

산후 조리원 이용여부에 따른 산모의 양육스트레스, 산후우울, 산후피로 차이

송주은 · 장순복 · 김 수

연세대학교 간호대학, 연세대학교 간호대학 간호정책연구소

= Abstract =

Childcare Stress, Postpartum Depression, and Postpartum Fatigue Between Women Who Used and Not Used Sanhujori Facility

Ju-Eun Song · Soon-Bok Chang · Su Kim

Yonsei University College of Nursing, The Nursing Policy Research Institute

Objectives: The purpose of this study was to compare the level of childcare stress, postpartum depression and postpartum fatigue between women who used and not used Sanhujori facility.

Methods: The research design was a descriptive study using a self-report questionnaire. The data were collected from July to September, 2006. The participants were 292 postpartum women who visited the obstetric clinic at 5 hospitals for a routine follow up between 4 and 6 weeks after childbirth. They were divided into two groups: a group of using Sanhujori facility ($n=102$) and a group of non-using ($n=192$) during the first three weeks after childbirth. The data were analyzed by using SPSS 12.0 with descriptive statistics, t-test, χ^2 -test and multiple regression analyses.

Results: 1. There were significant statistical differences in family type, parity, number of assistants, and sleep satisfaction between the two groups. 2. The mean scores of childcare stress and postpartum depression in the group using Sanhujori facility (45.67 ± 10.42 , 9.28 ± 4.47 respectively) were significantly higher than those of non-user (40.89 ± 9.62 , 8.07 ± 4.35 respectively). But there was no statistically significant difference in postpartum fatigue between the two groups. 3. Multiple regression analysis while controlling the effect of differing variables between the two groups showed that using Sanhujori facility had significant positive effects on childcare stress and postpartum depression.

Conclusions: Childcare stress is the most important problem among women who used Sanhujori facility during the first three weeks after childbirth. Based on this result, a nursing intervention for Sanhujori facility should be focused on reducing the childcare stress and enhancing mothering ability during mother's stay in Sanhujori facility.

Key Words: stress, depression, fatigue, Sanhujori facility (postpartum care facility)

교신저자: 송주은, 서울시 서대문구 신촌동 134번지 연세대학교 간호대학 간호환경시스템학과

전화번호: 02-2228-3344, E-mail: songje@yuhmc.yonsei.ac.kr

원고접수: 2007년 9월 21일, 원고채택: 2007년 10월 13일

서 론

출산 후 6주 이내의 시기에 있는 산모는 임신과 출산으로부터 신체적으로 회복해야 하는 과업과 함께, 어머니로서 신생아를 돌보고 새로운 역할에 심리적, 관계적으로 적응해야하는 과업이 있다. 하지만, 이 시기의 여성은 출산과정과 관련하여 신체적으로 매우 피로한 상태로서, 다양한 신체적 불편감과 급격한 호르몬의 변화로 인한 신체적 증상을 경험할 뿐만 아니라, 신생아 양육과 관련된 스트레스와 우울 등의 심리적 변화를 쉽게 경험하게 되므로, 흔히 산욕기는 어렵고 힘든 위기의 시기로 간주되기도 한다(Milligan, 1989; Reeder 등, 1997).

한국은 이러한 어려움의 시기를 개인적인 사건으로 경험하기 보다는 가족적 사건으로 함께 경험하고 지원해주는 전통을 가지고 있어서, 한국의 산모는 출산 후 위기의 시기에 적어도 삼칠일(3주) 동안 산후조리라는 특수한 돌봄을 받으면서, 신체적으로 회복되고, 심리적으로 위로를 받으며, 자녀양육에 필요한 지식과 기술을 자연스럽게 습득함으로서 모성역할을 준비하였다. 그러나 현대 사회구조의 변화로 이러한 가정 내에서의 전통적인 산후조리 여건이 어려워짐에 따라, 산후조리원이라는 기관이 생겨나게 되었다. 이는 우리나라의 독특한 산후조리 문화를 고수하고자 하는 전통과 사회, 가족구조의 변화에 따른 필연적인 결과라고 볼 수 있으나(유은광과 안영미, 2001), 산후조리원에서의 산모와 신생아 관리 체계는 전통적 산후조리와는 매우 다른 실정이다.

전통적 산후조리 방법은 산후에 산모와 신생아가 한방에 있는 것을 기본으로 하였으며, 신생아 양육에 대한 어려움이 있을 때 마다 친정어머니나 시어머니 등의 조력자로부터 필요한 도움을 받으면서 양육의 어려움을 해결할 수 있었다. 하지만, 대부분의 산후조리원에서는 원하는 경우 낮 동안에는 모자동설이 허용되기는 하나, 주로 모아를 연결시키려는 노력은 수유 시간정도로 국한되는 경우가 많고(서영숙과 허정

경, 2002), 남편을 제외한 중요한 조력자들의 면회가 제한되는 환경이어서, 모아 애착이나 모유수유, 아기 돌보기 능력의 자연스런 획득이 어려운 여건이다.

실제로 유은광과 안영미(2001)는 산후조리원에 내원한 산모의 경우 서비스에 대해 일정 비용을 지불한 댓가로서 소비자의 충분한 권리를 찾고자 하는 욕구가 상당히 크기 때문에 어머니로서의 신생아 돌보기 역할과 자가관리 능력을 함양시키기 위한 능동적인 역할을 소홀히 여기고 자칫하면 게으른 산모가 되어 지나치게 의존적, 수동적 산모가 될 수 있음을 지적한 바 있으며, 연구결과 우리나라 산모들이 산후조리에서 가장 중요하게 생각하고 수행도가 높은 산후조리 내용이 "충분히 휴식하기"인 것으로 나타나, 산후조리원을 이용하는 산모들에게 휴식의 요구가 가장 크며, 산후조리원은 이를 충족시키기 위한 충분한 환경을 마련하기에 급급한 실정이라고 볼 수 있다. 이러한 산후조리의 환경은 산모가 산후조리원을 퇴원한 이후에 어머니로서의 역할수행에 어려움을 가중 시킬 수 있을 것으로 예상된다.

뿐만 아니라, 산후조리원에 입원한 산모와 신생아는 건강상으로 매우 취약한 실제적, 잠재적 문제를 가지는 고위험 대상자임에도 불구하고, 산욕기 초기에 이들의 건강을 관리하는 산후조리원은 의료기관도 요양기관도 아닌 일종의 가사서비스업으로 분류되어있고 개설허가도 필요치 않으며 운영 및 관리에 있어 건강전문인의 자격을 요하지도 않는 매우 모호한 성격의 기관이라고 할 수 있다(유은광과 안영미, 2001). 따라서 면밀한 관찰과 도움이 필요한 산모와 신생아는 실제로 관리의 사각지대에 있다고 볼 수 있으며(김혜선, 2005), 산후조리원에서 산모의 신체적, 심리적, 관계적 적응을 얼마나 전문적이고 효과적으로 도모하여 산모간호의 목적을 달성할 수 있을지에 대한 의문이 제기된다.

하지만, 산후조리원은 빠르게 증가하고 있는 추세로서, 1996년 10월에 처음으로 개설된 이래로, 1999년 9월에는 전국에 244개(박심훈과 김현옥, 2002), 2001년 304개소(동아일보, 2001년 11월

5일)에 이르게 되었으며, 일 연구에서는 응답자의 77.4%가 산후조리원 이용의사가 있는 것으로 나타나 (황나미, 2004), 산후조리원은 급속히 변화하는 사회적 여건과 더불어 지속적으로 증가할 것으로 예상된다. 따라서 산후조리원을 이용하는 산모들의 신체적, 심리적 적응 뿐 아니라 효과적인 모성역할 획득을 도모하기 위한 효과적인 전략을 마련할 필요가 있으나, 이와 관련된 연구는 부족한 실정이다.

이제까지 주로 수행된 산후조리원 관련 연구는 주로 산후조리원을 이용하는 산모의 간호요구도와 만족도(정현, 1999), 산후조리원 산모의 신생아 돌보기 교육요구도와 만족도(조결자 등, 2000), 산후조리원 이용에 영향을 미치는 요인(김주형 등, 2001), 산후조리원의 제도화 방안마련 및 표준화 관리 지침을 위한 연구(유은광과 안영미, 2001; 정은실과 유은광, 2002), 산후조리 인지도와 수행도(박심훈과 김현옥, 2002), 산후조리원 산모의 수유실태(서영숙과 허정경, 2002) 등의 연구가 있으나, 산모의 신체적 회복 뿐 아니라 모성역할의 습득이 중요한 과업으로 인식되는 산욕기 동안 산후조리원을 이용한 것이 산모의 신체적, 심리적 건강에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 것을 파악하는 연구는 거의 이뤄지지 않았다.

따라서 본 연구에서는 모성역할의 습득이 적극적으로 이뤄지는 산후 3주의 기간을 산후조리원에서 보낸 산모들과, 전통적으로 가정에서 가족들의 돌봄을 받으며 보낸 산모들이 산후 조리 이후에 양육스트레스를 어느 정도 경험하며, 이와 관련된 신체적 건강상태로서 피로정도를, 정신적 건강상태로서 우울정도를 조사하여 비교함으로서, 산후조리원 이용이 산모의 양육스트레스와 신체적, 정신적 건강상태에 어떤 영향을 미치는지를 분석하고자 한다. 이는 산후조리원을 이용하는 산모를 위한 간호 관리의 방향을 제시하는 기초 자료를 제시할 수 있을 것이라고 보며, 이를 위한 본 연구의 연구 문제는 "산후 조리원 이용군과 산후 조리원 비이용군 산모의 양육스트레스, 산후우울, 산후피로 정도는 차이가 있는가?"이다.

연구대상 및 방법

1. 연구 대상

본 연구의 대상자는 2006년 7월부터 9월까지 서울 및 경기 지역에 소재한 2개 대학병원 산부인과 외래와 3개의 산부인과 전문병원 외래를 방문한 산모 전체를 근접모집단으로 하고, 다음의 연구대상자 선정 기준과 제외기준을 만족하는 건강한 산모 320명 중 연구 참여에 동의한 산모 311명을 임의표집 하였다. 이중 불충분한 설문지 응답을 한 19부를 제외하고 최종 292명이 연구대상자로 포함되었으며, 산후조리원 이용군은 102명, 비이용군은 190명 이었다.

연구대상자 선정기준은 1) 임신 37주 이후에 2,500 g 이상의 건강한 신생아를 출산한 산모, 2) 보편적으로 산후조리 기간으로 간주되는 산후 3주(삼칠일) 이후인 산후 4~6주에 속한 산모, 3) 연구 참여에 동의한 산모이고, 제외기준은 1) 출혈이나 감염, 고혈압 등의 임신 및 출산관련 합병증을 경험한 산모, 2) 갑상선 질환을 진단받은 산모이다.

2. 연구 도구

본 연구의 도구는 구조화된 질문지로서, 크게 일반적 및 산과적 특성 질문지(18문항), 양육스트레스(16문항), 산후우울(10문항), 산후피로(10문항)의 총 54문항으로 구성되어 있으며, 구체적으로 다음과 같다.

1) 일반적 및 산과적 특성

일반적 및 산과적 특성 도구는 연구자가 선행연구들을 통해(Milligan, 1989; 송주은, 2007) 종속변수와 관련있다고 판단된 요인들을 간호학 교수 3인의 내용타당도를 거쳐 구성하였다. 일반적 특성은 연령, 가족형태, 교육정도, 직업 유무, 경제 상태, 산과력, 계획임신 여부를 포함하며, 산과적 특성은 분만방법, 신

생아 성별, 수유방법, 산후조리만족(6문항), 조력자 수, 수면만족을 포함하였다.

2) 양육스트레스

양육스트레스 측정도구는 Cutrona (1984)의 양육 스트레스 질문지(CSI, Childcare Stress Inventory)를 전지아(1990)가 변안한 도구를 사용하였다. 총 16개 문항, 5점 척도(1~5점)로 구성되어서 16~80점까지의 점수범위를 가지며, 점수가 클수록 양육스트레스를 많이 경험하는 것을 의미한다. 산모를 대상으로 한 김지양(2003)의 연구에서 cronbach's $\alpha=0.87$ 이었고, 본 연구에서는 cronbach's $\alpha=0.85$ 이었다.

3) 산후우울

산후우울 측정도구는 Cox 등(1987)의 Edinburgh Postnatal Depression Scale을 이동규 등(2001)이 변안한 도구를 사용하였다. 총 10개 문항, 4점 척도(0~3점)로 구성되어서 0~30점까지의 점수 범위를 가지며, 점수가 클수록 산후우울 정도가 심한 것을 의미한다. 산모를 대상으로 한 김지양(2003)의 선행 연구에서 cronbach's $\alpha=0.79$ 이었고, 본 연구에서는 cronbach's $\alpha=0.80$ 이었다.

4) 산후피로

산후피로 측정도구는 Milligan 등(1997)이 개발한 10문항으로 구성된 체크리스트 형식의 간소화된 피로도구(Shortened 10 item fatigue scale)를 송주은(2007)이 수정, 변안한 도구를 사용하였다. 총 10개 문항, 4점 척도(1~4점)로 구성되어서 10~40점까지의 범위를 가지며, 점수가 클수록 산후 피로 정도가 높은 것을 의미한다. 산모를 대상으로 한 송주은(2007)의 선행연구에서 cronbach's $\alpha=0.88$ 이었고, 본 연구에서도 cronbach's $\alpha=0.88$ 이었다.

3. 자료수집 방법

자료수집은 2006년 7월 11일부터 9월 30일까지 서울과 경기지역에 소재하는 2개 대학병원 산부인과 외래와 3개의 산부인과 전문병원 외래에서 이루어졌으며, 이를 위해 각 병원의 임상연구심의위원회(IRB, Institutional Review Board)에서 연구승인 절차를 거쳤다.

본 연구자와 훈련된 3명의 연구보조원이 각 병원에서 구조화된 설문지로 자료수집을 실시하였으며, 자료 수집 전에 연구보조원에게 연구의 목적과 설문지의 문항과 내용 등에 대해 충분히 이해를시키고, 대상자 접근에 대한 간단한 훈련과정을 거쳐 자료수집 절차상의 오차를 최소화시킴으로서 자료수집자간 신뢰도를 높이고자 노력하였다.

자료 수집은 산부인과 외래에 방문한 산모 중 연구 대상자 선정기준에 적합한 산모를 대상으로 연구의 목적과 의의, 설문조사에 소요되는 시간, 연구 참여 후 보상내용 등에 대해 설명하고, 연구 참여에 동의한 경우 서면 동의서를 작성한 후 설문조사를 의뢰하였으며, 진료대기 시간을 이용하여 설문조사를 실시하였다. 설문조사에 소요되는 시간은 평균 10분 정도였으며, 설문조사가 끝난 후 아기용품과 관련된 소정의 물질적 보상과 함께 추후 원활 경우 언제라도 육아나 모유수유 등의 상담을 제공받을 수 있는 연구자의 연락처를 제공하였다.

4. 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS WIN 12.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 통계처리 하였다.

1) 산후조리원 이용군과 비이용군의 일반적 특성과 산과적 특성 분포는 실수와 백분율, 평균과 표준편차를 구한 후, χ^2 -test 와 t-test로 두 군 간의 동질성 검증을 실시하였다.

2) 산후조리원 이용군과 비이용군의 양육스트레스,

산후우울, 산후피로는 평균과 표준편차를 구한 후, t-test로 두 군 간의 평균차이의 유의성 검증을 실시하였다.

3) 산후조리원 이용군과 비이용군의 동질성 검증 결과, 유의한 차이가 있는 것으로 나타난 일반적, 산과적 특성은 다중회귀분석을 실시함으로서, 이들의 영향관계가 고려된 상태에서 산후조리원 이용여부가 양육스트레스, 산후우울, 산후피로에 유의한 영향변수인지 분석하였다.

성 적

1. 산후조리원 이용군과 비이용군 산모의 일반적 특성 차이

산후조리원 이용군과 비이용군 산모의 일반적 특성 분포와 동질성 검증 결과는 표 1과 같다.

산후조리원 이용군 산모의 평균 연령은 30.53세 이었고, 핵가족이 94.1% 이었다. 대졸 산모가 65.7%로 가장 많았고, 직업은 없는 경우가 58.8%로 있

는 경우보다 많았으며, 경제 상태는 중이라고 응답한 경우가 64.7%로 가장 많았다. 초산이 80.4% 이었고, 임신을 계획한 경우는 61.8% 이었다. 산후조리원 비이용군 산모의 평균연령은 30.44세 이었고, 핵가족이 83.7%이었다. 교육정도는 대졸이 60.5%로 가장 많았고, 직업은 없는 경우가 59.3%로 이었으며, 경제 상태는 중이라고 응답한 경우가 66.3% 이었다. 초산이 66.3% 이었고, 임신을 계획한 경우는 63.2% 이었다.

두 군 간의 동질성 검증 결과 산후조리원 이용군이 비이용군 보다 핵가족 비율($p=0.011$)과 초산 비율($p=0.011$)이 통계적으로 유의하게 높았다.

2. 산후조리원 이용군과 비이용군 산모의 산과적 특성 차이

산후조리원 이용군과 비이용군 산모의 산과적 특성 분포와 동질성 검증 결과는 표 2와 같다.

산후조리원 이용군의 경우, 분만방법은 질분만이 64.7%로 가장 많았고, 신생아 성별은 남아가 58.4%

표 1. 산후조리원 이용여부에 따른 산모의 일반적 특성 차이

특성	구분	산후조리원 이용군 (N=102)		산후조리원 비이용군 (N=190)		χ^2 or t	p
		N (%)	평균±SD	N (%)	평균±SD		
연령	20대	39 (38.2)	30.53±3.06	72 (37.9)	30.44±3.78	0.003	0.954
	30대	63 (61.8)		118 (62.1)			
가족형태	핵가족	96 (94.1)		159 (83.7)		6.529	0.011
	확대가족	6 (5.9)		31 (16.3)			
교육정도	고졸	23 (22.5)		59 (31.1)		2.766	0.251
	대졸	67 (65.7)		115 (60.5)			
	대학원졸	12 (11.8)		16 (8.4)			
직업	없음	60 (58.8)		112 (59.3)		0.005	0.942
	있음	42 (41.2)		77 (40.7)			
경제상태	중하 이하	13 (12.7)		30 (15.8)		1.180	0.554
	중	66 (64.7)		126 (66.3)			
	중상 이상	23 (22.5)		34 (17.9)			
산과력	초산	82 (80.4)		126 (66.3)		6.418	0.011
	경산	20 (19.6)		64 (33.7)			
계획임신여부	계획안함	39 (38.2)		70 (36.8)		0.055	0.814
	계획함	63 (61.8)		120 (63.2)			

로 여아보다 많았으며, 수유방법은 인공수유가 57.8%로 가장 많았다. 출산 후 3주 동안 산후조리를 얼마나 만족스럽게 했었는지에 대한 것을 6문항, 5점 척도로 질문한 결과, 평균 18.03점으로 나타났으며, 조력자수는 평균 2.43명, 전반적인 수면만족도를 10점 만점으로 질문했을 때 평균 3.55점이었다. 산후조리원 비이용군의 경우, 분만방법은 질분만이 63.2%로 가장 많았고, 신생아 성별은 여아가 51.1%로 남아보다 많았으며, 수유방법은 인공수유가 45.3%로 가장 많았다. 출산 후 3주 동안의 산후조리 만족도는 평균 18.07점으로 산후조리원 이용군과 유사한 정도로 나타났으며, 조력자수는 평균 1.64명, 전반적인 수면만족도는 평균 4.10점 이었다.

두 군 간의 동질성 검증결과 산후조리원 이용군이 비 이용군에 비해서 조력자수($p=0.000$)는 통계적으로 유의하게 많았으나, 수면만족도($p=0.043$)는 유

의하게 낮은 것으로 나타났다. 반면에 산후조리원 이용군과 비이용군 간의 산후조리 만족도는 차이가 없는 것으로 나타났다($p=0.918$).

3. 산후조리원 이용군과 비이용군 산모의 양육스트레스, 산후우울, 산후피로 비교

산후조리원 이용군과 비이용군 산모의 양육스트레스, 산후우울, 산후피로 차이를 검증한 결과는 표 3과 같다.

양육스트레스의 경우, 산후조리원 이용군(45.67점)이 비이용군(40.89점) 보다 양육스트레스를 더 많이 경험하는 것으로 나타났으며, 이는 통계적으로 유의하였다($p=0.000$), 산후우울의 경우, 산후조리원 이용군(9.28점)이 비이용군(8.07점) 보다 산후우울 정도가 심한 것으로 나타났으며, 이는 통계적으로 유의하였다($p=0.028$). 마지막으로 산후피로의 경우는,

표 2. 산후조리원 이용 여부에 따른 산모의 산과적 특성 차이

특성	구분/ 응답범위	산후조리원 이용군 (N=102)		산후조리원 비이용군 (N=190)		χ^2 or t	p	
		N	(%)	평균±SD	N	(%)		
분만방법	질분만	66	(64.7)		120	(63.2)	0.301	0.860
	제왕절개	23	(22.5)		48	(25.3)		
	질분만 후 제왕절개	13	(12.7)		22	(11.6)		
	신생아 성별	남아	59 (58.4)		92 (48.9)			
수유방법	여아	42 (41.6)			96 (51.1)		2.367	0.124
	모유수유	33 (32.4)			74 (38.9)			
	인공수유	59 (57.8)			86 (45.3)			
	혼합수유	10 (9.8)			30 (15.8)			
산후조리만족	6~24점			18.03±3.15		18.07±3.19	-0.103	0.918
조력자수	1~5명			2.43±0.86		1.64±0.69	8.031	0.000
수면만족	0~10점			3.55±1.98		4.10±2.32	-2.035	0.043

표 3. 산후조리원 이용군과 비이용군 산모의 양육스트레스, 산후우울, 산후피로 차이

영역	산후조리원 이용군 (N=102)		산후조리원 비이용군 (N=190)		t	p
	평균±SD	평균±SD	평균±SD	평균±SD		
양육 스트레스	45.67±10.42		40.89±9.62		3.930	0.000
산후우울	9.28±4.47		8.07±4.35		2.211	0.028
산후피로	22.73±6.41		21.47±5.96		1.667	0.097

산후조리원 이용군(22.73점)이 비이용군(21.47점) 보다 산후피로도가 높은 것으로 나타났으나, 이는 통계적으로 유의한 정도는 아니었다($p=0.097$).

4. 산후조리원 이용이 양육스트레스, 산후우울, 산후피로에 미치는 영향

본 연구에서는 산후조리원 이용이 양육스트레스, 산후우울, 산후피로에 영향을 주는 주요 요인인지를 확인하고자 하였으며, 이를 위해 산후조리원 이용군과 비이용군 간의 차이가 있는 것으로 나타난 일반적, 산과적 특성들을 함께 고려한 상태에서도 산후조리원 이용 여부가 종속변수에 영향을 주는 변수로서 작용하는지를 확인하고자 하였다. 따라서 본 연구의 주요 독립변수인 산후조리원 이용여부(비이용군=0, 이용군=1)와 동질성 검정결과에서 차이를 보인 특성 중 명목형 변수인 가족형태(학대가족=0, 핵가족=1)와 산과력(경산=0, 초산=1), 연속형 변수인 조력자수와 수면만족을 동시에 독립변수로 회귀모델에 포함시켜 다중회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 표 4와 같다.

본 연구에서 회귀분석 전에 실시한 독립변수들 간의 다중 공선성 진단 결과, 공차한계(tolerance) 범위가 0.764~0.978로 0.1 이상이었고, 분산팽창인자 (Variation Inflation Factor: VIF)는 1.022~1.309로 기준치인 10을 넘지 않았으며, 상태지수 (Conditional Index)는 2.772~12.641의 범위로

서 30미만으로 나타나 자료의 다중공선성 문제는 없는 것으로 나타났다.

양육스트레스를 종속변수로 하였을 때, 산후조리원 이용여부가 통계적으로 유의한 변수로 설명되었으며 ($p=0.007$), 산후조리원 이용군은 비이용군에 비해 양육스트레스가 3.418배 높은 것으로 나타났다. 그 외에도 초산군이 경산군보다 양육스트레스가 높았고 ($p=0.000$), 수면만족이 낮을수록 양육스트레스가 높아지는 것으로 나타났으며, 독립변수에 의한 양육스트레스의 설명력은 22.4% 이었다.

산후우울을 종속변수로 하였을 때, 산후조리원 이용여부가 통계적으로 유의한 변수로 설명되었으며 ($p=0.039$), 산후조리원 이용군은 비이용군에 비해 산후우울이 1.226배 높은 것으로 나타났다. 그 외에도 초산군이 경산군보다 산후우울 정도가 높았고 ($p=0.028$), 수면만족이 낮을수록 ($p=0.000$), 조력자수가 적을수록 ($p=0.043$) 산후우울 정도가 높아지는 것으로 나타났으며, 독립변수에 의한 산후우울의 설명력은 13.8% 이었다.

산후피로를 종속변수로 하였을 때, 산후조리원 이용여부는 산후피로에 유의한 영향을 주지 않는 것으로 나타났다($p=0.579$). 또한 포함된 변수 중 수면만족만이 유의하여서 수면만족이 낮을수록 산후피로가 커지는 것으로 나타났으며($p=0.000$), 독립변수에 의한 산후피로의 설명력은 12.6% 이었다.

표 4. 양육스트레스, 산후우울, 산후피로에 대한 산후조리원 이용여부의 영향

N=292

독립변수	양육스트레스		산후우울		산후피로	
	회귀계수	p	회귀계수	p	회귀계수	p
산후조리원 이용군	3.418	0.007	1.226	0.039	0.452	0.579
초산군	4.524	0.000	1.220	0.028	0.464	0.542
핵가족	2.609	0.106	-0.164	0.827	-0.337	0.744
수면만족	-1.716	0.000	-0.659	0.000	-0.935	0.000
조력자수	-0.621	0.380	-0.670	0.043	0.321	0.480
		$R^2=0.224$			$R^2=0.138$	$R^2=0.126$

고 찰

본 연구는 일반적인 산후조리 기간으로 간주되는 산후 3주(삼칠일) 동안 산후조리원 또는 가정에서 산후조리를 실시한 후 추후검진을 위해 산부인과 외래를 재방문한 산후 4~6주의 건강한 산모를 대상으로, 산후조리원 이용여부에 따른 산모의 양육스트레스, 산후우울, 산후피로 정도에 차이가 있는지를 파악하고자 하였다. 본 연구의 결과 산후조리원 이용군과 비이용군 간에 산모가 인지한 주관적인 산후조리만족도와 산후피로 정도에는 차이가 없었으나, 산후조리원 이용군이 비이용군보다 양육스트레스와 산후우울 정도가 유의하게 높은 것으로 설명되었다. 이러한 결과는 산후조리원 이용군과 비이용군 간의 유의한 차이를 보인 일반적, 산과적 특성을 함께 고려하여 회귀분석을 실시하였을 때도 동일하였으며, 이로 부터 다음과 같이 논의하고자 한다.

1. 산후조리원 이용 여부와 양육스트레스

본 연구 결과 산후조리원 이용군의 양육스트레스 점수(45.67점)는 비이용군의 양육스트레스 점수(40.89점)보다 유의하게 높은 것으로 나타났으며 ($p=0.000$), 산후조리원 이용여부는 두 군 간의 차이 있는 일반적, 산과적 특성을 함께 포함하여 다중회귀 분석을 한 후에도 통계적으로 유의한 변수로서 설명되었다($p=0.007$). 이 같은 결과로 부터 산후조리원 이용기간 동안 산모의 양육능력 획득을 도모하기 위한 노력이 어떠하였는지에 대한 의문이 제기된다.

산모의 양육능력은 모성역할의 획득과 관련되며, Rubin은 모성역할의 획득이 소극기(산후 2, 3일 까지), 적극기(산후 10일 까지), 이행기(산후 6주 까지)를 거치면서 이뤄진다고 보았다(Reeder 등, 1997). 소극기 동안 산모는 휴식하기를 원하고, 관심이 아기보다는 산모 자신에게 있으며, 수동적, 의존적, 자기 중심적인 특성을 띠게 된다고 보았으며, 적극기

가 되면서 산모 자신에게서 아기에게로 관심이 전환된다고 보았다. 이 시기 동안에 산모는 아기돌보기에 대한 관심이 증가하지만 어머니 역할에 대한 불확실성과 능력부족으로 인해 불안이 크고, 기분 변화가 심할 수 있으며, 다양한 심리적 어려움을 경험할 수 있다고 보았다. 그러나 적극기 동안의 어려움과 시행착오의 과정을 경험하면서, 산모는 아기 돌보기에 독립성을 획득하고 어머니 역할수행에 보다 편안함을 느끼는 이행기로 나아간다고 보았다. 따라서 산모의 양육능력 획득을 위해서는 적극기 동안 실제적으로 당면하는 양육관련 어려움 들을 얼마나 성공적으로 해결하면서, 자신의 양육능력으로 통합하는가가 매우 중요하다고 볼 수 있다.

하지만, 산후조리원을 이용하는 산모의 경우를 살펴보면, 병원에서 출산 후 2, 3일 까지의 소극기를 보낸 후 퇴원하여 적극기의 시기에 산후조리원에 입원을 하게 되지만, 산후조리원에 입원한 후에도 여전히 소극기의 상태에서 환자와 같은 역할을 수행하며, 아기돌보기에 적극적으로 개입되지 않는 실정이다. 이러한 상황을 더욱 악화시키는 여건은 산후조리원의 제한적인 모자동실 운영과 관련된다고 보여 진다. 대부분의 산후조리원에서 모자동실을 허용하고는 있으나, 산모들은 휴식의 요구와 피로 등의 이유로 24시간 모자동실을 하지는 못하며 주로 낮 동안 수유를 위해 모자동실을 하는 경우가 흔하다(서영숙과 허정경, 2002). 또한 모자동실이 당위이기 보다는 산모의 선택이기 때문에, 고가의 돈을 지불하고 충분히 휴식할 것을 기대하는 산모가 24시간 모자동실을 선택하기란 쉽지 않다. 정현(1999)의 연구에 의하면 산후조리원을 이용하는 산모의 61.7%가 신생아를 맡길 수 있기 때문에 산후조리원 재이용 의사가 있는 것으로 나타났으며, 28.4%의 산모는 지불 비용에 의해 시설이나 서비스가 부족했던 것 때문에 추후 산후조리원을 재이용할 의사가 없다고 하였다. 또한 서영숙과 허정경(2002)에 의하면 산모들이 산후조리원에서 가장 중요시하는 것은 위생관리(50.0%), 산모의 신체적 회복을 위한 활동(27.4%), 수유(11.3%) 등의 순으로

나타나, 신생아 돌봄과 관련된 수유 활동이 3순위로 설명되었고, 산후조리원에서는 우선적으로 산모의 건강회복과 휴식 증진을 위해서 모유와 인공수유를 병행하는 혼합수유를 하는 경우가 전체의 62.9%로 가장 많았다. 또한 산후조리 시설 면에서 신생아실을 따로 두고 운영하는 곳이 90.3%이며, 이중 신생아실을 폐쇄적 환경으로 갖춰서 외부에서 자유스럽게 보지 못하게 커튼을 쳐두거나 유리창이 없는 구조인 경우가 48.4%라고 하였다. 이러한 산후조리원의 운영 현상은 산모들이 산욕기 초기에 신생아를 돌보는 일을 하나의 과업이자 당연한 것으로 알고 24시간 돌보기를 원하기보다는 신생아실에 맡기고 휴식하고자 하는 대상자의 요구에 부응한 결과라고도 볼 수 있겠다.

하지만, 모성역할은 아기와의 관계 속에서 획득되는 것이므로, 함께 있는 상황이 전제될 때 어머니다운 느낌(motherliness)이 형성되는 것이 촉진되며, 어머니로서의 돌봄 행위(mothering behavior)가 익숙해 질 수 있다(Reeder 등, 1997). 또한 많은 선행연구에서 모자동실은 아기 다루는 기술을 습득하고 아기의 요구에 빠르게 대응할 수 있는 역할수행 및 습득을 증진시킬 뿐 아니라, 모유수유의 성공률과 모아애착을 증진시키는 것으로 보고되며(김은숙, 2000; 박미숙, 1991; 최인희, 1986; Prodromidis 등, 1995; Yamauchi와 Yamauchi, 1991), 떨어져 있음으로 인해서 유발될 수 있는 엄마와 아기의 불안감을 감소시키고, 나아가 정서적 안정을 보다 증진시키는 것으로 설명된다(Keefe, 1987). 따라서 24시간 아기와 접촉하지 못하는 상황은 모성역할 획득과정을 저해하는 매우 중요한 요인이 될 뿐만 아니라, 어머니 역할수행 자신감과 만족감, 신생아 돌보기 능력 등을 저하시킴으로서, 나아가 산모의 양육스트레스를 증가시킬 수 있다. 따라서 산후조리원 재원기간동안 모자동실의 중요성을 인식시키고 이를 위한 산모의 노력을 격려하는 분위기의 마련이 매우 중요할 것으로 사료된다.

또한 이러한 제한된 모자동실체제는 모유수유를 저해하는 큰 요인이다(박옥희과 권인수, 1991; 황문숙,

1997). 대부분의 산후조리원에서 모유수유를 격려하기는 하지만 낮 동안의 직접수유와 밤 동안의 젖병수유의 혼동으로 완전모유수유를 하기가 어려운 여건이며(서영숙과 허정경, 2002), 모유보관의 시설을 갖추고 있어서 산모들은 유축기를 이용하여 젖을 짜고 젖병을 통해 모유수유를 하는 경우도 흔하다(정현, 1999). 이는 유즙분비를 위한 생리적 기전이 충분히 자극되지 못하게 함으로서 젖량이 줄어들고 혼합수유로 조기에 이행하게 되는 촉발요인이 되기도 한다(정유미, 2005).

뿐만 아니라 대부분의 산후조리원에서 양육적 역할의 획득에 도움을 줄 수 있는 친정어머니 등의 의미있는 조력자와의 접촉이 제한되어 모아가 함께 있는 동안 경험할 수 있는 실제적 어려움에 대한 경험적이고 즉각적인 도움과 지식의 전수가 어려운 여건이며, 이는 모유수유의 성공여부에도 중요한 영향을 미친다. 김신정과 이정화(1993)는 모유수유 경험에 대한 질적연구에서 사회적 지지체계의 결여가 모유수유 경험을 부정적으로 인지하게 만든다고 하였고, 조미영(1992)은 모유수유의 주요 장애요인이 교육부족, 지지부족, 출산 후 모아분리 라고 하였다. 또한 문화적으로 가치있는 지지자가 수유동안 어머니를 지지하고 격려하는 것이 수유에 대한 어머니의 신념을 강하게 하여 실제적인 어려움 극복 능력을 증가시키게 되므로 모유수유에 있어서 지지체계는 매우 중요하다고 할 수 있다. 따라서 의미있는 지지체계와의 제한적인 접촉만을 허용하는 현재의 산후조리원의 체계가 과연 옳은가라는 의문을 제기해 볼 필요가 있다.

이상의 논의에서 살펴본 바와 같이, 24시간 모자동실의 어려움과 모유수유를 위한 불완전한 여건 및 의미있는 조력자와의 접촉 제한 등의 상황은 어머니로서의 양육능력을 저하시키는 중요한 요인들로 작용하는 것으로 보인다. 따라서 산후조리원에 있는 동안에는 신생아실에서 신생아를 돌보아 주므로 잘 먹고, 잘 쉬 것 같고, 특별히 불편함을 몰랐지만, 막상 산후조리원에서 퇴원 후 집으로 돌아가면 양육의 역할과 책임이 자신의 몫이 되나, 이러한 모성역할 습득이 산후

조리원 재원기간동안 적극적으로 이뤄지지 않으므로, 퇴원 후 양육스트레스를 보다 많이 경험하는 것으로 볼 수 있겠다. 하지만, 산욕기 후기의 시기는 대체로 사회적 지지의 체계가 산욕기 초기와 같지 않기 때문에 많은 경우에서 어려움이 있을 때 필요한 도움을 받기 어려운 여건에 놓이게 될 수 있으며, 생리적으로는 산후 우울이 증가하는 것으로 설명되는 산후 4~6주의 시기와도 맞물려 있어서 산모의 신체적, 정서적 어려움이 가중될 수 있을 것으로 사료된다. 따라서 산후조리원 이용 산모들을 위해서 모자동실을 기본으로 한 양육능력증진 프로그램의 개발과 적용이 매우 시급하다고 할 수 있으며, 이의 중요성을 받아들이고 적극적으로 참여할 수 있도록 하는 산모들의 인식전환을 위한 교육도 매우 중요할 것이라고 사료된다. 이는 산후조리 이후의 시기 동안 경험할 수 있는 양육스트레스를 감소시키는데 기여함으로서 궁극적으로 안정적인 모성역할의 획득에 기여할 것이라고 본다.

2. 산후조리원 이용 여부와 산후우울

본 연구 결과 산후조리원 이용군의 산후우울 점수(9.28점)는 비이용군의 산후우울 점수(8.07점)보다 유의하게 높은 것으로 나타났으며($p=0.028$), 산후조리원 이용여부는 두 군 간의 차이 있는 일반적, 산과적 특성을 함께 포함하여 다중회귀분석을 한 후에도 통계적으로 유의한 변수로서 설명되었다($p=0.039$). 충분한 휴식을 위해 산후조리원을 이용하는 산모군에서 산후우울이 보다 완화되지 못하고 높은 점수를 보인 것은 매우 중요한 의미를 가지며, 이는 산후조리원 이용 기간의 지지자 방문 허용 방식이나 충분한 사회적 지지체계와의 접촉 제한 및 적극적 양육역할 획득을 위한 노력의 부재 등과 관련된 것으로 유추된다.

다양한 연구에서 사회적 지지는 산후우울을 직접적으로 낮추는 것으로 보고되었으며(최순희, 1996; 송주은, 2007), 특히 산후에는 신생아 양육을 도움으로써 어머니 역할의 학습기회를 제공하고, 정서적 공감

및 개입을 할 수 있는 친정어머니나 시어머니의 조력이 매우 중요하다고 볼 수 있다(송주은, 2007). 하지만, 다수의 산후조리원에서 남편의 면회와 수면만이 허용되는 경우가 흔하고, 친모와 시모 등과 같은 지지자원의 활용 및 방문이 제한되는 경우가 많다. 남편의 지지가 산후우울을 낮추는 중요한 요인으로 작용하기는 하나(홍영수와 김재엽, 2003), 남편은 많은 시간 함께하면서 실제적으로 도움을 줄 수 있는 인력이 아니며, 정서적 개입과 공감을 바탕으로 한 양육적 역할의 도움을 주기에는 한계가 있다. 따라서 산후조리원 이용군 산모의 경우, 주변의 의미있는 지지체계로 부터의 충분한 지지를 받기 어려운 여건으로 사료되며, 이러한 여건이 산모의 산후 우울 점수의 증가에 기여한 것으로 사료된다. 따라서 산모 주변의 의미있는 지지체계와의 자유로운 접촉을 허용하는 것이 중요하리라 생각된다.

또한 많은 선행연구에서 양육스트레스는 우울을 증가시키는 것으로 보고되었다(전지아, 1990; 송주은, 2007). 따라서 본 연구의 산후조리원 이용군에서 높은 수준의 양육스트레스가 산후우울을 증가시킨 것으로도 설명할 수 있겠다. 산후우울은 연구마다 차이를 보이긴 하지만 많은 연구에서 산후 4주에서 6주가 산후우울 발생의 민감기라고 설명되며(박영숙, 1991; Gjerdigen과 Chaloner, 1994), 산후조리의 기간은 일반적으로 삼칠일, 즉 산후 3주로 간주된다. 따라서 산후 3주의 시간 동안 어떻게 산후조리를 받으면서 양육능력을 획득하는지는 이후의 양육스트레스를 낮추고, 나아가 산후우울 발생의 민감기에 산후우울의 정도를 낮추는 데에도 기여할 수 있을 것이라고 본다. 이는 다시 말하면 산후조리 기간 동안 양육능력 획득을 위한 노력을 하지 않을 경우, 산후조리 이후의 시기에 양육스트레스가 커지며 이것이 산후우울 발생의 민감기와 상승작용을 하여 산모의 정서적 어려움을 보다 증가시킬 것으로 해석할 수 있겠다. 따라서 양육스트레스를 감소시키기 위한 모성역할 증진프로그램은 나아가 산후우울 감소에도 긍정적인 영향을 미칠 것으로 사료된다.

3. 산후조리원 이용 여부와 산후피로

본 연구 결과 산후조리원 이용군의 산후피로 점수(22.73점)는 비이용군의 산후피로 점수(21.47점)보다 높았으나 통계적 유의성은 없었으며($p=0.097$), 두 군 간의 차이 있는 일반적, 산과적 특성을 함께 포함하여 다중회귀분석을 한 경우에도 통계적으로 유의한 변수는 아니었다($p=0.579$). 하지만, 산후조리원을 이용하는 산모군에서 산후피로가 더욱 완화되지 못하고, 두 군 간의 차이를 보이지 않은 것은 매우 중요한 의미를 가진다고 보여 진다.

산후조리원 이용 산모들은 아기를 신생아실에 맡기는 동안 충분히 휴식하고 수면할 수 있고(정현, 1999), 이를 통해서 만족스러운 산후조리가 될 것을 기대하며, 나아가 산후조리 이후에 신체적 건강상태가 보다 증진 될 것을 기대하지만(안숙희, 2005), 실제로 본 연구의 결과에서는 산모가 인지한 주관적인 산후조리 만족도와 산후조리 후의 신체적 상태의 하나인 피로도는 차이가 없는 것으로 나타났으며, 이는 모자동실험과 모자별실험 산모 간에 피로의 차이가 없었다는 선행연구 결과와도 유사하다(송주은, 2001). 따라서 산후조리원에서 신생아의 적극적 돌보기를 하지 않으면서 산후조리 하는 것이 가정에서 적극적으로 신생아를 돌보면서 산후조리를 하는 것보다 몸이 잘 회복되리라는 기대는 잘못된 것으로 보인다.

또한 통계적으로 유의한 정도는 아니었지만, 산후조리원 이용군이 비이용군보다 산후피로의 점수가 높은 것은 산후조리원 이용군의 양육스트레스와 산후우울이 비이용군 보다 높은 것으로 인한 결과로 사료된다. 이는 양육스트레스가 산후우울을 유발하고, 나아가 산후피로를 증가시키는 것으로 설명한 선행연구(송주은, 2007)를 지지하는 결과라고 볼 수 있다. 이러한 연구결과와 논의로부터 산후 산모의 피로와 우울 정도를 감소시킴으로서 긍정적인 발달과업의 성취를 도모하기 위한 열쇠는 적극적인 모성역할 획득을 도모하기 위한 간호중재프로그램의 적용을 통한 양육스트레스의 감소라고 할 수 있으며, 이는 나아가 모성

역할 수행능력의 증진에 기여할 것으로 사료된다.

4. 산후조리원 이용군의 일반적 및 산과적 특성

산후조리원 이용군과 비이용군의 일반적 특성의 차이를 검증한 결과, 산후조리원을 선택한 군에서 핵가족($p=0.011$)과 초산($p=0.011$)의 비율이 유의하게 높았으며, 산후조력자 수는 유의하게 많았고($p=0.000$), 수면만족($p=0.043$)은 유의하게 낮았다.

본 연구에서는 통계적으로 유의했던 양육스트레스와 산후우울의 차이가 산후조리원 이용의 효과인지, 아니면 산후조리원을 이용하는 대상자 군의 일반적, 산과적 특성의 효과인지를 규명하고자, 이를 변수를 독립변수로 포함하여 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 양육스트레스의 유의한 영향요인으로는 산후조리원 이용여부(산후조리원 이용군)와 함께 산과력(초산군)과 수면만족이, 산후우울의 유의한 영향요인으로는 산후조리원 이용여부(산후조리원 이용군)와 함께 산과력(초산군), 수면만족, 조력자수가, 산후피로의 영향요인으로는 수면만족으로 나타났다. 이러한 결과로부터 산과력(초산군)은 양육스트레스와 산후우울을 높이는데 기여하는 중요한 변수로서 함께 설명될 수 있으며, 추후 연구에서 중요하게 통제되거나 고려될 필요가 있다고 본다.

한편, 산후조리원 이용군의 일반적 및 산과적 특성을 살펴보면, 산후조리원 이용 산모의 80.4%가 초산모이고, 이들이 산후조리원에서 퇴원한 이후에 94.1%가 조력체계가 불완전한 핵가족 체계로 돌아가 양육의 역할을 수행함을 고려할 때, 산후조리원 이용군 중에서도 특히 양육스트레스의 유의한 변수로서 함께 설명된 초산모의 양육능력증진을 위한 체계적인 교육과 관리는 더욱 더 중요하다고 할 수 있겠다.

또한 산후조리원 이용군이 비이용군에 비해 산후조력자의 수가 유의하게 많았는데, 이는 산후조리원에 있는 동안에 친모나 시모 등의 조력자로 부터의 효과적인 도움을 받지 못하고 있다가, 퇴원 후 증가된 양육의 어려움과 스트레스로 인해 의미있는 조력자로

부터의 도움을 더 많이 요구하는 상황으로 해석할 수 있겠으며, 수면 만족이 낮은 것은 산후조리원에서 퇴원한 이후에 비로소 모아가 함께 한방에 기거하면서 실제적 돌봄 역할을 수행하게 되면서, 비이용군보다 어렵게 과도기적인 모아 적응기를 보내고 있는 것으로 해석해 볼 수 있겠다.

출산은 가족적 사건이며, 모자동실을 하면서 주변의 의미있는 조력자로부터 정서적 공감 및 개입을 바탕으로 한 실제적인 도움 속에서 모성역할을 획득하고, 신체적 회복을 도모하는 전통적인 방식이 매우 이상적이라고 할 수 있다. 하지만 2000년 여성단체 협의회 조사결과에 따르면 임산부에게 산후조리원 이용을 권유하겠다는 경우가 81.4%이며, 앞으로 산후조리원 이용 의사가 있는 경우가 77.4%로 나타나, 산후조리원 이용은 현대 산업사회와 가족구조의 변화와 맞물려 지속적으로 증가될 것으로 추측된다(황나미, 2004). 하지만 현재 산후조리원은 일반인들이 아무런 제약 없이 개설할 수 있는 기관이며, 시설, 인력, 서비스 내용에 대한 아무런 기준도 없다는 실정과(정은실과 유은광, 2002; 황나미, 2004), 산모는 특별한 돌봄을 필요로 하고 언제든지 신체적 건강문제와 역할이행과 관련된 심리적 위기를 맞을 수 있는 대상자라는 점(정현, 1999), 산후조리원 이용 산모의 8.8%가 건강문제를 가지고 있다는 점(김계화, 2004), 그리고 산모간호의 목적이 신체회복과 함께 모성역할의 획득을 도모함에 있음을 고려할 때 (Reeder 등, 1997), 산후조리원에서 산모간호 목적의 효과적 달성을 통한 신체적, 정신적 건강문제의 예방 및 관리는 매우 중요하며, 모자동실 등의 산후조리원 운영체제 뿐 아니라, 모유수유나 신생아 돌봄 능력 증진을 위한 체계적이고 전문적인 교육프로그램의 마련과 정착이 조속한 법적 제도화 만큼 중요하다고 본다.

본 연구는 다양한 산후조리원의 차이까지를 고려하여 연구를 진행한 것은 아니며, 5개 병원의 산부인과 외래에서 편의표출에 의해 연구가 진행되었다는 제한점이 있다. 따라서 추후 연구에서는 산후조리원의 특

성을 함께 고려하여 연구를 진행해 볼 것을 제언하며, 보다 다양한 setting에서 보다 많은 대상자수를 포함하여 반복연구를 할 것을 제언한다. 또한 본 연구에서는 양육스트레스와 산후우울, 산후피로에 영향을 미치는 다양한 영향요인을 모두 고려하지 못한 제한점이 있다. 따라서 추후 연구에서는 본 연구에서 영향요인으로 설명된 변수 뿐 아니라, 다양한 제반 변수를 포함하여 반복연구를 할 것을 제언한다. 또한 산후조리원 이용군과 비이용군이 산후 어느 시점에서 가장 양육스트레스와 우울, 피로가 증가하는지를 파악하기 위한 종적연구를 제언하며, 본 연구 결과를 바탕으로 산후조리원을 이용하는 초산모 그룹을 위한 모성역할 증진 프로그램을 개발하여 양육스트레스와 산후우울에 미치는 효과를 평가하는 연구를 진행해 볼 것을 제언한다.

요약 및 결론

본 연구는 산후 4주~6주의 건강한 산모를 대상으로 산후조리원 이용여부에 따른 산모의 양육스트레스, 산후우울, 산후피로 정도에 차이가 있는지를 파악하고자 시도된 획단적 서술적 조사연구이다. 연구대상자는 2006년 7월부터 9월까지 서울 및 경기지역에 소재한 2개의 대학병원과 3개의 산부인과 전문병원에서 출산한 후 산후조리원 또는 가정에서 각각 3주간의 산후조리를 경험한 후, 추후검진을 위해 산부인과 외래를 재방문한 건강한 산모를 대상으로 하였으며, 산후조리원을 이용한 산모는 102명, 산후조리원을 이용하지 않은 산모는 190명이었다. 자료는 자가보고형 질문지를 이용하여 수집되었고, 수집된 자료는 SPSS 12.0 Win program을 이용하여 분석하였으며, 산후조리원 이용군과 비이용군간의 일반적, 산과적 특성의 차이는 빈도, 백분율, 평균과 표준편차를 구한 후 χ^2 -test와 t-test를 실시하여 동질성 검증을 하였으며, 두 군 간의 주요 종속변수의 차이는 t-test로 분석하였으며, 두 군 간에 통계적으로 유의한 차이를 보인 변수와 산후조리원 이용여부를 함께 독립변수로 하여 다

중회귀분석을 함으로서, 산후조리원 이용여부가 양육 스트레스, 산후우울, 산후피로에 미치는 영향을 분석하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 산후조리원 이용군과 비이용군의 일반적 및 산과적 차이검증을 실시한 결과, 가족형태, 산과력, 조력자수, 수면만족에서 두 군 간의 차이가 있는 것으로 나타났으며, 두 군 간의 산후조리 만족도를 비롯한 기타 연구변수는 두 군 간에 유의한 차이가 없었다.

2. 산후조리원 이용여부에 따른 양육스트레스, 산후우울, 산후피로 차이를 검증한 결과, 산후조리원 이용군이 비이용군 보다 양육스트레스($p=0.000$)와 산후우울 정도($p=0.028$)가 유의하게 높았으며, 산후피로 정도는 유의한 차이가 없었다($p=0.097$).

3. 산후조리원 이용군과 비이용군 간의 차이를 보면 변수 중, 산과력(경산=0, 초산=1), 가족형태(확대가족=0, 핵가족=1), 수면만족, 조력자 수를 산후조리원 이용여부(비이용군=0, 이용군=1)와 함께 다중회귀분석을 실시한 결과, 산후조리원 이용여부는 양육스트레스($p=0.007$)와 산후우울($p=0.039$)에 여전히 유의한 영향을 미치는 요인으로 나타났다.

산후조리원을 이용하는 경우가 가정에서 산후조리를 하는 경우보다 양육스트레스와 산후우울이 더 높았으며, 산후피로와 산후조리 만족도는 두 군 간에 차이가 없는 것으로 보아, 산후조리원에서 모성역할습득을 위한 보다 적극적인 노력이 필요하다고 결론내릴 수 있으며, 이를 위해 모자동질을 근간으로 한 산모의 모유수유와 신생아 돌보기를 적극적으로 지지해야 할 것이다.

참 고 문 헌

김계화. 산후조리원 마케팅 -성공적인 Market share 확대를 위한 Communication-. 한국모자보건학회 제 15회 춘계학술대회 연제집 2004;3:7-9

김신정, 이정화. 어머니의 모유수유 경험에 대한 연구. 간호과학 1993;5:33-65

김은숙. 모자동질이 영아에 대한 어머니의 태도와 돌보기 자신감에 미치는 영향. 서울대학교 간호학과 석사학위

논문, 2000

김주형, 송주은, 유재은, 이유미, 한미경, 김소연, 홍기선, 이윤정, 오진. 산모들의 산후조리원 이용에 영향을 미치는 요인. 여성건강간호학회지 2001;7(1):56-66

김지양. 산후우울을 예측하는 심리적 요인연구. 성신여자 대학교 대학원 석사학위논문, 2003

김혜선. 산후조리원의 운영에 대한 정부의 방침. 한국모자보건학회 제 18회 추계학술대회 연제집 2005;11: 90-91

동아일보. '신생아 못 맡기겠다' 산모예약취소 속출, 2001년 11월 5일

박미숙. 모자동질과 모자별질 초산모의 영아돌보기 자신감에 대한 비교연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문, 1991

박심훈, 김현옥. 산후조리원 이용 산모의 산후조리 인지도와 수행도. 여성건강간호학 2002;8(4):506-520

박영숙. 산육기 초산모의 모성전환과정. 서울대학교 대학원 박사학위논문, 1991

박옥희, 권인수. 산후경과기간별 모유수유 실태. 모자간호학회지 1991;1(1):45-58

서영숙, 허정경. 산후조리원의 산모 및 아동 관리에 관한 연구. 한국영유아보육학 제 29집 2002;6:23-44

송주은. 모자동질군과 모자별질군 질식분만 산모의 피로도 비교. 연세대학교 대학원 석사학위논문, 2001

송주은. 한국산모의 산후피로 설명모델. 연세대학교 대학원 박사학위논문, 2007

안숙희. 산후조리 수행과 산후 건강상태간 정준상관관계. 대한간호학회지 2005;35(1):37-46

유은광, 안영미. 산후조리원의 모자건강관리 현황과 제도화방안 -지역사회중심의 모자건강관리센터 개발을 위한 전략-. 대한간호학회지 2001;31(5):932-947

이동규, 조형래, 김동일, 이태균. 부인과 외래의 산후우울 중에 관한 보고. 대한한방부인과학회 2001;14(1): 328-335

전지아. 산후스트레스와 사회적 관계망이 산후우울에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문, 1990

정유미. 산후조리원에서 모유수유를 성공시키는 방법. 한국모자보건학회 제 18회 추계 학술대회 연제집 2005; 11:38-40

정은실, 유은광. 산후조리원의 표준화 관리 지침을 위한 연구. 여성건강간호학회지 2002;8(2):301-313.

정현. 산후조리원을 이용한 산모의 간호요구 및 만족도. 여성건강간호학회지 1999;5(2):193-199

조결자, 정연, 백승남. 산후조리원의 산모의 신생아 돌보기 교육 요구도와 교육 만족도. 아동간호학회지 2000; 6(3):344-353

조미영. 모유수유를 저해하는 요인과 모유수유 권장을 위한 방안. 대한간호 1992;31(1):28-34

최순희. 류마티스 관절염 환자의 우울에 대한 사회적 지지의 기능. 연세대학교 박사학위논문, 1996

최인희. 모아조기접촉이 어머니 역할 획득과 애착행위에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 석사학위논문, 1986

홍영수, 김재엽. 발달장애아동 어머니의 우울과 배우자 지지. 연세사회복지연구 2003;2:211-230

황나미. 산후조리원의 적정운영 및 바람직한 방향. 한국 모자보건학회 제 15회 춘계학술대회 연제집 2004;3: 90-97

황문숙. 모자동설이 모성역할과 모유수유에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문, 1997

Cox, J., Holden, J., Sagovsky, R. Detection of postnatal depression: Development of 10 item Edinburgh postnatal depression scale. *Brit J Psychiatry* 1987;150:782-786

Cutrona, C. E. Social support and stress in the transition to parenthood. *J. of Abnorm. Psychol* 1984;93(4):378-390

Gjerdigen, D.K., Chaloner, K.M. The relationship of women's postpartum mental health to employment, childbirth, and social support. *J. Fam. Pract.* 1994;38(5):465-472

Keefe, M.R. The impact of infant rooming-in on maternal sleeping at night. *JOGNN* 1987;March/April:122-126

Milligan, R.A. Maternal fatigue during the first three months of the postpartum period. University of Maryland of Baltimore, Doctoral Dissertation, 1989

Milligan, R.A., Park, P., Kitzman, H., Lenz, E. Measuring women's fatigue during the postpartum period. *Journal of Nursing Measurement* 1997;5(1):3-16

Prodromidis, M., Field, T., Arendt, R., Singer, L., Yando, R., Bendell, D. Mothers touching newborns: A comparison of Rooming-in versus minimal contact. *Birth* 1995;22(4):196-200

Reeder, S.J., Martin, L.L., Koniak-Griffin, D. *Maternity Nursing* (18th). New York: Lippincott, 1997

Yamauchi, Y., Yamauchi, I. The relationship between rooming-in/not rooming-in and breastfeeding variables. *Acta Paediatrica Scandinavica* 1991;79(11):1017-1022