

## 완실무병 지표들의 사상체질별 건강수준 연관성 연구 - THI(Todai Health Index) 설문지를 중심으로 -

장은수 · 김호석 · 유중향 · 백영화 · 오승윤\* · 이시우

한국한의학연구원, \*원광대학교 전주한방병원

### Abstract

#### A Study on the Association between Sasang Health Index and THI(Todai Health Index) Score by Sasang Constitutions

Jang, Eun-Su, Kim Ho-Seok, Yoo Jong-Hyang, Baek Young-Wha, Oh Seung-Yun\*, Lee Si-Woo  
Korea Institute of Oriental Medicine, \*Wonkwang University JeonJu Oriental Medical Hospital

#### 1. Objectives

This study aims to find out the factors that affect to healthy level according to Sasang Constitutions by comparing THI health state with Sasang Health Index.

#### 2. Methods

One hundred twenty one healthy students from Korean oriental medical colleges participated in this study. We used the Questionnaire for Sasang Constitution Classification II(QSCC II) and expert opinion to diagnose Sasang Constitution, and used Sasang Health Index and THI questionnaire to take health information about Sasang Constitution, from 121 people of Sasang Constitution Information Bank.

#### 3. Results

- 1) The 'Good Sweat' in Taeumin health level was higher than others, especially in case of 'Refreshness after Sweat' and the 'Good Feces' also higher in case of 'Much Volume in Defecation' 'Regularity in Defecation' 'Refreshness after Evacuation'.
- 2) The 'Good Feces' in Soyangin health level was higher than others, especially in case of 'Thickness'.
- 3) The 'Good Digestion' in Soeumin health level was not significantly higher than others.
- 4) The better symptoms in 'Good Sweat', the better health in Taeumin.

#### 4. Conclusions

Sasang Constitution Health Level is significantly related with Sasang Health Index.

**Key Words :** Sasang Constitution Medicine, Sasang Constitution, THI, Wansilmubyung, Sasang Health Index

• 접수일 2008년 06월 28일; 승인일 2008년 07월 13일

• 교신저자 : 이시우

대전시 유성구 엑스포로 483(전민동 461-24)

한국한의학연구원 의료연구부

Tel : +82-42-868-9555 Fax : +82-42-861-5800

E-mail : bfree@kiom.re.kr

• 본 논문은 2008년도 한국한의학연구원의 기관고유 사업인 '체질 건강수준 표준개발(K08020)' 과제의 지원을 받아 수행된 연구입니다.

## I. 緒 論

세계보건기구(WHO)의 현장에는 건강이란 질병이 없거나 허약하지 않은 것만 말하는 것이 아니라 신체적·정신적·사회적으로 완전히 안녕한 상태에 놓여 있는 것이라고 정의하고 있다. 즉, 과거에는 건강이란 육체적·정신적으로 질병이나 이상이 없고, 개인적으로 정상적인 생활을 영위할 수 있는 신체 상태를 말하였으나, 오늘날에는 삶의 질을 높이는 부분도 건강에 포함시켜 개인 건강수준에 대한 관심이 많아지고 있음을 나타내고 있다<sup>1</sup>.

사상의학의 완실무병(完實無病)은 체질별 건강상태의 표현으로서 사상의학으로 볼 때 보명지주(保命之主)가 충분히 갖춰진 병이 없는 상태를 의미하는 것으로 태양인은 소변왕다(小便旺多), 소양인(少陽人)은 대변선통(大便善通), 태음인(太陰人)은 한액통창(汗液通暢), 소음인(少陰人)은 음식선화(飲食善化)가 각각 완실무병 지표가 된다고 알려져 있다<sup>2</sup>. 이런 연유로 임상에서도 완실무병 지표들과 직접 관련된 생리현상들 즉 소화여부, 대변상태, 소변상태, 땀의 여부 등은 체질병증을 진단하고 질병의 예후를 판단하는 중요한 단서로 활용되고 있다.

완실무병 지표들과 체질병증에 대한 기존연구로는 대변,<sup>3</sup> 소변,<sup>4</sup> 땀<sup>5,6</sup> 등을 중심으로 체질병증을 분석하는 문헌고찰 연구가 행해진 바 있으며, 최 등<sup>7</sup>에 의한 대변의 특징, 백 등<sup>8</sup>에 의한 체질별 소화상태 및 식욕과 식사습관의 특징을 분석한 연구가 행해졌다.

그러나 지금까지의 연구는 배뇨, 배변, 발한, 소화를 주로 하여 체질병증 분석 및 체질진단과 관련하여 진행되었을 뿐 이제마가 말한 보명지주를 바탕으로 완실무병을 건강의 평가기준으로 중점을 둔 연구는 거의 진행되지 않았다. 단지 손 등<sup>9</sup>이 SF-36을 이용하여 완실무병 지표와 체질별 건강수준의 연관성을 살펴본 경우가 1건이 있을 따름이다.

SF-36 설문지가 적은 수의 설문 항목으로 일반인을 대상으로 하여 조사연구에 사용할 수 있고,

임상연구에서 특정 질병의 치료효과를 측정하거나 특정질병이 환자의 삶의 질에 미치는 영향을 평가하는데 적합한 설문지이긴 하나 국내 사람들에게 익숙하지 않고, 용어가 어려우며, 한국어판 SF-36에 대해서는 적절한 언어학적 검증을 거치지 않아 사용하는데 어려움이 있다<sup>10</sup>.

따라서 본 연구에서는 사상인의 건강수준 측정 도구를 동양인에게 적합하다고 알려진 THI(Todai Health Index-이하 THI)를 이용하여 평가하여 건강수준과 완실무병 지표와의 연관성을 분석하여 건강수준에 영향을 미치는 요소를 밝혀내고 실제 완실무병의 어떤 지표가 사상체질 건강수준의 판별기준으로서 의미 있는지를 알아보려고 하였다.

## II. 對象 및 方法

### 1. 연구 대상

본 연구는 한국한의학회에서 시행중인 전국 한의대학생정보은행 구축을 통해 모인 한의과대학에 재학 중인 학생들 368명 중 사상체질 진단을 거쳤고, 체질별 THI 건강점수와 완실무병 설문조사에 성실히 응답한 121명의 자료를 대상으로 하였다.

### 2. 방법

체질정보은행에 구축된 한의과대학 학생 대상자들에게 연구에 대한 설명을 하고 피험자 동의서를 받은 후 사상체질 분류검사지(Questionnaire for the Sasang Constitution Classification II - 이하 QSCC II), 건강관련 생활습관, 완실무병 설문 및 THI 설문지를 작성하였다.

#### 1) 체질진단

체질진단에 정확성을 기하기 위해 사상체질 분류검사지 II (Questionnaire for the Sasang Constitution Classification II - 이하 QSCC II) 를 피험자 스스로 답안지에 작성하여 이를 QSCC II 프로그램(주)

Neomyth,서울) 에 입력하여 체질을 1차로 진단하고, 전문의의 문진 등 진찰을 통해 다시 체질을 2차로 진단하여 두 가지의 결과가 일치되는 경우를 그 체질로 판단하였다.

### 2) 건강수준 측정 도구

건강수준 측정도구로는 THI 건강조사표(Todai Health Index)를 사용하였다.

THI 건강조사표는 종래의 CMI 설문지(Cornel Medical Index Brodman 1951, 이하 CMI)를 수정, 보완한 질문표로서 동양인들이 공통적으로 가지고 있는 신체적 건강과 정신적 건강에 관한 질문으로 12개의 하위항목으로 구성되었다<sup>10</sup>. 총 123문항, 3점 척도로 증상군 별 점수를 계산하도록 되어 있으며 응답에 따른 점수가 높을수록 건강상태가 좋지 않음을 나타낸다.

### 3) 완실무병 지표 측정도구

동의수세보원 원문을 기초로 하여 손 등<sup>9</sup>이 사용한 설문지를 재구성하여 사용하였다(별첨). 원문에 나와 있는 완실무병 지표들에 대해 가능한 세분하여 구성하였으며 음식선화는 식욕이 있는지와 소화가 잘되는지에 관하여 2문항, 한액통창과 관련하여 쉽게 땀을 흘리는지와 발한 후 느낌에 관하여 2문항, 대변선통과 관련하여 양, 규칙성, 굵기, 대변 후 느낌 등 4문항, 소변왕다와 관련하여 양, 횟수, 소변의 규칙성 및 소변 후 느낌 등 4문항을 완실무병의 지표로 삼았다. 단 일방적인 긍정, 부정 응답을 피하기 위해 대변의 굵기, 소변의 양(\*) 문항은 질문을 반대로 하였다.

### 3. 통계적 분석

모든 분석에는 SPSS 12.0K 통계 프로그램을 이용하였다. 완실무병 문항과 체질 간 THI 건강수준의 차이를 알아보기 위하여 two sample t-test 분석을 실시하였으며, 완실무병 증상의 경중에 따른 체질별 THI 건강 수준을 알아보기 위해 문항의 긍정적 부분에 1점씩 점수를 주고 이를 완실무병 지표별로 합하여 ANOVA test를 실시하였다.

이 결과 p-value<0.05 인 경우를 통계학적으로 유의한 것으로 간주하였다.

## III. 結 果

### 1. 인구학적 특성

연구대상의 수는 총 121명으로 남자가 94명(77.7%), 여자가 27명(22.3%)이다. 대상자의 사상체질 분포를 살펴보면 총 121명 중 태음인 56(46.3%), 소음인이 46(38.0%), 소양인 19(15.7%)명 이었고 태양인은 없었다. 체질별 신장은 태음인 174.1±7.1, 소음인 171.3±7.1, 소양인 170.9±8.1 이었고, 몸무게는 태음인 77.5±10.6, 소음인 57.7±6.8, 소양인 60.6±9.0이고 평균 나이는 24.3세였다.(Table 1)

### 2. 완실무병 지표와 THI 건강수준의 비교

#### 1) 대상자의 완실무병 지표와 THI 건강수준

체질과 상관없이 참여한 사람들 전체에 있어 완실무병 지표와 THI 건강수준과의 상관성을 살펴볼 때 완실무병 지표인 소화와 관련하여 ‘소화상

Table 1. General Characteristics of Sasang Constitution Group (unit : Mean±SD)

Sex	N(%)	Constitution	N(%)	Height(cm)	Weight(kg)	Age(year)
Male	94(77.7)	Taeumin	56(46.3)	174.1±7.1	77.5±10.6	24.9±5.1
		Soeumin	46(38.0)	171.3±7.1	57.7±6.8	23.8±3.5
Female	27(22.3)	Soyangin	19(15.7)	170.9±8.1	60.6±9.0	23.9±3.2
		Total	121(100)	Total	121(100)	172.5±7.4

대가 좋은 편' 과 '식욕이 좋은 편' 이 건강상태와 연관이 있는 것으로 나타났고, 땀과 관련하여 '땀을 흘리고 나면 상쾌한 편' 이라고 한 부분, 대변과 관련하여 '굵기가 굵은 편' 과 '대변을 시원하게 보는 편' 인 부분, 소변과 관련하여 '소변 양이 보통이상인 편' 과 '소변을 시원하게 보는 편' 인 부분이 건강상태와 연관성이 있는 것으로 나타

났다. 즉 임상적으로 중요시 되고 있는 완실무병 지표들이 실제적으로 건강수준과 밀접한 관계를 맺고 있었다.(Table 2)

## 2) 완실무병 지표에 따른 체질별 건강수준

태음인에서 완실무병인 한액통창과 건강수준과 관련성을 볼 때 두 지표는 상관관계가 있는

Table 2. T-test Result between THI and Sasang Health Index in Total (N = 121)

Total	No			Yes			p-value
	N	Mean	SD	N	Mean	SD	
Good Appetite	24	240.00	23.35	97	227.46	24.86	0.027
Good Digestion	49	237.59	23.70	71	224.63	24.80	0.005
Much Sweat	55	230.31	21.47	64	230.03	28.05	0.951
Refreshness after Sweat	49	237.65	24.39	71	224.69	24.33	0.005
Thickness in Defecation	64	234.72	24.19	57	224.60	24.98	0.025
Much Volume in Defecation	88	231.97	24.10	33	224.58	26.85	0.148
Regularity in Defecation	31	235.61	25.09	90	228.00	24.79	0.144
Refreshness after Evacuation	42	239.19	24.06	79	225.04	24.20	0.003
Over Normal Volume in Urine	13	245.46	22.60	108	228.08	24.70	0.017
Clean Color in Urine	40	232.20	21.69	80	228.88	26.68	0.496
Regularity in Urination	24	234.17	25.53	97	228.91	24.87	0.358
Refreshness after Urination	26	241.50	20.74	95	226.79	25.21	0.007

Table 3. T-test Result between THI and Sasang Health Index in Taeumin (N = 56)

Tae-eumin	No			Yes			p-value
	N	Mean	SD	N	Mean	SD	
Good Appetite	6	248.67	30.43	50	226.24	26.46	0.058
Good Digestion	19	238.58	27.27	36	223.28	26.89	0.051
Much Sweat	17	233.71	24.93	39	226.44	28.59	0.368
Refreshness after Sweat	16	241.69	23.50	40	223.43	27.52	0.023
Thickness in Defecation	25	236.84	26.03	31	222.03	27.28	0.044
Much Volume in Defecation	38	230.24	25.90	18	225.28	31.17	0.534
Regularity in Defecation	14	243.21	24.72	42	223.79	26.92	0.021
Refreshness after Evacuation	19	241.58	23.31	37	222.00	27.41	0.010
Over Normal Volume in Urine	5	244.00	19.49	51	227.14	27.86	0.194
Clean Color in Urine	18	229.28	23.62	38	228.34	29.47	0.907
Regularity in Urination	10	237.40	30.67	46	226.74	26.76	0.271
Refreshness after Urination	9	242.89	18.46	47	225.91	28.26	0.090

Table 4. T-test Result between THI and Sasang Health Index in Soyangin (N = 19)

So-yangin	No			Yes			p-value
	N	Mean	SD	N	Mean	SD	
Good Appetite	6	224.17	12.48	13	227.31	25.79	0.783
Good Digestion	8	236.50	21.56	11	218.91	20.29	0.087
Much Sweat	11	222.82	16.15	7	234.29	29.76	0.302
Refreshness after Sweat	9	236.22	22.12	10	217.40	18.88	0.062
Thickness in Defecation	12	234.75	21.04	7	211.86	16.42	0.025
Much Volume in Defecation	14	227.29	17.84	5	223.60	33.96	0.759
Regularity in Defecation	8	226.88	26.94	11	225.91	19.28	0.928
Refreshness after Evacuation	8	233.50	28.51	11	221.09	15.49	0.238
Over Normal Volume in Urine	2	246.00	21.21	17	224.00	21.63	0.191
Clean Color in Urine	9	236.33	23.67	10	217.30	17.01	0.058
Regularity in Urination	6	224.83	20.04	13	227.00	23.76	0.849
Refreshness after Urination	6	237.67	17.20	13	221.08	22.72	0.132

것으로 나타났으며, 특히 ‘쉽게 땀이 나는 편’이라는 항목보다는 ‘땀을 흘린 후 상쾌한 편’인 항목에서 ‘Yes’ 라고 한 그룹이 ‘No’ 라고 한 그룹보다 점수가 상대적으로 유의하게 낮았다.

더불어 태음인의 완실무병 지표가 아닌 대변 선통과 관련되어 있는 세부항목 즉 ‘굴기가 굵은 편’, ‘규칙적인 편’, ‘대변을 시원하게 보는 편’인 항목에서 ‘Yes’ 라고 한 그룹이 ‘No’ 라고 한 그룹보다 점수가 상대적으로 유의하게 낮았으며, 다른 체질의 완실무병 지표인 소화, 소변과 관련된 세부적 지표는 유의하게 나타나지 않았다.(Table 3)

소양인의 완실무병인 대변선통과 건강수준의 관련성을 살펴보면 대변과 관련하여 ‘대변의 양이 충실한 편’, ‘규칙적인 편’, ‘대변을 시원하게 보는 편’인 항목에서 ‘Yes’ 라고 한 그룹과 ‘No’ 라고 한 그룹에 차이가 없었으나, 대변의 굵기와 관련하여 ‘변이 굵은 편’인 항목에서 ‘Yes’ 라고 한 그룹이 ‘No’ 라고 한 그룹보다 점수가 상대적으로 유의하게 낮은 것으로 나타났다. 그 외 다른 체질의 완실무병인 소화나 땀, 소변과 관련된 세부적 지표는 소양인의 건강수준과 연관관계가 나타나지 않았다.(Table 4)

THI 건강수준의 수치와 소음인의 완실무병 세부 항목간의 관련성을 살펴보면 음식선화와

관련되어 설정한 지표 즉 ‘소화상태가 좋은 편’ 과 ‘입맛이 좋은 편’ 이라고 긍정적 답변을 한 사람들이 건강점수가 좋게 나타났으나, 통계적으로 유의하지 않았으며, 다른 체질의 완실무병 즉 땀, 대변, 소변과 관련된 세부적 지표에서도 건강수준과 유의한 관련은 나타나지 않았다.(Table 5)

### 3. 완실무병 지표 점수화에 따른 체질별 THI 건강수준의 비교

증상의 경중이 건강상태에 미치는 영향을 알아보기 위해 완실무병(完實無病) 세부항목을 점수화하여 체질별 THI 건강 점수와 비교 분석한 결과 태음인은 땀에 있어서 지표점수와 건강점수는 유의한 연관성이 있는 것으로 나타났다. 소음인은 소화에 있어, 소양인은 대변에 있어 각각 지표 점수와 건강수준은 비례관계였으나, 유의하지는 않았다. 또한 체질과 일치하지 않는 완실무병 지표는 점수에 따라 건강점수가 비례해서 좋아지는 특징은 나타나지 않았다.(Table 6)

Table 5. T-test Result between THI and Sasang Health Index in Soeumin(N=46)

So-eumin	No			Yes			p-value
	N	Mean	SD	N	Mean	SD	
Good Appetite	12	243.58	21.37	34	229.32	22.60	0.063
Good Digestion	22	237.14	22.13	24	229.29	23.49	0.251
Much Sweat	27	231.22	21.03	18	236.17	26.42	0.490
Refreshness after Sweat	24	235.50	26.36	21	230.57	19.22	0.483
Thickness in Defecation	27	232.74	24.44	19	233.47	21.28	0.916
Much Volume in Defecation	36	235.61	24.31	10	223.80	14.59	0.152
Regularity in Defecation	9	231.56	23.16	37	233.41	23.20	0.831
Refreshness after Evacuation	15	239.20	23.75	31	230.06	22.32	0.209
Over Normal Volume in Urine	6	246.50	28.77	40	231.03	21.66	0.125
Clean Color in Urine	13	233.38	18.38	32	233.13	25.13	0.973
Regularity in Urination	8	237.13	23.33	38	232.18	23.08	0.586
Refreshness after Urination	11	242.45	25.35	35	230.09	21.68	0.120

Table 6. Sasang Constitution THI Health Score according to Wansilmubyung Symptom Score

Consti-tution	Wansil-mubyung	Score										p-value
		0		1		2		3		4		
		N	Mean	N	Mean	N	Mean	N	Mean	N	Mean	
Taeumin	Digestion	2	227.50	22	243.09	32	218.78					0.004
	Sweat	6	254.83	21	227.71	29	223.90					0.039
	Defecation	3	248.67	14	239.00	13	232.46	16	224.94	10	209.10	0.050
	Urine	2	254.50	1	251.00	5	239.80	21	224.76	27	226.85	0.448
Soeumin	Digestion	12	243.58	10	229.40	24	229.29					0.182
	Sweat	16	236.88	19	227.11	10	238.90					0.320
	Defecation	5	231.80	8	241.13	14	233.14	15	232.47	4	220.25	0.706
	Urine	0	0	5	245.80	7	236.14	10	231.00	24	230.33	0.569
Soyangin	Digestion	5	226.00	4	244.25	10	219.30					0.164
	Sweat	5	223.80	11	231.64	3	211.00					0.363
	Defecation	2	219.50	7	238.86	5	225.40	3	218.67	2	203.00	0.298
	Urine	0	0	3	245.00	4	226.75	6	229.17	6	213.83	0.255

## IV. 考 察

건강수준을 측정하는 설문지로 예전부터 사용된 대표적인 것은 CMI(Cornel Medical Index Brodman 1951) 설문지와 SF-36(Shor Form - 36)이다. 그러나 CMI는 질문내용이 불명료하다는 점과 수량화가 곤란하다는 점, 그리고 동양인에게는 거의 발생하지 않는 질환에 관한 질문 항목이 많다는

점 등이 문제로 지적되고 있고, SF-36 설문지는 삶의 질과 관련되어 많이 사용되고 있기는 하나 국내 사람들에게 익숙하지 않고, 용어가 어려우며, 한국어판 SF-36에 대해서는 적절한 언어학적 검증을 거치지 않아 사용하는데 어려움이 있어<sup>10</sup> 본 연구에서는 이 등<sup>2</sup>이 이야기한 체질별 건강관리를 살피는 요령으로 건강수준과 완실무병(完實無病)의 연관성을 보고자 THI 건강설문을 사용하였다.

THI 설문지는 기존의 대표설문지인 CMI의 단점을 대폭 개선한 것으로 질문내용을 명료하게 하고 수량화하였으며, 동양인 질환에 대한 질문항목을 만들어 우리나라 사람들의 건강수준을 측정하기 쉽게 만들었다는 점에서 다른 설문지보다 뛰어나다고 할 수 있으며, 이 설문은 점수로 계산되므로 관련 신체 및 정신건강 상태에 대해 건강 관련 요인들과의 연관성을 계량적으로 구별하는 것에 좋은 건강평가 도구가 된다<sup>12</sup>.

사상의학에서는 체질별 건강을 진단하는 기준에 보명지주(保命之主)를 중요시 하였는데, 『동의수세보원 갑오본(東醫壽世保元 甲午本)』<sup>13</sup>에서는 소한 부위에 의한 약한 기능을 보명지주(保命之主)라 하여 標本 이론을 통해 협의적 의미로 생명을 유지, 보존하기 위한 주요한 기운으로, 광의적 의미로 체질적 성품과 생리병리현상을 완충하기 위한 기운이라고 설명하고 있다. 이런 보명지주의 조건은 장부대소에 따라 그 약한 장부를 도와줄 수 있는 기운을 도와주는 것으로, 태양인은 흠취지기(吸聚之氣)이고, 소양인은 음청지기(陰淸之氣)이고, 태음인은 호산지기(呼散之氣)이며, 소음인은 양난지기(陽煖之氣)라 할 수 있다. 완실무병이란 이런 보명지주가 바탕이 되어 장부의 편소지장(偏小之臟)의 문제가 없는 상태로 생각할 수 있다.

따라서 건강상태를 나타내는 도구로 THI를 사용함과 더불어 체질별 완실무병 4가지를 측정하기 위해 동의수세보원 원문을 기초로 하여 손 등<sup>9</sup>이 사용한 설문지를 재구성하여 사용하였는데, 원문에 나와 있는 완실무병 지표들에 대해 가능한 한 세분하여 구성하여, 음식선화는 ‘식욕이 있는지’와 ‘소화가 잘되는지’에 관하여 2문항, 한액통창과 관련하여 ‘쉽게 땀을 흘리는지’와 ‘발한 후 느낌’에 관하여 2문항, 대변선통과 관련하여 ‘양’, ‘규칙성’, ‘굵기’, ‘대변 후 느낌’ 등 4문항, 소변왕다와 관련하여 ‘양’, ‘횟수’, ‘소변의 규칙성’ 및 ‘소변 후 느낌’ 등 4문항 등 총 12문항을 완실무병의 지표로 삼아 건강수준과의 비교를 하도록 하였다.

음식선화의 대표적 지표로 선정한 ‘소화상태

가 좋은 편’, ‘식욕이 좋은 편’ 이라고 한 문항과, 한액통창의 대표적 지표로 선정한 ‘발한 후 상쾌한 편’ 이라는 문항, 대변선통의 대표적 지표로 선정한 ‘대변이 굵은 편’, ‘대변을 시원하게 보는 편’ 문항, 그리고 소변왕다의 대표적 지표로 선정한 ‘소변의 양이 보통이상인 편’, ‘소변을 시원하게 보는 편’ 문항이 체질과 관계 없이 전체적으로 THI 건강수준과 상관관계가 있는 것으로 나타났는데, 이는 완실무병 지표들이 체질별 소인과 무관하게 건강상태에 영향을 미치는 중요한 요소임을 나타내는 것이라 하겠다. 즉 소화, 땀, 대변, 소변 세부항목은 일반적 건강상태 및 건강수준에 영향을 미칠 수 있는 공통적인 요소들로 매우 중요하며 임상진료에서 반드시 체크해야 함을 알 수 있다.

이와 관련되어 추후 완실무병을 포함한 전반적인 증상 뿐 아니라 정서상태, 병증상태 등 다른 항목들과 건강과의 연관성을 다시 한 번 살펴볼 필요가 있으리라 생각된다.

본 연구에서는 체질에 따른 완실무병 특히 그 세부지표 중 몇 가지가 체질건강수준과 관련이 있는 것으로 나타났다.

태음인에게 있어서 한액통창의 지표로 사용한 ‘땀을 흘린 후 상쾌한 편’ 에 ‘Yes’ 라고 한 그룹이 ‘No’ 라고 한 그룹보다 점수가 상대적으로 유의하게 낮게 나온 것은 한액통창이 실제적 건강상태에 충분히 중요한 요소로 작용하고 있다는 점에서 기존에 알려진 사실과 동일하였다. 단, 세부적으로 단순히 ‘땀을 쉽게 흘리는 편’ 에 ‘Yes’ 라고 한 그룹과 ‘No’ 라고 한 그룹이 유의한 상관관계가 나타나지 않았다는 점에서 ‘땀을 쉽게 흘리는 편’ 는 것 보다는 ‘발한 후 상쾌한 편’ 이라는 것이 태음인의 완실무병 지표로 더 적합하다는 것으로 즉 태음인의 건강적으로 단순히 ‘땀을 많이 흘리는 편’는 것 보다는 ‘땀을 흘린 후 상쾌한 편’ 이 건강에 대한 더 의미있는 지표라고 생각된다.

이 외에 태음인의 경우 대변선통과 관련이 있는 ‘대변의 굵기’, ‘규칙성’, ‘대변을 시원하게 보는 편’ 의 건강점수가 상대적으로 유의하게 낮게 나타났는데, 최 등<sup>7</sup>에 따르면 ‘평소 변이 굵고 크

면서 많이 나오면 건강에 좋다는 문항에 태음인이 응답한 경우가 많았다는 점'과 일정부분 합치되는 결과로써, 대변선통의 경우 그 굵기와 규칙성, 대변을 시원하게 보는 느낌 등은 태음인의 좋은 건강상태와 관련이 있다고 추정할 수 있으며 추후 태음인의 건강수준을 평가하는 지표로 재해석될 필요가 있으리라 본다.

소양인에게 있어서도 완실무병인 대변선통의 지표로 사용한 '변이 굵은 편'에 'Yes' 라고 한 그룹이 'No' 라고 한 그룹보다 점수가 상대적으로 유의하게 낮게 나타난 것은 대변선통이 실제적 건강상태에 충분히 중요한 요소로 작용하고 있다는 기준에 알려진 사실과 부합하는 결과이며, 세부적으로 '대변의 양', '규칙성', '대변을 시원하게 보는 편' 지표에서 유의한 상관관계가 나타나지 않은 점에서 '대변의 굵기' 지표가 대변선통 지표로 더 적합하다는 결과로 해석될 수 있으며, 소양인이 대변을 충실하게 굵게 보면 건강하다는 신호로 받아들일 수 있다고 하겠다.

하지만 소음인에 있어서는 손 등<sup>9</sup>의 결과와 달리 완실무병인 소화관련 지표가 실제건강수준의 기준으로 유의하지 않게 나타났는데, 이는 의외의 결과로 음식선화를 나타낼 수 있는 지표들을 추가하고, 소화 상태, 식욕을 정량화해서 보다 정확하게 조사하여 향후 소음인의 음식선화와 건강수준에 대한 연관성을 살피는 후속연구가 필요할 것으로 생각된다.

마지막으로 증상의 경중이 건강수준에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 문항의 긍정적 부분에 1점씩 점수를 주고 이를 완실무병 지표별로 합하여 체질별 차이를 분석하였는데, 태음인은 땀에 있어서, 소음인은 소화에 있어, 소양인은 대변에 있어 각각 지표가 좋을수록 건강점수가 좋아지는 것으로 나타났다는 점은 비록 태음인 항목만이 유의하게 나타났다고 하더라도 각 체질별 완실무병이 해당체질에 중요한 지표임과 동시에 증상의 경중에 따라 건강수준이 영향을 받는 것으로 추정할 수 있으리라 생각된다. 또한 다른 완실무병 지표 즉 소음인에 땀, 대변, 소변, 소양인에 땀, 소변, 소화 등의 지표에서는 점수에 따라 건강수준이 비

례하지 않는다는 점은 각 체질별 완실무병이 해당체질에 더 중요한 지표임을 나타내는 반증이라고 할 수 있겠다.

하지만 몇 가지 해석이 어려운 부분도 있었는데, 일례로 태음인이 소화, 식욕에서 0점인 경우에도 건강수준이 유의하게 낮게 나온 것이 대표적으로 이는 그 대상자 수가 너무 적어서 생기는 오류로 보인다.

본 연구에서는 건강 수준에 영향을 미치는 요소들을 완실무병의 증상적 지표에서 찾아보고, 체질별 건강수준과 해당 체질의 완실무병이 얼마나 밀접한 연관이 있는지를 알아보고자 하여 일정부분 연관성을 밝혔는데, 이는 개인적 차이를 중시하는 현대 맞춤의학의 추세와 그 방향을 같이 하고 있으며, 이런 연구들은 WHO에서 이야기하는 '건강상태'로 가기 위한 중요한 노력들이라 생각된다.

그렇지만 체질진단이 일회성이었다는 측면에서 진단 정확성에 다소 문제가 있으며, 특수집단의 학생들을 대상으로 정하여 일반집단을 대표하는 것에 다소 무리가 되었다고 할 수 있다. 또한 완실무병 지표들에 대한 정량적 데이터 획득이 되지 않고 주관적 요소가 가미된 점과 더불어 태양인이 진단되지 않아 태양인의 완실무병 지표인 소변왕다와 태양인 건강수준과의 연관성을 살펴보지 못한 것은 아쉬운 부분이라 생각한다.

## V. 結 論

본 연구에서는 사상인의 건강수준 측정도구로 THI 건강 설문을 이용하여 건강수준과 완실무병 지표와의 연관성을 통계적으로 분석하여 건강수준에 영향을 미치는 완실무병 요소를 밝혀내고 실제 완실무병 지표가 사상인의 건강수준을 판단하는데 어떤 의미가 있는지를 알아보고자 하여 다음의 결론을 얻었다.

1. 완실무병 중 음식선화항목의 '식욕이 좋은 편' 및 '소화상태가 좋은 편' 지표와 한약통창 항목의 '땀을 흘린 후 상쾌한 편' 지표, 대변선통 항목의



‘대변 후 상쾌한 편’ 지표 및 소변왕다 항목에서 ‘소변 양이 보통이상인 편’ 및 ‘소변 후 상쾌한 편’ 지표가 체질과 무관하게 건강수준과 연관이 있었다.

2. 태음인에게 있어서 완실무병인 한액통창과 건강수준의 연관성은 상당히 있는 것으로 나타났는데, 특히 ‘땀을 흘린 후 상쾌한 편’ 지표가 건강점수가 더 좋았다. 더불어 대변선통에서도 연관성이 있었으며 특히 ‘대변의 굵기’, ‘규칙성’ 및 ‘대변 후 상쾌한 편’ 지표가 건강수준과 연관이 있는 것으로 나타났다.

3. 소양인에게 있어서 완실무병인 대변선통과 소양인의 건강수준의 연관성도 약간 있는 것으로 나타났는데, 특히 대변의 굵기와 관련되어 ‘굵기가 굵은 편’ 지표가 건강수준과 연관이 있는 것으로 나타났다.

4. 소음인에게 있어 완실무병인 음식선회가 건강수준을 평가할 수 있는 지표가 될 수 있는가에 대한 통계적 분석 결과 ‘소화상태가 좋은 편’ 과 ‘식욕이 좋은 편’ 이라는 지표는 건강수준이 좋게 나오긴 했으나 유의하지 않았다.

5. 증상의 경중이 건강수준에 미치는 영향은 태음인 완실무병인 한액통창의 지표 점수와 건강점수가 연관성이 있었으며, 다른 체질에서 역시 전반적으로 지표가 좋을수록 건강점수가 좋아지긴 하였으나, 유의하지 않았다.

완실무병은 임상적으로 사상인의 건강수준에 중요한 지표라 할 수 있으며, 여기에서 THI 건강수준과 연관시켜 봄으로써 건강점수와 체질별 건강 지표와의 연관성을 일부 확인할 수 있었다. 실제로 임상현실에서 완실무병의 지표가 체질진단 및 치료에 많이 응용되고 실제 건강수준 측정요소로 많이 활용되는 만큼, 앞으로 정량적 지표발굴을 통한 임상지표와 건강수준의 연관성을 살피는 보다 나은 후속연구를 기대한다.

## Ⅶ. 參考文獻

1. 장은수, 백영화, 김호석, 이시우. 사상체질별 건강지수(THI)와 건강습관과의 연관성에 관한 연구. 한국한의학연구원 논문집. 2007;13(3):133-139.
2. 李濟馬. 東醫壽世保元. 四象醫學會刊行. 대성문화사, 서울, 1998.
3. 이연걸, 김달래. 대변을 중심으로 한 사상체질 병증에 대한 고찰. 사상체질의학회지. 1992;4(1):171-177.
4. 김선호, 김달래. 소변변증의 사상체질학적 관점과 상한론적 관점에 대한 비교고찰. 사상체질의학회지. 1992;4(1):179-186.
5. 서용, 송정모. 발한에 대한 사상의학적 고찰. 사상체질의학회지. 2000;12(2):56-66.
6. 하만수. 한을 중심으로 한 체질병증에 대한 고찰. 사상체질의학회지. 1993;5(1):126-131.
7. 최재영, 박성식. 사상체질에 따른 대변의 특징에 대한 임상적 검토. 사상체질의학회지. 2002;14(2):58-68.
8. 백태호, 최정락, 박성식. 소화에 관한 체질별 상관성 연구. 사상체질의학회지. 2004;16(1):112-119.
9. 손은혜, 곽창규, 이의주. 사상체질별 완실무병 지표들의 임상적 유효성 분석. 사상체질의학회지. 2004;16(3):26-33.
10. 김윤신, 고응린. THI 건강조사표의 분석방법에 관한 고찰. 한국보건통계학회. 1989;14(1):31-38.
11. 이태규, 이수경, 최봉근, 송일병. 一個 綜合病院 健康檢診者의 四象體質에 따른 慢性疾患의 有病率에 關한 研究. 사상체질의학회지. 2005;17(2):32-45.
12. 김해영. THI에 의한 경찰공무원의 건강상태 조사 및 관련요인. 가톨릭대학교 산업보건대학원 석사학위논문. 2004:20.
13. 김달래 역. 동의수세보원갑오구분. 목과토, 서울, 2002.

<별첨 1> 사상체질 완실무병 측정지표 설문지

이 설문은 스스로 본인의 건강을 평가하는 것으로 체질별 건강상태를 파악하는데 도움이 됩니다. 질문에 답할 때는 본인에게 해당된다고 생각되는 곳에 체크하세요.

답을 고르기 힘든 경우 비슷한 곳에 답을 선택하고 문제 오른쪽에 따로 설명을 써 주세요.

설문항목	측 정 지 표	그렇다	아니다	비고
소화상태	① 지난 한 달간 식사 전, 식욕이 좋은 편이었다.			
	② 지난 한 달간 식사를 한 후, 속 쓰림, 더부룩함, 통증, 메스거림 등 불편한 증상 없이 소화상태가 좋은 편이었다.			
땀 상태	① 지난 한 달간 가벼운 활동에도 쉽게 땀이 나는 편이었다.			
	② 지난 한 달간 땀을 흘리고 나면 상쾌한 기분이 드는 편이었다.			
대변상태	① 지난 한 달간 대변이 가는 편이었다.*			
	② 지난 한 달간 대변 양이 보통 이상인 편이었다.			
	③ 지난 한 달간 대변이 1~2일에 1~2회로 규칙적인 편이었다.			
	④ 지난 한 달간 대변을 시원하게 보는 편이었다.			
소변상태	① 지난 한 달간 소변양이 너무 적은 편이었다.*			
	② 지난 한 달간 소변이 탁하지 않고 맑은 편이었다.			
	③ 지난 한 달간 하루 소변보는 횟수가 4~7회 정도였다.			
	④ 지난 한 달간 소변을 시원하게 보는 편이었다.			