초록 번호	I - 5 - 2

제 목	국 문	건강 중년 남성에서 커피 음용 습관과 혈압 및 혈중 총 콜레스테치와의 상관성 연구		
	영 문	The correlation between coffee drinking and blood pressure and serum total cholesterol level among healthy middle aged men.		
저 자 및 소 속	국 문	신명희, 김동현, 배종면, 이형기, 박은식, 이무송, 박태수, 안윤옥		
	영 문	Myunghee Shin, Donghyun Kim, Jongmyun Bae, Moosong Lee, Eaesu Park, Yoonok Ahn		
분 야	건강관련 행태		발 표 자	신 명 희 (전공의)
발표 형식	구 연		발표 시간	15분
진행 상황	연구완료 (0), 연구중 ( ) → 완료 예정 시기 : 년 월			

1. 연구 목적

커피 음용 습관이 심장 및 혈관 질환의 주요 위험 요인일 것이라는 가설이 대두된 가운데 커피가 실제로 심장 질환의 주요 위험요인인 혈중 콜레스테롤치와 상관성이 있으리라는 설이 제시되었다. 이에 관하여 지금까지 많은 연구가 진행되어 왔으나 일관된 결과가 나오지 않고 있다. 본 연구에서는, 40대에서 50대 사이의 건강 중년 남성을 대상으로 구축한 서울 코호트 연구의 일환으로서, 커피 음용 습관을 설문 조사하여 커피 마시는 량과 혈압 및 혈중 총 콜레스테롤치와 상관성이 있는지 여부를 알아 보고자 하였다.

2. 연구 방법

서울 코호트 연구의 대상은 의료보험 관리공단의 서울지역 피 보험자로서 1992년 1월 1일 현재 만 40세에서 만 59세 사이의 남성이며, 1990년도 정기 건강검진에서 정상 판정을 받은 사람들 이었다. 이들을 상대로 1992년 11월 기조 설문조사를 시행 하였고 이 설문에서 평소 커피 음용 회수 및 설탕과 프림을 넣는 정도를 물어 보았다. 설문 응답자 15,004명중 498명을 무작위 추출하여 본 상관성 연구의 대상으로 하였다. 대상자들이 응답한 커피 음용 회수를 '않먹는다' '하루 1잔 이하' '하루 1잔 이상'으로 새로이 범주화 하였다(일일 커피 음용 횟수). 수축기 및 이완기 혈압과 혈중 총 콜레스테롤치는 1990년도 의료보험 관리 공단의 정기 건강검진 결과를 이용 하였다.(이 검진의 검사 수치는 대한 임상병리학회로부터 정도 관리를 받고 있다.) 그밖에 교란변수로 작용할 가능성이 있는 요인들, 즉 나이, 비만지수, 음주량, 흡연량, 육류 섭취량 등도 동시에 상관 분석을 실시하였다. 상관분석에서 유의한 변수들을 중심으로 혈중 총 콜레스테롤치에 관한 중회귀분석도 시행하였다.

3. 연구결과

'커피 음용군'과 '커피 비 음용군'과의 기본 특성을 비교하였을 때 하루 흡 연량이나($p<0.0002$) 일생동안의 총 흡연량($p<0.002$), 월 육류 섭취량($p<0.037$) 등이 유의한 차이를 보였고 혈중 총 콜레스테롤이나 혈압은 차이가 없었다. 일일 커피 음용 횟수(cups/day), 년령, 비만지수(Quetelet's index;Kg/m2), 한달동안의 음주량(ml/month), 일생동안의 총 음주량(L), 한달동안의 절대 에탄올 섭취량(ml/month) 일생 동안의 총 에탄올 섭취량(L), 하루 흡연량(cigaretts/day), 일생 동안 의 총 흡연량(packs), 월 육류 섭취량(Kg/month), 커피에 넣는 설탕량(spoons/cup), 커피에 넣는 프림량(spoons/cup), 수축기 혈압(mmHg), 확장기 혈압(mmHg), 혈중 총 콜레스테롤치(mg/dL) 간의 Pearson 및 Spearman 상관계수를 구한결과, 일일 커피 음용 회수는 한달 동안의 절대 에탄올 섭취량($p<0.039$), 일일 흡연량($p<0.0001$), 일생동안의 총 흡연량($p<0.0001$)과 유의한 관계가 있었으며 상관계수(r)은 각각 0.09, 0.30, 0.33이었다. 총 콜레스테롤 치와는 약간의 상관관계가 있었으며($p<0.08$, $r=0.076$), 수축기 혈압이나 확장기 혈압과는 상관이 없었다. 한편 비만지수는 절대 에탄올 섭취량과 혈압 등과 상관성이 높았으며 월 육류 섭취량은 음주량 및 절대 에탄올 섭취량과 대체로 상관성이 높았으나 흡연 지표들과는 상관성이 나타나지 않았다. 혈중 총 콜레스테롤치에 대하여 일일 커피 음용 횟수, 년령, 일생동안의 총 흡연량, 한달동안의 절대 에탄올 섭취량, 비만지수, 월 육류 섭취량을 모두 포함하여 stepwise multiple regression 을 시행 하였으나 모두 유의하지 않았다.

4. 고찰

커피가 혈중 총 콜레스테롤치나 혈압에 관련이 되어 있으리라는 가설은 크게 두 가지 관점에서 살펴볼 수 있는데, 하나는 카페인성분에 의한 작용이라는 설이고 다른 하나는 카페인 이외의 다른 성분들이 더 중요한 risk factor 라는 설이다. 어느쪽이라 하더라도 한국인이 마시는 커피의 종류가 대부분이 인스턴트류이라 카페인 함량이 원두 커피보다 훨씬 적으며, 커피를 마시는 횟수 및 한잔 마실때의 량도 서구인들 보다 적기 때문에 커피에 의한 혈중 콜레스테롤 혹은 혈압 등의 상승을 관찰하기에는 난점이 많다. 또한 혈중 콜레스테롤치에 영향을 미치는 다른 요인들이 적절히 측정되고 보정되지 않은 상태에서는 커피의 영향을 알기가 더 어려워진다. 즉 식이보정을 할 경우에도 총 육류섭취량 대신 총 지방섭취량으로 보정하는것이 더 효과적일 것이며, 육체적 활동량도 적절한 방법으로 계량화되어 보정을 해주어야 커피의 효과를 비뚤림 없이 평가할 수 있을 것이다. 를 마시는 빈도를 측정할 때도 보다 많이 마시는 집단을 세분화 할 필요가 있다. 즉 하루 한잔이하로 마시는 사람들을 여러개의 군으로 나누는 것보다는 하루 한잔 이상을 마시는 사람들을 여러개의 군으로 나누는 것이 커피의 효과를 측정하기가 용이할 것이다. 본 연구의 설문도 하루 2잔 이상 마시는 집단은 더이상 세분화 하지 못 했는데, 이들을 하루 두잔 이상, 네잔 이하, 하루 다섯잔 이상 정도로 더 나눌 수 있다면 상관성 분석이 보다 효과적으로 이루어 질 것이다. 이와같은 문제점들을 보완한 연구가 앞으로 더 필요하다고 판단된다.