

【P2-6】

아연 섭취량과 Phytate 섭취량으로 평가한 당뇨병 환자의 아연 영양상태

윤진숙, 이정희, 이희자, 이인규*. 계명대학교 식품영양학과, 계명대학교 의과대학 내과학교실*

아연은 인슐린의 합성, 저장, 분비에 중요한 역할을 담당하므로 당뇨병관리를 위해서 적정량의 아연 섭취는 필수적이지만 우리나라 당뇨병 환자의 아연 영양상태는 파악되지 않았다. 전곡류의 섭취를 권장하는 당뇨병 환자의 경우 phytate 섭취가 높으리라 예측되므로 아연 영양상태의 평가를 위해 아연 섭취량과 더불어 phytate 섭취량을 함께 비교하는 것이 필요하다. 대구지역 인슐린 비의존성 당뇨병 환자 229명을 대상으로 신체계측을 실시하고, 24시간 회상법으로 1일 섭취량을 조사하여 영양섭취상태와 만성질환관련 지표들을 합병증 유무에 따라 비교하였다. 합병증이 있는 대상자들과 없는 대상자들의 혈액학적 지표를 비교했을 때 유의적이지는 않지만 혈당, 총 콜레스테롤, 중성지방, 헤모글로빈 농도가 합병증이 있는 대상자들에게서 높은 것으로 나타났다. 영양의 질적지수인 MAR(Mean adequacy ratio)도 합병증 보유 여부에 따라 차이가 없었으나 합병증을 보유한 환자들이 합병증 없는 환자에 비해 영양권장량에 대한 섭취비율이 전반적으로 낮은 편이었다. 당뇨병 환자의 아연 섭취량은 남자 6.7mg, 여자 4.9mg으로서 남녀 모두 권장량에 매우 미달하였고 남자가 여자에 비해 유의적으로 섭취량이 높았다. 그러나 합병증이 있는 대상자와 없는 대상자 간에는 아연 섭취량에 거의 차이가 없었다. Phytate 섭취량은 합병증이 있는 대상자들의 경우 1508mg, 없는 사람은 1425mg으로서 합병증 있는 사람이 약간 높았다. Phytate : 아연의 비율도 합병증 여부에 따른 차이를 보이지는 않았으며 여자가 높은 수치를 나타내어 아연 이용율이 여자 환자에게서 더욱 낮을 것으로 예측되었다.