

정신지체아의 거주형태별 열량 및 영양소 섭취실태

박기순*, 박영숙, 한미영, 한승덕, 김희선.

순천향대학교 식품영양학과, 다니엘학교, 주몽학교

정신지체아는 신체부자유로 인한 식품섭취의 부족과 발작억제제 등의 투약에 따라 성장발육부진과 영양불량 상태도 초래할 수 있다. 특히 성장발육의 중요한 시기인 학동기 정신지체아들의 건강상태, 영양소 섭취실태, 식행동 및 식품기호도를 조사하여 올바른 식습관과 영양적으로 균형잡힌 식사를 유지하도록 기초 자료를 제시하는 것은 중요하다고 사료된다. 본 조사는 서울에 위치한 D 특수학교와 J 특수학교에 재학하는 초등학생 142명을 대상으로 자택과 기숙사에 거주하는 학생을 비교 조사했다. 설문지와 식사섭취조사를 병행하였으며 설문지의 내용은 일반사항 및 건강상태, 식행동과 식품기호도를 살펴보고, 식사섭취량은 24시간 회상법을 이용하여 2일간 조사하였다. 조사결과는 다음과 같았다. 1) 조사대상자의 장애정도는 54.9%가 훈련가능급이었고, 31.0%는 교육가능급, 14.1%가 훈련불가능급인 다운증후군이였다. 평균신장은 통학생과 기숙사생이 각각 131.31cm와 136.11cm였으며, 체중은 32.44kg과 40.19kg으로 두 그룹간 유의적 차이가 있었다. 2) 장애아중 40.1%가 질병을 보유하고 있었으며 질병치료 프로그램에 있어서는 31.7%가 참여하고 있다고 답하였고 치료후 식욕의 변화에 있어서는 46.8%가 좋아졌다고 하였다. 3) 1일운동시간은 통학생과 기숙사생이 각각 56.87분, 65.0분으로 기숙사생이 더 운동시간이 길었다. 4) 열량 및 영양소 섭취량은 통학생과 기숙사생간 차이가 뚜렷했는데, 각각의 평균섭취량(%RDA)은 열량 1778.4kcal와 2311.8kcal(80.8%와 105.1%), 단백질 64.6g과 84.2g(107.7%와 140.3%), 지방 60.6g과 81.3g, 칼슘 550.9 mg과 647.8mg(68.9%와 80.9%), 철분 10.5mg과 11.6mg(87.5%와 96.7%)이었다. 비타민A는 551.2와 471.2(91.9%와 78.5%), 비타민 B₁은 1.4mg과 1.8mg(127.3%와 163.6%), 비타민 B₂는 1.1mg과 1.2mg(84.6%와 92.3%), 나이아신은 11.9mg과 15.8mg(85.0%와 112.9%), 비타민 C는 54.0mg과 61.7mg(108.0%와 123.4%)으로 나타났다. 특히 칼슘의 섭취량이 권장량에 비해 저조하였다. 정신지체아들이 권장량에 미달되게 섭취한 영양소는 열량, 칼슘, 철분, 비타민 A, 비타민 B₂였으며, 권장량에 초과된 영양소는 단백질, 비타민 B₁, 비타민 C이었다. 두 집단간에 유의차를 보인 영양소는 열량, 단백질, 지방, 당질, 나이아신이였다. 대부분의 영양소 섭취량이 기숙사생이 통학생보다 많았으나 비타민 A는 통학생이 더 많았다. 이상의 결과에서 기숙사에 거주하는 장애아동이 자택에 거주하는 아동보다 체위 및 열량, 영양소 섭취량이 훨씬 양호하였으므로, 정신지체아동들을 수용하여 교육할 수 있는 시설의 확충이 요구된다.●