

[P2-6]

## 당뇨병 환자의 건강기능식품에 대한 이용 실태 및 인식에 관한 연구

박영미\*, 손정민\*, 장학철\*

\*분당서울대학교병원 영양실, †분당서울대학교병원 내과

### A Study on status and cognition of functional Foods among diabetic patients

Young Mi Park\*, Cheong Min Sohn\*, Hak Chul Jang†

Nutrition care services, Seoul National University of Bundang Hospital,  
Department of medicine, Seoul National University of Bundang Hospital†

당뇨병 환자들이 혈당조절과 건강기능 향상을 위해 기존의 치료 방법 이외에 다른 다양한 방법을 이용하는 경우가 많은 것으로 보고되고 있다. 그러나 안전성과 효과가 입증되지 않은 식품의 무분별한 이용은 부작용을 초래할 수 있으므로 이에 대한 올바른 정보제공이 필요하다. 당뇨병 환자의 건강기능식품에 대한 이용 실태 및 인식에 대해 조사하여 보다 효과적인 당뇨병 교육을 위한 기본 자료로 사용하고자 본 연구를 시행하였다.

2004년 7월부터 10월까지 분당서울대학교병원에 내원한 당뇨병 환자를 대상으로 건강기능식품에 관하여 설문 조사하였다. 설문지는 건강기능식품의 경험 여부, 건강기능식품의 종류, 주관적인 효과, 접하게 된 경로 등 15문항과 대상자의 임상결과로 구성되었고, 자기 기입식 설문으로 조사하였다. 모든 통계분석은 SPSS for Windows 10.0을 이용하였다. 대상자들은 총 307명으로 남자 135명(44%), 여자 172명(56%)이었으며 평균연령은 64±10.2세였고, 당뇨병의 유병기간은 평균 9.5±8.90년이었다. 대상자의 49.8%(151명)에서 건강기능식품을 이용한 적이 있었고, 이들의 당뇨병 유병기간은 평균 10.3±8.93년이었다. 건강기능식품의 종류는 총 56종이었으며, 이 중 많이 사용된 것으로는 홍삼(27.9%), 누에가루(13.6%), 비타민제(10.4%), 뽕나무(7.1%), 동충하초(6.8%), 인삼(4.2%) 순으로 민간요법(9%)보다는 건강기능식품(91%)의 사용이 높았다. 식품의약품안전청에서 인증한 건강기능식품을 이용하는 비율은 전체의 60%를 차지하였다. 건강기능식품을 접하게 된 동기는 주위의 친구나 친지의 소개 38.9%, 가족의 권유 29%, 컴퓨터 13.6%, 신문이나 매스컴 10.5% 순으로 조사되어 전문가의 조언보다 주위의 권유로 식품을 선택을 하는 경우가 전체의 67.9%를 차지하였다. 현재 이용하는 건강기능식품의 추천여부에 대해서는 74.8%가 추천하지 않겠다고 대답하였고, 향후 새로운 건강기능식품을 이용할 의사에 대해 64.2%가 '이용하지 않겠다'로 대답하였다. 건강기능식품 이용의 목적이 혈당강하인 경우가 49.7%였고, 혈당강하 이외의 목적은 원기회복 16.7%, 질병예방 8%, 혈액순환 개선 5.6% 순으로 나타났다. 건강기능식품의 효과는 '아무런 효과를 보지 못했다'가 44.4%, '몸이 오히려 나빠졌다'가 0.7%로 '몸이 좋아졌다'의 49%와 큰 차이가 없었다. 또한, 건강기능식품을 이용하는 동안 기존의 치료(식이요법, 운동요법, 약물요법)를 수행한 경우가 94.7%로 조사되어 건강기능식품을 치료의 목적보다는 보조적인 수단으로 인식하고 있음을 알 수 있었다.

본 연구결과 당뇨병 환자가 건강기능식품을 선택하는 목적은 혈당강하와 건강유지 및 증진에 있는 것으로 조사되었다. 건강기능식품은 민간요법보다 높은 비율로 이용되고 있으나 의료전문가보다 주위의 권유에 의한 선택이 많았다. 따라서 당뇨병 전문 영양교육자는 새로운 건강기능식품에 대한 정보와 유용성에 대한 과학적인 근거를 토대로 올바른 정보를 제공하는 것이 필요하다. 또한, 건강기능식품의 이용을 치료의 보조역할로써 바람직한 방향으로 유도하는 것이 중요할 것으로 사료된다.