

## 일부지역 여대생의 스트레스와 구강건강

김서연 · 이재라<sup>1</sup> · 최문실<sup>†</sup>

송원대학교 치위생학과, <sup>1</sup>조선대학교 보건대학원 보건학과

### Oral Health and Stress of College Women in Some Areas

Seo-Yeon Kim, Jae-Ra Lee<sup>1</sup>, and Moon-Sil Choi<sup>†</sup>

Department of Dental Hygiene, Songwon University, Gwangju 61756,

<sup>1</sup>Department of Graduate School of Health Science, Chosun University, Gwangju 61452, Korea

The purpose of this study was to examine factors related to the oral health by stress in college women. This survey was conducted between June 16, 2014 and July 18, 2014 to investigate the correlation between stress and oral health. Data were obtained from 393 women students of 5 colleges in Gwangju and Jeollanam-do. The oral health of college students is related with the stress which has a correlation between oral condition satisfaction(-) and inconvenient(+) of mastication and pronunciation ( $p < 0.01$ ). Also, factors affecting stress are discomfort during mastication and oral state satisfaction and discomfort during mastication. The discomfort during mastication showed the highest stress while the higher status of oral satisfaction showed lower stress ( $p < 0.05$ ). Therefore, college women stress is related with oral health. Colleges should consider developing a program which can appropriately manage and regulate stress to relieve their stress.

**Key Words:** College women, Oral health, Stress

### 서론

대부분의 사람들은 스트레스를 유발하는 환경에 노출되어 있으며, 일상 속에서 인간은 누구나 스트레스를 경험하게 된다. 특히 현대사회는 점차적으로 스트레스를 가중시키고 있다. 적정 수준의 스트레스는 개인의 성장에 긍정적인 영향을 미치지만, 만성적 스트레스는 신체적 정신적 질환의 원인으로 나타난다. 또 건강하지 못한 생활습관은 정신적 스트레스와 관련이 있어 우울증 같은 심리적 장애를 일으키기도 하고 신체적으로는 관상동맥질환, 소화성 궤양, 고혈압, 당뇨병 등에 직접적인 영향을 주기도 한다<sup>1)</sup>.

청소년 후기인 대학생은 비교적 만성질환에 관한 유병률은 낮지만, 자아 정체감 확립과 가치판단, 학업생활, 정서적 독립, 불확실한 미래에 대한 불안감 및 예측, 경쟁, 새로운

대인관계, 미래를 준비하기 위한 여러 가지 과제의 환경적 스트레스를 겪게 된다<sup>2,3)</sup>. 특히, 과거보다 여성의 사회적 진출이 활발해지면서 20대 젊은 여성들은 불확실한 미래를 준비하기 위하여 정신적 부담감이 늘어나고 사회환경의 적응 등의 문제로 심리적 부담감을 가지게 된다<sup>4)</sup>. 이러한 환경변화가 대학생들의 행동양식, 습관, 성격 등에 변화를 초래하고 스트레스를 유발한다. 스트레스의 대부분은 신체적 정신적 질환의 원인이 되며 스트레스에 대한 인체의 반응은 각종 병리적인 현상을 일으키며 구강질환의 발병이나 악화의 중요한 부분으로 작용하고 있다<sup>5)</sup>. 게다가 정신적 스트레스는 악관절 장애의 큰 원인이라 보고되고 있으며<sup>6)</sup> 스트레스가 소인인 병소로는 재발성 단순포진 구내염과 급성 괴사성 궤양성 치은염 등이 있다<sup>7)</sup>. 과중한 스트레스는 신체의 항상성을 무너뜨리고 질병을 유발하며 많은 스트레스와 질병은

Received: June 23, 2015, Revised: August 3, 2015, Accepted: August 3, 2015

ISSN 1598-4478 (Print) / ISSN 2233-7679 (Online)

<sup>†</sup>Correspondence to: Moon-Sil Choi

Department of Dental Hygiene, Songwon University, 73 Songam-ro, Nam-gu, Gwangju 61756, Korea  
Tel: +82-62-360-5808, Fax: +82-62-360-5791, E-mail: ms9106@hanmail.net

Copyright © 2015 by the Korean Society of Dental Hygiene Science

© This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

상호관련이 있음이 연구에서 검증되었다<sup>8)</sup>. 따라서 스트레스가 많고 우울 발생률이 높다고 알려져 있는 청소년 후기 여대생의 건강한 삶을 위하여 정신과 신체 특히 구강의 관리하는 행복한 삶을 위하여 필수적으로 관리할 필요가 있다.

최근 청소년의 식습관 및 구강건강행태와 심리사회적 요인 연구 등이 활발하게 수행되고 있고<sup>9)</sup>, 성인의 스트레스는 우울과 더불어 흡연과 음주량 등 좋지 않은 건강행태에 영향을 준다고 보고되었다<sup>10)</sup>. 또한, 우울 경험이 높은 청소년에서 흡연, 음주 수면 등의 건강행태가 나빠 이 시기의 스트레스 관리의 중요성이 강조되고 있다<sup>11)</sup>. 최근 스트레스와 관련하여 수행된 연구로는 성인과 군인의 스트레스로 구강건강실천 및 태도, 구강발현증상, 치주질환과 관련되어 다양하게 이루어지고 있다.

이에 본 연구는 일부 여대생들의 주관적인 스트레스 지각과 구강건강과의 관련성에 대해 알아보고 대학생의 스트레스를 완화시키고, 신체적, 정신적인 건강을 증진시킬 수 있는 프로그램 개발의 기초자료로 사용하고자 수행되었다.

## 연구대상 및 방법

### 1. 연구대상

본 연구는 2014년 6월 16일부터 7월 18일까지 광주광역시와 전남 지역에 있는 5개 대학에 재학중인 여대생을 대상으로 편의표본추출법을 실시하였다. 자료 수집은 구조화된 설문지를 연구자가 대상자에게 직접 나누어준 다음 자기기입식으로 작성하게 하여 수거하는 형식을 취하였다. 자료수집에 총 403부의 설문지를 사용하였고, 회수된 설문지 중에서 응답이 미흡한 10부를 제외한 393부(97.5%)를 분석에 사용하였다.

### 2. 연구방법

본 연구에서는 구조화된 설문지를 사용하였으며, 설문지 내용은 일반적 특성 9문항, 구강건강관리 특성 16문항, 스트레스 20문항으로 구성되었다. 스트레스를 측정하기 위한 도구는 Hwang<sup>12)</sup> 취업스트레스 측정도구 설문지를 본 연구목적에 적합한 내용의 문항으로 수정하여 사용하였다. 스트레스에 대한 문항 평가방법은 학업, 성격, 학교환경, 가족환경 4개 영역에 각 5문항씩 구성하여 리커트(Likert)의 5점 등간 척도로 이루어졌으며 '전혀 그렇지 않다' 1점, '그렇지 않다' 2점, '보통이다' 3점, '그렇다' 4점, '매우 그렇다' 5점으로 측정하였으며 점수가 높을수록 스트레스가 높은 것으로 평가하였다. 본 연구에 사용된 스트레스에 관한 질문 20문항의 신뢰도 검사 결과 Cronbach  $\alpha$ 는 0.854로 나타나 측정

도구는 신뢰할 만한 수준이었다.

### 3. 통계분석

본 연구의 수집된 자료는 IBM SPSS Statistics ver. 20.0 (IBM Co., Armonk, NY, USA) 프로그램을 이용하여 분석하였고, 통계적 유의성 검정을 위한 유의수준은 0.05였다. 분석기법으로는 일반적 특성과 구강건강관리 특성은 빈도분석을 시행하였고, 일반적 특성과 구강건강관리 특성에 따른 스

Table 1. Stress by General Characteristics

Characteristic	Total, n (%)	Mean±SD	p-value
Total	393 (100)	2.92±0.53	
Age (y)			0.803
18 ~ 19	174 (44.5)	2.92±0.53	
20 ~ 21	179 (46.0)	2.93±0.53	
≥22	37 (9.5)	2.98±0.56	
Grade			0.102
1	143 (36.4)	2.92±0.55	
2	142 (36.2)	2.92±0.53	
3	78 (19.8)	2.85±0.54	
4	30 (7.6)	3.14±0.42	
Smoking			0.961
Smoking	24 (6.1)	2.93±0.75	
Past smoking	18 (4.6)	2.96±0.51	
Non smoking	350 (89.3)	2.92±0.52	
Smoking prevention education in the last year			0.033*
Yes	109 (27.7)	3.02±0.51	
No	284 (72.3)	2.89±0.54	
Drinking in the last year			0.645
Yes	368 (93.6)	2.92±0.54	
No	25 (6.4)	2.97±0.43	
Amounts of alcohol drinking			0.974
Never	15 (3.8)	2.96±0.45	
≤ 1 per month	180 (46.0)	2.91±0.53	
2 ~ 4 times/month	159 (40.7)	2.93±0.53	
2 ~ 3 times/week	33 (8.5)	2.97±0.51	
≥ 4 times/week	4 (1.0)	2.85±1.10	
Exercise for more than three days a week			0.997
Yes	83 (21.1)	2.92±0.62	
No	310 (78.9)	2.92±0.51	
Breakfast per week			0.804
≤ 1	96 (24.6)	2.91±0.56	
2 ~ 4	155 (39.6)	2.94±0.50	
≥ 5	140 (35.8)	2.90±0.55	
Sleeping hours			0.739
≤ 5	53 (13.5)	2.98±0.48	
6 ~ 7	238 (60.7)	2.91±0.56	
≥ 8	101 (25.8)	2.92±0.50	

SD: standard deviation.

\*p < 0.05, the data were analysed by t-test and one-way ANOVA.

트레스를 분석하기 위하여 t-test와 일원배치 분산분석(one-way ANOVA)을 시행하였으며, 사후분석으로 Scheffe test를 시행하였다. 마지막으로 스트레스에 영향을 미친 요인을 분석하기 위하여 일반적 특성과 구강건강관리 특성을 독립변수로 하고 스트레스에 관한 질문 20문항의 평균을 종속변수로 하여 단계별 다중회귀분석(multiple linear regression)을 시행하였다.

## 결 과

### 1. 일반적 특성에 따른 스트레스

연구대상자들의 스트레스 지수는 2.92±0.53으로 나타났다. 일반적 특성 중 최근 1년 동안 흡연예방 및 금연 교육 경험에 따른 스트레스는 교육 경험이 있는 응답자가 교육 경험이 없는 응답자보다 높게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p<0.05). 연령, 학력, 흡연여부, 최근 1년 동안 음주여부, 술 마시는 횟수, 평소 운동을 1주일에 3일 이상하는지, 평소 1주일에 아침 식사 횟수, 평소 수면시간에 따른 스트레스는 통계적으로 유의한 차이가 없었다(p>0.05; Table 1).

### 2. 구강건강 특성에 따른 스트레스

연구대상자들의 구강건강 특성은 Table 2와 같다. 연구대상자들의 구강건강 특성 중 구강상태 만족도, 저작 시 불편함, 발음 시 불편함은 스트레스와 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p<0.05). 구강상태 만족도의 경우 ‘만족스럽지 않다’에서 스트레스가 가장 높게 나타나 ‘만족한다’와 유의한 차이를 보였다(p<0.01). 저작 시 불편함의 경우 ‘불편하다’가 3.22±0.68로 가장 높게 나타나 ‘불편하지 않다’, ‘그저 그렇다’와 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p<0.001). 발음 시 불편함은 ‘불편하다’가 가장 높게 나타나 ‘불편하지 않다’와 유의한 차이를 보였다(p<0.001). 주관적 구강건강상태, 최근 1년 치과 방문 경험과 스켈링 경험, 최근 1년 동안 진료여부와 구강보건교육 경험에 따른 스트레스는 유의한 차이가 없었다(p>0.05).

### 3. 구강건강과 스트레스의 관련성

연구대상자들의 구강건강과 스트레스의 관련성은 Table 3과 같다. 구강상태 만족도는 주관적 구강건강상태와 양의 상관관계를 보였으며, 저작 시 불편함은 주관적 구강건강상태, 구강상태 만족도와 음의 상관관계를 보였다(p<0.01). 발음 시 불편함은 구강상태 만족도와는 음의 상관관계를 보였고, 저작 시 불편함과는 양의 상관관계를 보였다(p<0.01).

**Table 2.** Stress by Characteristics of Subjective Oral Health

Characteristic	Total, n (%)	Mean±SD	p-value
The self-rated oral health status			0.955
Poor	52 (13.2)	2.94±0.49	
Normal	238 (60.6)	2.92±0.53	
Good	103 (26.2)	2.91±0.58	
Oral state satisfaction			0.007*
Unsatisfactory	124 (31.6)	3.03±0.52 <sup>a</sup>	
Normal	172 (43.8)	2.92±0.53 <sup>a,b</sup>	
Satisfaction	97 (24.7)	2.79±0.54 <sup>b</sup>	
Discomfort during mastication			<0.001**
Comfortable	259 (65.9)	2.85±0.50 <sup>a</sup>	
Not so bad	87 (22.1)	2.97±0.48 <sup>a</sup>	
Inconvenience	47 (12.0)	3.22±0.68 <sup>b</sup>	
Inconvenience during pronounce			<0.001**
Comfortable	295 (75.1)	2.86±0.52 <sup>a</sup>	
Not so bad	79 (20.1)	3.09±0.51 <sup>a,b</sup>	
Inconvenience	19 (4.8)	3.18±0.58 <sup>b</sup>	
Visiting a dental clinic in the last year			0.987
Yes	236 (60.1)	2.92±0.54	
No	157 (39.9)	2.92±0.53	
Scaling in the last year			0.466
Yes	237 (60.3)	2.91±0.56	
No	156 (39.7)	2.95±0.50	
Medical treatment in the last year			0.119
Yes	168 (43.0)	2.97±0.51	
No	223 (57.0)	2.88±0.54	
Oral health education in the last year			0.731
Yes	278 (70.7)	2.93±0.55	
No	115 (29.3)	2.91±0.49	

SD: standard deviation.

<sup>a,b</sup>The same letters were not significantly different according to one-way ANOVA and Scheffe post hoc test at α=0.05.

\*p<0.01, \*\*p<0.001. The data were analysed by t-test and one-way ANOVA.

**Table 3.** The Correlations between Oral Health and Stress

	A	B	C	D	E
A	1				
B	0.574**	1			
C	-0.116*	-0.213**	1		
D	-0.091	-0.154**	0.330**	1	
E	-0.014	-0.159**	0.217**	0.197**	1

A: the self-rated oral health status, B: oral state satisfaction, C: discomfort during mastication, D: inconvenience during pronounce, E: stress.

\*p<0.05, \*\*p<0.01.

스트레스는 구강상태 만족도와는 음의 상관관계를 보였고, 저작 시 불편함, 발음 시 불편함과는 양의 상관관계를 보였다(p<0.01).

**Table 4.** Oral Health Factors Affecting Stress

Variable	Unstandardized coefficients		Standardized coefficients	t	p-value
	B	SE	$\beta$		
Inconvenience during pronounce	0.096	0.032	0.160	2.987	0.003**
Oral state satisfaction	-0.086	0.031	-0.140	-2.756	0.006**
Discomfort during mastication	0.061	0.029	0.115	2.089	0.037*

F= 12.498, adjusted R<sup>2</sup>=0.082

SE: standard error.

\*p < 0.05, \*\*p < 0.01, meaningless value statistically is not shown on the table (p > 0.05).

#### 4. 스트레스에 영향을 미치는 요인

스트레스에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석을 시행한 결과는 Table 4와 같다. 모형에 대한 적합도는 F값이 12.498, 유의확률은 < 0.001 (p < 0.05)로 유의한 것으로 나타났다. 스트레스에 영향을 미친 요인은 발음시 불편함, 구강상태 만족도, 저작시 불편함으로 나타났다. 현재 치아나 잇몸 등 입안의 문제로 명확히 발음을 하는 데 어려움이거나 불편함을 느낄수록 스트레스가 높게 나타났으며, 구강상태 만족도가 높을수록 스트레스가 낮게 나타났다. 현재 치아나 잇몸 등 입안의 문제로 음식을 씹는 데 어려움이거나 불편함을 느낄수록 스트레스가 높게 나타났다.

### 고찰

대학생들은 급속히 변화하는 사회 속에서 높은 생활스트레스를 경험하고 있으며, 이로 인해 대학생활에 대한 적응이 낮고, 신체적 부적응 등이 나타나고 있다<sup>13)</sup>. 이러한 스트레스는 건강에 직·간접적인 영향을 미치게 되어 직접적으로는 신경계, 내분비계, 면역계 등의 신체기능에 대한 생리적 변화를 일으킬 수 있으며, 간접적으로는 흡연, 음주, 운동 등의 건강과 연관된 부정적인 건강 문제<sup>14)</sup>와 구강건강에도 관련성이 있는 것으로 나타나고 있다. 이에 Choi<sup>15)</sup>는 스트레스 수준이 높아질수록 구강증상경험 위험비가 증가되었다고 보고한 바 있으며, Kim<sup>16)</sup>은 스트레스 수준이 높을수록 건강실천지수가 낮았다고 보고된 바 있어 대학생들이 인지하는 스트레스와 구강건강의 관련성을 파악하고자 여대생들을 대상으로 스트레스 지수, 스트레스와 구강건강 관련성, 스트레스에 미치는 관련요인을 조사하여 대학생들의 효과적인 구강건강을 관리하기 위한 방안을 모색하기 위하여 본 연구를 실시하였다.

본 조사에서 연구대상자들의 스트레스 지수는 2.92점이었으며, 이는 취업스트레스에 대한 Shin<sup>17)</sup>의 연구 스트레스 지수 2.6점보다 다소 높았다. 4학년(3.14±0.42), 1학년

(2.92±0.55), 2학년(2.92±0.53), 3학년(2.85±0.54) 순으로 나타났으며 4학년(3.14±0.42)에서 스트레스 지수가 가장 높게 나타났으나, 통계적으로 유의하지 않았다. Chon<sup>18)</sup>의 연구에 의하면, 졸업을 가장 가까이 두고 있는 4학년 학생들이 취업에 직면하여 스트레스를 많이 느끼는 것으로 특히, 경제적 또는 심리적인 부담으로 취업에 대한 압박감과 불안이 가중되어 스트레스가 높다고 보고한 바 있다. 또한 Na<sup>19)</sup>의 연구에서는 대학생들은 졸업 후 취업과 관련된 스트레스로 인하여 대학생활 중에 신체적, 심리적 평형상태가 파괴되어 위기 및 긴장감 또는 불안을 느끼게 되므로 이러한 스트레스를 극복하기 위해서는 자기효능감을 높이는 것이 중요하다고 주장한 바 있다. 특히, 자기효능감은 대학생들이 직업을 갖기 위한 과정 중 교육 또는 훈련 등의 요구사항을 더 잘 이수 할 수 있는 능력을 갖추게 하므로 취업스트레스를 덜 심각하게 지각하고 적극적으로 대처할 수 있는 능력이 발휘되어 취업의 가능성이 커지므로<sup>20)</sup> 대학생들의 자기효능감을 높일 수 있는 교육이 필요할 것으로 생각된다.

일반적 특성 중 흡연예방 및 금연교육 경험에 따른 스트레스는 교육 경험이 있는 응답자가 더 높게 나타났다(p > 0.05). 이는 보건계열을 대상으로 한 Shin<sup>17)</sup>의 연구에서도 비흡연 집단이 흡연집단보다 스트레스 수준이 다소 높게 나타난 바 있어 스트레스 해결방안 중 흡연이라는 행동을 통해 스트레스를 해소하는 것으로 판단된다. 그러나 흡연은 흡연 시 가장 먼저 접촉되는 구강조직과 신체건강에도 악영향을 미칠 수 있으므로 스트레스를 건전하게 해소할 수 있는 근본적인 방안을 모색하여 대학생들의 삶의 질 향상과 건강한 대학 생활을 위한 프로그램의 개발과 활용이 시급하다. Moon 등<sup>21)</sup>과 Lee와 Song<sup>22)</sup>의 대학생의 흡연에 관한 연구에서 흡연의 동기로는 호기심이 53.6%로 가장 높았으며, 금연교육 프로그램의 참여 의향에 대한 질문에는 프로그램에 참여하지 않겠다는 부정적인 반응의 응답이 54.7%로 나타났다. 대학생의 금연 프로그램은 개개인에게 맞춰진 프로그램보다는 또래집단을 통한 학교 공동체 안에서 그룹

로 진행되는 지도가 금연 활동에 대한 거부감 감소 및 금연 교육의 효과가 증대된다고 보고하였다.

연구대상자들의 구강건강 특성 중 스트레스의 요인으로 대학생활을 하는 데 있어 치아나 치은 등 입안의 문제로 명확히 발음을 하는 데 어려움이나 불편함을 느낄수록 스트레스가 높게 나타났으며, 구강상태 만족도가 높을수록 스트레스가 낮게 나타났고, 현재 치아나 치은 등 입안의 문제로 음식을 씹는데 어려움이나 불편함을 느낄수록 스트레스가 높게 나타났었다( $p > 0.05$ ). 이는 Kim 등<sup>23)</sup>의 연구에서도 스트레스가 높아질수록 측두하악장애 및 구강점막 질환 등의 유병률이 지속적으로 증가되었다고 보고된 바 있으며, Park과 Lee<sup>24)</sup>의 연구에서는 치주질환, 구취증상, 악관절 증상이 있다고 인지하는 대학생 군에서 구강건강관련 삶의 질 수준이 낮게 나타나 대학생들이 인지하고 있는 구강건강에 대한 만족도는 스트레스 및 삶의 질과도 관련성이 있다고 판단할 수 있다. 또한 Choi<sup>25)</sup>는 구강건조증과 구강문제로 인한 일상생활 불편감은 스트레스와 가장 관련성이 높다고 보고한 바 있어 대학생들의 구강건강 증진 및 유지를 위해서는 반드시 그들이 일상생활에서 가장 힘들어하는 스트레스의 원인을 파악하여 이러한 스트레스를 건전하게 대처 할 수 있는 교육과 구강건강에 관한 구강보건교육이 반드시 함께 이루어져야 할 것으로 생각된다. Jung<sup>26)</sup>은 대학생들에게는 각 개인의 구강상태에 따른 구강보건교육을 통해 동기유발 및 흥미를 유도함으로써 구강건강에 대한 관심을 통해 구강보건행동과 태도의 변화를 유발하는 것이 중요하다고 보고한 바 있으므로 대학에서는 학생의 지식수준을 향상시키는 데에만 집중하는 것이 아니라 대학생들의 신체적, 정신적 건강관리에도 세심한 관심을 기울이고, 이를 위한 포괄적 건강증진 프로그램의 개발과 적극적인 활용이 필요할 것으로 생각된다.

본 연구의 스트레스에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위한 결과는 설명력이 낮게 나타났다. 대체적으로 사회과학에서는 회귀분석의 설명력이 높지 않게 나타나는 편이고, 회귀분석에서 사용한 독립변수들이 적어 문제가 발생한 것으로 파악하여 추후 연구에서는 관련성 있는 독립변수들을 더 추가해야 할 것으로 생각된다. 또한 일부지역 여대생을 대상으로 선정하여 분석한 결과이므로 전체 대학생을 대표하는 결과로 일반화시키는 데는 한계가 있으므로, 후속연구에서는 좀 더 다양한 지역의 여대생들을 대상으로 정확한 해석과 일반화를 위한 분석이 필요할 것으로 생각된다.

## 요 약

본 연구는 여대생들의 삶의 질 향상과 건강한 대학 생활을 위해 포괄적인 건강증진 프로그램의 개발 및 활용을 위한 기초자료로 활용하고자 시행하였으며, 스트레스가 구강건강관리에 미치는 영향을 조사 분석하여 2014년 6월 16일부터 7월 18일까지 광주광역시와 전남지역에 있는 5개 대학에 재학중인 여대생을 대상으로 편의표본추출법을 실시하였다. 스트레스 지수가 가장 높은 학년은 4학년( $3.14 \pm 0.42$ ), 1학년( $2.92 \pm 0.55$ ), 2학년( $2.92 \pm 0.53$ ), 3학년( $2.85 \pm 0.54$ ) 순으로 나타났으며( $p > 0.05$ ), 최근 1년 동안 흡연예방 및 금연교육 경험에 따른 스트레스는 교육 경험이 있는 응답자가 교육 경험이 없는 응답자보다 높게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $p < 0.05$ ). 또한, 대학생들의 스트레스는 구강상태 만족도가 높을수록 스트레스가 낮게 나타났고, 저작 시 불편함을 느낄수록 스트레스가 높게 나타났으며, 발음 시 불편함을 느낄수록 스트레스가 높게 나타났으며 스트레스와 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $p < 0.05$ ). 여대생들의 스트레스와 구강건강과의 관련성으로 스트레스는 구강상태 만족도(-), 저작 시 불편함, 발음 시 불편함(+), 상관관계를 보였다( $p < 0.01$ ). 또한, 스트레스에 영향을 미치는 요인으로는 발음 시 불편함, 구강상태 만족도, 저작 시 불편함으로 치아나 잇몸 등 입안의 문제로 명확히 발음을 하는 데 어려움이나 불편함을 느낄수록 스트레스가 높게 나타났고, 구강상태 만족도가 높을수록 스트레스가 낮게 나타났으며( $p < 0.05$ ), 모형의 설명력은 8.2%였다. 이상의 결과로 볼 때 여대생들의 스트레스와 구강 건강에 미약한 관련성이 있는 것으로 나타나 이들의 스트레스를 완화시키기 위해 대학 내에서는 대학생들의 신체적, 정신적 건강을 증진시킬 수 있는 프로그램 개발의 방안 모색이 필요할 것으로 생각된다.

## 감사의 글

이 논문은 2015년도 송원대학교 교내연구비 지원에 의하여 연구되었습니다.

## References

1. Lee YS: The relationship between stress and health habits in industrial workers. Korean J Prev Med 23: 33-42, 1990.
2. Kim JH, Oh HS, Min SH: Health life behavior and perceived stress of university students. J East Asian Soc Diet Life 14:

- 207-216, 2004.
3. Lee SM, Nam SK, Lee MK: Economic values of mental health service in college counselling center. *Korean J Psychol Gen* 28: 363-384, 2009.
  4. Park HS, Kim AJ: Relationship of stress, depression and yangsaeng in Korean college women. *Korean Parent-Child Health J* 11: 149-159, 2008.
  5. Hong JP: Stress and oral mucosal disease. *J Kor Dent Assoc* 36: 746-750, 1998.
  6. Yoo JH, Kang SH, Baek SH, You TM, Kim JB: Effect on explanation of pathogenesis and stress management as primary care of disorder. *J Korean Assoc Oral Maxillofac Surg* 28: 358-363, 2002.
  7. Spruance S, Aoki FY, Tyring S, Stanberry L, Whitley R, Hamed K. Short-course therapy for recurrent genital herpes and herpes labialis. *J Fam Pract* 56: 30-36, 2007.
  8. Kim SH: The relation between stress and disease, immunity and nutrition. *Food and Nutr Proc* 5: 3-12, 1994.
  9. Michels N, Sioen I, Braet C, et al.: Stress, emotional eating behaviour and dietary patterns in children. *Appetite* 59: 762-769, 2012.
  10. Yoon SH, Bae JY, Lee SW, An KE, Kim SE: The effects of job stress on depression, drinking and smoking among Korean men. *Health Soc Sci* 19: 31-50, 2006.
  11. Ministry of Health and Welfare: Guide book for using raw data of Korean youth risk behavior web-based survey. Korea Centers for Disease Control and Prevention, Seoul, 2012.
  12. Hwang SW: A study on employment stress of university students. Unpublished master's thesis, Dong-A University, Busan, 1998.
  13. Ha JH, Cho JH: The relationships among perfectionism, stress, the ways of stress coping, self-efficacy, college adjustment. *Korean J Couns* 7: 595-611, 2006.
  14. Hä M, Kompier MA, Vahtera J: Work-related stress and health-risks, mechanisms and countermeasures. *Scand J Work Environ Health* 32: 413-419, 2006.
  15. Choi YJ: Factors associated with disease symptoms of oral cavity in Korean youth. Unpublished master's thesis, Chung-Ang University, Seoul, 2012.
  16. Kim YA: The relationship of stress, social support and health behavior of adolescence. Unpublished master's thesis, Hanyang University, Seoul, 2000.
  17. Shin SH: Relationship between employment stress and oral symptoms in health college students. *J Korean Soc Dent Hyg* 14: 519-526, 2014.
  18. Chon OJ: The influence of job-seeking stress, adult attachment and self-assertiveness, on depression among Korean college students. *Korean Cont Soc* 14: 312-323, 2014.
  19. Na HJ: As study on job stress and coping strategy in dance major students. Unpublished master's thesis, Dankook University, Seoul, 2005.
  20. Kim HA: The effect of the feedback type and self-efficacy on job-seeking stress and stress coping style. Unpublished master's thesis, Kyungpook University, Daegu, 2006.
  21. Moon SJ, Kim HN, Ku IY: Research on the smoking conditions of college students and the behavior and awareness of oral hygiene. *Korean Cont Soc* 12: 258-266, 2012.
  22. Lee HO, Song JY: Relationship of the state of smoking to smoking beliefs among college students. *J Dent Hyg Sci* 13: 369-377, 2013.
  23. Kim SB, Jeong JY, Kim C, Kim YJ, Park MS: Consideration for the importance of diseases associated with oral medicine by analyzing the dental cyber consultation. *Korean Acad Orofac Pain Oral Med* 33: 312-322, 2008.
  24. Park HJ, Lee JH: Factors influencing oral health-related quality of life in health allied college students. *J Korean Soc Sch Health Educ* 14: 1-14, 2013.
  25. Choi JS: The relationship between stress perception and oral health status. *J Korean Soc Dent Hyg* 14: 555-561, 2014.
  26. Jung EJ: A study on factors affecting the oral health promotion behavior of dental hygiene and non-dental hygiene students. *J Dent Hyg Sci* 10: 1-9, 2010.