

한국의료패널을 통해 본 건강증진 활동과 관련 비용

Health Promoting Behaviors and Related Cost: Data from the Korea Health Panel Study 2019

최슬기 | 한국보건사회연구원 부연구위원
송은슬 | 한국보건사회연구원 전문연구원

이 글에서는 한국의료패널 제2기 1차 연도(2019) 자료를 이용하여 성인의 건강증진을 위한 활동(금연, 신체활동) 실천 현황과 이를 위해 지출한 비용을 살펴보았다. 흡연자 중 19.4%가 담배를 끊고자 하루 이상 금연한 적이 있는 금연 시도자였다. 금연 시도자 중 13.7%만이 담배를 끊기 위해 지출한 비용이 있었으며, 연간 총지출 비용은 평균 5만 4천 원이었다. 신체활동을 위해 비용을 지출한 사람은 전체의 21.3%였으며, 연간 총지출 비용은 평균 79만 7천 원이었다. 인구사회학적 특성과 규칙적인 신체활동 실천 여부에 따라 신체활동을 위한 지출 비용에 차이가 있었다. 건강증진행동의 실천율과 이를 실천하기 위한 비용에 대한 이해는 건강증진 사업 및 정책의 기획에 기초 자료로 활용할 수 있다. 건강행동 실천을 위한 비용이 건강행동의 장애물이 되지 않도록 하기 위한 정책적 고려가 필요하다.

1. 들어가며

건강한 삶을 살아가려면 전 생애 주기에 걸쳐 건강한 생활습관을 실천하는 것이 중요하다. 금연, 금주, 규칙적인 신체활동, 건강한 식생활 등 건강한 생활습관이 중요하다는 것을 많은 사람들이 알지만 이를 실천하는 데는 다양한 장애요인이 있다. 건강관리에 대한 관심 부족, 실천할 시간 부족, 경제적 문제, 운동 프로그램, 금연 상담

프로그램, 건강한 식품 판매점 등 건강증진을 위한 자원 접근성 부족 등 건강행동 수행에 개인마다 각기 다른 어려움을 겪는다.

특히 건강행동을 실천하고자 지출하는 비용은 건강행동 수행의 장애물 중 하나로 알려져 있다(Krist et al., 2010; Zorbas et al., 2018). 건강행동을 실천하는 것은 개인의 건강 수준을 높일 뿐 아니라, 만성질환을 예방하거나 적절히 관리하는 데 기여하므로 중장기적으로 의료비 지출

을 줄일 수 있는 효과적인 방법이다. 이에 정부에서 국민 건강의 질과 의료비 지출의 절감을 위해 건강행동 실천율을 높이는 것을 건강증진 정책의 주요 목표로 하고 있다. 건강행동 실천이 의료비 지출에 미치는 영향, 건강행동의 사회경제적 비용, 다양한 건강행동 중재 프로그램의 비용 효과성을 평가하는 연구가 많이 이루어지고 있으나 개인이 건강행동을 실천하고자 지출하는 비용의 규모에 대해 알려진 바는 적다. 통계청의 가계동향조사가 각 가구에서 지출하는 비용 중 오락·문화 비용의 항목으로 캠핑 및 운동 관련 용품, 운동 및 오락서비스를 포함하나(통계청, 2020), 이는 운동경기 관람료, 캠핑장비 구입 비용 등을 포함하여 신체활동을 위해 소비한 비용만을 파악하기는 어렵다. 선행 연구에서 건강관리서비스를 받는 사람이 지출하는 비용을 조사하기도 했으나(최은진 외, 2020), 서비스 이용 비용 외에 개인이 지출하는 기타 비용(물품 구입 등)에 대한 정보는 없다. 특히 건강행동 실천을 위한 비용 지출에 인구사회학적 특성에 따른 차이가 있는지 알려지지 않았다. 건강행동의 실천율과 이를 실천하기 위한 비용에 대한 이해는 건강행동 실천의 장애물을 파악하는 데 도움이 된다. 또한 건강증진사업 및 정책의 기획에 기초자료로 활용할 수 있으므로, 국민의 건강행동 실천을 위한 지출 비용의 규모를 파악하고 지출자와 비지출자의 특성을 파악할 필요가 있다.

한국의료패널은 우리나라 국민의 의료이용과 의료비 지출, 질환, 의약품 복용, 건강 관련 인식

및 행태 등을 파악하여 보건의료정책 수립을 위한 보건복지 관련 지표를 생산하는 기초자료로 활용된다(박은자 외, 2020). 2019년 한국의료패널 조사는 성인 가구를 대상으로 건강행동 실천 여부를 조사하고, 신체활동과 금연을 위해 지출하는 비용에 대한 내용을 포함했다. 이 글에서는 2019년 한국의료패널에 참여한 성인의 흡연, 금연 시도, 신체활동 실천 현황과 금연과 신체활동을 위해 지출한 비용을 살펴보았다.

2. 현재 흡연율, 금연 시도율과 금연 관련 비용 지출

현재 흡연율은 19세 이상 응답자 중 현재 담배(궐련형 일반담배)를 매일 피우거나 가끔 피운다고 응답한 사람의 비율로 정의했다. 조사 결과 한국의료패널 참여 성인의 19.5%가 현재 흡연을 하고 있다고 응답하였다. 성별로는 남성의 현재 흡연율이 36.3%로 여성보다 높았으며, 연령별로는 30~40대의 흡연율이 비교적 높고 50대 이후부터 흡연율이 감소하였다. 교육수준별로는 고등학교 졸업 그룹의 흡연율이 24.1%로 다른 그룹보다 높았다. 가구의 경제 수준을 대리하는 지표로 생계급여 수급 여부를 활용하였는데, 생계급여 미수급자보다 수급자의 흡연율이 소폭 높았다. 현재 전자담배를 이용하는 사람은 조사 대상자의 6.5%로 나타났다. 전자담배 이용률은 젊은 연령층, 학력이 높을수록, 생계급여 미수급자가 높은 경향이 나타났다.

표 1. 현재 흡연율과 금연 시도율

구분		현재 흡연율		전자담배 이용률		금연 시도율	
		명	%	명	%	명	%
전체		1827	19.5	442	6.5	321	19.4
성별	남자	1642	36.3	400	12.2	295	19.3
	여자	185	3.5	42	1.0	26	19.8
연령별	19~29세	161	20.9	79	10.9	34	22.8
	30~39세	284	23.6	132	11.8	60	19.7
	40~49세	399	23.0	135	8.7	93	21.8
	50~59세	394	20.9	56	3.5	59	17.7
	60~69세	376	16.6	31	1.7	55	15.5
	70세 이상	213	6.8	9	0.3	20	8.7
교육 수준	중학교 졸업 이하	435	12.5	27	0.9	57	16.2
	고등학교 졸업	784	24.1	183	7.6	138	20.3
	대학교 졸업 이상	608	18.8	232	8.2	126	19.3
생계급여	수급	103	24.8	11	3.6	22	21.9
	미수급	1724	19.3	431	6.6	299	19.3

주: 1) 제시한 비율은 가중치를 적용한 가중비율임.
 2) 현재 흡연율은 평생 일반 담배(궐련) 흡연량이 5갑(100개비) 이상이고, '현재 일반 담배(궐련)를 피우고 계십니까?'라는 문항에 '현재 매일 피움' 또는 '가끔 피움'으로 응답한 사람의 비율로 정의함. 금연 시도자 비율은 현재 흡연자 중 '2019년에 담배를 끊고자 하루(24시간 이상) 금연하신 적이 있습니까?'에 '예'로 응답한 사람의 비율로 정의함.
 3) 전자담배 이용률은 19세 이상 응답자 중 '현재 궐련형 전자담배를 피우니까?'라는 문항에 '예'라고 응답하거나 '최근 1개월 간 니코틴이 포함된 액상형 전자담배를 사용한 적이 있습니까?'에 '예'라고 응답한 사람의 비율로 정의함.
 자료: 한국보건사회연구원. (2021). 제2기 한국의료패널 2019년도 연간데이터 베타버전. 원자료 분석함.

현재 일반담배나 전자담배를 흡연하는 사람 중 19.4%가 2019년에 담배를 끊고자 하루 이상 금연한 적이 있는 금연 시도자로 나타났다. 금연 시도자의 비율은 남성과 여성이 유사했으며, 연령별로는 20대가 22.8%, 40대가 21.8%, 30대가 19.7%로 높았고 이후 연령군이 높아질수록 비율이 감소하였다. 교육 수준별 금연시도율은 대학교 졸업 이상 그룹에서 19.3%, 고등학교 졸업 그룹에서 20.3%, 중학교 졸업 이하 그룹에서 16.2%였다. 또한 생계급여 수급자가 미수급자보다 금연 시도율이 높은 것으로 나타났다.

2019년에 금연을 시도한 사람 중 44명(13.7%)만이 담배를 끊기 위해 지출한 비용이 있었으며, 연간 총지출 비용은 평균 5만 4천 원이었다. 금연 비용 지출자가 소수이므로, 인구사회학적 특성에 따른 지출 비용의 차이는 살펴보지 않았다. 금연 방법별로 지출 비용을 살펴보면, 니코틴 대체용품을 구매하고자 비용을 지출한 사람이 20명으로 가장 많았고, 평균 7만 원을 지출하였다. 약물 치료 비용을 지출한 사람은 10명이고 평균 2만 7천 원을 지출하였으며, 보건소나 병원의 금연 프로그램 이용 비용을 지출한 사람은 15명이

표 2. 연간 금연 관련 비용 지출

지출 비용 구분	비용 지출자(명)	지출 비용(단위: 만 원)	
		평균	표준오차
전체	44	5.4	0.8
니코틴 대체용품(금연패치, 금연껌, 로젠즈 등)	20	7.0	1.4
의사 처방에 의한 약물 치료	10	2.7	1.0
보건소, 병원 금연 프로그램(금연 교육, 금연 상담 포함)	15	2.5	1.6
금연 상담 전화/찾아가는 금연클리닉	3	1.5	0.9
기타	4	4.6	2.2

자료: 한국보건사회연구원. (2021). 제2기 한국의료패널 2019년 연간데이터 베타버전. 원자료 분석함.

고 평균 2만 5천 원을 지출하였다. 그 외에 금연 상담 전화, 기타 방법을 이용하여 비용을 지출했다.

3. 신체활동 실천과 신체활동 관련 비용 지출

한국의료패널에 참여한 19세 이상 성인 중 최근 1년 동안 걷기를 포함하여 스포츠나 운동을 규칙적으로 한 사람은 51.8%였다. 규칙적 신체활동 실천율은 남자 51.6%, 여자 52.0%로 남녀의 실천율이 유사했다. 연령별로는 60대에서 58.9%로 가장 높았고 30대가 44.6%로 가장 낮아 전반적으로 연령이 증가할수록 규칙적 신체활동 실천율이 증가하는 경향을 보였다. 고등학교 졸업자의 신체활동 실천율이 49.8%로 다른 집단에 비해 낮았으며, 생계급여 미수급자의 52.1%, 수급자의 43.4%가 규칙적으로 신체활동을 하는 것으로 나타났다.

한국의료패널은 신체활동을 하고자 지출한 운동 프로그램 등록비, 운동시설 이용료, 운동용품

구입비, 기타 비용을 조사하였다. 신체활동을 하고자 비용을 지출한 사람은 전체 분석 대상의 21.3%였다. 인구사회학적 특성별 신체활동을 하고자 비용을 지출한 사람의 비율을 살펴보면, 남성(23.4%)이 여성(19.3%)보다 비용을 지출한 비율이 높았다. 연령별로는 20대의 30.7%가 신체활동을 하고자 비용을 지출했고, 연령이 높아질수록 비용 지출자의 비율이 감소하여 70세 이상은 5.7%만이 신체활동을 하고자 비용을 지출했다. 교육 수준별로는 대학교 졸업 이상의 그룹에서 31.7%, 고등학교 졸업 그룹에서 18.3%, 중학교 졸업 이하 그룹에서 4.2%가 비용을 지출했다. 생계급여 수급자의 3.2%, 미수급자의 21.9%가 신체활동을 하고자 비용을 지출하여 교육 수준별, 소득 수준별로 신체활동 비용 지출 여부의 차이가 크게 나타났다.

신체활동 관련 비용을 지출한 사람이 2019년 한 해 동안 신체활동을 하고자 지출한 비용은 평균 79만 7천 원이었다. 연간 신체활동 지출 비용 역시 인구사회학적 특성에 따라 차이가 있었다.

표 3. 인구사회학적 특성에 따른 규칙적 신체활동 실천과 연간 신체활동 비용 지출 현황

구분		규칙적 신체활동 실천자		신체활동 비용 지출자		신체활동 비용 지출자의 연간 신체활동 지출 비용	
		명	%	명	%	평균(만 원)	표준편차
전체		6110	51.8	1850	21.3	79.7	2.7
성별	남자	2751	51.6	936	23.4	80.6	3.9
	여자	3359	52.0	914	19.3	78.6	3.7
연령별	19~29세	382	48.4	291	30.7	70.1	6.1
	30~39세	558	44.6	327	27.2	75.3	4.9
	40~49세	831	47.9	433	24.9	85.2	5.4
	50~59세	1126	56.3	384	20.9	93.4	6.4
	60~69세	1584	58.9	264	11.0	81.2	9.3
	70세 이상	1629	57.3	151	5.7	56.4	8.0
교육 수준	중학교 졸업 이하	2219	53.1	165	4.2	50.9	5.2
	고등학교 졸업	2000	49.8	618	18.3	67.3	4.2
	대학교 졸업 이상	1891	53.0	1067	31.7	87.7	3.6
생계급여	수급	213	43.4	9	3.2	37.1	10.5
	미수급	5897	52.1	1841	21.9	79.9	2.7

주: 1) 제시한 비율은 가중치를 적용한 가중비율임.
 2) 규칙적 신체활동 실천은 '최근 1년 동안 걷기를 포함하여 스포츠나 운동을 규칙적으로 하셨습니까?'라는 질문에 '스포츠나 운동을 규칙적으로 함.'이라고 응답한 경우로 정의함. 연간 신체활동 비용 지출은 '2019년에 신체활동을 위해 지출하신 비용이 있습니까?'라는 질문에 '예'라고 응답한 경우로 정의함. 연간 신체활동 지출 비용은 신체활동을 위해 비용을 지출한 적이 있는 사람이 운동 프로그램 등록비, 운동시설 이용료, 운동용품 구입비, 기타로 지출한 비용을 모두 합한 값임.
 3) 규칙적 신체활동 실천 문항의 전체 응답자 수는 11,593명, 신체활동 비용 지출 여부에 응답한 사람의 수는 12,037명이며, 연간 신체활동 지출 비용은 신체활동을 위해 비용을 지출한 적이 있는 사람 1,850명의 평균 지출 비용을 분석하였음.
 자료: 한국보건사회연구원. (2021). 제2기 한국의료패널 2019년 연간데이터 베타버전. 원자료 분석함.

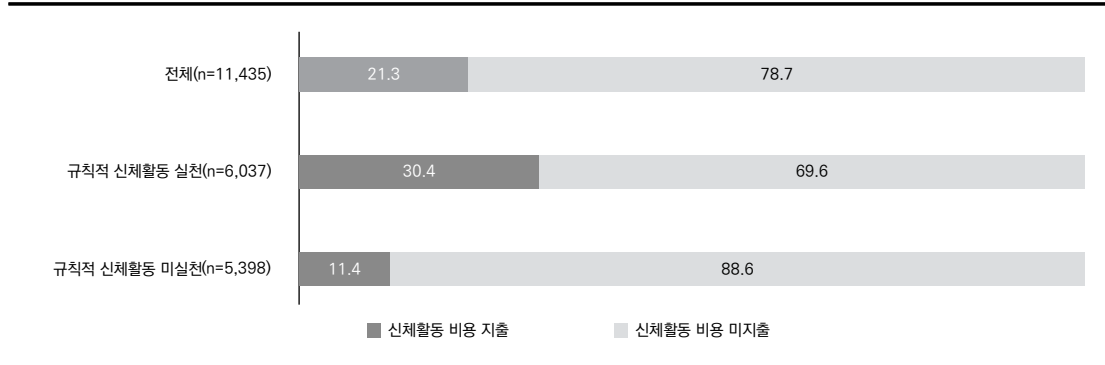
남성(80만 6천 원)이 여성(78만 6천 원)보다 약 2만 원 비용을 더 많이 지출했으나 유의한 차이는 없었다. 연령별로는 50대는 평균 93만 4천 원, 40대 평균 85만 2천 원, 60대 평균 81만 2천 원으로 20대(70만 1천 원), 30대(75만 3천 원)보다 지출 비용이 높아 높은 연령층의 신체활동 비용 지출자 비율이 상대적으로 낮지만 지출자는 더 큰 비용을 지출하는 것으로 나타났다. 교육 수준별로는 대학교 졸업 이상이 평균 87만 7천 원, 고등학교 졸업은 평균 67만 3천 원, 중학교 졸업 이하는 평균 50만 9천 원으로 교육 수준이 높을수록 평균 지출 비용이 높았다. 생계급여 미수급자는 평균 79만 9천 원, 수급자는 평균

37만 1천 원으로 지출 비용이 2배 이상 차이가 있었다.

규칙적으로 신체활동을 하는 사람과 하지 않는 사람 모두 신체활동을 위해 비용을 지출한 것으로 나타났다. 규칙적으로 신체활동을 하는 사람의 30.4%, 규칙적 신체활동을 하지 않는 사람의 11.4%가 신체활동을 위해 비용을 지출했다(그림 1). 신체활동 관련 비용 지출자의 지출 비용을 항목별로 살펴보면, 운동시설 이용료가 41만 원으로 가장 큰 비중을 차지했으며, 운동 프로그램 등록비 27만 2천 원, 운동용품 구입비 10만 4천 원, 기타 2만 원이었다. 규칙적으로 신체활동을 하는 사람 중 신체활동을 하고자 비용을

그림 1. 신체활동 관련 비용 지출자의 비율

(단위: %)



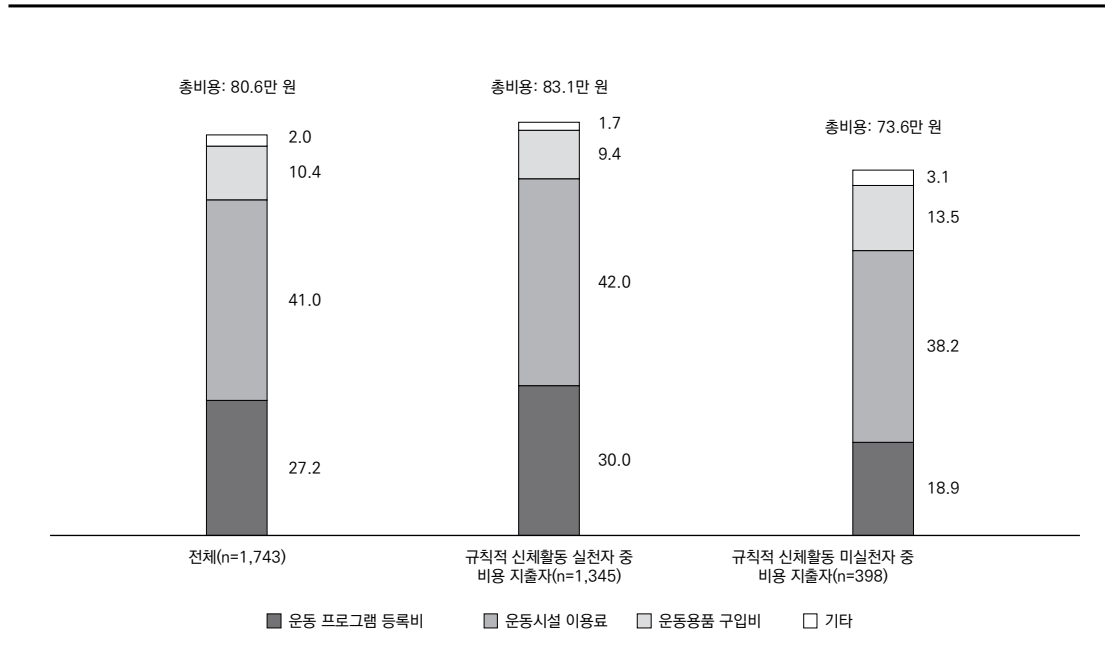
주: 1) 제시한 비율은 가중치를 적용한 가중비율임.

2) '2019년(1. 1.~12. 31.)에 신체활동을 위해 지출하신 비용이 있습니까?'라는 질문에 '예'라고 응답한 사람을 신체활동을 하고자 비용을 지출한 사람으로 분류함. 신체활동 지출 비용에 응답하지 않은 158명(규칙적 신체활동 실천자 중 73명, 규칙적 신체활동 미실천자 중 85명)은 분석에서 제외함.

자료: 한국보건사회연구원. (2021). 제2기 한국의료패널 2019년 연간데이터 베타버전. 원자료 분석함.

그림 2. 신체활동 비용 지출자의 평균 연간 신체활동 관련 지출 비용

(단위: 만 원)



주: 1) 제시한 값은 가중치를 적용하여 산출한 비용임.

2) 2019년 1년 동안 신체활동 비용을 지출한 1,850명 중 규칙적 신체활동 문항에 응답하지 않은 107명은 분석에서 제외함.

자료: 한국보건사회연구원. (2021). 제2기 한국의료패널 2019년도 연간데이터 베타버전. 원자료 분석함.

지출한 사람은 연간 평균 83만 1천 원을 지출하여, 규칙적으로 신체활동을 하지 않는 사람(평균 73만 6천 원)보다 지출 비용이 약 9만 5천 원 많았다. 규칙적으로 신체활동을 하는 사람은 운동 시설 이용료 42만 원, 운동 프로그램 등록비 30만 원을 지출하여 규칙적으로 신체활동을 하지 않는 사람의 운동시설 이용료 38만 2천 원, 운동 프로그램 등록비 18만 9천 원보다 지출 비용이 많았다. 그러나 운동용품 구입비와 기타 비용의 평균 지출 비용은 규칙적으로 신체활동을 하지 않는 사람이 규칙적으로 신체활동을 하는 사람보다 더 많은 것으로 나타났다.

4. 나가며

이 글에서는 한국의료패널의 2019년 조사 자료를 활용하여 성인의 흡연, 금연 시도, 신체활동 실천 현황과 금연과 신체활동을 하고자 지출한 비용을 살펴보았다. 연구의 주요 결과와 시사점을 정리하면 다음과 같다.

연구 결과 흡연율과 금연 시도율이 인구사회학적 특성에 따라 다르게 나타났다. 현재 흡연율은 남성, 젊은 층, 고등학교 졸업 학력자, 생계급여 수급자에서 높게 나타나 다른 국가 통계와 유사한 결과를 보였다. 한 해 동안 금연을 시도해 본 적 있는 사람은 현재 흡연자의 18.6%이었다. 금연 시도율은 연령이 높을수록, 학력이 낮을수록 낮게 나타났다. 금연을 시도조차 하지 않은, 금연 의도가 없는 사람은 흡연자의 80% 이상으

로 이들이 담배를 완전히 끊도록 하는 것은 쉽지 않을 것이다. 대부분의 금연 사업의 목표가 흡연자가 담배를 완전히 끊도록 하는 것이지만, 금연 의도가 없는 사람이 흡연량을 줄이도록 하는 것 역시 중요하다. 흡연량의 감소로 담배 유해물질에의 노출을 줄여서 흡연의 건강 위해를 감소시킬 수 있으며, 또한 흡연자의 흡연량 감소를 위한 중재가 장기적으로 금연을 하는 데 도움이 된다고 알려져 있다(Lindson-Hawley et al., 2016). 흡연량은 금연 성공의 예측 요인 중 하나로, 흡연량이 적은 사람의 금연 성공률이 높다(김진실, 강수정, 김대진, 최인영, 최병선, 2018). 완전히 금연할 의도가 없다 하더라도 먼저 흡연량을 줄인다면, 이후 금연 의도가 생겼을 때 보다 성공적으로 금연을 할 수 있을 것이다. 흡연율이 높은 집단과 함께 금연 시도율이 낮은 집단을 금연과 흡연 감소 중재의 대상으로 고려해야 한다.

한국의료패널 참여 성인 중 금연을 하고자 비용을 지출한 사람의 비율은 금연 시도자의 13.7%에 불과했고, 이들의 지출 비용은 1인당 연간 5만 4천 원이었다. 이는 금연 프로그램이 공공 영역에서 무료로 제공되는 경우가 많은 것이 한 원인일 수 있다. 우리나라의 금연 사업은 공공 영역을 중심으로 이루어지고 있다. 보건소가 운영하는 금연클리닉은 무료로 금연 상담과 니코틴 보조제를 제공하며, 금연에 성공할 경우 작은 선물을 제공하기도 한다. 국민건강보험공단의 금연치료 지원사업은 금연치료 의료기관에 등록된 금연을 원하는 흡연자에게 의사의 진료와 상담, 금연

치료 의약품, 니코틴 보조제 구입으로 발생한 비용의 80%를 지원한다. 이렇듯이 공공 영역의 금연 사업에 참여하는 경우 금연을 하고자 지출하는 비용이 적게 발생하거나 본인부담금이 발생하지 않으므로 금연 비용의 수준이 낮고, 금연 비용 지출자가 적은 것으로 보인다. 그러나 한국의료패널은 금연자가 공공 또는 민간 영역의 금연 프로그램에 참여했는지에 대한 정보를 조사하지 않으므로, 유의하여 해석해야 한다. 또한 금연 지출 비용이 낮은 것은 약물 치료, 금연 프로그램, 니코틴 대체제 등의 도움 없이 의지만으로 금연을 시도하는 사람이 상당수 있다고 해석할 수도 있다. 담배에 포함된 니코틴은 중독성이 있어 흡연자, 특히 오랜 기간 흡연했거나 흡연량이 많은 사람은 의지만으로 금연하기 어렵다. 이로 인해 많은 금연 프로그램은 흡연 욕구를 통제하기 위한 심리사회적 치료(상담)와 함께 니코틴 보조제(니코틴 패치, 니코틴 껌, 니코틴 사탕)를 제공하고, 필요시 의사의 처방에 따라 약물 치료를 하여 니코틴 의존성을 낮추도록 한다. 금연 시도자가 상대적으로 쉬운 금연 방법을 이용하지 않고 의지만으로 금연을 시도해서 금연에 실패하지 않도록, 다양한 금연 방법에 대한 홍보와 금연 프로그램의 가용성을 높이는 노력이 지속되어야 할 것이다.

인구사회학적 특성에 따라 규칙적 신체활동 실천율과 신체활동을 하고자 비용을 지출하는 사람의 비율, 지출 비용에 차이가 있었다. 젊은 층은 상대적으로 규칙적 신체활동 실천율이 낮으나

신체활동을 하고자 비용을 지출하는 비율이 더 높았고, 신체활동 지출 비용은 중년층이 가장 높았다. 국민건강영양조사 등의 국가 통계에서는 유산소 운동 실천율은 연령이 증가할수록 감소하지만 걷기 실천율은 중고령층이 젊은 층보다 높은 것으로 나타난다(보건복지부, 질병관리청, 2020). 한국의료패널의 규칙적 신체활동 실천 여부는 운동과 스포츠, 걷기를 포함하여 질문했기 때문에 신체활동 실천율과 연령의 관계가 다른 조사와 다르게 나타난 것으로 보인다. 한국의료패널의 조사 결과는 건강에 관심을 기울이는 연령층인 중장년 이후 어느 형태로든 신체활동을 하는 사람의 비율이 증가한다고 해석할 수 있다. 젊은 층은 건강에 관심이 없어서 또는 경제활동 등으로 운동을 할 시간이 부족해서 신체활동 실천율이 낮게 나타났을 가능성이 있다. 시간 부족은 운동 실천의 주요 장애물 중 하나이며, 경제활동 참여자, 특히 사무직 종사자의 경우 업무 시간의 장기화는 앉아 있는 시간의 장기화를 불러일으켜 비활동성을 증가시킨다. 시간 부족뿐만 아니라 신체활동 실천의 주요 장애요인 중 하나는 비용으로 알려져 있다. 한국의료패널 자료 분석 결과 학력 수준이 낮은 사람과 생계급여 수급자는 신체활동 실천율, 신체활동을 하고자 비용을 지출한 사람의 비율과 지출 비용이 낮은 것으로 나타났다. 국내에서 신체활동 실천율이 사회적 계층에 따라 불평등하게 나타난다는 보고가 많이 있었으나, 신체활동을 위한 지출 비용에 차이가 있는지에 대한 연구는 없었다. 신체활동을 위한 지출 비

용 부담이 학력 수준이 낮고, 경제 수준이 낮은 사람의 신체활동 참여율이 낮은 원인으로 작용하는지를 파악하기 위한 심층 연구가 필요하다. 또한 시간, 비용, 건강 무관심, 환경적 요인 등 다양한 특성이 있는 사람들의 다양한 신체활동 장애 요인에 대응하기 위한 신체활동 증진 전략이 필요하다. 예를 들어, 저소득층에게 비용이 신체활동 실천의 장애요인으로 작용한다면, 이들을 위한 무료 또는 저렴한 신체활동 프로그램의 확대가 이루어져야 할 것이다. 젊은 직장인의 신체활동 장애요인이 시간 부족인 경우, 사업장 건강증진 프로그램 등으로 신체활동의 활성화를 꾀할 수 있을 것이다.

규칙적으로 신체활동을 실천하는 사람이 그렇지 않은 사람에 비해 신체활동을 하고자 비용을 지출하는 비율이 더 높았고, 지출 비용 역시 많았다. 신체활동 실천 여부에 영향을 미치는 요인이 신체활동 비용 지출에도 영향을 미쳤을 수 있으나, 규칙적 신체활동을 위해 비용 지출이 지속적으로 발생한 것으로 볼 수도 있다. 신체활동 지원 방안을 마련할 때, 지속적인 신체활동으로 인한 비용 지출의 증가가 신체활동 실천에 부담이 되지 않도록 고려해야 할 것이다. 또한 규칙적으로 신체활동을 실천하지 않는 사람의 약 10분의 1도 신체활동을 하고자 비용을 지출하는 것으로 나타났다. 신체활동을 하고자 비용을 지출한 것은 신체활동을 하려는 시도를 했다고 볼 수 있는데, 규칙적으로 신체활동을 하지 못하는 원인이 무엇인지를 파악하여 지속적으로 신체활동을 하

는 사람이 증가하도록 해야 할 것이다.

이 글은 제2기 한국의료패널의 첫 조사(2019년 조사) 자료를 이용하여 성인의 흡연, 금연 시도, 신체활동 실천 현황과 금연과 신체활동을 하고자 지출하는 비용을 살펴보았다. 패널 자료의 특성상 조사 대상자의 건강행동 실천과 비용 지출의 변화를 추적 관찰 할 수 있다. 앞으로 모이게 될 후속 패널 자료를 활용하여, 대상자의 건강행동 실천과 비용 지출의 변화와 이에 영향을 미치는 요인을 파악할 수 있을 것이다. 이를 토대로 한국의료패널의 조사 결과를 흡연율 감소와 신체활동 활성화를 위한 방안 마련의 기초 자료로 활용할 수 있기를 기대한다. ■

참고문헌

- 김진실, 강수정, 김대진, 최인영, 최병선. (2018). 전국 보건소 금연클리닉 신규등록자의 성별 금연 성공요인. *대한보건연구*, 44(1), 17-30.
- 박은자, 배정은, 송은솔, 정연, 최슬기, 이응준, 김은주, ..., 박유진. (2020). 2018년 한국 의료패널 기초분석보고서(II) - 질병 이환, 만성질환, 건강행태와 건강 수준. 세종: 한국보건사회연구원.
- 보건복지부, 질병관리청. (2020). 2019 국민건강통계. 세종: 보건복지부, 오송: 질병관리청.
- 최은진, 최슬기, 강혜리, 최소영, 김진희, 윤난희, 김영복, 김기태. (2020). 비의료건강관리

- 서비스 이용국민의 건강권 보호방안. 세종: 한국보건사회연구원.
- 통계청. (2020). 『가계동향조사』 통계정보보고서. <http://meta.narastat.kr/metasvc/svc/SvcMetaDcDtaPopup.do?orgId=101&confmNo=101006&kosisYn=Y>에서 2021. 11. 1. 인출.
- 한국보건사회연구원. (2021). 제2기 한국의료패널 2019년도 연간데이터 베타버전.
- Krist, A. H., Woolf, S. H., Johnson, R. E., Rothemich, S. F., Cunningham, T. D., Jones, R. M., ... & Devers, K. J. (2010). Patient costs as a barrier to intensive health behavior counseling. *American Journal of Preventive Medicine*, 38(3), 344-348.
- Lindson-Hawley, N., Hartmann-Boyce, J., Fanshawe, T. R., Begh, R., Farley, A., & Lancaster, T. (2016). Interventions to reduce harm from continued tobacco use. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 10.
- Zorbas, C., Palermo, C., Chung, A., Iguacel, I., Peeters, A., Bennett, R., & Backholer, K. (2018). Factors perceived to influence healthy eating: a systematic review and meta-ethnographic synthesis of the literature. *Nutrition Reviews*, 76(12), 861-874.

Health Promoting Behaviors and Related Cost: Data from the Korea Health Panel Study 2019

Seul Ki Choi

Eunsol Song

(Korea Institute for Health and Social Affairs)

This paper examines the current status of health promoting behaviors and smoking cessation and physical activity and related costs among adults using data from the Korea Health Panel Study 2019. Among current smokers as of 2019, 19.4% tried to quit smoking at least for a day in 2019. Only 13.7% of those who had tried to quit smoking spent on average 54 thousand won a year on smoking cessation. About 21.3% of the subjects spent money for physical activity, and their annual expenditure was an average of 797 thousand won. The amount spent on physical activity varied according to socio-demographic characteristics and whether or not the physical activity was performed on a regular basis. An understanding of the status of health promoting behaviors and related costs could be used to develop health promotion programs and policies. Policy considerations should be made so that the cost of practicing health behaviors does not become a barrier to health behavior.