

건강검진센터에서의 영양상담 실시 및 내담자를 위한 개별지도 자료개발

이정화*, 김성애. 충남대학교 식품영양학과

The Development of nutrition counselling program at Health Diagnosis Center

Cheong Hwa Lee, Seong Ai Kim, Department of Food and nutrition, Chungnam National University, Taejeon, Korea

근래 우리나라는 경제적 발전에 따른 생활수준 향상과 세계화에 따른 개방화 물결에 의해 다양한 식생활의 변화를 보이고 있다. 이로 인해 국민의 질병이환양상이 크게 변화하였고, 건강에 대한 관심도 증가하였다. 이에 부응하여 질병예방 및 건강증진을 위한 진단프로그램으로 건강검진은 전 국민을 대상으로 활발히 실시되고 있다. 이로 인해 건강검진센터는 국민의 건강증진을 위한 의료기관으로 그 중요성이 날로 증대되고 있다.

본 연구에서는 전국에 13개의 한국건강관리협회 건강검진센터에서 영양상담의 필요성을 조사, 상담자의 필요와 요구에 따른 영양상담의 실시 및 상담후 효과 평가에 대해 조사하여 본 결과 건강검진센터에서의 영양상담 상담자의 영양지식은 평균 정답률은 67.2%, 오답률 32.8%, 불확실률은 12.9% 이었고, 식태도는 5단계 Likert scale로 9문항을 통해 알아 본 결과 45점 만점에 평균 35.5 ± 3.24 로 이었다. 64명의 상담자중 81.3%가 건강검진센터에서 영양상담이 필요하다고 응답했고, 92.1%가 영양사 및 영양연구가에 의한 영양상담이 실시되어야 한다고 했다.

또한 한국건강관리협회 13개 지부 관련자(원장 및 내과과장)중 설문에 응한 각 지부 원장 8명과 내과과장 11명의 설문에서는 응답자의 89.5%가 건강진단시 영양서비스가 필요하다고 했고, 응답자의 93.3%가 영양전문가에 의한 상담이 실시 되어야 한다고 했다.

지역주민의 영양서비스 일환으로 한국건강관리협회 대전·충남지부 건강검진센터에서 12회에 걸쳐 1일 3시간씩 내원자를 대상으로 영양상담을 실시하였다. 상담자의 일반사항을 살펴보면 남자 31명, 여자 33명이었고, BMI 조사 결과 정상범위에 속하는 사람이 60.9%, 저체중인 사람이 18.8%, 체중과다인 사람이 12.5%, 비만인 사람이 7.81%이었고, 이들 중 31%가 건강상의 문제를 가지고 있었다. 상담은 상담자의 필요와 요구에 따라 바른 식습관(42%), 식사요법 (36%), 체중조절(22%)에 대해서 실시하였다.

상담 실시후 Can-Pro를 이용한 영양가 산출과 건강 및 영양상태를 기초로 영양 개별지도 자료를 인쇄물의 형태로 제작하여 배부하였다. 영양상담 실시 3개월후 효과를 평가한 결과 2차 설문에 응한 14명의 상담자의 영양지식 및 식태도에 대한 조사에서 영양지식 점수는 $p < 0.10$ 에서 유의적으로 증가하였고, 영양관련 식태도는 $p < 0.05$ 에서 유의적으로 증가하였다.

본 연구를 통해 전국의 모든 건강검진센터에서 영양전문가에 의한 영양상담 실시가 활발하게 진행되고, 개발된 영양 개별지도 자료안이 검진자의 질병예방 및 건강증진에 기여하기를 바란다.♣