

## 청소년의 성인이행기 건강행태 조사, 「2026년 청소년건강패널조사」 시작!

- 2019년 초6으로 시작한 5,051명 패널, 올해 성인기 진입에 따른 8차 조사 착수
- 청소년에서 성인까지, 생애주기별 건강지표 연계 및 정책 근거 마련

질병관리청(청장 임승관)은 우리나라 청소년들이 성인으로 전환되는 시기의 건강행태 변화와 그 결정요인을 면밀히 파악하기 위해 「2026년도 청소년건강패널조사」(제8차연도)를 5월 18일(월)부터 11월 30일(월)까지 실시한다.

청소년건강패널조사는 동일한 대상자를 매년 추적하여 흡연, 음주, 식생활, 신체활동 등 건강행태 변화와 관련 선행요인을 파악하는 연구로, 2019년 당시 초등학교 6학년이었던 전국 5,051명을 패널로 구축하여 10년간('19~'28) 조사를 진행하고 있다.

### < 청소년건강패널조사 개요 >

- (조사대상) 2019년 조사참여 초등학교 6학년 패널 5,051명
- (조사기간) 2019년~2028년(10년간 추적조사)
- (조사내용) 흡연, 음주, 신체활동, 식생활 등 건강행태변화 및 관련 선행요인
- (조사방법) 조사원이 가구를 방문하여 태블릿PC를 이용한 자기기입식 조사
- (조사기관) 한국리서치

질병관리청은 작년 7월, 청소년건강패널조사 1~6차 통계 결과를 바탕으로 ▲담배제품사용 증가, 특히 액상형 전자담배의 사용 증가, ▲학년 진급에 따른 음주경험 지속 증가, ▲건강행태변화에 영향을 미치는 환경적 요인(가족, 학교, 지역사회 요인 등) 전반적 악화 등 건강행태 개선과 관련된 주변 환경 여건 개선 필요성 등을 알린 바 있다.

올해 실시되는 8차 조사는 패널들이 고교 졸업 후 성인기에 진입하는 첫해라는 점에서 큰 의미가 있다. 그간의 조사가 ‘청소년기 건강행태 형성 과정’에 집중했다면,

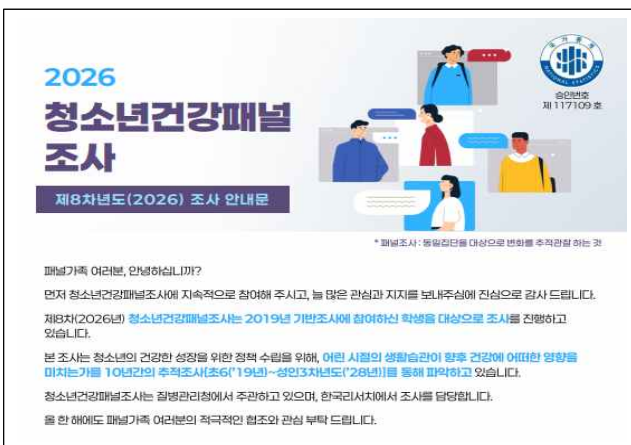
이번 조사부터는 ‘청소년기 건강행태가 성인기 건강으로 어떻게 이행되는가’ 를 규명하는  
 가교 역할을 수행하게 된다.

질병관리청은 성인이 된 패널의 특성을 반영하여 조사 문항을 대폭 개편하였다.  
 기존에 실시하던 ▲보호자 설문을 제외하고, 패널 본인이 직접 응답하는 설문  
 문항 238개로 정비하여 ▲응답의 독립성과 편의성을 높였다. 청소년기에서 성인기로의  
 이행기는 흡연, 음주, 신체활동 등 ▲주요 건강행태 문항을 성인 기준에 부합하도록  
 조정하여 ▲성인 건강지표와의 연계 및 국제 비교가 가능하도록 하였다.

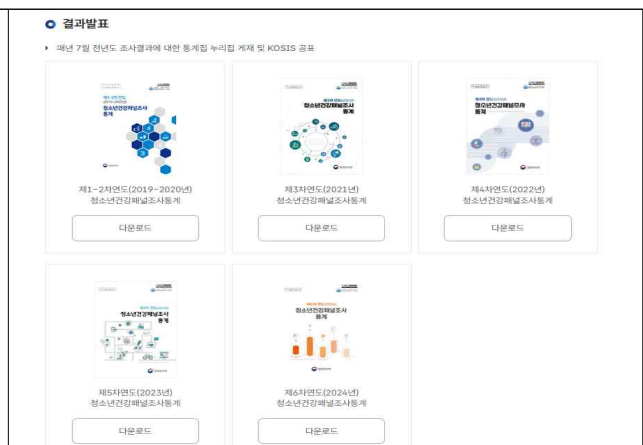
또한 대학 진학, 취업, 군 입대 등 사회적 역할과 환경이 급격히 변화함에  
 따라 외로움, 우울, 수면 문제 등 정신건강 영역 조사 문항을 신규 도입하였다.

올해는 고교 졸업 후 대학 진학이나 취업 등 패널들의 사회적 신분과 거주지가  
 급격히 변하는 성인기 진입 첫해이다. 이에 따라 소재 파악 및 연락이 어려워질  
 수 있음을 고려하여, 5월부터 조사를 착수하여 신규 환경에 적응 중인 패널들의  
 적극적인 참여를 독려하고 조사의 정확도를 높일 계획이다.

질병관리청은 패널조사 데이터를 통해 청소년기 건강위해 요인을 규명해왔고,  
 이는 과학적 근거에 기반한 보건정책 마련의 토대가 되어왔다. 특히 최근 분석에서  
 나타난 ▲학년 진급에 따른 액상형 전자담배 사용 증가 및 음주율 증가 현상은  
 청소년기의 습관이 성인기에 고착화될 위험을 보여준다. 따라서 이번 성인기 추적 조사를  
 통해 이러한 행태가 실제 성인기 질환으로 이어지는지 규명함으로써, 단순 예방을 넘어  
 건강한 성인기를 위한 건강정책 마련의 핵심 근거로 활용할 방침이다.



<청소년건강패널조사 조사안내문>



<청소년건강패널조사 통계집>



임승관 질병관리청장은 “조사에 참여하는 여러분의 소중한 응답은 단순한 데이터 차원을 넘어 대한민국의 건강한 미래를 설계하는 주춧돌의 역할이 될 것”이라고 강조했다.

이어 “성인기에 접어든 패널들이 우리나라 청소년 및 청년 세대를 대표한다는 자부심을 가지고, 본인의 건강 습관을 점검하는 마음으로 조사에 적극 참여해 주길 부탁드립니다.”며 “질병관리청은 여러분이 제공해 준 소중한 자료를 바탕으로, 일상에서 체감할 수 있는 맞춤형 건강증진 정책을 수립하고 실질적인 건강 안전망을 구축하는 데 모든 역량을 집중하겠다”고 밝혔다.

청소년건강패널조사에 관한 자세한 내용과 통계집은 질병관리청 누리집(www.kdca.go.kr) 에서 확인할 수 있다.

\* [청소년건강패널조사 통계집 열람] : 질병관리청 누리집(www.kdca.go.kr) → 정책정보 → 건강위해 예방·관리 → 흡연폐해 조사·연구 → 청소년건강패널조사

- <붙임> 1. 청소년건강패널조사 개요  
2. 2026년 청소년건강패널조사 항목

담당 부서	건강위해대응관 기후보건·건강위해대비과	책임자	과 장	안윤진 (043-219-2950)
		담당자	연구관	강성현 (043-219-2971)
			선임연구원	이주현 (043-219-2923)

□ **조사 개요**

- (대상) '19년 기반조사에 참여한 학생 및 보호자
- (방법) 조사원이 가구 방문하여 태블릿PC를 통한 자기기입식 조사
- (내용) 흡연, 음주, 식생활, 신체활동 등 건강행태 변화 및 관련 선행요인

※ **영역별 조사 문항 수**

(단위: 개)

구분	제1차 연도('19)			제2차 연도('20)			제3~4차 연도('21~'22)			제5차 연도('23)			제6차 연도('24)		
	계	기본	하위	계	기본	하위	계	기본	하위	계	기본	하위	계	기본	하위
흡연	58	30	28	61	32	29	61	32	29	72	48	24	72	48	24
음주	32	24	8	33	24	9	33	24	9	33	25	8	33	25	8
식생활	14	12	2	12	12	-	12	12	-	12	12	-	13	13	-
신체활동	22	21	1	22	21	1	22	21	1	22	21	1	22	21	1
심리적으로인	9	9	-	9	9	-	9	9	-	15	15	-	15	15	-
기타	8	8	-	22	10	12	41	29	12	34	20	14	44	30	14
<b>합계</b>	<b>143</b>	<b>104</b>	<b>39</b>	<b>159</b>	<b>108</b>	<b>51</b>	<b>178</b>	<b>127</b>	<b>51</b>	<b>188</b>	<b>141</b>	<b>47</b>	<b>199</b>	<b>152</b>	<b>47</b>

- (참여현황) ('19) 5,051명 → ('20) 4,702명(93.1%) → ('21) 4,438명(87.9%)  
→ ('22) 4,409명(87.3%) → ('23) 4,243명(84.0%) → ('24) 4,141명(82.0%)

※ **패널조사 참여 학생 현황(성별· 시도별)**

(단위: 명)

시도	전체						남학생						여학생					
	1차 ('19)	2차 ('20)	3차 ('21)	4차 ('22)	5차 ('23)	6차 ('24)	1차 ('19)	2차 ('20)	3차 ('21)	4차 ('22)	5차 ('23)	6차 ('24)	1차 ('19)	2차 ('20)	3차 ('21)	4차 ('22)	5차 ('23)	6차 ('24)
서울	516	479	439	446	421	404	287	265	234	249	236	228	229	214	205	197	185	176
부산	359	339	330	315	304	290	184	172	165	156	157	148	175	167	165	159	147	142
대구	301	285	278	265	262	260	160	153	153	148	146	144	141	132	125	117	116	116
인천	368	340	303	308	309	302	171	157	138	145	144	140	197	183	165	163	165	162
광주	284	264	245	250	237	241	153	145	135	140	132	134	131	119	110	110	105	107
대전	212	194	182	176	170	168	109	99	94	89	86	87	103	95	88	87	84	81
울산	221	211	212	204	203	199	120	115	115	113	113	112	101	96	97	91	90	87
세종	90	85	82	88	77	76	45	44	42	44	40	40	45	41	40	44	37	36
경기	801	736	672	657	623	603	436	400	366	367	350	336	365	336	306	290	273	267
강원	210	191	178	168	165	158	110	102	95	84	86	85	100	89	83	84	79	73
충북	346	318	303	303	293	281	167	152	145	141	141	139	179	166	158	162	152	142
충남	235	212	206	213	202	201	126	115	108	115	113	113	109	97	98	98	89	88
전북	273	266	255	253	248	243	144	140	135	135	131	130	129	126	120	118	117	113
전남	261	257	242	256	242	238	133	131	124	130	122	122	128	126	118	126	120	116
경북	296	273	261	260	244	240	154	139	132	136	125	122	142	134	129	124	119	118
경남	278	252	250	247	243	237	135	120	121	123	119	115	143	132	129	124	124	122
<b>전국 (%)</b>	<b>5,051</b>	<b>4,702</b>	<b>4,438</b>	<b>4,409</b>	<b>4,243</b>	<b>4,141</b>	<b>2,634</b>	<b>2,449</b>	<b>2,302</b>	<b>2,315</b>	<b>2,241</b>	<b>2,195</b>	<b>2,417</b>	<b>2,253</b>	<b>2,136</b>	<b>2,094</b>	<b>2,002</b>	<b>1,946</b>
		(93.1)	(87.9)	(87.3)	(84.0)	(82.0)		(93.0)	(87.4)	(87.9)	(85.1)	(83.3)		(93.2)	(88.4)	(86.6)	(82.8)	(80.5)

영역	문항수	세부 조사항목
합계	238	학생
식생활	19	아침 식사/과일/채소/우유 및 유제품/패스트푸드/단맛 음료/제로 음료 <sup>5)</sup> /고카페인 음료/음식점(음식업소) 음식 <sup>5)</sup> /야식 <sup>5)</sup> 섭취 빈도, 연간 식이보충제 복용 여부 <sup>5)</sup> , 부모(보호자) 동반 식사 빈도, 건강 식습관에 대한 부모의 지도, 가공식품 영양표시 인지 여부 <sup>5)</sup> 체중 조절 노력 여부, 주관적 신체 이미지 등
신체활동	14	하루 60분 이상 신체활동 빈도, 하루 10분 이상 고강도 신체활동 빈도, 하루 10분 이상 중강도 신체 활동 빈도 <sup>5)</sup> , 근력 운동 빈도, 10분 이상 걸은 날의 빈도, 앉아서 보낸 시간(주중/주말), 체육 동호회 가입 여부 <sup>5)</sup> , 신체활동 실천에 대한 부모의 지도, 학습 목적 외 TV, 컴퓨터, 스마트폰 이용 제한, 지역 내 체육시설 접근성 등
흡연	93	일반 담배(궐련)/궐련형 전자담배 평생 흡연(사용) 경험(모금/개비 기준), 액상형 전자담배 평생 사용 경험(모금 기준), 일반 담배(궐련)/액상형 전자담배/궐련형 전자담배 흡연(사용) 시작 시기, 일반 담배(궐련)/궐련형 전자담배 평생 흡연(사용)량 <sup>5)</sup> , 일반 담배(궐련)/액상형 전자담배/궐련형 전자담배 현재 흡연(사용) 여부 <sup>5)</sup> , 일반 담배(궐련)/액상형 전자담배/궐련형 전자담배 월간 가향담배 흡연(사용) 여부, 일반 담배(궐련)/액상형 전자담배/궐련형 전자담배 기상 후 첫 담배 시간 <sup>5)</sup> , 액상형 전자담배 제품유형 <sup>5)</sup> 및 구입경로, 일반담배/액상형 전자담배/궐련형 전자담배 금연시도 경험 및 금연 계획, 기타담배 사용 경험 <sup>5)</sup> , 흡연 시작 이유, 처음 사용한 담배 종류, 흡연 시작 시 가향담배 사용 여부, 월간 주로 사용한 담배 종류, 아침 첫 담배 종류 <sup>5)</sup> , 금연구역 내 흡연 갈망 <sup>5)</sup> , 가장 맛있는 담배 <sup>5)</sup> , 오전 중 흡연량 <sup>5)</sup> , 질병 시 흡연 <sup>5)</sup> , 흡연 의도, 처음 사용할 담배 종류 <sup>3)</sup> , 친구 권유에 의한 흡연의도, 주관적 판단에 의한 흡연자 여부, 본인 흡연에 대한 부모의 허용, 부모로부터 흡연 유해성에 대한 교육 경험, 가구 내 흡연자 유무/가구 내 흡연자, 가구 내 흡연자의 가정에서 흡연 여부 <sup>1)</sup> , 친한 친구 3명 중 흡연자 수, 흡연에 대한 또래집단의 압박, 본인 흡연에 대한 친구의 허용, 친구 흡연에 대한 본인의 허용, 성인의 흡연을 추정(남/여) <sup>5)</sup> , 또래 흡연자에 대한 태도(멋있음, 친구 많음), 담배 제품(3종)의 상대적 유해성 인식 비교 <sup>3)</sup> , 가향 물질의 유해성 인식 <sup>3)</sup> , 전자담배(액상형/궐련형)에 대한 이미지 <sup>3)</sup> , 담배의 중독성 인식, 가구 내 간접흡연 경험 여부, 연간 금연 광고 경험 여부, 대중매체 담배 광고 노출(액상형 전자담배/궐련형 전자담배) <sup>3)</sup> , 액상형 전자담배/궐련형 전자담배의 할인 판매 광고 목격, 담배 광고 목격 빈도 및 노출 매체, 미디어 내 흡연 장면 시청 빈도, 담배규제 정책(담배가격 인상, 진열 및 광고 금지, 가향금지) <sup>5)</sup> , 담배회사 행사 및 이벤트 후원 노출 여부 <sup>5)</sup> 등
음주	38	평생 음주 경험(모금/잔 기준), 처음 음주 시작 시기(모금/잔 기준), 음주 시작 이유, 연간 음주 경험 및 빈도 <sup>5)</sup> , 평균 음주량 <sup>5)</sup> , 폭음 빈도 <sup>5)</sup> , 음주 후 문제행동/일상생활 지장/해장술 섭취/후회/기억력 문제/가족 및 주변인에게 손상/가족 및 의사에게 금주 권고 경험 <sup>5)</sup> , 절주 및 금주 계획 여부 <sup>5)</sup> , 음주 의도, 친구 권유에 의한 음주 의도, 자녀 음주에 대한 부모의 허용, 부모로부터 음주 유해성에 대한 교육 경험, 가구 내 음주자 유무/가구 내 음주자, 가구 내 음주자의 가정에서 음주 여부 <sup>1)</sup> , 친한 친구 3명 중 음주자 수, 음주에 대한 또래집단의 압박, 본인 음주에 대한 친구의 허용, 친구 음주에 대한 본인의 허용, 성인의 음주를 추정(남/여) <sup>5)</sup> , 또래 음주자에 대한 태도(멋있음, 친구 많음), 음주의 유해성 인식, TV 술 광고 시청 빈도, TV 제외한 미디어 매체 술 광고 시청 빈도/노출 매체, 미디어 내 음주 장면 시청 빈도, 공공장소 음주 장면 목격 빈도 등

영역	문항수	세부 조사항목
기타	74	스마트폰 과의존도/스마트폰 이용시간(주중/주말), 수면시간(주중, 주말), 수면의 질 척도 (B-PSQI) <sup>5)</sup> , 스트레스 경험, 고민상담 대상, 외로움 빈도 <sup>5)</sup> , 우울증 선별도구(PHQ-9) <sup>5)</sup> , 범불안장애 척도 <sup>2)</sup> , 우울감 경험, 자살 생각/계획/시도 여부 <sup>5)</sup> , 정신문제 상담 경험 <sup>5)</sup> , 평생/연간 천식 의사진단 경험 <sup>3)</sup> , 평생/연간 알레르기비염 의사진단 경험 <sup>3)</sup> , 신장/체중, 주관적 건강수준 <sup>3)</sup> , 현재 신분, 최근 1주일 동안 경제활동 여부 <sup>5)</sup> , 용돈, 가구 경제상태, 가족의 화목도, 거주형태 등

\* 통계집 산출 항목 진하게 표시

- 1) 제2차 연도(2021년) 추가항목
- 2) 제3차 연도(2022년) 추가항목
- 3) 제5차 연도(2023년) 추가항목
- 4) 제7차 연도(2025년) 추가항목
- 5) 제8차 연도(2026년) 추가항목

