

## [2-2]

### 대도시 지역 성인의 식이섭취조사를 위한 반정량빈도 조사법의 타당성

이희자\*, 윤진숙<sup>1)</sup>, 김초일<sup>2)</sup>, 계승희<sup>2)</sup>, 이행신<sup>2)</sup>, 하명주<sup>2)</sup>, 이충원<sup>3)</sup>

경북대학교 식품영양학과 강사\*, 계명대학교 식품영양학과<sup>1)</sup>, 한국식품위생연구원<sup>2)</sup>,

계명대학교 의과대학 예방의학교실<sup>3)</sup>

지역별 계층별 식사 섭취 상태를 올바로 파악한다는 것은 국가 차원에서의 식량수급정책이나 영양정책을 올바로 파악하는데 귀중한 기초자료가 될 뿐만 아니라 점차 증가되고 있는 식이성 질환의 관리 측면에서도 매우 중요하다. 그러나 우리나라에서는 역학 연구에서 식이요인을 평가하기 위한 방법이 적용되고 있음에도 불구하고 대단위 역학 조사에서 제한된 시간, 비용, 인력을 이용하여 일상식이를 측정할 수 있는 비교적 타당성 있고 신뢰성 있는 반정량빈도 조사법을 모색하기 위한 연구들이 부족한 실정이다. 따라서 본연구는 반정량빈도조사법을 이용하여 대도시 4개 지역(서울, 대전, 광주, 대구) 성인(18-68세) 남녀(1473명)의 영양섭취 실태를 파악하고, 집단의 1일 총영양소 섭취량 중 해당 영양소를 가장 많이 공급하는 주요 급원식품과 영양소 섭취의 개체간 변이를 설명할 수 있는 식품(주요변이식품)의 종류와 항목수를 알아보려고 하였다. 대상자의 식이 섭취 평가방법은 반정량빈도법(Semiquantitative food frequency method)을 이용하여 조사시점을 기준으로 1년간 각 식품의 평균 섭취빈도를 조사하였고 식품의 항목은 78가지였으며, 각 식품의 섭취횟수는 9가지로 분류하였다. 각식품의 1회 섭취분량은 한국인 영양권장량(1995년)과 식품 및 음식의 눈대중량에 표준화되어 있는 함량 등을 참고로 하여 정하였고, 각 식품이 함유하고 있는 영양소의 함량은 한국인 영양권장량(1995년)에 첨부된 식품영양평가표를 이용하였다. 통계적인 분석방법으로는 ANOVA, Duncan's test, simple correlation, multiple stepwise regression을 이용하였다. 그 결과 조사 대상자들은 설문에 포함된 식품으로 Vit A를 제외하고는 각 영양소 섭취량의 80%이상을 섭취하고 있는 것으로 나타났다. 집단내변이계수(CVw)와 집단간변이계수(CVb) 사이에는 유의적인 상관성이 없었으며 두계수간의 비(CVw/CVb)가 가장 큰 영양소는 VitA였고 가장 작은 영양소는 Na이었다. 조사대상자의 열량, 단백질, 지방, 탄수화물, 칼슘, 철분, 인, VitA, VitB<sub>1</sub>, VitB<sub>2</sub>, VitC 12개 영양소 섭취에 대한 개체간 변이를 85% 설명할 수 있는 식품은 78개 항목 중에서 43가지였고, Na, fiber, K를 첨가하여도 항목수는 같았다. 영양소별 주요 급원식품과 주요 변이식품은 일치하지는 않으나, 85%를 설명하는데 필요한 식품의 항목수는 주요 급원식품이 주요 변이식품보다 월등히 많았다. 본연구에서는 조리시에 사용되는 유지류 및 양념류의 사용이 많이 포함되지 않았으므로 앞으로 이에 대한 조사 연구가 병행되어야 할 것으로 사료된다.