

사상체질별 임상지표와 건강상태의 연관성 연구 - 여성을 중심으로 -

장은수* · 유종향* · 백영화 · 김호석 · 김종열 · 이시우

한국한의학연구원

Abstract

The Association between Symptom Evaluation Index and Health State according to Sasang Constitution in Women

Jang Eun-Su, Yoo Jong-Hyang, Baek Young-Wha, Kim Ho-Seok, Kim Jong-Yeol, Lee Si-Woo

Korea Institute of Oriental Medicine

1. Objectives

We aimed to know what are different in physiological and pathological symptoms associated with health state according to Sasang Constitution in women

2. Methods

We recruited 338 women between 10 and 80, excluding individuals who have physically or psychologically serious disease, or women in pregnancy among Korean population in Traditional Korea Clinics. We used CRF(Case Report Form, C-2009-002439) as measurement of physiological and pathological symptoms and SF-36 (Short Form-36) as measurement of health state

We analyzed association between physiological and pathological symptoms and health state with Two-way ANOVA

3. Results

There are 9 different symptoms associated with health state, such as digestion state, uncomfortable problem in belly, indigestion in bad condition, abnormal sweat, night sweat, clean in urine, no problem in urine, feel heavy in chest according to Sasang constitution.

4. Conclusions

Physiological and pathological symptoms are associated with health state and some symptoms associated with health state are different according to Sasang Constitution in women.

Key Words: Sasang Constitution, Health State, SF-36, Physiological Symptoms, Sasang Health Index

- 접수일 2009년 10월 18일; 심사일 2009년 11월 06일;
승인일 2009년 12월 01일
- 교신저자 : 이시우
대전시 유성구 엑스포로 483(점민동 461-24)
한국한의학연구원 체질의학연구본부
Tel : +82-42-868-9555 Fax : +82-42-868-9480
E-mail : bfree@kiom.re.kr
- 연구비 지원기관: 한국한의학연구원

I. 緒 論

세계 보건기구(World Health Organization; WHO)의 건강 정의에 따르면, 건강이란 질병이 없거나 허약하지 않은 상태 뿐 아니라 신체적, 정신적, 사회적으로 완전히 안녕한 상태로 정의하고 있다¹. 서양의학이 질병에 초점을 두고 있는 반면, 사상의학에서의 건강상태란 신체적 면에서 完實無病이 중요한 지표로 작용하게 되고, 정신적 면에서 喜怒哀樂의性情의 中庸의 調節을 통해 恒心이 寧靜되는 것이 중요한 요소로 작용하며, 사회적 면에서 酒色材權의 調節이 중요한 요소로 작용한다고 구분하여 건강 개념을 접근한 것은 통합적, 총체적 개념의 건강 정의에 더욱 충실한 면이 있다고 하겠다.

동무 이제머는 『東醫壽世保元』에서 각 체질에서 평소 가지고 있는 생리적 또는 병리적 증상인 소증에 대해 기술³하고 있으며, 사상의학에서는 신체적 건강상태의 중요 지표인, 대변, 소변, 땀, 소화 등의 完實無病 지표들을 포함하여 한열, 음수, 수면, 피로 등의 소증 특성들이 체질을 진단하는 기준이 되어 왔다.

이런 진단적 기준 외에 동무는 증상 발현을 건강상태에 따라 다르게 보고자 하였는데, 즉 태음인이 땀을 많이 흘리면 건강하다고 하여 발한을 체질 진단 요소로 보는 것이 아니라 발한을 건강의 척도로 보아 사상인 건강상태에 따른 증상 변화를 매우 중요시 하였다. 또한 동무는 이런 관점으로 인간의 수명 또는 건강상태와 관련하여 命과 命脈實數라는 개념을 각각 제시하였다⁴.

한방검진 프로그램에 참가한 대상자 중 검진사업에 한방검진이 포함되기를 희망하는 경우가 75%를 넘고⁵, 체질에 따른 건강관리의 만족도가 87%로 높다는 것은 한방 특히 체질에 따른 관리가 건강에 도움이 됨을 보여준다.

백 등의 연구⁷에서 체질에 따라 건강행위가 달라야 한다는 것과 2005년 국민건강 영양조사 결과⁸에서 남녀의 질병 유병율이 달라 남녀를 구별하여 질병 및 증상을 이해하려는 경향이 있는 점, 더불어 최근 의학의 흐름이 유전자 특성에 따른 개별 맞춤의학을 지향하고 있다는 면에서⁹, 남녀를 구분하여 건강 차이를 나타내는 체질별 소증 지표를 밝힌다면 보다 질 높은

건강관리에 도움이 될 것이라 생각된다.

현재까지 사상체질에 따른 건강지표 연구로 문헌을 통해 大便, 小便, 汗出, 消化 등 完實無病과 건강과의 연관성을 본 연구가 있었고¹⁰⁻¹⁴, 이 외 수면, 대소변 등 임상 증상의 비교 검토 연구¹⁵⁻¹⁸ 및 완실무병과 체질별 삶의 질을 살펴본 임상 연구^{19,20}들이 있었으나 일부지표에 한정되거나, 건강 지표를 발굴하기 위한 연구로 보기는 다소 방향이 다른 점이 있었다. 이에 본 연구에서는 完實無病을 포함하여 다양한 병증 소증에 대해 한국형 삶의 질 평가도구로 건강의 정도를 측정함으로써 다양한 증상들의 건강 수준과의 연관성을 밝히고, 건강 차이를 나타내는 체질별 지표를 발굴하며, 차후 이제머의 命脈實數의 개념을 점수화 할 수 있는 체질건강지수(SHI: Sasangin Health Index) 개발 기반을 마련하고자 하였다.

II. 研究對象 및 方法

1. 연구 대상

대상자는 전국 4개 한방병원과 8개의 한의원에 2007년 11월부터 2009년 6월까지 내원한 10세에서 80세 사이의 사람으로, 아래 체질진단 기준에 맞아 체질이 확인된 여성을 대상으로 하였다. 임신부와 설문작성에 무리가 되는 심각한 질병 등을 가지고 있는 사람은 제외하였으며, 총 338명이 참가하였고 태양인 23명을 제외한 315명을 분석대상으로 하였다.

2. 체질진단

체질 확인을 위해 본 연구에서는 아래의 두 가지 조건을 동시에 만족시키도록 하였다.

(1) 전문가 자격 및 체질진단

사상체질 임상 5년 이상의 경력자 중, 체질처방 비율이 90% 이상인 의사 혹은 사상체질전문가가 대상자와 면담을 통해 체형기상, 용모사기, 성질제간, 병증소증, 약리기록을 기반으로 체질을 확인한 경우

(2) 대상자 약리기준

한방 의료기관을 최소 4회 이상 방문하여 경과를

관찰한 사람들 중에서 의무기록상 최소 60첩 이상 동체질 처방을 투여 받아 부작용이 없고, 주증 및 소증이 일정 정도 이상 호전되었거나, 혹은 최소 100첩 이상의 동일 체질처방 복용기록이 있는 경우

3. 연구도구

(1) 소증지표 측정도구

소증 및 병증 측정도구로 증례기록지(저작물 번호: 제 C-2009-002439호, 별첨)를 이용하여 평소 증상을 중심으로 최근 6개월 내의 생활습관을 체크하도록 하였다. 소증 설문은 完實無病 지표인 식사 및 소화(5 문항), 대변(7문항), 소변(5문항), 땀(4문항) 4가지 항목과 피로(2문항), 음수(2문항), 수면(3문항), 한열(4문항)의 일반사항 4가지를 포함하였으며, 병증설문은 가슴, 배, 컨디션과 관련된 3개 문항을 포함하였다.

(2) 건강수준 측정 도구

사상의학에서 건강은 신체적 건강과 정신적 안정, 사회적 윤리 실천을 모두 포함하는 개념으로 개별 개념의 건강측정 도구를 이용하기보다 Ware와 Sherbourne가 개발한 신체적, 정신적, 사회적 측면의 종합적 건강수준을 측정할 수 있는 정식 한국어판 36-Item Short Form Health Survey(Korea SF-36v2® standard, SF-36) 설문도구를 이용하였다(21). SF-36은 기능수준(Functional Status), 안녕수준(Well-being), 전반적 건강평가(Overall Evaluation of Health) 등 3개의 영역, 세부적으로 8가지 범주를 측정할 수 있으며, 총 36개의 문항으로 구성된

설문으로, SF-36 설문지로부터 얻어진 점수는 매뉴얼에서 제시하는 절차와 해석방법을 따랐는데 본 연구에서는 건강이 분리된 측면이 아니기 때문에 이들의 총합을 건강의 총합으로 산정하였다. 최저 0에서 최고 100점에 이르는 값을 갖게 되는데, 점수가 높을수록 건강이 좋은 상태를 반영한다.

4. 분석 방법

건강수준을 나타내는 SF-36 점수에 대한 체질간 비교에는 분산분석법(analysis of variance, ANOVA)을 이용하였고, 평균 소증 병증 지표와 체질이 건강 수준에 미치는 연관 정도를 알아보기 위하여 이원분산분석법(Two-way ANOVA)을 사용하였다. 통계적 유의수준은 p-value<0.05로 하였다.

III. 結 果

1. 인구학적 특성

태양인을 제외한 총 참여 여성수는 315명이었으며, 태음인이 124명(39.4%), 소음인이 82명(26.0%), 소양인이 109(34.6%)였다. 연령별로는 30대가 72명(22.9%)으로 가장 많았고 50대(79명), 40대(62명) 순이었다. (Table 1)

2. 건강수준 평가 점수의 체질 간 차이

각 체질별 SF-36 점수 총합의 평균은 63.2점이었고,

Table1. Constitution Distribution by Age

Age	Constitution				Total
	Tae-eumin	Soeumin	Soyangin		
10~19	4(1.3)	3(1.0)	3(1.0)		10(3.2)
20~29	9(2.9)	8(2.5)	6(1.9)		23(7.3)
30~39	37(11.7)	18(5.7)	17(5.4)		72(22.9)
40~49	25(7.9)	19(6.0)	18(5.7)		62(19.7)
50~59	28(8.9)	15(4.8)	27(8.6)		70(22.2)
60~69	15(4.8)	11(3.5)	25(7.9)		51(16.2)
over 70	6(1.9)	8(2.5)	13(4.1)		27(8.6)
Total	124(39.4)	82(26.0)	109(34.6)		315(100)

Table 2. SF-36 Scales by Sasang Constitution

Constitution	SF-36	N	Mean	SD	F	p-value
Tae-eumin		105	63.2	16.5	0.11	0.896
Soeumin		80	62.6	17.7		
Soyangin		124	63.7	15.3		
Total		309	63.2	16.3		

태음인이 63.2점, 소음인 62.6점, 소양인 63.7점으로 체질별 SF-36 평균 점수는 통계적으로 유의한 차이가 없었다(Table 2).

3. 여성의 소증 병증 증상과 건강수준과의 연관성

소증 설문 중 완실무병 지표인 식사 및 소화, 대변, 소변, 땀 내 가지 항목과 피로, 음수, 수면, 한열의 일반 사항 전체 82개 증상 문항 중, 건강수준과 연관성을 나타내는 항목으로는 소화항목에서 소화상태, 입맛, 소화관련 증상들, 땀 항목에서는 발한 후 기분, 땀 부위, 이상땀 여부, 소변항목으로 횡수, 야간뇨 횡수, 소변 세기 등이 있었고, 피로 정도 및 피로시간, 수면 양상, 시간, 꿈 여부 등 26개 증상이 있었다(Table 3).

4. 여성의 건강수준에 대한 체질별 차이

전체 82개 증상 문항 중 체질별 차이를 나타내는 항목으로는 소화관련 문항 4개와 땀, 소변, 가슴 답답함 관련 문항 등 9개 문항이 건강수준과 연관이 있었다(Table 4).

(1) 소화상태

소화가 잘 되는 것과 잘 되지 않는 것에 대해 체질별 건강수준에 차이가 있었다. 소음인은 소화가 잘되는 경우 삶의 질 점수는 67.8점, 안 되는 경우 52.2점으로 나타났고, 태음인은 소화가 잘되는 경우 66.5점, 소화가 안 되는 경우 55.5점으로 나타났다. 소양인은 소화가 잘 되는 경우 63.4점, 안 되는 경우 64.4점으로 나타났다. 또한 소음인이 잘 체하지 않는 경우 삶의 질 점수는 66.8점으로 나타났고 잘 체하는 경우 52.8점, 태음인은 잘 체하지 않는 경우 65.2점, 잘 체하는 경우 56.2점, 소양인이 잘 체하지 않는 경우 62.0점,

잘 체하는 경우는 67.5점으로 나타났다. 소음인이 소화 시 불편한 증상이 있는 경우 삶의 질 점수는 58.2점, 없는 경우 73.3점, 태음인이 소화 시 불편한 증상이 있는 경우 63.2점, 없는 경우 63.1점, 소양인이 소화 시 불편한 증상이 있는 경우 63.3점, 없는 경우 64.6점으로 나타났다.

소음인이 몸 컨디션이 안 좋은 때 소화기 쪽 문제가 생기는 경우 삶의 질 점수는 58점, 소화기에 문제가 생기지 않은 경우 66.5점으로 나타났고, 태음인은 64.7, 62.5점, 소양인은 67.3, 61.1점으로 나타났다 (Table 5, Figure 1).

(2) 발한

소음인이 비정상적으로 땀을 흘리는 경우 삶의 질 점수는 49.2점, 그렇지 않은 경우는 67.0점으로 나타났고, 태음인은 비정상적 땀이 있는 경우 63.8점, 없는 경우 62.8점, 소양인이 비정상적인 땀이 있는 경우 60.1점, 없는 경우 65.0점으로 나타났다. 소음인이 밤에 식은 땀이 없는 경우 삶의 질 점수는 65.6점, 밤에 식은 땀을 흘리면 43.9점, 태음인이 밤에 식은 땀이 없는 경우 63.2점, 있는 경우 63.1점, 소양인이 밤에 식은 땀이 없는 경우 63.8점, 있는 경우 63.0점으로 나타났다(Table 5, Figure 2).

(3) 소변 및 가슴 답답함

태음인이 소변이 맑은 경우 삶의 질 점수는 67.4점, 소변이 맑지 않은 경우 55.7점으로 나타났고, 소음인은 소변이 맑은 경우 64.4점, 맑지 않은 경우 60.4점, 소양인이 소변이 맑은 경우 63.0점, 맑지 않은 경우 63.8점으로 나타났다. 소음인이 소변에 불편한 이상 즉 통증이나 빈뇨, 시작하기 힘들, 잔뇨감, 요실금 등

Table 3. Association between SF-36 and Physiological & Pathological Symptom in Subjects

Items	Response	N	Mean	SD	p-value	Items	Response	N	Mean	SD	p-value
Good in digestion	Yes	216	65.5	15.4	0.000	Urination_strength	Strong	40	66.4	16.6	0.001
	No	93	57.8	17.2			normal	225	64.3	16.0	
	Normal	140	63.0	16.2			weak	44	54.9	15.4	
Appetite	Good	145	65.3	15.3	0.003	Urination_color_clearness	No	130	60.6	16.1	0.014
	Bad	24	51.8	18.8			Yes	179	65.1	16.2	
Stomach_Burp	No	250	64.1	16.0	0.044	Urination_too_frequent	No	262	64.2	15.5	0.031
	Yes	59	59.4	17.0			Yes	47	57.6	19.4	
Stomach_Heartburn	No	255	64.6	15.9	0.001	Urination_hard to start	No	306	63.4	16.3	0.032
	Yes	54	56.7	16.8			Yes	3	44.5	4.5	
Stomach_food doesn't go down	No	272	64.1	16.1	0.006	Urination_symptom_none	No	100	59.5	17.3	0.005
	Yes	37	56.4	16.6			Yes	209	65.0	15.6	
Stomach_nothing	No	221	62.0	15.9	0.031	Fatigue_degree	none	20	69.7	17.7	0.000
	Yes	88	66.4	17.0			a little	104	68.8	14.7	
Perspiration_feeling after perspiration	Fresh	103	67.0	15.3	0.012		medium	115	62.9	15.4	
	Fatigue	98	60.5	16.8		severe	70	53.4	15.1		
	No feeling	107	61.9	16.3		No	282	64.1	16.0	0.001	
Part of perspiration_chest and armpit	No	151	61.0	16.9	0.018	Fatigue_time_all day	Yes	27	53.9	16.4	
	Yes	158	65.3	15.5			none	62	67.0	15.4	0.037
Abnormal perspiration_none	No	87	59.1	16.6	0.005	Sleep_dream	a little	167	63.4	16.1	
	Yes	222	64.8	15.9			many	80	59.9	17.0	
Abnormal perspiration_at night	No	266	64.0	16.0	0.028	Sleep_condition_good	No	146	57.7	15.5	0.000
	Yes	43	58.2	17.4			Yes	163	68.1	15.4	
Abnormal perspiration_during day	No	291	63.8	16.0	0.042	Sleep_condition_hard to fall asleep	No	210	65.9	16.2	0.000
	Yes	18	54.3	19.4			Yes	99	57.6	15.2	
Urination_frequency	2~3 times/day	47	66.8	14.8	0.002	Sleep_condition_wake up often	No	215	64.9	15.9	0.005
	4~7 times/day	191	64.5	15.8			Yes	94	59.3	16.6	
	8~9 times/day	52	59.3	18.4		less than 4hours	6	48.9	16.6	0.017	
	over 10 times	19	51.9	13.6		4~6 hours	96	60.4	16.0		
Urination_at night_frequency	none	144	66.2	16.0	0.000	Sleep_duration	6~8 hours	167	65.2	16.3	
	1 time/day	105	63.4	15.7			over 8 hours	39	64.4	15.3	
	2 times/day	40	57.7	15.8			Condition_perspiration	No	275	63.9	16.3
over 3 times/day	20	51.6	15.8	Yes	34	58.0	15.7				

calculated by one way ANOVA test

Table 4. Association between SF-36 and Ordinary& Pathological Symptom by Sasang Constitution

Constitution*Item	p-value	Constitution*Item	p-value
Meal_regularity	0.240	Urination_strength	0.184
Meal_quantity	0.901	Urination_abnormality_turbid	0.076
Meal_speed	0.725	Urination_abnormality_clear	0.018**
Digestion_degree	0.001*	Urination_abnormality_yellow	0.813
Digestion_not well	.	Urination_abnormality_reddish	0.418
Digestion_appetite	0.060	Urination_abnormality_foamy	0.470
Stomach_indigestion	0.000*	Urination_symptom_painful	0.251
Stomach_vomit	0.508	Urination_symptom_too frequent	0.096
Stomach_nausea	0.277	Urination_symptom_hard to start	0.793
Stomach_gas in the bowl	0.433	Urination_symptom_feeling unrefreshed	0.830
Stomach_stomachache	0.803	Urinary incontinence	0.692
Stomach_hunger	0.506	Urination_symptom_none	0.043**
Stomach_burp	0.133	Fatigue_degree	0.672
Stomach_heartburn	0.093	Fatigue_time_when getting up	0.363
Stomach_food doesn't go down	0.149	Fatigue_time_in the mornings	0.613
Stomach_too much appetite	.	Fatigue_time_in the afternoons	0.891
Stomach_none	0.008*	Fatigue_time_at night	0.962
perspiration_amount	0.368	Fatigue_time_all day	0.723
perspiration_mood after perspiration	0.806	Sleep_dream	0.795
perspiration_head and face	0.464	Sleep_sleep soundly	0.562
perspiration_neck	0.653	Sleep_hard to fall asleep	0.451
perspiration_chest and armpit	0.719	Sleep_wake up often	0.319
perspiration_back	0.980	Sleep_take a nap often	0.232
perspiration_hand	0.927	Sleep_duration	0.768
perspiration_feet	0.147	Heat and cold_preference	0.328
perspiration_groin	0.338	Heat and cold_hand	0.970
perspiration_all over the body	0.973	Heat and cold_foot	0.820
abnormal perspiration_none	0.001*	Heat and cold_abdomen	0.310
abnormal perspiration_sweat at night	0.002*	Drinking water_quantity	0.064
abnormal perspiration_sweat during day	0.469	Drinking water_temperature	0.364
abnormal perspiration_sweat during meals	0.231	Chest_choky	0.034**
Excrement_habbit	0.627	Chest_pain	0.489
Excrement_frequency	0.997	Chest_beating	0.737
Excrement_duration	0.309	Chest_uneasy	0.340
Excrement_thickness	0.306	Chest_frequent sigh	0.187
Excrement_hardness	0.753	Chest_none	0.584
Excrement_type	0.937	Condition_perspiration	0.796
Excrement_feeling after excrement_refreshed	0.093	Condition_digestion	0.007*
Excrement_pain	.	Condition_excrement	0.709
Urination_frequency	0.920	Condition_urine	0.758
Urination at night_frequency	0.268	Condition_etc	0.302

calculated by two way ANOVA test, * p<.01, ** p<.05

Table 5. Association between SF-36 and Symptoms by Sasang Constitution

Item	Tae-eumin		Soeumin		Soyangin	
	SF-36 Score	N	SF-36 Score	N	SF-36 Score	N
Good Digestion	66.5	73	67.8	53	63.4	90
Bad Digestion	55.5	32	52.2	27	64.4	34
Not indigestion	65.2	73	66.8	58	62	84
Indigestion	56.2	32	52.8	22	67.5	40
Have a trouble in digestion	63.2	76	58.2	57	63.3	88
Not have a trouble in digestion	63.1	29	73.3	23	64.6	36
Digestion cause trouble when I am not well	64.7	30	58	37	67.3	52
Digestion not cause trouble when I am not well	62.5	75	66.5	43	61.1	72
Have an Abnormal sweating	63.8	34	49.2	20	60.1	33
Not have an abnormal sweating	62.8	71	67	60	65	91
Have a sweat at night	63.1	15	43.9	11	63	17
Not have a sweat at night	63.2	90	65.6	69	63.8	107
Clear Urine	67.4	67	64.4	11	63	69
Not Clear Urine	55.7	38	60.4	69	63.8	55
Some symptom in urination	60.3	38	52.3	22	62.6	40
Not any symptom in urination	64.8	67	66.4	58	64.2	84

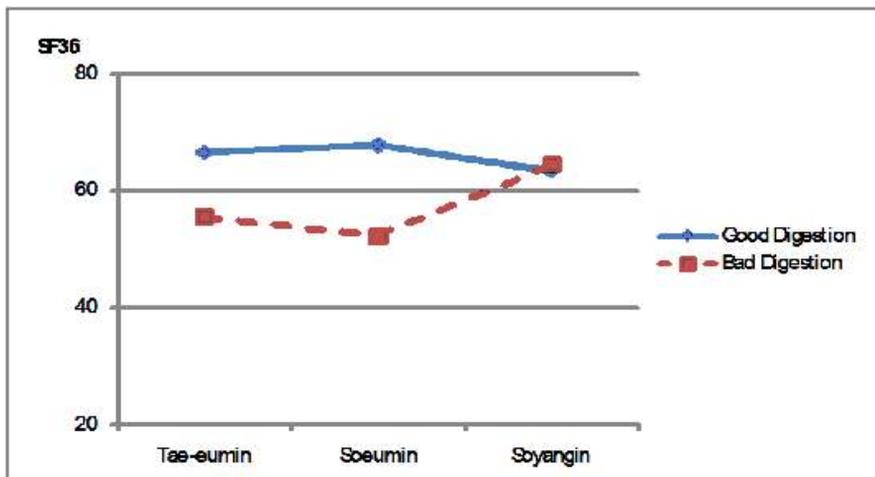


Figure 1. Association between SF-36 and digestion according to Sasang Constitution.

의 증상이 없는 경우 66.4점, 소변에 불편함이 있는 경우 52.3점으로 차이가 가장 많았고, 태음인이 소변에 이상이 없는 경우 64.8점, 이상이 있는 경우 60.3점, 소양인이 소변에 이상이 없는 경우 64.2점, 이상이 있는 경우는 62.6점으로 나타났다 (Table 5, Figure 3).

소음인이 가슴 답답함을 호소하는 경우 49.1점, 그렇지 않은 경우 67.7점으로 나타났고, 소양인은 59.7, 65.6점, 태음인은 57.2, 65.8점으로 나타났다.

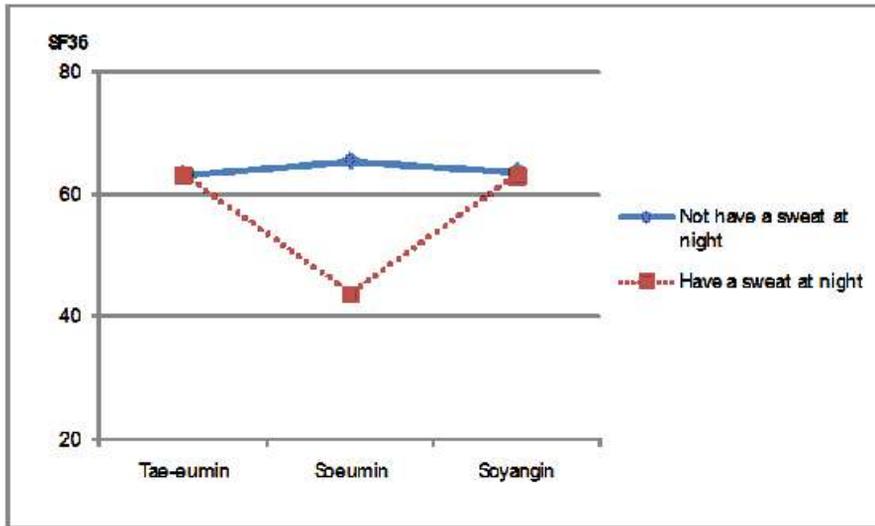


Figure 2. Association between SF-36 and Perspiration according to Sasang Constitution.

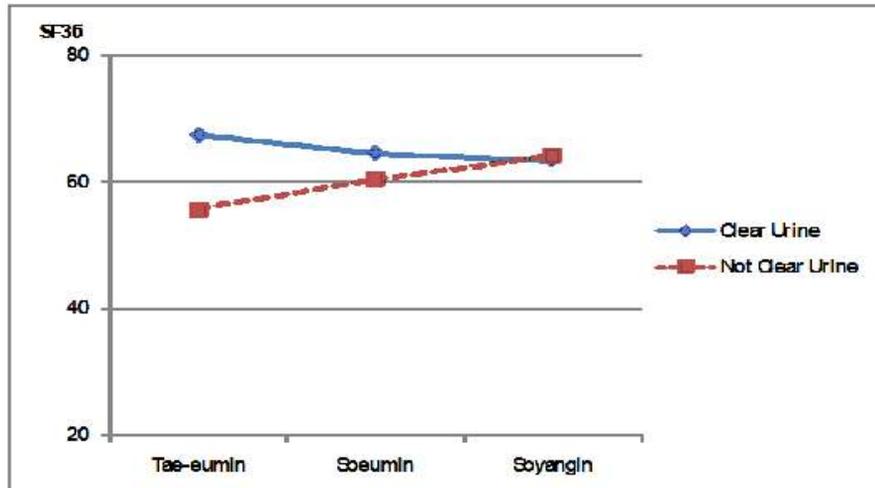


Figure 3. Association between SF-36 and Urination according to Sasang Constitution

IV. 考 察

여성들은 평균적으로 남성들보다 더 많은 건강문제로 의료서비스를 받고 있으며, 여성만의 특수한 건강 문제를 갖고 있다²². 여성의 건강은 여성에게 부여되는 출산과 육아의 역할, 그리고 그로 인한 영향은 여성 자신뿐 아니라 가족전체의 건강과 안녕에 막대

한 영향을 미치고 더 나아가 국가적인 차원에서도 그 중요성이 크다 할 수 있다²³.

여성에 특화된 건강문제나 이를 관리하는 방법들이 보다 세분화되어 가고 있는 추세에, 여성의 체질별 임상지표와 건강수준에 대해 살펴보는 것은 의미 있는 일이라 하겠다.

『東醫壽世保元 草本卷』에서 건강의 등급을

나누고 있고, 완실무병의 지표를 소음인 소화, 소양인 태음인 발한, 태양인 소변으로 각 체질별로 건강을 평가하는 중요 지표를 달리하고 있음에 착안하여, 본 연구에서는 여성의 건강수준에 영향을 끼치는 각 체질별 병증 소증 중요 지표를 알아보고자 하였다.

서양에서는 질병의 유무를 통해 건강상태를 판별하고자 하였으나, 동양에서는 증상과 병증을 통해 건강상태를 판별하고자 하였다²⁴. 전체적으로 조사한 82가지 소증 중 26가지 증상이 건강상태와 연관이 있는 것으로 나타났다. 특히 소화와 관련하여 소화상태, 입맛, 소화관련 증상들, 땀 항목에서는 발한 후 기분, 땀 부위, 이상땀 여부, 소변항목으로 횡수, 야간뇨 횡수, 소변 세기, 피로 정도 및 피로시간, 수면 양상, 시간, 꿈 여부 등의 문항은 통상 기능적 이상에서 호소되는 지표들로 건강상태를 판별하는 기준은 질병 이전에 증상이 우선되어야 함을 보여주는 것이라 하겠다. 따라서 보다 건강한 삶을 위해서는 건강에 대한 인식이 질병으로부터 회복 개념에서 증상으로부터 회복 개념으로 넓혀감이 필요하다고 생각된다.

체질별 SF-36 점수의 총점 평균을 분산분석법을 통해 체질 간 차이를 살펴본 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나지 않았는데, 이러한 결과는 손 등¹⁹의 연구와 동일하였다. 이는 사상인의 건강 수준에는 체질별 차이가 없다는 것으로 체질에 따라 偏小偏大之臟이 정해져 있으나 특별히 어느 체질이 불건강 혹은 건강한 것이 아니라 건강에 있어서는 모두 동일한 출발점에 있다는 것을 의미한다.

소화기능과 관련하여 소음인도 문제가 없는 경우가 많았다. 이는 소음인이라 할지라도 소화증상에 문제가 없을 수 있고, 소화에 문제가 없는 소음인은 건강하다는 것을 의미하는 것으로, 소화불량, 잘 체함, 컨디션과 관련된 소화여부가 진단지표보다는 건강지표로서 더 큰 의미가 있다고 할 수 있다. 이런 점은 『東醫壽世保元』에서 소음인의 중요한 건강지표로 완실무병 조건을 飲食善化로 기술한 점과 유사하다고 하겠다.

박 등의 연구¹⁷에서 소음인이 타 체질에 비해 쉽게 체하고 신경을 쓰면 소화불량이 생기기 쉽다고 해석하고 있는데, 체질진단에 소화와 관련된 지표를 이용할 때는 단순히 소화가 '잘 된다' '안 된다'로 체질을 판정하기 보다는 건강상태를 체크한 뒤 건강하지 않

을 경우 소화가 잘 안되면 소음인의 가능성이 높다고 판정하는 즉, 건강의 정도에 따른 소화여부를 체질진단에 이용하는 것이 타당하다고 하겠다.

소화기능과 관련하여 소음인이 소화불량, 소화기 쪽 불편한 증상, 잘 체함, 컨디션이 안 좋을 때 소화기 쪽에 문제가 생기는 경우와 그렇지 않은 경우의 삶의 질 점수 차이는 15.6점, 14점, 15.1점, 8.5점으로 나타났고, 태음인은 10점, 9점, -0.1점, 2.2점, 소양인은 1점, -5.3점, 1.3점, 6.2점으로, 소음인, 태음인, 소양인 순으로 그 차이가 심한 경향이였다. 이는 소화와 관련된 증상이 다른 체질에 비해 소음인 건강상태에 영향을 많이 주고, 반대로 소양인은 소화상태가 평소 건강상태에 별로 영향을 끼치지 않는다는 것으로 소화와 관련된 체 증상이 소음인의 건강과 밀접한 관련이 있음을 추정할 수 있다. 이는 손 등의 연구¹⁹에서 소음인 건강상태에 대한 표현으로 소화가 잘 되는 것이 건강상태와 연관이 있다고 한 부분과 다소 일치하는 경향이라 하겠다.

땀과 관련하여 태음인, 소양인이 식은 땀, 이상 땀 여부에 따른 삶의 질 점수 차이가 거의 나지 않는 반면, 소음인이 식은 땀 및 이상 땀을 흘리는 경우와 흘리지 않은 경우의 삶의 질 점수 차가 18점, 22점으로 그 차이가 다소 컸다. 이는 소음인이 비정상적 땀을 흘리는 것은 그렇지 않은 경우보다 삶의 질이 낮다는 것으로, 식은 땀 및 이상 땀 여부가 소음인의 건강상태를 파악하는 지표로 사용될 수 있음을 암시한다.

『東醫壽世保元』의 「四象人辨證論」에서 땀과 관련하여 건강상태 정도를 추정해 볼 수 있는 문구가 있는데, '小陰人 虛汗 則大病也'라고 하여 소음인이 땀이 나면 큰 병에 걸린 것이라고 한 점과 유사한 면이 있다.

하지만 소음인이라 할지라도 인중에 땀이 나는 것은 위험을 면한 吉證으로 보고, 소음병도 땀이 나면서 풀어진다고 하여 소음인 표증의 건강상태를 판별할 때 發汗을 중요시 하고 있다. 이를 볼 때 단순히 땀의 여부로 건강상태를 판단하기는 무리가 있으며 땀과 관련하여서는 병증과 땀나는 부위를 고려하여 건강을 해석하는 지표로 사용함이 적절하다고 생각된다. 이는 소음인과 소양인이 태양인과 태음인에 비해 몸 상태가 니쁠수록 식은땀이 난다고 밝힌 기존 연구¹⁰와도 비슷한 면이 있다고 하겠다.

소양인은 밤에 식은땀 나는 경우나 식사 시 땀이 나는 것이 그렇지 않은 경우보다 각각 0.8점, 4.9점 가량 낮게 나타나 점수 차는 크게 나지 않았으며, 특히 태음인은 비정상적인 땀과 식은 땀 여부에 따른 점수 차이는 거의 없었는데, 이는 태음인의 完實無病 조건을 發汗이라고 하여 汗夜通暢하면 건강하다고 한 점에서 비록 식은땀이라고 하더라도 태음인이 땀을 흘리면 태음인의 保命之主인 호산지기에 도움이 된 것으로 추정된다. 또한 『東醫壽世保元』 「太陰人 胃脘受寒 表寒病論」에서 ‘凡太陰人病 先額上眉稜有汗而一汗病不解 屢汗病解者 名曰長感病’; ‘此證 當以汗之進退占病之輕重’이라 하고, 태음인의 병으로 한결에서 4일 혹은 5일 이상 땀을 내지 못하는 경우는 중증, 힘증이라 하여, 발한을 병증에서 회복되는 중요한 건강지표로 삼은 점에서 볼 때, 병증과 무관하게 태음인 땀을 건강지표로 볼 수도 있어 보인다. 이런 관점은 장 등의 연구¹⁹에서 땀 지표가 태음인의 건강지표와 관련이 있다고 한 것과도 비슷한 결과이다. 단, 비이상적인 땀에 관한 언급이 문헌에 없었으며, 또한 손 등의 연구¹⁹에서 땀 지표가 태음인에게서 오히려 부정적인 결과를 나타내고 있다는 점에서 향후 추가 연구를 통해 검증해 볼 필요가 있겠다.

태음인이 소변색이 맑은 경우의 점수가 그렇지 않은 경우에 비해 건강수준 점수가 12점 가량 높았으며, 소양인은 소변색이 맑은 경우와 그렇지 않은 경우의 건강수준 점수 차이가 0.8점으로 거의 비슷하였다. 또한 소음인이 소변에 불편한 이상 즉, 통증이나 빈뇨, 시작하기 힘들, 잔뇨감, 요실금 등의 증상이 없는 경우가 그렇지 않은 경우보다 14점 가량 높아 건강수준이 높은 것으로 보이며, 태음인과 소양인은 각각 4.5, 1.6 점으로 점수 차가 작아 소변이 소양인, 태음인 건강수준에 큰 차이를 나타내지 않았다.

소음인에게 있어서 『동의수세보원』에서 ‘亡陽病證 非但觀於汗也 必觀於小便多少也’의 구문에서 알 수 있듯이 소변을 망양의 예후인자로는 언급하여, 소변 탁도와 소변 양이 소음인 건강지표일 가능성을 밝혔으나, 통증이나 빈뇨, 시작하기 힘들, 잔뇨감, 요실금과의 연관성은 문헌과 관련짓기 어려웠다. 태음인에 있어 동의수세보원 병증론에서는 태음인의 小便覺多, 小便不利와 같은 병증이 있을 때의 소변

상태가 이상함을 언급하였으나, 건강상태 소변의 특징적 양상은 구체적으로 언급되어 있지 않았다.

통상 소변의 경우 태양인 완실무병 지표임과 동시에 배뇨하는 腎의 기능을 대변하는 것으로 腎小한 소양인에게서 건강상태가 안 좋을 때 문제가 될 수 있다고 추정되고, 특히 『동의수세보원』에 ‘少陽人病 小便赤黃則 其病進 太陽人病 小便赤黃則 其病退也’이라고 하여 태양인, 소양인에서 소변 색이 중요시된다고 생각되나, 본 연구결과 소변 이상 정도에 따른 소양인의 건강점수에는 차이가 나타나지 않아 해석에 다소간 어려움이 있었다. 손 등의 연구¹⁹에서도 소변이 소양인의 건강과 다소 관련이 있다고는 하였으나 그 연관성이 다소 적어, 소양인의 건강을 소변에서 논하기는 어려움이 있으리라 생각된다. 단지 본 연구가 여성에 한정된 연구로, 소변과 관련하여 여성이 체질과 무관하게 구조적, 생리적 문제가 많을 수 있다는 점²⁵에서 체질적 차이보다는 성별 차이에서 생기는 가능성을 고려해 봐야 할 것으로 보인다.

이 외에 소음인이 기슴 답답함을 호소하는 경우 그렇지 않은 소음인에 비해 건강수준 점수가 18.6점이 낮고, 태음인은 8점, 소양인은 6점 가량 차이가 나 소음인에서 차이가 많은 경향이였다. 이는 소음인이 脾小한 장부특성상 무기력, 피로 등을 많이 느끼고, 무기력 등은 건강상태를 표현하는 하나의 기준이 될 수 있다는 면에서 다소 건강하지 않은 소음인이 기슴 답답함을 호소한다는 것으로도 추정해 볼 수 있겠다. 하지만 『東醫壽世保元』 「少陽人 脾受寒 表寒病論」에 소양인의 胸滿을 중병의 상태로 보고 있다는 점에서 본 연구결과를 해석함에 어려움이 있었다. 한숨의 경우 ‘少陰之執證 平居呼吸如常而有時有太息’ 라 하여 執證으로 다루어 졌을 뿐 건강 상태와 연관성 없다는 면에서 본 결과와 비슷하였다.

본 연구는 설문을 이용하여 최근 6개월 간 몸 상태를 기록한 것으로 자세한 상태에 대한 소증 병증 자료를 얻기 어려움이 있었으며, 건강측정 설문으로 사용한 SF-36이 복잡한 병증과 질병의 인과관계를 설명하지는 않아 연구결과를 해석하기 어려움이 있었다. 향후 사상체질의 건강수준을 측정할 수 있는 도구개발이 시급하다고 생각된다.

V. 結 論

본 연구에서는 10세에서 80세 사이의 여성 315명을 대상으로 완실무병을 포함한 다양한 병증 소증을 조사하고, 삶의 질 평가도구로 건강의 정도를 측정하여 다양한 증상들의 체질별 건강 수준 연관성을 밝히고자 하였다.

그 결과 26가지 증상이 여성의 건강수준과 연관이 있었고, 소화, 땀, 소변, 흥민 등의 체질별 건강 차이를 나타내는 차이를 나타내는 지표를 발굴하였다. 이런 지표들은 소변, 흥민 등 일부항목에서는 일치하지 않은 면이 있긴 하였으나, 소화, 땀 등 많은 항목에서 동의수세보원 등 원전과 일치하였다.

향후 본 연구를 바탕으로 보다 활발한 건강지표 발굴에 관한 연구를 기대하며, 본 연구결과가 사상체질별 건강수준 평가도구의 문항으로 활용될 수 있기를 희망한다.

VI. 感謝의 글

* 이 논문은 2009년도 한국한의학연구원의 지원을 받아 기관고유사업의 일환으로 수행된 연구임(Grant No. K09011).

VII. 參考文獻

- World Health Organization. Constitution of the World Health Organization: Basic Documents. Geneva, WHO, 1948.
- Lee TG, Whang MW, Lim JH, Jung YJ, Kim SB, Lee SK. A Study on Health Concept of Sasang Constitutional Medicine. J of Sasang Constitutional Medicine. 2003;15(3):88-99. (Korean)
- Lee JM, Donguisusebowon. Seoul, Korea. 1993. (Korean)
- Lee JM. 동의수세보원 사상초본권. 집문당. 사상체질의학 초본권. 2005:150-189.
- Lee EK, Jahng DS, Song YS, Lee KN. The study on the contents and satisfaction of oriental medicine examination program. Kor. J. Oriental Preventive Medical Society. 2002;6(1):51-95. (Korean)
- Yoo JH, Kim YY, Lee SW, Kim SH, Park KH, Jang ES. The Degree of Satisfaction on Constitutional Health Care Program for an Extended Family. J of Sasang Constitutional Medicine. 2009;21(2):87-95. (Korean)
- Baek YH, Kim HS, Jeong JW, Yoo JH, Lee SE, Jang ES. The Research on the association between Psychosocial Well-being Index and Health Behaviors according to Sasang Constitution. 한국한의학연구원 논문집. 2008;14(3):65-71. (Korean)
- 질병관리본부. 한국보건사회연구원. 국민건강영양조사 제 3기(2005) 심층 분석 :건강면접 및 보건영양 부문, 2007:50-128.
- 한국보건산업진흥원. 미래형 보건의료 대응을 위한 한국의 역할과 전략 연구. 2007.
- Lee YK, Kim DL. 대변을 중심으로 한 사상체질 병증에 대한 고찰. J of Sasang Constitutional Medicine. 1992;4(1):171-177.
- Kim SH, Kim DL. 소변변증의 사상체질학적 관점과 상한론적 관점에 대한 비교고찰. J of Sasang Constitutional Medicine. 1992;4(1): 179-186. (Korean)
- Seo W, Song JM. A study of Sasang Constitutional Medicine about Sweating. J of Sasang Constitutional Medicine. 2000;12(2): 56-66. (Korean)
- Ha MS. 한을 중심으로 한 체질병증에 대한 고찰. J of Sasang Constitutional Medicine. 1993;5(1):126-131.
- Baek TH, Choi JR, Park SS. A correlation research of Digestion According to Sasang Constitution. J of Sasang Constitutional Medicine. 2004;16(1) :112-119. (Korean)
- Choi JY, Lee YS, Park SS. The Characteristics of Perspiration According to Sasang Constitution. J Korean Oriental Med. 2002;23(4):186-195. (Korean)
- Choi JY, Park SS. A Clinical study of Stool According to Sasang Constitution. J of Sasang Constitutional Medicine. 2002;14(2):58-68. (Korean)
- Park HJ, Lee YS, Park SS. A Comparative Study on the Characteristics(Sweat, Stool, Urine, Digestion) of Soyang, Soeumin and Taeyang, Taeumin in Sasang Constitution. J of Sasang Constitutional Medicine. 2006;18(1):107-117. (Korean)

18. Kim JJ, Lee YS, Park SS. A clinical Study of Sleeping, Stool, Urine Accdoring to Taeyangsoyangin (yangin) and Taeumsoeumin(Eumin). J of Sasang Constitutional Medicine. 2005;17(3):82-90. (Korean)
19. Sohn EH, Kwak CK, Lee EJ, Assesment of the clinical efficacy of the health index in the sasang Constitution: Short Form-36 Based Study. J of Sasang Constitutional Medicine. 2004;16(3):26-33. (Korean)
20. Jang ES, Kim HS, Yoo JH, Baek YW, Oh SY, Lee SW. A study on the Association Between Sasang Health Index and THI(Todai Health Index) Score by Sasang Constitution. J of Sasang Constitutional Medicine.2008;20(2):43-52. (Korean)
21. Ware, JE Jr, & Sherboune C.D. The MOS 36-item short-form health survey (SF-36). I. Conceptual framework and item selection. Medical Care 30(6):473-483. 1992.
22. Phillips, C.R, Himwich, D.B, Fitzgerald C. 1999. "The Business of Women's Health, What nurses need to know now and in the 21st Century". AWHONN Lifelines. 1999;3(2):23-29. (Korean)
23. Shin KL. 도서지역 성인여성의 건강상태에 관한 연구. 성인간호학회지. 1997;9(1): 124-134.
24. Yang YK. 황재내경 소문. 일중사. 1991.
25. Hwang JS, Park TH, Kim DG, Kang MA, Kim SM, Bae CS, Sim JC, Yoon HW. J of Korean Society of obstetrics and Gynecology. The Prevalence of Female Urinary and fecal incontinence. 1998;41(6):1552-1559. (Korean)

별첨

증례기록지

소증 설문지	
아래 항목은 평소 증상을 중심으로 최근 6개월 내의 본인의 생활습관에 대해 기재합니다. 해당되는 경우에 <input checked="" type="checkbox"/> 하시고 애매한 경우는 담당자에게 문의하시기 바랍니다. (*)가 있는 부분은 중복체크 가능합니다.	
식사	식사를 규칙적으로 하십니까? 1□예 2□아니오
	평소 하루 식사량은 어떻습니까 1□보통 2□많다 3□적다 4□일정하지 않다
	평소 식사 속도는 어떻습니까? 1□보통 2□빨리 먹는다 3□천천히 먹는다
소화	소화가 잘 되십니까? 1□예 2□아니오
	(위 항목에서 소화가 안된다에 체크한 경우) 소화가 안되어 불편합니까? 1□예 2□아니오
	평소 입맛이 어떻습니까? 1□보통 2□좋은 편 3□안 좋은 편
땀	평소 땀을 어느 정도 흘리는 편입니까? 1□많다 2□적당하다 3□적다 4□없다
	땀을 흘리고 난 뒤 기분이 어떻습니까? 1□상쾌 2□피곤 3□아무느낌 없다
	(*)땀이 날 경우 주로 나는 부위는 어디입니까? (모두 체크) 1□머리와 얼굴 2□목 3□기슴과 겨드랑이 4□등 5□손 6□발 7□사타구니 8□특별히 정해지지 않고 전체적으로 골고루 난다.
	(*)식은 땀, 혹은 식사 시 땀을 흘리는 경우가 있습니까? (모두 체크) 1□없음 2□밤에 식은땀 3□낮에 식은땀 4□식사 시 땀남
대변	대변 습관은 어떻습니까? 1□규칙적 2□불규칙적
	대변을 보는 횟수는? 1□2-3회/1일 2□1회/1일 3□1회/1~2일 4□1회/2일 5□2회 이하/1주
	대변보는 시간은 어떻습니까? 1□빠르다 2□보통 3□느리다
	대변의 굵기는 어떤 편입니까? 1□가는 편 2□중간 3□굵은 편
	대변의 굳기는 어떤 편입니까? 1□딱딱함 2□중간 3□무름
	대변의 양상은 어떤 편입니까? 1□설사 2□변비 3□변비설사교대 4□음식 따라 다름 5□보통
	대변을 볼 때 또는 보고나면 시원합니까? 1□시원하다 2□시원하지 않다
(위항목에서 시원하지 않다에 체크한 경우) 대변이 시원하지 않아 통증도 있습니까? 1□예 2□아니오	

소증 설문지	
아래 항목은 평소 증상을 중심으로 최근 6개월 내의 본인의 생활습관에 대해 기재합니다. 해당되는 경우에 ✓ 하시고 애매한 경우는 담당자에게 문의하시기 바랍니다. (*)가 있는 부분은 중복체크 가능합니다.	
소 변	하루 소변을 몇 회 보십니까?(수면 시 제외) 1□2~3회/일 2□4~7회/일 3□8~9회/일 4□10회 이상
	야간(수면 시)에 소변을 몇 회 보십니까? 1□없음 2□1회/1일 3□2회/1일 4□3회 이상/1일
	소변의 세기는 어떻습니까? 1□세다 2□중간 3□약하다
	(*):평소 소변 색과 탁함은 어떤 편입니까? (모두 체크) 1□탁하다 2□색이 맑다 3□노랗다 4□붉다 5□거품이 많다
	(*):평소 소변 시 아래증상이 있습니까?(모두 체크) 1□통증이 있음 2□자주 봄 3□시작하기 힘들 4□잔뇨감 5□요실금 6□없다
피 로	평소 피곤함의 정도가 어떻습니까? 1□없다 2□약간 3□중간 4□심하다
	(*):피곤함이 있다면 주로 어느 시간대에 많이 피곤합니까? (모두 체크) 1□기상 시 2□오전대 3□오후대 4□밤 5□하루 종일
수 면	평소 꿈을 많이 꾸십니까? 1□없다 2□조금 3□많다
	(*):평소 수면 습관은 어떻습니까? (모두 체크) 1□잘 잠 2□잠들기 힘들 3□잠을 잘 깼 4□낮에 자주 잠
	하루 수면시간은 어떻습니까? 1□4시간미만 2□4~6시간미만 3□6~8시간미만 4□8시간 이상
한 열	평소 추위, 더위 어느 것이 더 싫습니까? 1□추위 2□더위 3□모두 싫다 4□모두 괜찮다
	손이 차가운 편입니까? 따뜻한 편입니까? 1□손이 따뜻하다 2□중간 3□손이 차다 4□잘 모름
	발이 차가운 편입니까? 따뜻한 편입니까? 1□발이 따뜻하다 2□중간 3□발이 차다 4□잘 모름
	배가 차가운 편입니까? 따뜻한 편입니까? 1□배가 따뜻하다 2□중간 3□배가 차다 4□잘 모름
음 수	평소 물을 어느 정도 마십니까? 1□조금 2□중간 3□많이 마신다 4□조금씩 자주
	평소 마시는 물의 온도는 어떻습니까? 1□주로 따뜻한 물 2□주로 찬물 3□가리지 않고 마신다

병증 설문지	
아래 항목은 평소 불편한 증상 중 최근 6개월 내에 본인이 느끼는 것에 대해 기재합니다. 해당되는 경우 예와 증상에 (✓)하시고, 없는 경우에는 아니오에 (✓)하시기 바랍니다. (*부분은 중복체크 가능합니다.)	
부 위	증 상 (모두 체크)
머 리	(*)머리부위에 불편한 부위가 있습니까? 1□앞머리 2□옆머리 3□뒷머리 4□머리 전체 5□없다
	(*)머리가 불편한 부위가 있는 경우 불편할 때 양상은 어떻게 됩니까? 1□무겁다 2□열나듯이 아픔 3□찌르듯 아픔 4□메스꺼우면서 아픔 5□ 텅빈 느낌
몸	(*)머리 외 아래부위에 통증이 있습니까? 1□어깨 혹은 뒷목 2□등 3□허리 4□무릎 5□없다
눈	(*)눈 쪽에 불편한 증상이 간혹 있습니까? 1□눈의 통증 2□건조 3□충혈 4□눈피로 5□눈이 뻑뻑하거나 결끄럽다 6□없다
입/ 목	(*)입 쪽에 불편한 증상이 간혹 있습니까? 1□입마름증 2□입냄새 3□입안 자주 헐다 4□기침 5□가래 6□인후통 7□없다
가 슴	(*)가슴 쪽에 불편한 증상이 간혹 있습니까? 1□답답함 2□아픔 3□심장 뛰는 느낌 4□두근거림 5□자주 한숨 쉬 6□없다
배	(*)소화기 쪽에 불편함이 간혹 있습니까? 1□잘 체함 2□토함 3□울렁거림 4□가스 참 5□복통 6□허기짐 7□트립 자주남 8□속쓰림 또는 신물 올라옴 9□음식물 잘 안내려감 10□식욕이 지나치게 좋음 11□없다
피 부	(*)피부 쪽에 불편함이 간혹 있습니까? 1□피부 건조 2□피부 가려움 1□없다
감 기	(*)감기가 걸렸을 때 주로 호소하는 증상은 어떤 증상입니까? 1□무증상 2□열 3□두통 4□어지러움 5□콧물 및 코막힘 6□귀가 멍함 7□기침(가래) 8□목부위 통증 9□몸살 10□팔다리 저림 11□식욕감퇴 혹은 소화장애
건 강	전반적으로 당신의 건강상태는 어떻다고 생각하십니까? 1□ 매우 건강하지 못함 2□건강하지 못함 3□보통임 4□건강함 5□매우 건강함
기 타	(*)몸 컨디션이 안 좋을 때 자주 문제가 생기는 부위는 어느 쪽입니까? 1□땀 분비 □소화 □대변 □소변 □기타()
	(*)기타 불편한 증상을 아래에서 모두 고르거나 적어주세요. 1□붓는다 2□건망 3□어지럼증 4□하지무력 5□관절 붓고 열남 6□기타 증상()