

여대생의 월경곤란증 및 대처방안

연구자 : 임영란, 김 별, 이지현, 유혜림, 박혜영, 함종은, 김정은 (지도교수 : 권운정)

NECESSITY

월경곤란증은 사춘기 이후 여성의 주요 건강문제 중 하나로 여대생의 94%가 월경곤란증을 경험하며, 이 중 53.2%가 일상생활이 곤란한 정도의 월경곤란증을 호소하고 있다. 또한 15%의 청소년들이 심각한 월경곤란증으로 일상생활의 어려움을 겪는다. 여대생들의 건강관리 영역의 한 분야로서 월경곤란증을 알고 이에 대한 증재방안을 모색하는 것은 매우 중요한 과제라 생각한다. 이에 본 연구는 여대생들이 경험하고 있는 월경곤란증의 유병률과 이와 관련된 변수를 규명해 봄으로써 월경곤란증 관리 프로그램 개발에 필요한 기초자료를 마련하고자 시도되었다.

METHODOLOGY

● 연구설계 - 기술적 조사연구

● 대상자 선정

- 충청북도 대학 중 일 개 대학을 임의로 선정
- 전체 학과 중 여학생 성비가 높은 학과(N과, D과, B과)를 임의로 선정하여 대상학과의 여학생 중 대상자 선정기준에 맞는 학생을 선정
- 대상자 선정기준 : 월경을 하는 여대생으로 의사소통에 문제가 없고, 연구에 참여할 것을 동의한 자

● 자료 수집 기간 & 방법

- 2012년 9월 7일 ~ 2012년 9월 9일
- 연구에 대한 설명 후 연구 참여에 동의한 대상에게 설지 배부
- 설문지 배부 후 그 자리에서 회수
- 배포한 설문지 총 300부 → 288부 수거 → 적합한 269부

● 측정 도구

- 설문지구성 : 일반적 특성(7문항), 월경특성(7문항), 월경불편감(35문항), 대처방법(20문항)
- 월경곤란증 : 홍선심(2004)의 도구를 연구목적에 맞게 수정하고 전문가의 자문과 검증은 받아 구성함 (cronbach's $\alpha = .949$)
- 월경곤란증 대처방안 : 최경화(1997)의 도구를 연구목적에 맞게 수정하고 전문가의 자문/검증을 받아 구성함

● 자료분석방법

- 기술통계, t-test, ANOVA, 교차분석, Pearson 상관분석

RESULTS

Table 1. 월경곤란증으로 인한 불편감 점수가 높은 항목



Table 2. 대상자 특성에 따른 월경곤란증의 차이

특성	유무	M ± SD	t	p
경구피임약	유	62.21 ± 22.41	4.259***	0.000
	무	45.16 ± 22.94		
병원방문	유	62.24 ± 24.41	4.199***	0.000
	무	45.23 ± 22.64		

***P < .001

Table 4. 월경곤란증 대처 방안의 효과



Table 3. 월경곤란증 대처 방안 항목

항목	(N)	(M ± SD)
진통제를 복용한다.	168	2.39 ± 0.79
휴식을 취하거나 잠을 잔다.	239	2.31 ± 0.58
아랫배나 허리를 따뜻하게 한다.	233	2.22 ± 0.57
따뜻한 물로 샤워한다.	124	1.67 ± 0.77
통증이 있는 부위를 마사지 한다.	170	1.75 ± 0.65
따뜻한 물을 마신다.	124	1.67 ± 0.77
병원을 찾는다.	48	1.52 ± 0.95
가슴을 무릎에 대고 웅크린다.	123	1.43 ± 0.78
조용한 음악을 듣는다.	77	1.43 ± 0.94
평상시 보다 많이 먹는다.	139	1.30 ± 0.94
불편한 증상은 일시적이라고 스스로 위로한다.	126	1.29 ± 0.80
바쁘게 하루를 보낸다.	93	1.22 ± 0.94
통증에 신경 쓰지 않고 다른 일에 집중한다.	136	1.21 ± 0.83
혼자 있다.	108	1.21 ± 0.87
친구와 증상에 대해 이야기를 나눈다.	145	1.19 ± 0.85
비타민제를 먹는다.	51	1.16 ± 0.88
운동을 한다.	65	1.11 ± 0.94
아주 적게 먹거나 굶는다.	107	1.03 ± 0.82
화가 나는 것을 다른 곳에 퍼붓는다.	104	0.96 ± 0.82
커피나 콜라 등 카페인이 들어간 음료를 마신다.	80	0.88 ± 0.89

Table 5. 대상자 특성 & 대처방안

특성	대처방안 (%)
학과 & 월경곤란증 대처방안 (%)	<ul style="list-style-type: none"> • 비타민제 복용하기 (B과(45.1)>N과(35.3)>D과(19.6)) • 혼자 있기 (N과(50.9)>B과(31.5)>D과(17.6)) • 카페인음료수 마시기 (N과(42.5)>B과(41.3)>D과(16.3))
자매 유무 & 월경곤란증 대처방안 (%)	<ul style="list-style-type: none"> • 비타민 복용하기 (자매 있음(64.7)>자매 없음(35.3))
경제상태 & 월경곤란증 대처방안 (%)	<ul style="list-style-type: none"> • 진통제 복용하기 중(79.2)>하(19.6)>상(1.2) • 적게 먹거나 굶기 중(82.2)>하(15.0)>상(2.8)
병원방문여부 & 월경곤란증 대처방안 (%)	<ul style="list-style-type: none"> • 휴식 & 수면 (방문 무(86.6)>유(13.4)) • 통증부위 마사지 하기 (방문 무(82.4)>유(17.6)) • 바쁘게 하루 보내기 (방문 무(83.9)>유(16.1)) • 카페인음료수 마시기 (방문 무(81.3)>유(18.8))
경구피임약 & 월경곤란증 대처방안 (%)	<ul style="list-style-type: none"> • 배를 따뜻하게 하기 (복용 무(15.0)>유(85)) • 통증부위 마사지하기(복용 무(82.9)>유(17.1)) • 통증 외 다른 일에 집중하기 (복용 무(85.3)>유(14.7)) • 웅크리기 (복용 무(82.1)>유(17.9))

빈도수가 높은 주요한 대처방안에서는 유의한 차이가 없음

약물 대처군에서 비약물적 대처방안의 이용이 유의하게 적음

PROPOSAL

- 첫째, 상당수의 여대생이 중간 정도의 월경통증과 다양한 증상들을 경험 ⇒ 적절한 관리를 위한 교육과 상담이 필요
- 둘째, 월경곤란증 증상 감소를 위한 대처 방안에 대한 보건교육의 지속적인 실시가 필요.
- 셋째, 연구의 대상자가 일개 대학의 소수 학과로 제한되었으므로 연구결과의 확대해석에 제한이 따름, 따라서 폭넓은 연령층의 여성을 대상으로 한 월경곤란증에 대한 다양한 대처 방안의 효과를 비교, 검증하는 후속 연구 제언.