



## 고령화사회 어떻게 맞을 것인가

# 질병 없는 ‘행복한 장수’ 꿈꾼다

글\_ 정명희 서울대학교 의과대학 교수 mhchung@snu.ac.kr

**날**로 발전하는 의술과 소득증대로 식생활 및 위생 수준이 높아짐에 따라 많은 질병의 치료와 예방이 가능해져 1960년대에는 50세에 불과했던 평균 수명이 2000년대 들어서면서 70세를 훌쩍 넘고 있다. 선진국만이 누리는 것으로 알았던 장수가 우리에게도 다가왔으며, 이는 복지국가가 갖추어야 할 조건의 하

나를 이룩한 위업인 동시에 세계인에게 우리 국민의 저력을 다시 한번 과시한 예라고 할 수 있다. 그러나 이로 인하여 우리는 인구의 고령화라는 새로운 현상을 경험하게 되었다. 인구의 고령화는 선진국이면 반드시 경험하여야 할 사회현상이지만, 삶의 질과 수준을 높여야 하는 복지국가에서 인구의 고령화는 새로운 국가적 문제를 일으키고 있으며, 우리 나라도 예외가 될 수 없는 상황에 와 있다.

### 고령화 문제 극복해야 복지국가 진입

그러면 고령화 사회는 어떤 문제를 가지고 있는가. 첫째는 노인인구에 대한 생산인구의 부양 부담 증가이다. 여기서 노인이란 정년을 맞이하여 경제 활동이 없는 사람을 일컫는다. 우리나라 정년의 나이는 이르게는 55세이고 늦게는 65세이므로 노인의 기준을 60세라고 할 때, 평균수명의 증가로 1950년에 우리나라는 생산인구 12명이 노인 1명을 부양하던 것이 2000년대에는 3명이 노인 1명을 부양하게 되었다. 이는 생산인구에게 더 많은 일자리 창출과 소득 증대를 요구하게 되

서울시, 첫 시립 실비노인요양시설 개관. 서울시 성동구 홍익동 성동보건소 인근 옛 시립동부병원 자리에 개관하는 실비(저가) 치매, 중풍 노인요양시설인 시립 동부 노인전문요양센터



연합포도

며 그렇지 못할 경우 국가경제에 위협이 될 것이다.

둘째는 연금기금의 고갈이다. 최초로 정년과 연금제도를 도입한 사람은 19세기 프러시아 재상인 비스마르크였다고 한다. 그는 정년을 65세로 정하였는데 나름대로 타산에 근거한 것이었다. 당시 독일 남자의 평균 수명이 45세였는데 여기에 20세를 더하여 65세로 하였다. 65세를 넘기는 사람이 극소수여서 이 극소수에게 지불하는 현금은 당시 독일의 국가재정에는 전혀 문제가 되지 않았다고 한다. 그러나 현재 우리 나라 근로자는 거의 모두가 건강하게 정년을 맞이하고 있어서 연금 재정은 점점 더 취약해 지고 있으며, 2010년 이후에 정년을 맞이하는 근로자는 특별한 조치가 없는 한 현재 수준의 연금 혜택이 어려울 것으로 예상되고 있다.

셋째는 각종 성인병 발병률의 증가이다. 수명연장으로 예전에는 매우 희귀하였던 질환이 최근에는 빈번히 발생하는 흔한 질병이 되어 우리의 건강을 위협하고 있다. 30~40년 전 당뇨병과 관상동맥 질환은 우리 나라에서는 아주 드물게 발

생하여 임상실습에서 거의 볼 수 없었고, 교과서를 통해서만 배울 수 있었던 선진 구미 부자들의 질환이었다. 그러나 현재는 우리의 건강을 위협하는 아주 흔한 질병이 되고 말았다. 이외에도 각종 암, 비만, 혈관에 이상을 초래하는 고지혈증 및 동맥경화, 이로 인한 고혈압 및 뇌졸중은 한국인의 사망을 초래하는 주요 질환이 되고 있다. 이 같은 성인병 질환은 의료비 증가의 주요 원인이 되고 있어 개인과 국가에 큰 재정 부담을 주고 있다.

넷째는 지체부자유 및 치매 노인의 증가에 의한 생산인구의 경제 활동 저하를 들 수 있다. 건강한 장수는 본인과 가족에게 축복이 되지만 육체와 정신 기능이 정상에 아닐 경우 누군가의 간호가 필요하다. 건강한 노인들도 경제활동이 허락되지 않기 때문에 인구의 고령화는 생산인구에게 부담을 주고 있는데, 여기에 간호가 필요한 노인이 증가한다면 이는 더욱 경제활동을 위축시키게 된다. 특히 자식이 부모를 직접 모셔야 한다는 유교적 관습에 젖은 우리 나라에서는 사회의 수용 시설에 맡기는 것도 꺼리고 있어 관습과

현실 사이에서 갈등을 겪게 된다. 설상가상으로 마음 놓고 장애 노인을 맡길 만한 수용시설도 현재는 부족한 상태다.

다섯째는 건강한 노인이 할일이 없다는 것이다. 정년이라는 제도로 직장은 떠났지만 이들 정년 퇴임자의 대부분은 건강하기 때문에 기회만 주어진다면 얼마든지 활동을 할 수 있다. 그러나 이들에게 일자리가 주어지지 않고 있다. 소수는 스스로 창업을 시도하기도 하지만 그 역시 결코 쉬운 일이 아니다. 뿐만 아니라 노인이라는 이유로 자원봉사원으로도 환영받지 못하고 있으며, 노인 스스로도 자원봉사에 대한 이해 부족으로 이들의 사회활동 참여 기회는 더욱 줄어들고 있다. 이외에도 재산관리문제, 독신 노인의 결혼 및 성생활 문제, 그리고 자식들의 부양책임 문제 등 여러 가지 문제가 발생하게 된다.

#### 노인의 사회참여 기회 더욱 확대 필요

그러면 인구의 고령화에 따르는 문제를 어떻게 하면 해결할 수 있을까. 이에 대한 해답은 어떻게 오래 사는 것이 바람직한 삶인가를 우리 스스로 정의하고 이를 실



현하는 데 있다. 노화는 성장 발육의 연장으로 신체 각 부위의 기능저하라는 특징을 가지고 일어나는 생물학적 현상이다. 따라서 노화자체는 지극히 정상적인 생리 과정이다. 그런데 개체는 노화됨에 따라 정상적인 활동을 저해하거나 죽음을 초래하는 질병이 수반될 확률이 높아지며, 이들 질병은 삶의 질과 수명에 막대한 영향을 주게 된다. 따라서 장수는 질병 없는 노화를 바탕으로 사회적으로 만족한 삶을 영유할 수 있을 때 그 의미를 갖게 된다. 즉 의학적으로는 질병이 없고, 경제적으로는 안정되고, 사회적으로는 소외되지 않는 원만한 인적 교류가 있고, 또한 가정적으로는 화목을 영유하면서 늙어갈 때 진정한 '행복한 장수'이다.

이 같은 '행복한 장수'는 모든 노인의 꿈이지만 어느 복지국가도 이 꿈을 완벽

하게 실현시킬 수는 없을 것이다. 그 실현 방안에는 의학적 방법과 사회적 방법이 있다. 그러나 아무리 노력한다 하더라도 노화에 따르는 각종 성인병을 수년내에 완치할 수는 없기 때문에 현재로서 의학 적 접근법은 한계를 가지고 있다. 따라서 '행복한 장수'를 위해서는 사회적 접근법이 더 효과적인 것이다.

첫째, 노인에게 더 많은 일자리를 마련 하여야 한다. 현재 정년을 맞이하는 직장 인은 제도적 퇴임일 뿐이지 육체적으로는 얼마든지 노동할 수 있는 건강한 상태에 있다. 우리 주변을 보면 노인에게 어울리는 일을 젊은 사람들이 하고 있는 것을 많이 볼 수 있다. 예를 들면 톨게이트나 주차장 창구업무, 큰 건물에서의 단순 안내 또는 접수 업무, 실내의 단순 미화 업무 등이다. 아마도 노동문제의 쟁점이 되고 있는 비정규직도 노인으로 대체할 수 있을지도 모른다. 일본의 고속도로 톨게이트 창구에서 일하는 노인, 미국의 어느 식당에서 말끔히 차려 입고 손님을 접대하는 노인 웨이터 또는 웨이트리스, 프랑스 박물관에서 대표원으로 일하는 노인 등 해외에서는 노인이 일하는 모습을 흔히 볼 수 있다. 따라서 특정 일자리에 노인 고용을 적극 권장 내지 규정화하여야 할 것이다. 이미 미국대학은 교수에게 정년 퇴임 제도를 없애고 능력껏 일할 수 있게 하고 있다.

둘째, 노인으로 하여금 사회참여의 기회를 넓혀야 한다. 많은 경우 노인은 뜻이 있는 일이라면 소득이 없어도 참여 자체에 큰 의미를 둘 것이다. 우선 노인 스스

능력있는 노인들에게 일자리를 주세요!

서울 관악구청이 고령화 시대를 맞아 일자리 창출을 위해 마련한 '노인 일자리 수업 시연회'에 참가한 고령의 문화전문가들이 전통탈,부채 만들기를 시연하고 있다. 구정측은 문화·예절·자연체험학습·외국어 등에 능한 노인들에게 일자리를 주기 위해 관내 장학사·어린이집 원장·초·중학교 교사 등을 초청했다.



연합포토



로 자원하여 쉽게 할 수 있는 일을 모색토록 한다. 노인들끼리의 마을청소, 등하교도로 교통정리, 초등학교에서의 급식 등 얼마든지 참여할 수 있는 일이 있다. 노인은 항상 대접만 받아야 한다는 경로사상에 젖어 건강한 노인들이 노인정에서 비생산적인 일에 소일함은 지양하여야 한다. 동시에 지자체 또는 지역의 교육기관에서는 노인을 위한 강연 및 영화상영 등 다양한 행사를 열어 노인에게 제공토록 한다. 이 때 정년퇴임 대학교수가 강연에 참여한다면 자신은 사회에 봉사하고 타 노인에게는 교양을 높여 줌으로써 사회참여를 할 수 있을 것이다.

### 지속적 교육 통해 과학적 마인드 주입

셋째, 양로시설 이용을 적극 권장토록 하여야 한다. 선진 산업화와 인구의 고령화는 전통 유교사상에 길들여진 노인부양세대에게 새로운 갈등을 유발시키고 있다. 우리 나라는 자식 중 누구든 부모와 함께 사는 것이 효도의 전제 조건으로 되어 있다. 아무리 훌륭한 시설을 갖춘 양로원으로 부모를 모신다 해도 일단 불경스럽게 생각한다. 그러나 자식과 떨어져 있더라도 양로원 생활에서 행복함을 느낀다면 양로원에 모시는 것이 결코 불효가 아니라는 사회적 공감대를 조성할 필요가 있다. 이제는 효도의 개념과 방법도 바뀌어야 한다. 생산 활동을 원활히 계속하면 서도 효도할 수 있는 새로운 사회적 풍속도를 우리 스스로 만들어야 한다. 이를 위한 기초는 바로 양로시설의 확충 및 그 이용의 보편화인 것이다.



용산 백범기념관에서 열린 2004어르신정보화제전 인터넷과거시험에 참가한 할머니·할아버지들이 열심히 모니터를 바라보며 키보드를 두드리고 있다.

넷째, 대국민 특히 노인층을 대상으로 지속적인 건강·보건 교육을 실시하여 건강에 대한 과학적 마인드를 갖도록 하여야 한다. 과학적 마인드를 갖기 위해서는 서양의학이 아직은 인체의 기능을 모두 알아내지는 못하였지만 서양의학에 근거하여 인체의 기능과 질병의 본질을 이해해야 한다. 즉 운동의 좋은 점, 비만의 위험, 충분한 영양섭취를 위한 식생활, 병이 났을 때 의료기관을 이용하는 방법, 각종 건강식품에 대한 정확한 정보제공 등 각자의 건강 유지에 필요한 기초적 의학지식을 알려주어 객관적이고 과학적으로 생각하고 행동하는 자세를 갖도록 하는 것이다.

유감스럽게도 우리 나라는 의학적으로 검증되지 않은 각종 약제 및 치료방법이

성행되고 있어 건강지킴에 있어 혼란과 경제적 손실을 유발시킬 뿐만 아니라 국민의식의 과학화에도 지장을 주고 있다. 과학적 사고를 바탕으로 한 건강한 마음과 육체는 개인의 행복유지와 국력향상의 기본단위이며 복지국가의 기본요소이기도 하다. 이외에도 '행복한 장수'를 위해서는 연금제도, 의료보험제도 및 각종 보험제도의 개선도 수반되어야 할 것이다. 이제 우리 나라의 고령화 사회는 현실로 다가왔다. '행복한 장수'를 누리기 위해서는 여러 가지 대안을 마련하여 지금 바로 행동으로 옮겨야 할 것이다. ㉮



글쓴이는 한국노화학회 회장과 서울대학교 부총장을 역임했다.