

【 O2-1 】

식품 및 영양소 섭취수준에 따른 만성질환의 상대적 위험도(Relative Risk) 비교

이행신*, 이윤나, 장영애, 김복희¹, 김초일
한국보건산업진흥원 보건영양팀, ¹조선대학교 식품영양학과

Comparison of Relative Risk of Chronic Disease(s) by Food and Nutrient Intake Status

Haeng Shin Lee*, Yoonna Lee, Young Ai Jang, Bokhee Kim¹, Cho-il Kim
Korea Health Industry Development Institute. 1Chosun University

최근 급증하고 있는 주요 만성질환에 대한 식생활의 영향을 파악하기 위해 2001년 11월~12월에 실시된 2001년도 국민건강·영양조사의 건강검진조사와 영양조사 결과를 이용하여 만성질환의 상대적 위험도(Relative Risk; RR)를 분석하였다. 전국 200개 조사구 4,000가구의 가구원에 대한 건강검진조사결과에서 다음 5개 질환의 임상진단기준과 각 만성질환에 대한 본인의 인지여부에 따라 40세 이상의 성인 질환자를 기(既) 인지(認知) 질환자와 미(未) 인지(認知) 질환자로 구분하였다: 2회 평균 수축기혈압 $\geq 140\text{mmHg}$ 또는 2회 평균 이완기혈압 $\geq 90\text{mmHg}$ 인 고혈압, 혈당 126mg/dl 이상인 당뇨, 성별/연령층에 따른 철색소와 헤마토크리트를 적용한 빈혈, 총콜레스테롤 240mg/dl 이상이거나 중성지방 200mg/dl 이상인 고지혈증, BMI 25 이상인 과체중/비만. 본 연구에서는 대상자들의 질환 인지와 그 관리를 위한 식생활 패턴의 변화/교정 효과를 피하기 위해 기 인지 질환자를 제외하고 미 인지 질환자와 정상 대조군에서의 식품 및 영양섭취 수준에 따른 상대적 위험도를 평가하였다. 영양소 섭취수준 분석은 영양 부족(에너지, 칼슘, 철, 비타민 A, 리보플라빈 5개 영양소의 섭취수준이 한국인의 영양권장량에 대한 비율 75% 미만인 경우), 영양 과잉(영양권장량 대비 에너지 섭취비율이 125% 이상이고, 지방으로부터의 에너지 섭취비율이 30% 이상인 경우), 칼슘 부족, 철 부족, 에너지 부족, 에너지 과잉, 지방에너지 %, 나트륨 섭취량 등에 대하여 이루어졌으며, 식품섭취수준은 식품군별 및 쌀의 섭취빈도에 따른 상대적 위험도를 비교하였다. 분석결과, 과체중/비만을 제외하고 고혈압, 당뇨병, 고지혈증, 빈혈 모두에서 영양 부족의 상대적 위험도가 높은 것으로 나타났다. 고혈압의 경우에는 영양 부의 RR값이 1.25($p<0.05$)로 가장 높았으며, 당뇨병에서는 유의적이지는 않았으나 영양 과잉의 RR값이 1.69로 가장 높았고, 그 다음이 영양 부족으로 RR값 1.56이었다($p<0.05$). 고지혈증에서는 영양 부족과 철 부족의 RR값이 각각 1.29와 1.23으로 높았으며($p<0.05$), 빈혈에서는 에너지 부족 RR값이 1.26으로 가장 높았다($p<0.05$). 반면, 과체중/비만의 경우에는 영양 과잉과 지방에너지 %의 RR값이 각각 1.19와 1.10으로 높게 나타났으나 유의적이지는 않았다. 식품군별 섭취빈도에 따른 상대적 위험도는 질환에 따라 상당히 달라서, 고혈압에서는 주류를 하루 1회 이상 섭취하는 경우가 한달 1회 이하로 섭취하는 경우에 비해 RR값 1.35로 가장 높았으며($p<0.05$), 당뇨병에서는 육류 및 난류를 하루 1회 이상 섭취하는 경우에 1주 1회 이하로 섭취하는 경우에 비해 RR값 0.49로 가장 낮게 나타났다($p<0.49$). 고지혈증에서는 쌀을 하루 3회 이상 섭취하는 경

우가 하루 2회 이하로 섭취하는 경우에 비해 RR값 1.30으로 가장 높았으나($p < 0.05$), 과체중/비만에서는 음료류를 하루 1회 이상 섭취하는 경우가 주 1회 이하로 섭취하는 경우에 비해 RR값 1.21로 가장 높게 나타났다($p < 0.05$). 이처럼 고혈압, 당뇨병, 고지혈증, 빈혈과 같은 만성질환에 대한 영양부족의 상대적 위험도가 높고 일부 질환의 경우 육류 및 난류의 매일 섭취가 예방적 효과를 보인 것은 불량한 영양섭취상태가 이들 질환의 발병에 대해 하나의 촉발요인이 될 수 있음을 시사한다.