

에너지 음료 섭취 실태 및 부작용 인식

Recognition of energy drink intake and side effects



지도 교수님: 이은주, 박선구

임상화학(CHEMI) 동아리 회장: 배한나 / 부회장: 최슬기, 박소연

3학년: 박소연, 박인선, 배한나, 유호정, 최슬기

2학년: 권희원, 신채현, 우수진, 이연희, 양민주, 제갈린

1학년: 김민아, 김희진, 권우진, 박주영, 복재경, 백민서, 양희주, 이민희, 임수진, 이주희, 추나연, 허민

01 Introduction

- * 에너지 음료는 생리기능을 활성화하는 성분인 카페인, 타우린, 아미노산, 비타민 등을 함유하고 있어 집중력을 향상시키고 피로감을 줄여 준다고 알려져 있는 형태의 음료로, 기능성 음료 또는 카페인 음료로 분류될 수 있다.
- * 지속적으로 과도한 카페인 섭취 시 불면증, 두통, 행동 불안, 정서 장애, 혈압 상승, 부정맥 등 부작용이 발생할 수 있다. 또한 위산 분비를 촉진, 자극해 역류성 식도염, 위염 등을 유발할 수 있다.
- * 본 연구를 통해 대학생의 에너지 음료 섭취 실태와 대학생의 에너지 음료에 대한 부작용 인식이 정도를 파악하여 에너지 음료의 섭취하는 것이 사회학적 요소, 음료의 이점과 부작용에 대한 인식과 어떤 연관이 있는지를 알아보고자 한다.

02 Material and Methods

- * 대전보건대학교 임상병리학과 학생 181명을 대상으로 에너지 음료 섭취 실태, 부작용 경험 유무와 부작용 인식에 대해 조사
- * 1-5번 문항 : 성별, 직장 여부, 나이, 주관적인 건강 상태
- * 6번 문항 : 에너지 음료의 종류, 섭취, 목적, 효능과 부작용의 경험 유무
- * 7-8번 문항 : 에너지 음료에 대한 효능과 부작용 인식
- * 9-11번 문항 : 앞으로의 섭취 의향
- * 설문을 진행하기 전, 'G*power 3.1' 라는 샘플 수 계산 프로그램으로 중도 탈락률 10%를 고려한 최저값은 176명으로 산출되어 분석을 진행
- * 설문 조사 결과를 바탕으로 'SPSS 22ver.' 을 사용하여 분석
- * 연속형 변수에는 t-test, 범주형 변수에는 카이제곱 검정을 시행

03 Results

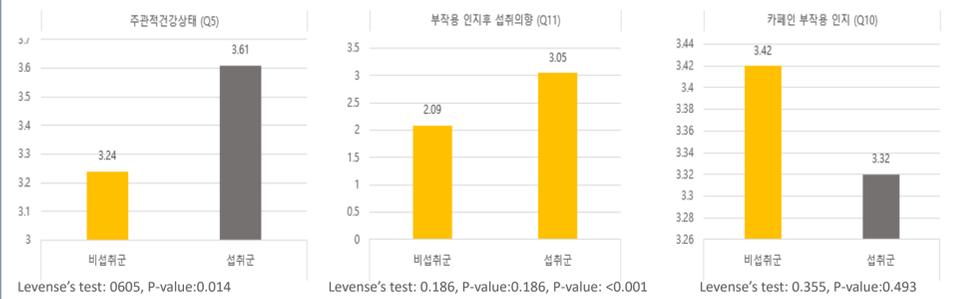


Fig. 2. Analysis with or without energy drink intake

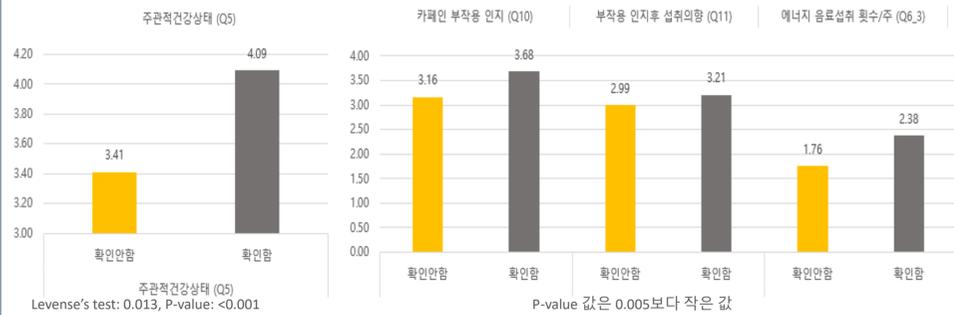


Fig. 3. Analysis according to whether caffeine content is confirmed

04 Conclusion

- * 조사 문항들에 대한 신뢰도는 Cronbach 's 알파계수가 0.707으로 양호한 수준으로 확인된다.
- * 임상병리학과 학생 181명을 조사 한 결과 에너지 음료 섭취군은 3.61, 비섭취군은 3.24라는 결과였다. 카페인 함량 확인 그룹의 주관적 건강상태는 4.09로 확인하지 않는 그룹의 3.41 보다 우세함을 알 수 있다.(p<0.001)
- * 섭취군의 주관적인 건강 상태가 본인을 건강한 상태로 생각해 부작용을 인지해도 지속적으로 에너지 음료를 섭취한다는 결과를 통해 에너지 음료 부작용에 대해 간과하거나 가볍게 생각하고 있는 것이 아닐까 추측해 볼 수 있으며 에너지 음료에 대한 부작용과 관련된 구체적인 교육이 필요한 것으로 사료된다.

03 Results

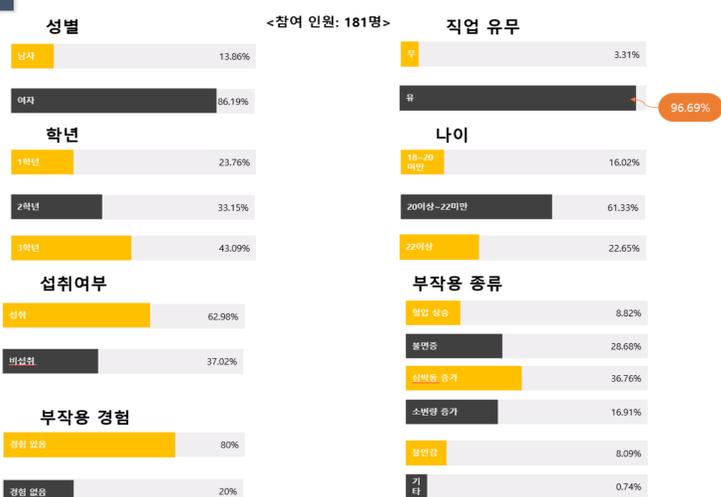


Fig. 1. analysis personal information

05 Reference

Korean Consumer Agency. A survey on current safety issues of energy drinks [Internet]. 2013.

Sang Youn Yoo. 2013 [updated 2013 May 27]. Energy drinks, too much is harmful. Available form: <https://www.hidoc.co.kr/healthstory/news/C0000004866>

Tae Yang Kim, Soo Min Kim, Ji Yeon Kim, Jeong Yeon Im, Hui Yu, Young-Hee Han, Taisun Hyun. (2018). Awareness and Consumption of Energy Drinks and Associated Factors among College Students in Cheongju. KOREAN JOURNAL OF COMMUNITY NUTRITION. 23(1). 60-72.

Kab-Keum Ko, Myung-Hee Kim, Je-Hyuk Lee. (2019). Intake Status and Perception of Energy Drinks according to the Gender and Obesity of Some University Students in Chungnam Province. Korean J. Food Nuty. 32(3). 167-178.

Marczinski CA, Fillmore MT. Energy drinks mixed with alcohol: what are the risks? Nutr REV 2014; 72(S1): 98-107.

Lee J, Huh W, Choi EJ. Pattern analysis of factors affercting energy drink consumption college students. Korean J Health Nutr 2015; 19(15): 274-2803.