

# 요리 미술 활동이 치매 노인의 인지기능 및 우울에 미치는 효과

정춘임 · 김이순<sup>1</sup> · 이해웅<sup>2</sup> · 김경철<sup>3</sup>

파랑새 아이들의 집 / 1. 동의대학교 자연과학대학 간호학과 / 2. 동의대학교 한의과대학 예방의학교실 / 3. 동의대학교 한의과대학 진단학교실

---

## Abstract

---

The Effect of Cooking and Art Activities on Cognitive Function and Depression of Dementia Patients

Chun-Im Jung · Yi-Soon Kim<sup>1</sup> · Hai-Woong Lee<sup>2</sup> · Gyeong-Cheol Kim<sup>3</sup>

*Bluebird Children's House / 1. Department of Nursing, College of Natural Science /*

*2. Department of public health, College of Oriental Medicine / 3. Department of diagnostics, College of Oriental Medicine*

### Objectives

The purpose of this study was to examine the effect of cooking and art activities on cognitive function and depression of dementia patients.

### Methods

The study was carried out on 34 dementia patients (experimental group: 17 persons, control group: 17 persons) at 65 years old or more who correspond to a total MMSE-M, MMSE-K point between 15 and 23 points instituted in a specialized nursing facility in Busan from November 30, 2007 to February 20, 2008. The study used a nonequivalent pretest-posttest design. In previous survey, the study measured points of general characteristics, cognitive function and melancholy. To the experimental group, cooking art activities were carried out for 90 minutes every time and once every week for 12 weeks.

### Results

Analysis on data was performed using SPSS/WIN 14.0. In addition  $\chi^2$ -test, Fisher's exact test and t-test were used for testing of homogeneity and ANOVA was performed for testing of hypothesis. The results of this study are as follows. 1. Hypothesis 1 that 'The experimental group with cooking art activities will show a higher point of cognitive function than the control group without cooking art activities' was supported ( $F=65.497, p<0.001$ ). 2. Hypothesis 2 that 'The experimental group with cooking art activities will show a lower point of melancholy than the control group without cooking art activities' was supported. ( $F=27.463, p<0.001$ )

### Conclusions

From the above results, cooking art activities showed a significant difference in the increase in cognitive function and reduction in melancholy of dementia patients.

### Key Words

Cooking, art activity, cognitive function, depression, dementia

---

\* 교신저자 : 김경철 / 소속 : 동의대학교 한의과대학 진단학교실

TEL : 051-850-8649 / E-mail : kimkc@deu.ac.kr

투고일 : 2011년3월18일; 수정일 : 2011년4월4일; 게재확정일 : 2011년4월11일

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

의학의 발달과 생활수준의 향상으로 평균 수명이 연장됨에 따라 노인 인구가 급속하게 증가하고 있는 것은 세계적인 추세이다. 우리나라의 경우 65세 이상 노인인구는 2000년 7.3%로 고령화 사회에 진입한 이후 빠른 속도로 증가하여, 2008년 10.3%, 2018년 14.3%로 고령사회에, 2026년에는 20.8%로 초 고령 사회가 될 것으로 전망되고 있다.<sup>1)</sup> 이처럼 노인인구가 증가함에 따라 만성퇴행성질환도 증가하고 있으며 그 중 최근 가장 주목을 받고 있는 노인질환 중 하나가 치매이다.

2005년 우리나라의 치매 유병률은 8.3%, 2020년에는 9.0% 증가가 예측되며,<sup>1)</sup> 치매는 향후 노인의 건강문제를 넘어 큰 사회문제로 대두 될 것으로 전망하고 있어 치매 예방 및 조기중재의 필요성이 강력히 시사되고 있다.

치매는 정상적으로 성숙한 뇌가 후천적인 외상이나 질병 등의 원인에 의해서 기질적으로 손상 또는 파괴되어 의식의 장애 없이 인지기능이 감퇴하는 복합적인 임상증후군이다.<sup>2)</sup> 치매가 진행되면 사회생활과 인간관계를 원만히 수행하지 못할 정도로 인지기능이 저하 되고,<sup>3)</sup> 이차적으로는 우울, 행동장애, 수면장애, 인격변화, 망상, 환각 등의 정신과적 증상도 흔히 동반된다.<sup>4)</sup> 이러한 치매의 증상은 환자 자신은 물론 가족의 삶의 질을 떨어뜨리고 전 가족을 황폐화시킬 정도로 많은 부담과 고통을 동반하며 사회적으로도 심각한 문제가 되고 있다.

대부분의 치매환자는 의학적 치료에 의존하고 진정제, 항우울제, 수면제 등 단순히 증상을 조절하는 약물과 인지기능 개선제 등을 주로 사용하고 있다. 그러나 치매노인에게 적용되는 약물요법만으로는 완전한 치료를 기대하기 어려워 최근에는 치매노인을

위한 사회환경적 치료의 중요성과 다각도의 공동 치료적 접근의 필요성을 인식하고 이러한 접근 방법을 시도하고 있다.<sup>5)</sup>

지금까지 선행연구를 통해 나타난 사회환경적 연구에서 인지요법,<sup>6,7)</sup> 원예요법,<sup>8)</sup> 회상요법<sup>9)</sup> 등은 치매노인의 인지기능을 향상시켰고, 음악요법은 치매노인의 인지기능 증가와 우울증상을 감소시켰으며,<sup>10-12)</sup> 미술요법은 치매노인의 정서적 위축에는 효과가 있었으나 인지기능과 우울에 유의한 효과가 없어<sup>13)</sup> 연구결과가 일관성 있게 제시되지 않았다. 따라서 치매노인의 관리 문제는 개별적인 연구보다는 개개인의 흥미유발과 적극적인 참여를 유도할 수 있는 인지적, 정서적, 행동적 측면의 통합된 중재방법들이 필요하며 최근 다양한 중재 방법들이 검증되고 있다.<sup>14,15)</sup>

또한 치매노인은 인지기능 장애로 인해 새로운 것을 배우는 것이 어렵고 기분과 행동이 순간적으로 자주 변하여 한곳에 오래 집중하거나 지속하는 것이 어려우므로 치매노인에게 친숙하며 이미 학습되어져 있는 것을 회상해서 사용하면 기억력 손상을 예방하고 정서적인 면에서도 긍정적인 영향을 줄 수 있다.<sup>16)</sup> 그러므로 새로운 중재 방법보다 과거에 학습되어져 있는 내용을 회상해서 사용하면 배움에 대한 스트레스가 적고 수행하는데 부담이 없으며, 즐거움도 느낄 수 있으므로 긍정적인 효과를 기대할 수 있다.<sup>17)</sup>

이러한 차원에서 요리 미술 활동은 노인의 삶과 친숙한 요리와 미술 매체를 이용한 창작활동으로 장기 기억력 회복과 정서적 지지체계를 형성하여 우울과 고독감에서 벗어나 정서적 안정을 도모할 수 있다. 요리 활동은 다양한 감각기관을 자극하는 방법<sup>18)</sup>이며, 미술요법은 인지기능저하로 자유로운 의사소통이 어려운 노인들에게 표현능력을 증진시키며 대인관계능력의 향상, 사회적응능력을 습득할 수 있는 것으로 보고되고 있다.<sup>19,20)</sup> 따라서 요리활동이 자신의 생각과 느낌, 회상을 표현하는 미술활동과 연계하여 이루어 질 때 자연스럽게 색감과 감각을 익히고 만지

Table 1. Study Design

Group	Pre-test	Treatment	Post-test
Experimental group (n=17)	Ye <sub>1</sub>	X	Ye <sub>2</sub>
Control group(n=17)	Yc <sub>1</sub>		Yc <sub>2</sub>

X : Cooking and Art Activities

Ye<sub>1</sub> , Yc<sub>1</sub> : General characteristics, cognitive function, depression

Ye<sub>2</sub> , Yc<sub>2</sub> : Cognitive function, depression

고 자르고 냄새 맡고 맛보는 과정에서 오감을 자극하여 인지기능을 향상시키며 긍정적 정서와 우울감소에 효과가 있을 것이라 생각된다.

이에 본 연구에서는 요리활동에 미술활동을 접목하여 치매노인의 효율적인 관리중재 안을 개발하는 기초로 삼고자 본 연구를 시도하였다.

## 2. 연구기설

가설 1: 요리 미술 활동을 제공받은 실험군은 제공받지 않은 대조군보다 인지기능 점수가 높을 것이다.

가설 2: 요리 미술 활동을 제공받은 실험군은 제공받지 않은 대조군보다 우울점수가 낮을 것이다.

## II. 대상 및 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 치매 노인에게 제공된 요리 미술 활동이 인지기능과 우울에 미치는 효과를 검증하기 위한 유사 실험연구로서 비동등성 대조군 전후실험설계(Non-equivalent control group pretest-posttest design)를 이용하였다. 본 연구설계를 구체적으로 도식화 해보면 다음과 같다. (Table 1)

### 2. 연구대상 및 표집방법

본 연구의 대상은 부산광역시 B전문요양시설에 입소한 65세 이상 치매노인으로 구체적인 선정기준은 다음과 같다. 1) MMSE-K를 실시하여 총점이 15점에서 23점 사이에 해당되는 자 2) 팔과 손의 기능이 정상인 자 3) 정신지체 및 정신과적 기왕력이 없는 자 4) 의사소통이 가능한 자 5) 본 연구의 목적을 이해하고 동의한 자로 한다.

본 연구의 목적을 달성하기 위한 연구대상자 수는 지 등<sup>14)</sup>의 논문을 근거로 하여 유의수준(0.05), 통계적 검정력(0.80)에 따라 Cohen<sup>21)</sup>의 공식에 의해 계산하여 실험군 16명, 대조군 16명이 요구되었다. 실험 탈락 예상자를 고려하여 실험군 20명과 대조군 20명을 초기대상자로 선정하였으며, 이들 중 개인적인 사정과 퇴원 등의 이유로 프로그램에 3회 이상 불참한 3명과 사후조사를 하지 못한 대조군 3명이 탈락하여 대상자는 실험군 17명, 대조군 17명으로 총 34명으로 하였다. 실험오차를 최소화하기 위해 실험처치는 연구자 본인이 직접 하였고 실험처치의 오염을 최소화하기 위해 실험군과 대조군을 층을 달리 하여 선정하였다.

### 3. 연구도구

#### 1) 인지기능

Folstein 등<sup>22)</sup>이 개발한 MMSE를 한국노인들에게 사용할 수 있도록 권 등<sup>23)</sup>이 수정, 보완한 MMSE-K

Table 2. The Contents of Cooking and Art Activities

Term	Topic	Kind of cooking	The time required
1	Family	dried persimmon ssam	-Preparation (5 minutes) -Treatment (80 minutes) ·cooking (30minutes) ·art activities (30 minutes) ·discussion (20 minutes) -Finish(10분)
2		rice ball	
3	Holiday	rice crispy	
4		rice cake	
5	Snack	sweet jelly	
6		a kind of pattern-pressed	
7	Fruit & vegetable	stuffed cucumber pickles	
8		fruits salade	
9		sweet potato cake	
10	Color & figure	three color rice cake	
11		canape	
12		Chinese pancake	

를 사용하였다. MMSE-K는 시간에 대한 지남력(5점), 장소에 대한 지남력(5점), 기억등록(3점), 주의집중 및 계산능력(5점), 기억회상(3점), 언어기능(7점), 이해 및 판단(2점) 영역 총 12문항으로 되어 있으며, 최고점은 30점이고, 24점 이상인 경우는 정상이라고 판단한다.

## 2) 우울

Sheikh와 Yesavage<sup>24)</sup>가 개발한 간소화된 노인우울척도(Short from Geriatric Depression Scale)를 한국판 노인 우울척도 단축형(Geriatric Depression Scale Short From-Korea; GDSSF-K)으로 표준화한 도구<sup>25)</sup>를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 총 15문항으로 각 문항은 “예” 1점, “아니오” 0점으로 양분척도로 구성되며, 최고 15점으로 점수가 높을수록 우울정도가 심한 것을 의미한다.

## 4. 실험처치(요리 미술 활동)

노인 미술치료와 요리활동<sup>26)</sup>을 기초로 구성하였다. 요리 미술치료 프로그램 전문가 1인의 자문을 받아 치매노인 수준에 맞게 수정·보완하여 적용하였다.

본 프로그램은 손작업과 손동작을 통해 손 자극을 최대화 할 수 있는 요리활동과 요리의 결과물과 주제, 소재를 상상하며 이야기를 그림으로 표현하여 대화를 나누는 미술활동으로 구성되었다.

대상자는 한 그룹 당 5명씩 나누어 진행하였고, 요리가 끝난 후 요리활동 중 느낀 경험 또는 관련내용을 자유롭게 스케치북에 그리게 한 후 그린 그림에 대해 돌아가면서 이야기 하게 하였다. 요리미술활동 프로그램 내용은 다음과 같다. (Table 2)

## 5. 연구진행과정

### 1) 사전조사

본 연구자가 직접 기관장으로부터 동의를 얻어 2007년 11월 26일에서 11월 29일까지 4일간 실험군과 대조군에게 각각 연구의 목적을 설명한 후 참여하기를 동의한 자에게 대상자의 일반적 특성, 인지기능과 우울 점수를 설문지를 이용하여 조사하였다.

### 2) 실험처치

본 연구의 실험처치는 실험군에게 매주 1회, 1회에 90분씩, 총 12주 동안 실시하였고, 대상자를 4~5명

씩 4개의 그룹으로 나누어 환기가 잘 되고 조리가 가능한 노인건강증진센터 조리실에서 연구자가 직접 각 집단별로 준비, 본 처치, 마무리 단계로 요리미술 활동을 시행하였다. 본 연구에서 적용한 프로그램은 노인건강증진센터의 정규 프로그램 외에 추가적 프로그램으로 운영되었고, 윤리적 측면에서 실험이 끝난 후 대조군에게도 실험군과 동일한 프로그램을 추가적으로 실시하였다.

### 3) 사후조사

실험군은 요리미술활동 12주 후, 대조군은 실험군과 동일한 시점에서 인지가능, 우울에 대한 사후조사를 실시하였다.

## 6. 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS Win 14.0 program을 이용하여 분석하였다. 1) 대상자의 일반적 특성은 빈도 및 백분율로 표시하였다. 2) 실험군과 대조군의 동질성 검증은  $\chi^2$ -test, Fisher's exact test, t-test로 분석하였다. 3) 연구가설은 ANCOVA로 분석하였다.

## Ⅲ. 결과

### 1. 실험군과 대조군의 동질성 검증

1) 실험군과 대조군의 일반적 특성에 대한 동질성

Table 3. Homogeneity of General Characteristics

N=34

Categories	Experimental group(n=17)		Control group(n=17)		$\chi^2$ or t	p
		n(%)		n(%)		
Sex	male	5(29.4)		11(64.7)	4.250	0.039
	female	12(70.6)		6(35.3)		
Age(yr) M(SD)		76.47(7.29)		76.82(7.07)	-0.143	0.982
Marital status	yes	3(17.6)		7(41.2)	2.267	0.132
	no	14(82.4)		10(58.8)		
Children M(SD)		2.06(1.08)		2.76(1.09)	-1.889	0.407
Degree of education	undeucated	16(94.1)		14(82.4)	1.133	0.287
	over elementary	1(5.9)		3(17.6)		
Religion	Christianity	8(47.1)		10(58.8)	2.722	0.256
	Buddism	3(17.6)		5(29.4)		
	others	6(35.3)		2(11.8)		
Pocket money (10,000 won) M(SD)		6.12(2.69)		5.29(2.41)	0.939	0.240
Disease	yes	9(52.9)		5(29.4)	1.943	0.163
	no	8(47.1)		12(70.6)		
Smoking	no	17(100.0)		16(94.1)	1.030	0.310
	yes	-		1(5.9)		
Drinking	no	15(88.2)		17(100.0)	2.125	0.145
	yes	2(11.8)		-		

Table 4. Homogeneity of Cognitive Function And Depression

N=34

Variables	Experimental group(n=17)		Control group(n=17)		t	p
	M(SD)		M(SD)			
Cognitive function	18.76(2.77)		17.35(2.52)		1.552	.130
Depression	9.47(3.50)		7.00(4.78)		1.718	.095

Table 5. Cognitive Function Score Between Experimental And Control Group N=34

Variables		Experimental group(n=17)		Control group(n=17)		F	p
		M(SD)		M(SD)			
Cognitive function	Pre	18.76(2.77)		17.35(2.52)		65.497	0.000
	Post	18.82(2.89)		15.82(3.22)			

Table 6. Depression Score Between Experimental And Control Group

N=34

Variables		Experimental group(n=17)		Control group(n=17)		F	p
		M(SD)		M(SD)			
Depression	Pre	9.47(3.50)		7.00(4.78)		27.463	0.000
	Post	7.94(3.03)		6.00(2.82)			

### 검정

대상자의 일반적 특성으로 성별, 연령, 결혼상태, 자녀수, 교육, 종교, 용돈, 만성질환, 흡연, 음주 여부에 대해 조사하였으며 성별( $t=4.250$ ,  $p=0.039$ )을 제외하고 실험군과 대조군 두 집단은 동질한 것으로 나타났다. (Table 3)

### 2) 실험군과 대조군의 인지기능 및 우울에 대한 동질성 검정

실험군의 인지기능 평균점수는 18.76(2.77)점, 대조군 17.35(2.52)점이었고, 우울점수는 실험군 9.47(3.50)점, 대조군 7.00(4.78)점으로 통계적으로 유의한 차이가 없어 두 집단이 동질한 것으로 나타났다. (Table 4)

## 2. 가설검증

가설 1. 요리미술활동을 적용한 실험군은 적용하지 않은 대조군보다 인지기능 점수가 높을 것이다.

요리 미술 활동을 적용한 실험군과 적용하지 않은 대조군의 인지기능을 분석한 결과는 다음과 같다. (Table 5, Figure 1)

요리미술활동을 실시하기 전 실험군의 인지기능 평균점수는 18.76(2.77)점에서 실험 후 18.82(2.89)점으로 0.06점 증가하였고, 대조군은 사전 17.35(2.52)점에서 사후 15.82(3.22)점으로 1.53점 감소하여 두 군 간에 통계적으로 유의한 차이가 있어 ( $F=65.497$   $p<0.001$ ) 가설 1은 지지되었다.

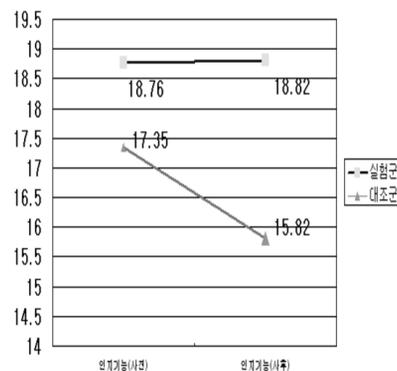


Figure 1. Cognitive function score change between experimental and control group.

가설 2. 요리미술활동을 적용한 실험군은 적용하지 않은 대조군보다 우울점수가 낮을 것이다.

요리미술활동을 적용한 실험군과 적용하지 않은 대조군의 우울점수를 분석한 결과는 다음과 같다. (Table 6, Figure 2)

요리미술활동을 실시하기 전 실험군의 우울 평균 점수는 9.47(3.50)점에서 7.94(3.03)점으로 1.53점 감소하였고, 대조군은 7.00(4.78)점에서 6.00(2.82)점으로 1.00점 감소하여 두 군 간에 통계적으로 유의한 차이가 있어( $F=27.463$   $p<0.000$ ) 가설 2는 지지되었다.

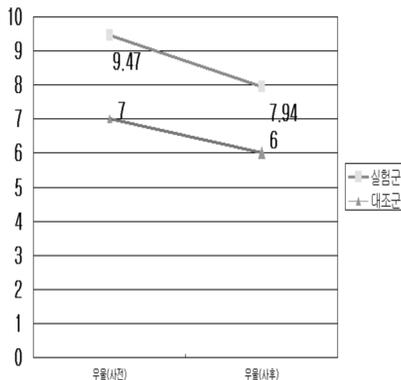


Figure 2. Depression score change between experimental and control group.

#### IV. 고찰

본 연구는 노인 요양시설에 입소한 치매 노인을 대상으로 요리미술활동을 적용하여 인지기능과 우울에 효율적인 관리 중재로서의 가능성에 대한 효과를 규명하고자 시도하였다. 중재 전과 중재 후 대상자의 인지기능을 MMSE-K로 측정된 결과 프로그램에 참여한 실험군의 인지기능 점수는 실험 전 18.76점에서

실험 후 18.82점으로 유의하게 높아졌고, 프로그램에 참여하지 않은 대조군보다 중재 후에 인지기능 점수가 유의하게 높게 나타나, 인지기능이 향상된 것으로 나타났다. 요리 미술 활동의 효능은 본 연구와 연구내용상 유사성을 가지는 치매의 사회환경적 중재방법을 시행한 연구들을 중심으로 논의 하고자 한다.

치매노인을 대상으로 한 연구<sup>14)</sup>에서 정서적 자극을 위한 음악요법, 미술요법, 뇌기능증진을 위한 손운동 요법으로 구성된 통합적 중재 프로그램을 8주간 16회 시행 결과, 인지기능이 실험 전 19.67점 보다 실험 후 22.00점으로 유의하게 높아졌다는 보고와 일치하고 있다. 그리고 대상자 수와 중재방법은 다르지만 회상과 미술활동을 병행한 중재를 8주간 16회로 진행한 결과 인지기능 점수가 사전 18.20점에서 사후 20.10으로 유의하게 나타난 연구결과<sup>27)</sup>와도 유사하였다. 또한 민속놀이 프로그램이 치매노인의 인지기능을 향상시켰다고 보고한 연구들 원예요법,<sup>8)</sup> 음악요법,<sup>10)</sup> 민속요법<sup>17)</sup>과 치료 레크리에이션<sup>28)</sup>이 치매노인의 인지기능을 증진시켰다는 결과와도 유사하였다. 그러나 치매 노인을 대상으로 6주간 원예, 음악, 미술 프로그램을 하였으나 인지기능의 변화가 없어 단기간의 집단 활동 프로그램으로는 인지기능 향상에 효과가 없었던 연구결과<sup>13)</sup>와는 차이가 있었다.

그러므로 인지기능을 계속 유지시키기 위해서는 치매의 진행과 함께 인지기능 손상이 뇌의 점진적인 기질 변화로 불가피한 결과라 할지라도, 치매노인에게 지속적이고 반복적으로 적절한 프로그램을 적용한다면, 인지적, 사회적 기능증진에 유용한 자극이 될 수 있다는 연구들과도 맥을 같이 한다.<sup>14)</sup> 따라서 지속적인 인지자극을 제공 할 수 있는 요리 미술 활동은 치매환자의 인지기능에 긍정적인 영향을 미치게 하는 효과적인 중재프로그램이라 생각된다.

우울은 전반적인 인지기능 저하와 함께 나타나는 주요증상으로 치매의 정도가 심해짐에 따라 우울 증상이 심해지므로 치매노인에게 있어서 중요한 문제

가 된다. 본 연구에서 요리미술활동에 참여한 실험군은 대조군보다 우울 점수가 유의하게 감소되었다. 본 연구에서 요리 미술활동에 참여한 실험군은 실험 전 9.47점에서, 실험 후 7.94점으로 우울 점수가 낮게 나타났고, 제공 받지 않은 대조군보다 우울점수가 유의한 차이로 낮게 나타나 요리 미술 활동이 치매노인의 우울 감소에 효과가 있음을 확인하였다. 이 결과는 대상은 다르지만 요리활동을 통하여 자연스럽게 자신을 표현하는 긍정적인 경험을 함으로써 불안과 긴장이 해소되어 우울이 감소하였다는 연구결과<sup>26)</sup>와 집단 미술치료가 치매노인의 정서에 긍정적인 영향을 미쳤다고 보고한 연구결과<sup>29)</sup>와 일치하였다.

이는 요리활동의 창조적 과정이 노인의 생애 회고 과정과 결합했을 때 노인에게 의미 있는 가치를 줄 수 있고, 미술활동은 언어적 회상과정을 향상시키고 노인의 심리적 불안, 우울 수준을 감소시키며,<sup>30)</sup> 무기력 감소, 자신감의 생성, 사회성 증가 및 정서와 행동에 긍정적인 영향을 미친다고 보고한 연구<sup>31,32)</sup>와도 일치하였다. 특히 우울과 같은 정서는 집단 지향적 접근법을 강조하면서 이 등<sup>33)</sup>은 중재과정 중에 대상자들 간에 상호작용이 일어나고 서로의 관심사나 감정을 이야기 할 수 있으므로, 소속감과 동료의식을 갖게 되어 사회화나 노인의 고립 방지를 통해서 우울 증상의 호전을 기대 할 수 있다고 하였다. 본 연구에서 요리 과정을 통해 정서적 의사 표현을 가능하게 하고, 요리 활동과 관련된 내용이나 느낌을 서로 말하고 듣고 그림으로 표현하는 과정에서 자유로운 내면의 표현과 상호작용이 우울증상을 호전시키는 효과를 가져 왔을 것으로 생각된다.

위와 같이 치매노인의 증상은 한 가지만 독립적으로 존재한다기보다 복합적인 요소가 서로 연관되어 나타나므로 인지적, 신체적, 정서적인 다양한 증상을 효율적으로 돕기 위해서는 통합적인 접근이 요구되며,<sup>14)</sup> 본 연구에서 사용한 요리 미술 활동은 치매노인의 인지기능을 향상시키고 우울을 경감하는 효과를

지닌 간호중재 프로그램임을 알 수 있었다. 최근 치매노인에 대해 다양한 간호중재 프로그램이 사용되고 있으며 특히 치매증상을 효율적으로 돕기 위한 통합된 접근의 필요성이 강조되고 있다.<sup>14,34,35)</sup> 따라서 요리 미술 활동은 다양한 감각기관을 자극하여 뇌기능을 활성화 시키는 간호중재로 적극 활용할 필요가 있다고 생각한다.

이에 본 연구는 요리 미술 활동을 치매노인의 상황과 특성에 맞게 구성하여, 인지기능 향상과 우울 경감에 도움이 되는 것을 시사하는 것으로, 향후 치매노인의 인지적 자극훈련과 사회적 상호작용 및 의사소통의 기회를 증진하는 치료의 매체로서 임상 및 지역사회 치매노인을 위한 간호중재 프로그램으로 활용될 수 있을 것으로 생각된다.

## V. 결론

본 연구는 요리 미술 활동이 치매 노인의 인지기능과 우울에 미치는 효과를 확인하기 위하여 실시되었다. 자료수집 기간은 2007년 11월 30일부터 2008년 2월 20일 까지였으며 연구대상은 부산광역시 소재한 B치매요양시설에 입소중인 치매노인을 대상으로 선정기준에 의해 실험군 17명, 대조군 17명으로 총 34명이었다.

연구설계는 유사실험설계로 비동등성 대조군 전후 실험설계를 이용하였으며, 사전조사는 일반적 특성, 인지기능, 우울점수를 측정하였다. 사전조사 후 실험군에게는 요리미술활동을 주 1회, 매회 1시간 30분간 12주 동안 실시하였고, 대조군에게도 동일한 시점에 동일한 도구를 사용하여 사전 및 사후조사를 실시하였다. 자료분석은 SPSS/WIN 14.0 program을 사용하였으며, 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 표시하였고, 집단 간 동질성 검증은  $\chi^2$ -test, Fisher's exact test, t-test로 분석하였으며 인지기능과 우울

의 효과를 파악하기 위한 가설검정은 ANCOVA로 분석하였다.

본 연구의 결과 ‘요리미술활동을 시행한 실험군은 시행하지 않은 대조군보다 인지기능 점수가 높을 것이다’는 가설 1은 지지되었고( $F=65.497, p<0.001$ ), ‘요리미술활동을 시행한 실험군은 시행하지 않은 대조군보다 우울점수가 낮을 것이다’는 가설 2도 지지되었다. ( $F=27.463, p<0.001$ )

이상의 결과에서 요리 미술 활동은 치매노인의 인지능을 증진시키고, 우울을 감소시키는데 효과적인 중재로 실무에 활용이 가능하다고 생각된다.

## 參 考 文 獻

- 통계청. 고령자 통계. 2008.
- 오병훈. 노인성 치매-원인 및 감별진단. 대한의학 협회지. 1994; 37: 785-790.
- Morris JC, Rubin EH, Morris EJ, Mandel SA. Senile dementia of the Alzheimer's type: an important risk factor for serious falls. J Gerontol. 1987; 42: 412-417.
- 김귀분. 치매노인의 현황과 전망. 대한간호. 1998; 37: 16-24.
- 이정희. 치매환자간호 진단과 치료적 접근, 보수교육 교재. 서울, 대한간호협회, 1997, 7-17.
- 김정순. 치매노인을 대상으로 한 인지 자극 훈련의 효과. 지역사회간호학회지. 1997; 8: 197-210.
- Abraham IL, Reel SJ. Cognitive nursing interventions with long-term care residents: effects on neurocognitive dimensions. Arch Psychiatr Nurs. 1992; 6: 356-365.
- 강문희. 원예요법을 적용한 간호중재프로그램이 알츠하이머형 치매노인의 인지, 정서, 의사소통 및 문제행동에 미치는 효과. 충남대학교 대학원 석사학위논문. 2005.
- Rentz CA. Reminiscence. A supportive intervention for the person with Alzheimer's disease. J Psychosoc Nurs Ment Health Serv. 1995; 33: 15-20.
- 권자연, 김정순. 음악요법이 치매노인의 인지기능과 우울에 미치는 효과. 지역사회간호학회지. 1998; 9: 15-18.
- Bright R. 김례승 역. Music therapy and Dementia. MMB Music. INC. Korea agency. 서울, 무수막, 1997, 59.
- Casby JA, Holm MB. The effect of music on repetitive disruptive vocalizations of persons with dementia. Am J Occup Ther. 1994; 48: 883-889.
- 김부영. 치매간호중재로 실시한 원예, 음악, 미술요법의 효과비교 연구. 대한간호학회지. 2001; 40: 51-63.
- 지혜련. 치매간호중재 프로그램이 경증치매노인의 인지기능, 우울, 일상생활수행능력 및 사회적 행동에 미치는 효과. 전남대학교 대학원 박사학위논문. 2003.
- 류장학. 인지행동프로그램이 지역사회노인의 인지기능, 우울, 일상생활수행능력에 미치는 효과. 연세대학교 대학원 박사학위논문. 2006.
- 오병훈. 치매의 이해와 치료의 바른 길잡이. 서울, 도서출판 무지개사, 2002, 30-42.
- 정정심. 민속놀이 프로그램이 치매노인의 인지기능, 일상생활수행능력 및 문제행동에 미치는 효과. 부산대학교 대학원 박사학위논문. 2005.
- 정연희. 요리활동에서의 요리재료의 변화에 대한 유아의 이해구축과정. 중앙대학교 대학원 박사학위논문. 2005.
- 한국미술치료학회. 미술치료의 이론과 실제. 대구, 동아문화사, 1994, 253-267.

20. 류정자. 집단미술치료가 노인의 학습된 무기력 및 우울정서에 미치는 효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문. 2000.
21. Cohen J. *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*(2nd Ed). Hillsdale NJ : Lawrence Erlbaum Associates. 1988.
22. Folstein MF, Folstein SE, McHugh PR. "Mini-mental state". A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *J Psychiatr Res.* 1975; 12: 189-198.
23. 권용철, 박종한. 노인용한국판 Mini-Mental State Examination (MMSE-K)의 표준화 연구 제 1편 : MMSE-K 개발. *신경정신의학.* 1989; 28: 125-135.
24. Sheikh JI, Yesavage JA. Geriatric depression scale(GDS): Recent evidence and development of a shorter version. *Clin Gerontol.* 1986; 5: 165-173.
25. 기백석. 한국판 노인 우울 척도 단축형의 표준화 예비연구. *신경정신의학.* 1996; 35: 298-307.
26. 김지혜. 우울-공격성을 보이는 저소득층 아동을 위한 요리활동 프로그램의 적용효과. 명지대학교 대학원 석사학위논문. 2007.
27. 김영숙. 회상을 적용한 집단미술치료프로그램이 치매노인의 인지기능, 우울과 삶의 질에 미치는 효과. 경북대학교대학원 박사학위논문. 2004.
28. 하재연. 치료 레크레이션이 치매노인의 인지기능, 우울, 일상생활수행능력에 미치는 효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문. 2002.
29. 전은경. 색채경험을 통한 집단미술치료가 치매노인의 정서 및 행동에 미치는 영향. 영남대학교 대학원 석사학위논문. 2008.
30. 김지희. 회상요법을 통한 집단미술치료가 노인의 우울에 미치는 효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문. 2002.
31. 윤중호. 집단미술치료가 치매노인의 문제행동에 미치는 효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문. 2000.
32. 윤영옥. 집단미술치료가 치매노인의 문제행동에 미치는 효과. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문. 2001.
33. 이은철, 송정은, 안석균, 오병훈, 이홍식, 오희철, 구은형, 황혜숙, 유계준. 노인 낮병원의 심리 사회적 치료 프로그램이 노인의 신경인지기능과 우울 증상에 미치는 효과. *신경정신의학.* 1999; 38: 933-943.
34. 김정모, 강수균, 장현갑. 알츠하이머 치매의 심리 치료 고찰, 정서·학습 장애 연구. 2003; 19: 157-181.
35. 박맹순. 통합적 간호중재프로그램이 치매노인의 인지기능과 일상생활수행능력에 미치는 효과. 전남대학교 대학원 석사학위논문. 2007.
36. Beck AT. *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects.* NY: Harper & Row Publishers Inc. 1967.