

중년여성의 보완대체요법 이용양상에 따른 갱년기 증상에 관한 연구

박형숙¹⁾ · 김영희²⁾ · 이윤미³⁾

¹⁾부산대학교 의과대학 간호학과, ²⁾춘해대학 간호과

³⁾인제대학교 의과대학 간호학과

A Study on Climacteric Symptoms Corresponding to the Use of Complementary and Alternative Therapy in the Middle Aged Women

Park Hyoung Sook,¹⁾ Kim Young Hee²⁾ & Lee Yun Mi³⁾

¹⁾Pusan National University, ²⁾Choonhae College, ³⁾Inje University

Abstract

Purpose: This study was performed to identify climacteric symptoms corresponding to the use of complementary and alternative therapy(CAT) in middle aged women. **Method:** The subjects of the study were 603women (40 - 64years) and were chosen by convenient sampling from 1 April to 31 July 2004. The collected data was analyzed using descriptive statics, chi-square, t-test analysis by SPSS/WIN program. **Results:** 1. It was shown that 63.8% of subjects have utilized one or more types of CAT. 2. It was shown that the most frequently used types are health supplement(40.5%), gold acupuncture(31.2%), acupress(24.7%), hand acupuncture(21.8%) 3. There was significant difference in the using experience CAT by religion($p=.029$), job($p=.018$), hormone replacement($p=.016$), exercise($p=.007$), health state($p=.013$). 4. There was significant difference in climacteric symptoms($p=.000$) corresponding to the using experience of CAT. 5. There was significant difference in climacteric symptoms($p=.028$) corresponding to the using

* Corresponding author : Lee Yun Mi, Pusan National University

Tel : 82-51-890-6933, 82-11-551-0603 Fax : 82-51-896-9840 E-mail : lym312@inje.ac.kr

experience hand therapy of CAT. **Conclusion:** We found that middle aged women used CAT more than others populations. Future research examining the determinants of CAT use, incorporating attitudinal and health conditions, as well as clinical efficacy, effectiveness, and health outcome studies of specific CAT therapies are warranted.

Key words : Complementary and alternative therapy, climacteric symptoms, middle aged women

I. 서론

1. 연구의 필요성

건강관리의 개념이 질병에 대한 치료중심에서 건강증진 및 질병예방 중심으로 전환되면서 보완대체요법에 대한 관심이 높아지고 있다. 보완대체요법은 인체의 세포가 가지고 있는 에너지 패턴과 동일한 유기물질로 된 생물학적 물질을 이용하고, 인간의 질병과 고통을 자연의 치유능력을 맞추어 조율해 주고 복원시켜 주는 요법으로 인체의 면역기능과 회복능력을 높여주는데 효과가 있다. 또한 신체적인 병변 부위에만 치중하지 않고 정신적, 사회적, 환경적인 부분까지 관찰하여 종합적으로 조화를 이루게 하는 치료를 행하여 질병의 예방과 건강증진에 중점을 두는 특성이 있다(Scrutton, 1992). 이러한 특성으로 인해 보완대체요법은 현대의학에 비해 건강증진과 질병예방을 위한 총체적인 접근을 중요하게 여기며(Williamson, Fletcher & Dawson, 2003), 효율성과 안전성, 대상자의 능동적인 역할을 강조하는 철학적인 양상 때문에 오늘날 점차 자연스럽게 이용하게 되었다(Ernst, 2000).

외국의 경우 캐나다는 인구의 15%(Williamson 등, 2003), 영국은 연간 성인의 20%(Ernst, 2000), 미국은 연간 성인의 42%에서 이용하였고(Eisenberg 등, 1998), 우리나라에서 얼마나 많은 환자들이 이러한 보완대체요법을 이용하

고 있는지 밝혀주는 공식적인 통계자료는 없으나 국내의 여러연구에서 대상자들의 17%에서 63%가 보완대체요법을 이용하고 있다고 보고된(Choi, Chung & Choi, 1998) 것으로 미루어 볼 때 이미 일반인에게 광범위하게 유포되어 있다고 추정된다.

한편, 최근 고령화가 급속하게 진전되어 여성의 평균 수명은 증가하고 있으며, 일반적으로 40~64세로 정의되는 중년의 시기는 성인기에서 노년기로 넘어 가는 일종의 과도기로써 자녀의 독립에 따른 역할의 변화, 가족이나 친구의 질병 또는 죽음, 남편의 은퇴 등 여러 가지 생활사건을 경험하게 되고 노화현상이 나타나면서 폐경과 함께 갱년기 증상을 경험하게 된다. 이에 따라 불안, 우울, 스트레스 등 정서적 문제가 나타나고 신체건강이 나빠지게 된다.

특히 우리나라 중년여성의 50%이상은 갱년기 증상을 호소하고 있고, 그 절반정도에서 갱년기 증상으로 의료적인 도움을 찾고 있다. 이러한 변화는 중년여성에서의 만성성인병, 퇴행성 질환, 암 등의 유병률 증가와 심리 정신적인 문제와 관련되어 왔다(Kim, 1998). 그러나 가족관리자적 여성의 역할과 가족간호 측면으로 볼 때 중년여성의 건강상태는 사회적으로도 매우 중요하며 더욱이 이 시기를 잘 적응하지 못하면 노년기 건강에 직접적인 영향을 미치게 되므로 그 어떤 시기보다도 중년기의 여성들에 대한 건강관리는 절실히 필요하며 여성 스스로도 자신의 건강을 유지 증진하기 위한 노력이

요구되는 중요한 시기라고 볼 수 있다.

최근들어 중년여성들이 웰빙에 대한 관심이 증대하고 있으며 방송매체, 잡지, 책 등을 통한 건강증진 추구행위에 대한 지식을 가지고 스스로 보완대체요법을 이용하고 있는 여성들이 증가하고 있는 추세이다(Eisenberg 등 1998; Sara, Debra, Helen, & Philippa, 2004).

우리나라의 보완대체요법 이용실태에 관한 연구를 살펴보면 암환자(Lee 등, 2002; Moon, 2004; Park & Lee, 2000; Seoul, Choi. & Lee, 2002), 당뇨병(Lee, 2001), 노인(Shin, Park & Shin, 2004), 뇌졸중(Mok & Cho, 2004)을 대상으로 암환자, 노인, 만성질환자를 대상으로 한 연구는 수행되었으나 갱년기 증상을 호소하고 있는 중년여성을 대상으로 한 연구는 거의 없는 실정이다. 또한 갱년기에 대한 지금까지의 연구도 주로 갱년기 증상의 실태파악과 갱년기 증상에 영향을 미치는 사회, 심리적 요인을 밝히는 연구가 주로 행해졌으며 보완대체요법의 이용양상과 이에 따른 갱년기 증상에 관한 구체적인 연구는 없는 실정이다.

따라서 본 연구에서는 중년여성의 보완대체요법의 이용 실태와 이에 따른 갱년기 증상 정도를 분석하여 중년여성들의 갱년기 증상 관리에 대한 적절한 정보제공과 환자교육의 기초자료를 제공하기 위하여 시도되었다.

2. 연구목적

- 1) 대상자의 일반적 특성을 파악한다.
- 2) 대상자의 보완대체요법 종류별 이용 경험을 파악한다.
- 3) 대상자의 일반적 특성과 보완대체요법 이용 경험 유무와의 관련성을 파악한다.
- 4) 보완대체요법 종류별 이용 경험에 따른 갱년기 증상을 비교한다.
- 5) 보완대체요법 이용 양상을 파악한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 중년여성의 보완대체요법 이용 양상과 이에 따른 갱년기 증상 정도를 파악하기 위한 서술적 조사 연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집 기간

본 연구는 2004년 4월 1일부터 2004년 7월 31일까지 부산과 울산에 위치하고 있는 P대학, I대학, C대학 간호학과에 재학하고 있는 학생의 40~64세 어머니를 대상으로 자료를 수집하였다. 대상이 되는 간호학과 학생들에게 설문지의 내용을 이해할 수 있도록 충분히 설명하고 어머니에게 연구 목적과 취지를 설명하고 일대일 면접을 통해 설문지를 작성하도록 하였다. 수집된 자료는 총 614부였으며 이중 불충분한 자료를 제외하고 603부를 최종분석 대상으로 사용하였다.

3. 연구도구

본 연구의 도구는 노인의 보완대체요법 이용 양상을 조사하기 위하여 Shin 등(2004)이 사용한 도구를 수정, 보완하였으며 간호학과 교수 3인의 검증률 받아 문항의 어휘를 수정, 보완하여 사용하였다. 사용된 도구 중 보완대체요법의 분류는 Lim 등(2001)과 Shin(2004)의 자료를 근거로 분류하였다.

본 도구는 총 48문항으로 일반적 특성 12문항, 보완대체요법 이용에 관련된 문항 11문항, 갱년기 증상 25문항으로 구성되어 있다. 보완대체요법의 종류는 심신수련, 수기치료, 식이요법, 약물 및 약초요법, 생체전기 자기장으로 분류되

어 있으며, 보완대체요법 이용양상은 대체요법 이용 경험, 이용한 대체요법의 종류, 이용동기, 정보 출처, 사용기간, 사용 후 효과, 사용 후 만족도, 대체요법 중단 이유, 보완대체요법이 정통 의료보다 낫다고 생각한 이유, 새로운 보완대체요법을 소개시 이용 여부 등이 포함되어 있다. 갱년기 증상은 Neugarten(1965)이 개발한 갱년기증상 25문항을 Chung(1985)이 번안한 것을 사용하였으며, 이 도구는 신체적 증상, 정신 신체적 증상, 심리적 증상에 대한 3영역으로 구성되어 있다. 본 도구는 4점 척도로 '전혀 없다'에 1점, '경하다' 2점, '보통이다' 3점, '심하다' 4점이며 최저 25점에서 100점까지이며 점수가 높을수록 갱년기증상이 심한 것을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's alpha .91이었다.

4. 자료분석

본 연구자료는 SPSS 10.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며 구체적인 방법은 다음과 같다.

- 1) 연구대상자의 일반적 특성과 보완대체요법 종류, 이용 양상을 파악하기 위하여 실수와 백분율을 구하였다.
- 2) 연구대상자의 일반적 특성에 따른 보완대체요법 이용 경험을 파악하기 위해 chi-square로 분석하였다.
- 3) 연구대상자의 보완대체요법 이용 경험, 종류에 따른 갱년기 증상의 차이는 t-test로 분석하였다.

III. 연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

대상자의 평균연령은 46.9세로 40~49세가 76.7%, 50~59세가 21.4%, 60세 이상이 1.8%이

었으며, 종교는 불교가 51.6%, 직업은 무가 65.0%, 학력은 고졸이 61.7%로 가장 많았다. 결혼상태는 기혼이 94.5%, 월평균 수입은 150~199만원이 22.2%, 폐경상태는 폐경전이 81.3%, 호르몬 대체요법은 받지 않는다가 90.7%로 나타났다. 또한 운동은 한다가 51.7%, 흡연을 하지 않는다가 97.3%, 술을 마시지 않는다가 67.8%로 나타났으며 건강상태는 보통이다가 39.3%로 나타났다<Table 1>.

2. 중년여성의 보완대체요법 종류별 이용 경험

보완 대체요법을 이용해 본 경험이 있는 사람은 63.8%이었으며<Table 2>, 이용한 보완대체요법의 종류는 심신수련에서 기도명상이 13.0%, 요가가 11.7%, 단전호흡인 7.3%로 나타났다. 수기요법에서는 부황 31.2%, 지압 24.7%, 일반침 23.1%순으로 나타났다. 식이요법에서는 자연생식 18.7%, 호박 8.3%, 버섯 6.2%순으로 나타났으며 약물과 약초요법에서 이용빈도가 많은 것은 건강보조영양제 40.5%, 비타민 복용 18.2%, 향기요법 8.1%로 나타났다. 또한 생체전기자기는 전자기파 5.5%, 광선요법 2.3%, 열요법 2.1%로 나타났다<Table 3>.

3. 일반적 특성과 보완대체요법 이용 경험 유무와의 관련성

일반적 특성과 보완대체요법 이용 경험 유무와의 관련성은 <Table 4>와 같다. 종교($\chi^2=10.766$, $p=.029$), 직업($\chi^2=5.572$, $p=.018$), 호르몬 대체요법($\chi^2=5.798$, $p=.016$), 운동($\chi^2=7.719$, $p=.007$), 건강상태($\chi^2=12.708$, $p=.013$)가 보완대체요법 이용여부와 관련성이 있었다. 즉 불교를 믿는 군(33.0%)이 다른 종교를 가진 군보다 더 많이 보완대체요법을 이용하고 있었으며, 직업이 없는 군(39.3%)이 있는 군(10.4%)

<Table 1> General characteristics of subjects

(N = 603)

Characteristics	Categories	N(%)
Age(yr)	40-49	463(76.8)
	50-59	129(21.4)
	60 ↑	11(1.8)
Religion	None	127(21.1)
	Buddhism	311(51.6)
	Protestant	99(16.4)
	Roman Catholic	54(9.0)
	Others	12(2.0)
Job	Yes	211(35.0)
	No	392(65.0)
Education	Elementary	28(4.6)
	Middle school	92(15.3)
	High school	372(61.7)
	College and above	111(18.4)
Marital Status	Married	570(94.5)
	Separate	4(0.7)
	Divorce	13(2.2)
	Widow	16(2.7)
Monthly family income(10,000won)	<100	25(4.1)
	100-149	90(14.9)
	150-199	134(22.2)
	200-249	127(21.1)
	250-300	105(17.4)
	≥300	122(20.2)
Menoposal status	Premenopause	490(81.3)
	Menopause	113(18.7)
Hormone replacement therapy	Yes	56(9.3)
	No	547(90.7)
Exercise	Yes	312(51.7)
	No	291(48.3)
Somkong	Yes	16(2.7)
	No	587(97.3)
Drinking	Yes	194(32.2)
	No	409(67.8)
Health state	Very healthy	36(6.0)
	Healthy	246(40.8)
	Moderate	237(39.3)
	Unhealthy	77(12.8)
	Very unhealthy	7(1.2)

<Table 2> Use of alternative therapy

(N = 603)

Use	N(%)
Yes	385(63.8)
No	218(36.2)

보다 더 많이 보완대체요법을 이용하고 있었다. 또한 호르몬대체요법은 치료를 받아 본 경험이 없는 군(56.6%), 운동을 하는 군(35.7%), 건강상태가 건강하다고 지각하는 군(25.7%)이 더 많이 보완대체요법을 이용하고 있었다.

4. 보완대체요법 종류별 이용 경험에 따른 갱년기 증상

대체요법 이용 경험에 따른 갱년기 증상의 차이를 파악한 결과는 <Table 5>과 같다. 대체요법을 이용한 경험이 있는 대상자의 갱년기 증상은 53.4 ± 7.56 로 대체요법을 이용한 경험이 없는 대상자의 갱년기 증상 61.7 ± 9.89 보다 통계적으로 유의하게 낮게 나타나 대체요법을 이용한 중년여성이 갱년기 증상의 호소정도 낮음을 보여주었다($t=10.639, p=.000$).

또한 대체요법의 종류에 따른 갱년기 증상의 차이는 수기치료에서 통계적으로 유의한 차이를 보여 수기치료를 이용한 경우가 사용하지 않는 중년여성 보다 갱년기 증상의 호소정도가 낮음을 보여 주었다($t=-2.207, p=.028$)<Table 6>.

5. 보완대체요법 이용 양상

보완대체요법의 이용 양상에서 이용 동기는 보완대체요법의 이용 동기는 건강유지·증진을 위해서 63.0%, 증상의 완화를 위해서 28.8%, 질병의 치유 21.6% 순으로 나타났으며, 정보의 출처는 친구와 이웃을 통해서 31.4%, 가족과 친척을 통해서 28.8%, TV, 라디오, 인터넷을 통해서 26.4%로 나타났다. 또한 보완대체요법의 사용기간은 3개월 미만이 37.7%, 1년 이상이 24.5%,

3개월에서 6개월이 19.5%로 나타났다.

사용된 보완대체요법의 효과에서는 심리적 안정을 주는데 효과가 있었다가 35.3%, 증상을 완화시켜 주었다가 28.1%, 질병치유 23.6%로 나타났으며, 만족정도는 만족한다가 60.0%, 보통이다 20.8%, 매우 만족한다(9.9%)로 나타났다. 보완대체요법 중단 이유는 증상이 호전되어서 50.9%, 효과가 없어서 28.7%, 비용이 비싸서 6.5%로 나타났으며, 대체요법이 정통의료보다 좋은 이유는 부작용이 적다가 27.6%, 몸에 해가 안된다가 25.8%, 몸을 보호해준다가 21.9%로, 새로운 대체요법 소개시 일단시도해 보겠다고 41.3%, 의사와 의논 후 사용해 보겠다고 38.7%, 이용하지 않겠다고 8.3%로 나타났다<Table 7>.

IV. 논의

중년여성은 갱년기라는 여성의 정상적인 생애 주기 과정을 거치면서 신체적, 정신적으로 많은 심리적 변화를 경험하게 된다. 과거에는 갱년기는 인생의 한 과정이며 갱년기 동안 발생하는 증상들을 참고 견디야 한다는 생각이 지배적이었으나 최근에는 이런 변화를 극복하기 위해 능동적인 역할을 하는 여성의 수가 증가하고 있는 추세이다. 최근 미국에서는 갱년기의 증상을 관리하기 위해 45~60세의 여성의 80%가 보완 대체요법을 시행하고 있으며(Kaufert, Boggs, Ettinger, Woods & Utian, 1997), 보완대체요법이 호르몬 대체요법보다 훨씬 안전하다고 인식하며, 일부 여성들은 보완대체요법이 자신의 건강추구를 위해 유익하다는 생각을 가지고 있다고 보고 하였다(Katherine, Diana, Noea, Lynda & Andrea,

<Table 3> Kinds of using alternative therapy

(N = 385)

Range	Type	N(%)	Rank
Mind-body*	meditation	50(13.0)	1
	fringe therapy	8(2.1)	8
	gi Gong	12(3.1)	6
	yoga	45(11.7)	2
	danjoen	28(7.3)	3
	prayer	9(2.3)	7
	music therapy	21(5.5)	4
	flower therapy	6(1.6)	9
	dance therapy	13(3.4)	5
	total	192(50.0)	
Hand therapy*	acupress	95(24.7)	2
	anma	64(16.6)	6
	hand acupuncture	84(21.8)	4
	bee's sting	25(6.5)	7
	acupuncture	89(23.1)	3
	massage	17(4.4)	9
	cupping	18(4.7)	8
	moxibustion	66(17.1)	5
	gold acupuncture	120(31.2)	1
	foot reflexology	16(4.2)	10
	physical therapy	8(2.1)	12
	craniosacral therapy	3(0.8)	13
	chiropratic	9(2.3)	11
	total	614(159.5)	
Diet*	mushroom	24(6.2)	3
	black goat	4(1.0)	11
	natural uncooked food	72(18.7)	1
	gaesoju	7(1.8)	7
	enzyme	7(1.8)	7
	juice therapy	18(4.7)	4
	pumpkin	32(8.3)	2
	ginseng	17(4.4)	5
	charcoal powder	7(1.8)	7
	sunsilk	3(0.8)	12
	ginko nut	13(3.4)	6
	deer antler	7(2.3)	7
	total	211(55.2)	
Medication & herbal*	vitamin	70(18.2)	2
	aromatherapy	31(8.1)	3
	health supplement (iron, calcium,kitosan, squalene, medicine for circulation)	156(40.5)	1
	total	257(66.8)	
Bioelectromagnetic*	electromagnetic therapy	30(5.5)	1
	light therapy	9(2.3)	2
	heat therapy	8(2.1)	3
	total	47(9.9)	

<Table 4> Using alternative therapy according to general characteristic

(N = 603)

Characteristics	Categories	Using alternative therapy		x ²	p
		No N(%)	Yes N(%)		
Age(yr)	40-49	163(27.0)	300(49.8)	.820	.664
	50-59	51(8.5)	78(12.9)		
	60-64	4(0.7)	7(1.2)		
Religion	None	59(9.8)	68(11.3)	10.766	.029*
	Buddhism	112(18.6)	199(33.0)		
	Protestant	30(5.0)	69(11.4)		
	Roman Catholic	13(2.2)	41(6.8)		
	Others	4(0.7)	8(1.3)		
Job	Yes	63(10.4)	148(24.5)	5.572	.018*
	No	155(25.7)	237(39.3)		
Education	Elementary	9(1.5)	19(3.2)	5.129	.163
	Middle school	25(4.1)	67(11.1)		
	High school	146(24.2)	226(37.5)		
	College and above	38(6.3)	73(12.1)		
Marital Status	Married	207(34.3)	354(58.7)	3.126	.537
	Single	1(0.2)	8(1.3)		
	Separate	1(0.2)	3(0.5)		
	Divorce	4(0.7)	9(1.5)		
	Widow	5(0.8)	11(1.8)		
Monthly family income(10,000won)	<100	9(1.5)	16(2.7)	2.960	.706
	100-149	38(6.3)	52(8.6)		
	150-199	52(8.6)	82(13.6)		
	200-249	44(7.3)	83(13.8)		
	250-300	34(5.6)	71(11.8)		
	≥300	41(6.8)	81(13.4)		
Menopausal status	Premenopause	182(30.2)	308(51.1)	2.086	.352
	Menopause	36(6.0)	77(12.8)		
Hormone replacement therapy	Yes	12(2.0)	44(7.3)	5.798	.016*
	No	206(34.2)	341(56.6)		
Exercise	Yes	97(16.1)	215(35.7)	7.719	.007*
	No	121(20.1)	170(28.2)		
Smoking	Yes	4(0.7)	12(2.0)	.886	.347
	No	214(35.5)	373(61.9)		
Drinking	Yes	71(11.8)	123(20.4)	.025	.875
	No	147(24.4)	262(43.4)		
Health state	Very healthy	15(2.5)	21(3.5)	12.708	.013*
	Healthy	91(15.1)	155(25.7)		
	Moderate	95(15.8)	142(23.5)		
	Unhealthy	17(2.8)	67(11.2)		

* p<.05

2002). 이에 본 연구는 우리나라 중년여성의 보완대체요법의 이용경험과 종류를 알아보고, 보완대체요법 이용에 따른 갱년기 증상의 차이를 파악하고자 시도되었다.

본 연구에서 대체요법을 이용해 본 경험이 있는 대상자는 63.8%이었다. 이는 암환자를 대상으로 한 Choi 등(1998)의 63%, Park과 Lee(2000)의 56.9%, Seol 등(2002)의 45.7%, Lee 등(2002)의 55.6%, 만성질환자를 대상으로 한 Lee와 Park(1999)의 51.6% 보다 높게 나타났으며, 노인을 대상으로 한 Shin 등(2004)의 66.84%, 뇌졸중환자를 대상으로 한 Mok과 Cho(2004)의 71.6% 보다는 낮게 나타났다. 중년여성을 대상으로 한 Katherine 등(2002)의 연구에서는 76.1%가, Sara 등(2004)에서는 82.5%가 보완대체요법을 이용하였다. 이와 같이 보완대체요법 이용률이 연구마다 다양한 것은 각 연구 대상자의 문화적 차이

와 질병의 종류가 다르기 때문인 것으로 판단되며, 63.8%의 중년여성이 보완대체요법을 이용하고 있다는 점은 많은 중년여성이 보완대체요법을 이용한 경험이 있으며, 중년여성을 대상으로 보완대체요법에 대한 보다 체계적인 교육의 필요성을 시사하고 있다.

이용한 보완대체요법의 종류에서는 약물과 약초요법에서는 건강보조영양제 40.5%가 가장 많은 비율을 차지하였는데 수기요법에서는 부황 31.2%, 일반침 23.1%, 지압 24.7%, 수지침 21.8% 심신수련에서 기도명상이 13.0%, 요가가 11.7%가 많았으며, 식이요법에서는 자연생식 18.7%로 나타났다. Katherine 등(2002)의 연구에서도 건강보조 영양제 복용이 37.0%, 마사지 29.5%, 일반침 10.4%, 향기요법 4.6%로 나타났으며, Sara 등(2004)의 연구에서는 영양제 66.8%, phytoestrogens 55.8%, 향기요법

<Table 5> Difference in climacteric symptoms according to using experience of alternative therapy

(N = 603)

Use of alternative therapy	N(%)	mean(SD)	t	p
Yes	385(63.8)	53.4(7.56)	10.639	.000*
No	218(36.2)	61.7(9.89)		

* p<.05

<Table 6> Difference in climacteric symptoms according to using alternative therapy

(N = 385)

Using alternative therapy	N(%)	mean(SD)	t	p	
Mind-body	Yes	129(33.5)	53.2	-.485	.628
	No	256(66.5)	53.5		
Diet	Yes	131(34.0)	53.3	-.340	.734
	No	254(66.0)	53.7		
Hand	Yes	282(73.3)	52.1	-2.207	.028*
	No	103(26.7)	55.0		
Medication & Herbal therapy	Yes	197(51.2)	53.5	-.059	.953
	No	188(48.8)	53.5		
Bioelectromagnetic	Yes	34(8.8)	53.4	-.744	.462
	No	351(92.8)	54.6		

* p<.05

<Table 7> Using patterns of alternative therapy

(n=385)

Using patterns of alternative therapy		N(%)	Rank
Motive of use*	for complete cure of disease	82(21.6)	3
	for relieving symptoms	109(28.8)	2
	for health promotion	238(63.0)	1
	for psychological stabilization	75(19.8)	5
	for weight control	77(20.4)	4
	others	4(1.1)	
Source of information*	from family or relative	109(28.8)	2
	friends or neighbors	119(31.4)	1
	doctor or nurse	37(9.8)	5
	TV, radio, internet	100(26.4)	3
	book, newsletter	33(8.7)	6
	others	14(3.7)	7
	oneself	59(15.6)	4
Using duration of alternative therapy	3month ↓	145(37.7)	1
	3 - 6 month	75(19.5)	3
	6 - 12 month	52(13.5)	4
	12 month ↑	94(24.5)	2
	no response	19(4.9)	
Effectiveness of used alternative therapy	cure disease	91(23.6)	3
	relieving symptoms	108(28.1)	2
	giving psychological relief	136(35.3)	1
	never help	35(9.1)	4
	no response	15(3.9)	
Satisfaction of used alternative therapy	very satisfaction	38(9.9)	3
	satisfaction	231(60.0)	1
	moderate	80(20.8)	2
	disatisfaction	23(6.0)	4
	very dissatisfaction	3(0.8)	5
	no response	10(2.6)	
Reason that stop alternative therapy*	nearly ineffectual	111(28.7)	2
	relieving symptoms	196(50.9)	1
	too expensive	25(6.5)	4
	objection of medical person	2(0.5)	6
	objection of family	4(1.0)	5
	alternative therapy is not scientific	47(12.2)	3
Reason that prefer to alternative therapy*	no harm to body	86(25.8)	2
	protecting body	73(21.9)	3
	no side effect	92(27.6)	1
	effective	40(12.0)	4
	economy of time	25(7.5)	7
	cost effective	39(11.7)	6
	giving clients psychological relief	4(1.2)	9
	be kind to persons	40(12.0)	5
	others	12(3.6)	8
If new alternative therapy's recommendation, have a intention to utilize	Yes	159(41.3)	1
	After consult a medical person, try on new alternative therapy	149(38.7)	2
	No	32(8.3)	3
	no response	45(11.7)	

* multiple response

41.3% 등으로 나타났다. Dawn과 Laura(2005)에서는 spiritual healing, prayer, herbal medicine이 가장 흔히 사용되었다고 보고하였다. 국내의 선행연구들(Son & Suh, 1998; Son, 2000)에서도 대상자들이 건강보조영양제, 자연생식의 비율이 높게 나타났는데 이는 부적절한 식습관과 생활태도의 문제로 인해 질병이 발병된다는 인식에 의해서 시행되는 건강행위로 볼 수 있다.

일반적 특성과 보완대체요법 이용 경험유무와의 관련성은 종교($\chi^2=10.766$, $p=.029$), 직업($\chi^2=5.572$, $p=.018$), 호르몬대체요법($\chi^2=5.798$, $p=.016$), 운동($\chi^2=7.719$, $p=.007$), 건강상태($\chi^2=12.708$, $p=.013$)가 보완대체요법 이용여부와 관련성이 있었다. Shin 등(2004)의 연구에서는 성별과 보완대체요법 이용 유무와 유의한 관련성이 있어 남자보다 여자가 대체요법을 더 많이 이용하였으며, Lee와 Park(1999)의 연구에서는 연령과 종교에 유의한 관련성이 있었고, Mok과 Cho(2004)의 연구에서는 일반적 특성과는 유의한 관련성 없는 것으로 나타났다. 암환자를 대상으로 한 Seol 등(2002)의 연구에서는 연령, 결혼상태, 직업에 유의한 관련성이 나타났다. Patterson(2002)의 연구에서는 대졸이상의 높은 교육수준, 고소득자, 여성, 35~59세의 연령군에서 보완대체요법을 가장 많이 이용하는 것으로 나타났으며, 미국여성을 대상으로 한 Dawn과 Laura(2005)의 연구에서는 나이가 많을수록, 교육을 더 많이 받을수록, 건강이 나쁠수록 보완대체요법을 더 많이 이용한 것으로 나타나 대체적으로 일관성 있는 결과를 제시하지 못하고 있는 실정이다. 이는 보완대체요법 시행에 미치는 변수와 시행과정의 영향요인이 정확히 밝혀지지 않는 상태임을 시사하고 있으며, 보완대체요법의 시행은 단순한 요인의 작용이 아닌 복잡하고 다양한 요인이 작용하고 있다고 할 수 있겠다.

대체요법 이용 경험에 따른 갱년기 증상의 차이는 대체요법을 이용한 경험이 있는 대상자

가 대체요법을 이용한 경험이 없는 대상자보다 갱년기 증상의 호소정도가 낮음을 보여주었으며($t=10.639$, $p=.000$), 대체요법의 종류에 따른 갱년기 증상의 차이는 수기치료를 이용한 경우가 사용하지 않는 중년여성보다 갱년기 증상의 호소정도가 낮았다($t=-2.207$, $p=.028$). Sara 등(2004)의 연구에서 약물과 약초요법, 식이요법이 갱년기 증상 중에서 불안과 혈관운동 증상을 유의하기 감소시켰으며, Katherine 등(2002)의 연구에서는 수면장애 증상은 명상요법(스트레스관리)에서 3배 정도 감소하였으며, 식이요법이 폐경증상을 관리하는데 도움을 주었으며 더욱이 폐경증상을 관리하기 위하여 이용한 보완대체요법이 유의한 것으로 보고하였다. 비록 갱년기 증상을 완화시키는 대체요법의 종류는 다르지만 보완대체요법이 갱년기 증상을 완화시키는 데 유의한 것은 본 연구와 일치하였다. 따라서 건강실무 종사들은 중년여성에게 갱년기 증상 완화를 위한 보완대체요법에 대한 유용성에 정보를 제공하기 위해 보완대체요법에 대한 새로운 관점을 가지며 향후 이것의 과학적인 검정을 통한 결과들에 관심을 가져야 될 것으로 기대된다.

보완대체요법의 이용양상의 조사에서 이용동기는 건강유지·증진을 위해서 63.0%, 증상의 완화를 위해서 28.8% 순으로 나타났는데, Shin 등(2004)의 연구에서는 완치를 위해서, Park과 Chung(1995)의 유방암환자를 대상으로 한 민간요법 조사연구에서는 대체요법을 불안감 제거를 위해 가장 많이 사용한 것으로 나타났다. 뇌졸중 환자를 대상으로 한 Mok과 Cho(2004)의 연구에서는 치료에 효과가 있을 것 같아서로, 당뇨병 환자를 대상으로 한 Lee(2001)의 연구에서는 대체요법에 대한 신뢰감으로 나타났다. 본 연구의 대상자인 중년 여성은 건강을 유지 증진하기 위해 대체요법을 많이 이용하는 것으로 보다 적극적인 자세로 중년 시기를 건강하게 보낼려는 기대감이 더

높은 것으로 사료된다.

정보의 출처는 친구와 이웃을 통해서 31.4%, 가족과 친척을 통해서 28.8%, TV, 라디오, 인터넷을 통해서 26.4%로 나타났는데, Seol 등(2002), Lee(2001)의 연구에서는 가족 및 친지의 의해 얻은 경우가 친구와 이웃을 통해서 정보를 얻는 경우가 보다 높게 나타나 본 연구와 차이를 보였는데, 이는 중년여성의 경우 친구와 이웃과 밀접한 관계를 유지하면서 건강과 관련된 정보를 얻는 것으로 사료된다. 사용기간은 3개월 미만이 37.7%, 1년 이상이 24.5%로 나타났으며 Lee과 Park(1999)의 연구에도 3개월 미만이 51.5%로 가장 높게 나타나 본 연구와 일치를 보였다.

사용된 보완대체요법의 효과에서는 심리적 안정을 주는데 효과가 있었다가 35.3%, 증상을 완화시켜 주었다가 28.1%로 나타났는데, 심리적으로 안정을 준다는 이점을 인정함에 따라 보완대체요법이 다분히 심리적인 측면과 더불어 서양의학과는 달리 인체의 자율적인 치유능력을 회복시키는데 역점을 둘 수 있었다. 만족정도는 만족한다가 61.6%, 보통이다 21.3%로 나타났는데, Lee(2001)의 연구에서는 과반수 이상이 효과가 있었다고 보고 하였으며, Nam 등(1994)도 당뇨병 환자들의 80%에서 효과가 없는 것으로 보고하였고, Choi 등(1998)와 Lee 등(1998)의 연구에서는 각각 66.3%, 92.7%에서 긍정적 반응을 보인 것으로 나타났다. 그러나 Vechio(1994)의 연구에서는 관절염 환자의 보완대체요법 사용에 관한 만족도는 의사의 치료에 대한 만족도 보다 낮았다고 하였고, 암환자를 대상으로 한 Begbie, Kerestes와 Bell(1996)의 연구에서도 같은 결과를 보였다. 이와 같이 연구대상자들에 따라 만족과 불만족의 비율이 상반된 차이를 보인 것으로 보아 앞으로 대상자들의 주관적인 견해에 주목하여 세밀하게 관찰해 볼 필요가 있겠다.

보완대체요법 중단 이유는 증상이 호전되어

서가 50.9%, 효과가 없어서 28.7%로 나타났으며, 대체요법이 정통의료보다 좋은 이유는 부작용이 적다가 27.6%, 몸에 해가 안된다가 25.8%로, 새로운 대체요법 소개시 일단시도해 보겠다는 46.8%, 의사와 의논 후 사용해 보겠다는 43.8%로 나타났는데 Choi(1998)은 전체 대상자의 20.6%만이 의료인과 상의한 적이 있다고 보고하였고 Seol 등(2002)의 연구에서는 효과가 있다면 사용하겠다는 41.3%로 나타나 과학적인 검증보다 효과가 있으면 사용하겠다는 대상자가 증가한 상태에서 향후 보완대체 요법에 대한 효과 및 유용성에 대한 검증이 보다 필요하다고 여겨진다.

결론적으로 중년여성들은 건강을 유지증진하기 위하여 다양한 대체요법에 관심을 갖고 사용하고 있으며, 대체요법이 중년여성의 갱년기 증상을 완화시키는데 영향을 주는 것으로 밝혀졌다. 이 결과를 바탕으로 볼 때 건강한 중년의 시기를 보내기 위하여 적절한 예방적 건강행위를 도모함에 있어 중년여성에게 대체요법의 대한 정확한 정보를 제공할 필요가 있다고 사료된다.

V. 결론

본 연구는 중년여성의 보완대체요법 이용 양상과 이에 따른 갱년기 증상 정도를 파악하기 위한 서술적 조사 연구이다. 연구대상 및 자료수집 기간은 2004년 4월 1일부터 2004년 7월 31일까지 부산과 경남에 위치하고 있는 P대학, I대학, C대학 간호학과에 재학하고 있는 학생의 40~64세 어머니를 대상으로 자료를 수집하였다. 연구도구는 총 48문항으로 일반적 특성 12문항, 보완대체요법 이용에 관련된 문항 11문항, 갱년기 증상 25문항으로 구성되어있다. 자료분석은 SPSS 10.0 프로그램을 이용하여 실수와 백분율, chi-square, t-test로 분석하였다.

본 연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 보완대체요법을 이용해 본 대상자는 63.8%였으며, 심신수련에서 기도명상이 13.0%, 요가가 11.7%, 단전호흡인 7.3%로 나타났다. 수기요법에서는 부황 31.2%, 지압 24.7%, 일반침 23.1%, 수지침 21.8% 순으로 나타났다. 식이요법에서는 자연생식 18.7%, 호박 8.3%, 버섯 6.2%순으로 나타났으며 약물과 약초요법에서 이용빈도가 많은 것은 건강보조영양제 40.5%, 비타민 복용 18.2%, 향기요법 8.1%로 나타났다. 또한 생체전기자기장은 전자기파 5.5%, 광선요법 2.3%로 나타났다.
2. 일반적 특성과 보완대체요법 이용 여부와 의 관련성은 종교($\chi^2=10.766, p=.029$), 직업($\chi^2=5.572, p=.018$), 호르몬대체요법($\chi^2=5.798, p=.016$), 운동($\chi^2=7.719, p=.007$), 건강상태($\chi^2=12.708, p=.013$)가 통계적으로 유의한 관련성이 있었다.
3. 보완대체요법 이용 경험에 따른 갱년기 증상은 보완대체요법을 이용한 경험이 있는 대상자의 갱년기 증상(53.4 ± 7.56)이 보완대체요법을 이용한 경험이 없는 대상자의 갱년기 증상(61.7 ± 9.89)보다 통계적으로 유의하게 낮게 나타났다($t=10.639, p=.000$). 보완대체요법의 종류에 따른 갱년기 증상의 차이는 수기치료에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다($t=-2.207, p=.028$)
4. 보완대체요법의 이용 동기는 건강유지·증진을 위해서(63.0%)가 가장 높았으며, 정보의 출처는 친구와 이웃을 통해서(31.4%), 사용기간은 3개월 미만(37.7%)이 가장 높았다. 사용된 보완대체요법의 효과에서

는 심리적 안정을 주는데 효과가 있었다(35.3%)가, 만족정도는 만족한다(60.0%)가, 보완대체요법 중단 이유는 증상이 호전되어서(50.9%)가 가장 응답을 많이 하였으며 보완대체요법이 정통의료보다 좋은 이유는 부작용이 적다가 27.6%, 새로운 보완대체요법 소개시 일단시도해 보겠다 41.3%로 나타났다.

이상의 연구결과에서 중년여성은 다른 대상자에 비해 보완대체요법의 사용빈도가 높고, 보완대체요법을 사용한 중년여성이 사용하지 않는 중년여성보다 갱년기 증상의 호소 정도가 낮은 것으로 나타났다. 또한 중년여성들이 건강을 유지 증진하기 위해 건강보조 영양제, 부황, 지압, 일반침, 수지침 등의 보완대체요법을 선호함을 알 수 있었다. 한편, 본 연구는 일부지역의 중년여성을 대상으로 하였으므로 결과에 대한 해석에 제한이 있으나 중년 여성의 갱년기 증상을 예방하기 위하여 활용가능한 간호중재술 개발을 위한 기초자료가 되리라 생각한다.

제언

이상과 같은 결론으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

- 1) 본 연구를 바탕으로 대표성 있는 표본을 선정하여 본 연구의 반복 연구를 제언한다.
- 2) 중년여성이 호소하는 다른 심리사회적 변수와 보완대체요법이용 양상에 따른 관계에 대한 연구를 제언한다.
- 2) 본 연구결과를 근거로 이용빈도가 높은 보완대체요법의 효과를 검증하는 연구를 제언한다.

참고문헌

- Begbie, S.D., Kerestes, Z.L., & Bell, D.R.(1996). Patterns of alternative medicine use by cancer patients. *MJA*, 165(18), 545-548.
- Choi, Y.J., Chung H.W., & Choi S.Y.(1998). A Study on the use of alternative medicine for cancer patients admitted at a hospital. *J Korean Public Health Assoc*, 24(2), 167-181.
- Chung, H.R.(1995). *The relationship between attitude on menopause and menopausal symptoms*. A Thesis for a Master's degree of Korea University, Seoul.
- Dawn, M., & Laura C.(2005). Use of complementary and alternative medicine among american women. *Women's Health Issues*, 15, 5-13.
- Eisenberg, D., David R.B., Ettner, S.L., Appel, S., Wilkey S., & Rompay, M.(1998). Trends in alternative medicine use in the United States, 1990-1997. *JAMA*, 280, 1569-1575.
- Ernst, E.(2000). The role of complementary and alternative medicine. *BMJ*, 321(4), 1133-1135.
- Katherine, M.N., Diana, S.M., Noea, L.K., Lynda, A.A., & Andrea Z.L.(2002). Use of alternative therapies for menopause symptoms: results of a population-based survey. *Obstet Gynecol*, 100, 18-25.
- Kaufert, P., Boggs, P., Ettinger, B., Woods, N.F., & Utian, W.H.(1997). Women and menopause; beliefs, attitudes and behaviors. The North American Menopause Society 1997 survey. *Menopause*, 5(4), 197-202.
- Kim, M.H.(1998). On the relationship between menopausal symptoms and spiritual well-being. *J of Korean Academy of Women's Health Nursing*, 4(1), 38-51.
- Lee, Y.J., & Park H.S.(1999). A study on use of alternative therapy in chronic ill patients. *J of Korean Academy of Fundamental of Nursing*, 6(1), 6-113.
- Lee, E.I., Shin, Y.C., Lee, J.H., Kim, S.D., Kim, H.J., & Jo, M.S.(2002). Use of complementary and alternative medicine in cancer patients at 7 general hospitals in Seoul. *J Korean Public Health Assoc*, 28(3), 225-238.
- Lee, K.S., Ahn, H.S., Hwang, L.I., Lee, Y.S., & Koo, B.H.(1998). Utilization of alternative therapies in cancer patients. *J Korean Cancer Assoc*, 30(2), 203-213.
- Lee, M.S.(2001). A Survey of utilization of complementary alternative Medicine in Diabetes Mellitus, *J of Korean Academy of Nursing*, 31(1), 7-19.
- Lim, N.Y., Song, G.A., Hong, Y.H., Kim, J.I., Kim, K.H., Cho, N.O., & Han, K.S.(2001). *Complementary and alternative therapy and nursing*. Seoul ; Sumonsa
- Mok, S.A., & Cho, M.O.(2004). Utilization of alternative complementary remedies of stroke patients. *J of Korean Academy of Adult Nursing*, 16(3), 432-441.
- Moon, H.W.(2004). A study on the use of the complementary and alternative therapy in female cancer patients. *Women Health*, 5(2), 19-44.
- Nam, M.S., Kim, K.R., Cho, J.H., Lee, K.M., Park, H.Y., Lee, E.J., Lim, S.K, Lee, H.C., & Huh, K.B.(1994). A Study on the folk remedies by the questionnaires in korean diabetic patients. *Diabetes*, 18(3), 242-248.
- Neugarten, B.L., & Kraine, R.J.(1965). Menopausal symptoms in women of various ages. *Psychosomatic Medicine*. 27, 266-273.

- Park, H.S., & Lee, Y.M.(2000). A study on use of alternative therapy in cancer patients. *The Korean Journal of Rehabilitation Nursing*, 3(2), 212-227.
- Park, J.M., & Chung, B.Y.(1995). Folk remedies used by patients with breast cancer. *J of Korean Academy of Nursing*, 25(3), 419-430.
- Patterson, R.E.(2002). Types of alternative medicine used by patients with breast, colon, or prostate cancer; predictors, motives, and cost. *The Journals of alternative and complementary medicine*, 8(4), 477-485.
- Sara, G.B., Debra, A., Helen, S., & Philippa L.W.(2004). The use of complementary and alternative medicine by menopausal women in south east queensland. *Women's Health Issues*, 14, 165-171.
- Scrutton, S.(1992). *Allopathic medicine: The medicalization of old age*. London; Compman & Hall.
- Seol, K.L., Choi, S.Y., & Lee J.I.(2002). Original Articles : A Study on the use, understanding and satisfaction with alternative therapy for hospitalized cancer patients. *J Korean Public Health Assoc*, 28(2), 198-211.
- Shin, K.R., Park, S.Y., & Shin, S.J.(2004). A study on use of alternative therapies in elderly. *J of Korean Academy of Adult Nursing*, 16(3), 111-122.
- Son, H.M., & Suh, M.J.(1998). A Survey of utilization of alternative therapies in chronic liver disease. *J of Korean Academy of Adult Nursing*, 10(1), 134-147.
- Son, H.M.(2000). *The Experiences of Patients Seeking Alternative Therapies for Chronic Liver Disease: The Process of Jagi Momdasrim*. A Thesis for a Doctor's degree of Seoul University, Seoul.
- Vecchio, P.C.(1994). Attitudes to alternative medicine by rheumatology outpatient attenders. *J of Rheumatology*, 21(1), 145-147.
- Williamson, A.T., Fletcher, P.C., & Dawson, K.A.(2003). Complementary and alternative medicine; Use in an older population. *J of Gerontological Nursing*, 29, 20-28.