

【O1-6】

쥐눈이콩 청국장 분말 섭취량에 따른 성인 혈중 지질 농도에 미치는 영향  
박소원\*<sup>1)</sup>, 김정선<sup>2)</sup>, 이상엽<sup>3)</sup>, 송영옥<sup>1)</sup>. 부산대학교 식품영양학과<sup>1)</sup>, 세명대학교  
한방식품영양학과<sup>2)</sup>, 부산대학교 가정의학과<sup>3)</sup>

**Does dependent effect of Chongkukjang powder on serum lipid concentrations.**

So-Won Park\*<sup>1)</sup>, Jeong-Seon Kim<sup>2)</sup>, Sang-Yeoup Lee<sup>3)</sup>, Yeong-Ok Song<sup>1)</sup>.  
Department of Food science and Nutrition, Pusan National University, Pusan, Korea<sup>1)</sup>,  
Food & Nutrition in Oriental Medicine, Semyung University, Chechon, Korea<sup>2)</sup>,  
Department of Family Medicine, Pusan National University, Pusan, Korea<sup>3)</sup>.

쥐눈이콩을 이용하여 청국장을 제조한 후 분말로 조제하여 건강한 성인에 섭취시켜 혈당 및 지질 수준에 미치는 영향을 조사 하였다. 각 실험군에게 하루 1 g, 4 g, 8 g 과 16 g의 쥐눈이콩 청국장 분말을 4주간 섭취하도록 하였다. 각 실험군의 체중, 체지방 및 BMI의 변화는 미미하였고 혈압은 4 g 섭취군에서 수축기 혈압과 이완기 혈압 모두 유의적( $p < 0.05$ )으로 감소하였다. 피험자의 1일 식이 섭취는 열량이 RDA의 92.38-95.19%, 단백질 섭취량이 123.61-165.74% 정도였으며 운동량은 37.18-39.44 Mets/week로 각 실험군간의 유의적인 차이는 없었다. 혈당은 쥐눈이콩 청국장 분말을 1 g 섭취한 실험군에서는 다소 증가 하였으나 정상범위에 속하고 4 g, 8 g과 16 g 섭취한 실험군에서 감소하였고 8 g 섭취군의 혈당 감소는 통계적으로 유의하였다( $p < 0.05$ ). 쥐눈이콩 청국장 분말 섭취 후 총 콜레스테롤은 각 실험군에서 감소하였고 중성지방은 4 g, 8 g과 16g 섭취군에서 감소하였으나 유의적인 차이는 없었다. HDL 콜레스테롤 농도는 16 g 섭취군에서는 증가하였고 LDL 콜레스테롤 농도는 각 실험군에서 감소하였으나 유의성은 없었다. LDL/ HDL-C은 1 g, 4 g과 16 g 섭취군에서는 감소하였고, 동맥 경화 지수는 16 g 섭취군에서 감소하였다. 쥐눈이콩 청국장 분말의 섭취는 혈당 및 총 콜레스테롤, 중성지방과 LDL-C의 수치를 낮추는 효과가 있었고 꾸준한 섭취는 동맥 경화 관련 지수의 감소에도 도움이 될 것으로 생각되어진다.