

모유는 최선의 유아 질병 방어식

모유는 유아의 질병을 막아주는 최선의 방어책이라고 미국의 아동보건전문가들이 8월 5일, 세계모유주간을 맞아 그같이 강조했다.

이들은 모유로 지란 유아들은 중이염, 알레르기, 호흡기질환, 위장질환 및 기타 질병에 감염될 확률이 우유병으로 분유 등을 먹고 지란 유아보다 훨씬 낮다고 밝혔다.

필라델피아 펜실베이니아 대학의 찰스 클리벤저 박사는, 모유가 음식 이상의 것이며 감염을 막아주는 항체와 유아의 면역 체계를 완전하고도 적절하게 발달시켜 주도록 지시하는 호르몬과 성장 인자를 포함한 생체학적 요소를 지니고 있다고 말했다.

클리벤저 박사의 연구결과는 특히 사춘기, 임신 및 수유기간 중 젖가슴의 발달과 차이를 조정하는 호르몬 프롤락틴이 유아의 면역체계 세포를 자극하는 데 있어 중요한 역할을 하는 것으로 밝히고 있다.

다른 연구결과도, 모유로 성장한 유아는 모유 내에 있는 일부 항체가 박테리아와 바이러스성 단백질을 의태(擬態)할 가능성이 있기 때문

에 우유로 지란 유아보다 백신에 더욱 효과있게 반응을 나타내는 것으로 밝혔다.

빈국(貧國)들 마아가린 등에 영양소 첨가, 질병 치료

빈국(貧國)들이 마아가린·옥수수가루·설탕·소금 등에 비타민·철분을 비롯한 영양소를 첨가함으로써 세계적으로 질병치료를 큰 효과를 보고 있다.

마아가린에 비타민 A를 첨가한 필리핀의 한 회사는 어린이에게 시각장애를 유발할 수 있는 비타민 A 결핍증을 치료한 것은 물론 폭발적인 판매신장세를 보였다.

또 베네수엘라는 1년에 1사람당 10센트의 비용을 들여 거의 모든 음식에 사용되는 옥수수가루에 철분과 다른 영양소를 첨가, 빈혈환자를 급격히 줄였다.

전세계적으로 10억명 이상이 비타민 A, 철분, 요오드 등의 결핍으로 쇠약해지거나 사망하고 있다.

그러나 지난 7월 30일 공개된 세계은행의 한 프로그램에 따르면 필리핀과 베네수엘라의 경우처럼 음식물에 영양소를 첨가하면 이런 위험을 없앨 수 있다고.

세계은행과 캐나다 및 유

엔이 공동설립한 '마이크로 뉴트리언트 이니셔티브'의 벤카티시 맨나르 전무이사는, "우리는 이미 일부 주요 국가들에서 질병이 현격히 감소하는 경향을 보고 있다"고 지적했다.

그는 음식물에 영양소를 첨가하기를 주저하는 다른 국가들에 이같은 성공사례를 지침서로 사용하고 있다.

비타민 A와 요오드·철분의 부족은 실명과 종기, 빈혈, 정신지체, 심지어는 죽음을 야기할 수도 있다.

세계은행은 특히 가난한 나라를 중심으로, 이미 증세를 보이고 있는 10억명보다 2배나 많은 사람들이 이같은 증세를 보일 가능성이 높다고 밝히고 있다.

비타민 B와 D, 나이아신 및 엽산의 결핍증 역시 우려할만한 수준이다.

지난 90년대 초 세계 각국 정부는 갑상선 이상과 정신지체를 야기하는 요오드 결핍증을 치료하기 위한 가장 손쉬운 방법으로 요오드화 소금을 보급할 수 있도록 10억달러를 기부했다.

가난한 국가들에게 음식물에 영양소를 첨가하도록 하는 것은 여전히 어려운 도전이다. 마이크로뉴트리언트 이니셔티브는 지난 8월 2일, 세계 보건관계자들과 식료품

회사들을 상대로 다음과 같은 예를 소개했다.

* 베네수엘라 : 주식이지만 사실상 아무런 영양소가 없는 옥수수가루에 1인당 1년에 10센트 정도의 예산을 들여 철분·비타민 A와 B·나이아신을 첨가했다. 한 보건 조사에 따르면 베네수엘라 수도에서 빈혈증 환자 발생수는 음식물에 영양소를 첨가하지 않았던 해보다 19%나 떨어진 6%에 불과했다.

* 과테말라 : 거의 모든 음식에 사용되는 설탕에 비타민 A를 첨가했다.

이전에 비타민 A 결핍증을 보인 어린이 수가 5백만 명이었으나 현재는 약 50만 명으로 줄었다. 온두라스와 엘살바도르가 현재 설탕에 영양소를 첨가하고 있으며 코스타리카와 니카라과 등에서도 비슷한 계획이 실행되고 있다.

* 필리핀 : 어느 특정 회사가 마아가린에 비타민 A를 첨가했다. 의사들이 미취학아동을 대상으로 실험한 결과, 이 상표의 마아가린을 먹는 어린이들의 비타민 A 결핍률은 63%까지 떨어졌다. 이 회사는 단 3개월만에 판매율이 20% 상승했다. 72