

### **일부 젊은 여성의 영양상태와 면역반응양상**

이현옥\*, 송정자. 안양전문대학 식품영양과\*, 숙명여자대학교 식품영양학과

최근 경제발전으로 인하여 생활방식이 편리해지면서 식생활의 서구화 경향으로 비만유병률이 점차 증가하고 있으며 또한 젊은 여성의 경우 55.9%가 BMI에 따른 저체중에 속하는 상이한 현상을 나타내어 여성호르몬의 생성부족, 면역 및 대사 기능이 약화될 가능성이 시사되고 있다. 따라서 본 연구에서는 젊은 여성 109명을 대상으로 철분, 아연, 구리 등 미량 무기질을 포함한 식이섭취량과 체질량지수에 따라 저체중군, 정상군, 과체중군으로 나누어 이들의 면역기능을 살펴보았다. 체질량지수에 따른 대상자들의 열량섭취량은 과체중군(1676.4kcal), 저체중군(1643.1 kcal), 정상군(1610.2 kcal)의 순으로 영양권장량의 80.5%-83.8% 수준으로 유의적인 차이를 보이지 않았으나 당질의 섭취량은 3군간에 유의적인 차이를 보였다( $P<0.05$ ). 6차개정에 추가된 아연 섭취량은 영양권장량의 53.3%-59.1%의 낮은 섭취수준을 보이고 있었으며 특히 과체중군에서의 섭취량이 가장 낮았다. 또한 철분 섭취량에서도 과체중군(15.1mg)과 저체중군(15.8mg)이 정상군(19.0mg)보다 적게 섭취하는 것으로 나타났다. 면역 기능 평가에서는 백혈구수(WBC)에서 과체중군이  $8.1 \times 10^3/\text{mm}^3$ , 정상군과 저체중군이  $6.6 \times 10^3/\text{mm}^3$ 을 나타내어 3군간에 유의적인 차이를 보였으며( $P<0.05$ ), 세포매개성 면역상태를 나타내는 항목 중에는 NK-cell에서 과체중군이 17.4%, 정상군이 12.2%, 저체중군이 10.4%로 3군간에 유의적인 차이를 보였다( $P<0.001$ ). 림프구 증식반응에서도 PHA에 의한 반응, ConA에 의한 반응 및 PWM에 의한 반응 모두에서 정상군보다 과체중군과 저체중군이 낮아 유의적인 차이( $P<0.05$ )를 나타내었다.

본 연구 결과로 미루어 볼 때 외견상으로 질환의 형태는 보이지 않았으나 젊은 여성의 경우, 과체중이나 저체중으로 인한 영양불량, 면역 및 건강상의 문제점이 사료되므로 저체중, 과체중의 평가와 치료, 비만과 성인병 예방을 위한 기초자료로 활용할 수 있을 것으로 생각된다.