

P3-21

중소도시 직장 남성들의 연령별 지방 섭취상태와 혈청지질분포에 관한 연구 송옥영, 김희선, 순천향대학교 식품영양학과

지방섭취의 증가는 각종 만성질환의 원인이 될 수 있으므로 성인병 예방을 위한 식습관이 강조되는 성인 남성을 대상으로 식이지방의 섭취상태와 혈청지질분포에 대해 연령별로 살펴보았다. 조사대상자는 만 20세 이상 65세 미만의 취업남성으로 직장인 정기 건강검진을 위해 순천향대학병원을 방문한 천안지역 거주자나 병원 건강검진팀이 부평 및 구미의 산업장으로 직장 건강검진을 위해 방문하였을 때 참가한 인원 총 185명을 대상으로 실시하였다. 식이지방 및 콜레스테롤 섭취정도는 24시간 회상법을 이용하여 측정하였고 혈청지질분포는 공복시의 혈액을 채취하여 전자동 혈청분석기를 이용하여 총콜레스테롤농도(TC), HDL-콜레스테롤농도(HDL-C) 및 혈청지방농도(TG)를 측정하였으며 LDL-콜레스테롤농도(LDL-C)는 Friedwalds의 식을 이용한 계산법을 통하여 측정하였다. 조사대상자의 연령분포는 20세에서 64세까지였으며, 연령별로 1군;20-34세, 2군;35-44세 그리고 3군;45-64세의 3가지 연령대로 나누어 비교하였다. 대상자들의 신장은 3군에서 평균 166cm로 1, 2군(171, 170cm)에 비해 현저하게 적었고 체중 및 BMI의 경우 연령별로 차이가 없었으나 체지방량에서는 1군(21%)에 비해 3군(24%)의 체지방량이 현저하게 높았다. 대상자들의 영양소섭취상태는 대체로 적절한 섭취상태를 보이고 있었으나 전반적으로 1군에서 열량을 비롯한 탄수화물, 단백질, 지방 및 인의 섭취가 2, 3군에 비해 현저하게 높았다. 또한 콜레스테롤의 섭취가 1군에서 365mg/day, 2군에서 305mg/day로 300mg/day를 넘어선 결과를 나타냈다. 지방의 섭취는 1군이 다른군에 비해 높았으나 식물성지방의 섭취가 다른군에 비해 현저하게 높았고 동물성지방의 섭취는 차이가 없었다. 혈청지질 중 TC와 LDL-C의 농도는 1군(175mg/dl, 89mg/dl)이 다른 두 군(2군;200, 3군;201mg/dl for TC, 2군;110, 3군;106mg/dl for LDL-C)에 비해 유의적으로 낮은 분포를 나타내었고 TG는 1군(126mg/dl)이 3군(208mg/dl)보다 유의적으로 낮았다. 전체적으로 식이지방 및 콜레스테롤의 섭취는 혈청지질분포와 상관관계를 나타내지 않았으나 3군에서만 식이지방 및 동물성지방의 섭취가 혈청 TC와 양의 상관관계를 보였고, 동물성지방섭취와 TG농도간에도 양의 상관관계를 보였다. 모든 연령층에서 체지방량과 혈청지질분포와는 밀접한 상관관계를 보였다. 본 연구결과, 연령에 따라 식이 지방의 섭취가 혈청지질분포에 미치는 영향이 달라짐을 알 수 있었으며, 직장에서의 육체노동 정도가 비슷하더라도 연령이 적을수록 지방의 섭취정도가 혈청지질분포에 미치는 영향이 적음을 알 수 있다. 따라서, 연령이 높아질수록 식이 지방섭취에 주의를 기울여야 하겠으며 체지방량의 과다한 축적을 예방하는 것이 중요하다 하겠다.

P3-22

청소년의 성격유형에 따른 식생활태도와 식품 기호도

박금순*, 유지은, 정의숙¹. *대구가톨릭대학교 가정관리학과, ¹대구산업정보대학 조리과

경주지역 남녀 고등학교 학생 392명을 대상으로 성격 형태 별 분류를 하고 식생활태도 및 식습관 기호도를 조사하였다. 조사 대상자의 성격유형은 SP형이 46%로 가장 많이 차지했고 NF형은 38.6%, NT형은 8.2%, SJ형은 7.1%로 나타났다. '매끼 식사량의 규칙정도'에 관한 문항에서 $P < .05$ 수준에서 유의적인 차이를 보였는데 NT형과 SJ형이 규칙적인 식사를 하는 것으로 나타났고, '학교에서 습득한 지식이 식품선택에 영향을 주는가'에 관한 문항에서는 SJ형과 SP형이 영향을 많이 받는 것으로 나타났다. 성격유형별 식품군 기호도차이의 결과에서는 과일류($P < .01$), 녹황색채소류($P < .05$)에서 유의한 차이를 보였다. NF형과 SP형은 NT형과 SJ형보다는 과일류를 더 좋아하며, 녹황색채소류는 NT형, NF형, SP형이 SJ형보다 더 좋아하는 것으로 나타났다. 과일류는 NF형이 가장 좋아하는 것으로 나타났고, 가장 낮은 유형은 NT형이다. 녹황색 채소류는 SP형, NF형이 가장 높고 SJ형은 보통 정도로 나타났다. 곡류는 NF형, SJ형이 매우 좋아하는 것으로 나타났고 서류는 SJ형이 가장 높게 나타났고, NF형과 SP형은 낮게 나타났다.