

# 베이비 붐 세대의 건강실태 및 장기요양 이용의식수준

*Health Status and Long-Term Care Needs of the Baby Boom Generation*



선우덕 한국보건사회연구원 연구위원

본고는 베이비 붐 세대의 건강실태 및 장기요양요구에 대해 정리한 것으로, 대체적으로 건강수준은 그 이전세대에 비해서 양호한 것으로 추정되고, 특히 흡연이나 운동실천 측면에서는 매우 양호한 것으로 나타나고 있다. 이러한 각종 결과들을 종합적으로 고려해 볼 때, 향후 추진해나가야 할 정책방향을 제시하면 다음과 같다. 즉, 첫째, 중·장년계층 대상의 특별 건강증진프로그램 개발 및 보급이 요구된다. 직장내에서의 사전적인 업무스트레스 예방프로그램의 개발이나 지역내 스포츠클럽 및 문화강좌의 수강비용을 바우처방식으로 지원할 수 있는 방안을 개발, 활성화시킬 필요가 있다. 둘째, 중장년계층 대상의 고혈압·당뇨병·관절염 등 생활습관병의 조기예방 및 관리체계의 구축이 요구된다. 베이비 붐 세대인 중장년계층의 장기요양요구를 고려해 시설중심의 서비스지원체계에서 가족·지역사회를 중심으로 한 재가·지역사회케어서비스체계의 구축이 요구된다. 마지막으로, 베이비 붐 세대의 건강상태를 추적, 관리할 수 있는 코호트연구의 개발이 요구된다. 이를 통해서 주기적으로 노인의료비 및 장기요양비의 장래추계를 수행할 수 있는 연구가 필요하며, 그 결과를 건강보험재정 및 노인장기요양보험재정의 안정적 유지전략을 수립하는데 활용할 수 있는 체제의 구축이 요구된다.

## 1. 서론

우리나라의 고령화인구는 지난 2010년도에 전체인구의 11%로 추정되어 고령사회로 접어들어가고 있다. 이러한 고령화비율은 베이비 붐 세대라고 일컬어지고 있는 1955~1963년생이 노년기로 접어들면 더욱 높아질 것으로 예측되고 있다.

그러한 베이비 붐 세대의 소득수준이나 교육 수준측면에서 보면, 향후 노인정책의 변화를 주도할 수 있는 연령계층으로 간주되고 있는데,

베이비 붐 세대의 성장기는 우리나라의 경제발전과정과 함께 하던 시기와 맞물리고 있다. 지난 계획경제의 시발점인 제1차 경제개발 5개년 계획이 수립되고 시행되기 시작한 1960년 중반에는 유년기를 지내고 있었고, 우리나라가 고도의 경제성장을 이룩하기 시작하고 있었던 1970년대와 80년대 초반에는 중·고등학교 및 대학 시절을 보내는 등, 대부분이 산업현장에서 종사하지 않고 학업을 지속하던 시기였던 것으로 보여진다.

그 후, 1980년대 중반부터 대학졸업과 함께

본격적으로 산업현장에 종사하기 시작하였고, 경제성장과 아울러 그 과실이 소득수준 및 건강수준 등에 적지 않은 영향을 주기도 하였다. 즉, 1990년대와 2000년대에는 대부분의 베이비 붐 세대가 피용자든, 자영자든 간에 경제활동에 참여하고 있으면서 경제변동의 영향을 직접적으로 받고 있던 시기였다. 특히, 1997년도에 발생한 외환위기로 IMF로부터 구제금융을 받고, 그 영향으로 대대적인 경제 및 사회구조조정을 단행하던 시기에 베이비 붐 세대는 직장으로부터의 조기·명예퇴직을 권고받기 시작하였다.

한편, 경제성장으로 소득수준이 향상되어 생활수준이 급격하게 높아지는 시대에 살아왔지만, 그 반면에 서구식의 식생활패턴의 변화는 비만, 고혈압, 당뇨병 등과 같은 질병발생을 높이거나, 경제발전으로 인하여 환경오염, 산업작업장환경의 불결상태 등 주거·작업환경의 악화도 발생되어 부정적인 경제과실의 주 피해자로 살아왔던 것도 사실이다.

이상과 같이 베이비 붐 세대인 중장년계층은 산업경제의 발전에 따른 긍정적이거나, 부정적인 과실을 겪으면서 살아왔고, 그러한 일련의 변화들은 건강상태에 지대한 영향을 끼쳐왔던 것으로 보여진다. 그렇지만, 정부로써는 건강수준의 유지 및 향상으로 도모하기 위하여 각종 보건의료정책을 수립, 추진해 온 것도 사실이기에 때문에 이로 인하여 건강수준의 악영향을 완화시켜왔다고 하겠다.

본고에서는 베이비 붐 세대에 대한 생활실태 조사의 결과를 바탕으로 현재 베이비 붐 세대의 건강상태 등을 파악하고 정책방향을 제언하고자 한다.

## 2. 베이비 붐 세대의 건강수준 및 건강유지행태의 현황

### 1) 건강수준의 현황

국민들의 건강상태를 측정하는 대표적인 지표가 사망률, 유병률과 평균수명을 들 수 있는데, 여기에서는 사인별 사망률과 50세시의 평균여명을 살펴보고자 한다.

먼저 사인별 사망률을 보면, 우리나라는 1990년대 중반이후 악성신생물(암)로 인한 사망이 가장 높으며, 그 다음으로 순환기계질환, 소화기계질환으로 인한 사망이 많은 것으로 나타나고 있다. 이러한 질환은 식생활패턴의 서구식화, 등으로 인하여 발생하는 생활습관에 기인하는 경우가 대부분인데, 지속적으로 사망률 자체가 줄어들고 있는 것은 보건의료기술의 발전과 소득수준의 향상으로 인한 질병비용의 부담이 완화되었기 때문이다. 그렇지만, 혈액 및 조혈기기관질환과 면역기전을 침범하는 특정장애, 내분비영양 및 대사질환, 피부 및 피하조직질환 등은 그동안 증가해 왔지만, 베이비 붐 세대가 40대 중반에 접어들기 시작하면서 개선되고 있는 것으로 나타나고 있다는 점은 주목할 만하다고 하겠다.

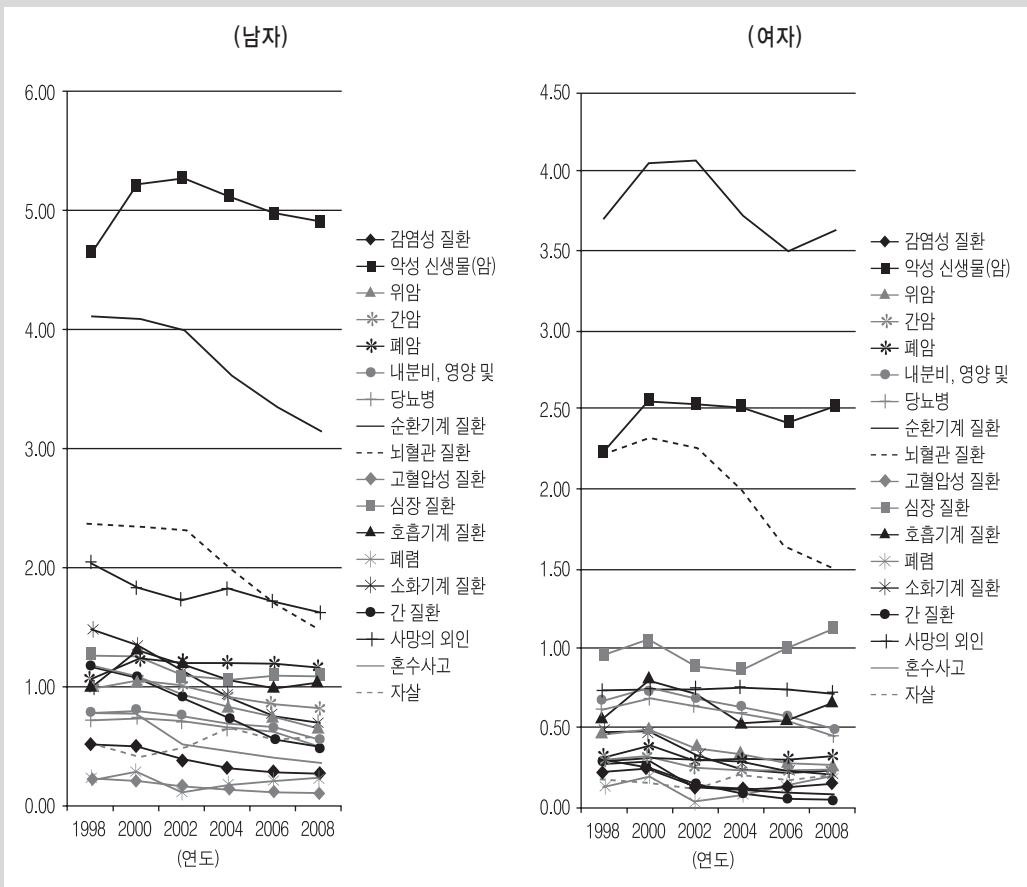
한편, 만성질환의 유병률측면에서 베이비 붐 세대의 건강수준을 살펴보면, 2010년 생활실태 조사에서는 만성질환유병률이 27%로 나타나고 있으며, 건강취약계층에서 유병률이 더 높게 나타나고 있다는 것은 사회계층간 건강격차가 나타나고 있음을 알 수 있다. 추가적으로 국민 건강영양조사결과를 바탕으로 주요 만성질환

의 유병률추이를 살펴보면, 고혈압, 관절염, 당뇨병의 유병률이 40대 후반의 중년계층에서 상승하는 경향을 보이고 있고, 그 이외에 고지혈증의 유병률도 증가경향에 있어 생활습관의 개선이 크게 요구되고 있다.

그리고, 평균수명의 경우에는 전체적으로 보나, 특정연령별로 보나 지속적으로 연장되어 가고 있어 베이비 붐 세대의 특징을 찾아보기 어렵지만, 건강수명의 개념을 도입하여 특정질

환의 제거시 산정되는 기대여명을 참고로 볼 수 있다. 즉, 남성의 경우, 일부 질환(심장질환, 폐렴, 자살 등)을 제외하고는 전반적으로 동일한 45세 연령자의 특정사인 제거시 기대여명의 증가분이 하락하는 경향을 보이고 있다. 이는 특정질환에서의 사망률 개선이 지속적으로 이루어지고 있다는 것을 의미한다. 그런데, 그 중에서도 악성신생물(암), 순환기질환 및 뇌혈관질환에 의한 증가분의 크기가 다른 질환에 비해서

그림 1. 특정사인 제거시 45세시 기대여명의 증가분



자료: 통계청, 각 년도 생명표.

높다는 것은 여전히 기대여명의 크기를 그러한 질환이 좌우하고 있다는 것을 말한다. 사실 이들 질환은 중장년계층의 3대 사망원인이기도 하다. 여자의 경우에는 약간 다른 양상을 보이고 있는데, 심장질환의 경우 기대여명의 증가분이 2004년도 이후 다시 늘어나고 있는데, 이는 그 질환에 의한 사망이 다른 질환보다도 높다는 것을 의미하고 있다. 또한, 기대여명의 증가분이 남성과 달리 순환기질환에서 가장 높게 나타나고 있다는 것이다. 이는 여성 베이비 붐 세대의 심장질환의 관리에 더 신경을 써야함을 시사해주고 있다.

## 2) 건강유지행태의 현황

베이비 붐 세대의 건강유지행태는 흡연행위, 음주행위, 비만, 운동 및 건강검진 수진행위 등을 기준으로 정리하면 다음과 같다.

첫째, 베이비 붐 세대의 흡연실태를 보면, 2010년 조사시점에서 현재에도 흡연하고 있는 비율이 남성은 46.4%, 여성은 3.5%로 나타나고 있다. 이는 과거의 국민건강영양조사결과에서 나타난 40대 후반 연령대에서의 흡연율과 비교해 보면, 낮은 수치이기는 하지만, 남성의 경우, 여전

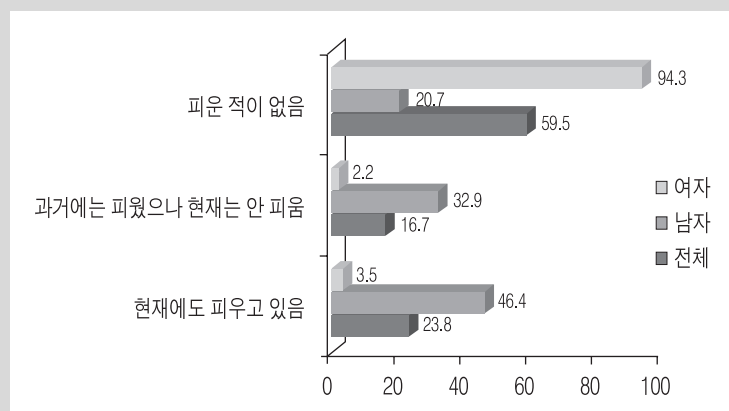
히 절반정도가 흡연을 지속하고 있는 것으로 나타나고 있다. 특히, 교육수준이 높거나 취업중인 계층일수록 상대적으로 현재의 흡연율이 높다는 점이 주목할 만하다.

둘째, 베이비 붐 세대의 음주실태를 보면, 현재에도 음주하고 있는 비율이 남성은 76.8%, 여성은 50.2%로 나타나고 있다. 이는 과거의 국민건강영양조사결과에서도 나타난 수치와 비교해 보면 유사한 수준인데, 남성의 경우 3/4 이상이 음주를 지속하고 있는 것으로 나타나고 있다. 특히, 교육수준이 높거나 취업중인 계층일수록 상대적으로 흡연율도 높지만, 현재의 음주율도 높다는 점이 주목할 만하다. 그런데, 음주율이 과거에 비해서 상당히 높아졌다는 것이다.

셋째, 베이비 붐 세대의 운동실태를 보면, 현재 운동을 실천하고 있는 비율이 남성은 67.9%, 여성은 69.0%로 나타나고 있다. 이는 과거 국민

그림 2. 베이비 붐 세대의 흡연실태(2010년)

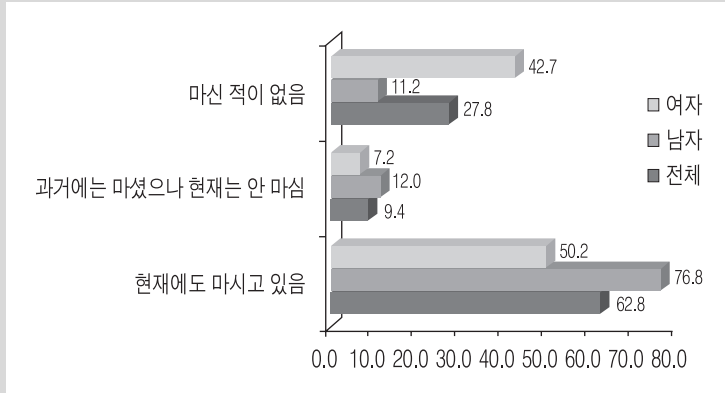
(단위: %)



자료: 정경희 외(2010.12). 베이비부머의 생활실태 및 복지욕구, 한국보건사회연구원.

그림 3. 베이비 붐 세대의 음주실태(2010년)

(단위: %)



자료: 정경희 외(2010.12). 베이비부머의 생활실태 및 복지욕구, 한국보건사회연구원.

하고 있는 것으로 보여진다. 그러한 행태는 남녀간 차이를 거의 찾아볼 수 없으며, 소득수준, 교육수준 및 배우자가 있을수록 식품섭취를 통한 건강 유지노력이 크다는 것이다.

다섯째, 베이비 붐 세대의 건강검진 추진 행태를 보면, 약 80%가 건강검진을 받고

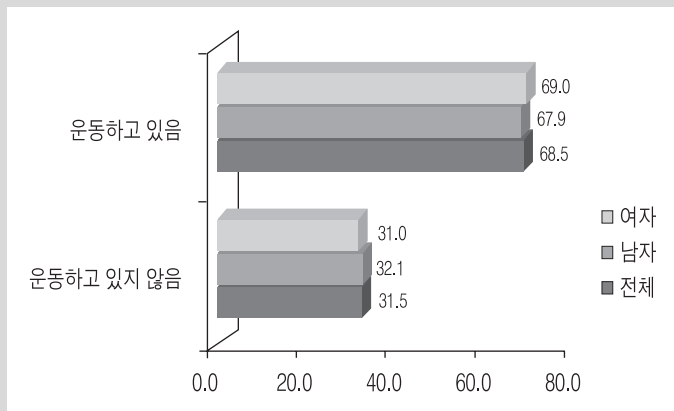
건강영양조사결과와 추이로부터 보면, 40대 후반의 동일 연령대에서 상당히 높아진 수치로 나타나고 있다. 특이한 현상으로 남녀간의 차이가 거의 없다는 점이다. 또한, 추가적으로 관련된 운동행위를 보면, 운동을 실천하고 있는 경우라면, 전체의 85% 이상이 최소한 1주일에 2~3일 이상을 운동하고 있으며, 운동장소로도 체육시설 등 특정시설을 이용하기보다는 거주지를 중심으로 한 집주변의 산책로나 공간을 이용하고 있는 것으로 나타나고 있다.

넷째, 베이비 붐 세대의 식품섭취행태를 보면, 다양한 식품섭취를 위해서 노력하고 있는 지에 대한 유무에서 전체적으로 3/4이 음식을 통한 건강유지에 노력

있는 것으로 나타나고 있는데, 남성에 비해 여성이 상대적으로 수검률이 약간 더 높게 나타나고 있다. 이는 과거의 국민건강영양조사결과에 비해서 높아진 수치로 볼 수 있는데, 특히, 고소득계층이나 교육수준이 높은 계층에게서 수검률이 가장 높게 나타나고 있는데, 이

그림 4. 베이비 붐 세대의 운동실태(2010년)

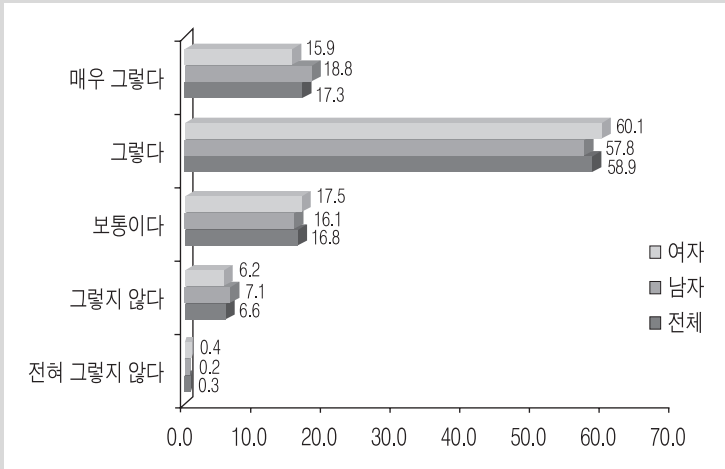
(단위: %)



자료: 정경희 외(2010.12). 베이비부머의 생활실태 및 복지욕구, 한국보건사회연구원.

그림 5. 베이비 붐 세대의 다양한 식품섭취 유지경향(2010년)

(단위: %)



자료: 정경희 외(2010.12). 베이비부머의 생활실태 및 복지욕구, 한국보건사회연구원.

### 3) 장기요양서비스의 욕구 현황

베이비 붐 세대의  
공적 장기요양서비스  
의 이용의향을 살펴보  
면, 부모를 위해서는  
70.8%가 서비스를 이  
용할 의향이 있는 반  
면에, 본인을 위해서  
는 47%에 그치고 있  
는 것으로 나타나고  
있다. 또한, 서비스의  
유형을 구분하여 보  
면, 본인이 이용하거

는 그만큼 건강의식수준이 높다는 것을 의미  
하지만, 건강관리가 보다 더 필요한 취약계층  
에게서의 수검률이 낮은 것이 문제로 지적될  
수 있다.

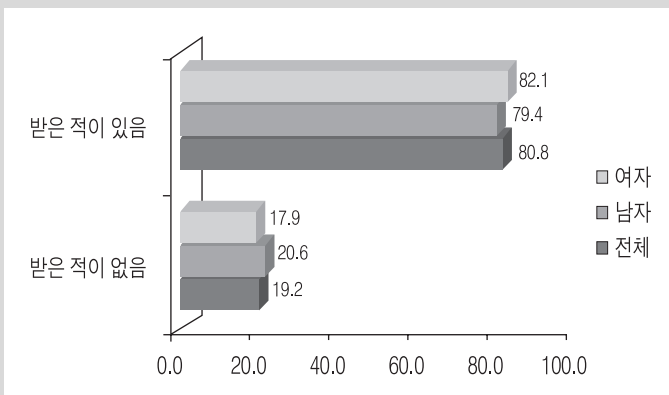
나, 부모에게 서비스를 제공하겠다는 경우에도  
재가서비스보다는 시설서비스를 더 원하고 있  
는 것으로 나타나고 있다. 이는 재가요양서비스  
를 이용하지 않으려는 경향은 아직까지 노인장

기요양보험서비스의 내용  
이 충실하지 못한 것으로  
인식하고 있기 때문인 것으  
로 보여진다.

추가적으로, 주요 영향  
요인별 장기요양서비스의  
이용의향과의 관련성여부  
를 분석한 결과를 보면<sup>1)</sup>, 상  
대적으로 소득수준 및 교육  
수준이 낮은 계층에서 공적  
장기요양서비스의 이용의  
향이 더 높게 나타나고 있  
으며, 그 중에서도 시설서

그림 6. 베이비 붐 세대의 건강검진 수진행태(2010년)

(단위: %)



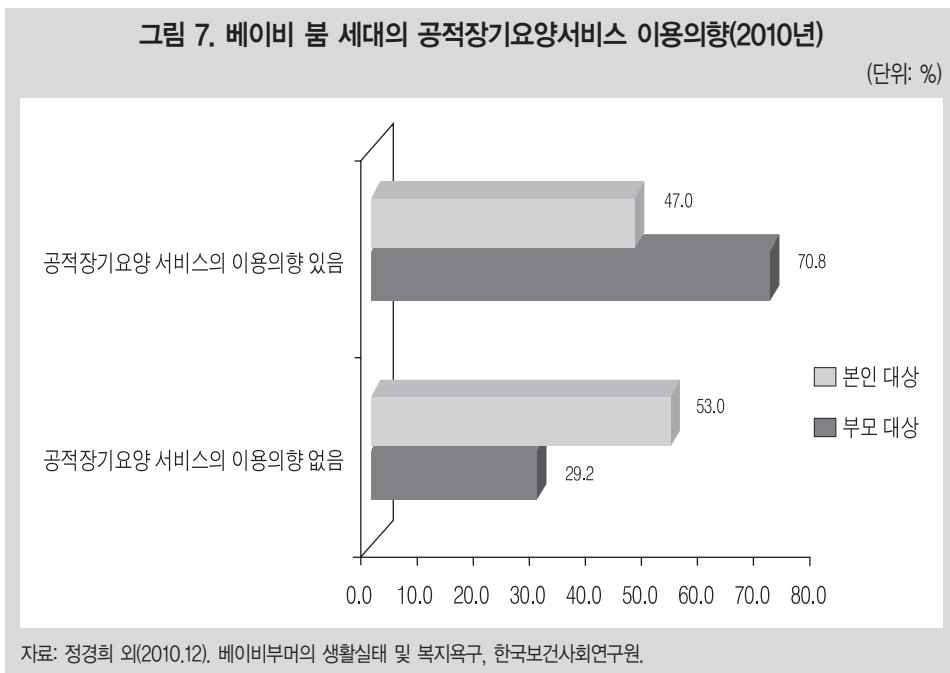
자료: 정경희 외(2010.12). 베이비부머의 생활실태 및 복지욕구, 한국보건사회연구원.

비스의 이용의향이 더 크게 나타나고 있다는 것이다.

### 3. 정책제언 및 결론

우리나라 베이비 붐 세대의 건강수준은 그 이전 세대에 비하면 대체적으로 양호한 것으로 보여진다. 이는 베이비 붐 세대들의 건강의식이나 건강실천행위측면에서 양호하기 때문인 것으로 볼 수 있겠지만, 한편에서는 각종 보건의료 제도가 베이비 붐 세대의 성장과 함께 적시에 도입되고, 그로 인한 혜택을 직접적으로 받았기 때문으로도 풀이할 수 있다.

여기에서 베이비 붐 세대의 건강향상에 직접적으로 영향을 줄 수 있었을 것으로 판단되는 보건의료제도를 제시하면, 1977년도의 의료보험제도의 도입을 들 수 있다. 이는 베이비 붐 세대의 학령기에 도입된 것으로 이른 시기에 보다 저렴한 비용으로 질병이나 상해를 치료할 수 있는 계기가 되었고, 그 이후 지속적으로 의료보험제도가 확대되고 발전됨에 따라 의료기술자체도 향상됨으로써 건강증진에 큰 도움을 주었을 것이다. 또한, 1995년도에 제정된 국민건강증진법은 베이비 붐 세대가 40대의 중년기에 접어드는 시기이면서 성인병이 늘어나기 시작하는 시기에 도입됨으로써 건강증진에 대한 의식이 늘어나게 하는데 크게 영향을 주었을 것이



1) 선우덕 외(2010.12). 신노년층(베이비붐세대)의 건강실태 및 장기요양이용욕구 분석과 정책과제, 한국보건사회연구원.

다. 그 이외에도 각종 의료제도의 개선이나 공중위생의 개선 등도 1990년대 이후 크게 이루어져 베이비 붐 세대의 건강수준을 제고하는데 일조를 했다는 것이다.

그렇지만, 1990년대말 우리나라에 불어닥친 외환위기는 경제사회의 구조조정을 일으켰고, 베이비 붐 세대 이전의 기존세대들의 조기· 명예퇴직 등으로 산업현장에서 물러나면서 그 업무를 베이비 붐 세대가 떠안게 됨으로써 업무의 과중과 함께 점차적으로 노동시장으로부터의 퇴직을 권고받는 계층이 되어가고 있는 현실이다. 이와 같은 근로현장을 반영하고 있듯이 베이비 붐 세대에는 상대적으로 업무스트레스 등으로 인한 정신과질환이나 중독·과로 등의 각종 사고사가 높은 것도 특징적이라 할 수 있다.

한편, 베이비 붐 세대는 건강증진활동에도 적극적인 것으로 나타나고 있지만, 자못 우려스러운 점이 있기도 하다. 즉, 흡연율은 그 이전 세대에 비해서 낮아졌지만, 음주율은 여전히 높은 것으로 추정되고 있으며, 운동이나 식품섭취행태는 오히려 높은 수준에 머물러 있는 것으로 추정되어, 업무상의 스트레스 등, 정신심리적인 문제를 음주 또는 운동을 통해서 해결하려고 하는 것으로 보여진다. 또한, 그러한 건강증진의 식은 본인당사자의 노후에 발생할 수 있는 장기요양상태에 대한 의식까지 영향을 주고 있는 것으로 생각해 볼 수 있다. 다시 말하면, 적극적으로 양호한 건강증진활동은 고혈압, 당뇨병 등 순환기계질환이라는 생활습관병의 발병을 사전적으로 제어하고, 뇌졸중이나 고혈압과 같은 생활습관병에 의한 장기요양상태의 발생을 예방 또는 지연시키게 하는데 도움을 주고 있다는

것이다.

이상과 같은 현상을 감안하여 정책제언을 정리하면 다음과 같다. 첫째, 중·장년계층 대상의 특별 건강증진프로그램 개발 및 보급이 요구된다. 베이비 붐 세대가 음주율이 높고, 운동 실천율도 높다는 점은 결국 비용 효과적이지 못한 건강증진행태를 보이고 있는 것이다. 따라서, 직장내에서의 사전적인 업무스트레스 예방프로그램의 개발이 필요하고, 사후적으로는 음주보다는 운동 등, 스포츠활동이나 문화강좌의 수강을 통한 스트레스해소를 위해서 지역내 스포츠클럽 및 문화강좌의 수강비용을 바우처 방식으로 지원할 수 있는 방안을 개발, 활성화 시킬 필요가 있다. 둘째, 중장년계층 대상의 고혈압·당뇨병·관절염 등 생활습관병의 조기 예방 및 관리체계의 구축이 요구된다. 베이비 붐 세대인 중장년계층의 고혈압이나 당뇨병의 유병률이 최근 유난히 높게 나타나고 있어 현행보다도 만성질환관리의 강화가 필요할 것으로 보인다. 이를 위해서는 건강검진시 고혈압의 전단계에서부터 적극적으로 자가관리할 수 있도록 유도하는 보건교육을 강화시킬 수 있도록 하고, 운동이나 생활습관의 개선을 통해서 관리할 수 있도록 하는 건강관리바우처를 개발, 보급할 필요가 있다. 이는 베이비 붐 세대의 은퇴가 시작되고 있는 시점에서 볼 때, 보건소 중심의 관리방식에서 벗어나, 민간의료기관까지 내포한 지역사회중심의 만성질환예방관리형 건강바우처의 개발이 요구된다고 하겠다. 특히, 주요 만성질환의 관리 소홀은 일상생활 기능의 장애발생과 깊은 관련성이 있고, 장기요양비용의 증가에도 이어지기 때문에 현행과



같은 질환이환율의 현상은 반드시 억제시킬 필요가 있다. 셋째, 장기요양비용증가의 억제를 위한 체계의 구축이 요구된다. 다시 말하면, 베이비 붐 세대인 중장년계층의 장기요양욕구를 분석해 본 결과, 재가서비스보다는 시설서비스를 선호하고, 그러한 시설서비스는 소득수준 등 경제적 지위가 낮은 계층에서 보다 높다는 점은 재가에서의 방문진료나 요양서비스가 충실하지 못하기 때문인 것으로 보여지므로 장기요양비의 적정유지를 위해서는 지금부터라도 시설중심의 서비스지원체계에서 가족·지역사회를 중심으로 한 재가·지역사회케어서비스 체계의 구축이 요구된다. 마지막으로, 베이비 붐 세대의 건강상태를 추적, 관리할 수 있는 코호트연구의 개발이 요구된다. 이를 통해서 주

기적으로 노인의료비 및 장기요양비의 장래추계를 수행할 수 있는 연구가 필요하며, 그 결과를 건강보험재정 및 노인장기요양보험재정의 안정적 유지전략을 수립하는데 활용할 수 있는 체제의 구축이 요구된다.

결론적으로 베이비 붐 세대는 다른 연령계층보다도 규모면에서 월등하게 크기 때문에 이들 계층의 건강수준이 좋지 못한 경우에는 노인의료비 등, 우리나라 전체의 국민의료비지출 측면이나, 더 나아가 장기요양비용지출 측면에서도 감당하지 못할 만큼 커질 수 있다는 점을 염두에 두고, 지금부터 양호한 측면은 제고시키고, 불량한 측면은 적극적으로 제어시켜 나갈 수 있는 체제구축이 요구된다고 하겠다. 본문  
복지