

## 정신건강 유해요인 노출 근로자 코호트 설계 및 타당성 조사



산업재해예방  
안전보건공단  
산업안전보건연구원

## 정신건강 유해요인 노출 근로자 코호트 설계 및 타당성 조사



**연구기간** 2016년 4월 ~ 2016년 10월  
**핵심단어** 근로자 정신건강, 종적연구, 코호트, 패널, 웰빙  
**연구과제명** 정신건강 유해요인 노출 근로자 코호트 설계 및 타당성 조사 연구

### 연구배경

- 최근 산업 구조가 서비스업 중심으로 변화되면서 새로운 건강위험요인 중 근로자 정신건강이 주목을 받고 있으며, 특히 우울증, 공황장애, 외상후 스트레스증후군 등의 정신질환에 대한 관심이 높아지고 있음
- 근로자의 정신건강 문제는 개인과 사회 모두 영향을 미치기 때문에 기업의 경제력 손실과 생산성 저하 등의 문제가 발생하고 나아가 개인의 삶과 직결되며, 근로자의 정신질환 관련 사회적 비용 손실을 줄이기 위한 노력이 필요함
- 따라서 정신건강 유해요인 노출 근로자 관련 연구가 필요하고, 기존 국내 연구 대부분이 단면으로 진행되어 정책적 제언의 근거로 사용하기 위한 과학적 근거가 될 수 있는 연구가 필요함

### 연구결과

- 외국의 연구사례에서 직무스트레스가 우울증, 자살위험 등을 증가시켜 정신건강의 유해 요인으로 작용하였으며, 일본의 경우 근로자 지원프로그램이 자살위험성을 감소시켜, 근로자에 대한 적극적인 개입이 정신건강 문제 해결에 필요하다고 나타남

국가	기간	대상자수	결과
네덜란드	1998~2002	3,707	심리적 직무요구, 사회지원부족, 직업 불안정
뉴질랜드	1972~2005	972	직무스트레스로 우울증 증가
대만	2007~2011	218,319	직무스트레스로 의료종사자 편두통 증가
일본	1984~2003	1,152	직무스트레스로 우울증 증가
일본	1992~1995	3,125	낮은 직무 권한이 자살위험성을 증가시킴
일본	2003~2005	283	근로자 지원프로그램으로 자살위험성 감소
일본	2005	1,767	자존감 결여로 소방관 우울증 증가
일본	2010~2011	31,382	높은 직무스트레스는 정신건강에 부정적
일본	2010~2014	4,270	심리적 고충으로 우울증 증가
캐나다	1994~2003	20,747	직무스트레스로 우울증 증가
핀란드	2000~2005	19,469	직무스트레스와 편두통의 관련성 없음
핀란드	2000~2012	68,089	근로자 시간 변동으로 수면 장애 증가

[정신건강 종적 연구의 국외 사례]

## 01 연구배경

## 02 주요 연구내용

- 국내 산업재해 근로자 코호트에서 일반인구집단에 비해 남자 근로자의 자살 위험도가 높았으며, 사업장 규모가 100인 미만인 경우, 업무상 손상이 있는 경우, 회복기간이 3개월 이상인 경우, 장애 정도가 심한 경우 자살의 위험도가 높은 것으로 나타남

변수	카테고리	일반인구집단과의 위험도 비교
사업장 규모	100인 이상	차이 없음
	100인 미만	높음
질한 분류	업무상 질병	차이 없음
	업무상 손상	높음
회복 기간	3개월 미만	차이 없음
	3개월 이상	약간 높음
장애 정도	장애 없음	차이 없음
	경증 장애	높음
	중증 장애	높음

[산재 근로자 특성별 자살 위험도(1998-2001, 257,355명 코호트)]

- 기존 연구의 구축방안으로 병원 환자 코호트, 산업재해 근로자 코호트, 산재보험 패널조사 등의 환자군 종적 연구, 사업장 단위의 종적 연구, 서비스연맹이나 보건의료노조 등 동종근로자 조합의 코호트, 검진기관과의 단위 코호트 등의 웹기반 종적 연구 등을 제안하고 있음
- 코호트에서 결과 변수의 확인 방법으로 사용할 수 있는 2차 자료로 건강보험자료의 맞춤형 건강정보, 사망원인자료의 범위와 제공 과정 등 자료에 대한 제한점을 제시하고 있음

### 시사점

- 국내에 구축한 직업 코호트의 제한점인 정량적 노출평가, 혼란변수 통제를 보완한 코호트를 설계를 위한 적절한 시간 간격, 스트레스요인-긴장효과 및 긴장-스트레스요인 효과, 심리사회적 스트레스 세부 평가 방법을 조사하는 것이 필요함

### 제언

- 국내 정신건강 관련 연구가 거의 수행된 바가 없으므로, 향후 연구 설계 방법론, 기반조사, 추적관리 체계 개발 등의 후속 연구가 체계적으로 수행 되어야 하며, 이를 위한 행정적, 제도적 지원이 필요함

### 활용

- 근로자의 정신건강 증진을 위한 과학적 근거를 제시하여 사업장 정신 질환 예방 사업 및 정책 마련에 활용 될 수 있음

### 연구담당자 연락처

- 산업안전보건연구원 직업건강연구실 이지혜
- ☎ 032-510-0688
- E-mail jhlee01@kosha.or.kr