

## 임신부들의 영양지식, 태도 및 식행동에 관한 연구

김경원\*, 윤성원, 우순임, 안홍석<sup>1)</sup>, 김미양<sup>1)</sup>. 서울여자대학교 자연과학대학 영양학과, 성신여자대학교 식품영양학과<sup>1)</sup>

임신기는 임신부 자신뿐 아니라 태아의 정상적인 성장 발육을 위해 철저한 영양 관리가 요구되는 시기이다. 임신기중의 효율적인 영양 관리를 위해서는 이들의 식이 섭취 실태를 파악하고 이들의 식행동에 영향을 줄 수 있는 요인에 대한 연구가 선행되어야 한다. 본 연구는 서울 지역을 중심으로 임신부들의 영양 지식과 태도 수준 및 영양소 섭취 실태를 진단하고 이들 변인간의 관련성을 조사하여 임신부들의 영양 상태 개선을 위한 기초를 마련하고자 하였다. 본 연구의 대상은 20세 이상 40세까지의 임신부였으며, 서울과 인천지역 병원과 보건소 (5곳)에 내원한 자들을 대상으로 자기기입식으로 설문조사를 실시하였다. 질문지는 문헌조사와 전문가의 조언으로 개발된 후 간단한 예비조사를 거쳐 수정하여 이용하였다. 조사 기간은 1996년 5-7월까지 약 2달간이었으며 자료의 통계처리는 SAS 프로그램을 사용하여 t-test, 상관계수, multiple logistic regression의 방법으로 분석하였다. 연구대상자 중 임신전반기의 임신부는 112명, 후반기는 256명으로 총 368명이고 74.7%의 임신부가 보충제를 복용하고 있었으며, 사용하는 보충제중 철분제의 이용은 78.0%로 가장 높았고 그 다음은 종합비타민제로 9.5%가 복용하고 있었다. 영양소 섭취상태를 살펴보면 간이법을 이용하여 조사한 9가지 영양소 중 비타민A와 niacin을 제외한 나머지 영양소, 즉 열량 (평균  $1854 \pm 345$  kcal), 단백질 ( $66.2 \pm 17.2$  g), 칼슘( $745 \pm 187$  mg), 비타민 B<sub>1</sub> ( $1.1 \pm 0.2$  mg), 비타민B<sub>2</sub> ( $1.3 \pm 0.3$  mg), 비타민C ( $56.3 \pm 15.8$  mg)의 섭취는 권장량에 미치지 못했다. 특히 칼슘은 권장량의 75% 수준이하였으며 철분은 권장량의 60% 수준에도 미치지 못했다. 영양지식 수준은 총 30문항에서 평균 17.5점으로 임신기중의 일반적인 영양지식과 임신기중 체중증가에 관한 지식은 양호한 반면, 열량, 단백질, 비타민 등 세부적인 영양지식은 낮은 수준이었다. 대상자들은 주로 영양 및 의학관련 전문서적, 보건소, 병원에서의 소책자 및 유인물을 통해 영양정보를 얻고 있었다. 영양태도 수준은 총 105점중 (25문항) 평균 78.4점으로 대체적으로 긍정적인 태도를 보였으며, 임신기 영양의 중요성 등 일반적인 영양태도, 보충제복용, 음주나 흡연, 카페인 등 건강저해요인의 유해성에 대해서는 긍정적이었으나 임신중 체중증가에 대해서는 다소 부정적인 입장이었다. 영양지식과 태도의 관련성을 보면, 임신기중의 일반적인 영양태도는 철분에 관한 영양지식과 체중증가에 관한 영양지식과 유의적인 양의상관관계를 보였으나 ( $p < 0.01$ ), 체중증가에 관한 영양지식과 체중증가에 대한 태도는 유의적인 음의 상관관계를 나타내었다( $p < 0.01$ ). 영양소 섭취 실태에 따라 식행동 양호, 불량군으로 구분한 후 식행동에 영향을 주는 요인을 살펴본 multiple logistic regression 결과를 보면, 철분, 칼슘,

단백질에 관한 영양지식과 일반적인 영양태도, 체중증가에 대한 태도와 관련이 있었다. 즉 단백질에 대한 영양 지식이 낮을수록 (Odds Ratio (OR)=0.88), 철분에 대한 영양지식이 낮을수록(OR=0.88) 식행동 불량군에 속할 가능성이 높은 반면, 일반적 영양태도가 양호하고 (OR=1.14) 체중증가에 대한 태도가 긍정적일수록 (OR=1.23) 식행동 불량군에 속할 가능성이 증가되었다. 임신기라는 특정 상황을 고려할 때 영양 태도는 일반적으로 양호한 반면 특정 영양소에 대한 지식 수준이 이들의 식행동을 규정짓는 주요 요인으로 사료된다.