

【P1-18】

우리나라 0-24개월 영아의 영양섭취 실태 조사연구정상진*, 한영신*, 서연경**, 김윤정**, 최혜미**, 변기원***, 이상일*
성균관대학교 의과대학 소아과*, 서울대학교 식품영양학과**, 부천대학*****A study on nutrient intakes in 0-24 month old Korean infants**

Sang-Jin Chung*, Young Shun Han*, Young Kyoung Suh**, Yoon-jung Kim **, Hye Mi Choi**, Ki Won Byun***, Sang Il Lee*

Department of Pediatrics, School of Medicine, Sungkyunkwan University, Department of Food and Nutrition, Seoul National University** Bucheon College****

영아기는 성장과 발달, 그리고 학습이 빠르게 이루어지는 시기이므로 수유와 이유식을 통해 알맞은 영양이 공급되어야 하고 건전한 식습관을 형성하는 기초가 마련되어야 한다. 이 연구는 0-24개월의 영아들의 식이와 이유식 섭취실태를 파악하는 것을 목적으로 2003년부터 2004년까지 경기도의 보건소와 서울의 대학병원에 예방접종을 위해 내원한 건강한 영아 294(남아 48.6%, 여아 51.4%)을 대상으로 수유, 이유식 섭취 및 가정환경 등을 조사하였다. 수유와 식행동에 관한 사항은 설문지를 통해 조사하였고 수유량과 이유식 섭취는 24시간 회상법을 이용하여 하루 섭취를 조사하였다. 영양 섭취 분석은 Can Pro를 이용하여 시행하였고 모유수유의 경우 수유시간을 고려하여 대략적인 수유량을 계산하여, 조제유수유의 경우는 보고한 양을 기준으로 영양 분석을 하였다. 내원한 영아의 연령분포는 0-4개월 23.1%, 5-11개월 32.7%, 12-17개월 30.6%, 18-24개월 13.6%를 보였다. 수유실태는 모유 수유 중이라고 답한 경우가 12개월 이전 영아의 40.1% 조제유수유는 45.1%, 혼합수유는 13.0%였다. 12-24개월의 영아중 15.6%가 모유를, 41.3%가 조제유를 섭취하고 있었다. 전체 열량섭취의 평균과 표준편차는 0-3개월의 경우 688+227kcal, 4-6개월 669+177kcal, 7-8개월 728+242kcal, 9-11개월 866+338kcal, 12-17개월 910+309kcal, 18-24개월은 933+376kcal였다. 이유식을 통해서 섭취하고 있는 열량평균과 표준편차는 0-3개월 4+18kcal, 4-6개월은 86+120kcal, 7-8개월은 155+151kcal, 9-11개월은 276+170kcal, 12-17개월은 630+326kcal, 18-24개월은 863+381kcal였다. 전문가들에 의해 이유식의 시작 시기로 권해지는 연령인 4-6개월의 영아를 대상으로 수유종류에 따른 이유식을 통해 섭취한 열량을 조사하니 두 군의 값이 유의적으로 차이가 있었는데(모유 수유아:69+81kcal, 조제유 수유아:105+146kcal) 이는 이 시기 이유식 진행에 있어 조제유 수유아가 모유 수유아에 비해 빠르다는 것을 보여주는 결과라고 사료된다. 단계별 이유식이 본격적으로 도입이 되어야 하는 7-11개월의 영아의 영양소 섭취량을 권장량 대비로 살펴본 결과 모유 수유아의 경우 비타민 B1(57%), 엽산(53%), 철분(42%), 나이아신(73%), 비타민 E(30%)가 권장량의 75%이하로 섭취하고 있었고 조제유 수유아의 경우 비타민 E(44%)만이 75%이하로 섭취하고 있었다. 그러나 조제유 수유아의 경우는 비타민A, 비타민C, 비타민B2, 칼슘이 권장량의 200%를 넘게 섭취하고 있었다.

본 연구는 우리나라 영아들의 식이 섭취, 이유식 진행 실태와 수유 종류에 따라 부족하거나 과도한 영양소 섭취결과를 보여주므로 이를 바탕으로 적절한 수유와 이유식에 대한 상담을 수행하는데 중요한 기초자료가 될 것이다.