

음주문화 정착·연령별 프로그램 개발 시급

**음** 주로 인한 개인적·사회적 피해를 감소시키기 위해서는 올바른 음주문화 정착과 함께 연령별 절주 프로그램 개발 등 사회 구성원의 문제 인식 속에 정책적 실행 방안이 선행되어야 한다는 주장이 제기되었다.

대한보건협회 주최로 열린 제 24회 보건학 종합학술대회에 참가한 토론회자들은 '절주 사업의 실제' 주제 발표를 통해 이같은 문제점을 지적하고 우리 사회 음주 문화의 발전적 방향을 모색하기 위한 심도 깊은 논의를 벌였다. 보건복지부 건강증진과 박용주 과장은, '음주 문화와 국가 정책' 발표를 통해 "우리 나라의 음주 폐해는 잘못된 음주 문화로 인해 날로 심각해지고 있는 실정"이라고 밝히고 정부의 음주문화 정책을 설명했다.

이어 '청소년 대상 금주 프로그램의 실제' 발표자로 나선 한국보건사회연구원 최은진 책임 연구원은 "절주 사업에서 가장 중요한 것은 예방 사업이며, 이는 청소년을 대상으로 하는 것이 가장 효과적"이라며 올바른 금주 프로그램 개발이 시급하다고 강조했다.

이와 함께 충북대학교 아

동복지학과 윤혜미 교수는, '대학생을 위한 절주 프로그램의 실제' 발표에서 "최근 들어 대학생들의 음주 폐해가 사회적 문제로 급부상하고 있다"고 말한 뒤, "이 같은 문제의 해결을 위해서는 개인의 대처 능력 함양과 대학의 절주 프로그램 개발이 필요하다"며 캠퍼스의 새로운 음주 문화를 피력했다. (일간보사) ㉔

김치, 항암 효과 탁월

**김** 치의 항암 효과가 뛰어난 것으로 밝혀졌다. 부산대 부설 김치 연구소의 박건영 식품영양학과 교수는 최근 일본의 김치 수입업자를 대상으로 한 농수산물 유통 공사의 세미나에서 '김치의 영양학적 평가와 항암효과'라는 논문을 발표, 관심을 끌었다.

박 교수의 논문에 따르면 실험용 쥐에 암세포를 이식한 다음 3주간 발효시킨 김치 추출물(메탄올 용해성 분해물, MSF)을 투여한 결과 종양의 무게가 4.32g에서 1.98g으로 54% 줄어들었다.

김치 국물을 투여했을 경우에는 2.8g으로 35%, 김치 주요 성분인 메탄올 추출물을 투여했을 때는 3.4g으로 21%, 핵산 추출물은 3.57g으로 17%씩 종양 무게가 각

각 감소했다.

이와 함께 김치 추출물은 인체 암 세포의 증식도 50% 줄이는 것으로 연구 결과 나타났다. 배추김치의 디글로메탄 분해물은 암세포의 사망기전(활동 후 스스로 죽도록 프로그램된 암세포) 작용을 활성화시키는 것으로 확인되었다.

이밖에도 김치 추출물을 주사한 실험쥐에 대장암 세포를 이식해 전이 작용을 관찰한 결과 암의 전이가 40% 정도 억제되는 것으로 나타났다.

박 교수는 "하루에 300g의 김치를 섭취하면 비타민과 무기질 1일 영양 권장량의 13~104%를 섭취하게 된다"며 "김치는 고춧가루의 캡사이신 성분으로 인해 다이어트 효과도 우수한 식품"이라고 말했다.

박 교수는 김치 연구 외에도 기존의 김치에 인삼, 알긴산, 초피 등을 부재료로 첨가해 항암 효과를 강화한 새로운 김치를 개발, 국내외에 보급할 계획이다.

한편 이들 일본 식품 수입업체 대표는 박 교수의 주제 발표를 듣고서 즉석에서 우리축 업체와 한해 수출 물량의 1/3 규모인 1천 460만 달러 어치의 수입 계약을 하기도 했다. (연합통신) ㉔

초콜릿, 위염 등 위장 질환 방지 효과

**초** 콜릿이 위염·위궤양 등 위장질환을 막아준다는 연구 결과가 나왔다.

서울대 의대 약리학 교실의 정명희 교수 등은 지난 1년 동안 초콜릿의 주원료인 카카오로부터 각종 폴리페놀 성분을 추출, 효능을 검증한 결과 질병의 원인이 되는 인체 산화 작용을 막아 주는 것으로 나타났다고 밝혔다.

연구 결과에 따르면 폴리페놀 12가지 성분은 위궤양이나 위염의 원인균으로 알려진 헬리코박터 파일로리리 인해 생성되는 산소라디칼을 제거, 각종 위장질환을 미연에 방지할 수 있다.

특히 실험 쥐의 위장에 발암물질을 이식한 다음 다시 카카오 추출물을 투여한 결과에서도 위암에 대한 치료 효과가 우수한 것으로 나타났다.

정 교수는 "산소라디칼에 의해 야기되는 인체의 산화적 손상(스트레스)이 당뇨병·동맥경화·암 등 각종 질환의 발병 요인이 되고 있고 한국인 중 90%의 위장이 헬리코박터균에 감염되어 있다는 기존 연구 결과에 따라 초콜릿의 잠재적 유용성이 주목을 받고 있다"고 말했다. ㉔