

연구논문

## 농업인의 식습관과 건강상태의 관련성 연구

이승교 · 장수정\* · 박양자\*  
수원대학교 생활과학대학 식품영양학과  
\*서울대학교 생활과학대학 식품영양학과

The farmers consciousness of Health status and food habits in Korea

Seung Gyo Rhie · Soo Jung Jang\* · Yaung Ja Park\*

Dept. of Food & Nutrition, College of Human Ecology, The Univ. of Suwon  
\*Dept. of Food & Nutrition, College of Human Ecology, Seoul National University

**ABSTRACT** : The purpose of this study was to compare the consciousness health status and food habit for farmers in Korea. Eight hundred persons were surveyed by rural leader of RDA, composed with 35.1 % of male and 64.9 % of female. Data collection includes height weight and blood pressure by measuring method and personal & family situation by interview for influential factor of health status and food habit. The questionnaire was included dietary habit of salt, sugar, dietary fiber and fat intake and other behavior questions related with diet. The subjects were composed 32.5% of elementary school graduated and 50 % of middle size farming. Of the all subjects, 54% were rice planted farming mainly and 19 were over 65 year-aged group. In the concept of disease prevalence, gender difference was exist, liver and heart complains were more frequency in male and waist pain and urinary complain in female, shoulder pain and nervousness were frequently prevalent to all group of farmers. The hypertension prevalence of farmers were 16% by measuring blood pressure, but consciousness of hypertension was very low(5%). The correlation of health status with personal factors were analysed, body weight, number of family, education level, and working level were significant with CMI score and Farmers' syndrome score. The food habit status was negatively correlated with weight and BMI, age was negatively correlated with CMI score and farmers' syndrome. The consciousness of health status and food habit score were significantly correlated with smoking and alcohol drinking. It concludes that good food habit contribute wellness of health. Nutrition education for better food habit would be helpful on health status.

### 서론

식습관은 후천적으로 형성되어 온 생활양식으로 집단의 구성원에 의해 공유, 문화적 사회적 환경을 포함한 경험의 총체로 보여지는 일련의 행동

으로 정신적 육체적 건강상태에 반영되는 것으로 보는데, 특히 다른 행동양식과 관련되어 식습관과 영양상태 및 건강상태는 밀접한 관계가 있으며 농민의 식습관이 건강상태에 영향을 미치리라고 본다. 농민에서의 국제화 세계화에 따른 영농관련의 심리적인 스트레스는 건강과 영양섭취에 영향을

\* 이 논문은 97년 보건복지부 연구비의 일부로 수행된 논문임.

미칠 것으로 보고 있으며, 건강상태파악에 식품의 섭취형태와 식습관 등 관련 요인을 분석하여 영양 및 건강상태향상에 대한 방안을 찾는 데 의의가 있다. 식품섭취와 관련된 식습관은 경제, 영양지식, 음주, 흡연, 운동, 규칙적 식사, 가족형태 등이 관계하며(김경아 심영현, 1995), 식습관이 바람직한 집단일수록 신장과 체중의 균형이 이상적이고 그렇지 못할수록 피로감 충동성 우울성의 호소가 높고 외식과 인스턴트식품의 섭취율이 높았다(김정현 등, 1992; 문수재 등, 1987). 또 식습관은 건강상태와 밀접한 관계가 있어 산업체 근로자에 대하여 그 관계를 연구한 보고에 따르면 건강 자각증상은 식습관이 나쁠수록 유의적으로 건강이 나쁜 자각증상을 가지며 식습관이 좋을수록 질병 보유율이 낮다고 하였다(김혜경, 1995).

합리적인 식생활을 영위하는 것은 주부의 식생활태도에 좌우된다고 보는데, 여기에 전통과 기호, 주부의 지식과 수입을 위한 활동 여부와 함께 의욕과 가치관이 영향을 크게 준다고 볼 수 있다. 그러나 농촌에서는 특히 농업인구 고령화와 주부화는 농촌지역의 가사노동과 농업노동의 이중적 부담으로 과중한 노동에 시달리고 있으므로 식생활관리에 어려움이 있다고 본다. 그와 함께 대도시 지역주부에 비해 백미과다섭취와 식염 등 잘못된 식습관으로 고혈압 신경통 만연 건강증진을 위한 합리적 영양관리가 필요하다고 하겠다. 박영주 등은(1995) 농촌에서 육가공품의 섭취와 인스턴트식품의 이용도가 낮으며 단백질식품은 달걀 두부 콩 제품에 불과 하였고 월 2회 정도 동물성식품을 먹는 경우가 85~95%로 대부분이었으며 농촌주부의 32~34%가 잘못된 정보를 가지고 있는(장현숙 권정숙, 1995) 등의 문제가 있어 우수한 식생활행동을 통한 건강향상에 대한 노력이 필요하다고 본다.

건강유지의 기본은 균형 잡힌 영양섭취이며 이는 우수한 식습관으로서 달성되는데, 영양섭취가 바로 체위나 혈액 내 지방과 상관이 있으며(이경애 등 1995) 고지혈증 관련 역학조사에서 보면 서양의 경우와 같이 혈액 내 지방성분과 식사내용이 밀접한 관련이 있고 체중과 BMI는 혈액 내 지방성

분과 양의 상관을 보이므로 식품의 균형섭취가 중요하다 보고 있었다. 현대인에서의 주요사망원인이 순환계질환으로, 고지혈증 고혈압 비만 흡연 인종 성별 등 위험요인으로 작용하는 것은 지금까지의 식습관 경향이 최근의 건강문제에 대한 변화와 일치하기 때문에 영양섭취와 관련된 식습관의 향상은 꼭 필요하다고 하겠다.

이로서 농촌지역의 시대적 변화에 맞추어 농민의 건강증진을 위한 방안을 형성하여야 하는 시기의 필요성이 대두되며 한국의 농민전체를 대상으로 한 식습관과 건강상태에 대한 전반적인 조사가 필요하다고 보여진다. 뿐만 아니라 농민의 다양한 가치관의 차이는 식생활 전반에 영향을 줄 것으로 보고 또한 영양섭취와 건강상태에 식생활 태도의 차이가 크게 영향을 미칠 것이다.

그러므로 본 연구에서는 농업인의 건강 관련 문제의 정도를 파악하고 식습관을 평가함으로써 새로운 농민의 영양 건강정책을 위한 자료로서의 가치와 농민의 건강관리 면에서 식생활의 변화를 통하여 이루어지는 건강향상의 방향을 제시하고자 한다.

## 연구방법

### 1. 대상자의 선발

농민의 영양관련 문제에 대한 설문지를 이용한 본 조사는 각종 자료의 수집과 함께 전국에 있는 생활지도사의 도움을 받아 도 단위에서 10지역을 선정하고 각 지역에서 10명씩 조사하였다. 조사 대상 농민은 경기에서 제주에 이르기까지 800명이 조사되었으며 전국을 골고루 대상으로 하였다. 그러나 조사항목 중에서 한 가지라도 빠진 자료는 제외하여 분석된 농민은 644명이었다.

### 2. 조사내용

농민의 영양과 관련된 식생활요인과 생활환경요인 및 건강요인을 모두 포함하였다. 건강상태에 관하여서는 CMI(Cornell Medical Index) 문항에서

25문항을 각 신체영역별로 선택하여 특정 신체부위에 대한 불편사항에 편중됨 없이 선택하였으며 농부증에 관한 문항(남태승, 1976)을 포함하여 질문하였으며 빈혈이나 소화계상태는 CMI문항에서의 25문항과는 따로 분리하여 이루어졌다. 또한 식습관은 체중, 소금·설탕·지방의 섭취에 대한 주의상태와 섭취식품의 다양성을 보았으며, 음주 흡연 운동을 건강관련 요인으로 포함하여 구성된 문항(문수재 등, 1995)으로 측정하였다. 신체상태로서 신장 체중과 혈압은 각 선발된 지역의 마을에 있는 건강관리실의 신장계와 체중계 및 혈압계를 이용하여 생활지도사가 직접 측정하도록 하였다. 혈압의 고혈압유무는 140/90mmHg이상으로 (Melvin R. L. et al. 1997) 구분하였다.

### 3. 자료의 분석

조사된 자료는 개인용 PC를 이용한 SAS통계를 이용하였으며 빈도는 경우에는  $\chi^2$  값으로 유의성을 검정하였으며 평균과 편차는 F값을 구하여 유의성 있는 차이를 비교하였다. 또한 요인별로 상관관계를 구하였는데 상관계수는 Correlation R값으로 표현하였고 유의성 있는 차이는  $\alpha$ 값으로 보아 그 수준을 나타내었다.

## 결과 및 고찰

### 1. 대상 농업인의 식생활 관련 생활환경 요인

농민의 식생활과 관련되는 요인으로서 생활환경 요인은 개인과 가족요인으로 나누어 보았다. 개인적 요인으로는 우선 연령과 성별 분포 및 교육 수준과 활동정도 및 생각하는 생활수준에 대하여 각기 분포를 표1에 제시하였다.

연령별 분포는 30대 미만이 2.3%이며 주된 연령층은 40대로서 36.8%가 해당되었고 노인으로서 볼 수 있는 60대 이상에서는 15.6% 100명이 분석되었다. 성별분포를 보면 남자가 35.1% 여자가 64.9%가 되어 남자보다 여자의 비율이 높았다.

교육수준은 대체로 초등학교 졸업수준이 가장 많은 분포이지만 중졸과 고졸도 높은 비율을 보여 아마도 젊은 층의 고학력추세를 반영하는 것으로 보였다. 또한 일을 거의 안하거나 집안일 약간 하는 정도는 8.3%에 불과하여 대부분 농사일을 적극적으로 하는 것으로 나타났다. 건강상태는 약하다고 한 사람도 25%나 되었으며 건강한 편으로 생각하는 경우도 34.6%이었다.

가족요인으로는 농업의 규모와 형태를 보았으며 생활수준별로 비교하였을 때 그 결과는 다음 표

〈 표 1 〉 조사대상자의 일반 사항

구 분		빈 도	(%)	구 분		빈 도	(%)
연령별	30미만	15	(2.3)	교육 정 도	문맹	27	(4.2)
	30대	157	(24.5)		문자해독	54	(8.4)
	40대	236	(36.8)		초등졸	209	(32.5)
	50대	133	(20.8)		중졸	188	(29.2)
	60대	84	(13.1)		고졸이상	166	(25.8)
	70이상	16	(2.5)	건 강 상 태	매우건강	18	(2.8)
성 별	남자	226	(35.1)		건강한편	205	(31.8)
	여자	418	(64.9)		보통	262	(40.7)
활 동 정 도	일 안함	10	(1.6)		약함	124	(19.3)
	집안일	43	(6.7)		건강 나쁨	35	(5.4)
	집안&농사	315	(48.9)	계	644	(100)	
	농사일 많이	276	(42.9)				

2와 같다. 영농규모는 연령대별로 차이가 있어 젊은 30대와 40대에서 대농의 비율이 높았고 60대 이상에서는 소농의 비율이 높음을 보였다. 영농형태도 젊은 층에서 시설원예나 축산 과수를 하지만 50대 이상에서는 주종목이 수도작이었으며 유의적인 차이를 볼 수 있었다. 이러한 면에 대하여 농업총조사(1995)에 나타난 결과 수도작 58% 축산 12% 시설원예 17% 과수 10% 기타 3%와 비교하면 대체로 2~5%수준에서만 차이가 있어 무응답에 해당하는 사람의 분포가 있음으로서 이러한 결과가 나타난 것으로 보이며 또한 영농규모는 중농이 반 이상이고 소농이 36%로서 적게 하는 사람이 많은 비중을 차지하였다.

자신이 생각하는 생활수준은 보통 이상으로 보는 경향이었으며 이는 농촌생활의 형태가 농가에서는 가족주의 71.6%가 경제활동인구이며 비농가는 59.4%로(보건사회부 1994) 거의 대부분 경제활동에 참여함으로서 노력한 만큼 산다고 생각하는 것으로 추정되며 비교집단을 이웃으로 하기 때문으로 보인다.

## 2. 농업인의 식습관과 건강에 대한 인지상태

식생활의 가치관은 식행동에 밀접한 영향을 준다고 볼 때 식행동은 영양섭취상태의 형성에 주요한 역할을 하며 이는 건강과 영양에 대한 관심에서 차이를 볼 수 있을 것이다. 식행동은 현재의 식습관을 형성하는데 작용한 것으로 보아 식습관 내용을 평가하는 방법으로서 여러 요인을 점수화하여 나타내어 비교하였다. 본 조사에서 식습관 점수는 현재의 식습관 상태에서 설탕과 소금 및 지방의 섭취와 섭취식품의 다양성을 보았는데 구분으로는 혈압상태와 교육수준, 생활수준과 농업규모, 영농형태에 따라 비교하였다. 그 결과는 다음 표 3과 같다. 식습관 점수는 전체 평균으로 볼 때 15.7점 / 24점이며 생활수준이나 영농 유형에 따라 유의적인 차이가 없었다. 최근의 영양사회 보급용 식습관표에 의한 점수는 65~70점/100점(윤은영 등 1998)을 보여 본 조사와 유사한 결과를 보인다고 볼 수 있었다. 식습관점수의 해당요인 중 설탕 소금의 섭취와 다양한 식품 섭취 및 기름진 식품의 섭취에 대하여

〈 표 2 〉 조사대상자의 영농규모와 영농형태에 따른 연령과 생활수준

구분	영농규모구분				영농형태구분							
	대농	중농	소농	$\chi^2$ -test	무응답	수도작	축산	시설원예	과수	기타	$\chi^2$ -test	
연령	30미만	1(0.2)	6(0.9)	8(1.3)	df=10 34.4***	0(0.0)	4(0.6)	0(0.0)	4(0.6)	3(0.5)	4(0.6)	df=25 89.8***
	30대	21(3.3)	89(13.9)	47(7.3)		3(0.5)	63(9.8)	26(4.1)	25(3.9)	17(2.7)	23(3.6)	
	40대	30(4.7)	139(21.7)	67(10.5)		6(0.9)	107(16.7)	25(3.9)	33(5.2)	28(4.4)	37(5.8)	
	50대	14(2.2)	68(10.6)	51(8.0)		3(0.5)	85(13.3)	12(1.9)	13(2.0)	11(1.7)	9(1.4)	
	60대	6(0.9)	32(5.0)	46(7.2)		1(0.2)	74(11.5)	1(0.2)	0(0.0)	5(0.8)	3(0.5)	
	70이상	1(0.2)	3(0.5)	12(1.9)		0(0.0)	14(2.2)	0(0.0)	1(0.2)	0(0.0)	1(0.2)	
생활수준	무응답	0(0.0)	1(0.2)	1(0.2)	df=10 180.***	0(0.0)	1(0.2)	1(0.2)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	df=25 29.9
	매우잘삼	21(3.3)	11(1.7)	3(0.5)		1(0.2)	15(2.3)	3(0.5)	7(1.1)	3(0.5)	6(0.9)	
	잘삼	25(3.9)	57(8.9)	11(1.7)		0(0.0)	42(6.5)	14(2.2)	14(2.2)	7(1.1)	16(2.5)	
	보통	26(4.0)	245(38.0)	156(24.2)		9(1.4)	240(37.3)	39(6.1)	50(7.8)	44(6.8)	45(7.0)	
	곤란	1(0.2)	20(3.1)	55(8.5)		3(0.5)	42(6.5)	7(1.1)	5(0.8)	8(1.2)	11(1.7)	
	궁핍	0(0.0)	4(0.6)	7(1.1)		0(0.0)	8(1.2)	0(0.0)	0(0.0)	3(0.5)	0(0.0)	
계	73(11.3)	338(52.5)	233(36.2)		13(2.0)	348(54.0)	64(7.5)	76(11.8)	65(10.1)	78(12.1)		

\*p < 0.05, \*\*p < 0.01, \*\*\*p < 0.001

농업인의 식습관과 건강상태의 관련성 연구

가장 바람직한 수준을 3점으로 점수화하여 비교한 결과 혈압에 위험이 있다고 생각하는 경우에 지방 식품의 섭취를 조심하는 것으로 나타났으며 교육 수준이나 영농규모 및 영농형태 간에는 유의적인 차이가 보이지 않았으나 생활수준에 따라서는 차이를 보였다. 특이한 점은 설탕과 다양한 식품의 섭취에서 보통으로 산다는 사람이 설탕을 덜 먹었

으며 잘 살거나 못사는 경우가 설탕을 더 먹은 것으로 나타났고 다양한 식품의 섭취에서는 잘 사는 편인 경우에서 더 다양한 식품을 섭취하였고 생활수준이 어려울수록 다양하게 먹지 못함을 보여주었다. 이러한 결과는 서울지역 주부에서의 식생활태도가 교육수준과 생활수준이 높을수록 우수하였으며 특히 짬뽕식과 단음식 및 동물성지방에 대한 기

< 표 3 > 개인과 가족요인에 따른 식습관 점수와 설탕과 소금 및 지방과 식품섭취의 다양성정도 비교

		식습관점수 (24점)	설탕주의성 (3=잘안먹음)	소금섭취주의 (3=잘안먹음)	식품섭취다양성 (3=다양함)	지방식품주의 (3=담배함)
혈 압	정상	15.6±2.6	2.2±0.7	1.8±0.7	1.3±0.9	1.8±1.0
	고혈압	15.2±3.0	2.2±0.8	2.0±0.8	1.4±0.9	1.7±1.0
	F-value	2.60	0.00	0.85	0.40	5.78*
학 력 수 준	문맹	15.0±2.8	2.1±0.9	1.7±0.8	1.0±0.8	2.2±1.0
	해독	15.1±2.9	2.3±0.7	1.7±0.9	1.1±0.9	1.9±1.0
	초등졸	15.8±2.5	2.1±0.8	1.8±0.8	1.2±0.8	2.0±1.0
	중졸	15.8±2.8	2.2±0.7	1.8±0.7	1.4±0.9	1.8±1.0
	고졸	15.2±2.6	2.2±0.6	1.9±0.7	1.4±0.9	1.6±1.0
	F-value	0.62	0.93	0.50	0.51	0.94
영 농	대농	15.9±2.9	2.3±0.7	1.7±0.9	1.5±1.0	1.8±1.0
	중농	15.6±2.6	2.1±0.7	1.9±0.7	1.3±0.9	1.8±1.0
	소농	15.3±2.7	2.2±0.8	1.8±0.8	1.1±0.8	1.9±1.0
	F-value	0.28	0.59	1.42	0.69	2.65
영 농 형 태	무응답	15.7±1.8	2.4±0.5	1.6±0.7	1.2±0.8	1.8±1.2
	수도작	15.4±2.6	2.2±0.7	1.8±0.7	1.3±0.9	1.9±1.0
	축산	15.4±2.5	2.1±0.7	1.9±0.7	1.2±0.8	1.6±1.0
	시설원예	16.1±2.8	2.1±0.7	1.8±0.8	1.4±0.9	1.8±1.0
	과수	15.7±2.6	2.0±0.8	1.8±0.8	1.1±0.7	1.7±0.9
	기타	15.5±3.1	2.1±0.8	1.7±0.8	1.5±1.0	1.8±1.1
	F-value	0.81	0.68	2.41*	0.93	0.35
생 활 수 준	무응답	16.5±0.7	3.0±0.0	1.5±0.7	3.0±0.0	2.5±0.7
	매우잘삼	16.0±2.5	2.3±0.9	1.8±0.7	1.2±1.0	2.0±1.0
	잘사는편	16.3±3.0	2.3±0.7	1.8±0.9	1.7±1.0	1.8±1.0
	보통	15.4±2.6	2.1±0.7	1.8±0.7	1.3±0.8	1.8±1.0
	근근히삼	15.4±2.8	2.2±0.7	1.9±0.7	1.0±0.7	1.9±1.1
	빈곤	14.1±1.9	2.3±0.5	1.7±1.0	0.7±0.5	1.6±1.0
	F-value	1.25	2.67*	0.64	6.43***	0.43

\*p < 0.05, \*\*p < 0.01, \*\*\*p < 0.001

피가 대졸이상과 잘사는 군에서 매우 유의성 있게 차이가 있어(오혜숙 등 1995) 본 결과에서의 생활 수준에 따른 차이와 일치하였다.

현재의 식습관 상태를 볼 때 지금까지의 식행동의 변화 여부를 알아보아 변화에 대하여 있다는 경우의 빈도를 다음 표 4에 나타내었다. 어떠한 형태든 간에 식습관 행동의 변화가 과거와 비교할 때 있다고 생각하는 사람들이 전체 84%를 차지하였으며 그 구체적인 내용을 보면 더 골고루 먹는 것으로 보이는 사람이 전체 47.8%였으며 다음은 양이 줄었고 잡곡을 먹는다고 하였다. 커피나 차를

마시는 빈도가 늘어난 경우도 25.6%나 되어 식생활이 기호식품을 추구하는 변화를 추정할 수 있으며 건강을 위한 변화를 시도하는 것으로 보였다.

농민의 식생활에 대한 전반적인 지식의 인지상태를 비교하기 위하여 식품과 영양에 대한 내용의 인지정도를 다음 표 5에 그 점수로서 제시하였다.

농민에게 자주 보이는 건강이상으로서 고혈압과 빈혈을 들 수 있는데, 이와 관련하여 철분이 풍부한 음식과 짠 음식에 대한 지식을 점수화하였다. 그 결과를 연령과 성별로 비교할 때 두 가지 모두에 대한 지식은 차이가 없었으나 전반적인 영양 지식의 점수는 60대 이상에서 보다 30대~50대에 유의적인 차이가 있게 나온 점수를 보였다. 이는 아마도 교육수준과 관련이 있음으로 보이며 연령이 증가할수록 건강에 대한 관심의 증가로 지식의 향상을 생각할 수 있음에도 이러한 경향은 아니고 지식이 낮은 수준을 보이고 있었으며 성별로 비교할 때 남성이 여성보다 영양지식상태가 낮음을 보임은 일반적으로 여성이 식생활을 이끌어 가는 점때문에 생각된다. 이는 짠음식의 섭취량을 비교한 결과에서도 연령 대와 성별로 차이를 보이지 않음을 보아 지식과 일치됨을 알 수 있었다.

흡연과 음주에 대하여 전혀 하지 않는 경우를

〈 표 4 〉 식행동의 변화내용

식습관 행동 변화내용	빈도(%)
식행동 변화 있다	541(84.0)
양이 줄었다	263(40.8)
싱겁게 먹는다	250(38.8)
골고루 먹는다	308(47.8)
설탕을 먹지 않는다	69(10.7)
잡곡을 먹는다	255(39.6)
커피, 차를 많이 마신다	165(25.6)
술, 담배를 끊었다	40(6.2)
기름진 음식을 덜 먹는다	211(32.8)

〈 표 5 〉 연령과 성별에 따른 영양지식과 음주, 흡연

		영양지식점수 (10점)	철분음식지식 (14점)	짠음식 지식 (12점)	흡연정도 (3점)	음주정도 (3점)
연 령 별	30미만	6.9±1.6	10.3±1.6	7.4±0.8	1.2±0.6	1.5±0.6
	30대	7.1±1.2	10.0±1.7	7.3±1.4	1.2±0.6	1.5±0.6
	40대	6.8±1.3	9.8±1.6	7.3±1.2	1.3±0.7	1.5±0.7
	50대	6.2±1.4	9.8±1.8	7.3±1.3	1.5±0.8	1.5±0.7
	60대	5.9±1.3	10.0±1.6	7.4±1.1	1.6±0.7	1.6±0.7
	70이상	6.0±1.3	9.6±1.4	7.4±1.5	1.6±0.7	1.6±0.8
	F-value	0.28**	0.50	0.34	0.56	1.79
성 별	남자	6.1±1.4	9.8±1.6	7.3±1.2	2.1±0.8	2.0±0.7
	여자	6.9±1.3	9.9±1.7	7.3±1.3	1.0±0.2	1.2±0.4
	F-value	10.87***	0.68	0.00	166.3***	68.6***
계		6.6±1.4	9.9±1.7	7.3±1.3	1.4±0.7	1.5±0.7

\*p < 0.05, \*\*p < 0.01, \*\*\*p < 0.001

3점으로 볼 때 음주가 더 많이 하는 정도로 보였으며 흡연은 적게 하는 편이었다. 그러나 연령대별로는 유의적인 차이가 없었고 성별에 따른 차이는 컸다. 많은 경우 음주와 흡연은 건강에 좋지 않은 영향을 주는 생활습관 또는 식생활행동으로서 자주 언급하고 있는데 이는 많은 건강상태와 연관되어 있음을 생각할 수 있다.

건강에 대한 관심은 나이가 들수록 높아지는데 실제로 질병에 대한 인지를 비교하여 보면 다음 표 6과 같다. 전체적으로 질병은 농촌에 대한 다른 연구(안길수 등 1996)와 비교할 때 많은 편이었으며 당뇨나 간질환 관절과 신경통의 유병율에서 모두 본 조사에서 높은 빈도를 보였다. 고혈압과 간질환 및 관절질환과 신경통은 연령대별로 차이가 있어 연령이 증가할수록 이러한 질환에 고통을 받는 비율이 높아짐을 알 수 있었다. 이는 농촌여성의 조사에서(노자경 등 1994) 특히 관절염과 신경통 고혈압 등 퇴행성질환과 골격관련 질환 등을 경험하는 비율이 높다고 한 것 같은 결과로 볼 수 있으며, 또한 성별로 차이가 있는 질환으로는 남성의 경우 간질환이 여성에서는 빈혈의 빈도가 성별간에 유의적인 차이를 보이고 다른 질병인자는 성별

차이는 보이지 않았다. 농촌주민의 만성퇴행성질환의 유병율에서 신경통과 관절염 고혈압의 순으로 많음(안길수 등 1996)은 본 연구결과와 요통과 어깨 결림의 빈도가 많음과 차이가 있었으나 이는 농부중에서 보이는 일반증상임을 고려할 때 다음 순서로서 신경통과 관절질환 및 빈혈이 차지하여 상위 2가지는 같은 순서였음을 보였다. 또한 최 등의 근골격계와 피하조직질환의 이환율이 15.2%에 불과한데 비하여 안 등(1996)은 12.8%이며 본 조사에서는 관절질환만으로 18%를 차지하여 전반적인 건강이 좋지 않음을 보이고 있었다.

또한 농업인의 신체와 혈압에 대하여 조사한 결과는 다음 표 7에 나타내었다. 먼저 체질량지수를 보면 평균 23.0으로 나타났고 이는 성별차이는 없었으나 연령대에 따라 차이가 있어 40대에서 가장 높은 체질량지수를 나타냈으며 70대 이후에서 가장 낮은 수치를 보였다. 혈압상태를 보면 이완기 혈압은 83mmHg정도로서 대체로 정상이었으며 연령이나 성별간 유의적인 차이가 없었다. 그러나 수축기혈압에서는 평균수치로서 124mmHg는 정상이라고 하는데 연령별로 볼 때 유의적인 차이가 있어 연령이 증가할수록 평균 혈압이 증가함을 보여주고 있으며 여성보다 남성에서 더 높은 혈압을 가지고 있었다. 이 혈압상태를 BMI값과 비교하여도 연령이 증가하여도 체질량지수의 상승은 보이지 않으므로 혈압상승은 단순히 연령증가에 따른 것이라 추측되어 진다. 이 결과는 조영숙 등(1991)의 노인층과 비교하여 볼 때 유사하였다. 고혈압으로 알고 있는 사람과 측정된 혈압을 비교하여 그 관련성을 보았는데, 측정고혈압의 분포는 16.1%임에 비하여 고혈압으로 알고 있는 사람은 5.4%에 불과하여 실제로 혈압상태는 고혈압을 보이면 서도 인지하지 못하는 경우가 많음을 알 수 있었다. 이러한 수치는 농촌의 고혈압 유병율에서도 차이를 보여 안길수 등(1996)은 전체농민의 4.4%라고 하였으나 최삼섭 등(1995)은 농촌 11.2% 도시 14.4%라 하는 것과 차이가 있으며 본 조사에서 실측에 의한 고혈압은 16.1%로서 매우 높음을 보여주었다. 성별구분에서 보면 인지된 고혈압에 대

< 표 6 > 농민의 질병에 대한 인지상태

신체이상	빈도 (%)		x <sup>2</sup> -test	
	없음	있음	성별	연령별
고혈압	609(95)	35( 5)	0.98	30.11***
당뇨병	627(97)	17( 3)	1.10	4.81
빈혈	574(89)	70(11)	26.94***	9.59
간질환	630(98)	14( 2)	20.96***	13.87*
신장질환	632(98)	12( 2)	0.55	blank
소변장애	626(97)	18( 3)	4.68*	2.86
심장질환	618(96)	26( 4)	8.93*	3.08
관절질환	531(82)	113(18)	6.40*	36.91***
신경통	506(79)	138(21)	4.40*	21.30***
보행장애	637(99)	7( 1)	0.19	2.45
호흡장애	628(98)	16( 3)	0.73	2.82
요통	491(76)	153(24)	24.84***	4.19
어깨 결림	407(63)	237(37)	18.57***	8.62

\*p < 0.05, \*\*p < 0.01, \*\*\*p < 0.001

〈 표 7 〉 대상농업인의 수축기 이완기 혈압과 이에 대한 고혈압여부의 측정치에 의한 방법과 인지된 고혈압의 분포

구 분	BMI (kg/m <sup>2</sup> )	SBP (mmHg)	DBP (mmHg)	측정혈압		인지혈압		
				정 상	고혈압	정 상	고혈압	
전 체	23.0±2.5	123.5±15.1	82.9±11.4	538(83.9)	103(16.1)	609(94.6)	35(5.4)	
연 령 별	30미만	22.1±2.1	119.9± 9.1	81.3± 8.0	14( 2.2)	1(0.2)	15( 2.3)	0(0.0)
	30~40	22.8±2.3	119.7±12.8	80.2±11.3	145(22.6)	12(1.9)	156(24.3)	1(0.2)
	40~50	23.6±2.5	123.0±14.6	83.4±12.3	203(31.7)	33(5.2)	223(34.8)	13(2.0)
	50~60	23.1±2.6	124.2±15.6	83.4±10.7	104(16.2)	29(4.5)	123(19.2)	10(1.6)
	60~70	22.3±2.9	129.0±17.3	85.1±10.7	62( 9.7)	22(3.4)	78(12.2)	6(0.9)
	70이상	21.4±2.6	135.9±20.1	87.1± 7.1	10( 1.6)	6(0.9)	11( 1.7)	5(0.8)
	F-value	4.20***	5.73***	1.38	25.082***		30.111***	
성 별	남자	22.9±2.4	126.3±15.0	85.1±10.3	176(27.3)	50(7.8)	211(32.8)	15(2.3)
	여자	23.1±2.6	121.9±15.0	81.7±11.8	365(56.7)	53(8.2)	396(61.8)	20(3.1)
	F-value	0.00	0.02	0.49	(9.738)	0.002	0.979)	

BMI : body mass index SBP : systolic blood pressure DBP : diastolic blood pressure  
\*p < 0.05, \*\*p < 0.01, \*\*\*p < 0.001

하여서는 성별간에 차이가 없었으나 측정 혈압으로 본 고혈압은 여성보다 남성에서 더 많은 경향을 보였다. 이로서 볼 때 남성에서는 혈압이 좀 높다고 생각하여도 이것이 고혈압이며 조심해야 한다는 생각이 부족하다고 볼 수 있었다.

농민의 건강에 대한 생각과 자신이 피곤하다고 느끼는지에 대한 조사결과는 다음 표 8과 같다. 피로에 대한 인지를 보면 그저 보통이라고 응답한 사람은 27%이며 피로를 자주 느끼는 경우는 43.5%로 나타났으며 여성에서 더 많았다. 건강상태에

〈 표 8 〉 피곤한 상태와 건강상태 및 몸의 불편상태의 분포빈도(%)

구 분	남	여	계	x <sup>2</sup> -test	
건강 상태	아주건강	14( 2.2)	4( 0.6)	18( 2.8)	22.9***
	건강한편	86(13.4)	119(18.5)	205(31.8)	
	보통	87(13.5)	175(27.2)	262(40.7)	
	약한편	30( 4.7)	94(14.6)	124(19.3)	
	나쁘다	9( 1.4)	26( 4.0)	35( 5.4)	
피곤 상태	늘 피곤	17( 2.6)	53( 8.2)	70(10.9)	22.9***
	자주피곤	58( 9.0)	152(32.6)	210(32.6)	
	보통	75(11.7)	103(16.0)	178(27.6)	
	잘 느끼지 않음	65(10.1)	106(16.5)	171(26.6)	
	거의 피곤하지 않음	11( 1.7)	4( 0.6)	15( 2.3)	
몸의 이상 수	없음	87(13.5)	76(11.8)	163(25.3)	847.4***
	1가지	96(14.9)	171(26.6)	267(41.5)	
	2가지	27( 4.1)	88(13.7)	115(17.9)	
	3가지	8( 1.2)	47( 7.3)	55( 8.5)	
	4가지	7( 1.1)	25( 3.9)	32( 5.0)	
	5가지	1( 0.2)	7( 1.1)	8( 1.2)	
	6이상	0( 0.0)	4( 0.7)	4( 0.7)	

\*p < 0.01, \*\*p < 0.001



대한 인지에서도 여성에서 건강치 못하다고 생각하는 사람이 많았으며 한 가지 이상이라도 몸의 불편한 점을 가지고 있지 않은 사람은 단지 25.3%에 불과하며 불편하거나 질병을 앓는 경우가 74.7%였다. 이는 노인에서 남자 78%와 여자 86%가 질병상태라는(조영숙 등 1991) 결과에서와 유사하여 농업인의 건강이 어려움을 알 수 있으며 이것도 남성보다 여성에서 더 많은 편이었다. 여성에서의 자각건강상태가 나쁜 경향은 다른 농촌연구에서

도 같은 경향(정영옥 등 1995)임을 보여주어 농업을 하는 경우 남성보다는 여성에서 많은 신체적인 부담을 주고 있음을 알 수 있었다.

많은 농업인에서 몸의 불편함을 느끼고 있다는 점에서 볼 때 실제로 농업과 질병 건강이 밀접한 관련이 있을 것으로 보여 영농규모와 영농형태별로 신체이상점수와 기타 질병관련 점수들을 다음 표 9에 제시하였다.

전체적으로 볼 때 농업인에서는 대체로 한 가지

< 표 9 > CMI점수 및 농부증 점수 기타 건강상태에 대한 점수

구 분		신체 이상 (14종)	CMI점수 (25점)	농부증 (8점)	정신건강 (6점)	빈 혈 (2점)	심혈관점수 (5점)
전 체		1.3±1.2	6.3±4.7	2.9±2.0	1.2±1.4	0.5±0.7	0.3±0.6
영 농 규 모	대농	1.4±1.2	5.5±4.6	2.7±2.2	1.0±1.2	0.5±0.7	0.3±0.6
	중농	1.3±1.2	5.7±4.5	2.7±2.0	1.1±1.4	0.4±0.6	0.3±0.5
	소농	1.4±1.3	7.5±4.5	3.4±2.0	1.4±1.5	0.5±0.7	0.3±0.6
	F-value	0.29	4.29*	3.34*	1.23	3.42*	.02
영 농 형 태	무응답	1.5±1.1	6.7±4.5	3.1±1.6	1.2±1.3	0.5±0.7	0.1±0.3
	수도작	1.3±1.2	6.7±4.9	3.1±2.1	1.2±1.5	0.5±0.7	0.3±0.5
	축산	1.3±1.2	5.9±4.6	2.9±2.0	1.2±1.3	0.4±0.6	0.3±0.6
	시설원예	1.1±0.9	5.1±4.4	2.4±2.0	0.9±1.4	0.3±0.6	0.2±0.5
	과수	1.3±1.4	6.2±4.5	2.7±1.8	1.4±1.5	0.5±0.7	0.3±0.6
	기타	1.6±1.4	6.2±4.4	3.0±2.0	1.2±1.4	0.5±0.6	0.4±0.7
	통 계	3.22**	0.87	0.95	1.84	1.15	0.61

\*p < 0.05, \*\*p < 0.01, \*\*\*p < 0.001

이상의 신체이상을 표현하고 있었다. 영농형태에 따라 시설원예와 같은 비교적 첨단시설이 이용되는 농업에서는 그 정도가 다른 농업형태보다 낮음을 보였다. 그러나 CMI점수나 농부증에서의 점수는 유의차를 볼 수 없었다. 농업인에서 보이는 농부증은 소농에서 높으며 이는 CMI점수에서도 소농에서 높아서 영농규모는 신체에 영향을 주는 것으로 보였다. 이는 노자경 등(1994)의 연구에서와 같이 농촌노인에서 신체적 건강이 정신적 건강보다 더 나쁘게 표현되고 있으며 특히 한 가지 이상의 질병을 가진 경우가 60%임을 말하여 본 결과와 유사하고 정신건강이나 심혈관에서는 차이가 거

의 없었다. 실제 현대사회에서 정신건강은 점차 그 중요도가 더해가고 있음에 대하여 농촌지역 노인이 도시지역노인보다 정신건강의 어려움을 보여(민경화 등, 1995) 주므로 농업인의 건강상태에 대하여 이 분야의 연구가 있어야 할 것으로 보인다. 농부증의 발현정도에서 농부증의 양성율이 비닐하우스 재배농민에서 42~49%로서 매우 높은 상태이며 특히 농약살포 후 이상을 경험하는 것으로 나타나(박정환 등, 1993) 본 조사에서의 농업형태로서 시설원예에서 비교적 적은 수치를 보인 것과 대조적이나 본 조사시기가 11월임을 감안하면 농약살포 등은 하지 않았던 시기로 생각할 수 있

다. 그러나 이에 대한 지속적인 연구가 요구되며 신체적 건강과 함께 정신건강에 대한 새로운 시각으로 건강향상방향을 설정하여야 할 것으로 볼 수 있다.

### 3. 농민의 생활환경요인과 식습관 및 건강 상태와의 상관관계

건강습관은 신체적 정신적 건강과 밀접한 관련(이정애 등 1993)을 보이는데 여기에는 규칙적인 식사와 아침 먹기, 간식 앓기, 균형식 등의 식생활 습관과 함께 신체운동과 음주, 흡연 및 스트레스 등의 요인이 포함된다. 전체적인 농업인의 식생활 환경요인에 대하여 서로 간에 상관관계를 가지고 있는지 알아보기 위하여 상관계수를 구하였다. 다음 표9와 같이 개인적 요인으로서 신장과 체중은 피로함이나 몸의 불편함을 호소하는 경우와 음의 상관관계가 있어 체격이 클수록 활동정도도 많으면서 질병과는 음의 상관관계를 보여 이는 더 활발히 일에 열중하여 건강함을 보여주는데 이를 체질량지수로 볼 때 관련 정도가 줄었다. 가족 수와 교육수준 및 활동정도는 CMI점수와 농부중 상태와 음의 상관관계를 보여 가족수가 많을수록 건강할 확률이 높음으

로 말할 수 있었으며 영농규모와 영농횟수와는 양의 상관관계를 보여 오랫동안 농업에 종사하거나 소농에 가까울수록 질병 확률이 높다고 할 정도의 상관관계가 있었다. 또한 연령이 적을수록 가족수가 많을수록 교육수준이 높을수록 영양지식상태는 우수하였고 식습관 점수는 체중과 활동상태와 양의 상관관계를 보여 식습관이 우수할수록 더 적극적으로 농업노동과 가사노동에 활동하는 것으로 추정되었다. 그러나 연령과 상관관계를 볼 때 나이가 많아질수록 CMI점수와 농부중 점수와 높은 양의 상관관계를 보여서 연령에 따른 요인을 고려할 수 있으며 흡연과도 양의 상관관계를 보이므로 다른 요인도 기여할 것으로 본다. 서울시내 주부를 대상으로 보았을 때(유희정 등, 1990) 식습관은 교육, 수입, 식생활비와 유의적인 차이가 있었다는 결과와 본 조사의 생활수준과 상관관계가 있다는 내용과 일치하였다. 식행동 요인을 비교 분석한(김정현 등, 1992) 내용에서 볼 때 개인의 식행동을 결정하는 형성요인으로 먼저 사회인구학적 변인과 개인의 신체적, 정신적, 지역적, 경제적, 문화 종교적, 가족구성원 특히 부모 교육수준의 영향, 대중매체의 효과 등을 지적하고 있다. 농업에서도 그 유형보다는 소득의 증가와

< 표 10 > 농민의 개인별 신체상태와 식생활환경요인에 대하여 신체이상과 식습관 관련 수치간의 상관관계

구분		신체이상상태정도						음주, 흡연, 식습관			영양지식영역			
		질병수	CMI	농부중	정신건강	빈혈	소화기	심혈관	담배	술	식습관 점수	편음식	철분음식	일반
개인 요인	Height	-0.19****	-0.26****	-0.23****	-0.20****	-0.21****	-0.18****	-0.14****	0.51****	0.40****	-0.03	0.04	-0.003	-0.11***
	weight	-0.12****	-0.24****	-0.20****	-0.22****	-0.19****	-0.18****	-0.14****	0.28****	0.31****	-0.15****	-0.03	0.004	-0.07
	Age	0.09*	0.19****	0.19****	0.06	0.06	0.05	0.08*	0.21****	0.07	-0.08*	0.01	0.004	-0.29****
	BMI	0.02	-0.08*	-0.04	-0.09*	-0.08*	-0.08*	-0.04	-0.06	0.06	-0.17****	-0.06	0.006	0.003
	교육정도	-0.17****	-0.37****	-0.33****	-0.21****	-0.23****	-0.18****	-0.18****	0.11***	0.15****	-0.00	-0.007	0.02	0.15****
	활동정도	-0.10****	-0.16****	-0.17****	-0.13****	-0.13****	-0.10*	-0.10**	0.22****	0.18****	20.14****	-0.001	-0.03	-0.04
	영농해수	0.5	0.17****	0.15****	0.05	0.04	0.02	0.08	0.17****	0.05	-0.02	-0.003	-0.009	-0.28****
가족 요인	영농규모	0.04	0.17****	0.13****	0.10**	0.06	0.08*	0.02	-0.03	-0.02	-0.07	0.009	0.007	-0.10*
	가족수	-0.009	-0.09**	-0.10**	-0.04	-0.01	0.03	-0.02	-0.11***	-0.04	0.08*	-0.003	-0.01	0.16****
	생활수준	0.12****	0.16****	0.12****	0.14****	0.09*	0.09*	0.08*	0.03	0.02	-0.12****	-0.01	-0.09*	-0.11**
인지 건강	피로함	-0.25****	-0.44****	-0.40****	-0.26****	-0.17****	-0.27****	-0.23****	0.06	0.09*	0.05	0.08*	0.11**	-0.002
	건강상태	0.36****	0.53****	0.49****	0.32****	0.28****	0.31****	0.28****	-0.08*	-0.15****	-0.07	-0.005	-0.12****	-0.05

\*\*\*\*  $\alpha < 0.001$  \*\*\*  $\alpha < 0.005$  \*\*  $\alpha < 0.01$  \*  $\alpha < 0.05$

더 밀접한 관련이 있을 것이며 식품의 가치와, 생활, 경제, 문화와 함께 생리적 욕구, 안전욕구, 건강향상 욕구, 즐길 욕구 변화는 결국 식행동의 가치관에 대한 차이를 가져오며, 도시와 농촌간의 차이는 볼 수 없는 상태로 변화하므로 다양한 식품 섭취의 중요성이나 균형섭취가 중요하며 체중과 BMI가

정상범위라도 혈액내 지방성분과 양의 상관관계가 관찰되기 때문에 식사의 영양소 급원별로 분석할 필요가 있다고 하였다(장현숙 등 1995).

영양지식과 식습관이 질병상태에 영향을 주는 지 알아보기 위하여 두 가지 요인을 함께 상관관계를 내어 다음 표 11에 제시하였다.

〈 표 11 〉 농업인의 신체이상상태와 식습관 및 영양지식상태와의 상관관계

구분	신체이상상태의 정도							음주, 흡연, 식습관			영양지식		
	질병수	CMI	농부중	정신건강	빈혈	소화기	심혈관	담배	술	식습관 점수	짬음식	철분음식	일반지식
질병수	1.0	0.48****	0.41****	0.28****	0.28****	0.23****	0.29****	-0.17****	-0.13****	-0.07	-0.03	-0.03	-0.003
CMI		1.0	0.86****	0.73****	0.52****	0.52****	0.58****	-0.13****	-0.15****	-0.04	-0.06	-0.11***	-0.06
농부중			1.0	0.54****	0.48****	0.44****	0.47****	-0.15****	-0.18****	-0.03	-0.06	-0.08*	-0.06
정신상태				1.0	0.33****	0.40****	0.46****	-0.14****	-0.14****	0.02	-0.04	-0.08*	-0.05
빈혈					1.0	0.29****	0.31****	-0.17****	-0.16****	-0.02	-0.02	0.005	0.02
소화기						1.0	0.31****	-0.13****	-0.12****	-0.04	-0.06	-0.06	0.03
심혈관							1.0	-0.08*	-0.12****	-0.002	0.003	0.05	-0.03
담배								1.0	0.53****	-0.17****	-0.03	-0.02	-0.31****
술									1.0	-0.33****	-0.04	-0.05	-0.25****
식습관점수										1.0	0.05	-0.01	0.12****
짬음식지식											1.0	0.15****	0.06
철분음식지식												1.0	-0.01
일반영양지식													1.0

\*\*\*\*  $\alpha < 0.001$  \*\*\*  $\alpha < 0.005$  \*\*  $\alpha < 0.01$  \*  $\alpha < 0.05$

본 결과에서 보면 정신건강은 몸의 이상 수나 CMI 및 농부중 등 질환과 상당한 상관을 보이고 있는데 비하여 술과 담배는 음의 상관을 보여 몸이 좋지 않다고 생각할 때 술과 담배를 절제하는 것으로 나타났다. CMI점수와 농부중 및 정신건강은 철분음식의 인지와 음의 상관을 보여 철분음식 지식이 많을수록 건강상태는 좋다고 할 수 있었으나 빈혈점수와는 상관을 보이지 않았으며 짬음식에 대한 지식이나 일반영양지식은 건강 상태와는 무관하였다. 건강에 대한 관심이 신체건강보다 정신건강이 식행동에 유의적인 경향을 보이며 정신건강이 좋은 비우울 집단이 식행동 점수가 우수하다(김정현 등 1993)는 결과와 비교할 때 상당부분 타

당한 결론을 이끌 수 있었다. 특히 정신건강은 현대사회에서 발병빈도가 증가하며 생활전반에 영향을 미쳐서 식생활을 지배하며 식사의 섭취에도 거식증이나 식욕상실 등의 변화를 초래하는데 그 경향은 여성에서 더 높다고 하였으나(김정현 등 1993) 본 연구에서 식습관 점수와는 상관 관계를 보이지 않았다.

### 결론

농업인의 식습관과 건강상태를 비교하고 그 관련성을 알아보기 위하여 전국의 농업인 800명을 선택하여 조사하였으며 요인에 따른 분석을 시도

하였다. 전국적으로 각도에서 10지역을 각 지역에서 10명씩을 생활지도사를 통하여 조사하였으며 한가지라도 빠진 자료를 제외하여 분석된 자료는 644명이었다.

조사대상자의 일반사항으로서 성별로 볼 때 남성 35.1%이며 연령별로는 40대가 가장 많은 비율이었으며 교육수준은 초등졸 32.5% 중졸 29.2% 고졸 이상이 25% 해당되었다. 건강상태는 보통으로 생각하였으며 대부분 농사일에 종사하였다. 영농규모로 보면 중농이 50%이나 소농이 36%로서 중소농으로 볼 수 있었으며 영농형태는 전통적인 수도작이 54%에 해당되었다.

조사대상자의 식습관과 건강에 대한 인지상태를 비교하여 보면 영양지식정도는 6.6/10점 정도이며 철분음식에 대한 인지는 9.9/14, 짬음식 7.3/12점으로서 반이상은 알고 있었다. 흡연과 음주는 고연령층으로 갈수록 많았으며 식습관점수는 15.6/24점이며 연령별 성별 차이가 비교적 적었다. 건강상태는 어깨 결림이나 요통 신경통 관절질환은 자주 호소하는 질환이며 남성은 고혈압 간질환 관절 신경통의 호소가 많았으며 여성에서는 요통 소변 심혈관 및 빈혈이상을 말하고 있었다.

측정된 혈압으로 고혈압을 구분할 때 16%가 고혈압이었으나 고혈압으로 알고 있는 사람은 5%에 불과하였다. 전체적인 건강상태를 볼 때 보통정도(40.7%)이며 몸에 한가지라도 불편함을 말하지 않는 사람은 25.3%에 불과하였다. 몸의 이상을 호소하는 수는 평균 1.3/13이며 CMI도 6.3/25점을 보였다.

가족 수와 교육정도 활동정도는 CMI점수와 농부증 상태와 음의 상관관계를 보여 가족수가 많을수록 건강할 확률이 높음으로 알 수 있었다. 영농규모와 영농횟수와는 양의 상관관계를 보였다. 또한 연령이 적을수록 가족수가 많을수록 교육수준이 높을수록 영양지식상태는 우수하였고 식습관점수는 체중과 BMI와 음의 상관관계를 보여 식습관 점수가 좋으면 체중에서 우수한 상태를 유지하였다. 그러나 연령과 상관관계를 볼 때 나이가 많아질수록 CMI나 농부증의 발현이 높음을 보여 건강은 악

화된다고 볼 수 있었다. 음주와 흡연은 건강과 식습관에 좋지 않은 영향을 미침을 말할 수 있었다.

그러므로 본 결과에서 보는 바와 같이 농업인의 건강은 식습관과 일부 관련이 있음을 보여 우수한 식습관의 유지와 개선 방안에 대하여 더 많은 연구로서 농업인의 농업노동으로 오는 신체이상과 식생활로서 야기되는 건강을 향상시키는 방안이 더 모색되어야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 김경아·심영현, 1995, 식행동과 신체발달 인지능력 및 과잉행동간의 관련성에 관한 연구, 한국식생활문화학회지, 10(4) : 255-268.
- 김정현·이민준·양일선·문수재, 1992, 한국인의 식행동에 영향을 주는 요인 분석, 한국식생활문화학회지 7(1) : 1-8.
- 김정현·이민준·문수재·신승철·김만권, 1993, 한국인 우울상태에 따른 식행동 영양섭취상태 및 생활습성에 관한 생태학적 분석, 한국영양학회지 26(9) : 1129-1137.
- 김혜경, 1995, 산업체 근로자의 식습관과 영양상태에 관한 연구, 한국식생활문화학회지, 10(2) : 119-123.
- 남택승, 1976, 농부증에 대하여, 한국농촌의학회지, 1(1) : 43-46.
- 노자경·한경혜·최은숙, 1994, 농촌여성노인의 건강 및 의로서비스 이용실태 - 경기도 노인 시범마을을 중심으로 -, 한국농촌생활과학회지, 5(2) : 171-184.
- 농림부, 1995, 농업총조사.
- 민경화·김상순, 1995, 농촌과 도시지역 노인의 가족지지와 정신건강에 관한 비교, 한국농촌의학회지, 20(2) : 175-185.
- 문수재·이명희, 1987, 어린이의 식생활태도가 영양상태 및 성격에 미치는 영향에 관한 연구, 한국영양학회지, 20(4) : 258-291.
- 문수재·이명희·이영미·조성숙·이민준·이승미, 1995, 영양교육, pp198-202. 효일문화사

- 서울.
- 박영주·박양자·이연숙, 1995, 경기도 농촌 지역 주부의 식습관 및 건강상태 실태조사, 한국농촌과학회지, 6(2) : 99-108.
- 박정환·양재호·이주영, 1993, 비닐하우스 재배농민과 일반 농민의 신체증상 호소율 조사, 한국농촌의학회 학술대회초록, : 199-200.
- 보건사회부, 1994, 보건사회통계연보, p262. 안길수 천병렬 예민해, 1996, 농촌지역 주민의 만성퇴행성질환 유병율 및 이용 의료기관, 한국농촌의학회지, 21(1) : 209-220.
- 오혜숙·윤교희, 1995, 서울지역 주부들의 건강과 관련된 식생활의식구조, 한국식생활문화학회지, 10(3) : 185-200.
- 유희정·송경희, 1990, 서울 시내 주부들의 영양지식과 태도 및 식생활실태에 관한 조사 연구, 대한가정학회지, 28(2) : 47-55.
- 윤은영·여인섭 신은미, 1998, 식생활 습관이 인체의 혈액성상 및 건강상태에 미치는 영향, 대한영양사회 학술지, 4(1) : 20-29.
- 이경애·김우경·김숙희, 1995, 성인의 영양소 섭취 상태 및 체위와 혈액내 지방수준과의 상관관계에 관한 연구, 대한 가정학회지, 33(6) : 89-97.
- 이정애·이윤지, 1993, 일부 대학생들에 있어서 생활습관과 신체 및 정신건강도와의 관련성, 한국농촌의학회지, 18(2) : 173-183.
- 장현숙·권정숙, 1995, 경상북도 도시 및 농촌 거주 주부의 영양지식 식습관 식품기호도 및 영양소섭취실태에 관한 조사연구, 한국영양식량학회지, 24(5) : 676-683.
- 정영옥·김상순, 1995, 일부농촌주민의 건강증진 생활양식 수행정도, 한국농촌의학회지, 20(2) : 133-148.
- 조영숙·임현숙, 1989, 일부지역 노인의 영양 및 건강상태에 관한 연구, 한국영양학회지, 19(5) : 315-322.
- 조영숙·임현숙, 1991, 중소 도시지역 노인의 식습관 및 건강상태에 관한 연구, 한국영양식량학회지, 20(4) : 346-353.
- 최삼섭·위자형·이선희, 1995, 농촌주민의 성인성 질병실태와 보건지도, 한국농촌의학회지, 20(2) : 111-120.
- Melvin R. L. Michael D. Johnson Gary M. Malvin, 1997, Concept of human Physiology, p232 Addison Wesley Longman NY.