

농촌지역 알코올 의존자들의 B-vitamin 영양상태에 관한 연구

김은정*, 장남수. 이화여자대학교 가정과학대학 식품영양학과

알코올은 가장 흔히 사용되면서도 남용되는 약물로서, 알코올 중독은 흡연과 함께 국민 보건에 미치는 영향이 매우 큰 질환이다. 지난 몇 년 동안 우리 나라 음주 인구의 비율은 계속 증가하고 있는 추세이며, 이러한 알코올 섭취의 증가는 실제로 심각한 영양적 문제를 야기한다. 특히 만성적인 알코올의 섭취는 간질환을 일으킬 뿐만 아니라 영양소 대사를 저해하고, 임상적으로 vitamin B₁, B₂, B₆, folate, ascorbic acid와 같은 수용성 비타민의 결핍증을 유발시키는 것으로 알려져있다. 본 연구는 아직 신경계 임상증세가 나타나지 않은 상태의 알코올 의존자들을 대상으로 영양상태를 평가하여 이들의 영양 문제점을 파악하고 이들을 위한 영양관리 방법을 모색하여, 알코올 중독을 예방하고 치료하는 대책의 기초자료를 얻고자 시도되었다. 연구대상은 정읍지역에 거주하는 알코올 의존자 17명과, 이들과 연령, 성별, 교육정도가 대응되는 정상인 15명 이었다. 이들로부터 혈액을 수집하여 적혈구내의 transketolase, glutathione reductase, aspartate transaminase 효소활성도를 측정함으로써 각각 vitamin B₁, B₂, B₆ 수준을 분석하였다. 또한 미생물학적 방법을 이용하여 적혈구 및 혈장의 folate 수준을 분석하였다. 그리고 24시간 회상법을 이용하여 식이섭취조사를 실시하였다. 그 결과 vitamin B₁ 및 B₂의 영양상태는 알코올군의 경우 대조군에 비해 유의적으로 낮은 것으로 나타났으며, vitamin B₆ 영양상태는 두 군간에 유의적인 차이를 보이지 않았다. 적혈구 엽산농도의 경우, 알코올군에서 결핍상태 및 한계 결핍상태에 있는 대상자의 빈도가 대조군에 비해 유의적으로 높았으나, 혈장 엽산 농도는 두 군간에 유의적인 차이가 없었다. 조사 대상자들의 각 영양소 섭취량에 있어서도 두 군간에 유의적인 차이는 없었다. 그러나 전체적으로 단백질, vitamin B₁, niacin, vitamin A, vitamin C, 칼슘, 인, 철의 섭취량은 권장량보다 높게 나타난 반면, 열량과 vitamin B₂, B₆, folate의 섭취량은 권장량보다 낮게 나타났다. 본 조사 결과 농촌지역 알코올 의존자들의 B-vitamin 영양상태가 대체로 저하되어 있는 것으로 확인되었으며, 또한 이러한 vitamin의 섭취상태도 양호하지 못한 것으로 나타났다. 따라서 음주 인구 계층을 위한 영양교육 및 식품섭취에 대한 지도가 필요하다고 생각된다.