

사상체질형태에 따른 여대생의 식습관

박금순[†] · 김혜경

대구가톨릭대학교 가정관리학과

A Study on Eating Habits by Body Constitution Types of the Sasang Constitutional Medicine Among Female College Students

Geum-Soon Park[†] and Hye-Kyong Kim

Dept. of Home Management, Catholic University of Daegu, Daegu 712-702, Korea

Abstract

The purposes of this study were to investigate eating attitudes and food preferences among female college students by their body constitution types, such as Tae-yang, Tae-eum, So-yang, and So-eum by using the more accurate and objective classification method of the Sasang Constitutional Medicine. People with Tae-eum (51.6%) body constitution type showed the highest percentage level, followed by So-yang (33.0%) and So-eum (15.4%) body constitution types. In respect to the taste preference, people with Tae-eum and So-yang body constitution types tended to preferred spicy taste and So-eum body constitution type preferred sweet taste. In the satisfaction and interests toward the body shape, people with Tae-eum body constitution types showed the lowest satisfaction levels for their body shapes and showed the highest interests levels for their body shapes. In regard to eating attitudes, So-eum body constitution type state that they eat food relatively slowly. Tae-eum and So-yang body constitution type state that they eat food until they feel full. Tae-eum body constitution type state they normally overeat when they got stressed. The food preferences for the food group, there is no significant difference body constitution types with regard to food preferences.

Key words: body constitution types, Sasang constitutional medicine, eating attitude, food preferences

서론

인간은 태어나면서부터 평생을 생명활동의 에너지원인 음식을 섭취하면서 살아간다. 그래서 생명활동을 왕성하게 하고 건강을 증진시키기 위해서 올바른 음식물의 섭취에 많은 관심을 쏟아왔다. 예로부터 한방의학에서는 식보(食補)가 으뜸이라 하여 음식물의 섭취를 중요하게 여겼고 '醫食同源'이라 하여 매일 먹는 음식이 의약에 못지 않는 중요성을 가지고 있다고 보았다. 또한 음식물에 대해서 약리적 효능을 중요시하여 음식과 약물을 기미(氣味)론적 방법으로 분류하고 음식의 식이적 효능은 기(氣)보다 미(味)를 중심으로 오미(五味)를 조절하여 오장(五臟)균형을 유지시켰고 음식의 약리적 효능은 미(味)보다 기(氣)의 편향성을 이용하여 음양균형을 유지시켰다(1). 즉 식품과 약의 근원이 같다는 의식에서 식품은 식이적 효능과 약리적 효능에 따라 식품을 율게 가늠함으로써 건강을 최대한 증진시키는 방법을 실천해왔다(1-3). 또한 한의학에서는 올바른 식품섭취는 질병중병의 상태가 더욱 악화되거나 합병증의 발병을 막아주는 중요한 수단으로 강조하였으며 약물로 질병을 어느 정도 치료한 후에는 식품섭취를 통하여 인체

의 정기를 회복시켜 건강 촉진을 시도해왔다. 특히 사상의학에서는 음식의 섭취를 체질의 정상적인 운영을 조절하는 것을 목표로 삼고 있으며 체질에 따른 식이요법은 건강을 증진시키고 질병을 치료하고 예방하는데 바탕이 되므로 음식물의 섭취에 있어서도 체질적인 특성을 중요시하였다. 또한 음식물의 기미론적 기준과 오랜 경험을 바탕으로 체질적으로 허약한 정기를 보강해주는 음식과 반대로 손해를 끼치는 음식으로 분류하였다(1).

우리나라에서는 사상의학(四象醫學)(1,2)이라 하여 이미 1백여년 전 조선후기 동무(東武) 이제마 선생에 의해 체계화된 우리민족 독자 고유의 체질이론이 있다. 동무는 인간중심적인 입장에서 우주현상, 사회현상, 병리현상을 설명하고 인간의 체질을 형태학적 특징과 심리상태 및 생리, 병리, 병증, 진단 등의 모든 분야에서 걸쳐 4가지 유형으로 분류하였다. 이 이론은 자신의 체질을 알고 체질에 맞는 식품을 섭취하는 법이 건강을 지키는 최고의 방법이라 제시하고 있다. 이에 사상체질의학은 수많은 임상실험을 통하여 정확성과 과학성을 입증하기 위한 연구가 꾸준히 시도되고 있다(4-6).

최근 사상의학과 체질식이에 대한 관심이 고조되면서 이에

[†]Corresponding author. E-mail: gspark@cath.cataegu.ac.kr
Phone: 82-53-850-3512, Fax: 82-53-850-3512

대한 연구가 활발히 진행되고 있다. 체질분류에 따른 체질식에 대한 연구로는 Kim(3)의 맥학이론에 따라 인체를 8유형으로 분류한 Lee(7)와 O-ring Test와 완력검사법으로 체질을 분류한 Park 등(8), QSCC II 검사법을 이용한 Kim(9)과 Kang(10)이 있다. 본 연구에서는 대구광역시와 경북지역의 여대생을 대상으로 QSCC II를 이용하여 체질을 분류하고 문헌상의 사상체질별 식생활태도와 체질식에 대한 비교를 통해 식습관이 형성되기 전 시기부터 체질에 맞는 적절한 식행동 교육과 사상의학의 접목을 통해 발전될 수 있는 체질식이 식생활에 기초자료를 제공하자 한다.

연구방법

조사대상 및 기간

본 연구는 경북지역과 대구광역시 시내 여자대학생을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 총 배부된 설문지는 360부였고 회수된 설문지는 330부였다. 이중 부실기재 설문지를 제외하여 자료분석에 유효한 것은 305부였다. 조사는 2001년 11월 10일~12월 10일까지 실시하였다.

조사내용 및 방법

사상의학에 대한 인지도 조사: Kim(9)의 연구를 참고하여 사상의학에 대한 인지도와 사상의학 분류에 따른 본인의 체질을 알고 있는지에 대해 조사를 하였다. 5점-매우 잘 알고 있다, 4점-조금 알고 있다, 3점-보통이다, 2점-잘 모른다, 1점-전혀 모른다는 5점 척도를 사용하여 점수화하였다.

조사대상자의 체질분류: 조사대상자의 체질분류를 위해 본 연구에서는 사상체질 분류검사 QSCC II 프로그램을 사용하였다. 사상체질 분류검사(Questionnaire for the Sasang Constitution Classification) QSCC II는 경희의료원 한방병원 사상의학과와 사상의학회에서 공동개발한 사상체질 프로그램으로 이 검사지의 결과에 따라 태양인(太陽人), 태음인(太陰人), 소양인(少陽人), 소음인(少陰人)의 4체질로 분류하였다. 사상체질 분류검사 QSCC II는 체형, 성격 및 생활습관에 관한 객관식 문항과 일처리 능력과 장단점, 대인관계 평소의 마음, 문제점, 감성특성, 행동특성 및 몸상태에 관한 OX 문항으로 구성되어 있으며 체질판별 정확도는 70%이다(11,12).

조사대상자의 일반적 사항: 조사대상자의 일반적 사항으로 본인의 나이, 신장, 체중, 성별, 부모의 연령, 가족수 및 거주 형태를 조사하였다.

체질별 체형관심도와 만족도: Lyu(13)와 Choi(14)의 방법으로 체질별 체형관심도는 5점 척도를 사용하였다. 5점-매우 관심이 있다, 4점-관심이 있다, 3점-보통이다, 2점-관심이 없다, 1점-전혀 관심이 없도록 점수화하였다. 또한 각자의 신장과 체중으로 구한 BMI (body mass index) 값으로 각 체질별 비교를 하였다.

식생활태도: 각 체질별 식생활태도를 알아보기 위하여 사상의학(15)과 Kim(9)과 Yoo(16)의 방법을 참고하여 항목을

재작성하였다. 식사량의 규칙성, 음식을 먹는 속도, 편식정도, 인스턴트 음식의 기호여부, 식사시간의 규칙성, 식사를 간식으로 대신하는지와 스트레스 시 식사량의 증가여부 등 7개의 항목으로 조사하여 5점-매우 그렇다, 4점-그런 편이다, 3점-보통이다, 2점-그렇지 않다, 1점-전혀 그렇지 않다고 점수화하였다.

맛의 선호도: 사상의학(4)의 기미(氣味)론과 Kim(9)과 Yoo(16)의 방법으로 각 체질별 맛의 선호도를 알아보았다. 5점 척도로 5점-매우 좋아한다, 4점-좋아한다, 3점-보통이다, 2점-싫어한다, 1점-매우 싫어한다고 점수화하여 단맛, 신맛, 매운맛, 짠맛에 대한 선호도를 조사하였다.

식품기호도: 체질유형에 따른 식품기호도는 경희대학교 한방병원 사상의학과에서 체질별 보명지주(保命之主), 기미론적 방법에 의해 구분한 식품과 Kim(9)과 Yoo(16)의 방법을 참고하여 조사를 실시하였다. 식품기호도 조사를 위하여 곡류, 감자류와 채소류, 과일류, 해조류와 육류, 난류, 어패류, 콩류, 뼈째 먹는 생선과 우유, 유제품 그리고 유지류, 당류로 문항을 작성하고 인스턴트 항목을 추가하였다. 각각의 기호도는 5점 척도로 5점-매우 좋아한다, 4점-좋아한다, 3점-보통이다, 2점-싫어한다, 1점-매우 싫어한다고 점수화하여 개인의 식품기호도를 분석하였다.

결과 및 고찰

사상의학에 대한 인지도 조사

조사대상자의 사상의학에 대한 인지도조사에 대한 결과는 Table 1과 같았다. 사상의학에 대한 인지도를 5점 척도로 조사해본 결과 '사상의학에 대해 잘 알고 있습니까?'에 대한 응답에 2.55의 평균을 보였고, '사상체질 분류에 따른 본인의 체질을 알고 있습니까?'는 2.43의 평균을 나타내었다.

체질별 분포

조사대상자의 체질별 분포를 살펴본 결과는 Fig. 1과 같았다. 체질별 분포에서 태음인은 51.6%로서 가장 높았고 소양인 33.0%, 소음인은 15.4%로 소음인이 가장 낮은 비율을 보였으며 태양인은 한명도 없었다.

사상의학(15)에 기재된 사상체질인의 분포양상을 보면 태양체질이 전체인구의 약 1~2%, 태음체질이 약 50%, 소양체질이 30%, 소음체질이 20%를 구성하는 것으로 보고 있으며 성

Table 1. The perception of the Sasang constitutional medicine

	Perception
Do you know well about the Sasang constitutional medicine?	2.55 ± 1.00 ¹⁾
Do you know your body constitution according to the category by the Sasang constitutional medicine?	2.43 ± 1.08

¹⁾Mean ± SD.

Score: 5, very well; 3, somewhat; 1, not at all.

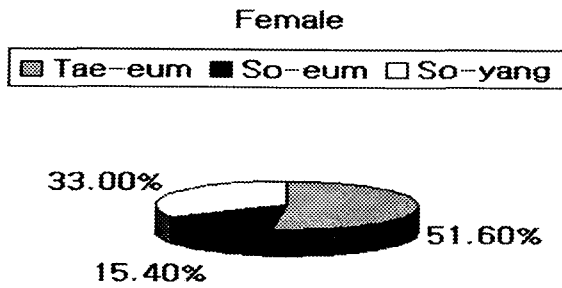


Fig. 1. Percentage of the participants' body constitution type.

인을 대상으로 한 Cho 등(4)과 Lee(17)의 연구에서는 평균적으로 태양체질이 0.0%, 태음체질이 50.0%, 소양체질이 24.0%, 그리고 소음체질이 30.0%를 구성하였다. Kim(9)의 건강한 성인 여성을 대상으로 체질분류를 조사한 연구에서도 태양체질 0.0%, 태음체질 50%, 소양체질 25%, 소음체질 25%의 분포를 나타냈다. 이는 본 연구에서도 사상체질인의 분포양상에서 태음인이 가장 많은 비율을 차지한 결과와 일치하는 면을 보였다.

체질별 체형관심도와 만족도

조사대상자의 체질별 체형관심도와 만족도를 조사하기 위하여 신장과 체중으로 BMI지수를 산출한 결과는 Table 2와 같았다. 체중과 신장수치는 태음인이 가장 높았으며 소음인은 태음인이나 소양인에 비해 낮은 편이었다. BMI는 체질별로 태음인이 정상범위에 속하였으며 소음인과 소양인은 마른 편에 속했다. 태음인의 BMI 평균값이 21.0으로 가장 높았던데 반해 소음인은 18.2로 가장 낮았다.

체질에 따른 체형관심도와 만족도에 대한 결과는 Table 3과 같았다. 현재 본인의 체형에 대한 만족도는 $p < 0.001$ 수준에

Table 2. Participants' BMI on body constitution by the Sasang constitutional medicine

	Tae-eum (n=159)	So-eum (n=47)	So-yang (n=99)	F-value
Weight (kg)	55.8±5.94 ^{1)a2)}	47.5±4.41 ^c	50.3±3.99 ^b	64.16***
Height (cm)	163.2±4.71 ^a	161.3±4.23 ^b	161.9±4.43 ^{ab}	4.46*
BMI ³⁾ (kg/m ²)	21.0±2.17 ^a	18.2±1.22 ^c	19.2±1.32 ^b	56.92***

¹⁾Mean ± SD.

²⁾Means in a row different superscripts are significantly different at the $p < 0.05$ level by Duncan's multiple range test.

³⁾BMI: Body Mass Index.

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

Table 3. Satisfaction and interests in body shape by Sasang body constitution types

	Tae-eum	So-eum	So-yang	F-Value
Are you satisfied with your body shape?	2.08±0.84 ^{1)a2)}	2.69±0.88 ^b	2.59±0.92 ^b	15.09***
How much are you interested in body shaping?	3.64±0.79 ^a	3.31±0.86 ^c	3.39±0.78 ^b	4.81**

¹⁾Mean ± SD.

²⁾Means in a row different superscripts are significantly different at the $p < 0.05$ level by Duncan's multiple range test.

** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

Score: 5, very well; 3, somewhat; 1, not at all.

서 유의차를 보였다. 태음인(=2.08)이 체형에 대한 만족도가 가장 낮았고 다음으로 소양인(=2.59), 소음인(=2.69)순으로 나타났다. 체형관리 및 조절에 대한 관심도는 태음인이 평균값 3.64로 소음인(=3.31)이나 소양인(=3.39)보다 관심도가 높았다. 즉 태음인은 현재 본인 체형에 가장 불만인 것으로 나타났으며 이는 체형관심도가 높게 나타난 것과 연관성을 보였다.

Han(18)과 Sung(5)의 연구에서도 태음인의 BMI가 소양체질과 소음체질보다 높게 나타났으며 Kim(9)의 연구에서도 태음체질군의 BMI가 타 체질보다 높았다. 선행 연구와 사상의학의 원리에 기초해서 살펴볼 때 여성의 경우 태음체질군은 골격이 큰 비만 체형이 많으므로 체형에 대한 만족도가 타 체형에 비해 떨어지는 반면 체중조절을 위한 관심도는 높은 것으로 사료된다.

체질별 식생활태도

체질유형별 식생활태도는 Table 4와 같았다. '음식은 적당히 먹는다'에서는 $p < 0.05$ 에서 유의차를 보였다. 태음인(=2.24)과 소양인(=2.25)에 비해 소음인(=2.56)은 음식을 적당히 먹는 편이었다. '음식은 천천히 먹는다'는 $p < 0.01$ 의 유의차를 보였다. 태음인(=2.78)과 소양인(=2.82)에 비해 소음인(=3.40)은 천천히 먹는 편이었다. '스트레스가 식사에 영향이 없다'에서는 $p < 0.05$ 의 유의차를 보였으며 스트레스시 태음인(=2.94)이 가장 큰 영향을 받는 것으로 나타났다. 반면 소음인(=3.46)은 가장 영향을 적게 받는 것으로 나타났다.

사상의학에서는 소양인은 폭식하며 태음인은 과식하는 편이라고 기재되어 있으며 Kim(9)의 연구에서도 50%이상의 태음군과 소양체질이 배가 부를때까지 먹는 반면 소음체질군은 20% 정도만 배부를 때까지 먹는다고 하였다. Hong 등(6)의 연구에서도 식사량에 있어서는 태음인의 식사량이 가장 많았으며 특히 태음인 여자의 경우 타 체질에 비해 큰 차이를 보였다. 또한 사상의학에 기록된 사상체질인의 식사속도를 살펴보면, 태음체질과 소양체질이 성격이 급하여 식사속도가 빠르며 식사량에 있어서는 태음체질, 소양체질이 배가 부를 때까지 식사를 하는 편이라고 기재되어 있는데 이는 본 조사결과와 일치하는 결과를 보였다.

Shin(19)은 소음인이 스트레스시 식사량에 가장 영향을 많이 받으며 식사속도에서도 소음인의 식사속도가 가장 빠르다고 보고하였다(20-22). 이는 식습관이 형성되어 가는 초등학교를 대상으로 한 Hong 등(6)의 연구와는 달리 본 연구는 식습관이 고정되어 가는 시기인 대학생을 대상으로 하여 결과에 차이

Table 4. Participants' eating attitudes by Sasang body constitution types

Eating attitude	Tae-eum (n=159)	So-eum (n=47)	So-yang (n=99)	F-Value
I do not overeat	2.24 ± 0.77 ^{1a2)}	2.56 ± 0.92 ^b	2.25 ± 0.79 ^a	3.16*
Usually eat slowly	2.78 ± 0.93 ^a	3.40 ± 0.98 ^b	2.82 ± 0.99 ^a	8.04**
Do not have a strong food preference	3.54 ± 1.04	3.27 ± 1.01	3.25 ± 1.14	2.64
Do not enjoy fast-foods	2.77 ± 0.89	2.92 ± 0.85	2.74 ± 0.93	0.70
Eat meals on time	2.56 ± 0.99	2.60 ± 0.94	2.40 ± 1.02	0.99
Prefer eating rice as a meal rather than eating snack	2.96 ± 0.95	2.90 ± 1.00	2.74 ± 0.92	1.69
Stress does not affect on my eating attitudes	2.94 ± 1.24 ^a	3.46 ± 1.22 ^b	3.19 ± 1.19 ^{ab}	3.79*

¹⁾Mean ± SD.

²⁾Means in a row different superscripts are significantly different at the p<0.05 level by Duncan's multiple range test.

*p<0.05, **p<0.01.

Score: 5, strongly agree; 3, somewhat agree; 1, strongly disagree.

가 있는 것이라 사료된다.

전체적 맛의 선호도

맛의 선호도를 체질별로 살펴본 결과는 Table 5와 같았다. 동의보감(23)에 의하면 식품은 약물과 근원이 같다고 하여 식품의 기능과 특색을 약물과 동등하게 기술하였다. 식품과 약물은 기미론(氣味論)에 기준하여 구분하는데, 기미론이란 식품과 약물이 따뜻한 성질(溫性)과 서늘한 성질(冷性), 찬 성질(寒性) 그리고 뜨거운 성질(熱性)과 신맛(山味), 쓴맛(苦味), 단맛(甘味), 매운맛(辛味), 짠맛(醃尾)의 사기오미(四氣五味)중 각기 독특한 기와 미를 주성질로 가지고 있다는 이론이다. 기미론에 의하면 식품은 약물과 달리 기(氣)가 차갑거나 뜨거운 쪽으로 치우쳐 있지 않고 주로 미(味)의 특징을 나타낸다고 하였다(24,25).

전체적인 맛의 선호도는 매운맛>단맛>신맛>짠맛의 순으로 나타났다. 매운맛이 43.9%로 가장 선호하는 맛으로 나타났고 단맛은 39.0%를 보였으며 신맛은 10.5%, 짠맛은 6.6%의 선호도를 보여 매운맛과 단맛의 선호도에 비해 다소 큰 차이를 보였다.

태음인은 매운맛(40.3%)과 단맛(39.6%)에 대한 선호도가 높았다. 소음인은 단맛(48.9%)에 대한 선호도가 가장 높았고 소양인은 태음인보다도 더욱 매운맛(50.5%)에 대한 선호도가 높았다.

사상의학에 따르면 소양인은 자극적인 식품을 좋아하고 태음인은 단음식을 선호하며, 소양인이 단음식을 싫어하는 것으로 기록되어 있다(26,27). Kim(9)의 연구에서도 각 체질군간 비슷한 양상을 보인다고 기술하였는데 이는 본 연구에서도 유사한 결과를 나타내었다.

Table 5. Taste preferences by Sasang body constitution types

	Tae-eum	So-eum	So-yang	Total
Salty	12 (7.5 ¹⁾)	2 (4.3)	6 (6.1)	20 (6.6)
Sweet	63 (39.6)	23 (48.9)	33 (33.3)	119 (39.0)
Sour	20 (12.6)	2 (4.3)	10 (10.1)	32 (10.5)
Hot	64 (40.3)	20 (42.6)	50 (50.5)	134 (43.9)

¹⁾Overall frequency difference is due to missing value.

Yoo(16)의 청소년을 대상으로 한 맛의 선호도에서도 여학생은 매운맛>단맛>신맛>짠맛을 선호하였고 Shin(19)의 연구에서도 남녀 학생 모두 매운맛과 단맛의 선호도가 가장 높게 나타났다.

체질별 식품군기호도

조사대상자의 체질유형에 따른 식품기호도는 Table 6과 같았다. 체질에 따른 식품군기호도 차이를 분석하기 위해서 분산 분석을 실시한 결과는 다음과 같았다. 곡류, 감자류의 식품에서는 각 체질간 유의차가 없었고 채소 및 과일, 해조류에서도 체질간 유의차를 보이지 않았다. 육류, 어패류, 난류, 콩류, 뼈째먹는 생선에서는 육류에서 p<0.01의 유의차를 보였다. 소양인(=3.49)이 육류의 기호도가 가장 높았고 소음인(=3.21)은 육류에 대한 기호도가 가장 낮았다. 우유 및 유제품에 대해서는

Table 6. Food preferences in each food group by Sasang body constitution types

Group	Tae-eum (n=159)	So-eum (n=47)	So-yang (n=99)	F-value
Grains	3.59 ± 0.57 ¹⁾	3.49 ± 0.50	3.72 ± 0.62	1.04
Potatoes	3.77 ± 0.64	3.80 ± 0.57	3.72 ± 0.64	0.26
Vegetables	3.56 ± 0.60	3.40 ± 0.55	4.07 ± 0.50	1.53
Fruits	4.03 ± 0.21	4.15 ± 0.53	3.71 ± 0.75	2.57
Seaweeds	3.86 ± 0.67	3.72 ± 0.71	3.50 ± 0.62	0.86
Meats	3.33 ± 0.48 ^{a2)}	3.21 ± 0.43 ^a	3.49 ± 0.56 ^b	5.83**
Fish	3.48 ± 0.64	3.56 ± 0.52	3.49 ± 0.60	0.33
Eggs	3.69 ± 0.71	3.55 ± 0.65	3.54 ± 0.84	1.45
Beans	3.45 ± 0.80	3.26 ± 0.70	3.41 ± 0.70	1.24
Soft-bone fish	3.11 ± 0.81	3.13 ± 0.21	3.48 ± 0.64	0.05
Milk & dairy	3.91 ± 0.66	3.71 ± 0.77	3.10 ± 0.67	2.02
Fats	3.15 ± 0.67	3.15 ± 0.71	3.11 ± 0.60	0.14
Saccharide	3.39 ± 0.78	3.43 ± 0.83	3.32 ± 0.80	0.40
Hamburgs	4.01 ± 0.82	3.92 ± 0.78	3.54 ± 0.89	0.14
Pizza	4.11 ± 0.86	4.13 ± 0.70	3.96 ± 1.04	0.95
Soda	3.73 ± 1.07	3.60 ± 1.01	3.64 ± 1.08	1.03

¹⁾Mean ± SD.

²⁾Means in a row different superscripts are significantly different at the p<0.05 level by Duncan's multiple range test.

**p<0.01.

Score: 5, extremely high; 3, somewhat high; 1, very low.

각 체질간 유의차를 보이지 않았다. 유지류와 당류 그리고 인스턴트 식품에서도 체질간 유의차를 나타내지 않았다.

요 약

사상의학에 대한 인지도는 조사대상자의 50% 정도였으며, 체질비율은 전체적으로 태음인이 51.6%로 가장 높았고 소양인은 33.0%, 소음인은 15.4%였으며 태양인은 한명도 없었다. 체질별 체형만족도에서는 체중, 신장, BMI 수치가 가장 높았던 태음인의 만족도가 가장 낮았으며 이는 체형관심도가 태음인이 가장 높게 나타나는 것과 연관성을 보였다. 식생활태도에서는 태음인, 소양인에 비해 소음인이 음식을 적당히 먹는 편이었으며, 음식을 먹는 속도에 있어서도 태음인, 소양인에 비해 소음인은 천천히 먹는 편이었다. 스트레스 시 식사량에는 태음인이 가장 큰 영향을 받았고 소음인은 영향을 덜 받는 편이었다. 맛의 선호도에서는 태음인과 소양인은 매운맛에 대한 선호도가 높았고, 소음인은 단맛에 대한 선호도가 높았다. 전체적으로는 매운맛에 대한 선호도가 가장 높았으며 신맛과 짠맛에 대한 선호도는 비교적 낮았다. 체질별 식품기호도는 육류에서 $p < 0.01$ 의 유의차를 보였으며 소양인의 육류 기호도가 가장 높았고 소음인은 육류에 대한 기호도가 가장 낮았다. 이상의 결과에서 사상체질과 식생활태도에서는 문헌에 기재된 내용과 일치하는 항목이 많았는데, 이는 체질별로 식생활을 개선시키는데 참고가 되리라 보며, 식품기호도에서는 체질간 뚜렷한 차이를 보이지 않았는데 이는 단일식품이 아닌 큰 범주의 식품군으로 보았기 때문으로 사료된다.

감사의 글

이 논문은 2002년도 대구가톨릭대학교 연구비 지원에 의해 수행된 결과입니다.

문 헌

1. The Society of Sasang Constitutional Medicine. 1998. *Sasang Constitutional Medicine*. Jipmundang, Seoul. p 60-75.
2. Song IB. 1996. *The Introduction of Sasang Constitutional Medicine*. Sasang Publishing, Seoul. p 50-65.
3. Kim J. 1988. *The clinical approach of Sasang Constitutional Medicine*. Daesung Press, Seoul. p 41-50.
4. Cho HS, Chi SE, Lee EJ, Ko BH, Kwon KH, Rha BH, Cho DO. 1997. A study on Sasang constitution classification. *Journal of Sasang Constitutional Medicine* 9: 37-42.
5. Sung HJ. 2000. *A study of objective diagnostic index of Sasang Constitution classification*. Korea Institute of Oriental Medicine, Seoul. p 62-76.
6. Hong JM, Yoon YS, Choi SM. 2002. A study of the difference in Body composition eating habits and dietary intake in three Sasang constitutions among elementary school children. *Korean J Community Nutr* 7: 116-122.
7. Lee PJ. 1985. A comparison of nutritional status among eight constitutional group in relation to food preference on the view point of constitutional medicine. *MS Thesis*. Ewha Womans University.
8. Park KS, Han JS, Kim HJ. 1998. Effect of diet contents on serum composition and urinary excretion in female students according to Sasang constitution. *J East Asian Dietary Life* 8: 363-370.
9. Kim EJ. 1999. The food preference in Sasang constitution and effects of constitutional diet on health status. *MS Thesis*. Kyung Hee University.
10. Kang IJ. 1988. *A handbook of body constitution*. Nexus. p 25-28.
11. Kim SH, Ko BH, Song IB. 1996. A study on the standardization of questionnaire (QSCCII) of Sasang Constitutional Medicine. *Journal of Sasang Constitutional Medicine* 8: 215-220.
12. Lee JC, Ko BH, Song IB. 1996. A study on the appropriateness of questionnaire (QSCCII) of Sasang Constitutional Medicine. *Journal of Sasang Constitutional Medicine* 8: 221-226.
13. Lyu KS. 1994. A survey on the weight control interest and eating behavior of the girls' high school students. *MS Thesis* Chungbuk National University.
14. Choi SY. 1998. Study on self physique misconception and social physique anxiousness of college woman in Taegu. *MS Thesis*. Catholic University of Taegu-hyosung.
15. Lee JM. 1992. *Sasang Constitutional Medicine*. Wooree publishing.
16. Yoo JE. 2001. The dietary life and food preference according adolescents of sex-distinction and personality types. *MS Thesis* Catholic University of Daegu.
17. Lee EJ. 1998. A morphologic study on body constitution types by Sasang constitutional medicine. *Doctoral dissertation*. Kyunghee University.
18. Han KH. 1998. A clinical study on body constitution among fatted liver patients. *MS thesis*. Kyunghee University.
19. Shin KH. 1990. An analysis of relation between eating habits and personality. *MS thesis*. Kangwon University.
20. Ann SJ, Kang SA. 1999. A study on the food habits and dietary behaviors among the Korean elderly. *Korean J Food Culture* 15: 81-93.
21. Cheong HS. 1999. A study on the food habit and food preference of men in Kyung nam area. *Korean J Food Culture* 14: 189-202.
22. Lee YN, Choi HM. 1994. A study on the relationship between college students' physical index and eating habits. *Korean J Soc Food Culture* 9: 1-10.
23. Heo J. 1596. *Donguibogam*. Vol 3.
24. Storz NS, Walter HG. 1983. Body weight body image and perception of fat diets in adolescent girls. *J Nutr Education* p 15-18.
25. Young CM, Lanfortum TD. 1957. Effect of food preferences on nutrition intake. *JADA* 33: 98.
26. Weijian Weng Junshi Chen. 1996. The eastern perspective on functional foods based on traditional Chinese medicine. *Nutrition Review* 54: 11-16.
27. Kim YJ. 1987. A study of female high school student's eating behaviors by interest rates on weight control. *MS thesis*. Yonsei University.

(2002년 11월 28일 접수; 2003년 2월 7일 채택)