

건강에 영향을 미치는 요인과 건강수명 연장을 위한 정책 방향

정수진 연구원

요약

인류의 건강상태는 과거에 비해 크게 개선되었으나, 건강하지 않은 삶을 영위하는 기간 또한 길어졌는데, 맥킨지 보건연구소(MHI)는 향후 10년 동안 인류의 삶의 질을 증가시킬 수 있을 것으로 예상함. 현대의 건강을 신체적·정신적·사회적·영적 건강 차원으로 이해할 수 있으며, 건강에 영향을 미치는 요인은 개인적 행동 및 속성·환경적 속성·공적 개입이 있음. 인류의 삶의 질을 높이기 위해서는 자본 투자·건강데이터 수집·협업 등 전 세계 사회의 전반적인 사고방식과 행동의 변화가 필요함

- 인류의 건강상태는 과거에 비해 크게 개선되었으나, 건강하지 않은 삶을 영위하는 기간 또한 길어졌는데, 맥킨지 보건연구소(이하 'MHI')는 향후 10년 동안 인류의 삶의 질을 증가시킬 수 있을 것이라 예상함
 - 1800년부터 2017년 사이에 전 세계 평균 수명은 30세에서 73세로 두 배 이상 증가하였으나, 건강하지 않은 상태에서 보내는 삶의 비중은 시간이 지나도 줄어들지 않고 있음¹⁾
 - 평균적으로 사람들은 인생의 약 50%를 건강이 좋지 않은 상태에서 보내며, 이 비율은 지난 50년 동안 크게 변하지 않음²⁾
 - MHI는 평균 삶의 질 향상, 건강한 삶의 비율 증가, 기대 수명 연장 등을 통해 향후 10년 동안 인류가 1인당 평균 6년의 삶의 질을 증가시킬 수 있을 것으로 예상함³⁾
 - 최근 10년 동안 많은 국가에서 건강 기대수명이 크게 향상되었으며, 기존의 지식을 광범위하게 적용하면 2040년까지 현재 전 세계 질병의 약 40%를 없앨 수 있다는 연구⁴⁾가 있음
 - 전 세계는 여러 백신과 수많은 치료법 및 치료 프로토콜을 개발해왔으며, 팬데믹의 경험에서 사람들은 손 씻기, 자가진단 등 확실한 조치가 가능하다면 본인의 행동을 빠르게 변화시킬 수 있다는 사실이 증명됨
- MHI는 건강을 신체적·정신적·사회적·영적 건강의 4가지 차원으로 이해할 것을 제안함⁵⁾
 - 신체적 건강은 개인이 큰 불편함 없이 신체적 업무와 활동을 능숙하게 수행할 수 있는 정도를 말하고, 정신적 건강은 개인의 인지적·행동적·정서적 상태를 말함

1) McKinsey Health Institute(2022), "Adding years to life and life to years"

2) McKinsey Health Institute(2022), "The secret to great health? Escaping the healthcare matrix"

3) McKinsey Health Institute(2022), "Adding years to life and life to years"

4) McKinsey Health Institute(2020), "Prioritizing health: A prescription for prosperity"

5) McKinsey Health Institute(2022), "Adding years to life and life to years"

- 정신적으로 건강한 개인은 긍정적이고 현실적인 자아를 유지하면서 일상적인 스트레스와 부정적인 사건에 대처할 수 있는 회복탄력성을 가짐

• 사회적 건강은 다른 사람들과 의미 있는 관계를 형성하고 사회적 지원을 받거나 제공할 수 있는 개인의 능력을 말하며, 영적 건강은 사람들이 자신의 삶에 의미를 통합할 수 있게 해주는 정체성 또는 목적의식 등을 말함

○ 건강에 영향을 미치는 요인은 개인적 행동·개인적 속성·환경적 속성·공적 개입이 있음⁶⁾

• 개인적 행동은 수면·식단·운동·치료요법 준수와 같은 개인의 행동을 말하고, 개인적 속성은 유전·교육·인간관계 등 일반적으로 단기간에 변화하기 어려운 개인의 특성을 말함

• 환경적 속성은 정치 및 경제 시스템, 데이터 및 기술, 기후변화 등 개인의 주변을 둘러싼 환경적 요인을 말하며, 공적 개입은 수술 및 의약품이나 교육, 세금 혜택 등 정책 및 의료 복지 등에 대한 국가 및 전 세계적인 개입을 말함

- MHI의 연구에 따르면 기존에 알려져 있는 공적 개입을 전 세계에 광범위하게 확장한다면 전 세계 인구의 건강 개선을 통해 현재의 2~4배의 경제적 이익을 창출할 수 있음⁷⁾

○ 인류의 삶의 질을 높이기 위해서는 자본 투자, 건강 관련 글로벌 표준 개선 및 데이터 수집, 협업 등 사회 전반적인 사고방식과 행동의 변화가 필요함⁸⁾

• 개인·정부·민간기관은 GDP 대비 더 많은 재정 및 인적 자본을 예방과 최적의 건강 증진에 더 많이, 더 균형 있게 투자해야 함

- 전통적인 의료 분야뿐만 아니라 교육, 영양, 농업, 소비재, 금융, 기술 등 건강을 개선할 수 있는 잠재력을 가진 다른 분야에 대한 투자가 필요함

• 4가지 차원의 건강을 이해하기 위해서는 글로벌 표준과 시스템을 개선하고 비교가능한 데이터를 수집하고, 데이터의 투명성을 높여야 함⁹⁾

- 일관되고 체계적으로 수집되어 제공되고 있는 건강 데이터는 5% 미만으로 추정되며, 비교가능하고 투명성을 갖춘 건강 및 장애 데이터를 가진 국가는 188개국 중 63개국에 불과함

- 전 세계 건강 및 장애 데이터의 질을 높이기 위해서는 데이터를 세분화하여 등록하고, 시를 활용하여 비정형 데이터 처리, 데이터 표준화, 머신러닝 분석 등을 통한 건강 데이터의 수집 및 분석을 개선하는 방안이 있음

• 생명과학 산업뿐만 아니라 직·간접적으로 관련된 모든 산업에서 기초 연구 및 협업을 통한 혁신이 필요함

- S&P500 기업 중 헬스케어 산업에 속하지 않는 기업의 40~45%가 개인의 건강에 직접적으로 영향을 미치는 제품이나 서비스를 제공하는 것으로 추정됨(소비재, 농업 및 식품, 기술, 보험, 모바일, 여행, 자동차 등)

6) McKinsey Health Institute(2022), "Adding years to life and life to years"

7) McKinsey Health Institute(2020), "Prioritizing health: A prescription for prosperity"

8) McKinsey Health Institute(2022), "Adding years to life and life to years"

9) McKinsey Health Institute(2023), "The missing billion: lack of disability data impedes healthcare equity"