

## 노인의 흡연상태에 따른 식이섭취 실태

강명희 \*박정아\*, 한남대학교 이과대학 식품영양학과

**서론** : 흡연이 여러 만성질환의 위험인자의 하나로서 알려져 오면서 흡연과 식사와의 관계에 대한 연구의 필요성이 높아지고 있다. 본 연구에서는 흡연력이 높은 노인을 대상으로 흡연상태에 따른 식품 및 영양소 섭취실태를 조사 분석하였다.

**방법** : 60세 이상의 남녀 노인 152명을 대상으로 설문지를 이용하여 대상자의 일반적인 사항 및 흡연상태를 조사하였으며 대상자를 흡연군(Smoker), 비흡연군(Non-Smoker) 및 담배를 피우다 끊은 금연군(Ex-Smoker)으로 나누어 식품섭취빈도조사 및 24시간 회상법에 의한 식품섭취량 조사를 개별면담법으로 실시하였다. 식사다양도(dietary diversity)를 섭취식품의 가지수로부터, 식사균형도(dietary quality)는 5군 기초식품군별 점수법으로 구하였다. 대상자의 신장, 체중 및 체지방을 측정하였으며 이들로부터 BMI를 계산하였다. 모든 자료는 SPSS-PC 통계 package를 이용하여 분석하였다.

**결과** : 남자노인에 있어서 흡연상태에 따른 영양소의 섭취량 차이는 볼 수 없었으나 여자노인의 경우는 흡연자의 에너지 및 탄수화물 섭취가 비흡연자에 비해 유의적으로 낮았다( $P < 0.05$ ). 남자노인에게서 흡연자의 과일섭취량이 비흡연자에 비해 유의적으로 낮았으며( $P < 0.05$ ) 식품군별 섭취빈도는 흡연상태에 따른 차이를 보이지 않았다. 그러나 흡연여자노인의 경우 뼈째먹는 생선 및 해조류, 담색채소 그리고 과일의 섭취빈도가 비흡연자에 비해 유의적으로 낮았다( $P < 0.05$ ). 식사다양도 점수는 남녀노인 모두에게서 흡연에 따른 차이를 볼 수 없었으나 식품섭취빈도 총점은 남녀노인 모두 흡연자에게서 낮았으며 식사균형도 점수는 흡연 여자노인에서만 비흡연노인에 비해 낮았다.

**결론** : 본 연구의 결과 남녀 모두 흡연노인의 경우 비흡연노인에 비해 대부분의 영양소 섭취량의 차이를 보이지 않았으나 식품섭취빈도 점수 및 과일의 섭취량이 낮아 흡연자의 식품섭취의 균형도가 비흡연자에 비해 빈약하였으며 여자노인의 경우 그 정도가 더욱 심각하였다.

( Table 1 )

	Male			Female		
	Smoker	Nonsmoker	Exsmoker	Smoker	Nonsmoker	Exsmoker
Energy intake (kcal)	1588.9	1709.3	1689.5	921.7 <sup>a</sup>	1347.4 <sup>b</sup>	1199.3 <sup>ab</sup>
Carbohydrate intake (g)	283.7	296.3	290.3	181.8 <sup>a</sup>	258.5 <sup>b</sup>	233.5 <sup>ab</sup>
Amount of fruit intake (g)	27.8 <sup>a</sup>	87.5 <sup>b</sup>	32.7 <sup>b</sup>	30.0	91.7	76.7
Food frequency score of fruit	2.7 <sup>ab</sup>	3.2 <sup>b</sup>	2.4 <sup>a</sup>	1.7 <sup>a</sup>	2.9 <sup>b</sup>	3.1 <sup>b</sup>
Total food frequency score	28.1 <sup>ab</sup>	30.5 <sup>b</sup>	27.2 <sup>a</sup>	21.5 <sup>a</sup>	27.7 <sup>b</sup>	26.6 <sup>b</sup>
Dietary quality score	51.5	30.5	47.4	36.3 <sup>a</sup>	46.8 <sup>b</sup>	43.5 <sup>ab</sup>