光州保健專門大學 論文集 第18輯(1993)
The Journal of Kwangju Health
Junior College. Vol. XVIII.

중년여성의 갱년기 단계와 증상 및 건강지각과의 관계 연구

간호과
조교수 심미정

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

인간의 정상적인 발달과정상 40대이후 부터는 일반적으로 중년기에 접어드는 전환점이라 할수 있다. 중년기는 가정과 직업상의 일상적인 일들과 연관되어 안락하고, 안정을 유지하며, 자신이 이루어 놓은 업적에 대한 만족과 성취감등을 느낄 수 있는 시기지만, 심각한 신체적 혹은 정신적 건강상의 변화는 그들의 삶의 방식에 돌발적이고 주요한 재적응이 요구되는 시기이기도 하다[1].

여성은 남성과 달리 사춘기에 이르면 월경을 경험하게 되고 그 후 약 35년간의 생식기간 동안 임신, 출산등을 거쳐 폐경에 이르게 된다[2]. 폐경은 갱년기에 일어나는 하나의 상황이며 갱년기란 여성에 있어서 성생식기에 난소기능의 쇠퇴로 인하여 생식능력을 가진 시기에서 비생식기로 전환되는 시기를 말하며 개체생애의 이행기이다[3].

그러나 폐경으로 인한 출산능력과 육체적 매력의 상실로 인한 불안, 자녀양육의 책임이 끝나고 결혼 또는 취업으로 인해 독립함으로써 가족체계와 역할의 변화가 초래되어 부부생활의 재적응기를 맞게 되며, 인생의 황혼기를 느끼며 과거에 대한 후회와 앞날에 대한 두려움등으로 심한 정서적, 심리적 문제를 유발할 수 있으며 [4),5)], 이러한 것들이 중년여성들의 생활에 부정적인 영향을 미칠 수 있다[6),7)].

연구에 의하면 중년여성의 75%에서 정도의 차이는 있지만 갱년기증상을 경험하나 생활에 영향을 미치지 않고 건강하게 지내는데 25%에서는 의학적 진료를 요하는 증상을 지니고 있다[8]. 갱년기증상은 최근에 상실, 정신적 사회적 스트레스를 경험한 부인들에게는 더 나쁘게 나타났으며[9], 폐경기에 대한 태도는 폐경기전에서 폐경기후

로 전환될 때 향상되고[10], 건강지각이 낮을수록 갱년기증상 호소는 많았으며[11], 폐경기가 진행될때 건강에 대한 지각은 더 긍정적인 것으로 나타났다[10].

개체의 가치관이나 신념이 다르기 때문에 생활사건의 스트레스에 대한 지각이나 개인의 건강에 대한 지각이 어떠느냐에 따라 건강문제가 있다 하더라도 실제로 느끼는 것은 다르다. 따라서 인간이 건강행위를 취하도록 하는데는 개인의 지각이나 활동의 효율성에 대한 개인의 인식에 따라 결정되기 때문[12]에 중년여성들이 신체적, 사회적, 심리적 많은 변화를 가져오는 갱년기를 어떻게 받아들이고 있으며, 시기에 따라 증상정도에 차이가 있는지를 파악하기 위해 본 연구를 시도하였다.

2. 연구목적

본 연구는 중년여성의 갱년기단계에 따른 갱년기증상 호소와 건강지각과의 관계를 파악하여 갱년기증상을 단계별로 보다 효과적으로 받아들일 수 있도록 하는데 필요한 정보를 제공하기 위함이며

다음과 같은 구체적인 목적을 갖는다.

1) 대상자의 갱년기단계를 파악한다.

2) 대상자의 갱년기증상 호소경향을 파악한다.

3) 대상자의 건강지각정도를 파악한다.

4) 대상자의 일반적인 특성및 갱년기단계와 갱년기증상, 건강지각의 관계를 파악한다.

5) 갱년기증상, 건강지각과의 관계를 파악한다.

3. 용어의 정의

1) 갱년기 단계

(1) 폐경전기(Premenopause): 최근 월경이 있었으며 월경주기에 변화가 없고 규칙적으로 있다.

(2) 폐경기(Menopause): 지난 1년내에 월경이 있었으며 월경주기에 변화가 있고 불규칙하다.

(3) 폐경후기(Postmenopause): 마지막 월경이후 1년(12개월)이상 지나고 월경이 없다.

2) 갱년기 증상

폐경을 전후로 하여 나타나는 증상으로 월경중지를 보게 되며 이때 내분비계의 변

화로 인한 신체적 변화와 더불어 사회, 심리적요인이 복합되어 노화과정에 적응하는 과정이다. 본 연구는 Neuganten(1965)이 제시한 3영역별 25가지 갱년기 증상을 측정하였는데 도구는 박난준(1988)이 사용한 것으로 하였다.

3) 건강지각

인간의 건강상태의 양상을 현재건강, 과거건강, 미래건강, 건강염려 및 관심, 저항성 및 감수성, 환자역할 거부의 6개의 변수로 나누어 각 개인의 건강지각변수로 보며, 이는 Ware가 개발한 건강지각 질문지 총 32 문항으로 측정한다

(1) 현재의 건강: 현재 자신이 건강하다거나 아프다고 지각하는 정도.
(2) 과거의 건강: 과거에 자신이 건강했다거나 불건강했었다고 지각하는 정도.
(3) 미래의 건강: 앞으로 자신의 건강에 대해 예측하는 지각정도.
(4) 건강염려 및 관심: 자신의 건강상태에 대해 염려하거나 관심을 가지는 정도.
(5) 저항성과 감수성: 자신이 질환에 대하여 저항할 수 있다고 지각하는 정도.
(6) 환자역할 거부: 환자역할을 받아들이는 정도에 있어서 질환에 대한 특징적인 반응의 정도.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 갱년기 단계와 증상

발달의 한 단계인 갱년기(Climacterium)는 여성생활에 있어 생산력이 감소되고 월경주기가 불규칙하게 되어 결국 멈추게 되는 단계[1]를 말하며 폐경을 기점으로 폐경전기(premenopause), 폐경기(menopause) 및 폐경후기(postmenopause)로 나누어 볼 수 있다.[8][13][14]

1) 폐경전기(premenopause)

이 기간동안 여성들은 불규칙한 월경이나 폐경과 관련된 증상을 나타내는데 불규칙한 주기는 몇달, 혹은 몇년이 지속될 수 있다. 난소의 에스트로겐의 분비는 주기적 합성능력을 상실하여 최고 및 최저 분비기간의 양적 차이가 작아져 뇌하수체성선자극호르몬을 억제시키기에는 부적당한 상태에 이르러 발생되며 관련증상은 혈관운동계, 불안정, 피곤 등이다.

2) 폐경기(menopause)

에스트로겐의 절대량의 감소보다는 주기적인 변화의 소실이 원인이 되며 갱년기가 진행됨에 따라 FSH와 LH의 분비량대 에스트로겐의 량의 비율은 더욱 높아져 FSH의 분비증가에 난소가 호응하지 못함으로 인해 발생된다.

3) 폐경후기(postmenopause)

폐경에 뒤따르는 시기 곧 퇴축시기이다. 폐경후 난소에서는 에스트로겐을 생성하지 않지만 폐경후 2 - 3년까지도 에스트로겐의 량이 어느정도 유지되는 것을 볼 수 있다. 이 기간동안에 여성들은 감소된 성선호르몬과 관련된 증상 즉 질위축과 골다공증등을 나타낸다.

갱년기 증상은 난소기능 쇠퇴와 관련되어 나타나는 내분비학적 변화로 인한 일련의 증후군 뿐 아니라 노화과정에 적응하는 변화로 인한 사회, 심리적 요인이 복합된 다양한 증상을 포함하며[15] 그 양상이 다양하고 개인차가 많다.

일반적으로 나타나는 증상은 신체적인 변화와 심리적 변화측면으로 구분된다.[4] 신체적변화는 주로 난소기능의 점진적인 기능저하로 인한 내분비계 이상으로 나타나는데 열감, 발한, 손발의 무감각, 또는 저림, 외음위축, 관절통, 심계항진, 변비등으로 볼 수 있다. 그러나 모든 여성들이 갱년기와 관련된 증상들을 경험하는 것이 아니라, 약 20%의 여성은 전혀 증상을 경험하지 않으나 대다수 여성들이 미약한 정도의 증상을 경험하고 그 정도가 심하여 의학적 주의를 요하는 경우도 있다.[13]

갱년기때의 사회심리적 특성은 자신의 생을 평가하고 재창조하는 시기로 자신의 생의 목표가 달성되어 성취감이 완성되는 반면에 지금까지의 역할의 가치를 부여하지 못하고 정서적 성숙성을 갖추지 못한 여성들은 불안과 내적긴장이 심화되어 일반정신력의 탄력성을 잃고 점차로 현실적응이 역동적으로 되지 않으며, 기분고조, 불안정, 신경과민, 건강염려증, 불안, 우울과 같은 정서장애를 초래하게 된다.[5][8][13] 그 외에도 이런 변화는 생리적 화학적 변화, 중년기의 스트레스, 문화적 가치기준에 의해 영향을 받는다.[13]

중년부인들은 질환이나 배우자의 죽음, 은퇴, 지위하강 또는 자녀양육의 책임이 끝나고 자녀가 결혼 또는 취업으로 인해 독립함으로 가족체계와 역할의 변화가 초래되는 것 같은 많은 삶의 중요한 변화에 직면한다.[5] 그러나 그들의 삶의 오래 지속되어 온 특성 때문에 분열되는 삶의 변화에 대한 충격에 더욱 상처받기 쉽고,[9] 월경중지를 여성으로서의 가치상실로 보는데 즉 젊음과 성적매력의 상실, 성적능력의 종말등으로 생각하고, 우울해지며 심한 정서적 심리적 문제를 유발하게 된다[16]. 반면에 결혼만족도가 높은 여성[5], 여가활용을 잘하고, 직업이 있고, 남편이 가사일을 도와주는 여성에서는 갱년기증상호소가 낮게 나타났으며[2], 폐경전기에서 폐경후기로 진행될수록 폐경기에 대한 태도도 향상되었다[10].

갱년기에 속한 중년 여성은 자신의 내, 외부로부터 오는 변화에 대해 적응해야 하는 중요한 시기에 속하며, 나이에 따른 변화와 성인생활의 정서상의 스트레스로 인하여 가속화된 신체적, 심리적 질병에 빠지기 쉽고[1], 만약 이 시기에 잘 적응하지 못하면 또 다음 발달단계인 노년기의 건강에도 커다란 영향을 미칠 수 있다.

2. 건강지각

인간의 모든행동은 행동하는 순간에 존재하는 모든 지각 즉 사물이 어떻게 비치느냐에 따라 결정되며, 그 사람의 사상, 감정, 의견등이 행동에 영향을 미친다[17].
Combs도 인간은 타인이 보는 것과 똑같은 사실에 의해서 지배되는 것이 아니고 자신이 사실을 어떻게 보느냐에 따라서 행동하는 것으로 그 의미는 세계의 사물은 인간에게 어떤 의미를 주며, 인간은 그것을 받아들이는 각자의 독특한 지각에 따라서 행동하게 된다는 것이다라고 하였다[18].

따라서 같은 대상이라도 사람에 따라 주관적인 지각현상에 의해 그들의 지각된 세계는 다를 수 있고 그렇기 때문에 각기 달리 행동을 하게 된다[19].
건강지각이란 인간의 건강행위를 지배하는 개인적인 의미를 말하는 것[20]으로 자신의 건강상태에 대하여 자가평가하는 것이다. 인간은 자신이 질병증상이 없을 때라 하더라도 어느 때인가는 건강을 상실하게 될 위협에 놓이게 될 것이라는 가능성을 지각하는 수가 많으므로 그 위협을 줄이기 위하여 그로 하여금 어떤 행동을 취하도록 동기를 줄 것이며[21], 동기화된 개인은 그에게 제시된 여러 활동중 어떤 것이 위협을 감소시키는데 효과가 있을 것인가 하는 믿음의 정도에 따라 행위를 하게 된다[22].

또한 인간은 내·외적환경과의 관계에서 평형상태를 유지하기 위해 노력하므로 특정자극이 주어져 새로운 도구가 발생되면 주어진 자극과 그 자극에 대처하기 위해 지각능력에 따라 특정행위에 따르는 유익성들을 평가한 후에 어떻게 행동할 것인가를 결정하게 된다[23].

따라서 건강에 대한 태도와 행동을 변화시키기 위해서는 개인이 각자의 건강상태를 어떻게 지각하고 있는가를 파악하므로써 건강행위 이행수준을 높일 수 있는 접근이 가능하리라고 사려된다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

연구대상은 40세에서 60세까지의 중년여성으로 결혼한 경험이 있고 한명 이상의 자

녀가 있고 현재의 생활에 영향을 미치는 질병으로 진단받았거나 치료를 받기 위해 입원중이 아닌 여성으로 표집하였다.

자료수집 방법은 1개 전문대학 4개학과 학생들의 어머니를 대상으로 선정하였고, 기타 종교단체의 모임시 220부의 설문지를 배부한 결과 114부를 회수하였다. 이 자료의 수집기간은 1993년 3월 15일부터 30일까지 였다.

2. 연구 도구

연구도구는 구조화된 질문지를 사용하였으며, 질문내용은 일반적 특성 9문항, 갱년기 단계 1문항, 갱년기 증상에 관한 것 20문항, 건강지각에 관한 것 32문항으로 구성되었다.

1) 갱년기 증상 측정도구

갱년기 증상 측정도구는 Neugarten(1965)이 제시한 갱년기 증상 3영역별, 즉 내분비계에 따르는 신체적 증상 8문항, 신체적 변화와 기타 사회환경 변화로 나타나는 정신적 증상 8문항, 자율신경계와 성격 및 심리적요인이 복합되어 나타나는 신체정신적 증상 4문항등 총 20문항으로 박난준(1988)[24]의 연구에서 cronbachs α 계수는 .88038 이었다.

갱년기 증상점수는 "아주 심하다"에서 "아주 경하다"까지의 5점 평점척도로 측정하게 되었으며 최저 0점에서 최고 100점까지의 범위로 점수가 높을수록 갱년기의 증상정도가 심한 것을 의미한다.

2) 건강지각 측정도구

Ware, John E. Jr의 건강측정 질문지(Health perceptions Questionnaire)를 번역하여 김조자(1984)[25], 최양자(1989)[11]를 참고하였으며 내용으로는 현재건강 9문항, 과거문항 3문항, 미래문항 4문항, 건강관심 및 염려 4문항, 저항성 및 민감성 4문항, 환자 역할거부 8문항으로 구성되었다.

점수는 5점척도로 긍정적인 문항은 "정말 그렇다"에서 "전혀 그렇지 않다"까지 5점에서 1점을 주었고, 부정적 문항은 "정말 그렇다"에서 "전혀 그렇지 않다" 까지 1점에서 5점을 주어 역으로 환산하였다.

3. 자료처리 및 분석방법

수집된 자료는 SAS를 이용하여 전산처리 하였다. 일반적 특성은 실수와 백분율을

산출하였고 갱년기 단계, 갱년기 증상, 건강지각정도의 관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다. 일반적 특성과 제변수의 총점수와의 관계는 t-test, Anova의 통계방법을 이용하였다.

Ⅳ. 연구결과 및 고찰

1. 대상자의 갱년기 단계

대상자의 갱년기단계는 표1과 같다.

폐경전기가 52명(45.6%)로 가장 많았고 폐경기 31명(27.2%), 폐경후기 31명(27.2%)였다.

<표1> 대상자의 갱년기단계

단계	실수(명)	percent(%)
폐경전기	52	45.6
폐경기	31	27.2
폐경후기	31	27.2
계	114	100.0

2. 대상자의 갱년기증상

대상자의 갱년기증상의 평균, 표준편차, 평균평점은 표2와 같다.

갱년기증상의 총점평균점수는 50.68점(범위: 최저 0점, 최고79점), 표준편차 16.40, 평균평점 2.53으로 높게 나타났는데, 이 점수는 박난준(1988)[24] 1.96, 최양자(1989)[11] 2.18, 조옥순(1986)[26] 1.94, 전수진(1986)[27] 2.26보다 높았으나 이명숙(1992)[4] 2.73보다 낮았다. 갱년기 증상 정도는 정신적 증상이 평균평점 2.63, 정신.신체적 증상 2.49, 신체적 증상 2.46 순이었다. 이는 이명숙, 박난준, 최양자, 조옥순, 전수진등의 연구결과에서 정신.신체적 증상이 가장 높게 나타난데 비해 순위에 약간의 차이가 있었다.

갱년기 증상 3변수간의 상관관계는 정신.신체적 증상과 신체적 증상(r = .5390, P= .0001), 정신적 증상(r = .4274, P= .0001)에서 유의한 순상관을 보여 정신.신체 증상이 높을경우 신체적, 정신적 증상이 높음을 의미하며, 신체적 증상과 정신적 증상(r = .6387, P=.0001)과의 관계도 통계적으로 유의한 상관을 보여 신체적 증상 호소가 높을 경우 정신적 증상 호소도 높음을 알 수 있다.(표3)

〈표 2〉 갱년기 증상 내용별 평균 및 평균평점

내용	항목수 (A)	최대평점 (B=A×5)	최소 응답치	최대 응답치	평균 (C)	표준편차	평균평점 (C/A)
정신·신체적증상	4	20	0	17	9.96	3.40	2.49
신체적 증상	8	40	0	35	19.70	7.45	2.46
정신적 증상	8	40	0	36	21.01	8.40	2.63
계	20	120	0	79	50.68	16.40	2.53

〈표 3〉 갱년기증상 3개 변수간의 상관관계

	정신·신체 증상	신체적 증상	정신적 증상
정신·신체적 증상		0.5390***	0.4274***
신체적 증상			0.6387***
정신적 증상			

***P=.0001

3. 대상자의 건강지각

〈표 4〉 건강지각 변수별. 평균평점

건강지각변수	문항수 (A)	최대평점 (B=A×5)	최소 응답치	최대 응답치	평균 (C)	표준편차	평균평점 (C/A)
현재건강	9	45	17	39	26.34	4.95	2.93
과거건강	3	15	3	15	8.66	3.64	2.89
미래건강	4	20	8	19	13.36	2.44	3.34
건강관심.염려	4	20	6	20	14.58	2.12	3.65
저항성.민감성	4	20	5	17	12.05	2.31	3.01
환자역할거부	8	40	17	33	24.18	3.28	3.02
계	32	160	75	124	99.18	9.57	3.10

건강지각은 현재건강, 과거건강, 미래건강, 건강관심 및 염려, 저항성 및 민감성, 환자역할거부의 6개 변수 총 32문항으로 측정한 결과는 표4와 같다.

현재건강 지각에 관한 9 문항의 최대평점 45점에 대해 대상자의 평균점수 26.34이며, 과거건강 지각에 대한 3개 문항의 최대평점 15점에 대해 대상자의 평균점수는 8.66이며, 미래건강 지각에 대한 4개 문항의 최대평점 20점에 대해 대상자의 평균점수는 13.36이었다. 건강관심 및 염려에 대한 4개 문항의 최대평점 20점에 대해 대상자의 평균점수는 14.58, 저항성 및 민감성에 대한 4개 문항의 최대평점 20점에 대해 대상자의 평균점수는 12.05이고, 환자역할 거부에 대한 8개 문항의 최대평점 40점에

대해 대상자의 평균점수는 24.18이었다.

건강지각 정도를 측정하기 위한 총 32문항에 대해 최대평점 160점에 대한 평균점수는 99.18로 5점척도에 대해 평균 3.10으로 나타났는데, 이는 대학생을 대상으로 한 김조자(1984)[25] 3.24, 중년부인을 대상으로 한 최양자(1989)[11] 3.21, 직장근무자를 대상으로 한 강윤숙(1985)[28] 3.39, 임부를 대상으로 한 장숙희(1992)[23] 3.5에 비해 낮은 건강지각 정도를 나타냈다.

건강지각 측정 6개 변수간의 상관관계를 Pearson correlation coefficient로 검증한 결과 표 5와 같다.

현재 건강변수는 과거건강(r= .4147, P=.0001), 미래건강(r= .4700, P= .0001), 저항성 및 민감성(r= .5038, P=.0001)의 변수와 유의한 순상관을, 건강관심 및 염려(r=- .4173, P= .0001)의 변수와 역상관을 나타내어 현재건강의 지각정도가 높을수록 과거건강, 미래건강, 저항성 및 민감성에 대한 지각정도는 높고 건강관심 및 염려에 대한 지각정도는 낮다고 할 수 있다.

과거건강 변수와는 미래건강(r= .2658, P=.004), 저항성 및 민감성(r = .3574, P=.0001)변수와 유의한 순상관, 건강관심 및 염려(r= -.2444, P=.008), 환자역할 거부(r = - .1859, P= 0.04)변수와는 역상관을 나타내어 과거건강에 대한 지각정도가 높을수록 미래건강, 저항성 및 민감성에 대한 지각정도가 높고 건강관심 및 염려, 환자역할 거부에 대한 지각정도는 낮다고 볼 수 있다.

미래건강 변수는 저항성 및 민감성(r= 3902, P=.0001)변수와 유의한 상관관계를 보여 미래건강에 대한 지각정도가 높을수록 저항성 및 민감성에 대한 지각정도가 높다고 할 수 있다.

건강관심 및 염려에 대한 변수는 저항성 및 민감성(r= -.2518, P= .006)변수와 역상관을 나타내어 건강관심 및 염려에 대한 지각정도가 높을수록 저항성 및 민감성에 대한 지각정도가 유의하게 낮다고 볼 수 있다.

〈표 5〉 건강지각 6개 변수간의 상관관계

자역할거부	현재건강	과거건강	미래건강	건강관심.염려	저항성.민감성	환
현재건강	0.4147***	0.4700***	- 0.4173***	0.5038***	0.0633	
과거건강		0.2658**	- 0.2444*	0.3574***	- 0.1859*	
미래건강			- 0.0900	0.3902***	0.1412	
건강관심.염려				- 0.2518*	0.0315	
저항성.민감성					- 0.0878	
환자역할거부						

*P<.05, **P<.005, ***P<.0001

4. 대상자의 일반적 특성, 갱년기단계와 갱년기 증상, 건강지각과의 상관관계

<표 4> 일반적 특성, 갱년기단계와 갱년기증상, 건강지각과의 상관관계 (N=114)

특성	구 분	실수(%)	갱년기 증상 평균점수	갱년기 증상 F.T	건강지각 평균점수	건강지각 F.T
연령	40 - 45	45(39.5)	52.20		100.56	
	46 - 50	38(33.3)	48.92	0.27	99.68	1.39
	51 - 55	15(13.2)	50.00		96.87	
	56 - 59	16(14.0)	51.19		96.25	
배우자와 현재거주 상태	동 거	104(91.2)	50.72		99.45	
	별 거	0(0.0)	0.00	0.06	0.00	0.83
	사 별	8(7.0)	51.13		95.38	
	기 타	2(1.8)	46.50		100.00	
학력	국 졸	31(27.2)	53.13		97.97	
	중 졸	45(39.5)	48.02	0.88	98.49	0.92
	고 졸	32(28.1)	50.81		100.69	
	대 졸	6(5.3)	57.17		102.50	
취업상태	주 부	89(78.1)	51.29		98.61	
	종일근무	22(19.3)	46.81	1.15	101.05	0.86
	시간제근무	3(2.6)	60.66		102.00	
여가활용	있 음	28(24.6)	53.79		99.14	
	없 음	86(75.4)	49.66	1.25	99.18	0.00
출산횟수	3회이상	40(35.1)	51.65		100.40	
	4회이상	74(64.9)	50.15	0.20	98.51	1.24
자녀수	3명이하	43(37.7)	51.98		100.30	
	4명이상	71(62.3)	49.89	0.41	98.49	1.17
갱년기 단계	폐경전기	52(45.6)	48.15		102.40	
	폐 경 기	31(27.2)	52.09	0.86	96.84	4.50*
	폐경후기	31(27.2)	52.78		95.96	

*P=0.05

대상자의 일반적인 특성과 갱년기 단계에 따른 갱년기증상, 건강지각 변수와의 관계는 표 4와 같다.

각 일반적 특성 즉 연령, 배우자와 현재거주상태, 학력, 취업상태, 여가활용, 출산횟수, 자녀수와 갱년기 증상과의 관계에서 유의한 차이는 없었으나, 박(1988)[24], 이(1992)[4]의 연구에서 출산횟수가 많은 여성일수록 갱년기증상을 심하게 호소한다는 결과와 다르게 나타났으며, 갱년기증상이 자녀수와 무관하다는 지성애(1983)[29]의 연구

결과와 오히려 일치된다고 볼 수 있다.

일반적 특성과 건강지각과의 관계에서도 유의한 차이는 없었으나, 갱년기단계와는 유의한 차이를 나타냈다.(F=4.50, P=.05) 갱년기증상의 급성증상은 월경의 점차적인 끝남이나 월경의 종식후 현저하게 나타난다는 문헌[3]과 일치되는 결과로 본 연구에서도 유의한 차이는 없었으나 폐경후기(M=52.78), 폐경기(M= 52.09), 폐경전기(M=48.15)순으로 갱년기증상 정도가 높게 나타났고, 건강지각 정도는 폐경전기(M= 102.40), 폐경기(M= 96.84), 폐경후기(M= 95.96)순으로 유의하게 나타났다. 이는 중년부인들이 월경의 변화가 있기전인 초기에 더 신체적 정신적 건강의 변화에 대해 민감하게 지각하는 것으로 사려된다.

5. 갱년기증상과 건강지각과의 관계

〈표 8〉 갱년기증상과 건강지각과의 상관관계

	현재건강	과거건강	미래건강	건강관심.염려	저항성.민감성	환자역거부
정신·신체증상	- 0.145	- 0.178*	- 0.045	- 0.007	- 0.020	- 0.012
신체적 증상	- 0.286**	- 0.036	- 0.202*	0.0141	- 0.145	0.100
정신적 증상	- 0.285**	- 0.131	- 0.154	- 0.035	- 0.151	0.032

* P<0.05, ** P<0.005

갱년기증상 3개 변수와 건강지각 6개 변수간의 상관성을 검증한 결과, 정신. 신체적 증상이 높을수록 과거건강에 대한 건강지각 정도가 낮은 것으로 나타났다.(r= -.178, P=.04)

신체적 증상이 높으면 현재건강(r= -.286, P= .002)과 미래건강(r= -.202, P=.03)에 대한 건강지각 정도가 낮게 나타났다.

정신적 증상이 높을수록 현재건강에 대한 지각정도는 낮게 나타났다.(r= .285, P=.002)

이러한 결과는 갱년기증상이 높으면 건강지각은 낮다고 한 최양자(1989)[11]의 결과와 일치하다고 볼 수 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 중년여성의 갱년기단계, 갱년기증상, 건강지각정도를 파악하여 갱년기 증상호소에 영향을 주는 요인을 살펴봄으로써 삶의 중요한 변화기를 맞는 중년기 여성의 건강관리와 간호수행에 도움이 되는 자료를 제공하고자 시도하였다.

연구자료는 1993년 3월 15일부터 30일까지 본 대학 재학생의 어머니, 기타 종교단체의 중년여성을 대상으로 설문지를 이용하여 자료를 수집하였다.

연구도구중 갱년기증상 측정도구는 Neugarten(1965)이 제시한 갱년기증상을 중심으로 박난준(1988)이 작성한 5점척도로 측정하였고, 건강지각 측정도구는 Ware, John E. Jr의 건강지각 설문지를 번역한 것을 사용하였고 5점척도로 측정하였다.

수집된 자료는 SAS에 의해 빈도, 백분율, 평균, 표준편차, T-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient방법을 사용하여 분석하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

1) 대상자의 갱년기단계는 폐경전기(45.6%), 폐경기(27.2%), 폐경후기(27.2%) 순으로 나타났다.

2) 대상자의 갱년기증상 정도는 평균 50.68이었고, 정신적 증상(평균평점 2.63), 정신.신체적 증상(2.49), 신체적 증상(2.46)순으로 나타났다.

3) 대상자의 건강지각 정도는 건강관심.염려 평균평점 3.65, 미래건강 3.34, 환자역할거부 3.02, 저항성 및 민감성 3.01, 현재건강 2.93, 과거건강 2.89순이었으며, 각 문항의 전체평균은 99.18이였다.

4) 대상자의 일반적인 특성 및 갱년기단계와 갱년기증상, 건강지각과의 관계에서는 갱년기 단계와 건강지각(F= 4.50, P=.05)에서만 유의한 차이를 보였다.

5) 갱년기증상과 건강지각과의 관계는 정신.신체증상이 높을수록 과거건강에 대한 지각정도는 낮았으며(r= - .178, P= .04), 신체적 증상이 높을수록 현재건강(r= - .286, P= .002), 미래건강(r= - .202, P= .002)의 지각정도는 낮았으며, 정신적 증상이 높을수록 현재건강(r= - . 285, P= .002)에 대한 지각정도는 낮게 나타났다.

이상의 결론을 통해 갱년기증상과 건강지각과는 직접적인 상관관계가 있고 갱년기단계와는 유의한 상관관계는 없었지만 지속적인 연구를 통해 갱년기단계에 따라 나타나는 갱년기증상 정도를 파악하고 건강 지각정도를 사정하여 중년부인들의 건강관리에 도움이 될 수 있는 질적인 간호를 제공하도록 하여야겠다.

참고문헌

1. 김정휘: 노인심리학, 성원사, 250 - 257 (1990)
2. 노홍태: 폐경기 여성의 정신건강에 관한 연구, 충남의대잡지, 13(2), 230 - 235 (1986)
3. 대한산부인과학회: 부인과학, 852 - 869 (1987)
4. 이명숙: 중년기 여성의 삶의 질과 갱년기 증상에 관한 조사연구, 성신간호전문대학 논문집 **5집**, 9 - 21 (1992)
5. 전수진: 중년여성의 갱년기증상 관리에 관한 소고, 순천간호전문대학 논문집 **13집**, 85 - 97 (1989)
6. 박예숙: 인간의 성장발달과 건강증진, 수문사, 168 - 175 (1983)
7. Angela Phillips and Jill Rakusen: Our bodies ourselves: A Health Book By and For Women, Boston Women's health Book Collective British ed., 529 - 531 (1971)
8. 노영철: 갱년기, 대한산부인과학회지, **21**(11), 829 - 848 (1978)
9. Nancy Sharts Engel: Menopausal Stage, Current Life Change, Attitude Toward Women's Roles, and Perceived Health Status, *Nsg Res.*, Nov/Dec., **36**(6), 353 - 357 (1987)
10. Kaufert, P.A.; The perimenopausal women and her use of health services, *Maturitas*, **2**, 191-205 (1980)
11. 최양자: 중년여성의 자아개념, 건강지각, 갱년기증상과의 관계연구, 적십자간호전문대학 논문집 **11**, 51 - 71 (1989)
12. 심영옥: 폐결핵환자의 자아개념과 건강신념이 치료적 행위이행에 미치는 영향, 간호학회지, **13**(3), 65 - 67 (1983)
13. 이영숙 외: 모성간호학, 현문사, 675 - 676 (1992)
14. Diane K.K and Ida M.M: Women in stress: A Nursing Perspective, Appleton-Century-Crofts, N.Y., 303 - 318 (1979)
15. Willson, J.R. and Others: Obstetrics and Gynecology, The C. V. Mosby Co., 7th ed., (1983)
16. 이길홍: 폐경의 정신의학적 특성분류, 대한산부인과학회지, 21(12), 958 -959 (1978)
17. 최정훈: 지각심리학, 을유문화사, 20 -25 (1973)

18. Combs, A.W., & Snygg, D.,: Individual Behavior: A Perceptual Approach to Behavior, Rev. ed., N.Y., Harper & Bros., 20 (1959)
19. 김수지: 간호이론, 수문사, 213 - 215 (1985)
20. Ware, J.E.: Scoring Procedure, Scale to measure perceptions regarding health, FormII, personal communication, (1976)
21. Stillman, M.J.: " Women's Health Beliefs about Breast Cancer and Breast Self Examination", *Nsg. Res.*, **26**(2), (1977)
22. D.P. Haefner, S.S. Kirscht: Motivational and Behavioral Effects of Modifying Health Beliefs, " *Public Health Reports*, **85**(6), June, 479 - 484 (1970)
23. 장숙희: 임부의 건강지각과 산전간호행위에 관한 연구, 전남대학교 대학원, 석사학위논문, (1992)
24. 박난준: 중년여성의 자아개념과 갱년기 증상과의 관계연구, 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, (1988)
25. 김조자 외: 건강지각과 내외적 통제성격과의 상관관계 연구, 연세대학교 간호학연구소, 간호학논집 **7**, 29 - 45 (1984)
26. 조옥순: 일 지역 중년여성의 갱년기증상호소에 관한 조사연구, 연세대학교 대학원 석사학위논문, (1986)
27. 전수진: 중년부인의 갱년기증상호소에 관한 연구, 순천간호전문대학 논문집 **11**, 193 - 209 (1986)
28. 강윤숙: 건강행위에 대한 건강지각, 건강통제위의 상관관계 연구, 적십자간호전문대학 논문집 **7**, 205 - 225 (1985)
29. 지 성애: 중년여성의 발달현상에 대한 태도와 갱년기 증상호소와의 관계 분석연구, 연세대학교 대학원 박사학위 논문, (1988)

A Study on Health Perception , Climateric stage and symptoms in middle aged Women

Sim, Mi-Jung
Department of Nursing
Kwangju Health Junior College

>Abstract<

This study was conducted to recognize menopausal stage, health perception and the climateric symptoms of middle aged women.

The subjects for this study were 114 middle aged women between 40 and 60 years of age living in Kwang Ju city.

Data were collected from March 15 to March 30, 1993 by a structed questionnaire.

The instruments used were health perception questionnaire developed by John E. Ware, and a climateric symptoms scale developed by Neugarten.

Data were analyzed using a SAS program of ANOVA, T-Test, Pearson correlation coefficient.

The results were as follows:

1. Menopausal stage in middle aged women was premenopause 45.6%, menopause 27.2%, and postmenopause 27.2%.

2. The mean level of climateric symptoms was 50.68 in a possible of score 0 to 100.

3. The health perception with high score was "health worry/concern"(mean 3.65), "health outlook"(3.34), "rejection of sick role"(3.02).

4. There was significant correlation between the menopausal stage and health perception($F = 4.50$, $P = .05$).

5. There was negative significant correlation between physico-emotional symptoms and perception of prior health($r = -.178$, $P = .04$), physical symptoms and current health($r = -.286$, $P = .002$), health outlook($r = -.285$, $P = .002$), psychological symptoms and current health($r = -.285$, $P = .002$).

The findings of this study have implication for women in middle age.

설 문 지

안녕하십니까?

저는 보건전문대학에서 여성건강에 관심을 갖고 연구하는 모성간호학 교수입니다.

본 설문지는 40세에서 60세 사이의 중년여성이 겪을 수 있는 건강문제를 파악하고, 그에 따른 올바른 건강관리 계획을 세우고자 작성되었읍니다. 이 설문지의 결과는 순수한 연구목적으로만 사용되며 여러분의 비밀은 절대 보장됨을 알려드립니다. 귀하의 정확하고 성의있는 답변을 부탁드리면서 바쁘신 시간에 기꺼이 협조해 주심에 깊은 감사를 드립니다.

1993. 3.

광주보건전문대학 간호과
심 미 정 드림

* 다음 해당란에 0표하거나 또는 간단히 기록해 주십시오.

1. 연령: 만 ( )세
2. 현재 결혼상태 : 1)기혼 2) 미혼 3) 이혼 4) 기타
3. 배우자와 현재 거주상태 : 1) 동거 2) 별거 3) 사별 4) 기타
4. 학력 : 1) 국졸 2) 중졸 3) 고졸 4) 대졸이상
5. 직업 : 1) 주부
   2) 종일 근무하는 직업을 갖고 있다.
   3) 시간제 근무하는 직업을 갖고 있다.
6. 가사와 취업이외의 여가활동여부 : 1) 예 2) 아니오
7. 출산횟수 : ( ) 회
8. 현재 자녀수 : ( ) 명
9. 최근 6개월이내에 어떤 증상이나 질병으로 치료를 받은 경험이 있읍니까 ?
   또는 치료를 받고 계십니까 ? 1) 예 2) 아니오
   경험이 있다면 그 증상이나 질병은 무엇입니까 ? ( )

10. 현재 월경상태 :

1) 최근 월경이 있었으며 월경주기에 변화가 없고 규칙적으로 있다.
2) 지난 1년내에 월경이 있었으며 월경주기에 변화가 있고 불규칙하다.
3) 마지막 월경이후 1년(12개월)이상 지나고 월경이 없다.
4) 자궁적출술을 받아 월경이 없다.

* 다음은 40세이상 중년여성이 경험할 수 있는 증상들입니다. 각 항목을 읽으시고 귀하의 경험정도와 일치된다고 생각되는 란에 V 표 해 주십시오.

증 상 \ 경험정도	아주 심함	심함	보통	경함	아주 경함	경험 없음
1. 가슴이 뛰고 두근거린다.						
2. 어지럽고 현기증이 있다.						
3. 쉽게 피곤하고 기운이 없다.						
4. 머리가 아프다.						
5. 열이 가슴에서 얼굴로 치밀어 오른다.						
6. 진땀이 난다.						
7. 손발이 차고 저리다.						
8. 허리다리가 쑤시고 무릎관절이 아프다.						
9. 식욕이 없다.						
10. 변비증이 있다.						
11. 소화가 안된다.						

증 상 \ 경험정도	아주 심함	심함	보통	경함	아주 경함	경험 없음
12. 소변이 자주보고 싶고 재채기에도 소변이 저절로 나온다.						
13. 신경이 예민하다.						
14. 무엇에 집중할 수가 없다.						
15. 작은 일에 흥분하거나 눈물이 난다.						
16. 허전하고 우울하다.						
17. 안절부절하고 초조하다.						
18. 잠이 잘 안온다.						
19. 불안하고 두렵다.						
20. 숨이 꽉 막히는 것 같다.						

* 다음의 문항들은 귀하께서 자신의 건강을 어떻게 생각하고 있는지를 묻는 것입니다. 각 문항을 읽으신 후 귀하의 생각과 가장 일치되는 번호에 "V"표를 해 주십시오.

	정말 그렇다	대체로 그렇다	잘모르겠다	대체로 그렇지 않다	절대로 그렇지 않다
1. 의사의 진찰에 의하면 나의 건강은 아주 좋다.	5	4	3	2	1
2. 나는 일상생활에서 병에 걸리지 않도록 노력한다.	5	4	3	2	1
3. 나는 다른사람들보다 병에 잘 걸리는 것 같다.	5	4	3	2	1
4. 현재 나는 예전보다 건강하다.	5	4	3	2	1
5. 아마도 나는 앞으로 많이 아플 것이다.	5	4	3	2	1
6. 나는 건강에 대해 걱정해 본 적이 없다.	5	4	3	2	1
7. 대부분의 사람들은 나 보다는 쉽게 병에 걸리는 것 같다.	5	4	3	2	1
8. 나는 병원에 가기를 좋아하지 않는다.	5	4	3	2	1
9. 나는 지금 다소 아픈 것 같다.	5	4	3	2	1
10. 앞으로 나는 내가 아는 어떤사람 보다도 더 건강할 것이다.	5	4	3	2	1
11. 나는 전에 거의 죽을 정도로 아픈 적이 있었다.	5	4	3	2	1
12. 현재 나는 예전보다 약하다.	5	4	3	2	1

	정말 그렇다	대체로 그렇다	잘모르겠다	대체로 그렇지 않다	절대로 그렇지 않다
13. 나는 다른사람들에 비해 나의 건강에 더욱 염려한다.	5	4	3	2	1
14. 나는 아플 때에 보통때와 다름없이 행동하려고 노력한다.	5	4	3	2	1

15. 나는 다른사람보다 병에 잘 견디는 것 같다.	5	4	3	2	1
16. 살다보면 아플 수도 있다.	5	4	3	2	1
17. 나는 다른사람들 보다 건강하다고 생각한다.	5	4	3	2	1
18. 내몸은 앞으로 더 약해질 것같다.	5	4	3	2	1
19. 나는 오랫동안 아파본적이 없다.	5	4	3	2	1
20. 나는 다른사람들 보다는 나의 건강에 대해 덜 염려한다.	5	4	3	2	1
21. 나는 병에 걸려도 혼자만 알고 지내려 한다.	5	4	3	2	1
22. 나의 건강은 아주 좋다고 생각한다.	5	4	3	2	1
23. 나는 건강한 생활 하기를 바란다.	5	4	3	2	1
24. 나의 건강은 나의 생애와 관련이 있다.	5	4	3	2	1
25. 가끔 나는 곧 아플 것같이 느껴진다.	5	4	3	2	1
26. 나는 요즈음 몸이 시원치않다.	5	4	3	2	1
27. 병원에 가는 것이 싫지 않다.	5	4	3	2	1
28. 나는 심하게 앓아 본적이 없다.	5	4	3	2	1
29. 나는 나의 몸의 상태가 조금만 나빠져도 그것을 곧 알아차린다.	5	4	3	2	1
30. 의사의 진찰에 의하면 나는 약하다고 한다.	5	4	3	2	1
31. 내가 아프다고 생각했을 때에 그 병에 맞서서 고치려고 노력한다.	5	4	3	2	1
32. 예전보다 지금은 나의 건강이 더 좋아진 것같은 느낌이다.	5	4	3	2	1