

구매나 조리가 어려운 어린 자녀들에서 특히 문제가 되는 것으로 나타났다. 여성의 사회 참여가 점점 높아지는 추세를 감안할 때 보육시설 및 학교 급식관리를 비롯하여 가족의 영양관리를 사회에서 공동으로 부담하는 방안을 모색하여야 할 필요성이 높다.

【P1-18】

농촌거주 농업인과 비농업인의 식행동과 건강행동의 비교

정금주¹ · 조영숙 · 이승교

농촌진흥청 농촌자원개발연구소, 수원대학교 식품영양학과

농촌지역은 건강과 식생활의 자연친화적으로 볼 수 있으나 실제로 농약사용과 과도한 노동 부하와 함께 농업의 세계화 추세에 따라 농업종사자의 정신적 육체적 어려움이 클 것으로 본다. 이에 따라 농촌에서 거주하지만 농업에 종사하는 사람과 비농업에 종사하는 사람들 간에 식품의 생산과 식행동 및 건강관리 행동에 차이를 알아보고 농업종사자의 나은 건강생활을 위한 자료로 활용하기 위하여 본 연구를 실시하였다. 농촌을 행정구역별로 인구비례에 따라 층화추출법으로 1870명을 선발하였다. 조사지를 이용한 질문지법으로, 시군단위 조사원을 선발하고 교육을 통하여 본 조사의 목적과 방법을 알게 하였으며 조사원이 질문에 답을 듣고 기입하게 하였다. 식품생산과 식행동 및 건강행동을 유형별로 모아 점수화하였으며 점수화된 결과를 농업인과 비농업인을 구분하였다. 전체항목에 대하여 빈도와 %를 나타내었고 통계분석을 통하여 χ^2 값을 구하였고 점수화된 결과는 F-값을 구하여 유의성을 검정하였다. 대상자의 분포는 농업인이 1326명이었고 비농업인은 544명이었으며, 식구수는 평균 3명이었고, 남편의 나이는 농업인 64세 비농업인 67세 이었으며 부인의 나이는 58세로 같았다. 교육수준은 교육연한으로 볼 때 농업인은 13.6년이었으며 비농업인은 18.7년이었다. 부인의 가계수입 참여율은 농가가 훨씬 높아서 87%에 이르렀으나 비농가는 30%에 불과하였다. 아침식사는 농가 95%, 비농가 83%로 먹고 있었으며 주로 한식이었다. 반찬 수는 3~4종이 가장 많고(농가 60% 비농 56%), 인스턴트식품을 전혀 먹지 않는 가구는 농가 66% 비농가 62%를 보여 아직 농촌에서는 간편식을 덜 먹는 것으로 나타났다. 이들 요인을 모아 점수화하여 비교한 식습관점수는 12점을 최우수로 볼 때 농가 8.4점과 비농 7.8점으로서 농가가 더 우수하였다. 가정 소비 식품의 생산을 비교하면 농가가 월등히 우수하여 콩나물 배추 무 깨 등 일반식품은 생산하여 먹고 있었으며, 된장 간장 장아찌 등 전통의 저장식품 만들어 활용(전체 12점 중 농가 11점 비농 7점)하고 있었다. 그러나 집에서 가공저장할 수 있는 짬뽕조림 등에서는 전체 12점 중 1점으로 거의 만들지 않는 것으로 나타났다. 김장량은 평균 51포기 비농가는 33포기를 담고 있었다. 농촌에 거주하여도 비농가에서는 김장을 담지 않은 가정이 18%나 되었다. 건강관리행동을 알아본 결과는 다음과 같다. 전체적으로 일년에 한두번씩 검진을 받는 가정이 44%이었지만 전혀 검진을 받지 않는 가정이 30.4%나 되었다 이를 연 1~2회 받는 경우 10점으로 전혀 받지 않으면 0점으로 점수화하여 비교한 결과 농업인 5점 비농업인 4.3점으로서 3~4년에 한번 정도 받는 것으로 나타났으며, 농업인에서 더 자주 받는 것으로 보였다. 목욕시설과 목욕빈도를 점수화하여 온탕시설이 있을 때 4점 및 매일 목욕할 때 4점으로 하여 부인과 합산한 12점을 최고점으로 하여 볼 때 비농이 더 우수하여 8.3점이었고 농업인은 7.2점이었으며, 농업인의 음주습관을 보면 남편이 매일 음주(17%)와 안마시는(30%) 빈도가 비농(매일 9% 안마십 21%)보다 높아 음주습관이 일상화되고 있음을 보여주었으며 전체 흡연인구도 농촌주민의 48%가 흡연을 하고 있었으며 농가가 비농보다 더 많이 흡연하였다. 그러므로 농촌주민의 전반적인 식습관은 아직 우려할 수준은 아니지만 흡연과 음주에서 문제점이 보여 건강행동에 수정이 필요함을 보였다.

【P1-19】

신체지수 및 스트레스의 안면 피부유형간 비교

류화라¹ · 박영숙

승원대학 자연요법과, 순천향대학교 식품영양학전공

본 연구는 건강피부를 유지, 관리하기 위한 기초 자료를 수립하기 위하여 외견상 건강하고 일상 활동을 유지하는 131명의 여대생을 대상으로 안면 피부유형별 신체지수 및 스트레스의 차이를 비교하였다. 피부유형은 전체안면 피부 유분량

으로 판정하고 피부유형별 신체계측, 체성분 구성, 비만정도, 체형 및 스트레스정도의 차이는 SPSS11.0 (for Win)을 이용하여 분석하였다.

- 1) 연구대상자의 피부유형은 중성>건성>지성 피부의 순으로서 젊은 여성은 중성피부유형 즉, 정상피부가 가장 많았다.
- 2) 체격지수 중에서 WHR가 낮으면 지성피부가 증가하고 반대로 높으면 건성피부가 증가하는 경향을 보였다($p < 0.05$). 가족 중에 비만자가 있는 경우는 건성/정상피부군에 비해 지성피부군에서 많았고, 특히 어머니가 비만인 경우는 유의한 차이를 나타냈다.
- 3) 스트레스 점수가 높으면 중성피부보다는 건성/지성피부의 비율이 높았다($p < 0.05$).

이상의 결과에서 20세 정도의 여성은 대부분이 건강피부인 중성피부이지만 WHR가 크고, 어머니가 비만이 아니고, 스트레스가 크면 건성피부의 가능성이 큰 것으로 짐작된다. 이 결과는 젊은 여성이 건강한 중성피부를 유지, 관리하기 위한 기초 자료로 활용될 수 있다. 앞으로 연구대상자를 더 많게, 연령층을 다양하게 연구하여 연령층별 피부유형과 신체계측치나 스트레스정도의 관련을 파악하는 것이 요구된다.

【P1-20】

고지혈증 중년 남성의 영양소 섭취상태와 생활습관

최 미 자¹

계명대학교 식품영양학과

2001년 사망원인 통계결과를 보면 암, 뇌혈관질환, 심장질환, 당뇨병 등의 사망자가 전체의 50.4%를 차지하여 우리나라가 식생활의 변화로 질병의 양상과 사망원인이 변하고 있으며 선진국형 질병양상을 보여주고 있다. 심장순환기계질환의 위험인자 중 고지혈증, 고혈압, 흡연, 신체활동 부족 등이 중요 인자로 포함된다. 따라서 본 연구는 대구지역 평균 연령 46 ± 3.4 세의 성인 남성 중 공복의 혈 중 콜레스테롤이 200 mg/dl 혹은 중성지방이 200 mg/dl를 기준으로 그 이상인 사람을 고지혈증으로 간주한 43명과 그 이하인 정상인 76명을 대상으로 영양소 섭취상태와 운동습관 및 식습관을 조사하여 영양교육의 기초자료를 제공하고자 하였다. 정상 성인 남성의 평균 혈 중 콜레스테롤과 중성 지방은 166.4 mg/dl와 111 mg/dl였고 고지혈증 성인남자의 평균 혈 중 콜레스테롤과 중성지방은 219 mg/dl와 229 mg/dl였다. 정상 혈 중 지질을 가진 사람에 비하여 고지혈증인 사람은 체중(66 kg vs 62 kg), BMI (23.5 vs 21.8), RBW (108 vs 100), 수축기 혈압(124 mmHg vs 117 mmHg), 이완기 혈압(81.2 vs 74.9 mmHg)이 유의적으로 높았다. 그러나 혈당은 유의적인 차이가 없었다. 그리고 평균 일일 영양소 섭취에서 정상과 고지혈증 성인 남자와 모두 열량, 칼슘, 비타민 B1, B2를 RDA 보다 부족 되게 섭취하였고 그 외의 영양소는 RDA 보다 많이 섭취하고 있었다. 일일 평균 에너지 소비량은 고지혈증 성인 남성과 정상남성이 각각 2305 kcal와 2171 kcal로 나타나 고지혈증인 사람들의 신체 활동량이 더 높은 것을 알 수 있었다. 그리고 고지혈증인 사람들 중 BMI 25를 기준으로 구분하여 비교하였을 때 25이상의 경우가 43%로서 혈 중 콜레스테롤과 중성지방이 BMI 25 이하인 경우 보다 유의적으로 높았고(234 mg/dl vs 215 mg/dl) (259 mg/dl vs 214 mg/dl) HDL-cholesterol의 농도는(48 mg/dl vs 43 mg/dl)차이가 없어서 심장질환의 위험율이 매우 높았다. 또한 열량의 섭취량은 BMI 25 이상인 경우 유의적으로 높았고(2304 kcal vs 2010 kcal), 반면 에너지 소비량은 유의적으로 낮아(2184 kcal vs 3525 kcal) 체중 감량의 교육이 요구되어지며 동시에 운동을 장려하여 에너지 소비의 증진이 요구되어진다. 생활습관에서 고지혈증 환자는 식사를 규칙적으로 하는 비율이 유의적으로 낮았고 알코올 섭취 빈도가 유의적으로 높았다. 따라서 규칙적인 식사를 장려하고 알코올 섭취를 줄이도록 교육이 필요하다.

【P1-21】

여성 유방암 환자의 영양섭취 실태와 생활습관조사

김미현¹ · 김은영 · 천누리 · 홍영선¹ · 전해명² · 승정자 · 성미경

숙명여자대학교 식품영양학과, 성모병원 중앙내과¹, 성모병원 일반외과²

유방암은 아시아나 남·동부 유럽에 비하여 서구 국가에서 발생 빈도와 사망률이 높아 western disease로 분류되는