



국민건강운동의 전개

조 동 인

경기제11지구의료보험조합 대표이사

1. 서론

우리 인간들이 이 세상에 태어남에는 분명히 목적이 있습니다. 이 생(生)의 의미를 깨닫는 것을 '소명의 자각'이라고 합니다. 이 소명을 올바르게 자각하고 이를 실현하는 것은 건강하게 천수를 누려야 하는 것입니다. 이런 의미로 볼때 건강장수는 단순한 우리들의 소망이라기 보다는 책임과 의무라는 것을 알 수 있습니다. 그러나 인간들은 이 세상에 태어나자 마자 각종 병마와 싸우게 되는데 이 싸움에서 이기면 살아가고 만약 지게 되면 세상을 뜨게 됩니다.

우리 인류는 금세기에 들어와 과학의 발달로 인하여 감염성 질환을 거의 퇴치하였을 뿐만 아니라 검진기술의 향상, 양질의 의약품 개발 등으로 평균수명이 놀라우리

만큼 늘어났습니다.

우리나라 국민의 평균수명은 1910년경 22세 였던 것이 70여년이 지난 오늘에 와서는 68세로 3배 이상 길어졌습니다. 이웃 일본의 평균수명은 77세로 우리보다 9세나 더 살고 있으며 전세계 최장수국의 영예를 차지하고 있습니다만 우리가 분명히 알아야 할 것은 일본인들이 우리나라 사람보다 천수를 더 길게 타고난 것이 아니라는 것입니다. 다만 차이가 있다면 그들은 국민의 건강장수를 위하여 우리보다 더 많이 연구하고 국민들에게 건강수칙을 열심히 계도하여 지키게 하고 병의 유무와는 관계없이 정기적으로 건강검진을 실시하여 미리 이에 대응조치를 하고 있다는 것입니다.

사람이 건강하게 장수하려면 건강을 위하여 각자가 해야 할 일과 해서는 안될 일을

분명히 알아서 이를 마음속 깊이 새겨넣고 평생을 두고 꾸준히 실천해야 하는 것입니다. 우리들이 일상생활을 관찰하면 많은 사람들이 건강장수를 위하여 해야 할 일은 아니하고 도리어 해서는 안될 일을 서슴없이 되풀이 하는 것을 보게 됩니다. 참으로 안타까운 마음을 금할 수 없습니다.

본인은 국민들에게 건강장수를 위하여 지켜야 할 것을 바로 일깨워 주어야 하겠다는 소명감을 강렬하게 느끼고, 지난 5년간 서울대 보건대학원 홍창의 박사님을 위시하여 이 분야의 전문 의학박사님들의 도움을 받아 여러 종류의 건강 소재자를 발간, 경기 북부지역 기업체 의료보험 가족을 대상으로 꾸준히 건강운동을 실시해 본 결과 병원 이용률이 현저하게 줄어들고 있음을 보고 있습니다.

1987년에 들어와서는 이 건강운동을 보다 본격적으로 실천하기 위하여 의정부에 소재하는 경기 제6지구 의료보험조합내에 지난 2월 12일 조합부설 '국민건강학교'를 개설하고 본격적인 건강운동을 전개한 결과 많은 사람들의 참여로 좋은 반응을 보이고 있을 뿐만 아니라 질병예방과 국민건강 증진에 큰 성과가 기대되고 있습니다.

우리가 알아야 할 것은 국민운동은 하루 아침에 눈에 보이도록 두드러지게 성과가 나타나기를 바랄 수는 없다는 것입니다. 저는 이러한 운동의 열매가 좋은 결실을 맺기까지는 100년쯤은 걸려야 될것 이라고 생각합니다. 1년에 1%씩만 좋아진다 해도 세월과 더불어 우리 국민의 건강증진과 수명을 연장시키는 효과를 가져와 20~30년 내에 세계에서 가장 건강한 국민으로서 최

장수국의 영예를 차지할 수 있을 것이라고 확신합니다. 이 국민건강운동은 우리 인류가 이 세상에 살아가는 동안 역사와 더불어 영원히 지속해야 할 필수과제라고 생각합니다.

우리가 해야 할 과제는 참으로 많이 있습니다. 정신을 차리고 깊이 생각해 볼때 국민의 건강운동이야말로 모든 것에 최우선하여 노력을 경주해야 할 중차대한 과제라는 것입니다. 왜냐하면 이것은 사람의 생명에 관한 것이기 때문입니다. 한 사람의 생명은 온 천하를 주고도 바랄 수 없는 귀한 존재라는 것을 우리는 알고 있습니다. 이같이 귀한 생명을 위하여 해야만 하는 국민의 건강운동이지만 이를 조직적이며 적극적으로 전개하는 곳은 별로 없습니다. 각급 사회교육 기관에서 교과과정에 '직장인의 건강'이란 시간을 마련하고 있음이 고작입니다. 때문에 우리 의료보험조합은 개보험화를 앞두고 각 조합에 국민건강학교를 부설하고 적극적으로 국민건강운동을 전개할 것을 재창하는 바입니다.

우리 의료보험조합이 단순한 자격관리나 보험료의 징수, 그리고 청구된 급여비나 지불하는 소극적인 단계에서 벗어나 적극적으로 조합원의 건강을 돌보고 지켜주는 건강의 파수꾼으로 발전해야 하는 것입니다. 이것이 국민건강운동입니다.

2. 국민건강운동과 관련된 통계의 관찰.

가. 각국의 평균수명

유엔의 자료에 의하면 세계 최장수국

*한국인의 평균수명과 장래 추정수명

년	도	남 자	여 자	평 균
1926 ~ 30		32.4	35.0	33.7
1936 ~ 40		40.6	44.7	42.6
1942		42.8	47.1	44.9
1955 ~ 60		51.1	53.7	52.4
1966		59.7	64.1	61.9
1978 ~ 79		62.7	69.1	65.9
1983		63.9	70.8	67.3
1984		64.4	71.0	67.7
1985		64.9	71.3	68.1
1995		68.2	75.0	71.6
2000		69.3	76.2	72.7

자료 : 인구보건연구원, 한국의 사망력과 사망요인, 1984.

은 평균수명 77세로 일본이며 최단명국은 서부 아프리카 제국의 '시에라리온'으로 34세에 불과합니다. 선진국 일수록 평균수명이 길며 저개발국 일수록 짧은 것으로 나타나 국민소득 수준과의 밀접한 관계가 있음을 보여주고 있습니다.

나. 우리나라의 평균수명의 변화

우리나라의 평균수명은 1910년경 22세 정도에서 70여년이 지난 지금은 68세로 약 3배 이상 길어졌음은 앞서 이야기 하였습니다. 아래 표에서 보는 바와 같이 우리나라의 평균수명은 국민소득 증대와 사회보장의 발전으로 1990년대에 가면 70세 이상으로 길어질 전망이며 선진국형 평균수명에 도달할 것으로 추정됩니다.

다. 우리나라의 사망원인의 변화추이

1945년 광복 이전의 우리나라 10대 사망원인을 보면 전염병이나 소화기계 질환, 호흡기계 질환이 대종을 이루고 있으며 당

66

1945년 이전 우리나라 10대 사망 원인은 전염병, 소화기계 질환 등이 대종을 이루었으나, 시대가 바뀌면서, 사망원인으로 변하고 있다.

99

시의 전염병은 콜레라와 천원두가 성행하였던 것으로 보고되고 있습니다. 이 같은 사망원인은 년대별로 다소 순위가 달라지고 있습니다만 해방전까지는 유사한 양상을 보이고 있습니다.

또 아래 표를 보면 1958년에서 1967년까지 사망순위 1위를 차지하던 폐렴 및 기관지염은 1984년에 이르러서는 10위로 되고 2위였던 폐결핵도 9위로 밀려났습니다. 심지어 해방전 사망원인 1위였던 소화기계 질환의 경우 1984년에는 10대 사망순위에서 자취를 감추었습니다. 반면 옛날에는

* 1945년 이전의 10대 사망원인 (1920 - 1942).

순 위	1920	1930	1935	1938 - 1942
1	전 염 병	신 경 계 질 환	소 화 기 계 질 환	소 화 기 계 질 환
2	소 화 기 계 질 환	소 화 기 계 질 환	신 경 계 질 환	호 흡 기 계 질 환
3	호 흡 기 계 질 환	호 흡 기 계 질 환	호 흡 기 계 질 환	신 경, 감 각 기 질 환
4	신 경 계 질 환	전 염 병	전 염 병	결 핵
5	전 신 병	감 기	감 기	전 염 병
6	순 환 기 계 질 환	노 환	노 환	순 환 기 계 질 환
7	노 환	순 환 기 계 질 환	순 환 기 계 질 환	비 뇨, 생 식 기 계 질 환
8	비 뇨 기 계 질 환	비 뇨 기 계 질 환	전 신 병	악 성 신 생 물, 영 양 실 조
9	감 기	전 신 병	비 뇨 기 계 질 환	외 인 사
10	각 기	피 부 병	병 인 미 상	병 인 미 상

주 : 1938 - 1942년 간의 사인은 박재빈, "한인의 사망률과 사인에 관한 연구"
 「통계정보」, 3권, 6, 7호, 경제기획원, 1961에 의함.
 자료 : 조선총무부, 「통계연보」, 각연도판

* 년도별 사망원인

순 위	1958 - 1959	1966 - 1967	1979	1984
1	폐렴 및 기관지염 (73.8)	폐렴 및 기관지염 (43.8)	뇌혈관 질환 (93.7)	신생물 (87.8)
2	폐결핵 (39.5)	폐결핵 (35.8)	신생물 (74.0)	뇌혈관 질환 (86.6)
3	소화기계 질환 (31.0)	뇌혈관 질환 (26.1)	기타순환기계 질환 (73.1)	사 고 (75.6)
4	신생물 (25.8)	신생물 (25.8)	고혈압 (54.5)	기타순환기계 질환 (52.4)
5	뇌혈관 질환 (19.6)	소화기계 질환 (14.2)	사 고 (44.4)	정신장애없는 노인성 질환 (30.1)
6	심장 질환 (8.5)	사 고 (12.8)	폐결핵 (30.7)	만성간 질환 및 간경변 (28.4)
7	사 고 (8.2)	심장 질환 (11.7)	만성간 질환 및 간경변 (24.1)	제반 중독 (28.4)
8	-	-	제반 중독 (20.0)	고혈압 (22.4)

() 안 숫자는 인구 10만명당 사망자수

별로 찾아볼 수 없었던 신생물(암 종류), 뇌혈관 질환, 사고 및 순환기계 질환이 사망원인의 상위권을 차지하고 있습니다. 이

같이 변화가 있는 것은 의학과 의학이 발달하고 국민소득이 증가함에 따른 식생활의 변화가 주원인입니다. (계속)