

거제근로자건강센터

건강한 근로자 활기찬 일터 **함께하면** 건강해 지는 곳

뇌심혈관계질환 예방상담 & 근골격계질환 예방상담



근로자건강 센터는?

50인 미만 사업장 근로자, 필수노동자, 외국인, 취약계층 근로자의 건강관리, 직업병 예방을 위한 프로그램을 종합적으로 제공합니다.

지원대상

50인 미만 사업장 근로자, 필수 노동자, 취약계층, 외국인 근로자

지원내용

- ✓ 직업병 예방을 위한 예방상담
 - 일반 건강검진, 특수 건강진단 사후관리 및 상담
- ✓ 뇌심혈관계질환 예방상담
 - 혈압 및 혈당 체크 (당뇨치료중인 경우 당화혈색소)
 - 콜레스테롤 4종 : 콜레스테롤 약 복용중이거나 이상지질혈증 의심자
- ✓ 근골격계질환 예방상담
 - 체성분 검사(INBODY) 평가 및 상담
 - 근골격계질환 예방 및 교육
- ✓ **보건교육**
 - 뇌심혈관계질환 예방관리, 심폐소생술, 근골격계질환 예방관리 등

운영내용

월, 수, 금 오전 9시 - 오후 6시
화 목 오전 9시 - 오후 7시 (사전예약필수)

문의

055-636-0386

모든 과정 전액 무료

주소

거제시 거제중앙로 1865 서호빌딩 5층

근골격계질환 예방상담



근로자분들의 **근골격계질환 예방관리**를 위해 힘쓰겠습니다

근골격계 질환이란?

반복적인 동작, 부적절한 작업자세, 무리한 힘의 사용
날카로운 면과의 신체 접촉, 진동 및 온도 등의 요인에
의하여 발생하는 건강장애로서 목, 어깨, 허리, 팔다리의
신경, 근육 및 주변 신체조직 등에 나타나는 질환

근골질환 관리대상

1. 근골격계질환 **초기증상 호소자**
2. 근골격계 유해요인에 노출되어 **통증을 호소하는 근로자**
3. 근골격계질환으로 산재요양 후 **작업복귀 근로자 중 참여 희망자**

근골질환 예방상담

- ✓ 근골격계 유해요인 및 통증평가
- ✓ 체성분검사(Inbody) 검사
- ✓ 근골격계질환 예방 및 관리 교육
- ✓ 개인별 맞춤 스트레칭 및 운동 프로그램 제공

지원내용

각종 운동장비 및 소도구, 트램폴린
핫팩, **파라핀**, **세라젬** 등 활용

근로자라면 **"전액 무료 이용"** 가능