

우리나라 3대 사망원인

김건열/서울의대 교수, 서울대 보건진료소장

1989년 1월에 발표된 경제기획원 조 사통계국의 '87년도 우리나라 사망원인 통계에 의하면, 제일많은 원인이 순환기 질환 30.4%, 두번째로 많은 원인이 각종 암성(癌性)질환 16.7%, 그리고 세번째의 원인이 교통사고, 추락사고 등 각종 「사고사망」이 13.2%로 발표되어 있다. 그러므로 순환기질환과 암성질환(癌性疾患)만을 슬기롭게 피하고 생활주변의 크고 작은 사고만 피할 수 있다면 3대 사망원인이 되는 60.3%의 요절(夭折·夭死)하는 확률에서 벗어날 수 있다는 이야기도 있다.

사람의 천수를 115세로 보고 우리나라 인구의 평균수명인 70세전후 등을 고려해서, 80세 천수는 살아야 우리에게 주어진 조건하에서 살만큼 살았다고 할 수 있을 요즘, 어떻게 하면 고혈압, 심장병, 뇌졸중 등 순환기질환을 피하고, 위암, 간암, 폐암, 자궁암, 유방암 등 암(癌)의 위험으로부터 모면할 수 있고, 넘어지고 부딪치고, 떨어지고, 교통사고 당하는 각종사고를 최대한으로 피할 수 있겠는가 하는 것은 우리 모두의 관심사가 아닐 수 없다. 시급히 해결해야 할 우리사회의 최대공동목표라고 아니할 수 없다. 그러나 불행히도 이런 것들을 예

방하는 공통분모 대원칙이 우리국민에게 는 현재 주어져 있지 않으며 제각기 제 나름대로의 방법과 비방으로, 때로는 옳지 않은 방법으로 건강유지법을 시행하고 있어, 우리나라 국민 전체로 따져보아 국민소득의 상당부분이 그리고 각 가정경제의 상당부분이, 지출이 안돼도 관참을 이런 보약, 영양식, 건강식품, 몸에 좋다고 무엇, 민간약 등으로 지출되고 있어 누군가가 이런부분에 지출되는 전체액수를 국가단위로 계산한다면 엄청난 금액이 될 것으로 생각되고 있다. 그러면 과연 우리국민은 그렇게 엄청난 건강유지 비용을 지출하고 있으면서도(한국의 약 생산량은 세계 10위권이내이고 한약제 사용 액수는 세계 3위권이내) 현재의 우리국민 건강수준은 개발후진국에 속하는 수모(受侮)를 당하고 있고 세계에서 몇째가는 결핵이환율, 간염, 간암, 위암왕국(王國)에다 북한(北韓)보다도 못한 평균수명, 세계에서 한 두째가는 40대 사망률을 보이고 있어 개발(도상)국가로서는 부끄러운 실태를 WHO 통계에 나타내고 있다.

따라서 과연 지금까지 우리가 걸어온 우리들의 생활양식과 건강에 좋다고, 추구되어온 건강추구 사고방식, 의료계,

약업계, 한의업계, 보건정책당국 등의 시책 등등이 올바른 방향으로 우리국민을 지도, 유도해 가는 것인가 하는 점에서 재평가가 있어야 하며 지금부터라도 혁신적인 사고방식과 행동지침의 전환이 있어야 되지 않나 생각하게 해준다.

우리는 현재 대부분의 사람들이 위의 세가지 사망원인에 대해서 무방비상태로 방치되어 있으며 많은 사람들이 보약을 먹으면 병이 안걸리는 줄로 생각하며 건강을 돈으로 사려고 하는 그릇된 사고방식에서 헛 걸음을 걷고 있는 실상에 놓여있다.

우리나라사람들의 식생활과 식사형태를 보고 각종화학물질, 음식첨가물, 방부제, 오염음식, 세균감염 등 위생상태를 보면 무슨종류의 보약을 찾기전에 개선되어야 할 점이 너무 많으며 최근 증가추세를 보이는 동맥경화증, 고혈압, 고혈청지질증(콜레스테롤혈증)등의 경향은 가히 심장혈관질환이 앞으로 계속 우리나라 인구 사망률의 선두질환이 될 것이라는 것을 예측하게 해주고 있다. 거기에서 우리는 아직도 위암, 간암 등 암성(癌性)질환의 위험인자가 무엇이며 이것을 피하기 위해서 무엇을 해야 하는지 방향을 못잡고 있으며 간암에 대해서는 B-형간염이야기만 크게 반영되어 간염예방주사만 맞으면 간암에 안걸리는 줄 알고 그릇된 생활습관을 많은 사람들이 그대로 실시하고 있는 상태이며 예방주사로서의 우리나라 간염예방주사수는 너무 고가여서 일종의 상업성냄새마저 풍기고 있어 많은 사람들의 혼선을 자아내고 있기도 하다. 폐암에 대해서도 폐암 발생의 2대원인인 흡연과

대기오염이 역시 우리나라가 세계에서 몇째가는 흡연국이고 대기오염국인채 방치, 아니 오히려 흡연이 유행인양 청소년층에 번지고 있는 나라가 되가고 있다. 게다가 급작히 현대화해나가는 우리 생활환경에서 부실한 건축물, 도로, 공중시설, 교통망, 발길에 채이는 공사장 장애물, 웅덩이 소음 등등 사람을 다치게 하는 각종요인이 너무도 많이 도처에 깔려 있으며 이런 생활환경에서 「빠딱」한순간 실수하는 경우, 일생을 불구로 지내게 된다던가 사망의 계기가 되는 위험이 도처에 도사리고 있다고 할 수 있다. 그리고 우리나라는 세계 유수의 교통사고 국가이고 도시의 버스, 택시는 달리는 흥기, 탱크로 거리의 무법자로 느껴져 그날 무사히 운전을 마치고 귀가하면 긴 한숨을 쉬어야할 정도로 거리는 험악한 교통지옥이 날로 심화되어가고 있다. 과연 우리 사회(社會)는 지금 안심하고 살 수 있는 환경이며 올바른 방향으로 우리의 건강을 위하여 가고있는지 우리의 의식구조, 건강교육, 의료시혜, 국가정책 등을 깊게 재검해볼 필요가 있으며, 우선 우리모두 각자가 돈 안들이고 자기가 손쉽게 할 수 있는 부분부터 시작하는 건강생활을 익혀야 할 것이다.

즉 ① 소식, 절식 ② 금연, 절주 ③ 환경오염제거(대기, 수질, 음식) ④ 생활환경정비(사고방지) 등에 최선을 기울여야 할 것이다. 이것들이 바로 가장 경제적이고 효과적인 건강생활의 첫 걸음이며 지금 당장 실천할 수 있는 일들이 되기 때문이다. †