

심포지움 초록

1

노인의 건강과 영양섭취 실태에 영향을 미치는 사회 경제적 요인 분석

김 숙 회

이화여자대학교 식품영양학과

흔히 인간은 출생 직후부터 노화가 시작된다고 말한다. 그러나 이는 포괄적인 의미에서 인간을 포함한 모든 생물이 죽음의 끝을 향해서 변화해가는 과정을 노화라고 말한 것에 불과하다. 이러한 전 과정을 우리는 일생이라고 하며 흔히 성장, 성숙 또는 유지, 노화의 세 단계로 나눈다. 이러한 견지에서 노화를 생각한다면 노화의 현상은 초기 성장 단계로부터 연계되었고, 노화이전단계의 결과가 노화라고 생각해 볼 수 있다. 인간을 포함한 모든 생물의 일생은 그 나름대로 특징을 가지고 있다. 그러나 여기서는 인간, 특히 한국인에 연구의 초점을 맞추기로 한다.

일생을 이루고 있는 위의 세 단계의 기간이 같지는 않다. 인간이 정상 사망을 한다고 할 때에 125년의 기간을 생존한다고 한다. 그러면 이 125년의 기간동안 평균 25년을 성장의 기간이라고 하고, 또 다음의 25년을 성숙내지 유지의 기간이라고 하며, 그 나머지 생이 끝나는 기간까지 노화기간이라고 한다. 이렇게 논리를 세워보면 인간은 25년 성장해서 25년 활동하고 75년을 즐기는 인생이라고 할 수 있다. 현재 인간의 수명은 점점 연장되어서 평균수명이 80세를 훨씬 웃돌고 있는 장수국이 있는가 하면, 평균 수명이 40세를 전후하는 국민도 세계에 공존하고 있는 실정이다. 우리나라 국민의 평균수명은 1920년대에는 남녀 모두 20대에 불과 하던 것이 1998년 자료에 의하면 남자가 67세이고 여자가 76세로써 남녀의 평균수명이 9년의 차이를 나타내고 있다.

우리나라에서는 통념적으로 65세 이후의 인구를 노인이라고 한다. 대체적으로 65세를 기점으로 자신의 주 업에서 은퇴를 하게 된다. 노인이라고 지칭되는 세대는 육체적 활동이 감소된 상태일 뿐 아니라 사회참여가 약화되거나 감소됨으로 심리적으로 위축이 될 수 있는 상황에 처해 있는 인구들에 해당된다고 볼 수 있다. 물론 이러한 현상이 누구에게나 65세 이후 오는 것은 아니고 개인이 처한 다양한 사회물리적 상황에 따라 차이가 크다고 본다. 그러므로, 노인을 단순히 연령적인 측면에서 규정짓기 보다는 생물학적, 심리학적, 사회학적인 측면을 모두 망라한 문화적인 측면에서 생각해 볼 수 있어야 한다.

건강의 개념을 다음의 두 가지로 나누어 볼 수 있다. 즉, 질병 기간과 질병에서 자유로운 기간과의 차이에서 얻어질 수 있는, 소위 기본적인 일차적 건강과 자기가 계획하고 실천하는 생활 가운데에서 얼마나 만족을 하고 사느냐로 결정되는 이차적 건강이 있다. 이 두 가지 차원의 건강은 서로 연관되어 상호 영향을 지대하게 미친다고 여겨진다.

첫째, 일차적 건강 유지에 밀접하게 관련이 되는 질병의 양상도 사회, 경제, 문화 전반의 변화에 따라서 변화하고 있음은 이미 증명된 사실이다. 1920년경의 우리나라의 제1의 사망원인되는 질병은 전염병이었지만 1999년 현재로써는 악성 신생물인 암이 제 1 사망원인으로 되어 있다. 시대적 변화로 인하여 전염병 이환율은 과거의 사회에 비해서 상당히 낮아진 반면, 퇴행성질병으로 인한 인간의 고통이 증대되었는데, 이의 원인을 영양적 불균형, 일상 생활양식의 변화, 그리고 일상생활에서 받는 스트레스에 두고 있다. 영양적 불균형은 주로 육류섭취의 증가로 인한 동물성 지방의 섭취 증가와 곡류를 포함한 식물성 식품의 섭취 비율 감소를 지적하고 있고, 일상생활의 변화는 활동량의 감소를 제일의 변화로 지적한다. 생활환경이 자동화 되기 시작하면서 인간의 육체 노동의 양이 감소되었고, 남과의 경쟁에서 자기 자리를 지키기 위해 받는 스트레스는 음주 또는 흡연율을 높여 건강에 해를 보는 결과를 초래하고 있다.

둘째로 이차 건강의 획득은 자기의 일상생활을 얼마나 만족스럽게 조정할 수 있느냐에 달려있다. 경제수준, 교육수준, 가족의 형태와 같은 근본적인 안정을 획득하는데 영향을 미치는 인자들과 생의 보람이나 정신적인 안정을 얻는데에 도움이 되는 사회단체에의 참여, 자기의 일 또는 직업의 유무, 종교문제, 등등 다양한 요인들이 다각도로 인간의 주관적 건강 상태나 생활 만족 정도에 복합적으로 작용할 것으로 사료된다. 이처럼 생을 바라다 보는 시각에 따라서 인간의 건강에 관련된 요인이 달라질 것으로 생각한다.

본 논문의 목적은 연령이 60-65세 이상의 노인을 대상으로 노인의 노화에 영향을 미치는 요인들에 대해 분석하고자 한다. 건강상태가 좋으면 수명이 길어지고 건강상태가 불량하면 수명이 짧아진다는 가설하에 노인의 건강 상태에 영향을 미치는 여러 가지 사회경제적 요인들이 노인의 건강 유지나 증진에 어떻게 관련이 되며, 이로 인해 진행된 노화의 정도를 양적인 개념으로 측정하고자 하는 것을 목적으로 하고 있다.

최근 국내외 문헌에 나타나 있는 통계 자료와 연구 논문을 중심으로 “노인의 건강과 영양섭취 실태에 영향을 미치는 사회 경제적 요인 분석”을 위하여 다음과 같은 순서로 논문을 진행시키고자 한다.

1. 한국 노인의 인구통계학적 특성
2. 사회경제적 요인이 건강 상태와 질병에 미치는 영향 (한국 문헌을 중심으로)
 - 1) 노인의 경제 상태와 건강 상태와의 관련성
 - 2) 교육 수준과 직업 등 사회 계층 요인과 건강 상태와의 관련성
 - 3) 가족 형태, 가족 결속도와 건강 상태와의 관련성
 - 4) 생활 양식과 건강 상태와의 관련성
3. 외국 문헌을 중심으로 사회경제적 요인이 건강과 질병에 미치는 영향
4. 사회경제적 요인에 따르는 영양섭취 실태
5. 결론 및 제언