

충북지역 노인들의 약물복용 및 영양상태 - IV. 약물복용 및 건강관련 습관 (음주, 흡연, 운동)과의 상호작용이 영양상태에 미치는 영향-

한경희*, 김기남, 박동연. 서원대학교 식품영양학과, 충북대학교 식품영양학과, 동국대학교 가정교육과

약과 영양소는 체내에서 상호작용하여 흡수, 이용, 배설에 영향을 주기때문에 약물복용이 높아지는 노년층에서 약물복용은 영양상태에 영향을 미치는 중요한 요인중의 하나로 지적되고 있다. 특히 장기간 약물을 복용하는 노인, 여러약을 복용해야 하는 경우, 영양상태가 불량한 노인들이 약을 복용할때 영양결핍은 더 쉽게 나타날 가능성이 있다. 이외에 흡연, 음주, 운동과 같은 건강관련 요인 및 이들요인들과 약물복용과의 상호작용 또한 노인들의 영양상태에 영향을 미칠 수 있다고 본다. 따라서 본 연구에서는 충북지역 도시와 농촌 노인들을 대상으로 약물복용, 음주, 흡연 및 운동이 각각, 또한 두세가지가 복합적으로 겹친 경우 영양상태에 미치는 영향을 조사함으로써 노인들의 건강 및 영양증진을 위한 정책수립시의 기초자료를 마련하고자 하였다. 충북지역 도시와 농촌에 거주하는 65세 이상 남녀노인 각각 131명, 231명(총 362명)을 대상으로 1996년 8월부터 10월까지, 설문조사, 식이조사, 신체계측 조사 및 생화학적 검사를 실시하였다. 노인들의 약 복용율은 남녀 각각 42.7%, 58.0%로서 여자노인들의 약물 복용율이 더 높았다. 음주율은 남녀 각각 54.2%, 25.9%였고, 흡연율은 남녀 각각 61.0%, 22.5%였으며, 운동을 하는 노인이 남자는 43.3%, 여자는 28.6%인 것으로 나타났다. 약물 복용이 영양소 섭취량에 미치는 영향에 있어서는, 약을 두 가지 이상 복용하는 남자 노인들의 경우에, 1일 평균 열량 섭취량(1374 kcal, 권장량의 72.7%)뿐만 아니라 단백질, 비타민, 칼슘, 철분에 이르기까지 영양섭취가 불량하였다. 그러나 여자 노인들의 경우에는 오히려 약을 복용하는 노인들의 열량 섭취량이 더 높았고, 비타민 B₁도 더 높았다. 따라서 여자의 경우에는 약을 복용하지 않는 노인들이 영양적으로 더 취약그룹인 것을 알 수 있었고, 이들의 열량 섭취량은 1158 kcal 밖에 되지 않았으며, 권장량 75%이하인 노인수가 55.7%에 이를만큼 영양상태가 불량하였다. 남자 노인은 약을 복용하는 노인들의 중성지질치와 혈청 철분이 낮았고, 비만도 역시 낮았다. 여자 노인들의 경우에는 남자와 반대로 약을 복용하는 노인들이 중성지질치와 VLDL-cholesterol치가 높게 나왔다. 혈압은 남녀 모두에서 약물복용으로 인한 차이가 없었다. 약을 한가지 이상 복용하는 노인들중에서 음주·흡연·운동의 건강관련 습관이 한 가지 이상 중복된 경우에, 영양소 섭취량이나 생화학적 검사치에 어떠한 영향이 미치는지를 알아본 결과, 약물복용과 음주를 동시에 하는 남자 노인들은 HDL-cholesterol이 약간 높았고, 여자들은 중성지질치가 높았다. 약물복용과 흡연을 동시에 하는 남자 노인들은 열량과 칼슘을 제외한 나머지 영양소 섭취량이 적었고, 여자는 체중부족자가 많았다. 약물복용과 운동이 중복된 경우에 통계적으로 유의한 차이는 아니었지만, 남녀 모두 대부분의 영양소 섭취량이 많았고, 혈액성분에서는 차이가 없었다. 약을 복용하면서 음주와 흡연 습관을 모두 가진 남자 노인들은 열량, 단백질 및 비타민 C 섭취량이 적었고, 여자들은 오히려 이들 영양소 섭취량이 많아서 남녀간에 다른 경향을 보여 주었다. 혈액성분에 미치는 영향에 있어서는, 약물과 음주, 흡연 습관을 모두 가진 남녀에서 혈중 중성지질치와 VLDL-cholesterol 수준이 유의적으로 높았다. 결론적으로, 약물 복용은 노인들의 영양상태에 큰 영향을 미쳤으며, 약물을 복용하는 노인들이 음주, 흡연, 운동과 같은 건강관련 습관을 가졌을 때, 약물과 이러한 습관과의 상호작용 역시 영양상태에 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 남자 노인들 중에서는 약을 두 가지 이상 복용하는 노인들과, 약물을 복용하면서 음주, 흡연의 습관을 동시에 가진 노인이, 그리고 여자 노인 중에서는 약물을 복용할 형편이 못되어 약을 복용할 수 없는 노인이 영양상태가 가장 취약한 것으로 나타나서, 이들 계층의 영양상태를 향상시키기 위한 대책이 요구된다 하겠다. ●