

【P2-4】

성인 남자의 흡연상태에 따른 영양섭취와
혈중 생화학적 지표 및 지질 패턴 비교

최미경*, 조혜경¹⁾, 승정자¹⁾

청운대학교 식품영양학과¹⁾ 숙명여자대학교 식품영양학과

Comparative study on nutrient intakes, biochemical indices and lipid profile in
blood of Korean adult men according to smoking status

Mi-Kyeong Choi*, Hye-Kyung Cho¹⁾, Chung-Ja Sung¹⁾

Department of Human Nutrition & Food Science, Chungwoon University, Department of Food & Nutrition, Sookmyung Women's University, Korea¹⁾

우리나라 성인 남자의 흡연율은 2003년 56.7%로 높은 수준이며, 남자의 폐암 사인이 여자보다 높은 순위를 보이고 있는 것이 남자의 높은 흡연율 때문으로 설명되고 있다. 흡연자는 맛 인지도의 변화와 함께 불건강한 생활 방식 등으로 식사섭취 변화를 초래하고 그로 인한 건강장해가 가중될 수 있다고 지적되고 있기 때문에 흡연상태에 따른 영양섭취 차이나 그로 인한 문제점을 살펴보는 연구가 필요하다고 생각한다. 따라서 본 연구에서는 성인 남자를 대상으로 흡연 정도와 기간에 따라 비흡연군(47명), 흡연군(58명), 흡연경험군(44명)으로 나눠 신체계측과 혈압을 측정하고 직접면담과 24시간 회상법에 의한 식사섭취조사를 실시하여 영양소 섭취량을 평가하였으며, 혈액을 채취하여 생화학적 지표와 지질패턴을 분석하였다. 전체대상자들의 평균 연령은 54.7세였으며, 평균 신장, 체중, 체질량지수는 165.8 cm, 67.3 kg, 24.5 kg/m²로 흡연군간 유의한 차이가 없었다. 1일 평균 에너지와 단백질 섭취량은 각각 1740.9 kcal과 69.6g 이었으며, 흡연군간 유의한 차이가 없었다. 엽산 섭취량은 비흡연군 324.2 µg, 흡연군 235.1 µg, 흡연경험군 272.7 µg으로 흡연군이 유의하게 낮았다(p<0.05). 콜레스테롤 섭취량은 비흡연군 175.6 mg, 흡연군 232.5 mg, 흡연경험군 154.3 mg으로 흡연군이 유의하게 높았다(p<0.05). 1일 총 식품 섭취량은 흡연군 1250.0 g, 흡연군 1180.1 g, 흡연경험군 1237.5 g으로 세 군간 유의한 차이가 없었으나, 흡연군이 다른 두 군에 비해 버섯류의 섭취량은 유의하게 낮고 난류의 섭취량은 높았다. 전체 대상자의 혈청 GOT, GPT와 적혈구수는 각각 27.3 U/L, 27.3 U/L, 4598.2×1000/mm³ 이었으며, 흡연군간 유의한 차이가 없었다. 흡연군의 백혈구수, 헤마토크릿, 헤모글로빈 함량은 각각 6727.7/mm³, 45.9%, 14.7 g/dL로 비흡연군(4921.5/mm³, 43.4%, 13.9 g/dL)이나 흡연경험군(5845.4/mm³, 44.2%, 13.9 g/dL)보다 유의하게 높았다(p<0.001, p<0.01, p<0.01). 전체대상자의 평균 혈압은 128.3/75.5 mmHg 이었으며, 혈청 총 콜레스테롤, 중성지질, HDL-콜레스테롤, LDL-콜레스테롤은 각각 180.2, 160.8, 41.4, 106.5 mg/dL로 흡연군간 유의한 차이가 없었다. 이상의 연구결과를 종합할 때 흡연자는 비흡연자보다 엽산 섭취가 낮고 콜레스테롤 섭취가 높았으며, 백혈구수, 헤마토크릿과 헤모글로빈 함량이 높게 나타나 흡연이 일부 영양소의 섭취와 혈액성상에 변화를 초래하는 것으로 보여진다. 한편 흡연경험자는 비흡연자와 영양소 섭취와 혈액성상에 유의한 차이를 보이지 않아 흡연으로 인한 일부 영양소 섭취와 혈액성상의 변화는 금연으로 인해 비흡연 상태로 회복되는 것으로 생각된다. 따라서 흡연자를 대상으로 한 금연교육이 우선적으로 요구되며, 흡연으로 인한 영양섭취의 변화가 인체에 미치는 영향을 설명할 수 있는 직접적이고 세부적인 연구를 통해 흡연자의 영양 문제점과 그에 따른 식사관리 방안이 마련되어야 할 것이다.