

## 청소년의 식습관과 음주행태와의 관련성 - 2012년 청소년건강행태온라인조사를 중심으로 -

이순희\*·윤미은\*\*·천성수\*\*\*†

\*삼육대학교 일반대학원 보건학과, \*\*삼육대학교 식품영양학과, \*\*\*삼육대학교 보건관리학과

## Relationship between Korean Juveniles' Dietary Habits and Drinking Alcohol - The Result of Korea Youth Risk Behavior Web-based Survey 2012 -

Soon-hee Lee\*·Mi-eun Yun\*\*·Sung-soo Chun\*\*\*†

\*Department of Public Health, Sahmyook University Graduate School

\*\*Department of Food and Nutrition, Sahmyook University

\*\*\*Department of Health Management, Sahmyook University

### ABSTRACT

**Objectives:** Since juveniles' unhealthy diets, and their problematic behavior resulting from drinking cause serious harm to those who are in a period of growth, we attempted to find out the relationship between juveniles' dietary habits and their drinking alcohol.

**Methods:** The data was collected from 74,186 people in a 2012 web-based survey of Korean juveniles' health behavior, which was jointly conducted by the Ministry of Education, Science, and Technology, the Ministry of Health and Welfare, and the Korea Centers for Disease Control. This study conducted a logistic regression analysis using SPSS 18.0.

**Results:** Juveniles who consume fast food at least once in a day have a significantly higher chance of binge drinking (OR=3.063, 95% CI=2.332~4.023), problematic drinking(OR=6.041, 95% CI=4.947~7.379) than those who don't. It also indicates that juveniles who don't eat breakfast have a significantly higher chance of binge drinking (OR=1.358, 95% CI=1.158~1.593), problematic drinking(OR=1.762 95% CI=1.548~2.006) than those who eat breakfast every day.

**Conclusions:** Irregular breakfast or a frequent intake of fast food causes problematic drinking, and binge drinking. Therefore, when planning programs for the prevention of

---

접수일 : 2014년 6월 1일, 수정일 : 2014년 7월 25일, 채택일 : 8월 1일

교신저자 : 천성수(139-742 서울특별시 노원구 공릉2동 화랑로 815)

Tel: 02-3399-1668 FAX: 02-3399-1640 E-mail: chss97@syu.ac.kr

juvenile drinking, it seems necessary to include education of healthy dietary habits.

**Key words:** Juvenile, Dietary Habits, Problematic Drinking, Binge Drinking

## · 서론

식습관은 한번 형성되면 변화가 어렵고 청소년기의 식습관은 성인기까지 이어져 평생의 건강에 영향을 주므로 식습관이 불량할 경우 신체적 발육뿐만 아니라 심리상태, 정서 발달에도 크게 영향을 미친다(이영미와 한명숙, 1996; 정은희, 2004). 특히 청소년기는 제2의 성장기로서 균형식을 섭취하는 것은 신체의 성장과 정신적인 성장을 위해 중요하며 영양불균형은 학습능률저하 뿐만 아니라 성격형성에도 영향을 준다(박종구와 이나래, 2012). 국민건강영양조사(2007)에서 다소비식품 중 콜라와 탄산음료가 청소년기(13~19세)에서 각각 6위와 12위로 나타났는데 이것은 청소년기의 탄산음료 섭취량이 높다는 것을 잘 나타내 주고 있다. 그리고 청소년온라인건강행태조사(2013)에서는 청소년들의 과일섭취는 2006년 32.3%에서 2013년 19.7%로 지속적으로 감소하고 있고 채소섭취는 2013년 13%로 여전히 낮은 수준이며, 주 3회 이상 탄산음료섭취는 25.5%, 패스트푸드섭취는 13.1%로 나타나 식습관의 개선이 필요한 것으로 나타났다(보건복지부와 질병관리본부, 2013). 또한 여러 연구(안계수와 신동순, 2001; 이정숙, 2003; 장혜순과 김미라, 1999)에서도 청소년들의 가공식품과다 섭취 등의 식습관이 문제점으로 지적되고 있으며 청소년들의 건강을 위협하는 요인으로 나타나고 있다.

식습관은 정서적 안정과 신체적·정신적 건강에 영향을 주며 특별히 인스턴트식품이나 육가공식품, 설탕이 많이 함유된 음식을 즐기는 식습관은 비행과도 관련이 있다(박종구와 이나래, 2012). 박선주 등(2003)이 비행청소년과 일반청소년의 식생활을

비교한 연구에 의하면 이온음료, 라면, 콜라, 탄산음료, 햄버거 등을 많이 먹는 식습관이 비행의 위험도를 증가시키며, 특히 하루 1회 분량 이상의 콜라, 탄산음료, 이온음료 등의 섭취와 하루 1회 분량 이상의 라면 섭취가 비행의 위험도를 매우 증가시켰다고 했다. 또한 식습관은 책임감, 안정성, 활동성, 사회성과 우울경향, 불안경향에 상관관계가 있다(이희숙, 2003)고 했다.

또한 청소년기는 신체적인 면 뿐 아니라 심리적, 생리적, 사회적으로 급속한 성장과 발달이 이루어지는 시기이므로 청소년의 음주는 성인음주보다도 더욱 치명적인 영향을 미칠 수 있다(손애리와 고승덕, 2011). 이 시기의 음주는 성인보다 적은 양의 알코올 섭취로도 간, 심장, 장 등에 장애를 초래하며, 폭력 및 상해의 위험이 높고, 신경계에 영향을 주어 판단력을 떨어뜨리고, 충동성, 공격성 불안, 흥분 등 사회, 정서적 문제를 일으키기 때문에 폭력이나 비행에 가담하게 될 위험성이 높다(김순규와 김숙경, 2009; NIAAA, 2006).

청소년에게 나타나는 전체 비행의 53%가 흡연, 음주, 가출 등에 관한 유형으로 나타났다(이경상 등, 2007). 최근 학교폭력 문제에 대한 원인을 다양한 학문분야에서 찾고 있는데 그 중 한 부분이 패스트푸드와 식생활차원에서 이유를 찾는 노력이 이루어지고 있다. 청소년이 흔히 즐기는 패스트푸드나 인스턴트 등의 '정크푸드'는 많은 염분과 지방을 포함하고 있어 이러한 신진대사의 불균형이 장기간 계속될 경우 정서불안과 난폭성의 증상이 나타난다(박명윤, 1988; 심경희와 김성애, 1993)고 하였다. 박선주 등(2003)은 비행청소년과 일반청소년을 대상으로 한 식습관의 비교 연구에서 청소년의 식습관

중 식사결식이나 식사속도, 규칙적인 식사가 폭력 비행에 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 비행청소년들이 더 단맛과 짠맛을 선호하고 간식을 즐기며 식사를 거르고 패스트푸드나 분식, 탄산음료 등을 자주 섭취하는 것으로 나타났다. 또한 일반 청소년들은 주로 잡곡밥과 생선, 해조류, 과일과 우유 등의 건강을 증진시키는 식품을 주로 섭취하고 있는 반면에 비행청소년들은 자극적인 인스턴트 음식이나 패스트푸드와 같은 음식을 주로 섭취하고 있는 것으로 나타났고 Ma 등(2000)의 연구에서도 음주를 하는 청소년이 건강에 좋지 않은 음식을 자주 선택하고 영양소의 섭취가 낮다고 보고하였다. (박종구와 이나래, 2012; Ma 등, 2000).

청소년기에 형성된 음주, 흡연, 비만 등의 건강위험행태는 성인기까지 지속적으로 악화되고 성인기에 발생하는 고혈압, 당뇨, 심혈관 질환은 노인기까지 이어진다고 하였다(국민건강영양조사, 2007). 청소년의 식습관과 음주문제는 청소년건강행태조사(2012)에서 제기하는 우리나라 청소년들의 주요 건강문제에 속한다. 잘못된 식습관이 성장 중인 청소년들에게 뿐만 아니라 성인기까지 심각한 피해를 준다는 사실을 고려할 때 청소년의 식습관과 음주문제는 주목해야 할 이슈이다. 또한 청소년들의 건강은 국가 차원에서 보더라도 미래의 국가경쟁력과 국민의 삶의 질 향상에도 기여하는 바가 크므로 그 예방대책의 수립이 절실하게 필요하다(정은희, 2004).

청소년의 음주에 대한 연구는 청소년들의 개인적 특성이나 인구사회학적 특성과 관련하여 음주 문제를 다룬 연구들(김용석, 2000; 강혜영 등, 2004; 도은영과 홍영란, 2012)이 있다. 또한 청소년의 음주를 흡연이나 유해약물의 흡입, 복용과 같은 비행행동행위를 비롯한 개인의 행태적 특성과 관련된 연구들(유안진 등, 2005; 김영미, 2006; 진혜민과 배성우, 2012) 있다. 그러나 청소년의 식습관과 음주행태와의 관련성에 관한 연구는 부족한 실정이며 대부분의 연구가 편의표본추출로 결과를 제시하므로 대표성이 부족하다. 따라서 본 연구에서는 우리나라 청소년

년의 주요건강문제이며 청소년의 건강을 위협하고 있는 식습관 중 패스트푸드, 탄산음료, 라면섭취와 권장해야 할 아침식사, 과일, 채소만찬 섭취와 청소년의 음주행태와의 관련성을 분석하여 청소년의 건강증진을 위한 기초 자료를 제공하고자 한다.

## · 연구방법

### 1. 표본 및 자료수집

본 연구는 교육과학기술부, 보건복지부, 질병관리본부가 공동으로 실시한 '제8차(2012) 청소년 건강행태온라인조사'의 원시자료를 제공받아 연구 목적에 적합하게 분석하였다. 청소년건강행태온라인 조사는 우리나라 청소년의 건강행태를 파악하기 위해, 중1~고3 학생을 대상으로 실시하는 익명성 자기기입식 온라인 조사이다. 표본추출 과정은 모집단 층화, 표본배분, 표본추출 단계로 나눌 수 있다. 제8차(2012) 조사는 중학교 400개교, 고등학교 400개교 총 800개교의 76,980명을 대상으로 조사하였고, 797개교, 74,186명이 조사에 참여하여 96.4% 참여율을 보였다. 표본설계를 위한 추출틀은 2011년 4월 기준의 전국 중·고등학교 자료를 사용하였으며, 모집단 층화 단계에서는 표본오차를 최소화하기 위해 43개 지역군과 학교급(중학교, 일반계고, 특성화계고)을 층화변수로 사용하여 모집단을 129개 층으로 나누었다. 43개 지역군은 16개 시·도내의 시·군·구를 대도시, 중소도시와 군지역으로 분류한 후, 지리적 접근성, 학교 수 및 인구 수, 생활환경, 흡연율, 음주율 등을 고려하여 분류하였다.

### 2. 조사도구

#### 1) 인구사회학적 변수

조사대상자의 인구사회학적 특성으로 성별(남,

녀), 학교(중, 고), 거주지역(대도시, 중소도시, 군지역), 거주형태(가족과 거주 유무), 경제상태(상, 중, 하)를 분석하였다.

## 2) 식습관

식습관에 관한 문항은 최근 7일 동안 식사(아침, 점심, 저녁)에 관한 문항과 과일, 탄산음료, 패스트푸드(피자, 햄버거, 치킨 등), 라면이나 컵라면, 과자, 채소반찬, 우유 섭취에 관해 10문항으로 되어있는데 본 연구에서는 연구목적에 따라 청소년의 식습관 중 “최근 7일 동안의 아침식사를 한 날은 며칠입니까?”라는 질문에 ‘아침결식’, ‘주1~3일 먹음’, ‘주4~6일 먹음’, ‘매일 먹음’으로 재분류하였고, “최근 7일 동안 채소반찬, 과일, 탄산음료, 패스트푸드, 라면을 얼마나 자주 먹었습니까?”라는 질문에는 ‘먹지 않음’, ‘주 1~2번’, ‘주3~6번’, ‘매일 1번 이상 먹음’으로 재분류하여 분석하였다.

## 3) 음주

음주문항은 평생음주경험, 음주시작 시기, 최근 30일 동안의 음주빈도와 평균음주량, 주류구매방법, 주류구매용이성의 음주실태 6문항과, 최근 12개월간의 음주경험 6문항, 음주교육 1문항으로 총 13문항으로 구성되어 있다.

본 연구에서 지금까지 1잔 이상 술을 마셔본 경험이 있는 것을 평생음주경험으로 분류하였고, 음주경험이 있는 학생 중에서 음주시작연령은 13세 이전(초등학교 6학년)과 중학교, 고등학교로 나누어 재구성하였으며, 최근 30일 동안 1잔 이상 술을 마신 날이 있다고 학생을 현재음주자라 정의하였으며, 현재음주자 중에서 음주 빈도와 평균음주량을 설문지 내용과 같이 분석에 포함하였다. 청소년 건강행태온라인조사는 음주경험 문항 중 문제음주를 선별하기 위한 CRAFFT 문항을 포함하고 있다. CRAFFT(Knight 등, 2002)는 음주운전 혹은 음주한 사람이 운전하는 차나 오토바이 동승(Car), 스

트레스 해소나 어울리는 방법으로 음주(Relax), 혼자 음주 경험(Alone), 술을 마시고 기억이 끊긴 경험(Forget), 가족이나 친구의 걱정(Family), 술을 마시고 다른 사람과 시비를 벌인 경험(Trouble)을 묻는 총 6문항으로 구성되어 있다. 이 중 두 문항 이상 ‘경험있다’고 응답한 경우 문제음주자로 구분되는데 본 연구도 이 정의를 이용하였다(김용석, 2010; 손애리와 고승덕 2011). CRAFFT 척도는 국외 뿐 아니라 국내에서도 타당도를 검증받은 도구이다(김용석, 2010).

## 3. 분석방법

본 연구의 자료는 통계 패키지 프로그램인 SPSS 18(PASW statistics 18) 프로그램을 사용하여 분석하였다. 본 연구의 자료로 이용된 청소년건강행태온라인조사는 층화(stratification), 군집(clustering), 다단계 표본 추출(multi-stage sampling) 등의 단계를 거친 복합표본설계를 특성으로 하고 있기 때문에 통계분석과정에서 가중치, 군집, 층화를 모두 고려해야만 오차를 최소화하고 정확한 결과를 산출할 수 있다. 복합표본의 요소로는 계획변수에서 층화변수, 집락변수, 가중치를 추정방법에서 등확률을, 크기지정에는 유한모집단수정계수를 사용하였다. 성별, 학교, 거주지역, 거주형태, 경제상태는 기술분석을 통해 빈도 및 백분율을 구하였고, 음주행태 및 식습관은 성별 교차분석(빈도, 백분율)을 이용하였으며, 통계적 유의성은  $p < 0.05$ 로 하였다. 청소년의 식습관과 음주행태와의 관련성을 알아보기 위해 다중로지스틱 회귀분석을 실시하여 승산비(Odds Ratio, OR)를 산출하였으며, 복합표본을 설정하여 분석을 하였다. 또한 여러 연구(김용석과 박명숙, 2000; 강혜영 등, 2004; 윤우석, 2010)에서 성별, 학년, 거주지역, 거주형태, 경제상태가 음주에 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구에서는 통계변수로 사용하였다.

## · 연구결과

### 1. 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적인 특성은 <표 1>과 같다. 연구대상자는 남학생이 52.5%, 여학생은 47.5%이

고, 중학생이 49.0%, 고등학생이 51.0%였다. 거주지역은 중소도시가 49.3%로 가장 많았으며 대도시가 44.5%, 군지역이 6.2% 순이었다. 거주형태는 전체의 95.9%가 가족과 함께 살고 있는 것으로 나타났으며, 경제 상태는 ‘중’이 46.7%로 가장 많았으며 ‘상’이 30.7%, ‘하’가 22.6%로 나타났다.

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

			(N=74,186)
특성	구분	N(%)	
성별	남	38,221(52.5)	
	여	35,965(47.5)	
학교	중	37,297(49.0)	
	고	36,889(51.0)	
거주지역	대도시	33,568(44.5)	
	중소도시	32,160(49.3)	
	군지역	8,458 (6.2)	
거주형태	가족함께 거주	70,615(95.9)	
	함께거주안함	3,571(4.1)	
경제상태	상	22,282(30.7)	
	중	34,884(46.7)	
	하	17,020(22.6)	

### 2. 청소년의 식습관 행태

청소년의 식습관 행태는 <표 2>와 같다. 아침식사는 ‘먹지 않는다’는 학생이 전체의 21.8%, ‘주 1~3일 먹는다’는 33.0%, ‘주 4~6일’이 28.0%, ‘매일 먹는다’는 학생이 17.1%로 나타났다. 채소반찬섭취는

‘먹지 않았다’는 학생이 3.5%, ‘주 1~2번’이 15.9%, ‘주 3~6번’이 37.2%, ‘매일 1번 이상 먹었다’는 학생이 43.4%였다. 최근 7일 동안 과일섭취는 ‘먹지 않았다’라고 대답한 학생은 9.7%였다. 이는 학교 급식에 과일이 나오는 날도 있음에도 불구하고 10명중에 1명은 과일을 전혀 먹지 않고 있는 것으로

나타났으며, '주 1~2번 먹는다'는 32.2%, '주 3~6번'이 39.4%, '매일 1번 이상'은 18.7%로 '주 3~6번 먹는다'는 학생이 가장 많았다. 패스트푸드 섭취는 '먹지 않았다'는 학생이 전체의 34.1%, '주 1~2번' 54.4%, '주 3~6번'이 10.5%, '매일 1번 이상'이 1.1%로 전체의 64.9%으로 주 1~2번은 패스트푸드를 먹고 있는 것으로 나타났다( $p<0.000$ ). 탄산음료 섭취는 '마시지 않았다'는 학생이 27.8%, '주 1~2번'이 47.9%, '주 3~6번'이 20.7%, '매일 1번 이상 마신다'는 학생이 3.6%로 주 1~2번 마신다는 학생이 가장 많았다( $p<0.000$ ). 라면섭취는 '먹지 않았다'는 학생이 27.6%, '주 1~2번'이 49.9%, '주 3~6번'이 20.8%, '매일 1번 이상'이 1.7%로 주 1~2번 먹는 학생들이 가장 많았다( $p<0.000$ ).

분석결과 성별에 따른 식습관 행태는 남 녀 간에 유의적인 차이가 나타났다. 아침결식은 남학생이 여

학생보다 더 높게 나타났으며( $p<0.000$ ), 채소반찬을 일주일동안 먹지 않음은 여학생이 남학생보다 많았고( $p<0.000$ ), 매일 1번 이상 먹음도 남학생이 높게 나타나 여학생이 남학생보다 채소반찬섭취률이 낮은 것으로 나타났다( $p<0.000$ ). 과일섭취는 매일 1번 이상 먹는 학생이 여학생이 남학생보다 높게 나타났다( $p<0.000$ ). 또한 패스트푸드, 탄산음료, 라면을 매일 1번 이상 먹는 학생은 남학생이 여학생보다 모두 높게 나왔으며( $p<0.000$ ), 일주일 동안 먹지 않았다는 여학생이 남학생보다 모두 높게 나타났다( $p<0.000$ ).

또한 주 1번 이상 가공식품의 섭취행태는 패스트푸드 66.0%, 탄산음료 72.2%, 라면 72.4%로 높게 나타나 청소년들 중 10명 중의 7명은 일주일에 한 번 이상 가공식품을 섭취하고 있는 것으로 나타났고, 주 3번 이상 가공식품 섭취 행태는 탄산음료 24.3%, 라면이 22.5% 패스트푸드 11.6% 순으로 나타났다.

<표 2> 청소년의 식습관 행태

	전체 (N = 74,186)	남학생 (n = 38,221)	여학생 (n = 35,965)	<sup>2</sup>	명(%) p Value
<b>아침식사</b>					
아침결식	9,400(21.8)	5,269(24.7)	4,131(19.0)		
주1~3일먹음	14,231(33.0)	6,854(32.1)	7,377(33.9)	208.086	.000
주4~6일먹음	12,103(28.0)	5,659(26.8)	6,444(29.3)		
매일먹음	7,373(17.1)	3,501(16.4)	3,872(17.8)		
<b>채소반찬</b>					
먹지않음	2,588(3.5)	1,275(3.3)	1,313 (3.8)		
주1~2번먹음	11,760(15.9)	5,713(14.9)	6,047(16.9)	75.606	.000
주3~6번먹음	27,640(37.2)	14,529(38.1)	13,111(36.2)		
매일 1번 이상 먹음	32,198(43.4)	17,704(43.7)	15,494(43.1)		
<b>과일</b>					
먹지않음	7,400(9.7)	4,277(10.9)	3,123(8.4)		
주1~2번먹음	24,456(32.2)	12,809(32.9)	11,647(31.5)	215.956	.000
주3~6번먹음	29,069(39.4)	14,746(38.8)	14,323(40.0)		
매일 1번 이상 먹음	13,261(18.7)	6,389(17.4)	6,872(20.1)		

	전체 (N = 74, 186)	남학생 (n = 38, 221)	여학생 (n = 35, 965)	$\chi^2$	p Value
<b>패스트푸드</b>					
먹지않음	25,730(34.1)	13,226(33.8)	12,504(34.4)		
주1~2번먹음	40,048(54.4)	20,248(53.6)	19,800(55.3)	100.384	.000
주3~6번먹음	7,645(10.5)	4,282(11.3)	3,363(9.5)		
매일 1번 이상 먹음	763(1.1)	465(1.3)	298(0.8)		
<b>탄산음료</b>					
마시지않음	20,677(27.8)	8,577(22.3)	12,100(33.9)		
주1~2번마심	35,568(47.9)	18,154(47.6)	17,414(48.1)	2008.086	.000
주3~6번마심	15,225(20.7)	9,695(25.5)	5,530(15.4)		
매일 1번 이상 마심	2,716(3.6)	1,795(4.6)	921(2.6)		
<b>라면</b>					
먹지않음	20,404(27.6)	8,545(22.5)	11,859(33.2)		
주1~2번먹음	36,914(49.9)	18,958(49.7)	17,956(50.1)	1810.579	.000
주3~6번먹음	15,572(20.8)	9,830(25.5)	5,742(15.6)		
매일 1번 이상 먹음	1,296(1.7)	888(2.3)	408(1.1)		

### 3. 청소년의 음주 행태

청소년의 음주 행태는 <표 3>과 같다. 평생음주 경험이 있다고 대답한 학생은 전체의 47.0%였으며 남학생이 51.0%, 여학생이 42.6%로 남학생의 음주 경험률이 통계적으로 유의하게 높았다( $p < 0.000$ ). 음주경험이 있는 학생 중 “처음 음주 시작연령”은 중학교 때가 52.2%로 가장 높게 나타났고, 13세 이전이 27.8%, 고등학교 때가 20.0% 순으로 나타나 과반수의 학생이 중학교 때에 처음 술을 마셔본 것으로 나타나( $p < 0.000$ ), 이에 대한 중재 및 교육이 이루어져야 할 필요가 있으나 음주교육경험은 전체의 34.3%로 낮게 나타났다. 평생음주경험이 있는 학생 35,003명 중에서 “최근 30일 동안 술을 마신 것으로 정의한 현재 음주자”는 41.3%였고( $p < 0.000$ ), 현재 음주자 중 “음주빈도”는 월1~2일이 58.4%, 3~5일이 19.4%, 월6~9일이 10.3%, 월10~19일이 6.9%,

월20~29일이 3.2%로 나타났으며 매일 음주를 하는 학생들도 1.8% 있는 것으로 나타났다( $p < 0.000$ ). 현재 음주자 중 “평균음주량”은 소주 1~2잔(맥주 병 1병 이하)이 40.7%로 남학생이 35.3%, 여학생이 49.2%, 소주 3~4잔(맥주 2병, 양주 3잔)은 18.7%로 남학생이 19.1%, 여학생이 18.2%, 소주 5~6잔(맥주 3병, 양주 5잔)은 11.0%로 남학생이 11.1%, 여학생이 10.8%로 나타났으며, 소주 1병~2병미만(맥주 4병, 양주 6잔)은 19.3%로 남학생이 21.7%, 여학생이 15.6%로 나타났으며 소주 2병 이상(맥주 8병, 양주 12잔)은 10.2%로 남학생이 12.7%, 여학생이 6.2%로 남학생이 여학생보다 평균음주량이 높은 것으로 나타났다( $p < 0.000$ ). 현재음주를 하는 학생 중 29.5%가 소주 1병 이상을 마시는 폭음자인 것으로 나타났는데 이는 현재음주를 하는 학생 중 10명중의 3명으로 학생들의 평균음주량이 많음을 알 수 있으며 남녀 간의 유의한 차이를 나타냈다( $p < 0.000$ ). 또한

“소주 6잔 이상 마시는 폭음자 비율”은 현재 음주자 중의 29.5%로 남학생이 34.5%, 여학생이 21.7%로 나타나 청소년들의 폭음이 심각한 것으로 나타났다( $p<0.000$ ). 또한 청소년들이 음주 후의 CRAFFT를 경험한 경우를 보면 음주운전을 하거나 음주한 사람이 운전하는 차나 오토바이에 동승한 경험이 12.8%, 스트레스 해소로 음주하는 경우가 62.4%, 혼자음주경험이 26.4%, 술을 마시고 기억이 끊긴 경험이 24.0%, 가족이나 친구로부터 질주 충고를 받은 경험 14.8%, 음주 후 다른 사람과 시비를 벌인 경험이 12.1%로 나타나 청소년들의 경우 스트레스 해소로 음주를 하는 경우가 가장 많은 것으로 나타났다. CRAFFT 경험 중에서 2가지 이상을 경험한 경우를 문제음주자라고 정의한 문제음주자 비율은

41.3%로 여학생이 41.8%, 남학생이 41.0%로 음주로 인한 이차적인 피해가 심각한 것으로 나타났으며, 특별히 여학생이 남학생보다 문제음주자 비율이 더 많은 것으로 조사되었다. 현재 음주자 중 음주 후 경험에 대한 교차비를 보면 남학생이 여학생보다 혼자 음주, 음주 후 운전을 하거나 음주 후 운전을 하거나 음주운전자와 동승경험, 음주 후 시비를 경험할 가능성이 유의하게 높게 나타났고( $p<0.000$ ), 여학생은 남학생에 비하여 스트레스 해소를 위한 음주와 음주 후 기억 끊김이 유의하게 높게 나타나( $p<0.000$ ), 음주 후 경험이 성별에 따라 다르게 나타났으며, 가족과 친구로부터 질주 충고를 받은 경험은 남 녀 간에 유의한 차이가 없었다.

<표 3> 청소년의 음주 행태

		전체 (N=74,186)	남학생 (n=38,221)	여학생 (n=35,965)	$\chi^2$	p Value
평생음주경험	있다	35,003(47.0)	19,487(51.0)	15,516(42.6)	514.582	.000
	없다	39,183(53.0)	18,734(49.0)	20,449(57.4)		
음주시작연령 (음주 경험이 있는 학생 중)						
	13세 이전	9,784(27.8)	5,757(29.1)	4,027(26.0)	80.874	.000
	중학교	18,369(52.2)	9,822(50.1)	8,547(55.0)		
	고등학교	6,779(20.0)	3,861(20.7)	2,918(19.1)		
음주교육경험	있다	25,493(34.3)	13,026(34.0)	12,467(34.6)	3.086	.488
	없다	48,693(65.7)	25,195(66.0)	23,498(65.4)		
현재 음주자 <sup>1)</sup>		14,323(41.3)	8,627(44.4)	5,696(37.1)	190.067	.000
음주 빈도 <sup>1)</sup>						
	월 1~2일	8,392(58.4)	4,773(55.4)	3,619(63.1)	104.110	.000
	월 3~5일	2,799(19.4)	1,745(20.0)	1,054(18.6)		
	월 6~9일	1,445(10.3)	984(11.5)	461(8.3)		
	월 10~19일	1,009(6.9)	673(7.8)	336(5.5)		
	월 20~29일	448(3.2)	298(3.5)	150(2.8)		
	매일	230(1.8)	154(1.9)	76(1.6)		

	전체 (N = 74,186)	남학생 (n = 38,221)	여학생 (n = 35,965)	<sup>2</sup>	p Value
현재 평균음주량 <sup>1)</sup>					
소주 1~2잔 (맥주 1병 이하)	5,874(40.7)	3,072(35.3)	2,802(49.2)		
소주 3~4잔 (맥주 2병, 양주 3잔)	2,669(18.7)	1,618(19.1)	1,051(18.2)		
소주 5~6잔 (맥주 3병, 양주 5잔)	1,583(11.0)	961(11.1)	622(10.8)	372.329	.000
소주 1병~2병 미만 (맥주 4병, 양주 6잔)	2,786(19.3)	1,883(21.7)	903(15.6)		
소주 2병 이상 (맥주 8병, 양주 12잔)	1,411(10.2)	1,093(12.7)	318(6.2)		
폭음자 비율 <sup>1)</sup> (소주 6잔 이상)	4,197(29.5)	2,976(34.5)	1,221(21.7)	264.559	.000
문제 음주 <sup>1)</sup> (CRAFFT 2개 이상경험)	5,995(41.3)	3,574(41.0)	2,421(41.8)	.976	.378
CRAFFT 경험 <sup>1)</sup>					
음주 후 운전	1,877(12.8)	1,282(14.4)	595(10.3)	52.186	.000
스트레스 해소	8,951(62.4)	5,207(60.5)	3,744(65.4)	35.326	.000
혼자 음주	3,838(26.4)	2,449(27.9)	1,389(24.0)	27.151	.000
음주 기억 끊김	3,486(24.0)	1,966(22.4)	1,520(26.5)	32.140	.000
절주 충고	2,112(14.8)	1,225(14.4)	887(15.5)	3.658	.067
음주 후 시비	1,697(12.1)	1,139(13.3)	558(10.3)	29.461	.000

<sup>1)</sup> 현재 음주자(지난 30일간 음주 경험이 있는 청소년) 중의 비율임

#### 4. 패스트푸드, 탄산음료, 라면섭취와 음주와의 관련성

패스트푸드, 탄산음료, 라면섭취와 음주와의 관련성을 알아보기 위하여 복합표본 다중 로지스틱 회귀 분석을 실시하였고 그 결과는 <표 4>와 같다. 성별, 학년, 거주형태, 거주지역, 경제상태는 여러 연구에서 음주에 영향을 미치는 것으로 나타나(김용석과 박명숙, 2000; 강혜영 등, 2004; 윤우석, 2010) 본 연구에서는 통제변수로 사용하였다.

#### 1) 패스트푸드 섭취와 문제음주, 폭음, 평생음주경험과의 관련성

패스트푸드 섭취와 문제음주와의 관련성은 패스트푸드를 섭취하지 않는 학생들에 비해서 일주일에 1~2번 먹는 학생들이 문제음주가 될 가능성은 1.51배 높게 나타났고( $p < 0.000$ ) 주 3~6번은 2.78배 높은 것으로 나타났으며( $p < 0.000$ ), 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 6.04배로 훨씬 높은 것으로 나타났다( $p < 0.000$ ). 패스트푸드를 섭취하지 않는 학생들에 비해서 주 3~6번 패스트푸드를 섭취하는 학생들은 폭음할 가능성이 1.51배 높은 것으로 나

타났으며( $p<0.000$ ), 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 3.06배 높은 것으로 나타났다( $p<0.000$ ). 패스트푸드와 평생음주경험과의 관련성은 패스트푸드를 섭취하지 않는 학생들에 비해서 일주일에 1~2번 먹는 학생들의 평생 동안 음주경험 가능성은 1.26배 높게 나타났고 주 3~6번은 1.72배 높은 것으로 나타났으며, 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 2.45배 높은 것으로 나타났다( $p<0.000$ ).

### 2) 탄산음료 섭취와 문제음주, 폭음, 평생음주경험과의 관련성

탄산음료 섭취와 문제음주와의 관련성은 탄산음료를 섭취하지 않는 학생들에 비해서 일주일에 1~2번 탄산음료를 마시는 학생들이 문제음주가 될 가능성은 1.78배 높게 나타났고( $p<0.000$ ), 주 3~6번은 3.24배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ), 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 5.07배로 훨씬 높은 것으로 나타났다( $p<0.000$ ). 탄산음료와 폭음과의 관련성은 탄산음료를 섭취하지 않는 학생들에 비해서 주 3~6번 마시는 학생들이 폭음을 할 가능성은 1.37배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ), 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 1.98배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ). 탄산음료와 평생음주경험과의 관련성은 탄산음료를 섭취하지 않는 학생들에 비해서 일주일에 1~2번 마시는 학생들의 평생 동안

음주경험 가능성은 1.37배 높게 나타났고( $p<0.000$ ), 주 3~6번은 1.89배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ), 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 2.33배 높은 것으로 나타났다( $p<0.000$ ).

### 3) 라면섭취와 문제음주, 폭음, 평생음주경험과의 관련성

라면섭취와 문제음주와의 관련성은 라면을 섭취하지 않는 학생들에 비해서 일주일에 1~2번 먹는 학생들이 문제음주가 될 가능성은 1.32배 높게 나타났고( $p<0.000$ ) 주 3~6번은 2.40배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ), 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 4.67배로 훨씬 높은 것으로 나타났다( $p<0.000$ ). 라면섭취와 폭음과의 관련성은 라면을 섭취하지 않는 학생들에 비해서 일주일에 1~2번 먹는 학생들이 폭음을 할 가능성은 1.13배 높게 나타났고( $p<0.000$ ) 주 3~6번은 1.52배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ), 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 2.79배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ). 라면섭취와 평생음주경험과의 관련성은 라면을 섭취하지 않는 학생들에 비해서 일주일에 1~2번 먹는 학생들의 평생 동안 음주경험 가능성은 1.13배로 나타났고( $p<0.000$ ), 주 3~6번은 1.52배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ), 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 1.84배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ).

<표 4> 패스트푸드, 탄산음료, 라면섭취와 청소년 음주행태와의 관련성

구 분	문제음주		폭음		평생음주경험	
	OR	95 % CI	OR	95 % CI	OR	95 % CI
패스트푸드						
안먹음(Reference)	1.000	-	1.000	-	1.000	-
주1~2번 먹음	1.519	1.399-1.649	1.057	0.967-1.156	1.269	1.219-1.321
주3~6번 먹음	2.788	2.509-3.098	1.517	1.343-1.714	1.726	1.624-1.833
매일 1번 이상 먹음	6.041	4.947-7.379	3.063	2.332-4.023	2.453	2.061-2.920

구 분	문제음주		폭음		평생음주경험	
	OR	95 % CI	OR	95 % CI	OR	95 % CI
탄산음료						
안마심(Reference)	1.000	-	1.000	-	1.000	-
주1~2번 마심	1.787	1.634-1.945	0.991	0.885-1.110	1.372	1.320-1.425
주3~6번 마심	3.244	2.933-3.587	1.374	1.214-1.556	1.893	1.802-1.989
매일 1번 이상 마심	5.079	4.450-5.797	1.986	1.653-2.386	2.338	2.143-2.551
라면						
안먹음(Reference)	1.000	-	1.000	-	1.000	-
주1~2번 먹음	1.328	1.232-1.431	1.132	1.014-1.263	1.132	1.091-1.175
주3~6번 먹음	2.408	2.216-2.617	1.520	1.353-1.707	1.526	1.457-1.598
매일 1번 이상 먹음	4.678	3.950-5.540	2.799	2.189-3.578	1.849	1.625-2.103

주: 통제변수 - 성별, 학년, 거주지역, 거주형태, 경제상태 통제됨

## 5. 아침식사, 과일, 채소반찬섭취와 음주행태와의 관련성

아침식사, 과일, 채소반찬섭취와 음주행태와의 관련성을 알아보기 위하여 복합표본 다중 로지스틱회귀 분석을 실시하였고 그 결과는 <표 5>와 같다. 성별, 학년, 거주형태, 거주지역, 경제상태는 여러 연구에서 음주에 영향을 미치는 것으로 나타나(김용석과 박명숙, 2000; 강혜영 등, 2004; 윤우석, 2010) 본 분석에서도 통제변수로 사용하였다.

### 1) 아침식사섭취와 문제음주, 폭음, 음주경험과의 관련성

아침식사와 문제음주와의 관련성은 아침식사를 매일 하는 학생들에 비해서 일주일에 4~6일 먹는 학생들이 문제음주가 될 가능성은 1.44배 높게 나타났다( $p<0.000$ ), 주 1~3일은 1.80배 높은 것으로 나타났으며( $p<0.000$ ), 아침식사를 하지 않는 학생들은 매일 먹는 학생들에 비해서 1.76배 높은 것으로 나타났고( $p<0.000$ ). 아침식사와 폭음과의 관련성은 아침식사를 매일 먹는 학생과 주 4~6일 먹는 학생과는 통계적 유의성이 나타나지 않았으나 아

침식사를 매일 하는 학생들에 비해서 주 1~3일은 1.22배로 나타났으며, 아침식사를 하지 않는 학생들은 매일 먹는 학생들에 비해서 1.35배 높은 것으로 나타났고( $p<0.000$ ). 아침식사를 매일 먹는 학생과 주 4~6일 먹는 학생과는 통계적 유의성이 나타나지 않았다. 아침식사와 평생음주경험과의 관련성은 아침식사를 매일 하는 학생들에 비해서 일주일에 4~6일 먹는 학생들이 평생음주를 경험할 가능성이 1.24배 높은 것으로 나타났고( $p<0.000$ ), 주 1~3일은 1.39배 높게 나타났으며( $p<0.000$ ), 아침식사를 하지 않는 학생들은 매일 먹는 학생들에 비해서 1.28배 높은 것으로 나타났고( $p<0.000$ ).

### 2) 과일섭취와 문제음주, 폭음, 음주경험과의 관련성

과일섭취와 문제음주와의 관련성은 매일 1번 이상 과일을 섭취하는 학생에 비해서 일주일에 3~6번 먹는 학생들이 문제음주가 될 가능성은 0.99배였으나 통계적 유의성은 없으며, 주 1~2번 먹는 학생들은 1.23배로 나타났고( $p<0.000$ ), 과일섭취를 하지 않는 학생들은 매일 먹는 학생들에 비해서 1.34배 높은 것으로 나타났고( $p<0.000$ ). 과일섭취와

폭음과의 관련성은 매일 1번 이상 과일을 섭취하는 학생들에 비해서 일주일에 3~6번 먹는 학생들이 폭음이 될 가능성은 0.84배로 나타났고(p<0.000), 과일섭취를 하지 않는 학생들은 매일 먹는 학생들에 비해서 1.28배 높은 것으로 나타났다(p<0.000). 과일섭취와 평생음주경험과의 관련성은 매일 1번 이상 과일을 섭취하는 학생들에 비해서 일주일에 3~6번 먹는 학생들이 평생음주를 할 가능성이 1.09배로 나타났고(p<0.000), 주 1~2번 먹는 학생들은 1.22배 높은 것으로 나타났으며(p<0.000), 과일섭취를 하지 않는 학생들은 매일 먹는 학생들에 비해서 1.15배 높은 것으로 나타났다(p<0.000).

### 3) 채소반찬섭취와 문제음주, 폭음, 음주 경험과의 관련성

채소반찬섭취와 문제음주와의 관련성은 매일 1번 이상 채소반찬을 섭취하는 학생들에 비해서 일주일에 3~6번 먹는 학생들이 문제음주가 될 가능성은 1.09배로 나타났고(p<0.000), 주 1~2번 먹는 학생들은 1.18배로 나타났으며(p<0.000), 채소반찬을 섭취하지 않는 학생들은 매일 먹는 학생들에 비해서 1.46배 높은 것으로 나타났다(p<0.000). 채소반찬섭취와 폭음과의 관련성은 채소반찬을 먹지 않은 학생들이 매일 1번 이상 채소반찬을 섭취하는 학생들에 비해서 폭음을 할 가능성이 1.50배 높은 것으로 나타났으며(p<0.000), 주 1~2번과 주 3~6번에서는 통계적 유의성이 나타나지 않았으며, 채소반찬섭취와 평생음주경험과는 통계적으로 유의한 관련성은 없었다.

<표 5> 아침식사, 과일, 채소반찬섭취와 음주행태와의 관련성

구 분	문제음주		폭음		평생음주경험	
	OR	95 % CI	OR	95 % CI	OR	95 % CI
아침식사						
매일먹음(Reference)	1.000	-	1.000	-	1.000	-
주4~6일 먹음	1.440	1.273-1.629	1.055	0.909-1.225	1.241	1.166-1.322
주1~3일 먹음	1.805	1.603-2.031	1.228	1.053-1.432	1.395	1.310-1.485
먹지 않음	1.762	1.548-2.006	1.358	1.158-1.593	1.288	1.202-1.379
과일						
매일 1번이상 먹음(Reference)	1.000	-	1.000	-	1.000	-
주3~6번 먹음	0.996	0.917-1.083	0.843	0.744-0.956	1.095	1.044-1.148
주1~2번 먹음	1.233	1.125-1.352	1.060	0.943-1.191	1.226	1.168-1.286
먹지 않음	1.347	1.209-1.501	1.288	1.096-1.515	1.153	1.080-1.230
채소반찬						
매일 1번 이상 먹음(Reference)	1.000	-	1.000	-	1.000	-
주3~6번 먹음	1.090	1.022-1.163	1.047	0.959-1.143	0.970	0.938-1.004
주1~2번 먹음	1.181	1.093-1.276	1.051	0.940-1.174	0.992	0.949-1.037
먹지 않음	1.462	1.261-1.696	1.504	1.211-1.869	1.003	0.920-1.093

주: 통제변수 - 성별, 학년, 거주지역, 거주형태, 경제상태 통제됨

## · 논의

본 연구는 청소년의 식습관과 음주행태와의 관련성에 대해 알아보고자 하였다. 본 연구결과 음주에 영향을 미치는 성별, 학년, 거주 지역, 경제상태 등의 변수를 통제한 상태에서 청소년의 식습관과 음주행태와는 통계적으로 유의한 관련성이 있는 것으로 나타났는데 패스트푸드, 탄산음료, 라면섭취 등의 식습관을 많이 하면 할수록 문제음주, 폭음의 가능성은 커지고 아침식사, 과일 채소반찬섭취 등의 식습관을 많이 하면 할수록 음주문제와의 관련성이 적은 것으로 나타났다.

선행연구에서 김기남과 박은주(2005)가 청주지역 중학생들을 대상으로 한 연구에서 일주일에 1회 이상 패스트푸드를 섭취하는 경우는 29.5%, 김준홍과 이동엽(2012)이 한국 청소년들을 대상으로 한 연구에서는 16.4%, 원주지역 중학생을 대상으로 한 김복란(2009) 연구의 29.5%였고 본 연구 자료에서는 66.0%로 나타나 본 연구결과의 수치와 많은 차이가 있는 것으로 나타났다. 그러나 대표성 있는 표본자료를 분석한 청소년건강행태 온라인 조사에 따르면 주 1회 이상 패스트푸드 섭취율은 2005년 77.3%, 2008년 70.9%, 2012년 66.0%로 조금씩 감소하는 경향이 있으나 여전히 높은 수준이며 우리나라 청소년 10명중 7명은 일주일에 한 번씩 패스트푸드를 섭취하고 있다는 것으로 청소년들의 패스트푸드 섭취의 심각성을 나타내는 것이라 할 수 있다. Pollitt(1994)는 청소년들이 패스트푸드나 인스턴트식품을 먹으면서 음식을 먹는 속도가 점점 더 빨라지고, 이것은 청소년들이 가지고 있는 충동성과 상호작용하여 자기조절 능력을 떨어뜨리거나 심리적 적응에 부정적인 영향을 끼칠 수 있다고 하였다. 또한 청소년들의 무분별한 패스트푸드 섭취는 건강의 위협뿐만 아니라 인성에도 영향을 줄 가능성이 크다고 했으며 이런 성향을 어렸을 때 바로 잡아주지 않으면 이로 인한 건강문제나 사회문제가 더 커지고 치료하는 비용도 늘어나게 될 것이다

(Kim & Shim, 2004; 허은실 등, 2007). 그러므로 청소년들이 신체적, 정신적, 심리적으로 건강하게 성장하기 위해서는 청소년들의 건강을 위협하는 패스트푸드와 음주에 대해 사회적, 정책적인 관심과 지속적인 연구가 필요하겠다.

2005년 국민건강영양조사에 의하면 청소년의 다소비식품 중에서 콜라가 6위를 나타내 탄산음료섭취가 많음을 알 수 있고 본 연구에서도 주 1~2번 탄산음료를 마신다는 학생이 전체의 47.9%, 주 3일 이상 마신다는 학생이 24.3%로 청소년의 탄산음료섭취가 많은 것을 알 수 있다. 여러 연구(Pollitt, 1994; 류은순 등, 2008)에 의하면 패스트푸드섭취나 탄산음료의 섭취는 성장기에 있는 청소년들에게 신체적 문제뿐만 아니라 정서적 사회적 문제를 일으키고 패스트푸드를 섭취하는 청소년이 그렇지 않은 청소년들보다 안정성은 낮고 충동성은 높으며, 패스트푸드를 빨리 먹는 습관이 충동성과 상호작용하여 자기조절능력을 저하시키며, 탄산음료는 에너지 밀도가 높아 과량의 에너지 섭취를 조장함으로써 청소년들이 공격성 및 주의산만에 기여할 수 있다고 보고하였다. 또한 부산지역 일부 청소년을 대상으로 한 류은순 등(2008)의 연구에서는 탄산음료 섭취빈도가 분노통제에는 부정적인 영향력을, 분노표출에는 긍정적인 영향력을 주고 있는 것으로 나타났으며, 본 연구에서는 탄산음료를 매일 1번 이상 먹는 학생들이 그렇지 않은 학생에 비해 폭음할 가능성이 3.06배로 높고, 문제음주가 될 가능성은 6.04배로 아주 높게 나타났다. 이것은 패스트푸드와 탄산음료의 섭취가 청소년 건강의 위협요인이 되고 있다는 것을 단적으로 나타내는 것이라 할 수 있다.

남녀 고등학생을 대상으로 음주실태와 식습관을 비교한 정은희(2004)의 연구에서는 음주여부에 따른 식습관의 차이가 뚜렷하지 않았으나 가공식품(패스트푸드, 탄산음료, 라면)을 매일 1번 이상 섭취하는 학생들은 섭취하지 않는 학생들에 비해 문제음주, 폭음, 평생음주를 할 가능성이 유의하게 높

게 나타났고 현재음주를 할 가능성과 빈도가 유의하게 높게 나타났다. 아침식사는 '꼭 한다'라고 응답한 경우는 비음주 학생이 45.8%이고 음주 학생은 39.7%로 음주를 하는 학생들이 아침식사를 하지 않는 경우가 많은 것으로 나타났으며, 음주를 하는 학생이 음주를 하지 않는 학생보다 탄산음료, 라면, 초코렛에 대한 선호는 높은 반면 과일 또는 과일주스에 대한 선호도는 상대적으로 낮은 경향을 보였다(정은희, 2004).

비타민은 유기화합물로 하루 필요량은 작지만 에너지 대사과정과 체내 생리기능대사에서 필수적인 물질이며, 몇 가지 종류를 제외하고 체내에서 합성되지 않기 때문에 반드시 음식을 통해 섭취해야 한다. 그러나 본 연구에서 분석한 청소년의 채소반찬 섭취는 매일 먹는다는 학생이 43.4%로 나타나 과반수가 넘는 학생들이 학교급식에서라도 섭취할 수 있는 채소반찬을 매일 섭취하지 않는 것으로 나타났고 최근 1주일동안 먹지 않았다는 학생도 3.5%로 나타났다.

청소년의 건강은 우리나라의 미래라고 해도 과언이 아니다. 그러나 현대 청소년의 건강이 많은 위협을 받고 있다. 특별히 건강관련 습관 중에서 식습관은 아침식사, 과일, 채소반찬의 섭취빈도는 낮고 패스트푸드, 탄산음료, 라면의 섭취빈도는 높게 나타나 개선되어야 할 부분이 많은 것으로 나타났다. 또한 패스트푸드, 탄산음료, 라면이 섭취정도에 따라 문제음주, 폭음, 평생음주경험에 통계적으로 유의하게 관련성이 높은 것으로 나타났다. 그래서 본 연구는 청소년들의 식습관과 음주와의 관련성에 대해 알아보았다. 하지만 식습관과 음주와의 관련성에 대한 연구가 거의 없는 실정이어서 선행연구와 좀 더 심층적인 연구결과를 살펴볼 수 없는 점이 본 연구의 한계이다. 하지만 음주에 영향을 미치는 기존의 요인들 외에 청소년들 사이에서 섭취빈도가 높은 가공식품섭취와 청소년 음주와의 관련성에 대해 알아본 것은 의의가 있다.

신체적으로나 생리적으로 많은 성장과 발달이

이루어져야 하는 청소년 시기에 패스트푸드나 탄산음료, 라면, 등의 빈번한 가공식품의 섭취는 영양 불균형을 이루게 할 뿐만 아니라 사회적, 정신적, 신체적 건강의 위협과 더불어 음주문제 위험 가능성까지 가지고 있는 것으로 나타났으므로 패스트푸드나 탄산음료 과잉 섭취와 절주를 위한 폭넓은 예방교육과 더불어 이에 대한 지속적인 연구가 절실히 필요하리라 사료된다.

## 결론

2012년 청소년건강행태온라인조사의 원자료 74,186명의 자료를 대상으로 가공식품섭취와 음주와 관련성을 알아본 연구 결과는 다음과 같다.

1. 연구대상자의 식습관 실태는 아침식사는 주 1~3일 먹는다는 학생이 가장 많았고, 채소반찬섭취는 매일 1번 이상이 가장 높은 것으로 나타났으며, 과일은 주 3~6번 먹는다는 학생이 가장 많은 것으로 나타났다. 패스트푸드, 탄산음료, 라면섭취는 모두 주 1~2번 섭취하는 학생들이 많은 것으로 나타났다.

2. 연구대상자의 성별에 따른 음주실태는 평생음주경험이 있는 47.0%, 처음 음주 시작연령은 13세 이전 27.8%, 중학교 때 52.2%로 나타났으며, 현재 음주자는 41.3%, 폭음자 비율은 29.5%, 문제음주자 비율은 41.3%로 나타났다.

3. 패스트푸드, 탄산음료, 라면섭취와 음주행태와의 관련성은 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 패스트푸드, 탄산음료, 라면을 매일 1번 이상 먹는 학생들은 먹지 않는 학생들에 비해서 평생음주경험이 2.45배, 폭음이 3.06배, 문제음주가 될 가능성이 6.04배로 높게 나타났다.

4. 아침식사, 과일, 채소반찬섭취와 음주행태와는 관련성이 있는 것으로 나타났다. 아침결식을 하는 학생들은 매일 아침식사를 하는 학생들에 비해 평생음주경험, 폭음, 문제음주가 될 가능성이 통계

적으로 유의하게 높게 나타났고, 과일, 채소반찬섭취를 하지 않는 학생들이 매일 1번 이상 과일과 채소반찬을 섭취한 학생에 비해 평생음주가능성, 문제음주, 폭음할 가능성이 통계적으로 유의하게 나타났다.

결과적으로 가공식품 섭취를 많이 할수록 평생 동안 음주를 경험하게 될 가능성이 높고, 음주를 할 경우 문제음주가 될 가능성이 높게 나타났으며, 긍정적인 식습관을 적게 할수록 부정적인 음주습관을 할 가능성이 많은 것으로 나타났다. 따라서 현대 사회의 청소년들이 자주 접하는 가공식품섭취와 음주는 공통적으로 청소년들의 건강을 위협하고 있는 요인이므로 청소년 건강관련 교육 프로그램을 계획할 때 전반적으로 청소년들의 건강습관을 주도할 수 있는 교육프로그램에 대한 연구가 필요한 것으로 사료된다. 특별히 청소년의 식습관 개선의 필요성이 높아지고 음주문제가 증가하고 있는 현실에서 전국단위를 대표할 수 있는 표본의 결과를 토대로 가공식품섭취와 청소년의 음주와의 관련성을 살펴 본 것은 향후 청소년에 대한 보건교육과 보건관련정책을 계획할 때에 기초자료를 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

### 참고문헌

1. 강혜영, 신경은, 장현지, 나영화, 조은희. 도시 고등학생의 음주 동기와 음주 문제. 한국학교보건학회지 2004;17(2):85-96.
2. 교육과학기술부, 보건복지부, 질병관리본부. 청소년건강행태 온라인조사. 서울: 보건복지부, 2009-2013.
3. 김기남, 박은주. 청주지역 중학생의 패스트푸드 섭취량에 대한 영양소 밀도 평가. 대한지역사회영양학회지 2005;10(3):271-280.
4. 김복란. 원주지역 중학생의 패스트푸드 섭취정도에 따른 패스트푸드 이용태도 및 식습관 비교. 한국가정과교육학회지 2009;21:19-33.
5. 김순규, 김숙경. 청소년 음주에 영향을 미치는 결정요인분석. 청소년학연구 2009;16(9): 105-124.
6. 김영미. 청소년 음주와 흡연에 대한 가족구조와 사회통제적 요인의 관계. 청소년학 연구 2006; 13(6):151-178.
7. 김용석. 대처수단으로서의 음주 동기와 음주 행위/ 음주 문제간의 관계. 정신보건과 사회사업 2000;9(0):5-23.
8. 김용석, 박명숙. 청소년 문제행동의 공통요인으로서 부모의 양육태도에 관한 연구. 한국사회복지학 2000;42(0):83-106.
9. 김용석. 청소년 약물남용 선별도구(CRAFFT)의 타당화 연구. 정신보건과 사회사업 2010;34(0): 30-55.
10. 김준홍, 이동엽. 한국 청소년의 패스트푸드 섭취와 상관되는 요인. 대한비만학회지 2012;21(1): 37-44.
11. 도은영, 홍영란. 중학생의 음주 정도에 영향을 미치는 요인. 청소년학연구 2012;19(3):1-23.
12. 류은순, 이경아, 윤지영. 부산지역 중·고등학생의 패스트푸드이용실태조사. 한국식품영양과학회지 2008;35(4):448-455.
13. 박명윤. 우리나라 식생활 변천과 건강대책. 한국영양학회지 1988;21(3):146-153.
14. 박선주, 최혜미, 모수미, 박명윤. 비행청소년과 일반청소년의 식생활 비교 연구. 대한지역사회영양학회지 2003;8(4):512-525.
15. 박종구, 이나래. 비행청소년과 일반청소년을 대상으로 식습관의 비교 및 폭력성향의 영향. 관광연구 2012;27(2):215-238.
16. 보건복지부, 질병관리본부. 국민건강영양조사. 서울: 질병관리본부 2005~2013.
17. 손애리, 고승덕. 여고생의 음주 실태와 문제음주에 영향을 미치는 요인. 한국알코올과학회지 2011;12(2):155-162.
18. 심경희, 김성애. 도시청소년들의 패스트푸드의

- 이용실태 및 의식구조. 한국영양학회지 1993; 26(6):804-806.
19. 안계수, 신동순. 경남지역 일부도시와 어촌 중 학생의 영양소 섭취 및 식습관 비교. 대한지역 사회영양학회지 2001;6(2):271-281.
  20. 유안진, 이점숙, 서주현. 가족 구조에 따른 청소년 비행. 대한가정학회지 2005;43(10):91-102.
  21. 윤우석. 청소년 지위비행과 부모의 양육행위에 지역사회의 생태학적 특성이 미치는 영향. 형사정책연구 2010;81(0):175-202.
  22. 이경상, 이순래, 박철현. 청소년 비행의 발전 형태에 관한 연구. 한국청소년정책 연구원, 2007.
  23. 이정숙. 청소년이 성별, 비만도, 영양지식 및 식품 가치평가조사에 대한 연구[박사학위논문]. 서울: 연세대학교 대학원, 2003.
  24. 이영미, 한명숙. 남·여 중·고등학생의 식생활 행동과 영양지식에 대한 실태연구(성남 지역을 중심으로). 한국식생활문화학회지 1996;11(3): 305-316.
  25. 이희숙. 초등학교 6학년 아동의 식습관과 성적 과의 관계연구[석사논문]. 춘천: 춘천교육대학교 대학원, 2003.
  26. 장혜순, 김미라. 전북일부지역의 여자 중·고·대학생의 식습관 변화. 대한지역사회영양학회지 1999;4(3):366-374.
  27. 정은희. 남녀고등학생의 음주실태와 음주에 따른 식습관 비교. 대한지역사회영양학회지 2004; 9(1):29-37.
  28. 정은희. 충청일부지역 중학생의 음주실태, 음주 행동과 식습관. 한국지역사회생활과학회지 2004; 15(2):73-82.
  29. 진혜민, 배성우. 청소년 비행 관련변인에 관한 메타분석. 청소년복지연구 2012;14(2):193-221.
  30. Kim KW, Shim EM, Moon EH. A study on fast food consumption, nutritional knowledge, food behavior and dietary intake of university students. *Journal of the Korean Dietetic Association* 2004;10(1):13-24.
  31. Knight JR, Sherritt L, Shrier LA, Harris SK, and Chang G. Validity of the CRAFFT substance abuse screening test among adolescent clinic patients. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine* 2002;156(6):607-614.
  32. Ma J, Betts NM, Hampl JS. Clustering of lifestyle behaviors: the relationship between cigarette smoking, alcohol consumption, and dietary intake. *American Journal of Health Promotion* 2000;15(2):107-117.
  33. NIAAA(National institute on Alcohol Abuse and Alcoholism). *Underage Drinking Alcohol Alert* 2006;67(1):1-7.
  34. Pollitt E. Poverty and child development. Relevance of research in developing countries to the United States. *Child Development* 1994; 65(1):283-295.