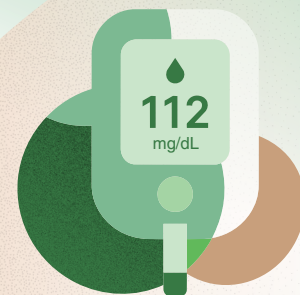
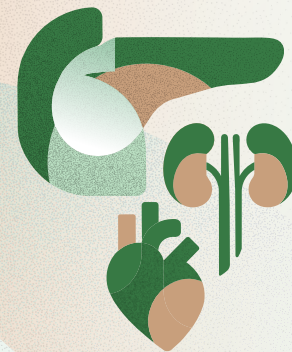
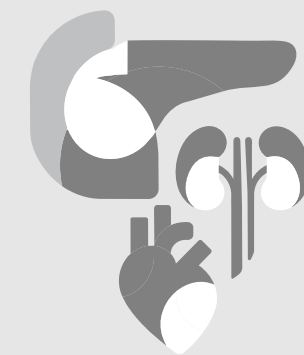


DIABETES FACT SHEET IN KOREA 2026



출판인 김성래
편집인 이용호
발행처 대한당뇨병학회 임상연구위원회
디자인 킨코스코리아

DIABETES FACT SHEET IN KOREA 2026



인사말

대한당뇨병학회는 2012년 Diabetes Fact Sheet in Korea (DFS)를 처음 발간한 이후, 우리나라 당뇨병의 현황과 변화상을 객관적으로 파악하고 알리기 위해 지속적으로 Fact Sheet를 발간해 왔습니다. 국가 보건의료 자료를 바탕으로 제작되는 DFS는 우리나라 당뇨병의 규모와 관리 실태를 보여주고, 주요 동반질환과 합병증의 부담을 파악함으로써 당뇨병의 예방과 관리, 관련 정책을 논의하는 데 중요한 근거자료로 활용되어 왔습니다.

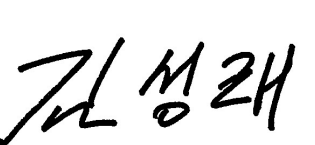
Diabetes Fact Sheet in Korea 2026에서는 최신 국민건강영양조사 자료를 이용하여 우리나라 성인의 당뇨병과 당뇨병전단계 현황, 당뇨병 인지율·치료율·조절률의 변화와 연령대별 혈당조절 양상을 살펴보았습니다. 또한 비만과 복부비만, 고혈압, 고콜레스테롤혈증 등 주요 동반질환과 영양 및 생활습관을 함께 분석하였습니다. 특히 올해에는 최근 진료지침의 변화를 반영하여 혈압 조절 목표를 새롭게 적용하고, LDL 콜레스테롤 목표를 당뇨병 유병기간에 따라 구분하여 평가함으로써 현재의 진료기준에 보다 부합하는 관리 수준을 제시하고자 하였습니다. 이러한 기준을 혈당·혈압·LDL 콜레스테롤의 통합관리 평가에도 적용하였습니다. 이번 자료에서는 당뇨병의 인지와 치료, 혈당조절 수준이 이전보다 개선되고 있음을 확인할 수 있었습니다. 그러나 젊은 연령층에서는 여전히 상대적으로 높은 당화혈색소를 보였고, 비만을 비롯한 여러 대사위험요인의 동반도 흔하게 나타났습니다. 이는 당뇨병 관리에서 혈당뿐 아니라 혈압과 지질, 체중 등 심혈관 위험요인을 함께 관리하고, 연령과 개인의 특성을 고려한 보다 세밀한 접근이 필요함을 보여줍니다.

대한당뇨병학회는 앞으로도 신뢰할 수 있는 자료를 지속적으로 축적하고 변화하는 근거와 진료 환경을 반영하여, 우리나라 당뇨병의 예방과 관리 수준을 높이기 위해 노력하겠습니다. Diabetes Fact Sheet in Korea 2026이 우리나라 당뇨병의 현황을 이해하고, 보다 나은 예방과 관리 방안을 마련하는 데 유용한 자료로 활용되기를 바랍니다.

대한당뇨병학회 회장 **김철희**



대한당뇨병학회 이사장 **김성래**



임원진 (2026)

2026 회장	김철희	순천향의대
2026 부회장	김성훈	분당제생병원
2026 부회장	홍영선	이화의대
2026 부회장	윤영순	고신대학교복음병원 간호팀
2026 부회장	이정화	경희의료원 영양팀
감사	구본정	충남의대
감사	조동혁	전남의대
이사장	김성래	가톨릭의대
총무이사	손장원	가톨릭의대
학술이사	권혁상	가톨릭의대
간행이사	노정현	인제의대
교육이사	김미경	계명의대
수련이사	정창희	울산의대
임상연구이사	이용호	연세의대
기초연구이사	고은희	울산의대
식품영양이사	이은정	성균관의대
언론·홍보이사	박철영	성균관의대
보험이사	김종화	부천세종병원

대외협력이사	김상용	조선의대
법제이사	오승준	경희의대
국제협력이사	김소현	인하의대
진료지침이사	조영민	서울의대
기획이사	홍상모	한양의대
일차진료이사	한정훈	프렌닥터한내과
디지털헬스이사	윤재승	가톨릭의대
윤리이사	김상수	부산의대
재정지속가능전략TF 팀장	윤석기	천안엔도내과
당뇨병특성화TF 팀장	김남훈	고려의대
Diabesity TF 팀장	임수	서울의대
60주년기념사업단 위원장	김신곤	고려의대
대정부이사	박정환	한양의대
환자관리이사	김현진	충남의대
사회공헌이사	전숙	경희의대
재무이사	이기영	가천의대

출판인 김성래
편집인 이용호
편집위원 김규리, 김영은, 김지윤, 김진화, 김현민, 정한나, 조용인, 한경도, 한유진

자료원 및 분석방법 (국민건강영양조사)

대상자	2012-2024년도 국민건강영양조사에 참여한 19세 이상 성인
당뇨병 및 당뇨병전단계 정의	<p>당뇨병 진단기준: 4개의 경우 중 하나 이상에 해당되는 경우 ①의사로부터 당뇨병을 진단받은 경우 ②당뇨병약제로 치료 중인 경우 ③공복혈당이 126 mg/dL 이상인 경우 ④당화혈색소가 6.5% 이상인 경우</p> <p>당뇨병전단계: 당뇨병이 아니면서 공복혈당이 100-125 mg/dL 또는 당화혈색소 5.7-6.4%인 경우</p>
당뇨병 관리현황 지표 산출	<p>당뇨병 유병자: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우</p> <p>당뇨병 인지율: 당뇨병 유병자 중 의사로부터 당뇨병을 진단받은 분율</p> <p>당뇨병 치료율: 당뇨병 유병자 중 현재 당뇨병약제로 치료 중인 분율</p> <p>당뇨병 조절률: 당뇨병 유병자 중 당화혈색소가 6.5% 미만인 분율</p>

당뇨병 동반질환	비만	<p>비만 (체질량지수 기준)(kg/m²): ①<18.5 저체중 ② 18.5-22.9 정상체중 ③ 23.0-24.9 비만전단계 ④ 25.0-29.9 1단계 비만 ⑤ 30.0-34.9 2단계 비만 ⑥ 35.0 이상 3단계 비만</p> <p>복부비만 (허리둘레 기준): 남자 90 cm 이상, 여자 85 cm 이상인 경우</p>
	고혈압	<p>고혈압 유병률: 수축기혈압이 140 mmHg 이상이거나 이완기혈압이 90 mmHg 이상 또는 고혈압약제를 복용한 분율</p> <p>고혈압 조절률: 수축기혈압이 130 mmHg 미만이고 이완기혈압이 80 mmHg 미만인 분율</p>
	고콜레스테롤혈증	<p>고콜레스테롤혈증 유병률: 혈중 LDL 콜레스테롤이 100 mg/dL 이상이거나 콜레스테롤강하제를 복용한 분율</p> <p>고콜레스테롤혈증 조절률: 혈중 LDL 콜레스테롤이 당뇨병 유병기간 10년 미만에서는 100 mg/dL 미만, 10년 이상에서는 70 mg/dL 미만인 분율</p>
	통합관리	당화혈색소 6.5% 미만, 혈압 130/80 mmHg 미만, 혈중 LDL 콜레스테롤이 당뇨병 유병기간 10년 미만에서는 100 mg/dL 미만, 10년 이상에서는 70 mg/dL 미만의 세 가지 목표에 모두 도달한 경우

영양소 섭취

에너지 과잉 섭취율: 에너지 섭취량이 필요추정량(2015 한국인 영양소 섭취기준)의 125% 이상인 분율

단백질 에너지 섭취율: {(단백질 섭취량x4)+(지방 섭취량x9)+(탄수화물 섭취량x4)}에 대한 (단백질 섭취량x4)의 분율

지방 에너지 섭취율: {(단백질 섭취량x4)+(지방 섭취량x9)+(탄수화물 섭취량x4)}에 대한 (지방 섭취량x9)의 분율

탄수화물 에너지 섭취율: {(단백질 섭취량x4)+(지방 섭취량x9)+(탄수화물 섭취량x4)}에 대한 (탄수화물 섭취량x4)의 분율

생활습관

현재흡연율: 평생 담배 5갑(100개비) 이상 피웠고, 현재 담배를 피우는 분율

고위험음주율: 1회 평균 음주량이 남자 7잔, 여자 5잔 이상이며, 주 2회 이상 음주하는 분율

걷기실천율: 최근 1주일 동안 걷기를 1일 총 30분 이상, 주 5일 이상 실천한 분율

목차

1 우리나라 성인의 당뇨병 현황

9	당뇨병 유병률
10	당뇨병 연령별 분포
11	당뇨병 인구
12	최근 13년간 당뇨병 유병률 변화 (2012-2024년)
13	최근 13년간 당뇨병 인구 변화 (2012-2024년)
14	당뇨병전단계 유병률
15	당뇨병전단계 인구
16	당뇨병 관리 수준
17	당뇨병 관리 수준 변화
18	혈당 관리 방법
19	혈당 조절 상태
20	연령대별 평균 당화혈색소 변화
21	연령대별 당화혈색소 분포
22	당화혈색소 9.0% 이상 비율

2 당뇨병과 동반질환

24	당뇨병과 비만
25	당뇨병과 복부비만
26	당뇨병과 고혈압
27	당뇨병과 고콜레스테롤혈증
28	당뇨병 유병기간별 고콜레스테롤혈증 유병률 및 조절률
29	당뇨병과 고혈압, 고콜레스테롤혈증 동반율
30	당뇨병 통합관리
31	당뇨병 유병자의 영양소 섭취량, 에너지 과잉 섭취
32	당뇨병 유병자의 급원별 에너지 섭취분율
33	당뇨병과 생활습관

우리나라 성인의 당뇨병 현황

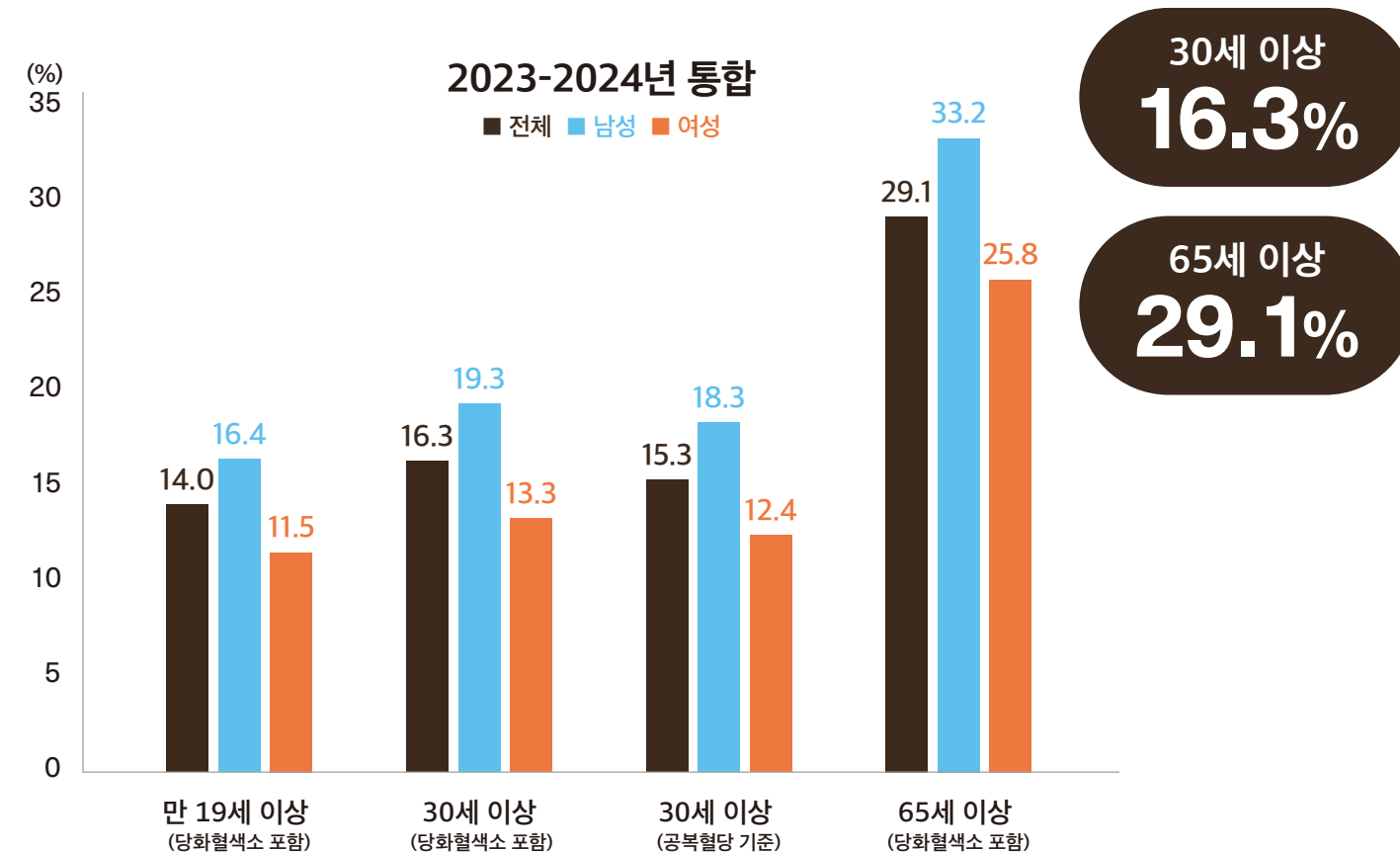
DIABETES FACT SHEET
IN KOREA 2026

자료원: 국민건강영양조사
2012-2024년도 국민건강영양조사, 19세 이상 성인

1

당뇨병 유병률

30세 이상 성인 6명 중 1명 (16.3%)이 당뇨병을 가지고 있으며, 65세 이상에서는 약 10명 중 3명 (29.1%)으로 증가함.
당뇨병 유병률은 여성보다 남성에서 높게 나타남.

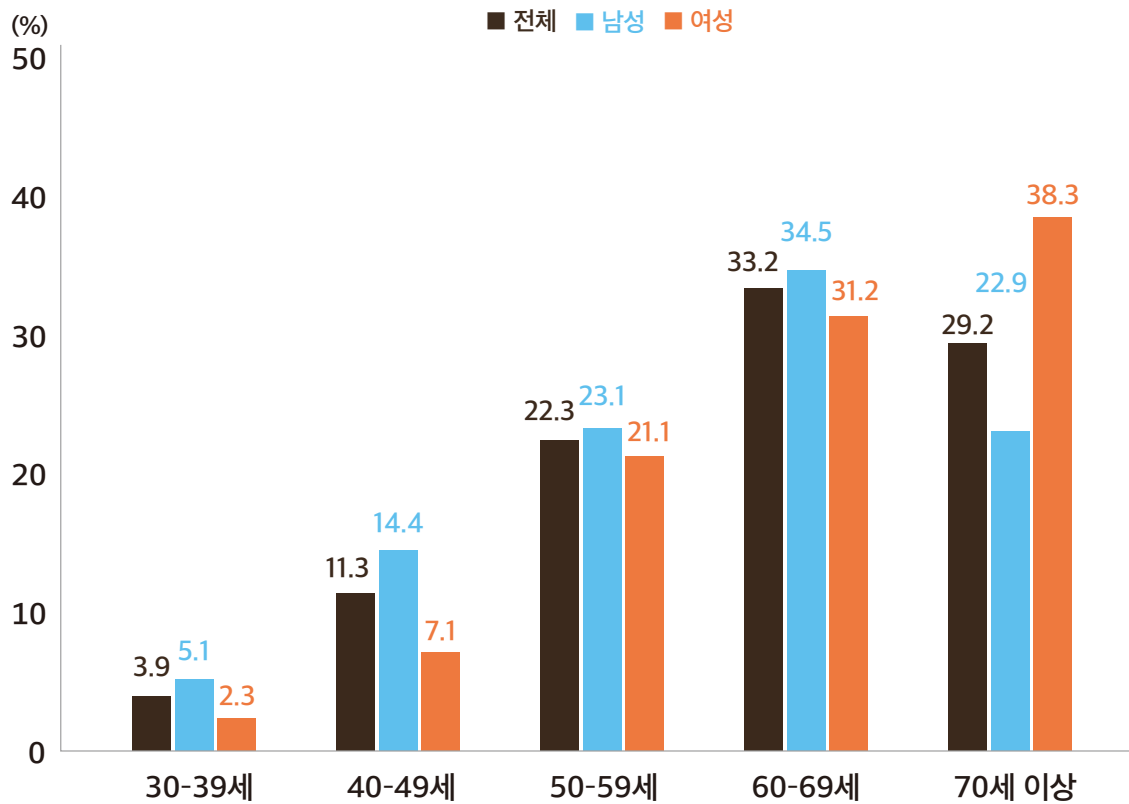


당뇨병 진단기준: 4개 경우 중 하나 이상에 해당되는 경우 ① 의사로부터 당뇨병을 진단받은 경우
② 당뇨병약제로 치료 중인 경우 ③ 공복혈당이 126 mg/dL 이상인 경우 ④ 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우

DIABETES FACT SHEET IN KOREA 2026

당뇨병 연령별 분포 (2023-2024년 통합)

당뇨병 유병자 중 60대 비중이 33.2%로 가장 높았으며, 남성은 60대 (34.5%), 여성은 70세 이상 (38.3%)에서 가장 높은 비중을 보였음.

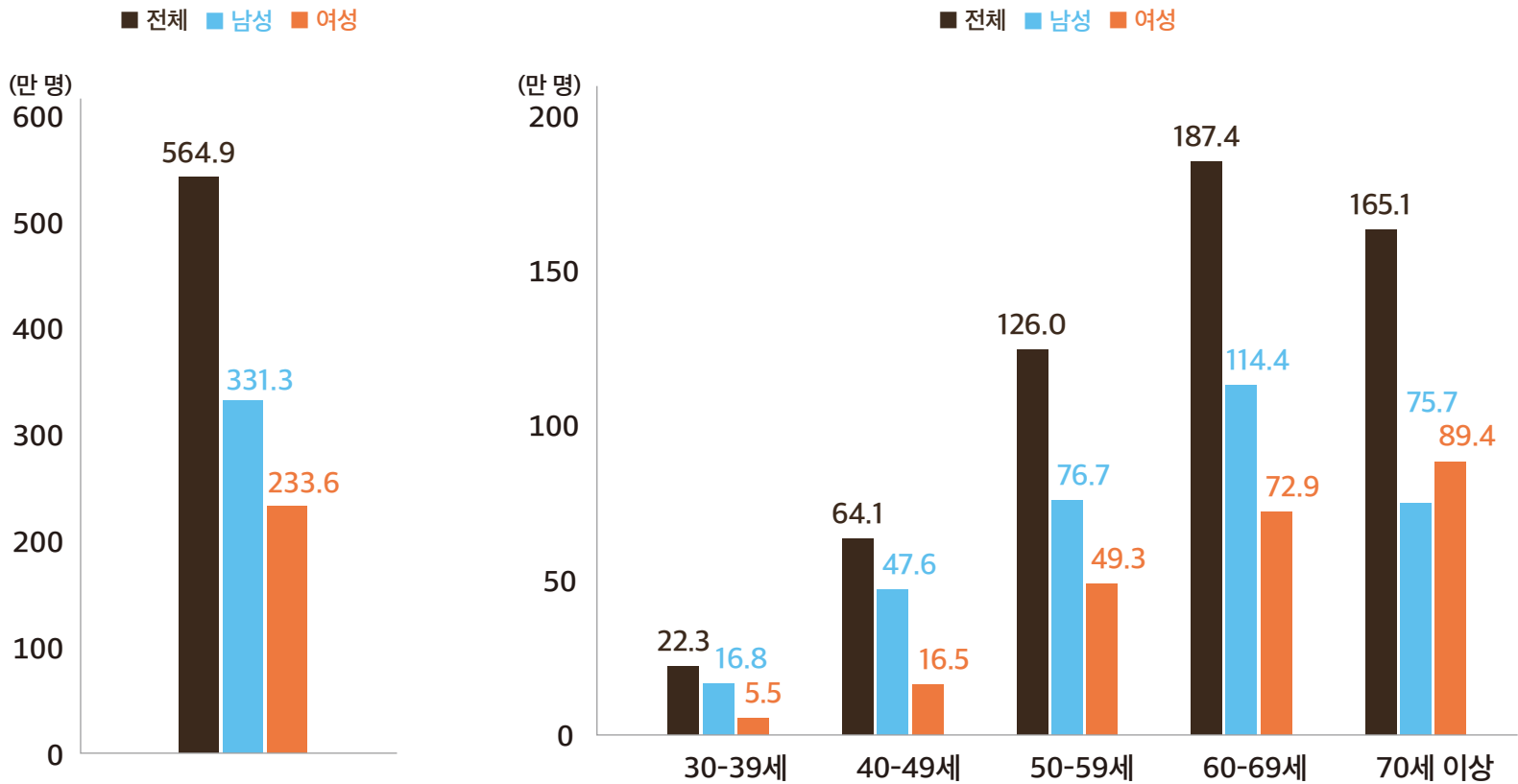


당뇨병 진단기준: 4개 경우 중 하나 이상에 해당되는 경우 ① 의사로부터 당뇨병을 진단받은 경우
② 당뇨병약제로 치료 중인 경우 ③ 공복혈당이 126 mg/dL 이상인 경우 ④ 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우

당뇨병 인구 (2023-2024년 통합)

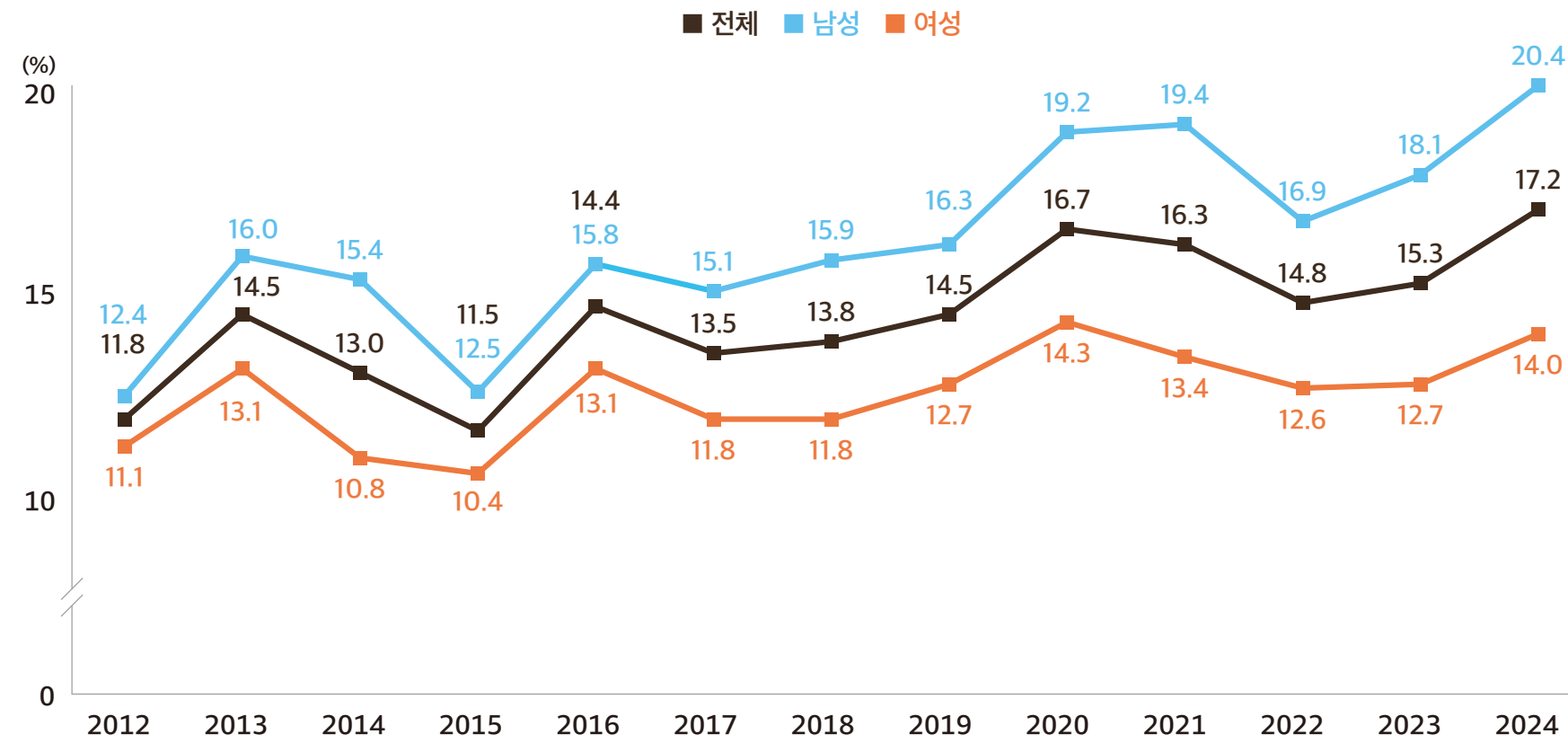
30세 이상 성인 중 당뇨병을 가진 사람은 565만 명이며, 60대가 약 187만 명으로 가장 많음. 30대는 22만 명, 40대는 64만 명이 당뇨병 환자임.

30세 이상
565 만 명



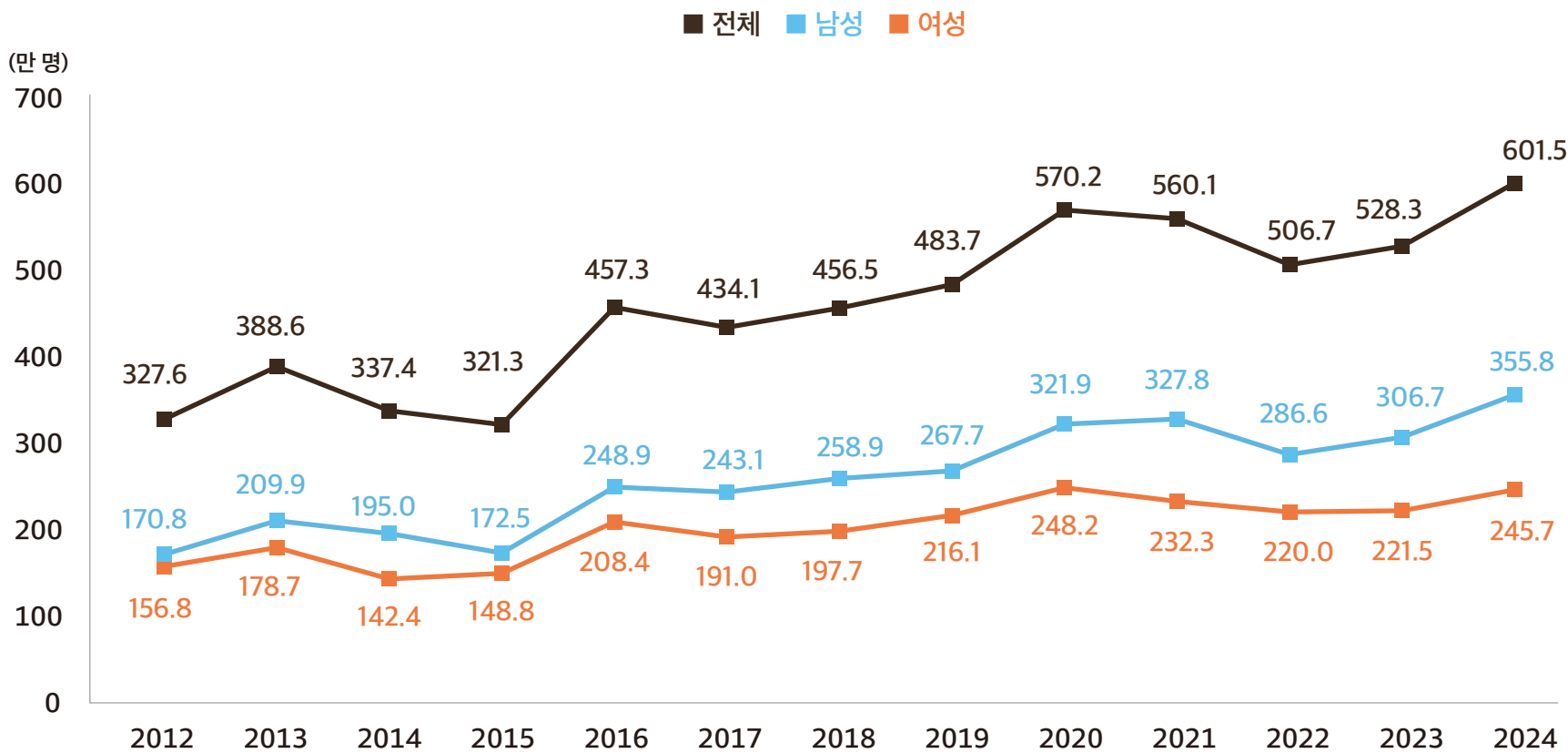
당뇨병 진단기준: 4개 경우 중 하나 이상에 해당되는 경우 ① 의사로부터 당뇨병을 진단받은 경우
② 당뇨병약제로 치료 중인 경우 ③ 공복혈당이 126 mg/dL 이상인 경우 ④ 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우

최근 13년간 당뇨병 유병률 변화 (2012-2024년)



만 30세 이상
당뇨병 진단기준: 4개 경우 중 하나 이상에 해당되는 경우 ① 의사로부터 당뇨병을 진단받은 경우 ② 당뇨병약제로 치료 중인 경우
③ 공복혈당 126 mg/dL 이상인 경우 ④ 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우

최근 13년간 당뇨병 인구 변화 (2012-2024년)



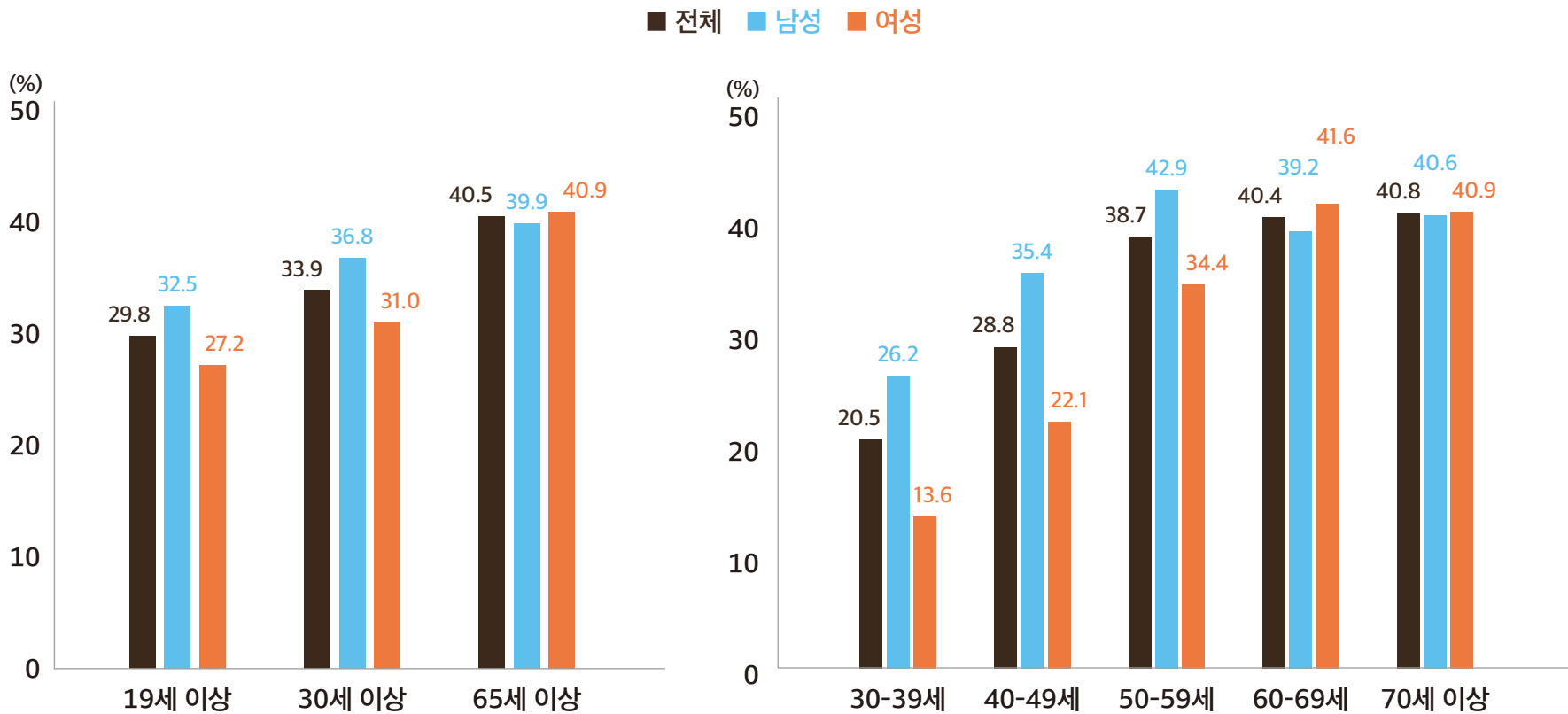
만 30세 이상
당뇨병 진단기준: 4개 경우 중 하나 이상에 해당되는 경우 ① 의사로부터 당뇨병을 진단받은 경우 ② 당뇨병약제로 치료 중인 경우
③ 공복혈당 126 mg/dL 이상인 경우 ④ 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우

당뇨병전단계 유병률 (2023-2024년 통합)

30세 이상 성인 10명 중 3명 (33.9%), 65세 이상 성인에서는 5명 중 2명 (40.5%)이 당뇨병전단계에 해당함.

30세 이상
10명 중 3명

65세 이상
5명 중 2명

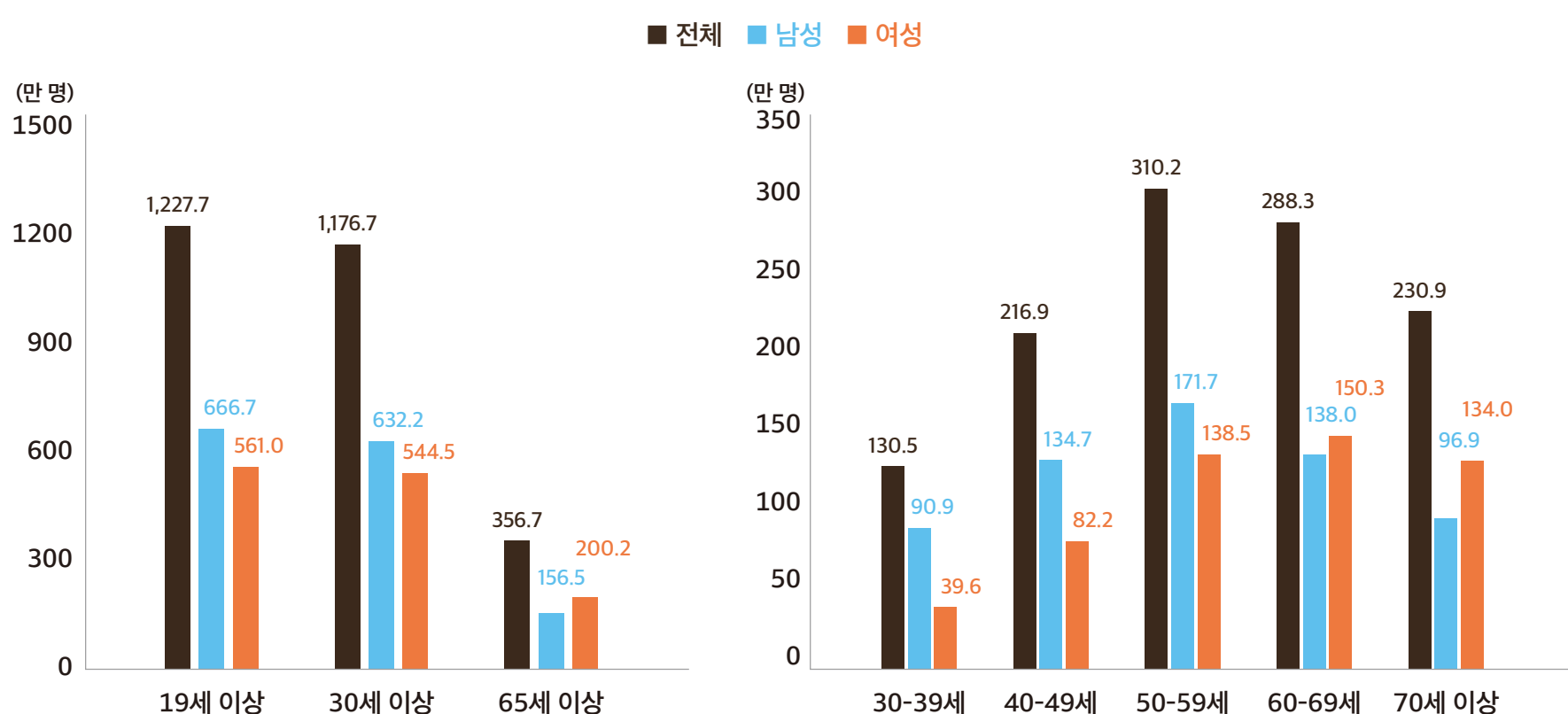


당뇨병전단계: 당뇨병이 아니면서 공복혈당이 100-125 mg/dL 또는 당화혈색소 5.7-6.4%인 경우

당뇨병전단계 인구 (2023-2024년 통합)

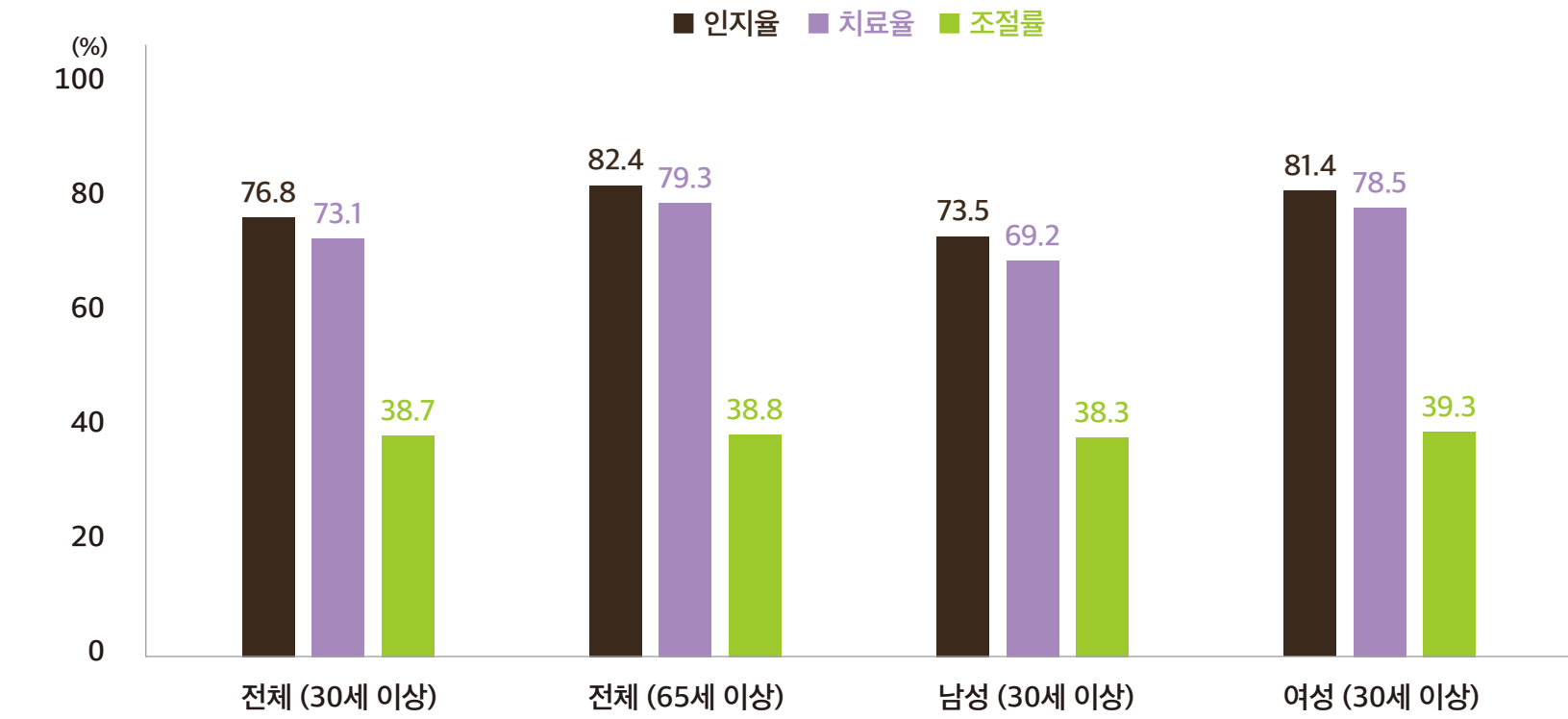
30세 이상 성인 중 당뇨병전단계 인구는 약 1,177만 명으로 추정되며, 50대가 약 310만 명으로 가장 많음.
30-50대에서는 남성이, 60대 이상에서는 여성이 더 많음

30세 이상
1,177만 명



당뇨병 관리 수준 (2023-2024년 통합)

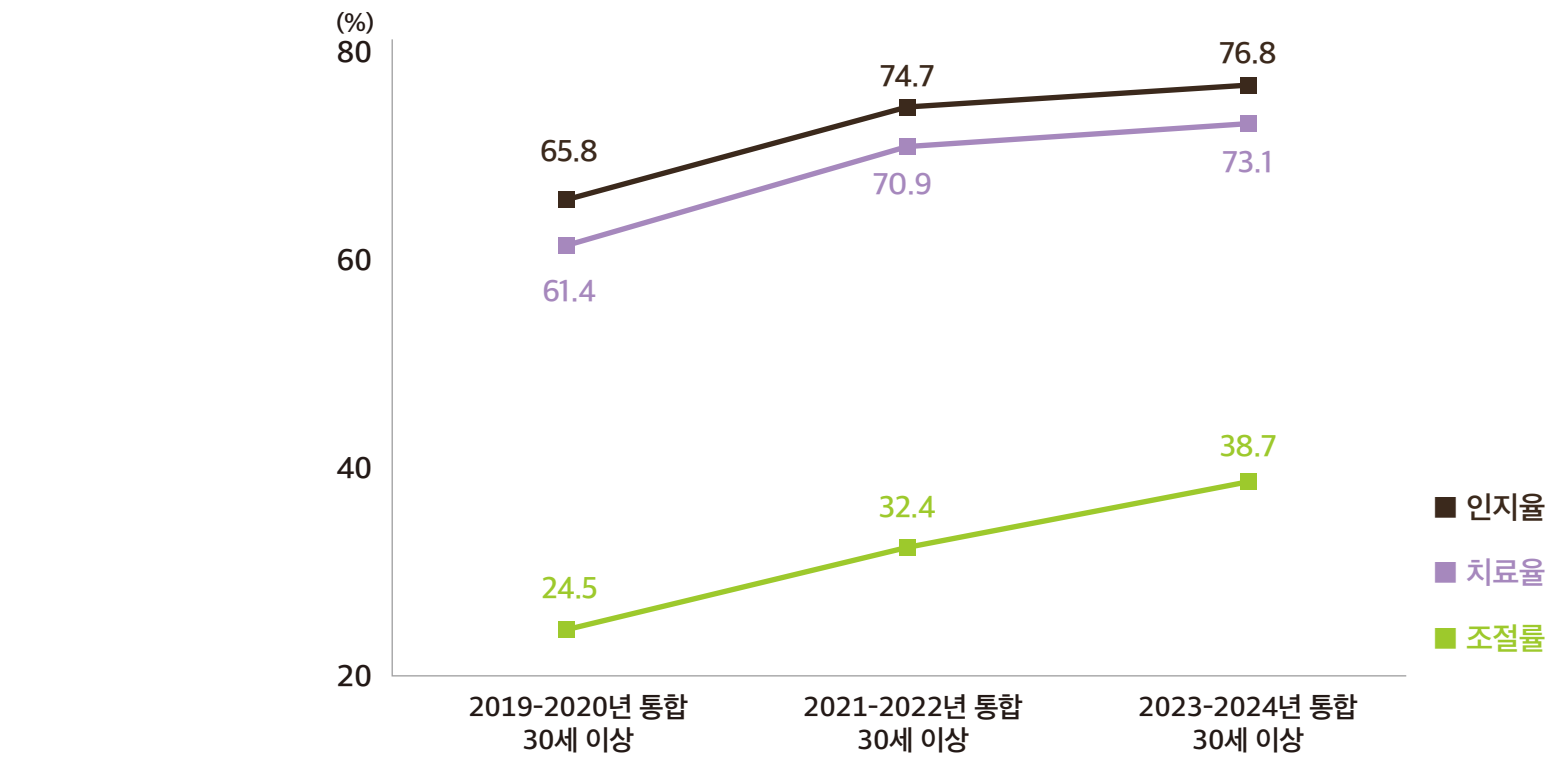
인지율과 치료율은 여성 및 65세 이상에서 높았으나, 조절률은 약 40%로 성별, 연령별 차이가 크지 않음.



당뇨병 유병자: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우
당뇨병 인지율: 당뇨병 유병자 중 의사로부터 당뇨병을 진단받은 분율
당뇨병 치료율: 당뇨병 유병자 중 현재 당뇨병약제로 치료 중인 분율
당뇨병 조절률: 당뇨병 유병자 중 당화혈색소가 6.5% 미만인 분율

당뇨병 관리 수준 변화

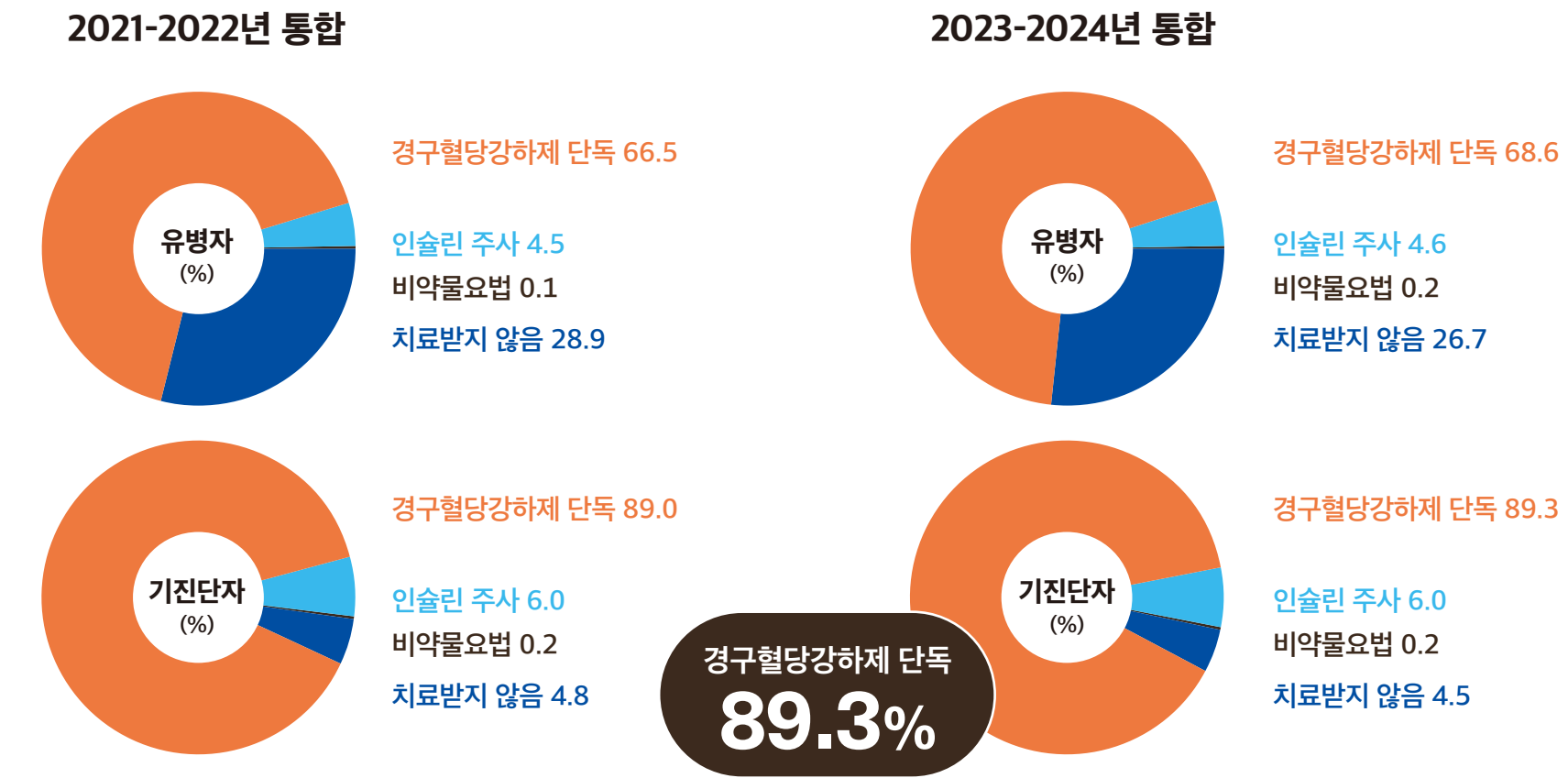
2019-2020년 이후 당뇨병 인지율과 치료율은 꾸준히 향상되었고, 혈당 조절률도 24.5%에서 38.7%로 개선되었으나 여전히 40% 미만임.



당뇨병 유병자: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우
당뇨병 인지율: 당뇨병 유병자 중 의사로부터 당뇨병을 진단받은 분율
당뇨병 치료율: 당뇨병 유병자 중 현재 당뇨병약제로 치료 중인 분율
당뇨병 조절률: 당뇨병 유병자 중 당화혈색소가 6.5% 미만인 분율

혈당 관리 방법

당뇨병 기진단자의 경구혈당강하제 치료 비율은 89.3%, 인슐린 치료 비율은 6.0%로, 이전 조사와 유사함.

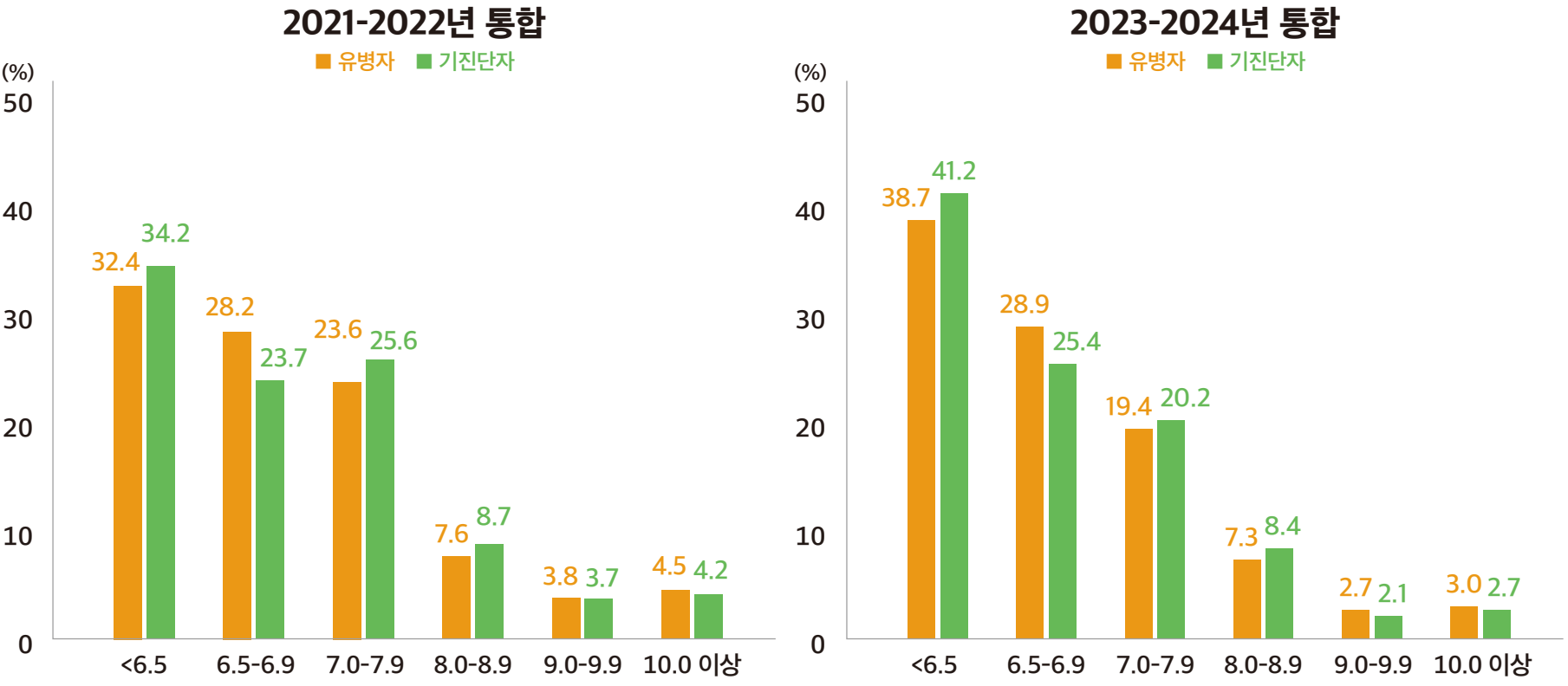


당뇨병 유병자: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우
당뇨병 기진단자: 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중인 경우

혈당 조절 상태

당뇨병 유병자의 5명 중 2명 (38.7%)만이 당화혈색소 6.5% 미만으로 조절되고 있으며, 3명 중 2명 (67.6%)은 7.0% 미만으로 조절됨.
기진단자에서 당화혈색소 6.5% 미만 비율은 2021-2022년 34.2%에서 2023-2024년 41.2%로 증가함.

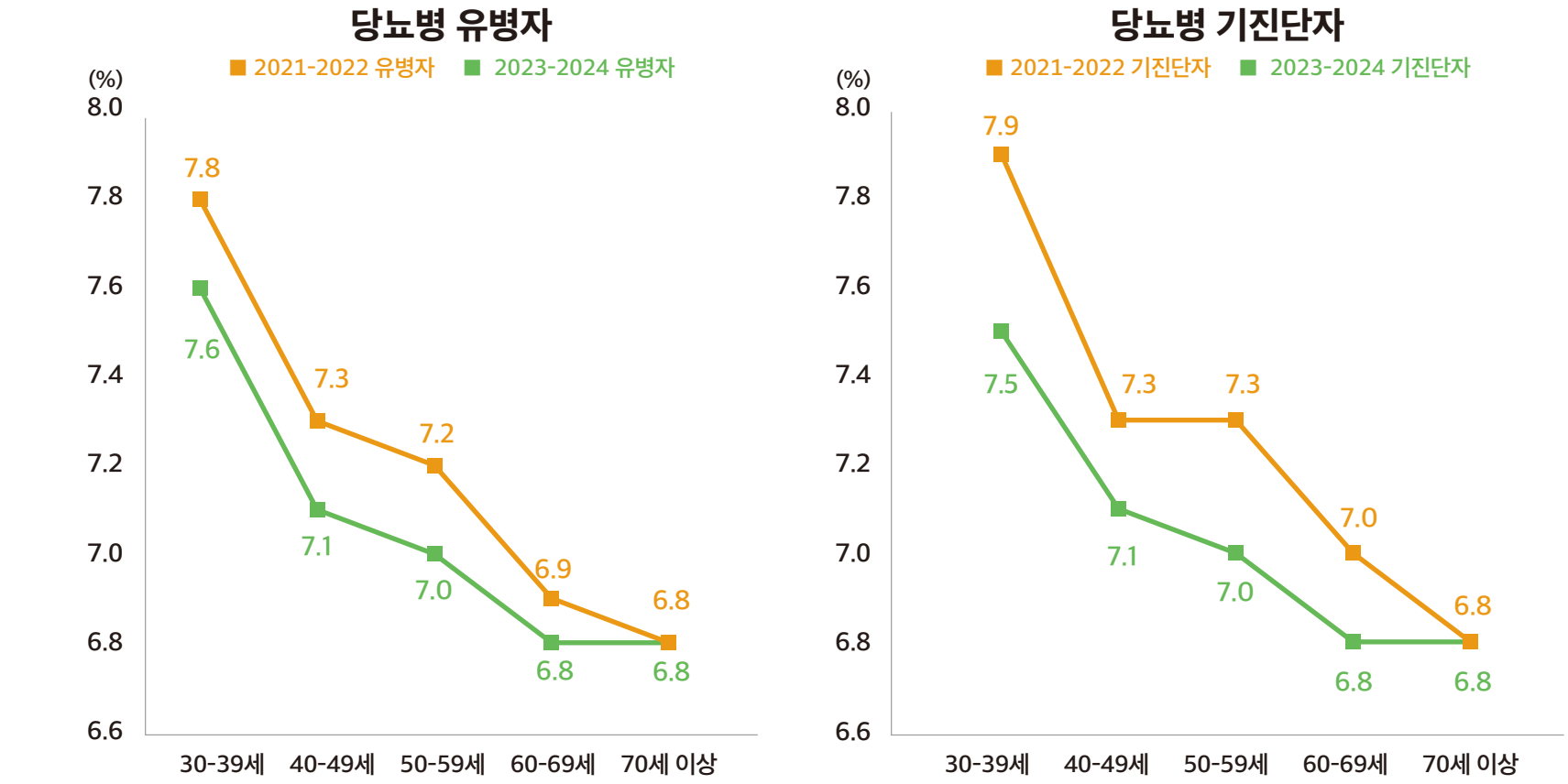
<6.5%, 기진단자
41.2%



당뇨병 유병자: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우
당뇨병 기진단자: 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중인 경우

연령대별 평균 당화혈색소 변화

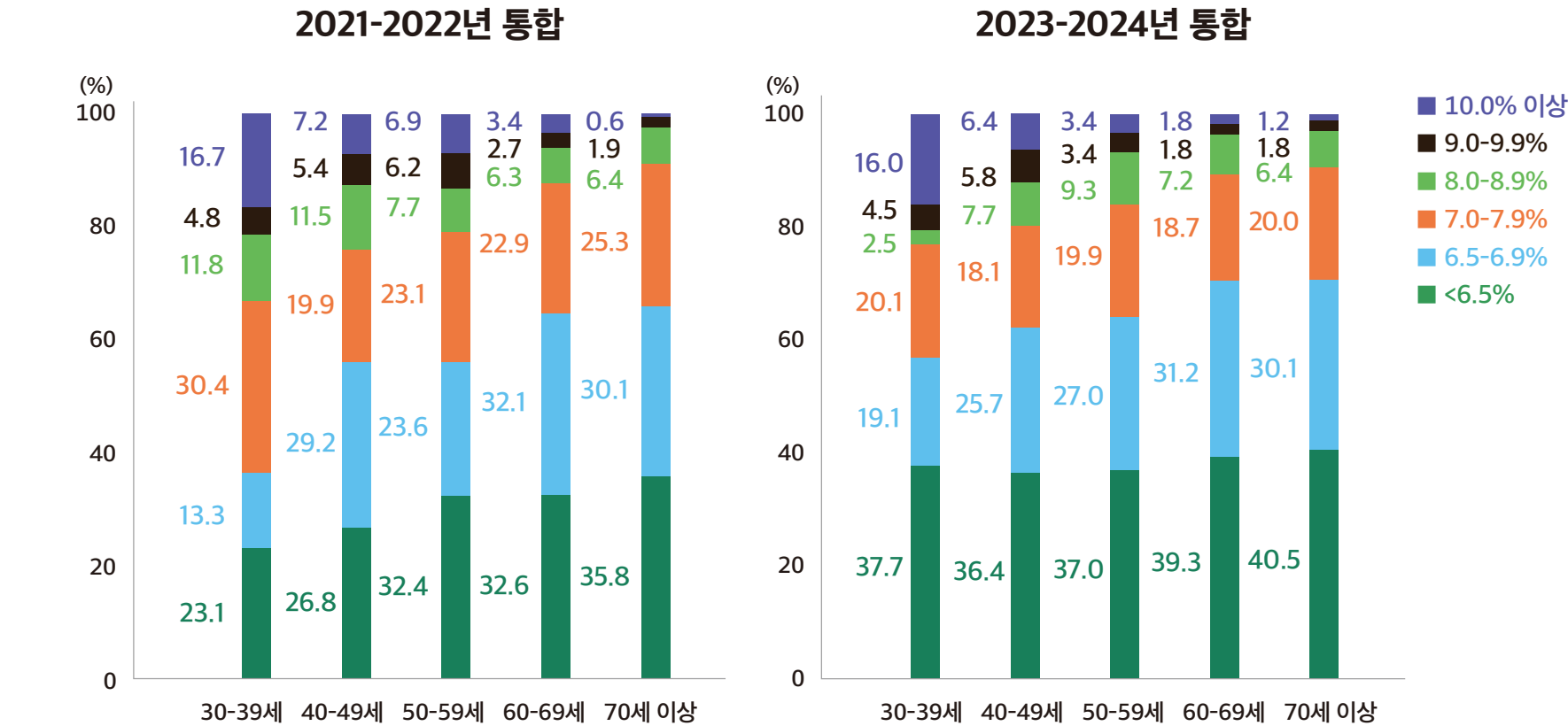
2023-2024년에는 평균 당화혈색소가 대부분의 연령대에서 2021-2022년보다 감소하였으나, 연령이 낮을수록 높은 경향이 지속되었으며 30-39세에서 7.6%로 가장 높음.



당뇨병 유병자: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우
당뇨병 기진단자: 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중인 경우

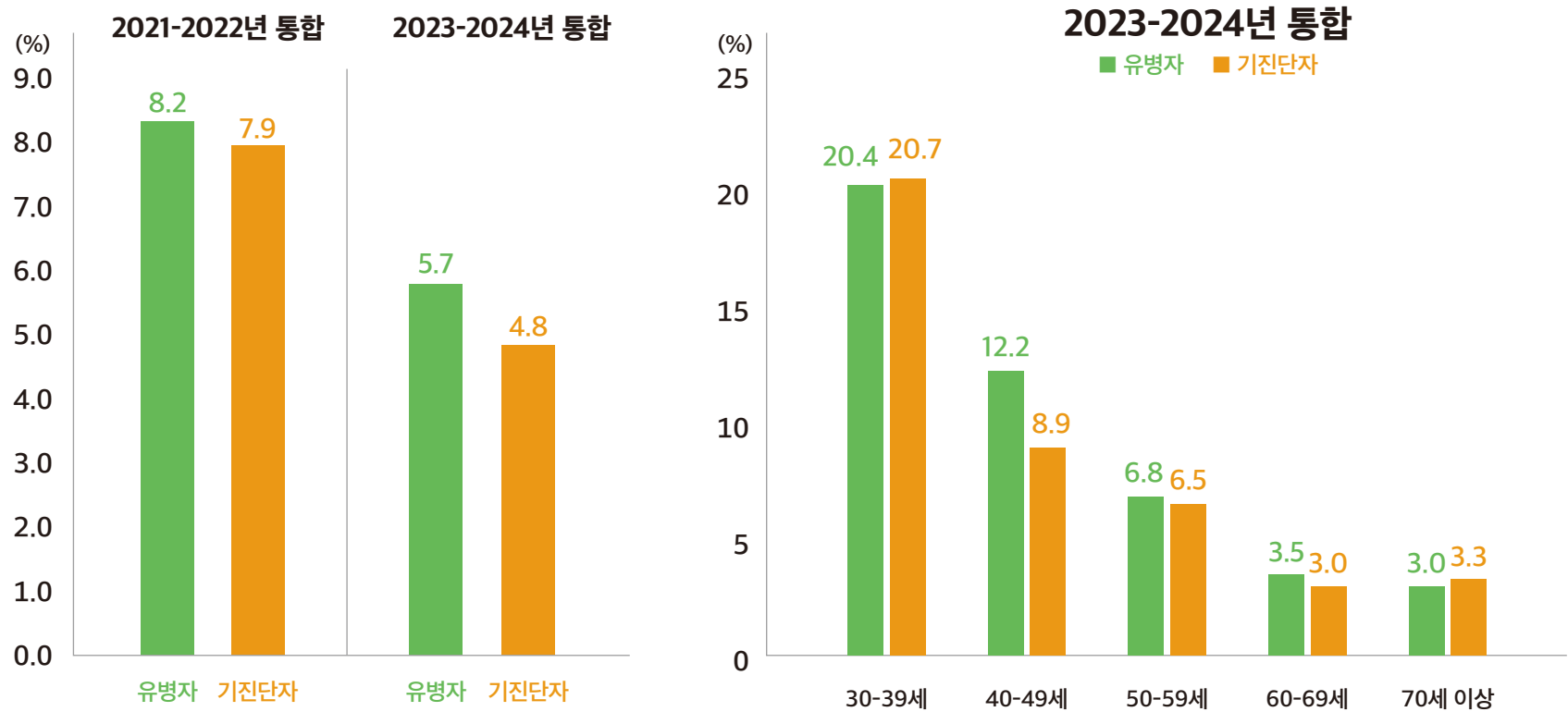
연령대별 당화혈색소 분포

당뇨병 유병자의 혈당 조절 수준은 이전보다 전반적으로 개선되었으나, 젊은 연령층에서는 높은 당화혈색소 구간의 비율이 상대적으로 높게 나타남.



당화혈색소 9.0% 이상 비율

당화혈색소 9.0% 이상인 당뇨병 유병자의 비율은 2021-2022년 8.2%에서 2023-2024년 5.7%로 감소함.
그러나 30대에서는 5명 중 1명 (20.4%)이 당화혈색소 9.0% 이상임.



당뇨병 유병자: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우

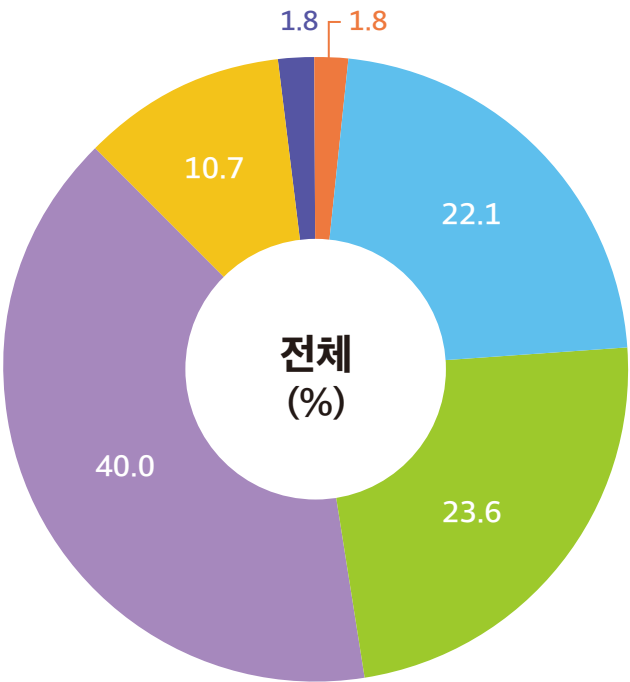
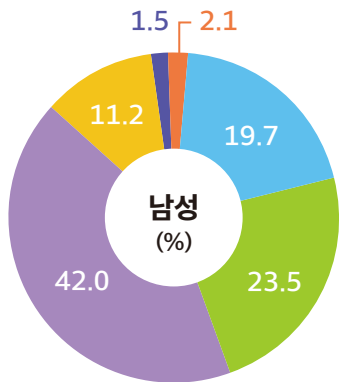
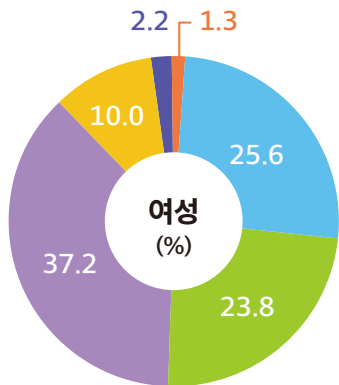
당뇨병과 동반질환 (2023-2024년 통합)

2

당뇨병과 비만 (2023-2024년 통합)

당뇨병 유병자 중 절반 이상 (52.5%)이 비만 (BMI ≥25 kg/m²)을 동반하며, 12.5%는 2단계 이상 비만에 해당함.

- 저체중 (<18.5)
 - 정상체중 (18.5-22.9)
 - 비만전단계 (23.0-24.9)
 - 1단계 비만 (25.0-29.9)
 - 2단계 비만 (30.0-34.9)
 - 3단계 비만 (≥35.0)
- (단위: kg/m²)

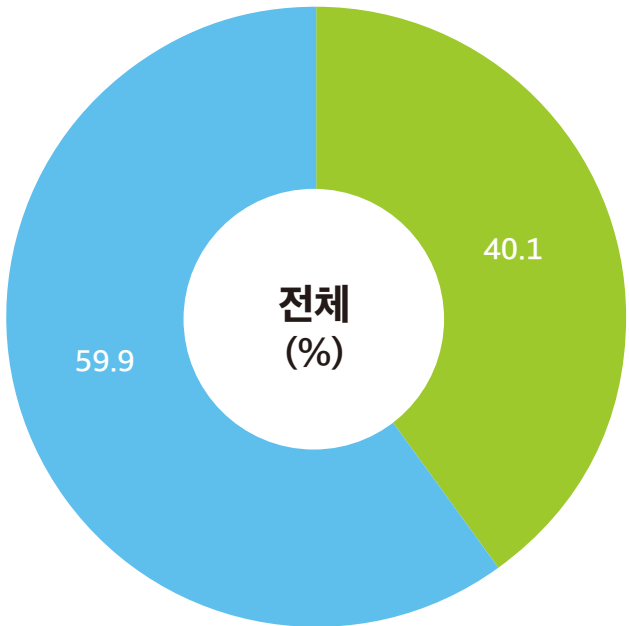
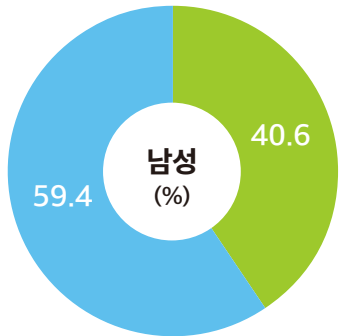
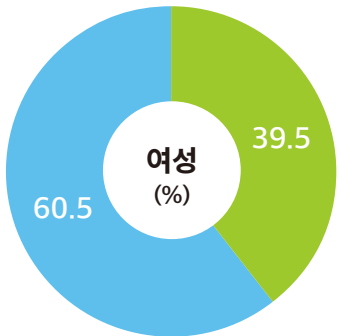


당뇨병 유병자: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우
비만 (체질량지수 기준)(kg/m²): ①<18.5 저체중 ② 18.5-22.9 정상체중 ③ 23.0-24.9 비만전단계 ④ 25.0-29.9 1단계 비만 ⑤ 30.0-34.9 2단계 비만 ⑥ 35.0 이상 3단계 비만

당뇨병과 복부비만 (2023-2024년 통합)

당뇨병 유병자 10명 중 6명 (59.9%)에서 복부비만이 동반됨.

- 복부비만
- 정상

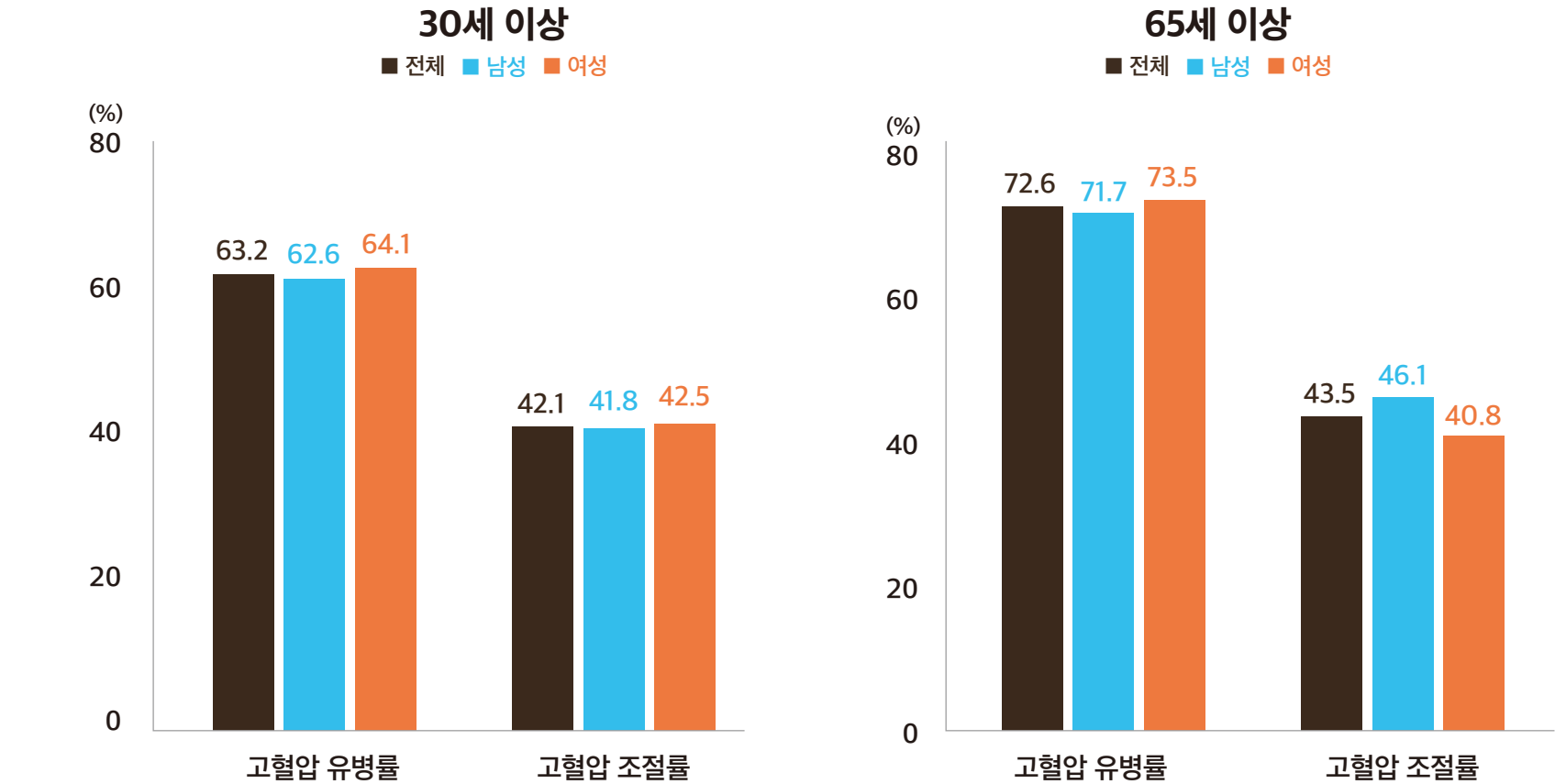


복부비만 (허리둘레 기준): 남자 90 cm 이상, 여자 85 cm 이상인 경우

당뇨병과 고혈압 (2023-2024년 통합)

30세 이상 당뇨병 유병자의 63.2%가 고혈압을 동반하며, 65세 이상에서는 72.6%로 더 높음.
30세 이상 고혈압 동반 당뇨병 유병자 중 42.1%가 혈압 조절 목표 (130/80 mmHg 미만)를 달성함.

고혈압 동반
63.2%

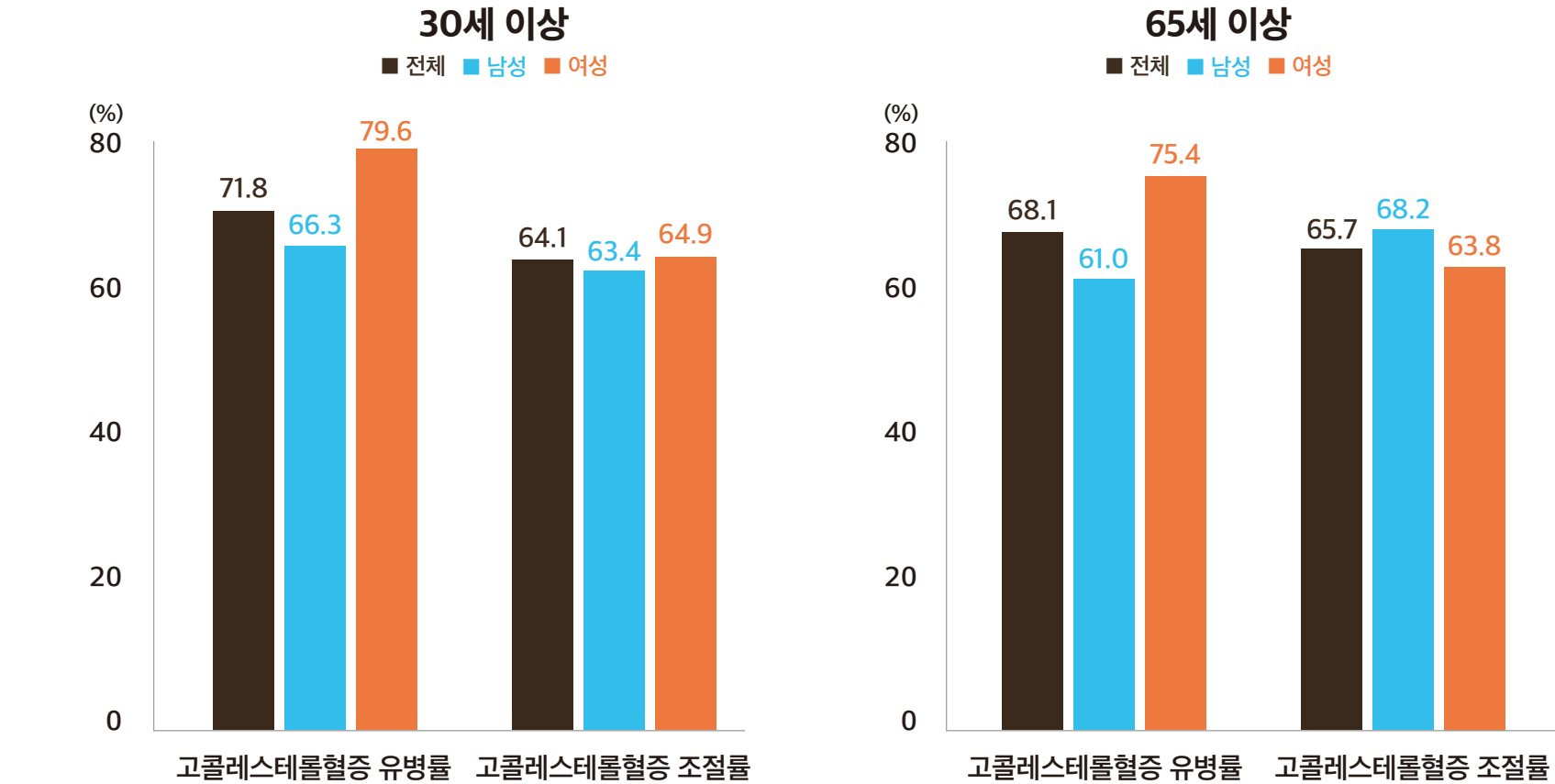


고혈압 유병률: 수축기혈압이 140 mmHg 이상이거나 이완기혈압이 90 mmHg 이상 또는 고혈압약제를 복용한 분을
고혈압 조절률: 수축기혈압이 130 mmHg 미만이고 이완기혈압이 80 mmHg 미만인 분을

당뇨병과 고콜레스테롤혈증 (2023-2024년 통합)

30세 이상 당뇨병 유병자의 71.8%가 고콜레스테롤혈증을 동반하며,
고콜레스테롤혈증 조절률은 64.1%임.

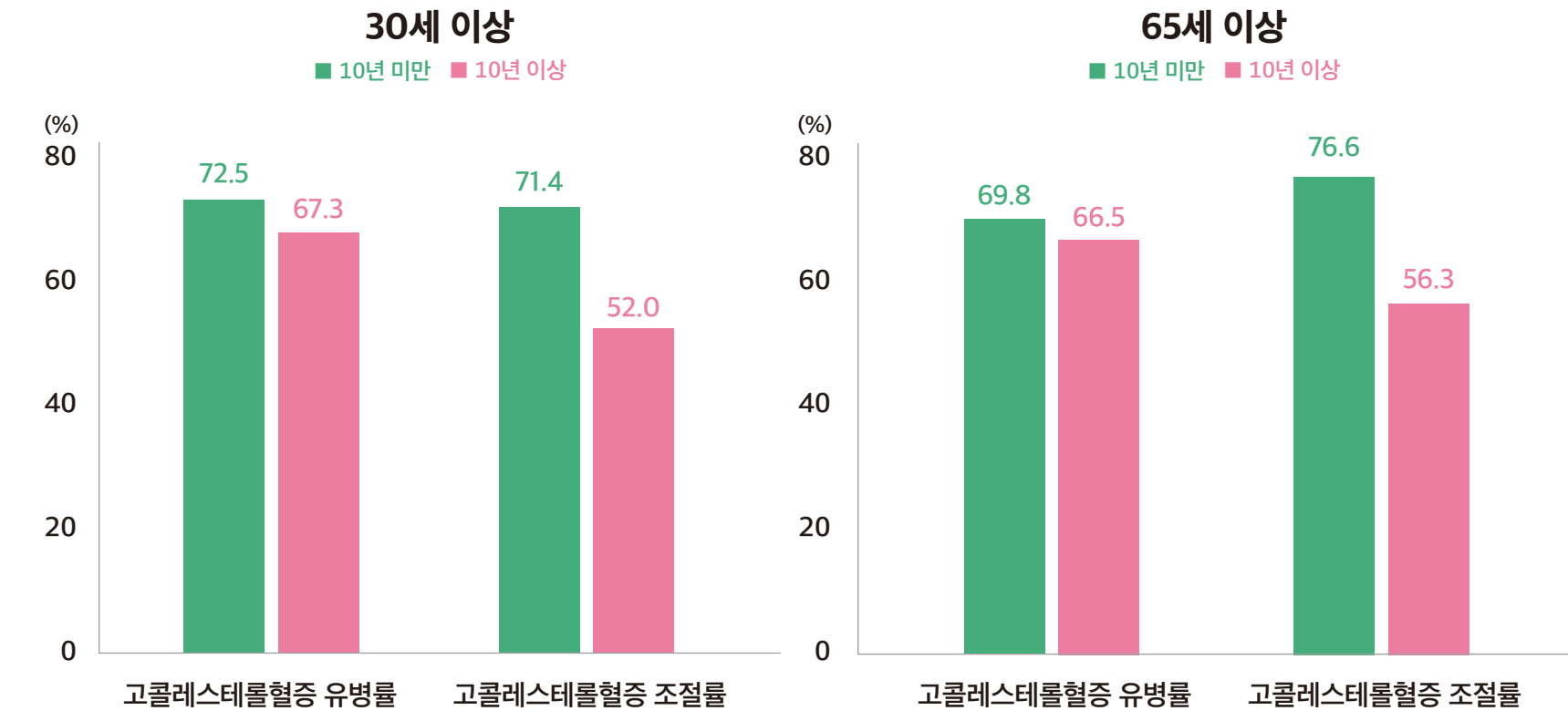
고콜레스테롤혈증 동반
71.8%



고콜레스테롤혈증 유병률: 혈중 LDL 콜레스테롤이 100 mg/dL 이상이거나 콜레스테롤강화제를 복용한 분을
고콜레스테롤혈증 조절률: 당뇨병 유병기간이 10년 미만인 경우 혈중 LDL 콜레스테롤이 100 mg/dL 미만, 10년 이상인 경우 70 mg/dL 미만인 분을 (당뇨병 유병기간 미확인자 제외)

당뇨병 유병기간별 고콜레스테롤혈증 유병률 및 조절률 (2023-2024년 통합)

30세 이상 당뇨병 유병자에서 유병기간이 10년 미만인 경우 고콜레스테롤혈증 유병률과 조절률은 각각 72.5%, 71.4%였으며, 10년 이상인 경우 각각 67.3%, 52.0%였음.

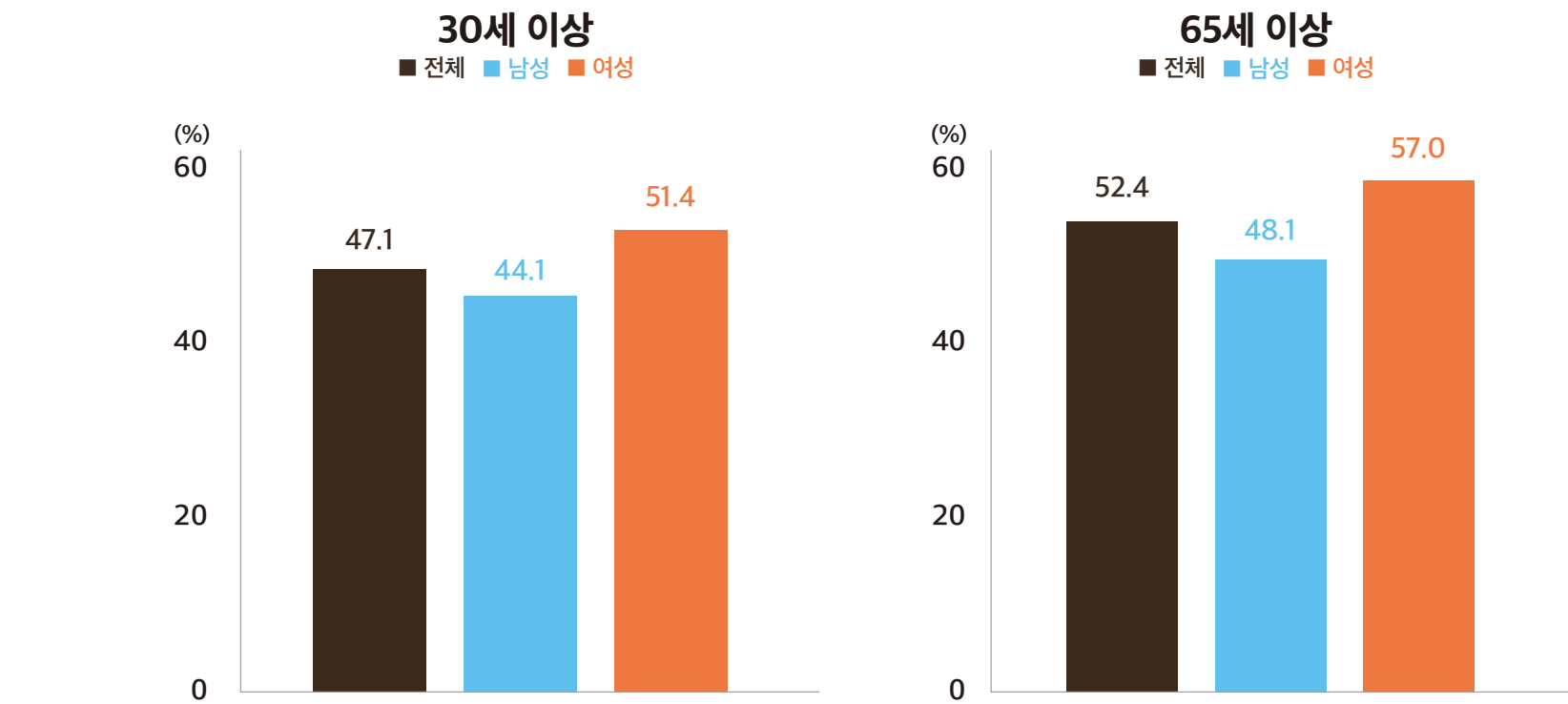


고콜레스테롤혈증 유병률: 혈중 LDL 콜레스테롤이 100 mg/dL 이상이거나 콜레스테롤강하제를 복용한 분율
고콜레스테롤혈증 조절률: 당뇨병 유병기간이 10년 미만인 경우 혈중 LDL 콜레스테롤이 100 mg/dL 미만, 10년 이상인 경우 70 mg/dL 미만인 분율 (당뇨병 유병기간 미확인자 제외)

당뇨병과 고혈압, 고콜레스테롤혈증 동반율 (2023-2024년 통합)

30세 이상 당뇨병 유병자의 47.1%가 고혈압과 고콜레스테롤혈증을 모두 동반하였으며, 여성 (51.4%)에서 남성 (44.1%)보다 높았고, 65세 이상에서는 52.4%로 증가함.

고혈압과
고콜레스테롤혈증 동반
47.1%

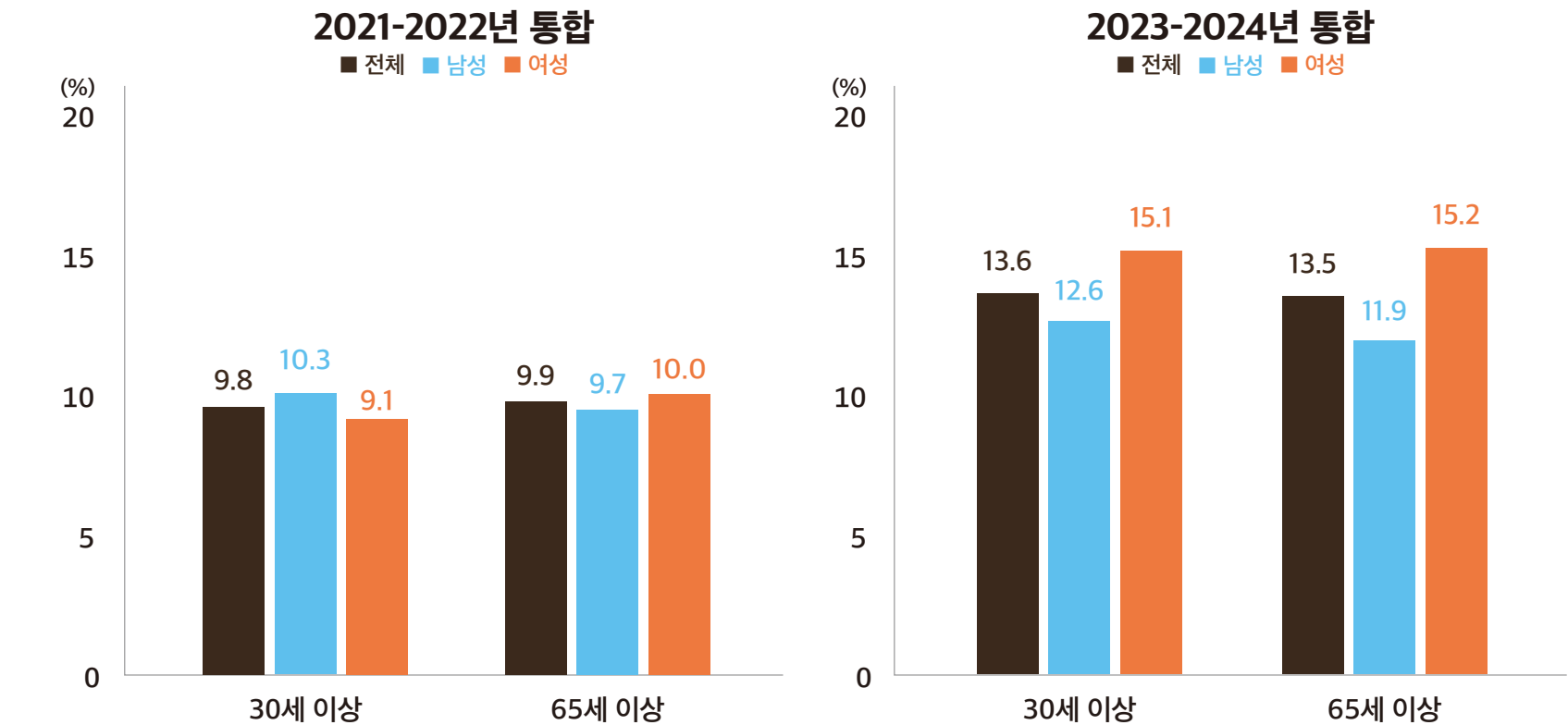


당뇨병: 공복혈당이 126 mg/dL 이상이거나 의사로부터 당뇨병을 진단받았거나 당뇨병약제로 치료 중이거나 당화혈색소가 6.5% 이상인 경우
고혈압: 수축기혈압이 140 mmHg 이상이거나 이완기혈압이 90 mmHg 이상 또는 고혈압약제를 복용한 분율
고콜레스테롤혈증: 혈중 LDL 콜레스테롤이 100 mg/dL 이상이거나 콜레스테롤강하제를 복용한 분율

당뇨병 통합관리

2023-2024년 30세 이상 당뇨병 유병자 중 혈당·혈압·유병기간에 따른 LDL 콜레스테롤의 세 가지 당뇨병 통합관리 목표를 모두 달성한 비율은 7명 중 1명 (13.6%)임.

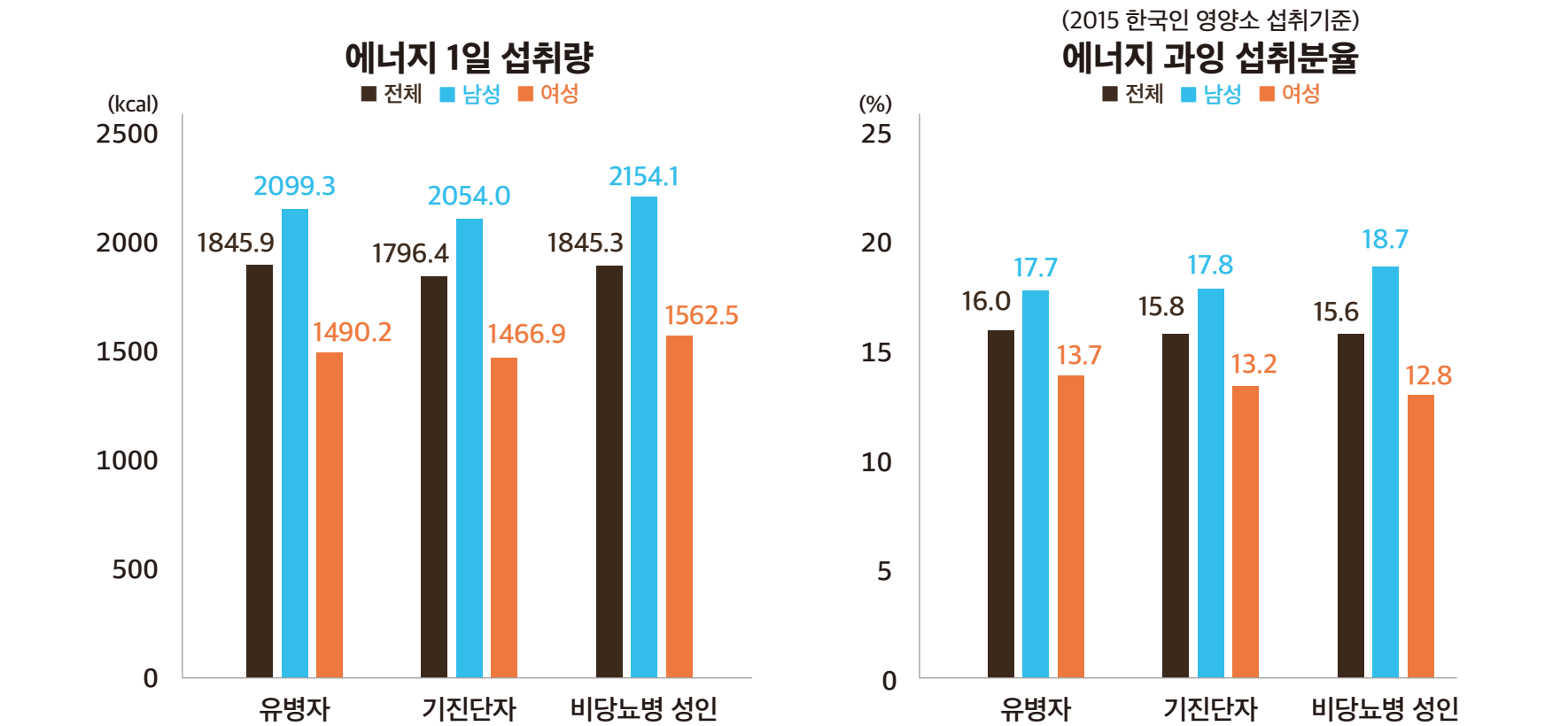
통합관리 목표 달성
13.6%



통합관리: 당화혈색소 6.5% 미만, 혈압 130/80 mmHg 미만, 혈중 LDL 콜레스테롤이 당뇨병 유병기간 10년 미만에서는 100 mg/dL 미만, 10년 이상에서는 70 mg/dL 미만의 세 가지 목표에 모두 도달한 경우

당뇨병 유병자의 영양소 섭취량, 에너지 과잉 섭취 (2023-2024년 통합)

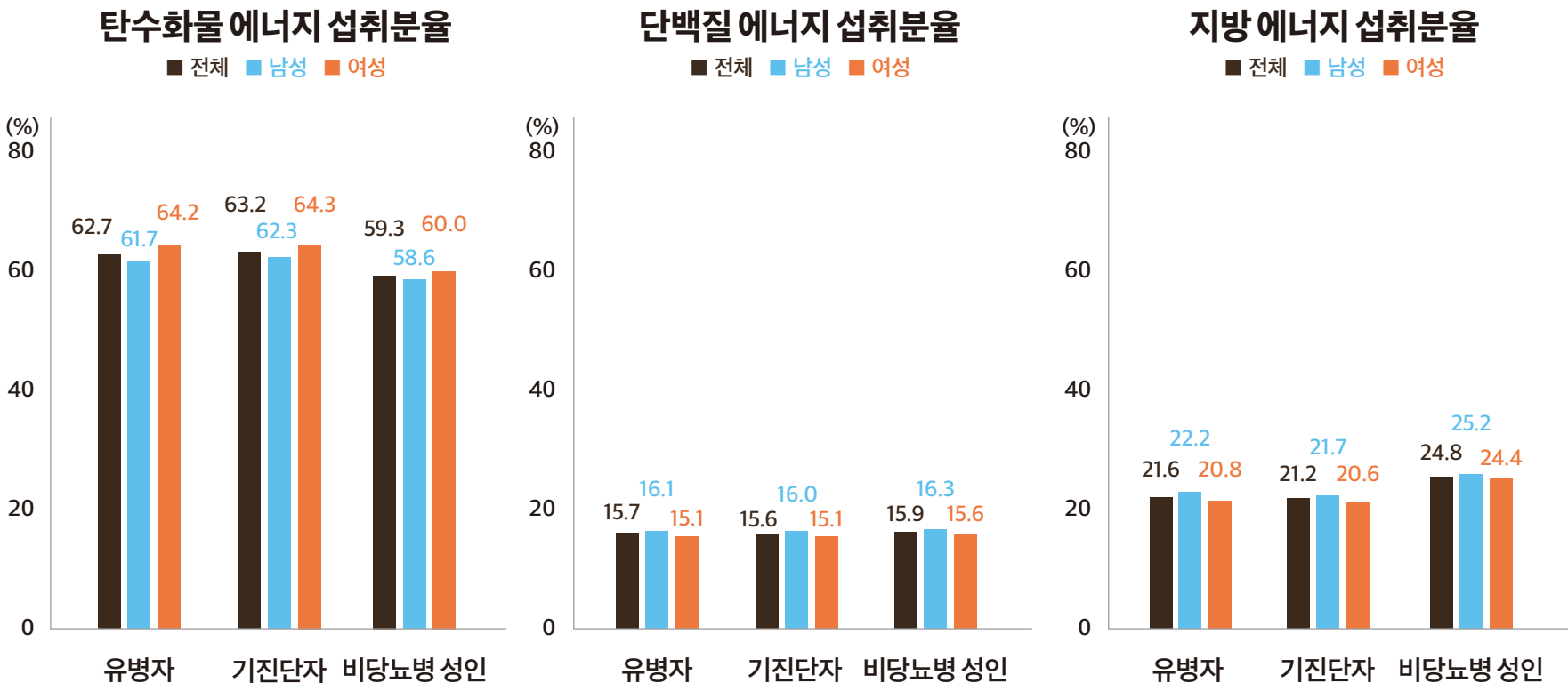
당뇨병 유병자의 16.0%가 에너지를 과잉 섭취하며, 남성 (17.7%)에서 여성 (13.7%)보다 높음.



에너지 과잉 섭취 분율: 에너지 섭취량이 필요추정량의 125% 이상인 분율

당뇨병 유병자의 급원별 에너지 섭취분율 (2023-2024년 통합)

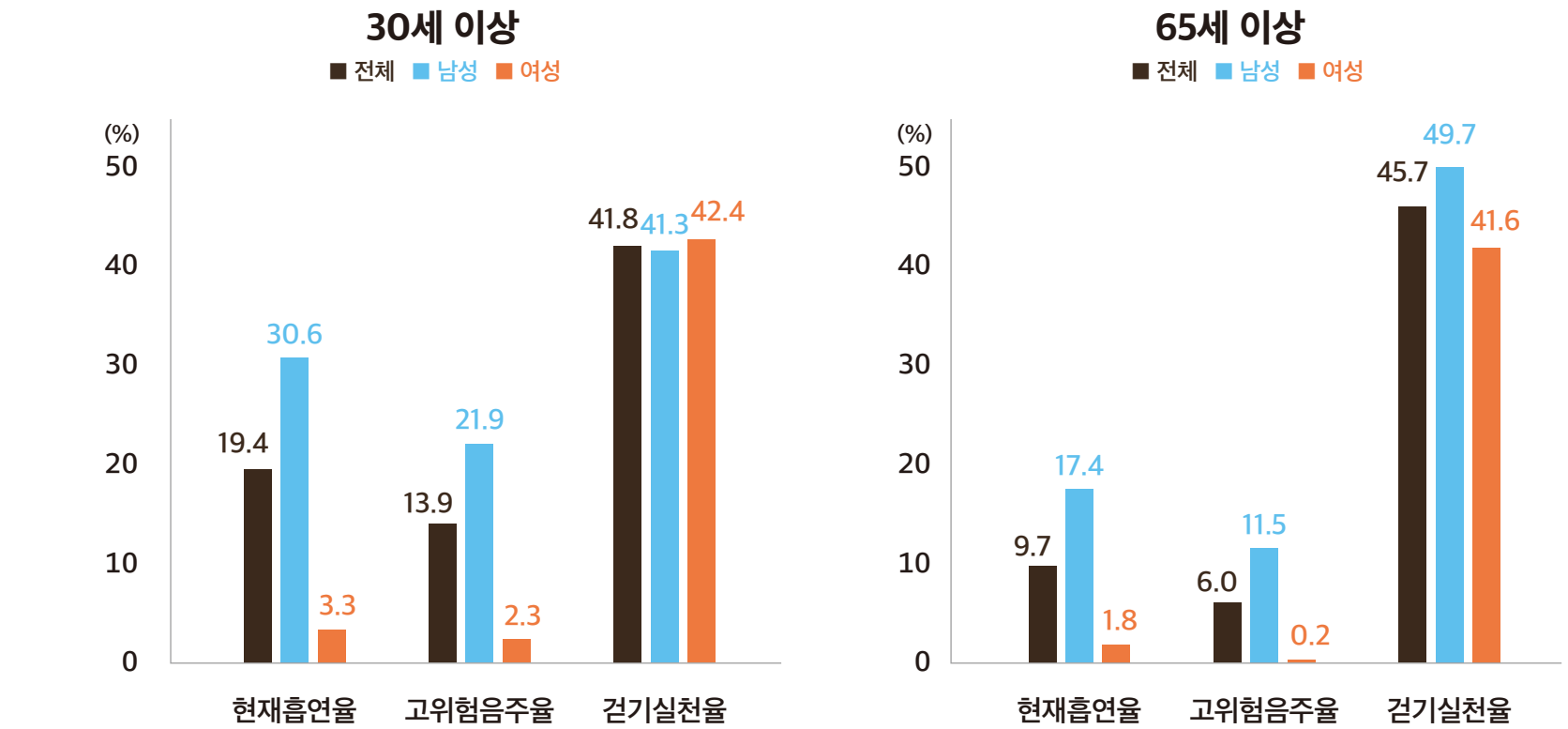
당뇨병 유병자의 에너지 섭취 구성은 탄수화물 62.7%, 지방 21.6%, 단백질 15.7%였음.
비당뇨병 성인에 비해 탄수화물 섭취 비율은 높고, 지방 섭취 비율은 낮았음.



단백질 에너지 섭취 분율: {(단백질 섭취량x4)+(지방 섭취량x9)+(탄수화물 섭취량x4)}에 대한(단백질 섭취량x4)의 분율
지방 에너지 섭취 분율: {(단백질 섭취량x4)+(지방 섭취량x9)+(탄수화물 섭취량x4)}에 대한(지방 섭취량x9)의 분율
탄수화물 에너지 섭취 분율: {(단백질 섭취량x4)+(지방 섭취량x9)+(탄수화물 섭취량x4)}에 대한(탄수화물 섭취량x4)의 분율

당뇨병과 생활습관 (2023-2024년 통합)

당뇨병 유병자의 현재흡연율은 19.4%, 고위험음주율은 13.9%, 걷기실천율은 41.8%였으며, 흡연과 고위험음주는 남성이 여성보다 훨씬 높았음.



생활습관: 현재 흡연, 고위험음주, 걷기실천 여부 / 현재흡연율: 평생 담배 5갑 (100개비) 이상 피웠고, 현재 담배를 피우는 분율
고위험음주율: 1회 평균 음주량이 남성 7잔, 여성 5잔 이상이며, 주 2회 이상 음주하는 분율 / 걷기실천율: 최근 1주일 동안 걷기를 1일 총 30분 이상, 주 5일 이상 실천한 분율

