

## ▷ 만성질환 집중관리군 나트륨 줄이기 사업 평가 ◁

염도 직접측정과 체험을 통해 저염실천을 유도하고 고혈압 환자의 사업참여 전·후 혈압 및 만족도 조사를 분석하여 향후에 반영하고자 함

### I. 나트륨 줄이기 사업 개요

#### ■ 사업개요

- 기 간 : 2015. 03. 01. ~ 2015. 09. 30.
- 대 상 : 만성질환 집중관리군 112명
- 방 법 : 8회 방문을 통한 집중관리 하에 사업 참여 전후 염도수준과 혈압변화 측정, 사후 만족도 조사
- 설문조사 참여자 : 사업대상자 112명

#### ■ 사업추진체계



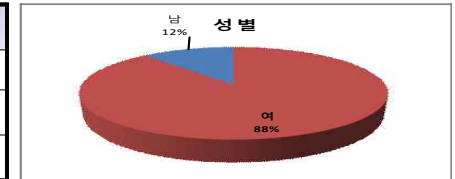
## II. 대상자 현황 및 혈압, 염도변화(사전·사후)

### ■ 대상자 현황

#### 1. 대상자 일반사항

##### ○ 성 별

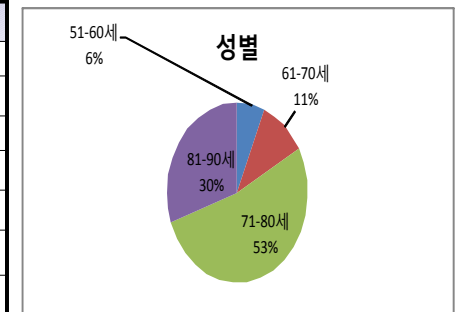
항 목	인 원(명)	비율(%)
남	13	11.6
여	99	88.4
Total	112	100



☞ 여자가 88.4%로 여성이 대부분임

##### ○ 연 령

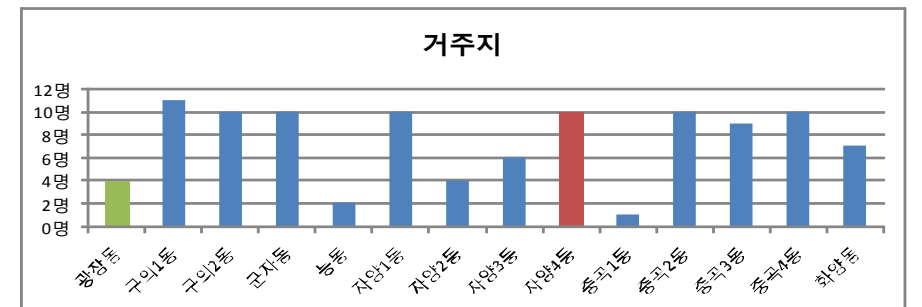
항 목	인 원(명)	비율(%)
51~60세	7	6.3
61~70세	12	10.7
71~80세	59	52.7
81~90세	34	30.3
91세 이상	0	0
무응답	0	0
Total	112	100



☞ 71세 이상이 83%로 방문사업특성상 어르신 대상자가 많음

##### ○ 거주지 현황

동	광 장 동	구의1 동	구의2 동	군 자 동	능 동	자양1 동	자양2 동	자양3 동	자양4 동	중곡1 동	중곡2 동	중곡3 동	중곡4 동	화양 동	Total
인 원 (명)	4	11	10	10	2	10	4	6	10	1	10	9	10	7	112



## 2. 질병현황 및 건강행태

### ○ 질병현황(중복가능)

종류	인원(명)	비고
고혈압	102	1순위
당뇨	49	2순위
뇌졸중	5	
고지혈증	13	
골다공증	3	
동맥경화	1	
암	5	
관절염	6	
기타	21	3순위
없다	1	

☞ 112명의 대상자들은 고혈압 외에도 당뇨, 관절염, 고지혈증 등 대체로 복합질환을 가진 만성질환자들임

### ○ 약물복용여부

구분	인원(명)	백분율(%)
복용	110	98.2
비복용	2	1.8
Total	112	100

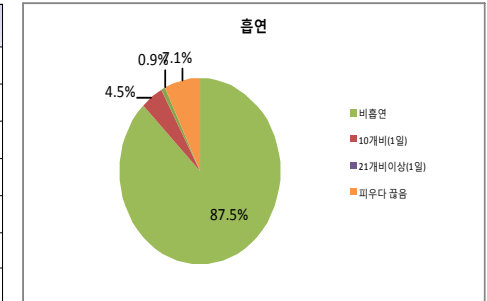
### ○ 복용약물 현황(중복가능)

종류	인원(명)	비고
고혈압	83	1순위
당뇨	36	3순위
뇌졸중	8	
고지혈증	13	
골다공증	7	
동맥경화	1	
암	0	
관절염	42	2순위
기타	17	

☞ 복합질환을 가진 대상자가 대부분으로 대다수가 다양한 종류의 약을 복용하고 있음

### ○ 흡연여부

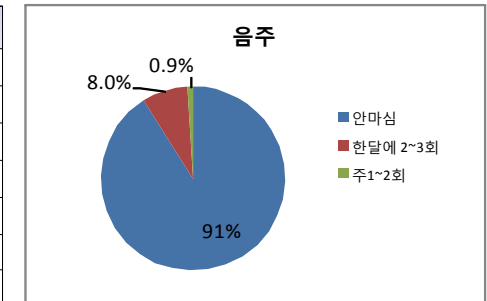
종류	인원(명)	비율(%)
비흡연	98	87.5
10개비(1일)	5	4.5
11-20개비(1일)	1	0.9
21개비 이상	0	0
피우다 끊음	8	7.1
무응답	0	0
Total	112	100



☞ 대상자의 87.5%가 여성인 만큼 비흡연자가 많음

### ○ 음주여부

종류	인원(명)	비율(%)
안마심	102	91.1
한달에 2~3회	9	8.0
주 1~2회	1	0.9
주 3~4회	0	0
주 5회 이상	0	0
무응답	0	0
Total	112	100

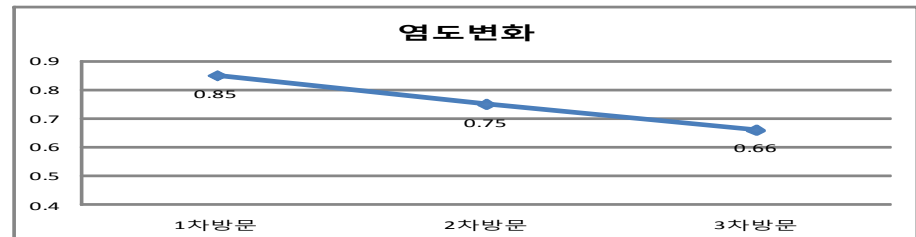


☞ 흡연여부와 마찬가지로 여성 대상자가 대부분으로 비음주자가 많음

## ■ 염도, 혈압 변화(사전·사후)

### ○ 염도 변화

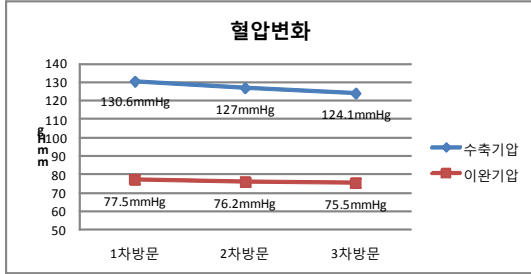
종류	염도(%)	판정범위	
		구분	NaCl 농도(%)
1차 방문	0.85	1. 싱겁게 먹는편	<0.0
2차 방문	0.75	2. 약간 싱겁게 먹는편	0.1~0.2
		3. 보통으로 먹는편	0.3~0.5
3차 방문	0.66	4. 약간짜게 먹는편	0.6~1.1
		5. 짜게 먹는편	1.1<



☞ 염도는 염도계를 이용하여 국, 찌개, 김치국물 중 건더기를 제외한 국물의 NaCl농도를 측정한 것으로 수치가 높을수록 짜게 먹으며 수치가 낮을수록 싱겁게 먹는 것을 의미함. 1차 사전검사결과 0.85%, 2차 중간검사결과 0.75%, 3차 사후검사결과 0.66%로 지속적으로 점점 싱겁게 먹는 것으로 변화되었음을 볼 수 있음. 사전, 사후를 비교해 보았을 때 0.19%가 감소되어 프로그램의 효과성을 입증함

### ○ 혈압 변화

종류	수축기압(mmHg)	이완기압(mmHg)
1차 방문	130.6	77.5
2차 방문	127	76.2
3차 방문	124.1	75.5

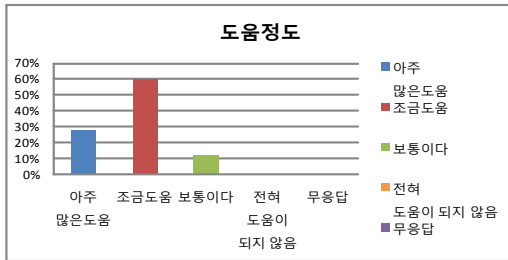


☞ 3차례 염도측정과 함께 혈압측정을 함. 수축기혈압은 130.6mmHg에서 사후 124.1mmHg로 6.5mmHg감소 하였으며, 이완기 혈압은 사전77.5mmHg에서 사후 75.5mmHg로 2mmHg 감소함

## III. 만족도 조사 결과

### ○ 도움정도

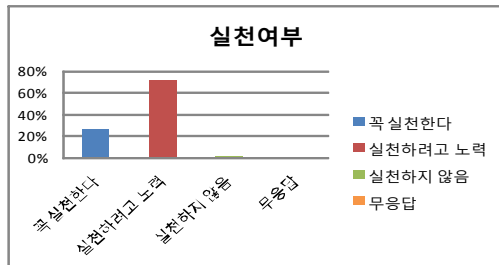
종류	인원(명)	비율(%)
아주 많은 도움이 됨	31	27.7
조금 도움이 됨	67	59.8
보통	14	12.5
전혀 도움되지 않음	0	0
무응답	0	0
Total	112	100



☞ 87.5%가 도움이 된다고 응답하여, 프로그램 내용이 대상자에게 적절한 것을 알 수 있음

### ○ 실천여부

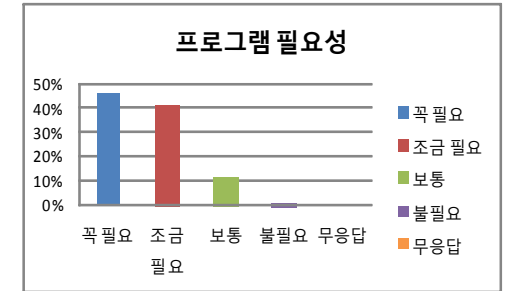
종류	인원(명)	비율(%)
꼭 실천한다	30	26.8
실천하려고 노력 함	81	72.3
실천하지 않음	1	0.9
무응답	0	0
Total	112	100



☞ 99.1%가 실천하려고 노력한다고 응답하여 대상자들의 실천의지가 높음을 알 수 있음

### ○ 프로그램 필요성

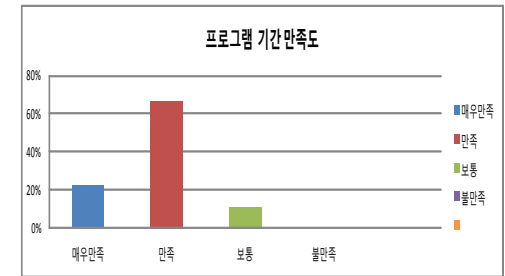
항 목	인 원(명)	비율(%)
꼭 필요	52	46.4
조금 필요	46	41.1
보통	13	11.6
불필요	1	0.9
무응답	0	0
Total	112	100



☞ 87.5%가 프로그램이 필요하다고 응답하여 프로그램 요구도가 높음을 알 수 있음

### ○ 프로그램 기간 만족도

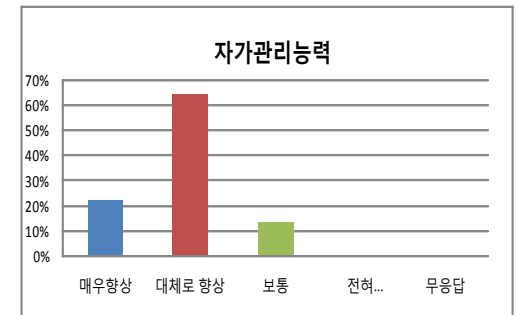
항 목	인 원(명)	비율(%)
매우만족	25	22.3
만족	75	67
보통	12	10.7
불만족	0	0
무응답	0	0
Total	112	100



☞ 프로그램 기간 만족도에 89.3%가 만족한다고 응답하여, 프로그램 기간이 적절한 것을 알 수 있음

### ○ 자가관리능력

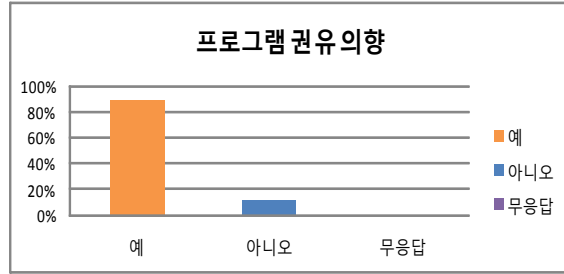
항 목	인 원(명)	비율(%)
매우향상	25	22.3
대체로 향상	72	64.3
보통	15	13.4
전혀 향상되지 않음	0	0
무응답	0	0
Total	112	100



☞ 대상자의 86.6%가 자가관리능력이 향상되었다고 응답하여, 프로그램 효과성이 높음을 알 수 있음

○ 프로그램 권유의향

항 목	인 원(명)	비율(%)
예	100	89.3
아니오	12	10.7
무응답	0	0
Total	112	100



☞ 대상자의 89.3%가 타인에게 프로그램 권유의향이 있다고 답함

○ 기타 건의 사항

- 입맛이 없어 식사자체를 하고싶지 않다.
- 그냥 맛있게 먹고 싶다

## IV. 총 평

### ■ 결론 및 제언

- 「**만성질환 집중관리군 나트륨 줄이기 사업**」 집중관리 8회 동안 시작, 중간, 종료 3회에 걸쳐 혈압과 염도를 측정, 염도변화와 혈압 변화를 관찰하고, 종료시 프로그램 만족도 조사를 시행함.

- 「**염도변화**」의 경우 1차 0.85%, 2차 0.75%, 3차 0.66%로 지속적으로 낮게 측정되어, **음식 조리시 나트륨을 줄이는 태도가 변화**하였음을 미루어 짐작 할 수 있으며, 이로 인해 **사업의 효과성이 입증**되었으나, 종료시 염도가 0.66%로 약간 짜게 먹는 범주에 해당하여, 향후 지속적인 모니터링 및 추후관리가 필요할 것으로 여겨짐.

- 「**혈압변화**」는 **수축기혈압**이 130.6mmHg에서 사후 124.1mmHg,로 **6.5mmHg감소** 하였으며, **이완기 혈압**은 사전77.5mmHg에서 사후 75.5mmHg로 **2mmHg 감소**함. **저염식 실천이 혈압조절에 미치는 효과를 확인**함으로써 **저염식에 대한 동기화 및 실천의지 향상에 도움**이 됨.

- 「**도움정도 및 필요성**」에 대하여 87.5%가 “도움이 된다” 고 답하였으며, 87.5%가 “프로그램이 필요하다” 고 답하여 **지속적 사업시행 요구도가 높음**을 알 수 있음.

- **교육내용(저염식) 실천여부**에 대하여 99.1%가 “실천하려고 노력한다” 로 답하여 **높은 실천율**을 나타냄. 고혈압, 당뇨와 같은 만성질환 관리시, 건강생활실천은 정기적 약물복용과 달리 직접적 효과 확인이 어려워 실천 동기화가 낮으나, 본 사업은 저염식으로 인한 혈압조절 효과가 직접 확인되어 실천율이 높음.

- 「**프로그램 기간 만족도**」에서 **89.3%**가 만족한다고 응답하였음. 사업의 궁극적 목적인 「**자가관리능력 향상**」에서 **86.6%**가 **자가관리 능력이 향상 되었다고 응답**하였으며, 대상자의 89.3%가 타인에게 프로그램 권유 의향이 있다고 답함. 「**기타건의사항**」에 “입맛이 없어 식사자체를 하고 싶지 않다.”, “맛있게 먹고 싶다.” 고 답변함. 71세 이상 고령 대상자가 대부분이어서 중장년층 보다 기대여명이 짧아 건강생활에 대한 의지가 다소 낮은 것으로 보이나, 평균수명이 향상 추세이므로 건강수명 연장을 위해 지속적 교육 및 동기화가 필요하다고 여겨짐.

- 본사업은 생활습관이 고착화된 노령자에게 건강생활 실천과 질병조절과의 관계를 가시적으로 확인 할 수 있도록 하여 만족도 및 사업의 효과성이 높게 나타남. 향후 고혈압 환자 및 만성질환자에게 확대 시행할 예정임. 아울러 기존 대상자에게 전화 및 방문모니터링을 시행하여 꾸준한 서비스와 지속적 추후관리를 하고자 함