

중년 직장 남성의 갱년기 증상에 따른 우울과 건강증진행위

Depression and Health Promoting Behavior Depending on the Climacteric Symptoms of Middle-aged Male Workers

허명륜, 임숙빈

(군산 간호대학교, 을지대학교 간호대학)

목적 : 본 연구는 가정에서나 사회에서나 중추적 역할을 하고 있는 남성도 갱년기 증상의 출현으로 건강증진행위에 변화가 올 수 있으므로 이들의 갱년기 증상과 우울, 건강증진행위를 파악해 보고 건강관리 간호중재를 개발하기 위해 시도 되었다.

방법 : 본 연구는 서술적 조사연구로 수도권과 충청남도 5개도시 회사 및 종교단체 소속 40~64세이하의 직장 남성 189 명이 참여 하였으며 소속기관의 IRB(EU 11-29)승인을 받아 진행하였다. 남성갱년기증상은 Androgen Deficiency In Aging Male(ADAM), 우울은 Center for Epidemiological Studies Depression(CES-D)한국판, 건강증진은 Health Promotion Life-Style Profile(HPLP) 측정도구를 사용하였고, 결과는 기술통계와 t-test로 분석하여 제시하였다.

결과 : 본 연구대상자의 70.9%가 갱년기 증상을 경험하고 있었고 40대는 64%, 50대 이상은 81.9%로 40대는 운동능력저하가, 50대 이상에서는 발기능력저하가 뚜렷하게 높게 나타났고 연령에 따른 갱년기 증상이 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다 (=6.88, $p=.050$). 우울은 평균 14.79로 치료가 필요한 경미한 수준 이상의 우울을 보이는 대상자가 43.4%였고 건강증진행위 평균은 3.44로 중간수준을 나타내었다. 또한 갱년기 증상이 있는 사람들이 우울이 더 높았고($t=-4.47, p<.001$) 갱년기 증상이 없는 대상자가 건강증진행위 점수가 높았고($t=2.21, p=.050$) 둘 다 통계적으로 유의하였다.

결론 : 본연구의 대상자인 중년남성들이 70%이상이 갱년기 증상을 경험하고 있었고 40대는 신체적, 정서적변화가 두드러지고 50세 이후는 직업적인 성기능 저하가 있음을 확인하였고 갱년기 증상과 우울이 관련이 있으며 건강증진행위에도 영향을 미치고 있으므로 중년 직장 남성들의 건강관리에 갱년기 증상을 측정 할 필요가 있으며 우울을 호소하는 남성은 반드시 갱년기 증상을 측정하고 자아실현이나 대인관계지지를 강화하는 간호중재나 스트레스 관리를 적용해야 할 것으로 사료된다.

2) 교신저자: 임숙빈, imsb@eulji.ac.kr