

탈모인과 비탈모인의 일반적 특성과 스트레스 정도, 생활 습관, 두피모발 관리인식에 대한 비교분석

전윤희

군산대학교 일반대학원 글로벌뷰티미용학과

A Comparative Analysis of General Characteristics, Stress Level, Lifestyle, and Scalp Hair Management Awareness of Hair Losses and Non-Talted Hair Losses

Jeon Yunhee

Department of Global Beauty and Beauty, Gunsan University Graduate School of General Studies

요약 본 연구는 스트레스, 모발 관리 인식, 그리고 관리 경험이 탈모와 어떤 연관이 있는지를 분석하고, 탈모 예방과 두피 관리 방안을 제안하고자 했다. 연구 결과, 탈모인은 비탈모인에 비해 스트레스 지수가 높고 두피가 주로 지성인 경향을 보였다. 이들은 3~5년 전부터 모발이 가늘어지고 모발량이 줄었다고 느끼는 경우가 많았다. 응답자들의 샴푸, 드라이, 염색 등의 모발 관리 습관이 조사되었으며, 뜨거운 바람으로 드라이하거나 잦은 염색이 모발 손상의 주요 원인으로 나타났다. 탈모로 인한 사회적 영향으로는 자신감 결여가 가장 큰 문제로 지적되었다. 탈모 관리의 주요 장소로는 비탈모인은 두피 전문 관리점을, 탈모인은 병원을 선호하는 경향을 보였다. 이를 바탕으로 탈모 예방을 위해 스트레스, 휴식과 수면, 그리고 생활습관의 중요성을 강조했다. 두피 관리 방안으로는 지성 두피에 적합한 샴푸 사용, 올바른 세정 및 건조 방법 실천, 정기적인 관리와 전문 상담을 추천했다. 이 연구는 탈모와 두피 관리에 대한 올바른 인식을 확산시키고 실질적인 해결 방안을 제시하는 데 의의를 둔다.

주제어 : 스트레스, 생활습관, 두피모발 관리, 탈모인의 일반적 특성, 탈모예방

Abstract The purpose of this study was to analyze how stress, hair management perception, and management experience are related to hair loss, and to suggest hair loss prevention and scalp management measures. As a result of the study, people with hair loss tended to have a higher stress index and a mainly oily scalp compared to non-metallic hair. They often felt that their hair was thinner and their hair volume decreased from 3 to 5 years ago. Respondents' hair care habits such as shampoo, dry, and dyeing were investigated, and dry or frequent dyeing with hot wind was the main cause of hair damage. Lack of confidence was pointed out as the biggest problem as the social impact of hair loss. As the main place for hair loss management, Vitalmoin tended to prefer scalp specialized care stores and hair loss people tended to prefer hospitals. Based on this, it emphasized the importance of stress, rest and sleep, and lifestyle to prevent hair loss. As scalp management measures, it was recommended to use shampoo suitable for the oily scalp, practice proper cleaning and drying methods, and regular care and professional counseling. This study is meaningful in spreading the right awareness of hair loss and scalp care and in suggesting practical solutions.

Keywords : Stress, lifestyle, scalp hair management, general characteristics of people with hair loss, prevention of hair loss

*Corresponding Author : Jeon Yunhee(vava1217@naver.com)

1. 서론

모발은 우리 몸을 덮고 있는 털로서, 두피를 외부 충격과 자외선으로부터 보호하는 기본적인 기능을 한다(이황희 등, 2005). 그러나 단순히 보호 기능을 넘어 외모를 결정짓는 중요한 요소로, 개성과 아름다움을 표현하는 데 매우 큰 역할을 한다(김미경, 2003). 모발이 탈모로 인해 미적 표현력을 잃게 되면, 이는 심리적 스트레스와 자신감 결여로 이어질 수 있다.

탈모는 과거에는 주로 4050대 남성들의 문제로 여겨졌지만, 최근에는 2030대의 젊은 층과 여성들에게도 빈번히 발생하고 있다(조남춘, 2005). 이는 유전적인 요인 외에도 스트레스 증가, 식습관 변화와 환경적 요인 및 다양한 원인에 영향을 받고 있다.

이처럼 탈모 문제가 증가하면서, 탈모 관리 시장도 급격히 성장하고 있다. 탈모 관련 제품, 관리 기기, 전문 관리실, 그리고 의료 시술 등이 세분화되어 개발되고 있으며, 병원뿐만 아니라 미용실과 한의원에서도 다양한 형태의 두피 관리가 이루어지고 있다. 이러한 변화 속에서 미용업 종사자는 고객의 두피 문제를 정확히 이해하고 상담 및 관리를 통해 전문적인 서비스를 제공할 필요성이 커지고 있다(이정란, 2009).

본 연구는 탈모에 영향을 미치는 스트레스, 식습관, 생활습관, 두피와 모발 관리 인식 등의 요인을 분석하고, 이를 기반으로 탈모 예방과 두피 관리 방안을 제안하고자 한다. 특히, 미용실에서 두피·모발 관리가 탈모 예방의 첫 단계로 중요한 역할을 할 수 있음을 강조하며, 미용업계가 이러한 문제에 적극적으로 대응할수 있도록 기초 자료 제공을 목표로 하고 있다.

이 연구는 탈모 예방을 위한 실질적인 방안을 제시하고, 미용 시장이 탈모 관리 산업에 효과적으로 참여할 수 있는 길을 모색하고자 한다. 이를 통해 고객의 두피 건강을 개선하고, 탈모로 인한 심리적 부담을 줄이는 데 기여하고자 한다.

2. 이론적 배경

2.1 두피의 정의

두피는 머리 부위를 덮고 있는 피부로, 영어로는 "scalp"이라 불리며, 이는 두개골 상부의 다섯 가지 구조(Skin, Connective tissue, Aponeurosis, Loose connective tissue, Pericranium)의 첫 글자를 딴 명

칭이다. 두피는 이러한 5층 구조로 이루어져 있으며, 주요 구성 요소 중 하나는 모발이다.

2.2 두피의 기능

① 보호작용

두피는 외부 충격, 자외선, 추위, 화학적 자극 등 다양한 환경적 요인으로부터 두피와 내부 조직을 보호한다. 약산성인 두피는 세균 증식을 억제하며 멜라닌 색소는 자외선으로부터 피부 세포를 보호한다.

② 흡수작용

두피는 외부 물질의 침입을 막는 동시에 수분과 영양분을 흡수한다. 그러나 흡수 범위는 표피의 과립층까지 제한된다. 일부 화학제품은 모낭 세포를 손상시킬 수 있다.

③ 배설작용

두피는 신체 대사 과정에서 발생한 잔여물을 배설하는 역할을 한다. 특히 증균속과 같은 유해 물질은 모발을 통해 체외로 배출된다.

④ 체온조절작용

두피는 항상성을 유지하려는 작용을 통해 외부 온도 변화에 적응한다. 체온 상승 시 소동맥이 확장되고 땀이 배출되며, 체온 저하 시 소동맥이 수축되고 땀 분비가 감소하여 체온을 유지한다.

⑤ 감각작용

두피는 풍부한 신경 분포로 인해 냉감, 온감, 압감, 통증 등의 감각을 느낄 수 있다. 자극을 받을 경우 두피의 모세혈관이 확장되어 민감하게 반응한다.

⑥ 비타민 D 합성작용

두피는 자외선을 통해 피부 내 에르고스테롤을 활성화하여 비타민 D를 합성한다. 이는 칼슘과 인의 흡수를 촉진하여 뼈와 치아의 형성을 돕는다.

2.3 탈모의 정의

탈모는 하루 70~100가닥의 자연스러운 모발 탈락이 아닌, 하루 200가닥 이상 탈락하고 신생 모발이 줄어드는 상태를 말한다. 모주기가 단축되며 모발이 가늘어지고 색이 연해지는 특징이 있으며, 빠지는 모발이 자라는 모발보다 많아질 때 탈모로 간주된다.

2.4 탈모의 원인

탈모 원인은 내부 요인과 외부 요인으로 나뉜다

2.4.1 내부 요인

① 유전적인 요인

탈모는 유전자나 체질 유전의 영향을 받아 환경에 따라 발현된다.

② 남성 호르몬 작용

테스토스테론이 DHT로 전환되면 탈모가 발생한다. 해당 효소 유무에 따라 탈모 위험이 달라지며, 여성 탈모에서도 비슷한 과정이 나타난다.

③ 스트레스

스트레스는 혈행 장애와 신진대사 불균형을 유발해 탈모를 촉진한다. 과도한 스트레스는 호르몬 분비를 억제하여 모발 성장과 색소 형성에도 악영향을 준다.

④ 병리학적 요인

고열 질환, 지루성 피부염, 두피백선 등의 질환과 항암제 및 특정 약물의 장기 복용은 탈모를 유발한다.

⑤ 영양결핍

다이어트, 편식, 인스턴트 식품 과다 섭취 등으로 인한 영양 부족은 모발 성장을 방해하고 탈모를 초래한다.

⑥ 혈액순환 장애

혈액이 탁해지고 흐름이 원활하지 않으면 모유두에 영양 공급이 감소하여 모발이 약해지고 탈모로 이어진다.

2.4.2 외부 요인

① 두피 불청결 및 모낭충

두피 청결을 유지하지 못하면 노폐물이 축적되어 모발과 두피 손상을 초래한다.

② 화학약품

두피는 약산성 상태로 외부 자극을 방어하지만, 화학약품의 잦은 노출은 두피와 모발에 손상을 줄 수 있다.

③ 잘못된 시술

염료 성분이 두피 염증을 유발하여 탈모를 촉진한다. 잘못된 펌 시술은 모발 손상과 단백질 변성을 초래한다.

④ 환경오염, 흡연, 음주

환경오염은 간접적으로 탈모를 유발하며, 흡연과 음주는 혈액순환 장애와 대사 기능 저하로 두피 영양 공급을 방해한다.

3. 연구설계

3.1 연구 설계 및 대상

본 연구의 대상은 2021년 3월 한달 동안 전북 군산시에 소재한 비비헤어 1, 2, 3호점 고객 220명과 모발일 설문 80명을 포함한 총 300명을 대상으로 설문 조사하였다. 조사 방법은 설문지에 대한 답을 응답자가 설문지에 기입하는 방식으로 하였다.

3.2 설문지 구성

본 연구를 위하여 300명을 대상으로 총 102문항을 설문하였다. 설문은 일반적 특성 10문항, 두피, 모발 상태와 관리 문항 27문항, 식생활 습관 문항 26문항, 생활 스트레스 10문항, 두피모발 관리 인식, 시술 시 중요요인 29문항으로 구성하였다.

3.3 자료 분석방법

본 연구를 수행하는 데 쓰인 자료는 다음과 같은 통계처리 과정을 거쳤다.

3.3.1 신뢰도

모발 상태, 생활 습관, 식사 습관, 생활 스트레스, 두피와 모발관리 인식에 대한 문항들의 타당도 검증을 위하여 요인분석을 실시하였고, 신뢰도는 Cronbach's α 의 계수로 실시하였다.

3.3.2 빈도분석

조사대상자의 일반적 특성, 두피와 모발 특성, 두피와 모발 관리, 탈모 관리를 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

3.3.3 카이스케어 검정

탈모 여부에 따른 일반적 특성, 두피와 모발 특성, 두피와 모발관리, 탈모관리의 차이를 알아보기 위하여 카이스케어 검정(χ^2)을 실시하였다.

3.3.4 t-test

탈모 여부에 따른 모발상태, 생활 습관, 식사습관, 생활 스트레스, 두피와 모발관리 인식의 차이를 알아보기 위하여 t-test를 실시하였다.

본 연구의 실증분석은 모두 유의수준 5%로 검증하였고, 통계처리는 SPSS WIN 21.0 프로그램을 통해 분석하였다.

4. 연구 결과

4.1 일반적 특성

본 연구는 총 300부의 설문지를 배포하여 293명의 데이터를 분석한 결과, 조사 대상자의 일반적 특성, 두피 및 모발 특성, 관리 실태, 생활습관 등이 다양한 양상을 보였다.

첫째, 조사 대상자의 성별은 남자 51.2%, 여자 48.8%로 비슷한 비율을 보였으며, 연령대는 20대가 38.6%로 가장 많았다. 학력은 대졸이 48.5%로 가장 많았으며, 직업은 회사원이 24.9%로 가장 큰 비중을 차지했다. 흡연자는 34.1%, 음주자는 57.0%로 나타났고, 수면 시간은 6-8시간 미만인 65.5%로 가장 많았다.

둘째, 두피와 모발 특성에서 탈모 여부를 묻는 질문에 대해 41.3%가 탈모가 있다고 응답했으며, 58.7%는 탈모가 없다고 답했다. 가족 내 탈모 사례가 있는 응답자는 36.2%였으며, 두피의 문제로는 특이 증상을 느끼지 않았다는 응답이 47.1%로 가장 많았다. 또한, 모발 굵기는 보통 모발이 42.7%로 가장 많았고, 두피 상태는 지성이 21.8%로 나타났다.

셋째, 두피와 모발 관리 실태를 살펴본 결과, 1년 평균 펴 헷수는 1-2회가 36.2%, 염색을 하지 않는 사람은 43.0%였다. 샴푸는 하루 1회가 58.4%였으며, 샴푸 시 물의 온도는 적당히 사용하는 비율이 82.3%로 가장 높았다. 모발 관리에서 드라이기 뜨거운 바람을 사용하는 비율이 70.6%로 가장 많았으며, 모발 상태는 가늘고 약하다고 느끼는 비율이 34.8%였다.

넷째, 생활습관과 관련된 질문에서는 불규칙적 생활습관의 평균 점수가 3.30으로 가장 높았으며, 자극적인 식사습관이 평균 3.22로 가장 많은 비율을 차지했다. 또한, 생활 스트레스에서는 신체적 스트레스가 평균 3.12로 정신적 스트레스보다 높았다.

다섯째, 두피와 모발 관리에 대한 인식에서는 '두피 모발 관리 시 중요도'가 평균 3.69로 가장 높았으며, 탈모 예방 방법으로는 '충분한 휴식과 수면'이 43.7%로 가장 많이 응답됐다. 탈모로 인한 사회적 문제로는 자신감

결여가 60.8%로 가장 큰 영향을 미친다고 응답했다.

이 연구는 응답자들의 생활습관, 두피 및 모발 관리 인식, 탈모 문제에 대한 인식 및 관리 실태를 종합적으로 파악할 수 있는 중요한 자료를 제공한다.

4.2 요인분석

4.2.1 모발 상태 요인분석

모발 상태의 요인분석을 위해 주성분분석(PCA)과 직교회전 방법인 Varimax를 사용했다. KMO 값은 0.691로 적당하며, Bartlett의 구형성 검정은 유의수준 .000으로 나타나 요인분석이 적합하다는 결과를 보였다. 고유값 1.0 이상인 요인으로 2개의 요인이 추출되었다. 첫 번째 요인은 두피문제 요인(고유값 2.398, 설명비 29.96%)을, 두 번째 요인은 모발문제 요인(고유값 1.845, 설명비 23.06%)을 설명한다.

4.2.2 생활 습관 요인분석

생활습관에 대한 요인분석에서 KMO 값은 0.655로 적당하며, Bartlett의 구형성 검정치 역시 유의수준 .000으로 나타나 요인분석에 적합했다. 고유값 1.0 이상인 두 개의 요인이 추출되었다. 첫 번째 요인은 불규칙적 생활습관(고유값 2.215, 설명비 36.91%)을, 두 번째 요인은 규칙적 생활습관(고유값 1.370, 설명비 22.83%)을 설명한다.

4.2.3 식사습관 요인분석

식사습관에 대한 요인분석에서 KMO 값은 0.602로 적당하고, Bartlett의 구형성 검정치 역시 유의수준 .000으로 나타나 요인분석이 적합했다. 고유값 1.0 이상인 세 개의 요인이 추출되었다. 첫 번째 요인은 자극적 식사습관(고유값 2.011, 설명비 22.34%), 두 번째 요인은 규칙적 식사습관(고유값 1.797, 설명비 19.97%), 세 번째 요인은 영양식 식사습관(고유값 1.578, 설명비 17.53%)을 설명한다.

4.2.4 생활 스트레스 요인분석

생활 스트레스에 대한 요인분석에서 KMO 값은 0.832로 높고, Bartlett의 구형성 검정치가 유의수준 .000으로 나타나 요인분석이 적합하다는 결과를 보였다. 고유값 1.0 이상인 두 개의 요인이 추출되었다. 첫 번째 요인은 정신적 스트레스(고유값 2.806, 설명비

31.17%)를, 두 번째 요인은 신체적 스트레스(고유값 2.252, 설명비 25.02%)를 설명한다.

4.2.5 두피와 모발관리 인식 요인분석

두피와 모발 관리 인식에 대한 요인분석에서 KMO 값은 0.866으로 높고, Bartlett의 구형성 검정치가 유의 수준 .000으로 나타나 요인분석이 적합하다는 결과를 보였다. 고유값 1.0 이상인 네 개의 요인이 추출되었다. 첫 번째 요인은 두피 모발 관리 시 중요도(고유값 4.071, 설명비 21.42%), 두 번째 요인은 두피 모발 관리 시 미용실 실태(고유값 3.902, 설명비 20.53%), 세 번째 요인은 모발 관리 인식(고유값 2.258, 설명비 11.88%), 네 번째 요인은 미용실의 두피 관리 중요도(고유값 1.259, 설명비 6.62%)를 설명한다.

4.3 신뢰도 검증

연구에서 사용된 측정 도구의 신뢰성을 분석하기 위해 Cronbach's alpha 계수를 사용하여 신뢰도를 측정했다. 이를 통해 연구 결과의 신뢰성을 확인하였다.

4.4 T-test 분석

T-test를 통해 탈모인과 비탈모인 간의 차이를 비교한 결과는 다음과 같다.

모발 상태에서는 탈모인은 비탈모인보다 두피와 모발 상태가 더 나쁘다고 보고되었다.

생활 습관은 불규칙한 생활 습관에서 탈모인이 비탈모인보다 더 높은 점수를 보였으나, 규칙적인 생활 습관에서는 두 집단 간 차이가 없었다. 식사 습관은 탈모인과 비탈모인 간의 식사 습관에 큰 차이는 없었으며, 탈모인이 조금 더 올바른 식습관을 가지고 있었다. 생활 스트레스에서는 탈모인은 비탈모인보다 정신적, 신체적 스트레스가 더 높았다. 두피와 모발 관리 인식차이는 탈모인은 두피와 모발 관리에 더 높은 중요성을 두고 있었으며, 관리 인식에서도 더 높은 점수를 기록했다.

4.5 가설 검증

탈모인은 주로 40대에서 탈모가 시작되며, 결혼 상태는 기혼이 많고, 월 소득에서는 차이가 있었다. 두피와 모발 특성은 탈모인은 가족 중 탈모 고통을 겪고 있는 비율이 높으며, 하루 탈모량과 모발 상태에서 차이를 보

였다. 탈모인은 모발 상태가 더 심각하였고, 두피와 모발 문제도 더 많이 겪고 있었다. 탈모인은 염색을 더 자주 하며, 샴푸 사용에서 두피 전용 샴푸를 선호하는 경향이 있었다. 생활 습관과 식사 습관에서는 두 집단 간 큰 차이는 없었으나, 탈모인이 불규칙한 생활습관과 조금 더 올바른 식습관을 가진 것으로 나타났다. 생활 스트레스 면에서는 탈모인은 비탈모인보다 더 높은 정신적, 신체적 스트레스를 경험하고 있었다. 두피와 모발 관리 인식의 차이에서도 탈모인은 두피와 모발 관리의 중요성을 더 높게 평가하고 있었으며, 관리에 대한 인식 또한 더 적극적이었다. 또한 탈모관리 차원에서 탈모인은 탈모 예방과 치료를 위해 미용실을 더 자주 찾고 있으며, 탈모 관리에 대한 인식이 더 높았다. 탈모인과 비탈모인은 두피와 모발 관리의 중요성에 대해 다르게 인식하고 있었다.

5. 결론

본 연구는 탈모인과 비탈모인의 스트레스, 모발 관리 인식, 두피 및 모발 관리 경험을 비교하여 탈모와 관련된 요인들을 분석하고, 탈모 예방 및 두피 관리 방안을 제시하는 것을 목표로 하였다. 연구 결과는 다음과 같다.

5.1 결론

5.1.1 일반적 특성의 차이

연구에서 탈모인의 연령대는 40대가 가장 높았고, 비탈모인은 20대가 가장 많았다. 이는 탈모와 연령 간에 유의미한 상관관계가 있음을 시사한다. 그러나 20대라도 탈모에서 자유롭지 않으므로, 모발과 두피 관리에 지속적인 관심을 기울여야 한다는 결론을 도출할 수 있었다.

5.1.2 두피와 모발 특성의 차이

탈모인의 경우 유전적 요인이 탈모의 주요 원인으로 나타났으나, 이 연구 결과만으로는 유전적 원인을 확정할 수 없으므로 추가 연구가 필요하다. 또한, 본인의 두피 타입과 모발 상태에 대한 인식이 중요하며, 적절한 관리가 필요함을 강조할 수 있다.

5.1.3 모발 상태의 인식과 차이

탈모인은 두피에 가려움증, 염증, 비듬 및 열감을 경험하는 비율이 높았고, 모발의 상태는 가늘어지고 빠지는 경향이 있었다. 이는 두피 전용 제품을 사용하거나 과도한 화학 시술을 피하는 등 두피와 모발 상태에 대한 철저한 관리가 필요함을 시사한다.

5.1.4 생활 습관과 식사 습관

연구 결과, 탈모인의 생활 습관과 식사 습관이 비탈모인보다 더 나쁠 것이라든가 예상과 다르게 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 이는 현대인들의 생활과 식사 습관의 질이 향상되었음을 보여준다.

5.1.5 생활 스트레스

탈모인은 정신적 및 신체적 스트레스가 더 높게 나타났다. 또한, 과한 스트레스는 호르몬 분비에 영향을 미쳐 모발 손상과 탈모를 유발할 수 있다. 스트레스 예방을 위해 탈모 치료제 복용이나 두피 마사지를 활용하는 것이 도움이 될 수 있다는 선행 연구도 있으며, 심리적 요인을 고려한 탈모 예방이 중요하다.

5.1.6 두피 및 모발에 영향을 주는 요인

스트레스와 화학 시술(펌, 염색 등)이 두피와 모발에 큰 영향을 미친다는 결과가 나타났다. 두피와 모발 관리 시 직원의 전문적 상담, 가격 적정성, 시술 공간의 분위기, 최신 장비의 사용 등이 중요하다고 판단된다. 또한, 잘못된 화학 시술이 모발 손상을 유발할 수 있다는 점에서, 미용인들은 이 문제를 해결하기 위한 추가적인 연구와 노력이 필요하다.

5.1.7 탈모 치료 및 방지 상담

탈모인과 비탈모인 모두 탈모 관리나 치료를 받지 않는 비율이 높았다. 그러나 적합한 관리 장소로는 병원과 두피 관리 전문점이 선호되었다. 미용실은 고객과의 장시간 상담을 통해 탈모 문제를 파악하고 관리할 수 있는 공간이 되어야 하며, 전문적 기술과 지식을 갖춘 관리자가 필요하다. 탈모로 인한 가장 큰 문제는 자신감 결여로 나타났으며, 탈모 문제는 단순한 모발의 부족이 아니라 정신적, 사회적 영향이 크다는 인식이 필요하다.

미용실에서 실질적으로 도움이 되는 탈모 관리 프로그램을 개발하고, 두피 관리 프로그램에 자료를 제시할

수 있다는 점에서 의의가 있다. 또한, 미용 산업에서 체계적이고 효율적인 두피 및 모발 관리 시스템에 대한 지속적인 연구가 필요하다.

5.2 연구한계 및 시사점

5.2.1 연구 한계

본 연구의 한계는 군산 비비헤어의 방문 고객을 대상으로 조사를 진행한 점이다. 군산 비비헤어 1, 2, 3호점의 입지 조건상 20대 고객 비중이 높아 탈모인과 비탈모인의 비율이 균형을 이루지 않았고, 이로 인해 탈모에 대한 조사 데이터가 부족했다. 또한, 국내 탈모 인구는 20세 이상의 성인 남녀 약 350만 명으로 추정되므로, 연구에서 연령대의 비율을 고르게 분포시키거나 대상군을 명확하게 구분하여 조사했다면 보다 정확하고 폭넓은 데이터를 얻을 수 있었을 것이다.

또한, 연구를 통해 고객들이 두피와 모발에 대한 관심은 있지만 충분한 정보가 없다는 점을 알게 되었다. 이는 고객들이 자신의 두피 타입을 정확히 인식하고, 적절한 두피 제품을 선택해 관리할 수 있어야 한다는 점을 강조한다.

5.2.2 시사점

탈모는 유전적 요인 외에도 본 연구에서 확인된 다양한 원인들(연령, 결혼 상태, 소득 수준, 가족 내 탈모 고민 및 탈모 경험, 하루 탈모량, 모발 상태 변화 시기, 두피 문제, 염색 횟수, 머리 묶는 습관, 생활 스트레스 등)으로 발생할 수 있음을 확인했다. 따라서 두피와 모발을 건강하게 하기 위해서는 정확한 시술과 관리가 필요하다. 본인의 두피와 모발의 상태를 파악하고, 상태에 맞는 제품을 선택하거나 올바른 탈모 관리 방법을 적용해야 한다.

또한, 미용실에서 탈모 정보 제공과 자연스러운 상담이 이루어질 경우 고객들이 편안하게 정보를 받아들일 수 있을 것이다. 이를 위해 미용실에서는 미용인의 전문적인 지식과 체계적인 시스템을 바탕으로 차별화된 관리 프로그램과 전문 제품을 사용해야 한다.

마지막으로, 변화하는 고객의 니즈에 맞춰 탈모 관리에 관한 차별화된 프로그램 개발과 다양한 관리 시스템을 도입해야 하며, 이를 위해 구체적이고 전문적인 상담을 자연스럽게 유도할 수 있는 능력이 필요하다.

REFERENCES

- [1] H. H. Lee, M. Y. Jung & S. J. Kim. (2005). *Scalp & Medical Treatment*. Hyunmunsa.
- [2] J. W. Kim. (2015). *Study on the Composition of Oriental Medicine Shampoo to Prevent Hair Loss*. Master's Degree Paper, Graduate School of Education, Gwangju Women's University.
- [3] M. K. Kim. (2003). *Survey on scalp and hair clinic products*. Master's thesis at Konkuk University Graduate School of Industrial Studies, focusing on imported brands of hair salon products.
- [4] H. N. Jeong. (2012). *A study on the characteristics of people with hair loss and the factors that cause hair loss*. Master's Degree Thesis in Education at Nambu University Graduate School of Education
- [5] H. S. Kwak. (1997). *Hair care*. Moon Jung-gak.
- [6] W. Lee. (2004). "The main culprit of youth hair loss is stress": due to abnormal hormone secretion due to dietary life, environmental changes ... Nutrition supply, improvement of blood circulation "effect". Weekly Joseon Tonggwon No. 1816 pp. 24-26.
- [7] N. C. Cho. (2005). *A comparative analysis of the hair condition and management of hair loss and the general public, diet, stress level, and family history*. and a master's thesis at Chung-Ang University.
- [8] J. R. Lee & E. J. Lim. (2009). Analysis and prospects of the domestic hair loss management market. *Journal of the Korean Academy of skincare*, 7(1), 161-162.
- [9] J. I. Kim. (2008). *A study on scalp and hair care*. master's thesis at Sookmyung Women's University.
- [10] K. H. Lee (2015). *Effects of scalp care using hair loss causes on hair loss prevention management and improvement effects*, master's thesis in the Department of Hyangjang Beauty. Graduate School of Nambu University.
- [11] Information on physical institutions at Seoul National University Hospital, <https://tv.naver.com/snuh>
- [12] Let's learn about the function of the scalp, <https://blog.naver.com/neo4000>.
- [13] J. S. Han. (2011). *Characteristics of hair loss and the effect of scalp follicles on hair loss*, postgraduate Ph.D. thesis at Nambu University.
- [14] M. A. Kim & J. H. Yang. (2003). A research study on the characteristics of patients with alopecia by occupation, *Journal of the Korean Society of Aesthetics* 9(2), 237-241.
- [15] O. J. Kwon et al. (2005). *Hair permission wave Tschnic*. Gwangmungak.
- [16] J. S. Han. (2006). *A study on the characteristics of scalp types and the status of hair follicle infections in people with hair loss*. master's thesis at Nambu University Graduate School.
- [17] S. I. Cho. (2004). *Scalp & Hair loss management*. rigline.
- [18] Recent Hee. (2001). *Hair Science*. Hydrologist, pp 22-24.
- [19] H. J. Seo. (2014). *Analysis of the effect of hair loss improvement therapy according to the cause of hair loss*. master's degree thesis at Chung-Ang University Graduate School of Medicine and Food.
- [20] Kook Hong. (1992). Causes and up-to-date treatment of male hair loss disease. *medical information*, 206, 68-76

전 윤 희(Jeon yoonhee)

[정회원]

- 2022년 2월 : 군산대학교 글로벌뷰티산업학(미용학석사)
- 2024년 3월~현재 : 군산대학교 글로벌뷰티미용학과(미용학 박사)
- 2022년 3월~현재 : 호원대학교 글로벌뷰티학과외래교수
- 관심분야 : 헤어, 미용
- E-mail : vava1217@naver.com

