

하는 것보다는 전체적인 식사의 균형도 평가가 필요하다. 따라서 본 연구에서는 서울과 경기도 일부지역의 폐경 후 여성 119명을 대상으로 골밀도를 측정된 후 요추 골밀도에 따라 골다공증군(38명), 정상군(43명)을 선별하여 신체계측, 3일 간의 식이섭취조사를 실시한 후 폐경 후 골다공증 여성과 정상 여성의 골밀도와 각 영양소의 평균 섭취량과 식사의 질 지수인 영양소 적정 섭취비(NAR), 영양의 질적 지수(INQ), 총식품점수(DVS)와의 관련성을 비교 분석하였다. 골다공증군과 정상군의 평균 연령은 60.4세와 58.3세였으며, 체중은 각각 55.0 kg과 63.1 kg으로 정상군의 체중이 유의적으로 높게 나타났다($p < 0.001$). 체질량지수(BMI)는 골다공증군 23.8, 정상군 26.1으로 정상군이 유의적으로 높았다($p < 0.001$). 1일 총 열량섭취량은 골다공증군 1243.3 kcal(67.4% of RDA), 정상군 1475.8 kcal(78.4% of RDA)로 유의적인 차이를 보였고($p < 0.01$), 단백질($p < 0.05$), 비타민 A($p < 0.001$), 비타민 B1($p < 0.05$), 비타민 B2($p < 0.01$), 비타민 C($p < 0.001$), 칼슘($p < 0.001$), 동물성 칼슘($p < 0.05$), 식물성 칼슘($p < 0.001$), 철($p < 0.01$)의 영양소에서 골다공증군의 섭취량이 정상군에 비하여 유의적으로 낮았다. 또한 1일 식품섭취량 역시 골다공증군 787.6 g, 정상군 1045.2 g으로 골다공증군이 정상군에 비해 유의적($p < 0.001$)으로 적게 섭취하였다. 각 영양소별 적정 섭취비(NAR)는 단백질($p < 0.05$), 비타민 A ($p < 0.001$), 비타민 B₁ ($p < 0.05$), 비타민 B₂ ($p < 0.01$), 비타민 C ($p < 0.01$), 칼슘($p < 0.001$), 철($p < 0.001$)에서 골다공증군이 정상군에 비해 유의적으로 낮았고, 전체적인 식사의 질을 의미하는 평균영양소 적정 섭취비(MAR) 역시 정상군(0.74)이 골다공증군(0.59)에 비해 유의하게 높았다($p < 0.001$). 또한 영양밀도를 평가하기 위하여 식이내 영양소 함량을 1000 kcal당 그 영양소의 권장량으로 나눈 비율로 식사의 질을 평가하는 지표인 INQ를 조사한 결과 비타민 A ($p < 0.001$), 비타민 B₂ ($p < 0.05$), 칼슘($p < 0.05$)의 INQ가 정상군에 비해 골다공증군에게서 유의적으로 낮았다. 하루에 섭취한 총식품가지수(DVS) 역시 정상군(22.4가지)이 골다공증군(33.2가지)에 비하여 유의적으로($p < 0.001$) 다양한 식품을 함유한 식사를 하고 있었다. 요추 골밀도와 영양소 섭취량의 연령을 보정한 상관관계 분석 결과 단백질($p < 0.05$), 비타민 A($p < 0.01$), 칼슘($p < 0.01$) 등과 양의 상관관계를 나타내었으며, 전체적인 식품섭취량 역시 요추 골밀도와 양의 상관관계($p < 0.05$)를 나타내었다. 또한 요추 골밀도는 단백질($p < 0.01$), 비타민 A($p < 0.001$), 비타민 C ($p < 0.05$), 칼슘($p < 0.001$)의 NAR와 유의적인 양의 상관관계를 보였으며, MAR 역시 요추골밀도와 양의 상관관계를 나타내었으며($p < 0.01$), DVS도 요추골밀도와 양의 상관관계를 나타내었다($p < 0.01$). 이상의 결과를 요약할 때, 폐경 후 골다공증 여성은 열량 섭취와 식품 섭취량이 정상 여성보다 낮았으며, 골밀도 증진에 기여하는 단백질, 비타민 A, 비타민 B₂, 칼슘 등 NAR과 전체적인 식사의 질을 의미하는 MAR 역시 정상 여성에 비해 유의적으로 낮게 나타났다. 또한 골다공증군의 1일 섭취한 총 식품 가지수가 정상군에 비해 적게 나타남으로써 폐경 후 여성을 대상으로 골다공증 예방을 위하여 충분한 열량섭취와 다양한 식품섭취에 관한 영양지도가 이루어져야 한다고 생각된다.

【P-36】

고학력 중년 여성의 취업 여부에 따른 영양섭취 실태 비교

최지현¹ · 정영진

충남대학교 생활과학대학 식품영양학과

본 연구는 고학력 중년 여성을 대상으로 취업 여부에 따른 영양섭취 상태의 차이를 분석하여 고학력 중년 여성의 영양 및 건강관리를 위한 대책 마련의 기초자료로 활용하고자 시행되었다. 연구 대상자의 선정은 유의추출 방법으로 전업 여성은 고학력자 비율이 높은 대전시의 일정 지역에 거주하는 기혼여성으로 하였고, 취업여성은 여러 직업의 특성으로 인한 교란(confounding)을 줄이기 위하여 고학력 여성의 비율이 높은 기혼의 교사로 한정하였다. 연령에 의한 교란을 방지하기 위하여 연령대별로 동일 비율로 무작위 추출하여 전업여성 250명, 취업여성 236명을 대상으로, 24시간 회상법을 이용하여 조사 전일 하루동안의 식이 섭취 내용을 개별 면담으로 조사하였다. 1일 영양소 섭취 조사 결과 취업여성은 전업여성에 비해 인, 비타민 B1, B2를, 전업여성은 취업여성에 비해 지방 및 동물성 지방, 나트륨, 비타민 C, 엽산을 많이 섭취하고 있었다. P/M/S비는 전업여성 1/1.18/1.05, 취업여성 1/1.05/0.87로 나타나 취업여성이 전업여성에 비해서, 그리고 한국인 영양권장량의 기준(1/1/1)에 비해서 포화지방의 비가 낮았다. 또한 지방 에너지 구성비도 전업여성(24.38%)이 취업여성(23.29%)에 비해 높았고, 총 열량에 대한 동물성 지방의 섭취비율이 전업여성 12.44%, 취업여

성 11.46%으로 나타나 전업여성이 취업여성에 비해 동물성 지방, 포화지방비, 지방에너지 구성비가 모두 높았다. 영양 권장량에 대한 영양소 섭취 백분율에서 전업여성과 취업여성 모두 칼슘과 아연을 권장량에 비해 낮게 섭취하고 있었고, 질적 영양지수(INQ)도 두 군 모두에서 칼슘이 가장 낮게 나타났다. 인의 영양밀도(Nutrient Density)가 취업주부에서 높았던 점 외에는 영양밀도와 영양소 적정섭취비(NAR) 모두에서 비타민 B₁, B₂가 전업여성에 비해 취업여성이, 비타민 C가 취업여성에 비해 전업여성이 더 높았다. 한편 두 군 모두 INQ가 가장 높은 영양소는 인이었고, INQ가 가장 낮은 영양소는 칼슘으로 나타났으며, INQ가 1 미만인 영양소는 칼슘과 함께 철분으로 나타났다. 이는 1998년도 국민건강영양조사 결과에서 45세 이상 여성의 경우 관절염, 요통?좌골통, 디스크 등 근골격계질환 유병률이 남자보다 3배정도 높게 나타난 결과에 비추어볼 때 이들 관련 영양소에 대한 섭취 방안 지도의 필요성을 제시하고 있다. 결론적으로 고학력 중년 여성중 전업여성에 대해서는 지방 특히 동물성 지방 식품 섭취에 대한 적절한 영양교육과 식사관리 지도가 요구된다 하겠다. 또한 고학력 중년 여성은 취업 여부에 관계없이 칼슘과 철분이 많이 함유된 식품으로 식사량을 증가시켜 주는 영양 지도 및 영양 보강 대책이 요구되며, 칼슘과 인의 적정섭취비가 되도록 인의 섭취를 낮추는 식생활 지도가 필요하다.

[P-37]

청주지역 주부들의 수입식품 이용실태 및 분별능력

김기남¹ · 박은진 · 손은미

충북대학교 식품영양학과

WTO 출범 이후 우리 나라 국민의 식생활 중 수입식품이 차지하는 비중이 급속히 늘어나면서 수입식품 자체의 위생성과 수입농산물에 관한 지식이나 정보가 소비자들에게 부족하여 올바른 구입과 소비가 어렵게 되어 피해를 당하는 경우도 발생하고 있다. 본 연구에서는 청주지역 주부들을 대상으로 수입식품 이용과 인식도 및 수입식품 분별능력의 조사를 통하여, 교육의 필요성여부를 검토하였다. 조사 대상자는 청주시에 거주하는 주부 183명이었고, 조사기간은 2003년 3월 1일부터 3월 15일까지였다. 조사내용은 조사대상자의 일반사항, 식품구입시 태도, 수입식품 구입 경험, 수입식품에 대한 인식도, 수입식품과 국산식품의 분별력 테스트로 구성되었으며, 인식도는 5점 척도에 의해 조사되었다. 사용된 통계처리 방법은 SAS program을 사용하여 빈도, 백분율, 평균, 표준편차를 구하였고, Chi-square 또는 ANOVA로 검정하였다. 연구결과는 다음과 같다. 국내산과 수입산 표시의 확인여부는 응답자의 92.3%가 확인한다고 응답하였고, 선호도를 조사한 결과 99.5%가 국내산을 선호하는 것으로 나타났다. 선호하는 주된 이유로는 '수입산은 유해물질이 많으므로' 라는 응답이 46.3%로 가장 많이 나타났고, 수입식품 구입경험의 유무로는 92.3%가 경험이 있다고 응답하였으며, 구입동기에 대해 '수입산이 시중에 많아 쉽게 구입할 수 있기 때문에' 라는 응답이 61.6%로 가장 많았다. 또한 수입식품을 국산식품으로 혼동하여 구입한 경험으로는 응답자의 76%가 '있다' 고 응답하였으며 혼동한 이유로는 '수입식품과 국산식품의 구분이 명확하지 않아서' 49.6%, '수입산과 국내산의 표시가 명확하지 않아서' 41%를 차지했다. 국내산과 수입산 표시에 대한 신뢰도는 89.7%가 대체로 신뢰하지 않는 것으로 나타났다. 신뢰하지 않는 이유로는 '허위표시에 대한 보도를 많이 접해서' 가 56.1%로 가장 많은 비율을 차지했다. 수입식품의 인식도를 품질, 가격, 포장·용기, 맛, 조리편리성, 안전성, 건강에 미치는 영향의 7가지 측면에서 살펴보았는데, 수입식품의 품질과 맛에서 국내산과 비슷하거나 나쁘다고 인지하였고, 가격은 수입식품이 싸다고 인지하고 있었으며 연령과 유의성을 보였다($p < 0.01$). 포장·용기와 조리편리성에 대해서는 국내산과 비슷하거나 좋다고 인지하고 있었으며, 조리편리성은 학력과 유의성이 높게 나타났다($p < 0.01$). 안전성과 건강에 미치는 영향에 대해서는 나쁘다고 인지하고 있었다. 수입식품과 국산식품의 분별정도는 66.1%가 구별하는 능력이 없다고 응답하였다. 분별정보를 얻는 경로로는 'TV 및 라디오 프로그램'이 61.7%로 가장 많았다. 수입식품에 관한 교육을 받을 의향이 있어서 61.5%가 '예' 라고 응답하였고, 필요한 교육에 대해 '국산식품과 수입식품의 분별법에 관한 내용'이 75.4%로 가장 많았다. 수입식품 분별력 테스트에 있어서는 40점 만점에 평균이 13.6 ± 7.4 점으로 낮았고, 분별력이 가장 좋은 품목은 고사리(53.6%), 분별력이 가장 낮은 품목은 고춧가루(40.4%)로 나타났다. 분별정도에 있어서 '매우 잘 구별한다' 고 응답한 사람일수록 분별력 점수가 높게 나타나 주부들이 자신의 분