

P1. 한의학 전공 대학생의 영양지식과 식생활 태도에 관한 연구

원향례
상지대학교 식품영양학과

최근 우리나라에서 발병하는 질병의 종류와 사망원인이 과거와는 다른 양상을 보이고 있다. 이 양상은 우리의 식생활이 서구화되어 가는 과정에서 야기되는 영양섭취의 불균형과 잘못된 식습관이 그 원인이 되는 것으로 알려져 있다. 그러므로 일반인이나 환자들이 영양에 관한 정확한 정보를 얻는 것은 이와 같은 만성질환의 예방 및 치료에 매우 효과적일 것이다. 특히 진료인으로 부터 얻는 영양정보는 환자에게 큰 영향을 끼치며, 바른 영양정보는 치료효과를 높일 수 있을 것이다. 환자들도 진료인으로 부터 의학적인 정보와 더불어 영양에 대한 정보를 제공받기를 원하고 있는 것으로 알려져 있다. 특히 근래에 와서 의료인들은 입원환자 뿐 아니라 외래환자의 만성질환에 대한 예방적 차원에서의 의료서비스를 제공해야 할 의무 및 필요성에 직면하고 있다. 이러한 시대적 상황에 따라 의과대학 및 한의과대학의 교과과정을 재검토할 필요가 있다. 본 연구는 한의학 전공 대학생의 영양지식과 식생활 태도를 조사하여 식품영양학 전공 대학생과 비교, 검토 하고자 하였다. 조사대상은 원주와 제천에 소재한 2개 한의과 대학 학생 288명, 식품영양학전공 대학생 218명을 대상으로 설문지를 배부하여 조사대상자들이 직접 기록하게 하였으며 유효회수율은 95.3%였다. 설문지의 구성은 일반적 특성과 식습관, 식행동, 영양지식을 묻는 문항으로 구성되어 있고, 식습관조사 내용은 다섯가지 기초식품군을 중심으로 일상 식사에서의 일주일간의 식품섭취 빈도수를 조사하였는데, 5 단계로 점수화 하였다. 식행동조사 내용은 식사에 대한 가치관, 식사시 중요하게 생각하는 사항, 식사의 규칙성, 식사시간, 결식여부, 식사의 양, 편식여부, 자신이 먹고 있는 식사와 자신의 건강상태에 대한 내용을 평가하였다. 영양지식 조사 내용은 열량 및 기본영양소의 역할과 부족증, 함유식품, 콜레스테롤, 섬유소, 가공식품, 기초식품, 무공해식품 등에 관한 지식을 서술형의 문항으로 제시하고 맞다, 틀리다, 모른다 중 답하게 하였다.

항목별 식습관 점수를 보면 채소, 과실류($P<0.05$), 유제품($P<0.001$), 인스턴트 식품($P<0.001$) 항목에서 유의적인 차이가 있었으나 전체적인 점수에는 차이가 없는 것으로 나타났다. 식행동전체 점수는 유의적인 차이가 없었으나 식사에 대한 가치관, 음식선택시의 가치관 등은 식품영양전공 대상자군에서 바람직한 응답율이 높았고 매끼의 식사시간, 소요시간, 식사량에 대한 문항은 한의학전공 대상자들군에서 바람직한 응답율이 높았다. 편식을 하는 경향은 식품영양전공 대상자들에게 높게 나타났고 식사의 규칙성은 한의학전공 대상자들에게 높게 나타났다. 자신의 건강을 어떻게 인식하는가 하는 항목에서는 한의학전공 대상자들이 나쁘다고 인식하는 비율이 높았다.

영양지식 총 점수는 식품영양전공 대상자들에게서 유의적($P<0.05$)으로 높게 나타났다. 항목별로는 칼로리, 동물성지방, 칼로리를 묻는 문항에서 유의적인 차이($P<0.01$)를 보였다.