

# 妊娠 後半期 妊婦의 妊娠中 食品嗜好의 變化 및 異食症의 實行

국민대학 가정관리학과

金 善 姬

=Abstract=

## Changes of the food Preferences and the Practices of Pica of Women in the Latter Half of Pregnancy

Sun-Hee, Kim

*Department of Home Management, Kookmin College*

To know changes of the food preferences and the practice of pica during pregnancy, ninety two women in the latter half of pregnancy were interviewed in April, 1976 at ten medical centers in Seoul. They were average 27.1 years old, and mostly middle class.

83.7% of the total subjects felt the changes of food preferences due to pregnancy within the first trimester. 60.9% had vomiting as well as losing their appetite and 17.3% vomited three or more times daily which might induce difficulties of water and electrolytes balance in body.

The preferences about foods, the taste of foods, and various dishes cooked during morning sickness were changed significantly and showed in lower scores of likes and higher scores of dislikes than those before pregnancy. Particularly, cooked rice and kimchi indicated the increase of more than 50% in dislikes. The preferences after the morning sickness were turned back to those before pregnancy. Desire for water through foods like soft drinks, juice, ice cream, and gamju and salty foods seemed to be spontaneous during pregnancy.

A majority of the subjects had three meals and no snack had included more snacks instead of meals during losing appetite and thereafter, had more frequent meals and snacks.

Superstitions about chicken, squid, and cuttlefish for pregnant women were prevalent. 11.9% tabooed chicken because of harm for fetus. On the contrary, intended higher inclusions of milk, meat and dried small sardines would be helpful to satisfy the increased recommended allowances of calcium and protein for them.

The practice of pica was found in 5.4% and rice was the only real item mentioned. Pica such as amylophagia or geophagia often reported in the U.S. was not answered in this study.

### I. 序 論

妊娠과 함께 대부분의 妊婦는 嘔吐를 동반하는 食品嗜好에 대한 독특한 變化를 경험하게 된다. 이러한 변

화, 즉 입덧의 정도, 期間을 살펴보고 妊娠後의 嗜好를 調査해봄으로써 입덧이 母體의 營養攝取와 胎兒의 成長發達에 영향을 미치는지 추측해 볼 수 있을 것이다.

出生後 初期의 營養失調은 腦細胞의 성장지연이나 行

爲의 손상을 가져오며<sup>1)</sup>, 胎兒肝의 무게와 構成이 임신 중 母體의 식품섭취를 反映하고 있고<sup>2)</sup> 전쟁중 기아상태에서와 動物實驗의 結果에서 胎兒의 두뇌도 영양불량에 민감하게 反應할 것임을 알 수 있다. 특히, 妊娠中 營養은 妊娠末期에 重要視했으나 細胞크기의 확대가 더 많이 일어나는 末期보다는 모든 器官에서 細胞數가 增加하는 妊娠全般에 걸쳐 주목해야 할 듯하다<sup>3)</sup>. 이는 末期以前의 熱量攝取의 餘分은 저장되었다가 胎兒의 發達을 위해 使用될 수 있었으며<sup>4,5)</sup>, 斷食時 母體와 胎兒에게서 代謝適應이 일어남<sup>6)</sup>에서도 뒷받침된다. 또한 動物實驗에서 熱量原이 아닌 비타민 B<sub>6</sub>의 결핍에 의해서도 體重減小이 일어나므로<sup>7,8)</sup>, 임신중 영양은 胎兒의 成長發達에 중요하다.

食品이 아닌 物質을 먹는 行爲인 異食症인 女子, 妊娠中, 有色人種에게서 특히 實行度가 높으며, 진흙, 澱粉, 담배재 등이 발견된다<sup>9-12)</sup>. 이와같이 人種이나 文化에 따라 異食症의 정도 및 實行物質이 차이가 있으므로 우리나라 妊娠의 경우는 어떠한 지 알고자 함에 목적이 있다.

## II. 研究方法

### 1. 調査內容 및 方法

서울 시내 10개 綜合病院 産婦人科에 온 妊娠婦를 對象으로 質問紙에 의해 面談했다.

### 2. 調査對象 및 期間

1976年 4月 3일부터 4月 28일까지 妊娠 六個月以後의 妊娠婦 92명이 調査되었다.

### 3. 調査資料의 處理

對象의 狀況, 입덧과 異食症에 관한 사항, 食事 및 間食의 回數는 百分率로 處理하였고, 입덧을 몇개 하는 藥의 服用과 그 變因은  $\chi^2$  檢證을 했다.

妊娠前後 食品嗜好는 百分率을 구하고 平均의 差는 t 分布檢證에 의해 有義度를 보았다.

## III. 結果 및 考察

### 1. 調査對象者의 一般狀況

- 1) 年齡 : 19세에서 36세사이로 평균 27.1세였다.
- 2) 生活정도 : 85.9%가 中流, 7.6%가 上流, 6.5%

가 下流였다.

3) 教育정도 : 高等學校卒業이 60.9%, 初大以上이 23.9%, 中學校 8.7%, 國民學校가 6.5%였다.

4) 職業有無 : 직장을 갖고 있는 對象이 11.9%였다.

5) 現妊娠의 回數 : 初妊娠婦가 45.6%, 두번째 임신이 27.1%, 세번째가 17.4%, 네번째가 6.7%, 다섯번째 2.1%, 여섯번째가 1.1%였다.

6) 現妊娠 個月數 : 6개월째가 22.8%, 7개월이 18.5%, 8개월이 10.9%, 9개월과 10개월이 각 23.9%였다.

## 2. 입 덧

### 1) 입덧의 변화

입덧의 變化를 느낀 妊娠婦는 83.7%로서 妊娠 3個月以內에 느끼기 시작해서 대부분이 3,4個月에 끝났다 <表 1>.

### 2) 嘔吐의 經驗

입덧의 變化를 느끼는 妊娠婦는 嘔吐를 經驗했으며, 對象의 60.9%가 經驗을 했다. <表 2>에서 보면 妊娠初

<表 1> 입덧변화의 시기

인원수%	시기		끝	
	수	%	수	%
1개월	11	12.0	—	—
2	46	50.0	6	6.5
3	20	21.7	24	23.1
4	—	—	27	29.3
5	—	—	11	12.0
6~	—	—	9	9.8
합 계	77	83.7	77	83.7

<表 2> 구토의 시기

인원수%	시기		끝	
	수	%	수	%
1개월	4	4.3	—	—
2	34	37.0	5	5.4
3	18	19.6	21	22.8
4	—	—	21	22.8
5	—	—	7	7.6
6	—	—	1	1.1
7	—	—	1	1.1
합 계	56	60.9	53	60.8

〈表 3〉 嘔吐의 頻度

빈 도	인원수	구토경험대상증%	전체대상증%
1개월에 1회	1	1.8	1.1
1주에 1회	6	10.7	6.6
2~3일에 1회	6	10.7	6.6
하루 1회	13	23.2	14.1
하루 2~3회	14	25.0	15.2
하루 3회이상	16	28.6	17.3
합 계	56	100.0	60.9

〈表 4〉 입덧 정도와 임신회수 증가

입 덧 정 도	인 원 수	%
더 심하다	8	8.7
똑 같다	15	16.3
덜 하다	27	29.3
합 계	50	54.7

〈表 5〉 입덧중 活動可能度

활 동	인원수	%
보통때와 똑 같다	30	32.6
피곤하지만 가사는 할 수 없다	37	40.2
누워서 가사가 어려울 정도	25	27.2
합 계	92	100.0

〈表 6〉 약의 구입처 및 효과여부

구입처	효과 인원수%	有		無	
		수	%	수	%
약 국	7	7.6	1	1.1	
병 원	16	17.4	2	2.2	
한 의 원	4	4.3	1	1.1	
한의원+약국	—	—	1	1.1	
합 계	27	29.3	5	5.5	

期인 3個月以內에 구토도 나타난다.

〈表 3〉에서 볼 때 하루에 적어도 1회以上 嘔吐하는 경우는全體의 43.7%, 嘔吐經驗 妊婦中 76.8%이다. 하루에 3회以上의 嘔吐는 17.3%로서 이스라엘의 12%<sup>13)</sup>보다 약간 높다. 한달이상을 세번이상 嘔吐할 때는 體內 水分 및 電解質의 均衡에 留意해야될 것이다.

### 3) 입덧 정도와 妊娠回數

初妊婦 42명을 제외한 50명중 過半數 以上이 妊娠回數가 增加함에 따라 입덧은 가벼워진다고 答했다(表4).

### 4) 입덧중 活動可能度

입덧이 日常生活에 미치는 영향을 3단계로 나눠서 質問했으며 〈表 5〉에서 나타난 대로 대부분 家事나 日常의 活動에 입덧이 무리를 주는 것은 아님을 알 수 있다.

### 5) 입덧을 멎게하는 藥의 服用

藥을 먹은 人員 및 藥의 購入處, 效果如否는 〈表 6〉과 같다.

藥의 服用은 職場有無나 學力과는 상관없으며,  $\chi^2$ 檢證에 依하면 活動可能度에서 活動이 힘들수록 服用했으며( $p < 0.001$ ), 嘔吐가 심할수록 服用率은 높아서 嘔吐와 服用率은 有義한 關係가 있음( $p < 0.01$ )을 보였다.

## 3. 妊娠中 嗜好의 變化

### 1) 食品別 嗜好의 變化

23가지 食品例를 들고 좋아함, 그저 그러함, 싫어함으로 嗜好를 三區分했고, 期間을 임신전, 입덧중, 입덧후로 나누었다. 채소와 과일은 季節의 差異를 고려해 채소류와 과일류로 묶었으며, 뒤 別項에서 특별히 嗜好差가 많았던 것은 言及하게 했다. 嗜好의 變化를 느꼈던 77명에게만 質問되었고 그 結果는 〈表 7〉과 같다.

입덧중 밥과 김치의 嫌惡度가 50%이상 增加되었고 돼지고기, 닭고기, 빵은 25%이상 增加되었으며, 닭고기, 생선, 패류, 김치, 밥, 빵은 嗜好度가 25%이상 減少했다.

채소나 과일에 對한 嗜好는 모든 期間中 다른 食品例에 비해 매우 높았다.

平均値의 t分布檢證에 依하면, 임신전에 비해 입덧중에는 '좋아했다'와 '싫어했다'는 매우 有義하게 變化했고( $p < 0.001$ ), '그저 그랬다'도 有義하게 變化했음( $p < 0.02$ )을 나타내었다. 입덧후에는 임신전의 嗜好狀態로 되돌아왔다.

그의 특히 먹고 싶었던 것과 먹기 싫었던 食品들은 〈表 8〉과 같으며, 水分含量이 많은 食品들에 對한 慾求는 당연한 것으로 보인다. 앞의 예에 言及된 것임에도 밥과 김치가 많이 지적된 것은 이들에 대한 嫌惡度가 특히 強했던 탓이라 생각된다.

### 2) 味覺別 嗜好의 變化

〈表 9〉에서처럼 매운 음식, 찬 음식, 짠 음식에 대해 妊娠後에 嗜好가 增加함은 자극적인 맛을 좋아하게

〈表 7〉 食品別 嗜好의 變化

단위 : %

식품명	기간	임신전			임덧중			임덧후		
		좋아했다	그저그렇다	싫어했다	좋아했다	그저그렇다	싫어했다	좋아했다	그저그렇다	싫어한다
달	갈	54.3	39.1	6.6	30.4	45.6	24.0	43.5	52.2	4.3
우유	유	56.5	32.6	10.9	52.0	24.0	24.0	69.6	26.1	4.3
쇠고기	고기	56.5	30.4	13.1	45.6	17.5	36.9	52.2	32.6	15.2
돼지고기	고기	43.4	28.3	28.3	24.0	17.5	58.5*	32.6	34.8	32.6
닭고기	고기	50.0	30.4	19.6	24.0*	26.0	50.0*	36.9	36.9	26.2
생선	선	43.4	32.6	24.0	13.1*	39.1	47.8	32.6	36.9	30.4
굴, 조개, 새우	새우	43.4	39.2	17.4	17.5*	39.1	43.4	41.3	39.1	19.6
내장	장	24.0	19.5	56.5	17.5	10.9	71.6	24.0	19.5	56.5
햄, 소세지	지	28.3	36.9	34.8	13.1	28.3	58.6	32.6	30.4	37.0
두부	부	45.6	43.7	10.9	28.3	41.3	30.4	47.8	32.6	19.6
순대	대	39.1	21.8	39.1	32.6	19.6	47.8	39.1	19.6	41.3
빈대떡	떡	39.1	39.1	21.8	34.8	32.6	32.6	39.1	37.0	23.9
짓김	갈치	34.8	32.6	32.6	17.5	30.4	52.1	24.0	34.8	41.3
된장, 고추장	치	60.9	34.8	4.3	21.7*	15.2	63.1**	50.0	26.1	23.9
밤	장	47.8	45.7	6.5	36.9	26.2	63.9	45.7	45.7	8.6
빵	밤	63.0	34.8	2.2	17.5*	17.5	65.0**	6.5	32.6	10.9
	빵	52.2	30.4	17.4	26.1*	21.7	52.1*	56.5	32.6	10.9
국수	수	43.4	34.8	21.8	45.7	28.3	26.0	50.0	39.1	10.9
과자	자	45.6	36.9	17.5	32.6	28.3	39.1	50.0	32.6	17.5
사탕	탕	43.4	32.6	24.0	34.8	28.3	36.9	45.7	30.4	23.9
채소류	류	67.4	28.3	4.3	58.7	28.3	13.0	76.1	17.4	6.5
과일류	류	95.7	4.3	—	80.4	13.0	6.5	87.0	13.0	—
버터	터	21.7	40.0	41.3	4.3	26.1	69.6	17.4	34.8	47.8
평균 표준오차		47.7±3.25	32.6±1.82	19.7±2.96	30.8±3.57	26.3±1.86	42.9±3.66	45.7±3.44	32.0±1.86	22.3±3.14

\* 25%이상 변화

\*\* 50%이상 변화

〈表 8〉 그의 특히 먹고 싶었던 식품 및 싫었던 식품

먹고 싶었던 식품	먹기 싫었던 식품
청량음료(13), 아이스크림(9), 감주(6), 주스(4), 화채(4), 떡(4), 엿(3), 콩국, 동치미국물, 호박씨, 해바라기씨	김치(24), 밥(23), 마늘냄새, 양념냄새, 간장냄새

( ) : 2회이상 답변일 때의 회수

되는 것으로 추측되며 짠 맛에 대한 食慾의 增加는 쥐와 同一하며<sup>14)</sup>, 一般的으로 妊娠中 制限되는 Na은 부족이 없는 한 血液과 組織量의 增加에 따라 食慾대로 食餌에 許容해도 좋을 것이다.

平均値의 t檢證에 依하면 임신전에 비해 입덧중에 '그저 그랬다'와 '싫어했다'는 有義하게 減少 및 增加

했으며 (各  $p < 0.005$ ,  $p < 0.05$ ), 입덧후에도 '그저 그렇다'는 임신전에 비해 有義하게 減少된 상태( $p < 0.02$ )였다.

### 3) 調理方法別 嗜好의 變化

모든 調理方法에서 임신전보다 입덧중에 嗜好度는 減少하고 嫌惡度는 增加했으며 입덧후에는 임신전으로 되돌아갔다.

平均差의 t數値는 임신전보다 입덧중에 '좋아했다'와 '싫어했다'가 매우 有義하게 變化했음을 나타내며 ( $p < 0.001$ ), 입덧후에는 임신전으로 되돌아와서 有義한 變化를 나타내지 않았다.

以上 1), 2), 3)에서 나타난 變化는 〈圖 1〉에서 概觀된다.

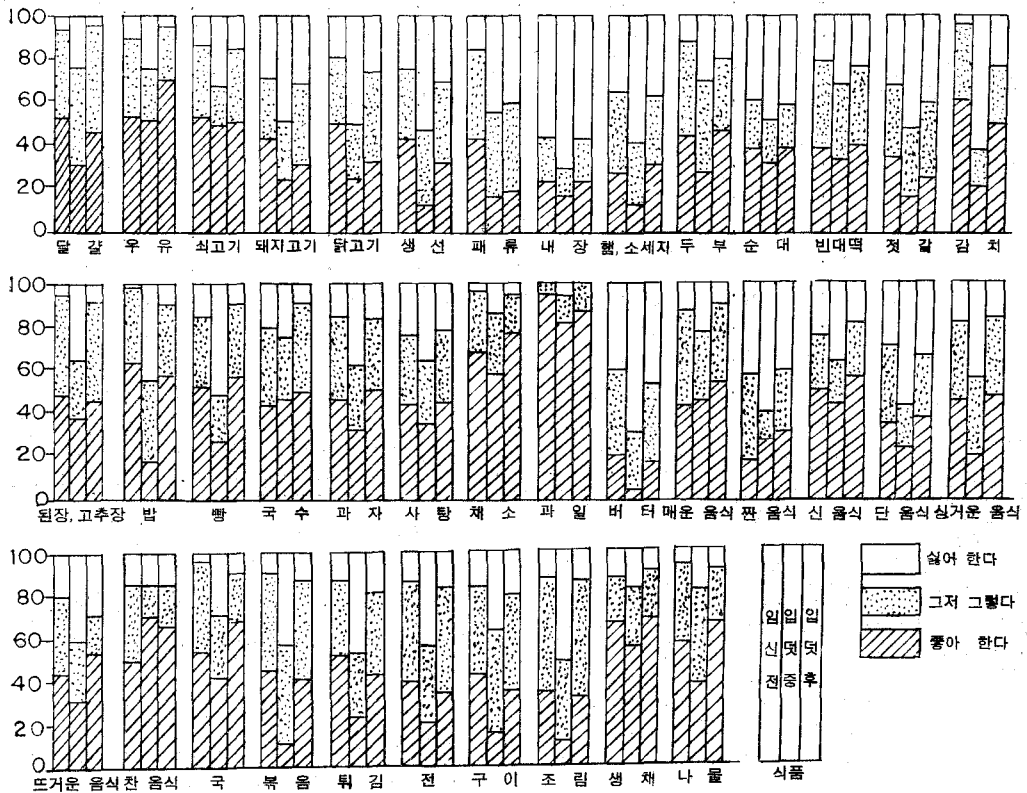
### 4) 嗜好와 實行

嗜好와 實際行爲의 關係를 알기위해 먹고 싶었으나

〈表 9〉 味覺別 嗜好의 變化

단위 : %

음식명	입 신 전			입 덧 증			입 덧 후		
	좋아했다	그저 그렇다	싫어했다	좋아했다	그저 그렇다	싫어했다	좋아한다	그저 그렇다	싫어한다
매운 음식	43.7	43.5	13.0	45.7	30.4	23.9	54.3	34.8	10.9
짠 음식	17.4	39.1	43.5	26.1	13.0	60.9	30.4	28.3	41.3
신 음식	50.0	23.9	26.1	43.5	19.5	37.0	56.5	23.9	19.5
단 음식	34.8	34.8	30.4	23.9	19.5	56.6	37.0	28.3	34.7
싱거운 음식	45.7	34.8	19.5	19.5	34.8	45.7	47.8	34.8	17.4
뜨거운 음식	45.7	32.6	21.7	32.6	26.1	41.3	54.3	17.4	28.3
찬 음식	50.0	37.0	13.0	69.6	15.2	15.2	65.3	19.5	15.2
평균 표준오차	41.0±4.39	35.51±2.30	23.9±4.06	37.3±6.54	22.6±3.04	40.1±6.23	49.4±4.55	26.7±2.59	23.9±4.21



〈圖 1〉 妊娠後 嗜好의 變化

많이 못먹었던 食品名 및 理由와, 먹기 싫었으나 더 많이 먹는 食品名 및 理由를 물었으며 그 結果는 〈表 11〉과 〈表 12〉에 나타난 바와 같다.

첫째, 먹고 싶었으나 많이 먹지 못한 食品의 경우, 닭고기, 오징어, 낙지의 씹이 많으며 대부분 胎兒에게 나빠서 못 먹는다는 理由인데 '닭고기를 먹으면 닭살 피부를 가진 아이를 낳는다'거나 '뼈없는 생선을 먹으

면 뼈없는 아이를 낳는다'는 傳來되어 오는 妊娠中 禁忌 때문으로 추측된다. 나이제리아 中西部에서 妊娠에 게 달팽이나 가시腹生鮮을 禁忌<sup>16)</sup>로 하고 있고 이들 禁忌食品들이 우수한 단백질의 급원이므로 害를 주는 實行이고 따라서 적극적 教育이 必要하다<sup>17)</sup>고 본다. 妊娠中 營養不良이 營養에 대한 無知, 特定食品에 대한 嫌惡, 迷信의 作用이 큼<sup>18)</sup>을 볼 때 教育은 實질히 요

〈表 10〉 調理方法別 嗜好의 變化

단위: %

음식명	기간 기호	임 신 전			임 덧 중			임 덧 후		
		좋아했다	그저그랬 다	싫어한다	좋아했다	그저그랬 다	싫어했다	좋아한다	그저그렸 다	싫어한다
국		54.3	41.3	4.4	41.3	30.4	28.3	67.4	21.7	10.9
튀김	김	52.2	34.8	13.0	23.9	30.4	45.7	43.5	37.0	19.5
볶음	음	45.7	43.5	10.8	10.8	45.7	43.5	41.3	43.5	15.2
전		39.1	45.7	15.2	21.7	32.6	45.7	34.8	47.8	17.4
구이	이	43.5	39.1	17.4	14.0	48.8	37.2	34.8	43.5	21.7
조림	림	34.8	52.2	13.0	10.9	37.0	52.1	32.6	52.2	15.2
생채, 샐러드		65.2	19.5	15.3	54.3	26.1	19.6	67.4	21.7	10.9
나물		56.5	34.8	8.7	37.0	41.3	21.7	65.2	23.9	10.9
평균±표준오차		48.9±3.53	38.9±3.43	12.2±1.48	26.7±5.63	3.65±2.86	36.8±4.30	48.4±5.51	36.4±4.37	15.2±1.47

〈表 11〉 먹고 싶었으나 많이 먹지 못한 食品 및 理由

理由	食品
값이 비싸서	우유(3), 과일(3), 돼지고기(2), 갈부(2), 청량음료(2), 복숭아, 주스, 아이스크림, 딸기, 파인애플, 불고기, 통닭
胎兒에게 나빠서	닭고기(10), 오징어(6), 커피(5), 낙지(2), 짬음식(2), 닭뼈(2), 맥주(2), 청량음료(2), 자극성음식(2), 보신탕
母體에 나빠서	보신탕, 닭고기, 돼지고기, 짬것, 떡국, 냉면, 짬음식, 청량음료
母體와 胎兒에 나빠서	술(2), 커피(2), 얼음, 냉면, 자극성음식, 청량음료, 매운 음식, 짬 음식
기타: 세절할 때 먹기 힘들어서	포도(6), 복숭아(3), 꿀, 겨울동치미
시골맛이 아나어서	곰창 베밀북

( ): 2회以上 답변일 때의 回數

청된다.

둘째, 먹기 싫었으나 더 많이 먹는 食品의 경우, 胎兒나 母體에 좋다는 理由로 26.1%가 우유를 마신다고 했고 멸치와 肉類의 言及이 많았다. 一般的으로 妊娠中 Ca, 단백질, 비타민 B<sub>2</sub>, 철분등의 攝取量이 勸奨量에 未達됨<sup>15-21)</sup>을 볼 때 이들은 좋은 實行이다.

4. 每食事 및 間食態度的 變化

食事 및 間食의 回數를 質疑해서 食品嗜好의 變化와 的 관련성과 영양상태를 추정해 보려했다. 입덧을 겪

〈表 12〉 먹기 싫었으나 많이 먹는 食品 및 理由

理由	食品
값이 싸서	
胎兒에 좋아서	우유(9), 멸치(4), 육류(3), 밥(2), 간오징어, 계란, 식물성지방, 동물성단백질
母體에 좋아서	우유(6), 밥(2), 국수(1), 된장찌개, 갈비, 떡, 환타, 순대, 사과, 돼지고기, 쇠고기
胎兒와 母體에 좋아서	우유(9), 육류(3), 돼지고기(3), 멸치, 버터, 국수, 밥, 순대
기타: 집에서 취급하므로	과일

( ): 2회以上 답변일 때의 回數

지 않는 對象은 妊娠前後로, 입덧을 겪는 對象은 입덧 기간중의 상태도 質疑했으며 그 結果는 〈表 13〉과 같다.

妊娠前에 過半數以上이 세끼니에 間食없이 지내다가 입덧중에 食事は 줄고 間食의 頻度가 늘어났으며, 이는 우리의 食生活이 쌀이 主食임을 고려할 때 입덧중 밥과 김치에의 嫌惡가 增加된 結果와 符合된다. 싫어하는 食品은 대개 食卓에 자주 오르지 않으므로 嫌惡度가 食餌의 充分性에는 거의 영향을 미치지 않는다(지단<sup>22)</sup>, 여기서 쌀이나 김치는 자주 먹는 食品이므로 식이의 充分性이나 選擇에 많은 영향을 준다고 본다.

입덧후 또는 妊娠後에 食事 및 間食의 回數가 增加된 結果는 斷定하기 어려우나 熱量的 增加로 解析될 수 있다. 熱量이 胎兒의 成長發達에 오히려 단백질보다 더

〈表 13〉 食事 및 間食의 頻度

회 수	기간 간식 및 식사 일원수%	입 신 전				입 덧 중				입덧 또는 임신후			
		식 사		간 식		식 사		간 식		식 사		간 식	
		수	%	수	%	수	%	수	%	수	%	수	%
0		—	—	47	51.1	5	6.5	15	19.4	—	—	12	13.0
1		3	3.4	23	25.0	26	33.8	10	13.0	2	2.2	23	25.0
2		18	20.4	17	18.5	21	27.2	22	28.6	5	5.4	32	34.8
3		71	77.2	4	4.3	25	32.5	23	29.9	79	85.9	13	14.1
4		—	—	—	—	—	—	6	7.8	4	4.3	6	6.5
5		—	—	—	—	—	—	—	—	2	2.2	4	4.3
6		—	—	1	1.1	—	—	1	1.3	—	—	2	2.2
합	계	92	100.0	92	100.0	77	100.0	77	100.0	92	100.0	92	100.0

重要함을 볼 때 이 結果는 바람직하다.

### 5. 異食症의 實行

本調査에서 사실상 異食症(pica)으로 간주될 수 있는 것은 5.4%인 5명이 答辨한 생활뿐이었다. 먹는 頻度는 '매일 오후 한번씩'에서 '수없이 많이 먹었다'까지 있었고 입덧기간뿐 아니라 그후에도 4명은 계속 먹고 있었다. 그의 전살 및 볶은 쌀도 각 1명씩 있었으나 異食症으로 볼 수 없으며 '진흙냄새 나는 것이 먹고 싶었으나 없어 아궁이에 물을 끼얹어 냄새만 맡았다'는 答이 있었지만 실제 먹은 것은 아니므로 異食症으로 볼 수 없었다.

- 지나친 量을 먹었다고 생각되는 것으로서,
- 물엿...하루 수십번
- 콩죽...하루 세번
- 도토리묵...하루 두세번
- 날고구마...하루 여섯번 또는 날마다
- 생계란...하루 세번
- 삶은 계란...하루 다섯 내지 여섯번
- 날무우...하루 세번 내지 네번
- 일음...하루 두세번

등이었고 대개 입덧이 지나면 없어졌다. Layman 팀<sup>29)</sup>이 異食症을 가진 妊婦의 남편에게서 전혀 實行을 볼 수 없었고 이는 바깥 社會活動을 하고 술, 담배로서 口腔의 滿足을 얻을 수 있기 때문이 아닐까 추측한 것처럼, 妊婦에서 오는 心理的 不安이나 입덧의 苦痛을 덜기 위한 手段으로 한 가지 食品에 執着하지 않나 싶다.

美國의 경우 미시시피주에서 331명의 妊婦中 41%가 澱粉을 27%가 飮食을 먹음이 밝혀졌고<sup>30)</sup> 할렘의 흑인 妊婦中 66%<sup>31)</sup>가 西南部에 사는 聖글로시의 19%와 辟

시코系 妊婦의 38%가 흑, 담배제 등의 異食症을 갖고 있었다. 이들은 本調査 結果에 比하면 높은 實行度를 보이며 實行物質도 다르다.

## IV. 結論 및 要約

妊婦 6個月以後의 妊婦 92명을 對象으로 임신중 食品嗜好의 變化 및 異食症의 實行을 調査한 結果는 다음과 같다.

### 1. 입 덧

83.7%는 食品에 대한 입덧의 變化를 느꼈고 60.9%는 동시에 嘔吐를 경험했으며, 이 입덧은 妊婦初期에서 작되어 대부분 妊婦 三, 四個月이 지나면서 없어졌다.

입덧은 妊婦 回数가 증가할수록 가벼워지며, 입덧이 家事에는 별 지장을 주지 않았다.

입덧을 멎게하는 藥은 34.8%가 服用했고 대부분 效果가 있었으며, 服用如否는 嘔吐의 頻度 및 日常活動의 可能도와 有義한 相關이 있었다.

### 2. 妊婦中 食品 嗜好의 變化

거의 모든 食品에서 입덧중에는 임신전보다 嗜好度가 減少하고 嫌惡度가 增加했으며 밤, 김치에 대한 嫌惡는 50% 이상이 增加했다. 이러한 食慾의 減퇴는 熱量 및 營養素의 攝取不足을 초래할 수 있을 것이다. 입덧후에는 임신전의 嗜好狀態로 되돌아왔다.

매운 음식, 짠 음식, 찬 음식에 대한 嗜好는 임신전보다 임신후에 增加했으며 味覺別 嗜好의 平均値는 食品別과 마찬가지로 입덧중에는 嗜好度는 감소했고 嫌惡度는 有義하게 增加되었다.

調理方法別嗜好도 모든方法에서 입덧중에는嗜好도는 감소하고嫌惡도는 증가해서平均値도 매우有義있게 변화했음을 나타내었고, 입덧후에는 임신전의 상태로 되돌아왔다.

嗜好와는 달리 우유, 멸치, 육류를 애써 먹으려함은 단백질과 칼슘의 섭취에 도움이 되겠고, 反面에 妊娠中 닭고기, 오징어, 낙지에 대한禁忌도 강하게 남아있음을 나타내었다.

嗜好的變化에 따라 입덧중에는 食事の頻度は 줄고 間食의 頻도가 늘어났으며, 입덧후에는 食事 및 間食이 늘어났다.

### 3. 異食症의 實行

생살의 實行이 5.4%에서 밝혀졌으며 이는 美國에 비해 實行度도 낮고 實行物質도 差를 나타낸다.

異食症으로는 볼 수 없으나 술, 담배에 대한 慾求가 있었고, 한 가지 特定食品 즉 물엿, 콩국, 도토리묵, 날고구마, 생계란, 삶은 계란, 날무우, 얼음등과 같은 食品을 多量 먹음이 밝혀졌다.

以上에서 볼 때 입덧은 食品嗜好에 變化를 일으켜 食品의 選擇 및 食事量에 影響을 미치는 것으로 보이며, 妊娠中 食品攝取行爲는 特異함을 알 수 있다.

### 참 고 문 헌

- 1) Myron Winick, "Nutrition and Fetal Development": *John Wiley & Sons Inc. p. 3, 1974.*
- 2) Smith, C.A., J. Worcester and B.S. Burke: *Obstet. & Gynecol. 1:46, 1952.*
- 3) Review: *Nutr. Rev. 34:169, 1976.*
- 4) Myron Winick, "Nutrition and Fetal Development": *John Wiley & Sons Inc. p. 127, 1974.*
- 5) Review: *Nutr. Rev. 31:45, 1973.*
- 6) Review: *Nutr. Rev. 32:270, 1974.*
- 7) Alton-Mackey, M.G. and B.L. Walker: *Am. J.*

- Clin. Nutr. 26:420, 1973.*
- 8) Sabo, D.J., R.P. Francesconi and S.N. Gershoff: *J. Nutr. 101:29, 1971.*
- 9) Ferguson, J.H. and A.G. Keaton: *J. Am. Dietet. Assn. 58:621, 1970.*
- 10) Posner, L.B., et al.: *Obstet. Gynecol. 9:270, 1957.*
- 11) Payton, E., E.P. Crump and C.P. Horton: *J. Am. Dietet. Assn. 37:129, 1960.*
- 12) Bruhn, C.M. and Pangborn, R.M.: *J. Am. Dietet. Assn. 58:417, 1970.*
- 13) Sterk, V.V., et al.: *J. Am. Dietet Assn. 60:414, 1972.*
- 14) Pike, R.L. and C. Yao: *J. Nutr. 101:169, 1971.*
- 15) Pike, R.L. and D.S. Gursky: *Am. J. Clin. Nutr. 23:883, 1970.*
- 16) Ogbeide, O.: *Am. J. Clin. Nutr. 27:213, 1974.*
- 17) Giffit, H.H., M.B. Washbon and G.G. Harrison: "Nutrition, behavior and change" p. 260, *Prentice Hall Co. 1972.*
- 18) Bartholomew, M.J. and Poston, F.E.: *J. Nutr. Edu. 2:15, 1970.*
- 19) Murphy, G. H. and A. W. Wertz: *J. Am. Dietet. Assn. 30:34, 1954.*
- 20) Jeans, P.C., M.P. Smith and G. Stearns: *J. Am. Dietet. Assn. 28:27, 1952.*
- 21) Harrill, I., L. Lynch and D. Shipman: *J. Am. Dietet. Assn. 63:164, 1973.*
- 22) Young, C. M. and T. D. Lafortune: *J. Am. Dietet. Assn. 33:98, 1957.*
- 23) Layman, E.M., et al.: *Psycho. Rec. 13:249, 1963.*