여성건강간호학회지
Vol.9, No.2, 105-112, 2003.

주요용어 : 월경곤란증, 월경에 대한 태도, 성인여성

성인여성의 월경곤란증과 월경에 대한 태도

이은희[1] · 김증임[2] · 김혜원[3] · 이혜경[4]
이숙희[5] · 강남미[6] · 허명행[7] · 박영숙[8]

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

월경은 생물학적, 문화적, 사회적, 그리고 개인적으로 중요한 의미를 갖는 총체적인 사건으로(Mottf, Caspi, Belsky & Silva, 1992), 여성의 신체 및 정서 발달과 생식기능에 중요한 작용을 하는 주기적인 생리적 변화이다(민애경, 1997). 그러나 월경동안 여성들은 다양한 증상을 경험하는데, 이 중 월경곤란증은 흔히 월경통, 생리통이라고 하며(정문숙 등, 1996) 피곤, 오심, 두통, 설사를 동반하는 쥐어짜는듯한 심한 복통과 같은 증상이 포함된다(Granot, Yarnitsky, Itskovitz-Eldor, Granovsky, Peer & Zimmer, 2001). 이러한 월경곤란증은 초경 후 2-3년경부터 나타나기 시작한다. 주기에 따른 월경곤란증은 월경 시작과 함께 즉시 혹은 수 시간 이내에 나타나서 48-72시간 지속된다(이영숙 등, 1999).

지금까지 월경곤란증의 유병율에 대한 연구는 많이 보고되었으나 대상자와 월경곤란증의 정의에 따라 유병율에 상당한 차이가 있는 것을 볼 수 있다. Wong(1999)은 소녀를 대상으로 하였으며, 월경 첫날과 이틀동안 경험되는 불편감으로서 통증을 동반할 수 있는 증상으로 정의할 때 소녀 6명중 1명이 발생된다고 보고하였다. 그러나 Banikarim, Chacko와 Kelder(2000)는 대상자는 소녀이지만 706명 중 85%를 보고하였다.

그리고 젊은 여성을 대상으로 한 조사(Sundell, Milsom & Andersch, 1990)에서는 월경곤란증의 유병률을 15-50%라고 보고하였다. 또한 19-30세를 대상으로 한 Granot등(2001)의 연구결과에서는 33인중 22인이 월경곤란증을 호소하였고 그 가운데 41%는 월경첫날에 월경곤란증상이 있었다. 우리나라의 연구를 보면 여대생을 대상으로 한 연구에서 46.0%에서 매회 생리통이 있다고 하였고, 36.6%에서 가끔 나타난다고 하여 총 82.6%가 생리통을 경험하고 있으며 월경 첫날이 가장 심하다고 하였다(한선희, 허명행, 1999).

이 월경곤란증은 중년에서도 발생되는 건강문제라고 판단된다. 미국의 18-45세를 대상으로 한 조사(Jamieson, Steege, 1996)에서는 90%의 유병률을, 싱가포르의 15-54세를 대상으로 한 연구에서는 51.3%로 나타나, 중년여성의 건강문제가 됨을 알 수 있다.

한편 월경특성을 보면 월경양에 따라 사용하게 되는 생리대수나 생리대의 교환시기가 달라지는 등 관리상태

1) 원주대학교 간호학과 교수 2) 교신저자: 순천향대학교 간호학과 조교수 jeungim@sch.ac.kr
3) 관동대학교 간호학과 부교수 4) 강원대학교 간호학과 교수
5) 서강정보대학 간호학과 조교수 6) 건국대학교 간호학과 부교수
7) 을지의과대학 간호대학 조교수 8) 서울대학교 간호대학 교수
투고일 03. 1. 9 심사의뢰일 03. 1. 10 심사완료일 03. 4. 15

도 달라지고 그 특성에 따라 월경중의 생활에 지장을 준다. 이에 대한 연구로 활동, 외출, 운동 혹은 여행 제한을 초래하고 목욕, 음식, 의상 등에도 제약을 주는 것으로 보고되었다(김정은, 1995).

그리고 월경증상발현시기와 증상의 내용과 같은 월경의 특성은 개인의 연령에 따라 달라지는 것을 볼 수 있다. 10대 여성은 생리시작 전에 복부 불편감을, 20대 여성은 생리시작 일에 허리통증을, 30대 여성은 생리시작 전에 복부 팽만감을 호소한데 대해, 40대 여성은 '생리가 시작되기 전 몇 일 동안 지치거나 노곤하거나 혹은 피로감을 느낀다'고 보고하였다 (박영주, 1999). 그리고 한선희 등(1999)은 초경연령, 월경주기 및 월경기간 등이 월경통과 상관관계가 있었다고 하였다.

월경에 대한 부정적인 경험자는 월경증상이 더 심해지거나(Marvan & Escobedo, 1999), 월경곤란증이 있는 사람이 없는 사람보다 통증지각시간이 더 길었던 결과(Granot 등, 2001)에서 부정적인 정서나 지각이 월경증상을 더 심하게 경험하도록 하였다.

Woods(1985)의 연구에서는 전통적인 여성역할을 수용하는 여성이 현대적인 여성역할을 수용하는 여성보다 월경전증후군이 더 심하게 나타났다. 또한 월경은 '귀찮은 현상인 범주'와 '성역할 수용도' 사이에 부적 상관관계를 보여 성역할 수용도가 전통적일수록 월경을 귀찮은 현상으로 생각하였다. 이와같이 월경에 대한 태도와 월경에 대한 인식에 따라 월경곤란증이 달라질 수 있으므로 월경에 대한 태도를 함께 살펴볼 필요가 있다.

이와 같이 월경현상과 관련하여 발생되는 제반 증상들이 각 개인별 시기별로 다양함을 알 수 있고 그로 인한 생활상의 제한점도 다양한 것으로 추측된다. 그러나 지금 국내에서 이뤄진 월경증상 연구의 대부분은 대상자가 여고생 혹은 여대생으로 국한되어 조사되었으며 성인여성을 포괄하는 연구는 이뤄지지 않아 성인여성이 경험하는 월경특성과 월경곤란증의 정도는 많이 밝혀지지 않았다고 본다.

이에 본 연구에서는 성인여성을 대상으로 월경특성과 관리상태, 그리고 월경에 대한 태도, 월경곤란증정도를 파악하여 성인여성의 건강문제의 하나인 월경곤란증에 대한 이해를 도모하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 각 지역에 거주하는 성인여성을 대상으로 월경특성과 관리상태, 월경에 대한 태도 및 월경통과 월경곤란증 정도를 파악함으로써 성인여성이 경험하는 월경증상에 대한 이해를 도모하기 위함으로 구체적인 목적은 아래와 같다.

1) 대상자의 월경특성과 관리상태를 파악한다.
2) 대상자의 월경에 대한 태도를 파악한다.
3) 대상자의 월경곤란증 정도를 파악한다.
4) 대상자의 일반적 특성에 따른 월경곤란증 정도를 파악한다.

Ⅱ. 연구 방법

1. 연구대상 및 표출방법

본 연구는 월경통의 정도와 월경증상, 연령별 월경증상의 차이 및 월경에 대한 태도를 파악하기 위한 목적으로 1999년 4월부터 2000년 6월까지 서울시, 강원도, 충청도, 광주시에 거주하는 20세 이상의 월경경험여성을 모집단으로 하여 편의추출법에 의해 선택된 601명을 대상으로 이뤄진 서술연구이다.

2. 용어정의

1) 월경에 대한 태도

월경에 대한 태도는 월경의 의미와 월경의 필요성, 여성으로서의 만족도를 묻는 내용으로 구성되며, 세부항목에 대한 응답빈도로 평가한다.

2) 월경곤란증

월경곤란증은 골반의 통증을 기준으로 월경이 시작되기 1-2일 동안에 가장 심하며, 원발성 곤란증과 속발성 곤란증으로 분류한다(대한산부인과학회, 1987; 이경혜 등, 1997). 본 연구에서는 Moos(1968)가 개발한 Menstrual Distress Questionnaire(MDQ)로 평가하며 점수가 높을수록 증상 정도가 심한 것을 의미한다.

3. 연구도구

연구도구는 크게 일반적 특성 3항목, 월경특성과 관리실태 10항목, 월경에 대한 태도 3항목과 월경곤란증 37항목으로 구성되어 있다.

일반적 특성은 연령, 결혼여부, 분만경험의 3항목이

며, 월경특성 및 관리실태는 월경규칙성, 생리대수, 생리대 선택 시 고려사항, 생리대교환시기, 월경 중 걱정되는 내용, 월경 중 생활상의 제한점과 월경 중 샤워유무의 7항목과 월경통의 점수, 통증이 심한 시기, 통증관리의 3항목이 포함되어있다. 여기서 통증은 10점척도의 VAS(Visual Analogue Scale)로 평가하였다.

월경에 대한 태도는 월경의 의미 7문항, 월경존재의 필요성 3문항, 여성으로서의 만족도 3문항으로 구성되어 있다.

월경곤란증은 Moos(1968)의 Menstrual Distress Questionnaire(MDQ) 8요인 47문항으로 구성된 것을 수정한 6 요인 37문항으로 구성되어있으며, 전혀없다 1점, 아주 심하다 6점의 6점 척도로 점수가 높을수록 증상 정도가 심한 것을 의미한다. 개발당시의 Cronbach's alpha는 .947, 본 연구에서는 Cronbach's alpha .960 이었다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 일반적 특성

본 연구대상자의 평균연령은 29.1세(표준편차 8.8세)로 20세이상 24세이하가 252명(41.7%)으로 가장 많았고, 이어서 40세이상 104명(17.2%), 25세이상 29세이하 97명(16.1%) 순이었다.초경연령은 9세에서 19세까지로 분포되어 있었으며, 평균 14.2±1.6세이었다. 미혼은 346명(57.6%)으로 절반이상을 차지하였으며, 분만경험이 있는 대상자는 304명(50.6%)이었다<표 1>.

<표 1> 일반적 특성 (N=601)

변수	구 분	n (%)	평균±표준편차
연령(세)	20 - 24	252(41.7)	29.1±8.8
	25 - 29	97(16.1)	
	30 - 34	82(13.6)	
	35 - 39	69(11.4)	
	40 이상	104(17.2)	
초경연령(세)	9-19		14.2±1.6
결혼여부	미 혼	346(57.6)	
	결 혼	255(42.4)	
분만경험	없 음	297(49.4)	
	있 음	304(50.6)	

2. 월경특성과 관리상태

월경특성 중 규칙성은 '불규칙적이다' 167명(27.8%)으로 대상자의 1/4이상이 불규칙적인 월경을 경험하고 있었다. 월경의 관리상태중 한 사이클에서 사용하는 생리대수는 10개 이상이 462명(76.9%)이었고 5개이내 21명(3.5%)이었다. 생리대 선택 시 고려사항은 3순위까지 중복응답한 결과에서 대상자의 90.8%가 생리대의 흡수력으로 나타났다. 생리대의 교환은 '3-4시간마다 규칙적으로 교환한다'가 347명(57.7%)으로 가장 많았고, 이어 '대소변볼 때마다' 18%, '패드가 완전히 젖으면' 10% 순이었고, '조금이라도 젖으면'도 8.7%로 나타났다.

한편 월경 중 걱정은 '옷에 묻는 것'이 52.1%로 가장 높았고, 그 다음이 '냄새' 19.5%, '침구에 묻는 것' 18.8%로 나타났다. 그리고 생활상의 제한이 있다고 응답한 사람은 34.8%로 나타났다. 월경중 샤워를 하는 사람은 90.2%로 나타났다.

월경시 통증 경험자는 대상자의 451명(75%)이었다. 통증점수는 평균 5.9점(2.4)이었으며 8점-10점이 44.6%로 가장 많았다. 또한 통증이 심한 시기는 월경 첫째날이 45.1%로 가장 많았고 이어 월경둘째날, 월경 전날순으로 나타났다.

한편 통증관리 실태를 보면 '참는다' 50.8%, '진통제를 먹는다' 31.5%, '따뜻한 아랫목에 배를 대고 있는다' 30.5%, '누워있는다' 23.6%, '복부를 손으로 문지른다' 21.8%로 나타나 진통제 사용자 31.5%를 제외한 상당수가 온요법이나 휴식 등의 비적극적인 방법으로 지내고 있고, 적극적인 방법인 운동이나 체조를 하는 사람은 2.5%에 불과함을 알 수 있었다<표 2>.

<표 2> 월경특성과 관리상태 (N=601)

변 수	구 분	n (%)
월경의 규칙성	규칙적	434(72.2)
	불규칙적	167(27.8)
사용하는 생리대 수	5개 이내	21(3.5)
	6 - 10개	114(19.0)
	10개 이상	462(76.9)
생리대 선택 고려사항*	생리대의 흡수력	546(90.8)
	생리대의 날개 유무	328(54.5)
	생리대의 길이	242(40.3)
	생리대의 두께	221(36.8)
	생리대의 냄새제거력	240(39.9)
	생리대의 가격	159(26.5)
생리대 교환시기	3-4시간마다 교환한다	347(57.7)
	대소변 볼 때마다 항상 교환한다	108(18.0)
	패드가 완전히 젖으면 교환한다	60(10.0)
	패드가 약간이라도 젖으면 교환한다	52(8.7)

<표 2> 월경특성과 관리상태 (계속) (N=601)

변수	구분	n (%)
월경중 걱정	옷에 묻을까봐	313(52.1)
	냄새가 날까봐	117(19.5)
	엉덩이 부분이 모양이 나타날까봐	33(5.5)
	잠잘 때 침구에 묻을까봐	113(18.8)
	교환시 불편하여	18(3.0)
월경중생활제한점	예	209(34.8)
	아니오	386(64.2)
월경기간동안 샤워	예	542(90.2)
	아니오	57(9.5)
통증유무	없음	150(25.0)
	있음	451(75.0)
통증점수 5.9±2.4	0-4점	129(21.5)
	5-7점	204(33.9)
	8-10점	268(44.6)
통증이 심한 시기	월경 첫째 날	271(45.1)
	월경 둘째 날	139(23.1)
	월경 전날	80(13.3)
	월경 세 번째 날	6(1.0)
통증관리*	참는다	305(50.8)
	진통제를 먹는다	189(31.5)
	따뜻한 아랫목에 배를 대고 있는다	183(30.5)
	누워 있는다	142(23.6)
	복부를 손으로 문질러 마사지한다	131(21.8)
	더운 물주머니로 배를 따뜻하게 한다	52(8.7)
	운동이나 체조를 한다	15(2.5)
	병원에 간다	6(1.0)

* 3순위까지 중복 표시한 결과임. 무응답자는 표시를 생략함

3. 월경에 대한 태도

3순위까지 중복응답하도록 한 월경에 대한 태도는 <표 3>과 같다. 월경의 의미에 대해서는 '여성으로서 존재의 의미가 있다'는 응답자가 474명(78.9%)으로 가장 많았으나, '출산을 위해서만 의미가 있다' 310명(51.6%), '귀찮을 뿐이다' 248명(41.3%)과 같이 부정적인 태도를 갖고 있는 사람이 많았다. 그리고 월경존재에 대해서 '받아들일 수 있다'가 258명(42.9%)으로 과반수에 미치지 못하였고, '없었으면 좋겠다' 173명(28.8%)으로 상당수가 월경존재에 대하여 부정적이었다. 한편 여성으로서의 존재에 대한 생각에서도 '그저 그렇다' 274명(45.6%), '만족한다' 266명(44.3%)으로 긍정적인 생각을 가진 여성이 과반수에 미치지 못했다 <표 3>.

<표 3> 월경에 대한 태도 (N=601)

변수	의미	n (%)
월경의 의미*	여성으로서 존재의 의미가 있다.	474(78.9)
	출산을 위해서만 의미가 있다.	310(51.6)
	단지 귀찮을 뿐이다	248(41.3)
	처음 월경을 했을 때 나는 상당히 자랑스럽고 내가 성숙했다고 느꼈다.	183(30.5)
	때때로 나는 월경이 원망스럽다	182(30.3)
	남성들은 월경을 하지 않아도 되므로 상당히 운이 좋은 것이다.	130(21.6)
	나는 종종 남성이었으면 좋겠다고 생각한다.	108(18.0)
	사회생활에 부정적인 영향을 미친다.	66(11.0)
월경의 필요성 n=584	받아들일 수 있다	258(42.9)
	없었으면 좋겠다	173(28.8)
	그저 그렇다	153(25.5)
여성으로서의 만족도 n=590	만족한다	266(44.3)
	그저 그렇다	274(45.6)
	불만이다	50(8.3)

* 3순위까지 중복 표시한 결과이며, 무응답자는 표시에서 제외하였음

4. 월경곤란증

월경곤란증은 문항 총평균 2.6점(0.93)이었으며 상위점수 순서로 재배치하면 <표 4>와 같다. 월경곤란증은 6개영역 중 통증이 3.1점으로 가장 높았고 그 다음이 행동변화 3.0점 그리고 이어서 부정적인 정서와 수분축적이 모두 2.6점으로 나타났다.

<표 4> 월경곤란증상 (N=601)

구분	평균	문항 총평균
통증	3.1±1.14	2.6±0.93
행동 변화	3.0±1.19	
부정적 정서	2.6±1.15	
수분축적	2.6±1.05	
집중력 저하	2.2±0.99	
자율신경계 반응	2.2±1.09	

5. 일반적 특성에 따른 월경곤란증상

일반적 특성에 따른 월경곤란증상을 ANOVA로 분석한 결과 연령을 제외한 기타변수는 유의한 차이를 보이지 않아 연령에 따른 분석결과만을 <표 5>로 제시하였다.

연령군에 따른 월경곤란증상은 유의한 차이를 나타내었고(F=4.0, P<0.01), 40세 이상군을 제외하고는 연령군이 낮을수록 월경곤란증이 높게 나타났다. 또한 6개 하부 영역별로 살펴보았을 때 수분축적을 제외한 모든 영역에서 연령에 따라 유의한 차이를 나타내 연령군이 낮을수록 집중력 저하 정도가 높았으며(F=2.60, P<0.05), 부정적 정서정도가 크고(F=3.09, P<0.05), 행동변화 폭이 컸으며(F=6.41, P=0.000), 통증정도가 높게 나타났고(F=3.89, P<0.01), 자율신경계반응이 더 크게 나타났다(F=2.88, P<0.05).

<표 5> 연령에 따른 월경곤란증상 (N=601)

구 분	연령	N	평균±표준편차	F	P
집중력 저하	20 - 24	252	2.2±0.98	2.60	0.035
	25 - 29	97	2.2±1.06		
	30 - 34	82	2.1±0.99		
	35 - 39	69	1.8±0.85		
	40 이상	101	2.3±1.01		
부정적 정서	20 - 24	252	2.8±0.14	3.09	0.015
	25 - 29	97	2.6±1.13		
	30 - 34	82	2.5±1.34		
	35 - 39	69	2.3±1.04		
	40 이상	101	2.5±1.04		
행동변화	20 - 24	252	3.3±1.20	6.41	0.000
	25 - 29	97	2.9±1.10		
	30 - 34	82	2.9±1.31		
	35 - 39	69	2.5±1.03		
	40 이상	101	2.9±1.22		
통증	20 - 24	252	3.3±1.10	3.89	0.004
	25 - 29	97	3.1±1.20		
	30 - 34	82	3.0±1.15		
	35 - 39	69	2.7±1.04		
	40 이상	101	3.0±1.14		
수분축적	20 - 24	252	2.6±1.02	2.09	0.080
	25 - 29	97	2.7±1.12		
	30 - 34	82	2.4±1.11		
	35 - 39	69	2.3±1.02		
	40 이상	101	2.6±1.02		

<표 6> 연령에 따른 월경곤란증상(계속) (N=601)

구 분	연령	N	평균±표준편차	F	P
자율신경계	20 - 24	252	2.3±1.12	2.88	0.022
	25 - 29	97	2.4±1.10		
	30 - 34	82	2.1±1.12		
	35 - 39	69	1.9±0.92		
	40 이상	101	2.1±1.07		
총점	20 - 24	252	2.7±0.90	4.00	0.003
	25 - 29	97	2.6±0.93		
	30 - 34	82	2.5±1.03		
	35 - 39	69	2.2±0.82		
	40 이상	101	2.5±0.93		

Ⅳ. 논 의

본 연구는 각 지역의 성인 여성을 대상으로 월경특성과 관리상태 및 월경에 대한 태도, 월경곤란증을 파악함으로써 성인여성의 월경곤란증에 대한 바른 이해와 효율적인 대처를 위한 방안을 제시하기 위하여 시도되었다.

보통 초경은 평균 12.5세, 9-16세 사이에 시작되며 2/3의 여성은 2년 후까지 규칙적인 리듬을 형성하게 된다(Wong, 1999). 우리나라의 연구에서는 9-18세 사이에 시작되고 평균 13.2세(신재철 등, 1996), 13.6세(김은하, 김신정, 2001)로 서구에 비해 약간 늦은 것을 알 수 있었으나 본 연구에서는 14.2세로 나타나 신재철의 연구결과보다도 한 살이 더 늦은 것을 알 수 있다. 이는 초경연령이 빨라지고 있는데 본 연구에서는 중년여성을 포함하였기 때문으로 생각된다.

월경특성중 월경의 규칙성은 '월경이 불규칙적이다'고 응답한 여성은 27.8%로 나타나, 여고생을 대상으로 한 정미경(1999)의 28.5%와 유사하였고 월경의 불규칙성이 여고생만이 갖는 문제가 아님을 알 수 있었다. 생리대교환시기는 정미경(1999)의 일정시간간격으로 교환한다 36.9%에 비해 본연구에서는 3-4시간마다 교환한다가 57.7%로 월등히 높았으며, 생리대의 선택기준은 정미경의 연구에서는 착용감이 56%인데 반해 중복응답 가능했던 본 연구에서는 생리대의 흡수력이 90.8%로 가장 중요한 요소로 나타났으며 그 다음으로 생리대의 날개유무와 길이로 나타나 선택시 고려사항에서 차이를 나타냈다.

월경시 생활상의 제한을 호소한 대상자는 34.8%로 Yu, Zhu, Oakley & Reame(1996)의 13%-25%보다 높게 나타났다. 그러나 김미영, 정문숙과 정귀애(2000)의 73.1%가 약간의 불편감이 있다는 보고서와

비교시 본 연구와 큰 차이를 보였는데 이는 질문내용이 본 연구에서는 '월경'이 일상생활에 제한을 주는지 유무를 묻는 것에 비해 김미영 등(2000)은 '월경곤란증'이 생활상 얼마나 불편감이 있는지의 질문이었기 때문으로 판단된다.

월경의 의미에 대해서는 '여성으로서 존재의 의미가 있다' 78. 9%로 가장 많았고, '귀찮을 뿐이다' 라고 부정적인 생각을 가진 사람도 41.3%나 되었다. 이는 전통적인 역할 수용자가 현대적인 역할 수용자보다 월경증후군이 심한(Woods, 1985) 보고를 볼 때 월경의미에 따른 월경곤란증의 차이를 검토해볼 필요가 있다고 본다.

월경존재에 대해 본 연구에서는 '받아들일 수 있다' 42.9%로 과반수에 미치지 못하였고, '없었으면 좋겠다' 28.8%로 나타났고, 여성으로서의 존재에 대한 만족도에서도 '그저그렇다' 45.6%로 나타났다. 이는 타이완 여성의 78%가 '월경은 자연스러운 사건이다' 라는 보고(Lu, 2001)와는 상당한 차이를 보여주어 추후 동일한 도구를 이용한 반복연구가 필요하다고 본다.

본 연구에서 통증이 가장 심한 시기는 첫 번째날이 45.1%, 둘째날23.1%로 나타나 Granot등(2001)의 연구결과인 41%가 월경첫날이라고 한 보고와 일치하였다.

월경곤란증상의 유병율을 보면 젊은 여성을 대상으로 한 Sundell 등(1990)의 15-50%, 미국의 18-45세 대상에서 90%(Jamieson 등, 1996), 싱가포르의 15-54세 대상에서 51.3%(Ng 등, 1992) 나타났으나 본 연구에서는 월경첫째날과 둘째날에 월경곤란증을 호소한 사람은 68.2%로 나타나 미국보다는 낮고 싱가포르보다는 높게 나타났다.

한편, 본 연구에서 월경곤란증상의 문항총점평균은 2.6점이며, 세부영역별로는 통증이 3.1점으로 가장 높았고 그 다음이 행동변화 3.0점, 부정적인 정서와 수분축적이 모두 2.6점 순으로 나타나 월경곤란증상의 가장 커다란 문제가 통증임이 제시되었다. 또한 본 연구에서 40세 이상군을 제외하고는 연령군이 낮을수록 월경곤란증이 높게 나타났으나 기존 연구에서 연령과 관계없다는 보고도 있어 일치되지 않은 결과를 나타내었다(Freeman, Rickels, Schweizer & Ting, 1995).

이상 연구결과를 살펴볼 때, 월경전증후군과 월경곤란증상은 서로 상관성이 높다(Yu 등, 1996)는 점과, 본 연구의 40세 이하군에서 연령군이 낮을수록 월경곤란증상이 심하나 40세이상군도 상당 정도의 월경곤란증이 있었음을 볼 때 월경곤란증에 대한 중재는 성인여성의 초기 및 중년기에도 적극적으로 이뤄져야 한다고 본다.

또한 여성들의 월경불편감이 대체요법의 활용등을 통해 완화된다는 보고(Singh, Berman, Simpson & Annechild, 1998)가 있으므로 이를 월경곤란증에 적용한 적극적인 연구와 보급을 위해 더 노력할 필요가 있다고 본다.

Ⅴ. 결론 및 제언

본 연구는 각 지역에 거주하고 있는 성인 여성을 대상으로 월경특성과 관리상태, 월경에 대한 태도 및 월경곤란증 정도를 파악하고자 20세 이상 월경을 경험하고 있는 여성 중 편의추출법에 의해 연구자가 접촉 가능했던 601명을 대상으로 이뤄진 서술연구이다.

구체적인 결과는 다음과 같다.

1. 대상자의 평균연령은 29.1세로 미혼은 346명(57.6%), 분만경험자는 304명(50.6%)이었다.
2. 월경특성 중 '불규칙적이다'가 167명(27.8%)이었으며, 통증경험자는 451명(75%), 평균 통증점수는 5.9점이었고. 통증이 심한 시기는 월경 첫째날이 45.1%로 가장 많았다. 통증의 관리상태는 '참는다' 305명(50.8%), '진통제를 먹는다' 189명(31.5%)로 나타났다. 월경이 일상생활상 제한을 준다는 사람은 209명(34.8%)이었다.
3. 월경에 대한 태도 중 월경의미는 '여성으로서 존재의 의미가 있다' 474명(78. 9%)으로 가장 많았으나 '출산을 위해서만 의미가 있다' 310명(51.6%), '귀찮을 뿐이다' 248명(41.3%)이었다. 월경에 대해서는 '받아들일 수 있다' 258명(42.9%)으로 과반수에 미치지 못하였고, '없었으면 좋겠다' 173명(28.8%)이었다.
4. 월경곤란증은 문항총점평균 2.6점(0.93)이었으며, 통증이 3.1점으로 가장 높았다.
5. 연령군에 따른 월경곤란증은 유의한 차이를 나타내었고($F=4.0$, $P<0.01$), 6개 하부영역 중 수분축적을 제외한 5개영역 즉 집중력저하($F=2.60$, $p<0.05$), 부정적정서($F=3.09$, $P<0.05$), 행동변화($F=6.41$, $P=0.000$), 통증($F=3.89$, $P<0.01$), 자율신경계반응($F=2.88$, $P<0.05$)로서 유의한 차이를 보였다.

본 연구에서 월경에 대한 태도가 부정적인 대상자가 많았다는 점과 월경곤란증이 월경첫날이 가장 심하고 연령에 따라 차이가 있음을 알 수 있었다. 이에 다음과 같

은 제언을 하고자 한다.

1. 모녀교실을 개설하여 여성과 월경에 대한 긍정적인 태도를 갖도록 하는 프로그램이 필요하다.
2. 월경곤란증이 가장 심한 첫째날에 대한 20대 및 40대의 맞춤간호방법을 개발할 것을 제안한다.

References

김미영, 정문숙, 정귀애 (2000). 여고생이 호소하는 월경곤란증 정도 및 대처 방안. *여성건강간호학회지*, *6*(3), 413-426.

김은하, 김신정 (2001). 여성이 경험하는 월경전 불편감. *여성건강간호학회지*, *7*(4), 631-641.

김정은 (1995). *Triangulation 방법을 이용한 월경 전 후기 불편감에 대한 연구*. 서울대학교 대학원, 간호학 박사학위 논문.

대한산부인과학회 (1991). 부인과학.

민애경 (1997). *월경전 증후군에 여성에 대한 교육 프로그램 효과*. 경북대학교 보건학 박사학위 논문.

박영주 (1999). 여성의 연령과 월경전후기 증상정도 및 유형에 관한 연구. *여성건강 간호학회지*, *5*(2), 145-156.

신재철, 이찬, 김탁, 문준, 구병삼, 홍명호, 박영주 (1999). 한국 10대 여성의 초경에 관한 연구, *대한산부인과학회지*, *39*(5), 865-879.

이경혜 외 11인 (1997). *여성건강간호학*, 현문사, 서울

이영숙외 16인 (1999). *제 4판 여성건강간호학 II*, pp. 1037, 현문사, 서울.

정문숙외 12인 (1996). *모성간호학*. 도서출판 정담, 1173-1186.

정미경 (1999). *여고생의 월경지식, 태도, 증상 및 대처에 관한 연구*. 이화여대대학원 석사논문.

한선희, 허명행 (1999). 일부 여대생의 생리통 및 월경곤란증과 그 관련요인에 관한 조사연구. *한국간호교육학회지*, *5*(2), 359-375.

Banikarim, C., Chacko, M. R., & Kelder, S. H. (2000). Prevalence and impact of dysmenorrhea on Hispanic female adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med. Dec; 154*(12), 1226-9.

Deuster, P. A., Adera, T. & South-Paul, J. (1999). Biological, social, and behavioral factors associated with premenstrual syndrom, *Arch Fam Med, 8*(2), 122-128.

Freeman, E. W., Rickels, K., Schweizer, E., & Ting, T. (1995). Relationships between age and symptom severity among women seeking medical treatment for premenstrual symptoms, *Psychol Med, 25*(2), 309-315.

Granot, M., Yarnitsky, D., Itskovitz-Eldor, J., Granovsky, Y., Peer, E., & Zimmer, E. Z. (2001). Pain perception in women with dysmenorrhea. *Obstet Gynecol, 98*(3), 407-11.

Jamieson, D. J., & Steege, J. F. (1996). The prevalence of dysmenorrhea, dyspareunia, pelvic pain, and irritable bowel syndrome in primary care practices. *Obstet Gynecol, 87*(1), 55-8.

Lu, Z. J. (2001). The relationship between menstrual attitudes and menstrual symptoms among Taiwanese women, *J Adv Nurs, 33*(5), 621-628.

Marvan, M. L., Escobedo, C. (1999). Premenstrual symptomatology: role of prior knowledge about premenstrual syndrome. *Psychosom Med, 61*(2), 163-7.

Moos, R. H. (1968). The development of menstrual distress questionnaire. *Psychosom. Med, 30*, 853-867.

Motiff, T. E., Caspi, A., Belsky, J. & Silva, P. A. (1992). Childhood experience and the onset of menarche : A test of a sociological model, *Child Development, 63*, 47-58.

Singh, B. B., Berman, B. M., Simpson, R. L., & Annechild, A. (1998). Incidence of premenstrual syndrom and remedy usage: a national probability sample, *Altern Ther Health Med, 4*(3), 75-79.

Sundell, G., Milsom, I., Andersch, B. (1990). Factors influencing the prevalence and severity of dysmenorrhoea in young women. *Br J Obstet Gynaecol, 97*(7), 588-94.

Wong, S. K. (1999). Acculturation, peer relations, and delinquent behavior of

Chinese-Canadian youth. *Adolescence, 34* (133), 107-19.

Woods, N. F., Mitchell, E. & Lentz, M. J. (1995). Social pathways to premenstrual symptoms, *Research in Nursing & Health, 18,* 225-237.

Woods, N. F. (1985). Relationship of socialization and stress to perimenstrual symptoms, disability, and menstrual attitudes. *Nurs Res, 34*(3), 145-9.

Woods, N. F., Most, A. & Dery, G. K. (1982). Prevalence of perimenstrual symptoms. *Am J Public Health, 72*(11), 1257-1264.

Yu, M., Zhu, X., Oakley, D., & Reame, NE. (1996). Perimenstrual symptoms among Chinese women in an urban area of China, *Health Care Women Int, 17*(2), 161-172.

- Abstract -

Dysmenorrhea and Menstrual Attitudes in Adult Women

Lee, Eun Hee[1] · *Kim, Jeung Im*[2]
Kim, Hye Won[3] · *Lee, Hye Kyung*[4]
Lee Sook Hee[5] · *Kang Nam Mi*[6]
Hur, Myung Haeng[7] · *Park, Young Sook*[8]

The survey was conducted to look out the characteristics of menstruation and it's management, menstrual attitudes and degree of dysmenorrhea in the adult women.

The subjects were 601 women, aged 20 year old and over, selected by convenient sampling.

The results were as follows;

1. The mean age of the subjects was 29.1 years, the subjects were consisted of 346 unmarried and 304 delivery experienced person.
2. The characteristics of menstruation were as follows; irregular 167 person(27.8%), painful 451 person(75%), mean score of pain was 5.9 point and first day was most severe(45.1%). On the while, they have used the method to manage the pain such as "endure 50.8%", "to have a medicine 31.5%".
3. Menstrual attitudes were as follows; attitudes was negative such as it was meaningful as a woman (78.9%), only for birth a baby (51.6%), and menstruation was acceptable (42.9%), hope to get away(28.8%).
4. The degree of dysmenorrhea was a significant difference by age($F=4.0$, $P<0.01$). Especially, in the subcategory, it was significant except for water retension. That is, lower concentration($F=2.60$, $p<0.05$), negative affect($F=3.09$, $p<0.05$), behavior change ($F=6.41$, $p<0.050$), pain($F=3.89$, $p<0.01$), autonomic nerve response($F=2.80$, $p<0.05$).

We can conclude there were many women to have negative attitudes to menstruation and first day was most severe dysmenorrhea and it was different by age. From this results, we may suggest as follows;

1. We suggest the program for women to have a positive attitudes will be developed.
2. We can suggest that we need to develop the active and effective method to control dysmenorrhea in the first day during menstruation.

Key words : Dysmenorrhea, Menstrual Attitude, Adult Women

1) Wonju University
2) Corresponding Author, Soonchunhyang University (jeungim@sch.ac.kr)
3) Kwandong College
4) Kangwon National University
5) Seogang Jungbo College
6) Kunguk University
7) Eulji University
8) Seoul National University