

서울 지역 어린이의 이유 실태 조사

손경희 · 윤 선 · 이영미 · 전주혜

연세대학교 생활과학대학 식품영양학과

The Study of Infant Feeding in Weaning Period

Kyung Hee Sohn, Sun Yoon, Young Mee Lee and Joo Hye Jeon

Dept. of Food and Nutrition, Yonsei University

Abstract

This retrospective study was conducted to investigate the growth of children and their care person's weaning behaviors and its relation between the growth and care person's attitude and behaviors about weaning. 272 subjects who had child under 2 years old at that time were randomly selected and answered the special questionnaire.

Results were as follows:

Using to Kaup index, 13.4% of children were estimated undernutrition, 60.6% were normal and 26.0% were estimated overnutrition. 97.6% of respondent (children's mother) were recognized the need of weaning and the first prurpose of weaning was supplement of nutrients, and the next one was to set up normal food habits. 39.1% of subjects were used normal adult foods as weaning food. 60.9% of subjects were proepared special foods (making at home or buying commercial weaning food). The socioeconomic status was major factor to influence mother's behaviors about weaning.

Vegetable and meat gruel was the most commen weaning food and the next one was fruits puree and rice with soup. The correlationship were found between Kaup index and the score of mother's weaning behaviors, between mother's eductional level and the score of weanig behaviors. 96% of subjects wanted nutritional education about weaning. They wanted to know about desirable weaning process and correct informations of commercial weaning foods and the convenient cooking methods. According to the difference of socioeconomic status subjects were wanted different eductional methods. Upper socioeconomic group wanted special books about weaning and lower class wanted to be educted through the mass media especially television programs.

• 이 논문은 1991년 과학 재단 목적 기초 연구비 지원에 의해 수행된 연구의 일부임

I. 서 론

어린이는 한나라 미래의 주역으로서 이들의 건강한 모습은 국가의 발전을 약속한다. 근래에 와서는 어린시절의 영양의 섭취는 어린이의 성장 발육 뿐만 아니라 인지 기능 및 신체 수행 능력과 밀접한 관계가 있다고 주장되고 있다^{1,2)}. 그러므로 어린이의 신체 발육도는 나라의 장래를 결정하는 요소로써 중요하게 인식되고 있다. 영아기는 일생을 통하여 두뇌를 비롯한 신체의 모든 면에 있어서 성장과 발육이 가장 빠르게 이루어지는 시기이며, 영아기의 영양의 섭취는 이 시기의 성장과 발육을 좌우할 뿐만 아니라 성인이 된 후에도 건강이나 체력, 지적 능력, 작업 능력에 영향을 미치게 된다. 이유라는 과정은 유즙만으로 양육하던 어린이에게 정상적인 성장과 발육을 위하여 유즙에 부족한 여러가지 영양 성분을 보충해 준다는 기능으로써 매우 중요하다. 또한 유즙에만 의존하던 어린이의 식생활을 일반 성인과 같은 유사한 형태로 유도시키는 과정으로서 매우 중요한 의미를 갖는다³⁾.

우리나라의 경우 양육인이 이유식의 중요성에 인식도는 점차 증가하고 있으나 이유식의 급식 시작 시기가 늦고, 적절한 이유식에 대한 인식의 부족과 시판되고 있는 국내에서 생산되는 이유식이 생산 형태가 단순하고 종류가 다양하지 못하며, 기타 제품의 경우 가격등의 문제로 인하여 적절한 이유식의 급식이 이루어지지 못하고 있다. 이로 인하여 이유가 진행되어 가면서 신체 발육도가 전반적으로 떨어지면서 심한 경우 영아 빈혈의 발현도도 높은 것으로 보고되고 있다^{3,4,5)}.

우리나라 가정에서 시도하고 있는 어린이의 이유식 형태는 부모의 식사와 유사한 형태로 어른의 식사에 수분을 좀 더 가한 형태로 급식하는 것이 대부분이며, 주로 미음이나 죽, 누른밥등과 같이 열량 밀도가 낮은 곡류죽의 형태로서 이 시기의 어린이의 영양권장량의 50%에도 미달되는 것으로 조사된 바 있다^{3,6-9)}.

이에 본 연구는 양육인을 대상으로 어린이의 건강과 성장 발육 상태, 이유식에 대한 의식 구조 및 이유식 급식 행동을 조사하고 이를 분석해 봄으로써 현재 서울 지역에서 이유식 급식 실태의 문제점을 파악하고, 양육인을 대상으로 이유식에 대한 교육 시안을 구성하기 위하여 기초 자료로써 활용하고자 하였다.

II. 연구방법

설문지를 이용한 과거력 조사방법으로 실태조사를 실시하였다.

1. 연구도구

연구자들에 의하여 고안된 설문지를 연구 도구로 사용하였으며, 설문 문항은 총 93문항으로 구성되었다. 설문 의 내용은 조사 대상어린이 가정의 사회 경제적 상태, 어린이의 발육상태, 이유식의 시작과 진행과정, 이유식의 개발에 대한 기대치, 어린이의 식품 기호도등을 조사하였으며, 이유에 대한 영양교육의 방향 측정을 위한 설문 문항으로 구성되었다.

2. 연구 대상의 선정

이유식의 진행에 대하여 응답이 가능한 대상으로 선정하였으므로 조사대상을 2세 전후의 아동을 현재 양육하고 있는 양육인으로 한정하였다.

설문의 구성 내용이 이유의 진행에 대한 상황을 양육인의 기억력에 의존하여 과거력을 중심으로 조사하도록 구성되었으므로, 양육인의 이유 진행에 대한 기억이 비교적 양호한 2세 전후의 아동보호자를 조사 대상으로 선정하였다. 조사 집단의 선정은 서울 지역의 소아과 병원의 외래 환자의 보호자를 대상으로 하였다. 병원의 선정은 지역적인 특성을 고려하였으며, 개인 소아과 전문 병원 6곳과 종합병원의 육아상담실 3곳에서 설문조사를 실시하였다. 연구대상자에게 조사지를 나누어주고 자기기입 방식으로 설문에 응답하도록 하였다.

3. 자료의 처리

300명의 조사대상자로부터 272부의 설문지가 회수되었으며, 회수된 설문지중 자료처리가 가능한 253부를 SPSS 통계처리 프로그램을 이용하여 자료 분석하였다.

III. 연구결과 및 고찰

1. 조사대상 어린이의 일반 사항

조사대상 어린이는 2개월부터 36개월의 분포를 보였다. 대상어린이의 출생시 체중의 분포는 1.8Kg에서 4.8Kg의 분포를 보였으며, 출생시 키는 40cm에서 63

cm의 분포를 나타내었으며 그림 1과 그림 2에는 이의 분포도를 나타낸 것이다. 어린이의 성비는 남아가 54.9%(128명) 여아가 45.1%(105명)이었다. 어린이의 양육인에 의하여 어린이의 건강을 평가하게한 결과 응답자의 54.0%가 건강하다고 평가하였으며, 38.4%는 보통으로 7.6%는 약하다고 평가하였다.

어린이의 체중과 키를 중심으로 신체 발육상황을 판별

하는 Kaup 지수를 중심으로 어린이의 영양상태를 판정해 본 결과 남녀어린이별 분포도는 그림 3과 같다. 본 연구에서 영양 상태의 판정에 이용한 Kaup 지수는 본 연구 결과 조사된 어린이의 Kaup 지수 분포도를 참고로 한국어린이를 중심으로한 판정 기준에 의거하였다. Kaup 지수가 12.9이하로 영양장애의 위험이 높은 어린이의 그룹은 전체의 4.4%, 약간 영양불량의 위험이 있

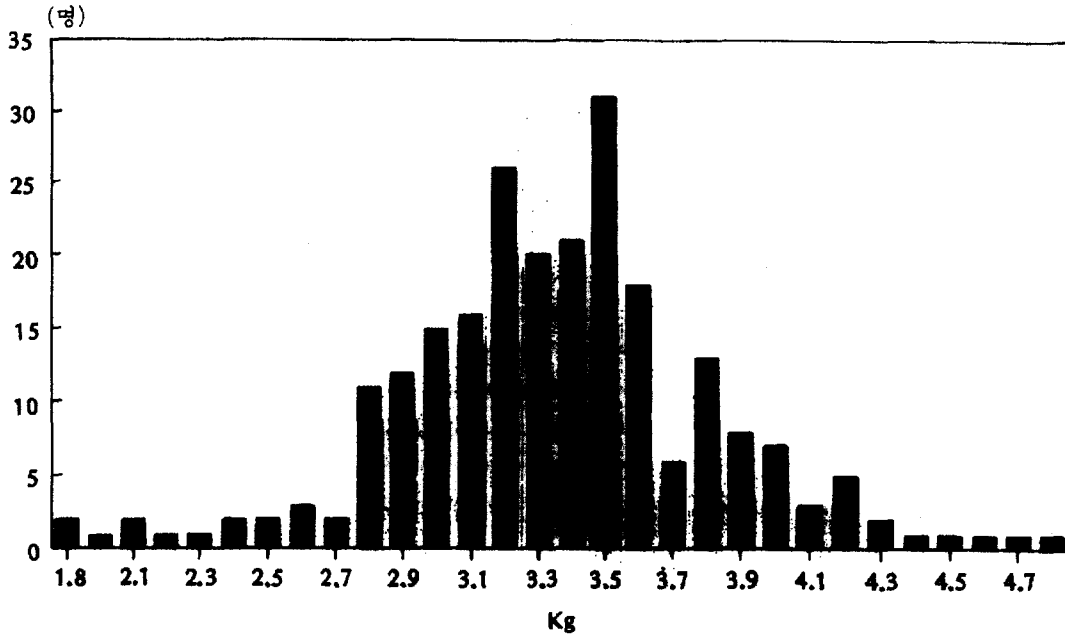


그림 1. 조사대상 어린이의 출생시 체중 분포도

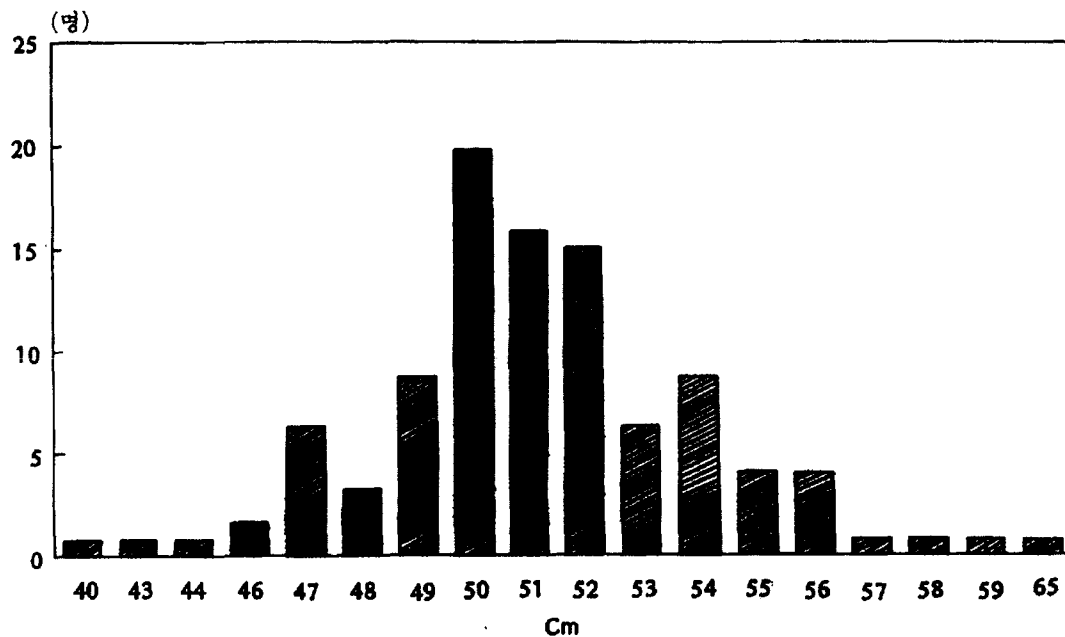


그림 2. 조사대상 어린이의 출생시 키 분포도

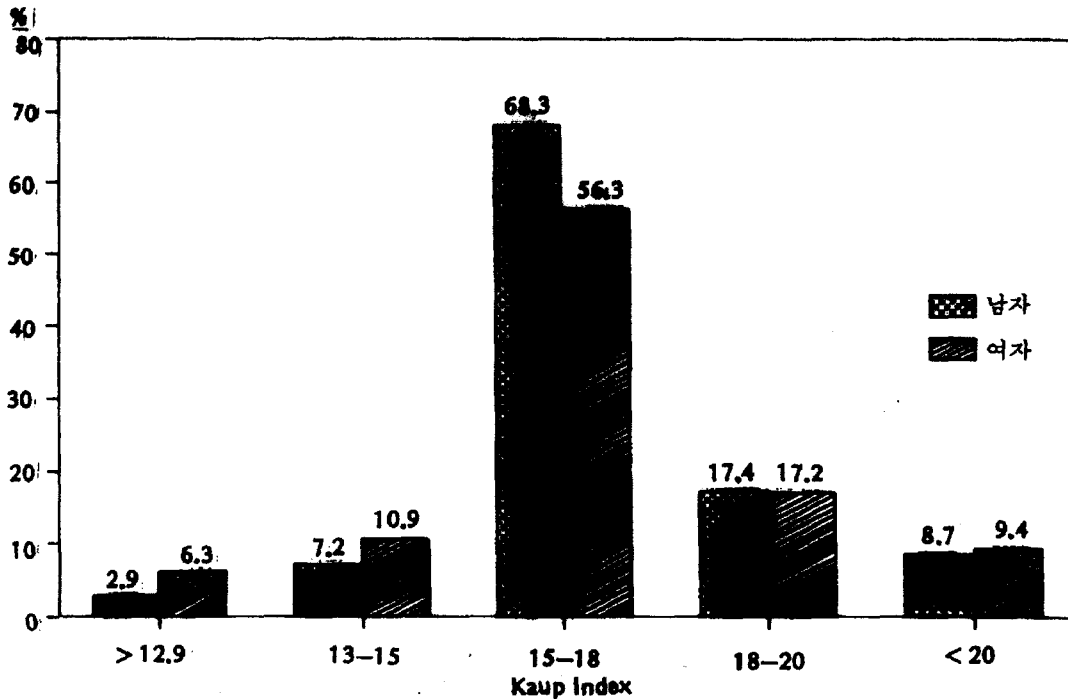


그림 3. 조사대상 어린이의 남녀별 Kaup 지수 분포도

는 어린이(Kaup index: 13~15)는 8.9%, 영양상태가 정상인 그룹(kaup indx: 15~18)은 60.7%, 약간의 영양 과잉이 우려되는 그룹(Kaup indx: 18~20)이 17%, 비만의 위험이 있는 그룹(Kaup index: 20 이상)이 9.0%로 조사되었다. 그림 3에서 나타난 바와 같이 여아의 경우 남아에 비하여 정상군에 속하는 비율이 다소 낮으며 영양불량이나 비만으로 판정 받는 비율이 다소 높게 나타났으나 통계적으로 유의적인 차이는 없었다.

남녀 어린이의 평균 Kaup 지수는 여아가 18.08 ± 1.63 , 남아가 17.09 ± 0.61 로 여아가 다소 높게 나타났으나 유의적인 차이는 없었다. 본 연구에서 어린이의 영양상태 판정 지수를 중심으로 추정해본 결과 앞으로 우리나라 영아의 영양 문제는 저영양의 문제보다 점차 과잉 영양의 문제가 제기될 것으로 예상된다.

2. 양육인의 이유식에 대한 의식구조 조사

어린이의 이유식에 대한 양육인의 태도와 이유식 진행 행동에 대한 의식 구조를 조사하여 본 결과는 다음과 같다.

조사대상자의 97.6%가 이유식이 필요하다고 응답하였다.

이유식의 정의(이유식이란 무엇인가)에 대한 질문에

있어서는 어린이에게 유즙내 부족한 성분을 보충해 주기 위한 음식이라고 응답한 비율이 69.3%로 조사되었으며, 다음이 어른과 같은 형태의 음식을 공급하기 위해서(7.5%), 어린이에게 젖을 그만 주기 위해서(4.0%) 주는 음식이라고 응답하였으며 위의 세항목에 모두 해당된다고 응답한 비율은 19.0%로 조사되었다. 이 결과로 미루어 볼때 이유식의 의미는 영양적인 측면을 양육인 입장에서 가장 중요시 하는 것으로 추측되었다. 어머니의 교육 수준이 높을수록 이유식에 대한 의미를 성장에 필요한 영양 보충 이외에 식생활 습관의 형성 차원에서 중요하게 생각하는 비율이 높은 반면, 교육 수준이 낮은 그룹에서는 이유식의 영양적인 측면을 가장 중요시하는 것으로 조사되었다(표 1 참고). 또한 양육 경험이나 가정의 월수입, 어머니의 직업에 따른 이유식에 대한 의식 구조에는 통계적으로 유의적인 차이가 없는 것으로 조사되었다.

어린이의 양육 경험을 토대로 왜 이유식이 필요한가에 대한 질문에 대하여서는 어린이의 생리적 발달 단계에 따른 유치의 출현과 고형음식의 소화 가능성 증가로 인하여 이유식이 필요하다고 생각하는 비율이 1.6%, 어린이가 유즙이외에 다른 음식을 먹으려고 하기 때문이라고 응답한 비율이 3.6%, 우유나 모유의 영양적인 부족함

표 1. 양육인의 교육수준에 따른 이유식의 의미에 대한 의식구조의 차이

교육수준	이유식에 대한 정의	수유중단의 목적	영양분을 보충	식습관의 확립	이상 모두해당	합계
중학교 졸업	1*	5	0	0	6	
	16.7**	83.3				
	11.1***	3.0				
	0.4****	2.1			2.5	
고등학교 졸업	3	72	3	14	92	
	3.3	78.3	3.3	15.2		
	33.3	43.4	15.8	29.8		
	1.2	29.9	1.2	5.8	38.2	
대학교 졸업	4	81	14	24	123	
	3.3	65.9	11.4	19.5		
	44.4	48.8	73.3	51.1		
	1.7	33.6	5.8	10.0	51.0	
대학원 이상	1	8	2	9	20	
	5.0	40.0	10.0	45.0		
	11.1	4.8	10.5	19.1		
	0.4	3.3	0.8	3.7	8.3	
합계	9*	166	19	47	241	
	3.3****	68.9	7.9	19.5	100.0	

$X^2=20.54093$ $df=9$ $p=0.0149$

(*: 빈도(명), **: 횡렬별%, ***: 종렬별 %, ****: 전체 %)

때문에 이유식이 필요하다고 응답한 비율이 94%로 조사되었다. 이유식에 대한 양육인의 정의나 필요성에 대한 질문에 대한 응답 비율을 분석해 봄을 통하여 이유식 급식의 의미는 영양 보충의 측면에서 가장 중요시되는 것으로 사료된다.

3. 이유식의 진행 실태

1) 이유식의 실시 시기

그림 4에서 나타난 바와 같이 출생 3개월 이전에 이유식을 시도하는 비율은 총 응답자의 44.9%, 5~6개월을 전후하여 이유식을 시도하는 경우는 34.0%로 나타났으며, 조사 대상모두 10개월안에 이유를 시작하는 것으로 조사되었다. 송³⁾의 조사 결과 보다는 다소 낮은 비율로 조사되었으나 6개월을 전후하여 모유나 조제유 만으로 어린이의 성장 발육에 충분한 영양소의 공급이 부족하고 어린이의 생리 발달 면에서 유즙이외의 식품의 섭취가 가능하기 때문에 이유식 실시의 적정기로 권장되고 있는 5~6개월까지 이유식이 실시되는 총비율은 전체 응답자

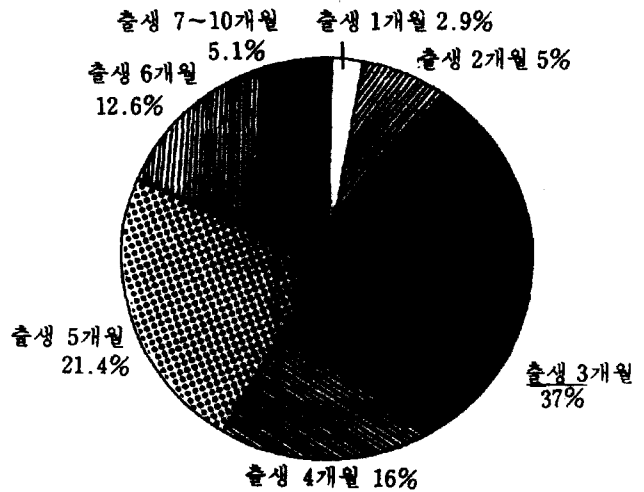


그림 4. 이유식 시작 시기의 월령별 분포도

의 94.9%로 나타났다.

2) 양육인의 이유식 급식 행동과 이에 대한 확신도

양육인의 보충식의 준비 상황에 대하여 조사해 본 결과 전체 응답자중 0.8%는 어린이의 이유식에 대하여 전

혀 특별한 준비가 없다고 응답하였으며, 6.0%에 해당되는 응답자는 이유식을 특별히 가정에서 만들거나 시판 이유식을 이용하지 않고 어른이 먹는 형태 그대로의 음식을 어린이의 이유식으로 급식한다고 응답하였으며, 32.3%의 응답자는 특별히 이유식은 만들지 않고 소화성만 고려하여 소화가 용이한 음식을 선택하여 급식한다고 응답하였다. 이유식을 특별히 만들거나 시판 이유식 제품을 사용한다고 응답한 사람은 60.9%로 조사되었다. 가정의 경제 상태가 이유식 조리나 구입에 영향을 주는 것으로 가정하여 가정의 경제 상태에 따른 이유식 준비 정도의 차이를 조사해 본 결과 월수입이 높은 집단에서는 가정에서 이유식을 조리하거나 시판 이유식을 사서 어린이 음식으로 급식하는 비율이 높은 반면 월수입이 적은 가정일수록 어른 음식을 이유식으로 대처하는 비율

이 유의적으로 높게 나타났다. 양육 경험의 유무나 어머니의 직업에 따른 이유식 급식 행동의 유의적인 차이는 관찰되지 않았다. 이 결과로 미루어 가정의 경제 수준이 어린이 이유식을 준비하고 급식하는 행동에 있어서 가장 큰 결정 요인으로 사료되는 바이다(표 2 참고).

앞으로 경제 발전에 따른 가계의 월 소득 수준이 점차 증가되는 것이 예상되므로 이유식에 대한 관심도 또한 점차 증가되고, 이에 부응하기 위하여 이유식의 조리 및 이유식 진행에 대한 양육인을 대상으로한 교육과 아울러 영양적으로 바람직한 이유식 시판제품의 개발이 요구되는 바이다.

시판 이유식을 사용하는 이유는 이유식을 특별히 가정에서 조리하는 것이 번거롭고 귀찮기 때문이라고 응답자의 20.3%가 대답하였다. 그리고 응답자의 6.8%가 어

표 2. 가정 경제수준의 차이에 의한 양육인의 이유식 준비 행동

이유음식의 준비 정도 가정경제수준(월수입 기준)	어른음식을 그대로 급식	소화성을 고려 어른음식 급식	어린이용 이유음식 준비	전혀고려 하지않음	합계
50만원 이하	2*	1	2		5
	40.0**	20.0	40.0		
	14.3***	1.3	1.4		
	0.8****	0.4	0.8		2.1
50~90만원	4	23	39	1	67
	6.0	34.3	58.2	1.5	
	28.6	29.9	26.9	50.0	
	1.7	9.7	16.4	0.4	28.2
90~130만원	6	29	40	1	76
	7.9	38.2	52.6	1.3	
	42.9	37.7	27.6	50.0	
	2.5	12.2	16.8	0.4	31.9
130~170만원		12	37		49
		24.5	75.5		
		15.6	25.5		
		5.0	15.5		17.2
170만원 이상	2	12	27		41
	4.9	29.3	65.9		
	14.3	15.6	18.6		
	0.8	5.0	11.3		17.2
합계	14*	77	145	2	238
	5.9****32.4	60.9	0.8	100.0	

$X^2=20.05088$ $df=12$ $p=0.0661$

(* : 빈도(명), ** : 횡렬별 %, *** : 종렬별 %, **** : 전체 %)

린이가 시판 이유식을 좋아하기 때문에 시판 이유식 제품을 이용한다고 응답하였으며, 13%는 시판이유식이 영양적인 면에서 가정에서 조리되는 이유식보다 우수하다고 판단하여 이유식 제품을 이용한다고 응답하였다. 응답자의 12.2%는 어린이 이유식을 가정에서 조리하는 방법을 모르기 때문에 시판제품을 이용한다고 응답하였으며, 가정에서 조리하는 것보다 경제적인 측면에서 더 유리하기 때문에 시판 제품을 이용한다고 응답한 사람도 3.6%를 차지하였다. 37.4%에 해당하는 사람은 별 생각없이 주위에서 권유하기 때문에 시판 제품을 사용한다고 응답하였다. 이상의 결과로 미루어 볼때 조리과학적인 측면에서 가정에서 손쉽게 조리할 수 있는 다양한 이유식 레시피의 개발과 이의 제시가 요구되며, 각 레시피에 의하여 조리된 이유식내의 영양소함량에 관한 자료와 월령별 어린이의 영양소 필요량에 대한 영양소의 섭취 가능성 비율등을 제시하는 것이 필요하다. 또한 이유식 레시피의 제시 뿐만아니라 가정에서 효율적이며 한꺼번에 다량으로 이유식을 조리하는 방법(분말형과 즉형태)과 이의 장기 보관의 조건에 관한 연구도 진행되어 함유 영양소의 손실을 최소화 하면서 위생적인 보관 저장 방법의 제시 또한 요구된다.

시판 이유식 제품을 사용하는 경우 그 이용 횟수는 1일 1회 정도 급식하는 경우가 34.8%로 가장 많으며, 다음이 1주일에 1~2회가 16.7%, 매끼 급식에 이용하는 비율도 19.0%를 차지하였다. 응답자의 13.1%는 1주일에 3~4회 급식하는 것으로 조사되었다. 이러한 조사 결과를 통하여 볼 때 가정에서 이유식을 조리하지 않고 시판 이유식을 이용하는 양육인의 경우에는 그 의존도가 상당히 높은 것을 추정할 수 있다.

시판제품을 이용하지 않고 가정에서 어린이용 이유 음식을 조리하는 경우 영양학적 관점에서 볼 때 급식되고 있는 어린이의 이유보충식은 어린이의 소화 생리면에서 적합하지 않은 형태로 급식되는 경우가 상당히 많다는 것을 알 수 있다.

현재 어린이에게 급식하고 있는 보충식의 종류는 그림 5에 조사된 바와 같다. 타연구에 의하면^{3,4,7,10} 주로 이용되는 이유보충식품은 흰죽, 쌀밥, 감자나 고구마 으갠 것, 고기나 생선 다진것, 요구르트 유제품, 시판 이유식, 비스켓, 빵종류등이며, 가장 처음 시도하는 이유식으로는 과일즙이 가장 많은 것으로 조사된 바 있다. 본 연구의 경우 주로 먹이고 있는 이유 보충식은 어린이의

월령별로 다소의 차이는 있으나 야채고기죽의 형태가 전체 응답자의 24.8%로 가장 많으며, 다음이 과일을 으개거나 같은것 19.7%, 밥을 여러 종류의 국에 말아서 이유식으로 급식하는 경우가 16%, 곡분가루에 물을 가한 후 끓여서 만든 이유식을 급식하는 경우가 10%, 미숫가루와같이 알파화한 곡분에 물을 첨가하여 죽 형태로 만들어 급식하는 경우가 9.5%, 과일 주스를 급식시키는 형태가 6.3%, 병조림형태의 반고형 이유식(수입 이유식제품)에 의존하는 경우가 4.6%로 조사되었다.

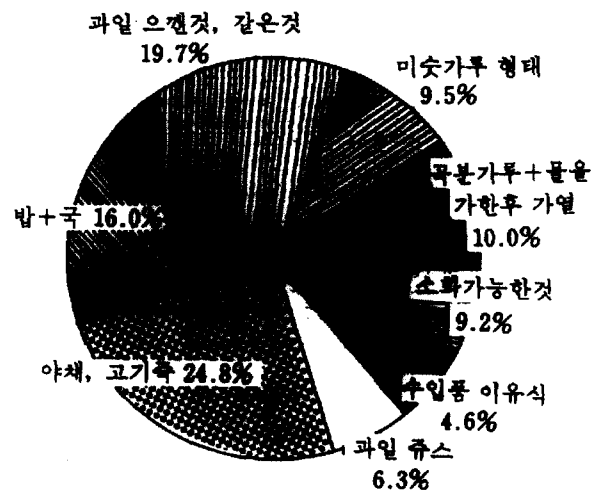


그림 5. 많이 이용되는 이유보충식의 종류

어린이에게 이유식을 급식하는 양육인의 급식 행동을 평가하는 객관적인 질문 문항을 만들어, 이유에 대한 필요성의 인식, 이유의 시작 시기, 진행방법, 이유식으로 선택하는 식품과 조리 방법등을 중심으로 양육인의 이유 행동을 평가하였다. 이유 행동에 관한 문항에 응답한 내용에 따라 점수를 부여하여 각 행위의 정도에 따라 급식 행동을 측정된 결과는 다음과 같다. 이유식 급식 행동이 우수한 군은(19점 이상)7.1%, 양호한군은(15점~18점) 71.2%, 약간의 문제가 있는 군이(11~14점)20.6% 아주 불량한 군이(10점 이하)1.2%의 분포를 보였으며, 20점을 기준으로 할때 평균 15.8 ± 2.0 으로 조사되었다. 사회 경제적 차이에 의한 양육인의 이유행동의 차이는 양육인의 교육 정도가 높을수록 이유 진행 점수가 유의적으로 높게 나타난 반면($r=0.64, P=0.09$), 가정경제 수준차이에 따른 이유 행동 점수 사이에는 통계적으로

유의적인 차이가 관찰되지 않았다.

어린이의 성장 발육도를 평가하는 Kaup 지수가 바람직한 균일수록 양육인의 이유식 급식 행동 점수가 높았으며, 대상 어린이의 Kaup 지수가 영양불량위험군이나 미만위험군에 속한 집단일수록 대상 어린이 양육인의 이유식 급식 행동 평가 점수가 불량한 경향을 보였으나 통계적으로 유의적인 차이는 없었다.

어린이의 건강 상태에 대한 양육인의 평가를 기준으로 어린이의 건강 상태가 약하다고 평가하는 군이 건강하다고 평가하는 군에 비하여 이유행동 평가 점수가 다소 낮았으나 통계적으로 유의적인 차이는 없었다. 위의 두 결과로 미루어 보아 양육인의 이유식 급식행동은 어린이의 건강이나 성장 발육에도 다소 영향을 줄 수 있는 요인으로 가정될 수 있으며, 이를 평가하기 위하여 좀더 보완된 연구 도구의 개발이 요구된다.

자신의 이유식 급식 행동에 대한 확신 정도는 옳다고 생각하는 비율이 65.4%로 가장 높게 조사되었고, 자신의 급식 행동에 대하여 잘모르겠다고 응답한 비율이 23.8%, 옳든그르든 상관없다고 생각하는 군은 10%, 잘못하고 있다고 판단하는 군은 0.9%로 조사되었다. 양육 경험의 유무에 따라 자신의 이유 행동에 대한 평가도에 유의적인 차이는 없었으나 양육 경험이 없는 군이 자신의 이유 행동에 대하여 옳다고 생각하는 비율이 상대적으로 높게 나타났다.

3. 이유식에 대한 영양 교육의 방향

응답자의 96%가 이유식에 대한 영양교육을 원하였다.

지금까지 알고 있는 이유와 이유식에 대한 지식은 주로 이유에 대한 전문 책자에 의존하는 것으로(응답자의 72.8%)으로 조사되었으며, 11.8%는 텔레비전의 교양 프로그램을 통하여 8.9%는 신문이나 여성지를 통하여 정보를 얻고 있다고 답하였으며, 강연회 4.5%, 가정 방문은 2.0%등으로 이들 방법을 통한 교육은 호응도가 낮은 것으로 조사되었다. 소득 수준의 차이에 따른 영양 교육 방법의 선호도를 비교해 본 결과 가정의 소득 수준이 낮은 계층은 매스컴(특히 TV)을 통한 교육을 원하는 비율이 40%정도로, 소득이 높은 계층은 전문 서적을 통한 교육을 원하는 비율이 75% 이상 조사된 사실과 대비하여 볼 때, 이유에 대한 교육은 가정 경제 수준에 따라 영양 교육 방법을 다르게 선택하는 것이 보다 효과적이라

고 사료된다. 즉 중류이상을 대상으로 하는 교육에 있어서는 이유 전문 책자를 통한 교육방법이, 저소득층의 경우 대중 매체를 통한 홍보가 바람직하다고 사료되는 바이다.

이유식에 대하여 알고자하는 내용은 이유음식의 급식 진행 방법과 한기에 급식해야하는 적정량에 대하여 알고자하는 비율이 23.8%를 차지하며, 시판 이유식에 대한 정보 즉 시판 제품내 영양소함량과 어린이의 1일 급식 필요량과의 관계나 타 제품과 비교한 특성들을 알기를 원하는 그룹이 23.8%, 가정에서 이유식의 조리방법에 대하여 알기를 원하는 집단이 19.1%로 조사되었다. 그리고 어린이의 성장에 따라 이유 식품을 어떻게 얼마만큼 변화시켜야하는 가에 관하여 교육 받기를 원하는 그룹도 19.2%로 조사되었다. (그림 6 참고)

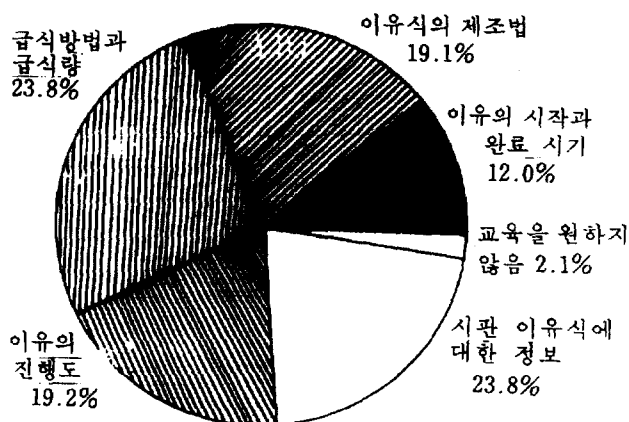


그림 6. 이유에 대하여 영양교육을 원하는 내용

이유식에 대하여 음식의 조리 방법도 교육 내용에 있어서 중요하지만 이유식의 구체적인 급식 진행 방향에 관한 교육을 더 원하는 것으로 조사되었다. 이유에 대한 영양교육은 영양학적 측면에서 이유식의 중요성에 중점을 둔 교육보다는 정확한 이유 보충식의 급식 방법을 제시해 줄 수 있는 교육이 요구된다고 하겠다.

IV. 요 약

본 연구는 어린이의 양육인을 대상으로 어린이의 성장 발육 상태와 이유식에 대한 의식 구조 및 이유식 급식 행

등을 조사하였다. 설문 조사를 토대로 분석해 본 결과는 다음과 같다.

1. 어린이의 키와 체중을 중심으로 영양과 발육도를 판별하는 지표인 Kaup 지수를 중심으로 조사어린이의 영양상태 및 발육도를 판정해 본 결과 저영양의 문제가 있는 어린이가 전체의 13.4%, 정상군에 속하는 어린이가 60.6%, 과잉영양의 문제가 있는 어린이가 26.0%로 조사되었으며, 타 조사 결과와도 비교해 볼 때 우리나라 어린이의 영양 문제는 점차 과잉 영양의 문제가 제기될 것으로 추측된다.

2. 전체 조사대상의 97.6%가 이유식의 필요성을 인식하고 있었으며, 조사 대상의 70% 이상이 이유식의 중요성을 식생활습관의 형성 측면 보다는 영양소의 보충 측면에서 중요하게 생각하는 것으로 조사되었다.

3. 이유행동의 측면에 있어서 출생 3개월 이전부터 이유식을 시도하는 비율은 44.9%, 5~6개월 전후로 시도하는 비율은 34%, 조사대상자 모두 10개월 이전에 이유를 시작하는 것으로 조사되었다.

4. 이유식의 준비는 어린이를 위하여 이유음식을 특별히 조리하거나 구입하는 경우가 전체의 60.9%를 차지하였으며, 나머지는 어린이를 위하여 이유음식을 따로 준비하지 않는 것으로 조사되었다. 일반적인 이유식 준비에 관련된 행동은 가정의 경제수준이 가장 큰 영향 요인이며 가정경제 수준이 높을수록 어린이의 이유음식 준비에 적극적인 것으로 조사되었다.

5. 많이 이용되는 이유음식은 야채고기죽이며 (24.8%), 다음이 과일 으갠것(19.7%), 밥에 국을 가한 것(16%), 생곡분을 끓인것(10%), 알파화곡분(9.5%), 기타등으로 조사되었다.

6. 이유식급식행동을 계량화하여 측정한 결과(20점 기준) 평균 15.8 ± 2.0 으로 조사되었으며, 양육인의 교육 정도가 높을수록 이유행동 점수가 높게 나타났다($r=0.64, P=0.09$). 또한 Kaup 지수가 바람직하게 판정받은 어린이 집단과 양육인에 의하여 건강하다고 판정받은 어린이 집단의 경우 양육인의 이유행동 점수가 다소 높게 나타났으나 통계적으로 유의적인 차이는 없었다.

7. 양육인의 96%가 이유식에 대한 영양 교육을 원하였으며, 가정경제수준이 높은 계층은 전문 책자를 통한 교육을(70%), 경제수준이 낮은 계층은 대중 매체를 통한 교육을 원하는 비율(40%)이 각각 높게 나타났다. 이

유식에 대한 교육 내용은 이유식의 급식 방법과 급식량(23.8%), 시판제품에 대한 특성 분석 비교(23.8%), 가정에서 이유식의 조리 방법(19.1%)을 교육 받기를 원하는 것으로 조사되었다. 앞으로의 이유식에 대한 영양교육의 이유식의 중요성을 강조하는 교육 보다는 실질적인 급식 방법에 관한 교육이 효과적일 것으로 사료된다.

참 고 문 헌

- 1) 보건사회부, 영유아 영양개선 세미나 결과보고서, 1981
- 2) Kelt D.G., Manual of pediatric nutrition, Little Brown Com., 1984
- 3) 송요숙, 우리나라에서 영양의 수유 및 이유 보충식의 급식 현황과 개선 방향, 한국영양학회지, 24(3):282, 1991
- 4) Purvis G.A., Current Status and future trend in infant feeding, 한국영양학회지, 24(3):276, 1991
- 5) 김절규, 우리나라 시판 이유식의 실태에 관한 연구, 소아과학회지, 23:259, 1980
- 6) 권은경, 채범식, 한정호, 일부 서울 시내 아파트 지역과 농촌 지역의 모유 수유 실태와 사회 경제적 요인에 대한 연구, 대한보건협회지, 11(2):17, 1985
- 7) 김경희, 이근, 김충희, 이근수, 신상만, 한동관, 한국 영유아의 수유실태조사, 소아과학회지, 28(10):960, 1985
- 8) 배광순, 문수재, 이유기 어린이를 위한 영양교육 프로그램-이유보충식 실태연구에 관한 문헌적 고찰, 22(2):63, 1984
- 9) 유춘희, 어린이의 영양관리, 이유기 어린이의 영양관리, 식품과 영양, 1983
- 10) 배광순, 이명희, 문수재, 이유기 어린이를 위한 영양교육 프로그램, 대한가정학회지 22(2):73, 1984
- 11) 안경미, 문수재, 최홍식, 광동경, 지역 식품을 이용한 이유보충식의 개발과 이의 영양학적 검토 및 저장성에 관한 연구, 한국영양학회지, 18(4):259, 1985
- 12) Magret Cameron, Manual on feeding infants and young children, Oxford University Press, 1983
- 13) 이정실, 김울상, 속초시 영유아의 이유실태조사, 한국영양학회지, 24(5):469, 1991
- 14) 황계순, 우리나라 여성의 영아방법에 관한 실태조사 연구, 서울대학교 대학원 석사학위논문, 1991
- 15) 김충희, 1세 이하 영유아의 수유 실태에 관한 조사, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1984