

한국인과 재미 한국인의 식습관과 항산화제 섭취 비교 조사-위암 발병과의 관련성

김 계옥, Wayne Johnson, Tammy M Bray.

전세계적으로 50만명이 매년 위암으로 죽어가고 있으며 그 발생 분포는 지역적으로 25배차이를 보이는 것으로 보고되어 있다. 이러한 차이는 환경적인 요인, 특히 식품이 중요한 요인인 것으로 추측된다. 한국인들이 세계적으로 높은 위암 발병률을 보이고 있으나, 한국계 미국인들의 위암 발병률은 한국인과 비교해보았을 때 낮게 나타나고 있다. 같은 유전적인 인자를 가진 한국인과 미국 교포들 사이의 다른 위암발생율은 다른 식생활 습관에서 오는 차이로 볼수있기 때문에 한국인과 교포들의 음식 섭취의 조사, 비교가 절실히 요구되고 있다. 이러한 이론적 배경으로 역학연구가 수행됐다. 한국에서는 서울과 서울 변두리의 경기 지역, 그리고 재미 한국인 조사로는, 오하이오주의 콜럼부스지역에서 식습관 비교 연구가 이루어졌다. 이 두 집단에서는 단일 품목의 식품 조사 이외에도 항산화 영양소의 섭취가 비교됐다. 역학 조사를 위해 300 매의 설문지가 각 지역에서 배부됐다. 설문지는 개인의 건강상태와 2일간의 식품 섭취 기록으로 이루어졌다. 조사 대상의 연령층은 35세 이상으로 구성됐다. 역학 조사결과 전통적 대표식품인 김치의 섭취량에서 많은 차이가 났다. 한국인들은 하루에 60g이상의 김치를 섭취한 반면 한국계 미국인들은 20g 미만의 김치를 섭취하였다. 김치 섭취이외에 항산화 영양소의 섭취에서도 차이가 나타났다. 비타민 C, E, glutathione 의 섭취에서 미국 교포들의 섭취가 한국인들의 것보다 높게 나타났다. 식품의 영양소를 계산하기 위해 USDA 의 식품 분석 자료가 이용됐고 한국 식품의 분석에는 한국 식품 성분표가 이용됐다. 그러나, 식품에서 중요한 항산화 성분으로 위벽을 보호하는 결정적 역할을 하는 glutathione의 성분이 보고되어있지 않은 관계로 한국 식품에서의 glutathione의 양을 측정했다. 이 실험 결과에서 재미 한국인들의 기호 식품인 해조류, 현미에서 많은 양의 glutathione이 검출됐고 한국에 있는 한국인들의 기호 식품인 백미, 고추장, 된장, 김치에서는 미량의 glutathione이 검출되거나 검출되지 않았다. 이러한 결과들은 한국인과 재미 한국인의 식습관과 질병의 형태를 비교함으로써 한국인에 많은 위암 발병률의 원인을 이해하는 정보를 제공했다.