

여자 고등학생 흡연자의 영양상태 평가 및 흡연관련요인 분석 - I. 신체계측과 식이섭취실태 및 혈액 임상학적 조사

이희원 · 김주영 · 김경원 · 김정희, 서울여자대학교 영양학과

Assessment of nutritional status and factors related to smoking in adolescent females : I. Anthropometric measurement, nutrient intakes and hemological indices. Heewon Lee, Juyoung Kim, Kyungwon Kim and Junghee Kim, Dept. of Nutrition, Seoul Women University

본 연구는 최근 흡연율이 증가하고 있는 청소년 집단 중 여고생을 대상으로 이들의 영양상태를 조사하기 위하여 신체계측과 식이섭취실태 및 혈액 임상학적 검사를 실시하였다. 연구대상자는 서울시내 소재한 실업계 여자고등학교(2개교)에서 여고생 172명(흡연자 85명, 비흡연자 87명)을 대상으로 흡연 유무에 따라 두군으로 나누어 신체계측, 혈압, 체지방량을 측정하였고, 식습관 및 식이섭취실태를 설문조사를 통하여 수행하였으며, 영양소 섭취량은 3일간의 자가 기록을 토대로 Computer Aided Nutrition analysis program(전문가용)을 이용하여 분석하였다. 혈청 지질 및 알부민, GOT, GPT, 혈당 등은 혈액분석기로, 헤모글로빈, 헤마토크리트, 적혈구수, 백혈구수, 평균혈구부피는 혈구자동분석기로 분석하였다. 수집된 자료는 평균과 표준 오차로 나타내었으며 SAS package를 이용하여 통계 처리 하였고, 두 군간의 유의성 검증은 $p < 0.05$ 수준에서 Student's t-test로 하였다. 본 연구에서 흡연 여고생의 평균흡연력은 1.26년이었으며 하루에 10개피 이하로 담배를 피우는 학생이 약 80%였다. 여고생들의 흡연 유무에 따른 신체계측치, 체지방량이나 혈압을 비교했을 때 두군간에 유의적인 차이가 없었고, 식습관의 차이를 조사한 결과에서는 식사횟수나 결식률에는 두군간에 차이가 없으나, 식사의 규칙성에는 흡연자가 불규칙적으로 식사를 하는 사람이 많았다. 영양소 섭취량을 분석해 본 결과 흡연자와 비흡연자간에 유의적인 차이는 없었으나 식이지방 섭취량이 비흡연자에게서 높은 경향이 있었고, 여고생들이 전반적인 영양소 섭취실태가 불량한 것으로 나타났으며 특히 칼슘, 철분, 비타민 A, 비타민 B₂의 섭취량은 아주 불량하였다. 혈청 지질양상은 예상과는 달리 비흡연자가 흡연자보다 혈청 콜레스테롤 및 LDL-콜레스테롤 농도가 유의적으로 높았는데 이는 혈청 콜레스테롤 농도에 흡연외에 다른 요인에 의한 것이라 사료된다. 혈액 임상검사에서도 흡연자와 비흡연자간에 유의적인 차이는 발견하지 못하였다. 결국 여고생들이 흡연력이 짧고 흡연량이 많지 않아 임상적인 큰 변화는 초래하지 않았으나 항산화 비타민과 무기질의 영양상태를 분석하면 보다 종합적인 영양상태를 평가할 것으로 사료된다.◎