



의료진 행동지침



 **ACSM**
EXERCISE IS
MEDICINE®



행동지침 요약 진료에 운동이 약이다®를 들이는 방법

운동이 약이다®(EIM) 의료진 행동지침은 신체활동을 나날의 진료에 들이는 간단하고 효과적인 도구를 제공합니다. 알맞은 “용량”의 신체활동을 권하는 것은, 가장 흔한 만성질환 40여 가지를 예방하고 다스리는 매우 효과적인 “치료”를 환자에게 처방하는 일입니다.

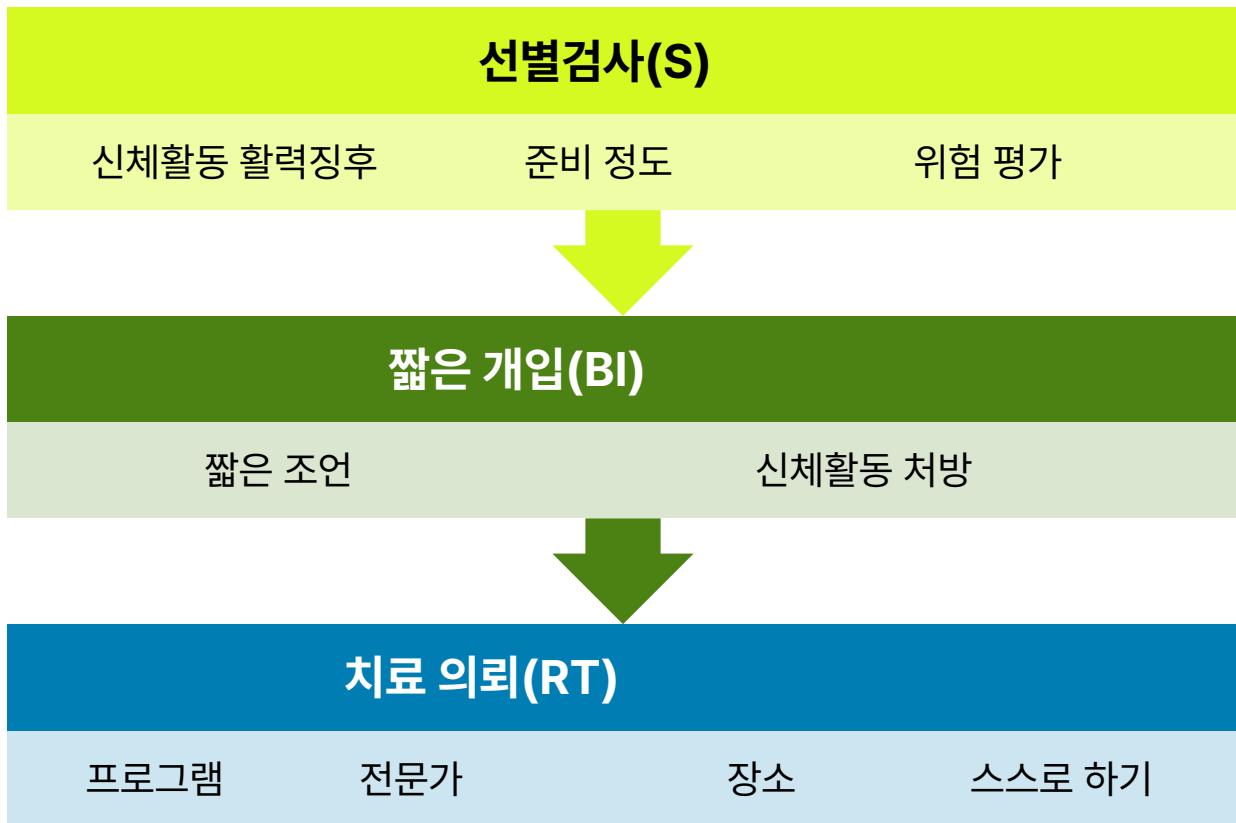
EIM과 SBIRT(선별검사, 짧은 개입, 치료 의뢰)

일반 진료나 비대면 진료에서 신체활동 상담에 쓸 수 있는 시간은 아주 짧습니다(때로는 20~30초에 지나지 않습니다). 진료 인력을 활용하고, 전자의무기록(EHR)에 도구를 만들어 두고, 함께 실린 자료를 써서 다음을 해내세요.

선 환자의 신체활동 수준을 평가하고 미국스포츠의학회(ACSM)의 운동 참여 전 선별검사 절차를 적용합니다.

짧게 꾸준한 신체활동의 중요함을, 특히 그 환자의 병력과 형편에 맞게 짧게 조언합니다.
그리고 신체활동 처방을 써 줍니다.

의뢰 환자를 신체활동 자원(프로그램, 시설, 인증 운동 전문가, 스스로 쓰는 온라인 자료)으로 의뢰합니다.





환자의 신체활동 수준을 평가하세요

환자의 지금 신체활동 수준은 **신체활동 활력징후(PAVS)**로 빠르게 평가할 수 있습니다. 두 문항과 선택 문항인 **근력 운동 문항**으로 이루어져 있습니다. 건강 이력 서식에 넣거나 전자의무기록에 들어, 진료와 상담 전에 미리 작성하고 계산해 둘 수 있습니다.

신체활동 활력징후는 환자가 지금의 신체활동 지침(중간 강도로 주 150분)을 채우고 있는지를 한눈에 보여 줍니다. 시간에 따른 활동량의 변화도 따라갈 수 있습니다.

스스로 보고한 신체활동이 부족한 환자는 “표시”해 두어, 의료진이나 다른 진료 인력이 알맞은 조언과 자료를 줄 수 있게 하세요. 다음 ICD-10 진단코드를 쓰시면 됩니다.

- Z72.3: 신체활동 부족
- Z78.9: 신체활동 적절

*천천히 걷기 같은 가벼운 강도의 신체활동은 이 문진에 들어가지 않지만 건강에 좋으므로 권해야 합니다.

Physical Activity Vital Sign

ACSM
EXERCISE IS
MEDICINE

Question 1: For an average week in the last 30 days, how many days per week did you engage in moderate to vigorous physical activity (like walking fast, running, jogging, dancing, swimming, biking, or other activities that cause a light or heavy sweat)?

_____ days

Question 2: On those days that you engage in moderate to vigorous physical activity, how many minutes, on average, do you exercise?

_____ minutes

Total minutes per week of physical activity (multiply #1 by #2)

_____ minutes per week

Optional Question (particularly important for older adults):

Question 3: During the past month, how many times per week did you do physical activities or exercises to strengthen your muscles?

_____ days

Incorporate the Physical Activity Vital Sign (PAVS) into your electronic health record and patient intake forms. Calculations may be programmed and the sedentary patient flagged for referral or counseling.

Using the Physical Activity Vital Sign

National guidelines recommend 150 minutes per week of moderate intensity physical activity. That's just:

- 2 ½ hours out of 168 hours in a week! In place of moderate intensity activity, you can complete 75 minutes of vigorous intensity activity, or an equivalent combination of moderate and vigorous intensity physical activity. 1 minute of vigorous activity is equal to 2 minutes of moderate activity.
- You can perform activity in multiple “bouts” of any length throughout the day to add up to the recommended 150 minutes/week.

Although light intensity physical activity (such as a casual walk) is not assessed by the PAVS, it positively impacts health. Wherever they are on their physical activity journey, encourage patients to become and remain active. Promote active living throughout the day to reduce sedentary time (less screen time!).

What's Moderate Intensity?

- You can talk, but not sing, while performing the activity.
- Examples: brisk walking, slow biking, doubles tennis, various forms of dance, active home chores and gardening, etc.

What's Vigorous Intensity?

- Vigorous intensity: You can no longer talk easily during the activity and are somewhat out of breath.
- Examples: jogging, fast bicycling, singles tennis, aerobic exercise class, swimming laps, etc.

Copyright © 2025 Exercise is Medicine



환자의 변화 준비 정도를 판단하세요

환자에게 신체활동을 처방하기 전에 그 환자의 “운동 변화 단계”를 헤아리는 것이 중요합니다. 어떤 환자는 부드럽게 복돋우는 것만 받아들일 수 있고, 어떤 환자는 앉아 있는 시간을 줄이거나 더 움직이는 첫걸음을 뒀 준비가 되어 있으며, 또 어떤 환자는 신체활동 처방과 인증 운동 전문가 의뢰를 받을 준비가 되어 있습니다.

아래 표는 변화의 다섯 단계(범이론 모형)와 각 단계의 환자에게 원하는 조치를 간단히 정리한 것입니다.

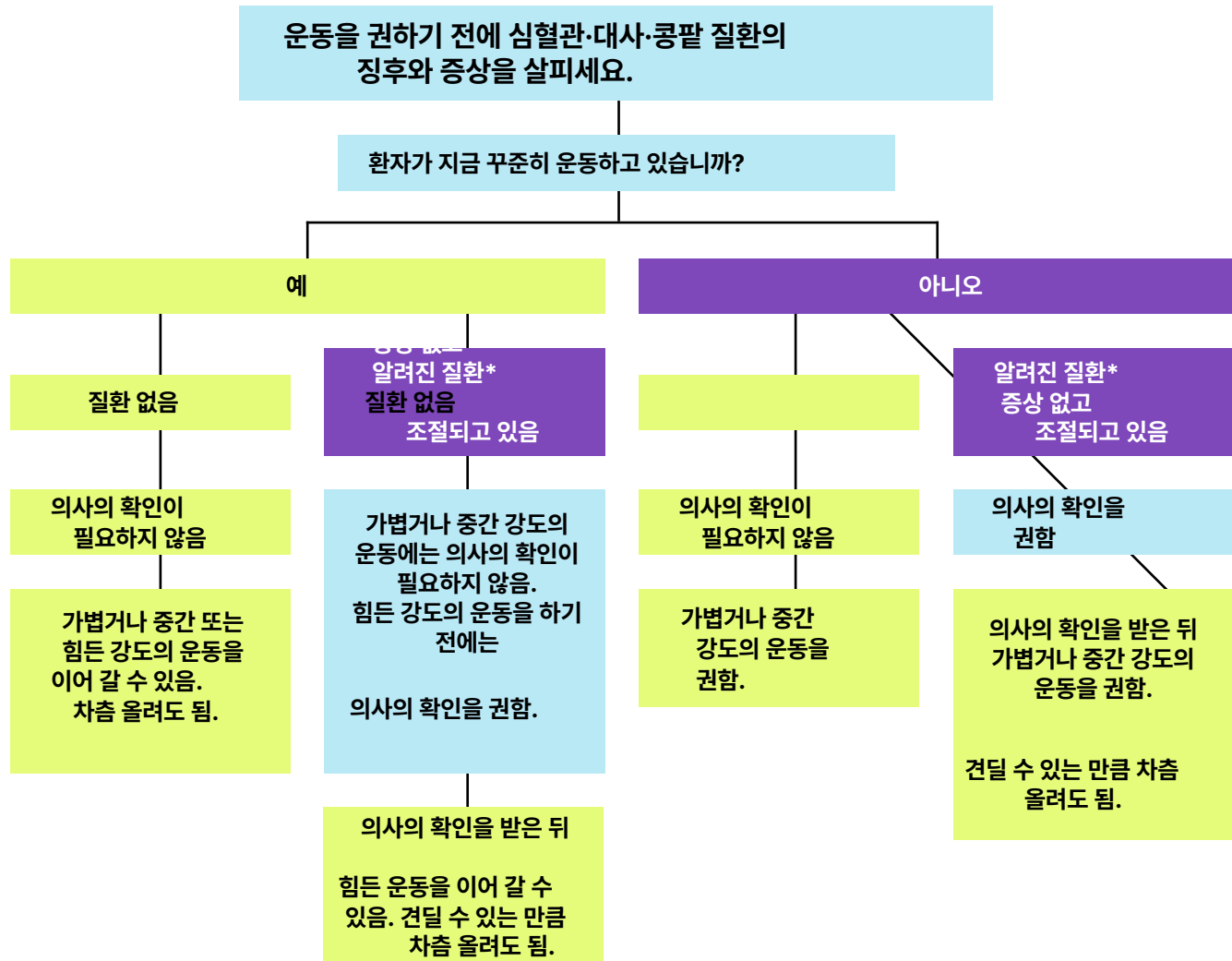
변화의 단계	해야 할 일		
무관심 단계 (환자가 몸을 움직일 뜻이 없는 상태)	· 꾸준한 신체활동이 건강에 주는 이로움을, 특히 그 환자의 건강 문제와 필요에 맞춰 알려 줍니다. · 이 단계에서는 신체활동 처방을 받아들일 준비가 안 되어 있을 가능성이 큼니다.		이로움 알리기
관심 단계 (환자가 운동해야 한다는 것을 알고 움직일 생각을 하는 상태)	스스로 가능 정보와 짧은 조언을 줍니다. 운동 전문가에게 의뢰합니다.	지도 필요 필요에 따라 심장재활, 임상 운동 전문가, 물리치료로 의뢰합니다.	맞춤 조언하기
준비 단계 (환자가 곧 몸을 움직이려 계획하는 상태)	· 그 환자에게 특히 와닿는, 더 움직이는 것의 좋은 점을 강조하고 걸림돌을 줄여 줍니다. · 더 움직이는 방법에 대한 기본 안내는 받아들일 수 있습니다.		
실행 단계 (환자가 신체활동 지침을 채우고 있으나 6개월이 안 된 상태)	처방을 써 줍니다. 진료 밖의 운동 전문가에게 의뢰합니다.	필요에 따라 심장재활, 임상 운동 전문가, 물리치료로 의뢰합니다.	처방하기
	애쓴 것을 칭찬합니다. 운동을 이어 가도록 복돋웁니다.	지도를 받는 운동을 이어 가도록 복돋웁니다.	복돋우기
	다시 주저앉는 것을 막을 방법을 함께 이야기합니다. 어려움에 미리 대비하기, 한동안 쉬었다가 다시 시작하기 같은 것입니다.		
유지 단계 (환자가 6개월 이상 신체활동 지침을 채우고 있는 상태)	애쓴 것을 칭찬합니다. 운동을 이어 가도록 복돋웁니다.	지도를 받는 운동을 이어 가도록 복돋웁니다.	확인하기
	비슷한 건강 습관을 가진 사람들과 시간을 보내도록 권합니다. 스트레스를 다스리는 데 건강한 활동을 계속 활용하게 합니다.		

환자에게 신체활동을 처방하세요

1단계 — 안전 선별검사

미국스포츠의학회는 운동 참여 전 선별검사에 대한 권고를 내놓고 있습니다. 이전의 검사 절차에는 위험 요인 확인이 들어 있었지만, 그것이 운동 중 심장 사건의 위험을 줄인다는 근거는 없었고, 가볍거나 중간 강도의 신체활동에서 가장 큰 도움을 얻을 환자에게 오히려 불필요한 문턱을 만들었습니다.

ACSM 운동 참여 전 선별검사 지침



*심혈관·대사·콩팥 질환

Based on the exercise preparticipation health screening logic model for aerobic exercise participation published in Riebe D, Franklin BA, Thompson PD, et al. Updating ACSM's recommendations for exercise preparticipation health screening. Med Sci Sports Exerc. 2015;47(11):2473–9

2단계 — 짧은 조언이나 기본 운동 처방 주기

준비 단계나 실행 단계(때로는 관심 단계)에 있는 환자에게는 신체활동을 복돋우는 말과 신체활동 처방을 주는 것이 다음 단계입니다.

운동이 약이다® 처방 서식이나 EIM 환자 안내지를 환자에게 주거나, 전자의무기록에 스캔해 넣어 진료 후 요약에 담을 수 있습니다. 처방 서식에 직접 적거나 PDF 입력란에 넣으세요(다만 이 입력란은 구조화되어 있지 않아 자료로 뽑거나 추적할 수 없습니다). 가장 간단한 조언은 2018년 미국인 신체활동 지침이 권하는 대로 빠르게 걷기 같은 중간 강도의 신체활동을 주 150분 하라는 것입니다. 처방을 글로 써 주는 것만으로도 환자가 더 움직이게 만드는 효과가 있으며, 때로는 주당 한 시간까지 늘어난다는 연구 결과가 있습니다.

“덜 앉고 더 움직이기”나 “더 나은 삶을 위해 활동적으로 지내기”(어르신, 노쇠한 분, 청소년, 어린 자녀용도 있습니다) 같은 운동이 약이다® 환자 안내지를 한두 가지 함께 주는 것도 좋습니다. 이 안내지는 환자가 앉아 있는 시간을 줄이거나 더 움직이는 첫걸음을 감당할 만한 크기로 떼도록 만들어졌습니다. 하루 동안 신체활동을 늘릴 여러 방법 가운데 환자에게 맞는 것을 생각해 보도록 권하세요(아래 신체활동의 폭 참고).

환자용 자료는 2018년 미국인 신체활동 지침을 바탕으로 한 미국 보건부 ODPHP의 [Move Your Way](#) 캠페인에서도 찾을 수 있습니다. 어르신에게는 미국 국립노화연구소의 “[Get Fit for Life](#)” 소책자가 도움이 될 수 있습니다.

신체활동의 폭



일상 생활 동작

- 걷기·휠체어 이동
- 계단 오르기
- 멀리 주차하기



몸을 쓰는 이동

- 걸어서·자전거로
출퇴근·볼일 보기



생활 속 활동

- 반려견 산책
- 마당일
- 바닥 쓸기

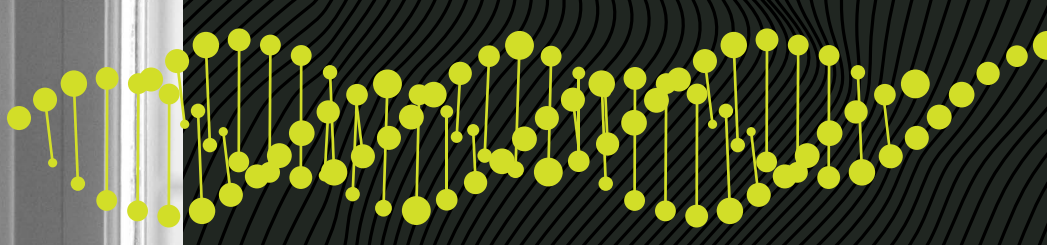
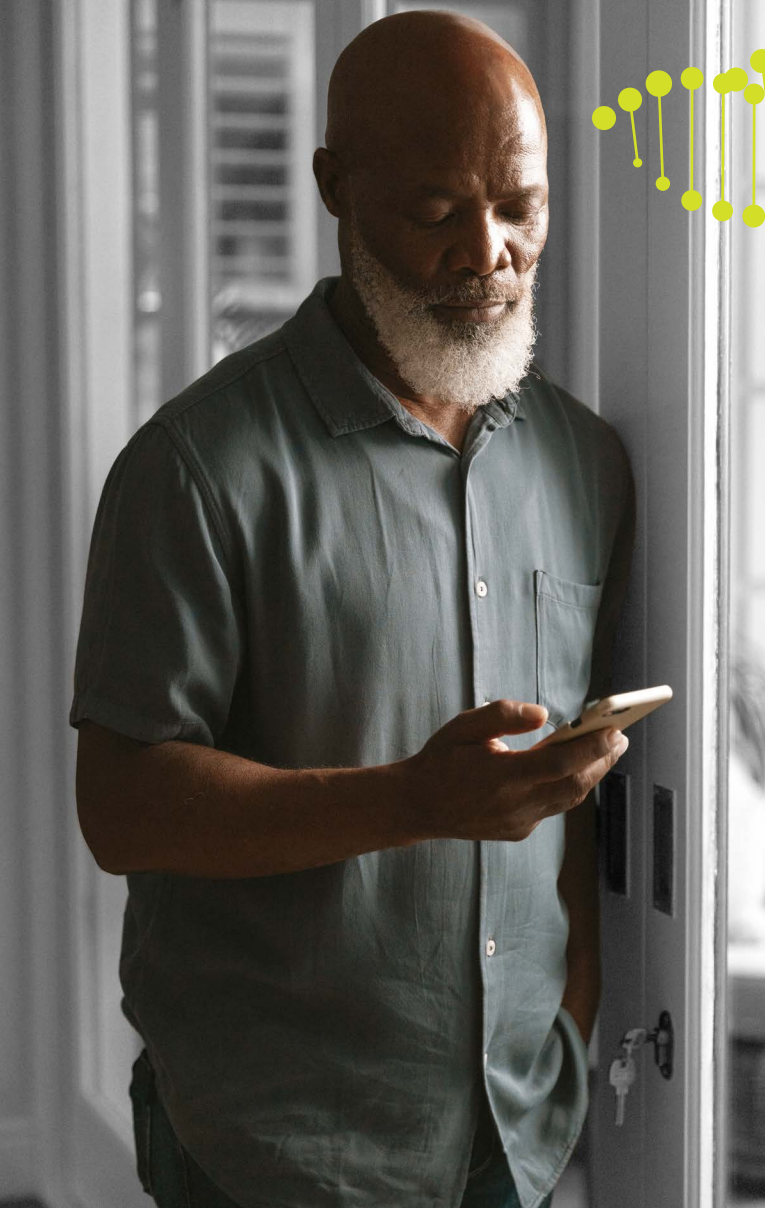


운동

- 유산소 운동
- 근력 운동
- 두 가지 함께

진료실에서 하는 신체활동 짧은 조언

시간 기준 안내



3단계 — 더 자세한 운동 처방 주기

여러 질환이 있는 환자에게는 EIM과 ACSM의 각 분야 전문가들이 만든 “[Rx for Health 시리즈](#)”를 쓰세요. 이 시리즈는 당뇨병, 심장대사질환, 골관절염, 우울, 요통처럼 저마다 다른 건강 문제를 가진 분에게 맞춘, 알아보기 쉬운 운동 지침입니다. “신체활동 — 건강을 위한 처방”이라는 EIM 안내지를 주고 그 환자에게 특히 중요한 항목에 표시해 줄 수도 있습니다. 이 안내지에는 EIM 누리집에서 영어나 스페인어 판본을 내려받을 수 있는 QR 코드가 있습니다.

코딩과 청구

몇 분을 들여 더 움직이는 것에 대해 상담하면 그 행위를 청구할 수 있을 수 있습니다. [의료진 코딩·청구 안내](#)를 보세요. 가치 기반 의료 모형에서 일하고 계신다면, 건강한 생활습관 개입으로 환자의 건강을 좋게 하는 데 대한 보상이 있을 가능성이 큼니다.

기록

기록을 돕기 위해 EIM은 진료 내용을 적고 진료 후 요약에 담을 환자 교육·안내를 제공하는 데 쓸 “상용구”를 만들어 두었습니다. 전자의무기록에 복사해 넣어 시간을 아끼세요. 진료 형편에 맞게 고쳐 쓰시면 됩니다.

*진료팀 구성원 모두가 EIM을 함께 만들어 가게 하세요. 그러면 의료진과 진료실 모두가 한결 편해집니다.

임상 책임자와 의료기관 고위 관리자의 협력

- 신체활동 활력징후(PAVS)를 환자 건강 이력 문진표에 반드시 넣으세요.
- 정보팀이 전자의무기록에 신체활동 활력징후를 만들도록 하세요.
- 정보팀과 함께, 또는 직원을 안내해 EIM Rx for Health 시리즈 안내지를 전자의무기록에 올려 의료진이 고를 수 있게 하거나 처방 묶음에 넣으세요.

진료실 관리자

- EIM을 시작하는 데 필요한 직원 교육을 하세요.
- 진료 보조 인력이 신체활동 활력징후를 정해진 방식으로 묻고 후속 조치를 돕도록 하세요.
- 직원 한 사람에게 지역사회 신체활동 자원을 찾아 EIM 신체활동 자원 안내지를 우리 지역에 맞게 고치는 일을 맡기세요.

접수 인력

- 대기실에서 환자에게 건강 이력 서식을 드리세요.
- 대기실에 EIM 포스터나 안내지가 놓여 있게 하세요.

ACSM
EXERCISE IS
MEDICINE®

진료팀이 함께하는 방식

의료팀 구성원 모두를 활용해 운동이 약이다®(EIM)를 펼치세요. 인력을 알맞게 나누면 특히 바쁜 의료진을 포함해 모두가 신체활동을 늘 평가하고 원하는 일을 진료에 들일 수 있습니다.

진료 보조 인력

- 신체활동 활력징후를 받아 전자의무기록에 반드시 입력하세요.
- 진료가 끝날 때 의료진의 지시에 따라 환자에게 신체활동 자료와 교육을 제공하세요. 예를 들면 다음과 같습니다.
 - EIM 신체활동 처방 서식
 - EIM Rx for Health 시리즈 안내지
 - EIM 신체활동 자원 안내지
 - 환자를 지역사회 신체활동 자원 (프로그램, 장소, 전문가), 물리치료, 심장재활 등으로 연결합니다.
- 신체활동 상담과 지원을 돕습니다.

의사 또는 전문 진료 인력

- “5A” 방식을 쓰세요. 묻고(ask), 살피고(assess), 조언하고(advise), 돕고(assist), 이어 갈 자리를 마련하는(arrange) 것입니다.
 - 묻기 — 모든 환자에게 진료할 때마다 신체활동을 묻습니다.
 - 조언하기 — 신체활동이 그 환자의 건강을 어떻게 좋게 할지 또렷하고 힘 있게, 그 사람에게 맞춰 알려 줍니다.
 - 살피기 — 환자가 지금 신체활동을 바꿀 마음이 있는지(변화 단계) 살핍니다. 지난번 시도에서 무엇이 통했고 무엇이 안 통했는지를 포함해 성공을 가로막는 것을 살핍니다.
 - 돕기 — 상담을 제공합니다. 신체활동을 시작·늘리기·조절하는 권고를 그 사람에게 맞춤합니다. 신체활동 처방을 줍니다. 신체활동 자원 정보나 의뢰를 제공합니다.
 - 마련하기 — 대면이나 전화로 다시 볼 자리를 마련합니다.
- 다음 진료에서도 신체활동을 물을 것이라고 환자에게 알려 주세요. 적어도 덜 앉고 더 움직이고 있어야 합니다! (“덜 앉고 더 움직이기” 안내지)



환자에게 신체활동 의뢰를 해 주세요

환자의 필요와 관심에 가장 잘 맞는 프로그램, 장소, 전문가로 의뢰하거나, 몸을 쓰는 이동과 스스로 쓸 수 있는 자료(누리집, 휴대폰 앱, 활동량계)를 권하세요. 의료기관이 환자의 신체활동을 늘리려는 노력은 “환자”를 “참여자”로 바꿀 때 가장 잘 이뤄진다는 연구 결과가 여러 편 있습니다.

어떤 환자는 지역사회 프로그램에 참여하기 전에 물리치료나 심장재활, 질환별 재활 프로그램으로 의뢰하는 것이 도움이 됩니다.

지역 프로그램을 찾으세요

직원 한 사람에게 우리 지역에 맞는 지역사회 신체활동 자원 안내(서식 제공)를 만드는 일을 맡기세요. 대학이나 의료기관의 운동시설, 헬스클럽, 지역 체육센터, 공원, 산책로, 활동 동아리, 지역 문화센터가 들어갈 수 있습니다.

어르신이나 암, 관절염, 당뇨병 전단계, 파킨슨병 같은 질환이 있는 환자에게는 전문 프로그램을 권하세요. 미국심장협회, [골관절염 행동연대](#), [국가 당뇨병 예방 프로그램](#), 미국암학회, [Moving through Cancer](#), [Silver Sneakers](#) 같은 전국 단위 기관이 지역 프로그램과 자료를 안내해 줄 수 있습니다. [Park Rx America](#)(자연 처방)는 환자가 가까운 공원과 녹지에서 활동해 몸과 마음의 이로움을 얻도록 온라인 의뢰 사업을 운영합니다.

가장 좋은 것은 우리 의료기관이 지역 운동시설과 협력 관계를 맺고, 전자의무기록에서 손쉽게 의뢰할 수 있게 만드는 것입니다. 환자 안내자나 건강 코치, 운동시설 담당자가 환자에게 연락해 등록과 이어 가기를 도울 수 있습니다.

자격을 갖춘 운동 전문가를 찾으세요

EIM 온라인 과정과 자격에 대해 더 알고 싶으시면 <https://www.exerciseismedicine.org/eim-in-action/exercise-professionals/eim-online-course/>를 찾아 주세요.

진료 시간이 빠듯한 만큼, 자격을 갖춘 운동 전문가(임상 운동생리사, 운동생리사, 운동 지도자)는 환자가 꾸준한 신체활동을 습관으로 만들고 이어 가도록 전문성과 지도, 의욕을 제공해 진료의 손길을 넓혀 줍니다.

ACSM은 임상 운동생리사와 운동생리사가 자격을 갖춘 의료 전문가(QHP)가 될 수 있는 길을 만들고 있습니다. 그렇게 되면 이들이 의료팀의 구성원이 되어 자기 업무 범위 안에서 전문 서비스를 제공하고 보험 청구도 받을 수 있게 됩니다.

현재 가장 널리 인정받는 전국 단위 운동 자격증은 미국 자격인증위원회(NCCA)의 인증을 받은 것들입니다. NCCA는 당뇨병 교육 전문가(CDCES), 응급구조사(EMT), 영양사(RD) 등 여러 의료 직역의 자격증도 인증합니다.

가장 널리 인정받는 NCCA 인증 운동 자격증은 다음과 같습니다.

- **미국스포츠의학회(ACSM)**
- **미국운동협의회(ACE)**
- 쿠퍼 클리닉(The Cooper Clinic)
- 전미근력컨디셔닝협회(NSCA)
- 전미스포츠의학아카데미(NASM)
- **굵게** 표시한 기관은 임상 자격증도 제공합니다

운동 전문가가 NCCA 인증 자격증을 갖고 있는지는 [USREPS.org](https://www.usreps.org)에서 확인하세요

알려진 질환이 있거나 위험이 높은 환자는 **ACSM 임상 운동생리사**의 전문성이나 임상 지도를 받는 운동 프로그램에서 도움을 얻습니다. 활동이 적거나 위험이 낮거나 중간인 환자는 NCCA 인증 자격증과 해당 대상에 대한 전문성을 갖춘 운동 전문가의 안내를 받을 수 있습니다.

운동 상담 선택지

환자의 건강 상태	회원 수준	가 종류	요건
알려진 질환이 있거나 위험이 높은 경우	높은 수준의 지도	임상 운동생리사	석사
		의료 운동 전문가	학사
		물리치료사 (치료적 운동*)	박사
		운동선수 트레이너 (활동 복귀·부상 회복)	석사
		운동치료사 (치료적 운동*)	학사
위험이 중간	중간 수준의 지도	운동생리사	학사
		근력·컨디셔닝 코치	석사
		운동 지도자	학사
		필라테스 강사	학사
활동이 적고 위험이 낮음	낮은 수준의 지도	건강·생활 코치	
		운동 지도자	
		근력·컨디셔닝 코치	
		필라테스 강사	
		단체 운동 강사	

*부상 재활과 기능적 움직임

Physical Activity Alliance(2023) 자료를 바탕으로 정리

EIM 자격이란?

EIM은 운동 전문가가 의뢰받은 환자를 제대로 맡을 준비를 갖추도록 전문 인증 과정을 만들었습니다. 운동 전문가는 정해진 학력과 자격증, 보수교육 요건을 채우면 **EIM 자격**을 받을 수 있습니다. 필수인 15시간 EIM 온라인 과정은 흔한 만성질환이 있는 환자를 더 잘 돕도록 추가 교육을 제공합니다.

EIM 온라인 과정은 누구나 들을 수 있으며 다음 내용을 담고 있습니다.

- 흔한 질환 — 운동 지침, 조절 방법, 주의사항
- 신체활동을 촉진하기 위한 증거 기반 접근법
- 의료진, 환자, 지역사회, 보험업자, 정책 입안자, 고용주, 업무 범위)
- 소규모 운동 프로그램의 운영과 기술 활용
 - 골관절염과 요통
 - 암 입문

EIM 온라인 과정과 자격에 대해 더 알고 싶으시면

<https://www.exerciseismedicine.org/eim-in-action/exercise-professionals/eim-online-course/>를 찾아 주세요.



진료실에서 신체활동을 알리세요

환자와 직원이 건강한 생활습관을 만들도록 앞장서 주세요.

의료진이 먼저 실천하세요. 의사의 신체활동 습관이 진료실에서의 상담 방식에 영향을 준다는 자료가 있습니다. 의료팀의 본보기가 되고 환자의 믿음을 얻으려면, 몸을 움직이는 일이 의료진 자신에게 중요하다는 것을 보여 주세요!

의료팀의 안녕도 돌보세요

- 점심시간이나 쉬는 시간에 몸을 움직이려는 직원의 노력을 칭찬하세요.
- 계단을 반갑게 오르고 싶은 공간으로 바꾸고, 계단 이용을 권하는 홍보물을 쓰세요.
- 단체로 걷기·달리기 행사에 참여하도록 자리를 마련하세요. 뛰는 사람만큼 걷는 사람도 북돋우고 알아 주세요.
- 사무실에서 건강한 간식을 들도록 권하세요.
- 건강한 생활습관 프로그램과 겨루기를 여세요.
- 가까운 운동시설의 회원 할인을 마련하세요.

진료실에서 신체활동을 알리세요

- 진료 보조 인력을 포함한 직원들에게 신체활동의 중요함을 알리고, 환자는 물론 자신들도 활동적으로 지내도록 함께 힘써 달라고 청하세요.
- “의사와 함께 걷기(Walk with a Doc)”를 직접 시작하고 직원들에게 도움을 청하세요. <https://walkwithadoc.org/>
- 대기실과 진료실에 운동이 약이다® 홍보물이나 EIM 환자 안내지를 놓아 두세요.



우리 의료기관에서 앞장서 주세요

의료기관이 가치 기반 진료로 나아가는 가운데, EIM은 위험이 높은 환자군을 가려내고 건강한 생활습관 개입의 기회를 제공하는 인구집단 건강 관리 방식의 한 축이 될 수 있습니다.

- 신체활동을 처방하면 건강 결과가 좋아진다는 것을 동료들에게 알려 주세요. 원내 교육이나 집담회를 활용하세요. EIM이 발표용 슬라이드와 자료를 제공할 수 있습니다.
- 업무 흐름과 환자 결과 등의 자료를 모아 분석하고 그것을 팀에 되돌려 진료를 다듬는, 질 향상 사업으로 EIM을 시작해 보세요.
- EIM Greenville이 만든 종합 자료집을 의료기관과 진료실이 무료로 쓸 수 있습니다. 신체활동을 진료에 들이는 일을 안내해 여러 시간의 수고와 불필요한 실수를 덜어 줍니다. ACSM·EIM 담당자(eim@acsm.org)에게 연락하세요.
- 신체활동 활력징후를 전자의무기록에 넣고, 신체활동 처방 묶음을 만들고, 근거에 바탕을 둔 지역 신체활동 프로그램과 시설과 협력 관계를 맺는 것에 대해 의료 지도부와 관리자와 이야기해 보세요. 신체활동을 늘 평가하고 상담하는 것은 사중 목표(Quadruple Aim)를 이루는 방법입니다. 환자 진료와 경험이 좋아져 임상 결과가 나아지고 의료비가 줄며, 의료진의 경험도 좋아집니다.
- 의료진과 정보 담당자, 환자 안내자, 건강 코치 등이 함께하는 협력팀을 만들어 평가와 의뢰를 위한 효율적인 도구와 절차를 마련하세요.
- 우리 기관의 소식지와 이메일, 누리집에 EIM 활동에 대한 짧은 글을 써 보세요.

이 행동지침과 함께 다음 자료를 제공합니다. 진료에 마음껏 활용하세요.

1. 신체활동 활력징후
2. 운동이 약이다® 처방 서식
3. Rx for Health 시리즈 환자 안내지
4. 지역사회 자원 안내지 서식
5. 의료진 코딩·청구 안내
6. EIM 상용구



ACSM
EXERCISE IS
MEDICINE®