

택배기사의 건강문제

- 택배기사의 건강장해와 예방방안 -

- ◆ 2월 택배기사의 업무활동시간과 건강장해
- ◆ 3월 택배기사의 건강문제
- ◆ 4월 택배기사의 건강장해 예방대책



백희정

중앙대학교
간호학과 교수

들어가며

물류산업의 발전으로 인한 물류량의 증가는 택배종사자의 업무환경에 대한 사회적 관심의 시발점이 되었고, 2020년 이전부터 택배기사를 포함한 택배종사자 업무와 관련된 다양한 문제가 대두되었다. 자동화설비가 도입되었는데도 불구하고 분류작업 강도의 심화, 분류작업 시간의 지연과 이로 인한 업무시간의 연장이 택배기사의 장시간 근로와 과로사의 원인으로 집중되었다. 물론 근본적인 원인은 낮은 택배수수료, 당일 배송의 압박감 등이 있으나 표면상으로 드러나는 문제는 분류작업과 관련된 것이었다.



전용일

성균관대학교
경제학과 교수

코로나19의 대유행은 택배산업의 발전이 가속되는 계기가 되었고, 필수노동자로서 택배기사의 노동조건 개선이 강조되던 차에, 2020년 한 해 택배기사 16명의 연이은 사망으로 택배기사의 노동환경과 과로사가 사회적 문제로 대두되었다. 택배기사의 산재사고 및 질병 신청 건수의 증가와 높은 승인율, 과로사 산재 신청과 승인 결과는 택배기사의 노동환경의 유해성에 대한 방증이기도 하다.

지난 호에서는 택배기사의 장시간 노동으로 인한 건강장해를 업무활동시간 분석을 통

해 살펴보았다. 이번 호에서는 설문조사를 통해 장시간 노동을 하는 택배기사의 건강행태와 만성질환 및 정신건강과 관련된 건강문제를 파악한 결과를 소개하고자 한다.¹⁾ 설문조사에 응답한 택배기사의 특성은 95%는 남성이고 80%는 30대 후반부터 50대 초반이다. 택배경력은 5년 이상 종사 비율이 65%이며 10년 이상 종사자가 41%로 가장 많다. 건강보험 가입률 82%, 산재보험 가입률 39%, 실손보험 가입률은 80%이다.

택배기사의 건강행태

택배기사의 건강행태는 흡연, 음주, 운동, 건강검진 수진, 미충족 의료요구, 아침 결식, 수면 및 주관적 건강 인지율에 대해 조사하였다.

택배기사의 현재 흡연율은 67%로 우리나라 성인 남성의 흡연율²⁾에 비해 2배 정도 높으며, 흡연량은 하루 한 갑(20개비) 이상이 51%로 상당히 많다. 월간음주율은 75%로 성인 남성의 월간음주율보다 높고 30~50대 남성의 음주율³⁾과 유사하다.

운동을 전혀 안하는 비율이 53%이고 자주 또는 매일 운동하는 비율은 8%에 불과하여 운동 실천율이 매우 낮다. 운동 미실천 이유는 시간부족(58%)과 택배일이 격렬한 신체운동이라 운동이 필요 없다는 생각(30%)이 대부분이다.

건강검진 수진율은 61%로 30~50대 성인 남성의 건강검진 수진율인 74.7%에 비해 낮다. 병·의원 진료가 필요했으나 진료를 받지 못한 미충족 의료요구 비율이 43%이며, 미수진 이유는 93%가 시간부족이다.

아침 결식률은 54%로 성인 남성의 결식률⁴⁾에 비해 높으며, 식사 시간이 일정한 비율은 13%에 불과하여 대부분 불규칙적 식습관을 가지고 있다. 수면시간은 평균 6.2시간이지만 응답자의 1/4 정도는 수면시간이 6시간 미만이고, 수면시간이 불충분하다고 느끼는 비율이 70%이다.

자신의 건강이 좋다고 생각하는 주관적 건강 인지율은 22%로, 30세 이상 성인 남성의 주관적 건강 인지율⁵⁾에 비해 낮다. 주관적 건강 인지율은 삶의 질을 나타내는 지표이므로 택배기사는 삶의 질에 대한 인식이 낮음을 알 수 있다.

택배기사의 질병이환

택배기사의 질병이환 상태를 파악하기 위해 만성질환 진단과 약물복용, 비만도와 체형인식, 업무와 관련된 질환을 조사하였다. 택배기사의 만성질환 진

주관적 건강
인지율은 삶의 질을
나타내는 지표이므로
택배기사는 삶의 질에
대한 인식이 낮음을
알 수 있다.

1) 2020년 11월 주요 4개 택배 회사(CJ대한통운, 롯데글로벌 로지스, 한진택배, 로젠택배)의 택배기사 642명의 설문조사 결과임(장시간 노동으로 인한 건강장해 및 과로사 예방 방안 연구 보고서 참조).
2) 성인 남성의 현재 흡연율은 36.7%임(2018년 국민건강영양조사 결과).
3) 성인 남성의 월간음주율은 70.5%, 30대~50대 남성의 월간음주율은 74.8%임(2018년 국민건강영양조사 결과).
4) 성인 남성의 아침식사 결식률은 30.6%임(2018년 국민건강영양조사 결과).
5) 성인 남성의 주관적건강 인지율은 33.2%임(2018년 국민건강영양조사 결과).

단율은 27%이며, 이 중 61%가 고혈압과 당뇨를 포함한 심뇌혈관계질환의 선
행질환이 있다. 그러나 만성질환 진단자 중 50%는 치료적인 약물복용을 하고
있지 않다. 업무 후 지쳐서 다른 일을 할 수 없을 정도인 피로도 비율은 82%로
매우 높다.

체질량지수로 파악한 비만도를 보면 비만 전단계 24%, 비만 32%, 저체중
이 2.2%이다. 비만율은 우리나라 30세 이상 성인 남성의 비만율⁶⁾에 비해 낮
으나, 비만 전단계까지 포함하면 비만에 대한 위험이 많다고 볼 수 있다. 자신
의 체형이 비만이라고 인식하는 비율이 28%로 체질량지수로 판단한 비만율에
비해 낮고, 저체중 비율이 2.2%인데 반해 체형을 마른편으로 인식하는 비율이
29%로 상당히 높아, 택배기사의 비만에 대한 인식이 적절하지 않음을 알 수
있다.

지난 1년간 업무와 관련된 건강문제를 파악한 결과, 상지근육통과 하지근육
통 경험 비율이 80% 이상으로 높으며, 요통 경험 비율은 50%이다. 두통과 눈
의 피로 경험은 74%이고, 배송 시 발생하는 땀 등으로 인한 피부문제 경험 비
율이 25%이다. 또한 배송물 분류작업 시 기계 소음 등으로 인한 청력문제 경
험 비율이 15%이다. 따라서 택배기사는 근골격계 및 감각기계질환의 위험이
많은 유해환경에 노출되어 있음을 알 수 있다.

택배기사의 정신건강

택배기사의 직무요구, 직무자율성, 대인관계 갈등, 조직의 지원, 보상의 적
절성을 직무스트레스의 요인으로 보아 각 요인별 스트레스 정도를 조사한 결
과, '업무량 과다로 인한 시간의 압박감', '휴식 부족', '자율성 부족', '업무 수행
에 필요한 교육·훈련에 대한 조직의 지원 부족'과 '보상의 부적절'에 대한 스
트레스 정도가 높다. 그러나 '동료의 지지' 정도가 높아 대인관계 갈등 스트레
스는 낮다.

택배기사는 운송물 배송과정, 특히 인도 시 고객을 응대해야 한다. 이 과정
에서 감정을 숨기고 고객의 무례하고 부당한 요구에도 응대해야 하는 비율이
72%로 높으며, 고객으로부터 언어폭력을 당한 비율이 79%이다. 또한 고객으
로부터 위협과 괴롭힘을 당한 비율이 52%, 차별적인 대우를 경험한 비율이
50%, 구타 등 신체적인 폭행을 경험한 비율도 10%나 된다.

이와 같이 택배기사는 강도 높은 직무스트레스에 노출되어 있으며 감정노동
및 폭력이 있는 정신건강에 유해한 업무환경에 노출되어 있다.

택배기사는
강도 높은
직무스트레스에
노출되어 있으며
감정노동 및 폭력이
있는 정신건강에
유해한 업무환경에
노출되어 있다.

6) 30세 이상 성인 남성의 비
만율은 44.7%임(2018년 국민건
강영양조사 결과).

건강문제를 야기하는 장시간 노동

장시간 노동은 심혈관질환을 발생시키거나 촉발시키는 것으로 알려져 있으며, 장시간 근로자는 급성심근경색과 뇌경색 발병위험이 많다. 한편 과로사는 심근경색, 뇌경색, 뇌출혈 등의 심뇌혈관질환이 원인이므로 장시간 노동은 과로사로 이어질 수 있다. 고용노동부 고시(제2017-117호)에서 과로의 기준은 업무의 양·시간·강도·책임, 휴일·휴가 등의 휴무기간, 정신적 긴장의 정도, 수면시간, 작업환경 등을 종합판단하여 만성과로를 판정하며, 업무시간이 1주 평균 60시간을 초과하는 경우에는 업무와 질병과의 관련성이 강한 것으로 보고 만성과로로 판단한다.

택배기사의 건강문제는 장시간 노동과 직접적인 관계가 있다. 택배기사는 업무의 특성상 주 6일 연속근무를 하며 평수기, 평일 기준으로 업무시간이 일일 12시간 이상이다. 즉, 업무시간이 1주 70시간 이상으로 만성과로의 기준을 초과하는 노동을 한다.

이에 더해 택배기사는 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증, 비만 등과 같은 심뇌혈관질환 선형질환의 이환율이 높고, 높은 흡연율, 불규칙한 식이습관, 낮은 운동실천율 등 과로사의 원인이 되는 심뇌혈관질환의 위험요인을 모두 갖고 있다. 택배기사는 정해진 물량의 당일 배송에 대한 압박감, 배송물량 조절의 자율성 부족, 분류작업의 지연에 따른 대기시간 발생과 그로 인한 전체 노동시간의 연장에 대한 압박감 등 정신적 스트레스가 높다. 운송물 인도 장소의 냉·난방시설 설치가 어려운 열악한 환경, 소음, 물건을 들고 계단을 수없이 오르고 내려야 하는 업무환경으로 인해 근골격계질환을 비롯한 감각기계질환 발생의 위험이 많다. 배송 중 운전과 주차를 수없이 반복하며 운전 중 문자를 전송해야 하므로 사고의 위험성 또한 높다.

특수형태근로종사자인 택배기사는 사업주의 의무적인 건강진단 대상에서 제외되어 있어 건강검진 수검에 대한 강제성이 없고 주기적인 안전보건교육 대상도 아니다. 택배기사의 건강보호를 위해서는 정부와 택배회사 차원에서 법과 제도의 개선이 필요하며, 택배기사 개인적인 차원에서도 건강증진을 위한 적절한 방안이 마련되어야 할 것이다. 🍷

택배기사의
건강문제는 장시간
노동과 직접적인
관계가 있다. 평일
기준으로 업무시간이
일일 12시간 이상이다.

