

都農間の 라면食餌와 健康상태의 關聯性에 關한 研究

원광대학교 한의과대학 신경정신과 교실,

김진원 · 류영수

1. 緒 論

韓醫學에서 氣血이란 精神活動의 基礎가 되는 物質로 氣血이 旺盛하면 精神의 神이 旺盛하고, 氣血이 衰하면 神이 困憊해진다¹³⁾ 하였다. 特히 血은 素問 八正神明論⁹⁾에 “血氣者 人之神”으로, 靈樞 平人絕穀篇¹⁾에 “血脈和則精神乃居...”라 하여 精神活動과의 密接한 關係를 말하였다.

한편 血의 生成은 靈樞 決氣篇¹⁾에 “中焦受氣 取汁變化而赤 是爲血”이라 하여 脾胃의 運化作用에 依한다 하였다. 또한 素問 六節藏象論⁹⁾에서는 “五味入口 藏於腸胃 味有所藏 以養五氣 氣和而生 津液相生 神乃自生”으로 脾胃와 精神(Mind)과의 有關性을 밝혔다.

最近 우리나라의 産業化와 工業化 추세는 都市模倣型的 食生活의 變化 卽 加工食品의 大量 流通의 結果를 가져오게 하였으며, 그 代表的인 食品이 라면이다. 라면은 밀가루, 食鹽 등의 原料들을 混合, 壓延, 切出, 蒸煉하여 高溫에서 豚脂, 혹은 牛脂에 튀겨 만든 卽席麵의 하나로서 우리나라 1인당 年間 소비량은 1987年 현재 9.9Kg으로 우리나라 밀가루 가공식품의 主流를 이루고 있다^{5,20)}. 이런 라면의 주소비층은 학생으로서 便易性이 큰 강점으로 꼽히고 있다¹⁹⁾. 라면의 品質은 加工業者의 立場에서는 밀가루의 品質 및 加工條件에 의하여, 消費者의 立場에서는 eating quality 에 의하여 좌우된다. 그러나 라면은 밀가루의 品質보다는 오히려 製造工程 특히 frying 工程이 품질에 크게 影響을 주는 것으로 알려져 있다³⁸⁾. 또한 라면이 含有하고 있는 多量의 油

脂成分이 生産과 流通過程에서 包裝狀態, 日光, 溫度 등 貯藏條件의 影響을 받으며 經過日數에 따라서 過酸化 物의 蓄積과 重合油 등에 의한 毒性, 消化率의 低下 및 體重變化 등이 問題視 되고 있다^{6-8,31)}.

라면의 主成分인 小麥은 味甘無毒하여 肥甘之類에 屬하고 라면을 튀기는 牛脂나 豚脂는 膏粱之味라 할 수 있으니 肥甘厚味를 多食함은 飲食傷을 일으킬 수 있다²¹⁾ 하였으며, 梁²³⁾ 등은 甘味는 적당량에서는 補脾胃하나 지나치게 過多攝取하면 오히려 害가 되어 心中 煩悶을 일으킬수 있음을 지적하였고, 趙²⁴⁾ 등은 肥甘厚味 飲食은 脾胃의 運化機能을 無力하게 하고 그 副産物인 濕痰으로 肥消와 精神科的인 病因으로 作用한다 하였다.

嗜好食品의 습관적인 攝取에 따른 Todai Health Index(以下 THI) 檢索을 통한 健康상태의 研究報告로, 韓¹⁰⁾은 우리나라에서 THI를 應用하여 coffee 攝取量에 따른 人格特性을 말하였고, 李²⁵⁾는 粉食食餌중 라면섭취가 THI에 關한 聯關性을 提示하였으며, 趙 등²⁹⁾은 一部 지역 노인의 食습관과 健康상태가 관련성이 있음을 보고하였다. 또한 金²⁶⁾은 都市와 農村地域의 知能差異가 地域간의 食生活와 有關함을 例示하였다.

이에 著者는 라면섭취를 嗜食하는 都市와 農村地域의 高等學生을 對象으로 THI檢索을 實施한바 地域差異와 健康상태의 關聯性에 關한 일정한 知見을 얻었기에 報告하는 바이다.

II. 研究對象 및 方法

1. 調査對象

調査對象은 光州市 北區 地域에 在學中인 男女高等學生 205名과 부안郡 부안邑과 진도郡 진도邑地域에 在學中인 男女高等學生 204名등 總409名을 무작위로 선정하여, 라면을 3日에 1個以下 攝取하고 2週에 1個以上 攝取한 學生(140명)들을 제외한 269명을 對象으로 하였다. 이들 集團에서 3日에 1個以上の 라면을 習慣으로 攝取하는 學生들을 라면攝取群이라 하고, 2週에 1個以下の 라면을 攝取하거나 攝取하지 않은 學生들을 非攝取群으로 하였다(Table I).

Table I. 調査對象의 分布

구 분	광주시지역		부안,진도군지역		합 계
	남학생	여학생	남학생	여학생	
섭취군	43	30	34	25	132(49%)
비섭취군	22	49	20	46	137(51%)
합 계	144(54%)		125(46%)		269명(100%)

2. 檢索方法

THI는 東京大에서 發行된 건강조사표(附錄1)로써 口腔과 肛門群, 消化器群등 4개의 身體群과 抑鬱性과 虛構性群등 8개의 精神群이 있다(Table2). 그리고 說問紙의 答은 “네”, 또는 “때때로”, “아니오”,로 構成되어졌으며, “네”의 應答을 檢證의 對象으로 採擇하였으며, SAS²⁶⁾ 통계 프로그램을 이용하여 T-test로 檢索하였다. 本 THI說問紙에는 라면의 攝取有無가 나타나 있지 않는 바, 後尾에 131번을 新設하여 答하게 하였다.

Table II. THI 健康調査表의 記號 및 項目과 問項數

記號	項 目	問項數
A	Complaint on respiratory organ(呼吸器)	10
B	Complaint on eye and skin(眼과 皮膚)	10
C	Complaint on digestive organ(消化器)	9
D	Complaint on mouth and evacuation(口腔과 肛門)	10
E	Nervousness(神經質)	7
F	Aggressiveness(積極性, 攻擊性)	8
G	Irregularity of daily life(生活의 不規則性)	11
H	Impulsiveness(衝動性 直情徑行性)	9
I	Many subjective symptoms(多愁訴)	16
J	Mental instability(情緒不安定)	14
K	Depressiveness(抑鬱性)	10
L	Lie scale(虛構性)	9
	其他 僞問項目	7
		계 130

III. 結 果

1. 라면의 攝取群과 非攝取群과의 THI 檢索 結果

Table III에서 살펴본 바와 같이, 攝取群이 非攝取群보다 12個尺度에서 높은 點數分布를 보였으며, 身體尺度群에서는 C-group의 消化器가 높은 平均値를 보였으며 유의성(P<0.05)을 나타냈다. 精神神經群에서는 J-group의 情緒不安定이 가장 높은 平均値를 나타냈으며 유의성(P<0.05)있는 結果를 보였다.

Table III. 攝取群과 非攝取群의 檢索 結果

Vari.N	섭취군(132명)		비섭취군(137명)		Prob> T
	Mean	S.D	Mean	S.D	
A	1.99	1.66	1.33	1.49	0.0007***
B	2.39	1.91	1.61	1.60	0.0004***
C	2.66	1.60	2.20	1.31	0.0124*
D	1.89	1.46	1.17	1.15	0.0001***
E	4.00	1.86	3.68	1.92	0.1859
F	2.16	1.39	1.69	1.23	0.0038**
G	3.38	2.31	2.05	1.74	0.0001***
H	4.43	1.89	3.85	1.96	0.0148*
I	5.39	3.25	4.13	3.14	0.0013**
J	5.89	2.86	5.16	2.73	0.0343*
K	3.06	2.28	2.55	2.30	0.0674
L	2.29	1.24	1.74	1.11	0.0001***
Total	41.3	18.0	32.4	15.2	0.0001***

S.D:standard deviation

*:P<0.05 **:P<0.01 ***:P<0.001

2. 라면攝取群의 都市地域과 農村地域 學生의 THI 檢索 結果

Table IV 에서와 같이 도시지역攝取群이 농촌지역攝取群에 비해 12個尺度에서 모두 높은 平均値를 보였으며, 특히 身體尺度群에서는 C-group의 消化器가 가장 높은 平均치와 함께 有意性(P<0.05)을 나타냈다. 精神神經尺度群에서는 I-group의 多愁訴와 G-group의 生活의 不規則이 농촌지역攝取群에 비해 높은 點數差를 보였으며 모두 有意性(P<0.05)이 있는 結果를 나타냈다.

Table IV. 라면攝取群중 都市地域과 시골地域 學生의 成績

Vari.N	도시지역(73명)		농촌지역(59명)		Prob> T
	Mean	S.D	Mean	S.D	
A	2.22	1.68	1.70	1.59	0.0707
B	2.54	1.87	2.19	1.95	0.2810
C	2.96	1.58	1.54	1.54	0.0133*
D	2.00	1.44	1.48	1.48	0.3218
E	4.15	1.56	2.17	2.17	0.2554
F	2.45	1.32	1.39	1.39	0.0064**
G	3.86	2.26	2.24	2.24	0.0068**
H	4.74	1.91	1.81	1.81	0.0373*
I	6.12	3.12	3.21	3.21	0.0038**
J	6.18	2.81	2.91	2.91	0.1943
K	3.21	2.28	2.28	2.28	0.4184
L	2.44	1.20	1.27	1.27	0.1415
Total	44.8	16.7	18.7	18.7	0.0118*

S.D:standard deviation

*:P<0.05 **:P<0.01 ***:P<0.001

3. 都市地域 라면攝取群의 男女學生間 THI 檢索 結果

Table V에서와 같이 도시지역의 라면攝取群에서는 女學生이 男學生보다 약간 높은 平均値를 나타냈다. 특히 I-group의 多愁訴가 가장 높은 點數를 보였으나 有意성은 없었다.

Table V. 都市地域 라면攝取群의 男學生과 女學生의 成績

Vari.N	남학생(43명)		여학생(30명)		Prob> T
	Mean	S.D	Mean	S.D	
A	2.09	1.54	2.40	1.89	0.4477
B	2.37	1.96	2.80	1.73	0.3399
C	3.02	1.71	2.87	1.41	0.6809
D	1.93	1.50	2.10	1.37	0.6244
E	4.21	1.52	4.07	1.64	0.7036
F	2.51	1.29	2.37	1.38	0.6484
G	3.81	2.31	3.93	2.21	0.8258
H	4.74	2.10	4.73	1.64	0.9812
I	5.53	3.09	6.97	3.01	0.0529
J	6.32	3.08	5.97	2.49	0.5955
K	2.84	2.00	3.73	2.57	0.0986
L	2.39	1.20	2.50	1.22	0.7170
Total	43.5	16.5	46.6	17.1	0.4448

S.D:standard deviation

*:P<0.05 **:p<0.01 ***:p<0.001

4. 農村地域 라면攝取群의 男女學生間 THI 檢索 結果

TableVI에서와 같이 농촌지역의 라면섭취군에서는 여학생의 平均値가 47.7로써 남학생의 29.0보다 월등히 높았으며, 특히 12개 THI尺度에서 모두 남학생에 비해 높게 나타났으며 L-Group의 虛構性을 제외한 전체 Group에서 有意성을 나타냈다.

Table VI. 農村地域 라면攝取群의 男學生과 女學生의 成績

Vari.N	남학생(34명)		여학생(25명)		Prob> T
	Mean	S.D	Mean	S.D	
A	1.26	1.31	2.28	1.77	0.0140*
B	1.62	1.72	2.96	2.00	0.0079**
C	1.79	1.12	2.92	1.80	0.0046*
D	1.38	0.92	2.24	1.92	0.0266*
E	3.18	2.19	4.60	1.87	0.0096**
F	1.23	1.07	2.56	1.42	0.0001***
G	1.62	1.23	4.36	2.36	0.0001***
H	3.44	1.73	4.88	1.61	0.0019**
I	3.62	2.83	5.68	3.37	0.0135*
J	4.56	2.48	6.84	2.98	0.0022**
K	2.12	1.85	3.92	2.43	0.0020**
L	2.00	1.18	2.28	1.40	0.4090
Total	29.0	11.8	47.7	20.1	0.0001***

S.D:standard deviation

*:p<0.05 **:P<0.01 ***:P<0.001

5. 男學生중 라면攝取群의 都農間 THI 檢索 結果

Table VII 에서와 같이 라면섭취군중 남학생의 도시와 농촌간 比較에서 도시지역 남학생의 平均値가 43.5로서 농촌지역 남학생의 平均値 29.0보다 현저히 높게 나타났으며, 또한 전체 12개 THI尺度에서 도시지역의 남학생이 농촌지역의 남학생보다 높게 나타났으며 D-Group의 口腔과 肛門, K-Group의 抑鬱性, L-Group의 虛構性을 제외한 Group에서 有意성을 나타냈다.

Table VII. 라면攝取群중 男學生의 都市와 農村的 成績

Vari.N	도시(43명)		농촌(34명)		Prob> T
	Mean	S.D	Mean	S.D	
A	2.09	1.54	1.26	1.31	0.0146*
B	2.37	1.96	1.62	1.72	0.0816
C	3.02	1.71	1.79	1.12	0.0003**
D	1.93	1.50	1.38	0.92	0.0529
E	4.21	1.52	3.18	2.19	0.0172*
F	2.51	1.30	1.23	1.07	0.0001***
G	3.81	2.31	1.62	1.23	0.0001***
H	4.74	2.10	3.44	1.73	0.0038**
I	5.53	3.09	3.62	2.83	0.0059**
J	6.32	3.08	4.56	2.48	0.0066**
K	2.84	2.00	2.12	1.85	0.1097
L	2.39	1.20	2.00	1.18	0.1520
Total	43.5	16.5	29.0	11.8	0.0001***

S.D:standard deviation

*:P<0.05 **P<0.01 ***:P<0.001

6. 女學生중 라면攝取群의 都農間 THI 檢索 結果

TableVIII에서와 같이 라면섭취군중 여학생의 도시과 농촌간 比較에 농촌지역의 여학생이 도시지역의 여학생보다 약간 높은 平均値를 나타냈으나, 유의성은 없었다.

Table VIII. 라면攝取群중 女學生의 都市와 農村的 成績

Vari.N	도시(30명)		농촌(25명)		Prob> T
	Mean	S.D	Mean	S.D	
A	2.40	1.89	2.28	1.77	0.81
B	2.80	1.73	2.96	2.0	0.7523
C	2.87	1.41	2.92	1.80	0.9024
D	2.10	1.37	2.24	1.92	0.7544
E	4.07	1.64	4.60	1.87	0.2648
F	2.37	1.45	2.56	1.42	0.6109
G	3.93	2.21	4.36	2.36	0.4926
H	4.73	1.64	4.88	1.61	0.7407
I	6.97	3.01	5.68	3.37	0.1412
J	5.97	2.43	6.84	2.98	0.2364
K	3.73	2.57	3.92	2.43	0.7846
L	2.50	1.22	2.28	1.40	0.5369
Total	46.6	17.1	47.7	21.0	0.8283

S.D:standard deviation

*:P<0.05 **P<0.01 ***:P<0.001

IV. 考 察

우리나라 食生活은 1970년대부터 경제성장과 더불어 傳統食에서 加工食品으로의 급격한 變化를 초래하였다. 즉 都市居住者가 섭취하는 전체 食品의 80%가 食생활의 편리와 간결성때문에, 밥과 반찬이 아닌 빵으로 만든 簡易食事 또는 과자,우유와 라면등의 包裝된 加工食品이다²⁹⁾. 또한 社會的 緊張이 증대되고 복잡한 現代社會에서 과다한 알콜섭취, 흡연 및 카페인 음료섭취가 증가하여, 各種 成人病上昇의 한 원인으로 알려져 있으며, 加工食品에 첨가된 많은 종류의 食品첨가물이 癌이나 高血壓과 관련이 있다는 研究 結果가 報告되고 있다²⁹⁾. 이러한 加工食品중에서 현재 우리나라 食생활에 대단히 중요한 위치를 차지하는 대표적 食品은 라면이며, 中高等學生이 主消費層을 이루고 있다^{6,19)}.

라면은 1963年 삼양식품에 의해 국내에서 처음 생

산되기 시작하여 1992년 추정 38억개로 전 세계 생산량의 25%를 차지하는 라면생산국이 되었다²⁰⁾. 라면은 밀가루를 主原料(전체 튀김면配合의 97.0%)로 하여 물,食鹽,油脂, 변성전분,면질개량제,수프소재등을 들 수 있다⁵⁾. 이 가운데 밀가루,사용油脂전부,변성전분 및 수프용 후추 등 라면 주원료 대부분을 輸入에 의존하고 있다²⁰⁾. 라면의 品質은 밀가루의 品質 및 加工條件에 의하여 좌우된다.우리나라의 경우 라면용 밀가루의 品質指標로서 蛋白質 含量은 9.5%정도,灰分含量은 0.55%以下가 要求되고 있다. 밀가루의 蛋白質 含量은 튀김과정 중 라면의 기름 吸收量에 영향을 주며 蛋白質含量이 증가할 수록 기름의 吸收量은 감소된다고 한다¹⁹⁾.

한편 加工된 라면은 다량의 油脂成分을 함유하고 있어 脂肪質 含量이 18%정도를 차지하고 있다. 이는 라면이 熱量을 공급하는 熱量源으로 또는 生體內에서 합성이 안되는 필수지방산 및 脂溶性 vitamin類의 供給源으로서 중요한 意義가 있다⁸⁾. 이와같은 라면의 肯定的인 效能이외에 주원료인 밀가루의 品質面外에도 油熱處理(frying) 過程에 의해 생산되므로 라면의 流通過程 중 부여되는 조건에 따라 油脂의 酸敗가 문제시 되고 있다²⁷⁾. 더우기 韓醫學的으로는 앞서 學論된 문제점외에 습관적인 라면의 嗜食이 더욱 중요한 病因으로 문제시 되고 있다.

한의학적으로 小麥은 微寒하고 少陰經,太陽經에 入하여 無毒으로 客熱을 除去하여 煩渴咽燥를 停止하고, 小便을 利하며 肝氣를 養하고 漏血,唾血을 止終하며 心氣를 養生하여 心病者의 宜食이라 하였고, 煎湯飲하면 暴淋을 治한다 하였고, 燒存性으로 油調하여 塗布하면 諸瘡과 湯火傷灼를 治한다 하였고, 오래된 麥은 煎湯하여 마시면 虛汗을 止한다 하였고⁴⁾. 또한 라면의 主原料인 밀가루와 油脂成分은 膏粱之味나 或 肥甘厚味로 分類 할수 있으며, 따라서 라면의 습관적인 多食은 肥甘厚味の 太過에 의한 飲食傷을 초래할 수 있다²¹⁾.

精神의 作用은 先天之精과 後天之精에 의하여 이루어지는 바, 특히 後天之精은 水穀之精이 化生하여 腎에 貯藏됨과 아울러 五臟六腑에 精과 氣,血,津液등으로 이루어져 사람이 태어난 후에 계속해서 成長,發育하고 精神的,肉體의 健康을 유지할 수 있는 것이다. 한편 張³⁾은 “氣不耗 歸精於腎而爲精 精不泄 歸精於肝而化清血

”이라 하여 精과 血은 同源으로서 精血之間에 相互轉化가 가능하므로 精이 化生하여 血이 될 수 있다 하였다³¹⁵⁾. 血은 또한 “神爲血氣之性”이라 하여 精神活動의 物質의 基礎가 되어 氣血이 充滿하면 精神狀態가 明哲해진다 하였다¹⁶⁾. 血의 生成은 「靈樞.決氣篇」¹⁾에 “中焦受氣 取汁變化而赤 是爲血”이라 하였으며, 「靈樞.癰疽篇」¹⁾에서는 “中焦出氣如露 上注谿谷而 滲孫脈 津液和調 變化而赤爲血”이라 하였으니, 血의 生成은 水穀의 精微로움과 營氣 및 精 등이 기초가 되어 脾胃의 臟器를 중심으로 하여 肺,心(脈),肝,腎臟 등의 機能과 作用을 통해서 完成되는 것이다^{16,17)}.

한편 脾胃는 精神과 밀접한 관계가 있으니 즉 脾胃는 水穀을 受納,運化하는 後天之本 氣血生化之源이며 血液을 統攝하는 臟器이다. 氣血이란 바로 精神 卽 神志活動의 基礎가 되는 物質로 氣血이 旺盛하면 精神의 神이 왕성하고,氣血이 衰하면 神이 困憊해진다. 만일 飲食不絶 등으로 脾胃가 損傷되면 脾虛失運하여 生化의 根源이 虧損되고 氣血이 虛하거나 혹은 升學機能이 無力해져 清陽한 氣가 위로 奉養치 못하므로 神이 滋養치 못하여 그 機能을 失常하게 되어 易驚善恐, 頭眩神疲, 神思恍惚, 健忘, 痲痺, 癱瘓, 飲食減少, 肢體困倦, 舌淡脈細 등의 症狀이 出現한다 하였다^{14,17)}.

따라서 라면과 같은 肥甘厚味の 習慣的인 多食은 韓醫學的인 病因으로 作用하여 脾胃損傷에 의한 다양한 病症을 惹起할 수 있을 것으로 思料된다.

실제로 荊¹³⁾은 精神疾患의 類型중 原因이 脾胃虛로 오는 경우는 不眠, 驚悸, 怔忡, 癲狂이고 胃不和로 오는 경우는 不眠이라 하였으며, 姜¹⁴⁾은 脾胃의 運化機能의 失調가 정신활동의 障礙를 惹起시킨다 하였다. 또한 李¹²⁾는 營養缺乏이 人格發達과 欲求狀態,氣分 및 일의 能率面에서 情緒에 큰 영향을 준다고 하였다.특히 崔²⁾는 라면의 流通過程上的 問題로 인해 過酸化物的 蓄積과 重合油등에 의한 消化率의 低下를 제기하였고, Andrews 등³⁷⁾은 라면의 酸敗등에 의해 생성되는 過酸化물이 生體內효소의 不活性化를 지적하였으며, 鄭¹⁷⁾은 라면만을 獨食시킨 실험 쥐의 顯著한 體重 增加率의 低下를 밝혔다. 또한 본 研究에 앞서 THI 검사법으로 李²⁵⁾는 라면섭취를 하는 고등학생을 對象으로 연구한 結果, 라면을 攝取하는 학생이 神經質및 情緒不安定등의 精

神科의 病因과 關聯性이 있음을 제시하였고, 이같은 이유는 라면의 習慣的 攝取가 脾胃機能의 失常에 의한 精氣血神의 生成에 나쁜 영향을 미침으로서 나타난 것이라 하였다.

以上을 미루어 보건대 肥甘厚味를 多食時 脾胃의 運化機能의 障礙를 招來하여 脾胃損傷에 起因된 精氣血神에 病理現象을 일으킬 것으로 推定되어진다. 따라서 肥甘厚味라 할수 있는 라면의 多食이 脾胃의 運化機能 및 人性特性에 일정한 연관성이 있을것으로 思料되며, 특히 우리사회 食生活構造의 急激한 變動에 따른 都市와 農村地域의 차이점을 각 지역의 男女高等學生을 對象으로 THI檢査를 實施하여 아래와 같은 結果를 얻게 되었다.

本 研究에서 THI調査上 전체 攝取群의 特徵을 살펴 보면, 12個 全體 尺度에서 攝取群이 非攝取群에 비해 높은 點數를 보였으며, 攝取群 各 尺度別로는 4個의 身體尺度群에서는 C-group의 消化器가 가장 높은 點數를 보였으며, 8個의 精神神經群에서는 J-group의 情緒不安定이 가장 높았고, G-group의 生活의 不規則이 非攝取群과 比較하여 가장 顯著한 點數差를 보였다 (Table III).

이같은 사실은 라면을 習慣的으로 攝取하는 학생이 라면을 거의 먹지 않는 학생보다 THI 健康尺度上에 精神的, 身體的으로 相對的인 불량함을 의미하는 것으로 思料된다. 이는 韓¹⁰⁾이 Coffee를 습관적으로 攝取하는 群이 非攝取群에 比하여 THI의 平均値가 높게 나타나는 調査와도 一致하며, 또한 李²⁵⁾가 라면을 習慣的으로 攝取하는 경우 脾胃機能의 失調를 誘發하여 精氣血神의 生成에 影響을 미치어 身體 및 情緒障礙 등의 人格特性에 變化가 있다는 것과 一致한다.

라면攝取群중 도시지역과 시골지역의 比較를 해보면, 도시지역이 시골지역에 비해 12개 척도군에서 전부 높게 분포되었으며, 특히 신체척도군에서 C-group의 消化器가 가장 많은 점수차를 보였으며, 정신신경척도群에서는 I-group의 多愁訴와 G-group의 生活의 不規則이 높은 점수차를 나타냈으며, 유의성(P<0.05)을 보였다 (Table IV).

以上의 사실은 THI건강척도상 라면을 習慣的으로 攝取하는 학생들중 도시지역 학생이 시골지역 학생에

比해 相對的으로 消化器疾患의 誘發 가능성과 함께 정신적인 고민과 불규칙한 生活의 단면을 보여주는 것으로 金²⁶⁾의 주장과 같이 都市模倣型的 食生活改善이 心身의 健康을 유지하는데 중요한 關鍵으로 사료된다.

도시지역 라면섭취군중 男女學生間의 比較에서는 여학생이 남학생보다 약간 높은 平均値를 나타냈으나, 유의성을 나타내지 않았다 (Table V).

농촌지역 라면섭취군중 男女學生間의 比較에서는 여학생이 남학생에 비해 현저히 높은 平均値를 보였으며, 특히 12개 THI尺度에서 모두 남학생에 비해 높은 분포를 나타냈다. 또한 L-group의 虛構性을 제외한 11개 THI尺度에서 유의성(P<0.001)을 보였다 (Table VI).

이는 라면을 주로 섭취하는 女學生이 男學生에 비해 身體的, 精神的 장애 가능성과 함께, 검사대상군의 여학생이 연령층으로 보아 思春期에 해당됨으로 인한 心身의 민감한 영향을 고려해야 할 것으로 생각된다.

라면섭취군중 남학생의 도시와 농촌의 比較에서는 도시지역의 남학생 라면섭취군이 시골지역의 남학생 라면섭취군보다 높은 平均値를 보였으며, 또한 전체 12개 THI 尺度상에서 도시지역 남학생이 농촌지역 남학생보다 높게 나타났으며 유의성(P<0.001)이 있음을 나타냈다 (Table VII).

이는 全體 라면섭취군의 都農間 比較 結果와 一致하며, 지역차이에 따른 非常食을 常食으로 하는 食生活文化의 영향이 중요한 요인으로 추정된다.

라면섭취군중 여학생의 도시와 농촌의 比較에서는 농촌지역 여학생이 도시지역보다 약간 높은 平均値를 보이나, 유의성은 없었다 (Table VIII).

이는 時代的 感覺이나 流行에 민감한 반응을 보이는 性的 特性이 食生活에도 影響을 미치어 男學生에 비해 女學生이 都市模倣性 生活를 더욱 추구한 結果로 여겨진다.

以上의 결과로 라면을 習慣的으로 多食하는 경우 라면을 常習的으로 攝取하지 않는 사람과 비교하여 身體的으로 脾胃機能의 失調와 함께 精神的으로 情緒不安定, 多愁訴 등의 人格特性을 나타내며, 더우기 地域의 差異나 性的인 特性에 影響을 받는 것으로 思料된다.

本 研究은 習慣的인 라면 攝取者의 身體健康 및 精神狀態의 反應과 地域의 特性과의 關聯性에 對한 研

究의 一部로서 단지 一過性的 한번 檢査만으로 그 集團의 全體의인 樣相이라 볼수 없는 것으로 本 研究의 結果를 七臺로 보다 細分化된 面에서 檢査를 實施해야 할것이며, 또한 다른 檢査法을 竝行해 綜合的으로 比較, 分析하는 研究가 이어져야 할 것으로 思料된다.

V. 結 論

本 著者는 라면의 習慣的인 攝取者의 身體 및 精神 活動과 地域的 特性과의 差異를 알아보기 위하여 도시와 농촌지역에 在學中인 男女高等學生들을 對象으로 하여 THI說問紙 調查를 實施한 結果 아래와 같은 結論을 얻었다.

1. 라면섭취군과 비섭취군의 THI 檢索 結果 섭취군의 평균치가 높게 나타났으며, 身體群에서는 C-Group의 消化器, 精神群에서는 J-Group의 情緒不安定이 가장 높았다.

2. 라면섭취군중 도시지역이 농촌지역보다 THI 평균치가 높게 나타났으며, 유의성(P<0.05)을 보였다.

3. 도시지역의 라면섭취군에서는 女學生이 男學生보다 높게 나타냈으나 유의성은 없었고, 농촌지역의 라면섭취군에서는 女學生이 男學生보다 높게 나타났으며, 유의성(P<0.001)을 보였다.

4. 男學生 라면섭취군에서는 도시지역이 농촌지역보다 높게 나타나며 유의성(P<0.001)을 보였고, 女學生 라면섭취군에서는 농촌지역이 도시지역보다 높게 나타났으나 유의성은 없었다.

以上の 結果를 綜合해 보면 라면을 習慣的으로 攝取하는 경우 脾胃機能의 失調를 誘發하여 心身活動상의 障礙 可能性을 認知할 수 있었으며, 특히 地域環境의 特性이나 性的인 差異에 따라 精神 및 身體活動과의 關聯性을 이해할 수 있었다. 이와 같은 結果를 바탕으로 向後에 보다 細分化된 面에서 研究가 進행되어야 할 것으로 思料된다.

參 考 文 獻

- 1) 楊維傑: 黃帝內經靈樞釋解, 台聯國風出版社, P.85, 271, 279, 611, 1977.
- 2) 楊維傑: 黃帝內經素問釋解, 台聯國風出版社, P.88, 1977.
- 3) 張璐: 張氏醫通, 上海, 科學技術出版社, P.209, 1990.
- 4) 李時珍: 本草綱目(下) 大臺北出版社, 22:11, 1984.
- 5) 朱鉉圭外 3人: 最新食品加工學, 裕林出版社, P.120, 121, 1987.
- 6) 崔弘植外 1人: 라면油脂의 安定性에 관한 연구, 韓國食品學會誌, 3:259, 1972.
- 7) 鄭鎬權外 3人: 몇가지 重要食品이 胃의 生理에 미치는 影響, 韓國食品科學 會誌, 3:151, 1971.
- 8) 張賢基外 1人: 油脂 含有 食品의 保存性에 관한 研究, 韓國食品科學會誌, 4: 18, 1972.
- 9) 徐銀美: Coffee와 MMPI와의 關聯性, 東醫神經精神科學會誌, 2:94, 1991.
- 10) 韓朋熙: Coffee와 健康調查表에 關한 研究, 원광대학교 대학원, 1992.
- 11) 崔弘植外 1人: 韓國食品科學會誌, 4:4, 1972.
- 12) 이근우外: 最新臨床精神醫學, 서울, 하나 의학사, P.163, 1988.
- 13) 邢完龍: 虛證이 簡易精神診斷檢査에 미치는 影響, 東醫神經精神科學會誌, 2:108, 1991.
- 14) 姜炯旭: 脾胃와 神志에 關한 文獻的 考察, 東醫神經精神科學會誌, 1:100, 1990.
- 15) 金完熙外 1人: 臟腑辨證論治, 서울 成輔社, P.57, 1985.
- 16) 정우열: 한방 병리학(각론), 전주, 삼진사, PP.36-38, 50, 1988
- 17) 梁東植: 脾胃機能系에 關한 文獻的 研究, 東西醫學, 5:946, 1980.
- 18) 김성근外 1人: 서울 지역의 라면 消費實態 調查, 한국식문화학회지, 4:395, 1989. 19) 김성근: 밀가루의 品質 特性과 라면의 品質, 한국식문화학회 秋季 심포지움, 1990.
- 20) 신재익: 麵類産業의 現況과 展望, 한국식문화학회 추계 심포지움, 1990
- 21) 최승훈: 內經病理學, 서울 통나무출판사, pp.174, 175,

1993.

- 22) 조성남, 이대희: Alcoholism 患者의 人格特性에 關한 研究(MMPI 를 중심으로), 신경정신의학, 23:452, 1984.
- 23) 梁東植, 金完熙: 甘味가 脾胃에 미치는 影響, 大韓醫學學會誌, 15:1, 1978.
- 24) 趙洪健, 金炳卓: 肥滿의 病因과 病機 및 治法에 關한 文獻的 考察, 大田大 韓醫學論文集, 1:2, 1992.
- 25) 李相根: 粉食食餌와 健康調査表檢査에 關한 聯關性 研究, 尙志大學校 大學院, 1994.
- 26) 金貞和, 柳熙英: 地域間 學力考査와 知能에 대한 比較研究, 東醫神經精神科學會誌, 1:81, 1990.
- 27) 이궁희: SAS統計活用, 크라운출판사, PP146-163, 1990.
- 28) 許泰錫, 金東勳: 라면, 비스킷, 및 쿠키속의 油脂成分의 安定性에 關한 研究, 한국식품학회지, 6:24, 1974.
- 29) 김숙희 외 6인: 營養學, 이화여자대학교 출판부, P408, 413, 459, 1989.
- 30) 조영숙, 임현숙: 일부지역 노인의 영양 및 건강상태에 關한 研究, 韓國營養學會誌, 19:315, 1986.
- 31) 三浦: 油化學 日本, 16:503, 1967.
- 32) 鈴木壓亮, 柳井晴夫, 青木繁伸: 新質問紙健康調査標 THI의 紹介, 醫學のあゆみ 99:217, 1976.
- 33) 鈴木壓亮, 柳井晴夫, 青木繁伸: 自由記入による心身の 訴えの量と質, 業醫學, 17:30, 1975.
- 34) 鈴木壓亮, 青木繁伸, 河正子, 柳井晴夫, 細木照敏: 質問紙調査標 THIによる神經 症, 分裂病などの 判別分析의 試み, 行動計量學, 6:28, 1979.
- 35) 鈴木壓亮, 青木繁伸, 草刈淳子: 코-넬 醫學指數と 東大式 健康調査標 THI의 關聯의 についての 基礎的檢討, 日本公衆衛生雜誌, 26:161, 1979.
- 36) 青木繁伸, 鈴木壓亮: 成人集團 における 喫煙, 飲酒 狀況 と 諸自覺症狀, 日本公衆 衛生雜誌, 23:295, 1976.
- 37) Andrews, J.S. and Mead, J.F.: Nutr, 70:199, 1960.
- 38) Moss, H.J.: Wheat flour quality requirements for noodle production in southeast Asia. Bread Research Institute of Australia, 1987.

=ABSTRACT=

A Study on the Interrelation between RAMYON DIET and Condition of Health in the Urban and Rural

Jin-Won Kim, Young-Su Lyu
Dept. of Oriental Neuropsychiatry
Wonkwang University

To find out the difference of local characteristics, body and mental activity of Ramyon's habitual eater, THI question which is object of students of high school in the city and country was carried.

The results are as follows:

1. In comparison of eating and non-eating group of both male and female syudents, the mean value of eating group was high and showed the significance($P < 0.001$).
2. The eating group of city showed the higher mean value than country and it showed the significance($P < 0.05$).
3. In the eating group of city; the female had higher mean value than the male and showed no significance.
In the eating group of country; the female had higher mean value than the male and showed significance($P < 0.001$).
4. In the eating group of male, the mean value of city was higher than country and showed significance($P < 0.001$).
In the eating group of female, the mean value of city was higher than country, but showed no significance.

As the results of the above, we know habitual eating of Ramyon give rise to spleen functional disorder, and consequently mental disorder resulting from spirit-blood's original impediment and the variety of character, such varieties were different

according to the characteristics of local and difference.

Therefore, we'll study more detail aspects from now on.