

## 수도권 지역 초등학생의 건강기능식품 및 한약 복용 실태에 대한 연구

김미기 · 정지호 · 신권성 · \*이동엽 · 이해자 · 박은정

원광대학교 한의과대학 소아과학교실

\*원광대학교 한의학전문대학원 제3의학과 동서협진한의학교실

### Abstract

## The Study on Consumption of Health Supplements and Herbal Medicines by Elementary School Students in Gyeonggi-do

Kim Mi Ki, Jung Ji Ho, Shin Kwon Sung, \*John Dongyeop Lee, Lee Hai Ja, Park Eun Jung

*Department of Pediatrics, College of Oriental Medicine, Wonkwang University*

*\*Department of Third Medicine, Professional Graduate School of Oriental Medicine, Wonkwang University*

### Objectives

The purpose of this study is to get the basic information about the actual amount of consumption of the Health supplements and Herbal Medicines. Also, we investigated the consumption differences according to the regions.

### Methods

500 questionnaires were handed out to parents of elementary students in O O, Gyeonggi-do province, and 331 questionnaires were collected and evaluated for this study.

### Results

Among the 331 students, 58.4% were female, and 41.6% were male. The percentages of the subjects consuming health supplements and herbal medicines were 67.4% and 59.2% respectively. The maximum period of taking the health supplements were from 1 month to 6 month (49.5%), and the maximum period of taking the herbal medicine was within one month (55.6%). The total cost of the health supplements was less than 100,000won (43.7%), which was the most common while herbal medicine cost was between 100,000won and 200,000won (40.6%). The most common age of consuming the health supplements and herbal medicine for the first time was six to ten years old (47.3%); the case of herbal medicine was one to six years old (64.0%). Most of people purchased health supplements from pharmacy (48.0%), and purchased the herbal medicine from the oriental medical clinic (61.8%). Among those people who purchased health supplements, they bought nutritional supplements (82.8%), red ginseng or ginseng products (43.4%), plum extract products (10.9%), and chlorella products (6.8%). The reason for consuming health supplements was to be healthier even though there is no ongoing illness (47.1%), which was the most common reason. The reason for consuming herbal medicine was to cure weakness (39.3%). For the responses about effectiveness after taking medications, people thought herbal medicine seemed to be more effective compare to health supplements (72.3%, 63% respectively). Only 1.4% of the subjects consuming the health supplements showed adverse effects while herbal medicine showed 4.6%. The most common adverse effects were 'general reaction' caused by the health supplements and dermatologic problems caused by the herbal medications.

### Conclusions

Among 331 subjects, the percentage of consuming the health supplements (67.4%) was higher than the Herbal Medicine (59.2%). The total consuming cost of the herbal medications was higher than general health supplements.

Also, the maximum period of consuming the health supplements was longer than herbal medications. Therefore, it is shown that herbal medications have no price competitiveness compare to health supplements. The age of using the herbal medicine for the first time was younger than the health supplements. Even though many people can purchase both health supplements and herbal medication from pharmacies and local oriental medical clinic, it is also shown that some people thought that the health supplements should be purchased from oriental medical hospital (13.9%). The most commonly taken forms of the health supplement was nutrition-supplying products, and the second common health supplements were ginseng and red ginseng. The health supplements were commonly consumed for preventing illness and for maintaining healthy life rather than for cure diseases. On the other hand, the herbal medicine was more commonly consumed to be taller or to treat diseases. More than half of the entire people replied as 'satisfied' for their purchase. Some adverse effects and general reaction were common with the subjects consuming health supplements while dermatological adverse reaction was common with the subjects consuming herbal medications.

**Key words** : Herbal Medicine, Health Functional Foods, Elementary school students

## I. 緒 論

건강기능식품 시장은 그동안 중장년층 중심이었으나 최근 어린이가 중요한 소비자 군으로 주목받게 되었다. 맞벌이 부부의 증가에 따라 자녀의 패스트푸드 섭취와 외식 빈도가 늘어나고 열량이 높은 간식을 섭취하는 등 바람직하지 않은 식습관이 늘어나면서, 이를 보충하기 위해 건강기능식품에 대한 의존도가 높아지고 있다<sup>1,2)</sup>. 기능성에 대한 소비자의 수요 증가로, 2010년 식약청에서는 다양한 기능성 제품이 개발되어 판매될 수 있도록 지속적으로 건강기능식품 산업발전을 위한 지원정책을 추진할 계획이라고 밝혔다<sup>3)</sup>. 빠르게 증가하고 있는 건강기능식품 산업시장에 비해, 한약의 소비 형태는 어떠한지, 어떻게 변해가고 있는지 알아보려고 본 연구를 실시하였다.

소아, 청소년의 건강기능식품 소비에 관한 논문에서<sup>1,2,4-7)</sup> 건강기능식품 섭취 비율은 매년 높아지는 경향이 있으며, 식약청에서 최근 발표한 건강기능식품 판매액도 매년 증가 추세이다<sup>3)</sup>. 소아의 한약 소비에 관련된 연구는 안<sup>8)</sup>의 연구가 있으며, 건강기능식품과 한약 소비를 함께 연구한 것은 김<sup>9)</sup>의 연구가 있다.

본 연구는, 지방 소재 2개 초등학교를 대상으로 범위를 한정하여 결과를 일반화하기 어려웠던 지난 연구의 한계를 보완하기 위해 수도권 지역에 위치한 초등학교 1개를 선정하여 실시하였다. 또한 김<sup>9)</sup>의 연구에서, '가격이 저렴해서' 건강기능식품을 선호한다는 응답률이 매우 높았고, 한약 비복용군의 이유로 '가격이 부담스러워서'를 많이 응답하여 소비자가 느끼는 한약

의 가격대가 높다는 것을 알 수 있었다. 이를 바탕으로 점점 고가화 되고 있는 건강기능식품과 비교해 실제로 한약 소비 비용이 높은 것인지, 아니면 한약은 비싸다는 오해에서 비롯된 것인지 알아보기 위해 각각의 소비 기간과 비용, 장소 등을 함께 알아보아 그 결과를 얻었기에 보고하는 바이다.

## II. 對象 및 方法

### 1. 대상

2010년 6월 19일부터 6월 24일까지 경기도 ○○시에 소재한 한 개 초등학교 학생의 학부모를 대상으로 설문지 500부를 배포한 후 회수된 331명을 분석하였다.

### 2. 설문지 작성

설문지의 내용은 건강기능식품과 한약의 복용률, 복용 기간, 복용 비용, 처음 복용한 나이, 구입처, 구입한 건강기능식품의 종류, 복용 이유, 효과, 부작용 등을 조사하였고, 설문지 작성은 학부모가 하도록 하였다.

### 3. 통계분석

본 연구를 수행하는데 있어서 회수된 자료 중 무성의한 반응을 보인 응답자는 통계처리에서 제외시켰으며 여기서 사용된 구체적인 실증분석방법은 다음과 같다.

조사대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였고 범주형 자료에서 비모수 기법인 경우 교차분석  $\chi^2(p)$ 을 실시하여

집단 간의 차이를 살펴보았다. 본 연구의 실증분석은 모두 유의수준  $p < .05$ 에서 검증하였으며, 통계처리는 SPSSWIN 12.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

### III. 研究結果

#### 1. 일반 특징과 복용률 비교

총 331명 중 성별은 여자가 58.4%, 남자 41.6%였고, 자녀의 학년으로는 6학년은 없었고, 5학년이 25.5%, 4학년이 21.8%, 3학년이 23.9%, 2학년이 12.4%, 1학년이 16.4% 로 고른 분포를 보였다.

전체 대상자 중 건강기능식품 복용률(현재 복용 및 복용 경험 포함)은 67.4%로 나타났고, 한약 복용률은 59.2%로 나타났다(Table 1).

#### 2. 처음 복용한 나이 비교

건강기능식품 복용군이 처음 건강기능식품을 복용한 나이는 만 6세~10세 이전이 47.3%로 가장 많았으며, 한약 복용군은 만 1세~6세 이전이 가장 많은 64.0%로 한약 복용군이 첫 복용 경험 나이가 더 이른 것으로 나타났다(Table 2).

Table 1. The Characteristics of Elementary School Students and Uptake Ratio.

		Number	%
Gender	Male	132	41.6
	Female	185	58.4
Grade	1st	54	16.4
	2nd	41	12.4
	3rd	79	23.9
	4th	84	21.8
	5th	84	25.5
	6th	0	0
Uptake	Health functional foods	223	67.4
	Herbal medicine	196	59.2
Total		100.0	

Table 2. The Age of First Time Health Functional Foods and Herbal Medicine Use.

Health Functional Foods Number(%)	The Age	Herbal Medicine Number(%)
7(3.2)	To birth - one year	8(4.1)
92(41.4)	one year - six years	126(64.0)
105(47.3)	six years - ten years	57(28.9)
18(8.1)	over ten years old	6(3.0)
222(100)	total	197(100)

Table 3. The Period and Total Cost of Consumption between the Health Functional Group and Herbal Medicine Group.

Health Functional Foods Number(%)	Period	Herbal Medicine Number(%)
32(14.4%)	within a month	109(55.6%)
110(49.5%)	one month - six months	69(35.2%)
44(19.8%)	six months - one year	10(5.1%)
20(9.0%)	one year - two years	2(1.0%)
16(7.2%)	more than two years	6(3.1%)
Total Cost		
97(43.7%)	less than 100,000\	42(21.3%)
65(29.3%)	100,000\ - 200,000\	80(40.6%)
44(19.8%)	200,000\ - 500,000\	59(29.9%)
8(3.6%)	500,000\ - 1,000,000\	10(5.1%)
8(3.6%)	more than 1,000,000\	6(3.0%)
222(100.0%)	total	197(100.0%)

3. 복용 기간과 비용 비교

건강기능식품 복용군에서 자녀가 건강 기능 식품을 복용한 최대 기간에 대한 질문에, 1개월~6개월 이내가 49.5%로 가장 많았고, 한약 복용군에서는 1개월 이내가 55.6%로 가장 많아 건강기능식품을 더 장기간 복용하는 것으로 나타났다.

각각 경험군에게 구입에 든 총 비용을 질문한 결과, 건강기능식품의 경우 10만원 미만이 43.7%로 가장 많았고, 한약은 10만원 이상 20만원 미만이 40.6%로 가장 많았다(Table 3).

4. 구입처

건강기능식품을 복용한 군은 약국에서 구입한 경우가 가장 많았으며(48.0%), 한약 복용군은 일반 한의원에서 구입한 경우가 61.8%로 가장 많았다. 건강기능식품 구입처의 기타 응답으로는 인터넷, 생식원, 건강기능식품 전문점 등이 있었다(Table 4).

5. 복용한 건강기능식품의 종류

복용한 건강기능식품의 종류로는 영양보충용 제품이

가장 많은 82.8%였으며, 그 다음으로 홍삼·인삼제품(43.4%), 매실추출물 제품(10.9%), 클로렐라제품(6.8%) 순이었다(Table 5).

6. 복용하게 된 이유

한약과 건강기능식품을 구입하게 된 가장 큰 이유를 질문한 결과 건강기능식품은 ‘별 문제는 없지만 건강을 위해서’가 47.1%, ‘성장(키)을 위해서’ 23.3%, ‘잔병에 자주 걸리는 등 허약해서’가 19.7%였고 한약의 경우는 ‘잔병에 자주 걸리는 등 허약해서’(39.3%), ‘질병 치료를 위해서’(29.6%), ‘성장(키)을 위해서’(14.8%) 순이었다(Table 6).

7. 복용 후 효과 및 부작용

효과면에서 건강기능식품 복용군은 응답자의 58.8%가 효과가 ‘있는 편’, 4.2%가 ‘매우 있음’이라고 답하고 한약 복용군이 66.7%가 ‘있는 편’, 5.6%가 ‘매우 높음’이라고 답해 비율이 조금 더 높았다(Table 7).

복용 후에 건강기능식품 복용군의 98.6%, 한약 복용군의 95.4%가 부작용이 없어 두 군 모두 거의 없는 것으

Table 4. The Place of Purchase

	Place	Effect Number(%)
Health Functional Foods	Drug store	107(48.0%)
	Oriental Medical clinic, Hospital	31(13.9%)
	Local Clinic, Hospital	2(0.9%)
	Mart or Department store	36(16.1%)
	etc.	47(21.1%)
	Total	223(100.00%)
Herbal Medicine	Drug store or Herbal Medicine shop	18(9.4%)
	Local Oriental Medical clinic	118(61.8%)
	Pediatrics specialised Oriental Medical Clinic	46(24.1%)
	Oriental Medical Hospital	7(3.7%)
	etc.	2(1.0%)
	Total	191(100.00%)

Table 5. Health Functional Food Items Devided by Children's Intake Frequency.

Types of Health Functional Foods	Distribution(%)
Nutritional Supplements	183(82.8)
Red Ginseng, Ginseng	96(43.4)
Chlorella	15(6.8)
Aloe	7(3.2)
Propolis	11(5.0)
Enzyme	8(3.6)
Plant extract fermentation	9(4.1)
Plum extract	24(10.9)
etc.	7(3.2)
Total	360(162.9)

Table 6. The Reasons for Using Health Functional Foods and Herbal Medicine.

Variables		Distribution(%)
Reasons For using Herbal medicine	Weakness (frequent illness)	77(39.3)
	In order to grow taller	29(14.8)
	Poor appetite	19(9.7)
	Be smarter	1(0.5)
	Medical cure (ex.common cold, headache..)	58(29.6)
	etc.	12(6.1)
	Total	196(100)
Reasons on using Health functional foods	To be healthy (no illness)	105(47.1)
	In order to grow taller	52(23.3)
	Poor appetite	7(3.1)
	Be smarter	3(1.3)
	Weakness (frequent illness)	44(19.7)
	Medical cure (ex.common cold, headache..)	8(3.6)
	etc.	4(1.8)
Total	223(100)	

Table 7. The Effects of Herbal Medicine and Health Functional Foods.

Variables		Effect Number(%)
Herbal Medicine	No effect	10(5.1)
	A little help	44(22.6)
	Almost	130(66.7)
	Very well	11(5.6)
	Total	195(100)
Health Functional foods	No effect	7(3.2)
	A little help	73(33.8)
	Almost	127(58.8)
	Very well	9(4.2)
	Total	216(100)

Table 8. The Side Effects of Herbal Medicine and Health Functional Foods.

Health Functional Foods Side Effect Number(%)	Variables	Herbal Medicine Side Effect Number(%)
2(0.9)	General reactions	0(0)
1(0.4)	Dermal reactions	4(2.1)
1(0.4)	Indigestion	3(1.5)
0(0)	Heart and Respiration Reactions	0(0)
1(0.4)	Neuro-psychic reactions	0(0)
0(0)	etc.	2(1.0)
5(2.1)	Total	9(4.6)

로 나타났으며, 부작용은 건강기능식품은 ‘진신 반응’이 가장 많고 피부반응, 소화장애, 신경 정신반응 등이 나타났으며, 한약은 ‘피부 반응’이 가장 많고 소화 장애, 기타 응답으로 소변 문제, 비만 등이 나타났다(Table 8).

#### IV. 考 察

식품의 기능은 크게 영양면에서의 기능인 1차 기능, 풍부한 식량 환경에서 발생하게 된 기호 식품의 선택적 기능인 2차적 기능, 다양한 생리활성에 관여하는 생리조절기능인 3차적 기능으로 분류되며, 현대 사회로 오면서 개인소득 증대와 고령화 사회로의 진입으로 건강 강한 삶에 대한 욕구가 증가됨에 따라 단지 생명유지,

기호식품의 선택이라는 1, 2차 기능을 넘어 식품의 3차적 기능인 생리조절활성을 강조한 건강기능식품에 관심의 초점이 맞춰 지고 있다<sup>9)</sup>.

과거 소아에 있어서의 주요한 문제점은 痘·痲·驚·疳이었으나<sup>11)</sup>, 현대에는 식생활의 서구화와 패스트푸드의 선호에 따른 비만 인구 증가, 환경 오염 등으로 인한 건강 위협요인들의 만연으로 소아 영양에 대한 관심이 새로운 관점으로 대두되고 있다. 한의학에서는 질병발생의 조짐이 있을 때 早期豫防의 조치를 함으로써 병의 발생을 최소화하는 것으로, 治未病의 지혜가 있었다. 소아 한방 영역에서 치료 역할이 급성기의 치료보다는 예방의학으로서의 願補역할이 중요시되고 있는 실정<sup>12)</sup>으로, 질병 예방과 건강 증진을 표방하는 건강기능식품 시장과의 경쟁을 무시할 수 없는 상황이다.

식약청에서 발표한 2009년 건강기능식품 생산실적 통계 자료에 관한 보도자료(2010.05.28일자)에 따르면, 09년도 건강기능식품 생산실적 현황을 분석한 결과, 판매액은 9,598억원으로 '08년 8,031억원에 비해 20% 증가하였다'고 한다. 이는 건강기능식품 판매액이 06년(7,008억원), 07년(7,235억원), 08년(8,031억원) 등으로 10% 안팎의 연평균 성장률을 훨씬 웃도는 것으로 신종인플루엔자 대유행 등이 건강기능식품 판매에 영향을 미친 것으로 분석된다. 더불어 지난해 개별인정형 제품 판매액은 800억원으로 08년(416억원)에 비해 92% 정도 증가하여 건강기능식품 전체 성장에 비하여 더욱 두드러졌다. 이는 평균 수명 증가로 건강에 대한 관심이 지속적으로 증가함에 따라 미용과 건강 증진에 도움을 주는 신규 기능성 제품에 관심이 쏠리고 있는 데 따른 것으로 풀이된다<sup>3)</sup>. 소아의 건강기능식품 복용률은 김<sup>1)</sup>, 정<sup>4)</sup>의 연구 등에서 성인과 비교해 적지 않았고, 2004년과 2006년에 수행된 식품의약품안전청의 '건강기능식품의 상한치에 관한 연구' 중 우리나라 사람들의 생애주기별 건강기능식품 복용률에서 초등학생과 청소년의 복용률은 각각 45.9%와 47.8%에 이르렀다<sup>5)</sup>. 이<sup>13)</sup>의 연구에서는 초등학교 학부모들의 영양에 대한 관심 정도에 대한 설문에서 '많다'라는 응답이 53%를 차지하였으며, 김<sup>5)</sup> 등의 연구에서는 80%에 가까운 부모들이 관심이 많다고 응답하였고 초등학생의 영양보충제 섭취 비율은 49.2%로 절반가량 차지, 박<sup>2)</sup>의 연구에서는 아동의 건강기능식품 섭취 경험이 63.2% 가량 나타났다.

본 연구에서 나타난 조사대상자의 건강기능식품 복용률은 67.4%로 나타났고, 한약 복용률은 59.2%로 나

타나 건강기능식품 복용률이 더 높았다. 한약 복용률은 2007년 안<sup>8)</sup>의 연구에서의 65.3%보다 낮고 이전 연구의 67.8%보다도 낮았다. 건강기능식품의 경우는 2008년 박<sup>2)</sup>의 연구의 복용률인 63.2%보다 약간 높았고, 수도권 지역을 대상으로 한 김<sup>6)</sup>의 연구와 비슷하게 복용률이 높게 나올 것이라 생각했으나 김<sup>6)</sup>의 연구의 81.3%보다 낮은 수치이며, 2009년 본지의 연구인 67.7%와 비슷하였다. 한약의 복용률은 다른 지역보다 낮으나 건강기능식품의 복용률은 다른 지역과 비교 떨어지지 않아 점차 한약 복용률이 감소하는 것을 알 수 있었다.

건강기능식품 복용군과 한약 복용군의 복용기간을 비교해 보면, 건강기능식품은 1개월~6개월 이내가 49.5%로 가장 많았는데, 김<sup>6)</sup>의 연구에서 건강기능식품을 '6개월 미만'으로 섭취한 경우가 가장 높은 비율(38.1%)이었고, 박<sup>2)</sup>의 연구에서 역시 '6개월 미만'이 51.3%로 가장 많아 유사한 결과를 보여준다. 반면 한약 복용군에서는 1개월 이내가 55.6%로 가장 많았는데, 안<sup>8)</sup>의 연구에서 한약 복용기간으로 1~2주간이 가장 많았고 4주 이상이 10% 이내로 나타나 본 결과와 유사하며, 평균적으로 건강기능식품을 더 장기간 복용하는 것으로 나타났다. 이는 의약품인 한약과 의약외품으로 장기 복용이 가능한 건강기능식품의 특성상 차이가 반영된 것으로 보인다. 복용 비용의 경우 김<sup>3)</sup>의 논문에서는 한달에 건강기능식품의 구입비로 지출하는 비용이 '1~3만원' 수준이 53.1%로 과반수 이상이었고, 박<sup>2)</sup>의 논문에서는 한달 평균 건강기능식품 구입비용이 '5만원 미만'이 54.9%로 가장 많았으며 김<sup>6)</sup>의 논문에서는 한달 평균 구매 비용으로 3~6만원이 36.2%, 3만원 이하가 35.2%로 대다수가 6만원 이하의 비용을 사용하고 있었다. 이에 비해 안<sup>8)</sup>의 연구에서 나타난 한약 복용의 평균 비용은 5~10만원이 가장 많게 나타났다. 본 설문에서 각각의 경험군에게 구입에 든 총 비용을 질문한 결과, 건강기능식품의 경우 10만원 미만이 가장 많았고(43.7%) 한약은 10만원 이상 ~ 20만원 미만이 가장 많아(40.6%), 한약이 복용 기간은 짧은 데 비해 복용 비용은 더 높아 상대적으로 가격 경쟁력이 떨어지게 나타났다. 건강기능식품의 경우에 한 제품 당 구입비용이 높아도 한번의 구입으로 2~3개월을 섭취하는 특징 때문에 상대적으로 비용면의 부담이 덜한 것으로 여겨진다.

건강기능식품 복용군이 처음 건강기능식품을 복용한 나이는 만 6세~10세 이전이 47.3%로 가장 많았다. 하<sup>7)</sup>의 연구에서 건강기능식품을 처음 복용한 나이로

중학교가 가장 높았던 것으로 보아, 초등학교 입학시, 그리고 청소년기가 시작되는 시기인 중학교 시기에 학부모들이 건강기능식품을 주로 이용하는 것으로 보인다. 한약 복용군은 만1세~6세 이전이 가장 많은 64.0%로 한약 복용군이 첫 복용 경험 나이가 더 이른 것으로 나타났다. 이는 안<sup>8)</sup>의 연구에서 한약을 처음 복용했던 평균 연령이 55개월이었던 것과 유사한 결과이다.

건강기능식품의 사용에 대한 문제는 개인 또는 상황에 따라 달라질 수 있으므로 영양전문가, 의사, 생리화학자로부터 개별 상담 및 처방에 따라 사용하는 것이 더 좋고<sup>14)</sup>, 가장 높은 섭취율을 보인 영양보충제도 과잉섭취로부터 안전성을 확보하고 필요 이상 섭취되는 것을 막기 위해 최대함량기준 설정을 고려해야한다<sup>15)</sup>. 건강기능식품을 구입하는 출처에서 남<sup>16)</sup>의 연구에서는 약국 38%, 선물 21.5%, 건강기능식품 전문점 17.7%, 한의원 15.5%. 방문판매 14.7%, 통신판매 4.9% 순이며 박<sup>2)</sup>의 연구에서는 선물(7.1%)과 방문판매(6.9%)의 비중이 낮아지고 약국(26.1%), 한의원(23.6%), 건강기능식품점(13.4%)과 같이 전문성이 높은 장소에서의 구입이 주를 이루었다. 본 설문에서 건강기능식품을 복용한 군은 약국 다음으로 마트나 백화점에서 구입한 경우가 많았으며(16.1%) 기타 의견에서 인터넷이라는 응답도 많은 비율을 차지해 비전문적인 곳을 통한 구입도 꽤 많은 비중을 차지하고 있는 것으로 나타났다. 한약 복용군은 90% 정도가 한의원이나 한방병원 등의 전문성 있는 장소에서 구입했으나 9.1%는 비전문적인 구입처인 약국 및 한약방에서 구입했다고 응답해 아직도 정확한 진료 후에 처방 받지 않은 한약을 복용하는 경우가 있는 것으로 나타났다. 건강기능식품의 경우 전문가의 상담을 받지 못하는 구입 경로가 높은 비중을 차지하므로 건강기능식품 관련제도를 비롯한 건강기능식품의 유용성 및 안전성에 대한 더 많은 연구가 선행되어야 할 것으로 사료된다<sup>17,18)</sup>. 또한 건강기능식품 구입을 한의원이나 한방병원에서 한 경우도 13.9%로 나타났는데, 건강기능식품을 한방 치료 영역에 함께 응용하는 긍정적 발전도 모색해 볼 수 있을 것이다.

가장 많이 복용하는 건강기능식품은 이전 연구와 마찬가지로 영양 보충용 제품이었으며, 인삼 및 홍삼 제품도 높은 비율을 차지했다. 많은 스트레스와 피로에 쌓여 생활하는 현대인들은 적당한 운동, 올바른 식생활의 유지 뿐 아니라 피로회복에 도움을 줄 수 있는 경제적인 건강 기능성 식품을 요구하고 있어<sup>19)</sup> 한약재를 이용한 기능성 식품 연구도 활발해지고 있는 실정

으로, 인삼과 홍삼이 그 대표적인 예이다. 특히 홍삼 제품은 김<sup>1)</sup>, 박<sup>2)</sup> 등의 연구에서도 높은 이용률을 나타냈으며, 지난해 건강기능식품 품목 중에서는 홍삼제품 판매액이 4,995억원으로 전체 건강기능식품 판매액의 52%를 차지하여 5년 연속 판매 1위를 차지하는 등 건강기능식품 시장의 핵심 상품이 되었다<sup>3)</sup>. 건강기능식품 섭취 시 우리 몸에 유익한 식품성분의 섭취를 증가시킬 수 있다는 긍정적 측면이 있는 반면, '기능성'을 강조하기 위해 여러 가지 성분을 필요량 이상 사용하거나 검증되지 않은 용도에 무조건 사용함으로써 심각한 안전성의 문제를 야기시켜 소비자의 혼돈을 유발하기도 하며, 소비자들은 건강기능식품의 개념을 정확하게 인식하지 못해 질병치료를 위한 약으로 오인하거나 제조업체와 판매업자들이 주장하는 것처럼 '단시일'내에 의학학적인 효능, 효과를 얻을 수 있다는 과장된 광고나 홍보에 의해 남용되기도 한다<sup>20)</sup>. 홍삼제품은 원기회복, 면역력 증진 및 자양강장의 도움이 되는 기능성이 있으나<sup>21)</sup>, 이를 건강기능식품에 활용할 시 체질이나 현재 몸상태를 고려하지 않은 무분별한 복용은 해가 될 수 있다. 이러한 일을 방지하기 위해서 특히 한약재 성분을 이용해 만든 건강기능식품의 경우, 한의사의 상담을 통해 판매가 이루어지도록 유통 구조와 소비자의 인식을 개선시켜야 할 것이다.

한약과 건강기능식품을 구입하게 된 가장 큰 이유에 대한 질문에, 건강기능식품은 '별 문제는 없지만 건강을 위해서'가 가장 많아 예방적 차원에서 복용하는 경우가 가장 많았으며 이전 연구와 유사한 결과였다. 하<sup>7)</sup>의 연구에서도 '건강유지를 위해 섭취한다'가 가장 높았고 효과 및 만족도도 다른 집단에 비해 높게 나타났다. 한약의 경우는 '잔병에 자주 걸리는 등 허약해서'(39.3%), '질병 치료를 위해서'(29.6%), '성장(키)를 위해서'(14.8%) 순으로, 이전 연구와 비교해 성장 치료의 비율은 낮게 나타났으며 허약한 몸을 위한 보약 개념이 더 큰 것으로 나타났다. 그러나 건강기능식품과 비교하여 질병 치료나 성장 등 특별한 목적을 갖고 복용하는 경우가 높은 비율을 차지했다.

효과면에서 건강기능식품 복용군은 응답자의 58.8%가 효과가 '있는 편', 4.2%가 '매우 있음'이라고 답하고 한약 복용군이 66.7%가 '있는 편', 5.6%가 '매우 높음'이라고 답해 비율이 조금 더 높았다. 이는 안<sup>8)</sup>의 연구에서 한약 복용 소아가 긍정적인 효과를 보았다고 생각한 경우인 63.7%와 비교 더 높은 수치이며, 김<sup>9)</sup>의 연구에서 한약 복용군이 69.9%가 '있는 편', 3.9%가

‘매우 높음’이라고 답한 것과 유사하다 볼 수 있다.

복용 후 부작용은 건강기능식품 복용군의 98.6%, 한약 복용군의 95.4%이 없어 두 군 모두 미미했으며, 나타난 부작용으로 건강기능식품은 ‘전신 반응’이 가장 많고 피부반응, 소화장애, 신경 정신반응 등이, 한약은 ‘피부 반응’이 가장 많고 소화 장애 등의 응답이 있었다. 기타 응답으로 ‘소변 문제’, ‘체중 증가’ 등이 언급되어 한약을 먹으면 살이 찢까봐 걱정하는 현상도 반영되어 나타났다.

본 연구는 연구 대상이 경기도 ○○시 소재 1개 초등학교를 대상으로 범위를 한정하여 결과를 일반화하는데는 어려움이 있다. 이전 연구의 지역적 한계를 보완하기 위해 지방과 수도권이라는 차이를 두고 진행을 하였지만 표본 수가 적고 도시 규모 등의 차이가 명확하지 않아 앞으로 이를 보완하여 표본 수가 많고 지역적 한계가 적은 후속 연구가 이루어져야 하겠다. 또한 앞으로 유치원, 중고등학교를 대상으로 범위를 확대하여 변화를 관찰하는 연구도 함께 시행되어야 할 것이다.

## V. 結 論

본 연구는 수도권 지역 초등학생의 건강기능식품 및 한약의 섭취 실태를 알아보고자 경기도 ○○시 소재 일부 초등학생의 학부모 331명을 대상으로 설문지법에 의해 실시되었다. 본 연구에서 얻어진 결론은 다음과 같다.

1. 총 331명 중 건강기능식품 복용률(67.4%)이 한약 복용률(59.2%)보다 높았다.
2. 각각 경험군에게 구입에 든 총 비용과 기간을 질문한 결과, 건강기능식품의 경우 10만원 미만이 가장 많았고(43.7%) 한약은 10만원 이상 20만원 미만이 가장 많았으며(40.6%) 건강기능식품 복용군에서 자녀가 건강 기능 식품을 복용한 최대 기간에 대한 질문에, 1개월~6개월 이내가 49.5%로 가장 많았고, 한약 복용군에서는 1개월 이내가 55.6%로 가장 많았다.
3. 건강기능식품 복용군이 처음 건강기능식품을 복용한 나이는 만 6세~10세 이전이 47.3%로 가장 많았으며, 한약 복용군은 만 1세~6세 이전이 가장 많은 64.0%로 한약 복용군이 첫 복용 경험 나이가 더 이른 것으로 나타났다.
4. 건강기능식품을 복용한 군은 약국에서 구입한 경우

가 가장 많았으며(48.0%), 한약 복용군은 일반 한의원에서 구입한 경우가 가장 많았고(61.8%) 건강기능식품 구입을 ‘한의원이나 한방병원’에서 한 경우도 13.9%로 나타났다.

5. 복용한 건강기능식품의 종류로는 영양보충용 제품이 가장 많은 82.8%였으며, 그 다음으로 홍삼·인삼 제품(43.4%), 매실추출물 제품(10.9%), 클로렐라제품(6.8%) 순이었다.
6. 한약과 건강기능식품을 구입하게 된 가장 큰 이유를 질문한 결과 건강기능식품은 ‘별 문제는 없지만 건강을 위해서’가 가장 많아 예방적 차원에서 복용하는 경우가 가장 많았으며 한약의 경우도 보약 개념으로 복용하는 경우가 가장 많았으나, 성장이나 질병치료 등 특별한 목적을 가지고 복용하는 경우가 건강기능식품보다 높은 비율이었다.
7. 복용 후 효과는 한약과 건강기능식품 모두 긍정적인 의견이 절반을 넘었고 나타난 부작용으로 건강기능식품은 ‘전신 반응’이 가장 많고 한약은 ‘피부 반응’이 가장 많았다.

## 參 考 文 獻

1. 김선호, 한지혜, 황유진, 김화영. 우리나라 일부 청소년의 건강기능식품 섭취 실태. 한국영양학회지. 2005; 38(10):864-72.
2. 박진선, 이준호. 대전지역 학령기 아동의 건강기능식품 섭취실태 및 부모의 요구도. 대한지역사회영양학회지. 2008;13(4):463-75.
3. 식품의약품안전청 홈페이지. <http://www.kfda.go.kr/>
4. 정은순, 익산지역 고등학교의 건강기능식품 섭취 실태 및 관련 변인 분석. 원광대학교 교육대학원. 2008.
5. 김은미, 정혜자, 정진웅, 김정원. 초등학생들의 일반적인 특성에 따른 영양보충제 섭취 실태 분석. 한국식품조리과학회지. 2008;24(5):672-81.
6. 김윤경. 초등학생과 초등학생 어머니의 건강기능식품 섭취실태 및 건강기능식품에 대한 어머니의 인식도. 단국대학교 교육대학원. 2008.
7. 하선아. 고등학교 학부모의 건강기능식품 인식, 구매에 따른 섭취실태조사. 신라대학교 교육대학원. 2009.
8. 안영준. 초등학생에서 한약 이용 실태에 관한 연구. 대한소아과학회. 2007;50(4):381-5.
9. 김미기, 정지호, 임정훈, 안재선, 박진수, 안민섭, 이해

- 자, 박은정. 초등학생의 건강기능식품 및 한약 복용 실태에 대한 연구. 2009;23(3):143-54.
10. 맹영선, 허태련. 식품과 건강. 서울: 유한문화사. 129-30.
11. 김덕곤, 김윤희, 김장현, 박은정, 백정환, 이승연, 이진용, 장규태. 동의 소아과학. 서울: 도서출판 정담. 2002:26.
12. 신지나, 신원규. 소아과 외래 환자의 주소증 및 허약아에 관한 연구. 대한한방소아과학회지. 2000;14(2): 165.
13. 이지은, 정인경. 초등학생 자녀의 식습관 및 영양교육에 대한 학부모의 인식 조사. 대한가정학회지. 2005;43(7):67-77.
14. 이현숙. 한국 프로축구 선수들의 영양보충제 섭취 실태. 한국영양학회지. 2006;39(3):299-306.
15. 건강기능식품 부작용 신고센터. <https://hfcc.or.kr>
16. 남정선. 서울, 경기지역 직장인들의 건강기능식품 섭취 실태 및 이와 관련된 변인 분석. 연세대학교 생활환경 대학원. 2004.
17. 도종균. 건강보조식품에 대한 소비자의 인식 및 이용 실태. 대구한의대학교 보건대학원. 2004.
18. 강영자. 전북지역 일부학교 영양사의 건강기능식품 인식 및 이용실태. 전북대학교 교육대학원. 2006.
19. 한종현, 박성혜. 기능성 식품으로의 활용을 위한 한약자원에 관한 연구 (인삼잎과 줄기 혼합 추출액의 항피로 효과 및 안전성 평가). 동의생리병리학회지. 2004;18(4):1134-9.
20. 김미라, 임미경. 부산 · 경남 지역소비자의 건강식품 섭취자와 비섭취자의 특성 비교 및 섭취 의도에 영향을 미치는 요인 분석. 동아시아 식생활학회지. 2007; 17(6):798-807.
21. 정소영. 기능성 식품의 현황과 전망. 광주. 조선대 교육대학원. 2005.