

포스터 발표

[P-1]

농촌지역 노년기 여성의 영양 상태와 비만도와 의 상관관계

김기량*, 최보율*, 김미경*, 기모란*, 방금녀*, 이상선. 한양대학교 식품영양학과, 한양대학교 예방의학과*

의학기술의 발달과 생활수준의 향상으로 인간의 평균 수명이 연장됨에 따라 노년층의 비율이 빠른 속도로 증가함으로써 노인들의 퇴행성 질환을 포함한 건강 및 적절한 영양공급 문제에 관한 연구들이 활발히 진행되고 있다. 대부분 국내 연구들은 비교적 생활환경수준이 낮은 농촌지역보다는 도시지역의 노년층을 대상으로 한 연구들로 국한되어 있고, 노년층 여성들이 남성들에 비해서 체중과다율이 높은 반면, 영양소 섭취상태는 불량하고 식사의 질이 떨어진다고 보고하였다. 이에 본 연구는 한 농촌지역 노년기 여성들을 대상으로 영양상태와 비만도를 파악하고, 비만도와 관련된 일반환경요인 및 식이섭취량과 상호 관련성을 조사하여 노년기 여성들의 건강 및 영양증진 프로그램에 필요한 기초자료를 제공하고자 하였다. 본 연구는 노년층을 포괄적인 개념으로 보고, 양평균 강하면에 거주하고 있는 50세 이상의 여성들을 대상으로 실시하였다. 훈련된 조사원들에 의한 개인면접으로 일반적 사항 및 영양소 섭취상태를 조사하였고, 간단한 신체계측 측정으로 비만지표를 산출하여 비만도를 조사하였다. 영양소 섭취조사는 24시간 회상법을 이용하였고, 비만지표로는 신장, 체중, 허리둘레, 엉덩이 둘레, 복부높이를 측정하여 Body mass index, Relative body weight, Waist-hip ratio, Sagittal diameter per height, Conicity index를 산출하였다. 대상자들의 평균나이는 64세였고, 작년 한해 평균소득이 420만원으로 경제수준이 매우 낮았다. 교육정도는 무학과 국민학교 졸업자가 가장 많았고, 대부분이 무직 또는 주부였으며, 기혼자가 많았다. 교육수준, 직업, 결혼상태에 따른 영양소 섭취량은 유의적인 차이를 보이지 않았으나 소득의 경우, 소득이 높을수록 영양소 섭취량이 많은 것으로 유의적인 차이를 보였다. 본 조사 대상자들의 평균 영양소 섭취량을 영양권장량과 비교했을 때, 칼슘을 제외하고는 각 평균 영양소 섭취량이 권장량에 가깝거나 보다 많이 섭취하는 것을 보였다. 에너지에 대한 열량영양소의 구성비율은 단백질 : 지방 : 탄수화물이 15.4 : 12.8 : 72.2로서 여전히 탄수화물에 의존적인 경향을 보였다. 연령군별(50~64세군, 65~74세군, 75세이상군) 영양소 섭취량은 75세이상군이 50~64세군보다 단백질, 티아민, 리보플라빈, 아스코르브산에서 유의적인 감소를 보였고, 50~64세군은 대부분의 평균 영양소 섭취량이 권장량 이상으로 섭취함을 보인 반면, 70세이상군은 아스코르브산만이 권장량 이상을 섭취한 것으로 나타났다. 신체계측과 비만지표들의 조사 결과는 신장, 체중, Body mass index, Sagittal diameter에서 연령간에 유의적인 차이를 보였고, 모든 연령군에서 저체중군 집단보다 비만군 집단의 비율이 높은 것으로 나타났다. Body mass index로 분류한 비만도와 영양소 섭취량과의 상관관계는 티아민을 제외하고는 유의적인 차이를 보이지 않았으나, 에너지, 탄수화물, 칼슘의 섭취량에서 비만군이 약간 높게 나타났다.