

## 【P3 - 7】

### 임신부의 생활습관, 비타민 B 섭취량과 과거 임신결과

김도희\*, 윤지영, 장남수. 이화여자대학교 생활환경대학 식품영양학과

임신부의 영양은 임신 여성의 건강과 태아의 성장 발달 및 출산에 영향을 미친다. 임신 중에는 비타민 B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, 엽산, B<sub>12</sub> 등 비타민 B의 필요량이 증가되어 그 영양소가 결핍되기 쉽다. 이러한 비타민 B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> 혹은 엽산의 결핍은 임신 합병증과 기형아 출산 그리고 자연 유산을 유발한다는 보고가 있다. 본 연구에서는 임신부의 생활습관과 과거 유산 경험, 과거 임신 결과와 비타민 B 섭취 실태를 알아보려고 하였다. 임신부 985명을 대상으로 설문지를 통하여 신체 측정치와 생활습관을 조사하였으며, semiquantified food frequency questionnaire로 영양소 섭취량을 조사하였다. 모든 자료의 통계적 분석은 SPSS version 10.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 임신부의 평균나이는 29.2±3.4세였으며, 평균키는 160.7±4.7cm, 임신 전 몸무게는 53.2±7.6kg, BMI는 20.7±2.9kg/m<sup>2</sup>, Triceps skinfold thickness는 25.2±6.7mm로 나타났다. BMI 산출 결과 정상체중(18.5-24.9)인 임신부는 73.9%였으며, 저체중(<18.5)인 임신부는 19.3%, 과체중(>25.0)인 임신부는 6.8%였다. 과체중인 임신부가 선천성 기형아를 임신한 비율은 20.0%로 BMI가 25미만인 임신부의 4.3%보다 유의적으로 높았다(p=0.007). 대상자 중 83.6%가 스트레스를 받지 않는다고 응답하였고, 16.4%가 스트레스를 많이 받는다고 답하였다. 스트레스를 많이 받는 임신부의 경우 유산경험이 86.0%로 스트레스를 받지 않는 대상자의 유산 경험인 68.4%보다 유의적으로 더 많았다(p=0.013). 또한 스트레스를 많이 받는 여성에게서 선천성 기형아를 출산한 비율이 높았다(p=0.087). 과거 흡연자와 현재 흡연자를 합쳐 흡연 경험이 있는 임신부는 전체의 11.5%였다. 흡연의 경험이 있는 임신부의 69.6%가 유산을 경험하였으며, 이것은 비흡연자의 53.1%보다 더 높은 수치이다(p=0.013). 임신 전 술을 마신 경험이 있거나 현재에도 술을 마시고 있는 임신부는 전체 응답자의 46.5%였다. 음주 경험이 있는 임신부의 경우 유산 경험률이 61.8%로 술을 마신 경험이 없는 임신부의 유산 경험률 52.3%보다 유의적으로 높았다(p=0.023). 조사 대상자 중에서 권장량 75%미만으로 비타민 B를 섭취하는 영양 위험 집단의 비율은 비타민 B<sub>1</sub>이 14.4%, 비타민 B<sub>2</sub>가 10.5%, niacin이 5.1%, 비타민 B<sub>6</sub>가 5.7%로 나타났다. Folate의 경우는 조사 대상자 중 50% 미만으로 섭취하는 사람이 22.8%로 나타났고, 50%이상 75%미만으로 섭취하는 임신부는 36.2%로 임신부의 59.0%가 엽산 결핍상태에 있는 것으로 나타났다. 비타민 B<sub>1</sub>을 권장량의 75% 미만으로 섭취하고 있는 임신부의 과거 자궁외 임신 비율은 21.7%로 영양상태가 좋은 임신부(권장량 125%이상)의 자궁외 임신경험 3.1%보다 유의적으로 높았다(p=0.006). 비타민 B<sub>2</sub>가 영양불량상태에 있는 임신부의 자궁외 임신경험은 25%로 영양상태가 좋은 임신부의 3.3%에 비해 유의적으로 많았다(p=0.006). Niacin을 권장량의 75%미만으로 섭취하고 있는 임신부의 경우는 다태아 임신경험이 50%로 niacin의 섭취상태가 좋은 임신부의 다태아 임신 경험이 2.7%보다 유의적으로 높았다(p=0.008). 비타민 B<sub>6</sub>의 경우 섭취량이 권장량의 75% 미만인 임신부의 경우 자궁외 임신 경험이 37.5%로, 권장량의 125%이상을 먹고 있는 임신부의 자궁외 임신 경험 5.2%보다 유의적으로 높았다. 또한 비타민 B<sub>6</sub> 영양불량상태에 있는 사람의 다태아 임신 경험은 33.3%로, 비타민 B<sub>6</sub>의 영양상태가 좋은 산모의 3.4%에 비하여 다태아 임신 경험이 유의적으로 높았다(p=0.025). 이러한 결과로 보아 임신부의 생활습관과 비타민 B의 섭취상태가 유산, 자궁외 임신, 다태아 임신 등 임신결과에 영향을 미치는 것으로 사료된다.

\* 본 연구는 보건복지부 2001년도 보건의료기술연구개발사업연구비 (01-PJ1-PG1-01CH15-0009)에 의해 진행되었음