

산후조리 개념분석 및 도구 개발

박형숙* · 정은순* · 이선옥** · 김영미***

서영승**** · 최소영*****

I. 서 론

1. 연구의 필요성

출산과정은 한 여성의 삶의 모든 측면과 관련된 건강의 한 국면을 나타내는 문화적 산물로서 문화적 배경에 따라 인간관계, 가족과 혈족관계, 그리고 민속요법 측면에서 다양하게 나타난다(Bobak, 1984).

한국의 전통적인 문화에 따르면 분만은 건강한 과정으로 간주되고 출산기간은 가족 구성원끼리 밀접한 상호관계를 갖게 하는 가족 생활의 중요한 부분이다. 즉, 이 기간동안 가족은 임산부에게 정서적인 지지와 안정을 제공해 주어 구조적 기능적으로 유대를 강화시켜주므로 출산은 '건강하고 건강한 관습'이라고 말할 수 있다(Sich & Kim, 1978)

여성건강의 핵심인 임신과 출산과정 동안의 건강관리 는 여성의 일생의 삶의 질에 영향을 미친다. 특히 한국의 여성은 전통적인 산후관리를 얼마나 잘 수행하느냐가 가임기 뿐만 아니라 중년기, 노년기의 건강을 결정한다고 강하게 믿는 경향이 있다고 본다(김태경, 1998).

우리 나라에서는 과거부터 오늘날에 이르기까지 대부

분의 일반 여성들은 자신의 건강여부를 산후조리 탓으로 돌려 왔으며, 이를 잘하면 평생의 건강을 보장받으며 잘못 관리하면 평생 고질병으로 고생하므로 산후조리를 잘 해야 한다는 신념이 상당히 강하게 내재되어 있다(유은광, 1997). 이러한 산후 문화는 여성들에게 자연스럽게 당연하게 받아들여지고 있으며, 여성 건강 유지 및 증진을 위해 산모가 당연히 거쳐야 하는 필수과정이라고 생각하고 있다(전정자, 유은광, 1997).

산욕기 동안의 산모의 신체변화에 대한 현대 의학의 관점을 대표하는 서양 의학의 견지에서는 출산을 극히 정상적인 과정으로 보지만 관리에 있어서는 수술 후 상태와 동일시하여 발생 가능한 신체 합병증의 예방과 치료를 중시하며, 주로 생의학적 시각으로 산후여성을 관리하고 있다(Bobak & Jensen, 1985).

이와 같이 출산후의 관리를 수술과정과 동일시하여 간호를 하는 서양의 관점과는 달리 우리 나라의 경우는 산후에 특별한 조리가 필요하다고 보았는데, 즉 더운 방에서 땀을 흘리면서 조리해야 하고 찬 바람과 찬 물은 금기시하며 외부인의 출입을 금지하는 등으로 산모와 신생아를 보호하였다(유은광, 1998; 광귀련, 1991).

이러한 실례들은 건강 전문가들이 결코 간과할 수 없

* 부산대학교 간호학과 교수

** 부산대학교 간호학과 시간강사

*** 가톨릭 상지대학 전임강사

**** 춘해대학 간호과 겸임교수

***** 거창대학 간호과 시간강사

는 건강관련 형태로 더 이상 단순한 문화적 현상으로만 치부할 수 없는 상황에 놓인 것이며 문화와 일치된 체계적인 건강관리가 이루어지도록 건강전문가와와의 연계 하에 적극적인 도움이 필요함을 암시하고 있다.

개념은 이론을 구성하는 기본적인 단위로서 현실세계에 존재하는 현상 자체가 아니라 그 현상을 추상적으로 표현하는 상징적인 언어이며 기호이다. 개념의 중요성은 의사소통에 있으므로 개념 분석을 통해 관심개념을 명확히 정의하고 유사한 다른 개념과 구분지어 모든 사람에게 명확하게 전달될 수 있도록 해야 한다(박형숙, 1996). 개념분석은 개념의 속성을 규명하기 위한 체계적인 언어 훈련이다. 그 기본 목적은 개념의 적절한 속성과 부적절한 속성을 규명함으로써 개념을 보다 명확히 하여 조작적 정의를 내리는데 기여하며, 아울러 그 결과로서 간호 진단을 내리거나 도구개발을 하는 데 있다(Walker & Avant, 1988).

그런데, 최근의 국내외 개념분석 연구 동향을 보면, Walker와 Avant가 제시한 개념분석 방법을 기초로 개념의 속성을 밝히는 연구가 대다수였으며(고효정, 1994; 구옥희, 1998; 김강미자, 이병숙, 1998; 김현미 등, 1997; 박형숙, 1996; 변영순, 1991; 변영순, 1992; 변영순, 장희정, 1992; 서문숙, 1996; 안수연, 김분한, 1996; 양경희, 1996; 양광희, 1995; 이경리, 1996; 이경혜 등, 1995; 이병숙, 1996; 이영숙 등, 1996; 장성옥, 이숙자, 1996; 장효순, 1991; 전시자, 1992; 정명실, 1996; 조계화, 김명자, 1999; 황승숙, 1998; Bensein E., 1998; Ellis-Stoll-CC et al., 1998; Hams-SP, 1997; Keenan-J, 1999; Montes-SL, 1999; Ryles-SM, 1999), 도구개발을 위한 개념분석에 관한 연구로는 황진희(1998)의 부담감 개념분석 정도였다.

이에 본 연구자는, 한국여성들이 출산 후 산육기동안 신체복구와 어머니 역할을 원만하게 수행하기 위해서 예로부터 산후조리를 잘 해야 한다는 인식은 매우 강하게 하고 있으나, 그러한 인식이 개별적이고 주관적이기 때문에 산후조리의 개념을 명확하게 분석하고 산후조리의 의미와 속성을 밝혀 분류함으로써, 산모들이 적절한 산후조리를 받고 있는가를 사정할 수 있는 산후조리 도구를 개발하고자 본 연구를 시도하였다.

2. 분석방법

본 연구의 구체적 분석 절차는 Walker와 Avant (1988)의 개념 분석 단계에 따라 산후조리 개념의 속성, 선행요소, 결과, 다양한 사례들을 찾아내어 정확한 정의를 내림으로써 산후조리 수행정도 측정도구 개발을 위한 기초자료를 마련하기 위한 구체적인 절차는 다음과 같다.

- 1) 산후조리 개념의 사용범위를 고찰한다.
- 2) 산후조리 개념의 속성을 확인한다.
- 3) 산후조리 개념의 모델 사례를 구성한다.
- 4) 산후조리 개념의 추가사례(경계 사례, 반대사례, 연관 사례, 불합리한 사례)를 구성한다.
- 5) 산후조리 개념의 선행요소와 결과요소를 확인한다.
- 6) 산후조리 개념의 경험적 준거로써 도구 개발을 한다.

II. 본 론

1. 개념에 대한 사용범위 고찰

1) 사전적 정의

산후조리의 사전적 정의는 어느 사전에서도 산후조리를 하나의 독립된 단어로 정의된 것은 없었으며, 이는 "산후와 조리의 합성어로서 산후는 아기를 낳은 후이고, 조리는 허약해진 몸과 마음을 이전의 건강한 상태로 회복할 수 있도록 몸과 마음을 돌보아 주는 것이며(새국어사전, 1961), 음식, 동작, 또는 거처 등을 몸에 알맞게 하여 쇠약해진 몸을 회복하게 하는 것이다(이희승, 1991) (유은광, 1993, 46쪽).

의학 대사전(이우주, 1990)에는 산후조리라는 용어는 없고, 단지 postpartum care라는 용어로 분만후의 산모에서 아기의 출산 또는 만출 후의 간호나 돌보아줌, 배려 등으로 표기되어 있다. 간호학 대사전(1995)에도 산후조리라는 용어가 없으며 산후 세포라는 용어만 나와 있다. 그러므로 향후 산후조리라는 용어가 수록되어야 할 필요가 있다고 본다.

산후조리의 한문표기는 産後調理이며 여기서 '産'은 '낳다', '해산하다'의 뜻이고, '後'는 '뒤'라는 뜻으로 산후(産後)는 아이를 낳은 뒤로 해석되어 있다. 그리고 '調'는 '고르다', '부드럽다', '맞다'를 뜻하고, '理'는 '다스리다',

‘처리하다’, ‘바르다’, ‘이치’, ‘도리’를 뜻하므로 조리(調理)는 어떤 일을 사리에 좇아 잘 처리함으로 해석되어 있다 (이가원, 장삼식, 1984).

대학한방간호(1998)에서는 산후조리라는 말은 없고, 산후풍 간호에서 산후 몸 조리법이라고 하여 회음부의 외상, 산후부종, 하혈, 원기회복, 대소변의 소통에 대하여 언급되어 있다.

2) 문헌 고찰

출산은 한 여성의 삶의 모든 측면과 관련된 건강의 한국면을 나타내는 문화적 산물로서 문화적 배경에 따라 인간관계, 가족과 혈족관계, 그리고 민속요법 측면에서 다양하게 나타난다(Bobak, 1984).

예로부터 한국 사회에서의 출산은 전통적으로 정상적이며 건강한 경험이고 또한 가족적이며 사회적인 경험으로 간주되어 왔다. 전통적으로 출산 관리는 가족이 담당해야 되는 것으로 가족은 그 가계를 따라 전승되어 온 문화적 인식, 가치관, 풍습에 따라 출산의 전 과정에 걸쳐 건강관리를 결정한다(방매륜, 1983).

제주도의 전통적 출산 관리에 관한 연구에서는(강은정, 1993) 산후 몸조리를 위한 돌봄 행위로 산모의 휴식, 회음의 치유와 유즙 분비의 촉진을 위한 노력을 함으로써 산후합병증을 방지하도록 노력하였다고 한다.

또한 산후관리에 대한 한국 산욕부들의 지식 및 관습 조사에서는, 산후조리란 임신과 분만시의 정서적, 육체적 고통으로부터 회복하고 새로운 아기의 수유 및 어머니의 역할, 그리고 전 가족을 위하여 건강한 비임신 상태로 회복되도록 돕는 간호라고 정의하였다(곽귀련, 1991).

산모의 신체적 변화를 보는 동서양의 관점 차이와 이에 따른 접근방향을 살펴보면, 현대 의학적 관점을 대표하는 서양 의학적 관점에서는 출산을 극히 정상적인 과정으로 보지만 관리에 있어서는 수술 후 상태와 동일시하여 발생 가능한 신체 합병증의 예방과 치료를 중시하며 산후여성을 관리하고 있다. 그 예로써, 산도의 감염을 예방하고, 산후의 통증을 감소시키며 휴식과 수면을 돕기 위해 항생제, 소화제, 진통 진정제 등의 약물을 투여하고, 산후의 전반적인 조기 회복과 오로 배출을 위해 조기이상을 장려하는 등 일반 수술 환자를 위한 관리와 크게 다르지 않으며 주로 신체·생리적 측면으로 접근하고 있다(유은광, 1998, 28쪽).

반면, 동양의 한의학(韓醫學)적 관점에서 보면, 출산을 정상과정으로 보는 것은 서양의학의 견해와 같으나,

한의학에서는 산후를 몸의 조화와 균형을 잃기 쉬운 시기로 보며, 음과 양의 불균형 혹은 부조화 시에 사기(邪氣)가 쉽게 들어가 질병을 일으키게 된다고 본다. 즉, 산후에는 분만시의 창상 혹은 출혈로 인해 기혈(氣血) 혹은 음액(陰液)을 손상하여 음혈(陰血)이 허(虛)해지고 더불어 양기가 일시적으로 부월(浮越)하다가, 좋은 음기가 모여 양기를 형성한다고 보기 때문에, 음허(陰虛)로 인해 결국 양기도 허해져서 음양기(陰陽氣) 모두가 부족해지는 현상을 초래하며 저항력이 떨어져 병이 들기 쉽다고 본다(송병기, 1984, 유은광, 1998, 28 쪽에서 인용).

또한 출산시 힘의 소비로 인해 원기(元氣)가 소모되므로 산후에는 신체적 정신적 안정과 적절한 실내온도 조절, 적절한 음식 및 성생활 등 다방면으로 조심하여야 할 것을 강조하며, 보양과 원기회복을 위한 ‘일상생활에서의 섭생’을 강조한다(孫思邈, 1983; 羅元愷, 1988, 유은광, 1998, 28 쪽에서 인용).

엽계(1995)는 산후조리를 찬바람을 차단하여 산모에게 찬바람이 닿는 것을 막고 산후 7일까지는 찬물을 사용하지 말고 손을 물에 넣는 것도 피하도록 한다. 그리고 외음부는 따뜻한 물로 1일 2회 정도 앞에서 뒤로 닦아주며, 아랫배와 외음부는 7일 이후에 여름이라도 따뜻하게 보온해주고, 지나친 감정표현을 피해야 하며, 1개월 동안은 무리가 되는 가사나 운동을 피하는 것이라고 하였다.

동아일보(1999. 3. 24일자)와 보건의문(1999. 1. 25일자)에서 김상우는 상식적으로 전해 내려오던 산후조리에 대한 민간요법 중 의학적으로 검증되지 않은 산후조리법에 대한 잘못된 견해에 대하여 우려를 표하기도 하였다.

중국, 멕시코, 한국, 동남아시아 산모는 더운 음식과 뜨거운 음료를 마시는 것이 손실된 혈액량을 보충하고, 신체의 냉온의 균형을 회복한다고 믿는다. 이들은 분만 후 7일에서 30일 동안 통복욕이나 샤워, 운동, 머리 감기를 하지 않으며, 항상 보온에 신경을 쓴다. 산모 스스로 자신을 돌보는 것보다 가족이 보살펴 주는 것을 더 좋아하고 복대를 사용하기도 한다. 또 신생아에게 초유를 꼭 먹여야 한다고 생각하지 않는다. 아기를 돌보는 것도 대부분 가족이 주로 한다(이영숙 등, 1998).

한편 미국에 이민해서 살고 있는 산모나 기타 서구문화의 영향을 받는 산모는 가정에서 많은 보살핌을 받지 못하고 산후조리의 사회 문화적인 차이로 인해 갈등을

겪는 것으로 보여진다(이영숙 등, 1998).

미국의 산후 간호관리를 보면 방문간호사, 보건간호사, 산과병동 간호사, 수유간호사 등이 퇴원직후부터 계속적으로 밀접하게 관계유지와 추후관리를 해주고 있다(유은광, 1998; Arnold & Bakewell-Sachs, 1991).

따라서 출산과 관련된 신체 회복과 신체 기능의 유지를 위한 간호요구들은 자궁의 정상적인 퇴축, 목욕과 샤워, 산후출혈의 예방과 조정, 산후통의 조절, 회음절개에 따른 불편감 해소, 원활한 유즙분비와 수유, 유두 균열의 예방, 영양과 수분 섭취, 수면과 휴식, 활력 증후의 안정, 조기 이상과 산욕 체조, 기타 신체적인 문제의 확인과 이에 대한 적절한 간호 등이 있다고 하였으며, 산욕기간 중에 나라마다 문화적인 신념과 실천 행위의 차이가 있다고 Reeder와 Martin(1997)은 제시하고 있는데 그 구체적인 예로서, 휴식기간, 찬 것을 피하고 덥게 유지하는 것, 목욕을 금하는 것, 머리감는 것을 금하는 것, 바람이 산모의 몸에 직접 닿는 것을 피하는 것, 음식을 가리는 것, 바깥 공기를 따뜻하게 하는 것을 들고 있다.

산후에 간호의 초점은 산후여성의 건강회복·유지 증진 및 질병 예방을 위해 산후의 변화에 따른 여성이 보이는 여러 가지 반응을 사정, 진단하여 중재함으로써 최적의 건강과 안녕상태를 가져올 수 있도록 돕는 것으로(유은광, 1998), 전영자(1996)는 산욕기 산모의 간호요구를 신체적 간호요구, 정서·심리적 간호요구, 환경적 간호요구, 자가 간호에 대한 교육적 요구, 육아에 대한 교육적 요구로 분류하기도 했다.

특히 산후조리는 조리를 잘 함으로써 산전의 상태로 회복하는 것, 당연하게 여성이 공식적인 특권을 가지는 기간, 모든 산모가 지켜야 할 과업, 산모에게 좋은 것, 휴식을 취하고 몸을 차갑게 굴리지 않고 따뜻하게 하며, 마음을 평화롭게 갖고, 국·밥 같은 산모음식과 보약을 먹는 것 등으로 표현되었고, 한마디로 정의되기 힘든 여러 의미를 함축하고 있다(유은광, 1988). 또한, 유은광(1997)은 산후 조리 원리에 따른 실천과정을 다음의 두 가지로 주장하고 있다. 즉, 원리대로 잘 할 경우, 긍정적인 결과인 여성의 평생건강을 얻게 되고, 잘 못했을 경우, 부정적인 결과인 산후병을 얻게 되는 것으로 개념화되었다. 따라서 긍정적인 결과를 가져오기 위해 우리 나라에서 행해지는 전통적인 산후조리를 산모도 산관자도 6가지 기본원리에 따라 산후관리를 해야하는 것으로 제시하였는데 그 6가지 기본원리는 '몸을 따뜻하게 하고 찬 것은 피하므로 기운을 돋우기', '일하지 않고 쉬기', '잘

먹기', '무리하게 힘을 쓰지 않아 몸을 보호하기', '청결을 유지하기', '정성껏 돌보기'이다(유은광, 1993, 1997, 1998).

한편, 부모가 된다는 것은 전환을 위한 연속적인 과정으로 임신기부터 시작되어 출산이후에 전성기에 이른다. 출산 후 새 가족원인 신생아를 가족원으로 통합하기 위해 부부 모두 새로운 역할에 적응함은 물론 부모역할전환을 성공적으로 수행해야 한다. 어머니의 양육행동은 문화적 영향과 어머니로서의 정체감 및 개인적인 경험을 통해 형성되며, 자신에게 부여된 역할을 확인하고 실제적인 역할행동을 수행하므로써 시작되는 복합적 사회 인지과정으로 학습된다. 대부분의 경우 이러한 역할을 성공적으로 이행하지만 소수에 있어서는 역할획득의 어려움을 경험하기도 한다(최연순 등, 1999).

이영숙(1998)의 연구에서, 건강한 만삭아를 분만한 어머니 96명을 아기가 6개월이 되었을 때 분만 후 산모의 회복에 관하여 면담한 결과, 거의 절반 정도의 어머니가 자신이 생각한 것보다 더 많은 어려움을 경험하였다고 대답하였다. 그러므로 좀 더 어머니로서의 역할로 쉽게 이행하게 하기 위하여 임신 동안 산후에 나타날 수 있는 생활 패턴의 변화에 대해 더 많은 정보를 제공해야 할 것으로 본다. 왜냐하면, 산욕기동안의 모아애착은 분만 후 첫 몇 시간으로 아기와 엄마가 처음 눈과 눈이 마주치면서 반응하고 빠른 접촉이 역할이행 과정을 더욱 효율적으로 하는데 도움이 되기 때문이다(김인순, 정은순, 1989).

또한, 산후조리의 장소로 친정이나 자신의 집이 적절하며, 친정 어머니를 가장 이상적인 산관자로 많이 선호하는 것(유은광, 1999)도 산모를 정성껏 돌보고자 하는 의미라고 본다.

따라서 산후조리는 산모자신, 가족, 이웃과 사회집단이 협력하여 산모가 엄마로서 새로운 역할을 준비하고, 이전의 역할이 면제되는 기간을 의미하고, 새로운 역할에 잘 적응하게 하여 이전의 역할로 연결시켜주는 '다리'로서 '적응기전 역할'(유은광, 1999)을 한다고 할 수 있다.

이상으로 문헌에서의 산후조리의 개념은 출산 후 산모에게 행해지는 모든 돌봄을 포함하며, 신체적·정신적·사회적인 회복을 통하여 일생동안 건강유지·증진을 꾀하는 과정이라고 볼 수 있다.

2. 잠정적 기준 목록과 속성의 확인

산후조리에 대한 사전적, 문헌적 사용범위를 고찰한 결과 다음과 같은 잠정적 준거를 확인할 수 있었다.

- 1) 잠정적 기준 목록(provisional criteria list)
- ① 허약해진 몸과 마음을 건강한 상태로 회복하도록 하는 것(새국어사전, 1988).
- ② 임신전의 정상적인 생활로 되돌아가는 것(곽귀련, 1991).
- ③ 전신을 건강하게 하고 회복을 위해 인가(認可)된 당연히 지켜야 할 기간(유은광, 1988).
- ④ 몸과 마음을 추스림(곽귀련, 1991).
- ⑤ 여자 평생에 가장 대접받음(유은광, 1988).
- ⑥ 아기의 건강을 유지, 증진하며 유급 분비증진을 위해 노력하기(강은정, 1993).
- ⑦ 철저한 보양이 요구됨(孫思邈, 1983).
- ⑧ 몸을 따뜻하게 하고 찬 것을 피하여 기운을 돋우기(엽계, 1995).
- ⑨ 가사 일을 전담하지 않고 쉬기(유은광, 1993, 1997, 1998).
- ⑩ 잘먹기와 청결을 유지하기(유은광, 1993, 1997, 1998).
- ⑪ 무리하게 힘을 쓰지 않고 몸을 보호하기(유은광, 1993, 1997, 1998).
- ⑫ 정성껏 산모 돌보기(유은광, 1993, 1997, 1998).
- ⑬ 모아가 출산직후부터 계속된 접촉에 의해 모아 애착이 형성되는 시기(김인순, 정은순, 1989).
- ⑭ 출산절개 부위의 치유(Reeder와 Martin, 1997).
- ⑮ 산후합병증 예방(강은정, 1993).
- ⑯ 어머니로서의 역할로 이행(이영숙 등, 1998).
- ⑰ 가족으로서의 적응이 필요함(최연순 등, 1999).
- ⑱ 신체의 냉온의 균형을 회복함(이영숙 등, 1998).
- ⑲ 전환을 위한 연속적인 과정(최연순 등, 1999).
- ⑳ 남편의 각별한 관심(전영자, 1996).

2) 속성의 확인

이상의 사전과 문헌을 통해서 본 산후조리의 속성은 다음과 같다.

- △ 1. 산후 여성이 대접받는 특권: ③⑤⑨⑳ - 대접
- # 2. 산후 여성이 임신 전의 건강한 상태로 회복하는 과정: ①②③④⑬ - 신체적·정서적 복귀

- ☆ 3. 산후 여성이 건강을 유지하며 질병을 예방하고, 이전의 산후 조리 동안 얻은 병을 치료하며 앞으로의 건강을 증진시키는 과정: ⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮ - 돌봄
- 4. 산후여성이 엄마로서 새로운 역할을 준비하는 과정: ⑥⑬⑯⑰⑱ - 역할획득

3. 모델사례의 구성

개념에 대한 확인된 속성이 모두 포함되어 있으며 어떤 다른 개념의 속성은 포함되지 않은 실제 사례를 구성한다.

30세 된 이씨는 둘째 아이를 순산했다. 4년 전 첫아이를 조산하여 병원에 입원했으므로 산후 입주일이 지난 후부터 아기를 보러 병원에 하루에 두 번씩 면회를 갔다. 그 당시 시어머니로부터 산전만리를 잘 못해 조산하였다는 꾸지람을 들어 마음이 불편한 가운데 지냈으며, 제대로 먹거나 자지 못했다. 그로 인해 제대로 조리를 하지 못해서 손목과 다리의 관절이 쭈시는 산후병과 산후우울증을 앓았었다. 첫아이가 다행히 건강하게 잘 자라 둘째 아이를 임신하여 순산한 후 퇴원하여 곧바로 친정점으로 가서 두 달간 산후조리를 받게 되었다(△). 그곳에서 이전에 앓았던 산후병의 조리를 임신전의 건강상태로 회복하기 위해, 따뜻한 온돌방에서 쭈직을 하고, 가물치, 장어탕 같은 보양식과 한약을 먹었으며, 허약부의 치료를 위해 하루 두 번씩 쭈쭈짐을 하면서 조리를 하였다(☆). 그리고 경험많은 친정 언니로부터 신생아에게 젖을 빼려고 트랜스키는 방법, 기저귀 가는 법, 아기 목욕시키는 법을 배우고, 신생아를 엄마 곁에 두고 양호 접촉함으로써 첫 아이 때 입원으로 인해 느끼지 못했던 아이에 대한 애착을 돈독히 하는 시간을 가지게 되었다(○). 또한 남편은 매일 저녁 퇴근 후 친정점으로 곧바로 와서 아기와 산모를 보며 함께 즐거워하였고 시골에 계신 시어머니가 주말마다 첫아이를 데리고 와서 산모의 회복과정을 살펴보며 조리를 잘 하라고 격려했고(△), 이씨는 산후 체조를 가끔씩 하면서 너무나 행복한 나날을 보냈다(#).

4. 추가사례의 개발

- 1) 경계사례
모델사례에서 제시된 속성을 완전히 충족시키지 않음

나 개념의 중요한 속성 중 일부를 포함하는 사례이다.

27세의 정씨는 초산모로서 힘들게 쌍둥이를 출산한 후
친정에서 똥조리를 하였다. 친정어머니께서 구한 역할을
하셨기 때문에 마음 편히 정신적, 육체적으로 편안할 조
리를 할 수 있었고(☆), 마침 사업하는 남편이 외국 출
장에서 돌아와 정씨에게 수고하였다고 위로하며 선물을
장뜰 사서 가지고 한 정씨는 너무나 행복해하며 산후의
기쁨을 마음껏 누리게 되었다(△). 그런데 시댁의 어른
들이 모두 수유가 좋으며 아기에게 모유를 먹이라고 하
여서 모유를 먹이려고 하였는데, 유즙량이 적은 편이고
적꼭지가 낡아서 수유하기가 너무 힘들었다. 그리고
쌍둥이나 친정어머니를 도와 기저귀 갈기나 목욕시키기
를 하면서 점점 힘들다는 마음이 많이 들게 되었고, 친
정 어머니에 대한 미안함과 아이에 대한 부담감이 생기
면서 육아에 대한 자신감이 없어지게 되었다.

2) 반대사례

이 사례는 산후 조리의 속성이 하나도 나타나지 않
면서 규명된 속성의 개념과는 반대되는 예이다.

40세의 만매느리인 박씨는 15년 전 여름에 딸을 출산
한 후 산후조리를 위해서 친정으로 내려갔다. 박씨의 친
정은 시골이고, 친정엄마가 연세가 많았기 때문에 옛날
방식대로 딸에게 똥조리를 시켰다. 그래서 더운 여름 날
씨에도 불구하고 딸에게 숲옷 바지만 양말을 신게 하고,
게다가 산모의 방에 계속 불을 지퍼서(★) 산모의 아기
는 너무 더워서 산모의 힘을 부위는 오히려 통풍이 되지
않아 약취한 연증이 심했으며(#), 아기도 땀띠가 나고,
더워서 보채고 적도 잘 뺏지 않고 밤낮도 바뀌어 아이를
양고 달래느라 애를 먹다가 보니, 아이에 대한 사랑스러
운 마음보다는 아이를 잘 키울 수 있을까 하는 염려한
짜증이 났었다(●). 그래서 박씨는 친정 엄마가 들어 나
가고 없을 때 때때로 방문을 열어 찬바람을 쐬고 시원
할 물로 몸을 씻기도 하였으며(★), 아기를 혼자 목욕시
키느라 힘들었다(●). 또한 딸을 낳았다는 서운함으로
남편은 직장 일을 핑계삼아 안부 전화를 거의 하지 않았
고, 거리가 멀다고 찾아오지도 않았으며(▲), 시댁 어른
들도 관심을 거의 보이지 않아(▲) 박씨는 산후 우울증
까지 겹쳐(#), 힘든 조리 기간을 보냈다. 출산 후 1년쯤
지나 후부터 손목과 무릎이 쑤시고 시려왔으며, 요즘은
들어타서는 여름에도 온 몸이 바닷이 통하는 것처럼 시

려서 내복을 입고 다닌다고 한다.

3) 연관사례-수발

분석하고자 하는 개념과 관련이 있으나 개념의 중요한
속성이 포함되지 않은 예이다. 즉 어떤 부분에서는 분석
하는 개념과 유사하지만 자세히 관찰하면 분석하는 개념
과는 다른 의미를 가진 사례이다.

남편이 중풍환자인 65세의 노씨는 남편 뒷바라지에 하
후종일 눈코 뜰 새 없을 정도로 바쁘다. 시간 뺏겨 약
먹이고 양치질을 한 후 씻기고 옷을 갈아 입히고 머리도
감긴다. 세끼 꼬박 방에다 간식에 보약까지 먹이려 한밤
중에도 소변보게 해드리는 등.... 그럼에도 남편의 병
세는 전혀 차도가 없었지만, 노씨는 그 가운데도 자신이
건강하여 남편을 돌볼 수 있는 것에 대해 감사하게 여긴
다(수방).

4) 불합리한 사례

확인된 속성과는 다르게 부적절하게 사용되는 예이다.

56세의 최씨는 10여 년간 당뇨병을 앓고 있다. 그의
부인 강씨는 남편을 위해 매 식사마다 식단에 따라 음식
을 조리하는데, 보리밥, 콩밥을 주식으로 하고 반찬 맛
등 때 설탕을 전혀 넣지 않으며 단 라일은 식탁에 놓지
지 않았다. 자녀들이 이런 식단에 불만이 많아, 그의 부
인은 아침, 저녁으로 식사를 두 가지로 준비하게 되어
음식 조리하는 것이 매우 성가셨다(음식조리).

5. 선례와 결과 확인

개념의 선행되는 예와 그 결과를 확인하면 개념의 속
성을 보다 정확하게 정의하는데 도움이 된다. 선행되는
조건은 개념이 생기기 전에 일어나는 사건이며 결과는
개념 이후에 생기는 일이다.

1) 산후조리를 일으키는 선례:

- 산모의 신체적 복귀를 위한 활동이나 운동 부족
- 위생관리 및 감염예방조치 능력의 한계
- 유방관리 및 수유 방법의 잘못된 기술 습득
- 보양식 및 한약복용, 휴식의 중요성에 대한 인식 부족
- 신생아 목욕 및 제대관리 방법의 미숙
- 부모역할 학습 미비

- 2) 산후조리의 긍정적 결과:
- 산모의 신체적 합병증 예방
 - 안위감
 - 충분한 영양과 산모 자신의 간호
 - 모아애착 형성
 - 가족(남편, 시댁 어른)간의 유대감 강화

- 3) 산후조리의 부정적 결과:
- 산후병
 - 엄마 역할 부적응
 - 산후 합병증 발생
 - 모아애착 형성의 어려움
 - 가족 결속의 와해

산후조리 사정도구

| 내 용 | 매우 그렇다 | 조금 그렇다 | 아니다 | 전혀 아니다 |
|--|--------|--------|-----|--------|
| 편안히 누워서 자고 싶다 가사 일을 하지 않는다 육아를 전담하지 않는다 나 자신만을 돌보고, 식사, 개인 위생, 좌욕, 수유와 같은 아주 기본적인 활동만 한다 조리 시간은 최소한 8주 이상으로 한다 가족과 친지들로부터 관심어린 전화가 온다 주위 사람으로부터 축하 선물을 받는다 주위사람으로부터 출산노고에 대해 수고했다는 말을 듣는 편이다 남편이 각별한 관심을 가지고 애정표현을 한다 | | | | |
| 신체적·정신적 복귀 | | | | |
| 방을 따뜻하게 하고, 따뜻한 옷을 입는다 찬물에 손을 넣지 않는다 찬바람이나 바깥 공기(선풍기, 에어컨)를 피한다 찬 곳에 앉거나, 대거나, 기대지 않는다 출생한 아이의 성별에 대해 부담을 덜 느끼는 편이다 무거운 것을 들어 올리지 않는다 출생한 아이가 가진 신체적 문제(질병, 미숙아, 기형 등)에 대해 적절히 대처한다 조그리고 앉아 힘주지 않는다 허리와 등을 구부리거나 오랫동안 앉거나 기대앉지 않는다 신문, 텔레비전, 책을 보는데 있어 주의를 기울인다 몸을 구부리지 않고 완전히 펴서 이완된 상태를 유지한다 가벼운 산후 체조를 한다 | | | | |
| 물 보 | | | | |
| 따뜻하고, 부드럽고, 자극이 없는 음식을 먹는다 하루 5회 이상 미역국을 먹는다 기운을 돋우기 위해 보양식(가물치, 잉어, 보약)을 먹는다 몸의 부기를 빼기 위해 음식으로 호박, 대추와 같은 약즙을 먹는다 유즙을 짜낼 때 고개를 많이 숙이거나 손목에 힘주어 짜지 않도록 주의한다 분만직후 이닦기, 머리감기, 목욕을 하지 않는다 회음 청결의 방법으로 좌욕이나 쑥뜸을 한다 4주 이내에는 가볍게 샤워를 한다 4주 이후에는 통 목욕을 한다 돌보는 이가 정신적 및 정서적으로 지지해 주고, 산모를 정성껏 돌본다 고열, 산후 출혈, 산후 질 분비물의 변화를 살핀다 최소 4주 동안 성생활을 금욕한다 남편이 아기 돌보기에 도움을 준다 | | | | |
| 역 할 획득 | | | | |
| 아기 관리(제대관리 및 목욕시키기) 및 유방관리와 수유를 한다 아기 발달 관찰 및 이상 유무를 살핀다 아기에게 적절한 실내온도 및 습도를 유지한다 아기의 대소변 관리, 황달관리, 토할때의 관리를 한다 예방접종을 한다 아기 마사지를 한다 | | | | |

6. 경험적 증거

Walker & Avant(1988)에 의하면 경험적 증거란 실제 경험세계에서 이 경험의 존재를 측정하고자 한다면 어떻게 해야하는가의 문제로 실제현상의 분류를 뜻한다. 또한 관심개념분석결과 파악된 경험적 증거는 실제 간호 현장에서 개념의 사정을 용이하게 하며 개념측정을 위한 도구개발에 중요한 기초자료로 활용될 수 있다.

본 연구에서는 확인된 속성을 중심으로 산후조리를 측정하는 사정도구를 다음과 같이 개발하였고 이 도구를 경험적 증거로 제시하였다.

Ⅲ. 결론 및 제언

개념의 중요한 목적이 의사소통에 있다고 한다면 개념 분석을 통해 관심 개념을 명확히 정의하고 유사한 다른 개념과 구분지으며 간주관성을 확인함으로써 연구자와 실무자간에 원활한 의사전달을 할 수 있다.

그러한 의미에서 산후조리라는 개념은 한국의 여성에게서 산후관리를 얼마나 잘 수행하느냐에 따라 중년 이후의 건강에 크게 영향을 미친다고 믿고 있지만, 관련 간호학 문헌에서는 신체·생리적인 측면에서의 산육기 간호에 대한 내용을 다루고 있을 뿐, 산후조리에 대한 내용은 최근에 수록될 정도로 관심과 인지도가 낮았다고 할 수 있다.

그러므로 본 연구자는 산후조리 개념을 Walker와 Avant(1983)의 분석법에 의거하여 분석, 종합해 봄으로써 과거부터 우리 나라에서 사용되어 왔던 산후조리라는 개념을 학문적 용어로 확실히 정립하고, 산후조리를 평가하기 위한 도구를 개발하고자 하였다.

연구결과로 얻어진 산후조리의 개념적 속성은 1) 대접, 2) 신체적·정신적 복귀, 3) 돌봄, 4) 역할획득으로 파악되었으며, 산후조리 사정도구는 4개의 기본 개념적 속성을 중심으로 40문항을 구성하였으며, 이를 30명의 산후 8주 이상 된 산모를 대상으로 도구검정을 한 결과, 도구의 신뢰도 Chronbach's α 는 .9238이었다.

이상으로 본 연구를 통하여 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

1. 표본 크기를 대규모로 하여 산후조리 사정도구를 검증하는 연구가 필요하다.
2. 본 도구를 사용함에 있어 초산모, 경산모를 포함한 정상분만 산모와 제왕절개술 산모간의 특성 차이를

비교하는 연구가 필요하다고 본다.

참 고 문 헌

강문정 (1994). 제주도의 전통적 출산 관리에 관한 연구. 모자간호학회지, 3(1), 5-24

고효정 (1994). 어머니역할의 개념분석. 모자간호학회지, 4(1), 80-90.

곽귀련 (1991). 한국의 전통적 산후조리에 대한 탐색적 연구. 한양대학교 석사학위논문.

구옥희 (1998). 권력부여(Empowerment)에 대한 개념분석. 대한간호학회지, 28(1), 37-46.

김강미자, 이병숙 (1998). 영성(Spirituality)의 개념분석. 성인간호학회지, 10(3), 460-468.

김인순, 정은순 (1989). 모성부인과 간호학, 수문사.

김지영 (1995). 아버지의 신생아에 대한 애착정도. 대한간호학회지, 25(2), 330-340.

김태경 (1998). 출산경험 여성의 산후관리 중요도, 수행 정도 및 건강상태와의 관계 연구. 한양대학교 석사학위 논문.

김현미, 남영화, 이해경, 전성주, 정복례 (1997). 무력감(Powerlessness)에 대한 개념분석. 정신간호학회지, 6(1), 82-90.

동아일보 (1999. 3. 24일자).

대한간호학회 (1995). 간호학 대사전. 한국사전 문화연구사.

박형숙 (1996). 피로의 개념분석. 부산의대 학술지, 36(2), 479-489.

방매륜 (1983). 출산에 관한 한국의 전통문화가 모유수유 실천에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위논문.

변수자 (1978). 산후관리에 대한 한국 산육부들의 지식 및 관습조사. 대한간호, 17(2), 74-90.

변영순 (1991). 간호연구를 위한 권력(POWER)의 개념분석. 한국보건간호학회지, 5(2), 37-44.

변영순 (1992). 힘을 북돋아 줌(Empowerment)의 개념분석에 관한 연구. 간호과학, 4, 41-50.

변영순, 장희정 (1992). 건강증진개념분석에 관한 연구. 대한간호학회지, 22(3) 362-372.

보건신문 (1999. 1. 25일자).

새국어사전 (1999). 동아출판사.

서문숙 (1996). 결장루 개념분석. 간호발전연구소지,

- 1(1), 37-47.
- 송병기 (1984). 한방부인과학. 서울, 길림출판사.
- 신경림 (1994). 직관개념분석에 관한 연구. 대한간호학회지, 24(2), 206-215.
- 안수연, 김분한 (1996). 수발의 개념분석. 간호발전연구 소지, 1(1), 28-36.
- 양경희 (1996). 은퇴노인의 일상생활에 대한 개념분석. 간호발전연구소지, 1(1), 48-62.
- 양광희 (1995). 피로의 개념분석. 성인간호학회지, 7(2), 270-278.
- 엽 계 (1995). 국역 엽천 사녀과. 서울, 대성문화사, 300-303.
- 유은광 (1993). 여성건강을 위한 건강증진 행위 : 산후 조리의 의미분석. 간호학 탐구, 2(2), 37-65.
- 유은광 (1995). 한국의 산후 문화와 여성이 경험한 산후병에 관한 일상생활기술적 연구. 대한간호학회지, 25(4), 37-65.
- 유은광 (1997). 여성의 건강상태와 산후조리 경험과의 관계연구. 대한간호, 36(5), 74-90.
- 유은광 (1998). 여성의 산후 문화적 요구 : 산후조리의 의미 재고와 현 간호실무 적용. 대한간호, 37(3), 27-40.
- 이가원, 장삼식 (1984). 한자대전, 교육출판공사
- 이경리 (1996). 공감에 대한 개념분석. 춘해간호전문대학 논문집, 8집, 168-183.
- 이경혜 (1990). 쉼을 이용한 전통적 회음간호에 대한 연구. 간호과학, 2, 48-64.
- 이경혜, 한영란, 배정어, 정금희 (1995). 여성건강에 대한 개념분석 연구. 여성건강간호학회지, 1(2), 222-233.
- 이병숙 (1996). 돌봄의 개념분석. 대한간호학회지, 26(2), 337-344.
- 이영숙 등 (1998). 여성건강간호학, 현문사.
- 이우주 (1990). 의학대사전, 아카데미 서적.
- 이용백 (1988). 국어 새 사전. 서울: 교육도서.
- 이평숙 등 (1996). 간호상황에서의 협동 개념분석. 정신간호학회지, 5(2), 19-25.
- 이평숙, 이지순, 김희경, 장혜경, 오원옥 (1996). 간호 상황에서의 협동 개념분석. 정신간호학회지, 5(2) 19-27.
- 이희승 (1982). 국어대사전. 서울: 민중서림.
- 장성옥, 이숙자 (1996). 안위(Comfort) 개념분석과 개발 [혼종모형(Hybrid Model) 방법 적용]. 정신간호학회지, 5(2), 108-120.
- 장효순 (1991). 신체상에 관한 개념분석. 예수간호전문대학 논문집, 7-15.
- 전시자 (1992). 회상개념 개발을 위한 접근법. 간호학 탐구, 1(1), 84-102.
- 전영자 (1997). 산욕기 초산모의 간호 욕구와 만족도에 관한 연구. 여성건강간호학회지, 3(1), 5-19.
- 전정자, 유은광 (1997). 여성들의 점질방 이용경험에 관한 연구. 여성건강간호학회지, 27(4), 961-974.
- 정명실 (1996). 지체장애 인식에 대한 개념분석. 대한간호, 35(4), 64-74.
- 조계화, 김명자 (1999). 함께 있음(Presence)에 대한 개념분석. 기본간호학회지, 6(2), 320-330.
- 최연순 등 (1999). 여성건강간호학, 수문사.
- 한방간호연구회 (1998). 대학한방간호, 현문사.
- 황송숙 (1998). 여성불임에 대한 개념분석. 간호발전연구소지, 3(2), 2-11.
- 황진희 (1998). 부담감 개념분석. 거창전문대학 논문집, 2호, 271-282.
- Arnold & Bakewell-Sachs (1991). Models of perinatal home follow-up. Journal of Perinatal & Neonatal Nursing, 5(1), 18-26.
- Bensein E. (1998). One step towards the understanding of hope: a concept analysis. Int-J-Nurs-Stud, 35(6), 322-329.
- Bobak, M.I. (1984): Essentials of maternity nursing. St. Louis, The C. V. Mosby Co.
- Bobak, M.I., Jensen, M.D. (1985). Maternity & Gynecologic and Neonatal care, Mosby.
- Chinn, P., Cramer, M. (1991). Theory and Nursing: A Systematic Approach(3rd ed.). St. Louis, Mosby.
- Chinn, P., Jacobs M. (1983). Theory and Nursing: A Systematic Approach. St. Louis: Mosby.
- Ellis-Stoll-CC et al. (1998). A concept analysis on the process of empowerment. ANA-Adv-Nurs-Sci, 21(2), 62-68.
- Hams-SP (1997). A concept analysis of trust : a coronary care perspective. Intensive-Crit-Care-Nurs, 13(6), 351-356.

- Keenan-J. (1999). A concept analysis of autonomy. *J-Adv-Nurs*, 29(3), 556-562.
- Klaus, M. H., Jerauld, R. K. et al. (1972). Maternal attachment importance of the first post-partum days. *New England J medicine*, 286, 460.
- Leinfefer et al. (1972). Effects of Mother-infant separation on Maternal attachment behavior. *Child Development* 43, 1203.
- Montes-SL (1999). An analysis of the concept of pain. *J-Adv-Nurs*, 29(4), 935-941.
- Reeder, S. J., Martin, L. L. & Koniak, D. (1997). *Maternity Nursing*(18th ed.). Philadelphia: Lippincott.
- Rodgers, B. L. Knafl, K. A. (2000). *Concept Development in Nursing*. Philadelphia: S. B. Saunders.
- Ryles-SM (1999). A concept analysis of empowerment : its relationship to mental health nursing. *J-Adv-Nurs*, 29(3), 600-607.
- Schwartz, R., Moody, L., Yarandi, H. and Anderson, G. (1987). A Meta-Analysis of Critical Outcome Variables in Non-Nutritive Sucking in Preterm Infant. *Nursing Research*, 36, 292-297.
- Sich Dorothea, Kim Young Key (1978). A study on the child bearing behavior of rural Korean Women and Their Families. *Transaction of the Royal Asiatic Society*, 53, 33-42.
- Walker, L. O., Avant, K. C. (1988). *Strategies for Theory construction in Nursing*. Appleton & Lange.

- Abstract -

key concept : Sanhujori, Concept Analysis, Tool

Concept Analysis of Sanhujori and Tool Development

Park, Hyoung Sook · Jeong, Eun Soon*
Lee, Sun Ok** · Kim, Young Mi***
Seo, Young Seung**** · Choi, So Young******

As one of the important purpose of the concept is mutual communication, the concept should be defined clearly concerned concept, differed from others concept, identified intersubjectiveness, and could communicated readily and easily between researcher and practitioner through concept analysis.

By analysing and synthesizing the concept of "Sanhujori" according to concept analysis of Walker and Avant. The author has tried to establish the term "Sanhujori" which has been widely used from the past till now in Korea as a scholarly terminology and to develop a tool for the assessment of "Sanhujori".

The conceptual attributes of the "Sanhujori" were figured out such as (1) hospitality; (2) physical and emotional recovery; (3) caring; (4) maternal role attainment.

The assessment tool for the "Sanhujori" was constituted of 40 items of the conceptual attributes and tested on the 30 mothers more than 8 weeks of postpartal period. The reliability was that Cronbach's α is .9238.

* Professor, Pusan National University Nursing Department
** Lecture, Pusan National University Nursing Department
*** Professor, Catholic Sangji College
**** Lecturer, Choonhae College
***** Lecturer, Geo Chang College