

대학생의 구강건조감과 스트레스

남미정¹, 엄동춘^{2*}

¹대전보건대학 간호과, ²대전대학교 응급구조학과

Correlation between Oral dryness and Stress level of college students

Mi-jung Nam¹ and Dong-choon Uhm^{2*}

¹Department of Nursing, Daejeon Health Sciences College

²Department of Emergency Medical Technician, Daejeon University

요 약 대학생들의 구강건조감과 스트레스 정도를 확인하고 그들의 관련성을 파악하는 것을 목적으로 본 연구를 시도하였다. 조사기간은 2011년 5월 2일부터 6월 17일까지 이었으며, D시와 C도에 위치한 3개 대학(교)에 재학 중인 대학생 835명을 대상으로 SPSS PASW Statistics 18.0 Program을 이용하여 분석한 상관성 조사연구이다. 대상자들의 인구학적 특성과 구강건조감 및 스트레스를 분석한 결과 구강건조감에서는 인지된 건강상태($p<.001$)에서, 스트레스에서는 성별($p<.001$), 연령($p<.001$), 학년($p<.005$), 전공($p<.005$), 인지된 건강상태($p<.001$), 운동($p<.001$), 흡연 ($p<.001$), 음주($p<.01$) 등 모든 변수에서 통계적 유의성이 나타났다. Scheffe 사후검정 결과 '건강하지 못하다'라고 응답한 대상자의 구강건조감 정도($p<.001$)와 구강건조감에 따른 행동($p<.001$) 및 스트레스($p<.001$) 점수가 유의하게 높았다. 대상자들의 구강건조감 정도는 60점 만점에 평균 12.89±10.15점이었으며, 구강건조감에 따른 행동으로는 마른 음식을 삼키기 위해 물이나 음료수를 가끔 마신다.'가 407명(48.7%)으로 가장 많았다. 일반정신건강 척도로 스트레스를 측정할 결과 20점 만점에 평균 7.17±4.78이었다. 또한, 스트레스와 구강건조감 정도 간에 유의한 양의 상관관계($p<.01$)를, 구강건조감 정도와 구강건조감에 따른 행동 간에도 유의한 양의 상관관계($p<.001$)를 보여 스트레스 점수가 높으면 구강건조감 정도를 많이 느끼고 이로 인해 구강건조감에 따른 행동이 많이 나타난다고 할 수 있다. 그러므로 대학생들의 신체적, 정신적 건강상태를 향상시키기 위한 교육 및 증재 프로그램의 개발과 적용이 필요하다.

Abstract The purpose of this study was to investigate the correlation between oral dryness and stress and to collect baseline data for health promotion plan of college students. This research design is correlation study. Data of 835 were collected from May 2 to June 17, 2011, and analyzed using the SPSS PASW Statistics 18.0 Program. There was a statistical significant between oral dryness and perceived health status($p<.001$). there were statistical significant in gender($p<.001$), age($p<.001$), grade($p<.01$), major($p<.01$), perceived health status($p<.001$), exercise($p<.001$), smoking($p<.001$), drinking($p<.01$) between general characteristics and stress. The mean score of oral dryness level was 12.89±10.15 from 0 to 60 score range. Higher percentage in oral dryness action was "When I swallowing dry food, drink water or beverage"(48.7%). The mean score of stress was 7.17±4.78 from 0 to 20 score range. Oral dryness level was positively related to stress($p<.01$) and oral dryness action($p<.001$). It is necessary to develop the educational program for health promotion of college students.

Key Words : Oral drynesse, Stress level, College students

1. 서론

1.1 연구의 필요성

구강은 인간생존과 신체건강을 위한 일차적인 음식섭

취기관으로 구강 내 건강이 이루어지지 않는다면 여러 측면에서 어려움이 초래된다. 구강건강은 질병이 발생한 후 치료하는 것보다 예방적인 접근이 더 중요하다. 특히, 스트레스가 많은 청소년기의 구강건강관리는 성년기의

*교신저자 : 엄동춘(dchuhm@dju.kr)

접수일 11년 08월 04일

수정일 11년 08월 16일

게재확정일 11년 09월 08일

건강을 좌우 할 수 있으므로 구강건강관리가 중요하다 [1]. 특히, 구강 건조증은 미각장애[2], 타액선 변성으로 인해[3], 말할 때 불편감, 마른 음식의 저작과 연하의 불편감, 구취와 치아우식증, 치주질환 등을 야기하며, 정서적인 안정에도 부정적인 영향[4]을 야기하므로 구강건강 증 관리는 매우 중요하다고 할 수 있다.

구강건조증이란 타액선 기능감소가 객관적으로 확인 되지 않은 상태에서 발생할 수 있는 주관적인 구강 내 건조감을 말한다[5]. 구강 내 건조감을 유발하는 원인에는 삼환성 항우울제나 고혈압제의 및 이뇨제 복용, 에스트로젠 결핍증, 고령, 정신적 긴장[6], 방사선 치료, 갑상선 기능이상, 흡연[7] 및 신체적 건강 상태[8], 스트레스 수준[9] 등과 관련이 있는 것으로 보고되고 있다. 특히 정서적인 스트레스를 받으면 타액선이 변성될 수 있으며, 타액선으로부터 분비되는 침뿐만 아니라 소화효소로 중요한 아밀라제가 변화되어 소화 장애나, 구취발생에도 영향을 미칠 수 있으며 타액선 분비저하의 직접적 원인으로 작용한다[3]. 또한 스트레스가 높을수록 구강건강상태가 나쁜 것으로 보고되고 있다[10]. 이와 같이 스트레스는 구강 내 해부학적 변화 및 생리학적 변화를 유발시킬 뿐 아니라 건강태도에 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

청소년 및 대학생을 대상으로 조사한 연구에서 중학생은 37.1%, 고등학생은 51.6%가 구강건조감을 경험하였으며[11], 대학생의 61.1%가 가끔이라도 구강건조감을 경험하는 것으로 보고하였다[1]. 따라서 고학력사회 풍토와 심각한 청년실업 문제로 대학생들이 학업 및 진로 문제와 관련하여 많은 스트레스에 노출 되어 있는[12, 13] 현실에 비추어 볼 때 청소년 또는 대학생들의 스트레스 및 구강건강을 확인하는 것이 필요하다.

이에 본 연구는 대학생들의 구강건강조감과 스트레스 정도를 확인하고 그들의 관련성을 파악하는 것을 목적으로 시도하였다.

1.2 연구 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 인구사회학적 특성에 따른 구강건조감을 파악한다.
- 대상자의 인구사회학적 특성에 따른 스트레스 정도를 파악한다.
- 대상자의 구강건조감을 파악한다.
- 대상자의 스트레스와 구강건조감 간의 상관관계를 파악한다.

2. 연구 방법

2.1 연구 설계

본 연구는 대학생의 구강건강조감과 스트레스 간의 관계를 확인하기 위한 상관성 조사연구이다.

2.2 조사 대상

본 연구는 D시와 C도 소재 3개 대학(교)에 재학생 중인 남녀 대학생을 대상으로 1000부의 설문지를 배포하였다. 이중 986(98.6%)부가 수거되었으며, 설문지에 올바르게 응답하지 않은 78부와 설문 조사 당시 급만성 질환으로 약물치료를 받았을 가능성이 있는 응답자 설문지 73부를 제외하고 최종 835부를 분석하였다.

2.3 자료 수집 방법 및 윤리적 고려

본 연구의 자료 수집은 2011년 5월 2일부터 6월 17일 까지였으며, 연구의 윤리적 고려를 위하여 설문지 조사를 시행하기 전에 3개 대학(교) 재학생이 소속된 각 학과의 학과장 및 지도교수에게 본 연구의 목적을 설명한 후 허락을 받았다. 연구대상자에게 설문지를 배포하기 전에 본 연구의 목적을 설명하고 연구에 참여하기로 동의한 대학생에 한하여 연구 참여 동의서를 받았다. 본 설문지는 자가보고형으로 구성되어 있으며, 응답완료에 걸리는 시간은 약 5분이었다.

2.4 연구 도구

2.4.1 구강건강조감

구강건조감은 이정운, 이영욱, 고흥섭[14]이 개발한 것으로 '구강건조감 정도'를 파악하기 위한 문항과 '구강건조감에 따른 행동'을 파악하기 위한 문항으로 구성되었다.

2.4.1.1 구강건조감 정도

구강건조감 정도를 알아보기 위하여 밤 시간 과 아침 기상 시 및 낮 시간과 식사 시에 입이 마르는 정도와 연하시의 어려움, 입안의 주관적인 타액의 양 및 전체적인 일상생활의 불편감 정도를 묻는 6가지 문항으로 구성되었으며, 각 질문에 대하여 응답자가 경험하는 정도에 따라 0점에서 10점까지 점수를 주도록 하였다. 전체 점수 범위는 0점에서 60점이며, 점수가 높을수록 구강건조감 정도가 심한 것을 의미한다. 이 도구 개발 당시 신뢰도 Cronbach's alpha=.928이었으며 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's alpha=.828이었다.

2.4.1.2 구강건조감에 따른 행동

‘구강건조감에 따른 행동’은 4문항으로 구성되어 있다. 2개 문항(‘밤중에 입이 말라서 잠을 깬 적이 있습니까?’, ‘잠자리에 들기 전에 잠자리 옆에 마실 물을 준비해 두십니까?’)은 0점에서 4점까지, 나머지 2문항(‘마른 음식을 삼키기 위해 물이나 음료를 마십니까?’, ‘입안이 마르는 증상 때문에, 껌이나 사탕을 드십니까?’)은 0점에서 3점까지 응답자가 경험하는 구강건조감에 따른 행동 점수를 기입하도록 하였다. 전체 점수 범위는 0점에서 14점까지이며, 구강건조감에 따른 행동 점수가 높을수록 구강건조감에 따른 행동이 많은 것을 의미한다.

2.4.2 스트레스

정신건강이란 다른 사람과의 건설적인 관계수립 능력 및 일상생활에서 직면하는 스트레스와 요구에 적절히 대처할 수 있는 마음의 상태[15]로, 본 연구에서는 스트레스를 한국판 일반정신건강 척도(KGHQ-20)를 이용하여 측정하였다. 이 도구는 20문항으로 구성되어 있으며 ‘매우 그렇다’, ‘그렇다’는 0점, ‘아니다’, ‘매우 아니다’는 1점으로 측정하였고, 8문항은 부정적인 문항으로 역환산하였다. 전체 점수 범위는 0점에서 20점까지이며, 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높은 것을 의미한다. 이 도구 개발[16]당시 신뢰도 Cronbach's alpha=.89였으며 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's alpha=.880이었다.

2.5 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS PASW Statistics 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 연구대상자의 인구사회학적 특성은 빈도와 백분율로 산출하였다.
- 연구대상자의 인구사회학적 특성에 따른 구강건조감, 스트레스는 t-test와 One-way ANOVA 및 Scheffe's post-hoc test를, 스트레스에 따른 구강건조감은 t-test를 이용하여 분석하였다.
- 연구대상자의 스트레스와 구강건조감 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 구하였다.
- 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha로 측정하였다.
- 통계적 유의수준은 $p < .05$ 로 하였다

2.6 연구의 제한점

본 연구는 일부 지역의 대학생을 대상으로 하였으므로 본 연구의 결과를 일반화하는데 제한점이 있다.

3. 연구 결과

3.1 인구사회학적 특성

본 연구 대상자는 총 835명으로 남자 259명(31.0%), 여자 576명(69.0%)이었으며, 연령별로는 20세 이하 451명(54.0%), 21세~25세 358명(42.9%), 26세 이상 26명(3.1%) 순으로 조사되었다. 학년 별 분포는 1학년 254명(30.4%), 2학년 263명(31.5%), 3학년 263명(31.5%), 4학년 55명(6.6%)으로 1, 2, 3년의 비율이 4학년 학생에 비해 상대적으로 많았다. 대상자의 전공을 보건계열과 비보건 계열로 살펴본 결과 각각 637명(76.3%), 198명(23.7%)으로 보건계열 전공자가 많았다. 응답자들의 인지된 건강상태는 ‘보통이다.’ 541명(64.8%)으로 가장 많았으며, 규칙적인 운동 여부에 대한 조사에서 규칙적으로 운동하는 학생(152명, 18.2%)보다 운동을 하지 않는 학생(683명, 81.8%)이 더 많은 것으로 조사되었다. 흡연 정도에 대한 조사 결과, ‘안 피운다’ 686명(82.2%), ‘하루 0.5갑 미만’ 57명(6.8%), ‘하루 0.5갑 이상’ 92명(11.1%)으로 흡연을 하지 않는 대상자들이 더 많았다. 음주 정도에 대한 조사 결과, ‘1~2회/월’ 329명(39.4%), ‘1~2회/주’ 193명(23.1%), ‘거의 매일’이라고 답변한 학생이 31명(3.7%)이었다[표 1].

3.2 인구사회학적 특성과 구강건조감

3.2.1 인구사회학적 특성과 구강건조감 정도

연구 대상자의 구강건조감 정도는 60점 만점에 평균 12.89 ± 10.15 점 이었다. 전체 응답자 중 ‘인지된 건강상태’에서 자신이 ‘건강하다’라고 응답한 대상자(9.85 ± 9.69 점)의 구강 건조감 정도가 가장 낮았으며, 통계적으로 유의($p < .001$)하였다.

한편, 전체 응답자 중 ‘하루 1갑 이상’ 흡연한다고 한 응답자(16.67 ± 13.59 점)의 구강 건조감 정도 점수가 가장 높았으나 흡연자 간 유의성은 없었다[표 1].

3.2.2 인구사회학적 특성과 구강건조감에 따른 행동

연구 대상자의 구강 건조감에 따른 행동은 14점 만점에 평균 1.51 ± 1.46 점 이었으며, 인구사회학적 특성과 구강건조감에 따른 행동을 분석한 결과 인지된 건강상태($p < .001$), 흡연($p < .05$)에서 통계적 유의성이 있는 것으로 나타났다[표 1]. 사후검정결과 ‘인지된 건강상태’에서는 ‘건강하지 못하다’(1.82 ± 1.62 점)라고 한 응답자가 ‘보통이다’(1.44 ± 1.41 점), ‘건강하다’(1.15 ± 1.20 점)라고 한 응답자 보다 구강건조감에 따른 행동 점수가 유의하게 높았다. 또한, 흡연에서는 ‘하루 0.5~1갑’(1.93 ± 1.83 점)이라고

[표 1] 인구사회학적 특성과 구강건조감, 스트레스
[Table 1] Demographic characteristics, Oral dryness, and Stress.

N=835

구분			구강건조감				스트레스	
			구강건조감 정도		구강건조감에 따른 행동			
N(%)			M(SD)	t/F	M(SD)	t/F	M(SD)	t/F
성별	남	259(31.0)	13.18(10.47)	.574	1.48(1.54)	-.365	5.08(4.37)	-8.863***
	여	576(69.0)	12.74(10.01)		1.52(1.42)		8.11(4.66)	
연령(세) (20.80 ±2.18)	≤20	451(54.0)	12.64(10.01)	.279	1.55(1.49)	.597	8.05(4.73)	17.493***
	21~25	358(42.9)	13.15(10.25)		1.45(1.40)		6.09(4.68)	
	≥26	26(3.1)	13.35(11.35)		1.65(1.74)		6.73(3.75)	
학년	1	254(30.4)	12.27(9.91)	1.025	1.46(1.43)	2.039	7.60(4.72)	4.391**
	2	263(31.5)	13.73(10.66)		1.68(1.57)		7.67(5.08)	
	3	263(31.5)	12.75(9.88)		1.45(1.43)		6.41(4.59)	
	4	55(6.6)	12.20(10.04)		1.24(1.05)		6.38(3.82)	
전공	보건 계열	637(76.3)	12.83(9.99)	-.260	1.51(1.44)	.001	7.43(4.76)	2.862**
	비보건 계열	198(23.7)	13.04(10.66)		1.51(1.53)		6.32(4.76)	
인지된 건강상태	건강하지 못하다.	213(25.5)	14.69(9.78) ^b	7.230***	1.82(1.62) ^b	8.041***	9.63(4.71) ^c	45.997***
	보통이다.	541(64.8)	12.64(10.24) ^b		1.44(1.41) ^{ab}		6.52(4.48) ^b	
	건강하다.	81(9.7)	9.85(9.69) ^a		1.15(1.20) ^a		5.01(4.48) ^a	
운동	한다.	152(18.2)	11.95(10.86)	-1.248	1.56(1.52)	.457	5.43(4.24)	-5.017***
	안한다.	683(81.8)	13.08(9.98)		1.50(1.44)		7.55(4.81)	
흡연	안한다.	686(82.2)	12.75(10.14)	1.202	1.46(1.41)	2.929*	7.61(4.76) ^b	11.575***
	≤0.5갑/일	57(6.8)	12.05(10.15)		1.65(1.50)		5.39(4.44) ^{ab}	
	0.5~1갑/일	74(8.9)	13.80(9.13)		1.93(1.83)		5.18(4.39) ^{ab}	
	≥1갑/일	18(2.2)	16.67(13.59)		1.11(1.02)		4.22(3.82) ^a	
음주	안한다.	282(33.8)	12.32(10.38)	.680	1.51(1.48)	.788	7.90(5.08)	3.869**
	1~2회/월	329(39.4)	12.87(10.08)		1.43(1.42)		6.99(4.55)	
	1~2회/주	193(23.1)	13.51(9.61)		1.63(1.51)		6.56(4.60)	
	거의 매일	31(3.7)	14.06(12.00)		1.58(1.31)		6.19(4.66)	
M(SD)		835(100.0)	12.89±10.15		1.51±1.46		7.17±4.78	

* (p<0.05) ** (p<0.01) *** (p<0.001) ; a,b,ab: Scheffe의 사후검정 결과

한 응답자의 구강건조감에 따른 행동점수가 가장 높았으며, ‘하루 1갑 이상’(1.11±1.02점) 이라고 한 응답자의 점수가 가장 낮은 것으로 분석되었다.

3.3 인구사회학적 특성과 스트레스

연구 대상자의 한국판 일반정신건강 척도(KGHQ-20) 점수는 20점 만점에 평균7.17±4.78점 이었다. 인구사회학적 특성과 스트레스를 분석한 결과 성별(p<.001), 연령(p<.001), 학년(p<.005), 전공(p<.005), 인지된 건강상태(p<.001), 운동(p<.001), 흡연(p<.001), 음주(p<.01) 등 모든 변수에서 통계적 유의성이 있었다[표 1]. 특히 자신이 ‘건강하지 못하다’라고 고 응답한 대상자(9.63±4.71 점)의 스트레스 점수가 전체 응답자 중 가장 높았다.

3.4 구강 건조감

3.4.1 구강 건조감 정도

대상자들의 구강 건조감 정도를 측정된 결과 전체 평균은 12.89±10.15점이었다[표 2]. 이중 ‘밤 시간이나 아침에 잠에서 깬을 때 구강 건조감을 느낀다’ 항목의 점수(4.03±2.93점)가 가장 높게, ‘입안이 말라서 음식을 삼키기 힘들다’(0.90±1.65점)가 가장 낮게 분석되었다[표 2].

3.4.2 구강건조감에 따른 행동

응답자들의 구강건조감에 따른 행동을 분석한 결과 [표 3]과 같이 ‘일주일에 약 1~2회 정도의 빈도로 밤중에 입이 말라서 잠이 깬다’ 73명(8.7%), ‘잠자리에 들기 전에, 잠자리 옆에 마실 물을 일주일에 약 1~2회 정도의 빈도로 준비한다’ 60명(7.2%), ‘다른 음식을 삼키기 위해 물이나 음료를 가끔 마신다’ 407명(48.7%), ‘입안이 마르는 증상 때문에, 껌이나 사탕을 가끔 먹는다’ 122명(14.6%)로 분석되었다.

[표 2] 구강 건조감 정도

[Table 2] Oral dryness level

Score range(0-10), N=835

문항		M(SD)
1	밤 시간에, 또는 아침에 잠에서 깬 때, 입안이 마르다고 느끼십니까?	4.03(2.93)
2	평소 낮 시간에 입안이 마르다고 느끼십니까?	2.77(2.46)
3	식사를 하실 때, 입안이 마르다고 느끼십니까?	2.14(2.50)
4	입안이 말라서 음식물을 삼키기 힘들십니까?	0.90(1.65)
5	입안에 있는 침의 양이 적다고 느끼십니까?	1.36(2.01)
6	입이 마른 증상으로 인하여 일상생활의 불편감은 전체적으로 어느 정도라고 느끼십니까?	1.68(2.05)

[표 3] 구강건조감에 따른 행동

[Table 3] Behavior induced by Oral dryness

N=835

구분	N(%)	
밤중에 입이 말라서 잠이 깬 적이 있습니까?	그런 적 없다	749(89.7)
	일주일에 약 1~2회 정도의 빈도로 깬다.	73(8.7)
	일주일에 약 3~4회 정도의 빈도로 깬다.	10(1.2)
	일주일에 약 4~5회 정도의 빈도로 깬다.	2(0.2)
	매일 깬다.	1(0.1)
잠자리에 들기 전에, 잠자리 옆에 마실 물을 준비하십니까?	준비하지 않는다.	728(87.2)
	일주일에 약 1~2회 정도의 빈도로 준비한다.	60(7.2)
	일주일에 약 3~4회 정도의 빈도로 준비한다.	18(2.2)
	일주일에 약 4~5회 정도의 빈도로 준비한다.	4(0.5)
	매일 준비한다.	25(3.0)
마른 음식물을 삼키기 위해 물이나 음료를 마십니까?	그렇지 않다.	264(31.6)
	가끔 마신다.	407(48.7)
	자주 마신다.	114(13.7)
입안이 마르는 증상 때문에, 껌이나 사탕을 드십니까?	항상 마신다.	50(6.0)
	그렇지 않다.	694(83.1)
	가끔 그렇다.	122(14.6)
	자주 그렇다.	14(1.7)
	항상 그렇다.	5(0.6)

3.5 스트레스와 구강건조감

3.4.1 스트레스와 구강 건조감

정신 건강상 문제가 있는 것으로 분류할 수 있는 한국판 일반정신건강 척도(KGHQ-20)에서 13점 이상인 대상자는 전체 응답자 중 총 127명(15.2%)이었다. 스트레스와 구강 건조감을 분석한 결과 13점 이상인 응답자(15.51±10.86)는 그렇지 않은 대상자(12.42±9.96)에 비해 구강건조감 정도가 높았으며 통계적으로 유의하였다

($p<.01$). 그러나 구강 건조감에 따른 행동에서는 유의하지 않았다[표 4].

[표 4] 스트레스와 구강건조감

[Table 4] Stress and Oral dryness

구분	스트레스 M(SD)		T	P
	13점 이상 (n=127)	13점 이하 (n=708)		
구강건조감 정도	15.51 ±10.86	12.42 ±9.96	-3.177	.002**
구강건조감 행동	1.62 ±1.36	1.49 ±1.48	-.936	.349

**($p<0.01$)

3.4.2 스트레스와 구강건조감 간의 상관관계

본 연구 대상자들의 스트레스와 구강 건조감 간의 상관관계를 살펴본 결과, 스트레스와 구강건조감 정도($p<.01$)가 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있었으며, 구강건조감 정도와 구강건조감에 따른 행동($p<.001$)에서 유의한 양의 상관관계가 나타났다[표 5].

[표 5] 스트레스와 구강건조감 간의 상관관계

[Table 5] Correlation between Oral dryness and Stress level

구분		구강 건조감		스트레스
		구강건조감 정도	구강건조감 행동	
구강 건조감	구강건조감 정도	1.000		
	구강건조감 행동	.297***	1.000	
스트레스		.109**	.032	1.000

($p<0.01$) *($p<0.001$)

4. 논의

본 연구는 대학생들의 구강 건조감과 스트레스 정도를 확인하고 그들의 상관관계를 파악하는 것을 목적으로 하였다. 대상자는 D시와 C도 소재 3개 대학(교)에 재학생 중인 남녀 대학생이었으며 835부의 설문지를 분석하였다.

대학생들의 구강 건조감 정도를 측정된 결과 전체 평균은 60점 만점에 12.89±10.15점으로 65세 이상 노인을 대상으로 한 선행연구[17] 결과 보다 낮게 나타났다. 통계적 유의성은 없었으나 ‘하루 1갑 이상’ 흡연자와 ‘거의 매일’ 음주를 한다고 답변한 응답자의 구강건조감 정

도 점수가 가장 높은 것으로 분석되었다. 담배의 니코틴 성분은 혀의 점막에 타액을 분비하여 표면을 촉촉하고 부드럽게 할 뿐 아니라 점막을 보호하는 혀의 점액선과 미뢰에 영향을 주어[18] 저타액증[7]이 초래된 것이라 볼 수 있다. 이와 같은 결과로 구강건강에 나이, 흡연, 음주가 구강건강에 중요한 역할을 하고 있음을 알 수 있었으며 선행연구 결과를 지지하였다[6, 19, 20]다.

대상자들이 인지하고 있는 건강상태와 구강건강감 정도($p<.001$) 및 구강건강감에 따른 행동($p<.001$)에서 통계적 유의성이 있는 것으로 나타났다. 특히, 사후검정 결과 자신이 '건강하지 못하다'라고 응답한 대상자의 구강건강감 정도와 구강건강감에 따른 행동 점수가 유의하게 높은 것으로 분석되어 신체적 건강 상태가 구강건강감과 관련 있다는 선행연구결과[8]를 지지하였다. 또한 인간은 전신건강을 추구하기 위해 끊임없이 구강을 통해 외부로부터 음식을 섭취하고 있으므로 구강건강의 중요성이 강조[21]되어야 한다. 구강건강증상과 치주질환 및 저작능력 등의 구강건강상태가 일반적인 삶의 질에 영향을 미치므로[22, 23] 구강 건강감 관리가 중요하다는 것을 알 수 있다.

후기 청소년기인 대학생은 미성년에서 성인으로 넘어가는 과도기로 자아정체감 확립과 성인생활을 준비하기 위한 여러 가지 과제를 집중하는 시기이다[24]. 대학생들은 후기 청소년기에 요구되는 발달과업뿐 아니라 대학이라는 새로운 환경에 적응하는 과정에서 많은 스트레스를 겪게 된다. 이러한 스트레스는 대학생 스스로가 건강상태에 영향을 주는 것으로 인식하고 있는 것으로 보고하고 있다[25]. 본 연구에서 한국판 일반정신건강 척도(KGHQ-20)로 측정된 스트레스는 20점 만점에 평균 7.17±4.78점이었으며, 인구사회학적 특성과 스트레스를 분석한 결과 여학생이 남학생에 비해 상대적으로 높은 스트레스를 경험하는 것으로 분석되어 선행연구결과[25, 26, 27]와 같다. 또한, 20세 이하와 2학년 학생 및 보건계열 학생의 스트레스 점수가 유의하게 높게 나온 것은 저학년일수록 대인관계 스트레스가 높다고 보고한 신윤아[26]의 결과와 일부 일치하나 비보건계열 학생의 스트레스 수준이 높다고 한 유은영[28]의 결과와는 상반되었다. 또한, 이미경[29]은 성별과 학년 및 계열에 따른 스트레스에 차이가 없는 것으로 보고하였다. 이러한 연구결과의 차이는 각 연구에 사용한 도구가 다르기 때문에 나타난 결과라고도 할 수 있으므로 추후 연구에서 동일한 도구 사용을 고려할 필요가 있다. 또한, 전체 대상자 중 '건강하지 못하다'고 인지한 대상자의 스트레스 점수가 가장 높았는데, 이러한 결과는 여자대학생의 스트레스가 높을수록 건강하지 못하다고 인식하였으며 질병을 갖고 있다

는 응답이 높았다고 보고한 결과[30]와 같았으며, 두통과 불면증과 같은 신체적 증상과 우울과 부정적인 정서 반응이 많다고 한 결과와 같다[25, 27, 31]. 그러므로 스트레스가 건강상태에 영향을 주고 있다는 것을 알 수 있다.

운동에서는 선행연구결과와 같이[31] 운동을 하는 대상자가 하지 않는 경우보다 스트레스 점수가 유의하게 낮은 것으로 나타나 규칙적인 운동이 스트레스를 감소시킨다는 것을 알 수 있다.

선행 연구에서 스트레스를 받으면 음주를 많이 하고[25, 32], 스트레스 해소방법으로 남학생은 음주와 흡연, 여학생은 음식을 먹는다고[31]고 보고 한 바 있는데, 본 연구에서는 '하루 1갑 이상' 흡연, '거의 매일' 음주라고 응답한 대상자가 그렇지 않은 대상자들에 비해 스트레스 점수가 유의하게 낮은 것으로 나타났다. 이것은 음주와 흡연을 통해 스트레스를 해소하므로 스트레스 점수가 낮게 나온 것이라고도 할 수 있다. 그러나 흡연과 음주는 스트레스를 해소시키는 것이 아니며, 과도한 음주는 술로 인한 문제를 경험하는 것으로 보고되어있고[32], 흡연이 구강 건강감[7] 등, 건강상의 문제를 유발시킬 수 있으므로 대학생을 대상으로 올바른 스트레스 관리법에 대한 교육이 필요하다고 사료된다.

스트레스와 구강건강감을 분석해 본 결과 스트레스가 높은 대상자는 그렇지 않은 대상자에 비해 구강건강감 정도가 유의하게 높았다. 또한 스트레스와 구강건강감 간의 상관관계를 살펴본 결과 스트레스와 구강건강감 정도, 구강건강감 정도와 구강건강감에 따른 행동에서 통계적으로 유의한 양의 상관관계 보였다. 이러한 결과는 노인의 구강건강증과 우울이 양의 상관관계를 보인다는 선행연구 결과[33]와 정신적 긴장, 걱정[6]이나, 우울증이 타액분비량 감소와 관련이 있다는 보고[34]한 결과와 같다. 스트레스가 높을수록 구강건강감 정도가 높고 구강건강감에 따른 행동도 많아지는 것으로 해석할 수 있다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 대학생들의 구강건강감과 스트레스 정도를 확인하고 그들의 상관관계를 파악하는 것을 목적으로 하였다. 본 연구 대상자들의 구강건강감 정도와 구강건강감에 따른 행동은 비교적 낮은 편이었다. 그러나 현재 자신이 '건강하지 못하다'라고 응답한 대상자는 '건강하다'라고 한 응답자에 비해 구강건강감 정도와 구강건강감에 따른 행동 점수가 유의하게 높았으며, 일반정신건강 척도로 측정된 스트레스 또한 유의하게 높았다. 이와 같은 결과로 미루어 볼 때 현재 자신이 건강하지 못하다고 느

끼고 있는 대학생이 구강건조감 관련 증상이 더 많았으며, 스트레스 또한 더 높다는 것을 확인할 수 있었다. 또한 스트레스 정도가 높은 대상자는 낮은 대상자에 비해 구강건조감 정도가 유의하게 높았으며, 스트레스와 구강건조감 정도 간에 유의한 양의 상관관계를 나타내, 스트레스가 높을수록 구강건조감 정도가 높다는 것을 알 수 있다. 그러므로 대학생들의 신체적, 정신적 건강상태를 향상시키고 스트레스를 해소시킬 수 있는 중재 프로그램의 개발 및 적용이 필요하다. 한편 흡연 및 음주에 따른 스트레스에서 하루 1갑 이상 담배를 피우는 대상자는 흡연을 하지 않는 대상자에 비해 스트레스 점수가 유의하게 낮았으며, 거의 매일 술을 마신다는 대상자는 음주를 하지 않는 대상자에 비해 스트레스 점수가 유의하게 낮았다. 이러한 결과는 선행연구 결과와 다르므로 추후 연구가 필요하다고 사료된다.

References

- [1] Nam, M. J. & Uhm, D. C., "Correlation between Regular mealtime, Oral health knowledge and Oral health of college students", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 12(2), pp.788-794, 2011.
- [2] Ko, M. Y., Kwon, K. M., Heo, J. Y., Tae, I. H., & Ahn, Y. W., "A Clinical Study on the Taste Threshold of the Patients with Xerostomia", *Korean Journal of Oral Medicine*, Vol. 33(1), pp.67-75, 2008.
- [3] Koo, H. M., Auh, Q. S., Chun, Y. H., & Hong, J. P., "Change of the Amylase Secretion on the Rat Submandibular Gland in the Restraint Stress Condition", *Korean Journal of Oral Medicine*, Vol. 32 No.1, pp.57-67, 2007.
- [4] Fox, P. C., van der Ven, P. F., Sonies, B. C., Weiffenbach, J. M., Baum, J., 'Xerostomia: evaluation of a symptom with increasing significance', *J Am Dent Assoc*, Vol. 110(4), pp.519-525, 1985.
- [5] Napenas, J. J., Brennan, M. T., Fox, P. C. "Diagnosis and treatment of xerostomia", *Odontology*, Vol. 97, pp.76-83, 2009.
- [6] Bergdahal, M. and Bergdahl, J., "Low unstimulated salivary flow and subjective oral dryness: association with medication, anxiety, depression, and stress", *J Dent Res*, Vol. 79, pp.1652-1658, 2000.
- [7] Niedermeier, W., Huber, M., Fischer, D., Beier, K., Muller, N., Schuler, R., Brinninger, A., Fartasch, M., Diepgen, T., Matthaeus, C., Meyer, C., & Hector, MP., "Significance of saliva for the denture-wearing population. *Gerodontology*, Vol. 17, pp.104-118, 2000.
- [8] Anttila, S. Knuutila, M. L., & TK Sakki, "Depressive symptoms as an underlying factor of the sensation of dry mouth", *Psychosomatic Medicine*, Vol. 60(2), pp.215-218, 1998.
- [9] Lim, J. W., "(A) study about factors affecting the somatization symptoms of the middle aged woman : focus on the stress experience, stress perception, stress coping method", Unpublished master's thesis, Ewha University, Seoul, 1999.
- [10] Yoo, J. S., Kim, J. & Kim, K. E., "The Effects of Some Soldiers' Stress on Their Oral Healthcare Practice and Attitudes", *Journal of Dental Hygiene Science*, Vol. 9(4), pp.369-374, 2009.
- [11] Takehara, J., Nakamura, K., Miyake, R., "Factors associated with subjective symptoms of dry mouth in junior and senior high school girls", *Journal of the Japanese Stomatological Society*, Vol. 57, pp.111-116, 2007.
- [12] Nam, J. Y., "The Relations of Stress, Drinking Trait, and Problem behavior after Drinking among the College Students in Jeju", *Law an Policy*, Vol. 11, pp.135-152, 2005.
- [13] Suh, K. H. & Kim, S. M., "Roles of Life Stress and Ego-Resilience in Problem Drinking of College Students", *Journal of The Korean Alcohol Science*, Vol. 10(2), pp.21-34, 2009.
- [14] Lee, J. Y., Lee Y. O., & Kho, H. S, "Reliability of a Questionnaire for Evaluation of Dry Mouth Symptoms", *Korean Journal of Oral Medicine*, Vol. 30(4), pp.383-389, 2005.
- [15] Jo, H., "Study of the public mental health and self-exposure", *J Red Cross Nurs*, Vol. 13, pp.115-150, 1991.
- [16] Shin, S. I., "Korean General Health Questionnaire (kGHQ) in the development of Research", *Korean Journal of Social Welfare*, Vol. 46(9), pp.210-235, 2001.
- [17] Jang, K. A., "Effect of Mouth Gymnastics on the Improvement of Oral Function", Unpublished doctoral dissertation, Koshin University, Busan, 2011.
- [18] Lee, J. E., "Histochemical Study on the Effects of Smoking on Glycoconjugates of Rat Lingual Salivary Glands", Unpublished master's thesis, Pusan National University, Busan, 1998.
- [19] So, J. S., Chung, J. W., Chung, S. C., "Impact of dry mouth on orofacial pain symptoms in Korean elderly",

Journal of Korean Academy of Oral Medicine, Vol. 29(3), pp. 249-258, 2004.

[20] Lee, J. H., "Dry mouth in the Korean elderly : associate factors, and impacts on oral health related quality of life", Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul, 2006.

[21] Park, J. Y., "A Study on Oral Health Care among Elderly People in a Rural Community at Iksan city", Unpublished master's thesis, Won Kwang University, Iksan, 2010.

[22] Lee, M. R., "A Study on the Effects of Self-Perceived Oral Health Status on the Quality of Life : PRECEDE Model applied", Unpublished master's thesis, Gachon University of Medicine and Science, Incheon, 2010.

[23] Kim, J. H., "The effect of oral health on total health and quality of life : Surveyed against some of youngman", Unpublished doctoral dissertation, Keimyung University, Daegu, 2007.

[24] Lee, I. J. & Choe, H. K., "Human Behavior and Social Environment", Seoul, Nanam, 2000.

[25] Lee, C. H., "The Causes of Stress and Coping Strategies Among University Students", Unpublished master's thesis, Daegu Haany University, Daegu, 2007.

[26] Sin, Y. A., " A study on life stress and coping pattern of university students", Unpublished master's thesis, Cheongju University, Cheongju, 1998.

[27] Sung, M. J., "Correlations between Life Stress and Health Status of College Student", Unpublished master's thesis, Inha University, Incheon, 2008.

[28] Yu, E. Y., "Relationships between Stress-Coping Schemes and Mental Health for Health Department and Non-Health Department College Students", Journal of Korea Contents, Vol. 9(12), pp.718-729, 2009.

[29] Lee, M. K., "A Study on Job stress and career self-efficacy of college students : at Jeonbuk, Unpublished master's thesis, Hanil University & Presbyterian Theological Seminary, Wanju, 2004.

[30] Nam, H. J., Lee, S. M., & Park, H. R., "An ecological study on dietary behaviors by the degree of stress among female college students in Suwon", Journal of Korean Society for Health Education and Promotion, Vol. 19(1), pp.199-212, 2002.

[31] Oh, K. H., "The Relationship between Life Stress and Physical/Mental Health among College Students", Unpublished master's thesis, Sahmyook University, Seoul, 2009.

[32] Kim, E. S., "The Impact of Stress on Drinking Behavior and Drinking Problems Among University Students",

Unpublished master's thesis, Chonbuk University, Jeonju, 2002.

[33] Jang, J. H. & Kim, S. H., "The Relationship between Xerostomia and Depression in Elderly People", Korean Journal of Health Education and Promotion, Vol. 24(3), pp.51-60, 2007.

[34] Friedlander AH and Mahler ME, "Major depressive disorder, psychopathology, medical management and dental implications", J Am Dent Assoc, Vol. 132, pp.629-638, 2001.

남 미 정(Mi-jung Nam)

[정회원]



- 2007년 2월 : 대전대학교 대학원 간호학(박사)
- 2010년 1월 : 홍릉강중의약대학 의학(박사)
- 1985년 1월 ~ 2004년 8월 : 가톨릭대학교 대전성모병원 간호사
- 2008년 3월 ~ 현재 : 대전보건대학 간호과 교수

<관심 분야>

예방간호, 재활간호, 아동간호, 보완대체요법

엄 동 춘(Dong-choon Uhm)

[정회원]



- 1987년 2월 : 서울대학교 의과대학원 간호학과(석사)
- 2003년 8월 : 서울대학교 간호대학원 간호학(박사)
- 1982년 1월 ~ 1996년 8월 : 서울대학교 병원 간호사
- 1996년 9월 ~ 2008년 2월 : 대전보건대학 간호과 교수
- 2008년 3월 ~ 현재 : 대전대학교 응급구조학과 교수

<관심 분야>

병원 전 단계 응급처치, 응급간호, 보완대체요법 등 암 환자간호