

중앙심뇌혈관질환센터 홈페이지 활용 안내

교육책자
인쇄물로 제작하거나 E-book 형태로 활용하세요

교육영상
언제 어디서나 유용한 영상을 시청하세요

카드뉴스
주제별로 간단하게 정보를 확인하세요

중앙심뇌혈관질환센터 홈페이지
<https://www.nhsc.kr>

교육자료 활용하기

중앙심뇌혈관질환센터 홈페이지에서 자유롭게 교육자료를 활용하세요!
※ 중앙심뇌혈관질환센터 홈페이지 ▶ 심뇌질환정보 ▶ 심뇌혈관질환 교육자료

교육자료 활용 신청하기

기관 및 단체에서 활용을 원하시는 경우 **교육자료 활용 신청**을 작성해주세요.
※ 중앙심뇌혈관질환센터 홈페이지 ▶ 심뇌질환정보 ▶ 심뇌혈관질환 교육자료 ▶ 교육자료 활용신청



심뇌혈관질환 교육자료 구성

심뇌혈관질환			심뇌재활치료	
심근경색증	허혈성 뇌졸중 (뇌경색)	출혈성 뇌졸중 (뇌출혈)	심장재활	뇌졸중재활
만성질환			예방관리	
고혈압	당뇨병	이상지질혈증	조기증상알기	예방생활수칙



심뇌혈관질환 교육자료를 **한 페이지에서!**
질환별, 주제별 교육자료를 **체계적으로!**
교육책자, 카드뉴스부터 **교육영상까지!**



일반인/환자/보호자 대상 교육 및 캠페인을 위한

심뇌혈관질환 표준 교육자료

활용 안내



중앙심뇌혈관질환센터 홈페이지에서 누구나 자유롭게 열람 및 활용 가능합니다.
<https://www.nhsc.kr>

본 교육자료는 전국 권역심뇌혈관질환센터, 심뇌혈관질환 관련 전문가, 유관학회의 자문을 거쳐 심뇌혈관질환 환자, 보호자, 일반인 대상 교육 및 캠페인을 목적으로 제작되었습니다.

의료기관, 보건소, 기타 기관에서도 교육 및 캠페인 활동에 자유롭게 활용 가능합니다.
중앙심뇌혈관질환센터 홈페이지에서 **지침을 확인하시고 활용신청** 후 유용하게 활용하여 주십시오.

 <https://www.nhsc.kr>



Q 심뇌혈관질환 바로알기

주제	내용	교육 책자	교육 영상	카드 뉴스
심근경색증 바로알기	심근경색증이란?		●	●
	심근경색증 조기증상과 위험요인		●	
	심근경색증 진단		●	●
	심근경색증 치료	●	●	●
	심근경색증 약물치료		●	●
	퇴원 후 가슴 통증 대처방법		●	●
	심근경색증 재발 예방 수칙		●	●
	허혈성 뇌졸중(뇌경색)이란?		●	●
허혈성뇌졸중 (뇌경색) 바로알기	뇌경색 증상		●	●
	뇌경색 위험요인		●	●
	뇌경색 진단	●	●	●
	뇌경색 치료		●	●
	뇌경색 약물 치료		●	●
	뇌졸중 후유증과 합병증 예방		●	●
	뇌경색 재발 예방 수칙		●	●
	출혈성 뇌졸중(뇌출혈)이란?		●	●
출혈성뇌졸중 (뇌출혈) 바로알기	뇌출혈 증상		●	●
	뇌출혈 위험요인		●	●
	뇌출혈 진단	●	●	●
	뇌출혈 치료		●	●
	뇌졸중 후유증과 합병증 예방		●	●
	뇌출혈 재발 예방 수칙		●	●

Q 심뇌재활 바로알기

주제	내용	교육 책자	교육 영상	카드 뉴스	
심장재활 바로알기	심장재활이란?		●	●	
	운동부하검사		●	●	
	운동 처방과 운동 강도		●	●	
	운동 종류와 운동 단계		●	●	
	심혈관질환 환자를 위한 스트레칭	●	●	-	
	심혈관질환 환자를 위한 근력 운동		●	-	
	심장재활 통원 프로그램		●	●	
	운동 시 주의사항과 일상생활 복귀		●	●	
	뇌졸중재활 바로알기	뇌졸중 재활이란?		●	●
		운동치료(1) 보호자와 함께 하는 상지 관절운동		●	-
운동치료(2) 보호자와 함께 하는 하지 관절운동			●	-	
운동치료(3) 혼자 하는 관절운동			●	-	
운동치료(4) 지팡이를 이용한 보행훈련			●	-	
작업치료(1) 상지 기능 훈련-대근육 운동			●	-	
작업치료(2) 상지 기능 훈련-손조작 운동			●	-	
작업치료(3) 혼자서 이동하기-침대와 휠체어 간		●	●	-	
작업치료(4) 도움 받아 이동하기-침대와 휠체어 간			●	-	
인지치료			●	●	
편측무시치료		●	●		
언어치료		●	●		
언어치료		●	●		
합병증 예방(1) 욕창, 낙상		●	●		
합병증 예방(2) 관절 구축, 어깨 통증, 우울증		●	●		

Q 만성질환 예방관리

주제	내용	교육 책자	교육 영상	카드 뉴스
고혈압 예방관리	고혈압이란?		●	●
	고혈압 위험요인과 합병증		●	●
	고혈압 약물치료와 정기검진	●	●	●
	고혈압 관리(1) 식이 요법, 운동 요법		●	●
	고혈압 관리(2) 체중 관리, 금연, 절주		●	●
	가정혈압 측정 방법		●	●
당뇨병 예방관리	당뇨병이란?		●	●
	당뇨병 진단		●	●
	당뇨병 위험요인		●	●
	당뇨병 약물치료와 정기검진		●	●
	인슐린 주사 방법		●	-
	당뇨병 환자의 식이 요법	●	●	●
	당뇨병 환자의 운동 요법		●	●
	발 관리		●	●
	저혈당 관리		●	●
	자가 혈당 측정		●	-
이상지질혈증 예방관리	이상지질혈증이란?		●	●
	이상지질혈증 위험요인과 합병증		●	●
	이상지질혈증 치료	●	●	●
	이상지질혈증 식이 요법		●	●
	이상지질혈증 관리(운동, 체중 관리, 금연)		●	●

Q 예방관리

주제	내용	교육 책자	교육 영상	카드 뉴스
조기증상 알기	심근경색증 조기증상 및 대처방법	●	●	●
	뇌졸중 조기증상 및 대처방법		●	
예방생활수칙	심뇌혈관질환 예방을 위한 생활수칙 (애니메이션)	●	●	●
	심뇌혈관질환 예방을 위한 생활수칙 (지식채널)		●	