

일 대학 간호과 여학생의 월경곤란증

김 영 희* · 이 인 숙**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

건강한 여성은 누구나 사춘기가 되면 월경을 하게 되는데 정도의 차이는 있으나 대부분의 여성은 월경으로 인해 자신이 주기적으로 고통을 받는다고 인식하고 있다(유병국, 1986). 우리는 월경으로 인한 불편감을 소위 '고통스러운 월경', '월경곤란증', '월경 불편감'이라는 다양한 용어로 표현하고 있는데, 이중 가장 보편적으로 사용되는 용어가 월경곤란증이다. 이에 대한 고전적인 정의는 월경기간이나 월경직전 골반과 허리에 나타나는 통증을 의미하는 것으로서(Mergler와 Venzia, 1985), 이러한 월경곤란증은 월경을 하는 여성 가운데 40-95%가 경험하는 것으로 밝혀지고 있다. 통증이 심한 월경과 함께 오심, 구토, 설사, 현기증, 일반적인 피로감을 동반하면서 심한 경우에는 실신이나 기절을 하기도 한다(Mergler & Venzia, 1985; Vance 등, 1996). 이러한 월경곤란증은 여성들로 하여금 그들의 일상생활 수행에 장애를 초래하게 하는데, 월경곤란증을 경험하는 인구 중 적어도 10%에서 일시적이기는 하지만 아무일도 할 수 없을 지경에 이르기기도 한다(Mergler와 Venzia, 1985). 구체적인 예로서 월경곤란증은 월경을 하는 여

성들 중 학교나 직장 결근을 초래하는 단일원인으로서 가장 큰 빈도를 보이며 여성들을 무기력하게 하고 정상 생활을 방해하여 직장, 학교, 사회 및 가정의 활동을 저해하므로 여성건강 간호분야에서 간호요구가 매우 높은 분야이다(Dinah Gould, 1994; Ian Milsom 등, 1994; Vance 등, 1996; Hewison와 Van Den Akker, 1996; 백환금, 1999).

최근 여성건강에 대한 관심의 고조와 더불어 여성의 임신, 분만, 생리에 대한 제반 문제들에 대해 여성주의적 접근을 시도하면서 기존의 생의학적인 접근법과 조화를 이루고자 하는 움직임들이 있어 왔다. 하지만 아직도 월경곤란증은 문제의 우선 순위에서 밀려나 있고 건강문제로서 오랜 동안 소홀히 여겨져 왔는데 이렇게 된 이유로는 간호사를 비롯한 보건의료인에게 조차 이러한 문제의 심각성이 제대로 인식되지 못했기 때문이다.

월경곤란증에 관한 연구 가운데 대부분은 초경을 시작한지 얼마 안되는 중고생들을 대상으로 이루어져 왔으나 최근들어 여대생들을 대상으로 하는 일부의 연구가 시도되고 있다. 한 연구결과(이인숙, 1998)에 의하면 여대생들 중 94%가 월경곤란증을 경험하는 것으로 나타났으며 이중 53.2%에서 심한 정도의 월경곤란증을 호소한 것으로 나타났다.

이러한 연구결과를 볼 때 앞으로 이 사회의 건강한 모

* 대전대학교 한의과 대학 간호학과

** 극동정보대학 간호과

계개 인정일 2002년 2월 28일

성으로서 또한 사회의 인적 자원으로 활동하게 될 여학생들의 건강관리 영역의 한 분야로서 월경곤란증에 대한 유병률을 파악하고 이에 대한 증재방안을 모색하는 것은 지역사회 간호사들에게 매우 시급한 과제라 생각한다. 이에 본 연구는 여학생들이 경험하고 있는 월경곤란증의 유병률과 이와 관련된 변수를 규명해 봄으로써 지역사회에서의 월경곤란증 관리 프로그램 개발에 필요한 기초자료를 마련하고자 시도되었다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 여대생이 경험하는 월경곤란증의 유병률을 파악하고 계통성에 따른 월경곤란증 유무의 차이를 파악하기 위하여 시도되었으며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 월경곤란증 유병상태를 파악한다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 월경곤란증 유무의 차이를 파악한다.
- 2) 대상자의 건강행태에 따른 월경곤란증 유무의 차이를 파악한다.
- 3) 대상자의 월경관련 특성에 따른 월경곤란증 유무의 차이를 파악한다.

3. 용어의 정의

월경곤란증 : 최근 1년 동안 월경시작 직전이나 월경기간 동안 경험했던 하복부의 통증을 의미한다.

II. 문헌고찰

월경곤란증은 통증이 있는 월경으로서 월경시작 직전이나 월경시작과 동시에 발생하며 일차 및 이차적 월경곤란증으로 구별된다. 일차적 월경곤란증은 부인과 장애 중 가장 흔한 것이며 정상적인 월경기간중에 나타나고 골반검사 결과 정상으로 판정되는 경우이다. 그리고 2차적 월경곤란증이란 병리학적으로 문제가 있는 경우로서 골반 염증성 질환, 자궁내막증식증, 자궁내 장치 등과 같은 원인에 의한 월경곤란증을 의미한다. 특히 일차적 월경곤란증의 원인은 우선 자궁내막의 프로스타글란딘에 의해 자궁근의 수축이 일어남으로써 발생한다고 보고 있

다. 원발성 월경곤란증에서 월경혈에 있는 다량의 프로스타글란딘은 비정상적으로 과도한 자궁수축을 일으키며 이것으로 인해 자궁근육의 국소빈혈 및 프로스타글란딘 엔도퍼옥시다제와 프로스타글란딘이 신경말단의 통증에 대한 역치를 낮게 하는 기전에 의해 통증이 유발된다. 이외에 월경곤란증의 관여요인으로는 자궁협부의 장애, 혈관의 경련, 신체적 쇠약, 정신적 인자가 있는 것으로 보고 있다(최연순, 1994).

월경곤란증의 발생빈도는 연구자에 따라 다양하나 월경을 하는 여성 가운데 40-95%가 경험하는 것으로 밝혀져 있다(Vance 등, 1996). 여성근로자를 대상으로 했던 Messing 등(1993)의 연구에서는 73%, 이인숙(1999)의 연구에서는 76.8%였고, 중·고생을 대상으로 한 연구에서는 59.7%-93.9%의 다양한 범위를 보였다(김명엽, 강현숙, 1971; Klein & Litt, 1981; Andersh, 1982; 조수현, 1989; 박영주, 1990; Robinson 등, 1992; 임경택 등, 1994; 신재철 등, 1996; Harlow & Park, 1996; 이경숙, 1996). 또한 여대생을 대상으로 했던 Cronje와 Kritzinger(1991)의 연구와 이인숙(1998)의 연구에서는 각각 23%와 94%로 나타났다.

월경곤란증은 보통 월경시작전 혹은 월경시작후 수시간내에 발생하여 1-2일간 지속되며 72시간을 경과하는 일이 거의 없다(대한산부인과 학회, 1987). 월경곤란증의 통증부위로는 복부와 허리 부분이 대부분이었고(정민, 1997), 그의 소화기계 불편감, 부종, 유방팽만감, 피부 건조, 여드름 등을 호소한 것으로 나타났다(김정은, 1995).

월경곤란증으로 인한 통증은 월경시작 1일째 증상이 가장 심했고, 월경시작후 4일째에는 증상이 급격히 감소하였다(Cronje & Kritzinger, 1991; 조숙행 등, 1996). 통증의 정도에 있어서는 '참을만한 정도'가 46.8%, '심함'이 33.4%, '매우 심함'이 19.8%였다(이인숙, 1998). 생산직 여성 근로자들을 대상으로 한 연구에서는 월경곤란증으로 인해 행동의 제한을 받는 경우가 46.0%였고 월경곤란증으로 인해 병원을 방문한 경우가 8.8%였다(이인숙, 1999). 여고생을 대상으로 했던 이경숙(1996)의 연구에 따르면 대상자의 60.6%가 중등도의 통증을 나타냈으며, 11.7%가 진통제를 복용한 것으로 나타났다. 중학생을 대상으로 했던 한 연구(임경택 등, 1994)에 의하면 월경곤란증 때문에 학교를 결석, 조퇴하는 경우가 6.9%였고, 진통제를 복용한 경우가

45.3%였던 것으로 나타났다.

Parazzini 등(1994)은 흡연과 음주 및 월경곤란증간의 관계에서 흡연자의 경우 월경곤란증의 위험이 증가하고 상대위험도는 1일 흡연량과 흡연기간에 비례하며 음주하는 여성은 전혀 술을 안하는 여성에 비해 월경곤란증의 상대위험도가 높다고 하였다. Messing 등(1993)의 연구에서도 흡연자에서 월경곤란증의 발생 빈도가 더 높은 것으로 나타났으며 이인숙(1999)의 연구에서는 음주가 잦은 군이 그렇지 않은 군에 비하여 월경곤란증의 호소가 많았으나 유의한 차이는 없다고 하였다. 직업유무에 있어서는 직업을 갖지 않은 여성이 직업을 갖은 여성에 비하여 월경곤란증의 정도가 더 심했고(유병국, 1986), 운동여부에 따른 월경곤란증은 월경중 자각증상이 선수군과 비선수군에서 요통, 불편감, 복통, 진신포로감이 동일한 순으로 나타났으나 빈도는 선수군이 유의하게 높았으며 운동후 통증이 유의하게 증가했다고 보고하였다(임광서 등, 1990).

한·냉의 노출과 월경곤란증간에는 매우 추운 작업 환경에서 일하는 여성들이 좀더 쾌적하고 따뜻한 작업 환경에서 일하는 여성들에 비해 월경곤란증의 유병율이 유의하게 높은 것으로 나타났다(Mergler & Vezina, 1985). 유사한 결과로서 Messing 등(1993)의 연구에서는 냉, 습기, 부유물 등과 같은 작업환경이 월경곤란증과 관계가 있는 것으로 나타났다.

식습관에 따른 월경곤란증 유무는 식습관이 불규칙할수록 월경곤란증을 많이 호소하였고(조수현, 1989), 수면시간에 따른 월경곤란증 유무에 있어서는 수면시간이 짧을수록 월경이 불규칙하였다는 보고가 있었으나 월경곤란증과의 직접적인 관계는 규명되지 못했다(조수현, 1989).

월경양상과 월경곤란증과의 연구에서 월경기간이 7일 이상인 군이 7일 미만인 군에 비하여 월경곤란증의 호소율이 높았으며, 월경량이 많은 군이 보통이거나 적은 군에 비하여 월경곤란증의 호소율이 높은 경향을 보였다(Andersch & Milsom, 1982; Robinson, 1992; 이인숙, 1999).

일반적 특성에 따른 월경곤란증 유무는 연령, 수면시간, 비만, 부모의 교육정도, 직업 및 형제 수, 우울 및 심리적 스트레스(박건채, 1988; 박금례, 1988; 조수현, 1989)등이 월경곤란증과 관련이 있는 것으로 나타났다. 특히 월경곤란증과 스트레스에 대한 연구에 의하면 스트레스가 증가할수록 월경증상의 호소율이 높은 것으로 나

타났다(박금례, 1988; 조수현, 1989). 또한 여성 정신질환자들과 정상여성들간의 월경양상을 비교한 유병국(1986)의 연구에서는 환자들의 성격특성 중 우울증, 심기증, 히스테리, 망상증, 정신분열증 등의 성향이 높을수록 월경증상 정도가 심하다고 보고하였다. 여대생들의 월경경험에 대한 질적 연구(정민, 1997)에 따르면 대상자들이 월경 중 경험하는 심리적 증상으로서 긴장감, 귀찮고 짜증남, 신경과민, 우울, 불편감 등의 호소율이 높다고 하였다.

이상의 문헌고찰을 통해 월경곤란증은 월경을 하는 여성의 대다수가 경험하는 불편한 증상임을 알 수 있었으며 정도에 있어서도 경한 정도에서부터 일상활동에 지장을 초래할 만큼의 매우 심한 정도에 이르기까지 다양한 양상을 보였다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 충청북도에 있는 일 대학의 간호과 여학생 1, 2, 3학년을 대상으로 실시하였다. 배포한 설문지는 총 230부였고, 이중 225부를 수거(97.8%)하였으며 수거한 것 중 연구에 적합한 204부(88.7%)를 본 연구의 분석에 사용하였다.

2. 연구도구

본 연구에 사용된 설문지는 월경곤란증에 대한 선행연구를 토대로 본 연구자가 개발한 것으로서 대상자의 일반적 특성 9문항, 생활양식에 관한 10문항, 월경관련 특성 3문항, 월경곤란증에 대한 8문항 등 총 30문항으로 구성되어 있다. 일반적 특성에는 연령, 아버지의 교육수준, 어머니의 교육수준, 경제수준, 종교, 형제자매 서열, 체질량지수, 혈액형, 체격이 포함되었다. 건강상태와 관련된 특성으로서 음주여부, 흡연여부, 아침식사의 규칙성 여부, 규칙적 운동시행 여부, 숙면여부, 평균 수면시간, 편식 여부, 자극성 있는 음식에 대한 선호 여부, 인스턴트 음식에 대한 선호 여부, 배변의 규칙성 여부 등이 포함되었다. 월경관련 특성으로는 월경의 규칙성 여부, 월경기간, 월경량 등으로 구성되었다. 월경곤란증에 관한 특성은 월경곤란증 유무, 가족력 여부, 경험빈도, 월경곤란증의 지속기간, 가장 아픈부위, 진통제 복용 경험여부,

진통제 복용절차, 소화기계 증상 유무가 포함되었다.

3. 자료수집 및 분석방법

본 연구의 자료수집기간은 1999년 4월 7일부터 4월 15일까지 7일간 이었으며 연구자가 직접 강의실에 들어가 학생들에게 연구의 목적을 설명하고, 연구에 참여할 것을 동의한 학생들을 대상으로 설문지를 배부한 뒤 그 자리에서 바로 회수하는 방법을 취하였다.

본 연구의 자료는 SAS 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- 1) 일반적 특성, 생활양식 관련 특성, 월경관련 특성, 월경곤란증에 관한 사항은 빈도, 백분율, 평균을 산출하였다.
- 2) 일반적 특성, 생활양식, 월경관련 특성에 따른 월경곤란증 유무의 차이는 χ^2 -test를 실시하였다.

4. 연구의 제한점

본 연구는 충북지역 일개 대학 간호과에 재학중인 학생들을 대상으로 실시하였으므로 본 연구의 결과를 전체 여대생들에게 일반화 하기에는 어려움이 있다.

IV. 연구결과

1. 대상자의 월경곤란증

월경곤란증을 경험한 사람은 전체 대상자 204명중 81.9%였으며 월경곤란증의 가족력이 있는 경우가 42.6%였다. 월경곤란증의 경험 빈도에 있어 매달 월경시마다 경험하는 여학생이 47%, 수주기에 한번씩 경험하는 여학생이 45.2%, 1년에 한두번이 7.7%로 나타났다. 월경곤란증의 지속기간은 1-2일이 89.2%, 3-4일이 8.4%로 대상자의 대부분이 월경시작후 1-2일 사이에 경험하는 것으로 나타났으며 월경곤란증시 가장 아픈 부위로서는 하복부 38.5%, 하복부와 허리 32%, 허리 27.8% 등으로 주로 하복부의 통증을 호소하였다. 월경곤란증으로 인한 진통제 사용여부는 '사용한 경험이 있다'라는 응답이 61.5%로 반수 이상의 대상자들이 진통제를 복용한 경험이 있었으며 진통제 복용절차에 있어서는 대부분이 대상자들 스스로 판단하여 투약하는 경우가

92.3%에 달하였다. 또한 월경시 소화기계 증상이 나타난다고 응답한 경우는 42.6%였다(표 1).

〈표 1〉 대상자의 월경곤란증 (N=204)

항목	구분	실수(%)
월경곤란증 여부	있음	167(81.9)
	없음	37(18.1)
가족력 여부	있음	61(42.6)
	없음	143(70.1)
경험빈도	월경시마다	79(47.0)
	수주기에 한 번	76(45.2)
	1년에 한두번	13(7.7)
지속기간	1-2일	149(89.2)
	3-4일	14(8.4)
	5-6일	3(1.8)
	7일이상	1(0.6)
가장 아픈 부위	하복부	65(38.5)
	허리	47(27.8)
	양쪽모두	54(32.0)
	기타	3(1.8)
진통제 복용경험	있음	104(61.5)
	없음	65(38.5)
진통제 복용절차	약사의 조제하에	8(7.7)
	자신이 스스로	96(92.3)
소화기계 증상 유무	유	87(42.6)
	무	117(57.4)

2. 대상자의 일반적 특성에 따른 월경곤란증

대상자들의 연령분포는 18세에서 22세였고, 평균연령은 19.9세였다. 아버지의 교육수준은 고졸이하가 83.8%였고, 어머니의 교육수준은 고졸이하가 95.1%였다. 경제수준은 중상류가 59.8%였고, 종교가 있는 경우가 59.3%를 차지하였다. 형제·자매 서열상 맏이가 37.3%, 혈액형은 A형이 35.8%, 체질량 지수는 19.9 이하가 49.5%로 가장 많았으며 체격은 보통인 경우가 47.6%였다.

일반적 특성에 따른 월경곤란증 유무는 형제·자매 서열($\chi^2 = 4.688, p=0.03$), 혈액형($\chi^2 = 9.863, p=0.020$), 체격($\chi^2 = 3.852, p=0.05$)에 따라 차이가 있었으며 아버지의 교육수준, 어머니의 교육수준, 경제수준, 종교, 체질량지수에 따른 월경곤란증 유무는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다(표 2).

〈표 2〉 일반적 특성에 따른 월경곤란증의 차이

(N = 204)

항 목	구 분	실수(%)	월경곤란증		χ^2	p
			유 실수(%)	무 실수(%)		
아버지의 교육수준	고졸이하	171(83.8)	140(81.9)	31(18.1)	0.000	0.994
	대졸이상	33(16.2)	27(81.8)	6(18.2)		
어머니의 교육수준	고졸이하	194(95.1)	161(83.0)	33(17.0)	3.385	0.066
	대졸이상	10(4.9)	6(60.0)	4(40.0)		
경제수준	중상류이상	79(38.7)	62(78.5)	17(21.5)	0.993	0.319
	중하류이하	125(61.3)	105(84.0)	20(16.0)		
종교	있음	121(59.3)	99 (81.8)	22(18.2)	0.000	0.984
	없음	83(40.7)	68 (81.9)	15(18.1)		
형제·자매 서열	말이	76(37.3)	68 (89.5)	8(10.5)	4.688	0.030*
	중간	62(30.4)	50(80.7)	12(19.4)		
	막내	63(30.9)	46(73.0)	17(27.0)		
	무남독녀	3(1.5)	3(100.0)	0(0.00)		
혈액형	A형	73(35.8)	61 (83.6)	12(16.4)	9.863	0.020*
	B형	59(28.9)	50 (84.8)	9(15.3)		
	AB형	15(7.4)	15(100.0)	0(0.00)		
	O형	57(27.9)	41 (71.9)	16(28.1)		
체질량지수	20세미만	101(49.5)	77 (76.2)	24(23.8)	3.669	0.055
	20-25세	96(47.1)	84 (87.5)	12(12.5)		
	25세이상	7(3.4)	6 (85.8)	1(14.3)		
체격	마른편	18(8.8)	14(77. 8)	4(22.2)	3.852	0.050
	보통	97(47.6)	74(76.29)	23(23.71)		
	비만	89(43.6)	79(88.76)	10(11.24)		

* p<0.05

* 체질량지수 : 체중/신장²

3. 대상자의 건강행태에 따른 월경곤란증

대상자들 가운데 술을 마신다고 응답한 경우는 76.0%였으며, 현재흡연을 포함한 흡연경험이 있는 대상자는 11.3%였다. 아침식사를 규칙적으로 한다고 응답한 대상자는 48.5%였으며 규칙적으로 운동을 하고 있다는 응답은 7.4%였다. 숙면여부에 있어서는 67.6%가 숙면을 취한다고 응답하였으며 평균 수면시간은 64.2%가 7시간 이상이라고 응답하였다. 자극성 있는 음식을 좋아

한다는 응답이 72.5%였고, 인스턴트 음식을 좋아한다는 응답이 59.8%였으며, 규칙적인 배변습관을 갖고 있다는 응답이 60.8%를 차지하였다

생활양식에 따른 월경곤란증 유무는 음주, 흡연, 아침식사의 규칙성, 규칙적 운동, 수면양상, 평균수면시간, 편식, 자극성 있는 음식 및 인스턴트 음식에 대한 선호도, 배변의 규칙성여부에 따라 유의한 차이를 보이지 않았다(표 3).

<표 3> 건강행태에 따른 월경곤란증의 차이

(N=204)

항목	구분	실수(%)	월경곤란증		χ^2	p
			유 실수(%)	무 실수(%)		
음주여부	예	155(76.0)	125(80.7)	30(19.4)	0.644	0.422
	아니오	49 (24.0)	42(85.7)	7(14.3)		
흡연여부	예	23 (11.3)	18(78.3)	5(21.7)	0.227	0.634
	아니오	181(88.7)	149(82.3)	32(17.7)		
아침식사의 규칙성	규칙적	99 (48.5)	76(76.8)	23(23.2)	3.363	0.067
	불규칙적	105(51.5)	91(86.7)	14(13.3)		
규칙적 운동 수행여부	예	15 (7.4)	13(86.7)	2(3.3)	0.252	0.616
	아니오	189(92.6)	154(81.5)	35(18.5)		
숙면여부	예	138(67.6)	110(79.7)	28(20.3)	1.331	0.249
	아니오	66 (32.3)	57(86.4)	9(13.6)		
평균 수면시간	6시간이하	73 (35.8)	59 (80.8)	14(19.2)	0.083	0.773
	7시간이상	131(64.2)	108(82.4)	23(17.6)		
편식여부	예	60 (29.4)	49(81.7)	11(18.3)	0.002	0.963
	아니오	144(70.6)	118(81.9)	26(18.1)		
자극성 있는 음식 에 대한 선호도	예	148(72.5)	118(71.7)	30(20.3)	1.652	0.199
	아니오	56 (27.5)	49(87.5)	7(12.5)		
인스턴트 음식에 대한 선호도	예	122(59.8)	98(80.3)	24(19.7)	0.482	0.488
	아니오	82 (40.2)	69(84.2)	13(15.9)		
배변의 규칙성 여부	예	124(60.8)	101(81.5)	23(18.6)	0.036	0.850
	아니오	80 (39.2)	66 (82.5)	14(17.5)		

4. 대상자의 월경관련 특성에 따른 월경곤란증

V. 논 의

월경주기가 '매우 규칙적' 혹은 '규칙적'이라고 응답한 대상자는 68.1%였고, 월경기간은 '5-6일'이 55.9%로 가장 많았으며 월경량은 '보통'이라고 응답한 경우가 73.5%로 가장 많았다.

월경주기의 규칙성, 월경기간, 월경량 등 월경관련 특성에 따른 월경곤란증 유무는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다(표 4).

본 연구에서 월경곤란증이 있다고 응답한 여성은 81.9%로서 김명엽과 강현숙(1971)의 89.7%, 조수현(1989)의 77.8%, 박영주(1990)의 82.4%, Robinson 등(1992)의 79.6%, 이인숙(1999)의 76.8%와 유사한 결과를 나타냈다. 그러나 Klein과 Litt(1981)의 59.7%, Harlow와 Park(1996)의 60%, Andersh(1982)의 72%, Messing 등(1993)의 73%에 비해서는 높은 수준이었으며 이경숙(1996)의 93.9%, 이인숙(1998)의 94%보다는 낮은 수준이었다. 이렇듯 월경곤란증의 호소율이 다르게 나타난 것은 우선 연구자들마다

〈표 4〉 월경관련 특성에 따른 월경곤란증의 차이

(N = 204)

항목	구분	실수(%)	월경곤란증		χ^2	p
			유 실수(%)	무 실수(%)		
월경주기의 규칙성	매우 규칙적	29(14.2)	22(75.9)	7(24.1)	3.920	0.270
	규칙적	110(53.9)	95(86.4)	15(13.6)		
	불규칙적	52(25.5)	41(78.9)	11(21.2)		
	매우 불규칙	13(6.4)	9(69.2)	4(30.8)		
월경기간	4일이하	44(21.6)	33(75.0)	11(25.0)	3.090	0.213
	5-6일	114(55.9)	98(86.0)	16(14.0)		
	7일이상	46(22.6)	36(78.3)	10(21.7)		
월경량	적다	35(17.2)	27(77.1)	8(22.9)	1.268	0.530
	보통이다	159(73.5)	123(82.0)	27(18.0)		
	많다	19(9.3)	17(89.5)	2(10.5)		

월경곤란증을 정의하는 기준이 다르고 연구에 참여한 대상자들의 연령이 다양한 데서 연유한 결과로 사료된다.

월경곤란증으로 인한 불편감은 대상자의 89.2%가 월경시작 1-2일에 가장 심하였고, 가장 아픈 부위로서 하복부(38.5%)와 허리부위(32%)라고 응답하였으며 월경곤란증으로 대상자의 38.4%가 일상생활에 장애를 경험하였다. 이러한 연구결과는 월경시작 1-2일째 증상이 가장 심했고, 하복부와 허리부위의 통증이 심하다는 선행연구결과와 일치하고 있으며(Cronje & Kritizinger, 1991; 조수행 등, 1996; 정민, 1997; 이인숙, 1998), 여대생들을 대상으로 한 이인숙(1998)의 연구에서 월경곤란증으로 인해 행동의 제한을 받는 경우가 46.0%라고 하여 본 연구와 유사한 결과를 보였다. 월경곤란증시 소화기계 증상이 있다는 응답이 42.6%로 이는 월경곤란증시 식욕부진, 설사 등과 같은 소화기계 불편감이 있었다는 선행연구(김정은, 1995; 정민, 1997)를 지지하는 결과라 하겠다.

월경곤란증에 대한 가족력은 42.6%였으며 이는 조수현(1989), 이인숙(1999)의 51.5%, 52%에 비하여 다소 낮은 결과였다. 월경곤란증과 일상생활과의 관계에 있어서 45.2%의 여학생들이 월경시 마다 월경곤란증을 경험하는 것으로 나타나 월경곤란증으로 인해 일상생활에 커다란 지장을 받고 있음을 알 수 있었다.

형제·자매 서열에 따라 월경곤란증 유무에 차이를 보였는데 이러한 연구결과는 선행연구에서는 발견되지 않았던 결과였으나 가정환경과 월경증상간에 유의한 상관관계가 있음을 주장한 이희숙(1991)의 연구결과를 볼 때 형제·자매 서열이라는 변수 자체가 가정환경의 일부

로서 월경곤란증에 영향을 미친 것으로 사료된다.

체격에 따라 월경곤란증 유무에 차이가 있는 것으로 나타났는데, 이는 과체중이 여성의 초경을 빠르게 유도하며 이것이 월경곤란증의 중요한 위험요인이라고 주장한 선행연구결과(Klein & Litt, 1981; 신재철 등, 1996; Halow & Park, 1996)를 고려할 때 어느정도 일맥상통하는 부분이 있다고 생각한다. 대상자의 혈액형에 따른 월경곤란증 유무는 선행연구에서 발견하기 어려웠던 결과였으나, 스트레스가 증가할수록 월경증상 호소정도도 증가하였다는 선행연구를 고려할 때(김순임, 1977; 박금례, 1988) 혈액형이 개인의 성격 성향과 스트레스 인지도에 영향을 미쳐 그 결과 월경곤란증에 영향을 주었을 것으로 사료되므로 양적, 질적으로 보다 심도있는 연구가 수행될 필요가 있다고 생각한다.

본 연구에서 흡연, 음주, 운동 등에 따라서는 월경곤란증 유무와 차이가 없는 것으로 나타났다. 그러나 흡연에 대하여 Messing 등(1993)과 Parazzini 등(1994)은 흡연이 월경곤란증의 위험을 증가시킨다고 보고한 반면 Andersch와 Milsom(1982), 이인숙(1999)은 흡연과 월경곤란증간에는 상관관계가 낮음을 보고하여 흡연에 따른 월경곤란증 호소에 상반된 보고가 있음을 알 수 있다. 그러나 흡연여성이 월경곤란증을 더 많이 경험하고 그 증상에 있어서도 더 심각하다는 보고가 있으므로 흡연과 월경곤란증에 대한 집중적인 종단적 연구가 필요하다고 본다. 음주에 있어서는 음주를 하는 군이 월경곤란증을 더 호소하는 것으로 나타났으나(Parazzini 등, 1994; 이인숙, 1999) 이것은 음주에 따른 월경곤란증 여부를 연구할 때에 음주량을 측정하는 단위나 술의 종

류에 따라 차이가 있을 수 있으므로 이러한 점들을 고려하여 질문지를 체계적으로 개발해야 나가야 할 것이다. 운동과 월경곤란증에 관한 연구로서 임광서(1990)는 월경시 요통, 불쾌감, 복통, 전신피로감이 선수군이 비선수군에 비하여 그 빈도가 유의하게 높다고 하였으며 운동 후 월경곤란증이 유의하게 증가되었다고 보고하였다. 따라서 월경곤란증에 영향을 미치는 운동의 수준과 강도를 좀더 과학적으로 세분화하여 이에 따른 월경곤란증의 차이를 연구해 볼 필요가 있다고 생각한다.

월경곤란증으로 인해 진통제를 복용하는 여성은 61.5%로서 이는 이인숙(1999)의 62.1%와 유사한 결과였으나 이경숙(1996)의 11.7%, 임경택 등(1994)의 45.3%에 비해 높은 비율이었다. 이렇듯 진통제 복용 비율에 차이가 나타난 것은 연구 대상자의 연령적 차이에서 기인한다고 사료된다. 이경숙(1996)과 임경택(1994)은 어린 중고등학생을 대상으로 연구를 하였으므로 그들 스스로가 진통제를 복용하는 것이 대학생이나 여성근로자에 비해 쉽지 않았을 것으로 생각한다. 그러나 여대생에게 있어 높은 진통제 복용 비율을 볼 때 월경곤란증 완화를 위해 진통제 복용이 아닌 새로운 중재 방안을 모색해 봄이 매우 필요하다고 사료된다. 특히 진통제 복용절차에 있어서 의사의 처방하에 복용하는 경우는 단 한 건도 없었으며 약사의 조제에 의해서 7.7%(8명)였고 대상자 스스로가 투약하는 경우가 92.3%(96명)로 대다수의 여성들이 특별한 의학적 진단없이 월경곤란증에 대한 임시 방편으로서 진통제를 투약하고 있는 것으로 나타났다. 이렇듯 여성들이 의학적 진찰을 꺼리는 이유로서 골반진찰을 들 수 있는데, 임경택(1994)의 연구에 의하면 대상자의 33%가 진찰을 거부하고, 그 이유로서 창피하고 무섭다는 반응이 대부분이었다. 그러므로 간호사는 이러한 사실을 충분히 인식하여 대상자들과 상담 과정을 통해 더운물 목욕, 국부적 열 적용, 이완요법, 운동, 영양, 바이오피드백, 라마즈 호흡법 등이 이용될 수 있음을 교육할 필요가 있겠다(Messing 등, 1993; Gould, 1994; Harlow & Park, 1996). 월경시 진통제를 자주 사용하는 여성은 월경에 대한 느낌과 여성에 대한 자의식이 부정적이며 가족의 여성에 대한 태도가 부정적인 경우에 복용하게 됨을 고려할 때 약물의 오남용에 대한 교육과 더불어 그들 스스로 자신이 여성임에 대한 긍정적인 자의식을 갖게 함으로써 이에 수반되는 신체적, 정신적 문제에 잘 적응해 나갈 수 있도록 유도해 나가야 할 것이다(김명희, 1982).

VI. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구는 일 대학 여학생이 경험한 월경곤란증의 양상을 파악하고, 대상자의 일반적 특성, 건강행태, 월경관련 특성에 따른 월경곤란증 유무를 파악하기 위해 시도되었으며 연구대상은 일 대학의 간호과 여대생 204명을 대상으로 하였으며 연구기간은 1999년 4월 7일부터 4월 15일까지 실시되었다. 자료분석은 SAS program을 이용하였다.

연구결과는 다음과 같다.

- 1) 대상자의 81.9%가 월경곤란증을 호소하였고, 월경곤란증의 가족력이 있다는 응답이 42.6%였다. 월경곤란증의 경험빈도는 매 월경시 마다가 47%로 가장 많았고, 월경곤란증으로 인한 불편감은 89.2%가 월경시작 1-2일에 가장 많았으며 가장 아픈 부위로서 하복부가 38.5%, 하복부와 허리 32%, 허리 27.8%의 순으로 나타났다. 월경곤란증으로 인해 진통제를 복용한다는 응답이 61.5%였고, 진통제 복용절차는 자신이 알아서 한다는 응답이 92.3%로 가장 많았으며 소화기계 증상이 동반된다는 응답이 42.6%였다.
- 2) 일반적 특성에 따른 월경곤란증의 유무는 형제자매 서열($p=0.030$), 혈액형($p=0.020$), 체격($p=0.050$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다.
- 3) 음주, 흡연, 아침식사의 규칙성, 규칙적 운동, 숙면여부, 평균 수면시간, 편식여부, 자극성 있는 음식에 대한 선호도, 인스턴트 음식에 대한 선호도, 배변의 규칙성 여부 등과 같은 생활양식에 따른 월경곤란증 유무는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다.
- 4) 월경관련 특성에 따른 월경곤란증 유무는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다.

2. 제언

본 연구를 통하여 연구자는 다음과 같은 제언을 하고자 한다

- 1) 월경곤란증에 영향을 미치는 생활양식에 대한 반

복연구를 통해 월경곤란증의 예 측인자를 파악하는 연구가 이루어져야 하겠다.

- 2) 학교 및 여성근로자를 대상으로 지역사회에서 다양한 월경곤란증 증재 프로그램을 시도하여 그 효과를 측정하는 실험연구가 필요하다.
- 3) 여성주의적 입장에서 실제 여성들이 월경과 관련해 어떠한 불편감을 경험하는지 에 대한 질적연구를 시도해 볼 필요가 있다.

참 고 문 헌

김명엽, 강현숙 (1971). 일부도시지역에 있어서 중고교생의 월경에 대한 조사연구, *간호학회지*, 2(1), 70.

김명희 (1982). 부산시내 여고생들의 월경에 대한 태도와 진통제복용에 관한 연구, *중앙의학*, 42(3), 233-239.

김순임 (1977). 월경이 생활태도에 미치는 영향에 관한 조사연구, *중앙의학*, 32(5), 539-541.

김정은 (1992). 일부여대생의 월경전후기 불편감, 월경에 대한 태도, 성역할 인식도의 관계, *모자간호학회지*, 2(1), 55-69.

김정은 (1995). *Triangulation* 방법을 이용한 월경전후기 불편감에 관한 연구, 서울대학교 박사 학위논문.

김정은 (1993). 여성의 월경에 대한 태도에 영향을 미치는 구조모형구축, *대한간호학회지*, 23(2), 224-243.

대한산부인과학회 (1987). *부인과학*, 칼빈서적, 872-877

박건채 (1988). 농촌지역 초중 여학생의 초경 및 월경양상에 대한 조사연구, *대한산부인과학회지*, 31(10), 1357-1373.

박금례 (1988). 일부 여고생의 스트레스와 월경증상호소에 관한 조사연구, 연세대학교 보건대 학원 석사 학위논문.

박영주 (1990). 일부여고생들의 월경곤란증시 진통제 사용에 관한 조사연구, 고려대학교 석사 학위논문.

백한금 (1999). *발반사마사지가 월경불편감에 미치는 효과*, 서울대학교 대학원 석사학위논문. 서병희, 이재현 (1990). *여성생리와 생리통*, 서울, 칼빈서적.

신재철, 이찬, 오민정, 김탁, 문준, 구병삼, 홍면호, 박영주 (1996). 한국 10대여성의 초경에 관한 연구, *대한산부인과학회지*, 39(5), 865-879.

유병국 (1986). *여성정신질환자와 정상여성의 월경증상에 대한 비교연구*, 이화여자대학교 교육대학원 석사 학위논문.

이경숙 (1996). 일부여고생들의 월경중 진통제복용에 관한 조사연구, *중앙의학*, 1(6), 487-494.

이인숙 (1998). 일부여대생들의 월경양상과 월경시 불편감에 관한 조사연구, *한국보건간호학회지*, 12(1), 116-131.

이인숙 (1999). 일부 생산직 여성근로자의 월경곤란증에 관한 연구, *한국보건간호학회지*, 13(2), 115-129.

이희숙 (1991). *여중생의 가족환경, 여성에 대한 태도와 월경증상과의 관계연구*, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.

임경택, 김태진, 이기훈, 황정해, 오기석, 전종영, 한동운, 문옥륜 (1994). 도시지역 여자 중학생의 초경 및 월경장애에 관한 조사연구, *대한산부인과학회지*, 37(4), 663-372.

임광서, 김형남, 심재식, 진영수 (1990). 운동이 초경 및 월경에 미치는 영향에 관한 연구, *대한산부인과학회지*, 33(9), 1223-1235.

조수현 (1989). Adolescent menstrual disorder, *대한산부인과학회지*, 32(1), 10-19.

정 민 (1997). 여대생들의 월경경험, *최신의학*, 40(6), 74-83

정현숙 (1996). 사춘기 여성들의 월경경험, *대한간호학회지*, 26(2), 257-269.

조숙행, 남민, 이현수, 송수식 (1996). 청소년에서의 월경주기에 따른 신체적, 심리적 변화양상 -매일평가서에 의한 증상변화양상을 중심으로- *소아, 청소년정신의학*, 7(1), 52-60.

최연순 외 6인 (1994). *모성간호학 II*. 서울 : 수문사, 68-71.

Andersch B & Milsom I (1982). An epidemiologic study of young women with dysmenorrhea, *American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 15, 655-660.

Cronje HS & Kritzinger IE (1991). Menstruation: Symptoms, management and attitudes in university students, *International Journal of Obstetrics & Gynecology*, 35, 147-150.

Dinah Gould (1994). Facing the pain of

- dysmenorrhea, *Nursing Standard*, 8(42), 25-28.
- Harlow SD & Park M (1996). Longitudinal study of risk factors for occurrence, duration and severity of menstrual cramps in a cohort of college women. *British Journal of Obstetrics & Gynecology*, 103, 1134-1142.
- Hewison A & Van Den Akker OB (1996). Dysmenorrhea, menstrual attitude and GP consultation. *British Journal of Nursing*, 5(8), 480-484.
- Ian Milsom, Nina Hedner & Clas Mannheimer (1994). A comparative study of the effect of high-intensity transcutaneous nerve stimulation and oral naproxen on intrauterine pressure and menstrual pain in patients with primary dysmenorrhea. *American Journal of Obstetric & Gynecology*, 170, 123-129.
- Klein JR & Litt IF (1981). Epidemiology of adolescent dysmenorrhea. *Pediatrics*, 68(5), 661-664.
- Messing K, Bourguine M & Kaminski M (1993). Factors associated with dysmenorrhea among workers in French poultry Slaughterhouses and Canneries. *Journal of Occupational Medicine*, 35(5), 493-500.
- Mergler D & Venzia N (1985). Dysmenorrhea and cold exposure. *The Journal of Reproductive Medicine*, 30(2), 106-111.
- Parazzini F, Tozzi L, Mezzopane R, Luchini L, Marchini M & Fedele L (1994). Cigarette smoking, alcohol consumption, and risk of primary dysmenorrhea. *Epidemiology*, 5(4) 469-472.
- Robinson JC, Plichta S, Weisman CS, Nathanson CA & Ensminger M (1992). Dysmenorrhea and use of oral contraceptives in adolescent women attending a family planning clinic. *American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 166(2), 578-583.
- Vance AR, Hayes SH & Spielholz NI (1996). Microwave diathermy treatment for primary dysmenorrhea. *Physical Therapy*, 76(9): 1003-1008.

-Abstract-

A Study on the Dysmenorrhea in College Female Students

Kim, Young Hee* · Lee, Inn Sook**

This study was undertaken to obtain the incidence of dysmenorrhea and difference of dysmenorrhea according to the general characteristics, lifestyle, and menstrual pattern in women community college students. For the data collection, self-administered questionnaire survey was made from April 7, 1999 to April 14, 1999 among the 204 women community college students.

The resultant data were processed by SAS program for frequency, proportion, and Chi-square test.

The results of this study are as follows :

- 1) Prevalence rate of dysmenorrhea was 81.9%. Among women who had dysmenorrhea, 42.6% of them had family history on dysmenorrhea, 47% of them experienced the dysmenorrhea 'monthly', 89.2% of them had experienced dysmenorrhea on the first-second day, 38.5% of them responded that the most painful region was 'low abdomen', 61.5% of them responded that they used 'analgesics' to soothe dysmenorrhea.

* Department of Nursing, Taejeon University

** Department of Nursing, Keukdong College

92.3% of them responded that they had analgesics without doctor's prescription, and 42.6% of them responded that they experienced digestive system related symptoms during menstrual period.

- 2) The incidence of dysmenorrhea was significantly different by ordering of sisters, blood type, and body shape.
- 3) The incidence of dysmenorrhea was no significantly different by life style.
- 4) The incidence of dysmenorrhea was no significantly different by menstrual pattern.

Key words : dysmenorrhea