

임신 중 영양 섭취 불충분하면 자녀 학업 능력 저하된다

임신 중 충분한 영양을 섭취하지 못한 산모는 학업 성취도가 크게 떨어지는 아이를 낳는다는 연구 결과가 발표됐다.

6일 '한국경제'에 따르면 뉴질랜드 AUT대학 연구진은 2000년부터 오克兰드 남부 지역 병원에서 태어난 남태평양 섬나라계 아이 1,400여명을 추적 관찰했다. 연구진은 임신 중 엄마의 영양 섭취가 자녀의 학력에 큰 영향을 미친다는 결론을 냈다.

연구진에 따르면, 연구를 처음 시작할 때 인터뷰에서 임신 중 충분히 먹지 못했다고 밝힌 엄마들이 낳은 자녀 649명을 17년이 지난 뒤 추적 조사했고 이들의 학력이 다른 아이들에 비해 크게 저조하다는 사실을 도출했다. 특히 연구대상자의 10%의 경우 뉴질랜드의 대학 입시를 위한 학력평가제도인 'NCEA'의 기초단계인 1단계도 통과하지 못했다. 또 이들 중 31%만이 최고단계인 3단계를 통과했으며 대학 진학에 성공한 경우는 고작 22%였다.

연구진인 엘-사턴 타우블로 "학교 성적에 영향을 미치는 것은 여러 가지가 있을 수 있지만, 임신 중 안정적이지 않은 음식물 섭취가 나중에 아이들의 학력과 강력한 통계적 연관성이 있는 것은 분명하다." 고 밝혔다.

연구진은 또 임신 중 제대로 영양을 섭취하지 못한 엄마들이 낳은 아이들은 14세가 됐을 때 다른 아이들보다 살이 더 찌는 등 신체 발달에도 나쁜 영향이 초래됐다고 밝혔다.

한편 임신 중인 엄마가 다이어트 등으로 영양 부족 상태가 되면 아기가 비만에 걸리기 쉽다는 연구 결과도 있다. 일본의 교토대 의학연구과 연구팀은 먹이를 통상 섭취



취량의 70%로 줄여 먹인 엄마 쥐에게서 태어난 쥐에게 지방분이 많은 먹이를 주는 실험을 실시했다. 이와 동시에 먹이를 제한하지 않은 엄마 쥐에게서 태어난 쥐한테도 같은 양의 똑같은 고지방 먹이를 먹인 뒤 결과를 비교했다.

실험 결과 8주 후 저체중 쥐의 체지방이 30% 더 많은 것으로 나타났다. 이는 저체중 엄마 쥐에게서 태어난 쥐는 체중을 적절한 수준으로 유지하는 호르몬인 '렐틴'에 대한 감수성이 약해져 더 뚱뚱해지는 것이라고 연구팀은 설명했다. 이러한 연구 결과는, 임신 중 엄마가 다이어트를 하게 되면 아기가 비만에 걸리기 쉽다는 주장을 사실로 입증한 것으로 임신 중에는 식사를 꼬박꼬박 잘 챙겨먹어야 한다는 것을 시사해 준다.

특히 태아의 신경관이 형성되는 중요한 시기인 임신 첫 3개월 중에 체중 줄이기 다이어트를 하거나 식사 관련 정신장애가 있었던 여성은 그렇지 않은 여성에 비해 신경관 결함을 출산할 위험이 2배 높은 것으로 나타났다. 그리고 이 기간에 단식을 한 경험이 있는 여성은 신경관 결함 출산 위험이 무려 6배나 높았다.

사진=shutterstock

시니어 헬스케어 전문 **MART** 옆

하워드 약국 HOWARD DRUGS

당뇨/고혈압/콜레스테롤 상담 전문
세리토스, 실비치, 싸이프러스, 롱비치, 하와이언 가든, 다루니

30년 병원 임상경험
*노약사에게 전화주세요



약사 노혜경
Pharm.D.



(Del Amo Bl. + Pioneer Bl.)

562-866-6011

20141 Pioneer Blvd. Lakewood, CA 92715

Susan 반영구 확장 Microblading

민낯의 당당한 아름다움을 보여주자!

3D 자연눈썹 / 아이라인

남자눈썹

• 무통시술로 헤드드립니다 •



562.376.0180

11819 South St, Cerritos CA 90703



커뮤니티 양로병원

한결같은 사랑과 기도로 내 부모님처럼 섬기는 양로병원

24시간 병간호

- 물리치료, 작업치료, 언어치료
- 링거투여, 호스피스케어
- 외상치료, 호흡기치료, 기관절개치료

각종 여가활동

- 각종 교육 프로그램
- 아트와 게임
- 종교활동
- 운동 프로그램

다양한 제공

병원 예약, 차량제공
영양상담과
다양한 메뉴 제공

메디케어, 메디칼
Private/HMO/PPO

9620 Fremont Ave., Montclair, CA 91763

(909) 621-4751

한국어 상담: Faith Lim (562) 714-7792

www.communityech.com



아늑하고 편안함,
최첨단 의료시설과 환경
한국인에게 친절한
상담을 받으세요.



San Bernardino St.