

【P2-3】

제2형 당뇨병 환자에서의 식습관 및 영양상태 평가

안희정, 조윤옥

덕성여자대학교 자연과학대학 식품영양학과

생활습관은 당뇨병의 발병과 진행에 중요한 요소이며, 정확한 생활습관의 판정은 올바른 당뇨병 교육을 위해 중요하다. 이에 제2형 당뇨병 환자에서의 식습관 및 영양상태를 살펴보기 위하여 2003년 9월에서 2004년 3월까지 E병원 당뇨병 센터를 내원한 초진환자 366명을(남자 171명, 여자 187명)대상으로 하였다. 식습관 조사는 24시간 회상법을 이용하여 일대일 면접법으로 실시하였다.

1. 연구대상자의 평균 연령은 52.6 ± 10.8 세, BMI는 24.9 ± 3.06 , 이환기간은 2.04 ± 4.11 년으로 성별의 따른 차이는 없었다.
2. 식사의 규칙성과 운동회수에 있어서는 남녀 차이는 없었으나 여자에서는 간식, 과일 섭취 회수가, 남자에서는 외식과 음주빈도가 유의하게 높았다.
3. 평균 섭취열량은 2078 ± 440 kcal(남자 2282 ± 414 , 여자 1888 ± 373)이고, C:P:F의 비율은 60.4 : 17.7 : 22.3 (남자 57.6 : 17.5 : 23.4, 여자 62.9 : 17.9 : 21.4)로 여자는 탄수화물 섭취비율이, 남자는 지방 섭취 비율이 유의하게 높았다.
4. 공복혈당수치는 167 ± 54.5 mg/dl, 식후2시간 혈당은 274 ± 89.2 mg/dl, A1C는 $8.98 \pm 6.75\%$, 총 콜레스테롤은 206 ± 42.1 mg/dl, 중성지방은 163 ± 164 mg/dl이므로 성별에 따른 차이는 없었다.

본 연구에서 여자 당뇨병 환자는 간식의 식습관이, 남자 당뇨병 환자에서는 음주와 외식의 식습관이 불량한 것으로 나타났다. 이에 성별에 따른 효과적이고 적극적인 초기 교육이 필요할 것으로 사료된다.