

妊産婦의 攝生이 小兒 알레르기疾患에 미치는 영향에 대한 조사연구(傳統胎敎를 중심으로)

大田大學校 附屬 韓方病院 韓方婦人科
李政垠, 朴京美, 李보라, 鄭鎭鴻, 柳同烈

ABSTRACT

Reserch of influence of regimen of pregnant woman on infant allergic disease(focusing on traditional prenatal care)

Jung-eun Lee, Kyung-mi Park, Bo-ra Lee, Jin-hong Jung, Dong-youl Yoo
Dept. of Gynecology, Oriental Hospital of Dae-Jeon University

The fetus is greatly influenced by mother's health condition and her environment. So in our traditional society, the prenatal care is regarded as important for generations to birth of sound baby in mind and body.

Purpose : We aimed to reserch what kind of mother's conditions can be more influential to infant allergic disease among traditional prenatal care.

Method : We investigated 91 patients who answered by a questionnaire at Dept. of Pediatrics, Oriental Hospital of Dae-jeon University. We divided patients into two groups, A(normal group;43) and B(allergic disease group;48) and analyzed those.

Results : The pregnant women in the group B, generally have worse health conditions and are under the stress mentally and cannot get enough nutrition because of morning sickness and digestive trouble, but take more pungent and powdered food than the group A. Specially, the result is significant in anger and worry among other mental stresses and in digestive trouble and threatened abortion among other health conditions(according to order: $p<0.001$, $p<0.05$, $p<0.01$, $p<0.001$).

We can see that pregnant woman's peaceful mentality and enough nutrition intake are most important to birth of sound baby in mind and also we can see that pregnant woman's regimen has influence on not only infant disease but also character and the infant allergic diseases are related to inheritable factor.

Key words : prenatal care, pregnant woman, infant allergic diseases, peaceful mentality, nutrition intake

I. 서론

태아에게 있어 환경이란 먼저 모체이다. 모체는 태아가 자라나는 데 필요한 영양을 공급해 주고, 불필요한 것을 처리해 주는 곳이며, 편안하게 잠잘 수 있는 침상이고, 때로는 신체 발달을 위해 훈련하는 운동장이 되는 등 태아의 모든 활동의 무대가 된다. 따라서 임산부는 무엇보다 뱃속의 아기에게 좋은 환경을 만들어 주려는 마음가짐으로, 항상 평온하고 즐겁게 지내도록 노력해야 한다. 이러한 태내 환경을 좋게 하려는 노력은 아기의 잘못된 부분을 고치는 어려움에 비하면 몇 백 배나 쉽고도 값진 일이다.

이러한 노력을 한국의 전통사회에선 胎敎라고 하여 대단히 중요시해왔다. 胎敎는 태아를 위한 임산부의 섭생에 대한 것으로 태아관리라고 말할 수 있는데¹⁾, 출생이전의 태아를 인격체로 인정하여 생명의 존엄성을 인정하고, 妊婦의 모든 활동, 즉 攝生이 태아에게 지대한 영향을 미치고 있음을 깨달아 胎敎를 실천에 옮겼던 것이다.

최근 들어 자손을 적게 낳고 잘 키우려는 분위기의 확산에 의해 임신 중 胎敎에 관한 관심이 고조되고 있고 새로운 의학기술의 발달로 많은 연구가 이루어지고 있다.

그러나 우리나라에서 전통적으로 전해 내

려오는 胎敎는 '어떠어떠한 일을 하지 마라'는 식의 금기사항이 많은데 비해, 그렇게 했을 때 어떤 결과가 일어나느냐에 관해서는 과학적 근거나 통계적 숫자를 제시하지 못하고 있는 실정이다. 전통적인 胎敎가 오늘날 설득력을 갖지 못하는 이유도 거기에 있다고 볼 수 있다.

이에 저자는 《胎敎新記》²⁾의 전통태교를 위주로 하여 妊産婦의 攝生과 건강상태가 태아와 신생아에 어떤 영향을 주는지를, 현재 소아의 건강상태를 통하여 알아보고자 하였다.

소아의 여러 질환 중에 알레르기 질환은 부모로부터 물려받은 素因과 환경적인 요인이 적절히 결합되어야만 증상이 발현되는데³⁾, 근래에 들어 알레르기 질환으로 고생하는 아이들이 증가추세에 있고 그에 따라 알레르기 질환에 대한 관심도 커지고 있는 실정이다. 또한 현대 사회가 발달할수록 환경은 더욱 오염되고 우리 신체는 여러 방면에서 오염에 노출되어 있어 그 환경의 영향을 받고 있는 실정이다. 그것은 태아도 마찬가지로 모체를 통해 외부 환경의 영향을 그대로 받고 있다. 즉, 胎中環境은 유전적인 素因과 환경적인 요인 두 가지 측면에서 태아에게 중요하다고 할 수 있다.

따라서 妊産婦의 攝生이 소아의 건강상태에 어떤 영향을 주는지를, 胎中環境에 많은 영향을 받는 질환인 알레르기 질환을 통해 알아보고 그 결과를 보고하는 바이다.

II. 조사대상 및 조사방법

1. 조사대상

2002년 5월부터 9월까지 대전대학교 부속 청주한방병원 한방소아과에 來院한 생후 4개월 부터 취학 전까지의 患兒의 보호자(母)를 대상으로 하였다.

2. 조사방법

조사기간 동안 來院한 아이의 보호자에게 설문지(別添 1) 작성을 의뢰하여 수거한 다음, 임상적 질환을 근거로 해서 A군(정상군)과 B군(알레르기성 질환군)으로 나누어 분석하였다. 설문지를 작성한 수는 91명이었고, 그 중에 A군이 43명, B군이 48명이었다.

3. 조사내용

조사대상의 의무기록부와 설문지를 토대로 하여 妊娠 前과 기간 중, 출산 당시와 後의 産婦의 誕生과 건강상태가 현재 소아의 건강에 얼마나 영향을 줄 수 있는지 알아보았다.

조사내용 중에 일부는, 師朱堂 李氏의 《胎教新記》중 第4章²⁾에 있는 胎敎의 구체적인 방법, 즉 妊娠의 보는 것, 듣는 것, 말하는 것, 거처, 행동 등에 관한 권장사항과 금기사항에 관한 내용을 참고하였다.

1) 임신 전의 상태

아이의 부모의 알레르기성 질환유무를 조사하고, 月經과 帶下의 상태를 통해 자궁의 상태를 보고, 임신부의 신체적·정신적 스트레스 정도와 직업여부, 주위의 환경, 남편의 협조여부를 비교하여 소아질환과의 상관여부를 알아보하고자 하였다.

2) 임신 기간 중의 상태

입덧의 정도, 임신 중의 음식섭취, 감정상태,

건강상태, 태교의 실천여부가 소아의 건강상태와 질환에 어느 정도 영향을 주는지 알아보하고자 하였다.

3) 출산 당시의 상태

출산방법과 출산 당시의 상황이 소아의 건강에 미치는 영향을 알아보하고자 하였다.

4) 출산 후의 회복상태

산후 회복정도와 신체적·정신적 건강상태와 향후 소아질환과의 상관성 여부를 알아보하고자 하였다.

5) 현재 아이의 상태

알레르기성 질환의 유무 외에 평소 아이의 건강상태와 성격을 함께 조사하였다.

6) 통계처리

통계처리는 윈도우용 SPSS 10.0판을 이용하여 95%의 유의수준에서 T-test하였다.

III. 結果

1. 임신 전·임신 당시의 상태와 소아질환의 연관성

임신 전 여성의 자궁의 상태, 아이의 임신 을 위한 남편의 노력여부, 임신 당시의 주거환경에 있어서는 두 군간의 별다른 차이가 없었고, 임신부의 정신적·육체적 스트레스는 두 군간에 차이가 있었으며 육체적 스트레스보다는 정신적인 스트레스가 좀더 많은 영향을 준다는 것을 알 수 있었으나 유의성은 없었다. (표1,2)

표1. 임신 당시의 정신적인 스트레스 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STANDARD DEVIATION)	자유도(D.F)	T값
A군	43	2.86	0.99	89	1.87
B군	48	2.46	1.05		

성 있는 결과는 볼 수 없었다.

표2. 임신 당시의 육체적인 스트레스 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STANDARD DEVIATION)	자유도(D.F)	T값
A군	43	3.09	0.92	89	1.45
B군	48	2.79	1.05		

2. 임신 중 妊婦의 건강상태와 소아질환의 연관성

1)음식과의 관계

두 군간에 입덧정도의 차이는 분명히 있어 B군에서 입덧이 심하다고 볼 수는 있으나 유의성 있는 차이는 볼 수 없었다.

임신 기간에 섭취한 음식을 五味(酸, 苦, 甘, 辛, 鹹)와 肉類, 粉食類, 인스턴트나 패스트 후드, 카페인음료, 날 음식으로 나누어 조사한 결과, 辛味를 포함한 자극적인 음식과 粉食類에 대해서만 B군이 더 많은 섭취를 한 것으로 나타났고 나머지에 있어서는 모두 A군의 임신부가 더 많은 섭취를 한 것으로 나타났으며 유의

《胎敎新記》 등의 古書에서 임신 중 禁忌飲食으로 언급한 음식의 섭취여부 조사에 있어서도 두 군 모두에서 비슷한 섭취정도를 보여 주었다.(표3,4)

또한 A군과 B군의 두 군을 보호자의 답변에 따라 현재 아이의 성격이 “순한 편이다(‘가’ 군)”와 “순하지 않다(욕심이 많고 신경이 예민하고 산만한 편)(‘나’ 군)”의 두 군으로 다시 나누어 임신 기간 중 자극적인 음식, 인스턴트, 패스트후드의 섭취정도와 관련이 있는지 알아보았다. 그 결과 세 가지 모두 나군에서 높은 빈도를 보였고 자극적인 음식에 있어서는 유의성 있는 결과를 얻을 수 있었으며, A군 중 나군에 속하는 아이가 17명으로 3

표3. 입덧 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STANDARD DEVIATION)	자유도(D.F)	T값
A군	43	3.30	1.14	89	1.88
B군	48	2.83	1.22		

표4. 자극적인 음식 섭취정도 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STANDARD DEVIATION)	자유도(D.F)	T값
A군	43	2.91	0.78	89	0.752
B군	48	2.77	0.93		

9.5%인데 비해 B군 중 나 군에 속하는 아이는 32명으로 66.7%로 높은 비율을 보였다.(표5)

2) 건강상태와의 관계

여러 항목으로 나누어 妊婦의 건강상태를 비교한 결과, 전반적으로 B군에서 더 안 좋았던 것으로 나타났으나 큰 차이는 아니었으며 胎動·胎漏와 소화기질환에서만 두 군간의 큰 차이를 나타내 유의성 있는 결과를 얻을 수 있

었다.(표6,7)

3) 감정·심리상태와의 관계

임신 중 妊婦가 느낀 감정상태(怒, 喜, 思, 憂, 恐, 驚)에서는 恐과 驚을 제외한 모든 감정상태가 B군에서 높은 빈도를 보였으나 큰 차이는 없었고, 怒와 憂만이 두 군간의 차이가 뚜렷하게 나타나 유의성 있는 결과를 얻을 수 있었다.(표8,9)

표5. 자극적인 음식섭취와 아이 성격과의 상관성 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STANDARD DEVIATION)	자유도(D.F)	T값
가군	42	3.05	0.67	87.28	2.06 *
나군	49	2.96	0.94		

표6. 胎動·胎漏에 대한 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STANDARD DEVIATION)	자유도(D.F)	T값
A군	43	4.05	0.72	81.18	3.54 * * *
B군	48	3.35	1.12		

* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

표7. 소화기질환에 대한 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STANDARD DEVIATION)	자유도(D.F)	T값
A군	43	3.60	0.62	72.73	2.88 * *
B군	48	3.04	1.18		

* p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

표8. 임신 중 怒情에 대한 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STANDARD DEVIATION)	자유도(D.F)	T값
A군	43	3.77	0.81	89.13	5.01 * * *
B군	48	2.81	1.00		

* p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

표9. 임신 중 憂情에 대한 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STD. DEVIATION)	자유도(DF)	T값
A군	43	3.33	0.84	87.70	2.472 *
B군	48	2.83	1.06		

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

4) 임신 중 胎敎실천 여부와와의 관계

임신 중 胎敎를 실천하기 위한 노력정도는 보통(3)으로 두 군 모두 독서와 음악감상을 주로 하고 전문적인 기관이나 전문서적을 찾아보는 빈도는 아직 적은 것으로 조사되었다.

5. 질환의 유전성

부모의 알레르기성 질환 유무를 통해 알아본 유전성 여부에서는 A군의 부모는 10명으로 23.25%인데 비해 B군의 부모는 25명으로 52.08%로 많은 차이를 보였다.

3. 출산 당시의 상태와 소아질환의 상관성

출산방법에 따른 차이는 없었으나 B군에서 더 難産이었고 産母가 느낀 정신적 피로감도 B군에서 높은 빈도를 보였으나 유의성은 없었다.

4. 출산 후의 회복상태

출산 후 産母의 회복정도와 産後에 있을 수 있는 여러 질환의 빈도는 두 군간의 차이는 거의 없었으며, 두 군 모두에서 산후 우울증을 겪는 빈도가 보통이상(3.14)으로 나타났다.

IV. 考 察

임신 중 어머니의 마음가짐과 언행이 태아에게 중요한 영향을 끼친다는 생각은 인류의 역사가 시작된 이래 존속되어 왔고, 보다 좋은 후손을 번식시키고자 하는 인간의 본능은 임신 및 출산을 인간사(人間事) 이상의 신령스런 것으로 생각해 왔다. 따라서 胎敎의 역사도 그만큼 오래되었음을 짐작할 수 있으며 아마도 文字記錄 以前時代부터 존재하였다고 보는 것이 옳을 것이다.

표10. 難産에 대한 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STD. DEVIATION)	자유도(DF)	T값
A군	43	3.67	1.01	89	1.64
B군	48	3.29	1.18		

표11. 출산 시 정신적 피로감에 대한 비교

	사례수	평균(MEAN)	표준편차(STD. DEVIATION)	자유도(DF)	T값
A군	43	3.28	0.93	89	0.46
B군	48	3.18	0.96		

胎敎에 관한 가장 오래된 기록으로는 약 2800餘年 전 中國 古代 司馬遷의 《史記》에 “胎敎之道 書之玉板 藏之金匱 置之宗廟 以爲後世戒”라는 내용이 있고, 또 中國 胎敎의 嚆矢를 中國 文王의 어머니인 太任의 胎敎로 보는 견해도 있다. 그 외에 《烈女傳》과 《小學》에서도 胎敎에 관한 기록이 있다.

우리나라의 가장 오래된 기록은 高麗末期 鄭夢周의 母親 李氏가 쓴 《胎中訓文》이고, 憑虛閣 李氏의 《閨閣叢書》, 師朱堂 李氏의 《胎敎新記》 등이 전해온다.

또한 醫學文獻에서도 胎敎에 관한 기록을 찾아볼 수 있는데, 唐代 孫思邈의 《千金方》⁴⁾의 「十月養胎設」이 있고, 《東醫寶鑑》⁵⁾에서는 陰陽交合의 忌避, 10개월간 태아의 성장과 발육상황, 妊婦조리법, 飲食禁忌, 藥物禁忌 등을 제시하고 있다.

胎敎는 豫防醫學적인 生活哲學 혹은 求子法으로⁶⁾, 釋性愚 스님은 “보다 훌륭한 인간을 낳기 위한 어머니의 의지”라고⁷⁾ 하였고, 柳⁸⁾는 “妊婦가 胎中の 아기를 인간으로 형성 발달시키기 위한 교육적 노력”으로 정의하였고, 黃⁹⁾은 “태아에게 좋은 영향을 주기 위하여 言行과 心身을 淨化시키는 교육적 노력”이라고 정의하고 있다.

전통사회가 가졌던 胎中敎育의 특이한 점은 인간의 敎育시작이 受胎以前부터라는 것에 있다. 胎中敎育은 임신 이전에 부부가 신체적으로나 심리적으로 兩親이 될 수 있는 자격을 갖추도록 요구하고 있으며, 受胎한 다음에는 胎兒가 지적으로나 정서적, 육체적으로 건전하게 발달할 수 있도록 가족 모두가 도와주는 것이다¹⁰⁾.

이렇게 胎兒를 하나의 인격체로 인정했던 전통적인 인식은, 1960년대에 이르러 의료가술의 비약적인 진보 덕분에 미신에서 과학적인 것으로 자리 잡을 수 있었다. 신생아에게서 생

리학, 신경학, 생화학 및 심리학적으로 확인된 사실의 대부분이 자궁 안에서 6개월이 지난 태아에게도 그대로 적용된다는 것이 밝혀지고, 그 후로 계속된 연구를 통해 태아는 ‘듣고’, ‘이해하고’, ‘느끼는’ 존재라는 명확한 증거가 제출되었던 것이다¹¹⁾. 이렇듯 전통태교에서 이미 존재하는 내용이 과학의 힘을 빌어 미신에서 과학적인 태교로 탈바꿈하고 있으며 최근 들어 자손을 적게 낳고 잘 키우려는 분위기의 확산에 의해 임신 중 胎敎에 관한 관심이 고조되고 있는 실정이다.

소아 알레르기 질환은 비슷한 증상이 반복되면서 만성화하는 기본적인 양상과 함께, 알레르기 증상이 특정인에게만 나타나 유전적인 요인의 관여가 뚜렷하고, 한 가지 알레르겐이 다른 증상을 나타내기도 하고, 또 여러 종류의 원인물질이 같은 증상을 나타내기도 한다. 또 표적기관의 과민 반응성 때문에 운동, 기온변화, 공기 오염, 바이러스 감염 등의 비특이성 자극에 의해서도 증상이 일어날 수 있고 연령에 따라 질환의 양상이 달라진다¹²⁾. 즉, 알레르기 질환은 유전적인 素因과 환경인자에 대한 개인적인 適應力, 抵抗性과 感受性에 의해 결정이 되는데, 유전적인 素因을 韓醫學的인 관점에서 보면 先天的인 稟賦라고 할 수 있다. 이러한 先天的인 稟賦가 不足하면 正氣의 虛弱으로 인한 肌表의 防禦를 담당하는 衛氣의 不足을 유발한다. 韓醫學的인 衛氣의 不足은 免疫機能의 저하와 調節障礙를 포함하는 넓은 의미로 해석된다. 따라서 衛氣不足으로 면역 조절기능이 약해지고 여기에 환경인자의 자극에 의해 氣血循環의 障礙가 발생하면 1차적으로 血瘀가 발생하고 이로 인해 津液代謝에 紊亂을 초래하여 2차적으로 濕痰이 停滯되며 이런 상황이 지속되면 熱毒이 발생하여 炎症을 일으키는 알레르기 병태가 진행이 된다¹³⁾. 따라서 알레르기 질환은 그 素因이 先天稟賦에 있으며

이는 곧 胎中環境이 알레르기 질환의 발생에 매우 중요함을 말해준다. 다시 말하면 胎中環境을 이루게 하는 妊産婦의 攝生, 즉 胎敎가 소아의 알레르기 질환 발생에 중요한 역할을 한다고 할 수 있다.

이를 근거로 妊産婦의 攝生이 소아질환에 미치는 영향을 알레르기 질환을 통해 알아보기로 하고 조사대상으로 삼은 아이의 상태를 설문지와 차트를 중심으로 임상적으로 구분하여 알레르기 질환군(48명)과 정상군(43명)으로 나눈 후, 알레르기 질환이 없는 정상군을 A군, 알레르기 질환을 가지고 있는 질환군을 B군으로 명명한 후 조사하였다.

진정한 태교는 임신 전부터 시작하는 것이 바람직하며 모체 뿐 아니라 부부가 함께 계획하고 준비해야 한다. 그런 의미에서 임신을 계획하는 것이 태교의 시작이라고 할 수 있다. 임신전의 상태에 대하여는, 임신부의 자궁의 상태, 건강한 임신을 위한 남편의 노력여부, 정신적·신체적 스트레스가 태아에 미치는 영향을 알아보았다. 자궁은 태아가 살아가는 가장 기본이 되고 중요한 환경으로 모든 외부에서의 신호를 이를 통해 받는다. 이러한 자궁의 상태는 月經과 帶下의 상태를 통해 파악하기로 하고 月經痛의 정도, 經血色, 血塊의 有無와 帶下의 量, 帶下의 色臭의 정도를 조사하였다. 그 당시의 주거환경, 즉 주위의 소음, 공해, 먼지에 대해서도 알아보았다. 그 결과는 예상과는 달리 두 군간에 별다른 차이가 없었고, 다만 임신 당시 받은 스트레스의 정도는 두 군간에 뚜렷한 차이가 있어 스트레스를 많이 받은 모체에서 태어난 아이가 질환에 걸릴 가능성이 높은 것으로 조사되었고 그 차이는 정신적인 스트레스의 경우에서 더 컸으나 유의성은 없었다. 이 결과로 미루어 볼 때, 자궁이나 어떤 외부 환경보다는 임신부가 정신적으로 평온함을 유지하는 것이 건강한 임신을 위한 선결과제라

고 볼 수 있겠다.

임신 전 여성의 직업유무에 있어서는 A군이 오히려 직업을 많이 가지고 있었던 것으로 조사되어 직업에서 받는 스트레스도 크지만 직업에 대한 여성의 만족도가 긍정적인 영향을 미치는 것이 아닌가하는 생각을 할 수 있었다.

《胎敎新記》²⁾ 第 4 章 第12 節에서는 妊婦의 음식에 대해 적고 있는데 “妊婦飲食之道 果實形不正不食 蟲蝕不食 … 肉雖多 不使勝食氣 … ” 라고 하여 상한 음식이나 설익은 음식을 피하고 육류를 너무 많이 먹지 않을 것을 권유하고 있으며, 여러 가지 먹어서는 안될 음식과 먹었을 때 일어날 수 있는 疾病을 자세하게 기록하고 있다. “麥芽胡蒜을 먹으면 消胎하고, 狗肉을 먹으면 子無聲하고, 兔肉을 먹으면 子缺脣한다” 등이 그 예이다.

이를 근거로, 韓醫學에서의 酸·苦·甘·辛·鹹의 五味와 肉類, 粉食類, 인스턴트와 패스트푸드, 카페인의 섭취정도를 알아보고 두 군간의 결과를 비교하여 妊婦의 음식섭취가 향후 소아질환에 미치는 영향을 알아보았다. 그 결과 辛未를 포함한 자극적인 음식과 밀가루음식의 섭취에 있어서는 B군에서 높은 섭취를 보였으나 유의성은 없었다.

한의학에서 五味가 過하면 五臟이 損傷된다고 하는데, 辛未는 肺에 속하고 肺主皮毛, 主呼吸, 肺開竅于鼻하며 밀가루는 淡味로 脾에 속하고 脾主肌肉하며 顔面중에 鼻를 脾에 配屬시키도 하므로 두 가지를 과다 섭취하면 脾肺의 기능을 저하시킨다. 따라서 아토피 피부염, 비염 등의 질환을 앓고 있는 B군에서 이 두 가지 음식을 많이 섭취했다는 것은 태아가 妊婦를 통해 섭취한 음식이 향후 소아 질환에 분명히 영향을 준다고 볼 수 있다.

임신 중 입덧은 B군에서 많은 빈도를 보였으나 유의성 있는 결과는 얻어내지 못했다. 또한 辛味를 제외한 나머지 네가지 味와 육류의

섭취에 대해선 A군에서 모두 높은 섭취율을 보였다. 《胎教新記》²⁾에서 언급한 禁忌飲食의 섭취에 있어서는 두 군간의 차이는 거의 없었으며, 瓜蒞(오이, 수박, 참외 등), 蕎麥(메밀), 慈以仁(울무), 桃實(복숭아), 菌蕈(버섯류), 삼계탕(鷄肉과 糯米를 같이 먹는 것)등은 禁忌飲食으로 언급되어 있지만 대부분의 妊婦가 많이 먹고 있는 것을 알 수 있었다.

우리가 섭취하는 음식물은 몸을 유지시키는 기능 뿐 아니라 성격 형성에도 많은 영향을 끼친다. 인스턴트식품을 주로 먹는 아이들이 난폭하고 발육도 늦다는 연구 결과는 이미 오래전에 발표된 바 있다. 그렇다면 胎中에서 모체를 통해 이러한 음식을 많이 섭취한 경우도 같은 결과가 나올 거라는 생각에서 두 군을 다시 현재 아이의 성격별로 나누어 妊婦의 음식섭취를 알아보았다. 인스턴트, 카페인과 자극적인 음식의 섭취에 대해 조사한 결과, 나 군에서 모두 높은 섭취를 보였고, 자극적인 음식의 경우는 유의성 있는 결과를 얻을 수 있었다($p < 0.05$).

다음으로 妊婦의 건강상태가 태아에 어떤 영향을 미치고 향후 소아질환과의 상관성을 알아보기 위해, 임신 중 腰痛, 胎動·胎漏, 소화기 질환(소화장애와 변비 포함)등에 대해 조사한 결과, 腰痛에 있어서만 두 군이 거의 같은 빈도를 보였을 뿐 나머지에선 모두 B군에서 더 높은 빈도를 나타내었고, 특히 소화기 질환과 胎漏·胎動에서 유의성 있는 결과를 얻을 수 있었다(소화기 질환; $p < 0.01$, 胎漏·胎動; $p < 0.001$).

위의 음식과 건강상태에 대한 결과를 보면, 입덧과 소화기질환이 심했던 妊婦에게서 태어난 아이의 알레르기성 질환 발생이 많았고 A군에서 충분한 영양섭취를 했다고 할 수 있다. 결국 고른 영양분을 충분히 섭취한 경우에 건강한 아이의 출생을 바랄 수 있다는 것이다.

《胎教新記》²⁾에서는 “不敢以忿事聞 恐其怒也 不敢以凶事聞 恐其懼也 不敢以難事聞 恐其憂也 不敢以急事聞 恐其驚也 怒令子病血 懼令子病神 憂令子病氣 驚令子癲癇” 이라 하여 胎教는 妊婦 혼자 하는 것이 아니고 온 집안 사람이 거동을 조심할 것을 말하면서 임신 중에 듣는 소리에 주의해야 하며 만일 그렇지 못하여 五情이 손상되었을 때 태아에 어떤 영향을 주는지 비교적 구체적으로 설명하고 있으며, “人心之動 聞聲而感 … 婦人諍罵 及凡醉酗忿辱 俟哭之聲 … 惟宜有人 誦詩設書 不則彈琴瑟 妊婦耳聞” 이라 하여 忿하여 욕하는 소리나 醉하여 주정하는 소리, 울음소리를 듣지 않도록 하고, 시를 외우거나 책 속의 글을 말하거나 거문고나 비파를 연주하여 들려주라고 말하고 있다. 아름다운 음악을 듣고 좋은 책을 읽도록 하는 현대의 태교와 일치하는 부분이다.

또한 “子由血成而血因心動 其心不正 子之成亦不正 … 婦人存心” 이라 하여 妊婦의 마음이 짐이 얼마나 중요한지를 다시 한번 강조하고 있다.

이와 같이 중요한 妊婦의 마음상태가 태아에 준 영향이 향후 소아질환과 상관성이 있는지를 알아보기 위해 妊婦에게 忿하고 억울한 일(怒), 무서운 일(恐), 근심 걱정할 일(憂), 놀란 일(驚), 욕심이나 질투한 일, 다른 사람과 싸운 일, 욕하거나 험한 말을 한 적이 있는지, 있으면 어느 정도인지를 물어보아 분석해 보았다.

그 결과를 보면, 모든 문항에서 B군에서 높은 빈도를 보였으나 큰 차이는 아니었고, 怒와 憂에 있어서만 유의성 있는 결과를 얻을 수 있었다(怒; $p < 0.001$, 憂; $p < 0.05$).

결과에서 보는 바와 같이 모든 스트레스가 태아에게 영향을 주는 것은 아니라고 한다. 1970년대 초의 한 연구에서 격렬한 싸움의 현장이나, 일을 하다가 상처를 입었거나, 크게 놀란

것 등 상당히 강렬하지만 시간적으로 짧은 스트레스에 걸렸을 경우에는 태아에게 아무런 악영향을 미치지 않았다고 한다. 이 연구 결과 알게 된 것은 妊婦의 정신적 안정을 직접 위협하지 않는 불안의 경우에는 태아에게 미치는 영향이 거의 없었지만 오랫동안 개인적인 스트레스에 노출되면 태아는 자주 영향을 받는다는 점이다. 연구결과에 따르면 이러한 스트레스는 보통 남편 등 가까운 사람들에 의해 일어나는 개인적인 것이라는 것과 일상적으로 계속되거나 혹은 언제 또 오게 될지 모른다는 것, 해결이 어렵다는 특징이 있었다고 한다¹¹⁾.

조사결과, 썩이나 驚보다 怒나 憂에서 유의한 결과를 얻을 수 있었던 것도 위의 연구결과와 일치하는 면이 있다고 볼 수 있다.

《胎敎新記》²⁾에서 “怒令子病血 懼令子病神 憂令子病氣 驚令子癲癇”라고 한 부분을 보면 怒와 憂情이 氣血을 損傷시킨다고 하였다.

韓方小兒科에서 氣管支喘息을 주로 脾肺氣虛로 보고, 알레르기성 비염의 素因이 肺氣虛나 衛氣虛에 있다¹⁾고 보는 것은 이런 질환이 주로 氣病이라고 할 수 있을 것이고, 아토피 피부염을 주로 血虛生風으로 보고 치료함은 이것이 血病에 속한다고 볼 수 있다. 결국 怒情과 憂情이 胎兒의 氣血을 손상시키는데 氣血病을 가지고 있는 B군의 어머니들이 怒情과 憂情에 유의성 있는 차이로 많이 노출되었다는 것은 주목해 볼만하다.

임신 중 부부가 실천하는 胎敎에 있어서는 두 군 간에 거의 차이가 없었다. 여기서의 胎敎는 협소한 의미로 대중적으로 많이 알고 있는 독서, 좋은 생각, 음악 감상, 체조 등을 말하는 것이다. 아직 독서나 음악 감상 정도가 胎敎라고 생각하는 사람들이 대부분이었고, 그 외 전문적인 서적이나 기관을 이용하는 사람은 아주 소수였으며 우리의 傳統胎敎에 대해 알고 실천하는 경우도 극히 적었다.

《胎敎新記》²⁾에선 “妊婦當産 … 痛無扭身 偃臥則易産”이라 하여 解産할 때의 주의할 점에 대해서도 언급하고 있다. 출산 방법과 순산의 여부, 출산당시 産母의 스트레스도 胎敎의 일부로 본 것이다. 조사결과, 자연분만과 제왕절개의 출산방법에서는 두 군의 차이가 거의 없었으며 B군의 産母가 難産으로 인한 육체적 피로감과 출산 당시 느낀 정신적 피로감의 정도가 더 높았으나 유의성은 없었다.

또한 出産 후 産母의 신체회복정도와 産後疾患에 있어서는 두 군간의 차이가 거의 없었다. 이는 산후의 건강상태는 소아질환에 별다른 영향을 주지 않으며 소아질환은 태아시의 환경과 깊은 관련이 있다고 볼 수 있다. 또한 산후 우울증을 겪는 빈도가 보통이상(3.14)으로 나왔다. 서양의학에서는 산후 우울장애(postpartum blues)는 임신부의 50%정도에서, 산후 우울증(postpartum depressoin)은 성인여성의 30%정도가 경험한다¹⁴⁾고 보고 있는데 조사결과도 이와 유사한 빈도를 나타내었다.

소아 알레르기 질환의 특징 중 하나가 유전적인 요인의 관여는 뚜렷하지만, 다른 유전질환과 같은 뚜렷한 유전양상은 찾아보기가 어렵고 다만 가족력과는 긴밀한 상관관계를 가지고 발생한다는 것이다. 양부모가 모두 아토피성 질환을 가지고 있는 경우는 80%, 부모 중 한 명만 아토피성 질환을 가지고 있는 경우 60%에서 아토피성 질환을 가질 확률이 있다고 한다¹²⁾. 이번 조사에서도 B군의 부모 중 어느 한 쪽이 아토피성 질환을 가지고 있는 경우가 25명으로 52.08%를 차지하였다.

이상에서 여러 부분으로 나누어 살펴본 胎敎의 法을 《胎敎新記》²⁾에서 총괄하고 있으니, “腹子之母 血脈牽連 呼吸隨動 其所喜怒爲子之性情 其所視聽 爲子之氣候 其所飲食 爲子之肌膚 爲母者 曷不謹哉”이 그것이다. 이번 조사의 결과를 보아도, 妊婦에게 오랜 시간동

안 지속되는 정신적 스트레스와 섭취하는 음식이 소아의 질환 뿐 아니라 성격형성에도 관련이 있다는 것을 알 수 있다.

근래에 들어 옛날에는 볼 수 없었던 소아질환이 많이 늘어나고 있다. 그 중 하나가 소아암이나 소아 당뇨 등의 성인병인데, 우리가 주목해야 할 것은 이러한 성인병의 유전요소가 식습관과 연관이 있다는 것이다. 즉, 유전자보다는 胎中에서 모체가 섭취한 불순한 음식물이 그 원인이라는 말이 된다. 또한 근래에 기형아, 장애아, 허약아의 증가와 문제아, 비행청소년의 문제도 胎敎의 관점에서 접근 할 필요가 있다고 사료된다.

이상을 정리해 보면, 妊産婦가 정신적 스트레스를 지속적으로 받았을 때와 입덧이나 소화기질환으로 인해 충분한 영양섭취를 못했을 때, 소아에게 있어 알레르기성 질환이 많이 발생할 수 있고, 질환의 예방을 위해선 신체적 안위보다는 정신적 안정에 더욱 노력하여야 하며 산후보다는 임신전과 임신중이 더욱 중요하다는 것을 알 수 있었다.

IV. 結 論

임산부의 攝生과 건강상태가 소아 알레르기성 질환과 어떤 연관성이 있는지를 傳統胎敎책인 《胎敎新記》의 내용을 참고로 조사하여 알아본 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 임산부의 정신적 스트레스와 감정상태 중, 怒와 憂情에서 유의성 있는 결과를 얻을 수 있었다(怒:p<0.001. 憂:p<0.05).

2. 妊婦가 섭취한 음식은 소아질환 뿐 아니라 성격형성에도 어느 정도 영향을 준다는 결과를 얻을 수 있었고, 그 중에 자극적인 음식에 있어서는 유의성이 있었다(p<0.05).

3. B군에서의 妊産婦가 건강상태가 좋지 않았고 그 중 소화기질환과 胎動·胎漏는 유의성 있는 결과를 보여 주었다(소화기질환;p<0.01, 胎動·胎漏;p<0.001).

4. 출산 당시의 신체적·정신적 상황이 B군에서 더 안 좋았던 것으로 조사되었으나, 유의성은 없었다.

5. 産母의 회복상태나 産後疾患은 두 군간의 차이가 거의 없어 소아질환에 미치는 영향이 미약한 것으로 파악되었다.

6. A군은 23.35%, B군은 52.08%의 부모에게 알레르기성 질환이 있는 것으로 조사되어 소아 알레르기 질환에 유전적 인자의 관여를 볼 수 있었다.

參 考 文 獻

1. 김덕곤 등. 한방소아과학 강의록. 서울: 전국 한의과대학 소아과교실. 2001;129, 250, 261.
2. 崔三燮, 朴贊國. 國譯 胎敎新記. 서울: 성보사. 1991;35, 42, 64-105.
3. 강석영. 알레르기질환 임상실제. 서울: 일조각. 1997;3.
4. 孫思邈. 備急千金要方. 欽定四庫全書 子部五 醫家類3. 서울: 대성문화사. 1995;46-53.
5. 許 浚. 東醫寶鑑. 서울: 南山堂. 1994;605-608.
6. 전진우, 이호승. 胎敎에 관한 文獻의 考察. 대한의료기공학회지. 1999;3(1):105.
7. 석성우. 胎敎. 서울: 백양출판사. 1989;15.
8. 柳岸津. 韓國傳統社會의 幼兒敎育. 서울: 正民社. 1980;23.
9. 황옥자. 불교아동교육론. 서울: 불교시대사. 1994;84.

10. 최연순 등. 모성간호학(1). 서울: 수문사. 1994;206.
11. 토마스 버니. 태아는 알고 있다. 서울: 샘터. 1983;27, 34.
12. 홍창의. 소아과학. 서울: 대한교과서. 1997;1000-1001.
13. 노태석, 노석선. 數種의 韓藥 抽出物이 항알레르기 반응에 미치는 영향. 大韓眼耳鼻咽喉皮膚科學會誌. 2002;15(1):2-3.
14. 대한산부인과학회 교과서 편찬위원회. 산과학. 서울: 칼빈서적. 1997;1298.

別添 1 - 부인과 설문지

다음의 각각의 질문에 대해(14, 15, 20, 51, 79, 80은 제외) ①매우 그렇다 ②그렇다 ③보통이다 ④아니다 ⑤매우 아니다 중에 본인이 해당하는 번호에 체크하십시오.

-임신 전 지궁의 상태

1. 임신 전 생리통이 심한 편이었다.
2. 임신 전 생리의 색이 검은 편이었다.
3. 임신 전 생리에 덩어리가 많은 편이었다.
4. 임신 전 생리의 양은 많은 편이었다
5. 임신 전 냉(대하)이 많은 편이었다.
6. 임신 전 냉(대하)의 색이 누렇게 냄새가 심한 편이었다.

-남편의 노력

7. 아이를 갖기 전에 남편이 금연을 하였다.
8. 아이를 갖기 전에 남편이 음주를 피하였다.
9. 남편은 가사 일에 있어서도 협조적이었다.

- 임신 당시 주위환경

10. 임신 기간 동안 집안이나 주위환경에 소음이 심한 편이었다.
11. 임신 기간 집안이나 주위에 먼지가 많은 편이었다.
12. 임신 기간 살았던 집 주위에 공해가 심한 편이었다.
13. 태이를 위해 온 집안 사람이 항상 거동을 조심하는 편이었다.
14. 임신 당시 본인의 일(직업)을 가지고 있었습니까? ① 예 ②아니오
15. 임신 기간 동안 일을 언제까지 계속하셨습니다까?
16. 임신 기간 동안 직장에서 스트레스를 많이 받는 편이었다.
17. 임신 당시 육체적으로 많이 힘든 편이었다.
18. 임신 당시 정신적으로 스트레스를 많이 받은 편이었다.

-임신 기간 중 음식섭취

19. 임신기간 동안 입덧이 심한 편이었다.
20. 입덧이 있었다면 지속된 기간은 어느 정도입니까?
① 3개월까지 ② 6개월까지 ③ 임신말기까지 계속

21. 임신 기간 동안 육류를 즐겨먹은 편이다.
22. 임신 기간 동안 신맛을 즐겨먹은 편이다.
23. 임신 기간 동안 단 음식을 즐겨 먹은 편이다.
24. 임신 기간 동안 밀가루 음식을 즐겨 먹은 편이다.
25. 임신 기간 동안 맵고 자극적인 음식을 즐겨 먹은 편이다.
26. 임신 기간 동안 인스턴트나 패스트푸드를 즐겨 먹은 편이다.
27. 임신 기간 동안 카페인 음료(커피, 콜라 등)를 자주 마신 편이다.
28. 임신 기간 동안 음식을 짜게 먹은 편이다.
29. 임신 기간 동안 날 음식을 많이 먹은 편이다.

-임신 중 감정상태

30. 임신 기간 중 분(忿)하고 억울한 일이 많았다.
31. 임신 기간 중 무서운 일이 자주 있었다.
32. 임신 기간 중 난처한 일로 근심걱정한 일이 있었다.
33. 임신 기간 중 크게 놀란 일이 있었다.
34. 임신 기간 중 욕심을 부리거나 질투를 한 적이 있었다.
35. 임신 기간 동안 남과 언성을 높이며 싸운 적이 종종 있었다.
36. 임신 기간 동안 남을 욕하거나 험한 말을 한 적이 종종 있었다.

-임신 중 건강상태

37. 임신기간 동안 허리가 많이 아팠다.
38. 임신 기간 동안 하혈 등 유산기가 있었다.
39. 임신 변혈이 심한 편이었다.
40. 임신 기간 동안 변비가 심한 편이었다.
41. 임신 기간 동안 감기가 자주 걸려 고생했다.
42. 임신 기간 동안 소화불량이 자주 있는 편이었다.
43. 임신 기간 동안 땀이 많이 부은 편이었다.

-임신 중 태교여부

44. 태교를 위해 음악 감상을 즐겼다.
45. 태교를 위해 좋은 책을 많이 읽었다.
46. 태교를 위해 전문서적을 읽고 태교에 관한 교육시설을 이용한 적이 있다.
47. 태교를 위해 정신적인 안정을 위해 애썼다.

48. 옛날부터 전해오는 전통태교에서 피하리는 음식을 절대 먹지 않았다.

49. 다음은 전통태교에서 임신 중 금기하는 음식과 권유하는 음식들입니다. 본인이 임신 기간 동안 먹은 음식이 있다면 체크해 주십시오.

A.잉어 B.상한 음식(천벌, 벌레 먹은 과일) C.설악은 음식 D.술 E.개고기

F.비늘 없는 생선(뱅장어 등) G.모밀 H.올무 I.복숭아, 참 J.해삼 K.토끼고기 L.게 M. 양고기 N.오리고기 O.메기 P. Q.미역 R.삼계탕(닭과 참살을 함께 먹는 것)

50. 임신 기간 동안 임신부에 좋다는 체조나 적당한 운동을 한 편이다.

-출산 당시의 상황

51. 아이의 출산방법은? ① 자연분만 ② 제왕절개

52. 출산 당시 전통이 오랫동안 심하여 난산이었다.

53. 출산 당시 정신적으로 피로감이 심한 편이었다.

-출산 후 회복상태

54. 출산 후 오로의 배출에 문제가 있었다.

55. 출산 후 훗배왕이(하복통, 아침통)가 심한 편이었다.

56. 출산 후 여러 관절이 쭈시고 시린감이 많았다.

57. 출산 후 허리가 많이 아팠다.

58. 출산 후 부종이 심한 편이었다.

59. 출산 후 땀이 많이 나는 편이었다.

60. 출산 후 식욕이 없고 소화도 잘 안 되는 편이었다.

61. 출산 후 머리가 자주 아프고 맑지 못하며 어지러운 편이었다.

62. 출산 후 가슴이 자주 답답하고 두근거리는 증상이 있었다.

63. 출산 후 우울감 등 감정의 변화를 느낀 적이 있다.

64. 산후 조리 기간 동안 정신적인 스트레스를 많이 받은 편이다.

65. 산후 조리 기간 동안 육체적으로 매우 피로했다.

-현재 아이의 건강상태

66. 우리 아이는 감기가 자주 걸리는 편이다.

67. 우리 아이는 코감기가 자주 걸리고 중이염도 동반되는 편이다.

68. 우리 아이는 자주 놀리고 경기를 잘 한다.

69. 우리 아이는 아토피성 피부염이다.

70. 우리 아이는 비염이나 축농증을 가지고 있다.

71. 우리 아이는 천식 증세를 보인다.

72. 우리 아이는 잘 안 먹으려 하고 잘 체하는 편이다.

73. 우리 아이는 특별한 병은 없는데도 항상 피곤해 하고 힘들어하는 편이다.

74. 우리 아이는 성격이 아주 순한 편이다

75. 우리 아이는 성격이 예민하고 잘 보채는 편이다.

76. 우리 아이는 욕심이 많은 편이다.

77. 우리 아이는 잠시도 가만히 있지않고 늘 산만한 편이다.

78. 우리 아이는 잠을 잘 자지 않는 편이다.

79. 아이의 연령 : (세 / 개월)

80. 본인이나 남편 중 알레르기성 질환(예: 아토피 피부염, 알레르기성 비염, 부비동염, 천식 등)을 가지고 있거나 과거에 앓은 적이 있습니까? 있었다면 무슨 질환이었습니까?