



한국의 질병부담을 초래하는 건강위험요인과 시사점

오승연 연구위원

요약

■ 질병부담은 질병으로 인한 조기사망이나 장애로 인한 사회적 손실을 나타내는 지표임. 한국에서 식습관, 음주, 흡연과 같은 건강행태적 위험이 질병부담을 초래하는 가장 큰 요인으로 나타남. 일본에서는 한국과 달리 신진대사적 위험이 건강행태적 위험보다 질병부담을 초래하는 더 중요한 요인으로 나타남. 한국의 질병부담을 줄이기 위해서는 건강행태적 위험을 관리하는 건강생활습관 개선이 중요함. 이를 위해 소비자들의 건강관리서비스 이용을 활성화시킬 수 있도록 법적·제도적 기반 마련이 요구됨.

■ 우리나라 질병부담(Burden of Disease)을 초래하는 건강위험요인의 1, 2, 3위가 식습관, 음주와 약물복용, 흡연으로 모두 건강행태적 위험(behavioral risks)인 것으로 나타남.¹⁾

- 질병부담은 WHO가 정의한 개념으로 질병으로 인한 조기사망이나 장애로 줄어드는 수명연수와 건강생활연수를 집계한 수치로 질병에 의한 사회적 손실을 비교할 수 있는 지표임.²⁾
- 건강위험요인에는 건강행태적 위험 외에도 신진대사적 위험(metabolic risks)³⁾과 환경·직업적 위험(environmental/occupational risks)이 있는데, 우리나라 10대 건강위험요인에 낮은 신체 활동 수준을 포함하여 5가지 건강행태적 위험이 모두 포함되어 있음.
- 질병부담을 초래하는 10대 건강위험요인 중 건강행태적 위험이 전체 질병부담의 34.6%를 차지하고, 그 다음으로 신진대사적 위험이 29%를 차지함.

■ 한국과 비교해서 일본에서는 신진대사적 위험요인이 질병부담의 가장 큰 비중을 차지함.

- 1) 미국 워싱턴대학교(University of Washington)의 보건계량평가연구소(IHME: Institute of Health Metrics and Evaluation)가 국가별 질병부담 결과를 보고하고 있음. 가장 최근의 결과는 2013년 기준임.
- 2) 질병 발생 건수나 사망 건수만으로는 질병에 의한 실제부담을 잘 표현하기 어려움. 예를 들어, 질병 발생 건수로 감기 100건과 암 100건은 동일한 수치지만 그 사회적 부담은 엄청난 차이가 있음.
- 3) 신진대사적 위험은 인체의 생존과 성장에 필수적인 영양분 섭취, 에너지 생산 및 배설의 과정이 원활히 수행되는 것을 방해하는 고혈압, 당뇨, 고지혈 등의 위험요인들을 말함.

- 일본의 경우 신진대사적 위험이 전체 질병부담의 24.3%를 차지하고, 다음으로 건강행태적 위험이 20.8%를 차지함.
- 식습관은 한국과 일본 모두에서 질병으로 인한 사회적 손실을 초래하는 가장 중요한 위험요인으로 나타남.

〈표 1〉 한국과 일본의 질병부담을 초래하는 건강위험요인 Top 10

순위	한국			일본		
	건강위험요인	유형	비중(%)	건강위험요인	유형	비중(%)
1	식습관	○	11.6	식습관	○	12.3
2	알코올 및 약물복용	○	9.6	수축기 고혈압	△	9.0
3	흡연	○	8.5	흡연	○	8.6
4	수축기 고혈압	△	7.1	높은 공복혈당	△	5.7
5	높은 체질량지수(BMI)	△	7.1	알코올 및 약물복용	○	5.1
6	높은 공복혈당	△	6.6	높은 체질량지수(BMI)	△	4.7
7	대기오염	□	2.9	낮은 신체활동 수준	○	3.0
8	낮은 신체활동 수준	○	2.8	낮은 사구체여과율(GFR)	△	2.6
9	직무상 위험	□	2.3	대기오염	□	2.5
10	아동 및 모성의 영양실조	○	2.1	높은 콜레스테롤	△	2.3

주: 1) ○: 건강행태적 위험, △: 대사적 위험, □: 환경적·직업적 위험.

2) 위험요인의 비중은 전체 시간적 손실 중에 각 요인이 초래한 시간적 손실의 비중을 의미함.

■ 건강행태적 위험을 관리하여 이로 인한 질병부담을 줄이기 위해서는 건강한 생활습관을 제고시킬 수 있는 다양한 정책이 요구됨.

- 건강행태적 위험은 학력이나 직업 계층에 따라 위험도가 다른데, 고위험군에 해당하는 취약계층의 건강생활습관개선에 초점을 둔 정책이 요구됨.⁴⁾
- 최근 모바일 기기를 활용하는 등 다양한 건강관리서비스 프로그램이 공급되고 있는데, 이를 소비자 안전하게 이용할 수 있도록 제도적 기반을 조성 또는 강화할 필요가 있음.
 - 특히, 개인정보보호를 위한 법적·제도적 장치뿐만 아니라 건강관리서비스 제공의 법적 근거 또한 조속히 마련되어야 할 것임. [kiri](#)

4) 김동진 외(2015), 『한국의 건강불평등 지표와 정책과제』, 한국보건사회연구원.