

## 농촌노인의 노화상태와 생활의 만족도에 영향을 미치는 관련요인 분석

박미영\*, 이경혜. 창원대학교 식품영양학과

Analysis on factors affecting aged status and life satisfaction of the Rural Elderly in Kyungnam Areas

Mi Young Park, Kyung Hea Lee. Department of Food and Nutrition, Changwon National University, Changwon, Korea

본 연구는 노인의 노화상태와 질적인 삶을 나타내는 생활만족도에 영향을 미치는 관련요인들을 검증하여 노인의 생활만족도 향상과 노화 지연 및 지역사회 노인건강증진에 기초자료를 제공하고자 한다. 이를 위해 경상남도 함안군에 거주하는 65세 이상 노인의 남녀 성별 비율(남자 36.2%, 여자 63.7%)에 의거한 200명(남자 71명, 여자 129)을 대상으로 사회인구학적 요인, 식생활습관, 건강상태와 건강관련 행동실태, 노화상태, 생활의 만족상태에 관해서 설문조사를 하였다. 그 결과를 보면 생활의 만족상태가 높을수록 노화상태도 양호하게 나타났다. 노화상태에 관한 점수를 분석한 결과 남자가 여자보다 유의적으로 높은 점수( $p < 0.001$ )를 보였으나, 연령에 따른 차이는 없었다. 또한 남자는 '심한 치통이나 음식을 씹기 곤란하십니까?'에서, 여자는 '귀가 잘 안 들리십니까?' 항목에서 유의적인 차이( $p < 0.05$ )를 보였다. 과거 및 현재의 삶과 활동에 관한 전반적인 평가와 미래의 삶과 활동의 전반적인 전망에 대한 긍정적인 정도에 관한 20문항의 생활의 만족도에 관한 점수를 분석한 결과 남자의 생활만족도가 여자보다 높았다( $p < 0.05$ ). 노화상태 및 생활의 만족상태를 사회인구학적인 요인과 비교한 결과에서 학력의 경우 초등학교를 졸업한 경우 노화점수와 생활의 만족점수가 가장 높게 나타나 차이를 보였다( $p < 0.01$ ,  $p < 0.05$ ). 배우자가 있는 경우와 생활비를 포함한 용돈을 40만원 이상 사용하는 경우가 노화점수와 만족점수가 높았다( $p < 0.01$ ,  $p < 0.05$ ). 생활비를 40만원 이상 사용하는 경우 생활수준이 넉넉하다고 답하였으며 생활수준이 넉넉할수록 노화점수와 생활의 만족점수가 높게 나타났다( $p < 0.001$ ). 또한 유의적이지 않지만 동거가족수가 많을수록 노화점수와 만족점수가 높은 경향을 보였고 동거자녀와의 관계가 나쁜 경우 노화상태와 생활의 만족상태가 낮게 나타났다. 노화상태 및 생활의 만족상태를 식습관과 비교하였을 때 식사가 불규칙한 경우보다 규칙적일 때 노화점수가 높았으며( $p < 0.05$ ) 생활 만족점수도 다소 높게 나타났다. 식사를 2회 할 때 보다 3회 하는 경우에 노화점수와 생활 만족도가 높게 나타났으며( $p < 0.001$ ,  $p < 0.01$ ), 식욕이 좋을수록 노화점수와 생활만족점수가 높게 나타났다( $p < 0.001$ ,  $p < 0.05$ ). 과식과 소식을 안 할수록 노화점수와 생활만족점수가 높았으며 과식의 경우 생활 만족상태에서( $p < 0.05$ ), 소식의 경우는 노화상태에서 유의적인 차이( $p < 0.01$ )를 보였다. 간식을 하는 경우와 간식을 3회 이상 하는 경우 노화점수와 만족점수가 높았다. 또한 아침식사를 거르지 않을수록 노화점수가 높게 나타났다( $p < 0.05$ ). 아침결식을 하지 않을수록, 외식을 하루 1회 이상 자주 할 때 생활 만족상태가 양호한 것으로 나타났으며, 노화점수는 외식을 거의 하지 않을 때 높게 나타났다( $p < 0.01$ ). 자각하는 건강상태가 좋을수록 노화점수와 만족점수가 높게 나타나( $p < 0.001$ ,  $p < 0.05$ ) 질병이 없을 때 각각 높게 나타났으며( $p < 0.001$ ) 질병수가 많을수록 노화점수가 낮게 나타났다. 보약을 섭취하는 경우 생활 만족도가 높았으며( $p < 0.01$ ), 건강관리를 위해 특별히 하는 것이 없는 경우는 규칙적 운동과 보약, 영양제 복용등으로 건강을 유지하는 경우보다 노화점수가 낮았다( $p < 0.05$ ). 이상의 결과로 성별, 학력, 배우자유무, 생활비, 식사횟수, 식욕, 외식, 자각건강상태, 질병 등은 농촌노인의 노화상태와 생활의 만족도에 긍정적인 또는 부정적인 영향을 미친다고 할 수 있다.