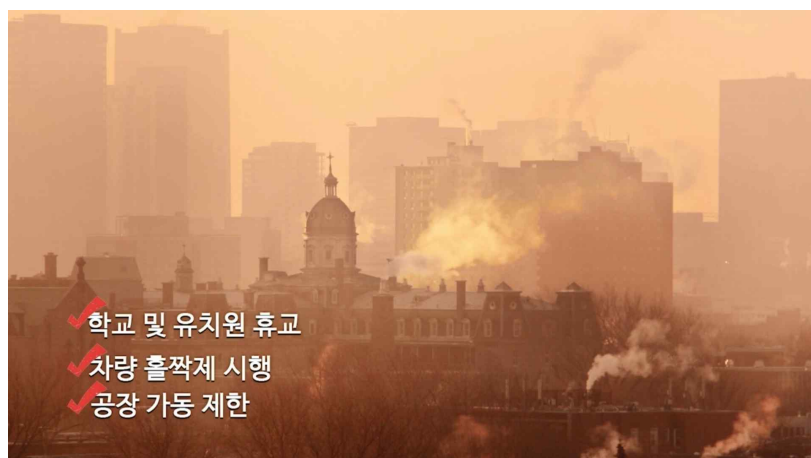


[궁금한 인문학 이]

무병장수 원한다면? 도시vs 시골

2015년 12월 7일, 중국 정부는 사상 처음으로 스모그 적색경보를 발령했다. 베이징의 미세먼지 농도가 세계보건기구가 정한 기준치보다 10배 이상 높은 300마이크로그램까지 치솟았기 때문이다. 이에 따라 학교와 유치원은 임시 휴교를 했고, 차량 홀짝제가 시행되었으며, 대기오염 물질을 배출하는 공장의 가동이 제한되었다.

미세먼지는 폐포를 통해 곧장 혈관으로 유입된 뒤, 전신으로 퍼지기 때문에 건강에 매우 치명적이다. 중국에서는 미세먼지로 인해 심근경색, 뇌졸중, 암이 발병해 사망하는 수가 연간 50만 명에 이르는 것으로 추정하고 있다.



미세먼지 문제는 중국 만의 고민이 아니다. 중국만큼 심각하지는 않지만 파리, 밀라노, 슈투트가르트 등 유럽의 주요 도시들도 미세먼지로 고통을 받고 있다. 독일의 화학자 텔리벨트의 연구에 따르면, 전세계적으로는 매년 330만 명이 미세먼지로 사망한다고 한다.

도시 문명의 혜택, 그리고 뒤따르는 부작용들... 이에 따라 복잡하고 오염된 도시를 떠나 '전원에서의 건강한 삶'을 꿈꾸는 사람들도 늘어나고 있다. 많은 이들이 지금 당장은 어려워도 노후를 시골에서 여유있게 보내고 싶다고 생각하기도 한다. 그런데 정말 시골 생활이 도시 생활보다 더 건강한 삶을 보장할까.

10만 년 전 지구의 역사에 등장한 인류는 9만 년 동안 시골에서 살아왔다. 작은 무리를 이루며 수렵 및 채집 활동을 통해 생계를 이어나갔고, 살기 좋은 곳을 찾아 끊임없이 이동했다. 그런데 1만 년 전 한 곳에 정착해 농경 생활을 시작하면서, 인류의 수는 급격히 늘어났고, 곧 큰 도시들이 생겨났다. 그리고 도시 환경은 사람들의 건강한 삶을 위협하는 새로운 문제들을 일으키는데...

첫 번째는 활동량 부족에 따른 비만이다. 도시에 사는 현대인들은 가족의 생계를 위해 사냥을 할 필요도 없고,

먹을 것을 모으러 다닐 필요도 없다. 주문만 하면 문 앞까지 음식이 배달되고, 일할 때도 쉴 때도 대부분 한 자리에 앉아서 보내는 등 활동량도 현저히 줄어들었다.

2014년에 실시한 보건복지부 조사에 따르면, 이렇게 하루 동안 도시 거주자가 앉아서 보내는 시간은 7시간 42분, 읍면 거주자에 비해 1시간 가량이 길었다. 편리한 도시 생활로 활동량이 줄어들자 사람들의 비만율은 높아졌고, 그에 따른 심장 질환 위험도 커졌다.



전염병 또한 도시 거주자들을 위협한다. 대도시 거주자들은 소도시에 비해 전염병에 훨씬 잘 걸리는데, 하루에 마주치는 사람의 수가 많기 때문이다. 실제로 도시에서 감기가 전염된 원인 중 50퍼센트는 지하철 탑승인 것으로 밝혀졌다.

공향이 있는 대도시에는 더욱 병이 확산되기에 안성맞춤인 조건을 갖추고 있다. 2003년에 중국 남부에 발발한 사스는 홍콩을 방문한 다양한 국적의 사람들에게 바이러스를 옮겼고, 이로 인해 천여 명이 목숨을 잃었다.

스트레스로 인한 정신건강 문제는 어떨까. 대표적인 정신질환인 조현병의 발병률은 사는 곳의 규모에 따라 차이가 나는데, 생후 5년에서 10년 사이에 출생지보다 더 큰 도시로 이사한 경우 그 발병 위험률이 1.4배 높아졌고, 작은 도시로 이사했을 경우에는 20퍼센트가 감소했다. 또한 대도시에서 태어나 계속 머문 사람은 줄곧 시골에서 산 사람에 비해 조현병에 걸릴 확률이 거의 3배나 높았다.

그렇다면 이토록 위험 요인들이 가득한 도시를 떠나살면 우리의 건강은 안전할까? 답은 “그렇지 않다”이다. 자연과 가까운 시골 역시 건강과 관련한, 다양한 문제를 지니고 있다. 한국건강증진개발원의 조사에 의하면, 시골 거주자의 비만률이 오히려 도시보다 높게 나타났고, 당뇨병, 고혈압, 비만 등 만성질환을 가지고 있는 사람도 더 많은 것으로 나타났다. 그 이유는 소도시나 시골에 사는 주민들의 흡연율이 더 높고, 운동량도 부족하고, 덜 건강한 식생활을 하는 경우가 많기 때문이다. 전염병에 걸릴 위험도 도시에 비해 시골이 낮지만, 질병이 치명적인 단계로 발전할 위험은 오히려 시골이 더 크다.

미국에서는 1950년대만 해도 도시의 사망률이 시골보다 높았지만, 2009년에는 시골의 사망률이 도시에 비해 13퍼센트나 높은 것으로 조사되었다. 농촌 인구가 빈곤화되고 도시와의 의료 환경의 차이가 커지면서 도시와

시골 간 사망률의 격차가 벌어졌기 때문이다.

정신건강 상태 역시 시골이 도시에 비해 낮다고 말하기 어렵다. 전 세계적으로 시골 지역의 자살률이 도시에 비해 높게 나타나고 있는데, 14세에서 24세 사이 미국 남성의 경우 10만 명당 자살하는 사람의 수가 도시는 약 10명인데 반해, 시골은 약 20명으로 무려 2배나 차이가 났다. 이렇게 시골의 자살률이 높은 원인으로는 열악한 심리치료 환경이 꼽히고 있다. 이처럼 도시를 벗어난다고 해서 건강한 삶을 위협하는 요인들이 사라지는 것은 아니다. 그렇다면 우리는 어떤 선택을 해야할까.

이미 세계 인구의 절반은 도시 사람이 되었고, 유엔 해비타트는 2050년에 세계 인구의 약 70퍼센트가 도시에 거주하게 될 것으로 전망하고 있다. 점점 더 많은 도시가 인구 천만 명 이상의 메가시티로 성장하고 있고, 이렇게 사람들이 모여들면서 생겨나는 문제들은 앞으로도 더욱 다양해 질 것이다. 이렇게 도시화가 불가피한 상황에서 우리에게 필요한 것은 도시를 떠나는 용기가 아니라, 도시의 단점을 해결하려는 노력이 아닐까? 도시가 유익한 공간이 될 수 있도록 하는 다양한 활동에 동참하며 바뀌어나간다면, 모두가 도시가 주는 긍정적인 혜택을 누릴 수 있을 것이다. ^{BM}

[참고도서] <도시에 산다는 것에 대하여> 마즈다 아들리, 글담