

대구지역 일부 산업체 근로자의 건강실태와 식행동 조사분석

윤진숙*, 오현미, 최영선, 박명희, 최봉순. *계명대 식품영양학과, 대구대 식품영양학과, 대구효성카톨릭대 식품영양학과

성인질환증에서 인슐린 저항성 및 고인슐린 혈중, VLDL의 증가와 HDL-cholesterol 감소, 고혈압, 비만 등 심혈관 질환의 위험을 증가시키는 요인들이 일종의 집단을 이루어 자주 동반되어 나타나는 것을 syndrome X라고 명명한다. 따라서 본 연구에서는 대구지역의 산업체 근로자들을 대상으로 건강진단조사와 식행동 조사를 실시하고 대상자들을 syndrome X 위험군과 정상군으로 나누어 두 군간의 건강실태 및 식행동의 차이를 분석하고 연령별 식행동 차이를 파악함으로써 성인질환 예방과 관리에 필요한 영양교육 자료를 수집하고자 하였다.

건강진단조사는 대구지역 성서공단의 4개 산업체에 근무하는 남자 근로자 452명을 대상으로 실시하였으며 건강진단조사를 실시한 4개 업체중 1개 업체를 선정하여 식행동 설문조사를 실시하였다. 건강진단조사에서는 대상자의 신장과 체중, 수축기 혈압과 확장기 혈압을 측정하였으며 혈색소, 혈당, 총콜레스테롤, 알부민 혈당, γ -GTP를 측정하였다. 식행동 설문조사에서는 가정, 회사, 음식점에서의 식사섭취횟수 및 음주량, 운동량을 조사하였으며 각 식품별 섭취빈도, 음주빈도, 흡연빈도 등을 3가지 빈도로 구분하여 식행동 점수로 나타내었다.

모든 자료는 SAS 프로그램을 사용하여 통계처리하였으며 t-test, One-way ANOVA-Duncan test, χ^2 test를 이용하여 유의성 검증을 하였다.

건강진단 분석결과 syndrome X와 관련되는 4가지 지표인 혈압, 총콜레스테롤, 혈당, BMI중 1가지 이상이 정상수준을 벗어난 사람의 비율은 38.5%로 나타났다. 건강진단 결과 각 변수들간의 상관관계에서 수축기 혈압(SBP)은 연령, 체중, DBP, 혈당, 총콜레스테롤, BMI와 유의한 양의 상관관계($p < 0.001$)가 있는 것으로 나타났고, 확장기 혈압(DBP)은 연령, 체중, SBP, 총콜레스테롤, BMI와 유의한 양의 상관관계($p < 0.001$)가 있는 것으로 나타났다. 혈당은 연령, SBP, 총콜레스테롤과 유의한 양의 상관관계($p < 0.001$)가 있는 것으로 나타났고 총콜레스테롤은 연령, 체중, SBP, DBP, 혈당과 유의한 양의 상관관계($p < 0.001$)가 있었다. BMI는 연령, 체중, SBP, DBP, 총콜레스테롤, GPT와 유의한 양의 상관관계($p < 0.001$)가 있었다.

식행동조사 결과 하루에 1끼 거른다는 응답이 27.8%, '식품배합에 대한 생각없이 먹는다'는 응답이 63%, 운동을 하지 않는 경우가 66.7%로 나타났다.

Syndrome X 위험군과 정상군의 식행동 비교에서 위험군의 결식빈도가 유의하게 ($p < 0.001$) 높게 나타났으며 음주습관의 경우 정상군이 위험군보다 유의하게 ($p < 0.05$) 좋은 것으로 나타났다. 혈압은 식행동 점수와 유의하게 높은 음의 상관관계($p < 0.05$)를 보임으로써 식행동 점수가 높을수록 고혈압의 위험이 낮아짐을 알 수 있었다. 혈당 및 총콜레스테롤의 경우 위험군에서 운동횟수와 유의하게 높은 음의 상관관계($p < 0.05$)를 보였다. 따라서 규칙적인 운동을 할수록 당뇨병과 고지혈증의 위험이 낮아지는 것으로 나타났다. BMI의 경우는 정상군에서 식사소요시간과 유의한 음의 상관관계($p < 0.05$)를 보였으므로 식사시간이 길어질수록 비만의 위험이 감소되는 것으로 나타났다.●