

2025년 심장질환 및 뇌졸중 통계 업데이트 팩트시트 심혈관 건강

모든 미국인의 심혈관 건강(CVH) 요약

- CVH는 미국심장협회의 삶의 필수 8대 요소에 정의된 식습관, 신체활동(Physical Activity, PA), 니코틴노출, 수면 건강, 체질량 지수(Body Mass Index, BMI), 혈중 지질, 혈당 및 혈압(Blood Pressure, BP)을 포함한다.
- 2013년~2020년 CVH의 대부분 요인의 경우 평균 점수는 미국 성인(≥ 20 세)보다 미국 소아에서 더 높았으나, 식습관 점수와 수면 건강 점수만은 예외적으로 성인보다 소아의 평균 점수가 더 낮았다. 평균 식습관 점수는 미국 소아 및 성인 모두에서 8대 CVH 요인 중 가장 낮았다.

소아의 CVH

- 2013년~2020년 3월, 미국 소아 사이에서 점수가 가장 높았던 CVH 요인은 BP, 혈당 및 니코틴 노출이었으며, 인종 및 민족 집단 전반에 걸쳐 모든 평균 점수가 80점대 및 90점대(이상적인 점수 100점)였다. 이와는 달리, 해당 연령 범위 내 PA, 지질 및 수면 건강 점수는 인종 및 민족 집단 전반에서 모두 70점대였다.
- 2013년~2020년 3월, 총 8가지 요소를 결합한 전체 CVH 점수는 16~19세의 모든 미국 소아의 경우 평균 73.6점이었다. 해당하는 평균 전체 CVH 점수는 비히스패닉(NH) 아시아인 소아 78.4, NH 백인 소아 74.1, 멕시코계 미국인 소아 72.7 및 NH 흑인 소아 71.3이었다.

성인의 CVH

- 2013년~2020년 3월, 미국 성인들 사이에서 CVH의 최저 평균 점수는 식습관, PA 및 BMI 요소에서 관찰되었으며, 평균 점수는 모든 인종 및 민족 범주에 걸쳐 30점대~50점대로 나타났다. 수면 건강 점수는 미국 성인의 CVH 요인 중 가장 높았으며, 평균 점수는 모든 인종 및 민족 집단에 걸쳐 80점대로 확인되었다. 단, 예외적으로 NH 흑인 성인 집단의 경우에는 평균 점수가 75.6이었다. 미국 성인 남성의 혈중 지질, 혈당 및 BP 평균 점수는 인종 및 민족 범주 전반에 걸쳐 모두 60점대 및 70점대였다.
- 2013년~2020년 3월, 평균 전체 CVH 점수는 모든 미국 성인이 65.2였으며, 평균 점수는 NH 아시아인이 69.6, NH 백인이 66.0, 멕시코계 미국인이 63.5, NH 흑인 성인이 59.7이었다.

달리 명시되지 않는 한, 본 팩트시트 내 모든 통계는 미국에 해당한다. 보고된 통계에 대한 참고 문헌 및 추가 정보는 전체 통계 업데이트를 참조한다.

CVH 요인과 인종

- 인종/민족 집단(NH 흑인, NH 백인, NH 아시아인 및 멕시코계 미국인) 간에 다음 통계를 비교했다. 아래 보고된 모든 CVH 범주의 경우, 점수가 높을수록 CVH 조건이 더 높은 것이다.
- 미국 소아의 2013년~2020년 3월(식습관의 경우 2013년~2018년) CVH 요인:
 - 식습관 점수는 NH 아시아인 소아에서 가장 높았다.
 - PA 점수는 NH 백인 소아에서 가장 높았다.
 - 니코틴 노출 점수는 NH 아시아인 소아에서 가장 높았다.
 - 수면 건강 점수는 NH 백인 소아에서 가장 높았다.
 - BMI 점수는 NH 아시아인 소아에서 가장 높았다.
 - 혈중 지질 점수는 NH 흑인 소아에서 가장 높았다.
 - 혈당 점수는 NH 백인 소아에서 가장 높았다.
 - BP 점수는 NH 아시아인 소아에서 가장 높았다.
- 미국 성인의 2013년~2020년(식습관의 경우 2013년~2018년) CVH 요인:
 - 식습관 점수는 NH 아시아인 성인에서 가장 높았다.
 - PA 점수는 NH 아시아인 성인에서 가장 높았다.
 - 니코틴 노출 점수는 NH 아시아인 성인에서 가장 높았다.
 - 수면 건강 점수는 NH 아시아인 성인에서 가장 높았다.
 - BMI 점수는 NH 백인 성인에서 가장 높았다.
 - 혈중 지질 점수는 NH 흑인 성인에서 가장 높았다.
 - 혈당 점수는 NH 백인 성인에서 가장 높았다.
 - BP 점수는 멕시코계 미국인 성인에서 가장 높았다.

팩트시트, 인포그래픽 및 현재/과거 통계 업데이트는 다음에서 다운로드할 수 있다:

[Heart and Stroke Association Statistics | American Heart Association](#) (영문 웹사이트).

본 팩트시트 내 다수 통계의 출처는 통계 업데이트를 위해 취합된 발표되지 않은 집계표이며 아래 나열된 문서 인용을 활용하여 인용할 수 있다. 집계표 작성에 사용된 데이터의 출처는 전체 문서에 열거되어 있다. 또한, 일부 통계의 출처는 발표된 연구이다. 본 팩트시트의 통계 자료 중 일부를 인용하는 경우, 전체 심장질환 및 뇌졸중 통계 문서를 검토하여 데이터 출처와 원래의 인용 부분을 확인한다.

American Heart Association은 전체 문서를 다음과 같이 인용하도록 요청한다.

Martin SS, Aday AW, Allen NB, Almarzooq ZI, Anderson CAM, Arora P, Avery CL, Baker-Smith CM, Bansal N, Beaton AZ, Commodore-Mensah Y, Currie ME, Elkind MSV, Fan W, Generoso G, Gibbs BB, Heard DG, Hiremath S, Johansen MC, Kazi DS, Ko D, Leppert MH, Magnani JW, Michos ED, Mussolino ME, Parikh NI, Perman SM, Rezk-Hanna M, Roth GA, Shah NS, Springer MV, St-Onge M-P, Thacker EL, Urbut SM, Van Spall HGC, Voeks JH, Whelton SP, Wong ND, Wong SS, Yaffe K, Palaniappan LP; 미국심장협회의 역학 및 예방 통계 위원회 및 뇌졸중 통계 위원회를 대표함. 2025 심장질환 및 뇌졸중 통계: 미국심장협회의 미국 및 세계 데이터에 대한 보고서. *회람*. 2025년 1월 27일 온라인 발행.

모든 미디어 관련 사항은 News Media Relations <http://newsroom.heart.org/newsmedia/contacts> (영문 웹사이트) 로 문의해 주십시오.