

관절염 환자의 자조관리과정 강사교육 실시현황 및 대상자의 사전조사 분석

대한류마티스 건강전문학회 교육부

대한류마티스 건강전문학회에서는 1994년 8월 29-30일 제 1차 강사교육을 시작하여 1996년 2월 8-9일 제 19차 까지 진행했으며 강사는 연인원 37명이다.

〈표 1〉 회별 강사교육 실시 일시, 참여 인원 및 강사명

회	이수인원	일 시	장 소	강 사 명
1	18	1994년 8월 29일-30일	서울대학교 간호대학	이은옥
2	18	1994년 10월 8일-9일	서울대학교 간호대학	강현숙, 김정화
3	16	1994년 10월 14일-15일	충남대학교 간호학과	김종임, 박상연
4	11	1995년 1월 9일-10일	가톨릭대학교 간호대학	송경애, 신계영
5	16	1995년 1월 13일-14일	서울대학교 간호대학	이은남, 신계영
6	13	1995년 2월 3일-4일	한양대학교 간호학과	임난영, 김정화
7	17	1995년 2월 10일-11일	서울대학교 간호대학	이인숙, 신계영
8	16	1995년 2월 17일-18일	계명대학교 간호대학	박정숙, 박상연
9	12	1995년 2월 17일-18일	전남대학교 간호학과	박인혜, 은 영
10	10	1995년 2월 28일-3월 1일	경희대학교 간호학과	김정화, 이혜숙
11	13	1995년 4월 28일-29일	계명대학교 간호대학	박정숙, 박상연
12	14	1995년 5월 20일-21일	서울대학교 간호대학	서문자, 권혜정
13	11	1995년 6월 3일-4일	부산대학교 간호학과	이은남, 신재신
14	13	1995년 6월 30일-7월 1일	전남대학교 간호학과	홍미순, 은 영
15	8	1995년 6월 30일-7월 1일	한양대학교 간호학과	임난영, 권혜정
16	15	1995년 8월 24일-25일	충남대학교 간호학과	소희영, 강현숙
17	14	1995년 10월 27일-28일	경북대학교 간호학과	박상연, 박정숙
18	17	1996년 1월 15일-16일	서울대학교 간호대학	서문자, 임난영
19	13	1996년 2월 8일-9일	가톨릭대학교 간호대학	김명자, 한상숙
총 계	265			37

19차까지의 참여인원은 265 이었고 이는 회원 307명의 86.32%이다. 이들의 평균 연령은 37.98세로서 30세 후반이고, 결혼상태는 기혼자가 173명(73.61%)이었으며 교육 정도는 전문대졸자 32.5%, 대졸자 24.2%, 석사학위 소유자 29.0%, 박사학위 소유자 14.3%였다.

근무지는 병원이 37.0%, 학교가 35.8%로 가장 많았고, 보건소, 복지관, 의무실 등이 9.4%였다. 가정간호사는 13.0%였는데 이들은 병원, 보건소, 가정간호사업소에 근무하거나 무직인 사람들로 구성된다. 무직은 4.5%이며 이들은 대학원생이거나 가정주부들이었다. 강사역할을 담당시키기 위해 이들과 접촉한 결과 시간활용의 관점에서 보면 실제로 강사로서 활약할 수 있는 사람들은 교직자, 무직자, 보건간호사, 가정간호사, 임상간호사의 순이다.

참여자의 거주지역별 분포는 서울 32.1%, 대구 11.7%, 대전 9.8%, 광주 9.1%, 부산 7.2%이며 경기도 6.8%, 경북 6.0%이며 그 외 지역에는 산발적으로 분포되어 있다.

<표 2> 거주지별, 근무영역별 분포

	가정간호	병원근무	학 교	보건소 혹은 복지관	무 직	계
서울시	9	36	25	10	5	85 (32.1)
부산시	1	10	4	0	4	19 (7.2)
대구시	3	20	7	0	1	31 (11.7)
인천시	1	3	2	0	0	6 (2.3)
광주시	8	10	6	0	0	24 (9.1)
대전시	7	6	10	3	0	26 (9.8)
경기도	3	3	8	4	0	18 (6.8)
강원도						
원주시	0	2	7	0	0	9 (3.4)
춘천시	0	1	3	1	0	5 (1.9)
강릉시	0	0	1	0	0	1 (0.4)
전 남						
목포	0	0	3	0	0	3 (1.1)
전 북						
전주	0	0	7	0	0	7 (2.6)
경 남						
진주	0	1	6	1	1	9 (3.4)
경 북						
포항	0	2	1	0	0	3 (1.1)
기타	0	3	5	5	0	13 (4.9)
충 남						
기타	1	0	0	1	0	2 (0.8)
충 북						
청주	2	0	1	0	0	3 (1.1)
제주도	0	0	0	0	1	1 (0.4)
계	35(13.2)	98(37.0)	95(35.8)	25(9.4)	12(4.5)	265 (100.0)

이들이 관절염 환자교육에 관심을 갖게 된 동기는 본인이 환자인 경우가 27명(10.2%)이었고, 가족이나 친지가 환자인 경우가 89명(32.5%)였다. 가족이나 친지 중 부모가 관절염인 경우가 가장 많아 25.5%, 친척이 8.7%, 배우자가 0.4%, 친구가 3.9%였다. 강사교육에 자진하여 참석한 경우가 201명(75.8%), 타인의 권유와 기타가 27명(10.2%)이었다.

이들이 강사교육을 받기 이전의 사전지식을 주관식 질문으로 시험했으며 이 자료를 근거로 이들의 강사교육을 실시하였다. 사전검사는 212명이 응답했으며 그 결과 분석은 다음과 같다.

염증반응의 4가지 특성 중 모두 알고 있는 사람은 169명(73.2%)이었고, 만성관절통이 있어도 운동을 해야 하는 이유를 물었을 때 관절변형을 막기 위한 점과 근육의 약화를 막기 위한 점을 모두 답한 사람이 114명(49.4%)이었다. 또한 운동 후의 통증지속 2시간 원칙에 대하여 알고 있는 사람은 103명

(44.6%)로서 일반적인 염증반응에 대한 것은 비교적 많이 알고 있으나 관절염 관리에 대해서는 구체적으로 모르고 있음을 의미한다.

근육강화운동을 피해야 할 사람은 어떤 상태에 있는 사람인지를 물었을 때 급성 상태에 있는 사람이라고 답한 사람은 123명(52.2%)이었다.

환자가 신문광고에 난 소염진통제를 사 먹어도 되느냐고 묻는다면 어떤 대답을 해야 하느냐의 질문에서 우선 그 약이 효과가 입증된 것인지를 확인할 것, 환자가 지금 복용하는 약과 중복되지 않는지와 자기 주치의와의 상의할 것을 정답으로 보았는데 그 중 모두 대답한 사람은 112명(48.5%) 한가지만 답한 사람은 105명(45.5%)이었고 전혀 대답을 못한 사람도 8명(3.5%)이었다. 환자가 또 어떤 환자가 다른 환자에게 자기가 먹고 있는 약이 가장 좋은 약이라고 말하면서 사 먹으라고 권하는 것을 알게 되었을 때 어떻게 충고해야 하느냐의 질문에 대해 약은 환자의 상태에 따라 달리 처방되고 현재 자기에게 가장 맞는 약이 무엇인지는 환자의 질병상태뿐만 아니라 지금까지 먹었던 약에 따라 다르므로 옆의 사람의 말을 따라서는 안된다는 답에 전부 대답한 사람은 128명(55.4%), 일부만 답한 사람은 85명(36.8%), 전혀 대답 못한 사람은 12명(5.2%)이었다.

병원에서의 관절염 치료가 만족스럽지 못하여 치료를 중단하고 민간 요법으로 관절염을 고쳤다는 친구의 이야기에 따라 민간요법을 사용하겠다는 환자를 만났을 때 어떻게 충고하겠는가에 대한 질문에 민간요법의 효과가 입증되지 않았다는 점, 약물을 중단하면 질병이 악화될 수 있다는 점을 알려 주고 정말 민간요법을 사용하고 싶다면 약물을 복용하면서 민간요법을 동시에 사용해 보라는 점 등을 추천할 수 있겠는데 이에 대해 모두 답한 사람은 82명(35.5%), 한가지 답한 사람은 117명(50.6%), 전혀 대답 못한 사람은 26명(11.3%)이었다. 이는 전문인들도 민간요법의 효능을 과학적으로 판단하지 않고 막연하게 신뢰하는 경향이 있음을 의미한다.

스테로이드 제제를 복용하다가 중단할 때 어떻게 해야 하는가를 물었을 때 서서히 중단해야하고 중단 여부는 의사와 상의해야 하는 점을 모두 대답한 사람은 130명(56.3%), 하나만 답한 사람은 71명(30.7%), 전혀 대답 못한 사람은 24명(10.4%)이었다. 관절염 치료제에 대해 물었을 때 비스테로이드성 소염제, 스테로이드, 기타 항류마티스 제제를 모두 열거한 사람은 204명(88.3%), 한가지만 대답한 사람은 16명(6.9%), 전혀 대답하지 못한 사람은 5명(2.2%)이었다.

환자가 약 복용시간을 기억하기 힘들어 할 때 어떻게 돕겠는가의 질문에 대해 시계 자명종을 맞추어 놓기, 환자들이 서로 전화하기, 가족이 일깨워 주기, 잘 보이는 여러 곳에 “약 먹기”라고 써서 붙여 두기, 약봉투를 식탁 앞에 놓기 등 여러가지 방법을 제안하고 있다.

통증완화에 이완요법이 효과적인 이유를 물었을 때 휴식이 반드시 근육을 이완시키지 않는다는 점과 이완요법은 근육을 충분히 이완시키기 때문에 근육긴장에 의한 통증을 경감시킬 수 있다는 점을 모두 대답한 사람은 122명(52.8%), 한가지만 대답한 사람은 76명(32.9%), 전혀 대답 못한 사람은 27명(11.7%)이었다.

이상의 결과로 보아 강사교육에서 특별히 다루어져야 할 내용이 교과서에 있는 내용보다는 구체적이고 실질적인 지식이어서 환자와의 접촉이나 관절염에 대한 관심이 많지 않으면 얻기 어려운 내용이였다. 이들 강사들은 일부 자조관리과정에 참여하여 교육하고 있으며 아직 시간적 여유가 없어서 참여하지 못한 사람들은 기회가 주어지는 대로 재교육을 통하여 활용될 계획이다. 또한 병원이나 보건소에 근무하는 강사들은 직장에서의 계획에 따라 직장단위로 자조관리과정을 운영할 것이다.