

P3-35

혈액투석 중인 만성신부전 환자에서 투석기간에 따른 영양상태에 관한 연구

정영진¹, 김찬¹, 김한숙¹, 신태희¹, 김지민¹, 장유경², 박유신³

충남대학교 식품영양학과¹, 을지의과대학교 생리학교실², 한양대학교 식품영양학과², 한양대학교 생활과학연구소³

혈액투석을 하는 만성신부전 환자의 경우 엄격한 식이 제한 뿐 아니라 활동량의 감소, 경제적인 어려움, 우울증, 합병증의 발생 등으로 인해 식사를 통한 영양소의 섭취가 감소하게 되어 에너지와 단백질 부족현상이 생기게 된다. 따라서 투석기간이 길어질수록 혈액투석환자들에 대한 보다 적극적인 영양교육과 사회적 지원, 가족의 관심 등이 필요하다. 본 연구는 투석기간에 따른 만성신부전 환자들의 영양상태를 평가하고자, 대전 소재 2개 의과대학병원 인공신장실에서 정기적으로 혈액투석(평균 투석기간 24.2±35.3개월)을 받는 만성신부전 환자 49명(남자 26명, 여자 23명)을 대상으로, 혈액투석 전 3일간의 식사섭취량을 비롯하여 식습관, 영양지식, 신체활동량 및 혈중 단백질, 중성지방, 콜레스테롤, 무기질 농도를 측정하였다. 혈액투석 기간에 따라 1군(1년 미만, n=20), 2군(1-2년, n=16), 3군(2년 이상, n=13)으로 나누어 각 군별 변인에 대한 차등검정 및 투석기간과 변인 간의 상관분석(p<.05)을 실시하였다. 평균 영양소 섭취량은 각 군간에 유의한 차이는 없었고, 열량 섭취량은 세 군 모두 한국인 RDA 75% 미만의 섭취불량 상태이었으며, 투석기간이 긴 3군에서 보다 낮은 경향을 보였다. 지질의 섭취량은 세 군 모두 총 열량의 15-20%에, 단백질 섭취량은 13-17%에 달하였고, 철분과 칼슘 섭취량도 한국인 RDA 75%미만이었으며, 1군에 비해 2군과 3군에서 더 낮은 경향을 보였다. 혈중 알부민, BUN 및 크레아티닌 농도는 세 군 모두 정상 범위이었다. 혈중 지질(총 콜레스테롤과 중성지방) 농도는 세 군에서 모두 정상 범위에 해당하였고 유의한 차이는 없었다. 투석기간 및 성별로 비교했을 때, 남자에서 3군이 2군보다 당질(p=0.048)과 비타민C 섭취량(p=0.023)이 유의하게 낮은 것으로 나타났다. 한편 투석기간은 빈혈(r=0.381, p=0.008)과 사구체신염의 유병 기간(r=0.347, p=0.017)에서만 유의한 양적 상관관계를 보였고 식이섭취량, 식습관, 우울정도 등과는 유의한 상관관계가 없었으며, 우울정도와 신체활동량간에는 유의한 음의 상관관계를 보였다(r=-0.354, p=0.012). 이상의 결과로 볼 때 혈액투석환자는 전반적으로 낮은 영양상태를 보였고, 비록 통계적으로 유의하지는 않았지만 투석기간이 긴 3군이 1군과 2군에 비해 더 불량한 영양상태를 나타내었다. 또한 투석기간이 오래된 남자 환자일수록 당질과 비타민의 섭취가 부족하므로, 당질의 섭취량을 증가시키고 비타민 보충제를 복용하도록 하는 영양지도가 요구된다.

P3-36

특정 다이어트업체의 체중조절프로그램 참여 여부에 따른 성인여성의 비만도와 체형 인식도 비교연구

김동순¹, 김상연^{2*}, 최유미², 안빈³, 장유경⁴, ¹한양대학교 교육대학원 가정교육, ²울바른비만체형관리제품개발 연구소, ³여주대학 가정학과, ⁴한양대학교 식품영양학과

오늘날 우리나라는 여성들의 미에 대한 관심도 및 여성의 아름다움에 대한 사회적 추이가 건강보다는 아름다운 체형에 높은 가치를 부여하고 있으며 아름다운 체형이란 되도록 마른체형으로 인식되어져 오고있다. 이러한 사회적 분위기는 성인여성들로 하여금 건강체형이 아닌 그들이 바라는 체형을 갖기 위해 다이어트업체의 체중조절프로그램 참여로 유도하면서 영양전문관리자의 권고에도 불구하고 자신의 건강을 위해할 정도의 단기간의 체중감량에 도전하고 있는 실정이다. 자신의 체형에 대한 정확한 인식은 비만 예방 뿐만 아니라 자신들의 건강을 해칠 정도의 무리한 체중감량을 통한 건강상 위해를 방지하는데 기여할 것으로 사료된다. 이에 본 연구는 특정 다이어트업체의 체중조절프로그램에 참여하는 성인여성과 프로그램에 참여하지 않은 일반 성인여성들의 비만도와 체형인식도를 비교 분석함으로써 성인여성들의 바람직한 체형 인식을 통한 건강한 식생활을 영위하게 하는 영양교육의 방향 파악을 위한 기초적 자료를 얻고자 실시되었다. 연구대상자는 2000년 11월부터 2001년 1월까지 '울바른 사람들'의 원샷 시스템 다이어트프로그램에 참가한 20-49세 성인여성 205명(Weight Control group:이하 WC)과 현재 다이어트프로그램에 참여하지 않고 있는 일반 성인여성 401명(No-Weight Control group:이하 NWC)을 연구대상자로 선정하여 체중조절 프로그램 참여 여부에 따른 비만도(BMI)와 희망비만도의 차이를 비교하였다. 또한, 대한비만학회에서 제안한 체질량 지수에 근거하여 BMI가 18.5-22.9인 정상군과 23이상인 과체중군으로 분류하여 체중조절프로그램 참여 여부에 따른 그들의 체형인식도를 비교 분석하였다. 체형에 대한 인식도는 Thompson과 Gray가 개발한 체형평가 척도를 이용하였다. 연구결과는 다음과 같다. WC군과 NWC군의 평균 BMI는 각각 26.9±1.5, 25.6±3.3으로 두군 간에 유의한 차이는 없었으며, 그들의 희망체중에 대한 희망 비만도(BMI) 역시 각각 22.0±1.3, 22.7±3.1로 두군 간에 유의한 차이가 없었으나 WC군의 27.9%, NWC군의 32.8%가 정상범위이하의 비만도를 희망하고 있었다. 체형인식도에 있어서는 WC군이 NWC군보다 자신의 현재 체형에 대해 유의하게(P<0.05) 더 뚱뚱하다고 생각하고 있었으며, 이상적인 체형에 있어서는 WC군이 NWC군 보다 유의하게 더 마른 체형을 원하는 것으로 나타나 체형에 대한 불만족도가 유의하게 높게 나타났다. 한편, 비만도가 정상인 군과 과체중인 군 모두 체형인식도에 있어서는 현재체형에 대한 인식은 WC군이 NWC군보다 자신을 더 뚱뚱하다고 인식하였으며 이상적인 체형에 대해서는 WC군과 NWC군 두군 간에 유의한 차이는 없었으나 WC군이 NWC군 보다 더 마른 체형을 원하는 경향이 있었으므로 체형에 대한 불만족도가 유의하게 높게 나타났다. 본 연구 결과를 통해 자신의 비만도와 상관없이 이상적인 체형에 대한 왜곡된 인식은 성인 여성들로 하여금 무리한 체중감량을 시도하게 함으로서 그들의 건강을 크게 해칠 잠재가능성이 크게 내포되어 있음을 고려해 볼 때 건강체형에 대한 올바른 인식도를 증가시킬 수 있는 영양교육 및 홍보가 국가적 차원에서 이루어져야할 것으로 사료된다.