

초등학생의 건강기능식품 및 한약 복용 실태에 대한 연구

김미기 · 정지호 · 안재선 · 임정훈* · 안민섭 · 박진수 · 이해자 · 박은정

원광대학교 한의과대학 소아과학교실

*원광대학교 한의과대학 침구학교실

Abstract

A Study on the State of Health Functional Foods & Herbal Medicine Consumed by Elementary School Students

Kim Mi Ki, Jung Ji Ho, Ahn Jae Sun, Yim Jung Hoon*, Lee Hai Ja, Park Eun Jung

Department of Pediatrics, College of Oriental Medicine, Wonkwang University

**Department of Acupuncture and moxibustion, College of Oriental Medicine, Wonkwang University*

Objectives

The purpose of this study is to get the basic information from patients how much they understood about their medication and also to know whether patients are making reasonable drug choice between Health Functional Foods and Herbal medicine.

Methods

500 questionnaires were handed out to the parents of students in two elementary schools located in ○○, Junlabukdo province. 421 questionnaires were completed to be evaluated.

Results

Among 421 subjects, 53.0% were female, and 47.0% were male. The percentages of the subjects consuming Health Functional Foods and herbal medicine were 67.7% and 67.8%, respectively. Among those people who consumed Health Functional Food, 44.1% were using nutritional supplements, red ginseng or ginseng products (26.9%), chlorella products (11.5%), and plum extract products (7.7%). As for the reason to consume Health Functional Foods were varied, but "in order to be healthy, although currently displaying no illness." (43.0%) were the most responses among the given choices. On the other hand, the reason for consuming herbal medicine was "In order to grow taller" (26.1%), "In order to cure weak physical state frequently displaying common illnesses" (25.9%), and "In order to cure diseases" (23.3%). For the questions about effectiveness after consumption, the 69.9% subjects said that it seemed to be effected, and that % was slightly higher than that of subjects with consuming Health Functional Foods (64.4%). For question concerning preferences between Health Functional Foods and herbal medicine, 57.5% chose herbal medicine, and this percentage was higher than that of Health Functional Foods (42.5%). As for the reasons of additional consumption of the Health Functional Foods, subject answered as "Easy to consume." (41.6%), which was the most common among the subjects consuming Health Functional Foods. On other hand, the subjects of herbal medicine answered as that herbal medicine is "more effective" (45.7%), and "more trustworthy in preventing side-effects." (40.3%). After consumption of the herbal medication, only 3.9% of the subjects consuming either Health Functional

■ 투 고 : 2009년 11월 27일, 수 정 : 2009년 12월 18일, 채 택 : 2009년 12월 21일
■ 교신저자 : 김미기, 전라북도 익산시 원광대로 77번지 원광대학교 익산한방병원 소아과
(Tel : 063-859-1114, Fax : 063-841-0033, E-mail : sleet82@hanmail.net)

Foods or herbal medicine hadside-effects. The most common side-effects were 'dermal reaction' which is normally caused by Health Functional Foods and 'indigestion' problems caused by herbal consumption.

Conclusions

According to the 421 subjects those involved in study, the percentages of consuming Health Functional Foods(67.7%) and herbal medicine(67.8%) were similar. The most commonly consumed products were a type of Health Functional Foods which were the nutrition-supplying products. Ginseng or red ginseng products were the next commonly used products. Health Functional Foods were commonly consumed for preventing illness and maintaining health rather than any other purpose. In contrary, herbal medicines were more commonly consumed for purposes such as for growth or treating certain type of disease. As a result of consumption, more than half of both subject replied as 'satisfied'. As for the side effects, dermal reaction was the most common problem for those with consuming Health Functional Foods, while indigestion was the most common side effect from the subjects with consuming herbal medicine.

Key words : herbal medicine, health functional foods, elementary school pupils

I. 緒 論

건강기능식품이란 인체에 유용한 기능성을 가진 원료나 성분을 사용하여 제조·가공한 식품을 말한다.¹⁾ 건강기능식품의 종류는 건강보조식품, 특수영양식품 중 영양보충용 제품과 인삼제품 및 최근 기능성이 입증된 제품 등을 포함하여 총 37개 품목을 고시하고 있으며, 이들 품목이 함유된 제품에 한해서만 건강기능식품으로 인정하고 있다.¹⁾

건강기능식품 시장은 80년대에 도입기를 거쳐 지속적으로 성장을 거듭해 오고 있으며 2004년 처음 건강기능식품에 관한 법률이 시행되며 제도적 정비가 이루어지면서, 대부분 분야에서 정체 또는 감소세를 보이고 있는 일반 식품 시장과는 달리 매년 성장을 하고 있는 실정이다. 도²⁾, 한³⁾의 연구에서 볼 수 있듯이 건강기능식품에 관한 관심과 소비가 점점 증가하면서 식품에 대한 소비자들의 인식 수준 역시 높아지고 요구도 다양해지고 있다. 이러한 건강기능식품에 대한 성인층의 높은 관심은 자녀에게로 이어져 김⁴⁾, 정⁵⁾의 연구 등에서 청소년층의 건강기능식품 복용률이 성인과 비교해 적지 않았다.

반면 건강기능식품 이용률의 급증으로 과잉 영양공급의 우려와 더불어 검증받지 못한 영양보충제들의 안전성에 대한 문제도 제기되고 있다.⁶⁾ 2007년 식품의약품안전청에서는 자체 연구사업 ‘건강기능식품부작용 시그널 분석을 위한 연구’의 일환으로 부작용 증상 코드 정리 사업을 실시하기도 했다.⁷⁾

이렇듯 높아지는 건강기능식품에 대한 사회적 관심에 비해 소아의 건강기능식품 복용 실태에 관한 연구는 김⁸⁾, 박⁹⁾, 김¹⁰⁾의 연구 정도로 성인에 비해 선행보고 자료가 부족하며 한약과 관련된 연구는 찾아보기 어렵다. 이에 본 연구에서는 초등학생을 자녀로 둔 학부모를 대상으로 건강기능식품 복용률과 종류, 복용 이유, 효과를 알아보고, 한약의 복용률, 복용 이유, 효과와 비교하였다. 식약청에서 정리한 부작용 증상코드⁷⁾를 참고로 하여 건강기능식품 및 한약을 복용하는 소아에게 어떠한 부작용이 있는가와 함께 아이의 체질을 臟腑虛弱症狀으로 나누어 그 연관성에 대한 기초자료 제공에 목적을 두고 결과를 얻었기에 보고하는 바이다.

II. 對象 및 方法

1. 대상

2009년 10월 26일부터 10월 30일까지 전라북도 ○○시에 소재한 두 개 초등학교 학생의 학부모를 대상으로 설문지 500부를 배포한 후 회수된 421명을 분석하였다.

2. 설문지 작성

설문지의 내용은 건강기능식품과 한약의 복용률, 구입한 건강기능식품의 종류, 복용 이유, 효과, 선호도, 부작용 등을 조사하고, 마지막 장에 김¹¹⁾ 등의 연구에서 사용한 5개 허약아 설문 문항을 넣어 해당된다고 생각하면 체크하는 형식으로 하여 가장 많이 체크한 것으로 허약아를 분류하였다.

설문지는 학부모가 작성하였으며, 허약아 설문 문항은 편의에 따라 자녀가 작성하는 것도 허용 하였다.

3. 통계분석

본 연구를 수행하는데 있어서 회수된 자료 중 무성의한 반응을 보인 응답자는 통계처리에서 제외시켰으며 여기서 사용된 구체적인

실증분석방법은 다음과 같다.

조사대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였고 범주형 자료에서 비모수 기법인 경우 교차분석 $\chi^2(p)$ 을 실시하여 집단 간의 차이를 살펴보았다. 본 연구의 실증분석은 모두 유의수준 $p < .05$ 에서 검증하였으며, 통계처리는 SPSS WIN 12.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

III. 研究結果

1. 일반 특징

총 421명 중 성별은 여자가 53.0%, 남자 47.0%였고, 자녀의 학년으로는 3학년이 29.2%, 6학년이 21.1%, 5학년이 20.9% 였다.(table 1)

키와 몸무게로 계산한 BMI 값을 2007년 표준 성장도표 백분위수와 비교하여 10분위 밑을 저체중, 85분위 위를 체중과다로 분류한 결과, 전체의 81.9%가 정상체중, 14.2%가 저체중, 3.9%가 과체중이었다. 장부 허약아 중에는 폐계 허약아가 34.7%로 가장 많았고 그 다음 비계허약아, 심계허약아, 일반허약아와 신계허약아가 동물, 간계허약아 순이었다.(table 2)

table 1. Characteristics of Elementary School Pupils

		Number	%
Gender	male	198	47.0
	female	223	53.0
Grade	1st	24	5.7
	2nd	32	7.6
	3rd	123	29.2
	4th	65	15.5
	5th	88	20.9
	6th	89	21.1
total		421	100.0

table 2. Distribution of the Weak Children Groups with Gender.

type	male	female	total	$\chi^2(p)$
General	18	24	42	19.565** (.002)
	42.9%	57.1%	100.0%	
Digestive	21	36	57	
	36.8%	63.2%	100.0%	
Respiratory	68	44	112	
	60.7%	39.3%	100.0%	
Urogenital	16	26	42	
	38.1%	61.9%	100.0%	
Psycho-neurologic	27	25	52	
	51.9%	48.1%	100.0%	
Neuromotor	3	15	18	
	16.7%	83.3%	100.0%	
total	153	170	323	
	47.4%	52.6%	100.0%	

**p<.01

table 3. Distribution of the Health Functional Group and Herbal Medicine Group.

			Nonuser	User	Total	$\chi^2(p)$
health functional foods	Gender	male	58	122	170	1.992 (.158)
			28.2%	71.8%	100.0%	
		female	78	124	193	
			35.8%	64.2%	100.0%	
		total	136	246	363	
			32.3%	67.7%	100.0%	
	Type	General	10	31	41	3.764 (.584)
			24.4%	75.6%	100.0%	
		Digestive	20	35	55	
			36.4%	63.6%	100.0%	
		Respiratory	34	67	101	
			33.7%	66.3%	100.0%	
		Urogenital	16	23	39	
			41.0%	59.0%	100.0%	
Psycho-neurologic	14	29	43			
	32.6%	67.4%	100.0%			
Neuromotor	7	8	15			
	46.7%	53.3%	100.0%			
Total	101	193	294			
	34.4%	65.6%	100.0%			

herbal medicine	Gender	male	49	123	172	1,992 (.158)
			28.5%	71.5%	100.0%	
		female	49	126	195	
	35.4%		64.6%	100.0%		
	total	118	249	367		
		32.2%	67.8%	100.0%		
	Type	General	12	27	39	3,764 (.584)
			30.8%	69.2%	100.0%	
		Digestive	11	46	57	
			19.3%	80.7%	100.0%	
		Respiratory	29	75	104	
			27.9%	72.1%	100.0%	
		Urogenital	15	26	41	
			36.6%	63.4%	100.0%	
Psycho-neurologic		14	32	46		
		30.4%	69.6%	100.0%		
Neuromotor		8	7	15		
	53.3%	46.7%	100.0%			
Total	89	213	302			
	29.5%	70.5%	100.0%			

*p<.05

2. 복용률 비교

조사대상자의 건강기능식품 복용률(현재 복용 및 복용 경험 포함)은 67.7%로 나타났고, 한약 복용률은 67.8%로 나타났다. 성별에 따른 복용 비율은 두 경우 모두 남아가 더 높았다. 장부허약아의 건강기능식품/한약 복용 비율은 전체 복용률과 비슷하게 폐계>비계>심계>일반>신계>간계 순이었다. 복용 대상 중 허약아 비율은 건강기능식품은 67.7%, 한약 74.5%로 한약 복용군이 더 높은 빈도를 보였다.(table 3)

3. 복용한 건강기능식품의 종류

복용한 건강기능식품의 종류로는 영양보충용 제품이 가장 많은 44.1%였으며, 그 다음으로 홍삼·인삼제품(26.9%), 클로렐라제품(11.5%), 매실추출물 제품(7.7%) 순이었다.(table 4)

4. 복용하게 된 이유

한약과 건강기능식품을 구입하게 된 가장 큰 이유로 복수응답을 허용하여 질문한 결과 건강기능식품은 ‘별 문제는 없지만 건강을 위해서’가 43.0%, ‘성장(키)을 위해서’ 26.6%, ‘잔병에 자주 걸리는 등 허약해서’가 12.9%였고 한약의 경우는 ‘성장(키)를 위해서’(26.1%), ‘잔병에 자주 걸리는 등 허약해서’(25.9%), ‘질병 치료를 위해서’(23.3%)순이었다.(table 5)

5. 복용 후 효과

효과면에서 건강기능식품 복용군은 응답자의 64.4%가 효과가 ‘있는 편’, 0.7%가 ‘매우 있음’이라고 답하고 한약 복용군이 69.9%가 ‘있는 편’, 3.9%가 ‘매우 높음’이라고 답해 비율이 조금 더 높았다.(table 6)

table 4. Health Functional Food Items of Devided by Children's Intake Frequency.

Types of Health Functional Foods	distribution(%)
Nutritional Supplements	207(44.1%)
Red ginseng, ginseng	126(26.9%)
Chlorella	54(11.5%)
Aloe	17(3.6%)
Propolis	6(1.3%)
Enzyme	11(2.3%)
Plant extract fermentation	10(2.1%)
Plum extract	36(7.7%)
Etc.	35(7.5%)
total	469(100.00%)

table 5. Reasons on Using Health Functional Foods and Herbal Medicine.

	Variables	distribution(%)
Reasons on using Herbal medicine	weakness (frequent illness)	120(25.9%)
	In order to grow taller	121(26.1%)
	poor appetite	63(13.6%)
	be smarter	13(2.8%)
	medical cure (ex.-common cold, headache..)	108(23.3%)
	Etc.	38(8.3%)
	total	463(100.00%)
	Reasons on using Health functional foods	To be healthy (no illness)
In order to grow taller		128(26.6%)
poor appetite		31(6.5%)
be smarter		14(2.9%)
weakness (frequent illness)		62(12.9%)
medical cure (ex.-common cold, headache..)		23(4.8%)
Etc.		16(3.3%)
total		481(100.00%)

table 6. Effect of Herbal Medicine and Health Functional Foods.

	Variables	effect number(%)
Herbal medicine	no effect	15(5.2%)
	A little help	60(21.0%)
	almost	200(69.9%)
	Very well	11(3.9%)
	total	286(100.00%)

Health functional foods	no effect	14(4.9%)
	A little help	85(29.9%)
	almost	4.4%
	Very well	2(0.7%)
	total	283(100.00%)

table 7. As Reasons for Additional Consumption

	Reasons	distribution(%)
Herb medicine choice group	more effect	143(45.7%)
	less side effect	156(40.3%)
	easy to take	22(5.7%)
	low price	3(0.8%)
	etc.	29(7.5%)
	total	353(100.00%)
Health functional foods choice group	more effect	45(15.5%)
	less side ect	51(17.5%)
	easy to take	121(41.6%)
	low price	49(16.8%)
	etc.	25(8.6%)
	total	291(100.00%)

table 8. Side Effect of Herbal Medicine and Health Functional Foods

Health functional foods side effect number(%)	Variables	Herbal medicine side effect number(%)
2(14.29%)	general reactions	1(8.33%)
4(28.57%)	dermal reactions	1(8.33%)
3(21.43%)	Indigestion	4(33.33%)
1(7.14%)	heart and respiration reactions	0(0%)
0(0%)	neuro-psychic reactions	0(0%)
4(28.57%)	etc.	6(50.00%)
14(100.00%)	total	12(100.00%)

6. 선호도와 그 이유

두 가지의 선호도를 비교해 보기 위한 ‘한약과 건강기능식품 중 한 가지를 꼭 복용해야 한다면 어떤 것을 복용할 것인가’란 질문에 57.5%가 한약이라고 대답해 42.5%인 건강기능식품보다 많았다.

건강기능식품을 더 복용하고 싶다고 응답한 군은 그 이유에 대해 ‘복용하기 편리하다’라고 응답한 경우가 41.6%로 가장 많았으며, ‘부작용이 적을 것 같아 안심 된다’는 이유가 17.5%, ‘가격대가 저렴하다’가 16.8%로 그 뒤를 이었다. 한약을 더 복용하고 싶다고 응답한 군은

가장 많은 이유가 ‘효능이 더 뛰어날 것 같다’(45.7%)로, 건강기능식품을 더 선호하는 군의 이유와 차이가 있었으며 ‘부작용이 적을 것 같아 안심 된다’ 도 40.3%로 그 뒤를 이었다. (table 7)

7. 부작용

복용 후에 건강기능식품 복용군의 3.87%, 한약 복용군의 3.85%가 부작용이 있었으며, 부작용은 건강기능식품은 ‘피부 반응’이, 한약은 ‘소화 장애’가 가장 많은 것으로 나타났다. (table 8)

IV. 考 察

건강기능식품은 과거 중, 장년층 및 노년층 위주로 소비되다가 최근 그 이용자 범위가 유아 및 아동부터 20~30대까지 확대되어 어린이 및 청소년용제품의 판매량이 증가되고 있는 실정이다.⁹⁾ 그 중 소아의 경우 이¹²⁾ 등의 연구에서 초등학교 학부모들의 영양에 대한 관심 정도에 대한 설문에서 ‘많다’라는 응답이 53%를 차지하였으며, 김⁸⁾ 등의 연구에서는 80%에 가까운 부모들이 관심이 많다고 응답하였고 초등학교생의 영양보충제 섭취 비율은 49.2%로 절반가량이나 되었다. 2005년 국민건강영양조사 결과에서는 어린이의 1/4 정도가 식이보충제를 섭취하였으며, 이 중에서도 3~6세 어린이의 복용률이 가장 높았다고 보고되었다.¹³⁾ 이러한 환경 속에 각종 한약제와 건강기능식품을 조합시켜 비교적 높은 가격대와 복용의 불편함 등 한약이 가진 접근성 부족을 만족시키는 제품들이 많이 등장하고 있는데, 홍삼, 인삼제품과 같은 경우가 대표적이다. 홍삼을 이용한 건강기능식품이 아동의 주의력결핍 과잉

행동장애에 효과가 있다는 김¹⁴⁾의 연구와 같이 긍정적인 면도 있지만, ‘기능성’을 강조하기 위해 여러 가지 성분을 필요량 이상 사용하거나 근거가 불확실한 주장을 하여 안전상의 문제를 야기하고 혼돈을 유발하는 부정적인 면도 늘고 있다.¹⁵⁾ 또한 건강기능식품에 대한 관심과 기대는 많지만, 건강기능식품과 관련된 정보를 전문가가 아닌 주변사람으로부터 얻고 있어¹⁰⁾, 무분별한 복용을 하기 쉬운 환경이 조성되어 있다. 김¹⁶⁾의 연구에서는 건강보조식품과 한약과의 차별인식 조사 결과, 65.8%가 인삼이 건강보조식품이라고 응답하여 전체적으로 건강보조식품과 한약의 구별을 제대로 하지 못하는 것으로 밝혀져, 한약과 건강기능식품에 대한 국민들의 인식이 얼마나 부정확한가에 대해 알 수 있으며 자칫 건강기능식품의 의약품과 혼동될만한 오해의 소지가 발생할 가능성이 있다. 이러한 현실에서 현재 소아를 둔 부모님들의 건강기능식품과 한약에 대한 인식이 어느 정도인가를 파악하고자 본 연구를 진행하였다.

조사대상자의 건강기능식품 복용률은 67.7%로 나타났고, 한약 복용률은 67.8%로 나타나 복용률은 비슷하였다. 한약 복용률은 2007년 안¹⁷⁾의 연구에서 65.3%보다 약간 높았다. 건강기능식품의 경우는 2008년 박¹⁸⁾의 연구의 복용률인 63.2%보다 약간 높았고, 2008년 김¹⁰⁾의 연구의 81.3%보다 낮은 수치였다. 김¹⁰⁾의 연구는 수도권 지역을 대상으로 하였기 때문에 복용률이 높게 나오고, 박¹⁸⁾의 연구의 경우 대전이라는 대도시를 대상으로 하였지만 2006년에 실시한 설문조사 결과를 바탕으로 하여 낮게 나온 것이라 생각된다. 앞으로 지역의 차이에 따른 소아의 건강기능식품 복용에 대한 추가적 연구가 이루어져야 하겠다. 복용한 건강기능식품의 종류로는 영양보충용 제품이 가장

많았는데, 영양 보충용 제품은 각종 비타민제, 오메가3 등 1가지 주원료로 이루어진 제품으로 정의하였다. 그 다음으로는 홍삼·인삼제품, 클로렐라제품, 매실추출물 제품 순으로 높게 나타났는데, 김⁴⁾, 박⁹⁾의 연구에서 홍삼제품이 영양보충용 제품과 함께 높은 이용률을 나타냈고, 본 연구에서 역시 홍삼, 인삼제품이 26.9%가 복용 경험이 있어 영양보충제에 이어 두 번째로 높았다. 홍삼이나 인삼은 補氣작용이 강하지만 虛症이 아닌 實症에는 적당하지 못하며¹⁹⁾ 인삼이나 화분이 함유된 건강기능식품은 소아 성조숙증을 악화시킬 가능성이 있어²⁰⁾복용에 주의를 요한다. 그러나 높은 이용률에도 불구하고, 소비자들에게 주어지는 주의 사항과 부작용에 관한 정보가 부족하고 전문가의 도움 없는 구매, 혹은 비전문가의 권유에 의한 구매를 하고 있어 관리 체계 보완이 필요하다.²⁾

장부허약아의 건강기능식품/한약 복용 비율은 전체 복용률과 비슷하게 폐계>비계>심계>일반>신계>간계 순이었으며, 복용 대상 중 허약아 비율은 건강기능식품은 67.7%, 한약 74.5%로 한약 복용군이 더 높은 빈도를 보였다. 전체 장부허약아 중에 폐계허약아가 가장 많아 백분율도 높았지만, 한약 복용 백분율을 비교해보면 비계 허약아의 복용률이 높았다. 즉, 식욕부진(비계 허약아)과 같은 문제는 한약을 더 선호한다는 것을 알 수 있다.

한약과 건강기능식품을 구입하게 된 가장 큰 이유로 복수응답을 허용하여 질문한 결과 건강기능식품은 ‘별 문제는 없지만 건강을 위해서’(43.0%)가 가장 많았으며 그 뒤로 ‘성장(키)을 위해서’(26.6%), ‘잔병에 자주 걸리는 등 허약해서’(12.9%) 순으로 많이 응답하여 구체적인 목적성보다는 전반적인 체력 증진을 위해 주로 복용하는 것을 알 수 있었다. 한약의

경우는 ‘성장(키)를 위해서’(26.1%), ‘잔병에 자주 걸리는 등 허약해서’(25.9%), ‘질병 치료를 위해서’(23.3%)의 순으로 최근 아이의 성장(키)에 대한 부모님의 높은 관심이 드러났으며, 건강기능식품과는 다르게 성장이나 질병치료 같이 구체적인 목적이 있어 복용 하였다. 이는 안의 연구¹⁷⁾에서 질병 치료보다는 건강 증진을 위해 “보약”이라는 개념으로 한약을 복용하고 있다는 결과와 다르며, 아직까지 한약은 치료 의학의 역할이 적지 않고 건강기능식품과의 경쟁력 측면에서도 치료를 위한 접근에 좀 더 신경 써야 하겠다.

효과면에서 건강기능식품 복용군은 효과가 ‘있는 편’(64.4%), ‘매우 있음’(0.7%)이 많아 긍정적이었으나 한약 복용군이 69.9%가 ‘있는 편’, 3.9%가 ‘매우 높음’이라고 답해 비율이 조금 더 높았다. 이는 안¹⁷⁾의 연구에 한약 복용 소아가 긍정적인 효과를 보았다고 생각한 경우인 63.7%와 비교 약간 높은 수치이고, 대부분 전문가와의 상담을 받지 않고 구매하는 건강기능식품보다 전문적인 진단 후 복용하는 한약이 더 높은 효과를 보인다고 생각할 수 있다.

두 가지의 선호도를 비교해 보기 위한 ‘한약과 건강기능식품 중 한 가지를 꼭 복용해야 한다면 어떤 것을 복용할 것인가’란 질문에 57.5%가 한약이라고 대답하여 절반이 넘었고, 그 이유로 45.7%가 ‘효능이 더 뛰어날 것 같다’, 40.3%가 ‘부작용이 적을 것 같다’라고 응답해 안전성에 대한 불안감보다 전문성을 높이 평가한 것으로 나타났다. 건강기능식품 비경험자군이 그 이유에 대해 ‘효능을 믿을 수 없어서’(23.5%)라고 가장 많이 응답하여 건강기능식품에 대한 낮은 신뢰도를 보여준 것과 대조적이다. 그러나 한약 비복용자군의 ‘한약을 복용하지 않은 이유’에 대해서는 ‘자녀가 먹기에 불편해서 싫다’(19.2%), ‘가격이 부담스

러워서'(12.4%)가 높아, 한약제제 복용 시 불편함이 가장 큰 문제가 되었다. 이는 20-30대 청장년층의 한약에 대한 인식은 부정적이지 않지만 맛과 편이성에 문제가 있다는 손²¹⁾의 연구결과와 비슷하다. 건강기능식품을 더 복용하고 싶다고 응답한 군은 그 이유에 대해 가장 많은 학부모들이 '복용하기 편리하다'(41.6%)라고 응답하여 복용상 편의성이 건강기능식품이 가진 큰 경쟁력이라는 것을 알 수 있다. 국내 식품관련 잡지의 한 자료에서는 건강기능식품 시장이 2006년 이미 2조 5천억원 규모로 성장해 있다고 보고하였고, 2008년부터 6가지로 한정되어있던 건강기능식품의 제형이 자율화되면서 정제, 캡슐, 분말, 액상, 과립, 환, 편상, 페이스트상, 시럽, 젤, 젤리, 바 등의 다양한 제품이 생산 가능하게 되어 시장의 크기가 한층 더 커지고 그 수요는 더욱 늘어날 전망이다. 이렇듯 건강기능식품의 시장 경쟁력이 점점 높아지는 상황에서 한약도 제형 연구에 힘써 접근성을 높이려는 노력이 시급하다.

복용 후에 건강기능식품 복용군의 3.87%, 한약 복용군의 3.85%만이 부작용이 있었으며 대부분 복용 후 부작용이 없었다. 한약 복용군의 부작용율은 안¹⁷⁾의 연구와 한³⁾의 연구보다도 낮았다. 있는 경우 건강기능식품은 '피부 반응'이, 한약은 '소화 장애'가 가장 많은 것으로 나타났는데 이는 건강기능식품에 대한 한³⁾의 연구에서 위장장애, 박¹¹⁾의 연구에서 설사가 가장 많았던 것과 달랐다. 본 연구에서는 부작용과 장부허약아와의 연관성을 알아보고자 하였으나 부작용이 적어 개체수가 충분치 않아 파악할 수 없었으며, 앞으로 다양한 부작용 케이스를 모아 체질과 연관성을 조사하는 후속연구가 필요하다.

그 밖에 본 조사 결과에서 알 수 있었던 추가적인 사항으로, 건강기능식품 구입 시 상담

을 받은 경우는 전체의 절반 정도였으며, 앞으로 계속 건강기능식품을 복용할 것인지에 대해(복용 의향) 건강기능식품 복용군의 경우 '그렇다'가 전체의 81.9%를 차지하여 비복용군의 45.1%보다 월등히 높아 경험군의 건강기능식품에 대한 인식이 더 긍정적이었다. 한약 비복용군의 앞으로 복용 의향 역시 '있다'가 46.0%로 절반을 조금 못 미쳤으며, 복용군은 77.3%가 '있다'라고 대답하여 건강기능식품과 마찬가지로 복용 경험군의 만족도가 더 높았다.

복용기간은 건강기능식품이 한약보다 평균적으로 긴 것으로 나타났다(1달~6개월 이내). 한약 복용은 하지 않았지만 건강기능식품은 복용한 경험이 있는 초등학생의 경우, 한약을 복용하지 않은 가장 큰 이유는 '건강한 편이라서 필요성을 느끼지 않았다.'가 가장 많았고 '자녀가 먹기에 불편해서 싫다.', '가격이 부담스러웠다.'순으로 전체 한약 비복용군의 순위와 같으나 가격이나 복용 편의성에 대한 불만족이 더 높은 비율로 나타났다.

건강기능식품과 한약을 모두 복용해본 경우에 대해서, 앞으로 두 가지 중 어떤 것을 더 복용하고 싶은지에 대한 질문에 한약을 선택한 군은 전체의 61.1%로, 건강기능식품을 선택한 38.9%보다 높았다. 이는 전체 군에서의 한약 선호도인 57.5%보다 높아 경험한 경우에 있어 만족도가 한약이 더 높은 것으로 나타났다. 이는 손²²⁾의 연구에서 한약의 선호도가 61.5%, 건강기능식품이 38.5%였던 것과 비슷한 정도였다.

본 연구는 연구 대상이 ○○ 소재 2개 초등 학교를 대상으로 범위를 한정하여 결과를 일반화하는데 있어 주의가 필요하다. 앞으로 이를 보완하여 표본 수가 많고 지역적 한계가 적은 후속 연구가 이루어져야 하겠다. 또한 설문 응답의 불편함을 최소화하기 위해 장부허약에

대한 문항을 축소, 변형하였고 해당 소아 본인이 아닌 학부모의 의견이 대다수이기에 소아의 장부허약을 정확하게 반영하는데 어려움이 있다고 볼 수 있다. 복용하는 건강기능식품 종류에 대한 분류 역시 설문 문항의 편의를 위하여 자세히 분류하지 못하였다는 한계가 있어 앞으로 건강기능식품을 선택하여 이용하는 소비자들의 다양한 환경적 요인들을 분석한 보다 정확한 연구들이 이루어져야 하겠다.

V. 結 論

본 연구는 초등학생의 건강기능식품 및 한약의 섭취 실태를 알아보고자 ○○ 소재 일부 초등학생의 학부모 421명을 대상으로 설문지법에 의해 실시되었다. 본 연구에서 얻어진 결론은 다음과 같다.

총 421명 중 건강기능식품 복용률(67.7%)과 한약 복용률(67.8%)은 비슷하였다. 가장 많이 복용하는 건강기능식품은 영양 보충용 제품이었으며, 인삼 및 홍삼 제품도 높은 비율을 차지했다. 건강기능식품의 복용 이유로는 별 문제는 없지만 건강을 위해서 복용하는 것이 대부분으로 뚜렷한 목적성보다는 예방적 차원으로 복용하였고, 한약은 성장이나 질병 치료 등 목적성이 있는 복용이 더 많았다. 복용 후 효과는 한약과 건강기능식품 모두 긍정적인 의견이 절반을 넘었고 재구매 의향도 높았다. 복용 후 부작용은 건강기능식품군 3.87%, 한약 복용군 3.85%이었으며, 건강기능식품은 ‘피부 반응’이, 한약은 ‘소화 장애’가 가장 많은 것으로 나타났다.

參考文獻

1. 식품의약품안전청 홈페이지 <http://hfood.kfda.go.kr>
2. 도종균. 건강보조식품에 대한 소비자의 인식 및 이용실태. 대구한의대학교 보건대학원. 2004.
3. 한은영. 건강기능식품의 섭취 실태 및 인식 조사. 건국대학교 교육대학원. 2008.
4. 김선효, 한지혜, 황유진, 김화영. 우리나라 일부 청소년의 건강기능식품 섭취 실태. 한국영양학회지. 2005;38(10):864-872.
5. 정은순, 익산지역 고등학생의 건강기능식품 섭취 실태 및 관련 변인 분석. 원광대학교 교육대학원. 2008.
6. 이현숙. 한국 프로축구 선수들의 영양보충제 섭취 실태. 한국영양학회지. 2006;39(3):299-306.
7. 이진호. 건강기능식품 부작용 증상 분류 코드 체계 연구.(용역연구개발과제 최종보고서. 식품의약품안전청. 2008.
8. 김은미, 정혜자, 정진용, 김정원. 초등학생들의 일반적 특성에 따른 영양보충제 섭취 실태 분석. 한국식품조리과학회지. 2008;24(5):672-681.
9. 박진선, 이준호. 대전지역 학령기 아동의 건강기능식품 섭취실태 및 부모의 요구도. 대한지역사회영양학회지. 2008;13(4):463-475.
10. 김윤경. 초등학생과 초등학생 어머니의 건강기능식품 섭취실태 및 건강기능식품에 대한 어머니의 인식도. 단국대학교 교육대학원. 2008.
11. 김현지, 박은정. 허약아 증상 연구를 통한 인터넷 중독의 한의학적 접근. 대한한방소아과학회지. 2008;22(2):67.
12. 이지은, 정인경. 초등학생 자녀의 식습관

- 및 영양교육에 대한 학부모의 인식 조사. 대한가정학회지. 2005;43(7):67-77.
13. 국민건강영양조사 홈페이지. <http://knhanes.cdc.go.kr>
 14. 김승경, 이지선, 김진영, 강문희, 장매희. 아동의 주의력 향상을 위한 홍삼 기능성 제품의 효과. 원예과학기술지. 2007;25(1):154.
 15. 엄정숙. 직장인의 건강기능식품 섭취 실태 및 섭취에 영향을 미치는 요인. 연세대학교 보건대학원. 2005;2:1-15.
 16. 김윤선. 강원지역 중년 남녀의 건강기능식품의 섭취 실태와 식습관. 고려대학교 대학원. 2004.
 18. 안영준. 초등학생에서 한약 이용 실태에 관한 연구. 대한소아과학회. 2007;50(4):381-385.
 19. 신민교. 臨床本草學. 서울: 永林社. 189-190.
 20. 江育仁, 張奇文. 實用中醫兒科學 2版. 上海:上海科學技術出版社. 139-140.
 21. 손상목. 한약 개선의 필요성과 우리나라 20~30대 소비자들의 제형별 선호도. 중앙대학교 의약식품대학원. 2006.
 22. 손정모. 피부질환 보유 어린이의 건강기능식품 섭취와 한약 복용 실태조사. 중앙대학교 의약식품대학원. 2006.