대한한의학회지 제25권 제2호(2004년 6월)
J Korean Oriental Med 2004;25(2):77-86

원 저

식욕, 식사습관에 관한 체질별 상관성 연구

백태호, 박성식

동국대학교 한의과대학 사상체질의학교실

A Correlation Research of Appetite and Dining Habits According to Sasang Constitution

Tae-Ho Baek, Seong-Sik Park

Dept. of Sasang Constitutionnal Medicine, College of Oriental Medicine, DongGuk Univ

Objectives : To study the features of appetite and dining habit according to Sasang constitution. The results of this study will be helpful to diagnose a Sasang constitution.

Methods : There were 588 patients (248 men, 340 women) who answered questionnaire and were diagnosed by the Sasang Constitution Specialist at the Constitutional Clinic of Dongguk Bundang Oriental Hospital. Using the responses to the questionnaire and several statistical techniques such as homogeneity test and multiple comparison, we tried to find the characteristics of each constitution depending on its dining behavior.

Results & Conclusions : As a result of the analysis of the questionnaire, Taeumin and Soyangin have a heavy appetite ($p<0.01$), but the appetite of Soyangin and Soeumin tends to be irregular ($p<0.01$). Especially, the appetite of Soeumin tends to change according to his feelings ($p<0.01$). Taeumin and Soyangin eat more and faster in comparison with Soeumin ($p<0.01$).

Key Words: Sasang constitution, appetite, dining habits, questionnaire, homogeneity test, multiple comparison

緖 論

汗, 大便, 小便, 睡眠 및 消化狀態 등을 근거로 체질별 특징을 관찰할 수 있는 素證[1]은, 실제 임상에서 체질의 진단 뿐 아니라 病變을 이해할 수 있는 중요한 지표로 활용되고 있다.

특히 四象醫學에서는 각 體質에 적합한 飮食을 분류하여 적절한 體質食餌를 함으로써 평소에 건강을 유지하고 질병을 치료하는 한 방편으로 인식되어 있는 바, 素證을 나타내는 症狀 가운데 消化나 飮食에 대한 중요성은 특히 강조되고 있다.

사상의학에서 消化나 飮食에 대한 연구로는, 各 體質에 적합한 飮食에 대한 연구[2-4], 體質食餌가 營養狀態에 미치는 影響에 대한 연구[5-8]가 있으며, 또한 최근에 와서는 김[9] 등이 평상시 각 식품들의 섭취 실태와 체질과의 상관성에 대해 분석하였다.

그러나 이러한 硏究는 주로 各 體質別로 적합한 飮食에 대한 相關性의 범위에서 硏究되고 있을 뿐,

· 접수 : 2004년 2월 26일 · 논문심사 : 2004년 3월 4일
· 채택 : 2004년 3월 17일

· 교신저자 : 백태호. 인천시 서구 불로동 319-1번지 불로한의원
(Tel: 032-563-0095, E-mail: handoctor@empal.com, doolarge@hanmail.net)

消化狀態나 食慾 등 전체적 食事習慣과 관련된 硏究가 미비하였다. 특히 각 個個人의 生活의 樣態가 매우 分化되어 가는 현대사회에서, 평소 食慾이나 食事習慣을 어떻게 지녔느냐는 體質別 食餌療法 못지 않게 중요한 意味를 갖는다.

본 연구에서는 素證의 근거가 되는 여러 證候 가운데, 특히 食慾과 食事習慣의 體質別 相關性을 알아본 결과, 臨床的으로 체질진단이 이루어진 환자 588명을 대상으로 설문지를 사용하여, 各 體質別로 食慾과 食事習慣의 특징에 대하여 몇 가지 지견을 얻었기에 이에 보고하는 바이다.

對象 및 方法

1. 연구대상

2002년 3월 14일부터 2002년 10월 14일까지 약 28주에 걸쳐 동국대학교 분당 한방병원 사상체질과에 초진으로 내원한 환자 가운데에서, 사상체질의학과 전문의에 의해 체질을 판정받고, 그에 따라 한약을 20첩 이상 복용하여 경과관찰이 확인된 외래 환자 588명을 대상으로 하였다.

2. 연구방법

1) 자료조사 방법

조사 대상자 588명에게 직접 식욕과 식사습관에 대한 설문을 기록하게 하였고, 그 자료를 토대로 체질별 차이를 비교, 분석하였다.

설문지는 한국한의학연구원에서 만든 챠트를 이용하였고, 그 내용은 Table 9, 10과 같다.

2) 자료처리 및 통계

설문지 문항의 대답을 모두 코드화 하였고, 식사습관에 관한 문항은 식사량, 식사 속도, 규칙성으로 세분화하여, 앞서 진단한 체질과 함께 전산 입력하였다. 대상자의 일반적 특성에서, BMI 지수는 ANOVA test를 이용하였고, 유의성 있는 경우 Scheffe 방법을 통한 다중비교를 실시하였다. 식욕과 식사습관에 관한 설문문항의 답변과 체질간의 비교는 Chi-square test을 통하여 통계적 유의성을 살펴보았고, 마지막으로 설문문항의 내적 일치도를 비교하기 위하여 Cronbach' s alpha 값을 사용하여 검정하였다. 단, 일부 거의 동일한 내용을 묻는 경우에는 하나의 문항으로 재구성하여 유의성을 평가하였다.

통계분석에는 SPSS/Win10.0을 이용하였으며, p-value가 0.05미만인 경우를 유의성이 있는 것으로 판단하였다.

結 果

1. 대상의 일반적 특성

1) 성별 · 연령별 분포와 체질별 분포

성별에 따른 분포는 남자가 258명, 여자가 352명이며, 연령은 10대에서 80대까지 고루 분포하였고, 평균 연령은 39.1세로 나타났다(Table 1). 대상자의 체질별 분포는 Table 2와 같다.

2) 체질별 비만정도 비교

BMI지수를 비만의 지표로 사용하였고, ANOVA test를 이용하여 체질과 BMI 지수를 비교한 결과, 체질별로 유의한 차이를 보인 것으로 나타났다(Table 3). 이러한 BMI 지수의 동질성에 대하여 Scheffe방법을 통해 다중비교를 실시한 결과, 태음인과 소양인의 BMI 지수는 다른 체질과 비교하여 다르다는 것으로 통계적 유의성을 나타내었고, 소음인과 태양인에서 BMI 지수는 통계적으로 유의성이 있는 차이가 없었다(Table 4).

2. 설문지를 통한 체질별 식욕, 식사습관의 특징 비교

Table 1. Sex and Age N(%)

	≤19	20-39	40-59	≥60	Total
Male	23(3.9)	114(19.4)	85(14.5)	26(4.4)	248(42.2)
Female	25(4.3)	156(26.5)	121(20.6)	38(6.5)	340(57.8)
Total	48(8.2)	270(45.9)	206(35.0)	64(10.9)	588(100.0)

1) 체질별 식욕의 특징 비교

식욕의 특징에 차이가 있는지를 통계적으로 검정한 결과, ②번 문항의 *p*-value가 0.006, ④번 문항이 0.000, ⑥번 문항이 0.000, ⑦번 문항이 0.003, ⑧번 문항이 0.000으로 유의성 있는 차이가 있는 것으로 나타났으므로(Table 5), 각 체질간의 동질성 검정을 실시하였다.

②번 문항, '평소에 식욕이 별로 없는 편이다.(기분과 큰 상관이 없이)' 의 답변에 대해 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과, 태음인과 소양인은 *p*-value가 0.005, 태음인과 소음인은 0.011, 태음인과 태양인은 0.001로 유의성이 있는 차이가 있는 것을 알 수 있었다(Table 6).

④번 문항, '왕성한 편' 의 답변에 대해 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과, 태음인과 소음인은 *p*-value가 0.000, 소양인과 소음인은 0.001로 유의성이 있는 차이가 있는 것을 알 수 있었다(Table 6).

⑥번 문항, '평소에 식욕이 좋은 편이며 맛있는 음식이 있으면 배가 불러도 좀 더 먹는 편이다' 의 답변에 대해 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과, 태음인과 소음인은 *p*-value가 0.000, 태음인과 태양인은 0.011, 소양인과 소음인은 0.004, 소양인과 태양인은 0.021로 유의성이 있는 차이가 있는 것을 알 수 있었다(Table 6).

⑦번 문항, '불규칙적인 편' 의 답변에 대해 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과, 태음인과 소양인은 *p*-value가 0.017, 태음인과 소음인은 0.000으로 유의성이 있는 차이가 있는 것을 알 수 있었다(Table 6).

⑧번 문항, '기분에 따라 식욕이 증가되거나 감소되는 편차가 심하다' 의 답변에 대해 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과, 태음인과 소음인은 *p*-value가 0.000, 소양인과 소음인은 0.015로 유의성이 있는 차이가 있는 것을 알 수 있었다(Table 6).

그러나, ①번 문항과 ②번 문항은 거의 동일한 내용을 묻고 있는 것으로 보여, 이 두 문항을 하나의 문항으로 재구성하여 '식욕 부진(Loss of Appetite, ①+②)' 의 문항에 응답한 것으로 간주하여 분석한 결과, 각 체질간의 *p*-value가 0.031로 통계적인 유의성이 있는 차이를 보이고 있었다(Table 5). 이에 대하여 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과 태음인과 소양인은 *p*-value가 0.040, 태음인과 소음인은 0.008, 태음인과 태양인은 0.035로 유의성이 있는 차이가 있었으며(Table 6), 또한 ②번 문항의 결과와 동일하게 분석되었다.

2) 체질별 식사습관의 특징 비교

(1) 식사량

체질별 식사습관의 식사량에 대해 차이가 있는지 통계적으로 검정한 결과, ⓒ번 문항의 *p*-value가 0.005, ⓓ번 문항이 0.027로 유의성 있는 차이가 있는 것으로 나타났으므로(Table 7), 각 체질간의 동질성 검사를 실시하였다.

ⓒ번 문항, '대식하는 편' 의 답변에 대해 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과, 태음인과 소음인은 *p*-value가 0.000, 소양인과 소음인은 0.025로 유의성이 있는 차이가 있는 것을 알 수 있었다(Table 8).

ⓓ번 문항, '식사량이 불규칙적인 편' 의 답변에 대해 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과, 태음인과 소음인은 p-value가 0.008로 유의성이 있는 차이가 있는 것을 알 수 있었다(Table 8).

(2) 식사속도

체질별 식사습관의 식사속도에 대해 차이가 있는지 통계적으로 검정한 결과, ⓔ번 문항의 *p*-value가 0.001로 유의성 있는 차이가 있는 것으로 나타났으므로(Table 7), 각 체질간의 동질성 검사를 실시하였다.

ⓔ번 문항, '식사속도는 빨리 먹는 편이다' 의 답변에 대해 동질성 chi-square 검사를 시행한 결과, 소음인과 태음인은 *p*-value가 0.000, 소음인과 소양인은 0.002로 유의성이 있는 차이가 있는 것을 알 수 있었다(Table 8).

(3) 식사의 규칙성

체질별 식사습관 가운데 식사의 규칙성을 묻는 문항에서는 각 체질별로 통계적인 유의성이 없었다(Table 7).

3) 설문간의 내적 일치도

설문 문항의 내적 일치도(Internal consistency)를 평

Table 2. The Distribution of Sasang Constitution N(%)

Taeumin	Soyangin	Soeumin	Taeyangin	Total
175(29.8)	136(23.1)	267(45.4)	10(1.7)	588(100.0)

Table 3. Sasang Constitution and BMI Mean±S.D.

	Taeumin (N=175)	Soyangin (N=136)	Soeumin (N=267)	Taeyangin (N=10)	Total (N=588)	*p*-value
BMI	25.78±2.64	23.01±2.63	20.63±2.32	19.54±2.18	22.70±3.34	0.000

Table 4. Mutiple Comparion of BMI

(I) Constitution	(J) Constitution	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
Taeumin	Soyangin	2.7667	0.2850	.000*
	Soeumin	5.1422	0.2425	.000*
	Taeyangin	6.2330	0.8106	.000*
Soyangin	Taeumin	-2.7667	0.2850	.000*
	Soeumin	2.3754	0.2626	.000*
	Taeyangin	3.4662	0.8169	.000*
Soeumin	Taeumin	-5.1422	0.2425	.000*
	Soyangin	-2.3754	0.2626	.000*
	Taeyangin	1.0908	0.8030	.605
Taeyangin	Taeumin	-6.2330	0.8106	.000*
	Soyangin	-3.4662	0.8169	.000*
	Soeumin	-1.0908	0.8030	.605

* The mean difference is significant at the 0.05 level.

Table 5. The Answer of the Questionnaire about Appetite N(%)

No.	Taeumin (N=175)	Soyangin (N=136)	Soeumin (N=267)	Taeyangin (N=10)	Total (N=588)	*p*-value
①	11(6.3)	13(9.6)	31(11.6)	1(10.0)	56(9.5)	0.324
②	8(4.6)	18(13.3)	31(11.6)	3(30.0)	60(10.2)	0.006*
③	46(26.3)	24(17.8)	49(18.4)	2(20.0)	121(20.6)	0.176
④	67(38.3)	45(33.3)	50(18.7)	1(10.0)	163(27.8)	0.000*
⑤	14(8.0)	6(4.4)	15(5.6)	0(0.0)	35(6.0)	0.468
⑥	90(51.4)	64(47.4)	88(33.0)	1(10.0)	243(41.4)	0.000*
⑦	41(23.4)	49(36.3)	106(39.7)	2(20.0)	198(33.7)	0.003*
⑧	30(17.1)	34(25.2)	98(36.7)	3(30.0)	165(28.1)	0.000*
①+②	16(9.1)	23(16.9)	49(18.4)	3(30.0)	91(15.5)	0.031*

The mean difference is significant at the 0.05 level

Table 6. Multiple Comparison of No. ②, ④, ⑥, ⑦, ⑧, ①+②

(I) Constitution	(J) Constitution	*p*-value					
		②	④	⑥	⑦	⑧	①+②
Taeumin	Soyangin	0.005*	0.394	0.523	0.017*	0.106	0.040*
Taeumin	Soeumin	0.011*	0.000*	0.000*	0.000*	0.000*	0.008*
Taeumin	Taeyangin	0.001*	0.071	0.011*	0.803	0.302	0.035*
Soyangin	Soeumin	0.599	0.001*	0.004*	0.451	0.015*	0.721
Soyangin	Taeyangin	0.152	0.123	0.021*	0.311	0.705	0.296
Soeumin	Taeyangin	0.082	0.485	0.127	0.210	0.665	0.354

* The mean difference is significant at the 0.05 level

①+② : If the answerer checked No ① or No ②, we suggested that he(or she) answered the newly maked Question ①+②(Loss of appetite)

Table 7. The Answer of the Questionnaire about Dining Habit N(%)

No.	Taeumin (N=175)	Soyangin (N=136)	Soeumin (N=267)	Taeyangin (N=10)	Total (N=588)	*p*-value
ⓐ	12(6.9)	15(11.1)	40(15.0)	2(20.0)	69(11.8)	0.062
ⓑ	97(55.4)	71(52.6)	129(48.3)	5(50.0)	302(51.4)	0.524
ⓒ	28(16.0)	16(11.9)	15(5.6)	1(10.0)	60(10.2)	0.005*
ⓓ	42(24.0)	41(30.4)	96(36.0)	1(10.0)	180(30.7)	0.027*
ⓔ	93(53.1)	69(51.1)	95(35.6)	6(60.0)	263(44.8)	0.001*
ⓕ	47(26.9)	37(27.4)	91(34.1)	1(10.0)	176(30.0)	0.152
ⓖ	20(11.4)	20(14.8)	43(16.1)	2(20.0)	85(14.5)	0.543
ⓗ	81(46.3)	49(36.3)	98(36.7)	5(50.0)	233(39.7)	0.153
ⓘ	48(27.4)	49(36.3)	88(33.0)	3(30.0)	188(32.0)	0.399
ⓙ	37(21.1)	41(30.4)	79(29.6)	2(20.0)	159(27.1)	0.174

* The mean difference is significant at the 0.05 level

Table 8. Multiple Comparison of No. ②, ④, ⑥, ⑦, ⑧, ①+②

(I) Constitution	(J) Constitution	*p*-value	*p*-value	*p*-value
Taeumin	Soyangin	0.312	0.248	0.773
Taeumin	Soeumin	0.000*	0.008*	0.000*
Taeumin	Taeyangin	0.612	0.308	0.672
Soyangin	Soeumin	0.025*	0.223	0.002*
Soyangin	Taeyangin	0.854	0.180	0.603
Soeumin	Taeyangin	0.560	0.091	0.115

* The mean difference is significant at the 0.05 levelTable . Multiple Comparison of No. ⓒ, ⓓ, ⓔ

Table 9. Multiple Comparison of No. ②, ④, ⑥, ⑦, ⑧, ①+②

	Question	alpha if Item Deleted	Cronbach' s alpha
식욕	① 평소 식욕이 부진한 편	-0.8235	-0.9353
	② 평소에 식욕이 별로 없는 편이다.(기분과 큰 상관이 없이)	-0.8470	
	③ 보통	-0.6060	
	④ 왕성한 편	-0.4674	
	⑤ 貪食이 있는 편	-1.0623*	
	⑥ 평소에 식욕이 좋은 편이며 맛있는 음식이 있으면 배가 불러도 좀 더 먹는 편이다	-0.6261	
	⑦ 불규칙적인 편	-0.6822	
	⑧ 기분에 따라 식욕이 증가되거나 감소되는 편차가 심하다	-0.8105	

* Item that has deficiency of Internal Consistency
Table . Internal Consistency of the Questionnaire about Appetite

가하기 위하여, 식욕과 식사습관의 문항을 나누어 각각의 Cronbach' s alpha 계수를 구하였다(Table 9, 10).

식욕에 관한 설문에서, Cronbach' s alpha 계수가 -0.9353으로 나타났고, 구성 설문 문항 가운데 ⑤번 '탐식이 있는 편' 은 문항을 제거한 후 alpha 값이 -1.0623으로, Cronbach' s alpha 계수의 절대값이 높아졌다(Table 9).

식사습관에 관한 설문에서, Cronbach' s alpha 계수는 -1.1801으로 나타났고, 구성설문 문항 가운데 식사량을 묻는 문항에서는 ⓓ번 '식사량이 불규칙한 편', 규칙적인 식사에 대해 묻는 문항에서는 ⓗ번 '규칙적으로 세끼 식사를 한다' 와 ⓙ번 '아침을 거르는 편이다' 는 문항을 제거한 후 alpha 값이 각각 -1.3786, -1.3613, -1.4215로, Cronbach' s alpha 계수의 절대값이

Table 10. Internal Consistency of the Questionnaire about Dining Habit

		Question	alpha if Item Deleted	Cronbach's alpha
식사습관	식사량	ⓐ 평소 소식하는 편	-1.0275	-1.1801
		ⓑ 식사량은 보통	-0.7332	
		ⓒ 대식하는 편	-0.9281	
		ⓓ 식사량이 불규칙적인 편	-1.3786*	
	식사 속도	ⓔ 식사속도는 빨리 먹는 편이다	-0.7600	
		ⓕ 보통이다	-0.7077	
		ⓖ 느리게 먹는 편이다	-0.9906	
	규칙성	ⓗ 규칙적으로 세끼 식사를 한다	-0.5640	
		① 불규칙적으로 식사를 한다	-1.3613*	
		ⓙ 아침을 거르는 편이다	-1.4215*	

* Item that has deficiency of Internal Consistency

높아졌다(Table 10).

반면에 식사속도에 관한 문항은 구성 문항 중 어느 한 문항을 제거하더라도 alpha 계수의 절대값이 증가하지 않으므로, 설문 구성의 일치도가 높은 것을 알 수 있었다(Table 10).

考 察

素證은 『東醫壽世保元四象草本卷』[10]에 비교적 자세히 기록되어 있다가, 『東醫壽世保元』[11]에 와서 完實無病, 恒心, 大病 및 몇 가지 特異證候로 함축하여 기록하였다[12]. 또한 『東武遺稿』[13]에서도 일부 설명되고 있다.

그 중에서 식욕이나 식사습관에 대한 기술을 살펴보면, 『東醫壽世保元四象草本卷』「病變 第五統」[10]에서 "少陰人病中 雄壯叫呼 喜欲冷水則 其病雖重 終當效也. 少陽人病中 沈潛安靜 稍稍進食則 其病雖重 終當效也."라고 하여, 병을 앓는 도중에 발생하는 여러 가지 증후를 통해 病의 進退를 파악하였다. 이는 『東醫壽世保元』「少陰人泛論」[11]으로 연결되어 "少陰人病有二吉證 人中汗 一吉證也 能飮水 一吉證也"라고 하였다.

『東醫壽世保元四象草本卷』「病變 第五統」[10]에는 또, "少陽人重病中 無口味 忽大飽食 有口味者 此壞症也. …… 但稍稍小食吉兆也"라고 하여, 소양인이 病이 든 경우의 식욕에 관한 문제를 이야기하였다.

"少陰人 頭痛發熱病 病則病也 比之冷泄則輕症也. 少陽人 腹痛滯病 病則病也 比之汗咳則輕症也"라고 하여, 체질에 따라서 병의 輕重을 구분하여 설명하여, 소음인에게는 소화가 잘 안 되고 속이 차서 泄瀉하는 冷泄이 頭痛, 發熱같은 병보다는 重하며, 소양인은 평소 먹기를 잘하며 소화력도 뛰어난 편이므로, 소양인에서는 땀이 나거나 기침하는 結胸 증세와 같은 병이 배가 아픈 증세보다 重하다고 인식하였다.

『東武遺稿』[13]에서는 "少陽人 其病雖重 能進飮食則十全無憂也. 少陰人 其病雖重 而能飮冷水 則其病無憂也. 太陰人 其病雖重 而語聲緩壯 則其病十全無憂也."라고 하였다.

그리고, 식욕이나 식사습관 이외에 噫氣나 嘔吐, 泄瀉 등의 소화상태에 관한 내용이 질병의 상태나 진행, 그리고 예후의 지표로서도 여러 부분에서 언급되고 있다.

본 연구에서는 위의 문헌에서 기술한 내용과 임상적 경험과 『東醫壽世保元』의 내용을 바탕으로 만들어진 문항으로 구성된 설문지를 통하여 체질별로 평소의 식욕과 식사습관의 특징을 정리하고자 하였다. 사용한 설문지는 체질진단을 목적으로 하는 것이 아니라, 素證에 대하여 분석하기 위하여 구성된 설문지로, 설문지는 땀(汗), 대변, 소변, 수면상태, 식욕 · 식사습관 · 소화의 5개로 구분되었다. 최근, 이러한 설문지를 통하여 素證에 대한 연구가 활발하게 이루어지

고 있어, 汗[14], 大便[15]에 대하여 사상체질에 따라 각각의 특징을 분석한 임상 연구가 있었다.

이에 임상적으로 이미 체질진단이 된 대상자들에게 한국한의학연구원에서 만든 소증에 관한 설문지를 작성하게 하여 각 체질에 따른 식욕과 식사습관의 양상에 대하여 분석하였다.

식욕에 대하여 묻는 문항들 가운데, ① '평소 식욕이 부진한 편', ③ '보통', ⑤ '貪食이 있는 편'의 문항은 체질별로 유의성이 있는 차이가 없는 것으로 나타났다.

그러나, ①번 문항과 매우 흡사한 ②번 '평소에 식욕이 별로 없는 편이다.(기분과 큰 상관이 없이)'는 통계적인 유의성을 가지고 있는 것으로 분석되어, 이 두 문항을 하나의 문항, '식욕부진(Loss of Appetite, ①+②)'으로 재구성하여 재분석한 결과, ②번 문항의 분석결과와 동일한 결과를 보였다(Table 5, 6). 따라서, ①, ②번 문항은 하나의 문항으로 구성하는 것이 좀 더 명확한 분석 결과를 얻을 수 있을 것으로 보인다.

④번 문항, '왕성한 편'에 대하여, 태음인 38.3%, 소양인 33.3%, 소음인 18.7%, 태양인 10.0%로 나타났고, 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 동질성 검사를 실시한 결과, 태음인과 소음인, 소양인과 소음인에서 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 이는 소양인과 태음인이 다른 체질에 비하여, 식욕이 왕성하다는 통념과 일치하고 있으나, 태양인의 관계에서는 통계적인 유의성은 없는 것으로 분석되었다. 이는 태양인의 수 자체가 부족하므로 태양인과의 관계는 확신을 가지고 말하는 것은 어렵다.

⑥번 문항, '평소에 식욕이 좋은 편이며 맛있는 음식이 있으면 배가 불러도 좀 더 먹는 편이다'에 대하여, 태음인 51.4%, 소양인 47.4%, 소음인 33.0%, 태양인 10.0%로 나타났고, 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 동질성 검사를 실시한 결과, 태음인과 소양인은 소음인과 태양인에 대해 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 역시 소양인과 태음인이 소음인과 태양인에 비하여 식욕이 좋은 편으로 분석되었다.

⑦번 문항, '불규칙적인 편'에 대하여, 태음인 23.4%, 소양인 36.3% 소음인 39.7%, 태양인 20.0%로 나타났고, 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 동질성 검사를 실시한 결과, 태음인이 소양인과 소음인에 대해 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 따라서, 태음인이 태양인을 제외한 다른 체질에 비하여 식사가 규칙적인 면을 지니고 있다고 말할 수 있었다. 그러나, 태양인의 수가 부족하므로, 태양인과의 관계에 대해서는 통계적인 의미가 아직 미흡하였다.

⑧번 문항, '기분에 따라 식욕이 증가되거나 감소되는 편차가 심하다'에 대하여, 태음인 17.1%, 소양인 25.2%, 소음인 36.7%, 태양인 30.0%로 나타났고, 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 동질성 검사를 실시한 결과, 소음인이 태음인과 소양인에 대해 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 소음인이 기분에 따라 식욕이 증가되거나 감소되는 편차가 심한 경향이 있음을 알 수 있었다.

따라서, 각 체질별 식욕의 특징에 대하여 통계적으로 분석한 결과, 태음인은 다른 체질에 비하여 '평소에 식욕이 별로 없는 편'을 선택할 가능성은 적다고 볼 수 있었다.

이를 종합하여 보면 태음인과 소양인이 식욕이 왕성한 경향을 지니며, 평소에 식욕이 좋은 경향을 보이고, 소양인과 소음인이 식욕이 불규칙한 경향을 보인다고 할 수 있다. 특히 소음인은 기분에 따라 식욕이 변화하는 경향을 보이는 것을 알 수 있다.

체질별 식사습관 가운데 식사량에 대하여, ⓐ '평소 소식하는 편'과 ⓑ '식사량은 보통'의 문항은 통계적으로 유의성이 없는 것으로 나타났다.

ⓒ번 문항, '대식하는 편'에 대하여, 태음인은 16.0%, 소양인은 11.9%, 소음인은 5.6%, 태양인은 10.0%로 나타났고, 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 동질성 검사를 실시한 결과, 태음인과 소양인이 소음인에 비하여 대식하는 경향이 있는 것으로 분석되었다. 그러나, 태양인의 수가 적으므로, 태양인과의 관계를 말하기는 아직 미흡하였다.

ⓓ번 문항, '식사량이 불규칙적인 편'에 대하여, 태음인은 24.0%, 소양인은 30.4%, 소음인은 36.0%, 태양

인은 10.0%로 나타났고, 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 동질성 검사를 실시한 결과, 소음인이 태음인에 비하여 식사량이 불규칙적인 것으로 분석되었다.

이를 종합하면, 식사량에 대하여 태음인과 소양인이 소음인과 태양인에 비하여, 식사량이 많은 경향을 보이며, 소음인과 태양인이 태음인과 소양인에 비하여 소식하는 경향을 보이는 것으로 분석되었다. 이는 태음인과 소양인이 다른 체질에 비하여 소화기능이 좋고, 먹기를 좋아한다는 通念과 어느 정도 일치하는 결과를 보였다.

체질별 식사습관 가운데 식사하는 속도에 대하여, ⓕ '보통이다'와 ⓖ '느리게 먹는 편이다'는 체질간 유의성이 있는 차이가 없는 것으로 나타났다.

ⓔ번 문항, '식사속도는 빨리 먹는 편이다'에 대하여, 태음인은 53.1%, 소양인은 51.1%, 소음인은 35.6%, 태양인은 60.0%로 나타났고, 통계적으로 유의성이 있는 차이를 보였다. 다중비교를 실시한 결과, 태음인과 소양인이 소음인에 비하여 상대적으로 빨리 먹는 편으로 분석되었다.

따라서, 태음인이나 소양인이 소음인에 비하여 식사속도가 빠른 경향이 있는 것으로 보인다.

체질별 식사습관 중 식사의 규칙성에 대하여, ⓗ '규칙적으로 세끼 식사를 한다', ⓘ '불규칙적으로 식사를 한다', ⓙ '아침을 거르는 편이다' 모두에 대하여 체질별로 통계적으로 유의성이 없었다. 태음인이 ⓗ번 문항에 다소 많은 선택을 하고, ⓘ번 문항에 다소 적은 선택을 하며, ⓙ번 문항에 다소 적은 선택을 하여, 태음인이 다른 체질에 비해 규칙적인 식사를 하는 경향성은 있으나, 통계적으로 유의성은 없었다.

본 연구에 사용한 설문에 대하여 신뢰성(reliability)을 검정하였는데, 각 문항에 대하여 내적 일치도를 분석하였다. 이 방법은 동일한 개념을 여러 문항으로 질문하여 이러한 항목들이 유사한 값들을 갖는지를 측정하는 방법을 말하는 것으로[16], 내적 일치도를 분석하기 위하여 크론바하 알파(Cronbach's alpha) 계수를 측정하였다.

식욕에 관한 설문 문항의 Cronbach's alpha 계수가 -0.9353으로 나타났고, 구성 설문 문항 가운데, ⑤번 문항, '貪食이 있는 편'을 제거한 결과 Cronbach's alpha 계수의 절대값이 높아졌다. 따라서, ⑤번 문항은 설문 구성상 내적 일치도가 결여되는 문항이며, 통계적 유의성이 없는 문항으로, 설문 구성상에서 불필요한 문항으로 파악되었다.

식사습관에 관한 설문 문항의 Cronbach's alpha 계수는 -1.1801으로 나타났고, 구성설문 문항 가운데, 식사량에 관한 ⓓ '식사량이 불규칙적인 편', 규칙적인 식사에 관한 ⓘ '불규칙적으로 식사를 한다', ⓙ '아침을 거르는 편'은 문항을 제거한 결과 Cronbach's alpha 계수의 절대값이 높아졌다. 따라서 이들 문항이 설문 구성상에서 내적 일치도를 결여시키는 것으로 판단할 수 있다. 그러나, ⓓ번 문항은 그 자체로 체질간 통계적 유의성을 나타내고 있었으므로, 문항의 재구성이 필요하다. 반면에 식사속도에 관한 문항은 구성 문항 중 어느 한 문항을 제거하더라도 alpha 계수의 절대값이 증가하지 않으므로, 설문 구성의 일치도가 높은 것을 알 수 있었다.

본 연구의 한계점으로 첫째, 체질의 특성상 태양인의 수가 통계적인 기법을 사용하기에는 무리가 있을 정도로 수가 적었다. 통계적인 의미를 파악할 수 있도록 태양인의 관찰 수치를 늘릴 필요가 있다.

둘째, 문항이 묻고자 하는 내용이 서로 유사하여 어느 한 문항에만 응답하고 지나치는 경우가 있어 문항 내용의 조절이 필요하다. 특히 '식욕 부진'을 묻는 '평소 식욕이 부진한 편', '평소에 식욕이 별로 없는 편이다.(기분과 큰 상관없이)'의 문항에서는 전자는 통계적으로 유의성이 없었지만, 후자는 통계적인 유의성을 나타내고 있었다.

셋째, 식욕의 문항 중 일부는 한 항목에서 여러 가지 조건을 동시에 묻고 있기 때문에 대상자가 체크해야 할지 말아야 할지 모호한 부분이 있었다. 설문이 쉽게 이루어질 수 있도록 간결화하는 것이 적당할 것으로 보인다.

향후 연구에서는 조사자의 시각에서 만든 설문보다는 대상자가 작성하기 쉽고, 이해하기 쉽도록 만든

설문을 통하여 좀 더 명확한 체질별 차이를 정리해야 할 것으로 사료된다.

V. 結 論

食慾과 食事習慣의 양상을 연구하기 위하여, 2002년 3월 14일부터 2002년 10월 14일까지 동국대학교 분당 한방병원 사상체질과에 초진으로 내원하여, 사상체질의학과 전문의에 의해 체질 판정을 받은 후, 사상인 체질에 따른 한약을 20첩 이상 복용하여 경과관찰이 확인된 외래환자 가운데 설문지를 작성한 588명을 대상으로 설문조사를 시행하고, 그 결과를 바탕으로 체질별로 비교, 분석하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 체질에 따른 식욕의 양상을 비교 분석한 결과,

1) 소음인, 소양인, 태양인이 태음인 비하여 '평소에 식욕이 별로 없는 편'이라고 응답한 경우가 많았다(p<0.01).
2) 태음인과 소양인은 소음인에 비하여 식욕이 '왕성한 편'이라고 응답한 경우가 많았다(p<0.01).
3) 태음인, 소양인은 소음인, 태양인에 비하여 '평소에 식욕이 좋은 편이며 맛있는 음식이 있으면 배가 불러도 좀 더 먹는 편이다'라고 응답한 경우가 많았다(p<0.01).
4) 소양인과 소음인이 태음인에 비하여 식욕이 '불규칙적인 편'이라고 응답한 경우가 많았다(p<0.01).
5) 소음인은 소양인, 태음인에 비하여 '기분에 따라 식욕이 증가되거나 감소되는 편차가 심하다'라고 응답한 경우가 많았다(p<0.01).

2. 체질에 따른 식사습관의 양상에 대하여 비교 분석한 결과,

1) 태음인과 소양인이 소음인에 비하여, '대식하는 편'이라고 응답한 경우가 많았다(p<0.01).
2) 소음인은 태음인에 비하여, '식사량이 불규칙적인 편'이라고 응답한 경우가 많았다(p<0.05).
3) 태음인이나 소양인이 소음인에 비하여 '식사속도는 빨리 먹는 편이다'이라고 응답한 경우가 많았다(p<0.01).
4) 식사습관 중 규칙적인 식사에 대한 문항에 대하여는 체질별로 유의한 차이가 없었다.

參考文獻

1. 宋一炳. 四象人의 體質病證藥理에 관한 考察. 사상의학회지. 1998; 10(2): 1-14.
2. 이의주, 고병희, 송일병. 식품에 관한 고찰. 사상의학회지. 1995; 7(1): 143-168.
3. 김지영, 김종원, 고병희, 송일병. 체질별 식품분류의 타당성과 활용에 관한 소고. 사상의학회지. 1995; 7(1): 263-278.
4. 김지형, 고병희. 체질별 식품표에 근거한 태음인, 소음인, 소양인 당뇨식단(1800kcal)의 초보적 제시. 사상의학회지. 1996; 8(1): 395-411.
5. 이의주, 이수경, 김은진, 조여원, 고병희, 송일병. 사상체질분류에 의한 체질식이의 효과 및 활용성에 대한 연구(Ⅰ). 사상의학회지. 1998; 10(2): 305-326.
6. 김윤영, 조여원, 송일병, 이의주. 고지혈증 환자에서 사상체질 치료식의 임상적 효능. 한국영양학회지. 2003; 33(8): 824-832.
7. 김은진, 조여원, 송일병. 사상의학의 체질에 따른 식품분류와 태음식 섭취가 각각 체질의 혈액 생화학적 지표 및 건강상태에 미치는 영향. 한국영양학회지. 1999; 32(7): 827-837.
8. 문희자, 정숙자. 사상체질이론의 간호학적 접근. 한국보건간호학회지. 1996: 10(1): 139-154.
9. 김판준, 임화재, 김종원. 사상체질에 따른 식이습관에 관한 연구. 사상의학회지. 2001; 13(3): 59-74.
10. 李濟馬 原著, 朴性植 譯解. 東醫壽世保元四象草本卷. 서울: 集文堂. 2003: 226, 230, 235-244.
11. 李濟馬. 東醫壽世保元 개정판. 서울: 여강출판사. 2002: 118, 161.
12. 김선민, 송일병. 동의수세보원초본권과 동무유고에서의 소증에 관한 고찰. 사상의학회지. 2000; 12(2): 67-68.
13. 李濟馬. 國譯韓醫學大系 15 - 東武遺稿. 서울: 海東醫學社. 1999: 220-221.
14. 최재영, 이영섭, 박성식. 사상체질에 따른 땀(汗)의 특징에 대한 임상적 검토. 대한한의학회지. 2002; 23(4):

186-195.
15. 임상적 검토. 사상체질의학회지. 2002; 14(2): 58-68.
16. 김은정, 박양규. 윈도우용 SPSS 통계분석 8. 서울: 21 세기사. 2000: 206-209.