

【P3 - 8】

대구지역 임신부의 식품 및 영양섭취실태

정효지^{*1}, 최봉순², 서주영², 신정자³. 호남대학교 조리과학과¹, 대구가톨릭 대학교 식품영양학과², 대구보건대학 간호학과³

본 연구는 우리 나라 임신부를 위한 영양관리 프로그램을 마련하기 위하여 임신부의 식품 및 영양소 섭취실태에 대한 기초자료를 마련하고자 수행되었다. 연구대상은 1998년 1월부터 3월까지 대구의 종합병원 1곳과 산부인과 전문병원 1곳을 이용하는 467명의 임신부를 대상으로 설문지와 24시간 회상법을 이용하여 식품 및 1일간의 영양소 섭취실태를 조사하였다. 대상 임신부들의 평균 연령은 20-29세였고, 14주미만의 대상자(1분기)가 10.5%, 14-28주의 임신부(2분기)가 21.8%, 28주 이상의 임신부(3분기)가 69.3%였다. 대상 임신부들의 체중증가량은 평균 8.96Kg으로 1분기에 1.1Kg, 2분기에 4.66Kg 증가하였으며, 3분기에는 11.5Kg이 증가하여 1, 2분기에 비하여 유의하게 증가한 것으로 조사되었다. 영양소 섭취량은 섬유소, 비타민 A, 니아신을 제외한 모든 영양소에서 3분기의 대상자들이 1, 2 분기의 대상자에 비하여 유의하게 높게 섭취하고 있었고, 단백질, 칼슘, 인, 철분, 비타민 B₁, 비타민 B₂, 니아신, 비타민 C의 섭취량으로 계산한 평균 영양소 적정도비에서도 1분기에 0.67, 2분기에 0.72, 3분기에 0.74으로 임신기간이 길어짐에 따라 높아지고 있음을 알 수 있었다. 그러나 한국인의 임신부를 위한 영양권장량과 비교하였을 때, 칼슘, 철분, 비타민 A, 비타민 B₂ 등의 영양소는 권장량의 75%미만을 섭취하는 대상자의 비율이 50%이상이었으며, 에너지, 비타민 B₁, 니아신 등의 영양소도 권장량의 75%미만을 섭취하고 있는 대상자의 비율이 35-45% 정도의 높은 비율을 차지하고 있었다. 한편, 대부분의 임신부에서 임신기간이 길어짐에 따라 영양권장량의 75% 미만의 영양소를 섭취하고 있는 대상자의 비율이 유의하게 낮아짐을 확인하였다.

1일간의 식품섭취량은 곡류 및 그 제품군의 경우 분기에 따라 유의하게 높았는데, 대부분의 다른 식품군에서는 증가하는 경향은 보였으나 통계적인 유의성은 없었다. 요약하면 대구 지역 임신부의 식품 및 영양섭취실태가 한국인 권장량에 비하여 부족하므로 임신기간중의 영양관리 프로그램의 개발이 필요하며, 추후에 임신부의 영양권장량의 적절성문제와 임신기간중의 영양상태가 태아 및 모성의 건강에 미치는 연구가 필요하다고 사료된다.