

國人飲食口味輕重度與腎臟病有關營養知識、行為、與生活習慣之相關性探討

藍雯琪¹ 鄭筑文¹ 鄭裕耀²

¹ 嘉南藥理科技大學保健營養系

² 嘉南藥理科技大學營養與保健科技研究所

據統計，台灣洗腎率、末期腎臟病盛行率皆為世界第一。早期診斷是否為慢性腎臟病的危險族群，輔以正確飲食習慣及觀念養成，能有效降低國人罹患腎臟相關疾病的發生率。本研究目的在調查國人對飲食口味的輕重度，探討其與腎臟病有關營養知識、行為、與生活習慣之關聯性。採橫斷面型量性研究，參與對象共 123 人，主要來源為南部民眾，以方便取樣法取得。針對國人的飲食行為習慣與腎臟病相關之影響因素，設計調查問卷，進行資料收集。結果顯示，飲食口味輕重不同者在飲食習慣上顯示差異性。口味重者外食頻率較高、較常額外添加調味料、也較常攝取高油脂食物及服用中草藥配方。在人口學特性上，重口味則以男性居多；年齡上，口味清淡、適中者以 46 歲以上偏多，重口味者則為 30 歲以下；收入上，口味重則多為收入在 2 萬以下者。本研究發現，飲食口味輕重不同者在腎臟病有關之多項營養行為、生活習慣與人口學特性上顯示有差異性存在。針對可能之危險族群，期能藉瞭解口味輕重不同者的特徵，應用於慢性腎臟病的初級預防衛教工作上。

關鍵詞：Renal disease, Taste preference