

청소년 여학생의 월경에 대한 태도, 월경증상 및 대처행위

성미혜¹, 주경숙²

¹인제대학교 의과대학 간호학과, 건강과학연구소, ²문경대학 간호과

Relationships among Attitudes toward Menstruation, Peri-menstrual Symptoms, and Coping in Adolescent Girls

Mi Hae Sung¹, Kyung Sook Joo²

¹Department of Nursing, Institute for Nursing Science, Inje University College of Medicine, ²Department of Nursing, Munkyeong College, Mungyeong, Korea

Background: This study aimed to identify the attitudes of adolescent girls towards menstruation, peri-menstrual symptoms, and coping.

Methods: A convenience sample of 521 adolescent girls was obtained from two middle schools and two high schools in M city. Data were collected through questionnaires about menstrual attitudes, menstrual symptoms, and coping. Data was analyzed by descriptive statistics, *t*-test, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and multiple regression using SPSS/WIN 17.0 program

Results: Subjects showed both negative and positive attitudes toward menstruation. There were significant correlation between attitudes toward menstruation and peri-menstrual symptoms. Subjects having a positive attitude toward menstruation needed a nursing mediator to provide relief for menstrual symptoms during the peri-menstrual period. Attitudes toward menstruation explained 11.0% variance of menstrual symptoms, and factor 4, in particular, (event whose onset can be predicted and anticipated) correlated strongest with menstrual symptoms and explained 21.5% variance of menstrual symptoms.

Conclusions: Our results show that evidence-based strategies for positive attitudes toward menstruation, menstrual symptom, and coping should be included in a comprehensive approach to a nursing intervention to help adolescent girls.

Korean J Health Promot 2011;11(2):106-114

Keywords: Menstrual disturbances, Coping behavior, Adolescent

서론

1. 연구의 필요성

청소년기는 2차 성징의 출현과 함께 신체적, 정신적, 사회적 성숙이 시작되는 시기로 인간의 성장발달 및 교육적인 측면에서 매우 중요한 시기이다.¹⁾ 특히 이 시기의 신체

적인 변화 중에서 생리적 현상인 월경은 단순히 생식주기의 단면으로서뿐 아니라 여성으로서의 정체체감의 상징이며 여성건강 지표의 하나로 작용한다.²⁾

여성들의 20-95%가 월경과 관련하여 다양한 증상을 경험하고 있는데, 이러한 증상은 월경통을 포함한 신체적, 정신적, 행동적 증상 등 다양한 형태로 나타난다.^{3,4)} 월경증상 경험은 청소년 여학생의 월경에 대한 태도 형성에 중요한 요인으로 작용한다. 월경증상을 경험하는 여성은 증상이 없는 여성보다 월경 경험을 부정적인 것으로 인지하는 경향이 있다. 초경이 시작된 뒤 학교생활이나 가정생활에서 전에는 경험하지 못했던 많은 월경증상으로 월경이라는 현상을 부정적으로 인지하기 때문이다.¹⁾ 반면 청소년기에서의 월경은 자연스러운 현상으로 성숙하고 여성다워진다는 것에 긍지를 가지기도 하기 때문에 월경에 대한 부정

■ Received : January 24, 2011 ■ Accepted: June 14, 2011

■ Corresponding author : Mi Hae Sung, PhD

Department of Nursing, Institute for Nursing Science, Inje University College of Medicine, 633-165 Gaegeum 2-dong, Busanjin-gu, Busan 614-735, Korea

Tel: +82-51-890-6825, Fax: +82-51-896-9840

E-mail: nurismh@inje.ac.kr

적인 태도와 긍정적인 태도를 함께 갖는다.⁵⁾ 월경에 대한 긍정적 또는 부정적 태도에 따라 신체적 증상의 강도와 빈도가 다르며, 증상의 호소가 달리 반영되기도 한다.^{3,6)}

Granot 등⁷⁾은 월경 시 통증을 동반하는 월경곤란증이 있는 여성을 대상으로 한 연구에서 월경곤란증이 있는 여성은 없는 여성보다 통증지각 시간이 더 길게 나타났으며, 부정적인 정서나 지각이 월경증상을 더욱 심하게 나타나게 하는 원인이었다고 하였다. 또한, 일상생활에 부정적 정서와 많은 월경증상을 가지고 있는 경우 월경에 대해 부정적인 태도를 가지게 되며, 이러한 부정적 태도는 월경증상에 영향을 미친다.^{3,5,8)} 따라서, 청소년기 여성은 월경을 경험하면서 다양한 요인들에 의해 월경에 대한 태도를 형성하며, 이에 대한 태도 형성에 있어서 어떤 경험을 하느냐가 후의 월경증상에 영향을 미칠 수 있기 때문에, 긍정적인 월경태도를 갖도록 하기 위한 구체적인 접근이 필요하다.⁵⁾

청소년 여성은 생리통 때문에 통증을 완화하기 위한 가장 손쉬운 대처방법 중의 하나로 진통제를 많이 복용하고 있는데,³⁾ 특히 우리나라의 경우 진통제 같은 약물은 의사의 처방 없이도 누구나 손쉽게 구할 수 있기 때문에 자기 스스로 필요하다고 인정할 경우 진통제를 남용하기 쉽다.¹⁾

청소년 여성은 스스로의 몸에 대하여 인식하고 건강을 관리할 수 있어야 하며 지속적인 교육과 상담을 통해 스스로 월경증상에 대한 대처능력을 가져야 한다.²⁾ 또한 청소년기의 월경증상을 다루는 데 있어서 증상 및 동통을 없애는 데에만 주의를 집중하는 것보다 청소년기의 생리적, 심리적 관점에서 그들의 월경관련 태도, 관심, 갈등 등에 대한 이해와 관심이 선행되어야 한다.¹⁾

월경과 관련하여 발생하는 제반 증상들은 자신의 경험이나 속한 사회와 문화, 생활사건, 대인관계 등과 밀접한 관련을 가지고 있으므로,²⁾ 개인별, 시기별로 다양하고 그로 인한 제한도 다양할 것으로 추측된다. 그러나 지금까지 국내에서 진행된 월경과 관련된 연구는 주로 초등학교생을 대상으로 한 초경경험과 월경태도에 관한 연구와 성인들을 대상으로 월경태도를 측정하고 태도측정치와 다양한 월경증상의 관계성을 밝히는 데 초점을 맞춘 연구가 대부분이며,⁵⁾ 월경증상과 관련된 연구는 초등학교 학생이나 중학생 또는 고등학생, 대학생, 성인 중 하나의 집단을 대상으로 한 연구가 있을 뿐이다. 그러나, 청소년 여성은 급격한 몸의 변화를 겪으면서 육체적으로나 정신적으로 성인 여성이 되어가는 과도기에 있으며,⁹⁾ 정신적 신체적으로 성숙하지 않은 상태에서 청소년 여성들이 인생의 중요한 사건을 경험하면서 갖게 되는 월경에 대한 태도는 향후 성인이 되어서도 유의한 영향을 미칠 수 있다.¹⁾ 따라서, 성인 여성의 월경태도 구조와 청소년 여성의 월경태도 구조는

매우 다를 것으로 기대되지만, 현재까지 청소년기에 해당되는 중, 고등학교 여학생을 모두 포함한 연구는 미흡하다. 따라서 본 연구는 중, 고등학교 여학생을 대상으로 청소년 여성의 월경에 대한 태도, 월경증상과 대처 정도를 살펴보고 이를 토대로 청소년 여성의 월경에 대한 긍정적인 태도의 형성은 물론 근거중심의 효과적인 월경중재프로그램 마련에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 청소년 여성의 월경에 대한 태도와 이들이 경험하는 월경증상을 파악하고, 대처행위를 확인하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 월경에 대한 태도, 월경증상 및 대처행위를 파악한다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 월경에 대한 태도, 월경 증상 및 대처행위의 차이를 파악한다.
- 3) 대상자의 월경에 대한 태도, 월경증상, 대처행위 간의 상관관계를 파악한다.

방 법

1. 연구 설계

본 연구는 청소년 여학생의 월경에 대한 태도, 월경증상 및 대처행위를 알아보기 위한 상관성 조사연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구의 대상은 경북 M시에 소재한 각각 2개의 중, 고등학교에 재학하는 여학생 중 본 연구의 목적을 이해하고 참여를 수락한 540명을 임의 표본 추출하였으며, 표본 수는 본 연구와 관련된 주제를 다룬 Min⁵⁾의 연구에서의 대상자 수와 유사하게 추출하였다. 또한 G power¹⁰⁾를 이용하여 산출한 결과, 본 연구에서 분석하고자 하는 3개의 변수에 대한 상관관계분석에서 필요한 표본수의 추출은 G power¹⁰⁾에서 제시한 기준인 유의수준 0.05, medium effect size 0.3, 검정력을 95%로 계산했을 때 111명이 결정되어 표본 수는 충족된 것으로 해석할 수 있다. 본 연구에서 효과의 크기를 중간범위인 0.3으로 한 결과에서 추출된 표본 수는 관련 주제를 다룬 Sung⁸⁾의 연구에서 대상자 수가 103명인 것과 유사하므로 합당하다고 판단된다.

자료 수집은 2009년 9월 1일부터 2009년 10월 15일까지로 구조화된 질문지를 이용하여 대상자가 자가보고하도록

하였다. 질문지에 응답하기 전에 연구 참여에 대한 서면동의서를 받았으며, 그중 답변이 성실하지 못한 항목이나 누락된 항목이 많은 질문지는 제외하여 최종 분석에 이용된 질문지는 521부였다.

3. 연구도구

본 연구에 사용된 측정도구는 일반적 특성 5문항, 월경에 대한 태도 30문항, 월경증상 30문항, 대처행위 24문항 등 총 89문항으로 구성되었다. 월경에 대한 태도는 Brooks-Gunn과 Ruble⁶⁾이 개발한 Menstrual Attitude Questionnaire를 Kim¹¹⁾이 번역, 사용한 것을 수정 보완하여 사용하였다. 이 도구는 5가지 영역의 총 30문항으로 구성되어 있는데, 월경은 “여성을 심리적으로 약화시키는 사건임” 10문항, 월경은 “귀찮은 사건임” 5문항, 월경은 “자연스러운 현상임” 4문항, 월경은 “시작을 예측할 수 있는 사건임” 5문항, 월경은 “여성의 행동에 영향을 미치지도 미쳐서도 안 되는 사건임” 6문항 등이다. 이 도구는 5점 Likert 척도를 사용하였으며, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘아주 그렇다’ 5점까지 점수를 부여하였다. 하부영역에서 해당영역에 대한 문항내용에서 역 문항은 역산하였으며, 점수가 높을수록 특정 영역의 월경에 대한 태도특성이 높음을 의미한다. 개발 당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=0.95-0.97$ 이었으며, Kim¹¹⁾의 연구에서는 Cronbach's $\alpha=0.80$ 이었다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=0.72$ 이었다.

월경증상은 Moos¹²⁾의 Menstrual Distress Questionnaire를 Chung¹³⁾이 수정 보완한 것을 사용하였다. 이 도구는 여섯 가지 영역의 총 30문항으로 구성되어 있는데, 통증 5문항, 주의집중저하 3문항, 행동변화 5문항, 자율신경계 반응 9문항, 수분축적 2문항, 부정적 정서 6문항 등이다. 이 도구는 5점 Likert 척도를 사용하였으며, ‘전혀 없다’ 1점에서 ‘아주 심하다’ 5점까지 점수를 부여하였으며, 점수가 높을수록 월경증상이 심한 것을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=0.95$ 이었으며, Chung¹³⁾의 연구에서는 0.92, 본 연구에서의 신뢰도는 0.96이었다.

대처행위는 Billings와 Moos¹⁴⁾의 도구를 Chung¹³⁾이 수정 보완한 것을 사용하였다. 이 도구는 네 가지 영역의 총 24문항으로 구성되어 있는데, 월경주기에 따른 대처 8문항, 적극적 행동대처 5문항, 적극적 인지 대처 4문항, 회피적 대처 7문항 등이다. 이 도구는 ‘대처여부에 따라한다’ 1점, ‘안 한다’ 0점으로 점수가 높을수록 대처를 많이 하고 있음을 의미한다. 동일한 도구를 사용한 Kim³⁾의 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=0.75$ 이었으며, 본 연구에서의 신뢰도는 0.76이었다.

4. 자료 분석방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 17.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성, 월경에 대한 태도, 월경증상 및 대처행위는 실수, 백분율, 평균과 표준편차를 이용하였고, 대상자의 일반적 특성에 따른 월경에 대한 태도, 월경증상, 대처행위의 차이는 *t*-test와 ANOVA를 적용하여 분석하였다. 사후검정은 Scheffe test를 이용하였고, 대상자의 월경에 대한 태도, 월경증상 및 대처행위의 상관관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.

결 과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 학년 분포는 중학교 2학년이 20.2% (105명), 중학교 3학년 18.0% (94명), 중학교 1학년 16.6% (87명), 고등학교 2학년과 3학년이 각각 15.2% (79명), 고등학교 1학년이 14.8% (77명)였다. 평균 초경 연령은 12.7세였으며, 통증시작 시기는 월경시작 시가 36.3% (189명)로 가장 많았다.

통증 정도는 65.1% (193명)가 참을 만하다고 하였으며, 일상생활에 지장을 줄만큼 심한 통증이 있는 경우는 4.2% (22명)였다. 월경에 대해 교육을 받은 경험이 있는 경우는 74.1% (386명)였다(Table 1).

2. 월경에 대한 태도, 월경증상 및 대처행위

월경에 대한 태도를 분석한 결과(Table 2), 각 영역별 평균평점을 보면, ‘월경은 신체 및 심리적으로 약화시키는 사건이다’가 평균 3.13 ± 0.44 로 가장 높은 점수를 나타냈으며, ‘월경은 자연스러운 현상이다’ 3.01 ± 0.72 , ‘월경은 귀찮은 사건이다’ 2.75 ± 0.55 , ‘월경은 시작을 예측하게 하는 사건이다’ 2.54 ± 0.60 , ‘월경은 여성의 행동에 영향을 미치지 않으며 미쳐서도 안 되는 사건이다’ 2.31 ± 0.55 순으로 대상자는 월경에 대해 신체 및 심리적으로 약화시키는 사건으로 인식하고 있었다.

대상자의 월경증상을 분석한 결과(Table 3), 월경증상 정도는 총 5점 만점에 평균 2.46 ± 0.80 이었으며 각 영역별 점수는 통증이 2.77 ± 0.94 로 가장 높았으며, 부정적 정서 2.72 ± 1.18 , 행동변화 2.54 ± 0.98 , 주의집중 2.37 ± 0.93 , 자율신경계 반응 2.31 ± 0.79 , 수분저류 2.08 ± 1.00 순으로 나타났다.

월경에 대한 대처행위를 분석한 결과(Table 4), 대처행위는 총 1점 만점에 평균 0.31 ± 0.16 이었으며 각 영역별로는 ‘월경주기에 따른 대처’가 0.43 ± 0.22 로 가장 높았으며, ‘적

극적 인지대처' 0.42 ± 0.30 , '적극적 행동대처' 0.29 ± 0.25 , '회피적 대처' 0.17 ± 0.17 순이었다.

3. 일반적 특성에 따른 월경에 대한 태도, 월경증상 및 월경대처의 차이

일반적 특성에 따른 월경에 대한 태도, 월경증상 및 월경대처의 차이를 분석한 결과는 표 1, 5와 같다. 일반적 특성과 월경에 대한 태도 간의 차이를 영역별로 분석한 결과, 월경태도 1요인(여성을 심리적으로 약화시키는 사건임)은 초경시기($F=3.31$, $P=0.020$), 통증이 시작되는 시기

($F=7.64$, $P<0.001$), 통증정도($F=6.39$, $P<0.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 이를 사후검정으로 Scheffe test를 한 결과, 통증이 '월경 3-4일 전부터 있다'고 한 경우에 그렇지 않은 경우보다 월경태도 1요인의 점수가 높았다. 월경태도 2요인(귀찮은 사건임)은 통증이 시작되는 시기($F=3.64$, $P=0.013$), 통증정도($F=5.40$, $P=0.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 이를 사후검정으로 Scheffe test를 한 결과, 통증이 '월경 3-4일 전부터 있다'고 한 경우에 통증이 없는 경우보다, 통증정도는 '심하게 아프다'고 응답한 경우가 '전혀 아프지 않다'고 응답한 경우보다 월경태도 2요인의 점수가 높았다. 월경태도 3요인(자연스러운 현상)은 학년

Table 1. Differences between menstrual attitudes and general and menstruation related characteristics of subjects (n=521)

Character-istics	Categories	n (%)	Factor 1			Factor 2			Factor 3			Factor 4			Factor 5			
			M (SD)	t or F	P	M (SD)	t or F	P	M (SD)	t or F	P	M (SD)	t or F	P	M (SD)	t or F	P	
Grade	Middle school																	
	Junior	a	87 (16.6)	3.12 (0.50)	0.90	0.481	2.72 (0.53)	0.83	0.522	3.01 (0.97)	3.79	0.002	2.51 (0.60)	7.25	0.000	2.41 (0.54)	3.00	0.011
	Sophomore	b	105 (20.2)	3.07 (0.49)			2.71 (0.56)			2.78 (0.68)		b<e	2.30 (0.54)		b<e,f	2.37 (0.62)		a>f
	Senior	c	94 (18.0)	3.12 (0.36)			2.71 (0.53)			2.95 (0.63)			2.45 (0.53)			2.24 (0.51)		
	High school																	
	Junior	d	77 (14.8)	3.13 (0.41)			2.82 (0.57)			3.14 (0.74)			2.64 (0.60)			2.32 (0.50)		
	Sophomore	e	79 (15.2)	3.21 (0.43)			2.83 (0.57)			3.19 (0.76)			2.69 (0.61)			2.37 (0.59)		
	Senior	f	79 (15.2)	3.14 (0.41)			2.73 (0.55)			3.08 (0.71)			2.76 (0.65)			2.13 (0.44)		
Onset of menarche	≤11	a	64 (12.2)	3.14 (0.40)	3.31	0.020	2.64 (0.61)	1.76	0.152	3.07 (0.90)	0.50	0.683	2.60 (0.65)	0.71	0.541	2.24 (0.60)	0.60	0.615
	12	b	166 (31.9)	3.21 (0.43)			2.82 (0.56)			3.05 (0.75)			2.57 (0.59)			2.30 (0.53)		
	13	c	177 (34.0)	3.09 (0.45)			2.74 (0.47)			2.97 (0.58)			2.52 (0.57)			2.34 (0.52)		
	≥14	d	114 (21.9)	3.06 (0.45)			2.72 (0.61)			2.97 (0.77)			2.48 (0.66)			2.31 (0.59)		
Onset of pain	3-4 days prior to menstruation	a	100 (19.2)	3.28 (0.46)	7.64		2.84 (0.52)	3.64	0.013	3.11 (0.68)	0.80	0.491	2.89 (0.57)	19.55	0.000	2.23 (0.50)	3.18	0.024
	Onset of menstruation	b	189 (36.3)	3.14 (0.41)		0.000	2.79 (0.56)		a>d	2.99 (0.74)			2.55 (0.59)		a>b>d	2.27 (0.52)		a<d
	During menstruation	c	128 (24.5)	3.07 (0.39)		a>d	2.74 (0.54)			2.99 (0.65)			2.46 (0.53)			2.31 (0.51)		
	None	d	104 (20.0)	3.00 (0.47)			2.60 (0.55)			2.98 (0.81)			2.28 (0.60)			2.45 (0.65)		
Degree of pain	No pain	a	76 (14.6)	2.97 (0.49)	6.39	0.000	2.52 (0.54)	5.40	0.001	2.99 (0.83)	0.41	0.930	2.16 (0.58)	19.68	0.001	2.44 (0.69)	4.58	0.004
	Bearable	b	193 (65.1)	3.12 (0.41)			2.77 (0.55)		a<c	3.02 (0.69)			2.53 (0.57)		a>c	2.31 (0.52)		a,b,c>d
	Acutely painful	c	84 (16.1)	3.22 (0.41)			2.86 (0.53)			3.00 (0.74)			2.85 (0.53)			2.27 (0.51)		
	Can't daily living activity	d	22 (4.2)	3.34 (0.55)			2.72 (0.48)			2.92 (0.82)			2.78 (0.73)			1.95 (0.45)		
Experience of education	Yes		386 (74.1)	3.13 (0.44)	0.72	0.469	2.75 (0.56)	0.02	0.977	3.07 (0.71)	3.00	0.003	2.56 (0.60)	1.40	0.798	2.30 (0.55)	-0.88	0.375
	No		135 (25.9)	3.10 (0.44)			2.75 (0.51)			2.85 (0.74)			2.47 (0.62)			2.34 (0.53)		

Table 2. Menstrual attitudes

Factor	Mean	SD	Min	Max
Factor 1				
Psychologically and physically debilitating	3.13	0.44	1.60	4.80
Factor 2				
Bothersome	2.75	0.55	1.20	4.60
Factor 3				
Natural	3.01	0.72	1.00	5.00
Factor 4				
Event whose onset can be predicted and anticipated	2.54	0.60	1.00	4.20
Factor 5				
Event that does not and should not affect one's behavior	2.31	0.55	1.00	5.00
Total	2.75	0.35	1.42	4.68

Table 3. Menstrual symptoms

Area	Mean	SD	Min	Max
Pain	2.77	0.94	1.00	5.00
Concentration	2.37	0.93	1.00	5.00
Behavioral change	2.54	0.98	1.00	5.00
Autonomic reactions	2.31	0.79	1.00	5.00
Water retention	2.08	1.00	1.00	5.00
Negative affect	2.72	1.18	1.00	5.00
Total	2.46	0.80	1.00	4.74

Table 4. Menstrual coping

Area	Coping	
	Mean	SD
Menstrual cycle specific	0.43	0.22
Active behavioral coping	0.29	0.25
Active cognitive coping	0.42	0.30
Avoidance	0.17	0.17
Total	0.31	0.16

($F=3.79$, $P=0.002$), 교육경험($t=3.00$, $P=0.003$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 이를 사후검정으로 Scheffe test를 한 결과, 고등학교 2학년이 중학교 2학년보다 월경태도 3요인의 점수가 높았다. 월경태도 4요인(시작을 예측할 수 있는 사건임)은 학년($F=7.25$, $P<0.001$), 통증시작시기($F=19.55$, $P<0.001$), 통증정도($F=19.68$, $P<0.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 이를 사후검정으로 Scheffe test를 한 결과, 고등학교 2, 3학년이 중학교 2학년보다, 통증이 '월경 3-4일 전부터 있다'고 한 경우에 월경시작과 월경 동안 통증이 있다고 응답한 경우보다 월경태도 4요인의 점수가 높았다. 월경태도 5요인(여성의 행동에 영향을 미치지도 미쳐서도 안 되는 사건임)은 학년($F=3.00$, $P=0.011$), 통증시작 시기($F=3.18$, $P=0.024$), 통증정도($F=4.58$, $P=0.004$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 이를 사후검정으로 Scheffe test를 한 결과, 중학교 1학년이 고등학교 3학년보다, 통증이 '월경 3-4일 전부터 있다'고 한 경우에 통증이 없다고 응답한 경우보다 월경태도 5요인의 점수가 높았다. 반면, 통증정도가 '일상생활에 지장을 줄 정도로 아프다'고 응답한 경우가 그렇지 않은 경우보다 월경태도 5요인의 점수가 낮았다.

일반적 특성과 월경증상 간의 차이를 보면, 학년($F=3.15$, $P=0.008$), 초경시기($F=3.54$, $P=0.014$), 통증이 시작되는 시기($F=43.90$, $P<0.001$), 통증정도($F=81.92$, $P<0.001$)에서 유의한 차이가 있었다. 이를 Scheffe test로 사후 검정한 결과에서 고등학교 3학년이 중학교 2학년보다, 초경시기가 11세 이하인 경우에 월경증상 점수가 높았으며, 통증이 '월경 3-4일 전부터 있다'고 응답한 경우가 '없다'고 응답한 경우보다, 통증정도가 '일상생활에 지장을 준다'고 응답한 경우가 그렇지 않은 경우보다 월경증상 점수가 높았다.

일반적 특성과 대처행위 간의 차이를 보면, 학년($F=2.78$, $P=0.017$), 통증이 시작되는 시기($F=16.98$, $P<0.001$), 통증정도($F=30.74$, $P<0.001$)에서 유의한 차이가 있었다. 그러나 이를 사후 검정한 결과에서 고등학교 1학년이 중학교 1학년에 비해 대처행위가 높았고, 통증이 시작되는 시기와 통증정도는 사후검정에서 유의한 차이가 없었다.

4. 월경에 대한 태도, 월경증상, 대처행위와의 상관관계

대상자의 월경에 대한 태도, 월경증상, 대처행위와의 각 변수간의 상관관계를 분석한 결과(Table 6), 월경에 대한 태도는 월경증상($r=0.335$, $P=0.000$), 대처행위($r=0.288$, $P=0.000$)와 양의 상관관계를 보였다. 월경증상과 대처행위($r=0.488$, $P=0.000$)도 양의 상관관계를 보였다. 월경에 대한 태도의 세부영역과 월경증상은 '자연스러운 현상', '월경의 영향을 부인'하는 영역을 제외한 모든 영역에서 양의 상관관계를 보였으며, 대처행위와는 '월경의 영향을 부인'하는 영역을 제외한 모든 영역에서 양의 상관관계를 보였다.

고 찰

본 연구는 중, 고등학교 여학생들의 월경에 대한 태도, 월경증상, 대처행위를 파악함으로써 이들의 월경에 대한 근거중심의 간호중재 방안을 제시하기 위하여 시도되었다.

월경은 신경 호르몬계의 생리작용으로서 자궁점막에 주

Table 5. Differences in menstrual symptoms and menstrual coping according to general and menstruation related characteristics of subjects (n=521)

Characteristics	Categories		Menstrual symptoms				Menstrual coping			
			M (SD)	t or F	P	Scheffe	M (SD)	t or F	P	Scheffe
Grade	Middle school									
	Junior	a	2.42 (0.91)	3.15	0.008	b<f	0.30 (0.17)	2.78	0.017	a<d
	Sophomore	b	2.25 (0.75)				0.27 (0.17)			
	Senior	c	2.39 (0.80)				0.30 (0.15)			
	High school									
	Junior	d	2.58 (0.70)				0.35 (0.15)			
	Sophomore	e	2.55 (0.80)				0.33 (0.16)			
	Senior	f	2.66 (0.80)				0.32 (0.14)			
Onset of menarche	≤11	a	2.61 (0.77)	3.54	0.014	a>b,c,d	0.33 (0.15)	0.95	0.414	
	12	b	2.58 (0.73)				0.31 (0.15)			
	13	c	2.39 (0.86)				0.30 (0.17)			
	≥14	d	2.31 (0.80)				0.29 (0.16)			
Onset of pain	3-4days prior to menstruation	a	2.89 (0.75)	43.90	<0.001	a>d	0.60 (0.18)	16.98	<0.001	
	Onset of menstruation	b	2.64 (0.71)				0.64 (0.15)			
	During menstruation	c	2.43 (0.68)				0.65 (0.17)			
	None	d	1.79 (0.75)				0.76 (0.17)			
Degree of pain	No pain	a	1.63 (0.56)	81.92	<0.001	a,b,c<d	0.80 (0.16)	30.74	<0.001	
	Bearable	b	2.43 (0.67)				0.66 (0.16)			
	Acutely painful	c	3.07 (0.66)				0.56 (0.16)			
	Can't daily living activity due to severe pain	d	3.54 (0.78)				0.54 (0.19)			
Experience of education	Yes		2.48 (0.79)	0.83	0.403		0.31 (0.15)	1.47	0.142	
	No		2.41 (0.86)				0.29 (0.17)			

기적으로 흐르는 생리적인 출혈로, 월경주기에 따라 여성들이 경험하게 되는 증상으로 월경시작 며칠 전에 발생하는 월경 전 증후군과 월경기에 발생하는 흔히 월경통, 생리통이라고 하는 월경곤란증이 있다.¹⁾

본 연구에서 대상자의 80% 정도가 통증의 시작 시기는 다르지만 월경과 관련하여 통증을 경험하는 것으로 나타났는데 이는 간호대학생을 대상으로 한 Kim³⁾의 연구에서 85% 이상의 대상자가 통증을 경험하였다는 결과와 성인 여성을 대상으로 한 Lee 등⁴⁾의 연구에서 75%의 여성이 통증을 경험하였다고 한 결과, 여중생을 대상으로 한 Park¹⁾

의 연구에서 80% 정도의 대상자가 통증을 경험한 것으로 나타난 결과와 유사한 것이다. Granot 등⁷⁾은 월경곤란증 여성에 대한 연구에서 대상자의 70% 정도에서 월경곤란증을 호소하였다고 하였다. 월경통은 초경 후 2-3년 후에 나타나며 월경통과 동반되어 오심, 구토 및 설사 등이 나타나기도 하고 두통이나 피로감을 느끼게 되고 신경질을 내거나 주위집중이 어렵게 된다. 이로 인해 여학생들은 학업에 지장을 초래할 수 있다.¹⁾ Vicdan 등¹⁵⁾은 13-18세의 중, 고등학생을 대상으로 한 연구에서 78.1%의 여학생이 월경통을 경험하였으며, 이 중 25.6%는 자주 학교를 결석

Table 6. Correlation between menstrual attitudes, menstrual symptoms, and coping in subjects (n=521)

	Menstrual attitudes	First factor	Second factor	Third factor	Fourth factor	Fifth factor	Menstrual symptoms
First factor	0.558 ($P<0.001$)	1					
Second factor	0.660 ($P<0.001$)	0.266 ($P<0.001$)	1				
Third factor	0.688 ($P<0.001$)	0.220 ($P<0.001$)	0.263 ($P<0.001$)	1			
Fourth factor	0.675 ($P<0.001$)	0.351 ($P<0.001$)	0.299 ($P<0.001$)	0.305 ($P<0.001$)	1		
Fifth factor	0.478 ($P<0.001$)	0.072 ($P=0.109$)	0.214 ($P<0.001$)	0.190 ($P<0.001$)	0.085 ($P=0.058$)	1	
Menstrual symptoms	0.335 ($P<0.001$)	0.344 ($P<0.001$)	0.288 ($P<0.001$)	0.073 ($P=0.102$)	0.477 ($P<0.001$)	-0.081 ($P=0.074$)	1
Coping	0.288 ($P<0.001$)	0.148 ($P=0.001$)	0.212 ($P<0.001$)	0.173 ($P<0.001$)	0.335 ($P<0.001$)	0.017 ($P=0.696$)	0.488 ($P<0.001$)

하였다고 하였다. 따라서 월경통을 호소하는 청소년 여학생들이 경험하는 신체, 심리, 정서적 경험을 이해하고 이에 대한 도움을 줄 수 있어야 한다.

본 연구에서 대상자들이 월경시작 시에 통증을 많이 경험한 것으로 나타났는데, 이는 성인을 대상으로 한 Lee 등⁴⁾의 연구에서 월경 첫째 날에 통증이 많이 나타난 결과와 일치하는 것이지만, 여중생을 대상으로 한 Park¹⁾의 연구에서 월경기간 중에 통증이 많은 것으로 나타난 결과와는 상이한 결과이다. 본 연구에서 월경시작 시 다음으로 월경기간 중에 통증이 시작된다는 응답이 많이 나온 결과는 여고생을 대상으로 한 Chung¹³⁾의 연구에서 월경 전보다 월경시작 시와 월경기간 중에 통증이 많은 것으로 나타난 결과와는 유사하다고 본다.

대상자의 월경에 대한 태도는 월경이 신체, 심리적으로 약화시키는 사건으로 인식하고 있었는데, 이는 여고생을 대상으로 한 Chung¹³⁾의 연구에서 나타난 결과와 일치하는 것이다. 본 연구에서 대상자들은 월경을 약화시키거나 귀찮은 것으로 인식하는 등 부정적인 측면으로 인식하는 것으로 나타났다. 그러나, 청소년기에서의 월경은 월경으로 인해 불편감, 당황스러움과 함께 무기력하다고 인식되기도 하지만 자연스러운 현상으로 성숙하고 여성다워진다는 것에 긍지를 갖기도 하므로,⁵⁾ 청소년 여학생들에게 월경에 대한 정확한 정보를 제공하여 이들이 월경에 대해 긍정적인 태도를 형성할 수 있도록 돕는 전략이 요구된다.

월경증상의 경험은 청소년기 여성의 월경에 대한 태도 형성에 중요한 요인이 되는데,¹⁾ 본 연구의 대상자들은 월경증상 중에서 통증, 부정적 정서 등의 경험을 많이 한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여중생을 대상으로 한 Park¹⁾의 연구결과와 여고생을 대상으로 한 Chung¹³⁾의 연구결과와 일치하는 것이다. 본 연구결과가 대학생들을 대상으로 한 Park과 Lee²⁾의 연구에서 대상자들이 월경과 관련하

여 나타나는 증상들을 피로, 신경질적 양상을 많이 경험한 것으로 나타난 결과와는 차이가 있으므로, 개인 차이뿐만 아니라 시기별로도 차이가 있음을 알 수 있었다. 따라서, 대상자들의 월경증상을 증재하기 위한 대처행위의 적용에 있어서 대상자가 속한 시기를 고려할 필요가 있다고 생각한다.

Min⁵⁾은 여성들은 월경주기와 연관되어 있는 신체적 및 심리적 증상들을 가지고 있고 이러한 증상들은 호르몬에 의한 것이며, 여성들에게 부정적으로 영향을 미쳐서 월경 전이나 월경 동안 여성들의 기능을 약화시킨다는 믿음을 반영하고 있다고 하였다.

대상자들의 월경에 대한 대처행위는 월경주기에 따른 대처와 적극적 인지 대처를 많이 하는 것으로 나타나, 여고생을 대상으로 한 Chung¹³⁾의 연구에서 여고생들은 월경주기에 따른 대처와 적극적 인지 대처를 많이 하는 것으로 나타난 결과와 여대생을 대상으로 한 Jun¹⁶⁾의 연구에서 여대생들은 적극적이고 인지적인 태도를 가장 많이 하고 있다는 결과와 유사하였다. 한편 본 연구대상자들의 적극적 행동대처가 상대적으로 적게 나타난 것은 대상자들이 학업을 위해 많은 시간을 할애해야 하기 때문에 월경증상을 완화시키기 위해 운동이나 마사지를 하는 등의 적극적 행동대처를 선택하는 데 어려움이 있는 것으로 생각한다.

월경에 대한 대처행위로는 건강한 정신과 태도를 갖기 위한 명상, 이완요법 등의 행위가 효과적이며, 적절한 운동, 좋은 자세, 온수목욕, 균형 있는 식사 등이 중요하다.³⁾

월경에 대한 태도를 하부영역별로 대상자의 일반적 특성에 따라 차이를 분석한 결과, 월경태도 3, 4, 5요인은 대상자의 학년에 따라 차이를 나타내었는데, 고등학교 2, 3학년은 월경을 ‘자연스런 현상’과 ‘시작을 예측할 수 있는 사건’으로 받아들였으며, 중학교 1학년은 고등학교 3학년보다 월경을 ‘여성의 행동에 영향을 미치지 않는 현상’으로

받아들였다. 이러한 결과는 월경에 대한 부정적 가치관은 여성으로서의 역할을 받아들이는 데에 대한 갈등이거나 성인이 된다는 것을 지연시키고 싶은 심리를 반영한다¹³⁾는 것을 볼 때, 고등학생이 중학생보다 월경을 긍정적으로 받아들이고 있으며 여성다움에 대한 긍정적인 반응을 보인 결과라 생각한다. 또한 통증시작 시기에서 월경태도 1, 2요인(월경을 신체적, 심리적으로 약화시키는 사건/귀찮은 사건)에서 통증이 '월경 3-4일 전부터 있다'고 한 경우에 '통증이 없다'고 응답한 경우보다 월경태도 점수가 높았으며, 통증정도에서도 '통증이 없는 경우'보다 '어느 정도 통증이 있는 경우'에 월경태도점수가 높게 나타나 월경에 대한 부정적인 태도를 갖고 있음을 알 수 있었다 이러한 결과는 간호대학생을 대상으로 한 Kim³⁾의 연구에서 월경통증, 배란에 대한 자각증상, 통증이 시작되는 시기에 따라 유의한 차이가 없었다는 연구결과와는 상이하지만, 중학생을 대상으로 한 Park¹⁾의 연구에서 학년, 연령, 초경시기, 통증정도에서 유의한 차이를 나타낸 결과와는 유사한 것이다. 따라서, 월경에 대한 태도는 학년, 통증경험시기 및 통증정도에 따라 차이가 있으므로 청소년 여학생이 월경에 대한 태도를 긍정적으로 형성할 수 있도록 돕는 데 이들 변수들을 고려할 필요가 있다고 본다.

월경증상은 대상자의 일반적 특성 중 학년, 초경시기, 통증이 시작되는 시기, 통증정도에서 유의한 차이를 나타냈는데, 이는 성인을 대상으로 한 Lee 등⁴⁾의 연구에서 연령에 따라 월경증상의 차이를 나타낸 결과와 간호학생을 대상으로 한 Kim³⁾의 연구에서 통증정도, 배란에 대한 자각증상, 통증이 시작되는 시기에 따라 유의한 차이가 있었다는 결과, 중학생을 대상으로 한 Park¹⁾의 연구에서 학년, 초경시기, 통증정도, 진통제 사용유무 등에 따라 유의한 차이가 있었다는 결과와 부분적으로 일치하는 것이다. 본 연구결과에서 고등학교 3학년이 중학교 2학년보다 월경증상이 높은 이유를 분석해 보면, 월경증상의 정도는 사회적 요인, 문화적 요인, 심리적 요인인 기대, 태도, 학습정도에 따라 영향을 받는데, 특히 여고생은 생리적, 심리적, 사회적 및 인지적으로 심한 혼란과 변화를 겪는 시기이기 때문에 다른 시기에 비해 스트레스가 심화되고 적응의 어려움을 겪으며, 이 시기의 스트레스와 갈등이 월경에 영향을 미칠 수 있으며 월경자체가 심리적인 영향을 주기 때문¹³⁾이라고 할 수 있다. 이와 같이 월경증상에 영향을 미치는 일반적 특성에 대한 연구결과가 다양하며 특히 중, 고등학생을 대상으로 한 연구가 많지 않은 가운데 이에 대한 분석이 매우 미흡하므로 향후 연구에서 청소년 여학생들의 월경증상에 영향을 미치는 이들 일반적 특성관련 요인을 밝히는 것이 필요하다고 본다.

대처행위는 대상자의 일반적 특성 중 학년, 통증이 시작

되는 시기, 통증정도에서 유의한 차이를 나타냈는데, 이는 Kim³⁾의 연구에서 통증정도, 배란에 대한 자각증상, 통증이 시작되는 시기에 따라 유의한 차이가 있었다는 결과와 일치하는 것이다. 본 연구결과에서 고등학교 1학년이 중학교 1학년에 비해 대처행위가 높았는데, 이러한 결과는 본 연구결과에서 고등학교 3학년이 중학교 2학년보다 월경증상이 높은 결과와 관련이 있다고 생각된다. 즉 월경 시의 대처는 월경주기에 따라 나타나는 신체적, 정신적, 정서적 변화에 다른 증상을 최소화하기 위해서 월경 전이나 월경 시에 개인이 행하는 사고 및 행위로, 일상생활에 지장을 받을 정도의 경우에 의학적 치료를 포함한 다양한 대처를 하게 된다¹³⁾는 것을 볼 때, 고등학생이 중학생보다 높은 월경증상을 경험하고 그 결과 대처행위도 많이 하는 것이라 생각한다. 본 연구에서 대상자의 통증이 시작되는 시기와 통증정도가 이들의 대처행위에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났으므로, 월경 시 통증을 동반하는 월경곤란 증은 일시적으로 해소된 것이 아니라 신체검진과 이를 바탕으로 한 근거중심의 간호중재 등의 적극적인 대처방안이 필요할 것으로 생각한다.

본 연구에서 월경에 대한 태도, 월경증상, 대처행위와의 상관관계를 분석한 결과, 이들 세 변수 간에는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났는데, 이는 Kim³⁾의 연구, Park과 Lee²⁾의 연구결과와 일치하는 것이다. 이러한 결과를 바탕으로 Kim³⁾은 월경에 대한 태도에 따라 특히 부정적인 시각을 가지고 있는 대상자들에게 개별적이고 다차원적인 접근을 통하여 적극적으로 대처하는 전략이 필요하다고 하였다. Park¹⁾도 청소년 여학생을 위한 월경에 대한 긍정적 태도형성과 효과적인 대처행동을 제공하는 체계적이고 실용적인 월경관리교육프로그램이 개발될 필요가 있다고 하였다. 아울러 월경은 여성 개인의 성숙과 관련되는 것이므로 청소년 여학생들에게 월경의 긍정적인 의미에 대해 강조함으로써 월경으로 인해 경험하게 되는 다양한 감정들을 잘 조절하여 위기로서의 월경을 잘 받아들일 수 있도록 도와줄 필요가 있다고 본다.

이상의 연구결과를 볼 때, 청소년 여학생은 월경에 대해 신체 및 심리적으로 약화시키는 사건이면서 귀찮은 사건으로 인식하는 경향이 있었으며, 이러한 태도는 월경증상과 대처행위와 관련되어 있음을 알 수 있었다. 따라서, 청소년 여학생이 월경에 대해 긍정적인 태도를 형성하고 효과적인 대처행위를 사용하도록 돕기 위한 정확한 정보의 제공은 물론 개별적이고 다차원적인 월경관리프로그램의 개발 및 적용이 필요하다. 또한, 본 연구에서 자료 수집을 위한 대상자 군을 선정하는데 일부 지역의 중, 고등학교 여학생을 임의표집 하였으므로, 본 연구결과를 모든 청

소년 여학생에게 일반화하는 데 신중을 기할 필요가 있다.

요 약

연구배경: 본 연구는 중, 고등학교 여학생의 월경에 대한 태도, 월경증상, 대처행위를 파악하기 위한 상관성조사 연구이다.

방법: 본 연구의 대상은 경북 M시에 소재한 각각 2개의 중, 고등학교에 재학하는 여학생 중 본 연구의 목적을 이해하고 참여를 수락한 521명을 대상으로 하였다. 수집된 자료는 SPSS 프로그램으로 차이검정은 t-test, ANOVA로, 상관성 조사는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.

결과: 본 연구결과 대상자의 80% 정도가 통증을 경험하였으며, 월경에 대해서는 신체 및 심리적으로 악화시키는 사건이며 귀찮은 사건으로 인식하는 경향이 있었다. 학년, 통증이 시작되는 시기와 통증정도에 따라 월경에 대한 태도의 각 하부영역에서 유의한 차이가 있었으며, 월경증상 및, 대처행위 또한 대상자의 통증이 시작되는 시기와 통증 정도에 따라 유의한 차이가 있었다. 월경에 대한 태도와 월경증상, 월경증상과 대처행위, 대처행위와 월경에 대한 태도는 유의한 상관관계가 있었다. 본 연구결과 청소년 여학생의 통증경험이 이들의 부정적인 태도와 관련이 있었으며, 월경증상이 많을수록 대처행위도 많이 사용하는 것으로 나타났다.

결론: 청소년 여학생이 월경에 대해 긍정적인 태도를 갖도록 하고 이들이 효율적으로 사용할 수 있는 대처행위를 제시할 수 있는 근거중심의 중재방안이 마련되어야 한다고 본다.

중심단어: 태도, 월경증상, 대처행위, 청소년

참고문헌

1. Park SR. A study on middle schools girl's menstrual symptoms, attitudes, and coping behaviors related menstruation. [Master's thesis]. Gwangju: Chonnam National University; 2006. Korean.
2. Park KE, Lee SE. A study on premenstrual syndrome and menstrual attitude. Korean J Women Health Nurs 2001;7(3):359-72.
3. Kim HJ. Study on an attitude toward menstruation, perimenstrual symptoms and, coping of nursing students. Korean J Women Health Nurs 2005;11(4):288-95.
4. Lee EH, Kim JI, Kim HW, Lee HK, Lee SH, Kang NM, et al. Dysmenorrhea and menstrual attitudes in adult women. Korean J Women Health Nurs 2003;9(2):105-12.
5. Min YK. Menstrual attitude structure of postmenarcheal girls. Journal of Institute for Social Sciences 2003;14(12):69-88.
6. Brooks-Gunn J, Ruble DN. The menstrual attitude questionnaire. Psychosom Med 1980;42(5):503-12.
7. Granot M, Yarnitsky D, Itskovitz-Eldor J, Granovsky Y, Peer E, Zimmer EZ. Pain perception in women with dysmenorrhea. Obstet Gynecol 2011;98(3):407-11.
8. Sung MR. A study on the correlation among emotion, attitude and coping method of menarche experience of some elementary schools girls. [Master's thesis]. Gwangju: Chosun University; 2007. Korean.
9. Kim KA. Body and sexual identity of girls in adolescence-focused on the process of socialization of D women's university students. Dongduk Journal of Women's Studies 2002;6:43-70.
10. Erdfelder E, Faul F, Buchner A. GPOWER: a general power analysis program. Behavioral Research Methods, Instruments, & Computers 1996;28:1-11.
11. Kim JE. A model of the theoretical structure of factors influencing college women's attitudes toward menstruation. J Korean Acad Nurs 1993;23(2):224-44.
12. Moos RH. The development of menstrual distress questionnaire. Psychosom Med 1968;30(6):853-67.
13. Chung MK. A study on the menstrual knowledge, attitudes, symptoms and coping of the high school girls. [Master's thesis]. Seoul: Ewha Womans University; 1999. Korean.
14. Billings AG, Moos RH. The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. J Behav Med 1981;4(2):139-57.
15. Vicdan K, Kukner S, Dabakoglu T, Ergin T, Keles G, Gokmen O. Demographic and epidemiologic features of female adolescents in Turkey. J Adolesc Health 1996;18(1):54-8.
16. Jun EM. Effects of SP-6 acupressure on dysmenorrhea and skin temperature at CV2 acupoint of low abdomen in the female college students. Korean J Women Health Nurs 2003;9(2):128-37.

1. Park SR. A study on middle schools girl's menstrual symptoms,