

연령에 따른 산후조리에 대한 인식과 수행정도가 산후풍 발생에 미치는 영향

동의대학교 한의과대학 부인과 교실

강종근, 이인선, 조혜숙

ABSTRACT

A Study on Awareness of Postnatal Care and San Huo Pung.

Jong-Geun Kang, In-Sun Lee, Hye-Sook Cho
Dept. of OB&GY, College of Oriental Medicine, Dong Eui University

Purpose: The purpose of this study is to ascertain the awareness or incidence of SHP and postnatal care.

Methods: We analyzed the results of Questionnaires for 104 women who have experienced childbirth within the last 10 years and examined June 2007 to December 2007. We divided to three groups according to age and investigated.

Results:

1. Awareness of SHP and postnatal care.

Responses about "How informed are you about the syndrome known in Korea as SHP?", Person's ration who know is 72.11%. Responses about "Are you aware of current traditional postnatal practices in Korea?", Person's ration who know is 80.77%. "Do you think that postnatal care as practised in Korea is necessary?", Person's ration who know is 84.62%. "Do you think that in general postnatal care is necessary?", Person's ration who know is 93.27%. "Do you believe, if you are unable to practice postnatal care, you will subsequently develop health problems?", Person's ration who know is 91.35%.

2. Relevant comments of postnatal care.

Responses about lifestyle after childbirth are Prevent bodily hard work 35.37%, Prevent cold stimulus 27.21%, Hold body warmly 17.69%, Psychologically comfortably 7.48%, Eat good food 7.48% Etc 10.88%. Foods after childbirth are Avoid cold foods 22.38%, Avoid hard foods 17.48%, avoid hot foods 16.78%, avoid salty foods 10.49%, avoid excitative foods 8.39%. Medication after childbirth are Oriental medicine and restorative medicine 21.24%, iron was 15.04%, pumpkin 15.04%, vitamin 9.73%, calcium and snakehead each 7.96%.

3. Postnatal care practices

Correlation postnatal care practices with present health condition are 19 items of 31 items.

Conclulsion: We hope these results could be helpful to diagnosis and treatment of SHP.

Key Words: SHP(Korean-San Huo Pung), postnatal care, awareness, correlation

“본 논문은 동의대학교 2007 학년도 연구년제 지원에 의하여 작성된 논문입니다.”

I. 서론

산후에는 임신과 분만에 의하여 야기되었던 성기 및 전신의 변화가 서서히 비 임신기의 상태로 되돌아가는데 이 시기를 산욕기라 말하고 개인에 차이가 있으나 대체로 분만 종료 후 6-8주간에 해당한다. 이 시기는 산후의 복구가 불완전할 뿐만 아니라 기혈이 미충한 상태이므로 여러 가지 질병이 발생하기 쉽다¹⁻⁵⁾.

이때 발생하는 질병을 한의학에서는 비 임신기의 질병과 구별하여 보는데, 정상생리조건하의 동일 질환과는 그 발병조건과 치료의 내용이 구분되어 진다고 보고 있어 비산욕기의 질병과는 상이한 병리적 상황을 나타냄으로 산후의 임상상은 특수한 면이 있다^{1,6)}.

이처럼 산후풍은 임상 상 중요한 의미를 가지고 있으나 역대 문헌에서는 그 명칭이 기재 되어있지 않고 민간에서 아기를 순산한 뒤 조섭을 잘못하여 얻은 병을 총 집약하여 통용되고 있는 병명으로⁷⁾, 우리민족의 산후관리 방식과 관련된 문화적 질병으로 이해되고 있다⁸⁾. 또한 산후의 조리에 있어서도 그 중요성은 인식하고 있으면서도 막상 어떻게 산후조리를 하는지에 대해서는 잘 알지 못하고 있어 산후 조리법에 대한 정보를 친정어머니나 주위사람에게 많이 의존하는 실정이다⁹⁾.

민간에서 통용되는 병명 중 화병(火病)의 경우, 1970년대 후반부터 논의가 되어 체계적으로 연구가 진행되어 1996년 미국 정신과협회에서는 이 화병을 한국인에게만 나타나는 특이한 현상으로

정신질환의 일종으로 공인한 바 있으며, 문화결함증후군의 하나로 등재하고 있는 상황이다. 하지만 산후풍은 질병으로 인식되지 못하고 있어 여성의 권리보호 및 건강 그리고 육아에도 체계적인 도움을 주고 있지 못하다. 이에 일반적으로 관습화된 산후풍에 대한 인식, 산후조리에 대한 인식 및 실제 산후조리가 산후 몸 상태와 어떤 상관성을 보이는지에 대하여 조사하는 것은 산후풍 및 산후조리에 대하여 합리적인 이해를 도모 할 수 있으며, 산후풍의 의학적 체계를 마련하는데 기초 자료로 활용 될 수 있으며 나아가 산후풍을 정식 질병으로 인정받게 하는 데에 기여할 것으로 보인다.

이를 위해 본 연구에서는 출산 후 6주 이상에서 10년 미만인 104명을 대상으로 연령별 산후풍 및 산후조리에 대한 인식과 산후조리의 주의사항, 연령별 산후조리 수행정도와 현재 몸 상태와의 상관성을 조사하여 그 내용을 보고하는 바이다.

II. 연구대상 및 방법

1. 연구 대상

2007년 6월부터 2007년 12월까지 김해보건소의 한방 산모교육 프로그램에 참석한 산모 중 마지막 출산일이 6주 이상인 자와 부산시 거주하는 일반 산모 중 마지막 출산일이 6주 이상에서 10년 미만인 산모 104명을 대상으로 작성하였고 연령분포는 24세에서 50세 사이였다.

2. 연구 방법

1) 연구 도구

자체제작한 산후풍 설문 조사지를 이용하였다. 설문조사 시 설문조사의 내용 및 목적 등을 설명한 후 시행하였으며, 설문조사지의 구성은 크게 인적사항 등의 일반특성 조사, 출산 방법과 횟수를 묻는 출산력조사, 산후풍 및 산후조리에 대한 인식조사, 산후 조리사항에 대해 31개 문항으로 묻는 산후 수행도 조사 등으로 이루어진다.

본 설문지는 5점 척도로 구성이 되며, 증상을 묻는 문항의 경우 <전혀없다>가 1점, <매우 심했다>가 5점이 되고, 수행도를 묻는 문항의 경우 <전혀 하지 못했다>가 1점, <매우 잘했다>가 5점이 되게 배속하였다.

2) 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS 12.0K FOR WINDOWS 버전을 사용하였다.

(1) 일반 특성 및 산후풍에 대한 인식, 산후조리에 대한 인식, 산후 조리 상의 주의사항은 연령대별 백분율과 평균으로 분석하였다.

(2) 산후 수행정도는 일원배치 분산분석을 이용하였다.

(3) 산후 수행정도와 몸 상태와의 상관관계는 Pearson 상관계수를 이용하였다.

III. 연구 결과

1. 일반특성

1) 조사 대상자의 연령 분포

조사 대상자 104명중 21-30세까지가 18명이었고, 31-40세까지가 71명, 41-50세까지가 15명 이었다. 평균연령은 전체 대상자에 35.30±4.89 였다. 각 연령

대별 평균 연령은 20대가 28.28±1.82세 였고, 30대가 35.34±2.35세, 40대가 43.53±2.85세 였다(Table 1).

Table 1. Age of respondents

Age	N	Ratio(%)	Average age
21-30	18	17.3	28.28±1.82
31-40	71	68.3	35.34±2.35
41-50	15	14.4	43.53±2.85
Total	104	100	35.30±4.89

2) 연령별 자녀수

조사 대상자 104명에게 자녀수를 질문 하였다. 응답자의 평균자녀수는 1.88±0.57 명이였으며, 연령대별로 20대는 1.50±0.62명, 30대는 1.89±0.49명, 40대는 2.27±0.59명이 나왔다.

3) 연령별 분만방법

조사 대상자중 자연분만이 65.38%(68명)였고, 제왕 절개는 33.65%(35명)였으며, 모두를 경험한 사례가 4.81%(5명)였다. 20대에서는 자연분만이 72.22%(13명)였고, 제왕 절개는 22.22%(4명)였으며, 모두를 경험한 사례가 5.56%(1명)였다. 30대에서는 자연분만이 67.61%(48명)였고, 제왕 절개는 35.21%(25명)였으며, 모두를 경험한 사례가 2.82%(2명)였다. 40대는 자연분만이 46.67%(7명)였고, 제왕 절개는 40.00%(6명)였으며, 모두를 경험한 사례가 13.33%(2명)였다(Table 2).

2. 산후풍과 산후조리에 대한 인식

1) 산후풍에 대한 인식

“산후풍에 대해 아십니까? 라는 질문에 ‘알고 있다’라고 대답한 사람은 20대는 72.22%(13명), 30대는 74.66%(53명), 40대는 59.99%(9명) 이였고, 전체적으로

는 72.11%(75명)이 ‘알고 있다’라고 대답 하였다(Table 3).

Table 2. Delivery method by age

Method	Age		21-30		31-40		41-50		Total	Total
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Nomal delivery	13	72.22	48	67.61	7	46.67	68	65.38		
Caesarean delivery	4	22.22	25	35.21	6	40.00	35	33.65		
Nomal+ Caesarean	1	5.56	2	2.82	2	13.33	5	4.81		
Total	18	100	71	100	15	100	104	100		

Table 3. Awareness of San huo pung

Contents	Age		21-30		31-40		41-50		Total	Total
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
I don't know anything.	0	0	1	1.41	2	13.33	3	2.88		
I've heard about that, but don't know much about it.	5	27.78	17	23.94	4	26.67	26	25.00		
I know a small amount of it	8	44.44	29	40.85	5	33.33	42	40.38		
I know quite a lot of it.	5	27.78	21	29.58	2	13.33	28	26.92		
I am extremely knowledgeable about it.	0	0	3	4.23	2	13.33	5	4.81		
Total	18	100	71	100	15	100	104	100		

2) 한국의 산후조리에 대한 인식 (61명), 40대는 66.66%(10명) 이였고, 전 “한국의 산후조리에 대해 아십니까?” 체적으로 80.77%(79명)이 ‘알고 있다’라 라는 질문에 ‘알고 있다’라고 대답한 사 라고 대답하였다(Table 4). 람은 20대는 72.22%(13명), 30대는 85.92%

Table 4. Awareness of current traditional postnatal practices.

Contents	Age		21-30		31-40		41-50		Total	Total
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
I don't know anything..	3	16.67	0	0	0	0	3	2.88		
I've heard about that, but don't know much about it..	2	11.11	9	12.68	4	26.67	16	15.38		
I know a small amount of it	4	22.22	26	36.62	2	13.33	32	30.77		
I know quite a lot of it..	9	50.00	32	45.07	6	40.00	47	45.19		
I am extremely knowledgeable about it.	0	0	3	4.23	2	13.33	5	4.81		
No response	0	0	1	1.41	0	0	0	0		
Total	18	100	71	100	15	100	104.00	100		

3) 한국적 산후 조리의 필요성에 대한 인식

“한국적 산후조리가 필요하다고 생각하십니까?”라는 질문에 ‘그렇다’라고 대답한 사람은 20대는 83.33%(15명), 30대는 86.67%(60명), 40대는 86.67%(13명)이었고, 전체적으로는 84.62%(88명)이

‘그렇다’라고 대답하였다(Table 5). 이중 ‘아니다’라고 대답한 6명을 상대로 필요 없다고 생각 하는 이유를 물어 보았다. “산후조리가 필요하지 않기 때문에”가 1명이었고, “한국적 산후조리가 필요하지 않기 때문에”라고 대답한 사람이 5명이였다(Table 6).

Table 5. Necessity of postnatal care as practised in Korean.

Contents	Age 21-30		31-40		41-50		Total	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Strongly disagree	0	0	1	1.41	0	0.00	1	0.96
Disagree	1	5.56	4	5.63	0	0.00	5	4.81
Undecided	2	11.11	6	8.45	2	13.33	10	9.62
Agree	11	61.11	49	69.01	10	66.67	70	67.31
Strongly agree	4	22.22	11	15.49	3	20.00	18	17.31
Total	18	100	71	100.	15	100	104	100

Table 6. Reasons of no necessity about postnatal care as practised in Korean.

Contents	Age			
	21-30	31-40	41-50	Total
Postnatal care is not necessary.	0	1	0	1
Korean practice of postnatal care is not necessary.	1	4	0	5
Total	1	5	0	6

4) 특별한 산후 조리의 필요성에 대한 인식

“산후에 특별한 조리가 필요하다고 생각하십니까?”라는 질문에 ‘그렇다’라고 대답한 사람은 20대는 88.89%(16명), 30대 95.77%(68명), 40대는 86.66%(13명)이었고, 전체적으로는 93.27%(97명)이 그렇다고 대답하였다(Table 7). 이중 ‘그렇다’라고 대답한 97명을 대상으로 다시 7가지의 산후 조리항목을 제시하고 중요도에 따라 5점에서 1점까지 점수를 매기게 하였다. 이 가운데 상위 항목이 20대

와 30대에서는 ‘영양분 섭취’, ‘과로’, ‘스트레스’ 등이 있었으나, 40대의 경우 ‘영양섭취’, ‘한랭자극을 피하기’, ‘몸을 따뜻하게 하기’ 등이 있어 차이를 보였다(Table 8).

5) 산후조리와 건강의 관계에 대한 인식
 “산후조리를 잘못하면 건강에 이상이 온다고 생각하십니까?”라는 질문에 ‘그렇다’라고 대답한 사람은 20대는 83.34%(15명), 30대는 92.96%(66명), 40대는 93.33%(14명) 이었고, 전체적으로는 91.35%(95명)이 ‘그렇다’고 대답하였다(Table 9).

Table 7. Necessity of general postnatal care.

Contents	Age		21-30		31-40		41-50		Total	Total
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Strongly disagree	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Disagree	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Undecided	2	11.11	3	4.23	2	13.33	7	6.73	7	6.73
Agree	10	55.56	49	69.01	11	73.33	70	67.31	70	67.31
Strongly agree	6	33.33	19	26.76	2	13.33	27	25.96	27	25.96
Total	18	100	71	100	15	100	104	100	104	100

Table 8. Important items of postnatal care.

21-30		31-40		41-50		Total	
Order	Average	Order	Average	Order	Average	Order	Average
Nutritious diet.	4.78 ±0.55	Nutritious diet.	4.55 ±0.79	Nutritious diet.	4.67 ±0.62	Nutritious diet.	4.61 ±0.73
Avoid physically overworking.	4.72 ±0.57	Avoid stress.	4.48 ±0.88	Keep body warm.	4.67 ±0.72	Avoid stress.	4.51 ±0.82
Avoid stress.	4.67 ±0.59	Avoid physically overworking.	4.46 ±0.83	Avoid coldness.	4.53 ±0.92	Avoid physically overworking.	4.48 ±0.80
Avoid coldness.	4.56 ±0.86	Avoid coldness.	4.39 ±1.05	Avoid stress.	4.47 ±0.83	Avoid coldness.	4.44 ±0.99
Keep body warm.	4.22 ±1.06	Keep body warm.	4.39 ±0.95	Avoid physically overworking.	4.27 ±0.88	Keep body warm.	4.40 ±0.94
Foods that assist postnatal care.	4.22 ±1.00	Foods that assist postnatal care.	4.18 ±1.03	Foods that assist postnatal care.	3.67 ±1.23	Foods that assist postnatal care.	4.12 ±1.06
Medicine that assist postnatal care.	2.94 ±1.35	Medicine that assist postnatal care.	3.17 ±1.32	Medicine that assist postnatal care.	2.60 ±1.45	Medicine that assist postnatal care.	3.05 ±1.35

Table 9. If unable to practice postnatal care, develop health problems?

Contents	Age		21-30		31-40		41-50		Total	Total
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Strongly disagree	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Disagree	0	0	1	1.41	0	0	1	0.96	1	0.96
Undecided	3	16.67	4	5.63	1	6.67	8	7.69	8	7.69
Agree	12	66.67	52	73.24	12	80.00	76	73.08	76	73.08
Strongly agree	3	16.67	14	19.72	2	13.33	19	18.27	19	18.27
Total	18	100	71	100	15	100	104	100	104	100

4. 산후조리 상의 주의사항

연구자가 제시한 산후조리 상의 중요한 항목 이외의 중요한 항목이 있는지 알아

보기 위해 생활상의 주의, 음식상의 주의, 산후조리를 돕는 약물, 식품의 3가지 항목 별로 자신의 생각을 작성하게 하였다.

1) 생활상의 주의

생활상의 주의에 있어서는 총 147개의 응답이 있었는데, ‘과로하지 않는다.’가 35.37%(52건), ‘산후에는 한랭자극을 피한다.’가 27.21%(40건), ‘몸을 따뜻하게 한다.’는 응답이 17.69%(26건), ‘스트레스를 피한다.’가 7.48%(11건), ‘영양분을 충분히 섭취한다.’ 1.36%(2건) 기타항목으로는 10.88%(16건)이 있었다(Table 10).

연령별로 다시 보면, 20대의 경우 산후에는 ‘한랭자극을 피한다.’가 29.17%(7건), ‘과로하지 않는다.’가 25.00%(6건), ‘몸을 따뜻하게 한다.’는 응답이 20.83%(5건), ‘스트레스를 피한다.’가 16.67%(4건), ‘영양분을 충분히 섭취한다.’ 4.17%(1건), 기타항목으로는 4.17%(1건)가 있었다. 30대의 경우에는 ‘과로하지 않는다.’가 40.18%(45건), ‘산후에는 한랭자극을 피한다.’가 25.89%(29건), ‘몸을 따뜻하게 한다.’는 응답이 16.07%(18건), ‘스트레스를 피한다.’가 5.36%(6건), ‘영양분을 충분히 섭취한다.’ 0.89%(1건), 기

타항목으로는 11.61%(13건)가 있었다. 40대에서는 ‘산후에는 한랭자극을 피한다.’가 36.36%(4건), ‘몸을 따뜻하게 한다.’는 응답이 27.27%(3건), 스트레스를 피한다가 9.09%(1건), ‘과로하지 않는다.’가 9.09%(1건), 기타항목으로는 18.18%(2건)가 있었다. 이로써 30대의 경우 ‘과로하지 않는다.’가 가장 우세였으며, 20대와 40대에는 ‘한랭 자극을 피하는 것’이 가장 우세였다. 다만 40대의 경우 ‘과로하지 않는다.’가 9.09%로 다른 연령대에 비해 현저히 낮게 나옴을 볼 수 있었다.

기타 항목으로는 20대의 경우 ‘가벼운 운동을 한다.’(1건), 30대에는 ‘가벼운 운동을 한다.’(4건), ‘긴통화를 안한다.’(1건), ‘땀을 많이 낸다.’(2건), ‘목욕을 안한다.’(1건), ‘샤워하는 것이 좋다.’(1건), ‘스트레칭을 한다.’(1건), ‘지나치게 씻기를 피한다.’(1건), ‘칫솔질을 부드럽게 한다.’(1건), ‘컴퓨터 안한다.’(1건) 였고, 40대에는 ‘모유수유시 자세를 주의한다.’(1건), ‘외출을 삼간다.’(1건) 이었다.

Table 10. Life style after childbirth.

Contents	Age		21-30		31-40		41-50		Total	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Keep body warm.	5	20.83	18	16.07	3	27.27	26	17.69		
Avoid coldness.	7	29.17	29	25.89	4	36.36	40	27.21		
Avoid physically overworking.	6	25.00	45	40.18	1	9.09	52	35.37		
Avoid stress.	4	16.67	6	5.36	1	9.09	11	7.48		
Nutritious diet.	1	4.17	1	0.89	0	0.00	2	1.36		
Etc	1	4.17	13	11.61	2	18.18	16	10.88		
Total	24	100	112	100	11	100	147	100		

2)음식상의 주의

음식상의 주의에 있어서는 총 143개의 응답이 있었는데, 20개의 그룹으로 나눌 수 있었다. 이중 높은 빈도수를 보인 상위 5개의 항목은 ‘찬 음식 피하기’가

22.38%(32건), ‘딱딱한 음식피하기’ 17.48%(25건), ‘매운 음식 피하기’ 16.78%(24건), ‘짠 음식 피하기’ 10.49%(15건), ‘자극적 음식 피하기’ 8.39%(12건) 이었다(Table 11).

연령별로 다시 보면, 20대의 경우 ‘찬

음식 피하기'가 22.22%(6건), '딱딱한 음식피하기' 18.52%(5건), '매운 음식 피하기' 29.63%(8건), '짠 음식 피하기' 11.11%(3건), '영양 섭취 잘하기' 11.11%(3건) 이었다. 30대의 경우에는 '찬 음식 피하기'가 20.75%(22건), '딱딱한 음식피하기' 16.98%(18건), '매운 음식 피하기' 14.15%(15건), '짠 음식 피하기' 10.38%(11건), '자극적 음식 피하기' 10.38%(11건) 이었다. 40대에서는 '찬 음식 피하기'가 40% (4건), '딱딱한 음식피하기' 20%(2건), '매운 음식 피하기' 10%(1건), '짠 음식 피하기' 10%(1건), '자극적 음식 피하기' 10%(1건), '영양 섭취 잘하기' 10%(1건) 이었다.

3) 산후조리를 돕는 식품 및 약물

산후조리를 돕는 식품 및 약물에 있어서는 총 113개의 응답이 있었는데, 20개

의 그룹으로 나눌 수 있었다. 이 중 높은 빈도수를 보인 상위 5개의 항목은 '한약 및 보약' 이 21.24 % (24건), '철분'이 15.04% (17건), '호박' 15.04%(17건), '비타민' 9.73%(11건), '칼슘'과 '가물치'가 각각 7.96%(9건) 이었다(Table 12).

연령별로 다시 보면, 20대의 경우 '한약 및 보약' 이 19.05 % (4건), '철분'이 19.05% (4건), '호박' 14.29%(3건), '미역' 14.29% (3건), '비타민' 및 '칼슘'과 '가물치'가 각각 7.96%(9건) 이었다. 30대의 경우에는 '한약 및 보약' 이 20.93 % (18건), '호박' 16.28%(14건), '철분'이 13.95 % (12건), '비타민' 10.47%(9건), '칼슘' 8.14%(7건) 이었다. 40대에서는 '한약 및 보약' 이 33.33%(2건), '철분', '가물치', '잉어', '녹용'이 각각 16.67 % (1건)이었다.

Table 11. Foods after childbirth.

Contents	Age		21-30		31-40		41-50		Total	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Avoid cold foods	6	22.22	22	20.75	4	40	32	22.38		
Avoid hard foods	5	18.52	18	16.98	2	20	25	17.48		
Avoid spicy foods	8	29.63	15	14.15	1	10	24	16.78		
Avoid salty fods	3	11.11	11	10.38	1	10	15	10.49		
Avoid Excitative fods	0	0	11	10.38	1	10	12	8.39		
Nutritious diet.	3	11.11	5	4.72	1	10	9	6.29		
Eat balanced diet	1	3.7	3	2.83	0	0	4	2.8		
Eat warm foods	0	0	3	2.83	0	0	3	2.1		
Avoid tough fods	0	0	3	2.83	0	0	3	2.1		
Avoid sour fods	0	0	2	1.89	0	0	2	1.4		
Eat calcium	0	0	2	1.89	0	0	2	1.4		
Eat bathing soup	0	0	2	1.89	0	0	2	1.4		
Eat Pettitoes	0	0	2	1.89	0	0	2	1.4		
Avoid instant fods	1	3.7	1	0.94	0	0	2	1.4		
Eat chew much	0	0	1	0.94	0	0	1	0.7		
Avoid flour fods	0	0	1	0.94	0	0	1	0.7		
Eat well digest	0	0	1	0.94	0	0	1	0.7		
Eat want to eat	0	0	1	0.94	0	0	1	0.7		
Avoid caffenin	0	0	1	0.94	0	0	1	0.7		
Avoid hot foods	0	0	1	0.94	0	0	1	0.7		
Total	27	100	106	100	10	100	143	100		

Table 12. Medication after childbirth.

Contents	Age	21-30		31-40		41-50		Total	
		N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Oriental medicine		4	19.05	18	20.93	2	33.33	24	21.24
Iron		4	19.05	12	13.95	1	16.67	17	15.04
Pumpkin		3	14.29	14	16.28	0	0	17	15.04
Vitamin		2	9.52	9	10.47	0	0	11	9.73
Calcium		2	9.52	7	8.14	0	0	9	7.96
Snakehead		2	9.52	6	6.98	1	16.67	9	7.96
Bathing		3	14.29	3	3.49	0	0	6	5.31
Carp		0	0.00	3	3.49	1	16.67	4	3.54
Warm foods		0	0.00	3	3.49	0	0	3	2.65
Folate		0	0.00	2	2.33	0	0	2	1.77
Black goat		0	0.00	2	2.33	0	0	2	1.77
Ginseng steamed red		0	0.00	1	1.16	0	0	1	0.88
Young antlers of the deer		0	0.00	0	0.00	1	16.67	1	0.88
Foods of good		0	0.00	1	1.16	0	0	1	0.88
Mineral matter		0	0.00	1	1.16	0	0	1	0.88
Medicine for promoting nutrition		1	4.76	0	0	0	0	1	0.88
Circulation of the blood		0	0.00	1	1.16	0	0	1	0.88
Blood-making medicine		0	0.00	1	1.16	0	0	1	0.88
Pettitoes		0	0.00	1	1.16	0	0	1	0.88
Eel		0	0.00	1	1.16	0	0	1	0.88
Total		21	100.00	86	100.00	6	100.00	113	100.00

5. 산후 수행정도

1) 산후 수행정도 조사

일반적으로 지키면 좋다고 알려진 산후 주의사항 31개 항목을 얼마나 잘 수행하였는지 5점 척도로 응답하게 하였다. 산후주의사항을 앞서 <Table 8>에서 연구자가 제시한 중요하다고 생각되는 산후 조리항목에 맞추어 7개의 분류로 나누고 이에 들지 않는 항목은 기타로 하여 결과를 분석하였다(Table 13).

주의사항의 분류에 있어 “영양분을 충분히 섭취하였다.”군이 전 연령대에 걸쳐 가장 높은 점수를 얻었으며, ‘식품’과 ‘한랭자극’, ‘몸을 따뜻하게 한다.’가 뒤를 이었다. 그후 각각 문항 분류에 대해 연

령별 분산분석을 하였으나, 모든 항목 분류에서 통계적인 의미는 없었다(Table 14).

각각의 문항을 연령대에 따라 평균을 구하여 순위를 구하여 보면, 전 연령대에 있어 수위를 차지한 항목은 13번 문항인 ‘미역국과 밥을 세끼이상 잘 먹었다.’라는 항목 이었다. 연령대별로 상위를 차지한 5개 항목을 살펴보면 20대의 경우 ‘미역국과 밥을 세끼이상 잘 먹었다.’(13번), ‘도와주는 사람이 옆에 늘 있어 돌보아 주었다.’(26번), ‘딱딱하고 질기고 맵거나 짜거나 시거나 단 음식물을 피했다.’(14번), ‘무거운 것을 들어올리지 않았다.’(17번), ‘우유를 비롯한 칼슘이 많은 음식을 먹었다.’(15번)가 순서대로

순위가 높았으며, 30대의 경우 ‘미역국과 밥을 세끼이상 잘 먹었다.’(13번), ‘무거운 것을 들어 올리지 않았다.’(17번), ‘딱딱하고 질기고 맵거나 짜거나 시거나 단음식물을 피했다.’(14번), ‘찬 것에 몸을 대거나 기대지 않았다.’(3번), ‘찬물이나 찬 것을 먹지 않았다.’(4번)의 순위 였으

며, 40대의 경우는 ‘미역국과 밥을 세끼 이상 잘 먹었다.’(13번), ‘방바닥을 뜨겁게 하고 누워 몸을 따뜻하게 하였다.’(2번), ‘찬 것에 몸을 대거나 기대지 않았다.’(3번), ‘오랫동안 서있거나 앉거나 기대지 않았다.’(18번), ‘무거운 것을 들어 올리지 않았다.’(17번)의 순위였다(Table 15).

Table 13. Tributary of postnatal care practices.

Tributary	Contents	Contents	Number of Contents
Nutritious diet.	12. I ate balanced diet and sufficient nutritious food.		2
	14. I didn't eat hard, spicy, or salty food.		
Foods that assist postnatal care.	13. I ate more than three meals a day.		3
	15. I drink milk and ate foods which were abundant in calcium.		
	16. I didn't eat food which was not easily digested.		
Avoid coldness.	1. I have closed all windows and doors so as not to expose my body to the wind.		3
	3. I haven't sttod on any cold floors.		
	4. I didn't drink cold water or beverages or eat chilled foods.		
Avoid physically overworking.	7. I didn't do any household chores for at least 3 weeks after the birth.		10
	9. I took a lot of rest and sleep.		
	10. I stayed in bed and maintained bed rest for 3-4 weeks after childbirth.		
	11. I didn't bend my waist and back excessively.		
	17. I didn't lift heavy objects.		
	18. I didn't stand, sit, maintain prolonged positioning or sustain pressure though my joints.		
	19. I didn't do excessive movements such as leg twisting or leaning on my elbows that may be harmful to the bones.		
20. I didn't read newspapers or books, not watch TV in order to prevent tension and eye fatigue.			
Keep body warm.	26. I always had people to help mw with preparing food, household chores and baby care.		3
	30. I started exercise 24hrs after the childbirth.		
	2. I have rested in bed in a warm room and kept my body warm.		
Avoid stress.	5. I didn't expose my body and I slept with sufficient blankets.		2
	6. I have worm long underwear and socks to keep warm.		
	8. I tried to think optimistically and to maintain a calm presence of mind and felt completely rested.		
Medicine that assist postnatal care.	27. 도와주는 사람과 가족들이 마음을 편안하게 해주었다..		1
	31. I took iron supplement medications during the breast-feeding period		
Carefulness about shower and wash.	21. I didn't take a shower and I only washed parts of my body such as the face, neck and vaginal area when necessary.		4
	22. I didn't soak in bathtub until the postpartum period ended.		
	23. I didn't wash my hair for a least 1 week after the birth.		
	24. I brushed my teeth with mild salt water and used a soft toothbrush.		
Etc	Avoided having visitors.	25. I avoided having visitors at my home.	1
	Took pain killers after childbirth.	29. I took pain killers after childbirth.	1
	Applied cold packs.	28. I applied cold packs on the incision area for 12-24 hrs after giving birth.	1

Table 14. Tributary of carefulness about postnatal care practices.

Tributary	Age 21-30		31-40		41-50		Total		Analysis of variance anova		
	Mean	S.D.	Mean	S.D.	Mean	S.D.	Mean	S.D.	d.f	F	P-value
Nutritious diet.	3.64	0.61	3.80	0.81	3.80	0.82	3.74	0.09		0.301	0.741
Foods that assist postnatal care.	3.57	0.62	3.65	0.83	3.80	0.83	3.68	0.11		0.335	0.716
Avoid coldness.	3.57	0.47	3.72	0.90	3.56	1.04	3.66	0.09	Between groups =2	0.218	0.804
Keep body warm.	3.56	0.55	3.48	0.86	3.49	1.11	3.51	0.04		0.058	0.944
Keep body warm.	3.44	0.76	3.42	0.97	3.63	1.09	3.50	0.12		0.323	0.725
Avoid physically overworking.	3.37	0.60	3.39	0.72	3.51	0.76	3.40	0.70	Within groups =101	0.215	0.807
Medicine that assist postnatal care.	3.17	1.29	2.68	1.42	2.73	1.49	2.86	0.27		0.874	0.420
Carefulness about shower and wash.	3.21	0.67	3.19	0.94	3.52	0.70	3.31	0.18	Total =103	0.888	0.415
Avoided having visitors.	3.06	0.87	2.99	1.05	3.60	1.06	3.21	0.34		2.245	0.111
Took pain killers after childbirth.	3.00	1.50	2.49	1.48	2.73	1.62	2.74	0.25		0.869	0.422
Applied cold packs.	1.89	1.08	1.87	1.11	2.40	1.40	2.05	0.30		1.335	0.268

Table 15. Order about postnatal care practices.

Order	Age 21-30			31-40			41-50			Total		
	Number	Mean	S.D.	Number	Mean	S.D.	Number	Mean	S.D.	Number	Mean	S.D.
1	8_13	4.11	0.90	8_13	4.08	0.97	8_13	4.13	0.99	8_13	4.11	0.03
2	8_26	4.00	0.97	8_17	3.99	0.99	8_2	4.07	1.03	8_17	4.02	0.04
3	8_14	3.94	0.87	8_14	3.93	0.98	8_3	3.93	0.96	8_14	3.93	0.01
4	8_17	3.94	0.94	8_3	3.86	0.96	8_18	3.87	0.83	8_3	3.89	0.04
5	8_15	3.83	0.71	8_4	3.85	1.02	8_17	3.80	0.86	8_22	3.83	0.03
6	8_7	3.78	1.06	8_22	3.85	1.18	8_19	3.73	1.03	8_4	3.79	0.06
7	8_12	3.78	0.73	8_2	3.76	1.02	8_22	3.73	1.28	8_19	3.76	0.03
8	8_27	3.78	1.00	8_19	3.76	0.95	8_1	3.67	1.23	8_2	3.74	0.06
9	8_3	3.61	0.98	8_12	3.72	0.80	8_21	3.60	1.30	8_12	3.64	0.07
10	8_6	3.61	1.04	8_6	3.69	1.01	8_4	3.53	1.06	8_6	3.61	0.08
11	8_22	3.61	1.24	8_27	3.61	1.14	8_6	3.53	1.30	8_18	3.58	0.05
12	8_18	3.56	0.86	8_15	3.59	0.96	8_7	3.53	1.19	8_27	3.56	0.03
13	8_4	3.50	1.10	8_18	3.55	1.11	8_14	3.53	1.06	8_7	3.53	0.03
14	8_11	3.50	0.99	8_1	3.52	0.98	8_23	3.47	1.36	8_15	3.50	0.03
15	8_8	3.39	0.92	8_7	3.52	1.13	8_20	3.40	0.99	8_1	3.44	0.07
16	8_19	3.39	0.70	8_16	3.49	1.19	8_25	3.40	1.12	8_11	3.43	0.06
17	8_1	3.33	1.08	8_20	3.35	0.93	8_8	3.33	1.11	8_16	3.34	0.01
18	8_9	3.33	1.03	8_11	3.32	0.95	8_27	3.33	1.18	8_20	3.33	0.01
19	8_10	3.33	1.14	8_10	3.31	1.14	8_9	3.27	1.39	8_8	3.30	0.03
20	8_31	3.33	0.97	8_8	3.28	1.02	8_12	3.27	1.16	8_26	3.29	0.03
21	8_20	3.11	0.90	8_5	3.20	0.95	8_5	3.20	1.08	8_10	3.17	0.05
22	8_24	3.06	1.35	8_26	3.18	1.21	8_11	3.20	0.94	8_9	3.15	0.08
23	8_2	3.00	1.03	8_9	3.17	1.13	8_15	3.13	1.19	8_21	3.10	0.09
24	8_30	3.00	1.33	8_21	3.17	1.07	8_16	3.07	1.03	8_5	3.08	0.09
25	8_5	2.94	1.11	8_25	3.10	1.02	8_24	3.07	1.16	8_25	3.04	0.09
26	8_21	2.89	1.02	8_23	3.03	1.13	8_26	3.07	0.96	8_23	3.00	0.09
27	8_16	2.83	1.04	8_24	2.87	1.09	8_10	2.80	1.21	8_24	2.83	0.04
28	8_23	2.83	1.10	8_30	2.86	1.25	8_28	2.73	1.28	8_30	2.81	0.07
29	8_29	2.83	1.58	8_31	2.69	1.45	8_29	2.47	1.13	8_31	2.66	0.18
30	8_25	2.78	1.00	8_29	2.59	1.56	8_30	2.47	1.36	8_29	2.61	0.16
31	8_28	1.83	1.10	8_28	1.82	1.09	8_31	2.47	1.55	8_28	2.04	0.37

2) 산후 수행정도와 현재 몸 상태와의 관계

“귀하의 현재 몸 상태는 출산 전에 비하여 어떠합니까?” 라는 질문을 하고, 5점 척도로 표시하게 하였다(Table 16).

몸 상태 문항에 대해 분산 분석하여 평균을 비교해보면, 전체적으로는 3.23 ± 1.06 , 20대는 평균 3.33 ± 0.91 , 30대는 3.27 ± 1.16 40대는 2.93 ± 1.16 점이 나와 연령이 높을수록 몸 상태가 좋지 않은 것으로 나왔으나, 통계적유의성은 없었다(Table 17).

이후 몸 상태에 대한 응답과 산후 수행정도를 묻는 31개 항목과 상관관계를 조사하였다. 연령대별로 보면 20대에서는 $P < 0.05$ 유의 수준에서 ‘도와주는 사람이 옆에 늘 있어 돌보아 주었다.’(26번), ‘도와주는 사람과 가족들이 마음을 편안하게 해주었다.’(27번)라는 문항이 상관관계가 있었고, 30대에서 $P < 0.01$ 유의 수준에서는 ‘허리와 등을 과도히 구부리지 않았다.’(11번), ‘몸을 구부리지 않고 편안히 누워 자고 쉬는 것을 3주-4주하였다.’(10번), ‘오랫동안 서있거나 앉거나 기대지 않았다.’(18번), ‘뼈에 무리가 가지 않게 하였다.’(19번), ‘무거운 것을 들어 올리지 않았다.’(17번), ‘충분한 휴식과 수면을 취했다.’(9번), ‘즐겁고 편안한 마음을 유지하며 정신적으로 푹 쉬었다.’(8번), ‘우유를 비롯한 칼슘이 많은 음식을 먹었다.’(15번)의 8개 문항이 상관성이 있었으며, 0.05 유의 수준에서, ‘꿀고루 음식물을 먹어 충분한 영양섭취를 하였다.’(12번), ‘몸을 노출 시키지 않고 머리부터 발끝까지 이불을 잘 덮었다.’(5번), ‘딱딱하고 질기고 맵거나 짜거나 시거나 단 음식물을 피했다.’(14번),

‘도와주는 사람과 가족들이 마음을 편안하게 해주었다.’(27번). ‘도와주는 사람이 옆에 늘 있어 돌보아 주었다.’(26번), ‘조리기간 동안 일하지 않았다.’(7번), ‘산후연한 소금물로 양치하고 부드러운 칫솔로 치아관리를 하였다.’(24번)의 7개 문항이 있었다. 40대는 0.01 유의 수준에서는 ‘딱딱하고 질기고 맵거나 짜거나 시거나 단 음식물을 피했다.’(14번), ‘밀가루 음식, 고구마, 날 채소 등 소화되지 않는 음식을 먹지 않았다.’(16번)의 2개 문항이 상관성이 있었으며, 0.05 유의 수준에서 ‘몸을 노출 시키지 않고 머리부터 발끝까지 이불을 잘 덮었다.’(5번), ‘우유를 비롯한 칼슘이 많은 음식을 먹었다.’(15번), ‘충분한 휴식과 수면을 취했다.’(9번). ‘뼈에 무리가 가지 않게 하였다.’(19번), ‘양말과 속내의를 모두 챙겨 입었다.’(6번)의 5개 문항이 상관성이 있었다. 전체적으로는 0.01에서는 12개 문항, 0.05 유의 수준에서는 7개 문항으로 31개 수행정도의 주의 사항 중 19개가 현재의 몸 상태와 상관성이 있는 것으로 조사되었다.

상관성을 알아본 뒤 이 항목들이 산후 수행의 항목분류 중 어디에 속하는지 조사하여 보았다. 20대에서는 ‘과로주의’와 ‘스트레스’분류에, 30대에서는 ‘과로주의’, ‘스트레스’, ‘영양섭취’, ‘따뜻하게’, ‘씻기 주의’ 분류에, 40대에서는 ‘한랭주의’, ‘식품섭취’, ‘따뜻하게’, ‘과로주의’에 전체적으로 보면 ‘과로주의’, ‘영양섭취’, ‘식품섭취’, ‘스트레스’, ‘따뜻하게’, ‘씻기 주의’, ‘한랭주의’, ‘외부접촉’ 분류에 속하여 있었다(Table 18).

Table 16. Present health condition and pregnancy-childbrth period.

Contents	Age 21-30		31-40		41-50		Total	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Worse now	0	0	3	4.23	0	0	3	2.88
Slightly worse now	5	27.78	19	26.76	8	53.33	32	30.77
Same now	2	11.11	11	15.49	2	13.33	15	14.42
Mostly recovered	11	61.11	32	45.07	3	20.00	46	44.23
Recovered completely	0	0.00	6	8.45	2	13.33	8	7.69
Total	18	100	71	100	15	100	104	100

Table 17. Anova of Present condition

Age	N	Mean	S.D.	d.f	F	P-value
21-30	18	3.33	0.91	Between groups=2 Within groups=101 Total=103	0.709	0.495
31-40	71	3.27	1.08			
41-50	15	2.93	1.16			
Total	104	3.23	1.06			

Table 18. Correlation Present health condition and postnatal care practices.

Age	21-30		31-40		41-50		Total		
	Numer	Tributary	Numer	Tributary	Numer	Tributary	Numer	Tributary	
0.01	Sig.		8_11	0.483	8_4 coldness	0.668	8_11	0.431	
					8_16 foods	0.658	8_17	0.373	
			8_18	0.401			8_19	0.349	
			8_19	0.370	overwork ing		8_18	0.326	
			8_17	0.363			8_26	0.269	
			8_10	0.406					
			8_9	0.347			8_9	0.358	
			8_8 stress	0.346			8_10	0.350	
			8_15 foods	0.325			8_12 nutritious	0.311	
							8_14 diet.	0.291	
							8_15 foods	0.351	
							8_8 stress	0.28	
							8_5 warm	0.270	
		0.05		8_26 overwork ing	0.535	8_12 nutritious	0.271	8_5 warm	0.636
	8_27 stress		0.474	8_14 diet.	0.262	8_6	0.544	8_24 wash	0.229
				8_15 foods	0.628				
				8_5 warm	0.268	8_9 overwork ing	0.587	8_4 coldness	0.221
				8_27 stress	0.237	8_19	0.579	8_20 overwork ing	0.220
				8_26 overwork ing	0.235			8_7	0.207
			8_7	0.234			8_2 warm	0.204	
			8_24 wash	0.234			8_25 visitors	0.193	

IV. 고찰

연령에 따른 산후조리에 대한 인식과 산후조리정도가 산후풍 발생에 미치는 영향을 알아보기 위하여 출산 경험이 있는 성인 여성 104명을 대상으로 설문조사를 실시하였다.

여성의 정신과 육체에 비가역적인 커다란 변화가 일어날 수 있는 시기가 바로 임신과 분만에서 산욕기로 이어지는 시기라고 할 수 있다. 임신 중 40주의 점진적인 변화를 거쳐 분만에 성공한 이후 건강한 육체를 회복할 수 있도록 휴식 및 치료가 필요한 시기를 산욕기라고 한다. 산욕기는 대략 분만 직후부터 6-8 주 정도가 걸리나 산모의 건강과 영양상태 회복을 통한 일상생활 태도와 수유상태에 따라 차이가 있을 수 있다¹⁰⁾. 산욕은 원래 임신과 같이 하나의 생리현상이지만 대체로 체력이 허약해져 있는 상태이므로 생활과 섭생을 통하여 산욕의 복구를 촉진하고 허약으로 인한 합병증 내지 병발증의 발생을 방지하고 체력의 회복에 노력해야한다⁶⁾. 이때 발생하는 질병을 한의학에서는 비 임신기의 질병과 구별하여 보는데 정상생리조건하의 동일 질환과는 그 발병조건과 치료의 내용이 구분되어 진다고 보고 있어 비산욕기의 질병과는 상이한 병리적 상황을 나타냄으로 산후의 임상상은 특수한 면이 있다^{1,6)}. 그러나 산후풍이란 병명은 우리나라 항간에서 사용하는 속칭어로 고대 문헌상에는 병명이 기재된 적이 없고, 산후조리를 잘못해서 얻은 병으로 인식되고 있다¹⁾.

이러한 산후풍에 대한 산후 조리에 있

어 한방과 양방 즉, 전통과 현대의 입장에 차이도 있음을 볼 수 있다. 역대 한의학 문헌을 살펴보면 「婦人良方大全」에서는 “1개월 후에는 양고기, 돼지발톱을 조금씩 복용한다. 백일이내에는 언어나 점점, 추위, 더위, 머리감는 것을 삼가되, 만약 기혈이 허약하면 날짜수를 따질 필요가 없다.” ’모름지기 혈기가 평안히 회복되어서야 비로소 부부생활을 할 수 있다. 조금이라도 때를 어기면 병이 산처럼 커지므로 경계하지 않을 수 없다.’ 라고 하였고¹²⁾, 「千金方」에서는 ‘부인이 몸 푼 뒤에 100일 동안은 조금도 근심하지 말며 조심해야 하며 마음 놓고 해로운 일을 해서는 안되며 성생활도 하지 말아야 한다.’라 하였고¹³⁾, 「葉天士女科」에서는 ‘한달내에는 많이 말하지 말며 많이 일하지 말며 찬물을 사용해서 손발을 씻지 말며 따뜻한 물로도 역시 조금만 씻어야 한다. 놀랄 일을 겪지 말며 화난 기운을 일으키지 말며 음식을 많이 먹지 말며 성생활을 하지 말아야 한다.’ ’즉 백이십일내에는 역시 정신과 힘을 과도히 쓸 수 없다.’하였고¹⁴⁾, 「太平惠民和劑局方」에서는 ‘14일 후에는 푹 삶은 고기를 먹을 수 있고 1달 내에는 음식을 마음대로 먹지 말아야 하며 바람이나 찬 기운에 상하지 말아야 하며 마음대로 기뻐하거나 화내지 말며 머리를 빗거나 힘을 쓰는 것, 큰소리를 치거나 힘든 일을 하는 것, 변소에 가소 대소변을 보는 것을 다 금해야 한다.’ ’만약 이와 같이 조리를 하면 100일이 되면 기혈이 조화된다.’라고 하였다¹⁵⁾.

양방의 경우는 일반적으로 병원에서는 병적인 증상만 드러나지 않으면 자연분만의 경우 2-3일, 제왕절개의 경우 1주일

내에 퇴원하게 된다. 그 이후의 기간 동안은 각자의 집에서 자가 조리를 하게 된다¹⁶⁾. 양방적 산후조리의 방법은 산욕부의 자궁의 회복, 오로, 회음관리, 유방관리, 성생활, 피임, 소변·대변, 영양관리, 휴식관리, 안전기동, 산욕체조의 부분으로 나누어 볼 수 있다. 각각에 대한 적당한 시기는 아래와 같다^{2,7,18)}.

자궁의 회복은 산후 1일이 되면 자궁질부는 원상회복이 되지만 중앙부에 있는 자궁구라는 구멍은 원상회복이 되려면 약 4주가 걸린다. 그러므로 이 기간에는 성교나 그 이외의 불결하게 될 일은 하지 않도록 삼가야 한다.

오로는 분만 후 수일간은 선홍색의 오로가 혈괴와 함께 배출되고 그 다음은 갈색, 3-4일 후에는 장액성이 되며, 10일 후에는 황백색의 오로가 분비된다. 보통 악취는 없으나 불쾌한 냄새가 날 때는 산욕열, 자궁내감염 등을 의심하고 주의해야 한다. 그러므로 이시기에는 청결을 유지해야 한다.

회음관리는 침상 목욕 혹은 샤워 그리고 소변이나 대변후의 세척의 경우 오로의 양이 많이 않은 한 충분하다. 산모에게 그녀의 회음과 회음 절제부위를 부드러운 비누와 따뜻한 물로 최소한 1일 1회 좌욕하도록 격려해야 한다.

성생활은 경구 출산 후 자궁, 질 등 성기의 완전회복은 적어도 6-8주 걸린다. 그러므로 산후의 성생활도 성기가 완전히 회복될 때까지는 삼가는 것이 좋다. 경과가 좋고 출혈도 없으면 1개월부터는 허용이 되나 혈성의 대하가 있을 경우 6주가 지났다 해도 피해야 한다. 산후 1개월 이 지나고 의사의 건강진단을 받고 목욕이 허가된 후부터가 안전하다.

영양관리는 산후에 모체의 회복을 순조롭게 하고 젖이 잘 나오게 하기 위해서는 영양섭취를 잘 하여야 한다.

안전기동은 국소적 혹은 가벼운 전신마취가 적용된 대부분의 부인들은 정상분만 후 적어도 8시간 후에는 기동할 수 있다. 화장실 사용은 금하며 또한 수유는 산모가 앉아 있을 수 있을 때까지 연기되어야 한다. 그러므로 피로회복이나 근 긴장도를 회복할 수 있다.

산욕체조는 우리나라에서는 아직 일반화되지 않았으나 구미에서는 오래 전부터 행해지고 있으며, 그 효과도 인정받고 있다. 체조를 시작하는 시기는 산후 24-48시간 후이나 이것을 몸의 상태에 따라서 의사나 간호사의 지시에 의해 시작해야 한다. 처음에는 가벼운 운동으로부터 시작하여 하루에 1번 한다.

이와 같이 한의학적 조리법과 양방적 조리법에는 차이가 있다. 주로 기간의 문제와 규제의 문제인데 한방적 혹은 전통적 조리법에는 양방적인 조리법에 비해 그 기간이 대체로 길고 무엇을 금지하는 규제가 많은 것을 알 수 있다.

이러한 점을 기초로 하여 산후풍과 조리에 대한 인식에 대한 조사를 고찰해 볼 때, 산후풍과 산후조리대한 인식률이 대체로 높으며 연령별로 차이가 보이나, 산후조리에 대한 필요성 및 건강에 이상을 주는가 하는 질문에는 연령대 별로 큰 차이 없이 긍정적인 모습을 보여주는 것을 볼 수가 있었다. 이것은 산후풍 및 산후조리에 대한 지식이 제대로 정립이 되지 않고 대체로 주변사람들에게 구전으로 되어 막상 필요하다는 생각은 하지만 그에 대한 지식은 다소 부족한 것을 보여준다고 하겠다. 또한 “한국적 산후

조리가 필요하다고 생각하십니까?”라는 질문에 아니다 라고 대답한 사람 6명중 5명이 한국적 산후조리가 필요하지 않기 때문에” 라고 대답하여, 전통과 현대에 대한 인식이 혼재되어 있는 것을 나타내어 준다.

산후 조리에 대한 인식을 묻은 다음 산후조리와 관련하여 중요하게 생각하는 점에 관한 질문을 하였다. 생활상의 주의에 있어서 ‘과로하지 않는다.’가 35.37%, ‘산후에는 한랭자극을 피한다.’가 27.21%, ‘몸을 따뜻하게 한다.’는 응답이 17.69%, ‘스트레스를 피한다.’가 7.48%, ‘영양분을 충분히 섭취한다.’ 1.36% 기타 항목으로는 10.88%이 있었다.

이 결과에서 연령별로 공통적으로 인정하는 부분은 ‘한랭 자극을 피한다.’라는 대답으로 전통적인 산후 조리법의 섭생법에서 위배되지 않았다¹⁵⁾. 하지만 ‘과로하지 않는다.’라는 응답 부분에서는 연령대별 차이가 나는 부분 이었다. 20대와 30대의 경우 이 부분을 중요하게 생각하는 반면, 40대의 경우 이 항목에 대한 응답의 빈도가 하나 밖에 없어, 고학력 사회에²¹⁾ 따른 맞벌이 부부가 증가하고 집안일을 분담하는 등의 저 연령층에서의 새로운 부부 역할 분담을 엿볼 수가 있었다.

음식상의 주의에 있어서는 높은 빈도수를 보인 상위 5개의 항목은 ‘찬 음식 피하기’가 22.38%, ‘딱딱한 음식피하기’ 17.48%, ‘매운 음식 피하기’ 16.78%, ‘짠 음식 피하기’ 10.49%, ‘자극적 음식 피하기’ 8.39%이었다.

이 결과에서 연령별로 찬음식에 대한 회피에 대하여 공통적인 인식을 가지고 있었으며, 그 외 문항에 있어서는 특별

한 점은 없이 주로 자극적이고 딱딱한 음식에의 회피가 나타남으로써, 전통적인 인식에서 크게 벗어남이 없었다¹⁵⁾.

산후조리를 돕는 식품 및 약물에 있어서는 높은 빈도수를 보인 상위 5개의 항목은 ‘한약 및 보약’이 21.24%, ‘철분’이 15.04%, ‘호박’ 15.04%, ‘비타민’ 9.73%, ‘칼슘’과 ‘가물치’가 각각 7.96% 이었다.

전 연령대에서 한약 및 보약을 가장 높은 순위로 꼽은 것으로 산후 조리 영역에 있어, 한방 치료의 입지를 넓힐 필요가 있다고 생각한다. 그 외에는 철분 및 비타민등의 양방적인 약물과 호박 가물치등의 전통적인 약물에 대한 선호도가 혼재되어 있음을 알 수 있다.

산후풍은 산후조리를 잘 못해서 생기는 것으로 일반적으로 인식되고 있으며, 안¹⁹⁾등은 산후조리 수행과 건강 상태 간에 정준 상관관계를 밝힌 바 있다. 이번 조사 에서는 일반적으로 중요하다고 생각되는 31개 문항을 사용하여 산후 현재 몸 상태와의 상관관계를 알아보았다. 현재 몸 상태에 대한 척도가 1가지 문항으로 되어있어, 좀 더 심층적인 분석을 위하여 추후 산후에 느낀 증상과의 상관성에 관한 연구 또는 현재 몸 상태에 관한 한방진단시스템(DSOM)²⁰⁾이나 국제적으로 공인된 SF36등의 설문지의 사용이 필요 할 것으로 보인다.

먼저 산후 주의 사항에 대한 수행정도를 보면, 연구자가 제시한 중요하다고 생각되는 산후 조리항목에 맞추어 7개의 분류로 나누고 이에 들지 않는 항목은 기타개의 분류로 나눈 주의사항의 분류에 있어 “영양분을 충분히 섭취하였다.”군이 전 연령대에 걸쳐 가장 높은 점수를 얻었으며, 식품과 한랭자극, 몸을 따

뜻하게 한다가 뒤를 이어서 산모들은 산 후 영양분 섭취를 가장 중요하게 생각하는 것으로 나왔으나 모든 항목 분류에서 통계적으로 의미 있는 차이는 없었다.

각문항의 순위에 따른 결과는 연령별로 다소 차이를 보여주는 것 이었는데, 특히 20대와 30, 40대의 순위에 차이가 있었다. 20대의 경우 전통적인 미역국을 제외하고는 대체로 몸을 움직이지 않고 안정을 취하며, 영양이 많은 음식을 섭취하는데 중점이 있다면, 30대, 40대의 경우 대체로 몸을 따뜻하게 하고 차게 하지 않는데 주안점을 두는 것을 볼 수 있다. 이것은 고 연령으로 갈수록 전통적인 산후조리 법인 몸을 따뜻하게 하는 것에 중요도를 뒀다면, 저 연령으로 갈수록 여성의 사회활동이 높아지고²²⁾, 산후조리원 등의 이용이 일반화⁴⁾되면서 안정을 취하는 쪽으로 좀 더 중요도를 둔 것으로 보인다.

이어서 “귀하의 현재 몸 상태는 출산 전에 비하여 어떠합니까?” 라는 질문을 하여 몸상태와 산후 수행 정도의 상관성을 알아보았다.

20대에서는 $P < 0.05$ 유의 수준에서 2개 문항이 상관관계가 있었고, 30대에서 $P < 0.01$ 유의 수준에서는 8개 문항이 상관성이 있었으며, 0.05 유의 수준에서 7개 문항이 있었다. 40대는 0.01 유의 수준에서는 2개 문항이 상관성이 있었으며, 0.05 유의 수준에서 5개 문항이 상관성이 있었다. 전체적으로는 0.01에서는 12개 문항, 0.05 유의 수준에서는 7개 문항으로 31개 수행정도의 주의 사항 중 19개가 현재의 몸 상태와 상관성이 있는 것으로 조사되었다.

산후 조리 주의에 대한 내용을 종합해

보면, 산후 조리 상의 주의 사항에 있어 연구자가 제시한 7가지의 분류이외에 다른 중요한 항목을 알기 위하여 응답자에게 생활상의 주의에 대해 자신의 생각을 적게 하였는데, 이결과 연구자의 분류에서 크게 벗어나지 않았다. 연구자가 제시한 분류에 있어서는 상위 항목이 20대와 30대에서는 ‘영양분 섭취’, ‘과로’, ‘스트레스’ 등이 있었으나, 40대의 경우 ‘영양섭취’, ‘한랭자극을 피하기’, ‘몸을 따뜻하게 하기’였으며, 자신의 생각을 적은 생활상의 주의에있어서는 상위 항목이 20대의 경우 산후에는 ‘한랭자극을 피한다.’, ‘과로하지 않는다.’, ‘몸을 따뜻하게 한다.’였으며, 30대의 경우에는 ‘과로하지 않는다.’, ‘산후에는 한랭자극을 피한다.’, ‘몸을 따뜻하게 한다.’이고, 40대에서는 ‘산후에는 한랭자극을 피한다.’, ‘몸을 따뜻하게 한다.’였다. 두 가지에서 40대는 거의 동일한 응답 패턴이며, 20,30대의 경우에는 ‘과로하지 않는다.’ 분류가 동일하게 나왔다. 이는 자신의 생각을 적는 분류가 생활상의 분류이외에도 음식상의 주의가 있기 때문에 생활상의 주의에 영양섭취에 대한 내용이 적게 기록된 것으로 보인다. 그 점을 감안한다면, 20, 30대는 ‘과로 주의’쪽에, 40대는 ‘한랭 자극을 피하기’쪽에 좀 더 주안점을 두고 있다고 볼 수 있다.

그 다음으로 중요하다고 생각되는 산후 조리 항목과 실제 수행도와 몸 상태와의 상관성에 대한 조사를 종합하여 보면, 영양분을 충분히 섭취한다는 분류가 둘 다에서 모두 중요한 항목임을 알 수가 있으며, 스트레스 및 과로에의 주의 또한 중요성에 대한 인식 및 실제 몸 상태와도 상관성이 많았다. 반면, 한랭

자극이나 몸을 따뜻하게 한다 등은 그 중요성에 대한 인식에 비해 몸 상태와의 상관성은 다소 낮게 나온 것을 알 수 있다.

이번 연구를 하면서 몇 가지 아쉬운 점이 있다면 첫째, 본 연구 결과는 대상 여성의 주관적인 판단에 의한 설문 결과임으로 더 많은 연구를 통한 설문지 자체의 신뢰도 검증이 필요하다. 둘째, 연령대별 비교를 위해 각 집단별 도수를 최대한 비슷하게 수집하지 못하여, 연령별 분석의 정확도가 떨어질 수 있다는 것 이었다.

V. 결 론

2007년 6월부터 2007년 12월까지 김해 보건소의 한방 산모교육 프로그램에 참석한 산모 중 마지막 출산일이 6주 이상이 자와 부산시 거주하는 일반 산모 중 마지막 출산일이 6주 이상에서 10년 미만인 산모 104명을 대상으로 작성한 인식조사 및 산후조리에 관해 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 산후풍과 산후 조리에 대한 인식조사

1) “산후풍에 대해 아십니까?”라는 질문에 ‘알고 있다’라고 대답한 사람은 20대 72.22%, 30대는 74.66%, 40대는 59.99%였고, 전체적으로는 72.11%가 알고 있다고 대답하여, 대체로 높은 인식률을 보였으나 40대에서 다소 떨어지는 인식률을 보였다.

2) “한국의 산후조리에 대해 아십니까?”라는 질문에 ‘알고 있다’라고 대답한 사람은 20대는 72.22%, 30대는 85.92%,

40대는 66.66%였고, 전체적으로는 80.77%가 알고 있다고 대답하여 대체로 높은 인식률을 보였으나 40대에서 다소 떨어지는 인식률을 보였다.

3) “한국적 산후조리가 필요하다고 생각하십니까?”라는 질문에 ‘그렇다’라고 대답한 사람은 20대는 83.33%, 30대는 86.67%, 40대는 86.67%였고, 전체적으로는 84.62%가 그렇다고 대답하여 필요성에 대해 연령에 구분 없이 높은 인식률을 보였다.

4) “산후에 특별한 조리가 필요하다고 생각하십니까?”라는 질문에 ‘그렇다’라고 대답한 사람은 20대는 88.89%, 30대는 95.77%, 40대는 86.66%였고, 전체적으로는 93.27%가 그렇다고 대답하여 필요성에 대해 연령에 구분 없이 높은 인식률을 보였다.

5) “산후조리를 잘못하면 건강에 이상이 온다고 생각하십니까?”라는 질문에 ‘그렇다’라고 대답한 사람은 20대는 83.34%, 30대는 92.96%, 40대는 93.33%였고, 전체적으로는 91.35%가 그렇다고 대답하여 전 연령대에서 대체로 높은 인식률을 보였다.

2. 산후 조리상의 주의사항

1) 생활상의 주의에 있어서 ‘과로하지 않는다.’가 35.37 %, 산후에는 ‘한랭자극을 피한다.’가 27.21%, ‘몸을 따뜻하게 한다.’는 응답이 17.69%, ‘스트레스를 피한다.’가 7.48%, ‘영양분을 충분히 섭취한다.’ 1.36% 기타항목으로는 10.88%이 있었다.

2) 음식상의 주의에 있어서 높은 빈도수를 보인 상위 5개의 항목은 ‘찬 음식 피하기’가 22.38%, ‘딱딱한 음식피하기’

17.48%, ‘매운 음식 피하기’ 16.78%, ‘짠 음식 피하기’ 10.49%, ‘자극적 음식 피하기’ 8.39%였다.

3) 산후조리를 돕는 식품 및 약물에 있어서 높은 빈도수를 보인 상위 5개의 항목은 ‘한약 및 보약’이 21.24%, ‘철분’이 15.04%, ‘호박’ 15.04%, ‘비타민’ 9.73%, ‘칼슘’과 ‘가물치’가 각각 7.96%였다.

3. 산후 수행정도

1) 총 12개의 분류 중 “영양분을 충분히 섭취하였다.”군이 전 연령대에 걸쳐 가장 높은 점수를 얻었으며, ‘산후조리를 돕는 식품을 섭취한다.’, ‘산후에는 한랭 자극을 피한다.’, ‘몸을 따뜻하게 한다.’군이 뒤를 이었으나, 연령별 산후 수행 정도에 있어서는 통계적으로 유의성은 없었다.

2) 산후 수행정도에 있어 연령대별로 순위에 다소 차이가 났으나, ‘미역국과 밥을 세끼이상 먹었다.’가 전 연령대에서 가장 높았다.

3) 산후 수행정도와 몸 상태와의 상관성에서는 0.05 유의 수준에서는 7개 문항, 0.01에서는 12개 문항으로 31개 수행 정도의 주의 사항 중 19개가 현재의 몸 상태와 상관성이 있었으며, 문항 분류 중 ‘영양분을 충분히 섭취한다.’, ‘스트레스를 피한다.’, ‘영양분을 충분히 섭취한다.’의 분류가 상관성이 높았다.

□ 투 고 일 : 2008년 7월 24일

□ 심 사 일 : 2008년 7월 29일

□ 심사완료일 : 2008년 8월 8일

참고문헌

1. 李仁仙, 崔銀洙. 산후풍의 원인과 치료법에 대한 문헌적 고찰. 대한한방부인과학회지. 1999;12(1):253-278.
2. 宋炳基. 한방부인과학 2판. 서울: 행림출판. 1990;98-108, 194, 473.
3. 嚴殷奭 등. 산후제증에 대한 임상적 고찰. 대한한방부인과학회지. 2001;14(1):365-379.
4. 허지원, 김성란. 산후 조리의 실태 및 산후조리에 대한 인식 조사. 대한한방부인과학회지. 2001;14(1):409-423.
5. 이용호, 이태균. 산후관리에 대한 문헌적 고찰. 대한한방부인과학회지. 2000;13(1):500-517.
6. 박소월 등. 출산후 여성의 산후조리 및 산후질병에 대한 인식조사. The Journal of East-West Medicines. 2001;25(3):22-45.
7. 오승아. 산후조리의 인식도와 산후풍의 실태조사. 대한한방부인과학회지. 2000;13(2):482-501.
8. 이태균. 산후관리에 관한 문헌적 고찰. 대한한방부인과학회지. 2000;14(1):209-228.
9. 백승희, 강구형. 출산전 여성의 한방산후조리에 대한 인식과 선호도 조사. 대한한방부인과학회지. 2000;13(1):375-401.
10. 나건영. 새로운 여성의학. 서울: 동지사. 1980;211-230.
11. 박선민 등. 산후관리의 한양방적 고찰. The Journal of Korean Medical KI-gong Academy. 1999;3(1):172-187.
12. 陳自明. 婦人良方大全. 상해과학기술출판사.
13. 孫思邈. 千金方 唐代. 화하출판사. 31-32.
14. 葉天士. 葉天士女科. 서울: 대성문화

- 사. 1992.
15. 陳師文. 太平惠民和劑局方 宋代. 선
풍출판사. 268.
 16. 정귀련. 한국의 전통적 산후조리에
대한 탐색적 연구. 한양대학교 행정
대학원. 1991;1-2, 3, 57-58.
 17. 의학교육연수원. 가정의학. 서울: 서
울대학교출판부. 1996;562-563.
 18. 이광옥, 최영희. 가족보건학 서울: 수
문사. 1992.
 19. 안숙희. 산후조리 수행과 산후 건강
상태간 정준 상관관계. The Journal
of Korean Academy nurse. 2005;
35(1):37-46.
 20. 이인선 등. 한방진단시스템 DSOM
(r)D.1.1의 신뢰도 연구. 대한한의학
회지. 2006;27(2):263-275.
 21. 통계청. 국민의학력구성비(25세이상)
1975년-2000년 자료. 2000.
 22. 통계청. 경제활동 인구총괄 2001년
-2008년 자료. 2008.

<부록> 산후풍(産後風) 설문조사 - 한국에서 사용

산후풍은 출산후의 여성에게 나타나는 신체의 통증이나 감각장애와 같은 증상 군을 일컫는 말로 혹 감정상태의 변화를 동반하기도 합니다. 한국에서는 산후에 많이 나타나는 증상이지만 문헌에 나오지 않는 민간에서 통용되고 있는 속칭이며 명확한 개념정립이 되어있지 않습니다.

이 설문조사는 출산을 경험한지 6주에서 10년 이내의 여성을 대상으로 하여 산후풍에 대한 인식을 조사하고 산후조리정도와 산후풍 증상유무를 조사하기 위한 것입니다.

설문지를 완성하는데 대략 10분정도가 소요될것으로 생각합니다. 설문에 응해주셔서 감사합니다.

-동의대학교 한의과 대학 부인과 교실-

● 기초조사

출생년도 : 일 월 년

학 력 : 중졸 · 고졸 · 대졸 · 대학원이상 · 기타

연락처 :

출산력 :

●출산횟수	자연분만	()회	●유산횟수	자연유산	()회	
	제왕절개	()회		인공유산	()회	
	조산	()회	마지막출산일	년	월	일
	사산	()회				

1. 귀하의 현재 몸 상태는 출산 전에 비하여 어떠합니까?

- ① 매우 나쁘다 ② 나쁘다 ③ 똑 같다
 ④ 대부분 회복 되었다 ⑤ 완전히 회복되었다.

2. 한국의 산후조리에 대해 아십니까?

- ① 전혀 모른다. ② 들어본 적은 있으나 잘 모른다
 ③ 약간 알고 있다. ④ 대체로 잘 알고 있다
 ⑤ 매우 잘 알고 있다.

3. '산후풍'에 대해 아십니까?

- ① 전혀 모른다. ② 들어본 적은 있으나 잘 모른다
 ③ 약간 알고 있다. ④ 대체로 잘 알고 있다
 ⑤ 매우 잘 알고 있다.

4. 한국적산후조리가 필요하다고 생각하십니까?

- ① 매우 아니다. ② 아니다. ③ 잘 모르겠다. ④ 그렇다. ⑤ 매우 그렇다.

-> 4.1. ①, ②을 선택하신 분은 그렇게 생각하는 이유는 무엇입니까?

- ① 산후조리가 필요하지 않기 때문에
② 한국적 산후조리가 필요하지 않기 때문에

-> 4.2. ②번을 선택하신 분은 그 이유를 적어주십시오.

이유()

5. 산후조리를 잘 못하면 건강에 이상이 온다고 생각하십니까?

- ① 매우 아니다. ② 아니다. ③ 보통이다. ④ 그렇다. ⑤ 매우 그렇다.

6. 산후에 특별한 조리가 필요하다고 생각하십니까?

- ① 매우 아니다. ② 아니다. ③ 보통이다. ④ 그렇다. ⑤ 매우 그렇다.

-> 6.1. ①, ②을 선택하신 분은 산후조리가 필요하지 않다고 생각하는 이유는 무엇
입니까? 그 이유를 간략히 적어주십시오.

이유()

-> 6.2. ③~⑤을 선택하신 분은 다음 중 귀하가 중요하다고 생각하는 산후 조리항
목에 중요도에 따라 5점에서 2점까지, 중요하지 않다고 생각하는 항목에는
1점으로 표시해 주십시오.

- ① 산후에 한랭자극(찬바람, 찬물, 찬음식, 목욕 등)을 피한다().
② 몸을 따뜻하게 한다().
③ 영양분을 충분히 섭취한다().
④ 과도하지 않는다().
⑤ 스트레스를 피한다().
⑥ 산후조리를 돕는 식품을 섭취한다().
⑦ 산후조리를 돕는 약물을 복용한다().

7. 자신이 산후조리와 관련하여 다음과 같은 부분에서 중요하게 생각하는 점이 있다면
적어주십시오.

- 1) 생활상의 주의사항
- 2) 음식상의 주의사항
- 3) 산후조리는 돕는 식품 및 약물

8. 산후 주의사항의 수행정도(1-31문항)

일반적으로 산후에 다음과 같은 주의사항을 지키는 것이 좋다고 알려져 있습니다.

귀하는 이번 출산 후 다음의 주의사항을 지키셨습니까?

주의하셨다면 어느 정도로 잘하셨는지 수행정도를 표시해 주십시오.

응답방법 : 아래의 1-31번 문항에 보기에 표시된 것 처럼 ①-⑤사이로 기입하시면 됩니다.

<보기>

- ① 전혀 하지 못했다.
- ② 대체로 하지 못했다.
- ③ 보통정도로 했다.
- ④ 대체로 잘 했다.
- ⑤ 매우 잘 했다.

1. 모든 창문과 문을 꼭 닫아 바람이 들지 않게 하였고 찬바람을 쐬지 않았다().
2. 방바닥을 뜨겁게 하고 누워 몸을 따뜻하게 하였다().
3. 찬 것에 몸을 대거나 기대지 않았다().
4. 찬물이나 찬 것을 먹지 않았다().
5. 몸을 노출 시키지 않고 머리부터 발끝까지 이불을 잘 덮었다().
6. 양말과 속내의를 모두 챙겨입었다().
7. 조리기간 동안 일하지 않았다().
8. 즐겁고 편안한 마음을 유지하며 정신적으로 푹 쉬었다().
9. 충분한 휴식과 수면을 취했다().
10. 몸을 구부리지 않고 편안히 누워 자고 쉬는 것을 3주-4주하였다().
11. 허리와 등을 과도히 구부리지 않았다().
12. 골고루 음식물을 먹어 충분한 영양섭취를 하였다().
13. 미역국과 밥을 세끼이상 잘 먹었다().
14. 딱딱하고 질기고 맵거나 짜거나 시거나 단 음식물을 피했다().
15. 우유를 비롯한 칼슘이 많은음식을 먹었다().
16. 밀가루 음식, 고구마, 날채소 등 소화되지 않는 음식 을 먹지 않았다().
17. 무거운 것을 들어 올리지 않았다().
18. 오랫동안 서있거나 앉거나 기대지 않았다().
19. 뼈에 무리가 가지 않게 하였다(다리 꼬기, 팔꿈치 괴기 등)().
20. 신문, TV, 책을 보지 않아 눈의 긴장과 피로를 예방하였다().
21. 샤워를 하지 않고, 꼭 필요한(얼굴, 목, 회음 등)부분만 씻었다().
22. 통목욕은 산후조리가 끝날 때 까지 하지 않았다().
23. 머리감기는 최대한 늦게까지 하지 않았다().
24. 산후 연한 소금물로 양치하고 부드러운 칫솔로 치아관리를 하였다().
25. 집안에서 외부 다른 사람과의 접촉을 피했다().
26. 도와주는 사람이 옆에 늘 있어 돌보아 주었다(음식, 집안일, 아기 돌보기 등)().
27. 도와주는 사람과 가족들이 마음을 편안하게 해주었다().

28. 분만 시 절개한 부위의 동통에 12-24시간 정도얼음찜질을 했다().
29. 분만 후 진통제를 복용했다().
30. 산후 24시간 후부터 산후 운동을 서서히 실시하였다().
31. 수유 기간동안 철분제를 복용했다().
11. 상기한 증상을 가진 분의 경우 의사의 진단을 받은 적이 있습니까?(예, 아니오)
12. 진단을 받은 적이 있다면 적어 주십시오.
()

동의대학교 한의과대학
한방부인과 교실