

만성 요통환자가 이용하는 대체요법과 통증, 삶의 질에 대한 연구

하 성 화¹⁾ · 서 연 옥²⁾

서 론

연구의 필요성

현대사회에 있어서 요통은 임상적으로 가장 흔하게 볼 수 있는 문제로서 많은 사람들에게 자신의 직업 및 일상생활 활동에 지장을 주는 질환이다(Park, 2002). 요통은 인구의 80% 이상이 일생 중 한번 이상 경험하며, 그 중 20~30%가 고통 받고 있고, 5%는 요통을 치료하려고 노력하는 것으로 알려져 있다(Kim, 2002; Malanga & Nadler, 1999). 그러나 요통은 인구의 노령화, 교통사고의 증가, 장시간 앉아서 일하는 업무환경, 운동부족 등으로 향후 더욱 증가하게 될 것으로 예상된다(Yang & Lim, 2003).

요통의 치료는 객관적인 신경학적 증상을 보이는 경우에도 대부분 보존적 치료에 의해 10~12주 이내에 치유가 가능하므로 단지 1~2%의 환자들만이 수술적 치료를 요하지만 급성 요통에서 회복된 60%의 환자들이 2년 내에 재발을 경험하며, 인구의 7~10%는 만성요통으로 인한 신체장애를 경험한다(Lee, 1995).

이러한 요통환자들이 만성 통증완화를 위하여 대체요법을 이용하게 되는데, 주로 이용하는 기공, Tai chi, 요가 등이 통증감소에 효과가 없다는 연구(Morone & Greco, 2007)가 있으며, Poole, Glenn과 Murphy (2007)은 발 마사지가 요통 감소에 효과가 있다는 상반된 결과를 보여주었다. 특히 침술요법의 경우 적용기간에 따라 다른 결과를 보였는데 6개월 이내

에는 효과가 없었고(Kukuk, Lungenhausen, Molsberger, & Endres, 2005), 12개월 후 요통감소에 영향을 주었다(Thomas et al., 2006)고 보고하여 대체요법 이용에 대한 지속적인 연구가 필요함을 시사하고 있다.

우리나라의 경우 45세 이상 14.7%, 65세 이상 노인 23.1%가 요통을 앓고 있으며, 요통환자 중 평균 30%정도는 대체요법을 이용하는 것으로 보고되었다(Lee, Ahn, Hwang, Lee, & Koo, 1998). 요통환자들이 통증을 완화하기 위해 이용하는 방법은 수술이나 스테로이드 제제 주사, 진통제, 침상안정, 견인, 물리치료, 보조기 착용 등의 보존적 치료, 운동 등(Yang & Lim, 2003)이며, 대체요법으로는 물리치료, 침, 운동, 뜸, 부황, 지압마사지 등을 많이 이용하고 있었다(Kim, 2003).

그러나 대체요법은 치료효과에 대한 임상 실험이 완전히 끝나지 않은 경우가 대부분이고, 일부 대체요법은 대상자들의 건강문제를 유발하는 경우도 보고되고 있다(Ku, 2002). 대체요법이 환자들의 건강을 위해 많이 사용되고 있음에도 불구하고 아직까지도 부정적으로 인식하고 있으며(Moon, 2004), 요통환자의 대체요법 이용실태와 만족도에 대한 연구만이 일부 보고되어 있다(Kim, E. B, 2003; Yang & Lim, 2003). 또한 만성 요통환자는 통증으로 인하여 일상생활에 많은 방해 를 받게 되어 삶의 질이 저하되며(Lim & Lee, 2003), 통증을 완화시키므로써 삶의 질을 높일 수 있다는 연구들이 있으나(Kim, Y. S, 2003; Lim, 2003; Oh, 1998), 대체요법유형에 대한 보다 자세한 연구결과들이 보고되어 있지 않고, 대체요법에 대한 만족도와 통증, 삶의 질의 관계를 분석한 연구는 많

주요어 : 대체요법, 요통, 삶의 질

1) 부천순천향병원 간호사(교신저자 E mail: cross21h@lycos.co.kr)

2) 순천향대학교 간호학과 교수

투고일: 2008년 2월 20일 심사완료일: 2008년 3월 28일

지 않은 실정이다.

이에 본 연구에서는 만성요통 환자들이 이용하는 대체요법의 유형을 조사하고, 대체요법 유형별 만족도와 통증, 삶의 질의 관계를 분석하여 요통환자의 간호중재에 도움이 되는 정보를 제공하고자 한다.

연구의 목적

본 연구의 목적은 요통환자들이 이용하는 대체요법 실태를 파악하고, 대체요법 이용과 통증, 삶의 질의 관계를 분석하기 위함이다.

- 만성 요통환자의 일반적 특성 및 질병관련 특성을 확인한다.
- 만성 요통환자의 대체요법 이용실태와 통증정도, 삶의 질 정도를 파악한다.
- 만성 요통환자의 대체요법 이용 유무에 따른 통증, 삶의 질의 차이를 분석한다.
- 만성 요통환자의 대체요법 유형별 만족도에 따른 통증, 삶의 질의 관계를 분석한다.

용어정의

● 만성 요통환자

요통은 5개의 요추와 제 1천추가 포함되는 요부에서 발생하는 통증으로(Min, 1994), 본 연구에서는 6개월 이상 요통이 지속되어 온 만 18세 이상의 환자를 말한다.

● 대체요법

대체요법은 현재 의학의 일부로 인정되지 않는 여러 의료 및 건강관련 이론, 기술, 제품 등을 총괄한 명칭으로, 종래의 치료법 대신 사용되는 대안치료법을 말한다(www.nccam.nih.gov). 본 연구에서는 Kim, E. B(2003)의 연구도구를 수정 보완하여 측정된 대체요법 유형별 빈도, 만족도 정도를 의미한다.

● 통증

통증은 주관적 개념으로써 실제적, 잠재적 조직손상과 동반되어 경험하는, 또는 그런 손상의 견지에서 표현되는 기분 나쁜 감각이나 불쾌한 정서적 경험을 모두 포함한다(Lee, 2004). 본 연구에서는 시각적 상사 척도(Visual Analog Scale; VAS)로 측정된 통증의 정도를 의미한다.

● 삶의 질

삶의 질이란 신체적, 정신적, 사회적, 경제적 영역에서 각 개인이 지각하는 주관적인 안녕을 의미한다(Ro, 1988). 본 연구에서는 Sim 등(1999)이 개발한 건강관련 삶의 질 4영역, 즉

신체적 기능, 정신적 기능, 사회적 역할, 활력상태 등의 한국형 건강관련 삶의 질 측정도구로 측정된 점수를 말한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 만성 요통환자가 이용하는 대체요법 이용실태와 통증정도, 삶의 질과의 관계를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구 대상

연구대상자는 2005년 12월 15일부터 2006년 4월 20일까지 경기도 S대학병원 정형외과 입원환자 및 외래를 방문한 만성 요통환자 170명을 대상으로 질문지를 이용하여 조사하였고, 결측치가 많은 질문지를 제외한 162명의 자료를 분석하였다.

대상자 선정기준은 연구의 목적을 이해하고 연구 참여를 동의한 18세 이상의 요통환자로서, 6개월 이상 지속되는 통증을 가지고 있으며, 다른 합병증 진단이 없고, 보존적 치료와 수술적 치료를 받은 환자를 모두 포함시켰다.

연구 도구

● 대체요법 이용실태

요통환자의 대체요법 이용실태는 문헌 및 Kim, E. B(2003)의 연구에서 사용한 질문지를 토대로 대체요법 17유형에 대한 경험유무로 답하게 하였으며 복수응답이 가능한 도구를 이용하였다. ‘지난 6개월 동안 이용한 대체요법의 종류, 만족도에 관한 내용 17문항과 대체요법 이용실태에 대한 2문항으로 구성되어 있다.

● 통증정도

통증정도는 시각적 상사 척도(Visual Analog Scale; VAS)를 이용하여 측정하였다. 요통환자의 상황에 맞게 통증 정도 5문항(걸어 다닐 때, 누워 있을 때, 앉아 있을 때, 현재 요통의 정도, 평상시 요통 경험 정도)을 0-10cm의 선에 표시하도록 하였으며, 0cm(통증이 전혀 없다)에서 10cm(통증이 매우 심하다)으로 점수가 높을수록 통증정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha=0.89였다.

● 삶의 질

삶의 질은 Sim 등(1999)이 개발한 한국형 건강관련 삶의 질 도구로 측정하였으며, 원 도구는 9개 하위영역으로 구성되어있

으나 본 연구에서는 요통환자에게 적합한 4개영역(신체적 건강, 정서적 건강, 사회적 역할, 활력상태)을 이용하여 측정하였다. 점수분포는 ‘확실히 그렇다’ 1점에서부터 ‘전혀 그렇지 않다’ 5점까지의 부정문항으로 점수가 높을수록 삶의 질이 높은 것을 의미한다. 개발 당시 도구의 영역별 신뢰도는 Cronbach's alpha=0.77~0.94이었다. 본 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha=0.94였고, 각 영역별로는 신체적 건강 0.93, 정신적 건강 0.93, 사회적 역할 0.93, 활력상태 0.94였다.

자료수집 방법

자료수집은 해당 기관의 책임자와 담당자에게 연구목적, 연구대상, 기대효과, 설문작성 방법에 대해 설명을 하여 자료수집에 대한 협조를 요청하고 허락을 받았으며, 연구대상자에게 연구목적을 설명하고 동의를 구한 후 설문지침을 안내 하였다. 장시간 집중이 어려운 경우나 시력에 문제가 있는 경우에는 본 연구자가 직접 설문지를 읽어주고 응답하게 한 후

누락된 자료가 있는지 검토 후 회수 하였다. 개별 설문에 소요된 시간은 40여분 정도였다.

자료분석 방법

수집된 자료를 SPSS(window. 11.0)프로그램을 이용하여 전산처리 하였다.

- 일반적 특성과 질병관련 특성, 대체요법 유형별 이용실태는 실수, 백분율을 구하였다.
- 통증정도와 삶의 질 정도는 평균과 표준편차를 이용하였다.
- 대체요법 이용 유무에 따른 통증, 삶의 질의 차이는 t-test로 분석하였다.
- 대체요법 유형별 만족도와 통증, 삶의 질의 관계는 Pearson's Correlation Coefficient로 분석하였다.

연구 결과

<Table 1> Demographic characteristics and use of CAT

(N=162)

Characteristics	Categories	n	(%)	Mean(SD)
Sex	Male	54	33.3	
	Female	108	66.7	
Age (year)	≤29	25	15.4	42.96(±15.67)
	30~39	27	16.7	
	40~49	35	21.6	
	50~59	37	22.8	
	60≤	38	23.5	
Education	None	14	8.6	
	Elementary school	23	14.2	
	Middle school	20	12.3	
	High school	50	30.9	
	University	55	34.0	
Marital status	Single	30	18.5	
	Married	91	56.2	
	Divorce, Separation	41	25.3	
Religion	Yes	99	61.1	
	No	63	38.9	
Occupation	Yes	86	53.1	
	No	76	46.9	
Duration of disease (year)	>3	46	28.3	79.71(±92.03) month
	>3~6	55	34.0	
	>6~9	23	14.2	
	9<	38	23.5	
Use about CAT	User	135	83.3	
	Non-user	27	16.7	
Reason for use of CAT	Seems to be effectiveness	82	50.6	
	Establish scientific basis	5	3.1	
	Through a person experienced	33	20.4	
	Seems to be less side effects	16	9.9	
	Provide for peace of mind	5	3.1	
	Others	3	1.9	

CAT: complementary and alternative therapy

일반적 특성과 대체요법 이용 실태

연구대상의 일반적 특성 및 질병관련 특성에 관한 조사결과를 <Table 1>과 같다.

성별 분포는 여자가 66.7%로 더 많았고, 연령 분포는 60세 이상이 23.5%, 29세 이하가 15.4%로 평균연령이 42.96세(15.67)였다. 교육정도는 대졸이상이 34.0%, 고졸이 30.9%로 본 연구 대상자들의 교육 상태가 비교적 높은 상태임을 알 수 있다. 배우자가 있는 대상자가 56.2%로 많았고, 이혼·별거·사별이 25.3%, 미혼이 18.5%였다. 종교가 있는 대상자는 61.1%, 직업이 있는 경우는 53.1%로 나타났다.

요통의 유병기간은 3~6년 미만인 34.0%로 가장 많았고, 3년 미만이 28.3%, 9년 이상이 23.5%, 6~9년 미만이 214.2%로 평균 79.71개월(92.03)이었다.

대체요법을 이용해 봤다고 응답한 대상자는 83.3%였으며, 선택이유로는 효과가 있을 것 같아서가 50.6%로 가장 많았고, 이용하는 다른 사람을 보고 20.4%, 부작용이 적을 것 같아서 9.9%, 과학적으로 증명이 되어서 3.1%, 마음의 위안이 되어서 3.1%의 순으로 나타났다.

대체요법 유형별 이용 빈도와 만족도

대체요법 유형별 이용 빈도와 만족도는 <Table 2>와 같다. 대체요법 이용 빈도는 침술이 53.1%로 가장 많았고, 반신욕·족욕이 37.0%이었으며, 마사지 33.3%, 약물·생리적 치료 21.6%, 생전자기장 21%, 약초요법 17.9%의 순으로 나타났다. 대체요법에 대한 만족정도는 요가가 2.81점(±0.39)으로 가장 높았고, 반신욕·족욕이 2.65점(±0.57), 마사지는 2.62점(±0.70)으로 나타났으며 이용 빈도가 가장 많았던 침술은 2.56점(±0.76)으로 나타났다.

통증정도와 삶의 질

대상자의 자세에 따른 통증정도와 삶의 질 정도는 <Table

3>과 같다.

통증 측정도구를 이용하여 대상자의 통증정도를 조사한 결

<Table 2> Frequency and satisfaction following types of CAT

Types of CAT	Frequency n(%)*	Satisfaction Mean(SD)
Acupuncture	86(53.1)	2.56(0.76)
Half bath. foot bath	60(37.0)	2.65(0.57)
Massage	54(33.3)	2.62(0.70)
Drug physiological treatment	35(21.6)	2.08(0.65)
Magnetic treatment	34(21.0)	2.11(0.68)
Herb medical therapy	29(17.9)	2.24(0.63)
Yoga	27(16.7)	2.81(0.39)
Chiropractic	27(16.7)	2.56(0.80)
Vice-Hwang	27(16.7)	2.25(0.90)
Nutrition	26(16.0)	2.00(0.69)
Diet control	20(12.3)	1.80(0.61)
Moxibustion	18(11.1)	2.27(0.75)
Hand therapy	17(10.5)	2.29(0.91)
Hand acupuncture	13(8.0)	2.23(0.72)
Traditional medical therapy	11(6.8)	2.00(0.77)
Aroma therapy	7(4.3)	1.86(0.69)
Meditation	5(3.1)	2.40(0.54)

* multiple response

과에서 ‘평상시 요통’정도가 5.08점(±2.19)으로 가장 높았고, ‘걸어 다닐 때’는 4.65점(±2.67), ‘현재의 통증정도’가 4.23점(±2.25), ‘앉아 있을 때’가 3.75점(±2.40), ‘누워 있을 때’는 2.88점(±2.58), 전체 통증의 평균은 4.12점(±2.03)이었다.

삶의 질 전체의 평균은 3.10점(±0.90)이었고, 신체적 기능 3.14점(±1.15), 정신적 기능 3.62점(±0.98), 사회적 역할 3.00점(±1.01), 활력상태 2.34점(±0.85)으로 나타났다.

대체요법 이용 유무에 따른 통증과 삶의 질 차이

대체요법을 이용한 대상자의 통증점수는 4.13점(±1.93)으로 이용하지 않는 대상자보다 높았으나 통계적으로 유의한 차이가 없었다(F=1.76, p=0.861)<Table 4>.

대체요법 이용에 따른 삶의 질은 유의한 차이를 보이지 않

<Table 3> Characteristics of pain and quality of life

(N=162)

Characteristics	Categories	Range	Mean	SD	Total mean(SD)
Pain degree by position	Walking	0-10	4.65	2.67	4.12(2.03)
	Lying down		2.88	2.58	
	Sitting		3.75	2.40	
	Pain of present time		4.23	2.25	
	Usual condition		5.08	2.19	
Quality of life	Body function	1-5	3.14	1.15	3.10(0.90)
	Spirit Function		3.62	0.98	
	Social role		3.00	1.01	
	Vital condition		2.34	0.85	

<Table 4> As for pain and quality of life according to the use of CAT

(N=162)

Characteristics	CAT use		F	p
	Users(n=135)	Non-user(n=27)		
	Mean(SD)	Mean(SD)		
Pain	4.13(1.93)	4.05(2.49)	.176	0.861
Total QOL	3.09(0.86)	3.14(1.11)	-.231	0.819
Body function	3.15(1.09)	3.22(1.42)	-.232	0.818
Spirit function	3.03(0.83)	3.08(0.96)	-.246	0.806
Social role	2.96(0.99)	2.87(1.14)	.400	0.689
Vital condition	2.31(0.84)	2.48(0.87)	-.933	0.352

았다(F=-.231, p=0.819). 평균점수에서는 대체요법을 이용하지 않는 대상자의 전체 삶의 질(F=-.231, p=0.819)과 하위영역 중 신체적 건강(F=-.232, p=0.818), 정서적 건강(F=-.246, p=0.806), 활력상태(F=-.933, p=0.352)에서 대체요법을 이용하는 대상자에 비해 높았으나, 사회적 역할(F=.400, p=0.689)에서는 대체요법을 이용하는 대상자의 평균이 더 높았다.

대체요법 유형별 만족도와 통증, 삶의 질의 관계

대체요법 유형별 만족도와 통증의 관계에서 유의한 차이를 보인 대체요법은 침술(r=-0.29, p=0.006), 카이로프랙틱(r=-0.59, p=0.001), 수지침(r=-0.66, p=0.013), 반신욕·족욕(r=-0.30, p=0.019)으로서 침술, 카이로프랙틱, 수지침, 반신욕·족욕에 대한 만족도가 높을수록 통증 정도가 낮은 것으로 나타났다. 대체요법 유형별 만족도와 삶의 질의 관계에서는 침술(r=0.34, p=0.001), 카이로프랙틱(r=0.51, p=0.006), 수지침(r=0.45, p=0.115), 반신욕·족욕(r=0.29, p=0.024)에서 유의한 차이를 보여, 이 대체요법에 대한 만족도가 높을수록 삶의 질이 높은 것을 알 수 있다<Table 5>.

논 의

본 연구는 요통환자의 대체요법 이용실태 및 만족도와 통증, 삶의 질 정도를 파악하기 위함으로 연구 결과에 기초하여 다음과 같이 논하고자 한다.

본 연구에서 대체요법의 이용 빈도는 83.3%를 차지하였다. 이는 만성 요통환자를 대상으로 한 Yang과 Lim(2003)의 연구

에서는 66.7%가 대체요법을 이용하고, Kim, E. B(2003)의 연구에서는 요통환자의 91.7%가 대체요법을 이용하는 것으로 나타나 약간의 차이를 보이고 있다. 그러나 퇴행성관절염 환자의 62.6%(Lee, 2007), 류마티스질환 환자를 대상으로 한 윤태형 등(2005) 59.3%가 대체요법을 이용한다는 연구와 비교했을 때 대체적으로 만성요통 환자의 대체요법 이용 빈도가 높음을 알 수 있다. 이와 같이 만성 요통환자의 대체요법 이용 빈도가 비교적 높은 것으로 나타났으나 연구들마다 차이를 보이므로 대체요법 빈도에 대한 계속적인 연구를 통하여 정확한 이용 빈도를 확인해야할 필요가 있다.

본 연구대상자는 여성이 66.7%로 많았고, 전체 환자의 평균 나이는 43세로 나타났다. 이는 요통환자를 대상으로 한 Yang과 Lim(2003)의 연구에서 여성의 비율(65.1%)은 비슷하지만 평균나이(55.2세)는 본 연구보다 높아 차이 있는 결과를 보였고, Kim, E. B(2003)의 연구에서는 본 연구에서 보다 여성의 비율(54%)은 낮지만 연령대(40-59세)에서 비슷한 결과를 제시하고 있어 여성이 대체요법의 주 이용자임을 알 수 있다.

대체요법 유형별 이용 빈도는 침술이 53.1%로 가장 많았고, 만족도가 높은 것은 요가, 반신욕·족욕, 마사지였다. 이는 요통환자를 대상으로 한 Yang과 Lim(2003)의 연구에서 침술, 반신욕 등을 많이 사용한다는 결과와 일치된다. 우리나라의 경우에도 침술을 이용하는 대상자가 많기 때문에 점차 침술의 효과를 입증하기 위한 중재연구들이 보고되고 있다. Lim과 Lee(2003)의 연구에서는 만성요통 환자에게 수지침과 서암봉을 적용하여 수지요법을 받은 실험군의 통증이 감소되었음을 보고하고 있다.

연구의 대상자들의 통증정도는 평상시 통증정도가 가장 높

<Table 5> Significant relationships between satisfaction, pain and quality of life

Characteristics	N(%)*	Satisfaction		
		Mean(SD)	Pain	Quality of life
			r(p)	r(p)
Hand acupuncture	86(53.1)	2.56(0.76)	-0.29(0.006)	0.34(0.001)
Massage	54(33.3)	2.62(0.70)	-0.25(0.067)	0.06(0.658)
Chiropractic	27(16.7)	2.56(0.80)	-0.59(0.001)	0.51(0.006)
Half bath, foot bath	60(37.0)	2.65(0.57)	-0.30(0.019)	0.29(0.024)

* multiple response

있고, 대부분이 하루 동안 불규칙하게 통증을 경험하며, 걸어 다닐 때 통증정도가 높은 것으로 나타났다. 요통환자를 대상으로 한 Follick, Ahern과 Laser-Wolston(1984)의 연구에서도 서있고, 걸어 다닐 때의 통증이 높은 것으로 나타나 유사한 결과를 보였다. 이는 요통환자의 자세에 따라 통증의 양상이 다르게 나타나는 것으로서 요통환자의 통증감소에 도움이 되는 올바른 자세유지를 위한 교육이 필요함을 시사한다.

대체요법을 이용한 경험에 따른 통증과 삶의 질의 차이를 살펴보면, 통계적인 유의한 차이를 보이지 않았으나, 대체요법을 이용한 경험이 있는 대상자의 통증정도가 낮았고, 삶의 질은 더 낮았다. 이는 통증정도가 높은 대상자가 대체요법을 많이 이용하고 통증으로 인해 삶의 질은 더 낮아진 것으로 해석된다. Lim(2003)와 Lim과 Moon(1998)의 연구에서도 통증이 심한 경우 삶의 질이 낮아진 것으로 본 연구와 일치하는 결과를 보여주었다. 삶의 질을 하위 영역별로 봤을 때 신체적 기능, 활력상태 영역에서 대체요법을 이용하는 대상자가 유의하게 낮은 상태를 보여 삶의 질이 낮아져있었다. 이는 일상생활을 할 때의 신체적 상태에서 요통으로 인해 많은 어려움을 겪기 때문에 대체요법을 이용하고 있는 것이라고 해석할 수 있다. 따라서 만성요통 환자의 경우 통증 정도가 심하거나 일상생활에서의 활동에 제한이 있을 때 대체요법을 많이 이용함을 알 수 있으며, 통증완화를 위한 대체요법의 유형을 확인하여 안정성과 효과를 입증할 수 있는 과학적 연구가 수행되어야 할 것이다.

대체요법 유형 중 침술, 카이로프랙틱, 반신욕-족욕, 수지침에 대한 만족도는 통증에 영향을 주어 만족도가 높은 경우에 통증이 감소하고, 삶의 질은 수지침을 제외한 세 개 대체요법에서 높은 순 상관관계를 보였다. 만성 요통환자들이 이용하는 대체요법 중 침술, 카이로프랙틱 등은 선행연구에서도 많이 이용할 뿐 아니라 만족도가 높았던 것(Tindle, Davis, Phillips, & Eisenberg, 2005; Kim, E. B., 2003)이었다. 우리나라에서도 많이 이용하는 침술요법은 12~24개월 정도 적용하였을 때 통증완화 효과가 있어 비용 효과적 측면에서 고려되어야 하는 단점이 있다(Thomas et al., 2005). 반신욕-족욕은 최근 들어 우리나라에서 유행이 되어 대부분의 사람들이 손쉽게 이용하는 방법들이며, 일본을 비롯한 아시아권에서 주로 사용하는 방법으로 반신욕, 족욕의 효과가 혈관이완을 통해 혈액순환을 촉진함으로써 근 이완에 도움을 주어 통증을 완화시키는 효과가 있는 것으로 알려져 있다(Kim, S. L., 2003). 반신욕-족욕은 대상자들에게 큰 위험을 주지 않는 비교적 안전한 방법이고 쉽게 적용할 수 있는 방법이라 바람직한 대체요법으로 권유하는 것도 좋을 것으로 판단된다.

이상과 같이 만성 요통환자들은 직접적인 효과를 얻을 수 있는 대체요법을 많이 이용하고 있으며, 이용한 대체요법에

대한 만족도도 높음을 알 수 있었다. 그러므로 과학적인 연구 방법을 적용하여 그 효과를 입증할 수 있는 연구결과들이 제시되어야하며, 각 대상자들이 자신의 질병특성에 적합한 대체요법을 선택할 수 있도록 의료인들은 대체요법에 대한 정확한 정보를 제공할 수 있어야 할 것이다.

결론 및 제언

본 연구는 요통을 경험하는 척추질환자를 대상으로 한 대체요법의 이용실태에 따른 통증양상과 삶의 질을 파악하기 위한 서술적 조사연구로써 2005년 12월 15일부터 2006년 4월 20일 까지 부천시 S병원 정형외과 입원환자 및 외래에 만성 요통을 주소로 내원하는 환자 162명을 대상으로 자료 수집을 하였다.

연구대상의 일반적 특성은 60세 이상이 23.5%, 대졸이상이 34.0%, 생활수준은 ‘중간정도’가 67.3%로 각각 많은 것으로 나타났다. 요통의 유병기간은 3~6년 미만이 34.0%로 가장 많았고, 평균 79.7개월로 나타났다. 대체요법의 만족정도 평균은 요가가 2.81점으로 가장 높았고, 반신욕-족욕이 2.65점, 마사지는 2.62점으로 나타났으며 가장 이용도가 많았던 침술은 2.56점으로 나타났다.

대체요법 이용 유무에 따른 통증과 삶의 질의 차이에서는 대체요법을 이용한 대상자가 통증정도가 높고, 삶의 질은 낮았으나 유의한 차이를 보이지 않았다. 대체요법 유형별 만족도와 통증 4.13점(±1.93), 삶의 질(F=-.231, p=0.819) 관계에서는 침술, 카이로프랙틱, 반신욕-족욕의 만족도가 통증과 삶의 질에 유의한 관계가 있었다.

이상의 연구 결과에서 만성 요통환자들은 대체요법에 대한 만족도가 높을수록 통증완화에 도움이 되고 삶의 질도 향상되는 것으로 나타났다. 그러므로 의료인들은 만성요통 환자가 이용하는 대체요법에 지속적 관심을 가지고 올바른 대체요법을 선택하도록 적절한 지침을 마련하여 제공해주어야 할 것으로 사료된다. 향후 만성요통환자가 선호하는 대체요법 유형별 효과를 확인하기 위한 광범위 조사가 필요하며, 통증완화에 미치는 효과를 객관적으로 입증할 수 있는 실험연구가 수행되어야 함을 제언한다.

References

- Follick, M. J., Ahern, D. K., & Laser-Wolston, N.(1984). Evaluation of a daily activity diary for chronic pain patients. *Pain*, 19(4), 373-382.
- Kim, E. B. (2003). *A study on uses of the complementary therapies in patients with low back pain*. Unpublished master's thesis, education Yonsei University, Seoul.

- Kim, S. L. (2003). *Half bath*. Seoul: HakYoungSa.
- Kim, Y. K. (2002). *Effect of lumbar rehabilitation exercise on lumbar function, lumbar posture and low back pain in Tae Kwon Do players*. Unpublished doctoral dissertation, Kon-Kuk University, Seoul.
- Kim, Y. S. (2003). *The study of correlational relationship among the chronic low back pain which the patients can perceive, the support of the family and the quality of life*. Unpublished master's thesis, Kyunghee University, Seoul.
- Ku, J. H. (2002). *The perception on alternative health care among nurse and patients*. Unpublished master's thesis, Inje University, Seoul.
- Kukuk, P., Lungenhausen, M., Molsberger, A., & Endres H. G. (2005). Long-term improvement in pain coping for cLBP and gonarthrosis patients following body needle acupuncture: A prospective cohort study. *Eur J Med Res*, 10(6), 263-272.
- Lee, H. B. (2007). The behavior of complementary and alternative medicine used by hospitalized patients with degenerative arthritis. Unpublished master's thesis, Kyung Pook National University, Daegu.
- Lee, K. S., Ahn, H. S., Hwang, L. I., Lee, Y. S., & Koo, B. H. (1998). Utilization of Alternative Therapies in Cancer Patients. *Cancer Treat Res*, 30(2), 203-213.
- Lee, K. W. (1995). Therapeutic exercise in low back pain. *J Korean Acad Rehab Med*, 19(2), 203-208.
- Lee, S. E. (2004). Pain Electric. *Biochemistry and Molecular Biology news*, 24(3), 188-195.
- Lim, H. J., & Moon, Y. I. (1998). Pain, Family support and Quality of life in patients with ankylosing spondylitis. *J Korean Acad Nurs*, 28(2), 329-343.
- Lim, N. Y., & Lee, Y. J. (2003). The effects of koryo hand acupuncture on the patients with chronic low back pain. *J Korean Acad Nurs*, 33(1), 79-86.
- Lim, S. W. (2003). *A study on health related quality of life among patients with chronic pain*. Unpublished master's thesis, Inje University, Seoul.
- Malanga, G. A., & Nadler, S. F. (1999). Nonoperative treatment of low back pain. *Mayo Clinic Proceedings*, 74(11), 1135-1148.
- Moon, H. W. (2004). *A study on the use of the complementary and alternative therapy in female cancer patients*. Unpublished doctoral dissertation, Ewha Womans University, Seoul.
- Morone, N. E., & Greco, C. M. (2007). Mind-body interventions for chronic pain in older adults: A structured review. *Pain Med*, 8(4), 359-375.
- National center for complementary and alternative medicine. *National Institutes of Health*, Retrieved October 24, 2007, from <http://nccam.nih.gov/health/whatiscam>.
- Oh, H. J. (1998). The relationship between pain level and perceived family support and quality of life in musculoskeletal patients with chronic pain. *Korean J Rehabil Nurs*, 1(1), 93-109.
- Park, I. K. (2002). *Quality and quantity study about changes for the chronic low pain back throughout the qigong training: toward the patient had the transformation after be wounded the first lumbar*. Unpublished master's thesis, Myoungji University, Seoul.
- Poole, H., Glenn, S., & Murphy, P. (2007). A randomised controlled study of reflexology for the management of chronic low back pain. *Eur J Pain*, 11(8), 878-887.
- Ro, Y. J. (1988). *An Analytical study on the quality of life of the middle-aged in Seoul*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Sim, J. Y., Lee, J. K., Kim, S. Y., Won, J. W., Sun, W. S., Park, H. K., et al. (1999). The development of korean health related quality of life scale. *J Korean Acad Fam Med*, 20(10), 1197-1208.
- Thomas, K. J., MacPherson, H., Ratcliffe, J., Thorpe, L., Brazier, J., Campbell, M., et al. (2005). Longer term clinical and economic benefits of offering acupuncture care to patients with chronic low back pain. *Health Technol Assess*, 9(32), 1-68.
- Thomas, K. J., MacPherson, H., Thorpe, L., Brazier, J., Fitter, M., Campbell, M. J., et al (2006). Randomized controlled trial of a short course of traditional acupuncture compared with usual care for persistent non-specific low back pain. *BMJ*, 333(7569), 611-612.
- Tindle, H. A., Davis, R. B., Phillips, R. S., & Eisenberg, D. M. (2005). Trends in use of complementary and alternative medicine by US adults: 1997-2002. *Altern Ther Health Med*, 11(1), 42-49.
- Yang, J. H., & Lim, S. W. (2003). A survey of utilization of alternative therapies in chronic low back pain patients. *Inje Journal*, 18(1), 643-662.
- Yoon, T. H., Park, H. K., Han, D. W., Bae, S. C., & Moon, O. R. (2005). Complementary and alternative medicine use and its determining factors among patients with rheumatic disorder in Korea. *J Korean Acad Fam Med*, 26(4), 203-210.

Use of the Complementary and Alternative Therapies, Pain and Quality of Life in Patients with Chronic Back Pain

Ha, Sung Wha¹⁾ · Suh, Yeon Ok²⁾

1) Nurse, Soonchunhyang University Hospital, Bucheon
2) Professor, Department of Nursing, Soonchunhyang University

Purpose: The purpose of this study was to identify the uses of complementary and alternative therapies(CAT), pain, and quality of life(QOL) in patients with chronic back pain. **Method:** A descriptive survey was conducted using convenient sample. One hundred sixty two patients with chronic back pain participated in this study. Types and satisfaction of CAT, pattern of back pain, and QOL were investigated. **Result:** 83.3% of all participants reported in the use of CAT. The most common types of CAT used were acupuncture and half-bath. Yoga were the most high satisfaction among the types. The mean score of back pain was 4.12, QOL was 3.10, that was mostly low score. There was no significant difference back pain and QOL between CAT user and nonuser. Correlation with satisfaction of CAT according the most using types were a negative correlation with back pain and a positive correlation with QOL. **Conclusion:** These result indicate that the mostly patients with back pain feels the satisfaction of CAT use. It is important that provide the obvious information about CAT which can be helpful to patient.

Key words : Complementary alternative therapies, Back pain, Quality of life

• Address reprint requests to : Ha, Sung Wha
Department of Nursing, Soonchunhyang University
366-1, Ssangyongdong Cheonan 330-090, Korea
Tel: 82-41-570-2492 Fax: 82-41-575-9347 E-mail: cross21h@lycos.co.kr