

번호 I-13

제 목	국문	일개 도시 노인의 치매 및 우울증도와 식습관과의 관련성			
	영문	Food behavior patterns of Elderly people by dementia and depression status			
저 자 및 소 속	국문	이연경 · 이윤환 · 손태용* · 오원주* · 한근식** · 김경희*** 아주대학교 의과대학 예방의학교실 · 유한대학 의무행정과* · 한신대학교 컴퓨터정보통신학부** · 부천시 원미구 보건소***			
	영문	YK,Lee · YH,Lee · TY,Seon* · HJ,OH* · KS,Han** · KH,Kim*** Department of Preventive Medicine and Public Health, School of Medicine, Ajou University · Yuhan Collage* · Hanshin University** · Buchon City Health Center***			
분 야	보건관리 (✓) 역 학 ( ) 환 경 ( )	발 표 자	일반회원 (✓) 전 공 의 ( )	발표 형식	구 연 ( ) 포스터 (✓)
	진행 상황				
<p>연구완료(✓), 연구중( ) → 완료 예정 시기 :      년      월</p>					
<p><b>1. 연구 목적</b></p> <p>본 연구의 목적은 부천시 원미구에 거주하는 65세 이상 재가노인을 대상으로 치매와 우울증에 대한 유병률을 조사하고 치매와 우울증환자의 식습관 차이와 이러한 질병에 영향을 미치는 식습관 인자를 살펴보고자 한다.</p> <p><b>2. 연구 방법</b></p> <p>1998년 12월 31일 주민등록상 부천시 원미구에 거주하는 65세 이상 주민을 대상으로 연령군과 성별에 따라 2원층화 무작위추출(two-way stratified random sampling)을 하여 1,016명을 조사대상으로 선정하였다.</p> <p>조사방법은 면접을 통해 2000년 2월 23일부터 3월 31일까지 38일간 실시하였으며 조사변수로는 노인의 일반적 특성과 식습관을 포함하였다. 식습관은 아침식사와 규칙적인 식사여부 등 식사의 규칙성과 간식여부, 외식횟수, 찌음식, 단음식, 육류, 생선, 야채 및 과일, 우유 섭취정도 등 식품기호도, 영양제의 섭취에 대해 조사하였다.</p> <p>치매의 검사도구로는 MMSE-K(Mini-Mental State Examination Korean version)를 사용하였다(권용철과 박중환, 1989). MMSE-K의 문항은 지남력 10점, 기억등록 3점, 기억회상 3점, 주의집중 및 계산 5점, 언어기능 7점, 이해 및 판단 2점으로 총 30점으로 구성되어 있으며 교육정도가 무학인 경우 가산점을 주도록 되어 있다.</p> <p>우울증 검사로는 신뢰도와 타당도가 검증된 CES-D(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)의 한국어판을 사용하였다(조맹제와 김계희, 1993). CES-D는 미국 국립정신보건원(National Institute of Mental Health)에서 개발한 20문항으로 구성되어 있으며 우울증상, 죄책감과 자기비하, 정신운동기능 감소, 식욕감퇴, 수면장애 등의 기분상태를 집중적으로 평가하고 있다.</p> <p>본 연구의 모든 자료처리는 SPSS통계 package를 이용하여 빈도수를 구하였으며, <math>\chi^2</math>-test와 Logistic Regression을 이용하였다.</p>					

### 3. 연구 결과

#### (1) 인구사회학적 특성

부천시 원미구에 거주하는 65세 이상 노인의 65.4%가 여성이었으며 연령군별로는 65~74세가 67%, 75~84세가 28%, 85세 이상이 5%였다. 결혼상태는 사별한 경우가 52%로 가장 많았으며 유배우자인 경우도 48%였다. 교육정도는 무학인 경우가 49%, 중학교 졸업이상이 23%로 조사되었으며, 종교는 불교, 기독교인이 각각 23%, 26%였다. 종교를 갖고 있지 않은 경우도 36%에 달했다.

조사대상 노인이 가장 오래 살았던 곳은 중소도시나 대도시가 69%로 가장 많았고, 농어촌으로 31%였다. 가장 오래 종사한 직업은 농축산업이 35%로 가장 많았다. 월소득은 20만원 미만이 전체의 55%로 가장 많았으며, 전혀 없는 노인도 14%로 조사되었다.

#### (2) 치매와 우울증 유병률

치매의 경우 정상이 42.4%, 치매의심이 42.1%, 확정적 치매가 15.6%로 나타나 부천시 원미구 노인의 치매 유병률이 15.6%로 조사되었다. 우울정도는 정상이 68.4%, 경중 우울이 13.5%, 중등중 우울이 6.9%, 중증 우울이 11.2%였다.

#### (3) 치매와 우울증에 따른 식습관의 차이

치매에 따른 식습관의 차이를 살펴보면 전반적으로 정상노인에 비해 식습관이 더 나쁜 것으로 조사되었다. 아침식사의 경우 거의 대부분의 노인이 식사를 하는 것으로 나타났으나 치매의 경우 2.5%가 아침식사를 하지 않는다고 응답하였다. 또한 규칙적인 식사를 하는가에 대한 질문 역시 치매의 경우 25.1%가 그렇지 않다는 응답을 하였으며 치매예방에 도움이 된다는 생선이나 우유섭취횟수 역시 치매인 경우 거의 안한다고 응답한 노인이 16.1%, 59.2%로 조사되었다. 이는 정상노인의 9.6%, 40.6%에 비해 높은 비율이다.

우울정도에 따른 식습관의 차이도 치매와 비슷한 양상을 보였다. 주중우울을 지닌 노인의 경우 2.3%나 아침식사를 하지 않는다고 응답하였고, 규칙적인 식사 여부를 묻는 질문에서는 중증우울 노인의 경우 33.5%가 그렇지 않다는 응답을 하여 정상 노인의 11.6%보다 높은 비율을 보였다.

#### (4) 치매와 우울증에 영향을 미치는 식습관 인자

채소( $p<0.00$ )와 우유( $p<0.05$ )를 섭취하지 않는 사람이 섭취하는 사람에 비해 치매에 걸릴 확률이 높게 나타났고, 우울증 역시 채소( $p<0.00$ )를 거의 섭취하지 않는 사람이 그렇지 않은 사람에 비해 많이 발생한 것으로 조사되었다.

### 4. 고찰

전반적으로 치매나 우울정도가 심한 노인의 경우 식습관이 저조한 것으로 조사되었고, 일반적으로 치매나 우울에 영향을 미칠 것으로 예상한 생선, 육류의 섭취와는 유의한 차이를 보이지 않았다. 우울 등의 정신건강과 관련이 있어 보이는 무기질 섭취의 한 방법으로 채소의 섭취를 알아본 결과 치매와 우울에 영향을 미치는 요인으로 분석되었다.