

 보건복지부 질병관리본부		보 도 자 료 12월 13일(수) 석간 (12 13.06시 이후 보도)	
배 포 일	2017. 12. 12. / (총 9매)	담당부서	만성질환관리과
과 장	김 영 택	전 화	043-719-7380
담 당 자	권 윤 형		043-719-7381

겨울엔 빙판길 낙상 주의하세요!

- ◇ 질병관리본부, 겨울철 낙상 예방을 위한 4가지 준수사항 안내
- ◇ 65세 이상 노인, 낙상으로 인한 입원이 증가 (2015년, 인구 10만 명당 1,867명)
 - 다른 계절보다 겨울에 11%p 더 입원하고, 특히 길거리 이동 중 발생이 증가
 - 절반이 2주 넘게 병원 입원, 특히 고관절골절의 경우 평균 25일 이상 입원

□ 질병관리본부(본부장 정은경)는 겨울철을 맞아 어르신들이 미끄러져 넘어지는 낙상*사고 예방을 위해 준수사항과 대처방법을 안내하였다.

* 미끄러지거나 걸려 넘어지는 것으로 심각한 신체의 손상을 동반하고, 심하면 사망에 이르는

- 겨울철 눈이나 얼음으로 인해 길이 미끄러우니 넘어지지 않도록 준수사항을 지키고, 각별히 조심해야 한다.

< 겨울철 빙판길 낙상 예방을 위한 준수사항 >

- ▶ 길을 나서기 전에 물, 눈, 얼음 등을 확인하고, 눈길, 빙판길은 이용하지 않는다.
- ▶ 엘리베이터가 있는 건물이라면, 계단보다는 엘리베이터를 이용하도록 한다.
- ▶ 경사진 도로, 보도블럭이 튀어나온 불규칙한 지면 도로 등은 우회하여 이용한다.
- ▶ 가급적 장갑을 끼도록 하여, 주머니에서 손을 빼고 활동하도록 한다.

- 넘어졌을 경우, ① 일어날 수 있을 때는 먼저 호흡을 가다듬고 다친 곳이 없는지 살펴본 후에 일어나도록 한다. ② 만약 일어날 수 없을 때는 119에 연락하거나 주위에 도움을 요청하도록 한다.
- 길에서 뿐만 아니라 집 안 등에서 넘어지는 것을 예방하기 위해 평소 기본 안전수칙을 지키는 것도 중요하다.

낙상사고 없는 安樂한 노후를 위한 4가지 안전수칙

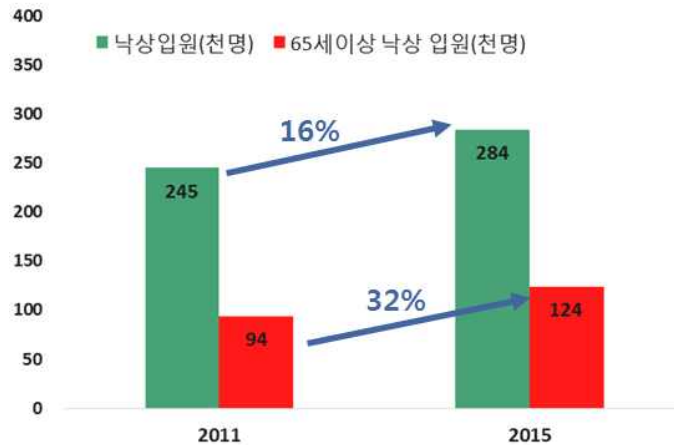
- ▶ 규칙적인 운동을 시작하세요!
- ▶ 시력을 매년 정기적으로 검사하세요!
- ▶ 안전한 가정환경을 만드세요!
- ▶ 드시고 있는 약 중 현기증을 일으키는 약이 있는지 확인하세요!

- 첫째, 규칙적인 운동으로 근육의 힘을 기르고 균형 감각을 키운다.
- 둘째, 매년 시력 검사를 하고, 잘 보이지 않을 때는 시력 조절에 적합한 안경 등을 착용해야 한다.
- 셋째, 화장실이나 주방의 물기 제거, 환한 조명을 설치하는 등 집안 환경을 안전하게 만든다.
- 넷째, 어지러움이나 두통을 유발하는 약을 복용하는지 확인하고, 이러한 약을 복용한다면 일어나거나 걸을 때 더 조심한다.

□ 2011-2015년에 낙상으로 병원에 입원한 환자를 조사*하여 분석한 결과는 다음과 같다.

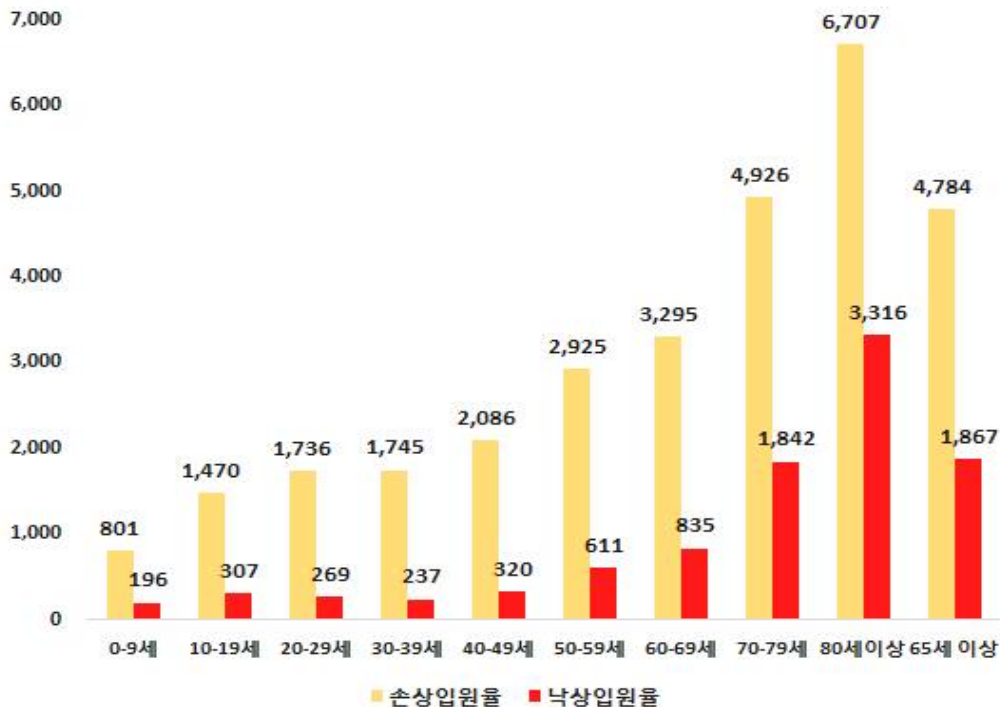
* 매년 100병상 이상 170개 표본병원의 퇴원환자 9%를 표본추출하여 의무기록 조사를 실시하고 있으며, 2005년에 조사를 도입하였고 국가통계로 승인받았음

- 2015년 낙상으로 입원하는 환자는 약 28만4000명으로 2011년에 비해 16% 증가하였고, 특히, 65세 이상 노인에서는 2015년 약 12만4000명으로 2011년에 비해 32% 증가하였다.



< 낙상 입원환자 현황, 2011-2015 >

- 연령이 증가할수록 낙상 입원율(인구 10만 명당)은 증가하였으며, 60~69세 연령군 이후부터는 급격히 증가하여 80세 이상에서는 60대보다 약 4배 많았다.



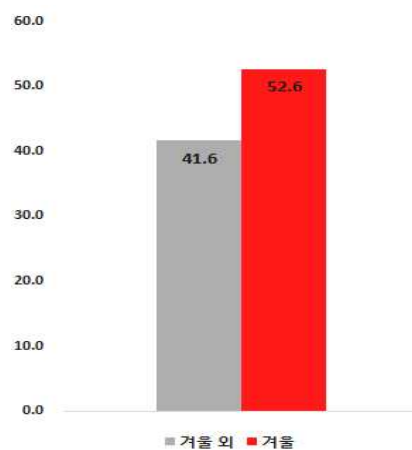
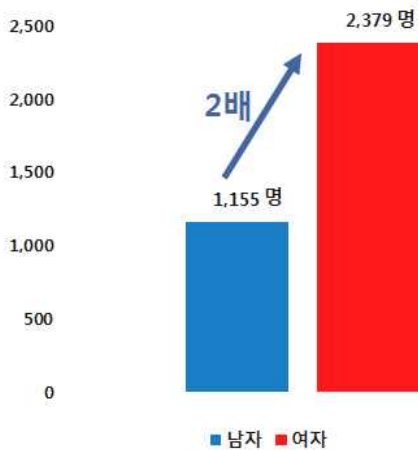
< 연령별 낙상 입원율(인구 10만 명당), 2015 >

○ 65세 이상 노인에서의 낙상 현황은 다음과 같다.

- (성별) 2015년 낙상 입원환자* 중 여자가 74%를 차지하며, 인구 10만 명당 낙상입원율은 여자가 2배 많았다.

* 65세 이상 남자 3만1954명, 여자 9만1741명 입원(2015년)

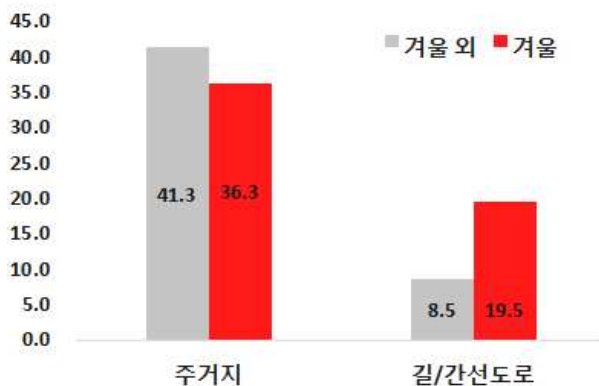
- (계절별) 낙상으로 입원하는 분율이 가장 높은 계절은 겨울이며, 다른 계절에 비해 11%p 높게 나타났다.



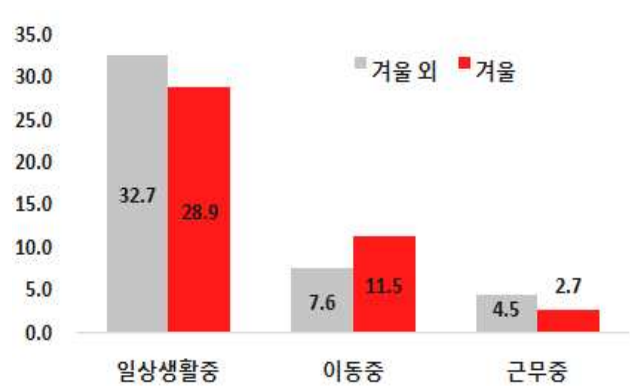
< 65세 이상 성별 낙상입원율 (인구 10만 명당), 2015 >

< 65세 이상 낙상 입원환자의 계절별 현황, 2011-2015 >

- (발생장소 및 활동) 낙상은 계절과 무관하게 '주거지'에서, '일상생활 중'에 가장 많이 발생하지만, 겨울에는 '길·간선도로'에서의 발생과 '이동 중' 발생이 증가하였다.

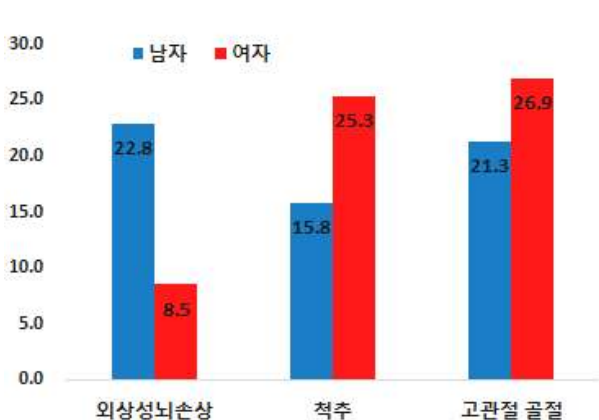


< 65세 이상 낙상 입원환자의 발생장소, 2011-2015 >

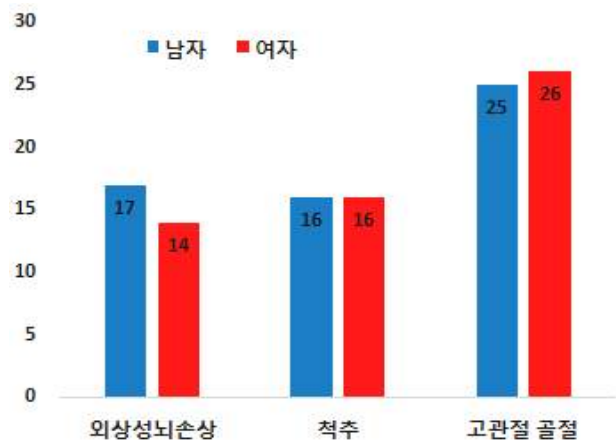


< 65세 이상 낙상 입원환자의 발생 시 활동, 2011-2015 >

- (입원기간) 65세 이상 입원환자 중 절반이 2주 넘게 입원하였다.
* (15일 이상) 48.2%, (8-14일) 21.5%, (4-7일) 16.4%, (2-3일) 8.7%, (1일) 5.3%
- (손상부위) 낙상으로 인한 주요 손상부위는 남자는 외상성뇌손상, 여자는 고관절골절이 가장 많았다. 손상부위에 따른 입원일수는 남녀 모두 고관절골절에서 가장 많았다.
* 외상성뇌손상 : 교통사고, 추락 낙상 등의 충격으로 두개골이 골절되거나 두개골 내부에 손상을 입은 상태
* 척추 손상 : 외부의 물리적 충격에 의해 척추뼈가 납작하게 찌그러지거나, 허리를 삐끗해서 요통이 발생하는 상태
* 고관절골절 : 골반과 다리가 만나는 지점의 관절이 외부의 물리적 충격으로 부러진 상태



< 65세 이상 낙상 입원환자의 주요 손상부위, 2011-2015 >



< 65세 이상 낙상 입원환자의 손상부위별 평균 입원기간, 2011-2015 >

□ 정은경 질병관리본부장은 “넘어져 다치는 경우에 일상생활이 어려워지고 심하면 사망할 수도 있으므로, 집안이나 길에서 넘어지지 않도록 주의하고, 특히 어르신들은 겨울철 외출 시에도 조심하실 것”을 당부하였다.

- <붙임> 1. 노인낙상 예방 포스터
2. 퇴원손상심층조사 개요
3. 손상 및 낙상 입원환자 현황

붙임 1

노인낙상 예방 포스터



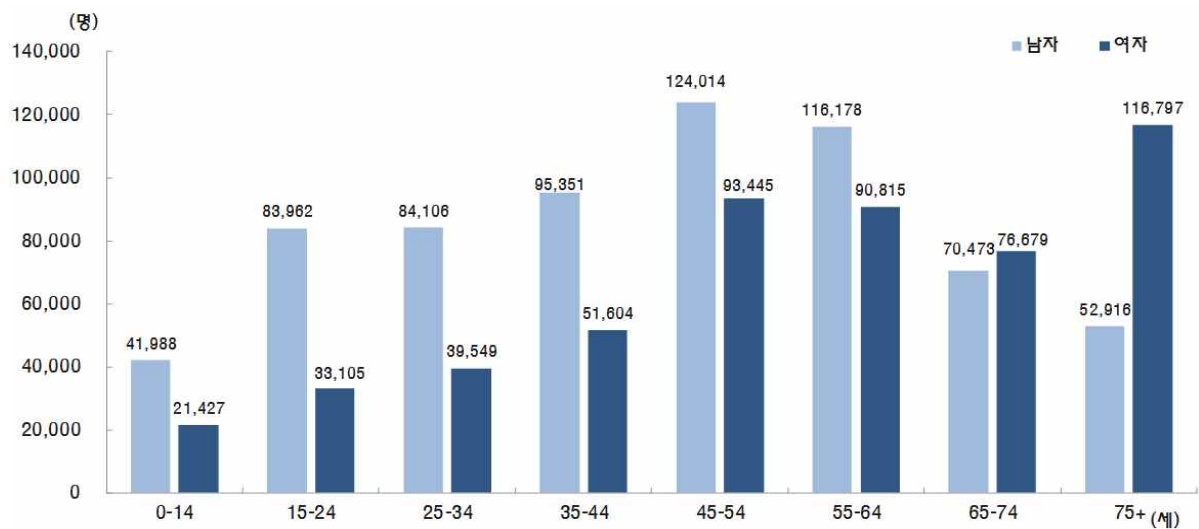
붙임 2

퇴원손상심층조사 개요

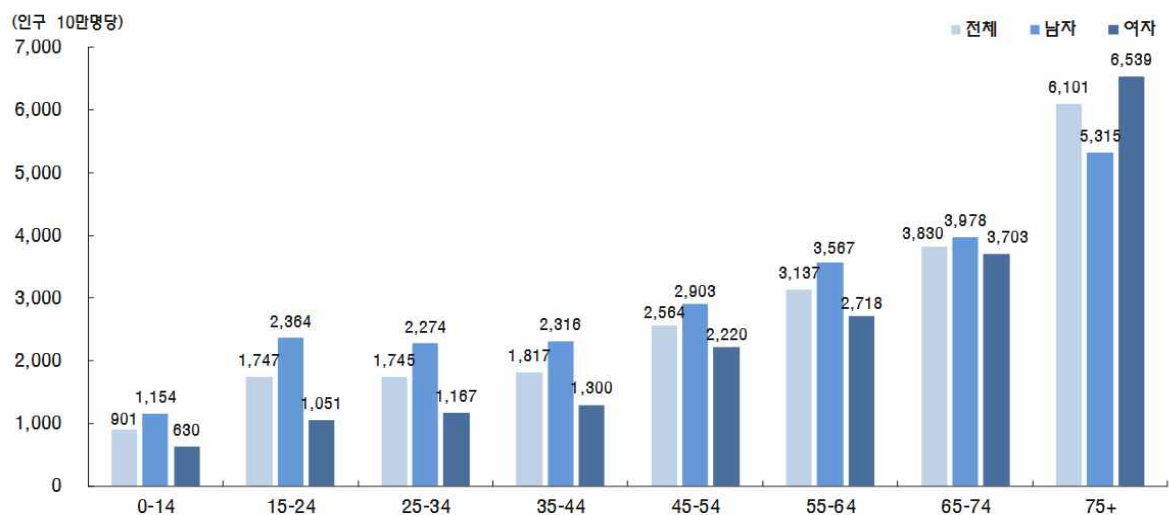
- (조사목적) 손상 발생 및 시계열적 발생 추이 파악 등 의료기관 퇴원 환자에 대한 손상관련 통계 생산, 손상예방과 사회안전 향상에 기여
 - * '05년부터 조사 도입, 통계청 승인통계(승인번호 제117060호)
- (조사대상) 100병상 이상 170개 표본병원 퇴원환자의 9% 표본추출
 - 약 23만 건 환자 자료 조사(손상심층 3만 건 조사)
- (조사내용) 의료기관 정보, 인구사회학적 정보, 질병 및 수술정보, 손상 정보 등 6개 영역 20개 손상 지표 생산
 - * 손상의 의도성 여부, 손상발생 장소, 손상발생시 활동, 손상기전, 발생일, 운수사고 유형, 자살동기, 중독물질 등
- (조사기간) 매년 실시(5월~11월)
- (조사방법) (방문조사) + (원격 시스템 등록조사) 연 1회 조사
 - ※ 질병보건통합관리시스템 (<http://is.cdc.go.kr>)
- (자료공개) 질병관리본부 홈페이지(<http://cdc.go.kr>) 공개, 국가통계포털(KOSIS)에 공표
 - 국민건강증진종합계획(HP2020) 손상예방 지표 제공
- (운영체계)
 - (질병관리본부) 기본계획 및 연차별 실행계획 수립
 - (자문위원회) 조사사업 관련 자문
 - (170개 참여병원) 퇴원환자 자료수집 및 등록, 질관리(오류 수정)
 - (대한의무기록협회) 담당자 교육과정 운영, 외부 질관리, 조사참여 독려

붙임 3

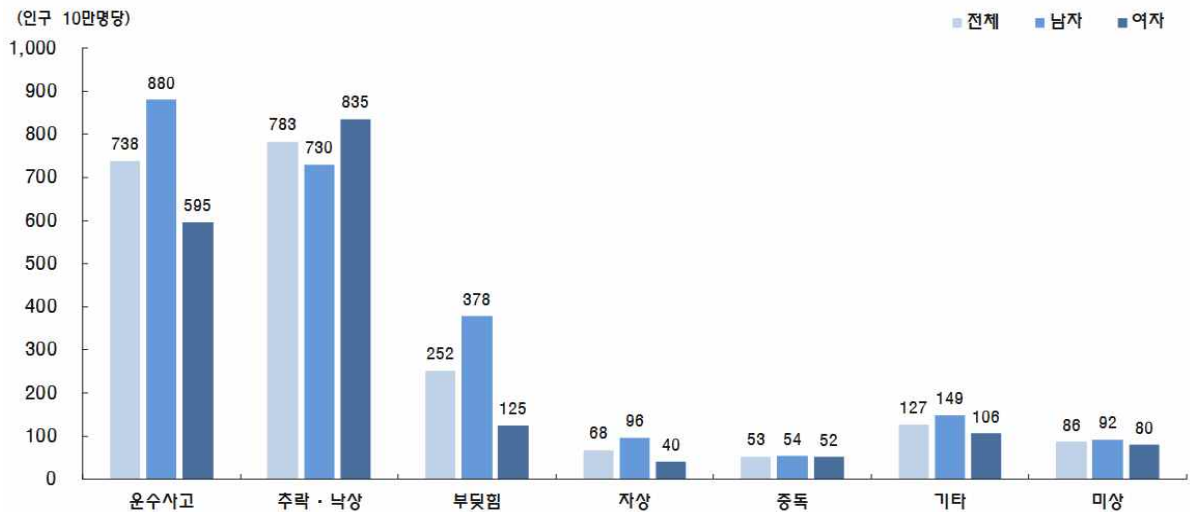
손상 및 낙상 입원환자 현황



< 성별 연령별 손상환자의 입원환자 수, 2015 >



< 성별 연령별 손상환자의 입원을 (인구 10만 명당), 2015 >



< 손상환자의 손상발생 원인별 입원율, 2015 >



< 연령별 낙상 입원환자 수, 2015 >