

【P1-3】

농촌 장년 및 노인의 식품·영양소 섭취량과 혈청 지질 및  
빈혈지표와의 관계

최정숙\*, 문은혜, 권성옥  
농촌진흥청 농촌자원개발연구소

Correlation of nutrient intakes with biochemical nutritional status in rural  
residents aged over 50

Jeong-sook Choe\*, Eun-hye Moon, Sung-ok Kwon. Rural resources development institute

본 연구는 농촌의 50세 이상 장년 및 노인을 대상으로 식품, 영양소 섭취량과 혈액 생화학적 지표와의 관계에 대하여 알아보고자 하였으며, 이는 농촌 장년 및 노인을 위한 영양 교육 및 영양사업, 교육 자료개발 등의 기초 자료로 사용될 것으로 사료된다. 연구 대상자는 총 678명으로 여자가 510명, 남자가 168명이었다. 대상자들의 연령을 보정한 후 식품, 영양소 섭취량과 혈청 지질 및 빈혈지표와의 상관성을 분석하였다. 남자 대상자의 두류 섭취량은 혈청 단백질 및 알부민과 유의한 양의 상관성을, 중실류는 헤마토크리트와 양의 상관관계를 보였다. 과일섭취량은 알부민/글로불린 비율, 콜레스테롤, HDL-콜레스테롤, 혈청칼슘과 양의 상관성을, 이온화칼슘과는 음의 상관성을 나타내었다. 육류섭취량은 알부민/글로불린 비율, 적혈구, 헤마토크리트와 양의 상관성을, 난류 섭취량은 이온화칼슘과 음의 상관성을 나타내었다. 어패류는 콜레스테롤과는 음의 상관성을 칼슘과는 양의 상관성을 나타내었다. 유제품은 알부민/글로불린 비율과 양의 상관성을, 양념류 섭취량은 혈청칼슘과 음의 상관성을 나타내었다. 여자의 경우 총식품섭취량은 혈청 총단백질, 알부민, 나트륨과 양의 상관성을 나타내었다. 중실류 섭취량은 혈청단백질과 음의 상관성을, 헤마토크리트와는 양의 상관성을 보였다. 채소류는 혈청 단백질과 양의 상관성을 나타내었다. 육류섭취량은 혈청 총단백질, 알부민, 칼슘과 양의 상관성을, 이온화칼슘과는 음의 상관성을 보였다. 어패류 섭취량은 혈청 칼슘, 총항산화능과 양의 상관성을, 해조류는 혈청 총항산화능과 양의 상관성을 나타내었다. 유제품은 적혈구, 헤마토크리트와 양의 상관성을, 유지류는 혈청 총단백질, 총항산화능과 양의 상관성을 HDL-콜레스테롤과는 음의 상관성을 나타내었다. 양념류 섭취량은 혈청 칼슘과는 음의 상관성, 적혈구와는 양의 상관성을 보였다. 영양소 섭취량과 혈청 생화학적 지표와의 상관관계를 보면 남자의 경우 에너지섭취량은 알부민/글로불린 비율, 중성지방과 양의 상관성을 나타내었다. 비타민 C 섭취량은 중성지방과는 음의 상관성을 보였다. 엽산 섭취량은 총항산화능과 양의 상관성을 나타내었다. 전반적으로 몇 가지 영양소를 제외하고 전반적으로 영양소 섭취량은 혈청지질 및 빈혈지표와 뚜렷한 상관성을 보이지 않았다. 여자의 경우 단백질 및 지방 섭취량은 혈중 총단백질, 칼슘, 총항산화능과 양의 상관성을 나타내었다. 탄수화물 섭취량은 혈중 총단백질, 칼슘, 총항산화능, 헤모글로빈 등과 음의 상관성을 나타내었다. 칼슘섭취량은 혈청 칼슘과 음의 상관성을, 총항산화능과는 양의 상관성을 나타내었다. 인 섭취량은 총항산화능, MCH와 양의 상관성을 나타내었다. 철분 섭취량은 MCHC와 양의 상관성을 나타내었고, 칼륨섭취량은 이온화칼슘과 양의 상관성을 보였다. 비타민 B2 섭취량은 총항산화능, 백혈구와 양의 상관성을 보였다. 비타민 C 섭취량은 알부민, 칼슘

과 양의 상관성을, 백혈구와는 음의 상관성을 나타내었다. 니아신 섭취량은 혈청 알부민 농도와 양의 상관성을, 비타민 E 섭취량은 총항산화능과 양의 상관성을 나타내었다. 식이섬유 섭취량은 혈중 콜레스테롤, 중성지방과 음의 상관성을 보였다. 전반적으로 여자에서는 주로 탄수화물, 단백질, 지방 등 열량 영양소 및 콜레스테롤 섭취량은 유의적이지는 않았지만 혈청 지질과 양의 관련성이 있는 것으로 나타났고, 비타민과 무기질 섭취량은 혈중 지질 농도와 음의 상관성을 보였다.