

허혈성 심장질환의 유발에 미치는 식습관과 생활습관 요인에 관한 연구

전효정*, 정영진. 충남대학교 식품영양학과

A Study on Eating Habit and Life Style Factors Related to the Incidence of Ischemic Heart Disease

Hyo-Jeong Jeon, Young-Jin Chung Department of Food and Nutrition, Chungnam National University, Taejon, Korea

본 연구는 관상동맥 질환의 위험인자로 알려져 있는 고 콜레스테롤혈증, 흡연, 고혈압 등에 영향을 미치는 식습관이나 생활습관 요인 중에서 어떤 요인이 구체적으로 관련되는지 알아보고자 충남대학교 병원에 내원한 대전, 충청 지역 남성 허혈성 심장질환자 82명을 대상으로 하여 수행되었다. 조사대상자의 신체계측, 혈청 성분 및 혈압은 병원기록을 이용하였고 진단받기 전의 식습관과 흡연, 음주, 활동정도 등 생활습관을 설문지법에 의해 직접면담을 통하여 1997년 2월 한 달동안 조사하였다. 자료의 통계적 처리는 SAS(Statistical Analysis System) package를 사용하여 분석하였다. 조사대상자의 평균연령은 61.1 ± 10.6 세, 평균 체질량지수(BMI)는 23.7 ± 2.7 로 나타났다. 생활습관에서는 1일 흡연량이 한 갑 이상인 경우가 47.6%이었으며 음주빈도는 가끔 마시는 경우가 41.5%로 나타났다. 흡연량에 따른 식품섭취와 혈청성분에서 흡연량이 많을수록 과일류의 섭취는 적었고($p < 0.05$) 곡류 및 감자류·당류의 섭취는 많았으며($p < 0.05$), 혈청 중성 지방 농도가 높았다($p < 0.01$). 혈청 지질 수준이 높은 군과 낮은 군으로 분류하여 식품섭취량을 조사한 결과, 고 혈청콜레스테롤군이 저 혈청콜레스테롤군에 비해 유지류와 총 식품 섭취량이 많았으나($p < 0.05$), 혈청 중성지방, 혈청 HDL 콜레스테롤과 혈당의 수준에 따른 식품섭취와의 관계에서는 유의성이 나타나지 않았다. 그러나 고지방 식이 섭취군에서는 저지방 식이 섭취군에 비해 혈청 알부민 농도만이 높았고($p < 0.05$) 계란을 하루 2개 이상 섭취하는 군에서 2개 미만 섭취군에 비해 혈청 총 콜레스테롤, 혈청 총 단백질의 농도가 높았다($p < 0.05$). 식품 선호도에 따라서는 육류 선호군에서 생선 선호군보다 혈청 BUN, BUN/Creatinine의 비가 높았고($p < 0.05$) 기름기 많은 육류와 기름기 적은 육류의 섭취 선호도에 따른 혈청성분의 유의적인 차이는 나타나지 않았다. 체격과 혈청성분과의 상관관계에서는 체중이 높을수록 혈청 중성지방, 혈청 총 콜레스테롤, 혈청 알부민, 혈청 GPT의 농도가 높았고($p < 0.05$) BMI가 높을수록 혈청 중성지방($p < 0.01$), 혈청 알부민의 농도가 높았다($p < 0.05$). 강도별 활동정도와 혈청성분의 상관성을 보면 심한 활동을 많이 할수록 수축기 혈압, 이완기 혈압이 낮았고($p < 0.01$) 가벼운 활동을 많이 할수록 혈청 총 콜레스테롤($p < 0.01$)과 혈청 총 단백질의 농도가 높았고($p < 0.05$) 앉아서 하는 활동을 많이 할수록 혈청 중성 지방의 농도가 높았다($p < 0.05$). 식품섭취와 혈청성분의 상관성에서는 총 식품, 총 열량, 알콜부가 총 열량의 섭취가 많을수록 혈청 총 단백질, 알부민의 농도가 높았다($p < 0.05$). 알콜부가 총 열량의 섭취가 높을수록 혈청 중성지방의 농도가 높았고($p < 0.05$) 육·어·난·대두류 섭취, 단백질 열량 구성비가 높을수록 혈청 HDL 콜레스테롤, 혈청 Creatinine이 높았다($p < 0.05$). 이상의 결과에서 과체중, 운동 부족, 과량의 식품섭취, 유지류와 알콜섭취, 2개 이상의 계란섭취가 혈청 지질에 영향을 주는 요인으로 파악되었다.◆