

【P2-5】

지속성 복막 투석 환자의 골밀도에 영향을 미치는 신체계측 및 생화학적 표지자, 생활습관에 관한 연구

손숙미¹ · 박진경

가톨릭대학교 식품영양학과

지속성 복막투석환자의 경우 오랫동안의 만성신부전으로 인해 영양소 섭취가 저하되어 근육의 손모, 체중감소 등으로 인해 골밀도에 부정적인 영향을 미치게 된다. 본 연구에서는 요추(L2-L4)와 대퇴부(femeral neck, trochanter)의 평균 골밀도의 T값이 모두 -1 미만인 군 86명과(골감소증군), 두 부위중 1군데 이상의 T값이 -1 이상인 군 32명(정상군)을 대상으로 하여 신체계측치 및 생화학적 표지자, 생활습관의 차이를 조사 하였다. 골감소증군은 나이, 성별, 교육정도를 adjust 했을때 정상군에 비해 키($p < 0.001$), 체중($p < 0.01$), LBM ($p < 0.01$)이 유의하게 낮았으나 상박피부두께($p < 0.01$), 체지방비율은 유의하게 높았다($p < 0.01$). 혈중 크레아티닌, uric acid, BUN (모두 $p < 0.001$)은 모두 골감소증군이 유의하게 낮았으며 소변의 크레아티닌, 인의 배설량($p < 0.01$)은 유의하게 높았다. 혈중 무기질의 경우 골감소증군은 혈청 Ca, P, Na, K 등 모든 무기질의 혈중 농도가 낮은 경향이었으나 유의한 차이는 없었다. 25 (OH)vit.D3의 경우 골감소증군과 정상군의 수치가 13.97 nmol/L, 14.40 nmol/L로서 결핍기준치인 12 nmol/L에 비해 약간 높았으나 낮은 정상에 속했으며 osteocalcin은 두군 모두 기준치보다 낮았다. 공복시 혈당은 골감소증군이 137.1 mg/dl로서 정상군의 117.3 mg/dl에 비해 유의하게 높았으나($p < 0.01$) 골감소증군의 혈청 콜레스테롤은 유의하게 낮고($p < 0.05$) HDL-C은 유의하게 높아($p < 0.05$) 혈청 지질의 profile은 정상군에 비해 좋았다. 골감소증군의 경우 하루에 햇빛 쬐는 시간이 30분 이하가 52.9%로 정상군의 28.1%에 비해 높은 경향이였으며 주관적인 영양판정점수(SGA)의 경우에도 영양상태를 좋지않게 판정하였고 특히 기력($p < 0.01$), 병력($p < 0.001$)에 관한 문항에서 유의한 차이를 보였다. 그 밖에 흡연, 음주, 운동 등은 양쪽 군에 유의한 차이가 없었으며 여성의 경우 초경연령, 폐경연령 등도 두 군에서 유의한 차이가 없었다.

【P2-6】

위암환자의 진단 전 염분섭취 및 식품섭취빈도 분석

정승은¹ · 조미란¹⁾ · 김시영²⁾ · 조여원경희대학교 동서의학대학원 의학영양학과, 경희대학교 임상영양연구소¹⁾, 경희의료원 중앙혈액내과²⁾

위암에 의한 사망률은 점차 감소하고 있는 추세임에도 불구하고 전체 암 발생에서 위암은 높은 비율을 차지하고 있다. 위암의 원인은 아직 정확히 밝혀지지 않고 있으나 주요 요인으로 음식 내의 첨가물, aflatoxin, nitrosamine, 인공감미료, 식용색소, BHT 등이 주목받고 있다. 또한 나트륨 함량이 높은 염장식품의 과잉섭취와 위암과 관련이 있음이 보고된 바 있다. 현재까지 위암과 연관된 식이 요인에 관한 연구는 많이 있으나 대부분이 외국에서 이루어진 것이며, 식이형태가 매우 다른 우리나라 위암환자를 대상으로 한 연구는 매우 미흡한 실정이다. 이에 본 연구는 우리나라 위암환자의 염분섭취습관 및 식품섭취빈도를 분석하고자, 위암 진단 후 위절제술을 받은 환자 22명(50.7 ± 11.9세)과 age-matching 정상 대조군 19명을 대상으로 비교 분석하였다. 위암 진단 전 염분섭취 습관(염분섭취 습관 문항은 총 16점으로 점수가 높을수록 염분섭취가 높음을 의미함)과 식품섭취빈도(반정량적 식품섭취빈도조사지 이용)를 기록한 후, 연구자와 일대일 면접으로 확인하였다. 환자군의 위암 수술 후 평균 경과기간은 4.6 ± 5.2개월이었으며, 환자의 81.8%가 위아전절제술(subtotal gastrectomy)을 시행 받았다. 수술 후 평균 체중감소율은 5.5 ± 4.4%였으나, 현재 %IBW는 96.7 ± 9.6% (대조군 109.5 ± 10.1%)로 정상체중 범위를 유지하고 있었다. 염분섭취 습관조사 결과, 환자군(7.5 ± 3.3점)과 대조군(6.7 ± 2.3점)에서 유의적인 차이가 관찰되지 않았으나, 염분섭취 식품에서는 햄·소시지와 외식, 찌개류의 섭취가 환자군에서 높게 나타났다($p < 0.05$). 식품섭취빈도조사 결과, 환자군에서 쇠고기 살코기(환자군 6.6회/mon, 대조군 2.7회/mon), 내장육(환자군 2.2회/mon, 대조군 0.4회/mon), 고등어(환자군 8.7회/mon, 대조군 3.4회/mon), 잿갈류(환자군 7.7회/mon, 대조군 1.7회/mon), 라면(환자군 6.8회/mon, 대조군 1.7회/mon) 등의 섭취가 대조군에 비해 유의성 있게 높았으며, 대두(환자군 3.6회/mon, 대조군 19.3회/mon), 셀러리(환자군 0.1회/mon, 대조군 2.9회/mon)의 섭취 빈도

는 대조군에 비해 낮았다($p < 0.05$). 환자군에서 알코올 섭취는 대조군과 비슷하였으나, 흡연률은 환자군에서 높게 나타났다($p < 0.05$). 이상의 결과를 요약하면, 우리나라 위암환자들의 경우, 정상인에 비해 염분의 함량이 높은 것갈류, 라면, 햄, 소시지, 찌개류, 외식의 섭취빈도가 높았으며, 구워서 섭취하는 살코기, 내장육, 고등어의 섭취빈도도 높았다. 반면 대두, 채소류의 섭취 빈도는 낮은 것으로 나타났다.

[P2-7]

유지 혈액투석 환자를 대상으로 한 식사의요법 관련 문의사항 조사

김수안 · 손정민 · 박미영¹⁾ · 채동완²⁾

유지투석환자에 있어 영양소섭취 조절을 통한 적절한 영양상태 유지는 합병증 예방과 사망률 감소를 위해 매우 중요한 것으로 보고 되고 있다. 그러나 혈액투석시의 식사의요법은 제한이 필요한 영양소 위주의 내용이므로 실생활에서 장기간 적용하기 어려운 경우가 많다. 뿐만 아니라 실제적인 문제점을 간과한 영양교육은 일방적인 지식전달에 그칠 수 있으므로 환자의 어려움을 사전에 파악하여 교육내용에 반영하는 과정이 필요하다. 따라서 본 연구에서는 실제적으로 환자가 식사의요법에 관해 문의하는 사항을 조사하여, 이를 토대로 향후 보다 효과적인 영양교육을 위한 기초 자료를 마련하고자 하였다. 2004년 3월 경인지역 거주 혈액투석 환자를 대상으로 성별, 나이, 신장질환의 이환 기간 및 식사의요법 관련 문의 사항을 설문조사하였다. 식사의요법에 대한 어려운 점과 평소 궁금했던 사항에 대해 환자가 직접 질문을 작성하도록 하였으며, 복수 질문을 허용하였다. 설문지 배부는 우편을 통해 이루어졌으며, 이중 회신을 받은 83건에서 다음의 결과를 얻었다. 설문에 대한 회신자의 평균 연령은 62.6 ± 9.76 세였으며, 남 63.5%, 여 36.5%였다. 신장질환 이환 기간은 1년 미만 16%, 1~5년 55%, 5~10년 24%, 10년 이상 22%로 나타났다. 83명의 환자에서 식사의요법에 대한 질문 70건과 건강기능식품에 대한 질문 50건으로 총 120건의 질문이 있었다. 식사의요법에 대한 질문 70건 중 식사의요법 전반적인 내용에 관련된 질문 30%, 금지식품에 대한 내용과 특정식품 섭취 가능여부 및 적정 섭취량을 묻는 질문 30%로, 60%에 해당되는 주된 질문의 내용은 영양사에 의한 일반적인 영양교육을 통해 답을 얻을 수 있는 기본적인 내용이었다. 따라서 대부분의 환자에게 식사의요법 교육의 기회가 부족했고, 이미 영양교육을 받은 유지투석 환자의 경우에도 기본적인 식사의요법에 대한 정보를 얻기 어려웠음을 알 수 있었다. 몸에 좋은(보약이 되는)음식이 있는지에 대한 질문은 16.6%, 바람직한 식단에 대한 질문은 8.6%, 외식시의 식사의요법에 대한 질문 2.9%, 수분 조절 방법에 대한 질문 2.9%, 빈혈에 도움이 되는 식품 질문 2.9%, 변비해소방법에 대한 질문 1.4%로 나타나, 식사의요법 교육 시 실생활에서 환자가 섭취하고 있는 식품에 따른 선택 및 섭취 방법, 구체적인 식단에 대한 언급이 필요함을 알 수 있었다. 건강기능식품에 대한 질문은 50건 모두 섭취 가능여부에 대한 내용으로, 보약(한약)섭취가 가능한지에 대한 질문이 37.8%로 가장 많았다. 다음으로는 홍삼(29.7%), 인삼(13.5%) 섭취가 가능한지, 동충하초(8.1%), 키토산(8.1%), 가시오가피(5.4%), 상황버섯(5.4%), 클로렐라(5.4%), 칩즙(5.4%) 섭취가 가능한지 여부에 대한 질문 순이었다. 따라서 투석환자 역시 시중의 건강기능식품에 대한 관심이 높고, 이들의 이용을 원하는 것을 알 수 있었다. 이상의 조사된 결과로 보아 투석환자의 경우 영양교육을 받을 수 있는 기회를 늘리고, 투석초기의 일회적인 영양교육에 그치는 것이 아니라 지속적인 영양교육이 필요함을 알 수 있었다. 이를 위해서는 지속적인 영양교육 프로그램 개발을 위한 의료진과의 원활한 협력이 필요할 것으로 생각된다. 효과적인 영양교육을 위해서는 식사의요법에 대한 개론적인 원리뿐 아니라 실생활에서 섭취하고 있는 식품의 올바른 선택에 대한 방법 및 환자들의 관심이 높은 건강기능식품을 파악 하여 이들 식품에 대해 정확한 정보를 제공하고 환자의 상태에 따라 적절한 선택 및 제한을 할 수 있도록 지침을 제시해야 할 것이다.

[P2-8]

유방암 발생 위험과 관련된 상용 식품 섭취량에 관한 연구

김은영¹⁾ · 천누리 · 김미현 · 홍영선¹⁾ · 전해명²⁾ · 성미경 · 승정자

숙명여자대학교 식품영양학과, 성모병원 중앙내과¹⁾, 성모병원 일반외과²⁾

2002년 암 발생 통계 자료에 의하면 유방암은 현재 우리나라에서 여성암 발생률 1위를 차지하고 있다. 유방암 발생은 특히 식습관과 밀접한 관련을 가지며 따라서 여성의 유방암 예방을 위한 식생활지침의 마련이 시급한 실정이나, 이를