

# 배란법에 의한 가족계획의 새로운 지견

가톨릭의대부속 성모병원

산부인과 과장 김 승 조

바야흐로 자연피임법의 새로운 정리작업이 세계적인 규모로 진행되고 있다. 세계 보건기구가 발벗고 자연법 개발과 현존자연법의 現代化 작업에 박차를 가하고 있는 것이다.

자연법의 가장 큰 관심사는 워니워니 해도 어떻게 하면 배란일을 미리 예측할 수 있느냐 하는데 집중된다고 말할 수 있다. 그것도 손쉬운 방법으로 배란일을 알아낼 수 있는 방법이 있을 것을 기대하고 많은 학자들이 배란시에 일어날 수 있는 신체적 변화에 대한 생화학적 검사를 포함한 타액이나 소변, 혈청등에서 찾고 있는 것이다. 머지않아 이러한 자연법에 획기적인 더 좋은 배란 예측방법이 나올 것을 기대하나 아직은 확실한 전망이 있는 것은 아니다. 어디까지나 장래에 속한 문제고 현실은 아니다.

Human life foundation (미국)이 자금을 투여하고 WHO 주관하에 현시점에서 자연법에 이용된 여러가지 생식생리학적인 지식을 총망라한 자연법의 현대화 작업을 시도하고 있는 것은 자연법을 증진하여 가족 계획사업을 하고 있는 우리 가톨릭의 입장에서는 여간 고무적인 사실이 아닐 수 없다. 이러한 작업이 시행되고 있는 자연피임법은 세가지로써 그 하나가 기초체온법과 배란법, 그리고 증상체온법이다. 세계 각국에 앙케이트를 돌려 이 방면에 실제로 사업을 하고 있는 기관과 전문가들의 의견을 종합하고자 노력하고 있는 것이다. 얼마 후에는 그동안 산만히 시행되는 자연법도 세계적으로 통일된 가장 최선의 방법이 정리되어 나올 것으로 믿는 것이다.

오늘은 배란법(Billing's)의 Billings 박사 자신이 최근 더 보완 정리된 부분을 첨가 시술코져 한다.

## 배란법의 진전

Billings박사는 최근 배란법 도해와 같은 종래의 여러 저술보다 더 구체적이고 또 실제적으로 배란법이 갖고 있는 단점이랄까 설명이 부족하였던 점들에 대해 실제적이고 구체적인 면을 보완해서 출판하였다. 여기서는 배란법의 다른 출판물에서 보다 보완된 부분을 열거 소개하고자 하는 바이다.

## 배란법과 점액

배란법은 수정형 점액과 불수정형 점액을 인지하는 데서부터 시작된다. 수정형 점액이 인지되는 동안은 절대 금욕을 해야 하는데 여기서 난자(卵子)의 생존기간과 정자(精子)의 생존기간을 계산해서 금욕 기간을 설정한 것이다. 월경주기에 따른 외음부에서 부인들이 느끼는 기초적인 감각은 첫째 건조함과 둘째 미끈미끈한 감각이다. 이러한 느낌은 부인 개개인에 따라 차이가 있고 또 같은 부인에서도 월경의 각 주기마다 다른 감각을 느낄 수 있다. 여하간에 월경주기에는 두가지의 크게 다른 두 가지 형태의 점액이 수정형 점액으로 변화하여 불수정형의 점액에서 배란기에 최고 점액일이 되었다가 다시 건조기, 불수정형점액기로 넘어간다. 따라서 월경주기가 짧은 사람에 있어서는 점액이 일찍 나타나게 되며 어떤 경우에는 너무 빨리 점액이 나타나게 되어 체 월경이 끝나기도 전에 수정형 점액이 나타날 수도 있다.

실제로 월경주기에 따른 여러 경우에 있어서 조심해야 할 어려운 문제들이 대두되고 있다. 최근 Billing박사가 열거한 실제적인 규칙을 들어보면 다음과 같다.

1. 월경중에 성교를 해도 임신이 될 수 있다. 이런 경우는 월경주기가 짧은 부인 즉 배란 전기의 여유가 없는 부인들에서 조심할 일이다. 월경주기가 25일 이하의 부인들은 해

당이 된다고 하겠다.

2. 성교후 분비물에 점액이 섞였을 때는 임신  
을 피하기 위해 금욕해야 한다.
3. 임신을 피하기 위해서는 어느 경우든 점액  
분비가 시작되면서 부터 금욕해야 한다.
4. 수정형점액이 보이는 기간에는 완전한 성  
교가 아닌 간단한 성기접촉으로도 임신될수  
있다.
5. 최고 점액일이 지나 3일이 경과되면 점액  
은 완전히 없어지고 건조한 느낌으로 돌아  
오게 된다. 임신을 원치 않는다면 이 기간  
동안도 성교를 피하는 것이 좋다.
6. 월경과 다음 월경사이에 출혈이 있을 때는  
성교를 피해야 하고 출혈후 불수정형점액  
기의 3일간도 임신을 원치 않는다면 성교를  
피해야 한다.

#### 배란법과 월경불순

평균월경일에서 많이 벗어난 월경주기를 갖은  
부인들에게서는 점액에도 자연 정상점액과 다른  
점액상을 볼 수 있다.

1. 월경전 주기중 줄곧 점액이 분비되고 건조  
기가 없는 경우가 있다. 이러한 때를 기초  
적 불수정 점액상(basic infertile pattern)이  
라고 한다.
2. 배란기부터 다음 월경주기까지가 평균이  
14~16일인데 10일이하인 경우도 있다. 이  
런 경우는 분만후나, 이유기중 폐경기전 수  
개월간, 피임약복용후에 흔히 볼수 있다.
3. 어떤 월경주기 중에는 배란이 일어나지 않  
으며 월경은 배란없이도 일어날 수 있다.  
폐경기전이나 20세미만의 청소년에서 흔히  
분다.
4. 월경주기의 전반부(배란전)가 짧은 경우가  
있다. 즉 분만후, 폐경기가 가까워 올때, 또  
정상적인 부인에서, 그리고 피임약 중단후

체내 홀몬상태가 정상으로 돌아오기전에 일  
어날 수 있다.

어떤 경우든지 점액의 상태가 임신 가능여부  
를 잘 나타내 주므로 모든 월경주기의 변형을  
통재할 수 있다고 믿고 있다.

#### 배란전기가 긴부인에서 임신을 피하는 방법

- (1) 기초적 불수정점액상이 건조한 경우의 부  
인을 수정형 점액이 분비되기 시작할때부터  
금욕해야 한다.
- (2) 기초적 불수정점액상이 불수정형점액일  
경우는 점액에 어떤 변화가 오면 금욕하고  
회복후에도 3일간 금욕해야 한다.
- (3) 기초적 불수정점액상이 건조 불수정형점  
액의 두가지일 경우는 점액의 어떤 변화가  
초래되면 금욕하고 건조기거나 불수정점액  
기로 회복되는 3일간은 더 금욕해야 한다.
- (4) 때때로 급속히 변화하는 점액상이 있을때  
긴 월경주기중에 있을 때에는 금욕하는 것  
이 좋다. 이러한 경우는 이유기의 부인이나  
피임약 복용중 단산후나 폐경기전 부인에서  
흔히 볼 수 있다.

이상의 최근 보완발표된 배란법의 내용은 한  
마디로 간추려 초기건조일 규칙(early dry rule)  
적용에 있는 것으로써 이유기 부인이나 폐경기  
전부인 또는 초경이후 월경주기의 이상이 심한  
경우에 대한 구체적인 예들을 보완해 주고 있  
다.

최고 수정일 규칙(Peak day rule)에 대한것은  
전의 기술과 다를 바가 없다. 여기서 필자가 부  
언해 두고 싶은것은 월경주기가 길다든지 불순  
한 부인들, 그리고 경관점액이 분비의 구별을  
배란전 점액상(Preovulatory mucus pattern) 구  
별이 어려운 부인에서는 아예 금욕을 하고 최고  
수정일후의 규칙만을 지켜보는 것도 한가지 배  
란법의 이용방법이 될 수 있다고 보는 것이다.