

거주형태에 따른 노인들의 건강, 사회정서적 안정감 및 영양상태

한경희*, 최미숙¹⁾, 박정숙²⁾, 정순돌³⁾. 서원대학교 식품영양학과, 충청대학 식품영양학과¹⁾, 천안외국어대학 외식산업과²⁾, 서울신학대학교 사회복지학과³⁾

Health, Psycho-Social and Nutritional Status of the Elderly by Living Arrangement

Kyung Hee Han, Mee Sook Choil¹⁾, Jung-Sook Park²⁾ Soondool Chung³⁾. Department of Food & Nutrition, Sewon University, Cheongju, Department of Food & Nutrition, Chung Cheong College, Cheongju¹⁾, Department of Foodservice Industry Chonan College of Foreign Studies, Cheonan²⁾ Department of Social Welfare, Seoul Theological University, Bucheon, Korea³⁾

노인인구는 급증하는 반면 종래에 우리 사회가 의존하고 살아왔던 효사상은 퇴조되고 여성 인구의 경제활동 참여의 증가는 노인들의 부양에 큰 변화를 초래하게 되었다. 이에 따라 자녀와 동거하고 있는 전통적인 대가족형태는 감소되는 추세에 있으며 상대적으로 독거노인, 노인단독가구가 증가함에 따라 이들에 대한 건강 및 영양상태에 대한 관심이 높아지고 있다. 본 연구는 충북지역내 정부지원에 의해 운영되고 있는 급식서비스 이용노인을 대상으로 그들의 거주형태별에 따라 건강, 사회정서적 안정감, 식습관, 영양상태등의 차이점을 비교하여 개인이 처한 환경에 따라 다르게 나타날 수 있는 욕구와 문제점을 파악하고자 시도되었으며 연구결과는 향후 건강증진 프로그램 계획시 기초자료로 이용될수 있을 것이다. 설문지를 통해 일반적 사항, 주관적 건강평가, ADL 과 IADL로 신체활동 능력을 평가하였으며 사회정서적 안정감은 고독감과 사회적지지 측정도구로 조사하였다. 24시간 회상법으로 영양소 섭취량을 조사하였고 전체적인 식사의 질을 평가하기 위해 영양소 섭취 적정도(MAR)를 계산하였으며 영양상태는 MNA 에 의해 평가하였다. 전체 309명 중 여자노인이 199명으로 64.4%, 남자노인은 110명으로 전체의 35.6%를 차지하고 있었다. 평균연령은 74.1세였고 무배우자가 전체 응답자의 57%로 나타났다. 자녀와 함께 사는 노인은 38.6%, 노인 혼자만 사는 독거노인가구가 30.7%, 노인부부만 사는 가구가 25.9%, 기타가 4.9%였다. 주요변수들의 거주형태에 따른 평균 비교분석결과 사회적 지지($p<0.001$), 고독감($p<0.001$), 자가건강상태($p<0.001$), 자가영양평가($p<0.001$), 주관적 경제상태($p<0.01$), 식습관($p<0.05$) 모두에서 노인의 거주형태별로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 부부만 사는 노인 가구가 혼자 사는 노인이나 자녀와 함께 사는 노인보다 사회적 지지체계도 많이 갖추고 있었으며, 고독감도 덜 느끼는 것으로 나타났고 주관적으로 느끼는 건강상태, 영양상태, 경제상태도 가장 높았고 식습관 또한 양호한 것으로 나타났다. MAR의 경우, 거주형태에 따라 유의미하지는 않았으나 노인부부만 사는 가구가 평균 0.64로 가장 높았고 자녀와 함께 사는 노인이 0.61, 혼자사는 노인은 0.58, 기타가 0.57로 나타났다. 신체활동 능력도 유의미한 차이는 없었으나 다른 변수들과 같은 경향을 보여 노인부부 가구가 가장 좋았고 혼자사는 노인이 가장 낮았다. 이러한 결과는 건강이 허락하는 한 노후에 부부끼리 편안히 생활하는 것이 바람직할 수도 있기 때문에 이들이 건강유지를 위해 필요한 부분이 구체적으로 어떤 것인가에 대한 조사가 실시되어 차별화된 서비스를 제공할 수도 있다고 본다. 그러나 다른 연구결과에서도 공통적으로 나타나듯이 혼자 사는 노인들에서 여러 건강지표들이 가장 낮게 나타나기 때문에 이들에 대한 배려가 가장 우선되어야 함을 확인할 수 있었다.