직장여성의 건강보조식품 섭취 실태

김나리 · 한영실*
숙명여자대학교 전통식생활문화 전공, 숙명여자대학교 식품영양학 전공

본 연구는 직업유무에 따른 여성들의 건강보조식품섭취실태를 파악하여, 건강식품 및 건강보조식품에 대한 올바른 가이드라인을 제시하고자 수행되었다. 건강보조식품에 대해 '건강보조식품은 인체에 이로운 물질이 있다'로 인지한 경우가 가장 많았고 인삼제품을 건강보조식품으로 잘못 알고 있는 사람이 가장 많았다. 직업유무, 섭취유무는 인지도에 별 영향을 미치지 않았으나, 학력이 높아질수록 건강보조식품에 대한 인지도가 증가되었다. 최근 1년간 건강보조식품을 한 가지라도 섭취한 적이 있다고 응답한 사람은 354명(88.5%)이었고, 전체적으로 유산균이 167명(47.2%)으로 가장 많았다. 건강보조식품 섭취이유로는 건강증진 163명(40.7%), 영양보충 143명(35.8%)순이며, 섭취동기를 보면, 가족, 친지의 권유가 142명(35.4%), 신문, 잡지, 서적을 보고 66명(16.5%)이었다. 구입 장소 및 방법으로는 약국 120명(30.0%), 방문판매가 69명(17.2%)순으로 가장 많았고, 섭취 후 주관적 효과에 대해, '그저 그렇다'가 254명(63.5%), '좋아졌다'가 92명(23.0%)이었다. 1회 구입가격에 대해서는 5-10만원이 138명(34.4%), 2-4만원이 102명(25.5%)순이었고 섭취빈도에서는 1종이 217명(54.2%), 2종이 120명(30.0%)이었으며, 가격만족도에서는 '비싸다'가 234명(58.5%), '적당하다'가 81명(20.2%)이었다. 섭취하지 않은 이유에 대해서는 '효과를 신뢰하지 못한다'가 18명(4.5%), '건강하므로 필요성을 못 느낀다'가 11명(2.8%)으로 나타났다. 직업의 유무에 따른 섭취이유, 동기, 구입장소 및 방법, 섭취 후 주관적인 효과, 1회 구입가격, 월평균지출비용, 섭취빈도, 섭취하지 않는 이유 등도 비슷하였다. 인구사회학적 특성과 건강보조식품섭취실태는 연령에 따른 상관관계를 보였고(P<0.01), 직업유무, 학력, 수입은 건강보조식품섭취와의 상관관계를 보이지 않았다. 본 연구결과 효소식품과 유산균식품을 제외하고는 직업유무가 건강보조식품 섭취에 미치는 영향은 없었다.

* 담당자 : 심기현
* Tel : 02-710-9471
* 휴대전화 : 017-751-0918
* Fax :
* E-mail : santaro@sookmyung.ac.kr