

일부지역 저소득층 독거노인의 건강 및 식생활 행동에 대한 연구

이기완*, 이영미. 경원대학교 생활과학대학 식품영양학과

Nutritional and Health Status of Low-income and Living-alone Elderly in Sungnam

Ki Wan Lee, Young Mee Lee, Department of Food and Nutrition, Kyungwon University, Sungnam, Kyunggi-Do, Korea

인구의 고령화와 산업화 및 도시화에 따른 핵가족화 현상과 전통적 노인부양 가치관의 약화로 인하여 노인 단독 거주 가구의 구성이 급증하고 있는 실정이다. 독거노인은 노화현상에 따른 영양 저하 문제에 부가하여 사회, 경제적 소외감, 고립감 등과 함께 가족의 도움이 없는 식생활로 영양상태가 불량할 것으로 사료된다. 본 연구에서는 성남지역 생활 보호 대상 독거노인 185명을 대상으로 건강 관련 사항 및 일상 생활의 수행능력을 평가하고 식행동과 식습관 및 식생활 위험요인을 파악하여 이들의 관계를 규명하고 영향력있는 변인들을 분석하여 점차 증가 추세 있는 독거노인들의 건강과 영양, 급식 문제 해결 방안 모색의 기초 자료를 제공하고자 한다. 연구 방법은 교육을 받은 조사원이 독거노인의 가정을 방문하여 면접법에 의해 1999년 2월부터 3월에 걸쳐 조사를 실시하였고 SPSSWIN, ver. 8.1을 사용하여 통계 처리하였다. 조사대상자의 연령은 65~90세로서 92.2%가 생활 보호 대상자였으며 월수입이 30만원 이하였다. 건강 자가 평가에서는 63.6%가 자신이 허약하다고 판단하며 89.7%가 현재 질병을 보유하고, 29%가 약물을 복용중이었다. 심리적 장애 정도로 80.9%가 외로움을 느끼고 있고 74.3%가 기억력의 감퇴를 느꼈으며 육체적 장애증세로는 80.7%가 치아의 불편, 69.7%가 사지의 움직임에 불편, 58.1%가 시력 불편을 호소하였다. 독거노인의 일상생활 수행능력을 각 조사항목당 노인 자신이 일상생활의 수행에서 남의 도움을 받아야할 경우 최소 0점에서 도움없이 완벽히 수행할 경우를 10점으로 하여 10개의 문항 총점을 100점으로 평가한 결과 평균 84.48점으로 나타났고 남자가 88.99±11.11, 여자는 83.33±16.01로 남자 노인의 일상생활 수행능력이 유의적으로 높았다(P<0.05). 식행동 평가에서 독거노인은 아침(94.6%) 및 저녁(99.5%)은 주로 집에서 식사를 하지만 점심은 58.7%가 무료급식소를 이용하는 것으로 나타났다. 가정에서 식사시에는 92.3%가 본인이 직접 조리를 하는 것으로 조사되었는데 남자 노인은 83.3%, 여자는 94.6%로 유의적 차이를 보였다.(P<0.01). 노인의 영양취약정도를 분석한 결과는 영양취약정도를 평가하는 12 문항을 구성하여 이중 5개 이상의 항목에서 취약요소가 내재하고 있다고 응답한 경우를 영양 불량 위험도가 높은것으로 평가하였는데 남자는 4.5±1.2, 여자는 4.4±1.4로 나타나 유의적 차이는 보이지 않았으며 전체 응답자의 하위 25% 수준이 5개 이상으로 나타나 영양 불량 위험이 내재한 집단으로 간주되었다. 이중 가장 응답빈도가 높은 항목은 식품구입비용이 충분치 않다는 항목이었으며 전일 먹은 음식의 가짓수가 5개 미만이라는 항목의 응답빈도수는 남자가 여자보다 유의적으로 높았다(P<0.05). 식습관 조사를 통한 영양섭취 평가에서는 총 10점 만점에 3.91± 1.29로 나타나 대체로 불량하였으며 노인의 식습관상 유지류의 섭취와 유제품의 섭취가 부족한 것으로 조사되었으나 식습관에 유의적인 차이는 나타나지 않았다.♣