

[P1 - 8]

## 중년 여성의 고지혈증과 관련된 신체계측치, 영양소 섭취량, 생활습관 및 산부인과력에 관한 연구

손숙미\*, 남궁신아  
가톨릭대학교 식품영양학과

### Nutritional, life style and gynecologic factors related to hyperlipemia in the middle aged women

Sook-Mee Son\*, Shin-A Nam Gung  
Department of food and nutrition, Catholic University, Seoul, Korea

동맥경화증의 주요 위험인자인 고지혈증은 혈중 콜레스테롤과 중성지방 농도가 비정상적으로 높은 상태로써 고혈압, 흡연과 더불어 관상동맥질환의 3대 위험인자로 알려져 있다. 남성에게 있어서 심혈관질환의 발생이 오래 전부터 주목 받아 온 것에 비하면 심혈관질환이 여성에게 있어서는 비교적 덜 중요한 질병으로 생각되는 경향이 있어 여성만을 대상으로 한 위험요인 규명과 이에 관련된 예방에 대한 연구는 비교적 적었다. 본 연구에서는 대도시 종합병원 건강검진센터를 방문하여 검진을 받는 40~64세 중년 여성(N=190)을 대상으로 조사를 하였으며 혈중 총 콜레스테롤(TC)이  $\geq 240\text{mg/dl}$  이상이거나 중성지방(TG)이  $\geq 200\text{mg/dl}$ 인 군을 고지혈증군으로 하였고(N=60) 나머지 군은 정상군(N=130)으로 분류하여 신체계측치 및 영양소 섭취량, 생활습관 및 산부인과력의 차이를 보고자 하였다. 영양소 섭취량의 경우 유의한 차이는 없었으나 정상군이 1707.2kcal, 고지혈증군이 1621.00kcal로 오히려 적게 섭취하는 경향을 나타냈다. 탄수화물의 경우 정상군이 267.3g, 고지혈증군이 248.2g으로 고지혈증군이 유의하게 낮게 섭취하는 것으로 나타났다( $p < 0.05$ ). 특히 항산화비타민인 retinol에 있어서도 정상군이 87.6 $\mu\text{g}$  고지혈증군이 58.4 $\mu\text{g}$ 으로 고지혈증군이 유의하게 낮게 섭취한 결과를 나타내었다( $p < 0.05$ ). 지방산 섭취에 있어서 SFA(saturated fatty acid) 중 Butyric acid, Caproic acid, Capric acid가 유의하게 낮게 섭취하였으며( $p < 0.05$ ) 특히 w6계 지방산인 Docosahexaenoic acid(DHA)의 경우 고지혈증군이 정상군에 비해 유의하게 낮게 섭취하고 있었다( $p < 0.05$ ).

고지혈증군은 정상군에 비해 라면류와 빵류 섭취가 유의하게 낮았으며( $p < 0.05$ ) 과일류 중 오렌지, 귤류에 있어서는 고지혈증군이 정상군에 비해 유의적으로 높은 섭취를 나타내었다( $p < 0.05$ ). 고지혈증군과 정상군에 있어서 하루에 섭취하는 계란, 마요네즈드레싱, 튀김, 볶음 등에 사용되는 oil 섭취에 있어서 유의한 차이를 나타내었다( $p < 0.05$ ). 고지혈증군은 정상군에 비해 영양소 섭취량이 같거나 적은데도 불구하고 BMI, 허리둘레, WHR 등은 유의하게 높았다. 생활습관 중 여가시간에 있어서 고지혈증군이 평균 3.62시간, 정상군이 2.70시간으로 유의차를 나타내었으며( $p < 0.05$ ), 산부인과적 요인에서 평균 첫 출산연령이 정상군이 26세, 고지혈증군이 24.9세로 고지혈증군이 유의하게 첫 출산연령이 빨랐으며( $p < 0.05$ ), 출산횟수에 있어서 정상군이 2.3회, 고지혈증군이 3.0회로 유의한 차이를 나타내었다( $p < 0.001$ ). 결론적으로 본 연구에서 중년여성의 고지혈증 경우 낮은 탄수화물, retinol 및 음 섭취량과 관련되어 있으며 많은 여가시간, 이른 출산, 다출산 등과 연결되어 있는 것으로 사료된다.