

## 임신 중 식이를 통한 영양소 보충이 임신 결과에 미치는 영향 \*\*

안 홍 석\* · 박 윤신, 성신여자대학교 식품영양학과

보건소에서 산전관리를 받는 임신부들을 대상으로 영양불량의 위험이 있는 임신부들에게 식이를 통한 영양보충을 실시하여 임신결과에 미치는 효과를 알아보았다.

전체 조사대상 임신부 167명 중 미국의 WIC자료와 우리나라에서 임신부 영양에 대해 조사한 자료를 토대로 철분 결핍의 위험이 있는 임신부를 조사대상자로 선정하였다. 혈액 내 헤모글로빈 함량이 11g/dl이하인 임신부 45명과 헤마토크리트치가 34%이하인 임신부 85명 중 시리얼을 통한 철분보충 프로그램 참여에 동의한 임신부를 69명과 건강한 임신부 (Healthy Normal Group:HNG) 31명을 대상으로 철분 보충을 실시하였다. 철분보충은 임신 후기인 26주 이후부터 분만직전까지 실시하며, 시리얼과 우유 보충량은 열량을 기준으로, 임신후반기 추가 열량 권장량의 %인 233.33kcal가 보충되는 양으로 하였다. 이 때 단백질은 8.9g, 탄수화물 46.25g 및 철분은 1.7mg이 공급되며 시판 철분제제를 통해서도 일일 40-100mg의 철분이 보충되도록 하였다.

본 연구대상 임신부들은 29.7로 처음 조사당시의 임신 주수는 평균 20.4주로 임신 중기에 해당하였고, 월 평균소득이 158.2만원이었으며, 임신 횟수는 평균 2.5회의 경산부들이었다. 평균 수축기와 이완기 혈압은 각각 104.3mmHg와 64.9 mmHg로 역시 정상수준이었으며, 삼두박근의 피부두겹두께와 상완위둘레도 각각 17.4mm와 26.0mm로 군간에 유의적인 차이는 없었다. 영양소를 보충받는 군에서는 탄수화물과 전체 열량 섭취량에 차이가 있었고, 미량 영양소 중에서는 비타민 B<sub>6</sub>가 영양소 보충 후에 섭취량이 증가한 것으로 나타났다.

영양소 보충군 임신부들의 hemoglobin과 hematocrit 및 혈청내 Fe, ferritin농도와 transferrin포화도는 영양소를 보충받지 않는 임신부들에 비해 유의적으로 낮았으며 이들은 시리얼과 철분 보충으로 개선되는 것을 알 수 있었다.

또한 임신 중 체중증가량과 신생아의 출생시 체중은 영양 보충군에서 양호한 임신결과를 나타내었으며 각 요인간의 상관관계 분석에서도 영양 보충군에서 혈액내 철분 영양지표와 영양소 섭취간에 유의적인 양의 상관관계가 나타났다.

\*\* 1997년도 “보건의료 기술연구개발사업”의 연구비로 수행되었습니다.