

경수손상 환자를 위한 효능기대 증진 프로그램 개발과 그 효과에 관한 연구*

황 옥 남**

세계적으로도 척수장애인의 발생률은 인구 100만명당 미국이 30~32명, 일본이 39.4명, 우리나라가 40명으로 연간 1600명 이상의 새로운 척수손상 환자가 발생되고 있다(척추수레바퀴, 1995). 한국에서의 발생빈도가 높은 것은 최근 점점 증가하는 교통사고와 재해사고로 인한 것으로 추정된다.

척수손상 중 경수손상은 일단 발생하면 완치방법이 어렵고 사지마비로 인해 평생 여러 가지 육체적, 심리적, 사회적 어려움에 처하게 된다. 육체적인 어려움으로는 일상생활동작 수행에 대한 어려움과 방광이나 폐감염, 욕창, 통증, 배변 및 배뇨장애, 관절 강직과 변형, 체온조절, 심폐기능 저하 등 다양한 합병증으로 고통을 받고 있으며, 심리적으로는 갑작스런 장애로 인한 좌절, 우울, 공포, 실망, 무력감, 죄의식, 불안, 불확실한 미래에 대한 공포감, 낮은 자아상과 자존감 그리고 의학적 충고로 도와줄 사람을 필요로 하고 있다(Brown, 1992). 또한 가족이나 조력자에 의존해서 살아야 되는 부담감과 경제적 부담감이나 직업과 성행위의 어려움(Buckelew, Baumstark, Frank, Hewett, 1990), 특히 이동 등이 제한되어 사회적 활동이 침체되고, 손상전에 갖고 있던 직업의 상실 등으로 독립적인 삶의 어려움이 따른다. 우리나라 환자의 경우에는 장애에 대한 낮은 사회적 인식으로 많은 환자들이 가정에 은둔되어 살아가고 있고 이들을 위한 적절한 재활프로그램이 마련되어 있지 않아 더 많은 합병증과 심리적 사회적 어려움에 시달리고 있는 실정이다.

그러므로 경수손상환자들에게 가정에서 재활하도록 돕기위해 재활에 의미있는 행동을 실천하고 변화시키는 것이 시급한 상황이다.

이에 본 연구자는 경수손상환자들의 재활행위를 증진시키기 위해 행동변화의 주요개념으로 소개한 Bandura의 자기효능 이론을 토대로 효능기대증진프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하고자 한다.

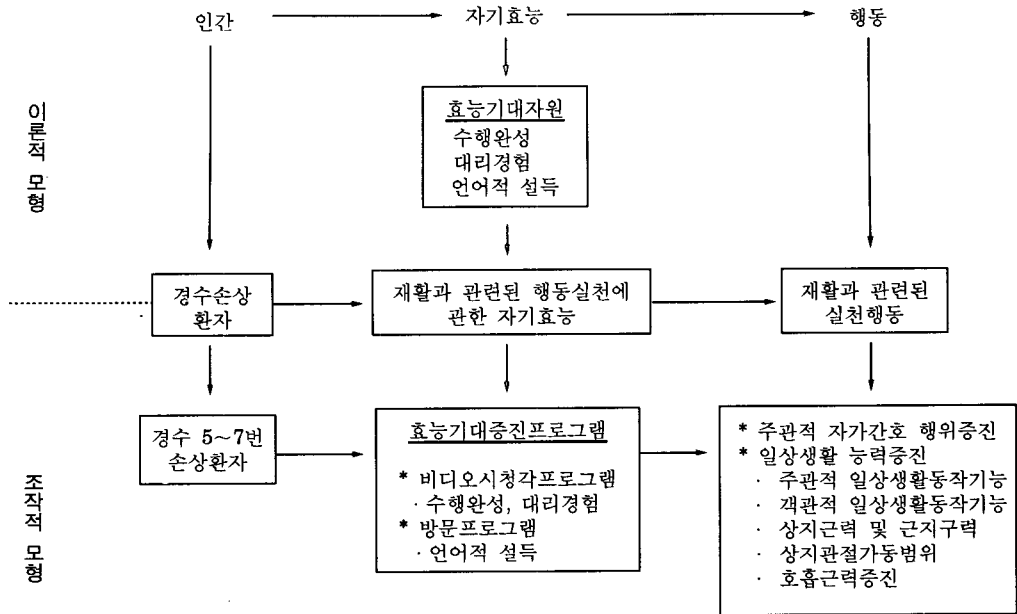
본 연구의 구체적 목적은 다음과 같다.

- 1) 경수손상환자의 재활과정 경험을 분석한다.
- 2) 경수손상환자를 위한 효능기대증진프로그램을 개발한다.
- 3) 효능기대증진프로그램의 효과를 검증한다.

본 연구의 이론적 기틀은 사회학습이론에서 도출한 Bandura의 자기효능이론(self-efficacy theory)으로서 자기효능은 개인이 결과를 얻는데 필요한 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신감을 의미한다(Bandura, 1977; 김남성, 1991).

* 연세대학교대학원 박사학위 논문

** 영동전문대학 간호과 조교수



〈그림 1〉 본 연구의 이론적 기틀

자기효능을 높이는 효능기대자원은 언어적 설득(verbal persuasion), 대리적 경험(vicarious experience), 수행완성(performance accomplishment), 정서적 각성(emotional arousal)인 이완이 있다(Bandura, 1977). 이 중 정서적 각성은 경수손상 환자의 상황과 관련이 적어 제외시켰다.

연구기간은 1995년 1월에서 3월까지 효능증진 프로그램을 개발하기 위한 기초연구로 경수손상환자 10명에게 심층면담과 참여관찰을 하였고, 1995년 4월부터 6월 7일까지 VTR Tape 효능 증진 프로그램을 제작하였고, 효능증진 프로그램에 대한 검증은 6월 24일에서 1995년 10월 22일까지였고, 총3명을 대상으로 하였다.

효능기대증진 프로그램은 Bandura의 효능기대 자원을 바탕으로 VTR Tape 프로그램(40분)과 가정방문 프로그램을 사용하였다.

실험절차는 실험적 측정과 VTR Tape 프로그램에 대한 처치를 실시하고, 일주일후부터 매주 1회 가정방문프로그램을 실시하였으며, 매주 실험에 대한 주관적, 객관적실험후 측정을 하였다.

본 연구에 사용된 연구도구는 연구자가 개발한 경수손상환자의 자기효능도구와 주관적 자가간호 측정도구, 일상생활능력 중 Gresham 등이 개발한 QIF(Quadriplegic Index of Function)를 연구자가 수정보완한 일상생활동작 측정도구와 상지근력과 상지근지구력 측정은 아령과 모래주머니(Color - Coded Weight : Preston 제작)를 사용하였고, 호흡근력은 Magnehelic Pressure Gauze로 최대흡기력을 측정하였고, 상지관절각도 측정도구는 Goniometer로 측정하였다.

연구결과는 다음과 같다.

1. 첫번째 단계인 경수손상 환자들의 경험을 분석한 단계에서 경수손상 환자들의 적응단계는 손상 후 충격단계, 좌절단계, 수용단계, 재형성단계 순으로 나타났다. 이들이 경험한 내용은 불편감, 상실감, 불

안감, 분노감, 절망감, 부담감, 외로움, 바쁨, 자신감, 성숙으로 나타났다. 경수손상 환자들이 재활과정 적응에 가장 중요한 영향요인으로 나타난 것은 직업이나 소일거리이고, 육체적 건강, 조력자, 독립적으로 활동할 수 있는 기능 및 자조그룹과 지지그룹 등으로 나타났다.

2. 두번째 단계에서는 경수손상 환자들이 중요하다고 인식하는 재활활동에 관한 내용을 중심으로 40분 짜리 VTR Tape 효능기대증진 프로그램을 개발하였다.

3. 세번째 단계에서는 효능기대증진 프로그램의 효과를 검증하기 위해 AB단일사례실험연구로 그 효과를 검증하였다.

실험한 결과는 다음과 같다.

1) 자기효능을 측정한 결과 자기효능점수는 첫주와 16주의 측정값을 비교해볼때 ABC 환자 각각 1090점에서 1430점(31%)까지, 760점에서 1670점(120%)까지, 1510점에서 1980점(31%)까지 증가하였다.

2) 주관적 자기간호행위는 A,B,C 환자가 각각 78%, 93%, 26%가 증가하였다.

3) 일상생활기능은 일상생활동작, 상지근력과 근지구력, 상지관절각도, 흡기근력을 측정하였다. 먼저 주관적, 객관적으로 측정한 일상생활동작 중 객관적 측정의 경우 ABC 환자 각각 137점에서 197점으로, 130점에서 167점으로, 181점에서 205점으로 나타나 최하 13%에서 최고 44%까지 증가되었다. 상지 관절각도는 환자B의 견관절 굴곡각도를 제외하고 8~12주경에 모든 환자의 상지관절가동범위가 정상으로 회복되었다. 상지근력(근지구력) 측정에서도 A환자의 경우 최고 214%(269%), B환자의 경우 262.5%(243.8%)가 증가하였고, C환자의 경우는 33%(300%)까지 증가하였다. 흡기근력을 측정한 최대흡기압은 환자A 12.5%, 환자C 46.7%로 안정적으로 상승곡선을 보인것에 비해 환자C의 경우는 191.7%가 증가했으나 불안정한 양상을 나타냈다.

4) 모든환자들에게 사회적 활동이 증가하였는데, 친구나 이웃과의 만남이 증가하고 관계도 원만해 졌으며, 외출 및 수련회 등에 참석하거나 교회나가기, 정보 찾기와 미래에 대한 계획을 세우고 구체적으로 훈련하는 활동이 증가하였다.

이에 경수손상환자의 효능증진프로그램이 경수손상 환자의 자기효능 및 주관적 자기간호행위, 일상생활능력인 일상생활동작기능, 상지근력과 상지구력 및 호흡근력을 증가시키고, 사회적 활동을 증진시키는데 유의한 도구라는 것이 검증되었다.

연구의 의의

본 연구에서의 이론적 측면의 의의는 효능기대 증진 프로그램이 자기효능과 자기간호행위, 일상생활능력 및 사회적 활동을 증가시켜 효능기대 자원에 의한 자기효능의 증가와 행위의 변화가 나타나 Bandura 이론을 지지하는데 기여 하였고 건강분야에 적용하여 검증하므로써 이론의 유용성을 증가시켰다.

본 연구에서 연구측면의 의의는 먼저 환자들의 삶을 이해하고 파악하기 위한 심층면담과 참여관찰법, 그것을 기초로 우리나라 환자의 특수성에 맞는 프로그램개발과 그 효과를 검증하여 연구를 3단계로 적용한 것과 국내에서는 처음으로 간호학제내에 단일 사례 연구기법을 시도하므로써 연구방법의 다양성을 제시하였다.

본 연구의 실무면에서의 의의는 사지마비된 환자들에게 가정에서 재활하는데 자기간호 행위, 일상생활능력 및 사회적 활동을 증진시키기 위한 간호중재 전략으로 언제나 쉽게 반복적으로 사용할 수 있는 VTR Tape 효능기대증진 프로그램을 개발하여 가정간호 실무에서 사용 가능하게한 것이다.

제언

- 1) 본 연구는 대상자가 3명이어서 결과를 확대 적용하는데 제한이 있으므로 연구대상자를 증가시킨 비교실험 연구와 반복연구가 필요하다.
- 2) 모든 대상자들이 가정에 오래 은둔된 환자들이었으므로 연구자가 개입된 자체가 민감한 효과를 드러냈으므로 이에 실험내용과 상황을 엄격하게 통제한 추후연구가 필요하다.
- 3) 본 연구는 재활원 입원 경험이 있는 환자와 손상후 2년이상된 환자로 국한하였으나 재활원 입원경험이 있는 환자와 비교하는 연구와 퇴원직후부터 중재를 하여 효과를 비교하는 연구가 필요하다.
- 4) 본 연구에서 상지근력과 근지구력, 흡기력 및 상지관절운동에 대한 훈련은 모든 환자들이 처방대로 실시하지 않고 2~3배 가량 증가하여 운동하였을 뿐 아니라 팔굽혀 펴기, 심호흡 및 상지저항운동 등을 병행하여 실시하였으므로 실험에 대한 효과는 순수한 처방효과로 볼 수 없으므로 각각의 훈련을 독립적으로 실시하여 아령, 관절운동, 흡기근 훈련도구 자체에 대한 효과를 검증할 수 있는 연구가 필요하다.
- 5) 자기효능과 재활행위가 언제까지 지속되는지 그리고 직업 등 사회적 활동이 안정적인 수준으로 도달하는 시기가 언제인지를 파악하는 장기적 연구가 필요하다.
- 6) 실제로 본 연구에서 사회적활동은 환자들에게 매우 중요한 요인으로 제시되었지만 직업적 성취까지 보는데는 연구시일이 너무 짧기 때문에 6개월이상의 기간을 설정하여 지속적으로 사회적 활동을 관찰하여 안정적인 수준으로 도달하는 시기가 언제인지를 파악하는 연구가 필요하다.
- 7) 본 연구에서 사용된 효능증진프로그램은 현재 우리나라 상황을 그대로 반영한 것이므로 시대나 사회적 여건의 변화에 따라 프로그램 수정이 필요하다.
- 8) 선행연구와 연구자의 경험에 의하면 자조그룹과 지지그룹 활동도 경수손상환자의 재활에 중요한 요인임이 드러났으므로 효능기대증진프로그램과 이러한 그룹활동의 효과를 비교하는 연구가 필요하다. ▣