

# 나의건강기록 앱 이용수기집





# 나의건강기록 앱 이용수기집



# 인사말

---

안녕하십니까?

한국보건 의료정보원 원장 임근찬입니다.

우리 원은 2019년 신설된 보건 의료 분야의 첫 ICT 전담기관으로서 의료 분야 마이데이터 사업, 국가 보건 의료 표준화 사업, 보건 의료 데이터 중심 병원 지원 사업 등을 수행하며 보건 의료 정보 분야의 전문성을 바탕으로 의료 정보 관련 정책 개발을 지원하는 보건 의료 데이터·정보화 전문기관입니다.

작년 2월 보건복지부에서 발표한 “마이 헬스웨이 도입 방안”을 기반으로 우리 원은 건강 정보 고속도로를 시범개통하고 의료 분야 마이데이터 생태계 조성을 향해 나아가고 있습니다.

그 일환으로 보건복지부와 우리 원은 국민이 의료 분야 마이데이터를 직접 체험해볼 수 있도록, 스마트폰으로 흩어진 공공기관의 건강 정보를 한 곳에서 확인할 수 있는 ‘나의건강기록 앱’을 출시하여 통합·저장·활용 서비스를 제공하고 있습니다.

올해 보건복지부와 우리 원이 개최한 「나의건강기록 앱 이용수기 공모전」을 통해 받은 생생한 경험담을 나누고 싶은 마음에서 이번 수기집을 펴내게 되었습니다.

수기를 통해 들려주신 국민의 의견 하나하나 경청하고 개선 사항은 적극 검토하여, 나의건강기록 앱이 유용한 서비스로서 안정적으로 널리 이용될 수 있게 가능한 최대의 지원을 지속하겠습니다.

국민 여러분의 가정에 건강과 축복이 가득하길 기원하며 앞으로도 많은 관심과 이용 부탁드립니다.

한국보건 의료정보원장

임근찬

# 목 차

---

- ① 해외에서 더 특별하게 유용한 나의건강기록 앱..... 4
  - ② 교통사고 응급실에서의 '실질적 활용 경험'과 다양한 증진방안..... 6
  - ③ 예비 간호사인 나&나의건강기록 앱, 우리 부모님을 부탁해!..... 8
  - ④ 의무병이 경험한 신세계, '나의 건강기록' ..... 10
  - ⑤ 나의건강기록 앱은 4계절을 공유해 ..... 12
  - ⑥ 나의 어머니의 건강기록 ..... 14
  - ⑦ 나와 가족의 건강을 회사업무처럼 한 눈에 관리할 수 있게 해준,  
나의건강기록 앱 ..... 16
  - ⑧ 건강관리 앱으로 건강을 지켜요. .... 18
  - ⑨ 고마운 나의 비서 나의건강기록 앱, 우리 아이도 부탁해 ..... 20
  - ⑩ 내 손 안의 건강알림이, 고마워! 나의건강기록!.....22
-

# 1 해외에서 더 특별하게 유용한 나의건강기록 앱



## 황규찬

나는 현재 해외에서 거주하는 아이 아빠이다. 가족이 해외 생활을 하다 보면, 불가피하게 병원에 갈 일이 생기곤 한다. 두 돌이 지난 아들은 감기에 자주 걸렸다. 놀이터에서 만나는 많은 아이들이 감기를 달고 사는 걸 보면 특별한 일은 아니거니 하면서 지내왔다.

그런데 저녁에 집에 오니 아이 체온이 심상치 않았다. 저녁부터 38도를 넘더니 새벽에는 기어이 40도를 넘기고 말았다. 해열제를 먹고 미지근한 수건으로 몸을 닦아내고 나니 39도에서 소강상태를 보였다. 아내와 뜬 눈으로 긴 밤을 보내며 한국에서 가져온 아이의 진료기록, 예방접종, 수술 이력 등 서류를 챙겼다. 소아과에 가서 의료 용어를 사용해가며 설명하는 것은 무척 어려운 일이었지만, 자료를 미리 준비해간 덕분에 처방받을 수 있었다.

그러던 어느 날, 나의 컨디션이 이상 신호를 보내왔다. 두통과 함께 찾아온 인후통과 근육통이 코로나 증상과 유사해 진단키트로 검사를 했다. 결과는 음성. 다른 원인을 찾아야 했다. 어린아이가 있는 집에서 부모가 아프면 육아를 챙길 사람이 없어서 비상이 된다. 하물며 부모, 형제가 없는 해외에서는 오죽할까. 우선 병원에 예약하고 서둘러 갔다.

데스크에 접수하고 가방에서 나의 진료기록, 예방접종 이력 등 서류를 꺼냈는데, 아불싸! 텀블러에서 물이 새는 바람에 종이가 다 젖어서 도저히 읽을 수가 없었다.

아이 정보는 이중, 삼중으로 챙기면서 엄마, 아빠는 백업자료를 준비하지 못한 것이다.

그때 머릿속에 떠오른 '나의건강기록' 앱. 코로나 중증 응급진료센터에서 진료하는 친구가 알려준 앱이었다. 의료현장에서 환자들이 자기 정보를 정확히 파악하고 있는 사람이 잘 없는데, 이 앱을 쓰는 경우 모든 정보가 들어있어서 해외에서도 응급상황 발생 시 유용할 것이라 추천해준 것이다.

앱을 열어보니 내가 종이 서류로 준비한 내용보다 더 많은 데이터가 '나의건강기록'에 입력되어 있었다. '나의건강기록 앱'은 각 기관에 흩어져 있는 건강 데이터를 한데 모아 기록한 것인데 UX(User eXperience)가 마치 금융권의 오픈뱅킹, 핀테크 앱을 보는 것 같았다. 사실 그 자료들이 각기 어느 기관에서 보유한 데이터인지도 몰랐는데, 알아서 척척 정보를 모아주니 그렇게 고마울 수가 없었다.

특히 의료 기록을 개별 클릭하면 영문으로 표기가 되어 있어서 해외에 있는 국민들에게 도움이 될 것 같았다. 내가 어떤 예방접종을 하였는지, 어떤 약을 먹었는지 알아야 검색하고 번역도 할 텐데, 의료정보가 없다면 아예 그 시도가 막혀버리기 때문이다.

해외에서는 한국처럼 좋은 의료서비스를 받기가 쉽지 않다. 서비스의 접근성과 우수성 측면에서 우리나라는 절대 비교우위라 생각한다. 우리는 평상시에는 익숙한 것에 고마움을 모르지만, 긴급 상황에서 그 소중함을 알게 된다. 이렇게 스마트폰으로 누적된 의료정보를 확인할 수 있는 '나의건강기록' 앱을 공항이나 항만 출국장에서 홍보하여 많은 국민들이 보건 의료 혜택의 편익을 누렸으면 좋겠다.

## 2 교통사고 응급실에서의 '실질적 활용 경험'과 다양한 증진방안



김현아

### 1 다수 과 진료에의 유용성

- 사용 계기

본인은 희귀 난치질환 LQTS, ARVD, 섬유근육통 등으로 여러 과의 진료를 받고 ICD로 주의사항이 많은바 본 앱을 사용하게 되었습니다.

- 간결·직관적 앱 구동

앱은 평소 카카오, 네이버를 활용한 로그인 방식으로 대부분 연령층에서 사용하기 어렵지 않으며, 로그인 시 바로 투약-진료-건강검진-예방접종 이력이 간결·직관적으로 표시되어 별도 정보를 찾으려 노력할 필요가 없었습니다.

### 2 교통사고 응급실 후송 시 진료 및 처방 기록 활용

- 코로나 시대 및 위급상황 활용 가능성

본인은 올해 8월 고속도로에서 교통사고를 당하여 근처 응급실로 급히 이동하게 되었는데 가족이 코로나 확진·격리 중이라 진료기록을 확인할 수 없었습니다. 본인이 앓고 있는 LQTS는 피해야 할 약물이 많고 투약 중 약물도 많아, 당시 성심병원 응급실에서는 이를 파악하지 않으면 기초 검사조차 불가능했습니다. 본 앱이 아니었다면 본인은 교통사고를 당한 상황에서 진료기록을 확인할 수 있는 성모병원으로 구급차를 자비로 이송 요청하여 검사 등을 진행했어야 했습니다.

- 1차 의원 처방 내역-예방접종 이력 포함, 확장된 정보제공 및 높은 활용 가능성

이때 생각난 것이 본 앱이었습니다. 간단히 앱 로그인 후 응급실에 현재 투약 중인 약의 목록과 용량을 제시하였습니다. 그러나 놀랍게도 대학병원인 성모병원에서의 진료·처방내역뿐만 아니라 1차 의원의 처방까지 공유되어 복용 중인 두통약까지 확인되어 당시 응급실에서 해당 두통약까지 고려하여 중복처방을 피하여 처방받을 수 있었습니다. 최초 앱 안내 당시 주요 대학병원 간 진료기록부 공유 정도로 안내를 받았는데 실질적으로 본 앱이 활용될 수 있는 방안은 현재로서도 매우 폭넓었습니다. 이에 본인은 지속해서 활용함은 물론 환우 모임에도 적극적으로 추천하였습니다.

### 3 활용 증진 및 홍보방안 예시

- 병원 중심

대학병원의 진료 대기시간이 긴 점을 활용하여 각 대기실에 팸플릿·포스터를 비치하여 홍보하는 한편, 전 연령층 활용을 돕기 위해 앱 설치를 돕는 자원봉사자 활동을 늘리면 좋을 것 같습니다.

- 약국 중심

앱이 처방 약의 제품명뿐만 아니라 클릭 시 상세효과, 주의사항 등을 세부적으로 제공함에 따라, 처방 약 정보를 확인하는 방법으로 본 앱을 활용한 안내문을 약국에서 배포하거나 약국 처방인쇄물에 앱 홍보글을 인쇄한다면 이용자에게도 유용할 것 같습니다.

- 정기 건강 활동 중심

국가·직장인 건강검진, 코로나 등 백신의 지자체 안내게시문에 본 앱을 활용한 건강검진 주기나 백신 일자 확인 및 활용 방안, 그리고 추가로 본 앱이 제공하는 정보를 간략히 소개한다면 건강에 관심이 높은 이용자의 사용을 장려할 것 같습니다.

### 4 앱 미사용자에게 메시지

건강검진자료, 백신 맞은 날짜, 처방 약 정보 등은 집에 문자에, 메일에 있지만 찾을 수 없을 것입니다. 있지만 찾을 수 없는 정보는 무용(無用)합니다. 본 앱으로 중요한 건강의 정보를 실질적 존재하는 정보로 만들고 활용했으면 좋겠습니다.

# 3 예비 간호사인 나&나의건강기록 앱, 우리 부모님을 부탁해



## 백찬희

우리 어머니의 건강 상태를 종합한다면, 종합병원이 아닐까요?

저희 어머니는 큰 질병을 앓고 계시거나 극심한 통증으로 일상생활의 불편함을 겪고 계시지는 않습니다. 그렇지만 딸인 제가 이전까지 인지하고 있었던 것은 어머니는 해가 늘어갈수록 각종 질환이 생겨나는 점입니다. 겉으로 보았을 때는 우리 어머니가 건강해 보이실 수 있어도 머리부터 발끝까지 다양한 곳의 각종 질환은 몸에서 전달하는 작은 신호가 되어주기에 더욱 신경 써야 합니다. 어머니의 간호력(nursing history)을 작성한다면 이명, 만성위염, 방광염, 허리디스크, HPV 고위험군 검출 등 제가 늘 건강하길만 하길 바라는 우리 어머니의 건강 상태를 종합한다면, 누군가 종합병원이라 말하지 않을까요?

어머니는 현재 만 54세로 국가암검진과 건강검진을 검진 주기마다 시행하고 계시는데 어느 날 어머니가 제게 여쭙보셨습니다. “건강검진 종이를 아무리 찾아도 없네, 내가 전에 받은 검진 결과가 어땠더라?” “재검진이 필요한 항목이 있었는데 언제까지였는지 모르겠어.” 건강검진 종이는 어머니께 가장 친숙하면서도 어려운 존재입니다. 각종 기관에서 전해준 건강검진 종이는 놓다 보면 찾기가 어려워 쌓여만 가게 되었습니다. 어머니의 고충을 계기로 언제 어디서나, 나의건강기록을 한눈에 볼 수 있는 ‘나의건강기록’ 앱을 찾게 되었습니다.

‘나의건강기록’ 앱은 의료기관 및 약국을 방문 기록과 국민건강보험 공단에서 실시한 건강검진의 결과를 다시 확인할 수 있는 앱으로 보건복지부의 관할 아래에 있어 소중한 의료정보를 신뢰하여 불러올 수 있습니다. ① 투약 정보 ② 진료 이력 ③ 건강검진 ④ 예방정보의 4가지 구성의 깔끔하고 복잡하지 않은 점이 부모님 또는 노인 대상자가 가까이 다가갈 수 있어 지역 사회의 시민건강증진에 큰 기여가 될 것으로 저는 느껴집니다.

어머니는 ‘나의건강기록’의 간결하고 쉬운 문장과 그림으로 표기된 건강검진 결과를 본 후 궁금증이 해결되었는지 본인의 결과에 안심하셨고 잊고 있었던 추후 재검진을 위해 병원 예약을 하는 모습을 지켜볼 수 있었습니다. 또한 가족인 저도 부모님의 건강 상태를 이전과 달리 구술을 통한 대략적인 지표가 아닌 구체적인 부모님의 건강기록을 정확한 검사지표로 알 수 있어 더욱 부모님을 이해하며 도움을 줄 방안을 고안할 수 있었습니다.

간호의 기원은 자가간호에서 파생된 것과 같이 어머니 또한 건강검진 결과뿐 아닌 진료 이력과 투약 정보를 볼 수 있다는 것에 흥미로우셨는지 간편히 자주 보시게 되면서 본인의 건강관리에 더욱 관심이 높아지셨습니다. 자신의 몸에 대한 이해도가 증가하면서 앞으로도 잘 관리하면 큰 아픔 없이 나올 수 있을 것이라 긍정적인 기운을 얻고 계십니다.

저는 부모님에게 ‘나의건강기록’의 앱을 알려드릴 수 있어 정말 큰 변화가 되었습니다. 사소한 증상과 질환처럼 보여도 결코 건강에 쏟는 관심은 부족하지 않다고 느껴지는 계기가 되었습니다. 앞으로도 ‘나의건강기록’ 앱과 함께 대상자의 건강 상태를 이해하고 증진시킬 가족들과 지역 사회의 예비 간호사로 성장하고 싶습니다.

# 4 의무병이 경험한 신세계, '나의 건강기록'



## 이충헌

이 앱을 만들어주신 보건복지부 및 한국보건정보통신원분들께 진심으로 감사하다는 말씀을 드리고자 이 글을 쓰게 되었습니다.

안녕하십니까, 저는 현재 육군 의무병으로 복무 중에 있는 일병 이충헌이라고 합니다. 제가 이 앱을 처음 알게 된 것은 한창 예방접종으로 바쁠 때였습니다. 여느 때와 같이 의무실은 환우들로 북새통을 이뤘고 쉴 새 없이 나가는 약들과 처방전들로 정신이 아득해질 무렵이었습니다. 설상가상이었을까요, 예방접종을 하는 시즌이 돌아온 것입니다. 경험해보지 못하신 분들은 예방접종이 뭐 어때서? 라는 반응을 보일 수도 있습니다.

그러나 저는 간호학과를 다니던 학생으로서, 의무병으로서 단언할 수 있습니다. 예방접종에는 사람의 일생이 담겨있는 것과 마찬가지로입니다. 저희는 태어나자마자 주사를 맞습니다. 그리고 일생에 걸쳐서 평생 동안 주사를 맞습니다. 그 주사는 Tdap, 신증후군출혈열, A형간염, 인플루엔자, 최근에 악명을 떨치고 있는 코로나 바이러스의 백신까지 종류 또한 엄청나게 다양합니다. 그리고 그 주사를 단 한 번만 맞느냐, 그것 또한 아닙니다. 어떤 백신은 주사를 맞으면 일정 기간이 지나고 다시 접종을 실시해야 하고 어떤 백신은 주사를 마치 야구 시즌이 돌아오는 것처럼 해마다 다시 접종해 주어야 합니다. 제 한 몸이 어떤 주사를 맞았고 어떤 백신을 접종해야 할지도 헛갈리는 판국에 저는 의무병으로서 거의 백명에 가까운 사람들의 접종 이력을 일일이 들여다보며 해당 백신의 접종 대상자인지 판별하고 조사해야 했던 것입니다.

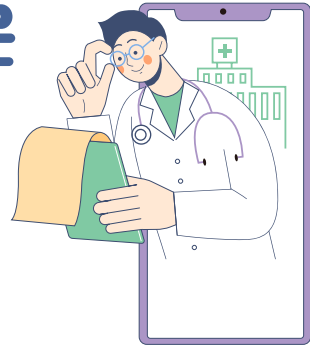
그런 저를 보며 군의관님은 측은지심이 들으셨던 것일까, 저에게 앱 하나를 추천해주셨습니다. 앱의 이름은 '나의 건강기록'. 사람들에게 이걸 쓰게 한 뒤 각자가 각자의 백신 접종 차수를 알아보고 개인별로 이력을 받아 종합하는 것이 훨씬 쉬울 것이라며 격려의 말씀과 함께 커피를 건넨던 군의관님의 모습에서 후광을 보았습니다.

하지만 대한민국을 살아가는 MZ세대로서 제가 이 앱을 써보지도 않고 무작정 추천하는 것은 저희의 정서와 맞지 않기에 백문불여일건, 일단 제가 앱을 설치해보고 판단하기로 했습니다. 군의관님이 저에게 신경을 써주시며 커피를 건네는 모습에서는 거룩한 분위기까지 느껴졌으나 솔직히 앱 자체에 대한 기대는 많이 낮은 편이었습니다. 어느 병원에 갔지만 나와도 대성공이라고 생각하며 앱을 설치했으나 앱을 실행하고 1분, 2분 시간이 지날수록 제 눈은 놀라움에 커져만 갔습니다. 병원 진료 이력, 처방전 이력과 더불어 예방접종 이력까지? 게다가 예방접종 이력 같은 경우는 군에서 진행한 예방접종까지도 고스란히 올라가 확인이 가능해 군에서 복무하는 장병들에게는 마치 데이터베이스를 간직한 보물창고와도 같았습니다. 이걸 설치를 안 하는 게 손해다 생각하며 주변 용사들에게 앱을 전파하기 시작했고, 이 앱의 진가를 알아본 용사들은 하나둘 제 전도에 응답했습니다.

저는 강력히 주장합니다. 이 앱은 훈련소에 들어가는 장병들을 상대로 필수적으로 설치해야 하는 앱입니다. 요즘 코로나 때문에 격리로 인해 훈련소에서 준필수적으로 맞아야 할 예방접종(Tdap, 신증후군출혈열, A형간염 등)들을 맞지 못하고 오는 경우가 많습니다. 그러나 대부분의 장병들은 자신이 어떤 백신을 맞았고 어떤 백신은 맞지 않았는지 알지 못합니다.

그래서 이 앱은 가히 혁신적일 정도로 장병들에게 자신의 접종 이력을 보여주며 장병들이 어떤 백신을 접종해야 하는지 알려주고 있습니다. 보다 쉬운 접근성으로 장병들에게 편하게 다가와 그들의 백신접종 이력을 알려주고 무엇보다 훈련소에 전화하며 일일이 접종 이력을 알아보아야 하는 의무병의 과중된 업무를 깃털처럼 줄여준다는 점에서 저는 이 앱을 정말 국방부에도 강력히 추천할 정도로 대단하게 여기고 있습니다. 다시 한번 이 앱을 개발해주신 한국보건 의료정보원 분들께 감사의 말씀을 올리며 글을 마치겠습니다. 감사합니다!

# 5 나의 건강기록 앱은 4계절을 공유해



강현구

## ▲안녕 PHR

나의 건강기록 정보 앱을 처음 알게 된 것은 보건 의료데이터 관련 수업 과제 중 보건복지부의 정책과 제도, 사업 등에 자료조사를 하다 우연히 알게 된 것이 2년째 나의 친구가 되어 우정을 쌓고 있다.

## ▲4계절을 공유해

우연히 알게 된 나의 건강기록 앱은 나처럼 여러 다양한 병원을 4계절을 빼놓지 않고 가는 사람에게 정말 필요한 앱이다. 여러 의료기관에 진료를 보면서 흩어진 나의 건강정보를 내 스마트폰으로 한곳에 모아 한눈에 내 손안에서 원하는 곳에서 원하는 정보를 얻을 수 있는 혁신적인 아이템이다. 초창기부터 써왔던 나로서 처음에는 안정화가 덜 되고 로그인하는 그것이 매우 어려웠지만, 지금은 카카오톡, 디지털 원패스 등 간단한 개인정보만 입력하면 바로 로그인되고 직접 개인정보를 입력하여 안심하고 이 앱과 친구처럼 소통하며 나의 건강정보와 기록, 병원 출입과 진료일, 병원에서 처방받은 복용 중인 약을 볼 수 있고 보안 정책상 캡처는 안 되지만 내가 원하는 항목을 선택하여 내려받아 볼 수 있는 혁신적인 아이템이라고 생각한다.

### 1) 흩날리는 꽃가루와 봄을 공유해

4계절 중 봄은 겨울에 움츠러들었던 꽃과 나무들이 흩날리며 새로운 시작을 알리듯 꽃가루를 뿌린다. 눈에 보기는 좋지만, 나에게서는 콧물을 흘리고 눈이 가렵고, 비염으로 고생하는 계절이다

요번 봄에는 대학병원에서 나의 건강정보 앱을 사용하였다 몇 년 전 큰 수술을 하고 나서 몸에 면역력이 약해지고 집에서 보수공사가 시작하면서 분진들이 나를 숨을 못 쉴 정도 괴롭혀 대학병원에서 검사를 실시하였다. 숨을 못 쉬고 알레르기 때문에 정신이 없었던 나에게 일반 의원에서 진료받았던 이력과 복용했던 약들을 보여주며 말도 하기 힘든 나에게 큰 도움을 주었다. 의사가 이런 앱이 있는 것을 처음 봤다며 다른 환자들한테도 특히 어르신들한테도 많이 공유하겠다고 하며 알게 모르게 이 앱을 병원에서 홍보하고 왔다. 또 건강기록 앱을 의사와 공유하며 코로나 접종 날짜 확인과 과거 영유아기에 예방접종 내역을 확인하면서 앞으로 성인이 되어서 다시 접종하여 질병을 예방할 수 있는 예방접종내역 리스트를 확인하며 질병을 극복하고 건강한 생활을 할 수가 있게 도와준 나의 건강정보 앱을 가지고 있다는 것에 자부심을 느꼈다.

### 2) 나의 건강기록 앱을 공유하고 권유한 여름

요번 여름에 어머니가 병원에 갑자기 입원하게 되면서 무더운 여름 정말 나에게 매우 뜨거운 여름이었다. 코로나로 인하여 보호자 1인만 선정하여 병원에 입원하고 입원하면 병원에서 나올 수가 없기에 우리 가족

중 내가 어머니 보호자로 같이 병원에 들어갔었다. 병원에서 이런저런 검사를 하면서 정신도 없고 힘이 드셨는지 알레르기 반응, 몸살 기운이 올라와 검사받는 중에 힘들어하셨다. 또 검사하는 도중에는 약을 먹을 수 없어 검사가 끝날 때까지 기다린 후에 약을 먹을 수 있었지만, 너무 급하게 병원에 입원하느라 집에서 약을 챙겨 오지 못했고, 병원에서 처방해준 약을 먹어도 낫지 않아 힘들어하셨다. 그래서 내가 즐겨 쓰는 나의 건강기록 앱을 의사에게 보여준 뒤 어머니의 진료기록, 병원(약국에서) 처방받은 약의 함량과 1일 투약량 등 엄마의 건강정보 기록을 공유하였고 지금 병원에서 처방받은 약과 중복되는 약을 살펴본 뒤 다시 처방하여 약을 먹은 결과 다행히 알레르기 반응이 사그라들어 무사히 병원에서 검사하고 퇴원할 수 있었다.

이처럼 코로나 시대에 병원에 입원하며 환자와 보호자가 병원을 나갈 수 없어 놓고 온 물건이나 자신이 무슨 약을 먹는지 몇 번 먹는지 헷갈린 때가 많은데 이럴 때 스마트폰의 15초 만에 조회하여 의사한테 보여주고 공유하면 손쉽게 조회도 되고 확인할 수 있고 원하는 곳 원하는 목적에 적절하게 이 앱을 활용할 수 있는 간편하고 나를 지킬 수 있는 이 앱을 본 옆에 환자, 간호사분들도 관심을 가지고 어떻게 사용하는지 물어봐 사용하는 방법을 옆에서 알려주었고 너무 편리하다고 하시며 이런 편리한 앱을 자신은 왜 여태까지 몰랐냐고 하시면서 고맙다고 말씀하셔서 나의 건강기록 앱이라는 것을 공유하고 권유할 수 있어 매우 부뚱하였다.

### 3) 가을과 겨울 전염병을 극복을 권유하며

끝나지 않는 전염병의 위협 속에서 코로나 시대에 우리는 살고 있다. 특히나 가을과 겨울 현재를 봐도 코로나 확진자 계속 증가하고 있다. 몇 주 전에도 우리 가족 중 처음으로 확진자가 나와 방역하고 소독하고 간호하며 치열하게 건강을 지키기 위해 살고 있다. 특히나 가을과 겨울에는 날이 추워져 코로나가 확산이 가파르게 이어지고 감기까지 유행하여 건강을 극복하고 건강 예방에 대해 중요하게 생각하는 계절이다. 비대면 방식이 늘어나고 사람을 만나지 않고 내가 스스로 해결해야 하는 시대에 사는 우리로서는 나의 건강기록 앱을 활용하며 백신접종 내역, 예방접종 내역, 복용할 수 있는 약을 알고 공유할 수 있어 얼마나 감사한지 모른다. 또 다른 가을이 오고 겨울이 오고 그 속에 전염병을 극복하기 위해 나의 건강기록을 앱을 설치를 권유한다. 분명 후회하지 않을 것이다

4계절을 소통하고 공유하며 2년째 우정을 지켜나가고 있는 나의 건강기록 정보 앱을 통해 편리하기도 하고 도움도 많이 받았지만, 아직 이 앱을 모르는 사람이 너무 많아 속상하고 정부가 적극적으로 나서서 홍보하고 피드백을 수용하여 앱 업데이트, 제도개선을 하여야 한다고 생각한다. 나의 건강기록 정보를 나만 볼 수 있지만, 이 앱을 쓰고 있는 사람들의 질병 상태, 약의 효과들을 공통적인 질병을 예방하고 치료할 수 있는 데이터로 모아 공개(공유)하여 이 사람은 이런 질병이 있구나? 어 그럼 나도 이 질병에 걸리지 않기 위해 이런 운동을 해야지 혹은 저런 질병도 있구나 등을 알리는 경각심을 일깨워주는 앱의 다양성도 생겨났으면 좋겠다.

마지막으로 우리의 적극적인 관심도 필요하다 나의 건강기록 앱 이외에 나의 건강정보를 한 번에 확인할 수 있는 다양한 기기들이 이용하여 효율적으로 건강정보 서비스 혜택을 누리기 위해 보건의로 데이터 사업이 활성화되었으면 좋겠다. 활성화되기 위해 정부의 지원 앞으로 펼쳐질 보건의로 데이터와 우리만의 기술력으로 다양한 건강정보를 한눈에 볼 수 있고 활용될 수 있는 사회가 조성될 수 있도록 많은 관심과 노력이 필요한 것 같다.

# 6 나의 어머니의 건강기록



## 조은솔

코로나가 대유행하고, 마스크 공급이 부족하다는 뉴스가 연일 떠돌아 대던 그 시기에 저희 어머니께서는 T세포 림프종이라는 희귀성 혈액암에 걸리셨습니다. 항암치료와 검사를 위해 짧게는 1주, 길어도 한 달 이내에 한 번씩 병원을 자주 다니셔야 했습니다. 검사를 받는 것도, 치료를 받는 것도 너무 많아서, 언제 어떤 진료를 받았는지 기억하기 어려웠습니다. 특히 혈액암 특성상 복용 약이 많아, 한 번 약국에 갈 때마다 쇼핑백 두 개가 가득 찰 정도로 많은 약을 받아오셨는데, 실수로 놓쳐서 못 받아온 약은 없는지, 잃어버린 약은 없는지 늘 불안했습니다.

그리고 워낙 중환자다 보니, 컨디션이 급하게 나빠지는 경우에는 급하게 근처 응급실로 모셔야 했습니다. 혼자 계실 때 응급상황이 생길까 걱정되어, 어머니 현 질병, 복용 약, 과거력 등을 적어서 어머니 지갑과 옷 속에 넣어놨지만 늘 불안했습니다.

그때 SNS를 통해 우연히 '나의 건강기록' 앱이라는 것을 알게 되었습니다. 어머니의 병원 기록들, 복용하시던 수많은 약들이 정확하게 기록되어 있어 안심되었습니다. 처방된 약을 제대로 받아왔는지 확인할 수 있었고, 급하게 다른 병원에 가더라도 현재 질병과 복용하는 약 등을 정확하게 알려드리고, 진료받을 수 있다는 점에서 크게 도움이 되었습니다.

바라는 점이 있다면, 앱이 더욱 발전해서 상세 진료내용이 확인 가능했으면 합니다. 중증 질환의 경우, 합병증으로 복합성 질환이 많이 생깁니다. 저희 어머니 같은 경우도 합병증으로 인해 혈액종양내과, 내분비내과, 피부과, 정형외과 등 많은 진료과의 치료를 받으셔야 했습니다. 그래서 진료 이력에 병원명뿐만 아니라 진료과목, 진료 의사 이름 등 더 자세한 내용이 있으면 좋겠다고 생각했습니다. 그리고 혈액검사, 방사선검사 같은 검사 결과와 치료 내용도 볼 수 있으면 더욱 좋을 것 같습니다.

결국, 저희 어머니께서는 올해 가을 하늘은 보지 못하셨습니다. 그러나 저희 어머니께서는 본인이 아주 편찮으신 와중에도, "암 환자도 장기기증을 할 수 있나?"라고 말씀하실 정도로 평생을 다른 사람에게 베푸시고, 배려하며, 좋은 성품으로 멋진 인생을 사셨던 분이기에 더 좋은 곳으로 가셨겠다고 생각합니다. 어머니께서 병원을 다니실 때 "나의 건강기록" 앱이 많은 도움이 되었습니다.

많은 환우분들 역시 "나의 건강기록" 앱을 사용하여 많은 도움 받으셨으면 좋겠습니다. 그리고 앱을 만들기 위해 고생하신, 지금도 고생하고 계실 많은 분께 감사 말씀 전합니다.

# 7 나와 가족의 건강을 회사업무처럼 한 눈에 관리할 수 있게 해준, 나의 건강기록 앱

## 이영미

직장인은 매년 종합검진과 일반검진을 번갈아 한다. 사업주 의무 사항이라 연말이 다가오면 회사에서 미검자에게 독촉했고, 우리도 그에 못 이겨 꼬박꼬박 다녀오기는 했다. 하지만 그뿐이었다. 결과를 받아든 그 순간만 잠시, 대화 주제로 삼을 뿐, 그냥 또 일상에 파묻혀 회사 일만 챙기고 살았다.

우리 부부는 사내 부부다. 그야말로 열심히 회사에 다닌, 소위 말하는 ‘회사에 올인하는 타입’이었다. 이게 보통은 부부 갈등의 요인일 수도 있겠지만, 사내부부이니 대화가 더 잘 통하게 하는 시너지효과일 뿐이었다. 하지만 점점 회사의 결정이 이해되지 않는 순간들이 많아졌고, 둘 다 사표를 던졌다. 백수부부가 되었다.

두둑한 월급이 사라졌지만. 대신 넉넉한 시간적 여유와 평온한 삶이 찾아왔다. 드디어 회사가 아닌 우리의 삶을 돌볼 수 있는 여유가 생겼다. 그제야 ‘아, 그랬구나’하고 깨닫게 된 중요한 사실이 있다. 그동안 우리는, ‘단지 우리에게 월급을 줄 뿐인’ 회사업무는 단계별로 계획 수립/일정 관리/점검/결과 분석/대책 회의를 꼼꼼히도 챙기면서, 정작 소중한 나와 가족의 삶과 건강관리는 그냥, 한마디로 ‘되는 대로’ 살고 있었다.

준비되지 않은 퇴사 후, 우리의 자산을 점검하고 노후 준비 정도를 체크했다. 우리 부부의 나이가 40~50대에 접어들다 보니, 아무래도 건강과 건강 관련 비용(보험 등)이 가장 큰 관심사였다. 시간적 여유가 생겨서인지 내 몸에 전보다 관심을 더 쏟아서인지, 병원에 가야 하는 일도 더 자주 생겼다.

그런데 당장 건강검진만 떠올려봐도, 이제는 언제 어디로 가서 받지? 전에 언제 받았지? 스케일링(치석 제거)은 했던가? 이런 것들이 전혀 기억나지 않고 굉장히 어렵게 느껴졌다. 직장인일 때는 담당 부서에서 공람도 하고, 병원도 정해주고, 과거 검진내역을 알고 싶으면 회사경영정보 시스템에서 확인할 수도 있었다. 이제는 그 모든 것을 오롯이 내가 스스로 챙겨야 한다.

나는 산정특례자다. 다행히 큰 병으로 나아가지는 않았지만, 면역력이 낮은지 늘 만성적인 염증이 온몸을 돌아다니며 소소한 말썽을 일으킨다. 한 번은 병원에서 대상포진 예방접종을 권했다. 접종받았던 것 같다고 확인해달라고 하니, 그건 접종한 곳에서만 확인된다고 했다. 남편과 함께 다니는 동네의원에게 가서 물었더니 그 의원에서는 남편만 맞았고 나는 안 맞았다고 했다. 그때 처음 의문을 품었다.

“어디선가 회사 업무처럼 일목요연하게, 리스트업해서 나의 건강이력 정보를 한 곳에서 확인할 수 있는 방법이 있을까?”

그렇게 '나의 건강기록' 앱을 알게 되었고, 당장 설치했다. 민감한 개인정보보다 보니 최초에 개인정보 제공 동의가 필요하고 접속할 때마다 주민등록번호를 넣고 또다시 인증받아야 하는 불편함은 있지만, 1년간의 투약내역과 진료기록, 10년간의 건강검진 결과와 예방접종 이력을 한 곳에서 확인할 수 있어서 너무 편리하다. 유레카!

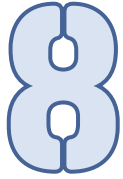
덕분에 회사의 총무부서 알림이와 경영정보시스템만큼이나 효율적으로, 나의 건강정보와 이력 관리를 할 수 있게 된 셈이다. 남편도 같이 설치해서 핸드폰을 양쪽에 두고 건강검진 이력을 서로 경쟁하듯이 비교해보기도 했다. 남편은 고질적인 피부병이 있어서, 연고가 떨어지면 오로지 연고를 받기 위해 피부과에 가곤 한다. '우리 동네는 피부과가 없어서 불편해'라고 하면서도, 게으른 우리는 연고 이름을 기억해두지도, 처방전을 보관하지도 않았다. 그런데 이제는 '나의 건강기록' 앱이 있으니, 약국에 가서 열어서 보여주면 된다. 1년분만 보이는 것이 단점이지만, 다운로드와 이메일 전송 기능이 있어서 매년 연말에 이메일로 전송할 계획이다. '올해도 무사히 건강하게 잘 살았어'라며 우리만의 종무식 행사로 자리매김해보자.

부모님이 연로해지면서, 오랫동안 자주 병원 신세를 지게 된다. 병이 중해져서 서울의 종합병원으로 전원하게 되면, 준비해서 가야 하는 서류가 정말 많다. 일상적으로 드시는 약이 있는 경우에는 더 어렵다. 병원마다 조금씩은 처방하는 약이 다른데, 환자 입장에서는 같은 조건에서 더 잘 맞는 약이 분명히 있기 때문이다. 그래서 병원에서는 약 성분을 분석해서 가급적 전과 같은 약으로 맞춰주시기도 하는데, 그것도 미리 약을 챙겨갔을 때 가능한 일이다.

어머니도 심장약을 계속 드시는 게 있는데 약이 맞지 않아 이번에 좀 고생했다. '다음에는 처방전을 꼭 챙겨줘야지' 다짐해보지만, 매번 퇴원 수속하면서 사람 많은 병원 이곳저곳을 오가다 보면 정신이 없어서 깜박하기 쉽다. 그런데 이럴 때도, 그냥 어머니 핸드폰에 '나의 건강기록' 앱을 설치해서 투약 기록만 바로 보여줬으면 간단하게 해결되었을 일이다. 특히나 부모님들의 병간호하는 자녀분들이 꼭 이 앱을 알았으면, 하는 이유다.

마지막으로 가족 병간호 관점에서 꼭 한 가지 바라는 점이 있다. 현재는 이 앱이 본인 명의의 핸드폰에서만 인증, 접속이 가능하다. 그런데 자녀의 핸드폰에서 부모님의 진료 이력을 확인할 수 있다면 정말 큰 도움이 된다. 국세청 연말정산 간소화 서류는 한번 동의를 받아두면 해당 자녀에게 자동으로 자료가 제공된다. '나의 건강기록' 앱도 이렇게 개선한다면, 연로하신 부모님의 건강관리를 타지역의 자녀가 비서처럼 챙겨봐 드릴 수 있고 가족 병간호의 부담도 한결 가벼워질 것이다.





## 건강관리 앱으로 건강을 지켜요.



### 박혜균

손목 골절로 인해 수술받게 되었다.

수술 전 각종 검사를 한 후, ‘골다공증으로 인해 뼈가 많이 약해져 있어 작은 부딪힘에도 골절이 된 것’이라는 진단 결과가 나왔다. 10년이 넘는 시간 동안 신부전으로 매일 병원 진료를 다녔지만, 골다공증이 걸릴 거라고는 생각지도 못했다. 딱 한 번 선생님께서 ‘근력운동을 좀 해야 한다’라는 말씀을 하신 적이 있었지만, 하루 10km의 걷기를 꾸준히 하고 있었기에 그것으로 근력운동이 되는 거로 생각하여 그 말씀을 지나쳐 버린 적은 있었다. 골절 수술을 받기까지는 10일이 소요되었다. 신장 기능이 3% 정도만 남아 있어 수술에 필요한 최소한의 몸 상태를 만들기 위한 준비를 해야 했기 때문이었다. 다친 손목에 신경 쓰느라 다른 생각은 할 시간도 없이 고통이 심해 지루하다고 생각할 겨를이 없었다. 수술받고 나서도 10일 정도를 더 입원해야 했는데, 김스가 담당할 뿐 고통이 많이 줄어드니 스마트폰으로 지루한 시간을 보내야 했다. 그때 알게 된 것이 옆 환자가 알려준 건강관리 앱이었다.

10년 넘게 투병하면서도 ‘신장병은 아무리 노력해도 나빠지게 되는 것’이라는 생각으로, 병원 진료와 약 복용만 하면서 살아왔다. 옆 환자는 다리 골절로 입원한 환자로 고혈압과 당뇨를 앓고 있어 주기적으로 혈당과 혈압을 체크하면서 식이요법을 하고 있다고 했다. 식이요법을 열심히 한 결과 다행히 반년 전부터 당뇨약은 끊었고, 혈압약도 가장 약한 것으로 처방받고 있다고 하였다. 그러면서 앱으로 1년간의 처방받은 이력을 보여주었는데, 6개월 전부터의 처방은 확실히 이전의 처방과 내용이 달랐다.

“자신이 복용하고 있는 약이 무엇인지 알면 관리가 더 쉬워요. 감기약 하나를 사더라도 약국에 가서 이 앱을 보여주면 나에게 맞는 약을 주더라고요. 만성질환자들이면 당연히 사용해야 하는 앱이니깐 이제라도 사용해 보세요. 지금보다 조금은 건강해질 수 있을걸요.”

옆 환자의 설명에 따라 앱을 다운로드하여 나의 진료와 처방, 건강검진 내용을 꼭 살펴보았다. 거기에서 골다공증이라는 단어를 찾을 수 있었다. 2019년 국가건강검진에서 ‘골다공증 의심 : 칼슘 섭취’라는 결과였다. 건강검진을 한 후 집으로 오는 결과지를 제대로 읽어보지 않고, 암 소견이 있지만 확인해버리느라 일반검진 내용을 제대로 읽어보지 않았던 탓에 놓쳐버린 내용이었다. 그동안 스마트폰에 내장된 Health 앱에서 혈압과 걸음 수만 체크하면서 나름대로는 건강관리를 하고 있다고 생각했지만, 건강관리 앱의 기록을 알게 되니 조금 더 구체적인 투병을 할 수 있겠다는 자신감을 느끼게 되었다. 다행히 건강관리 앱은 스마트폰에 내장된 Health와 연동을 할 수 있게 되어 있어, 건강관리 앱의 투약내용과 연동된 health 앱의 기록으로 식이를 조절할 수 있었다. 덕분에 9월 진료 때는 칼슘 약을 제외한 처방을 받을 수 있었다. 앞으로 더 노력하여 지금보다 조금이나마 건강해지면 약을 줄일 수 있을 거라는 희망이 생기니 식이요법 하기가 훨씬 쉬워졌다.

이 앱을 사용하면서 가장 편리한 점은 내가 복용하는 약의 부작용을 파악하고 그에 맞춰 식이나 운동을 병행하는 기초를 다지게 되었고, 두 번째는 약국에 갈 때였다.

일전에 변비가 심해져 약국에 변비약을 구입하러 갔더니, 돌코락스를 내주는 것이었다.

‘돌코락스는 신장 환자에게 부작용을 일으킨다’라는 말을 인터넷 신장 카페에서 본 적이 있어, ‘이거 말고 다른 변비약은 없나요?’라고 약사에게 물어보았다.

‘왜 그러느냐? 이 약이 효과가 가장 확실하다’라고 하여, 달리 설명할 지식이 없어 건강관리 앱의 투약 정보를 약사에게 보여주었다.

그러자 ‘신장약을 드시고 있네요. 그러면 이걸로 가져가세요’라면서 농축액으로 된 듀락칸 시럽을 주었다.

“처방전 없이 약국에서 약을 살 때면 오늘처럼 이 앱을 켜서 보여주세요. 약끼리도 충돌하는 경우가 있고 자신이 앓는 병에 따라 약이 달라지거든요.”

약사의 말을 듣고 보니, 병실의 옆 환자가 말한 ‘건강관리 앱이 약국에서 요긴하게 쓰인다’고 한 말이 무슨 뜻인지를 확실히 알게 되었다.

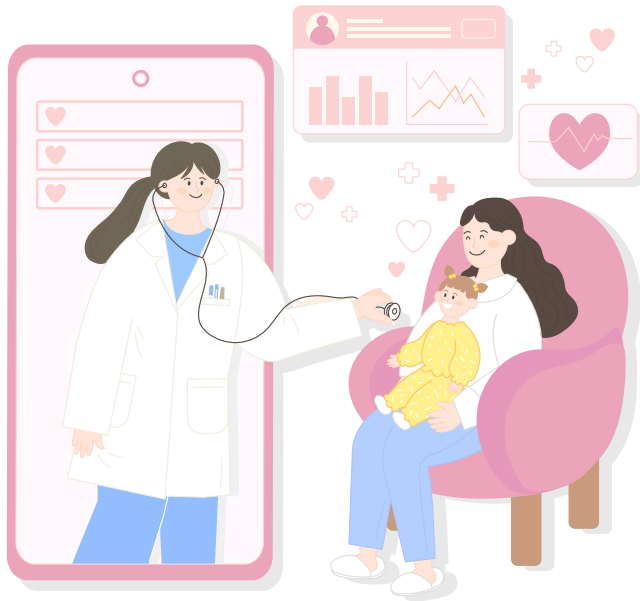
바로 DUR이 적용되는 처방인 거였다.

병원에 가면 DUR을 설명한 책자를 가끔 보게 되었는데, 이 앱 사용을 생활화한다면 굳이 DUR 홍보를 하지 않아도 되겠다는 생각이 들 정도로 편리한 앱이었다. 그래서 요즘은 주변 사람들에게도 건강관리 앱 설치를 권해주게 되었다.

이름처럼 ‘건강을 관리해주는 앱’의 효과를 많은 사람이 누리면 좋겠다.

# 9

## 고마운 나의 비서 나의건강기록 앱, 우리 아이도 부탁해



### 박진희

1993년생 요즘 흔히들 말하는 저는 MZ 세대입니다. 휴대폰, 인터넷 등 디지털 발달에 익숙한 세대. MZ 세대인 저도 나의건강기록 앱을 통해 처방 내역, 진료 내역까지 다 볼 수 있는 세상이 올 지는 몰랐습니다. '나의건강기록' 앱이 출시되고 사용해보니 이건 "혁신"입니다. 부자들만 비서를 데리고 다니는 게 아니라, 평범한 시민인 저도 비서를 고용할 수 있습니다. 어플을 통해서 말이죠. 그것도 나의 건강에 대해 아주 상세히 알고 있는 비서이지요.

3년 전 임신을 했을 때가 생각이 납니다. 유독 피곤했던 그 달, 요즘 컨디션이 안 좋나? 하고 감기약을 처방받고, 피부과 약을 처방받아 먹을 때였습니다. 속이 너무 안 좋아 설마 하면서 해 본 임신테스트기. 그리고 선명하게 보이는 두 줄. 임신이었습니다. 그 길로 산부인과에 가서 술, 약을 다 먹었는데 태아에게 영향이 없을까요? 여쭙봤을 때 복용한 약을 알려달라고 하시던 의사 선생님. 감기, 피부과 약인 건 알지만, 정확한 약명은 모른다고 말씀드렸습니다. 그러니 병원에서는 타 병원에서 처방받은 약은 조회 할 수 없다며, 개인적으로 알아 와야 한다는 이야기를 듣고, 카드 명세서를 뒤적거리며, 일정표를 보며 다녀왔던 병원과 처방받은 약을 일일이 알아내야 했습니다. 만약 '나의건강기록' 앱이 그때 있었더라면 그 자리에서 조제약을 검색해 말씀드릴 수 있었을 텐데, 라는 생각이 지금 드네요.

얼마 전 피검사 할 때 혈당이 109가 나왔습니다. 의료진은 최근 몇 년간 혈당 수치가 얼마였어요? 여쭙보셨고, 저는 나만의 비서 '나의건강기록' 앱을 통해 몇 년 간 혈당수치를 수월하게 알려드릴 수 있었습니다. 나의 건강에 대해 잘 알고 있는 앱이 있으니, 병원에서 질문해도 이제는 우왕좌왕하지 않고 잘 대답할 수 있었어요.

너무 편한 앱이지만, 바라는 점이 있어요. 나의 건강 비서로도 너무 훌륭하지만, 우리 아이 건강 비서가 되어 줄 수 없는지 여쭙보고 싶네요.

어린이들은 어른인 저보다 병원을 더 자주 가요. 오전에 감기로 의원에 갔지만, 열이 나서 저녁에는 야간 진료 보러 다른 병원에 가는 일이 부지기수입니다. 병원 진료를 보면 매번 나오는 처방전들. 분명 겹치는 약이 있을 텐데... 라고 말씀드리니 약 명을 정확히 아시냐고 여쭙보셨어요. 약봉지에는 적혀있는데, 정신이 없어서 못 챙겨 왔다고 말씀드리니 새로 처방받으시고, 오전에 받은 약은 버리세요. 라는 말에 네 하면서도 우리 아이도 '나의건강기록'앱이 되면 좋을 텐데 생각했었습니다. 집에 와서 보니 처방받은 약의 성분이 똑같았어요. 돈, 약 전부 낭비했다는 생각이 들었습니다.

아이들은 영유아 검진도 자주 하고, 예방접종도 정말 자주 합니다. 또 아프기는 얼마나 자주 아프지요. 아이에 대해 모든 걸 외우고 싶은 엄마이지만, 아무리 노력해도 다 외우기는 벅차네요. '나의건강기록' 앱에 미성년자 자녀의 기록을 함께 볼 수 있는 기능을 추가해 주신다면 더 효율적으로 사용할 수 있을 것 같습니다.

병원 갈 때 필수가 된 나의 비서 '나의건강기록'앱, 이제는 우리 아이의 비서도 되어주길 부탁드립니다.

# 10 내 손 안의 건강알림이, 고마워! 나의건강기록!



## 손혜린

이제는 병원 기록과 처방전도 스마트폰으로 열람할 수 있다. 2010년대 초반부터 웬만한 일은 스마트폰으로 할 수 있게 되었다. 다만 병원 기록들을 스마트폰에서 열람할 수는 없었는데, 2021년 2월경 출시된 나의건강기록 앱에서 가능해졌다.

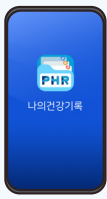
나는 엄마가 될 준비를 하고 있다. 난생처음 임신을 준비하면서 무엇을 해야 할지 몰라, 엽산을 챙겨 먹으며 의사 면담만 무사태평하게 기다리고 있었다. 그런데 어느 날, 동료 선생님 한 분이 내게 풍진 예방접종을 했는지 물어보셨고, 금시초문이던 나는 굉장히 놀랐다. 놀란 가슴을 쓸어내리고, 임신 예방접종을 검색하다가 '나의건강기록' 앱으로 예방접종 기록을 알 수 있다는 사실을 알았다. 앱을 설치할 때는 예방접종 내역만 알 수 있는 줄 알았지만, 예방접종 내역은 물론이고, 건강검진 이력, 투약 정보, 진료 이력도 이 앱 하나로 모두 열람할 수 있었다.

내게 가장 시급했던 예방접종 기록을 열람했다. 홍역, 풍진(MR) 항목에 1차는 접종했지만, 2차는 접종하지 않은 내역이 확인되었다. 게다가 B형간염도 2차 접종까지만 했던 내역도 드러났다. 임신 전 풍진 주사와 감염 주사는 태아의 두뇌와 건강에 정말 밀접하게 영향을 미친다는 동료 선생님의 말씀을 듣고, 바로 병원에 연락하여 예방접종했다. 나는 시급했던 예방접종 기록만을 확인한 채로, 스마트폰 속에서 나의건강기록 앱이 잠들었다.

그 후 몇 개월이 지나고, 아버지께서 뇌수술하기 위해 병원을 옮기게 되었는데 아버지께서 드시던 약과 처방전을 집에 두고 나오셨다. 안타깝게도 집과 병원이 거리가 멀어서 약을 가져오기가 곤란한 상황이었다. 게다가 겹겹이 맞물린 개인 사정 때문에, 수술 시기가 늦어지면 난감해질 위기에 처했다. 다급하게 동생에게 전화해서 약을 가져오길 부탁하니 동생은 내가 저번에 말했다던, 나의건강기록 앱에서 투약기록을 열람해 보라고 대답했다. 바로 전화를 끊고 아버지께 나의건강기록 앱을 설치하시도록 권유했다. 그리고 간호사분께 나의건강기록 앱에서 투약 기록을 보여드렸고, 수술은 시기에 맞춰서 잘 받을 수 있었다.

나의건강기록 앱에게 정말 고마움과 안도감을 느끼지만, 한편으로 정작 필요한 사람들에게는 덜 알려져서 아쉽다. 정작 기초적인 예방접종을 받아야 하는 중년층에게는 널리 퍼지지 않았고, 나 역시 인터넷 검색으로 겨우 알게 됐다. 투약 기록과 건강검진 결과, 진료기록 등이 급하게 필요한 사람들이 정말 많을 것이다. 많은 홍보가 되어 많은 이들에게 든든한 앱이 되길 희망한다.

그래서 내가 생각한 홍보 방법이 있는데, 그것은 시외버스 모니터에 광고를 넣는 것이다. 매일 출근하는 직장인과 학생들도 이 앱을 접하고 건강관리를 쉽게 할 수 있을 것이다. 그뿐만 아니라 임신 전에 엽산을 지원받을 때뿐만 아니라, 출산 후 지원받는 상황에서 아이의 예방접종과 가족들의 병원기록을 손쉽게 발급받을 수 있다면, 건강지킴이 역할을 이 '나의건강기록'앱이 톡톡히 해낼 거라고 확신한다.



# 나의건강기록

## 흘어진 나의 건강정보를 한 눈에!



안드로이드 앱 다운로드  
QR링크



iOS 앱 다운로드  
QR링크

예방접종(질병관리청), 진료이력·건강검진(국민건강보험공단), 투약정보(건강보험심사평가원) 등 여러 기관에 흘어져 있는 나의 건강 정보를 '나의건강기록' 앱에서 한 번에 확인하세요!

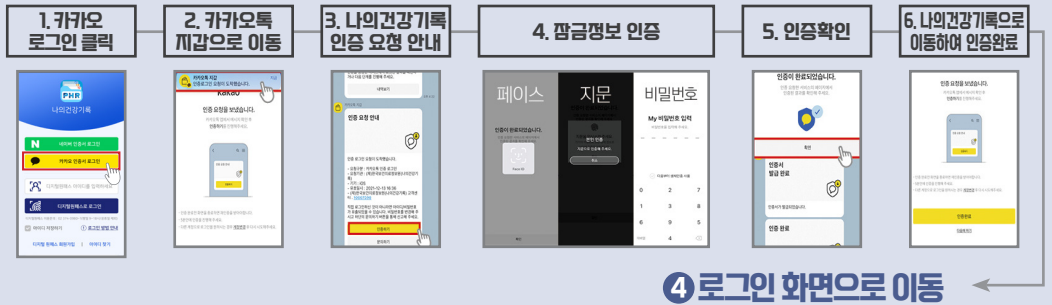
### 01 회원가입 및 로그인

나의건강기록 앱 설치 후 네이버인증서, 카카오톡인증서, 디지털원패스 로그인을 통해 편리한 로그인이 가능합니다.

#### ① '네이버 로그인'을 통한 '나의건강기록' 로그인 하기 (네이버 계정, 네이버 앱, 네이버 인증서 필수)



#### ② '카카오 인증서 로그인'을 통한 '나의건강기록' 로그인 하기 (카카오 계정, 카카오 앱, 카카오 인증서 필수)



#### ③ '디지털원패스'를 통한 '나의건강기록' 로그인 하기 (디지털원패스 계정 필수)



### ④ 로그인



## 02 건강정보확인하기

투약정보, 건강검진, 예방접종, 진료이력 등 건강관리 메뉴를 선택하면 본인의 건강정보를 확인할 수 있어요.

### 투약정보

투약내역 (최근 1년)

### 진료이력

병원 방문이력 (최근 1년)

### 건강검진

공단검진내역 (최근 10년)

### 예방접종

예방접종내역 (현재 기간)

### 건강관리

건강관리내역 (최소 연동일부터)

### 이용 Tip!

- 각 화면 상단 '안내사항'을 클릭하면 정보에 대한 자세한 안내를 확인할 수 있어요.
- 각 화면 상단 '날짜선택'을 클릭하면 조회할 정보의 기간을 설정할 수 있어요.

## 03 다운로드 및 공유

투약정보, 건강검진, 예방접종, 진료이력 등 내역 건강관리 정보를 쉽게 공유할 수 있어요.

1. 나의 건강정보 다운로드 하기
2. 나의 건강정보 다운로드
3. 나의 건강정보 공유하기

다운로드를 원하는 항목을 체크한 후 화면 하단의 다운로드 버튼을 클릭하세요.

메인-[다운로드 이력]에서 나의 건강 정보 조회 화면에서 다운로드한 정보를 통합하여 다운로드 할 수 있어요.

메뉴-[다운로드 이력]에서 선택한 나의건강 정보를 카카오톡, 메시지를 통해 공유할 수 있어요.

다운로드 원하는 항목 체크!

다운로드 클릭!

[다운로드 이력] 클릭

통합 원하는 항목 체크 후, [파일통합] 클릭

[다운로드] 클릭

통합된 나의 건강정보확인

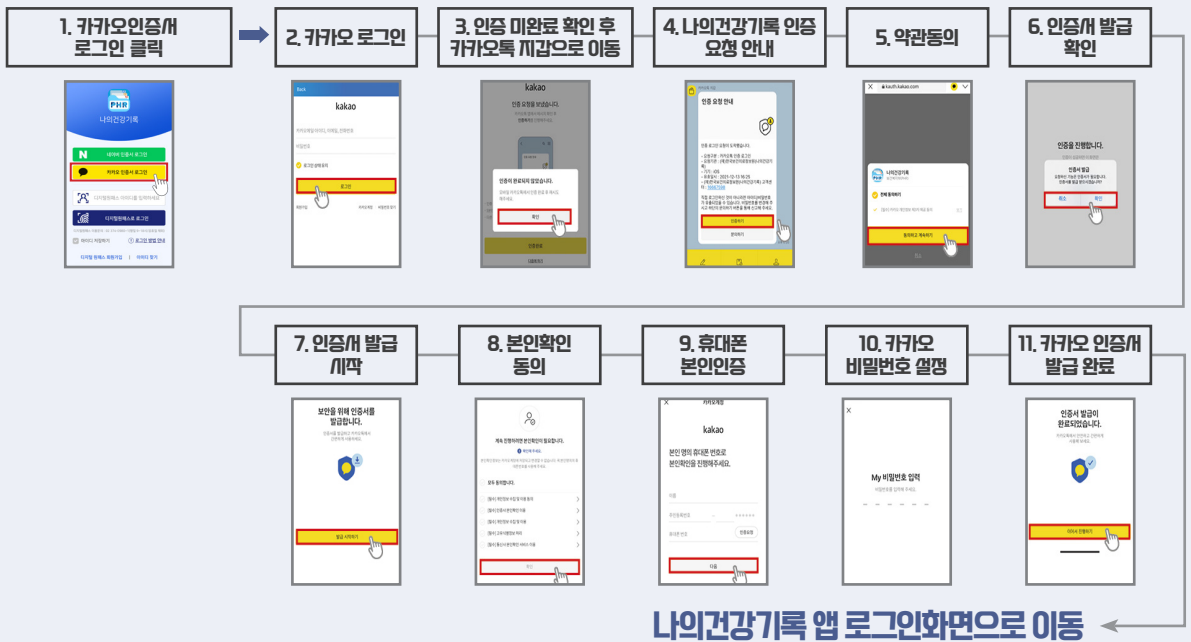
통합 원하는 항목 체크 후, [공유] 클릭

공유 수단 선택

① 네이버 인증서가 없는 경우(네이버 인증서 발급)



② 카카오 인증서가 없는 경우(카카오 인증서 발급)



③ 디지털원패스 계정이 없는 경우(디지털원패스 회원가입)



※ 디지털원패스 웹 사이트(<https://www.onepass.go.kr/>)에서도 가입이 가능합니다.



국민과 의료기관이 함께하는 소통의 삼각형

PHR사업(나의건강기록 앱) 문의

1666-7598 내선번호 '2'

# 나의건강기록 앱 이용수기집

---

발행인 임근찬  
발행처 (재)한국보건 의료정보원  
주소 서울특별시 중구 칠패로 36, 8층  
홈페이지 [www.k-his.or.kr](http://www.k-his.or.kr)  
발행일 2022년 12월  
기획·편집 PHR사업부

---

이 수기집의 모든 저작권은 보건복지부와 (재)한국보건 의료정보원에 있습니다.



# 나의건강기록 앱 이용수기집

