

## 일부 군인들의 스트레스가 구강건강실천 및 태도에 미치는 영향

류정숙 · 김 진 · 김기은<sup>1\*</sup>

극동정보대학 치위생과, <sup>1</sup>을지대학교 치위생과

### The Effects of Some Soldiers' Stress on Their Oral Healthcare Practice and Attitudes

Jung-Sook Yoo, Jin Kim and Ki-Eun Kim<sup>1\*</sup>

Dept. of Dental Hygiene, Keukdong College, Chungbuk 369-850, Korea

<sup>1</sup>Dept. of Dental Hygiene, Eulji University, Seongnam City 461-713, Korea

**Abstract** The purpose of this study was to survey Korean soldiers' oral healthcare practice and attitudes along with their stress level, and thereby to identify possible correlations among those factors. The survey was conducted from June 11 to Oct. 10, 2008 in G-gun, Chungbuk. province for soldiers. The questionnaire was consisted of the oral healthcare practice and attitude, stress level. As a result, it was found that our respondents scored 3.55 out of possible 9 point in their stress level, which indicated that they had relatively low stress on the whole. According to survey on their oral healthcare practice and attitude depending on their general characteristics, it was found that the higher academic career was associated directly with the more practices of oral healthcare, and nonsmoking group showed more practices of oral healthcare than smoking group. It was found that 'schoolwork and workplace' and 'sexual problem' were critical stress factors on our respondents' oral healthcare attitudes. And it was also found that 'outward appearance complex', 'personality complex', 'conflicts with parents' and 'sexual problem' were critical stress factors on their oral healthcare practices. Since our soldiers' maintenance of their oral healthcare is beneficial to both individual and national aspects, it is necessary for interested parties including dental surgeons to make efforts to develop a promotional program for military dental healthcare project and provide a series of reorientations for soldiers, so that they can have more positive oral healthcare practices and attitudes.

**Key words** Korean soldiers, Oral healthcare practice, Oral healthcare attitudes, Stress

## 서 론

건강한 삶을 유지하려는 인류의 노력은 끊임없이 계속되고 있으나 최근 환경오염, 사고발생, 스트레스 증가 등의 생활환경과 흡연, 음주, 운동부족, 영양의 불균형 섭취 등 개인의 생활습관으로 건강위험요인이 증가하고 있는 추세이다. 이에 보건정책도 의료적 접근방식에서 건강의식 및 행동변화를 유도하기 위한 보건교육의 강화와 금연, 절주, 영양 개선, 비만 관리 등을 포함하는 건강생활의 실천을 강조하는 방향으로 변화하고 있다<sup>1)</sup>. 개인의 생활습관은 건강 및 질병과 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되고 있고<sup>2-4)</sup>, 건강위험요인으로는 흡연, 과도한 음주, 올바른지 못한 식습관 및 스트레스 등이 포함된다.

건강위험요인 중 스트레스란 원래 물리학에서 사용되던 용어로 물체에 가해지는 물리적 힘을 의미하는 것으로 의학에 적용하면 개체에 부담을 주는 육체적, 정신적 자극이나, 이러한 자극에 생체가 나타내는 반응을 의미한다. 또한 과도한 스트레스는 흡연이나 알코올 남용, 부적절한 식습관과 수면부족, 운동의지를 약화시켜 질병발생을 촉진시키게 된다<sup>5)</sup>. 군 사회는 군대만이 가지고 있는 철저한 계급의식과 직책 및 명령과 복종이 절대적으로 중시되는 특수한 생활 속에서 여러 가지 스트레스와 갈등을 겪는 것으로 보고되고 있어<sup>6,7)</sup>, 군인들의 스트레스 정도를 파악하여 군 생활의 장애요인을 제거하고, 삶의 질을 높여주는 것이 필요하다. 박 등<sup>8)</sup>은 스트레스가 많은 집단일수록 운동을 하는 비율과 걱정체중을 유지할 비율, 아침식사 비율, 건강실천지수(Health Practice Index: HPI)가 낮은 것으로 보고하고, 스트레스의 적절한 관리를 통해 바람직한 생활습관을 유도함으로써 건강증진과 질병예방에 기여 할 수 있을 것으로 제언하였다.

\*Corresponding author  
Tel: 031-740-7247  
Fax: 031-740-7352  
E-mail: congcong2@empal.com

구강기능에 장애를 초래하는 주요인으로는 치아상실 등을 들고 있으며, 이러한 치아 상실은 치아우식증과 치주질환이 중요한 요인이 되고 있다<sup>9)</sup>. 구강질환은 자연 치유되지 않고 계속 진행되므로 구강건강에 대한 정확한 지식과 태도를 습득하여 평생 동안 스스로 구강건강을 잘 관리할 수 있는 능력을 배양하는 것이 매우 중요하다<sup>10)</sup>. 윤 등<sup>11)</sup>은 국군장병들의 잇솔질 습관은 개인의 구강건강지식 정도에 따라 차이가 있고 개인적 특성과 구강건강지식이 낮은 경우 구강위생관리가 소홀하며, 대부분의 장병은 사회에서 구강건강에 대한 교육을 받지 못하였고, 군 사회의 특성상 입대 초 신병 교육기간 중 보건교육이 있으나 구강보건교육은 별도로 다루어지지 않고 있음을 보고하였다.

군 장병의 건강 및 구강건강증진행위 관련 선행연구로는 박<sup>12)</sup>의 서울지역 장병 395명을 대상으로 한 건강증진행위 실천정도 연구에서 자아실현영역이 가장 높고, 건강책임영역이 가장 낮게 나타났다고 보고하였다. 임<sup>13)</sup>은 건강증진행위와 스트레스 관리가 상호 관련성이 있는 것으로 보고하였고, 293명의 육군간부를 대상으로 실시한 강<sup>14)</sup>의 연구에서는 스트레스관리가 음주, 수면, 아침식사 등의 건강실천행위에 영향을 미치는 요인으로 보고하였다. 윤 등<sup>15)</sup>은 춘천지역 장병 300명을 대상으로 구강보건 지식, 태도 및 실천에 관해 조사한 결과 구강보건지식, 태도, 실천정도는 높지 않은 것으로 보고하였으며, 정 등<sup>15)</sup>은 강원도 영동지역 육군 115명, 해군 115명을 대상으로 구강건강관리 실태에 관해 조사한 결과, 대다수 군인들의 구강상태가 건강하지 않으며, 구강검진의 필요성은 인지하고 있으나 구강검진은 받지 못하는 것으로 보고하였다. 지금까지 국내에서 군인에 대한 구강건강상태, 구강건강실천 및 태도 등 실태에 관한 연구는 진행되었으나, 군인들의 구강건강과 스트레스 관련성에 관한 연구는 매우 미흡한 실정이다. 따라서 본 연구의 목적은 군인을 대상으로 구강건강에 관한 실천과 태도 및 스트레스 수준을 파악하고 상호연관성을 분석하여 군인의 구강건강 향상을 위한 기초자료를 얻고자 시도하였다.

Table 1. Component and reliability in each variable

Variables	Cronbach's $\alpha$	Name of variables
Stress	.874	Health, Outward appearance, Personality, Parents, Conflict with a senior, Conflict with brothers and co-workers, School-work and work place, Economic efficiency, Friend, Gender, Future, Opposite-sex friend
Attitude of oral health	.808	Diet control, Use of fluoride-containing dentifrice, Toothbrushing, Oral observation, Periodic scaling, Regular visit to a dental clinic, Non-smoking
Practice of oral health	.704	Diet control, Toothbrushing, Oral observation, Internal use of fluoride-containing tap water, Scaling, Non-smoking, Periodic oral examination

## 연구대상 및 방법

### 1. 연구대상 및 방법

2008년 6월 11일부터 8월 10일까지 연구자가 편의추출한 충청북도 G군에 위치한 전투경찰부대 2곳을 연구자의 군인들을 대상으로 실시하였다. 연구도구는 구조화된 설문지를 조사요원 2명에게 사전 교육을 실시한 다음 20명에게 예비조사를 실시하여 수정·보완된 설문문항을 사용하였다. 회수된 총 149부 중 5부는 응답 자료에 결측치가 있어 분석에서 제외시키고 총 144부 설문지를 분석 자료로 사용하였다.

### 2. 연구도구

연구도구는 윤 등<sup>11)</sup>의 설문도구를 기초로 수정·보완하였으며, 구강건강실천 측정에 사용된 도구는 총 8문항으로 설문문항은 '철저히 실천하다'를 3점, '실천하지 않는다.'를 1점으로 한 Likert 3점 척도를 사용하였다. 구강건강태도 측정도구는 총 8문항으로 구성하였으며, 설문문항은 '매우 그렇다'를 4점, '매우 그렇지 않다'를 1점으로 한 Likert 4점 척도를 사용하였다. 스트레스 측정도구는 한국금연운동협의회<sup>16)</sup>의 설문도구를 토대로 수정·보완하여 총 12문항으로 구성하였다. 설문문항은 '전혀 고민없다'를 1점, '몹시 고민된다'를 9점으로 한 9점 척도를 사용하여 점수가 높을수록 스트레스가 높음을 의미한다.

연구도구의 신뢰도를 검증하기 위한 방법으로 Cronbach'  $\alpha$  계수를 산출하였으며, 윤 등<sup>11)</sup>의 연구에서 신뢰도는 구강건강태도  $\alpha = .70$ , 구강건강실천  $\alpha = .68$ 이었으나, 본 연구에서는 구강건강태도  $\alpha = .808$ , 구강건강실천  $\alpha = .704$ , 스트레스는  $\alpha = .874$ 로 나타났다(Table 1).

### 3. 자료분석

수집된 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science) 17.0 프로그램을 이용하여 다음과 같은 내용을 분석하였다. 연구대상의 일반적인 특성은 빈도와 백분율로 산출하였으며, 일반적인 특성에 따라서 스트레스, 구강건강실천 및 태도에 차이가 있는지 알아보기 위하여 일원배치분산분석(One-way ANOVA)과 t-검정을 실시하였으며, 각 변인의 하위집단 간에 의미 있는 차이를 검정하기 위해 사후검정을 실시하였다. 마지막으로 스트레스가 구강건강실천 및 태도에 미치는 영향력을 검정하기 위하여 다중회귀분석(Multiple regression Analysis)을 실시하였다.

## 결 과

### 1. 연구대상자의 스트레스 정도

연구대상자의 스트레스 정도를 살펴본 결과 Table 2와 같다. 전체평균 9점 만점에서 3.55로 전반적으로 스트레

**Table 2. The subjects of stress level**

Variable factors	M±SD
Problem about the future	5.50±2.74
Problem about schoolwork and work place	4.85±2.57
Economic problem	4.14±2.37
Health	3.72±2.23
Personality	3.61±1.99
Outward appearance	3.52±2.11
Conflict with a senior	3.43±2.13
Problem about an opposite-sex friend	3.41±2.40
Problem about gender	2.93±2.09
Problem about a same-sex friend	2.81±1.92
Conflict with brothers and co-workers	2.70±3.24
Conflict with parents	2.17±1.67
Total	3.55±1.51

스 정도는 높지 않은 것으로 조사되었다. 변인별로 살펴 보면 ‘장래에 대한 문제’가 평균 5.50으로 가장 높게 나타났고, ‘학업 및 직장문제’가 4.85, ‘경제적 문제’ 4.14, ‘건강’ 3.72 순으로 조사되었으며, 부모님과과의 갈등이 2.17로 가장 낮은 것으로 조사되었다.

**2. 일반적인 특성에 따른 스트레스 정도**

연구대상자의 일반적인 특성별 스트레스 정도를 살펴본 결과 Table 3과 같다. 일반적인 특성에서 흡연기간에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 계급에서는 이경의 스트레스가 3.94로 가장 높게 조사되었고, 일경 3.59, 수경 3.52, 상경 3.07순으로 조사되었다. 대체적으로 계급이 낮을수록 스트레스 정도가 높은 것으로 조사되었으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 학력에서는 학력이 높은 경우 스트레스가 높은 것으로 조사되었으며, 흡연유무에서는 흡연을 하지 않는 경우 스트레스가 높은 것으로 조사되었다. 흡연기간에서는 96개월 이상인 경우 스트레스가 4.38로 가장 높게 조사되었으며, 3-23개월 4.33, 72-95개월 3.65, 24-47개월이 3.36, 8-71개월 2.37 순으로 조사되어, 흡연기간이 길수록 스트레스 정도가 높은 것으로 조사되었으며, 사후검증결과 3-23개월, 96개월 이상과 24-47개월, 48-71개월간에 통계적으로 유의한 차이를 보였다 (p = .006).

**3. 일반적인 특성에 따른 구강건강태도 및 실천**

일반적인 특성에 따라 구강건강태도 및 실천 정도를 파악하기 위해 F-통계량을 이용한 일원배치 분산분석 (One-way ANOVA)과 T-검정을 실시한 결과 Table 4와 같다.

학력에 따른 구강건강실천에서는 ‘고졸이하’가 1.51, ‘전문대졸’ 1.91, ‘대제이상’ 1.89로 조사되었으며, 변인별 사후검증 결과 ‘고졸이하’와 ‘대제이상’ 군 간에 통계적으로

**Table 3. Stress level by general characteristics**

Variable	N	Stress		p
		M±SD		
Class (n=132)	Private	27	3.94±1.25	.246
	Private first class	58	3.59±1.69	
	Corporal	30	3.07±1.45	
Academic background (n=138)	Sugyeong	17	3.52±1.40	.735
	Under high-school graduate	32	3.41±1.30	
	Junior-college graduate	40	3.35±1.67	
	Over undergraduate	66	3.63±1.51	
Smoking (n=138)	Smoking	60	3.43±1.63	.432
	Non-smoking	78	3.64±1.44	
Smoking period (n=60)	3-23 months	8	4.33±1.66 <sup>a</sup>	.006*
	24-47 months	17	3.36±1.24 <sup>b</sup>	
	48-71 months	16	2.37±1.46 <sup>b</sup>	
	72-95 months	10	3.65±1.53 <sup>ab</sup>	
	Over 96 months	11	4.38±1.71 <sup>a</sup>	
Satisfactory level with military life (n=139)	Unsatisfactory	10	3.62±1.11	.110
	Moderate	71	3.81±1.62	
	Satisfactory	58	3.23±1.41	

p- value is calculated with t-test and One way-ANOVA (p < .05)

유의한 차이를 보여 학력이 높은 경우 구강건강실천 정도가 높은 것으로 조사되었다(p = .015). 그러나 학력에 따른 구강건강태도에서는 변인들 간의 차이를 보이지 않았다. 흡연 유무에 따른 구강건강태도 및 실천을 분석한 결과 구강건강실천에서 ‘흡연을 하는 경우’ 17.5, ‘흡연을 하지 않는 경우’ 1.94로 조사되어, 흡연을 하지 않는 경우 구강건강실천 정도가 높은 것으로 조사되어 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p = .027). 반면에 계급, 군 생활 만족도, 흡연기간에 따른 구강건강태도 및 실천은 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다.

**4. 구강건강태도에 영향을 미치는 요인의 회귀분석**

군인들의 스트레스가 구강건강태도에 미치는 영향력을 살펴본 결과 Table 5와 같다. 스트레스를 독립변수로 구강건강태도를 종속변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 구강건강태도에 영향을 미치는 스트레스 변인으로는 표준화 계수 β의 견지에서 볼 때 ‘성에 대한 문제’가 가장 음(-)의 영향을 미치는 변인으로 조사되었으며, ‘학업 및 직장문제’도 구강건강태도에 음(-)의 영향을 미치는 변인으로 조사되어 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p < .05).

**5. 구강건강실천에 미치는 요인의 회귀분석**

군인들의 스트레스가 구강건강실천에 미치는 영향력을 살펴본 결과 Table 6과 같다. 스트레스를 독립변수로 구강건강실천을 종속변수로 하여 다중회귀분석을 실시한

Table 4. Attitude &amp; practice of oral healthcare by general characteristics

Variable	N	Practice of oral healthcare	p	Attitude of oral healthcare	p	
		M±SD		M±SD		
Class (n=132)	Private	27	1.81±0.53	.699	3.25±0.47	.442
	Private first class	58	1.82±0.51		3.25±0.38	
	Corporal	30	1.95±0.44		3.33±0.42	
	Sugyeong	17	1.89±0.55		3.12±0.35	
Academic background (n=138)	high-school graduate	32	1.51±0.29 <sup>a</sup>	.015*	3.23±0.36	.764
	Junior-college graduate	40	1.91±0.36 <sup>ab</sup>		3.19±0.46	
	Over undergraduate	66	1.89±0.51 <sup>b</sup>		3.26±0.40	
Smoking (n=138)	Smoking	60	1.75±0.51	.027*	3.19±0.40	.092
	Non-smoking	78	1.94±0.47		3.31±0.41	
Smoking period (n=60)	3-23 months	8	1.89±0.62	.762	3.42±0.50	.178
	24-47 months	17	1.69±0.47		3.15±0.37	
	48-71 months	16	1.68±0.54		3.15±0.31	
	72-95 months	10	1.64±0.38		2.97±0.49	
	Over 96 months	11	1.84±0.48		3.28±0.29	
Satisfactory level with military life (n=139)	Unsatisfactory	10	1.96±0.23	.728	3.43±0.50	.107
	Moderate	71	1.87±0.47		3.30±0.42	
	Satisfactory	58	1.83±0.55		3.17±0.36	

p-value is calculated with t-test and One way-ANOVA ( $p < .05$ )

Table 5. Regression analysis about stress factors for attitude of oral healthcare

Division	B	$\beta$	t	p
Problem about schoolwork and work place	-.048	-.290	-1.985	.050*
Problem about gender	-.062	-.310	-2.373	.019*
F= 1.562				
R <sup>2</sup> = .140				

\*p < .05

Table 6. Regression analysis about stress factors for practice of oral healthcare

Division	B	$\beta$	t	p
Outward appearance	.075	.294	2.191	.030*
Personality	.066	.258	2.059	.042*
Conflict with parents	.074	.249	2.071	.041*
Problem about gender	-.054	-.255	-2.053	.043*
F= 1.937				
R <sup>2</sup> = .181				

\*p < .05

결과 구강건강실천에 영향을 미치는 스트레스 변인으로는 표준화 계수  $\beta$ 의 견지에서 볼 때 '외모에 대한 불만'이 가장 영향을 미치는 변인으로 나타났으며, '성격에 대한 불만', '부모님에 대한 갈등'이 구강건강실천에 양(+)의 영향을 미치는 변인으로 조사되었으며, '성에 대한

문제'는 구강건강실천에 음(-)의 영향을 미치는 변인으로 조사되어 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $p < .05$ ).

## 고찰

군 사회는 대부분 20대 비슷한 연령층의 서로 낮은 청년들이 모여 엄격한 규율의 준수 및 개인 문제가 거의 통제되는 집단이며, 학교, 직장, 친지, 가족으로부터 유리되어 새로운 환경으로 진입된 단계로 긴장감과 적응력이 스트레스의 한 요인으로 작용하게 된다<sup>17)</sup>. 국가와 사회의 안전을 책임지는 군인의 건강은 군의 임무수행 및 전투력과 직결되며, 특히 식이, 영양 공급과 관련된 구강건강의 경우 군인의 전투력 보전, 더 나아가 국가안보 유지를 위한 필수불가결한 조건이라 할 수 있다. 이에 본 연구에서는 군인들의 스트레스와 구강건강태도 및 실천 정도를 파악하고 구강건강태도 및 실천에 영향을 주는 스트레스 요인을 분석하여 군 장병의 구강건강 향상을 위한 기초자료를 제시하고자 하였다.

연구결과를 살펴보면, 연구대상자의 스트레스 정도는 9점 척도를 기준으로 전체평균 3.55로 전반적으로 높지 않은 것으로 조사되었다. 먼저 일반적인 특성에 따른 스트레스 정도를 살펴본 결과, 흡연기간이 길수록 스트레스 정도가 높은 것으로 조사되었으며 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $p = .006$ ). 또한 통계적으로 유의한 수준은 아니지만 계급이 낮을수록, 학력이 높을수록, 군복무생활에 불만족한 경우 스트레스 정도가 높게 나타났다(Table

3). 계급이 낮을수록 스트레스 정도가 높았으며 진급할수록 스트레스 정도가 낮아지는 추세를 나타내었으나 제대가 가까워지는 수경(병장)시기에는 다시 스트레스 정도가 높게 나타났다. 이는 Table 2와 같이 스트레스 요인 중 '장애에 대한 문제'와 '학업 및 직장문제'가 가장 높게 나타난 것과 연관성이 있는 것으로 해석된다. 즉, 군인 대부분이 대학재학 중 입대하였거나 경제 활동 경험이 많지 않은 상태에서 입대한 관계로 남아있는 학업과 사회 구성원으로서 사회 복귀 후 미래에 대한 불안감으로 판단된다.

일반적인 특성에 따른 구강건강태도 및 실천을 살펴본 결과, 구강건강태도에서는 변인들 간의 차이를 보이지 않았으나 구강건강실천에서는 학력과 흡연 유무 변인 간의 차이가 나타났다. 학력이 높은 경우 구강건강실천 정도가 높은 것으로 조사되었으며, 변인별 사후검증 결과 '고졸이하'와 '대재이상' 군 간의 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $p = 0.021$ ). 이는 윤 등<sup>11)</sup>의 연구에서도 학력별로 유의한 차이가 있었으며, 학력이 높을수록 구강보건지식이 높고 태도가 긍정적이며 실천이 적극적이라는 결과와 유사하였다.

흡연 유무에 따라서는 비흡연자가 구강건강실천 정도가 높은 것으로 조사되어 통계적으로 유의한 차이를 보였으며( $p = 0.031$ ), 계급에 따라서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 결과는 윤 등<sup>11)</sup>의 연구결과와 일치하였으며, 윤 등<sup>11)</sup>은 계급별로 유의성이 없는 것으로 보아 군대 입대 후 구강보건교육이나 지도를 받지 못하고 있는 것으로 보고하였다. 반면 군인의 구강보건 요구도는 70.3%가 치아우식증과 치주병 조기 발견을 위한 구강검진 및 치료가 반드시 필요하다고 응답하였으나, 주기적으로 구강검진 및 치료를 받고 있느냐는 질문에 '그렇지 못하다'고 응답한 경우가 79.6%였다고 보고하였다. 정 등<sup>15)</sup>의 연구에서도 연구대상자 대부분이 자신의 구강건강상태가 건강하지 못하다고 인식하고 있으며, 정기적인 구강검진은 받고 있지 않다고 응답하였다. 구강보건교육 경험에 대해서도 육군 82%와 해군 78%가 교육을 받아본 경험이 없다고 보고하였다.

이와 같이 대다수의 군인들이 스스로 인지하고 있는 구강건강 상태가 건강하지 못함에도 불구하고 정기구강검진 및 치료, 구강보건교육의 기회를 가진 경험은 매우 낮은 것으로 나타났다. 통제된 집단생활로 인해 건강관리를 위한 의료기관 방문 등 건강관리 접근이 어려운 군인을 대상으로 한 구강건강관리 프로그램이 절실함을 시사한다. 이는 구강보건교육의 필요성을 지지해줄 수 있는 충분한 근거가 될 수 있다고 판단되며, 군 장병들의 구강질환을 예방하고 구강건강상태를 증진시키기 위한 다각적인 교육프로그램 개발과 지속적인 교육을 위한 전문인력 확충이 시급하다고 사료된다. 또한 군인들의 구강건강검진제도가 확대 실시되어야 한다. 현재 학교보건의 일환으로 구강검진제도가 고등학교까지는 실시되고 있으나 성

인초기시기 특히 군생활 기간에는 구강건강검진 기회가 적다. 군복무기간인 약 2년 동안 제 시기에 적절한 치료를 받지 못하고 치료시기를 놓치게 되면 치아우식증과 치주질환은 만성적으로 진행하여 원상태로 회복될 수 없고, 종국에는 치아발거의 원인이 될 수도 있다. 그러므로 구강건강관리는 평생계속관리가 중요하며 군복무기간도 예외는 아니다.

군인을 대상으로 한 구강건강관리의 대안으로는 치과위생사 부사관을 현재 모집 인원보다 확대 실시하여 충분한 구강보건전문인력을 확보하고 이러한 부사관을 활용하여 현재 거의 미실시 되고 있는 구강보건교육을 확대 실시한다. 또한 1차적인 구강관찰 및 상담을 실시하고 지역사회 보건소의 협조를 받아 생활터 중심의 다양한 구강건강관리의 수혜를 받을 수 있도록 서로 연계하는 것이 필요하다.

군인들의 구강건강태도 및 실천에 영향을 미치는 스트레스 변인을 살펴본 결과, 구강건강태도에 대해서는 '성에 대한 문제'와 '학업 및 직장문제'에 관한 스트레스가 높을 경우 구강건강태도에 음(-)의 영향을 미치는 변인으로 조사되었다. 즉, '성에 대한 문제'와 '학업 및 직장문제'로 인한 스트레스가 높을수록 구강건강태도가 낮았다. 구강건강실천에 대해서는 '외모에 대한 불만'이 가장 영향을 미치는 변인으로 나타났으며, '성격에 대한 불만', '부모님에 대한 갈등'은 구강건강실천에 양(+)의 영향을 미치는 변인으로 조사되었으며, '성에 대한 문제'는 구강건강실천에 음(-)의 영향을 미치는 변인으로 조사되어 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $P < .05$ ). 즉, '외모에 대한 불만', '성격에 대한 불만', '부모님에 대한 갈등'에 대한 스트레스가 높을 경우 구강건강실천정도가 높게 나타났으며, '성에 대한 문제'에 대한 스트레스가 높을 경우 구강건강실천정도가 낮게 나타났다. 이는 외모에 많은 관심을 갖는 신세대 군인들의 특성이 반영되어 나타나는 현상으로 추정되며 또한 외모와 성격에 대한 불만은 대인관계 향상을 위한 스스로의 노력으로 구취, 심미 등의 구강건강과 관련된 구강건강실천이 증가된 결과라 생각된다. 그러므로 추후 군인을 대상으로 한 구강건강 프로그램 개발 시 구강질환 예방과 더불어 대상자의 요구도를 반영한 구취, 심미적인 부분의 내용도 포함시켜야 할 것으로 사료된다.

이상의 결과를 살펴볼 때, 본 연구 대상자들의 스트레스 정도는 전반적으로 낮게 조사되었으며, 구강건강실천과 태도에 영향을 미치는 스트레스 변인은 외모나 성 등 외적인 부분과 관련 있는 것으로 나타나 향후 구강건강교육 내용에 반영되도록 하여, 구강건강 증진뿐만 아니라 스트레스를 관리하고 감소시킬 수 있도록 유도해야 할 것이다.

한편 본 연구의 제한점은 연구대상의 표본크기가 작아 일반화의 어려움이 있으므로 후속 연구에서는 이를 보완해야 할 것이며, 군인들의 구강건강을 유지하는 것은 개

인뿐 아니라 국가적으로도 이익이 되므로 군내 구강건강 사업이 활성화되기 위한 프로그램 개발 및 지속적인 교육을 통해 군인들의 구강건강실천 및 태도가 긍정적으로 변할수 있도록 정책적 제도 마련과 치과 의원 및 군부대 보건실무자의 노력이 필요할 것으로 사료된다.

## 요 약

본 연구는 군인들의 구강건강에 관한 실천과 태도 및 스트레스 수준을 조사하고 상호연관성을 파악하여 군인의 구강건강 수준 향상을 위한 기초자료를 제공하고 2008년 6월 11일부터 8월 10일까지 충청북도 G군에 위치한 군부대 군인들을 대상으로 자기기입식으로 응답한 144부 설문지를 분석 자료로 사용하였으며, SPSS WIN 17.0 프로그램을 이용하여 분석한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 연구대상자의 스트레스는 전체평균 9점 만점에서 3.55로 전반적으로 스트레스 정도는 낮은 것으로 조사되었으며, '장래에 대한 문제'가 평균 5.50으로 가장 높게 나타났고, 부모님과의 갈등이 2.17로 가장 낮은 것으로 조사되었다.
2. 일반적인 특성에 따른 구강건강실천 및 태도에서는 학력이 높을수록 구강건강실천 정도가 높은 것으로 조사되었으며, 흡연을 하지 않는 경우가 흡연을 하는 경우보다 구강건강실천 정도가 높은 것으로 조사되어 통계적으로 유의한 차이를 보였다.
3. 군인들의 스트레스가 구강건강실천 및 태도에 미치는 영향력을 살펴본 결과 구강건강태도에 영향을 미치는 스트레스 변인으로는 '학업 및 직장', '성에 대한 문제'가 영향을 미치는 변인으로 조사되었으며, 구강건강실천에 영향을 미치는 스트레스 변인으로는 '외모에 대한 불만', '성격에 대한 불만', '부모님과의 갈등', '성에 대한 문제'가 영향요인으로 조사되었다.

## 참고문헌

1. Jung SI: Levels of health promoting lifestyle and related factors among the Korean military officers and NCOs. Master's Thesis of Graduate School of Yonsei University, pp. 1-3, 2005.
2. Patterson RE, Haines PS, Popkin BM: Health lifestyle

- patterns in US adults. Preventive medicine 23:453-460, 1994.
3. Ketola E, Sipila R, MkelM: Effectiveness of individual lifestyle interventions in reducing cardiovascular disease and risk factors. Ann Med 32(4):239-251, 2000.
4. Yoshito Koyama et al.: Relationship between lifestyle and oral health in Chinese elderly. Nippon Eiseigaku Zasshi 61(1):53-62, 2006.
5. DeFrank RS, Cooper CL: Worksite stress management interventions: Their effectiveness and conceptualization. J Manage Psychol 2:4-10, 1987.
6. Seo BM: A study on career soldiers' stress and its causes : Principally as viewed from organizational and individual perspectives. Master's Thesis of Graduate School of Social Development Chung-Ang University, pp.52-70, 1998.
7. Soon SK: The relationship between stress, stressor and the patterns of coping with the stress in military wives. Master's Thesis of Graduate School of Administrative sciences Yonsei University, pp.31-40, 1996.
8. Park EY et al.: Relationship between stress and health behaviors practice. J Korean Acad Fam Med 21(11):1436-1450, 2000.
9. Kim JB et al.: Public health dentistry. Komoonsa. Seoul, p.25, 1998.
10. Kim KD: Dental IQ and oral health care status in elementary school students. Master's Thesis of Graduate School of Inje University, pp.48-57, 2003.
11. Yoon JH et al.: Knowledge, attitude and practice related to dental health among some Korean soldiers. Korean Public Health Research 31(1):86-96, 2005.
12. Park GH: Relations between health promoting lifestyle and health conception, self efficacy, hardiness. Master's Thesis of Graduate School of Ewha Womans University, pp.29-41, 1995.
13. Lim DS: A study on the health concept, health promotion and practices behaviors of some soldiers. Master's Thesis of Graduate School of Kyung-Hee University, pp. 71-73, 2005.
14. Kang JG: A study on the influence factors to the health practices behaviors of some in the army governing body. Master's Thesis of Graduate School of Kyung-Hee University, pp.27-53, 2003.
15. Jung HY, Jung MA: A study on the state of oral health care among military men: the case of the army and the navy. J Kor Soc Hygienic Sciences 13(1):43-59, 2007.
16. Korean Association of Smoking & Health: 5&6 giving up smoking class, Seoul, pp.25-27, 2007.
17. Hyun HS, Lee IS: A study on stress and symptoms of stress in soldiers in the army. J Korean Acad Nurs 38(2):238-247, 2008.

(Received August 3, 2009; Revised August 30, 2009; Accepted September 17, 2009)

