

## 일반인의 냉온요법에 대한 인식 조사\*

김민정\*\*

### I. 서론

#### 1. 연구의 필요성

인간의 행동은 개인의 성격 뿐 아니라 문화에 의해 결정된다. 문화는 공식적인 교육을 통해서도 학습되지만 더 많은 부분들이 문화의 삼투현상을 통해서 학습되며 이 과정에서 그 문화집단에서 바람직하게 받아들여지는 그리고 기대되는 행동, 가치, 역할, 태도 등이 문화집단에 스며들게 된다.(최, 강, 고 및 조, 1992)

간호는 인간을 대상으로 한 학문이므로 총체적인 간호를 제공하기 위해서는 문화적인 지식이 필요함에도 불구하고 이런 점에 관심이 미치지 못하고 있다. 즉, 인간과 환경의 상호작용으로 형성 전수되어 온 문화가 건강과 질병에 대한 지식, 생각, 믿음, 가치관, 관행, 행위에 영향을 미치고 있다는 점을 간과한 나머지 실무현장에서 대상자의 문화를 고려하지 않아서 간호실무자나 간호학생, 간호받는 대상자 모두가 갈등을 경험할 수 있다(최 등, 1992)는 것이다. 한국의 경우 더욱 문제가 되는 것은 서구 문화권에서 확인, 개발된 진단이나 중재가 우리 문화에 적합한가를 검증하지 않은 채 적용한다는 점이다.

(최 등, 1992) 그 한 예가 바로 냉온적용이라고 볼 수 있다.

냉온요법은 흔히 사용되는 간호중재 방법중에 하나로 손쉽게 적용할 수 있고, 그 효과가 즉각적이며 별다른 합병증이 없이 경제적이고 안전하며 준비가 간편하여 수세기 동안 주로 통증완화나 치료를 위한 목적으로 광범위하고 다양하게 사용되어 왔다.

특히, 냉은 통증역치를 높이고 대사 속도를 떨어뜨리며 그 효과가 열보다 오래 지속(McCaffery and Beebe, 1989)되므로 열이용에 비하여 새로운 치료형태의 하나로 인식되고 있다.(임과 김, 1993) 따라서, 냉의 생리적 작용을 적절히 같이 이용하거나 냉의 대사를 감소시키는 특수한 작용을 이용한 연구가 꾸준히 시행되어 왔다.(김, 1995; 남과 박, 1991; 박, 1991; 신, 1997; 엄, 1997; 유, 1991; 임과 김, 1993) 이렇게 냉온요법의 효과에 대한 연구는 활발히 진행되어 왔으나, 대상자의 냉온요법에 대한 선호도나 거부감을 고려한 연구는 없었다.

남과 박(1991)의 연구를 보면 대상자로 선정되었으나 회음부 냉요법을 거부한 사람이 있었고, 냉요법 실시전에는 연구대상자 40명중에 5명만이 냉요법에 대한 편견이 없다고 하였으며, 김(1995)은 냉

\* 가톨릭 상지대학 연구보조비에 의함

\*\* 가톨릭 상지대학

점질의 통증완화효과가 기존의 연구와 차이가 있는 이유로 냉찜질 기구의 무게와 적용부위가 복부이므로 복부에 적용하는 냉은 사지와 회음부에 적용하는 것과는 다른 영향을 줄 수도 있다고 하였다. 유 (1991)는 산후회음부 불편감 완화에 냉좌욕과 온좌욕을 실시하고 지금까지는 산후회음부 간호로 주로 온요법만 실시하던 것을 대상자의 상황이나 선호도에 따라 다양한 방법으로 적용해 볼 것을 권하였다.

이에 본 연구자는, 냉온요법과 관련된 연구를 시행함에 있어서 대상자가 속해있는 사회집단의 문화와 관련된 거부감이나 선호도와 같은 심리적 요인이 객관적인 연구결과에 영향을 미칠 수 있으리라 생각하여 본 연구를 통해, 산후조리시 냉온에 대한 인식뿐만 아니라 다른 신체부위에 대한 냉온요법에 대한 인식을 조사하여 문화적 배경에 맞는 좀 더 효과적인 방법으로 냉온요법이 이루어질 수 있도록 하기 위한 기초자료로 냉온요법에 대한 인식을 조사하고자 한다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 다음과 같다.

- 1) 냉온요법과 관련된 변수를 파악한다.
- 2) 신체부위에 따른 냉온요법의 인식을 파악한다.
- 3) 냉온요법 이행과 관련된 변수를 파악한다.

## II. 문헌 고찰

### 1. 문화와 간호

본 연구의 이론적 배경은 Leininger의 횡문화적 돌봄이론(Transcultural Care Theory)이다. 횡문화적 돌봄이론의 전반적인 목적은 돌봄에 대한 대상자의 관점에 도달함으로써 대상자의 요구와 현실에 맞는 합리적인 돌봄을 제공하는 것이다. 돌봄(care)은 문화적으로 유래된 것으로 만족스럽고 효과적인 간호실무를 위해서는 문화에 기초한 지식과 기술이 필요하다라는 것이다. 만약, 간호사가 간호나 돌봄행위에 대한 가치가 상이한 문화속에서 일할때에는 문화적

갈등과 문제가 초래될 수 있고, 간호사가 기술적인 업무나 활동에 의존하면 할수록 대상자와의 인간적 거리는 더욱 커지고 대상자의 만족도는 감소될 것이다. 최근 많은 간호사들이 다른 문화나 인간 권리에 대한 인식이 높아짐에 따라 포괄적이고 전인적이며 다문화적인 간호에 대한 요구가 증가하고 있다. Leininger의 해돋이 모형(the Sunrise Model)을 보면 간호는 문화적 돌봄의 보존, 문화적 돌봄의 적용과 문화적 돌봄의 재패턴화의 간호활동을 통해 민간과 전문적 건강체계의 다리역할을 한다고 하였다.(이 등, 1997) 즉, 문화적 배경을 고려하여야만 간호중재가 대상자의 건강관리에 영향을 줄 수 있다는 것이다. 따라서, 특정 문화적 배경에서 개발된 간호중재를 다른 문화권에 적용할 때는 다른 문화에 대한 이해를 바탕으로 하여 중재되어야 할 것이다.

문화는 어떤 특정 집단이 생각하고 의사결정을 하거나 일정한 행동을 하게끔 학습되고 함께 공유하여 전해져 내려온 가치, 신념, 규범 및 생활방식을 말한다.(최 등, 1992)

문화간호란 모든 문화에 보편적인 그리고 그 문화에 특수한 간호실무를 제공하기 위한 과학적이고도 인본주의적인 지식체 개발을 목표로, 세계의 다양한 문화와 하위문화의 돌봄행위, 간호, 건강-질병의 가치, 신념, 태도 및 행동패턴을 비교 분석하는데 초점을 둔 간호의 한 영역이다. 문화간호의 궁극적 목표는 다양한 문화적 배경을 가진 대상자의 문화적 욕구를 충족시키고 보다 만족스러운 간호를 제공하는 데 있다.(최 등, 1992)

간호(Nursing care)가 대상자의 가치와 기대에 일치하면 할수록 대상자들에게 더 잘 받아들여질 것이다. 간호에 대한 대상자들의 만족도는 간호사가 대상자의 기대를 얼마나 공감하고 충족시키는가에 달려있다.(최 등, 1992) 문화집단이 각종 질병을 어떻게 취급하고 정의하며 어떻게 건강을 유지, 증진하고 질병을 예방하는지, 그리고 어떻게 그들의 건강관리체계를 구성하는가에 대한 지식은 효과적인 간호를 수행하는데 있어서 필수적인 기초지식이다.(최 등, 1992)

서구와 다른 문화의 한 예로, 우리 나라에서는 과거부터 오늘날에 이르기까지 대부분의 일반여성들은

자신의 건강 여부를 산후조리 탓으로 돌려 왔으며, 이를 잘하면 평생의 건강을 보장받으며 잘못하면 평생 고질병으로 고생하므로 산후조리를 잘해야 한다는 신념이 상당히 강하게 작용하여 산모를 포함하여 이러한 산후 문화속에서 사회화된 젊은 미혼여성들도 이러한 언급들을 자연스럽게 당연하게 받아들이고 있으며 하나의 여성 건강 유지 및 증진을 위한 당연히 거쳐야 할 통과의례로 간주하고 있다.(유, 1997) 전과 유(1997)의 찜질방을 오는 이유와 관련된 7개의 주제군 안에는 우리나라 사람들은 옛날에 온돌시대에 살았기 때문에 바닥이 뜨거운것을 좋아하고 여자는 따뜻한데 있어야 하기 때문에 관습적인 이유로 다닌다가 포함되어 있고, 산후조리의 개념간 관계모형(유, 1997)을 보면 신념체계로서의 산후조리에는 몸을 따뜻하게 하고 찬 것을 피하므로 기운을 돋운다는 기본원리가 포함되어 있는데, 실제로 산후의 의례동안 여성들이 당연시하고 있는 이러한 견해 및 신념에 대한 의료인들의 무관심과 심지어는 반대되는 지시 및 교육을 받을 때 지시에 불이행하기도 하고 이로 인해 불안해하기도 하며 더 나아가 옹했을 경우에 그동안 갖고 있던 건강신념에 따라 평생 고질병으로 고생할 가능성에 대해 두려워하기도 한다. 따라서 문화와 일치된 체계적인 건강관리가 이루어지는 것이 바람직하다.

## 2. 문화와 관련된 냉온요법

냉은 혈관수축과 효소작용의 파괴를 초래하여 염증반응이 감소되며, 손상부위의 종창형성을 방지하고 혈액점도를 증가시켜, 출혈과 부종을 방지하거나 감소시킨다. 또한 신경전도의 속도를 감소시켜 대뇌에 도달하는 자극 유입량을 줄임으로써 신경말단에 직접 작용하는 통증을 감소시키므로 냉의 장기간 적용은 무감각과 마비를 초래한다.(강, 1990; 이와 최, 1993) 특히, 냉은 피하지방이 효과적인 절연체로 작용하기에 냉적용을 중단한 후에도 6시간까지도 그 효과가 지속된다.(유, 1991)

온은 혈관을 확장시켜 혈액순환과 혈관투과성을 증가시켜 조직과 혈관사이의 산소, 영양분 및 노폐물의 교환을 증진시키기도 하며 부종이 생길 수도

있다. 또한, 식세포 활동을 증가시켜 염증과정을 촉진시키고 혈액점도를 감소시켜 상처부위로 백혈구와 항생제 이동을 증진시키며 통증에 대한 역치와 안위감을 상승시킨다. 복부에 온을 적용하면 위장관점막에 반사적 혈행감소가 일어나 평활근이 이완되며 연동운동과 위산도가 감소한다.(강, 1990; 이와 최, 1993)

따라서, 손쉽게 적용할 수 있으면서 별다른 합병증이 없고 경제적이고 간편한 냉과 온의 생리적 작용을 이용하여 간호문제를 해결하고자 하는 연구가 지속적으로 시행되어 왔다.

김(1997)의 간호사를 대상으로 한 통증중재법 실행에 대한 연구를 보면 지금까지 적용해본 통증중재법은 의사지시에 의한 진통제 투여가 가장 많고 그 다음이 스스로의 판단에 의한 온찜질이었다고 하였으며, 관심있는 통증중재법 중 하나로 냉온요법이 포함되어 있다고 하였다.

그런데, 몇몇 냉온요법에 대한 연구의 제한점이나 제언을 보면 연구대상자가 특정시기나 특정부위에 냉이나 온 특히, 냉이 적용되는 것 자체에 거부감을 가지고 있는 것을 볼 수 있다.

김(1995)은 복부수술환자의 복부통증완화에 냉찜질의 즉각적 통증완화효과는 있었으나 지속적인 통증완화효과는 없었다고 하면서 이것은 적용부위가 복부이므로 냉찜질 기구의 무게와 적용부위에 대한 대상자의 인식이 온도 편안감에 영향을 미칠 수도 있다고 하였다.

남과 박(1991)은 관습상 산모들이 산후 회음부 간호에 냉요법을 기피하는 경향이 있어 연구대상자 40명중에 5명만이 냉요법에 대한 편견이 없었다고 하면서 산후 냉요법에 대한 편견을 버리고 냉요법이 회음부 불편감완화에 효과적이므로 산모들에게 냉요법에 대한 적절한 정보를 제공하고 회음절개술후에 냉요법을 실시할 것을 주장하고 있다.

임(1997)의 백혈병환자의 항암화학요법 중 구강얼음요법의 구내염 예방효과에 대한 연구에서는 14명의 구강얼음요법 실시대상자중에서 4명이 구강얼음요법을 중단하여 연구에서 제외되었다.

유(1991)는 냉요법이 회음부 불편감 완화에 온요법보다 효과가 크다고 하면서 한국인들은 산후에는

몸을 따뜻하게 해야 한다는 관습이 있어서 온요법을 산후 일상적인 간호중재법으로 사용해 왔는데 이제부터는 대상자의 상황이나 선호도에 따라 다양한 방법으로 냉운을 적용할 것을 권하였다.

신(1997)은 얼음주머니를 이용한 냉요법이 산모의 회음부 불편감 완화에 효과가 매우 크므로 산후 냉요법에 대한 편견을 버리고 분만후에 산모에게 효과적인 간호중재로 냉요법을 적용할 수 있는 실무적인 방안을 마련해야 한다고 하였다.

그러나, 지금까지의 연구를 보면 일반인의 산후 냉요법에 대한 편견에 대한 조사나 과연 산후 냉요법 거부감을 편견으로 돌릴 수 있는지에 대한 연구, 냉이나 온에 대한 관습, 선호도, 성별과 연령에 의한 차이, 적용부위에 따른 차이에 대한 연구는 거의 없다.

### III. 연구 방법

#### 1. 연구 설계

본 연구는 성별과 나이로 할당표집(quota sampling)한 설문지를 이용한 조사연구이다.

#### 2. 연구대상

본 연구는 의사소통이 가능하고 연구에 참여하기로 허락했으며 주로 안동에 거주하는 10대에서 70대까지의 남녀 429명을 대상으로 하였다.

#### 3. 자료수집방법

통계적 분석이 가능하도록 성별과 연령대 별로 비례적 할당표집 비율을 정한 다음, 간호연구방법론을 수강하고 있는 간호과 2학년 학생 50명에게 연구목적과 방법을 설명하고, 1인당 설문지를 9장씩 분배하여 편의로 설문지를 받아오도록 하였다. 총 450매를 배부하여 그중 답변이 불성실한 21매를 제외하고 429매를 자료로 하였다.

설문지는 인구학적 특성, 지각하는 건강상태, 체질, 냉온요법 생각시 느낌, 냉온적용 경험과 그때의

느낌, 냉온에 견디는 정도, 냉수욕 정도, 신체부위별 이상체온, 복부와 회음부에 간호사가 냉온요법 지시하면 이행할지를 묻는 폐쇄형과 반개방형의 36문항으로 구성되어 있다.

자료수집 기간은 온도에 대한 인식을 묻는 것이므로 조사시 계절이 영향을 미칠 수 있음을 고려하여 가을을 선택하여 1998년 9월 25일에서 10월 25일 까지 자료를 수집하였다.

#### 4. 자료 분석

SPSSWIN을 이용하였다. 대상자의 인구학적 특성, 냉온관련 특성, 신체부위별 이상체온, 냉온요법 지시이행과 이유는 빈도를 측정하였고, 일반적인 특성과 냉온요법 지시이행 여부의 상관관계는  $\chi^2$  test, Tendall's tau, Spearman's rho로 하고, 차이검정은 t-test와 ANOVA로 측정하였다.

#### 5. 제한점

연구대상자가 주로 안동시에 거주하고 편의 추출 되었으므로 연구결과를 일반화시키는데 제한이 있다.

### IV. 연구결과 및 논의

#### 1. 대상자의 일반적인 특성

대상자의 인구학적 특성과 냉온관련 변수의 특성은 <표 1>과 같다.

본 연구대상자는 자료수집을 용이하게 하기위해 인근지역을 중심으로 실시하였으므로 지역적인 편차를 배제할 수 없다. 박(1996)의 일반인을 대상으로 전통적 인간관을 연구한 결과를 보면, 충북과 경북 지역, 전북지역 먼단위에 거주자가 서울과 부산등 대도시 거주자보다 유의하게 높은 전통적 인간관을 나타냈으며, 연령별로 보면 나이가 많을수록 더욱 전통적인 인간관을 나타낸다고 하였다. 따라서 본 연구대상자는 주로 안동시에 거주하므로 냉온요법에 대한 인식의 편차가 있을 수 있다.

<표 1> 대상자의 일반적인 특성

n=429

| 특 성                       | 구 분          | 빈도(%)     | 특 성              | 구 분              | 빈도(%)        |           |
|---------------------------|--------------|-----------|------------------|------------------|--------------|-----------|
| 나 이                       | 10대 이하       | 104(24.2) | 냉요법<br>경험후<br>느낌 | 시원했다             | 131(30.5)    |           |
|                           | 20대          | 114(26.7) |                  | 상쾌했다.개운했다        | 67(15.6)     |           |
|                           | 30대          | 101(23.5) |                  | 차가웠다             | 28( 6.5)     |           |
|                           | 40대          | 74(17.2)  |                  | 얼얼했다.오싹했다        | 22( 5.1)     |           |
|                           | 50대 이상       | 36( 8.4)  |                  | 좋았다              | 8( 1.9)      |           |
| 성 별                       | 남자           | 222(51.7) |                  | 조였다              | 2( 0.5)      |           |
|                           | 여자           | 207(48.3) |                  | 싫었다              | 2( 0.5)      |           |
| 지각하는<br>건강상태              | 매우 건강하다      | 37( 8.6)  | 무경험              |                  | 169(39.4)    |           |
|                           | 건강한 편이다      | 153(35.8) |                  | 온요법<br>경험후<br>느낌 | 시원했다         | 113(26.4) |
|                           | 보통이다         | 143(33.3) |                  |                  | 상쾌했다.개운했다    | 1(11.9)   |
|                           | 건강하지 못한 편이다  | 86(20.0)  |                  |                  | 포근했다.긴장이 풀렸다 | 38( 8.9)  |
|                           | 매우 건강하지 못하다  | 10( 2.3)  |                  |                  | 답답했다         | 37( 8.6)  |
|                           |              |           | 따뜻했다             |                  | 28( 6.5)     |           |
| 스스로<br>생각하는<br>체질         | 열이 많은 체질이다   | 62(14.5)  |                  | 뜨거웠다             | 27( 6.3)     |           |
|                           | 열이 좀 많은 체질이다 | 132(30.8) |                  | 짜증났다             | 13( 3.0)     |           |
|                           | 보통이다         | 121(28.2) |                  | 싫었다              | 1( 0.2)      |           |
|                           | 몸이 찬 체질이다    | 104(24.2) |                  | 무경험              | 121(28.2)    |           |
|                           | 몸이 많이 찬 체질이다 | 10( 2.3)  | 냉에<br>견디는<br>정도  | 아주 잘 견딘다         | 49(11.4)     |           |
| 냉요법<br>방법                 | 얼음이용         | 248(57.8) |                  | 어느정도 견딜수 있다      | 167(38.9)    |           |
|                           | 냉탕.냉샤워       | 121(28.2) |                  | 보통이다             | 101(23.6)    |           |
|                           | 국소적 찬물이용     | 27( 6.3)  |                  | 잘 견딜수 없다         | 90(21.0)     |           |
|                           | 시원한 곳        | 2( 0.5)   |                  | 너무나 견딜수 없다       | 22( 5.1)     |           |
|                           | 무응답          | 31( 7.2)  | 온에<br>견디는<br>정도  | 아주 잘 견딘다         | 36( 8.4)     |           |
| 온요법<br>방법                 | 국소적 더운물이용    | 162(37.8) |                  | 어느정도 견딜수 있다      | 160(37.3)    |           |
|                           | 샤우나          | 133(31.0) |                  | 보통이다             | 120(28.0)    |           |
|                           | 온탕.온샤워       | 46(10.7)  |                  | 잘 견딜수 없다         | 95(22.1)     |           |
|                           | 물리치료법.뜸.쑥뜸   | 42( 9.8)  |                  | 너무나 견딜수 없다       | 18( 4.2)     |           |
|                           | 아랫목          | 19( 4.4)  | 땀분비              | 아주 많이 많은 편이다     | 59(13.8)     |           |
| 무응답                       | 27( 6.3)     | 많이 많은 편이다 |                  | 169(39.4)        |              |           |
| 냉요법<br>생각하면<br>떠오르는<br>느낌 | 시원하다         | 194(45.1) |                  | 보통이다             | 112(26.1)    |           |
|                           | 차갑다.시럽다      | 126(29.4) |                  | 땀이 적은 편이다        | 74(17.2)     |           |
|                           | 상쾌하다.개운하다    | 72(16.8)  |                  | 아주 땀이 적은 편이다     | 15( 3.5)     |           |
|                           | 습다           | 11( 2.6)  | 냉수욕              | 자주한다             | 72(16.8)     |           |
|                           | 얼얼하다.무감각하다   | 11( 2.6)  |                  | 가끔한다             | 178(41.5)    |           |
| 지끈거린다.조인다                 | 4( 0.9)      | 별로 하지 않는다 |                  | 107(24.9)        |              |           |
| 온몸으로 바람이 들어온다             | 2( 0.5)      | 거의 하지 않는다 |                  | 70(16.3)         |              |           |
| 무응답                       | 9( 2.1)      | 무응답       |                  | 2( 0.5)          |              |           |
| 온요법<br>생각하면<br>떠오르는<br>느낌 | 시원하다.개운하다    | 158(36.8) |                  |                  |              |           |
|                           | 답답하다         | 84(19.6)  |                  |                  |              |           |
|                           | 따뜻하다         | 80(18.6)  |                  |                  |              |           |
|                           | 뜨겁다.후끈하다     | 43(10.0)  |                  |                  |              |           |
|                           | 덥다           | 29( 6.8)  |                  |                  |              |           |
|                           | 포근하다.긴장이 풀린다 | 26( 6.1)  |                  |                  |              |           |
|                           | 짜릿하다         | 1( 0.2)   |                  |                  |              |           |
|                           | 무응답          | 8( 1.9)   |                  |                  |              |           |

냉요법 생각시 느낌을 분석해 본 결과 차다, 춥다, 얼얼하다, 지끈거린다, 바람이 들어온다와 같은 부정적인 느낌은 36%이고, 온요법 생각시의 답답하다, 뜨겁다, 덥다와 같은 부정적인 느낌도 36.4%로 냉온에 대한 부정적인 느낌은 거의 비슷하였다. 다시 말하면, 대상자의 61.9%가 냉요법을 긍정적으로 생각하고, 61.7%가 온요법을 긍정적으로 생각하고 있었다.

2. 일반적인 특성과 냉온관련 변수의 관계

1) 성별에 따른 냉온관련 변수의 차이

냉온요법 생각시 느낌, 냉온요법을 경험한 후 느낌과 온에 견디는 정도는 성별에 따라 유의한 차이가 없었다. 그러나, 건강상태는 <표 2>와 같이 여성이 남성보다 건강상태가 좋지 않다고 생각하고, 체질은 여성이 남성보다 몸이 차다고 했으며, 냉수욕 정도는 여성이 남성보다 냉수욕을 거의 하지 않으며, 냉에 견디는 정도는 여성이 남성보다 냉에 견딜 수 없다고 하였다.

<표 2> 성별에 따른 냉온관련 변수의 차이

| 변 수        |   | 평균(N)     | S.D  | t value | p    |
|------------|---|-----------|------|---------|------|
| a건강상태      | 남 | 2.55(222) | 1.02 | -3.75   | .000 |
|            | 여 | 2.89(207) | .85  |         |      |
| b체질        | 남 | 2.42(220) | .99  | -5.55   | .000 |
|            | 여 | 2.98(206) | 1.07 |         |      |
| c냉수욕       | 남 | 2.18(222) | .93  | -5.56   | .000 |
|            | 여 | 2.67(207) | .91  |         |      |
| d냉에 견디는 정도 | 남 | 2.42(222) | 1.03 | -5.66   | .000 |
|            | 여 | 2.99(207) | 1.06 |         |      |
| e온에 견디는 정도 | 남 | 2.42(222) | 1.03 | -0.21   | .831 |
|            | 여 | 2.99(207) | 1.06 |         |      |

a건강상태 : 최저 1점에서 최고 5점까지 나올수 있고 점수가 높을수록 건강하지 못하다

b체질 : 최저 1점에서 최고 5점까지 나올수 있고 점수가 높을수록 몸이 차다

c냉수욕 : 최저 1점에서 최고 4점까지 나올수 있고 점수가 높을수록 냉수욕을 하지 않는다

d냉과 온에 견디는 정도 : 최저 1점에서 최고 5점까지 나올수 있고 점수가 높을수록 냉이나 온에 견딜수 없다

2) 나이에 따른 냉온관련 변수의 차이

나이에 따른 체질, 냉수욕, 냉에 견디는 정도, 온에 견디는 정도는 유의한 차이가 없었으나, 나이에 따라 건강상태는 유의한 차이가 있어서 사후 검정한 결과 <표 3>과 같이 10대 이하와 50대 이상, 30대와 50대이상에서 나이가 많을수록 건강상태는 좋지 않은 것으로 생각하고 있었다.

3) 냉온관련 변수간의 상관관계

냉온과 관련된 일반적인 특성들의 상관관계를 Spearman's rho로 본 결과 <표 4>와 같이 체질, 냉에 견디는 정도, 온에 견디는 정도와 땀분비는 유의한 상관관계가 있었다. 즉, 몸이 차다고 생각할수록 냉은 견디기 어렵고 반면에 온은 잘 견딜 수 있고 땀은 적게 흘린다는 것이다.

3. 신체부위별 이상체온 인식

대상자가 생각하는 신체 각 부위의 이상적인 온도는 <표 5>와 같다. 남녀 모두 복부는 따뜻해야 한다는 것에 가장 강한 공감을 가지고 있었고, 성별로 차이가 나는 부위는 생식기로, 대상자의 48%가 남성의 생식기가 시원해야 한다고 답한 반면 여성은 60%가 여성생식기는 따뜻해야 한다고 답하였다.

4. 냉온요법 지시 이행정도

1) 냉온요법 지시 이행정도

간호사가 냉온요법을 지시했을때 이행정도는 <표 6>과 같다. 일반적인 특성에 따른 냉온요법 지시 이행정도는 유의한 차이가 없었다.

2) 복부와 회음부 냉온요법 이행여부

구체적으로 간호사가 복부와 회음부에 냉온요법을 지시했을때 이행여부에 대한 결과는 <표 7>과 같다. 단, 회음부 냉온요법에 대한 질문은 여성대상자 202명만 응답했다.

〈표 3〉 나이에 따른 냉온관련 변수의 차이

| 변 수         | 1-2 | 1-3  | 1-4 | 1-5  | 2-3 | 2-4  | 2-5 | 3-4 | 3-5  | 4-5 | F    | p    |
|-------------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|-----|------|-----|------|------|
| 1(10대이하)    |     |      |     |      |     |      |     |     |      |     |      |      |
| 지각하는 2(20대) |     |      |     |      |     |      |     |     |      |     |      |      |
| 건강상태 3(30대) | .58 | 1.00 | .43 | .04* | .16 | 1.00 | .45 | .12 | .02* | .69 | 4.72 | .001 |
| 4(40대)      |     |      |     |      |     |      |     |     |      |     |      |      |
| 5(50대이상)    |     |      |     |      |     |      |     |     |      |     |      |      |

〈표 4〉 냉온관련 변수간의 상관관계

|         | 체 질   | 냉건디는 정도 | 온건디는 정도 | 땀정도     |
|---------|-------|---------|---------|---------|
| 체 질     | 1.000 | .283**  | -.257** | .362**  |
| 냉건디는 정도 |       | 1.000   | -.109*  | .152**  |
| 온건디는 정도 |       |         | 1.000   | -.296** |
| 땀정도     |       |         |         | 1.000   |

\*\* Correlations significant at the .01(2-tailed)

\* Correlations significant at the .05(2-tailed)

〈표 5〉 신체부위별 이상체온

n = 429

| 구 분 | 시원해야 한다<br>빈도(%) | 따뜻해야 한다<br>빈도(%) | 상관없다<br>빈도(%) | 무응답<br>빈도(%) |           |
|-----|------------------|------------------|---------------|--------------|-----------|
|     |                  |                  |               |              | 구 분       |
| 남   | 입안               | 89(20.7)         | 210(49.0)     | 61(14.2)     | 69(16.1)  |
|     | 복부               | 11( 2.6)         | 340(79.2)     | 10( 2.3)     | 68(15.9)  |
|     | 팔다리              | 90(21.0)         | 242(56.3)     | 26( 6.1)     | 71(16.6)  |
|     | 머리               | 284(66.2)        | 60(14.0)      | 16( 3.7)     | 69(16.1)  |
|     | 등                | 96(22.4)         | 208(48.5)     | 52(12.1)     | 73(17.0)  |
|     | 생식기              | 204(47.6)        | 128(29.8)     | 23( 5.4)     | 74(17.2)  |
| 여   | 입안               | 97(22.6)         | 167(38.9)     | 49(11.4)     | 116(27.1) |
|     | 복부               | 13( 3.0)         | 294(68.5)     | 5( 1.2)      | 117(27.3) |
|     | 팔다리              | 59(13.8)         | 238(55.5)     | 17( 4.0)     | 115(26.7) |
|     | 머리               | 246(57.3)        | 56(13.1)      | 12( 2.8)     | 115(26.8) |
|     | 등                | 78(18.2)         | 186(43.3)     | 47(11.0)     | 118(27.5) |
|     | 생식기              | 39( 9.1)         | 255(59.4)     | 19( 4.4)     | 116(27.1) |

〈표 6〉 냉온요법 지시 이행정도

n = 429

| 특 성    | 구 분         | 빈도(%)     |
|--------|-------------|-----------|
| 냉요법 지시 | 이행한다        | 231(53.8) |
|        | 2-3번 권하면 이행 | 50(11.7)  |
|        | 적용부위에 따라 다름 | 119(27.7) |
|        | 무응답         | 29( 6.8)  |
| 온요법 지시 | 이행한다        | 270(62.9) |
|        | 2-3번 권하면 이행 | 48(11.2)  |
|        | 적용부위에 따라 다름 | 81(18.9)  |
|        | 무응답         | 30( 7.0)  |

〈표 7〉 복부와 회음부 냉온요법 이행여부

n = 429

| 부 위 | 구 분 | 냉(빈도(%))  | 온(빈도(%))  |
|-----|-----|-----------|-----------|
| 복부  | 이행  | 332(77.4) | 371(86.5) |
|     | 불이행 | 95(22.1)  | 54(12.6)  |
|     | 무응답 | 2( 0.5)   | 4( 0.9)   |
| 회음부 | 이행  | 115(56.9) | 189(93.6) |
|     | 불이행 | 87(43.1)  | 13( 6.4)  |
|     | 무응답 | 0( 0.0)   | 0( 0.0)   |

〈표 8〉 복부와 회음부 냉온요법 지시이행 관계

|       |     | 복부 온  |        | $\chi^2$ | p    | 회음부 온 |        | $\chi^2$ | p    |
|-------|-----|-------|--------|----------|------|-------|--------|----------|------|
|       |     | 이행(N) | 불이행(N) |          |      | 이행(N) | 불이행(N) |          |      |
| 회음부 냉 | 이행  | 107   | 8      | 5.5      | .019 | 110   | 4      | 2.8      | .092 |
|       | 불이행 | 70    | 15     |          |      | 79    | 8      |          |      |
| 복부 냉  | 이행  | 299   | 31     | 14.6     | .000 | 155   | 7      | 6.4      | .012 |
|       | 불이행 | 72    | 23     |          |      | 33    | 6      |          |      |

3) 복부와 회음부 냉온요법 지시이행 관계

복부와 회음부 냉온요법 지시이행 여부의 관계를 비교한 결과는 〈표 8〉과 같다. 복부 온요법 이행과 회음부 냉요법 이행, 복부 온요법 이행과 복부 냉요법 이행, 회음부 온요법 이행과 복부 냉요법 이행은 유의한 관계가 있었으나, 회음부 온요법 이행과 회음부 냉요법 이행은 유의한 관계가 없었다.

회음부 온요법 지시는 94%가 이행하는 반면에 냉요법 지시는 57%가 이행하고 43%가 이행하지 않겠다고 하였다. 또한 복부의 냉온요법 이행여부와 비교해보면 회음부 온요법 이행여부는 복부의 냉온요법, 회음부 냉요법 이행여부와는 달리 유의한 상관관계가 없으므로 회음부 온요법 이행은 또 다른 요인에 의해 영향을 받고 있음을 알 수 있었다.

4) 일반적 특성에 따른 복부와 회음부 냉온요법 지시이행 차이

인구학적 특성과 복부와 회음부 냉온요법 지시이행 여부는 유의한 상관관계가 없었다.

냉온관련 변수에 따른 복부와 회음부 냉온요법 지시이행 여부는 〈표 9〉와 같이 냉수욕에 따라서는 복부 냉요법 이행여부가 유의한 차이가 있었으나, 나머지 변수와는 유의한 차이가 없었다.

〈표 9〉 냉수욕에 따른 복부냉요법 이행 차이

| 구분       | 이행(N) | 불이행(N) | n=427 |      |
|----------|-------|--------|-------|------|
|          |       |        | t     | p    |
| 자주한다     | 62    | 10     | -1.97 | .050 |
| 냉수욕 가끔한다 | 140   | 38     |       |      |
| 별로 하지않는다 | 78    | 29     |       |      |
| 거의 하지않는다 | 52    | 18     |       |      |

5) 복부와 회음부 냉온요법 지시이행 이유

복부와 회음부에 냉온요법을 지시했을때 이행하는 이유와 불이행하는 이유를 반개방형 질문으로 물은 결과는 〈표 10〉과 같다.

복부 냉온요법과 회음부 냉요법 지시이행 이유는 간호사가 지시하면 이행하는 경우가 가장 많았으나, 회음부에 온요법을 시행하는 이유는 산후조리에 도움이 될 것 같아서 이행하는 경우가 가장 많았다.

복부 냉온요법 지시이행 이유에서 10명 이하가 답한 내용을 기타로 했는데, 복부 냉요법 지시이행 이유의 기타 내용으로는 의사의 지시를 따르겠다, 그때 하고싶으면 한다, 요즘 책에 냉요법이 좋다고 하므로, 시행해도 금방 차도가 없으며 그만 두겠다 가 있었다. 복부 냉요법 지시불이행 이유의 기타 내용으로는 찬 것에 알리지 가 있다, 찬 느낌이 싫다, 차면 더 아플 것 같다, 회복에 오히려 방해가 될 것 같다, 구체적인 설명을 해주면 하겠다 는 내용이었다. 복부 온요법 지시이행 이유의 기타 내용으로는 냉온을 겸용하는 것이 더 좋을 것 같다. 좋다고 하면 일단 하겠다, 온이 몸에 맞는다 가 있었다. 복부 온요법 지시불이행 이유의 기타 내용으로는 구체적인 설명을 해줘야 한다, 너무 뜨거울 것 같다, 겁난다, 상처 아무는 것에 오히려 방해가 될 것 같다, 계절에 따라 다르다, 상온이 적당하다, 주위어른이 하지마 라고 했다, 간호사를 믿을 수 없으므로 가 있었다.

회음부 냉온요법 지시이행 이유에서 5명이 이하가 답한 내용을 기타로 했는데, 회음부 냉요법 지시이행 이유의 기타 내용으로는 주위어른들이 권해서 가 있었고 하긴 하되 진짜 좋은지 반문하는 물음이 있었다. 회음부 냉요법 지시불이행 이유의 기타 내용으로는 찬 것은 기분이 좋지 않고 더 아플 것 같다,



〈표 10〉 복부와 회음부 냉온요법 지시이행 이유

| 복부 냉요법 지시          |       |                           |      |
|--------------------|-------|---------------------------|------|
| * 시행하는 이유          | (N)   | * 시행하지 않는 이유              | (N)  |
| 간호사가 권하니까          | (188) | 복부는 따뜻해야 하므로              | (65) |
| 통증감소나 회복에 좋을 것 같아서 | (179) | 통증감소나 회복에 효과가 없을 것 같아서    | (26) |
| 필요하다면 복부를 일시적으로    |       | 기타                        |      |
| 차게하는 것은 괜찮으니까      | (25)  |                           |      |
| 주위어른들도 좋다고 권하므로    | (12)  |                           |      |
| 기타                 |       |                           |      |
| 복부 온요법 지시          |       |                           |      |
| * 시행하는 이유          | (N)   | * 시행하지 않는 이유              | (N)  |
| 간호사가 권하니까          | (173) | 통증감소나 회복에 별로 효과가 없을 것 같아서 | (28) |
| 통증감소나 회복에 좋을 것 같아서 | (154) | 인위적으로 복부를 따뜻하게 하는 것은      |      |
| 복부는 따뜻한 것이 좋으므로    | (108) | 좋지 않으므로                   | (13) |
| 주위어른들도 좋다고 권하므로    | (18)  | 기타                        |      |
| 기타                 |       |                           |      |
| 회음부 냉요법 지시         |       |                           |      |
| * 시행하는 이유          | (N)   | * 시행하지 않는 이유              | (N)  |
| 간호사가 권하니까          | (60)  | 산후조리에 나쁠 것 같아서            | (67) |
| 통증감소나 회복에 좋을 것 같아서 | (55)  | 통증감소나 회복에 효과가 없을 것 같아서    | (14) |
| 산후조리에 도움이 될 것 같아서  | (36)  | 주위어른들이 회음부는 따뜻해야 한다고 하므로  | (9)  |
| 기타                 |       | 기타                        |      |
| 회음부 온요법 지시         |       |                           |      |
| * 시행하는 이유          | (N)   | * 시행하지 않는 이유              | (N)  |
| 산후조리에 도움이 될 것 같아서  | (89)  | 통증감소나 회복에 효과가 없을 것 같아서    | (6)  |
| 통증감소나 회복에 좋을 것 같아서 | (78)  | 기타                        |      |
| 간호사가 권하니까          | (61)  |                           |      |
| 주위어른들이 좋다고 권하니까    | (12)  |                           |      |
| 기타                 |       |                           |      |

부위가 회음부라서 거북하고 창피해서 싫다. 간호사를 믿을 수 없다는 내용이 있었다. 회음부 온요법 지시이행 이유의 기타 내용으로는 따뜻한 느낌이 좋다, 여자는 회음부가 따뜻해야 하니까, 온좌욕을 해보니까 좋아서 있었다. 회음부 온요법 지시불이행 이유의 기타 내용으로는 자극이 심한데 자극이 가면 더 아플 것 같다, 창피하다, 거북해서 싫다, 간호사를 믿을 수 없다가 있었다.

회음부 냉요법 지시불이행 이유로 산후조리에 나쁠 것 같아서 이행하지 않는 경우가 가장 많아서 유(1997), 전과 유(1997)의 연구에서와 같이 여성회음부 냉적용은 대상자가 산후조리와 연관지어 생각한다는 것을 알 수 있었다. 그리고 기타의 내용 중

에 충분한 설명이 있다면 시행하겠다는 내용이 있으므로, 이것은 교육의 필요성을 내포하고 있다고 보여진다.

본 연구자는 일반인의 냉온요법에 대한 인식을 조사해봄으로서 냉온에 대한 생각은 냉과 온에 큰 차이가 없으나 신체의 특정부위의 온도는 어떠해야 한다는 고정된 생각을 가지고 있고 특히, 회음부의 경우 산후조리와 연관지어 냉온요법을 생각하고 있음을 알 수 있었다. 따라서, 간호중재로 냉이나 온을 이용하고자 할 때 대상자가 가지고 있는 신체부위에 대한 인식을 고려하고 회음부의 경우 산후조리와 관련된 내용을 포함한 교육을 시행한다면 좀 더 효과적인 냉온요법과 관련된 간호중재가 되리라 사료된다.

## VI. 결론 및 제언

### 1. 결론

본 연구는 일반인의 냉온관련 특성과 냉온요법에 대한 인식을 조사하고자, 할당 편의표집된 429명의 설문지 자료를 이용하였다. 연구도구는 냉온과 관련된 일반적인 특성, 냉온요법에 대한 인식, 신체부위별 이상체온, 냉온요법 이행정도를 폐쇄형, 반개방형 항목으로 묶은 36문항의 설문지를 이용하였고, 자료 수집 기간은 1998년 9월 25일에서 10월 25일까지였다. 자료는 SPSSWIN을 이용하여 빈도, 상관관계, t-test, ANOVA로 분석하였다. 연구결과는 다음과 같다.

- 1) 연구대상자는 10대에서 50대이상의 남녀로 구성되어 있으며, 많은 수의 대상자가 냉과 온에 어느정도 견딜 수 있고, 열이 좀 많은 체질을 가지고 있고, 땀이 많고, 냉수욕을 가끔한다고 했다. 여성은 남성보다 상대적으로 몸이 차다고 생각하며, 냉수욕을 더 적게하고, 냉에 견디기 힘들어하였다. 그리고, 인구학적 특성과 냉온관련 변수간의 관계를 보면, 나이에 따라 지각하는 건강상태에 유의한 차이가 있었다. 또한, 냉온요법 생각시 느낌을 보면 대상자의 61.9%가 냉요법을 긍정적으로 생각하고, 61.7%가 온요법을 긍정적으로 생각하고 있었다.
- 2) 신체부위별 이상체온은 입안, 복부, 등, 팔다리, 여성생식기는 따뜻해야 하고, 머리와 남성생식기는 시원해야 한다고 인식하고 있었다.
- 3) 냉요법 지시 이행정도는 이행이 53.8%, 2-3번 권하면 이행이 11.7%, 적용하는 신체부위에 따라 이행정도가 다르다가 27.7%를 차지하였다. 온요법 지시 이행정도는 이행이 62.9%, 2-3번 권하면 이행이 11.2%, 적용하는 신체부위에 따라 이행정도가 다르다가 18.9%를 차지하였다. 복부 냉온요법 지시이행은 각각 77.4%, 86.5%였고, 회음부 냉온요법 지시이행은 각각 56.9%, 93.6% 였다. 냉온관련 변수와 지시이행 여부와 의 관계를 본 결과, 냉수욕에 따른 복부 냉요법 지시이행 여부는 유의한 차이가 있었다.

이상의 연구결과를 통하여 연구대상자는 신체 특정부위의 온도는 어떠해야 한다는 고정된 생각을 가지고 있고 특히, 여성회음부의 경우 산후조리와 연관지어 냉온요법을 인식하고 있으므로 간호중재로 냉온요법을 실시할 때, 대상자의 냉온에 대한 인식을 고려하고, 여성회음부의 경우 산후조리와 관련된 내용을 교육할 필요가 있다고 생각된다.

### 2. 제언

일개시에 국한되지 않은 전국단위의 조사연구가 필요하다.

교육을 실시하고 난 후 변화되는 냉온요법에 대한 인식을 연구해볼 필요가 있다.

## 참 고 문 헌

- 강현숙 (1990). 열.냉요법. 대한간호, 29(2), 16-23.
- 김민정 (1997). 임상간호사의 통증중재법 실행에 관한 연구. 성인간호학회지, 9(2).
- 김민정 (1995). 사전정보제공, 냉찜질 및 온찜질이 위절제술 환자의 복부통증완화에 미치는 영향. 경북대학교 일반대학원. 석사학위논문.
- 남혜경, 박영숙 (1991). 회음부 불편감완화를 위한 냉요법과 온요법의 비교연구. 간호학회지, 21(1), 27-40.
- 박금옥 (1991). 항암제 사용환자의 두부저온요법 적용이 탈모예방에 미치는 효과. 충남대학교 일반대학원. 석사학위논문.
- 박정숙 (1996). 한국문화에 따른 간호정립을 위한 기초조사연구 I. 간호학회지, 26(4), 782-798.
- 신현정 (1997). 냉요법이 산모의 회음부 불편감 및 치유상태에 미치는 영향. 고려대학교 일반대학원. 석사학위논문.
- 엄동춘 (1997). 백혈병환자의 항암화학요법중 구강 얼음요법의 구내염 예방효과에 관한 연구. 성인간호학회지, 9(2), 313-323.

유연자 (1991). 냉좌욕과 온좌욕에 따른 산후 회음 부 불편감 완화에 대한 연구. 이화대학교 교육대학원. 석사학위논문.

유은광 (1997). 여성의 건강상태와 산후조리 경험과의 관계연구. 대한간호, 36(5), 74-90.

이소우, 김주현, 이병숙, 이은희, 정면숙 (1997). 간호이론의 이해. 서울: 수문사, 246-257.

이은옥, 최명애 편저 (1993). 통증 : 이론 및 중재. 서울: 신광출판사.

임난영, 김진경 (1993). 냉적용 방법에 따른 심부 및 피부온도 변화. 간호학회지, 23(2), 157-169.

전정자, 유은광 (1997). 여성들의 찜질방 이용 현상에 관한 일상생활 기술적 연구. 간호학회지, 27(4), 961-974.

최영희, 강신표, 고성희, 조명옥 (1992). 간호와 한 국문화. 서울: 수문사.

McCaffery, M., & Beebe, A. (1989). Pain-Clinical Manual for Nursing Practice, St. Louis: C. V. Mosby

Victor, J. Strecher, Victoria, L. Champion and Irwin, M. Rosenstock (1997). The Health Belief Model and Health Behavior. David S. Gochman(Eds.), Handbook of Health Behavior Research I (71-92). New York and London: Plenum Press.

Abstract

Key concept : Cultural Nursing, cold and heat application

The study of recognition on cold and heat application of the adult

Kim, Min Jeong\*

This study was performed to inquire into recognition of cold and heat application.

The subjects in the study were 429 adults who were collected by disproportional quota sampling according to age, sex.

The instrument was 36 questions that constituted closed questions and semi-opened questions that included general characteristics, recognition of cold and heat applications, and what will you do when requested cold and heat applications on abdominal and perineal areas.

Data were collected from september 25 to October 25, 1998.

Data was analysed by SPSS/win, into frequency, Pearson correlation, t-test, ANOVA.

The results were following.

- 1) The subjects consisted of male and female who was from teenage to fifty year old above. According to general characteristics, who endured moderate cold-heat application, had constitutional fever, good sweat, and taked a cold bath accationally. And the woman think that their body were more cold than man, and the number of cold bath was less than man. Woman felt more harder than man that endured exposing cold.

\* Catholic Sangji College

According to the recognitions of cold-heat applications, the 61.9% of the subjects think that cold application is more positive, and the 61.7% of the subjects think that heat application is more positive.

- 2) The subjects think that oral cavity, abdomen, back, extremes must be warm.
- 3) The percents of cold or heat application at abdomen were 77.4%, 86.5% respectively and the percents of cold or heat application at perineum were 56.9%, 93.6% respectively.

With the above results, we know that the subjects have the fixed perceptions that each body part has to maintain its temperature. especially, they think that postpartum care is correlated with cold-heat application.

So when we intervent nursing care, we also must regard their recognitions of cold and heat applications. and we need to educate and explain correctly about cold-heat application.