

農村地方 離乳 實態調查

友石大學校 醫科大學 小兒科學教室

李鉉金 · 獨孤英昌 · 黃祐兢

Studies on Supplementary Diets of Infants and Young Children of the Farming Area in Korea.

Hyun Keum Lee M.D., Young Chang Dok-Ko M.D.
and Woo Geung Whang M.D.

Department of Pediatrics, College of Medicine, Woo-Sok University, Seoul Korea

=Abstract=

A study for the supplementary diet of the infants and young children of the farming area in Korea has been made. The number of infants and children was 344 aged from 3 months to 2 years and 7 months: the area studied represented one of the stabilized farming areas in this country. 95.6 per cent of the infants were breastfeeding babies, who could not supply any milk products or appropriate supplementary diets. For the improvement of nutritional states of the babies, regional childcare guidance was more urgently needed than social economical problems of this area.

緒 言

乳汁이 嬰兒의 最良의 營養식품이나 出生後 一定 時期를 지나면 母乳만으로는 正常的인 成長과 發育을 할 수 없고 母乳以外的 다른 食品을 漸次로 攝取하여야 하게 되어 離乳라는 現象이 오게 된다. 이러한 時期即離乳를 하여야 할 時期를 지나서도 營養을 계속 母乳에서만 依存할 때에는 熱量 蛋白質과 鐵分等의 礦物質 비타민類의 不足이 오기 쉬울 뿐 아니라 그以後 時期의 精神 發育이나 性格形成에도 重大한 役割을 하고 있다. 특히 우리나라와 같이 嬰兒食餌와 成人食餌의 差異가 甚하고 또 適當한 離乳食餌가 마련되어 있지 않은 現在로서는 아직도 嬰兒의 離乳過程은 身體的 및 心理的으로 重要한 問題가 되고 있는 것이다^{1) 2)}. 이에 著者는 우리나라 農農村 및 都市에 있어서의 離乳實態를 調查比較하여 그 實態를 把握하려는 目的에서 調查에 着手하였다. 干先 農村地方에서의 實態調查 成績 一部를 報告하는 바이다.

調 查 方 法

本 調査는 全羅南道 昇州郡 松光面內, 삼척리, 신흥리, 구룡리, 장안리, 오봉리, 대흥리, 대곡리, 덕산리, 낙수리, 신평리, 봉산리, 이읍리 등 12個里內에 있는 部落들에서 各家庭을 巡訪하여 調查된 것이다. 調查對象이 된 어린이는 生後 3個月서부터 2年 7個月까지 嬰幼兒 344名이고, 그 內譯은 男兒 188名(54.7%) 女兒 156名(45.3%)이었다. 이 調査에는 미리 特別히 作成된 質問用紙를 使用하였고 各家庭에서 育兒擔當者와 面接하여 資料를 作成하였다. 調查期間은 1967年 8月 1日서부터 8月 11日 까지의 사이에 施行하였고 어린이 保護者의 職業은 87% 以上이 農業에 從事하고 있었다.

調 查 成 績

A 營養方法 :

이들의 離乳前 營養方法은 母乳營養이 329名으로서 95.6%를 차지 했고 15例에서 即 4.4%만이 人工營養을 하고 있었고 그중에서도 粉乳에 依한 人工營

養兒는 單 4例에 지나지 않았고 11例는 加糖煉乳에 미음을 섞어서 주는 極히 不適當한 營養方法을 하고 있었다.

B 離乳開始時期：

離乳 開始時期는 生後 6個月 까지에 離乳 開始한 例가 36.9%로서 豫想한것보다 빨리 시작한 例數가 많은 것을 볼 수 있었고 또한 生後 12個月에 비로서 離乳開始한 乳兒가 17.9% 있었다(Table 1).

Table 1: 離乳開始時期

月 齡	%	
3	51	24.1
4	5	2.4
5	4	1.9
6	18	8.5
7	19	9.0
8	7	3.3
9	9	4.3
10	34	16.0
11	27	12.6
12	38	17.9

性別에 依한 離乳開始時期는 男兒가 7.59月이었고 女兒는 7.99月로서 性別에 依한 큰 差는 없었으나 女兒가 若干 늦은 傾向이 있다. 同地域은 그 大部分이 母乳營養兒 였으므로 營養法에 依한 離乳開始時期의 差異는 意義가 없었으므로 따로히 내지 않았으나 母乳不足에 因한 早期 離乳開始가 豫想外로 많았다. 調査對象의 大部分에서 授乳의 規則性은 無視되어 있었고 어머니의 教育程度는 國民學校卒業이 大部分이 었다.

離乳開始時期의 決定은 이 地方에 보건소가 있었으나 本調査 施行當時까지는 아직 母子 保健事業에 는 着手치 못하고 있었고 離乳等에 對한 育兒指導를 받은 일이 없었고 粉乳의 配給도 全然 없었다. 이때 처음 嬰幼兒의 登錄을 開始하고 있었으므로 大部分의 嬰兒에서 離乳의 開始는 母乳만으로는 不足하다는 理由로 離乳를 시작하고 그 다음이 애기가 母乳 以外的 飲食物을 먹으려 하므로 시작하였다는 것이 離乳 開始 時期를 決定하는 要因이 되고 있었다. 母親의 營養狀態 또는 家事나 育兒外에 農業勞動에도 從事하여야 하는 까닭인지 母乳의 不足을 呼訴하는 이가 344名中 186名이나 되어 54.0%를 占하였고 더 우기 中 出後 4個月 以內의 嬰兒를 가진 母親의 母乳不足이 49名으로서 14.2%에서 볼 수 있었다.

離乳 開始에서 처음 준 食品을 調査하면 特別히 嬰兒를 위해 調理하여 주거나 또는 離乳食餌를 따로

購入해준 例는 거의 없고 처음부터 成人食卓에 있는 밥等を 주고 있는 것이 대부분이고 그 順位를 보면 처음부터 主食으로 밥을 준 例가 158名(68.7%)이고, 미음 82名(28.7%), 죽 6名(2.6%)의 順序였고 離乳進行中에 飴 또는 생선 菓子 其他 離乳食品을 따로 嬰兒에게 留意하여 준 例는 거의 없었다(Table 2).

Table 2: 離乳開始에서 처음 준 食品

	韓國 農村		日本 農村	
밥	158	68.7%	82	28.1%
죽	6	2.6	78	26.7
과자類	0		57	19.5
果汁	0		49	16.8
미음	66	28.7	14	4.8
된장국	0		7	2.4
野菜汁	0		4	1.4
卵黃	0		1	0.3

離乳完了時期는 母乳等を 完全히 끊는 時期로 하지 않고 乳汁은 아직 주고 있더라도 每日 規則的으로 3~4回 以上 젖以外的 食品을 계속 주고 있는 時期 即 1日間 總攝取 食物量의 半以上이 雜食이 되는 時期를 規準으로 하였다. 따라서 다른 報告들 보다 빠른 것을 볼 수 있다²⁾. 該當者 242名中 141例가 1年 以內로서 58.26%, 1年서부터 1年半 사이까지 92例 38.0%, 1年 7個月서부터 2년까지가 9例 3.7%였다. 即 1年以內에 完了된 것이 60%未滿이고 1年半 까 지면 95% 以上이 完了하고 있다(Table 3). 營養狀態를 評價한 340名中 141例 41%에서 營養障礙를 볼수 있었고 蛋白不足, 所謂 穀粉營養障礙 비타민缺乏 貧血等이 있었다.

Table 3: 離乳完了時期

月 齡	%	
—12個月	141	58.3
13—18	92	38.0
19—24	9	3.7
24—	0	

總括 及 考按

今般調査結果로 보면 農村家庭에서 乳兒의 離乳法을 主로 決定하는 이는 어머니가 261名(82.6%)이었고 祖母가 53例(16.7%), 兩親이 2例(0.6%)로 되어 있다. 營養方法은 大部分이 母乳營養이었고 人工營養은 4.4%에 不遇하였고 이것은 1956년에 報告된 日本農村의 人工營養兒 8.4%보다도 매우 낮은 值이다

그럼에도不拘하고 約 56%에서 母乳不足 狀態에 있었다. 또 調査對象 어린이中 58名(16.8%)가 第 6 兒以上 第 7 兒, 第 8 兒, 第 9 兒, 第 10 兒였다. 質問用紙에 있는 設問中 生선 계란 등의 섭취회수와 그 분량을 묻은欄이 있었으나 1 例에서도 滿足할만한 答을 얻을 수 없었고 果汁이나 維生素을 添加하여 準例도 없었다. 2 例에서 「에비오제錠」을 주고 있었다. 總括해서 보면 農村地方에 經濟的 貧困도 있으나 그것 보다는 育兒常識의 貧困으로 離乳期어린이들에게 주어야 할 (能히 줄 수 있는) 必要한 飲食物들이 있다는 생각은 念頭에도 없고 오직 처음 부터주고 있는 것은 거칠고 자극성 많은 成人食卓에서 主食인 밥이나 주고 있는 實態이다. 日本에서는 都市의 境遇는 果汁 등이 離乳始初에 주고 있는 것이 많으나 農村에서는 亦是 밥이³⁾ 1 位를 차지하고 있다(2表). 離乳 開始時期가 全體 平均으로 보면 7 個月半 以上이므로 오히려 늦은 편이나 3 個月 以內의 離乳開始가 51 名이나 되는 것은 適當한 離乳食이 마련되지 못함에도不拘하고 母乳不足 등으로 比較的 早期에 不適當한 食餌로 옮겨가는 것을 意味한다. 우리가 調査에 着手하기 前에는 農村의 많은 어린이들이 比較的 오래 동안 母乳에 依存하고 最少限의 蛋白源으로 母乳만 이라도 充分히 供給받고 있으리라 생각되었으나 調査結果 月齡이 적은 嬰兒群에서 營養學的으로 더 어려운 條件 밑에 있음을 볼 수 있었다. 全般的으로 많은 어린이들이 量的質的으로 慢性기아 상태에 있음에도不拘하고 여기에 關心조차 보이지 않고⁴⁾ 있고 이것은 育兒知識의 普及만으로도 어느 程度 改善될 餘地가 있음을 보여준다. 生後 1 年末이면 出生時 體重의 3 倍가 되는 急速한 成長 發育期인 嬰兒들에서의 充分한 Calorie 나 鐵分 Ca, 蛋白質 등의 必需성과 그 補給源에 對하여 國民學校卒業程度의 農村어머니들이 理解할 수 있는 方法으로 제공과 指導가 매우 時急한 問題로 思料되었다. 아직도 全人口의 7 割을 차지하고 있는 우리나라 農村社會에서 여러가지 어려운 問題點들이 많은 中에 離乳期營養問題만을 孤立的으로 생각할 수는 없는 點도 있으나⁵⁾ 農村社會의 經濟的 向上에만 全的으로 依存하기 前에 農村 特有한 條件인 周邊의 天然資源利用하나 農作物栽培나 家畜의 飼育等自然의 惠澤을 받고 있는 것이므로 이런 것을 좀더 어린이 營養問題에 直結시 켤 수 있다면 現在와 같은 農村嬰兒들의 發育障害, 營養失調 貧血 등의 離乳期障害는 많이 解決지을 수 있으리라 보인다. 市販 國產離乳食餌中에는 지나친 簡便化를 위하여 한가지 製品속에 各種營養素를 配合 乾燥하여

만든 것이 나왔던 일이 있으나 吸收는 잘 될 것 같으나 高價이고 普通化할 수 없고 一種의 調劑된 藥품을 聯想케 하는 點도 있었다. 離乳過程이란 어디까지나 營養學的인 面과 함께 教育的으로도 이제까지 먹지 못하던 食品에 漸次로 익숙해가는 發展過程인 것이므로 地方의 特徵을 活用하여 그 地方에서 많이 얻을 수 있는 食品으로 幼兒期以後의 食事に 接近해야 할 것이다⁶⁾. 外國의 嬰兒食餌 “baby food”와 같이 野菜나 과일 육류 등 따로 들어 있는 것을 要求에 따라 번가려서 줄 수 있는 것이 좋다. 1967 年度 大韓小兒科學會에서 施行한 發育 標準値測定을 위한 統計에서 보면 母親의 教育程度에 따라 嬰兒의 身長 體重에 差異가 나와 있다⁶⁾. 地域的인 離乳指導等 育兒保健教育이 嬰兒의 營養向上을 위해 干先 緊急하다고 본다.

結 論

- 1) 農漁村 離乳實態調査中 農村에서의 調査成績을 發表하였다.
- 2) 對象兒가 344 名 뿐이었으나 本調査地域은 比較的 安定된 代表的인 農村地方이라 할 수 있었다.
- 3) 大部分(95.6%)이 母乳營養兒이고 牛乳製品은 거이 供給받지 못하고 있어서 Ca, Protein, Fe 등의 補給源이 될 수 있는 우리나라 實情에 맞는 離乳食餌들의 開척이 必要하였다.

References

- 1) Joaquin CRAVIOTO; *Malnutrition in children and its Influence on mental Development, Group panel Discussion 371-373, XI International Congress of Pediatrics 1965.*
- 2) M. H. Kim; *Nutritional Problems of the Children in the rural Korea, J. of Korean Med. Ass. 9: 421 425, 1964.*
- 3) T. Ihishima et al; 離乳に關する調査成績, *Journal for Pediatric Practice 19: 749 7, 1956*
- 4) Federico Comez .S, *The prevention of Infant malnutrition, Group panel Discussion 367 370, XI International Congress of Pediatrics 1965*
- 5) S. Hirai, 離乳の心理と精神衛生 *Journal for Pediatric Practice 20:41-45, 1957*
- 6) The Korean Pediatric Association; *Growth Data of Korean children, The Journal of the Korean Pediatric Association 1967*
- 7) H. K. Lee; *Supplementary Diet of infants. J. of Korean Medical Association 8: 715 719 1963.*