

여고1학년 학생들의 월경양상에 대한 조사연구(I)

*동의대학교 한의과대학 부인과학교실

**동의대학교 정보통계학과

조영진*, 조혜숙*, 김미진*, 엄윤경*, 유주희*, 이인선*, 김규곤**

ABSTRACT

The Research for First Grade High School Girl Students' Menstruation(I)

Cho young Jin*, Cho Hye Sook*, Kim Mi Jin*, Um Yun Kyung*,
Yu Ju Hee*, Lee In Seon*, Kim Kyu Kon**

*Dept. of OB&GY of Oriental Medicine, Dong-Eui University

**Dept. of Information Statistics, Dongeui university

Purpose : Because girls at puberty are lack in sex ability, temporary menstruation disorder can be occurred. This disorder is considered that will be disappeared as growing, so people used to leave the disease untreated and just watched. But clinically I frequently experience not to disappear. So I have carried out this study to investigate the actual condition of young girls's menstrual disorders.

Methods : I researched 440 high school girls in Pusan by Menstruation Diary which I made about menstrual cycle, duration, amount and pain. The results were managed by the statistics.

Results :

1. Menstrual cycle

- 1) In disorder of menstrual cycle, persons who have late menstruation are more than persons who have premature menstruation.
- 2) Persons who have normal menstrual cycle are in 124 persons(28.51%), the others who have severe premature menstruation or late menstruation more than one time for 4-7 months are in 311 persons.(71.49%)

2. Menstrual duration and amount

- 1) Persons who have normal menstrual amount are in 66-89%, hypermenorrhea is in 1-11%, hypomenorrhea is in 5-21%.
- 2) In the study of menstrual duration, persons more than one thirds are irregular in thier menstrual amount every menstruation.
- 3) In the study of MMQ, persons who are irregular in thier menstrual amount every menstruation are in 125persons.(29.76%)

3. Menstrual pain

- 1) Persons who have slight menstrual pain are in 289 persons(65.98%), the middle is in 86 persons(19.63%), the severe is in 34 persons(7.76%) by MMP.
- 2) Persons who are irregular in thier menstrual pain every menstruation are in 145 persons.(33.11%)

Conclusion : In menstrual cycle, there are more persons who have irregular menstrual cycle than normal.(71.49%) In menstrual duration and amount, more persons have normal menstrual amount.(66-89%) In menstrual pain, persons who have slight menstrual pain are the most.(65.98%)

Key Wodrs : Menstruation Diary, Menstrual Cycle, Menstrual Duration, Menstrual Amount, Menstrual Pain

※ 이 논문은 동의대학교 연구비를 받은 논문임

I. 서론

청소년기는 특히 월경장애가 잘 유발되는 시기로 차후 성인이 된 후의 생식생리에 영향을 미칠 수 있다¹⁾.

월경장애의 정확한 빈도와 발병률은 명확히 확인되지 않았지만 선행연구²⁾에서 사춘기가 지난 여성의 약 50%에서 월경곤란증을 느끼고 그중 10%는 매달 1-3일 동안 아무런 일을 할 수 없을 정도로 무력감을 느끼게 된다고 하였다^{3,4)}.

고등학생을 대상으로 월경 불편감을 알아본 연구⁵⁾에서 93%가 월경시 불편감이 있다고 하였고 이들 중 70%가 약물을 복용한 적이 있다고 하였다. 조 등⁶⁾의 보고 의하면 여고생의 불규칙 월경의 빈도는 28.3%, 월경통을 호소하는 학생 73.8%, 이차성 무월경 16.2%로 나타났으며, 월경에 대한 문제점으로 77.8%가 월경통을, 53.5%가 불규칙 월경을 호소하였다.

그러나 월경장애의 높은 빈도에도 불구하고 월경장애는 그동안 여성의 배란주기에 따라 주기적으로 나타나는 것이고, 그것이 별로 심각하지 않은 정도에서 일상생활을 주기적으로 방해하는 정도로 당연히 겪어야 한다고 생각하여 의학적으로 심각하게 다루어지지 않았다. 월경장애의 경우 약물이나 대증요법, 수술요법 등 다양한 방법으로 접근하고 있으나 대부분의 청소년은 월경으로 인한 통증을 완화하기 위한 가장 손쉬운 대처방법 중의 하나인 진통제를 복용하며, 진통제는 우리나라 실정상 의사의 처방 없이도 누구나 손쉽게 구할 수 있기 때문에 자기 스스로 필요하다고 인정할 경우 진통제를 남용하기가 쉽다. 그러나 진통제의 사용은 일시적인 증상의 경감에 불과한

것이며 과량 복용이나 장기 연용하게 될 때 약물에 의존하게 되며 습관화될 수도 있어 많은 신체적·정신적 문제점을 야기시킨다⁷⁾. Chambers 등⁸⁾도 58.3%에서 75.9%가 월경시 동통으로 약물을 복용한 적이 있다고 하였고 이들 중 몇몇은 약물을 부적절하게 사용하였다고 하였다.

한의학에서는 14세부터 18세까지의 청소년기를 腎氣가 평균해지는 시기 즉 여성에게 있어 시상하부-뇌하수체-난소축의 기능이 정상화되는 시기로 보는데^{9,10)}, 이 시기에 한냉에의 노출, 부적절한 식생활(과식, 불균형한 식사, 불규칙한 식사, 절식 등), 정신적 스트레스 등은 기혈의 흐름을 방해하여 衝任(난소기능과 유사함)의 성숙에 이상이 초래되므로^{11,12)} 18세가 되어도 월경이 고르지 못하거나 심한 생리통 등으로 고생하게 된다고 본다. 그런데 현재 한국 청소년의 사회적, 문화적 행태가 이러한 위험에 무방비 상태라고 할 수 있으며, 현대에는 이러한 월경장애를 전신적 증상의 한 표현으로 보지 않고 단지 월경의 장애로만 보고 방치하는 경우가 허다하다.

그러나 한의학에서는 調經이라는 항목을 두어 여성이 정상적으로 월경을 행하는 것을 매우 중시하는데, 이는 월경을 여성 성주기의 한 표현이라는 단순한 의미가 아닌 여성 생식기와 전신 신체 기능의 정상여부를 암시하는 중요한 건강의 지표가 됨과 동시에 치료의 지표가 된다고 보고 있기 때문이다^{11,12)}.

이에 본 연구에서는 실제 청소년들의 월경장애의 유형 및 빈도를 알아보고, 그들의 건강 이상 정도를 한의학적으로 살펴보고자 본 연구를 하였다.

II. 연구방법

1. 연구대상 : 부산시내 ○○여고 1학년 학생 448명을 대상으로 2004년 9월 1일에서 2005년 2월 28일까지 6개월간 월경현상을 조사하였다. 조사는 자체 제작한 월경력 수첩으로 하였으며 해당학교 양호교사의 도움으로 매주 1회 수첩을 나누어주고 변동사항을 기록하는 형식으로 진행하였다. 이 가운데 일부는 2004년 8월의 월경현상을 함께 기록하였으며 일부는 도중에 조사에 응하지 않아 개인별로 조사 개월 수에 다소 차이가 있어 조사 개월 수가 4개월 이상인 학생 440명의 결과를 분석하였다.

2. 연구내용 : 월경현상을 조사하기 위하여 월경주기, 출혈기간, 출혈량과 출혈양상, 월경통의 정도를 묻는 설문지를 자체 제작하였다. 월경통과 월경량을 측정하기 위하여 **李 등¹³⁻¹⁶⁾**이 발표한 월경량과 월경통 측정도구를 사용하였으며 MMP(Measurement of Menstrual Pain), MMQ(Measurement of Menstrual Quantity)를 구하여 조사에 활용하였다.

1. 월경주기 조사

- 1) 조사 기간동안의 월경횟수를 조사월 수 4, 5, 6, 7개월에 대하여 조사하였다.
- 2) 개인별 평균 월경주기를 조사하였다.
- 3) 개인별로 월경 시작 일을 기록하도록 하여 4~8회의 월경동안 월경주기의 변화를 조사하였다.

2. 월경기간 조사

월경기간의 조사는 월경출혈양상을 '① 조금씩 묻는다. ② 조금씩 흐른다. ③ 많

다 ④ 심하다'로 나누어 매일의 출혈양상을 월경일지에 표시하도록 하였다.

결과는 '① 조금씩 묻는다'를 포함한 총 출혈일수(1포함 월경기간, 이하 '기간1'), '① 조금씩 묻는다'를 제외한 총 출혈일수(②③④로 표시된 날 수, 1제외 월경기간, 이하 '기간2'), '② 조금씩 흐른다.' 이하를 제외한 총 출혈일수(③④로 표시된 날 수, 양이 많은 날 수, 이하 '기간3') 등으로 나누어 각각의 평균 월경기간, 매 월 월경기간의 변화양상을 함께 조사하였다.

또한 **李 등¹⁴⁾**의 월경량 측정도구를 이용하여 월경량을 MMQ로 나타내고, 평균 MMQ 값과 매월의 변동양상 및 편차를 조사하였다. 또 이상의 월경기간 중 어느 것이 MMQ 값과 상관있는지를 살펴보았다.

3. 월경통(MMP) 조사

또한 **李 등¹³⁾**의 월경통 측정도구를 이용하여 월경통을 MMP로 나타내고, 평균 MMP 값과 매월의 변동양상 및 편차를 조사하였다.

3. 통계분석:

- 1) 통계분석 도구는 윈도우용 SAS 시스템 9.1판을 사용하였다.
- 2) 불성실 응답자의 데이터를 정제하기 위하여 PROC CORR에서 구한 상관계수가 0.6이상인 문항간에 1-5, 1-4, 2-5 등으로 상반되게 대답한 응답자를 제외시켰다. 예를 들어 45번 문항에서 1 또는 2에 체크한 응답자는 49번 문항에서 1 또는 2에 체크해야 하지만 4 또는 5에 체크한 응답자는 불성실 응답자로 분류하여 病機별 점수함수를 구하는 단계까지의 분석과정에서는 제외시켰다.
- 3) 조사 개월 수, 월경횟수, 월경주기,

MMP의 변화, MMQ이 변화 등에 대한 도수분석을 하는데는 PROC FREQ를 사용하였다.

4) 평균월경주기, 평균월경기간, MMP, MMQ 등의 평균분석을 위해서는 PROC MEANS를 사용하였다.

Ⅲ. 연구결과

총 조사학생은 448명이었으며 3개월 이하 조사자 8명을 제외한 440명의 결과를 분석하였다. 조사는 2004년 9월부터 2005년 2월까지 진행하였는데 이 중 일부는 2004년 8월부터 작성하였고 일부는 도중에 작성을 중지하여, 결과적으로 조사 개월 수는 4개월 30명 6.82%, 5개월 175명

39.77%, 6개월 211명 47.95%, 7개월 24명 5.45% 이었다. 4개월 이상 조사자의 월경 횟수는 <표 1>과 같다.

대략 한 달에 한 번 월경하는 것을 정상으로 볼 때 조사 개월 수와 월경횟수가 같은 4 개월 4회, 5개월 5회, 6개월 6회, 7개월 7회 월경을 한 191명 43.41%만이 이에 속하였다. 조사 개월 수 보다 월경횟수가 적은 경우는 월경후기에 해당하는데 214명 48.64%, 조사 개월 수 보다 월경횟수가 많은 경우는 월경선기에 해당하는데 35명 7.95%가 이에 해당하였다. 이 가운데 6개월 조사에서 2명 0.45%는 무월경, 3명 0.68%는 1회만 월경을 하였다.

<표 1> 조사대상자의 조사 개월 수와 월경횟수

	0회	1회	2회	3회	4회	5회	6회	7회	8회	계
4개월	0 0.00	2 6.67	4 13.33	13 43.44	10 33.33	1 3.33	0 0.00	0 0.00	0 0.00	30
5개월	0 0.00	0 0.00	1 0.57	13 7.43	40 22.86	98 56.00	21 12.00	2 1.14	0 0.00	175
6개월	2 0.95	1 0.47	3 1.42	15 7.11	44 20.85	56 26.54	80 37.91	10 4.74	0 0.00	211
7개월	0 0.00	0 0.00	0 0.00	4 16.67	6 25.00	4 16.67	6 25.00	3 12.50	1 4.17	24
	2	3	8	45	100	159	107	15	1	440

1. 월경주기 조사

조사대상자의 개인별 평균 월경주기를 살펴 보았다.

월경주기는 '① 20일 이하, ② 21-23일, ③ 24-26일, ④ 27-29일, ⑤ 30-32일, ⑥ 33-35일, ⑦ 36-39일, ⑧ 40일-45일, ⑨ 45일 - 2달, ⑩ 62일 - 3달, ⑪ 3달이상(93일 이상)'으로 나누어 조사하였으며, ①은 빈발 ②는 중중선기 ③은 선기, ④⑤는 정상 ⑥⑦은 후기 ⑧⑨는 중중후기 ⑩⑪은 회발로 보았다.

조사대상자 중 2명은 무월경, 3명은 1회만 월경을 하여 주기를 알 수 없으므로 모두 435명의 결과를 분석하였다.

개인별 평균 월경주기가 27일~32일로 비교적 정상적인 사람이 185명 42.53%이었으며 월경주기 23일 이하의 월경선기는 7명 1.61%, 월경주기 40일이하의 월경후기는 119명 27.36%로 월경후기가 상대적으로 많았다.

<표 2> 개인별 평균 월경주기

빈발	중증선기	선기	정상	후기	중증후기	희발	계
1	6	23	185	101	101	18	435
0.23	1.38	5.29	42.53	23.22	23.22	4.14	100.00

평균월경주기는 월경주기가 或先或後로 불규칙한 경우에 오히려 정상적으로 나올 수 있으므로 조사대상자의 총 월경주기를 살펴 보았다. 조사대상자의 총 월경은 2104회이었으며 이 가운데 조사 1회째의 월경은 주기를 알 수 없으므로 주기를 알 수 있는 1666회의 월경주기에 대하여 조사하였다.

가장 짧은 월경주기는 6일, 가장 긴 월경주기는 131일이었으며 이들의 월경주기 분포는 27일~32일로 비교적 정상적인 사람이 643명 38.60%이었으며 월경주기 23일 이하의 월경선기는 163명 9.78%, 월경주기 40일 이하의 월경후기는 332명 19.23%이었다<표 3>.

<표 3> 조사대상자의 총 월경주기

빈발	중증선기	선기	정상	후기	중증후기	희발	계
87	76	211	643	317	242	90	1666
5.22	4.56	12.67	38.60	19.03	14.53	5.40	100.00

개인별로 매 회의 월경주기가 얼마나 일정한지를 알아보기 위하여 개인별 월경주기의 변화를 조사하였다. 여기서 월경선기와 월경후기는 이들이 정상주기, 중증선기 이상, 중증후기 이상의 주기와 동반되는 정도를 보아 판단하였으며, 개인별로 총 월경횟수의 반 이상을 차지하는 경우 우세로 판정하였다.

예를 들어 설명하면 아래와 같다.

① 5회의 월경이 정상주기 1회, 선기 4회면 선기, 정상이 겹하며 선기우세로 본다.

② 4회의 월경 중 선기 2회, 중증선기 1회, 빈발 1회면 선기로 본다

③ 5회의 월경이 정상주기 3회, 선기 2회면 선기, 정상이 겹하며 정상우세로 본다.

④ 3회의 월경이 선기 1회, 후기 1회,

희발 1회면 선기, 후기가 겹하며 후기우세로 본다.

⑤ 7회의 월경이 빈발 1회, 중증선기 1회, 정상 4회, 후기 1회면 선기, 후기, 정상이 겹하며 정상우세로 본다.

⑥ 월경주기가 모두 27-32일에 있으면 정상으로 본다.

⑦ 월경주기가 모두 26일 미만이면 선기로 본다.

⑧ 월경주기가 모두 33일 이상이면 후기로 본다.

⑨ 월경주기가 선기, 정상, 후기가 섞여 있으면서 어느 주기도 과반이 넘지 않으면 어느주기가 우세하다고 판정하지 않는다. 즉 월경을 4회한 학생이 정상 2회 선기 1회, 후기 1회라면 어느 것도 우세하지 않은 것으로 판정하였다.

<표 4> 개인별 월경주기의 변화

선기	정상	후기	주기부정					계
			선기, 정상	후기, 정상	선후	선후, 정상	계	
3	22	64	45	131	59	111	346	435
0.69	5.06	14.71	10.34	30.11	13.56	25.52	79.54	100.00

개인별 월경주기의 변화는 모든 주기가 정상인 사람이 22명 5.06%, 선기인 사람이 3명 0.69%, 후기인 사람이 64명 14.71%로 합하여 89명 20.46%이었으며, 346명 79.54%의 학생은 월경주기의 선후가 일정하지 않았다.

전체 조사대상자 중 월경주기가 24-39일의 선기, 정상, 후기만 있어 비교적 주기가 정상적인 학생은 124명 28.51%이었으며 311명 71.49%는 4-7개월 기간 동안의 월경에서 1번 이상 중증선기나 중증후기 이상의 월경주기부정이 있었다.

월경주기가 부정한 학생가운데 가장 우세한 월경주기를 조사하였는바, 선기우세가 38명 10.98%, 정상우세 93명 26.88%, 후기우세가 84명 24.28% 이었고, 131명 37.76%는 월경주기 변화가 있으나 어느 주기가 우세하다고 볼 수 없었다.

결과적으로 월경주기가 정상에 가까운 사람(정상과 정상우세)은 115명 26.44%, 후기에 가까운 사람(후기와 후기우세) 148명 34.02%, 선기에 가까운 사람(선기와 선기우세)은 41명 9.43%이었다.

2. 월경기간 조사

월경기간의 조사는 월경출혈양상을 '① 조금씩 묻는다. ② 조금씩 흐른다. ③ 많다 ④ 심하다'로 나누어 매일의 출혈양상을 월경일지에 표시하도록 하였다.

조사결과는 '① 조금씩 묻는다'를 포함한 총 출혈일수(①②③④번에 해당, '기간1'), '① 조금씩 묻는다'를 제외한 총 출혈일수

(②③④번에 해당, '기간2'), '② 조금씩 흐른다.'를 제외한 총 출혈일수(③④번에 해당, '기간3'), 평균 MMQ 값과 매월 MMQ 값을 구하고¹⁴⁾ 이들 각각에 대한 매월의 변동양상을 조사하여 이상의 몇 가지 측정값으로 월경과다, 월경과소를 판단하였으며, 조사대상자는 무월경 2명을 제외한 438명이다. 또 이상의 월경기간 중 어느 것이 MMQ 값과 상관있는지를 살펴보았다.

출혈기간의 분류는 기간1, 기간2 조사에서는 '① 1~2일, ② 3~4일, ③ 6~7일, ④ 8~10일, ⑤ 11~15일, ⑥ 15~30일, ⑦ 30일 이상'으로 나누어 조사하였으며, ①은 과소, ②③은 정상, ④⑤⑥⑦은 과다로 판단하였다.

기간3의 조사에서는 '① 양이 많은 날이 없다. ② 1~2일 ③ 3일 ④ 4일 ⑤ 5일 이상'으로 나누어 조사하였으며, 이 가운데 ①은 과소, ②③은 정상, ④⑤는 과다로 판단하였다.

먼저 이들의 평균값의 분포를 살펴보면, 기간1에서 415명 94.75%의 대부분이 기간 3-7일의 정상범위에 속하였고, 기간2에서는 344명 78.54%가 여기에 속하였고, 기간 1-2일의 월경과소는 기간 1에서는 2명 0.46%에 불과했지만 기간2에서는 출혈양상 ①만 있는 경우 5명을 합하여 90명 36.76%가 여기에 해당하였다<표 5>.

<표 5> 평균 월경기간

	0	1-2	3-5	6-7	8-10	11-15	15-30	명
기간1	0	2 0.46%	208 47.49%	207 47.26%	19 4.34%	1 0.23%	1 0.23%	438
기간2	5 1.41%	85 19.41%	314 71.69%	30 6.85%	3 0.68%	1 0.23%	0	438

<표 6> 양이 많은 날 수 평균

①	②③	④	⑤	계
74/16.89	347/79.22	14/3.20	3/0.68	438

MMQ 값의 변화로 월경량을 추정하기 위하여 먼저 평균 MMQ 값의 분포를 조사하였다. MMQ 값의 산출을 위해 월경량을 묻는 몇가지 질문에 응답해야하므로 기록이 부실한 20명의 결과는 산출되지 않아 420명의 결과에 대하여 분석하였다. MMQ 값은 1에서 9까지 있으며 MMQ 1~3은 과소, 4~6은 정상,

7~9는 과다이다. 이중 4는 과소경향, 6은 과다경향으로 볼 수 있다.

월경량 MMQ 5의 정상은 195명 46.43%이었고, 4~6의 정상범주에 속하는 사람은 374명 89.05%였다. 월경과소는 22명 5.24%, 월경과다는 24명 5.71%로 나타났다<표 7>.

<표 7> MMQ 평균값 분포

1	2	3	4	5	6	7	8	계
1 0.24%	2 0.48%	19 4.52%	74 17.62%	195 46.43%	105 25.00%	19 4.52%	5 1.19%	420

월경기간의 변화를 조사하였다. 기간1에서 정상이 278명 63.47%로 가장 많았으며 월경기간이 일정하지 않은 사람이 155명 35.39%로 나타났다. 월경기간이 일정하지 않은 155명 가운데는 정상우세가 121명, 과다우세가 14명, 과소우세 2명, 어디에도 속하지 않는 경우가 18명으로 나타나 결과적으로 정상과 정상우세가 399명 91.10%로 대부분을 차지했으며 과소와 과소우세가 3명 0.68%에 불과했으며 과다 및 과다우세가 18명 4.11%였다.

이하 우세를 정하는 기준은 월경주기에서와 같다.

기간2에서 정상이 171명 39.04%로 월경과소나 정상이 동반되는 사람 213명 48.63%보다 적었다. 즉 월경주기 중 출혈현상 ①②의 과소 월경이 나타나는 사람이 많다는 것으로 학생들의 월경현상이 건강하지 않음을 알 수 있었다. 월경기간이 일정하지 않은 사람은 234명 53.42%로 나타났으며(반이 넘는 학생), 이 가운데 정상우세가 151명, 과다우세

가 3명, 과소우세 59명, 어디에도 속하지 않는 경우가 21명이었다. 결과적으로 정상과 정상우세가 322명 73.52%, 과소와 과소우세가 91명 20.78%, 과다 및 과다우세가 4명 0.91%에 불과했다.

기간3에서는 기간 1-3일의 정상이 136명 31.5% 이었으며, 기간2에서와 마찬가지로 월경과소나 정상이 동반되는 사람

193명 44.06%보다 적었다. 양이 많은 날이 일정하지 않은 사람이 268명 61.19%이었으며 이 가운데 정상우세가 154명, 과다우세가 12명, 과소우세 36명, 어디에도 속하지 않는 경우가 66명으로 나타나 결과적으로 정상과 정상우세가 290명 66.21%, 과소와 과소우세가 68명 15.53%, 과다 및 과다우세가 14명 3.20%이었다<표 8>.

<표 8> 월경기간의 변화

기간1	정상 (②③)	과다(④ ⑤⑥⑦)	과소 (①)	흑다흑소				계	계
				과다,정상	과소,정상	과소,과다	과소,과다,정상		
	278	4	1	96	50	1	8	155	438
	63.47	0.91	0.23	21.92	11.42	0.23	1.83	35.39	
기간2	171	1	32	15	213	0	6	234	438
	39.04	0.23	7.31	3.42	48.63	0.00	1.37	53.42	
기간3	136	2	32	49	193	1	25	268	438
	31.5	0.46	7.31	11.19	44.06	0.23	5.71	61.19	

매월 MMQ 값의 변화를 살펴보았다. 매월 MMQ 4~6의 정상범위에 속하는 사람이 275명 65.48%, MMQ 값이 일정하지 않은 사람이 125명 29.76%이었다. 월경출혈량이 일정하지 않은 사람 가운데 과다우세가

34명, 과소우세가 19명, 정상우세가 60명, 어디에도 속하지 않는 경우가 12명으로 나타나 결과적으로 정상 및 정상우세가 335명 79.76%, 과소 및 과소우세가 25명 5.95%, 과다 및 과다우세가 48명 11.43%이었다.

<표 9> MMQ 값의 변화

정상	소	다	불일정			계	계
			과다,정상	과소,정상	과다,과소,정상		
275	6	14	55	65	5	125	420
65.48%	1.43%	3.33%	13.10%	15.48%	1.19%	29.76%	

월경주기별로 MMQ 값의 편차를 살펴보았다. 월경량 측정 문항에 모두 응답하지 않은 경우 값을 구할 수 없어 MMQ 값이 하나밖에 없는 사람이 20명이어서 이들의 편차를 구할 수 없으므로 400명에 대하여 조사하였다.

매번 거의 출혈량이 같은 사람이 105명 26.48%, MMQ 값 1 정도의 작은 차이가 있는 경우는 169명 42.25%로 70%에 가까운 사람이 MMQ 값 1 이하의 작은 변화가 있었다.

<표 10> MMQ 값의 편차

0	1	2	3	4	5	계
105	169	79	30	15	3	400
26.25%	42.25%	19.75%	7.50%	3.75%	0.75%	

3. 월경통 조사

월경통의 측정은 추 등의 월경통 평가 도구를 활용하여 MMP 값으로 나타내었다. MMP값은 0부터 10까지 있으며 1~3은 경증의 월경통, 4~6은 中等症, 7~10은 重症으로 분류하였다¹³⁾.

평균 MMP 값의 분포를 살펴보면, 월경통이 없는 사람(MMP 값 0)이 49명 11.19%, 경증(MMP값 1-3)이 239명 54.57%, 중등증(MMP 값 4-6)이 119명 27.17%, 중증(MMP 값 7-12)이 31명 7.08% 이었다<표 9>.

<표 11> 평균 MMP값 분포

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	계
49	81	97	61	52	32	35	16	9	2	4	438

개인별로 4~8회의 월경동안 월경통의 변화를 조사하였다.

매 번 월경통이 가벼운 사람이 226명 51.60%로 과반이 넘었으며, 重症은 19명 4.34%이었다. 매 월경마다 통증의 정도가 일정하지 않은 사람이 145명 33.11%

이었으며, 이 가운데 경증우세 63명, 중등증우세 38명, 중증우세 15명, 어디에도 속하지 않는 경우가 29명이었다. 결과적으로 경증과 경증우세가 289명 65.98%, 중등증과 중등증우세가 86명 19.63%, 중증과 중증우세가 34명 7.76%였다.

<표 12> MMP값의 변화

경	중	심	불일정					계
			경심	경중	중심	경중심	계	
226 51.60%	48 10.96%	19 4.34%	7 1.60	84 19.18	33 7.53	21 4.79	145 33.11	438

월경주기별로 MMP 값의 편차를 살펴 보았다. 매번 거의 같은 정도의 통증을 느끼는 사람이 116명 26.48%, MMP 값 1 정도의 작은 차이가 있는 경우는 118

명 26.94로 50%를 넘는 사람이 MMP 값 1 이하의 작은 변화가 있었다. 반면에 MMP 값 5이상의 큰 차이가 있는 사람도 37명 8.45%이었다.

<표 13> MMP 값 편차 분포

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	계
116명 27.23%	118 27.70%	81 19.01%	47 11.50%	27 6.34%	19 4.46%	8 1.88%	4 0.94%	3 0.70%	3 0.70%	426

IV. 고찰

청소년기는 특히 월경장애가 잘 유발되는 시기로 이때의 월경장애는 생식기관 또는 비생식기관의 이상을 암시하는 첫 신호가 되며, 또한 청소년기의 월경장애는 차후 성인이 된 후의 생식생리에 영향을 미칠 수 있다.¹⁾ 서양의학에서는 청소년기는 2차 성징이 발현되기 시작하여 성적으로 미숙한 상태에서 여러 기관의 성숙으로 수태가 가능하게 되는 변화의 시기로 생리적으로도 월경장애가 잘 발생된다고 보며⁶⁾, 이러한 월경장애를 전신적 증상의 한 표현으로 보지 않고 단지 월경의 장애로만 보고 방치하는 경우가 허다하다.

그러나 한의학에서는 調經이라는 항목을 두어 여성이 정상적으로 월경을 행하는 것을 매우 중시하는데, 이는 월경을 여성 성주기의 한 표현이라는 단순한 의미가 아닌 여성 생식기와 전신 신체 기능의 정상여부를 암시하는 중요한 건강의 지표가 됨과 동시에 치료의 지표가 된다고 보고 있기 때문이다^{11,12)}.

특히 청소년기는 腎氣가 평균해지로⁹⁾, 이 시기에 한냉에의 노출, 부적절한 식생활, 정신적 스트레스 등은 기혈의 흐름을 방해하여 衝任의 성숙에 이상이 초래되므로 18세가 되어도 월경이 고르지 못하거나 심한 월경통 등으로 고생하게 된다고 본다^{11,12)}. 그런데 현재 한국 청소년의 사회적, 문화적 행태가 이러한 위험에 무방비 상태라고 할 수 있다.

이에 실제 청소년들의 월경장애의 유형 및 빈도를 알아보고자, 여고생의 월경실태를 설문조사하여 발표한 바 있으나¹⁶⁾, 이러한 연구는 단면적 연구에 불과하므

로 일정 기간 동안의 월경일지를 통한 자세하고 실질적 분석이 필요할 것으로 생각되어 본 연구를 수행하였다.

먼저 부산시 소재 ○○고등학교 1학년 학생 448명에 대해 자체 제작한 월경력수첩을 나누어주고 매월의 출혈양상, 월경통증의 정도, 월경을 전후로 하여 나타나는 기타 증상 등을 기록하게 하였다

총 조사학생은 448명 가운데 4개월이상 조사를 수행한 440명의 결과를 분석하였다.

조사대상자의 월경주기 정상 여부를 알아보기 위해 조사 개월 수 대비 월경횟수, 평균월경주기, 개인별 주기변화와 조사된 총 월경주기의 분포를 조사하였다. 조사대상자 중 2명 0.45%는 무월경, 3명 0.68%는 1회만 월경을 하여 주기를 알 수 없으므로 모두 435명의 결과를 분석하였다.

조사 개월 수 대비 월경횟수는 대략 한 달에 한 번 월경하는 것을 정상으로 볼 때 조사 개월 수와 월경횟수가 같은 4개월 4회, 5개월 5회, 6개월 6회, 7개월 7회 월경을 하면 정상 이 보다 횟수가 적으면 후기, 많으면 선기로 판단하였다.

평균 월경주기와 조사된 총 월경주기 분포는, 20일 이하는 빈발 21-23일은 중증선기, 24-26일은 선기, 27-32일은 정상, 33-39일은 후기, 40일-2달은 중증후기, 2달 이상은 희발월경으로 판단하였다.

개인별 월경주기 변화는 조사된 월경주기가 매 번 어떻게 변하는지를 조사하였는데, 선기, 정상, 후기 등 각 주기가 몇 회씩 있는지를 조사하여 월경횟수의 반

이상에 해당하는 주기를 우세한 주기로 판단하였다. 이 조사는 조사대상자가 얼마나 고른 주기로 월경을 하는가를 알아 보고자 하는데 1차 목적이 있다.

이상의 결과를 비교한 결과는 <표 14>과 같다. 표에서 평균월경주기와 총월경주기의 선기, 후기는 중증 이상인 경우의 수치이다. 1,2,3번의 경우 정상 월경주기가 대략 40% 전후인 것으로 나타났지만 개인별 변화를 조사한 4번 결과를 보면 정상이 26.44%로 나타났다. 개인별 주기 변화에서 정상 주기의 비율이 떨어진 이유는 개인별로 모든 월경이 항상 정상주기이거나 정상주기가 우세한 사람의 비율이 낮기 때문으로 자주 선기나 후기 등의 비정상주기가 동반되기 때문으로 생각된다.

월경선기는 대략 7-9% 내외이지만, 월경후기는 조사개월 수에 대한 월경횟수 비율, 개인별 주기변화 등 일반적 경향에서는 34-48%의 비율을 나타냈고, 평균월경주기와 총 월경주기 가운데 중증 이상의 월경후기는 20-27%의 비율을 나타냈

다. 개인별 주기변화에 비해 총 월경주기에서의 월경후기가 적은 것은 후자가 중증 이상의 월경후기를 기준으로 한 이유도 있지만 개인별로 이러한 월경후기가 정상이나 선기의 월경과 동반되어 나타나기 때문에 총 월경주기에 대한 비율보다 후기를 갖고 있는 비율이 많았던 것으로 생각되었다. 결과적으로 선기에 비해 후기경향이 많고 주기부정이 많았다.

월경주기 24-39일의 선기, 정상, 후기만 있어 비교적 주기가 정상적인 학생은 124명 28.51%이었으며, 311명 71.49%는 4-7개월 기간 동안의 월경에서 1번 이상 중증선기나 중증후기 이상의 월경주기부정이 있었다.

평균월경주기는 월경선기와 후기가 동반되는 월경주기부정의 경우 정상주기로 나타날 수 있으므로 정상이 많았던 것으로 생각되었다. 또한 선기에 비해 후기의 주기를 가진 사람이 많으므로 평균월경주기에서 선기는 상대적으로 매우 적고 후기 비율의 감소는 비교적 적었던 것으로 생각되어 월경주기 평가에서 평균월경주기는 큰 의미가 없는 것으로 생각되었다.

<표 14> 월경주기 이상 결과 비교

	선기	정상	후기
1. 개월 수와 월경횟수	35명 7.95%	191명 43.41%	214명 48.64%
2. 평균월경주기-중증	7명 1.61%	185명 42.53%	119명 27.36%
3. 총 월경주기-중증	163회 9.78%	643명 38.60%	332회 19.93%
4. 개인별 주기변화	41명 9.43%	115명 26.44%	148명 34.02%

월경주기의 계산은 조사시작 후 월경 개시 일을 기준으로 되어지므로 조사 개시일이 1달 이상 지난 후 최초로 월경을 한 경우 조사 개월 수에 비해 월경 횟수가 작아도 이를 알 수 없는

문제점이 있어 앞으로는 조사 개시일 이전의 최종 월경일을 기준으로 모든 월경주기에 대한 조사가 이루어져야 할 것으로 생각되었다.

조사대상자의 월경기간을 알아보기 위하여 월경출혈양상을 '① 조금씩 묻는다. ② 조금씩 흐른다. ③ 많다 ④ 심하다'로 나누어 매일의 출혈양상을 월경일지에 표시하도록 하고, '① 조금씩 묻는다'를 포함한 총 출혈일수(기간1), '① 조금씩 묻는다'를 제외한 총 출혈일수(기간2), '①②'를 제외한 총 출혈일수(기간3)와 MMQ 값을 구하고¹⁴⁾ 이들 각각에 대한 평균값과 매월의 변동양상을 조사하여, 월경과다, 정상, 월경과소를 판단하였다.

월경출혈 기간의 평가에서 출혈양상이 ①②만 있다면 출혈기간이 길더라도 월경과다라고 할 수 없으며, 출혈양상 ①은 경행부지나 무배란성의 부정출혈을 잘 나타내 줄 것으로 생각되고, 출혈양상 ③④가 지속되는 날 수를 알면 월경과다를 판단하는데 도움이 될 것으로 생각되어 상기한 바와 같이 몇 가지 방법으로 월경출혈기간을 조사하였다. 즉 기간1(1포함 월경기간)은 출혈이 조금씩 묻을 정도로 적더라도 오래 지속되는 경우를 알아낼 수 있을 것으로 생각되고(경행부지), 기간2(1제외 월경기간)은 일반적인 월경기간에 가장 가까운 값이지만 출혈양상 ③④없이 ②만 지속되는 경우도 있을 수 있으므로 월경량을 추정하는데 활용하기는 어려우며, 기간3(양이 많은 날 수)은 월경출혈이 많은 날 수를 조사하는 것이므로 월경량의 多寡를 아는데 도움이 될 것으로 생각된다.

출혈기간의 분류는 기간1, 기간2 조사에서는 '① 1~2일, ② 3~4일, ③ 6~7

일, ④ 8~10일, ⑤ 11~15일, ⑥ 15~30일, ⑦ 30일 이상'으로 나누어 조사하였으며, ①은 과소, ②③은 정상, ④⑤⑥⑦은 과다로 판단하였다.

기간3의 조사에서는 '① 양이 많은 날이 없다. ② 1~2일 ③ 3일 ④ 4일 ⑤ 5일 이상'으로 나누어 조사하였으며, 이 가운데 ①은 과소, ②③은 정상, ④⑤는 과다로 판단하였다.

기간1은 총 출혈일수를 나타내므로 다른 값에 비해 정상 비율이 높아 조사대상자의 94.75%에 해당하였으며 기간1의 월경주기별 변화조사에서도 비슷한 결과를 보였다. 기간2는 과소가 90명 20.54%로 기간1에 비해 매우 증가하고 정상과 과다가 감소하였으며 수치는 기간2의 평균값과 매 주기 변화를 분석한 내용이 거의 유사하다. 이처럼 과소가 증가한 것은 출혈양상 ①의 점적의 상태가 지속되는 과소월경과 관련 있을 것으로 생각된다. 기간3의 과소가 68명 15.53%로 기간2에서 보다 감소하였고, 과다가 14명 3.20%로 기간2에서 보다 증가하였다.

출혈 기간뿐 아니라 양이 많은 날의 출혈 양상이나 생리대를 사용하는 경향 등을 토대로 산정한 월경량 측정법인 MMQ 값을 비교해 보았다. MMQ 값의 산출을 위해 월경량을 묻는 몇가지 질문에 응답해야하므로 기록이 부실한 20명의 결과는 산출되지 않아 420명의 결과에 대하여 분석하였다. MMQ 값은 1에서 9까지 있으며 MMQ 1~3은 과소, 4~6은 정상, 7~9는 과다이다. 이중 4는 과소경향, 6은 과다경향으로 볼 수 있다.

MMQ 값의 평균값의 분포와 매 주기 MMQ 값의 변화정도를 조사하였는데, 과소가 5-6%, 정상이 80-89%, 과다가 6-11% 정도의 분포를 보여, 기간2, 기간3의 결과에 비해 과소는 줄고, 정상과 과다가 증가한 경향을 보였다.

이상의 결과를 종합하면 월경량은 기간1 조사를 제외하면 정상이 66-89%의 비율이고, 과소는 5-21%, 과다는 1-11%의 비율로 나타났다. 기간2는 출혈기간을 나타내는 데는 유용하나 출혈의 정도를 알 수 없어 월경량 측정을 위해 양이 많은 날(기간3)을 다시 조사하였는데 기간2에서 보다 과소와 정상은 감소하고 과다는 증가하였다. 이는 이들의 월경출혈 일수가 1-2일로 짧더라도 출혈 양은 문항③④에 해당되어 어느 정도

유지되기 때문이며 과다가 14명 3.20%로 기간2에서 보다 증가한 것도 같은 이유로 길지 않은 출혈기간이라도 양이 많은 날이 많기 때문으로 생각된다. 이상의 세 가지 조사방법을 종합하면, 양이 많지 않은 점적출혈이 지속되는 경우, 출혈기간은 길지 않지만 충분한 양의 출혈이 있거나 짧은 기간에 다량의 출혈을 하는 경우 등의 월경 출혈 양상으로 서로의 결과에 차이가 있는 것으로 생각되었다.

MMQ 값 조사에서는 다시 기간3의 조사에서 보다 정상과 과다의 비율이 높아지고 과소의 비율이 현저히 감소하였다. 이는 양이 많은 날의 출혈양상과 사용하는 생리대 조사에서 월경출혈이 비교적 유지되기 때문으로 생각되었다.

<표 15> 월경량 조사 비교

		과소	정상	과다(경행부지)
기간1	평균값	2명 0.46%	415명 94.75%	21명 4.79%
	매주기변화	3명 0.68%	399(91.10%)	18명 4.11%
기간2	평균값	90명 20.54%	344명 78.54%	4(0.91%)
	매주기변화	91(20.78%)	322(73.52%)	4(0.91%)
기간3	평균값	74(16.89%)	347(79.22%)	17(3.88%)
	매주기변화	68명 15.53%	290(66.21%)	14명 3.20%
MMQ	평균값	22명 5.24%	374명 89.05%	24명 5.71%
	매주기변화	25명 5.95%	335명 79.76%	48명 11.43%

월경량 측정과 관련된 조사를 여러 각도에서 하여 다양한 출혈양상이 있음을 추측할 수 있었다. 그러면 이들 값 중에 어느 것이 월경량을 나타내기에 적합한지 알아보기 위하여 MMQ 평균과 다른 값을 비교하였다. MMQ 평균값과 월경기간으로 추정한 월경량과의 관계는 다음과 같은 경우에 동일하다고 생각하거

나 다르다는 판정을 보류하였다.

① MMQ 1-3 : 과소, 과소우세는 동일하다고 인정, 과소가 있으면서 양이 일정하지 않으면서 어느 것도 우세하지 않으면 판단 보류.

② MMQ 4 : 정상, 정상우세, 과소우세 인정, 월경량이 흑다흑소로 일정하지 않으면서 어느 것도 우세하지 않으면 판

단보류.

③ MMQ 5 : 정상, 정상우세 인정, 월경량이 흑다흑소로 일정하지 않으면서 어느 것도 우세하지 않으면 판단보류.

④ MMQ 6 : 정상, 정상우세, 과다우세 인정, 월경량이 흑다흑소로 일정하지 않으면서 어느 것도 우세하지 않으면 판단보류.

⑤ MMQ 7-9 : 과다, 과다우세 인정, 과다가 있으면서 어느 것도 우세하지 않으면 판단보류.

<표 16>에서 이들 값을 비교하였는데 결과적으로 기간 3이 MMQ 평균값과 일치하는 경향이 높았고, 기간 2는 과소를 제외하면 일반적으로 출혈량이 MMQ 평균보다 적게 나타나는 경향이 있었다.

개인별 MMQ 평균값은 여러번의 MMQ 값의 평균이므로 월경량이 흑다흑소하는 경우에 정상으로 산출되므로 개별 월경현상을 잘 드러내지 못할 염

려가 있다. 양이 많은 날 수의 변화를 나타내는 기간3은 개인의 월경변화에 따른 결과이면서 MMQ 계산에 쓰이는 값인데 이 결과가 MMQ 평균값과 매우 유사한 결과를 보인 것은 월경량의 이상을 나타내는 학생의 비율이 상대적으로 적은 이유도 있지만, 이들이 월경량을 나타내는 좋은 지표가 될 수 있을 것으로 생각되었다.

또 대체로 MMQ 평균에 비해 월경기간에서 추정된 월경량의 평가가 적은 값을 나타냈는데 이는 학생들이 월경량 조사(생리대 사용경향, 양이 많은 날 출혈양상 등)에서 대체로 적절한 양상을 유지하기 때문으로 생각되었다.

또한 MMQ의 매 월 변화는 MMQ 평균과 많은 차이를 보였는데 이는 개인의 월경량의 변화가 있을 경우 빈도만 가지고 우세를 평가하기 때문으로 생각된다. 기간1은 MMQ 값에 비해 지나치게 높게 나와 조사하지 않았다.

<표 16> MMQ 값과 월경기간과의 비교

	1-3(22명)	4(71)	5(195)	6(105)	7-9(24)
기간2	정상우세 6	소 10	소 9 소우세 23 다우세 1	다 1 소우세 6	정상 15 정상우세 7
기간3	모두 같은 결과	소 12	소 6 소우세 8	소우세 2	정상 3 정상우세 5
MMQ 변화	심우세 1	소 43 심 1	소 105 소우세 28 다 8 다우세 7	소 43 소우세 8 다 6	소 6 소우세 4 정상 2 정상우세 1

조사대상지의 월경통 정도를 조사하였다. 월경통의 측정은 추 등¹³⁾의 월경통 평가도구를 활용하여 MMP 값으로 나타내었다. MMP값은 0부터 10까지 있으며, 이중 평균 MMP 값이 0으로 통증이 거

의 없거나 1~3의 경증의 월경통을 가진 사람이 288명 67.75%로, 4~6의 中等症이 119명 27.17%, 7~10의 重症의 월경통을 나타내는 사람이 31명 7.08%으로 나타났다으며, 매월 MMP 값 변화를 조사한

결과는 경증과 경증우세가 289명 65.98%, 중등증과 중등증우세가 86명 19.63%, 중증과 중증우세가 34명 7.76%으로 나타나 대략 66-68%의 학생은 매우 가벼운 통증을 느끼거나 통증이 없다는 것을 알 수 있었다. 그러나 중등증이상의 통증 값은 매월 변화가 평균값에 비해 10% 가까이 낮은 것으로 나타났는데 이는 월경통의 강도가 월경주기 마다 다르면서 어느 것이 우세하다고 하기는 어려우나 평균값은 MMP 값 7이상인 학생 때문으로 생각되어 중등이상의 통증을 느끼는 경우 월경주기마다 통증의 정도가 다른 경우가 많음을 알 수 있었다.

조사대상자의 매번 월경이 어느 정도 일정하게 유지되는지를 알기 위하여 월경주기, 월경량, 월경통의 매 월 변화정도 조사하였다.

월경주기는 주기 24-39일의 선기, 정상, 후기만 있어 비교적 주기가 정상적인 학생은 124명 28.51%이었으며 나머지 346명 79.54%의 학생은 월경주기 가운데 1번 이상 중증선기나 중증후기 이상의 월경주기부정이 있었으며 이 가운데 131명 37.76%는 월경주기 변화가 있으나 어느 주기가 우세하다고 볼 수 없었다.

월경량의 변화는 월경기간이 일정하지 않은 사람이 기간1이 155명 35.39%, 기간 2 213명 48.63%, 기간3 93명 44.06%으로 대략 35-49%의 1/3이 넘는 학생이 매월 월경기간으로 추정된 월경량에 차이가 있었다. 이에 비해 매월 MMQ 값이 일정하지 않은 사람이 125명 29.76%으로 다소 적었으며, 매월의 MMQ 값의 차이 폭을 조사한 결과 매번 거의 출혈량이

같은 사람이 105명 26.48%, MMQ 값 1 정도의 작은 차이가 있는 경우는 169명 42.25%로 70%에 가까운 사람이 MMQ 값 1 이하의 작은 변화가 있는 것으로 나타나 월경량이 일정하지 않은 학생이 40% 전후로 매우 많으나 변화폭은 MMQ 1 이내로 작은 사람이 70% 가까이로 대부분인 것을 알 수 있었다.

월경량의 이상정도가 심하여 과소, 정상, 과다 어디에도 속하지 않는 사람의 수는 기간1 18명 4.11%, 기간2 21명 4.79%, 기간 3 66명 15.07%, 매월 MMQ 값 12명 2.86%로 나타나 전체 출혈일수의 변화는 4% 내외이나 양이 많은 날의 변화(기간3)가 더 심하지만, 종합적인 월경량 환산값인 MMQ의 변화로 볼 때 과소, 과다, 정상의 변화가 매우 심한 사람은 3%정도인 것으로 나타났다.

월경주기별 MMP 값의 변화를 살펴보았다. 매 월경마다 통증의 정도가 일정하지 않은 사람이 145명 33.11%이었으며, MMP 값의 편차 조사에서 매번 거의 같은 정도의 통증을 느끼는 사람이 116명 26.48%, MMP 값 1 정도의 작은 차이가 있는 경우는 118명 26.94로 50%를 넘는 사람이 MMP 값 1 이하의 작은 변화가 있었다. 반면에 MMP 값 5이상의 큰 차이가 있는 사람도 37명 8.45%이었다.

V. 결론

여고생의 월경현상에 대하여 2004년 8월부터 2005년 2월까지 월경력 수첩을 통하여 매일의 증상을 기록한 결과를 분석한 결과는 다음과 같다.

1. 월경주기

월경주기의 이상을 알아보기 위하여 조사 개월 수에 따른 월경횟수, 총 월경주기, 개인별 주기변화 등을 조사하였다.

1) 이 가운데 6개월 조사에서 2명 0.45%는 무월경, 3명 0.68%는 1회만 월경을 하였다.

2) 조사 개월 수에 따른 월경횟수, 평균 월경주기와 총 월경주기에서 정상 월경이 차지하는 비율은 40% 전후이었으며, 개인별 월경주기 변화에서 정상주기, 정상주기가 우세한 사람이 26.44%이었다.

3) 월경선기에 비해 월경후기경향이 많았다.

4) 월경주기 24-39일의 선기, 정상, 후기만 있어 비교적 주기가 정상적인 학생은 124명 28.51%이었으며, 311명 71.49%는 4-7개월 기간 동안의 월경에서 1번 이상 중증선기나 중증후기 이상의 월경주기부정이 있었다.

2. 월경기간과 월경량

월경량은 월경기간의 長短에서 추정하는 방법과 MMQ로 조사하였다.

1) 월경량 정상이 66-89%, 과소 5-21%, 과다 1-11%의 비율로 나타났다.

2) 양이 많은 날을 기준으로 월경량을 추정한 결과가 MMQ 평균값과 일치하는 경향이 높았고, 기간 2는 과소를 제외하면 일반적으로 출혈량이 MMQ 평균보다 적게 나타나는 경향이 있었다.

3) 월경량의 변화는 기간 1, 2, 3의 조사에서 약 35-49%로 1/3이 넘는 학생이 매월 월경기간으로 추정한 월경량에 차이가 있었다.

4) 매월 MMQ 값이 일정하지 않은 사람은 125명 29.76%이었고, 매월의 MMQ 값

의 차이가 1이하인 경우가 약 70%이었다.

3. 월경통

월경통의 측정은 *李 등*¹³⁾의 월경통 평가 도구를 활용하여 MMP 값으로 나타내었다. MMP값 0은 통증이 거의 없으며, 1~3의 경증, 4~6의 中等症, 7~10은 重症이다.

1) MMP 평균으로 볼 때, 경증 288명 67.75%, 中等症 119명 27.17%, 重症 31명 7.08%이었다.

2) MMP의 매 주기 변화로 볼 때, 경증과 경증우세 289명 65.98%, 중등증과 중등증우세 86명 19.63%, 중증과 중증우세가 34명 7.76%이었다.

3) 매 월경마다 통증의 정도가 일정하지 않은 사람이 145명 33.11%이었으며, 이 가운데 경증, 중등증, 중증의 어디에도 속하지 않는 경우가 29명이었다.

4) 월경주기별로 MMP 값의 편차가 1이하로 작은 사람이 약 53%, MMP 값 5 이상의 큰 차이가 있는 사람은 8.45%이었다.

□ 투 고 일 : 2005년 10월 26일

□ 심 사 일 : 2005년 11월 01일

□ 심사완료일 : 2005년 11월 10일

參考文獻

1. Reindollar RH & McDonough PG. Adolescent menstrual disorders. *Clin Obstet Gynecol.* 1983; 26: 690.
2. Rees, Margaret. Dysmenorrhea. *British J. of Obstet and Gynaecol.* 1988; 95: 833-835.

3. Griffith-Kenney J. Contemporary Women's Health. A Nursing Advocacy Approach. 1986; Addison-Wesley Publishing Company, 59.
4. 대한산부인과학회. 부인과학. 서울: 도서출판 칼빈서적. 1997; 2149-255, 1309-34.
5. Campbell M.A. & McGrath P.J. Use of medication by adolescents for the management of menstrual discomfort. Arch Pediatr Adolesc Med. 1997; 151(9): 905-913.
6. 조수현 등(1999). 사춘기 여학생의 월경에 관한 연구. 대한산부회지. 1999; 42(9): 2043-2047.
7. 박영주. 일부 여고생들의 월경 곤란증 시 진통제 사용에 관한 조사연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문. 1980.
8. Chamberts C.T.(1997) et al. Self-administration of over-the-counter medication for pain among adolescents. Arch Pediatr Adolesc Med. 1997; 151(5): 449-455.
9. 김시영, 이인선. 욕미지황원과 부익지황환이 난소적출백서의 성호르몬 지질 대사에 미치는 영향. 대한한방부인과학회지. 1998; 11(1): 184.
10. 牛建昭 主編. 中西醫婦科學. 北京: 中國科學技術出版社. 1996; 129-136.
11. 宋炳基. 韓方婦人科學. 서울: 행림서원. 1996; 204-210.
12. 한의부인과학 교재편찬위원회(2001). 한의부인과학(상). 서울: 정담. 2001; 57, 86.
13. 이인선, 김규곤. 월경통 환자 통증 강도 평가. 대한한방부인과학회지. 2004; 17(1): 138-159.
14. 이인선, 김미진, 김규곤. 월경량 평가 기준에 관한 연구. 대한한방부인과학회지. 2005; 18(1): 242-252.
15. 송은희, 이경섭, 송병기. 설문조사에 의한 10대 여학생의 월경에 관한 실태 분석. 대한한방부인과학회지. 1998; 11(1): 7.
16. 이인선, 전란희. 여고생의 월경이상에 대한 조사연구. 대한한방부인과학회지. 2003; 16(4): 124-135.