

혈액투석 환자에서 영양관리의 효과분석

유소영*, 조여원, 이태원[§]. 경희대학교 동서의학대학원 임상영양전공, 경희대학교 의과대학 신장내과교실[§]

혈액투석 중인 만성신부전 환자에서 높은 사망률과 이환률을 감소시키고 합병증을 예방하기 위해 적절한 치료와 적극적인 영양관리가 요구된다. 이와 함께 환자가 자기관리를 통해 건강한 삶을 유지 할 수 있도록 정기적인 영양교육이 필요하다. 이에 본 연구에서는 정기적으로 일주일에 3 번 혈액투석을 받고 있는 환자들에게 3 개월간 영양관리 및 교육을 실시하여 교육 군(24 명)으로 하고, 다른 20 명을 대조 군으로 하여 신체계측 및 식사 섭취량 조사, 혈청·생화학적 검사, 영양지식평가, 삶의 질 평가(SF-36)를 실시하여 영양관리 전과 후의 결과를 비교 분석하여 다음의 결과를 얻었다.

- 1) 대상자의 평균연령은 48.0 ± 14.4 세, 남녀의 비는 1:1, 평균투석기간은 2.0 ± 2.1 년으로 나타났다. 신부전의 원인질환으로 고혈압이 31.8%, 당뇨병이 27.3%, 사구체신염이 25.0%의 순으로 나타났다.
- 2) 신체계측결과 남자의 경우, 평균신장이 167.2 ± 4.5 cm, 투석전 체중 61.5 ± 5.5 kg, 투석후 체중 59.8 ± 5.5 kg, 투석 간 체중증가 2.0 ± 0.8 kg이었으며, 여자의 경우, 평균신장이 155.0 ± 5.2 cm, 투석전 체중 53.6 ± 7.3 kg, 투석 전 체중 51.6 ± 6.9 kg, 투석간 체중증가 2.2 ± 0.9 kg이었다. %IBW는 평균 $100.1 \pm 13.6\%$ 으로 전체의 75%가 IBW의 90%이상의 체중을 유지하고 있었다.
- 3) 식사 섭취량 조사결과 평균 총 섭취열량은 남자의 경우, 1819.0 ± 506.9 kcal/day(RDA의 75.8%), 여자의 경우, 1435.4 ± 279.5 kcal/day(RDA의 71.8%)로 나타났다. 일일 단백질 섭취량은 남자의 경우, 70.8 ± 28.8 g, 여자의 경우, 50.4 ± 10.3 g이었으며, IBW kg당 평균 1.1 ± 0.4 g으로 대상자의 81.8%가 IBW kg당 권장하고 있는 1.2 g이하를 섭취하고 있었다. 칼슘과 비타민 A의 섭취량은 각각 426.6 ± 133.2 mg/day(RDA의 60.9%), 548.0 ± 245.4 mg/day(RDA의 60.9%)으로 매우 낮게 섭취하고 있었다.
- 4) 혈청 알부민농도는 영양관리 전 교육 군에서 3.9 ± 0.3 g/dl, 대조 군에서 4.1 ± 0.4 g/dl으로 두 군간에 차이가 없었으며, 영양관리 후에도 두 군간에 변화가 관찰되지 않았다.
- 5) 영양지식 평가결과 영양관리 전 교육 군은 59.4 ± 10.9 점, 대조 군은 58.0 ± 10.2 점으로 차이가 없었으나, 3 개월 영양관리 후에는 교육 군은 67.9 ± 9.2 점, 대조 군 57.3 ± 9.2 점으로 교육 군이 대조 군에 비하여 높게 나타났다($p < 0.05$).
- 6) 삶의 질 평가결과 영양관리 전 교육 군은 69.3 ± 13.8 점, 대조 군은 64.9 ± 15.7 점으로 차이가 없었으나, 3 개월 영양관리 후 교육 군은 71.5 ± 11.9 점, 대조 군은 63.4 ± 14.2 점으로 교육 군에서 높게 나타났다($p < 0.05$).

결론적으로 3 개월간의 정기적인 영양관리는 환자의 영양지식 및 삶의 질을 호전시키는 결과를 가져왔다. 따라서 환자의 영양상태를 개선시키고 삶의 질을 높이기 위해 신장 전문 영양사가 환자의 영양상태를 정확히 평가하고 이에 맞는 영양관리를 지속적으로 시행하는 것이 요구된다.