

【O1-2】

우리나라 중년 남·여의 식이섭취패턴 분류와 각 식이섭취패턴별 일반환경, 영양섭취, 만성질병 발생 특성에 관한 연구

이지은<sup>\*1)</sup>, 정인경<sup>1)</sup>, 안윤진<sup>2)</sup>, 박찬<sup>2)</sup>, 이일하<sup>1)</sup>. 중앙대학교 가정교육과<sup>1)</sup>, 질병관리본부 유전체센터<sup>2)</sup>

Study on classification of dietary patterns of Korean adults and their relationships with socio-demographic factors, nutrition intakes, and risk of the chronic degenerative diseases

Ji Eun Lee<sup>\*1)</sup>, Inkyung Jung<sup>1)</sup>, Younjhin Ahn<sup>2)</sup>, Chan Park<sup>2)</sup>, Lilha Lee<sup>1)</sup>

Dept. of Home Economics Education, Chungang Univ.<sup>1)</sup>, NGRI, KCDC, Seoul, Korea<sup>2)</sup>

본 연구에서는 우리나라 중년 남·여의 식이섭취패턴별을 분류하여, 식이섭취패턴과 일반환경, 생활습관, 영양소 섭취 및 만성질병 발생 위험도와의 관계를 살펴보고자 2001년 5월부터 2003년 2월 까지 40세이상 중년 남·여(남 3,581명;50.8세, 여 3,742명;51.3세)를 대상으로 질병관리본부 국립보건연구원 유전체센터에서 한국인 유전체 역학연구를 통해 수집된 자료를 이용하여 분석하였다. 우선 103개의 식품목록을 34개의 식품군으로 재분류하여 요인분석을 실시한 결과 본 연구대상자들은 기본적으로 밥과 반찬으로 구성된 전통식 중심의 식사를 하고 있었으나, 전체 식사에서 어떤 식품을 더 많이 섭취하느냐에 따라 식이섭취패턴은 여자의 경우 4개 즉, meat-fish(고기류, 생선류, 어패류 등을 포함), rice-vegetable(밥류, 두부, 김치류, 된장, 젓갈류, 채소류, 장아찌 등을 포함), bread-dairy(빵류, 스넥류, 견과류, 가공어육류, 달걀, 우유 및 유제품 등을 포함), noodle(라면, 국수, 짜장면 등을 포함)로 분류되었다. 또한 남자는 meat-fish(고기류, 생선류, 가공어육류, 해조류 등을 포함), rice-vegetable(밥류, 감자/고구마, 두부, 김치류, 된장, 젓갈, 채소류, 장아찌, 해조류 등을 포함), noodle-bread(라면, 국수류, 짜장면, 빵류, 스넥류 등을 포함)로 분류되었다. 여자대상자에서 meat-fish 패턴은 개인별 요인점수와 교육수준, 월평균 가구소득 등과 양의 상관관계를, 연령, 탄수화물 섭취량과는 음의 상관관계를 나타내었으며, rice-vegetable 은 연령 등과는 양의 상관관계를, 교육수준 및 월평균가구소득, 지방섭취량과는 음의 상관관계를 나타내었다. 또한 bread-dairy은 meat-fish 패턴과 비슷한 양상을 나타내었고, noodle은 교육수준과는 양의 상관관계를 나타내었으나 연령 등과는 음의 상관관계를 나타내었다. 남자 대상자에서 meat-fish 패턴은 교육수준 및 월평균 가구소득 등과 양의 상관관계를, 연령, 흡연비율, 탄수화물 섭취량과는 음의 상관관계를 나타내었으며, rice-vegetable은 연령 등과는 양의 상관관계를, 교육수준 및 월평균 가구소득과는 음의 상관관계를 나타내었다. Noodle-bread는 교육수준 및 월평균가구소득과는 양의 상관관계를, 연령, 지방과 리보플라빈 섭취량을 제외한 나머지 영양소 섭취량과는 음의 상관관계를 나타내었다. 각 식이섭취패턴별 질병 발생 위험도는 여자대상자의 경우 meat-fish와 bread-dairy 각각 요인점수가 높을수록 복부비만과 고혈압 발생위험도가 낮아진 반면, rice-vegetable과 noodle은 복부비만 발생위험도가 높아졌다. 한편, 남자대상자에서 meat-fish는 비만, rice-vegetable은 고혈압, noodle-bread에서는 복부비만과 고콜레스테롤혈증의 발생 위험도가 높아졌다. 이상의 결과를 통해 각 식이섭취패턴에 따라 일반 환경, 생활습관, 영양소 섭취 및 만성질병 발생 위험도와의 관계성이 다르게 나타남을 알 수 있었다. 따라서 이러한 결과는 중년기 이후 남·여의 건강 유지 및 만성질병 예방을 위한 영양교육에 활용될 수 있을 것으로 사료된다.