

11.1%, '맛이 없다' 9.4%, '비위생적이다' 9.7%이었으며, 소수의견으로 '뒷정리를 하여야 한다', 'TV를 보지 못한다', '줄을 서야한다' 등이 있었다. 37%의 아동이 주당 아침식사 횟수가 4회 이하이었으며, 30%의 아동이 하루에 한번 가족 전체가 모여서 식사하였다. 또한 아동의 50%정도가 주당 2~3회 빈도로 패스트푸드를 섭취하였으며, 식사예절교육은 선생님 20.1%, 부모 18.1%, 조부모 12.1% 순이었고, 아동의 15.8%는 식사교육을 받은 적이 없다고 답변하였다. 이상의 조사 결과는 가정식의 영양학적 문제점을 보완할 수 있는 학교급식 운영의 필요성과 바른 식생활에 대한 체계적인 지도가 필요함을 알려준다.

### 【P1-8】

#### 유방암 환자의 폐경 전후에 따른 생활습관 및 산과요인에 관한 연구

김은정<sup>1</sup> · 최봉순 · 이희자<sup>1)</sup> · 이충원<sup>1)</sup>

대구가톨릭대학교 식품영양학과, 계명대학교 의과대학<sup>1)</sup>

유방암은 선진국형 질병으로 미국의 경우 가장 흔한 암으로 보고되고 있으며, 우리나라의 경우 과거에는 유방암 발생률이 낮았으나, 생활방식이 서구화되고 영양상태가 좋아지면서 점차 증가하고 있다. 유방암이 증가하는 이유는 명확히 밝혀지지는 않았지만, 서구화 되어가는 생활 패턴으로 초경 연령이 빨라지고, 폐경연령이 늦어지는 등 유방암 발생에 중요한 역할을 하는 여성호르몬에 노출되는 기간이 길면 갈수록 유방암 발생이 증가하는 것으로 알려져 있다. 가족 중에 유방암이 있거나 출산하지 않을 경우 등에서도 유방암의 발생률이 다소 높다고 한다. 그 외에도 과도한 영양 및 지방섭취, 비만, 장기 피임약 복용, 여성 호르몬제의 장기간 투여 등도 원인으로 대두되고 있다. 연령별 빈도는 미국과 서부 유럽에서는 50대에 가장 많이 생기지만 우리나라에서는 40대에 가장 많이 생기고 특기할 점은 점점 유방암 환자의 나이가 젊어진다는 사실이다. 이는 우리나라의 유방암이 미국이나 서부 유럽의 유방암과는 서로 다른 성질을 보인다는 것을 의미하며, 따라서 한국인의 유방암에 맞는 진단법과 예방 및 치료법이 필요하다는 사실을 나타낸다. 한국인의 유방암을 효과적으로 예방하기 위해서는 이러한 변화를 야기하는 인자의 규명작업이 선행되어야 한다. 이에 본 연구는 2002년 10월부터 2003년 6월까지 Y대학병원 유방센터에서 처음으로 유방암으로 진단받은 환자 100명과 건강한 성인 100명을 대상으로 폐경 상태에 따른 환자 대조군 연구를 실시하였다. 연령, 학력, 직업, 질병력, 생활습관 등의 일반사항과 폐경 유무, 임신력 등의 산과력 조사 및 유방암의 가족병력 등을 설문지를 통하여 조사하였다. 자료분석은 SPSS package program을 사용하여 설문지 신뢰도 분석, 교차분석을 하였고, 연령 또는 폐경에 따른 효과 조정 현상을 분석하기 위해서 폐경 유무에 따라 나누어 층화분석을 실시하였다. 본 연구 결과를 요약하면 다음과 같다. 조사대상자의 평균연령은 대조군(100명) 45.82세, 환자군(100명) 46.84세로 양군간의 유의적인 차이가 없었으며, 환자군의 연령분포는 40대가 50%로 가장 많았다. 완전히 폐경이 된 경우가 대조군이 22명(22%), 환자군이 30명(30%)이었다. 유방암환자의 병리학적 소견을 보면 편측 유방이 대부분(96.6%)이었고, 유방의 각 부유별 빈도는 액와부(axillary, 53%)가 가장 많았고, 조직학적 소견은 침윤성 유선암이 대부분(96%)이었으며, 가장 많은 병기는 폐경 전 여성에서는 IB기가, 폐경후 군에서는 IIA기이었다. 사회인구학적인 변수와 유방암과의 관련성에서 유의적인 비차비를 나타낸 변수는 학력, 경제환경 수준, 운동, 신체활동정도, 수면요인, 난소나 자궁의 질병력이었다. 산과요인과 유방암과의 관련성에서 유의적인 비차비를 나타낸 변수는 20대의 월경주기, 첫 만기분만 연령이었다. 모유수유요인과 유방암과의 관계에서 통계적으로 유의적인 연관성을 나타낸 비차비는 없었다.

### 【P1-9】

#### 20~30대 성인 여성의 다이어트 행위와 관련요인에 관한 연구

임미정<sup>1</sup> · 손숙미

가톨릭대학교 산업보건대학원 보건 및 임상영양학과

최근 서구화된 생활습관과 만성퇴행성 질환으로 비만이 증가하고 있다. 1996년 세계보건기구에서는 비만을 치료해야 할 질병으로 규정하였고 체중감량은 비만인의 질병의 치료, 성인병의 예방 차원에서 바람직하다고 볼 수 있다. 그러나

최근 건강에 대한 관심이 증가하고 다이어트 산업이 성장하면서 매스컴의 영향에 의해 지나치게 마른 것을 선호하는 사회분위기가 조성되어 젊은 여성들이 신체에 자신감을 갖지 못하고 다양한 체중조절을 시도하고 있어 무분별한 다이어트로 인한 건강상의 문제가 지적되고 있다. 다이어트란 미용이나 건강을 이유로 체중을 조절하기 위한 규정식 또는 체중 조절을 위한 식이요법으로 정의되고 있으나 최근에는 다양한 의미로 인식되고 있고 올바른 다이어트의 의미에 대한 정립이 필요하다고 볼 수 있다. 본 연구에서는 서울, 경인, 경남지역의 20~30대 성인여성을 대상으로 다이어트의 실태와 부작용, 다이어트 행위 유무에 따른 신체적, 사회 인구학적, 생활 습관적, 심리적 요인에 차이점을 파악하고 관련 요인 중 다이어트 행위의 가능성을 예측하는데 영향을 주는 요인을 분석하고자 실시하였다. 대상자의 반수이상(57.6%)이 조사당시에 다이어트를 하고 있었으며, 다이어트군의 95.1%가 과거 다이어트 경험이 있었고, 실시기간은 3개월 미만이 전체의 77.9%였다. 대상자중 20대는 외모 때문에 30대는 건강 때문에 실시하였고 매스컴과 친구를 통해 정보를 얻는 것으로 나타났다. 그러나 20대의 50.0%, 30대의 55.0%가 요요현상을 경험하였고 현기증, 변비, 복통, 설사 등의 부작용을 경험한 것으로 나타났다. 대상자의 94.1%가 음식량 줄이기, 72.5%가 운동을 다이어트 방법으로 선택하여 비교적 건전한 방법이 이용되었지만 소화제 복용, 흡연 등 불건전한 방법도 이용되고 있었다. 대상자를 다이어트 군과 비 다이어트 군으로 분류하여 비교한 결과 다이어트 군의 식행동점수가 유의하게 나뉘었으며 대중매체에 대한 관심이 컸고, 신체 이미지가 부정적이었고, 섭식태도가 나빴다. Logistic regression으로 분석한 결과 출산경험이 있고 식행동이 좋지 않을수록, 체질량지수가 높았으며, 건강에 대한 관심도와 대중매체에 대한 관심이 높을수록 다이어트 행위가 증가 하였다. 이상으로 보아 다이어트 행위는 건강과 밀접한 관련이 있는 중요한 행위이므로 여성의 체형에 대한 올바른 인식을 제공하는 대중매체의 역할이 요구되며 다이어트 행위의 문제점과 부작용에 대한 인식을 알리기 위한 전문인의 노력이 필요하다.

#### 【P1-10】

#### 강남지역 초등학생들의 비만요인에 관한연구 - 패스트푸드의 섭취횟수를 중심으로 -

박정숙<sup>1</sup> · 손숙미

가톨릭대학교 산업보건대학원, 보건 및 임상영양학과

비만은 신체에 지방조직이 과다하게 축적된 상태로 정의한다. 세계보건기구에서는 비만을 인류의 심각한 보건문제로 규정하고 이를 치료가 필요한 만성질환으로 분류하였다. 우리나라의 경우에서도 비만 인구가 점점 증가하고 있으며, 비만이 발생하는 연령이 낮아져 학동기 아동의 비만이 현저히 증가되고 있는 추세여서 중요한 보건문제로 부각되고 있다. 이에 본 연구는 강남지역에 거주하는 초등학교 4,5,6학년 아동 303명을 대상으로 비만도에 따라 비만군( $PIBW \geq 120$ ,  $N = 61$ ), 정상군( $90 \leq PIBW < 110$ ,  $N = 146$ ), 저체중군( $PIBW < 90$ ,  $N = 96$ )으로 분류하여 신체측정뿐 아니라 영양소섭취량, 패스트푸드섭취빈도, 생활습관등을 조사하여 비만과 관련된 요인을 분석하였다. 비만군, 정상체중군, 저 체중군의 평균  $PIBW$ 는 각각 129.6, 98.9, 83.5%였으며 평균체질량지수는 각각 24, 18.4, 17.2  $kg/m^2$ 이었다. 비만군은 다른 군에 비해 에너지, 단백질, 지방, 탄수화물, 콜레스테롤의 섭취량이 높아 모든 다량영양소를 높게 섭취하고 있었으며(각각  $p < 0.01$ ) 식품군별 섭취량을 살펴보았을 때 채소류( $p < 0.05$ ), 어패류( $p < 0.01$ ), 식물성유지( $p < 0.05$ ), 동물성유지( $p < 0.05$ )의 섭취량이 높아 일반적으로 비만의 발생과 관련되어 있다고 알려져 있는 육류, 유류등의 섭취와는 차이가 있었다. 패스트푸드를 포함한 고지방식품의 섭취빈도를 살펴보았을 때 비만군에 있어서 햄버그의 섭취횟수는 오히려 유의하게 낮았으며( $p < 0.05$ ) 피자, 애플파이의 섭취횟수도 유의한 차이를 보이지 않았다. 그 밖에 컵라면, 스과게티, 라면등의 면류, 사탕, 초코렛, 스낵, 비스킷등의 스낵류, 닭튀김, 감자튀김, 핫도그, 돈가스, 탕수육등의 튀김류등에서도 섭취빈도의 유의한 차이가 발견되지 않아 비만아동의 높은 영양소섭취량은 식품의 선택이라기보다는 섭취량의 문제로 생각된다. 실제로 비만군은 '금방 맛있는 음식을 먹었는데도 음식냄새가 나면 참기 힘들다', '난 많이 먹는 다른사람들과 함께 있으면 같이 많이 먹는다', '난 식욕이 좋아 다이어트를 하기 힘들다', '난 스트레스를 받으면 더 많이 먹는다', '가끔 음식이 맛있어서 배불러도 계속 먹는다' 등의 문항으로 구성된 강한 조절장애 점수가 유의하게 높았으며( $p < 0.001$ ), 강한 공복감에서도 높은 점수를 보였다( $p < 0.05$ .) 따라서 비만군에 있어 강한 공복감과 조절장애가 과량의 음식섭취로 이