

## 인터뷰

### 박효원

자신의 미래를 적극적으로 리드하며,  
내일을 위한 선택이 존중받는 사회를 향해  
목소리 내는 그녀

박효원 씨는 민간 인구 전문 기관에서 인구구조 변화와 대응 방안에 대한 홍보·소통 업무를 수행해온 바 있다. 또한 '내 삶의 시간표를 내가 설계할 수 있을까'라는 질문에서 출발해 30대 미혼 여성으로서 난자 동결을 진행했다.

이후 정부 관계자, 국회의원, 의료계가 함께한 초저출생 극복 토론회에 패널로 참여해 각자가 미래를 주체적으로 설계할 수 있는 환경이 필요함을 피력하며 가임력 보존을 둘러싼 논의를 보다 현실적인 언어로 확장시켰다.

## 가임력 보존, 내 삶을 설계하는 새로운 선택지

#난자동결경험

#미래설계

#정책아이디어

결혼과 출산은 개인의 선택이다. 하지만 우리 몸의 시계에서 작동하는 가임력은 그 선택을 무한정 기다려주지 않는다. 이러한 현실과 의학의 발전으로 주목받고 있는 것이 '가임력 보존'이다. 각자의 삶의 속도와 리듬에 맞춰 미래를 주도적으로 준비할 수 있는 대안 중 하나이기 때문이다.

박효원 씨 역시 아이와 함께하는 미래를 준비하기 위해 난자 동결을 택했다. 저출생 극복을 위한 정부의 지원이 확대되는 가운데, 실제로 난자 동결을 하며 겪은 감정과 고민, 바람은 무엇이였을까? 결정과 진행의 순간들을 따라가며 가임력 보존을 둘러싼 현실을 다각도로 들여다본다.

### Q1. 어떤 일을 하고 계신지, 자기소개 부탁드립니다.

저는 그동안 인구구조 변화와 출산·육아 환경을 둘러싼 문제를 살피며, 사회적으로 어떤 협력과 제도적 노력이 필요한지 고민해 왔습니다. 지난해까지 한반도 미래인구연구원에서 홍보와 운영 지원을 담당하며 일과 가정의 양립이 출산과 육아에 미치는 영향, 기업과 정부의 역할을 중심으로 다양한 논의와 제안을 이어왔어요. 아울러 임신, 출산, 육아에 대한 부정적인 인식을 완화하고, 보다 현실적인 선택지를 사회에 알리기 위해 대국민 캠페인에도 참여했습니다.

### Q3. 난자 동결을 한 지금, 그 결정을 돌아보면요?

제 결정에 만족합니다. 미래를 위한 일종의 보험을 들었다는 생각에 든든하기도 하고요. 부모님께서도 '미혼인데 왜 필요하냐고' 의아해하셨는데요. 미래를 위한 준비라고 말씀드리니 납득하셨죠. 주변에서도 '굳이?'라는 반응도 일부 있었지만 '아기 낳을 생각 있으면 잘했다'는 긍정적인 의견들이 대부분이었어요. 제 이야기를 듣고 난자 동결을 결심한 지인들도 있고요.

“ 난소 나이가 제 나이보다 많게 나왔어요.  
내가 생각해 온 미래가 갑자기 닫히는 건 아닐까 하는 두려움이 확 올라왔어요. ”

### Q2. 가임력 보존, 특히 난자 동결을 선택하게 된 계기가 있으신가요?

어느 날 친구가 부인과 건강이 안 좋아지면서 의사 선생님의 권유로 난자 동결을 했다는 소식을 들었어요. 저 또한 20대에 자궁과 난소에 물혹이 생겨 수술한 적이 있어 가임력 보존에 대해 알아봐야겠다고 생각했죠.

그래서 집에서 난소기능검사(AMH) 자가진단키트로 검사해 봤는데, 제 나이가 30대임에도 난소 나이가 40대 후반으로 나온 거예요. 특별히 아픈 곳이 없는 데도 말이죠. 그 순간 '내가 생각해 온 미래가 갑자기 빨리 닫히는 건 아닐까' 하는 두려움이 확 올라왔어요. 저는 어릴 때부터 사랑하는 사람과 결혼하고 아이를 낳는 미래를 그려왔거든요.

건강검진에서 재검사를 받아도 마찬가지였어요. 산부인과 상담을 받아보니 출산 의향이 있다면 가능한 젊었을 때 난자 동결을 해보라고 권하시더라고요. 그래서 결심하게 됐습니다.

### Q4. 난자 동결을 결정하고 진행하는 과정에서 겪은 어려움이나 고민이 있었나요?

난자 동결에 대한 정보를 찾기가 쉽지 않았어요. 의학 지식이 없는 일반인의 입장에서 난자 동결이나 시술 과정에 대한 용어 자체도 어려웠고요. 지원 제도를 알아보려고 병원이나 정부 홈페이지 등을 찾아보아도 대부분 기혼 난임 부부를 대상으로 설명되어 있었어요.

그런데 기혼자의 난임 치료 지원과 미혼 여성의 난자 동결 지원은 신청 절차부터 다르거든요. 정보가 부족하다는 건 결국 선택의 부담도 커진다는 거죠. 저는 난자 동결 경험자들이 올린 블로그 글이나 유튜브 영상을 찾아보며 참고했어요. 이마저도 당시에는 정보가 많지 않았어요. 저처럼 난소 기능 수치가 낮아 동결하는 경우보다는 암 환자분들의 사례가 대부분이었죠.

핵심은 '미리 알고, 미리 관리할 수 있게 만드는 것'입니다.

난임 이전 단계에서 자신의 가임력을 한 번쯤

“ 점검해 볼 수 있는 환경을 만드는 것이 먼저라고 생각해요. ”

가임력 검사가 국가건강검진 항목에 포함된다면 많은 분들이 부담 없이 접근할 수 있을 것 같아요.



난자 동결 비용은 보관하는 난자 수와 기간에 따라 달라져요. 한 번의 시술에도 난자가 많이 채취되는 사람들이 있는 반면, 여러 번의 시술에도 몇 개 채취하지 못하는 사람도 있어요. 이런 경우엔 시술을 할 때마다 비용이 늘어가요. 난자 동결은 난소 나이가 젊을 때 할수록 효과가 좋은데, **사회 초년생인 20대가 부담하기엔 큰 비용이기 때문에 예방적 접근이 어렵습니다.** 결국 '출산 의지가 있는 사람'일수록 더 큰 비용을 먼저 감당해야 할 수도 있는 구조인 거죠. 저의 경우 2차 시술까지 채취된 난자 수가 많지 않았는데도 550만 원 정도 들었어요. 그나마 서울시 난자 동결 시술비용 지원사업으로 지원을 받아 부담을 덜 수 있었지만, 한도가 200만 원이어서 추가로 진행된 3차 시술에선 지원을 받지 못했습니다.

정서적 지원도 마찬가지예요. 난자 동결 역시 배란을 유도하는 호르몬 주사를 맞아야 하는데, 그 과정에서 기분이 오르락내리락하며 우울감을 느낄 수 있거든요. **대부분의 공적 정서 지원은 난임 부부를 중심으로 설계되어 있어, 미혼 여성의 난자 동결 과정에 대한 지원은 제한적인 경우가 많습니다.**

난자 동결을 결심한 사람들은 결국 출산을 하고 싶은 사람들인데, **저출생 극복을 위해 출산을 격려하면서도 의지가 있는 미혼 여성들에 대한 지원은 부족한 상황이 아쉽습니다.** 다만 지원하는 시술 회차, 동결 난자의 개수 등의 제한에 대해서는 정책의 실효성을 분석하고 검토하는 것이 필요하다고 생각합니다. 여러 번의 시술이 여성의 몸에 부담이 갈 수도 하고요.

● Q5. '가임력 보존'이 미래를 준비하는 선택지로 받아들여지려면 가장 중요한 변화는 무엇일까요?

제가 생각하는 핵심은 '미리 알고, 미리 관리할 수 있게 만드는 것'입니다. 가임력은 난소 나이가 중요하니까요. 난임 지원을 늘리는 것도 중요하지만, 이전 단계에서 자신의 가임력을 한 번쯤 점검해 볼 수 있는 환경을 만드는 것이 먼저라고 생각해요. 특히 추후 출산 계획이 있다면 건강해 보이는 시기라도 가임력 검사를 받아볼 필요가 있겠지요. 난소 기능 저하나 관련 질환은 20대에도 나타날 수 있고, 미리 상태를 알면 질환을 치료하거나 생식 건강을 더 면밀히 관리하며 필요한 대비를 할 수 있기 때문입니다.

● Q6. 그렇다면 사회적으로 어떤 뒷받침이 필요할까요?

가임력 보존을 개인의 선택에만 맡기기보다 제도적으로 뒷받침하는 것도 중요합니다. 더구나 20대에는 관심도 덜 하고 비용 부담도 더 느낄테니까요. **가임력 검사가 국가건강검진 항목에 포함된다면 많은 분들이 부담 없이 접근할 수 있을 것 같아요.** 현재 자궁경부암 검진에 가임력 검진도 선택 사항으로 넣는 식으로요. 위내시경, 유방암 검사처럼 정기적으로 받는 검사로 인식된다면, 가임력 역시 특별한 상황이 아니라 '관리해야 할 건강의 일부'로 자연스럽게 받아들여질 수 있지 않을까요?

아울러 청소년기부터 생식 건강과 가임력에 대한 올바른 인식을 심어주는 교육도 필요합니다. 가임력 보존이 실제로 나의 삶에 어떤 의미를 갖는지 이해해야 미래를 주체적으로 고민할 수 있으니까요. 특히 디지털 환경에서 검증되지 않은 정보가 먼저 노출되는 경우가 많은 만큼, 정확한 정보 제공이 중요합니다.

또 많은 여성들이 산부인과 진료를 부담스럽게 느끼는 현실도 함께 바뀌어야 합니다. 검진 의자에 대한 편견이 있기도 한데, 사실 내 건강을 지키기 위한 진료 행위잖아요. 성관계 경험이 없으면 질 초음파 대신 복부 초음파나 혈액검사로도 진료가 가능한 경우도 있고요. 산부인과는 출산, 난임 문제뿐 아니라 건강을 위해 주기적으로 방문해야 하는 곳이라는 인식이 자리 잡을 때, 가임력 보존도 더 자연스러워질 것입니다.

● Q7. 가임력 보존을 지원하기 위해 현재 제도로 보완되어야 할 부분은 무엇이라고 보시나요?

가임력 보존이나 난임 치료에 대한 지원을 기존에 중심에서 **미혼 여성으로 확대해야 합니다.** 난자를 채취하기까지의 과정은 난임 치료에서의 시험관 시술과 같아요. 배란을 유도하는 자가주사를 맞아야 하고, 난자를 채취할 때 수면마취를 하는 것도 동일하죠. 그런데 난임 부부는 건강보험 혜택이 적용되는 반면, **미혼 여성의 난자 동결은 그렇지 않아 금전적인 부담이 큼니다.** 또 지역마다 난임 병원 수나 치료 지원비 편차가 있는 점도 개선이 필요하고, 난자 개수에 따라 비용 지원이 유연해졌으면 하는 바람도 있습니다.

서울 난자 동결 시술 비용 지원사업

**지원 대상:** 아래 두 가지 요건 모두 충족한 20~49세 여성  
(신청일 기준 서울시 6개월 이상 계속 거주)

- ① 난소기능수치(AMH) 1.5ng/ml 이하
- ② 중위소득 180% 이하

**신청방법**

· 온라인 접수  
(탄생육아 몽땅정보통 홈페이지 <http://umppa.seoul.go.kr>)

· 온라인 신청만 가능  
(직접 접수 및 우편접수 불가)

**탄생육아 몽땅정보통**



회원가입 및 로그인  
서울시에서 운영하는 임신·출산·육아 종합 플랫폼

**난자 동결 시술 지원 신청**

지원사업신청 > 임신 준비  
> 서울 난자 동결 시술 비용 지원  
- 신청자 정보 등 자료 작성  
- 제출 서류 파일로 첨부

**신청 결과 확인**

마이페이지에서 확인

**지원 내용:** 난자 채취를 위한 사전 검사비 및 시술비 50%, 최대 200만원까지 (생애 1회 지원, 난자 동결 시술 전 반드시 선신청)

- \* 난자 동결에 이르지 못한 경우 지원 불가
- \* 보관료, 입원료, 난자 동결 이후 진료비 등 난자 채취와 상관없는 비용은 지원 제외

\* 보다 자세한 내용은 **서울시 임신출산정보센터**에서 확인해보세요!

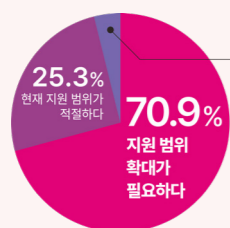
(2026년 4월 기준)

서울시 20~49세 여성의 난자 동결 시술 지원 목소리

(서울시 여성가족재단, 2024)

지원 범위에 대한 의견

단위: %, 응답자 수: 800명



3.9% 현재 지원 범위가 축소되어야 한다

서울시 난자 동결 시술비 지원사업의 우선 확대 필요 영역

단위: %, 응답자 수: 567명



“

가임력 보존은 나의 시간과 삶을 스스로 설계하는 하나의 선택지입니다.

'나 난자 동결했어'라고 편히 말할 수 있는 사회적 분위기가 만들어지고,  
가임력 보존에 쉽게 접근할 수 있는 제도적, 사회적 지원이 뒷받침되면 좋겠습니다.

저 역시 그 선택지 덕분에, 미래가 조금 덜 두려워졌으니까요.

”



● Q8. 기업 차원에서는 어떤 지원이 필요할까요?

해외 사례를 보면 기업이 직원 복지 차원에서 난자 동결 비용을 지원하며 여성 직원의 경력과 출산 계획을 유연하게 병행할 수 있도록 돕고 있어요. 우리나라에서도 난임 휴가나 난임 시술비를 지원하는 복지가 확대되는 추세인데요. **가임력 보존을 위한 유급 휴가, 지원금에 대한 복지도 고려되면 좋겠습니다.** '출산을 위한 시술'이라는 점에서는 동일한데, **사유가 시험관 시술이면 유급휴가, 난자 동결이면 개인 연차로 처리되는 점이 안타깝워요.** 같은 '미래를 위한 준비'인데도, 취급이 다르다는 점이 가장 크게 느껴졌어요.

만약 기업의 가임력 보존 또는 난임 시술 지원을 통해 아이가 태어날 경우 출산 축하금을 추가로 지급하는 제도는 어떨까요? 요즘 다자녀 출산 사례가 회사 홍보에도 많이 활용되고 있거든요. 회사와 임직원 모두 윈윈할 수 있는 긍정적인 사례가 될 수 있을 것 같아요.

● Q9. 의료 분야에서는 어떤 역할을 할 수 있을까요?

산부인과에서도 미래의 가임력 보존을 위한 준비에 대해 자세히 안내해 주면 도움이 될 것 같아요. 저의 경우 난소와 자궁의 물혹 수술이 혹시 가임력에도 영향을 미치지 않을까 걱정이 됐어요. 산부인과에서는 '난소를 제거한 것은 아니니 아이를 낳을 수 있다'고 했죠. 이후로도 초음파 검사를 주기적으로 받아봤는데, 별다른 이상은 없었어요.

초음파로는 구조를 보지만, 난소 기능 자체는 혈액검사로 확인해야 하잖아요. 건강하다고 생각하며 지내오다 혈액검사로 난소 기능이 저하됐다는 사실을 알게 돼서 충격받았죠. **막연히 '괜찮다' 하기 보다, '언제 어떤 검사를 해보면 좋다'는 구체적인 안내가 있었다면 더 좋았겠다는 생각이 들어요.**

● Q10. 마지막으로 가임력 보존을 고민하는 분들에게, 경험자로서 하고 싶은 말씀이 있다면요?

가임력 보존을 큰 결심이 필요한 일로만 받아들이지 않으셨으면 해요. 특히 당장은 아닐지라도 출산에 대한 의향이 있으신 분들은 **조금이라도 난소 나이가 젊을 때 미리 가임력 검사를 받아보시길 추천합니다.** 물론 난소 기능 수치가 낮게 나온다고 해서 무조건 임신이 어려운 건 아니라고 하기 때문에 반드시 시험관 시술이나 난자 동결을 해야 하는 건 아니에요. 다만 **현재 상태를 알면 미리 관리를 시작하거나 대비책을 고민할 수 있잖아요.** 혈액 검사면 알 수 있으니 어려워하지 마세요. 병원에 바로 방문하기 부담스럽다면 자가 진단 키트를 먼저 사용해 보는 건 어떨까요? 손끝 채혈만 하면 되거든요. 물론 향후 판단은 의료진 상담이 필수입니다.

가임력 보존을 마음먹은 분들께 한 가지 팁을 드리자면, 서울시에서 운영하는 '몽땅정보 만능키' 사이트에서 난자 동결이 가능한 병원 리스트를 확인할 수 있어요. 그리고 난자를 보관한 병원에서 반드시 시험관 시술을 해야 하는 것은 아니고요. 전원이 가능하니 이 점 고려해서 병원을 선택하세요.

내가 그리는 '가임력 보존'의 미래는?

'선택할 수 있는 삶, 그 선택을 지원하는 사회'

가임력 보존은 나의 시간과 삶을 스스로 설계하는 하나의 선택지입니다. '나 난자 동결했어'라고 편히 말할 수 있는 사회적 분위기가 만들어지면 좋겠습니다. 더 나아가 다양한 가족의 형태를 인정하고 미혼 여성도 정자 기증을 통해 동등한 지원을 받을 수 있는 사회가 된다면, 더 많은 이들이 자신에게 맞는 삶을 선택할 수 있을 것입니다. 저 역시 그 선택지 덕분에, **미래가 조금 덜 두려워졌으니까요.**

\* 위 내용은 가임력 보존에 대한 정보 제공을 목적으로 하며, 특정 의료 행위 또는 의료기관에 대한 권유나 추천을 포함하지 않습니다. 또한, 위 정보 제공이 의료전문의의 진단을 대체하지 않습니다. 반드시 전문의료인의 진단 및 상담한 바에 따라 필요한 의료적 결정을 진행하시기 바랍니다.

