

대학생의 음주와 식생활 관련 지식 및 행동에 관한 실태 분석

양경미*, 박찬성, 홍주연, 장정현¹⁾, 최은미²⁾

대구한의대학교 식품조리영양학과, ¹⁾창신대학 피부미용학과, ²⁾경북대학교 식품영양학과

본 연구는 대학생의 음주와 식생활 관련 지식 및 행동에 관한 실태를 조사 하고자 경상지역 남자 대학생 177명과 여자대학생 189명을 대상으로 설문지를 이용하여 실시하였다. 설문지 내용은 일반적인 사항과 건강, 음주량과 음주와 관련된 사항 그리고 식습관과 영양지식과 관련된 문항으로 나누어서 자가기입 방식으로 응하도록 하였다. 자료는 각 문항들에 대해서 빈도와 백분율로 표기 하였고 통계적 분석은 SAS Package Program을 이용하여 t-test와 χ^2 -test로 하였다. 조사 대상자들의 일반적 사항으로 남자 평균 연령은 21.6세, 여자는 20.9세이며 월평균 용돈은 11-20 만원 사이가 50% 정도를 차지 하였다. 부모님의 평균 연령은 40-50대가 대부분으로 90% 이상이 가족수가 3-4명으로 구성된 핵가족 형태였다. 건강상태는 남자의 경우 신장 174.8cm, 체중 70.2kg, BMI 22.9 였으며, 여자는 키 162.6cm, 체중 52.7 kg, BMI 19.9로 남녀 유의적인 차이를 보였다. 음주율은 남녀 모두 95% 이상이 술을 마시고 음주량은 남자는 하루 평균 243.9g으로 고도음주자로 여자는 128.8g으로 중음주자로 유의적인 차이($p < 0.001$)를 보였다. 남녀 음주행동에서 75-80% 이상이 고등학교($p < 0.05$) 이전부터 음주를 시작하였고 과음 횟수도 매일 혹은 자주 하는 비율이 남자의 경우 19%, 여자의 경우 6%($p < 0.005$)였다. 그리고 알코올 중독 선별검사 결과 남자는 63명, 여자는 35명이 알코올에 대해 의존성이 있는 것으로 나타났다. 식습관 조사에서는 하루 식사 섭취 횟수, 식사 속도, 우울할 경우 먹는 량, 밤참 횟수나 간식 선택 기준에 있어서 남녀 유의적인 차이가 있었고, 영양지식 검사 결과 남자는 9.4, 여자는 10.4로 여자가 유의적($p < 0.001$)으로 높은 점수를 보였다. 음주량과 관련 요인들의 상관관계 분석 결과는 체중($r = 0.276$, $p < 0.001$), 체질량($r = 0.182$, $p < 0.01$) 그리고 BMI ($r = 0.165$, $p < 0.05$)와는 양의 상관관계를 보였고 영양지식 정도와는 음의 상관관계로 영양지식이 낮으면 낮을수록 유의적으로 음주량이 높은 것으로 나타났다.