



세계 보건의 날: 전 세계의 건강 기리기

세계 보건의 날은 시급한 전 세계적 건강 문제에 주목하고자 매년 4월 7일에 기념하고 있습니다. 올해의 주제인 ‘보편적 건강을 위한 글로벌 행동’은 모든 사람이 어디서나 접근 가능하고 저렴하며 양질의 의료 서비스를 받을 수 있어야 함을 강조합니다.

왜 전 세계 국가들이 세계 보건의 날을 기념할까요?

세계 보건의 날은 1950년부터 전 세계 공중 보건 문제에 관심을 이끌어왔습니다. 이 날은 공식적으로 1948년 4월 7일 세계 보건 기구(WHO) 설립을 기념하는 날입니다.

유엔(UN)은 WHO를 초기 이니셔티브 중 하나로 설립했습니다. 1945년 제2차 세계대전이 끝났을 때, 중국, 프랑스, 구 소련, 영국, 미국을 포함한 50개국 대표들이 공식적으로 힘을 합쳐 평화 유지, 도움이 필요한 사람들 지원, 인권 보호, 국제법 지원을 위해 UN을 결성했습니다. 오늘날 UN은 200여 회원국과 함께 전 세계의 평화와 번영을 증진하고 있습니다.

초기에 UN은 사명의 일환으로 공중 보건과 웰빙을 증진하기 위해 WHO를 설립했습니다. WHO는 목적상 정책입안자들과 과학자들을 한데 모아 국제 보건 노력을 지휘하고 조정합니다. 정책입안자들은 글로벌 우선순위를 정하고 정책을 수립합니다. 그리고 과학자들은 지속적인 도전과 보건 비상사태에 대응하고 의사 결정을 돕기 위해 연구, 증거, 전문 지식을 공유합니다.



4월 7일

.....
세계 보건의 날

보편적 건강 달성하기

WHO의 노력은 다양한 목표를 향해 나아갑니다. 건강 증진과 질병 치료를 위한 지식 공유, 국제 규정과 지침 수립, 보건 연구 수행, 보건 시스템 강화, 풍토병과 전염병 모니터링 및 대응 등이 포함됩니다.

WHO는 설립 이후 여러 차례 좌절과 비판에 직면했지만, 치료 혁신, 공공 인식, 교육, 글로벌 협력 등 많은 영역에서 성공을 거두었습니다. 예를 들어, WHO의 노력 덕분에 전 세계 사람들이 이제 소아마비, 천연두, HIV/에이즈, 에볼라, COVID-19, 특정 암 등의 질병에 대한 백신과 치료를 받을 수 있게 되었습니다. 또한 개인의 건강과 웰빙을 증진하는 방법에 대한 이해도 더욱 깊어졌습니다.

UN과 WHO 덕분에 그 어느 때보다 많은 사람들이 의료 서비스, 리소스, 지원을 통해 더 오래 건강한 삶을 살 수 있게 되었습니다. 그리고 새로운 발견이 매일 계속되고 있습니다.

이러한 지속적인 사명의 일환으로, 세계 보건의 날은 중요한 글로벌 보건 문제를 부각시킵니다. 과거의 주제들은 재난 대처부터 정신 건강 증진, 폭력 예방, 식품 안전성 개선, 성과 생식 건강 및 권리 증진, 심장 건강 지원 등 모든 것을 다루었습니다.

건강한 행동 실천하기

올해의 주제인 '보편적 건강을 위한 글로벌 행동'은 전 세계 모든 사람이 필요한 도움을 받을 수 있도록 각국에 정책과 프로그램을 수립하고 리소스를 마련할 것을 촉구합니다. 또한 전 세계 모든 사람들이 건강한 행동을 하도록 장려합니다. 모든 사람의 구체적인 건강 요구와 경험이 각각 다르지만, 보편적인 건강 행동이 존재하고 지속될 수 있습니다. 방법:

- 충분한 수면 취하기, 영양가 있는 음식 선택하기, 활동적으로 지내기, 긍정적인 사고 관계 구축하기, 휴식 시간 갖기와 같은 자기 관리 실천
- 정보에 기반한 결정을 내리고, 현실적인 목표를 설정하며, 도전에 대처하고 성공을 위한 기반을 마련하기 위해 예상치 못한 상황을 가능한 한 최대로 준비하기
- 연례 검진, 예방접종, 검사, 스크리닝과 같은 권장되는 일상 건강 관리 필요사항을 지키며 자신과 타인을 보호하기
- 참여하기 — 많은 의료 기관과 지역사회 리소스 센터가 자원봉사자와 기부에 의존하고 있습니다
- 건강과 웰빙에 대해 신뢰할 수 있는 사실에 입각한 정보를 활용하여 공중 보건 문제, 질환, 이용 가능한 리소스에 대해 자신과 주변 사람들의 이해를 높이기

이러한 내용은 '보편적 건강을 위한 글로벌 행동'을 지원할 수 있는 몇 가지 방법에 불과합니다. 스트레스, 불안, 공황을 관리하는 데 도움이 되는 다양한 자기 관리 도구를 이번 달의 툴킷에서 확인해보세요. 더 많은 건강과 웰빙 리소스, 도구, 팁을 보시려면 [optumwellbeing.com](https://www.optumwellbeing.com)을 방문하세요.

#WorldHealthDay

참고 문헌:

- Better World Campaign. [About the UN](#). 2025년 1월 21일 접속.
- Council on Foreign Relations. [What does the World Health Organization do?](#) 2022년 6월 2일.
- RELX SDG Resource Centre. [World Health Day 2025 | Sustainable development goals](#). 2025년 4월 7일.
- St. Jude Children's Hospital. [World Health Day](#).
- United Nations. [History of the United Nations](#).
- World Health Organization. [About WHO](#).
- World Health Organization. [World Health Day](#).
- World Health Organization. [75 years of improving public health](#).

Optum

이 프로그램이 비상이나 응급 치료의 필요성에서 사용해서는 안 됩니다. 응급 상황에서 미국에 계신 분은 전화하시고 미국 외 지역에 계신 분은 해당 지역 내 응급 상황 신고 전화로 연락하거나 가까운 외래 시설 또는 응급실로 직접 가십시오. 이 프로그램은 의사의 진료나 전문가의 보살핌을 대신하지 않습니다. 잠재적 이해 상충 문제로 인해, Optum 혹은 그 계열사 또는 이러한 서비스를 직간접적으로 제공하고 있는 어떤 단체(예를 들어, 고용주 혹은 건강 플랜)를 상대로 법적 조치를 수반할 수 있는 사안에 대해서는 법적 자문이 제공되지 않을 것입니다. 이 프로그램 및 모든 구성 요소, 특히 16세 미만의 가족 구성원을 위한 서비스는 어떤 지역에서는 제공되지 않을 수 있으며 사전 통지 없이 변경될 수 있습니다. 정서적 웰빙 솔루션 리소스의 경험과 교육 수준은 계약 요건 또는 국가 규제 요건에 따라 다를 수 있습니다. 보장 제외사항 및 제한사항이 적용될 수 있습니다.

© 2025 Optum, Inc. 모든 권한 보유. Optum®은 미국 및 기타 지역에서 Optum, Inc.의 등록 상표입니다. 모든 기타 브랜드 또는 제품 이름은 각 소유주 자산에 대한 상표 또는 등록 상표입니다. Optum은 동등한 고용 기회를 제공하는 고용주입니다.

WF15829017 336609-022025 OHC