

한국신문에 게재된 식생활 전반에 관한 기사내용의 영양과학적 분석
- 1960년 1월부터 1996년 6월까지 -
제 2보: 특수영양, 건강 및 질병에 관한 영양정보의 분석 평가

김은경¹ · 박태선² · 박영심³ · 장미라² · 이기원⁴

¹강릉대학교 생명과학대학 식품과학과

²연세대학교 생활과학대학 식품영양학과

³신흥전문대학 식품영양학과

⁴경원대학교 생활과학대학 식품영양학과

(1996년 11월 9일 원고접수)

The Content Analysis of Food and Nutrition Articles
in the Korean Newspapers
- From January 1960 to June 1996 -
II. Nutrition in Life Cycle, Health and Disease

Eunhyung Kim¹, Taesun Park², Youngsim Park³, Mira Jang² and Kiwan Lee⁴

¹Department of Food Science, Kangnung National University

²Department of Food and Nutrition, Yonsei University

³Department of Food and Nutrition, Sinheung Junior College

⁴Department of Food and Nutrition, Kyungwon University

(Received November 9, 1996)

Abstract

The contents of articles on nutrition in life cycle, health and disease in the Korean daily newspapers were analyzed for the evaluation of the trends in nutrition information in mass media. Among 922 articles pressed from January 1960 to June 1996, articles on nutrition in life cycle were most frequently appeared, which is followed by articles on nutrition in disease, health foods and other related food and nutrition informations. There was a deep contrast in that the proportion of articles on nutrition in life cycle decreased from 58% in the 60's to 33% in the 90's, and those of nutrition in disease, and health foods increased from 23% and 5% in 60's to 34% and 18% in 90's, respectively.

I. 서 론

식품 섭취의 양상은 인체의 건강에 직접적으로 영향을 미친다. 우리나라는 1960년대 이후 급격한 경제 성장을 이루어왔고, 이에 따른 사회 문화적 변화는 식생활면에도 영향을 주어¹⁾ 각 계층별, 시대별로 다양한 영양문제를 표출시켜왔다²⁾. 또한, 이와 같은 영양문제를 해결하기 위한 사회적인 관심과 그 해결책 모색을 위한 접근 방법은 시대적인 가치관과 정부의 정책적인 배려에 따라 그 양상을 달리하고 있다. 이와 같은 사실은 1960년대 이후부터 최근까지 각종 학술지에 발표된 연구 논문³⁻⁵⁾ 및 관련 문헌⁶⁾을 통하여 그 추이를 파악할

수도 있겠으나, 일반 대중의 관심사 및 이에 대한 사회적 대처방안등을 일반 독자의 시각에서 바라보고 이들이 받아들일 수 있는 실질적인 해결책을 정보 제공 차원에서 제시하여주는 일간지⁷⁾를 통하여 더욱 밀도 깊게 이해할 수 있을 것으로 추측된다. 실제로 이들 일간지에 게재된 기사분석을 통하여 여성⁸⁾ 또는 아동 양육⁹⁻¹⁰⁾에 대한 시대상을 분석 평가한 연구들이 보고 된 바 있다.

우리 국민의 영양상태가 과거에 비하여 놀랄 정도로 향상되었다고는 하지만 지역별, 계층별로는 아직도 해결 및 개선되어야 할 영양문제가 산적해 있다. 이때, 동일한 특성을 가짐으로 인하여 유사한 영양문제를

가진 집단을 분류하는 한 방법으로 연령에 따른, 즉 생활 주기에 따라 분류하는 방법¹¹⁾이 흔히 이용되어왔다. 한 예로 영양과잉과 관련된 각종 질병발생이 증가되는 현 상황에서도 영양 섭취 부족과 관련된 철분 결핍성 빈혈의 발생 빈도가 임신부, 유아, 사춘기 소녀 등에서는 아직도 매우 높다. 따라서 영양과잉과 영양 빈곤이 공존하는 현 사회의 문제점은 국민 전체를 대상으로 한 식생활 지침¹²⁾ 이외에 각 연령 계층 및 특정 집단별로 영양문제를 파악하고 취약집단을 진단한 후, 이들을 대상으로 한 체계적인 지도 및 개선 방안이 제시되어야 할 것이다.

한편, 식생활 패턴과 생활 양식의 변화는 그 시대의 건강 및 영양문제에 커다란 영향을 미쳐 시대별로 독특한 질병 구조를 가지게 되었으며¹³⁻¹⁴⁾, 그에 따른 국민의 관심사도 다양하게 변하게 된다. 국민 생활이 빈곤하였던 1960년대까지는 폐렴과 결핵 그리고 소화기 질환이 주요 사인이었던 것이 경제발달이 이루어지는 1970년대에 와서는 고혈압에 의한 순화계 질환과 암으로 바뀌는 등 선진국의 사망 원인 패턴으로 바뀌어 갔다¹⁵⁾. 또한 1980년대 이후, 서구식 식습관이 도입되고 가공식품이 범람하기 시작하여 성인병의 유병율이 더욱 증가하였으며 주요사인이 되는 질병인 순환계 질환과 암이 계속 증가하는 실정이다¹⁶⁻¹⁷⁾.

오래 살기를 원하는 인간의 욕구, 경제적인 성장 및 현대사회의 급속한 변화에 의한 만성 퇴행성 질환의 증가는 식품과 건강에 대한 일반인의 관심도를 증가시키는데 일익을 담당하였고 이에 발맞추어 다종 다양한 건강 보조 식품의 개발 및 시판이 80년대 초부터 본격적으로 도입되기 시작하였다¹⁸⁾. 그후 급격한 성장을 하여 80년대 중반까지만 해도 건강식품 매출액의 규모가 약 50억원에 불과하던 것이 89년에는 약 5백억원으로, 90년에는 약 1천억원, 그리고 91년에는 약 2천억원으로 급성장하였으며¹⁹⁾, 이로 인한 부작용 및 과대 광고에 대한 국민 계몽이 절실히 요구되고 있다.

대중매체중에서도 일간 신문은 특히 그 시대의 최신정보와 관심사를 가장 잘 반영한다고 하겠다²⁰⁾. 요즘 우리나라 사람들의 최대 관심사는 자신의 건강문제이다. 따라서 건강과 질병에 대한 문제점과 관심도의 변화를 대중매체에 의한 여론의 각도에서 관찰하기 위하여, 본 연구는 국내 주요 일간지인 조선일보와 동아일보에 1960년대 이후부터 현재까지 게재된 영양과 관련된 모든 기사를 수집, 분류하여 다음과 같은 관점에서 분석해 보고자 한다.

① 신문에 실린 영양(특수 영양, 질병과 영양 및 건강 식품) 관련 기사의 내용은 무엇인가?

② 기사에서 제시된 영양과 관련된 문제점에 대한

식생활적 대처 방안은 어떠한 것인가?

③ 이들 기사의 내용은 시기별로 어떤 변화를 보이는가?

II. 연구 방법

1. 분석 대상 선정

본 연구는 1960년 1월부터 1996년 6월까지 발행된 조선일보와 동아일보를 대상으로 이들 신문에 게재된 영양 정보에 관한 모든 기사를 수집하여 분석대상으로 삼았다. 특히 동아·조선일보의 두 일간지를 분석 대상으로 삼은 이유는 이들이 본격적인 근대 신문으로 전국 규모의 중앙지이며 권위지로 평가되고 있기 때문이다.

2 하위영역 및 세부항목의 선정

본 연구에서는 수집된 기사를 다음과 같은 4개의 주제(특수영양, 질병과 영양, 건강식품, 기타 식품 영양 정보)로 분류하고 여러개의 하위영역으로 나누었다.

「특수영양」에 관한 주제에는 ‘생활주기에 따른 영양관리’와 ‘기타 특수영양’의 2가지 하위영역으로 나누어 각각 8개 및 7개의 세부 항목을 포함토록 하였다. 「질병과 영양」에 관한 주제에는 ‘질병관리와 영양’ 및 ‘특정질환과 식생활’의 2개의 하위 영역을 두었고, 「건강식품」에 대한 소개 유목에는 5개의 하위 영역을, 「기타 식품 영양 정보」의 주제에는 ‘영양 정보’ 및 ‘식품 정보’의 2가지 하위 영역을 두었다.

또한 이들 주제를 기준으로하여 관련 기사를 분류하는 과정에서 내용이 중복되는 경우에는 가장 역점을 두고 있는 주제를 따랐다.

3. 자료 처리

자료는 각 주제 및 하위 영역별로 해당하는 기사건수의 빈도와 백분율을 연도별로 계산하여 비교 분석하였다.

III. 결과 및 고찰

1960년 1월부터 1996년 6월까지 동아일보와 조선일보에 게재된 영양 정보에 관한 기사는 총 922건으로 주제별로 빈도수와 백분율을 구하여 연도별로 비교하면 표 1과 같다.

이들 기사들의 게재 시기별 분포를 보면, 1960년대의 105건에 비하여 1990년대는 475건으로 현대로 갈수록 게재 빈도가 증가하였다. 특히 1990년대는 중반기인 1996년 6월까지의 게재빈도가 다른 시기에 비해 매우 높아 영양 및 건강에 대한 높은 관심도를 알 수 있었다.

이는 1990년대 이후부터 신문의 면수가 대폭 증가되어 매일 다양한 분야의 기사를 다룰 수 있음에도 기인한다고 보겠다.

전체기사중 특수영양에 관한 기사가 388(42.0%)건으로 가장 많았고, 다음으로 질병과 영양(312건), 건강식품(163건), 기타 식품 영양 정보(60건)의 순이었다. 1960년대에 보도된 영양관련 기사 중 58.1%를 차지하였던 특수영양에 관한 기사의 건수는 최근 들어 증가하였으나 전체 기사 중 차지하는 비율은 점차 감소하여 1990년대에는 33.0%에 불과하였다. 반면, 질병과 영양, 건강식품에 대한 기사는 1960대에 각각 22.9%와 4.8%를 차지하던 것이 1990년대에는 각각 33.8%와 17.7%로 증가하였다. 이는 우리나라도 국민소득 증대에 따른 영양상태의 향상과 보건 의료 시책의 개선을 통해 평균 수명이 크게 증가되어¹⁵⁾ 본격적인 고령화 시대를 맞이하면서 건강 및 질병에 대한 국민의 관심이 지대함을 보여주는 결과라 하겠다.

1. 특수 영양

특수영양과 관련된 기사를 크게 ‘생활주기에 따른

영양’ 및 ‘기타 특수영양’으로 나누어 살펴보면 각각 201과 187건으로 전체 특수영양 기사의 51.8%와 48.2%에 해당되었다. 연대별로 살펴보면 1960년대 61건, 1970년대 51건, 1980년대 119건으로 점차 증가하고 있으며, 1996년 6월까지 집계된 1990년대 기사 건수는 무려 161건에 해당되었다(표 2).

(1) 생활주기에 따른 영양

생활주기에 따른 기사 내용(총 201건)을 살펴보면, ‘유아 영양’에 관한 내용이 98건으로 전체의 48.7%에 해당하였으며, 다음으로는 ‘어린이 영양’(41건)과 ‘임산부 영양’(34건)이 각각 20.4%와 16.9%로 높았다. 나머지 14.0%에 해당되는 내용으로는 산모 영양, 청소년 영양, 성인기 영양, 노인 영양 등의 내용이 포함되어 있었다.

연대별로 세부 영역별 기사 내용이 차지하는 비율의 변화를 살펴보면 ‘유아 영양’에 관한 기사 내용은 1960년대에는 63.1%를 차지하였으나, 점차 감소하여 1990년대에는 36.1%였다. 반면, 임산부영양에 대한 기사는 1960년대의 5.3%에서 1990년대에는 23.2%로 크게 증가하였으며, 청소년 영양 및 성인기 영양관리에 관한

표 1. 영양 정보 관련 기사의 주제별, 연대별 분류

| 주제 | 연대 | 1960년대 | 1970년대 | 1980년대 | 1990년대 | 계 |
|-------------|----|------------|------------|------------|------------|------------|
| 특수 영양 | | 61 (58.1) | 51 (44.3) | 119 (52.4) | 157 (33.0) | 388 (42.0) |
| 질병과 영양 | | 24 (22.9) | 31 (27.0) | 55 (24.3) | 202 (42.5) | 312 (33.8) |
| 건강 식품 | | 5 (4.8) | 23 (20.0) | 35 (15.4) | 100 (21.1) | 163 (17.7) |
| 기타 식품 영양 정보 | | 16 (14.2) | 10 (8.7) | 18 (7.9) | 16 (3.4) | 60 (6.5) |
| 계 | | 105(100.0) | 115(100.0) | 227(100.0) | 475(100.0) | 922(100.0) |

표 2. 특수영양에 관한 기사의 하위영역별, 세부항목별, 연대별 분류

| 하위 영역 | 세부 항목 | 1960년대 | 1970년대 | 1980년대 | 1990년대 | 계 |
|-------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
| 생활주기에 따른 영양 | 임산부 | 2 (5.3) | 1 (4.8) | 11 (19.6) | 20 (23.2) | 34 (16.9) |
| | 산 모 | 3 (7.9) | 1 (4.8) | 3 (5.4) | 3 (3.5) | 10 (5.0) |
| | 유 아 | 24 (63.1) | 12 (57.0) | 31 (55.3) | 31 (36.1) | 98 (48.7) |
| | 어린이 | 9 (23.7) | 5 (23.8) | 8 (14.3) | 19 (22.1) | 41 (20.4) |
| | 청소년 | | | 3 (5.4) | 5 (5.8) | 8 (4.0) |
| | 성 인 | | 1 (4.8) | | 6 (7.0) | 7 (3.5) |
| | 노 인 | | 1 (4.8) | | 2 (2.3) | 3 (1.5) |
| | 소 계 | 38(100.0) | 21(100.0) | 56(100.0) | 86(100.0) | 201(100.0) |
| 기타 특수영양 | 계절별 영양관리 | 16 (69.6) | 23 (76.7) | 22 (34.9) | 21 (29.5) | 82 (43.9) |
| | 술 | 2 (8.7) | 2 (6.7) | 41 (65.1) | 26 (36.6) | 71 (40.0) |
| | 직업병 | | 3 (10.0) | | 7 (9.9) | 10 (5.3) |
| | 담 배 | 2 (8.7) | 1 (3.3) | | 6 (8.5) | 9 (4.8) |
| | 운 동 | 2 (8.7) | | | 6 (8.5) | 8 (4.3) |
| | 약 물 | | 1 (3.3) | | 5 (7.0) | 6 (3.2) |
| 기 타 | 1 (4.3) | | | | 1 (0.5) | |
| | 소 계 | 23(100.0) | 30(100.0) | 63(100.0) | 71(100.0) | 187(100.0) |
| 계 | | 61 | 51 | 119 | 157 | 388 |

기사가 최근 들어 새로 등장하기 시작하였다.

대표되는 세부 영역별 내용과 연대별 변화를 살펴 보면 다음과 같다.

1) 임신부 영양

임산부에 대한 기사는 1960년대에는 그리 흔치 않았으나, 1980년대 이후 그 빈도가 증가 추세에 있다. 60년대와 70년대에는 5가지 기초식품군, 임신부 영양의 중요성 등 일반적인 사항을 소개하고 있었으나, 1990년대에 보도된 임신영양에 관한 기사중에는 일반적인 영양관리에 관한 내용외에 특정 영양소 섭취에 관한 기사가 늘어나고 있음이 특기할 만하다.

1980년대와 1990년대에는 임산부에게 수영과 가벼운 달리기와 같은 운동을 권하는 것이 좋다는 기사도 눈에 띄었으며, 임신부 빈혈에 관한 기사가 1990년대에도 계속적으로 등장하는 것으로 보아 이에 대한 교육 및 배려가 필요함을 알 수 있었다. 실제로 최근에 이루어진 임신부의 철분 영양 상태에 관한 연구 결과에 따르면²¹⁾, hemoglobin 농도와 혈청 ferritin 농도가 기준치 이하인 임신부의 비율이 각각 48.5%와 54.9%로 나타나, 임신부의 빈혈문제가 심각함을 보여 주고 있다.

2) 유아 영양

생활주기와 관련된 영양에 관한 기사중 가장 많은 양을 차지하고 있는 유아영양에 대한 기사(98건)를 세부 내용에 따라 분류하여 보면, 모유 수유에 대한 내용이 42건으로 전체 유아영양 기사중 42.9%에 해당하였다. 다음으로는 유아영양 일반이 28건(28.6%), 이유식 19건(19.4%), 인공영양 9건(9.2%)의 순이었다.

‘모유 수유’에 대한 기사는 1960년대에는 3건에 불과해, 1960년대에 보도된 유아영양에 관한 기사의 12.5%에 해당하였으나, 1980년대에는 이에 대한 기사가 22건으로 1980년 유아영양기사 31건 중 71.0%에 해당하였다.

1960년부터 최근까지의 모유 수유에 대한 기사내용을 분석하여 보면, 1953년에는 모유 수유율이 53%이던 것이 1991년에는 21.4%로 감소하였음을 알 수 있는데, 이와 같은 모유 수유율 감소 원인으로 출산 직후 산모와 신생아를 격리시키는 병원제도상의 문제점이 제기되기도 하였다. 이러한 결과는 1971년 10%였던 모유 수유율이 1994년 35%로 증가된 미국의 경우¹⁴⁾와 매우 대조적이라 하겠다.

모유 수유 권장 방안 중 하나로, 모유 수유시의 장점에 대한 적극적인 홍보가 필요하다. 이와 같은 필요성을 인식하고 1972년부터 시작된 ‘모유 수유 홍보’에 대한 기사는 1990년대까지 14건으로, 1970년대에는 모유 수유의 일반적인 장점이 소개되었으나, 1980년대에 접어들면서 모유 수유가 신생아 및 유아의 질병

예방에 좋다는 연구보고 자료를 인용하고 있다²²⁾.

모유 수유에 대한 신문기사가 증가하는데 반하여 ‘인공영양’에 관한 신문기사는 점차 감소할 뿐 아니라, 그 내용도 각도를 달리하고 있다. 즉, 1960년대에는 인공영양의 장점과 단점이 소개됨과 동시에 올바른 인공영양 방법을 소개하고 있는 반면, 1980년대 이후에는 인공영양아에서 발생하는 유아충치(nursing bottle syndrome) 등 인공영양이 미치는 해로운 영향에 대한 기사가 전부이다.

‘이유식’에 대한 보도들을 살펴보면, 신문기사에 소개된 이유식의 형태도 시대에 따라 변하여, 1960년대에는 우유를 섞은 좁쌀 미음, 찹수수 도넛, 야채죽, 생선 조림 등이 소개되었으나, 1990년에는 바나나, 치즈, 두부, 잣 등을 재료로 한 3단계 이유식단이 발표되었다. 적절한 이유시기에 대해 1960년대에는 7개월을 권장하였으나, 1978년에 보도된 기사에는 “우리나라 유아의 이유시기가 너무 늦다”고 지적하고 있다. 그러나 이로부터 약 13년후인 1991년에는 “이유식이 너무 빠르면 비만이 우려된다”는 과거와는 대조적인 보도를 하고 있다. 1992년에 조사된 자료에 따르면, 이유 시작시기는 서울의 경우 생후 3개월이 가장 많았고, 6개월까지는 95%로 거의 대부분이 이유식을 실시하고 있었다²³⁾.

유아영양 일반에 관한 기사 중 유아의 질환에 관한 기사가 14건으로 약 50%를 차지하였는데 1960년대에는 설사, 영양실조, 비타민 A 결핍증이, 1970년대에는 감기, 단백질 부족, 우유 알레르기에 대한 소개와 함께 3명중 한명꼴로 빈혈 유아가 발생한다는 보고가 있었는데, 이 시기에 ‘베이비 서울’ 선발이나 ‘우랑아 선발대회’는 이와 같은 시대상을 반영하고 있다.

3) 어린이 영양

어린이 영양에 관한 기사는 41건으로 전체 생활주기에 따른 영양관리에 관한 기사 201건 중 20.4%에 해당되었다. 내용별로 살펴보면 ‘어린이 영양 일반’에 관한 기사가 1960년대부터 꾸준히 보도되고 있는데 편식지도에 대한 내용이 많았고, 1961년에는 비타민 결핍증에 대하여 중점적으로 소개하고 있으며, 1971년에는 어린이에 있어서 단백질 공급의 중요성이 논의되면서 학교급식을 통하여 영양지식의 보급 및 식습관 개선이 이루어져야 한다고 강조하고 있다.

우리나라 어린이의 영양상태에 대한 기사도 7건이 보도되었는데, 1960년대에는 단백질을 비롯한 대부분의 영양소 섭취가 부족한 영양실조 상태에 있다는 조사 보고를 인용하고 있는 반면, 1990년대에 보도된 기사 중에는 아파트단지 어린이 중 총 콜레스테롤치가 위험수준 이상인 어린이가 전체의 36% 이상이었음을 지적하면서, 성인들에게 문제가 되고 있는 고지방 식

사가 어린이에게도 문제를 가져온다고 우려하고 있다.

1980년대에 들어서면서 생활수준의 향상으로 영양의 과잉 섭취 문제가 대두됨과 동시에 어린이 비만에 관한 기사가 등장하기 시작하여, 1990년대 중반까지 11건에 이르러 전체 '어린이 영양' 기사(총 41건)의 26.8%를 차지하였다. 1990년대에는 어린이 비만의 치료를 위한 식단 제시, 비만 예방 행사(대한 영양사회 주최), 소아 비만 클리닉 개설 등 어린이 비만에 대한 적극적인 대처 방안이 제시되고 있다.

4) 기타

출산후의 산후관리에 대한 관심은 시대에 따라 매우 다른 측면에서 강조되고 있다. 1960년대에는 산후 관리시 연탄가스, 바람에 주의해야 함을 강조하고 있는 반면, 1980년대 이후에는 산후 우울증 및 발관리, 산후 다이어트 및 체중조절 문제가 다뤄지고 있다.

청소년 영양관리에 관한 내용은 1980년대 이후에 보도되기 시작하였는데 주로 수험생을 위한 식사 및 영양관리에 대한 내용이었다. 우리나라 40대 사망율이 세계 1위라는 보도 이후, 성인기의 건강 및 영양관리에 대한 관심이 증가하게 되었고 신문지상에도 이와 같은 경향이 반영되고 있다. 1970년대에 40대 성인의 건강 관리에 관한 기사가 보도된 후, 1990년대는 폐경기 여성의 골다공증 및 호르몬 요법이 소개되었고, 달리기 및 등산 등의 유산소 운동이 권장되었다. 또한 가임기 여성들에 있어서 월경전 증상(premenstrual syndrome) 및 경구 피임약의 문제점이 거론되었다.

생활주기에 따른 영양관리에 관한 기사 중 '노인'을 대상으로 한 기사는 불과 3건으로 1990년 현재 우리나라 인구의 약 5.0%가 65세 이상으로 우리나라 노인 인구가 점차 증가하여 고령화 사회로 가고 있음¹⁵⁾을 생각한다면 안타까운 일이라 하겠다.

(2) 기타 특수 영양

1960년대와 1970년대에는 계절별 영양관리에 관한 내용이 각각 69.6%와 76.7%로 대부분을 차지하였으나, 1980년대와 1990년대에는 각각 34.9%와 29.5%로 감소하였다. 반면, 술에 대한 기사는 1960년대에는 8.7%이던 것이 1980년대에는 65.1%로 무려 7배 이상 증가하였다. 1990년대에 들어서면서 계절별 영양관리 및 술에 관한 기사 이외에 운동, 직업병, 약물 등의 기사가 증가하는 경향을 보였으며, 담배에 대한 기사도 1980년대를 제외하고는 꾸준히 증가되고 있다.

1) 계절별 영양관리

계절별 영양관리에 관한 내용을 살펴보면, 여름이 40건으로 가장 많았고, 다음이 겨울(13건), 봄(11건), 가을(7건)의 순이었다. 봄철의 영양관리에 관한 내용은 대부분이 춘곤증을 이기기 위한 식생활에 대한 안내가

소개되었고, 여름철 질병관리에 관한 내용으로는 1960년대에는 설사와 이질, 장티푸스 등이 주를 이루었으며, 1970년대에는 냉방병, 무기력증 등이, 1980년대 이후에는 일사병, 식중독 등이 소개되었다. 그밖에도 각 계절별 특성에 따라 야기되는 문제점을 식생활을 통하여 예방 또는 대처하기 위한 방안들이 제시되고 있다.

2) 술

술에 관한 기사는 1960년대와 1970년대에는 각각 2건이던 것이 1980년대에는 41건으로 가장 많았고 1990년대에도 26건이 보도되었다. 그 내용을 보면, 음주실태 및 음주요령에 대한 기사가 각각 18건과 17건이었고, 술이 인체에 미치는 해악에 관한 것이 15건에 해당되었다. 그밖에 술의 대사 및 생리, 금주, 인체에 유익한 점 등도 각각 4~6건씩 보도되었다.

술의 대사 및 생리에 대한 기사는 국내의 연구결과를 인용하여 술의 영양가, 비타민 C와의 관계, 알코올 분해 효소, 대사 경로 등에 대한 정보를 제공하고 있다. 한편, 음주가 신체에 미치는 해악에 관한 기사 15건 중 13건이 1980년대에 집중적으로 보도된 가운데, 적당한 음주가 HDL-cholesterol을 높이는 등 심장병 위험을 낮춘다는 연구보고 등을 보도한 기사도 4건이 발견되었다.

3) 기타

담배에 대한 기사 9건 중 6건이 흡연이 인체에 미치는 해악에 관한 것으로 이미 1960년대부터 흡연이 각종 암의 원인임이 지적되었으며, 1995년에는 미국 FDA에서 담배 중의 니코틴을 중독성 마약으로 규정하고, 청소년 흡연억제 대책을 발표하였음을 보도하고 있다.

1973년에는 "직업병, 스트레스를 해소시키자"란 주제하에 직장인의 건강관리에 대한 일반적인 사항이 소개된 후, 1970년대 말에는 직업성 알레르기와 크롬 중독에 대한 기사가 보도되었고, 그후 1990년대에 와서는 3건의 납중독과 망간, 수은, 카드뮴, 유독물질 중독 사례가 각각 1건씩 보도되는 등 총 7건의 직업병으로 인한 중독 문제의 심각성을 보도하고 있다.

1960년대의 운동과 관련된 기사는 주로 운동선수의 체력과 체질에 관한 기사였으나 1990년대에 들어서는 운동효과(태권도와 자전거타기), 운동시 식사, 운동처방 및 운동요법 등이 각각 2건씩으로 그 내용이 다양해졌다. 그밖에 약물복용과 식생활의 관계에 관한 기사도 6건이 보도되었다.

2. 질병과 영양

질병과 영양에 관한 기사는 총 312건으로(표 3) 이중 '질병관리와 영양'에 대한 하위 영역에는 총 26건이

표 3. 질병과 영양에 관한 기사의 하위 영역별, 세부 항목별, 연대별 분류

| 하위 영역 | | 1960년대 | 1970년대 | 1980년대 | 1990년대 | 계 |
|------------------|----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|
| 질병관리와 영양(일반) | | 2 (7.7) | 6 (23.1) | 7 (26.9) | 11 (42.3) | 26(100.0) |
| 특정 질환과 식생활 | 암 | 4 (19.2) | 10 (40.0) | 2 (4.2) | 47 (24.6) | 63 (22.0) |
| | 심장혈관계 질환 | 2 (9.0) | 7 (28.0) | 16 (33.3) | 37 (19.4) | 62 (21.7) |
| | 당뇨병 | 2 (9.0) | 3 (12.0) | 10 (29.8) | 21 (11.0) | 36 (12.6) |
| | 비만 | 1 (4.1) | 1 (4.0) | 9 (18.8) | 20 (10.5) | 31 (10.8) |
| | 소화기 질환 | 6 (27.3) | 1 (4.0) | 0 | 12 (6.3) | 19 (6.6) |
| | 간질환 | 3 (13.7) | 1 (4.0) | 3 (6.3) | 10 (5.2) | 17 (5.9) |
| | 골다공증 | 0 | 0 | 2 (4.2) | 15 (7.9) | 17 (5.9) |
| | 신경계통질환 | 1 (4.1) | 0 | 4 (8.3) | 10 (5.2) | 15 (5.2) |
| | 충치 | 2 (9.0) | 1 (4.0) | 0 | 7 (3.7) | 10 (3.5) |
| | 기타 질환 | 1 (4.1) | 1 (4.0) | 2 (4.2) | 12 (6.3) | 16 (5.6) |
| 소계 | | 22(100.0) | 25(100.0) | 48(100.0) | 191(100.0) | 286(100.0) |
| 계 | | 24 | 31 | 55 | 202 | 312 |

포함되어 전체의 8.3%에 달하였다. 기사의 내용은 균형식의 중요성, 질병치료시의 식이요법, 성인병 예방 및 관리를 위한 식사지침, 우리나라의 사인통계 및 질병구조의 변화 양상 등을 포함하고 있었다. 한편 ‘특정질환과 식생활’의 하위 영역에 포함된 기사는 286건으로 전체의 91.7%를 차지하였다.

(1) 질병관리와 영양

1960년대의 질병통계 보도에 따르면 소화기 계통의 환자수가 27.9%로 가장 많았고, 사망율이 가장 높은 질환은 신생아 질병(8.6%)과 전염병 및 기생충감염이었다. 1970년대부터 건강관리를 위한 균형식의 중요성을 보도한 기사가 등장하기 시작하였고, 1979년에 이르러서 선진국형 질병의 급증현상과 이에 못따르는 치료체제를 비판하는 기사와 함께 성인병 관리를 위한 전담부서의 필요성이 대두되었다. 또한 고혈압, 암 등의 성인병에 대한 실태조사착수와 종합대책의 추진을 정부차원에서 검토하고 있다고 보도하였다.

1980년대에는 들어와서 성인병 증가의 통계자료가 자주 보도되었는데 1986년의 경제기획원의 사인통계를 통해 한국인 40대 남자의 사망율과 간암에 의한 사망율이 세계 최고라는 충격보도도 있었다. 또한 성인병을 예방하기 위하여는 맵고 짠 음식을 선호하는 식습관의 개선과 함께 과잉 지방 섭취의 문제점, 섬유소 섭취의 권장 등을 포함한 식사관리의 중요성이 강조되어야 함이 보도되었다. 1989년의 사망원인 통계에서 순환기계 질환이 전체의 29.7%로 1위이고 암이 19.4%로 나타났는데 40~60대에서는 암이 사망원인 1위로 강조되었다. 이에 따라 보건사회부의 성인병 예방 식생활 지침과 성인병 예방을 위한 식사법등이 보도되었는데 최근에는, 성인병 치료보다는 식사·체중조절·적절한 운동 등의 종합관리에 대한 기사들이 많이 다루어지고 있었다.

(2) 특정질환과 식생활

특정질환과 식생활에 관한 하위 영역내의 기사들을 질환별로 분류하여 보면, 암이 63건(22.0%), 심장혈관계 질환이 62건(21.7%), 당뇨병이 36건(12.6%), 비만이 31건(10.8%), 소화기 질환이 19건(6.6%), 간질환과 골다공증이 각각 17건(5.9%), 신경계통 질환이 15건(5.2%), 충치 10건(3.5%)의 순서였다. 이들 질환별 빈도는 그 질환에 대한 관심과 중요성을 반영한다고 볼 때 1991년에 보도된 사인통계에서의 순위인 순환혈관계 질환(뇌졸중), 암, 손상 및 중독, 소화기계, 호흡기계, 감염, 대사질환, 신경계 등과 관련이 있음을 알 수 있다. 각 질환별로 살펴보면 다음과 같다.

1) 암(악성신생물)

암에 관한 기사의 시기별 게재 빈도를 보면 1990년대 이후 급격히 증가되고 있는 것으로 나타났다. 특히 동아일보에서는 최근(1996. 4-1996. 7) 암협회와 공동으로 ‘암을 이기자’는 캠페인을 주도하여 암의 정체 및 발암물질, 각종 부위별 암질환의 예방 및 치료 등에 관한 기사를 연재물로 보도하여 국민들을 계몽시키는 데 기여하였다. 기사의 내용별 게재빈도는 암과 식생활과의 관계, 암의 예방을 위한 식사지침, 암에 의한 사망 건수의 급증 현상 등 암에 대한 일반적인 기사가 21건으로 가장 빈도가 높았고, 다음이 발암물질에 대한 기사였으며(7건), 부위별 암으로는 식생활의 서구화와 관계가 깊은 대장암(7건), 유방암(6건)등의 순이었으며, 전세계적으로 우리 나라가 사망율이 가장 높은 간암도 6건이었다. 기타 폐암이 4건, 구강암 3건, 위암, 식도암, 전립선암 등이 각각 2건씩이었고 자궁암, 후두암, 백혈병등이 각각 1건씩 보도되었다.

발암물질에 대하여는 WHO의 발표를 인용하고 있는데 첫번째가 음식물로 35%이고 다음이 흡연 30%, B형 간염이 10%이고, 공해물질은 1% 정도로 보도된 바 있다. 한편 음식물을 통한 암발생환자가 전체의 85

%를 차지한다는 기사도 있었다.

그밖에 각 부위별 암에 대한 기사에는, 각각의 암 발생과 관련된 식생활의 위험 및 예방 요인이 자세히 소개되고 있다. 따라서 암의 치료보다는 예방차원에서 어떻게 식생활을 영위해 나가야 할지를 제시하고 있다.

2) 심장혈관계 질환

심혈관 질환의 기사는 총 62건(전체 질환 중 21.7%)으로 암 다음으로 가장 높은 빈도를 보였다. 이를 다시 구체적인 질환별로 분류하면 고혈압이 11건(17.7%), 동맥경화가 17건(27.4%), 심장병이 19건(30.7%), 뇌졸중이 15건(24.2%)이었다. 시기별 분포를 보았을 때는 고혈압을 제외하고는 대체로 1980년대 이후 게재 빈도가 증가하였다. 이들 질병들은 당뇨병과 함께 5대 성인병으로 알려져 있으며, 이중에서도 고혈압과 동맥경화증은 특히 심장병과 뇌졸중의 원인이 되는 질환이라고 볼 수 있다. 특히 1980년대 후반부터 우리나라 사인통계의 1위를 차지하는 뇌혈관 질환과 40대 이후 돌연사의 원인이 되는 심근경색에 대해서는 고혈압, 고콜레스테롤 혈증, 흡연이 가장 큰 위험요인으로 꼽혔고, 과로와 함께 스트레스를 피하고 갑작스러운 추위에 대하여도 주의하도록 경고하였다.

3) 당뇨병

당뇨병은 심혈관계 질환, 암과 함께 3대 난치병에 속하는 질병으로 이에 대한 기사는 36건(12.6%)이었으며, 시기별로는 1980년대부터 게재 빈도가 급격히 증가하였다. 기사의 전반적인 내용은 질병의 급증현상에 대한 실태와 치료방법, 식이요법의 중요성, 식사관리와 운동요법의 병용효과, 합병증에 대한 경각심 등이었다. 1992년 11월에 한국에서 당뇨병 주간이 창설되어 해마다 당뇨병의 발견, 치료, 경각심에 대해 계몽하고 있으며, 85~92년 사이에 당뇨병에 의한 사망자수가 2배로 증가됨에 따라, 잘못된 식습관 개선을 위한 지역사회 영양사업의 실시 등이 보도되었다.

4) 비만

비만에 대한 기사는 총 31건(10.8%)이었으며 1980년대부터 게재빈도가 급격히 증가하였다. 이는 시기적으로 볼 때, 1980년경은 경제상태가 안정되어 식생활이 개선되고 생활양식이 편리해지면서 성인 비만 문제가 본격적으로 대두되기 시작한 것과 일치하는 현상으로 볼 수 있으며, 또한 1970년대부터 서서히 문제가 되기 시작한 비만 어린이들이 성인이된 시기에도 일치하는 현상이다. 전체 비만 기사중 50% 정도가 비만이 만병의 근원이며 성인병을 일으킬 위험도가 높다는 내용으로 비만관리를 위한 식이요법과 운동요법 등을 소개한 것이다. 또한 20%의 기사가 중년기 이후 배가 나오는 내장지방축적형 비만에서 특히 성인병 위험도가 높다는

것을 지적하고 있다. 기타 비만생리, 다이어트 방법 등이 소개되었다.

5) 소화기 질환

총 19건(6.6%)으로 급·만성위염, 위궤양, 소화성궤양, 변비, 설사, 장염 등 소화기질환 전반에 걸친 올바른 식이요법 등이 보도되었고, 특히 짜고, 매운 음식을 피하는 등 식습관 개선의 중요성을 다루었다. 시기별 질병 분포를 보았을 때 소화기질환은 1960년대에 보도된 기사 중 가장 높은 비율을 보였는데, 이는 1960년대의 3대 사망원인이 호흡기계질환, 소화기계질환, 감염성 질환인 것과 일치하였다. 1990년대에는 정신적 스트레스 등에 기인하는 만성위염, 궤양 등에 대한 내용이 주를 이루었으며 위암으로의 진전 가능성에 대비한 정기검진의 필요성 등이 보도되었다.

6) 간질환

간암을 제외하였을 때 총 17건(5.9%)에 달하였고, 급만성 간염, 황달, 간경변증, 알콜성 간염 등에 대한 식이요법의 내용이 주종이었다. 또한 전체 인구의 8% 정도가 B형 간염 바이러스를 보유한 사실 등을 게재하여 국민의 경각심을 불러 일으켰다.

7) 콜다공증

콜다공증 관련기사는 총 17건(5.9%)이었다. 콜다공증은 1980년대 후반부터 신문에 등장하기 시작하여 최근 자주 등장하는 질환으로 현대인의 높은 관심을 나타내주고 있다.

8) 기타 질환

게재 빈도가 15건 이하인 질환들을 포함시켰다. 이 중 신경정신계통 질병에 대한 기사가 15건으로 가장 많았고, 다음이 충치가 10건이었으며, 빈혈이 6건, 신장 질환이 부종을 포함하여 4건, 감기 2건 등이었다. 기타 윌슨씨병, 직업 알레르기, 간질, 전립선 장애, 천식 등도 소개되었다.

3. 건강식품

건강식품에 관한 기사는 총 163건으로, 이들 중 80% 이상이 1980년 이후에 보도된 기사들이었다. 건강식품에 관한 기사를 하위영역 및 세부 항목에 따라 분류하면 표 4와 같다.

현재 식품공전에는 22개 품목이 건강보조식품 허가 품목으로 정해져 있으면서 법령에 따라 안전성, 건전성 등이 관리되고 있다. 식품공전에 허가된 22개 건강보조식품에 대한 소개기사는 31건으로 전체의 19.0%에 달하였으며 건강보조식품으로 지정되지 않은 기타 건강보조식품에 대한 기사는 77건(47.2%), 그리고 다이어트 식품을 포함한 특수 영양식품에 관한 소개기사는 17건(10.4%)으로 나타났다. 이는 건강보조식품으로 지

표 4. 질병과 영양에 관한 기사의 하위 영역별, 세부 항목별, 연대별 분류

| 하위 영역 | 세부항목 | 1960년대 | 1970년대 | 1980년대 | 1990년대 | 계 |
|-----------------------|---------------------|--------|--------|--------|--------|----|
| 식품공전에 허가된 22개 건강보조 식품 | 유산균 식품 | | 2 | 3 | 5 | 10 |
| | 알로에 식품 | | | 1 | 4 | 5 |
| | 식물추출물 식품 | 1 | | | 4 | 5 |
| | 버섯 가공 식품 | | | 1 | 1 | 2 |
| | 로얄제리 가공 식품 | | | | 2 | 2 |
| | 화분 가공 식품 | | | 1 | | 1 |
| | 효소 제품 | | | 1 | | 1 |
| | 정제어유 가공 식품 | | | 1 | 2 | 3 |
| | 자라 가공 식품 | | | | 1 | 1 |
| | 단백질 가공 식품 | | | | 1 | 1 |
| | 소 계 | 1 | 2 | 8 | 20 | 31 |
| 기타 건강식품 | 채소류 | | 1 | 2 | 18 | 21 |
| | 곡류 | | | | 12 | 12 |
| | 기타 혐오식품 | | 1 | 2 | 5 | 8 |
| | 인삼 | | 2 | 2 | 4 | 8 |
| | 무공해식품(organic food) | | | 1 | 5 | 6 |
| | 보신탕 | | | 3 | 2 | 5 |
| | 과일류 | 1 | | 1 | 3 | 5 |
| | 종실류 | | 1 | | 3 | 4 |
| | 육류 | | 1 | | 2 | 3 |
| | 차류 | | | 1 | 1 | 2 |
| | 해조류 | 1 | | | 1 | 2 |
| 산성/알칼리성 식품 | | | 1 | | 1 | |
| 소 계 | 2 | 6 | 13 | 56 | 77 | |
| 특수 영양 식품 | 다이어트 식품 | | | 3 | 6 | 9 |
| | 섬유소 식품 | | | 4 | | 4 |
| | 환자용 영양식 | | | | 4 | 4 |
| 소 계 | | | 7 | 10 | 17 | |
| 건강식품의 문제점 및 관련법규 | 부작용 | | 2 | 7 | 16 | 25 |
| | 과대선전 | | | 5 | | 5 |
| | 법적기준 설정의 필요성 | | | 3 | 1 | 4 |
| 소 계 | | 2 | 15 | 17 | 34 | |
| 일 반 | | | | 1 | 3 | 4 |
| 계 | 5 | 23 | 35 | 100 | 163 | |

정된 품목보다 훨씬 더 다양한 종류의 건강식품들이 실제로 국내에서 취급되고 있으며 사회적으로 많은 관심을 끌고 있음을 반영해 주는 사항이라고 볼 수 있다. 또 한가지 지적할 만한 것은 식품공전에 규정된 22개 건강보조식품 중 표 4에 세부항목으로 제시된 것 이외의 12가지 품목(스쿠알렌 식품, 조류 식품, 알콜 글리세롤 식품, 달맞이 종자유 식품, 대두 레시틴 가공식품, 갈승 함유 식품, 옥타코사놀 식품, 포도씨유 식품, 엽록소 함유 식품, 매실 가공식품과 효모식품)은 두 종류의 신문지상에서 단 1건도 언급된 적이 없었다는 점이다.

(1) 식품공전에 허가된 건강보조식품

식품공전에 허가된 품목에 관한 소개기사 중 유산균 식품을 소개하는 기사가 10건으로 가장 높은 빈도수를

보였고, 그 다음이 알로에 식품(5건)과 식물추출물식품(5건)의 순으로 나타났다. 유산균 발효유가 국내에 처음 선보인 것은 1971년으로 그 후 마시는 액상에서 떠먹는 형태에 이르기까지 종류가 다양해지고 한국인의 입맛에 맞게 개발되면서 건강식품으로서 수요가 폭발적으로 증가하였는데 유산균 식품에 관한 기사의 빈도수가 높은 것은 이러한 식문화의 변화가 신문지상에 반영되었기 때문인 것으로 보인다. 신문지상에 나타난 기사의 내용은 주로 유산균의 생리기능 및 건강에 미치는 효과들을 다루고 있어서 유산균 식품에 대한 수요를 증가시키는데 일조를 하였다고 생각된다. 식물 추출물 발효 식품은 채소, 과일, 종실, 해조류 등의 식용 식품의 추출물을 자체적으로 또는 유산균이나 효모균으로 접종, 발효시켜 가공한 제품이다¹⁹⁾. 알로에 식품을 소개

하는 기사에서는 항균효과, 당뇨병과 간경화의 치료효과, 시스플라틴의 독성을 낮추는 효과와 장기 복용시 노인성 치매에 효과가 있음을 보도하였다. 전체 31개 기사중 2건이 보고된 버섯가공식품은 영지, 운지, 표고 등 버섯 자실체의 건조물을 분말로 하거나 자실체와 배양물을 추출하여 얻은 성분을 가공한 제품이다. 신문지상에서는 「신농본초경」에 기재된 영지의 효과 이외에도 면역기능 향진 및 항암효과에 대한 내용을 보도하였고²³⁻²⁴⁾, 표고버섯 균사체 배양물의 엑기스가 AIDS 치료에 효과가 있음을 신고 있었다.

(2) 기타 건강보조식품

식품공전에 건강보조식품으로 규정되어 있지 않으면서 특수 영양식품에 속하지 않는 기타 건강보조식품에 대한 소개 기사는 총 77건(47.2%)이며, 이중 가장 높은 빈도수를 나타낸 영역은 채소류로서 21건이 보고되었고, 그 다음이 곡류(12건), 보신탕을 비롯한 각종 혐오식품(13건), 인삼(8건), 무공해 식품(6건), 과일류(5건), 종실류(4건), 육류(3건), 차류(2건), 해조류(2건) 및 산성/알칼리성식품(1건)의 순으로 나타났다. 채소가 건강에 미치는 영향이 다양하게 소개되었는데, 이들 중 마늘의 건강효과에 관한 기사가 가장 높았으며, 그외에 양파, 호박, 은행, 콩, 비듬, 당근, 커피리, 쇠뜨기 풀, 후박나물, 오미자, 마, 고추, 천마, 생강, 갯잎, 감초 등의 건강증진 및 성인병 예방 치료 효과에 관한 기사가 골고루 다루어졌다. 마늘에 관해 신문에 보도된 기사 내용을 종합하면 이미 학계에서 잘 알려진 알리신의 탁월한 항균효과, 과산화 지질의 생성을 억제하여 노화를 지연하는 작용, 암세포 증식 억제효과(특히 위암 억제효과)와 면역기능 강화효과를 소개하였고^{25,26)}, 이러한 알리신에 의한 효과이외에도 마늘이 혈중 콜레스테롤을 낮추고 혈압을 강하여 심장병 예방의 효과를 지닌다는 내용을 보도하였다. 양파의 항암효과, 동맥경화 및 고혈압 예방효과와 대머리 방지효과 등이 소개되었으며 부종을 가라앉히는 효과가 좋아 산후 여성에게 널리 애용되는 호박 등이 소개되었다. 곡류에 관한 기사에는 쌀, 보리, 울무, 참쌀, 팥, 두류, 녹두, 귀리, 들깨 등의 다양한 곡류가 각종 성인병(당뇨병, 심장병 등)과 암 등의 예방 및 치료에 유효하다는 내용을 신고 있었다.

보신탕, 뱀탕, 토룡탕, 개소주 등의 건강식품은 1984년 식품 위생법 시행 규칙상 서울 올림픽('88년)이 열리기 전까지 서울 시내에서는 공식적인 판매가 허가되지 않았으나, 올림픽 이후 정부의 단속이 느슨해진 틈을 타 개고기의 수요가 폭발적으로 증가하였다. 보신탕에 관련된 기사에서는 개고기의 필수 아미노산 성분이 쇠고기와 비슷한 수준으로서 건강식품으로 높이

평가될 만한 영양학적 근거가 없다는 내용과 밀도살 형태로만 도살이 이루어지고 있어 도축 및 조리과정에서의 위생문제와 행정 당국의 관리가 전혀 이루어지고 있지 않다는 부정적인 측면이 강조되었다. 총 8건의 기사가 보도된 기타 혐오 식품에서는 뱀, 달팽이, 반대기, 개구리, 고양이, 두꺼비, 지렁이 등에 관한 기사가 실렸는데, 뱀은 강정강장효과와 고혈압 치료효과가, 고양이는 신경통에 특효이고, 지렁이는 해열, 황달, 항암, 간독성 해독과 중금속 해독 등의 기능이 있음을 각기 보도하고 있으며 아울러 이들의 위생관리 문제가 빈번히 지적되고 있다.

총 8건의 인삼에 관련된 기사에는 다양한 인삼의 약리적 기능에 관한 최근의 연구 내용을 담고 있었다^{27,28)}. 인스탄트 삼계탕, 인삼차, 인삼 드링크, 인삼 엑기스, 인삼당과 등의 여러 가공식품 형태로 개발되면서 식품으로서 중요한 위치를 차지하게 되었을 뿐만 아니라 우리나라 토산품 개발이라는 차원에서 중요성을 강조하였다.

오르개닉 푸드(organic food)라고 불리는 자연식품은 재배기간 중 화학비료 및 살충제를 전혀 사용하지 않고 가공, 저장과정에서 유제, 표백제, 방습제, 방부제, 건조제 등의 화학적 첨가물이 첨가되지 않은 식품을 의미하는 것으로 일반인들에게 “무공해 식품”과 혼용되어 사용되고 있다. 기사내용에는 유기농법으로 재배되는 식품류에 관한 소개와 무공해 식품으로 각광받는 여러가지 이름없는 산나물(이팝취, 나물취, 끈들레, 흙취 등), 자연식품점에 대한 소개 등을 신고 있었다.

(3) 특수영양식품

특수 영양식품에 대한 소개기사는 총 17건으로서 전체 건강식품 관련기사의 10.4%를 차지하고 있다. 이중 다이어트 식품이 9건으로 가장 많았고, 섬유소 식품, 저콜레스테롤 식품, 환자용 영양식 및 저염식품의 순으로 나타났다. 저당분, 저열량의 다이어트 식품이 국내에서 개발되기 시작한 것은 1980년대초로, 무가당 오렌지 주스를 시초로 하여 1982년에는 탈지유를 사용한 ‘애플밀크’가 매일 유업에 의해 시판되었고, 같은 해 아스파탐을 사용한 무설탕 콜라 ‘탭’이 한국음료에 의해 최초로 개발되어 국내 다이어트 식품의 선두 주자 역할을 하였다. 1988년 올림픽을 계기로 다이어트 식품에 대한 인식이 높아지면서 더욱 더 빠른 시장 확대가 이루어지기 시작하였음이 신문지상에 보도되었다. 이 시기에 나타난 또 하나의 특징으로 저당분 저지방 저칼로리뿐만 아니라 과도한 소금 섭취가 건강을 해친다는 인식과 함께 염분을 낮춘 저염분 식품이 1989년 시중에 선보이기 시작하면서, 이른바 ‘4저 식품’이 인기를 모았다.

1990년대에는 수입에 의존하던 고단백 다이어트 제품이 국내에서 개발되어 시판되기 시작하였고, 이들 중에는 식품 제조 등의 다른 용도로 수입된 원료들이 국내에서 재포장되면서 ‘살 빼는 식품’으로 둔갑하여 원료 가격에 비해 엄청나게 비싼 값으로 팔렸음을 고발하는 기사가 빈번하였다. 1990년대의 기사에는 시중에 범람하는 외국산 살빼기 차들에 관한 내용이 포함되어 있는데, 대부분이 이노제나 설사제 성분이 다량 함유되어 있어 탈수현상이 유발되는 등 부작용을 수반함을 지적하였다²⁹⁾.

(4) 건강 식품의 문제점 및 관련 법규

건강식품의 문제점과 이를 해결하기 위한 법적규제의 필요성에 관련된 기사는 총 34건으로 전체 건강식품 관련기사의 20.9%에 해당하였다. 부작용에 관한 내용이 25건, 건강보조식품의 과대선전에 관한 내용이 5건이었으며 법적규제 마련의 필요성 및 마련된 법규에 대한 소개에 관한 내용이 4건으로 나타났다. 부작용에 관한 기사 25건 중 17건이 다이어트 식품에 관한 부작용으로 나타났고, 그 외에 영지, 보신탕 및 개소주, 흑염소, 케일, 효소제품, 알로에, 현미식초, 화분식품, 로얄제리, 효모제품, 정제어유 식품 등 다양한 품목에 대하여 발생된 부작용 증세를 보도하였다. 발생하는 증세는 소화불량, 발열, 심장박동 변화, 가려움증, 현기증, 설사 등으로 다양하게 보도되었다. 제품의 정확한 성분 및 부작용이 제품 포장에 명시되어 있지 않고, 판매 회사들에 의해 효능 및 효과가 일방적으로 과대 광고되는 것과 건강보조식품이나 다류 식품들이 수입 허가를 받은 후 일종의 약품이나 다이어트 식품으로 둔갑하여 판매되는 것을 막기 위해서는 현행 제도의 개선이 시급한 현실이다.

4. 기타 식품 영양 정보

영양 및 식품에 대한 정보의 내용 및 연대별 분포는 표 5과 같다.

(1) 영양에 대한 정보

주로 비타민의 결핍증세와 생리효과, 무기질 특히 미량 무기질의 결핍 등에 관한 기사들로 총 34건이었다. 비타민 일반에 대한 기사들은 비타민의 종류별 생리

작용과 필요량, 결핍증을 보도하였고, 비타민의 손실을 막는 조리법과 과잉 복용시의 경고도 포함하여 영양 교육의 일익을 담당하였다.

비타민 종류중에서는 비타민 C에 대한 기사가 7건으로 가장 높았으며, 그 내용은 신체의 항산화작용으로 인한 노화방지 효과와 감기 예방설에 대한 찬반론, 1일 섭취량, 흡연시의 비타민 C 파괴 효과등이 포함되었다.

비타민의 질병 억제 효과로는 C와 E 같은 항산화 작용 비타민의 노화지연 효과와 심혈관 질환 예방효과 등과 항암 효과를 갖고 있는 비타민 A 유도체, 베타카로틴, 항산화작용 비타민 등이 보도되었다.

무기질에서는 칼슘이 골다공증 치료외에 고혈압 방지에도 효과가 있다는 기사와, 철분, 아연, 구리, 셀레늄 등 미량원소에 대한 관심과 결핍시의 건강문제, 특히, 아연 결핍에 의한 미각장애 문제 등이 보도되었다.

그밖에 두뇌발달에 대한 기사도 9건이 보도되었는데 1960년대에는 머리에 좋은 음식으로 인과 칼슘이 많이 들어 있는 음식과 멸치, 달걀 노른자, 치즈, 쇠고기, 우유, 버터 등 단백질 식품을 권장하고 있는 반면, 1990년대 이후에는 두뇌발달을 위하여 아침식사를 거르지 말아야 한다는 내용이 강조되고 있으며, 두뇌의 에너지원인 포도당을 공급하는 당질의 적당한 공급과 고단백질식사를 권하고 있다. 아울러 최근에는 EPA와 DHA와 같은 w-3계 지방이 많이 들어있는 등푸른 생선이 함께 권장되고 있다.

(2) 식품에 대한 정보

1960년대와 1970년대에 실린 식품에 대한 정보는 특정 식품을 과잉 섭취시 인체에 미치는 해에 대한 기사가 많았다. 예를 들면, 염분(3건), 식초, 청량음료, 육류, 쌀밥 등의 과잉 섭취시 나타나는 문제점을 지적하고 있는데, 1970년대에는 ‘설탕’의 유·무해론이 집중적으로 다루어졌다. 1986년에는 청량음료 중 그 소비가 급증하고 있는 콜라의 과잉 섭취시 뼈손실을 가져올 수 있다고 경고하고 있다.

특이할 만한 것은 1960년에 이미 환자음식 및 음식으로 질병을 치료하는 법, 즉 식이요법의 기본적인 내용이 함께 소개되었다는 것이다.

표 5. 기타 식품 영양 정보에 대한 기사의 하위영역별, 연대별 분류

| 하위 영역 | 1960년대 | 1970년대 | 1980년대 | 1990년대 | 계 |
|-------|--------|--------|--------|--------|----|
| 영양 | 8 | 4 | 15 | 16 | 43 |
| 식품 | 8 | 6 | 3 | | 17 |
| 계 | 16 | 10 | 18 | 16 | 60 |

IV. 요약 및 결론

1960년 1월부터 1996년 6월까지 동아일보와 조선일보에 게재된 영양 관련 기사 총 922건을 조사 분석한 결과는 다음과 같다.

1. 기사의 내용을 주제별로 분류하면, 특수영양에 관한 기사가 388건(42.0%)으로 가장 많았고, 다음으로

질병과 영양(312건), 건강 식품(163건), 기타 식품 영양 정보(60건)의 순이었다. 이들 기사의 시대별 분포를 보면, 특수영양에 관한 기사는 1960년대의 58.1%에서 1990년대에는 33.0%로 감소한 반면, 질병과 영양, 건강식품에 대한 기사는 1960년대에는 각각 22.9%와 4.8%를 차지하던 것이 1990년대에는 각각 33.8%와 17.7%로 증가하였다.

2. 특수영양과 관련된 기사를 크게 '생활주기에 따른 영양' 및 '기타 특수영양'으로 나누어 살펴보면 각각 201건과 187건으로 전체 특수영양 기사의 51.8%와 48.2%에 해당되었다.

생활주기에 따른 영양에 관한 기사 내용을 살펴보면, '유아 영양'에 관한 기사가 98건으로 전체의 48.7%에 해당하였으며, 다음으로는 '어린이 영양'(41건)과 '임신 영양'(34건)이 각각 20.4%와 16.9%로 그 빈도가 높았고, 그밖에 산모, 어린이, 청소년, 성인 및 노인기의 영양에 관한 기사가 포함되어 있었다. 기타 특수영양에 관한 기사에는 계절별 영양관리에 관한 기사가 82건(43.9%), 술에 관한 기사가 71건(40.0%)로 가장 많았고, 그밖에 담배, 운동, 직업병, 약물 등이 포함되었다. 계절별 영양관리 기사는 1960년대와 1970년대의 게재빈도가 약 70% 정도로 높았으나, 1980년대 이후 점차 감소하였으며, 내용면에서는 여름이 40건으로 가장 많았고, 다음이 겨울(13건), 봄(11건), 가을(7건)의 순이었다. 반면, 술에 대한 기사는 1960년대에는 8.7%이던 것이 1980년대에는 65.1%로 무려 7배 이상 증가하였다.

3. 질병과 영양에 관한 기사는 총 312건으로 이중 '질병관리와 영양'에 대한 하위 영역에는 총 26건이 포함되어 전체의 8.3%를 차지하였으며, '특정질환과 식생활'에 관한 기사는 286건으로 전체의 91.7%를 차지하였다. 특정질환과 식생활에 관한 기사들을 질환별로 분류하여 보면, 암이 63건(22.0%), 심장혈관계 질환이 62건(21.7%), 당뇨병이 36건(12.6%), 비만이 31건(10.8%), 소화기 질환이 19건(6.6%), 간질환과 골다공증이 각각 17건(5.9%), 신경계통 질환이 15건(5.2%), 총치 10건(3.5%)의 순이었다.

4. 건강식품을 소개하는 총 163건의 기사중에서 건강보조식품으로 허가된 품목에 대한 소개기사는 31건으로 전체의 19.0%에 달하였으며, 건강보조식품으로 지정되지 않은 기타 건강식품에 대한 기사는 77건(47.2%), 그리고 다이어트 식품을 포함한 특수 영양식품에 관한 기사는 17건(10.4%), 건강식품의 문제점과 관련 법규에 대한 기사는 34건(20.9%)으로 나타났다.

5. 기타 식품 영양 정보에 대한 기사(60건) 중 43건(71.7%)이 영양에 대한 정보로 두뇌발달, 비타민과 무기질의 기능 및 결핍에 대한 내용을 다루었으며, 나머지

17건(28.3)은 식품에 대한 정보로 과잉섭취시 인체에 미치는 영향을 소개하였다.

1960년 이후 최근까지의 일간 신문에 보도된 영양과 관련된 기사 내용의 분석은, 우리 국민의 영양상태에 영향을 주는 식생활 형태와 이와 밀접하게 연관된 질병 구조의 변천과정을 이해하는데 유용한 자료를 제공하여 주었다.

최근 들어 일반 국민의 건강에 대한 관심의 증가와 함께 질병의 치료보다는 예방차원에서 식생활의 개선 및 영양적인 배려의 필요성을 인식하게 되었다. 또한 계층별, 집단별로 특징적으로 나타나는 문제들을 집중적으로 다루는 깊이있는 기사도 발견할 수 있었다. 그러나 한편으로는 건강에 대한 국민들의 관심과 더불어 각종 언론 매체를 통해 제공되는 식품·영양 관련 정보들의 홍수 속에서 그 역기능을 우려하는 목소리도 크다. 따라서 올바른 정보제공 여부 및 이들 신문들의 방향 설정 등에 일반국민의 의견과 평가가 반영되어야 할 것이다. 이러한 현 상황에서 대한 영양사회가 실시하고 있는 언론 모니터 활동³⁰⁾은 매우 고무적이라 하겠다. 그밖에도 최신의 영양 정보를 정확하게 보도하기 위하여 전문기자 제도의 도입 및 확대가 필요하다. 아울러 '국민의 식생활 개선을 통한 질병 예방'의 목표를 달성하기 위하여는, 단기적이고 즉흥적인 기사로 독자의 호기심을 유발시키기보다는, 장기적인 계획을 토대로 치밀한 정보 수집 및 여과 과정을 거친 기사를 보도함으로써 실질적인 국민 계몽의 역할을 완수할 수 있을 것으로 기대한다.

참고문헌

1. 최희진. 한국인의 식생활에 영향을 미치는 요인 분석 -1960년대 경제 개발 이후부터 1980년대 까지-. 이화여자대학교 대학원 석사 학위논문. 1993.
2. 한국 식품 공업협회 식품연구소. 영양과 특수 질병과의 상관관계 연구. 1988.
3. 이일하. 한국인의 식생활 양상 변화가 건강 및 질병 상태에 미친 영향. 한국식생활문화학회지 8(4): 359, 1993.
4. 이기열. 한국인 식생활 100년(1880-1980). 연세논총 제 21권 별책, 1985.
5. 문수재, 양일선, 이민준, 차진아. 세계 각국의 식품소비구조, 영양소 섭취 수준 및 영양 문제의 변화 양상에 관한 비교 연구. 한국 식생활 문화 학회지 6(2): 199, 1991.
6. 이기열 외 5인. 한국인의 식생활: 어제, 오늘 그리고 내일. 연세대학교 가정대학 식생활학과, 164, 1988.
7. 차배근. 커뮤니케이션학 개론. 서울 세명사, 1991.
8. 김숙현. 한국신문에 실린 여성에 관한 기사분석 연구

- 1920년대와 1960년대를 중심으로-. 서울대학교 신문 대학원 석사학위 논문.
9. 신양재, 김영주. 한국신문에 실린 아동양육에 관한 기사내용 분석(I) -1920년대와 1930년대의 동아, 조선일보를 중심으로-. 대한가정학회지 30(4): 249, 1992.
 10. 신양재, 김영주. 한국신문에 실린 아동양육에 관한 기사내용 분석(II) -1920년대부터 1970년대의 동아, 조선일보를 중심으로-. 대한가정학회지 31(2): 160, 1993.
 11. 이기완, 명춘옥, 박영심, 남혜원, 김은경. 특수 영양학. 제3장 수유기 영양. 1995.
 12. 한국영양학회. 한국인을 위한 식사지침. 1986.
 13. 최강원. 최근 우리나라에서의 질병 변천. 한국영양학회지 21(3): 139, 1988.
 14. 최인현, 변용찬. 최근의 사망 패턴에 관한 고찰. 한국 인구보건학회지 8(2): 46, 1985.
 15. 경제기획원 조사통계국. 인구 및 주택 센서스 보고. 1995.
 16. 보건사회통계연보. 보건사회부 사망원인 통계. 경제기획원 조사 통계국. 1991.
 17. 공세권, 임종권, 김미경. 한국의 사망률과 사망원인. 한국인구보건원. 1983.
 18. 천석조. 식품 위생학적 관점에서 본 건강식품. 한국 식품위생학회지 3(4): 267, 1988.
 19. 한국 건강보조식품 협회. 건강보조식품(I). 몽학 문화사, 1992.
 20. 이재천. 한국신문의 문화적 기능변천에 관한 연구 -1920년부터 1984년까지의 조선일보, 동아일보를 중심으로-. 연세대학교 대학원 박사학위 논문. 1987.
 21. 이규희. 임신부와 여대생의 철분 영양상태와 이에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 강릉대학교 대학원 석사학위 논문. 1997.
 22. 손경희. 서울지역 어린이의 이유실태 조사. 한국조리과학회지 8(2): 107, 1992.
 23. 박준희, 김하원, 김영중, 최용철, 김병각. 한국산 영지의 혈압 강하 성분에 관한 연구. 한국식품위생학회지 2(2): 57, 1987.
 24. 정동욱, 정지훈. 영지의 항균성 물질에 관한 연구. 한국식품과학회지 24(6): 552, 1992.
 25. 김연순, 박경숙, 경규향, 심선택, 김현구. 마늘즙액의 대장균 생육 저해작용. 한국식품과학회지 28(4): 730, 1996.
 26. 강진훈, 안방원, 이동호, 변한석, 김선봉, 박영호. 마늘 및 생강 추출물의 DNA 손상 억제작용. 한국식품과학회지 20(3): 287, 1988.
 27. Brekhman I. Panax ginseng. Gosudarst Isdat et Med Lit Leningrad, 1957.
 28. 한국인삼연초 연구원. 고려인삼. 천일인쇄사, 대전 75, 1994.
 29. 장해랑. 특수 영양 식품의 올바른 이해. 식생활 84, 1995(4).
 30. 대한영양사회. 언론 모니터 활동보고서. -1995년-. 1995.