

모유수유에 대한 산모의 의식과 실천 현황

이화여자대학교 의과대학 소아과학교실

박은영 · 조수진 · 이 근

Current Understanding and Practices of Breast feeding by Mothers

Eun Young Park, M.D., Su Jin Cho, M.D. and Keun Lee, M.D.

Department of Pediatrics, College of Medicine, Ewha Womans University, Seoul, Korea

Purpose : The objective of this survey was to develop an operational plan for breast feeding education. In order to comprehend current breast feeding patterns, we aimed to examine the knowledge, attitude and practices regarding breast feeding of mothers and to compare the data with a similar study done 6 years ago.

Methods : A total of 127 mothers who delivered healthy babies at Ewha Womans University Dong-daemun Hospital were interviewed and asked to complete a survey on their perception of breast feeding during their postpartum stay in the hospital. A follow up phone interview was carried out at 1, 2 and 3 months after delivery and similar questions were asked.

Results : At the time of delivery, 96.1 percent of mothers planned to breast feed, including 73.2 percent of exclusive breast feeding and 22.8 percent of mixed feeding. The duration of breast feeding planned was mostly 7-12 months. Breast feeding had been recommended by family members. Between 1-3 months, exclusive breast feeding was maintained at least 50 percent but a large number of mothers who had practiced mixed feeding changed to formula feeding. This trend demonstrates an increase in the rate of breast feeding at 3 months compared to a similar study done in 1999. The main reasons for discontinuing breast feeding were insufficient amount of milk(35.0 percent) and return to work(27.5 percent).

Conclusion : Breast feeding rate has increased in Korea since 1999 but failure to continue exclusive breast feeding still occurs mainly within the first month after delivery. Breast feeding education should focus on supportive care to mothers practicing mixed feeding. (**Korean J Pediatr 2005;48: 1162-1165**)

Key Words : Breast feeding, Education

서 론

모유수유는 영아기 영양에 있어 그 우수성이 이미 잘 알려져 있다. 외국에서는 WHO, UNICEF 등 여러 단체에서 적극적인 모유수유 운동을 펼쳐 미국의 경우 병원에서의 모유수유율이 1971년 24.7%에서 1990년 51.3%, 2001년 69.5%로 증가되었다¹⁾. 그러나 우리나라의 모유수유율은 1970년대 이후 급속히 감소하여 1997년 14.1%, 2000년 10.2%로 보고되었으며, 최근 모유수유 권장운동으로 모유수유에 대한 관심은 증가하고 있으나 여

전히 모유수유율은 다른 선진국에 비하여 낮은 실정이다²⁾. 본 연구에서는 모유수유 운동 이후 변화된 산모의 의식과 실천 상황을 파악하고 실제로 모유수유를 증가시키기 위한 구체적인 산모 교육계획을 수립하고자 모유수유에 대한 산모의 의식과 실천 현황을 조사하였다.

대상 및 방법

2004년 2월부터 2005년 3월까지 14개월 동안 이화여자대학교 의과대학 동대문병원에서 건강한 만삭아를 출산한 산모 127명을 대상으로 조사하였다. 설문을 시도한 총 산모수는 174명이었으며 설문을 거부한 산모는 38명(21.8%)으로 이중 미숙아를 출산한 산모가 13명, 외국인 산모가 13명, 아기의 입양을 계획한 산모가 2명이었으며 기타 10명이었다. 연락처가 불분명하여 중도

접수 : 2005년 6월 17일, 승인 : 2005년 8월 8일
 책임저자 : 이 근, 이화여자대학교 동대문병원 소아과
 Correspondence : Keim Lee, M.D.
 Tel : 02/760-5127 Fax : 02/765-3855
 E-mail : leekeun@yahoo.com

탈락된 8명(4.6%), 아기의 사망으로 중도 탈락된 1명(0.6%)을 제외한 127명의 산모를 본 연구의 분석대상으로 하였다. 출산 후 1일에 15분간 면담 후 산모에게 미리 준비한 설문지를 작성하도록 하였고 출산 후 1, 2, 3개월에 다시 산모와 전화 면담하여 현재의 모유수유 상태와 장래 수유계획에 대하여 확인하였다.

분석 대상자의 일반적 특성으로 산모의 나이는 25세 미만 9명(7.1%), 25-35세 95명(74.8%), 35세 이상 23명(18.1%)이었고, 교육수준은 대졸 이상 56명(44.1%), 고졸 이상 61명(48.0%), 중졸 이하 10명(7.9%)이었으며, 분만형태는 정상 분만 73명(57.5%), 제왕절개 54명(42.4%)이었고, 127명(100%) 모두 산전진찰을 받았으며, 출산 후 직장에 다시 복귀하려는 산모는 39명(30.7%)이었다.

결 과

1. 출산 직후의 모유수유 계획과 모유수유 기간

출산 직후 면담에서 모유만 먹이겠다고 응답한 산모는 93명(73.2%)이었고 분유와 모유를 같이 먹이겠다고 한 산모는 29명(22.8%)이었으며 분유만 먹이겠다고 한 산모는 5명(3.9%)으로 출산 직후 모유를 먹이겠다고 계획한 산모는 모두 122명(96.1%)이었다(Table 1). 모유수유를 계획한 기간은 1-3개월 29명(22.8%), 4-6개월 36명(28.3%), 7-12개월 46명(36.2%)으로 7-12개월이 가장 많았고, 1년 이상 모유수유를 계획한 산모도 13명(10.2%) 있었다(Table 2).

2. 모유수유를 권장한 사람 및 정보 제공원

모유수유를 권장한 사람은 친정부모(67명), 시부모(57명), 본인 스스로의 결정(53명), 남편(50명), 기타 다른 가족 구성원(44명), 기타(1명)의 순이었으며 산부인과 의사나 소아과 의사는 한 명도 없었다. 또한 모유수유에 대한 정보 제공원으로는 텔레비전이 37명, 인터넷이 36명이었으며, 그 외 가족, 친구, 잡지의 순이었다(Table 3).

3. 산후 1개월에서 3개월 사이의 모유수유 상태

분만 당시 완전 모유수유를 계획한 산모는 93명(73.2%)이었으나 산후 1개월에 72명(56.7%)으로 감소하였고 혼합수유의 경우에는 29명(22.8%)에서 37명(26.8%)으로 증가하였다. 3개월에 완전 모유수유를 하는 산모는 64명(50.4%)이었다. 인공수유는 산후 1개월에 5명(3.9%)에서 3개월에 18명(14.2%)으로 증가하였다. 산후 1개월에서 3개월 사이의 변화 추이를 살펴보면 완전 모유수유의 경우에는 50%를 유지하는 반면 혼합수유는 27%에서 20%로 점차적인 감소를 보였으며 인공수유는 14%에서 30%로 두 배 이상 증가했음을 알 수 있다(Table 1).

4. 모유수유 실패원인

모유수유 실패의 원인으로 모유의 양 부족이 1, 2, 3개월 각 51%, 39%, 35%로 가장 많았으며 직장으로의 복귀는 1개월

Table 1. Plan and Change of Feeding

	At birth (n=127) N(%)	Postpartum month(n=127)		
		1st N(%)	2nd N(%)	3rd N(%)
Exclusive breast feeding	93(73.2)	72(56.7)	67(52.8)	64(50.4)
Partial breast feeding	29(22.8)			
breast feeding >1/2		25(19.7)	21(16.6)	19(15.0)
breast feeding <1/2		12(9.4)	9(7.0)	6(4.7)
Formula feeding	5(3.9)	18(14.2)	30(23.6)	38(29.9)

Table 2. Duration of Breast Feeding Planned

	At birth (n=127) N(%)	Postpartum month(n=127)		
		1st N(%)	2nd N(%)	3rd N(%)
Formula feeding only	3(2.4)	22(17.3)	37(29.1)	41(32.3)
1-3 months	29(22.8)			
4-6 months	36(28.3)			
7-12 months	46(36.2)	73(57.5)	65(51.2)	63(49.6)
13-24 months	13(10.2)			

Table 3. Recommendation and Information Sources for Breast Feeding

Recommendation	Information Sources
Husband(50)	Magazine(16)
In-laws(57)	Family(28)
Parents(67)	Friends(18)
Other family members(44)	Television(37)
Obstetrician(0)	Newspaper(2)
Other(1)	Internet(36)
Mother herself(53)	Others(2)

Table 4. Reasons for Failure of Exclusive Breast Feeding

	Postpartum month(n=127)		
	1st N(%)	2nd N(%)	3rd N(%)
Insufficient milk	32(50.0)	29(39.2)	28(35.0)
Returning to work	4(6.3)	12(16.2)	22(27.5)
Baby's refusal to suck	5(7.8)	7(9.5)	7(8.8)
Nipple pain	5(7.8)	4(5.4)	4(5.0)
Baby's diarrhea	3(4.7)	6(8.1)	5(6.3)
Fatigue	7(10.9)	8(10.8)	8(10.0)
Others	8(12.5)	8(10.8)	6(7.5)

에 6%에서 3개월에 28%로 증가하였고 그 외의 원인으로는 산모의 피로, 아기의 빨기 거부, 아기의 설사, 유두 동통의 순이었다(Table 4).

고 찰

모유는 영아기 영양에 있어 어느 우유 제품보다 우수하며 생

후 6개월간은 모유만으로 충분한 영양 공급이 된다. 모유 영양아는 인공 영양아 보다 설사, 중이염, 호흡기 질환, 요로감염, 괴사성 장염, 세균성 뇌수막염 등의 빈도가 적으며, 또한 영아 돌연사 증후군, 인슐린 의존성 당뇨병, 알레르기 질환, 만성 소화기 질환 등에 대한 보호 효과를 보이는 것으로 알려져 있다³⁾. 영아에게 뿐만 아니라 산모에게는 경제적이고 편리하며 산후 회복을 촉진시키고 체중 감소를 도와 산후 비만의 빈도를 낮추고 폐경기 이전 유방암 및 난소암의 빈도를 낮추는 장점이 있다⁴⁾. 여러 연구를 통해 모유의 장점이 알려지면서 모유수유 권장운동이 전세계적으로 일어나 서구에서는 1970년대 이후 모유수유율이 증가하고 있으며, 1992년 유니세프에서 아기에겐 친근한 병원(Baby Friendly Hospital Initiative, BFHI) 사업을 전개하여 병원에서의 모유수유율을 높이기 위해 노력하고 있다⁵⁾. 그러나 우리나라의 모유수유율은 1985년 59%, 1988년 48.1%, 1994년 11.4%, 1997년 14.1%, 2000년 10.2%로 90년대 초반부터 현저한 감소를 보이고 있다²⁾. 이는 모유수유에 대한 과거의 잘못된 인식과 산모의 미용학적 측면, 인공영양에 대한 매스컴의 과대선전, 의료인들의 무관심 등이 복합적으로 작용한 결과로 생각된다⁶⁾.

본 연구에서 출산 직후 면담에서 모유만 먹이겠다고 응답한 산모는 93명(73.2%)이었고 분유와 모유를 같이 먹이겠다고 한 산모는 29명(22.8%)으로 모유를 먹이겠다고 계획한 산모는 모두 122명(96.1%)이었다. 85-92%의 산모가 임신 2기까지 수유 방법을 결정하게 되는데 이때 모유수유 결정에 영향을 미치는 요인으로는 이전 모유수유의 성공적인 경험, 모유수유에 대한 정확한 정보, 모유수유를 지지하는 주변 인물의 존재 등이며, 모유수유를 주저하게 하는 요인으로는 부정확한 정보, 모유 양 부족에 대한 염려, 이전 모유수유 시 힘들었던 경험, 모유의 우수성에 대한 확신 부족 등이라 하였다⁷⁾. 1999년에 Jung 등⁷⁾이 시행한 연구에서는 조사 대상 총 284명 중 분만시 54%가 모유수유를 계획하였으나 생후 1개월에 28%로 감소하였으며 혼합수유도 45%에서 32%로 감소하였으나 인공수유는 1개월에 40%로 급증하였다고 하였다. 또한 1개월에서 3개월 사이의 변화 추이를 보면 혼합수유가 32%에서 9%로 감소하고 인공수유는 32%에서 64%로 증가하였으며 완전 모유수유의 경우 27.1%를 유지하였다고 하였다. 그러나 본 연구에서 3개월까지 완전 모유수유를 유지하는 산모는 50.4%로 과거 Jung 등⁷⁾이 보고한 27.1%보다는 증가하였다. 이러한 증가는 모유수유의 우수성에 관한 지속적인 홍보와 1992년부터 진행 중인 아기에겐 친근한 병원 만들기 운동에 대한 적극적 참여의 영향인 것으로 여겨진다.

본 연구에서 모유수유를 권장한 사람은 친정부모(67명), 시부모(57명), 본인 스스로의 결정(53명), 남편(50명)의 순으로 산부인과 의사나 소아과 의사의 영향은 아직도 미미한 것으로 생각된다. Gray 등⁸⁾의 조사에 의하면 실제 수련의를 포함한 임상 의사들이 모유에 대한 지식이 부족하고, 모유의 장점과 임상처치에 대한 상담을 제대로 수행하기에는 부족한 것으로 나타났다. 따라서, 의료인들이 수련 과정에서 모유의 장점 뿐만 아니라 모유수

유시 동반되는 문제점에 대한 구체적인 대처방안을 체계적으로 교육받는 것이 임신시 모유수유를 계획하고 지속적인 실천을 이끌어내는데 중요하다고 하겠다. 또한 대부분의 분만이 의료기관에서 이루어지고 있으므로 의료인들은 출생 후 첫 모유수유 시간이 지연되지 않도록 가급적 일찍 산모와의 접촉을 유도하고 일괄적인 의료 기관내 인공영양을 지양하는 등의 의료환경 변화를 위해 적극적인 노력을 기울여야 하겠다.

모유 영양아는 생후 6개월간은 다른 음식을 따로 먹일 필요가 없으며 그 후로도 모유는 최소 1년 동안은 이유식을 추가하면서 계속 먹여야 하며 세계보건기구에서는 생후 2년까지도 모유를 먹일 것을 추천하고 있다⁹⁾. 본 연구에서 모유수유를 계획한 기간은 생후 7-12개월이 가장 많았으며 1년 이상을 계획한 산모도 13명(10.6%)이었다. 이는 과거 여러 연구에서 4-6개월의 기간이 가장 많았던 것에 비하면 모유수유의 우수성에 대한 홍보와 인식의 변화가 모유수유 계획기간 연장에 영향을 준 것으로 생각된다²⁾.

모유수유 실패의 원인으로는 모유 양 부족이 1, 2, 3개월 각각 51%, 39%, 35%로 가장 많았으나, 실제로 모유 부족은 5% 이하로 보고되어 있다^{10, 11)}. Lee 등¹²⁾에 의하면 모유가 부족하다고 생각하게 되는 이유는 아기가 수시로 먹겠다고 울어서, 깊은 잠을 자지 않고 보채서, 유두를 놓지 않아서, 체중이 늘지 않아서 라고 하였으며 이에 대한 해결책으로 '미역국, 우유 등의 산모식을 먹는다' 등의 응답이 많았고 자주 빠리는 것에 대한 인지도는 매우 낮다고 하였다. 아기가 젖을 빨 때 let-down 반사와 프로락틴 반사에 의한 자극으로 모유 분비가 촉진되므로 모유를 지속적으로 자주 빠리는 것이 모유 부족을 해결하는 가장 좋은 방법이다¹³⁾. 또한 아기는 지방성분이 풍부한 후반부의 모유를 섭취하여야 체중이 쉽게 증가하며 포만감이 있어 깊은 잠을 잔다고 되어있는데, 생후 초기에는 젖을 빨기 시작하면서 쉽게 잠드는 경향이 있어 쉽게 배가 고프고 깨며 다시 보채는 악순환이 지속되므로 수유초기부터 후반부의 모유까지 충분히 먹이려는 노력이 필요하다고 하였다¹⁴⁾. 본 연구에서 산후 1개월에서 3개월 사이에 모유수유는 50%를 유지하는 반면 혼합수유는 점차적으로 감소하는 경향을 보였는데 혼합수유를 하는 경우 상대적으로 모유수유의 기회가 줄어들게 되고 인공 젖꼭지에 의한 유두 혼동으로 모유수유의 실패율이 증가하게 되므로 모유수유를 성공적으로 수행하고자 한다면 모유만 먹이도록 의료인들이 산모를 교육하고 격려해야 한다. 엄마들의 모유수유 실패 요인이 대부분 그릇된 지식에서 비롯된다는 것을 생각하면 좀더 적극적인 의료인들의 개입과 지지적 상담 및 실질적인 도움으로 혼합수유로 진행되어 인공수유로 이행되는 부분을 완전 모유수유로 바꿀 수 있으리라고 사료된다. Alan 등¹⁵⁾에 의하면 모유수유 교육은 모유수유만 하는 산모에게보다는 혼합수유를 하는 산모에게 더 큰 영향을 미쳐 혼합수유에서 인공수유로의 이행 기회를 줄일 수 있다고 하였으므로 혼합수유를 하는 산모를 겨냥한 구체적인 교육 및 지도도가 매우 중요하다.

본 연구에서 모유수유 실패원인으로 산모의 직장문제가 산후 1개월에서 산후 3개월에 6%에서 28%로 증가하였는데 이는 현대사회에서 여성의 사회활동이 증가된 결과로 사회복지제도가 뒷받침하여야 할 중요한 부분이다. Wright¹⁶⁾ 의하면 미국에서 1990년도 후반에 모유수유율이 증가한 것은 1993년 대규모 사업장의 정규직에서 12주 무급 출산휴가 및 병가와 복직을 보장하는 법(Family and Medical Leave Act)이 발효되는 등 국가와 보건관계자의 모유수유에 대한 지지가 반영된 결과라 하였다¹⁶⁾. 또한, Woman, Infants and Children's Nutrition Program (WIC)에서 초기에는 저소득층에 분유를 공급하였으나 1990년대 초반부터는 모유수유를 하는 산모에게 식품 보조를 늘려주는 방안으로 전환한 것이 모유수유를 증가시키는데 영향을 주었다고 보았다. 따라서 출산휴가의 연장과 더불어 산모의 직장복귀 후에도 모유수유가 지속적으로 실천될 수 있도록 직장내의 모유수유실 및 탁아 시설 등이 지원되어야 할 것이다. 그 외 산모의 피로, 아기의 빨기 거부, 설사, 유두동통에 의한 원인은 의료진들의 지속적인 격려와 올바른 교육으로 해결될 수 있을 것이라 생각한다.

본 연구의 제한점은 이화여자대학교 의과대학 동대문병원에서 출산한 산모만을 대상으로 하였기에 대상의 수가 한정되었으며 다른 외적인 요인이 산모의 의식에 미치는 영향을 고려하지 않았으며 1개월에서 3개월까지의 짧은 연구기간을 두었으므로 그 이후의 모유수유 실천여부에 대해서는 알 수 없다는 것이다.

모유수유 권장 운동과 아기에게 친근한 병원 등의 사회적인 움직임에 더불어서 국내 모유수유율은 증가하고 있지만, 아직도 선진국에 비해서는 저조하다. 모유수유 실패 요인 중 가장 흔한 원인은 젖 부족이었는데, 이는 혼합수유에서 오는 이차적인 결과라는 것을 교육하고 도와주어야 한다. 직장 다니는 엄마들에게도 예측해야 되는 문제점과 해결책을 교육하여야 하고 외래에서 지속적인 관심과 도움이 필요하다.

요 약

목적 : 실질적인 모유수유 교육 계획을 세우기 위하여 산모의 모유수유의 실태와 의식을 조사하고 6년 전 시행했던 유사 연구와의 비교를 통해서 우리나라 모유수유의 추세를 파악하고자 하였다.

방법 : 이화여자대학교 의과대학 동대문병원에서 건강한 신생아를 출산한 127명의 산모를 대상으로 하였다. 산모는 출산 후 1일에 면담하였고 1, 2, 3개월에 다시 전화 추적 면담으로 모유수유 상태와 계획을 조사하였다.

결과 : 분만 직후 96.1%의 산모들이 모유수유를 계획하고 있었다. 이중 73.2%는 완전 모유수유를, 22.8%는 혼합수유를 계획하고 있었다. 모유수유 기간은 대부분에서 7-12개월을 계획하고 있었다. 모유수유를 주위에서 권장한 사람은 가족이 가장 많았다. 3개월이 경과되면서 완전 모유수유를 하는 산모의 비율은

50%정도로 감소하였고, 혼합 수유하던 산모들은 대부분 인공수유로 이행되었다. 이러한 추세는 1999년에 Jung 등이 시행했던 연구에서와 비슷하나 3개월까지 완전모유수유를 유지하는 비율은 증가하는 경향이다. 모유수유 실패 요인은 젖 부족이(35.0%), 직장 복귀가(27.5%)로 의료인의 지지와 교육으로 도와줄 수 있는 원인들이었다.

결론 : 1999년 Jung 등의 연구와 비교하여 볼 때 생후 3개월까지 완전 모유수유를 유지하는 비율은 27%에서 50%로 증가하였으나, 모유수유를 실패하는 대부분은 생후 1개월에 인공수유로 전환됨을 알 수 있었다. 혼합 수유를 시행하는 산모에게 실질적이고 지지적인 교육을 통해서 모유수유 성공률은 증가될 수 있다.

References

- 1) Cunningham AS. Morbidity in breast-fed and artificially fed infants. J Ped 1977;90:726-9.
- 2) Seo JW, Kim YJ, Lee KH, Kim JY, Sim JG, Kim HS et al. A survey on the understanding of breast-feeding in pregnant woman. J Korean Pediatr Soc 2002;45:575-87.
- 3) Lawrence PB. Breastmilk: Best source of nutrition for term and preterm infants. Pediatr Clin North Am 1995;41:925-41.
- 4) Lobbok MH. Effects of breast feeding on the mother. Pediatr Clin North Am 2001;48:159-71.
- 5) Kim HS, Seo JW, Kim YJ, Lee KH, Kim JY, Ko JS, et al. A follow-up survey of mothers' antenatal breast-feeding plans. J Korean Pediatr Soc 2003;46:635-41.
- 6) AAP Committee on Nutrition. Breast feeding. Pediatrics 1978;62:591-601.
- 7) Jung JH, Lee K. A survey on mothers' perception of breast feeding. J Korean Pediatr Soc 1999;42:1050-5.
- 8) Gary LF, Sarah JC, James S, Jacob AL, Robert C, Peter C. National assessment of physicians' breast feeding knowledge, attitudes, training, and experience. JAMA 1995;273:472-6.
- 9) Lawrence MG, Linda SB, Antoinette PE, Ruth AL, Audrey JN, Marianne EN, et al. breast feeding and the use of human milk. Pediatrics 1997;100:1035-9.
- 10) Benson JD, Masor M. Infant formula development: past, present and future. Endocr Regul 1994;28:9-16
- 11) Ogra SS, Ogra PL. Immunologic aspect of human colostrum and milk. I. Distribution characteristics and concentration of immunoglobulins at different times after the onset of lactation. J Pediatr 1978;92:546-9.
- 12) Lee SJ, Seo JW, Park JO, Shin JH, Lee HR, Chung JT, et al. A survey on the factors related to the failure of breast-feeding. J Korean Pediatr Soc 1997;40:1336-45.
- 13) Yamanouchi Y, Yamanouchi I. Breast feeding frequency during first 24 hours after birth in fullterm neonates. Pediatrics 1990;86:171-5.
- 14) Freed GL. Breast feeding. JAMA 1993;269:243-5.
- 15) Alan SR, Jeffrey LW, Gilbert Am, Stephen DS. Duration of breast-feeding patterns established in the hospital: influencing factors. Clin Pediatr 1990;29:99-107.
- 16) Wright AL. The rise of breast-feeding in the United States. Pediatr Clin North Am 2001;48:1-12.