

## 계속적인 건강관리를 하는 성인들의 구강건강관리실태 및 구강보건지식에 관한 연구

정미희<sup>†</sup> · 박미영  
수원과학대학 치위생과

### A Study on the Oral Healthcare Condition of Adult in Public Health and Their Knowledge about Oral Health

Mee-Hee Jung<sup>†</sup> and Mi-Young Park

Department of Oral Health, Suwon Science College, Korea

**ABSTRACT** The purpose of this survey research was to investigate the relationship between the health promotion and the Oral Health knowledge of 230 adults which lived in Kyunggi-do using SPSSWIN 12.0. The following conclusions were obtained. 1. Objects who take the periodic health examination was 38.2% and the opposite case was 61.8%. And the research subjects who take the periodic dental examination was 30.7% and the opposite case was 69.3%. 2. The research subjects who take the Oral Health education was 11.8% and the opposite case was 88.2%. 3. The relationship between the general characteristic and health promotion status of the research subjects taking periodic examination showed statistically significant difference at items of ages, occupation and the reason of training ( $p < 0.05$ ). 4. In case of the relationship of the Oral Health knowledge according to sex distinction, 68.4% of all research subjects thought that the appropriate toothbrushing time was around 3 minutes, but it did not show significant difference statistically. 5. In case of the Oral Health knowledge according to age, it showed significant difference statistically at item of 'the toothbrushing time is after each meal and before retiring ( $p = .032$ )', item of 'if you use the fluorine, you can prevent the dental caries ( $p = .011$ )', and item of 'foods causing the dental caries are a chocolate and a biscuit, etc. ( $p = .044$ )'. 6. In case of the Oral Health knowledge according to the occupation, 68.4% of all research subjects thought that the appropriate toothbrushing time was around 3 minutes ( $p = .043$ ), and it showed significant difference statistically. 7. In case of the relationship between research subjects taking the periodic examination and the Oral Health knowledge, it did not show significant difference statistically.

**Key words** Health, Health promotion(periodic examination), Dental health promotion, Oral health consciousness

## 서 론

건강(health)의 개념은 오랜 역사를 통해서 그 시대와 사회의 문화나 가치에 따라 변화되어 왔는데 원시사회에서는 건강과 관련하여 질병을 자연 또는 신의 노여움의 결과로 생각했다. 서기 400년 전의 희랍의 히포크라테스(B.C. 459-377)가 현대 양의학의 기초를 닦을 무렵까지 인간의 건강은 주로 신체적 요소만을 생각하였다. 그러나 의학에서나 보건 분야에서 많은 발달을 성취한 19세기 중반에 와서는 정신적인 측면을 많이 고려하게 되었다<sup>1)</sup>. 세계보건기구(WHO)현장에 따르면 건강이란 단지 질병에 이환되지 않은 허약하지 않은 신체의 상태만을 의미하는 것이 아니라, 육체적 정신적 사회적 영적으로 건전한 상태라고 규정하고 있다. 현대인들의 생활수준 향상과 대중매체의 발달로 건강의 인식은 점점 높아져 가고 있으며, 건강은 운동을 하고

금연, 금주, 약물남용금지, 건전한 성생활, 스트레스 극복 등을 하는 것 이외에도 다양하게 표현되고 있다<sup>2)</sup>. 인간이 개인적으로 건강하며, 건강을 장래에도 유지할 수 있다는 것은 그 사람 자신을 위해서 뿐 아니라 사회 전체를 위해서도 커다란 의미를 가지며 이익이 된다. 바꾸어 말하면, 사회는 그 발전과 이익을 위하여 각 개인이 충분한 건강을 보존할 수 있도록 힘쓸 책임과 의무를 가지는 것이다. 그러므로 사회는 구성원의 건강을 진단하여 이상이 있는 경우에는 치료하도록 하고, 이상이 없는 경우에는 그 상태를 유지하도록 하거나 더욱 증진시키도록 하여 장래에 이상이 발생하지 않도록 예방적 조치를 취해야 한다.

또한 우리나라 국민의 대다수가 치아우식증이나 치주병을 보유하고 있으므로 국민의 구강건강을 증진시키기 위해서는 구강건강을 정의할 필요가 있다<sup>3)</sup>. 구강건강이란 질병에 이환되지 않고 정신적으로 건전하며, 사회생활에 장애가 되지 않는 치아와 악안면구강조직기관의 상태를 말한다. 구강기능에 장애를 초래하는 주요인으로 치아상실 등을 들고 있으며 이러한 치아상실은 치아우식증과 치주병이 중요한 요인이 되고 있다<sup>4)</sup>. 한국인 구강상태조사에 의하면 전 연령에서 치과의료수요는 100%를 상회

<sup>†</sup>Corresponding author

Tel: 011-9958-7192

Fax: 031-350-2418

E-mail: email1015@hanmail.net

하고 있어 구강질환은 정도의 차이는 있으나 보편적으로 이환되는 질환으로 국민 대다수가 보유하고 있다. 따라서 만성질환인 치아우식증이나 치주병은 계속적 관리가 필요하다<sup>6)</sup>. 계속구강건강관리는 환자를 일정한 주기로 내원시켜 필요한 모든 예방치치 및 구강병 치료를 하여 건강한 구강상태를 유지하고 증진시키는 것을 말한다. 치아에 관심을 두고 일회성으로 끝나는 경우와는 달리 한 사람을 대상으로 하여 대상자의 구강상태를 가능한 오래 구강질환이 없는 건강한 상태로 유지하는데 의의가 있다. 일정한 주기에 따라서 계속 초기증상이 나타난 치아우식증과 치주조직병을 초기에 발견하여 즉시 치료하면, 치아와 치아를 지지하는 치조골의 파괴를 방지하여, 일생 동안 어느 치아도 발거하지 않고 사용할 수 있다<sup>3)</sup>. 그러므로 구강질환이 생기지 않도록 미리 예방하고 이미 발생한 구강질환은 초기에 가능한 빨리 치료하고 치료 후에도 치료된 상태가 잘 유지되도록 하여야 한다. 그러기 위해서는 정기적인 치과의 방문으로 구강건강을 관리하는 것이 필요하다.

따라서 본 연구에서는 자신의 건강증진을 위하여 자발적으로 운동을 하는 응답자들을 대상으로 정기적인 건강검진을 받는지의 여부와 건강에 대한 전문적인 지식의 인식여부와 관련성을 통하여 구강보건향상을 위한 교육프로그램을 개발하는데 필요한 기초 자료를 제공하는데 목적이 있다.

### 1. 용어 정의

본 연구에 사용된 용어 정의는 다음과 같다.

- 1) 계속적인 건강관리  
정기적인 간격으로 의료기관에서 검진을 받는 자
- 2) 계속적인 구강건강관리  
정기적인 간격으로 치과의료기관에서 검진을 받는 자

## 연구대상 및 방법

### 1. 연구대상

연구대상은 건강관리를 위해 자발적으로 운동을 하고 있는 경기 지역에 거주하는 성인 230명을 대상으로 실시되었으며, 이 중 자료처리에 부적합한 2부를 제외한 228부를 자료 분석에 이용하였다.

### 2. 연구방법

계속건강관리를 하는 응답자와 구강보건의식과의 관계를 분석하기 위해 건강관리의 기초적 이론과 구강보건의식과 관련된 문헌을 고찰하였으며, 연구목적에 합당한 연구 도구와 설문지를 만들기 위하여 박<sup>9)</sup>이 이용한 도구를 기초로 사용하였으며 본 연구의 목적에 맞도록 수정·보완하였다. 설문지의 내용은 일반적 특성 6문항, 건강관리 관련 4문항, 구강건강관리 관련 8문항 그리고 구강보건지식 관련 6문항으로 구성되었다.

### 3. 자료분석

수집된 자료의 통계분석은 SPSSWIN 12.0 통계프로그램을 이용하여 응답자의 일반적 특성 및 건강관리 실태는 실수(빈도)와 백분율로 산출하였고, 건강관리와 관련된 일반적 특성 및 구강보건지식과의 관계는 교차분석( $\chi^2$ )을 이용하였다. 검정을 위한 통계적 유의수준은 0.05로 하였다.

## 결과 및 고찰

### 1. 일반적 특성

응답자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 성별 분포는 남자 107명(46.9%), 여자 121명(53.1%)이었고, 연령 분포는 20대 95명(41.7%), 30대 59명(25.9%), 40대 46명(20.2%), 50대이상 28명(12.3%) 순으로 나타났으며, 직업은 학생 61명(26.8%), 주부 48명(21.1%), 자영업 38명(16.7%), 사무직 35명(15.4%)순으로 나타났다. 건강관리를 위해 실시하고 있는 운동 종목으로는 헬스 70명(30.7%), 요가 37명(16.2%), 에어로빅 32명(14.0%), 수영 23명(10.1%) 그리고 기타 66명(28.9%)이었다. 기타의 내용으로는 축구(12명), 태권도(6명), 조깅(5명), 등산(4명)의 순으로 나타났다. 실시하는 운동횟수는 매일한다 100명(43.9%), 주 2-3회 94명(41.2%), 주 1회 25명(11.0%), 월 2-3회 9명(3.9%) 순이었으며 운동을 하는 이유는 체력증진 108명(47.4%)이 가장 높았으며, 체중감소 68명(29.8%), 스트레스 해소 45명(19.7%), 재활운동 7명(3.1)의 순으로 나타났다.

### 2. 건강관리실태

응답자의 건강관리실태는 Table 2와 같다. 정기적으로 검진을 받는지의 여부에서는 받는다 87명(38.2%), 안 받는다 141명(61.8%)이었고, 검진을 받는 응답자중 그 주기는 1년에 한번

Table 1. The general characteristics of research subjects

(Unit: persons, %)

| Item                       | Classification    | Number (N)      | Percentage (%) |
|----------------------------|-------------------|-----------------|----------------|
| Sex                        | Male              | 107             | 46.9           |
|                            | Female            | 121             | 53.1           |
| Age                        | 20s               | 95              | 41.7           |
|                            | 30s               | 59              | 25.9           |
|                            | 40s               | 46              | 20.2           |
|                            | 50s               | 20              | 8.8            |
|                            | More than 60s     | 8               | 3.5            |
|                            | Occupation        | Office Worker   | 35             |
| Self-employed              |                   | 38              | 16.7           |
| Services                   |                   | 23              | 10.1           |
| Student                    |                   | 61              | 26.8           |
| Housewife                  |                   | 48              | 21.1           |
| Teacher                    |                   | 6               | 2.6            |
| Researcher                 |                   | 9               | 3.9            |
| Unemployed                 |                   | 8               | 3.5            |
| Sports item                |                   | Weight Training | 70             |
|                            | Aerobics          | 32              | 14.0           |
|                            | Yoga              | 37              | 16.2           |
|                            | Swimming          | 23              | 10.1           |
|                            | Others            | 66              | 28.9           |
| Excercise Frequency        | Every day         | 100             | 43.9           |
|                            | 2~3 times a week  | 94              | 41.2           |
|                            | Once a week       | 25              | 11.0           |
|                            | 2~3 times a month | 9               | 3.9            |
| Reason for doing excercise | Health            | 108             | 47.4           |
|                            | Reducing weight   | 68              | 29.8           |
|                            | Stress relief     | 45              | 19.7           |
|                            | Rehabilitation    | 7               | 3.1            |
| Subtotal                   |                   | 228             | 100.0          |

Table 2. Health promotion status

(Unit: persons, %)

| Item                 | Classification             | Number(N)   | Percentage(%) |
|----------------------|----------------------------|-------------|---------------|
| Periodic Examination | Taking                     | 87          | 38.2          |
|                      | Not taking                 | 141         | 61.8          |
|                      | Subtotal                   | 228         | 100.0         |
| Examination Period   | Once a month               | 3           | 3.4           |
|                      | Once a quater year         | 2           | 2.3           |
|                      | Once a half year           | 11          | 12.6          |
|                      | Once a year                | 60          | 67.8          |
|                      | On occasion                | 12          | 13.8          |
|                      | Subtotal                   | 87          | 100.0         |
|                      | Health Promotion Education | Experienced | 69            |
| Not experienced      |                            | 159         | 69.7          |
| Subtotal             |                            | 228         | 100.0         |
| Education Subject    | Diabetes                   | 13          | 18.8          |
|                      | Hypertension               | 10          | 14.5          |
|                      | Dietary treatment          | 21          | 30.4          |
|                      | Prohibition of smoking     | 22          | 31.9          |
|                      | Prohibition of alcohol     | 1           | 1.4           |
|                      | Others                     | 2           | 2.9           |
|                      | Subtotal                   | 69          | 100.0         |

60명(67.8%)이 가장 높았으며, 수시로 12명(13.8%), 6개월에 한번 11명(12.6%) 순으로 나타났다. 지속적인 건강유지를 위해 정기검진을 받는지의 여부는 박<sup>9,10</sup>의 대학생을 대상으로 조사한 연구와 같이 받지 않는 응답자가 많았다.

건강관리교육을 받은 경험을 묻는 항목에는 받은 경험이 없다 159명(69.7%)의 응답자가 많았으며, 받은 경험이 있는 응답자중 교육의 내용은 금연 22명(31.9%)으로 가장 높게 나타났으며, 식이요법(30.4%), 당뇨(18.8%), 고혈압(14.5%)의 순으로 나타났다. 이는 현대사회에 흡연과 비만으로 인해 발생하는 건강상의 많은 문제점에 대해 사회적 관심이 높아진 현상의 결과라고 사료된다.

### 3. 구강건강관리실태

응답자의 구강건강관리실태는 Table 3과 같다. 정기적인 치과검진을 받는 대상자는 70명(30.7%), 받지 않는다 158명(69.3%)이었고, 검진을 받는 응답자 중 그 주기는 1년에 한번 43명(61.4%)이 가장 높았으며, 수시로(17.1%), 6개월에 한번(10%)의 순으로 일반건강검진의 주기와 같은 양상을 보였다. 구강보건교육을 받아본 경험에 대해 묻는 항목에서는 받은 경험이 있다 27명(11.8%)보다 받은 경험이 없다 201명(88.2%)으로 많은 차이가 나타났다. 이렇듯 규칙적인 운동을 하고 있는 대상자 중에서도 많은 응답자가 정기적인 검진은 받지 않고 있는 것으로 나타났고 이는 박<sup>9,10</sup>의 연구와 같은 결과로 연령이나 성별등 일반적인 특성과 상관없이 건강관리에 있어서 구강건강에 대한 중요성과 교육이 많이 부족함을 보여준다고 할 수 있다.

구강건강유지에 영향을 미치는 요인으로 1일 잇솔질 횟수를 들고 있다<sup>11</sup>). 본 연구에서는 하루 중 잇솔질 하는 시기는 아침 식사 후 (77.2%)가 가장 많았으며, 그 다음으로 저녁식사 후(69.7%), 점심식사 후(58.8%), 잠자기 전(43.3%)순으로 나타났다. 박<sup>9,10</sup>의 연구에서는 잠자기 전에 이를 닦는 응답자가 가장 높게 나타났는데 이는 본 연구 대상자의 연령층보다 젊은 대학

생을 대상으로 하였기 때문에 중요시되는 구강건강의식 수준의 결과가 다르게 나타난 것으로 사료된다. 또한 간식 후에 91.2%가 이를 닦지 않은 것으로 나타나 이 닦는 시기에 대한 교육이 필요함을 알 수 있다.

잇솔질을 하는 시간은 3분 이내 118명(51.8%)으로 가장 높았고, 2분 이내(21.5%), 3분 이상(15.4%), 1분 이내(11.4%)순이었으며 사용 중인 치약의 성분 중 불소함유를 묻는 항목에서는 모르겠다 109명(47.8%)으로 가장 높게 나타나 이는 치약의 성분이 구입의 주요조건이 아니라는 것을 알 수 있었다. 우리나라는 치아인접면을 닦는데 이쑤시게가 많이 이용되는 것으로 알려져 있다<sup>12</sup>). 본 연구에서 구강보조용품사용여부를 보면 전동칫솔 38명(48.8%)으로 사용이 가장 많은 것으로 나타났으며, 양치액(39.0%), 치실(31.7%) 그리고 치간칫솔(8.5%)이었고 워터픽의 사용자는 없었다. 치실보다 고가이면서 사용된 역사가 짧은 전동칫솔이나 양치액을 많이 사용되고 있는 것은 무엇보다 사용하기 편리함 때문이라고 생각된다. 그러나 치아 인접면의 플라크를 효과적으로 제거하기 위해서는 치실의 사용이 필수적이다. 따라서 치실을 좀 더 쉽게 사용할 수 있는 방법이나 기구 등이 더 많이 개발되어져야 한다고 본다. 또한 치실의 중요성과 효과에 대한 구강보건교육이 필요하다. 잇솔질을 하는 시간은 박<sup>9,10</sup>의 연구와 같은 결과를 보였으며, 구강보조용품사용여부의 항목에서는 양치액을 가장 많이 사용하는 결과 선행연구<sup>9,10</sup>와는 다르게 나타났다. 구강보건교육 중에서도 특히 잇솔질 교육은 가장 중요시 되어야 함에도 불구하고 이에 관한 지식은 부족하고 행동 실천률이 낮다<sup>13</sup>).

### 4. 일반적 특성과 건강관리실태와의 관계

일반적 특성과 건강관리실태와의 관계는 Table 4와 같다. 성별에 따른 정기적인 건강검진과의 관계에서는 여자 51.7%로 높았고, 연령으로는 40대 34.5%, 50대 이상 28.6% 순으로 나타났다. 직업과의 관계에서는 주부 29.9%, 자영업 21.8%, 사무직 18.4%로 높고 서비스업 종사자 2.3%가 가장 낮게 나타

Table 3. The dental health promotion status of research subjects

(Unit: persons, %)

| Item                              | Classification            | Number (N) | Percentage(%) |       |
|-----------------------------------|---------------------------|------------|---------------|-------|
| Dental Examination                | Taking                    | 70         | 30.7          |       |
|                                   | Not taking                | 158        | 69.3          |       |
|                                   | Subtotal                  | 228        | 100.0         |       |
| Examination Period                | Once a month              | 1          | 1.4           |       |
|                                   | Once a quarter year       | 4          | 5.7           |       |
|                                   | Once a half year          | 10         | 14.3          |       |
|                                   | Once a year               | 43         | 61.4          |       |
|                                   | On occasion               | 12         | 17.1          |       |
| Oral Health Education             | Yes                       | 27         | 11.8          |       |
|                                   | No                        | 201        | 88.2          |       |
| Tooth brushing                    | Before breakfast          | Yes        | 70            | 30.7  |
|                                   |                           | No         | 158           | 69.3  |
|                                   | After breakfast           | Yes        | 176           | 77.2  |
|                                   |                           | No         | 52            | 22.8  |
|                                   | Before lunch              | Yes        | 10            | 4.4   |
|                                   |                           | No         | 218           | 95.6  |
|                                   | After lunch               | Yes        | 134           | 58.8  |
|                                   |                           | No         | 94            | 41.2  |
|                                   | Before dinner             | Yes        | 2             | 0.9   |
|                                   |                           | No         | 226           | 99.1  |
|                                   | After dinner              | Yes        | 159           | 69.7  |
|                                   |                           | No         | 69            | 30.3  |
|                                   | Before sleep              | Yes        | 99            | 43.4  |
|                                   |                           | No         | 129           | 56.6  |
|                                   | After snack               | Yes        | 20            | 8.8   |
|                                   |                           | No         | 208           | 91.2  |
|                                   | Subtotal                  | 228        | 100.0         |       |
| Tooth brushing time               | Within 1 min              | 26         | 11.4          |       |
|                                   | Within 2 min              | 49         | 21.5          |       |
|                                   | Within 3 min              | 118        | 51.8          |       |
|                                   | More than 3 min           | 35         | 15.4          |       |
| Containing fluorine in toothpaste | Yes                       | 54         | 23.7          |       |
|                                   | No                        | 65         | 28.5          |       |
|                                   | Don't know                | 109        | 47.8          |       |
| Dental assistant supplies         | Using dental floss        | Yes        | 26            | 31.7  |
|                                   |                           | No         | 56            | 68.3  |
|                                   | Using Interdental brush   | Yes        | 7             | 8.5   |
|                                   |                           | No         | 75            | 91.5  |
|                                   | Using Gargle              | Yes        | 32            | 39.0  |
|                                   |                           | No         | 50            | 61.0  |
|                                   | Using electric toothbrush | Yes        | 38            | 48.8  |
|                                   |                           | No         | 44            | 53.7  |
|                                   | Using water pick          | Yes        | 0             | 0     |
|                                   |                           | No         | 82            | 100.0 |
|                                   |                           | Subtotal   | 82            | 100.0 |
|                                   |                           | No use     | 146           | 64.0  |

났다. 정기적인 건강검진을 받는다고 응답한 사람 중에서 운동을 하는 이유에 대한 답변에서는 체력증진 42.5%로 가장 높았으며, 그 다음으로는 체중감소와 스트레스 해소가 각각 25.3%, 재활운동 6.9%순으로 나타났고 일반적인 특성 중 연령, 직업, 운동하는 이유만이 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $p < 0.05$ ). 또한 정기적인 치과검진과의 관계에서는 여자 58.6%로 높았고 연령은 40대 30.0%, 50세 이상 27.1%의 순을 보였으며, 직업

에서는 주부 30.0%, 자영업 18.6%, 학생 15.7%로 높았으며 연구원 4.3%로 가장 낮게 나타났다. 운동을 하는 이유와의 관계에서는 체중감소 37.1%, 체력증진 32.9%, 스트레스 해소 22.9%, 재활운동 7.1%순이었다. 정기적인 치과검진과의 관계에서도 일반적인 특성 중 연령, 직업, 운동을 하는 이유만이 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $p < 0.05$ ). 본 연구는 지속적인 운동을 하는 대상자의 결과이므로 체력증진의 이유가 많았고, 성

**Table 4.** The general characteristics and health promotion status

(Unit: persons, %)

| Item                     | Classification  | Periodic Examination |           |            |                | Dental Periodic Examination |           |            |                |
|--------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|----------------|-----------------------------|-----------|------------|----------------|
|                          |                 | yes                  | no        | total      | $\chi^2(P)$    | yes                         | no        | total      | $\chi^2(P)$    |
| Sex                      | Male            | 42 (48.3)            | 65 (46.1) | 107 (46.9) | .102 (.749)    | 29 (41.4)                   | 78 (49.4) | 107 (46.9) | 1.227 (.268)   |
|                          | Female          | 45 (51.7)            | 76 (53.9) | 121 (53.1) |                | 41 (58.6)                   | 80 (50.6) | 121 (53.1) |                |
| Age                      | 20s             | 18 (20.7)            | 77 (54.6) | 95 (41.7)  | 66.625 (.000*) | 17 (24.3)                   | 78 (49.4) | 95 (41.7)  | 33.013 (.000*) |
|                          | 30s             | 14 (16.1)            | 45 (31.9) | 59 (25.9)  |                | 13 (18.6)                   | 46 (29.1) | 59 (25.9)  |                |
|                          | 40s             | 30 (34.5)            | 16 (11.3) | 46 (20.2)  |                | 21 (30.0)                   | 25 (15.8) | 46 (20.2)  |                |
|                          | More than 50s   | 25 (28.6)            | 3 (2.1)   | 28 (12.3)  |                | 19 (27.1)                   | 9 (5.7)   | 28 (12.3)  |                |
| Occupation               | Occupation      | 16 (18.4)            | 19 (13.5) | 35 (15.4)  | 36.372 (.000*) | 7 (10.0)                    | 28 (17.7) | 35 (15.4)  | 18.256 (.011*) |
|                          | Teacher         | 5 (5.7)              | 1 (0.7)   | 6 (2.6)    |                | 4 (5.7)                     | 2 (1.3)   | 6 (2.6)    |                |
|                          | Researcher      | 4 (4.6)              | 5 (3.5)   | 9 (3.9)    |                | 3 (4.3)                     | 6 (3.8)   | 9 (3.9)    |                |
|                          | Services        | 2 (2.3)              | 21 (14.9) | 23 (10.1)  |                | 6 (8.6)                     | 17 (10.8) | 23 (10.1)  |                |
|                          | Self-employed   | 19 (21.8)            | 19 (13.5) | 38 (16.7)  |                | 13 (18.6)                   | 25 (15.8) | 38 (16.7)  |                |
|                          | Housewife       | 26 (29.9)            | 22 (15.6) | 48 (21.1)  |                | 21 (30.0)                   | 27 (17.1) | 48 (21.1)  |                |
|                          | Student         | 10 (11.5)            | 51 (36.2) | 61 (26.8)  |                | 11 (15.7)                   | 50 (31.6) | 61 (26.8)  |                |
|                          | Unemployed      | 5 (5.7)              | 3 (2.1)   | 8 (3.5)    |                | 5 (7.1)                     | 3 (1.9)   | 8 (3.5)    |                |
| Reason for doing excecis | Health          | 37 (42.5)            | 71 (50.4) | 108 (47.4) | 10.571 (.014*) | 23 (32.9)                   | 85 (53.8) | 108 (47.4) | 12.260 (.007*) |
|                          | Reducing weight | 22 (25.3)            | 46 (32.6) | 68 (29.8)  |                | 26 (37.1)                   | 42 (26.6) | 68 (29.8)  |                |
|                          | Stress relief   | 22 (25.3)            | 23 (16.3) | 45 (19.7)  |                | 16 (22.9)                   | 29 (18.4) | 45 (19.7)  |                |
|                          | Rehabilitation  | 6 (6.9)              | 1 (0.7)   | 7 (3.1)    |                | 5 (7.1)                     | 2 (1.3)   | 7 (3.1)    |                |

Note) \* p < 0.05

인병과 관련된 체중감소에도 관심이 많은 것으로 나타났다. 또한 40대 이상의 연령층은 사회경제적으로 안정적이며 반면에 성인병이 많이 발생하는 시기이므로 관심도와 실천도가 높은 것으로 사료된다.

**5. 일반적 특성과 구강보건지식과의 관계**

1) 성별과 구강보건지식과의 관계

성별에 따른 구강보건지식의 관계는 Table 5와 같다. 구강보건지식중 이를 닦는 시간은 3분정도가 적당하다는 전체의

**Table 5.** The relationship between sex distinction and the Oral Health knowledge

(Unit: persons, %)

| Item   | Sex      |          | total     | $\chi^2$ | p    |
|--|----------|----------|-----------|----------|------|
|  | Male     | Female   |           |          |      |
| Prefer to go to the dentist's periodically once a half year  | 38(35.5) | 51(42.1) | 89(39.0)  | 1.050    | .305 |
| Toothbrushing time are after each meal and before sleep  | 68(63.6) | 87(71.9) | 155(68.0) | 1.819    | .177 |
| The appropriate toothbrushing time is around 3 minutes   | 70(65.4) | 86(71.1) | 156(68.4) | .840     | .359 |
| If we use the fluorine, we can prevent the dental caries   | 69(64.5) | 86(71.1) | 155(68.0) | 1.132    | .287 |
| Foods causing the dental caries are a chocolate and a biscuit, etc.  | 60(56.1) | 81(66.9) | 141(61.8) | 2.842    | .092 |
| In case of the upper teeth, brushing them from up side to down side, and in case of the lower teeth, brushing them from down side to up side | 30(28.0) | 41(33.9) | 71(31.1)  | .905     | .341 |

Note) \* p < 0.05

**Table 6.** The relationship between age and the Oral Health knowledge

(Unit: persons, %)

| Item   | Age          |              |              |              |              | Total         | $\chi^2$ | p     |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------|-------|
|  | 20s          | 30s          | 40s          | 50s          | More than60s |               |          |       |
| Prefer to go to the dentist's periodically once a half year  | 38<br>(40.0) | 21<br>(35.6) | 24<br>(52.2) | 5<br>(25.0)  | 1<br>(12.5)  | 89<br>(39.0)  | 7.690    | .104  |
| Toothbrushing time are after each meal and before sleep  | 58<br>(61.6) | 47<br>(79.7) | 31<br>(67.4) | 16<br>(80.0) | 3<br>(37.5)  | 155<br>(68.0) | 10.542   | .032* |
| The appropriate toothbrushing time is around 3 minutes   | 57<br>(60.6) | 45<br>(76.3) | 32<br>(69.6) | 16<br>(80.0) | 6<br>(75.0)  | 156<br>(68.4) | 6.230    | .183  |
| If we use the fluorine, we can prevent the dental caries   | 69<br>(72.6) | 41<br>(69.5) | 32<br>(69.6) | 12<br>(60.0) | 1<br>(12.5)  | 155<br>(68.0) | 12.958   | .011* |
| Foods causing the dental caries are a chocolate and a biscuit, etc.  | 64<br>(67.4) | 39<br>(66.1) | 28<br>(60.9) | 7<br>(35.0)  | 3<br>(37.5)  | 141<br>(61.8) | 9.817    | .044* |
| In case of the upper teeth, brushing them from up side to down side, and in case of the lower teeth, brushing them from down side to up side | 32<br>(33.7) | 22<br>(37.3) | 10<br>(21.7) | 5<br>(25.0)  | 2<br>(25.0)  | 7<br>(31.1)   | 3.715    | .446  |

Note) \*p < 0.05

Table 7. The relationship between occupation and the Oral Health knowledge

(Unit: persons, %)

| Item   | Occupation    |             |             |              |               |              |              |             | Total         | x <sup>2</sup> | p     |
|--|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|-------------|---------------|----------------|-------|
|  | Office Worker | Teacher     | Researcher  | Services     | Self-employed | House-wife   | Student      | Unemployed  |               |                |       |
| Prefer to go to the dentist's periodically once a half year  | 12<br>(34.3)  | 5<br>(83.3) | 4<br>(44.4) | 6<br>(26.1)  | 14<br>(36.8)  | 24<br>(50.5) | 23<br>(37.7) | 1<br>(12.5) | 89<br>(39.0)  | 11.924         | .103  |
| Toothbrushing time are after each meal and before sleep  | 27<br>(77.1)  | 5<br>(83.3) | 5<br>(55.6) | 18<br>(78.3) | 27<br>(71.1)  | 36<br>(75.0) | 33<br>(54.1) | 4<br>(50.0) | 155<br>(68.0) | 11.595         | .115  |
| The appropriate toothbrushing time is around 3 minutes   | 24<br>(68.6)  | 5<br>(83.3) | 8<br>(88.9) | 16<br>(69.6) | 29<br>(76.3)  | 36<br>(75.0) | 31<br>(50.8) | 7<br>(87.5) | 156<br>(68.4) | 14.529         | .043* |
| If we use the fluorine, we can prevent the dental caries   | 28<br>(80.0)  | 4<br>(66.7) | 7<br>(77.8) | 11<br>(47.8) | 22<br>(57.9)  | 34<br>(70.8) | 46<br>(75.4) | 3<br>(37.5) | 155<br>(68.0) | 13.934         | .052  |
| Foods causing the dental caries are a chocolate and a biscuit, etc.  | 22<br>(62.9)  | 1<br>(16.7) | 7<br>(77.8) | 13<br>(56.5) | 23<br>(60.5)  | 33<br>(68.8) | 40<br>(65.6) | 2<br>(25.0) | 141<br>(61.8) | 12.409         | .088  |
| In case of the upper teeth, brushing them from up side to down side, and in case of the lower teeth, brushing them from down side to up side | 15<br>(42.9)  | 3<br>(50.0) | 2<br>(22.2) | 11<br>(47.8) | 6<br>(15.8)   | 12<br>(25.0) | 21<br>(34.4) | 1<br>(12.5) | 17<br>(31.1)  | 13.180         | .068  |

Note) \*p &lt; 0.05

Table 8. The relationship between research subjects caring health and the Oral Health knowledge

(Unit: persons, %)

| Item   | Health Promoting |              |                    | Dental Health Caring |              |                    |
|--|------------------|--------------|--------------------|----------------------|--------------|--------------------|
|  | Yes              | No           | x <sup>2</sup> (p) | Yes                  | No           | x <sup>2</sup> (p) |
| Prefer to go to the dentist's periodically once a half year  | 30<br>(34.5)     | 57<br>(65.5) | 1.225<br>(.268)    | 27<br>(38.6)         | 43<br>(61.4) | .009<br>(.924)     |
| Toothbrushing time are after each meal and before sleep  | 56<br>(64.4)     | 31<br>(35.6) | .884<br>(.358)     | 52<br>(74.3)         | 18<br>(25.7) | 1.844<br>(.175)    |
| The appropriate toothbrushing time is around 3 minutes   | 63<br>(72.4)     | 24<br>(27.6) | 1.038<br>(.308)    | 52<br>(74.3)         | 18<br>(25.7) | 1.608<br>(.205)    |
| If we use the fluorine, we can prevent the dental caries   | 57<br>(65.5)     | 30<br>(34.5) | .393<br>(.531)     | 51<br>(72.9)         | 19<br>(27.1) | 1.103<br>(.294)    |
| Foods causing the dental caries are a chocolate and a biscuit, etc.  | 47<br>(54.0)     | 40<br>(46.0) | 3.645<br>(.056)    | 37<br>(52.9)         | 33<br>(47.1) | 3.456<br>(.063)    |
| In case of the upper teeth, brushing them from up side to down side, and in case of the lower teeth, brushing them from down side to up side | 25<br>(28.7)     | 62<br>(71.3) | .379<br>(.538)     | 27<br>(38.6)         | 43<br>(61.4) | 2.601<br>(.107)    |
| Subtotal   | 87(100.0)        |              |                    | 70(100.0)            |              |                    |

68.4%로 가장 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 이는 박<sup>9)</sup>의 연구에서 불소를 이용하면 치아우식을 예방할 수 있다가 93.0%로 가장 높게 나온 것과는 다른 결과를 보였다. 또한 선행된 치위생과와 일부 보건계열학과 학생들의 구강보건지식과의 관계연구<sup>10)</sup>는 충치를 예방하기에 가장 좋은 방법은 칫솔질이다 로 응답한 학과는 치위생과 98.5%로 가장 높았으며, 그 다음으로는 치기공과 95.1%, 간호과 84.5%, 환경보건과 79.1%의 순으로 응답하였다. 이 결과는 의료업에 관련된 학과에서 대체로 높은 구강보건지식을 가지고 알 수 있었다.

이를 닦는 시기는 매 식사 후와 잠자기 전이다 에서는 여자 71.9%, 남자 63.6%이었고, 불소를 이용하면 치아우식을 예방할 수 있다 에서는 여자 71.1%, 남자 64.5%이었으며, 충치를 유발하는 식품에는 초콜릿, 비스킷 등이 있다 에서는 여자 66.9%, 남자 56.1%로 나타났다. 전체적으로 여자응답자의 구강보건지식이 더 높은 것으로 나타났으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다.

## 2) 연령과 구강보건지식과의 관계

연령에 따른 구강보건지식과의 관계는 Table 6과 같다. 전체적으로 이를 닦는 시간은 3분정도가 적당하다에서 68.4%로 가장 높게 나타났고, 이를 닦는 시기는 매 식사 후와 잠자기 전

이다 에서는 50대 연령층에서 80.0%로 가장 높게 나타났으며, 30대 79.7%, 40대 67.4%, 20대 61.6%순을 보였다. 불소를 이용하면 치아우식을 예방할 수 있다 에서는 20대 72.6%, 충치를 유발하는 식품에는 초콜릿, 비스킷 등이 있다 에서는 20대 67.4%로 가장 높게 나타났으며 이 세 항목에 대해서는 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 이는 불소를 이용하면 치아우식을 예방할 수 있다가 가장 높게 나타난 박<sup>9)</sup>의 연구와 다르게 나타났다. 또한 응답자의 97%가 20대인 선행연구<sup>10)</sup>에서는 충치는 반드시 치료해야 한다 가 96.2%로 본 연구와는 다른 결과를 나타냈다.

## 3) 직업과 구강보건지식과의 관계

직업에 따른 구강보건지식과의 관계는 Table 7과 같다. 전체적으로 이를 닦는 시간은 3분정도가 적당하다에서 68.4%로 가장 높게 나타났으며, 이는 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 치과는 6개월에 한 번씩 정기적으로 방문하는 것이 좋다는 이 를 닦는 시기는 매 식사 후와 잠자기 전이다 에서는 교사 83.3%, 불소를 이용하면 치아우식을 예방할 수 있다 에서는 사무직 80.0%, 충치를 유발하는 식품에는 초콜릿, 비스킷 등이 있다는 연구원 77.8% 이는 윗니는 위에서 아래로 아랫니는 아래에서 위로 쓸듯이 닦는다 에서는 교사 50.5%로 높게 나타났

다. 조사항목에 대해 대체적으로 연구원과 교사에 종사하는 응답자의 결과가 높게 나타났다. 이는 응답자의 교육수준과 관련이 있는 결과라고 사료된다.

## 6. 건강관리를 하는 대상자와 구강보건지식과의 관계

정기적인 일반건강관리를 하는 응답자중 이를 닦는 시간은 3분정도가 적당하다에서 72.4%로 가장 높게 나타났고, 구강건강관리를 하는 응답자 중에는 이를 닦는 시기는 매 식사 후와 잠자기 전이다 와 이를 닦는 시간은 3분정도가 적당하다에서 각각 74.3%로 가장 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차이를 보이지는 않았다. 전체적으로 일반건강관리를 하는 응답자와 구강건강관리를 하는 응답자에서의 구강보건지식과의 관계는 두 집단에서 비슷한 결과를 보였다. 이는 전신건강을 위해서는 구강건강도 필수적인 조건이기 때문에 그 중요성을 같이 인식하고 있다고 사료된다.

인간은 오래전부터 스스로 건강해질 것으로 믿는 일련의 행위를 함으로써 질병을 예방하고 건강을 유지, 증진해 왔다. 이러한 행위를 건강관리 행위 또는 건강행위(health behavior)라 한다<sup>15)</sup>. 건강관리 행위에 대한 분류는 학자마다 다소 차이가 있으나 선행연구<sup>15)</sup>는 건강유지, 증진, 질병예방, 생명연장 행위로 구분하였다. 그러나 조<sup>16)</sup>는 건강관리행위를 결코 치료나 예방차원에 머무를 수 없고 자기 스스로 무한한 개발을 해야 한다고 보고 개발 영역도 포함시켰다.

김<sup>14)</sup>의 연구에서는 건강행위 실천에 있어서 건강관리를 위한 전문인과의 상담과 정기 건강검진에 대한 실천도가 낮은 것으로 보고하고 있다. 또한 안<sup>7)</sup>의 연구에서도 건강관리 행위 실천도가 낮은 것으로 '정규적인 치과검진', '규칙적인 운동', '금주', '금연' 등으로 보고하고 있다.

본 연구에서도 선행연구들과 마찬가지로 건강증진을 위해 자발적인 운동을 하는 대상자들도 정기적인 검진을 통한 의학적 건강관리와는 관련이 없는 것으로 나타났다. 이는 아직까지 우리사회가 지역주민들을 대상으로 체계적이며 계속적인 건강관리가 되고 있지 않은 이유에서 비롯되었다고 사료된다. 체계적인 건강관리를 위해서는 지역주민들의 의식변화와 동기유발을 시킬 수 있는 매체가 필요하며 그 매체는 구강건강을 포함한 보건교육에서 시작이 되어야 할 것이다. 지역주민들의 건강 행위와 건강에 대한 관심도를 높일 수 있는 계획적이고 지속적인 보건교육 프로그램이 개발되고 이것이 사회교육 프로그램의 한 과정이라도 설정되어야 할 것이며 이를 위한 후속 연구가 행해져야 하겠다.

## 요 약

본 연구는 지속적인 건강증진을 위해 운동을 하는 대상자들의 건강관리 행위와 구강보건지식과의 관계를 알아보기 위해 경기지역에 거주하는 성인을 대상으로 230부의 설문조사 하였으며, SPSSWIN 12.0을 이용하여 분석한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 대상자들의 정기적인 건강검진경험 유무는 받는다 38.2%, 안받는다 61.8% 이었고, 정기적인 구강검진경험 유무는

받는다 30.7%, 안받는다 69.3%로 나타났다.

2. 대상자들의 구강보건교육경험의 유무는 받은 경험이 있다 11.8%, 받은 경험이 없다 88.2%로 나타났다.
3. 대상자들 중 정기검진을 받는 응답자의 일반적 특성과 건강관리실태와의 관계에 있어서는 연령, 직업, 운동을 하는 이유의 항목에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다 ( $p < 0.05$ ).
4. 성별에 따른 구강보건지식과의 관계에 있어서는 전체적으로 이를 닦는 시간은 3분정도가 적당하다에서 68.4%의 높은 결과를 나타냈으나 통계적으로 유의한 차이를 보이지는 않았다.
5. 연령에 따른 구강보건지식과의 관계에 있어서는 이를 닦는 시기는 매 식사 후와 잠자기 전이다( $p = .032$ ), 불소를 이용하면 치아우식을 예방할 수 있다( $p = .011$ ), 충치를 유발하는 식품에는 초콜릿, 비스킷 등이 있다( $p = .044$ )에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다( $p < 0.05$ ).
6. 직업에 따른 구강보건지식과의 관계에 있어서는 전체적으로 이를 닦는 시간은 3분정도가 적당하다( $p = .043$ )에서 68.4%로 가장 높게 나타나고, 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $p < 0.05$ ).
7. 정기적인 검진을 하고 있는 대상자와 구강보건지식과의 관계에 있어서는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다.

## 참고문헌

1. 주혜진: 가족건강관리 행위에 관한 조사 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1995.
2. 정옥분: 인간발달II. 교육과학사, pp.12-15, 1992.
3. 김종배, 최유진, 문혁수등: 공중구강보건학. 고문사, pp.746, 2004.
4. 장기완, 황윤숙, 김진범, 백대일, 김종배: 구강보건교육학. 고문사, pp.20, 1999.
5. 김종배: 공중구강보건학. 고문사, pp.10, 2000.
6. 김종배, 최유진, 문혁수: 공중구강보건학. 고문사, pp.12, 2002.
7. 안혜경: 대도시 사무직근로자의 건강관리행위의 관련요인 및 실천도에 관한 연구. 간호탐구 3(1): 116-144, 1994.
8. 김경희: 예방적 건강행위와 건강통제위 성격과의 관계에 대한 연구. 대한간호학회지 15(2): 18-25, 1985.
9. 박미영: 보건계열학과 대학생의 구강건강관리실태 및 구강보건지식에 관한 연구. 일간 치과연구 58(1): 91-99, 2005.
10. 박미영, 임미희: 치위생과와 일부 보건계열학과 학생들의 구강건강관리실태 및 지식에 관한 비교연구. 일간 치과연구 58(6): 69-78, 2005.
11. 장계원: 식습관이 구강상태에 미치는 영향. 진주간호대학논문집 14(2): 45-64, 1991.
12. 손성희: 임상치주학. 서울대학교 치과대학 치주학교실. pp.711-723, 1994.
13. 장덕수, 백대일: 초등학교 구강보건교육성과에 관한 조사연구. 대한구강보건학회지 14(1): 109-125, 1990.
14. 김학순: 남녀 고등학생의 건강에 대한 연구: 일부 청소년의 건강상태와 건강행위를 중심으로. 한국학교보건학회지 6(2): 89-100, 1993.
15. Harris DM: Health Protective Behavior: An exploratory study. Journal of Health and Social Behavior 20: 17, 1979.
16. 조원정: 건강행위에 대한 성인직장의 실증적 연구. 연세대학교 보건대학원 박사학위논문, 1983.

(Received May 31, 2007; Accepted June 15, 2007)

