

순환기질환자에서 영양상담에 의한 혈청 지질과 항산화영양소 상태 변화

최영선¹, 서정미², 이난희², 조성희², 박의현³

¹대구대학교 식품영양학과, ²대구효성가톨릭대학교 식품영양학과, ³경북대학교 의과대학 내과

Change of serum lipid and antioxidant status in cardiovascular patients through nutrition counseling.

Young-Sun Choi¹, Jung-Mee Seo², Nah-Hee Lee³, Sung-Hee Cho², We-hyun Park³. ¹Dept. Food & Nutr, Taegu University, ²Dept. Food Science & Nutr, Catholic University of Taegu Hyosung, Kyung-San, Kyungbuk, ³Dept. Internal medicine, College of Medicine, Kyungpook National University, Taegu, Korea

최근 급속한 경제 성장과 식생활의 변화로 질병의 양상이 크게 변화하였으며, 순환기질환으로 인한 사망이 전체 사망률의 1/5을 차지한다. 순환기질환의 가장 빈번한 형태는 죽상동맥경화, 동맥혈전증, 고혈압이다. 본 연구는 순환기질환자의 증상을 완화시키기 위한 목적으로 환자와의 영양상담을 시행하고 환자의 혈청 지질과 항산화비타민의 상태 변화에 미치는 효과를 조사하고자 시도되었다. 대상자는 경북대학교 순환기내과 외래 환자들로서 주치의의 관리아래 상담 전에 진료와 공복상태의 채혈을 한 후, 영양상담원이 환자와 개별적으로 면담하여 환자의 일반환경, 생활습관, 식습관, 식품섭취빈도, 24시간 회상에 의한 식이섭취조사를 시행하였다. 조사 결과에 근거하여 환자의 식생활을 진단하고, 변화시켜야 할 식생활 내용과 식사요법에 대하여 설명하고, 관련된 자료를 제공하였다. 일정한 간격으로 전화를 통한 상담으로 지속적인 관심을 갖도록 하였으며, 진료시 주치의가 환자에게 실천을 당부하였다. 11-55주 후 채혈과 영양조사를 다시 시행하여 상담전의 자료와 비교하였다. 혈청 지질은 분석용 kit을 사용하였으며, 과산화지질 정량은 thiobarbituric acid(TBA)와 반응하는 물질(TBARS)을 정량하였으며, 비타민 A, E는 HPLC로 정량하였다. 대상자는 남자 23명, 여자 26명, 남자의 평균 연령은 56.8세, 여자는 62.6세였다. 영양 상담 전 후를 비교하였을 때, body mass index(24.5 vs 24.6)는 차이가 없었으나, 허리-엉덩이 둘레비(0.886 vs 0.870, P=0.088)는 감소하였으며, 식습관점수(19.5 vs 21.5, P=0.000)는 유의하게 향상되었다. 혈청 총콜레스테롤(229.9 vs 212.7 mg/dl, P=0.017)은 7.5% 감소하였으며, LDL 콜레스테롤(153.9 vs 134.6 mg/dl, P=0.012)은 12.6% 감소하였다. 혈청 중성지방 농도(171.1 vs 158.3 mg/dl)는 낮아지는 경향이었으나 통계적으로 유의하지는 않았다. HDL 콜레스테롤(41.8 vs 46.4 mg/dl, P=0.056)은 높아졌으며, Lipoprotein(a) 수준은 차이가 없었다. 혈청 retinol 농도는 차이가 없었으며, 비타민 E 농도는 7.0% 증가하는 경향이었으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 24시간 회상에 의한 식이섭취조사 결과 상담 전에 비하여 상담 후 에너지 섭취량(1627 vs 1251 kcal/day, P=0.002), 당질 섭취량(264.0 vs 186.4 g/day, P=0.000), 비타민 B1 섭취량(1.05 vs 0.77 mg/day, P=0.005)이 유의하게 낮아진 한편, 철분, 칼슘, retinol, carotene 섭취량은 높아진 경향을 보였다. 본 연구는 영양상담을 통하여 순환기질환자의 영양관리를 시행함으로써 혈청 지질을 의미있게 개선할 수 있음을 보여 주었다. ©