

여성의 스트레스 및 문제음주가 피부건강에 미치는 영향

손애리*, 김진영**

*삼육대학교 보건관리학, **삼육대학교 보건대학원 보건학과

본 연구는 인구사회적 특성, 음주, 스트레스 및 수면이 피부건강에 미치는 영향을 파악하기 위하여 415명을 대상으로 하였으며, 그 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 인구사회적 특성에 따른 피부건강상태는 건성 피부, 지성 피부에서 연령에 따른 유의한 차이를 보였으며, 결혼상태는 기혼자가 미혼자보다 건성 피부의 점수가 유의하게 높았고, 지성 피부, 민감성 피부, 노화 피부는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.
2. 음주자, AUDIT 점수 8점 이상인 문제음주자, 16점 이상인 알코올의존자, 및 CAGE가 1점 이상인 문제음주자에서 피부상태의 하위변수인 지성피부에서 유의하였으며, 민감성 피부는 문제음주자에서만 유의하였다.
3. 스트레스와 피부상태와 지각된 피부건강에 차이가 있는지를 분석한 결과 유의하지 않았다.

이상의 결과를 통해 음주는 피부건강상태 중 지성피부와 민감성피부와 관련이 있었다. 민감성 피부는 다른 변수를 고려할 경우 유의하지 않았으나 지성피부는 여전히 유의하여 음주로 인하여 피부가 지성이 될 수 있음을 확인하였다. 스트레스는 유의하지 않은 것으로 나타났으며, 수면부족은 음주와 마찬가지로 피부건강상태 중 지성피부와 관련이 있음이 확인되었다. 본 연구는 지각된 피부건강을 측정하였기 때문에 추후 연구는 피부상태에 대한 생리적 측정을 통하여 연구되었으면 한다. 본 연구결과를 바탕으로 여성의 피부건강에는 음주와 수면습관이 피부에 영향을 미치는 것으로 나타났으므로 여성의 피부를 다루는 피부관리사 혹은 의사는 음주에 대한 위험성과 수면과 같은 생활습관의 중요성을 강조할 필요가 있으며, 개입프로그램 개발 시 본 연구결과가 활용될 수 있으리라 생각된다.