

四象體質別 香療法の 效果

이 성 희*

I. 서 론

1. 연구의 필요성

간호학은 간호를 하나의 과학적 체계로 구축하기 위하여 전문적 실체에 대한 연구와 사회적 변화에 따른 대상자의 간호요구를 충족시키는 노력을 지속적으로 하여왔다. 이런 노력의 일환으로 한국 간호학계에서는 1990년대 후반 이후 대체요법에 대해 관심을 기울이게 되었으며 최근에는 대체요법에 관한 과학적인 검증을 시도하고 있다. 여러 대체요법중 향요법은 질병의 증상을 완화시키고 심신의 이완, 스트레스 반응 감소 및 면역기능을 증진시키는 효과가 있음이 검증되었고 특별한 도구없이 간편하게 이용할 수 있으며 짧은 시간 적용으로도 큰 효과를 얻을 수 있어 임상간호사들의 큰 호응을 받고 있으며 이를 독자적인 간호중재로 활용하려는 움직임이 활발해졌다(박미경, 2000).

향요법(aromatherapy)이란 다양한 천연식물의 각 부분으로부터 추출한 정유(aroma essence oil)의 특성을 이용해 심신의 건강을 유지·증진시키려는 일련의 치료법을 의미한다. 향요법에 이용되는 정유는 수백종이 넘고 대부분 향요법사들의 경험을 토대로 신체에 대한 안전성과 정유별 고유한 효능이 알려져 있는 상태여서

이를 독자적인 간호중재로 발전시키고 합리적 근거를 구축하기 위해서는 과학적인 검증의 단계를 거쳐야 한다. 또한 국내의 향요법에 쓰이는 정유는 향요법의 역사가 오래되고 정유의 증류기술과 시설이 뛰어난 유럽, 미국 등지에 수입되었고 주로 그 지역에서 자라는 식물로부터 추출된 것이어서 서구에서 그 효과를 검증받은 정유라 할지라도 한국인의 고유한 정서와 어울리지 않을 수 있다.

Leininger(1978)는 횡문화 간호이론을 통하여 대상자가 만족하는 간호를 제공하기 위해서는 대상자의 문화적 배경을 존중하여야 한다고 하였고, Martin(1996)도 향요법 간호중재개발시 후각에 대한 문화적 차이를 고려하여야 한다고 하였다. 또한 개인이 가지는 신체적 특성과 향기에 대한 고유한 기억에 따라 일반적으로 유효한 반응을 일으킨다고 알려진 정유일지라도 반대의 결과를 초래할 수 있음이 밝혀졌다(Welsh, 1997).

한국인의 신체적, 심리적 특성을 고려할 때 이제마의 四象體質이 언급된다. 이제마는 체질특성에 있어서 체격의 특징이외에 성격, 행동과 생활태도, 질병시에 보이는 신체특성을 종합한 4가지 체질, 즉, 太陽人, 少陽人, 太陰人, 少陰人을 말하였다. 이제마는 東醫壽世保元의 四端論에서 五臟 가운데 心을 太極이라고 하고, 肺脾肝腎의 大小차이에 따라 四象의 인간으로 구분하였다(홍순용, 이을호, 1983). 사상의학은 心身醫學으로서 인간의 생리 조직학적 기능에 의한 체질관을 다루는 의학이 아니라

* 서라벌대학 간호과

심성적 정의 및 정신적 요구로서의喜怒哀樂을 함께 다루고 체질별로 성격의 차이가 있고 이와 관련하여 특징적인 체질생리와 병리설이 있다고 언급하고 있다. 太陽人の 성격은 지배성, 도덕성, 민감성, 불신감의 경향이 강하고, 太陰人은 온정성, 정열성, 대담성, 통제력, 자기충족성의 경향이 크다. 한편 少陽人은 대담성, 진보성, 독립성의 경향이 우세하고, 少陰人은 불신감, 죄책감, 불안감의 경향이 크다고 알려져 있다(고병희, 1993).

또한 사상의학에 의하면 인간의 타고난 性情에 따라 환경으로부터 정보를 수집하여 반응하는 양상이 다른데 스트레스에 대하여 陽人은 주로 투쟁(fight)적 반응을 하고 陰人은 회피(flight)적 반응을 한다(지상은, 최선미, 조황성, 1998). 少陰人이 신체적 이상을 자주 호소하는 반면(이인선, 김종원, 이상훈, 1997) 스트레스 관리에는 소홀하며 스트레스에 대한 인지정도가 가장 높고(전은영, 김귀분, 1992), 太陰人의 자기효능감이 가장 높다(전은영, 1999). 해부학적인 차이를 보면 少陰人은 다른 체질에 비해 혈관의 직경이 현저히 작으며 이는 임상적으로도 항상 손발이 차를 호소하는 것과 관련이 있다(지상은, 최선미, 조황성, 1998). 또한 후각은 太陰人이 가장 잘 발달되어 있고(한방간호연구회, 1998) 사상체질과 자율신경계간의 관계를 보면 陽人은 교감신경우위형이고 陰人은 부교감신경 우위형이다(송일병, 1998). 이러한 성격적·구조적인 차이로 인하여 정유의 흡입과 정유를 이용한 마사지에 대한 반응이 체질별로 다를 수 있음이 가정되고 이를 검증하여 문화적, 개인적 특성을 고려한 한국적 향요법을 발전시키는 노력이 요구됨을 알 수 있다.

이에 본 연구에서는 향요법이 사상체질별로 그 효과면에서 차이가 있는지를 알아보고 향후 한국적 향요법 간 호중재 개발을 위한 근거자료로 삼고자 한다.

2. 연구의 목적

- 1) 향요법의 효과를 검증한다.
- 2) 사상체질별로 향요법의 효과에 차이가 있는지를 검증한다.

3. 연구의 가설

- 1) 향요법 적용후 대상자의 기분이 증진될 것이다.
- 2) 향요법 적용후 대상자의 타액 IgA농도가 증가될

것이다.

- 3) 향요법 적용후 사상체질별로 기본점수에 차이가 있을 것이다.
- 4) 향요법 적용후 사상체질별로 타액 IgA 농도에 차이가 있을 것이다.

4. 용어의 정의

1) 사상체질(四象體質)

조선후기 東武 李濟馬(1837-1900)公이 한국인의 체질을 外貌, 體質症, 體質辨證의 특징에 따라 분류한 太陽人, 太陰人, 少陽人, 少陰人을 의미하며, 본 연구에서는 김신호와 경희의료원 한방병원 사상의학과에서 개발한 사상체질진단을 위한 PC용 프로그램을 이용하여 분류한 체질을 말한다.

2) 향요법(aromatherapy)

향요법은 식물의 꽃, 줄기, 잎, 뿌리 부분에서 추출된 정유를 대상자의 심신과 영혼을 진정시키고, 균형을 이루며, 활기를 불어넣기 위한 의도로 치료에 이용하는 것을 말한다(Worwood, 1991). 본 연구에서는 로즈마리(Rosemary) 오일(Bush Boake Allen., USA)을 문힌 거즈를 코를 통해 1분간 흡입하는 방법과 동일한 오일을 그레이프 시드 오일(Grapeseed oil, Bush Boake Allen., USA)에 혼합한 2% 오일로 대상자의 등을 경찰, 유날, 지압, 번갈 기법을 이용하여 분당 20회의 속도로 20분간 마사지하는 것을 말한다.

3) 기분(mood)

Ryman, Biersner와 Larocco(1974)가 개발한 36 문항 3점 척도의 형용사형 기분검사도구를 김정아(1988)가 번역하여 표준화하였고, 최의순(1992)이 다시 4점 척도로 수정하였으며, 유쾌정서와 불쾌정서(우울, 분노, 피로, 공포)로 구성되어 있는 도구에 의해 측정된 점수를 말한다.

4) 타액 면역글로불린A(immunoglobulin A, IgA) 농도

인체의 타액에 다량 함유되어 점막표면을 보호하는 IgA의 농도(최명애 등, 1999)를 의미하는데, 본 연구에서는 대상자의 타액 3cc에서 면역비탁법으로 측정된 IgA 농도를 말한다.

II. 문헌고찰

1. 四象體質

사상의학은 동무 李濟馬公이 1894년 東醫壽世保元을 저술하여 인간의 체질적인 유형을 太陽人, 少陽人, 太陰人, 少陰人으로 구분하고 각 체질에 따른 생리와 병리, 치료, 양생을 연구함으로써 만들어낸 독창적인 體質醫學이다. 사상의학에서는 體質病症의 차이를 밝히고 선천적인 체질적 특성에 따른 질병치료, 양생법, 일상의 언행과 마음을 다스리게 함으로써 질 높은 삶을 살아갈 수 있게 하는 의학이자 철학인 동시에 인간학이라고 할 수 있다 (박성식, 박은경, 최재영, 1999).

이제마는 四端論에서 몸과 마음이 사람마다 다르고 완전하지 않다는 가정하에 喜怒哀樂의 性과 精의 두 요소의 차이에 의해 야기되는 臟腑生理의 차이에 의해 네가지 유형으로 분류하였다. 사상의학에 의하면 사람의 장부는 태어날 때 五臟六腑의 기능이 虛하고 實함이 있어서 서로 다른 체질을 나타내게 된다. 즉 심장을 중심으로 脾, 肺, 肝, 腎의 네 장기의 상대적인 大小와 虛實에 의하여 체질이 결정된다. 이상의 개념에 근거하여 태양인은 肺大肝小, 少陽인은 脾大腎小, 太陰인은 肝大肺小, 少陰인은 腎大脾小로 나누어지고 사람의 체질에 대한 올바른 인식을 한 후에 질병을 치료하고 약을 투여할 수 있다고 하였다. 체질을 분류하기 위해서는 마음과 신체의 양면성을 살펴야 하는데 사상인의 신체적 요소는 體形氣(像論과 容貌詞氣論으로 나누어지고 심적요소는 性質, 才幹, 恒心, 心慾 등으로 나누어진다(한방간호연구회, 1998).

太陽인은 肺가 튼튼하고 肝이 약한 체질로서 적극적이고 과단성과 진취성이 다른 체질보다 뛰어난 반면에 독선적이며, 계획성이 없고 여유가 없는 것이 단점이다. 이 체질은 영웅심과 자존심이 강하고 일이 뜻대로 되지 않을 경우 크게 분노를 일으켜 건강을 해치게 되는데 주로 上氣, 眼疾, 脚弱, 消化不良 등의 질환 발병율이 높다. 少陽인은 腎臟이 약하고 脾臟이 발달한 체질로서 성격이 쾌활하고 자신의 감정을 잘 드러내며 유머감이 뛰어나고 민첩하며 판단력이 뛰어나나 일에 대한 마무리를 하지 못하며 바깥일에 이롭나고 칭찬받기를 좋아하며 성미가 급하고 싫증을 잘 내며 지구력과 끈기가 부족하여 쉽게 체념한다. 이 체질에는 만성신부전증, 요통, 성기능장애가 발병할 확률이 크다. 太陰인은 肝이 튼튼하고 호흡기가 약한 체질로서 지구력과 끈기가 있고 점잖고 속마음

을 잘 표현하지 않는다. 항상 겁을 내는 조심성이 있고 매사에 신중하며 예의범절이 바르다. 그러나 물욕에 빠지기 쉽고 속으로 의심이 많고 둔하며 게으르다. 이 체질에는 고혈압, 중풍, 호흡기계질환의 발병율이 높다. 少陰인은 胃腸이 약하고 腎臟이 발달한 체질로서 유순하고 침착하며 잔재주가 많고 조직적이다. 그러나 소극적이고 추진력이 약하여 이기주의적 성향이 크며 질투심이 많다. 少陰인은 급·만성위장병, 위하수증, 상습복통의 발병율이 높다(송일병, 1996).

또한 사상의학에 의하면 인간의 타고난 性情에 따라 환경으로부터 정보를 수집하여 반응하는 양상이 다른데 스트레스에 대하여 陽人은 주로 투쟁(fight)적 반응을 하고 陰人은 회피(flight)적 반응을 한다(지상은, 최선미, 조황성, 1998). 사상체질과 응의 심리학적 유형간의 연관성을 조사한 결과 少陽인과 太陰인은 외향적이고 감각형으로 외부환경의 자극을 찾아 나서고 행동지향적이며 솔직하고 사교성이 좋고 감각적 인식을 선호하여 직접적인 경험을 지향한다. 반면에 少陰인은 내향적이고 감각형이어서 감각적 인식을 선호하여 직접적인 경험에 초점을 두긴하나 내향성이 강하여 자기내부 세계의 개념과 관념을 중요시 여기며 일시적인 외부사건보다는 지속적인 개념을 더 신뢰한다(박희관, 이종화, 1998). 또한 사상체질에 따라 색채선호도에서 차이가 있는데 少陰인과 太陰인은 '산뜻한' '차분한' '이국적인' 이미지를 가진 난색계의 색채유형을 선호하는 반면 少陽인은 청색계와 녹색계의 시원한 이미지가 두드러진 색채를 선호하였다(한기중, 이특구, 1998).

한편 少陰인은 스트레스에 대한 인지정도가 가장 높고(전은영, 김귀분, 1992), 신체적 이상을 자주 호소하는 반면(이인선, 김종원, 이상훈, 1997) 스트레스 관리에는 소홀하며, 자기효능감은 太陰인들에서 가장 높다(전은영, 1999). 해부학적인 차이를 보면 少陰인은 다른 체질에 비해 혈관의 직경이 현저히 작으며 이는 임상적으로도 항상 손발이 차를 호소하는 것과 관련이 있다(지상은, 최선미, 조황성, 1998). 또한 후각은 太陰인에서 가장 잘 발달되어 있고(한방간호연구회, 1998) 사상체질과 자율신경계간의 관계를 보면 陽人은 교감신경우위형이고 陰人은 부교감신경 우위형이다(송일병, 1998).

東醫壽世保元의 四象人辨證論에 제시된 체질진단방법으로 人物形容을 자세히 살피는 방법으로 외모와 심성을 관찰하는 방법과 病症을 서로 비교하는 방법과 약용의 방법을 제시하고 있고, 최근에 이용되는 객관적이고 타

당한 방법으로 신체 특정부위를 측정하는 방법, 맥진법, 설문지법이 이용되고 있다. 그 중 김진호, 고병희, 송일병(1996)에 의해 개발된 사상체질분류검사(QSCC)Ⅱ는 여러 연구에 의해 타당도와 신뢰도의 검증을 받았고 사용하기 간편하며 높은 체질판별율이 검증되어 널리 사용되고 있다.

사상체질의학은 심신균형적 치료의학이라 할 수 있다. 李濟馬는 사상의학의 치료정신을 기존의 약물과 針灸의 수단으로 모든 병을 치료하려는 고전적 치료의학에서는 심리적 안정을 치료의 수단으로 새로이 도입하여 심신적 균형상태에서 치료정신을 구하고 있다. 즉 治心治病을 치료의 근간으로 보며 자신의 체질에 맞는 性情의 균형을 통한 인격완성과 性情의 升降緩速 조절을 통한 治病精神이 필요하다고 하였다(송일병, 1993).

사상체질의학이 질병의 치료보다는 체질별로 평소 생활 습관과 인격도야를 통해 심신의 균형을 추구하는 예방의학 적 특성이 있는 것은 향요법이 정유를 이용해 대상자의 신체적, 심리적 건강을 유지·도모하고 면역기능 증진과 삶의 질을 높히려는 의도와 일맥상통한다고 볼 수 있다.

2. 향요법

천연 정유를 이용한 접촉(touch)은 인류의 시작부터 건강관리의 통합적 부분이었으며 정유는 여러 문화에 걸쳐 다양한 방법을 통하여 심신을 정화시키고 보호하는 역할을 하여왔다. 치료적 접촉과 정유를 같이 이용하여 치료에 이용하기 시작한 것은 심신에 활기를 불어넣기 위하여 정유목욕과 정유마사지를 권장한 히포크라테스로부터 시작되었다. 성경에서도 정신적, 영적, 신체적 치료를 위하여 이용한 정유 180여종의 정유를 찾아 볼 수 있다. "Aromatherapy"란 용어는 2차 세계 대전에서 Jean Valnet 박사가 정유를 이용하여 병사를 치료한 이후에 생겼으며 국내에서는 "향요법" 혹은 "방향치료"로 일컬어진다.

정유는 식물이나 나무의 꽃과 줄기를 비롯한 여러 부분으로부터 추출되어진 기름이지만 대부분의 정유는 매우 맑고 접촉시 끈적임이 느껴지지 않는다. 또한 피부에 직접 도포하면 피부에 대한 자극이 될 수 있으므로 커리어 오일(carrier oil)에 희석하여 사용하여야 한다.

향요법의 구체적 시술방법으로 마사지법, 복용법, 입욕법, 흡입법, 발목욕법, 압박법, 좌욕법, 방향법, 피부도포법 등이 있으며 특히 향요법마사지는 커리어 오일에 희석된 1~2% 정유를 이용하여 신체의 각 부분을 마사

지하는 방법으로서 여러 향요법중 가장 이완효과가 크며 치료자와 정서적인 공감대를 쉽게 형성하여 심리적인 만족감도 제공하므로 가장 널리 이용되는 방법이다. 즉 마사지가 정유와 접목되면 그 시너지(synergy)효과는 배가되어 마사지의 심리적·신체적 이완효과 이외에도 정유가 피부에 흡수되어 혈류에 빨리 전달되도록 하는 촉진역할을 하게 되는 것이다(Worwood, 1991).

향요법마사지시 코로 흡입된 정유의 향입자가 후각수용체를 자극하면 그 자극은 대뇌의 변연계로 전달된다. 변연계는 감정적·본능적 반응으로서 심박동수, 혈압, 호흡, 생식작용, 기억 그리고 스트레스에 대한 반응을 조절한다. 또 폐포로 흡수된 향료 분자와 마사지를 통해 피부에 빠르게 흡수된 정유는 혈류를 타고 전신에 퍼져 호르몬과 효소들과 화학적 반응을 한다. 또한 마사지의 접촉이 주는 심리적·신체적 이완효과가 어우러져 정유의 효과가 상승된다. 특히 정유마사지는 면역기능증진에 탁월한 효과가 있는데 그것은 정유가 미생물에 대한 직접적인 억제·사멸 작용을 하고 면역체계의 활성성을 증가시키는 작용을 하기 때문이다. 그러므로 전반적으로 면역기능이 저하된 후천성면역결핍환자나 호스피스 환자간호에 이용하였을 때 좋은 효과를 얻을 수 있다(Welsh, 1997).

또 다른 향요법중 흡입법은 따뜻한 물 등에 정유를 희석하여 그 향취를 흡입하는 방법으로 주로 기침, 인후염, 부비동염 등과 같은 호흡기 질환과 심리적, 정신적 증상의 개선을 위한 방법이다. 증상에 따라 적합한 정유를 선택하여 본격적인 흡입을 시작하기전 30초 정도의 흡입을 통하여 과민반응에 대한 사전검사를 한 후 이상이 없을 경우 3분에서 5분동안 흡입을 하는 것이 좋다(Worwood, 1991).

향요법에 이용되는 정유는 수백종이 있으나 임상연구를 통하여 인체에 안정성과 효과가 검증되어 보편적으로 이용되는 것 중 로즈마리(rosemary) 정유는 스페인, 프랑스 등지에서 자라는 *Rosemarinus officinalis*의 꽃, 잎, 줄기에서 증류되었으며 상쾌하고 깨끗하며 달콤한 향으로 표현된다. 주로 심신의 피로와 긴장완화 및 근육이완, 그리고 여드름 등의 피부 질환의 증상개선에 효과적이다. Diego 등(1998)이 20명의 성인에게 로즈마리 정유를 3분간 흡입하게 한 결과 적당한 이완효과와 동시에 약간의 각성을 동반한 기분증진, 경쾌함이 유도되었고 수학문제를 푸는 속도가 빨라졌다고 보고하였다.

향요법을 적용한 다른 연구를 보면 Burns와 Blamey(1994)는 585명의 진통중인 산모에게 라벤더를 비롯한

10가지 정유를 흡입하게 하여 그 결과를 조사한 결과 라벤더는 불안감소와 진정의 효과가 탁월하였으며, 특히 페퍼민트는 오심과 구토를 진정시켰다. 그리고 Tobin (1995)은 치매환자에게 라벤더, 오렌지, 제라니움, 클라라 세이지(Clarasage) 정유를 이용한 마사지를 적용하여 중요행위를 지연시키거나 감소시켰다. Hudson (1996)은 시설에 거주하는 15명의 노인의 배개속에 라벤더 오일을 몇 방울 떨어뜨린 결과 야간 수면의 질이 증진되었고 낮동안의 각성정도도 향상되었다고 보고하였다.

향요법마사지는 향유와 마사지의 생리적 작용이 어우러져 그 효과를 나타내게 되는데 마사지는 접촉을 통해 전달되는 기술로서 접촉 그 자체는 공감을 전달해주는 의사소통의 형태이므로 치료자와 대상자사이의 신뢰관계를 빠르게 하고 상호작용이 이루어져 대인관계를 지지하는 간호중재이다. 그러므로 마사지가 진행되는 동안에 대상자는 자신의 감정적 문제를 자연스럽게 이야기하게되어 심리적 해소효과를 얻게 된다. 그러나 접촉은 성별, 연령, 문화적 배경 등에 따라 다른 의미로 받아들여질 수 있어(장성욱, 1994), 모든 대상자들이 마사지를 이러한 긍정적인 반응을 보이는 것은 아니다. 그러므로 향요법마사지 적용시 대상자의 성격, 신체 접촉에 대한 반응 등을 충분히 고려하여 접근하는 것이 중요하며 궁극적으로 긍정적인 결과를 얻게 되는 주요 요인이 될 수 있다.

한국인의 성격과 체질을 잘 반영하는 것이 사상체질의 학이므로 사상체질별 향요법마사지에 대한 반응에 차이가 있는지를 고려하는 것은 지금까지의 연구가 대상자의 문화적 배경이나 향기에 대한 개인의 기억이나 접촉에 대한 체질별 반응의 차이를 고려하지 않고 대상자를 획일적인 존재로 가정하고 행해진 것임을 생각할 때 상당한 의의가 있는 연구라 할 수 있다. 또한 본 연구결과는 한국인의 체질을 잘 반영하는 한국적 향요법 간호중재를 개발하는데 토대가 될 수 있을 것이다.

3. 연구의 개념적 틀

간호대학생은 임상실습시 생소한 환경과 여러 가지 생활사건의 경험으로 인하여 불안과 학습동기 저하 등의 스트레스 반응을 일으키게 된다(박춘자, 1997). 즉 임상실습이라는 스트레스원에 대해 기분저하, 불안, 피로와 같은 심리적 반응이 일어나면서 대뇌피질이 시상하부를 자극한 결과 활성화된 교감신경계는 부신수질로부터 에피네프린, 노어에피네프린을 방출한다. 결과적으로 심박동수, 혈압, 호흡수가 증가한다. 한편 시상하부-뇌하수체-부신축의 스트레스 반응으로 코티졸이 분비된다. 증가된 코티졸은 혈당, 나트륨 보유율증가 등의 반응을 일으키고 지속되면 면역기능을 변화시키게 된다. 생리적 스트레스 반응은 신체에 주어진 요구를 충족시키는데 필수적이지만 반복되면 면역기능을 저하시키고 질병을 유발하게 된다. 그러나 스트레스 반응상태에 있는 대상자에게 심신중재방안을 적용하면 스트레스 반응을 감소시킬 수 있다(Wells-Federman et al., 1995).

Caudell과 Gallucci(1995)는 스트레스원과 스트레스 감소중재에 대한 반응은 개인이 가지고 있는 고유한 매개 요소(mediating factors)에 따라 달라진다고 하며 그 매개요소는 성격, 대처 형태, 사회적 지지, 유머감 등을 포함한다고 하였다. 한편 Leininger(1978)는 횡문화 간호이론을 통하여 대상자가 만족하는 간호를 제공하기 위해서는 대상자의 문화적 배경을 존중하여야 한다고 하였고, Martin(1996)도 향요법 간호중재 개발시 후자에 대한 문화적 차이와 개인이 가지는 신체적 특성과 함께 향기에 대한 고유한 기억을 고려하여야 한다고 하였다.

이상의 이론을 조작화하여 본 연구에서는 스트레스원을 임상실습으로 보고, 임상실습에 대한 스트레스 반응 중 피로와 타액의 IgA 농도를 측정한다. 또 스트레스 반응을 감소시키기 위한 간호중재로 향요법을 적용하고 대

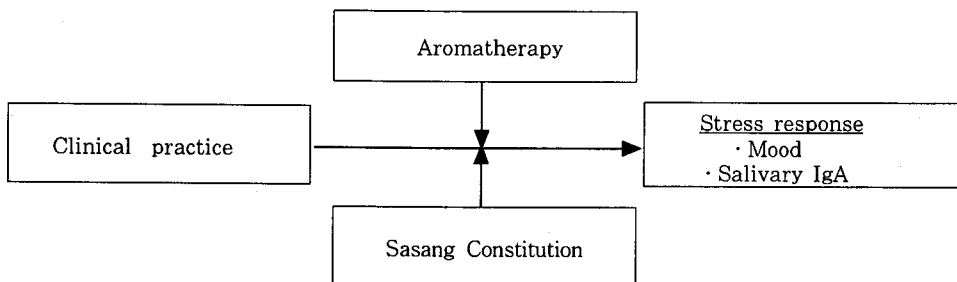


Fig 1. Conceptual framework for the study

상자의 체질을 외생변수로 조작화한 후 임상실습으로 인해 스트레스 반응을 일으킨 간호학생에게 향요법을 적용하면 체질별로 스트레스 반응이 감소하는 형태와 정도가 다를 것이라고 가정한다(그림 1).

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 단일군 전후 설계의 유사실험연구이다. 연구 대상자에게 향요법을 시행하기전일반적 특성, 사상체질, 기분과 타액의 IgA 농도를 측정하고, 향요법 중재후 기분과 타액의 IgA 농도를 반복측정하였다.

2. 연구대상 및 표집방법

본 연구의 대상자는 2000년 3월 10일에서 4월 22일 까지 K시의 S대학 간호과 3학년 학생중에서 임상실습중이며 특별한 질환이 없고, 월경기간중에 있지 아니 하며, 본 연구의 목적을 이해하고 실험 참여에 동의한 자를 편의표집하였다.

구체적 자료수집절차를 보면 우선 간호과 3학년 전체 학생들에게 실험 대상자의 조건과 실험의 목적과 절차에 대한 설명을 한 후 희망자에 한하여 연구 동의서를 작성하게 하였다. 사전조사로 질문지법을 이용하여 일반적 특성을 작성하게 한 후 PC용 사상체질진단 프로그램을 이용하여 체질을 분석하였다. 체질분석이 끝난 후 실험 처치를 하기 전 깨끗한 물로 대상자의 입을 행구어 입안의 이물을 제거하고, 2분 동안 3회의 타액을 뱉게 하여 3cc의 타액을 채취하였고, 기분을 측정하였다. 실험처치로 향요법을 제공한 후 사후조사로 사전조사와 동일한 방법으로 타액을 채취하고 기분을 측정하였다. 본 연구 참여에 동의한 자는 55명이었으나 2명은 개인사정으로 불참석하여 최종 53명이 실험에 참여하였다. 자료수집은 연구자와 연구보조원 1인에 의해서 이루어졌다.

3. 실험방법 및 측정도구

1) 실험처치

실험처치로 로즈마리(Bush Boake Allen Inc., USA) 정유 20방울을 커리어 오일인 Grape seed oil (Bush Boake Allen Inc., USA) 100ml에 혼합한

2% 정유를 4×4 면저즈 2장에 3방울을 떨어뜨려 대상자의 코로 2분간 흡입하게 하는 흡입법과 동일 오일로 대상자의 등을 경찰, 유날, 지압, 번갈기법을 이용하여 분당 20회의 속도로 20분간 마사지하는 향요법마사지를 1회 시행하였다. 실험처치는 마사지용 침대가 설치되어 있는 피부관리 실습실에서 오후 5시에서 7시 사이에 행하여졌으며, 실험처치중 커튼을 쳐 아늑한 분위기로 유도하였으며 다른 사람의 출입과 잡음이 들리지 않도록 주위환경을 통제하였다. 실험처치는 실무경력 5년의 전문마사지 치료사 1인에 의해 행하여졌고, 실험처치중 피실험자는 상의를 벗은 후 복위를 취하였으며 등을 제외한 나머지 부분은 면시트로 가렸다.

2) 측정도구

(1) 사상체질

사상체질은 김선호, 고병희, 송일병(1996)과 이정찬, 고병희, 송일병(1996)에 의해 표준화되고 타당도가 검증된 사상체질분류검사(QSCC)Ⅱ를 바탕으로 김선호와 경희의료원 한방병원 사상의학과에서 개발한 사상체질진단을 위한 PC용 프로그램을 이용하여 분류하였다. 이 도구는 선택형, 참, 거짓형의 121문항으로 구성되어있고 개발당시 내적일관도는 Cronbach's $\alpha = .72 \sim .81$ 이었고, 검사-재검사 신뢰도는 .74 ~ .93이었으며, 체질적중율은 少陰人 70.8%, 少陽人 60%, 太陰人은 74.5%로 다른 도구에 비해 비교적 타당도가 높은 도구이다(김달래, 박성식, 권기득, 1998).

(2) 기분

Ryman, Biersner, 와 Larocco(1974)이 개발한 36문항의 형용사형 기분검사도구를 김정아(1988)가 번역하여 표준화시켜 신뢰도가 Cronbach $\alpha = .95$ 로 검증된 도구로서, 유쾌정서 13문항, 불쾌정서 23문항(우울 6문항, 분노 6문항, 피로 5문항, 공포 6문항)으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 3점 척도를 4점 척도로 수정하여 「전혀 그렇지 않다」 1점, 「약간 그렇다」 2점, 「대체로 그렇다」 3점, 「매우 그렇다」 4점으로 평점하여 점수가 높을수록 기분이 좋음을 의미하고 불쾌정서 23문항은 역산하였다. 이성희(1999)의 연구에서 이 도구의 신뢰도 계수는 Cronbach $\alpha = .91$ 이었고 본 연구에서 신뢰도 계수는 Cronbach $\alpha = .9$ 이었다.

(3) 타액 IgA농도

타액채취 1시간 전부터 대상자는 타액분비를 자극하는 음식을 먹지 않도록 하고, 물로 2회 입안을 행군 다

음 객담병에 2분 동안 3번의 타액을 받게 하여 타액 흐름 속도가 타액 IgA 농도에 미치는 영향을 배제하였다. 채취한 타액은 즉시 -20℃ 냉동고에 얼렸다가 ice jelly 처리된 상자에 넣어 서울의 S임상병리센터에 보내어 면역비탁법(Immunoturbidimetric assay)으로 분석하였다. 분석시 타액을 상온에서 녹여서 voltax mixer로 잘 혼합한 후 micro sample cup에 분주한 후 micro centrifuge에 11,000 rpm에서 3~4분간 원심분리하면 침전물층과 지방층으로 분리되는데 분리된 상층만 Cobas INTEGRA(Roche, Swiss)장비의 sample cup에 200ul 정도를 분주하여 Cobas INTEGRA(Roche, Swiss) IgA시약을 이용하여 측정하였다. 그리고 측정오차를 막기 위하여 모든 검체는 동일한 검사자에 의해 분석되었고 검사-재검사의 상관계수는 $r = .98$ 이었다.

4. 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS 8.0을 이용하여 다음과 같이 분석되었다.

- 1) 연구대상자의 일반적 특성은 평균, 빈도와 백분율로 분석하였다.
- 2) 가설은 Paired t-test와 ANCOVA를 이용하여 검증하였다.

IV. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

연구 대상자의 평균 연령은 20.98세이었고, 평균신장과 체중은 각각 161.38cm, 51.64kg이었다. 사상체질별로 분류한 결과 太陰人이 47.2% (25명)으로 가장 많았고, 少陰人과 少陽人이 각각 26.4% (14명)이었으며 太陽人은 한 명도 없었다 <표 1>.

Table 1. General characteristics of subjects (N=53)

Variable	M(SD)	n (%)
Age(year)	20.98(0.89)	
Height(cm)	161.38(4.52)	
Body weight(Kg)	51.64(5.39)	
Type of constitution		
Taeumin		25(47.2)
Soumin		14(26.4)
Soyangin		14(26.4)

2. 가설검증

1) 제 1가설

가설 1 "향요법 적용후 대상자의 기분이 증진될 것이다."를 분석한 결과는 <표 2>와 같다. 기분정도는 실험처치전 100.38점에서 실험후 105.91점으로 유의하게 증가하였다($p = .000$). 따라서 가설 1은 지지되었다.

2) 제 2가설

가설 2 "향요법 적용후 대상자의 타액 IgA농도가 증가될 것이다."를 분석한 결과는 <표 2>와 같다. 타액 IgA농도는 실험처치전 9.17mg/dl에서 실험후 27.47 mg/dl로 유의하게 상승하였다($p = .000$). 따라서 가설 2는 지지되었다.

Table 2. Effect of aromatherapy (N=53)

Variable	Pretest		Posttest		t	p
	M	SD	M	SD		
Mood(score)	100.38	9.45	105.91	8.22	4.15	.000
Saliva IgA (mg/dl)	9.17	3.68	27.47	8.16	15.97	.000

3) 제 3가설

가설 3 "향요법 적용후 사상체질별로 기분점수에 차이가 있을 것이다."를 검증한 결과는

<표 3>, <표 4>와 같다. 세 체질별로 향요법 적용 전과 적용 후의 기분점수의 차이에 대한 검증결과 <표 3>에서 보는 바와 같이 太陰人과 少陽人은 향요법 중재후 기분점수의 유의한 증가가 있었으나($p = .002$, $p = .007$), 少陰人은 향요법 중재 전과 후의 기분점수에 유의한 차이가 없었다($p = .491$). 보통 기분과 같은 심리적 변수는 사전 점수가 사후 점수에 영향을 미칠 수 있으므로 사전의 기분점수를 공변량으로 둔 후 공변량분석(ANCOVA)을 한 결과 <표 4>에서 보는 바와 같이 체질별로 사후 기분점수에 차이가 없었다($p = .502$). 그러므로 가설 3은 기각되었다.

4) 제 4가설

가설 4 "향요법 적용후 사상체질별로 타액 IgA 농도에 차이가 있을 것이다."를 분석한 결과는 <표 3>, <표 4>와 같다. 우선 세 체질별로 향요법 적용 전과 적용 후의 타액 IgA농도 차이에 대한 검증결과 <표 3>에서 보

Table 3. Effect of aromatherapy according to the type of Sasang constitution

Type of Constitution	Variable	Pretest		Posttest		t	p
		M	SD	M	SD		
Taeuumin (n=25)	Mood(score)	98.88	9.02	106.08	8.13	3.56	.002
	Saliva IgA(mg)	9.60	3.77	27.36	8.07	11.38	.000
Soumin (n=14)	Mood(score)	102.57	10.30	104.64	8.69	.71	.491
	Saliva IgA(mg)	7.64	2.40	19.43	9.75	7.67	.000
Soyangin (n=14)	Mood(score)	100.86	9.53	106.86	8.36	3.20	.007
	Saliva IgA(mg)	9.93	4.32	28.07	7.09	7.88	.000

Table 4 . ANCOVA of mood scores and IgA concentration within saliva after aromatherapy on the type of Sasang constitution

Variable	Taeuumin		Soumin		Soyangin		F	p
	M	SD	M	SD	M	SD		
Mood(score)	106.08	8.13	104.64	8.69	106.86	8.36	.69	.502
Saliva IgA (mg/dl)	27.36	8.07	19.43	9.75	28.07	7.09	.03	.973

는 바와 같이 세 체질 모두에서 향요법 증재후 타액 IgA 농도의 유의한 증가가 있었으나(각각 p=.000), 타액 IgA 농도 역시 심리적 상태에 따라 기복이 심하고 사전 점수가 사후 점수에 영향을 미칠 수 있으므로 사전의 IgA농도를 공변량으로 둔 후 공변량분석(ANCOVA)을 한 결과 (표 4)에서 보는 바와 같이 체질별로 사후 타액 IgA 농도간에 차이가 없었다(p=.973). 그러므로 가설 4는 기각되었다.

V. 논 의

연구결과 향요법 적용후 대상자 전체의 기분점수와 타액 IgA 농도는 유의하게 증가하였으나 체질에 따른 효과의 차이는 없었다.

향요법 적용후 대상자의 기분점수와 타액 IgA 농도가 유의하게 증가한 것은 산후조리원의 산모 20명에게 향요법 마사지를 3일간 적용한 결과 산후피로 정도가 감소하였고 타액의 IgA 농도가 증가하였다는 보고(이성희, 2000)와 일반 성인을 대상으로 라벤더 정유를 3분간 흡입하게 한 결과 기분 증진과 우울 정도가 감소한 연구결과(Diego et al, 1998)와 유사한 결과였다. 또 20명의 남자에게 중등도의 운동을 2분간 시키고 10분간 라벤더 정유를 흡입하게 한 결과 휴식만 취한 대조군에 비해 이완기 혈압이 빨리 감소하였다는 연구결과(Romine, Bush, & Geist, 1990)와도 비슷한 결과라 할 수 있

다. 그러므로 로즈마리 오일의 흡입과 마사지는 기분 증진과 면역기능 증진의 효과가 있음을 알 수 있고 임상실습으로 인한 스트레스 반응 상태에 있는 간호학생의 스트레스 완화중재로 활용가능할 것으로 사료된다.

한편 향요법 적용 후 실험처치전의 기분과 타액 IgA 농도를 통제한 후 향요법의 효과 차이를 체질별로 검증한 결과 유의한 차이가 없었다. 즉 로즈마리 오일을 이용한 향요법은 한국인의 모든 체질에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다.

본 연구의 문헌고찰을 통해 사상체질별性情과 생리적 특성 등을 살펴본 결과 太陰人은 온정적이고 정열적이며 스트레스에 대해 투쟁적(fight) 반응을 하며 자기효능감이 크고 다른 체질에 비해 후각이 가장 발달되어 있다. 또한 환경의 자극에 대해 외향적 태도를 가지며 직접적인 경험을 중요시하는 감각적 인식형이다. 少陽人 역시 외향적 감각형이나 少陰人은 불신감과 불안감이 크고 다른 체질에 비해 혈관의 발달이 미약하며 스트레스에 대해 회피(flight)적 반응을 한다. 또한 일시적인 외부사건 보다는 지속적인 개념을 더 신뢰하며 사려깊고 주위와 떨어져 명상에 잠기기를 좋아하고 고독과 사생활을 즐기는 내향성이다. 이러한 체질별 특성에 따라 향기와 접촉이라는 자극에 대한 반응에 차이가 있을 것이라고 가정하고 본 연구를 시도하였다. 그러나 太陰人, 少陰人, 少陽人 모두 향요법에 대해 긍정적인 반응을 보였고 그 효과면에서 차이가 없었다. 이것은 사상체질별로 선호하

는 색체에 차이가 있다는 연구결과(한기증, 이특구, 1998)와는 상반된 것이었으나 대상자와 치료자간의 신뢰관계와 심신의 이완정도가 그 효과에 영향을 미치는 측면반응을 사상체질에 따라 연구한 결과 사상체질 분류에 따른 少陽人, 少陰人, 太陰人 집단간에 측면반응성에 유의한 차이가 없었던 연구보고(박희관 등, 1997)와는 유사한 결과였다.

이와 같은 연구 결과에 대한 이유를 몇 가지 고려하면 다음과 같다. 융(Jung)에 의하면 외부 세계로의 지향시에 나타나는 판단과 인식 가운데 인식적 태도를 선호하는 사람은 자기에게 들어오는 정보 그 자체를 즐긴다. 이러한 인식적 태도를 선호하는 사람들이 외부로 나타내는 행동은 자발적이고 호기심이 많고 적응력이 높으며 새로운 사건이나 변화에 개방적이며 아무 것도 놓치지 않고 모든 것을 다 받아들여야 한다. 판단적 태도를 선호하는 사람은 빨리 결정을 잘 내리려고 하고 결정이 내려지면 계획을 잘 수립하고 체계적으로 활동한다(조용태, 고병희, 송일병, 1994). 그런데 少陽人, 少陰人, 太陰人은 모두 인식형으로 밝혀져(박희관, 이종화, 1998) 본 연구의 향요법 적용시 대상자는 향기와 접촉이라는 자극에 대해 호기심이 많고 적응력이 높으며 개방적이었다고 생각해 볼 수 있다. 또 로즈마리 오일을 추출해내는 *Rosemarinus officinalissms*는 유럽 등지에서 주로 자라고 스페인, 프랑스 등지에서 증류된 후 우리나라에서도 오래전부터 향수, 목욕용품, 실내방향제, 가정용 스프레이 등에 폭넓게 이용되어 와서 향에 대한 거부감이 없고 친숙하게 느끼며 이완감을 제공하고 향이 가진 피로 해소 효과와 스트레스 완화 효과로 인하여 체질을 막론하고 모든 사람들에게 긍정적인 반응을 일으킨다고 볼 수 있다. 특히 로즈마리 오일의 화사하고 달콤한 향은 사춘기이후의 남녀가 선호하는 향기중의 하나여서 20대 초반인 연구 대상자들의 취향과 잘 부합되었던 것 같다. 또한 본 연구의 실험이 1회의 처치에 한정되어 체질별로 향요법에 대한 장기적인 반응을 측정하지 못한 것에 따른 결과라고도 할 수 있다. 그러므로 향후 연구에서는 실험중재기간을 늘리고 연구 대상자수를 증가시킨 후 시계열설계로 향요법에 대한 중속변수를 측정하는 것이 필요하다.

VI. 결론 및 제언

본 연구는 향요법을 한국인의 특성에 맞는 간호중재로

발전시키려는 목적으로 향요법 적용 후 한국인 고유의 체질분류인 사상체질별로 효과면에서 차이가 있는지를 알아보고자 로즈마리 오일을 이용한 향흡입법과 향요법 마사지를 1개 대학의 임상실습중인 간호과 3학년 학생에게 적용한 후 기분과 타액 IgA농도를 측정하고 사상체질별로 효과면에서 차이가 있는지를 검증하고자 시도된 단일군 전후설계 유사실험연구이다.

연구는 2000년 3월 10일에서 4월 22일까지 K시의 S대학의 임상실습중인 간호과 학생을 대상으로 행해졌으며, 실험처치로 2% 로즈마리 정유를 2분간 흡입하게 한 후 같은 오일로 대상자의 등을 분당 20회의 속도로 20분간 마사지하였다. 실험처치전 일반적 특성, 사상체질, 기분과 타액 IgA농도를 측정하였으며 사후조사로 기분과 타액 IgA 농도를 반복 측정하였다.

수집된 자료는 SPSS 8.0 프로그램을 이용하여 대상자의 일반적 특성은 평균, 빈도수와 백분율을 이용하였고, 가설검증을 위하여 Paired t-test와 공변량분석을 이용하였다.

가설검증 결과 향요법은 대상자의 기분을 증진시켰으며($t=-2.484, p=.018$) 타액 IgA 농도를 증가시켰으나($t=-2.484, p=.018$), 사전기분점수를 통제한 후 체질에 따라 향요법이 기분에 미치는 효과를 검증한 결과 유의한 차이가 없었으며($F=.69, p=.502$), 타액 IgA 농도에서도 같은 결과를 보였다($F=.03, p=.973$).

결론적으로 로즈마리 오일을 이용한 향요법은 임상실습중인 간호학생의 스트레스를 감소시키는데 유용한 간호중재임이 검증되었고 그 효과면에서 체질에 따른 차이는 없는 것으로 보아 로즈마리향은 한국인에게 거부감을 주지 않고 단순흡입과 마사지와 병행하여 이용하였을 때 마사지의 효과를 신속하게 유도하고 그 효과를 증가시키는데 유용한 정유라 할 수 있다.

이상의 연구결과를 토대로 하여 다음과 같은 제언을 한다.

- 향요법 중재에 대한 한국인의 체질별 효과를 정확하게 검증하기 위하여 대상자수를 증가시키고, 중재기간을 길게한 후 시계열설계(time serial design)를 이용한 연구를 반복할 것을 제언한다.

참 고 문 헌

고병희 (1993). 사상체질별 성격요인분석에 관한 연구. 대한한의학회지, 14(2), 64-76.

- 김달래, 박성식, 권기득 (1998). 성문(巽門)분석법에 의한 사상체질 진단의 객관화 연구(I). 사상의학회지, 10(1), 65-80.
- 김선호, 고병희, 송일병 (1996). 사상체질분류검사지(QSCCII)의 표준화 연구. 사상의학회지, 8(1), 187-246.
- 김정아 (1993). 지지간호가 군 요통환자의 우울·기분·만족에 미치는 영향. 대한간호학회지, 20(3), 324-340.
- 박미경 (2000, 6월 15일). '대체요법' 활용일기. 간협신보, 3쪽.
- 박성식, 박은경, 최재영 (1999). 設問紙에 의한 四象體質 判定의 一致度 分析. 사상의학회지, 11(1), 103-117.
- 박춘자 (1997). 간호학생이 임상실습시 느끼는 불안의 정도와 불안야기 상황연구. 한국간호교육학회지, 3, 34-45.
- 박희관, 이종화 (1998). 이제마의 사상체질과 용의 심리학적 유형간의 연관성에 관한 연구. 사상의학회지, 10(2), 41-50.
- 박희관, 이종화, 이능기, 박원봉 (1997). 四象體質과 催眠反應性에 關한 研究. 사상의학회지, 9(2), 175-185.
- 송일병 (1993). 成人病과 四象體質醫學. 대한한의학회지, 14(2), 11-16.
- _____ (1996). 알기쉬운 사상의학. 사상사, 서울.
- _____ (1998). 사상체질진단의 객관화 연구에 대한 현황 및 전망. 사상의학회지, 10(11), 1-11.
- 이인선, 김종원, 이상훈 (1997). 부인과 냉증환자의 변증유형과 사상체질과의 관계에 대한 소고. 사상의학회지, 9(2), 263-281.
- 이성희 (1999). 산후마사지프로그램이 제왕절개술 산모의 스트레스 반응에 미치는 효과. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- _____ (2000). 향요법마사지의 심리신경면역학적 효과. 여성건강간호학회지, 6(2), 305-315.
- 이정찬, 고병희, 송일병 (1996). 사상체질분류검사지(QSCCII)의 준거타당화 연구. 사상의학회지, 8(1), 247-294.
- 장성옥 (1994). 접촉의 의미. 중앙의학, 59(3), 273-278.
- 전은영, 김귀분 (1992). 한국인의 체질별 스트레스 인지 정도에 따른 건강상태연구. 대한간호학회지, 22(1), 17-28.
- 전은영 (1999). 1개 간호대학생의 체질별 자기효능 및 건강증진 생활방식. 성인간호학회지, 11(2), 308-317.
- 조용태, 고병희, 송일병 (1994). 사상체질분류검사의 준거타당화 연구(성격요인(16PF), 성격유형검사(MBTI)와의 비교분석). 사상의학회지, 6(1), 21-39.
- 지상은, 최선미, 조황성 (1998). 사상체질성립기전에 대한 이론적 고찰. 한국한의학회지 논문집, 4, 47-62.
- 최명애, 황애란, 홍해숙, 김희승, 최스미, 서화숙 (1999). 인체구조와 기능. 서울 : 계축문화사.
- 최의순 (1992). 자궁적출술환자와 배우자를 위한 수술 전 교육이 수술후 적응수준에 미치는 효과. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 한방간호연구회 (1998). 대학한방간호, 서울, 현문사.
- 한기중, 이특구 (1998). 실내건축에 있어서 사상체질에 따른 한국인의 색채선호에 관한 연구. 사상의학회지, 10(2), 291-304.
- 홍순용, 이을호 (1983). 사상의학원론. 서울, 행림출판사.
- Burns, E., & Blamey, C. (1994). Using aromatherapy in childbirth. Nursing Times, 90(9), 54-60.
- Caudell, K.A., & Gallucci, B.B. (1995). Neuroendocrine and immunological responses of women to stress. Western J of Nursing Research, 17(6), 672-692.
- Diego, M.A., Jones, N.A., Field, T., Hernandez-Reif, M., Schanberg, S., Kuhn, C., McAdam, V., Galamaga, R., & Galamaga, M. (1998). Aromatherapy positively affects mood, EEG patterns of alertness and math computations. Internal J of Neuroscience, 96, 217-224.
- Hudson, R. (1996). The value of lavender for rest and activity in the elderly patient. Complementary Therapies in Medicine, 4(1), 52-57.
- Leininger, M.M. (1978). Transcultural Nursing. N. Y. : John Wiley.
- Martin, G.N. (1996). Olfactory remediation:

current evidence and possible applications. Soc Sci Med, 43(1), 63-70.

Romine, I.J., Bush, A.M., & Geist, C.R. (1999). Lavender aromatherapy in recovery from exercise. Perceptual and Motor Skills, 88, 756-758.

Ryman, D., Biersner, R., & Larocco, J. (1974). Reliabilities and validities of the mood questionnaire. Psychological Report, 35, 479-484.

Tobin, P. (1995). Aromatherapy and its application in the management of people with dementia. Lamp, 52(5), 34.

Welsh, C. (1997). Touch with oils : A pertinent part of holistic hospice care. American J of Hospice and Palliative Care, January/February, 42-44.

Worwood, V.A. (1991). The complete book of essential oils & aromatherapy. San Rafael, CA : New World Library.

Wells-Federman, C.V., Stuart, E.M., Deckro, J. P., Mandle, C.L., Baim, M., & Medich, C. (1995). The mind-body connections : The Psychophysiology of many traditional nursing intervention. Clinical Nurse Specialist, 9(1), 59-66.

-Abstract-

Key concept : Sasang constitution, Aromatherapy, Mood, Salivary immunoglobulin A

Effect of Aromatherapy according to the type of Sasang constitution

*Lee, Sung Hee**

The purpose of this quasi-experimental study was to explore the differences in the effect of aromatherapy according to the type of Sasang

constitution.

The subjects were fifty-three nursing students experiencing clinical practice from March 10th, 2000 to April 22th, 2000.

For experiment, researcher used inhalation of 2% grapeseed oil mixed with Rosemary oil for 2 minutes and massage with same oil for 20 minutes on the back of subjects in the speed of 20 strokes per minutes.

The instruments used for this study were Questionnaire of Sasang Constitution Class II program for personal computer developed by Kim Sun Ho et al.,(1996), and Mood Questionnaire developed by Ryman, Biersner, & Larocco (1974). The concentration of IgA within saliva was analyzed by immunoturbidimeter assay.

The data were analyzed using SPSS and hypotheses were examined with paired t-test and ANCOVA.

The results were as follows :

- 1) The mean score of mood was increased significantly after aromatherapy.
- 2) The mean concentration of salivary IgA was increased significantly after aromatherapy.
- 3) There was no significant difference in the mean score of mood after aromatherapy according to the type of Sasang constitution.
- 4) There was no significant difference in the mean concentration of salivary IgA after aromatherapy according to the type of Sasang constitution.

In conclusion, the results suggest that aromatherapy with Rosemary oil have effect on the improvement of mood and IgA within saliva in the nursing students under stress caused by clinical practice regardless of the type of Sasang constitution.

* Department of Nursing, Sorabol college