

【 P1-30 】

암환자의 식생활과 건강보조식품의 복용실태 연구

구재욱, 이희정, 안명희
한국방송통신대학교 가정학과

Food habits and health supplementary food intake of cancer patients

Jaek-Koo, Heejeong-Lee, Myunghee-Ann
Korea National Open University

오늘날 동물성 식품과 간편한 패스트푸드의 소비가 늘고 있고 점차 식생활이 서구화되면서 비만·당뇨·순환계질환과 암 발생이 크게 증가하고 그 양상도 달라지고 있다. 특히 암은 사망원인 통계에서 제 2의 원인으로서 발생하는 암 종류도 달라지고 있다. 우리나라에서 많이 발생하던 위암·자궁암 등은 상대적으로 줄고 대장암·유방암·전립선암과 폐암 등의 발생률이 크게 증가하고 있다. 이미 식생활과 암의 발생과는 긴밀한 연관이 있다는 것은 밝혀진 것이 많고, 최근 우리나라의 식형태 변화가 이러한 암발생 변화와 밀접함을 나타내고 있다. 실제로 우리나라 암 환자를 대상으로 식생활을 조사하고 관련요인을 분석한 논문은 아주 희소하다.

본 연구는 암환자를 대상으로 식생활과 생활습관, 건강보조 식품 섭취 등 관련 요인을 조사 분석 코저 한다. 본 연구결과는 암의 예방과 암환자의 상담을 위한 기초자료로 제공될 것이다. 연구대상자는 암환자 80명(남자 35명, 여자 45명)으로 서울 Y병원과 일산C병원에 내원한 환자에게 설문조사하였다. 대상자의 연령대는 20대이하가 4명, 30대 3명, 40대 13명, 50대 25명, 60대이상 34명이고, 질병발생기간은 평균 0.95년이었으며, 대상자의 질병은 유방암 > 폐암 > 직장암 > 전립선암, 자궁암, 대장암 > 기타 순으로 나타났다. 체질량지수(BMI)는 거의 정상체중(65.8%)이었고 저체중은 20대가 높았으며, 과체중은 30대에서 높은 경향이 있었다($p < 0.05$). 질병 발생 기간은 유의하지는 않지만, 과체중의 대상자가 질병 발생 후 기간이 더 긴 것으로 나타났다. 암의 원인에 대한 견해로 스트레스 (36.2%), 식습관(27.5%), 환경요인(14.5%), 유전(7.2%)의 순으로 나타났다. 암치료의 종류는 52.6%가 항암치료와 방사선치료를 함께 받고 있었고, 식습관은 65%가 인스턴트식품은 먹지 않았고, 81.3%가 피자과 햄버거 또한 먹지 않았으며, 기름진 음식은 가끔이 먹는다는 사람이 62.5%, 자주 먹는다는 20.0%로 나타났다. 맵고 짠 음식의 선호도에서 “보통”이 52.5%이었고, “좋아한다”는 32.5%이었다. 담배는 61.3%가 피우지 않았고, 운동은 48.8%가 주1~5회로하고 있었다. 인스턴트식품과 연령대, 질병발생 연령에는 유의한 상관관계가 있었고($r = .420$, $r = .411$, $p < .001$), 건강보조식품을 섭취하는 비율은 33.3%이었고, 인삼가공식품과 버섯가공식품의 사용도가 가장 높았다. 직장암과 전립선암, 유방암, 자궁암, 대장암, 결장암, 고환암환자들이 인삼가공식품과 버섯가공식품의 사용도가 높았다. 대상자들은 건강보조식품을 이용하는 목적이 병의 악화를 예방하기 위해서 였고(46.7%), 효과에 대해선 “그저 그렇다” 44.1%, “건강이 좋아졌다”는 비율은 13.6%에 불과했다. 가족과 친지의 권유로 건강보조식품을 섭취하는 것으로(75.6%) 주로 선물(46.8%)로 받았고, 건강보조식품의 부작용에 대한 물음에 78.9%가 부작용이 “없다”라고 하였다. 건강보조식품의 이용은 암 발생기간과 맵고, 짠 음식에 대한 선호도에서 유의한

상관관계를 보였다($p < 0.01$). 암의 원인은 스트레스, 맵고 짠 음식의 선택과 식습관이 크게 작용하는 것으로 자각하고 있었다. 따라서 암을 예방하고 치료하기 위한 영양교육에서 스트레스 해소와 올바른 식습관과 기호도 변화 등과 건강보조식품의 남용을 방지하는 것 등의 교육이 필요하다.