

경기북부지역 대학생의 건강기능식품 인식 및 섭취 실태 조사

김 영 순 · *최 병 범*

고려대학교 식품영양학과, *신한대학교 식품조리과학부 식품영양전공

Recognition and Consumption for the Health Functional Food of College Students in the Northern Gyeonggi-do Area

Young-Soon Kim and *Byung Bum Choi*

Dept. of Food and Nutrition, Korea University, Seoul 02841, Korea

*Major in Food and Nutrition, Division of Food Science & Culinary Arts, Shinhan University, Uijeongbu 11644, Korea

Abstract

This study was conducted to assess the recognition and consumption of health functional food (HFF) of the college students in the Northern Gyeonggi-do area (Republic of Korea). To accomplish this, a survey was conducted to investigate 360 college students (183 males and 177 females) regarding their general characteristics, as well as the recognition, knowledge, considerations, purchases and consumption of HFF. Most male and female students (68.9% and 61.6%, respectively) were unaware of the HFF certification mark, however, more females(58.8%) were aware of the legal HFF definition compared to males (36.6%). The HFF advertising routes for males and females were 'TV · radio' (43.2% and 43.5%, respectively) and 'internet · smart phones' (19.7% and 27.1%, respectively). The main factor considered for selection and the most serious problem concerning HFF by males and females were 'effectiveness' (36.1% and 43.6%, respectively) and 'hype (exaggerated advertisement)' (35.0% and 55.9%, respectively). The main purchase route by males and females was 'pharmacy' (35.2% and 27.8%, respectively). The main reason for HFF product purchase by males and females was 'health promotion' (38.8% and 29.4%, respectively) and the main reason for not purchasing an HFF product was 'no health problem'(34.8% and 36.7%, respectively). The percentage of HFF consumption was 46.0% in males and 69.8% in females. The main HFF product consumed by males and females was 'vitamin · mineral' (36.9% and 43.5%, respectively). The main reason for HFF consumption by males was 'health promotion' (31.0%) and females was 'recovery from fatigue' (21.8%). The main reason for not consuming HFF by males and females was 'no health problem' (38.4% and 41.5%, respectively). These results suggest the need to provide correct information concerning HFF to college students. Based on these results, greater efforts should be made to provide meaningful information regarding factors affecting purchase and consumption patterns for college students related to the research and development of HFF in the Northern Gyeonggi-do area.

Key words: health functional food (HFF), male, female, purchase, consumption

서 론

노인 인구의 급속한 확대와 만성질환의 증가에 따른 건강 관리에 대한 관심증가와 소득수준의 향상으로 건강기능식품

의 선호도가 높아지고 있다(Park YJ 2013). 또한, 건강지향적인 소비트렌드와 간편하게 웰빙을 추구하고자 하는 의식 등과 맞물려 손쉽게 실천할 수 있는 건강관리방법으로 건강기능식품 섭취가 한 수단이 되고 있으며, 시장의 환경변화와 더

* Corresponding author: Byung Bum Choi, Major in Food and Nutrition, Division of Food Science & Culinary Arts, Shinhan University, Uijeongbu 11644, Korea. Tel: +82-31-870-3505, Fax: +82-31-870-3519, E-mail: bbchoi@shinhan.ac.kr

불어 기능에 맞는 다양한 제품이 개발되고 있다(Lee JE 2011). 건강기능식품은 인체에 유용한 기능성을 가진 원료나 성분을 사용하여 제조(가공 포함)한 식품으로 모든 건강기능식품에는 기능성 원료나 성분의 기능성이 표시되어 있는데, 기능성이라 함은 인체의 구조 및 기능에 대하여 영양소를 조절하거나 생리학적 작용 등과 같은 보건용도에 유용한 효과를 얻는 것을 말한다(Korea Food & Drug Administration(KFDA) 2014). 의약품과 같이 질병의 직접적인 치료나 예방을 하는 것이 아니라, 인체의 정상적인 기능을 유지하거나, 생리기능 활성화를 통하여 건강을 유지하고 개선하는 것을 말하는 것으로, 영양소 기능, 생리활성 기능 및 질병발생 위험감소 기능 등이 있다(KFDA 2014).

국내 건강기능식품 시장은 건강기능식품에 관한 법률이 2004년도 본격적으로 시행된 이후 꾸준한 성장세를 지속하고 있는 데, 국내 건강기능식품 시장규모는 2009년 1조 1600억 원에서 2013년 1조 7920억 원으로 2009년 이후 지속적인 성장세를 유지하였고, 건강기능식품 제조업체는 2005년 310곳에서 2013년 449곳으로 44.9% 늘었고, 수입업체는 1,635곳에서 2,139곳으로 92.0% 증가하여 꾸준한 성장을 지속하고 있다(KFDA 2014). 2013년도 건강기능식품 상위 품목의 생산액은 홍삼제품이 5,869억 원으로 전체의 39.6%를 차지했고, 그 다음으로는 개별인정형 2,324억 원(15.6%), 비타민·무기질(11.8%) 순이며, 가장 많이 생산한 제품의 기능성은 면역기능 개선(24.8%), 혈행 개선(21.9%), 항산화(20.6%)의 순이었으며, 지난 10년(2004~2013) 동안 가장 많이 인정받은 기능성은 체지방 감소(79건), 관절뼈 건강(50건), 간 건강(38건), 혈당 조절(35건) 순이었다(KFDA 2014).

대학생 시기는 부모와 학교에 의한 타율적인 생활에서 벗어나 자율적인 생활과 독립적인 의사결정이 가능한 시기로 스스로 식생활을 관리하는 비율이 높음에 따라 불규칙한 식사시간, 아침결식, 지나친 체중조절, 열량식품 또는 기호식품의 섭취 증가, 과도한 음주 및 흡연 등으로 대학생의 영양 상태는 전체 생애주기 중에 양호하지 못한 경향이 있다(Kim BR 2006; Choi BB 2013; Kim 등 2013). 또한, 예전에 비해 젊은 층도 자기의 건강관리에 대한 관심 증가로 건강기능식품 구입율이 매년 증가하면서 20~30대가 주요 소비계층으로 부상하고 있고, 부모님에게 선물하기 위해 구입했던 과거와 다르게 본인이 직접 섭취하기 위해 구입하고 있으며, 인터넷, 스마트폰의 급속한 보급으로 인해 건강기능식품에 대한 빠른 정보도 수집이 가능해졌다(Kim SJ 2014). 대학생들의 외모에 대한 관심 증가와 더불어 대학생 시기에 건강기능식품에 대한 잘못된 인식으로 건강기능식품에만 의존하여 건강을 관리하고자 한다면 올바른 식습관 형성에 방해가 될 수 있고, 이 시기에 형성된 식습관은 성인기 및 노인기의 삶의

질에도 부정적인 영향을 미칠 수 있으므로, 건강기능식품에 관한 올바른 인식이 필요하다. 건강기능식품에 관한 연구를 살펴보면 대부분 성인이나 노인을 대상으로 한 경우가 주로 많았던 반면, 대학생 대상의 건강기능식품 연구는 아직 부족하거나 제한적인 실정이다(Kim SH 2010; Yeo & Kim 2010; Han SJ 2011; Kim 등 2013; Kim SJ 2014).

따라서 본 연구는 경기북부지역에 거주하는 대학생을 대상으로 건강기능식품에 대한 인식과 건강기능식품의 구입 및 섭취실태를 조사·분석함으로써 대학생에게 적합한 건강기능식품의 개발과 섭취에 필요한 기초 자료를 제공하고자 한다.

연구내용 및 방법

1. 조사대상 및 조사기간

본 연구의 조사대상자는 경기북부지역에 재학 중인 대학생들을 대상으로 2015년 4월부터 5월까지 두 달 동안 설문조사를 실시하였으며, 총 400부의 설문지를 배부하여, 이 중 불완전한 응답으로 신뢰성이 부족한 자료를 제외하고, 360부(회수율 90.0%)를 회수한 후 통계 처리하였다.

2. 조사내용 및 방법

본 연구에서 사용된 설문지는 조사대상자의 일반적 사항, 건강기능식품의 인식 및 지식, 건강기능식품의 고려사항, 건강기능식품의 구입 및 섭취 실태 등으로 구성하였다.

1) 일반적 사항

조사대상자의 일반적 사항은 성별, 연령, 거주지, 한 달 용돈, 현재 자신의 건강 상태, 건강관리 및 증진에 대한 관심도, 운동주기, 음주빈도, 흡연빈도, 음주 여부 및 빈도, 현재 건강상 최대 고민, 향후 본인의 건강문제 중 가장 염려되는 질병 등을 조사하였다.

2) 건강기능식품의 인식 및 지식

조사 대상자의 건강기능식품에 대한 인식 및 지식을 알아보기 위하여 건강기능식품에 대한 관심도, 건강기능식품에 대한 지식 정도, 건강기능식품법률 제정 여부, 건강기능식품의 법률적 정의 인지 여부, 건강기능식품의 인증마크 인지 여부 등을 조사하였다.

3) 건강기능식품의 일반 고려사항

건강기능식품의 일반 고려사항은 건강기능식품의 정보나 광고경로 및 신뢰도, 구입이나 섭취 시 중요사항, 구입비용, 문제점, 섭취하고 싶은 제품의 종류, 개선하고자 하는 제품의

기능 등을 조사하였다.

4) 건강기능식품의 구입 및 섭취 실태

건강기능식품의 구입 및 섭취 실태는 건강기능식품의 최근 1년 이내 구입 경험, 구입 장소, 구입 이유, 구입하지 않은 이유, 최근 1년 이내 섭취 경험, 섭취한 적 있는 건강기능식품의 종류, 섭취 이유, 섭취 기간, 섭취 후 효과 만족도, 섭취하지 않은 이유 등을 조사하였다.

3. 자료 분석 방법

불완전한 응답으로 신뢰성이 부족한 자료를 제외하고 회수하여 수집된 자료의 통계처리는 IBM SPSS Statistics(version 21)을 이용하여 분석하였다. 조사대상자의 건강에 대한 인식 및 건강관련 행동, 건강기능식품에 대한 인식 및 지식, 건강기능식품의 고려사항, 건강기능식품의 구입 및 섭취 실태 등에 대한 유의성을 검증하기 위하여 χ^2 -test($p < 0.05$)를 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 조사대상자의 일반사항

건강기능식품에 대한 대학생의 인식도 및 섭취실태 조사를 위해 360명을 대상으로 설문한 응답자의 일반사항은 Table 1과 같다. 조사대상자 중 남학생은 183명(50.8%)으로 평균 연령은 21.8세, 여학생은 177명(49.2%)으로 평균 연령은 20.5세이었다. 남학생과 여학생 모두 자택에서 거주하는 경우가 각각 87.9%, 90.7%로 가장 많았는데, 대학생을 대상으로 한 다른 연구(Kim SH 2010; Kim 등 2013)에서도 지역에 따라 비율 달랐으나, 남학생과 여학생 모두 자택에서 거주하는 경우가 가장 많았다. 한 달 용돈은 남학생은 '10만 원 이하'(26.7%), '30~40만 원 이하'(21.9%), 여학생은 '30~40만 원 이하'(28.2%), '20~30만 원 이하'(27.2%)의 순이었다.

건강상태는 남학생은 '좋다'(36.1%), '보통이다'(32.8%), 여학생은 '보통이다'(41.2%), '좋다'(36.2%)의 순이었으며, 건강유지 및 증진 관심도는 남학생과 여학생은 모두 '보통이다'(36.1%, 54.8%), '많다'(35.0%, 29.4%)의 순이었다. 운동횟수는 남학생은 '일주일에 1~2회 한다'(44.3%), '일주일에 3~5회 한다'(30.6%), 반면 여학생은 '일주일에 1~2회 한다'(56.5%), '전혀 하지 않는다'(29.4%)의 순이었으며, 음주빈도는 남학생과 여학생 모두 '한 달에 1~2회 마신다'(30.6%, 36.7%), '한 달에 5~9회 마신다'(21.3%, 20.9%), '한 달에 3~4회 마신다'(18.6%, 17.5%)의 순이었고, 흡연빈도 역시 각각 '전혀 피우지 않는다'(62.3%, 78.1%), '하루에 반갑~1갑 이하'(18.6%, 10.3%), '하루에 반갑 이하'(16.4%, 10.0%)의 순이었다.

대학생의 건강습관을 조사한 선행연구(Yeo & Kim 2010)를 보면 대학생은 생애주기 중 신체적으로 가장 건강한 시기이지만, 스스로 규칙적인 운동, 금주, 바람직한 식습관, 스트레스 관리 등의 올바른 건강습관 형성을 위한 노력이 적다고 보고되었으며, 그러므로 대학생들은 건강하다고 느끼지만 자신의 건강상태를 과신하여 건강관리를 소홀히 하는 경우가 많은 것으로 보여, 대학생을 대상으로 건강관련 식생활을 포함한 영양교육이 필요하다고 사료된다. 대학생의 한 달 용돈, 건강상태, 건강유지 및 증진 관심도, 운동 횟수, 흡연빈도는 남학생과 여학생 그룹 간에 통계학적으로 유의적인 차이를 나타냈다($p < 0.05$).

현재 가장 고민하고 있는 건강은 남학생과 여학생 모두 '피로'(37.2%, 39.5%), '비만'(20.2%, 18.6%), '눈 건강'(10.9%, 12.4%)의 순이었으며, 가장 염려되는 질병은 남학생은 '폐·호흡기계 질환'(23.5%), '위·소화기계 질환'(14.2%), '알레르기·아토피'(13.1%), '암'(11.5%), 여학생은 '위·소화기계 질환'(36.2%), '고혈압·당뇨병'(14.1%), '알레르기·아토피'(13.6%), '암'(10.7%)의 순으로 응답하였는데(Table 2), 이는 대학생 등 젊은 연령층을 대상으로 한 건강기능식품의 기능성 지표 및 선정에 도움이 되리라 판단된다. 대학생의 가장 염려되는 질병은 그룹 간에 통계학적으로 유의적인 차이를 나타냈다($p < 0.05$).

2. 건강기능식품의 인식 및 지식

건강기능식품에 대한 관심도는 남학생과 여학생 모두 '보통이다'(47.0%, 52.6%), '적다'(23.0%, 25.4%)의 순이었으며, 지식은 '보통이다'(44.3%, 47.5%), '조금 안다'(25.1%, 29.9%)의 순이었다(Table 3). 건강기능식품의 법률 제정에 대해서는 남학생과 여학생 모두 '모른다'(89.1%, 85.9%)가 압도적으로 많았으며, 인증마크도 남학생과 여학생 모두 '모른다'(68.9%, 61.6%)가 많았다(Table 3). 건강기능식품이란 '인체에 유용한 기능성을 가진 원료나 성분을 사용하여 제조(가공 포함)한 식품'이라는 건강기능식품에 관한 법률적인 정의의 인지 여부는 남학생보다 여학생이 '알고 있다'(36.6%, 58.8%)는 응답 비율이 높았다(Table 3). Choi SH(2011)는 경인지역에 소재한 20~30대 사무직 근로자를 대상으로 한 건강기능식품의 인증마크 인지 여부에 대하여 조사대상자의 57.3%가 '모른다'로 응답하여, 건강기능식품의 마크인식이 전반적으로 낮다고 보고하였다. 대학생의 건강기능식품에 관한 법률적인 정의의 인지 여부는 그룹 간에 통계학적으로 유의적인 차이를 나타냈다($p < 0.05$).

건강기능식품의 광고 경로는 남학생과 여학생 모두 'TV·라디오'(43.2%, 43.5%), '인터넷·스마트폰'(19.7%, 27.1%)의 순이었으며, 광고신뢰도는 '보통이다'(67.7%, 65.5%), '그렇지

Table 1. General characteristics of college students

		Male		Female		Total		χ^2 (p)
		N	%	N	%	N	%	
Type of residence	Living with family	161	87.9	161	90.7	322	89.4	1.186 (0.553)
	Preparation of own meals	17	9.2	11	6.2	28	7.8	
	Others	5	2.9	5	3.1	10	2.8	
Pin money per one month	Under 100,000 won	49	26.7	23	13.0	72	20.0	14.163* (0.015)
	100,000 to 200,000 won	36	19.7	29	16.4	65	18.1	
	200,000 to 300,000 won	35	19.1	48	27.2	83	23.1	
	300,000 to 400,000 won	40	21.9	50	28.2	90	25.0	
	400,000 to 500,000 won	11	6.0	16	9.0	27	7.4	
	Over 500,000 won	12	6.6	11	6.2	23	6.4	
Health state	Excellent	46	25.1	22	12.4	68	18.9	16.523* (0.002)
	Good	66	36.1	64	36.2	130	36.2	
	Moderate	60	32.8	73	41.2	133	36.9	
	Bad	8	4.4	18	10.2	26	7.2	
	Very bad	3	1.6	0	0.0	3	0.8	
Concern about health	Very much	36	19.6	11	6.2	47	13.1	20.521* (0.000)
	Much	64	35.0	52	29.4	116	32.2	
	Moderate	66	36.1	97	54.8	163	45.3	
	Little	13	7.1	14	7.9	27	7.5	
	Very little	4	2.2	3	1.7	7	1.9	
Exercise frequency per week	Everyday	22	12.0	1	0.6	23	6.4	44.196* (0.000)
	3 to 5 times	56	30.6	24	13.5	80	22.2	
	1 to 2 times	81	44.3	100	56.5	181	50.3	
	None	24	13.1	52	29.4	76	21.1	
Drinking frequency per month	None	26	14.2	18	10.2	44	12.2	2.290 (0.683)
	1 to 2 times	56	30.6	65	36.7	121	33.6	
	3 to 4 times	34	18.6	31	17.5	65	18.1	
	5 to 9 times	39	21.3	37	20.9	76	21.1	
	Over 10 times	28	15.3	26	14.7	54	15.0	
Smoking per day (cigarettes)	None	114	62.3	167	94.4	281	78.1	54.551* (0.000)
	Under 10	30	16.4	6	3.4	36	10.0	
	10 to 20	34	18.6	3	1.6	37	10.3	
	Over 20	5	2.7	1	0.6	6	1.6	
Total		183	100.0	177	100.0	360	100.0	

* $p < 0.05$

않다'(12.6%, 16.9%)의 순이었다(Table 4). Han EY(2008)는 전 연령대에서 가족 및 친척을 통하여 건강기능식품에 대한 정보를 얻는 비율이 높았으나, 20~30대의 경우 인터넷을 통해 건강기능식품에 대한 정보를 얻는 비율이 높다고 보고하였고, 인천거주 40대 이상의 성인들을 대상으로 한 연구에서는 지인을 통해 정보를 얻는 경우가 47.3%로 가장 많아 연령에

따라 정보 취득 경로의 차이가 있었다(Choi YR 2012). 본 연구의 조사 대상자인 젊은 소비계층인 대학생들의 건강기능식품 구매를 증가시키기 위해서는 인터넷 또는 스마트폰을 통한 전문적인 건강기능식품 콘텐츠를 개발하고, 소비자의 요구사항에 맞는 정확하고 차별화된 정보를 제공할 필요가 있다고 판단된다.

Table 2. Health-related lifestyle of college students

		Male		Female		Total		χ^2 (p)
		N	%	N	%	N	%	
Worry health	Immunity	13	7.2	12	6.8	25	6.9	11.046 (0.137)
	Fatigue	68	37.2	70	39.5	138	38.3	
	Obesity	37	20.2	33	18.6	70	19.5	
	Colon	9	4.9	10	5.9	19	5.3	
	Eye	20	10.9	22	12.4	42	11.7	
	Stomach	7	3.8	16	9.0	23	6.4	
	Joint · bone	16	8.7	11	6.5	27	7.5	
	Others	13	7.1	3	1.6	16	4.4	
Concern diseases	Stomach · digestive system	26	14.2	64	36.2	90	25.0	52.414* (0.000)
	Liver	17	9.3	9	5.1	26	7.3	
	Heart · circulatory system	12	6.6	6	3.4	18	5.1	
	Kidney · urinary system	7	3.8	3	1.6	10	2.8	
	Lung · respiratory system	43	23.5	9	5.1	52	14.4	
	Allergy · atopy	24	13.1	24	13.6	48	13.3	
	Cancer	21	11.5	19	10.7	40	11.1	
	Dementia	3	1.6	9	5.1	12	3.3	
	High blood pressure · diabetes	14	7.7	25	14.1	39	10.8	
Others	16	8.7	9	5.1	25	6.9		
Total		183	100.0	177	100.0	360	100.0	

* $p < 0.05$ **Table 3. Interest and knowledge for the health functional food (HFF) of college students**

		Male		Female		Total		χ^2 (p)
		N	%	N	%	N	%	
Interest	Very much	9	4.8	5	2.8	14	3.9	3.678 (0.451)
	Much	32	17.5	26	14.7	58	16.1	
	Moderate	86	47.0	93	52.6	179	49.7	
	Little	42	23.0	45	25.4	87	24.2	
	Very little	14	7.7	8	4.5	22	6.1	
Knowledge	Well known	4	2.2	1	0.6	5	1.4	5.330 (0.255)
	Little known	46	25.1	53	29.9	99	27.5	
	Moderate	81	44.3	84	47.5	165	45.8	
	Unknown	39	21.3	33	18.6	72	20.0	
	Never known	13	7.1	6	3.4	19	5.3	
Legislation	Known	20	10.9	25	14.1	45	12.5	0.840 (0.359)
	Unknown	163	89.1	152	85.9	315	87.5	
Legal definition	Known	67	36.6	104	58.8	171	47.5	17.694* (0.000)
	Unknown	116	63.4	73	41.2	189	52.5	
Certification mark	Known	57	31.1	68	38.4	125	34.7	2.098 (0.147)
	Unknown	126	68.9	109	61.6	235	65.3	
Total		183	100.0	177	100.0	360	100.0	

* $p < 0.05$

Table 4. Advertising routes and reliability for the HFF of college students

	Male		Female		Total		χ^2 (p)	
	N	%	N	%	N	%		
Advertising routes	Sale place	23	12.6	21	11.9	44	12.2	6.290 (0.279)
	TV · radio	79	43.2	77	43.5	156	43.3	
	Newspapers · magazines	9	4.8	6	3.4	15	4.2	
	Internet · smart phones	36	19.7	48	27.1	84	23.3	
	Family and friends	21	11.5	19	10.7	40	11.2	
	Others	15	8.2	6	3.4	21	5.8	
Advertising reliability	Very much	5	2.7	1	0.6	6	1.7	3.826 (0.430)
	Much	23	12.6	23	13.0	46	12.7	
	Moderate	124	67.7	116	65.5	240	66.7	
	Little	23	12.6	30	16.9	53	14.7	
	Very little	8	4.4	7	4.0	15	4.2	
Total	183	100.0	177	100.0	360	100.0		

*p<0.05

3. 건강기능식품의 일반 고려사항

건강기능식품을 선택할 때 가장 중요하게 생각하는 것은 남학생과 여학생 모두 ‘제품의 효능(기능성)(36.1%, 43.6%)’, ‘제품의 성분(20.7%, 27.1%)’, ‘안전성(20.2%, 19.2%)’의 순으로 응답하였는데(Table 5), Kang EJ(2006)의 선행 연구에서도 건강기능식품 선정의 중요한 기준으로 제품의 기능성(39.1%)이라고 응답해 본 연구와 유사하였다. 건강기능식품의 1회 평균 구입비용은 남학생은 ‘3~5만 원’(39.9%), ‘3만 원 이하’(35.0%), 여학생은 ‘3~5만 원’(45.7%), ‘6~10만 원’(24.9%)의 순으로 남학생이 여학생보다 저가형 건강기능식품을 구입하여 섭취하는 것으로 판단된다(Table 5). 앞서 남학생의 한 달 용돈은 ‘10만 원 이하’(26.7%), ‘30~40만 원 이하’(21.9%), 여학생은 ‘30~40만 원 이하’(28.2%), ‘20~30만 원 이하’(27.2%)로 조사한 것처럼(Table 1) 본인의 용돈으로 건강기능식품을 구입하여 섭취하는 것에 대하여 비용 부분에서 부담을 느낀 것으로 보인다. 건강기능식품의 가장 큰 문제점은 남학생과 여학생 모두 ‘허위·과대광고’(35.0, 55.9%)라고 가장 높게 응답하였는데, 이는 Chung & Lee(2011)의 선행 연구에서도 허위·과대광고(44.2%)라고 가장 많이 응답해, 본 연구의 결과와 유사하였다. 건강기능식품은 건강을 유지·증진시키고, 질병을 예방하기 위하여 섭취하는 것이며, 의약품처럼 질병의 치료에 효과를 보기 위해 섭취하는 것이 아님에 유의해야 하며, 올바른 지식과 정보제공 등 홍보를 강화하여 소비자의 신뢰도를 높여야 한다.

향후 구매하고 싶은 건강기능식품은 남학생은 ‘비타민·무기질’(34.4%), ‘홍삼·인삼’(20.2%), ‘유산균 제품’(11.5%), 여학생은 ‘비타민·무기질’(40.6%), ‘식이섬유 제품’(19.2%),

‘오메가-3 제품’(11.9%)의 순이었으며, 건강기능식품을 통해 개선하고자 하는 기능은 남학생은 ‘눈 건강’(16.4%) ‘피부 건강’(15.8%), ‘면역 기능’(12.6%), ‘장 건강’(10.9%), 여학생은 ‘체지방 감소’(22.0%), ‘면역 기능’(19.8%), ‘피부 건강’(15.3%), ‘눈 건강’(11.9%)의 순이었다(Table 5). 인천 거주 40세 이상 성인들을 대상으로 한 연구(Choi YR 2012)에서는 ‘피로회복’(31.7%), ‘노화 억제 및 항산화’(20.0%), ‘간 건강’(14.7%), ‘면역력 증진’(11.3%), ‘혈액 순환 개선’(7.0%) 순으로 조사되어 대학생을 대상으로 조사한 본 연구와 차이가 있으며, 연령대에 따라 건강기능식품을 통해 개선하고자 하는 기능에 차이가 있다고 생각된다. 2012년 우리나라 국민을 대상으로 구매한 건강기능식품 종류를 연령별로 분석한 결과, 20~30대는 ‘비타민 및 무기질 제품’(85.5%), 40대는 ‘홍삼 제품’(70.8%), 50~60대는 ‘오메가-3 지방산 제품’(68%), 60대 이상은 ‘글루코사민’(43.2%)으로 연령에 따라 구매하는 제품이 차이가 있었다(KFDA 2014). 대학생의 건강기능식품 선정의 기준, 구입 비용, 문제점, 향후 구매 제품, 개선 기능은 그룹 간에 통계학적으로 유의적인 차이를 나타냈다(p<0.05).

4. 건강기능식품의 구입 실태

건강기능식품을 최근 1년 이내에 구입한 경험은 남학생은 29.5%, 여학생은 38.5%로 응답하여(Table 6), 대학생은 신체적인 면에서 생애주기 중 가장 건강한 시기로 건강기능식품의 구입 필요성을 덜 느낀다고 생각되며, 또한 건강기능식품을 본인이 직접 구매하기 보다는 부모님이 구입하여 조사대상자들에게 섭취를 권유하거나, 조사대상자들이 부모에게 구매를 부탁하는 것으로 생각된다. 여대생의 건강기능식품에 대

Table 5. General considerations for the HFF of college students

		Male		Female		Total		χ^2 (p)
		N	%	N	%	N	%	
Considering factors for selection	Price	21	11.5	8	4.5	29	8.1	12.809* (0.046)
	Effectiveness	66	36.1	77	43.6	143	39.7	
	Raw materials	38	20.7	48	27.1	86	23.9	
	Country	8	4.4	5	2.8	13	3.6	
	Safety	37	20.2	34	19.2	71	19.7	
	Brand	11	6.0	5	2.8	16	4.4	
	Others	2	1.1	0	0.0	2	0.6	
Purchase price	Under 30,000 won	64	35.0	35	19.8	99	27.5	13.076* (0.011)
	30,000 to 50,000 won	73	39.9	81	45.7	154	42.8	
	60,000 to 100,000 won	31	16.9	44	24.9	75	20.8	
	110,000 to 150,000 won	7	3.8	12	6.8	19	5.3	
	Over 150,000 won	8	4.4	5	2.8	13	3.6	
Problems	Expensive price	35	19.2	24	13.6	59	16.4	57.115* (0.000)
	No trust on effectiveness	26	14.2	16	9.0	42	11.7	
	Hype(exaggerated advertisement)	64	35.0	99	55.9	163	45.3	
	Insufficient information	18	9.8	10	5.7	28	7.8	
	Side effect	24	13.1	20	11.3	44	12.2	
	Incredibility for manufacturer company	13	7.1	8	4.5	21	5.8	
	Others	3	1.6	0	0.0	3	0.8	
Products to consume in the future	Red ginseng · ginseng	37	20.2	15	8.5	52	14.4	22.834* (0.002)
	Vitamin · mineral	63	34.4	72	40.6	135	37.5	
	Dietary fiber	18	9.8	34	19.2	52	14.4	
	Probiotics	21	11.5	15	8.5	36	10.0	
	Lutein	7	3.8	8	4.5	15	4.2	
	Omega-3	12	6.6	21	11.9	33	9.2	
	Aloe	15	8.2	7	4.0	22	6.1	
	Others	10	5.5	5	2.8	15	4.2	
Interest effectiveness	Liver health	18	9.8	4	2.3	22	6.1	27.112* (0.001)
	Joint · bone health	18	9.8	16	9.0	34	9.4	
	Eye health	30	16.4	21	11.9	51	14.2	
	Immune function	23	12.6	35	19.8	58	16.1	
	Stomach health · improved digestive function	18	9.8	19	10.7	37	10.3	
	Colon health	20	10.9	8	4.5	28	7.7	
	Fat(weight) reduction	17	9.3	39	22.0	56	15.6	
	Skin health	29	15.8	27	15.3	56	15.6	
	Others	10	5.6	8	4.5	18	5.0	
	Total	183	100.0	177	100.0	360	100.0	

*p<0.05

한 구입실태 연구(Han SJ 2011)에서는 ‘본인이 직접 구입한다’가 36.3%, ‘부모가 구입한다’가 26.3%라고 조사되어 기존 연구결과와도 유사하였다.

최근 1년 이내 구입한 경험이 있는 남학생(54명)과 여학생(68명)들을 대상으로 조사한 건강기능식품의 구입 장소는 남학생은 ‘약국’(35.2%), ‘건강기능식품 전문판매점’(14.8%), ‘인

Table 6. Purchase patterns for the HFF of college students

		Male		Female		Total		χ^2 (p)
		N	%	N	%	N	%	
Purchase experience	Yes	54	29.5	68	38.5	122	33.9	3.188 (0.074)
	No	129	70.5	109	61.5	238	66.1	
	Total	183	100.0	177	100.0	360	100.0	
Purchase routes	Pharmacy	19	35.2	19	27.8	38	31.1	5.687 (0.338)
	Stores of health functional food	8	14.8	11	16.2	19	15.6	
	Internet	6	11.1	18	26.5	24	19.7	
	Department stores	6	11.1	4	5.9	10	8.2	
	Mart stores · supermarkets	6	11.1	8	11.8	14	11.5	
	Others	9	16.7	8	11.8	17	13.9	
Reasons for purchase	Health promotion	21	38.8	20	29.4	41	33.6	4.496 (0.480)
	Nutrition supply	10	18.5	18	26.5	28	23.0	
	Weight reduction	1	1.9	5	7.3	6	4.8	
	Recovery from fatigue	14	25.9	14	20.6	28	23.0	
	Gift	7	13.0	8	11.8	15	12.3	
	Others	1	1.9	3	4.4	4	3.3	
Total		54	100.0	68	100.0	122	100.0	
Reasons for no purchase	No health problem	45	34.8	40	36.7	85	35.7	16.641* (0.005)
	Expensive price	32	24.8	12	11.0	44	18.5	
	No trust on effectiveness	34	26.4	31	28.4	65	27.3	
	Side effect	7	5.4	5	4.6	12	5.0	
	Purchase of family or relatives	5	3.9	18	16.5	23	9.7	
	Others	6	4.7	3	2.8	9	3.8	
Total		129	100.0	109	100.0	238	100.0	

* $p < 0.05$

터넷'(11.8%), 여학생은 '약국'(27.8%), '인터넷'(26.5%), '건강기능식품 전문판매점'(16.2%)의 순이었다(Table 6). 본 연구에서는 대학생의 TV, 인터넷 등 대중매체에 대한 매우 높은 선호도 및 신뢰도와 함께 전문가의 처방보다 TV나 인터넷, 신문, 잡지 등의 광고가 정보를 제공하는데 중요한 역할을 한다는 선행 연구(Choi BB 2009; Chung & Lee 2011)와는 다르게, '약국'에서 가장 많이 구입하는 것으로 나타났다. 또한, 상대적으로 남학생보다는 여학생이 인터넷을 이용하여 건강기능식품에 대한 정보를 수시로 다양하게 접해, 정보검색과 동시에 구입으로 연결되어 인터넷으로 구입한다는 응답을 많이 했다고 사료된다. 주부들을 대상으로 건강기능식품의 구입 경로 조사(Hwang KH 2010)에서는 대형마트는 연령이 높을수록, 인터넷은 연령이 낮을수록 선호하는 것으로 조사되었으며, 여자 40~50대는 방문판매를 통해 구입하는 경우가 많았고, 남자 60대는 전문판매점을 통해 구입하는 비율이 높아(KHSA 2013) 연령과 성별에 따라 구입 장소가 차이가 있

음을 알 수 있다. 건강기능식품의 구입 이유로는 남학생은 '건강 증진'(38.8%), '피로 회복'(25.9%), '영양 보충'(18.5%), 여학생은 '건강 증진'(29.4%), '영양 보충'(26.5%), '피로 회복'(20.6%)의 순이었으며, 최근 1년 이내 구입한 경험이 없는 남학생(129명)과 여학생(109명)들을 대상으로 조사한 구입하지 않은 이유로는 남학생은 '건강하기에 필요성을 못 느껴서'(34.8%), '효능을 믿을 수 없어서'(26.4%), '가격이 비싸서'(24.8%), 여학생은 '건강하기에 필요성을 못 느껴서'(36.7%), '효능을 믿을 수 없어서'(28.4%), '가족 및 지인이 구입'(16.5%)의 순이었다(Table 6). 건강기능식품의 구입하지 않은 이유는 그룹 간에 통계학적으로 유의적인 차이를 나타냈다($p < 0.05$).

5. 건강기능식품의 섭취 실태

최근 1년 이내 건강기능식품을 섭취한 경험은 남학생은 46.0%, 여학생은 69.8%로 여학생이 남학생보다 건강기능식품의 섭취 경험을 높게 응답하였는데(Table 7), 이는 여학생

이 상대적으로 건강에 관심이 많아 건강기능식품의 섭취 필요성을 더 느끼기 때문이라고 생각된다. 본 연구는 2011년 우리나라 19세 이상 남성의 42.5%, 여성의 57.8%가 건강기능식품을 섭취한 경험이 있었고, 20대의 섭취율은 남성의 38.9%,

여성의 61.1%이라는 조사 결과와 유사한 경향을 나타내었다 (KFDA 2014). Jung JM(2015)의 연령, 결혼, 소득에 따른 건강기능식품의 복용 조사에서는 20~30대(65.7%)가 40~60대(26.7%)보다, 미혼(56.2%)이 기혼(43.8%)보다 그리고 소득수준이 높

Table 7. Consumption patterns for the HFF of college students

		Male		Female		Total		χ^2 (p)
		N	%	N	%	N	%	
Consumption experience	Yes	84	46.0	124	69.8	208	57.8	21.519* (0.000)
	No	99	54.0	53	30.2	152	42.2	
	Total	183	100.0	177	100.0	360	100.0	
Consumption products	Red ginseng · ginseng	20	23.8	23	18.5	43	20.7	1.717 (0.944)
	Vitamin · mineral	31	36.9	54	43.5	85	40.8	
	Dietary fiber	4	4.9	8	6.5	12	5.8	
	Probiotics	6	7.1	9	7.3	15	7.2	
	Lutein	6	7.1	7	5.6	13	6.3	
	Omega-3	9	10.7	12	9.7	21	10.1	
	Others	8	9.5	11	8.9	19	9.1	
Reasons for consumption	Health promotion	26	31.0	26	21.0	52	25.0	11.096 (0.134)
	Disease prevention	2	2.3	5	4.0	7	3.4	
	Nutrition supply	12	14.3	26	21.0	38	18.3	
	Weight reduction	0	0.0	7	5.6	7	3.4	
	Recovery from fatigue	24	28.6	27	21.8	51	24.5	
	Recommendation of family or relatives	13	15.5	26	21.0	39	18.7	
	Gift	5	6.0	6	4.8	11	5.3	
	Others	2	2.3	1	0.8	3	1.4	
Consumption periods	Under 3 months	53	63.1	80	64.6	133	63.9	1.200 (0.753)
	3 to 6 months	13	15.5	20	16.1	33	15.9	
	6 to 9 months	8	9.5	7	5.6	15	7.2	
	Over 9 months	10	11.9	17	13.7	27	13.0	
Consumption effect	Very effective	5	6.0	6	4.8	11	5.3	1.940 (0.747)
	Effective	24	28.5	31	25.0	55	26.4	
	Moderate	26	31.0	50	40.4	76	36.5	
	Little effective	24	28.5	30	24.2	54	26.0	
	No effective	5	6.0	7	5.6	12	5.8	
	Total	84	100.0	124	100.0	208	100.0	
Reasons for no consumption	No health problem	38	38.4	22	41.5	60	39.5	3.177 (0.673)
	Expensive price	20	20.2	7	13.2	27	17.8	
	No trust on effectiveness	16	16.2	13	24.5	29	19.1	
	Side effect	8	8.1	3	5.7	11	7.2	
	Purchase of family or relatives	13	13.1	5	9.4	18	11.8	
	Others	4	4.0	3	5.7	7	4.6	
		Total	99	100.0	53	100.0	152	

* $p < 0.05$

을수록(월 소득 200만 원 이상 64.4%) 건강기능식품 복용을 많이 하는 것으로 나타나, 이는 요즘 고소득의 젊은 연령층 및 미혼들이 각자의 개인 건강을 생각해서 건강기능식품 복용을 많이 하는 것으로 나타났다. 대학생의 최근 1년 이내 건강기능식품을 섭취한 경험은 그룹 간에 통계학적으로 유의적인 차이를 나타냈다($p < 0.05$).

최근 1년 이내 섭취한 경험이 있는 남학생(84명)과 여학생(124명)들을 대상으로 조사한 섭취하고 있는 건강기능식품의 제품 종류는 남학생과 여학생 모두 ‘비타민·무기질’(36.9%, 43.5%), ‘홍삼·인삼’(23.8%, 18.5%), ‘오메가-3’(10.7%, 9.7%)의 순으로 나타나(Table 7), ‘비타민·무기질’을 가장 많이 섭취하는 것은 상대적으로 다른 제품에 비해 많이 알려져 있고, 저렴한 제품이 많아 부담스럽지 않은 가격으로 구입을 할 수 있기 때문으로 사료된다. 전 연령을 대상으로 한 복용하고 있는 건강기능식품의 종류(Jung JM 2015)에서는 ‘홍삼·인삼’(40.1%), ‘비타민’(31.9%), ‘오메가-3’(9.5%), ‘유산균’(8.8%) 등의 순이었으나, 여대생을 대상으로 한 제품의 종류(Han SJ 2011)에서는 ‘비타민 제품’(48.7%), ‘무기질 제품’(33.3%), ‘유산균 제품’(28.4%)의 순으로 조사되어 본 연구와 같이 비타민과 무기질 제품이 가장 많이 섭취되고 있었다.

건강기능식품의 섭취 이유로는 남학생은 주로 ‘건강 증진’(31.0%), ‘피로 회복’(28.6%) 등이었으나, 여학생은 ‘피로 회복’(21.8%), ‘건강 증진’·‘영양 보충’·‘가족 및 지인의 권유’(21.0%) 등 다양하게 조사되었다(Table 7). 건강기능식품의 섭취기간은 남학생과 여학생 모두 ‘3개월 이하’(63.1%, 64.6%), ‘3-6개월’(15.5%, 16.1%), ‘9개월 이상’(11.9%, 13.7%)의 순으로 대부분의 조사자들이 건강기능식품을 장기 복용하지 않는다고 응답하였는데, 이는 국내 시판 중인 대다수의 건강기능식품의 포장 단위가 1개월 분량으로 판매되어지고 있으며, 섭취 후 같은 제품을 계속 복용하지 않고 다른 기능의 건강기능식품으로 대체하여 복용한다고 생각된다. 건강기능식품은 가격과 기능이 다양해 본인에게 맞는 제품을 선택하기 쉽지 않아, 건강기능식품에 대한 만족도를 높이기 위해서는 제품의 정보와 기능을 충분히 고려하여 건강기능식품을 선정 섭취해야 한다는 교육이 필요하다고 본다.

섭취한 건강기능식품의 해당 기능에 맞는 효과 경험은 남학생과 여학생 모두 ‘조금 있었다’(28.5%, 25.0%), ‘아주 컸다’(6.0%, 4.0%)의 순으로 응답하여 각각 34.5%, 29.0%가 긍정적으로 답하였는데(Table 7), 성인을 대상으로 건강기능식품을 섭취 후 효과 조사(Ohn & Kim 2012)에서 ‘매우 효과가 있었다’(6.7%), ‘약간 효과가 있었다’(45.4%)로 조사대상자의 절반 이상이 긍정적인 응답을 하여 본 연구와는 차이가 있었다.

최근 1년 이내 섭취한 경험이 없는 남학생(99명)과 여학생(53명)들을 대상으로 조사한 건강기능식품을 섭취하지 않은

이유는 남학생은 ‘건강하기에 필요성을 못 느껴서’(38.4%), ‘가격이 비싸서’(20.2%), ‘효능을 믿을 수 없어서’(16.2%), ‘가족 및 지인이 구입’(13.1%), 여학생은 ‘건강하기에 필요성을 못 느껴서’(41.5%), ‘효능을 믿을 수 없어서’(24.5%), ‘가격이 비싸서’(13.2%), ‘가족 및 지인이 구입’(9.4%)의 순이었다(Table 7). 익산지역 고등학생을 대상으로 한 건강기능식품을 섭취하지 않은 이유(Jung ES 2008)에서 ‘건강하기 때문에 필요성을 느끼지 못해서’(26.6%), ‘효과를 신뢰하지 못해서’(23.4%), ‘식생활만으로 충분하다고 생각해서’(20.3%)라고 응답했으며, 여대생을 대상으로 한 조사(Han SJ 2011)에서는 ‘효과를 신뢰하지 못하기 때문에’(32.7%), ‘필요성을 못 느껴서’(22.0%), ‘가격이 비싸서’(20.8%) 순으로 섭취하지 않는다고 응답하였다. 성인을 대상으로 한 섭취하지 않은 이유도 ‘건강하기 때문에 필요성을 못 느껴서’(33.3%), ‘효과에 대한 믿음이 없어서’(20.0%), ‘가격이 비싸서’(18.7%) 순으로 조사되었다(Ohn & Kim 2012).

본 연구는 경기북부지역에 거주하는 대학생을 대상으로 건강기능식품에 대한 인식 및 섭취 실태를 파악하고, 대학생에게 적합한 건강기능식품의 개발 및 올바른 건강기능식품 구입이나 섭취를 위한 교육의 기초 자료를 제공하고자 수행하였는데, 이와 같은 결과들로부터 대학생 상당수가 건강기능식품에 대한 부정적인 인식과 더불어 건강기능식품에 대한 지식 및 정보가 부족하였고, 건강기능식품 구입이나 섭취 시 허위과대광고나 부정확한 정보로 인하여 건강기능식품의 오남용 위험에 노출되어 있는 것으로 판단되며, 대학생들은 건강기능식품 구입이나 섭취 시 학교 교육이나 전문가로부터 충분한 정보를 제공받아 자신의 건강상태에 적합한 건강기능식품을 선택하여야 할 것으로 사료된다. 또한, 이러한 결과들을 토대로 건강기능식품에 대한 부정적인 인식을 가진 소비자들을 포함하여 건강기능식품을 섭취하는 연령층이 세분화됨에 따라 섭취자의 연령, 성별, 건강상태에 맞는 다양한 기능성을 가진 제품을 개발하고, 기능성에 맞는 적절한 건강기능식품을 선택하도록 대학생들에게 건강기능식품에 대한 올바른 지식 및 정확한 정보와 관련 교육이 필요하다고 사료된다.

요약 및 결론

본 연구는 경기북부지역에 거주하는 대학생 360명을 대상으로 건강기능식품에 대한 인식과 건강기능식품의 구입 및 섭취실태를 조사·분석함으로써 대학생에게 적합한 건강기능식품의 개발과 섭취에 필요한 기초 자료를 제공하고자 실시하였다.

1. 조사대상자 중 남학생은 183명(50.8%)으로 평균 연령은

21.8세, 여학생은 177명(49.2%)으로 평균 연령은 20.5세이었고, 남학생과 여학생 모두 자택에서 거주하는 경우가 87.9%, 90.7%로 가장 많았고, 한 달 용돈은 남학생은 '10만 원 이하'(26.7%), 여학생은 '30~40만 원 이하'(28.2%)를 가장 많이 응답하였다. 건강상태는 남학생은 '좋다'(36.1%), '보통이다'(32.8%), 여학생은 '보통이다'(41.2%), '좋다'(36.2%)의 순이었으며, 건강유지 및 증진 관심도는 남학생과 여학생 모두 '보통이다'(36.1%, 54.8%)가 가장 많았다. 남학생과 여학생 모두 운동여부는 '일주일에 1~2회 한다'(44.3%, 56.5%), 음주빈도는 '한 달에 1~2회 마신다'(30.6%, 36.7%), 흡연빈도는 '전혀 피우지 않는다'(62.3%, 78.1%)를 가장 많이 응답하였다.

2. 남학생과 여학생 모두 건강기능식품에 대한 관심도는 '보통이다'(47.0%, 52.6%), 지식은 '보통이다'(44.3%, 47.5%), 법률 제정 인지 여부는 '모른다'(89.1%, 85.9%)가 압도적으로 많았으며, 인증마크도 모두 '모른다'(68.9%, 61.6%)가 가장 많았다. 건강기능식품에 관한 법률적인 정의의 인지 여부는 남학생(36.6%)보다 여학생(58.8%)이 '알고 있다'는 응답 비율이 높았다. 건강기능식품의 광고 경로는 남학생과 여학생 모두 'TV·라디오'(43.2%, 43.5%), '인터넷·스마트폰'(19.7%, 27.1%)의 순이었으며, 광고신뢰도는 '보통이다'(67.7%, 65.5%)를 가장 많이 응답하였다.

3. 건강기능식품을 선택할 때 가장 중요하게 생각하는 것은 남학생과 여학생 모두 '제품의 효능(기능성)(36.1%, 43.6%), 1회 평균 구입비용은 '3~5만 원'(39.9%, 45.7%), 가장 큰 문제점은 '허위·과대광고'(35.0%, 55.9%)라고 가장 많이 응답하였다. 섭취하고 싶은 건강기능식품은 남학생은 '비타민·무기질'(34.4%), '홍삼·인삼'(20.2%), 여학생은 '비타민·무기질'(40.6%), '식이섬유 제품'(19.2%)의 순이었으며, 건강기능식품을 통해 개선하고자 하는 기능은 남학생은 '눈 건강'(16.4%), '피부 건강'(15.8%), 여학생은 '체지방 감소'(22.0%), '면역 기능'(19.8%)의 순이었다.

4. 건강기능식품을 최근 1년 이내에 구입한 경험은 남학생은 29.5%, 여학생은 38.5%이었고, 구입 장소는 남학생은 '약국'(35.2%), '건강기능식품 전문판매점'(14.8%), 여학생은 '약국'(27.8%), '인터넷'(26.5%)의 순이었다. 구입 이유로는 남학생은 '건강 증진'(38.8%), '피로 회복'(25.9%), 여학생은 '건강 증진'(29.4%), '영양 보충'(26.5%)의 순이었으며, 구입하지 않은 이유로는 남학생과 여학생 모두 '건강하기에 필요성을 못 느껴서'(34.8%, 36.7%)가 가장 많았다.

5. 최근 1년 동안 건강기능식품을 섭취한 경험은 남학생은 46.0%, 여학생은 69.8%이었고, 제품의 종류로는 남학생과 여학생 모두 '비타민·무기질'(36.9%, 43.5%), 섭취 이유로는 남학생은 '건강 증진'(31.0%), 여학생은 '피로 회복'(21.8%)을 가장 많이 응답하였다. 섭취기간은 남학생과 여학생 모두 '3

개월 이하'(63.1%, 64.6%), '3~6개월'(15.5%, 16.1%)의 순으로 대부분의 조사자들이 건강기능식품을 장기 복용하지 않는다고 응답하였으며, 해당 기능에 맞는 효과 경험은 남학생과 여학생 각각 34.5%, 29.0%가 긍정적으로 응답하였다. 건강기능식품을 섭취하지 않은 이유는 남학생은 '건강하기에 필요성을 못 느껴서'(38.4%), '가격이 비싸서'(20.2%), 여학생은 '건강하기에 필요성을 못 느껴서'(41.5%), '효능을 믿을 수 없어서'(24.5%)의 순이었다.

이와 같은 결과들로부터 대학생 상당수가 건강기능식품에 대한 부정적인 인식과 더불어 건강기능식품에 대한 지식 및 정보가 부족하였고, 건강기능식품 구입이나 섭취 시 허위과대광고나 부정확한 정보로 인하여 건강기능식품의 오남용 위험에 노출되어 있는 것으로 판단되며, 대학생들은 건강기능식품 구입이나 섭취 시 학교 교육이나 전문가로부터 충분한 정보를 제공받아 자신의 건강상태에 적합한 건강기능식품을 선택하여야 할 것으로 사료된다. 또한, 이러한 결과들을 토대로 건강기능식품에 대한 부정적인 인식을 가진 소비자들을 포함하여 건강기능식품을 섭취하는 연령층이 세분화됨에 따라 섭취자의 연령, 성별, 건강상태에 맞는 다양한 기능성을 가진 제품을 개발하고, 기능성에 맞는 적절한 건강기능식품을 선택하도록 대학생들에게 건강기능식품에 대한 올바른 지식 및 정확한 정보와 관련 교육이 필요하다고 사료된다.

References

- Choi BB. 2009. Studies on the food safety-related informations of college students. *Korean J Food & Nutr* 22:612-617
- Choi BB. 2013. Dietary habits and behaviors of college students in the northern Gyeonggi-do region. *Korean J Food & Nutr* 26:404-413
- Choi SH. 2011. Office workers' recognition and use of health functional food in Gyeonggi-Incheon area. MS Thesis, Inha Univ. Incheon. Korea
- Choi YR. 2012. A study on health recognition and intake and satisfaction of functional food of adults over 40 year old in Incheon. MS Thesis, Chungang Univ. Seoul. Korea
- Chung HK, Lee HY. 2011. Consumption of health functional foods according to age group in some regions of Korea. *J Korean Diet Assoc* 17:190-205
- Han EY. 2008. A study on the actual intake status and perception of functional foods. MS Thesis, Konkuk Univ. Seoul. Korea
- Han SJ. 2011. Perception and consumption pattern of health functional food in female university students. MS Thesis,

- Hanyang Univ. Seoul. Korea
- Hwang KH. 2010. An investigation of health functional food intakes and satisfaction of housewives. MS Thesis, Yeungnam Univ. Gyeongsan. Korea
- Jung ES. 2008. Health functional foods intake of high school student and analysis of the related factors in Iksan area. MS Thesis, Jeonbuk Univ. Jeonju. Korea
- Jung JM. 2015. A Study on consumers' awareness and purchase of health functional food depending on health status and interest. MS Thesis, Konkuk Univ. Seoul. Korea
- Kang EJ. 2006. A Study on nutrient/function Information regarding health functional foods. MS Thesis, Duksung Women's Univ. Seoul. Korea
- Kim BR. 2006. A study on nutrition knowledge, dietary habits, healthrelated life style and health condition of college students in Chuncheon. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 35: 1215-1223
- Kim SH, Han JH, Kim WY. 2010. Health functional food use and related variables among the middle-aged in Korea. *Korean J Nutr* 43:294-303
- Kim SH. 2010. A study on the use of health functional foods and its related influencing factors of university students in Korea. *Korean J Food Cult* 25:150-159
- Kim SH. 2011. A survey on the use of and significant variables for health functional foods among Korean elderly. *Korean J Food Cult* 26:30-38
- Kim SJ. 2014. Perception and intake pattern of health functional food of college students. MS Thesis, Dankook Univ. Seoul. Korea
- Kim SY, You JS, Chang KJ. 2013. Consumption of health functional food and dietary habits, nutrient intake and dietary quality of college students in Incheon. *Korean J Nutr* 46:166-176
- Korea Food & Drug Administration(KFDA). 2014. Available from <http://www.foodnara.go.kr>
- Korea Health Supplements Association(KHSA). 2013. Available from <http://www.hfood.or.kr>
- Lee JE. 2011. Research on health functional food consumption factors of 20's Korea women based on social cognitive theory. MS Thesis, Ewha Womans Univ. Seoul. Korea
- Ohn J, Kim JH. 2012. Intake pattern and needs assessment for the development of web-contents on health functional foods according to age of adults. *Korean J Community Nutr* 17: 26-37
- Park YJ. 2013. Comparison of perception and factors between door to door salesman and consumers for purchasing health functional food. MS Thesis, Chungang Univ. Seoul. Korea
- Yeo JH, Kim EY. 2010. University students' health habits and relevant factors. *J Korean Acad Soc Nurs Educ* 16:283-291

Received 5 April, 2016
Revised 10 April, 2016
Accepted 13 April, 2016