



# 중년남성 택시운전자의 심혈관질환 위험성에 대한 인식: 포커스그룹 인터뷰를 중심으로

박선정<sup>1</sup> · 고가연<sup>2</sup> · 박병준<sup>3</sup>

수원여자대학교 간호학과 조교수<sup>1</sup>, 강릉영동대학교 간호학부 부교수<sup>2</sup>, 대구보건대학교 간호대학 조교수<sup>3</sup>

## Perceptions of the Risk of Cardiovascular Disease in Middle-aged Male Taxi Drivers: Focus Group Interviews

Park, Sun-Jung<sup>1</sup> · Ko, Ga-Yeon<sup>2</sup> · Park, Byung-Jun<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Assistant Professor, Department of Nursing, Suwon Women's University, Suwon

<sup>2</sup>Associate Professor, Department of Nursing, Gangneung Yeongdong University, Gangneung

<sup>3</sup>Assistant Professor, Department of Nursing, Daegu Health College, Daegu, Korea

**Purpose:** This study aimed to comprehensively examine middle-aged male taxi drivers' perceptions of the risk of cardiovascular disease. **Methods:** A qualitative method was used, with focus group interviews. The participants were middle-aged male taxi drivers who had been driving for more than ten years and for more than six hours daily. **Results:** The data were analyzed using qualitative thematic analysis. Middle-aged male taxi drivers' perceptions of the risk of cardiovascular disease were categorized into three main themes: "individual perceptions of cardiovascular disease", "possibility of behaviors for cardiovascular disease" and "motivations of behaviors for cardiovascular disease". Six sub-themes were extracted as follows: "perception of vulnerability", "perception of seriousness", "perception of profitability", "perception of disability", "self-awareness" and "advancing toward health care". **Conclusion:** It is necessary to invigorate support systems through measures including education, counseling, and web-based programs to prevent cardiovascular disease in middle-aged male taxi drivers.

**Key Words:** Cardiovascular disease; Middle-aged; Male; Taxi driver; Focus groups

### 서 론

#### 1. 연구의 필요성

장시간 운전과 같은 좌식생활을 하는 택시운전자는 고혈압, 이상지질혈증 등의 발병으로 인한 심혈관질환 위험도가 높다

(Kabayashi, Watanabe, Watanabe, Akamatsu & Tomital, 2002). 이와 더불어 직업운전자들은 흡연, 운동부족, 불규칙한 식습관 등의 불건강한 생활양식과 직업적 및 환경적 요인 등에 의하여 건강문제에 위협을 받고 있다(Elshatarat & Burgel, 2016).

우리나라의 2018년 통계에 따르면 273,295명이 택시운전자로 운수업에 종사하고 있다(Korea National Statistical Office,

**주요어:** 심혈관질환, 중년, 남성, 택시운전자, 포커스그룹

**Corresponding author:** Park, Byung-Jun <https://orcid.org/0000-0002-4694-5099>

Department of Nursing, Daegu Health College, 15 Youngsong-ro, Buc-gu, Daegu 41453, Korea.

Tel: +82-53-320-4518, Fax: +82-53-320-1470, E-mail: byungjuny00@gmail.com

**Received:** May 14, 2020 | **Revised:** Sep 21, 2020 | **Accepted:** Nov 3, 2020

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

2018). 택시운전자의 대부분이 중년남성들이며 이들은 흡연, 비만, 운동부족, 건강하지 못한 식습관, 스트레스 등의 영향으로 심혈관질환의 고위험군으로 분류되어 타 직종에 비하여 취약한 집단으로 확인되었다(Jeon et al., 2013). 또한, 국내 택시 및 버스 운전자 대상의 연구에서도 운전자들의 대부분이 중년남성이었고 심혈관질환 발생 위험률이 높은 것으로 나타났다(Ko, 2009). 이처럼 장시간의 운전직에 종사하는 운전자들은 심혈관질환의 위험요인이 높기에 심혈관질환 위험요인에 대한 관리가 중요하다는 것을 알 수 있다.

심혈관질환의 주요 위험인자들은 운동부족, 비만, 흡연, 스트레스, 건강하지 않은 식습관 등이며 이로 인하여 고혈압, 당뇨병, 이상지질혈증 등의 대사성 질환이 나타나게 된다(Elshatarat & Burgel, 2016). 택시운전자들은 직업적 특성 상 앉아 있는 시간이 길고 12시간씩 교대근무를 하는 경우가 많다. 이와 같이 불규칙한 근무형태를 가진 근로자들은 혈압, 심박수 및 카테콜라민의 분비가 증가되어 심혈관질환을 발생시킬 수 있다(Karimi, Nasiri, Kazerooni, & Oliaei, 2010). 또한 운전자들의 스트레스 가중으로 심근허혈, 부정맥, 혈전형성의 위험성 증가는 시상하부 뇌하수체 부신 축의 과잉자극이나 행동변화를 일으켜 심혈관질환 발병을 유발시킬 수 있다(Cho, 2013).

Ko (2009)의 연구에서 확인된 결과 택시운전자는 개인별 위험인자에 대한 적극적인 중재가 잘 이루어지지 않고 있으며, 대부분이 중장년층으로 심혈관질환의 발생 예방을 위한 생활습관개선과 건강지각의 변화가 매우 시급한 것으로 나타났다. 이러한 방안을 구축하기 위해서는 우선 택시운전자들이 겪는 심혈관질환 위험성에 대한 총체적인 이해가 필요하다. 최근 질적 연구방법 중 사람들의 생각과 의식을 심층적으로 이해하는데 유용한 수단으로 사용되는 질적연구방법인 포커스그룹 인터뷰는 여러 학문분야에서 데이터 수집방법으로 사용되고 있다. 포커스그룹은 특성이 유사한 집단으로 구성하며, 주제에 관해 자유롭게 의견을 나누면서 서로 상호작용을 하며, 개인의 생각을 파악할 수 있을 뿐 아니라 집단의 아이디어와 동적 작용 등 그룹 안에서 공통적인 내용과 효과를 확인할 수 있다(Rosenthal, 2016).

따라서 본 연구는 포커스그룹 인터뷰를 활용하여 중년남성 택시운전자들의 심혈관질환 위험성에 대한 인식이 어떻게 나타나는지를 파악하고자 시행되었다. 중년남성 택시운전자들의 심혈관질환 위험성에 대한 인식은 중년남성 택시운전자들의 심혈관질환 위험성을 조기에 파악하는데 도움이 될 것이다. 또한, 심혈관질환 예방 교육 자료나 중재 프로그램 개발에 유용

한 기초자료로 제공될 수 있을 것이다.

## 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 포커스그룹 면담을 활용하여 중년남성 택시운전자들의 심혈관질환 위험성에 대한 인식을 파악한 질적 조사연구이다.

### 2. 연구참여자

포커스그룹 인터뷰의 참여자는 S시에 위치한 택시회사에 근무하는 택시운전자이다. 참여자로는 먼저, 선정기준에 적합한 사람을 임의로 선정한 후 눈덩이 표출기법을 활용하여 구성하였다. 구체적 선정기준으로는 Ko (2009)와 Jeon 등(2013)의 선행연구를 토대로 45~65세의 남성, 택시운전경력 10년 이상이며 하루 6시간 이상의 운전을 하는 자로 8명을 선정하였다. 이들 중 심혈관질환(협심증, 심근경색, 고혈압) 및 당뇨병, 뇌혈관질환을 진단받은 경험이 없고, 규칙적인 운동을 하지 않는 사람으로 최종 6명을 선정하였다.

눈덩이 표출을 통해 참여자를 구성하였으며, 포커스그룹 구성 시 일 그룹 당 참여자 수가 10명 이하인 경우 활발한 인터뷰가 이뤄질 수 있다는 근거(Kim, Kim, Lee, & Lee, 1999)에 따라 참여자 수가 10명을 넘지 않도록 하였다.

### 3. 연구질문

포커스그룹 인터뷰를 위한 질문은 연구목적에 맞게 연구자가 구성하였다. 연구 질문은 “당신은 심혈관질환(고혈압, 심근경색, 협심증 등)에 대해 알고 있습니까?”, “당신은 심혈관질환에 걸릴까봐 걱정을 하십니까?”, “심혈관질환을 예방하기 위해서 어떠한 행동을 해야 하는지 알고 있습니까?”이었다.

### 4. 연구자의 준비

본 연구팀의 연구자들은 대학원 박사과정에서 질적연구방법론 강의를 수강하였고, 학회 등에서 질적연구방법론과 포커스그룹 연구방법 등에 대한 강의를 들었다. 또한 내용분석과 현상학적 연구 등 2~3편 이상의 질적연구 연구물을 통하여 질적연구방법론에 대한 이해를 증진하였다.

## 5. 자료수집

본 연구의 자료수집은 2018년 12월부터 2019년 1월까지에 걸쳐 포커스그룹을 대상으로 3번의 인터뷰를 진행하였다. 연구참여자를 대상으로 먼저 연구의 목적, 연구과정, 연구참여의 이익과 손해, 자발적 참여, 비밀보장과 익명성에 대해 구두로 설명하였고, 설명을 들은 후 연구참여에 동의한 참여자들은 서면동의서에 서명하였다. 포커스그룹 인터뷰를 위한 시간과 장소는 참여자의 시간, 접근 가능한 장소 등을 고려하여 결정하였다. 본 연구에서 수행한 포커스그룹에 대한 인터뷰는 사전에 구성된 질문을 중심으로 2시간내외 1회씩 시행되었다. 동일한 주제를 토대로 3번의 포커스그룹 인터뷰를 진행한 결과, 더 이상 새로운 내용이 나오지 않아 자료의 포화가 이루어졌다고 판단되었을 때 면담을 종료하였다. 포커스그룹 인터뷰의 시행은 세미나실에서 연구자가 직접 진행하였고, 내용은 음성 녹음기에 녹음되었다. 포커스그룹 인터뷰가 종료된 직후 녹음된 내용을 연구자가 있는 그대로 필사하였다.

## 6. 자료분석

수집된 자료는 귀납적 질적 내용분석방법의 분석절차에 따라 분석되었다(Graneheim & Lundman, 2004).

첫째, 연구 질문에 근거하여 참여자가 기술한 내용을 분석단위로 선정하였다. 둘째, 필사된 내용의 의미를 알기 위해 모든 자료를 반복적으로 읽었다. 셋째, 필사된 내용을 읽으면서 메모와 제목을 표기하며 오픈 코딩을 시행하였다. 넷째, 오픈 코딩을 통해 생성된 제목을 조합하여 주제를 추출하였다. 다섯째, 분류된 주제에 대해 연구자들이 논의를 거쳐 일치되는 주제를 도출한 후 소주제를 도출하였다. 여섯째, 구성된 의미에서 유사한 것을 묶어 최종 주제를 추출하였는데, 이 과정에서 구술한 자료로 돌아가서 참여자의 경험을 포함하고 있는지 확인하였다.

## 7. 연구의 질 확보 노력

질적연구의 엄정성을 높이기 위하여 Lincoln과 Guba (1985)의 기준에 따라 신뢰성(credibility)을 높이기 위하여 인터뷰 동안 녹음기를 사용하여 녹음 후 자료를 정리하였으며, 질적연구 경험이 있는 연구자에게 분석내용을 확인하였으며, 전사물과 연구의 결과물을 주 제공자에게 읽도록 하여 인터뷰의 내용이 잘 정리되고 표현되었는지를 확인하였다. 전이성(transfer-

ability)을 높이기 위해서 연구대상군 내에서 경제 상태나 직업 유무 등에서 다양한 인구사회학적 특성을 지닌 대상을 포함하여 연구자료가 포화될 때까지 충분히 인터뷰를 실시하였다. 감사성(auditability)과 확증성(confirmability)을 위하여 자료 수집 및 분석의 전 과정을 기록으로 남기고 보관하였으며, 연구 과정을 자세히 기술하고, 참여자들의 진술문을 연구결과에 그대로 제시하였다.

## 연구결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구에서 1명의 대상자가 이상지질혈증을 진단받았으나 약물복용을 하지 않는 상태를 제외하고 특이병력은 없었다. 가족력은 대상자 1명이 뇌졸중의 과거력이 있었고 5명은 가족력이 없었다. 흡연여부는 3명이 흡연자였고 3명은 과거에 흡연을 하다가 끊었으며, 6명의 대상자가 모두 음주를 하고 있었다. 주변의 운동시설은 5명의 대상자가 없다고 응답하였으며, 건강상태는 보통이고 신체활동 정도는 적고 1명을 제외하고는 신체활동에 소요되는 시간이 없다고 응답하였다.

### 2. 주제

본 연구의 분석결과 중년남성 택시운전자의 심혈관질환 위험성 인식에 대한 의미는 3개의 주제인 '심혈관질환의 위험성 인식', '심혈관질환 예방을 위한 행동가능성', '심혈관질환 예방을 위한 행동계기'와 6개의 하위주제인 '취약성 인식', '심각성 인식', '유익성 인식', '장애인식', '스스로 자각 함', '건강관리의 나아감'으로 나타났다.

#### 1) 주제 1. 심혈관질환의 위험성 인식

인터뷰에 참여한 대상자들의 심혈관질환에 대한 위험성 인식은 표현이 다를 뿐이고 비슷한 생각을 가지고 있었다. 참여자들이 인식하는 취약성은 운동할 시간이 부족하다는 것이 가장 많았고 규칙적인 식사가 어렵고, 스트레스가 많아 심혈관질환에 노출될 위험이 많다고 인식하였다.

##### (1) 취약성 인식

대상자들은 하루 종일 앉아만 있어 혈액순환이 안 되어 심혈관질환에 대한 두려움도 있지만 운동할 시간이 없고, 식사 시간도 불규칙하고 차 안에서 스트레스를 많이 받아 질환이 생길 수

있다고 생각하였다.

예전에는 많이 움직였는데, 요즘은 뭐 차만타고 다니니까 운동이 부족하다고 느끼죠.

운전을 하면 하루 종일 앉아만 있으니까 순환도 안 되고 혈액순환이 안 되서 그러는지 장시간 운전하면 다리가 저리고 당기기도 하고. 이러면 심혈관질환이 생길수도 있지 않을까? 하는 생각에 두렵기도 하죠!

먹고 살려고 일을 하다보니까, 새벽에 일어나서 일하고 집에 와서 자고, 또 다음날 새벽에 일어나서 일하러가고..... 직업이 직업이다 보니까 운동할 시간이 없는 거지 뭐.

식습관이 불규칙한 것도 심장에 문제를 일으킬 수 있다고 생각해요. 내가 안먹다가 밥을 먹고 그러니까 속이 쓰리더라고. 일하다보면 때가 지나서 밥을 먹기도 하고 그러면 속이 또 더부룩하고. 그럴 때가 있는데..... 그러면 그런 질환이 생기지 않을까?.

운전하다보면 스트레스 많이 받죠, 차가 막히거나 그러면 엄청 스트레스 받아요. 운전을 계속하다보면 그냥 스트레스를 계속 받으면서 있는 거라니까요. 내가 지금 여기 오면서도 차가 막혀서 스트레스를 받았어.

(2) 심각성 인식

참여자의 대부분이 심혈관질환으로 문제가 생기는 것에 대한 부담을 드러냈다. 생명의 위협을 느끼거나, 나로 인한 가족의 불행, 직업을 잃을 것에 대한 두려움에 대하여 언급하였다.

생명에 위협을 느끼죠. 운전을 오래하니까 복부비만도 생기기도 내가 느끼기에는 혈액순환도 잘 안되는 것 같고. 몸이 뻣뻣한 것 같은 느낌도 들고 그래요.

요즘은 가끔 가슴이 따끔거리기도 해요. 이게 그건가?

심혈관질환에 내가 걸린다? 그럼 의욕을 잃겠죠. 그래도 어떻게든 고치려고 노력해봐야 할 것 같아요. 자연인이 되야죠. 산으로 들어가서 좋은 공기 마시며 살아야지.

주변에 아는 사람이 스텐트를 넣었는데 그때는 담배도 끊고 술도 끊고 잘 관리하려고 하더니 시간이 지나고 괜찮아지니까 또 술, 담배 하더라구. 쉽지가 않은거야. 의지가 아주 중요해요.

내가 만약 그런 문제가 생겼다면? 그럼 가족들도 힘들겠죠. 내가 돈을 벌어야 하는데, 내가 돈을 못 벌어도 주변 어떻게 살라고.....

맘이 아플 거 같아요. 주변사람들이 아프면 마음이 아

프잖아요.

내가 직업을 잃으면 두려울 것 같아요. 아파서 일을 못 하면 돈을 못벌잖아요. 그럼 하고 싶은 것도 못하고, 먹고 싶은 것도 못 먹고..... 그야말로 산송장이네요.

2) 주제 2. 심혈관질환 예방을 위한 행동가능성

(1) 유익성 인식

심혈관질환을 예방하기 위하여 운동이나 규칙적인 식습관, 생활습관 관리, 스트레스 관리의 필요성을 인식하였고, 그 중 규칙적인 운동을 통한 관리가 가장 효과적일 것이라고 하였다. 또한 건강행위를 통해 스트레스도 감소될 것이라고 인식하였다.

운동하면 피곤하고 지칠거라고 생각하지 않아요. 예전에 운동을 해봤는데, 운동하면 몸이 개운하고..... 처음에는 힘들데 시간이 지남면 몸이 좋아지는게 막 느껴지죠.

규칙적인 운동은 해보지 않아서 모르겠는데... 해보고 싶어요. 시간을 내서라도 운동을 해보면 좋은 것 같은데. 커피 한 잔 마시는 시간에 하면 될 것 같은데..... 노력은 해 봐야죠.

규칙적인 식습관으로 채식이나 집에서 좋은 음식 먹는 게 최고예요. 바쁘니까 우리는 편의점에서 밥 먹고 그러는데... 사실 집에서 음식 먹는 것만큼 좋은 게 어딴어요.

생활습관 관리는 여유가 있으면 할 수 있겠죠. 건강상태가 좋아지면 스트레스도 줄어들것이고... 컨디션 좋으면 당연히 그렇겠죠? 안그래요?

활력소가 있어 몸이 개운하면 수면도 잘 취하고 그럼 다음날 개운한 상태에서 일할 수 있고, 그렇게 되면 스트레스도 덜 받고.....

(2) 장애 인식

심혈관질환의 장애요인으로는 음주와 스트레스를 첫 번째 요인으로 꼽았고 특히 직업 운전을 하면서 스트레스로 인해 일 끝난 후 음주가 더 늘었다고 하였다. 근무요건과 경제적 이유 때문에 시간적 여유가 없어 운동을 못하는 것이 심혈관질환을 조절하는 장애 요인으로 인식하였다.

여기 있는 사람들 다 술 마시네?

하루에 12시간, 16시간 운전하고 나면 힘들죠. 운전하는게 보통 스트레스가 아니예요. 그럼 집에가서 짹 씻고 밥 먹으면서 반주한잔 하고 나면 좀 나아지니까.....



## 논 의

예전에는 술을 그렇게 많이 마시지는 않았는데, 운전일 하면서 술을 더 많이 마시게 되는 거 같아요.

택시는 운전하는 시간이 적어도 12시간 이상은 아니까..... 어떤 사람들은 돈 때문에 24시간을 일하는 사람도 있어요.

택시회사에 일하면 상납금을 내야 하니까..... 12시간, 16시간씩 일을 해야지 돈을 낼 수 있으니까요. 결국은 돈이 문제지요 뭐..... 경제적으로 여유가 있으면 적당히 하고 내가 여유시간을 즐길 수도 있는데.....

### 3) 주제 3. 심혈관질환 예방을 위한 행동계기

#### (1) 스스로 자각 함

심혈관질환 예방을 위한 행동의 계기는 주변 지인들이 질병에 이환되었다는 것을 듣거나 스스로 건강에 대해 자각하게 되어 건강관리가 필요하다는 생각을 하게 된다고 하였다.

주변 지인이 심장에 스텐트를 넣었대요. 근데 한 개는 큰 혈관 근처라서 못넣었다고 하더라구요. 그 친구는 병이 생기고 담배도 끊고 술도 끊고... 그러니까 나도 그래야 하나 생각을 하게 되더라구요.

하루 종일 운전하고 나면 앉았다가 일어날 때 오금이 저려요! 혈액순환을 위해 운동을 해야 한다는 생각이 들더라고요!

저는 몸이 안좋아서 병원에 갔더니 이상지질혈증이 있다고 그러더라고요, 그때서야 관리를 좀 해야겠구나 생각했어요.

#### (2) 건강관리로의 나아감

건강 관련 TV 프로그램이나 라디오 등의 매체나 캠페인을 통해 심혈관질환의 관리방법이 나올 때 마다 스스로 자극받아 운동이나 식습관조절을 해야 한다는 생각이 들어 틈이 날 때마다 스트레칭이라도 하면서 건강행위를 하려고 하였다.

TV 명의 프로그램을 잘 봐요. 거기에 보면 질병에 대한 많은 소개와 관리방법들이 잘 나오더라고요. 저번에 심장질환에 대한 것도 본적이 있었어요.

요즘은 운전하다보면 라디오에서도 그런 캠페인 같은 걸 하더라고요. 그래서 틈이 날 때 마다 스트레칭이라도 해요.

이렇게 운동을 할 수 있는 프로그램이 있으면 참여해보면 좋겠네요. 과연 내가 할 수 있을지 모르겠지만. 한 번 해 보고는 싶네요.

본 연구에서 중년남성 택시운전자의 심혈관질환 위험성과 예방을 위한 인식에 대한 의미로 ‘심혈관질환의 위험성 인식’, ‘심혈관질환 예방을 위한 행동가능성’, ‘심혈관질환 예방을 위한 행동계기’의 3개의 주제가 도출되었다.

첫 번째 주제인 ‘심혈관질환의 위험성 인식’은 심혈관질환을 접하게 될 위험에 대한 개인의 주관적 인식을 말한다. 이는 심혈관질환에 걸렸을 경우나 치료하지 않았을 경우 신체적, 사회적으로 예상되는 결과이다. 본인 스스로 인식하여 건강행위를 수행할 경우 얻을 수 있는 이익에 대한 자신의 지각이며, 건강행위를 수행할 경우 발생할 수 있는 어려움에 대한 자신의 지각정도를 의미한다. Ha와 Choi (2013)의 연구에서는 개인적 인식은 개인이 본인의 건강의 유지 및 향상을 위해 조화로운 정서와 긍정적인 삶의 태도를 가지고 예상되는 결과를 본인 스스로 인식하여 질병치료 및 관리에 주도적으로 참여하는 것이라고 하였다. 본 연구의 참여자들은 “먹고 살려고 일을 하다보니까, 새벽에 일어나서 일하고 집에 와서 자고, 또 다음날 새벽에 일어나서 일하러가고... 직업이 직업이다 보니까 운동할 시간이 없는 거지 뭐.”라는 취약성에 대한 인식과 “내가 직업을 잃으면 두려울 것 같아요. 아파서 일을 못하면 돈을 못 벌잖아요. 그럼 하고 싶은 것도 못하고, 먹고 싶은 것도 못 먹고... 그야말로 산송장이네요.”라고 말하는 심각성을 인식하는 것으로 나타났다. 참여자들이 인식하는 취약성은 운동할 시간이 부족함에 관한 부분이 가장 많았고 규칙적인 식사가 어렵고, 스트레스가 많아 심혈관질환에 취약하다고 인식하였다. Ko (2009)의 택시운전기사 연구에 의하면 건강상태가 비교적 불량하며 건강증진행위와 건강지각의 개선이 매우 시급하다고 인식하였는데, 이러한 결과는 본 연구결과에서도 유사하게 보고되었다. 이와 같은 연구결과를 통해 택시운전자의 심혈관질환의 개인적 인식에 미치는 영향요인을 파악함으로써 택시운전근로자의 심혈관질환 예방행위 향상을 위해서 위험성에 대한 지속적으로 인식시키기 위하여 직장 및 지역사회에서 지속적인 교육과 홍보가 필요하다고 할 수 있겠다. 또한, 심혈관질환은 증상이 발현되고 악화되기까지 그 증상이 뚜렷하지 않기 때문에 질병 위험에 대한 심각성을 인식하지 못할 수 있다(Puttonen, Harma, & Hublin, 2010). 따라서, 스스로 모니터링하며 관리해야 할 수 있는 심혈관질환 예방에 대한 인식을 확고히 할 수 있는 자가 관리에 대한 지속적인 교육도 필요하겠다.

두 번째 주제인 ‘심혈관질환 예방을 위한 행동가능성’은 심혈관질환을 예방하기 위하여 건강을 유지하거나 예방하는

건강행위로, 개인이 가지고 있는 행동가능성을 의미한다. 건강 행동 가능성이 높아지는 경우는 자신이 질병에 걸릴 가능성이 크다고 인식할 때, 그 질병에 걸리면 심각한 결과를 초래할 수 있다고 인식할 때, 심혈관질환에 대한 행동가능성을 실천함으로써 건강을 성공적으로 추구할 수 있다는 것이다(Glanz, Rimer, & Viswanath, 2008). 연구참여자들은 “예전에는 술을 그렇게 많이 마시지는 않았는데, 운전일 하면서 술을 더 많이 마시게 되는 것 같아요.” 라고 장애를 인식하고, “규칙적인 운동은 해보지 않아서 모르겠는데... 해보고 싶어요.”, “시간을 내서라도 운동을 해보면 좋은 것 같은데. 커피 한 잔 마시는 시간에 하면 될 것 같은데..... 노력은 해봐야죠.” 라고 유익성을 인식하는 것으로 확인되었다. 이를 통해 대상자들은 운동이나 규칙적인 식습관, 생활습관 관리, 스트레스 관리의 필요성을 인식하였고, 그 중 규칙적인 운동을 통한 관리가 가장 효과적임을 이해하였다고 볼 수 있겠다. 본 연구의 참여자들은 건강행위를 통해 스트레스도 감소되는 것은 알고 있지만, 근무요건과 경제적 이유 때문에 시간적 여유가 없어 운동을 못하는 것이 심혈관질환을 예방하는데 있어서 장애 요인으로 인식하였다. 심혈관질환에 대한 행동가능성은 심혈관질환 위험에 대해 인식하고 행동할 수 있는 기회를 갖고, 스스로가 처한 상황을 확인하여 본인의 행동을 변화하는 것이다(Kim & Hwang, 2011). 이에 따라 심혈관질환 위험 예방을 위해서는 심혈관질환 관련 지식을 확인하고 주기적인 교육을 적용 할 필요성이 있다. Hwang과 Park (2015)의 연구에서는 중년남성 운전자들을 대상으로 하는 중재 프로그램을 개발하는 경우에 규칙적인 식습관, 생활습관 관리, 스트레스 관리에 대한 접근이 필요하다고 하였다. 따라서 택시운전자들의 심혈관질환 예방을 위한 행동가능성에서 건강행위를 통해 얻을 수 있는 유익성에 대하여 반복적인 교육이 시행되어야 하고, 장애요인들인 음주, 흡연, 스트레스 등을 개선할 수 있도록 개인 뿐 아니라 지역사회와 산업체에서의 지속적인 교육이 필요하다. 또한, 근무요건에 대한 산업체의 지속적인 개선이 필요할 것이다.

세 번째 주제인 ‘심혈관질환 예방을 위한 행동계기’는 심혈관질환 위험을 인식하고 본인 스스로 심혈관질환을 예방하도록 동기부여 하는 요인으로 작용하며(Hwang, Hong, & Kim, 2012), 심혈관질환을 예방하겠다는 신념과도 연관된다(Hwang & Park, 2016). 이러한 행동의 계기를 통해 건강한 상태를 유지하거나 향상시키기 위한 행동, 어떤 질병을 예방하기 위한 행동, 질병을 앓고 있는 사람들은 질병을 이겨내기 위한 행동으로 나타난다. “주변 지인이 심장에 스텐트를 넣었는데요. 근데 한 개는 큰 혈관 근처라서 못 넣었다고 하더라고요. 그 친구는 병이

생기고 나서야 담배도 끊고 술도 끊고 했더라고요. 그러니까 나도 그래야 하나 생각을 하게 되더라고요.” 와 같은 인터뷰 결과와 같이 대상자는 주변 지인들이 질병에 이환되었다는 것을 듣거나 스스로 건강에 대해 자각하게 되어 건강관리가 필요하다는 생각을 하게 되었다. 또한, “요즘은 운전하다보면 라디오에서도 그런 캠페인 같은 걸 하더라고요. 그래서 틈이 날 때 마다 스트레칭이라도 해요.” 와 같이 건강 관련 TV 프로그램이나 라디오 등의 매체나 캠페인을 통해 심혈관질환의 관리방법이 나올 때 마다 스스로 자극받아 운동이나 식습관 조절을 해야 한다는 생각이 들어 틈이 날 때마다 스트레칭이라도 하면서 건강행위를 하려고 하였다. 이와 같은 결과는 Choi, Rankin, Stewart와 Oka (2008)의 연구결과에서 심혈관질환 예방 활동을 위해 건강 증진을 위한 실천행위를 지속적으로 하는 것으로 확인되어 본 연구결과와 유사하게 보고되었다. 따라서 심혈관질환 예방 활동을 위해 대상자들의 예방 행위 실천의 동기부여를 할 수 있도록 지속적으로 관리를 할 필요가 있다. 택시운전자를 고용하고 있는 회사에서는 택시운전자들의 심혈관예방을 위하여 최근 인터넷의 보급의 확대와 모바일 사용의 보편화로 원격교육 프로그램을 제공할 필요가 있다. 또한 Choi와 Chae (2020)의 선행연구에서 설명한 것과 같이 효과를 높이기 위해서는 모바일 기반의 건강 서비스를 제공할 필요가 있겠다.

본 연구결과에서 확인되어진 중년남성의 택시운전자들이 인식하는 심혈관질환 예방에 관한 내용인 ‘취약성 인식’, ‘심각성 인식’, ‘유익성 인식’, ‘장애인식’, ‘스스로 자각 함’, ‘건강관리로의 나아감’을 중심으로 모바일 기반 건강관리 프로그램을 개발하여 사업장에서 건강을 유지, 증진시키기 위한 지속적인 프로그램 운영과 관리가 운영되어야 할 것으로 사료된다.

## 결론 및 제언

본 연구에서는 포커스그룹 인터뷰 연구방법을 이용하여 중년남성 택시운전자의 심혈관질환 위험성과 예방을 위한 인식에 대한 의미로 ‘심혈관질환의 위험성 인식’, ‘심혈관질환 예방을 위한 행동가능성’, ‘심혈관질환 예방을 위한 행동계기’의 3개의 주제가 도출되었다. 또한 ‘취약성 인식’, ‘심각성 인식’, ‘유익성 인식’, ‘장애인식’, ‘스스로 자각 함’, ‘건강관리로의 나아감’의 6개의 하위주제를 도출해냈다. 대상자들은 심혈관질환의 위험성에 대하여 인식하고 있었고, 스스로 변화하고자 하는 인식과 본인이 변화하지 못하는 취약성에 대해 모두 인식하고 있는 것으로 확인되었다.

이는 심혈관질환 예방에 대해 중년남성 택시운전자는 심각성과 장애인식, 스스로 자각하여 건강관리를 스스로 하여 심혈관질환 예방을 최대화할 수 있는 지원이 필요함을 보여주는 결과라고 할 수 있다. 본 연구에서는 일개 포커스그룹 인터뷰를 토대로 결론을 도출해 내었기에 택시운전자의 심혈관질환에 대한 위험성을 일반화하는데 제한점이 있다. 따라서 포커스그룹 인터뷰 연구방법을 이용할 때 더 많은 면접집단에서 주제를 도출할 수 있도록 연구를 확대할 필요가 있겠다. 또한, 이를 토대로 중년남성 택시운전자의 심혈관질환 예방을 위한 교육과 상담을 포함한 지원 체계를 활성화하는 것이 필요할 것이다. 마지막으로, 중년남성 택시운전자의 심혈관질환 예방을 위한 모바일 프로그램의 개발과 효과 평가 연구를 제안하며, 나아가 지역사회 지원체계를 포함하는 운영체계 모델을 개발하고 효과를 검증하는 연구를 제안한다.

## REFERENCES

- Cho, J. J. (2013). Stress and disease: evidence based review. *Journal of the Korean Medical Association*, 56(6), 462-470.
- Choi, S., Rankin, S., Stewart, A., & Oka, R. (2008). Perceptions of coronary heart disease risk in Korean immigrants with type 2 diabetes. *The Diabetes Educator*, 34(3), 484-492. <https://doi.org/10.1177/0145721708316949>
- Choi, Y. H., & Chae, M. J. (2020). Development and effects of smartphone app-based walking exercise program for Taxi Drivers: Based on Bandura's self efficacy theory. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 50(2), 242-254. <https://doi.org/10.4040/jkan.2020.50.2.242>
- Elshatarat, R. A., & Burgel, B. J. (2016). Cardiovascular risk factors of taxi drivers. *Journal of Urban Health*, 93(3), 589-606. <https://doi.org/10.1007/s11524-016-0045-x>
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2008). *Health behavior and health education: theory, research, and practice* (3rd). San Francisco: John Wiley & Sons.
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105-112. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2003.10.001>
- Ha, Y. M., & Choi, H. K. (2013). Relationships among self efficacy, social support, and health promoting behaviors in correctional officers. *Korean Journal of Occupational Nursing*, 23(3), 163-170. <https://doi.org/10.5807/kjohn.2014.23.3.163>
- Hwang, W. J., & Park, Y. (2015). Ecological correlates of cardiovascular disease risk in Korean blue-collar workers: A multi-level study. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 45(6), 857-867.
- Hwang, W. J., & Park, Y. H. (2016). Belief and prevention behaviors of Korean blue-collar Workers: needs assessment for developing the intervention program through qualitative approach. *Journal of Occupational Health Nursing*, 25(4), 362-372. <https://doi.org/10.4040/jkan.2015.45.6.857>
- Hwang, W. J., Hong, O., & Kim, M. J. (2012). Factors associated with blue-collar workers' risk perception of cardiovascular disease. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 42(7), 1095-1104. <https://doi.org/10.4040/jkan.2012.42.7.1095>
- Jeon, M. Y., Song, Y. S., Jung, H. T., Park, J. S., Yoon, H. Y., & Lee, E. (2013). Development and evaluation of cardiocerebrovascular disease prevention program for taxi drivers. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 14(9), 4437-4446. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.9.4437>
- Kabayashi, F., Watanabe, T., Watanabe, M., Akamatsu, Y., & Tomital, T. (2002). Blood pressure and heart rate variability in taxi drivers on long duty schedules. *Occupational Health*, 44, 214-220.
- Karimi, A., Nasiri, S., Kazerooni, F. K., & Oliaei, M. (2010). Noise induced hearing loss risk assessment in truck drivers. *Noise Health*, 12(46), 49-55. <https://doi.org/10.4103/1463-1741.59999>
- Kim, E. Y., & Hwang, S. Y. (2011). Incidence risk of cardiocerebrovascular disease, preventive knowledge, stage of change and health behavior among male bus drivers. *Korean Journal of Adult Nursing*, 23(4), 321-330. <https://doi.org/10.4040/jkan.2012.42.3.322>
- Kim, S. J., Kim, H. J., Lee, K. J., & Lee, S. O. (1999). *Focus group research methodology*. Seoul: Hyunmoonsa.
- Ko, J. K. (2009). Analysis of factors affecting the health behavior of taxi-drivers. *Journal of East-West Nursing Research*, 15, 71-81.
- Korea National Statistical Office. (2018). 2017 Report on the transportation survey. Daejeon: Author.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage Publications.
- Puttonen, S., Harma, M., & Hublin, C. (2010). Shift work and cardiovascular disease pathways from circadian stress to morbidity. *Scandinavian Journal of Work Environment & Health*, 36(2), 96-108. <https://doi.org/10.5271/sjweh.2894>
- Rosenthal, M. (2016). Qualitative research methods: why, when, and how to conduct interviews and focus groups in pharmacy research. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 8(4), 509-516. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2016.03.021>