



# 국내 정신질환 현황과 유럽의 정신질환 예방 정책

김혜란 연구원

연구

지난 12월 정신건강의학과 교수가 외래환자가 휘두른 흉기에 찔려 사망하는 사건이 발생하였는데, 국내에서 최근 5년간 정신건강 질환으로 치료를 받은 환자가 계속 늘어나고, 2017년 진료비도 전년대비 2.6%p 증가하였음. 인구 6명 당 1명 꼴로 정신건강 문제를 겪고 있는 유럽에서도 정신질환으로 발생하는 비용이 부담으로 작용하고 있어 치료뿐 아니라 정신건강을 증진하고 예방하기 위하여 생애주기 단계별로 다양한 프로그램을 진행하고 있음. 이에 국내에서도 생애주기에 따른 정신건강 예방 및 증진 정책을 실시하고, 특히 사회적으로 정신질환을 겪을 수 있는 입장에 처해 있는 사람들을 위한 집중 프로그램이 필요해 보임

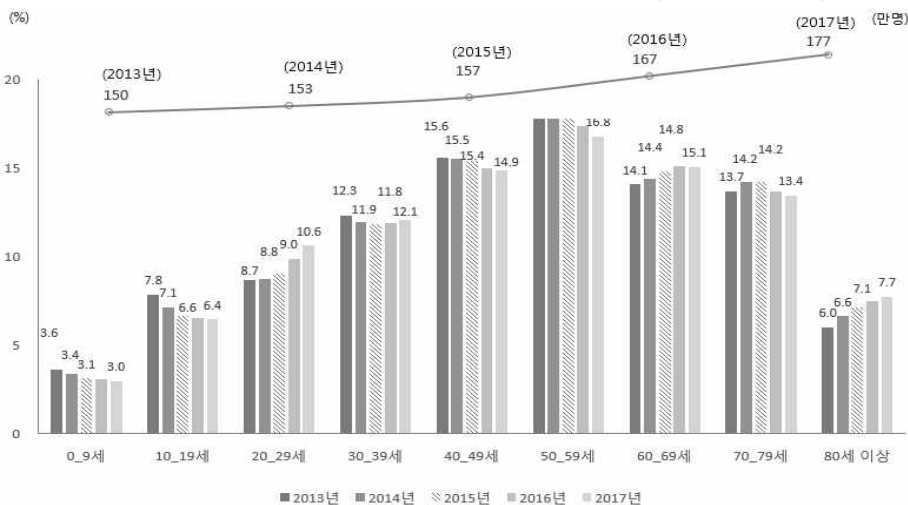
- 지난 12월 정신건강의학과 교수가 외래환자가 휘두른 흉기에 찔려 사망하는 사건이 발생함에 따라 정신질환에 대해 사회적 관심이 높아지고 있어 국내의 정신질환 현황 및 유럽에서 실시하고 있는 정신질환 예방 정책을 알아보고자 함
- 국내에서 최근 5년간 정신건강 질환으로 치료를 받은 환자는 계속 증가하였으며, 질환별로는 우울증 환자수가 가장 많았음<sup>1)</sup>
  - 2017년 정신건강의학과에서 진료 받은 환자수는 약 177만 명으로 전년 대비 5.9%p 증가하였으며, 진료비는 1조 4,317억 원(GDP의 약 0.08%)으로 전년 대비 2.6%p 증가한 것으로 나타났음
    - '13~'17동안 연평균 환자수는 4.1%p 증가하였으며, 진료비는 3%p 늘었음
    - '13~'17동안 연령별로는 20대에서 환자수 및 진료비가 가장 많이 증가하였으며, 2017년도에는 0~9세의 진료비가 174억 원으로 전년도에 비해 9.4%p 증가하여 가장 많이 증가하였음
  - 질환별 환자수는 우울증(51만 1,059명), 불안장애(35만 799명), 불면증(13만 1,535명) 순으로 많았음
    - 우울증과 불안장애는 20대 이후에 급격히 증가하여 50대 환자수가 가장 많았으며, 불면증 환자는 50~60대가 가장 많은 것으로 나타났음
  - 연령별로는 19세 이하에서는 ADHD(과활동성 주의력 결핍장애)를 포함한 운동과다장애, 20~79세에서

1) 건강보험심사평가원 보도자료(2018. 12. 12), “연령대별 많이 나타나는 정신건강 질환은?”

는 우울증, 80세 이상에서는 알츠하이머병에서의 치매에 환자수가 가장 많은 것으로 나타남  
 - 1인당 내원일수가 가장 많은 질환은 0~19세에서는 조울증, 20~29세는 조현병, 30~39세는 알코올 사용에 의한 정신 및 행동 장애, 40~69세는 조현병, 70~79세는 조울증, 그리고 80세 이상에서는 혈관성 치매임

- 성별에 따라 남성은 알코올에 의한 정신 및 행동장애 때문에, 여성은 알츠하이머병에서의 치매로 가장 많은 진료를 받았음

〈그림 1〉 최근 5년간 연령별 정신건강의학과 환자수 현황(2013년~2017년)



자료: 건강보험심사평가원 보도자료(2018. 12. 12), “연령대별 많이 나타나는 정신건강 질환은?”

■ 한편 유럽에서는 2016년도에 인구 6명당 1명꼴(17.3%, 8천 4백만 명)로 정신건강 문제를 겪고 있는 것으로 나타났으며, 그로 인해 발생하는 비용의 부담이 큰 것으로 나타남<sup>2)</sup>

- 유럽에서 가장 흔한 정신장애는 불안장애(5.4%, 2천 5백만 명)이며, 우울증(4.5%, 2천 1백만 명)과 마약·술 중독(2.4%, 1천 1백만 명)이 그 뒤를 이음
- 연령별로는 6~11세의 어린이의 10~15%는 적어도 정신건강 문제 또는 행동장애 중 하나를 겪은 것으로 나타났으며(2010년), 15세~24세의 젊은 연령대는 가족력이 있는 경우 자살이 심각한 문제로 나타남
- 여성이 불안장애, 조울증을 비롯한 여러 정신질환을 남성보다 많이 겪지만, 유일하게 남성이 마약·알코올 사용 장애가 여성보다 발생률이 2배 이상 높음
- 교육수준을 기준으로 볼 때 교육수준이 낮은 사람은 교육수준이 높은 사람에 비해 만성적인 우울증이 2배 이상 높은 것으로 나타남
- 고용상태에 따라서 실업자의 우울증은 일하고 있는 사람보다 높게 나타나며, 직업을 갖게 되면 우울증

2) OECD(2018), Health at a Glance

또는 다른 정신질환이 개선되는 것으로 나타났음

- 2015년 유럽의 28개국에서 정신건강과 관련되어 발생한 비용은 6천 억 유로(전체 GDP의 약 4%) 이상인 것으로 나타남
  - 정신건강 관리를 위해 직접 지출된 비용은 190억 유로(GDP의 1.3%)였으며, 사회보장 프로그램 관련 지출은 1천 7백억 유로(GDP의 1.2%) 그리고 정신질환으로 인해 고용률 저하와 생산성 감소에 따른 노동시장의 간접비용으로 240억 유로(GDP의 1.6%)가 발생함

■ 유럽에서는 정신질환 치료뿐 아니라 정신건강을 증진하고 정신질환을 예방하기 위하여 다각도의 구체적인 정책을 펼치고 있음<sup>3)</sup>

- 정신건강 증진 또는 예방 정책은 우울증 예방, 학교 및 직장에서의 정신건강 증진, 자살 방지, 노년층의 정신적 웰빙(Mental Well-being) 향상 또는 정신적 고통을 조기에 감지하도록 설계되었음
  - 유럽의 27개국에서는 학교기반 프로그램인 ‘Zippy’s Friends’<sup>4)</sup>를 채택하여 학생들의 감정에 대한 대처 능력을 키우고 있음
  - 자살예방과 관련해서 핀란드에서는 1980년부터 국가자살예방캠페인<sup>5)</sup>을 통해서 30년 동안 자살률을 50% 이상 감소시킴
- 유럽 31개국<sup>6)</sup>에는 100개가 넘는 정신질환 예방 및 홍보 프로그램이 존재하며, 이러한 활동은 생애주기에 따라 달리 접근하는 것이 특징임
  - 산전, 출산 전후 및 영아기, 2~10세의 어린이와 부모, 11~25세 아동 및 청소년, 직장인, 실업자, 고령자로 목표 연령대가 설정됨
  - 특히, 산전·출산 전후 및 영아기 때에 정신건강을 증진시키는 것은 비용 대비 효과가 뛰어나 영국·헝가리·독일에 이 시기의 양육지원 프로그램이 존재하며 특히 독일에서는 ‘조기지원(Early Help)’<sup>7)</sup>이라는 이니셔티브를 실시하고 있음
  - 사회적으로 우울증을 느끼기 쉬운 실업자와 고령자에 대한 프로그램은 다른 단계에 비해 상대적으로 프로그램이 적음

■ 국내에서도 생애주기에 따른 정신건강 예방 및 증진 정책을 실시하고, 특히 사회적으로 정신질환을 겪을 수 있는 입장에 처해있는 사람들을 위한 집중 프로그램이 필요해 보임 [kiri](#)

3) OECD(2018), Health at a Glance  
 4) 교사가 학생들에게 곤충인 Zippy와 그의 친구들이 겪는 우정·갈등·변화에 대한 이야기를 들려주고 학생들이 겪을 수 있는 감정적인 문제에 대해 게임 및 역할극을 함  
 5) 자살에 영향을 주는 우울증·알코올 남용에 대해 국가적으로 실태를 파악하고, 자살충동을 겪고 있는 사람들이 도움을 요청할 수 있는 전화 상담 핫라인을 구축 그리고 미디어에 자살방법을 노출하지 않는 등의 캠페인을 실시함  
 6) 유럽 28개국과 EFTA(유럽자유무역연합) 3개국으로 각 국가의 생애주기별 1개의 프로그램만을 계수함  
 7) 0~3세까지의 조산아 부모에게 조산사 및 기타 전문가를 지원하여 집중적인 서비스를 제공하고 있음