

으로 실시하였다.

본 연구는 혈당 110 mg/dl미만을 정상군(160명)으로, 110 mg/dl이상을 당뇨위험군(72명)으로 분류하여 2군의 식습관·생활습관 및 식이 섭취상태를 비교 조사하였으며, 그 결과는 다음과 같다.

정상 및 당뇨위험군의 평균 연령은 각각 48세, 53세 이었고($p < 0.05$), 평균체중은 각각 49 kg, 53 kg이었다.

평균혈당치는 정상군, 당뇨위험군 각각 93 mg/dl, 159 mg/dl ($p < 0.0001$)이었고, 평균혈압은 정상군, 당뇨위험군 각각 134/82 mm/Hg, 132/81 mm/Hg이었다.

건강상태가 좋다고 답한 비율은 정상군이 75%, 당뇨위험군이 74%이었고($p < 0.05$), 당뇨병 이외의 질병이 있는 비율은 정상군 38%, 당뇨위험군은 43% 이었다.

당뇨병의 가족력은 정상군, 당뇨위험군이 각각 33%, 35%이었다.

식사의 규칙성 및 영양섭취의 균형은 정상군이 각각 31%, 35%, 당뇨위험군이 각각 40%, 9%이었다.

흡연비율은 정상군이 18%, 당뇨위험군이 30%이었고($p < 0.05$), 정상군의 48%, 당뇨위험군의 72%는 금연할 계획이 있다고 답하였고, 음주는 정상군의 25%, 당뇨위험군의 34%가 주 2~3회 이상하고 있었다.

섭취량이 $\leq 75\%$ RDA의 영양소는 정상군, 당뇨위험군 모두 칼슘, 비타민B₂이었고, $\geq 125\%$ RDA 영양소는 2군 모두 인, 비타민B₆, 비타민C 이었다.

영양소 결핍에 중점을 둔 영양소 섭취의 적정도 평가지표인 영양소적정섭취비(NAR)은 2군 모두 에너지, 칼슘, 아연, 비타민B₁, 비타민B₂를 제외한 영양소의 섭취는 양호하였다.

평균영양소 적정섭취비(MAR)에 따른 식사의 질 평가에서는 정상군 0.97 ± 0.46 , 당뇨위험군 1.06 ± 0.48 이었다. 에너지가 충족되는 상태에서 영양소의 충족 여부를 평가하기 위한 지표인 영양질적지수(INQ)는 정상군, 당뇨위험군 모두 단백질, 인, 비타민C, 비타민B₆는 양호하였으나, 그 외 영양소는 0.75미만으로 평가되었다.

이상의 결과로 보아 당뇨병과 같은 생활습관병은 체중관리, 균형된 식이조절, 잘못된 생활습관의 수정을 통해 예방 및 관리를 할 수 있을 것으로 사료된다.

【P-58】

대구·경북지역 대장직장암환자의 식행동 특성

서수원¹ · 구보경 · 이혜성

경북대학교 식품영양학과

본 연구는 대구·경북지역 대장직장암 환자의 일반 생활 상황과 식행동 특성을 분석 평가하여 지역민의 대장직장암 예방을 위한 영양교육에 활용할 수 있는 식생활 관련 기초 자료를 얻고자 수행되었다. 최근 경북대학교 병원에서 대장직장암 진단을 받고 입원한 수술 전후 환자 123명(남 79명, 여 44명)을 환자군 대상으로 하였고 대장질환이 없는 정형외과 환자 등 182명(남 117명, 여 65명)을 비교군 대상으로 하였다. 대상자의 일반 특성, 식습관, 식행동 특성, 식품섭취빈도 등의 내용을 포함한 설문지를 이용하여 개인 면담을 통하여 조사하였다. 현재 BMI와 과거 가장 높았던 체중의 BMI는 남녀 모두 환자군에서 유의하게 높게 나타났다. 환자군의 교육 수준은 비교군에 비해 낮았고 주 거주지역 분포는 농촌이 가장 많았으며 가계 소득은 환자군에서 비교군에 비하여 높은 것으로 나타났다. 주요 일상활동 강도는 비교군에 비해 환자군에서 유의적으로 가벼운 것으로 나타났다. 발병 전 일상생활에서 느끼는 스트레스의 정도가 환자군에서 비교군에 비해 유의적으로 높았던 것으로 나타났다. 자신의 성격 유형을 비판적인 것으로 생각하는 비율과 가족의 암 병력이 환자군에서 유의적으로 높게 나타났다. 식사의 규칙성에서도 환자군에서 끼니를 거르는 비율이 유의적으로 높았다. 환자군은 비교군에 비해 육식을 유의적으로 높게 선호하였으며 외식시 고기류를 선호하는 비율이 높았다. 평소 물 섭취량은 환자군에서 비교군에 비해 적었다. 환자군이 비교군에 비해 짠 맛에 대한 선호도가 유의적으로 높았고 단 맛과 매운 맛은 비교군에 비해 싫어하는 경향을 보였으며 기름진 맛을 선호하는 경향이 환자군에서 유의하게 높았다. 환자군에서 굵기, 튀기기를 좋아하는 경향이 유의적으로 높았다. 환자군에서 음주 빈도, 음주량 그리고 커피 섭취량이 높게 나타났으며, 1일 흡연량이 많았고, 흡연 시작 연령은 빨랐으며, 금연 연령은 늦어 흡연 기간이 유의적으로 긴 것으로 나타났다. 환자

군의 영양지식 정도와 영양태도는 비교군에 비해 유의적으로 낮았고 환자군의 영양지식 수준이 높을수록 좋은 영양태도를 가지는 것으로 나타났다. 과거 10년간 식품 섭취 빈도 조사 결과 환자군은 등푸른 생선류와 콩류 및 된장, 두부를 비교군에 비해 유의적으로 더 많이 섭취하였고 해조류, 생 녹황색채소류, 익힌 녹황색 및 담색채소류와 녹차를 더 적게 섭취한 것으로 나타났다.

본 연구의 결과는 일상생활의 스트레스와 가족의 암 병력 및 비판적 성격 유형이 대장직장암 발병의 위험인자가 될 수 있음을 제시하며 육식 선호, 적은 양의 물 섭취, 짜고 기름진 맛에 대한 높은 기호도, 음주, 흡연, 커피의 섭취 그리고 나쁜 식습관이 대장직장암 발생과 관련된 식생활 위험인자가 될 수 있음을 제시한다. 해조류, 녹황색채소, 담색채소, 녹차가 대장직장암 발생의 보호인자의 가능성도 제시되었다. 따라서 향후 지역적 식문화 특성을 고려한 보다 광범위하고 체계적인 조사 연구를 통해 이 지역의 대장직장암 발생의 위험인자와 보호인자를 재확인할 필요가 있다고 보며 본 연구의 결과는 지역민의 대장직장암 예방을 위한 영양교육 자료로서 활용될 수 있다고 본다.

【P-59】

대장암 위험성과 관련된 식행동 특성 분석

이지현¹ · 김효중¹⁾ · 오세영

경희대학교 대학원 식품영양학과, 경희대학교 의과대학 내과학교실¹⁾

대장암은 우리 나라에서 발생률과 사망률이 모두 4위를 차지하고 있으며 4대 호발암 가운데 증가율이 가장 급격하여 15년 전에 비해 200%의 증가되고 있는 추세이다. 급격한 증가율과 함께 한국인의 대장암 발병 연령은 서구보다 10년 정도 빨라 대장암 예방을 위한 중재가 그 어느 때보다도 시급한 실정이다. 이에 본 연구는 대장암 발생과 관련된 식행동에 영향을 미치는 영양교육으로 중재가 가능한 요인들을 파악하여 향후 관련 프로그램 개발에 기초자료를 제공하고자 시도되었다. 본 연구는 대장·직장암이나 대장선종성용종 신규환자 128명과 대조군 129명을 대상으로 하여 이들의 식생활 상태를 진단하였고, 식행동변화단계로 식행동 변화 의도와 실태를 조사하였으며 식행동에 영향을 주는 인지된 장애와 자아효능감(동기부여요인), 영양지식(행동가능요인), 사회적지지(강화요인), 식품유용성(행동촉진요인)을 측정하여 군간에 비교를 시도하였다. 대장암위험성과 식행동 관련요인과의 연관성은 연령, 성별, 흡연 습관의 영향력이 보정된 다중로지스틱 회귀분석으로 파악하였다. 관련성 크기는 오즈비 추정값과 95% 신뢰구간으로 나타내었다. 환자군은 대조군에 비해 우유를 하루에 한 잔 이상 섭취하는 비율이 낮았으나 보다 규칙적으로 세끼 식사를 하고 있었다. 과일이나 과일 주스 섭취는 환자군에서 낮은 경향을 보였다. 식행동변화단계 분석에서 지방섭취제한과 과일?채소섭취는 군간에 차이를 보였다. 환자군은 대조군에 비해 고려단계인 대상자의 비율이 높았고, 대조군에서는 실행?유지 단계인 비율이 높았다. 인지된 장애가 높은 군은 낮은 군에 비해 환자군에 속할 확률이 2.6배이었다. 자아효능감은 환자군이 대조군에 비해 높게 나타났다. 식이와 암 위험도 및 지방과 섬유소에 대한 지식을 측정한 영양 지식 점수는 군간에 차이를 보이지 않았다. 사회적 지지점수는 환자군과 대조군 간에 차이가 없었다. 식품유용성 측정에서 환자군은 신선한 육류와 청량음료가 가정에 잘 비치되어 있고 우유 및 유제품은 대조군 가정에 더 잘 비치되어 있는 경향이 나타났다. 환자군에서 식행동이 상대적으로 불량하고 인지된 장애가 높고 식품유용성이 떨어진다는 본 연구의 결과는 향후 영양교육프로그램 개발에서 동기부여요인과 행동촉진요인의 중요성이 보다 더 강화될 필요가 있음을 제시한다.

*본 연구는 2002년도 보건복지부 암정복추진연구개발사업 지원으로 이루어졌음. 교신저자: 오세영

【P-60】

대장암 위험성과 관련된 식이 요인 규명에 대한 연구

이지현¹ · 김효중¹⁾ · 오세영

경희대학교 대학원 식품영양학과, 경희대학교 의과대학 내과학교실¹⁾

식이 요인과 밀접한 관련이 있다고 알려진 대장암이 최근 들어 국내에서 급격하게 늘어나고 있으나, 한국인을 대상으