

## 중·고등학교 여학생의 월경 특성과 월경곤란증에 관한 연구

박영수 · 홍선심\*

한국교원대학교 · 한국교원대학교 교육대학원\*

### A Study on Middle and High School Girl Students' Menstruation Characteristics and their Menstruation Dysmenorrhea

Park, Young-Soo · Hong, Sun-Sim\*

Korea National University of Education

Graduate School of Education Korea National University of Education\*

#### ABSTRACT

Middle and high school girl students' menstruation characteristics, appearance of menstruation dysmenorrhea, and coping with the menstruation dysmenorrhea were examined in order to give information in instructing girl students about menstruation dysmenorrhea, in delivering health education in the school, and establishing health policy.

970 girl students in middle and high schools in Cheju-do were selected and surveyed using the questionnaire the author developed based on the previous studies. The findings are as follows.

First, the age of first menstruation was average  $12.9 \pm 1.22$  years. The younger they were, the earlier their first menstruation came. The most common menstrual cycle was such one that continuously irregular from the beginning or that regular and irregular cycle run together. The first irregular menstrual cycle changed regular one within 1 or 2 years. Most of the respondents had normal menstrual cycle of 21~35 days and menstruation period of 3~8 days.

Second, symptom of menstruation dysmenorrhea was orderly; hurt in the underbelly, tired, hurt in the waist, and headache. It was higher with high school students than middle school students. For the most part, time of heavy menstruation dysmenorrhea was the 2nd day after menstruation starts and period of menstruation dysmenorrhea was 2 days. More than the half of the respondents felt that the present menstruation dysmenorrhea was similar with the first one and they felt not comport in daily life due to menstruation dysmenorrhea, and 'hard to live a normal life' was higher with the high school girl students than with the middle school students.

Third, how to cope with menstruation dysmenorrhea was enough sleep, relax and rest, taking a hot water shower, listening to music or watching a movie, taking medicine, and

doing exercise. Few of the respondents have ever visited a doctor due to menstruation dysmenorrhea, and the reason was mostly irregular menstruation and heavy dysmenorrhea.

Forth, when they took medicine due to menstruation dysmenorrhea, they gathered information on the medicine from family members and friends, while extremely low from a pharmacist or a doctor. The most of them have ever took medicine during menstruation once and took standard dose. While excess dosage was higher with high school students than with middle school students.

From these findings, a good many girls are experiencing menstruation dysmenorrhea since their first menstruation. To discover early the severely abnormal findings and to treat, more interest from home and school, counseling and sexual education on time, and expert's diagnosis are necessary. Rather than unconditionally taking pain-relievers which can plainly solve the pain, continuous health education at home and in the school should be carried on for the girls to practice proper measures one think effective or an expert recommends.

## I. 서 론

### 1. 연구의 필요성

건강한 여성은 사춘기가 되면 초경(menarch)을 시작으로 약 35년 간의 월경기간을 거친 후 난소 기능의 자연적 퇴화와 더불어 수개월 내지 수년간 불규칙한 월경 기간을 갖게 되고 45세에서 55세 사이에 생리적인 폐경으로 월경이 끝나게 되는 시기를 맞게 된다(Woods, 1982). 초경을 시작으로 여아에서 여성으로 전환되어, 가임 여성(eligible women)으로 간주되며 하나의 온전한 모성이 될 수 있는 객관적 지표로 이해되기도 한다(최연순 등, 1988 ; 박경은 등, 1933).

초경은 청소년의 성장과 발달 과정 중에 일어나는 중요한 사건이다. 대부분의 청소년들은 흥분과 두려움, 수치심 및 호기심과 같은 다양한 감정을 갖게 되며 당혹감으로 인하여 월경으로 일어난 문제들을 감추고 있어 병을 키우는 경향이 있으며(홍창의, 1996), 생식·생리 특성상 남성의 사춘기와는 달리 여성은 시상하부-뇌하수체-난소축의 중추신경계의 기능적 상호 관계가 사춘기 이후에 아직 확립되지 않은 연유로 월경 시 겪는 문제점이 남성 생리와는 달리 많이 나타

날 수 있다(박봉주, 1996).

월경이 여성에게 주는 심리적·사회적 외적 요인들이 월경에 미치는 영향의 구체적인 예를 들어보면, 14세에서 19세 사이의 여학생들이 월경전기나 월경기에 시험을 보았을 때 합격율, 판별율, 평균점수의 하향을 드러냈고 이것은 월경기간이 6일 이상이고 월경 주기가 31일을 넘는 경우의 학생에서 더욱 두드러지게 나타났다는 것을 볼 수 있다. 시험이라는 스트레스는 월경 주기의 변화를 초래했는데, 이것은 주기를 짧게 하기보다는 길어지게 했으며 시험이 있는 달에는 일시적 무월경 증상을 보이는 학생도 있었다(Dalton, 1968 ; 김정은, 1993).

Dalton의 연구결과에 의하면, 월경전기 4일과 월경기 4일 동안에 산업근로자중 45%가 질병을 호소했고, 46%는 급성 정신과 질환으로 입원했고, 49%는 급성 내외과적 질환으로 인하여 입원했으며, 죄수의 49%가 이 시기에 범죄를 저질렀고, 응급사고로 인한 입원의 52%가 이 시기에 일어났다고 한다(Moos, 1968 ; 김정은, 1992).

월경과 관련된 불편은 여성들 사이에서 흔히 경험되는 것으로서 월경 곤란증과 월경전 증후군 두 가지 임상적 증후군이 있다(정문숙 등, 1966).

월경 곤란증(dysmenorrhea)이란 월경 시작과

더불어 일어나는 동통을 주증상으로 복통, 두통, 요통, 근육통과 오심, 구토, 설사, 식욕감소 등의 신체적 증상을 말하며 전체적으로는 월경 경험 여성의 50% 이상이 호소하는 것으로 보고되고 있다(하영수, 1990; 최연순 등, 1994; 정문숙 등, 1996). 물론 대부분의 여성이 경험하는 것은 골반 내 병변을 동반하지 않은 원발성 월경곤란이긴 하지만, 전체 월경곤란을 겪는 여성의 10% 정도는 매달 1일에서 3일 동안 아무 일도 할 수 없을 정도로 심한 통증을 경험하므로써 일상 활동 수행에 상당한 부정적 영향을 미치고 있으며(대한산부인과학회, 1991), 16%에서는 월경 곤란 증으로 인해 조퇴, 결석 등 학업을 원만히 수행하지 못하고 있다고 한다.

이렇듯 매달 월경 곤란증으로 인해 학생들은 학업에 지장을 초래하고, 직업에 종사하는 여성은 일을 제대로 수행할 수 없으므로 인해 초래되는 시간적 손실 등을 계산해 본다면 개인은 물론 사회·경제적으로 크나큰 손실이 아닐 수 없다.

월경으로 인한 통증을 완화하기 위한 가장 손쉬운 대처방법중의 하나로 진통제를 복용하기 쉬운데, 진통제의 사용은 일시적인 증상의 경감에 불과한 것이며 과량 복용이나 장기 연용하게 될 때 약물에 의존하게 되며, 습관화될 수도 있어 많은 신체적·정신적 문제점을 야기시킨다(박영주, 1980).

이러한 관점에서 이 연구는 중·고등학교 여학생의 월경의 특징 및 월경 시 호소하는 월경 곤란증의 양상과 다양한 대처방법에 대하여 규명하여, 성장 과정에서 불가피하게 경험해야만 하는 여성의 생리 현상인 월경을 정서적으로 안정되고 신체적으로 불편감 없이 지낼 수 있도록 적절한 대처방법을 마련하기 위한 기초적 자료를 제공하는 데 그 목적이 있다.

## 2. 연구의 목적

월경은 사춘기 이후 여성의 특징적인 생리 현상으로, 월경 경험 여성의 50% 이상이 월경으로

인한 다양한 신체적 곤란 증상을 호소하는 것으로 보고되고 있으며 실제로 학교 생활 중 많은 학생들이 월경으로 인한 고통을 호소해 온다. 초경을 경험한 중·고등학교 시기에서 월경곤란증상에 대한 적절한 대처방법과 보건교육은 성인이 되었을 때의 건강 상태와 건강 행위에 많은 영향을 끼칠 수 있으므로 본 연구는 청소년기에 있는 중, 고등학교 여학생을 대상으로 월경의 특성을 파악하고 월경 곤란증의 양상 및 월경 곤란증의 발생시 대처방안을 규명하여, 청소년기 여성의 월경 곤란증에 효율적인 대처를 위한 보건교육자료로 삼아 개인의 건강관리능력 향상과 건강한 생활습관으로 건전한 학교생활을 영위할 수 있는 건강증진프로그램 개발과 보건교육, 보건정책의 수립에 필요한 기초자료를 제공하는 데 목적이 있다.

## 3. 연구의 문제

이 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 구체적인 연구 문제를 설정하였다.

첫째, 중·고등학교 여학생의 월경의 특성은 어떠한가?

둘째, 월경 곤란증의 정도와 일상생활의 제한 정도는 어떠한가?

셋째, 월경 곤란증의 대처방법은 어떠한가?

넷째, 월경 곤란증으로 인한 진통제 복용의 실태는 어떠한가?

## 4. 연구의 제한점

1) 이 연구는 전국의 중·고등학교 여학생을 모집단으로 하지 못하고 제주도내 지역으로 한정하였으므로 일반화하여 해석하기에는 어려움이 있다.

2) 이 연구에서의 대상은 여자 중학생과 여자 고등학생으로 한정하였다.

## 5. 용어의 정의

이 연구에서 사용된 용어의 정의는 다음과 같다.

월경 곤란증(dysmenorrhea) : Moos(1968)에 의해 월경으로 인한 월경시 통증을 동반하는 경우를 의미하며, 골반 내에 기질적 병변이 없는 원발성 월경통을 의미한다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 대상

본 연구는 제주도 내 중·고등학교 여학생들의 월경의 특성과 월경 곤란증의 관계 및 증상, 월경 곤란 시 대처 방법을 파악하여 청소년기 여학생들의 월경 곤란 시 효율적 대처 방안을 위한 보건교육의 기초 자료로 삼기 위함에 있으며 제주도 내 2개 중학교 학생 520명과 2개 고등학교 학생 450명에게 설문조사를 하여 응답이 불성실한 설문지 18부를 제외한 952부를 본 연구를 위해 사용하였고 구체적인 내용은 <표 II-1>과 같다.

표 II-1. 표집 (%)

| 구 분 | 중학생       | 고등학생      | 계        |
|-----|-----------|-----------|----------|
| 1학년 | 174       | 133       | 307      |
| 2학년 | 169       | 150       | 319      |
| 3학년 | 168       | 158       | 326      |
| 계   | 511(53.7) | 441(46.3) | 952(100) |

표 II-2. 연구 내용 및 기간

| 순서 | 연구 내용          | 연구 기간                     |
|----|----------------|---------------------------|
| 1  | 연구 계획 및 자료 수집  | 2002. 2. 20~2002. 7. 30   |
| 2  | 질문지 작성         | 2002. 8. 10~2002. 9. 20   |
| 3  | 예비 조사 실시       | 2002. 10. 20~2002. 11. 30 |
| 4  | 질문지 검토 및 수정 보완 | 2002. 12. 20~2003. 3. 20  |
| 5  | 질문지 배분 및 회수    | 2003. 3. 20~2003. 4. 30   |
| 6  | 자료 처리 및 분석     | 2003. 6. 10~2003. 8. 20   |
| 7  | 논문 작성          | 2003. 9. 10~2003. 10. 31  |

### 2. 연구 내용 및 기간

본 연구의 기간은 2002. 2. 20~2003. 10. 31로 <표 II-2>와 같다.

### 3. 측정 도구 및 절차

#### 가. 측정 도구

본 연구에서는 중·고등학교 여학생의 월경의 특성과 월경 곤란증의 관계, 월경 곤란의 증상 및 곤란 증상에 대한 대처 방안을 규명하기 위하여 선행 연구 자료들(최명옥, 1992; 박봉주, 1996; 최경화, 1997; 노요안, 1997; 정연경, 2001)의 설문지를 참고로 연구자가 수정, 보완하여 설문지를 구성하였다.

#### 나. 예비 조사

설문지의 내용과 구성의 적합성을 알아보기 위하여 북제주군 소재 중·고등학교 2학년 여학생 각각 40명을 대상으로 예비 조사를 실시하였다.

대상자에게 설문 내용의 의미가 통하지 않거나 이해하기 어려운 문항을 지적하도록 한 후 수정 및 보완하여 설문지 작성에 반영하였다.

#### 다. 본 조사

중·고등학교 여학생의 월경 특성과 월경 곤란증의 관계, 월경 곤란의 증상 및 곤란 증상에

대한 대처 방안을 알아보기 위해 2003년 3월 20일부터 4월 30일까지 제주도내 2개 중학교 여학생 520명과 2개 고등학교 여학생 450명에게 설문조사를 하였다.

본 조사는 연구자가 표집 대상 학교를 직접 방문하여 연구 협조자(연구 대상 학급 담임교사)에게 연구 목적 및 설문 내용을 설명하고 협조를 부탁하였다. 각 학급 담임교사는 연구자의 조사 취지를 표집 학생들에게 설명한 후 학생들이 직접 자기평가기입법으로 응답을 표시하고 현장에서 회수하였다. 회수된 설문지는 970부로 회수율이 100%였으나, 이 중 응답이 불성실한 설문지 18부를 제외한 952부를 본 연구를 위해 사용하였으며 952부 중 초경이 아직 시작되지 않은 70부는 연구에서 제외시켜 882부를 대상으로 주로 논

의되었으며 일부 문항의 경우 무 응답자는 제외시켰다(표 II-3).

#### 라. 설문지 구성

이 연구에서 사용된 설문지는 선행 연구 자료들(최명옥, 1992 ; 박봉주, 1996 ; 최경화, 1997 ; 노요안, 1997 ; 정연경, 2001)의 설문지들을 참고로 연구자가 수정 보완한 '중·고등학교 여학생의 월경 특성과 월경 곤란증에 대한 설문지' <부록 참조>를 사용하였으며, 설문지의 문항 구성 내용은 <표 II-4>과 같다.

### 4. 자료 처리 및 분석 방법

본 연구에서 수집된 자료는 검색 과정을 거쳐

표 II-3. 초경 후 대상 인원 인수(%)

| 구 분 | 중 학생      | 고등학생      | 계         |
|-----|-----------|-----------|-----------|
| 1학년 | 116(13.1) | 133(15.1) | 249(28.2) |
| 2학년 | 157(17.8) | 150(17.0) | 307(34.8) |
| 3학년 | 168(19.1) | 158(17.9) | 326(37)   |
| 계   | 441(50.0) | 441(50.0) | 882(100)  |

표 II-4. 문항 구성 내용

| 구성지표          | 구성내용   | 문 항 수 |
|---------------|--|-------|
| 일반적인 특성       | 나이(1)<br>초경 시기(2)  | 2문항   |
| 월경 특성         | 월경 주기 특징(3~4)<br>월경 주기(5)<br>월경 기간(6)<br>월경량(7)<br>병원 방문(8~9)                  | 7문항   |
| 월경 불편감        | 월경 불편감(10~18)<br>월경 불편 시기(19)<br>불편감 지속 시간(20)<br>초경시와의 비교(21)<br>일상 생활 제한(22) | 13문항  |
| 약물 복용 및 대처 방법 | 대처 방법(23~30)<br>약물 사용(31~34)   | 12문항  |
| 계             |  | 34문항  |

SPSS 프로그램을 이용하여 통계 처리하였다. 구체적인 분석 내용 및 프로그램은 다음과 같다.

- 가. 일반적인 특성 및 월경의 특성, 월경 불편과 관련된 제특성별 분포, 월경 불편에 따른 대처 방안에 대해 단순빈도분석과  $\chi^2$  검증과 t검증을 실시하였다.
- 나. 월경 기간 및 나이, 월경량의 관계에 대해서는 상관 관계 분석을 하였다.

### Ⅲ. 연구 결과 및 논의

#### 1. 대상자의 연령 분포

대상자는 중학교 1학년부터 3학년까지의 511(53.7%)명과 고등학교 1학년부터 3학년까지의 441명(46.3%)이다. 연령은 12세부터 18세까지이며 14세가 17.3%로 가장 많았고 13세 16.8%, 15세와 17세가 16.2%, 18세 14.3%, 12세 3.8%의 순으로 대상자의 평균 연령은 15.28±1.78세였다 <표 Ⅲ-1>.

#### 2. 초경 연령

전체 952명의 학생 중 초경을 경험한 학생은

882명(92.6%)이며, 여중생의 86.3%, 여고생은 100% 월경을 하고 있었다. 초경이 시작된 나이는 13세에서 275명(31.2%)으로 가장 많았고, 12세 268명(30.4%), 14세 151명(17.1%), 15세 90명(10.2%), 11세 69명(7.8%), 16세 24명(2.7%), 10세 5명(0.6%)의 순이었고 응답 학생들의 초경 평균 연령은 12.9±1.22세였다. 현 연령에 따른 초경 연령은 현 연령이 12세된 여학생들은 12.12±.60세, 13세인 경우 12.21±.65세, 14세 12.44±.95세, 15세 13.06±1.10세, 16세 13.34±1.18세, 17세 13.51±1.34세, 18세 13.30±1.34세로 현 연령이 낮을수록  $p<.001$  수준에서 통계적으로 유의있게 초경 연령이 빨랐다 <표 Ⅲ-2>.

미국 여성의 경우 평균 초경 연령은 12세 초반

표 Ⅲ-1. 대상자의 연령

| 연령(y) | 빈도  | %    |
|-------|-----|------|
| 12    | 36  | 3.8  |
| 13    | 160 | 16.8 |
| 14    | 165 | 17.3 |
| 15    | 154 | 16.2 |
| 16    | 147 | 15.4 |
| 17    | 154 | 16.2 |
| 18    | 136 | 14.3 |
| 계     | 952 | 100  |

표 Ⅲ-2. 대상자 연령에 따른 초경 시기

| 초경 시기   | 연 령       |           |           |            |            |            |            | 계         |
|---------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|------------|------------|-----------|
|         | 12        | 13        | 14        | 15         | 16         | 17         | 18         |           |
| 10      |           |           | 4         |            |            |            | 1          | 5(0.6)    |
| 11      | 3         | 14        | 20        | 9          | 4          | 9          | 10         | 69(7.8)   |
| 12      | 16        | 63        | 54        | 41         | 34         | 31         | 29         | 268(30.4) |
| 13      | 6         | 36        | 58        | 50         | 52         | 35         | 38         | 275(31.2) |
| 14      |           | 1         | 19        | 34         | 27         | 40         | 30         | 151(17.1) |
| 15      |           |           |           | 16         | 25         | 28         | 21         | 90(10.2)  |
| 16      |           |           |           | 1          | 5          | 11         | 7          | 24(2.7)   |
| 인원      | 25        | 114       | 155       | 151        | 147        | 154        | 136        | 882       |
| Mean±SD | 12.12±.60 | 12.21±.65 | 12.44±.95 | 13.06±1.10 | 13.34±1.18 | 13.51±1.34 | 13.30±1.34 | 12.9±1.22 |

$p<.001$

이며 11세에서 15세 사이로 보고되고 있으며, 서구 선진국에서는 최근 2~30년 동안 초경 연령이 안정화 추세로 되어 있으나(정연경, 2001), 한국의 경우 민병근 등(1979)의 14.4세, 박상수 등(1987)의 13.6세, 홍창호 등(1993)의 13.7세, 노요안(1997)의 12.9세, 정연경(2001)의 12.2세 등에서 보는 것처럼 점차 초경 연령이 빨라져서 평균 12.5세로 보고되고 있다. 본 연구에서 나타난 평균 초경 연령은  $12.9 \pm 1.22$ 세로 최근의 연구 결과와 비슷하거나 약간 높은 상태이다. 또한 현 연령이 어릴수록  $p < .001$  수준에서 통계적으로 유의하게 초경 연령이 낮아짐을 보여 서구 선진국에서는 최근 2~30년 동안 초경 연령이 안정화 추세에 있으나 한국의 경우에는 아직도 초경 연령의 안정화가 완전히 이루어지지 않았음을 알 수 있다(정연경, 2001).

### 3. 월경 주기의 변화

#### 가. 월경 주기의 특징

초경 후 월경 주기의 특징을 살펴보면 '처음부터 지금까지 규칙/불규칙이 혼합되어 있다'가 415명(47.4%)으로 가장 많이 나타났으며 '처음부터 지금까지 불규칙하다'는 215명(24.6%), '처음부터 얼마간 불규칙하다 규칙적으로 되었다'가 156명(17.8%), '처음부터 규칙적이었다' 89명(10.2%)으로 나타나고 있다(표 III-3).

즉, 대부분의 학생이 초경 후 얼마 동안은 무배란성 자궁출혈을 경험한다는 것을 알 수 있으며 특히 중학생의 경우 고등학생보다 '처음부터

지금까지 불규칙하다' 117명(26.9%), '처음부터 지금까지 규칙/불규칙이 혼합되어 있다' 199명(45.7%)으로, 불규칙한 비율이 높은 것은 초경 이후 1년에서 2년 동안 시상하부-뇌하수체-리듬이 발달되고 난소 기능이 성숙되는 동안 배란 주기 및 월경 주기가 무배란성 또는 불규칙한 경향을 갖게 되며, 시상하부-뇌하수체-난소가 완전히 정상적인 리듬을 갖게 되면 배란성의 규칙적인 월경 주기를 갖게 되기 때문이다(Jense, M.D. & Bobak, I. & Zalar, M.D., 1991).

규칙적으로 월경을 하는 경우 월경 주기에 대해 살펴보면 26~30일이 238명(34.0%)로 가장 많았고 31~35일 152명(21.7%), 21~30일 92명(13.1%)로 나타나 응답자의 대부분이 21~35일 사이의 주기로 월경을 하는 것으로 나타나고 있다(표 III-4).

중학생과 고등학생을 구분하여 비교하여 보면 중학생의 경우는 31~35일이 100명(29.4%)으로 가장 높은 비율을 보였으며, 그 다음으로는 26~30일이 96명(28.2%)으로 높게 나타났다. 고등학생의 경우는 26~30일이 142명(39.4%)으로 가장 높은 비율을 보였으며, 그 다음으로 21~25일이 52명(14.4%)으로 높게 나타났다. 중학생과 고등학생간의 월경 주기는  $p < .001$  수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다. 이는 노요안(1997)의 연구에서의 26~30일 사이의 주기(32.1%), 정연경(2001)의 26~30일 사이의 주기(27.4%)등과 비슷한 수준으로 보여진다. 그러나 주기가 15일 이하로 빈발월경에 해당하는 경우도 76명(10.9%)으로 나타나고 있으며 이는 정연경

표 III-3. 초경 후 월경 주기의 특징

| 변 인                       | 중         | 고         | 전 체       |
|---------------------------|-----------|-----------|-----------|
| 처음부터 규칙적이었다.              | 35( 8.0)  | 54(12.3)  | 89(10.2)  |
| 처음부터 지금까지 불규칙하다.          | 117(26.9) | 98(22.3)  | 215(24.6) |
| 처음부터 얼마간 불규칙하다 규칙적으로 되었다. | 84(19.3)  | 72(16.4)  | 156(17.8) |
| 처음부터 지금까지 규칙/불규칙이 혼합되었다.  | 199(45.8) | 216(49.1) | 415(47.4) |
| df / $\chi^2$             | 3 / 7.326 |           | 875       |

(2001)의 연구에서의 빈발월경(15일 이하의 주기) 17.7% 보다는 약간 작은 빈도이나 이러한 빈발월경의 경우 여러 가지 검사를 통하여 원인을 알아내는 과정이 필요하다고 하겠다.

#### 나. 월경 주기의 정례화 시기

월경이 불규칙하다 규칙적으로 되는 시기는 초경 후 6개월 이내가 218명(41.3%)으로 가장 많았고, 초경 후 7개월~1년 사이가 92명(17.4%), 초경 후 1~2년 사이 86명(16.3%), 초경 후 2~3년 사이 72명(13.6%), 초경 후 3년 이상도 60명(11.4%)으로 나타나고 있으며 중학생의 경우는 초경 후 6개월 이내가 125명(49.8%)으로 가장

높은 비율을 보였으며, 그 다음으로 초경 후 7개월~1년 사이가 57명(22.7%)으로 높게 나타났다. 고등학생의 경우는 초경 후 6개월 이내에서 93명(33.6%)으로 가장 높은 비율을 보였으며, 그 다음으로 초경 후 2~3년 사이가 53명(19.1%)으로 높게 나타났고 중학생과 고등학생 간에 주기의 정례화 시기는  $p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다. 월경이 불규칙적이다가 규칙적인 주기로 바뀌는 정례화의 시기는 정연경(2001)의 연구 결과인 초경 후 6개월 이내 53%, 초경 후 7개월~1년 이내 25.4%, 초경 후 1~2년 사이 12.3%와 비슷한 연구 결과를 보여주고 있다(표 Ⅲ-5).

표 Ⅲ-4. 월경 주기

| 변 인           | 인수(%)         |           |           |
|---------------|---------------|-----------|-----------|
|               | 중             | 고         | 전 체       |
| <15일          | 40(11.8)      | 36(10.0)  | 76(10.9)  |
| 15~20일        | 39(11.5)      | 40(11.1)  | 79(11.3)  |
| 21~25일        | 39(11.5)      | 53(14.7)  | 92(13.1)  |
| 26~30일        | 96(28.2)      | 142(39.4) | 238(34.0) |
| 31~35일        | 100(29.4)     | 52(14.4)  | 152(21.7) |
| 36~40일        | 13( 3.8)      | 17( 4.7)  | 30( 4.3)  |
| 41~45일        | 6( 1.8)       | 5( 1.4)   | 11( 1.6)  |
| >46일          | 7( 2.1)       | 15( 4.1)  | 22( 3.1)  |
| df / $\chi^2$ | 7 / 29.388*** |           | 700       |

\*\*\* $p < .001$

표 Ⅲ-5. 월경 주기가 규칙적으로 된 시기

|               | 학년별         |          | 전 체       |
|---------------|-------------|----------|-----------|
|               | 중           | 고        |           |
| 초경후 6개월 이내    | 125(49.8)   | 93(33.6) | 218(41.3) |
| 초경후 7개월~1년 이내 | 57(22.7)    | 35(12.6) | 92(17.4)  |
| 초경후 1~2년 사이   | 39(15.5)    | 47(17.0) | 86(16.3)  |
| 초경후 2~3년 사이   | 19(7.6)     | 53(19.1) | 72(13.6)  |
| 초경후 3년 이상     | 11(4.4)     | 49(17.7) | 60(11.4)  |
| df / $\chi^2$ | 4/49.665*** |          | 528       |

\*\*\* $p < .001$

#### 4. 월경 기간과 월경량

##### 가. 월경 기간

월경 기간에 대해 살펴보면 초경을 경험한 822명의 학생 중 월경 기간이 5~6일인 학생이 398명(45.1%)으로 가장 많았고 7일 이상 275명(31.2%), 3~4일 193명(21.9%)으로 나타나 응답자의 대부분이 3~8일 정도의 월경 기간을 겪는 것으로 나타났다. 월경 기간은 평균 5.1일이었으며 이재영 등(1986)의 4.8일, 이숙희 등(1989)의 5.4일, 노요안(1997)의 5.7일로 나타난 연구와 비슷한 결과이다(표 III-6).

##### 나. 월경량

월경량에 대해 살펴보면 보통(하루에 보통 패드 4개~8개 사용)이 604명(68.5%), 적다(하루에 보통 패드 4개 이하 사용)가 219명(24.8%), 많다(하루에 보통 패드 8개 이상 사용)가 50명(5.7%)으로 '적다'와 '많다'를 응답한 학생 259명(30.5%)에서 비정상적인 월경량을 나타내고 있다(표 III-7).

표 III-6. 월경 기간 인수(%)

|       |      | 중          | 고          | 계          |
|-------|------|------------|------------|------------|
| 월경 기간 | 1~2일 | 1(0.2)     | 4(0.9)     | 5(0.6)     |
|       | 3~4일 | 82(18.6)   | 111(25.2)  | 193(21.9)  |
|       | 5~6일 | 196(44.4)  | 202(45.8)  | 398(45.1)  |
|       | 7~8일 | 152(34.5)  | 123(27.9)  | 275(31.2)  |
|       | 무응답  | 10(2.3)    | 1(0.2)     | 11(1.2)    |
| 계     |      | 441(100.0) | 441(100.0) | 882(100.0) |

표 III-7. 월경량의 비교

|     |     | 중          | 고          | 계          |
|-----|-----|------------|------------|------------|
| 월경량 | 적다  | 138(31.3)  | 81(18.4)   | 219(24.8)  |
|     | 보통  | 273(61.9)  | 331(75.1)  | 604(68.5)  |
|     | 많다  | 22(5.0)    | 28(6.3)    | 50(5.7)    |
|     | 무응답 | 8(1.8)     | 1(0.2)     | 9(1.0)     |
| 계   |     | 441(100.0) | 441(100.0) | 882(100.0) |

다. 월경 기간과 나이, 월경량과의 상관 관계

월경 기간과 나이의 상관 관계 계수는  $-0.079$ 로 나이가 많을수록 월경 기간은 짧아지는 부적 상관인 상관이 있는 것으로 나타났고  $p < .05$  수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보였으며, 월경량은 나이와 월경 기간에 정적인 상관이 있는 것으로 나타났으며  $p < .01$  수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다(표 III-8).

#### 5. 월경 곤란증

##### 가. 월경 곤란 증상

대상자의 월경 곤란 증상으로는 '아랫배가 아

표 III-8. 월경 기간과 양의 상관 관계

| 변 인   | 나 이         | 월경 기간       | 월경량   |
|-------|-------------|-------------|-------|
| 나이    | 1.000       |             |       |
| 월경 기간 | $-.079^*$   | 1.000       |       |
| 월경량   | $.133^{**}$ | $.155^{**}$ | 1.000 |

\* $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

표 III-9. 월경 곤란 증상

인수(%)

|              | 중 (n=435) | 고 (n=441) | 계 (n=876) |
|--------------|-----------|-----------|-----------|
| 아랫배가 아프다.    | 332(76.3) | 374(84.8) | 706(80.6) |
| 피곤하다.        | 248(57.0) | 298(67.6) | 546(62.3) |
| 허리가 아프다.     | 198(45.5) | 320(72.6) | 518(59.1) |
| 머리가 아프다.     | 154(35.4) | 179(40.6) | 333(38.0) |
| 근육통이 있다.     | 77(17.7)  | 136(30.8) | 213(24.3) |
| 변비가 있다.      | 62(14.3)  | 125(28.3) | 187(21.3) |
| 구역질, 메스꺼움    | 71(16.3)  | 111(25.2) | 182(20.8) |
| 유방이 붓거나 아프다. | 42(9.7)   | 104(23.6) | 146(16.7) |
| 설사를 한다.      | 48(11.0)  | 94(21.3)  | 142(16.2) |

프다'가 706명(80.6%)으로 가장 많이 호소하였으며 '피곤하다' 546명(62.3%), '허리가 아프다' 518명(59.1%), '머리가 아프다' 333명(38.0%), '근육통이 있다' 213명(24.8%), '변비가 있다' 187명(21.3%), '구역질, 메스꺼움' 182명(20.8%), '유방이 붓거나 아프다' 146명(16.7%), '설사를 한다' 142명(16.2%)의 순이었다<표 III-9>.

'머리가 아프다'에서는 중학생(M=1.42)보다 고등학생(M=1.52)의 평균이 높게 나타났으며  $p < .05$  수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보였고 '피곤하다'에서도 중학생(M=1.82)보다 고등학생(M=1.98)의 평균이 조금 높게 나타났으며  $p < .01$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다. '아랫배가 아프다', '허리가 아프다', '유방이 붓거나 아프다', '설사를 한다', '변비가 있다', '근육통이 있다' 등에서 역시 고등학생이 중학생보다 평균이 조금 높게 나타나고 있으며  $p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다<표 IV-10>.

증상에 따라 차이는 있으나 응답자의 80.6%가 월경 곤란 증상을 경험한 것으로 나타나 이숙희 등(1989)의 68.1%, 김은주(1988)의 69.6%, 이계영(1986) 등의 71.9% 보다는 높게 나왔으며, 노요안(1997)의 84.1%과는 비슷하거나 약간 낮았다. 그러나 월경 곤란 증상의 정확한 빈도와 발병율은 명확히 확인되지 않았으며 또 지역사회마

표 III-10. 월경시 곤란 증상의 비교

| 변인   | N | M   | SD   | t   |           |
|------|---|-----|------|-----|-----------|
| 복통   | 중 | 435 | 2.13 | .76 | -3.749*** |
|      | 고 | 441 | 2.31 | .73 |           |
| 두통   | 중 | 435 | 1.42 | .63 | -2.215*   |
|      | 고 | 441 | 1.52 | .68 |           |
| 요통   | 중 | 435 | 1.68 | .81 | -8.314*** |
|      | 고 | 441 | 2.13 | .81 |           |
| 메스꺼움 | 중 | 435 | 1.19 | .48 | -3.395*** |
|      | 고 | 441 | 1.32 | .58 |           |
| 피곤   | 중 | 435 | 1.82 | .81 | -3.096**  |
|      | 고 | 441 | 1.98 | .78 |           |
| 유방통  | 중 | 435 | 1.13 | .40 | -5.736*** |
|      | 고 | 441 | 1.33 | .65 |           |
| 설사   | 중 | 435 | 1.13 | .39 | -4.236*** |
|      | 고 | 441 | 1.27 | .55 |           |
| 변비   | 중 | 435 | 1.19 | .49 | -4.944*** |
|      | 고 | 441 | 1.38 | .64 |           |
| 근육통  | 중 | 435 | 1.22 | .50 | -4.616*** |
|      | 고 | 441 | 1.39 | .63 |           |

\* $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\* $p < .001$

다 다르게 나타나고 있고, 이와 같이 연구자마다 다른 결과를 나타냄은 월경 주기 증상에 작용하는 변인과 주관적 평점에 의한 조사 방법, 개인의 인지 정도의 차이라고 추정된다(이숙희 등, 1989).

### 나. 월경 곤란 시기

월경 곤란 증상이 심한 시기는 '월경 시작 2일째'가 396명(47.1%)으로 가장 많았고, '월경 시작 1일째'가 229명(27.2%), '월경 시작 1~2일전'이 158명(18.8%), '월경 시작 3일째'가 58명(6.9%)으로 나타나, 중학생 201명(48.6%)과 고등학생 195명(45.7%) 모두 '월경 시작 2일째'가 가장 높은 비율을 보였으나 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다(표 III-11).

### 다. 월경 곤란 증상 지속 기간

월경 곤란 증상이 지속되는 기간은 2일이 413명(49.5%)으로 가장 많았고, 3일이 219명(26.2%), 1일 203명(24.3%) 순으로 월경 곤란이 지속되는 기간은 2일 정도가 가장 많은 것으로 나타났으며, 중학생과 고등학생을 비교한 결과로는 중학생(46.4%)·고등학생(56.5%) 모두 월경곤란 지속 기간은 2일이 가장 높은 비율을 보였으나 중학생과 고등학생 사이에 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다(표 III-12).

월경 곤란 증상의 지속 기간이 박봉주(1995)의 연구에서는 1일 이하 75.4%, 2일 까지 12.7%, 3

일까지 2.4%, 전명숙(2000)의 연구에서 1일까지 86.1%, 2일까지 12.6%, 3일 이상 1.3%로 연구 결과가 나온 것을 비교하여 볼 때 본 연구 결과에서 월경 곤란의 지속 기간이 약간 길어지고 있음을 알 수 있으며 이러한 연구 결과는 월경 곤란 증상이 골반의 통증을 기준으로 월경이 시작되기 1~2일부터 시작되어 월경이 시작되고 난 후 1~2일 동안 가장 심하다는 peck(1990), Fogel(1995)의 연구와 일치하고 있다.

### 라. 초경 때와 비교한 현재의 월경 곤란 증상

초경 때와 비교하여 현재의 월경 곤란 증상의 정도는 어떠한가를 알아본 결과는 중학생(55%)·고등학생(63.6%) 모두 초경 시와 현재의 증상이 '비슷하다'고 응답하였고, 그 다음으로 '점점 없어진다'에서 중학생(34.7%)이 고등학생(21.7%)보다 매우 높은 비율을 보였으며,  $p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다(표 III-13).

### 마. 월경 곤란으로 인한 일상 생활의 제한 정도

월경 곤란으로 인한 일상 생활 제한 정도에 대

표 III-11. 월경 곤란 시기

인수(%)

|               | 중         | 고         | 계         |
|---------------|-----------|-----------|-----------|
| 월경 시작 1~2일전   | 71(17.1)  | 87(20.4)  | 158(18.8) |
| 월경 시작 1일째     | 110(26.6) | 119(27.9) | 229(27.2) |
| 월경 시작 2일째     | 201(48.6) | 195(45.7) | 396(47.1) |
| 월경 시작 3일째     | 32( 7.7)  | 26( 6.1)  | 58(6.9)   |
| df / $\chi^2$ | 3 / 2.485 |           | 841       |

표 III-12. 월경 곤란 지속 시간

인수(%)

|               | 중 (n=416) | 고 (n=419) | 계 (n=835) |
|---------------|-----------|-----------|-----------|
| 1일            | 107(25.7) | 96(22.9)  | 203(24.3) |
| 2일            | 193(46.4) | 220(56.5) | 413(49.5) |
| 3일            | 116(27.9) | 103(24.6) | 219(26.2) |
| df / $\chi^2$ | 2 / 3.122 |           | 835       |

해 알아본 결과는 중학생(63.3%)·고등학생(64.5%) 모두 '정상 생활은 가능하나 불편감이 있다'가 가장 높은 비율을 보였으며, '정상 생활을 하기 힘들다'에서는 중학생(8.0%)보다 고등학생(16.6%)에서 매우 높게 나타났으며,  $p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다(표 III-14).

전체 응답자 중 655명(76.4%)이 월경 곤란 증상으로 인하여 일상 생활에 영향을 받고 있다는 것을 알 수 있는데 이는 이숙희 등(1989)의 68.1%, 김은주(1988)의 69.6%, 이제영 등(1986)의 71.9% 보다는 약간 높으며 노요안(1997)의 84.1%, 최경화(1998)의 86.4% 보다는 약간 낮게 나타나고 있다.

## 6. 월경 곤란 증상의 대처 방법

### 가. 월경 곤란의 대처 방법

월경 시 월경 곤란 증상에 대처하는 방법을 알아본 결과 전체적으로 충분한 수면(81.9%), 안정 및 휴식을 취한다(80.8%), 뜨거운 물로 샤워를 한다(59.1%), 음악이나 영화감상(44.3%), 약을 먹는다(43.7%), 운동을 한다(33.4%), 산책을 한

다(25.5%), 하복부 찜질이나 마사지를 한다(24.9%)의 순으로 대처하고 있었다(표 III-15).

전명숙(2000)의 여대생을 대상으로 한 결과에서는 휴식(85.6%), 수면(78.6%), 음악감상(58.1%), 샤워(53.2%), 약물복용(46.3%), 복부마사지(43.6%), 산책(27.5%), 운동(19.2%) 순이었으며 최경화(1997)의 결과에서 안정 및 휴식(84.3%), 충분한 수면(75.5%), 진통제 자가 복용(40.4%), 샤워(27.2%), 복부마사지(28.8%), 산책(20.1%), 저염식이(10.3%) 등이었다. 이들의 연구 결과와 비교하여 볼 때 수면이나 휴식의 비율은 거의 같았으며 뜨거운 물 샤워 및 음악감상을 통한 대처방법은 전명숙(2000)의 연구 결과와 비슷하였고 대처 방법으로 운동을 하는 비율은 본 연구의 결과에서 약간 높게 나타나고 있다.

월경 곤란 증상이 있을 경우 대처 방법에 대한 고등학생과 중학생의 비교를 하여 본 결과, 안정 및 휴식을 취하는 방법이 중학생(49.8%)과 고등학생(55.9%) 모두 가장 높은 비율이며  $p < .05$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있다.

중학생(70.6%)과 고등학생(71.9%) 모두 운동을 하지 않았으며 통계적으로 차이는 나타나지

표 III-13. 초경 때와 비교한 월경 곤란 증상

인수(%)

|               | 중 (n=418)     | 고 (n=428) | 계 (n=846) |
|---------------|---------------|-----------|-----------|
| 점점 없어진다.      | 145(34.7)     | 93(21.7)  | 238(28.1) |
| 비슷하다.         | 230(55.0)     | 272(63.6) | 502(59.4) |
| 점점 심해진다.      | 43(10.3)      | 63(14.7)  | 106(12.5) |
| df / $\chi^2$ | 2 / 18.533*** |           | 846       |

\*\*\* $p < .001$

표 III-14. 일상 생활의 제한 정도

인수(%)

|                      | 중 (n=424)     | 고 (n=434) | 계 (n=858) |
|----------------------|---------------|-----------|-----------|
| 정상 생활을 하기 힘들다.       | 34(0.8)       | 72(16.6)  | 106(12.4) |
| 정상 생활은 가능하나 불편감이 있다. | 269(63.4)     | 280(64.5) | 549(64.0) |
| 거의 일상생활에 지장을 주지 않는다. | 121(28.5)     | 82(18.9)  | 203(23.7) |
| df / $\chi^2$        | 2 / 21.222*** |           | 858       |

\*\*\* $p < .001$

표 III-15. 증상에 따른 대처 방법(복수응답)

(단위 : %)

|     | 하복통<br>n=701 | 두통<br>n=333 | 요통<br>n=518 | 메스꺼움<br>n=182 | 피곤<br>n=546 | 유방통<br>n=146 | 설사<br>n=142 | 변비<br>n=187 | 근육통<br>n=213 |
|-----|--------------|-------------|-------------|---------------|-------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| 수면  | 77.8         | 85.3        | 81.1        | 81.3          | 82.8        | 87.0         | 76.8        | 80.7        | 84.0         |
| 안정  | 79.5         | 82.3        | 82.2        | 80.2          | 82.2        | 81.5         | 76.1        | 78.6        | 84.5         |
| 샤워  | 55.5         | 58.9        | 58.7        | 62.6          | 59.5        | 60.3         | 60.6        | 59.9        | 56.3         |
| 감상  | 40.1         | 51.1        | 44.4        | 51.1          | 45.1        | 47.9         | 35.9        | 37.4        | 46.0         |
| 투약  | 32.8         | 44.1        | 36.5        | 46.7          | 35.3        | 38.4         | 40.8        | 39.0        | 43.7         |
| 운동  | 29.7         | 36.3        | 32.2        | 35.2          | 32.6        | 34.2         | 35.2        | 32.6        | 32.4         |
| 산책  | 22.5         | 32.1        | 22.8        | 28.6          | 25.6        | 19.9         | 25.4        | 24.1        | 28.2         |
| 마사지 | 21.8         | 25.5        | 23.7        | 28.6          | 24.0        | 24.7         | 26.8        | 23.0        | 25.8         |

표 III-16. 월경 곤란시 대처 방법의 비교(복수응답)

인수(%)

| 변 인          |      | 나 이       |           | 전 체       | df / $\chi^2$ |
|--------------|------|-----------|-----------|-----------|---------------|
|              |      | 중 학생      | 고등학생      |           |               |
| 약을 먹는다       | 예    | 37( 8.5)  | 81(18.5)  | 118(13.5) | 2/27.625***   |
|              | 아니오  | 342(78.4) | 276(63.0) | 618(70.7) |               |
|              | 가끔한다 | 57(13.1)  | 81(18.5)  | 138(15.8) |               |
| 안정 및 휴식      | 예    | 217(49.8) | 245(55.9) | 462(52.9) | 2/ 6.747*     |
|              | 아니오  | 121(27.8) | 89(20.3)  | 210(24.0) |               |
|              | 가끔한다 | 98(22.5)  | 104(23.7) | 202(23.1) |               |
| 운동           | 예    | 55(12.6)  | 42( 9.6)  | 97(11.1)  | 2/ 2.232      |
|              | 아니오  | 308(70.6) | 315(71.9) | 623(71.3) |               |
|              | 가끔한다 | 73(16.7)  | 81(18.5)  | 154(17.6) |               |
| 뜨거운 물로 샤워    | 예    | 129(29.6) | 163(37.2) | 292(33.4) | 2/ 6.072*     |
|              | 아니오  | 218(50.0) | 189(43.2) | 407(46.6) |               |
|              | 가끔한다 | 89(20.4)  | 86(19.6)  | 175(20.0) |               |
| 하복부 짊질이나 맛사지 | 예    | 31( 7.1)  | 48(11.0)  | 79( 9.0)  | 2/ 6.704*     |
|              | 아니오  | 368(84.4) | 340(77.6) | 708(81.1) |               |
|              | 가끔한다 | 37( 8.5)  | 50(11.4)  | 87(10.0)  |               |
| 기분전환으로 산책    | 예    | 40( 9.2)  | 31( 7.1)  | 71( 8.1)  | 2/ 1.29       |
|              | 아니오  | 341(78.2) | 351(80.1) | 692(79.2) |               |
|              | 가끔한다 | 55(12.6)  | 56(12.8)  | 111(12.7) |               |
| 음악감상이나 영화관람  | 예    | 92(21.1)  | 105(24.0) | 197(22.5) | 2/ 7.106*     |
|              | 아니오  | 283(64.9) | 248(56.6) | 531(60.8) |               |
|              | 가끔한다 | 61(14.0)  | 85(19.4)  | 146(16.7) |               |
| 잠을 충분히 잔다    | 예    | 238(54.6) | 263(60.0) | 501(57.3) | 2/ 5.622      |
|              | 아니오  | 126(28.9) | 96(21.9)  | 222(25.4) |               |
|              | 가끔한다 | 72(16.5)  | 79(18.0)  | 151(17.3) |               |

\*p&lt;.05 \*\*\*p&lt;.001

표 III-17. 월경으로 인한 병원 방문 이유

인수(%)

| 병원 방문 이유      | 중(N=441) |           | 고(N=441) |           | 계(N=882) |           |
|---------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
|               | 있다       | 없다        | 있다       | 없다        | 있다       | 없다        |
| 월경량이 너무 많아서   | 3(0.7)   |           | 5(1.1)   |           | 8(9.2)   |           |
| 불규칙한 월경       | 11(2.5)  |           | 30(6.8)  |           | 41(47.1) |           |
| 월경 기간이 너무 길어서 | 2(0.5)   |           | 6(1.4)   |           | 8(9.2)   |           |
| 생리통이 심해서      | 12(2.7)  |           | 18(4.1)  |           | 30(34.5) |           |
| 계             | 28(6.3)  | 413(93.7) | 59(13.4) | 382(86.6) | 87(9.9)  | 795(90.1) |

않았다. 뜨거운 물로 샤워를 하거나 음악감상이나 영화관람을 하는 방법, 허복부 찜질이나 마사지 방법은 모두 중학생과 고등학생 모두 '아니오'에서 가장 높은 비율을 보였으며  $p < .05$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

약을 안 먹는 중학생(78.4%)과 고등학생(63%)도  $p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보였으며, 잠을 충분히 자는 방법은 중학생(54.6%)과 고등학생(60%) 모두에서 가장 높은 비율을 보였고 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다 <표 III-16>.

#### 나. 월경 곤란으로 인한 병원 진료

월경 때문에 병원을 찾은 경우에 대해 '병원 방문을 한 적이 없다'가 중학생과 고등학생 각각 413명(93.7%)과 382명(86.6%)으로 응답자의 대부분인 795명(90.2%)을 차지하고 있으며, 병원을 찾은 경우 그 이유에 대해 살펴보면 '불규칙한 월경 때문에'가 41명(47.1%)으로 가장 많았고 '생리통이 심해서'가 30명(34.5%), '월경량이 너무 많아서'와 '월경 기간이 너무 길어서'가 각각 8명(9.2%)로 나타나 정연경(2001)의 연구에서도 병원 진료의 이유로 불규칙한 월경(38.5%), 생리통(28.2%), 월경량이 많아서(12.7%), 기간이 길어서(10.3%)로 불규칙한 월경과 생리통이 병원 진료를 받는 가장 큰 이유가 되고 있음을 알 수 있다 <표 III-17>.

#### 다. 월경곤란으로 인한 약물 투여

##### 1) 약물에 대한 정보의 제공

월경 때문에 약물을 복용하는 경우 약물에 대한 정보를 어디에서 제공받는지에 대해 가족일 때 중학생과 고등학생 각각 72(65.5%)와 97(48.2%)로 응답자의 54.3%를 차지하고 있으며, 친구의 경우 63명(20.3%), 약사 33명(10.6%), 매스컴 22명(7.1%), 선생님 15명(4.8%), 의사 9명(2.9%)으로 나타났다 <표 III-16>.

고송자(1994)의 연구 중 약물에 관한 지식 습득에 있어서 대상자 298명 중에서 약사 148명, TV 140명, 라디오 광고 99명, 의사 71명, 신문 잡지 65명, 친구 56명의 순으로 대중 매체의 비중이 높았던 결과와 비교하여 볼 때 본 연구에서는 가족과 친구에 의한 약물의 정보 제공과 영향력이 높았다. 정경화(1997)의 연구에서 진통제 사용 경험이 있는 10.1%가, 박봉주(1996)의 연구에서 13.6%가 진통제의 부작용을 경험했다는 연구의 결과와 같이 전문가의 처방이 아닌 가족과 친구의 정보에 의한 약물의 선택은 약물 오용과 남용에 대한 우려가 있으며 약물에 대한 정확한 정보를 제공받을 수 있는 보건교육이 절실히 필요하다 <표 III-18>.

##### 2) 약물 투약

약물 복용에 대한 대상자들의 실태를 살펴보면 진통제를 복용할 때 효과에 대해서 244명

표 III-18. 약물에 대한 정보 제공자

인수(%)

|                 |     | 중(N=110) | 고(N=201) | 계(N=311)  |
|-----------------|-----|----------|----------|-----------|
| 약에 대한<br>정보 제공자 | 가족  | 72(65.5) | 97(48.2) | 169(54.3) |
|                 | 친구  | 16(14.6) | 47(23.4) | 63(20.3)  |
|                 | 약사  | 12(10.9) | 21(10.4) | 33(10.6)  |
|                 | 매스컴 | 4(3.6)   | 18(9.0)  | 22(7.1)   |
|                 | 선생님 | 5(4.5)   | 10(5.0)  | 15(4.8)   |
|                 | 의사  | 1(0.9)   | 8(4.0)   | 9(2.9)    |

표 III-19. 약물 투여의 실태

인수(%)

| 변 인                        |        | 중          | 고          | 전 체        | df / $\chi^2$ |
|----------------------------|--------|------------|------------|------------|---------------|
| 진통제 효과                     | 있다     | 84(47.5)   | 160(61.8)  | 244(56.0)  | 1/8.747***    |
|                            | 없다     | 93(52.5)   | 99(38.2)   | 192(44.0)  |               |
|                            |        | 177(100.0) | 259(100.0) | 436(100.0) |               |
| 1회 월경 기간중<br>투약 횟수         | 한 번    | 79(79.8)   | 135(71.1)  | 214(74.0)  | 2/2.620*      |
|                            | 두 번    | 13(13.1)   | 37(19.5)   | 50(17.3)   |               |
|                            | 세 번 이상 | 7(7.1)     | 18(9.5)    | 25(8.7)    |               |
|                            |        | 99(100.0)  | 190(100.0) | 289(100.0) |               |
| 1회 복용량<br>(1회1정이 정량<br>일때) | 1정     | 77(77.8)   | 158(83.2)  | 235(81.3)  | 2/1.376*      |
|                            | 2정     | 17(17.1)   | 26(13.7)   | 43(14.9)   |               |
|                            | 3정     | 5(5.1)     | 6(3.2)     | 11(3.8)    |               |
|                            |        | 99(100.0)  | 190(100.0) | 289(100.0) |               |

\* $p < .05$  \*\*\* $p < .001$

(56.0%)이 효과가 있다고 했으며 고등학생 중에는 61.8%가 진통제의 효과가 있다고 한 반면에 중학생은 52.5%가 효과가 없다고 하여  $p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

1회 월경 기간 중 약물의 투약 횟수는 214명(74.0%)의 대상자가 한 번 정도의 진통제를 투약하고 있었으며 두 번 투약이 50명(17.3%), 세 번 이상 투약하는 경우도 25명(8.7%)으로 나타났으며 고등학생이 중학생보다 두 번 이상 투약을 하는데  $p < .05$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다.

1회 1정의 복용이 정량일 때 약물을 1회에 복용하는 용량은 235명(81.3%)이 정량인 1정을 복

용하였고, 정량의 2배인 2정이 43명(14.9%), 3정 이상도 11명(3.8%)으로 약물 남용의 위험이 있었으며, 중학생과 고등학생의 투약 횟수에 있어 중학생의 경우 고등학생보다도 정량 이상의 투약을 하는 비율이 높았으며  $p < .05$ 수준에서 유의한 차이가 있었다(표 III-19).

## IV. 결론 및 제언

### 1. 결론

본 연구는 중·고등학교 여학생의 월경의 특

성과 월경 관련 요인 및 월경 곤란증과의 관계, 월경 곤란증의 실태, 월경 곤란시 실시하고 있는 대처 방법을 파악하고 분석함으로써 중·고등학교 여학생들의 월경 곤란증에 대한 효율적 대처 방안을 위한 지도 및 학교 보건 프로그램의 기초 자료로 제공하고자 시도되었다.

연구 대상자는 제주도내 2개 중학교에 재학중인 여학생 520명과 2개 고등학교 여학생 450명을 선정한 후 선행 연구를 기초로 연구자가 작성한 설문지로 조사한 후  $\chi^2$  검증, t-test, 상관관계 분석을 한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

### 1) 초경 및 월경의 특성

(1) 초경 연령은 평균 12.9±1.22세이고, 현 연령이 낮을수록 초경 연령이 더 빨랐으며 통계적으로 유의한 차이가 있었다.

(2) 월경 주기는 초경 후 처음부터 계속 불규칙하거나 규칙적인 혼합형인 경우가 가장 많아서 대부분의 여학생이 무배란성 자궁 출혈을 경험하는 것으로 추정된다.

(3) 초경 후 월경 주기가 처음에는 불규칙하다 규칙적으로 된 경우는 초경 후 6개월 이내가 가장 많았고 초경 후 1년~2년 이내에서 규칙적으로 변화되고 있었으며 이는 초경 후 무배란 주기 상태에서 규칙적인 배란 주기로 변화되어 가는 현상을 나타낸다.

(4) 규칙적으로 월경을 하는 경우 월경 주기는 26~30일이 가장 많았으며, 31~35일, 21~25일, 15일 이하의 순서로 나타났다.

(5) 월경 기간에 대해 살펴보면 5~6일이 가장 많았으며, 응답자의 대다수에서 3~8일 정도의 월경 기간을 겪는 것으로 나타났다.

(6) 월경 기간과 나이의 상관 관계는 나이가 많을수록 월경 기간은 짧아지는 부적의 상관이 있었으며 통계적으로 유의하였다.

(7) 월경량은 보통 정도가 가장 많았고, 월경량과 나이의 상관 관계는 통계적으로 유의한 차이가 있었다.

### 2) 월경 곤란 증상

(1) 월경 곤란 증상은 아랫배가 아프다, 피곤하다, 허리가 아프다, 머리가 아프다 순 이었으며 중학생보다 고등학생에서 곤란 증상이 높게 나타나고 있다.

(2) 월경 시작 2일째가 월경곤란이 가장 심한 시기로 나타났다.

(3) 월경 곤란이 지속되는 기간은 2일이 가장 많았고, 다음으로 3일과 1일 순이었다.

(4) 초경 때와 비교한 현재의 월경 곤란 증상의 정도는 '초경 때와 비슷하다'가 반수이상으로 가장 많았다.

(5) 월경 곤란으로 인한 일상 생활의 제한 정도는 다수의 응답자가 불편감을 느끼고 있으며 '정상 생활을 하기 힘들다'에서는 중학생보다 고등학생에서 높게 나타나고 있다.

### 3) 월경 곤란증의 대처 방법

(1) 월경 곤란 증상이 있을 때 가장 흔하게 쓰이고 있는 대처 방법은 충분한 수면과 안정 및 휴식이었다.

(2) 병원 진료의 원인으로는 불규칙한 월경과 심한 생리통이 많았고 병원 진료를 받은 학생은 드물었다.

### 4) 월경 곤란 증상으로 인한 진통제 복용의 실태

(1) 월경 곤란으로 인한 약물의 투여 시 가족과 친구에게서 약물에 대한 정보를 얻고 있으며 약사와 의사의 비율은 현저히 낮았다.

(2) 월경 기간 중 약물 투약 횟수는 한번 정도의 투약이 가장 많았다.

약물은 정량복용을 하는 학생이 많았으나 정량 이상의 투약을 하는 비율은 중학생이 고등학생보다 높았다.

## 2. 제언

첫째, 상당수의 중·고등학교 여학생들이 초경

후 월경 곤란을 경험하고 있으며 심각한 이상소견을 조기에 발견하고 적절히 치료하기 위해서는 가정과 학교에서의 관심과 적절한 시기의 상담 및 월경 곤란에 대한 성교육이 더욱 필요하다고 판단된다.

둘째, 월경 곤란 증상에 대한 해결은 손쉬운 진통제의 복용보다는 각각의 월경 곤란 증상에 맞는 적절한 대처 방법에 대한 보건교육이 가정과 학교에서 초경 시기에서부터 지속적으로 실시되어야 할 것이다.

셋째, 월경 곤란에 대한 다양한 대처 방법의 효과의 정도를 직접 비교, 검증해 볼 수 있는 후속 연구가 요구된다.

## 참 고 문 헌

- 고송자(1994). 약물사용의 지식 및 태도에 관한 조사연구. 서울 간호전문대학논문집.
- 김명희(1982). 부산시내 여고생들의 월경에 대한 태도와 진통제 복용에 관한 연구. 중앙의학.
- 김미영(2000). 여고생이 호소하는 월경곤란 증정도 및 대처방안. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 김명호(1987). 보건교육. 서울. 수문사.
- 김은주(1987). 인성과 월경전기증후군과의 상관관계에 대한 연구 서울대보건대학원 석사학위 논문.
- 김정은(1992). 일부 여대생의 월경전기 불편감, 월경에 대한 태도 성역할인식도관계. 모자학회지, 24.
- 김정은(1993). 여성의 월경에 대한 태도에 영향을 미치는 요인에 대한 구조구축. 간호학회지, 23.
- 김정은(1995). Triangulation 방법을 이용한 월경전, 후기 불편에 관한 연구. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김화중(1992). 학교보건교육에 필요성, 학생들의 건강관리능력을 위한 길. 서울시 교육청.
- 나숙자(1992). 이완요법이 여학생의 월경전 증후군감소에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 노요안(1997). 청소년의 월경곤란과 월경전 증후군에 대한 연구. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 민병근, 이길홍, 김현수(1979). 한국 청소년기 여학생의 초경시기 및 초경시 정서적 반응에 관한 연구. 한국의 과학.
- 민애경(1996). 월경전 증후군 여성에 대한 교육프로그램 효과. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 박봉주(1995). 월경곤란 및 월경증후군에 관한 연구. 진주간호전문대학논문집 제18권 2호.
- 박봉주(1996). 연령군별 월경곤란양상 및 대처방법에 대한 연구. 진주간호전문대학 논문집 제19권.
- 박상수, 나창수(1987). 정상 소아에 있어서 사춘기의 발달 단계와 혈청 FSH, LH, testosterone 및 estradiol치와의 관계에 대한 연구. 소아과.
- 박영주(1980). 일부 여고생들의 월경곤란증시 진통제 사용에 관한 연구. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 대한산부인과학회(1991). 부인과학.
- 서병희, 이재현(1990). 여성생리와 생리통. 서울: 도서출판 칼빈서적.
- 송애리(1990). 성격과 월경전기 증후군과의 관계에 관한 연구. 중앙의학, 55.
- 신재철, 이 찬, 오민정, 김 탁, 문 준, 조병상, 홍명호, 박영주(1996). 한국 10대 여성의 초경에 관한 연구. 대한 산부인과학회지, 39.
- 유경란(1999). 초등학교 여학생의 초경실태와 초경시 정서상태 및 월경시 적응. 경북대학교 석사학위 논문.
- 이경자(1987). 가임연령 여성의 월경전기 증

- 상. 경북대학교 석사학위 논문.
24. 이길자(1970). 월경이 근무수행에 미치는 영향에 대한 조사연구. 대한간호.
  25. 이숙희, 김금재(1989). 월경양상과 월경전기 증후군에 대한 조사연구. 전북의대 논문집 13.
  26. 이영숙(1997). 신세대들을 위한 성 건강 가이드선스. 서울 : 학문사.
  27. 이영희(1975). 월경이 학습활동에 미치는 영향에 대한 조사연구. 대한간호.
  28. 이재영, 감병조, 정철호(1986). 연령별 월경 상태와 월경주기 증상. 신경정신의학 25.
  29. 장봉립(1989). 월경전 긴장증. 인간과학, 13.
  30. 정명숙(2000). 여대생의 월경불편감과 대처방안. 경북대학교 보건대학원 석사학위 논문.
  31. 정문숙외 12인(1996). 모성간호학. 서울 : 도서출판 정담.
  32. 정연경(2001). 안산지역 여학생의 월경주기 변화 및 특성. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
  33. 장숙희외 2인(1984). 월경 곤란증에 대한 문헌고찰. 조선간호논문집 5권.
  34. 정현숙(1995). 사춘기 여성들의 월경 경험. 중앙대학교 박사학위논문.
  35. 최경화(1997). 여중, 고생의 월경 곤란 양상과 대처방안. 경북대학교 석사학위 논문.
  36. 최명옥(1992). 일부 여고생의 초경지식, 초경정서, 월경곤란에 관한 연구. 한양대학교 석사학위 논문.
  37. 최연순외 3인(1988). 일개대학 여대생의 월경주기에 따른 기초체온, 신체 증상 및 기분에 관한 탐색적 연구. 간호학 논집.
  38. 하양숙(1985). 청소년기의 발달특성. 대한간호, 29(2).
  39. 하영수(1991). 모성간호학. 서울 : 수문사.
  40. 하재청 외 3인(1992). 성의 과학. 서울 : 아카데미 서적.
  41. 허명행(1985). 월경전 긴장증의 증상 및 요인에 관한 조사 연구, 서울대학교 대학원 간호학 석사학위논문.
  42. 현태영, 고경봉(1996). 한국여자고등학생의 월경전기증상. 신경정신의학 351.
  43. 홍창희 편(2001). 소아과학. 완전개정 7판. 서울 : 대한교과서(주).
  44. 홍창희, 조형래, 박계숙(1993). 한국여성에게 있어서 초경의 조기화 현상. 소아과.
  45. Abplanalp JM(1983). *Premenstrual syndrome, A selective review ; Women Health, summer-Fall.*
  46. Abraham GE(1980). The Premenstrual syndrome, *Curr. Probl. Obstet. Gynecol.* 3.
  47. Abraham GE(1982). Nutritional factor in the etiology of the premenstrual tension syndromes. *J. Reprod. Med,* 28.
  48. Coppin A and Kessel N(1963). Menstruation and Personality. *J. Psychiatry,* 109.
  49. Gannon L, Luchetta T, Pardie L and Rhodes K(1989). premenstrual symptoms relationships with chronic stress and selected lifestyle variables. *Behavioral Medicine,* 12.
  50. Dalton K(1960). Menstruation and accident. *British J. Med,* 2.
  51. Dalton K(1964). The influence of menstruation on health and disease. *Proc. R. Soc. Med,* 57.
  52. Dalton K(1968). Menstruation and examinations. *The Lancet,* December 28.
  53. Fogel CI(1995). *Common symptoms, bleeding, pain, and discharge.*
  54. Frank RT(1931). The hormonal causes of Premenstrual tension. *Arch Neuro Psychiatry* 26.
  55. Hasia P, Lily SY and Maryann Long (1990). Premenstrual Syndrome, current concepts in diagnosis and management. *Journal of Nurse-Midwifery,* 35.

56. Jensen, M.D. & Bobak, I. & Zalar, M.D. (1991). *Maternity and Gynecologic care*. 4th ed. Mosby Co.
57. Kirkpatrick MK and Grady TR(1985). Premenstrual syndrome, A self-help check list. *Occupational Health Nursing*, 33.
58. Norris RV(1983). Progesterone for premenstrual tension. *J. Reprod. Med*, 28.
59. Michell E, Wood NF, Lentz MA(1994). Differentiation of women with three Premenstrual Syndrome Patterns. *Nursing Reserch*, 43.
60. Moos RH(1968). The Development of the menstrual distress questionnaire. *Psychosomatic Medicine*, 30.
61. Peck D(1990). *Gynecology Well-Women Care*.
62. Prior JC, Virginia Y and Sciarretta A (1987). *Conditioning exercise decreases premenstrual symptoms, a prospective controlled 6-month trial*. *Fertial. Serial*, 47.
63. Reid RL(1981). Premenstrual syndrome. *Curr. Prob. Obstet. Gynecology*, 139(85).
64. Samuel S and Issac S(1989). The Premenstrual Syndrome diagnosis and muna- gement. *Fertility and Sterilley*, 52(4) : 527-543.
65. Siegel J(1985). Premenstrual Syndrome, Psychological, and Psychological perspec- tives, *Health and Social Work*, 12.
66. Timomen S and Procope BJ(1971). Pre- menstrual Syndrome and physical exercise. *Acta Obstetrica Gynecologica Scandi- navica*, 8.
67. Tuch RH(1975). The relationship between a mother's menstrual status and her response to illness in her child. *Psycho- somatic Medicine*, 35.
68. Walsh RN(1981). The menstrual cycle, personality and academic performance. *Archives of General Psychiatry*, Feb, 38
69. Ylikorkala O and Dawood MY(1978). New concepts in dysmenorrhea. *Am. J. Obstet. Gynecol*, 130.
70. Woods NF(1982). Rocollections of Men- arche. *Current menstrual Psychom. med.*, 44(3).
71. Woods NF(1985). Employment, family roles and mental ill health in young married women. *Nursing Reserch*, 34.
72. Woods NF, Michell E, Lentz MJ(1995). Social pathways to premenstrual syptoms. *Reserch in Nursing& Health*, 18.