

영양실조아동과 간호원

=음식선택과 조리법에도=



Mable Brunk

<부산아동자선병원 간호교편>

영양실조란 신체가 그 신진대사 작용의 필요를 위한 적당한 음식을 공급받지 못하여 신체 자체의 조직을 소모하게 되는 상태를 말한다.

그 증상은 정할 수도 있고 심하면 장님이 되거나 사망에 까지 이르게 되며 영양실조가 된 어린이는 전염병에 잘 감염될 뿐 아니라 병과 싸울 능력도 없게 된다.

우리 부산 아동자선병원에서는 1969년 1월부터 6월까지 영양실조로 입원한 어린이의 수가 73명이나 되는 데 그것도 다른 질환으로 영양실조가 이차적으로 나타난 어린이의 수는 제한 나머지지다.

이런 환자들의 대부분은 여러 종류의 영양소가 실조되었으며 체중감소, 복부팽만, 부종, 서맥(눌린 맥박)저열, 활동장애, 정서반응의 부족, 창백, 근육이완등 여러가지의 증상을 나타내었다.

그중 3명은 심한 비타민A 결핍증으로서 각막 변동을 일으켰는데 한

어린이는 각막의 완전상해로 아주 장님이 되어 버리고 말았다.

영양소의 결핍 중에서도 탄백질의 결핍으로 오는 부종이 가장 많아서 대개 어머니가 세상을 떠난 후 미음, 흰죽만으로 살아온 애기들에 많다.

한국에 있어서 영양실조의 보편적인 원인은 빈곤으로 인해 영양가가 부족한 음식을 많이 먹고 또 음식에 들어 있는 영양가를 충분히 발휘할 수 있는 즉 영양가를 손상시키지 않는 조리법을 모르고 있는 것이다.

음식의 섭취를 저해하는 하리, 전염병, 장기생충 등은 인구가 밀집한 복잡한 지역에 있어서 불결한 위생상태, 오염된 식수를 마시는 곳에서 발견되는 합병되는 인자이다.

특히 어린 고아들은 애정의 결핍과 개별적인 간호의 부족으로 식욕을 잃게 되기도 하고 여러 고아들이 함께 식사할 때 자기 몫의 음식을 충분히 찾아먹지 못하는 수도 있다.

그러므로 이러한 영양실조를 예방

하는데 있어서 간호원의 임무는 첫째서면 음식을 필요로 하고, 둘째 신체에 필수영양으로서 가장 값싸게 구입할 수 있는 음식이 무엇인가, 셋째 영양소를 파괴하지 않는 음식의 조리법 등을 가르치는 것이다.

단백질 음식은 대개 비싸기 때문에 가장 결핍되기 쉬워니 값비싼 육류나 우유, 생선, 계란은 못먹더라도 콩이나 콩으로 된 두부 비지등을 먹도록 권해야겠다.

또 고구마, 무우, 무우잎, 푸르고 싱싱한 배추, 홍무 등은 비타민 A의 좋은 공급원이 되며 쌀보다 보리에 더 많은 비타민이 포함되어 있다는 것도 일깨워 줘야 한다.

특히 애기가 생후 6개월이 되면 체소를 잘 다져서 쌀 두부 등과 섞어 요리한 죽을 먹여야 부족되는 영양소를 보충할 수 있다는 것도 알려줘야 한다.

보건간호원은 고아원 사람들에게 되도록이면 같은 부모가 같은 고아를 담당하게 하여 개별적으로 돌봐주어

서 가정과 같은 분위기를 갖도록 하고 고아들이 제몫을 제대로 찾아 먹도록 지도 관찰하는 교육을 시켜야 한다.

병원에서 영양실조된 환자를 취급해본 간호원은 복부가 팽만된 어린이는 과식을 해서가 아니라 영양실조로 간장이 비대해지고 부종, 장가생충 등으로 그렇게 된 것이라는 것을 곧 알 수 있을 것이다.

영양실조가 된 어린이는 입맛이 없어 잘 먹지 않는다. 그렇다고 음식을 조금씩 주면 점점 더 입맛이 떨어지게 되므로 필수로 많이 먹도록 권하며 입맛을 돋구도록 도와야 한다.

그러나 아주 심한 영양실조에 빠진 어린이는 설사도 잘 하게 되므로 주사로서 영양을 공급해 주고 음식을 차차 그 양을 늘려가야 한다. 그리고 영양실조로 장님이 된 어린이에게 매일 고구마나 곡식을 주면 시력을 회복시킬 수 있다는 것을 기억하고 한 어린이라도 불구아가 되지 않도록 최선의 힘을 기울여야 한다.

▶ 1963年度 서울市内各看護學科 및 看護學校新入生入學率

學 校 名	志 願 者 數	合 格 者 數	比 率
서울醫大看護學科	45	40	1.1:1
梨花醫大看護學科	49	30	1.6:1
延世醫大看護學科	75	54	1.3:1
國立醫科院看護校	262	24	10.9:1
서울衛生病院看護校	95	30	3.1:1
서울赤十字看護校	212	35	6.0:1
서울交通看護校	122	20	6.1:1
首都醫大看護校	86	40	2.1:1
카톨릭醫大看護校	175	25	7:1
女子保健學校	60	40	1.5:1