

P - 5

고혈압환자의 지질섭취양상과 심혈관계질환 위험요인과의 관계

정인경*, 이일하. 중앙대학교 가정교육학과

심혈관계질환은 식이중 총 지질섭취량 뿐만 아니라 지질섭취 양상과 크게 관련이 있는 것으로서 최근 한국에서는 그 이환율이 점차로 증가하는 추세이다. 따라서 본 연구는 고혈압(수축기혈압 169mmHg, 확장기혈압 95mmHg이상)으로 인해 서울 시내 종합병원에 내원하여 치료를 받는 환자(남 228명,여327명)를 대상으로 지질섭취 양상과 심혈관계질환 위험요인간의 관련성을 알아보기 위하여 조사대상자의 각종 지방산섭취량과 P/S, n-6/n-3를 조사하고 비만지표와 혈압을 측정하고 혈액구성성분을 분석한 후 각 인자간의 상관관계를 Pearson's correlation coefficient(r)로 검증하였다.

본 조사의 결과를 보면 1)고혈압환자인 본 조사대상자 남·녀 모두 정상인에 비해 체중이 무겁고 BMI와 삼두근두께가 높은 수준으로서 뚱뚱하였으며 혈액구성성분도 정상인에 비해 TG와 TC수준 및 Glu농도는 높고 HDL-C수준과 HDL(%)은 낮아 그 양상이 좋지 못하였다. 2)조사대상자의 지질섭취양상과 비만지표와의 관계를 보면 남자의 경우 총 지질 및 각종 지방산섭취량이 많을 수록 WHR이 적어지는 경향을 나타내 지방섭취가 적을 수록 복부지방축적이 많아짐을 알 수 있다. 여자 역시 총 지질 및 각종 지방산섭취가 많을 수록 비만도가 낮았다. 3)혈압은 남자의 경우 다중불포화지방산과 n-6계 지방산섭취량이 많을 수록, P/S 와 n-6/n-3가 클 수록 높았으며 여자의 경우 총 지질 뿐만 아니라 각종 지방산섭취량이 많을 수록 높았다. 4)혈액구성성분은 남자의 경우 총 지질 및 포화지방산섭취가 많을 수록 TC수준은 낮고 HDL-C수준은 높았으며, n-6/n-3가 클 수록 HDL(%)이 낮았다. 여자의 경우 총 지질 및 각종 지방산섭취가 많을 수록 TC와 TG수준 및 Glu농도가 높은 경향이였다.

따라서 고혈압 환자인 경우 남자는 지방섭취량이 적을 수록 복부지방축적이 많고 혈중 지질 수준이 높으며, 여자는 지방섭취가 많을 수록 비만도는 낮으나 혈압이 높고 혈중지질 양상에 좋지 않은 영향을 미치는 것으로 나타났으므로 심혈관계질환 위험요인을 감소시키기 위해서는 지방을 한국인 권장수준인 20% 내외로 섭취하는 것이 바람직할 것으로 보인다.