

P3-23

청소년의 성별 체위, 혈액성상 및 영양섭취상태의 동맥경화인자 특성 비교

김보은*, 광진숙, 김미현, 조미숙¹, 이현숙², 김화영. 이화여자대학교 식품영양학과, ¹배화여자대학 식품영양과, ²한림대학교 생명과학부

고혈압, 비만, 고지혈증 등이 동맥경화증의 가역성 및 부분 가역성 인자로 알려지면서 이러한 인자들을 조기에 발견하여 교정하려는 시도가 많아지고 있다. 따라서 본 연구에서는 16-19세의 청소년 총 201명(남자 107명, 여자 94명)을 대상으로 체위, 혈압 및 혈액성상, 동맥경화증 인자에 영향을 미치는 식이 인자를 분석하고 동맥경화증 인자들의 성별 특성을 알아보려고 하였다. 그 결과 고혈압(수축기혈압 ≥ 140 mmHg 또는 이완기혈압 ≥ 90 mmHg) 비율은 전체 남자의 20.6%, 전체 여자의 3.6%로 남자가 여자에 비해 고혈압 비율($p=0.0003$)이 높는데 반해, 고콜레스테롤혈증(≥ 200) 비율은 전체 남자의 8.5%, 전체 여자의 23.4%로 여자($p=0.019$)가 더 높은 것으로 나타났다. 즉, 청소년 남자는 여자에 비하여 수축기 혈압($p<.0001$), 이완기 혈압($p<.0001$)이 유의적으로 높아 각각 수축기 혈압(mmHg)은 남자 119.4와 여자 109.4, 이완기 혈압(mmHg)은 79.6과 72.3이었다. 그에 비해 여자는 남자에 비하여 삼두박피부두겹두께($p=0.0003$), 혈청콜레스테롤($p=0.0003$), 혈청 LDL-콜레스테롤($p=0.0027$)이 유의적으로 높아 각각 삼두박 피부두겹두께(mm)는 여자가 21.5와 남자가 18.4, 혈청콜레스테롤(mg/dl)은 160.4과 139.6, 혈청 LDL-콜레스테롤은 92.1과 76.4로 나타나 동맥경화증 인자에 있어 남자는 고혈압의 위험도가, 여자는 고콜레스테롤혈증의 위험도가 높은 성별 특성차를 나타냈다. 관련 주요영양소 및 항산화성 비타민 섭취량에 있어서는 남녀의 지방 열량비(%)가 28.4와 25.9로 남자($p=0.0020$)의 지방섭취비율이 유의적으로 높았으며, 유의적 차이는 없었으나 남자는 비타민 C 섭취량(남:권장량의 91.3%, 여:권장량의 109.5%)이 낮았고, 비타민 A(남 : 권장량의 51.6%, 여:권장량의 36.6%)와 E(남:권장량의 88.6%, 여:84.8%)의 섭취량은 높았다.

P3-24

청소년의 칼슘식품 섭취에 영향을 미치는 인자

김정희*, 한지숙. 부산대학교 식품영양학과

청소년들이 칼슘 함유량이 높은 식품을 섭취하는데 영향을 미치는 동기인자와 장애인자를 파악하기 위하여, 12개 그룹 총 96명의 청소년을 대상으로 focus group interviews를 실시한 후 grounded theory approach 법에 의하여 자료를 분석·통합하였다. 청소년들이 칼슘 함유량이 높은 식품을 섭취하는데 영향을 미치는 중요한 요인은 맛, 음식형태, 몸이미지, 건강, 인식, 가족, 편리성, 장소, 날씨, 친구, 가격 및 유당불내증 등이었다. 이들 중 주요한 동기인자는 맛, 음식형태, 몸이미지, 건강, 편리성, 가족 및 그들이 가지고 있는 그 식품에 대한 인식이었으며, 장애인자로는 맛, 음식형태, 친구, 가격, 장소와 유당불내증이였다. 맛, 음식형태, 장소 및 날씨의 상황에 따라 청소년들이 칼슘식품을 섭취하는데 동기인자나 장애인자가 될 수 있었다. 청소년들은 칼슘 함량이 높은 식품에 잘 어울리는 음식이 있다면 이들 식품을 섭취한다고 하여 치즈, 두부, 미역, 멸치 등은 그 자체가 맛이 있어 동기인자로 작용하는 경우는 드물고, 식빵과 치즈, 된장찌개와 두부, 쇠고기와 미역, 멸치와 고추장 등과 같이 대부분 다른 식품과 함께 조리했을 때 그 식품을 먹는 동기인자로 작용함을 알 수 있었다. 또한 성별과 나이에 따라 칼슘식품을 섭취하는데 영향을 미치는 요인은 다양하게 나타났으며, 연령이 낮은 청소년들은 맛과 가족에게서 많은 영향을 받은 반면에, 연령이 높은 청소년들은 몸이미지, 편리성, 인식 및 친구에게서 많은 영향을 받는 것으로 나타났다. 특히 연령이 낮은 청소년들에게 가족은 칼슘 함량이 높은 식품들에 대해 좋은 이미지나 영양학적인 상식을 갖도록 하였으며 가족의 권유가 이들 식품을 섭취하게 하는데 큰 비중을 차지하고 있었다. 또한 연령이 낮은 청소년들은 칼슘 함량이 높은 식품이 막연하게 몸에 좋다는 것으로 알고 있는데 비해, 연령이 높은 청소년들은 영양에 대한 지식의 정도가 높아 더 구체적으로 표현하였으며, 남자는 주로 건강이나 키에 관심을 두고 섭취하는데 비해, 여자들은 키, 피부, 다이어트 등 외모에 더 비중을 두고 있었다. 특히 여자의 경우 맛과 친구는 높은 장애인자로 나타났고, 연령이 높은 여자 청소년에서 일부가 골다공증 예방을 위해 칼슘식품을 섭취하는 것으로 나타났다. 청소년기의 칼슘섭취는 최대 골질량 획득에 가장 유리하며 이 시기의 골격 보유량은 골다공증 예방의 주요 요인이고, 다른 요인들(나이, 성별, 인종, 호르몬)은 고정 내지는 확정적인데 비해 식이는 통제가 가능한 것이므로 이상의 연구 결과가 앞으로 청소년들의 칼슘섭취량을 증진시키는데 필요한 영양교육 프로그램의 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 사료된다.