

October 2021
Vol. 489

국제 안전보건 동향

Global Trends on Safety
and Health at Work



국제안전보건동향은
안전보건공단 국제협력센터에서
발간하는 월간 국제 산업안전보건
동향 소식지입니다.



산업재해예방
안전보건공단
국제협력센터





동향 디자인

미국 록펠러센터 건축현장 건설근로자들이 높이 약 260m(840ft) 상공의 철재 빔 위에서 점심을 먹는 모습을 담은 'Lunch atop a skyscraper : 마천루에서의 점심' 사진을 모티브로 함
[촬영일자: 1932년 9월 29일, 작가: 찰스 에베츠]

CONTENTS

사고사망 재해예방

미국 - 오리건 주(州) 산업안전보건청, 추락 예방 무료
온라인 교육제공 04

영국 - 근로자의 정신건강 보호를 위한 새로운 기준,
ISO 45003 09

영국 - 코로나19의 장기 후유증, 만성 코로나 증후군과
근로자 보호 13

[요약] 국제 안전보건동향 제489호

1 (미국) 오리건 주(州) 산업안전보건청, 추락 예방 무료 온라인 교육제공

주요내용

- 미국 오리건 주 산업안전보건청은 건설업 사업주와 근로자가 추락 예방을 위한 산업안전보건청의 기준요건을 충족할 수 있도록 온라인 교육훈련 과정을 무상으로 제공함
- 건설업 추락 예방을 위한 온라인 교육훈련 과정은 업계 리더들의 통찰력을 공유하고 관련 기준요건이나 사례 및 시범 등을 제공하며, 건설업 추락 예방과 관련된 용어나 과정 등에 대한 논의를 담고 있는 특징이 있음
 - » 특히 온라인으로 손쉽게 접근하여 사업주와 근로자가 쉽고 빠르게 접근할 수 있도록 제작됨
- 또한 오리건 주 추락 예방 행정 규칙, 추락 예방 가이드, 체크리스트, 브로슈어 등 다양한 추락 예방 교육에 활용할 수 있는 자료를 오리건 주 산업안전보건청 홈페이지에서 제공함

기타 추락 예방 온라인 교육훈련 자료

- 온라인 영상 교육훈련 이외에도 모바일을 통한 교육자료, 브로슈어, 카탈로그, 체크리스트, 필수정보 등 다양한 교육훈련 자료를 제공함

교육 수수료와 오리건 주 건설도급관리번호

- 교육에 참여한 사업주는 오리건 주 웹사이트에서 업체명, 이메일주소, 업종, 규모 및 건설도급업관리번호를 입력하고 수수료를 발급받을 수 있음

2 (영국) 근로자의 정신건강 보호를 위한 새로운 기준, ISO 45003

서론

- 최초의 심리적 안전보건에 관한 국제기준인 ISO 45003이 지난 6월 승인됨에 따라 사업주는 사업장 근로자의 사회심리적 위험요소 관리방안에 대한 실질적인 지침을 얻게 됨

지침 초안 작성 과정

- ISO 45003 초안 작성 당시 ‘업무 구성 및 설계는 심리적 안전과 건강의 좋고 나쁨에 영향을 줄 수 있으므로, 이에 아주 세부적인 대응책과 복합적인 접근법이 필요’ 하다는 것을 염두에 둠
- ISO 45003은 공식 인가시스템이 아니라 가이드라인이기 때문에 초안 수정본에는 사회심리적 위험성의 구성요소, 개인이나 조직에 미치는 영향, 그리고 어떻게 평가되고 관리되는지가 포함됨

ISO 45003의 범위와 기대효과

[한눈에 보는 ISO 45003]

현장의 근로자 정신건강 관리를 위한 실질적인 기준을 제공하는 최초의 국제 기준

정신건강이나 웰빙을 해칠 수 있는 근로 조건을 개선하기 위한 방안을 제공

ISO 45001 기준을 기존에 활용하는 사업장이 추가로 활용할 수 있음

심리적으로 건강하고 안전한 작업장 이란 근로자의 정신건강을 증진하고 해가 되는 활동을 방지하는 곳

3 (영국) 코로나19의 장기 후유증, 만성 코로나 증후군과 근로자 보호

서론

- 만성 코로나 증후군의 특징은 SARS-Cov-2 바이러스에 감염된 사람에게 다양한 증상으로 나타날 수 있으며, 이런 증상들이 28일 후에도 지속될 때를 의미함
 - » 만성 코로나 증후군은 다양한 증상을 보이며 신체의 여러 계통(호흡기계, 심혈관계, 신경계, 근골격계)에 영향을 미침

누가 만성 코로나 증후군에 걸리고 그 위험은 무엇인가?

- 만성 코로나 증후군은 당뇨, 천식, 고혈압과 같은 기저질환이 있는 사람, 50세 이상 고령자, 높은 체질량지수(BMI)를 가진 사람, 그리고 여성에게서 발생할 가능성이 더 높음

안전보건의 역할

- 만성 코로나 증후군을 앓고 있는 근로자의 업무복귀 과정에서 가장 중요한 사항은 그들이 정상적인 작업을 수행할 수 있는지 여부를 평가하는 것임

유럽 산업안전보건청(EU-OSHA), 사업주와 근로자의 업무로의 복귀를 위한 두 가지 새로운 가이드 발행

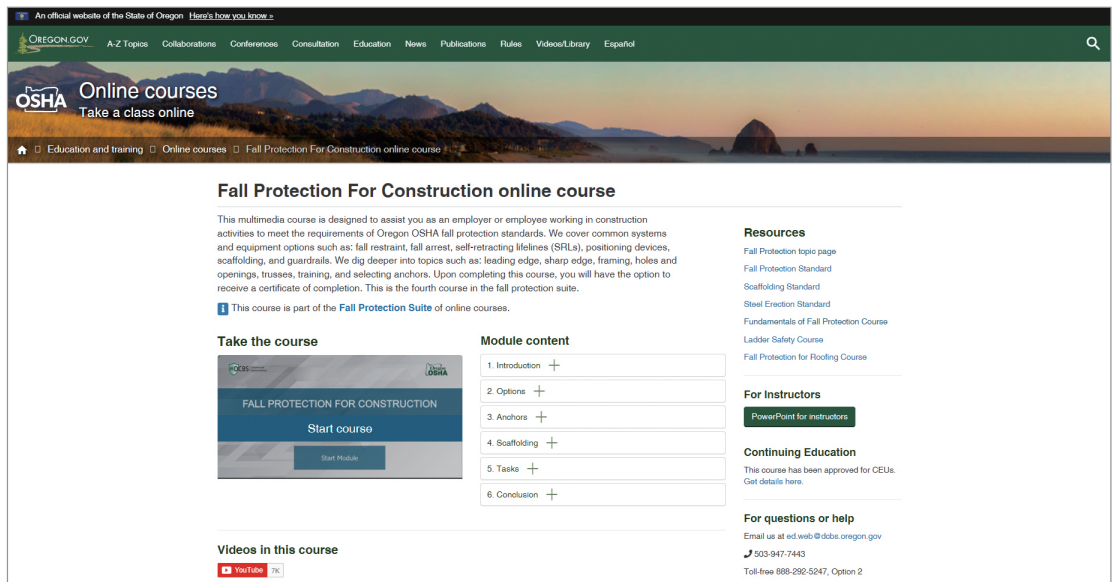
- 유럽 산업안전보건청은 근로자 및 관리자용 가이드를 통해 병가 중 연락유지, 퇴근 후 인터뷰, 근무시간 또는 직무에 대한 일시적 조정과 같은 조치, 도움을 받을 수 있는 장소에 대한 권고사항을 제공함

미국 - 오리건 주(州) 산업안전보건청, 추락 예방 무료 온라인 교육제공

· 미국 오리건 주 산업안전보건청은 건설업 사업주와 근로자의 안전하고 건강한 업무환경 조성 지원을 목적으로 무료 온라인 교육훈련 과정 제공¹⁾

주요내용

- 미국 오리건 주(州) 산업안전보건청²⁾은 건설업 사업주와 근로자가 추락 예방을 위한 산업안전보건청의 기준요건을 충족할 수 있도록 온라인 교육훈련 과정을 무상으로 제공함



- 동 교육과정은 오리건 주 추락 예방 행정규칙 - 제3장 건설업(Division 3, Oregon Administrative Rules Chapter 437*)을 바탕으로 제공
 - » 행정규칙에는 관련 근거, 규칙의 범위, 용어와 정의 및 추락 예방을 위한 각종 절차, 시스템, 기준 및 사례 등이 기술되어 있음



오리건 주 행정 규칙 제437호(OAR Chapter 437)

오리건 주 부주지사(Secretary of State)는 동 행정규칙 제437호를 “오리건 주 산업안전보건 규정(code)” 으로 지정함.
동 규정은 여섯 장의 주요 내용으로 이루어져 있으며 다음과 같음

(1장)일반적인 행정 규칙, (2장)전반적인 산업안전보건 규칙, (3장)건설업, (4장)농업, (5장)해양 활동, (7장)임업 활동

1) 출처 : <https://www.safetyandhealthmagazine.com/articles/20377-fall-protection-in-construction-oregon-oshla-launches-free-online-training>

2) Oregon Occupational Safety and Health Agency

- 건설업 추락 예방을 위한 온라인 교육훈련 과정은 업계 리더들의 통찰력을 공유하고 관련 기준요건이나 사례 및 시범 등을 제공하며, 건설업 추락 예방과 관련된 용어나 과정 등에 대한 논의를 담고 있는 특징이 있음
 - » 또한 추락 방지시스템 사용 목적, 추락 안전높이 산식, 비계, 보호난간, 단부 및 개구부 작업 등에 관한 정보도 제공함
 - » 특히 온라인으로 손쉽게 접근하여 사업주와 근로자가 쉽고 빠르게 접근할 수 있도록 제작됨
- 또한 오리건 주 추락 예방 행정 규칙, 추락 예방 가이드, 체크리스트, 브로슈어 등 다양한 추락 예방 교육에 활용할 수 있는 자료를 오리건 주 산업안전보건청 홈페이지에서 제공함
 - » 교육은 영어로 제공되며 2021년 9월부터 스페인어로도 제공
 - ※ 스페인어가 모국어인 미국 거주자는 4,180만 명(약 13%³⁾)으로 추산⁴⁾

추락 예방 온라인 교육훈련

- 추락 예방 온라인 교육훈련은 크게 4가지로 구성되어 있음



- 각각의 훈련과정은 과정별 맞춤형 순서를 통해 중요한 사항을 전달함
 - » 내레이션 및 건설업에 종사하는 다양한 업계 종사자(건설업체 대표, 건설현장 관리자, 감독관, 건설업 관련 장비 판매 사업주 등)가 등장하여 사례를 설명하는 방식으로 진행
 - » 위의 모듈을 통해 교육을 할수도 있으나 사업주나 근로자가 필요한 영상에 더욱 손쉽게 접속할 수 있도록 유튜브를 통하여 영상을 바로 볼 수도 있음

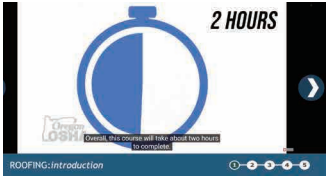
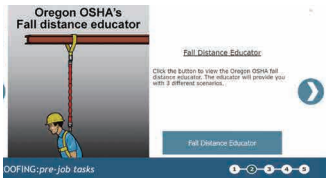
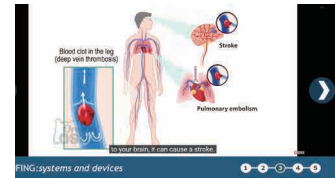
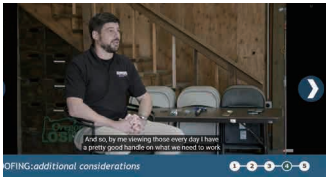

3) 2019년 미국 전체인구 3억2,800만 명으로 계산(출처: 미국 인구조사국)

4) 출처: 미국통계청(2019년) 5세 이상만 집계

» 과정별 맞춤형 순서와 그에 따른 세부 내용으로 구성됨

- 💡 예시: 지붕작업 추락 예방

지붕작업 추락 예방 순서 및 주요 구성 내용

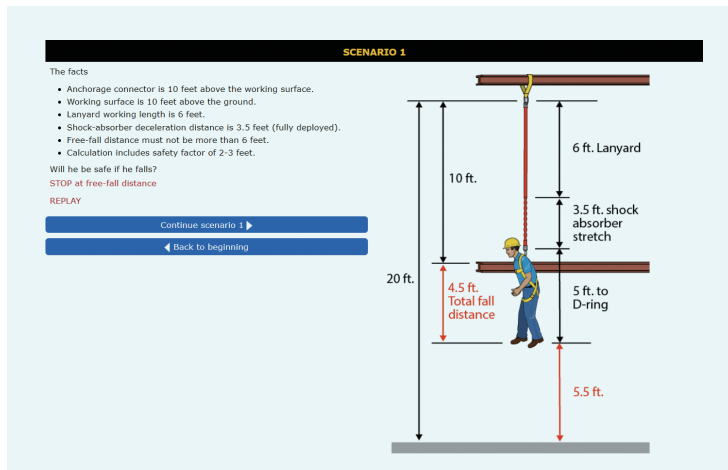
순서	주요 화면	주요 구성 내용
서론 (Introduction)		<ol style="list-style-type: none"> 1 과정 주요 내용, 소요 시간, 필요 선행학습, 기대 효과 등 2 안전 정책(사업장 사례 공유) 3 지붕작업 시 유해위험요소 4 올바른 추락 방호장치 선택하기 5 상업용·주거용 건물 건설공사
작업 전 할일 (Pre-Job Tasks)		<ol style="list-style-type: none"> 1 설계하기 2 유해위험요소 발견하기 3 대중과의 커뮤니케이션 (예: 아파트 공사의 경우 드나드는 주민과의 의사소통 방법) 4 채광창 안전 5 추락과 스윙(진자 운동), 추락높이 산정 시나리오
시스템과 장비 (Systems and Devices)		<ol style="list-style-type: none"> 1 앵커리지 2 수평 구멍줄 3 안전대 조절장치 4 난간 5 안전감시(자) 6 접근금지줄(Warning lines) 7 안전대와 트라우마
기타 유의사항 (Additional Considerations)		<ol style="list-style-type: none"> 1 고소작업 유자격자의 중요성 2 안전하게 접근하기 3 자재 옮기기 4 구조 체계 5 작업 종료
결론 (Conclusion)		<ol style="list-style-type: none"> 1 지붕작업 근로자를 위한 교육 2 점검 훈련 사례 3 진행중인 교육훈련 4 지붕작업 문화 5 참여증서 발급 및 다음과정 안내, 주요 연락처 정보

- 특이사항 : 영상 중간에 바로가기 링크를 제공하여 내용과 관련된 추가 교육 자료에 클릭 한번으로 접근할 수 있도록 제작

» 예시 : 추락높이 산정 시나리오

추락높이 산정 시나리오

추락높이 산정 시나리오 웹 화면



모바일 화면

Oregon OSHA's fall distance educator

How far can you fall with a shock-absorbing lanyard? Oregon OSHA's fall distance educator shows you how to calculate your fall distance and your free fall distance with three different scenarios. To keep things simple, the educator assumes:

- You are a six-foot male who weighs 200 pounds
- You are using a six-foot shock-absorbing lanyard with an internal 3.5-foot shock absorber
- The height from your working surface to your back D-ring is 5 feet
- Your shock absorber will be fully deployed after you fall

While the scenarios may not represent real-world situations, they will help you understand how far you could fall when you really are using a shock-absorbing lanyard.

SCENARIO 1:
Anchorage connector is 10 feet above the working surface. ▶

SCENARIO 2:
Anchorage connector is 5 feet above the working surface. ▶

모바일 바로가기

Click ⁵⁾

산식 제공

Here is how to calculate **total fall distance** and **free fall distance**.

Lanyard length:	6.0 ft.
Shock absorber deceleration distance:	3.5 ft.
Height to back D-ring:	+ 5.0 ft.
Necessary clearance:	14.5 ft.
Connection height:	
Total Fall distance:	
Shock absorber deceleration distance:	
Free fall distance:	

전체 추락높이와 자유낙하 높이 계산법

끈 길이:	6.0 ft.
충격흡수장치의 감속 거리:	3.5 ft.
D링(고리) 까지의 높이:	+ 5.0 ft.
필요한 여유 높이(간격):	14.5 ft.
연결 높이:	- 10.0 ft.
전체 추락 높이 :	4.5 ft.
충격흡수장치의 감속 거리:	- 3.5 ft.
자유 낙하 거리 :	1.0 ft.

기타 추락 예방 온라인 교육훈련 자료

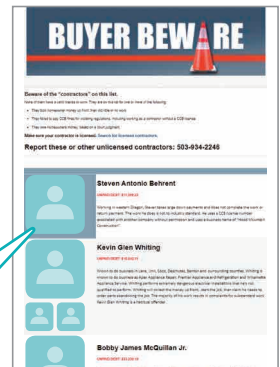
- 앞서 소개한 온라인 영상 교육훈련 이외에도 모바일을 통한 교육자료, 브로슈어, 카탈로그, 체크리스트, 필수정보 등 다양한 교육훈련 자료를 제공함

기타 추락 예방 온라인 교육훈련 발간물

주요 구성 내용	모바일 교육자료	브로슈어	카탈로그	셀프 체크리스트	필수정보 ⁶⁾
	<ul style="list-style-type: none"> 추락높이 산정 시나리오(추락 높이 계산법 소개) 	<ul style="list-style-type: none"> 건설업 추락 예방 활동 안전보호구 위험성 평가 킷 가이드 목조 트러스 및 서까래 고정 작업 중 추락 예방 	<ul style="list-style-type: none"> 2021년 하반기 비대면 온라인 교육 과정 일정 안내 	<ul style="list-style-type: none"> 높아진 작업 표면 (elevated surface) 바닥 및 벽 개구부 	<ul style="list-style-type: none"> 고층 작업으로 인한 추락 예방 건설업 비계 - 유자격자의 필요조건 경고줄 - 건설업 우수사례 지붕 작업을 위한 안전 감시자 공동업종: 가드레일, 계단 가드레일, 손잡이 작업 현장을 걷기: 한눈에 보기

교육 수료증과 오리건 주 건설도급관리번호

- 교육에 참여한 사업주는 오리건 주 웹사이트에서 업체명(사업주명), 이메일주소, 업종, 규모 및 건설도급업관리번호 (CCB⁷⁾ number)를 입력하고 수료증(Certificate)을 발급받을 수 있음
- 오리건 주는 건설도급업관리단을 운영하여 오리건 주 내에서 건설공사에 참여하는 사업장 정보를 관리하고 건설도급관리번호를 부여함
 - » 건설업체는 오리건 주 내에서 브로슈어나 웹사이트 등을 통한 사업 홍보 및 사업자등록 카드에 동 번호를 표기해야 함
- 특이 사항은 오리건 주에 등록된 사업체 중 불량 사업장의 정보와 이유를 건설도급업 관리단 전용 웹페이지에 게재하여 고객들이 불량 사업체를 피할 수 있도록 함



이름 : 스티븐 안토니오 버렌트

미납 채무액 : \$11,500.22

오리건 서부에서 주로 활동하는 스티븐은 계약금을 많이 받아낸 뒤 공사를 이행하지 않거나 계약금을 돌려주지 않음. 스티븐의 공사는 업계 기준을 준수하지 않음. 타 업체의 건설도급관리번호를 무단으로 도용하며 주로 사용하는 업체명은 '후드마운틴 건설'임

시사점

웹, 유튜브 및 앱 등 접근성이 좋은 수단을 통하여 건설 추락예방 핵심정보를 건설업 사업주, 관리자 및 근로자에게 제공하는 것으로 국내에서도 정부 또는 공공기관에서 제공 여부를 검토해 볼 필요가 있음

6) fact sheets

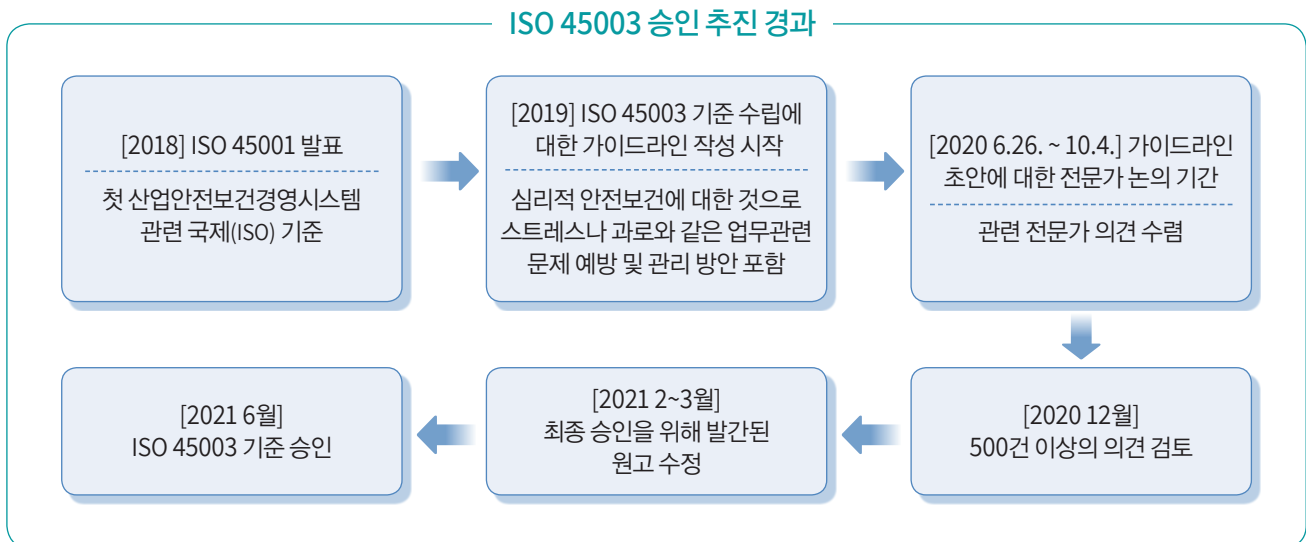
7) Construction Contractors Board

「영국 - 근로자의 정신건강 보호를 위한 새로운 기준, ISO 45003」

· 국제표준기구(ISO⁸⁾)는 ISO 45003 기준 수립을 통해 기존 ISO 45001(안전보건경영시스템)을 도입한 사업장이 근로자의 사회심리적 정신 건강을 보호할 수 있도록 추가적인 지침 제공⁹⁾

서론

- 최초의 심리적 안전보건에 관한 국제기준인 ISO 45003[[바로가기 Click](#)]¹⁰⁾이 지난 6월 승인됨에 따라 사업주는 사업장 근로자의 사회심리적 위험요소 관리방안에 대한 실질적인 지침을 얻게 됨
 - » ISO 45003은 국제 안전보건경영시스템인 ISO45001*을 기반으로 만들어졌으며, 안전보건경영시스템을 도입 및 활용하고 있는 조직에서 근로자의 ‘정신건강’을 건강하게 유지하기 위해 활용할 수 있는 추가적인 기준을 제공하기 위함
 - *[덧붙임] 안전보건경영시스템 ISO 45001 가계도 참조
- 영국 산업안전보건협회(IOSH)는 ISO 45003 승인까지의 주요 추진 현안 및 업계 전문가와 관계자들의 동 지침에 대한 의견을 인터뷰함



- 코크 대학교 교수이자 ISO 45003 개발 워킹그룹 공동 의장인 스타브로우라 레카(Stavroula Leka) 교수는 ISO 45003의 개발 배경에 대해 다음과 같이 설명함
 - » “조직이나 조직의 설계 및 관리가 열악할 경우 허약한 정신건강, 상습적인 무단결근이나 필요 이상으로 직장에서 시간을 많이 보내는 문제, 휴면 에러 등의 문제와 연관될 수 있으며 이러한 데이터를 바탕으로 심리적 위험성에 대한 구체적인 지침 기준의 필요가 대두됨”

8) International Standard Organization

9) 출처 : <https://www.ioshmagazine.com/2021/01/06/delving-deeper-iso-45003>

10) 출처 : <https://www.iso.org/obp/ui/#iso:std:iso:45003:ed-1:v1:en>

지침 초안 작성 과정

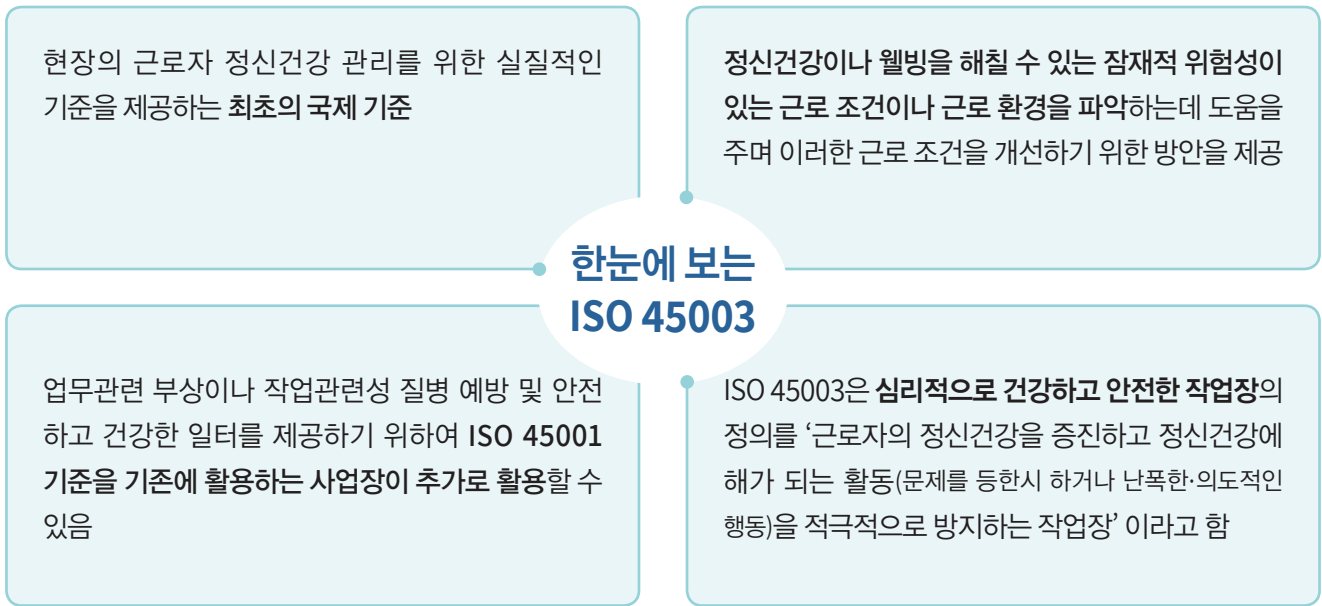
- 레카 교수는 「사회심리적 위험성」을 “사회적인 요인에서부터 작업환경 및 위험한 업무의 측면까지 일을 구성하는 것과 관련된 모든 위험요소” 라고 정의하였으며, 모든 조직이나 업종에는 사회심리적인 위험이 존재한다는 것을 전제로 함
- 초안 작성 당시 ‘사회심리적(phychosocial)’이라는 용어가 너무 의학적이라는 의견도 있었지만 이미 널리 사용되고 있는 만큼 동 용어가 사용됨
- 2020년 10월까지 참여 유관 기관들이 초안 원고에 대한 의견을 개진함
- 영국산업안전보건협회 정책개발담당자 이반 짐메네즈(Ivan Williams Jimenez)에 따르면 ISO 45003 초안 작성 당시 ‘업무 구성 및 설계는 심리적 안전과 건강의 좋고 나쁨에 영향을 줄 수 있으므로, 이에 아주 세부적인 대응책과 복합적인 접근법이 필요’ 하다는 것을 염두에 둠
- ISO 45003은 공식 인가시스템이 아니라 가이드라인(원문: Guidance)이기 때문에 초안 수정본에는 사회심리적 위험성의 구성요소, 개인이나 조직에 미치는 영향, 그리고 어떻게 평가되고 관리되는지가 포함됨



ISO 45003의 범위와 기대효과

- 영국 심리학회(BPS¹¹⁾)는 ISO 45003이 너무 단순 간결하다는데 우려를 표함
 - » 영국 심리학회는 “일선 관리자와 같이 ‘비 심리전문가’가 작업장에 존재할 수 있는 심리학적 문제를 이해하는데 동 지침을 사용할 수 있겠지만 심리적 평가는 반드시 전문 교육을 받은 심리전문가 수행해야 한다” 고 제안함
- 이에 레카 교수는 ISO 45003의 기대효과는 일선 관리자를 심리전문가로 만드는 것이 아니라, ‘조직이 긍정적인 사회심리적 환경을 조성’ 하도록 돕는 것이라고 언급함
 - » 또한 동 기준의 목적은 심리학적 위험요소가 발생하지 않는 업무 환경을 조성하는 ‘예방’ 으로의 목적이라는 것을 강조함
- P社の 안전보건 규제 담당 변호사인 라이언 그레입스(Rhian Greaves)는 “정신 건강은 개인, 문화, 인종, 종교, 성별 및 기타 문제에 영향을 받으며, ISO 45003으로 인해 최소한 ‘사업장에서 정신건강에 영향을 주는 요소’의 중요성을 강조할 수 있다는 것을 알 수 있다” 라고 의견을 개진함
- 영국산업안전보건협회 공인회원(Chartered Member)이자 T社の 경영이사인 앤서니 에커슬리(Antony Eckersley)는 “많은 기업이 여전히 정신건강 문제를 덮어두고 있으며, ISO 45003은 건강한 정신건강과 이를 위한 기업 문화 조성을 위해 선제적인 시도가 될 것이다” 라고 의견을 개진함

11) the British Psychological Society



현장에 적용하기

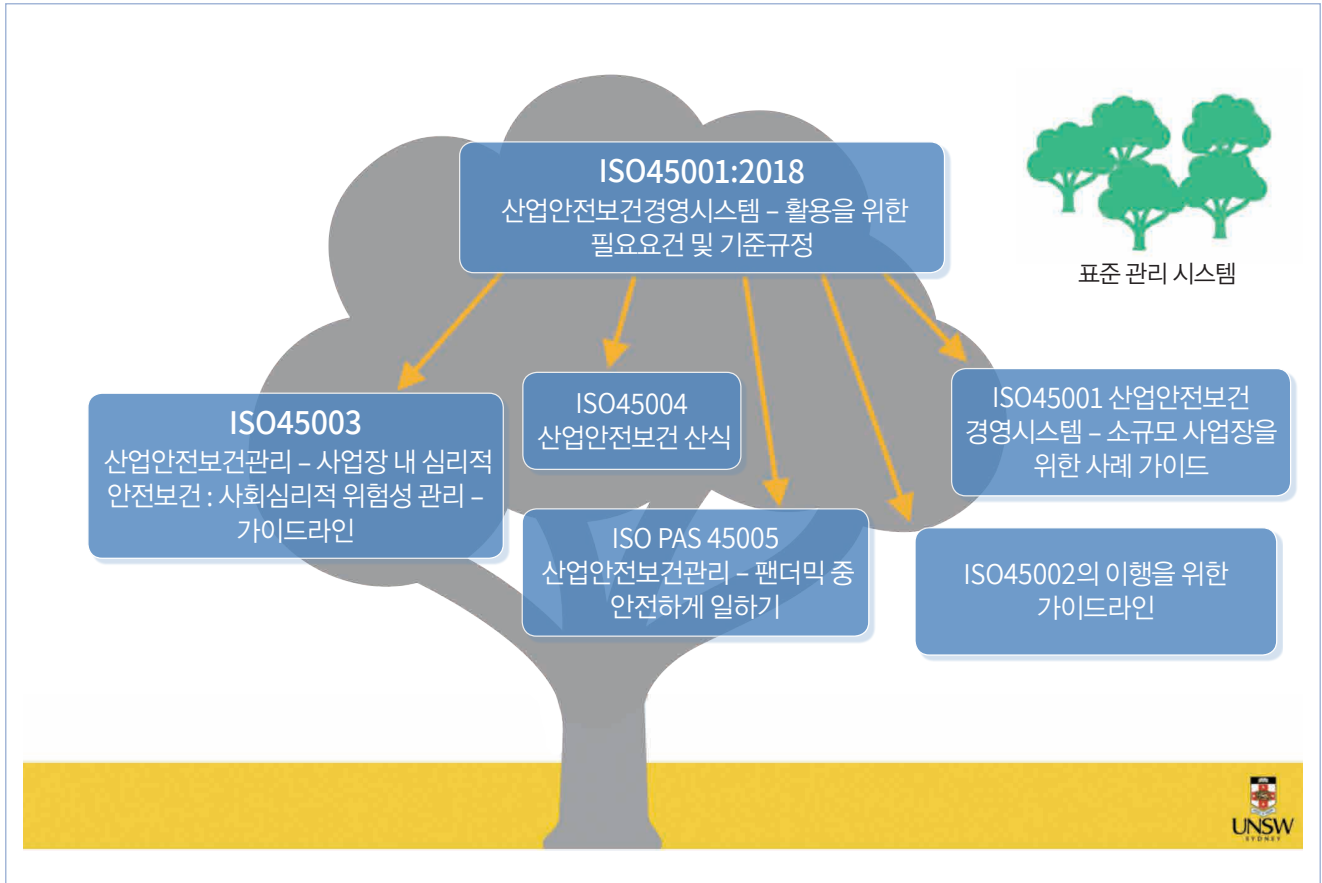
- 영국 심리학회(BCP)는 영국 전체 사업장의 99%를 차지하고, 영국 민간부문 채용의 3/5을 차지하는 중소기업의 경우 새로운 기준 도입에 참여하기 쉽지 않을 것이라고 함
 - » 에커슬리 이사(Chairman)에 따르면 영국산업안전보건청(HSE¹²⁾)은 영국 내 근로자 정신건강 문제의 원인을 업무량의 증가와 경영층 지원의 결여라는 사실을 발견했으며 이는 모든 규모의 사업장에 해당함
- ISO 45001을 기존에 도입한 A사의 이안 맥스웰(Ian Maxwell) 안전보건관리책임자는 “ISO 45003을 통해 사업장이 근로자의 건강에 대한 새로운 입장을 취하고 통합적인 접근법을 활용하게 할 것”이라고 긍정적인 의견을 냄
 - » 위험요소의 발견은 심리적 위험요소가 일으킬 수 있는 영향이 어디서 발생하게 될지 등 조직을 평가하는데 도움이 될 것임
 - » 반면에 정신건강(health·wellbeing)은 산업안전보건 전문가들에게는 새로운 영역이 될 것이며, 정신건강 문제를 다루기 위해서는 심리전문가나 전문적인 지원이 필요하게 될 것임

시사점

한국의 경우에도 감정노동, 과로, 직무 스트레스 및 산업재해 트라우마 등 근로자의 정신 질환이 사회이슈화가 되고 있는 만큼 KOSHA-MS 인증 사업장 등 대기업부터 우선 도입하도록 권고하고, 전체 사업장의 98%이상 차지하는 50인 미만 소규모 사업장의 경우 사업주 및 관리감독자 교육 도입의 필요성에 대한 핵심정보 제공이나, 지속적인 근로자 정신건강 관리 필요성에 대한 캠페인 전개 등을 통해 점차적인 홍보가 필요해 보임

덧붙임

안전보건경영시스템(ISO 45001) 가계도



[출처] : ISO 45003 – The changing landscape for managing psychosocial risks, IOSH Webinar, 30 Sept 2020,
Dr Carlo Caponecchia, carloc@unsw.edu.au, UNSW Sydney

「영국 - 코로나19의 장기 후유증, 만성 코로나 증후군과 근로자 보호」

· 영국 산업안전보건협회(IOSH)는 만성 코로나 증후군(Long COVID)의 특징 및 증상과 안전보건 전문가들이 업무로 복귀하는 근로자를 도울 수 있는 방안을 공유하고 유럽산업안전보건청(EU-OSHA)의 만성 코로나 증후군 대처 가이드라인을 소개¹³⁾

서론

- 백신 접종을 통해 일부 국가는 대유행과의 전쟁에서 승리할 수도 있지만, 만성 코로나 증후군을 앓고 있는 사람들에게는 그 싸움이 이제 막 시작일 뿐임
 - » 만성 코로나 증후군이 사람에게 주는 영향, 누가 위험한지, 어떻게 하면 안전보건 전문가들이 작업으로 복귀하는 근로자를 도울 수 있는지에 대한 질문에 카렌 미셸(Karen Mitchell) 박사는 해결책 등을 제시함
- 만성 코로나 증후군의 특징은 SARS-Cov-2 바이러스에 감염된(양성) 사람에게 다양한 증상으로 나타날 수 있으며, 이런 증상들이 28일(4주) 후에도 지속될 때를 의미함
 - » 2020년도 국립통계청(ONS¹⁴⁾)은 코로나19에 감염된 사람의 10%가 만성 코로나 증후군을 겪는 것으로 추정함
- 영국 국립보건임상연구원(NICE¹⁵⁾) 가이드라인은 만성 코로나 증후군을 두 가지로 정의함

첫째 급성 증상이 시작된 지 4주에서 12주가 지난 후에도 코로나 증상이 지속되는 경우

둘째 급성 증상이 시작된 지 12주 이상 지난 사람들에게서 나타나는 포스트 코로나(post-COVID-19) 증후군인 경우(Venkatesan, 2021)

- » 만성 코로나 증후군은 다양한 증상을 보이며 신체의 여러 계통(호흡기계, 심혈관계, 신경계, 근골격계)에 영향을 미침
- » 일반적으로 보고된 증상으로는 피로, 호흡곤란, 근육통, 가슴 통증(흉통), 인지 장애, 두통, 우울증 및 외상 후 스트레스 장애와 같은 심리적인 장애가 있음¹⁶⁾
- » 증상은 감염에 의한 형태 보다는 신체 여러 계통에 문제를 일으키는 형태로 나타나고, 환자들은 간단한 일상 활동에서도 극도의 피로함을 느끼며 그들 삶을 망가트릴 정도의 영향을 미친다는 의견을 보임
- » 이런 다양한 증상 특성은 만성 코로나 증후군을 겪는 사람의 건강과 사회적 요구 해결을 위해서는 다양한 전략이 필요하다는 것을 방증함

13) 출처 : <https://www.ioshmagazine.com/2021/07/01/long-covid>

14) Office for National Statistics

15) The National Institute for Health and Care Excellence

16) Scherlinger et al, 2021; Sudre et al, 2020

누가 만성 코로나 증후군에 걸리고 그 위험은 무엇인가?

- 중증 코로나로 입원한 사람들만이 만성 코로나 증후군에 걸리는 것은 아님. 심지어 가벼운 증상을 가진 사람도 몇 주나 몇 달 후에 증상이 나타남
 - » 만성 코로나 증후군은 당뇨, 천식, 고혈압과 같은 기저질환이 있는 사람, 50세 이상 고령자, 높은 체질량지수(BMI)를 가진 사람, 그리고 여성에게서 발생할 가능성이 더 높음¹⁷⁾
 - » 만성 코로나 증후군에 걸리는 예측 가능한 또 다른 원인은 증상자가 겪는 증상 수임
 - 코로나 감염 첫 주에 5개 이상의 증상이 있는 경우, 해당자는 만성 코로나 증후군에 걸릴 가능성이 훨씬 더 높았음¹⁸⁾
- 2021년 5월 25일 세계보건기구(WHO)는 전 세계적으로 167,011,807명의 코로나 확진 환자가 발생했고, 이 중 10%가 만성 코로나 증후군으로 진행 된다면 1,600만 명 이상이 이 질환을 앓게 될 것이라 추정
 - » 영국에서만 110만 명의 사람들이 다양한 수준의 만성 코로나 증후군을 겪고 있는 것으로 추정됨



만성 코로나 증후군 관리 방법

- 만성 코로나 증후군 관리를 위해서 이해해야하는 사항은 동 증후군이 ‘심신을 쇠약하게 만들면서 우리 몸속에서 진화’ 한다는 것임
 - » 만성 코로나 증후군 관리를 위해서 연구 또는 임상에서 얻은 결과로 이해력을 높여갈 수 있음
 - » 근로자의 건강은 나날이 달라질 수 있으며, 심장, 호흡기, 신경학적 증상이 호전되지 않는 근로자가 있을 경우 각별한 주의를 기울여야 함
 - » 안전보건 전문가는 또한 환자인 근로자들이 보고하는 증상에 관심을 기울일 필요가 있음
 - » 영국 국립보건임상연구원 가이드라인에는 만성 코로나 증후군 환자를 돌보기 위한 의료 종사자용 세부 프로토콜이 마련되고 있고(Venkatesan, 2021), 안전보건 실무자 및 관리자용 업무복귀(RTW; return-to-work) 프로세스 지원 가이드 라인을 개발함
 - » 영국 국민보건서비스(NHS¹⁹⁾)는 이러한 환자들의 건강요구를 해결하기 위해 69개의 만성 코로나 증후군 클리닉을 설립함



17) Chand and Mesharm, 2021

18) Sudre et al, 2020; Tenforde et al, 2020

19) National Health Service

만성 코로나 증후군은 직업병인가?

- 직업병으로 인정되기 위해서는 작업장 내 노출과 인과관계가 있어야 함
 - » 예를 들어 코로나19에 감염된 환자 치료 후 코로나19에 감염된 의료 종사자의 경우 업무의 직접적인 결과로 질병에 걸린 것으로 판단되며, 만약 이들의 상태가 만성 코로나 증후군으로 진행된다면 이는 코로나 감염 지속성과 작업 연관성이 있다고 간주될 것임
 - » 직장 동료로부터 코로나 바이러스에 감염된 근로자는 직업병이라고 주장 할 수 있을 것임
 - » 만약 슈퍼마켓에서 코로나에 감염된 직장 동료를 만난 것은 업무와 관련이 없기 때문에 직업병으로 인정되지 않을 것임
- 코로나19 감염의 업무관련성을 확인하는 것 보다 더 중요한 것은 효과적인 감염예방 및 통제 조치를 통해 바이러스 확산을 막기 위한 노력임
 - » 사업장에서는 코로나19에서 회복하여 직장으로 복귀한 근로자가 만성 코로나 증후군을 보이지 않는지 면밀히 관찰 할 필요가 있음
 - » 일반적으로 코로나에 감염된 사람은 10일 동안 발열과 지속적인 기침 증상이 있지만, 만성 코로나 증후군 환자의 대부분은 이런 증상에도 불구하고 음성으로 판정되며 전염성이 없음

업무로의 복귀

- 확실한 사회보장 시스템이 없고 코로나19가 경제 및 건강에 모두 문제가 되는 국가에서는, 대다수의 근로자들이 만성코로나 증후군을 겪은 후 업무에 복귀하는 것이 아니라 만성 코로나 증후군 문제를 가지고 업무에 복귀함 (일하지 못하면 생존이 곤란한 경우도 있음)
 - » 미국의 한 조사에 따르면 코로나19 양성자의 35%가 양성 반응을 보인 후 14일에서 21일간 업무에 복귀하지 않았고, 업무에 복귀하지 않은 가장 높은 연령층은 50세 이상 고령자였음²⁰⁾
 - » 또 다른 연구(Alwan, 2021)에 따르면 만성 코로나 증후군 환자의 75%가 업무에 영향을 미쳤다고 응답했고, 이중 60%는 건강 악화로 인해 휴가를 냈다고 함
 - » 안전보건 전문가에게 중요한 것은 근로자의 장기간 부재 가능성과 업무복귀를 지원하고 적응하는 프로세스의 제공 가능성임
 - » 업무복귀는 복잡할 수 있고 업무와 관련된 근로자의 역량을 수용하기 위한 개별적인 접근이 필요함
- 육체적인 노동에 종사하고 피로와 호흡곤란을 겪고 있는 근로자는 쉽게 지치고 육체노동 업무 강도에 대처하지 못함
 - » 근로자는 두통과 브레인 포그*로 고통 받는 동안에도 세세한 부분까지 끊임없이 일에 신경 써야 할 수도 있음
 - » 호흡기에 이상이 있는 근로자는 먼지가 많은 환경에서 일하는 동안 인공호흡기를 착용할 수 없으므로, 인공호흡기를 착용할 필요가 없는 다른 업무로 작업을 전환해야 함



* 브레인 포그(Brain fog)

머리에 안개가 낀 것처럼 멍한 느낌이 지속되어
생각과 표현을 분명하게 하지 못하는 상태

- 근로자들은 다양한 이유로 그들의 업무에 대처할 수 없기 때문에 업무 복귀를 위해서는 근로자 개별 맞춤 지원이 필요함

» 업무 복귀 성공은 계획과 조정을 바탕으로 신체적 및 인지적 한계, 병가 문제, 필요 이상으로 직장에서 시간을 많이 보내는 문제²¹⁾의 해결 등과 같은 대응방안 제공에 달려있음

안전보건의 역할

- 일하는 것 자체는 신체와 정신건강에 좋으나, 근로자가 일을 하기 위해 100% 건강할 필요는 없음²²⁾
 - » 안전보건 전문가는 근로자가 본인의 업무 기술을 유지할 수 있도록 시의 적절하고 안전하게 업무에 복귀하기 위한 지원의 의무가 있음
 - » 만성 코로나 증후군과 관련된 근로자의 업무복귀에서 고려해야할 사항은 정상적인 작업환경이 지속되어야 한다는 점임 : 주어진 위험에 따른 단계적인 제어방법은 다음 표를 참조

코로나 바이러스 노출 완화를 위한 통제방법

공학적 방법	관리적 방법	개인보호구
<ul style="list-style-type: none"> • 물리적 장벽 • 적절한 환기 • 일회용 도구 및 기구 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 아픈 근로자 출입 제한 • 위생 및 개인보호구 교육 • 근무시간 축소 • 모임 제한 • 재택근무/유연근무 • 백신접종 • 신속한 자가진단 • 지속적인 청소 • 살균 	<ul style="list-style-type: none"> • 올바른 마스크/호흡보호구 착용 • 보안경 • 보호장갑 • 특별 의복 (앞치마, 얼굴가리개)

- 만성 코로나 증후군을 앓고 있는 근로자의 업무복귀 과정에서 가장 중요한 사항은 그들이 정상적인 작업을 수행할 수 있는지 여부를 평가하는 것임
 - » 업무처리 능력에 영향을 미치는 증상에는 호흡곤란, 피로, 브레인 포그, 흉통이 포함됨²³⁾
 - » 안전보건 전문가가 이 평가의 책임자이며, 정확한 세부직무를 알고 있다면 적응에 필요한 적절한 조언을 할 수 있음
- 핵심 쟁점은 근로자의 업무복귀에 의사결정권자일 뿐만 아니라 근로자들의 일상적인 안전과 건강을 책임지는 관리 감독자도 포함된다는 것임
 - » 관리 감독자는 근로자들에게 재택근무, 유연근무제, 근무시간 조정, 업무보조 장비 제공 등과 같은 조정을 제안함
 - » 근로자들의 우려와 걱정을 듣고 현실적인 조언을 제공함으로써 정신건강 문제를 해결함
 - » 근로자 관리는 반드시 근로자의 가용 역량을 바탕으로 수행 업무에 초점을 두고 업무활동이 미칠 영향이나 업무 주기를 고려해야 함
 - » 근로자는 근로시간이 줄어든 업무, 앉아서 할 수 있는 작업, 휴식시간이 빈번한 업무로의 재배치가 필요할 수 있음
 - » 근로자의 변화 적응을 위한 모니터링이 필요할 수 있음

21) 원문 : presenteeism

22) Occupational Medicine(FOM) of the Royal College of Physicians, 2021

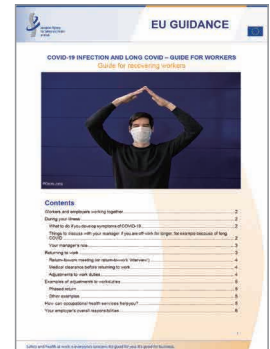
23) FOM, 2021

유럽 산업안전보건청(EU-OSHA), 사업주와 근로자의 업무로의 복귀를 위한 두 가지 새로운 가이드 발행

- 유럽 산업안전보건청은 근로자 및 관리자용 가이드를 통해 병가 중 연락유지, 퇴근 후 인터뷰, 근무시간 또는 직무에 대한 일시적 조정과 같은 조치, 도움을 받을 수 있는 장소에 대한 권고사항을 제공함

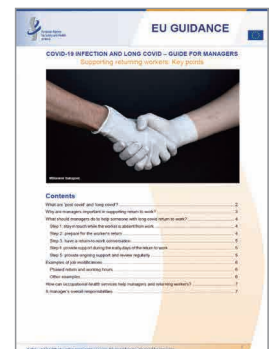
“코로나19 감염 및 만성 코로나 증후군” 근로자용

- » 근로자용 가이드에서는 급성질환 또는 장기간 증상(만성 코로나 증후군)을 겪은 근로자들이 복직시 직면하는 문제를 다룸
- » 일부 증상은 진단 후에도 오래 지속될 수 있으며, 그 상태는 하루마다 달라질 수 있다고 지적함
- » 이 가이드에는 사업주와의 연락유지, 단계적 복귀 관리 및 직업건강 서비스 기관이 제공하는 지원이 포함되어 있음



“코로나19 감염 및 만성 코로나 증후군” 관리자용

- » 관리자용 가이드에서는 관리자와 근로자의 작업 복귀 관리방법에 대한 간단한 해결책을 제시함
- » 관리자들이 코로나를 겪은 근로자들의 복직에 중요한 역할을 한다고 인정하고, 관리자들은 근로자들의 복직과 직장에 머무를 수 있는 최선의 기회를 주기위해 취해야 할 조치를 제시함
- » 여기에는 근로자와 접촉, 단계적인 복귀 조정, 근로자의 직무 및 일정 조정에 대한 논의가 포함되어 있으며 관리자가 직업건강 서비스 및 인적자원에서부터 지원받을 수 있는 방법이 포함되어 있음



- 유럽 산업안전보건청에서는 “근로자들은 그들의 역할과 증상의 진행상황에 따라 서로 다른 수준의 지원을 필요로 하기 때문에 그들의 요구를 듣고 정기적으로 확인하는 것이 핵심이다” 라고 지적함
- “함께 일함으로써 근로자들은 다시 일어설 수 있고 관리자들은 귀중한 팀원들을 다시 직장으로 복귀 시킬 수 있다”

시사점

사업주 및 관리자들은 당뇨, 천식, 고혈압과 같은 기저질환이 있는 사람, 50세 이상 고령자, 높은 체질량지수 보유자 및 여성과 같은 고위험군 근로자들에 대하여, 공학적 및 관리적 방법이나 개인보호구 등 코로나 바이러스 노출 완화를 위한 통제 방법의 보다 강화된 적용을 고려할 필요가 있어 보임



안전보건공단 국제협력센터

울산광역시 중구 종가로 400

Tel. 052-7030-745 Fax. 052-7030-326 E-mail. overseas@kosha.or.kr

Web(Kr). www.kosha.or.kr Web(En). www.kosha.or.kr/english/index.do

- ※ 본 자료 및 출처(URL 포함)는 저작권 등의 문제로 인해 원본자료의 제공이 어려울 수 있으며, 웹사이트 기사를 주로 사용하므로 추후 웹사이트 링크가 손상될 수 있습니다.
- ※ 국제안전보건동향은 이메일을 통한 정기 구독이 가능합니다. 신청 및 관련 사항은 국제협력센터로 연락 부탁드립니다.

