

산욕기 여성의 경험 - 제주지역을 중심으로 -

신 혜 숙* · 이 경 희**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

산욕기는 산모가 임신전 상태로 되돌아가기 위한 생리적 변화를 경험하고, 영아를 양육하고, 모성기라는 새로운 발달관계에 적응해야 하는 시기로서, 여성의 건강 측면에서 산후관리는 임신·분만과 함께 모성간호의 중요한 요소이다(최연순, 장순복, 조희숙, 최양자, 장춘자, 박영숙, 이남희, 1994; William & Cooper, 1996).

여성은 임신과 분만의 과정을 경험하면서 신체적·정신적·심리적 변화를 느끼는 동시에 분만 이후에는 임신 이전의 건강상태로 돌아 가고자 한다. 분만 이전의 상태로 회복되기 위해서는 산후관리를 잘 해야 하므로 산후관리는 모든 분만 여성의 중요한 건강관리로 인식되고 있다(고명숙, 김혜자, 박공례, 박난준, 심미정, 오현이, 이숙희, 이영숙, 이은숙, 장인옥, 한혜실, 1995; 이영숙 등, 1997). 이러한 산후관리는 분만 직후부터 시작되어야 하나, 병원에서는 치료중심의 돌봄이 행해지므로 주로 산후관리는 퇴원 후 가정으로 돌아가서 본격적으로 시작된다.

특히 산후조리란 몸과 마음의 회복을 설명하는 생리적 현상만이 아니고, 한국 전통과 문화 속에 깊게 뿌리 내린 생리·정신·사회·문화적인 총체로서의 현상이

며, 산모를 돌보기 위해서 여러 세대를 통해 비전문적인 간호제공자의 축적된 경험을 토대로 고안된 방법으로(유은광, 1993), 보통 산후조리의 과정은 그 가계의 문화적 인식, 가치관, 풍습에 따라 전승되어오며(곽귀련, 1991), 대부분의 산모들은 이미 경험한 사람들의 지시에 의해 산후관리를 행해온다.

즉, 우리나라의 산후관리는 산관자에 의해 행하여지고 있으며, 산모의 대부분은 옛부터 내려오는 산후조리 방법을 택하므로써, 과학기술의 발달로 과거와는 달라진 시대이지만 산후관리는 여전히 전통적인 방법을 따르고 있기에 전통적인 산후조리 방법과 효과에 대해서 우리의 관심이 더욱 요구된다고 본다.

그러므로 우리의 현실과 문화에 맞는 산후관리 방법의 개발을 위해서는 먼저 우리 문화 속에 남아 있는 전통적인 산후조리 방법에 대한 구체적이고도 반복적인 연구가 이루어져야 할 것이다. 이에 본 연구에서는 제주지역을 중심으로 산욕기 동안에 여성들이 산후관리를 어떻게 행하고 어떤 경험을 하는지를 확인함으로써 우리나라 여성을 위한 산후간호중재 방법 개발을 위한 기초 자료를 제시하고자 한다.

2. 연구 문제

‘산욕 기간 동안의 여성들의 경험은 어떠한가?’

* 경희대학교 의대 간호학과 교수

** 제주한라대학 간호과 교수

II. 문헌 고찰

산욕기는 분만이후부터 분만시에 생긴 자궁내부의 상처가 완전히 나고, 모체나 자궁의 상태가 임신 이전으로 회복될 때까지의 6-8주 기간을 말한다(최연순 등, 1994). 서양에서는 전통적으로 산욕기간의 산모는 간호사에 의해 관리되며, 산후간호는 주로 합병증 유무와 치료, 환자교육, 건강증진 등 간호사의 역할에 중시한다(William & Cooper, 1996).

산욕기는 변화의 시기로 신체적 변화, 기능적 변화, 정신적 또는 정서적 변화, 사회적 변화의 시기로, 산후관리기간 동안은 산모와 그 가족에게 있어 육체적, 정신적으로 가장 큰 전환이 일어나는 시기이므로, 여러 가지 원인에 의한 스트레스로 인하여 가족기능과 상호관계에 나쁜 영향을 미칠 수도 있는 시기이다(고명숙 등, 1995; 유은광, 1993; 최연순 등, 1995).

우리나라에서 초산모가 산판자의 도움을 받는 기간은 2-3주가 가장 많았고(박영숙, 1991), 산욕기에 대한 지식습득 경로는 83-84%가 비의료인으로부터 습득하였으며(김정효, 1985; 박인순, 1983), 68.5% 이상이 시어머니나 친정어머니에 의해 산후관리를 받고 있었다(김정효, 1985).

분만 후 산모는 사회심리적으로 정서불안이 일어날 수 있는데, 산후에는 상당히 민감해져 사소한 자극에도 쉽게 마음을 상하게 되며, 슬퍼지고, 쉽게 흥분, 분노하며, 정신적으로 상처받기 쉬운 상태이므로(유은광, 1993), 정성스럽게 돌보는 산판자 없이는 산모가 산후관리를 잘 할 수 없다. 따라서 산후관리시 가족들의 지지적이고 보호적인 태도가 요구된다(고명숙 등, 1995; 유은광, 1993).

국·내외 선행연구들을 살펴보면, 박영숙(1991)은 그의 연구에서 산모들이 산후불편감으로 산후 10일까지 수면부족, 유방과 회음부의 불편감을 주로 호소하였고, 그 이후에는 피곤 및 근육통을 주로 호소한 것으로 보고하였다. 최애규(1980)도 분만 후 산모들이 충분한 휴식을 취해야 하는데도 불구하고 휴식을 취할 수 없는 이유 중 대상자 57.3%가 동통 때문에 휴식을 취할 수 없다고 하였으며, Beger와 Cook(1998)도 산모와 간호사의 산욕기 간호요구로 신체요구가 가장 중요하다고 하였다.

Ruchala와 Halstead(1994)는 2주 이내의 산모들은 피로함, 신체적 합병증, 정서변화, 관계변화 등을 주된 문제로 보고하였으며, 산판자는 산모들에게 적합한 교

육, 지도, 지지가 필요함을 인식해야 한다고 하였고, Wiktorell과 Saveman(1996)은 그들의 어머니나 할머니를 통한 내적 정보도 외적 정보만큼이나 중요하다고 하였다.

그외 Davis, Brucker, Macmullen(1988)는 117명의 정상자연분만 산모들에게 가장 우선이 되는 간호문제로 '산후합병증'을 보았고, 신생아에 있어 간호문제는 '신생아질병'이라고 하였으며, 분만 72시간후 231명의 산모들이 지적한 가장 빈번한 간호진단으로는 안위변화, 잠재적 성장, 체액불균형, 활동장애, 수면장애 등이었다(Trubotti, Lyons, Blackburn, Stein & Withers, 1988). 또 William과 Cooper(1996)의 연구에서도 산모에 대한 간호진단은 동통, 영양변화, 손상위험, 심리적 요구, 감염위험, 변비, 고열, 체액과다, 피곤 등이었고, 신생아에 대한 간호진단으로는 비효과적 모유수유, 영양변화, 손상위험, 지식부족, 저체온 혹은 감염위험 등이었다. 그의 제왕절개분만 산모의 간호진단은 감염가능성, 불안, 지식부족, 영양부족, 유방관리결여, 안위의 변화, 건강유지 변화가능성, 잠재적 우울의 가능성 등의 순으로 나타났으며, 불안의 관련요인으로는 신생아 관리에 대한 지식결핍, 신생아 질병치료 과정에 대한 지식부족, 질병의 예후, 신생아 황달에 대한 지식부족 등이었고, 지식부족은 모유수유 정보에 대한 노출결여, 신생아 간호정보에 대한 노출결여, 수술절개부위와 관련된 개인위생 등의 관련요인이 있었다(김혜숙, 최연순, 전은미, 1994).

한편 산욕기 여성의 양육에 관하여, Field와 Renfrew(1991)는 지역사회 간호사가 추후방문을 하는 주된 이유는 신생아 수유에 대한 문제 때문이라고 하였다. 박영숙(1991)의 연구에서도 아기의 모습과 행동에 대한 초산모의 지각 및 반응은 출산후 10일 까지 신기함과 놀라움을 표시하고, 아기 돌보는 일에 대하여는 산후 3주까지 수유, 목욕, 안는 법, 기저귀 가는 법 등이 서투르고 미숙하여 두려워 하며 산판자에게 의존한다고 보고하였다. 따라서 산후 가정간호에는 산후전화요청, 가정방문, 정보라인, 수유상담, 모아 외래클리닉, 지지모임, 산모를 위한 모델 프로그램이 요구된다(Evans, 1995).

또한 산욕기 여성이 경험하는 모성전환 즉, 어머니 역할획득은 발달상의 위기로(김희경, 1987) 산욕기 동안은 모성역할로의 전환과정 중 가장 중요한 시기이다(이혜경, 1992). 이 시기에 부모로서 새로운 역할을 감당해야 하므로 신체적으로나 정신적으로 긴장을 갖게 되고, 스트레스를 갖게 되며 우울증에 빠지게도 된다(이영화,

1989). 따라서 부모역할수행시 어려움을 겪기도 한다(이혜경, 1992). 박영숙(1991)은 모성전환의 단계를 4단계로 나누어, 1단계(발전기: 출산 후-산후 10일)에서는 자신이 엄마가 된 것을 발견하고, 2단계(수용기: 산후 11일-3주)에서는 엄마라는 실감이 없지만 엄마의 역할을 받아 들이고, 3단계(형성기: 산후 3주-5주)에서는 엄마로서 자신의 아기에게 적합한 역할을 형성해 가며, 4단계(산후 5주-8주)에서는 아기돌보는 일에 자신감이 생기고 엄마로서의 역할이 안정되어 간다고 하였다.

특히 우리나라에는 전통적인 산후조리 문화가 있는데, 최근들어 이에 대한 연구가 몇몇 학자들에 의해 이루어져 왔다. 우리나라 전통적인 산후조리 행위에서 '정신·정서적으로 안정을 취한다, 충분한 휴식과 수면을 취한다, 몸을 따뜻하게 하고 따뜻한 방에서 몸에 바람이 들어가지 않도록 옷으로 감싼다, 아랫부분을 쭉뺌질한다 등이 있으며, 특히 산후 금기음식은 돼지고기이며, 산후조리동안 삼신할머니께 빌고, 금기행위로는 '음식을 볶거나 튀김을 하거나 굽는 것을 피한다' 등의 보고가 있다(강문정, 1989; 광귀련, 1991). 또한 강문정(1989)의 연구에서는 몸조리 기간동안 산모와 신생아 앞에서 살생에 대한 말을 금기하였음을 보고하였다.

산후관리란 여성들에 의해 고안된 분만후 여성이 특별한 특권의 기간동안 모성과 신생아의 회복을 증진시키고 건강을 유지하며 질병을 예방하며 이전의 산후조리 기간동안 얻은 병의 치료, 앞으로의 건강을 증진시키고 수유증진과 아기건강을 유지 증진하기 위한 목적으로 6가지 원리에 근거하여 산모가 준수해야 할 구체적인 방법을 포함한 신념체제와 실천체제로 정의했다(유은광, 1993).

또한 유은광(1993)은 산후조리기간을 4단계로 개념화하였는데, 칩거기는 방안에서 거하는 시기로 분만 직후부터 2주간을 말하며, 개시전기는 가벼운 일을 서서히 시작 할 수 있는 시기로 산후 15일에서 3주 혹은 한달 까지를 말한다. 또 주의 개시기는 정상생활로 돌아가기 시작하는 시기로 서서히 활동하도록 주의가 요하는 시기로 3주 혹은 한달 이후부터 100일까지를 말하고, 안전 개시기는 정상생활 복귀의 준비완료의 시기로 산후회복이 충분하다고 간주하며 100일 이후의 기간을 말한다고 하였다. 산후조리의 기본 6원리는 몸을 따뜻하게 하고 찬 것을 피하므로 기운을 돋우기, 일하지 않고 쉬기, 잘 먹기, 무리하게 힘을 쓰지 않아 몸을 보호하기, 청결을 유지하기, 정성껏 돌보기 라고 하였다.

산모들은 자신들이 당연시하는 산후조리에 대한 견해

및 신념에 대한 의료인들의 무관심과 반대되는 지식과 교육에 대해 불응하면서 불안해 하며 고질병의 가능성에 대해 두려워하기도 한다. 산후관리에 대한 견해 차이로 불확실감과 갈등을 겪으며 이같은 요소들은 산모들의 사회심리적 불편증상을 초래하는 요인이 된다고 지적하였다(유은광, 1998).

이외에 유은광(1995)은 여성이 경험한 산후병과 관련하여 산후조리의 수행정도에 따라 산후회복정도, 산후 불편감 정도, 산후병 증상 호소율, 삶의 질에 차이가 있을 것이라는 가설을 도출하였다. 또한 여성의 건강과 산후조리 경험과의 관계연구(유은광, 1997)에서 산후조리 기간은 출산 횟수가 증가함에 따라 감소하였고, 자녀별 출산 후 산후조리에 대한 주관적 평가도 출산횟수가 증가함에 따라 산후조리를 잘 하지 못했다고 하였고, 산후조리 기간이 길수록 산후조리를 잘 했다고 평가하는 것으로 나타났다. 그리고 연령, 자녀수, 첫아이 산후조리의 주관적 평가가 여성의 건강상태와의 관련요인이라고 하였다.

이상과 같이 특히 국내연구들은 1980년대 초에는 지식 및 태도에 대한 조사연구로(김정효, 1985; 박인순, 1983; 최애규, 1980) 시작하여 1990년대부터 한국문화에 있어 전통적 산후조리, 산후건강관리, 산후문화(강문정, 1989; 광귀련, 1991; 유은광, 1993; 1995; 1998)에 대한 연구가 이루어 졌으며, 또한 산모의 입장에서 그들의 경험의 의미를 도출하는 연구가 진행되어왔다(박영숙, 1991; 배정미, 1996; 유은광, 1993, 1995; 조영숙, 1994).

이상의 문헌고찰을 통해 살펴 보았듯이 산육기 산모에게는 신체적 기능의 회복, 건강교육, 자가간호에 대한 지식이 필요하며, 산모의 사회심리적 적응을 위해 모아 관계형성, 부모로의 전환을 돕고, 산육기 우울감과 침체에서 벗어나도록 정서적인 면에서 지지를 해야 함을 발견할 수 있다. 따라서 본 연구는 우리나라의 독특한 산후조리 문화속에서 우선적으로 현재 산모들이 직접 체험하는 산육기 경험의 현상을 기술함으로써 산육기 여성의 경험의 의미를 확인하여 우리나라 여성에게 적합한 한국적 산후관리 간호중재 및 교육 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 시도하였다.

Ⅲ. 연구방법 및 절차

1. 연구 설계

본 연구는 분만 후 산육기 기간동안 산모들의 느낌, 생각, 지각 등의 경험을 밝히고 그 현상의 의미를 산육기라는 전체적인 구조에서 파악하기 위하여 인간의 경험과 의미를 찾아내는 현상학적 방법 중 Colaizzi 방법을 이용한 서술적 연구이다.

2. 연구 대상

본 연구의 대상은 제주도에서 거주하는 총 8명으로, 연구참여자는 분만 후 1주이상 100일 내외의 초산모이다. 분만장소는 종합병원에서 5명, 의원에서 3명이었으며, 분만방법은 1명만이 제왕절개분만을 하였으며 나머지는 정상자연분만을 하였다. 대상자의 연령은 22세에서 33세로, 평균연령은 27.5세 였다. 직업은 모두 주부였으며, 학력은 고졸 3명, 대졸 5명이었고, 종교는 불교 7명, 기독교 1명이었다. 거주지는 시 6명, 리 2명이었으며, 산관자는 시어머니 4명, 친정어머니 3명, 여동생 1명 등이었다.

3. 자료 수집

본 연구를 위한 자료수집은 1998년 3월 26일부터 1998년 6월 30일까지로 초산모 8명을 심층면담 하였다. 면담에 부담을 느끼지 않고 효과적인 면담을 위하여 분만 1주에서 100일 내외의 산모를 병의원을 통해 파악하고, 전화를 통해 연구목적을 설명한 후 연구에 참여하기를 동의를 받은 후 직접 가정방문하여 면담을 하였다. 먼저 방문을 통하여 면담을 할 수 있을 정도로 회복이 되고 있는지 살폈으며, 자료수집을 하는데 있어, 연구자와의 친밀감을 형성하고 신뢰감을 주어야 자신의 경험을 솔직하게 이야기하며 깊숙한 내부의 경험을 알 수 있는 심층면담이 이루어 질 수 있으므로 첫 대면시에는 연구의 목적을 너무 드러내지 않고 먼저 관계형성을 갖는데 주목하였다.

두 번째의 만남부터는 훨씬 부드러워진 분위기에서 면담을 진행시킬 수 있었으며, 면담분위기를 조성하기 위해 산관자는 아기를 데리고 나가고 산모와 단독 면담을 하였고, 산관자가 없는 경우에는 아기를 옆에 두고 면담을 하였다. 면담 중 아기가 울거나 방관객이 있는 경우에는 면담을 중지하고 며칠 후에 면담을 재시도하였다. 면담의 내용은 '분만 후 산후관리를 어떻게 하셨습니까?'로 시작하여 '본인에게 있어 산후관리 경험은 어떤 것이었습니까?' 등이었다. 연구자의 재진술이나 설명을 배제하려고 노력하였으며 연구참여자가 계속 이

야기하도록 짧은 응답과 함께 그들의 경험세계에 포함되려 하였다. 또한 면담의 내용이 반복적으로 이야기되어지고 질문에 대하여 같은 내용으로 면담되는 시점을 포화상태로 보았다.

면담에 소요된 시간은 50분에서 2시간 30분정도였으며 자료의 누락을 방지하기 위하여 참여자의 동의하에 녹음을 하였다. 방문을 끝낸 후 녹음된 내용을 다시 듣고 그대로 기록을 하였으며, 면담내용에 대해 의문나는 점은 기억하였다가 다음 면담에 질문하였다.

또한 제주도는 육지와 지리적으로 떨어져 있으며, 환경적으로 차이가 있고, 문화적으로 특이성을 지니고 있는 곳으로 이러한 점을 면담시에 고려하였다.

4. 자료 분석

자료분석은 산육기 동안의 여성의 경험을 전체적인 구조로 강조하기 위하여 현상학적 방법 중 Colaizzi가 제시한 방법으로 분석하였는데, 구체적으로 다음과 같다.

1단계에서는 대상자의 느낌을 얻기 위해 참여자의 면담내용이 녹음된 테이프를 반복하여 주의깊게 들으면서 노트에 그대로 적고 필자화된 진술내용을 읽었다.

2단계에서는 산육기 경험의 현상과 직접 관계가 있는 의미 있는 진술 즉, 구나 문장에 밑줄을 그어서 찾아내고, 다시 노트에 그 내용을 적어서 진술내용이 비슷한 경우에는 통합을 하여 의미있는 진술 358개를 찾을 수 있었다.

3단계에서는 각 의미있는 진술을 주의깊게 보면서 중심의미를 찾아내려 하였다. 명확한 묘사를 위해 통찰력을 가지고 원래의 진술과 분리되지 않기 위해 원래 자료를 다시 읽고 의미의 맥락을 파악하고 그 속에 감추어진 의미를 발견하려 하였으며 되도록 대상자가 표현한 진술을 그대로 사용하려 하였다.

4단계에서는 중심의미를 주제와 주제군으로 조직하였는데 주제군이 원래의 자료와 일치하는지 혹은 모순은 없는지 원래 자료의 의미를 다시 파악하였다. 여기에서 신뢰도를 높이기 위하여 질적 연구 경험이 있는 연구자와 토론을 하고 국문학 전공자에게 자문을 구하였다.

5단계에서는 지금까지 분석한 결과를 통합하고 최종적인 기술을 하였다.

6단계에서는 본질적인 구조를 나타내는 명확한 진술로 조사한 현상을 서술하려 하였다.

7단계에서는 최종적인 기술을 타당화하기 위하여 참여자 2명에게 분석결과를 보여주고 질문하게 하였다.

IV. 연구결과 및 논의

연구참여자들의 산육기 경험에서 나온 의미있는 진술은 총 358개였고, 11개의 주제가 유목화되었다(표 1). 유목화된 주제를 중심으로 연구참여자들의 산육기 경

험의 본질적 구조를 전통적 산후조리 수용, 무력감, 실망감과 서운함, 모성으로서의 애착심, 양육에 대한 불안감, 아기의 안녕 기원, 부정적인 신체상, 지식 및 정보 추구 등 8개로 밝힐 수 있었다.

〈표 1〉 산육기 경험의 중심의미

주 제	주 제 군
주제 1: 전통적으로 행해지고 있는 보온행위와 음식섭취를 행한다.	두꺼운 옷을 입다. 양말을 두 세 개 신다. 따뜻한 방에서 지내다. 삼칠일 까지 가만히 누워 있다. 땀을 푼다. 밖에 나가지 않다. 창문을 열흘동안 열지 않다. 뜨거운 음식을 먹다. 찬바람한다고 일주일 동안 이도 못땀다. 찬물을 대지 않다. 차갑거나 딱딱한 음식은 먹지 않다. 미역국, 배밀 수제비 미역국, 미역 많이 넣은 생선국, 조기국, 김, 돼지족발을 먹다. 무거운 것은 남편에게 들라고 하다.
주제 2: 이미 산후조리를 경험한 사람들의 이야기를 듣고 행한다.	옆의 보호자, 시누이, 시어머니, 나이 든 사람, 친구 등 주변사람의 말을 듣다. 짜증이 나지만 어른들이 시키는대로 해야 한다. 왜 하면 안되냐고 물으면 야단친다. 하라는대로 안하니까 욕을 하다. 하라는대로 안해서 나중에 원망하지 말라고 한다. 하라는대로 안하면 몸조리가 안될 것 같아 그대로 한다. 내 몸을 생각하여 안 먹어야 한다니까 안 먹는다. 바람들면 평생 고생한다니까 따라 한다. 다들 그렇게 하니깐 한다.
주제 3: 분만후 육체적으로 고통스러운 상태에서 자신 과 아기를 돌보아야 하는데 무력감을 느낀다.	피곤하다. 귀찮다. 옆에서 다 해주다. 잠만 자다. 감감하다. 너무 힘들어 눈물이 나다. 다시 살 수 있을까 싶었다. 아기가 깨면 거슬린다. 아기가 울면 잠을 못자니까 아기가 미웠다. 처음에는 우는 것도 귀여웠으나 나중에는 미웠다. 아기가 잘 먹고 괴롭히지 않아야 조리가 잘 된다.
주제 4: 한 달이상 돌보는 사람이 있어야 산후조리를 잘 할 수 있다.	혼자 있게 되면 몸조리가 안된다. 옆에서 다해주어야 한다. 몸을 추스릴 때 까지 주위사람이 도와주지 않으면 힘들다. 산모가 원하는 걸 미리 알아서 해주어야 한다. 친정집에 한달 갔다오는 것으로 몸조리가 끝나는 것은 아니다. 몸조리 기간이 한달로 정해져 있지 않다.
주제 5: 남편의 적극적인 도움이 산후조리에 영향을 미친다.	남편이 도와주지 않으면 더 스트레스가 쌓인다. 남편이 적극적으로 도와 주어야 한다.

<표 1> 계속

주	제	주	제	군
				<p>남편도 외조를 해야 한다. 남편이 이해하지 못하고 안해주면 싸우고 사이가 안 좋아진다. 남편이 집안 살림을 도와 주어야 한다. 남편의 관심이 산후조리에 영향을 준다. 남편이 아기를 예뻐해 주면 산후조리가 잘 되는 것 같다.</p>
주제 6 :	인간적으로 모성애를 더 갖게 되며 모성으로서 아기에 대한 애착심을 가지게 된다.			<p>아기와 떨어져 있지 못하고 옆에 데리고 있다. 엄마가 아기보고 다른 방에 가서 편히 자라고 해도 못간다. 아기가 깨면 눈이 자연적으로 떠지다. 다른방에서 아기가 울면 가 봐야 한다. 내 몸보다 아기한테 더 신경이 쓰인다. 가여운 아이를 보면 눈물이 난다. 다른 아기와 우리 아기를 비교하게 된다.</p>
주제 7 :	앞으로 아기를 잘 키울수 있을지 불안해하고 두려워 한다.			<p>젖 먹이는 것이 서툴렀다. 아기를 안는 것이 서툴렀다. 아기를 키우는 것이 걱정되고 불안하다. 아기가 왜 우는지 모를 때 속상하고 짜증이 난다. 육아에 대해 아는 게 없어 불안하다.</p>
주제 8 :	금기사항을 지킴으로써 아기를 보호하다.			<p>애기한테 안 좋으므로 고춧가루, 파란채소를 안 먹다. 돼지는 아무거나 먹는 짐승이므로 안 먹다. 생선을 튀기거나 구우면 아기 몸에 뭐가 나므로 먹지 않다. 부정타므로 일주일 동안 아기를 보러 오면 안 된다. 남편은 결혼식에 가지 말아야 하며 신랑신부를 보면 안된다. 상가집에는 가지 말아야 하나 만약 갔다오게 되면 아기보지 말고 소금 뿌리고 손 씻고 세수, 샤워하고 일주일 동안 이야기하지 않는다.</p>
주제 9 :	산모와 아기의 건강한 성장과 안녕을 위해 기원하다.			<p>동네 할머니를 데려와 상을 차리고 새벽부터 정을 올리면서 산모와 아기를 위해 빌어 준다. 산신할머니에게 빌다. 어머니가 아기를 안으면서 아기의 안녕을 기원 하는 임담을 한다. 아기 건강과 다음의 임신을 위해 태를 바다에 띄운다.</p>
주제 10 :	외모에 있어 분만 전의 모습으로 돌아가고자 한다.			<p>몸매에 신경이 쓰인다. 매일 배를 싸어 준다. 짝 달라 붙는 바지를 입다. 예뻐지고 싶다. 살절까봐 한약을 반재만 먹다.</p>
주제 11 :	산후조리에 대한 구체적인 지식과 정보를 얻기를 원하다.			<p>육아책이 도움이 많이 되지만 책들이 유사하고 더 알고 싶다. 출산준비를 육아수첩을 보고 하다. 책 내용이 실제로 안 맞는 부분도 있어 헛갈리다. 어른들이 하라는 것과 책 내용과 다르다. 육아책에 몸조리에 대한 내용이 없다. 병원에 물으면 대답도 안 해준다. 병원에서는 가르쳐 주지도 않는다. 조산소에선 다 가르쳐주고 해준다는데 몰랐다. 옆에 분만한 사람이 있었으면 했다. 자세하게 가르쳐 주는 사람이 있었으면 한다.</p>

본질적인 구조 1 : 전통적 산후조리 수용

의미있는 진술을 통해 확인할 수 있듯이, 산후관리 방법에 있어 산모들은 친정어머니나 시어머니 등 주변의 사

람들이 전통적으로 해 온 산후조리 방법을 그대로 답습하고 있었다. 산후관리방법에 의문이 나고 짜증이 나기도 하지만 ‘그렇게 안하면 나이가 들면 아플 것이다, 나중에

원망하지 말라' 등의 말에 순응하며 산관자들이 시키는 대로 하였다. 이미 경험한 산관자들도 자신이 해 온 방법을 강요하고 가장 최선의 산후관리방법이라고 믿고 있었으며, 산관자들의 말을 듣지 않으면 욕을 하고 야단을 치기도 했다. 결국, 산모들은 나중에 산후병을 얻는 것보다 산관자가 제시하는 방법을 수용하여 건강을 회복하고자 하였다.

이러한 현상은 여성들이 산육기동안 나타내는 대부분의 반응은 자신이 속해 있는 문화적 배경의 영향을 강하게 받으며, 우리나라 산모들의 산후조리는 사람, 환경, 자연들 간의 조화와 균형을 중시하는 전통적인 한국의

: 1998; 유은광과 전정자, 1987)는 연구결과와도 일치하는 현상이다.

한편 산후조리의 기본원리로서 몸을 따뜻하게 하고 찬 것을 피하므로 기운을 돋우기, 일하지 않고 쉬기, 잘 먹기, 무리하게 힘을 쓰지 않아 몸을 보호하기, 청결을 유지하기, 정성껏 돌보기 등을 제시하였는데(유은광, 1995), 이는 본 연구참여자들의 산후행위에서도 일치함을 확인할 수 있다. 특히 우리나라의 산모들은 서양인보다 체력이 약하기 때문에 분만을 하고 나서 바로 찬물을 마시고 찬물로 샤워를 하면 산후풍에 걸릴 수 있다(신재

용, 1996)는 견해처럼 대부분 몸을 따뜻하게 하는 것을 관례적으로 행해지고 있음을 알 수 있었다.

음식에 있어서는 연구참여자들은 미역국을 많이 먹되, 옥돔생선 미역국, 조기미역국을 먹었으며, 식간에 피를 맑게 해 준다는 메밀수제비를 먹거나, 돼지족발을 먹음으로써 젖이 많이 나오도록 하였는데, 베트남 임부들도 모유분비를 촉진하기 위해 돼지다리, 무릎도가니를 먹고 있다(고명숙 등, 1995). 한편 한약을 복용함으로써 출산과 동시에 몸 밖으로 배출되어야 할 인체내의 불순물과 나쁜 피를 제거하려고(신재용, 1996), 본 연구참여자들도 한약 복용을 하는 것으로 나타났다.

이상과 같이 산모들의 산후관리 형태는 산관자와 그 문화에 의한 전통적인 산후조리를 수용하고 있었다. 이에 전통적으로 행해지고 있는 다양한 방법의 산후조리 내용을 좀 더 과학적으로 규명할 필요가 있으며 이러한 자료를 기초하여 한국 여성의 체질과 문화에 맞는 산후관리 간호중재와 관리방법이 개발되어야 할 것이다.

본질적 구조 2 : 무력감

연구참여자들인 산모들은 실제로 육체적인 고통이 심하다는 것을 '뼈가 쑤셔서 온다' '밀이 무겁다' '엉덩이를 땅에 대지도 못한다' 등으로 표현하고 있으며, '피곤

본질적인 구조 1 : 전통적인 산후조리 수용

의미있는 진술	중심의미	주 제
"어머니가 몸을 따뜻하게 해야 한다고 옷을 몇 개씩 껴입고 땀을 꼭 내야 한다고 보일러를 틀어 방을 덥게 하고, 찬바람 들어 온다고 창문을 열지 못하게 하고 통풍도 시키지 않고 밖에 나가지 않았어요. 음식도 뜨거운 것을 먹게 하고 거의 2주간 양치질도 하지 않고. 찬물을 손에 대면 손끝이 시러진다고 하고 샤워도 안하고 목욕도 한달이 되서 대중목욕탕에 갔어요. 이가 상한다고 차거나 딱딱한 음식은 못먹게 하고 마당에 밖에 나갈 때는 머리에 모자를 쓰고 양말을 여러벌 신고."	산후조리가 시작되면 친정어머니, 시어머니, 주위의 나이든 사람, 어른, 친구들이 어떻게 몸조리를 해야 하는지 산모의 의사와는 관계 없이 종용하며, 산모는 그 지식에 대해 과학적인 근거를 찾지 못하고 의심을 하기도 하지만 경험에서 나온 것들이고, 다른 사람들에게 의해 입증된 지식이기 때문에 말을 듣게 되고 행하게 된다.	주제 1 : 전통적으로 행해지고 있는 보온행위와 음식섭취 등을 행한다. 주제 2 : 이미 산후조리를 경험한 사람들의 이야기를 듣고 행한다.
"젖 많이 나오게, 땀 흘려가면서 미역국 먹고, 미역 많이 넣어 생선국 먹고, 조기국 먹기도 하고, 돼지족발을 먹으니까 젖이 잘 나오는 거 같아요. 메밀수제비를 중간 중간에 먹고. 사과같은거 이빨 상한다고 못 먹게 해요. 딱딱해서."		
"열의 보호자가 밀을 썬으로 뒤아 주라고 했어요."		
"시누이가 자기 시어머니가 몸조리 해준 걸 그대로 해 줬어요."		
"어른들이 했듯이 몸조리를 하라는대로 안하니까 욕하고, 나이가 들면 아프다고, 이렇게 하랄 때 안해서 나중에 원망하지 말라고. 야단 많이 맞았어요."		
"바람들면 평생 고생한다니까 그런가 보다 하고."		
"차거나 딱딱한 것을 안 먹어야 한다니까 안 먹었어요."		
"몇일 참으면 평생을 건강하게 지내는데 그래서 어머니가 하라는 대로 몸조리했어요."		

하다' '힘들다' '일 한 것도 없는데 잠만 잔다' '누워만 있다' 등으로 분만 이후의 일상적인 활동상태를 나타내고 있다. 특히 '기어 다닌다' '발을 들 수가 없다' '볼펜을 질 수가 없다' '웃도 못내린다' '오줌도 뒹아준다' 등 자신 스스로 할 수 없는 무력함을 나타내며, Ruchala와 Halstead(1994)의 보고처럼 산모의 요구는 신체적 불편감에 집중되어 있음을 확인 할 수 있다.

이와 같이 산모들은 육체적 고통과 함께 자신에 대해 무력감을 경험하고 있는데, 이는 무력감의 특성은 자기 간호에 대해 조정 능력이 없음을 표현할 때, 타인에 의존할 때, 이전의 활동을 수행할 능력이 없어 좌절을 표

현할 때 생긴다(김조자, 박지원, 유지수, 엄영신, 전춘영, 1994)는 견해를 반영한다. 한편 이러한 무력감은 분만직후에 가장 심하며 점차 육체적 회복을 찾아가면서 2-3주 후에는 없어지는 경향을 보였다.

그러므로 산육기 관리 및 간호를 제공하는 자들은 산육기에 있는 산모들의 신체적 불편감에 대한 이해가 필요하며, 따라서 우선적으로 신체적 고통 경감과 회복을 위한 실제적인 간호를 제공함으로써 분만 이전의 일상 생활양식을 되찾게 하여 무력감에서 벗어나도록 도와 주어야 할 것이다.

본질적인 구조 2: 무력감

의미있는 진술	중심 의미	주 제
<p>"힘이 빠지는 느낌이고, 침대에서 혼자 오르내리지 못하고 화장실에도 부축해서 겨우 걸어가고, 혼자서 옷도 내리지 못하죠, 옆에서 다 해주고 오줌도 뒹아줬어요. 이럴 줄 몰랐어요."</p> <p>"일한 것도 없는데, 잠만 잤어요. 아기가 울면 눈은 떠지는데 움직일 수가 없구."</p> <p>"머리도 못감고, 속옷도 혼자 못 갈아 입고 지저분하고 냄새가 나고, 내 스스로 할 수 있는 것이 없어요."</p> <p>"어깨가 아프고, 밀이 막 아파서 편안한 자세가 안되요. 눈물이 나요. 엉덩이를 땅에 대지도 못하고. 남들이 애를 봐줘도 잠깐잠깐 내 보는 것도 힘들어요. 어떤 날은 더 아프기도 하고. 밀이 무거워서 징정거리는 아픔이에요. 그래서 기어 다녔지요. 몸이 빠치고. 애기가 울고 보채고 봐 줄 사람이 없는 상황에서는 눈물이 나고 속이 상해요."</p>	<p>분만후 신체의 모든 부분이 아프고 힘들 것이라고 예상은 하지만, 실제로 자신의 몸이 이렇게 심하게 상하고 고통스러울 줄은 상상도 하지 못한다. 자신의 몸이 만신창이가 되었고 완전히 망가졌다고 생각한다. 자신을 돌보지 못하면서 아기를 돌봐야 하는 상황에 대해 무력감을 느낀다.</p>	<p>주제 3: 분만후 육체적으로 고통스러운 상태에서 자신과 아기를 돌보아야 하는데 무력감을 느낀다.</p>

본질적 구조 3: 실망감과 서운함

산후관리시에는 남편과 가족들의 협력이 필요한데(이영숙 등, 1997), 산모들은 산육기동안 자신의 건강을 회복하고 모성으로서의 적응과 양육에 익숙해 질때까지 남편과 가족의 지지를 필요로 하며 남편이 가장 가까운 지지자 이기를 고대한다. 그러나 남편은 산후관리에 대해 잘 모르고 방관자가 되고, 하물며 산관자도 남편을 산모 가까이 오지 못하게 하고 다른 방에 자도록 하는 등 제외시키기도 한다. 산후관리시 지지체계는 산모에게 상당한 영향을 미치는데(배정미, 1996; 조영숙, 1994), 특히 남편의 지지는 정서적인 지지 뿐만 아니라 가사일, 육아까지도 포함되어야 할 것이다

한편 출산 후에 산관자가 적어도 3주간 초산모를 도와주는 전통이 유지되어야 한다고 하였는데(박영숙, 1991), 산모들은 자신의 몸이 가벼워질 때 산후관리가 된 것으로 생각하여 6개월 정도의 기간이 필요하다고 생각하나, 산관자나 가족은 한달이 지났으므로 이전처럼 활동

할 수 있다고 보는 이러한 서운함이나 실망감들은 '이해받지 못함으로 인한 외로움'으로 설명될 수 있으며, 이는 산후우울증의 원인이 될 수도 있다는 것이다(배정미, 1996).

따라서 산후관리에 대한 전반적인 교육은 부부를 중심으로 이루어져야 하며, 산전 부부교실을 효과적으로 운영함으로써 산모는 자신의 건강을 돌볼 수 있으며 남편 역시 아내와 아기를 돌볼 수 있는 역할을 할 수 있어야 할 것이다.

본질적인 구조 4: 모성으로서의 애착심

의미있는 진술을 통해 확인할 수 있듯이, 산모들은 잠이 든 상황에서도 아기가 울면 산관자가 돌볼지라도 눈을 뜨고 신경을 쓴은 물론 신체적인 불편감으로 움직일 수 없는 상태에서도 아기가 울면 자신의 몸은 고려하지 않고 아기를 돌보려 하였다. 특히 아기가 산후관리를 방해하므로 다른 방에 격리시키려 하면 이를 반대하였는데, 이는

본질적인 구조 3 : 실망감과 서운함

의미있는 진술	중심의미	주 제
<p>“애기를 전담하는 사람을 믿을 수 있어야 몸조리가 되요. 여유있게 몸조리를 할 정도로 산모에게 시간이 있는게 아니거든요. 애기가 울면 몸조리가 어디 있다. 안고 이렇게 이렇게 해야 하는데. 애기가 울면 벌떡 일어나게 된다. 혼자 있게 되면 몸조리가 안돼요. 옆에서 다 해주어야 해요. 산모의 뼈가 추스러질 때 까지 주위의 사람이 도와 주지 않으면 힘들지요.”</p> <p>“친정집에서 한달 있다 오는 것으로 몸조리가 끝나는 것은 아닌데. 몸조리 기간이 정해져 있지 않아요. 애기가 걸어 다닐 수 있을 때까지 편안하게 주위사람의 도움을 받으면서 휴식을 취해야 정상적으로 되지. 산전 산후 60일 해서, 책에도, 직장생활을 할 때도 그 정도 휴가 밖에 안주고, 그게 의학적으로 그 정도면 된다고 할지는 모르지만 그걸로는 절대로 안되고 짧아도 3개월, 길게 6개월, 1년 정도까지는 무리하지 말아야 되요.”</p> <p>“친정은 지금도 가도 내가 애기보니까 밥 다 해놓고 ‘밥먹어라. 애는 내가 봐 줄테니까’하고 나를 위주로 잘 해준다. 시부모님들은 시부모님이니깐 그래야 되는지 모르지만 애기가 자면 저녁도 내가 해야 하고 시댁이 어렵긴 어렵다.”</p> <p>“남자들은 몸조리 자체를 몰라요. 결혼을 하면 어느정도는 알 것이지만 거의 몰라요. 나도 모르는데 남편이 어떻게 알겠어요. 남편이 도와주지 않으면 더 스트레스 쌓여요. 남편이 적극적으로 도와줘야 해요. 남편이 이해 못하고 적극적으로 하지 않으면 싸우고 안 좋아진다. 남편도 의조를 해야지요. 남편이 모든 걸 다 해주어야 한다. 안 해주면 짜증이 나고, 남편의 관심이 산후조리에 영향을 줘요. “시아버지도 모르는 것 같고, 친정아버지는 다 그렇다고 곧 괜찮아진다고, 당연한 거라고. 애기만 아까워하고.”</p>	<p>산후조리를 잘 함으로써 자신의 몸을 회복시켜야 하고 엄마로서 옆에 있는 아기를 돌보아야 하는 상황에서 아직 자신의 몸이 회복되지 않았기 때문에 혼자서 자신과 아기를 돌보기에는 벅차다는 느낌을 갖는다. 따라서 옆에서 자신과 아기를 돌보는 사람이 있어야 산후조리를 잘 할 수 있다고 생각하며 한 달정도의 휴식으로는 산후조리가 끝났다고 볼 수 없다고 반박한다. 또한 남편을 포함해 남자들은 산후조리에 대해 거의 모르는 것 같다고 생각하지만 산후조리시 남편의 적극적인 도움이 필요하다고 본다. 남편이 잘 도와주지 않고, 특별히 도와주는 사람이 없으면 산후조리를 잘 할 수 없게 되고 이것이 남편과 잘 못 지내는 원인이 되기도 하므로 남편이 가사일을 도와주어야 한다.</p>	<p>주제 4 : 한달 이상 옆에서 돌보는 사람이 있어야 산후조리를 잘 할 수 있다.</p> <p>주제 5 : 남편의 적극적인 도움이 산후조리에 영향을 미친다.</p>

최애규(1980)의 연구 대상자인 산모들도 85%에서 아기를 곁에 두기 원하는 것으로 나타났으며, 김신정과 양숙자(1997)의 연구에서는 이를 어머니로서의 정체성으로 연결된 끈과 밀착감으로 표현하였다.

이는 산모에게 분만당일부터 모성전환이 일어나는 현상으로(박영숙, 1991 ; Bondas-Salonen, 1998) 표현할 수 있으며, 또한 박영숙(1991)의 모성전환과정에 관한 연구에서 대부분의 초산모들이 아기를 돌보면서 힘든 들지만 만족감을 보인 것으로 나타난 연구결과와도 일치하는 점으로 대부분의 산모가 분만 후에 모성으로서의 아기에 대한 애착심이 있는 것으로 설명할 수 있겠다.

그러므로 산후관리시 산모와 신생아와의 모아 상호작용의 제공은 중요하며(김태임, 1990 ; 이은숙, 1987 ; 조미영, 1988 ; 최인희, 1986), 특히 이러한 모아관계는 분만 초기에서 부터 이루어져야 할 것이다. 이를 위해 부분적이긴 하나 최근 병원분만이 대부분을 이루고 있는 현실에서 임상에서는 모아동실의 형태를 갖추는 것이 필요하며, 산모가 피곤해 하지 않는 범위에서 늘 신생아를 곁에 두게 함이 바람직 할 것이다.

본질적인 구조 5 : 양육에 대한 불안감

산모들은 주로 책과 주변 사람들의 말에 따라 양육에 관한 지식을 갖게 되지만 아기를 돌보는데 있어 아직 서투르며, 특히 아기를 안거나 젖을 물리는 것에 대해 어려움을 느끼고 있다. 이로 인해 앞으로 아기를 잘 기를 수 있을지 불안해 하며 걱정을 하였다. 이러한 현상은 육아지식 결여 및 육아인의 부재로 기인된다는 조영숙(1994)의 연구결과와도 일치한다.

대개 초산모들은 아기를 돌보는 기술의 부족으로 부모역할의 어려움을 겪고, 양육에 불안감을 갖는다고 볼 수 있다(고명숙 등, 1995). 이는 Field와 Renfrew(1991)가 지역사회 간호사가 추후방문을 하는 주된 이유는 신생아 수유에 대한 문제 때문이라고 보고한 연구결과를 반영한다.

한편 Bull과 Lawrence(1985)의 연구에서 산육 초기 동안 산모가 가장 유용했다고 생각되는 정보들 중 하나가 영아 행동 및 상태에 관한 이해였다는 보고와 박영선(1987)의 고위험 신생아 어머니들에게 신생아의 상태, 처치, 치료, 예후 등 정보제공을 하였을 때 어머니의 상태불

본질적인 구조 4 : 모성으로서의 애착심

의미있는 진술	중심 의미	주 제
<p>“애기를 옆에 데리고 있어요. 어머니가 함께 계시는데 3-4일 같은 것이 안 나와 그냥 누워 있고 어머니가 애기 우유 먹이고 기저귀 갈아줘요. 그러나 아무리 피곤해도 애기가 깨면 자연스럽게 눈이 떠져요. 어머니가 보니까 나는 그냥 땀다가 다시 잔대요.”</p> <p>“애와 떨어져 있지 못하겠어요. 보고 싶어서.”</p> <p>“다른 방에서 애기가 울면 자다가도 애기한테 가는게 엄마의 마음이지요. 엄마가 다른 방에 가서 자라고 해도 내가 못해요. 내 몸보다는 애기한테 더 마음이 쓰여요.”</p> <p>“텔레비에서 가여운 아이들을 보면 눈물이 나고, 다른 애기와 우리 애를 비교하게 되요.”</p>	<p>분만 이후 모성애가 더 강해져 야기에 대해 애뜻함을 모성애를 갖게 되어 자신이 다른 사람에게 의존하고 있을 지라도 자식에 대한 엄마로서의 마음이 더 강하여 야기와 떨어져 있지 못하고 가까이 두고 돌보려 한다.</p>	<p>주제 6 : 모성으로서 야기에 대한 애착심을 가지게 된다.</p>

안이 감소하였다는 연구결과에서도 확인 할 수 있듯이, 산모의 불안감은 양육에 관한 불충분한 지식 때문으로 설명할 수 있으며, 이에 산모에게 양육에 대한 지식을 제공하는 것은 그들의 불안감을 줄일 수 있을 것이다.

따라서 산전관리서부터 병원이나 보건소 및 기타 건강

단체 등에서 양육에 대한 지식을 구체적으로 교육해야 할 것이다. 특히 어머니 교실에 대한 홍보를 더 강화하고 나아가 가정간호사의 활용을 통해 정기적인 방문으로 아이의 건강상태를 체크해 주거나 양육방법에 대한 교육을 제공해 주어야 할 것이다.

본질적인 구조 5 : 양육에 대한 불안감

의미있는 진술	중심 의미	주 제
<p>“나름대로 생각하면서 애기를 돌본다고 하는데도 모든게 서툴러요. 젖먹이는데도 그렇고 애기를 안는 것도 그렇고.”</p> <p>“혼자이므로 잘 하려고 노력하는데 무서워요. 애를 어떻게 키울까, 아프면, 잘 모르니까. 엄청 걱정되요.”</p> <p>“애 키우는게 불안하지요. 아는게 없으니까. 겁이 나고, 애기가 왜 우는지 모를 때 속상하고 짜증이 나요. 약간 주기적으로 우울해지기도 해요.”</p>	<p>아기를 안는 것과 젖먹이는 것이 서투르고 쉽지가 않다. 애기를 돌보는 엄마로서 잘 하려고 하지만 익숙하지 못하고, 특히, 아기에게 속 울때 당황해 한다. 따라서 자신이 앞으로 애기를 건강하게 잘 키울 수 있을지 불안해 하며 두려움을 느끼기도 한다.</p>	<p>주제 7 : 앞으로 애기를 잘 키울 수 있을지 불안해 하고 두려워 한다.</p>

본질적인 구조 6 : 아기의 안녕 기원

의미있는 진술들을 통해 확인할 수 있듯이, 산모들의 이러한 행위들은 산후관리서 산모가 중심이 되기 보다는 아기가 중심이 됨을 알 수 있다. 산모도 자신의 건강회복 보다는 애기를 돌보는 것에 비중을 두고 있다. 이는 산후관리는 점차 시간이 지남에 따라 당연히 회복되는 것으로 여겨지고 산모의 산후조리보다는 아기에게 관심이 기울여진다고 할 수 있다.

따라서 산모들은 아기의 안녕을 위해 아기에게 설사를 하게 하는 매운 음식과 아기 변을 비정상적으로 변하게 하는 날채소와 짠 음식을 금한다고 하였다(고명숙 등, 1995). 특히 아기의 안녕을 위한 금기사항 중 타인의 방문은 부정타게 한다고 얼마간 통제하고, 상가집이나 결혼식에 가지 않는다. 어쩔 수 없이 상가집에 다녀올 경우는 내색을 하지 않게 하였으며 소금을 뿌렸으며, 결혼식에

가서도 신랑신부 입장을 보지 않았는데, 이는 이러한 일들은 아기의 질병 원인이라고 보았기 때문인 것(김태곤, 1994)으로 설명할 수 있다.

그외 출산 7일이 되면 어머니들은 삼신할머니에게 애기를 위해 상을 차리고 빌었다. 또는 집안에서 가족이 비는 비손을 하였거나, 산모는 이러한 행위에 대해 이상하다고 생각하긴하나 아기에게 좋은 일이라고 생각하여 거부감을 보이지 않았다. 또한 탯줄을 바다에 띄우는 미신적 행위에 대하여 아기의 안녕과 후손을 기대하는 염원이 깃들여 있기 때문에 함께 하는 마음을 갖으며, 특히 시어머니가 애기를 안을 때 삼신할머니에게 입담을 하는 것이나 며느리에게 잘하여 화를 돋우지 않으려 하는 것은 모두 애기를 위한 행동으로 보였다(김태곤, 1994).

이상과 같이 아기의 안녕을 위해 산모 및 산관자의 그의 가족들은 금기사항이나 기타 의례를 행하고 있는데,

이는 각 지방마다 다양한 형태를 지니고 있을 것으로 보이며 이러한 특성을 확인하는 것은 우리 문화에 맞는 간

호증재를 발견하는데 기초자료가 될 것이라 사료된다.

본질적인 구조 6 : 아기의 안녕 기원

의미있는 진술	중심 의미	주 제
“김치에 빨간 고춧가루와 파란 채소는 애기 똥이 파래지고, 매운 것은 애기가 설사를 한다고 해서 못 먹었구요. 돼지는 아무거나 먹는 짐승이라고 해서 먹지 않았어요. 생선 튀긴 것이나 구운 것은 애기 몸에 뭐가 난다고 해서 못 먹었어요.”	태어난 아기를 귀하게 여기고 나쁜 것으로부터 보호하기 위하여 아기에게 영향을 주는 음식이나 미신적 금기를 산모와 가족 구성원 모두가 금기사항을 지킨다. 또한 산신 할머니께 감사를 드리고 태를 바다에 띄우므로써 산모와 아기의 건강은 물론 다음의 후손을 기원한다.	주제 8 : 금기사항을 지킴으로써 아기를 보호한다. 주제 9 : 산모와 아기의 건강한 성장과 안녕을 위해 기원한다.
“남편보고는 결혼식에 가지 말라고 하고 신랑신부 입장을 보지 말라고. 상가집에 가지 말라고 해요. 염장집에 갔다 오면 애기를 보지 말고 소금 뿌리고, 갔다 왔다고 얘기하지 말고 보지도 말고, 손 씻고 오고. 세수나 샤워하고, 일주일 동안 얘기하지 않아요. 산모는 봐도 애기는 하지 않고 애기도 안보고.”		
“할망데려다, 문전제는 아니지만, 상을 차렸어요. 새벽부터 정을 올리면서. 산모 나이, 애기가 난 시를 묻고. 나는 밤에 애기랑 있고. 제사 반대쪽으로 상 놓고 7시까지 두시간 했어요. 방에는 들어오지 않고 마루에서. 끝나고서 작은 상에 촛불놓고 애기방에서 남편, 시어머니가 절하고, 나는 하지 않았어요. 이상하지요. 형식적으로 하는 거지요. 거부반응은 없어요. 잘되라고 빌어 주는 것이니까. 옛 사람이니까.”		
“어머니가 잘 해 주시려고 해요. 항상 좋게. 화내면 애기 승 분다고 할망이 용심나면 안 된다고.”		
“시어머니는 애기 안으면서 입담을 해요. 할머니 잘 키워 줘소. 낫나 거란 낫드려 주고 흑난거란 흑드려 줘소 하면서. 나는 아무 말 안 하고 그냥 들어요. 좋은 거니까.”		
“태를 바다에 띄웠다. 그 해에 트인 바다에 띄워야 한대요. 잘못 띄우면 돌째가 안 생기고 애기건강에 안 좋다고. 처음에는 그냥 태를 만원주고 버렸는데 열 집에서 하는 얘기를 듣고는 다시 태를 찾아와 애기를 위해 태웠어요.”		

본질적인 구조 7 : 부정적인 신체상

대부분의 산모들은 임신으로 몸매가 없어지고 복부의 근육이 늘어나 체형의 변화를 경험하므로 분만 후 이전의 모습으로 회복되지 않을까 걱정을 한다. 산후체조를 한다든지, 배를 쓸어 준다든지, 짝 달라붙는 바지를 입는 것 등은 자신의 외모에 신경을 쓰고 있음을 말해주는데, 특히 임신선이 없어지지 않을 까봐 그 부분을 때처럼 미는 행위는 비록 출산을 하였지만 여성으로서 예뻐지고 싶다는 본능적인 심리의 표현을 나타낸 것으로 보인다.

분만 이후 신체의 불편감이 어느 정도 회복이 되고 아기에 대한 양육이 익숙하여지면, 산모는 자신의 몸매가 언제 정상으로 돌아 오는데에 관심을 갖게 되며(최연순 등, 1994), 산모들은 분만 후 신체상의 변화로 부정적인 신체상과 긍정적인 신체상의 상반된 생각을 갖게된다(조영숙, 1994)고 한다.

특히 원래의 모습으로 돌아오지 않는 것은 산모에게 외적 아름다움의 상실, 여성으로서의 상실감을 줄 수 있으며 부정적인 신체상을 갖을 수 있다는 것이다. 따라서 적절한 간호와 특히 체중관리와 복부탄력성 회복 등을 위한 효과적인 교육이 요구되는데, 예를 들면 모유수유를 통한 체중조절이라든가, 산후체조와 K-gel exercise 등의 교육(이영숙 등, 1997)이 산전관리시부터 제공되어야 할 것이다. 한편 가능하다면 자조그룹의 형성으로 교육 효과를 높여주며, 필요시 홍보물 제작 등의 배포도 필요하겠다.

본질적인 구조 8 : 지식 및 정보 추구

의미 있는 진술에서 발견되었듯이, 산모들은 산후관리에 있어 지식 및 정보에 대한 요구가 있음을 확인 할 수 있다. 즉, 산모들은 산후관리에 대한 지식 및 정보의 내용이

본질적인 구조 7: 부정적인 신체상

의미있는 진술	중심 의미	주 제
<p>“임신선이 안 없어져서. 목욕할 때 밀어도 안 없어져요.”</p> <p>“몸매에 신경이 쓰였지요. 남편을 의식 하게 되고 다른 사람도 의식이 되요. 여자잖아요.”</p> <p>“몸매유지 하는게 걱정됐어요. 여자니까. 두달까지도 배가 안 들어가고 출렁거리고. 산후체조는 2일정도 하다가 귀찮아서 못하겠고. 가끔 잊어버리게도 되고.”</p> <p>“매일 배를 쓸어주면 탄력있는 배가 된대요.”</p> <p>“짜 달라 붙는 바지를 입었어요.”</p> <p>“예뻐지고 싶어요.”</p> <p>“살이 안 빠질 까봐 걱정했는데 갑자기 예전 몸무게로 돌아왔어요.” “산후체조도 해보려고 했는데 귀찮고 자연히 들어가겠지. 첫째에 낳고는 안전다고 들었거든요. 출산전 보다 일을 많이 하고 낮잠도 못 자고 그러니까 살이 빠지는 것 같다.”</p> <p>“살 썰까봐 한약은 반재만 먹었어요.”</p>	<p>임신으로 달라진 외모에 대하여 어쩔 수 없이 포기하고 있었지만 여자로서 미에 대한 본능적인 생각이 다시 되살아 난다. 남편을 의식하게 되며 예전과 같아지고 싶다는 생각 때문에 외모 등 특히, 가장 변화가 있었던 몸매와 배에 신경을 쓴다. 나름대로의 방법을 시도하고 산후체조를 해 보지만 계속적으로 하지 못하고 살이 빠질 것이라는 막연한 생각을 갖는다.</p>	<p>주제 10: 분만전의 외모로 돌아가고자 한다.</p>

로 여러 가지를 구체적으로 알고 싶어 하였다. 김영숙(1992) 과 이광옥(1992)은 그들의 연구에서 산후관리에 대한 교육적 요구 내용으로 산후합병증, 인공수유시 유방관리법, 산모의 약물사용, 산후영양관리, 산후통에 대한 지식과 해결능력, 오로의 상태 파악, 산후불안이나 우울의 감정조절, 수면과 휴식 취하기 등을 제시하였으며, 이경혜(1982)는 산후 모성측과 영아측의 간호요구로는 안전관리, 응급처치, 아기 울음의 의미 파악 및 달래기, 이유식 준비 및 젖떼기 등을 보고하여 앞으로 초산모에 대한 산전 산후교육이 시급함을 암시하였다.

즉, 간호사가 실제로 현장에서 행하는 역할수행은 주로 투약, 활력 중후 측정, 회음관리, 배설 등에 관한 역할을 수행하고 있고, 유방관리, 산후 운동, 모아 접촉, 양육 행동 및 자가간호에 관한 역할은 별로 수행하지 않는 것(김형애, 1982; 이봉숙, 1988)으로 보고되고 있어 문제점이

크다는 것이다.

특히 산모들은 주변의 경험있는 사람들과 책을 통하여 산후관리에 대한 지식을 얻는데, 그러나 산모들은 실제로 산후관리를 하는데 있어 책과 차이가 있고 주변사람들이나 한의사가 이야기 한 것과 차이가 있기 때문에 혼란을 느끼는데, 이는 이명선(1996)의 연구에서도 위암환자들이 민간요법에 대하여 정보의 불일치로 혼란을 경험한다는 결과와도 일치하는 현상이다.

이러한 현상들을 볼 때 산모들을 위한 산전 산후교육의 강화는 물론 교육자료의 개발로 산모들이 가정에서도 개인적으로 적절한 정보를 채울 기회를 주어야 할 것이다. 특히 가정간호사의 활용은 산후관리 기간의 대부분을 가정에서 보내는 산모들에게 적절한 지식 및 정보 제공자로서 역할을 다 할 수 있을 것이다.

본질적인 구조 8: 지식 및 정보주구

의미있는 진술	중심 의미	주 제
<p>“옛날분이고 촌사람이니까 모르는 게 많아 몸조리가 잘 안되죠. 해주고 싶어 하나 잘 못해요. 엄마가 젖 맛사지하는 걸 모르니까 못 가르쳐 주더라구요.”</p> <p>“육아책을 시누이가 사줬어요. 도움이 많이 돼요. 재미있고. 책하고 안 맞는 것도 있어요”</p> <p>“책들이 거의 같은 내용이에요. 많이 알고 싶는데. 책에는 여러 가지 내용이 써 있지 않아요. 책에 제대로 내가 알고자 하는 내용도 없고, 해본 것도 없지요.”</p> <p>“병원에서는 묻는 말에 대답도 안해 줘요. 가르쳐 주지도 않고, 써서 주던가, 책자를 주던가, 적어도 일주일 동안만이라도 누워있으라고 얘기를 하던가, 모유를 안 먹이려면 이렇게 해야 한다는 이 정도의 얘기는 해 주어야 하는데.”</p>	<p>분만전 어머니나 주변사람들, 혹은 책을 통하여 육아, 분만 및 산전 산후조리에 대한 지식을 얻긴 하였으나 그들이 잘 모르는 경우가 많고, 책들은 다 같은 내용이고, 산후조리에 대한 다양한 내용이 없으며, 실제와 다른 경우도 있어 당황한다. 퇴원시 병원에서 전혀 교육이 없었기 때문에 더욱 더 구체적이고 자세한 정보를 얻기를 원한다.</p>	<p>주제 11: 산후조리에 대한 구체적인 지식과 정보를 얻기를 원한다.</p>

이상의 본 연구조사를 통해 볼 때, 산육기 여성은 전통적 산후조리에 대한 수용을 당연시 하면서 시기적으로 분만후 육체적 고통으로 인한 무력감을 우선적으로 경험하고, 실망감과 서운함을 느낀다. 그러나 이러한 경험은 육체적 회복과 함께 모성의 정체성으로 전환되고 아기에 대한 관심으로 바뀌면서 자신의 신체상까지 생각할 수 있는 여유를 가지게 된다. 이러한 시기별 경험은 순서적인 것은 아니며 복합적이고 서로 겹쳐 있음을 알 수 있다.

연구참여자들의 산육기 동안의 경험을 최종적으로 기술하면 다음과 같다.

산모들은 분만의 고통을 예상하지만 산후관리를 통해 신체의 회복이 고통스럽고 힘들다는 것을 알게 되고 자신의 몸이 만신창이가 되었다는 생각을 한다. 신체적 불편감으로 자신을 돌보기가 쉽지 않고 옆에 있는 아기를 돌보기도 벅차하고 무력감을 느낀다. 입원해 있는 동안 산후관리가 시작되지만 본격적으로 퇴원 후에 친정어머니 혹은 시어머니에 의해 산후관리를 받게 된다. 산판자들은 자신들이 들어왔고 경험한 산후관리를 산모들에게 그대로 행하며 무조건적으로 받아 들이게 한다. 산모는 옛날 방법이라는 것을 잘 알고 있으나 경험되어진 사실이기 때문에 전통적인 산후조리를 수용한다. 산후조리 동안 아기의 안녕을 바라는 마음으로 산모와 가족은 금기사항을 지키고, 산신할머니에게 아기의 건강한 성장을 기원한다. 미신적인 행위에 대하여 거부감을 갖기 보다는 아기의 행복을 빌어주는 옛날부터 해오던 형식적인 행위로 보고 동참을 한다. 이와 더불어 아기에 대하여 모성으로서의 애착심이 생기게 되어 아기를 옆에 두려 하고 보살피려는 엄마로서의 본능을 가지게 된다. 그러나 아직 아기를 다루는데 있어 서툴고 익숙치 못하여 자신이 아기를 잘 기를 수 있을지 불안해 하고 두려움을 느낀다. 또 한달간의 산후관리로 몸이 완전히 회복되는 것이 아니므로 남편의 적극적인 도움과 가족의 지속적인 지지를 고대하면서 그들에게 실망감과 서운함을 느끼기도 한다. 한편, 자신의 외모에 대해 관심을 갖게 되어 임신 이전의 모습으로 돌아 오기를 고대한다. 늘어진 배살이 들어가기 원하고 체중이 줄어가기 원한다. 특히 산모들이 산후관리경험을 통해 원하는 것은 산후관리에 대한 구체적인 지식과 정보를 습득하여 산후관리를 잘 할 수 있기를 원한다.

V. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구는 제주도 산모들을 대상으로 산육기에 있는 산모가 직접 체험하는 산육기 경험을 밝히는 것으로, 산후관리를 어떻게 행하고 있으며 경험하는지 기술함으로써 이를 한국 여성을 위한 산후간호중재 방법 개발을 위한 기초자료로 활용하기 위하여 시도하였다.

연구참여자는 연구에 참여하기를 동의한 분만 1주에서 100일 내외의 산후관리를 하고 있는 제주도에 거주하는 초산모 8명이었다.

자료수집기간은 1998년 3월 26일에서 1998년 6월 30일까지였으며, 가정방문을 통하여 심층면담을 하였으며 면담내용은 녹음을 하였다.

수집된 자료는 Colaizzi의 방법에 의하여 분석하였고, 그 결과 358개의 의미있는 진술, 11개의 주제, 8개의 본질적인 구조를 발견할 수 있었다.

8개의 본질적인 구조는 전통적 산후조리 수용, 무력감, 실망감과 서운함, 모성으로서의 애착심, 양육에 대한 불안감, 아기의 안녕 기원, 부정적인 신체상, 지식 및 정보 추구 등 이었다. 이상의 연구결과를 통해 연구참여자들은 전통적인 산후조리 방법을 수용하고 있으며, 분만 전과 달라진 생활양식속에서 자신의 무력감을 지니고 있음을 확인할 수 있었다. 특히 산모들은 분만 초기부터 아기에 대한 애착심을 갖고 있었으나 양육에 대한 지식부족으로 불안감을 지니고 있었고, 한편 제주 지역의 문화를 반영하는 아기의 안녕 기원을 받아들이고 있었다. 산후의 변화된 모습에서 자신의 몸에 대한 부정적인 신체상을 가지기도 하는데, 특히 모든 연구참여자들은 구체적인 산후관리에 관한 지식과 정보를 원하고 있음을 확인할 수 있었다.

따라서 결론적으로 산모를 위한 전반적인 산후관리의 간호중재방법으로서의 지지체계에 산판자로서 간호사가 포함되어져야 하며, 이를 위해 어머니교실(산전 산후교실), 출산준비교실, 모아동실 운영 등의 활성화가 요구되며, 이를 위해 임상간호사가 교육자로서의 역할을 잘 담당해야 할 것이다. 특히 퇴원 이후 산후관리를 위해서는 가정간호사의 활용을 통하여 정기적이고 규칙적인 방문을 통해 산모와 신생아에게 적절한 간호와 정보를 제공할 필요가 있겠다. 아울러 전통적인 산후조리방법의 효과적인 검증을 통하여 우리나라 여성에게 맞는 한국적 산후조리 간호중재 및 프로그램 개발이 요구된다.

2. 제 언

- 1) 각 지방의 전통적인 산후조리 방법에 대한 조사연구가 요구된다.
- 2) 전통적인 산후조리 방법들의 효과를 검증할 수 있는 실험연구가 필요하다.
- 3) 한국 여성에 맞는 산후관리 방법 및 프로그램 개발이 요구된다.

참 고 문 헌

- 강문정 (1989). 일부 제주지역의 전통적 산후 건강관리 실천에 관한 조사연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 고명숙, 김혜자, 박공례, 박난준, 심미정, 오현이, 이숙희, 이영숙, 이은숙, 장인옥, 한혜실 (1995). 모성간호학. 서울: 현문사.
- 곽귀련 (1991). 한국의 전통적 산후조리에 대한 탐색적 연구. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 김신정과 양숙자 (1997). 초산모의 모유수유 경험. 대한간호학회지, 27(3), 477-488.
- 김영숙 (1992). 초산모와 신생아의 산육기 간호요구. 경북대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 김정효 (1985). 산모들의 산육기에 대한 인식도 조사. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 김조자, 김용순, 박지원, 유지수, 임영신, 전춘영 (1994). 간호진단과 간호계획. 서울: 대한간호 협회.
- 김태곤 (1994). 한국민간신앙연구. 서울: 집문당.
- 김태임 (1990). 초산모의 영아에 대한 지각 및 양육태도와 초기 모유수유 상황에서의 모아상 호작용 양상과의 관계. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김형애 (1982). 병원분만 산모의 안녕저해 요인에 관한 연구. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 김혜숙, 최연순, 전은미 (1994). 제왕절개 분만 산육부와 신생아의 가정간호사례연구. 대한간호학회지, 24(4), 696-705.
- 김희경 (1987). 출산의 위험요인 유무별 산육초기 산모의 어머니역할 인식과 자기간호수행에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 박영선 (1987). 지지적 간호가 고위험 신생아 어머니의 상태불안 감소에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박영숙 (1991). 산육기 초산모의 모성전황과정. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 박인순 (1983). 산후관리에 대한 산육부들의 지식 및 태도조사. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 배정미 (1996). 산후우울경험에 관한 연구-근거이론적 접근. 대한간호학회지, 26(1), 107-126.
- 신재용 (1996). 완전여성한방. 보고싶은 책.
- 유은광, 전정자 (1987). 간호대상자의 문화배경별 산후관라자 간호유형의 비교연구. 대한간호, 26(1), 77-94.
- 유은광 (1993). 여성건강을 위한 건강증진행위: 산후조리 의미의 분석. 간호학탐구, 2(2), 37-65.
- 유은광 (1995). 한국의 산후문화와 여성이 경험한 산후병에 관한 일상생활 기술적 연구. 대한간호학회지, 25(4), 825-836.
- 유은광 (1998). 여성의 건강상태와 산후조리 경험과의 관계연구. 대한간호, 36(5), 74-90.
- 이경혜 (1982). 산육기 산모의 어머니 역할에 대한 인식과 간호요구에 대한 연구. 대한간호학회지, 12(2), 67-79.
- 이광옥 (1992). 산육부의 교육자료 개발을 위한 교육요구조사. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이명선 (1996). 위암 환자들의 경험세계에 대한 현상학적 연구. 간호학논문집, 10(1), 25-43.
- 이봉숙 (1988). 산육부와 의료전문인 간의 산육기 산모에게 요구되는 교육내용별 중요도에 대한 비교연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이영숙, 이경혜, 박영주, 변수자, 유은광, 이미라, 이영숙, 이해경, 정은순, 조옥순, 최의순, 한혜실 (1997). 여성건강간호학. 서울: 현문사.
- 이영은 (1992). 산육초기 초산모의 간호목표 달성방법 합의가 어머니의 역할수행에 대한 자신감 및 만족도에 미치는 영향에 관한 실험적 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이영화 (1989). 산육초기 산모의 신생아 양육에 대한 자신감과 산후 우울과의 관계연구. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이은숙 (1987). 초산모의 어머니 역할에 대한 자신감과 수유시 모아 상호작용 민감성과의 관계 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이혜경 (1992). 산육기 초산모의 모성역할획득구축모형. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 조미영 (1988). 초산모의 분만유형별 분만경험에 대한 지각과 모아상호작용 과정에 관한 연구. 이화여자

대학교 박사학위논문.

조영숙 (1994). 이민 임신부의 스트레스와 분만경험에 대한 현상학적 연구. 대한간호학회지, 24(3), 432-437.

최애규 (1980). 산모의 신육기섭생에 관한 지식 및 실태와 「모아함께 간호」에 관한 요구조사. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.

최연순, 장순복, 조희숙, 최양자, 장춘자, 박영숙, 이남희 (1995). 모성간호학. 서울: 수문사.

최인희 (1986). 모아 조기 접촉이 어머니 역할 획득과 애착행위에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 석사학위논문.

Beger, D., Cook, C. A. (1998). Postpartum teaching priorities : the viewpoints of nurses and mothers. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs, 27(2), 161-168.

Bondas-Salonen, T. (1998). New mothers' experiences of postpartum care a phenomenological follow-up study. J Clin Nurs, 7(2), 165-174.

Bull, M. J. (1981). Change in concerns of first time mothers one week at home. Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing, 10(5), 391-394.

Davis, J. H., Brucker, M. C., & Macmullen, N. J. (1988). A study of mothers' postpartum teaching priorities. Matern Child Nurs, 17(1), 41-50.

Evans, C. J. (1995). Postpartum home care in the United States. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs, 24(2), 180-186.

Field, P. A., & Renfrew, M. (1991). Teaching and support : nursing input in the postpartum period. Int J Nurs Stud, 28(2), 131-141.

Ruchala, P. L., & Halstead, L. (1994). The postpartum experience of low-risk women : A time of adjustment and change. Matern Child Nurs J, 22(3), 83-89.

Trubotti, S., Lyons, N., Blackburn, S., Stein, M., & Withers, J. (1988). Nursing diagnoses for the postpartum women. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs, 17(6), 410-416.

Wiktorell, G., & Saveman, B. I. (1996). Experiences of pregnancy, delivery, motherhood and knowledge transfer in 3 generations of

mothers. Vard Nord Utveckl Forsk, 16(2), 4-13.

William, L. R., & Cooper, M. K. (1996). A new paradigm for postpartum care. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs, 25(9), 745-749.

- Abstract -

The Lived Experiences of Postpartal Women in Che-Ju island

Shin, Hye Sook · Lee Kyung Hee***

The purpose of this study is to explore and describe the experiences of postpartal woman, Korean postpartal care that Korean women experience after-birth, to find the meaning of their lived experiences and to contribute to the base of Korean maternal nursing.

The method is the phenomenological through participant in depth interview.

The subjects of this study were 8 women who are 1 week to less or over 100days afterbirth. Their age rang from 22 to 33. All available data was collected from 26th of March 1998 to 10th of July 1998. A taperecorder was used with the permission of the subjects to prevent the loss of spoken information.

The analysis of the data was made through Colaizzi's. The result of the study was as follow : There were eleven themes and 8 structures, Structure 1 : Acceptance to the traditional Sanhujori, Structure 2 : Powerlessness, Structure 3 : Disappointment and Being sorry, Structure 4 : Attachment as mother, Structure 5 : Anxiety on bring up, Structure 6 : Praying the wellbeing of baby. Structure 7 : Negative body image 8 : Information seeking, Structure.

In conclusion, nurses have to help Korean women afterbirth who are in difficulties physically, emotionally, socio-psychologically as direct caregivers and educators. As continually finding out the Korean postpartal care, Snhujory, we can build the our original maternal nursing.

* Department of Nursing, College of Medicine, Kyung Hee University.

** Department of Nursing, Halla College.