

【P2 - 11】

복막투석 환자의 영양상태와 식습관 및 관련 변인 분석

김종연*, 이희발†, 이태원‡, 오세영, 경희대학교 식품영양학과 응용영양연구실, 순천향대학교 현암 신장연구소†, 경희대학교 의료원 신장내과‡

투석환자의 영양교육의 가장 중요한 목적은 환자들로 하여금 올바른 식생활을 실천하기 위해 식습관의 변화를 유도하는 것이라 할 수 있다. 식습관은 식이 섭취와 더 나아가 영양상태에 영향을 미치게 된다. 만성신부전 환자의 경우 영양불량이 크게 문제시되고 있으며 영양상태는 환자의 생존율과 밀접한 관계가 있다. 최근 만성 신부전환자의 영양상태에 관한 연구가 많이 진행되고 있으나 복막 투석 환자를 대상으로 한 연구가 미흡한 실정이다. 이에 본 연구는 한국의 복막투석 환자를 대상으로 식행동 관련요인, 식행동, 영양상태들의 관련성을 파악하여 향후 이들을 위한 영양교육에서 고려해야 할 요인들을 살펴보고자 시도되었다. 영양지식, 자아효능감, 사회적지지 등의 개인적, 환경적 요인은 영양교육을 통하여 교정이 가능한 요소들이며, 이는 식이 조절에 대한 결과 기대감을 통하여 식이 조절에 대한 태도와 실천(태도적·행동적 식사처방 순응도)에 영향을 주고, 식사처방 순응도에 따라 신체적·생화학적 영양상태가 달라진다는 가정 하에 본 연구를 진행하였다. 복막투석을 받고 있는 환자 42명[남자 21명(48±12세), 여자 21명(48±12세)]을 대상으로 영양지식, 자아효능감, 사회적지지, 식행동 및 영양소 섭취, 신체 계측, 생화학적 특성, 우울증정도, 태도적·행동적 순응도, 결과기대감 등을 설문방식으로 조사하였다. 영양소 섭취상태는 3일간의 식이 섭취를 조사하여 평가하였다. 모든 자료의 통계 분석은 SAS version 8e가 사용되었다. 식사의 규칙성과 균형성은 일반 성인과 유사하여 하루에 식사를 2회 이하로 하는 환자가 26%로 나타났다. 환자의 29%는 식사시 문제점이 있다고 하였으며 가장 자주 지적되는 것이 식욕부진이었다. 환자의 48%가 음식이 별로 먹고 싶지 않다고 하였다. 식사조절의 필요성은 대부분이 이해하고 있었으나(83%), 45%의 환자가 음식 조절을 제대로 할 수 없다고 하였다. 식사조절 의향이 없는 환자가 55%에 달함 반면, 이에 대해 긍정적인 태도를 가진 환자는 26%였다. 민간요법은 14%의 환자가 경험한 것으로 나타났고, 이들은 주로 호박을 비롯한 식물성 식품 다린물을 섭취한 것으로 조사되었다. 평균 에너지와 단백질 섭취량은 각각 $1,203 \pm 416 \text{kcal}$ ($19.6 \pm 7.6 \text{kcal/kg}$ 건체중), $49.7 \pm 19.4 \text{g}$ ($0.8 \pm 0.4 \text{g/kg}$ 건체중)이었고, 나트륨과 인, 칼륨을 제외한 대부분 영양소 섭취가 권장량에 비해 매우 낮았다. 영양소 평균적정섭취비(MAR)가 0.65정도에 지나지 않았다. 정상체중군에 속한 환자는 61%였고, 저체중과 과체중인 환자가 각각 17%, 21%였다. 혈 중 평균 알부민 수치는 $3.5 \pm 0.4 \text{g/dl}$, 헤모글로빈과 헤마토크릿 평균치도 각각 $8.9 \pm 2.3 \text{g/dl}$, $26.5 \pm 6.9\%$ 으로 이들이 저영양상태에 있음을 알 수 있었다. 자아효능감이 상대적으로 높은 환자는 식이조절 결과에 대한 기대가 높았다. 양호한 식습관은 식이 섭취 수준과 정의 관련성을 나타냈다. 이러한 본 연구의 결과는 복막투석환자 영양교육에서 식이조절에 대한 자아효능감과 결과기대감을 높이고 인지된 장애를 줄이는 방안이 모색되어야 함을 제시해 준다.