상급 의료 기관에서의 원인적 치료를 위해 의료 기관을 옮길 수도 있다.

임상적으로 저성장을 진단할 경우에는 교과서 기준으로 3백분위수 미만 또는 -2 표준편차 미만을 사용하며, 성장호르몬 분비 저하증과 같은 저성장이 특징적인 질환의 경우에는 더 엄격한 -3 표준편차(약 1백분위수) 미만을 진단 기준으로 삼기도 한다. 이와 같이 선별 기준에 들어가는 대상자 중에서 3백분위수 미만 또는 -2 표준편차 미만인 경우는 특별히 주의해야 한다.

2017 성장도표부터 비만 선별 기준은 대한소아과학회의 기준에 따라 '연령별 체질량지수 95백분위수 이상 또는 25kg/㎡ 이상'에서 '연령별 체질량지수 95백분위수 이상'으로 변경되었다. 따라서 2007 성장도표의 비만 선별 기준을 적용한 이전 통계 수치와 차이가 있을 수 있으므로 해석 시 주의가 필요하다. 또한 연령별 체질량지수 95백분위수 값이 낮아지면서 성장도표를 통한 비만 진단이 소아청소년 전 연령에서 강화되었다. 영유아 및 소아 비만은 성인 비만으로 이어질 가능성이 높기 때문에 어린 시절 비만이 발생하지 않도록 개입하는 것이 국제적인 추세로 2017 성장도표는 이를 반영하여 개발하였다. 성장기 비만 중재는 운동량 증가 및 건강한 식생활에 대한 교육을 중심으로 가족의 참여하에 이루어지는 것이 바람직하며 적정한 키 성장의 유지를 고려하여야 한다. 성장기에 키와 체중의 변동 양상은 개인에 따라서 매우 다양하기 때문에 면밀한 추적 관찰을 통하여 개입이 이루어져야 한다. 급격히 열량 섭취를 줄이는 등의 과도한 체중 관리는 성장을 방해할 수 있으므로 주의가 필요하다.

2) 연속적인 신체 계측에서의 '정밀평가 필요'의 기준

시간적으로 연속적인 측정을 하면 성장 도표를 통해 신체 발육의 추이를 잘 관찰할 수 있다. 특히 성장 도표에서 정상이었던 어린이가 비교적 짧은 시간을 두고 한 두 급간(one or

two major percentiles)의 하락이 있는 경우에는 성장 장애를 의심해야 하며, 이는 본 검진에서 '정밀평가 필요'로 분류된다. 예를 들어 한 어린이의 몸무게가 9개월에 75백분위수였다가 18개월 검진에서 25백분위수로 떨어졌다면, 두 단계 급간 하락(75 → 50 → 25)이며, 이에 대한 원인 평가를 고려해봐야 한다.

[표 3] 2017 한국 소아청소년 성장도표의 선별 기준

	0-2세		2-18세	
	성장도표	선별기준	성장도표	선별 기준
저신장	연령별 신장	3백분위수 미만	연령별 신장	3백분위수 미만
소두증	연령별 머리둘레	3백분위수 미만	-	
저체중	연령별 체중	5백분위수 미만	연령별 체중	5백분위수 미만
과체중	신장별 체중	95백분위수 이상	연령별 체질량지수	85백분위수 이상이면서 95백분위수 미만
비만	-		연령별 체질량지수	95백분위수 이상

◊ 참 고 문 헌

1. 안효섭, 신희영. 홍창의 소아과학. 제11판. 미래앤. 2016.
2. 문진수. 2007년 한국 소아 청소년 표준 성장곡선과 표의 적용. Kor J Pediatr Gastroenterol Nutr 2009;12:S1-5.
3. 문진수, 이순영, 남정모, 최중명, 최봉근, 서정완 등. 2007 한국 소아 청소년 성장도표: 개발 과정과 전망. Korean J Pediatr 2008;51:1-25.
4. 이종국, 최중명, 문진수 등. 2005년도 소아·청소년 신체발육 및 혈압 표준치 제정사업, 대한소아과학회. 2006. 8.
5. 이순영, 김윤남, 강연지, 장명진, 김진흠, 문진수 등. 2007 한국 소아청소년 성장곡선 및 정상혈압 분포 개발 방법론. Korean J Pediatr 2008;51:26-32.
6. 질병관리본부, 대한소아과학회, 소아 청소년 신체발육 표준치 제정위원회. 2007년 소아 및 청소년 신체발육 표준치 해설. 질병관리본부, 2007.
7. 영유아 건강검진 상담의사 매뉴얼. 국민건강보험공단, 2008.
8. 홍창의. 소아과진료 8판, 고려의학, 2002.
9. Berman et al. Nelson Textbook of Pediatrics, 17th Ed. Saunders, 2004.
10. 2000 CDC Growth Charts for the United States: Methods and Development. National Center for Health Statistics. Vital and Health Statistics Series 11;246:1-189.
11. Centers for Disease Control and Prevention 2000 Growth Charts for the United States: Improvements to the 1977 National Center for Health Statistics Version. Pediatrics 2002;109:45-60.
12. WHO child growth standards: length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: methods and development. World Health Organization 2006.
13. WHO Child Growth Standards. Acta Paediatrica 2006;95(S450).

02 신체 진찰

1. 서론

영유아기는 전 생애주기 중에서 성장과 발달이 가장 빠르게 일어나는 시기이므로 다른 연령층의 신체검진과는 달리 영유아기에 확인하여야 할 특정 진찰 소견을 중점적으로 확인하도록 한다. 12개월까지는 특정 진찰 항목을 열거하여 그 소견의 유무를 신체 진찰로 확인한 후, 신체 진찰 결과 란에 특정 신체 진찰 소견이 '있음', '없음'으로 기재하고, 연령적인 특성상 영유아가 협조하지 않아 진찰을 할 수 없는 경우 '협조 안 됨'으로 기재하도록 한다.

18개월 이후의 검진에서는 특정 진찰 항목을 열거하지는 않고 주로 확인하여야 할 신체 부위 별로 '특이 소견 있음', '특이 소견 없음', '협조 안 됨'으로 기재하고, 별도로 기재할 진찰 소견이 있는 경우 기타 소견 란에 작성한다.

생식기에 대한 진찰은 생후 12개월까지 실시하며, 각 검진 주기 별 신체 진찰에서 특이 소견이 발견되는 경우 정밀 평가를 받도록 종합 소견 란에 기재하고 이에 대해 안내하도록 한다.

모든 영유아의 신체 진찰에 앞서 의사는 반드시 손을 씻어야 한다. 따뜻한 물에 손을 씻으면서 손을 따뜻하게 하는 것은 아이들에게 더 편안한 느낌을 주어 좋다.

2. 부위별 진찰

1) 눈과 외안부

영유아가 어릴수록 눈이나 외안부에 대한 진찰을 자세히 하기가 어려우므로 검진을 시행하는 동안 진찰할 수 있는 한 노력하되 진찰을 하기가 어려운 경우 '협조 안 됨'에 표기하도록 한다.

영아기 초기에는 양쪽에 안구가 있는지 여부부터 살펴보아야 한다. 신생아기에는 눈을 감고 있는 시간이 많아 미처 인식하지 못하는 경우가 있으므로 안구 유무를 확인하도록 한다.

영유아의 상태가 안정되어 진찰을 할 수 있는 경우에는 눈꺼풀이 감기는 정도가 정상적인지를 관찰하고, 앞을 볼 때 고개를 기울이고 있는 지, 장난감 등으로 관심을 유도할 때 물체를 따라 보는지 등을 관찰한다.

손전등(Penlight)을 이용하여 각막의 혼탁 여부를 확인하고, 앞에서 빛을 비추어 각막에 빛이 반사되는 위치를 확인하여 사시 여부를 확인한다. 일차 의료기관의 검진의사가 안과 전문의와 같은 정도의 안과적 진찰을 시행하기는 어려우므로 검진 시 부모가 염려하는 사항이 있으나 이에 대한 진찰이 어려운 경우 안과 진료가 가능한 의료기관

으로 안내한다.
눈에 대한 자세한 진찰 요령은 시각에 대한 검진 매뉴얼에 관련 내용을 수록하였다.

2) 귀

외이의 기형을 관찰하고, 귀의 위치가 정상보다 낮은 위치인지를 확인하며, 이경을 이용하여 고막을 관찰한다. 소이증이나 외이도 폐쇄증이 있는 경우 내이 기형을 동반하여 난청이 발생할 수 있으므로 발견되는 경우 정밀평가를 의뢰하도록 한다.
귀에 대한 자세한 진찰 요령은 청각에 대한 검진 매뉴얼에 관련 내용을 수록하였다.

3) 구강

구순, 구개열이 있는 경우 반복되는 중이염과 청각 이상을 초래할 수 있으므로 이를 확인하며, 아구창 유무를 관찰하고, 치아의 발육 상태도 관찰한다.

4) 경부

영아기 초기에는 목의 흉쇄유돌근에 종괴가 만져지는 경우가 있으므로 이에 대한 확인을 하고 관찰되는 경우 정밀 평가를 의뢰하도록 한다.

5) 흉부

영유아기의 흉부 진찰에서 심장의 박동은 규칙적인지, 심음이 정상적인지 들어보고, 심음 사이의 심잡음 유무를 확인하도록 한다. 호흡에 따른 동성 부정맥이 있을 수 있으므로 충분한 시간 동안 들어보아야 한다.

6) 복부

영유아가 울지 않고 조용히 있을 때 복부 진찰을 하도록 한다. 촉진을 할 때에는 아이의 얼굴 표정을 살펴 배를 만질 때 아파하는지를 알아보고 복부가 팽창되어 보이는지, 덩어리가 만져지지는 않는지 진찰해본다.
힘을 주어 배를 누르지 말고 가볍게 누르면서 간과 비장이 만져지는지 확인한다. 정상적으로 간이 우측 갈비뼈 아래로 1~2cm 만져질 수 있으며, 비장은 끝이 만져질 수 있다. 배꼽 탈장은 영아기에 흔히 관찰할 수 있다. 그 외의 비정상적인 덩어리가 만져지는 경우 정밀평가를 받도록 안내한다.

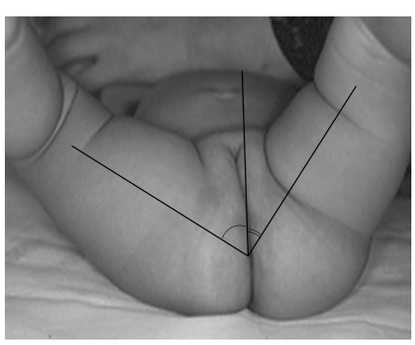
6) 고환

생식기에 대한 진찰은 생후 12개월까지만 실시하도록 한다. 남자 아이는 음낭 수종이 있는지 확인하여야 하므로 양쪽 음낭의 크기가 대칭인지 관찰하고 한 쪽이 더 큰 경우 손전등을 비추어 보아 투시되는지 확인한다. 양쪽 고환이 모두 음낭 속으로 내려와 있는지를 확인하여야 한다. 정류고환을 검사할 때에는 적당한 환경에서 아이를 앉힌 자세로 서혜관 위쪽에서부터 음낭 쪽으로 훑어 내려오는 것이 좋다.

7) 고관절 진찰

발달성 고관절 이형성증에 대한 진찰은 영아기에 꼭 확인하여야 한다. 임신 말기까지 지속된 둔위태향(breech presentation), 양수과소증(oligohydroamnios), 부모나 형제에서의 발달성 고관절 이형성증 병력 등이 중요한 위험인자이며, 선천성 근성 사경이나 중족골 내반증(metatarsus adductus) 또는 선천성 종외반족(congenital calcaneovalgus foot) 등이 동반될 수 있으므로 이러한 병변이 관찰되면 고관절에 대해서 주의하여 진찰하여야 한다. 둘째 이후 아이 보다는 첫째 아이에서, 남아보다는 여아에서 더 많이 발생한다.

고관절이 탈구되어 있는 경우 아이를 침상에 똑바로 눕히고 고관절을 90도 굴곡한 자세에서 몸통이 한쪽으로 기울어지지 않도록 조심하면서 고관절을 외전 하여 양측 외전 정도를 비교하면 고관절의 외전(abduction)이 제한되어 있는 것이 관찰된다〈그림 1〉.



〈그림 1〉 좌측 고관절 탈구 환자에서 관찰되는 좌측 고관절 외전 제한

발달성 고관절 이형성증 중 고관절을 굴곡하고 내전하면서 내측에서 바깥쪽으로 밀어낼 때에 대퇴골두가 비구에서 빠져나가는 것이 느껴지는 것을 Barlow 검사, 반대로 고관절을 굴곡한 상태에서 외전하면서 외측에서 안쪽-위쪽으로 대전자부를 밀어 올리면 대퇴골두가 비구 안으로 정복되는 것이 느껴지는 것을 Ortolani 검사라고 한다. 과거에는 가장 중요한 신체검사 소견 중 하나였지만, 최근에는 보다 확장된 개념의 발달성 고관절 이형성증 중에는 일부에서만 양성으로 나타나기 때문에 상대적으로 그

중요성이 떨어지고 있다.

한 쪽 고관절이 탈구된 경우에 고관절을 90도 굴곡하고 슬관절을 완전 굴곡하여 무릎의 높이를 비교해 보면 탈구된 쪽이 낮아 보이는데 이를 Allis 징후 또는 Galeazzi 징후라고 한다〈그림 2〉.



〈그림 2〉 좌측 고관절 탈구에서 관찰되는 Allis 징후 또는 Galeazzi 징후

사타구니의 피부주름이 비대칭적인 것은 비교적 쉽게 발견할 수 있는 신체검사 소견이나 그 특이도(specificity)와 민감도(sensitivity)가 낮아서 상대적으로 덜 중요한 소견이다. 탈구되어 있거나 태내에서부터 고관절 외전이 제한된 경우 사타구니에서 회음부를 돌아서 둔부로 넘어가는 피부 주름이 깊고 길게 보이는 경우가 있다〈그림 3〉.



〈그림 3〉 좌측 고관절 탈구 환자에서 관찰되는 깊고 긴 사타구니 피부 주름

그러나 사타구니보다 원위부인 대퇴부 내측 피부 주름은 고관절 병변과의 연관성이 거의 없기 때문에 큰 의미가 없다. 문진 상 위험인자가 발견되거나 신체검사 상 이상소견이 발견되면 고관절 초음파검사가 가능한 의료기관으로 안내하도록 한다.

3. 연령별 주의사항

1) 14~35일 신생아

영아기 초기 검진 시에는 단회 측정의 계측치를 판정하는 것과 함께 출생 시 계측 치와 비교하는 것이 필요하다. 정상 만삭아의 경우 생후 3~4일 동안은 5~10%의 초기 체중 감소가 있으며 7~10일째가 되면 회복된다. 이후 출생 후 첫 3개월 동안은 1일에 30g 정도 체중이 증가한다. 체중 증가가 부족할 경우 수유 방법, 소변량, 탈수 소견을 확인하고 추적 관찰을 하거나 정밀 평가가 필요한지 살펴보아야 한다. 두위의 경우 출생 시보다 급격한 증가가 의심 될 경우 추적관찰을 하거나 정밀 평가를 의뢰하도록 한다.
신생아의 진찰 시 인내와 부드러움 및 수기의 유연성이 필요하다. 진찰의 초기에 아이가 조용하고 안정되어 있을 때 복부 촉진과 심장의 청진을 먼저 하고, 아이가 불편할 수 있는 다른 진찰은 후에 하도록 한다.
이 연령의 신생아에게는 육안적 황달을 어느 정도 관찰할 수 있다. 피부 색깔이 밝은 노랑, 주황색이 아닌 녹갈색, 진흙색의 경우 폐쇄성 황달을 의심해볼 수 있으며 이 경우에는 대변색깔도 함께 확인한다. 황달은 대개 혈청 빌리루빈 수치가 높아질수록 머리에서 다리 쪽으로 진행하지만 혈청 빌리루빈 수치를 항상 대변할 수 없으므로 고빌리루빈혈증이 의심되면 혈액검사의 필요성을 확인해줄 필요가 있다.
신생아기에는 눈을 감고 있는 시간이 많지만 안구 유무와 각막 혼탁 여부를 확인하도록 한다. 소이증이나 외이도 폐쇄증 유무를 확인하고, 구순이나 구개열도 확인하도록 한다. 목에는 흉쇄유돌근의 종괴가 만져질 수 있으므로 확인하도록 한다.
선천성 심장병을 발견하는데 흉부 진찰은 매우 중요하다. 네 부위에서(좌, 우측 흉골연 2번째 늑간, 좌측 흉골연 하부, 심첨부) 심음을 청진하며 심잡음을 확인한다. 양측 대퇴동맥 맥박을 촉진하여 강도와 리듬을 확인하는 것도 필요하다. 남아의 경우 음낭 수종이나 정류고환에 대한 진찰도 빠트리지 않아야 한다.
발달성 고관절 이형성증에 대한 스크리닝을 위하여 고관절 불안정성이나 고관절의 외전 제한, 사타구니 주름의 비대칭을 확인하도록 한다.

2) 4개월~12개월 영아

4개월 영아는 테이블에 눕히고 부모가 곁에 있는 상태에서 진찰을 하고, 9개월 영아인 경우에는 아이가 불안하지 않도록 부모의 품에 안고 시행하는 것이 좋다.
6개월 이전의 영아는 심박수도 평균 분당 130회(80-160회), 6개월 이후에는 분당 110회(70-150회)정도로 다른 연령에 비해 빠르다. 호흡수도 분당 20-40회 정도이다.
4개월이면 움직이는 물체에 대해 모든 방향으로 따라 볼 수가 있으므로 손전등을 비춰주면서 눈이 모든 방향으로 잘 움직이는지, 동공의 크기는 같은지 대광반사는 정상인지 확인한다. 6개월 이내에는 가성 내사시가 있으나 똑바로 쳐다볼 때 불빛이 양쪽

동공의 중앙에 비치는지 확인한다.
출생 시부터 관찰된 귀의 기형을 4개월 진찰 시에 꼭 확인하고, 기형이 있는 경우 청력 검사의 필요성을 확인해줄 필요가 있다.
4개월에 신생아기에 확인할 수 없었던 심잡음도 다시 확인하여야 한다. 남자 아이인 경우 정류 고환이나 음낭 수종 유무를 확인하여야 한다. 고관절 탈구에 대한 진찰도 빠트리지 않아야 한다.
9개월에도 외이 기형이나 심잡음을 다시 확인하고, 남자 아이인 경우 정류고환의 지속 여부를 꼭 확인하여, 고환이 음낭 내에서 만져지지 않는 경우 부모에게 정밀평가를 받도록 교육한다. 아직 아이가 일어나 걷지 않는 시기이므로 고관절 탈구의 소견이 있는지를 확인해 주는 것이 중요하다.
9개월이면 치아가 나오는 연령이므로 치아의 발육 상태를 확인하여야 한다.

2) 18개월~5세 유아

이 연령의 유아에게는 조용히 부드럽게 접근하며, 아이가 편안하게 느끼고 안심하도록 유의할 필요가 있다. 다른 부분을 진찰하는 동안 청진기나 손전등을 가지고 놀도록 하는 것도 좋다. 만지고 노는 동안 무서운 도구가 아니란 것을 알아차릴 수도 있다. 심박수는 평균 분당 100회(80-140회)이며, 호흡수도 분당 30-40회 정도이다. 눈에 대한 진찰은 36개월까지 시행하며, 청각에 대한 확인도 중요하다. 고형 종양의 발견을 위한 복부 진찰도 시행하도록 하나, 유아가 복부 진찰을 위해 눕는 것을 무서워 할 수 있으므로 보호자의 도움을 받아 안정된 환경에서 진찰을 하도록 한다. 협조가 안 되는 경우 '협조 안 됨'에 표기하도록 한다.

◇ 참 고 문 헌

1. 노관택. 이비인후과학-두경부외과학, 일조각, 2005; p10
2. 대한정형외과학회. 정형외과학 제7판. 최신의학사. 2013.
3. 안효섭, 신희영. 홍창의 소아과학. 제11판. 미래앤. 2016;252-357
4. 최인호, 정진엽, 조태준, 유원준, 박문석. 이덕용 소아정형외과학. 제4판. 군자출판사. 2013.
5. Bailey BJ, Johnson JT. Head and Neck Surgery-Otolaryngology, 4th ed. 2006; p1052
6. Hopkins HU. Leopold's principles and methods of physical diagnosis. 3rd ed. WB Saunders Co. Philadelphia 1966;451-65.
7. Kliegman RM, St Geme JW 3rd. Nelson Textbook of pediatrics. 21th ed. Elsevier, Inc. Philadelphia. 2019.
8. Swartz MH. Textbook of physical diagnosis. 5th ed. Elsevier Saunders, Inc. Philadelphia. 2006.
9. "Newborn Exam" by Nina Gold for OPENPediatrics "https://youtu.be/cracmPo3iYo"

II

영유아 건강검진 보호자용 설명서

Section

II

영유아 건강검진
보호자용 설명서

전체본

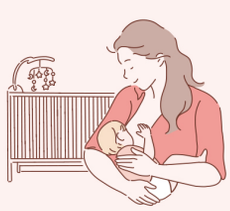
영아기 초기 보호자용 설명서

1. 모유 수유

• **모유 수유가 가장 좋습니다.**
- 모유가 아이에게 가장 완전한 식품이며 아이의 면역을 강화하고, 각종 뇌신경 발달에 유리하며, 만성 질환을 예방하고, 비만을 줄인다고 알려져 있습니다.
- 모유 이외에 아무것도 먹이지 않는 완전모유 수유는 적어도 생후 6개월까지 추천되며, 이유기 보충식(이유식)을 병행하게 되면 생후 24개월까지도 권장하고 있습니다.

• **모유양을 늘리는 방법**
- 밤중에도 수유를 하면 유즙분비 호르몬이 증가하여 모유양이 증가합니다.
- 아이가 원할 때마다 수유하면 모유양이 증가합니다.
- 노리개 젖꼭지나 분유병 사용을 피해야 모유양이 증가합니다.

• **올바른 수유 방법**
- 유선염, 유방울혈 등이 발생하였을 때 모유 수유를 더 열심히 하는 것이 좋습니다.
- 생후 1개월부터 아이는 수유 종류와 관계없이 비타민D를 복용하는 것이 좋습니다.
- 모유 수유 전에 유두 부위를 소독하지 않아도 됩니다.
- 황달이 있을 때 무조건 모유 수유를 중단하지 않습니다.
- 모유 수유모가 허브 제품을 포함한 건강보조제를 복용할 경우, 아이에게 영향을 줄 수 있습니다.



2. 수면

영아돌연사증후군이란 자세한 병력, 부검 소견, 사망 현장의 조사로 설명이 안 되는 1세 미만인 아이의 갑작스런 죽음을 말하는데 생후 1개월에서 1세 사이 영아 사망원인의 35~55%이며 생후 6개월 미만이 90%를 차지합니다. 아직 영아돌연사증후군의 원인을 정확히 알지 못하나 1세 미만 모든 영아에서 위험도를 감소시키기 위해 안전한 수면 습관이 반드시 필요합니다.

신생아는 하루 16~20시간 잠을 자는데 자는 시간은 개인마다 많은 차이를 보입니다. 아이의 수면은 밤낮의 구분이 없이 수면주기가 50~60분마다 초단기적으로 반복되며 배고픔이 수면을 결정하여 자고 깨고 먹고 또 다시 자기를 반복합니다. 이 시기에는 양안 시력 발달을 촉진하고 뇌의 발달에 중요한 역할을 하는 **활동성 수면(급속 안구운동 수면, 렘수면)이 50%나 차지합니다.** 그런데 렘수면 동안에는 근 긴장도가 떨어져 호흡이 약해질 수 있기 때문에 영아돌연사증후군의 위험이 어릴수록 큽니다.

낮에는 일상생활에 그대로 노출시키면서 밤에는 어둡게 하고 덜 놀아주고 적어도 생후 6주부터는 수면 습관을 만들도록 하는데 날마다 일정한 수면의례를 행하며 순서도 바꾸지 않고 졸리지만 아직 깨어있는 상태로 자리에 눕혀 스스로 잠들게 합니다. 부모와 따로 아이 잠자리를 마련하고 밤에는 아이가 깨서 울더라도 서둘러 달래려고 하지 말아야 합니다.

건강한 영아의 경우 **반드시 항상(낮잠을 잘 때에라도) 등을 대고 눕혀서 재우도록 합니다.** 아이를 엎드려 재우거나 옆으로 눕혀 재우면 영아돌연사증후군의 발생이 8배나 증가하므로 권장되지 않습니다. 옆으로 눕히는 것도 자다가 엎어질 수 있어 엎드려 재우는 것과 영아돌연사증후군 위험이 동일합니다.

부드러운 이불, 누빔 이불, 깃털 이불, 두꺼운 이불이나 푹신푹신한 베개, 매트리스를 사용하지 않도록 합니다. 단단하며 편평한 매트리스나 바닥이 더욱 안전합니다. 이불이 아이의 얼굴을 가리지 않도록 이불의 끝자락을 매트리스 아래로 넣어 고정시키는 것이 좋습니다. 부드러운 표면으로 된 장난감이나 여러 가지 줄 등은 아이의 잠자리에서 치웁니다.

아이를 같은 방에서 재우되 아이잠자리를 따로 마련해야 합니다. 아이의 잠자리는 부모님과 가까이 두되 같은 침대에서 아이를 재우지 않는 것이 좋습니다. 부모님과 같이 자는 경우 모유 수유가 촉진되고

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

영아기 초기 보호자용 설명서

아이와의 애착이 증진될 수도 있지만, 예상치 못하게 아이의 호흡이 방해받는 상황이 발생할 수도 있습니다. 아이를 충분히 달래주고 수유가 끝났다면 아이는 자신의 잠자리로 옮겨주는 것이 안전합니다.

많은 어머니들이 눕혀서 아이를 재우게 될 경우 발생 가능한 사두증(뒷머리가 편평해지는 것)을 염려하십니다. 물론 아이를 눕혀 재울 경우 사두증이 발생할 확률이 높아질 수 있으나, 아이가 성장하고 앉을 수 있게 되면서 대개 둥그런 머리 형태로 바뀌게 됩니다. 사두증의 발생 위험도를 낮추는 방법으로는 영아가 깨어 있고 관찰될 때 '배밀이 놀이'를 하도록 합니다. 이것은 운동발달을 증진시키기도 합니다. 누워서 지내거나 뒤로 기대게 되는 시간보다 아이를 껴안아 세워있는 시간이 많게 합니다. 아이의 잠자리 위치와 잠자는 동안 아이의 머리 위치를 자주 바꾸어 주면 머리의 특정 부위에 대한 압력을 완화시킬 수 있습니다.

출산 전과 출산 후 흡연과 술을 피해야 합니다. 아이의 가족 및 밀접한 접촉을 하는 사람은 금연해야 하고 특히 담배를 피우는 사람이나 술을 마신 사람이 아이와 같은 잠자리에서 자는 것은 영아돌연사증후군의 위험을 더욱 높일 수 있습니다. 집(베란다 포함)과 승용차에서 담배를 피우지 말아야 하고 외출했을 때에도 흡연 구역으로부터 가능한 먼 곳에 머물러야 합니다.

모유 수유는 영아돌연사증후군의 위험을 낮추어주며 **노리개 젖꼭지를 사용하는 것이 도움이 될 수 있습니다.** 노리개 젖꼭지는 수면을 위해 영아를 눕힌 상태에서 사용하여야 하며, 영아가 잠이 들면 다시 입에 넣지 않습니다. 영아가 노리개 젖꼭지를 거부한다면 강요하지 않도록 하고, 모유 수유를 하는 경우엔 생후 3~4주까지는 노리개젖꼭지를 사용하지 않도록 합니다.



아이를 싸는 것은 아이가 깨어 있을 때 안정시키고 모유 수유 시 아이 위치를 잡기에 편합니다. 그러나 싸주는 것은 영아돌연사증후군의 빈도를 세배 정도 증가시켜 잘 때는 더 이상 권장되지 않습니다. 생후 2개월 전에 속싸개로 싸줄 때는 깨어 있을 때만 싸주고 내려놓기 전에는 꼭 속싸개를 제거하라고 권장합니다. **2개월 이후에는 속싸개로 싸는 것을 금지합니다.** 오랫동안 단단히 싸주면 고관절탈구 위험이 증가합니다. 따라서 놀라는 것을 막기 위해 깨어 있을 때 가슴부분을 싸면서 다리 부분은 느슨하게 풀어 놓되 가슴부분도 주먹 하나가 들어갈 정도의 여유는 남기도록 하고 마무리 자락이 가슴 쪽이 아니라 다리 쪽으로 향하게 합니다. 먹일 때는 싸서 먹이지만 재울 때는 속싸개로 싸지 않고 우주복을 입혀 재우는 것을 권장합니다.

체온이 과도하게 올라가는 것을 막기 위해 **비교적 가벼운 옷을 입히는 것이 좋으며,** 실내 온도는 가볍게 차려입은 성인에게 편한 정도로 유지합니다.

바운서나 recliner, 카시트에 앉혀서 재우면 산소가 떨어지므로 잠들면 바로 잠자리로 눕혀야 합니다.

■ 간접흡연은 아이에게 미치는 위해성이 많아 금연 환경을 유도합니다.

- 아이가 담배연기에 노출되면,
  - 영아돌연사증후군 발생위험이 증가합니다.
  - 중이염이나 호흡기 질환에 잘 감염됩니다.
  - 천식, 아토피 등 알레르기질환 발생이 증가합니다,
  - 백혈병 등의 암, 비만, 동맥경화증 등의 발생이 증가합니다.
- 담배연기에 일찍 노출될수록 아이가 흡연을 일찍 시작하고 끊기도 더 어렵습니다.
- 집 밖에서만 흡연을 해도 담배 연기가 옷이나 피부에 묻어 상당한 담배연기에 노출되어 아이에게 니코틴이 차이 없이 검출됩니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

영아기 초기 보호자용 설명서

3. 안전사고 예방

• 자동차 안전
- 영아용 카시트를 반드시 사용하세요(카시트 교육자료 참조).
- 영아용 카시트의 아이 등받이 각도는 45도가 가장 안전하며 운전석 대각선 위치의 좌석에 뒤보기로 장착해주셔야 합니다. 카시트를 차량에 단단히 고정하고 자동차 좌석 벨트를 바짝 죄어 주어 고정하도록 합니다. 카시트의 허리띠를 아이의 허리에 단단히 조여 주도록 합니다.

• 추락 예방
- 낙상은 2세 이하 영·유아기의 가장 흔한 사고 기전입니다.
- 고개를 가누지 못하는 아이를 업으면 머리가 뒤로 젖혀지면서 떨어질 수 있고 척수 손상 등이 생길 수 있으므로 업지 않도록 해야 합니다.
- 유모차나 침대, 소파, 식탁 등 높은 곳에 아이를 혼자 두면 안 됩니다. 아직 뒤집지 못한다고 하더라도 버둥거리다가 밀려서 떨어질 수가 있습니다.
- 기저귀를 가는 중에 전화벨이 울리면 기저귀 갈이가 끝날 때까지 전화를 받지 않는 것이 좋습니다. 전화를 받을 때에는 가급적 아이를 난간 등의 안전장치가 있는 안전한 장소에 내려놓은 후 전화를 받도록 하며, 아이를 떨어뜨리지 않도록 주의해야 합니다.



- 대부분의 낙상사고는 아이를 안고 동시에 다른 일을 하다가 생기므로, 다른 행동을 할 때에는 급하더라도 아이를 안전한 난간 등의 안전장치가 있는 침대 등의 안전한 장소에 내려놓은 후 행동하도록 하십시오.
- 아이 연령과 크기에 맞는 아기 띠나 캐리어를 사용하여야 합니다. 아기띠나 캐리어는 머리와 어깨를 감싸고 구멍이 작아 아이가 빠져나가지 않아야 합니다.

• 화상 예방
- 화상 시 신속히 식혀주는 것이 가장 중요합니다. 아이가 데었다면 즉시 찬 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀줍니다.
- 목욕시키기 전에 손목, 손등, 팔꿈치나 온도계를 이용하여 반드시 목욕물의 온도를 확인하도록 합니다.
- 아이를 욕조에 둔 채로 더운물을 틀면 안 됩니다.
- 아이를 안은 채로 뜨거운 음료를 들고 다니지 말아야 합니다.
- 우유나 짜낸 모유를 전자레인지에 데우면 안 됩니다. 더운물에 중탕한 뒤 손목에 떨어뜨려 온도를 확인한 후 먹이도록 해야 합니다.
- 뒤집기를 하지 못하는 6개월 이하의 아이를 전기장판이나 온열, 온수 매트 위에 재우면 체온에 유사한 37℃정도의 온도에서도 화상을 입을 수 있으니 사용하지 말아야 합니다.

4. 청각 선별검사의 중요성

영유아의 정상적인 청각 및 언어발달에 있어 소리자극은 매우 중요하며, 생후 처음 2년 동안 청각기관은 소리자극에 크게 영향을 받습니다. 특히 가장 중요한 시기인 생후 1년 동안에 소리를 잘 듣지 못하면 청각신경 전달로의 발달에 지장을 초래하며, 난청의 진단과 청각재활치료가 늦어질 경우 언어장애가 발생할 뿐만 아니라, 청각 장애에 따른 행동장애와 학습 장애가 따르게 됩니다.



선천성 양측 고도 난청은 정상 신생아의 경우 1,000명당 1~3명이 발생하지만 조기진단 및 조기재활을 시행할 경우 정상에 가까운 언어, 청각발달을 기대할 수 있는 극복 가능한 질환입니다. 그러나 난청의 발견이 늦어지면 치료를 하더라도 그 효과가 떨어지게 되므로 난청의 조기진단은 가장 중요한 첫걸음이 됩니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

영아기 초기 보호자용 설명서

우리나라도 모든 신생아가 생후 1개월 이내 청각선별검사를 받고, 재검이 필요한(난청 의심) 경우 생후 3개월 이내에 난청 확진검사를 실시하며, 난청으로 진단받은 경우 생후 6개월 이내 청각재활을 받을 수 있도록 권고하고 있습니다.
한편 선천성 난청은 출생 즉시 발생하는 경우와 초기 유아기에 진행하여 발생하는 경우가 있습니다. 즉 청력장애아의 20~30%는 초기 유아기 동안에 발생하므로, 진행성 또는 지연성 난청의 위험이 있는 유·소아는 초등학교 때까지 적어도 6개월 간격으로 검사를 받아야 합니다. 또한 취학 전에는 이비인후과에 방문하여 순음청력검사를 시행하여 청각 이상여부를 확인하는 것이 좋습니다.

5. 시각

이 시기에는 신생아가 눈을 뜨지 않고 있는 경우가 많으므로 영유아 건강검진에서 시행하는 시각검진만으로는 어려움이 있습니다. 따라서 평상시에 보호자의 관찰이 중요합니다.
두 눈의 모양이 다르거나 크기가 다르게 느껴지는 경우, 각막(검은 동자)에 혼탁이 있는 경우는 반드시 안과검진을 받아야 합니다.
또한 망막모세포종, 선천백내장, 선천녹내장, 선천망막질환 등의 질환을 가진 사람이 가족 중에 있는 경우에는 조기에 발견하는 것이 중요하므로 꼭 의사선생님과 상의하시기 바랍니다.



6. 카시트

• **어린이 자동차용 보호 장치(카시트) 선택 및 사용 원칙**
- 뒷좌석에 설치합니다.
- 앞좌석 에어백으로 인해 아이의 목 척수가 다칠 수 있으므로, 에어백이 달린 앞좌석에는 카시트를 설치하지 않아야 합니다.
- 뒤를 보도록 설치하는 것(뒤보기)이 앞을 보도록 설치하는 것(앞보기)보다 안전합니다.
- 제품별로 뒷좌석에 뒤를 보도록 설치하는 것이 가능한 제한 연령/체중이 정해져 있으며, 이 제한 연령/체중이 늦은 것을 선택하는 것이 좋습니다(보통 최대 20kg).
- 아이의 몸무게가 10kg 미만이거나 1세 미만이면 반드시 뒷좌석에 뒤를 보도록 장착해야 합니다.
- 뒷좌석에 뒤를 보도록 설치할 수 없는 연령/체중이 되면 뒷좌석에 앞을 보도록 설치하는 카시트를 새로 구매하거나, 전환형 카시트를 이미 구매한 경우는 카시트가 앞을 보도록(앞보기) 단순히 돌려서 사용합니다. 앞보기 카시트는 반드시 하네스 벨트가 달린 것을 구매하여 사용해야 합니다(보통 1~4세, 65~100cm, 9~18kg).
- 이후 아이의 어깨가 카시트 안전띠의 위쪽 홈보다 높게 되거나, 아이의 귀가 카시트 꼭대기보다 위에 오게 되면 부스터 좌석을 사용해야 할 때입니다. 부스터 좌석 사용법은 그냥 그 위에 아이를 앉히고 안전띠를 매어줍니다(보통 4~10세, 15~36kg, 135cm).
- 이후 그냥 안전띠를 매었을 때 허리띠가 골반 위를 지나고 어깨띠가 어깨를 지날 만큼 아이가 컸다면 부스터좌석 없이 성인처럼 안전띠만 사용할 수 있습니다(보통 키 140cm, 몸무게 35kg 이상, 나이 8~12세 정도). 안전띠가 얼굴이나 목을 지난다면 아직 부스터 좌석을 사용해야 할 때입니다.
- 부스터 좌석을 아이가 직접 고르게 하며, 부스터 좌석에 앉으면 창밖을 더 잘 볼 수 있다는 것을 확인시켜 주면 도움이 됩니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

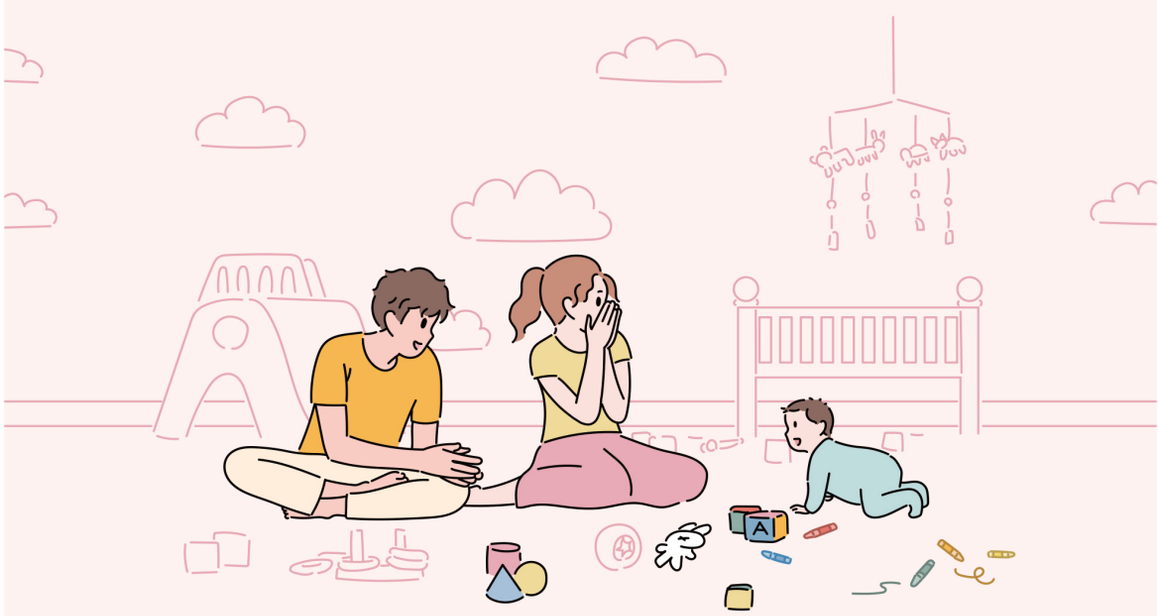
영아기 초기 보호자용 설명서

• **올바른 카시트 장착 방법**

- 뒤보기 카시트(영아형)
  - ① 등받이 각도 45도 확인 : 안전과 편안함을 양립하는 황금 각도가 45도입니다.
  - ② 카시트의 허리띠가 느슨해지지 않도록 단단히 조여 줍니다.
  - ③ 아이를 태운 카시트를 차량에 단단히 고정합니다. 고정 할 때는 카시트를 자동차 좌석으로 밀면서 자동차 안전띠를 바짝 조여 줍니다.
- 앞보기 카시트(유아형)
  - ① 하네스 밀착 : 아이를 태우고 버클을 넣은 후 조절 벨트를 당겨, 하네스 벨트를 아이의 몸에 딱 맞게 밀착 시킵니다.
  - ② 어깨 높이 확인: 아이의 어깨와 하네스에 틈이 생기지 않도록 아이가 위쪽으로 움직이지 않도록 어깨를 빙 돌아들게 하네스의 높이를 조절합니다.

• **어린이 자동차 탑승 안전 수칙**

- 차를 탈 때는 아이를 항상 뒷좌석에 바르게 설치된 카시트에 앉힙니다.
- 잠시라도 차에 아이 혼자만 남겨두어서는 안 됩니다.
- 차 문과 트렁크는 항상 잠가 놓도록 합니다.
- 차를 타면 어른도 항상 안전띠를 매어 본보기를 보여야합니다.
- 차 출발 전에 차 앞뒤로 아이가 없는지 살펴본 후 출발합니다.
- 후진하기 전에 차 뒤로 돌아가서 혹시 아이가 뒤에 있는지 확인하면 더 좋습니다.
- 아이에게 가장 안전한 자리는 뒷좌석이지만 어쩔 수 없이 앞좌석에 앉힐 때는 의자를 최대한 뒤로 밀어 에어백으로 인해 다치는 것을 피하도록 합니다.
- 어디에 가든지(짧은 거리를 이동하더라도) 아이를 승용차에 태울 때에는 반드시 유아용 카시트에 앉히도록 합니다.
- 카시트 생산 회사의 사용설명서를 잘 읽고 나이, 키, 몸무게에 대한 규정을 지키도록 합니다.
- 사고가 났던 (중고)카시트는 사용하지 않는 것이 좋습니다.



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

4~6개월 보호자용 설명서

1. 영양

• **모유 수유 시에 주의해주세요.**
- 완전 모유 수유는 적어도 생후 6개월까지 추천되며, 이유기 보충식(이유식)을 병행하게 되면 생후 24개월까지도 권장하고 있습니다.
- 완전 모유 수유 중인 아이는 생후 4개월경부터 철분 부족이 발생할 수 있기 때문에 철분이 풍부한 이유식을 주거나, 전문의와 상의 후에 경구 철분제 복용을 고려할 수 있습니다.
- 유축한 모유는 상온(25℃) 에서는 4시간까지, 냉장(4℃)보관하는 경우에는 96시간까지, 냉동보관(-20℃)하는 경우에는 3~9개월까지 보관이 가능합니다.
- 진통해열제, 감기약, 항생제를 수유모가 복용해도 특정한 경우가 아니면 모유 수유를 중단시키지는 않습니다.

• **분유수유 시에 주의해 주세요.**
- 분유를 탈 때는 공인된 깨끗한 물(개봉 직후의 시판 생수 등)이나 정수된 물로 끓인 다음 식혀서 사용하는 것이 원칙입니다.
- 미리 타 둔 분유를 데울 때는 전자레인지를 사용하지 말고 중탕 방법을 활용합니다.
- 하루 동안 수유하는 총 분유량이 1,000mL가 넘지 않도록 합니다.



• **이유식 시작 시에 주의해 주세요.**
- 아이가 도움을 받아서 앉을 수 있고, 머리와 목의 조절이 가능할 때인 4~6개월까지는 모유나 분유 이외에는 먹여서는 안 됩니다.
- 첫 번째 이유식으로는 쌀미음이나 죽이 권장되며, 가능한 빠른 시기에 철분 강화(철분 강화 곡분이나 육류)가 필요합니다.
- 이유식은 한 번에 한 가지 음식을 추가하고, 새로운 음식을 시작한 뒤에는 약 7일간 주의 깊게 관찰하여 알레르기 반응 등이 나타나는지 살펴봐야 합니다.

2. 안전사고 예방

• **자동차 안전**
- 영아용 카시트를 반드시 사용 하세요(카시트 교육자료 참조).
- 영아용 카시트의 아이 등받이 각도는 45도가 가장 안전하며 운전석 대각선 위치의 좌석에 뒤보기로 장착해주셔야 합니다. 카시트를 차량에 단단히 고정하고 자동차 좌석 벨트를 바짝 죄어주어 고정하도록 합니다. 카시트의 허리띠를 아이의 허리에 단단히 조여주도록 합니다.

• **추락 예방**
- 보행기는 추락사고의 주요 원인이며 보행기 주행 중 사고는 머리나 목의 심각한 손상을 유발하고 보행기 위로 오르는 행동을 할 수도 있어 사용해서는 안 됩니다.
- 유모차나 침대, 소파, 식탁 등 높은 곳에 아이를 혼자 두면 안 됩니다.
- 기저귀를 가는 중에 전화벨이 울리면 기저귀 갈이가 끝날 때까지 전화를 받지 않는 것이 좋습니다. 전화를 받을 때에는 가급적 아이를 난간 등의 안전장치가 있는 안전한 장소에 내려놓은 후 전화를 받도록 하며, 아이를 떨어뜨리지 않도록 주의해야 합니다.
- 아이 연령과 크기에 맞는 아기 띠나 캐리어를 사용하여야 합니다. 아기 띠나 캐리어는 머리와 어깨를 감싸고 구멍이 작아 아이가 빠져나가지 않아야 합니다.
- 고개를 가누지 못하는 아이를 업으면 머리가 뒤로 젖혀지면서 떨어질 수 있고 척수 손상 등이 생길 수 있으므로 업지 않도록 해야 합니다.

• **익수 예방**
- 아이들은 5cm 깊이의 얕은 물에도 빠져서 질식할 수 있습니다. 그러므로 아이가 욕조나 물통 근처에 있을 때는 항상 잘 지켜보고 아이를 잡고 있어야 합니다.
- 아이를 목욕시키다가 몸을 돌리지 않도록 필요한 것은 손이 닿는 곳에 미리 준비해두어야 합니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

4~6개월 보호자용 설명서

- 욕조나 욕조 근처에 아이를 혼자 두어서는 안 됩니다.
- 욕조와 욕조 근처에 아이를 아이의 형제자매에게 맡겨두지 말아야 합니다.
- 아이를 목욕시키다가 전화를 받아야 한다면 목욕시키던 아이를 타월로 싸서 난간 등이 있는 안전한 곳에 내려놓은 후 전화를 받아야 합니다.

• 화상 예방

- 화상 시 신속히 식혀주는 것이 가장 중요합니다. 아이가 데었다면 즉시 찬 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀줍니다.
- 목욕시키기 전에 팔꿈치나 온도계를 이용하여 반드시 목욕물의 온도를 확인하도록 합니다.
- 아이를 욕조에 둔 채로 더운물을 틀면 안 됩니다.
- 아이를 안은 채로 뜨거운 음료를 들고 다니지 말아야 합니다.
- 우유나 짜낸 모유를 전자레인지에 데우면 안 됩니다. 더운물에 중탕한 뒤 손목에 떨어뜨려 온도를 확인한 후 먹이도록 해야 합니다.
- 뒤집기를 하지 못하는 6개월 이하의 아이를 전기장판이나 온열/온수 매트 위에 재우면 체온에 유사한 37℃정도의 온도에서도 화상을 입을 수 있으니 사용하지 말아야 합니다.
- 뜨거운 증기에 심한 화상을 입을 수 있으므로 전기밥솥은 반드시 아이의 손에 닿지 않는 곳에 놓고 사용해야 하며, 뜨거운 증기가 새어나오지 않도록 정기적으로 점검해야 합니다.
- 가정에 화재경보기를 설치하고 잘 작동하는지 정기적으로 점검해야 합니다.

• 중독 및 질식 예방

- 질식의 위험이 있는 땅콩, 콩, 포도, 옥수수, 사탕, 젤리 등의 알갱이 음식은 주지 않고 레고 등의 작은 부품 장난감 또는 단추 등의 조그만 물건은 아이 손이 닿지 않게 해야 합니다.
- 의약품, 화학약품(표백제, 세정제, 광택제 등), 날카로운 물건 등을 아이 손이 닿지 않는 곳에 두고 잠가 두어야 합니다.
- 전화기 줄, 전선, 커튼 줄, 창문용 블라인드 줄 등이 아이 주변에 늘어져 있지 않도록 치워야 합니다.
- 아이에게 비닐봉지나 풍선, 부수지 않은 김 등을 주면 안 됩니다.
- 턱받이를 목에 끈으로 묶어주시거나, 아이 목에 목걸이나 노리개 젖꼭지를 매달아두지 않아야 합니다.
- 특히 자석이나 수은전지(버튼배터리) 등을 삼켰을 경우 식도나 위, 소장의 천공을 일으킬 수 있으므로 각별히 주의해야 합니다.



3. 수면

아이는 이제 밤낮이 구분되면서 수면의 패턴을 만들고 있는 중입니다. 밤에는 4~5시간 잘 수 있게 됩니다. 낮잠과 밤잠을 자는 시간은 되도록 매일 똑같이 하도록 합니다. 영아돌연사증후군의 위험이 있으므로 등을 대고 바로 누워 자기, 안전한 수면환경이 중요하고 수면 습관을 만드는 스스로 잠들기와 운동발달과 사두증 예방을 위한 깨어있을 때 엎드려 놀기가 중요합니다.



- 잘 때는 바로 눕히고 놀 때는 엎드려 놀립니다. 잘 때는 바로 눕히지만 자다가 뒤집어 엎드려 자면 억지로 바로 눕힐 필요는 없습니다.
- 영아돌연사증후군을 예방하기 위해 부모와 같은 침구에서 자지 않습니다.
- 질식을 예방하기 위해 주위에 푹신한 방석, 이불, 장난감은 가까이 두지 않습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

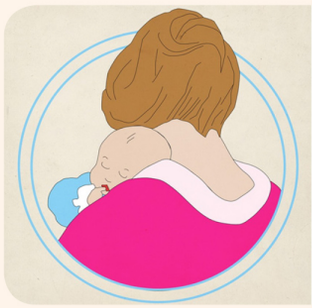
4~6개월 보호자용 설명서

- 싸지 않고 우주복을 입혀 재웁니다.
- 6개월에는 6~8시간 자는 아이들이 많아지고 안거나 먹이면서 재우지 않고 졸리면 잠자리에 내려놓아 스스로 잠들게 하는 습관을 가지게 합니다.
- 날마다 일정한 수면의례를 행하며 순서도 바꾸지 않고 졸리지만 아직 깨어있는 상태로 자리에 눕혀 스스로 잠들게 합니다. 엄마랑 따로 아이 잠자리를 마련하고 밤에는 아이가 깨서 울더라도 서둘러 달래려고 하지 않습니다. 특히 젖이나 분유병을 빨면서 잠이 들지 않도록 합니다.
- 9개월이 되면 밤새 쭉 자던 아이가 깨는 횟수가 늘어나 자주 깹니다. 이 시기는 휴식을 취하고 잠을 잘 수 있도록 돕는 수면 습관이 확립되는 중요한 시기이므로 수면 습관을 방해하는 여행, 타인의 방문, 늦은 오후의 외출 등은 피하는 것이 좋습니다. 자던 중 아이가 깨면 안지 않고 다시 스스로 잠에 들도록 도와 아이가 자다가 깼을 때 스스로 다시 잠드는데 도움을 줍니다. 밤에 잠들 때 두려워하는 아이들을 위하여 이행물건(애착인형)을 제공하는 것이 도움이 되며 침실에서 TV, 컴퓨터, 핸드폰 등의 전자기기 사용을 금합니다.

4. 전자미디어

- 전자미디어(TV, 컴퓨터, 스마트폰, 비디오게임기, 휴대용 게임기, 스마트 패드 등 포함)는 두 돌전까지는 보여주지 않습니다. 이 시기의 아이들은 양육자와 상호작용을 하는 것이 중요합니다. 아이와 온몸으로 많이 놀아 주세요.
- 부모가 아이와 함께 있을 때 전자미디어를 사용하는 것은 아이에게 간접 노출의 기회를 제공하는 것입니다. 만약 아이가 있을 때 전자미디어 사용을 피할 수 없다면, 최소 한 명의 보호자는 아이와 적극적인 상호작용을 해야 합니다.







보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

9~12개월 보호자용 설명서

1. 영양

- **모유 수유를 지속해 주세요.**
  - 모유 수유를 지속하면서 이유기 보충식을 하는 이유식 중기에서 후기로 넘어가는 시기입니다.
  - 곡류, 채소, 과일, 달걀, 생선, 고기 등의 기본 식품군이 골고루 포함된 반고형식을 아침, 점심, 저녁 세끼 식사 스케줄에 맞춰 섭취합니다.
  - 작은 컵으로 조금씩 마실 수 있게 되면 혼자서 컵을 사용해 먹도록 시도합니다.
- **주의해야 할 음식은 무엇이 있을까요?**
  - 엄지와 집게손가락으로 물체를 집게 되면 손으로 음식을 잡아서 입에 넣을 수 있는 핑거푸드(finger food)는 주의를 요합니다. (예시: 땅콩 등의 견과류, 껌, 팝콘, 칩, 둥글게 조각 낸 핫도그나 소시지, 생 당근 스틱, 포도나 체리, 생야채나 과일의 큰 조각, 토마토, 질긴 고기, 딱딱한 사탕)
  - 과일 주스는 되도록이면 주지 말고 침대 옆에 우유, 분유, 단 음료가 든 젖병이나 컵을 두지 않습니다.
- **식품알레르기를 예방하기 위해 음식을 무조건 제한할 필요는 없습니다.**
  - 식품알레르기를 유발하는 음식으로 우유, 달걀, 콩, 밀, 땅콩, 견과류, 생선, 조개 등이 있으며 무조건 제한하고 늦게 시작하면 오히려 식품알레르기의 위험을 증가시킬 수가 있습니다.
  - 이유식을 진행할 때 고형식에 알레르기 등의 반응이 없다면 알레르기 일으킬 가능성이 있는 음식(밀, 달걀, 생선, 우유)을 소량씩 추가해 봅니다.
- **철 결핍 빈혈 증세와 예방법은 무엇인가요?**
  - 건강한 만삭아는 생후 4개월 동안에는 몸에 저장된 철이 충분히 있으나 생후 6개월부터 저장된 철이 고갈되면서 2세까지 급성장이 이루어지기 때문에 철결핍 빈혈이 잘 생깁니다. 철 결핍은 식욕저하, 보챔, 인지와 운동 장애를 일으킬 수 있고 정신 운동 발달에도 영향을 미칩니다.
  - 이유기 보충식으로 철분이 풍부한 음식을 충분히 주어 철결핍 빈혈을 예방하도록 합니다. 특히 붉은색 육류는 철분의 흡수율이 높으므로 철분을 공급하기에 좋은 음식입니다.

2. 구강 관리

유아기 우식증(Early childhood caries)은 설탕이나 당분이 든 액체(모유를 포함한 우유, 유아기 보충식, 과일주스, 다른 단 음료)를 매우 자주 먹는 아이에게서 주로 나타나는 아주 위험도가 높은 질병입니다. 치아가 나기 시작하는 생후 6개월 무렵부터 시작되기도 하며, 그 진행 속도가 매우 빠르고 아이들에게 상당한 통증을 주게 되며, 발육과 성격형성에도 영향을 주어 삶의 질에 영향을 미칩니다. 예방책은 다음과 같습니다.



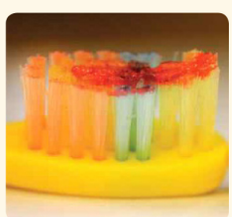
|그림 4| 유아기 우식증

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

9~12개월 보호자용 설명서

• **12개월 미만**
- 첫 이가 나고 6개월 이내 혹은 첫 돌이 되기 전에 치과에서 검진을 받도록 합니다.
- 수유 후에는 매번 멸균된 거즈로 아이의 잇몸을 닦아줍니다.
- 첫 이가 나온 후에는 즉시 부드러운 어린이용 칫솔에 물만 묻혀서 이를 닦아줍니다.
- 칫솔의 강모가 닳거나 갈라지면 칫솔을 바꾸어 주도록 합니다.
- 아이가 잘 때 분유, 유아기 보충식, 설탕물 혹은 주스가 담긴 분유병을 물려서 재우면 안 됩니다(모유 수유 하는 아이도 젖을 물고자는 것은 바람직하지 않습니다).
- 분유 온도를 체크하기 위해 어른이 분유병의 젖꼭지를 빨아 보면 안 됩니다.

• **12개월 이후의 아이**
- 아이가 돌이 되기 전부터 컵을 사용하도록 훈련시켜, 돌 경에는 분유병을 떼도록 해야 합니다.
- 식사시간 이외에 컵에 물이 아닌 음료(주스, 우유, 단 맛 나는 음료)를 담아서 가지고 다니면서 마시면 이가 썩을 수 있습니다.
- 치약은 아주 작은 양만을 사용하게 하며, 월령에 따른 치약의 양은 그림 6, 7과 같습니다.
- 치약을 잘 뱉도록 가르쳐 주시고, 치약을 삼키지 않는지 잘 지켜보도록 합니다.
- 정규시간 외에 간식을 주는 시간을 줄여야 합니다.
- 치즈, 우유, 플레인 요구르트, 두부, 아몬드와 같이 칼슘이 풍부한 음식이나 인산의 공급원으로 단백질이 풍부한 고기, 생선, 우유와 달걀을 먹는 것은 치아 건강에 도움이 됩니다.
- 과일과 야채는 수분과 섬유질이 많기 때문에 치아를 깨끗하게 하는 자정작용이 있고, 침도 많이 나오게 하므로 치아 건강을 해치는 산(Acid)이나 다른 음식물 찌꺼기를 제거하는데도 도움이 됩니다.
- 노리개 젖꼭지 사용을 권장하지 않습니다. 특히 꿀 혹은 주스나 설탕이 든 음료에 담갔다가 주면 치아가 썩게 됩니다.
- 어른의 입안에 넣어 침을 묻힌 음식이나 식기를 아이에게 주는 행동은 하지 말아야 합니다.



3세 이전: 쌀알 크기



3세 – 6세: 콩알 크기

■ 시기별 칫솔질 Tip!

☐ **이가 나기 전 :** 보호자가 멸균된 거즈로 이와 잇몸을 닦습니다.

☐ **이가 나기 시작하면서 :** 이 닦기를 시작합니다(손가락 칫솔은 가능한 짧은 기간 동안 칫솔에 익숙해질 때까지만 사용함).

☐ **36개월 이하 :** 하루에 2번씩 불소가 든 어린이용 치약을 작은 쌀알 크기로 짜서 닦도록 지도하거나, 보호자가 닦아줍니다.

☐ **36개월부터 6세까지는** 작은 콩알 크기로 짜서 닦도록 지도합니다.

☐ **초등학교에 들어갈 때 까지는** 미세운동기술 발달이 되지 않아 손동작이 제대로 되지 않으므로 부모가 닦아주는 것을 권장합니다.

☐ **보호자가 닦아주는 경우는** 아이를 무릎에 앉혀 놓고 뒤에서 닦아줍니다.

☐ **안쪽의 어금니가 다 났으면** 치아 사이를 치실로 닦아줍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

9~12개월 보호자용 설명서

3. 안전사고 예방

• **자동차 안전**
- 영아용 카시트를 반드시 사용 하세요(카시트 교육자료 참조).
- 영아용 카시트의 아이 등받이 각도는 45도가 가장 안전하며 운전석 대각선 위치의 좌석에 뒤보기로 장착해주셔야 합니다. 카시트를 차량에 단단히 고정하고 자동차 좌석 벨트를 바짝 죄어주어 고정하도록 합니다. 카시트의 허리띠를 아이의 허리에 단단히 조여 주도록 합니다.

• **중독 및 질식 예방**
- 질식의 위험이 있는 땅콩, 콩, 포도, 옥수수, 사탕, 젤리 등의 알갱이 음식은 주지 않고 레고 등의 작은 부품 장난감 또는 단추 등의 조그만 물건은 아이 손이 닿지 않게 해야 합니다.
- 의약품, 화학약품(표백제, 세정제, 광택제 등), 날카로운 물건 등을 아이 손이 닿지 않는 곳에 두고 잠가 두어야 합니다.
- 전화기 줄, 전선, 커튼 줄, 창문용 블라인드 줄 등이 아이 주변에 늘어져 있지 않도록 치워야 합니다.
- 아이에게 비닐봉지나 풍선, 부수지 않은 김 등을 주면 안 됩니다.
- 턱받이를 목에 끈으로 묶어주시거나, 아이 목에 목걸이나 노리개 젖꼭지를 매달아두지 않아야 합니다.
- 특히 자석이나 수은전지(버튼배터리) 등을 삼켰을 경우 식도나 위, 소장의 천공을 일으킬 수 있으므로 각별히 주의해야 합니다.



4. 정서사회성

• **정서란?**
- 영아이 몸 내부와 바깥세상의 온갖 자극에 대한 아이의 반응을 말합니다. 예를 들어 배가 고픈 아이는 '앙앙' 울어댑니다. "나 배고프다고!" 아이 상태를 알아차린 엄마는 젖을 물립니다. 아이는 금세 기분이 좋아지고 행복해 합니다. 담요 밑에 토마스 기차 때문에 아이는 불편해서 '앙앙' 울어댑니다. "등이 따갑잖아!" 아이가 왜 그러는지 모르고 엄마가 기저귀를 확인하거나 자장가를 불러줘도 편해지지 않습니다. 이렇듯 아이의 몸과 마음 상태는 점차 누가, 어떤 상황이 내가 멀리 해야 하는 것인지, 또는 가까이 해야 하는 것인지 알게 됩니다. 정서는 사회성과 연결됩니다.

• **사회성이란?**
- 서로에게 유익한 기술과 이를 적용하는 능력입니다. 즉 갓 태어난 아이가 처음 만나는 세상은 엄마이며, 엄마와 좋은 관계를 맺어야 아이에게 유익합니다. 엄마의 무한 사랑은 아이에게 이 세상은 따뜻하고 좋은 곳이라는 느낌을 줍니다. 그렇지 못하면 아이에게 세상은 '험한 곳'입니다. 아이에게 유익한 엄마와의 관계는 아빠, 할아버지, 할머니, 사촌들, 어린이집 친구들, 선생님들로 넓어집니다. 이러한 관계가 유익해지도록 만들어가는 기술이 사회성입니다. 사회성 발달의 기초는 아이와 엄마의 애착 여부에 달려있습니다.

• **정서 및 사회성 발달에 필요한 요소는?**
- 첫째, 호기심. 세상이 안전하고 좋은 곳이라는 느낌이 있다면 아이는 새로운 사람, 새로운 놀이, 새로운 장소에 노출되면 즐거워합니다. 세상이 무섭고 불편한 곳이라고 생각하면 새로운 음식, 처음 보는 사람, 낯선 장소에서 불안해하고 울기도 합니다. 말을 배우고 새로운 지식을 익히는 인지능력도 외부 관심 정도에 따라 달라집니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

9~12개월 보호자용 설명서

- 둘째, 긍정성. 새로운 것을 익히려면 수많은 시행착오가 필요한데, 엄마와 애착이 좋은 아이는 긍정적이고 실패도 놀이처럼 재미있을 것입니다.
- 셋째, 정서 안정성. 힘들고, 아프고, 어렵고, 두렵고, 이상해도 정서적으로 안정된 아이는 잘 견딜 수 있습니다. 불안정한 아이는 이런 상황이나 상태를 견디기 어렵고 위축됩니다.
- 넷째, 감정표현. 자기 정서 상태를 얼마나 잘 표현하는지, 그리고 상대가 교감할 수 있게 표현할 수 있는지가 중요합니다. 아이는 자기 혼자 해결할 수 없는 일들이 대부분이므로 상대가 자기 힘든 것을 해결해줄 수 있게 하려면 적절하게 감정을 전달할 수 있어야 합니다. 물론 아이 상태를 엄마가 잘 공감하고 반영하는 것이 아이 감정 표현 발전에 중요합니다.
- 다섯째, 행동조절능력. 아이는 자기 상태를 정확하게 전달할 수 있는 수단이 별로 없습니다. 울고 보채고 사회성 미소를 날리는 등 몇 가지 방법뿐입니다. 그리고 자기 의사가 전달되어 문제가 해결되기 전까지는 스스로 참고 조절해야 합니다.

• 정서 및 사회성 발달을 촉진하려면?

- 돌 전 아이의 가장 소중한 친구는 엄마(또는 주 양육자)입니다. 엄마에게 가장 중요한 무기는 공감과 반향능력입니다. 공감이란 아이의 정서 상태를 잘 읽고 그에 따른 문제를 해결해주는 능력입니다. 배고파 우는 아이는 젖을 주고, 기저귀가 축축하면 갈아주고, 엄마가 안 보여서 불안해진 아이는 안아서 달래주는 게 필요합니다. 이처럼 아이의 불편함을 공감하고 해결해주는 것이 반향능력입니다. 아이의 힘든 것을 알아차리고 언제든지 도와줄 준비가 되어 있는 엄마 마음을 아이가 알아차리게 해주는 것도 반향능력입니다. 엄마의 공감과 반향능력을 통해 아이는 분리불안, 낯선 인물에 대한 불안을 극복해 낼 수 있습니다.

5. 발달선별검사

• '한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 무엇인가요?

- '한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 우리나라 영유아들이 대근육운동, 소근육운동, 인지, 언어, 사회성, 자조(18개월 이후) 등의 능력이 잘 발달하고 있는지 알아보기 위하여 보건복지부와 질병관리청의 지원 하에 관련 분야의 전문가들이 개발한 선별 검사입니다. 선별검사란 진단을 내리기 위한 검사가 아니라, 보다 더 정밀한 평가를 받아볼 필요가 있는 아이들을 찾아내기 위한 검사입니다. 결과는 양호(빠른 수준, 또래 수준), 추적검사 요망, 심화평가 권고 등 3단계로 판정합니다.

• 결과가 '심화평가 권고'라는데 어떻게 해야 하나요?

- '심화평가 권고' 라는 판정은 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 아이들의 발달은 속도의 차이가 있고 불균형적일 수 있기 때문에, 발달 지연이 의심(심화평가 권고)되다가도 정상적으로 잘 자라는 경우가 많습니다. 그러나 통계적으로 선별 검사에서 '심화평가 권고'인 경우 약 75% 정도에서 실제 발달 장애가 발생할 가능성이 있으므로 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다. '심화평가 권고' 판정을 받은 모든 아이들이 다 발달 장애가 생긴다는 의미는 아니므로 섣부른 걱정을 하시기보다는 전문가의 의견을 따르시는 것이 최선입니다.



• '추적검사 요망'은 무엇인가요?

- 점수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

18~24개월 보호자용 설명서

1. 영양

• **음식은 어떻게 주어야 하나요?**
- 모유 수유를 하고 있다면 24개월까지 모유 수유를 지속합니다.
- 5가지 식품군이 포함된 완료기 이유식 3회와 과일, 채소, 우유 및 유제품 등의 간식 2회를 규칙적으로 먹습니다.
- 정제된 곡류보다는 현미, 조, 귀리, 보리, 수수 같은 통 곡류를 이유식에 포함하고 포화 지방, 트랜스 지방, 첨가 당과 소금의 섭취를 제한하여 유아 음식은 싱겁고 담백하게 조리하는 것이 좋습니다.

• **건강한 식습관 확립은 어떤 것인가요?**
- 적당한 식사 규칙을 지키고 공복을 느끼게 하여 식욕을 자극하는 식이를 권장합니다.
- 같은 자리에 앉아서 제한된 시간에 아이가 자신의 숟가락으로 혼자 먹는 것이 좋습니다.
- 보호자는 중립적인 태도를 유지하고 새로운 음식을 체계적으로 소개합니다.

• **주의해야 할 점이 있나요?**
- 분유병을 너무 오랫동안 사용하면 턱 모양 변형이나 충치, 부정교합의 원인이 되므로 12개월부터 사용을 줄입니다.
- 소다나 과일 음료는 당이 많이 첨가되어 있고 칼로리가 높으며 영양이 부족하여 과다하게 섭취 시 설사, 충치, 과체중을 유발하므로 제한하고 물을 권장합니다.
- 1~3세용 영아용 분유를 루틴으로 사용하는 것은 권장하지 않습니다.
- 건강한 유아에게 비타민D를 제외하고 미네랄, 비타민제, 유산균 같은 식품 보조제를 먹일 필요는 없습니다. 비타민D는 연령별 권장량 섭취 및 하루 15분에서 30분 정도 햇볕을 쬐는 것이 좋습니다.



2. 안전사고 예방

이 시기에는 아이들의 운동능력이 급격히 늘어서 달리기나 뛰어 오르내리기를 하고, 주위에 대한 탐구심이 많고, 주위 사람들을 따라하는 행동이 많아져 스마트폰이나 청소기 등 기기를 작동시키거나 연장을 사용하기도 하므로 안전사고 발생 위험이 높은 시기입니다. **사고 예방에 더욱 신경을 써야 합니다.**

• **중독/삼킴/이물**
- 가정용 화학제품이나 의약품은 꼭 필요한 것만 보관하여 사용하며, 보관할 때는 안전 뚜껑을 사용하고 아이의 손이 닿지 않는 곳에 보관합니다.
- 모든 가정용 화학제품(세정제, 광택제, 세제, 살충제 등)은 안전하게 뚜껑을 잠가놓고, 인체에 안전한 제품을 구매합니다.
- 화학제품, 약품은 아이에게 보여주지 마시고 아이의 손이 닿지 않는 곳에 보관합니다.
- 모든 화학제품은 다른 용기에 덜지 말고 원래 포장용기에 보관하도록 합니다.
- 36개월이 되기 전까지는 질식의 위험이 있는 땅콩, 콩, 포도, 옥수수, 사탕, 젤리 등의 알갱이 음식은 주지 않고 레고 등의 작은

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

18~24개월 보호자용 설명서



부품 장난감 또는 단추 등의 조그만 물건도 아이 손이 닿지 않게 해야 합니다.
- 비닐 조각이나 풍선, 부수지 않은 김, 떡 덩어리 등도 질식사를 유발할 수 있습니다.
- 전화기 줄, 전선, 커튼 줄, 창문용 블라인드 줄 등이 아이 주변에 늘어져 있지 않도록 치워야 합니다.
- 특히 자석이나 수은전지(버튼배터리) 등을 삼켰을 경우 식도나 위, 소장의 천공을 일으킬 수 있으므로 각별히 주의해야 합니다.

• 추락 예방
- 아이가 많이 움직이고 올라가는 것을 좋아하므로 창문 및 베란다, 장난감, 가구 위 등 어디서든 떨어질 수 있습니다.
- 위험한 곳과 연결되는 문은 항상 잠가두어야 합니다.
- 창문과 베란다에는 안전망을, 창문틀에는 안전걸쇠를 설치합니다.
- 싱크대, 탁자, 창문 근처에 아이가 올라갈 수 있는 의자나 물건을 두지 않습니다.
- 아이가 놀거나 자는 방에는 모서리가 날카로운 가구를 두지 않습니다.
- 아이가 놀거나 자는 곳의 바닥은 충격흡수가 되는 재료를 사용해야 합니다.

• 화상 예방
- 화상 시 신속히 식혀주는 것이 가장 중요합니다. 즉시 흐르는 상온 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀준 후 가까운 화상센터 또는 응급실로 방문합니다.
- 식사나 요리를 하는 동안에는 아이가 부엌에 오지 못하게 합니다.
- 뜨거운 냄비나 프라이팬 등 조리기구의 손잡이를 아이 손이 닿지 않는 방향으로 돌려놓아 아이손이 닿지 않게 합니다.
- 아이를 안고 있는 상태에서 뜨거운 음료나 국을 옮기지 않도록 합니다.
- 온수 온도를 조절할 수 있는 경우에는 50℃ 이하로 맞추도록 합니다(60℃에 6초간 노출 시 3도 화상).
- 전열기구(다리미, 전기레인지, 히터, 그릴, 헤어드라이어 등)은 치워놓거나 아이가 다가가지 못 하도록 합니다. 전깃줄이나 전기기구는 사용 후에 아이의 손이 닿지 않는 곳으로 치워 둡니다.
- 온수 온도를 조절할 수 있는 경우에는 50℃ 이하로 맞추어 사용합니다.
- 전기콘센트를 사용하고 난 뒤에는 즉시 안전 마개로 막아둡니다.

• 익수 예방
- 물 찬 양동이, 욕조, 풀장, 강, 냇물, 바다 등 물 주변에 잠시라도 아이를 혼자 두지 말고 보호자가 팔을 뻗어 손이 닿는 범위 안에서만 아이를 놀게 해야 합니다.
- 양동이나 물통을 사용한 뒤에는 반드시 물을 버리고 비우도록 합니다.
- 욕실문은 항상 닫아놓도록 합니다.

• 자동차안전
- 차를 탈 때는 언제나 아이를 카시트에 앉혀야 합니다.
- 차 안에서 아이들에게 안전한 자리는 뒷좌석입니다.
- 잠시라도 차에 아이만 남겨두어서는 안됩니다.
- 차 문과 트렁크는 항상 잠가 놓도록 합니다.
- 후진하기 전에 차 뒤로 돌아가서 혹시 아이가 뒤에 있는지 확인하도록 합니다.
- 부모 자전거에 아이를 같이 태울 때도 아이에게 헬멧을 씌워야 합니다.
- 차를 탈 때는 아이를 항상 뒷좌석에 바르게 설치된 카시트에 앉힙니다.
- 카시트는 권장 체격의 최대치에 이를 때까지 사용합니다(몸무게가 상한선을 넘거나, 아이의 어깨가 카시트 안전띠의 위쪽 홈보다 높거나, 아이의 귀가 카시트 꼭대기보다 위에 오면 부스터 좌석으로 바꿉니다)
- 차를 타면 어른도 항상 안전띠를 매어 본보기를 보여야합니다.

• 보행자안전
- 아이가 차가 다니는 도로나 근처에서 놀지 못하게 합니다.
- 인도와 차도의 경계에서는 언제나 아이를 멈춥니다.
- 아이 혼자서는 차도로 들어서지 못하게 하고 혼자 건너게 하지 않습니다.



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

18~24개월 보호자용 설명서

3. 대소변 가리기

• **무엇이 중요할까요?**
- 대소변 가리는 시기는 아이마다 차이가 있습니다. 아이의 몸의 성장뿐만 아니라 여러 발달 상태(언어, 사고, 감정, 자율성, 독립성, 운동능력, 감각 등)에 맞추어 시작해야 합니다.
- 아이가 주체가 되어 아이의 자존심을 최대로 키워주는 훈련이며 남들과 경쟁하는 시합이 아니라는 것을 명심해야 합니다.
- 아이가 준비되어 있지 않은 상태에서 훈련을 하게 되면 성공할 수 없으며, 아이는 불안과 갈등, 거부 반응 등의 심각한 심리적인 문제까지 겪게 됩니다.

• **대소변 가리기 준비 시기 – 어떻게 알 수 있을까요?**
- 아이가 아래와 같은 발달을 보이면 서서히 시도해볼 수 있습니다.
  ① 두 단어 이상의 언어를 사용할 수 있습니다.
  ② 어른의 행동을 흉내 낼 수 있습니다.
  ③ 부모가 원하는 행동으로 기쁘게 해주려 합니다.
  ④ 혼자 먹으려 하거나 스스로 옷을 벗으려 합니다.
  ⑤ 이전보다 소변보는 양이 많고 횟수는 적어지며, 혼자서 쉽게 이동할 수 있습니다.
  ⑥ 기저귀 젖은 것을 알고 얼굴 표정이 달라집니다.

• **대소변 가리기 연습 – 어떻게 해야 할까요?**
- 아이의 의견을 존중하고 강요하지 않습니다.
- 칭찬과 격려를 많이 합니다.
- 유아용 변기를 가까운 곳에 둡니다.
- 대변이나 소변의 신호를 잘 관찰합니다.
- 부모나 형제를 따라하게 모범을 보여줍니다.
- 친근하고 편안한 화장실 환경을 만들어 줍니다.
- 실수한 경우 화를 내거나 창피를 주지 않습니다.
- 인내심을 갖도록 합니다.

4. 개인위생

• **외출 후 손 씻기**

이 시기를 전, 후로 아이들이 외출하거나 어린이집 등 보육기관에 등원하기 시작하는 경우가 많아집니다. 씻지 않은 손의 세균이나 바이러스 등은 문손잡이, 테이블, 장난감 같은 다른 물건으로 옮겨지고 여기에서 다른 사람의 손으로 옮겨서 감염을 일으킬 수 있습니다. 손 씻기를 하면 설사와 관련된 질환을 약 33%, 인플루엔자와 같은 호흡기 감염을 약 25% 예방할 수 있습니다. 외출 시에 손세정제를 이용하여 손 씻기를 한 경우에도 집에 돌아와서는 꼭 물과 비누로 손을 씻겨주도록 해야 합니다. 어릴 때 부모와 손 씻는 습관을 익히면 아이가 자라면서 스스로 손 씻는 습관을 갖기 쉽기 때문에 좋은 교육 효과가 있습니다. 또한 아이와 함께 손 씻기 하는 어른의 건강에도 좋습니다.



• **눈, 코, 입을 만지는 습관이 안 좋은 점**

아이가 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입을 손으로 직접 만지게 되면 대변-경구 경로를 통해 감염될 수 있는 각종 장염 바이러스와 세균뿐만 아니라 비말 전파로 감염될 수 있는 여러 가지 호흡기 바이러스 및 세균에 감염될 수 있습니다. 눈, 코, 입을 만지기 전에는 반드시 손을 씻는 습관을 가지도록 교육하는 것이 필요합니다.



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

18~24개월 보호자용 설명서

- **알코올 손세정제의 사용**
  외출 시에 물과 비누로 손을 씻을 수 없는 경우에 알코올 성분이 함유되어 있는 손세정제를 사용하여 손 씻기를 할 수 있습니다. 그러나 눈에 보이는 이물이 묻어 있는 경우에는 알코올 손세정제가 물과 비누를 대체할 수 없으며, 반드시 물과 비누로 닦아주도록 해야 합니다. 손세정제는 60% 이상의 알코올 성분이 함유되어 있는 제품을 사용해야 합니다. 아이가 알코올 손세정제를 사용할 때에는 손세정제를 먹지 않도록 꼭 어른이 지켜보아야 합니다.



5. 전자미디어

만 2세 이하 아이들은 직접 보고 만지는 경험을 통해 좋은 자극을 받고, 양육자와 활발한 상호작용을 통해 안정된 애착을 형성하는 것이 중요한 시기입니다.
전자미디어는 만 두 돌전까지는 보여주지 않습니다. 아이에게 전자미디어를 보여주기 전에 '우리 집 전자미디어 사용규칙'을 미리 정합니다. 전자 미디어 사용규칙은 구체적일수록 좋습니다.

- 아이가 전자미디어를 이용하는 경우 보호자는 반드시 아이 곁에서 지켜보며 아이와 내용에 대해 이야기를 나누는 등 전자미디어 사용을 감독해야 합니다.
- 전자미디어를 사용하는 요일과 시간을 정합니다.
- 가정 내에서 부모가 전자미디어를 사용하는 규칙이 있어야하고 이를 지켜야 합니다.

6. 발달선별검사

- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 무엇인가요?**
  '한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 우리나라 영유아들이 대근육운동, 소근육운동, 인지, 언어, 사회성, 자조(18개월 이후) 등의 능력이 잘 발달하고 있는지 알아보기 위하여 보건복지부와 질병관리청의 지원 하에 관련 분야의 전문가들이 개발한 선별 검사입니다. 선별 검사란 진단을 내리기 위한 검사가 아니라, 보다 더 정밀한 평가를 받아볼 필요가 있는 아이들을 찾아내기 위한 검사입니다. 결과는 양호(빠른 수준, 또래 수준), 추적검사 요망, 심화평가 권고 등 3단계로 판정합니다.
- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 무엇인가요?**
  '심화평가 권고'라는 판정은 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 아이들의 발달은 속도의 차이가 있고 불균형적일 수 있기 때문에, 발달 지연이 의심(심화평가 권고)되다가도 정상적으로 잘 자라는 경우가 많습니다. 그러나 통계적으로 선별 검사에서 '심화평가 권고'인 경우 약 75% 정도에서 실제 발달 장애가 발생할 가능성이 있으므로 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다. '심화평가 권고' 판정을 받은 모든 아이들이 다 발달 장애가 생긴다는 의미는 아니므로 섣부른 걱정을 하시기보다는 전문가의 의견을 따르시는 것이 최선입니다.
- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 무엇인가요?**
  점수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

30~36개월 보호자용 설명서

1. 영양

스스로 음식을 먹을 수 있고, 새로운 음식에 관심이 많은 시기입니다. 저체중이나 비만이 되지 않도록 건강한 식습관 길들이기를 지속하도록 합니다.

- **통곡물을 늘리고 음료수를 제한합니다.**
  - 밥을 할 때에 통곡물을 많이 사용하는 것이 좋습니다.
  - 통곡물을 적어도 30~50% 이상 사용하는 것이 만성질환 예방 효과가 있습니다.
  - 단 맛이 강한 음식은 식욕 저하, 영양 불균형을 초래 할 수 있으므로 제한합니다.
  - 고지방 음식 섭취를 제한해야 합니다.
  - 곡류, 과일, 채소, 유제품, 지방이 적은 고기와 생선 등을 충분히 먹도록 합니다.
  - 우유는 매일 규칙적으로 하루 400~600mL 정도의 양을 먹도록 합니다.
  - 가당 음료수, 과일 주스는 하루 반잔 이하로 줄이거나 끊는 것을 권장합니다.
- **건강한 식습관을 가집니다.**
  - 규칙적인 시간에 일정한 장소에서 하루 세 끼 식사와 2회의 간식을 먹도록 합니다.
  - 가족과 함께 식사하도록 합니다. 부모나 형제가 건강한 식습관의 모범을 보여주고, 아이가 새로운 음식에도 거부감이 생기지 않도록 합니다.
  - 잘못된 지식으로 식품을 제한하면 안 됩니다. 식품 알레르기가 의심될 때는 의사선생님과 상의해야 합니다.
- **건강한 신체 활동을 합니다.**
  - 가족이나 또래들과 함께 간단한 운동이나 즐거운 놀이를 하면서 땀이 날 정도의 신체활동량을 증가시킵니다. 공이나 다른 기구를 이용하는 것도 좋습니다.
  - 앉아서 하는 신체 활동은 하루 2시간 이내로 제한합니다.

2. 안전사고 예방

- **보행자 안전**
  - 아이가 찻길 근처에서 놀지 못하도록 합니다.
  - 아이가 놀다가 공이나 장난감을 따라 도로에 뛰어들지 않게 합니다.
  - 길을 건너거나 큰 길을 다닐 때는 어른이 반드시 함께 데리고 다닙니다.
  - 보호자는 아이와 같이 다닐 때 규칙을 지키고 주차된 차 사이로 지나다니는 등의 위험한 행동을 피하여 최대한 안전한 방법으로 다니도록 합니다.
- **자동차 안전**
  - 차를 탈 때는 언제나 아이의 체격에 알맞은 카시트를 바르게 사용합니다.
  - 이 시기에도 아이들에게는 뒷좌석이 가장 안전합니다.
  - 차 출발 전에 차 앞뒤로 아이가 없는지 살펴본 후 출발합니다.
- **타는 장난감 안전**
  - 탈 것(자전거, 킥보드, 장난감 자동차)을 처음 배울 때부터 아이에게 반드시 헬멧과 무릎 및 팔꿈치 보호대를 착용시킵니다.
  - 탈 것은 안전한 곳에서만 타게 합니다.
  - 모든 탈 것과 보호대가 아이의 체격과 발달 상태에 적당한지 확인합니다. 자전거는 손으로 손잡이를 잡고 의자에 앉았을 때 발바닥 앞쪽의 불룩한 부분이 바닥에 닿아야 안전합니다.
  - 아이들은 손힘이 약해 브레이크를 제대로 잡지 못하는 경우가 많으므로, 발 브레이크(코스터 브레이크: 페달을 뒤로 돌림)가 장착된 자전거부터 타는 것이 좋습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

30~36개월 보호자용 설명서

3. 대소변 가리기

• **무엇이 중요할까요?**
- 대소변 가리는 시기는 아이마다 차이가 있습니다. 아이의 몸의 성장뿐만 아니라 여러 발달 상태(언어, 사고, 감정, 자율성, 독립성, 운동능력, 감각 등)에 맞추어 시작해야 합니다.
- 아이가 주체가 되어 아이의 자존심을 최대로 키워주는 훈련이며 남들과 경쟁하는 시합이 아니라는 것을 명심해야 합니다.
- 아이가 준비되어 있지 않은 상태에서 훈련을 하게 되면 성공할 수 없으며 아이는 불안과 갈등, 거부 반응 등의 심각한 심리적인 문제까지 겪게 됩니다.

• **대소변 가리기 연습 – 어떻게 해야 할까요?**
- 아이의 의견을 존중하고 강요하지 않습니다.
- 칭찬과 격려를 많이 합니다.
- 유아용 변기를 가까운 곳에 둡니다.
- 대변이나 소변의 신호를 잘 관찰합니다.
- 부모나 형제를 따라하게 모범을 보여줍니다.
- 친근하고 편안한 화장실 환경을 만들어 줍니다.
- 실수한 경우 화를 내거나 창피를 주지 않습니다.
- 인내심을 갖도록 합니다.

• **대소변 가리기가 안 된다면, 어떻게 해야 할까요?**
- 훈련 방법, 환경적 변화 등을 시도하면서 하루나 이틀 정도 쉰 다음에 격려하고 용기를 내어서 다시 할 수 있도록 해야 합니다.
- 대변을 못 가리는 증상이 계속 될 때에는 장운동이나 괄약근 조절과 관련된 신경학적 질환, 배변을 편안하게 하는 지 여부, 생식기 부위 염증이나 변비 등의 신체적 질환을 확인하기 위해 의사의 진찰이 필요할 수 있습니다.
- 대소변을 잘 가렸다가 퇴행 현상이 나타나는 경우에는 환경이나 심리적 변화와 신체적 질환 등을 확인한 후 문제가 될 만한 것을 아이와 함께 공유합니다. 수 일에서 수 주 정도 기다리며 격려하는 것이 필요하다. 대소변 가리기의 실패로 인식해서는 안 됩니다.
- 대소변가리기 훈련은 점진적으로 진행되는 과정이고, 아이가 하고자 하는 동기와 욕구, 흥미가 있어야 다음 단계로 진행할 수 있습니다.
- 대소변 가리기 훈련에서 가장 중요한 것은 주어진 과제를 달성하는 것에서 얻어지는 아이의 자존심을 최대로 키워 주는 것이므로 단기 목표(대소변 가리기)의 달성을 위해 장기 목표(신체적, 정신적으로 건강한 아이)를 희생시키지 않도록 세심하게 주의해야 합니다.



4. 정서사회성

• **분리 개별화란?**
- 만 3세 전후는 아이와 엄마에게 매우 중요한 시기입니다. 돌전에 이미 아이는 엄마와의 분리불안, 모르는 이들에 대한 두려움을 극복하는 사회성 훈련을 거쳤습니다. 그 후 엄마와의 애착을 바탕으로 엄마를 떠나는 연습을 무한 반복하고 엄마를 떠나 독립을 시도합니다. 이러한 최초의 독립 시도는 앞으로 아이가 살아가는데 필요한 자율성 발달에 대단히 중요합니다. 단 엄마도 아이를 독립시킬 준비가 되어야 합니다. 아이와 엄마 사이의 애착이 단단해야 독립이 가능합니다.

• **아이와 엄마의 상호 분리 독립에 필요한 정서 및 사회성 요소는?**
- **첫째, 호기심. 세상에 대한 궁금증이 아이를 외부 세계로 이끕니다.** 아이의 자발적 탐구심을 키워주는 것이 인지 발달에 유익합니다. 부모가 원어민영어, 뇌훈련, 영유아 두뇌발달학습지 등 아이에게 필요하다고 생각하는 것을 강요하는 것은 바람직하지 못합니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

30~36개월 보호자용 설명서

- **둘째, 또래관계.** 아직 상호작용 놀이는 어렵지만 친구들에게 관심이 생깁니다. 요즘 가정은 형제자매가 많지 않으므로 아이가 또래친구들을 만날 수 있는 기회를 제공합니다. 또래관계는 훗날 다른 사람들을 이해하고 사회적 관계를 맺고 유지하는 방법을 배우는 데 기초가 됩니다.
- **셋째, 긍정성.** 엄마와의 믿음이 돈독해졌다면 아이는 바깥 세상에 대한 두려움보다는 세상에 나가서 즐거운 경험을 하게 될 것입니다. 준비의 하나로 사회성 훈련을 위해 부모가 좋은 본보기를 제시할 수 있는 역할 놀이, 상상 놀이를 자주 시도합니다.
- **넷째, 정서 안정성.** 아이 뇌가 발달하면서 아이는 엄마가 옆에 없거나, 한동안 떨어져 있어도 마음속에, 머리속에 엄마를 품고 있을 수 있습니다. 아이와 엄마의 애착은 아이가 홀로 놀이와 탐색활동을 할 수 있는 원동력이 됩니다. 엄마도 아이가 잘 지낼 수 있다는 믿음을 가질 수 있어야 합니다.
- **다섯째, 감정표현.** 언어발달과 감정 변화 폭이 풍부해지면서 아이는 감정을 다양하게 표출할 수 있게 됩니다. 단, 충분히 성숙하지 않은 상태이므로 한 순간에 천사에서 마귀로 변신이 가능합니다. 아이의 표현 방법이나 내용을 어른 입장에서 해석하고 판단하지 않도록 해야 합니다. 무궁무진한 아이의 변신에 대해 엄마의 공감과 반향능력도 폭넓게 맞춰가야 합니다.
- **여섯째, 자기조절능력.** 아이의 조절 능력은 대개 부모의 조절 능력을 모방하게 되므로 부모 훈육의 일관성이 특히 강조되는 시기입니다. 아직 아이는 완성체가 아닙니다. 잘할 때 아낌없이 칭찬해주고, 제대로 못할 때 스스로 조절하는 부분에 대해 적절한 격려가 필요합니다.

• **정서 및 사회성 발달을 촉진하려면?**

- 아이에게 최대 안식처는 엄마입니다. 이 시기 아이의 뇌는 점차 보이지 않는 엄마를 상상 속에서 항상 불러 낼 수 있는 힘이 생깁니다(대상 항상성). 대상 항상성이 완성되면 아이는 세상으로 모험을 떠날 수 있습니다. 이러한 자율성은 다음 발달 단계에서 필요한 주도성으로 이어질 수 있습니다.

5. 취학 전 준비교육(누리과정)

• **신체운동 및 생활습관**

- 30개월 정도가 되면 뛰기와 점프 두 움직임 모두 대부분 가능하며 그렇지 못할 경우 신체 및 운동 발달지연을 의심해 볼 수 있습니다. 다른 신체 운동 발달의 지연은 없는데 신체 각 부분의 명칭을 알지 못하는 경우는 그림책이나 보호자들의 모델링을 통해서(직접 바라보면서 명칭을 따라한다든지, 쉬운 노래를 통하여 신체 인식을 하게 함 등) 신체에 대한 인식을 높일 수 있습니다.
- 바른 수면 습관을 들이기 위해서는 일과를 마친 뒤 항상 같은 시간에 자는 것이 가장 좋습니다. 목욕을 한 뒤 책을 보고 잔다거나, 불을 끄고 엄마의 노래를 들으며 자는 식으로 수면 의식(ritual)을 가지도록 합니다. 이런 일과에 익숙해지면 그 시간에 잠자리에 드는 것을 자연스레 당연한 일로 받아들입니다. 간혹 놀고 싶어서 잠자기를 싫어하기도 하는데 이런 경우에는 아이에게 미리 언제 어떤 활동을 한 뒤 잠을 잘 것이라고 예고해주도록 합니다. 그래야 아이도 마음의 준비를 할 수 있고 자신만의 놀이를 마무리할 수 있기 때문입니다.

• **의사소통(이해와 표현)**

- 30개월 무렵의 아동은 정상적으로 다른 아이들과 한 자리에서 놀 수 있는 정도가 되며, 이때 반드시 다른 아이들과 상호 작용이 일어나지 않고 각각 혼자 노는 경우도 정상 수준으로 볼 수 있습니다. 아이가 친구와 장난감을 공유하거나 차례를 지키면서 번갈아 하는 놀이를 하면 적극적으로 칭찬해 줍니다. 다른 아이들과 함께 놀이를 하는 등 상호 작용할 수 있는 기회를 많이 만들어 주도록 합니다.
- 아이에게 새로운 사회적 기능(social skill)을 가르치려면 역할놀이를 통해서 하는 것이 효과적입니다. 예를 들어 다른 사람들에게 인사하는 법을 가르치려고 할 때는 아이에게 "우리 이제부터 방에 들어갈 때 사람들한테 '안녕하세요'라고 말을 해보자"라고 제안하면서 엄마가 시범을 보여주고 아이도 한번 그대로 따라해보도록 교육합니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

30~36개월 보호자용 설명서

- 차례 지키기는 자제력, 자기조절 능력, 만족지연 능력을 높일 수 있는 좋은 사회관계형성 능력입니다. 우선 차례나 순서를 기다려야 할 상황에 대해 다양한 경험을 쌓게 합니다. 예를 들어 그림책을 볼 때 차례대로 보지 않고 한 번에 몇 페이지씩 넘기려 하면 한 페이지씩 차례차례 넘기도록 엄마가 도와줍니다. 놀이를 통해서도 차례 지키기 교육을 할 수 있는데 블록이나 컵 쌓기 놀이감 등을 여러 개 펼쳐놓고 엄마 한 번, 아이 한 번 번갈아 가면서 하나씩 가져가게 합니다.

• **인지 및 탐구영역**

- 수 개념이 발달되지 않는 아동의 경우 무조건 숫자만 가르치려 들면 아이가 수 인지에 대한 거부감을 가질 수 있으므로 주의하는 것이 좋습니다. 숫자를 의미 없이 줄줄 따라 하는 것보다는 숫자를 셀 때 손가락을 하나하나 꼽거나, 구체적으로 사물을 보여주며 자세히 설명해주는 것이 좋습니다.
- 수 개념은 크기 비교부터 시작하는 것이 좋은데 예를 들어 엄마와 아이 중 누가 더 큰지 비교해보거나 길다/짧다, 많다/적다 등 기초적인 비교개념을 표현하는 놀이를 자주해 볼 수 있습니다.



6. 시각

원시, 난시, 심한 근시와 같이 굴절이상이 있는 경우 멀리 보는 것을 힘들어 하고 찡그리고 보거나 자꾸 앞으로 다가가는 경우가 있습니다. 따라서 아이가 보는 것에 다소 불편을 느낀다면 **반드시 안과검진을 받으시기 바랍니다.**

7. 발달선별검사

• **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 무엇인가요?**

- '한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 우리나라 영유아들이 대근육운동, 소근육운동, 인지, 언어, 사회성, 자조(18개월 이후) 등의 능력이 잘 발달하고 있는지 알아보기 위하여 보건복지부와 질병관리청의 지원 하에 관련 분야의 전문가들이 개발한 선별 검사입니다. 선별검사란 진단을 내리기 위한 검사가 아니라, 보다 더 정밀한 평가를 받아볼 필요가 있는 아이들을 찾아내기 위한 검사입니다. 결과는 양호(빠른 수준, 또래 수준), 추적검사 요망, 심화평가 권고 등 3단계로 판정합니다.

• **결과가 '심화평가 권고'라는데 어떻게 해야 하나요?**

- '심화평가 권고'라는 판정은 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 아이들의 발달은 속도의 차이가 있고 불균형적일 수 있기 때문에, 발달 지연이 의심(심화평가 권고)되다가도 정상적으로 잘 자라는 경우가 많습니다. 그러나 통계적으로 선별 검사에서 '심화평가 권고'인 경우 약 75% 정도에서 실제 발달 장애가 발생할 가능성이 있으므로 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다. '심화평가 권고' 판정을 받은 모든 아이들이 다 발달 장애가 생긴다는 의미는 아니므로 섣부른 걱정을 하시기보다는 전문가의 의견을 따르시는 것이 최선입니다.

• **'추적검사 요망'은 무엇인가요?**

- '점수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

42~48개월 보호자용 설명서

1. 영양

• **통곡물을 늘리고 음료수를 제한하며, 골고루 먹습니다.**
- 밥을 할 때에 통곡물을 많이 사용하는 것이 좋습니다.
- 통곡물을 적어도 30~50% 이상 사용하는 것이 만성질환 예방 효과가 있습니다.
- 음식은 골고루 먹어야 합니다. 우리 몸에 필요한 영양소들은 여러 식품에 골고루 들어있기 때문입니다.
- 골고루 먹는 것은 식품 구성 자전거에 있는 6가지 식품군을 매일 먹는 것입니다. 자전거 바퀴 안의 면적은 먹어야하는 양을 나타냅니다. 곡류는 많이 먹고, 지방, 당류는 적게 먹습니다. 앞바퀴에 있는 물은 충분히 마십니다.
- 칼슘의 보충을 위하여 우유를 먹습니다. 우유는 하루 2컵(약 500mL) 이내로 먹는 것이 철 결핍 빈혈을 예방할 수 있습니다.
- 짜게 먹는 습관은 만성질환의 원인이 됩니다. 4세 하루 권장 평균 나트륨은 0.9g입니다(2010년 한국인 영양 섭취 기준).
- 가당 음료수, 과일 주스는 하루 반잔 이하로 줄이거나 끊는 것을 권장합니다.





• **골고루 먹으려면 어떻게 하면 좋을까요?**

아이들에게

- "엄마, 아빠와 함께 요리를 해요."
- "간식은 많이 먹지 않아요(하루 2회 정도)."
- "텔레비전이나 스마트폰을 보면서 먹지 않아요."
- "먹는 동안에는 돌아다니지 않아요. 엄마, 아빠가 다 드실 때까지 앉아 있도록 해요."
- "무서운 음식이 있으면 엄마, 아빠, 의사 선생님께 말해주세요."
- "자전거 바퀴에 있는 음식들을 우리 친구들이 매일 매일 골고루 먹으면 몸도 튼튼해지고, 얼굴도 예뻐지고, 힘도 세집니다."

부모님들께

편식은 영양불균형과 성장 장애를 초래할 수 있기 때문에 고치는 것이 좋습니다. 유형에 따라 접근 방법이 다를 수 있지만, 오랜 시간과 노력이 필요하며, 부적절한 행동은 무시하고 적절한 행동에 대해 긍정적인 보상을 합니다. 무엇보다 부모님의 일관성 있는 태도가 중요합니다.

① 요리에 아이를 참여시킵니다.
② 간식을 줄여 아이가 식사시간에 배고픔을 느끼도록 합니다.
③ 아이가 한 가지 음식을 많이 먹는다고 해서 칭찬해서는 안 됩니다.
④ 아이가 새로운 음식을 받아들일 때 긍정적인 보상을 하여도 좋습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

42~48개월 보호자용 설명서

⑤ 억지로 먹이지 않도록 합니다. 잘 안 먹는다고 잔소리하거나 야단치지 않습니다.
⑥ 새로운 음식을 줄 때 거부감이 적은 음식과 유사한 음식부터 적은 양으로 시작합니다.
⑦ 우유부단하여 만만하게 보이지 말고 길게 보고 접근하는 것이 좋습니다.
⑧ 다양한 음식을 골고루 접하도록 음식을 준비하되 좋아하는 음식과 유사한 음식부터 시작하며, 싫어하는 음식도 함께 준비합니다.
⑨ 아이가 TV를 보거나 장난감 놀이를 하면서 먹지 않도록 하며, 돌아다니며 음식을 먹지 않고 바르게 앉아서 음식을 먹도록 합니다.
⑩ 가족이 함께 식사하고, 식사도중에 일어나지 않도록 합니다. 부모님 식사가 끝날 때까지 앉아 있도록 합니다.

2. 안전사고 예방

이 시기는 아이의 활동력과 물론, 탐구심과 학습 능력이 계속 증가하지만 보호자는 아이의 운동능력을 과소평가하고 감각과 인지 발달은 과대평가하는 경향이 있습니다. 특히 또래와 한창 어울리고 있을 때나 호기심에 빠져있을 때는 주위 상황이나 위험성에 대하여 전혀 알지 못하며 교육받은 사항을 기억하지 못합니다. **보호자가 더 많은 관심을 가지고 지켜보아야 할 시기입니다.**

- **보행자 안전**
  - 아이가 찻길 근처에서 놀지 못하도록 합니다.
  - 아이가 놀다가 공이나 장난감을 따라 도로에 뛰어들지 않게 합니다.
  - 길을 건너거나 큰 길을 다닐 때는 어른이 반드시 함께 데리고 다닙니다.
  - 보호자는 아이와 같이 다닐 때 규칙을 지키고 주차된 차 사이로 지나다니는 등의 위험한 행동을 피하여 최대한 안전한 방법으로 다니도록 합니다.
- **자동차 안전**
  - 차를 탈 때는 언제나 아이의 체격에 알맞은 카시트나 보조의자를 바르게 사용합니다(몸무게가 권장치의 상한선을 넘거나, 아이의 어깨가 카시트 안전띠의 위쪽 홈보다 높거나, 아이의 귀가 카시트의 꼭대기보다 위에 오면 보조의자로 바꿉니다).
  - 이 시기에도 아이들에게는 뒷좌석이 가장 안전합니다.
  - 차 출발 전에 차 앞뒤로 아이가 없는지 살펴본 후 출발합니다.
- **타는 장난감 안전**
  - 탈 것(자전거, 킥보드, 장난감 자동차)을 처음 배울 때부터 아이에게 반드시 헬멧과 무릎 및 팔꿈치 보호대를 착용시킵니다.
  - 탈 것은 안전한 곳에서만 타게 합니다.
  - 모든 탈 것과 보호대가 아이의 체격과 발달 상태에 적당한지 확인합니다. 자전거는 손으로 손잡이를 잡고 의자에 앉았을 때 발바닥 앞쪽의 불룩한 부분이 바닥에 닿아야 안전합니다.
  - 아이들은 손힘이 약해 브레이크를 제대로 잡지 못하는 경우가 많으므로, 발 브레이크(코스터 브레이크: 페달을 뒤로 돌림) 가 장착된 자전거부터 타는 것이 좋습니다.
- **추락**
  - 놀이터에서 놀 때는 반드시 보호자가 같이 있어야 하며, 특히 높은 곳에서 놀 때 추락사고가 발생할 수 있으므로 주의 깊게 보아야 합니다.
  - 충격을 흡수할 수 있는 재질(예를 들어 나무, 모래, 고무 등) 로 된 바닥이 있는 놀이터에서만 놀게 합니다.
  - 창문이나 베란다 출입문 등에는 아이가 문을 여닫지 못하게 안전걸쇠를 걸어놓습니다.
  - 창문이나 문의 열린 폭은 10cm를 넘지 않게 합니다.
- **화상**
  - 화상 시 신속히 식혀주는 것이 가장 중요합니다. 즉시 흐르는 상온 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀준 후 가까운 화상센터 또는 응급실로 방문합니다.
  - 전열기구(다리미, 전기레인지, 히터, 그릴, 헤어드라이어 등)은

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

42~48개월 보호자용 설명서

치워놓거나 아이가 다가가지 못 하도록 합니다.
- 뜨거운 냄비나 프라이팬 같은 기구의 손잡이는 레인지 뒤쪽으로 돌려놓아 아이 손이 닿지 않게 합니다.
- 보일러 온수 온도는 50℃ 이하로 조절해놓습니다(60℃에 6초 간 노출 시 3도 화상).

• **익수**
- 욕조, 어린이 풀, 양동이를 사용한 직후에 물을 다 버리도록 합니다.
- 물이나 물가에서 혼자 놀거나 어른의 보호 관찰 없이 놀지 못하게 해야 합니다.
- 아이에게 수영하는 법을 가르치면 좋지만 혼자 수영하게 하면 안 됩니다.
- 어른이 물의 깊이를 확인하지 않은 곳에 뛰어들게 못하게 해야 합니다.
- 배를 타면 항상 구명조끼를 입히도록 합니다.

• **중독**
- 의약품이나 가정용 화학제품은 아이 손이 닿지 않는 곳에 넣고 잠가 보관합니다.

• **이물사고**
- 영유아의 칫솔 사용은 목 주위에 찔림 손상을 유발할 위험이 있으므로 주의해야 합니다.
- 귀나 코에 작은 이물을 넣었을 경우, 가정에서 제거시도를 하면 출혈 등으로 위험할 수 있으므로 반드시 병원을 방문하도록 합니다.

3. 시각

어느 정도 협조가 되면 시력측정이 가능한 시기입니다. 또한 가끔 멍해지거나 초점을 잃는 경우는 간헐외사시의 가능성이 높습니다. 간헐외사시의 경우 **수술적 치료가 필요한 경우가 있으므로 의심되는 경우 안과검진을 받으시기 바랍니다.**

4. 발달선별검사

• **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 무엇인가요?**
- '한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 우리나라 영유아들이 대근육운동, 소근육운동, 인지, 언어, 사회성, 자조(18개월 이후) 등의 능력이 잘 발달하고 있는지 알아보기 위하여 보건복지부와 질병관리청의 지원 하에 관련 분야의 전문가들이 개발한 선별 검사입니다. 선별검사란 진단을 내리기 위한 검사가 아니라, 보다 더 정밀한 평가를 받아볼 필요가 있는 아이들을 찾아내기 위한 검사입니다. 결과는 양호(빠른 수준, 또래 수준), 추적검사 요망, 심화평가 권고 등 3단계로 판정합니다.

• **'결과가 '심화평가 권고'라는데 어떻게 해야 하나요?**
- '심화평가 권고' 라는 판정은 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 아이들의 발달은 속도의 차이가 있고 불균형적일 수 있기 때문에 발달 지연이 의심(심화평가 권고)되다가도 정상적으로 잘 자라는 경우가 많습니다. 그러나 통계적으로 선별 검사에서 '심화평가 권고'인 경우 약 75% 정도에서 실제 발달 장애가 발생할 가능성이 있으므로 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다. '심화평가 권고' 판정을 받은 모든 아이들이 다 발달 장애가 생긴다는 의미는 아니므로 섣부른 걱정을 하시기보다는 전문가의 의견을 따르시는 것이 최선입니다.

• **'추적검사 요망'은 무엇인가요?**
- 점수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

54~60개월 보호자용 설명서

1. 영양

• **소아 비만이란?**
- 신체계측 시 측정한 체중과 키를 이용해서 계산한 체질량지수가 표준성장도표에서 성별, 연령별 85 백분위수 이상을 과체중으로 진단하고, 95 백분위수 이상이면 비만으로 진단합니다.

• **소아 비만의 예방이 왜 중요한가요?**
- 소아 비만은 단순히 외모나 체중의 문제가 아니며 소아에서도 지방간 질환과 당내성장애 및 당뇨병, 고혈압, 이상지질혈증 등 합병증이 발생할 수 있고 자존감 결여나 또래 관계 문제 등을 초래할 수도 있습니다.
- 소아 비만이 조절 되지 않으면 상당수 성인 비만으로 이어지고 장기적으로 비만 합병증으로 발생하는 심혈관계 질환 등이 문제될 수 있습니다.
- 따라서 비만의 예방을 위해 어려서부터 건강한 식습관, 생활습관을 갖도록 하는 것이 중요합니다.

• **소아 비만의 예방이 왜 중요한가요?**

- 음식은 골고루 다양하게 섭취합니다.
- ▶ 편식하지 않고 5대 식품군 음식을 골고루 먹기
- ▶ 살코기, 생선, 콩, 달걀 등 단백질 식품을 매일 섭취하기
- ▶ 다양한 잡곡과 채소, 과일을 매일 섭취하기
- ▶ 우유, 특히 저지방우유를 매일 섭취하기 편식하지 않고 5대 식품군 음식을 골고루 먹기

- 적절한 양을 먹고, 먹은 만큼 많이 움직입니다.
- ▶ 정해진 양보다 과식하지 않기
- ▶ TV, 동영상, 스마트폰, 컴퓨터, 게임 시간을 하루 1~2시간 이내로 제한하기
- ▶ 일상생활에서 많이 걷고 활발하게 움직이고 자유롭게 뛰어놀기
- ▶ 매일 규칙적으로 1시간 이상의 신체활동을 하거나 운동하기

- 식사는 제때에 규칙적으로 가족과 함께 합니다.
- ▶ 아침식사를 거르지 않기
- ▶ 밤늦게 야식 먹지 않기
- ▶ 하루 세 끼 식사와 간식 먹기
- ▶ 되도록 가족과 함께 식사하기

- 간식은 안전하고 건강한 음식으로 섭취합니다.
- ▶ 간식으로 신선한 과일과 우유 섭취하기
- ▶ 목이 마를 때에는 단맛 나는 음료수, 주스 대신 물 마시기
- ▶ 짜고 기름지고 열량이 높은 패스트푸드, 인스턴트식품 섭취 제한하기
- ▶ 식품의 영양표시를 확인하는 습관 갖기



2. 안전사고 예방

이 시기는 아이의 활동영역이 집 밖으로 넓어지며 더 독립적으로 될 때입니다. 유치원 오가기, 자전거타기, 길 건너기 등 바깥 활동할 때 조심할 점과 규칙을 가르쳐야하는 것은 물론이고 아이의 위험에 대한 판단력은 부족하므로 세심한 부모의 주의와 관심이 필요합니다.

• **탈 것(자전거 등) 안전**
- 아이가 자전거, 킥보드, 인라인 스케이트 등을 탈 때는 항상 헬멧과 보호장구(관절보호대)를 쓰게 하십시오. 헬멧만으로도 심각한 머리 손상을 막을 수 있습니다.
- 차가 다니는 길에서는 자전거를 절대로 타지 못하게 합니다.
- 아이와 자전거 크기가 적당한지 확인합니다(손으로 손잡이를 잡고 의자에 앉았을 때 발바닥 불룩한 부분이 바닥에 닿아야 합니다).

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

54~60개월 보호자용 설명서

- 발 브레이크(코스터 브레이크: 페달을 거꾸로 밟으면 작동되는 장치)가 장착된 자전거부터 타는 것이 좋습니다. 이 시기에는 손힘이 약해 손으로 브레이크를 제대로 잡지 못하는 경우가 많기 때문입니다.

• **보행자안전**
- 아이가 찻길이나 찻길 근처에서 놀지 못하게 해야 합니다.
- 인도와 찻길 사이의 길턱에 가면 언제나 아이를 멈추고 혼자서는 찻길을 건너지 못하게 해야 합니다. 10세 전까지는 혼자 길을 건너게 하지 말아야 합니다.

• **익수 예방**
- 아이에게 수영하는 법을 가르쳐줄 때입니다. 그러나 혼자 수영하지 못하게 합니다.
- 어른의 보호 감독이 없이는 물이나 물가에서 놀지 못하게 합니다.
- 물이 빨리 흐르는 곳이나 수로에서는 물놀이를 하지 못하게 합니다.
- 어른이 물 깊이를 확인하지 않은 곳에서 물에 뛰어들지 않게 합니다.
- 배를 타면 항상 구명조끼를 입히도록 합니다.

• **화상예방**
- 화상 시 신속히 식혀주는 것이 가장 중요합니다. 즉시 흐르는 상온 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀준 후 가까운 화상센터 또는 응급실로 방문합니다.
- 전열기구(다리미, 전기레인지, 히터, 그릴, 헤어드라이어 등)은 치워놓거나 아이가 다가가지 못 하도록 합니다.
- 뜨거운 냄비나 프라이팬 같은 기구의 손잡이는 가스레인지 뒤쪽으로 돌려놓아 아이 손이 닿지 않게 합니다.
- 보일러 온수 온도는 50℃ 이하로 조절해놓습니다(60℃에 6초간 노출 시 3도 화상).

• **자동차안전**
- 차를 탈 때는 언제나 적절한 카시트나 보조의자를 바르게 사용해야 합니다.
- 부모도 차를 타면 항상 안전띠를 맵니다. 아이에게 솔선수범하는 모습을 보여주어야 합니다.
- 아이에게 가장 안전한 자리는 뒷좌석이지만 어쩔 수 없이 앞좌석에 앉힐 때는 의자를 최대한 뒤로 밀어 에어백으로 인해 다치는 것을 피하도록 합니다.

• **중독**
- 의약품, 세정제나 살충제 같은 가정용 화학제품은 아이 손이 닿지 않는 곳에 넣고 잠근 상태로 보관합니다.

• **개인안전**
- 낯선 사람과 이야기 하거나 낯선 사람의 차에 타지 않도록 기회가 될 때마다 말해줍니다.



3. 스마트폰 및영상 매체의 바람직한 사용

전자미디어는 만60개월까지는 1시간 이내로 허용하도록 권장합니다(WHO, 세계보건기구). 전자미디어는 반드시 부모와 같이 있는 곳에서 보여주고 사용 장소, 시간, 요일 등에 대한 구체적인 규칙을 미리 만들고, 함께 지킬 수 있도록 해야 합니다. 규칙에 따라 전자미디어 사용을 잘 마무리가 되지 않거나, 규칙이 잘 지켜지고 있지 않다면 가정 내 전자미디어 사용 환경에 대한 점검이 필요합니다. 전자미디어 과의존에 해당하는 경우 아래의 링크를 통해 선별척도를 시행해 볼 수 있습니다.

• 스마트쉼센터-스마트폰 과의존 척도(유아동 대상) https://www.iapc.or.kr/kor/PBBS/diaSurvey.do?idx=7)

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

54~60개월 보호자용 설명서

4. 발달선별검사

- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 무엇인가요?**
  - '한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 우리나라 영유아들이 대근육운동, 소근육운동, 인지, 언어, 사회성, 자조(18개월 이후) 등의 능력이 잘 발달하고 있는지 알아보기 위하여 보건복지부와 질병관리청의 지원 하에 관련 분야의 전문가들이 개발한 선별 검사입니다.
  - 선별 검사란 진단을 내리기 위한 검사가 아니라, 보다 더 정밀한 평가를 받아볼 필요가 있는 아이들을 찾아내기 위한 검사입니다. 결과는 양호(빠른 수준, 또래 수준), 추적검사 요망, 심화평가 권고 등 3단계로 판정합니다.
- **결과가 '심화평가 권고'라는데 어떻게 해야 하나요?**
  - '심화평가 권고' 라는 판정은 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 아이들의 발달은 속도의 차이가 있고 불균형적일 수 있기 때문에, 발달 지연이 의심(심화평가 권고)되다가도 정상적으로 잘 자라는 경우가 많습니다.
  - 그러나 통계적으로 선별 검사에서 '심화평가 권고'인 경우 약 75% 정도에서 실제 발달 장애가 발생할 가능성이 있으므로 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다. '심화평가 권고' 판정을 받은 모든 아이들이 다 발달 장애가 생긴다는 의미는 아니므로 섣부른 걱정을 하시기보다는 전문가의 의견을 따르시는 것이 최선입니다.
- **'추적검사 요망'은 무엇인가요?**
  - 점수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

66~71개월 보호자용 설명서

1. 영양

• **소아 비만이란?**
- 신체계측 시 측정한 체중과 키를 이용해서 계산한 체질량지수가 표준성장도표에서 성별, 연령별 85백분위수 이상을 과체중으로 진단하고, 95백분위수 이상이면 비만으로 진단합니다.
- 소아 비만이 조절 되지 않으면 상당수 성인 비만으로 이어지고 장기적으로 비만 합병증으로 발생하는 심혈관계 질환 등이 문제될 수 있습니다.
- 따라서 비만의 예방을 위해 어려서부터 건강한 식습관, 생활습관을 갖도록 하는 것이 중요합니다.

• **소아 비만의 예방이 왜 중요한가요?**
- 소아 비만은 단순히 외모나 체중의 문제가 아니며 소아에서도 지방간 질환과 당내성장애 및 당뇨병, 고혈압, 이상지질혈증 등 합병증이 발생할 수 있고, 자존감 결여나 또래 관계 문제 등을 초래할 수도 있습니다.
- 소아 비만이 조절 되지 않으면 상당수 성인 비만으로 이어지고 장기적으로 비만 합병증으로 발생하는 심혈관계 질환 등이 문제될 수 있습니다.
- 따라서 비만의 예방을 위해 어려서부터 건강한 식습관, 생활습관을 갖도록 하는 것이 중요합니다.



• **건강한 식습관과 생활습관을 가지려면 어떻게 해야 하나요?**

- 음식은 골고루 다양하게 섭취합니다.
- ▶ 편식하지 않고 5대 식품군 음식을 골고루 먹기
- ▶ 살코기, 생선, 콩, 달걀 등 단백질 식품을 매일 섭취하기
- ▶ 다양한 잡곡과 채소, 과일을 매일 섭취하기
- ▶ 우유, 특히 저지방우유를 매일 섭취하기

- 적절한 양을 먹고, 먹은 만큼 많이 움직입니다.
- ▶ 정해진 양보다 과식하지 않기
- ▶ TV, 동영상, 스마트폰, 컴퓨터, 게임 시간을 하루 1-2시간 이내로 제한하기
- ▶ 일상생활에서 많이 걷고 활발하게 움직이고 자유롭게 뛰어놀기
- ▶ 매일 규칙적으로 1시간 이상의 신체활동 또는 운동하기

- 식사는 제때에 규칙적으로 가족과 함께 합니다.
- ▶ 아침식사를 거르지 않기
- ▶ 밤늦게 야식 먹지 않기
- ▶ 하루 세 끼 식사와 간식 먹기
- ▶ 되도록 가족과 함께 식사하기

- 간식은 안전하고 건강한 음식으로 섭취합니다.
- ▶ 간식으로 신선한 과일과 우유 섭취하기
- ▶ 목이 마를 때에는 단맛 나는 음료수, 주스 대신 물 마시기
- ▶ 짜고 기름지고 열량이 높은 패스트푸드, 인스턴트식품 섭취 제한하기
- ▶ 식품의 영양표시를 확인하는 습관 갖기

2. 안전사고 예방

이 시기는 **아이의 지적 발달이 활발해지고 활동범위가 넓어지면서 독립적으로 되어갑니다.** 집 밖에서 활동이 많고, 복잡하고 위험할 수 있는 활동이 많아지며, 가까운 가족이나 친지가 아닌 사람을 만나는 경우가 많아지므로 사고 예방과 안전한 생활을 위해 바른 판단과 사회생활 기술이 필요할 때입니다. 유치원/학교 오고가기, 자전거타기, 길 건너기 등의 경우, 행동할 때 조심할 점과 규칙을 말해주고 그 이유도 같이 설명해주어야 합니다.
대중매체나 인터넷을 통해 폭력에 노출이 많아지고 부모의 보호를 벗어나 밖에서 지내는 시간이 길어지기 때문에 폭력 예방에도 관심을 가지기 시작해야 합니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

66~71개월 보호자용 설명서

- **자동차안전(카시트 교육자료 참조)**
  - 차를 탈 때는 언제나 적절한 카시트나 보조의자를 바르게 사용해야 합니다.
  - 부모도 차를 타면 항상 안전띠를 맵니다. 아이에게 솔선수범하는 모습을 보여주어야 합니다.
  - 아이에게 가장 안전한 자리는 뒷좌석이지만 어쩔 수 없이 앞좌석에 앉힐 때는 의자를 최대한 뒤로 밀어 에어백으로 인해 다치는 것을 피하도록 합니다.

- **보행자안전**
  - 길을 건널 때는 기본수칙과 상황에 따른 안전한 방법을 수시로 설명하고 지키도록 합니다.
  - 신호등을 지켜서 녹색일 때만 건너게 합니다.
  - 찻길을 건너기 전에는 항상 일단 멈추어 좌-우-좌를 살피고 어른과 함께 혹은 어른이 지켜볼 때 건너게 합니다.
  - 10세 전까지는 아이 혼자 안전하게 길 건널 수 있을 정도로 신경학적 발달이 충분하지 않으므로 혼자 길을 건너는 것은 위험합니다.
  - 아이가 찻길이나 찻길 근처에서 놀지 못하게 합니다.
  - 친구, 강아지나 공을 쫓아가느라 찻길에 뛰어들지 않게 합니다.
  - 통학차를 이용할 경우 위치를 알게 하고, 어른의 보호 하에 승하차를 하도록 합니다.

- **자전거안전**
  - 아이가 자전거, 킥보드, (인라인)스케이트, 스노우보드를 탈 때는 항상 헬멧과 보호장구(관절보호대)를 착용시킵니다. 헬멧은 넘어질 때 발생하기 쉬운 심각한 머리 손상을 예방하는데 중요합니다.
  - 차가 다니는 길에서는 절대로 타지 못하게 하고 안전한 곳에서만 타게 합니다.
  - 옆에서 보호자가 같이 타는 경우에는 보호자도 보호 장구를 착용합니다.

- **화상**
  - 화재를 대비하여 탈출할 대책을 세우고 함께 연습하며 아이를 교육하도록 합니다.
  - 아이가 라이터, 폭죽 등을 가지고 놀지 못하게 하고, 화기는 아이 손이 닿지 않는 곳에 보관합니다.
  - 옷에 불이 붙었을 때는 뛰어 다니지 말고 선 다음, 바닥에 구르게 합니다.
  - 집안에 화재경보기와 소화기를 설치하고 정기적으로 점검하도록 합니다.

- **개인안전**
  - 모르는 사람과는 대화하지 말고, 절대로 같이 차에 타지 않도록 가르칩니다.
  - 어른/청소년이 더 취약한 어린 아이에게 도움을 청하는 것은 경우에 맞지 않으므로, 어른이 도움을 청하면 못한다고 거절하게 하고 다른 어른을 부르도록 가르칩니다.
  - 수영복을 입었을 때 가려지는 부분은 아이 몸의 소중한 부분이라고 가르칩니다.
  - 신체의 소중한 부분을 보거나 만지게 해달라고 하면 최대한 빨리 도망가고 즉시 부모나 다른 어른에게 도움을 청하라고 가르칩니다.
  - 부모에게 비밀로 하라고 얘기하거나 겁을 나게 하는 사람으로부터 최대한 빨리 도망가고 즉시 부모나 다른 어른에게 도움을 청하라고 가르칩니다.
  - 집에 혼자 있거나 혼자 돌아올 경우에 대비하여 집 주소, 전화번호, 부모가 없을 때 도움을 청할 사람 등을 알려줍니다. 아이가 모르는 사람이 집에 찾아오면 문을 열어주지 않도록 가르칩니다.

- **따돌림**
  - 다른 사람의 감정과 행동에 적절하게 반응하며 통제력을 키우게 합니다.
  - 아이 자신과 다른 사람을 존중하도록 가르칩니다.
  - 또래와 갈등이 있어 속상해 할 때는 위로하여 진정시키고, 부모가 관심을 가지고 있으며 아이 편에서 도와주기 위하여 노력한다고 확신시켜 줍니다.
  - 아이와 갈등이 있는 상대가 또래 집단이면 상황에 대해 자세히 알아보고 선생님 면담을 통해 교육기관의 도움을 받도록 합니다.
  - 또래와의 갈등이 문제가 될 만한지 판단하려면 아이와 부모의 소통이 원활해야 하므로 평소에 아이가 자신의 활동, 가는 곳, 친구에 대해서 편하게 말할 수 있어야 합니다.

- **양육**
  - 어떠한 형태로든 부모가 아이를 적절하게 대하지 못하는 경우가 지속되면 불안, 자신감 부족, 감정표현부족, 사회부적응 등 아이의 정서 및 행동 발달에 문제가



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

66~71개월 보호자용 설명서

생길 수 있습니다. 아이가 어릴수록 부모의 영향을 많이 받습니다.
- 부모의 압박감, 고독감, 좌절 등에 의한 경우가 많으므로 적절치 못한 경우가 반복된다면 아이 양육을 위한 정보와 부모를 지지해 줄 도움을 받는 것이 좋습니다.

※ 상담전화번호

보건복지부 콜센터	129	학생고충상담전화	1588-7179
청소년상담실	1388	건강가정지원센터	1577-9337
여성 전화	1366	다누리 다문화가족지원	1577-5432
아동보호전문기관	1577-1391	교육부민원콜센터	02-6222-6060

3. 취학 전 준비

학습에 대한 준비도 중요하지만 이전 단계 발달의 전반적인 부분이 취학준비에 영향을 미치고 있으며 학습 준비 외에도 사회성 발달, 의사소통 발달, 생활태도, 집중력 발달 등이 준비되어야 할 영역입니다. 부모님들이 취학을 앞둔 자녀에게 가장 바라는 것은 학업적인 성취가 아니라 친구들과 잘 지내며 행복하게 학교생활을 하는 것입니다.

- **학습에 대한 태도**
  - 초등학교 1~2학년의 공부는 한글 받아쓰기와 간단한 수세기와 연산, 그 외에는 주제 통합 공부를 하게 됩니다. 너무 과도한 선행학습은 오히려 아이가 초등학교 입학 후 진행되는 수업에 흥미를 잃게 되는 원인이 되므로 바람직하지 않습니다.
  - 학교에서는 일정시간 이상 한자리에 앉아 있는 것이 가능해야 합니다. 일반적으로 초등학교 학생의 집중력은 40분 정도라고 알려져 있습니다. 집중력이라 하면, 좋아하는 것을 할 때뿐만 아니라 싫어하는 일을 하고 있을 때라도 자신을 조절하여 규칙에 따라서 주의력을 유지할 수 있는 능력을 말합니다. 아이의 이러한 끈기가 또래에 비해 지나치게 부족하다면 소아정신과 의사와의 상담을 고려해 볼 수 있습니다.
- **사회성 발달과 규칙준수**
  - 아이가 갈등상황을 슬기롭게 해결할 수 있는지, 양보할 줄 아는지 살펴봅니다. 자신의 권리는 언제나 다른 사람들과의 권리와 균형을 이루어야 함을 가정에서부터 가르쳐주어야 합니다. 다른 사람의 기분을 이해할 줄 알고 공감능력이 있을 때, 양보를 하며 이기적이지 않은 행동을 할 수 있습니다. 지나치게 자신의 고집만 부린다면 아이의 사회성 발달에 어려움이 있지 않은지 살펴볼 필요가 있습니다.
  - 단체 생활을 위해서는 지시 따르기, 정해진 규칙을 잘 지키기, 참고 기다리기 등의 욕구조절이 필요합니다. 이를 위해 가정에서부터 "지시 따르기"와 "규칙 지키기"가 가능한지 잘 살펴주시고 그렇지 못하다면 가르쳐주셔야 합니다. 화가 나서 물건을 집어던지는 아이들에게는 화가 나는 것은 충분히 이해되지만 물건을 집어던지는 행동은 나쁜 행동이며, 하면 안 된다는 것을 분명히 알려주도록 합니다.
  - 가정에서 아이에게 충분한 교육을 해 주셨음에도 불구하고 지시나 규칙을 따르기가 어렵고 과잉행동, 충동조절, 감정조절이 어려운 경우에는 주의력결핍/과잉행동장애(ADHD)를 가지고 있는 것은 아닌지 상담해 볼 필요가 있습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

66~71개월 보호자용 설명서

• **의사소통**
- 또렷하고 조리 있게 말을 하는 것은 듣는 이가 의미를 정확히 이해할 수 있도록 아이가 3문장이상 말하는 경우를 의미합니다. 말을 조리 있게 하는 것 외에 기본적인 지식, 예를 들면 집 주소와 전화번호 알고 말하기를 습득한 후 초등학교에 입학하는 것이 좋습니다.
- 도움을 요청한다는 것은 현재 자신이 도움이 필요하다는 것을 판단할 수 있는 인지 능력과 다른 사람에게 도움을 요청할 수 있는 사회성, 언어능력 등이 함께 요구됩니다. 다른 사람과 의사소통하거나 도움을 요청하는 것을 부끄러워하지 않고 분명히 표현할 수 있도록 연습하는 것이 필요합니다.

• **인지발달**
- 인지발달과 일반 지식의 습득은 환경에서의 경험을 통하여 이루어지는 부분이 많이 있습니다. 아동의 관심이 한쪽으로 치우쳐 있지는 않은지, 환경적인 경험이 부족하지는 않은지 살펴볼 필요가 있겠습니다. 1에서 20까지의 숫자를 배울 때는 구체물을 활용하여 직접 만져 보며 경험적으로 수세기를 학습하는 것이 좋습니다.
- 의학적으로 도움이 필요한 인지 능력은 대개 지능지수(IQ) 70 미만을 의미합니다. 정확한 인지발달검사를 통해서 70 미만의 지능 지수를 갖고 있는 것으로 판단되었다면 아이의 수준에 맞는 특수교육을 하는 것이 필요합니다.

• **신체적 건강과 생활습관준비**
- 대소변 가리기와 깨끗한 뒤처리를 이 시기까지 완수하지 못할 경우 가정 내에서 갈등이 높아지고 친구들로부터 소외당할 수 있어 정서적 어려움이 생길 수 있습니다. 취학 전에 대소변 가리기와 깨끗한 뒤처리를 가정 내에서 반복적으로 훈련시켜주는 것이 필요합니다.
- 늦은 시간에 자거나 수면의 질에 문제가 있을 때는 학교생활에 집중을 못하거나 짜증을 많이 내는 등 어려움이 생길 수 있습니다. 일찍 자고 일찍 일어날 수 있도록 규칙적으로 훈련하는 것이 필요합니다.

4. 발달선별검사

• **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 무엇인가요?**
- '한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는 우리나라 영유아들이 대근육운동, 소근육운동, 인지, 언어, 사회성, 자조(18개월 이후) 등의 능력이 잘 발달하고 있는지 알아보기 위하여 보건복지부와 질병관리청의 지원 하에 관련 분야의 전문가들이 개발한 선별 검사입니다. 선별검사란 진단을 내리기 위한 검사가 아니라, 보다 더 정밀한 평가를 받아볼 필요가 있는 아이들을 찾아내기 위한 검사입니다. 결과는 양호(빠른 수준, 또래 수준), 추적검사 요망, 심화평가 권고 등 3단계로 판정합니다.

• **결과가 '심화평가 권고'라는데 어떻게 해야 하나요?**
- '심화평가 권고'라는 판정은 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 아이들의 발달은 속도의 차이가 있고 불균형적일 수 있기 때문에, 발달 지연이 의심(심화평가 권고)되다가도 정상적으로 잘 자라는 경우가 많습니다. 그러나 통계적으로 선별 검사에서 '심화평가 권고'인 경우 약 75% 정도에서 실제 발달 장애가 발생할 가능성이 있으므로 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다. '심화평가 권고' 판정을 받은 모든 아이들이 다 발달 장애가 생긴다는 의미는 아니므로 섣부른 걱정을 하시기보다는 전문가의 의견을 따르시는 것이 최선입니다.



• **'추적검사 요망'은 무엇인가요?**
- 점수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

66~71개월 보호자용 설명서

5. 취학 전 청력 관리

학교에 입학하여 원만한 학교생활을 하기 위해서는 양측 귀의 청력이 정상인 상태가 필수적입니다. 가령 한쪽 귀에 난청이 있는 경우 자칫 아이가 잘 들리지 않아 수업에 집중하지 못하는 것을 막연하게 산만하다거나 집중력 자체가 감소되었다고 오해할 수 있기 때문입니다. 단순히 수업뿐만 아니라 초등학교는 친구관계나 선생님과의 사회생활의 가장 첫 단계이기 때문에 기본적으로 아이가 원만한 의사소통을 통해 사회생활을 잘 할 수 있도록 청력이 정상임을 확인해주는 것이 반드시 필요합니다.

우리나라에서는 연령별로 영유아 건강검진을 할 때 난청위험평가 문진을 시행하여 이상소견이 있는 경우 이비인후과에 의뢰하고 있습니다. 그러나 문진항목 만으로 모든 난청 여부를 진단할 수 없으며 특히 한쪽 귀만 난청이 있는 경우 언어발달은 정상이라도 산만하거나 집중하지 못하는 요인이 될 수 있습니다.

그러므로 영유아 건강검진 청각부분에서 이상소견이 없더라도 초등학교 입학 전에 가까운 이비인후과에서 순음청력검사를 한 번 받아보도록 권합니다. 순음청력검사는 대부분의 이비인후과에서 시행할 수 있는 가장 기본적인 청력검사입니다. 대한청각학회 홈페이지(http://www.audiosoc.or.kr)에서 '이비인후과 수련병원' 및 '가까운 이비인후과 병원 찾기'를 찾으실 수 있습니다.



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

Section

II

2020 영유아 건강검진 검진의사 매뉴얼

영유아 건강검진
보호자용 설명서

요약본

영아기 초기 보호자용 설명서

1. 모유 수유

- 모유는 아이에게 가장 완전한 식품이며, 아이의 면역을 강화하고, 각종 뇌신경 발달에 유리하며, 만성 질환을 예방하고, 비만을 줄이므로 완전모유수유는 적어도 생후 6개월까지 추천되고 이유기 보충식을 주면서 모유수유는 생후 24개월까지도 권장합니다.
- **모유양을 늘리기 위한 방법으로는** ① 밤중에도 수유, ② 아이가 원할 때마다 수유, ③ 노리개 젖꼭지나 분유병 사용 피합니다.
- 유선염, 유방울혈 등이 발생하였을 때 모유수유를 더 열심히 하고, 황달이 있을 때 무조건 모유 수유를 중단하지 않아야 합니다.



2. 수면

- 신생아는 밤낮의 구분없이 하루 16~20시간 잠을 자는데 배고픔에 따라 깨고 먹고 잡니다.
- 낮에는 일상생활에 노출시키고 밤에는 어둡게 하고 덜 놀아주면서 밤낮의 구분은 3개월경에 완성되고, 생후 6주부터는 수면 습관을 만들도록 일정한 수면의례를 행하며 졸리지만 아직 깨어있는 상태로 자리에 눕혀 스스로 잠들게 하며 부모와 따로 아이 잠자리를 마련합니다.
- 영아돌연사증후군를 예방하기 위하여 모유수유를 하며 안전한 수면 환경이 반드시 필요합니다.
  - 항상(낮잠을 잘 때에라도) 등을 대고 눕혀서 재우고, 두툼한 이불이나 푹신한 베개, 매트리스를 사용하지 말고, 단단하며 편평한 매트리스를 사용합니다. 이불을 덮지 않거나 이불이 아이의 얼굴을 가리지 않도록 팔 아래로 덮어 줍니다. 부드러운 장난감 등은 아이의 잠자리에서 치웁니다.
  - 아이를 생후 2개월 전에는 깨어 있을 때만 싸주고 2개월 이후 속싸개로 싸는 것을 금지합니다.
  - 가벼운 옷을 입히고, 실내 온도는 성인에게 편한 정도로 유지합니다.
  - 바운서나 카시트에 앉혀서 재우면 산소가 떨어지므로 잠들면 바로 잠자리로 눕혀야 합니다.
- 출산 전과 출산 후 흡연과 술을 피해야 합니다.
- 사두증(뒷머리가 편평해지는 것)이 염려 될 경우 2-3개월부터 깨어 있고 관찰될 때 '배밀이 놀이'를 하여 사두증을 예방합니다.

간접흡연은 아이에게 미치는 위해성이 많아 금연 환경을 유도합니다.

- 아이가 담배연기에 노출되면,
  - 영아돌연사증후군 발생위험이 증가합니다.
  - 중이염이나 호흡기 질환에 잘 감염됩니다.
  - 천식, 아토피 등 알레르기질환 발생이 증가합니다,
  - 백혈병 등의 암, 비만, 동맥경화증 등의 발생이 증가합니다.
- 담배연기에 일찍 노출될수록 아이가 흡연을 일찍 시작하고 끊기도 더 어렵습니다.
- 집 밖에서만 흡연을 해도 담배 연기가 옷이나 피부에 묻어 상당한 담배연기에 노출되어 아이에게 니코틴이 차이 없이 검출됩니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

영아기 초기 보호자용 설명서

3. 안전사고 예방

- **자동차 안전(카시트 사용)**
  - 영아용 카시트를 반드시 사용해야 하며 영아용 카시트의 등받이 각도는 45도가 가장 안전합니다.
  - 10kg, 1세 미만에는 반드시 뒷좌석에 뒤보기로 설치(앞좌석에는 카시트 설치 금지)하며, 뒤보기 설치 가능 연령/체중이 늦은 것을 선택(보통 최대 20kg)합니다.
  - 앞보기 카시트는 반드시 하네스 벨트가 달린 것을 구매하며(1세~4세, 9~18kg, 65~100cm), 아이의 어깨가 카시트 안전띠의 위쪽 홈보다 높게 되거나, 아이의 귀가 카시트 꼭대기보다 위에 오게 되면 부스터 좌석을 사용하고(4세~10세, 15~36kg, 135cm), 안전띠 허리띠가 골반 위를 지나고 어깨띠가 어깨를 지나면 성인처럼 안전띠만 사용합니다.(8~12세, 35 kg이상, 140cm)
- **추락 예방**
  - 낙상은 2세 이하 영 유아기의 가장 흔한 사고 기전으로, 고개를 가누지 못하는 아이를 업지 않도록 해야 하며, 높은 곳에 아이를 혼자 두면 안 됩니다.
  - 다른 행동을 할 때에는 급하더라도 아이를 난간 등의 안전장치가 있는 침대 등의 안전한 장소에 내려놓은 후 행동하도록 하십시오.
- **화상 예방**
  - 화상 시 신속히 식혀주는 것이 가장 중요합니다. 아이가 데었다면 즉시 찬 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀줍니다.
  - 반드시 목욕물의 온도를 확인하도록 합니다.
  - 6개월 이하의 아이를 전기장판이나 온열, 온수 매트 위에 재우면 체온에 유사한 37℃정도의 온도에서도 화상을 입을 수 있으니 사용하지 말아야 합니다.

4. 신생아 청각 선별검사의 중요성

- 선천성 양측 고도 난청은 조기진단 및 조기재활을 시행할 경우 정상에 가까운 언어, 청각발달을 기대할 수 있는 극복 가능한 질환이므로 난청의 조기진단은 가장 중요한 첫걸음이 됩니다.
- 모든 신생아는 생후 1개월 이내 청각선별검사를 받고, 난청이 의심되는 경우 생후 3개월 이내 난청 확진검사를 받아야 하며, 난청으로 진단받은 경우에는 생후 6개월 이내 청각재활 치료를 시작할 것을 권고합니다.

5. 시각

- 두 눈의 모양이 다르거나 크기가 다르게 느껴지는 경우, 각막(검은 동자)에 혼탁이 있는 경우는 반드시 안과검진을 받아야 합니다.
- 또한 망막모세포종, 선천백내장, 선천녹내장, 선천망막질환과 같이 질환을 가진 사람이 가족 중에 있는 경우에는 조기에 발견하는 것이 중요하므로 꼭 의사선생님과 상의하시기 바랍니다.

더 많은 정보를 보시려면 국가건강정보포털(https://health.cdc.go.kr),
국민건강보험공단(www.nhis.or.kr) 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

4-6개월 보호자용 설명서

1. 영양

- 완전 모유수유는 생후 6개월까지 추천되며, 모유수유는 생후 24개월 까지도 권장하고 있습니다.
  - 생후 4개월경부터 철분 부족이 발생할 수 있기 때문에, 철분이 풍부한 이유식을 줍니다.
  - 유축한 모유는 상온(25˚C) 에서는 4시간까지, 냉장(4˚C)보관하는 경우에는 96시간까지, 냉동보관(<-20˚C)하는 경우에는 3-9개월까지 보관이 가능합니다.
- 분유를 탈 때는 끓인 다음 식혀서 사용하는 것이 원칙이고, 분유를 데울 때는 전자레인지를 사용하지 말고 중탕 방법을 활용합니다.
  - 하루 분유량이 1,000mL가 넘지 않도록 합니다.
- 도움을 받아서 앉을 수 있고, 목을 가눌 수 있는 4~6개월까지는 모유나 분유 이외에는 먹여서는 안 됩니다.
  - 첫 이유식으로는 쌀 미음이나 죽이 권장되며, 가능한 빠른 시기에 철분 강화(철분강화 곡분이나 육류)가 필요합니다.
  - 이유식은 한 번에 한 가지 음식을 추가하고, 새로운 음식을 시작한 뒤에는 약 7일간 주의 깊게 관찰 합니다.



2. 안전사고 예방

- **자동차 안전**
  - 영아용 카시트를 등받이 각도 45도로 운전석 대각선 위치에 뒤보기로 장착합니다. 카시트를 차량에 단단히 고정하고 카시트의 허리띠를 허리에 단단히 고정합니다.
- **추락 예방**
  - 보행기는 추락사고의 주요 원인이며 보행기 주행 중 사고는 머리나 목의 심각한 손상을 유발하고 보행기위로 오르는 행동을 할 수도 있어 사용해서는 안 됩니다.
  - 목을 못 가누는 아이는 업지 않고, 침대, 소파 등 높은 곳에 혼자 두지 않으며, 다른 행동을 할 때는 아이를 안전한 곳에 내려놓고 합니다.
- **익수 예방**
  - 아이들은 5cm 깊이의 얕은 물에도 빠져서 질식할 수 있습니다. 그러므로 욕조나 욕조 근처에 아이를 혼자 두어서는 안 되고, 아이의 형제자매에게 맡겨두지 말아야 합니다.
  - 목욕시키기 전에 필요한 물품은 손이 닿는 곳에 미리 준비하고 전화가 오면 타올로 아이를 싸서 안전한 곳에 두고 통화해야 합니다.
- **화상 예방**
  - 화상 시 신속히 식혀주는 것이 가장 중요하므로 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀줍니다.
  - 아이를 욕조에 둔 채로 더운물을 틀면 안 되며, 아이를 안은 채로 뜨거운 음료를 들고 다니지 말아야 합니다.
  - 우유나 짜낸 모유를 전자레인지에 데우면 안 됩니다.
  - 뒤집기를 하지 못하는 아이는 전기장판이나 온열/온수 매트 위에 재우지 말아야 합니다.
- **중독 및 질식 예방**
  - 알갱이 음식은 주지 않고, 레고 등의 작은 부품 장난감 또는 단추 등의 조그만 물건은 아이 손이 닿지 않게 해야 합니다.
  - 의약품, 화학약품(표백제, 세정제, 광택제 등), 날카로운 물건 등을 아이 손이 닿지 않는 곳에 두고 잠가 두어야 합니다.
  - 전화기 줄, 전선, 커튼 줄 등이 늘어져 있지 않게 하고, 목걸이나 끈으로 매단 노리개 젖꼭지도 사용하지 않아야 합니다.



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

4-6개월 보호자용 설명서

3. 수면

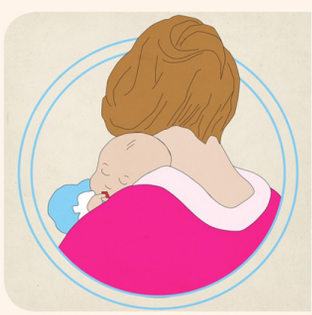
- 밤낮이 구분되면서 수면의 패턴을 만들고 있는 중입니다.
  - 낮잠과 밤잠 자는 시간은 되도록 매일 일정하게 유지하고, 자기 전 일정한 순서의 수면의례 시행하며, 깨어있는 상태로 잠자리에 눕혀 스스로 잠들게 하는 습관을 유도합니다.
  - 수면 습관을 방해하는 여행, 타인의 방문, 늦은 오후의 외출은 자제하며, 이행물건(애착인형)을 제공할 수 있고, 침실 내 TV, 컴퓨터, 핸드폰 등의 전자기기 사용은 삼갑니다.
  - 9개월경 밤에 깨는 횟수가 늘어나는데 깨면 바로 안아주고 수유하지 말고 다시 스스로 잠 들도록 유도합니다.
- 영아돌연사증후군의 위험이 있으므로 안전한 수면 환경을 유지해야 합니다.
  - 잘 때는 바로 눕히고 놀 때는 엎드려 놀려 사두증을 예방하고, 속싸개를 싸지 않고 우주복 입혀 재우고, 젖이나 분유병 물고자는 버릇이 생기지 않게 해야 합니다.



4. 전자미디어

- 전자미디어(TV, 컴퓨터, 스마트폰, 비디오게임기, 휴대용 게임기, 스마트 패드 등 포함)는 두 돌전까지는 보여주지 않습니다. 이 시기의 아이들은 양육자와 상호작용을 하는 것이 중요합니다. 아이와 온몸으로 많이 놀아 주세요.
- 부모가 아이와 함께 있을 때 전자미디어를 사용하는 것은 아이에게 간접 노출의 기회를 제공하는 것입니다. 만약 아이가 있을 때 전자미디어 사용을 피할 수 없다면, 최소 한 명의 보호자는 아이와 적극적인 상호작용을 해야 합니다.







더 많은 정보를 보시려면 국가건강정보포털(https://health.cdc.go.kr),
국민건강보험공단(www.nhis.or.kr) 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

9-12개월 보호자용 설명서

1. 영양

- 모유수유를 지속하면서 반 고형식을 아침, 점심, 저녁 세끼 식사 스케줄에 맞춰 섭취합니다.
  - 작은 컵으로 조금씩 마실 수 있게 되면 혼자서 컵을 사용해 먹도록 시도합니다.
- 땅콩 등의 견과류, 껌, 팝콘, 둥글게 조각 낸 핫도그나 소시지, 생당근 스틱, 포도나 체리, 생야채나 과일의 큰 조각, 토마토, 질긴 고기, 딱딱한 사탕 등은 질식의 위험이 있어 조심합니다.
  - 과일 주스는 되도록 주지 말고 침대 옆에 분유, 단 음료가 든 분유병이나 컵을 두지 않습니다.
- 식품알레르기를 예방하기 위해 음식을 무조건 제한할 필요는 없습니다.
- 이유기 보충식으로 붉은 색 육류 같은 철분이 풍부한 음식을 주어 철결핍 빈혈을 예방하도록 합니다.

2. 구강 관리

- 유아기 우식증은 설탕이나 당분이 든 액체(모유나 분유, 이유기 보충식, 과일주스, 다른 단 음료)를 매우 자주 먹는 아이에게서 주로 나타나는 아주 위험도가 높은 질병입니다.
- **12개월 미만**
  - 첫 이가 나고 6개월 이내 혹은 첫 돌이 되기 전에 치과에서 검진을 받도록 합니다.
  - 수유 후에는 매번 멸균된 거즈로 아이의 잇몸을 닦아줍니다.
  - 첫 이가 나온 후에는 즉시 부드러운 어린이용 칫솔에 물만 묻혀서 이를 닦아줍니다.
  - 아이가 잘 때 분유, 유아기 보충식, 설탕물 혹은 주스가 담긴 분유병을 물려서 재우면 안 됩니다(모유수유 하는 아이도 젖을 물고자는 것은 바람직하지 않습니다).
  - 분유 온도를 체크하기 위해 어른이 분유병의 젖꼭지를 빨아 보면 안 됩니다.
- **12개월 이후의 아이**
  - 돌 이전부터 컵 사용을 연습하고, 돌 무렵에는 분유병 사용을 중단합니다. 식사시간 이외에 단 맛 나는 음료 가지고 다니면서 마시지 않도록 하고, 간식은 정해진 시간에만 먹도록 하며, 과일과 야채는 치아 자정작용이 있어 도움이 되고, 칼슘이 많은 치즈, 우유, 플레인 요구르트, 두부, 아몬드나 인산이 많은 고기, 생선, 우유와 달걀은 치아 건강에 도움이 됩니다.
  - 치약은 아주 작은 양을 사용합니다. (3세 이전 쌀알 크기, 3세 이후 콩알 크기)



3세 이전: 쌀알 크기



3세 – 6세: 콩알 크기

■ 시기별 칫솔질 Tip!

☐ **이가 나기 전 :** 보호자가 멸균된 거즈로 이와 잇몸을 닦습니다.

☐ **이가 나기 시작하면서 :** 이 닦기를 시작합니다(손가락 칫솔은 칫솔에 익숙해질 때까지).

☐ 하루에 2번씩 불소가 든 어린이용 치약을 작은 쌀알 크기(3세 이전) 또는 콩알 크기(3세 이후)로 짜서 닦도록 지도하거나, 보호자가 닦아줍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

9-12개월 보호자용 설명서

3. 안전사고 예방

• **자동차 안전**
- 영아용 카시트를 등받이 각도 45도로 운전석 대각선 위치에 뒤보기로 장착합니다. 카시트를 차량에 단단히 고정하고 카시트의 허리띠를 허리에 단단히 고정합니다.

• **중독 및 질식 예방**
- 알갱이 음식은 주지 않고, 레고 등의 작은 부품 장난감 또는 단추 등의 조그만 물건은 아이 손이 닿지 않게 하고, 자석이나 수은전지 (버튼배터리)등은 삼켜서 식도나 위, 소장의 천공을 일으킬 수 있으므로 각별히 주의해야 합니다.
- 의약품, 화학약품(표백제, 세정제, 광택제 등), 날카로운 물건 등을 아이 손이 닿지 않는 곳에 두고 잠가 두어야 합니다.
- 전화기 줄, 전선, 커튼 줄 등이 늘어져 있지 않게 하고, 목걸이나 끈으로 매단 노리개 젖꼭지도 사용하지 않아야 합니다.



4. 정서사회성

• **아이에게 정서가 중요한 이유는?**
- 정서는 곧 사회성으로 연결됩니다. 사회성이란 엄마와의 애착을 바탕으로 가족, 친척, 선생님, 친구들과 새롭게 친해지는 기술입니다.

• **아이의 정서 및 사회성을 발전시키는데 필요한 요소는?**
- 첫째, 아이의 호기심을 키워주고, 둘째, 아이가 뭔가 새로운 것을 배우려면 수많은 시행착오가 필요하므로 실패도 놀이처럼 즐길 수 있는 긍정성을 장려하고, 셋째, 두렵고 힘들고 불안하고 어렵더라도 잘 적응하려면 정서 안정성이 필요합니다. 넷째, 감정표현이 원활해야합니다.

• **정서 및 사회성 발달을 촉진하려면?**
- 엄마가 아이의 정서를 잘 읽고 그에 따른 문제를 해결해 주는 능력, 즉, 공감과 반향능력이 필요합니다.

5. 발달선별검사

• **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)'는** 우리나라 아이들의 대근육운동, 소근육운동, 인지, 언어, 사회성, 자조 발달 영역의 발달이 늦은 것이 의심되어 정밀한 평가를 받아볼 필요가 있는 아이들을 찾아내기 위한 검사이며, 결과는 양호(빠른 수준, 또래 수준), 추적검사 요망, 심화평가 권고 등 3단계로 판정합니다.

• **결과가 '심화평가 권고' 인 경우는** 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다.

• **'추적검사 요망'은** 수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

더 많은 정보를 보시려면 국가건강정보포털(https://health.cdc.go.kr),
국민건강보험공단(www.nhis.or.kr) 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

18-24개월 보호자용 설명서

1. 영양

- 24개월까지 모유 수유를 지속합니다. 그리고 정제된 곡류보다는 현미, 조, 귀리, 보리, 수수 같은 통곡류를 이유식에 포함하고 포화 지방, 트랜스 지방, 첨가 당과 소금의 섭취를 제한하여 유아 음식은 싱겁고 담백하게 조리하는 것이 좋습니다.
- 적당한 식사 규칙을 지키고 공복을 느끼게 하여 식욕을 자극하는 식이를 권장하고, 같은 자리에 앉아서 제한된 시간에 아이가 자신의 숟가락으로 스스로 먹는 것이 좋습니다.
- 탄산음료나 과일 음료는 제한하고 물을 권장하며, 12개월부터는 분유병 사용을 하지 않도록 하고, 1~3세용 분유 사용을 지양합니다.

2. 안전사고 예방

- **중독/삼킴/이물**
  - 36개월이 되기 전까지는 질식의 위험이 있는 땅콩, 콩, 포도, 옥수수, 사탕, 젤리 등의 알갱이 음식은 주지 않고, 레고 등의 작은 부품 장난감 또는 단추 등의 조그만 물건도 아이 손이 닿지 않게 해야 합니다.
- **추락 예방**
  - 창문 및 베란다, 장난감, 가구 위 등 어디서든 떨어질 수 있으므로, 위험한 곳과 연결되는 문은 항상 잠가두어야 하며, 창문과 베란다에는 안전망을, 창문틀에는 안전걸쇠를 설치합니다. 싱크대, 탁자, 창문 근처에 아이가 올라갈 수 있는 의자나 물건을 두지 않습니다.
  - 놀거나 자는 방에 모서리가 날카로운 가구 치우고, 바닥은 충격 흡수되는 재료를 사용합니다.
- **화상 예방**
  - 화상 시 즉시 흐르는 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀준 후 가까운 화상센터 또는 응급실로 방문합니다.
  - 식사나 요리를 하는 동안에는 아이가 부엌에 오지 못하게 하고, 뜨거운 냄비나 프라이팬 등 조리기구의 손잡이를 아이 손이 닿지 않는 방향으로 돌려놓아 아이 손이 닿지 않게 합니다.
  - 전열기구(다리미, 전기레인지, 히터, 그릴, 헤어드라이어 등)은 치워놓거나 아이가 다가가지 못 하도록 하고, 전기콘센트를 사용하고 난 뒤에는 즉시 안전 마개로 막아둡니다.
- **익수 예방**
  - 욕조, 풀장, 강, 냇물, 바다 등 물 주변에 잠시라도 아이를 혼자 두지 않고, 보호자가 팔을 뻗어 손이 닿는 범위 안에서만 아이가 놀게 허용하며, 욕실문은 항상 닫아놓도록 합니다.
- **자동차안전**
  - 차를 탈 때는 언제나 뒷좌석에 카시트에 앉혀야 하고, 차 문과 트렁크는 항상 잠가 둡니다.
  - 잠시라도 차에 아이만 남겨두어서는 안됩니다.
- **보행자안전**
  - 아이가 차가 다니는 도로나 근처에서 놀지 못하게 하고, 혼자 길을 건너게 하지 않습니다.

3. 대소변 가리기

- 대소변 가리는 시기는 아이마다 차이가 있으며, 아이가 주체가 되어 아이의 자존심을 최대로 키워주는 훈련이며 아이가 준비되어 있지 않은 상태에서 훈련을 하게 되면 성공할 수 없습니다.
- **대소변 가리기 준비 시기는** 아이가 아래와 같은 발달을 보이면 서서히 시도해 볼 수 있습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

18-24개월 보호자용 설명서

- 두 단어 이상의 언어를 사용할 수 있으며, 어른의 행동을 흉내 낼 수 있습니다.
- 부모가 원하는 행동으로 기쁘게 해주려 합니다.
- 혼자 먹으려 하거나 스스로 옷을 벗으려 합니다.
- 이전보다 소변보는 양이 많고 횟수는 적어지며, 혼자서 쉽게 이동할 수 있습니다.
- 기저귀 젖은 것을 알고 얼굴 표정이 달라집니다.

- **대소변 가리기 연습**
  - 아이의 의견을 존중하고 강요하지 않습니다.
  - 칭찬과 격려를 많이 합니다.
  - 유아용 변기를 가까운 곳에 둡니다.
  - 대변이나 소변의 신호를 잘 관찰합니다.
  - 부모나 형제를 따라하게 모범을 보여줍니다.
  - 친근하고 편안한 화장실 환경을 만들어 줍니다.
  - 실수한 경우 화를 내거나 창피를 주지 않습니다.

4. 개인위생

- 손씻기를 하면 설사나 호흡기 감염을 예방할 수 있습니다. 집에 돌아오면 꼭 물과 비누로 손을 씻겨줍니다.
- 물과 비누로 손을 씻을 수 없는 경우에는 알코올 성분이 포함된 손세정제로 손위생을 합니다.

5. 전자미디어

- 만 2세 이하 아이들은 직접 보고 만지는 경험을 통해 좋은 자극을 받고, 양육자와 활발한 상호작용을 통해 안정된 애착을 형성하는 것이 중요한 시기입니다.
- 전자미디어는 만 두 돌 전까지는 보여주지 않습니다. 아이에게 전자미디어를 보여주기 전에 '우리집 전자미디어 사용규칙'을 미리 정합니다. 전자 미디어 사용규칙은 구체적일수록 좋습니다.
  - 아이가 전자미디어를 이용하는 경우 보호자는 반드시 아이 곁에서 지켜보며 아이와 내용에 대해 이야기를 나누는 등 전자미디어 사용을 감독해야 합니다.
  - 전자미디어를 사용하는 요일과 시간을 정합니다.
  - 가정 내에서 부모가 전자미디어를 사용하는 규칙이 있어야하고 이를 지켜야 합니다.

6. 발달선별검사

- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)' 결과가** '심화평가 권고' 인 경우는 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다.
- **'추적검사 요망'은** 수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

더 많은 정보를 보시려면 국가건강정보포털(https://health.cdc.go.kr),
국민건강보험공단(www.nhis.or.kr) 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

30-36개월 보호자용 설명서

1. 영양

- **통곡물을 늘리고 음료수를 제한합니다.**
  - 밥을 할 때에 적어도 30~50% 이상 통곡물을 사용하는 것이 좋습니다.
  - 단 맛이 강한 음식과 고지방 음식 섭취는 제한합니다.
  - 우유는 매일 규칙적으로 하루 400~600mL 정도의 양을 먹도록 합니다.
  - 가당 음료수, 과일 주스는 하루 반잔 이하로 줄이거나 끊는 것을 권장합니다.
- 규칙적인 시간에, 일정한 장소에서 하루 세 끼 식사와 2회의 간식을 먹도록 하고, 가족과 함께 식사하도록 합니다.
- **건강한 신체 활동을 합니다.**
  - 가족이나 또래들과 함께 땀이 날 정도의 신체활동량을 증가시키고, 앉아서 하는 신체 활동은 하루 2시간 이내로 제한합니다.



2. 안전사고 예방

- **보행자 안전**
  - 아이가 찻길 근처에서 놀지 못하도록 하고, 길을 건너거나 큰 길을 다닐 때는 어른이 반드시 함께 데리고 다닙니다.
- **자동차 안전**
  - 언제나 아이는 뒷좌석에 체격에 알맞은 카시트를 사용하도록 하고, 차 출발 전에 차 앞뒤로 아이가 없는지 살펴본 후 출발합니다.
- **타는 장난감 안전**
  - 탈 것을 처음 배울 때부터 반드시 헬멧과 무릎 및 팔꿈치 보호대를 착용시킵니다.
  - 탈 것은 안전한 곳에서만 타게 하고, 발 브레이크(코스터 브레이크; 페달을 뒤로 돌림)가 장착된 자전거부터 타는 것이 좋습니다.

3. 대소변 가리기

- 대소변 가리기는 아이가 주체가 되어 아이의 자존심을 최대로 키워주는 훈련이며, 시기는 아이마다 차이가 있습니다.
- **대소변 가리기가 안 된다면** 훈련 방법, 환경적 변화 등을 시도하면서, 하루나 이틀 정도 쉰 다음에 격려하고 용기를 내어서 다시 할 수 있도록 해야 합니다.
  - 대변을 못 가리는 증상이 계속 될 때에는 신체적 질환 을 확인하기 위해 의사의 진찰이 필요할 수 있고, 대소변을 잘 가렸다가 퇴행 현상이 나타나는 경우에는 수 일 에서 수 주 정도 기다리며 격려하는 것이 필요합니다.

4. 정서사회성

- **분리개별화란?**
  - 자라면서 아이는 스스로 엄마 없이 견디는 훈련과 놀이를 반복합니다. 만 세 돌 전후가 되면 아이는 드디어 마음 속 엄마를 기억하는 것만으

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

30-36개월 보호자용 설명서

로도 신체적으로나 심리적으로 엄마와 떨어질 수 있게 됩니다. 엄마와 분리된 하나의 독립된 개체, 즉 개별화가 가능해집니다.

- **분리개별화를 위해 필요한 정서 및 사회성 요소는?**
  - 첫째, 끊임없는 호기심, 둘째, 친구들에게 관심을 갖는 또래관계, 셋째, 세상이 즐거운 곳임을 경험할 수 있는 긍정성, 넷째, 혼자 놀이와 탐색활동을 떠나기 위한 정서 안정성, 다섯째, 언어 발달과 감정변화 폭이 넓어지면서 적절한 감정표현, 여섯째, 자기조절능력이 필요합니다.

- **정서 및 사회성 발달을 촉진하려면?**
  - 아이에게 최대 안식처는 엄마입니다. 뇌가 발달하면서 아이는 엄마가 옆에 없어도 머리 속으로 엄마를 떠올리는 능력, 즉 대상항상성을 완성하게 됩니다. 이제 아이는 안정된 애착과 대상항상성으로 무장하고 세상으로 모험을 떠날 수 있습니다.



5. 취학 전 준비교육(누리과정)

- 30개월 정도가 되면 뛰기와 점프 모두 대부분 가능하며 그렇지 못할 경우 신체 및 운동 발달지연을 의심해 볼 수 있습니다.
- **의사소통(이해와 표현)**
  - 다른 사람이 들려주는 이야기를 듣고 이해하기 위해서는 다른 사람 말에 귀를 기울일 수 있어야 하며, 부모님들이 아동의 말에 귀 기울이며 반응을 해줌으로써 모델이 되어 줍니다.
- **사회관계영역(놀이 및 규칙준수)**
  - 30개월 무렵의 아동은 정상적으로 다른 아이들과 한 자리에서 놀 수 있는 정도가 되며, 이때 다른 아이들과 상호 작용이 일어나지 않고 각각 혼자 노는 경우도 정상 수준으로 볼 수 있습니다. 새로운 사회적 기능(social skill)을 가르치려면 역할놀이를 통해서 하는 것이 효과적입니다.
  - 차례 지키기는 자제력, 자기조절 능력, 만족지연 능력을 높여주는 좋은 사회관계형성 능력입니다.
- **인지 및 탐구영역**
  - 숫자를 셀 때 손가락을 꼽거나, 구체적으로 사물을 보여주며 자세히 설명해주는 것이 좋습니다.

6. 시각

- 아이가 멀리 보는 것을 힘들어 하고 찡그리고 보거나 자꾸 앞으로 다가가는 것과 같이 보는 것에 다소 불편을 느낀다면 반드시 안과검진을 받으시기 바랍니다.



7. 발달선별검사

- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)' 결과가** '심화평가 권고' 인 경우는 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다.
- **'추적검사 요망'**은 수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

더 많은 정보를 보시려면 국가건강정보포털(https://health.cdc.go.kr),
국민건강보험공단(www.nhis.or.kr) 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

42-48개월 보호자용 설명서

1. 영양

• **통곡물을 늘리고 음료수를 제한하며, 골고루 먹습니다.**
- 밥을 할 때에 통곡물을 적어도 30~50% 이상 사용하는 것이 만성질환 예방 효과가 있습니다.
- 가당 음료수, 과일 주스는 하루 반잔 이하로 줄이거나 끊는 것을 권장합니다.
- 음식은 식품 구성 자전거에 있는 6가지 식품군을 매일 골고루 먹어야 합니다.
- 곡류는 많이 먹고, 지방, 당류는 적게 먹고 짜게 먹지 않아야 하며 물은 충분히 마십니다.
- 칼슘의 보충을 위하여 우유를 하루 2컵(약 500mL) 이내로 먹습니다.

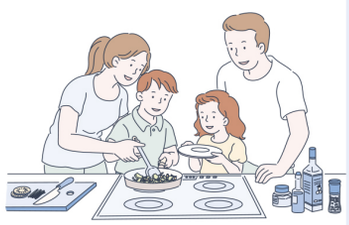


• **골고루 먹으려면 어떻게 하면 좋을까요?**

아이들에게

- "엄마, 아빠와 함께 요리를 해요."
- "간식은 많이 먹지 않아요(하루 2회 정도)."
- "텔레비전이나 스마트폰을 보면서 먹지 않아요."
- "먹는 동안에는 돌아다니지 않아요. 엄마, 아빠가 다 드실 때까지 앉아 있도록 해요."
- "무서운 음식이 있으면 엄마, 아빠, 의사 선생님께 말해주세요."
- "자전거 바퀴에 있는 음식들을 우리 친구들이 매일 매일 골고루 먹으면 몸도 튼튼해지고, 얼굴도 예뻐지고, 힘도 세집니다."

부모님들께



① 요리에 아이를 참여시킵니다.
② 간식을 줄여 아이가 식사시간에 배고픔을 느끼도록 합니다.
③ 아이가 한 가지 음식을 많이 먹는다고 해서 칭찬해서는 안 됩니다.
④ 아이가 새로운 음식을 받아들일 때 긍정적인 보상을 하여도 좋습니다.
⑤ 억지로 먹이지 않도록 합니다. 잘 안 먹는다고 잔소리하거나 야단치지 않습니다.
⑥ 새로운 음식을 줄 때 거부감이 적은 음식과 유사한 음식부터 적은 양으로 시작합니다.
⑦ 우유부단하여 만만하게 보이지 말고 길게 보고 접근하는 것이 좋습니다.
⑧ 다양한 음식을 골고루 접하도록 음식을 준비하되 좋아하는 음식과 유사한 음식부터 시작하며, 싫어하는 음식도 함께 준비합니다.
⑨ 아이가 TV를 보거나 장난감 놀이를 하면서 먹지 않도록 하며, 돌아다니며 음식을 먹지 않고 바르게 앉아서 음식을 먹도록 합니다.
⑩ 가족이 함께 식사하고, 식사도중에 일어나지 않도록 합니다. 부모님 식사가 끝날 때까지 앉아 있도록 합니다.

2. 안전사고 예방

• **보행자 안전**
- 아이가 찻길 근처에서 놀지 못하도록 하고, 길을 건너거나 큰 길을 다닐 때는 어른이 반드시 함께 데리고 다닙니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

42-48개월 보호자용 설명서

- **자동차 안전**
  - 아이의 체격에 알맞은 카시트나 보조의자를 바르게 사용합니다 (몸무게가 권장치의 상한선을 넘거나, 아이의 어깨가 카시트 안전띠의 위쪽 홈보다 높거나, 아이의 귀가 카시트의 꼭대기보다 위에 오면 보조의자로 바꿉니다). 이 시기에도 아이들에게는 뒷좌석이 가장 안전합니다.
- **타는 장난감 안전**
  - 탈 것은 안전한 곳에서만 타게 하고, 처음 배울 때부터 반드시 헬멧과 무릎 및 팔꿈치 보호대를 착용시키며, 발 브레이크(코스터 브레이크; 페달을 뒤로 돌림)가 장착된 자전거부터 타는 것이 좋습니다.
- **추락**
  - 창문이나 베란다 출입문 등에는 아이가 문을 여닫지 못하게 안전걸쇠를 걸어놓습니다.



- **화상**
  - 화상 시 즉시 흐르는 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀준 후 가까운 화상센터 또는 응급실로 방문합니다.
  - 뜨거운 냄비나 프라이팬 등 조리기구의 손잡이를 아이 손이 닿지 않는 방향으로 돌려놓아 아이 손이 닿지 않게 합니다.
  - 전열기구(다리미, 전기레인지, 히터, 그릴, 헤어드라이어 등)은 치워놓거나 아이가 다가가지 못 하도록 하고, 전기콘센트를 사용하고 난 뒤에는 즉시 안전 마개로 막아둡니다.
- **익수**
  - 물이나 물가에서 혼자 놀거나 어른의 보호 관찰 없이 놀지 못하게 해야 합니다. 아이에게 수영하는 법을 가르치면 좋지만 혼자 수영하게 하면 안 됩니다.
- **이물사고**
  - 귀나 코에 작은 이물을 넣었을 경우, 가정에서 제거시도를 하면 출혈 등으로 위험할 수 있으므로 반드시 병원을 방문하도록 합니다.

3. 시각

- 어느 정도 협조가 되면 시력측정이 가능한 시기입니다. 또한 가끔 멍해지거나 초점을 잃는 경우는 간헐외사시의 가능성이 높습니다. 간헐외사시의 경우 수술적 치료가 필요한 경우가 있으므로 의심되는 경우 안과검진을 받으시기 바랍니다.

4. 발달선별검사

- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)' 결과가** '심화평가 권고' 인 경우는 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다.
- **'추적검사 요망'은** 수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

더 많은 정보를 보시려면 국가건강정보포털(https://health.cdc.go.kr),
국민건강보험공단(www.nhis.or.kr) 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

54-60개월 보호자용 설명서

1. 영양

- **소아 비만이란?**
  체질량지수가 표준성장도표에서 성별, 연령별 85 백분위수 이상을 과체중으로 진단하고, 95 백분위수 이상이면 비만으로 진단합니다.
- 소아 비만은 단순히 외모나 체중의 문제가 아니며 소아에서도 지방간 질환과 당내성 장애 및 당뇨병, 고혈압, 이상 지질혈증 등 합병증이 발생할 수 있고, 자존감 결여나 또래 관계 문제 등을 초래할 수도 있습니다. 소아 비만이 조절 되지 않으면 상당수 성인 비만으로 이어지고 장기적으로 비만 합병증으로 발생하는 심혈관계 질환 등이 문제될 수 있습니다.
- **건강한 식습관을 가지려면**
  - **편식하지 않고 5대 식품군** 음식을 골고루 다양하게 섭취합니다.
  - 과식하지 않고 적절한 양을 먹고, 매일 규칙적으로 1시간 이상의 신체 활동을 하고 컴퓨터나 TV 보는 시간은 하루 1~2시간 이내로 제한합니다.
  - 식사는 제때에 규칙적으로 가족과 함께 합니다. 아침을 거르지 말고 밤늦게 식사하지 않도록 합니다.
  - 간식으로 신선한 과일과 우유를 섭취하고 목이 마를 때 단 맛나는 음료수 대신 물을 마시도록 합니다.



2. 안전사고 예방

- **탈 것(자전거 등) 안전**
  - 아이가 자전거, 퀵보드, 인라인 스케이트 등을 탈 때는 항상 헬멧과 보호장구(관절보호대)를 쓰게 하고, 차가 다니는 길에서는 자전거를 절대로 타지 못하게 합니다. 발 브레이크가 장착된 자전거부터 타는 것이 좋습니다.
- **보행자안전**
  - 아이가 찻길 근처에서 놀지 못하게 하고, 10세 전까지는 혼자 길을 건너게 하지 말아야 합니다.
- **익수 예방**
  - 아이에게 수영하는 법을 가르쳐줄 때입니다. 그러나 혼자 수영하지 못하게 합니다.
- **화상예방**
  - 화상 시 신속히 식혀주는 것이 가장 중요합니다. 즉시 흐르는 상온 수돗물로 데인 부위를 15분 이상 또는 통증이 사라질 때까지 식혀준 후 가까운 화상센터 또는 응급실로 방문합니다.
  - 뜨거운 냄비나 프라이팬 등 조리기구의 손잡이를 아이 손이 닿지 않는 방향으로 돌려놓아 아이 손이 닿지 않게 합니다.
  - 전열기구(다리미, 전기레인지, 히터, 그릴, 헤어드라이어 등)은 치워놓거나 아이가 다가가지 못 하도록 하고, 전기콘센트를 사용하고 난 뒤에는 즉시 안전 마개로 막아둡니다.
- **자동차안전**
  - 차를 탈 때는 가능하면 뒷좌석에 앉히고, 언제나 적절한 카시트나 보조의자를 바르게 사용해야 합니다.
- **개인안전**
  - 낯선 사람과 이야기 하거나 낯선 사람의 차에 타지 않도록 기회가 될 때마다 말해줍니다.



보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

54-60개월 보호자용 설명서

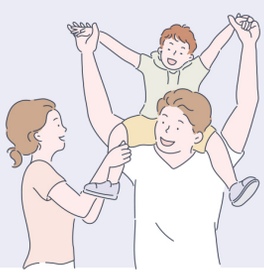
3. 스마트폰 및 영상 매체의 바람직한 사용

- 전자미디어는 만 60개월까지는 1시간 이내로 허용하도록 권장합니다(WHO, 세계보건기구). 전자미디어는 반드시 부모와 같이 있는 곳에서 보여주고, 사용 장소, 시간, 요일 등에 대한 구체적인 사용 규칙을 미리 만들고, 함께 지킬 수 있도록 해야 합니다. 규칙에 따라 전자미디어 사용이 잘 마무리가 되지 않거나, 규칙이 잘 지켜지고 있지 않다면 가정 내 전자미디어 사용 환경에 대한 점검이 필요합니다.
- 전자미디어 과의존에 해당하는 경우 아래의 링크를 통해 선별척도를 시행해 볼 수 있습니다.
  - 스마트쉼센터-스마트폰 과의존 척도(유아동 대상)
    https://www.iapc.or.kr/kor/PBBS/diaSurvey.do?idx=7)



4. 발달선별검사

- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)' 결과가** '심화평가 권고' 인 경우는 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다.
- **'추적검사 요망'은** 수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.



더 많은 정보를 보시려면 국가건강정보포털(https://health.cdc.go.kr),
국민건강보험공단(www.nhis.or.kr) 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

66-71개월 보호자용 설명서

1. 영양

- **소아 비만이란?**
  체질량지수가 표준성장도표에서 성별, 연령별 85 백분위수 이상을 과체중으로 진단하고, 95 백분위수 이상이면 비만으로 진단합니다.
- 소아 비만은 단순히 외모나 체중의 문제가 아니며 소아에서도 지방간 질환과 당내성 장애 및 당뇨병, 고혈압, 이상 지질혈증 등 합병증이 발생할 수 있고, 자존감 결여나 또래 관계 문제 등을 초래할 수도 있습니다. 소아 비만이 조절 되지 않으면 상당수 성인 비만으로 이어지고 장기적으로 비만 합병증으로 발생하는 심혈관계 질환 등이 문제될 수 있습니다.
- **건강한 식습관을 가지려면**
  - **편식하지 않고 5대 식품군** 음식을 골고루 다양하게 섭취합니다.
  - 과식하지 않고 적절한 양을 먹고, 매일 규칙적으로 1 시간 이상의 신체 활동을 하고 컴퓨터나 TV 보는 시간은 하루 1~2 시간 이내로 제한합니다.
  - 식사는 제때에 규칙적으로 가족과 함께 하고, 아침을 거르지 말고 야식을 하지 않도록 합니다.
  - 신선한 과일과 우유를 섭취하고 목이 마를 때 단 맛 나는 음료수 대신 물을 마시도록 합니다.

2. 안전사고 예방

- **자동차안전(카시트 교육자료 참조)**
  - 차를 탈 때는 언제나 적절한 카시트나 보조의자를 바르게 사용해야 합니다.
- **보행자안전**
  - 아이가 찻길 근처에서 놀지 못하게 하고, 10세 전까지는 혼자 길을 건너게 하지 말아야 합니다.
- **자전거안전**
  - 아이가 자전거, 퀵보드, 인라인 스케이트 등을 탈 때는 항상 헬멧과 보호장구(관절보호대)를 쓰게 하고, 차가 다니는 길에서는 자전거를 절대로 타지 못하게 합니다.
- **화상**
  - 화재를 대비하여 탈출할 대책을 세우고 함께 연습하며 아이를 교육하도록 합니다.
- **개인안전**
  - 모르는 사람과는 대화하지 말고, 절대로 같이 차에 타지 않도록 가르칩니다.
  - 어른/청소년이 더 취약한 어린 아이에게 도움을 청하는 것은 경우에 맞지 않으므로, 어른이 도움을 청하면 못한다고 거절하게 하고 다른 어른을 부르도록 가르칩니다.
  - 수영복을 입었을 때 가려지는 부분은 아이 몸의 소중한 부분이라고 가르칩니다.
  - 신체의 소중한 부분을 보거나 만지게 해달라고 하면 최대한 빨리 도망가고 즉시 부모나 다른 어른에게 도움을 청하라고 가르칩니다.
  - 부모에게 비밀로 하라고 얘기하거나 겁을 나게 하는 사람으로부터 최대한 빨리 도망가고 즉시 부모나 다른 어른에게 도움을 청하라고 가르칩니다.
  - 집에 혼자 있거나 혼자 돌아올 경우에 대비하여 집 주소, 전화번호, 부모가 없을 때 도움을 청할 사람 등을 알려줍니다. 아이가 모르는 사람이 집에 찾아오면 문을 열어주지 않도록 가르칩니다.
- **따돌림**
  - 다른 사람의 감정과 행동에 적절하게 반응하며 통제력을 키우게 하고, 아이 자신과 다른 사람을 존중하도록 가르칩니다. 아이와 부모의 소통이 원활해야 하므로 평소에 아이가 자신의 활동, 가는 곳, 친구에 대해서 편하게 말할 수 있도록 합니다.
- **양육**
  - 아이의 정서 및 행동 발달에 문제가 생기는 것이 부모의 압박감, 고독감, 좌절 등에 의한 경우가 많으므로 적절치 못한 경우가 반복된다면 아이 양육을 위한 정보와 부모를 지지해 줄 도움을 받는 것이 좋습니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

66-71개월 보호자용 설명서

3. 취학 전 준비

- **학습에 대한 태도**
  - 학교에서는 일정시간 이상 한자리에 앉아 있는 것이 가능해야 합니다. 아이의 이러한 끈기가 또래에 비해 지나치게 부족하다면 소아정신과 의사와의 상담을 고려해 볼 수 있습니다.
- **사회성 발달과 규칙준수**
  - 아이가 갈등상황을 슬기롭게 해결할 수 있는지, 양보할 줄 아는지 살펴봅니다.
  - 단체 생활을 위해서는 지시 따르기, 규칙 지키기, 참고 기다리기 등을 가르쳐 주셔야 합니다.
- **의사소통**
  - 또렷하고 조리 있게 말을 하는 것은 듣는 이가 의미를 정확히 이해할 수 있도록 아이가 3문장이상 말하는 경우를 의미합니다.
  - 도움을 요청하는 것을 부끄러워하지 않고 분명히 표현할 수 있도록 연습하는 것이 필요합니다.
- **인지발달**
  - 인지발달과 일반 지식의 습득은 환경에서의 경험을 통하여 이루어지는 부분이 많이 있습니다. 아동의 관심이 한쪽으로 치우쳐 있지는 않은지, 환경적인 경험이 부족하지는 않은지 살펴봅니다.
  - 대소변 가리기와 깨끗한 뒤처리를 이 시기까지 완수하지 못할 경우 가정 내에서 갈등이 높아지고 친구들로부터 소외당할 수 있어 정서적 어려움이 생길 수 있습니다. 취학 전에 대소변 가리기와 깨끗한 뒤처리를 가정 내에서 반복적으로 훈련시켜주는 것이 필요합니다.

4. 발달선별검사

- **'한국 영유아 발달선별검사(K-DST)' 결과가** '심화평가 권고' 인 경우는 발달이 늦은 걸 '의심'하는 단계이지, 귀하의 아이가 발달이 늦다는 진단이 아닙니다. 주치의와 상의하신 후 적절한 의료기관에서 보다 정확한 진단 평가를 받으실 것을 권유합니다.
- **'추적검사 요망'은** 수가 '또래 수준'과 '심화평가 권고' 경계에 있는 경우입니다. 이럴 때는 주치의와 상의하셔서 일정 기간 후에 K-DST와 진찰을 다시 한 번 시행하시는 것이 좋습니다.

5. 취학 전 청력 관리

- 학교에 입학하여 원만한 학교생활을 하기 위해서는 양측 귀의 청력이 정상인 상태가 필수적입니다. 영유아건강검진 청각부분에서 이상소견이 없더라도 초등학교 입학 전에 가까운 이비인후과에서 순음청력검사를 한 번 받아보도록 권합니다. 순음청력검사는 대부분의 이비인후과에서 시행할 수 있는 가장 기본적인 청력검사이므로 방문이 편리한 병원을 찾으실 수 있습니다.

더 많은 정보를 보시려면 국가건강정보포털(https://health.cdc.go.kr),
국민건강보험공단(www.nhis.or.kr) 홈페이지를 참고하시기 바랍니다.

보건복지부 질병관리청 h·well 국민건강보험 National Health Insurance Corporation

III

영유아 건강검진 문진표

영유아건강검진 문진표 14~35일용

보호자 성명		보호자 주민등록번호		보호자 연락처	
수검자와의 관계		수검자 성명		수검자 생년월일	남 □ 여 □
E-mail(메일)주소					

영유아건강검진은 영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인하는 것이 목적이며, 특정 질환의 발견을 위한 것이 아닙니다. 이 사실을 이해하셨습니까?
예 □ 아니요 □

신체진찰 중 생식기에 대한 진찰에 동의하십니까?
예 □ 아니요 □

1. 아이의 생년월일 : _____년 ___월 ___일
2. 출생 시 체중 : □.□□ kg (소수 첫째자리 까지, 단 미숙아는 둘째자리까지) 신장: □.□□ cm 머리둘레: □.□□ cm
3. 아이가 미숙아로 태어났습니까? ① 예 (분만 예정일은? _____년 ___월 ___일 혹은 재태연령 ____주 __일) ② 아니요
4. 아이가 다둥이로 태어났습니까? ① 예 (____명 중 ___째) ② 아니요
5. 지금까지 실시한 예방접종 횟수 (예방접종도우미 사이트 기록)

예방 접종 시행 횟수	비씨지	B형 간염

영양 교육

① 예 ② 아니요 ③ 해당 없음

1	완전 모유 수유를 합니까?	①	②	
2	밤중수유를 하면 유즙분비 호르몬이 증가하여 모유량이 증가합니다. 밤중수유를 하고 있습니까?	①	②	
3	모유는 아이가 원할 때마다 수유를 해야 합니다. 아이가 배고픔을 표현하는 신호들(얼굴표정이나 몸짓)을 상세히 아십니까?	①	②	
4	유선염, 유방울혈 등 유방에 문제가 생겼을 때 더 열심히 모유 수유를 해야 문제해결이 되는 것을 알고 있습니까?	①	②	③
5	완전 모유 수유 시에는 아이에게 비타민 D가 부족해질 수 있습니다. 비타민 D를 먹이고 있습니까?	①	②	③
6	수유 전에 유두 부위를 소독하지 않아도 된다는 것을 알고 있습니까?	①	②	③
7	이 시기에는 노리개 젖꼭지를 사용하지 않는 것을 권하고 있습니다. 이를 알고 있습니까?	①	②	
8	황달 때문에 모유 수유를 중단한 적이 있습니까?	①	②	
9	모유 수유 중인 엄마가 영양제, 한약제, 건강보조식품 등을 과하게 섭취하면 아이에게 영향을 미칠 수 있다는 것을 알고 있습니까?	①	②	③

안전사고 예방 교육

① 예 ② 아니요

1	자동차 이동 시 연령과 체중에 맞는 카시트를 반드시 사용하겠습니까?	①	②
2	아이를 안고 있는 상태에서 전화를 받거나, 커피를 마시거나, 가방을 들거나, 물건을 옮기거나, 떨어진 물건을 줍는 행동을 할 때는 반드시 아이를 난간이 있는 아이침대 등에 내려놓은 후 행동해야 한다는 사실을 알고 있습니까?	①	②
3	아이를 안아 달랠 때, 심하게 흔들면 좋지 않다는 것을 알고 있습니까?	①	②
4	아이를 전기장판이나 온수매트 위에서 재운 적이 있습니까?	①	②

시각 관련

① 예 ② 아니요

1	안구에 이상 소견이 보입니까?	①	②
2	가족 중에 눈과 관련된 유전질환(망막모세포종, 선천백내장, 선천녹내장 등)을 가진 사람이 있습니까?	①	②

청각 관련

① 예 ② 아니요 ③ 해당 없음

1	큰 소리가 났을 때 아이가 잠에서 깨거나, 놀라거나, 표정 변화 등의 반응이 있습니까?	①	②	
2	신생아 청각선별검사(청력검사)를 받았습니까?(미숙아인 경우 출생 예정일을 기준으로 1개월 이내)	①	②	
3	신생아 청각선별검사에서 한쪽 또는 양쪽 귀에서 '재검(refer)' 판정을 받았습니까?	①	②	③

수면 교육

① 예 ② 아니요

1	아이를 엎드려 재우거나 옆으로 눕혀서 재웁니까?	①	②
2	아이가 부모와 같은 잠자리(침대, 요)에서 함께 잡니까?	①	②
3	아이가 잘 때 이불은 가슴아래만 덮어주고 속싸개는 사용하지 않습니까?	①	②
4	아이 잠자리 주변에 인형이나 쿠션을 두거나, 범퍼침대나 푹신한 요, 카시트나 역류방지쿠션에서 아이를 재웁니까?	①	②
5	신생아는 밤낮 구분 없이 자고 깹니다. 아이의 수면리듬에 맞추어 수유하는 것이 모유 수유를 촉진한다는 것을 알고 있습니까?	①	②
6	모유 수유가 영유아돌연사 증후군을 예방한다는 것을 알고 있습니까?	①	②
7	아이를 재우기 전에 목욕, 마사지, 자장가, 책읽기 등의 규칙적인 행동을 합니까?	①	②
8	함께 거주하는 가족이나 아이가 자주 접촉하는 사람 중에 흡연자가 있습니까?	①	②

신생아기 관련

① 예 ② 아니요 ③ 모름

1	신생아 선천성 대사이상 검사를 받았습니까?	①	②	③
2	신생아 선천성 대사이상 검사에서 결과가 정상(음성 또는 이상 없음) 판정을 받았습니까?	①	②	③
3	출생 후 아이가 산후조리원에서 지낸 적이 있습니까?	①	②	
4	모자 동실(엄마와 아이가 같은 방에서 지내는 방식)을 얼마나 하였습니까? ① 4시간 이내 ② 낮 동안만 ③ 하루 종일 ④ 안 함			
5	아이의 최근 대변 색깔과 비슷한 색깔은 어느 것인가요? ① 초록색, 짙은 초록색 ② 짙은 노란색, 황금색, 갈색 ③ 레몬색, 콩비지색, 회색, 흰색 ④ 해당 없음			

엉덩이 관절 관련

① 예 ② 아니요 ③ 모름

1	임신말기까지 '둔위(태아의 다리가 아래를 향하는 자세)'가 지속되었습니까?	①	②	③
2	'양수과소증(양수가 조금밖에 없는 상태)'이 있었습니까?	①	②	③
3	가족(부모나 형제) 중 발달성 고관절 이형성증(영아기에 엉덩이 관절에 문제가 있는 증상) 환자가 있습니까?	①	②	③

개인위생 관련

① 예 ② 아니요

1	아이의 입술에 직접 뽀뽀를 할 때가 있습니까?	①	②
2	아이의 기저귀를 갈고 난 후, 항상 손을 씻습니까?	①	②

※ 정해진 검진 횟수를 초과하여 검진을 받으시면 해당 검진 비용은 부당이득금으로 환수됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

영유아건강검진 문진표 4~6개월용

수검자 성명		주민등록번호		보호자 연락처	
보호자 성명		수검자와의 관계		E-mail(메일)주소	

영유아건강검진은 영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인하는 것이 목적이며, 특정 질환의 발견을 위한 것이 아닙니다. 이 사실을 이해하셨습니까?
예 □ 아니요 □

신체진찰 중 생식기에 대한 진찰에 동의하십니까?
예 □ 아니요 □

1. 아이의 생년월일 : _____년 ___월 ___일 2. 출생 시 체중 : □.□□ kg (소수 첫째자리 까지, 단 미숙아는 둘째자리까지)
3. 아이가 미숙아로 태어났습니까? ① 예 (분만 예정일은? _____년 ___월 ___일 혹은 재태연령 ____주 __일) ② 아니요
4. 지금까지 실시한 예방접종 횟수 (예방접종도우미 사이트 기록)

예방 접종 시행 횟수	비씨지	B형 간염	디피티	소아마비(폴리오)	폐구균	B형 헤모필루스균

영양 교육

① 예 ② 아니요 ③ 해당 없음

1	완전 모유 수유 중이면 이유식 시기에 아이에게 철분이 부족할 수 있습니다. 아이에게 철분제나 철분이 풍부한 이유기 보충식(이유식) 을 주고 있습니까?	①	②	③
2	모유 수유는 이유기 보충식(이유식)이나 아이 식사를 병행하며 생후 24개월 이후까지도 지속할 수 있다는 것을 알고 있습니까?	①	②	③
3	유축한 모유는 상온에서 최대 4시간까지만 보관 가능한 것을 알고 있습니까?	①	②	③
4	모유 수유 중인 엄마가 진통해열제, 감기약, 항생제 등을 복용한다 해도, 특별한 경우가 아니면 모유 수유를 중단하지 않아도 된다는 것을 알고 있습니까?	①	②	③
5	완전 모유 수유를 언제까지 하셨습니까?(분유를 안 쓰는 모유 수유를 말합니다.) ① 1개월 미만 ② 2개월 ③ 3개월 ④ 4개월			

수면 교육

① 예 ② 아니요

1	아이를 바로 눕혀 재웁니까?	①	②
2	아이의 납작머리를 예방하고 발달을 촉진하기 위하여 깨어 있을 때는 엎드려 놀게 합니까?	①	②
3	아이가 부모와 같은 잠자리(침대, 요 등)에서 함께 잡니까?	①	②
4	아이에게 젖이나 분유병을 물린 채 안거나 흔들어 아이가 깊이 잠든 후에 잠자리에 눕힙니까?	①	②
5	아이를 재우기 전에 목욕, 마사지, 자장가, 책 읽기 등의 규칙적인 행동을 합니까?	①	②
6	아이가 자다가 깨면 젖이나 분유병을 물려 재웁니까?	①	②

전자미디어 노출 교육

① 예 ② 아니요

1	※ 전문가들은 만2세 이전에는 전자미디어(예: 스마트폰, TV, 태블릿PC 등)의 노출을 제한하는 것을 권고하고 있습니다. 아이에게 전자미디어를 보여줍니까?	①	②
2	아이와 함께 있을 때 부모가 전자미디어를 사용합니까?	①	②
3	아이에게 전자미디어를 보여줄 때, 보호자가 같이 봅니까?	①	②
4	아이의 하루 평균 전자미디어 노출시간은 얼마나 됩니까? ① 전혀 없음 ② 1시간 이내 ③ 2시간 이내 ④ 2시간 이상		

엉덩이 관절 관련

① 예 ② 아니요

1	발달성고관절이형성증과 관련하여 아이가 고관절 초음파 검사를 받은 적이 있습니까?	①	②
2	아이가 발달성고관절이형성증으로 진단받은 적이 있습니까?	①	②

안전사고 예방 교육

① 예 ② 아니요

1	자동차 이동 시 연령과 체중에 맞는 카시트를 반드시 사용합니까?	①	②
2	어른 침대나 소파 위에 아이를 잠시라도 혼자 남겨둔 적이 있습니까?	①	②
3	아이가 보행기를 사용하다가 심하게 다칠 수 있다는 사실을 알고 있습니까?	①	②
4	아이를 안아 달랠 때, 심하게 흔들면 좋지 않다는 것을 알고 있습니까?	①	②
5	목욕통, 욕조나 화장실 안에 아이를 잠시라도 혼자 둔 적이 있습니까?	①	②
6	아이를 안은 채 뜨거운 음료를 마신 적이 있습니까?	①	②
7	아이를 전기장판이나 온수매트 위에서 재운 적이 있습니까?	①	②

시각 관련

① 예 ② 아니요

1	아이가 눈을 잘 맞춥니까?	①	②
2	아이의 눈동자의 위치가 이상합니까?(안쪽으로 몰리거나 초점 없이 밖으로 향합니까?)	①	②
3	아이의 검은 눈동자(동공)가 혼탁합니까?	①	②

청각 관련

① 예 ② 아니요 ③ 해당 없음

1	아이가 다양한 소리("아", "우", "이")를 내거나, 웃을 때 소리를 낼 수 있습니까?	①	②	
2	출생 후 신생아 집중치료실(중환자실)에 아이가 5일 이상 입원한 적이 있습니까?	①	②	
3	출생 후 1개월 이내 아이가 청각선별검사(청력검사)를 받았습니까? (미숙아인 경우 출생 예정일을 기준으로 1개월 이내)	①	②	
4	신생아 청각선별검사에서 한쪽 또는 양쪽 귀에서 '재검(refer)' 판정을 받았습니까?	①	②	③
5	아이의 한쪽 귀나 양쪽 귀가 '난청'으로 진단받은 적이 있습니까?	①	②	

개인위생 관련

① 예 ② 아니요

1	아이의 눈, 코, 입을 닦기 전과 후, 항상 손을 씻습니까?	①	②

※ 정해진 검진 횟수를 초과하여 검진을 받으시면 해당 검진 비용은 부당이득금으로 환수됩니다.

210mmx279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

영유아건강검진 문진표 9~12개월용

수검자 성명		주민등록번호		보호자 연락처	
보호자 성명		수검자와의 관계		E-mail(메일)주소	

영유아건강검진은 영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인하는 것이 목적이며, 특정 질환의 발견을 위한 것이 아닙니다. 이 사실을 이해하셨습니까?
예 □ 아니요 □

신체진찰 중 생식기에 대한 진찰에 동의하십니까?
예 □ 아니요 □

1. 아이의 생년월일 : _____년 ___월 ___일 2. 출생 시 체중 : □.□□ kg (소수 첫째자리 까지, 단 미숙아는 둘째자리까지)
3. 아이가 미숙아로 태어났습니까? ① 예 (분만 예정일은? _____년 ___월 ___일 혹은 재태연령 ____주 __일) ② 아니요
4. 지금까지 실시한 예방접종 횟수 (예방접종도우미 사이트 기록)

예방 접종 시행 횟수	비씨지	B형 간염	디피티	소아마비(폴리오)	폐구균	B형 헤모필루스균

5. 발달 문제로 진단을 받거나 치료 중인 질환이 있습니까? ① 예 ② 아니요 (있다면 구체적인 진단명은? _____)

영양 교육

		① 예	② 아니요
1	이유기 보충식(이유식)을 하루 3번 먹입니까?	①	②
2	이유기 보충식(이유식)에 곡류, 채소, 과일, 달걀, 생선, 고기가 들어갑니까?	①	②
3	현재 모유 수유를 지속하고 있습니까?	①	②
4	아이의 알레르기나 천식을 걱정해서 특별히 피하거나 제한하는 음식이 있습니까?	①	②
5	9개월부터 아이가 컵을 사용하여 스스로 먹어야 한다는 것을 알고 있습니까?	①	②
6	완전 모유 수유를 언제까지 하셨습니까? (분유나 이유식 없이 모유만 먹인 기간을 말합니다.) 해당하지 않는 경우 "0"으로 답해 주시기 바랍니다. ( )개월		

정서 및 사회성 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 엄마와 함께 새로운 놀이나 장난감을 가지고 노는 것을 좋아합니까?	①	②
2	아이가 다른 아이들 놀이에 관심을 보입니까?	①	②
3	아이가 낯선 사람을 두려워하지만, 엄마가 있으면 가까이 갑니까?	①	②
4	엄마가 없으면 아이가 불안해하지만, 엄마가 돌아오면 편안해집니까?	①	②
5	아이가 까꿍놀이를 하면서 잘 웃습니까?	①	②
6	아이가 화가 났을 때 달랠 수 있습니까?	①	②

구강 교육

		① 예	② 아니요	③ 해당 없음
1	밤 중 수유(모유나 분유병 모두 포함)를 하고 있습니까?	①	②	
2	아이가 분유병을 떼고 컵으로 마시는 연습을 하고 있습니까?	①	②	③
3	충치가 의심되거나 치아 색깔 또는 모양이 이상해 보이는 치아가 있습니까?	①	②	③
4	현재 아이의 잇몸 밖으로 난 치아는 몇 개입니까? 치아 ( )개			
5	아이의 치아를 적어도 하루 두 번 이상 닦아 줍니까?	①	②	③

안전사고 예방 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 땅콩, 옥수수 알갱이, 포도, 단추, 작은 장난감 등 입에 들어가는 작은 물건을 가지고 놀다가 질식할 수 있는 위험이 있다는 사실을 알고 있습니까?	①	②
2	아이가 자석이나 버튼 배터리(단추형 전지) 등을 삼키면 장에 천공이 생기는 등 위험한 합병증이 발생할 수 있다는 사실을 알고 있습니까?	①	②
3	감전 위험이 있는 전기 제품, 전기 코드, 전기 콘센트 등에 아이 손이 닿지 않도록 해 놓습니까?	①	②
4	계단, 창문, 베란다 근처에 안전장치가 있습니까?	①	②
5	아이의 침대를 창문이나 커튼에서 떨어진 곳에 두었습니까?	①	②
6	가스레인지 위의 냄비, 솥, 프라이팬 손잡이를 아이 손이 닿지 않는 방향으로 돌려놓습니까?	①	②
7	목욕통, 욕조나 화장실 안에 아이를 잠시라도 혼자 둔 적이 있습니까?	①	②
8	자동차 이동 시 연령과 체중에 맞는 카시트를 반드시 사용합니까?	①	②

청각 관련

		① 예	② 아니요
1	출생 후 신생아 집중치료실(중환자실)에 아이가 5일 이상 입원한 적이 있습니까?	①	②
2	가족(부모나 친척) 중에 어려서부터 청력저하(난청)를 가진 사람이 있습니까?	①	②
3	아이의 한쪽 귀나 양쪽 귀가 '난청'으로 진단받은 적이 있습니까?	①	②

시각 관련

		① 예	② 아니요
1	아이가 눈을 잘 맞춥니까?	①	②
2	아이의 눈동자의 위치가 이상합니까? (안쪽으로 몰리거나 초점 없이 밖으로 향합니까?)	①	②
3	아이의 두 눈동자(동공)에 차이(크기, 색상, 불빛반사)가 있습니까?	①	②

개인위생 관련

		① 예	② 아니요
1	12개월 이전에는 꿀을 먹이면 안 된다는 것을 알고 있습니까?	①	②
2	외출하고 돌아와서 항상 물과 비누를 이용하여 아이의 손을 씻겨줍니까?	①	②

※ 정해진 검진 횟수를 초과하여 검진을 받으시면 해당 검진 비용은 부당이득금으로 환수됩니다.

210mmx279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

영유아건강검진 문진표 18~24개월용

수검자 성명		주민등록번호		보호자 연락처	
보호자 성명		수검자와의 관계		E-mail(메일)주소	

영유아건강검진은 영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인하는 것이 목적이며, 특정 질환의 발견을 위한 것이 아닙니다. 이 사실을 이해하셨습니까?

예 □ 아니요 □

1. 아이의 생년월일 : _____년 ___월 ___일 2. 출생 시 체중 : □.□□ kg (소수 첫째자리 까지, 단 미숙아는 둘째자리까지)
3. 아이가 미숙아로 태어났습니까? ① 예 (분만 예정일은? _____년 ___월 ___일 혹은 재태연령 ____주 __일) ② 아니요
4. 지금까지 실시한 예방접종 횟수 (예방접종도우미 사이트 기록)

예방 접종 시행 횟수	비씨지	B형 간염	디피티	소아마비(폴리오)	폐구균	B형 헤모필루스균	홍역·볼거리·풍진	수두	일본뇌염

5. 발달 문제로 진단을 받거나 치료 중인 질환이 있습니까? ① 예 ② 아니요 (있다면 구체적인 진단명은? _____)

영양 교육

① 예 ② 아니요

1	아이의 식습관에 문제가 있다고 생각합니까?	①	②
2	아이가 먹는 음식에 간을 합니까?	①	②
3	아이가 당분이 첨가된 음료수나 과일주스를 마십니까?	①	②
4	통곡물 섭취가 건강에 도움이 되는 것을 알고 있습니까?	①	②
5	아이에게 식사 외에 비타민, 무기질 등의 건강 기능 식품을 주고 있습니까?	①	②

대소변가리기 교육

① 예 ② 아니요

1	이전에 비해 아이의 소변보는 간격이 늘어나고 있습니까?(두 시간 정도)	①	②
2	아이가 혼자서 바지를 내릴 수 있습니까?	①	②
3	아이가 대소변을 의미하는 말(응가, 쉬 등)을 알아듣거나 표현할 수 있습니까?	①	②
4	아이가 유아용 변기에 관심을 보입니까?	①	②
5	대소변 가리기를 시도해 보신 적이 있습니까?	①	②

개인위생 교육

① 예 ② 아니요

1	아이가 외출하고 돌아와서 물과 비누를 이용하여 손을 씻습니까?	①	②
2	아이가 눈, 코, 입을 손으로 자주 만집니까?	①	②
3	외출 할 때 물과 비누로 아이의 손을 씻겨줄 수 없는 경우에 대비해 알코올 성분이 있는 손세정제를 휴대합니까?	①	②

시각 관련

① 예 ② 아니요

1	아이가 눈을 잘 맞추지 못하거나 눈동자가 흔들리는(떨리는) 증상이 있습니까?	①	②
2	아이가 정면에 있는 사물을 볼 때 늘 얼굴을 돌려 옆으로 쳐다보거나 고개를 기울이고 보는 편입니까?	①	②
3	책/TV/물건 등을 볼 때 너무 가까이 다가가서 보거나 찡그리고 봅니까?	①	②
4	아이의 눈이 가끔 가운데로 몰리거나 밖으로 향합니까?	①	②

전자 미디어 노출 교육

① 예 ② 아니요

1	아이와 함께 있을 때 부모가 전자미디어(예: 스마트폰, TV, 태블릿PC 등)를 사용합니까?	①	②
2	아이가 전자미디어로 무엇을 보는지 알고 있습니까?	①	②
3	다음은 전자미디어 사용에 대한 규칙입니다. 아이가 전자미디어를 사용하는 장소에 대한 규칙이 있습니까?	①	②
4	아이가 전자미디어를 사용하는 요일에 대한 규칙이 있습니까?	①	②
5	아이가 전자미디어를 사용하는 시간에 대한 규칙이 있습니까?	①	②
6	아이의 하루 평균 전자미디어 노출시간은 얼마나 됩니까? ① 전혀 없음 ② 1시간이 내 ③ 2시간 이내 ④ 2시간 이상		

안전사고 예방 교육

① 예 ② 아니요

1	약이나 화학제품(표백제. 세제 등), 날카로운 물건을 아이 손이 닿지 않도록 보관합니까?	①	②
2	아이의 침대를 창문이나 커튼에서 떨어진 곳에 두었습니까?	①	②
3	계단, 창문, 베란다 근처에 아이를 위한 안전장치가 있습니까?	①	②
4	가스레인지 위의 주방기구(냄비, 프라이팬 등) 손잡이를 아이 손이 닿지 않는 방향으로 돌려놓습니까?	①	②
5	감전 위험이 있는 전기 제품, 전기 코드, 전기 콘센트 등에 아이 손이 닿지 않도록 해 놓습니까?	①	②
6	목욕탕이나 욕조 안에 잠시라도 아이를 혼자 둔 적이 있습니까?	①	②
7	자동차 이동 시 연령과 체중에 맞는 카시트를 반드시 사용합니까?	①	②
8	차 안에 아이를 혼자 둔 적이 있습니까?	①	②

청각 관련

① 예 ② 아니요

1	출생 후 신생아 집중치료실(중환자실)에 아이가 5일 이상 입원한 적이 있습니까?	①	②
2	가족(부모나 친척) 중 어려서부터 청력저하(난청)를 가진 사람이 있습니까?	①	②
3	아이가 급성중이염(이통, 발열 등)을 여러 번 앓은 적이 있습니까? (6개월간 4회 이상, 1년간 6회 이상)	①	②
4	아이의 한쪽 귀나 양쪽 귀가 '난청'으로 진단받은 적이 있습니까?	①	②
5	아이의 한쪽 또는 양쪽 귀에 보청기 또는 인공와우를 착용하고 있습니까?	①	②

※ 정해진 검진 횟수를 초과하여 검진을 받으시면 해당 검진 비용은 부당이득금으로 환수됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

영유아건강검진 문진표 30~36개월용

수검자 성명		주민등록번호		보호자 연락처	
보호자 성명		수검자와의 관계		E-mail(메일)주소	

영유아건강검진은 영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인하는 것이 목적이며, 특정 질환의 발견을 위한 것이 아닙니다. 이 사실을 이해하셨습니까?

예 □ 아니요 □

1. 아이의 생년월일 : _____년 ___월 ___일 2. 출생 시 체중 : □.□□ kg (소수 첫째자리 까지, 단 미숙아는 둘째자리까지)
3. 아이가 미숙아로 태어났습니까? ① 예 (분만 예정일은? _____년 ___월 ___일 혹은 재태연령 ____주 __일) ② 아니요
4. 지금까지 실시한 예방접종 횟수 (예방접종도우미 사이트 기록)

예방 접종 시행 횟수	비씨지	B형 간염	디피티	소아마비(폴리오)	폐구균	B형 헤모필루스균	홍역·볼거리·풍진	수두	일본뇌염

5. 발달 문제로 진단을 받거나 치료 중인 질환이 있습니까? ① 예 ② 아니요 (있다면 구체적인 진단명은? _____)

영양 교육

		① 예	② 아니요
1	아이의 식습관에 문제가 있다고 생각합니까?	①	②
2	아이가 하루에 세 번 식사를 합니까?	①	②
3	통곡물 섭취가 건강에 도움이 되는 것을 알고 있습니까?	①	②
4	아이가 매일 가족과 함께 식사를 합니까?	①	②
5	아이가 단 음식을 많이 먹습니까?	①	②
6	모유를 조금이라도 먹인 기간이 생후 몇 개월까지입니까? 모유 수유를 하지 않으신 경우 "0"으로 답해 주시기 바랍니다. ( )개월		

대소변가리기 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 대소변을 가립니까?	①	②
2	아이가 유아용 변기를 잘 사용합니까?	①	②
3	아이가 대변을 볼 때, 규칙적이며 힘들어하지 않습니까?	①	②
4	아이가 대소변 실수를 두려워합니까?	①	②

정서 및 사회성 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 주변(사람, 장난감, 음식 등)에 관심을 보입니까?	①	②
2	아이가 다른 아이들 곁에서 놉니까?	①	②
3	아이가 어른이나 다른 아이들의 행동을 따라합니까?	①	②
4	아이가 엄마와 잠시 동안 떨어져 있을 수 있습니까?	①	②
5	아이가 말이나 몸짓으로 자신의 감정을 표현합니까?	①	②
6	화가 나더라도 아이 스스로 진정할 수 있습니까?	①	②

개인위생 관련

		① 예	② 아니요
1	아이가 대·소변을 본 후 항상 물과 비누를 이용하여 손을 씻습니까?	①	②

취학 전 준비 교육(누리과정)

		① 예	② 아니요
1	아이가 달리기와 점프 둘 다 할 수 있습니까?	①	②
2	아이가 규칙적으로 식사하고 잠을 잡니까?	①	②
3	아이가 다른 사람이 들려주는 짧고 재미있는 이야기를 알아듣고 이해할 수 있습니까?	①	②
4	아이가 듣는 사람을 바라보며 말할 수 있습니까?	①	②
5	아이가 친구들의 놀이에 관심을 보입니까?	①	②
6	(간단한 규칙 준수) 아이가 자기 차례를 기다릴 수 있습니까?	①	②
7	아이가 손가락으로(사물을 가리키거나 손가락을 꼽으며) 셋까지 셀 수 있습니까?	①	②
8	아이가 언제부터 어린이집이나 유치원에 다니기 시작했습니까? (유치원이나 어린이집에 다니는 아동의 경우에만 응답) ① ( )개월 ② 해당 없음		

청각 관련

		① 예	② 아니요
1	출생 후 신생아 집중치료실(중환자실)에 아이가 5일 이상 입원한 적이 있습니까?	①	②
2	가족(부모나 친척) 중 어려서부터 청력저하(난청)를 가진 사람이 있습니까?	①	②
3	아이가 급성중이염(이통, 발열 등)을 여러 번 앓은 적이 있습니까? (6개월간 4회 이상, 1년간 6회 이상)	①	②
4	아이의 한쪽 귀나 양쪽 귀가 '난청'으로 진단받은 적이 있습니까?	①	②
5	아이의 한쪽 또는 양쪽 귀에 보청기 또는 인공와우를 착용하고 있습니까?	①	②

시각 관련

		① 예	② 아니요
1	아이가 정면에 있는 사물을 볼 때 늘 얼굴을 돌려 옆으로 쳐다보거나 고개를 기울이고 보는 편입니까?	①	②
2	책, TV, 물건 등을 볼 때 너무 가까이 다가가서 보거나 찡그리고 봅니까?	①	②
3	아이의 한쪽 눈을 가리고 보게 했을 때 두 눈의 시력이 서로 다르다고 느껴집니까?	①	②

※ 정해진 검진 횟수를 초과하여 검진을 받으시면 해당 검진 비용은 부당이득금으로 환수됩니다.

2210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

영유아건강검진 문진표 42~48개월용

수검자 성명		주민등록번호		보호자 연락처	
보호자 성명		수검자와의 관계		E-mail(메일)주소	

영유아건강검진은 영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인하는 것이 목적이며, 특정 질환의 발견을 위한 것이 아닙니다. 이 사실을 이해하셨습니까?

예 □ 아니요 □

1. 아이의 생년월일 : _____년 ___월 ___일 2. 출생 시 체중 : □.□□ kg (소수 첫째자리 까지, 단 미숙아는 둘째자리까지)
3. 아이가 미숙아로 태어났습니까? ① 예 (분만 예정일은? _____년 ___월 ___일 혹은 재태연령 ____주 __일) ② 아니요
4. 지금까지 실시한 예방접종 횟수 (예방접종도우미 사이트 기록)

예방 접종 시행 횟수	비씨지	B형 간염	디피티	소아마비 (폴리오)	폐구균	B형 헤모필루스균	홍역·볼거리·풍진	수두	일본뇌염

5. 발달 문제로 진단을 받거나 치료 중인 질환이 있습니까? ① 예 ② 아니요 (있다면 구체적인 진단명은? _____)

안전사고 예방 교육

① 예 ② 아니요

1	계단, 창문, 베란다에 안전문이나 걸쇠 등 아이를 위한 안전장치를 해놓았습니까?	①	②
2	어린이 풀이나 욕조 안에 아이를 혼자 둔 적이 있습니까?	①	②
3	양초, 라이터, 전기기구와 전깃줄을 아이 손에 닿지 않는 곳에 보관합니까?	①	②
4	아이가 자전거, 인라인 스케이트, 씽씽카 등을 탈 때 항상 헬멧과 보호대를 사용합니까?	①	②
5	차가 다니는 길에서 아이가 놀 때가 있습니까?	①	②
6	자동차 이동 시 연령과 체중에 맞는 카시트나 보조의자를 반드시 사용합니까?	①	②

청각 관련

① 예 ② 아니요 ③ 해당 없음

1	출생 후 신생아 집중치료실(중환자실)에 아이가 5일 이상 입원한 적이 있습니까?	①	②	
2	가족(부모나 친척) 중 어려서부터 청력저하(난청)를 가진 사람이 있습니까?	①	②	
3	아이의 한쪽 귀나 양쪽 귀가 '난청'으로 진단받은 적이 있습니까?	①	②	
4	아이가 급성중이염(이통, 발열 등)을 여러 번 앓은 적이 있습니까? (6개월간 4회 이상, 1년간 6회 이상)	①	②	
5	귓속말검사를 시행하였습니까?	①	②	
6	귓속말검사에서 아이가 모든 그림을 정확히 가리켜 맞혔습니까?	①	②	③

영양 교육

① 예 ② 아니요

1	아이가 하루에 세 번 식사를 합니까?	①	②
2	아이가 생우유를 하루에 두 잔(500mL) 정도 마십니까?	①	②
3	통곡물 섭취가 아이 건강에 도움이 되는 것을 알고 있습니까?	①	②
4	아이가 당분이 첨가된 음료수(탄산음료, 스포츠음료, 어린이용 음료 등)나 과일주스를 피하고 있습니까?	①	②
5	아이가 먹는 음식은 싱겁게 조리하는 편입니까?	①	②

수면 관련

① 예 ② 아니요

1	아이가 저녁 몇 시쯤 잠이 듭니까? ① 9시 전 ② 9-10시전 ③ 10-11시전 ④ 11-12시전 ⑤ 12시 이후		
2	아이가 코를 고는 날이 일주일에 3일 이상 있습니까?	①	②
3	아이가 하루 평균 몇 시간 잠을 잡니까? ① 낮잠: ( )시간 ( )분 ② 밤잠: ( )시간 ( )분		
4	아이의 수면에 문제가 있습니까?	①	②

시각 관련

① 예 ② 아니요

1	아이가 정면에 있는 사물을 볼 때 늘 얼굴을 돌려 옆으로 쳐다보거나 고개를 기울이고 보는 편입니까?	①	②
2	책, TV, 물건 등을 볼 때 너무 가까이 다가가서 보거나 찡그리고 봅니까?	①	②
3	아이의 눈이 가끔 가운데로 몰리거나 밖으로 향합니까?	①	②

※ 정해진 검진 횟수를 초과하여 검진을 받으시면 해당 검진 비용은 부당이득금으로 환수됩니다.

210mmx279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]



영유아건강검진 문진표 54~60개월용

수검자 성명		주민등록번호		보호자 연락처	
보호자 성명		수검자와의 관계		E-mail(메일)주소	

영유아건강검진은 영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인하는 것이 목적이며, 특정 질환의 발견을 위한 것이 아닙니다. 이 사실을 이해하셨습니까?

예 □ 아니요 □

1. 아이의 생년월일 : _____년 ___월 ___일 2. 출생 시 체중 : □.□□ kg (소수 첫째자리 까지, 단 미숙아는 둘째자리까지)
3. 아이가 미숙아로 태어났습니까? ① 예 (분만 예정일은? _____년 ___월 ___일 혹은 재태연령 ____주 __일) ② 아니요
4. 지금까지 실시한 예방접종 횟수 (예방접종도우미 사이트 기록)

예방 접종 시행 횟수	비씨지	B형 간염	디피티	소아마비(폴리오)	폐구균	B형 헤모필루스균	홍역·볼거리·풍진	수두	일본뇌염

5. 발달 문제로 진단을 받거나 치료 중인 질환이 있습니까? ① 예 ② 아니요 (있다면 구체적인 진단명은? _____)

안전사고 예방 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 자전거나 인라인 스케이트를 탈 때 항상 헬멧, 보호대를 사용합니까?	①	②
2	차가 다니는 길에서 아이가 놀 때가 있습니까?	①	②
3	자동차 이동 시 연령에 맞는 카시트나 보조 의자를 반드시 사용합니까?	①	②
4	아이가 물놀이 할 때 지켜야 할 규칙을 알고 있습니까?	①	②
5	양초, 라이터, 전기기구와 전깃줄을 아이 손에 닿지 않는 곳에 보관합니까?	①	②
6	의약품이나 화학제품(표백제, 세정제, 광택제 등) 혹은 날카로운 물건 등을 아이의 손이 닿지 않는, 잠기는 곳에 보관합니까?	①	②

영양 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 건강한 식습관을 가지고 있습니까?	①	②
2	아이가 물 대신 음료수, 과일주스를 선호하여 자주 마십니까?	①	②
3	아이가 매일 유제품(우유, 플레인 요거트, 치즈 등)을 먹습니까?	①	②
4	아이가 일반우유 대신 저지방우유를 마시고 있습니까?	①	②
5	아이가 매일 다양한 잡곡, 채소, 과일을 섭취하고 있습니까?	①	②
6	아이가 달고 짜고 기름진 인스턴트식품이나 패스트푸드를 자주 먹습니까?(예를 들어 과자, 아이스크림, 햄버거, 치킨, 피자 등)	①	②
7	아이가 TV, 동영상, 스마트폰, 게임 등을 하는 시간이 하루 2시간 이상입니까?	①	②
8	아이가 하루 1시간 이상 숨차고 땀이 날 정도로 뛰어놀거나 운동을 합니까?	①	②

시각 관련

		① 예	② 아니요
1	아이의 눈이 가끔 멍하거나 초점이 이상할 때가 있습니까?	①	②

전자미디어 노출 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 전자미디어(예: 스마트폰, TV, 태블릿PC 등)로 무엇을 보는지 알고 있습니까?	①	②
2	전자미디어 사용에 대한 규칙이 있습니까?	①	②
3	아이가 전자미디어 사용규칙을 지킵니까?	①	②
4	아이의 하루 평균 전자미디어 노출시간은 얼마나 됩니까? ① 전혀 없음 ② 1시간 이내 ③ 2시간 이내 ④ 2시간 이상		

청각 관련

		① 예	② 아니요
1	출생 후 신생아 집중치료실(중환자실)에 아이가 5일 이상 입원한 적이 있습니까?	①	②
2	가족(부모나 친척) 중 어려서부터 청력저하(난청)를 가진 사람이 있습니까?	①	②
3	아이의 듣기와 말하기에서 걱정되는 문제가 있습니까?	①	②
4	원활한 초등학교 생활을 위해 아이가 청력검사(순음청력검사)를 받았습니까?	①	②
5	아이의 한쪽 귀나 양쪽 귀가 '난청'으로 진단받은 적이 있습니까?	①	②
6	아이의 한쪽 또는 양쪽 귀에 보청기 또는 인공와우를 착용하고 있습니까?	①	②

※ 정해진 검진 횟수를 초과하여 검진을 받으시면 해당 검진 비용은 부당이득금으로 환수됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

영유아건강검진 문진표 66~71개월용

수검자 성명		주민등록번호		보호자 연락처	
보호자 성명		수검자와의 관계		E-mail(메일)주소	

영유아건강검진은 영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인하는 것이 목적이며, 특정 질환의 발견을 위한 것이 아닙니다. 이 사실을 이해하셨습니까?

예 □ 아니요 □

1. 아이의 생년월일 : _____년 ___월 ___일 2. 출생 시 체중 : □.□□ kg (소수 첫째자리 까지, 단 미숙아는 둘째자리까지)
3. 아이가 미숙아로 태어났습니까? ① 예 (분만 예정일은? _____년 ___월 ___일 혹은 재태연령 ____주 __일) ② 아니요
4. 지금까지 실시한 예방접종 횟수 (예방접종도우미 사이트 기록)

예방 접종 시행 횟수	비씨지	B형 간염	디피티	소아마비(폴리오)	폐구균	B형 헤모필루스균	홍역·볼거리·풍진	수두	일본뇌염

5. 발달 문제로 진단을 받거나 치료 중인 질환이 있습니까? ① 예 ② 아니요 (있다면 구체적인 진단명은? _____)

안전사고 예방 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 자전거나 인라인 스케이트를 탈 때 항상 헬멧, 보호대를 사용합니까?	①	②
2	아이 혼자 길을 건너다닌 적이 있습니까?	①	②
3	자동차 이동 시 카시트나 보조의자를 반드시 사용합니까?	①	②
4	화재 발생 시 신고하는 번호를 아이가 알고 있습니까?	①	②
5	놀이터에서 아이를 혼자 놀게 한 적이 있습니까?	①	②

영양 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 건강한 식습관을 가지고 있습니까?	①	②
2	아이가 매일 아침식사를 합니까?	①	②
3	아이가 물 대신 음료수, 과일주스를 선호하여 자주 마십니까?	①	②
4	아이가 매일 유제품(우유, 플레인 요거트, 치즈 등)을 먹습니까?	①	②
5	아이가 일반우유 대신 저지방우유를 마시고 있습니까?	①	②
6	아이가 매일 다양한 잡곡, 채소, 과일을 섭취하고 있습니까?	①	②
7	아이가 간식이나 외식 시 달고 짜고 기름진 인스턴트 식품이나 패스트푸드를 자주 먹습니까?(예를 들어, 과자, 아이스크림, 햄버거, 치킨, 피자 등)	①	②
8	아이가 학습 외의 목적으로 TV, 동영상, 스마트폰, 컴퓨터, 게임 등을 하는 시간이 하루 2시간 이상입니까?	①	②
9	아이가 하루 1시간 이상 숨차고 땀이 날 정도로 뛰어놀거나 운동을 합니까?	①	②

개인위생 관련

		① 예	② 아니요
1	아이가 만6세 이전에 받아야 하는 모든 정기 예방접종을 완료하였습니까?	①	②
2	아이가 기침이나 재채기를 할 때에 무엇으로 가리고 합니까? ① 손 ② 옷소매	①	②
3	아이가 코를 풀거나 손으로 가리고 기침이나 재채기를 한 경우 항상 손을 씻도록 가르칩니까?	①	②

취학 전 준비 교육

		① 예	② 아니요
1	아이가 어린이집이나 유치원 수업시간 동안 한 자리에 앉아 있을 수 있습니까?	①	②
2	아이가 자고 일어나는 시간이 규칙적입니까?	①	②
3	아이가 다른 친구들과 잘 어울려 놉니까?(예 : 아이가 친구와 놀면서 양보할 줄 압니까?)	①	②
4	아이가 어른의 지시를 따르고 부모님이나 선생님이 정해준 규칙을 지킵니까?	①	②
5	아이가 자신이 하고자 하는 말을 분명하고 조리 있게 말할 수 있습니까?	①	②
6	아이가 도움이 필요할 때 다른 사람에게 도움을 요청할 수 있습니까?	①	②
7	아이가 숫자를 20까지 세고 손가락으로 한 자릿수 덧셈을 할 수 있습니까?	①	②
8	아이가 대소변을 보고 난 뒤, 혼자서 처리할 수 있습니까?	①	②
9	아이가 산만하거나 집중력이 떨어진다고 생각하십니까?	①	②

청각 관련

		① 예	② 아니요
1	출생 후 신생아 집중치료실(중환자실)에 아이가 5일 이상 입원한 적이 있습니까?	①	②
2	가족(부모나 친척) 중 어려서부터 청력저하(난청)를 가진 사람이 있습니까?	①	②
3	아이의 듣기와 말하기에서 걱정되는 문제가 있습니까?	①	②
4	원활한 초등학교 생활을 위해 아이가 청력검사(순음청력검사)를 받았습니까?	①	②
5	아이의 한쪽 귀나 양쪽 귀가 '난청'으로 진단받은 적이 있습니까?	①	②
6	아이의 한쪽 또는 양쪽 귀에 보청기 또는 인공와우를 착용하고 있습니까?	①	②

시각 관련

		① 예	② 아니요
1	영유아건강검진을 통해 의뢰를 권유받아 안과를 방문하신 적이 있습니까?	①	②

※ 정해진 검진 횟수를 초과하여 검진을 받으시면 해당 검진 비용은 부당이득금으로 환수됩니다.

210mmx279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

Ⅳ

영유아 건강검진 결과통보서



영유아건강검진 결과통보서 14~35일용

보호자 성명		보호자 주민등록번호		
수검자 성명		수검자 생년월일	남 □ 여 □	
신체 계측		키(cm)	몸무게(kg)	머리둘레(cm)
	출생 시	□□.□ cm	□□.□ kg	□□.□ cm
	검진 시	□□.□ cm	□□.□ kg	□□.□ cm
	* 영아기 초기에는 성장이 매우 빠르고 신체 계측치의 변화가 많은 시기이므로 출생 시의 신체계측치를 고려하여 신체 성장에 대한 판정을 하게 됩니다.			

신체 진찰 소견	눈과 외안부 특이 소견	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	고환이 음낭에서 안 만져짐	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨
	소이증, 외이도 폐쇄증	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	음낭 수종	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨
	육안으로 보이는 구순·구개열	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	고관절 불안정	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨
	흉쇄유돌근에 만져지는 종괴	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	사타구니 피부 주름 비대칭	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨
	청진 상 심잡음	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	고관절 외전 제한 소견	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨
	기타 소견:			

시각	문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2)
청각	문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3)
건강교육 실시		□ 영양 교육(모유 수유) □ 안전사고 예방 교육 □ 수면 교육
종합판정		□ 양호 □ 주의 □ 정밀평가 필요
소견 및 조치사항		

요양기관기호		검진기관명			
검진일		면허번호		의사명	(서명)

* 이 건강검진은 **영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인**하기 위한 검진으로 양호 판정을 받은 경우라도 추후 성장발달 과정에서 이상 소견이 발견될 수 있습니다.
* 유병률이 낮은 특정 질환의 경우 검진을 통해 발견되지 않을 수도 있습니다.
* 검진 결과가 양호로 판정되었더라도 지속적인 건강관리를 통해 현재의 건강을 계속 유지해주시고, 판정결과가 "주의"나 "정밀평가 필요"인 경우는 의사와 상담하시기 바랍니다.
* 건강검진결과통보서상 '정밀평가 필요' 판정을 받은 경우, 이 결과통보서를 요양급여의뢰서(진료의뢰서)로 갈음하여 상급종합병원에서 진료를 받을 수 있습니다.
* 다음 검진 시에 결과통보서를 지참하시면 검진 결과 판정에 많은 도움이 됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]



영유아건강검진 결과통보서 4~6개월용

<table>
<tr><td>수검자 성명</td><td colspan="2"></td><td>주민등록번호</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td rowspan="5">신체
계측</td><td colspan="2">키(cm)</td><td colspan="2">몸무게(kg)</td><td>머리둘레(cm)</td></tr>
<tr><td colspan="2">□□.□ cm (　　백분위)</td><td colspan="2">□□.□ kg (　　백분위)</td><td>□□.□ cm (　　백분위)</td></tr>
<tr><td colspan="2">□ 양호 □ 정밀평가 필요</td><td colspan="2">□ 양호 □ 정밀평가 필요</td><td>□ 양호 □ 정밀평가 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">Growth curve</td><td colspan="2">Growth curve</td><td>Growth curve</td></tr>
<tr><td colspan="5">* 백분위수란 같은 성별과 같은 나이의 영유아 100명 중에서 작은 쪽에서부터의 순서를 말합니다.
위의 그래프의 성장곡선은 제일 아래에서부터 위로 올라가며 차례대로 5, 10, 25, 50, 75, 90, 95 백분위수를 나타내는 곡선입니다.</td></tr>
<tr><td rowspan="6">신체
진찰
소견</td><td colspan="2">눈과 외안부 특이 소견</td><td>□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨</td><td>사타구니 피부 주름 비대칭</td><td>□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td colspan="2">소이증, 외이도 폐쇄증</td><td>□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨</td><td>고관절 외전 제한 소견</td><td>□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td colspan="2">육안으로 보이는 구순·구개열</td><td>□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨</td><td>고환이 음낭에서 안 만져짐</td><td>□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td colspan="2">청진 상 심잡음</td><td>□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨</td><td>음낭 수종</td><td>□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td colspan="5">기타 소견:</td></tr>
<tr><td colspan="5"></td></tr>
<tr><td>시각</td><td>문진</td><td colspan="4">□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3)</td></tr>
<tr><td>청각</td><td>문진</td><td colspan="4">□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3, □ 4, □ 5) □ 지속관리 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">건강교육 실시</td><td colspan="4">□ 영양 교육 □ 안전사고 예방 교육 □ 수면교육 □ 전자미디어 노출 교육</td></tr>
<tr><td colspan="2">종합판정</td><td colspan="4">□ 양호 □ 주의 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">소견 및
조치사항</td><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td colspan="2">요양기관기호</td><td></td><td>검진기관명</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td colspan="2">검진일</td><td></td><td>면허번호</td><td></td><td>의사명　　(서명)</td></tr>
</table>

* 이 건강검진은 **영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인**하기 위한 검진으로 양호 판정을 받은 경우라도 추후 성장발달 과정에서 이상 소견이 발견될 수 있습니다.
* 유병률이 낮은 특정 질환의 경우 검진을 통해 발견되지 않을 수도 있습니다.
* 검진 결과가 양호로 판정되었더라도 지속적인 건강관리를 통해 현재의 건강을 계속 유지해주시고, 판정결과가 "주의"나 "정밀평가 필요"인 경우는 의사와 상담하시기 바랍니다.
* 건강검진결과통보서상 요양급여가 필요하다는 의사의 소견이 기재된 경우, 이 결과통보서를 요양급여의뢰서(진료의뢰서)로 갈음하여 상급종합병원에서 진료를 받을 수 있습니다.
* 다음 검진 시에 결과통보서를 지참하시면 검진 결과 판정에 많은 도움이 됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

영유아건강검진 결과통보서 9~12개월용

수검자 성명			주민등록번호				
신체 계측	키(cm)		몸무게(kg)		머리둘레(cm)		
	□□.□ cm (백분위)		□□.□ kg (백분위)		□□.□ cm (백분위)		
	□ 양호 □ 정밀평가 필요		□ 양호 □ 정밀평가 필요		□ 양호 □ 정밀평가 필요		
	Growth curve		Growth curve		Growth curve		
	* 백분위수란 같은 성별과 같은 나이의 영유아 100명 중에서 작은 쪽에서부터의 순서를 말합니다. 위의 그래프의 성장곡선은 제일 아래에서부터 위로 올라가며 차례대로 5, 10, 25, 50, 75, 90, 95 백분위수를 나타내는 곡선입니다.						
신체 진찰 소견	눈 과 외안부 특이 소견	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	사타구니 피부 주름 비대칭	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨			
	소이증, 외이도 폐쇄증	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	고관절 외전 제한 소견	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨			
	육안으로 보이는 구순·구개열	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	고환이 음낭에서 안 만져짐	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨			
	청진 상 심잡음	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨	음낭 수종	□ 있음 □ 없음 □ 협조 안 됨			
	기타 소견:						
시각 문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3)						
청각 문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3, □ K-DST 관련) □ 지속관리 필요						
건강교육 실시	□ 영양 교육 □ 구강 교육 □ 안전사고 예방 교육 □ 정서 및 사회성 교육						
발달 평가 결과	□ 양호 □ 추적검사 요망 [□ 대근육 운동 □ 소근육 운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성] □ 심화평가 권고 [□ 대근육 운동 □ 소근육 운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성] [추가 질문 관련 □ 운동발달(M)] □ 지속관리 필요						
종합판정	□ 양호 □ 주의 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요						
소견 및 조치사항							
요양기관기호		검진기관명					
검진일		면허번호		의사명	(서명)		

* 이 건강검진은 **영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인**하기 위한 검진으로 양호 판정을 받은 경우라도 추후 성장발달 과정에서 이상 소견이 발견될 수 있습니다.
* 유병률이 낮은 특정 질환의 경우 검진을 통해 발견되지 않을 수도 있습니다.
* 검진 결과가 양호로 판정되었더라도 지속적인 건강관리를 통해 현재의 건강을 계속 유지해주시고, 판정결과가 "주의"나 "정밀평가 필요"인 경우는 의사와 상담하시기 바랍니다.
* 건강검진결과통보서상 요양급여가 필요하다는 의사의 소견이 기재된 경우, 이 결과통보서를 요양급여의뢰서(진료의뢰서)로 갈음하여 상급종합병원에서 진료를 받을 수 있습니다.
* 다음 검진 시에 결과통보서를 지참하시면 검진 결과 판정에 많은 도움이 됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)



영유아건강검진 결과통보서 18~24개월용

수검자 성명			주민등록번호		
신체 계측	키(cm)		몸무게(kg)		머리둘레(cm)
	□□.□ cm (백분위)		□□.□ kg (백분위)		□□.□ cm (백분위)
	□ 양호 □ 정밀평가 필요		□ 양호 □ 정밀평가 필요		□ 양호 □ 정밀평가 필요
	Growth curve		Growth curve		Growth curve
	* 백분위수란 같은 성별과 같은 나이의 영유아 100명 중에서 작은 쪽에서부터의 순서를 말합니다. 위의 그래프의 성장곡선은 제일 아래에서부터 위로 올라가며 차례대로 5, 10, 25, 50, 75, 90, 95 백분위수를 나타내는 곡선입니다.				
신체 진찰 소견	눈	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	귀	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	구강	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	흉부	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	복부	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	기타 소견:				
시각 문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3, □ 4)				
청각 문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3, □ 4, □ 5, □ K-DST 관련) □ 지속관리 필요				
건강교육 실시	□ 영양 교육 □ 안전사고 예방 교육 □ 대소변 가리기 교육 □ 전자 미디어 노출 교육 □ 개인 위생 교육				
발달 평가 결과	□ 양호 □ 추적검사 요망 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조] □ 심화평가 권고 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조] [추가 질문 관련 □ 운동발달(M) □ 언어발달(L) □ 사회성발달(S)] □ 지속관리 필요				
종합판정	□ 양호 □ 주의 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요				
소견 및 조치사항					
요양기관기호		검진기관명			
검진일		면허번호		의사명	(서명)

* 이 건강검진은 **영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인**하기 위한 검진으로 양호 판정을 받은 경우라도 추후 성장발달 과정에서 이상 소견이 발견될 수 있습니다.
* 유병률이 낮은 특정 질환의 경우 검진을 통해 발견되지 않을 수도 있습니다.
* 검진 결과가 양호로 판정되었더라도 지속적인 건강관리를 통해 현재의 건강을 계속 유지해주시고, 판정결과가 "주의"나 "정밀평가 필요"인 경우는 의사와 상담하시기 바랍니다.
* 건강검진결과통보서상 요양급여가 필요하다는 의사의 소견이 기재된 경우, 이 결과통보서를 요양급여의뢰서(진료의뢰서)로 갈음하여 상급종합병원에서 진료를 받을 수 있습니다.
* 다음 검진 시에 결과통보서를 지참하시면 검진 결과 판정에 많은 도움이 됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)]

영유아건강검진 결과통보서 30~36개월용

수검자 성명		주민등록번호			
신체 계측	키(cm)	몸무게(kg)	머리둘레(cm)	체질량지수(kg/㎡)
	□□.□ cm (백분위)	□□.□ kg (백분위)	□□.□ cm (백분위)	□□.□ kg/㎡(백분위)
	□ 양호 □ 정밀평가 필요	□ 양호 □ 정밀평가 필요	□ 양호 □ 정밀평가 필요	□ 양호 □ 정밀평가 필요
	Growth curve	Growth curve	Growth curve	Growth curve
	* 백분위수란 같은 성별과 같은 나이의 영유아 100명 중에서 작은 쪽에서부터의 순서를 말합니다. 위의 그래프의 성장곡선은 제일 아래에서부터 위로 올라가며 차례대로 5, 10, 25, 50, 75, 90, 95 백분위수를 나타내는 곡선입니다.			

신체 진찰 소견			
눈	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨
귀	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨
구강	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨
흉부	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨
복부	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨
기타 소견:			

시각 문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3)
청각 문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3, □ 4, □ 5, □ K-DST 관련) □ 지속관리 필요
건강교육 실시	□ 영양 교육 □ 대소변 가리기 교육 □ 정서 및 사회성 교육 □ 취학 전 준비 교육 (누리과정)
발달 평가 결과	□ 양호 □ 추적검사 요망 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조] □ 심화평가 권고 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조] [추가 질문 관련 □ 운동발달(M) □ 언어발달(L) □ 사회성발달(S)] □ 지속관리 필요
종합판정	□ 양호 □ 주의 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요
소견 및 조치사항	

요양기관기호		검진기관명			
검진일		면허번호		의사명	(서명)

* 이 건강검진은 **영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인**하기 위한 검진으로 양호 판정을 받은 경우라도 추후 성장발달 과정에서 이상 소견이 발견될 수 있습니다.
* 유병률이 낮은 특정 질환의 경우 검진을 통해 발견되지 않을 수도 있습니다.
* 검진 결과가 양호로 판정되었더라도 지속적인 건강관리를 통해 현재의 건강을 계속 유지해주시고, 판정결과가 "주의"나 "정밀평가 필요"인 경우는 의사와 상담하시기 바랍니다.
* 건강검진결과통보서상 요양급여가 필요하다는 의사의 소견이 기재된 경우, 이 결과통보서를 요양급여의뢰서(진료의뢰서)로 갈음하여 상급종합병원에서 진료를 받을 수 있습니다.
* 다음 검진 시에 결과통보서를 지참하시면 검진 결과 판정에 많은 도움이 됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)



영유아건강검진 결과통보서 42~48개월용

<table>
<tr><td colspan="2">수검자 성명</td><td></td><td>주민등록번호</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="5">신체
계측</td><td>키(cm)</td><td>몸무게(kg)</td><td>머리둘레(cm)</td><td colspan="2">체질량지수(kg/㎡)</td></tr>
<tr><td>□□.□ cm (백분위)</td><td>□□.□ kg (백분위)</td><td>□□.□ cm (백분위)</td><td colspan="2">□□.□ kg/㎡(백분위)</td></tr>
<tr><td>□ 양호 □ 정밀평가 필요</td><td>□ 양호 □ 정밀평가 필요</td><td>□ 양호 □ 정밀평가 필요</td><td colspan="2">□ 양호 □ 정밀평가 필요</td></tr>
<tr><td>Growth curve</td><td>Growth curve</td><td>Growth curve</td><td colspan="2">Growth curve</td></tr>
<tr><td colspan="6">* 백분위수란 같은 성별과 같은 나이의 영유아 100명 중에서 작은 쪽에서부터의 순서를 말합니다.
위의 그래프의 성장곡선은 제일 아래에서부터 위로 올라가며 차례대로 5, 10, 25, 50, 75, 90, 95 백분위수를 나타내는 곡선입니다.</td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="5">신체
진찰
소견</td><td>귀</td><td colspan="4">□ 특이 소견 있음 □ 특이 소견 없음 □ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td>구강</td><td colspan="4">□ 특이 소견 있음 □ 특이 소견 없음 □ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td>흉부</td><td colspan="4">□ 특이 소견 있음 □ 특이 소견 없음 □ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td>복부</td><td colspan="4">□ 특이 소견 있음 □ 특이 소견 없음 □ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td colspan="5">기타 소견:</td></tr>
<tr><td rowspan="2">시각</td><td>문진</td><td colspan="5">□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3)</td></tr>
<tr><td>시력</td><td colspan="2">□ 그림 시력표 □ 숫자 시력표
좌측 : 우측 :</td><td colspan="3">□ 양호 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요 □ 검사 미수용</td></tr>
<tr><td>청각</td><td>문진</td><td colspan="5">□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3, □ 4, □ 6, □ K-DST 관련) □ 지속관리 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">건강교육 실시</td><td colspan="5">□ 영양 교육 □ 안전사고 예방 교육</td></tr>
<tr><td colspan="2">발달 평가 결과</td><td colspan="5">□ 양호
□ 추적검사 요망 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조]
□ 심화평가 권고 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조]
[추가 질문 관련 □ 언어발달(L) □ 사회성발달(S)]
□ 지속관리 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">종합판정</td><td colspan="5">□ 양호 □ 주의 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">소견 및
조치사항</td><td colspan="5"></td></tr>
<tr><td colspan="2">요양기관기호</td><td></td><td>검진기관명</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2">검진일</td><td></td><td>면허번호</td><td></td><td>의사명</td><td>(서명)</td></tr>
</table>

* 이 건강검진은 **영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인**하기 위한 검진으로 양호 판정을 받은 경우라도 추후 성장발달 과정에서 이상 소견이 발견될 수 있습니다.
* 유병률이 낮은 특정 질환의 경우 검진을 통해 발견되지 않을 수도 있습니다.
* 검진 결과가 양호로 판정되었더라도 지속적인 건강관리를 통해 현재의 건강을 계속 유지해주시고, 판정결과가 "주의"나 "정밀평가 필요"인 경우는 의사와 상담하시기 바랍니다.
* 건강검진결과통보서상 요양급여가 필요하다는 의사의 소견이 기재된 경우, 이 결과통보서를 요양급여의뢰서(진료의뢰서)로 갈음하여 상급종합병원에서 진료를 받을 수 있습니다.
* 다음 검진 시에 결과통보서를 지참하시면 검진 결과 판정에 많은 도움이 됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)

영유아건강검진 결과통보서 54~60개월용

수검자 성명			주민등록번호		
신체 계측	키(cm)		몸무게(kg)	머리둘레(cm)	체질량지수(kg/㎡)
	□□.□ cm (백분위)		□□.□ kg (백분위)	□□.□ cm (백분위)	□□.□ kg/㎡(백분위)
	□ 양호 □ 정밀평가 필요		□ 양호 □ 정밀평가 필요	□ 양호 □ 정밀평가 필요	□ 양호 □ 정밀평가 필요
	Growth curve		Growth curve	Growth curve	Growth curve
	* 백분위수란 같은 성별과 같은 나이의 영유아 100명 중에서 작은 쪽에서부터의 순서를 말합니다. 위의 그래프의 성장곡선은 제일 아래에서부터 위로 올라가며 차례대로 5, 10, 25, 50, 75, 90, 95 백분위수를 나타내는 곡선입니다.				
신체 진찰 소견	귀	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	구강	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	흉부	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	복부	□ 특이 소견 있음	□ 특이 소견 없음	□ 협조 안 됨	
	기타 소견:				
시각	문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요			
	시력	□ 그림 시력표 □ 숫자 시력표 좌측 : 우측 :	□ 양호 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요 □ 검사 미수용		
청각	문진	□ 양호 □ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3, □ 4, □ 5, □ 6, □ K-DST 관련) □ 지속관리 필요			
건강교육 실시		□ 영양 교육 □ 안전사고 예방 교육 □ 전자 미디어 노출 교육			
발달 평가 결과		□ 양호 □ 추적검사 요망 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조] □ 심화평가 권고 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조] [추가 질문 관련 □ 사회성발달(S)] □ 지속관리 필요			
종합판정		□ 양호 □ 주의 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요			
소견 및 조치사항					
요양기관기호		검진기관명			
검진일		면허번호		의사명	(서명)

* 이 건강검진은 **영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인**하기 위한 검진으로 양호 판정을 받은 경우라도 추후 성장발달 과정에서 이상 소견이 발견될 수 있습니다.
* 유병률이 낮은 특정 질환의 경우 검진을 통해 발견되지 않을 수도 있습니다.
* 검진 결과가 양호로 판정되었더라도 지속적인 건강관리를 통해 현재의 건강을 계속 유지해주시고, 판정결과가 "주의"나 "정밀평가 필요"인 경우는 의사와 상담하시기 바랍니다.
* 건강검진결과통보서상 요양급여가 필요하다는 의사의 소견이 기재된 경우, 이 결과통보서를 요양급여의뢰서(진료의뢰서)로 갈음하여 상급종합병원에서 진료를 받을 수 있습니다.
* 다음 검진 시에 결과통보서를 지참하시면 검진 결과 판정에 많은 도움이 됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)



영유아건강검진 결과통보서 66~71개월용

<table>
<tr><td>수검자 성명</td><td colspan="2"></td><td>주민등록번호</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td rowspan="5">신체
계측</td><td>키(cm)</td><td>몸무게(kg)</td><td>머리둘레(cm)</td><td colspan="3">체질량지수(kg/㎡)</td></tr>
<tr><td>□□.□ cm (　백분위)</td><td>□□.□ kg (　백분위)</td><td>□□.□ cm (　백분위)</td><td colspan="3">□□.□ kg/㎡(　백분위)</td></tr>
<tr><td>□ 양호 □ 정밀평가 필요</td><td>□ 양호 □ 정밀평가 필요</td><td>□ 양호 □ 정밀평가 필요</td><td colspan="3">□ 양호 □ 정밀평가 필요</td></tr>
<tr><td>Growth curve</td><td>Growth curve</td><td>Growth curve</td><td colspan="3">Growth curve</td></tr>
<tr><td colspan="6">* 백분위수란 같은 성별과 같은 나이의 영유아 100명 중에서 작은 쪽에서부터의 순서를 말합니다.
위의 그래프의 성장곡선은 제일 아래에서부터 위로 올라가며 차례대로 5, 10, 25, 50, 75, 90, 95 백분위수를 나타내는 곡선입니다.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">신체
진찰
소견</td><td>귀</td><td colspan="4">□ 특이 소견 있음　□ 특이 소견 없음　□ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td>구강</td><td colspan="4">□ 특이 소견 있음　□ 특이 소견 없음　□ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td>흉부</td><td colspan="4">□ 특이 소견 있음　□ 특이 소견 없음　□ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td>복부</td><td colspan="4">□ 특이 소견 있음　□ 특이 소견 없음　□ 협조 안 됨</td></tr>
<tr><td colspan="5">기타 소견:</td></tr>
<tr><td rowspan="2">시각</td><td>문진</td><td colspan="5">□ 양호　□ 정밀평가 필요</td></tr>
<tr><td>시력</td><td colspan="2">□ 그림 시력표　□ 숫자 시력표
좌측 :　　우측 :</td><td colspan="3">□ 양호 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요 □ 검사 미수용</td></tr>
<tr><td>청각</td><td>문진</td><td colspan="5">□ 양호　□ 정밀평가 필요 (관련 문진문항: □ 1, □ 2, □ 3, □ 4, □ 5, □ 6, □ K-DST 관련)　□ 지속관리 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">건강교육 실시</td><td colspan="5">□ 영양 교육 □ 안전사고 예방 교육 □ 취학전 준비 교육</td></tr>
<tr><td colspan="2">발달 평가 결과</td><td colspan="5">□ 양호
□ 추적검사 요망 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조]
□ 심화평가 권고 [□ 대근육운동 □ 소근육운동 □ 인지 □ 언어 □ 사회성 □ 자조]
[추가 질문 관련 □ 사회성발달(S)]
□ 지속관리 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">종합판정</td><td colspan="5">□ 양호 □ 주의 □ 정밀평가 필요 □ 지속관리 필요</td></tr>
<tr><td colspan="2">소견 및
조치사항</td><td colspan="5"></td></tr>
<tr><td colspan="2">요양기관기호</td><td></td><td>검진기관명</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td colspan="2">검진일</td><td></td><td>면허번호</td><td></td><td>의사명</td><td>(서명)</td></tr>
</table>

* 이 건강검진은 **영유아의 정상적인 성장과 발달을 확인**하기 위한 검진으로 양호 판정을 받은 경우라도 추후 성장발달 과정에서 이상 소견이 발견될 수 있습니다.
* 유병률이 낮은 특정 질환의 경우 검진을 통해 발견되지 않을 수도 있습니다.
* 검진 결과가 양호로 판정되었더라도 지속적인 건강관리를 통해 현재의 건강을 계속 유지해주시고, 판정결과가 "주의"나 "정밀평가 필요"인 경우는 의사와 상담하시기 바랍니다.
* 건강검진결과통보서상 요양급여가 필요하다는 의사의 소견이 기재된 경우, 이 결과통보서를 요양급여의뢰서(진료의뢰서)로 갈음하여 상급종합병원에서 진료를 받을 수 있습니다.
* 다음 검진 시에 결과통보서를 지참하시면 검진 결과 판정에 많은 도움이 됩니다.

210mm×279mm[백상지(80g/㎡) 또는 중질지(80g/㎡)

V

참고자료

01 2017년 한국 소아청소년 표준성장도표
02 2017년 한국 소아청소년 신체 발육표준치
03 영유아 건강검진 의뢰 가이드라인
04 영유아 건강검진 의뢰 체계

01 2017년 한국 소아청소년 표준성장도표

2017 소아청소년 표준성장도표의 개발 배경

우리나라의 소아청소년 성장도표는 소아청소년의 신장, 체중 등 신체계측치의 분포가 제시된 곡선(또는 표)으로 저신장, 저체중, 비만 등 소아청소년의 성장상태를 평가하는 중요한 지표로 활용되고 있다. 보건복지부 질병관리본부와 대한소아과학회는 공동으로 1967년부터 약 10년마다 성장도표를 제정·발표하고 있고, 현재까지 1967년, 1975년, 1985년, 1998년, 2007년에 발표하였다.

1967년부터 1998년까지 성장도표는 대규모 신체계측조사를 실시하여 당해 연도 소아청소년의 신체계측 평균치를 산출하여 참고치에 가깝게 산출되었으나, 가장 최근에 발표된 「2007 소아청소년 표준성장도표」(이하 2007 성장도표)부터 세계보건기구(World Health Organization, WHO)나 미국 질병관리본부 등의 표준치 산출 방법인 평활화(smoothing)와 LMS 방법 등을 적용하여 표준치에 가깝게 개발되었다. 그러나 다음의 제한점에 대해 보완이 필요하다는 의견이 제기되었다. 첫째, 영유아의 성장 발달을 위해 가장 이상적인 수유행태로 모유수유를 권장하고 있지만 2007 성장도표는 모유 수유아와 조제분유수유아를 모두 포함하여 산출되어 모유수유아의 표준치로 활용되기에는 적절하지 않다. 모유 수유아와 조제분유수유아의 성장양상에 대한 차이가 있다는 것은 이미 잘 알려져 있다. 이에 WHO는 WHO Multicentre Growth Reference Study(1997-2003)2) 대상자 중 최적의 성장환경에서 성장한 건강한 모유 수유아만을 포함하여 산출한 「WHO Growth Standards」를 2006년에 발표하였고 현재 개발된 성장도표 중 가장 표준에 가깝다고 평가받고 있다. 미국은 2006년 「WHO Growth Standards」의 도입 가능성을 검토하여 0-24개월 미만의 성장도표로 도입하였고3), 영국은 2007년 2주-48개월의 성장도표로 도입하였다. 둘째, 2007 성장도표의 신장 성장도표는 현 소아청소년에 적용하기에 작게 책정되어 저신장의 과소평가 가능성이 있다. 우리나라 소아청소년의 신장은 1997년에서 2005년까지 증가한 후 2015년까지 유사한 수준을 유지하고 있다. 2007 성장도표의 경우 1997년과 2005년 신체발육 측정조사 신장의 평균을 산출하였으므로 현 소아청소년에 적용하기에는 작게 산출된 경향이 있다. 셋째, 체중 및 체질량지수는 비만 인구가 이미 증가된 2005년 신체발육측정조사 자료의 활용으로 남자 청소년의 경우 미국 「CDC Growth Charts」 등 서구 국가의 성장도표에 비해 높게 책정되었다. 미국이나 영국은 성장도표가 표준에 가깝도록 비만 인구가 증가되기 전인 2000년 이전 자료를 자료원으로 활용하고 있으며, 미국의 경우에는 비만 유병률이 급증했던 National Health and Nutrition Examination Survey(NHANES) III 자료에서 6세 이상의 체중 자료를 성장도표 산출 과정에서 제외하였다. 우리나라 소아청소년의 체질량지수 중앙값(50백분위수)은 신장과 유사하게 1997년에서 2005년 증가한 후 비슷한 수준을 유지하고 있지만, 비만 선별 기준으로 활용되는 95백분위수 값은 1997년에서 2005년 증가 이후에도 2015년까지 지속적인 증가를 보이고 있다. 국제적으로 비만 및 만성질환 증가로 어린 연령부터 비만 예방에 대한 조기 개입이 강조되고 있으며, 우리나라 소아청소년의 체질량지수 상위 백분위수 값은 계속 증가하고 있으므로 이에 대한 정책적 방향 제시가 필요한 시점이다.

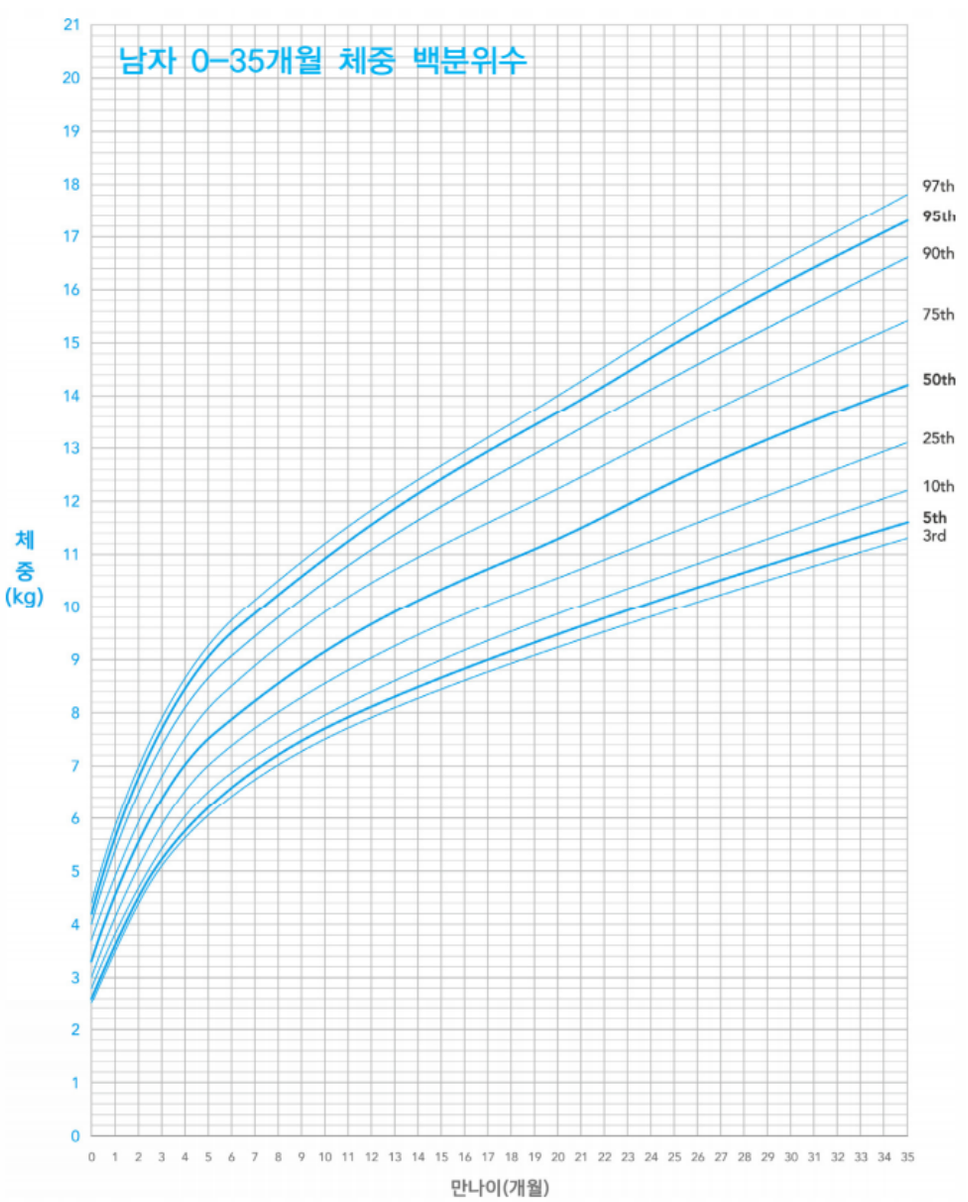
이에 질병관리본부와 대한소아과학회는 2007 성장도표가 현 소아청소년의 신체 발육 상태를 평가하기에 적절한지 검토하고, 그 간에 지적되었던 2007 성장도표 제한점을 보완하는 방향으로 「2017 소아청소년 성장도표」(이하 2017 성장도표) 제정 사업을 추진하여 개발하였다. 본 영유아 건강검진 사업에서는 연령별 신장곡선, 연령별 체중곡선, 연령별 체질량지수, 연령별 두위곡선을 제공하며, 이외에 다른 2017년 신체발육표준치는 보다 자세한 표준치 개발 배경과 함께 본 사업과는 별도로 배포될 것이다.

02 2017년 한국 소아청소년 신체 발육표준치

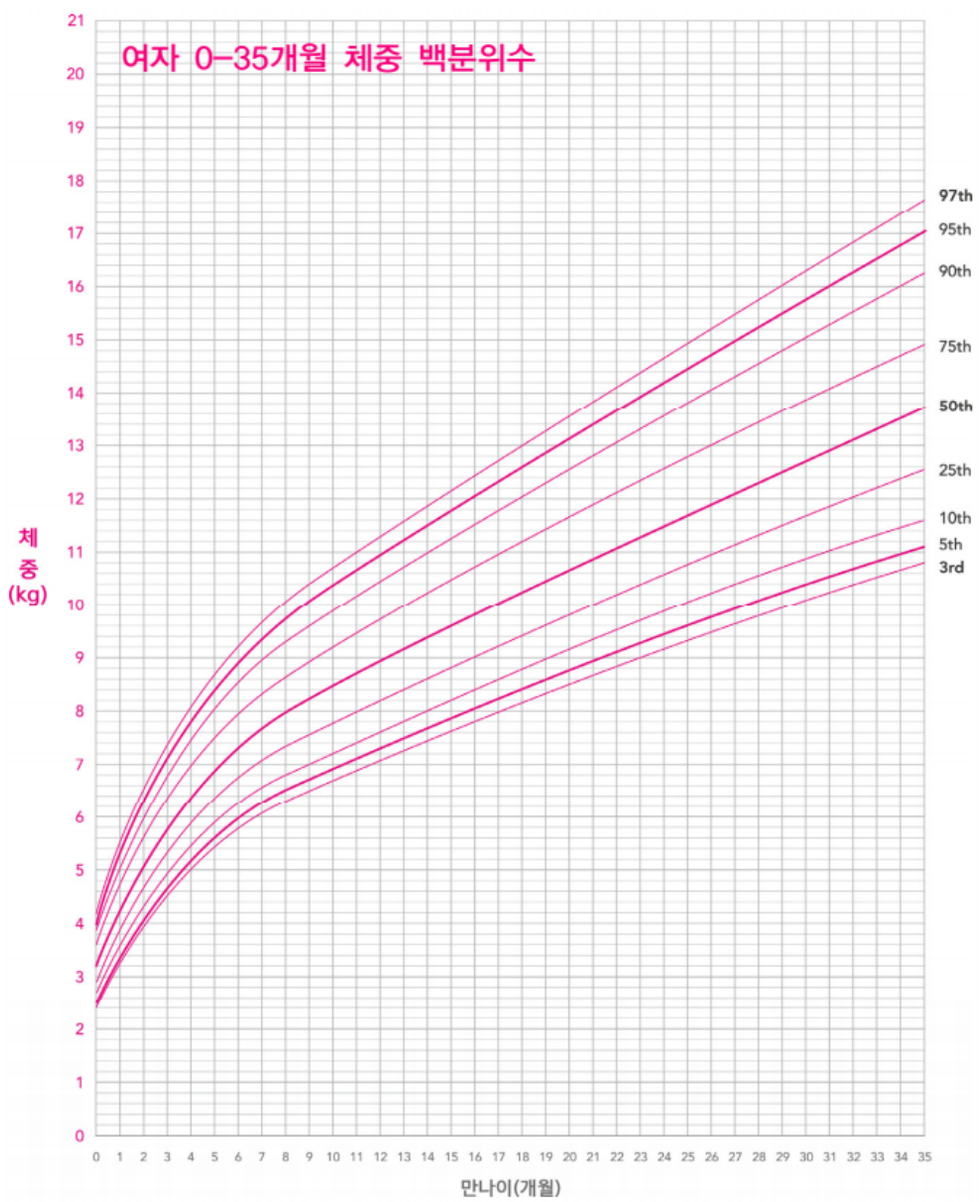
1. 성장 도표

1) 연령별 몸무게 곡선

(1) 0~3세

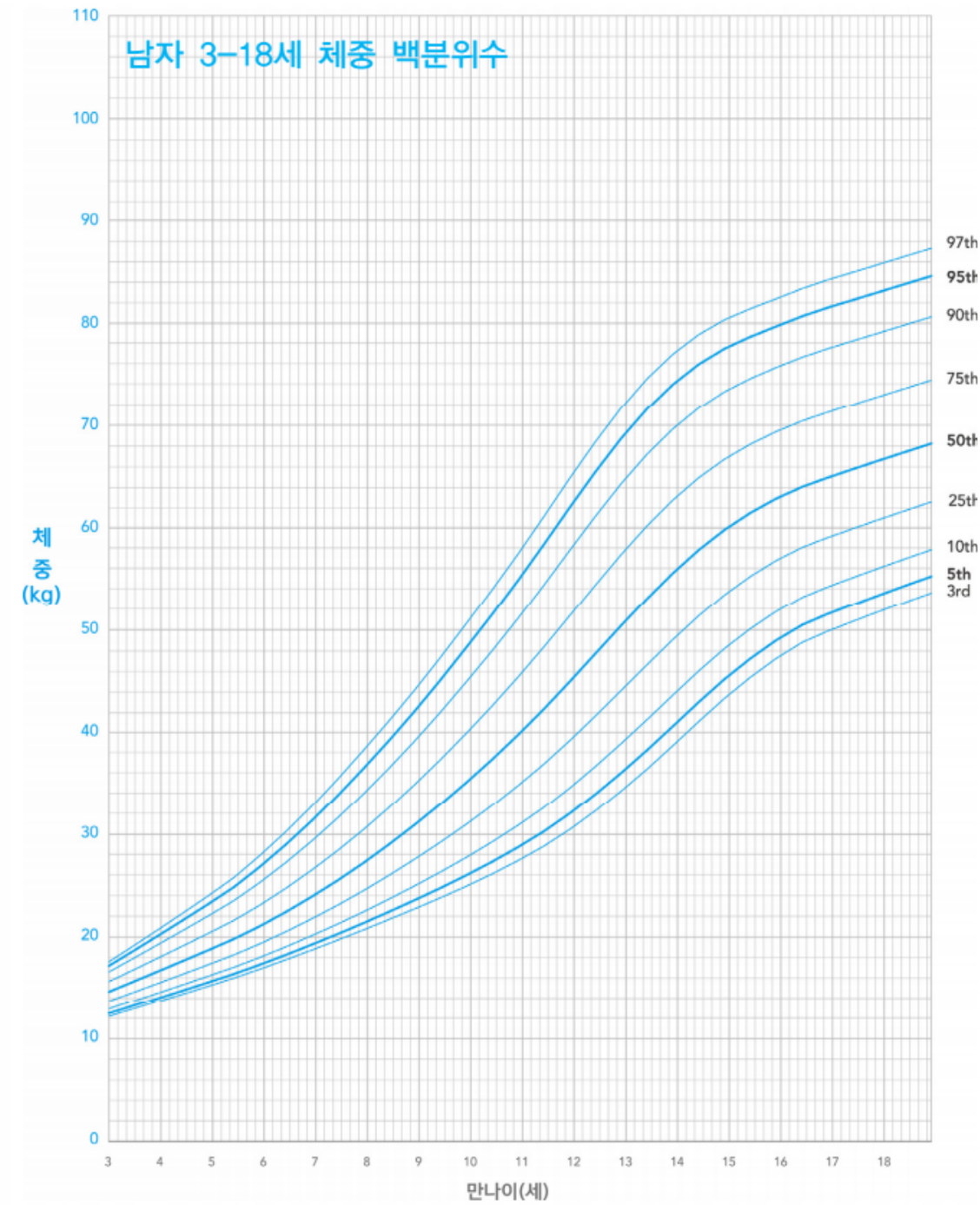


〈그림 1〉 연령별 몸무게(남, 0~35개월)

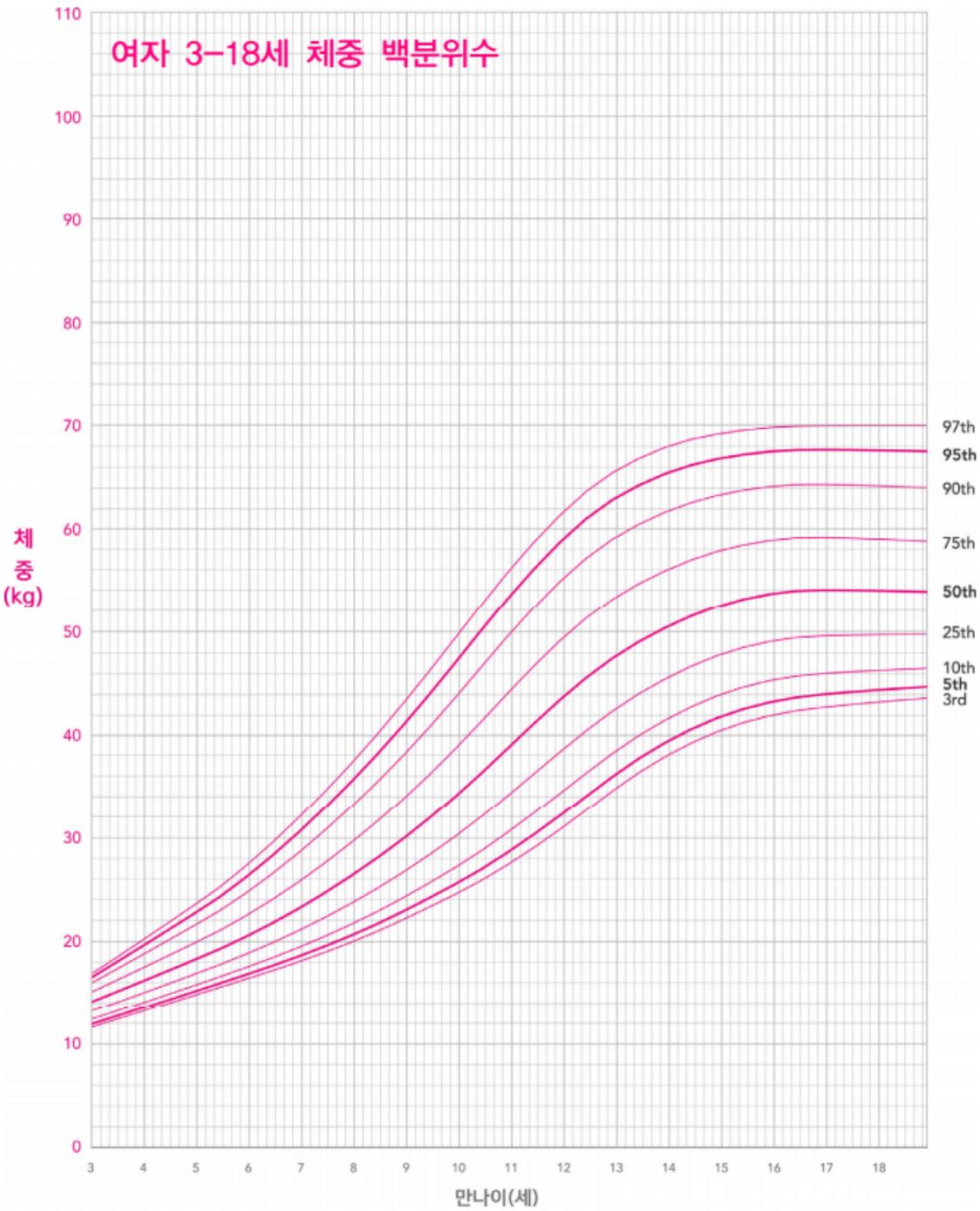


〈그림 2〉 연령별 몸무게(여, 0~35개월)

(2) 3~18세



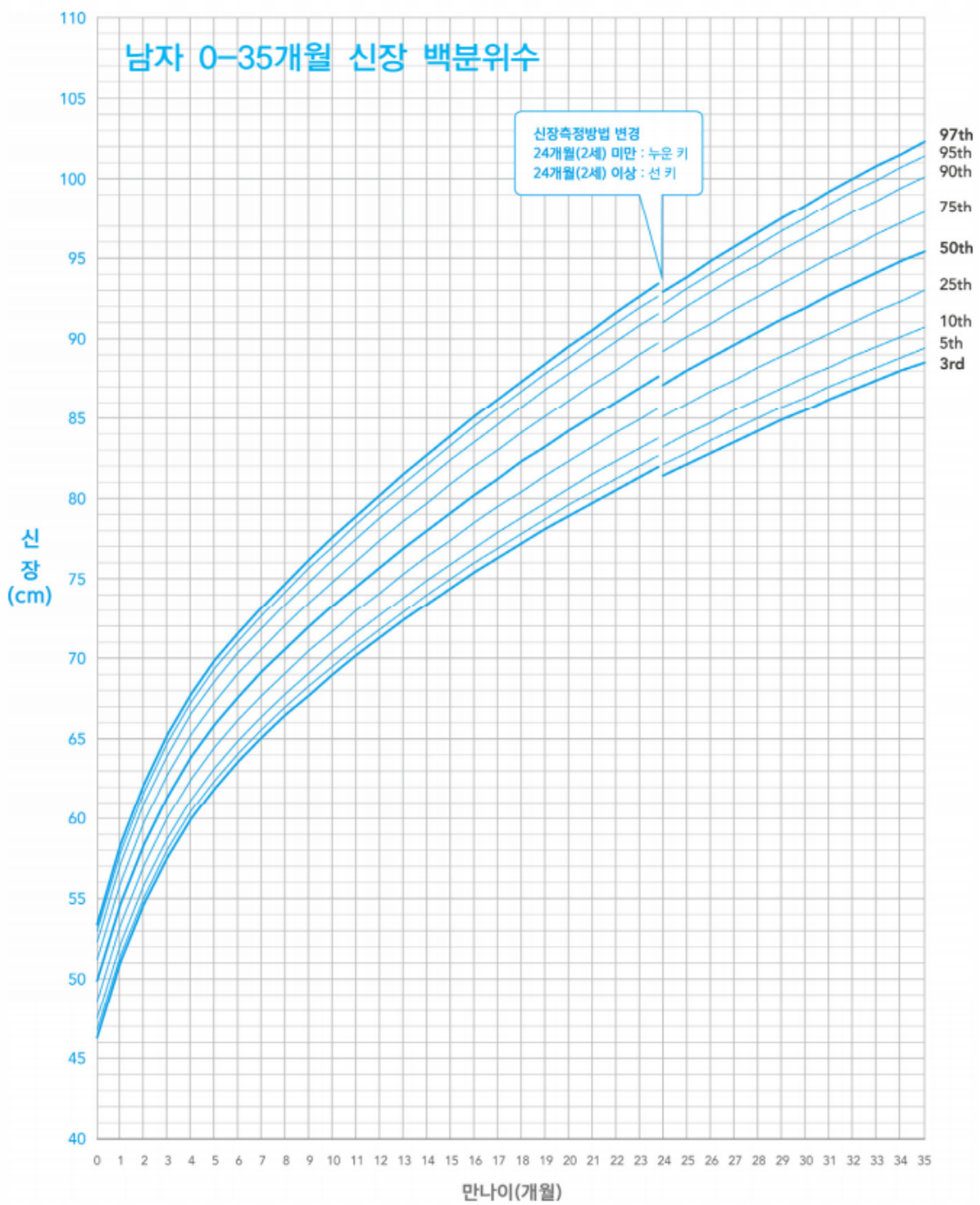
〈그림 3〉 연령별 몸무게(남, 3~18세)



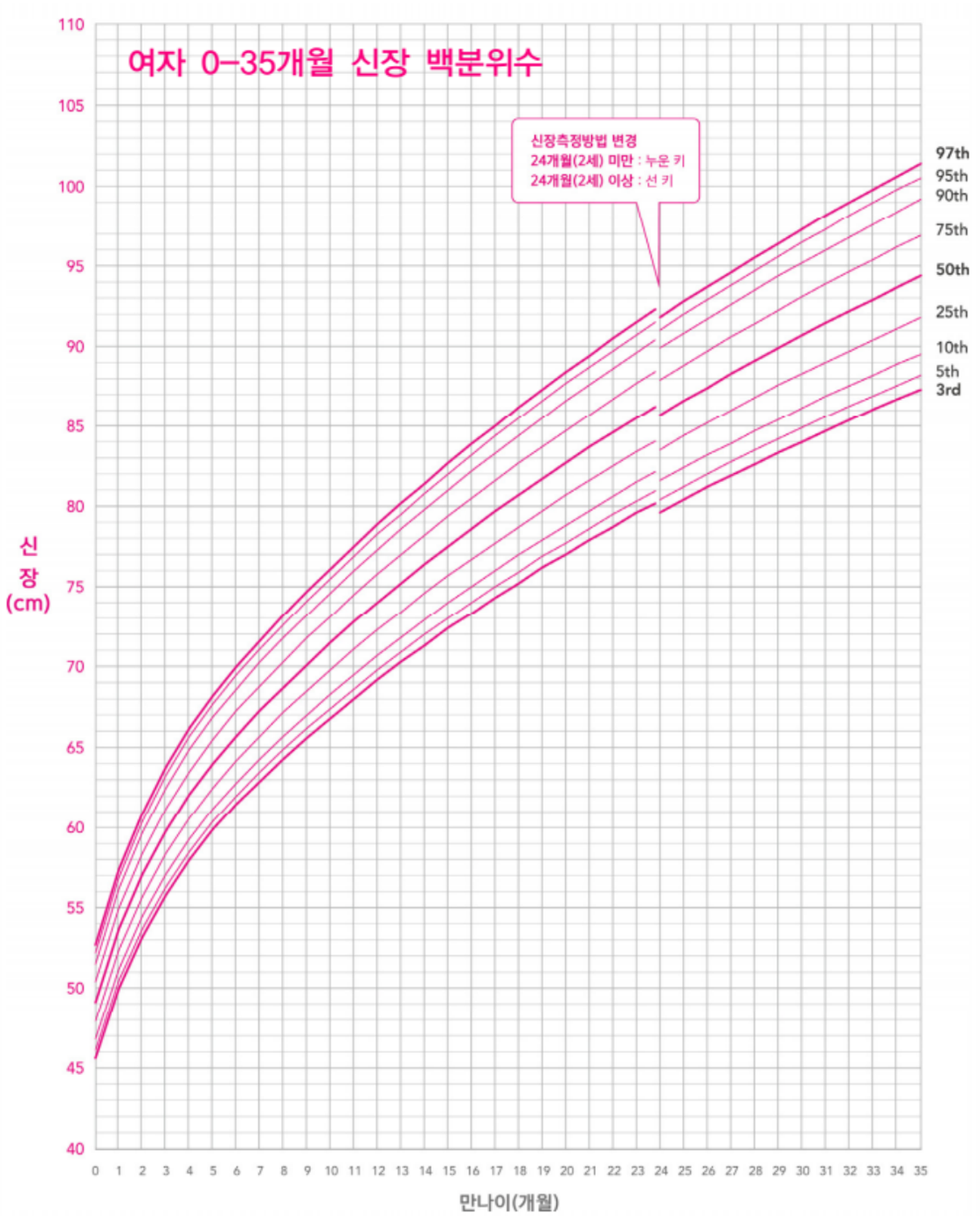
〈그림 4〉 연령별 몸무게(여, 3~18세)

2) 연령별 키 곡선

(1) 0~3세

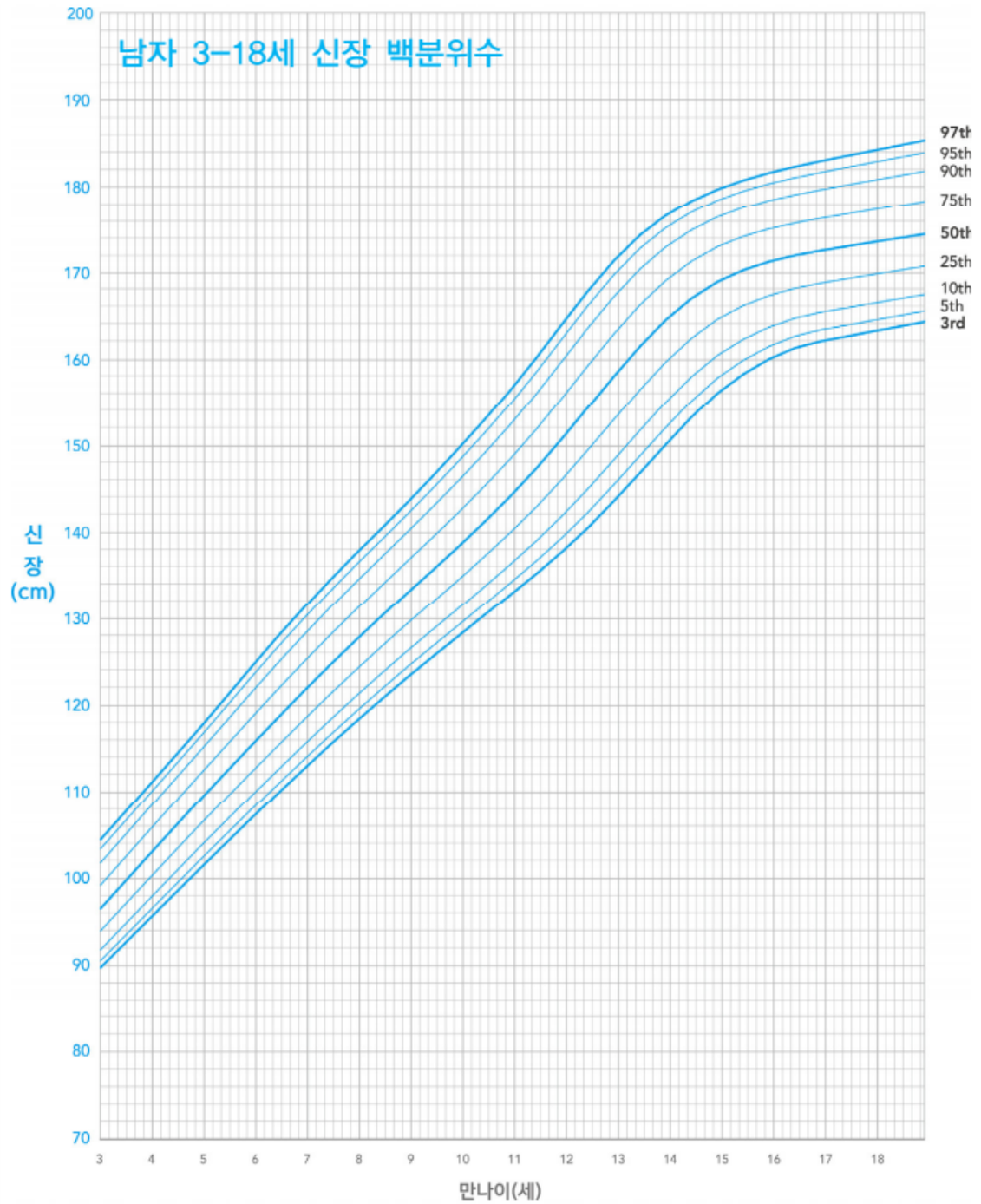


〈그림 5〉 연령별 키(남, 0~35개월)

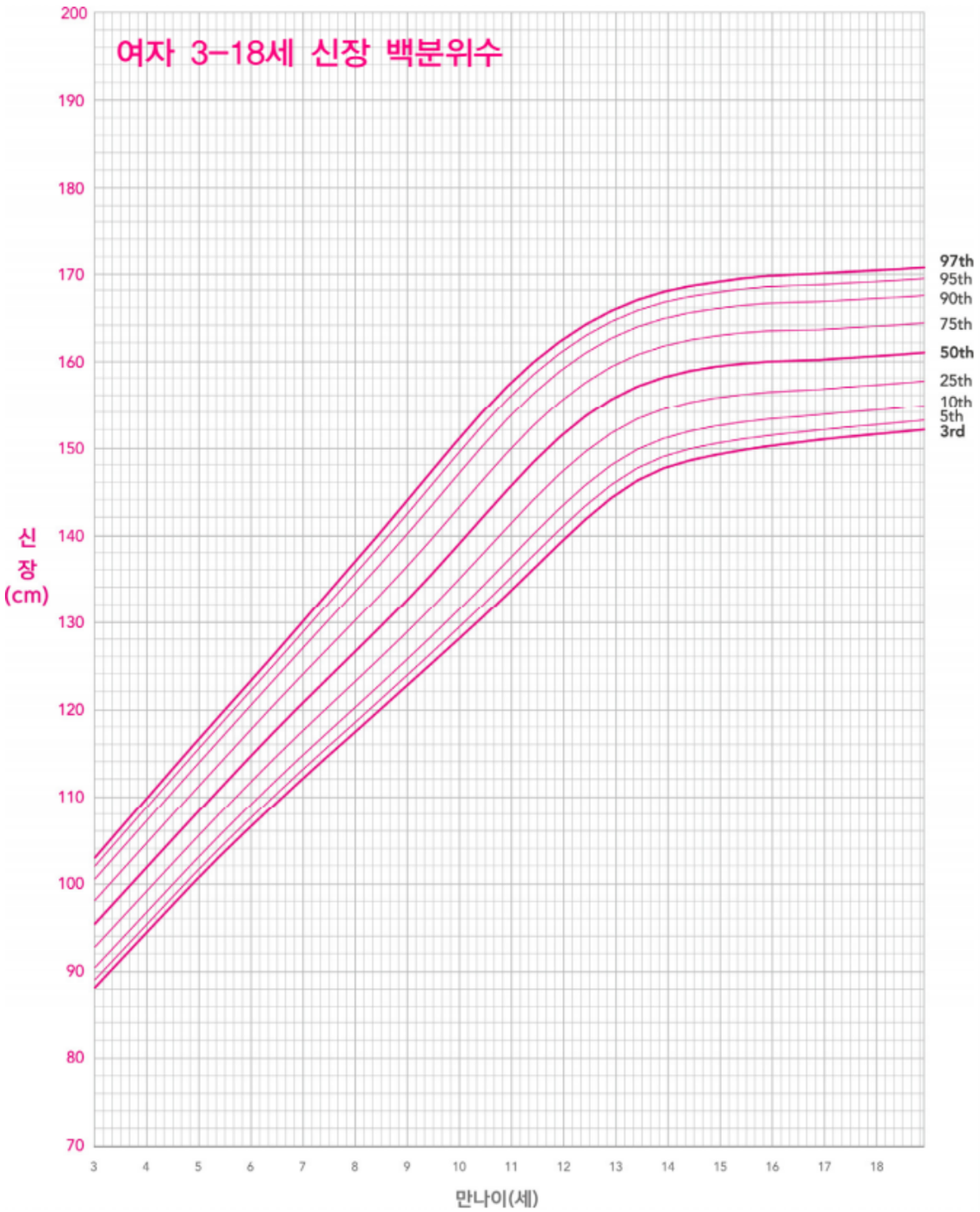


〈그림 6〉 연령별 키(여, 0~35개월)

(2) 3~18세



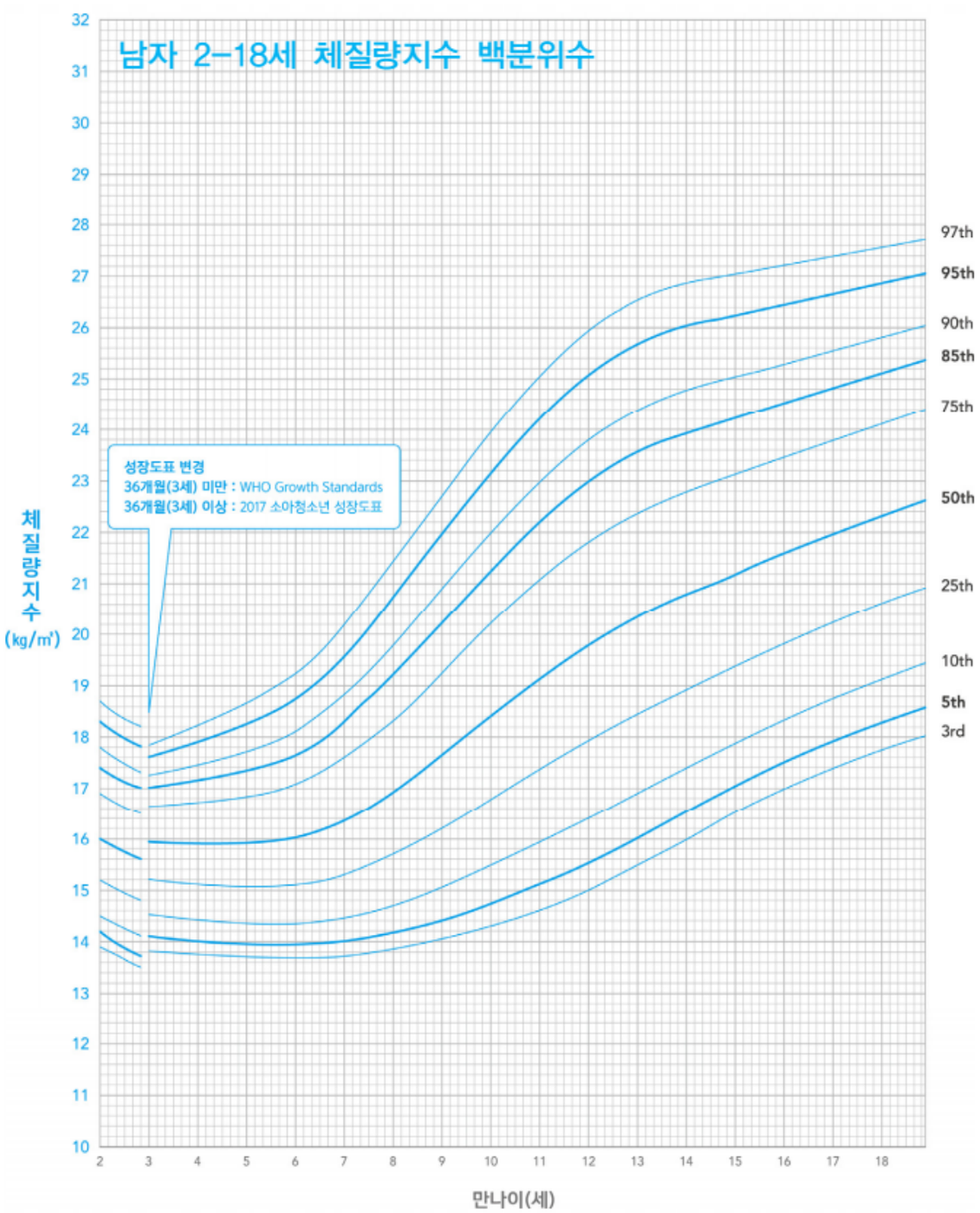
〈그림 7〉 연령별 키(남, 3~18세)



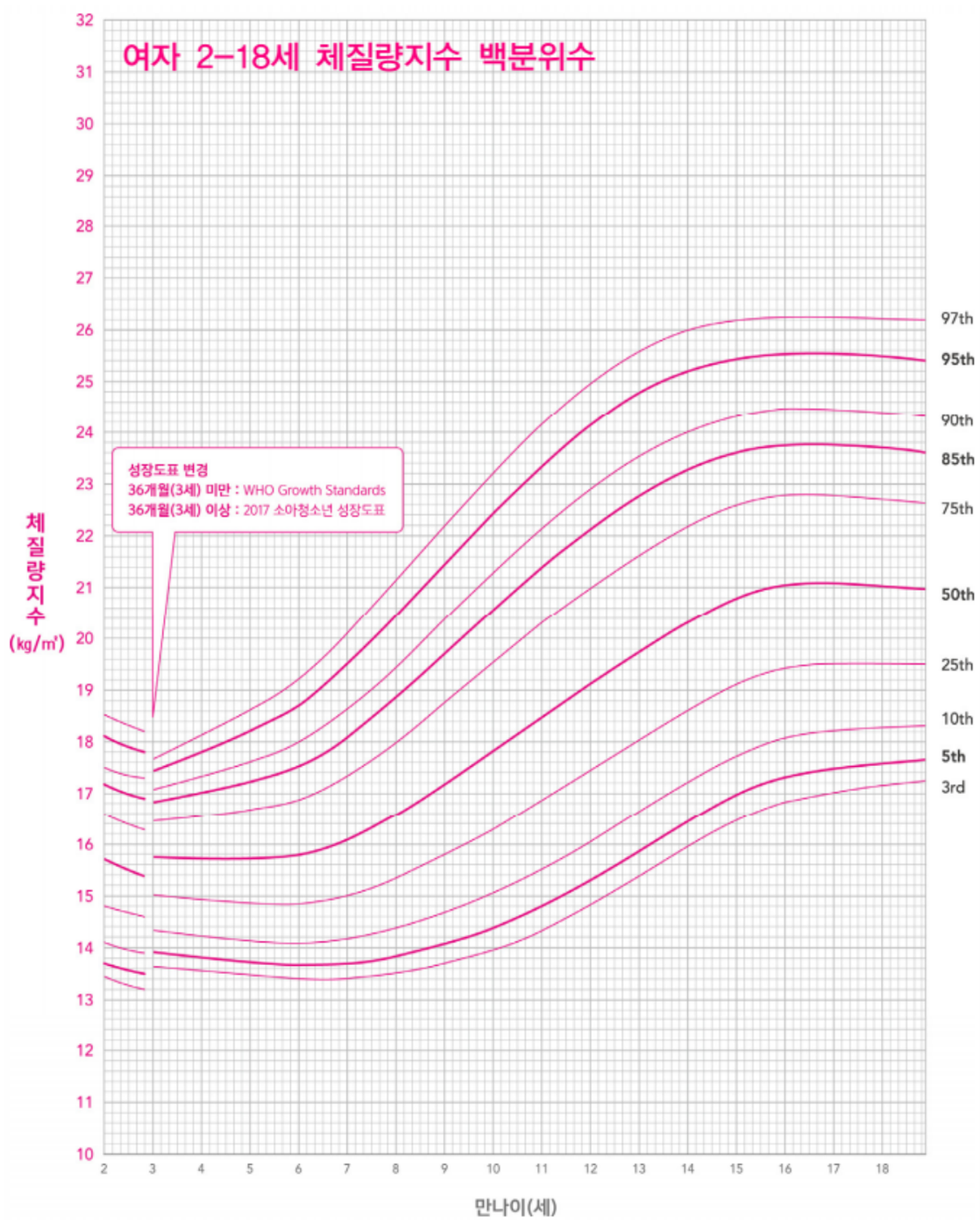
〈그림 8〉 연령별 키(여, 3~18세)

3) 연령별 체질량지수 곡선

(1) 2~18세



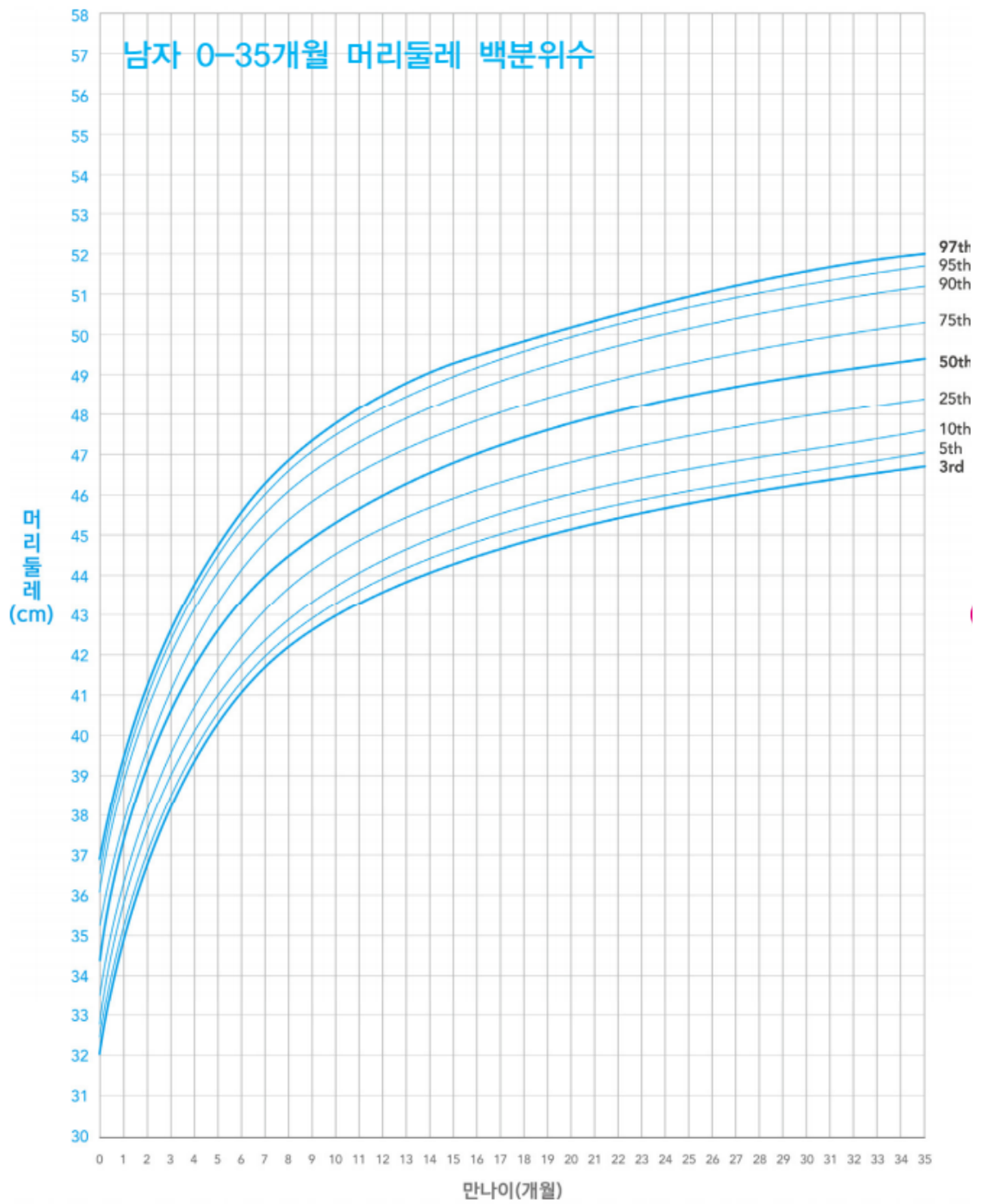
〈그림 9〉 연령별 체질량지수(남, 2~18세)



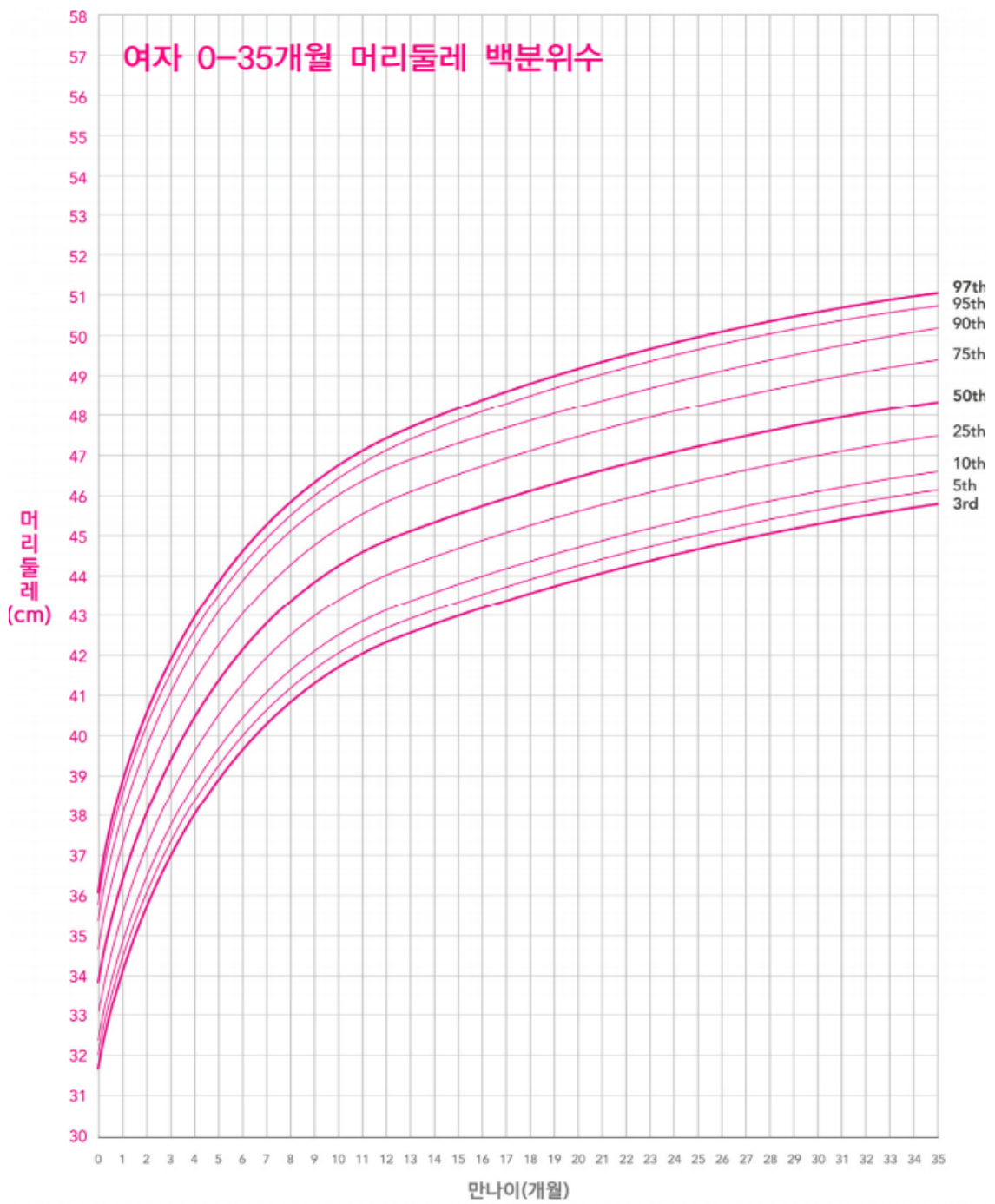
〈그림 10〉 연령별 체질량지수(여, 2~18세)

4) 연령별 머리둘레

(1) 0~35개월



〈그림 11〉 연령별 머리둘레(남, 0~35개월)



〈그림 12〉 연령별 머리둘레(여, 0~35개월)

2. 성장 도표 표(LMS 방법에 의한 추정 백분위수)

[부표 1] 연령별 체중 성장도표 LMS 및 추정 백분위수(남)

연령	L	M	S	백분위수								
				3	5	10	25	50	75	90	95	97
남												
출생	0.3487	3.3464	0.1460	2.5	2.6	2.8	3.0	3.3	3.7	4.0	4.2	4.3
1개월	0.2297	4.4709	0.1340	3.4	3.6	3.8	4.1	4.5	4.9	5.3	5.5	5.7
2개월	0.1970	5.5675	0.1239	4.4	4.5	4.7	5.1	5.6	6.0	6.5	6.8	7.0
3개월	0.1738	6.3762	0.1173	5.1	5.2	5.5	5.9	6.4	6.9	7.4	7.7	7.9
4개월	0.1553	7.0023	0.1132	5.6	5.8	6.0	6.5	7.0	7.6	8.1	8.4	8.6
5개월	0.1395	7.5105	0.1108	6.1	6.2	6.5	7.0	7.5	8.1	8.6	9.0	9.2
6개월	0.1257	7.9340	0.1096	6.4	6.6	6.9	7.4	7.9	8.5	9.1	9.5	9.7
7개월	0.1134	8.2970	0.1090	6.7	6.9	7.2	7.7	8.3	8.9	9.5	9.9	10.2
8개월	0.1021	8.6151	0.1088	7.0	7.2	7.5	8.0	8.6	9.3	9.9	10.3	10.5
9개월	0.0917	8.9014	0.1088	7.2	7.4	7.7	8.3	8.9	9.6	10.2	10.6	10.9
10개월	0.0820	9.1649	0.1089	7.5	7.7	8.0	8.5	9.2	9.9	10.5	10.9	11.2
11개월	0.0730	9.4122	0.1091	7.7	7.9	8.2	8.7	9.4	10.1	10.8	11.2	11.5
12개월	0.0644	9.6479	0.1093	7.8	8.1	8.4	9.0	9.6	10.4	11.1	11.5	11.8
15개월	0.0413	10.3108	0.1101	8.4	8.6	9.0	9.6	10.3	11.1	11.9	12.3	12.7
18개월	0.0211	10.9385	0.1112	8.9	9.1	9.5	10.1	10.9	11.8	12.6	13.1	13.5
21개월	0.0029	11.5486	0.1126	9.3	9.6	10.0	10.7	11.5	12.5	13.3	13.9	14.3
2세	-0.0137	12.1515	0.1143	9.8	10.1	10.5	11.3	12.2	13.1	14.1	14.7	15.1
2세6개월	-0.0431	13.3000	0.1178	10.7	11.0	11.4	12.3	13.3	14.4	15.5	16.2	16.6
3세	-0.0567	14.7381	0.0969	12.3	12.6	13.0	13.8	14.7	15.7	16.7	17.3	17.7
3세6개월	-0.2990	15.7775	0.1038	13.0	13.4	13.8	14.7	15.8	16.9	18.1	18.8	19.3
4세	-0.5361	16.8276	0.1099	13.8	14.2	14.7	15.6	16.8	18.1	19.5	20.4	20.9
4세6개월	-0.6998	17.8888	0.1153	14.6	15.0	15.5	16.6	17.9	19.4	20.9	21.9	22.6
5세	-0.8162	18.9625	0.1202	15.4	15.8	16.4	17.5	19.0	20.6	22.4	23.5	24.3
5세6개월	-0.9106	20.0814	0.1254	16.2	16.6	17.3	18.5	20.1	21.9	23.9	25.2	26.2
6세	-0.9753	21.3417	0.1318	17.1	17.5	18.3	19.6	21.3	23.4	25.7	27.2	28.3
6세6개월	-0.9576	22.7267	0.1388	18.0	18.5	19.3	20.8	22.7	25.1	27.6	29.4	30.7
7세	-0.8993	24.2214	0.1460	18.9	19.5	20.4	22.0	24.2	26.9	29.7	31.7	33.2
8세	-0.7076	27.5321	0.1613	20.9	21.6	22.7	24.8	27.5	30.8	34.4	36.9	38.7
9세	-0.4160	31.3251	0.1756	23.0	23.8	25.3	27.9	31.3	35.4	39.7	42.6	44.7
10세	-0.1700	35.5349	0.1882	25.2	26.3	28.1	31.3	35.5	40.4	45.5	48.8	51.2
11세	0.0333	40.2146	0.1966	27.7	29.1	31.2	35.2	40.2	45.9	51.7	55.5	58.1
12세	0.1618	45.4253	0.1998	30.8	32.4	35.0	39.6	45.4	51.9	58.4	62.6	65.4
13세	0.2503	50.9021	0.1942	34.7	36.5	39.4	44.6	50.9	57.9	64.8	69.2	72.2
14세	0.3023	55.9927	0.1802	39.2	41.0	44.1	49.5	56.0	63.1	70.0	74.4	77.3
15세	0.2818	60.1106	0.1620	43.7	45.6	48.5	53.8	60.1	66.9	73.6	77.7	80.5
16세	0.1829	63.0550	0.1468	47.5	49.3	52.1	57.1	63.1	69.6	75.9	79.9	82.5
17세	0.0282	65.0469	0.1387	50.1	51.7	54.4	59.2	65.0	71.4	77.7	81.7	84.3
18세	-0.0469	66.7186	0.1334	52.0	53.6	56.3	61.0	66.7	73.0	79.2	83.2	85.9

[부표 2] 연령별 체중 성장도표 LMS 및 추정 백분위수(여)

연령	L	M	S	백분위수								
				3	5	10	25	50	75	90	95	97
여												
출생	0.3809	3.2322	.1417	2.4	2.5	2.7	2.9	3.2	3.6	3.9	4.0	4.2
1개월	0.1714	4.1873	0.1372	3.2	3.3	3.5	3.8	4.2	4.6	5.0	5.2	5.4
2개월	0.0962	5.1282	0.1300	4.0	4.1	4.3	4.7	5.1	5.6	6.0	6.3	6.5
3개월	0.0402	5.8458	0.1262	4.6	4.7	5.0	5.4	5.8	6.4	6.9	7.2	7.4
4개월	−0.0050	6.4237	0.1240	5.1	5.2	5.5	5.9	6.4	7.0	7.5	7.9	8.1
5개월	−0.0430	6.8985	0.1227	5.5	5.6	5.9	6.4	6.9	7.5	8.1	8.4	8.7
6개월	−0.0756	7.2970	0.1220	5.8	6.0	6.2	6.7	7.3	7.9	8.5	8.9	9.2
7개월	−0.1039	7.6422	0.1218	6.1	6.3	6.5	7.0	7.6	8.3	8.9	9.4	9.6
8개월	−0.1288	7.9487	0.1218	6.3	6.5	6.8	7.3	7.9	8.6	9.3	9.7	10.0
9개월	−0.1507	8.2254	0.1220	6.6	6.8	7.0	7.6	8.2	8.9	9.6	10.1	10.4
10개월	−0.1700	8.4800	0.1222	6.8	7.0	7.3	7.8	8.5	9.2	9.9	10.4	10.7
11개월	−0.1872	8.7192	0.1225	7.0	7.2	7.5	8.0	8.7	9.5	10.2	10.7	11.0
12개월	−0.2024	8.9481	0.1227	7.1	7.3	7.7	8.2	8.9	9.7	10.5	11.0	11.3
15개월	−0.2384	9.6008	0.1230	7.7	7.9	8.2	8.8	9.6	10.4	11.3	11.8	12.2
18개월	−0.2637	10.2315	0.1231	8.2	8.4	8.8	9.4	10.2	11.1	12.0	12.6	13.0
21개월	−0.2815	10.8534	0.1234	8.7	8.9	9.3	10.0	10.9	11.8	12.8	13.4	13.8
2세	−0.2941	11.4775	0.1239	9.2	9.4	9.8	10.6	11.5	12.5	13.5	14.2	14.6
2세6개월	−0.3101	12.7055	0.1259	10.1	10.4	10.9	11.7	12.7	13.8	15.0	15.7	16.2
3세	0.5656	14.1998	0.0991	11.7	12.0	12.4	13.3	14.2	15.2	16.1	16.6	17.0
3세6개월	−0.0428	15.2236	0.1064	12.5	12.8	13.3	14.2	15.2	16.4	17.5	18.1	18.6
4세	−0.4372	16.2585	0.1124	13.3	13.6	14.1	15.1	16.3	17.6	18.9	19.7	20.3
4세6개월	−0.6987	17.3046	0.1175	14.1	14.4	15.0	16.0	17.3	18.8	20.3	21.3	22.0
5세	−0.8760	18.3616	0.1220	14.9	15.3	15.9	17.0	18.4	20.0	21.7	22.9	23.7
5세6개월	−0.9840	19.4555	0.1270	15.7	16.1	16.7	17.9	19.5	21.3	23.2	24.6	25.5
6세	−0.9954	20.6619	0.1340	16.5	16.9	17.6	18.9	20.7	22.7	24.9	26.5	27.6
6세6개월	−0.9411	21.9702	0.1418	17.3	17.8	18.6	20.0	22.0	24.3	26.8	28.6	29.9
7세	−0.8685	23.3870	0.1497	18.2	18.7	19.6	21.2	23.4	26.0	28.8	30.9	32.3
8세	−0.6971	26.5602	0.1643	20.1	20.7	21.8	23.9	26.6	29.8	33.4	35.8	37.6
9세	−0.5521	30.2033	0.1758	22.3	23.1	24.4	26.9	30.2	34.1	38.4	41.4	43.5
10세	−0.3496	34.4014	0.1852	24.8	25.8	27.4	30.4	34.4	39.1	44.1	47.5	49.9
11세	−0.1419	39.0908	0.1884	27.7	28.9	30.8	34.5	39.1	44.4	50.0	53.7	56.2
12세	−0.0241	43.7400	0.1818	31.1	32.5	34.7	38.7	43.7	49.5	55.3	59.1	61.7
13세	−0.0745	47.6564	0.1679	34.9	36.3	38.5	42.6	47.7	53.4	59.2	63.0	65.6
14세	−0.1734	50.5233	0.1536	38.1	39.5	41.6	45.6	50.5	56.1	61.7	65.4	67.9
15세	−0.1846	52.5631	0.1424	40.5	41.8	43.9	47.8	52.6	57.9	63.3	66.8	69.2
16세	−0.2100	53.7253	0.1351	41.9	43.2	45.3	49.1	53.7	58.9	64.1	67.5	69.8
17세	−0.3423	54.0797	0.1306	42.7	44.0	46.0	49.6	54.1	59.1	64.3	67.6	69.9
18세	−0.5908	54.0217	0.1273	43.2	44.3	46.2	49.7	54.0	59.0	64.1	67.5	69.9

[부표 3] 연령별 키 성장도표 LMS 및 추정 백분위수(남)

연령	L	M	S	백분위수								
				3	5	10	25	50	75	90	95	97
남												
출생	1.0000	49.8842	0.0380	46.3	46.8	47.5	48.6	49.9	51.2	52.3	53.0	53.4
1개월	1.0000	54.7244	0.0356	51.1	51.5	52.2	53.4	54.7	56.0	57.2	57.9	58.4
2개월	1.0000	58.4249	0.0342	54.7	55.1	55.9	57.1	58.4	59.8	61.0	61.7	62.2
3개월	1.0000	61.4292	0.0333	57.6	58.1	58.8	60.1	61.4	62.8	64.0	64.8	65.3
4개월	1.0000	63.8860	0.0326	60.0	60.5	61.2	62.5	63.9	65.3	66.6	67.3	67.8
5개월	1.0000	65.9026	0.0320	61.9	62.4	63.2	64.5	65.9	67.3	68.6	69.4	69.9
6개월	1.0000	67.6236	0.0317	63.6	64.1	64.9	66.2	67.6	69.1	70.4	71.1	71.6
7개월	1.0000	69.1645	0.0314	65.1	65.6	66.4	67.7	69.2	70.6	71.9	72.7	73.2
8개월	1.0000	70.5994	0.0312	66.5	67.0	67.8	69.1	70.6	72.1	73.4	74.2	74.7
9개월	1.0000	71.9687	0.0312	67.7	68.3	69.1	70.5	72.0	73.5	74.8	75.7	76.2
10개월	1.0000	73.2812	0.0312	69.0	69.5	70.4	71.7	73.3	74.8	76.2	77.0	77.6
11개월	1.0000	74.5388	0.0313	70.2	70.7	71.6	73.0	74.5	76.1	77.5	78.4	78.9
12개월	1.0000	75.7488	0.0314	71.3	71.8	72.7	74.1	75.7	77.4	78.8	79.7	80.2
15개월	1.0000	79.1458	0.0320	74.4	75.0	75.9	77.4	79.1	80.9	82.4	83.3	83.9
18개월	1.0000	82.2587	0.0328	77.2	77.8	78.8	80.4	82.3	84.1	85.7	86.7	87.3
21개월	1.0000	85.1348	0.0338	79.7	80.4	81.5	83.2	85.1	87.1	88.8	89.9	90.5
2세	1.0000	87.1161	0.0351	81.4	82.1	83.2	85.1	87.1	89.2	91.0	92.1	92.9
2세6개월	1.0000	91.9327	0.0370	85.5	86.3	87.6	89.6	91.9	94.2	96.3	97.5	98.3
3세	-1.0915	96.4961	0.0403	89.7	90.5	91.8	93.9	96.5	99.2	101.8	103.4	104.4
3세6개월	-0.5827	99.7930	0.0401	92.7	93.5	94.9	97.1	99.8	102.6	105.1	106.7	107.8
4세	-0.1597	103.0749	0.0400	95.6	96.5	97.9	100.3	103.1	105.9	108.5	110.1	111.2
4세6개월	0.1897	106.3440	0.0399	98.6	99.6	101.0	103.5	106.3	109.2	111.9	113.5	114.6
5세	0.4242	109.5896	0.0398	101.6	102.5	104.1	106.7	109.6	112.6	115.3	116.9	118.0
5세6개월	0.3787	112.7735	0.0400	104.5	105.5	107.1	109.8	112.8	115.8	118.7	120.4	121.5
6세	0.1783	115.9183	0.0403	107.4	108.4	110.1	112.8	115.9	119.1	122.0	123.8	125.0
6세6개월	0.0563	119.0136	0.0406	110.3	111.3	113.0	115.8	119.0	122.3	125.4	127.2	128.4
7세	0.0492	122.0537	0.0406	113.1	114.2	115.9	118.8	122.1	125.4	128.6	130.5	131.7
8세	0.1205	127.8793	0.0405	118.5	119.6	121.4	124.4	127.9	131.4	134.7	136.6	137.9
9세	0.1885	133.4136	0.0405	123.6	124.8	126.6	129.8	133.4	137.1	140.5	142.5	143.9
10세	-0.0752	138.8473	0.0417	128.4	129.7	131.6	135.0	138.8	142.8	146.5	148.7	150.2
11세	0.0886	144.7010	0.0438	133.2	134.6	136.8	140.5	144.7	149.0	153.0	155.5	157.1
12세	0.8928	151.4223	0.0465	138.2	139.9	142.4	146.7	151.4	156.2	160.5	163.0	164.7
13세	2.0111	158.6245	0.0463	144.2	146.1	148.9	153.6	158.6	163.5	167.8	170.3	171.9
14세	3.3119	164.9650	0.0417	150.6	152.6	155.5	160.2	165.0	169.5	173.3	175.5	176.9
15세	3.5208	169.1812	0.0363	156.5	158.2	160.8	164.9	169.2	173.2	176.6	178.6	179.9
16세	2.1540	171.3949	0.0332	160.3	161.7	163.9	167.5	171.4	175.2	178.5	180.5	181.7
17세	0.9751	172.6404	0.0321	162.2	163.5	165.5	168.9	172.6	176.4	179.7	181.8	183.1
18세	0.3638	173.6037	0.0320	163.3	164.6	166.6	169.9	173.6	177.4	180.8	182.9	184.3

[부표 4] 연령별 키 성장도표 LMS 및 추정 백분위수(여)

연령	L	M	S	백분위수								
				3	5	10	25	50	75	90	95	97
여												
출생	0	1.0000	49.8842	0.0380	46.3	46.8	47.5	48.6	49.9	51.2	52.3	53.0
1개월	1	1.0000	54.7244	0.0356	51.1	51.5	52.2	53.4	54.7	56.0	57.2	57.9
2개월	2	1.0000	58.4249	0.0342	54.7	55.1	55.9	57.1	58.4	59.8	61.0	61.7
3개월	3	1.0000	61.4292	0.0333	57.6	58.1	58.8	60.1	61.4	62.8	64.0	64.8
4개월	4	1.0000	63.8860	0.0326	60.0	60.5	61.2	62.5	63.9	65.3	66.6	67.3
5개월	5	1.0000	65.9026	0.0320	61.9	62.4	63.2	64.5	65.9	67.3	68.6	69.4
6개월	6	1.0000	67.6236	0.0317	63.6	64.1	64.9	66.2	67.6	69.1	70.4	71.1
7개월	7	1.0000	69.1645	0.0314	65.1	65.6	66.4	67.7	69.2	70.6	71.9	72.7
8개월	8	1.0000	70.5994	0.0312	66.5	67.0	67.8	69.1	70.6	72.1	73.4	74.2
9개월	9	1.0000	71.9687	0.0312	67.7	68.3	69.1	70.5	72.0	73.5	74.8	75.7
10개월	10	1.0000	73.2812	0.0312	69.0	69.5	70.4	71.7	73.3	74.8	76.2	77.0
11개월	11	1.0000	74.5388	0.0313	70.2	70.7	71.6	73.0	74.5	76.1	77.5	78.4
12개월	12	1.0000	75.7488	0.0314	71.3	71.8	72.7	74.1	75.7	77.4	78.8	79.7
15개월	15	1.0000	79.1458	0.0320	74.4	75.0	75.9	77.4	79.1	80.9	82.4	83.3
18개월	18	1.0000	82.2587	0.0328	77.2	77.8	78.8	80.4	82.3	84.1	85.7	86.7
21개월	21	1.0000	85.1348	0.0338	79.7	80.4	81.5	83.2	85.1	87.1	88.8	89.9
2세	24	1.0000	87.1161	0.0351	81.4	82.1	83.2	85.1	87.1	89.2	91.0	92.1
2세6개월	30	1.0000	91.9327	0.0370	85.5	86.3	87.6	89.6	91.9	94.2	96.3	97.5
3세	36	-1.0915	96.4961	0.0403	89.7	90.5	91.8	93.9	96.5	99.2	101.8	103.4
3세6개월	42	-0.5827	99.7930	0.0401	92.7	93.5	94.9	97.1	99.8	102.6	105.1	106.7
4세	48	-0.1597	103.0749	0.0400	95.6	96.5	97.9	100.3	103.1	105.9	108.5	110.1
4세6개월	54	0.1897	106.3440	0.0399	98.6	99.6	101.0	103.5	106.3	109.2	111.9	113.5
5세	60	0.4242	109.5896	0.0398	101.6	102.5	104.1	106.7	109.6	112.6	115.3	116.9
5세6개월	66	0.3787	112.7735	0.0400	104.5	105.5	107.1	109.8	112.8	115.8	118.7	120.4
6세	72	0.1783	115.9183	0.0403	107.4	108.4	110.1	112.8	115.9	119.1	122.0	123.8
6세6개월	78	0.0563	119.0136	0.0406	110.3	111.3	113.0	115.8	119.0	122.3	125.4	127.2
7세	84	0.0492	122.0537	0.0406	113.1	114.2	115.9	118.8	122.1	125.4	128.6	130.5
8세	96	0.1205	127.8793	0.0405	118.5	119.6	121.4	124.4	127.9	131.4	134.7	136.6
9세	108	0.1885	133.4136	0.0405	123.6	124.8	126.6	129.8	133.4	137.1	140.5	142.5
10세	120	-0.0752	138.8473	0.0417	128.4	129.7	131.6	135.0	138.8	142.8	146.5	148.7
11세	132	0.0886	144.7010	0.0438	133.2	134.6	136.8	140.5	144.7	149.0	153.0	155.5
12세	144	0.8928	151.4223	0.0465	138.2	139.9	142.4	146.7	151.4	156.2	160.5	163.0
13세	156	2.0111	158.6245	0.0463	144.2	146.1	148.9	153.6	158.6	163.5	167.8	170.3
14세	168	3.3119	164.9650	0.0417	150.6	152.6	155.5	160.2	165.0	169.5	173.3	175.5
15세	180	3.5208	169.1812	0.0363	156.5	158.2	160.8	164.9	169.2	173.2	176.6	178.6
16세	192	2.1540	171.3949	0.0332	160.3	161.7	163.9	167.5	171.4	175.2	178.5	180.5
17세	204	0.9751	172.6404	0.0321	162.2	163.5	165.5	168.9	172.6	176.4	179.7	181.8
18세	216	0.3638	173.6037	0.0320	163.3	164.6	166.6	169.9	173.6	177.4	180.8	182.9

[부표 5] 연령별 체질량지수 성장도표 LMS 및 추정 백분위수(남)

연령	L	M	S	백분위수									
				3	5	10	25	50	75	85	90	95	97
남													
2세	-0.6187	16.0189	0.0779	13.9	14.2	14.5	15.2	16.0	16.9	17.4	17.8	18.3	18.7
2세6개월	-0.4274	15.7953	0.0784	13.7	13.9	14.3	15.0	15.8	16.7	17.2	17.5	18.0	18.4
3세	1.8637	15.9455	0.0665	13.8	14.1	14.5	15.2	15.9	16.6	17.0	17.3	17.6	17.8
3세6개월	1.1096	15.9302	0.0706	13.8	14.1	14.5	15.2	15.9	16.7	17.1	17.4	17.8	18.0
4세	0.4885	15.9165	0.0744	13.8	14.0	14.4	15.1	15.9	16.7	17.2	17.5	17.9	18.2
4세6개월	-0.0100	15.9156	0.0781	13.7	14.0	14.4	15.1	15.9	16.8	17.3	17.6	18.1	18.4
5세	-0.3931	15.9217	0.0818	13.7	14.0	14.4	15.1	15.9	16.8	17.4	17.7	18.3	18.7
5세6개월	-0.6673	15.9535	0.0857	13.7	13.9	14.3	15.1	16.0	16.9	17.5	17.9	18.5	18.9
6세	-0.8494	16.0100	0.0899	13.7	13.9	14.3	15.1	16.0	17.0	17.6	18.1	18.8	19.2
6세6개월	-0.8916	16.1786	0.0958	13.7	14.0	14.4	15.2	16.2	17.3	18.0	18.4	19.2	19.7
7세	-0.8944	16.3645	0.1018	13.7	14.0	14.5	15.3	16.4	17.6	18.3	18.8	19.6	20.2
8세	-0.7555	16.9147	0.1148	13.8	14.2	14.7	15.7	16.9	18.3	19.2	19.8	20.7	21.4
9세	-0.4597	17.6255	0.1271	14.0	14.4	15.1	16.2	17.6	19.2	20.2	20.9	22.0	22.7
10세	-0.1828	18.3862	0.1370	14.3	14.7	15.5	16.8	18.4	20.2	21.2	22.0	23.1	23.9
11세	0.0140	19.1356	0.1432	14.6	15.1	15.9	17.4	19.1	21.1	22.2	23.0	24.2	25.0
12세	0.1009	19.7966	0.1454	15.0	15.5	16.4	17.9	19.8	21.8	23.0	23.8	25.1	25.9
13세	0.0879	20.3193	0.1435	15.5	16.0	16.9	18.4	20.3	22.4	23.6	24.4	25.7	26.5
14세	0.0551	20.7616	0.1381	16.0	16.5	17.4	18.9	20.8	22.8	23.9	24.8	26.0	26.9
15세	0.0686	21.1740	0.1310	16.5	17.0	17.9	19.4	21.2	23.1	24.2	25.0	26.2	27.0
16세	0.1283	21.5696	0.1250	17.0	17.5	18.3	19.8	21.6	23.5	24.5	25.3	26.4	27.2
17세	0.2417	21.9445	0.1207	17.4	17.9	18.7	20.2	21.9	23.8	24.8	25.5	26.6	27.4
18세	0.3824	22.3005	0.1170	17.7	18.3	19.1	20.6	22.3	24.1	25.1	25.8	26.9	27.5

[부표 6] 연령별 체질량지수 성장도표 LMS 및 추정 백분위수(여)

연령	L	M	S	백분위수									
				3	5	10	25	50	75	85	90	95	97
여													
2세	-0.5684	15.6881	0.0845	13.5	13.7	14.1	14.8	15.7	16.6	17.2	17.5	18.1	18.5
2세6개월	-0.5684	15.5276	0.0844	13.3	13.6	14.0	14.7	15.5	16.5	17.0	17.4	17.9	18.3
3세	1.7658	15.7543	0.0677	13.6	13.9	14.3	15.0	15.8	16.5	16.8	17.1	17.4	17.7
3세6개월	0.9805	15.7438	0.0726	13.6	13.9	14.3	15.0	15.7	16.5	16.9	17.2	17.6	17.9
4세	0.3375	15.7321	0.0772	13.6	13.8	14.2	14.9	15.7	16.6	17.0	17.3	17.8	18.1
4세6개월	-0.1684	15.7288	0.0815	13.5	13.8	14.2	14.9	15.7	16.6	17.1	17.5	18.0	18.4
5세	-0.5537	15.7308	0.0857	13.5	13.7	14.1	14.9	15.7	16.7	17.2	17.6	18.2	18.6
5세6개월	-0.8229	15.7530	0.0901	13.4	13.7	14.1	14.8	15.8	16.8	17.4	17.8	18.4	18.9
6세	-0.9929	15.7972	0.0946	13.4	13.7	14.1	14.8	15.8	16.9	17.5	18.0	18.7	19.2
6세6개월	-0.9976	15.9408	0.1005	13.4	13.7	14.1	14.9	15.9	17.1	17.8	18.3	19.1	19.7
7세	-0.9677	16.1003	0.1064	13.4	13.7	14.2	15.0	16.1	17.3	18.1	18.6	19.5	20.1
8세	-0.7556	16.5815	0.1179	13.5	13.8	14.4	15.3	16.6	18.0	18.8	19.5	20.4	21.1
9세	-0.5108	17.1807	0.1276	13.7	14.1	14.7	15.8	17.2	18.8	19.7	20.4	21.5	22.2
10세	-0.3196	17.8202	0.1349	14.0	14.4	15.1	16.3	17.8	19.5	20.6	21.3	22.4	23.2
11세	-0.2055	18.4741	0.1388	14.3	14.8	15.5	16.8	18.5	20.3	21.4	22.1	23.3	24.2
12세	-0.1841	19.1168	0.1388	14.8	15.3	16.0	17.4	19.1	21.0	22.1	22.9	24.1	25.0
13세	-0.1641	19.7377	0.1355	15.4	15.9	16.6	18.0	19.7	21.6	22.8	23.5	24.8	25.6
14세	-0.0802	20.3049	0.1300	15.9	16.4	17.2	18.6	20.3	22.2	23.3	24.0	25.2	26.0
15세	0.0230	20.7675	0.1236	16.4	16.9	17.7	19.1	20.8	22.6	23.6	24.3	25.4	26.2
16세	0.0450	21.0433	0.1183	16.8	17.3	18.1	19.4	21.0	22.8	23.8	24.5	25.5	26.3
17세	-0.1287	21.0754	0.1150	17.0	17.5	18.2	19.5	21.1	22.8	23.8	24.5	25.5	26.2
18세	-0.3680	21.0362	0.1126	17.2	17.6	18.3	19.5	21.0	22.7	23.7	24.4	25.5	26.2

[부표 7] 연령별 머리둘레 성장도표 LMS 및 추정 백분위수(남)

연령	L	M	S	백분위수								
				3	5	10	25	50	75	85	90	95
남												
출생	1.0000	34.4618	0.0369	32.1	32.4	32.8	33.6	34.5	35.3	35.8	36.1	36.6
1개월	1.0000	37.2759	0.0313	35.1	35.4	35.8	36.5	37.3	38.1	38.5	38.8	39.2
2개월	1.0000	39.1285	0.0300	36.9	37.2	37.6	38.3	39.1	39.9	40.3	40.6	41.1
3개월	1.0000	40.5135	0.0292	38.3	38.6	39.0	39.7	40.5	41.3	41.7	42.0	42.5
4개월	1.0000	41.6317	0.0287	39.4	39.7	40.1	40.8	41.6	42.4	42.9	43.2	43.6
5개월	1.0000	42.5576	0.0284	40.3	40.6	41.0	41.7	42.6	43.4	43.8	44.1	44.5
6개월	1.0000	43.3306	0.0282	41.0	41.3	41.8	42.5	43.3	44.2	44.6	44.9	45.3
7개월	1.0000	43.9803	0.0280	41.7	42.0	42.4	43.1	44.0	44.8	45.3	45.6	46.0
8개월	1.0000	44.5300	0.0280	42.2	42.5	42.9	43.7	44.5	45.4	45.8	46.1	46.6
9개월	1.0000	44.9998	0.0279	42.6	42.9	43.4	44.2	45.0	45.8	46.3	46.6	47.1
10개월	1.0000	45.4051	0.0279	43.0	43.3	43.8	44.6	45.4	46.3	46.7	47.0	47.5
11개월	1.0000	45.7573	0.0279	43.4	43.7	44.1	44.9	45.8	46.6	47.1	47.4	47.9
12개월	1.0000	46.0661	0.0279	43.6	44.0	44.4	45.2	46.1	46.9	47.4	47.7	48.2
15개월	1.0000	46.8060	0.0279	44.3	44.7	45.1	45.9	46.8	47.7	48.2	48.5	49.0
18개월	1.0000	47.3711	0.0280	44.9	45.2	45.7	46.5	47.4	48.3	48.7	49.1	49.6
21개월	1.0000	47.8408	0.0281	45.3	45.6	46.1	46.9	47.8	48.7	49.2	49.6	50.1
2세	1.0000	48.2515	0.0282	45.7	46.0	46.5	47.3	48.3	49.2	49.7	50.0	50.5
2세6개월	1.0000	48.9351	0.0285	46.3	46.6	47.1	48.0	48.9	49.9	50.4	50.7	51.2
3세	2.6606	49.8263	0.0321	46.7	47.1	47.7	48.7	49.8	50.9	51.4	51.8	52.3
3세6개월	1.8796	50.2081	0.0300	47.3	47.7	48.2	49.2	50.2	51.2	51.7	52.1	52.6
4세	0.9577	50.5376	0.0287	47.8	48.2	48.7	49.6	50.5	51.5	52.0	52.4	52.9
4세6개월	-0.3760	50.8255	0.0280	48.2	48.6	49.0	49.9	50.8	51.8	52.3	52.7	53.2
5세	-0.7259	51.1140	0.0278	48.6	48.9	49.3	50.2	51.1	52.1	52.6	53.0	53.5
5세6개월	-0.0465	51.3959	0.0278	48.8	49.1	49.6	50.4	51.4	52.4	52.9	53.3	53.8
6세	0.8262	51.6765	0.0278	49.0	49.3	49.8	50.7	51.7	52.6	53.2	53.5	54.0

[부표 8] 연령별 머리둘레 성장도표 LMS 및 추정 백분위수(여)

연령	L	M	S	백분위수								
				3	5	10	25	50	75	85	90	95
여												
출생	1.0000	33.8787	0.0350	31.7	31.9	32.4	33.1	33.9	34.7	35.1	35.4	35.8
1개월	1.0000	36.5463	0.0321	34.3	34.6	35.0	35.8	36.5	37.3	37.8	38.0	38.5
2개월	1.0000	38.2521	0.0317	36.0	36.3	36.7	37.4	38.3	39.1	39.5	39.8	40.2
3개월	1.0000	39.5328	0.0314	37.2	37.5	37.9	38.7	39.5	40.4	40.8	41.1	41.6
4개월	1.0000	40.5817	0.0312	38.2	38.5	39.0	39.7	40.6	41.4	41.9	42.2	42.7
5개월	1.0000	41.4590	0.0310	39.0	39.3	39.8	40.6	41.5	42.3	42.8	43.1	43.6
6개월	1.0000	42.1995	0.0309	39.7	40.1	40.5	41.3	42.2	43.1	43.5	43.9	44.3
7개월	1.0000	42.8290	0.0308	40.4	40.7	41.1	41.9	42.8	43.7	44.2	44.5	45.0
8개월	1.0000	43.3671	0.0306	40.9	41.2	41.7	42.5	43.4	44.3	44.7	45.1	45.6
9개월	1.0000	43.8300	0.0305	41.3	41.6	42.1	42.9	43.8	44.7	45.2	45.5	46.0
10개월	1.0000	44.2319	0.0304	41.7	42.0	42.5	43.3	44.2	45.1	45.6	46.0	46.4
11개월	1.0000	44.5844	0.0304	42.0	42.4	42.9	43.7	44.6	45.5	46.0	46.3	46.8
12개월	1.0000	44.8965	0.0303	42.3	42.7	43.2	44.0	44.9	45.8	46.3	46.6	47.1
15개월	1.0000	45.6551	0.0301	43.1	43.4	43.9	44.7	45.7	46.6	47.1	47.4	47.9
18개월	1.0000	46.2424	0.0299	43.6	44.0	44.5	45.3	46.2	47.2	47.7	48.0	48.5
21개월	1.0000	46.7384	0.0297	44.1	44.5	45.0	45.8	46.7	47.7	48.2	48.5	49.0
2세	1.0000	47.1822	0.0296	44.6	44.9	45.4	46.2	47.2	48.1	48.6	49.0	49.5
2세6개월	1.0000	47.9340	0.0293	45.3	45.6	46.1	47.0	47.9	48.9	49.4	49.7	50.2
3세	0.9102	48.8484	0.0316	46.0	46.3	46.9	47.8	48.8	49.9	50.5	50.8	51.4
3세6개월	0.3414	49.2609	0.0305	46.5	46.8	47.4	48.3	49.3	50.3	50.8	51.2	51.8
4세	0.2361	49.6089	0.0296	46.9	47.2	47.8	48.6	49.6	50.6	51.1	51.5	52.1
4세6개월	0.4413	49.9350	0.0286	47.3	47.6	48.1	49.0	49.9	50.9	51.4	51.8	52.3
5세	-0.1328	50.2441	0.0278	47.7	48.0	48.5	49.3	50.2	51.2	51.7	52.1	52.6
5세6개월	-0.8581	50.5518	0.0275	48.1	48.4	48.8	49.6	50.6	51.5	52.0	52.4	52.9
6세	-1.5622	50.8608	0.0273	48.4	48.7	49.2	49.9	50.9	51.8	52.4	52.7	53.3

03 영유아 건강검진 의뢰 가이드라인

1. 각 검진시기별 의뢰 가이드라인

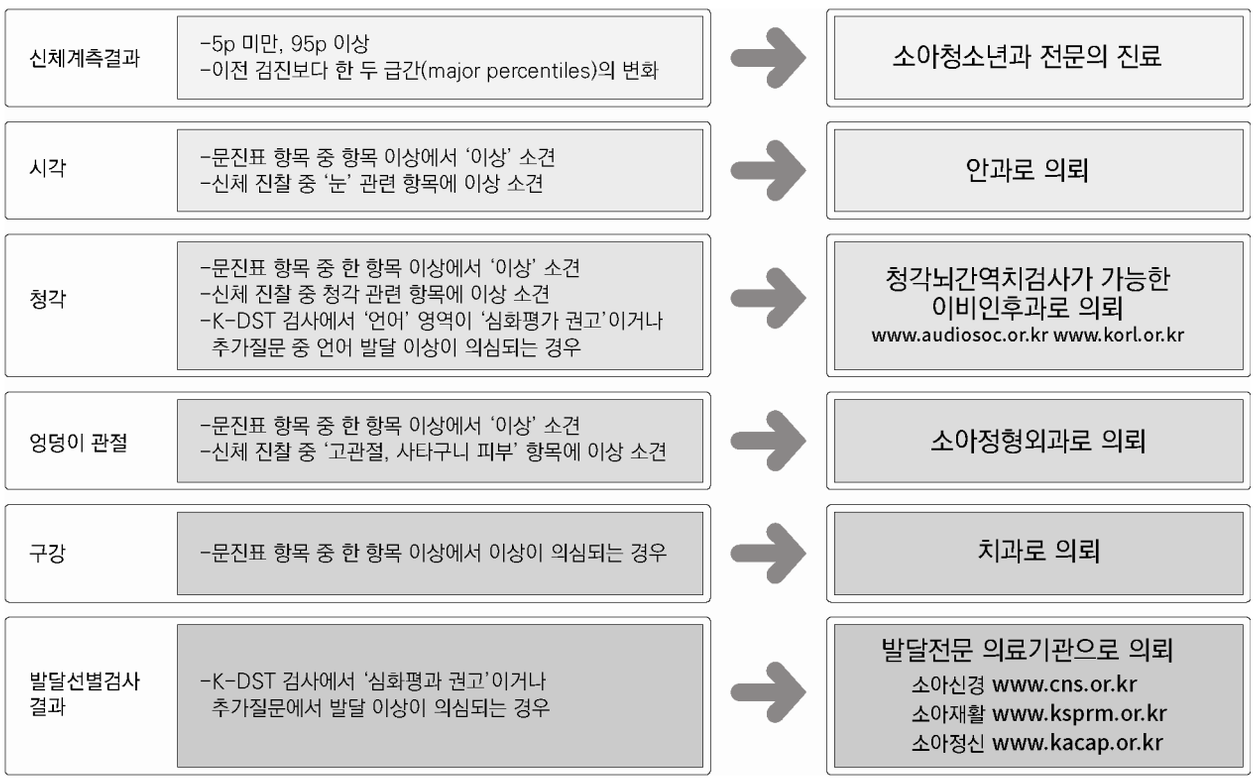
1) 1차 (14~35 일) 검진 의뢰 가이드라인

신체계측결과	-5p 미만, 95p 이상	소아청소년과 전문의 진료
시각	-문진표 항목 중 항목 이상에서 '이상' 소견 -신체 진찰 중 '눈' 관련 항목에 이상 소견	안과로 의뢰
청각	-문진표 항목 중 한 항목 이상에서 '이상' 소견 -신체 진찰 중 '귀' 관련 항목에 이상 소견	청각뇌간역치검사가 가능한 이비인후과로 의뢰 www.audiosoc.or.kr www.korl.or.kr
엉덩이 관절	-문진표 항목 중 한 항목 이상에서 '이상' 소견 -신체 진찰 중 '고관절, 사타구니 피부' 항목에 이상 소견	고관절 초음파 검사가 가능한 의료기관 또는 소아정형외과로 의뢰

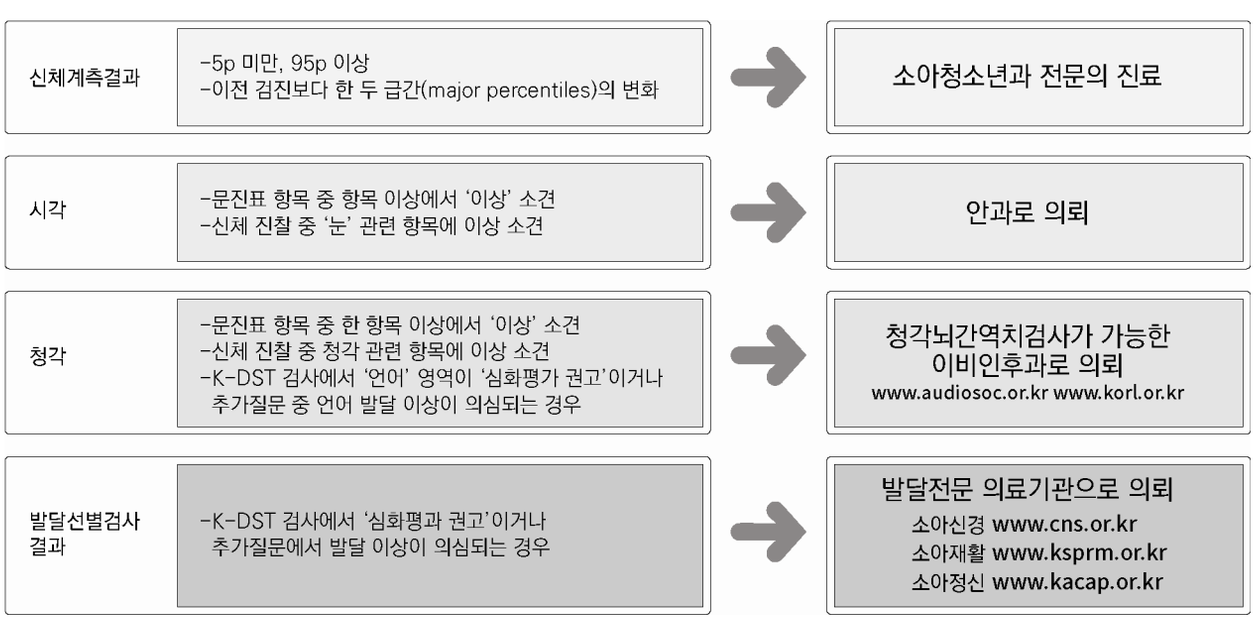
2) 2차 (4~6개월) 검진 의뢰 가이드라인

신체계측결과	-5p 미만, 95p 이상 -이전 검진보다 한 두 급간(major percentiles)의 변화	소아청소년과 전문의 진료
시각	-문진표 항목 중 항목 이상에서 '이상' 소견 -신체 진찰 중 '눈' 관련 항목에 이상 소견	안과로 의뢰
청각	-문진표 항목 중 한 항목 이상에서 '이상' 소견 -신체 진찰 중 청각 관련 항목에 이상 소견	청각뇌간역치검사가 가능한 이비인후과로 의뢰 www.audiosoc.or.kr www.korl.or.kr
엉덩이 관절	-문진표 항목 중 한 항목 이상에서 '이상' 소견 -신체 진찰 중 '고관절, 사타구니 피부' 항목에 이상 소견	소아정형외과로 의뢰

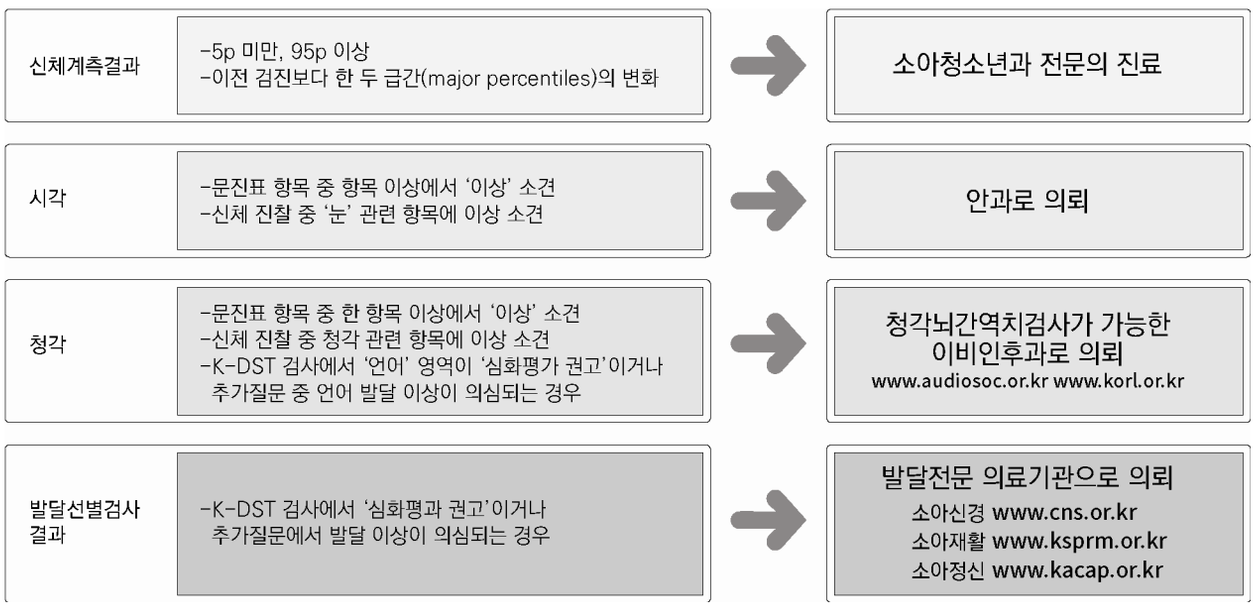
3) 3차 (9~12개월) 검진 의뢰 가이드라인



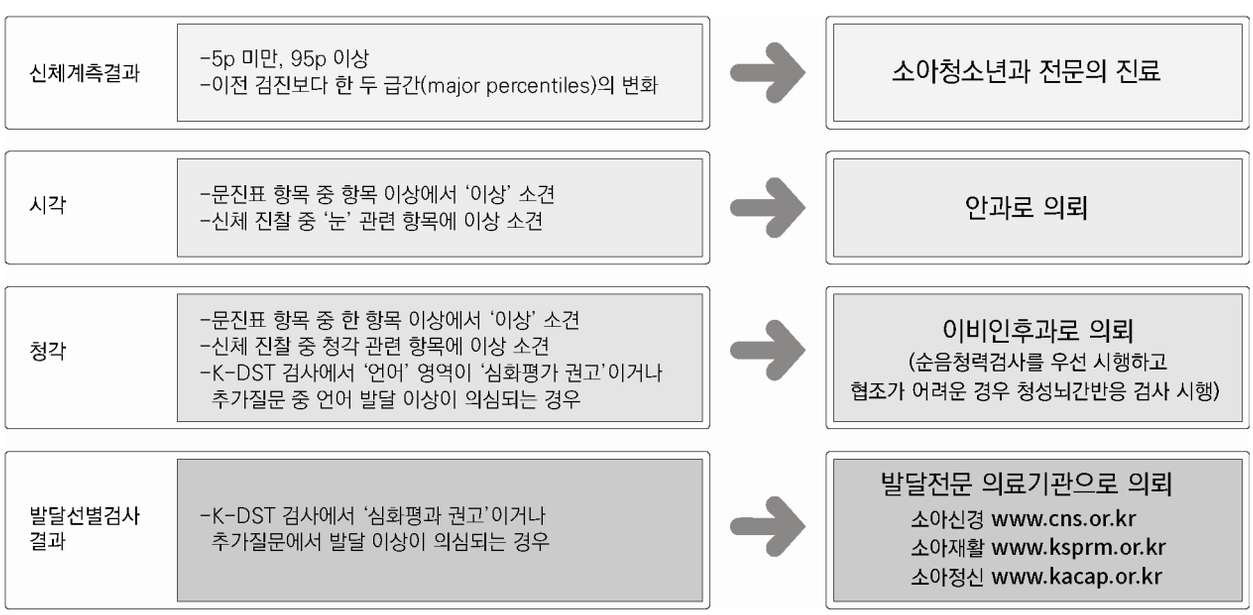
4) 4차 (18~24개월) 검진 의뢰 가이드라인



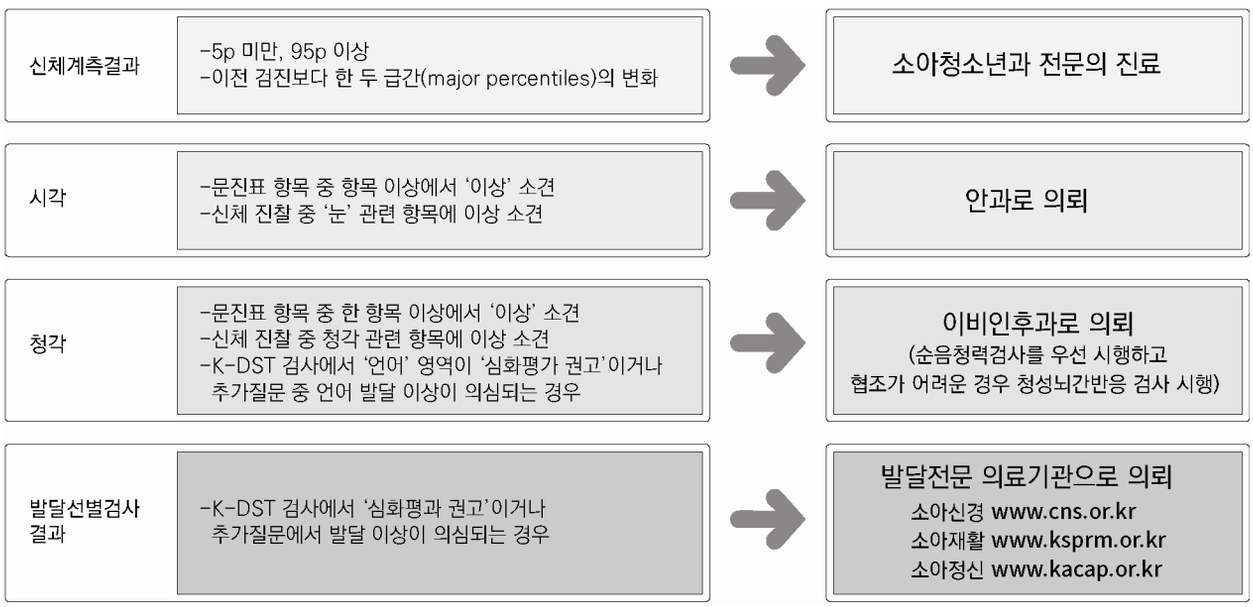
5) 5차 (30~36개월) 검진 의뢰 가이드라인



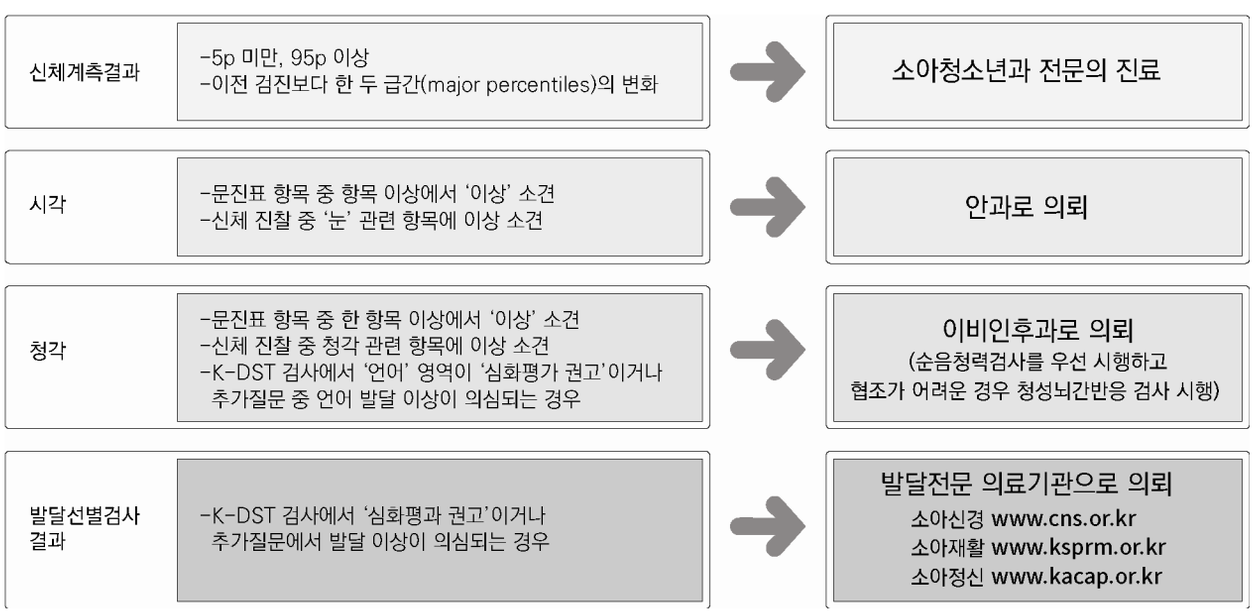
6) 6차 (42~48개월) 검진 의뢰 가이드라인



7) 7차 (54~60 개월) 검진 의뢰 가이드라인



8) 8차 (66~71 개월) 검진 의뢰 가이드라인



04 영유아 건강검진 의뢰 체계

1. 대상자 안내

1) 영유아 건강검진 실시 안내

① 공단에서 매 검진시기별 영유아 건강검진 대상자에게 건강 검진표 일괄 송부
② 지역가입자는 자격 D/B상 주소지, 직장가입자 및 피부양자는 가입자의 주민등록 주소지, 의료급여수급권자는 세대주 주민등록 주소지
③ 발송대상: 6세 미만(71개월 이하)의 영유아로 건강검진을 받을 수 있는 자격유지자
④ 발송내용: 시기별 검진가능기간이 기재된 검진안내 및 해당지역별 영유아 검진기관 명부 첨부

2) 관할지사 구분

① 지역가입자: 자격 D/B상 주소(세대상세 주소)
② 직장가입자 및 피부양자: 직장가입자의 주민등록 주소
③ 의료급여수급권자: 주민등록주소지 관할 보건소(시군구 단위)

2. 대상자 관리

1) 검진 대상자

생후 4개월에서 6세 미만(71개월 이하) 건강보험가입자 및 피부양자와 의료급여수급권자 중 건강검진대상자로 해당 자격 유지자

2) 대상자 추가등록

① 급여정지자 중 입국하여 검진을 받고자 할 경우 해당 직역으로 등록
② 지역가입자와 직장피부양자 간의 자격변동 건은 대상자 변경 필요 없음
③ 소급취득, 국적취득, 의료급여수급권자 제외 등의 사유로 건강보험 자격을 취득한 자
④ 자격취득과 동시 영유아 건강검진 자동연계 대상에서 제외된 자

3) 급여정지자 처리기준

① 최초 일괄구축 시: 급여정지자 전원 제외
② 사업 연도 중 정지자: 자격과 자동으로 연계하여 대상에서 제외
③ 사업연도 중 복귀자: 자격과 연계하여 자동 대상자로 변동 처리

4) 취소대상

① 자진 포기자
② 건강보험 자격이 상실되었거나 급여가 정지된 자(예: 사망자, 해외출국자 등)

3. 검진 실시

1) 대상자 확인

① 영유아검진기관은 공단에서 송부한 영유아 건강검진표 또는 건강보험증, 의료급여증(의료급여증명서)로 대상자 확인
② 검진표 분실 시
- 공단으로 전화(☏1577-1000)하여 대상자 확인 또는 영유아 건강검진 대상자 확인서 재발급 신청
- 공단홈페이지에 가족회원 가입 후 영유아 건강검진 대상자 확인서 직접발급

③ 검진기관은 영유아 건강검진표가 없어도 공단으로 전화 또는 건강검진 포탈시스템에서 대상자 확인 후 검진 실시 가능함을 안내
④ 검진기관은 이중수검 방지를 위해 건강검진 포탈시스템(검진대상자)에서 조회 및 검진여부 체크(주민등록번호, 성명 입력 후 조회 또는 저장버튼 클릭)

2) 영유아 건강검진 실시 방법

① 건강검진은 검진기관에서 시기별로 수검자가 해당하는 검진가능기간 내에 실시하여야 하며,
② 검진기관은 검진대상자 자비부담의 검사항목 추가 실시를 유도하는 행위를 할 수 없다.
③ 영유아 검진기관은 건강검진을 거부할 수 없으며, 지정된 검사항목을 누락하거나 다른 항목의 검사를 유도하여서는 안된다.
④ 구강검진은 치과검진기관에서 실시한다.
⑤ 검진기관은 다음 각 호의 사항을 검진실시 전에 준비하여야 한다.
- 영유아 건강검진문진표
- 구강검진기관의 경우 구강검진문진표 및 결과통보서
- 발달선별검사도구표
- 영유아 건강검진에 관한 안내표시판 등

3) 영유아 건강검진 실시 항목

(1) 문진 및 진찰

① 신체진찰, 시각 및 청각문진
② 신체계측: 키, 몸무게, 머리둘레, 체질량지수(30, 42, 54, 66개월만 해당)
③ 시력검사: 42, 54, 66개월에 실시… 그림 또는 숫자시력표

(2) 발달평가 및 상담

① 발달선별검사도구를 사용하여 실시(4개월은 제외)
② 검진대상자의 월령에 맞는 도구 선택

(3) 건강교육

안전사고 예방, 영양, 수면(14일, 4개월), 구강(9개월), 대소변 가리기(18개월, 30개월), 전자미디어 노출(4개월, 18개월, 54개월), 정서 및 사회성(9개월, 30개월), 개인 위생(18개월), 취학 전 준비(30개월, 66개월)

2021년도 영유아 검진시기별 검진항목

검진항목		1차 검진	2차 검진	3차 검진	4차 검진	5차 검진	6차 검진	7차 검진	8차 검진
		14~35일	4~6개월	9~12개월	18~24개월	30~36개월	42~48개월	54~60개월	66~71개월
문진 및 진찰		●	●	●	●	●	●	●	●
신체계측		●	●	●	●	●	●	●	●
발달평가 및 상담				●	●	●	●	●	●
시력검사							●	●	●
건강교육	안전사고예방	●	●	●	●		●	●	●
	영양	●	●	●	●	●	●	●	●
	수면	●	●						
	구강관리			●					
	대소변 가리기				●	●			
	전자미디어 노출		●		●			●	
	정서 및 사회성			●		●			
	개인 위생				●				
	취학 전 준비					●			●
구강검진					●		●	●	

4) 검진기록 보존

① 문진표 및 영유아 건강검진 결과통보서: 5년
② 발달검사도구(K-DST 결과표): 5년

4. 영유아 건강검진 결과 통보

1) 영유아 건강검진 및 구강검진을 실시한 검진기관은 수검자에게 전산출력물 등을 이용하여 결과통보서를 직접 교부하여야 한다.

2) 검진기관이 영유아 건강검진 결과를 전산출력물 등을 이용하여 수기로 기재할 경우에는 신체계측란에 “영유아 건강검진 연령별·성별 성장도표”를 편집하여 인쇄하고, 연령과 성별을 확인한 후 정확하게 기재하여야 한다.

3) 검진기관은 건강검진 결과를 전산으로 관리하는 경우에는「의료법」제23조 및「건강검진기본법」제18조제4항에 따라 관리하여야 한다.

※ 의료법 제23조(전자의무기록)

① 의료인이나 의료기관 개설자는 제22조의 규정에도 불구하고 진료기록부등을「전자서명법」에 따른 전자서명이 기재된 전자문서(이하 “전자의무기록”이라 한다)로 작성·보관할 수 있다.

② 의료인이나 의료기관 개설자는 보건복지부령으로 정하는 바에 따라 전자의무기록을 안전하게 관리·보존하는 데에 필요한 시설과 장비를 갖추어야 한다.

③ 누구든지 정당한 사유 없이 전자의무기록에 저장된 개인정보를 탐지하거나 누출·변조 또는 훼손하여서는 아니 된다.

※ 건강검진기본법 제18조(검진자료의 활용)

④ 검진자료의 수집, 관리 및 통계의 작성이나 개인정보 및 사생활 보호 등에 필요한 세부사항은 대통령령으로 정한다.

※ 건강검진기본법시행령 제11조(검진자료의 수집·관리 및 통계의 작성)

① 법 제18조에 따른 건강검진자료를 활용한 통계의 작성은「통계법」을 준용한다.

② 보건복지부장관 및 관계 중앙행정기관의 장은 법 제18조에 따라 개인정보가 포함된 건강검진자료를 활용하려는 경우에는 개인정보의 활용에 관하여 검진대상자의 동의를 받아야 한다.

4) 검진기관은 「건강검진기본법」제19조제1항에 따라 건강검진결과 건강을 위협하는 요인이나 질병을 의심할 수 있는 요인 등이 발견된 자에 대하여 상담 또는 전문의료기관의 의뢰 등 필요한 조치를 취하여야 한다.

※ 제19조(국가건강검진 사후관리)

① 국가와 지방자치단체는 검진기관의 장으로 하여금 건강검진결과 건강을 위협하는 요인이나 질병을 의심할 수 있는 요인 등이 발견된 자에 대하여 상담 또는 전문 의료기관의 의뢰 등 필요한 조치를 하도록 할 수 있다.

5) 기타 영유아 건강검진 결과 통보에 대한 사항은 건강검진 실시기준 및 운영세칙에 준한다.

5. 영유아검진기관 지정 및 취소 등

1) 영유아검진기관 지정

영유아검진기관 지정신청서 제출

① 검진기관 지정신청서에 다음 각 호의 서류를 첨부하여 공단에 제출
   ㉠ 검진 인력·시설 및 장비 현황 1부
   ㉡ 검진인력 자격과 채용관계 증명서류 1부
   ㉢ 교육수료증(영유아검진기관, 일반검진기관 중 보건복지부장관이 정하여 고시하는 건강검진을 실시하는 기관 또는 구강검진기관의 지정을 신청하는 경우에만 제출한다.)

② 공단은 검진기관 지정신청서를 제출받으면 해당 기관이 지정기준에 적합한지를 검토·확인하여야 한다.

③ 공단은 검토·확인을 마친 경우에는 검진기관 지정신청서에 그 결과를 기재한 검토의견서를 첨부하여 접수일부터 7일 이내에 관할 특별자치도지사·시장·군수·구청장(자치구의 구청장을 말한다. 이하 같다)에게 송부하여야 한다.

④ 검진기관 지정신청서 및 검토의견서를 받은 특별자치도지사·시장·군수·구청장은 제출받은 날부터 3일 이내에 지정 여부를 결정하여 검진기관 지정서를 신청기관에 발급하고, 공단에 지정 결과를 통보하여야 한다.

2) 영유아검진기관 지정취소

(1) 검진기관은 지정의 취소를 요청하려는 경우 검진기관 지정취소 요청서에 검진기관 지정서를 첨부하여 관할 특별자치도지사·시장·군수·구청장에게 제출하여야 한다.

(2) 보건복지부장관은 검진기관이 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 때에는 그 지정을 취소하거나 6개월 이내의 기간을 정하여 국가건강검진 업무의 전부 또는 일부의 정지를 명할 수 있다.
   ① 거짓이나 그 밖의 부정한 방법으로 지정을 받은 때
   ② 검진기관 지정기준에 미달하게 된 때
   ③ 지정받은 사항을 위반하여 업무를 행한 때
   ④ 국가건강검진 실시 결과를 거짓으로 판정하거나 무적격자에 의해 국가건강검진을 실시한 때
   ⑤ 검진 비용을 고의로 거짓 청구한 경우
   ⑥ 국가건강검진이라는 사실을 정확히 알리지 아니하고 검진대상자를 유인하여 검진을 한 경우
   ⑦ 정당한 사유 없이 국가건강검진 실시를 거부한 경우
   ⑧ 정당한 사유 없이 검진기관의 평가를 거부한 경우

⑨ 정당한 사유 없이 관련 자료의 제출이나 의견 진술을 거부한 경우

(3) 보건복지부장관은 지정을 취소하거나 업무정지를 명하기 위하여 필요한 경우에는 해당 검진기관이 각 호의 사유에 해당하는지를 공단에 의뢰하여 확인하게 할 수 있다.

① 공단은「건강검진기본법 시행령」제10조제2항에 따라 의뢰받은 경우 다음 각 호의 사항을 확인한다.

- 인력·시설 및 장비 기준 충족 여부
- 검진 시행 및 비용 청구의 사실 여부
- 검진과 관련하여 민원이 발생한 경우 민원 내용의 사실 여부
- 그 밖에 건강검진기본법 제16조제1항 각 호 및 영 제10조제1항 각 호의 사유에 해당하는지 여부

② 검진기관은 지정이 취소되거나 업무정지명령을 받은 경우 발급받은 지정서를 특별자치도지사·시장·군수·구청장에게 반납하여야 한다.

③ 특별자치도지사·시장·군수·구청장은 검진기관에 대하여 지정을 취소하거나 업무정지를 명한 경우 그 사실을 공단에 통보하여야 한다.

(4) 지정이 취소된 검진기관은 지정이 취소된 날부터 2년 이내에는 검진기관으로 지정받을 수 없다.

(5) 보건복지부장관은 건강검진기본법 제16조에 따라 검진기관의 지정취소 및 국가건강검진업무의 정지 처분을 하고자 하는 경우에는 청문을 실시하여야 한다.

3) 시정 및 개선 요구

(1) 공단은 검진기관이 기준 및 운영세칙에 정한 기준 등을 위반한 사실이 확인된 때에는 일정한 기간을 정하여 그 시정 또는 개선을 요구할 수 있다.

(2) 검진기관이 공단의 시정 또는 개선 요구에도 불구하고 시정 또는 개선이 되지 않거나 위반사항이 반복하여 발생하는 검진기관에 대해서는 공단은 공단의 각종 안내문 등에 검진기관 안내를 하지 않을 수 있다.

6. 검진비용 청구, 접수 및 심사

1) 담당업무

(1) 지사

① 검진비용청구서 및 청구 파일 접수처리

② 건강검진결과 성적정정 및 추가 지급 건 접수 처리

③ 검진비용 심사

④ 검진비용 정산

(2) 지역본부

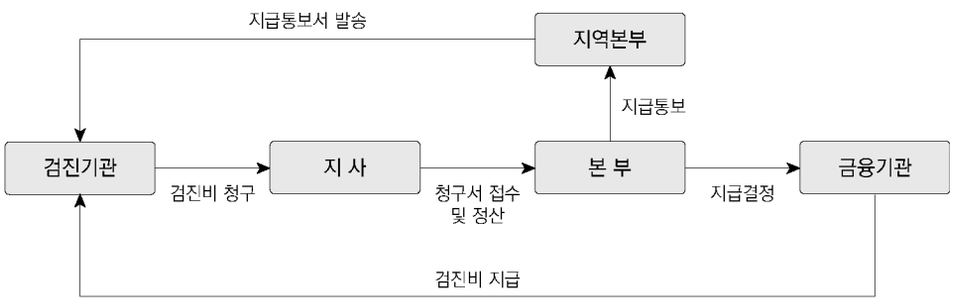
① 검진비용 지급통보서 발송

② 건강검진결과 성적정정 접수처리

③ 관내 지사 담당자 및 건강검진기관 담당자 교육

(3) 본부

검진비용 지급 금액 확정 및 지급의뢰



2) 검진비용 청구, 접수 및 심사

(1) 검진비용 청구

① 검진기관은 건강검진을 완료한 날로부터 30일 이내에 검진비용 청구서, 영유아 건강검진 결과통보서(영유아구강검진 결과통보서), 문진표를 수록한 전산자료로 검진비용을 공단에 청구

② 검진기관은 검진비용을 웹으로 청구하거나, 검진결과내역을 수록한 전산파일을 공단 홈페이지에 등록하거나 해당 전산파일을 기록한 전산매체(디스켓, CD 등을 말한다)로 공단에 청구

③ 수검대상자별 시기별로 청구서 구분

- 건강보험, 의료급여로 구분하여 작성

※ 4개 직역으로 구분하여 청구 → 2개 직역으로 청구하므로 검진기관의 편의성 제공

- 건강검진의 경우 4, 9, 18, 30, 42, 54, 66개월로 구분하여 작성
- 구강검진의 경우 18, 42, 54개월로 구분하여 작성

(2) 검진비용 접수 및 심사

① 공단은 검진기관의 검진비용청구가 있을 때에는 검진비용 청구서상의 각 항목 실시인원과 전산매체에 수록된 검진결과내역 입력건수 등을 확인한 후 접수

② 공단은 검진비용 심사결과 정산 또는 보완 사항이 있을 경우에는 검진비용 정산기준에 따라 삭감 또는 지급보류하고 해당 검진기관에 정산내역 통보

(3) 검진비용 청구서류 편철 방법

① 청구 서류의 분류

– 직역별(지역, 직장) 구분 없이 반드시 시기별로 구분하여(구강검진 포함) 청구

※ 2008.1월부터 의료급여 실시할 경우 건강보험과 의료급여로 구분

② 청구서류 편철방법

– 편철 순서

• 건강검진 비용청구: 검진비용청구서에 1. 건강검진 결과통보서 2. 문진표 순으로 편철



〈수검자 A, B의 검진비용 청구서류 편철 예시〉

• 구강검사 건강검진 비용 청구: 1. 검진비용청구서에 수검자별 “구강검사 결과통보서(원본)”를 편철 2. 편철 단위 3. 검진비용청구서의 첨부자료는 수검자 기준 200건 단위 묶음으로 한다. 다만, 구강검사의 경우 400건 단위 묶음으로 한다.

③ 영유아진기관이 검진비용을 인터넷, 디스켓으로 청구하는 때에는 청구서류 편철을 생략할 수 있다.

7. 검진비용 지급

1) 공단은 검진비용 청구서가 접수된 날로부터 15일 이내에 해당 검진기관의 건강보험 요양급여비용 지급계좌로 검진비용을 지급하여야 한다. 다만, 공단이 검진기관에 기재오류 등 청구 착오에 대한 정정을 요청한 경우에는 그에 소요되는 기간은 제외한다.

2) 공단은 검진비용을 지급함에 있어 정산사유가 있을 경우에는 “검진비용정산기준”에 따라 정산 지급한다.

3) 공단은 검진비용을 검진기관에 지급할 때에는 「소득세법」 및 「지방세법」에 의거 소득세 및 주민세를 원천징수한 후 지급하여야 한다. 다만, 법인 및 보건기관은 원천징수대상에서 제외한다.

8. 검진비용 환수

1) 공단 등은 검진기관이 「건강검진기본법」 제16조에 따른 검진기관의 지정취소 등의 사유 및 이 기준에 정한 사항을 위반하여 부당한 방법으로 건강검진을 실시한 사실을 확인한 경우에는 국민건강보험법 제52조 및 의료급여법 제23조의 규정에 따라 검진기관으로부터 검진 비용을 환수할 수 있다.
2) 공단은 검진기관의 부당한 검진행위로 인해 수검자의 검진결과에 명백히 문제가 **발생한 경우에는 해당 수검자가 다른 검진기관에서 재검진을 받을 수 있도록 조치** 하여야 한다.
3) 공단 등은 수검자가 검진횟수를 초과하여 검진을 받은 사실을 확인한 경우에는 해당 검진비용의 전부 또는 일부를 수검자로부터 환수할 수 있다.
4) 공단 등은 검진비용을 환수할 경우 그 사유 및 금액 등을 구체적으로 명시하여 해당 검진기관 또는 수검자에게 통보하여야 한다.

9. 영유아검진기관 교육 및 확인

1) 교육

(1) 공단은 필요하다고 판단되는 경우 검진기관에 대하여 건강검진 운영 방법 및 절차 등에 관한 교육을 실시할 수 있다.
(2) 영유아검진기관은 공단으로부터 교육소집이 있을 경우, 관계 직원을 반드시 참석할 수 있도록 한다.
(3) 기타 건강검진기관 교육 및 확인에 대한 사항은 건강검진운영세칙에 준한다.

2) 확인

영유아검진기관의 업무처리요령에서 정한 이외의 검진기관 확인에 관한 사항은 건강검진운영세칙에 준한다.

10. 기타

공단은 이외의 영유아 건강검진에 관한 사항은 건강검진기본법 및 건강검진실시기준과 건강검진운영세칙에 준한다.

참고 1 영유아 건강검진기관 업무처리 시 협조사항

검진대상자 확인 적극 협조

검진기관은 반드시 건강검진표 또는 대상자확인서 등으로 검진대상자 여부를 확인한 후 검진을 실시하여야 하며, 공단홈페이지에서 수검자의 검진항목과 검진일자를 확인하여 이중수검을 받는 일이 없도록 적극 협조하여야 함.

건강검진비용 청구기간 준수

검진기관은 검진을 완료한 날로부터 30일 이내에 검진비용을 청구하여야 함. 특히, 2004년도부터는 공단에서 검진결과를 활용하여 수검자에게 다양한 서비스를 제공하고 있으므로 수검자가 적기에 건강상담 서비스를 받을 수 있도록 청구기간을 지켜야 함

검진의사가 아닌 행정인력의 판정행위 금지

검진의사가 아닌 간호사 또는 행정인력이 건강검진실시기준의 참고치를 기준으로 판정

- 건강검진의 판정은 검진의사만이 할 수 있으며, 간호사 또는 행정인력이 판정할 경우에는 검진비용이 전액 환수될 뿐만 아니라 의료법 위반으로 불이익을 받게 됨.

불친절과 수검자 상담을 하지 않는 등 관련 규정을 반복하여 위반

검진기관이 수검자에게 불친절 하거나, 문진, 상담, 교육, 상담 등을 하지 않아, 건강검진 관련 규정을 반복하여 위반하여 검진의 신뢰도를 크게 떨어뜨림

- 공단은 수시로 불친절, 상담 미실시 등 관련 규정 위반사실을 확인하기 위하여 수검자 조사(설문조사 및 전화조사)를 실시하고 있으며, 위반사실이 반복적으로 발생하여 검진의 신뢰도를 크게 떨어뜨리는 경우에는 다음 연도 검진안내문 검진기관 명부 및 공단 홈페이지 검진기관 명부에서 제외될 수 있음

'무료건강검진'이라는 용어 사용 자제

건강보험공단에서 실시하는 건강검진과 암검진은 가입자가 내는 소중한 보험료로 운영하는 제도이므로 '무료'라는 용어는 적절하지 않음. '**공단에서 전액부담**' 또는 '**본인부담 없음**'으로 대체하여 사용해야 함.

※ 의료급여수급권자는 국가와 지방자치단체가 전액부담

참고 2 영유아 건강검진 참고 자료

2015년 영유아 발달선별검사도구 시행 변경

변경 전(2014.9.1~12.31.)		변경 후(2015년부터 ~)
❖ K-ASQ, DENVER-Ⅱ, K-DST… 3개 병행 사용	⇨	❖ K-DST … 1개 사용

※ K-ASQ(한국형 영유아 발달선별검사도구), K-DST(한국 영유아 발달선별검사)

한국 영유아 발달선별검사(K-DST) 대상

생후 9개월(2차 검진) 이후 건강검진을 받는 영유아

- 생후 4~6개월 영유아 건강검진 대상자는 해당 없음
- 4~5개월, 6~7개월, 14~15개월, 16~17개월, 27~29개월 구간의 검사지는 조산아 또는 일반검사 활용을 위해 제작·제공하고 있음.

K-DST 월령구간과 검진시기(월령)는 반드시 일치하지 않음

(검사지 작성일 또는 검진일 기준) K-DST 해당 월령구간 전산에 자동setting

예) ① 생후 9~12개월 건강검진대상 영유아가 생후 9개월에 검진을 받는 경우
→ 8~9개월 K-DST setting
② 생후 10개월에 영유아가 검진을 받는 경우
→ 10~11개월 K-DST setting

한국 영유아 발달선별검사(K-DST) 방법

건강검진 청구시스템에서 웹(Web)서비스 활용

- (보호자) 검사지 웹(Web) 작성 → (검진기관) 웹(Web) 검사지 연계 및 판정

건강검진 청구시스템에 검사지 결과 직접입력

- 「결과요약」에 문항 값 입력(결과 값 자동계산) 및 확인 → 판정
- 「영역별」 문항 값 입력(결과 값 자동계산) → 「결과요약」 확인 → 판정

※ 기본값 ALL(정상) 버튼을 클릭하면 기본 값이 setting됩니다.

영유아 웹(Web) 문진표 및 발달선별검사지 활용 방법

영유아 보호자		영유아검진기관
❖ 공단 홈페이지 등 사이트에서 **공인인증서 로그인** → 웹 문진표 또는 영유아 발달선별검사지 입력·저장 ※ 「서비스 신청」시 반드시 비밀번호(숫자 4자리)를 설정하여 검진기관 방문 시 알려주셔야 합니다.	⇨	❖ 건강검진 청구시스템의 검진결과 입력 화면에서 「**웹 문진표 가져오기**」 또는 「**웹 발달평가 가져오기**」를 클릭 → (보호자 제공 비밀번호 입력) 후 발달선별검사지 또는 문진표 확인 및 저장

〈 영유아 보호자 웹(Web) 문진표 및 발달선별검사지 작성 방법 3가지 〉

1. ① **국민건강보험공단 홈페이지(www.nhis.or.kr)** → ② 개인 … 건강검진대상(문진)/결과조회 → ③ **공인인증서 로그인**, 웹 문진표 또는 영유아 발달선별검사지 선택 작성
2. ① **건강iN(http://hi.nhis.or.kr)사이트** → ② 건강검진 및 진료정보 → ③ 웹 문진표 또는 영유아 발달선별검사지 선택 → ④ **공인인증서 로그인** 및 작성
3. ① **네이버 등 사이트**에서 「**영유아 발달선별검사지 작성**」 검색 후 바로가기 클릭 → ② **공인인증서 로그인**, 영유아 발달선별검사지 또는 문진표 작성

※ 웹(Web) 문진표 및 영유아 발달선별검사지 작성 순서
① 인적정보 및 영유아 확인 → ②「서비스 신청」→ ③「검사하기」→ ④「저장하기」

편찬위원회

〈2007 영유아 건강검진사업 교육지침 개발 연구진〉

책 임 연 구 자	정희정	국민건강보험공단 일산병원 소아청소년과 연세대학교 세브란스병원 소아청소년과
실 무 책 임 자	은백린	고려대학교 구로병원 소아청소년과
연 구 원	김성우	국민건강보험공단 일산병원 재활의학과 연세대학교 세브란스병원 재활의학과
	김영기	국민건강보험공단 일산병원 정신과 연세대학교 세브란스병원 정신과
	김정욱	서울대학교 치과대학병원 소아치과
	문진수	인제대학교 일산백병원 소아청소년과
	박수경	한림대학교 강남성심병원 이비인후과
	성인경	가톨릭대학교 여의도성모병원 소아청소년과
	신손문	관동대학교 제일병원 소아청소년과
	유선미	인제대학교 상계백병원 가정의학과
	은소희	고려대학교 안산병원 소아청소년과
	이혜경	서울보훈병원 소아청소년과
	임현택	울산대학교 아산중앙병원 안과

〈2007 영유아 건강검진사업 교육지침 개발 자문위원〉

소아소화기영양학회	고재성	서울대학교 병원 소아청소년과
	김재영	충남대학교 병원 소아청소년과
	서정완	이화여자대학교 목동병원 소아청소년과
	양혜란	서울대학교 분당서울대병원 소아청소년과
	장수희	분당제생병원 소아청소년과
	최경단	전주예수병원 소아청소년과
	최광해	영남대학교 영남의료원 소아청소년과
소아신경학회	고태성	울산대학교 아산중앙병원 소아청소년과
	김영창	순천향대학교 천안병원 소아청소년과
	김준식	계명대학교 동산병원 소아청소년과
소아신경학회	남상욱	부산대학교 병원 소아청소년과
	우영종	전남대학교 병원 소아청소년과
	차병호	연세대학교 원주의과대학병원 소아청소년과
이비인후과학회	오승하	서울대학교 병원 이비인후과
	송재준	동국대학교 병원 이비인후과
안과학회	박성희	순천향대학교 병원 안과 교수
	오세열	성균관대학교 삼성서울병원 안과
치과학회	진보형	서울대학교 치과대학병원 예방치과

* 본 매뉴얼은 보건복지부 2007년도 건강증진 연구사업 정책연구 과제로 진행되었음.

편찬위원회

〈2009 영유아 건강검진사업 교육지침 개정 연구진〉

책 임 연 구 자	신손문	관동대학교 의과대학 제일병원 소아청소년과
연 구 원	정희정	국민건강보험공단 일산병원 소아청소년과 연세대학교 세브란스병원 소아청소년과
	성인경	가톨릭대학교 여의도성모병원 소아청소년과
	이혜경	서울보훈병원 소아청소년과
	신혜정	국립의료원 건강증진센터 소아청소년팀
	문진수	인제대학교 일산백병원 소아청소년과
	정수진	포천중문의대 소아청소년과
	진보형	서울대학교 치과대학병원 예방치과
	임현택	울산대학교 아산중앙병원 안과
	박수경	한림대학교 강남성심병원 이비인후과

〈2009 영유아 건강검진사업 교육지침 개정 자문위원〉

소아소화기영양학회	서정완	이화여자대학교 목동병원 소아청소년과
	최병호	경북대학교 의과대학 소아청소년과
	고재성	서울대학교 의과대학 소아청소년과
	양혜란	서울대학교 분당서울대병원 소아청소년과
	장수희	분당제생병원 소아청소년과
한국소아감염병학회	김종현	가톨릭대학교 의과대학 성빈센트병원 소아청소년과
	김윤경	고려대학교 의과대학 안산병원 소아청소년과
	최경민	관동대학교 의과대학 명지병원 소아청소년과
	은병욱	가천의대 길병원 소아청소년과
대 한 청 각 학 회	오승하	서울대학교 의과대학 이비인후과

* 본 매뉴얼 개정은 질병관리본부 2009년도 학술용역 과제로 진행되었음.

〈2010 영유아 건강검진 추가에 따른 가이드라인 개발 연구진〉

책 임 연 구 자	신손문	관동대학교 의과대학 제일병원 소아청소년과
연 구 원	오경자	연세대학교 심리학과
	정희정	국민건강보험공단 일산병원 소아청소년과 연세대학교 세브란스병원 소아청소년과
	은백린	고려대학교 의과대학 소아청소년과
	이혜경	서울보훈병원 소아청소년과
	진보형	서울대학교 치과대학병원 예방치과
	신혜정	국립의료원 건강증진센터 소아청소년팀
	임현택	울산대학교 아산중앙병원 안과
	정수진	차의과대학교 소아청소년과
	박수경	한림대학교 강남성심병원 이비인후과
	은병욱	가천의과학대학교 소아청소년과

〈2010 영유아 건강검진 추가에 따른 가이드라인 개발 자문위원〉

소 아 신 경 학 회	최지은	서울대학교 의과대학 소아청소년과
	이지훈	성균관대학교 의과대학 소아청소년과
한국소아감염병학회	이환종	서울대학교 의과대학 소아청소년과
	김경효	이화대학교 의과대학 소아청소년과
	최은화	서울대학교 의과대학 소아청소년과
	최경민	관동대학교 의과대학 소아청소년과
	김예진	성균관대학교 의과대학 소아청소년과
	이진아	서울대학교 의과대학 소아청소년과
대 한 청 각 학 회	오승하	서울대학교 의과대학 이비인후과
	이준호	서울대학교 의과대학 이비인후과

* 본 매뉴얼 개정은 질병관리본부 2010년도 학술용역 과제로 진행되었음.

편찬위원회

〈2019 영유아 건강검진 개선 연구진〉

책 임 연 구 자	신손문	인제대학교 부산백병원 소아청소년과
연 구 원	정희정	국민건강보험공단 일산병원 소아청소년과 연세대학교 세브란스병원 소아청소년과
	은백린	고려대학교 의과대학 소아청소년과
	문진수	서울대학교병원 소아청소년과
	김영재	서울대학교 치과대학
	김응수	건양대학교 김안과병원
	반건호	경희대학교 의과대학 정신건강의학과
	조혜경	가천대학교 의과대학 소아청소년과
	은소희	고려대학교 안산병원 소아청소년과
	서동수	서울특별시 어린이병원
	홍민하	한양대학교 명지병원 정신건강의학과
	김이경	서울대학교 의과대학 소아청소년과
	박수경	한림대학교 강남성심병원 이비인후과
	안영민	을지의과대학 을지병원 소아청소년과
	류정민	서울아산병원 응급의학과
	양혜란	서울대학교 의과대학 소아청소년과
	이유민	순천향대학교 부천병원 소아청소년과
	김용주	한양대학교 의과대학 소아청소년과
	김청택	서울대학교 인문대학 심리학과
	최의경	고려대학교 안산병원 소아청소년과
	김주휘	서울대학교병원 소아청소년과

〈2019 영유아 건강검진 개선 연구 자문위원〉

소아정형외과학회	이순혁	고려대학교 의과대학 정형외과과
	심종섭	성균관대학교 의과대학 정형외과
소아비뇨기과학회	백민기	성균관대학교 의과대학 비뇨의학과
	김상운	연세대학교 의과대학 비뇨의학과
대한소아청소년과의사회	임현택	대한소아청소년과의사회
	황수자	대한소아청소년과의사회

* 이 매뉴얼 개정은 질병관리본부 2019년도 정책연구 용역과제로 진행되었음.

2021 영유아건강검진 검진의사 상담 매뉴얼 별책

초판 1쇄 2020년 12월

발 행 인	정은경
발 행 처	질병관리청
편 집	질병관리청 만성질환예방과
제 작	승일미디어그룹 대전광역시 서구 계룡로 326번길 3, TEL) 070.7416.4124
I S B N	978-89-6838-878-1

이 책은 질병관리청에 소유권이 있습니다. 질병관리청의 승인 없이 상업적인 목적으로 사용되거나 판매될 수 없으며, 이 책의 내용을 무단 전재하는 것을 금합니다. 가공·인용할 시에는 반드시 출처를 밝혀주시기 바랍니다.

※ 전자파일은 질병관리청 홈페이지(http://kdca.go.kr) 및 국민건강보험공단 건강관리포털시스템(http://sis.nhis.or.kr)에서 다운로드 받을 수 있습니다.