

## 수지요법이 폐경증상과 태도에 미치는 효과

신 혜 숙\* · 송 영 아\*\*

### I. 서 론

#### 1. 연구의 필요성

여성은 두 번의 생리학적, 심리적, 사회적 격동기를 경험 하는데, 하나는 사춘기이며 다른 하나는 폐경기이다. 폐경기는 여성에 있어서 폐경 전 5-10년부터 폐경 후 5-10년까지를 말하며, 나이가 들에 따라 난소의 기능이 저하되면서 여성 호르몬의 분비가 체내 요구량에 미치지 못하게 되어 갖가지 신체변화가 일어나는 시기이다.

대부분의 여성들은 40세 정도가 되면 난소기능 퇴화의 첫 증상으로 월경주기가 짧아지는 것을 경험하게 된다. 이는 폐경기 몇 년 전부터 난소 호르몬인 에스트로겐과 프로게스테론의 혈중 농도가 낮아지면서 난포자극호르몬의 분비가 증가되면서 나타나는 것이며, 난소기능의 점차적인 퇴화와 함께 뇌하수체-난소 축의 불균형으로 난소의 호르몬 분비가 점차 감소하여 월경이 멈추게 되는 것이다(Korean Society of Obstetrics and Gynecology, 1997). 여러 학자들이 보고한 폐경기의 증상을 살펴보면 신체적 증상은 주로 내분비계 이상으로 홍조와 발한, 심계항진으로 인한 수면 장애, 근골격계 통증, 성욕감퇴, 배뇨장애, 심리적 증상은 신경과민, 집중력 장애, 우울, 불안, 기억력 감퇴, 의욕상실 등으로 (Pearson, 1982) 이 시기에 야기되는 의학적, 정신적, 사회적 문제들이 여성건강 영역에서 중요하게 다루어지고 있다.

기존연구들(Bowels, 1986; Leiblum & Swartzmen, 1986; Neugarten, Wood, & Kraines, 1968)에 의하면 폐경기 여성의 폐경에 대한 태도와 관련 있는 가장 일관된 요인은 폐경증상과 연령으로 폐경된 지 오래 경과된 여성과 연령이 많은 여성에서 긍정적인 태도를 지닌 것으로 보고되었고, Pearson(1982)은 폐경기에 이르면 임신과 피임 그리고 자녀양육과 같은 가정 안팎에서 오는 스트레스로부터 벗어나 자유로이 성생활을 영위하고 원활한 사회생활을 할 수 있다고 하였다. 그러나 Kaluger와 Kaluger(1979)에 의하면 폐경은 젊음의 상실, 노년기로의 접근 등을 의미하며 여성으로서의 가치상실로 지각할 수 있다고 하였다.

즉, 선행연구들을 통해 폐경에 대한 태도가 폐경증상과 관련성이 있음을 시사하고 있고, 폐경에 대한 태도가 폐경증상에 따라 긍정적일수도 부정적일수도 있다는 것이다.

과거 여성들은 인생의 한 과정으로 폐경기의 증상들을 참고 견뎌야 한다는 생각이 지배적이었으나 최근 여성의 평균 수명이 연장되고 급속한 사회발전에 따른 국민 생활수준의 향상으로 폐경기 여성들의 건강에 대한 관심과 여성의 삶의 질을 높이하고자 하는 욕구 역시 점차 증가하고 있다.

오늘날 점차 폐경에 대한 인식이 높아져서 많은 여성들이 폐경 관리시에 필요한 호르몬 요법을 비롯한 여러 가지 요법을 받아들이고 있고 또한 점차 늘어나고 있는 추세이다. 그러나 2003년 WHI(미국 여성건강기획부)에서 호르몬 요법이 질병발생 위험율을 증가시킨다는 연구결과를 발표하였으며,

\* 경희대학교 간호과학대학 부교수  
\*\* 경희대학교 간호과학대학 겸임교수

이 발표로 인해 호르몬 요법의 안전성에 대해 많은 혼란이 초래되었고(WHI, 2003), 이러한 대안책으로 관심이 증대되며 활용성과 가능성이 확대되고 있는 것이 보완대체요법이다.

본 연구에서는 보완대체요법 중 수지요법을 적용하여 폐경 증상의 완화를 파악하고자 하며, 또한 이러한 중재효과가 폐경증상에 영향을 미침으로 폐경기 여성들이 지닌 폐경에 대한 태도에는 어떠한 결과를 미칠 것인가에 대해서도 비교조사하고자 한다.

이에 본 연구에서는 폐경기 여성을 대상으로 수지요법을 적용함으로써 이에 따른 폐경증상과 폐경에 대한 태도를 파악하고자 시도하였다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 수지요법이 폐경기 여성의 폐경증상과 폐경에 대한 태도에 미치는 효과를 확인하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 수지요법이 폐경증상에 미치는 효과를 확인한다.
- 2) 수지요법이 폐경에 대한 태도에 미치는 효과를 확인한다.

## 3. 연구가설

제 1가설 : 수지요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 폐경증상이 감소할 것이다.

제 2가설 : 수지요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 폐경태도가 긍정적일 것이다.

## 4. 용어정의

### 1) 폐경기

정상적인 난소주기에서 자연적인 월경중단의 이행기로 월경주기가 불규칙할 때부터 최종 월경후 1년까지의 약 2-8년의 기간이다(Morse, 1980). 본 연구에서는 폐경전기, 폐경기, 폐경후기를 포함한 기간을 의미한다.

### 2) 폐경증상

폐경기에 나타나는 내분비학적, 사회·심리적 요인이 복합된 다양한 증상을 말하며(Morse, 1980), 본 연구에서는 일양약품 학술팀에 의해 개발된 폐경증상 자가진단도구를 사용하여 측정된 점수를 말한다. 총 20문항의 3점 척도(0-2점)로 측정하여 점수가 높을수록 폐경증상이 심한 것을 의미한다.

### 3) 폐경에 대한 태도

폐경기 여성이 경험하는 폐경에 대한 평가적, 감정적 의견과 해석을 말하며, 본 연구에서는 폐경기 여성이 폐경을 '이득'과 '상실' 즉, 긍정적 혹은 부정적으로 보느냐에 기초하여 고안한 폐경에 대한 태도 측정도구(Maoz, Downy, Antonovsky, & Wijsenbeek, 1970)에 의한 측정된 점수로, 점수가 높을수록 폐경태도가 긍정적임을 의미한다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 40세 이상 60세 이하까지의 폐경기 여성 45명을 대상으로, 실험군 23명에게 1주에 3회, 총 8주간의 수지뜸, 수지전자침, 수지봉을 적용한 후, 폐경증상과 폐경에 대한 태도 변화를 분석하여 수지요법의 효과를 검증한 비동등성 대조군 전후실험설계이다(그림 1).

	사전조사	처치	사후조사
실험군(n=23)	E1	X	E2
대조군(n=22)	C1		C2

<그림 1> 연구설계

### 2. 연구대상자

연구대상자는 2005년 11월 1일부터 2005년 12월 23일까지 K지역 보건소에서 폐경증상 자가진단을 통해 대상자 선정기준에 부합된 자로 50명을 선정하였다. 연구의 목적을 충분히 이해하고 서면으로 동의를 받았으며, 연구 도중 개인사정으로 참여포기 의사를 밝힌 중도탈락자가 실험군 2명, 대조군 3명을 제외한 최종 연구대상자는 실험군 23명, 대조군 22명이었다.

연구대상자 선정기준은 40-60세 중년여성, 내과적 치료를 받지 않는 여성, 현재 호르몬 투여나 특별 식이요법을 하지 않는 여성, 자궁절제술을 하지 않은 여성, 비흡연 여성, 폐경증상 자가진단에서 중등도 이상인 여성이었다.

### 3. 연구도구

#### 1) 폐경증상 측정도구

폐경증상은 일양약품(Il-Yang Pharm) 학술팀(1999)이 개발한 폐경증상 측정도구로서 총 20문항의 3점 척도(0-2점)로 점수의 범위는 0점에서 40점까지이며, 폐경증상의 평

가는 경증 10-15점, 중등증 16-30점, 중증은 30점 이상을 의미한다. 이영숙(2000)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha = .85$ 였으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha = .91$ 이었다.

2) 폐경에 대한 태도 측정도구

Maoz, Downty, Antonovsky와 Wijsenbeek(1970)가 개발한 폐경에 대한 태도 측정도구로 임신 관련 태도(6문항), 월경과 신체건강 관련 태도(3문항), 정서적 건강 관련 태도(6문항), 사회 및 개인적인 면과 관련된 태도(4문항), 남편과의 관계에 관련된 태도(3문항) 등 총 23문항으로 구성되었다. 본 연구에서는 이득을 긍정적, 상실을 부정적인 의미로 간주하여 각 문항은 '전적으로 동의한다' 5점, '동의한다' 4점, '중립이다' 3점, '반대한다' 2점, '전적으로 반대한다' 1점을 주어 점수의 범위는 23점에서 115점까지이며 점수가 높을수록 폐경에 대한 태도가 긍정적임을 의미한다. 양은영(1996)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha = .84$ 였으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha = .79$ 이었다.

4. 자료수집방법 및 절차

1) 사전조사

사전조사는 실험처치를 시작하기 전에 실험군과 대조군에게 구조화된 질문지를 이용하여 일반적 특성, 폐경증상 및 태도를 조사하였다.

2) 실험처치

고려수지침요법사 1인과 고려수지침요법 학술 강사 자격증을 소유한 1인과 함께 수지 혈도 차트와 출석부를 만들었고, 처치 시 적용할 수지뜸과 수지전자빔, 수지봉 혈자리를 확인하면서 훈련하였다. 실험군에게 연구자와 연구보조자 1

인이 대상자의 손에 혈을 표시하면서 설명한 후 수지뜸, 수지전자빔, 수지봉요법을 실시하였고, 처치 날짜와 참석여부를 차트에 기록하였다. 대조군에게는 어떠한 처치도 실시하지 않았다. 사후검사는 실험군과 대조군 모두 8주 후에 폐경증상 및 태도를 측정하였다.

본 연구에서의 수지요법은 수지전자빔, 수지뜸, 수지봉을 이용하여 손바닥과 손등의 혈에 자극을 주는 것을 말한다. 실험처치 기간은 1주일에 3회씩 8주간 실시하였다. 우선 수지뜸을 각각의 혈자리에 3장씩 뜨고, 수지전자빔을 각각의 혈자리에 20초씩 적용한 후 서암봉 1호를 부착하였다. 대상자 1인에게 소요되는 시간은 수지전자빔 7~10분, 수지뜸 30~40분, 수지봉을 붙이는데 5분, 총 45~60분이었다. 구체적인 적용부위는 다음과 같다.

(1) 수지뜸 요법

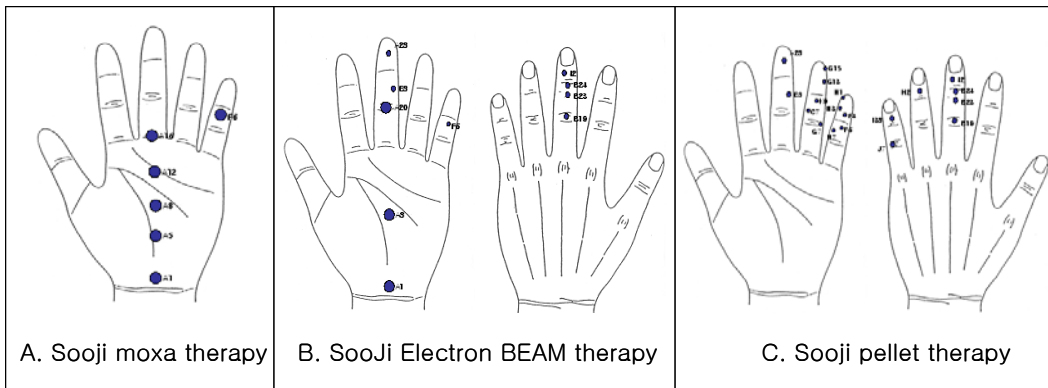
A1은 생식기, A5는 자궁, A8은 배꼽, A12는 위장, A16은 심장에 해당하며, 부인과 질환을 다스리는 요혈에 해당하는 F6에 수지뜸을 적용하였다<그림 2-A. Sooji moxa therapy>.

(2) 수지전자빔 요법

수지전자빔의 삼기(三氣)인 A1(下氣), A8(中氣), A20(上氣)과 뇌하수체를 자극하여 호르몬을 조절하는 요혈인 A28, B19, B23, B24, 대뇌 혈류 조절로 정신안정에 요혈(要血)인 E8(扶突), I2(天柱), 부인과 질환의 요혈인 F6에 자극도하는 흑색(-)도자로 적용하였다<그림 2-B. Sooji Electron BEAM therapy>.

(3) 수지봉 요법

진정·진통작용에 팔성혈(八性穴) 중에서 가장 효과가 좋은 혈은 H2, I38, K9, F4이며, 부인과 질환의 요혈인 F6과 심장의 기능을 강화시켜주고 불면증, 불안, 발한, 혈액순환, 안면홍조, 피로회복을 도와주는 심정방(G15, N1, G7,



<그림 2> 수지요법

J7), 불면증과 우울증에 간승방(N3, G13, N7, C7), 뇌하수체를 자극하여 호르몬을 조절하는 A28, B19, B23, B24와 두뇌 혈류를 조절하여 정신을 안정시키는 E8(총경동맥), I2(추골동맥)에 수지봉을 적용하였다<그림 2-C. Sooji pellet therapy>.

3) 연구자의 훈련 및 준비

본 연구자는 2005년 1년 동안 고려수지요법 기초강좌, 음양맥진과 보사, 고려수지요법 연구, 침구경락 이론 수강 및 실습을 통해 수지침요법사자격증을 취득하였다.

4) 윤리적 고려

실험군에게 사전조사 실시 전에 연구목적, 연구진행절차, 자료보호 등에 대해 설명하였으며 연구하는 동안 어떠한 불이익을 받지 않으며, 언제라도 참여를 철회할 수 있다는 정보를 제공하고 서면화된 참여 동의서를 받음으로써 대상자에 대한 윤리적 고려를 하였다. 대조군에 대한 윤리적 고려를 위해 사전조사 실시 전에 설명하였고, 연구 종료 후 수지요법을 제공하였다.

5. 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS/Win PC 13.0을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 산과적 특성은 빈도, 백분율, 평균 및 표준편차를 구하였고, 실험처치 전 실험군과 대조군 간의 동질성 검증은  $\chi^2$ -test와 Fisher's Exact Test, Mann-Whitney U-검증을 실시하였다. 수지침요법 효과의 가설검증은 Wilcoxon signed rank test, Mann-Whitney U-검증으로 분석하였다.

III. 연구 결과

1. 실험군과 대조군의 동질성 검증

수지요법 실시하는 군과 실시하지 않는 군의 일반적 특성에 대한 동질성 검증 결과는 <표 1>과 같으며, 폐경증상과 폐경에 대한 태도 등의 종속변수에 대한 사전 실험군과 대조군 상태의 동질성 검증 결과는 <표 2>에 제시한 바와 같다. 모든 변수에 있어서 통계적으로 유의한 차이(p>.05)가 없어 동질 집단임이 확인되었다.

<표 1> 실험군과 대조군의 일반적 특성에 관한 동질성 검증

특성	구분	실험군(n=23)	대조군(n=22)	$\chi^2$ or Z	p
		Mean±SD/N(%)	Mean±SD/N(%)		
연령 결혼상태	기혼	52.9± 5.4 21(91.3)	52.6± 5.9 18(81.8)	-1.82	.855
	이혼	0( 0.0)	1( 4.5)		
	사별	2( 8.7)	3(13.6)		
동거 가족수	1-2	4(17.4)	6(27.3)	4.642	.200
	3-4	16(69.6)	9(40.9)		
	5-7	3(13.0)	7(31.8)		
학력	초졸	5(21.7)	3(13.6)	.589	.899
	중졸	4(17.4)	5(22.7)		
	고졸	11(47.8)	11(50.0)		
	대학 이상	3(13.0)	3(13.6)		
월평균 수입 (10,000원/월)	100 이하	2( 8.7)	7(31.8)	5.589	.133
	101-200	15(65.2)	8(36.4)		
	201-300	3(13.0)	5(22.7)		
	301 이상	3(13.0)	2( 9.1)		
직업	있음	3(13.0)	3(13.6)	1.000	
	없음	20(87.0)	19(86.4)		
운동	유	2( 8.7)	5(22.7)	.243	
	무	21(91.3)	17(77.3)		
초경연령		14.9±1.65	15.6±1.50	-1.302	.193
출산횟수		2.2± .83	2.5±1.14	-1.379	.168
현 월경상태	규칙적	5(21.7)	7(31.8)	.654	.721
	불규칙적	3(13.0)	2( 9.1)		
	폐경	15(65.2)	13(59.1)		

<표 2> 실험군과 대조군의 종속변수에 대한 등질성 검정

변수	실험군(n=23)	대조군(n=22)	Z	p
	Mean±SD	Mean±SD		
폐경에 대한 태도				
임신 관련 태도	16.13±3.38	15.86±2.29	-.665	.506
월경과 신체건강 관련 태도	13.00±2.02	13.09±2.04	-.081	.936
정서적 건강관련 태도	7.00±1.48	7.41±1.33	-.756	.450
사회 및 개인 관련 태도	9.22±1.78	9.73±1.16	-.857	.391
남편과의 관계에 대한 태도	9.17±2.04	9.36±1.22	-.450	.653
폐경증상	17.48±6.85	13.64±6.25	-1.899	.060

<표 3> 수지요법 전·후 대상자의 폐경증상 차이검정

		처치 전	처치 후	Z	p	처치 후-전	Z	p
		Mean±SD	Mean±SD			Mean±SD		
폐경증상	실험군	17.48±6.85	9.88±6.48	-4.12	.000	-7.61±4.80	-5.47	.000
	대조군	13.64±6.25	17.05±7.89	-3.281	.001	3.41±3.84		

2. 가설검증

가설 1. 수지요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 폐경증상 점수가 감소할 것이다.

본 가설은 수지요법의 효과를 확인하기 위해 설정한 가설로 <표 3><그림 3>에 제시하였다. 실험군의 폐경증상은 수지요법 전 17.48±6.85에서 수지요법 후 9.877±6.48로 실험 처치 전후에 유의한 감소가 나타났고(p=.000), 대조군의 폐경증상은 13.64±6.25에서 17.05±7.89로 유의한 증가가 있었다(p=.001). 두 집단 간의 변화는 통계적으로 유의한 차

이가 나타나 가설 1은 지지되었다(Z=-5.47, p=.000).

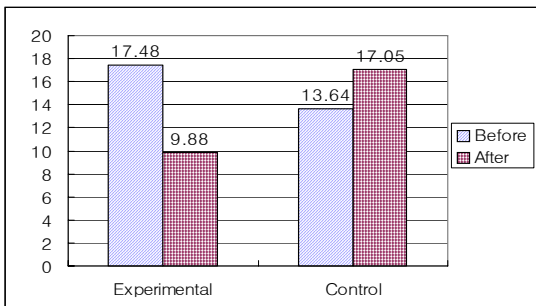
가설 2. 수지요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 폐경에 대한 태도가 긍정적인 것이다.

8주간의 수지요법을 실시한 후 폐경에 대한 태도의 변화는 <표 4>에 제시하였는데 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않아 가설 2는 기각되었다.

IV. 논 의

본 연구에서 폐경기 여성을 대상으로 수지요법을 적용하여 폐경증상과 태도에 미치는 영향을 확인한 결과 폐경증상에서 통계적으로 유의한 차이가 있었고, 폐경에 대한 태도에서는 유의한 차이가 없었다.

본 연구에서는 수지요법의 적용방법으로 수지뜸과 수지전자빔 및 수지봉을 사용하여 폐경증상 완화 효과를 검증하였다. 수지 자극방법에는 수지침, 수지뜸, 수지봉, 수지전자빔, 수지지압 등 다양한 자극방법이 있다. 이 중 수지침은 다른 자극에 비하여 침습적인 방법으로 여겨져 본 연구에서는 제외하고, 대상자들에게 친숙하고 거부감이 없으며 가장 효과가 빠른 수지뜸과 수지전자빔 및 수지봉을 적용하였다. 수지의



<그림 3> 수지요법 전·후 폐경증상 변화

<표 4> 수지요법 전·후 대상자의 폐경증상에 대한 태도의 차이검정

	실험군(n=23)	대조군(n=22)	Z	p
	Mean±SD	Mean±SD		
임신 관련 태도	14.22±2.91	13.95±2.36	-.137	.891
월경과 신체건강 관련 태도	14.70±2.03	13.86±2.25	-1.267	.205
정서적 건강관련 태도	7.35±1.30	7.86±1.83	-.866	.387
사회 및 개인 관련 태도	9.70±1.46	9.77±1.41	-.105	.916
남편과의 관계에 대한 태도	9.74±1.25	9.68±1.59	-.181	.857

상응점에 해당하는 경혈에 수지뜸 자극은 혈액순환을 증진시키고 원기회복과 정기혈(精氣血)을 충족시키며, 수지전자뜸과 수지봉 자극은 자율신경을 자극하여 말초순환을 촉진하고, 불균등전과 과동전 등의 이상부위에 보온효과와 이온화 효과로 생체전류에 영향을 주어 대뇌혈류량이 조절되고 뇌하수체 호르몬과 장부기능이 조절되어 폐경증상이 완화되고, FSH, LH 및 estradiol 수치가 유의하게 향상될 것으로 본다. 특히 세 가지 자극방법을 병행한 것은 상호 보완증대 방안으로 큰 효과를 기대할 수 있기 때문이다.

제 1가설 검증에서 8주간의 수지요법은 폐경기 여성의 폐경증상 점수를 유의하게 감소시키는 것으로 나타났다. 즉 실험군의 폐경증상 점수가 17.5점에서 수지요법 후 9.9점으로 감소하여 폐경증상이 완화되었고, 대조군에서는 13.6점에서 17.1점으로 증가하여 폐경증상이 더 악화되는 것으로 나타났다. 이는 수지침만을 적용한 실험군에서 갱년기 증상이 완화되었음을 보고한 백기자(2002)의 연구결과와 유사하게 나타났다. 그러나 대조군의 폐경증상이 더 악화되지는 않은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 본 연구에서는 사전에 대상자 선정기준에서 폐경증상 자가진단 점수가 중등도 이상의 대상자를 고려하여 선정하였기 때문인 것으로 보여진다. 그러므로 향후의 연구에서는 폐경증상이 심한 여성을 대상으로 수지요법을 적용 후 그 효과를 규명할 필요가 있겠다.

폐경증상을 호소하는 폐경기 여성에게 임상에서 가장 보편적으로 사용하는 폐경관리 방법은 호르몬 대체요법이다. 그러나 최근 들어 미국국립보건원에서 호르몬 투여의 안전성을 거론하고 있다(NIH, 2002; WHI, 2003). 양은영(1996)의 연구에 의하면 호르몬대체요법 실시한 갱년기 여성에서 폐경증상에 대한 호소 정도가 낮아졌음을 보고하였다. 그러나 김옥미(1999)의 연구결과에서는 호르몬 대체요법을 실시한 군과 실시하지 않은 군 간에 폐경증상 호소에 있어서 차이가 없는 것으로 나타났다. 이러한 결과와 현재 계속되는 의료비 상승으로 보완대체요법에 관심이 증가하고 있음을 고려하여 볼 때, 폐경기 여성의 폐경증상을 완화하는데 도움을 줄 수 있는 간호중재방법의 개발이 시급하다고 보여진다. 이에 대한 대안책이 바로 보완대체요법의 하나인 수지요법으로, 최근 수지요법의 효과가 신경성 통증과 기능적 질환으로 인한 통증 완화 뿐 아니라 내장의 기능조절효과가 우수하고, 다양한 급성·만성 질환 등의 건강문제에 있어서 많은 사람들이 이에 의한 치료를 받고 있는 실정이다(김남선, 신경림, 2005). 이는 대중들에게 낯설지 않고, 배우기가 쉬워서 폐경기 여성이 자가관리하는데 쉽게 적용할 수 있으며, 단기간 내에 효력이 발휘될 수 있다는 장점을 지니고 있는 것으로 알려져 있다(이계화, 2004).

폐경기 여성의 폐경에 대한 태도는 8주간의 수지요법 적용 후에도 실험군과 대조군 간에 유의한 차이를 보이지 않았다. 이는 호르몬대체요법을 실시한 군이 실시하지 않은 군에 비해 폐경에 대해 오히려 더 부정적인 태도를 갖는다고 보고한 양은영(1996)의 연구결과와 상이하게 다르게 나타났고, Hunter(1992)에 의하면 폐경증상에 대해 의학적인 도움을 찾는 여성들이 일반 폐경기 여성보다 폐경에 대해 더 비관적인 견해를 가지고 있다고 보고하였다. 한편 안은희(2002)는 호르몬 요법을 사용하면서 암에 대한 불확실한 우려로 두려움을 호소한다고 하였다. 이러한 결과는 안전성이 거론되고 있는 호르몬 약물요법을 비롯해 수지요법의 단기간의 치료로 신체적 증상은 완화 될 수 있으나 폐경기 여성의 태도변화에는 영향을 미치지 않는다는 것을 나타내 준다고 할 수 있다.

따라서 앞으로의 연구에서는 폐경에 대한 태도의 변화를 보기 위해서는 사전에 영향을 미칠 수 있는 기타 변수들을 확인해야 할 것을 제안한다. 즉 폐경에 대한 태도에 위협적인 인자가 될 수 있는 스트레스 경험이나 상실감, 남편과 결혼생활의 불만족, 긴장된 생활사건, 사별경험 등을 고려하여 폐경에 대한 태도를 측정하여야 할 것이다. 또한 단기간의 치료로 태도의 변화가 이루어질 수 있는지의 한계점이 있음을 시사한다고 생각된다.

이상으로 본 연구결과에서는 수지요법이 폐경기 여성의 폐경증상 불편감을 감소시키는데 도움이 되는 것으로 파악되었기에 폐경기 여성의 간호중재의 한 방안으로 수지요법을 보완대체 간호중재로 활용할 수 있을 것으로 사료된다.

## V. 결론 및 제언

### 1. 결론

본 연구는 수지요법이 폐경증상과 폐경증상에 대한 태도에 미치는 효과를 알아보고자 비동등성 대조군 전후 실험설계 방법을 시도하였다. 수지요법은 2005년 11월 1일부터 2005년 12월 23일까지 8주간, 주 3회를 실시하였다. 수집된 자료는 SPSS/Win PC 13.0을 이용하여  $\chi^2$ -test와 Fisher's Exact Test, Mann-Whitney U-검증, Wilcoxon signed rank test로 분석하였으며 연구결과는 다음과 같다.

- ‘수지요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 폐경증상이 감소할 것이다’는 지지되었다.
- ‘수지요법을 받은 실험군은 받지 않은 대조군보다 폐경태도가 긍정적일 것이다’는 기각되었다.

2. 제언

- 폐경기 여성을 대상으로 하는 연구 시 폐경전기·중기·후기에 따른 비교연구가 요구된다.
- 수치요법의 효과를 좀 더 객관화하기 위한 생리적 지수의 측정이 요구된다.

References

Baik, K. J. (2002). *A study on the effect of Koryo Sooji Chim the climacteric disorder of women in the middle age*. Unpublished master's thesis, Chung-Ang University, Seoul.

Bowles, C. (1986). Measure of attitude toward menopause using the semantic differential model. *Nurs Research*, 35, 81-85.

Goldbeck-Wood (1996, July). Complementary medicine is booming worldwide. *British J Medicine*, 313(7050), 131-133.

Hunter, M. S. (1992). The women's health questionnaire : A measure of mid-aged women's perception of their emotional and physical health. *Psycho Health*, 7, 45-54.

Kaluger, G., & Kaluger, M. F. (1979). *Human development*. Saint Louise, Mosby.

Kim, J. Y., Lee, S. H., Lim, S. H., Rhyu, C. H., & Kim, J. D. (1998). Assessment about quality of life in menopausal women with hormone replacement therapy. *Korean Soc Obstet & Gynecol, Academic Societies of Spring*.

Kim, N. S., & Shin, K. R. (2005). Attitude and Knowledge of Koryo Hand Therapy(KHT) in the experienced women. *Woman Health*, 6(1), 1-31.

Kim, O. M. (1999). *The climacteric symptoms and quality of life in climacteric women related to hormone replacement therapy*. Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Kwang-ju.

Korean Society of Obstetrics and Gynecology(1997). *Gynecology(3ed)*. Seoul : Calvin publications.

716-749.

Leblum, S., & Swartzman, L. (1986). Women's attitude toward the menopause : An update. *Meturitas*, 8, 47-56.

Lee, K. H. (2004). Koryo hand acupuncture therapy(1). *Occupational Health J*, 195, 77-79.

Lee, Y. S. (2000). *Report of women's health industry for pregnancy and middle age women*. Chonnam National University, Institute of Science Nursing.

MacLennan, A. H., Wilson, D. M., & Taylor, A. W. (1996). *Prevalence and cost of alternative medicine*. Australia : Lancet.

Maoz, B., Downty, N., Antonovsky, A., & Wijnsbeek, H. (1970). Female attitude to menopause. *Soc Psychiatry*, 5(1), 35.

Morse, C. (1980). The middle-aged women and the menopausal syndrome. *J Australian Nurs*, 9(8), 37-48.

Neugarten, B., Wood, V., & Kraines, R. J. (1968). Menopausal symptoms in women of various ages. *J Psychiatry*, 136(10), 1272.

Park, H. S. (2003). *Effects of soybean foods intake on menopausal symptoms, serum hormones, serum lipids, and bone metabolism in middle-aged women*. Unpublished doctoral dissertation, Ewha Womans University, Seoul.

Pearson, L. (1982). Climacteric. *American J Nurs*, 82(7), 1098-1102.

Women's Health Initiative (2003). Effects of estrogen plus progestin on health-related quality of life. *NEJM*, 348, 1839-1854.

Yang, E. Y. (1996). *Comparative studies on attitudes to the climacteric symptoms of women who have received hormone replacement therapy and women who have not*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.

Yoo, T. W. (1976). *Lesson : Korea hand acupuncture therapy*. Seoul : Eum & Yang Maek Jin.

- Abstract -

Key concept : Menopausal symptom, Koryo hand therapy, Perimenopausal women

## Effect of Koryo Hand Therapy on Menopausal Symptoms and Attitude in Perimenopausal Women

*Shin, Hye Sook\* · Song, Young A\*\**

**Purpose:** This study was to examine the effects of Koryo Hand Therapy on menopausal symptoms and attitude in perimenopausal women. **Methods:** The research design was a nonequivalent control-group pretest-posttest. The subjects consisted of 45 women between the ages of 40 and 60 years in the Gyeonggi-do, Korea. There were 23 women in the experimental group and 22 in the control group. In this study, the experimental group received KHT of

three times a week, for a total of 8 weeks. The instruments for this study were to measure the effects of KHT were the menopausal symptoms scale and attitudes to the menopause (Maoz, Downty, Antonovsky & Wijsenbeek, 1970). The data were analyzed by  $\chi^2$ -test and Fisher's Exact Test, Mann-Whitney U-test, Wilcoxon signed rank test procedures, using SPSS/Win PC 13.0. **Results:** For menopausal symptoms, there were statistically significant differences between experimental group and control group. For menopausal attitudes, there were no statistically significant differences between groups. **Conclusions:** This result showed that KHT was effective in decreasing menopausal symptoms in perimenopausal women.

• Address reprint requests to : Song, Young A  
College of Nursing, Kyung-Hee University  
1, Hoegi-dong, Dongdaemun-gu 130-701, Korea  
Tel: 82-2-961-9143 C.P.: 82-19-9140-6628  
E-mail: sya6628@hanmail.net

---

\* Associate Professor, College of Nursing Science, Kyung Hee University  
\*\* Adjunct professor, College of Nursing Science, Kyung Hee University