

# OHIP가 부담하는 비타민 D 검사 대상에 대한 변경사항 안내 환자를 위한 정보

2010년 12월 1일부터, 온타리오주 건강 보험 제도(Ontario Health Insurance Plan, OHIP)는 다음 증세가 있는 사람들을 위한 비타민 D 검사 비용을 부담할 것입니다.

- 골다공증 및 골감소증
- 구루병
- 흡수불량 증후군
- 신장질환
- 비타민 D 대사에 영향을 주는 약물을 복용 중인 환자들

현재 나와 있는 가장 신뢰성 높은 의료적 증거자료에 대한 검토에 따르면 건강한 성인과 아동에 대한 비타민 D 검사는 의료적 측면에서 필요하지 않으며 주민들은 식생활과 비타민 D 보충제 섭취에 관한 캐나다 보건부(Health Canada)의 권장사항을 준수해야 합니다.

## 식생활과 보충제 섭취

캐나다 보건부는 캐나다인들이 캐나다 식품 안내서에 따른 건강한 식생활(Eating Well with Canada's Food Guide)에 담겨 있는 조언을 따르도록 권합니다.

### 식생활

- 만 2세 이상의 모든 캐나다인은 매일 적절한 비타민 D를 섭취하기 위하여 500mL(2잔)의 우유 또는 강화 콩 음료를 마셔야 함. 2잔의 우유는 200IU의 비타민 D를 제공하고 이는 만 1~50세의 대체로 건강한 사람들에게 적절한 양임.
- 비타민 D가 풍부한 그 밖의 식품에는 지방이 많은 어류, 달걀노른자, 어간유, 일부 버섯류가 있음.

### 보충제 섭취

- 보충제 섭취가 필요한 경우 캐나다 보건부는 만 2~50세의 개인들에게 매일 200IU의 비타민 D 보충제 섭취를 권함.
- 캐나다 식품 안내서를 준수하는 것 이외에도 만 50세 이상의 모든 사람은 매일 400IU의 비타민 D 보충제를 섭취해야 함. 식품 안내서에서 권장하는 바처럼 식품에 함유된 비타민 D의 양은 만 50세 이상의 사람들이 골격 관련 위험을 줄이는 데 도움을 주는 적절한 섭취량에 미치지 못함.

모든 사람의 건강 상태는 독특하기 때문에 비타민 D 검사와 보충제 섭취가 필요한지에 관해 담당 의료 제공자와 상담하는 것이 중요합니다.

캐나다 식품 안내서와 비타민 D 보충제 섭취에 관한 더 자세한 정보는 [www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/vitamin/vita-d-eng.php](http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/vitamin/vita-d-eng.php) 또는 **Eat Right Ontario** 웹사이트 <http://www.eatrightontario.ca/en/ViewDocument.aspx?id=218>를 방문하십시오.

### 증거자료

2010년 6월에 온타리오주 의료 기술 자문 위원회(Ontario Health Technology Advisory Committee, OHTAC)는 현재 나와 있는 가장 신뢰성 높은 의료적 증거자료에 대한 검토에 근거하여 비타민 D 검사에 관한 권장사항을 마련했습니다. OHTAC는 통상적인 비타민 D 검사가 합리적이지 않다는 것을 알게 되었고 또한, 캐나다 보건부가 건강한 캐나다인들을 위한 적절한 일일 비타민 D 섭취량에 관한 권장사항을 마련해놓았다고 언급했습니다.

OHTAC는 독립 전문가 위원회로 온타리오주를 위한 최상의 의료 기술에 관하여 의료 제도와 온타리오주 보건장기보호부(Ontario Ministry of Health and Long-Term Care)에 권장사항을 제공합니다.

### 비타민 D에 관한 사실

- 2004년 이후 비타민 D 검사는 약 2,500% 정도 증가함.
- 2004년에는 29,000회의 검사가 실시되었고 2009년에는 700,000회가 넘는 검사가 실시됨.
- OHTAC는 권장 정상 수치를 기준으로 캐나다 성인과 아동의 약 5%만이 비타민 D 결핍임을 알아냄.
- 유색 피부를 지닌 개인 및 복부에 거주하는 사람들은 비타민 D 수치가 낮을 가능성이 높음. 이 사실만으로는 비타민 D 검사의 근거가 될 수는 없지만 여기에 해당하는 사람들은 더욱 건강한 식생활과 보충제로 비타민 D를 적절히 섭취해야 함을 시사함.

### 의료의 질과 가치

온타리오주는 현재 나와 있는 가장 신뢰성 높은 의료적 증거자료로 뒷받침되는 서비스에 자금을 지원하여 의료의 질과 가치를 증진할 계획입니다. 저희는 의사결정에 의료적 증거자료를 사용하여 온타리오주 보건 자원을 최대한으로 활용하고 있습니다. 비타민 D 검사에 대한 변경사항은 이러한 접근방식을 반영합니다. 보건 시스템은 의료적 측면에서 필수적이지 않은 검사와 절차에 대하여 계속해서 비용을 부담할 수 없습니다.

세계 전역의 국가들은 의료 서비스 품질과 가치에 역점을 두고 방향을 전환하고 있습니다. 왜냐하면 의료 비용이 지속 가능성을 위협할 속도로 많아지고 있기 때문입니다. 온타리오주의 의료 제도가 앞으로 온타리오 주민들을 돌보는 데 필요한 자원을 보전하길 원한다면 지금부터 이 같은 자원을 더 현명하게 활용해야 합니다. 의료적으로 필요하지 않은 검사들을 주문하면 다른 곳에서 필요한 제한된 자원을 부적절하게 사용하게 됩니다. 현재 나와 있는 가장 신뢰성 높은 증거자료에 따르면 일반인 전체를 대상으로 하는 통상적인 비타민 D 검사는 불필요한 것으로 명백히 입증되었습니다. 온타리오 주정부는 이 증거자료에 입각하여 불필요한 검사에 대한 자금지원을 중단했고 이 같은 자원을 온타리오 주민들을 위해 진정한 혜택을 제공하는 데 사용할 것입니다.

더 자세한 정보는 [www.health.gov.on.ca/en/public/programs/ohip/changes/vitamin\\_d.aspx](http://www.health.gov.on.ca/en/public/programs/ohip/changes/vitamin_d.aspx)를 방문하십시오.