

P3-31

Health related habits, life style factors and anthropometry of female elderly of public health center according to HbA1c level

Lee, OH*, Kim YM. Dept. of Food and Nutrition, Yongin University

This study was performed to examine health related life style factors, social economic status, and physical characteristics of female elderly and to find out the high blood HbA1c concentration associated factors in 120 elderly women of public health center, who are probably in low social-economic status. They were divided into two groups as follows: High HbA1c group, HbA1c > 6.4% or Diagnosed diabetes mellitus, and Control group, HbA1c < 6.4% and non-diagnosed diabetes mellitus. The distribution frequency of life style and health related factors was analyzed using chi square test. Significance of Physical characteristics were analyze using t-teste according to HbA1c level in blood.

Variables like as number of child, family sttus, education level, marital status, satisfaction about health showed different distribution between both groups. alcohol, smoking, use of nutrient, or health supplemnts, applicarion of new knowledge, monthly money consumption, previous job showed no different distribution. Activity status showed different distribution, showing lower frequency with high and moderate activity in high hbA1c elderly. The frequency, duration, type of exercise showed, however, no different distribution between both groups. Age, waist-hip ratio were significantly higher in high HbA1c elderly compared to normal HbA1c elderly group. In contrast triceps skinfold was lower. Weight, height BMI, body fat mass and perentage, systolic and diastolic blood pressure showed no differences according to HbA1c level .

In conclusion, factors like as child birth more than 4, low education level, living alone, marital status without husband, loe activity, aging, central obstesity were probably contribute to high hbA1c level.

Keywords : HbA1c, age elderly social economic status, physical characteristics.

P3-32

Web 강의 수강 남녀 대학생의 건강 관련 생활습관, 식행동 및 식이섭취 실태에 관한 연구 정선희, 김진숙, 이미영, 이정희, 장경자*. 인하대학교 식품영양학과

본 연구에서는 인터넷을 사용하는 남녀 대학생의 건강 관련 생활습관, 식행동 및 식이섭취 실태를 살펴보기 위하여 가상대학의 web 강의를 수강하는 대학생(남학생137명, 여학생115명) 총 252명을 대상으로 설문지와 3일간 회상법을 통해 자가기록식으로 자료수집을 한 후, Can Pro와 SPSS로 각각 영양소 섭취량과 통계를 분석하였다. 조사 대상자들의 평균 나이, 신장 및 체중은 남학생은 24.3세, 174.4cm, 67.8kg이고 여학생은 23.1세, 162.3cm, 52.1kg이었으며, 평균 BMI는 남학생의 경우 22.3, 여학생의 경우 19.8이었다. 또한 전공분야별 평균 신장, 체중, BMI는 문과대가 166.1cm, 55.8kg, 20.1, 이과대는 167.3cm, 59.2kg, 21.0, 공과대는 171.6cm, 64.8kg, 21.9, 예체능대가 176.3cm, 71.8kg, 23.1이었다. 남녀의 건강관련 생활습관 조사결과 남자의 81.0%, 여자의 59.1%가 규칙적으로 운동을 하고 있는 것으로 나타났으며, 운동을 하는 대학생들의 62.4%가 저체중 및 정상 체중으로 운동이 비만예방에 관련이 있음을 시사해준다. 전공별로는 문과대(35.2%), 이과대(32.8%)가 운동을 덜 하는 것으로 나타났다. 스스로 자각하는 건강정도에 대해 남학생의 92.0%, 여학생의 80.8%가 보통 이상의 건강이라고 응답했으며, 저체중인 학생의 79.8%가 자신이 보통 이상의 건강이라고 생각하였다. 빈혈 여부는 여학생의 59.1%가 빈혈이 있다고 자각하여서 남학생의 20.4%에 비해 유의적인 차이를 나타내었다. 남학생의 9.9%, 여학생의 17.5%가 뚱뚱하다고 자각하고 있어서 남녀 대학생간에 유의적인 차이를 나타내었고, 특히 저 체중 및 정상체중의 43.3%가 뚱뚱하다고 자각해서 체중조절을 하는 것으로 나타났다. 남학생은 정보검색(47.8%), 게임오락(31.6%)의 순으로 하루 중 컴퓨터를 많이 이용하였으며, 여학생은 정보검색(60.9%), 강의어 학공부(8.7%)의 순이었다. 남학생의 76.6%, 여학생의 87.0%가 결식경험이 있고, 결식이유로는 남녀 모두 '시간이 없어서'가 유의적으로 가장 높았으며, 편식을 하는 학생은 용모에 대한 관심이 유의적으로 매우 컸다. 식사속도는 남학생의 82.4%, 여학생의 59.2%가 20분 이내이었고, 20분 이내에 식사를 섭취하는 학생은 BMI를 기준으로 과체중 및 비만이 유의적으로 많았다. 비타민 및 영양제 섭취군(34.1%)이 비섭취군(26.2%)에 비해 스스로 보통이하의 건강으로 자각하는 경우가 유의적으로 많았으며, 흡연량은 유의적으로 낮았고, 남학생은 나이아신과 VitB₁, 여학생은 VitA를 제외하고는 두 군간에 영양소 섭취량에 유의적인 차이가 없었다. 결식경험이 있는 여학생의 BMI와 체중이 유의적으로 낮았으며, 운동을 하는 남학생의 절반의 섭취가 유의적으로 높았다. 그러므로, 인터넷을 사용하는 남녀 대학생을 대상으로 올바른 영양 및 건강정보를 제공하고 건강증진에 대한 동기유발과 실천을 고취하는 인터넷영양교육이 필요한 것으로 사료된다.