대한한방부인과학회지
THE JOURNAL OF ORIENTAL OBSTETRICS & GYNECOLOGY
VOL.22 NO.4 : 135-148 (2009)

저소득층 여성의 스트레스와 월경의 실태분석 및 상관관계 연구

경원대학교 한의과대학 부인과학교실
김현정, 김윤상, 임은미

ABSTRACT

A Study on Correlation between Stress and Menstruation among Low-income Women

Hyun-Jung Kim, Yoon-Sang Kim, Eun-Mee Lim
Dept. of Oriental Obstetrics&Gynecology, College of Oriental Medicine, Kyungwon University

Purpose: The purpose of this study is to recognize correlation between stress and menstrual pattern among low-income women.

Methods: From 5th October to 24th October 2009 we researched 14 low-income mothers by questionnaires to investigate their stress and menstrual patterns.

Results: The mean level of their stress was 6.71±2.92. The less the income was, the higher the stress was. Among the women, the stress of those who do not had husbands was also high. Most of the women's menarche came late and their menstrual cycle was long. The menstrual color was a little dark and they had blood clots and pain during menstruation. Their mental states also often changed over the period and they had pattern of blood stasis. The study observed that the higher the stress was, the worse the menstrual pain was.

Conclusion: Low-income women are under stress by their socioeconomic status and their menstrual patterns often change. Stress has correlation with menstruation.

Key Words: Low-income Women, Stress, Menstruation

"이 연구는 2009년도 경원대학교 지원에 의한 결과임."

교신저자(김윤상) : 인천광역시 중구 용동 117번지 경원대학교부속길한방병원 한방부인과
전화 : 032-770-1227 이메일 : komy@kyungwon.ac.kr

Ⅰ. 서 론

저소득층이란 상대적으로 소득수준이 낮은 계층을 일컫는 상대적인 개념의 용어로 최저생계비 이하 절대빈곤층 및 차상위계층 또는 상대빈곤층을 포괄하는 개념이다[1]. 저소득층 여성은 가구주의 소득만으로 생활이 어려우므로 소득 참여 활동이 요구되는 상황에서 자녀가 어린 경우에 경제적인 어려움뿐만 아니라 자녀 양육에 대한 큰 어려움을 겪는다[2-5]. 그 뿐 아니라 불안정하고 저임금의 직업에 종사함으로써 취업과 관련된 스트레스도 많이 받고 있다[6,7].

여성에게 있어 월경은 생물학적, 심리적, 사회문화적 그리고 개인적으로 중요한 의미를 갖는 총체적인 사건이며 여성의 신체 및 정서발달과 생식기능에 중요한 작용을 하는 주기적인 생리적인 변화이다[8]. 월경 관련 증상의 원인과 영향요인에 관한 연구들[9,10]에 따르면 스트레스는 월경증상에 영향을 주는 주요 요소로 월경증상을 설명하는 주요 변량이라고 하였다[11,12].

저소득층 여성에 대한 스트레스 연구로는 스트레스 원인 및 우울에 미치는 영향 등이 이루어졌으나 제한적으로 이루어져 왔다[7,13,14]. 또한 저소득층 여성의 월경양상에 관련된 연구는 부족한 실정이며 스트레스와 월경과의 연관성에 관한 연구도 미흡하다.

이에 본 연구는 저소득층 여성의 건강관리 영역의 한 분야로 스트레스와 월경의 실태파악을 통해 저소득층 여성의 특성을 살펴보았고 스트레스와 월경과의 관련성을 조사하여 이들의 건강증진 및 보장을 위한 한의학적 접근을 위해 기초자료를 수집하고자 한다.

Ⅱ. 연구대상 및 방법

1. 연구대상

본 연구는 일 도시지역 보건소와 ○○한방병원과 연계하여 2009년 10월 5일부터 10월 24일까지 3주간의 기간 동안 저소득층 유·아동건강증진프로그램에 참여한 저소득층 여성보호자 14명을 대상으로 하였다.

2. 연구방법

1) 설문 조사

기존 설문연구[15-17]를 바탕으로 수정, 보완하여 설문지를 자체 제작하였으며 연구 대상자들에게 연구의 목적을 설명하고 자가기입식 설문을 시행하였고 설문 중에 의문이 있는 경우 연구자에게 수시로 질문할 수 있도록 하였으며, 설문응답이 끝나는 대로 연구자가 곧 설문지를 수거하였다.

(1) 일반적 특성항목

연령, 월소득, 배우자유무여부, 음주여부, 흡연여부, 산과력

(2) 스트레스 양상 관련 항목

스트레스정도(스트레스가 없는 경우 0점, 스트레스가 제일 심한 경우 10점으로 하여 응답하도록 하였다.)

(3) 월경 양상 관련 항목

초경연령, 월경주기, 월경출혈기간, 월경량, 월경색, 혈괴, 월경통유무여부, 월경통증정도, 월경통이 가장 심한 시기, 월경통증부위, 월경통 처치 방법, 월경 중 심리 상태

3. 통계분석

자료는 SPSS Version 12.0을 이용하여

통계처리 하였으며, 연구대상자의 모든 설문 및 검진결과는 빈도, 백분율, 평균, 표준편차로 분석하였고, 대상자의 일반적 특성, 스트레스, 월경 양상간의 상관성에 관해서는 독립표본 t-test, 카이자승검정, 상관분석을 사용하였다. 유의성 판정은 p-value<0.05 수준으로 하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 대상자의 일반적 특성

연구 대상자 14명의 평균연령은 37.71±7.45세였으며 40대가 7명(50%), 30대가 4명(28.6%), 20대가 3명(21.4%)의 순이었다.

대상자의 월소득은 100만원미만인 경우가 8명(57.1%), 100만원-199만원인 경우가 6명(42.9%)이었으며 200만원 이상인 경우는 없었다. 대상자 중 유배우자는 9명(64.3%)이었고, 무배우자는 5명(35.7%)이었다. 배우자유무여부와 월소득과의 관계를 살펴보면 유배우자의 경우 월소득이 100만원미만인 경우는 3명(33.3%), 100만원-199만원인 대상자는 6명(66.7%)이었으며, 무배우자는 5명 모두 월소득이 100만원미만이었다.

대상자 중 비음주자는 8명(57.1%)이었고, 음주자는 6명(42.9%)이었으며 비흡연자는 13명(92.9%)이었고 흡연자는 1명(7.1%)이었다.

대상자 모두 분만경험이 있었으며 분만횟수분포는 1-4회로 평균 2.07±0.92회이고 유산을 경험하지 않았던 경우는 9명(64.3%), 유산을 경험했던 경우는 5명(35.7%)의 순이었다. 유산경험 대상자 중 인공유산이었던 경우는 8명(88.9%)이었고 자연유산이었던 경우는 1명(11.1%)이었다(Table 1, 2).

Table 1. Characteristics of Low-income Women in the Study

		N(%)			N(%)
Age (years)	20-29	3(21.4%)	Smoking	Yes	1(7.1%)
	30-39	4(28.6%)		No	13(92.9%)
	40-49	7(50%)			
Monthly Income (won)	∠1,000,000	8(57.1%)	Abortion	Yes	5(35.7%)
	1,000,000-1,990,000	6(42.9%)		No	9(64.3%)
	≥2,000,000	0(0%)			
Husband	existence	9(64.3%)	Abortion Type	Voluntary abortion	8(88.9%)
	nonexistence	5(35.7%)			
Drinking	Yes	6(42.9%)		Miscarriage	1(11.1%)
	No	8(57.1%)			

Table 2. Monthly Income According to Existence of a Husband

		Existence of a Husband	Nonexistence of a Husband	x^2
Monthly Income (won)	∠1,000,000	3(33.3%)	5(100%)	5.833*
	1,000,000-1,990,000	6(66.7%)	0(0%)	

* : p<0.05(By Chi-square Test)

2. 대상자의 스트레스 양상

대상자의 스트레스 분포는 최소 1점에서 최대 10점으로 평균 6.71±2.92점이었다. 스트레스는 월소득, 배우자유무여부와의 관계에서 유의한 상관성을 나타내었는데 월소득이 100만원미만인 대상자의 평균 스트레스는 8.38±2.26점이었고 월소득이 100만원-199만원인 대상자의 평균 스트레스는 4.50±2.17점으로 월소득이 적을수록 스트레스는 높았다. 유배우자의 평균 스트레스는 5.56±2.83점이었고 무배우자의 평균 스트레스가 8.80±1.79점으로 무배우자의 스트레스가 높았다(Table 3).

Table 3. Distinct Features among Correlations between Stress and Characteristics of Low-income Women in the Study

	Monthly Income(won)		Husband	
	∠1,000,000	1,000,000-1,990,000	Existence	Nonexistence
Stress(points)	8.38±2.26**	4.50±2.17**	5.56±2.83*	8.80±1.79*

* : p<0.05(By Independent T-test)
** : p<0.01(By Independent T-test)

3. 대상자의 월경 양상

1) 초경연령

대상자의 초경연령은 14-15세에 초경을 했다고 응답한 대상자가 8명(57.1%)으로 가장 많았으며 16세 이상, 13세 이하가 각각 3명(21.4%)씩이었다(Table 4).

2) 월경주기

월경주기의 정상 주기 간격을 26-35일로 보고 36일 이상이 6명(42.9%), 정상이 5명(35.7%), 25일이하가 3명(21.4%)의 순으로 월경주기가 늦어지는 양상이 많았다(Table 4).

3) 월경출혈기간과 월경량

월경출혈기간은 정상기간인 3-7일이 12명 (85.7%), 3일 미만, 7일 초과 모두 각각 1명(7.1%)씩이었고 월경량은 보통 양상인 대상자가 7명(50%)으로 가장 많았으며, 적은 양상의 대상자가 4명(28.6%), 많은 양상의 대상자가 3명(21.4%)의 순으로 월경출혈기간과 월경량은 정상 양상이 많았다(Table 4).

4) 월경색

월경색은 “선명한(진한) 붉은색은 띤다”, “어두운 붉은색을 띤다”라고 응답한 경우가 각각 5명(35.7%)씩이었고 “묽은(연한) 붉은색을 띤다”라고 응답한 경우가 3명(21.4%), “매우 어두운 색으로 검은색을 띤다”라고 응답한 경우가 1명(7.1%)이었다(Table 4).

5) 혈 괴

월경시 혈괴의 양상에 대해 “약간 있다”라고 응답한 경우가 8명(57.1%), “많다”라고 응답한 경우가 4명(28.6%), “없다”라고 응답한 경우가 2명(14.3%)의 순으로 혈괴가 있는 경우는 12명(85.7%)으로 대부분이었다(Table 4).

6) 월경통유무여부와 통증정도

대상자 14명중 월경통이 있는 경우는 11명(78.6%)이었으며, 월경통이 없는 경우는 3명(21.4%)이었다. 월경통이 있는 11명의 월경통증정도는 월경통이 가장 심한 경우를 10점으로 하여 응답하게 한

결과 평균 4.14±3.21점이었다. 배우자유무 여부에 따른 월경통증정도를 살펴보면 유배우자의 평균 월경통증정도는 2.33±2.18점이고 무배우자의 평균 월경통증정도는 7.40±1.82점으로 무배우자가 느끼는 월경통증이 더욱 심하였고 유의한 차이가 있었다(Table 4, 5).

7) 월경통이 가장 심한 시기

월경통이 가장 심한 시기는 월경전이 5명(45.5%)이었으며, 월경 1일째, 월경 2일째, 월경 후 모두 각각 2명(18.2%)씩이었다(Table 4).

8) 월경통증부위

월경 시 통증을 호소하는 부위를 나열하여 복수응답을 할 수 있게 하였다. 하복부의 통증을 호소하는 경우가 8명(72.7%)으로 가장 많았고, 腰部의 통증을 호소하는 경우가 5명(45.5%), 유방의 통증을 호소하는 경우가 1명(9.1%)이었다. 연령에 따른 각 부위별 통증을 살펴보면 하복부 통증을 호소하는 대상자의 평균연령은 41.00±4.75세이고 하복부 통증을 호소하지 않는 대상자의 평균연령은 26.33±1.15세로 연령이 다소 높은 대상자들이 하복부의 통증을 호소하였는데 이는 유의한 차이가 있었다. 腰部 통증을 호소하는 대상자의 평균연령은 30.80±6.94세이고 腰部 통증을 호소하지 않는 대상자의 평균연령은 42.33±4.08세로 연령이 낮은 대상자들이 腰部의 통증을 호소하는 유의한 차이를 보였다(Table 4).

9) 월경통 처치 방법

월경통이 發할 때 처치 방법에 대해서는 예시를 나열하여 복수응답을 할 수 있게 하였다. “참는다”라고 응답한 경우가 7명(63.6%)으로 가장 많았고, “따뜻하게 한다”가 3명(27.3%), “진통제를 복용한다”가 1명(9.1%)이었다(Table 4).

10) 월경 중 심리상태

월경 중 심리상태에 대해 6가지 예시를 제시하여 복수응답을 할 수 있게 하였다. 월경을 하는 대상자 14명 모두가 응답하였으며, “신경이 예민하다”라고 응답한 경우가 13명(92.9%)으로 거의 대부분 선택하였고, “사소한 일에도 화가 난다” 6명(42.9%), “괜히 불안하다” 3명(21.4%), “울고 싶다” 2명(14.3%), “우울하다” 1명(7.1%)의 순이었다. “기분이 자주 바뀌고 자제력이 없어진다”라고 응답한 경우는 없었다(Table 4).

Table 4. Menstrual Characteristics of Low-income Women in the Study

		N(%)
Age of Menarche (years)	≤13	3(21.4%)
	14-15	8(57.1%)
	≥16	3(21.4%)
Menstrual Period (days)	≤25	3(21.4%)
	26-35	5(35.7%)
	≥36	6(42.9%)
Duration of Menstruation (days)	<3	1(7.1%)
	3-7	12(85.7%)
	>7	1(7.1%)

Menstrual Amount	Much	3(21.4%)
	Normal	7(50%)
	Little	4(28.6%)
Menstrual Color	Light Red	3(21.4%)
	Clear Red	5(35.7%)
	Dark Red	5(35.7%)
	Black	1(7.1%)
Blood Clots during Menstruation	Many	4(28.6%)
	A little	8(57.1%)
	None	2(14.3%)
Menstrual Pain	Yes (Mean±SD of Menstrual Pain = 4.14±3.21 points)	11(78.6%)
	None	3(21.4%)
The Most Severe Period of Menstrual Pain	Before Menstruation	5(45.5%)
	Menstruation 1st day	2(18.2%)
	Menstruation 2nd day	2(18.2%)
	After Menstruation	2(18.2%)
Menstrual Pain Areas	Lower Abdomen (Average Age : 41.00±4.75 years)	8(72.7%)
	Waist (Average Age : 30.80±6.94 years)	5(45.5%)
	Breast	1(9.1%)
Methods to Treat Menstrual Pain	Enduring the Pain without Treatment	7(63.6%)
	Making a Painful Area Warm	3(27.3%)
	Making oneself Feel Better	0(0%)
	Taking Painkillers	1(9.1%)
	Exercising	0(0%)
	Others	0(0%)
Mental States during Menstruation	Feeling like Crying	2(14.3%)
	Frequent Changes of Feelings and No Self-Control	0(0%)
	Being Overcome with Apprehension without Reason	3(21.4%)
	Nervous	13(92.9%)
	Depressed	1(7.1%)
	Being Angry at Little Things	6(42.9%)

Table 5. A Distinct Feature among Correlations between Menstrual Patterns and Characteristics of Low-income Women in the Study

	Husband	
	Existence	Nonexistence
Level of Menstrual Pain(points)	2.33±2.18*	7.40±1.82*

* : $p<0.01$(By Independent T-test)

3. 스트레스와 월경 양상과의 상관성

스트레스와 월경 양상들 간의 관계를 살펴본 결과 스트레스와 월경통증정도에서 유의한 양(+)의 상관관계를 보여 스트레스가 클수록 월경통이 심해졌음을 알 수 있었다(Table 6).

Ⅳ. 고 찰

스트레스란 개인이 환경이나 사건으로부터 신체적 혹은 심리적으로 상당한 정도의 부담을 받아서 생기는 반응을 의미하는데[18] 현대의학에서 건강과 질병에 결정적인 영향을 줄 수 있는 인자로 인지되고 있다[19]. 스트레스를 유발할 수 있는 요인으로 물리적, 생물학적, 감정적 요인이 있으며 이것이 인체에 영향을 미쳐 내분비계 통로와 자율신경계 통로로 전달되어 전신 반응이 일어나게 되는 것이다[18,20]. 한방에서는 정신과 신체를 분리하지 않고 그 성립부터 心身一如의 개념을 포괄하여 전체의학의 원리를 堅持해 왔으며 병의 발생에 대해서도 生體內的 要素인 七情의 偏勝과 생체자극의 外的 要素인 六氣의 변화가 스트레스로 작용하여 五臟과 연계되어 생리적 및 병리적인 변화를 일으킨다고 관찰하였다[21,22]. 특히, 여성의 경우 남성에 비해 훨씬 더 감정적이므로 더욱 많은 비기질적 증상이나 질환에 이환되기 쉽다[23].

월경은 여성의 특수한 생리현상중의 하나로, 여성의 자궁으로부터 점막의 壞死를 수반하는 자궁출혈이 주기적이고 불규칙적으로 반복하여 일어나는 현상을 말한다[24]. 《黃帝內經・上古天眞論》에 의하면 여자는 14세에 天癸가 이르고 任脈이 通하며 太衝脈이 盛하여 月事가 주기적으로 나타나며 21세가 되면 腎氣가 平均하여 모든 기능이 성장하게 되고 49세 전후가 되면 天癸가 絶하고 衝任兩脈의 氣血이 쇠약해져 월경이 閉止되고 출산능력이 소실된다고 하였다. 또한 《婦人大全良方 卷一》에서는 '여성질환을 치료하고자 하면 우선적으로 반드시 월경의 양상을 정상적으로 조절하여야 하므로 調經門을 가장 먼저 인식해야 할 것이다'라고 하였다. 따라서 한방에서 월경을 여성의 건강상태를 판단하는데 중요한 지표로 삼고 있고 치료에 있어서도 調經을 우선적으로 하였다[25].

이와 같이 여성에게 중요한 생리적 변화인 월경은 스트레스에 의해 여성들의 衝脈, 任脈, 督脈, 帶脈의 經脈에 영향을 받아 月經不順, 閉經, 痛經, 崩漏, 經行吐, 經行頭痛, 經行乳脹, 經行情志異常, 不姙 등의 월경병이 유발되는데[26] 이와 관련하여 여대생, 탈북여성, 고3수험생들을 대상으로 한 스트레스와 월경양상변화 연구에서 유의한 결과를 얻는 등 스트레스와 월경관계에 대한 연구들은 다양하게 이루어졌다[8,16,27].

저소득층은 중류층 가정에 비해 상대적으로 사회에서 소외되어 있고 경제적인 면에서 취약한 인적, 물적 자원으로 인해 스트레스를 경험할 가능성이 크다[7]. 특히 저소득층 여성은 여성이라는 성적특성과 빈곤이라는 계층적 특성으로 인해 이중적 스트레스를 받고 있다. 즉, 저소득층 여성은 중류층 여성과는 달리 생존을 위해 취업을 하게 되고 활용할 수 있는 자원도 제한되어 있어 스트레스 지각이나 대처방식에서 취약성을 드러내고 있다[28]. 그러므로 저소득층 여성의 스트레스에 관한 여러 연구들이 진행되었는데[7,13,14] 스트레스가 저소득층 여성의 월경에 어떠한 영향을 미치는 지에 대한 연구는 일반 여성에서의 연구에 비해 부족한 실정이다.

따라서 본 연구는 저소득층 여성들의 스트레스와 월경양상의 실태에 대해 확인하고 스트레스가 월경에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 살펴보기 위하여 2009년 10월 5일부터 10월 24일까지 3주

간의 기간동안 일 도시지역 보건소와 ○○○ 한방병원과 연계하여 저소득층 유·아동건강증진프로그램에 참여한 저소득층 여성보호자 14명을 대상으로 설문조사를 하여 스트레스 및 월경 양상에 대한 자료를 수집하였다.

본 연구 결과에서 연구대상자들의 연령은 평균 37.71±7.45세이었고 월평균소득은 모두 200만원미만이었으며 100만원미만인 경우가 57.1%로 100만원-199만원인 경우인 42.9%보다 많았는데 이는 보건복지부에서 발표한 2009년 6인 가구 최저생계비인 1,817,454원[29]과 비슷하여 연구의 취지에 적합하였다. 배우자의 유무여부는 유배우자가 64.3%, 무배우자가 35.7%이었고, 월소득과의 관련성에서 무배우자의 월소득이 유배우자의 월소득보다 낮았다. 이는 평소 경제활동에 참여하면서 가족의 부양을 책임지던 남성과는 달리 편모들은 노동시장에서 활용될 수 있는 전문지식이나 기술을 보유하지 못했기 때문에 결과적으로 고용시장에서의 경쟁력이 떨어질 수밖에 없어 이는 결과적으로 저소득, 혹은 부적절하고 예측할 수 없는 소득으로 이어질 수밖에 없게 되는 것이다[13]. 대상자의 산과력에 대해 살펴보면 대상자는 모두 분만경험이 있었으며 유산을 경험한 대상자는 35.7%였는데 이 중 인공유산의 경험율은 88.9%로 2006년 성인여성의 평균인공유산경험율 34%[29]보다 훨씬 많은 편이었다. 이는 경제적 요인이 인공유산이 이루어지는데 영향을 미치는 중요한 요소 중 하나로 자녀를 키우는데 드는 여러 경제적, 사회적 비용을 감당하기 어렵기 때문이라고 볼 수 있다[30].

대상자의 스트레스는 다소 높은 경향을 보이고 있고 또한 월소득이 적을수록 스트레스는 높았는데 이는 2008년 발표된 소득수준별 스트레스 인지율에서 소득이 적은 1사분위가 소득이 높은 4사분위보다 스트레스 인지율이 높은 결과와 유사하며[31], 경제적으로 어려울수록 생활비, 자녀교육비에 대한 부담으로 스트레스를 받을 뿐만이 아니라 경제적인 이유로 취업하였을 때 다중역할의 부담감 및 과도한 근무시간 등으로 스트레스를 받고 있는 것이다[7]. 또한 무배우자의 스트레스는 유배우자의 스트레스보다 컸는데 이는 배우자 부재로 인한 가족 내 역할의 변화를 포함해 다양한 문제들로부터 스트레스를 경험하기 때문이다[32]. 이렇게 저소득층 여성은 사회경제적 요인으로 스트레스를 많이 경험하게 됨을 관찰할 수 있었고 월경과의 관련성을 살펴보기 위해 이들의 월경실태를 조사하였다.

대상자의 초경 연령은 14-15세에 초경을 했다고 응답한 대상자가 57.1%로 13세 이전 또는 16세 이후에 월경을 시작했다고 응답한 대상자보다 많았다. 서양의학에서는 초경을 9-17세로 평균 12.5세에 월경을 시작한다고 보고 있는데[25] 이에 비해 대상자의 초경연령은 늦은 경향을 보이고 있다. 이는 사회경제적 빈곤층의 여성들에서 초경연령이 늦다는 보고[33]와 일치한다.

정상 월경주기는 24일에서 36일간이며 월경주기가 21일 미만으로 빈번하고 규칙적인 혹은 불규칙적인 월경을 月經先期라하고 이는 氣虛, 血熱, 瘀血阻滯등이 원인이 되며 월경주기가 40일이상인 월경은 月經後期라 하고 이는 氣血虛弱, 血寒, 痰濕, 氣滯血瘀등이 원인이 된다

[23,25]. 대상자의 월경주기를 살펴보면 월경주기가 36일이상인 경우가 42.9%, 정상인 26-35일인 경우가 35.7%, 25일이하인 경우가 21.4%의 순으로 月經後期의 양상이 많았다. 월경출혈기간은 평균 3-5일이며 희소하게는 2일 혹은 8일간 계속되는 경우도 있는데[25] 대상자의 월경출혈기간은 3-7일인 경우가 대부분이었다.

월경량은 대개 20-70cc정도로 평균 50cc이며 중량은 100-120g이라 보고되고 있다[25]. 대상자들의 월경량은 보통이라고 응답한 경우가 50%로 가장 많았으나 월경량은 측정이 어렵고 개인에 따라 판단의 차이가 있어 객관성이 결여된다[15]. 월경색과 혈괴는 瘀血證의 객관적 판단기준들 중 하나로 사용되고 있다[34]. 월경색은 淡紅色 즉 밝은 색이면 血熱, 血虛, 氣虛증의 범주에 속하며 紫紅色, 紫暗色 즉 어두운 색이면 肝氣鬱結, 血瘀, 虛寒, 寒熱不同증의 범주에 속한다고 볼 수 있는데[35] 대상자의 월경색은 “선명한(진한) 붉은색은 띤다”, “어두운 붉은색을 띤다”라고 응답한 대상자가 각각 35.7%였다. 정상적인 월경혈은 순수한 혈액뿐만 아니라 경관점액이나 외음피지선 등 여러 가지 분비물과 융해된 내막 등이 혼합되어 있으며 heparin이라는 혈색소가 있어 응고 되지 않는 것이 특징인데[24] 대상자의 혈괴양상은 “약간 있다”라고 응답한 경우가 57.1%, “많다”라고 응답한 경우가 28.6%로 대상자의 대부분에게서 혈괴가 있었다.

월경통은 월경을 하는 여성의 50%가 경험하는 일반적인 부인과 질환으로[36], 《景岳全書·婦人規·經期腹痛》에서 “經行腹痛, 證有虛實. 實者或因寒滯, 或因血滯, 或因氣滯, 或因熱滯; 虛者有因血虛, 有因氣虛. 然實痛者, 多痛于未行之前, 經通而痛自減; 虛痛者, 于旣行之後, 血去而痛未止, 或血去而痛益甚. 大都可按, 可柔者爲虛; 拒按, 拒柔者爲實. 有滯無滯, 于比可察. 但實中有虛, 虛中亦有實, 比當于形氣稟質兼而辨之. 當以察意, 言不能悉也.”라 하여 월경통의 특성, 병인 및 변증양상 등을 설명하고 있다[23].

대상자 중 월경통이 있는 경우가 78.6%로 대부분이었고 대상자가 느끼는 월경통증의 평균정도는 4.14±3.21점이었으며 무배우자에서 월경통이 훨씬 심하였다. 월경통이 가장 심한 시기는 대상자의 45.5%가 “월경전”이라고 응답하였다. 월경통증부위는 하복부 통증을 호소하는 경우가 가장 많았고 그 다음은 腰部 통증을 호소하는 경우였다. 이는 임[37] 등의 연구에서 월경통이 나타나는 부위로 하복부가 96%, 요통이 61%의 순으로 나타난 결과와 유사하다. 월경통 처치 방법에 대해서는 대부분 “참는다”라고 응답하였고 그 다음은 “따뜻하게 한다”라고 응답한 경우였으며 진통제를 복용하는 경우는 9.1%에 불과했다. 이는 박[17]의 연구에서도 월경통 처치 방법으로 “참고 견딘다”의 비율이 가장 많았던 결과와 유사하였지만 박[17]의 연구에서는 진통제 복용하는 경우가 44.6%로 본 연구 결과보다 훨씬 많았다. 이는 저소득층 여성에서 경제적인 어려움 등으로 의료비 지출에 부담이 있기 때문일 것이라 사료된다. 월경 중의 심리상태는 92.9%가 “신경이 예민하다”라고 응답하였으며, 42.9%가 “사소한 일에도 화가 난다”, 21.4%가 “괜히 불안하다”라고 응답하였다.

이상에서 살펴본바 저소득층 여성의

스트레스는 다소 높은 경향이 있었으며 월소득과 배우자유무여부와 같은 사회경제적요인과 밀접한 관련이 있었다. 그리고 脈, 舌, 腹診등의 자세한 望聞問切이 필요하지만 대상자들의 대부분에서 어두운 월경색, 혈괴, 월경전의 심한 월경통 등의 瘀血證의 病理를 발견할 수 있었고 스트레스에 노출된 저소득층 여성들의 월경양상은 초경연령, 월경주기, 월경색, 혈괴, 월경통, 월경 중 심리상태에 변화가 있었다. 또한 스트레스와 월경 양상의 변화가 유의한 상관성을 갖고 있는지 살펴본 결과 월경통과의 관계에서 스트레스가 높아질수록 월경통이 심해지는 유의한 결과를 찾을 수 있었다.

본 연구의 객관성을 높이기 위해서는 좀 더 많은 대상자의 확보와 대상자의 범위가 다양해야 하겠고, 스트레스 영역을 좀 더 세분화시켜야 할 것이다. 또한 설문지 제작시 복수응답을 요구하는 문항에서 좀 더 다양한 예시를 제시하여야 할 것이며, 한방변증문항 등을 추가하여 향후 저소득층 여성의 건강 증진과 보장을 위한 한방적 프로그램개발 및 치료방법 등의 연구들이 진행되기를 기대해 본다.

Ⅴ. 결 론

2009년 10월 5일부터 2009년 10월 24일까지 일 도시지역 보건소와 ○○ 병원과 연계하여 저소득층 유·아동건강증진 프로그램에 참여한 저소득층 여성보호자 14명을 대상으로 일반적 특성, 스트레스 및 월경 양상을 설문조사, 수집, 분석하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 연구 대상자의 평균 연령은 37.71±7.45세였으며 월소득은 모두 200만원미만으로 대부분이 100만원미만인 경우이었으며 무배우자가 월소득이 적은 유의한 상관성을 보였다.
2. 대상자의 스트레스는 다소 높은 경향이 있었으며 월소득과 배우자유무여부와 같은 사회경제적요인과 관련이 있었다.
3. 대상자들의 초경연령, 월경주기, 월경색, 혈괴, 월경통, 월경시 심리상태에 변화가 있었으며 대부분에서 어두운 월경색, 혈괴, 월경전의 심한 월경통 등의 瘀血證의 病理를 발견할 수 있었다.
4. 스트레스와 월경 양상들 간의 변화가 유의한 상관성을 갖고 있는지 살펴본 결과 월경통과의 관계에서 스트레스가 높아질수록 월경통이 심해지는 유의한 결과를 찾을 수 있었다.

□ 투 고 일 : 2009년 10월 30일
□ 심 사 일 : 2009년 11월 2일
□ 심사완료일 : 2009년 11월 9일

參考文獻

1. 유원섭. 저소득층 의료보장제도의 현황과 과제. 월간 복지동향. 2003;61:12-6.
2. 안순덕 등. 영세지역 아동보육 및 환경에 관한 연구. 한국여성개발원 연구보고서. 1988;12:1-247.
3. 정현희, 최경순. 저소득층 취업모 아동의 방과 후 생활조사 : 중류층 취업모 아동과의 비교. 대한가정학회지.

1996;34(2):379-90.
4. 조희금. 생산직 기혼 여성의 생활시간 분석. 대한가정학회지. 1993;31(3):101-12.
5. 허정무. 부모교육 이론 및 프로그램 모형 분석 : 맞벌이 부모 대상 부모교육 프로그램개발을 위한 기초 연구. 청주교육대학교 논문집. 1995;32:389-428.
6. 노미혜 등. 여성의 취업 실태조사. 한국여성개발원 연구보고서. 1992;20:1-270.
7. 정문자, 이미리, 어주경. 도시 저소득층 가족의 제특성과 주부의 스트레스와의 관계. 대한가정의학회. 1998;36(6):13-26.
8. 김문정 등. 서울지역 여대생의 스트레스와 월경양상과의 관계. 이화간호학회지. 2007;41:99-118.
9. Fredman D, Jaffe A. Influence of life style on the premenstrual syndrome ; analysis of a questionnaire survey. J Reprod Med. 1985;30(9):715-9.
10. Woods N, Mitchell E, Lentz M. Social pathways to premenstrual symptoms. Res Nurs Health. 1995;18(3):225-37.
11. 김진숙, 원호택. 월경전기 증후군, 월경에 대한 태도, 신경증적 성격특성 및 스트레스의 관계. 한국심리학회 논문집. 1998;135-52.
12. 정문희. 월경곤란시 여자중학생이 지각하는 스트레스 및 그 대응에 관한 소고. 한국보건간호학회지. 1991;5(2):45-51.
13. 유조안. 저소득층 편모의 심리적 디스트레스에 미치는 사회적 관계망의 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문. 2000.
14. 김진이. 생활사건 스트레스와 만성적 스트레스 경험이 유아기 자녀를 둔 저소득층 어머니의 우울에 미치는 영향. 한국가족복지학. 2009;25:25-56.
15. 서지영 등. 북한 여성들의 초경 및 월경양상에 관한 연구. 대한한방부인과학회지. 2004;17(4):186-95.
16. 육상숙, 김윤상, 임은미. 탈북여성들의 월경에 영향을 미치는 스트레스 관련 인자들에 관한 연구. 대한한방부인과학회지. 2004;17(4):174-85.
17. 박해웅, 김동일. 여고생의 사상체질에 따른 월경양상에 관한 연구. 대한한방부인과학회지. 2007;20(1):169-85.
18. 김계현. 상담심리학1. 서울:學志社. 1995:193-95.
19. 김현제. 東洋醫學槪要. 서울:동양의학연구원. 1977:7.
20. 대한산부인과학회 교과서편찬위원회. 부인과학. 서울:도서출판 고려의학. 2008:227-58.
21. 김상효. 東醫神經精神科學. 서울:행림출판사. 1980:42, 57-61, 277-8.
22. 황의완. 心身症. 서울:행림출판사. 1985;24-9, 33, 43-50.
23. 한방여성의학 편찬위원회. 한방여성의학(Ⅰ). 서울:도서출판 정담. 2007:122-32, 155-61, 196-201.
24. 송은희, 이경섭, 송병기. 설문조사에 의한 10대 여학생이 월경에 관한 실태분석. 대한한방부인과학회지. 1998;11(1):1-13.
25. 오승희 등. 20-30대 여성 461례의 월경에 관한 실태분석. 대한한방부인과학회지. 2002;15(1):163-74.
26. 조순남. 實用婦人科學 1판. 서울:성보사. 1996:77-8, 141-55.
27. 정병천, 김동철, 백승희. 고3수험생의

월경실태분석을 통한 Stress와 월경의 상관관계 조사(Stress와 월경의 상관관계). 대한한의학회지. 2000;21(4):93-103.
28. 한선영. 도시 저소득층 여성의 생활실태 및 여성복지서비스 욕구에 관한 연구. 대구대학교대학원 석사학위논문. 2001.
29. 통계청. 한국의 사회지표. 2009:158, 473.
30. 은기수, 권태환. 한국 유배우 여성의 인공임신중절의 실태 및 결정요인. 한국인구학. 2002;25(1):5-32.
31. 질병관리본부. 2007 국민건강통계. 2008;213.
32. Lepore SJ. Social Conflict, Social Support and Psychological Distress: Evidence of Cross-Domain Buffering Effects. J Pers Soc Psychol. 1992;63(5):857-67.
33. Dare FO, Ogunniyi SO, Makinde OO. Biosocial factors affecting menarche in a mixed Nigerlan population. Cent Afr J Med. 1992;38(2):77-81.
34. 전국한의과대학 병리학교실. 한방병리학. 서울:일중사. 2004:95.
35. 이태균 편역. 부인규. 서울:법인문화사. 1991:72, 251-64.
36. Bajaj P et al. Endometriosis is associated with central sensitization: a psychophysical controlled study. J Pain. 2003;4(7):372-80.
37. 임은미, 이동녕. 痛經환자에 대한 임상적 연구. 대한한방부인과학회지. 2001;14(1):355-64.

<별첨자료 1>

저소득층 여성의 스트레스와 월경양상에 관한 설문 조사

이름 :　　생년월일 :

▶ 다음 물음에 답해주세요.

1. 평균 월소득은 어떻게 됩니까?
① 100만원 미만　② 100-199만원　③ 200만원 이상

2. 현재 배우자가 있습니까?
① 예
② 아니오

3. 평소 음주를 하십니까?
① 예
② 아니오

4. 평소 흡연을 하십니까?
① 예
② 아니오

5. 출산 횟수를 기재해주세요.
자연분만(___회)　제왕절개(___회)　인공유산(___회)
자연유산(___회)　조산(___회)

6. 초경 연령은 어떻게 되십니까?
① 13세 이하　② 14-15세　③ 16세 이상

7. 평소 월경 주기는 어느 정도 되십니까?
① 25일 이내　② 26일-35일　③ 36일 이상

8. 평소 월경 시 출혈기간은 어느 정도 되십니까?
① 3일 미만　② 3일-7일　③ 7일 초과

9. 평소 월경량은 어느 정도 입니까?

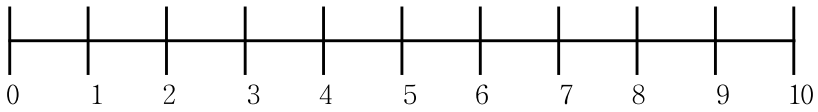
① 많다 ② 보통이다 ③ 적다

10. 평소 월경색은 어떻습니까?
① 묽은(연한) 붉은색을 띤다. ② 선명한(진한) 붉은색을 띤다.
③ 어두운 붉은색을 띤다. ④ 매우 어두운 색으로 검은색을 띤다.

11. 평소 월경 시 덩어리가 있습니까?
① 덩어리가 많다. ② 덩어리가 약간 있다. ③ 없다.

12. 평소 느끼는 월경통에 대해 답해주세요. (해당 괄호에 V체크 해주세요)

1) 통증 정도를 체크해주세요(전혀 아프지 않음 : 0, 가장 아픔 : 10)



2) 가장 증상이 심한 시기
월경 전( ), 월경 1일째( ), 월경 2일째( ), 월경 후( )

3) 통증 부위
아랫배( ), 허리( ), 가슴( )

4) 해결 방법
참는다( ), 따뜻하게 한다( ), 기분전환을 하기 위한 방법 사용( )
진통제 복용( ), 운동( ), 기타( )

13. 평소 월경 중 심리적인 상태는 어떠합니까?
① 울고 싶다. ② 기분이 자주 바뀌고 자제력이 없어진다.
③ 괜히 불안하다. ④ 신경이 예민하다.
⑤ 우울하다. ⑥ 사소한 일에도 화가 난다.

14. 평상 시 느끼는 스트레스정도를 체크해주세요.
(스트레스가 전혀 없다 : 0, 스트레스가 매우 심하다 : 10)