

# 이상구 망령과 축산식품의 중요성

정 일 호

알프스 운동가  
농학박사

## 1. 서론

KBS TV 집중기획 "침단 의학과 사람"에는 미국에 있어서 암의 발생사례와 이를 정복하기 위한 식품학적인 예방방법을 인터뷰기사 또는 해설자의 설명으로 방영된 바 있다. 국가 공영 방송이 우리나라 국민에 대한 건강문제를 꼭 재미박사를 통하여 전달시키려는데 이론이 없을 수 없으나 본고에서는 이미 방영된 것을 근본적으로 논할 수 없으므로 어떠한 점이 학술적으로 옳고 그른 것인지 살펴보기로 한다.

## 2. 본론

먼저 문제가 된 2가지 문장을 녹음을 통하여 들어보자

### 1) 해설기사:

".....어머니의 젖 조차에서도 발암물질이 발견되는.....문명자체가 발암물질....."

마치 어머니의 젖은 발암물질의 원산인것처럼 오

해를 주고 있어 이제는 모유도 먹이지 말라는 인상을 주고 있다. 그런데 사실은 모유에 문제가 있는 것이 아니고 어머니가 섭취하는 음식을 잘 선별하여 먹게 되면 이러한 문제는 피할 수 있는 것이다. 또한 이러한 관점에서 과학의 발전(학문의 연구)은 계속되는 것이 아닌가?

### 2) 해설기사:

.....버터, 우유, 치즈, 육류가 듬뿍든 식단으로는 유방암, 대장암을 피할 수 없다는 얘기다.....이것은 바로 직전에 대답을 한 그리워드 박사의 인터뷰내용과 전혀 상반되는 다시 말하여 KBS 해설자가 임의로 편집한 내용이다. 물론 인터뷰에 제시된 암을 예방할 수 있다는 식품중 섬유질이 많이 포함된 과일, 채소, 곡식등 보다는 축산식품(버터, 육류)등이 지방질이 많이 함유된 것은 사실이지만(치즈는 단백질 식품인것을 KBS 당국자는 모르는가?)(표1참조) 그 섭취량에 있어 우리나라는 미국에 비하여 미미하여 이러한 이론(아직 학설로는 받아들여 지지 않고 있는 학자의 주장임)이 우리나라에 막바로 적용되는 학설은 아닌 것이다.



문제가 된 2가지 해설기사가 모두 번역이 아닌 우리나라 사람들의 편집에 의한 요약정리된 기사이기 때문에 해설자(나레이터)에게 준 원고가 잘못된 것이다. 특히 마시는 우유중에는 많이 들어 봐야 3~3.5%의 유지방을 함유하고 있는데 이것이 암을 피할 수 없는 식품으로 등장된다는 점이 도대체 언어 도단일 뿐이다.

이점에 있어 KBS 당국은 앞으로

이러한 건강문제를 다룰때는 반드시 우리나라 학자 들에게 의견을 물어 같이 방영하던지 차라리 심야토론 처럼 학자, 기업인, 소비자, 시청자가 같이 참여 하는 프로그램으로 방영해야 할 것이다.



89년도에도 "이상구신드롬"을 일으켜 낙농가를 비롯한 양축농민들이 고개를 설레설레 저으는(축산 경제신문 91. 7. 15) 그러한 인사를 91년도에 꼭 다시 모셔야 했는지 그 이유를 반문하고 싶다. 정말 우리나라에 이상구와 버금갈 수 있는 학자가 없다면 모르지만 만에 하나 종교적 이유가 있다 한다면 이 또한 경계하여야 할 줄로 안다.

표1. 주요 식품의 영양성분(한국 보사연구원, 1989)

구 분	열량 (Kcal)	수분 (%)	단백질	지질	당질	섬유
			(g)	(g)	(g)	(g)
- 가식부 100g 중 -						
배추	17	94.7	1.3	0.2	2.7	0.7
토마토	22	92.0	2.0	0.3	2.7	1.0
쌀, 아까바레	357	11.3	6.8	1.4	79.3	0.7
밀	331	13.8	10.6	1.8	68.2	2.9
버터	723	17.0	0.5	81.4	0.2	0
우유	61	88.1	3.4	3.4	4.4	0
치즈	405	33.8	29.9	31.0	1.7	0
쇠고기	116	75.8	22.8	3.7	0	0
돼지고기	135	72.4	20.7	4.6	0.2	0

"실제로 인터뷰 내용에 있어서 지적된 것 처럼 지방섭취가 많지 않은 나라에서는 유방암의 발생이 미국처럼 흔하지" 않다는 점이다.

사실 문제가 된 2가지 해설기사가 모두 번역이 아닌 우리나라 사람들의 편집에 의한 요약정리된 기사이기 때문에 해설자(나레이터)에게 준 원고가 잘못된 것이다. 특히 마시는 우유중에는 많이 들어

봐야 3~3.5%의 유지방을 함유하고 있는데 이것이 암을 피할 수 없는 식품으로 등장된다는 점이 도대체 언어도단일 뿐이다. 이점에 있어 KBS 당국은 앞으로 이러한 건강문제를 다룰때는 반드시 우리나라 학자들에게 의견을 물어 같이 방영하던지 차라리 심야토론 처럼 학자, 기업인, 소비자, 시청자가 같이 참여하는 프로그램으로 방영해야 할 것이다.

### 3. 결론

우리는 이러한 기사를 듣고 보면서 다음과 같은 점을 유념해 두어야 한다.

1) 미국인의 식사패턴은 우리와 다르다. 먼저 한국은 미국에 비하여 에너지(열량)수준이 70%정도 밖에 안되며 그것도 곡류등 당질로부터 1.6배를 먹으며 지방질은 40%밖에 되지 않아 아직 우리의 수준은 지방섭취가 훨씬 낮으며(1/3수준) 특히 문제가 되는 것은 단백질 공급량은 적고 그것도 대부분 식물성이고 생리적으로 필요한 필수 아미노산등을

표2. 영양공급수준의 국제비교(맹원재등, 1989)

구 분	에 너 지		단 백 질		
	실수 (Kcal)	당질 (%)	지방질 (%)	실수 (g)	동물성비율 (%)
한국	2610	70.4	17.4	79	31.6
미국	3393	43.3	44.2	106	70.2
한국/미국	0.77	1.63	0.39	0.75	0.45



서로 다른 문화권과의 비교에 의하면  
**유방암과 대장암의 발생률은 전세계의 사람들간에 같지 않다는 것을 나타내주고 있으며**  
**이는 KBS TV 방영에서도 지적된 것처럼 식습관과 상관이 되며**  
**특히 유방암의 발생률은 식사중의 상대적 지방섭취량과 연관되어**  
**대장암은 역학적인 연구로부터 섬유질 성분과 역상관,**  
**즉 섬유질 성분이 많으면 대장암에 걸릴 확률 또는 예방물질로서 작용된다는 것이다.**



공급하기 위한 동물성 단백질의 섭취가 불가피하여 이에 따른 지방질 부수 섭취는 오히려 부족한 지방질을 동물성으로 공급하는 좋은 경우가 된다.

이러한 상황에도 미국의 사례를 들어 우유와 육류의 섭취를 제한하는 TV 방영은 아직 시기상조이며 국민의 건강을 오히려 저영양 내지 영양결핍상태(malnutrition)로 유도하는 길임을 명심하여야 할 것이다.

2) 사람들의 식습관의 변화는 암 발생률의 변화와 상관이 있는데 미국에 이민간 일본인은 조상들의 식습관의 변화에 따라 세대를 거듭함에 따라 위암의 발생은 감소되고 그대신 유방암이 미국인의 평균에 달할 정도로 증가된다는 사실이다. (Dunn, 1975) 이럼에도 우리나라에 방영되는 TV에서 위암에 대해서는 전혀 언급되지 않고 유방암, 직장암에 대해서만 언급한 사실은 현실을 전혀 모르는 미국에서만 살고 있는 재미 연구원의 미국소개 내용일 뿐 우리와는 크게 상관되지 않는 보도이다.

3) 서로 다른 문화권과의 비교에 의하면 유방암과 대장암의 발생률은 전세계의 사람들간에 같지 않다는 것을 나타내주고 있으며 이는 KBS TV 방영에서도 지적된 것처럼 식습관과 상관이 되며 특히 유방암의 발생률은 식사중의 상대적 지방섭취량과 연관(Carroll, 1975)되며 대장암은 역학적인 연구로부터 섬유질 성분과 역상관, 즉 섬유질 성분이 많으면 대장암에 걸릴 확률 또는 예방물질로서 작용된다는 것이다. (Kritchevsky, 1977)

4) 종교적인 의미에 있어서 어떤 집단의 사람들은 독특한 식습관을 갖고 있는데 안식일 재림파의 신자들간에는 암의 발생률이 다른 대조군 집단보다 낮다(Phillips, 1975). 그러나 이것도 인과관계를 설명하는 하나의 요인에 지나지 않으며 충분히 주의 깊게 해석할 필요가 있다.

5) 실험적 조건에서 식사에 의해서 암의 발생이 변경되는데 예를들면 식사중의 지방은 쥐(rat)에 있어서 유방암의 발생률을 증가시킨다(Carroll, 1975, Clayson, 1975) 그러나 위에 열거한 여러가지 요인들은 종양형성에 있어서 한 요인이 될 뿐 암과 숙주(사람)가 생리학적으로 분리할 수 없는 것처럼 식사와 영양도 생활양식이나 환경으로부터 완전하게 분리할 수는 없다. 따라서 암에 대한 어떤 결론을 설명하기 위하여는 구체적인 사례가 아직 학술적으로 증명되지 못하고 있는 실정이다.

암의 병인으로서의 음식물의 기여는 조리되어 소비될 때의 음식물 전체의 조합의 효과인것 같은데, 그러한 증거는 현재로는 추측에 지나지 않으며 암을 예방하는 식사를 처방할 수 있다는 뜻은 아니다 (채범석등, 1984)

결론적으로 이번 KBS TV에 의해 방영된 암에 대한 기사중 축산식품에 관련된 부분은 아직 시기상조인 우리나라에 지방질이 과잉된 미국의 사례를 접목할 것으로 아직까지는 우리 국민은 원활한 건강을 위하여 축산식품을 더 섭취하여야 함을 강조하는바이다.