

치료받기전 고혈압 환자의 영양상태 특성에 관한 연구

손숙미*, 허귀엽. 가톨릭대학교 생활과학부 식품영양전공

Characteristic of Nutritional status of Hypertensive Patients before Treatment

Sook Mee Son, Gy Yeup Heo. Department of Food and Nutrition, The Catholic University of Korea, Pucheon, Korea

혈압을 상승시키는 요인으로 혈관벽의 저항증가, 혈액의 부피증가 등이 알려져 있다. 여기에 유전적 요인과 환경적 요인이 관여한다고 보고되었으며 환경인자로는 생활환경, 식생활 습관, 흡연, 과음, 비만, 스트레스, 운동부족 등을 들 수 있다. 치료를 이미 받고 있는 환자들은 식사요법이나 약물요법 등으로 인해 고혈압의 특징이 잘 나타나지 않기 때문에 본 연구에서는 치료시작 전 환자들에 대한 신체계측치와 생화학적 영양상태의 특징을 살펴봄으로써 고혈압 환자를 대상으로 한 영양서비스 프로그램에 기초자료를 제공하는데 연구의 목적을 두었다. 본 연구에서는 서울 시내 병원 고혈압 클리닉에 처음으로 내원한 환자 중 약물치료나 식사요법을 시작하기 이전인 102명의 고혈압 환자(남자 44명, 여자 58명)를 대상으로 신체계측치, 생화학적영양상태, 혈압과 관련된 인자들에 대해 조사하여 다음과 같은 결과를 얻었다. 남자들의 평균연령은 49.9세로서 평균 수축기 혈압이 165.8mmHg, 이완기 혈압이 108.4mmHg로 조사되었으며, 이중 56.8%가 고혈압 3기(수축기혈압 180mmHg이상, 이완기혈압 110mmHg이상)로 분류되었다. 남자환자들의 45.5%는 혈청 renin 농도가 2.5ng/ml/h 이하인 low renin hypertension으로 나타나 식사의 나트륨 섭취량에 따라 민감하게 혈압 변화를 일으킬 수 있으므로 식사 나트륨의 제한이 필요할 것으로 보인다. 남자환자들의 과체중이나 비만 정도를 살펴보았을 때 BMI 25이상인 사람이 47.7%, 체지방 21%이상인 사람이 80.9%로 매우 높았다. 생화학 검사 결과 남자들의 19.1%가 고중성지방혈증, 42.6%가 고콜레스테롤혈증, 17%는 혈청콜레스테롤 농도가 약물치료가 필요한 240mg/dl 이상이었다. 심혈관질환의 위험인자(atherogenic index)가 높은 남자의 비중은 72.3%로 나타났다. 남자들의 흡연율은 54.5%로 나타났는데 과거의 흡연 경험까지 포함하면 72.7%가 흡연 경험이 있는 것으로 조사되었으며, 현재 흡연을 하고 있는 사람에 대해 조사했을 때 91.7%가 하루에 1갑 이상을 피우면서 흡연 기간 역시 10년 이상인 것으로 나타났다. 음주의 비율은 86.4%로 조사되었는데 이 중 15.8%는 매일 술을 먹고 있어 매일의 음주율이 높은 특징을 보였다. 여자들의 평균연령은 53.5세였으며 평균수축기 혈압은 162.6mmHg, 이완기 혈압은 104.3mmHg로서 이들 중 43.1%가 고혈압 2기(수축기혈압 160mmHg이상, 이완기혈압 100mmHg이상)를 보여 남자환자들에 비해 중증 고혈압 비율이 적었다. 여자환자들의 55.1%가 low renin hypertension을 보여 남자환자에 비해 높은 비율을 보였다. 여자환자들의 비만이나 과체중의 정도를 살펴 보았을 때 BMI 27이상인 사람이 31%, 체지방 28%이상인 사람이 76.3%로 나타나 남자환자들에 비해서는 과체중 혹은 비만비율이 낮았으나 일반성인에 비해서는 높았다. 여성들 중 24.1%가 고중성지방혈증, 36.2%가 고콜레스테롤혈증이었으며, 심혈관질환의 위험인자가 높은 사람은 63.8%로 나타났다. 여성에 있어서의 흡연율은 8.5%, 음주율은 43.1%로 조사되어 음주율의 경우 전국 성인 여자 기준치인 33% 보다 높았다.