

남편의 도움이 산모의 산후우울과 자기효능감에 미치는 영향에 관한 예비연구

정인숙*
초당대학교 간호학과

Effects of husband's help on the mother's postpartum depression and self-efficacy : A pilot study

In-Sook Jung*
Department of Nursing, Chodang University

요 약 본 연구의 목적은 남편의 도움이 산모의 산후우울과 자기효능감에 미치는 영향을 확인하고, 연구설계의 문제점을 파악하여 추후 시행될 실험연구의 실행 가능성을 알아보기 위함이다. 실험처치 전 각각 10쌍의 산후산모와 남편으로 구성된 실험군과 대조군의 일반적 특성에 유의한 차이가 없어 두 군의 동질성을 확인하였다. 산후 1주에 측정된 연구대상자의 산후우울 유병률은 45%였고, 실험군 산모에 대한 남편의 도움 수행의 평균은 4점 만점에 3.2점이었다. Mann-Whitney U test에서 남편의 도움은 실험군 산모의 산후우울감소의 순위 평균값을 유의하게 낮추었고($p < .001$), 산후자기효능감 순위 평균값이 대조군보다 높았으나 유의한 차이를 보이지는 않았다. 본 예비연구 중 산후산모에 대한 연구에서는 대조군이 실험처치의 혜택 없이 설문 응답을 해야 하는 부담을 가지므로 향후 본 실험연구의 설계를 수정할 필요가 있다.

키워드 : 남편의 도움, 산모, 산후우울, 자기효능감, 예비연구

Abstract The purpose of this study was to investigate the effects of husbands' help on postpartum depression and self-efficacy of mothers, to investigate what to fix of research design and to examine the feasibility of following experimental study. There was no significant difference in the general characteristics of two groups, which consisted 10 pairs of postpartum mothers and husbands, respectively, confirming the homogeneity of between groups. The prevalence of postpartum depression was 45% in the subjects who were measured at 1 week postpartum, and the average performance of the husbands' help in the experimental group was 3.2 out of 4 points. In the Mann-Whitney U Test, the husbands' help lowered the mean rank of postpartum depression in the experimental group($p < .001$), and the mean rank of self-efficacy was higher than the control group, but there was no significant difference. In the process of this study, it was confirmed that, on the side of postpartum mothers of control group had burdens of responding to the questionnaire without the benefit of treatment so it is necessary to revise the design of following experimental study.

Key Words : Husband's Help, Mother, Postpartum Depression, Self-Efficacy, Pilot Study

1. 서론

1.1 연구의 필요성

여성은 결혼과 함께 임신과 분만의 과정을 거치면서

급격한 자신의 신체적, 정서적 변화는 물론 어머니됨과 육아 등 감당하기 힘든 역할의 변화로 인해 산후우울, 무력감 등을 경험하게 된다. 이런 경험은 산모나 아기에게 부정적 영향을 미칠 뿐 아니라 산후우울에 따른 각종 사

Received 2017-11-07 Revised 2017-11-29 Accepted 2017-12-20 Published 2017-12-31

*Corresponding author : In-Sook Jung (irisleejung@naver.com)

고로 이어져 산후우울이 있었던 산모가 아기 양육이 힘들고 부담스러워 자신의 아기를 숨지게 한 사건이 발생하는 등 사회적 문제로까지 확대되고 있다[1-3].

산후우울은 분만 후 2주 이내에 나타나기 시작하는데 이 우울을 잘 관리하지 못할 때 분만 후 6주경에는 산후우울이 극대화된다[4,5]. 출산 후 62.5%의 산모가 산후우울을 경험했고, 산후우울의 악화 요인으로 남편의 아기 돌봄과 가사에 무관심함이라고 응답한 경우가 31.5%, 아기 돌봄에 대한 부담감이 27.8%라는 조사결과가 보고되었는데, 응답자의 23.4%가 남편의 배려와 관심으로 산후우울을 극복할 수 있었다[6].

산모에게 가장 효과가 있는 남편의 도움은 출산으로 인한 급격한 변화에 효과적으로 대처하여 산후우울의 악화를 방지할 수 있는 요인이 됨을 시사한다[7,8]. 그러나 출산 후 산모의 남편들은 산후산모와 아기 돌봄에 대한 지식의 부족을 느껴 효과적인 돌봄 제공에 어려움을 호소하고 있다. 그들 대부분이 인터넷이나 양가 부모로부터 돌봄에 대한 정보를 얻고 있고, 의료인을 통한 전문지식을 얻는 경우는 거의 없는 실정이다[9].

이에 본 연구는 출산 후 산후조리원에서 1주간 입원관리를 받는 산후산모의 남편에게 산후조리와 아기 돌보기에 대한 교육 후 남편의 도움이 산후우울경감과 산모의 자기효능감에 미치는 영향을 조사하여, 산후우울경감과 자기효능감증진에 대한 효과적인 간호중재프로그램 개발의 기초를 마련하기 위해 시행될 실험연구에 앞서 시행된 예비연구이다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 산후조리를 받아야 하는 산모의 특성상 외생변수를 통제할 수 없으나, 남편의 도움이 산모의 산후우울과 산후자기효능감에 미치는 영향을 실제적으로 점검하고, 적용된 연구설계에 대한 문제점을 파악함으로써 본 연구의 실행 가능성을 알아보기 위함이다.

2. 본론

2.1 연구방법

2.1.1 연구설계

본 연구는 산후 산모를 위한 남편의 도움이 산모의 산후우울과 자기효능감에 미치는 영향을 확인하고, 산후

산모의 문제를 탐색하기 위한 실험연구의 예비연구로 진행되었다.

2.1.2 연구대상

본 예비연구는 2016년 10월 1일부터 11월 11일까지 M시 내의 M모아전문병원에서 분만 후 1주 동안 M모아전문병원 산후조리원에 입원한 산모들과 그들의 남편으로서 다음 선정기준에 부합한 자이다.

- 산모는 정상 만삭아를 분만한 자
- 각 산모의 남편은 산모에게 적극적인 신체적, 정서적 지지를 할 의도가 있는 자
- 본 연구의 내용을 이해하는 자
- 설문내용을 이해하고 답할 수 있으며 의사소통이 가능한 자
- 본 연구 참여동의서에 서면으로 동의한 자

2.1.3 연구도구

본 연구에 사용된 도구는 각 산후산모의 남편에 의해 수행된 산모와 아기를 위한 도움과 산후우울 및 자기효능감 측정도구로 구성되었다.

2.1.3.1 남편의 도움

남편은 산모의 분만 후 산후조리원 입원 기간 동안 모아전문 간호사로부터 산후조리와 아기 돌보기에 대한 40분간 3회의 체계적인 교육을 산소아과 전문의 2인과 간호학 교수 1인의 내용 타당도를 검증받은 관련 교육교재와 함께 받았고, 산후조리원 퇴원 시부터 산후 6주까지 산후조리와 아기 돌보기를 수행하였다.

남편의 도움 측정은 Kim의 연구 중 산모의 자기효능감 측정도구에서 산후조리와 아기 돌보기에 필요한 항목 13개를 도출하여 산부인과 전문의 1인과 소아과 전문의 1인, 모아전문 간호사 3인 및 간호학 교수 1인의 내용 타당도를 검증받은 후, 남편의 산육기 동안 각 항목에 대한 수행을 '전혀 수행하지 않음'의 1점부터 '열심히 수행함'의 Likert 4점까지의 척도로 측정하였다[10]. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .86이었다.

2.1.3.2 설문도구

본 연구의 설문도구는 대상자의 일반적 특성 14문항, 산후우울 10문항, 자기효능감 15문항의 총 39문항으로 구성되었다.

• 산후우울

산후우울은 Cox 등이 개발한 자기보고형 EPDS (Edinburgh Postnatal Depression Scale)를 Han 등이 번역하였고, Lee등이 사용한 산후우울척도로 측정하였다. 이 척도는 지난 일주일 간의 우울, 불안, 자살사고 등을 묻는 10문항에 대해 각각 0점부터 30점까지의 Likert 4점 척도로 구성되었다[11].

Cox 등에 의하면 EPDS 9점 이하는 저위험군, 10점부터 12점 이하는 위험군, 13점 이상은 산후우울이 있다고 볼 수 있다. 개발 당시 원도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .87이었고, Lee 등의 연구에서는 Cronbach's α .83이었으며 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .78이었다[7].

• 자기효능감

자기효능감은 어머니역할 수행에 대한 자신감을 측정하는 Kim이 사용한 15문항의 자기효능감 측정도구를 본 연구자가 수정 보완한 “전혀 그렇지 않다”의 1점부터 “매우 그렇다”의 4점까지 Likert 4점 척도의 15문항으로 구성되었다. Kim의 연구에서 Cronbach's α 는 .90이었고, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .90이었다.

2.1.4 자료수집 및 분석

자료수집은 M 시 내의 M모아전문병원 연구위원회의 실험연구승인 후 2016년 10월 1일부터 11월 11일까지 선정기준에 맞는 대상자를 대상으로 이루어졌다. 산후 1주일 내에 대상자의 일반적특성, 산후우울 및 자기효능감을 구조화된 설문지로 측정 후 남편에게 3회의 산모 및 아기 돌보기 교육을 시행하였고, 산후조리원 퇴원 후 분만 6주가 되는 시점에 산모의 산후우울과 자기효능감을 교육간호사가 전화통화로 질문 후 얻은 답을 설문지에 기입하였다. 대조군에게는 산모 및 아기 돌보기 교육을 제외한 산후 1주일과 산후 6주에 실험군과 같은 설문자료수집절차를 이행하였다. 실험군의 자료수집 2주 후 실험

군이 퇴원한 이후 대조군의 자료를 수집하였고 수집된 자료는 SPSS/WIN 19.0으로 다음과 같이 분석하였다.

- 대상자의 일반적특성은 실수, 백분율, 평균과 표준편차를, 실험군과 대조군의 동질성검증은 χ^2 -test를 이용하였다.
- 실험군과 대조군의 산후우울의 평균과 유행률의 변화는 실수, 백분율, 평균과 표준편차를 구하였다.
- 실험군과 대조군의 산후우울과 자기효능감 차이의 순위 평균값은 Mann-Whitney U 검정으로 구하였다.
- 실험군 산모를 위한 남편의 도움정도는 기술통계로 평균과 표준편차를 구하였다.
- 산모의 산후우울과 자기효능감에 따른 평균 순위의 차이와 실험군 남편의 돌봄으로 인한 산후우울과 자기효능감의 순위 평균값의 차이는 Mann-Whitney U 검정으로 구하였다.

2.2 연구결과

2.2.1 실험군과 대조군의 일반적 특성과 동질성

Table 1에서 보면 대상자의 일반적 특성은 표1과 같다. 산모의 연령은 31세 이상이 전체의 80%였고, 종교는 기독교가 40%, 학력은 대졸이 55%, 가족의 월수입은 300만원 이하가 45%, 직업은 없는 경우가 40%, 남편 이외의 산후도우미로는 친정어머니가 55%, 계획임신이 85%였으며 초산모가 55%로 나타났다. 분만형태는 정상분만이 60%였고, 임신 중 입원 경험이 25%였으며 그 이유로는 신우신염, 임신오조증, 조기진통 등이었고, 실험군 산모 중 두명이 임신 중 우울이 있었다. 남편의 연령은 31~35세가 50%, 대졸이 45%였으며 사무직이 30%로 가장 많았다.

실험 전 실험군과 대조군의 일반적 특성을 포함한 각 변수들 간에 통계적으로 유의한 차이가 없어 두 군은 동질한 것으로 나타났다.

Table 1. General characteristics and homogeneity between experimental and control group

(N=20)								
Variables		Categories	Total	Exp.	Cont.	M (SD)	x ²	p
			n(%)	n(%)	n(%)			
	Age (yr)	≤ 30	4(20)	3(30)	1(10)	34.4 (4.84)	8.67	.73
		31 ~ 35	8(40)	4(40)	4(40)			
		≥ 36	8(40)	3(30)	5(50)			
	Religion	Christianity	8(40)	5(50)	3(30)		4.17	.24
		Catholic	4(20)	1(10)	3(30)			
		Buddhism	2(10)	0(0)	2(20)			
None		6(30)	4(40)	2(20)				

(N=20)

Mothers	Education	High school	3(15)	1(10)	2(20)		6.42	.09
		College	3(15)	3(30)	0(0)			
		University	11(55)	6(60)	5(50)			
		Above university graduation	3(15)	0(0)	3(30)			
	Income monthly of family(10,000 won)	≤300	9(45)	3(30)	6(60)		3.87	.15
		301 ~ 400	5(25)	2(20)	3(30)			
		≥401	6(30)	5(50)	1(10)			
	Job	Yes	7(35)	3(30)	4(40)		3.94	.14
		No	8(40)	6(60)	2(20)			
		Leave during pregnancy	5(25)	1(10)	4(40)			
	Additional personnel for postpartum management	Mother	11(55)	5(50)	6(60)		1.62	.65
		Mother in-law	1(5)	1(10)	0(0)			
		Others	3(15)	1(10)	2(20)			
		None	5(25)	3(30)	2(20)			
	Planned pregnancy	Yes	17(85)	9(90)	8(80)		0.39	.53
		No	3(15)	1(10)	2(20)			
	Parity	primi	11(55)	6(60)	5(50)		1.10	.58
		2nd	6(30)	2(20)	4(40)			
3rd		3(15)	2(20)	1(10)				
Delivery type	Normal	12(60)	4(40)	8(80)		3.33	.67	
	C-sec	8(40)	6(60)	2(20)				
hospitalization during pregnancy	Yes	5(25)	3(30)	2(20)		0.27	.61	
	No	15(75)	7(70)	8(80)				
Antepartum depression	Yes	2(10)	2(20)	0(0)		2.22	.14	
	No	18(90)	8(80)	10(100)				
Husbands	Age(yr)	≤30	1(5)	1(10)	0(0)	35.7 (4.51)	11.20	.43
		31 ~ 35	10(50)	6(60)	4(40)			
		≥36	9(45)	3(30)	6(60)			
	Education	High school	2(10)	1(10)	1(10)		5.91	.12
		College	4(20)	4(40)	0(0)			
		University	9(45)	4(40)	5(50)			
		Above university graduation	5(25)	1(10)	4(40)			
	Job	Official	3(15)	1(10)	2(20)		2.53	.77
		Office worker	6(30)	4(40)	2(20)			
		Business	2(10)	1(10)	1(10)			
		Profession	5(25)	2(20)	3(30)			
		Others	4(20)	2(20)	2(20)			

Exp.=Experimental group Cont.=Control group

2.2.2 실험군과 대조군의 산후우울 평균과 유병률의 변화

Table 2에서 보면 실험군의 산후 1주에 측정된 산후우울의 평균은 12.5점이었다가 산후 6주에는 9.0점으로 감소되었고 산후우울의 유병률은 50%에서 10%로 감소를 보였다. 대조군의 경우에는 산후 1주에 측정된 산후우울의 평균이 10.4점이었다가 산후 6주에는 14.2점으로 증가되었고 산후우울의 유병률은 40%에서 60%로 증가되었다.

2.2.3 산후우울과 자기효능감 차이의 순위 평균값

Table 3에서 보면 실험군의 산후우울 감소의 순위 평균값은 15.15, 대조군은 5.85였으며, 자기효능감 증가에서는 실험군의 순위 평균값은 12.65, 대조군은 8.35이었다.

2.2.4 실험군 산모를 위한 남편의 도움정도

Table 4에서 보면 실험군 남편의 산모를 위한 도움정도는 산모와 아기 13개 항목에서 4점 만점에 평균 3.2점으로 80%의 실천률을 보였다. 가장 높은 도움항목은 정서적 지지였고 산모식이도움이 가장 낮은 점수를 보였다.

Table 2. Changes in mean scores and prevalence of postpartum depression (N=20)

Variables		Experimental group		Control group	
		Postpartum week			
		1st	6th	1st	6th
Postpartum depression	M (SD)	12.5 (3.38)	9.0 (1.94)	10.4 (3.78)	14.2 (3.97)
Prevalence (EPDS ¹ ≥ 13)	n (%)	5(50)	1(10)	4(40)	6(60)

¹Edinburgh Postnatal Depression Scale

Table 3. Mean rank of the differences in postpartum depression and self-efficacy (N=20)

Categories	Group	N	Mean rank	Total rank
Decrease of postpartum depression	Experimental	10	15.15	151.50
	Control	10	5.85	58.50
	Total	20		
Increase of self-efficacy	Experimental	10	12.65	126.50
	Control	10	8.35	83.50
	Total	20		

Mann-Whitney U test

Table 4. Degree of husbands' help for mothers (N=20)

Categories	Items	M±SD
Baby	Bath	3.2±0.42
	Umbilical cord care	3.3±0.48
	Ear care	3.1±0.74
	Nail care	3.1±0.57
	Nostril care	3.2±0.42
	Burping	3.2±0.63
	Vaccination	3.1±0.57
Mother	Milk feeding	3.3±0.82
	Nursing supplies management	3.4±0.52
	Breast care	3.1±0.57
	Diet	3.0±0.82
	Postpartum care	3.3±0.68
	Emotional support	3.5±0.71
Total score		38.2±12.98
Mean of support		3.2±0.38

2.2.5 실험군과 대조군의 산후우울과 자기효능감 순위 평균값의 차이

실험군과 대조군의 산후우울과 자기효능감 순위 평균값의 차이는 자료 값의 순위를 이용한 비모수검정을 시행하였다.

먼저 Table 5의 순위 테이블에서 각 집단의 순위 평균값의 검정통계량을 보면 산후우울 감소의 경우 Mann-Whitney U=3.50, Wilcoxon W=58.50, Z=-3.538, 근사유의확률 $P<.001$ 로 나타나 남편의 도움이 산후우울을 감소시키는 것으로 나타났다. 그러나 자기효능감 증가의 경우 근사유의확률 $P=.102$ 로 나타나 실험군과 대

조군 간 자기효능감 증가 순위 평균값에 유의한 차이가 없었다.

3. 논의

본 연구의 목적은 산후 급격한 신체적 정서적변화와 산후조리를 받아 일상생활로의 회복을 도모해야 하는 산모의 특성상 외생변수 통제는 거의 불가능하나, 남편의 도움이 산모의 산후우울과 산후자기효능감에 미치는 영향에 대해 알아보고, 적용된 연구설계의 문제점 점검으로 연구의 실행 가능성을 알아보기 위함이다.

각각 10쌍의 부부로 이루어진 실험군과 대조군의 일반적 특성 변수의 동질성 검증에서 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 그러나 실험 전 두 군 간 동질성 검증이 이루어졌다 하더라도 적은 표본 수로 인해 실제로 실험군과 대조군 간에 차이가 발생하거나 작은 편중이라도 결과에 큰 영향을 미치기 때문에 해석 및 적용에 주의할 필요는 있다.

이 연구는 예비연구로서 목적에 따라 실험처치의 영향, 연구설계 등을 점검하기 위한 것이므로 실험 전 일반적 특성에 따른 실험처치의 영향은 분석하지 않았고 단지 실험처치의 결과에 영향을 미치는 대상자의 동질성 검증만을 시행하였다.

먼저 산모의 출산 후 산부인과 병원에서 산후조리원으로 전원 후 1주일간의 입원기간동안에 산모의 산후우울과 자기효능감을 측정하였고 퇴원 후 가정에서 산후조리 중 출산 6주가 되는 시점에 다시 산후우울과 자기효능감 및 남편의 산모에 대한 도움 수행도를 측정하였다. 이는 산후우울이 분만 후 2주 이내에 나타나기 시작하는데, 이 우울을 잘 관리하지 못할 때 분만 후 6주경에는 산후우울이 극대화된다는 문헌에 근거를 둔 설계이다[4].

산후 1주에 실험군 산모의 우울점수 EPDS (Edinburgh

Table 5. The differences of postpartum depression and self-efficacy after husbands' help

	Experimental group(n=10)	Control group(n=10)	Z	P	U of Mann-Whitney	W of Wilcoxon
	M±SD	M±SD				
Decrease of postpartum depression	15.15±3.37	5.75±3.79	-3.538	<.001	3.50	58.50
Increase of self-efficacy	12.65±6.86	8.35±3.98	-1.634	.102	28.50	83.50

Mann-Whitney U test

Postnatal Depression Scale) 측정결과 중 13점 이상은 산후우울로 정의한다[11].

본 연구에서 측정된 EPDS의 평균은 실험군이 12.5, 대조군이 10.4였다가 산후 6주에는 실험군은 9.0으로 감소되었고, 대조군은 14.2로 증가하였다. 또한 산후우울의 유병률은 산후 1주에 실험군이 50%, 대조군은 40%를 보였으나 산후 6주에 실험군은 10%로 감소하였고, 대조군은 60%로 증가하였다. 산후우울 평균치 비교에서는 산후 1주에 실험군과 대조군을 합한 전체 대상자의 산후우울 유병률이 45%였는데, 이는 산후 같은 기간에 유병률을 조사한 연구가 없어 직접 비교할 수 없지만 유사한 기간에 조사한 유병률인 30%, 나 36.3%보다 높은 비율이었다 [12,13]. 본 연구에서 표본이 정규분포를 하지 않으므로 평균치의 비교에 신중을 기해야 한다. 따라서 전체 대상자 두 군의 실험전후 산후우울감소 값과 자기효능감 증가 값을 비모수 검정으로 순위 평균값을 비교하였다. 이 검정에서는 산후우울과 자기효능 값의 순위 평균값의 변화는 클수록 긍정적인 변화라고 볼 수 있다. 실험군의 산후우울 감소의 순위 평균값은 15.15, 대조군은 5.85였고, 자기효능감 증가에서는 실험군의 순위 평균값이 12.65, 대조군은 8.35으로 나타나 실험군의 산후우울은 감소를 보였고 자기효능감은 증가를 보였다.

본 연구에서 실험군 산모의 남편은 연구 시작 전 모아 전문 간호사로부터 산후조리와 아기 돌보기에 대한 40분간 3회의 교육을 받았고 산후조리원 퇴원 후부터 산후 6주까지 이를 실천하였다. 산후조리원에서 남편은 24시간동안 산모를 도울 수 없으므로 산모와 아기를 위해 남편 이외의 도우미로부터의 도움을 윤리상 배제할 수 없고, 실험군과 대조군 간 남편 이외의 도우미에 유의한 차이가 없었다.

본 연구에서 남편은 산후조리와 아기 돌보기의 필수적인 각 항목의 수행에서 평균 4점 만점에 3.2점을 나타냈지만, 남편의 도움을 실험처치로 시행한 연구가 없어 결과를 직접 비교할 수 없다. 실험처치 중 가장 높은 항목은 산모에 대한 정서적인 도움이 3.5점을 보였고 가장 낮은 점수는 산모의 식이를 돕는 항목에서 3.0을 보였는데 이는 75%의 수행도를 보인 것으로 극히 낮은 점수도 아닐 뿐더러 남편 이외의 도우미가 대부분의 식이를 담당하였기에 나타난 결과이므로 부정적으로만 해석할 수 없다.

다음으로 산후우울 감소 값의 순위평균의 Mann-

Whitney U test에서 실험군과 대조군 간 유의한 차이가 있었다($p < .001$). 이는 위의 실험군과 대조군의 EPDS 평균값의 비교나 유병률 비교의 결과와 같은 결과라고 할 수 있으며, 사회적지지가 높을수록 산후우울이 감소한다는 연구결과와 같은 결과이다[10,14,15].

자기효능감증가값의 Mann-Whitney U test에서 실험군의 순위 평균값이 대조군에 비해 높았으나 실험군과 대조군 간 자기효능감증가값의 순위 차이가 통계적으로 유의하지는 않았다($p=.102$). 따라서 본 연구에서 대상자수를 증가시켜 실제적으로 남편의 적극적인 도움의 결과를 검증할 필요가 있다. 남편의 도움과 관심은 산후 산모들이 어머니로서의 자긍심을 증가시키고 산후적응과정에 중요하다. 그러나 많은 남편들이 산후조리를 돕고 싶으나 이에 대한 전문적인 지식을 얻을 기회가 없으므로 자신감이 부족함을 호소하였다[9]. 따라서 본 예비연구에서 출산 직후 남편을 대상으로 산후조리와 아기 돌보기에 대해 대상자의 지식수준에 맞춘 체계적인 교육을 시행하고 퇴원 후 남편으로 하여금 산모를 돕는 수행이 산모의 산후우울을 감소시키고 산후 자기효능감을 증진시킨 것으로 확인되었다.

본 예비연구에서 실험설계상의 문제점 검토과정에서, 대조군의 경우 퇴원 시 병원에서 모든 산모를 대상으로 하는 기본적인 정보제공 외에 실험군과 같은 체계적인 교육 없이 산후 1주와 6주에 산후우울과 자기효능감을 측정하였다. 대부분의 실험연구에서 실험이 끝난 후 실험군에게 시행한 처치를 윤리적으로 대조군에게 시행하지만, 본 연구와 같은 대상자가 산후산모인 경우, 산후 6주 이후엔 산육기가 마치게 되어 사후 처치는 그리 큰 의미를 갖지 않게 된다.

그러므로 산후산모에 대한 연구에서 대조군을 두는 것은 대상자들의 적극적인 참여를 유도하기 쉽지 않고, 윤리적으로도 대조군 산모 스스로에게는 연구 참여에 따른 유익은 거의 없이, 산모자신의 회복은 물론 아기를 돌봐야 하는 복잡한 상황에서 설문에 응답해야 하는 부담을 가중시키는 일이라고 볼 수 있어 향후 본 실험연구의 설계를 수정할 필요가 있을 것으로 보인다.

4. 결론 및 제언

본 연구는 남편의 도움이 산모의 산후우울과 산후자기효능감에 미치는 영향을 확인하고, 적용된 연구설계의

문제점을 파악하여 향후 시행될 실험연구의 실행 가능성을 알아보기 위하여 시행된 예비연구이다. 실험처치 전 각각 10쌍의 산후산모와 남편으로 이루어진 실험군과 대조군의 일반적 특성에 통계적으로 유의한 차이가 없어 두 군의 동질성을 확인하였다.

산모는 출산 후 산후조리원에 1주일간의 입원 중 산후 우울과 자기효능감을 측정하였고, 퇴원 후 가정에서 산후조리와 아기 돌보기에 대한 체계적인 교육을 받은 남편의 도움을 받았다. 연구보조자는 산후 6주가 되는 시점에 전화로 남편의 산모 도움 수행 정도와 산모의 산후 우울 및 자기효능감을 측정하였다.

산후 1주에 측정된 연구대상자의 산후우울 유병률은 45%였고, 실험군 산모에 대한 남편의 도움 수행의 평균은 4점 만점에 3.2점이었다. 본 연구표본수가 정규분포를 하지 않으므로 시행된 비모수검정인 Mann-Whitney U test에서 남편의 도움은 실험군 산모의 산후우울감소의 순위 평균값을 유의하게 낮추었고($p < .001$), 실험군 산모의 산후 자기효능감 순위 평균값은 대조군보다 높았으나 통계적으로 유의한 차이를 보이지는 않았다.

본 예비연구 중 산후산모에 대한 연구에서 대조군을 두는 것은 대상자들의 적극적인 참여를 유도하기 쉽지 않고, 산모자신의 회복은 물론 아기를 돌봐야 하는 복잡한 상황에서 실험처치의 혜택 없이 설문에 응답해야 하는 부담을 주는 일이라고 볼 수 있어 향후 본 실험연구의 설계를 수정할 필요가 있을 것으로 보인다.

본 연구는 표본 수가 극히 적은 예비연구이므로 결과에 대한 통계의 유의성 여부 해석에 신중을 기해야 할 필요가 있다.

REFERENCES

- [1] Daum News. (2017). *A thirties woman who killed her 6month old baby due to postpartum depression*. <https://media.daum.net>
- [2] K. I. Mohammad, J. Gamble & D. K. Creedy. (2011). Prevalence and factors associated with the development of antenatal and postnatal depression among Jordanian women. *Midwifery*, 27(6), 238-245. DOI : 10.1016/j.midw.2010.10.008
- [3] S. F. Kaaya et al. (2010). Socio-economic and partner relationship factors associated with antenatal depressive morbidity among pregnant women in Dar es Salaam Tanzania. *Journal of Health Research*, 12(1), 23-35. DOI : 10.4314/thrb.v12i1.56276
- [4] D. Gjerdingen, P. McGovern, L. Attanasio, P. J. Johnson & K. B. Kozhimannil. (2014). Maternal depressive symptoms, employment, and social support. *Journal of the American Board of Family Medicine*, 27(1), 87-96. DOI : 10.3122/jabfm.2014.01.130126
- [5] M. E. Kim & M. H. Hur. (2014). Sleep quality, fatigue, and postpartum depression of mother in six months after delivery. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 20(4), 266-276. DOI : 10.4069/kjwhn.2014.20.4.266
- [6] Medcaltoday. (2012). *The 62.5% postpartum women experienced postpartum depression*. Medcaltoday. <https://www.mdtoday.co.kr>
- [7] E. J. Lee & J. S. Park. (2015). Development of a prediction model for postpartum depression: based on the examination of mediating effects of antepartum depression. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 45(2), 211-220. DOI : 10.4040/jkan.2015.45.2.211
- [8] C. G. Kim & M. Y. Choi. (2016). Factors influencing maternal depression : secondary data analysis. *The Korean Academic Society of Adult Nursing*, 28(3), 288-301. DOI : 0.7475/kjan.2016.28.3.288
- [9] E. K. Joo & E. K. Yoo. (2015). Husbands' awareness of sanhujori, needs for education and family strength. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 21(2), 93-105. DOI : 10.4069/kjwhn.2015.21.2.93
- [10] K. S. Kim. (2012). *The effect of self-efficacy, social support on postpartum depression in mothers*. Unpublished doctoral dissertation. Kyungpook National University, Daegu.
- [11] J. Cox, J. Holden & R. Sagovsky. (1987). Detection of postnatal depression : development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *The British Journal of Psychiatry*, 150, 782-786. DOI : 10.1192/bjp.150.6.782
- [12] E. Y. Choi. (2011). *A comparative study on the postpartum depression of Vietnam marriage immigrant women and Korean women*. Unpublished master's thesis. Gangneung-Wonju National University, Gangneung.
- [13] J. H. Youn & I. S. Jeong. (2013). Predictors of

postpartum depression: prospective cohort study.
Journal of Korean Academy of Nursing, 43(2),
225-235.

DOI : 10.4040/jkan.2013.43.2.225

- [14] J. W. Lee, Y. S. Eo & E. H. Moon. (2015). Effects of self efficacy, body image and family support on postpartum depression in early postpartum mothers. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 16(6), 4011-4020.

DOI : 10.5762/KAIS.2015.16.6.4011

- [15] M. S. Jang & H. S. Yang. (2015). Study on the Influence of Child Birth Promotion Policy Due to postpartum care and Maternity Leave to Economical Activities in the Era of Convergence. *Journal of Digital Convergence*, 13(10), 245-254.

DOI : 10.14400/JDC.2015.13.10.245

저 자 소 개

정 인 숙(In-Sook Jung)

[정회원]



▪ 1982년 2월 : 삼육대학교 간호학과 간호학사

▪ 1988년 3월 : Graduate School of AUP (Master of Science in Nursing)

▪ 2004년 8월 : 가톨릭대학교 대학

원 간호학 박사

▪ 2013년 3월 ~ 현재 : 초당대학교 간호학과 조교수

<관심분야> : 아동간호, 기초간호과학, 간호교육방법