

초기 산욕기 산모의 피로와 산후우울이 지각된 삶의 질에 미치는 영향

최소영¹ · 구혜자² · 류은정³

경상대학교 간호대학 부교수 · 건강과학연구원¹, 청암대학 간호과 전임강사², 중앙대학교 간호학과 교수³

Effects of Fatigue and Postpartum Depression on Maternal Perceived Quality of Life (MAPP-QOL) in Early Postpartum Mothers

Choi, So-Young¹ · Gu, Hye-Ja² · Ryu, Eun-Jeong³

¹Associate Professor, College of Nursing, Gyeongsang National University, ²Department of Nursing, Cheongam University, ³Professor, Department of Nursing, Chung-Ang University

Purpose: This study was done to identify effects of fatigue and postpartum depression on quality of life in early postpartum mothers. **Methods:** The data were collected from 130 mothers at four general hospitals in J and M metropolitan cities. Instruments used to collect the data for the study were the Fatigue Scale developed by Pugh (1993); Postpartum Depression Scale developed by Cox, Holden & Sagovsky (1987), and the Quality of Life Scale developed by Hill, Aldag, Hekel, Riner, G., & Bloomfield (2006). **Results:** Results showed that the mean for fatigue was 56.74, the mean for postpartum depression was 8.00 ± 4.37 and mean for quality of life was 19.78. The quality of life variable showed statistically significant differences for the variable: age ($F=3.20, p=.026$). The relationship between fatigue and quality of life showed a significant negative correlation ($r=-.44, p<.001$). The relationship between postpartum depression and quality of life also showed a negative correlation ($r=-.42, p<.001$). The relationship between postpartum depression and fatigue showed a positive correlation ($r=.59, p<.001$). These factors explained 23% of the variance in quality of life. **Conclusion:** The results indicate that it is necessary to develop nursing intervention programs to improve quality of life in for early postpartum mothers.

Key Words: Postpartum period, Parity, Fatigue, Postpartum depression, Quality of life

서론

1. 연구의 필요성

일반적으로 산욕기는 산모의 신체적 회복, 모성으로서의 역할 변화 등 신체 심리 재통합이 이루어지는 중요한 시기이다(Women's Health Nursing Curriculum Inquiry Group, 2010). 특히 한국사회에서는 산후 3주까지의 초기 산욕기 기간을 삼칠일 이라고 명명하면서 이 시기는 산모가 절대적

으로 타인의 돌봄을 받으면서 신체적, 심리적 및 사회적으로 휴식을 취해야 하는 중요한 기간으로 간주하는 전통을 가지고 있다(Song, 2007). 이 시기의 산모들은 급속한 호르몬 변화, 유즙분비, 산후통, 회음절개 부위 통증, 극심한 피로 등의 신체적인 문제와 신생아를 돌보아야 하는 부담과 역할긴장 등의 정서적 문제들을 경험하며, 이러한 문제들은 산모의 삶의 질에 커다란 영향을 준다(McGovern et al., 2006). 삶의 질은 신체적, 정신적, 정서적, 사회적, 성적 그리고 영적 안녕 등에 의해 영향을 받는 다차원적이고 역동적

주요어: 산욕기, 산모, 피로, 산후우울, 삶의 질

Address reprint requests to: Gu, Hye-Ja, Department of Nursing, Cheongam University, 224-9 Dokwol-dong, Suncheon, 540-743, Korea.
Tel: 82-61-740-7209, Fax: 82-61-743-6414, E-mail: ghj9999@hanmail.net

투고일: 2011년 3월 2일 / 1차심사완료일: 2011년 4월 24일, 2차심사완료일: 2011년 5월 9일 / 게재확정일: 2011년 5월 31일

인 개념이므로(Choe, Padilla, Chae, & Kim, 2001), 대상자의 삶의 질을 파악하기 위해서는 다양한 측면에서 접근하는 것이 필요하다. 특히 산모의 삶의 질은 산모가 거주하는 공동체의 문화적 맥락 내에서 측정되어야 하며 산모들이 관심을 가지고 있는 건강문제에 대한 그들의 지각과 만족 정도를 측정해야 한다(Hill, Aldag, Hekel, Riner, & Bloomfield, 2006). 이와 같이 산욕기 동안 새로이 엄마가 되는 여성의 삶의 질은 일반인들의 삶의 질과 다르게 특별하게 다루어지고 고찰되어야 함에도 불구하고(Hill et al., 2006), 산모의 삶의 질에 대한 연구는 거의 없으며 측정할 수 있는 도구도 많지 않은 실정이다. 이러한 실정을 기반으로 Hill 등 (2006)은 Ferrans와 Powers (1985)의 Quality of Life Index (QLI)를 바탕으로 초기 산욕기 산모의 삶의 질을 측정하기 위해 사용할 수 있도록 고안된 Maternal Perceived Quality of Life (MAPP-QOL)를 개발하였으며, 본 연구에서는 이 도구를 사용하여 초기 산욕기 산모의 삶의 질을 측정하고자 한다.

산욕기 산모의 삶의 질과 그 영향 요인에 관한 연구가 거의 이루어지지 않아 명확한 상관관계는 아직 규명되지 않았으나, 산모들이 겪는 신체적인 증상 중의 하나인 피로는 일상생활 수행능력에 부정적 영향을 미치고, 나아가 삶의 질에 영향을 줄 수 있는 개념으로 알려져 있다(Jansen et al., 2007). Lee (2006)의 연구에서는 초기 산욕기 산모의 피로는 다른 기간의 산모에 비해 높다고 하였으며, 이러한 산모의 피로는 출산 1달 후에 발생하는 산후우울의 유의한 예측인자인 것으로 보고되었다(Bozoky & Corwin, 2002). 그리고 한국에서는 약 12.4~62.5% 정도의 여성이 산후우울증으로 고통 받고 있는 것으로 알려져 있으며(Park, Shin, Ryu, Cheon, & Moon, 2004), 이러한 산후우울과 산모의 건강 관련 삶의 질과의 관련성을 보고한 한 연구에서 산후우울은 산모의 건강 관련 삶의 질에 영향을 미치는 요인인 것으로 밝혀졌다(Dennis, 2004).

이와 같은 선행연구들을 통해서 산욕기 산모의 피로는 산후우울과 관련성이 있었으며, 산후우울은 산모의 건강 관련 삶의 질에 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 그러나 국내에서는 피로와 산후우울이 산모의 지각된 삶의 질에 어떠한 영향을 미치는 지에 대한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 따라서 산후 삼칠일에 해당하는 산모의 삶의 질을 이들의 신체적, 정신적 및 사회적 상황에 적합한 도구를 사용하여 측정해 보고 피로와 산후우울이 이 시기의 산모의 삶의 질에 영향을 주는지를 확인해 보는 것은 초기 산욕기 산모의 삶의 질 증진을 위한 중요한 기초연구가 될 것이다.

따라서 본 연구에서는 산모의 삶의 질을 측정하기 위해 고안된 산모의 지각된 삶의 질 측정 도구(Maternal Perceived Quality of Life, MAPP-QOL)를 사용하여 초기 산욕기 산모의 삶의 질을 측정하고, 피로, 산후우울 및 지각된 삶의 질과의 관련성을 확인한 후 이들 변수들이 산모 삶의 질에 영향을 주는지 규명함으로써 추후 산모 삶의 질 증진 프로그램 개발의 기초자료로 사용하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 초기 산욕기 산모의 피로, 산후우울 및 지각된 삶의 질(MAPP-QOL) 정도를 측정하고 산모의 피로와 산후우울이 산모의 지각된 삶의 질에 미치는 영향을 규명하기 위해 시도되었다

- 대상자의 일반적, 산과적 특성과 일반적, 산과적 특성에 따른 지각된 삶의 질(MAPP-QOL) 차이를 검정한다.
- 대상자의 피로, 산후 우울 및 지각된 삶의 질을 파악한다.
- 대상자의 피로, 산후우울 및 지각된 삶의 질의 상관관계를 확인한다.
- 대상자의 피로와 산후우울이 지각된 삶의 질에 미치는 영향을 파악한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 초기 산욕기 산모의 지각된 삶의 질 정도를 파악하고 피로와 산후우울이 삶의 질에 미치는 영향을 규명하기 위한 횡단적 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 한국의 일부 지역에 소재한 4개 산부인과 전문병원에서 임신 37주 이후에 2,500g 이상의 건강한 신생아를 출산한 산후 1~3주에 해당하는 연구참여에 동의한 150명의 산모를 임의 표집 하였다. 총 150명의 산모 중 응답이 불충분한 자료 20명을 제외하고 130명의 설문지를 본 연구의 최종 분석 자료로 사용하였다. 대상자 수는 이러한 기준에 따라 선정된 대상자 150명은 중간효과크기 $r = .30$, 유의수준 $\alpha = .05$, 검정력 .80으로 다중회귀분석에 필요한

최소한의 표집크기 67명을 충족한다(Cohen, 1992). 그러나 이 기준은 무작위 추출을 전제로 한 것으로 본 연구대상자는 편의 표출되었기 때문에 기준을 완전히 충족하는데 제한이 따른다.

3. 연구도구

1) 산모의 지각된 삶의 질(MAPP-QOL)

Hill 등(2006)은 Ferrans와 Powers (1985)의 QLI를 바탕으로 MAPP-QOL을 개발하였다. 본 연구에서는 Hill 등(2006)이 개발한 MAPP-QOL을 본 연구자가 번역하고 한국어와 영어 동시통역이 가능한 전문가를 통해 역번역 과정을 거친 도구를 이용하였다. 이 도구는 심리적(8문항), 사회·경제적(9문항), 배우자와의 관계(4문항), 가족 또는 친구와의 관계(9문항) 그리고 건강과 기능 영역(8문항) 등 5개 영역 38개 문항으로 구성되었다. 본 도구는 각 항목에 대해 만족도와 중요도를 측정하며, '매우 그렇다' 6점에서 '매우 그렇지 않다' 1점의 Likert Scale로 평가된다. MAPP-QOL의 점수 환산은 Ferrans와 Powers (1985)의 QLI와 동일하다. 우선, 만족도 각 항목 점수를 3.5로 뺀 값을 하여 만족도 점수의 가중치를 구한다. 두 번째 단계에서는, 만족도와 연결된 중요도의 원점수를 만족도의 가중치 점수와 곱한다. 세 번째 단계에서, 만족도 각 항목의 가중치를 모두 더해서 임시로 지각된 삶의 질 총점을 구한다. 마지막 단계에서는 결측치로 인한 편향을 없애기 위해, 세 번째 단계에서 구해진 지각된 삶의 질 값을 응답된 항목 수로 나누고 음의 값을 제거하기 위해 각 항목에 15를 더하여 지각된 삶의 질의 최종 값을 구한다. MAPP-QOL의 가능한 범위는 0점에서 30점까지로, 점수가 높을수록 산모의 지각된 삶의 질이 높은 것을 의미한다.

Hill 등(2006)의 연구에서 MAPP-QOL의 구성 타당도는 $r=.69$ 였고, 내적 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .96$ 이었다. 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .93$ 이었다

2) 피로

Pugh (1993)가 임신, 출산, 산욕기 대상자의 피로를 측정하기 위해 개발한 도구를 본 연구자가 번역하고 한국어와 영어에 능통한 번역 전문가에 의해 역번역한 도구를 사용하였다. 산욕기 산모의 피로를 신체적 피로 10개 문항, 정신적 피로 10개 문항, 신경 감각적 피로 10개 문항의 세 가지 차원에서 측정하도록 구성되어 있으며, 총 30개 문항으로 각 항목은 1점에서 4점까지의 4점 척도로 이루어졌다. 본 도구는

최저 30점에서 120점으로 38.5점 이하는 낮은 수준의 피로, 38.6~64.4점은 중정도의 피로, 64.5점 이상은 높은 정도의 피로를 의미한다(Pugh, Milligan, Parks, Lenz, & Kitzman, 1999). Pugh (1993)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .83$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .93$ 이었다.

3) 산후우울

산후우울을 측정하기 위해 Cox, Holden과 Sagovsky (1987)가 개발한 Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)을 Kim (2006)이 번역한 도구를 사용하였다. EPDS는 총 10문항 4점 척도로 구성되어 있으며 최저 0점에서 최고 30점이 되며, 9점 이상에서는 점수가 높을수록 우울정도가 높다고 평가한다. Kim (2006)의 연구에서 타당도는 $r=.69$ 로, 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .83$ 이었다. 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .79$ 이었다.

4. 자료수집

본 연구의 자료수집은 2010년 3월부터 2010년 8월까지 J와 M시의 4개 병원의 기관장으로부터 허락을 받은 후 분만 후 산부인과 외래를 방문하거나, 해당 병원에서 운영하는 산후 조리원에서 산후 조리 중인 산후 합병증이 없는 건강한 분만 후 1~3주인 산모를 대상으로 선정하였다. 본 연구자와 1명의 연구보조원이 연구 취지와 목적을 설명한 후 참여하기로 동의한 대상자에게 구조화된 질문지를 나누어 주고 산모 자신이 직접 읽고 기입하도록 하였다. 연구참여 동 의서에는 연구참여에 서면으로 동의한 대상자만 참여할 수 있다는 것과 연구참여를 언제든지 중단할 수 있으며 중단에 따른 어떠한 불이익도 없음을 명시하였다. 설문작성 후 연구대상자들에게 산욕기 자가 관리에 대한 간단한 설명을 제공하였으며, 감사의 선물을 제공하였다. 본 연구에 참여한 연구보조원은 박사과정 중으로 여성전문 병원의 수간호사로 근무한 경험이 있다. 총 150부를 배부한 후 불성실한 답변을 한 20부를 제외한 총 130부를 본 연구의 최종 분석자료로 활용하였다.

5. 자료분석

자료분석은 SPSS/WIN 12.0 프로그램을 이용하였으며, 구체적인 자료분석방법은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성 및 산과적 특성은 실수와 백분

율로 산출하였다.

- 대상자의 피로, 산후 우울 및 지각된 삶의 질 정도는 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 대상자의 일반적, 산과적 특성에 따른 지각된 삶의 질은 t-test와 ANOVA로 분석하였다.
- 대상자의 피로, 산후우울 및 지각된 삶의 질의 상관관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.
- 대상자의 지각된 삶의 질에 영향을 미치는 요인은 단계적 회귀분석(stepwise multiple regression)을 이용하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성과 산모의 지각된 삶의 질의 차이

연구대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 대상자의 연령은 25~29세가 53명(40.8%)으로 가장 많았고, 교육 정도는 대학 이상이 100명(76.9%)으로 가장 많았다. 직업은 없는 대상자가 76명(58.5%)으로, 있는 대상자 54명(41.5%)보다 많았다. 한 달 가정 월수입은 200~300만원 미만인 42명(32.3%)으로 가장 많았으며, 남편의 나이는 30~34세인 대상자가 54명(41.5%)으로 가장 많았다.

일반적 특성 중, 지각된 삶의 질에 차이를 보인 변수는 연

령으로, 20~24세 집단보다 25세 이상인 집단에서($F=3.203$, $p=.026$) 지각된 삶의 질이 통계적으로 유의하게 높았다 (Table 1).

2. 대상자의 산과적 특성과 지각된 삶의 질의 차이

연구대상자의 산과적 특성은 Table 2와 같다. 분만형태는 질 분만이 96명(73.8%)으로 제왕절개34명(26.2%)보다 많았으며, 계획된 임신이 114명(87.7%)으로 계획하지 않은 임신 16명(12.3%)보다 많았다. 초산모가 76명(58.5%)으로 경산모 54명(41.5%)보다 많았으며, 산전 교실에 참여하지 않은 대상자가 103명(79.2%)으로 참여한 대상자 26명(20.0%)보다 많았다. 신생아 성별은 여아가 68명(52.3%)으로 남아 62명(47.7%)보다 더 많았으며, 양육에 대한 남편의 지지를 받는 대상자가 124명(94.4%)으로 대부분이었다.

산과적 특성 중 지각된 삶의 질에 유의한 차이를 나타낸 변수는 없었다(Table 2).

3. 대상자의 피로, 산후우울 및 지각된 삶의 질 정도

대상자의 피로는 56.74점(range: 30~120점)이었으며, 산후우울은 평균점수는 8점(range: 0~30)이었다. 지각된 삶의 질 총점은 19.78점(possible range: 0~30점)이었으며, 5

Table 1. Maternal Perceived Quality of Life according to Demographic Characteristics of Subjects (N=130)

Characteristics	Categories	n (%)	Maternal perceived quality of life		
			M±SD	t or F	p
Age (year)	20~24	6 (4.6)	16.07±3.24 ^a	3.20	.026
	25~29	53 (40.8)	19.90±3.32 ^b		
	30~34	43 (33.1)	19.93±2.66 ^b		
	≥35	18 (10.9)	20.15±2.87 ^b		
Education	≤High school	30 (23.1)	19.73±3.16	0.91	.067
	≥College	100 (76.9)	19.80±3.09		
Job	Yes	54 (41.5)	19.82±3.30	-0.04	.964
	No	76 (58.5)	19.80±2.97		
Monthly income (10,000 won)	< 200	31 (24.6)	19.05±3.31	1.74	.161
	200~< 300	42 (32.3)	19.64±3.33		
	300~< 400	25 (19.2)	19.53±2.97		
	≥ 400	28 (22.5)	20.83±2.41		
Age of husband (year)	25~29	33 (24.7)	18.77±3.39	2.10	.103
	30~34	54 (41.5)	20.30±2.99		
	35~39	32 (24.6)	20.32±2.70		
	≥ 40	12 (9.2)	19.43±2.29		

a < b: Means having different subscripts differ significantly at $p < .05$ in Duncan's multiple range test.

Table 2. Maternal Perceived Quality of Life according to Obstetrical Characteristics of Subjects

(N=130)

Characteristics	Categories	n (%)	Maternal perceived quality of life		
			M±SD	t or F	p
Delivery type	Vaginal	96 (73.8)	19.76±3.04	-0.15	.879
	C/sec	34 (26.2)	19.85±3.30		
Planned pregnancy	Yes	114 (87.7)	19.88±3.05	0.90	.367
	No	16 (12.3)	19.12±3.42		
Parity	Prime	76 (58.5)	19.93±3.19	0.62	.533
	Multi	54 (41.5)	19.58±2.97		
Prenatal class attend	Yes	26 (20.0)	20.75±2.50	1.75	.082
	No	103 (79.2)	19.57±3.19		
Baby gender	Male	62 (47.7)	19.87±3.04	0.22	.825
	Female	68 (52.3)	19.74±3.18		
Husband support	Supportive	124 (94.4)	19.83±3.09	0.38	.702
	Unsupportive	6 (4.6)	19.29±3.63		

개의 하부 영역 중 심리적 영역은 20.70점, 사회 경제적 영역은 19.10점, 배우자와의 관계 영역은 21.05점, 가족과 친구와의 관계 영역은 19.71점, 건강과 기능영역은 19.07점 순이었다(Table 3).

Table 3. Degree of fatigue, Postpartum Depression and Maternal Perceived Quality of Life

(N=130)

Variables	M±SD	Min	Max
Fatigue	56.74±12.36	31.00	91.00
Postpartum depression	8.00±4.37	0.00	21.00
MAPP-QOL (overall)	19.78±3.10	8.05	24.88
Psychological/baby	20.70±3.55	6.38	27.19
Socioeconomic	19.10±4.01	8.94	27.39
Relation/spouse-partner	21.05±3.80	7.88	30.00
Relation/family friends	19.71±3.67	8.50	27.83
Health and functioning	19.07±3.84	4.81	25.10

MAPP-QOL=maternal perceived quality of life.

4. 대상자의 피로, 산후우울 및 지각된 삶의 질의 관계

대상자의 지각된 삶의 질은 산후우울과 유의한 부적 상관관계($r=-.42, p<.001$)를 보였으며, 지각된 삶의 질과 피로도 유의한 부적 상관관계($r=-.44, p<.001$)를 보였다. 산후우울과 피로는 유의한 정적 상관관계($r=.59, p<.001$)를 보였다(Table 4).

Table 4. Correlations between Variables

(N=130)

Variables	MAPP-QOL	Postpartum depression	Fatigue
	r (p)	r (p)	r (p)
MAPP-QOL	1		
Postpartum depression	-.42 (<.001)	1	
Fatigue	-.44 (<.001)	.59 (<.001)	1

MAPP-QOL=maternal perceived quality of life.

5. 대상자의 피로와 산후우울이 지각된 삶의 질에 미치는 영향

지각된 삶의 질의 영향요인을 파악하기 위해서 본 연구결과 일반적, 산과적 특성에서 관련이 있는 것으로 밝혀진 연령과 산후우울, 피로를 독립변수로 하여 단계적 회귀분석을 실시하였다. 모든 변수에서 공차한계(tolerance)의 범위는 0.64~0.95로 1.0 이하로 나타났으며, 분산팽창인자(Variation Inflation Factor, VIF)의 범위는 1.04~1.54로 10을 넘지 않아 다중공선성의 문제는 없었다.

연구결과, 지각된 삶의 질에 유의하게 영향을 미치는 요인은 피로와 산후우울이었으며 연령은 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 영향정도는 피로가 가장 컸고($\beta=-0.30$), 다음으로 산후우울($\beta=-0.24$)이었으며 설명력은 23%였다(Table 5).

Table 5. Predictors of the Maternal Perceived Quality of Life (N=130)

Variable	B	SE	B	t	p
(Constant)	25.62	1.19		22.07	<.001
Depression	-0.17	0.07	-0.24	-2.52	.013
Fatigue	-0.07	0.02	-0.30	-3.09	.002
Adj. R ² =.23, F=19.24, p<.001					

논 의

본 연구는 초기 산욕기 산모의 피로, 산후우울 및 지각된 삶의 질 정도를 사정하고 이들 변수들 간의 관련성을 파악한 후 피로와 산후우울이 산모의 지각된 삶의 질에 미치는 영향을 확인하기 위하여 시행하였다. 연구결과, 초기 산욕기 산모의 지각된 삶의 질은 평균 19.78점이었다. 지각된 삶의 질 도구를 사용하여 산모의 삶의 질 정도를 측정된 연구가 거의 없어 비교하기는 어려우나, 산후 1주와 3주의 지각된 삶의 질을 비교분석한 Hill과 Aldag (2007)의 연구에서 만삭으로 분만한 산모의 산후 1주에서의 지각된 삶의 질은 20.8점, 3주에는 21.4점으로 나타나, 본 연구보다 약간 높았다. 또한 본 연구에서 지각된 삶의 질 하부 영역 중 가장 높은 영역은 배우자와의 관계 영역(21.05점)이었으며, 가장 낮은 영역은 건강과 기능 영역(19.07점)이었다. 한편, Hill과 Aldag (2007)의 연구에서는 MAPP-QOL의 하부영역 중 가장 높은 영역은 산후 1주에는 사회경제적 영역(24.3점), 3주에는 배우자와의 관계 영역(23.6점)이었고, 반면 가장 낮은 영역은 산후 1주, 3주에서 모두 건강과 기능영역이었다. 이러한 결과의 차이는 Hill과 Aldag (2007)의 연구와 본 연구에서의 대상자들의 문화적, 사회적 배경이 다르기 때문인 것으로 간주된다. 그러나 문화적, 사회적 배경과 관계없이 삶의 질 영역 중 가장 낮은 영역은 건강과 기능영역으로 밝혀진 결과를 통해 초기 산욕기 산모들의 건강문제와 기능회복에 대한 관심이 집중되어야 할 필요성을 알 수 있고, 이러한 건강문제와 기능회복의 해결을 통해 그들의 삶의 질을 높이는 방안이 마련되어야 할 것으로 생각된다.

독립변수 중 초기 산욕기 산모의 지각된 삶의 질 영향요인으로는 산후 피로, 우울 순으로 나타났으며, 이들 2개의 요인이 초기 산욕기 산모의 삶의 질을 23% 설명하는 것으로 나타났다. 이 중에서 초기 산욕기 산모의 피로는 산모의 지각된 삶의 질의 첫 번째 영향요인인 것으로 파악되었다. 산모의 피로와 지각된 삶의 질과의 관계를 다룬 연구가 거의

없어 직접적인 비교는 어려우나, 유방암 여성을 대상으로 한 연구 Moon (2009)의 연구와 위암 환자를 대상으로 한 Yang (2002)의 연구에서 피로와 삶의 질은 유의한 부적 상관관계를 가지고 있는 것으로 나타나 피로와 삶의 질은 유의한 관련성이 있으며, 이러한 선행연구들의 결과는 산모의 피로가 지각된 삶의 질에 영향을 주는 것으로 나타난 본 연구결과를 뒷받침하는 것으로 판단된다. 또한 본 연구대상자의 피로 정도는 평균 56.74점이었다. 이는 중정도의 피로에 해당되며, 같은 도구를 사용하여 정상 산욕기 산모의 수면과 피로출산정도를 비교한 Rychonosky와 Hunter (2009)의 연구에서 출산직후 피로는 50.72점, 출산 2일째는 43.31점, 출산 2주와 4주째는 43점으로 나타나 본 연구대상자들의 피로 정도가 훨씬 높은 것으로 나타났다. 본 연구대상자들은 일부 지역에 거주하는 산모들을 대상으로 하였기 때문에 국내의 초기 산모의 피로도가 다른 국가의 같은 연령대의 초기 산욕기 산모보다 높다고 단정하기는 어려우나, 이를 확인해 보는 반복연구가 필요하다. 또한 본 연구에서는 산욕기 후기 산모의 피로정도를 직접적으로 비교하지 않았으나, Lee (2006)의 연구에서 산후 1~4주 동안의 피로가 다른 산욕기간에 비해 유의하게 높은 것으로 나타난 결과와 본 연구결과를 바탕으로, 초기 산욕기 산모의 피로에 관한 지속적인 연구와 이를 바탕으로 한 피로를 감소시키기 위한 다양한 간호중재의 적용은 산모의 지각된 삶의 질을 증진시키는 결과를 가져올 것이라 생각된다.

초기 산욕기 산모의 삶의 질에 영향을 미치는 두 번째 영향요인인 산후우울은 평균 8.0점이었고, 초기 산욕기 산모의 삶의 질의 영향요인의 주요한 변수임이 본 연구결과에서 확인되었다. 이는 같은 EPDS 도구를 사용한 Kim, Kim, Eun과 Kim (2005)의 연구에서 산후 4주 산모의 산후우울 점수(5.79점)보다 높았다. 또한 Lee 등(2010)의 연구에서 산후 1주의 우울점수는 7.46점으로 본 연구결과와 비슷한 수준이었다. 이러한 결과에 따라, 산욕기 초기의 산후우울점수가 다른 시기에 비해 더 높은 것으로 생각되며 1~3주의 초기 산욕기 산모의 산후우울에 영향을 주는 요인을 파악하고 산후우울을 예방하기 위한 간호중재가 필요할 것으로 생각된다. 그러나 본 연구에서는 산후우울에 영향을 줄 수 있는 산전 우울 등과 같은 산전 요인들을 통제하지 않고 조사하였기 때문에 본 연구결과를 일반화하기에는 무리가 따르고 본 연구에서의 제한점이라고 할 수 있다.

또한 본 연구에서의 대상자의 지각된 삶의 질은 산후우울과 유의한 부적 상관관계($r=-.421, p<.001$)보였다. 이는 Da

Costa, Dritsa, Rippen, Lowensteyn과 Khalife (2006)의 연구에서 산모의 건강 관련 삶의 질(Health related quality of life)은 산후우울이 높을수록 낮은 것으로 보고한 연구결과와 유사하였다. 이러한 결과를 통해 우울한 정서는 삶을 긍정적으로 인식하는 것을 방해함으로써, 삶의 질을 저하시키는 것으로 생각된다. 따라서 초기 산육기 산모의 산후우울을 적절하게 관리함으로써 그들의 삶의 질을 증진시킬 수 있는 방안에 대한 모색이 필요하다.

본 연구를 통하여 초기 산육기 산모의 삶의 질에 영향을 미치는 산후 피로와 우울은 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.592, p<.001$). Hill과 Aldag (2007)도 건강진문자들이 별 관심을 가지지 않았던 피로, 회음부 통증, 요통, 치질 등과 같은 건강 문제는 산모들의 삶을 황폐화시킬 수도 있다고 강조하였다. 특히 피로는 선행연구들에서 수많은 신체적, 정신적, 사회적 변수들과 관련되어 나타날 수 있는 복합적인 현상이며(Milligan, Lenz, Parks, Pugh, & Kitzman, 1997), 본 연구에서는 산후우울과 상관관계가 높으며, 산모의 지각된 삶의 질에 가장 영향을 주는 요인으로 확인되었다. 이러한 결과는 출산 후 7일에서 14일 사이에 피로를 호소하는 산모는 산후 한 달 후에 우울증이 나타날 확률이 높다고 보고하여 피로와 산후우울은 상관관계가 높다는 것을 강조한 타 연구와 일치하는 결과이다(Corwin, Brownstead, Barton, Heckard, & Morin, 2005). 또한 Song (2006)의 연구에서도 산후 우울이 산후 피로에 미치는 직접 경로의 효과가 큰 것으로 나타나 산후 피로의 중재를 위해서 산후우울을 매개로 하는 심리적 경로의 중재가 중요하다고 강조하였다. 이로써 결국, 초기 산육기에 해당하는 기간의 산후우울, 피로의 적극적 관리로 그 시기의 산모의 삶의 질을 높일 수 있다고 생각한다.

이상을 요약하면 초기 산육기 산모의 삶의 질에 영향을 미치는 주요 요인은 산후 피로와 우울로 확인되었다. 이러한 결과를 바탕으로 초기 산육기 산모의 지각된 삶의 질을 증진하기 위해서는 그들의 산후 피로를 감소시키기 위한 전략과 산후 우울에 대한 관리가 우선되어야 할 것이다. 그러나 본 연구는 피로와 산후우울이 산모의 지각된 삶의 질에 영향을 미치는 정도를 제한적으로 확인한 결과로 초기 산육기 산모의 삶의 질에 영향을 미치는 또 다른 변수들에 대한 고찰과 확인이 추후 연구에서 이루어져야 할 것으로 판단된다.

본 연구는 일반 성인 여성과는 다르게 측정되고 다루어져야 하는 산모의 삶의 질 정도를 파악하고 그 영향요인을 검

증했다는 것이다. 그렇지만, 무작위 추출 방법이 아니라 임의추출 방법에 의한 결과로 일반화하기에는 무리가 있으며, 산후우울이나 피로에 영향을 줄 수 있는 대상자의 특성들을 모두 통제하지 못한 점이 본 연구의 제한점이라고 생각된다. 이러한 제한점에도 불구하고 본 연구결과는 초기 산육기 대상자의 삶의 질의 정도를 향상시키고, 삶의 질에 영향을 미치는 여러 요인들의 중재와 개선방안을 모색하는 기초자료를 제공하여, 그 요인들을 관리하고, 삶의 질을 높일 수 있는 방안으로 활용될 수 있을 것으로 생각된다.

결론

본 연구는 초기 산육기 산모의 지각된 삶의 질 정도를 확인하고 영향요인을 규명함으로써 초기 산육기 산모의 삶의 질을 증진시키기 위한 기초자료를 제공함으로써, 초기 산육기 산모의 삶의 질적 향상을 도모하고, 나아가 간호서비스의 질을 향상시키는데 기초자료를 제공하고자 시도하였다. 본 연구결과 초기 산육기 산모의 삶의 질은 평균 19.78점, 산후 피로는 평균 56.74점, 산후우울은 평균 8.0점으로 나타났다. 초기 산육기 산모의 삶의 질에 영향을 미치는 요인은 산후 피로, 우울로 초기 산육기 산모의 삶의 질을 23.0% 설명할 수 있음이 확인되었다.

이상의 결과를 바탕으로 대상자 수를 확대한 무작위 추출 방법에 의한 반복 연구를 통해 산육기 산모의 삶의 질을 재 측정해 볼 필요가 있으며, 초기 산육기 산모의 삶의 질을 증진시키기 위한 방안을 모색할 것을 제언한다.

REFERENCES

- Bozoky, I., & Corwin, E. J. (2002). Fatigue as a predictor of postpartum depression. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing, 31*, 436-443.
- Choe, M. A., Padilla, G. V., Chae, Y. R., & Kim, S. (2001). The meaning of health-related quality of life in a Korean sample. *International Journal of Nursing Studies, 38*, 557-566.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin, 112*, 155-159.
- Corwin, E. J., Brownstead, J., Barton, N., Heckard, S., & Morin, K. (2005). The impact of fatigue on the development of postpartum depression. *Journal of Obstetric Gynecologic and Neonatal Nursing, 34*(5), 577-586.
- Cox, J. L., Holden, J. M., & Sagovsky, R. (1987). Detection of postnatal depression: Development of the 10-item Edin-

- burgh postnatal depression scale. *British Journal of Psychiatry*, 150, 782-786.
- Da Costa, D., Dritsa, M., Rippen, N., Lowensteyn, I., & Khalife, S. (2006). Health related quality of life in postpartum depressed women. *Archives Women's Mental Health*, 9, 95-102.
- Dennis, C. L. (2004). Can we identify mothers at risk for postpartum depression in the immediate postpartum in the immediate postpartum period using the Edinburgh Postnatal Depression Scale?. *Journal of Affective Disorder*, 78, 163-169.
- Ferrans, C., & Powers, M. (1985). Quality of life index: Development and psychometric properties. *Advances in Nursing Science*, 8(1), 15-24.
- Hill, P. D., & Aldag, J. C. (2007). Maternal perceived quality of life following childbirth. *Journal of Obstetric Gynecologic and Neonatal Nursing*, 36, 328-334.
- Hill, P. L., Aldag, J. C., Hekel, B., Riner, G., & Bloomfield, P. (2006). Maternal postpartum quality of life questionnaire. *Journal of Nursing Measurement*, 14(3), 205-220.
- Jansen, A. J., Duvekot, J. J., Hop, W. C., Essonk-Bot, M. L., Beckers, E. A., Karsdorp, V. H., et al. (2007). New insights into fatigue and health-related quality of life after delivery. *Acta Obstetrica et Gynecologica*, 86, 579-584.
- Kim, J. I. (2006). A validation study on the translated Korean version of the Edinburgh postnatal depression scale. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 12(3), 204-209.
- Kim, J. W., Kim, J. H., Eun, D. S., & Kim, H. (2005). Psychosocial and obstetric predictors of depressive symptomatology at postpartum 4 weeks. *Korean Journal of Obstetrics and Gynecology*, 48(4), 901-909.
- Lee, J. Y. (2006). *Fatigue, parenting stress and sleep patterns of women according to period of postpartum*. Unpublished master's thesis, Keimyung University, Daegu.
- Lee, S. O., Yeo, J. H., Ahn, S. H., Lee, H. S., Yang, H. J., & Han, M. J. (2010). Postpartum depressive score and related factors pre- and post-delivery. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 16(1), 29-36.
- McGovern, P., Dowd, B., Gjerdinben, D., Gross, C. R., Kenney, S., & Ukestad, L., et al. (2006). Postpartum health of employed mothers 5 weeks after childbirth. *Annals Family of Medicine*, 4, 159-167.
- Milligan, R. L., Lenz, E. R., Parks, P. L., Pugh, L. D., & Kitzman, H. (1997). *Postpartum fatigue: Clarifying concepts in nursing research* (pp, 97-109). New York: Springer.
- Moon, J. M. (2009). *Menopause symptoms, fatigue, and quality of life in post-chemotherapy breast cancer survivors*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Park, Y. J., Shin, H. J., Ryu, H., Cheon, S. H., & Moon, S. H. (2004). The predictors of postpartum depression. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 34(5), 729-738.
- Pugh, L. C. (1993). Childbirth and measurement of fatigue. *Journal of Nursing Measurement*, 1(1), 57-66.
- Pugh, L. C., Milligan, R., Parks, P. L., Lenz, E. R., & Kitzman, H. (1999). Clinical approaches in the assessment of childbearing fatigue. *Journal of Obstetric Gynecologic and Neonatal Nursing*, 28(1), 74-80.
- Rychnovsky, J., & Hunter, L. P. (2009). The relationship between sleep characteristics and fatigue in healthy postpartum women. *Women's Health Issues*, 19, 38-44.
- Song, J. E. (2006). *(A) structural model of postpartum fatigue of the primipara in Korea*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Song, J. E. (2007). Predictors of postpartum fatigue between early and late postpartum period in parturient women -divided by 3/4 weeks of postpartum period-. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 13(4), 299-309.
- Women's Health Nursing Curriculum Inquiry Group (2010). *Women's health nursing care*. Seoul: Soomoonsa.
- Yang, Y. H. (2002). The relationship of symptoms of side effects, fatigue and quality of life in stomach cancer patients receiving chemotherapy. *The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing*, 14(2), 205-212.