 보건복지부	<h1 style="text-align: center;">보 도 자 료</h1> <p style="text-align: center; color: red;">12월 27(월) 조간 (12.26 12:00 이후 보도)</p>		
배 포 일	2021. 12. 24. / (총 18매)		
보건복지부 정신건강정책과	과 장	김한숙	044-202-3860
	담 당 자	김미경	044-202-3861
국립정신건강센터 연구기획과	과 장	김양식	02-2204-0108
	담 당 자	한기완	02-2204-0348

2021년 정신건강실태조사 결과 발표

- 성인 4명 중 1명은 정신 건강 문제를 경험하나, 정신장애로 진단받은 사람 중 12.1%만 전문가의 도움 받아 -
- 보건복지부(장관 권덕철)는 정신장애의 유병률 및 정신건강서비스 이용현황을 파악하기 위해 「2021년 정신건강실태조사」를 실시하고, 그 결과를 발표하였다.
- 본 조사는 정신건강복지법 제10조에 근거하여 2001년 이후 5년 주기로 실시하고 있으며, 이번이 다섯 번째 조사이다.
- 이번 조사는 전국 만 18세 이상 만 79세 이하 성인 5,511명(가구당 1인)을 대상으로, 국립정신건강센터 주관하에 서울대학교(함봉진 교수)와 한국갤럽 조사연구소가 약 3개월간 실시하였으며, (붙임1 참조)
- 이전조사(2016년)와 달리, 조사대상의 연령 범위 및 표본추출방법이 변경되었으며, 전산화된 조사 도구를 통해 조사의 신뢰성을 제고하였다.

< 실태조사 비교 >

구분	2016년 정신질환실태조사	2021년 정신건강실태조사
조사대상	만 18세 이상 5,102명	만 18세 이상 만 79세 이하 5,511명
표본추출방법	층화다단계집락추출	확률비례계통추출
조사방법	지필식 방문면접조사	TAPI 방문면접조사
조사질환	<ul style="list-style-type: none"> ■ 알코올 사용장애 ■ 니코틴 사용장애 ■ 기분장애 · 주요우울장애, 기분부전장애, 양극성장애 ■ 불안장애 ■ 조현병 스펙트럼장애 (그 외 부가도구 생략) 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 알코올 사용장애 ■ 니코틴 사용장애 ■ 우울장애 · 주요우울장애, 기분부전장애 ■ 불안장애 (그 외 부가도구 생략)
조사기준시점	2016년 6월~2016년 11월	2021년 6월~2021년 8월

* TAPI(Tablet Assisted Personal Interview): 태블릿PC 기반의 개별면접조사

** 지역사회 유병률이 극히 낮은 양극성 장애와 조현병 스펙트럼 장애는 21년 조사에서 제외

*** (확률비례계통추출방법) 전국적인 대규모 조사에 많이 사용되며, 모집단의 특성을 잘 반영

□ 2021년 정신건강실태조사의 주요 결과는 다음과 같다. (붙임2 참조)

1. 정신장애 유병률

- 정신장애 1년 유병률*은 남자 8.9%, 여자 8.0%, 전체 8.5%**였으며, 니코틴 사용 장애를 제외한 1년 유병률은 남자 5.2%, 여자 7.6%, 전체 6.4%로 여자의 경우 남자보다 1.5배 높았다.

* 지난 1년 동안 알코올 사용 장애, 니코틴 사용 장애, 우울장애, 불안장애 중 어느 하나에라도 이환된 적이 있는 사람의 비율

** 지난 1년간 정신건강 문제를 경험한 사람은 약 355만 명으로 추산

- 정신장애 평생 유병률*은 남자 32.7%, 여자 22.9%, 전체 27.8%로, 성인 4명 중 1명이 평생 한 번 이상 정신건강 문제를 경험하고 있는 것으로 나타났다.

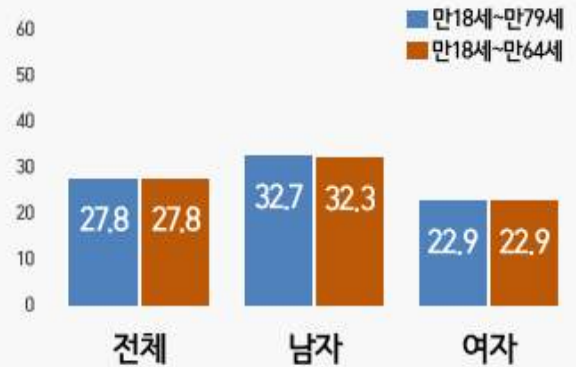
* 평생동안 알코올 사용 장애, 니코틴 사용 장애, 우울장애, 불안장애 중 어느 하나에라도 이환된 적이 있는 사람의 비율

정신장애 유병률

⊕ 정신장애 1년 유병률



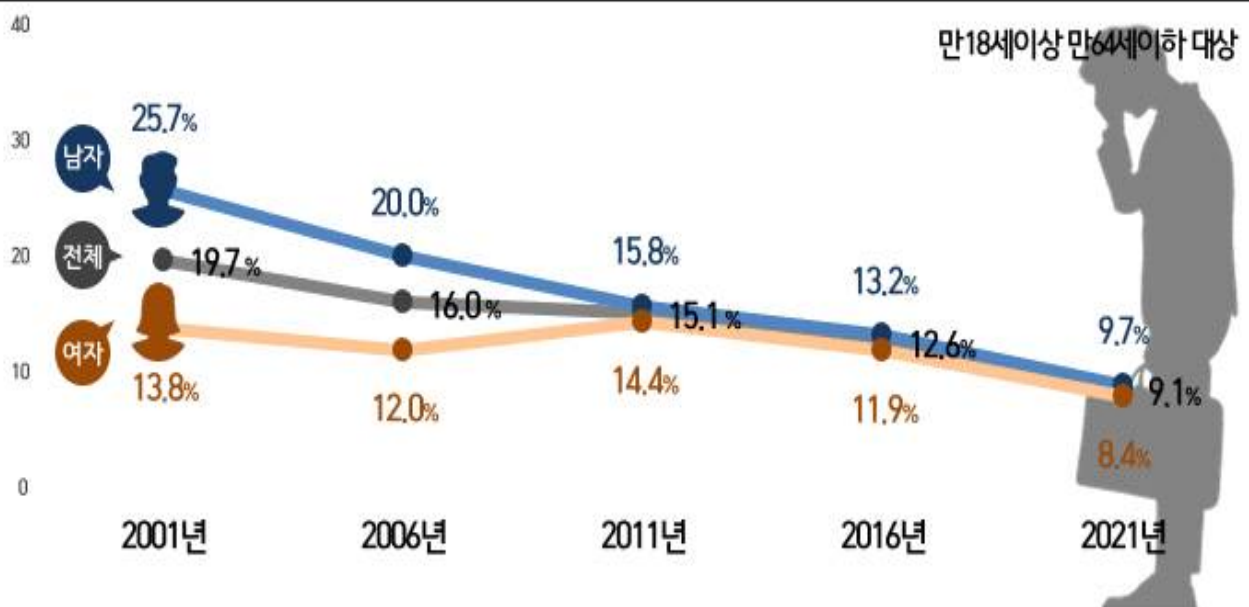
⊕ 정신장애 평생 유병률



○ 연도별 정신장애 1년 유병률은 2021년 9.1%로 2016년에 비해 3.5% 감소하였으며, 이전에 비해 감소하는 추세이다.

* 연도별 비교를 위하여 만 18세 이상 만 64세 이하 대상자를 기준으로 동일한 진단군의 유병률을 재산출하여, 2021년 18세 이상 전체 연령의 유병률과는 상이함

정신장애 1년 유병률 추세



2. 정신장애별 조사 결과

① 우울장애

2주 이상 거의 매일 우울한 기분, 흥미상실, 식욕·수면 변화, 피로, 자살 생각 등으로 일상생활이나 직업상 곤란을 겪는 경우

- 우울장애 1년 유병률은 남자 1.1%, 여자 2.4%, 전체 1.7%로 여자의 경우 남자보다 2.2배 높았다.
- 만 18세 이상 만 64세 이하를 대상으로 1년 유병률을 비교하면 2016년 1.8%에서 2021년 1.6%로 2016년에 비해 0.2%p 감소하였다.
- 최근 코로나19 확산과 관련해 우울 증상이 증가했다는 보고가 많으나, 우울장애가 증가한 것은 아닌 것으로 추정된다.
- * 2021년 조사의 경우 주요우울장애와 기분부전장애를 합친 진단군을 우울장애라 정의하며, 양극성 장애의 우울증 에피소드는 제외됨

② 불안장애

다양한 형태의 비정상적이고 병적인 불안과 공포로 인하여 일상 생활에 장애를 일으키는 정신장애

* 강박장애, 외상 후 스트레스장애, 공황장애, 광장공포증, 사회공포증, 특정공포증, 범불안장애

- 불안장애 1년 유병률은 남자 1.6%, 여자 4.7%, 전체 3.1%로 여자의 경우 남자보다 2.9배 높았다.
- 불안장애의 1년 유병률은 2016년에 비해 2021년에 감소하였으며, 이는 특정공포증*의 감소에 따른 것으로 나타났다. (특정공포증 2011년 4.9%→2016년 4.5%→2021년 2.3%)
- * 특정공포증: 어떤 특정한 대상이나 상황(동물, 곤충, 고도, 자연환경, 혈액, 주사 등)을 두려워하여 피하게 되는 정신장애

- 코로나19 확산으로 인해 외부활동이 줄어들면서 공포의 대상이나 자연환경 등 특정 상황에 대한 노출 자체가 줄어들었을 가능성이 높다.

③ 알코올 사용장애

과다한 알코올 사용으로 일상생활에 어려움이 있으나, 지속적으로 알코올을 사용하고 있는 경우

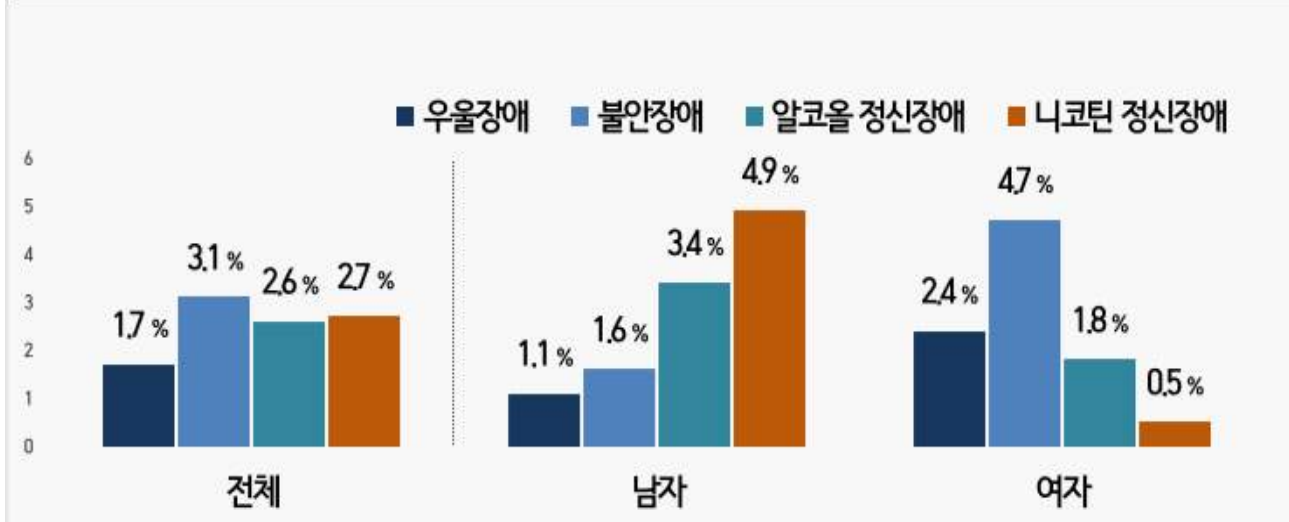
- 알코올 의존(내성과 금단증상)과 남용(내성과 금단증상 없으나 일상생활에 부적응 발생)이 포함된 알코올 사용장애 1년 유병률은 남자 3.4%, 여자 1.8%, 전체 2.6%로 남자의 경우 여자보다 1.9배 높았다.
- 2016년과 2021년의 1년 유병률을 비교했을 시 감소하는 추세이나, 알코올 남용(2016년 2.3%→2021년 1.3%)에 비해 알코올 의존(2016년 1.8%→2021년 1.7%)의 경우 감소 추세는 뚜렷하지 않았다.

④ 니코틴 사용장애

과다하게 오랫동안 니코틴을 사용하여, 사용을 중단하거나 줄였을 때 인지적, 신체적, 행동적인 부적응 증상이 나타나는 경우

- 니코틴 의존과 금단증상을 포함하는 니코틴 사용장애 1년 유병률은 남자 4.9%, 여자 0.5%, 전체 2.7%로 남자의 경우 여자보다 9.8배 높았다.
- 만 18세 이상 만 64세 이하 대상 니코틴 사용장애 1년 유병률은 2001년부터 지속적으로 감소추세이나 2016년에 비해 2021년 다소 증가하였다. (2001년 6.7%, 2006년 6.0%, 2011년 4.1%, 2016년 2.9%, 2021년 3.1%)

정신장애별 1년 유병률



⑤ 자살사고, 자살계획 및 자살시도

- 성인의 10.7%는 평생 한 번 이상 심각하게 자살을 생각하며, 2.5%는 자살을 계획하고, 1.7%는 자살을 시도하였다.
- 지난 1년 간 성인의 1.3%가 한 번 이상 심각하게 자살을 생각하고, 0.5%가 자살을 계획하며, 0.1%가 자살을 시도한 것으로 나타났다.
- 또한, 자살생각자의 56.8%, 자살계획자의 83.3%, 자살시도자의 71.3%가 평생 한 번 이상 정신장애를 경험한 것으로 나타났다.

3. 정신건강서비스 이용

- 정신장애가 있는 것으로 진단된 사람 중에서 평생동안 정신건강서비스*를 이용한 적이 있는 비율은 12.1%였으며, 지난 1년 동안 정신건강서비스 이용비율은 7.2%였다.

* 정신건강 문제로 전문가(의사 등)에게 상담 또는 치료를 받는 것

- 질환별로 서비스 이용률을 살펴보면, 알코올 사용장애 2.6%, 니코틴 사용장애 1.1%, 우울장애 28.2%, 불안장애 9.1%였다.

- 만 18세 이상 만 64세 이하 대상자에서 정신장애를 진단받은 사람 중 연도별 정신건강서비스 이용률은 2016년까지 증가하는 추세를 보이다 2021년 감소하였다. (2016년 16.5%→2021년 11.5%)
- 이는 코로나19의 확산세로 사회적 거리두기가 강화되면서 정신건강 관련 시설이 제한적으로 운영되거나 폐쇄되어 의료서비스의 접근성이 떨어진 결과로 추정된다.

정신건강서비스 이용률



- 한국의 지난 1년간 정신건강서비스 이용률은 7.2%로 미국 43.1%(‘15년), 캐나다 46.5%(‘14년), 호주 34.9%(‘09년)에 비해 낮은 수준이었다.

* 올해부터 정신건강서비스 1년 이용률을 조사하여 해외의 조사 연구와 직접 비교가 가능해짐

- 보건복지부 권덕철 장관은 “이번 정신건강실태조사 결과에서 드러난 국민들의 정신건강 문제를 개선하기 위하여, 정신건강서비스에 대한 접근성 강화, 정신장애의 조기발견과 조기 치료를 위한 정책적 노력을 계속할 계획이다.”라고 밝혔다.

- 2021년 정신건강실태조사 결과에 대한 상세 보고서는 정신건강조사 누리집(mhs.ncmh.go.kr) 및 국립정신건강센터 누리집(ncmh.go.kr)에서 확인할 수 있으며, 원 자료의 경우 2022년에 공개할 예정이다.

- <붙임> 1. 2021년 정신건강실태조사 개요
2. 정신장애 유병률
3. 정신건강실태조사 인포그래픽

붙임 1

2021년 정신건강실태조사 개요

○ **(조사개요)** 정신건강복지법 제10조에 의거 정신건강에 대한 종합적 실태를 파악하여 국가 정신건강관리 기초자료 제공

* (수행기관) 서울대학교 연구책임자 함봉진 교수(02-2072-2557)

(조사기관) 한국갤럽조사연구소

** 통계청 일반·조사통계, 승인번호: 제117050호

○ **(조사대상)** 만 18세 이상 ~ 만 79세 이하 일반국민 5,511명

* 2019년 등록센서스(통계청) 조사구의 모집단을 이용하여 표본추출

○ **(조사내용)** 전산화된 CIDI*를 활용하여 니코틴 사용장애, 알코올 사용장애, 공포 장애 및 기타 불안장애, 우울장애 및 기분부전장애, 강박장애 및 외상 후 스트레스장애, 자살, 정신건강서비스 이용 조사

* WHO가 지역사회에서 조사원이 면담을 통해 정신장애를 진단할 수 있도록 개발한 Composite International Diagnostic Interview의 한국어판을 사용하였음

○ **(조사방법)** 전문 교육을 받은 조사원이 가구를 방문하여 대면면접조사

○ **(조사기간)** 2021년 6월~2021년 8월

* 조사설계 및 도구개발 '20.3월~21.5월, 자료검증 및 분석 '21.9월~11월

붙임 2

정신장애 유병률

2021년 정신건강실태조사	1년 유병률(%)						평생 유병률(%)					
	남성		여성		전체		남성		여성		전체	
	유병률%	RSE	유병률%	RSE	유병률%	RSE	유병률%	RSE	유병률%	RSE	유병률%	RSE
알코올 사용장애	3.4	13.8	1.8	21.4	2.6	13.2	17.6	5.6	5.4	10.7	11.6	5.6
① 알코올의존	2.0	19.5	1.0	29.0	1.5	19.2	9.5	8.1	3.0	14.2	6.2	8.0
② 알코올남용	1.4	19.4	0.8	30.4	1.1	16.9	8.2	7.6	2.4	15.8	5.3	7.3
니코틴 사용장애	4.9	11.6	0.5	30.9	2.7	11.2	17.7	6.0	1.1	19.5	9.5	6.0
③ 니코틴의존	4.2	12.9	0.5	31.4	2.4	12.4	15.0	6.7	1.1	20.5	8.1	6.7
④ 니코틴금단	1.7	15.5	0.1	50.9	1.0	14.9	8.9	8.0	0.5	29.7	4.7	8.0
우울장애*	1.1	20.1	2.4	15.6	1.7	12.7	5.7	9.6	9.8	7.6	7.7	6.6
⑤ 주요우울장애	1.1	20.5	2.4	15.6	1.7	12.8	5.7	9.6	9.8	7.6	7.7	6.7
⑥ 기분부전장애	0.1	58.7	0.2	39.7	0.2	32.8	0.3	32.5	0.6	27.1	0.5	22.0
불안장애	1.6	15.4	4.7	10.3	3.1	8.8	5.4	11.0	13.4	6.5	9.3	6.2
⑦ 강박장애	0.0	100.0	0.3	34.8	0.1	32.9	0.1	70.9	0.4	28.7	0.2	27.4
⑧ 외상 후 스트레스장애	0.2	40.9	0.3	40.0	0.3	28.5	1.3	19.0	1.6	17.5	1.5	13.8
⑨ 공황장애	0.2	41.5	0.0	100.0	0.1	38.3	0.5	29.6	0.4	37.0	0.4	24.8
⑩ 광장공포증	0.1	59.3	0.3	40.4	0.2	33.6	0.2	44.6	0.4	35.7	0.3	27.7
⑪ 사회공포증	0.1	60.0	0.4	41.3	0.2	35.4	0.2	49.5	1.0	23.5	0.6	21.8
⑫ 범불안장애	0.4	30.7	0.4	30.0	0.4	21.3	1.2	20.8	2.1	15.4	1.7	13.5
⑬ 특정공포증	0.7	23.3	3.6	12.0	2.1	11.1	2.6	16.7	10.0	7.7	6.3	7.8
알코올 사용장애, 니코틴 사용장애, 우울장애, 불안장애**	8.9	7.8	8.0	8.6	8.5	6.5	32.7	3.8	22.9	5.0	27.8	3.6
알코올 사용장애, 우울장애, 불안장애***	5.2	10.3	7.6	8.8	6.4	7.4	23.3	4.9	22.4	5.1	22.9	4.1
우울장애, 불안장애****	2.2	13.6	6.6	9.1	4.4	7.8	9.0	8.0	19.8	5.3	14.4	5.1

* 21년도 조사 항목에서는 양극성장애 항목이 제외되어, 주요우울장애와 기분부전장애를 합친 진단군을 우울장애라고 구분함

** 알코올 사용장애, 니코틴 사용장애, 우울장애, 불안장애 중 어느 하나라도 해당되는 경우

*** 알코올 사용장애, 우울장애, 불안장애 중 어느 하나라도 해당되는 경우

**** 우울장애, 불안장애 중 어느 하나라도 해당되는 경우

• RSE(Relative Standard Error) : 상대 표준 오차

붙임 3

정신건강실태조사 인포그래픽

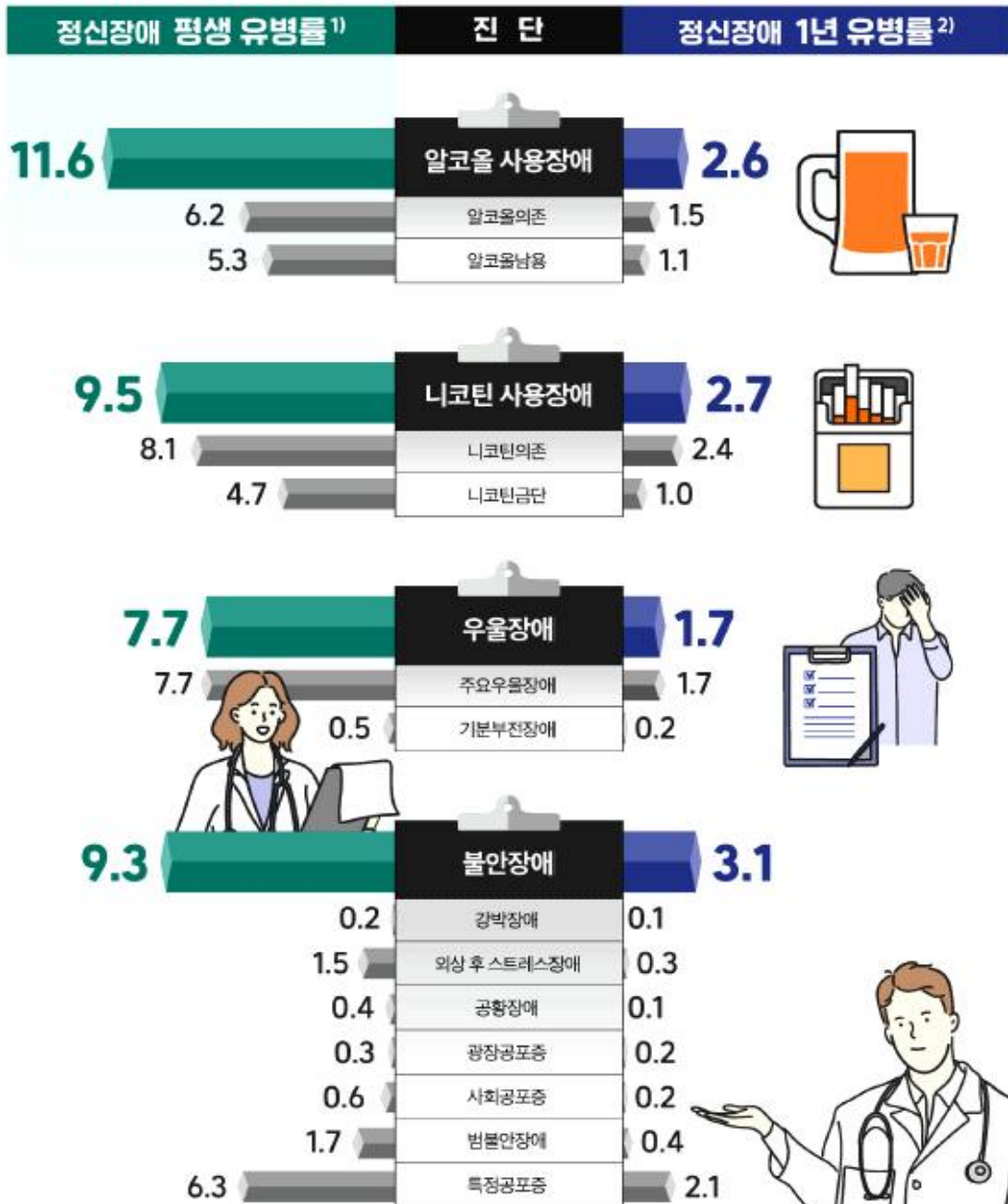
Infographic

정신장애 유병률



정신장애 유병률

(단위: %)



1) 평생 유병률: 평생 동안 해당 정신장애를 경험한 비율 2) 1년 유병률: 지난 1년간 해당 정신장애를 경험한 비율

Infographic

알코올 사용장애

Q. 알코올 사용장애란?

알코올 사용과 관련된 정신장애로, 알코올의존과 알코올남용을 포함함

알코올 사용에 있어
자기통제가
불가능하며,
내성과
금단증상이
있는 상태

알코올
의존



알코올
남용

반복적인 음주로
인하여 사회적 또는
직업상의 문제가
발생됨에도
음주를 지속하는
상태

평생 유병률¹⁾

전체 남자 여자 (단위: %)



3.3 배 더 높음



1) 평생 유병률 평생 동안
해당 정신장애를
경험한 비율

1년 유병률²⁾

전체 남자 여자 (단위: %)



1.9 배 더 높음



2) 1년 유병률 지난 1년간
해당 정신장애를
경험한 비율



Infographic

니코틴 사용장애

Q. 니코틴 사용장애란?

니코틴을 함유하고 있는 담배나 의약품(패치, 껌)의 사용과 관련되어 나타나는 장애로 **니코틴의존**과 **니코틴금단**으로 분류됨

니코틴 사용에 있어
내성과
금단증상이
발생하는 상태

니코틴
의존



니코틴
금단

체내 니코틴 농도가
감소하며 발생하는
증상으로, 부적응적
행동변화를 보이는 것

평생유병률¹⁾

전체 남자 여자 (단위 : %)

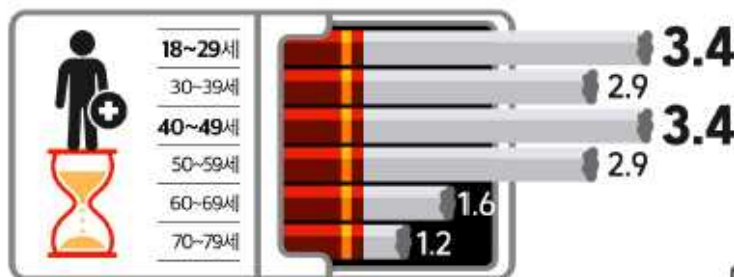


1년유병률²⁾

전체 남자 여자 (단위 : %)



연령



Infographic

우울장애

Q. 우울장애란?

본 조사에서는 주요우울장애와 기분부전장애를 포함하는 진단군을 우울장애라고 구분함

2주 이상 거의
매일 우울한
기분을 느끼거나
흥미를 잃고,
일상기능의
저하를 보이는
장애

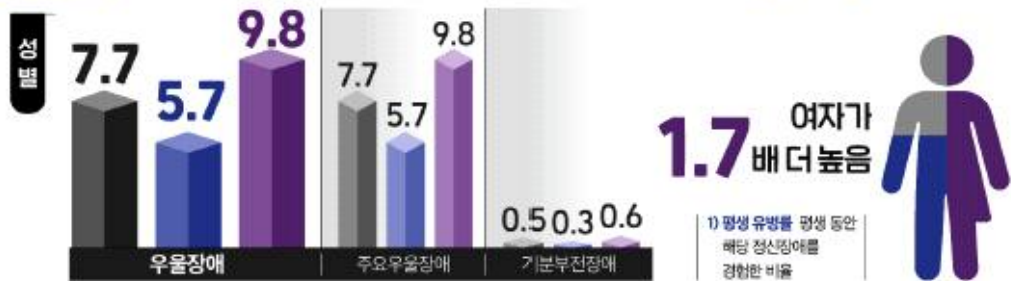
주요우울
장애



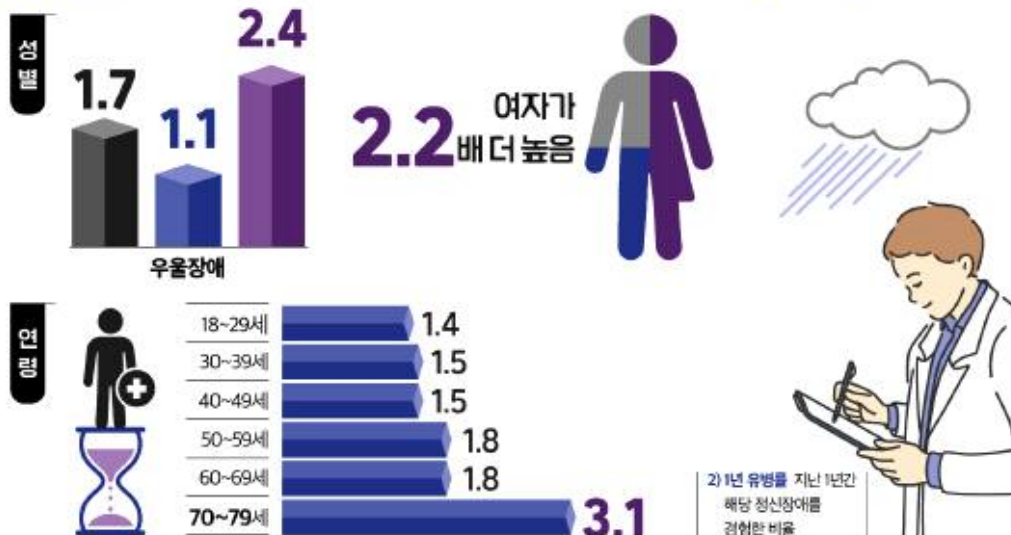
기분부전
장애

적어도 2년 동안
대부분의 날 우울한
기분을 느끼고,
식욕부진, 과다수면,
피로 등의 증상을
보이는 장애

평생 유병률¹⁾



1년 유병률²⁾



Infographic

불안장애

Q. 불안장애란?

다양한 형태의 비정상적이고 병적인 불안과 공포로 인하여 일상생활에 문제를 일으키는 정신장애. 불안과 공포는 정상적인 정서 반응이지만 정상적 범위를 넘어서면 정신적 고통과 신체적 증상을 초래함

하위 범주



강박
장애

외상 후
스트레스
장애

공황
장애

광장
공포증

사회
공포증

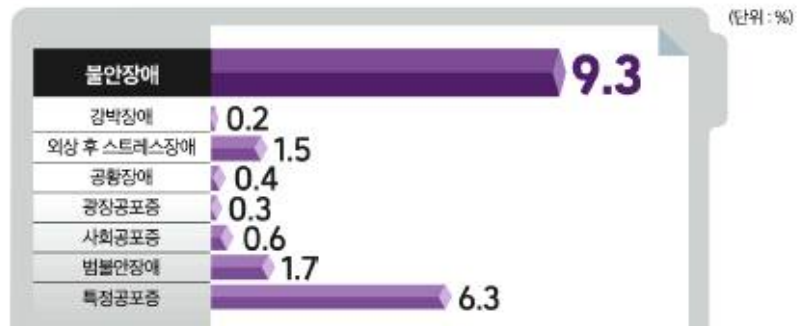
범불안
장애

특정
공포증

평생 유병률¹⁾

진단
비율

1) 평생 유병률 평생 동안
해당 정신장애를
경험한 비율

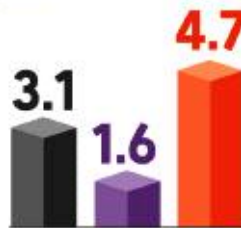


1년 유병률²⁾

전체 남자 여자

(단위 : %)

발생
비율

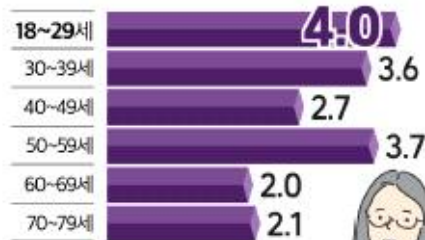


여자가
2.9배
더 높음

2) 1년 유병률 지난 1년간
해당 정신장애를
경험한 비율



연령
별



강박장애 자신의 의지와는 상관없이 특정 사고와 행동을 시도 때도 없이 반복되게 하는 장애
외상 후 스트레스장애 충격적인 사건을 경험한 후 꿈이나 회상을 통해 사건을 반복적으로 재경험하며 고통을 느끼는 장애
공황장애 예기치 않게 극도의 두려움과 불안을 느껴 일상생활에 어려움을 느끼는 장애
광장공포증 광장 같은 공공장소에 도무지 혼자 있게 되는 것에 대한 공포를 보이는 장애
사회공포증 특정 사회적 상황에 대한 불안과 공포가 뚜렷하여 피하려 하고 피할 수 없을 때에는 불안을 느끼는 장애
범불안장애 최소 6개월 이상 수많은 사건이나 활동에 대해 과도한 불안과 걱정을 하는 장애
특정공포증 특정 사물, 환경, 상황에 대한 공포가 지나쳐 일상생활에 영향을 주는 장애



Infographic

자살 관련 행동

Q. 자살 관련 행동이란?

자살 관련 행동은 자살사고, 자살계획, 자살시도로 구분됨



자살사고

자신을 해치거나 죽임을
가하려고 생각하는 것

자살계획

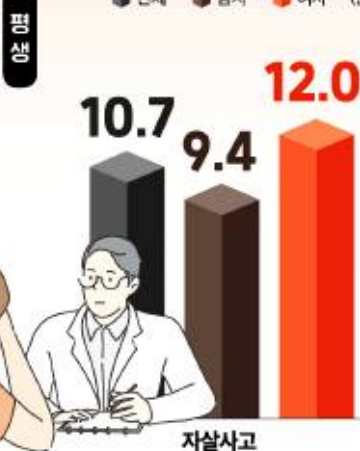
자살에 대한 구체적인
계획을 세우는 것

자살시도

고의적으로 자해하는 등 죽음에 이를
목적으로 치명적인 행동을 시도하는 것

평생 동안 자살 관련 행동을 한 비율

전체 남자 여자 (단위: %)



1년간 자살 관련 행동을 한 비율

(단위: %)



1년간 자살사고를 경험한 비율

전체 남자 여자 (단위: %)



여자가
1.7 배
더 높음



Infographic

정신건강서비스 이용

전체응답자 중 정신건강 관련 상담 경험 비율

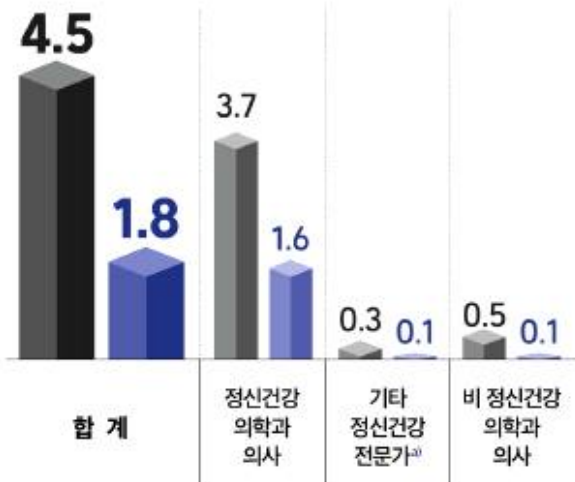
평생 1년 전체 응답자에서의 비율(%)



평생 정신건강서비스 이용 비율

12.1%

평생 동안 정신장애*로
진단 받은 사람 중
정신건강서비스를 이용한 비율



a) 기타 정신건강전문가는 임상심리사, 정신건강사회복지사, 정신건강간호사를 포함

1년 정신건강서비스^{a)} 이용 비율

1년 동안 해당 정신장애 진단자^{b)} (단위 : %)



a) 정신건강의학과 의사, 기타 정신건강전문가 및 정신건강의학과 이외의 의사를 포함

b) 해당 정신장애로 진단된 대상자 대비 서비스 이용자 수의 비율

* 알코올 사용장애, 니코틴 사용장애, 우울장애, 불안장애 중 어느 하나라도 해당되는 경우

** 2년도 조사 항목에서는 양극성장애 항목이 제외되어, 주요우울장애와 기분부전장애를 합친 진단군을 우울장애라고 구분함

Infographic

일러두기

2021년 정신건강실태조사 개요

조사개요

- **조사 목적** 정신질환 유병률 현황 및 위험요인, 사회인구학적 분포, 관련 요인 등을 파악하여 정신보건 정책 수립을 위한 기초 자료를 생산
- **법적 근거** 정신건강복지법 제10조(실태조사)
- **국가통계승인번호** 제117050호
- **조사 실시기간** 2021년 6월 ~ 2021년 8월
- **조사 방법** 태블릿 PC를 사용하여 대면조사
- **최종 응답** 만 18세 이상 ~ 만 79세 이하, 총 5,511명(가구당 1명)



지난 조사 대비 변경사항

