

[P4-14]

일부 농촌지역의 성인(old adults)과 노인들을 위한 영양상태평가 도구에 대한 비교

이양순

대전보건대학 식품영양과

노령인구의 증가와 함께 노인들을 위한 사회복지제도 및 시설의 필요성이 요구되고, 노인의 건강과 영양문제가 대두되고 있다. 특히 농촌지역 노인들의 건강과 영양상태가 양호하지 않은 것으로 보고되고 있어 노인의 영양상태를 손쉽게 평가할 수 도구의 필요성이 강조된다. 따라서 본 연구는 우리나라 일부 농촌지역의 성인(old adults)과 노인을 대상으로 간편하면서도 신뢰할 수 있는 영양상태평가 도구를 파악하고자 하였다. 조사대상자는 충청남도 공주군 탄천면에 거주하는 주민 78명(남자 33명, 여자 45명)으로, 연령의 분포는 44~87세로서 평균연령은 67.7±8.6세이었다. 영양상태평가는 이미 타당도가 검증된 대전과 청주지역 노인들의 영양부족 및 위험을 진단하기 위하여 개발된 도구로서 영양상태를 간단하고 쉽게 스크리닝(screening)할 수 있는 간이 영양진단표(simple nutrition-screening test)와 노인들의 장기간 식품섭취상태를 평가하기 위해 개발된 반정량 식품섭취빈도조사지(semi-quantitative food frequency questionnaire)를 사용하여 영양상태를 평가하기 위해 비교 검토하였다.

노인의 간이 영양진단표(17개 문항)를 이용하여 영양진단점수(nutritional screening score)를 산출하고, 그 점수 기준에 따라 영양불량 위험도를 0~11점은 고위험(high nutritional risk)군, 12~15점은 중등위험(moderate nutritional risk)군, 16~23점은 저위험(low nutritional risk)군으로 3단계로 분류를 하였으며, 고위험군은 29명(37.2%), 중등위험군은 34명(43.6%), 저위험군은 15명(19.2%)으로 나타났다. 연령이 증가함에 따라 영양불량의 위험도가 높은 고위험군에서 인원수의 비율이 점차 증가하였고, 영양불량에 대한 위험도는 남자(7명 : 21.2%)보다 여자(22명 : 48.9%)인 경우에 더 높았다. 고위험군의 경우 저위험군보다 연령, 신장(height), LBM(lean body mass), TBW(total body water)에서 유의적인 차이를 보였으나, 체중(body weight), BMI(body mass index), WHR(waist/hip circumference ratio), MUAC (mid upper arm circumference)에서는 유의적인 차이를 보이지 않았다.

노인의 영양상태평가를 위한 반정량 식품섭취빈도조사법에 의해 산출된 영양소별 섭취량을 3단계 위험군(고위험군, 중등위험군, 저위험군)에서 비교하였을 때 식물성지질과 카로틴을 제외한 나머지 영양소 즉 에너지, 동물성단백질, 동물성지질, 동물성칼슘, 인, 동물성철분, 아연, 비타민 B2, 나이아신, 콜레스테롤의 섭취량이 영양불량의 위험도가 높은 고위험군에서 중등위험군 또는 저위험군과 유의적인 차이를 보였다. 연령별 영양소섭취량은 연령이 증가함에 따라 동물성칼슘, 식물성철분, 레티놀, 카로틴, 비타민 C를 제외한 대부분의 영양소(에너지, 동·식물성단백질, 동·식물성지질, 당질 등)에서 유의적으로 감소하는 경향을 보였다.

결론적으로 일부 농촌 지역의 성인 및 노인들의 건강과 영양상태를 평가하는데, 노인의 간이 영양진단표는 간편하면서도 신뢰할 수 있는 영양상태평가 도구로서 특히 영양불량의 위험도가 높은 고위험군의 영양상태를 평가할 경우 또는 영양불량의 집단 또는 개인을 선별하여 영양상담을 할 경우에 유용한 영양진단평가 도구가 될 수 있다고 본다.