

【P2-4】

Focus Group Interview 방법을 이용한 보건소 방문 제 2형 당뇨병환자의 식 행동 영향 요인 분석

윤진숙, 이혜진

계명대학교 식품영양학과

당뇨병 환자를 위한 영양 교육의 중요성에 대해서는 공감대가 형성되어 있지만 영양교육의 체계적인 실천은 활발히 이루어지지 못하고 있으며 저소득층이 주로 방문하는 보건소에서는 당뇨병 환자의 영양교육은 매우 취약한 상태이다. 본 연구에서는 지속적 영양교육을 통한 당뇨병 개선 효과를 검증하기 위한 연구의 일환으로써 당뇨식사요법 교실을 개최하고 제 2형 당뇨병 환자의 식 행동 변화에 영향을 미치는 요인을 심층 분석하였다.

연구대상은 2003년 6월부터 11월까지 보건소를 방문한 제 2형 당뇨병 환자로서 알기 쉬운 식사요법 교실에 참여하기로 동의한 38명이었다. 규칙성, 적정성, 균형성을 강조한 실습위주의 식사요법 교실을 연속 4주간 1회 2시간 실시하였으며 참여자들에게 실습 위주의 영양교육을 실시하기 위하여 그룹 당 참여인원을 7명 이하로 하였다. 당뇨병 환자의 영양지식, 식사요법 태도 및 인지에 관하여 Focus Group Interview을 이용하여 전 과정을 녹음하여 분석하였고 허리둘레(Waist Circumference), 팔 둘레(Mid-arm Circumference), 상완 삼두근

피부 두겹 두께 (Triceps Skinfold Thickness), 혈당을 측정하였다. 보건소를 이용하는 조사대상자 월평균 수입은 65만원 정도로 저소득층에 해당되었으며 학력수준은 중졸이 84.8%인 저학력 소지자이었다, 약물요법을 하는 환자가 94.7%이었으며 식사요법에 관한 교육을 받은 경험이 있는 대상자는 5% 미만으로 나타났다. 식사요법 실천의 장애요인은 식사를 절제하는 것, 의지력 결여, 식사요법을 짐이라고 생각하는 것의 순으로 인지하고 있었다. 식사요법 지침을 지키지 못하는 요인으로는 자제력 부족, 가족 간의 식습관 차이, 편이성, 경제적인 문제, 식행동 변화를 실천했을 때 나타날 변화에 대한 두려움, 식사분배의 어려움, 외식의 어려움 등이 영향 요인으로 나타났다. 식사요법 교실에 참여한 후 대상자들은 밥과 간식량을 포함한 식사량이 적절하게 개선되었으며, 규칙성, 균형성 측면과 더불어 주의식품 및 권장식품 의 섭취에 대해서도 긍정적 변화를 경험하는 것으로 평가되었다. 따라서 당뇨병환자를 위한 체계적인 영양교육을 실행하기에 앞서 식 행동에 대한 심층적 분석이 선행되면 지속적인 당뇨병 관리가 효율적으로 이루어질 것으로 사료된다.