

산후병을 경험한 여성의 산후조리 실태 및 인식 조사

¹동신대학교광주한방병원 간호부, ²동신대학교 한의과대학 부인과교실
정미영¹, 조성희²

ABSTRACT

A Study on the Condition and the Recognition of Postpartum Care on Women with Postpartum Disease

Mi-Young Jeong¹, Seong-Hee Cho²

¹Dept. of Nursing, Dong-Shin University Gwangju Korean Medicine Hospital

²Dept. of Gynecology, College of Korean Medicine, Dong-Shin University

Objectives: The objective of this study was to survey the performance of postpartum care and compare the western medicine and Korean medicine according to women's postpartum disease. The purpose of this study was to provide basic data for the prevention and management of postpartum disease.

Methods: The subjects were 228 women who experienced postpartum disease. This research was conducted in G city, at outpatient department of western medicine hospital and Korean medicine hospital. The degree of performance of postpartum care was measured on a 4-point scale divided by each area, and was compared in three groups.

Results: Postpartum care includes traditional postpartum care and postpartum care in hospitals. The degree of performance of postpartum care means that the higher the score, the better. The traditional postpartum care performance score was 2.35 and the postpartum care performance score at the hospital was 1.63. The results of this study showed that the performance of traditional postpartum care was higher than that of postpartum care administered in hospitals.

The perception of traditional postpartum care methods was 'An indispensable postpartum care method for health' (75.9%). The most effective method of postpartum care was 'consolidate in harmony traditional postpartum care and guidance of the medical team' (88.2%).

Conclusions: The improvement and satisfaction degree of postpartum care were higher in Korean medicine than in western treatments. Therefore, the most efficient method of postpartum care must be integrated in harmony with the direction of the medical staff and traditional methods of postpartum care.

Key Words: Postpartum Care, Western Medicine, Korean Medicine, Postpartum Disease

I. 서 론

여성 건강에 영향을 미치는 많은 요인들 중 임신, 출산, 유산 후의 사후관리 및 산후관리는 가임기 여성뿐만 아니라 노년기의 여성건강까지도 영향을 줄 수 있으며¹⁾, 여성들의 주관적인 현 건강상태와 분만 및 유산 후 산후조리 정도가 서로 관계가 있는 것으로 나타났다²⁾. 출산은 여성이 모성이 되는 일반적인 과정이지만, 산욕기 동안 임신과 출산에 의해 변화된 해부학적, 기능적 상태가 정상적인 비임신 상태로 돌아가는 시기로 많은 에너지를 소모하게 된다³⁾. 또한, 영아 및 새로운 가족 구조에 적응을 해야 하는 시점에 있으며, 여러 종류의 신체적, 사회적, 심리적 간호를 필요로 한다⁴⁾.

한의학에서는 산욕기의 조리기간과 관련하여 산후 100일 이내를 ‘百日爲度’라 표현하였고 1개월 내에는 鍼線, 勞役, 行房을 삼가, 100일 내에는 言語, 七情, 寒暑를 삼가하라고 하였으며⁵⁾, 과식을 피하고 무거운 물건을 드는 것 삼가 등의⁶⁾ 산후조리에 대한 내용을 자세히 언급하고 있다.

현대의 산후조리는 한의학과 서양의학이라는 이원적 의료체계의 병립에 의해 서구와 비서구 문화권에 따른 산후조리의 관점이 동시에 혼재되어 있어 산모의 상태에 대한 인식과 관리방식이 일치하지 않는 점이 많아, 종종 산모들이 갈등과 혼란을 경험하고 있다⁷⁾. 산모와 신생아 관리를 위한 음식, 활동, 환경에 대한 실천사항과 금기사항으로 이루어져 있는 전통적인 산후조리는 가계의 문화적 인식과 가치관, 풍습에 따라 가족내에서 계

승되어 수행되어져 오고 있다⁸⁾. 그러나 사회가 고도로 산업화 되고 여성들의 사회진출이 증가하며, 핵가족화가 진행됨에 따라 최근에는 산후조리가 더 이상 가족내에서 이루어지기 어렵고 소비자의 욕구에 의하여 자연발생적으로 산후조리원이 생겨났다⁹⁾.

산후조리는 비록 과학적 방법으로 증명되지 않았다 하더라도 한국 여성들은 산후 경험을 통해 산후조리를 잘 하지 못한 것과 산후병이라는 후유증과의 원인결과적 관계에 대한 강한 신념을 갖고 있다¹⁰⁾. 산후병은 산후조리를 잘 못해서 생기는 것으로 일반적으로 인식되고 있고, 우리민족의 산후관리 방식과 관련된 문화적 질병으로 이해되고 있다¹¹⁾. 허와 김¹²⁾의 연구에서도 산후조리의 필요성에 대한 인식이 점차 확산되고 있다고 보고되었다. 최근 여성의 건강 증진에 관련한 연구가 계속 증가하고 있으며 출산준비 교육에 있어 많은 산모와 가족들이 산후조리에 관한 내용을 추가로 원하고 있다¹³⁾.

이렇듯 산모와 가족의 건강에 영향을 미치는 산후조리에 대한 여성들의 관심도, 특히 산후병을 경험한 여성들의 한방치료에 대한 관심도가 증가하는 추세에서 산후조리에 따른 산후병과 산후 건강상태 및 한·양방 관리 조사는 전무한 상태이다. 이에 본 연구의 목적은 산후병을 경험한 여성의 산후조리 실태와 인식도 및 한·양방 관리 실태를 파악함으로써, 향후 산후관리 여성에게 진료방법의 선택에 도움을 주고 산후병의 예방과 관리를 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구대상 및 방법

1. 연구대상

2011년 2월부터 3월까지 G시에 소재한 6개 병·의원을 편의표집하여 산부인과 외래를 방문한 환자 중 다음의 기준에 부합되는 228명을 선정하여 설문 조사를 진행하였다.

1) 선정기준

- (1) 연구의 목적과 취지를 이해하고 연구 참여에 자발적으로 서면 동의한 자
- (2) 유산 및 출산 경험이 있는 20세부터 60세까지의 여성
- (3) 산후병 증상을 1가지 이상 경험하였거나 경험하고 있는 자

2. 연구방법

연구도구는 일반적 특성 및 산후조리 관련 5문항, 산후조리 수행정도 7문항, 산후병의 원인지각과 치료계획에 대한 인식 및 관리방법 등 5문항, 산후병 증상 12문항, 수진율 등 8문항으로 구체적인 내용은 아래와 같다.

산후조리 수행정도 측정도구는 산후조리 실태 조사도구를 수정하여 사용하였으며 전통적인 산후조리는 영역별로 제 1원리부터 제 6원리까지 있고^{1,14)}, 각 문항에 대한 수행정도를 '수행하지 않았다' 1점에서부터 '아주 잘 수행했다' 4점까지 4점 척도로 점수가 높을수록 산후조리 수행을 잘함을 의미하고, 수행점수에 따라 상(21점 이상), 중(14~20점), 하(13점 이하)의 3개의 집단으로 구분하였다. 산후병 여성의 관리방법 조사도구는 뇌졸중 환자의 양·한방 진료 선호성 도구¹⁵⁾를 재수정 및 보완하여 사용하였다. 산후

병 조사도구는 유¹²⁾의 연구에서 한국여성 경험이 경험한 산후병 내용과, 현대적 산욕기 합병증 내용 등의 문헌고찰을 토대로 간호학과 교수 3인으로부터 문항에 관한 합의와 조언을 받아 대상자가 이해하기 쉽게 수정 및 보완하여 연구자가 제작한 설문지를 사용하였다.

3. 통계분석

수집된 자료는 SPSS 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 일반적 특성, 산후조리 관련사항 및 산후병의 한·양방 관리와 진료수진율은 빈도와 백분율을 이용, 산후조리 수행정도는 평균과 표준편차를 이용하여 산출하였다. 산후조리 수행정도에 따른 산후병의 증후군 및 원인지각은 빈도와 백분율, χ^2 -test로 분석하였다. 한·양방 수진양상 비교는 빈도, 평균, 표준편차 및 t-test로 분석하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성 및 산후조리 관련사항

대상자의 연령은 30~39세가 61.8%로 가장 많았고, 교육수준은 대졸 이상의 학력이 56.3%였다. 출산한 자녀의 수는 2명 이상이 75.0%였으며 마지막 출산 시기는 2~8년 전이 45.2%로 가장 많이 나타났다. 대상자의 산후조리 관련사항으로 산후조리 수행은 '별로 잘 못함'이 42.1%로 가장 많이 나타났다(Table 1).

2. 산후조리의 수행정도

전통적인 산후조리의 제 1원리부터 제 6원리까지 영역별 수행정도의 평균은 2.35점,

병원에서 시행되고 있는 산후관리의 수행정도는 1.63점으로 나타나 전통적인 산후조리에 대한 수행정도가 더 높았다. 산후조리의 수행정도는 4점 척도이며 점수가 높을수록 산후조리 수행을 잘함을 의미한다(Table 2).

3. 산후조리에 대한 인식

산후조리 수행정도에 따른 산후병의

원인지각은 '산후조리를 잘 못해서'가 각각 가장 높게 나타났는데 하집단 76.0%, 중집단 66.0% 상집단 55.2%였고 세 집단의 평균은 64.3%였다. 그 다음은 '스트레스'로 10.1%순이었다. 앞으로의 치료계획에 대한 인식은 '양방치료와 한방치료를 병행하겠다'가 38.2%로 가장 높게 나타났다(Table 3, 4).

Table 1. General Characteristics of the Subject and Performance of Postpartum Care (N = 228)

General characteristics	Category	N	%
Age (yr)	20~29	22	9.6
	30~39	141	61.8
	40~49	47	20.6
	50~60	18	7.9
Education degree	>High school graduate	100	43.7
	≥College or higher	128	56.3
Number of births (person)	1	57	25.0
	≥2	171	75.0
Period of the last childbirth	1 year ago	62	27.2
	2 to 8 years ago	103	45.2
	≥9	63	27.6
Performance of Postpartum care	Very good	16	7.0
	Good	93	40.8
	Bad	96	42.1
	Very bad	23	10.1

Table 2. Degree of Postpartum Care Performance (N = 228)

Area	M	SD
Traditional postpartum care	2.35	.41
1 Principle : keep warm and avoid cold, cheer up	2.49	.55
2 Principle : rest without work	2.15	.53
3 Principle : eat a good meal	2.44	.48
4 Principle : protect your body by not working too hard	2.50	.57
5 Principle : maintain cleanliness	2.26	.48
6 Principle : take good care of	2.27	.61
Postpartum care in force in hospitals	1.63	.48

Table 3. Cause Perception of Postpartum Disease according to Degree of Postpartum Care Performance (N = 228)

Variables	Postpartum care performance			Total	x ²	p
	L n (%) [*]	M n (%) [†]	U n (%) [‡]			
Poor postpartum care	19 (76.0)	95 (66.0)	32 (55.2)	146 (64.3)	7.42	.685
Stress	3 (12.0)	14 (9.7)	7 (12.1)	24 (10.1)		
Physical constitution	1 (4.0)	12 (8.3)	7 (12.1)	20 (8.8)		
Overwork	-	9 (6.3)	6 (10.3)	15 (6.6)		
Immunity weakness	1 (4.0)	12 (8.3)	6 (10.3)	19 (8.4)		
Others	1 (4.0)	2 (1.4)	1 (1.7)	4 (1.8)		
Total	25 (100.0)	145 (100.0)	58 (100.0)	228 (100.0)		

* L : lower, † M : middle, ‡ U : upper

Table 4. Plans for Further Treatment (N = 238)

Classification	N	%
Korean medicine center	15	6.3
Western medicine center	33	13.9
Korean medicine with Western medicine treatments	91	38.2
Self-manage at home	31	13.0
Another treatments	12	5.1
Don't know	56	23.5
Total*	238	100.0

* multiple responses

4. 산후병 증후군 및 관리방법

산후병의 관리 방법은 '휴식을 취함' 36.4%, '한방병원에 감' 21.1%, '약국 약을 지어먹음' 18.0% 순으로 나타났다. 전통적인 산후조리에 대한 인식은 대상자의 75.9%가 '건강을 위해 반드시 지켜야 할 산후 건강관리 방법'이라고 응답하였고, 가장 효율적인 산후 관리 방법에 대

해서는 대상자의 88.2%가 '의료진의 지시와 전통적인 산후조리 방법이 통합된 것'이어야 한다고 응답하였다. 산후조리 수행정도에 따른 산후병의 증후군에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 증상들은 산후조리의 수행정도가 높은 상집단과 중집단에 비해 수행정도가 낮은 하집단에서 높은 비율을 보였다(Table 5, 6).

Table 5. Management Method of Postpartum Disease and Recognition Related with Traditional Postpartum Care (N = 228)

Classification	N	%
Management method of postpartum disease		
Endure the pain	31	13.6
Drug intake	41	18.0
Western medicine hospital	16	7.0
Korean medicine hospital	48	21.1
Massage or acupressure	7	3.1
Take a rest	83	36.4
Others	2	0.8
Matters related with postpartum care		
Recognition of traditional postpartum care		
Do not know, but I think I should do it because I'm Korean	13	5.7
It's better to take postpartum care	33	14.5
Postpartum care is opinion of the olds. It's not right for today	9	3.9
Postpartum care must be taken for health	173	75.9
The most effective postpartum care method		
Follow the traditional postpartum care rather than instruction of medical staff not considering traditional postpartum care	19	8.3
Combination of instructions from medical staff and traditional postpartum care methods	201	88.2
Follow orders from medical staff who do not consider traditional postpartum care methods	2	0.9
Others	6	2.6
Total	228	100.0

Table 6. Symptom of Postpartum Disease according to the Degree of Postpartum Care Performance (N = 228)

Symptom		Postpartum care performance			Total	x ²	p*
		L n (%) [†]	M n (%) [‡]	U n (%) [§]			
Pain in multiple joints or whole body joints, such as the waist, knees, ankles and wrists	Y	20 (80.0)	60 (41.4)	22 (37.9)	102 (44.7)	14.30	.001
	N	5 (20.0)	85 (58.6)	36(62.1)	126 (55.3)		
Strange sensation in the legs and lower back pain when washing with cold water	Y	13 (52.0)	39 (26.9)	13(22.4)	65 (28.5)	8.01	.018
	N	12 (48.0)	106 (73.1)	45(77.6)	163 (71.5)		
Shoulder stiffness, cervicalgia and backache	Y	10 (40.0)	37 (25.5)	3(5.2)	50 (21.9)	15.37	.001
	N	15 (60.0)	108 (74.5)	55(94.8)	178 (78.1)		
Pain accompanied by a strange sensation in the exposed area, irrespective of season or actual temperature	Y	9 (36.0)	46 (31.7)	19(32.8)	74 (32.5)	0.18	.913
	N	16 (64.0)	99 (68.3)	39(67.2)	154 (67.5)		
Chilling	Y	8 (32.0)	22 (15.2)	6(10.3)	36 (15.8)	6.28	.043
	N	17 (68.0)	123 (84.8)	52(89.7)	192 (84.2)		
Feeling cold sensation and numbness when exposed to cool environment	Y	17 (68.0)	77 (53.1)	24(41.4)	118 (51.8)	5.25	.072
	N	8 (32.0)	68 (46.9)	34(58.6)	110 (48.2)		

Tooth sensitivity and paraesthesia	Y	15 (60.0)	64 (44.1)	23(39.7)	102 (44.7)	2.98	.225
	N	10 (40.0)	81 (55.9)	35(60.3)	126 (55.3)		
Gingival pain and swelling, toothache	Y	9 (36.0)	29 (20.0)	9(15.5)	47 (20.6)	4.57	1.02
	N	16 (64.0)	103 (71.0)	45(77.6)	164 (71.9)		
Headache	Y	27 (36.0)	9 (18.6)	8(13.8)	44 (19.3)	5.65	.049
	N	16 (64.0)	118 (81.4)	50(86.2)	184 (80.7)		
Eye fatigue, Ophthalmalgia, Sand-blindness when reading a book or watching TV	Y	15 (60.0)	40 (27.6)	15(25.9)	70 (30.7)	11.38	.003
	N	10 (40.0)	105 (72.4)	43(74.1)	158 (69.3)		
Digestive disorder	Y	10 (40.0)	28 (19.3)	5 (8.6)	46 (18.9)	11.29	.004
	N	15 (60.0)	117 (80.7)	53 (91.4)	185 (81.1)		
Emotional disorders such as depression and anxiety	Y	8 (32.0)	29 (20.0)	11 (19.0)	48 (21.1)	2.05	.359
	N	17 (68.0)	116 (80.0)	47 (81.0)	180 (78.9)		
Total		25 (100.0)	145 (100.0)	58 (100.0)	228 (100.0)		

* $p < 0.05$, † L : lower, ‡ M : middle, § U : upper

5. 한·양방 수진양상의 비교

산후병 여성의 진료수진율은 한방진료 22.8%, 한·양방 병행진료 20.6%, 양방병원 14.9% 순으로 나타났다. 산후병의 호전정도는 한방에서 치료한 경우가 양방에서 치료한 경우보다 호전도 점수가 높았으며 유의한 차이를 나타냈고($p < 0.05$), 산후병 치료에 대한 만족도는 한방에서 치료한 경우가 양방에서 치료한 경우보

다 만족도 점수가 높았으며 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다($p < 0.001$). 한방 치료의 종류는 한약, 침, 뜸, 부항, 물리치료 등이었고, 양방치료의 종류는 물리치료, 약, 주사 등이었다. 가장 효과를 본 치료는 한방의 경우 한약 64.6%, 침 22.2% 순으로 나타났고, 양방의 경우는 약 44.4%, 물리치료 32.1% 순으로 나타났다(Table 7-9).

Table 7. Medical Performance Rate of Postpartum Disease Women (N = 228)

Classification	N	%
Western medicine center	34	14.9
Korean medicine center	52	22.8
Not received	92	40.4
Combined treatment of Western and Korean medicine center	47	20.6
Others	3	1.3
Total	228	100.0

Table 8. Comparison of Postpartum Patients between Korean and Western Medicine Treatment (N = 86)

	Classification	N	M	SD	t	p*
Treatment period (days)	Western medicine center	34	16.97	43.42	-1.35	0.178
	Korean medicine center	52	24.42	28.20		
Degree of improvement†	Western medicine center	34	3.68	.88	-1.93	0.050
	Korean medicine center	52	3.91	.69		
Treatment satisfaction†	Western medicine center	34	3.21	.68	-3.58	0.001
	Korean medicine center	52	3.56	.61		

* p<0.05

† The higher the score on a 5-point scale. It means that the degree of improvement and satisfaction are high.

Table 9. Types of Postpartum Treatment between Korean and Western Medicine Treatment

Classification		N	%	Classification		N	%	
Korean medicine center treatment*				Western medicine center treatment				
Treatment types*	Herbal medicine	86	51.5	Treatment types	Physical therapy	37	45.7	
	Acupuncture	36	21.5		Herbal medicine	39	48.1	
	Moxibustion	8	4.8		Injection	4	5.0	
	Cupping	17	10.2		Others	1	1.2	
	Physical therapy	20	12.0					
Total		167	100.0	Total		81	100.0	
Most effective treatment	Herbal medicine	64	64.6	Most effective treatment	Physical therapy	26	32.1	
	Acupuncture	22	22.2		Herbal medicine	36	44.4	
	Moxibustion	1	1.0		Injection	15	18.5	
	Cupping	4	4.1		Others	4	5.0	
	Physical therapy	6	6.1					
	Others	2	2.0					
Total		99	100.0	Total		81	100.0	

* multiple responses

IV. 고찰

본 연구는 산후병을 경험한 여성의 산후조리 실태 및 인식도를 알아보고자 산후병 증상을 1가지 이상 경험하였거나 경험하고 있는 여성 228명을 대상으로 설문조사를 실시하였다.

산후 발생하는 질병을 한의학에서는 비 임신기의 질병과 구별하여 보는데 정상생리조건하의 동일 질환과는 그 발병 조건과 치료의 내용이 구분되어 진다고

보고 있어 비산욕기 질병과는 상이한 병리적 상황을 나타냄으로 산후의 임상상 특수한 면이 있다¹⁶⁾. 산후병은 임상상 중요한 의미를 가지고 있으나 역대 문헌에서는 그 명칭이 기재 되어있지 않고 민간에서 아기를 순산한 뒤 조섭을 잘못하여 얻은 병을 총 집약하여 통용되고 있는 병명이다¹⁷⁾. 산욕기에는 대체로 체력이 허약해 있는 상태이므로 생활과 섭생을 통하여 산욕의 복구를 촉진하고 허약으로 인한 합병증 내지 병발증의 발생

을 방지하고 체력의 회복에 노력하여야 하는 중요한 시기이다³⁾.

산후조리란 산후는 물론 평생 동안 건강과 안녕을 위해 여성들의 경험을 통해 여성들에 의해 중요시되었고, 건강전문가가 아닌 일반 여성들에 의해 고안되었으며, 구체적인 지식과 방법을 포함하고 있는 실체로써 한국의 고유한 사회문화 내에 녹아있는 조화와 균형을 중시하는 동양 철학관 속에서 사람들 간의 상호작용을 통하여 형성되고 사회화 과정을 통해 학습되고 전승되어온 독특한 체계의 망(網)을 갖고 있는 하나의 상징이라고 볼 수 있다^{10,13)}. 산후조리 또는 산후관리는 산욕부 스스로 자신의 산전산후 자기 간호를 할 수 있고 필요시 전문인은 산욕부의 신체적, 정신적 회복을 돕고 산욕기에 초래될 수 있는 합병증을 예방하도록 도우며 모성의 역할을 잘 수행하게 도와줌으로서 산욕부의 건강관리에 최선을 다하여야 한다¹⁸⁾.

한의학에서는 산욕기의 조리기간과 관련하여 산후 100일 이내를 ‘百日爲度’, 산후 1개월을 ‘小滿月’, 산후 2개월을 ‘大滿月’이라 표현하였고 1개월 내에는 鍼線, 勞役, 行房을 삼가고 100일 이내는 言語, 七情, 寒暑를 삼가함이 질병의 발생을 예방하고 감소시킨다고 하였다⁵⁾. 산후 직후에는 급격한 운동을 피하고, 누웠다 일어났다 하는 정도가 좋으며 음식은 과식을 피하고 무거운 물건을 든다거나 찬물에 손발을 넣는 것을 삼가 하라고 하는 등⁶⁾ 산후조리 기간과 산후 조리시 실천 사항이나 금기사항에 대한 내용을 자세히 제시하고 있다. 반면 서양의학에서는 산욕기의 효과적인 치유와 합병증의 예방을 위해 의료적인 처치와 관리가 필요

하다고 간주되고 자궁의 위치나 유방의 변화, 방광기능, 회음과 항문상태 등 생식기의 정상회복을 중점적으로 관리하고 있다⁷⁾.

현대 산후조리원에서 이루어지는 산후조리는 서양의학에 근거하여 신생아와 모유수유의 관리를 받지만, 산후조리 자체에 대한 전문적 서비스를 받을 수는 없다. 또한 산모들은 몸 보온에 대한 금기를 잘 실천하지만, 그 외 사항들은 산후조리원의 상업적 사정과 바쁜 모유수유로 인해 잘 실천되지 않고 있는 실정이다¹⁹⁾. 산후조리 중요성은 인식하고 있으면서도 막상 어떻게 산후조리를 하는지에 대해서는 잘 알지 못하고 있어 산후 조리법에 대한 정보를 친정어머니나 주위사람에게 많이 의존하고 있다²⁰⁾. 이러한 동서의학이 혼재된 의료환경 속에서 여성건강뿐 아니라 가족의 건강에 영향을 미치게 되는 산후병을 많은 여성들이 경험하고 있으나, 산후병에 대한 중재가 거의 이루어지지 않고 있는 실정이다.

본 연구에서 전통적 산후조리에 대한 인식은 ‘반드시 지켜야 할 산후 건강관리 방법’이라는 응답이 가장 많았고 김과 유²¹⁾의 연구결과와 유사하다. 또한, 배²²⁾와 오 등²³⁾의 연구에서도 산후조리에 대한 인식과 수행정도의 차이조사에서 산후조리가 산후 여성의 건강에 영향을 미치며 산후조리의 필요성을 인식한 결과는 본 연구결과와 유사하다. 이는 현대의 여성들도 산후조리에 대한 강한 신념을 갖고 있음을 반영한 것으로, 병원에서 산욕기 간호대상자들에게 양·한방 통합된 산후관리 제공이 필요하다고 볼 수 있다. 많은 여성들이 산후관리를 잘하면 평생 동안 건강을 보장받을 수

있는 계기가 되고 그렇지 않으면 평생 고질병인 산후병으로 고생하게 된다는 믿음을 가지고 있는데 이러한 믿음은 전통적인 산후조리를 수행한 중년기 이상의 여성뿐만 아니라 젊은 여성들도 그렇게 생각하고 있는 경향을 보인다²⁴⁾.

본 연구대상자의 전통적 산후조리 수행은 총 평균 2.35점으로 중간이상의 점수를 보였는데 이 결과는 김과 유²¹⁾의 연구결과와 유사하다. 산후병 여성의 산후조리 수행정도를 영역별로 파악한 결과, 병원에서 시행되고 있는 산후관리보다 전통적인 산후조리 수행정도가 훨씬 높게 나타났는데, 이는 김¹⁾의 출산경험 여성을 대상으로 한 연구결과와 유사하였다. 전통적 산후조리의 원리영역별 수행정도는 제 4원리 '무리하게 힘을 쓰지 않아 몸을 보호하기'와 제 1원리 '몸을 따뜻하게 하고 찬 것을 피하므로 기운을 돋우기'를 가장 잘 수행한 것으로 나타났으며, 제 1원리는 특히 동양의 질병관을 반영하고 있으며 다른 여러 나라에서도 보고되고 있다⁸⁾. 그 다음은 제 3원리 '잘 먹기', 제 6원리 '정성껏 돌보기', 제 5원리 '청결을 유지하기', 제 2원리 '일하지 않고 쉬기'의 순으로 나타나 김¹⁾의 출산경험 여성을 대상으로 한 선행연구와 비슷하였다. 산후병의 증상에서 '찬바람이나 공기 노출 부위에 쭈시고 아프며, 찬바람이 들어오는 듯한 느낌, 찬 것에 대한 과민 반응, 저릿저릿한 감각의 변화'가 가장 많았는데, 이 결과에서 산후조리 시 보온이 매우 중요하다고 볼 수 있다. 통계적으로 유의한 차이가 있는 산후병 증상들은 산후조리 수행정도가 높은 상집단과 중집단에 비해 낮은 하집단에서 모두 높은 비율을 보였다.

또한 대상자가 지각한 산후병의 원인으로는 '산후조리를 잘 못해서'가 가장 높았는데, 이 결과는 산후조리 수행을 잘 할수록 산후병 증상이 적게 나타남을 제시하고 있고 산후조리를 잘못해서 산후병이 발생한다는 여러 선행연구^{2,16,25-7)}를 지지하고 있으므로 산후조리와 산후병의 원인결과적 관계를 간과해서는 안 될 것이다.

김⁴⁾의 여성의 산후풍 경험에 관한 연구에서 많은 대상자들이 병원에서 의사나 간호사가 산전은 물론 산후에도 산후풍과 산후풍 예방조치인 산후조리에 대한 교육은 없었다고 응답하였고, 산후조리 수행과 건강상태 간 상관관계 연구에서 산후병은 산후조리를 잘 못해서 생기는 것으로 인식되고 있다고 보고되었다²⁶⁾.

송²⁷⁾의 산후조리에 대한 주관성 연구에서도 대상자가 산후조리의 중요성을 강조하였다. 그러므로 산모교육에서 특히 산욕기에 산후조리를 잘하여 평생 고질병이 될 수도 있는 산후병을 사전에 예방할 수 있도록 산모를 지지하고 산후조리의 원리와 방법에 대한 교육내용을 강화하여야 할 것으로 사료된다. 본 연구대상자의 대부분이 가장 효율적인 산후관리 방법으로 '의료진의 지시와 전통적인 산후조리 방법이 조화롭게 통합'되어야 한다고 응답했다. 이 결과에서 의료진의 전통적인 산후조리 방법에 대한 관심과 이해가 요구되며, 일방적인 중재보다는 산모들의 요구에 부응하고 실제로 수행함에 있어서 갈등과 혼란을 주지 않는 산후관리 방법을 모색하여 제공해야 한다. 또한 의료진은 산모 스스로가 자신의 건강을 위해 산후조리를 할 수 있도록 준비시킬 필요가 있고²⁸⁾, 여성들

은 그들의 산후 살아있는 경험을 통해 산후조리 수행정도와 산후병이라는 후유증과의 관계에 대한 신념을 갖고 있으므로¹⁰⁾ 의료진은 산욕기 기간 동안 산후조리를 잘 수행하여 산후병을 사전에 예방할 수 있도록 산모지지 및 교육 제공뿐만 아니라 남편을 포함한 가족에 대한 지지도 필요하다.

이상의 연구결과를 토대로 전통적인 산후조리와 현대적 산후관리 방법이 조화롭게 통합된 중재를 개발하고 표준화하여 산후병 예방활동에 적용해야 할 것으로 사료된다. 또한, 산후조리 수행정도와 산후병은 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으므로, 우리나라의 전통적인 산후조리 방법을 면밀히 검토하고 산후조리의 합리성을 규명함으로써 대상자로 하여금 보다 쉽게 산후조리를 수행하게 하는 것은 중요한 일이라 하겠다.

V. 결 론

본 연구는 산후병을 경험한 여성의 산후조리 실태와 인식도를 파악함으로써 산후병 여성에게 진료방법의 선택에 도움을 주고 산후병의 예방과 관리를 위한 기초 자료를 제공하고자 실시하였다. 결론은 다음과 같다.

1. 전통적인 산후조리의 수행정도는 2.35 점, 병원에서 시행되고 있는 산후관리의 수행정도는 1.63점으로 나타나 전통적인 산후조리에 대한 수행정도가 더 높았다.
2. 산후병의 증후군에서 많이 나타난 증상은 '찬바람이나 공기 노출 부위에 쭉

시고 아프며 찬바람이 들어오는 듯한 느낌, 찬 것에 대한 과민반응, 저릿저릿한 감각의 변화'였다. 통계적으로 유의한 차이가 있는 증상은 '찬 물로 씻었을 때 다리에 이상한 감각과 허리에 통증', '독서, TV시청시에 눈이 쉽게 피로, 안통, 가물가물하는 현상', '소화장애' 순이었고, 산후조리의 수행정도가 높은 상집단과 중집단에 비해 수행정도가 낮은 하집단에서 높은 비율을 보였다.

3. 산후조리 수행정도에 따른 산후병의 원인지각은 '산후조리를 잘 못해서'가 64.3%로 가장 많이 응답하였고, 향후 치료계획은 '한방치료와 양방치료를 병행하겠다'가 38.2%로 가장 많이 응답하였다.
4. 산후조리 수행정도에 따른 산후병의 증후군에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 증상들은 산후조리의 수행정도가 높은 상집단과 중집단에 비해 수행정도가 낮은 하집단에서 높은 비율을 보였다. 아플 때 취했던 방법은 '휴식 및 안정을 취함' 36.4%, '한방치료' 21.1%순이었다. 산후조리에 대한 인식은 '반드시 지켜야 할 산후 건강관리 방법'이 75.9%로 가장 많이 응답하였다. 가장 효율적인 산후관리 방법으로는 대상자의 88.2%가 '의료진의 지시와 전통적인 산후조리 방법이 조화있게 통합'되어야 한다고 응답하였다.
5. 산후병 여성의 진료 수신율은 한방진료 22.8%, 한·양방 병행진료 20.6% 순으로 나타났다. 산후병의 호전정도는 한방에서 치료한 경우가 양방에서 치료한 경우보다 호전도 점수가 높았

으며 유의한 차이를 나타냈고($p<0.05$), 산후병 치료에 대한 만족도는 한방에서 치료한 경우가 양방에서 치료한 경우보다 만족도 점수가 높았으며 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다($p<0.001$). 한방병원의 치료에서 효과를 본 치료는 '한약', '침', '물리치료' 순이었고, 양방병원에서 효과를 본 치료는 '약', '물리치료', '주사' 순이었다.

Received : Jul 13, 2018

Revised : Jul 17, 2018

Accepted : Aug 22, 2018

References

1. Kim TK, Yoo EK. A Correlational Study on the Level of Importance & Performance of Postpartal Care and its Relationship with Women's Health Status. Korean J Women Health Nurs. 1998;4(2):145-61.
2. Yoo EK. A Study on the Relations between Women's Health Status and the Experience of Sanhujori, the Korean Traditional non-professional Postpartal Care. The Korean nurse. 1997;36(5):74-90.
3. Korean obstetrics & gynecology. Oriental Obstetrics & Gynecology(下). 2st rev. ed. Seoul:Euseongdang. 2016:324-5.
4. Kim TH. A Study of the Living Experiences of Women's Sanhoopoong. Department of Nursing Science, Graduate School, Ewha Womans University. 2001.
5. Korean obstetrics & gynecology. Oriental Obstetrics & Gynecology(下). 2st rev. ed. Seoul:Euseongdang. 2016:715.
6. Bae WS. The Latest Oriental Medicine. Seoul:Namsandang. 1994:745.
7. Bae GM, Cho HS, Lee IS. The Review of Postpartum Care Beliefs and Practices According to the Cultures. The Journal of Korean Obstetrics & Gynecology. 2009;22(1):231-42.
8. Choi J. A Study on Degree of Needs and Satisfaction of Parturient Woman about the Program of Postpartum Care Center. Department of Health Care Administration, Graduate School, Kyung Hee University. 2001.
9. Jung JJ, Kim DI. A Study on the Cognition of Workers with Postpartum Care home and Korean Medicine Doctor about Postpartum Care. The Journal of Korean Obstetrics & Gynecology. 2006;19(4):131-47.
10. Yoo EG. An Ethnographic Study of Postpartum Disease experienced by Women in Korean Postpartal Culture. JKAN. 1995;37(3):27-40.
11. Lee TK. A Literary Study of the Postpartum Care. The Journal of Oriental Gynecology. 2001;14(1):209-28.
12. Heo JW, Kim SR. A Study on the Cognition and Realities of Postpartum Care. The Journal of Oriental Gynecology. 2001;14(1):409-24.
13. Park YS, Kim YI, Park YH. The Evaluation of Childbirth Class and Educational Need of Pregnant Women. Korean J Women Health Nurs. 1996;2(1):108-16.

14. You YG. Health Promoting Behavior for Women's Health: An Analysis on Meanings of Sanhujori, Korean Postpartal Care. *Journal of Nursing Query*. 1993;2(2):37-65.
15. Lee JK. A Study of Preference between Western Medicine and Oriental Medicine by Stroke Patients. Department of Health Administration, Graduate School, Hanyang University. 1992.
16. Park SW, et al. Postnatal Care of Postpartum Women and their Perception of Postpartum Disease. *The Journal of East-West Medicines*. 2001;25(3):22-45.
17. Oh SA. A Study on the Recognition of Postpartum Care and the Actual Condition of Sanhuopung. *The Journal Of Oriental Gynecology*. 2000;13(2):482-501.
18. Lee YH, Lee TK Postnatal Management in Western and Oriental Medicine. *The Journal of Oriental Gynecology*. 2000;13(1):500-17.
19. Nomura Michiyo. A Study on the Continuance and Variation of Korean Traditional Postnatal Care in a Modern Postpartum Care Center. *The Korean Folklore*. 2016;63:37-77.
20. Baeg SH, Gang GH. The Survey of Recognition and Preference of Oriental Medicine Postpartum Care Center in Women of Post-Child Birth. *The Journal of Oriental Gynecology*. 2000;13(1):376-402.
21. Kim MH, Yoo EK. Middle Aged Women's Related Factors to Climacteric Symptoms and Coping Pattern-The Relationship with Sanhujori-. *Korean J Women Health Nurs*. 1999;5(2):200-12.
22. Bae GM. The Study to Investigate the Recognition and Actual Condition among Korean, Korean resident in America and American on San Huo Pung. Department of OB&GY, College of Oriental Medicine, Dong Eui University. 2010.
23. Oh JS et al. A Study on the Cognition of Postpartum Care. *The Journal of Oriental Gynecology*. 2001;14(3):146-55.
24. Lee KH. Conceptual Model for Women's Health. *JKAN*. 1997;27(4):933-42.
25. Cha EJ. Lifestyle and Health Status of Korea Women. Department of Education, Graduate School, Ewha Womans University. 2000.
26. Ahn SH. Canonical Correlation between Korean Traditional Postpartum Care Performance and Postpartum Health Status. *JKAN*. 2005;35(1):37-46.
27. Song YS. A Q-methodological Study on the Postpartal Care. Department of Social Welfare, Graduate School, Chung Ang University. 2000.
28. Lee KH. The Latest Theories and Issues of Womans Health. A Search for Nursing. 1991;5(1):36-53.

〈별첨 1. 설문지〉

인사의 말씀

안녕하세요?

저는 동신대한방병원에 근무하는 간호사입니다.

본 연구의 제목은 '산후병을 경험한 여성의 산후조리 실태 및 인식 조사'이며, 산후병이 있는 여성을 대상으로 본 연구를 통해서 산후병을 경험한 여성의 산후조리 실태와 인식도 및 한·양방 관리 실태를 파악함으로써, 향후 산후관리 여성에게 진료방법의 선택에 도움을 주고 산후병의 예방과 관리를 위한 기초자료로 활용하고자 합니다.

본 설문조사는 무기명으로 실시하며, 연구의 목적으로만 사용할 것을 약속드립니다.

불편하시더라도 설문에 성심껏 응답해 주시면 대단히 감사하겠습니다.

협조해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

2011년 2월

동신대한방병원 간호부

연구자 : 정미영

I. 다음은 일반적 특성입니다. 해당사항에 V표 해 주십시오.

1. 귀하의 연령은 만 몇 세입니까?
 ① 20~29세 ② 30~39세 ③ 40~49세 ④ 50~60세
2. 귀하의 최종학력은?
 ① 고졸이하 ② 대졸이나 대학원 졸업 이상
3. 귀하의 자녀는 몇 명입니까?
 ① 1명 ② 2명 이상
4. 막내 아이를 출산 한 후 얼마나 지났습니까?
 ① 1년 전 ② 2~8년 전 ③ 9년 이상
5. 산후조리를 어떻게 하셨다고 생각하십니까?
 ① 매우 잘함 ② 잘함 ③ 못함 ④ 매우 못함

II. 다음은 산후조리 관련 문항입니다. 각 문항에 대해 얼마나 수행하셨는지 해당된 곳에 V표 해 주십시오.

산후조리 내용		매우 못함	못함	잘함	매우 잘함
1	몸을 따뜻하게 하고 찬 것을 피하고 기운을 돋우기				
2	일하지 않고 쉬기				
3	잘 먹기				
4	무리하게 힘을 쓰지 않고 몸을 보호하기				
5	청결을 유지하기				
6	정성껏 돌보기				
7	병원에서 시행되고 있는 산후관리를 어떻게 하셨습니까?				

III. 다음은 산후조리에 대한 인식과 관리방법 및 산후병 증상 등에 관련된 문항입니다. 해당사항에 V표 해주십시오.

1. 귀하는 산후병이 왜 생겼다고 생각하십니까?
 ① 산후조리를 잘 못해서 ② 스트레스 ③ 체질
 ④ 과로 ⑤ 면역기능 약화 ⑥ 기타

2. 귀하의 앞으로의 치료계획에 대한 생각은?(있는 대로 표시바랍니다)

- ① 계속해서 한방치료만 전념하겠다.
- ② 계속해서 양방치료만 전념하겠다.
- ③ 양방치료와 한방치료를 병행하겠다.
- ④ 가정에서 관리하겠다.
- ⑤ 다른 치료방법을 찾아보겠다.
- ⑥ 모르겠다.

3. 산후병으로 아프실 때 주로 어떻게 하셨습니까?

- ① 백약무효라 그냥 참음 ② 약국 약을 지어먹음 ③ 양방병원에 감
- ④ 한방병원에 감 ⑤ 지압이나 안마를 받음 ⑥ 휴식 및 안정을 취함
- ⑦ 기타

4. 전통적인 산후조리방법에 대해 어떻게 생각하십니까?

- ① 잘 모르지만 한국사람이니까 해야 할 것 같다.
- ② 사람들이 해야한다고 하니까 하는 것이 좋을 것 같다.
- ③ 옛 사람들의 견해로 오늘날에는 맞지 않는 방법이다.
- ④ 건강을 위해 반드시 지켜야 할 산후 건강관리 방법이다.

5. 가장 효율적인 산후관리 방법은 무엇이라고 생각하십니까?

- ① 산후조리 방법을 고려하지 않은 의료진의 지시보다는 어른들의 전통적인 산후조리방법을 그대로 따르는 것
- ② 의료진의 지시와 전통적인 산후조리 방법이 통합된 것
- ③ 전통 산후조리 방법을 고려하지 않은 의료진의 지시를 따르는 것
- ④ 기타

6. 귀하가 산후병 치료를 받으신 곳은 어디입니까?

- ① 양방에서 ② 한방에서 ③ 안받음 ④ 양·한방진료를 병행해서 ⑤ 기타

7. 다음 산후병의 증상들 중 귀하가 경험하였거나 또는 현재 경험하고 있는 증상에 모두 V표 해 주십시오.

증 상		V 표
1	허리, 무릎, 발목, 손목 등 여러 관절 또는 전신관절의 통증	
2	찬 물로 씻었을 때 다리에 이상한 감각과 허리에 통증	
3	어깨 결림이 심하고 뒷목이 당기며 등이 아프다	
4	계절이나 실제 온도와 상관없이 노출된 부위에 시린 감각과 동반된 통증	
5	머리를 감거나 샤워 시 오한과 떨림	
6	찬바람 노출 부위에 쭈시고 아프며 찬바람이 들어오는 듯한 느낌, 저릿저릿한 감각의 변화	
7	치아가 시리고 감각 이상	
8	잇몸의 통증과 부종, 치통	
9	두통	
10	독서, TV시청시에 눈이 쉽게 피로, 안통, 가물가물하는 현상	
11	소화장애	
12	우울, 불안 등의 정서장애	

8. 다음은 양방에서 치료받은 경우만 답변하십시오.

<p>1. 치료기간은 어느 정도 걸렸습니까? ()일</p> <p>2. 양방 치료를 받고 어느 정도 호전되었습니까?</p> <p>① 더 나빠짐 ② 별 호전이 없었음 ③ 보통</p> <p>④ 조금 좋아짐 ⑤ 아주 좋아짐</p> <p>3. 양방 치료에 대해 만족하십니까?</p> <p>① 매우 불만족 ② 불만족 ③ 보통 ④ 만족 ⑤ 매우 만족</p> <p>4. 귀하가 받은 양방 치료의 종류는? (있는 대로 표시하세요)</p> <p>① 물리치료 ② 약 ③ 주사 ④ 기타</p> <p>5. 귀하가 받은 양방 치료 중 가장 효과를 본 치료는?</p> <p>① 물리치료 ② 약 ③ 주사 ④ 기타</p>
--

9. 다음은 한방에서 치료받은 경우만 답변하십시오.

1. 치료기간은 어느 정도 걸렸습니까? ()일
2. 한방 치료를 받고 어느 정도 호전되었습니까?
① 더 나빠짐 ② 별 호전이 없었음 ③ 보통
④ 조금 좋아짐 ⑤ 아주 좋아짐
3. 한방 치료에 대해 만족하십니까?
① 매우 불만족 ② 불만족 ③ 보통 ④ 만족 ⑤ 매우 만족
4. 귀하가 받은 한방 치료의 종류는?(있는 대로 표시하세요)
① 한약 ② 침 ③ 뜸 ④ 부항 ⑤ 물리치료
5. 귀하가 받은 한방 치료 중 가장 효과를 본 치료는?
① 한약 ② 침 ③ 뜸 ④ 부항 ⑤ 물리치료 ⑥ 기타