

성별과 연령에 따른 스트레스와 우울감 현황

Vol. 39
2024. 12



경상남도여성가족재단 연구위원 이 정 희

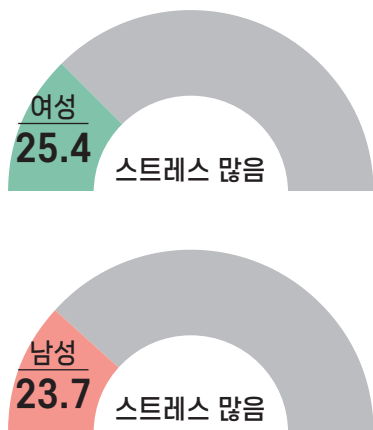
1. 스트레스 인지율

※ 지표 정의: 평소 일상생활 중 스트레스를 "대단히 많이" 또는 "많이" 느끼는 사람의 비율

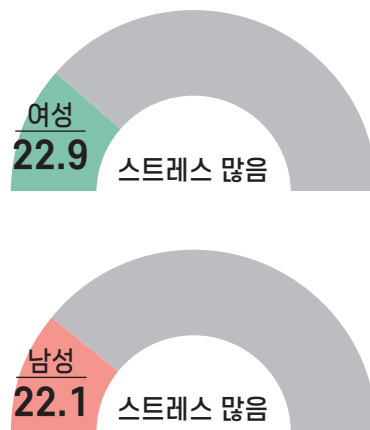
| 전국적으로 일상생활 중 스트레스를 많이 느낀다고 응답한 비율은 여성(25.4%)이 남성(23.7%)보다 다소 높음

| 경남도 마찬가지로 여성(22.9%)이 남성(22.1%)보다 스트레스를 더 많이 느끼고 있었지만, 전체적으로 전국보다는 스트레스 인지율이 다소 낮게 나타남

전국



경남



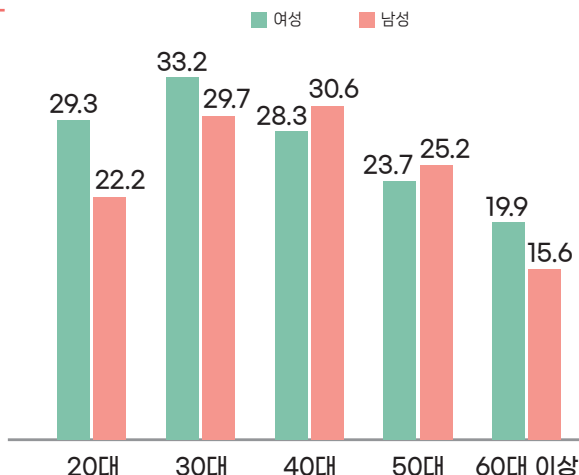
(단위: %)

출처: 질병관리청, 「지역사회건강조사」 원자료 분석(2023).

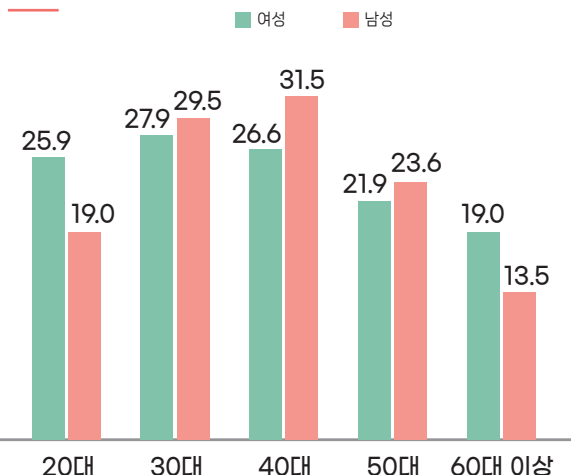
| 스트레스 인지율을 연령별로 살펴보면, 전국적으로 스트레스를 가장 많이 느끼는 연령대는 30대 여성(33.2%), 40대 남성(30.6%), 20대 여성(29.3%) 순으로 나타남

| 경남에서는 40대 남성(31.5%), 30대 남성(29.5%), 30대 여성(27.9%) 순으로 스트레스가 많다고 응답해 전국과는 다른 양상을 보임

전국



경남



(단위: %)

출처: 질병관리청, 「지역사회건강조사」 원자료 분석(2023).

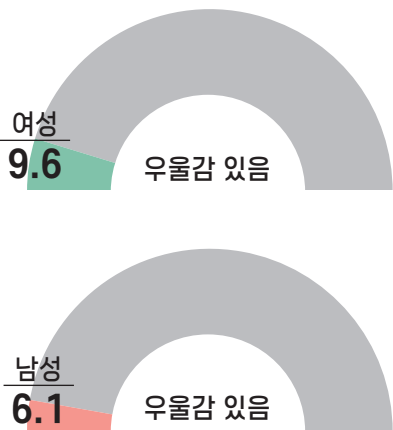
주: 20대는 19~29세를 의미함.

2. 우울감 경험률

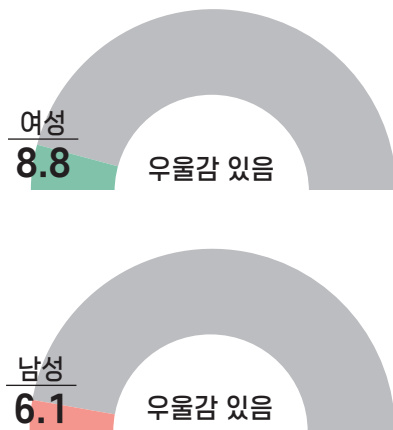
※ 지표 정의: 최근 1년 동안 연속적으로 2주 이상 일상생활에 지장이 있을 정도의 우울감(슬픔이나 절망감 등)을 경험한 사람의 비율

| 전국적으로 일상생활에 지장이 있을 정도의 우울감을 경험한 적이 있다고 응답한 비율은 여성(9.6%)이 남성(6.1%)보다 다소 높음
| 경남도 마찬가지로 여성(8.8%)이 남성(6.1%)보다 우울감을 느끼는 비율이 더 높았지만, 전국보다는 우울감 경험률이 다소 낮게 나타남

전국



경남



(단위: %)

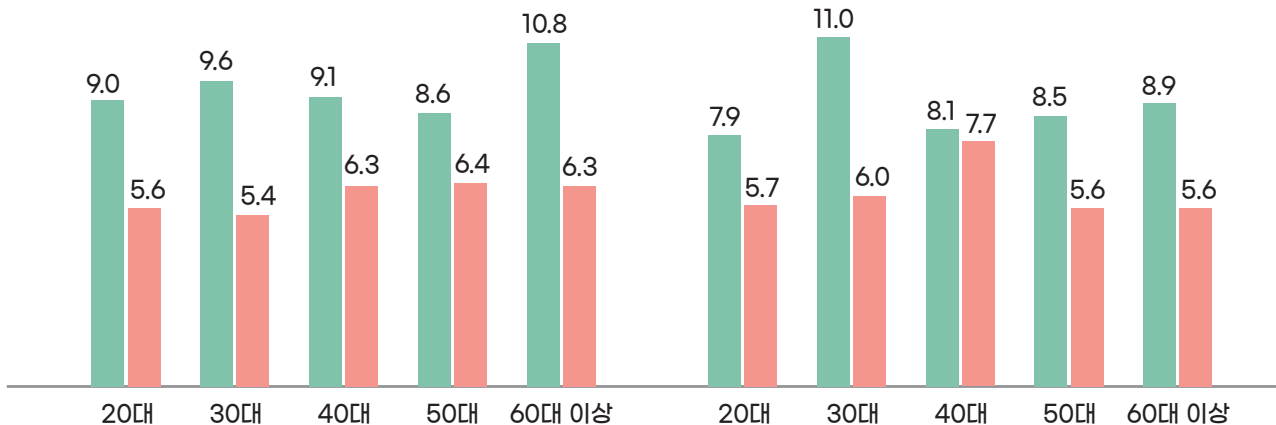
출처: 질병관리청, 「지역사회건강조사」 원자료 분석(2023).

| 우울감 경험률을 연령별로 살펴보면, 전국적으로 우울감을 가장 많이 느끼는 연령대는 60대 이상 여성(10.8%), 30대 여성(9.6%), 40대 여성(9.1%) 순으로 나타남

| 경남에서는 30대 여성(11.0%), 60대 이상 여성(8.9%), 50대 여성(8.5%) 순으로 우울감을 많이 느끼는 것으로 나타나, 전국과는 다른 양상을 보임

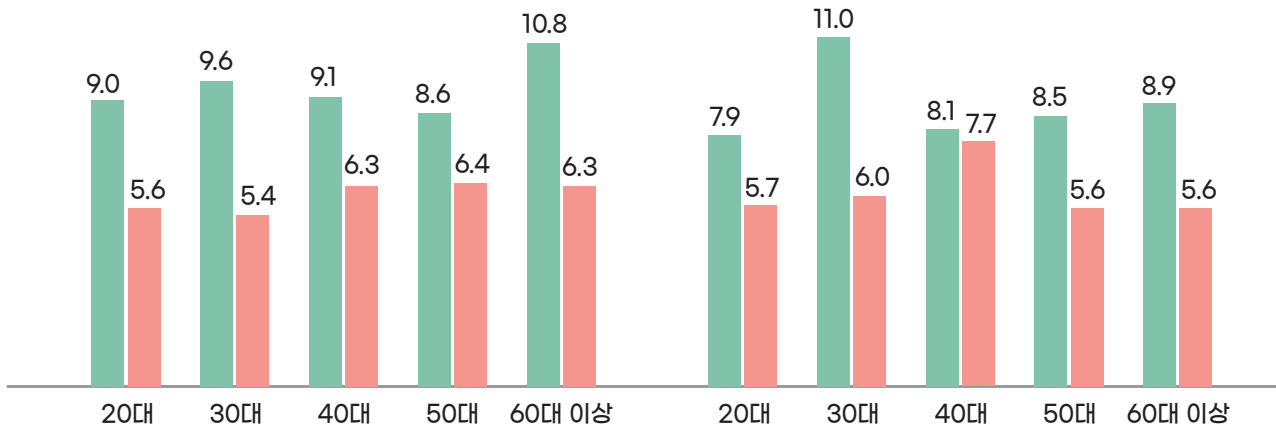
전국

■ 여성 ■ 남성



경남

■ 여성 ■ 남성



(단위: %)

출처: 질병관리청, 「지역사회건강조사」 원자료 분석(2023).

주: 20대는 19~29세를 의미함.