

직장여성의 심혈관계질환 위험요인에 관한 연구

저자/ 최은숙·윤순영

출처/ 산업간호학회지 2004;13(1): 59-69

본 연구는 여성들의 심혈관계질환 위험요인과 관련요인을 파악하고, 위험인자간 상호관련성을 규명하며 위험인자들의 군집정도로 심혈관계질환 위험수준을 파악하기 위해 실시하였다.

연구대상자는 36개 사업장에 근무하는 529명의 직장여성이다. 조사기간은 2002년 10월 25일부터 12월 12일까지 이었으며, 사업장에 근무하는 산업간호사를 통해 설문지를 배포하고 회수하여 수집하였다.

연구결과는 다음과 같다.

1. 연구 대상자의 연령은 평균 29.6세이었고 교육수준은 대졸 이상이 51.6%이었다. 결혼상태는 기혼인 경우와 미혼인 경우가 비슷한 분포를 보였다. 근무 직종은 비육체노동자가 61.5%로 더 많았다.

2. 전체 심혈관계질환 위험요인 중 위험비율이 높은 요인은 운동부족 88.2%, 소음 노출 45.9%, 인지된 스트레스 38.2%, 교대근무 25.4%, 장시간 근무 10.4% 순이며, 비만, 현재 흡연, 과음주는 5% 이내로 낮았다.

3. 심혈관계질환 위험수준은 8점 만점 기준에 평균 2.1점(± 1.2)이었고 최소값은 0점 최대값은 6점이었다. 심혈관계 위험요인을 3가지 이상 가지고 있어 심혈관계 위험수준이 3점 이상인 경우는 36.7%이었다.

4. 일반적 특성에 다른 작업관련 및 건강행태관련 심혈관계질환 위험요인은 대부분 연령이 높고, 교육수준이 낮고 결혼상태가 기혼인 경우, 육체노동자인 경우 더 많이 노출되어 있었다. 심리적 심혈관계질환 위험요인인 인지된 스트레스는 연령이 낮은 경우, 결혼상태가 미혼인 경우 더 많이 느끼고 있었다.

5. 작업관련 심혈관계질환 위험요인들 간에는 교대 근무와 주당 근로시간은 정적 상관관계가 있었다($p < 0.001$). 건강행태 관련 심혈관계질환 위험요인들 간에는 통계적으로 유의한 관계가 없었다. 작업관련 위험요인 중 '장시간 근무'와 '소음'은 건강행태관련 및 심리적 위험요인과 정적 상관관계가 있었다. 심리적 위험요인과 건강행태관련 위험요인은 통계적으로 유의한 상관관계를 나타내지 않았다.

6. 심혈관계질환 위험요인 중 심혈관계질환 위험수준과 가장 큰 상관관계를 보이는 요인은 소음($r=0.599$, $p<0.001$)과 인지된 스트레스($r=0.570$, $p<0.001$)이었다. 다음으로 교대근무와 주당 근로시간이었으며, 건강행태관련 위험요인은 가장 낮은 상관관계를 보였다.

연구결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 심혈관계질환 위험요인 측정시 직장여성은 운동실천율과 신체활동량을 동시에 측정하는 것이 필요하다.

둘째, 작업관련 심혈관계질환 위험요인은 건강행태관련 및 심리적 심혈관계질환 위험요인과 통계적으로 유의한 상관관계를 나타내므로 단일 예방 프로그램보다는 통합적인 접근이 요구된다.

셋째, 심혈관계질환 위험인자들의 군집성을 가장 잘 설명하는 위험요인은 소음과 인지된 스트레스이므로 이를 집중적으로 관리하는 심혈관계질환 예방프로그램 개발이 요구된다.

넷째, 8가지 심혈관계질환 위험요인 중 운동미실천율이 가장 높으므로 직장여성의 운동을 지원할 수 있는 직장내 운동시설 확보 및 운동 프로그램 개발이 요구된다.

다섯째, 본 연구에서 고려한 심혈관계질환 위험요인 외에도 대사성 위험요인을 포함하여 전체적인 위험요인 외에도 대사성 위험요인을 포함하여 전체적인 위험요인 분포를 파악하여 그 상호관련성을 규명하는 연구를 확대해 나가야 할 것이다. ☺

산업간호학회지 제13권 1호

- 산업간호현장의 보건업무 전산화시스템 활용현황과 산업간호사의 전산화 직무만족도 연구(정희영·박형숙)
- 중소규모 제조업의 근로자의 상지 근골격계질환 발생에 영향을 미치는 요인(김혜진·정혜선)
- NIOSH 직무스트레스 모형을 적용한 임상간호사의 직무스트레스 원인과 직무만족도 분석(이준영·정혜선)
- 임상간호사의 직무스트레스에 관한 국내논문분석(최서한·정혜선)
- 산업재해 요통 근로자의 기능장애에 영향을 미치는 요인(김지윤)
- 직장여성의 심혈관계질환 위험요인에 관한 연구(최은숙·윤순녕)
- Workplace Health Promotion in Thai Occupational Health Nursing(Surintorn Kalamparkorn, PhD,RN)

스트레칭체조에 대한 교육이 여성근로자의 근골격계질환 예방을 위한 자기효능감, 건강신념 및 실천의지에 미치는 효과

저자 / 기미영·정혜선·김영임
출처 / 산업간호학회지 2004; 13(2): 130-139

본 연구는 여성근로자에 대한 스트레칭체조 교육이 근골격계질환의 예방행위에 미치는 효과를 파악하기 위한 것이다. 본 연구를 위해 서울 경인지역에 근무하는 산업간호사들을 대상으로 스트레칭체조 방법에 대한 교육을 시행한 후, 교육을 받은 간호사가 각 사업장의 여성근로자에게 스트레칭체조 방법에 대한 교육을 시행하여, 교육시행 전과 교육시행 후에 여성근로자의 근골격계질환 예방을 위한 스트레칭체조에 대한 자기효능감, 건강신념, 실천의지의 변화를 분석하였다. 조사대상 여성근로자는 모두 205명이었으며, 총 연구기간은 2003년 6월부터 10월까지이었다.

본 연구결과는 다음과 같다.

1. 스트레칭 체조에 대한 자기효능감은 교육 전에는 5점 만점에 3.27점이었으나 교육 후에는 3.68점을 나타내 유의하게 증가한 것으로 나타났다.
2. 스트레칭 체조에 대한 건강신념 중 민감성은 교육 전에는 5점 만점에 3.10이였으나 교육 후에는 3.25점으로 증가하였고, 유익성은 교육 전에는 3.77점이었으나 교육 후에는 3.88점을 나타내 유의한 차이를 나타내었다. 건강동기는 10% 유의수준에서 교육 전보다 교육 후에 증가한 것으로 나타났다($p=0.06$) 심각성과 장애성은 교육 전보다 교육 후에 감소하였으나 통계적으로 유의하지는 않았다.
3. 근골격계질환 예방행위에 대한 실천의지의 변화는 향후 스트레칭체조 실시 계획, 규칙적인 운동실시 계획, 스트레칭 체조교실의 참석 여부에 대한 질문에서 하겠다는 응답이 교육 전보다 교육 후에 모두 증가하였으며, 특히 규칙적인 운동실시 계획에서는 유의한 차이를 나타내었다.
4. 근골격계 자각증상 유무에 따른 자기효능감은 증상이 있는 경우와 없는 경우 모두 교육 전보다 교육 후에 유의하게 증가하였고, 건강신념은 증상이 없는 경우 민감성과 건강동기가 교육 후에 유의하게 증가한 것으로 나타났으며, 실천의지는 증상이 있는 경우와 없는 경우에 규칙적인 운동 실시 계획에서 유의한 차이를 나타내었다.

이상의 연구결과를 통해 스트레칭체조 교육이 자기효능감과 건강신념을 높이고, 근골격계질환 예방행위에 대한 실천의지에 긍정적인 영향을 미침을 알 수 있었다. 따라서 근골격계질환 예방을 위한 자기효능감과 건강신념을 증가할 수 있는 프로그램을 개발하여 여성근로자에게 적용하는 것이 필요하며, 예방행위의 지속적인 실천을 위해 반복적인 교육이 이루어지는 것이 필요하다고 생각된다. 🍀

산업간호학회지 제13권 제2호

- 판매직 취업기혼여성의 직무스트레스 측정 도구 개발을 위한 질적 연구(이윤정)
- 석유화학단지 근로자들의 건강행위 실천 정도와 건강증진 요구도(김미애·전진호)
- 교대 여부에 따른 기혼간호사의 역할갈등과 직무만족도(정수경·정혜선)
- 스트레칭체조에 대한 교육이 여성근로자의 근골격계질환 예방을 위한 자기효능감, 건강신념 및 실천의지에 미치는 효과(기미영·정혜선·김영임)
- 우리나라 사업장의 건강증진 프로그램 유형 분석-사업장 건강증진운동 우수사례집을 중심으로 (김영임·정혜선·김숙영·이중은)