

산업화 시대 퇴직 노인을 위한 치매예방프로그램의 효과에 관한 연구

손연희* · 박지온** · 황현숙***

Research on the Effects of the Dementia Prevention Program on the Retired Seniors in the Industrial Age

Yun-Hee Son* · Ji-On Park** · Hyun-Sook Hwang***

요 약

의학계는 2020년 국내노인성 치매환자가 60만명을 넘을 것으로 예상하고 있다. 현재 연령별 치매 환자 비율은 70대 3%, 85~89세 23%, 95세 이상이 58%로 나이에 따라 급격히 증가한다는 것도 주목해야 할 일이다. “21세기의 병”이라 불리우고 있는 치매는 환자 자신뿐 아니라 가족들의 삶까지도 심각한 영향을 미치고 있으며 삶의 질을 떨어뜨려 결국은 가족을 황폐화시킬 정도로 많은 부담과 고통을 동반하고 사회적으로도 심각한 문제가 되고 있다는 지적도 있다. 본 논문은 치매예방센터를 운영하는 대학의 치매예방센터의 프로그램에 참여하여 일정기간 노인들과 함께 프로그램에 참여하며 치매예방 프로그램에 대한 적극적인 개발과 치매예방 인력의 전문화를 위해 노인들과 함께 했다.

ABSTRACT

The medical world has predicted that in 2020, the numbers of senile dementia patients in Korea will be more than 600,000. Currently, the distributions of dementia patients according to ages are 3% in the 70s, 23% between 85 - 89 years, and 58% over 95 years; further, it should be noted that the incidence rates sharply increase with age. Dementia, dubbed “disease of the 21st century,” affects not only the patient but also the lives of the patient’s family, decreases the family’s quality of life, and sometimes accompanies enough burden and pain to destroy some families, and it is sometimes noted to cause significant problems in the society. This study was conducted at a dementia prevention center at a university by enrolling senior patients participating in the dementia prevention center program. The study aimed to actively develop dementia prevention programs and train specialized workforce for dementia prevention.

키워드

Dementia, Dementia Prevention Programs, Dementia Prevention Services, Seniors
치매, 치매예방프로그램, 치매예방서비스, 노인

1. 서 론

세 이상 노인인구 비율은 2000년을 기점으로 7%를 넘어 고령화 사회에 진입한지 오래됐다. 2009년 현재 우리나라 사람들의 평균수명은 80세이며, 65세 이상 노인인구 비율은 10.7%이던 것이 2019년 14%를 넘어 2026년에는 20%

* 교신저자(corresponding author) : 조선대학교 보완대체의학과(son7833010@hanmail.net)

접수일자 : 2013. 08. 23

심사(수정)일자 : 2013. 09. 23

게재확정일자 : 2013. 10. 21

를 넘는 초고령 사회로 진입할 것이라는 통계가 있다. 우리나라의 노령화 속도 또한 빠르게 진행될 것으로 전망되고 있어 인구 고령화에 대한 철저한 준비가 시급하다[28], [4]. 여기에다 노인에 대한 의료비가 전체 의료비의 29.9%로 2007년 대비 1.7% 증가하였고[29], [25], 각종 건강, 복지, 생계형 일자리 등 다양한 문제가 제기될 것이다. 문제는 노인인구의 증가와 더불어 만성 노인성질환도 증가하고 있다는 것이며, 주목받고 있는 질환 중의 하나가 치매(Dementia)다. 현재 국내의 치매유병율은 2008년 8.4%, 2020년에 9.7%, 2050년에는 13.2%로 계속 증가할 것으로 예상되며, 환자 수도 2010년엔 약 47만명에서 2050년까지 2배 이상 증가할 것으로 추정되고 있어 예상되는 비용도 만만치가 않다[30]. 문제는 노인성 질환으로 여겨왔던 치매가 최근들어 40, 50대 중장년층에서 급증하고 있다[31]. 치매(Dementia)는 Dementia에서 유래되었으며 원래의 뜻은 out of mind, 즉 제정신이 아님을 의미하며, 뇌의 만성 또는 진행성 질환에서 생기는 중후군으로 이로 인한 기억력(Memory), 사고력, 지남력, 이해력, 계산능력, 학습능력, 언어 및 판단력(Judgement)등을 포함하는 고도의 대뇌피질의 기능의 다발성 장애라는 정의와 “어리석음 치(癡)”와 “어리석음 매(呆)”가 합쳐져 “의식이 많아지거나 아는 것에 병이 든 상태”를 의미한다[20]. 건강보험 통계분석자료집에 따르면 중장년층에 해당되는 40대 치매 환자 수는 2009년 1674명으로 2002년 928명과 비교해 1.8배 늘었고, 50대는 2002년 2618명에서 2009년 7676명으로 2.93배 증가했다. 산업화 시대를 이끈 퇴직인력들의 불안요인으로 치매가 급부상하고 있다. 이제는 치매와 같은 노인성질환 예방을 위한 프로그램 개발이 시급하다고 볼 수 있다. 현재 치매치료와 예방에 있어 사용되고 있는 치료적 중재는 약물과 비약물 요법으로 구분하는데, 약물요법만으로는 약물의 남용과 부작용의 우려가 대두되고 있으며, 치매노인의 남아있는 기능을 최대한 보존하면서 문제행동을 예방하거나 적절히 관리하여 삶의 질을 증진시키는데 목표를 둔 사회환경적인 접근을 동시에 활용하는 것이 권장되고 있다[23], [8]. “21세기의 병”이라 불리고 있는 치매는 환자 자신은 물론 가족의 삶까지도 질을 떨어뜨리고 있으며, 가족을 황폐화시킬 정도로 많은 부담과 고통을 동반하고 사회적으로도 심각한 문제가 되고 있다

[15], [26].

본 연구의 목적은 노인(60세 이상~80세 미만)을 대상으로 매월 정기적인 치매예방교육 프로그램을 통해 프로그램의 실시 후 만족도와 노인치매예방을 위한 효과적인 프로그램의 개발 필요도가 높을 것이라는 가설을 설정 검증하기 위해 일정기간 진행 했다.

II. 연구대상 및 방법

1-1. 연구설계

본 연구는 만 60~80세 미만 노인을 대상으로 1년간 정기적인 주 1회의 치매예방교육을 실시한 후 시행된 프로그램에 대한 만족도와 향후 필요한 전문적인 노인치매예방 프로그램을 알아보기 위한 연구이다. 본 연구에서는 회수된 설문지를 부호화작업(Coding)과 오류 검토작업(Error checking)을 거친 후 자료 분석은 SPSS Win 12.0(Statistical Package for Social Science) 통계 프로그램을 이용하여 전산처리하였다. 대상자의 치매예방프로그램 실시 전·후의 만족도 차이 검정을 paired t-test로 분석하였다. 또한 대상자의 치매예방프로그램 만족도와 향후의 필요도를 묻는 차이 검정 또한 paired t-test로 분석하였다.

1-2. 연구대상 및 기간

본 연구는 광주 광산구에 거주하는 거동이 가능한 노인을 대상으로 했다. 노인은 50여명을 대상으로 1년 동안 진행했지만 최종 33명이 설문에 답했으며 1년 동안 프로그램을 진행하는 동안 훈련된 보조 진행자들의 도움과 정기적인 프로그램 진행을 위한 전문가들이 초청되어 일정하게 진행했다. 2012년 1월부터 10월 둘째주인 10일 까지 비교적 긴 기간 동안이었다.

1-3. 연구절차 및 방법

본 연구에서 다루는 변인은 모두 질문지로 측정하였다. 프로그램의 진행방법은 매월 주1회로 하였다. 논문의 효과적인 진행을 위해서 표 1의 내용을 중심으로 정해진 커리큘럼 대로 프로그램이 진행 되도록 했으며, 프로그램 실시는 광주 광산구 소재한 K여대 에어로빅실에서 오후 1시부터 4시(4시간 소요)까지 2종목씩 매월 주 1회 정기적으로 실시하였다. 연구결과

의 편중을 막기 위해 실험군은 담당 강의를 하고 있는 교수의 입회하에 직원들과 보조자들의 적극적인 도움으로 자료를 수집하였다. 노인의 치매예방 프로그램의 효과를 측정하기 위해 적용한 “매우 그렇다”4점 “전혀 그렇지 않다”0점까지 4점 척도이며 16문항으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 프로그램 이용의 만족도가 양호함을 의미하는데 연구기간 중 실시된 프로그램의 만족도를 묻는 질문의 신뢰도는 Chronbach’s a=0.90이었고, 향후 필요한 프로그램의 필요성을 묻는 질문의 신뢰도는 Chronbach’s a=0.94였다.

2. 노인관련 교육 프로그램

치매의 원인은 내과, 신경과 및 정신과 질환 등 70여 종류가 있고, 그 중 가장 중요시 되는 원발성 퇴행성 치매(Primary degenerative demetia)로 알츠하이머병(Alzheimer’s disease)과 뇌동맥경화증 및 기타 뇌혈관 장애가 원인이 되는 혈관성치매증 다발경색성(multi-infarct) 치매다[19]. 노인의 건강문제를 해결하기 위한 중재로 노인건강증진을 위한 프로그램의 중요성이 많이 높아지고 있는데 그 중에 운동을 접목한 프로그램이 많이 시도되고 있다. 이는 일상생활 능력의 저하를 일으킬 만한 신체기능의 저하를 예방하는

표 1. 치매예방서비스제공 계획서

Table 1. Action plan for dementia prevention services

Contents of Service	Time	Day	Week	Program Contents	Staff
	13:00 ~ 13:30	Wed	First	Attendance and vital check	Personnel and Nursing Department
Second					
Third					
Forth					
13:30 ~ 14:30 (60분)	Wed	First	Reminiscence Therapy		
		Second	Complementary and Alternative Medicine		
		Third	Dementia Prevention Program		
		Forth	Horticultural Therapy		
14:30 ~ 15:30 0 (60분)	Wed	First	Line Dance		
		Second	Health Care		
		Third	Laughter Therapy		
		Forth	Horticultural Therapy		
15:30		First	Yoga		

	~16:30 0 (60분)	Wed	Second	Line dance	
			Third		
	10:30 ~12:00 0 (90분)	Every Thursday	Enhancement of cognitive function Conceptual memory training		Staff
Offer	<input type="checkbox"/> Provision of service : 8 times a month (2 times a week)/2 hours and 30 minutes per session <input type="checkbox"/> Schedule : Every Tuesday (3 hours and 30 minutes)/every thursday (90 minutes)				

것과 운동을 통한 사회 참가, 정신적 건강을 활성화 하는데 있다. 표 1의 내용은 그동안 사용되어 온 일상적인 노인치매 예방프로그램을 결부시켜 만든 내용이다.

IV. 연구결과

1. 응답자의 일반적 특성

표 2. 대상자의 일반적 특성

Table 2. General characteristics of the subjects

	Variables	N	%
Sex	woman	33	100
Age	65-69	4	12.1
	70-74	1	3.0
	75 years or older	28	84.8
Spouse	exist	2	6.1
	not	31	93.9
Residential environment	spouse with a married child and the	2	6.1
	spouse with unmarried children	2	6.1
	single	27	81.8
Health condition	very healthy	4	12.1
	somewhat healthy	5	15.2
	general	4	12.1
	sometimes sick	10	30.3
	very sick	10	30.3
Disease	respiratory system	1	3.0
	cardiovascular system	3	9.1
	endocrine system	3	9.1
	musculoskeletal system,	16	48.5
	nervous system	4	30.3
	others		

(N=33)

본 연구의 설문 응답자의 일반적인 특성을 살펴 본 결과는 표 2와 같다. 연령대 분포는 65세에서 69세가

12.1%(4명), 70세에서 74세가 3%(1명), 75세 이상이 28명으로 84.8%(28명)로 75세 이상의 고령노인들이 프로그램에 참여하였음을 알 수 있었다. 노령층의 특성을 감안하여 배우자 여부를 묻는 질문에는 함께 산다가 6.1%(2명), 사별한 경우가 93.9%(31명)로 혼자사는 노인들이 대다수였다. 가족 환경을 확인하고자 묻는 질문으로는 배우자와 함께 산다가 6.1%(2명), 결혼한 아들 내외와 산다가 6.1%(2명), 미혼 자녀와 산다가 6.1%(2명), 홀로 산다가 81.8%(27명)로 노인 관련 프로그램의 다양성과 전문성에 대한 필요성을 실감할 수 있었다. 건강상태를 묻는 질문에 대해서는 매우 건강이 12.1%(4명), 다소 건강이 15.2%(5명), 보통이 12.1%(4명), 가끔 아픔이 30.3%(10명), 매우 아픔이 30.3%(10명)였다. 60% 이상인 20명이 가끔 아프거나 매우 아프다로 응답했다. 현재의 질병을 묻는 질문에는 호흡기계 3.0%(1명), 심혈관계 9.1%(3명), 내분비계 9.1%(3명), 근골격계 및 신경계가 48.5%(16명), 기타 30.3%(10명)였다.

2. 노인치매 예방 프로그램 만족도에 관한 기술 통계량 산출

연구에 참여한 노인들의 치매예방 프로그램의 만족도를 묻는 16문항의 질문에 대한 평균과 표준편차를 알 수 있는 기술 통계량 산출은 아래의 표 3과 같다.

표 3. 만족도에 관한 기술 통계량 산출
Table 3. Computing the descriptive statistics on satisfaction

Program Contents	M	SD
Vehicle operation for center attendance or leave	4.82	0.47
Therapy Massage	4.38	0.98
Moxibustion	4.39	0.86
Aroma Hand Massage	4.55	0.62
Ear Reflexology	4.52	0.76
Ankle Pumps	4.48	0.71
Nail Massage	4.59	0.67
Laughter therapy	4.76	0.61
Reminiscence Therapy	4.76	0.61
Horticultural therapy	4.81	0.40
Therapeutic Recreation	4.79	0.42
Yoga/Line dance	4.79	0.42
Music Therapy	4.53	0.72

Minyo & dance	4.56	0.67
Dementia Prevention Program	4.61	0.61
Snack Service(fruit, drinking water, rice cake, bread etc)	4.73	0.45

치매예방 프로그램의 만족도를 조사하는 과정에서 전체 프로그램을 안내하고 그 프로그램에 대한 노인들의 만족도를 묻는 질문에 대한 만족도 평균은 전체적으로 평균 4점 이상을 나타내고 있는 것으로 파악돼 프로그램은 전체적인 만족도가 높았다.

3. 노인치매 예방 프로그램 향후 필요성에 관한 기술 통계량 산출

표 4. 필요도에 관한 기술 통계량 산출
Table 4. Computing the descriptive statistics on need

Program Contents	M	SD
Vehicle operation for center attendance or leave	4.70	0.47
Therapy Massage	4.31	0.97
Moxibustion	4.37	0.84
Aroma Hand Massage	4.52	0.51
Ear Reflexology	4.44	0.75
Ankle Pumps	4.44	0.70
Nail Massage	4.59	0.57
Laughter therapy	4.70	0.54
Reminiscence Therapy	4.67	0.56
Horticultural therapy	4.63	0.49
Therapeutic Recreation	4.67	0.56
Yoga/Line dance	4.70	0.47
Music Therapy	4.44	0.75
Minyo & dance	4.44	0.75
Dementia Prevention Program	4.63	0.49
Snack Service(fruit, drinking water, rice cake, bread etc)	4.70	0.47
Movement Service	4.74	0.45
Dementia Prevention & Health Older Education	4.63	0.49

연구에 참여한 노인들의 치매예방 프로그램의 만족도 외에 향후 프로그램 필요도를 묻는 18문항의 질문에 대한 기술 통계량 산출은 위 표 4와 같으며 향후 치매예방 프로그램의 필요도를 조사하는 과정에서 전체 프로그램을 안내하고 그 프로그램의 특징과 노인

들의 생각을 들을 수 있었다. 현재 프로그램에 대한 만족도와 큰 차이가 없었으나 노인들은 프로그램보다는 센터 등하원 차량운행(4.70), 간식서비스(4.70), 이동서비스(4.74)에 만족과 기대를 나타내고 있었다.

4. 가설 검증

1) 제 1가설

매월 매주간 정기적으로 실시되는 노인 치매 예방 프로그램의 실시를 통해 ‘노인들은 프로그램에 대한 만족도가 높을 것이다’를 검정한 결과 노인치매예방 프로그램에 참여한 노인들은 표 5처럼 사전 4.27점에서 사후 4.63으로 증가하여 만족도가 증가하였다 ($t=12.090, p=0.000$).

표 5. 프로그램 만족도 검사
Table 5. Program satisfaction survey (N=33)

	M	SD	t	p
Pre-lab satisfaction	4.27	0.45		
After experimenting with satisfaction	4.63	0.40	12.090	0.000

* paired t test, *** $p<0.001$

2) 제 2가설 : 매월 매주간 정기적으로 실시되는 노인 치매 예방프로그램의 실시를 통해 ‘노인들은 프로그램이 끝나고 향후 프로그램 필요성에 대한 만족도가 높을 것이다’를 검정한 결과 노인치매예방 프로그램에 참여한 노인들은 표 6처럼 현재 프로그램 만족도 4.57점에서 프로그램 필요도 4.61 점으로 증가하였지만 향후 프로그램 필요도는 유의한 차이는 없었다($t=1.324, p=0.197$).

표 6. 향후 프로그램 필요도 검사
Table 6. Future program need survey (N=33)

	M	SD	t	p
Program satisfaction survey	4.57	0.44		
Future program need survey	4.61	0.40	1.324	0.197

* paired t test

V. 논 의

지역사회에 사는 노인을 대상으로 한 치매선별검사 에서 26.2%가 치매 의심 대상자였다는 보고와 함께 치매를 예방할 수 있는 효율적인 프로그램 개발과 활용의 필요성을 제안했으며[11], 일정기간 치매예방교육프로그램을 받은 노인들의 수용도 조사에서 교육에 대한 긍정적인 결과가 보고되기도 했다[3]. 이에 본 논문은 프로그램 기간을 12개월간의 장기 레이스로 정하였다.

일반적으로 65세 이상의 사람을 노인으로 규정하고 있으며, 60~64세를 연소 노인, 65~74세를 중·고령 노인, 75세 이상을 고령노인으로 구분하고 있으며, 정상적인 직장생활과 사회활동을 접어버린 노인의 신체적 특징은 신체구조의 전반적인 쇠퇴와 정상적이지 못한 삶의 패턴으로 전환되기 쉽다[6], [32].

노인의 사회적 특성은 최근 선진국을 필두로 핵가족화 및 고도의 산업기술 사회로의 진입, 그리고 개인주의의 팽배로 인해 현실적 적응이 어려운 노인들의 빈곤, 고통, 소외감 등 불만요인의 팽배를 낳게 되는 등 노인문제는 현대화의 흐름을 타고 급격하게 변화는 양상을 보이고 있다[22].

손의 말초신경을 자극하는 운동을 하여 대뇌피질을 자극함으로써 뇌기능과 집중력 증진을 도모하는 손운동법[7]과 우울증의 개선, 불안의 경감, 인생만족도의 향상, 대인교류 촉진[17], 자존감 유지, 사고를 자극하고 자연치유과정을 강화 및 지지함으로써 인생의 의미와 가치를 깨닫고 수용하도록 하는 회상요법[21], 그리고 신체와 정서반응을 자극하고 정서표현을 촉진 시킴으로써 인지기능을 유지 및 증진시키고[1], 우울감소에 영향을 미치는 치료레크레이션과 지적인 영역, 운동영역, 사회성, 정서의 영역, 언어의 영역[20]에 영향을 미침으로써 노인의 잔존한 능력으로 삶의 질을 향상시키는 부분에 관여하는 음악요법의 사용[17], 통합예술치료의 매체를 노인치매예방에 효과적으로 활용한 내용[14]들을 포괄하고 통합하는 치매예방프로그램을 개발하고 적용하여 그 효과를 검증하고자 했다.

치매의 증상은 원인질환의 속성에 따라 매우 다양하지만 핵심적 증상은 단기기억력 장애, 장기기억력 장애, 지남력장애, 추상적 사고증력의 장애, 인력의 붕괴이며 주변적 증상으로는 흥분, 공격적 행동, 망상,

환각, 인물오인, 불결행동, 야간불면, 우울, 성격이상행동, 수집벽 등이 있다. 일개군 지역에 거주하는 치매 노인 100명을 대상으로 노인성 치매 발생요인과 돌보는 가족들이 경험하는 치매노인의 증상은 괴상한 행동, 반복행동, 불결, 기분변덕(짜증, 화), 가리지 않고 먹음 혹은 수족 떨림, 혼자 중얼거림, 반복언어, 거부, 동문서답, 횡설수설, 수면장애, 의식 등이 있다[12].

보통 노인건강증진 프로그램의 일반적 효과에 대해서 많은 선행연구에서도 함의를 하고 있지만 구체적으로 어떤 건강증진 프로그램이 노인의 건강을 뚜렷이 증진시키는지 그 중재요소에 대해서는 많은 연구가 필요하다[9].

노인 건강을 위한 프로그램들의 적절한 사용은 인간으로서 누릴 수 있는 최대한의 삶의 가치를 얻을 수 있는 사회적 욕구의 실현이며 삶의 목적이라고 할 수 있을 것이다.

지역사회 노인에게 1회 60분씩, 4회에 걸쳐 실시한 웃음치료를 통해 인지기능이 향상되고 우울이 감소되었음을 보고했고[18], 역시 60세 이상 노인들에게 1회 60분씩 5주간 웃음치료 프로그램을 실시한 결과, 노인의 신체생리, 심리적 기능, 사회적 활동기능, 생활만족도, 생활웃음 지수를 향상시켰다고 하였다[5].

만성질환 노인을 대상으로 한 음악요법이 우울을 감소시키고 인지기능을 향상시켰는데 프로그램 처치 4주후 통계적으로 유의하게 감소했으며, 4주 이상의 지속적인 중재가 필요하다고 보고하였다[16]. 또한, 시설 노인의 우울을 감소시키는데 음악프로그램 3회 이상의 지속적인 중재가 효과적이며 필요하다고 판단하였다[24]. 운동과 음악을 이용한 노래 부르기가 노인의 우울의 감소에 유의미하게 영향을 미쳤다고 보고하였으며[13], 음악 프로그램이 노인의 우울과 불안에 효과적이라고 하였다[27].

본 연구에서도 음악요법을 하는 동안에 노인들이 내내 흥겨워하였고 리듬에 맞추어 손과 발로 장단을 맞추기도 하였으며 일어나서 춤을 추기도 하는 등 음악시간이 끝난 뒤에도 계속해서 흥얼거리며 기쁨을 감추지 못했다. 치매노인에게 치료 레크레이션을 제공한 후에 우울에 효과가 있는 것으로 나타났다[10]. 치료 레크레이션이 여성 노인의 정서에 미치는 영향을 연구한 결과 노인의 인생에 대한 만족, 행복감, 최적의 안녕감, 자신의 건강상태에 대한 느낌이 향상되고,

생활·인생에 대한 비판, 외로움 및 소외감은 감소되는 결과를 나타내어 여자 노인의 정서적 건강에 도움을 주었다고 제시했다[2].

VI. 결론 및 제언

제1절 결론

본 연구는 인구의 고령화에 따른 노인층의 정신 건강 문제인 치매가 사회문제화 되고 있음을 인식하고 노인이 노년기의 있어 치매를 예방하여 만족스런 삶을 영위 할 수 있도록 대안을 마련하고자 시도하였다. 특히, 산업화 시대 퇴직인력에 대해서 치매와 같은 노인성질환 예방을 위한 프로그램 개발이 시급하다는 점에서 좋은 자료가 되기를 바라는 마음이다.

2012년 1월부터 10월 둘째주인 10일 까지 비교적 긴 기간 동안이었다. 치매예방프로그램 내용은 회상요법, 라인댄스, 요가교실, 대체요법, 치매예방교육, 웃음치료, 원예치료 등으로 구성되어 전문 사회복지사와 요가자격자, 대학교수, 전문가들이 진행하였다. 구성된 각각의 프로그램마다 최상의 프로그램이 되도록 노력했으며 특히 많은 수의 노인들이 좋아하는 프로그램에만 몰리지 않도록 보조자의 역할도 강화시켰다. 아쉽게도 연구에서 실험군과 대조군을 두지 못한 것은 참여 노인들이 고령이고 시작단계에서부터 마지막까지 프로그램에 참여하는 75세 이상의 비슷한 연령대의 고령 어르신들을 비교집단으로 만들 수 없었음을 밝힌다.

1. 매월 매주간 정기적으로 실시되는 노인 치매 예방프로그램의 실시를 통해 ‘노인들은 프로그램에 대한 만족도가 높을 것이다’를 검정한 결과 노인치매예방 프로그램에 참여한 노인들은 사전 4.27점에서 사후 4.63으로 증가하여 만족도가 증가하였다($t=12.090$, $p=0.000$).

2. 매월 매주간 정기적으로 실시되는 노인 치매 예방프로그램의 실시를 통해 ‘노인들 현재의 치매예방 프로그램이 끝나고 향후 프로그램에 대한 필요도가 높을 것이다’를 검정한 결과 노인치매예방 프로그램에 참여한 노인들은 사전 4.57점에서 사후 4.61점으로 증가는 하였지만, 향후 프로그램 필요도에는 유의한 차이는 없었다($t=1.324$, $p=0.197$). 노인들은 현재 진행된

프로그램에 대한 만족도가 높았기 때문에 향후 필요도에 대한 물음에 소극적이었으며, 다만 향후 열리는 프로그램에서는 집에서 프로그램이 열리는 센터까지의 차량운행과 전문가들이 집과 가까운 곳을 방문하는 이동서비스를 희망하고 있었다.

제2절 제언

본 연구를 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

- 1) 노인 치매예방 프로그램은 노인의 연령과 환경을 고려하여 더욱 다양한 프로그램과 전문가 집단의 도움이 필요하다.
- 2) 노인 치매 예방 프로그램의 전문화를 위하여 더욱 더 심도 깊은 연구가 필요하다.
- 3) 노인들의 교육에 대한 열정을 국가차원에서 도와야 하며 차량 운행과 가정 방문 서비스 등의 적절한 지원과 운영에 대한 연구가 더욱 필요하다.

참고 문헌

- [1] Chae, JA., "Introduction to Recreation Therapy", Human & Welfare, pp. 102-105, 2001.
- [2] Cheon, HJ., "A study on the effect of therapeutic recreation program on psychological emotion of old people", Yomgin University Thesis for Master's degree, 1997.
- [3] Choe, J., "A Study on Elderly People's Reception of Preventive Education Program for Dementia", Dankook University Thesis for Master's degree, 2006.
- [4] Choe, MJ., "The effect of Park Golf exercise on body composition and sleep of the elderly", The Journal of the Korea Institute of Electronic Communication Sciences, Vol. 7, No. 6, pp. 1530-1531, 2012.
- [5] Chung, JS., "A Study on the Therapy effect program by laughing", Chosun University Thesis for Master's degree, 2008.
- [6] Ji, MS., "The Development of Wellness Promotion Program for Elderly People", Hannam University Thesis for Master's degree, 2002.
- [7] Eun, Y., Ku, MO., Kang, YS., Kim SY., Kim, YH., Ahn, HL., Oh, HS., "Younger and More Energetic-Senior Health Promotion Program", Seoul : HyeonMunSa, pp. 124-125, 2002.
- [8] Grasel, E. Wiltfang, J. & Kornhuber, J. "Non-drug therapies for dementia: An overview of the current situation with regard to proof of effectiveness", Dementia and Geriatric Cognitive Disorders, Vol. 15, No. 3, pp. 115-125, 2003.
- [9] Gu, MO., Eun, Y., "A Study on the Health Promoting Behaviors Depending on the Response Patterns of HLOC in Korean Adults", Journal of Korean Academy of Nursing, Vol. 28, No. 3, pp. 739-750, 1998.
- [10] Ha, JH., "The Effects of therapeutic recreation on cognitive function, depression, basic activity of daily life(ADL) in demented old adults", Ewha Womans University Thesis for Master's degree, 2002.
- [11] Han, SE., Kim, KH., Chung, YK., Chom, IH., "A Study on the Development of Day Care Center Program by the Cooperation of the Government and Education Institutes: the case of residents in Dongjak-gu", The chung-Ang Journal of Nursing, Vol. 5 No. 2, pp. 99-108, 2001.
- [12] Hong, YS., Lee, SJ., Park, HA., Cho, NO., Oh, JJ., "A Study on risk factors for senile dementia", Journal of Korean academy of nursing, Vol. 24, No. 3, pp. 448-460, 1994.
- [13] Jeong, YJ, M.S, "The Effects of Singing Program Combined with Physical Exercise on Physiologic Changes, Perception Function and Degree of Depression in the Elderly Women", Korean Society of Biological Nursing Society, Vol. 3, No. 2, pp. 34-50, 2001.
- [14] Kim, SH., "A study on materials and techniques applied to the integrative arts therapy : focusing on integrative art therapy", Wonkwang University Thesis for Master's degree, 2003
- [15] Kim, Sy., Lee, SH., "A Study on the Lived Experiences of the Family Caregivers in Senile Dementia", The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing, Vol. 10 No. 3, pp. 492-505, 1998.
- [16] Kim, YJ., "Effect of Group Music Activity Program using Noraebang Instrument on their Depression, Self-esteem and Cognitive Function of Elderly Patients with Chronic

Internal-Illness", Chonbuk National University Thesis for Master's degree, 2005.

[17] Kim, YS., "Integrated approach for dementia", Kyoyookbook, p. 283, p. 296, p. 337, pp. 355-357, 2002.

[18] Ko, HJ., "The effects of laughter therapy on depression and cognition in a community for the aged", Kyungpook National University, Thesis for Master's degree, 2008.

[19] Korean Association for Geriatric Psychiatry., "Senile Psychiatry", Joongang Culture Publisher, 2004.

[20] Kwon, JD., "The actual program for people with dementia", Seoul : Hakyonsa, pp. 13-14, p. 171, 2004.

[21] Kwon, JD., Ko, HJ., Lee, SH., Lim, SE., Jang, WS., Lee, E., "Dementia & Family", Seoul: Hakjisa, p. 44, p. 79, p. 192, pp. 150-151, pp. 228-229, 2002.

[22] Lee, BJ., " Study on the improvement of elderly women's quality of life related to their daily activity level", Kyung-hee University Thesis for Master's degree, 2001.

[23] Lee, JH., "Dementia Care : Diagnostic and Therapeutic Approach" Korean Nurses Association" 1997.

[24] Lee, JH., "The Effect of Group Music Program on Depression in the Institutionalized Elderly", The Journal of Korean Gerontological Nursing Society, Vol. 3 No. 1, pp. 42-52, 2001.

[25] Park, HS., Jung, MH. & Yu, JH., "The Relationship between Existence of Spouses and Depression of Korean Elderly", The Journal of the Korea Institute of Electronic Communication Sciences, Vol. 7, No. 5, pp. 1183-1184, 2012.

[26] Sadik,k., & Wilcock, G : "The increasing burden of Alzheimer disease." Alzheimer Disease and Associated Disorders, Vol. 17, No. 3, 2003.

[27] Sin, JS., "The effects of music therapy intervention program on hypochondria and anxiety of elderly people", Kyungpook National University, Thesis for Master's degree, 2005.

[28] Statistics Korea), Population Projection Data. <http://kostat.go.kr/wnsearch/search.jsp>, 2006.

[29] Statistics Korea,, Population Projection Data.

<http://kostat.go.kr/wnsearch/search.jsp>, 2009.

[30] You, SY., Hong, SA., Moon, KL., "Effects of Hatha Yoga Practice on the Elderly Having Chronic Back Pain because of Computer Usage", The Journal of the Korea Institute of Electronic Communication Sciences, Vol. 8, No. 7, pp. 1121-1128, 2013.

[31] Insurance Institute,, Health Insurance Statistical Analysis Kit. <http://news.khan.co.kr>, 2011.

저자 소개



손연희(Yun-Hee Son)

2013년 조선대학교 대체의학과 졸업(대체의학석사)

2013년 조선대학교 대학원 보완대체의학과 박사과정

2013년 의료기업 백세동안 대표

※ 관심분야 : 보완대체의학, 노인치매



박지온(Ji-On Park)

2009년 광주여자대학교 대체의학과 졸업(대체의학사)

2013년 조선대학교 대학원 대체의학과 졸업(대체의학석사)

2013년 조선대학교 대학원 대체학과 과정

2013년 누벨대체요법센터 대표이사

※ 관심분야 : 피부관리, 소루요법, 대체의학



황현숙(Hyun-Sook Hwang)

2013년 조선대학교 대학원 대체의학과 졸업(대체의학석사)

2013년 조선대학교 대학원 대체학과 과정

2013년 두피관리센터 대표

※ 관심분야 : 두피관리, 대체의학