

【P5 - 9】

대학생의 특수영양 및 건강보조식품의 지역별 섭취실태와 섭취관련 요인에 관한 연구
-인터넷 영양교육 참여 대학생을 중심으로-

박진오*, 이정희, 유혜은, 성현이, 장경자. 인하대학교 공과대학 생물공학과*, 인하대학교 생활과학대학 식품영양학과

본 연구는 대학생의 특수영양 및 건강보조식품의 지역별 섭취실태와 섭취관련 요인을 알아보고자 인터넷 영양교육 강의를 수강하는 전국적 분포의 일부 지역 대학생 797명(서울 249명, 인천 97명, 경기 142명, 충청 217명, 경상 92명)을 대상으로 일반사항, 신체계측치, 특수영양 및 건강보조식품의 섭취실태, 식품섭취실태를 설문지를 이용한 자가기록법으로 조사하였다. 식품섭취실태는 주중 2일, 주말 1일을 회상법으로 조사한 후, 이를 CAN program으로 분석하여 영양소 섭취량을 구하였고 통계분석은 SPSS 10.0 program을 사용하였다. 특수영양 및 건강보조식품 섭취율은 82.2%(남자76.3%, 여자 85.3%)로 여학생이 남학생보다 섭취율이 유의적으로 높았다. 지역별 섭취율은 인천지역 79.4% 서울지역 87.1%, 경기지역 78.9%, 충청지역 81.1%, 경상지역 79.3%로 서울지역이 다소 높은 경향을 보였으나 유의적이지는 않았다. 특수영양 및 건강보조식품 섭취군의 식습관을 보면 서울지역에서 아침결식율(80.9%)이 가장 높았고, 경상지역(72.6%)에서 가장 낮아서 유의적인 차이를 보였다. 식사의 규칙성에 대한 사항은 서울, 인천, 경상지역이 규칙적인 편이라고 답한 비율이 높은 반면에 경기, 충청지역에서는 규칙적이지 않은 편이라고 답한 비율이 높아서 유의적인 차이를 보였다. 눈에 보이는 지방의 제거에 대해서 '제거하지 않고 그냥 먹는다'에 답한 비율이 인천지역에서 가장 높았고(24.7%), 서울지역에서 가장 낮아서(6.9%) 유의적인 차이를 보였다. 섭취한 특수영양 및 건강보조식품의 종류는 지역별로 인천지역은 유산균음료(28.6%), 종합비타민(18.2%), 서울지역은 유산균음료(29.3%), 수용성비타민(12.6%), 경기지역은 유산균음료(23.4%), 수용성비타민(19.8%), 경상지역은 유산균음료(21.9%), 수용성비타민(17.8%), 충청지역은 유산균음료(31.3%), 한약(14.8%) 순으로 유의적인 차이를 보였다. 특수영양 및 건강보조식품의 제조회사는 대기업(63.8%), 중소기업(33.4%), 모른다(1.9%), 집에서 제조(0.8%) 순이었으며, 섭취형태는 액상(57.6%), 알약 및 환제(25.8%) 순이었고 섭취 가짓수는 1가지(44.6%), 2가지(31.5%) 순으로 나타났다. 특수영양 및 건강보조식품의 섭취목적은 지역별로 유의적인 차이를 보였으며 주로 영양보충, 피로회복, 질병예방과 치료로 나타났다. 지역별 식품섭취실태를 보면 채소군은 경상지역에서 섭취량이 높았고, 육류군은 서울, 충청지역에 비해 인천, 경기, 경상지역에서 높았으며, 어패류군은 충청지역에서 섭취량이 낮았고, 경상지역에서 높아서 유의적인 차이를 보였다. 조미료군은 서울, 경상지역에서 섭취량이 낮았고, 인천에서 섭취량이 높았으며, 동물성지방의 섭취는 인천, 경상지역에서 낮았고, 서울, 충청지역에서 높게 나타나서 유의적인 차이를 보였다. 영양소 섭취실태를 보면 특수영양 및 건강보조식품의 섭취군은 모든 영양소에서 비섭취군보다 높은 섭취량을 보였지만 단백질, 인, 비타민B₁, 비타민C를 제외한 나머지 영양소는 권장량보다 적게 섭취하고 있었다. 이상의 결과를 기초로 하여, 지역별 대학생을 대상으로 올바른 특수영양 및 건강보조식품의 섭취에 대한 영양교육의 실시와 안전성과 효능이 입증되고 지역별 섭취실태에도 초점을 맞춘 특수영양 및 건강보조식품의 개발이 필요하다고 사료된다.