

대구지역 주민의 건강기능식품 인식 및 이용실태

강수진¹⁾ · 이영준^{2)*}

¹⁾영남대학교 약학대학, ²⁾대구한의대학교 한의과대학

Perceptions and Consumption of Health Functional Foods in Daegu area

Su Jin Kang¹⁾ & Young Joon Lee^{2)*}

¹⁾College of Pharmacy, Yeungnam University,

²⁾College of Oriental Medicine, Daegu Haany University

Abstract

Objective: Recently the number of health functional food (HFF) made with Traditional Korean Medicine (TKM) herbs have been increasing. However, there was a lack of the functional and safety information on HFF. Thus, this study was performed to investigate perceptions and consumptions of the HFF in Daegu area.

Method: We used the data of 'Survey in Daegu' in 2010 and analyzed characteristics of perceptions and intake conditions of HFF of 1,208 participated inhabitants.

Result: Among the 1,208 respondents, 30.4% were male and 63.5% were female. Most respondents (69.3%) were between 30's and 50's decade. The recognition rate of HFF made with TKM herb appeared to 86.2%. The major route of acquiring HFF information was 'mass-media' (49.8%); the primary reason of using HFF was 'For health promotion and anti-aging'(69.2%). On the other hand, the recognition rate of adverse effects was 53.3%. As for intake effect, 41.5% were satisfied at HFF consumption, while 56.0% did not feel special effects through the HFF consumption. In regards to purchase place, 'HFF store' was most selected by 38.0%. 69.1% of respondents selected to TKM decoction, the reason is that it made according to TKM physician's diagnosis considered their health condition.

Conclusion: HFF intake was purpose to health promotion, but HFF made with TKM was consumed without any information about that. In order that HFF be used properly to promote health, the scientific

· 접수: 2010년 11월 24일 · 수정접수: 2010년 12월 21일 · 채택: 2010년 12월 23일

* 교신저자: 이영준. 대구광역시 수성구 상동 165, 대구한의대학교 한의과대학

전화: 053-770-2279, 팩스: 053-768-6430, 전자우편: gksxntk@dhu.ac.kr

and reasonable information of HFF made with TKM herb is need for consumers.

Key words : Health functional food, Traditional Korean Medicine Herb, Perception, Consumption, Survey, Daegu

I. 서론

최근 우리나라에서도 생활의 현대화와 바쁜 사회활동으로 인해 생활습관에 변화가 이루어지고 있으며, 이로 인해 식생활의 패턴도 패스트푸드와 같은 간단함과 편리함을 추구하는 서구화가 나타나고 있다. 이러한 식생활의 변화는 비만, 당뇨 등 만성질환 유병률의 증가와도 연관이 되고 있어 국민들의 건강에 대한 관심이 증가하고 있다. 이런 개인과 사회의 건강에 대한 요구도와 관심에 발맞추어 건강기능식품 시장이 활성화되고 있으며 질병의 예방 및 건강증진을 위한 이용자가 점점 늘어나고 있다.¹⁾

건강기능식품은 1890년 독일에서 건강식품(health food)이라는 용어로 처음 사용되었고, 일반인들이 섭취하여 건강을 증진시키기 위한 식품으로 무공해 식품과 자연식품을 의미하며, 그 당시는 채식위주의 식단으로 이루어졌다.²⁾ 우리나라에서는 2003년 8월 ‘건강기능식품에 관한 법률’이 시행되면서 건강기능식품이라는 용어로 통일되어 사용되고 있다. 건강기능식품의 정의는 동법에 “인체에 유용한 기능성을 가진 원료나 성분을 사용하여 제조(가공을 포함)한 식품을 말한다.”라 정의하고 있으며,³⁾ 현재 건강기능식품은 식품의약품안전청의 사전인정절차없이 판매, 유통할 수 있는 ‘기준 규격형 건강기능식품’과 사전 인정을 받아야 하는 ‘개별인정형 건강기능식품’으로 구분되어 관리되고 있으며, 2005년 현재 37가지 품목으로 분류되어 있다. 그 중 한약재를 원료로 한 건강기능식품은

홍삼제품이 351품목으로 개별원료 품목으로는 가장 많으며 인삼제품이 182품목이 등록되어 있고,⁴⁾ 한약재를 이용한 건강기능식품의 제조 및 판매가 증가하고 있다. 2009년 신종 인플루엔자의 영향으로 우리나라에서는 인삼과 홍삼을 원료로 한 건강기능식품이 특수를 누렸다. 2009년 건강기능식품 판매실적을 살펴보면 홍삼제품의 총 판매액이 4,995억원으로 전체 건강기능식품 판매액 대비 52%를 차지하고 있으며 2008년 대비 19%p가 증가하였다.⁵⁾

기존의 연구들에 의하면 우리나라 성인들의 대다수가 질병의 예방이나 치료, 피로회복, 건강증진 등의 목적으로 건강기능식품을 섭취한 경험이 있는 것으로 조사되었다.⁶⁻⁹⁾ 그러나 소비자들에게 교육 및 홍보가 충분히 되지 않아 건강기능식품을 건강식품, 건강보조식품, 특수 영양식품 등으로 혼동할 뿐만 아니라 질병을 치료하는 효능이 있는 의약품으로 오인하는 등의 문제점이 발생하기도 한다. 또한 건강기능식품은 일반식품과 비교하여 건강에 직접적으로 영향을 미치고 유익한 성분을 첨가할 수 있다는 긍정적인 측면이 있는 반면 허위·과대 광고 등을 통해 기능성을 강조하거나 근거가 불확실한 주장을 통해 건강기능식품의 오·남용을 부추기기도 하고 제조과정에서 여러 가지 성분을 필요량 이상으로 첨가하여 건강상의 문제를 유발하기도 하였다.¹⁰⁾

따라서 본 연구에서는 대구지역에 거주하는 시민들을 대상으로 건강기능식품에 대한 인식 정도와 이용실태에 대해서 파악하고 의약품으로서의 한약과 식품으로서의 건강기능식품에 대한 태도를 조사하여 건강기능식품에 대한 올

바른 정보제공과 건강기능식품에 대한 일반인들의 태도에 따라 한의계가 나아가야할 방향성을 제시하기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구방법

1. 조사대상

본 연구는 대구광역시에서 주최한 ‘수성구 폭염 축제’ 및 ‘한여름 밤의 건강축제’에 참가하는 시민을 대상으로 대구광역시 수성구 한의사회가 시행한 ‘건강기능식품 이용 실태조사’ 원자료를 토대로 분석하였다. 조사대상은 ‘수성구 폭염 축제’ 및 ‘한여름 밤의 건강축제’에 참가하는 시민을 대상으로 2010년 6월 26일부터 27일과 7월 30일에서 8월 1일까지 저녁 8시부터 12시까지 이루어졌다. 조사 규모는 1208명의 자발적 참가자를 대상으로 하였다. 설문에 응한 응답자들은 축제에 참석한 사람 중 자발적으로 응답한 경우이다.

2. 조사방법 및 내용

본 연구의 자료 수집은 축제기간 중 설치된 한방부스를 방문한 주민들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문지의 주요내용은 일반적

인 특성 5문항, 건강기능식품 인식에 관한 문항 7문항, 건강기능식품 이용실태에 관한 문항 4문항으로 총 16문항으로 구성되었다. 설문문항의 신뢰도를 내적 일관성 분석방법으로 측정된 결과 Cronbach- α 계수가 건강기능식품 인식에 관한 7개 문항은 0.466이었고, 건강기능식품 이용실태에 관한 4문항은 0.318이었다.

3. 자료분석

자료분석은 SPSS (ver 17.0) 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연령대는 20대 이하를 청년, 30~50대를 장년, 60대 이상을 노년으로 구분하여 분석하였다. 자료의 표시는 빈도와 백분율을 이용하여 표시하였고, 통계적 유의성은 χ^2 test를 통해 각 문항별 응답 빈도에 따른 동질성 분석을 실시하였고, 일반적 특성에 따른 차이는 교차분석을 통해 비교하였다. 유의성 검정은 5% 수준에서 실시하였다. 각 항목별 무응답자는 분석에서 제외하였다.

III. 연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

본 연구대상자들의 일반적 특성은 table 1과

Table 1. Characteristics of subjects

	남자 (N=367)		여자 (N=767)		무응답 (N=74)		t or χ^2	p value	
	N	%	N	%	N	%			
평균연령 (평균±표준편차)	49.0±13.0		46.9±13.5		52.1±10.9		2.427	0.015	
최종학력	중졸이하	9	2.5	75	9.8	2	2.7	34.421	<0.001
	고졸	98	26.7	206	26.9	11	14.9		
	대졸	177	48.2	302	39.4	11	14.9		
	대학원졸	22	6.0	14	1.8	1	1.4		
	무응답	61	16.6	170	22.2	49	66.2		

Table 2. Variables of recognition and utilization of health functional food

		N	%
한약재 원료 사용	예	1041	86.2
	아니오	165	13.7
	무응답	2	0.2
한약재 포함	예	1044	86.4
	아니오	161	13.3
	무응답	3	0.2
인지경로	주변의 권유로	351	28.4
	언론 등 매체의 광고	615	49.8
	의료인의 권유	84	6.8
	자가 판단	175	14.2
	무응답	11	0.9
기능 기대	그렇다	677	56.0
	약간은 도움이 될 것으로 기대한다	481	39.8
	별 도움이 되지 못할 것 같다	46	3.8
	무응답	6	0.5
부작용 인식	예	560	46.4
	아니오	644	53.3
	무응답	4	0.3
섭취목적	건강증진과 노화예방	888	69.2
	질병치료	182	14.2
	피부 미용	39	3.0
	비만 개선	59	4.6
	성장	18	1.4
	기타	78	6.1
	무응답	20	1.6
섭취의향	그렇다	1089	90.1
	복용할 의향이 없다	106	8.8
	무응답	13	1.1
섭취경험	예	822	68.0
	아니오	358	29.6
	무응답	28	2.3
섭취만족도	만족	341	41.5
	그저 그렇다	460	56.0
	불만족	7	0.9
	무응답	14	1.7
구입경로	건강기능식품판매점	324	38.0
	홈쇼핑 등 온라인방송매체	129	15.1
	의료기관	248	29.1
	약국	34	4.0
	기타	109	12.8
	무응답	9	1.1
선호도	한약	835	69.1
	건강기능식품	300	24.8
	무응답	73	6.0
한약선호 이유	한의사의 진단에 의한 것이므로	739	88.1
	건강기능식품보다 저렴해서	48	5.7
	특정 식품효과에 따른 부작용 우려 때문	37	4.4
	기타	5	0.6
	무응답	10	1.2
건강기능 식품 선호이유	복용이 간편해서	107	34.5
	한약보다 저렴해서	61	19.7
	특정효과를 신뢰하여	49	15.8
	쉽게 선택이 가능해서	65	21.0
	기타	13	4.2
구매의향	예	982	81.3
	아니오	200	16.6
	무응답	26	2.2

같다. 수성구 폭염 축제에 참가하여 자발적으로 응답한 전체 조사 응답자는 1208명이었다. 성별 분포를 보면 여성이 63.5%로 남성(30.4%)보다 많았다. 연령별 분포는 50대가 32.6%로 가장 많았으며, 평균 47.8세로 조사 응답자의 대부분이 40대와 50대로 나타났다. 조사응답자들의 평균연령에서는 남성이 49.0세로 여성보다 유의하게 높게 나타났다. 교육수준별 분포에서는 대졸이 52.8%로 가장 많이 나타났으며, 성별에 따른 교육수준별 분포에서는 대졸이상의 학력군에서 여성에 비해 남성의 비율이 더 높게 나타났다.

2. 건강기능식품 인식정도

홍삼 등의 한약재가 건강기능식품의 원료로 사용되는 것에 대한 질문에 전체 조사 응답자 중 1041명(86.2%)이 알고 있다고 응답하였고, 165명(13.7%)이 모른다고 답하였다(Table 2). 일반적 특성에 따라 건강기능식품의 원료에 대한 인지도 차이는 보이지 않았다. 건강기능식품의 원료로 사용되는 홍삼이나 가시오가피, 헛개나무, 알로에, 오미자 등이 한약재에 속하는 것을 알고 있는지 질문하는 문항에 대해서 전체 조사응답자 중 1044명(86.4%)이 알고 있다고 응답하였고 161명(13.3%)이 모른다고 응답하였다(Table 2). 특히, 이 질문에 대해서 여성이 더 많이 알고 있는 반면 남성은 잘 모르고 있는

것으로 나타났으며, 연령별로는 20대 이하에서 건강기능식품의 원료에 한약재가 사용되고 있는 것을 잘 모르는 것으로 나타났다(Table 3).

건강기능식품을 알게 된 경로에 대한 질문에 조사응답자들이 복수 응답하여 ‘주변의 권유로’로 응답한 경우는 351명(28.4%), ‘언론 등 매체의 광고’는 615명(49.8%), ‘의료인의 권유’는 84명(6.8%), ‘자가 판단’은 175명(14.2%)으로 나타났다. 성별에 따른 건강기능식품 인지 경로는 차이를 보이지 않았지만, 연령대 별로 중년층에서 주변의 권유나 언론 등을 통해 많이 알게 된 반면에 노년층에서는 다른 연령대에 비해 대중매체보다 의료인의 권유에 의해 알게 되는 비율이 유의하게 높게 나타났다. 또한 학력수준별 분포에서는 중졸이하에서 대중매체(4.4%)를 통해 건강기능식품 정보를 많이 얻는 비율이 낮은 것으로 나타났다(Table 4).

전체 조사 응답자들 중 건강기능식품이 건강증진 및 질병치료와 예방에 도움이 될 거라고 생각하는 경우는 677명(56.0%)이었고 약간은 도움이 될 것으로 기대한다고 응답한 경우는 481명(39.8%)인 반면에 별 도움이 되지 못할거라고 응답한 경우는 46명(3.8%)으로, 대부분의 응답자들이 건강기능식품이 건강에 도움이 될거라 인식하고 있는 것으로 조사되었다(Table 2). 성별에 따른 건강기능식품에 대한 기대는 큰 차이를 보이지 않았다. 연령별 분포에서는 노년층에서 도움이 되지 않을 것이라

Table 3. Recognition of Korean Traditional Medicine herb inclusion

		한약재 포함		X ²	p value
		예	아니오		
성별	남자	306	61	5.022	0.025
	여자	674	90		
연령대	청년	95	30	13.649	0.001
	중년	732	105		
	노년	173	21		

Table 4. The route of health functional food recognition

		인지경로				χ^2	p value
		주변의 권유로	언론 등 매체의 광고	의료인의 권유	자가 판단		
연령	청년	37	73	6	13	33.811	<0.001
	중년	237	453	50	110		
	노년	56	72	26	43		
최종학력	중졸이하	38	23	11	14	44.421	<0.001
	고졸	78	189	16	37		
	대졸	131	291	20	58		
	대학원졸	8	17	3	10		

답한 경우가 유의하게 높게 나타났다. 학력수준에 따른 기대는 중졸이하의 학력군에서 건강기능식품이 도움이 되지 않는다는 인식이 높은 것으로 조사되었다(Table 5).

건강기능식품의 부작용에 대해서는 전체 조사 응답자 중 560명(46.4%)이 건강기능식품의 긍정적인 효과 외에 부작용에 대해서 알고 있다고 응답한 반면 644명(53.3%)이 모르고 있다고 응답하여 건강기능식품의 부작용에 대해 모르고 있는 비율이 조금 높게 나타났다(Table 2). 건강기능식품 부작용에 대한 성별, 연령별, 학력별 차이는 나타나지 않았다.

건강기능식품을 섭취하고 있거나 섭취할 의

향이 있다면 어떤 목적으로 섭취를 원하는가 하는 질문에 복수응답하여 총 1284건의 응답을 대상으로 분석한 결과 ‘건강증진과 노화예방’ 888명(69.2%), ‘질병치료’ 182명(14.2%), ‘피부 미용’ 39명(3.0%), ‘비만 개선’ 59명(4.6%), ‘성장’ 18명(1.4%), 기타 78명(6.1%)으로 응답하였다(Table 2). 기타의견으로는 피로회복 3명, 건강유지 1명, 체력유지 1명, 예방 1명으로 조사되었다. 건강기능식품의 섭취목적은 남성의 경우는 건강증진과 노화예방의 목적으로 건강기능식품을 더 선호하는 반면, 여성의 경우는 비만개선의 목적이 건강증진과 노화예방에 비해 더 많은 것으로 나타나 건강기능식품의 섭

Table 5. The expectation of health functional food

		건강기능식품에 대한 기대			χ^2	p value
		도움이 된다	약간은 도움이 될 것으로 기대한다	별 도움이 되지 못할 것 같다		
연령	청년	63	58	4	14.672	0.005
	중년	464	346	26		
	노년	120	60	14		
최종학력	중졸이하	40	37	9	22.874	0.001
	고졸	180	131	4		
	대졸	270	207	12		
	대학원졸	22	13	2		

Table 6. The purpose of health functional food intake

		건강기능식품 섭취목적						χ^2	p value
		건강증진과 노화예방	질병 치료	피부 미용	비만 개선	성장	기타		
성별	남자	282	51	8	6	5	22	14.088	0.015
	여자	555	117	29	48	11	51		
연령	청년	69	22	19	9	5	7	82.216	<0.001
	중년	636	126	16	40	9	54		
	노년	149	28	2	4	2	13		

Table 7. The intention of health functional food intake

		섭취의향		χ^2	p value
		의향이 있다	의향이 없다		
연령	청년	120	5	13.113	0.001
	중년	766	64		
	노년	164	28		

취목적은 성별에 따른 차이가 있는 것으로 조사되었으며, 연령에 따라서는 피부미용의 목적이 청년층(51.4%)에서 높게 나타난 반면 비만 개선이나 성장은 중년층에서 높게 나타나 연령대별로 건강기능식품의 복용목적이 다른 것으로 조사되었다(Table 6).

전체 조사 응답자 중 향후 건강기능식품의 섭취의향이 있다고 응답한 경우는 1089명(90.1%) 이었고 섭취할 의향이 없다고 응답한 경우는 106명(8.8%)으로 나타났다. 성별과 학력수준에 따른 섭취의향의 차이는 보이지 않았지만, 60대 이상 노년층에서 섭취할 의향이 없다는 응답율(28.9%)이 높게 나타났다(Table 7).

3. 건강기능식품 이용실태

본 조사에 응답한 전체 대상자들 중 최근 3년 이내에 한약재를 원료로 한 건강기능식품을 섭취한 적이 있다고 응답한 경우는 822명(68.0%) 이었고 섭취한 적이 없다고 응답한 경우는 358

명(29.6%)으로 섭취한 경험이 더 많은 것으로 조사되었고(Table 2), 중년층이나 노년층에서는 복용경험이 많은 반면 청년층에서 복용경험이 더 없는 것으로 조사되었다(Table 8).

건강기능식품을 섭취해 본 경험이 있는 822명을 대상으로 건강기능식품에 대한 만족도를 조사한 결과 만족하는 경우는 341명(41.5%)이었고 ‘그저 그렇다’고 답한 경우는 460명(56.0%), 불만족하는 경우는 7명(0.9%)이어서 건강기능식품을 섭취하고 불만족하는 경우가 아주 적은 것으로 분석되어(Table 2), 사회인구학적 변수에 따른 차이는 없는 것으로 조사되었다. 건강기능식품을 섭취하고 만족하는 이유로는 원기나 피로회복에 도움이 되었다는 답변이 17명(34.7%)으로 가장 많았으며 몸이 좋아지는 것을 느꼈다는 답변이 8명(16.3%)으로 그 다음이었다. 그 외에 건강이 유지되거나 좋아졌다 5명(10.2%), 단순히 효과를 보았다 4명(8.2%), 통증 등의 증상이 소실되었다 4명(8.2%), 기분에 좋아진 것 같다 4명(8.2%), 혈액순환에 도움이

Table 8. The experience of health functional food intake

		건강기능식품 섭취경험		χ^2	p value
		예	아니오		
연령	청년	55	66	36.814	<0.001
	중년	597	225		
	노년	132	55		

Table 9. The purchase route of health functional food

		건강기능식품 구입경로				χ^2	p value
		건강기능식품 판매점	홈쇼핑 등 온라인방송 매체	의료기관 (한의원이나 의원 등)	기타		
성별	남자	86	55	60	37	13.243	0.004
	여자	211	71	165	63		

되었다 3명(6.1%), 감기에 효과가 있었다 3명(6.1%), 피부가 좋아졌다 1명(2.0%)순으로 조사되었다. 건강기능식품 만족도에서 ‘그저 그렇다’라고 응답한 이유로는 효과를 못 느낀 경우가 29명, 피로회복에는 도움이 되는 것 같다가 3명, 건강에 도움이 되는 것 같다가 2명, 효과가 약하다가 2명으로 응답하였으며, 그 외에 섭취가 어렵다, 섭취하지 않는 것보다는 좋을 것 같다, 입맛이 너무 좋아졌다, 자연식품으로 만들어졌고 건강, 예방차원에서 섭취한다가 각각 1명씩 응답하였다. 건강기능식품에 불만족하는 이유로는 피부알러지 등 부작용이 생긴 경우가 2명, 단기섭취라 답한 경우 1명이었다.

건강기능식품을 섭취한 경험이 있는 사람들을 대상으로 구입경로를 살펴본 결과 건강기능식품판매점에서 구입한 경우는 324명(38.0%)이었고 한의원이나 의원 등의 의료기관에서 구입한 경우는 248명(29.1%), 홈쇼핑 등 온라인방송매체를 통해 구입한 경우는 129명(15.1%), 기타 109명(12.8%), 약국 34명(4.0%)로 조사되었다(Table 2). 기타 구입경로로는 개인적으로 직접 구입하거나 집에서 구입을 한 경우 4명, 선물받

은 경우 2명, 대학과 면세점에서 구입한 경우가 각각 1명으로 답하였다. 성별에 따른 구입경로는 남성은 온라인매체를 이용하여 구입을 많이 하는 반면 여성은 온라인매체의 이용이 낮게 나타났다(Table 9).

전체 조사 응답자 중 한의사가 조제한 한약과 한약재를 원료로 한 건강기능식품을 비교한 선호도 조사 문항에 1135명이 응답하였고 그 중 한의사가 조제한 한약이 건강증진과 질병예방에 더 도움이 된다고 생각하는 경우는 835명(69.1%)으로 조사되어 건강기능식품이 건강증진과 질병예방에 더 도움이 된다고 생각하는 경우 300명(24.8%)보다 높게 나타났다(Table 2). 한약과 건강기능식품의 선호도는 성별에 따른 차이는 보이지 않았으나, 60대에서 한약보다는 건강기능식품을 더 선호하는 것으로 분석되었고, 고졸에서는 건강기능식품을, 대졸에서는 한약을 더 선호하는 것으로 나타났다(Table 10). 한약을 선호한다고 응답한 835명에 대해 한약을 더 선호하는 이유를 질문한 결과 이유를 답하지 않은 10명을 제외하고 중복응답을 포함하여 총 829건의 응답이 있었다. 조사 응답자들

Table 10. Preference between Korean Traditional Medical decoction and health functional food

	선호도		χ^2	p value	
	한약	건강기능 식품			
최종학력	중졸이하	62	16	8.209	0.042
	고졸	204	86		
	대졸	371	101		
	대학원졸	24	11		

중 739명(88.1%)이 한약의 경우 한의사의 진단을 통해 자신에게 맞게 처방되는 것이기 때문이라고 답하여 한약을 선호하는 가장 큰 이유로 조사되었으며 그 다음으로 ‘건강기능식품보다 저렴해서’는 48명(5.7%), ‘특정 식품효과에 따른 부작용 우려 때문’은 37명(4.4%), 기타 5명(0.6%)순으로 조사되었다(Table 2). 한약을 선호하는 기타의견으로는 ‘부작용 없음’ 1명, ‘전문의의 처방이므로’ 1명, ‘한의사에 대한 믿음’ 1명으로 답하였다. 건강기능식품을 한약보다 더 선호한다고 답한 300명을 대상으로 건강기능식품을 선호하는 이유를 알아본 결과 중복응답을 포함하여 총 310건이 조사되었고 15명이 답을 하지 않았다. 한약보다 건강기능식품을 더 선호하는 이유로는 ‘섭취가 간편해서’가 107명(34.5%)로 가장 많았으며 그 다음으로 ‘쉽게 선택이 가능해서’가 65명(21.0%), ‘한약보다 저렴해서’ 61명(19.7%), ‘특정효과를 신뢰하여’ 49명(15.8%), 기타 13명(4.2%)순으로 조사되었다(Table 2). 기타 의견으로 ‘부작용이 별로 없다’ 1명, ‘성분이 분명’ 1명, ‘한약재 재료문제 때문’ 1명으로 조사되었으며 건강기능식품을 선호한다고 선택하지 않은 응답자 중 1명이 ‘신뢰성’때문이라고 답하였다.

전체 조사 응답자 1208명을 대상으로 한방 의료기관에서 한약재를 원료로 한 건강기능식품을 구매 또는 처방을 받을 의향이 있느냐는 질문에 982명(81.3%)이 있다고 응답하였고 200명(16.6%)이 없다고 응답하였다(Table 2). 성별로

는 남자가 293명(79.8%), 여자가 626명(81.6%) 이 구매 또는 처방을 받을 의향이 있는 것으로 조사되었다.

IV. 고찰

본 연구는 건강축제에 자발적으로 참가한 대상자들의 건강기능식품 이용에 대한 조사라는 점에서 건강에 관심이 많은 이들이 다수 포함되어 있을 것으로 추측되어 선택적 비뚤림(selective bias)이 존재할 것으로 예상된다. 그리고 늦은 저녁 시간에 이루어짐으로써 조사대상, 조사범위, 조사기간에서도 한계점을 가지고 있어, 조사시간과 기간에 영향을 받지 않은 대상자들이 다수가 될 가능성이 높아 일반적인 건강기능식품의 이용 현황이라 말하기에는 상당한 제한점을 가지고 있다.

건강기능식품은 사람에게 건강을 보장해 줄 것이라는 믿음과 건강과 영양은 관련되어 있다는 인식으로 인해 많이 이용하고, 특히 우리나라는 ‘藥食同原’이라는 전통 때문에 한약재를 이용한 제품이 많은 생산되고 있다. 본 연구결과 조사 응답자들의 대부분이 홍삼이나 가시오가피 등 한약재를 원료로 하여 건강기능식품을 만들고 있다는 것을 알고 있었고 이런 재료들이 한약재에 포함이 된다는 것을 인지하고 있었지만 상대적으로 남성과 20대 이하에서는 한약재가 원료로 포함되는 것을 잘 모르고 있는

것으로 나타났다. 기존의 연구⁹⁾에서 건강식품에 대해 의료진과 상의한 경우에서 한의사와 상의 후 섭취한 빈도가 가장 높게 나타났고 이러한 이유로 건강식품의 원료가 생약 성분이거나 자연식품이라서 한의학과 깊은 연관을 가지고 있을 거라 생각하고 있기 때문에 건강기능식품의 원료로 한약재가 사용되고 있다는 것을 많이 알고 있는 것으로 보인다. 건강기능식품의 원료에 대한 인지정도가 성별에 따라 차이를 보이는 것은 대부분 여성들이 가정 내에서 가족의 건강을 책임지고 있기 때문에 원료에 대한 관심이 남성보다 여성이 더 많은 것으로 해석할 수 있으며, 청소년 연령일 때 건강기능식품의 섭취의 결정은 부모의 의사에 좌우되기 때문에 낮은 연령층에서 원료에 대한 인식이 낮은 것으로 해석할 수 있다.¹¹⁾

본 연구결과에서 건강기능식품을 섭취한 경험이 있는 사람은 전체 조사 대상자 중 68.0%에 해당하여 기존의 연구들과 조금 상이한 결과를 보여주고 있었지만, 기존의 연구들은 특정 영양보충제를 포함하여 평가한 연구결과로 직접적인 비교는 어려운 것으로 해석된다.¹²⁻¹⁵⁾ 이 등¹²⁾의 연구에서는 50대 이상에서 섭취경험이 50%이상으로 나타났으며 연령이 증가할수록 증가하여 70세 이상에서는 63.8%의 섭취율을 보이고 있었으나 본 연구결과에서는 장년층에서 섭취경험이 72.6%로 노년층(70.6%)보다 더 높게 조사되었다. 이러한 이유는 사회적으로 웰빙생활에 대한 인식이 증가하면서 건강에 대한 관심을 가지는 연령층이 낮아졌기 때문으로 해석되며 특히 노년층에서 건강기능식품을 섭취할 의향이 없다는 비율이 높게 나타나 노년층에서의 건강기능식품의 기능에 대한 믿음이 낮아진 것으로 해석된다.

건강기능식품에 대한 정보는 대부분 언론 등 대중매체를 통해 얻는 것으로 분석되었으며, 연령에 따라 노년층에서는 의료인의 권유에 의해 정보를 많이 얻고 있었다. 기존의 연구결과에서

는 주변 인물이 전달하는 정보에 의해 건강기능식품을 알게 되는 경우가 많아 잘못된 정보에 따라 오·남용의 우려가 있었으나,^{8, 9, 11)} 최근의 연구결과에서는 다른 언론 등의 대중매체를 통해 정보습득을 하는 비중이 증가하는 경향을 보이고 있고 보고되고 있다.¹⁶⁻¹⁸⁾ 하지만 대중매체를 통해 정보를 얻는 비중이 늘어나면서 과대·허위광고로 인한 불만도 증가하고 있는 실정이다.^{18, 19)} 따라서 허위광고나 과대광고 또는 유사제품에 의해 발생할 수 있는 피해를 줄이기 위해 정확하고 올바른 정보를 제공할 수 있는 제도 등을 마련하거나 의료인 등과 같은 전문가를 통해 섭취를 결정할 수 있도록 유도하는 방법모색이 필요하다고 사료된다.

조사참여자들 중 약 68%가 건강기능식품을 섭취한 경험이 있었고, 섭취한 경험이 있는 사람들 중 약 96%가 건강기능식품이 어느 정도 도움이 될 것이라고 응답하여 조사응답자 대부분이 기능에 대한 믿음을 가지고 있는 것으로 나타났지만, 섭취경험이 있는 사람들 중 과반수가 만족하지 못하는 것으로 조사되었다. 건강기능식품의 효과에 대한 기대도는 기존의 연구에서도 과반수 이상이 긍정적으로 생각하고 있었지만,⁸⁾ 실제 섭취자들의 의견은 건강기능식품에 대한 기대에 미치지 못하는 결과들^{9, 11, 16, 18-20)}이 보고되었다. 또한 건강식품에 대한 부정적인 의견으로 과대선전을 많이 선택하여,^{8, 17)} 소비자들이 건강기능식품에 대한 기대는 높지만 실제 섭취한 사람들이 느끼는 효과는 기대에 미치지 못하고 있고, 그 이유는 과장광고 등을 통해 기능이 실제보다 부풀려서 일반인들에게 전달되는 것으로 해석할 수 있어 정확한 정보의 전달이 필요하다 할 수 있다. 건강기능식품은 건강에 도움이 되는 기능을 식품이므로 대부분의 소비자들이 건강증진이나 질병의 예방, 피로회복 등의 목적으로 많이 찾고 있다.^{9, 11, 16, 18-22)} 본 연구에서도 기존연구와 유사하게 건강증진이나 질병치료의 목적으로 건강기능식품을 섭

취하거나 섭취할 의사가 있는 것으로 조사되었다. 특히 여성의 경우 비만개선을 목적으로 섭취할 의향이 높은 것으로 나타났으며, 청년층 연령군에서 남성보다 여성이 더 많이 분포하여 다른 연령대보다 비만개선이나 피부미용의 목적으로 섭취의향이 높게 나타난 것으로 해석된다. 이 결과를 볼 때 젊은 여성들의 경우 단순 건강문제를 해결하기 위한 목적보다는 미용과 관련되어 건강기능식품을 더 선호한다고 해석할 수 있다. 기존의 연구¹⁴⁾에서는 중년층에서 미용을 위해 섭취한다는 비율이 5%미만이었으나 본 연구에서는 청년층보다 더 높은 응답율을 보이고 있었으며, 특히 성장을 목적으로 하는 응답율이 청년층보다 높게 나타났다. 이러한 이유로는 중년층에 속한 응답자 대부분이 성장기 자녀를 키우고 있는 입장이다보니 본인의 섭취목적보다는 자녀의 건강이나 미용을 위해 섭취목적을 선택한 것으로 해석된다.

2008년 소비자안전센터에 접수된 식품관련 위해사례는 총 6,495건이었으며 그 중 약 12.3%의 건강식품관련 부작용이 접수되었다.²³⁾ 부작용 증상별 분류에 따르면 설사, 피부발진, 복통, 두드러기, 구토 등의 순으로 조사되었고, 빈발하는 부작용 증상들의 대부분이 외인성물질에 의한 인체 내 거부반응이나 과민반응이었다. 본 연구결과에서는 과반수이상의 응답자들이 건강기능식품의 부작용에 대해서 모르고 있다고 응답하여 소비자들이 건강증진이나 질병치료 등의 목적으로 섭취는 하지만 식품이라는 믿음 때문에 위험성에 대한 고려는 하지 않는 것으로 사료된다.

대부분의 선행된 연구^{11, 19, 20)}에서는 약국이나 한의원과 같은 의료관련 기관에서 건강기능식품을 구입하는 비중이 가장 높게 조사되었고 그 다음이 건강기능식품 판매점에서 구입을 하는 것으로 조사되었지만, 본 연구결과에서는 건강기능식품판매점을 통한 구입이 가장 많고

그 다음으로 의료기관인 것으로 나타나 선행 연구결과와 차이를 보이고 있다. 이러한 이유는 건강식품판매업체의 수가 2006년 46,911개였던 것이 2009년 60,545개로 늘어나 약 29.1%가 증가하면서 건강식품판매점을 통해 손쉽게 구입할 수 있게 된 것으로 해석되며,⁵⁾ 평소 건강관리 목적으로 섭취한다는 점을 고려한다면 의료진과 건강에 대한 상담⁹⁾보다는 업체에서 제공하는 정보에 더 의존하여 구입하는 것으로 해석할 수 있다. 반면 조사응답자들 중 약 2/3 이상이 건강기능식품 보다는 한약을 더 선호한다고 답하였고 그 이유가 한의사의 진단에 의한 처방, 즉 의료인의 진단을 통해 자신의 건강에 맞는 약이나 식품을 원하는 것으로 해석할 수 있다. 건강기능식품을 더 선호하는 이유는 섭취가 간편하고 자신의 판단에 의해 쉽게 선택할 수 있기 때문이라 응답하여 효과보다는 편리함 때문에 선택한 것으로 사료된다.

이상의 연구결과에 따르면 많은 사람들이 건강기능식품에 한약재가 원료로 사용되어 건강에 좋을 것이라는 막연한 기대를 가지고 있지만, 실제 식품의 안전성이나 기능에 대한 정확한 정보를 가지고 있지 못한 상태에서 구입, 섭취하고 있는 것으로 보이고, 또한 구입, 섭취하고자 하는 것으로 나타났다. 반면 한약재를 원료로 한 건강기능식품 보다는 자기 건강상태에 대한 정확한 진단을 통해 몸에 맞는 한약을 선호하고 있었고, 향후 의료기관을 통해 이러한 건강기능식품을 구매하고자 하는 경향을 보이고 있었다. 따라서 한약재, 특히 홍삼을 원료하는 건강기능식품이 점점 증가하고 있는 실정에서 한의계가 주도적으로 나서서 한약재를 원료로 한 건강기능식품에 대한 정확한 정보를 제공하고 더 나아가 한방의료기관에서 간편하게 섭취할 수 있는 식품형태의 제품 등의 개발 및 제공 방안을 모색할 필요가 있다고 생각한다.

V. 결론

대구광역시가 주최한 ‘수성구 폭염 축제’ 및 ‘한여름 밤의 건강축제’에 참가한 시민들을 대상으로 한 한방 의료 이용에 대한 실태조사를 하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 조사 응답자들 중 약 86%가 건강기능식품의 원료로 한약재가 사용되고 있음을 알고 있었고 특히 남성들보다 여성들이 원료에 대해서 더 잘 알고 있는 것으로 나타났다. 건강기능식품에 대한 정보는 대부분 대중매체나 주변인물을 통해 얻고 있는 것으로 조사되었으며, 장년층에서는 주변인의 권유로, 노년층에서는 의료인의 권유를 통해 정보를 얻고 있었고, 중졸이하의 학력군에서는 대중매체를 통해 정보를 습득하는 것으로 나타났다.

2. 조사 응답자들 중 약 96%가 건강기능식품의 기능에 대해서 기대를 하고 있지만 섭취 후 만족도는 약 42%에 그치고 있으며, 낮은 학력군에서 기대가 낮은 것으로 나타났다. 건강기능식품을 섭취하는 목적은 건강증진과 노화예방 등 건강관련 목적이 73%로 조사되었다. 남성의 경우 건강증진 목적이 많은 반면에 젊은 여성층의 경우 피부미용이나 비만개선과 같은 미용의 목적이 두드러지게 나타났다. 건강기능식품을 구입하는 방법으로는 건강기능식품판매점이 38%, 의료기관이 약 29%로 접근이 용이한 곳에서 구입하고 있는 것으로 나타났다.

3. 조사 응답자들 중 약 69%가 건강기능식품보다 한약을 더 선호하고 있었고 그 이유로는 ‘한의사의 진단에 의한 것이기 때문’이 88.1%로 가장 많았다. 반면에 건강기능식품을 선호한 이유는 복용이 간편해서가 34.5%, 쉽게 선택이 가능해서가 21%, 한약보다 저렴해서가 19.7%로 조사되어 건강관련 목적보다는 편리성 때문에 건강기능식품을 선택하는 것으로 분석되

었다.

연구비지원

이 논문은 대구광역시 수성구 한의사회에서 지원한 한방 의료 이용에 대한 실태조사로 수행된 연구 결과를 토대로 작성되었음.

참고문헌

1. 김현구. 건강기능식품의 현황 및 전망. 식품산업과 영양. 2004; 9(1): 1-14.
2. 김명호, 남철현, 맹광호, 홍문화. 바른건강 생활: 건강한 식생활. 보건사회부. 1985; 5: 11-18.
3. 법제처. 건강기능식품에 관한 법률. 법제처. Available from: URL; <http://www.law.go.kr/LSW/lsSc.do?menuId=0&p1=&subMenu=1&searchName=LicLs%2C0&query=%EA%B1%B4%EA%B0%95%EA%B8%B0%EB%8A%A5%EC%8B%9D%ED%92%88#iBgcolor0> (2010. 11. 04).
4. 이종원, 도재호. 건강기능식품의 시장현황 및 인삼시장의 전망. 고려인삼학회지. 2005; 29(4): 206-214.
5. 식품의약품안전청. 2009년 건강기능식품 생산실적 통계 자료. 식품의약품안전청. Available from: URL; http://www.foodnara.go.kr/portal/site/kfdaportal/template.MAXIMIZE/newsmediasub/?javax.portlet.tpst=3b97e105a738e57ec76ffa0192f1a0a0_ws_MX&javax.portlet.prp_3b97e105a738e57ec76ffa0192f1a0a0_viewID=board_detail&javax.portlet.beginCacheTok=com.vignette.cachetoken&javax.portlet.endCacheTok=com.vignette.cachetoken&field_sq=6094 (2010. 11. 16).
6. 정혜경, 조미숙, 강남이, 양은주, 강명화. 서울

- 지역 성인들의 식생활 양식유형에 따른 건강 식품사용현황. 한국식생활문화학회지. 2001; 16(3): 195-202.
7. 이은주, 노승욱, 이철호. 건강식품에 대한 소비자 인식 연구(I). 한국식생활문화학회지. 1996; 11(4): 475-485.
 8. 이은주, 노승욱, 이철호. 건강식품에 대한 소비자 인식 연구(II). 한국식생활문화학회지. 1996; 11(4): 487-495.
 9. 양윤준, 서홍관. 일부 건강식품 섭취 실태 조사 연구. 인제의학. 1992; 13(2): 221-232.
 10. 김현규. 건강기능식품의 현황 및 전망. 식품산업과 영양. 2004; 9(1): 1-14.
 11. 김선효, 한지혜, 황유진, 김화영. 우리나라 일부 청소년의 건강기능식품 섭취 실태. 한국영양학회지. 2005; 38(10): 864-872.
 12. 이경미, 박동훈, 안은미, 강승완, 유상호, 장유수, 유태우. 건강기능식품 섭취 실태와 관련인자. 대한임상건강증진학회지. 2006; 6(2): 88-95.
 13. 박수정. 영양보충제 및 건강식품의 섭취실태와 식생활 및 건강과의 관계:서울시 성인남녀를 중심으로. 동국대학교 석사학위논문. 1992.
 14. 구난숙, 박지연. 대전지역 중, 장년층의 건강식품 이용실태. 대한지역사회영양학회지. 2000; 5(3): 452-460.
 15. 이상선, 김미경, 이은경. 서울지역 성인의 영양보충제 복용실태. 한국영양학회지. 1990; 23(4): 287-297.
 16. 김혜경, 김경민, 김찬, 김준호, 김철현, 권종숙. 일부 프로 축구선수들과 성인 남성의 건강보조제 섭취 실태에 관한 비교 연구. 대한지역사회영양학회지. 2007; 12(6): 854-863.
 17. 강영자, 정수진, 양지애, 차연수. 전북지역 일부 학교 영양사의 건강기능식품 인식 및 이용실태. 한국식품영양과학회지. 2007; 36(9): 1172-1181.
 18. 생활경제국. 기능성 강조식품의 표시 및 광고실태 조사. 2002.
 19. 한국보건산업진흥원. 건강기능식품 실태조사 및 분석. 2002: 32-34.
 20. 김선효, 한지혜, 김화영. 우리나라 일부 초등학생의 건강기능식품 섭취 실태. 한국영양학회지. 2010; 43(2): 161-170.
 21. 안창수, 남철현. 건강식품에 대한 도시지역주민의 의식조사연구. 대한보건협회지. 1990; 16(2): 43-55.
 22. 박진선, 이준호. 대전지역 학령기 아동의 건강기능식품 섭취실태 및 부모의 요구도. 대한지역사회영양학회지. 2008; 13(4): 463-475.
 23. 소비자안전센터. 건강식품 부작용 실태조사. 2009.