

【S2-2】

Dietary pattern of healthy Koreans: National Korean health and Nutrition Examination Survey 2001¹⁾

정효지 교수

서울대학교 보건대학원 보건영양학

Objectives. 본 연구에서는 2001년 국민건강영양조사자료를 이용하여 요인분석과 군집분석을 실시하여 우리 국민의 식사패턴을 파악하고자 한다.

Approaches. 본 연구 대상자는 2001 국민건강영양조사에서 식품섭취조사에 참여한 9,968명 중 30세 이상의 성인 5,721명을 대상으로 분석하였다. 국민건강영양조사에 포함된 식이 섭취 조사는 24시간 회상법을 이용하였고, 조사 직전 1일 동안 섭취한 식사 끼니별 음식 명, 음식 별 식품 재료 명 및 식품 섭취량이 포함되었으며, 영양소 섭취량으로 환산되어 있다.

식사 패턴 분석을 위하여 24시간 회상 법으로 조사된 식품들을 식품성분표의 식품군 분류에 따라 18개 군으로 나눈 뒤, 우리나라 식사에서 곡류 및 그 제품 군의 섭취가 높은 점을 감안해서 그 섭취양상을 자세히 보기 위해, 흰쌀, 기타 잡곡 류, 면류, 밀가루 및 빵류, 피자·햄버거 류, 스낵 류 등 6군으로 세분화하였다. 또한 채소류에 속하는 김치는 독립적으로 분류하였고, 조리 가공식품군은 주재료에 따라 다른 군에 포함하여 본 연구에서 사용한 식품군은 총 23개 군이었다.

위에서 분류된 23개 식품군에 따라 각 식품군이 기여하는 총 열량의 백분율을 이용하여 군집분석을 실시하였다. Ward 방법을 지정하고 군집분석을 실시하여 대상자를 2가지 군집으로 분류하였다.

Findings. 한 군집이 4,815명으로 전체의 84%, 나머지가 906명으로 16%를 차지하였으며, 전체 84%를 차지하는 군집이 다른 군집에 비하여 흰쌀 밥과 김치, 콩류 및 채소류의 섭취가 많은 것으로 나타나서 ‘전통 식 식사 패턴 그룹 (이하 전통 식 그룹)’이라 명명하였고, 다른 군집의 경우는 면류, 빵류, 스낵 류, 피자·햄버거 류, 당류, 육류 및 그 제품, 우유 및 그 제품, 음료수군의 섭취가 많은 것으로 나타나서 ‘혼합식 식사 패턴 그룹 (이하 혼합식 그룹)’이라 명명하였다. 요인분석 결과 4개의 요인이 추출되었고, 제 1요인은 단 것 및 기름섭취와, 제 2 요인은 채소와 양념류 섭취와, 제3요인은 면류 및 계란 류 섭취와, 제 4요인은 피자/햄버거 및 음료 섭취와 높은 양의 관련성이 있었다.

Limitations 요인분석과 군집분석 모두 통합적인 식생활 패턴을 분석할 수 있다는 장점이 있으나 연구자의 주관적인 판단에 따라 결과가 달라질 수 있는 단점이 있다. 예를 들면 분석에 사용한 자료의 식사조사방법, 식품군 분류, 사용하고자 하는 변수(영양소, 식품군, 빈도), 에너지 섭취량 보정여부, 유의한 요인과 군집의 선택기준, 분석방법의 선택 등에 따라 다른 결과를 얻을 수 있다. 그러므로 연구결과를 해석하거나 다른 연구결과와 비교할 때 우선적으로 분석방법을 확인하는 것이 필요하다고 사료된다. 특히 우리나라 국민건강영양조사자료는 1일 조사자료로서 대상자의 평소 섭취량을 반영하지 못하므로 식사패턴 분석결과와 질병 위험과의 관련성을 연구하기에는 많은 어려움이 있다. 따라서 본 연구에서 나타난 식사패턴에 대한 결과를 해석할 때 자료의 제한 점과 분석방법의 특성을 충분히 고려하여야 할 것이다.