

# 노인의 인지기능에 따른 만성질환의 연관성

박정혜\*

\*가천대학교 길병원

e-mail: eor343@gilhospital.com

## The Association Between Chronic Diseases and Cognitive Function in the Elderly

Jung-Hae Park\*

\*Nursing Department, Gachon University Gil Medical Center

### 요약

본 논문에서는 2020년 노인실태조사 자료를 2차 가공하여 노인의 인지기능에 따른 만성질환의 연관성을 살펴보았다. 노인인지장애와 만성질환의 연관성은 인지장애가 심각한 그룹이 정상인지 그룹보다 고혈압, 뇌졸중, 당뇨병, 골관절염, 요통 및 좌골, 치매가 높았다. 노인인지 장애와 생활요인에서 평소운동은 인지장애가 낮을수록 평소 운동을 하는 것으로 나타났다( $P<.001$ ). 결과적으로 경도인지 장애의 경우 사회활동이나 규칙적인 운동을 통하여 노인 인지기능 향상 및 치매 발생 위험을 감소하는 긍정적인 영향을 줄 수 있다는 것을 재확인하였다. 이와같이 노인들의 인지기능에 따라 단계별 운동과 훈련프로그램을 개발하고 교육할 필요가 있고 정부기관 등에서 안내하는 운동, 식사, 독서, 절주, 금연, 소통 등의 실천을 통하여 건강한 노후생활환경이 되도록 적극적인 노력이 필요하다.

### 1. 서론

우리나라는 65세 이상 고령화가 급속하게 진행되고 있고 80세이상 초고령화의 비중도 2050년에는 약 14.0% 이상 될 것으로 전망하고 있어 이는 성인 10명당 노인의 비율이 5-6명 정도되는 것이다[1]. 고령화 자체가 문제가 되는 것은 아니지만, 노인성 질환의 발병도 높아지고, 치매 등 인지장애의 증가로 인한 사회적 심각성이 높아지고 있다[2].

기억력을 제외한 인지기능은 정상적인 경도인지장애는 일상생활이 정상적으로 가능한 상태로 치매 보다는 낮은 인지 기능장애를 나타낸다[3]. 그러나 경도인지 장애 노인의 80%가 치매로 진행된다고 보고하였다[4].

본 연구는 노인인지장애 군의 특성을 비교하고, 인지기능 저하 요인을 파악하고자 한다.

### 2. 연구방법

#### 2.1 연구설계

분석 데이터는 2020년 노인실태조사 자료를 2차 가공하였다. 노인 남자 4,035명 여자 6,062명 총 10,097명 데이터를 사

용하였다. 인지기능 장애정도를 정상인지 그룹, 경도인지장애 그룹, 심각한 인지 장애그룹으로 구분하였다.

#### 2.2 연구방법

분석은 인지기능 장애 그룹에 따라 Chi-square test, ANOVA 분석을 하였다. 통계적 유의수준은 0.05를 기준하였다.

### 3. 연구결과

#### 3.1 노인인지장애

노인인지장애 검사결과를 토대로 심각한 인지장애 그룹 928명, 경도인지장애 그룹 2,467명, 정상 인지그룹 6,702명으로 구분되었다.

#### 3.2 노인인지장애와 만성질환

인지장애가 심각한 그룹이 정상인지 그룹보다 고혈압이 10.8% 높았고( $p<.001$ ), 뇌졸중은 3.1% 높았고( $p<.001$ ), 협심증은 0.6% 높았고( $p=.009$ ), 당뇨병은 7.8% 높았고( $p<.001$ ), 골관절염은 8.9% 높았고( $p<.001$ ), 요통 및 좌골은 5.5% 높았고

( $p<.001$ ), 친식은 1.3% 높았고( $p=.008$ ), 치매는 6.3% 높았으나 ( $p<.001$ ), 반면, 갑상선 질환은 1.3% 정상인지 장애 그룹이 높았고( $p=.109$ ), 만성기관지염은 0.9% 높았고( $p=.070$ ), 녹내장은 0.2% 높았고( $p=.539$ ), 만성중이염은 0.2% 높았( $p=.302$ )지만 무의미하였다.

### 3.3 노인인지 장애와 생활요인

현재 흡연은 인지가 높은 그룹일수록 흡연하는 비율이 높았다( $p<.001$ ). 지난 1년간 음주는 인지가 낮은 그룹이 마시지 않는 비율이 높았으나 전체적으로 한달에 1회~일주일 2-3회하는 비율이 가장 높은 응답을 보였다( $p<.001$ ). 평소운동은 인지장애가 낮을수록 평소 운동을 하는 것으로 나타났다( $p<.001$ ).

## 4. 고찰

본 연구에서는 노인인지장애 정도에 따른 만성질환과 생활 환경 요인의 특성을 다양하게 비교하고 차이를 확인하였다. 노인인지장애가 심할수록 만성질환의 발생이 높았는데, 본 연구에서 제시한 생활요인에서도 인지장애가 낮은 그룹의 평소운동 비율이 높았는데, 특히 경도인지 장애의 경우 사회활동이나 규칙적인 운동을 통하여 노인 인지기능 향상 및 치매 발생 위험을 감소하는 긍정적인 영향을 줄 수 있다는 것을 재 확인하였고, 선행연구와 같이 초기 인지장애가 발생되었을 경우 긍정적인 활동과 운동이 효과가 있다는 연구결과를 뒷받침하였다. 이와같이 노인들의 인지기능에 따라 단계별 운동과 훈련프로그램을 개발하고 교육할 필요가 있고 정부기관 등에서 안내하는 운동, 식사, 독서, 절주, 금연, 소통 등의 실천을 통하여 건강한 노후생활환경이 되도록 적극적인 노력이 필요하다.

### 참고문헌

[1] Organization for Economic Co-operation and Development. Health at a glance 2017: OECD Indicators. Paris: OECD Publishing; 2017.

[2] Korea Employment Information Service. Korean Longitudinal Study of Aging. Available at <https://survey.keis.or.kr/klosa/klosa04.jsp>

[3] National Institute of Dementia. Korean dementia observatory 2021. Sejong: Ministry of Health and Welfare; 2022 (Korean).

[4] Petersen RC. Mild cognitive impairment: Aging to Alzheimer's disease. Oxford: Oxford University Press; 2003.