



천연식품의 무조건적 맹신에 경중

인공식품은 인체에 해롭고 환경을 파괴하며 천연식품은 건강에 도움을 주고 안전한 것이라는 일반인의 통념에 경중을 올리는 「천연식품의 해독」이라는 논문이 발표되어 주목을 끌고 있다.

영국 Norwich연구소의 식품연구부에 속해 있는 M.R.A. Morgan박사와 G.R.Fenwick박사의 논문에 따르면 식품이란 천연과 인공에 상관없이 매우 복잡한 화합물이며 단지 인공식품에 관련된 자료가 많이 나왔을 뿐 천연식품에 대한 장기적인 인체영향조사가 이루어지지 않은 상태에서 천연식품을 과신하는 일은 매우 위험할 수 있다고 지적했다.

연구진은 또 이같은 문제를 해결하기 위해 식품이 인체에 미치는 생물학(주로 독성학과 임상학)적 연구와 식품에 대한 화학적 연구가 선행되어야 할 것이라고 밝혔다.

연구진들이 밝힌 구체적 예로는 첫째, 식물의 경우 아프리카인들의 주식인 Cassava와 서양호박, 豆類, 감자 등을 들고 있는데 시안화탄수화물이 다량 함유된 Cassava에 의해 급성중독이 될 경우 호흡곤란, 의식불명 심지어 목

숨까지도 앓아가는 것으로 전해졌고 서양호박이나 오이류의 섭취에서 나타나는 Ackee중독은 고농도의 쓴 맛 때문에 쉽게 발생하지는 않지만 간혹 경련, 설사 등의 중독증을 나타내는 것으로 알려졌다. 이와 같은 예로 Faba콩의 경우, glucose-6-phosphate dehydrogenase의 결핍을 보이는 사람이 섭취했을 때 두통, 메스꺼움, 요통, 신열 등의 증상을 보인다는 것이다. 이밖에도 감자껍질에 많은 것으로 알려진 glycoalkaloids가 무력증, 피곤함, 시각장애를 일으키는 것 등을 들고 있다.

두번째로는 해산물의 독성을 열거하고 있다. 해양의 미생물 중에는 고농도 독성 alkaloid를 함유한 것들이 있는데 어패류는 이 같은 독성을 그대로 품고 있으므로 인간이 이를 섭취했을 경우, 중추·말초신경에 영향을 끼쳐 무감각 증세를 보이고 곧바로 근육공조가 파괴된다는 것. 이밖에도 열대해안에서 많이 발생하는 Ciguatera중독이나 참치, 고등어 섭취와 연관이 깊은 것으로 알려진 scombroid중독증도 대표적인 해산물 중독에 포함된다고 이 글은 밝히고 있다.

세번째로는 불량한 저장으로 발생하

는 미생물 오염을 들 수 있다.

연구진들은 최근에 유행하고 있는 천연식품, 건강식품 열기가 장기적인 임상조사가 이루어지지 않은 상태에서 자칫 천연식품의 독성에 대한 간과로 연결될 것을 우려하면서 또한 앞으로 농작물에 대한 농약사용감소추세 속에서 나올 수 밖에 없는 강력한 해충 대응품종이 농작물 내부의 독성물질의 높이는 결과를 초래할 수도 있다고.

고지방 육류섭취, 결장암 가능성 높인다.

고지방 육류음식의 섭취는 결장암의 발생가능성을 높인다는 연구결과가 발표되었다. New England Journal of Medicine誌 최근호에 실린 하바드대학 연구팀의 보고에 따르면, 매일 쇠고기나 돼지고기 혹은 양고기를 섭취하는 여성의 경우 한 달에 한 번 이하로 육류를 섭취하는 여성보다 평균 2.5배의 결장암가능성을 보인다는 것이다.

1980년부터 6년간에 걸쳐 8만 8천 7백 51명의 여성간호사를 대상으로 한 이번 조사결과에 대해 연구팀은 남성에게도 같은 결과가 나올 것을 확신하고 있는 것으로 알려졌다.

또한 美연방 dietary guidelines誌는 低지방 육류인 닭고기와 생선을 추천하면서 이러한 음식의 섭취는 오히려 암발생을 예방해 준다고 발표했고, 하바드대학의 공공보건대학의 Walfer

Willett박사는 “최선의 방법은 고지방 육류를 안 먹는 것이고 차선책은 줄이는 것이다”라고 말해 고지방육류의 지나친 섭취를 경고했다. 하지만 이같은 주장이 자칫 채식주의로 흐를 것을 경계해서 美國식이협회 회장인 Mary Abbott Hess 같은 이들은 육류가 철분, 아연 등의 풍부한 공급원일 뿐만 아니라 비타민의 주요조달원이라고 주장하여 육류소비와 관련된 논쟁은 뜨거워질 전망이다 것으로 알려졌다.

지역 케어시스템 연구반 설치운영

일본 후생성은 뇌혈관장애의 예방을 위해 지역케어(care)시스템 연구반을 설치, 연구계획을 결정했다고 밝혔다. 이 연구반은 노인보건건강증진 등의 일환으로 뇌졸중에 의한 후유증 환자의 장애상황, 지역케어시스템의 실태조사, 뇌졸중 예방을 위한 시스템 검토 등을 목적으로 하며 기능훈련 소위원회, 지역예방 소위원회, 역학 소위원회로 구성됐다고 전했다.

또한 이 연구반의 주된 업무로는 기능훈련사업의 guide line작성, 의료기관 퇴원 후 자택치료로의 이행과 정보정리, 지역뇌졸중환자의 추적조사 등이며 지역케어시스템의 필요를 파악, 검토를 하고 3년 계획으로 지역실정에 맞는 지역케어시스템의 구체적 지침을 설정할 방침이라고 한다.