【P3-20】

여자 노인의 혈액의 HbAlc 수준에 따른 영양소 섭취상태 및 체격인자

이옥희*,김용미,이정희[1] 용인대학교 자연과학대학 식품영양학과, 천안외국어대학 외식산업과[1]

서울 S구 보건소에 내원한 55세 이상의 여자 노인들을 대상으로 의사에 의해 당뇨로 진단받거나 혈액 HbAlc 수준이 6.4%이상인 사람을 당뇨군으로 하고 그 외 사람들을 대조군으로 분류하여 이들을 대상으로 일반적인 사항과 식이조사, 신체계측조사를 하였다. 당뇨군과 대조군의 생활습관, 영양섭취상태, 체격인자 비교를 통하여 당뇨 관련요인을 찾아내므로 당뇨의 예방과 치료의 방향을 설정하기 위한 자료를 얻고자 하였으며, 조사된 결과를 요약하면 다음과 같다.

1.조사대상자의 평균 연령은 66.8세로서 전체 대상자 중 65세 이상 노인이 62.8%를 차지하였다. 학력은 초졸과 무학이 전체 노인의 60%이고 독거비율은 전체 노인의 20%를 차지하였다. 당뇨군과 대조군을 비교할 때 당뇨군에서 독거비율과 저학력 비율이 높게 나타났다.

2. 조사 대상자의 평균 영양소 섭취상태는 열량, 비타민A, 비타민B_2, Ca, Fe를 제외하고는 RDA의 95%이상 섭취하고 있었다. 이 중 비타민B_2와 Ca 섭취량은 권장량의 64%, 66%로 결핍상태를 나타내었다. 총 열량에 대한 열량 영양소의 구성비를 보면 권장량비율과 비교하여 탄수화물에 의한 열량섭취가 많음을 보였다.
당뇨군과 대조군의 영양소 섭취상태를 비교하면 당뇨군에서 열량과 단백질, 비타민 A, Carotene, 식물성단백질과 Ca 섭취량이 대조군에 비해 유의적으로 높게 나타났다. 당뇨군의 단백질 섭취량을 제외하고는 두 노인군 모두 대부분의 영양소 섭취가 권장량에 미달하였다. 열량섭취 비율은 권장량비율과 비교해 볼 때 당뇨군과 대조군 모두에서 탄수화물의 섭취비율이 높은 반면에 지방섭취 비율이 낮게 나타났다.

3. 조사 대상자의 영양소 섭취수준 정도에 따른 상대적 위험도(Odds ratio) 분석 결과를 생활환경 및 습관, 체격인자에 보정할 때 열량, 단백질, 탄수화물, 인, 철, 카로틴, 식물성철분의 섭취가 높을 경우 당뇨군에 속할 상대적 위험비가 증가함을 보였다. 특히 열량과 탄수화물 섭취의 증가는 당뇨 위험요인이 된다고 볼 수 있다.

4. 조사 대상자의 평균 체질량지수(BMI)는 24.7로 정상 체중군에 속해 있었다. 혈압은 전체 대상자의 15.7%가 고혈압상태이고 17.4%가 경계 고혈압 수준에 있음을 보였다.
노인 여성 당뇨군과 대조군의 체격인자를 비교해 본 결과, WHR은 당뇨군이 대조군에 비해 유의적으로 높았으나 삼두근 피하지방(TSF)은 낮았다. WHR 분포는 복부비만으로 분류되는 0.9 이상이 당뇨군에서 44.3%, 대조군에서 25.0%로 당뇨군에서 중심성 비만의 비율이 높았다. 본 연구의 WHR은 상체비만으로 분류될 수 있는 수준은 아니었으나 당뇨군과 대조군간에 유의적인 차이를 보여 중심성 비만이 당뇨의 원인이 될 수 있음을 보여주었다.