 보건복지부 질병관리본부 교육부		<h1>보 도 자 료</h1> <h2>11월 7일(화) 조간 (11.6.12시 이후 보도)</h2>	
배 포 일	2017. 11. 2. / (총 7매)	담당부서	보건복지부 건강정책과 질병관리본부 건강영양조사과 교육부 학생건강정책과
보건복지부 건강정책과	과 장	이 상 진	044-202-2810
	사무관	박 혜 린	044-202-2808
질병관리본부 건강영양조사과	과 장	오 경 원	043-719-7460
	담당자	권상희, 최선희	043-719-7462, 7463
교육부 학생건강정책과	과 장	조 명 연	044-203-6877
	담당자	정희권, 주상철	044-203-6547, 6548

비만, 고혈압 등 만성질환 증가, 건강행태 개선 필요

- 국민건강영양조사(2016년) 및 청소년건강행태온라인조사(2017년) 결과 발표 -

- ◇ 성인 남자 2명 중 1명 비만, 3명 중 1명 고혈압, 5명 중 1명 고콜레스테롤혈증
- ◇ 흡연, 폭음, 신체활동, 아침식사 결식, 패스트푸드 섭취 등 건강행태 개선 필요
- ◇ 건강행태는 고등학교 때 나빠져, 20, 30대 가장 불량

□ 질병관리본부(본부장 정은경)는 11월 7일 코엑스에서 「국민건강영양조사(2016년) 및 청소년건강행태온라인조사(2017년) 결과발표회」를 개최하여 우리 국민의 주요 만성질환 유병 및 건강행태에 대한 최근 통계를 발표하였다.

- (국민건강영양조사) 흡연, 음주, 영양, 만성질환 등 600여개 보건지표를 산출하는 대표적인 건강통계조사로 '98년에 도입하여 매년 1만여명을 대상으로 실시, '16년 결과 발표
- (청소년건강행태온라인조사) 전국 중·고등학생 약 7만명(800개교)을 대상으로 흡연, 음주, 신체활동 등 건강행태를 파악하기 위하여 '05년부터 매년 실시, '17년 결과 발표

○ 비만 유병률(30세 이상)	'05년 34.8% → '10년 33.9% → '16년 37.0%
○ 고혈압 유병률(30세 이상)	'05년 28.0% → '10년 26.8% → '16년 29.1%
○ 당뇨병 유병률(30세 이상)	'05년 9.1% → '10년 9.6% → '16년 11.3%
○ 고콜레스테롤혈증 유병률(30세 이상)	'05년 8.0% → '10년 13.4% → '16년 19.9%
○ 현재 흡연율(남자, 19세 이상)	'05년 51.7% → '10년 48.3% → '16년 40.7%
○ 걷기실천율(19세 이상)	'05년 60.7% → '10년 41.1% → '16년 39.6%
○ 아침식사 결식률(19세 이상)	'05년 21.2% → '10년 23.4% → '16년 29.6%

<성인의 만성질환(30세 이상) 및 건강행태(19세 이상) 추이(%)>

비만



고혈압



고콜레스테롤혈증



당뇨병



흡연



폭음



걷기



아침결식



- 표준화율: 2005년 추계인구를 이용하여 연령표준화하여 산출
- 비만 유병률: 체질량지수(kg/m²)가 25 이상인 분율
- 고혈압 유병률: 수축기혈압이 140mmHg 이상이거나 이완기혈압이 90mmHg 이상 또는 고혈압 약물을 복용한 분율
- 고콜레스테롤혈증 유병률: 8시간이상 공복자 중 혈중 총콜레스테롤이 240mg/dL 이상이거나 콜레스테롤강하제를 복용한 분율
- 당뇨병 유병률: 공복혈당이 126mg/dL 이상이거나 의사진단을 받았거나 혈당강하제 복용 또는 인슐린주사를 투여 받고 있는 분율
- 현재흡연율: 평생 담배 5갑(100개비) 이상 피웠고 현재 담배를 피우는 분율
- 월간폭음률: 최근 1년 동안 월1회 이상 한번의 술자리에서 남자의 경우 7잔(또는 맥주 5캔) 이상, 여자의 경우 5잔(또는 맥주 3캔) 이상 음주한 분율
- 걷기실천율: 최근 1주일 동안 걷기를 1회 10분 이상, 1일 총 30분 이상 주 5일 이상 실천한 분율
- 아침식사 결식률: 조사 1일전 아침식사를 결식한 분율

□ 남자 성인(30세 이상)의 경우 비만, 고혈압, 고콜레스테롤혈증 등 만성질환 유병률이 전반적으로 증가했다.

○ 남자 성인 2명 중 1명(43.3%)은 비만을, 3명 중 1명(35.0%)은 고혈압을, 5명 중 1명(19.3%)은 고콜레스테롤혈증을, 8명 중 1명(12.9%)은 당뇨병을 앓고 있는 것으로 나타났다.

- 여자 성인 3명 중 1명(30.0%)은 비만, 4명 중 1명(22.0%)은 고혈압, 5명 중 1명(20.2%)은 고콜레스테롤혈증, 10명 중 1명(9.6%)은 당뇨병을 앓고 있었다.

<성인(30세이상)의 만성질환 유병률(%), 2016년>



○ 표준화율: 2005년 추계인구를 이용하여 연령표준화하여 산출

○ 비만 유병률: 체질량지수(kg/m²)가 25 이상인 분을

○ 고혈압 유병률: 수축기혈압이 140mmHg 이상이거나 이완기혈압이 90mmHg 이상 또는 고혈압 약물을 복용한 분을

○ 고콜레스테롤혈증 유병률: 8시간이상 공복자 중 혈중 총콜레스테롤이 240mg/dL 이상이거나 콜레스테롤강화제를 복용한 분을

○ 당뇨병 유병률: 공복혈당이 126mg/dL 이상이거나 의사진단을 받았거나 혈당강화제복용 또는 인슐린주사를 투여 받고 있는 분을

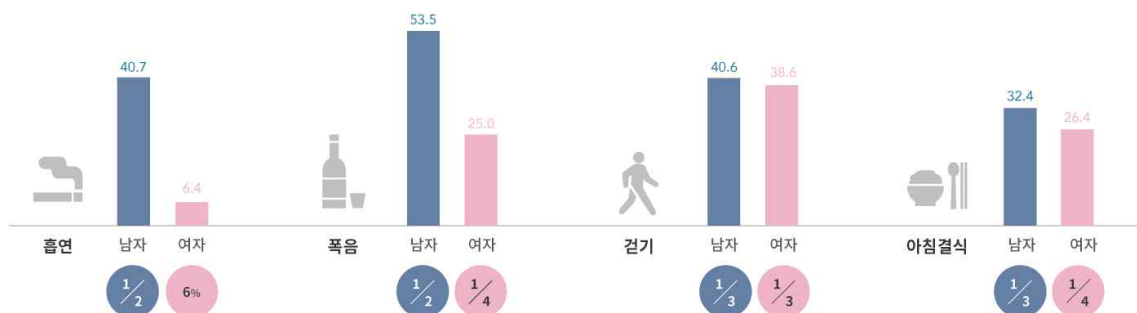
□ 흡연, 음주 등 건강행태는 정체되거나 개선 속도가 둔화되었다.

○ 성인(19세 이상) 남자 흡연율은 40.7%로 2015년(39.4%)보다 소폭 증가했다. 또한, 남자 2명 중 1명(53.5%), 여자 4명 중 1명(25.0%)은 월 1회 이상 폭음하는 것으로 조사되었다.

- 걷기 실천자는 3명 중 1명(남자 40.6%, 여자 38.6%)에 불과해 신체 활동이 부족한 사람이 많은 것으로 나타났다.

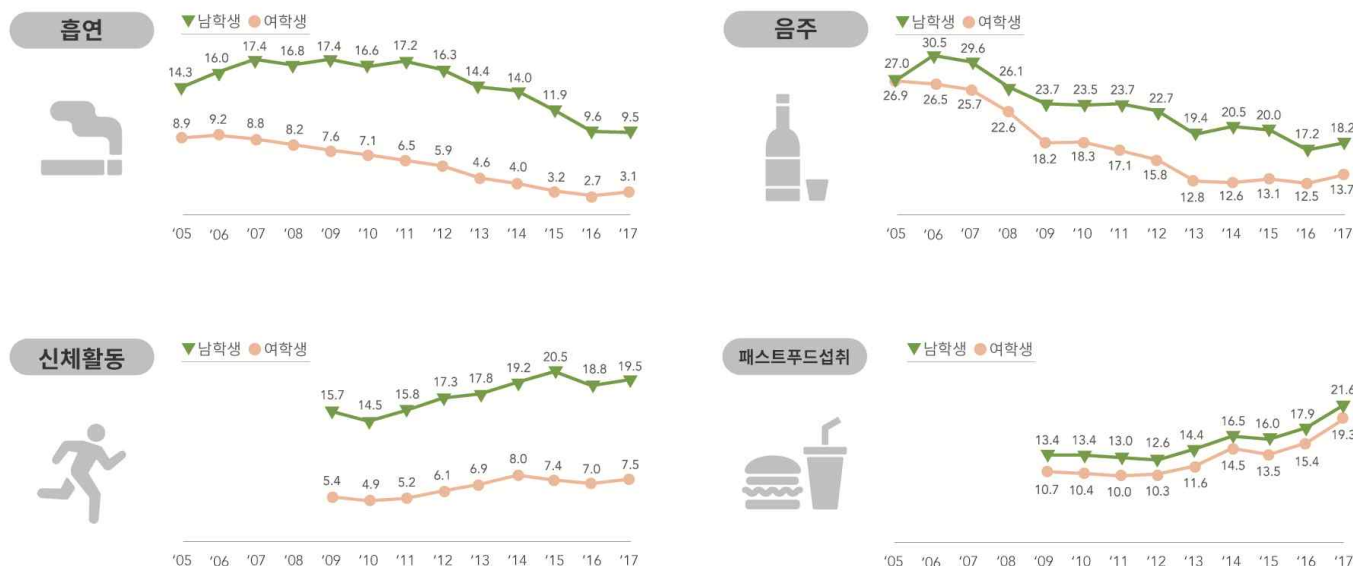
- 지방 섭취는 꾸준히 증가하고(지방의 에너지섭취분율: '07년 17.6% → '16년 22.4%), 아침식사를 결식하는 사람도 3명 중 1명(남자 32.4%, 여자 26.4%)으로 나타나 식생활습관이 전반적으로 나빠진 것으로 평가되었다.

<성인(19세이상)의 건강행태(%), 2016년>



- 표준화율: 2005년 추계인구를 이용하여 연령표준화하여 산출
- 현재흡연율: 평생 담배 5갑(100개비) 이상 피웠고 현재 담배를 피우는 분율
- 월간폭음율: 최근 1년 동안 월1회 이상 한번의 술자리에서 남자의 경우 7잔(또는 맥주 5캔) 이상, 여자의 경우 5잔(또는 맥주 3캔) 이상 음주한 분율
- 걷기실천율: 최근 1주일 동안 걷기를 1회 10분 이상, 1일 총 30분 이상 주 5일 이상 실천한 분율
- 아침식사 결식률: 조사 1일전 아침식사를 결식한 분율

<중고등학생의 건강행태 추이(%)>



- 현재흡연율: 최근 30일 동안 1일 이상 흡연한 사람의 분율(* 성인과 지표 정의 상이)
- 현재음주율: 최근 30일 동안 1잔 이상 술을 마신 적이 있는 사람의 분율
- 신체활동실천율: 최근 7일 동안 운동종류 상관없이 심장박동이 평상시보다 증가하거나, 숨이 찬 정도의 신체활동을 하루에 총합이 60분 이상 한 날이 5일 이상인 사람의 분율(* 성인과 지표 정의 상이)
- 패스트푸드섭취율: 최근 7일 동안 3회 이상 피자, 햄버거, 치킨 같은 패스트푸드를 먹은 사람의 분율

- 청소년(중고등학생) 흡연율은 한 달 내 흡연경험이 있는 남학생이 10명 중 1명(9.5%) 수준으로 감소 경향이 지속되었고, 남학생 5명 중 1명(18.2%), 여학생 7명 중 1명(13.7%)은 한 달 내 술을 마신 적이 있다고 응답하였다.
- 신체활동(하루 1시간 이상, 주 5일 이상)을 실천한 청소년은 남학생 5명 중 1명(19.5%), 여학생 13명 중 1명(7.5%)에 불과하고, 패스트푸드 섭취는 증가하는 등 식생활은 개선되지 않고 있다.

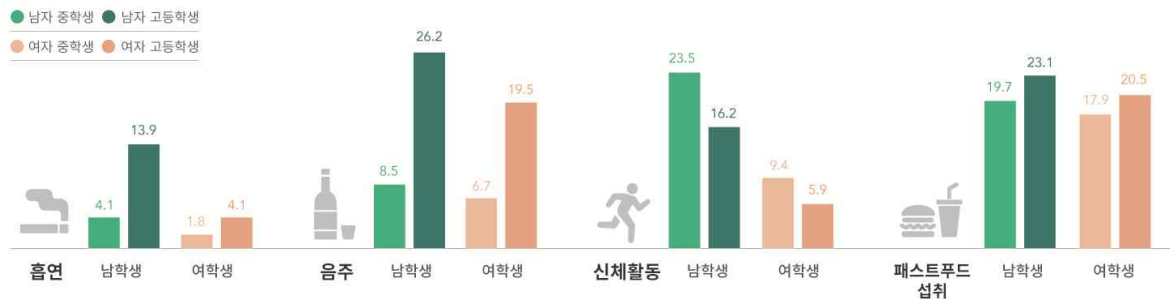
<중고등학생의 건강행태(%), 2017년>



- 현재흡연율: 최근 30일 동안 1일 이상 흡연한 사람의 분율(* 성인과 지표 정의 상이)
- 현재음주율: 최근 30일 동안 1잔 이상 술을 마신 적이 있는 사람의 분율
- 신체활동실천율: 최근 7일 동안 운동종류 상관없이 심장박동이 평상시보다 증가하거나, 숨이 찬 정도의 신체활동을 하루에 총합이 60분 이상 한 날이 5일 이상인 사람의 분율(* 성인과 지표 정의 상이)
- 패스트푸드섭취율: 최근 7일 동안 3회 이상 피자, 햄버거, 치킨 같은 패스트푸드를 먹은 사람의 분율

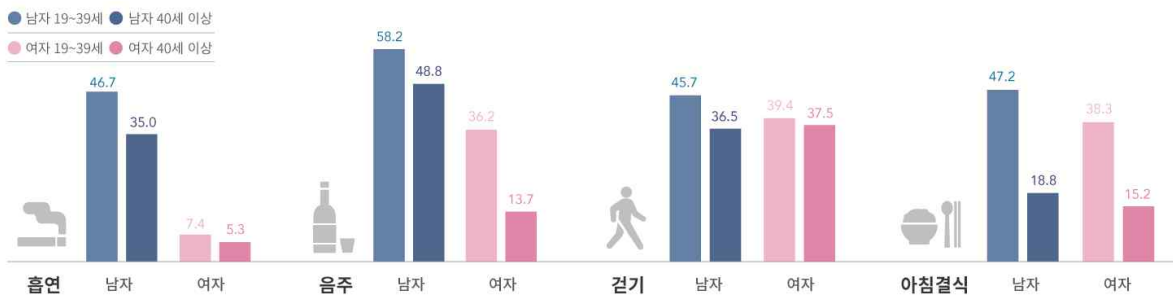
- 특히, 고등학생이 되면서 건강행태가 나빠지는 것으로 나타났다. 20, 30대도 대부분의 지표가 40대 이후 연령대에 비해 좋지 않은 것으로 조사되었다.
- 고등학생은 중학생에 비해 흡연, 음주, 패스트푸드 섭취 등은 높고, 신체활동은 부족한 것으로 조사되었다.
- 성인 중에서도 20, 30대의 흡연, 폭음, 결식 등 대부분의 건강행태가 다른 연령에 비해 나빴다.

<중학생과 고등학생의 건강행태(%), 2017년>



- 현재 흡연율: 최근 30일 동안 1일 이상 흡연한 사람의 분율(* 성인과 지표 정의 상이)
- 현재 음주율: 최근 30일 동안 1잔 이상 술을 마신 적이 있는 사람의 분율
- 신체 활동 실천율: 최근 7일 동안 운동종류 상관없이 심장박동이 평상시보다 증가하거나, 숨이 찬 정도의 신체 활동을 하루에 총합이 60분 이상 한 날이 5일 이상인 사람의 분율(* 성인과 지표 정의 상이)
- 패스트푸드 섭취율: 최근 7일 동안 3회 이상 피자, 햄버거, 치킨 같은 패스트푸드를 먹은 사람의 분율

<성인의 연령별 건강행태(%), 2016년>



- 표준화율: 2005년 추계인구를 이용하여 연령표준화하여 산출
- 현재 흡연율: 평생 담배 5갑(100개비) 이상 피웠고 현재 담배를 피우는 분율
- 월간 폭음율: 최근 1년 동안 월 1회 이상 한번의 술자리에서 남자의 경우 7잔(또는 맥주 5캔) 이상, 여자의 경우 5잔(또는 맥주 3캔) 이상 음주한 분율
- 걷기 실천율: 최근 1주일 동안 걷기를 1회 10분 이상, 1일 총 30분 이상 주 5일 이상 실천한 분율
- 아침식사 결식률: 조사 1일전 아침식사를 결식한 분율

□ 보건복지부 이상진 건강정책과장은 “비만, 고혈압, 고콜레스테롤혈증 등 전반적으로 만성질환이 증가하고 있어 건강행태 개선을 통한 만성질환 예방 노력이 매우 중요하다.”고 강조했다.

- 아울러, “1차 의료기관 중심의 만성질환 예방·관리 시스템 구축, 국가 차원의 비만관리대책을 마련하는 한편,

- 금연구역 확대, 담배 광고·판촉행위 규제 등 비가격 금연정책을 강화하여 흡연율을 낮추고, 절주 캠페인도 확산하겠다고 밝혔다.”
- 또한, “일선 보건소, 건강생활지원센터의 영양·금연·방문건강 관리 등의 건강증진 프로그램을 국민의 눈높이에 맞춰 더욱 효과적으로 운영하겠다.”고 언급했다.

○ 한편, 교육부 조명연 학생건강정책과장은 “학교에서의 꾸준한 예방 교육과 생활지도로 인해 학생들의 흡연·음주 등 불건전한 건강행태가 개선되고 있지만, 식습관이나 운동실천과 같은 생활습관은 여전히 개선이 필요하다.”면서, 앞으로도 청소년의 전체적인 건강행태가 좋아질 수 있도록 학부모들의 적극적인 관심과 협조를 당부하였다.

□ 정은경 질병관리본부장은 “국민건강영양조사, 청소년건강행태온라인 조사와 같은 건강통계는 건강취약집단을 선별하고 미래의 건강문제에 대비하는 데 있어 매우 중요하다.”고 설명했다.

○ 이어, “다양한 분야에 활용할 수 있도록 신뢰할 수 있는 통계를 지속적으로 생산하고 발전시켜나가겠다.”고 밝혔다.

□ 2016년도 국민건강영양조사 결과 및 2017년 청소년건강행태 온라인조사 결과에 대한 상세 보고서는 올해 12월에 발간하며, 홈페이지(<http://knhanes.cdc.go.kr>, <http://yhs.cdc.go.kr>)에 원시자료와 함께 공개할 예정이다.

<참고> 1. 국민건강영양조사 개요

2. 청소년건강행태온라인조사 개요

3. 국민건강영양조사 제7기 1차년도(2016) 주요결과

4. 청소년건강행태온라인조사 제13차(2017) 주요결과

5. 2017년 국민건강영양조사 및 청소년건강행태온라인조사 결과발표회 일정

붙임

참고 Q&A

1. 고혈압·당뇨병 등 만성질환 증가의 원인은?

- 평균수명의 증가 등 우리나라의 빠른 인구 고령화 및 신체활동 부족, 식생활 변화 등 생활습관 역시 만성질환 증가의 원인이 됨

2. 비만이 점차 증가하는 원인이 무엇인지?

- 비만의 원인은 에너지 소비와 섭취 간의 불균형이 가장 큰 원인임
 - 국민건강영양조사 및 청소년건강행태온라인조사는 단면조사라는 특성상 현재의 상황을 잘 관찰하기 위한 조사이며 인과 관계를 설명하는 데는 한계가 있지만,
 - 신체활동이 감소하고 지방섭취량이 꾸준히 증가하는 경향이 있어, 이를 원인으로 볼 수 있음

3. 흡연율이 2015년보다 늘어난 이유?

- 가격정책 효과를 높이기 위해서는 가격인상과 함께 경고그림 등 비가격정책이 함께 시행되는 것이 이상적이나 다소 늦어짐
 - * (경고그림) 가격인상 2년 후인 '16.12월 시행 / (담배광고 금지) 이후 진척사항 없음
 - 다시 30%대로 낮출 수 있도록 금연구역 확대, 담배광고 금지, 가향담배 규제 등 비가격정책을 강화하겠음
- ※ 가격인상 직후 담배판매량이 급감하고, 이후 다소 증가하다 안정화되는 것이 일반적 현상. 비가격정책 시행이 늦어 흡연율이 다시 증가했다고 판단됨.
(이미 '15년보다 '16년 판매량이 증가한 것으로 발표되어 '16년 상승은 어느 정도 예측된 상황)

4. 다른 흡연율 관련 지표들의 변화는?

- (청소년흡연율) 10% 이내 수준에서 안정화된 것으로 보임
 - * 남자청소년흡연율 : 14.0%('14년) → 11.9%('15년) → 9.6%('16년) → 9.5%('17년)
- (간접흡연노출률) 직장/가정/공공장소 모두 최근 3년간 대폭 감소
 - * 직장실내 : 40.1%('14년)→ 26.9%('15년)→ 17.4%('16년)) / 22.7%p ↓
 - * 가정실내 : 10.7%('14년) → 8.2%('15년)→ 6.4%('16년) / 4.3%p ↓
 - * 공공장소실내 : 52.2%('14년) → 35.4%('15년) → 22.3%('16년) / 29.9%p ↓
- (청소년 전자담배사용률) 최근 3년간 대폭 감소
 - * 남학생 : 6.2%('14년) → 3.8%('15년) → 3.3%('17년)