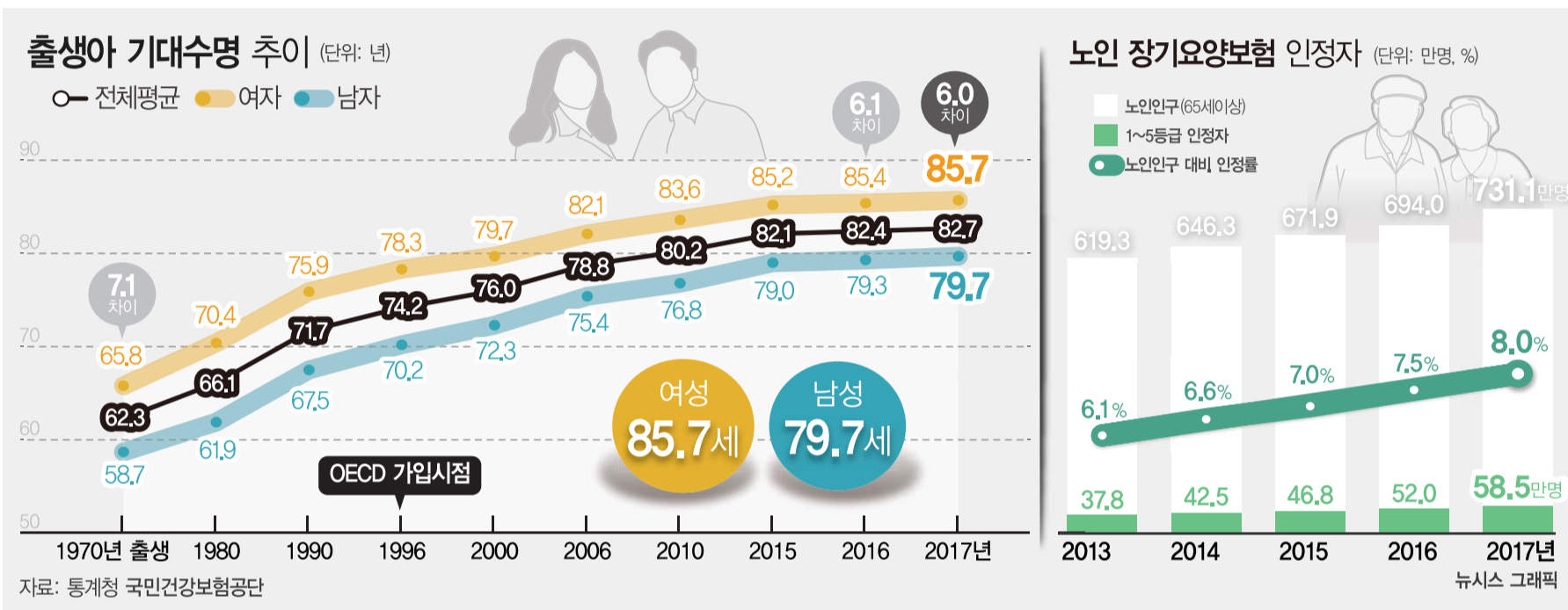


노인이 노인을 돌보는 '유병장수 시대' 도래 무병장수 꿈의 키, '디지털 헬스케어'

<key>

100세 시대는 축복일까 아니면 재앙일까. 이를 판가름 하는 것은 '건강'이다. 건강한 노인은 가족의 안식처가 되고, 경제활동을 통해 자신의 노후를 즐기며, 사회에도 기여한다. 반면 건강하지 않은 수명 연장은, 개인과 가족은 물론 사회에 큰 부담을 준다. 현재 신체 기능이 떨어진 노인들의 10명 중 9명(89.4%)은 가족의 도움을 받고 있다. 65세 이상 고령자의 연간 총 진료비는 28조원, 전 국민 진료비의 40%에 육박한다. 늙음을 재앙으로 만들지 않으려면, 기대수명보다 건강수명을 높이기 위한 국가적인 노력이 필요하다. 이미 선진국들은 의료의 중심을 사후 치료에서 사전 예방으로 옮기고, 스마트헬스케어 기술을 활용해 난치병, 돌연사, 만성질환을 줄여가고 있다. 메트로미디어는 100세 시대를 맞은 대한민국에 새로운 건강 관리 패러다임을 제시하고자 한다. 이 기획 시리즈는 한국인터넷신문협회, 한국의학연구소(KMI)와 함께 진행하는 '국민건강 증진 공공 캠페인'의 일환으로 제작된다.



100세 시대 건강 패러다임 바뀐다

1 헬스케어 이대로 좋은가

올해 환갑이 되는 이순남씨는 가사도우미로 일한다. 이른 아침부터 세 집을 돌며 청소를 하고, 저녁에 집에 돌아가면 87세 노모를 돌본다. 이 씨의 친정 엄마는 6년 전 뇌졸중으로 쓰러진 후 거동을 하지 못한다. 이젠 딸도 알아보지 못하는 상태다. 노모를 보고 있으면 이 씨는 만감이 교차한다. 2017년 60세가 된 여성은 앞으로 평균 27.4년을 더 살 것이라는 통계청 발표가 나왔다. 노모의 모습이 미래 자신의 모습이라고 생각하면 머리가 아찔하다. 그는 "딸에게 같은 고통을 물려주고 싶지 않다"고 했다.

대한민국이 빠르게 늙고 있다. 지난 2017년 100세 이상 장수노인은 전국 3908명으로 최대치를 기록했다. 전년 대비 422명(12%) 늘었고, 100세 이상 인구를 공식적 집계하기 시작한 1990년(459명)보다 8.5배 늘어났다. 오는 2026년 대한민국은 65세 이상 인구가 전체 20% 이상을 차지하는 초고령사회로 진입할 것으로 예상된다. 불과 7년 후다. 갑작스럽게 시작된 100세 시대, 우리 사회는 노인 진료비 증가와 노인 돌봄 문제, 고독사 등 새로운 문제들에 직면해 있다.

◆건강관리, 치료에서 예방으로

1일 통계청에 따르면 한국인 기대수명은 OECD평균보다 여자는 2.4년, 남자는 1.7년 더 높다. 지난 2017년 태어난 여아는 평균 85.7세 까지 살 것으로 예상된다. 10명 중 8명은 80세 까지 생존이 가능해졌다. 2017년 60세 남자는 향후 22.8년, 여자는 27.4년 더 산다.

반면, 한국인의 건강수명은 64.9세에 그친다. 2년 전보다 오히려 0.3년 줄어들면서 기대수명과 격차는 더욱 벌어졌다. 건강

<65세 이상 노인 진료비>

구분	2010년	2011년	2012년	2013년	2014년	2015년	2016년	2017년
전체인구(천명)	48,907	49,299	49,662	49,999	50,316	50,490	50,763	50,941
65세 이상 인구(천명, 비율, %)	4,979(10.2)	5,184(10.5)	5,468(11.0)	5,740(11.5)	6,005(11.9)	6,223(12.3)	6,445(12.7)	6,806(13.4)
65세 이상 진료비(억원, 증가율, %)	141,350(13.8)	153,893(8.9)	164,494(6.9)	180,852(9.9)	199,687(10.4)	222,361(11.4)	252,692(13.6)	283,247(12.1)
노인 1인당 연평균 진료비(천원)	2,839	2,968	3,076	3,219	3,394	3,620	3,983	4,255
전체 1인당 연평균 진료비(천원)	895	941	967	1,022	1,085	1,149	1,275	1,391

주: 1) 수진기준. 2) 전체인구와 65세 이상 인구는 연도말 기준. *산출기준: 노인 1인당 연평균 진료비=진료비/연도말 적용인구.

2026년 인구 20% 65세 이상... 노인돌봄·고독사 등 이슈 '산적'
노인 1인당 진료비 평균 425만원... 전체 국민 진료비 40% 차지
4차산업혁명 활용한 헬스케어로 질병 치료보다 '예방' 우선돼야

은 빨리 잃고, 수명은 길어진다는 것은 누구나 피하고 싶은 '재앙'이나 다름없다.

실제로 보건복지부의 '노인실태조사'에 따르면 국내 65세 이상 노인은 고혈압, 당뇨병과 같은 만성질환을 평균 2.7개 갖고 있는 것으로 나타났다. 노인 인구 10명 중 9명이 만성질환을 앓고 있으며, 2개 이상 한꺼번에 지니고 있는 고령자는 73%에 달한다. 치매 인구도 빠르게 늘고 있다. 65세 고령 인구의 치매 유병률은 내년 10.4%에 이를 전망이다. 노인 10명 중 1명은 치매를 앓는 셈이다.

노인 진료비도 큰 부담이다. 지난 2017년 기준, 건강보험상 65세 이상 고령자의 1인당 진료비는 평균 425만원이다. 총 진료비는 28조3247억원으로 전 국민 진료비의 40%를 차지했다. 전년보다 무려 12%급증한 규모다.

보건의료의 패러다임이 질병의 치료에서 예방으로 바뀌어야 한다는 주장이 나오는 것도 이 때문이다. 만성질환은 한번 걸리면 죽을 때까지 약을 먹어야 한다. 치매도 발병 이후 진행 속도를 늦출 수는 있어도, 이전으로 되돌릴 수는 없다.

새로운 해법으로 떠오르는 것은 '디지털 헬스케어'다.

디지털 헬스케어는 기존 의료기기에 인공지능, 빅데이터, 3차원 프린팅, 가상·증강현실, 사물 인터넷, 로봇 등 4차 산업혁명 기술을 융합하는 것이다. 건강수명 연장을 위해 실시간 개인의 혈압, 체온, 심박수 등의 신체정보를 모니터링하고, 이를 분석해 식습관과 생활습관, 운동 등의 솔루션을 제공하는 개인 맞춤형 헬스케어에 대한 수요도 급증하는 추세다.

◆노인이 노인을 돌보는 사회

노인 돌봄도 새로운 과제로 떠올랐다. 복지부에 따르면, 나이가 들어 신체 기능이 떨어진 노인 10명 중 9명(89.4%)은 가족의 도움을 받고 있다. 그 중 가장 큰 비중을 차지하는 보호자는 역시 고령인 배우자가 대부분이다.

홀로 남은 노인들의 고독사도 심각한 문제다. 지난해 무연고 사망자 중 65세 이상 노인이 41.5% 차지했다. 54세 이상 무연고 사망자수는 2013년 464건에서 지난해 835명으로 최근 5년간 1.8배 이상 늘었다.

노인이 노인을 돌보는 '노노(老老)케어'는 결국 한계가 있다는 지적이 나온다. 함께 건강을 잃고 간병을 대물림 하는

악순환이 벌어질 수 있기 때문이다.

시니어 복지 솔루션 기업, 주식회사 더드림의 최병관 부사장은 "노인 질환과 노인 돌봄의 문제는 가정에서만 소화하기는 어렵고, 지역사회와 국가가 일정 부분을 나눠 담당해야 한다"며 "정부가 치매, 요양 전문인력을 양성하고, 2017년부터 치매 국가 책임제가 시행되고 있는 것도 같은 맥락"이라고 설명했다.

노인 돌봄 서비스 역시 4차산업을 활용한 패러다임 전환이 필요하다는 조언도 이어졌다. 정보통신기술(ICT)을 접목해 고령 1인 가구를 실시간 모니터링하고, 로봇을 활용해 보행, 재활, 식사 등을 돕는 차세대 헬스케어 방식이다.

보건사회연구원 김혜란 연구원은 "이미 고령화가 진행된 일본 유럽에서도 ICT를 접목해 고령 1인 가구에 대해 케어서비스부터 건강관리, 일상생활 지원을 위한 다양한 서비스를 제공하고 있다"며 "4차산업을 접목해 고령 1인 가구에 안전 돌봄서비스뿐 아니라 일상생활 심리, 정서 지원 돌봄을 활성화한다면 고령자의 독립된 생활을 유도해 정부의 재정적 부담을 경감시킬 수 있을 것"이라고 조언했다.

다. /특별취재팀(이세경 기자·안상미 기자·채신화 기자)

/seilee@metroseoul.co.kr

한국인터넷신문협회, 한국의학연구소(KMI)와 함께 진행하는 '국민건강 증진 공공 캠페인'