



한국인 비만지수 관련 표준통계 개발의 의의

김미화 연구원

보건·의료 분야에서 참조표준 데이터의 필요성이 높아지고 있는 가운데, 국민건강보험공단은 최근 한국인 고유의 체질량지수와 허리둘레 특성을 반영한 비만지수 참조표준을 만들어 국가참조표준으로 등록하였음. 한국인 비만지수 참조표준을 활용할 경우 개인의 비만 정도를 다른 사람들과 비교하여 평가할 수 있고, 한국인의 질환 특성도 보다 정확히 이해할 수 있음.

■ 예방적 건강관리의 효과를 높이기 위해서는 정확하게 측정되고 신뢰성이 확보된 건강 데이터의 수집이 필수적이며, 이에 보건·의료 분야에서 참조표준 데이터의 필요성이 높아지고 있음.

- 참조표준이란 측정데이터의 정확도와 신뢰도를 과학적으로 분석·평가하여 공인된 것으로, 국가사회의 모든 분야에서 널리 지속적으로 사용되거나 반복 사용할 수 있도록 마련된 물리화학적 상수, 물성값, 과학기술적 통계 등을 말함.¹⁾
- 특히, 건강 관련 데이터의 경우 국가별, 인종별 특성의 차이로 인해 해외 데이터를 한국인에게 적용할 경우 건강관리에 있어 혼란이 올 수 있으므로 한국인 고유의 인체치수 등을 반영하여 건강관리 지표 참조표준을 확보하는 것이 중요함.

■ 국민건강보험공단은 2015년부터 한국인 건강지수 참조표준 개발을 추진해오고 있으며, 첫 번째로 한국인 고유의 체질량지수(BMI: Body Mass Index)와 허리둘레 특성을 반영한 비만지수 참조표준을 만들어 국가참조표준으로 등록함.

- 한국인 비만지수 참조표준은 국가건강검진을 통해 측정·수집된 신체계측 데이터를 활용해 개발한 지수로 지역·성·연령별 체질량지수와 허리둘레의 비교 및 분포 변화 등을 확인할 수 있음.²⁾

1) 국민건강보험공단 보도자료(2016. 12. 20).

2) 국민건강보험공단 보도자료(2016. 12. 20).

- 한국인 비만지수 참조표준을 활용할 경우 개인의 비만 정도를 다른 사람들과 비교하여 평가할 수 있고, 한국인의 질환 특성도 보다 정확히 이해할 수 있음.

- 아시아·태평양 비만 기준³⁾인 BMI $25\text{kg}/\text{m}^2$ 이상을 비만으로 규정할 경우 우리나라는 성인 남자의 39.7%가 비만이라는 결과가 나오는데, 이는 전 세계에서 비만 정도가 가장 높은 나라 중 하나인 미국의 성인 남성 비만율(35.5%)보다 높은 수준임(〈표 1〉 참조).
 - 반면, 한국인 비만지수 참조표준 데이터를 사용할 경우 남성은 25% 정도가 비만에 해당하는 것으로 나타났으며, 연령이 증가할수록 체질량지수가 감소하는 모습을 보임(〈그림 1〉 참조).

〈표 1〉 BMI 기준 및 비만인구 비중

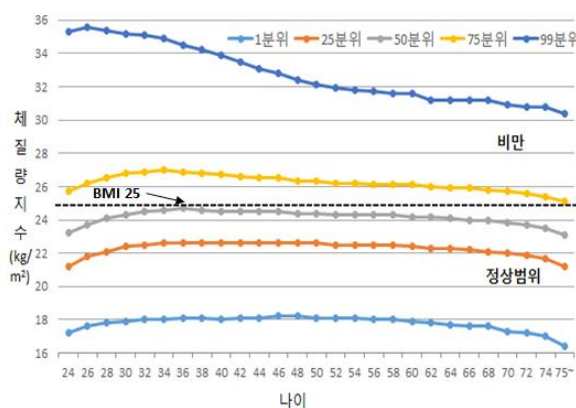
구분		한국	미국
비만기준	BMI(kg/m^2)	25 이상	30 이상
비만인구 비중(%)	전체	33.2	38.2
	남자	39.7	35.5
	여자	26.0	41.0

주: 1) 한국은 2015년, 미국은 2014년 기준임.

2) 비만인구 비중은 만19세 이상 성인 인구에 대한 비중임.

자료: 보건복지부·질병관리본부(2016), '국민건강통계-국민건강영양조사 제6기 3차년도(2015)'; OECD Health Statistics(2016).

〈그림 1〉 전국 남성의 체질량지수



- 또한, 한국인의 경우 BMI가 정상이거나 정상에 가깝더라도 대사증후군이 발생하는 경우가 많고 이는 내장지방과 관련이 있다는 연구결과⁴⁾를 토대로 볼 때 한국인은 BMI보다 허리둘레⁵⁾가 대사증후군을 더 잘 반영하는 것으로 볼 수 있음.
 - 한국인 비만지수 참조표준 데이터를 통해 우리나라 성인 인구의 허리둘레 특성을 살펴보면, 남성은 연령의 증가와 관계없이 유사한 경향을 보였으나, 여성은 연령이 증가할수록 허리둘레도 증가하고 있어 나이가 들수록 여성의 대사증후군 위험이 높아지는 것을 알 수 있음. [kiri](#)

3) WHO는 일반적으로 서구인의 자료를 사용하여 BMI $30\text{kg}/\text{m}^2$ 이상을 비만으로 정의하고 있으며, 우리나라를 비롯한 아시아권에서는 아시아·태평양 비만 기준인 BMI $25\text{kg}/\text{m}^2$ 이상을 비만으로 분류하고 있음. WHO는 아시아인의 경우 BMI가 낮더라도 서양인보다 당뇨를 비롯한 대사질환 발병 위험이 높다는 자료를 근거로 아시아인에 대한 비만 진단 기준을 BMI $25\text{kg}/\text{m}^2$ 이상으로 정했음.

4) 국민건강보험공단(2016), 다양한 한국인 건강지수 참조표준 및 표준 프로토콜 개발.

5) 허리둘레로 본 복부비만의 기준은 남자는 90cm 이상, 여자는 85cm 이상임.