

당뇨환자를 대상으로 한 영양상담의 효과측정
 손춘영* 문수재 연세대학교 생활과학대학 식품영양학과

서론 현대사회가 산업화, 기계화 되어감에 따른 운동량 감소, 스트레스의 증가 및 잘못된 식습관으로 인한 영양 불균형으로 각종 성인병 이환율이 높아지고 있다. 그 중에서도 생활환경의 개선과 풍부한 식생활에 따른 당뇨병은 현저한 증가 추세로 해마다 환자 수가 증가하고 있는 실정이다. 따라서 질병의 치료 및 예방을 위한 영양상담에 대한 관심과 중요성이 인정되고 있어 본 연구에서는 당뇨병 환자를 선정하여 영양상담을 실시하고 그 효과를 측정 평가하여 보고자 한다.

재료 및 방법 공복혈당 140mg/dl 이상 또는 식후 2시간 후 혈당 200mg/dl 이상으로 당뇨로 진단받은 40명의 환자를 임의로 선정하여 상담의 대상으로 하였다. 이들 40명은 계획된 상담 일정에 따라 상담을 실시하는 상담군 21명과 상담을 실시하지 않는 비상담군 19명으로 임의적인 구분을 하였다. 상담군의 상담은 6주동안 6회에 걸쳐 실시하였고, 상담 실시 전과 후에 식생활 태도, 공복 및 식사 2시간 후의 혈당과 glycosylated hemoglobin을 측정하여 그 변화를 SAS package program을 이용하여 비교 분석하였다.

결과 상담군과 비상담군의 상담 전과 후의 식생활 태도 점수 변화는 두 집단간에 유의적인 차이가 있었으며($p < 0.001$), 상담군이 유의적으로 증가하였다($p < 0.001$). 공복혈당과 식후혈당은 두 집단간에 유의적인 차이가 있었고($p < 0.01$), 상담군의 공복혈당이 유의적인 감소를 나타냈으며($p < 0.01$), 식사 2시간 후 혈당 또한 유의적인 감소를 보였다($p < 0.001$). 상담군과 비상담군의 glycosylated hemoglobin 농도의 변화는 두 집단간에 유의적인 차이가 있었다($p < 0.005$). 상담군에서의 식생활 태도 변화가 glycosylated hemoglobin 농도 변화와 유의적인 상관성이 있는 것으로 나타났다($p < 0.05$) (Table 1).

Table 1. Differences in food attitude, fasting/postgrandial blood glucose level, glycosylated Hb between the non-counseling and counseling group before and after counseling

	Non counseling group		Counseling group	
	Before	After	Before	After
Food attitude(score)	58.0±12.1	64.5±13.5	61.9±15.9	87.0±7.8
Fasting blood glucose level(mg/dl)	179.8±51.5	196.5±66.3	163.5±48.6	142.3±40.6
Postgrandial blood glucose level(mg/dl)	292.9±59.4	315.9±95.5	281.3±103.7	208.1±105.1
glycosylated Hb(%)	11.2±2.4	11.7±1.7	11.2±2.9	9.7±3.6

인용문헌

1. Vickery, C. E. and Hodges, P. A., J Am Diet Assoc. 86:24, 1988
2. Rosett, J. W., J Am Diet Assoc. 81:286, 1982
3. Cerkoney, K. A., Diabetes Care. 3:594, 1980

Keywords: nutrition counseling, food attitude, fasting blood glucose level, postgrandial blood glucose level, glycosylated hemoglobin