

# 여성건강 교육 후 여대생의 여성건강 지식과 건강행위 실천의 변화\*

이은숙\*\* · 김성효\*\*\* · 박성주\*\*\*

\*\*전남대학교 의과대학 간호학과, 전남대학교 간호과학연구소 ·

\*\*\*전남대학교 대학원 간호학과 박사과정

## 〈 목 차 〉

I. 서론  
II. 연구대상 및 방법  
III. 연구결과  
IV. 논의

V. 결론 및 제언  
참고문헌  
Abstract

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

여성건강 문제의 특징은 여성의 삶의 다양한 측면, 즉 재생산의 역할을 포함하여 생물학적, 사회적 맥락 내에서 여성의 삶과 일과 연령을 반영(Haller, 1995)하기에 대부분의 여성 건강문제는 생식과정과 출산과정에서 발생하며 여성의 생의 발달단계에 따라 그 유형이 각기 달라지는 데 있다. 성인기 초기에 있는 여대생은 가까운 미래에 결혼을 통해 출산과 육아를 담당할 예비 부모 준비 대상자일 뿐 만 아니라 성적으

로는 성숙단계에 있으므로 남녀의 성관계와 관련된 피임, 임신, 성 접촉성 질환, 유산, 성폭력 등 바람직하지 않는 건강문제에 대한 예방이 우선적으로 요구(이인숙, 1994)되고 있다. 또한 이 시기에 형성된 건강행동은 자신의 평생 건강 뿐만 아니라 가족구성원의 건강한 삶의 질 유지에 매우 중요한 영향을 미칠 수 있으므로(Leslie & Pierre, 1999), 여성건강에 대한 올바른 지식과 자신의 건강을 스스로 관리할 수 있는 능력을 갖도록 하는 것이 매우 중요하다.

그러나 우리나라 여대생의 대부분은 입시위주의 교육으로 구체적이고 체계적으로 인간의 성에 대한 교육을 받지 못해 올바른 지식, 가치

\* 본 연구는 전남대학교 간호학과 발전기금에 의한 연구임

교신저자: 박성주

광주광역시 북구 용봉동 300 전남대학교 간호학과

전화번호: 062-220-4183, E-mail: psung@health.org

관, 태도가 확립되지 못한 채 대학에 진학하고 있으며(양성숙, 1992), 대학의 교육과정마저도 여성의 건강과 관련된 전공학문(예, 의학, 간호학 등)을 수학하지 않는 경우 이에 대한 올바른 교육을 받을 수 있는 기회가 매우 부족한 실정에 있다. 이에 따라 다수의 여대생들은 잡지, 친구, 포르노 관련 사이트를 통한 비밀스런 개인 학습에 의존하게 됨으로써 여성의 성과 건강에 관한 불완전한 지식체계를 갖게 될 뿐 만 아니라, 불건전한 성 관계로 인한 성 접촉성질환이나 원치 않은 임신이 발생할 경우 현실적인 건강관리 능력이 매우 부족하여 신체적, 심리적, 정서적, 경제적으로 심각한 손상을 받게 된다(한경순, 함미영, 2000; Smith 등, 2000).

이외에도 많은 여대생들이 자신의 체중에 대해 불만족스러워 하고 있고 마른 체형을 선호함으로써 과도하게 체중을 감소하고 싶어하며 이를 위해 끼니를 거르거나, 약물을 투여하거나, 흡연을 하는 경향이 있는(정승교, 2001) 반면 운동참여율은 아주 저조하다(sullum 등, 2000). 또한 불확실한 미래, 치열한 경쟁, 취업의 어려움으로 인한 스트레스를 겪고 있으며, 이를 흡연, 음주 등으로 해결하고 있는 (Martinelli, 1999) 등 현대사회의 주요 건강위해 요인인 흡연, 음주, 운동부족, 불균형한 영양, 스트레스의 부적절한 관리 등 바람직하지 못한 건강행동을 보이고 있다.

따라서 여성건강 관리를 위한 정규교과목을 대학에서 운영함으로써 여대생에게 여성으로서 인간이 가져야하는 생명의 존엄성과 성 정체성을 확보해 줄 뿐 만 아니라 스스로 자신의 건강한 삶을 관리할 수 있는 능력을 길러 일상동안 건강한 여성으로서 살아가도록 도와주는 것이 필요하다.

다행스럽게도 일부 대학에서 건강과 관련된 심리학, 사회학, 여성학 등을 운영하고 있지만 성교육 및 건강증진을 위한 교육과정의 운영은 그리 많지 않은 실정이다. 또한 대학생의 건강증진을 위한 간호중재 효과에 대한 연구가 활발히 수행되어 왔으나 주로 성교육(장순복 등, 1997), 흡연과 음주(김옥수, 1999), 운동(정은숙, 1998), 스트레스 관리(박후남, 김명자, 2000)에 관한 개별적인 중재 효과에 대한 연구이다. 또한 통합적인 건강 교육프로그램이 일부 시도되고 있으나(송미령, 박경애, 2001; 허혜경, 김기연, 박소미, 신윤희, 2003) 아직도 많은 대학에서 성교육과 여대생의 건강증진을 위한 통합적인 교육이 정규교육과정으로 운영되지 않고 있으며, 그 교육의 효과에 대한 연구 또한 미흡한 실정이다.

이에 본 연구자는 여대생의 건강관리와 건강증진을 도모하기 위한 교양과목 운영의 활성화를 위한 기초자료를 제공하고자 '여성과 건강' 교양과목을 이수한 학생의 여성건강지식과 건강행위 실천의 변화를 파악하였다.

## 2. 연구의 목적

본 연구는 여대생의 건강관리와 건강증진 도모를 위한 여성건강교육의 효과를 파악하고자 교육 전과 후 여성건강에 관한 지식과 건강행위 실천의 변화를 조사하였으며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 여성건강 교육 전과 후 여대생의 여성건강 지식 정도를 비교한다.
- 2) 여성건강 교육 전과 후 여대생의 건강행위 실천 정도를 비교한다.

### 3. 용어 정의

#### 1) 여성건강 교육

여성건강 교육이란 여성의 건강을 최적의 상태로 유지하고 증진시키기 위해 여대생의 삶의 주기에 우선적으로 요구도가 높은 건강 주제에 관한 지식을 제공하고, 자기 스스로 건강을 관리할 수 있는 건강관리 능력을 함양하도록 매주 3시간씩 14주 동안의 '여성과 건강' 교양과목 운영을 말한다. 교육 내용은 미국 Boston 대학의 Woman's Health(1984) 교과목 내용의 19개 주

제와 1 - 4학년 여학생 214명을 대상으로 교육내용 주제 선정에 대한 사전조사 결과를 검토한 후 여대생에게 필요한 생식기의 구조 및 기능, 임신 관리, 분만관리, 산후관리, 피임, 인공임신 중절, 성 접촉성 질환관리, 여성생식기 암 조기검진 및 자가검진, 흡연과 음주, 스트레스관리, 영양, 운동, 다이어트 의 14개 주제에 대한 교육 제공을 말한다. 교육은 대부분 개괄적인 이론을 강의한 후 관련 슬라이드와 비디오 시청을 하였고, 매주 한 시간은 강의 주제에 따른 자가관리 수행 전략을 중점적으로 다루었다(표 1).

<표 1> 여성건강교육 내용

| 기간 | 주요 단원        | 세부 교육주제   |
|----|--------------|---|
| 1주 | 흡연, 음주와 건강   | 흡연과 음주가 여성건강에 미치는 영향<br>물질 남용 예방  |
| 2주 | 스트레스 관리      | 스트레스가 여성건강에 미치는 영향<br>스트레스 관리방법   |
| 3주 | 영양 섭취와 건강    | 올바른 영양섭취<br>건강을 저해하는 식품 선택하기<br>건강에 유익한 식품 선택하기                         |
| 4주 | 운동과 건강       | 올바른 운동법<br>일상생활에서의 운동실천법)   |
| 5주 | 다이어트와 건강     | 체중조절과 건강, 올바른 다이어트법   |
| 6주 | 생식기계 구조 및 기능 | 여성과 남성 생식기의 구조<br>배란과 월경의 발생기전<br>남성 생식기의 생리(발기, 사정, 정액)<br>남녀 성 반응의 차이 |
| 7주 | 생식기 감염 질환관리  | 각종 감염 의심 증상 및 건강관리<br>방광염 의심 증상 및 건강관리                                  |
| 8주 | 성 접촉성 질환 예방  | 임질, 매독균의 전파경로/ 증상/ 예방법<br>AIDS의 전파경로/ 증상/ 예방법<br>이상 증상 시 대처법            |

(계 속)

| 기간  | 주요 단위         | 세부 교육주제   |
|-----|---------------|---|
| 9주  | 암 조기검진 및 자가검진 | 자궁근종 증상 및 건강관리<br>자궁암 초기 증상 및 자궁암 검진<br>유방암 초기 증상 및 자가검진법                                     |
| 10주 | 임신관리          | 임신 생리<br>임신 시 나타나는 신체의 변화<br>임신을 확인하는 방법<br>임신이 의심될 때 대처방법<br>임신 시 유의해야 할 건강관리법               |
| 11주 | 피임관리          | 배란시기 질 분비물의 특성<br>피임 방법의 종류<br>먹는 피임약 사용 시 주의할 점<br>콘돔 사용법                                    |
| 12주 | 인공임신중절 예방     | 인공임신중절 방법<br>인공임신중절로 인한 합병증<br>인공임신중절 이후 유의사항<br>인공임신중절과 차후 임신시기                              |
| 13주 | 분만관리          | 출산 일이 다가옴을 알려주는 징후<br>출산 시 진통의 특성<br>출산과정 소요시간 및 적용하는 요령<br>진통을 경감시켜주는 분만 방법<br>제왕절개술이 필요한 상황 |
| 14주 | 산후관리          | 산후 신체변화<br>산후 건강관리 : 회음부 관리<br>모유수유를 위한 유방간호<br>성생활 개시와 피임                                    |

## 2) 여성건강 지식

여성건강 지식은 여대생이 자신의 건강관리와 건강 증진에 우선적으로 요구되는 성과 일반적 건강관리에 관한 지식으로, 본 연구에서는 14개의 건강 교육 주제 중 생식기의 구조 및 기능, 임신, 분만, 산후관리, 피임, 인공임신중절, 성 접촉성질환 관리, 여성생식기암 조기검진 및 자가검진 등에 관한 지식을 파악하기 위해 본 연구

자가 Boston 대학의 Women's Health(1984) 교과목 내용을 참조하여 개발한 도구로 측정된 점수를 말한다.

## 3) 건강행위 실천

건강행위 실천이란 건강한 생활양식을 증진시키기 위한 개인의 건강관리 활동으로서, 본 연구에서는 14개의 건강 교육 주제 중 여대생의

생의 발달주기 특성을 고려한 건강관련 주제와 Walker 등(1986)의 HPLP(Health Promotion Life Profile)을 근거로 흡연과 음주, 성 접촉성 질환관리, 스트레스관리, 영양, 운동, 다이어트, 여성생식기 암 조기검진 및 자가검진 주제에 대해 본 연구자가 개발한 도구로 측정된 점수를 말한다.

## II. 연구대상 및 방법

### 1. 연구설계

본 연구의 설계는 여성건강 교육 후 여대생의 여성건강에 관한 지식과 건강행위 실천의 변화를 조사하기 위한 단일집단 사전·사후 설계이다.

### 2. 연구대상자

광주광역시 소재 C대학교에 재학중인 여대생 중 2001년과 2002년 1학기에 운영하였던 '여성과 건강' 교과목을 수강한 학생 210명 중 2회 이하 결석한 자 가운데 사전 사후 조사에 자발적으로 참여한 134명을 대상으로 하였다.

### 3. 연구도구

#### 1) 여성건강지식 도구

본 도구는 '여성과 건강'에서 운영 할 14개 주제에 관해 Boston 대학의 교양과목인 Woman's Health(1984) 교과서의 내용을 참고한 결과 일반적인 건강관리에 대한 지식이 대부분을 차지하고 있는 흡연과 음주, 스트레스관리, 영양, 운동, 다이어트에 대한 주제를 제외하였다. 본 연

구팀은 생식기의 구조 및 기능(5문항), 임신관리(5문항), 분만관리(5문항), 산후관리(5문항), 피임관리(5문항), 인공임신중절 예방(5문항), 성 접촉성 질환 예방(5문항), 생식기 감염질환관리(4문항), 여성생식기암관리(5문항)의 9개 주제에 대한 총 44문항의 도구를 개발하였다. 측정방법은 "전혀 모른다"고 응답한 경우 1점에서 "매우 잘 알고 있다"고 응답한 경우 5점까지의 Likert 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 여성건강 지식 정도가 높음을 의미한다. 본 도구의 Chronbach's  $\alpha$  계수는 .96이었다.

#### 2) 건강행위 실천 도구

본 도구는 '여성과 건강'에서 운영 할 14개 주제 중 여대생의 생의 발달주기 특성을 고려한 결과 임신관리, 분만관리, 산후관리, 피임, 인공임신중절을 제외한 나머지 주제에 대해 Walker 등(1986)의 HPLP를 근거로 여대생들이 실제 생활에서 자신의 건강 관리와 건강 증진을 위해 실천 가능한 건강 행위를 중심으로 본 연구팀이 개발하였다. 본 도구는 흡연과 음주(2문항), 성 접촉성 질환관리(2문항), 스트레스관리(2문항), 영양(3문항), 운동(2문항), 다이어트(2문항), 여성생식기 암 조기검진 및 자가검진(2문항)의 자가간호 실천행위에 관한 총 15문항으로 구성되었다. 측정방법은 최적의 건강 상태를 유지하기 위해 항상 실천하고 있는 가에 대한 문항에 "전혀 않는다"고 응답한 경우 1점에서 "매우 잘한다"고 응답한 경우 5점까지의 Likert 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 건강행위 실천을 잘하고 있음을 의미한다. 본 연구에서 Chronbach's  $\alpha$  계수는 .83 이었다.

#### 4. 자료수집방법

본 연구의 자료수집 기간은 2001년 3월부터 2002년 6월까지이었다. 광주광역시 소재 C대학교에서 1학기마다 운영되는 '여성과 건강'과목을 수강한 학생 중 2회 이하 결석한 자료 사전 사후 조사에 모두 참여한 134명을 대상으로 하였다. 연구자가 연구의 목적을 설명하고, 대상자의 동의를 얻어 교육을 시작하기 전 설문지를 이용하여 조사하였고 14주 동안의 여성 건강 교육을 제공 한 후 동일한 설문지를 이용하여 재 조사하였다.

#### 5. 자료분석방법

본 연구의 자료분석 방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 여성건강 지식과 건강행위 실천의 정도는 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 2) 여성건강 교육 전과 후 여대생의 여성건강 지식과 건강행위 실천의 변화는 paired t-test로 분석하였다.

#### 6. 연구의 제한점

본 연구는 일 대학교 여대생을 대상으로 하였으며, 연구설계에서 대조군을 두지 못한 단일집단 사전, 사후조사이기에 본 연구결과를 일반화 하는데 무리가 있을 것으로 사료된다.

### Ⅲ. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 연령분포는 최소 19세부터 최대 27세로서 평균연령은 21.3세이었고, 학년은 1학년이 43명(32.1%), 2학년이 71명(53.0%), 3학년이 20명(14.9%)이었다.

대상자가 대학에 들어와서 성과 건강에 관한 지식을 습득하는 경로는 TV, 라디오, 인터넷이 68.7%로 가장 많았으며, 그 다음으로 여성잡지가 37.3%이었다(표 2).

<표 2> 대상자의 일반적 특성

| 변 수                 | 구 분          | n (%)      |
|---------------------|--------------|------------|
| 연령                  | 19           | 2 ( 1.5)   |
|                     | 20-22        | 112 (83.6) |
|                     | 23-27        | 20 (14.9)  |
| 학년                  | 1            | 43 (32.1)  |
|                     | 2            | 71 (53.0)  |
|                     | 3            | 20 (14.9)  |
| 성과 건강에 관한<br>지식습득경로 | TV, 라디오, 인터넷 | 92 (68.7)  |
|                     | 여성잡지         | 50 (37.3)  |
|                     | 선생님          | 32 (23.9)  |
|                     | 전문서적         | 26 (19.4)  |
|                     | 선배, 친구       | 17 (12.7)  |
|                     | 전문가          | 13 ( 9.7)  |

## 2. 대상자의 여성건강 지식 변화

대상자의 여성건강 관련 지식 점수는 본 과목을 이수하기 이전에는 5점 만점 중 평균 1.92점이었다, 이수한 후에는 평균 3.48점으로 교육을 받은 후 여대생의 여성건강 지식 점수는 통계적으로 유의하게 증가하였다( $t=26.945, p=.001$ ).

여성건강에 관한 주제별 지식수준을 보면, 교육 전에는 생식기의 구조 및 기능(2.97점)의 지식점수가 가장 높았고, 임신관리(2.85점), 피임관리(2.11점), 분만관리(1.96점) 순이었으며, 교육 후에는 임신관리(3.85점)의 지식점수가 가장 높았으며, 피임관리(3.82점), 분만관리(3.77점), 생식기의 구조 및 기능(3.76점) 순이었다. 각 주제에 대한 지식 점수의 변화를 보면, 모든 주제에 대해서 교육 전에 비해 각각 유의하게 증가하였으며, 특히 높은 증가를 보인 주제는 분만관리( $t=24.683, p=.001$ ), 피임관리( $t=23.248, p=.001$ ), 여성생식기암 관리( $t=22.065, p=.001$ )이었다(표 3).

## 3. 대상자의 건강행위 실천 변화

대상자의 교육 전 건강행위 실천 점수는 5점 만점 중 평균 2.84점이었으나 교육을 받은 후의 건강행위 실천 점수는 평균 3.14점으로 교육 후 건강행위 실천 점수는 교육 전에 비해 통계적으로 유의하게 증가하였다( $t=6.464, p=.001$ ).

주제별 건강행위 실천 점수를 보면, 교육 전에는 흡연과 음주(4.15점), 성 접촉성 질환관리(3.20점), 스트레스 관리(2.98점) 순인 반면 교육 후에는 운동(4.30점), 흡연과 음주(4.29점), 성 접촉성 질환관리(3.36점) 순이었다. 각 주제별 건강 행위 실천 변화를 보면, 운동( $t=12.82, p=.001$ )이 가장 많이 증가하였으며, 이외에도 스트레스 관리( $p=2.009, p=.047$ ), 영양( $t=3.291, p=.001$ ), 다이어트( $t=4.197, p=.001$ ), 암 조기검진 및 자가검진 관리( $t=6.267, p=.001$ )에서 교육 후 건강행위 실천 점수가 교육 전에 비해 통계적으로 유의하게 증가하였다. 반면, 흡연과 음주( $t=1.560, p=.121$ ), 성 접촉성 질환관리( $t=1.928,$

<표 3> 대상자의 교육 전과 교육 후 여성건강 지식 변화

| 변 수          | 교육 전     | 교육 후     | paired<br>t | p    |
|--------------|----------|----------|-------------|------|
|              | M ± SD   | M ± SD   |             |      |
| 생식기계 구조 및 기능 | 2.97±.74 | 3.76±.66 | 12.618      | .001 |
| 임신관리         | 2.85±.70 | 3.85±.67 | 13.110      | .001 |
| 피임관리         | 2.11±.73 | 3.82±.72 | 23.248      | .001 |
| 분만관리         | 1.96±.70 | 3.77±.88 | 24.683      | .001 |
| 성접촉성 질환 예방   | 1.94±.73 | 3.38±.78 | 18.359      | .001 |
| 산후관리         | 1.67±.61 | 3.44±.86 | 20.763      | .001 |
| 인공임신중절 예방    | 1.65±.67 | 3.35±.81 | 20.793      | .001 |
| 여성생식기암 관리    | 1.38±.44 | 3.26±.86 | 22.065      | .001 |
| 생식기감염질환 관리   | 1.32±.53 | 2.93±.89 | 18.704      | .001 |
| 총 점수         | 1.92±.46 | 3.48±.61 | 26.945      | .001 |

<표 4> 대상자의 교육 전과 교육 후 건강행위 실천 변화

| 변 수           | 교육 전      | 교육 후     | paired<br>t | p    |
|---------------|-----------|----------|-------------|------|
|               | M±SD      | M±SD     |             |      |
| 흡연과 음주        | 4.16±1.01 | 4.29±.97 | 1.560       | .121 |
| 성접촉성질환 관리     | 3.20±.85  | 3.36±.92 | 1.928       | .056 |
| 스트레스 관리       | 2.98±1.1  | 3.20±1.0 | 2.009       | .047 |
| 영양            | 2.90±.69  | 3.13±.81 | 3.291       | .001 |
| 운동            | 2.89±.86  | 4.30±.94 | 12.820      | .001 |
| 다이어트          | 2.57±1.0  | 2.98±1.0 | 4.197       | .001 |
| 암 조기검진 및 자가검진 | 1.85±.68  | 2.33±.77 | 6.267       | .001 |
| 총 점수          | 2.84±.49  | 3.14±.53 | 6.464       | .001 |

p=.056)영역에서는 유의한 차이를 보이지 않았다(표 4).

#### IV. 고 찰

본 연구는 가치관이 개방적이고 적극적인 시대에 직면해 있는 여대생에게 스스로 건강문제를 예방하고, 관리할 수 있는 능력을 길러주기 위해 성교육과 함께 여대생들의 건강증진을 위해 중요한 흡연과 음주, 운동, 영양, 스트레스관리, 다이어트에 대한 내용을 통합한 여성건강 과목을 정규 교양과목으로 운영한 후 여성건강 지식과 건강행위 실천의 변화를 파악하고, 이를 통해 여성건강 교양과목 운영 활성화를 위한 기초자료를 제공하기 위해 시도되었다.

본 연구결과 여성건강 교육을 받기 전 대상자들은 여성건강에 관련된 지식을 주로 TV, 라디오, 인터넷, 잡지 등 mass media를 통하여 얻고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생들이 주로 책이나 잡지, 친구로부터 성과 관련된 지식을 얻고 있다는 보고(한경순, 함미영, 2000;

김주현, 1993)와 일치한다. 기존의 선행 연구와 본 연구를 종합해 볼 때 대다수의 여대생들은 성과 건강에 관한 지식을 주로 불완전한 지식체에 의존하고 있는 것으로 나타났다.

여성건강 관련 지식점수는 교육 전에는 5점 만점 중 1.92점으로 낮은 지식수준을 보였다. 이는 남녀 대학생을 대상으로 25점 만점에 12.0점이었음을 보고한 남명희(1999)나 100점 만점에 71.9점을 보고한 이영휘 등(1997)의 성적보다는 낮았다. 이러한 차이는 본 연구 대상자의 경우 9개 주제에 대한 것으로 측정 도구의 주제가 다르고 그 영역이 광범위한 결과 나타난 것으로 사료되며 성 생리와 성병에 관한 지식은 남학생이, 생식 생리에 관한 지식은 여학생이 더 높았다는 보고(이영휘 등, 1997)를 고려할 때 본 연구의 대상자들이 모두 여대생인 성별의 차이가 전체적인 지식 점수에 영향을 미친 것으로 사료된다.

‘여성과 건강’ 교육을 받은 후 여성건강 지식의 변화를 보면, 교육 전보다 교육 후에 여성건강지식 점수가 높게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 나타내었다(t=26.945, p=.001). 이는 여



대생이 정규적인 교육을 받지 않고도 흔히 알고 있다고 응답한 생식기계 구조 및 기능에 대해서는 지식이 구체화되고 잘못된 지식을 수정할 수 있었으며, 피임, 여성생식기암, 성 접촉성 질환 등의 주제에 있어서는 새로운 정보를 획득할 수 있는 기회를 제공해 줌으로써 '여성과 건강' 교과목 운영이 미래의 예비 부모 준비는 물론 여성의 삶의 주기에서 경험하게 될 건강문제에 대한 예방과 능동적인 대처 능력 증강에 긴요한 지식을 향상시킨 것으로 나타났다. 이는 성 관련 건강교육을 받은 대학생의 경우 위험 유발성 행동을 덜하였다는 보고(장순복 등, 1997; Turner et al., 1994; Shipley, 1974)를 감안해 볼 때 여성의 건강에 대한 지식 수준 향상은 여성 자신의 건강관리와 증진을 위해 매우 의미있다 하겠다.

또한 여성건강 관련 주제별 지식수준의 변화 정도를 보면, 교육에 참여하기 이전에는 생식기의 구조 및 기능을 제외한 주제에서 대부분이 낮은 지식점수를 보였다. 이러한 결과는 이는 대학생들이 생식기의 구조와 기능에 대한 지식이 높은 반면, 생식기 질환이나 피임에 대한 점수가 낮게 나타난 연구결과들(이영희 등, 1997; 남명희, 1999; 이해숙, 2002)과 일치한다. 이는 대부분의 대학생들이 중·고등학교 교육과정에서 생식기의 구조 및 기능 이외에는 교육을 받을 수 있는 기회가 거의 없었기 때문인 것으로 사료된다. 특히 피임, 인공임신중절관리, 성 접촉성 질환관리 등에 관한 지식은 인터넷이나 잡지 등 불완전한 지식체계에 의존하고 있기 때문에 사료된다. 따라서 여대생들에게 성과 관련된 건강문제를 예방하고 관리할 수 있는 능력을 길러주는 구체적인 지식 제공을 위한 여성건강 교양과목 운영이 매우 필요하며 일반 여대생이

학습할 수 있는 기회를 확대하는 것이 필요할 것으로 사료된다.

대상자의 교육 전 건강행위 실천 점수는 5점 만점 중 평균 2.84점으로 다소 낮은 점수를 보였다. 이러한 결과는 대학생을 대상으로 한 연구에서 건강행위의 실천이 낮다고 보고한 이미라(1997)의 2.30점(4점 만점), 송미령, 박경애(2001)의 2.38점(4점 만점), 김주현 등(2001) 2.82점(5점 만점)과 비슷한 수준이었다. 반면, 성인 여성을 대상으로 한 박정숙(2002)의 2.86점(4점 만점)이나 노인을 대상으로 한 김희자 등(2000)의 3.01점(5점 만점)보다 낮았다. 이는 대학생들은 삶의 주기 안에서 최적의 건강상태에 있는 시기에 있어 자신의 건강상태를 과신할 뿐 만 아니라 심각한 건강문제를 덜 경험하는 발달과정상의 특성 때문에 상대적으로 성인이나 노년층보다 건강증진을 위한 행위에 더 소홀한 것으로 사료된다.

여성건강 교육을 받은 후 건강행위 실천의 변화를 보면, 교육 후에 건강행위 실천 점수가 교육 전보다 유의하게 증가하였다( $t=6.464$ ,  $p=.001$ ). 이는 여대생의 건강증진을 위한 교과목을 이수한 여대생들이 교육 전에 비하여 건강증진 행위를 잘 실천했다는 보고(신혜숙, 김영희, 1998)와 일치하며 미래의 예비부모로서 다음 세대의 건강과 가족 구성원의 건강관리자로 주도적 역할을 맡게 될 대상자의 건강관리 능력을 함양시키기 위해서는 교과목의 내용 선정은 물론 학습 방법 전략은 매우 중요하다 하겠다.

주제별 건강행위 실천의 변화를 보면, 교육 전에는 흡연과 음주를 제외한 스트레스관리, 영양, 운동, 다이어트, 조기검진 및 자가검진 관리에서 낮은 실천을 보였다. 교육 후에는 운동, 스트레스관리, 영양, 다이어트, 조기검진 및 자가

검진 관리 주제에서는 유의하게 증가하였으나 흡연과 음주는 유의한 변화가 나타나지 않았다. 이는 대다수의 대상자가 교육받기 전부터 흡연과 음주를 하지 않아 건강행위 실천의 변화가 거의 없는 것으로 나타난 것이며 대학생들의 경우 운동(이미라, 1997; 이인숙, 1994; Walker et al., 1988; Sullum et. al., 2000)은 물론 스트레스 관리, 영양관리에 건강행위 실천 정도가 낮았다는 박후남, 김명자(2000)의 보고와 일치한다.

이상의 연구 결과를 통해 여성건강 교양 과목 운영이 여성이 일생동안 자신의 건강관리와 건강 증진을 할 수 있는 능력 함양에 필수적인 지식과 태도를 길러 주기 위해 매우 필요한 교양 과목으로서 운영의 활성화 및 확대가 필요함을 보여주었다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 여대생이 '여성과 건강'의 교양과목을 이수한 후 여성건강에 관한 지식과 건강행위 실천 변화를 파악하고자 G광역시 C대학교에서 2002년과 2003년 전 학기에 14주 동안 매주 3시간씩 강의를 운영하였다. 본 교과목을 신청한 학생 210명 중 연구 참여에 동의한 134명의 학생에게 교육을 시작하기 전과 이수한 마지막 시간에 동일 설문지를 배부하여 조사하였으며, 그 결과는 다음과 같다.

1. 대상자가 '여성과 건강' 교양과목을 이수하기 전에 성과 건강에 관한 지식을 얻는 곳은 주로 TV, 라디오, 인터넷 등 대중매체와 여성 잡지이었다.

2. 대상자의 여성건강에 관한 평균 지식 점수는 1.92점(5점 만점)으로 낮은 수준이었으며 9개 주제 중에서 생식기의 구조 및 기능(2.97점)이 가장 높은 점수를 보였다. 반면 본 교과목을 이수한 후 대상자의 지식 점수 평균은 평균 3.48점으로 증가하였으며, 각 주제에 대한 지식 점수 모두 통계적으로 유의하게 ( $t=26.945$ ,  $p=.001$ ) 증가하였다.

3. 대상자의 건강행위 실천 평균 점수는 2.84점(5점 만점)이었으나, 본 교과목을 이수한 후에는 3.14점으로 통계적으로 유의하게 ( $t=6.464$ ,  $p=.001$ ) 증가하였다. 7개 주제 중에서 흡연과 음주를 제외한 스트레스관리( $t=2.009$ ,  $p=.041$ ), 영양( $t=3.291$ ,  $p=.001$ ), 운동( $t=12.820$ ,  $p=.001$ ), 다이어트( $t=4.197$ ,  $p=.001$ ), 암 조기검진 및 자가검진( $t=6.267$ ,  $p=.001$ )에서 통계적으로 각각 유의하게 증가하였으며, 특히 운동은 교육 전 2.89점에서 교육 후 4.30점으로 높은 증가를 보였다.

본 연구를 통해 일반 여대생에게 여성건강 관련 교양과목을 정규적으로 운영함으로써 여성건강에 대한 지식과 건강행위 실천이 증가할 수 있음을 알 수 있었다. 따라서 여성이 일생동안 자신의 건강관리와 건강 증진을 할 수 있는 능력 함양에 필수적인 지식과 태도를 길러 주기 위한 여성건강 교육 개설이 대학 정규 교육 과정에서 확대시킬 필요성을 보여주었다.<접수일자: 2003년 8월21일, 게재확정일자: 2004년 2월 14일>

## 참고문헌

- 김옥수. 일부 대학생들의 외로움이 음주, 흡연, 건강지각에 미치는 영향. 대한간호학회지 1999;29(1):107-116.
- 김주현. 일부 대학생들의 성에 대한 인식, 태도 및 성 경험에 관한 조사연구. 경희대학교 대학원 석사학위논문, 1993.
- 김희자, 김주현, 박연환. 일 지역 농촌 노인들의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인. 성인간호학회지 2000;12(4):573-583.
- 남명희. 일부 대학생들의 성에 대한 지식, 태도 및 성 경험에 관한 조사연구. 지역사회간호학회지 1999;10(1):239-251.
- 박정숙. 건강증진 프로그램이 중년기 여성의 건강증진행위와 심혈관계 위험요인에 미치는 영향. 성인간호학회지 2002;14(2):233-243.
- 박후남, 김명자. 여대생의 건강증진 생활양식과 스트레스 및 우울. 한국보건간호학회지 2000;14(2):318-331.
- 송미령, 박경애. 대학생의 건강증진을 위한 일 보건의교육의 효과. 한국간호교육학회지 2001;7(2):298-307.
- 신혜숙, 김영희. 여성건강교육이 여대생의 건강증진행위와 자아존중감에 미치는 효과. 대한간호 1998;37(4):72-84.
- 양성숙. 청소년 성교육 실태 및 개선방안에 관한 조사연구. 인하대학교 교육대학원 석사학위논문, 1992.
- 이미라. 대학생의 건강증진 생활양식 결정요인에 관한 연구. 대한간호학회지 1997;27(1):156-168.
- 이영희, 박미라, 송미숙, 유진희, 최순남, 한유미, 황윤정. 대학생의 성지식과 성교육 요구에 관한 연구-인천시 일개 대학을 중심으로-. 대한간호학회지 1997;27(1):26-35.
- 이인숙 (1994). 일부 대학생들의 성에 대한 지식, 태도, 경험 및 성교육에 관한 조사연구. 연세대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 이혜숙. 일부 여대생의 성 실태 및 성교육 요구에 관한 조사연구. 한국간호교육학회지 2002;8(1):131-144.
- 장순복, 최연순, 강희선, 박소미. 대학생의 성교육 효과측정을 위한 기초연구. 대한간호 1997;36(2):49-63.
- 정승교. 일부 여대생의 체중조절 실태 및 신체상. 보건교육·건강증진학회지 2001;18(3):163-175.
- 정은숙. 에어로빅운동이 비만여대생의 혈청지질 및 항산화계에 미치는 영향. 대한간호학회지 1998;28(4):832-845.
- 한경순, 함미영. 일개 대학 대학생들의 성 지식, 태도 및 경험에 관한 조사 연구. 한국간호교육학회지 2000;6(1):115-131.
- 허혜경, 김기연, 박소미, 신윤희. 건강증진 프로그램이 여대생의 성, 음주, 흡연에 대한 지식, 태도, 효능감에 미치는 영향. 보건교육·건강증진학회지 2003;20(2):19-33
- Haller KB. Womens health : Nurses pave way. JOGNN 1995;24(3):205.
- Leslie M, Pierre RW. Osteoporosis: implications for risk reduction in the college setting. J. Am. Coll. Health 1999;48(2):67-71.
- Martinelli A. M. An explanatory medel of variables influencing health promotion behaviors in smoking and non smoking college students. Public Health Nursing 1999;16(4):263-269.
- Pender NJ. Health promotion in nursing practice (3rd edit). Conneticut: Appleton-Century-Crofts, 1996.
- Shipley R. Changes in contraceptive knowledge, attitudes and behavior in a college current health problems class. PhD dissertation, Temple University, 1974.
- Smith M, Gertz E, Alvarrez S, Lurie P. The content and assessibility of sex education information on the internet. Health Education & Behavior 2000; 684-694.
- Sullum, J., Clark, M. M., & King, T. K. Predictors of exercise relapse in a college population. J. Am. Coll. Health 2000;48(4):

175-180.

The Boston Women's Health Book Collective.  
The New Our Bodies, Ourselves. Simon &  
Schuster, Inc. New York, 1984.

Turner JC, Carrison CZ, Korpita E, Waller J,  
Addy C, Hill WR, Mohn LA. Promoting  
responsible sexual behavior through a  
college freshman seminar. *AIDS Education  
& Prevention* 1994;6(3):266-277.

Walker SN, Volkan K, Sechrist KP, Pender NJ.  
Health-promoting life styles of older  
adults: comparisons with young and  
middle-aged adults, correlates and  
patterns. *ANS* 1988;11(1):79-90.

Sullum J, Clark M, King T. Predictors of  
exercise relapse in a college population. *J.  
Am. Coll. Health* 2000;48(4):175-180.

<ABSTRACT>

## The Change of Health Behavior and Knowledge related to Women's Health after Women's Health Education on Korean College Women

Eun-Sook Lee\* · Sung-Hyo Kim\*\* · Sung-Ju Park\*\*

\* *Department of Nursing, Chonnam National University Medical School · Chonnam Research Institute of Nursing Science*

\*\* *Department of Nursing, Graduate School of Chonnam National University*

The purpose of this study was to discover the effects on women's health education for college women on their health promotion behaviors and the health related knowledge. The content of women's health education consisted of sex education, smoking, alcohol, exercise, nutrition, diet and stress management. "A Women and Health" course was provided as an optional full term subject in the years of 2002 and 2003 at C University in G City. Out of 210 students who had chosen this course, 134 had agreed to participate in the research and had answered the same questionnaire which was given before the education and 14 weeks after the course at the last class.

The findings are as follows :

1. It was found that the subjects have obtained knowledge mainly from television, radio, the Internet, women's magazines in order before the education.
2. Knowledge related to women's health originally scored low(average 1.92 out of 5). However, having completed a course on women and their health, they showed a significant increase of knowledge statistically( $t=26.945$ ,  $p=.001$ ) with average score of 3.48.
3. Health promotion behaviors who had completed the course has statistically significantly increased ( $t=6.464$ ,  $p=.001$ ) compared to before the education.

The results of this study are that by providing a women's health related course for college women on a regular basis, they could broaden their health related knowledge and become more active in practicing health promotion behaviors. This shows us the need to broaden the curriculum on women's health at the college level so that women have good knowledge and practice the knowledge for the sake of their health throughout their life.

**Key words** : Health Behavior, Women's Health Knowledge, Women's Health Education