

# 산후조리원 이용여부에 따른 초산모의 신체적, 심리적 건강상태 및 모성역할적응의 변화양상에 관한 연구

송주은<sup>1</sup> · 박보림<sup>2</sup>

<sup>1</sup>단국대학교 간호학과 조교수, <sup>2</sup>박보림 국제모유수유 클리닉 원장

## The Changing Pattern of Physical and Psychological Health, and Maternal Adjustment Between Primiparas Who Used and Those Who did Not Use Sanhujori Facilities

Song, Ju-Eun<sup>1</sup> · Park, Bo-Lim<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Assistant Professor, Department of Nursing, Dankook University

<sup>2</sup>Director, Park Bo Lim International Board of Lactation Consultant's Clinic, Cheonan, Korea

**Purpose:** The purpose of this study was to compare levels of postpartum fatigue, depression, childcare stress, and maternal identity according to postpartum period between primiparas who used Sanhujori facilities and those who did not. **Methods:** The research design was a longitudinal descriptive study using self-report questionnaires. Participants were 55 healthy primiparas who delivered at one of 3 hospitals in Chungnam, 21 using Sanhujori facilities and 34 not using these facilities during the first three weeks after childbirth. Data were collected from October 2008 to April 2009 at three measurement points, 2-4 days after childbirth (T1), 4-6 weeks (T2), and 12-14 weeks (T3). Data were analyzed using the SPSS 17.0 WIN program. **Results:** There was a significant difference in childcare stress between the two groups at 4-6 weeks after childbirth. Postpartum depression and childcare stress at 4-6 weeks were significantly higher than those of the other postpartum periods, while maternal identity was significantly lower. **Conclusion:** Child care stress is the most important issue among women who use Sanhujori facilities and the 4-6 week period after childbirth is very difficult to primiparas. These results indicate that nursing interventions for primiparas in Sanhujori facilities should focus on reducing childcare stress. Furthermore proper follow-up programs at 4-6 weeks are needed to decrease the difficulties in adjustment by new mothers.

**Key words:** Sanhujori facility, Fatigue, Depression, Psychological stress, Primiparity

## 서 론

### 1. 연구의 필요성

일반적으로 산육기는 신체적, 정신적으로 매우 힘든 시기에 새로운 모성역할을 적응하고 수행해야 하는 부담과 어려움이

큰 위기의 시기로 간주되며(Reeder, Martin, & Koniak-Griffin, 1997), 신생아 돌봄에 대한 지식과 기술, 경험이 부족한 초산모의 경우는 이와 관련된 어려움이 더욱 더 가중될 수 있다(Mercer, 2006; Water & Lee, 1996).

한국은 전통적으로 이러한 출산 후 어려운 시기 동안 친모 또는 시모로부터 산후조리라는 특수한 문화적 돌봄을 받았으며

주요어 : 산후조리원, 산후피로, 산후우울, 양육스트레스, 모성정체감

\*본 논문은 2008년도 정부(교육과학기술부)의 재원으로 한국학술진흥재단의 지원을 받아 수행된 연구임(KRF-2008-331-E00399).

\*This work was supported by the Korea Research Foundation Grant funded by the Korean Government (KRF-2008-331-E00399).

Address reprint requests to : Song, Ju-Eun

Department of Nursing, Dankook University, Anseo-dong, Cheonan 330-714, Korea  
Tel: 82-41-550-3987 Fax: 82-41-550-3888 E-mail: songje@dankook.ac.kr

투고일 : 2010년 5월 7일 심사위원회 : 2010년 5월 13일 게재확정일 : 2010년 8월 9일

이를 매우 중요한 것으로 간주하였다(Yoo, 1993). 산후조리 기간은 일반적으로 출산 후 삼칠일(3주)로 간주되는데(Yoo, 1993), 이 기간 동안 결혼과 더불어 출가외인으로 인정되던 산모는 다시 합법적으로 친정에 머물면서, 친정어머니로부터의 전폭적인 지지와 대접을 받으면서 가사일에서 면제되고, 신체적 회복과 심리적 위로를 받으며, 자녀양육에 필요한 지식과 기술을 자연스럽게 전수를 받으면서 모성역할을 준비할 수 있었다(Song, 2006). 따라서 한국의 산모관리 방식인 산후조리는 출산한 초산모의 신체적, 심리적 회복을 촉진함과 동시에, 모자동실을 근간으로 상황적 조력 및 지지를 통한 모성역할 적응을 도모하는 효과적인 문화적 산모관리 방식이라고 할 수 있다(Song, Chang, & Kim, 2008). 그러나 근래로 오면서 산업화와 핵가족화, 산후조리와 양육을 도와주던 부모세대의 취업증가 등의 사회구조와 여건변화로 인해 가정 내에서 전통적인 산후조리가 어려워짐에 따라 산후조리를 돕는 시설인 “산후조리원”이라는 기관이 생겨나게 되었다(Yoo & Ahn, 2001). 산후조리원은 1996년 10월에 처음으로 개설된 이래로, 2006년 320개소에 이르는 등 최근 대도시를 중심으로 지속적으로 증가하고 있는 추세이며(Kim, 2007), 변화된 사회적 여건과 더불어 앞으로도 지속적으로 이용의 증가가 예상되나(Jung & Yoo, 2002), 이를 이용하는 것이 산모간호의 목적달성에 어떻게 영향을 미치는지를 규명한 연구는 드물다.

산후조리원에서의 산모와 신생아 관리 체계는 전통적 산후조리와는 매우 다른 실정이다(Jung & Yoo, 2002). 전통적 산후조리 방법은 산후에 산모와 신생아가 한 방에 거하는 것을 기본으로 하였으며, 신생아 양육에 대한 어려움이 있을 때마다 친정어머니나 시어머니 등의 조력자로부터 필요한 도움과 지지를 받으면서 양육적 어려움을 해결할 수 있었으며, 이 과정을 통해 자연스럽게 모성역할에 적응해가는 시간을 가졌다(Yoo, 1993). 하지만 대부분의 산후조리원에서는 산모의 휴식 요구와 피로 등을 이유로 24시간 모자동실을 하기보다는 원하는 경우 낮 동안의 모자동실이 허용되는 경우가 많고, 주로 모아를 연결시키려는 노력은 수유 시간 정도로 국한되는 경우도 흔하다(Suh & Huh, 2002). 또한 남편을 제외한 중요한 조력자들의 면회가 제한되는 환경이어서, 신생아 양육을 적시에 도움으로써 모아 애착이나 모유수유, 아기 돌보기 능력의 자연스런 획득을 도울 수 있는 사회적 지지체계로부터의 조력이 제한되는 경우도 흔하다(Song, 2006). 따라서 산후조리원 이용 산모의 경우, 모성역할 획득의 매우 중요한 선행요인으로 설명되는 모아 상호작용(Mercer, 2006)이 제한되는 환경과 상황에 적절한 양육적 도움을 받기 어려운 여건 속에서 산후 모성역할 획득의 민

감기로서 간주되는 삼칠일(산후 3주)을 보내는 경우가 흔하다. 따라서 이 시기 동안 산후조리원을 이용하는 것이 산모의 신체적, 심리적 회복과 모성역할 적응의 측면에서 어떤 영향을 미치는지를 검증해보는 것은 매우 중요하다고 할 수 있으나, 이에 대한 연구는 거의 이뤄지지 않았다.

최근 국내 일 연구에서 산후조리원 이용의 영향을 분석하였는데(Song et al., 2008), 연구결과 산후조리원에서 산후조리를 수행한 군이 산후조리원을 이용하지 않고 집에서 산후조리를 수행한 산모군보다 산후조리원을 퇴원한 이후에 양육스트레스와 산후우울이 통계적으로 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이는 산후조리원 이용이 증가하는 현 시점에서 산후조리원 이용의 영향을 분석한 논문이라는 점에서 의의가 매우 크다고 할 수 있으나, 산후 4-6주에 속한 산모를 대상으로 산후조리원 이용군과 비이용군 간의 차이를 분석한 횡단적 연구로서, 두 군 간의 주요 종속변수에 대한 사전측정을 하지 못하였으므로 연구결과의 해석 시 신중을 기해야 하며, 모성역할의 재적응기로 간주되는 산후 4-6주 이후에는 산후조리원 이용군과 비이용군 간에 신체적, 심리적 건강상태와 모성역할 적응의 상태가 어떻게 다르게 변화되는지를 예측할 수는 없다. 또한 두 군 간에 양육스트레스와 산후우울의 유의한 차이와의 관련성이 예상되는 어머니로서의 정체감(maternal identity)까지를 조사하여 연구되지는 못하였다.

따라서 본 연구에서는 모성역할 획득의 민감기로서 간주되는 산육기 3주 이내에(Reeder et al., 1997) 산후조리원을 이용한 것의 영향을 산모의 신체적, 심리적 회복과 모성역할 적응의 측면에서 규명하고자 하며, 이때 신체적 회복의 지표로서 산후피로, 정신적 회복의 지표로서 산후우울, 모성역할 획득의 지표로서 양육스트레스와 모성정체감을 출산 후 2-4일, 4-6주, 12-14주에 종단적으로 반복측정을 하여 분석하고자 한다. 이를 통해 산후조리원을 이용하는 산모들의 신체적, 심리적 적응뿐 아니라 효과적인 모성역할 획득을 도모하기 위한 간호관리 및 간호중재안 마련의 방향을 제시할 수 있을 것이라고 본다.

## 2. 연구 목적

본 연구는 산후조리원 이용의 영향을 초산모의 신체적 건강 상태(산후피로), 정신적 건강상태(산후우울)와 모성역할 적응(양육스트레스와 모성정체감)의 측면에서 규명하고자 하며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 산후조리원을 이용한 초산모와 비이용 초산모의 산후 피로 차이를 비교한다.

둘째, 산후조리원을 이용한 초산모와 비이용 초산모의 산후 우울 차이를 비교한다.

셋째, 산후조리원을 이용한 초산모와 비이용 초산모의 양육 스트레스 차이를 비교한다.

넷째, 산후조리원을 이용한 초산모와 비이용 초산모의 모성 정체감 차이를 비교한다.

### 3. 연구 가설

- 1) 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군의 산후피로 변화양상에는 차이가 있을 것이다.
- 2) 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군의 산후우울 변화양상에는 차이가 있을 것이다.
- 3) 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군의 양육스트레스 변화양상에는 차이가 있을 것이다.
- 4) 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군의 모성정체감 변화양상에는 차이가 있을 것이다.

## 연구 방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 출산 후 시간의 흐름에 따라 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군 간에 산후피로, 산후우울,

양육스트레스와 모성정체감 정도에 차이가 있는지를 규명하고자 시도된 종단적 연구이며, 연구의 개념적 기틀은 Figure 1과 같다.

### 2. 연구 대상

본 연구는 2008년 10월부터 11월까지 충남지역에 소재한 1개 대학병원 산부인과 병동과 2개 산부인과 전문병원에 입원하여 출산한 초산모 중에서 다음의 대상자 선정기준과 제외기준을 만족하고 연구 참여에 동의한 초산모를 산후조리원 이용군과 비이용군 별로 각각 30명과 40명을 표출하였으나, 이 중 2차 측정 시 산후조리원 이용군의 6명(3명: 연락 안 됨, 2명: 참여거절, 1명: 유방염의 건강문제발생)과 비이용군의 5명(3명: 연락 안 됨, 2명: 참여거절)이 탈락하였고, 3차 측정 시 각각 3명(3명: 연락 안 됨)과 1명(연락 안 됨)이 탈락하여, 최종 산후조리원 이용군 21명과 비이용군 34명이 연구 대상으로 선정되었다. 본 연구를 위한 연구 대상자 선정기준은 1) 임신 37주 이후에 2,500 gm 이상의 건강한 신생아를 출산한 초산모, 2) 반복 측정 연구참여에 동의한 초산모이고, 제외기준은 1) 출혈이나 감염, 고혈압 등의 임신 및 출산관련 합병증을 경험한 초산모, 2) 갑상선 질환과 우울증의 기왕력을 가진 초산모이다. 이들은 산모의 신체적, 정신적 건강상태에 영향을 미치는 외생변수로 작용할 수 있어(Reeder et al., 1997), 연구 대상자 제외기준으로 선정하여 통제하였다.

본 연구에서 사용한 주요 통계기법인 repeated measure

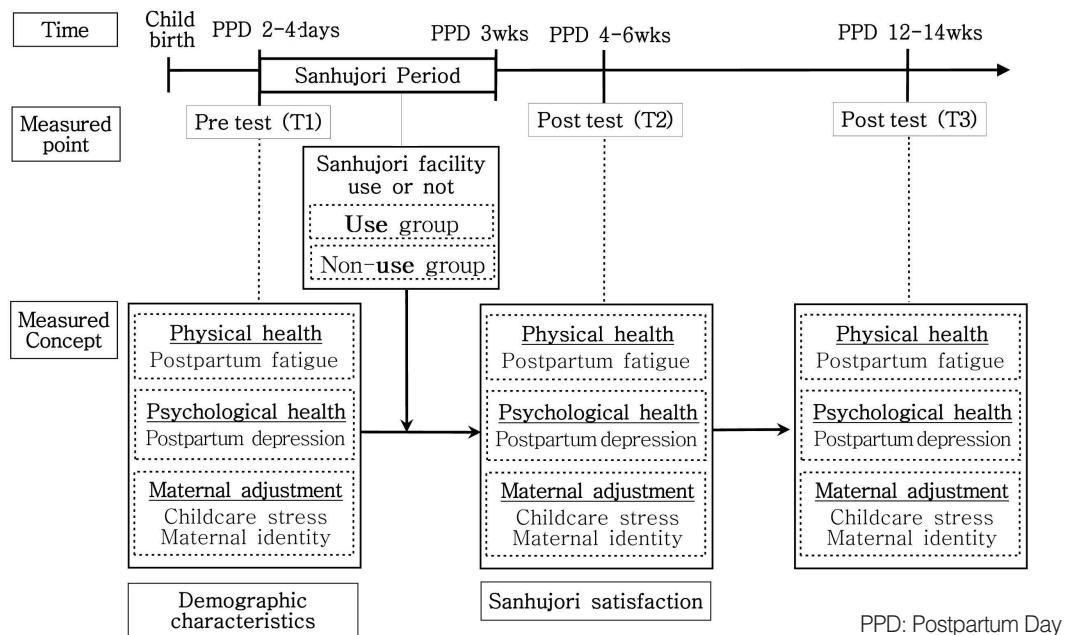


Figure 1. Research framework.

ANOVA는 오차량을 줄여 분석의 검정력을 증가시킴으로써, 비교적 적은 대상자로도 연구결과를 지지할 수 있는 분석방법으로 설명되며(Lee, Jung, Kim, Song, & Hwang, 2008), 선행연구에서 15-30명 정도의 연구 대상자로 분석된다(Lee & Zaffke, 1998; Troy, 1999). 또한 본 연구의 분석을 위한 적정 표본크기를 G\*power 3.0 program을 이용하여 산출한 결과, 선행연구(Song et al., 2008)를 기초로 하여 계산된 효과크기  $f=0.48$ , 유의수준 .05, 검정력 80%와 2개의 집단 수와 3개의 측정시점의 반복측정 분산분석을 실시할 때, 각 군당 최소 14명의 대상자가 필요한 것으로 설명된다. 따라서 본 연구의 대상자 수는 반복측정 분산분석을 위해 적절한 것으로 사료된다.

### 3. 연구 도구

본 연구의 도구는 구조화된 질문지로서, 크게 일반적 특성과 산후조리만족, 산후피로, 산후우울, 양육스트레스, 모성정체감 측정도구로 구성되었으며, 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

#### 1) 일반적 특성과 산후조리만족

본 연구의 일반적 특성은 주요 종속변수와 관련된 특성들을 선행연구를 통해서 선별하였으며, 산모나이, 가족형태, 교육정도, 직업유무, 경제상태, 분만방법, 수유방법, 신생아성별, 출생 시 신생아 체중과 임신주수를 조사하였다. 또한 산후조리 만족을 측정하기 위하여 Yoo (1993)의 산후조리 6원칙을 바탕으로 Song (2006)이 개발한 도구를 사용하였다. 총 6문항, 4점 척도(1-4점)로 구성되어서 6-24점까지의 점수범위를 가지며, 점수가 클수록 산후조리만족도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha=.86$ 이었다.

#### 2) 산후피로

산후피로는 Pugh (1993)의 Fatigue Continuum Form을 Song (2001)이 번안한 도구를 사용하였다. 총 30개 문항, 4점 척도(1-4점)로 구성되어서 30-120점까지의 범위를 가지며, 점수가 클수록 산후피로 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구의 각 측정시점에서 Cronbach's  $\alpha=.90, .90, .91$ 이었다.

#### 3) 산후우울

산후우울은 Radloff (1977)가 개발한 CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 Chon과 Rhee (1992)가 번안한 도구를 사용하였다. 본 도구는 지난 1주일간 우울과 관련된 정서 또는 행동을 얼마나 자주 경험하였는지를

묻는 총 20개 문항, 4점 척도(0-3점)로 구성되어서 총 0-60점까지의 점수범위를 가지며, 점수가 클수록 산후우울 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구의 각 측정시점에서 Cronbach's  $\alpha=.83, .92, .86$ 이었다.

#### 4) 양육스트레스

양육스트레스는 Cutrona (1984)의 양육스트레스 질문지(Childcare Stress Inventory, CSI)를 Cheon (1990)이 번안한 도구를 사용하였다. 총 14개 문항, 5점 척도(1-5점)로 구성되어서 14-70점까지의 점수범위를 가지며, 점수가 클수록 양육스트레스를 많이 경험하는 것을 의미한다. 본 연구의 각 측정시점에서 Cronbach's  $\alpha=.88, .89, .90$ 이었다.

#### 5) 모성정체감

모성정체감은 Walker (1977)가 발전시킨 모성정체감 측정도구를 Koh (1996)가 번안한 도구를 사용하였다. 본 도구는 총 11개 문항, 7점 척도(1-7점)로 구성되어서 7점에서 77점까지의 점수범위를 가지며, 점수가 클수록 어머니로서의 자기 정체감이 긍정적으로 형성된 것을 의미한다. 본 연구의 각 측정시점에서 Cronbach's  $\alpha=.88, .89, .92$ 이었다.

### 4. 자료 수집 방법

본 연구의 자료 수집은 크게 예비조사와 본조사를 거쳐서 구체적으로 다음과 같이 진행되었다.

#### 1) 예비조사

예비조사는 본 조사가 이뤄질 병원 중 일개 산부인과 전문병원에서 진행되었으며, 2008년 9월에 산부인과 외래를 추후 방문하는 산후 4-6주 산모 중 본 연구의 대상자 선정 및 제외기준을 만족하는 산모 15명을 대상으로 질문지 작성 시 이해되지 않는 문항이나 질문지 응답 시의 대상자 반응을 파악한 후 이에 따라 설문지를 수정 보완하였으며, 설문지 작성 시의 소요 시간을 확인하였다.

#### 2) 본조사

본 조사는 2008년 10월부터 2009년 4월까지 충남지역에 소재한 1개 대학병원 산부인과와 2개 산부인과 전문병원에서 다음과 같이 진행되었다.

1) 연구 대상 병원의 산부인과에서 분만한 후 입원 중인 산모 중에서 연구 대상자 선정기준과 제외기준을 만족하는 초산모의

명단을 확보한 후, 연구자와 연구보조원 2인이 입원 중인 병실로 찾아가 개별적 접촉을 통해 연구목적과 의의, 총 3회의 반복 측정을 위한 연구 진행절차 및 소요시간, 구체적인 보상체계 등에 대한 설명을 한 후 연구 참여에 동의할 경우 연구참여를 위한 서면동의서(written informed consent)를 작성하도록 하였다.

2) 첫 번째 설문조사는 병원에서 퇴원 전에(1회) 실시하도록 하였고, 이후의 반복측정은 산후 4-6주(2회), 그리고 산후 12-14주(약 100일)(3회)에 각각 우편법을 이용한 질문지법으로 자료 수집을 실시하였다. 본 연구에서 2차 반복측정 시점을 산후 4-6주로 선정한 이유는, 질 분만의 경우 출산 후 2-3일, 제왕절개 분만의 경우는 출산 후 3-5일 쯤 출산한 병원을 퇴원하여 산후조리를 위한 장소로 이동하게 되며, 산후조리원을 이용하는 산모의 경우 평균 2주의 산후조리원 재원기간(Jung, 1999)을 고려한 것이며, 산모를 대상으로 하는 여러 선행연구에서 의미 있는 반복측정 시점으로 보고된 바 있기 때문이다(Ahn, 2002; Koh, 1996). 또한 한국의 문화적 신념상 삼칠일(3주)을 적극적 산후조리 기간으로 간주하였던 문화적 특성(Yoo, 1993)을 함께 고려한 것으로서, 산후조리원 이용군 산모의 경우 대략 삼칠일(3주) 이후가 되어야 가정으로 퇴원하여 양육의 역할을 수행하게 되며, 산후조리원 비이용군의 경우도 삼칠일(3주) 이후에 비로소 어머니로서의 적극적 양육의 역할을 수행하는 것으로 보고되어(Song et al., 2008), 양육스트레스 등의 변수를 측정하기에 적절한 시기로 사료되었기 때문이었다. 또한 3차 반복 측정 시점을 산후 12-14주(약 100일)에 실시한 이유는, 출산으로 부터의 신체적, 심리적 회복 및 모성역할 적응이 어느 정도 안정기에 이르게 되는 시기로서 보고되며(Koh, 1996; Song 2006; Yoo, 1993), 산모대상의 여러 선행 연구에서 또한 반복 측정의 의미 있는 시점으로 보고되었기 때문이다(Ahn, 2002; Koh, 1996).

3) 매번 각각의 설문조사 시점이 되기 3-4일 전에 미리 대상자의 집 또는 핸드폰으로 전화하여 설문지 발송에 대해 안내한 후, 설문지가 도착하면 명기된 설문조사 기간 내에 작성하여 정해진 기일이 지나기 전에 회신해줄 것을 부탁하였으며, 회신되어 돌아온 설문지의 작성일이 설문조사 기간에서 3-4일 이상 경과된 설문지는 연구 대상자에서 제외시켰다. 대상자에게 발송하는 우편 봉투 안에는 설문지 작성요령 설명서, 설문지, 반송봉투와 추후 상담을 원할 경우 본 연구자와 상담을 할 수 있는 연락처 등을 넣었다.

4) 반복측정으로 인한 대상자 탈락을 최소화시키기 위하여 1차 설문조사 시점에서 산모의 동의하에, 산후조리 예정지 전화 번호와 대상자의 집 전화 번호, 그리고 휴대폰 번호 등을 확보

해두었으며, 매 설문조사 시마다 소정의 선물을 제공하였다.

## 5. 자료 분석 방법

본 연구에서 Kolmogorov-Smirnov test로 산후피로, 산후 우울, 양육스트레스와 모성정체감에 대한 정규성을 검정한 결과, 측정의 세 시점에서 두 군 모두 정규성을 만족하는 것으로 나타나(산후피로 $[p=.221-.317]$ , 산후우울 $[p=.396-.742]$ , 양육스트레스 $[p=.067-.189]$ , 모성정체감 $[p=.216-.961]$ ) 모수통계 기법을 이용하였으며, 구체적으로 SPSS 17.0 WIN version으로 다음과 같이 분석하였다.

1) 산후조리원 이용군과 산후조리원 비이용군 간의 일반적 특성에 대한 동질성 검증은 실수와 백분율, 평균과 표준편차를 구한 후,  $\chi^2$ -test와 t-test로 분석하였다.

2) 산후조리원 이용군과 산후조리원 비이용군 간의 산후피로, 산후우울, 양육스트레스, 모성정체감의 사전 동질성 검증은 평균과 표준편차를 구한 후, independent sample t-test로 분석하였다.

3) 출산 후 시간의 흐름에 따른 산후조리원 이용군과 산후조리원 비이용군 간의 산후피로, 산후우울, 양육스트레스와 모성정체감의 변화양상에 차이가 있는지를 분석하기 위한 가설 검증은 2 (두 집단)  $\times$  3 (세 측정시기) Repeated Measure ANOVA로 분석하였고, 추가분석으로 시점 간의 종속변수 차이검증을 위해 paired t-test를, 그리고 각 시점에서 그룹 간 종속변수의 차이검증을 위해 independent sample t-test를 실시하였다.

## 6. 윤리적 고려

본 연구의 자료 수집을 위해 병원 내 임상연구심의위원회(Institutional Review Board, IRB)의 승인절차를 밟은 후, 간호부서장과 병동 수간호사에게 연구 목적과 의의를 설명하고 연구 진행의 허락을 받았으며, 연구 대상자의 자발적인 연구참여 의사가 있을 경우 연구참여에 대한 서면동의서(written informed consent)를 작성한 후 연구를 진행하였다(IRB No: 0809-036).

## 연구 결과

### 1. 산후조리원 이용군과 비이용군 산모의 일반적 특성과 동질성 검증

산후조리원 이용군 산모의 평균 연령은 29.38세이었고, 핵가



족이 93.2%이었다. 대졸 이상인 산모가 71.4%, 직업은 있는 경우가 61.9%, 경제 상태는 중이라고 응답한 경우가 76.2%를 차지하였다. 또한 분만방법은 질분만이 71.4%로 많았고, 수유방법은 혼합수유가 52.4%로 가장 많았다. 신생아 성별은 여아가 57.1%, 출생 직후 신생아 체중은 평균 3.25 kg, 출생 시 제태연령은 평균 39.21주이었다. 또한 산후 4-6주에 측정한 산모의 산후조리만족도는 24점 만점에 19.14점( $\pm 3.80$ )인 것으로 나타났다.

산후조리원 비이용군 산모의 평균연령은 28.59세이었고, 핵가족이 91.2%이었다. 교육정도는 대졸 이상인 산모가 55.8%, 전업주부가 73.5%, 경제 상태는 중이라고 응답한 경우가 70.5%이었다. 또한 분만방법은 질분만이 70.6%로 많았고, 수유방법은 완전모유수유와 혼합수유가 각각 47.1%이었다. 신생아 성별은 남아가 58.8%, 출생 직후 신생아 체중은 평균 3.09 kg, 출생 시 제태연령은 평균 38.94주이었다. 또한 산후조리만족도는 18.65점( $\pm 3.58$ )인 것으로 나타났다.

두 군 간의 일반적 특성에 대한 동질성 검증결과 산후조리원 이용 초산모군이 비이용 초산모군보다 취업여성의 비율이 통

계적으로 유의하게 높은 것으로 나타났으나( $\chi^2=6.79$ ,  $p=.009$ ), 그 외 일반적 특성은 두 군 간에 동질한 것으로 나타났으며, 또한 산후 4-6주에 측정한 산후조리만족도도 두 군 간에 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다(Table 1).

## 2. 산후조리원 이용군과 비이용군의 주요 변수에 대한 사전 동질성 검증

산후조리원 이용 초산모군과 비이용 초산모군의 출산 직후 산후피로점수는 120점 만점에 각각 59.10점과 53.26점이었고, 산후우울 점수는 30점 만점에 각각 11.40점과 9.00점으로 나타났다. 또한 출산 직후의 양육스트레스 점수는 70점 만점에 각각 33.62점과 29.73점이었고, 모성정체감 점수는 77점 만점에 각각 54.67점과 54.44점으로 나타났다.

산후조리원이용 초산모군과 비이용 초산모군 간의 주요변수에 대한 사전 동질성을 검증한 결과 모든 변수에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다(Table 1).

Table 1. Homogeneity Test of General Characteristics and Study Variables Between Two Groups

Characteristics	Categories	Sanhujori facility use group (n=21)		Sanhujori facility non-use group (n=34)		$\chi^2$ or t	p
		n (%)	Mean $\pm$ SD	n (%)	Mean $\pm$ SD		
General characteristics							
Age (yr)			29.38 $\pm$ 3.19		28.59 $\pm$ 3.34	0.87	.388
Family type	Couple only	20 (93.2)		31 (91.2)		1.96	.162
	With parents	1 (4.8)		3 (8.8)			
Education	High school	6 (28.6)		15 (44.2)		2.84	.417
	University $\uparrow$	15 (71.4)		19 (55.8)			
Occupation	No	8 (38.1)		25 (73.5)		6.79	.009
	Yes	13 (61.9)		9 (26.5)			
Economic status	Low	5 (23.8)		10 (29.5)		1.41	.704
	Middle	16 (76.2)		24 (70.5)			
Delivery type	NSVD	15 (71.4)		24 (70.6)		0.02	.892
	C-sec	6 (28.6)		10 (29.4)			
Feeding type	Breast	10 (47.6)		16 (47.1)		1.31	.519
	Mixed	11 (52.4)		16 (47.1)			
	Formula	0 (0.0)		2 (5.8)			
Baby's gender	Boy	9 (42.9)		20 (58.8)		1.33	.249
	Girl	12 (57.1)		14 (41.2)			
Birth weight (kg)			3.25 $\pm$ 0.51		3.09 $\pm$ 0.41	1.28	.207
Gestational weeks			39.21 $\pm$ 1.28		38.94 $\pm$ 1.20	0.80	.428
Sanhujori satisfaction at 4-6 weeks			19.14 $\pm$ 3.80		18.65 $\pm$ 3.58	0.49	.628
Study variables							
Postpartum fatigue			59.10 $\pm$ 10.58		53.26 $\pm$ 11.69	1.86	.068
Postpartum depression			11.40 $\pm$ 6.24		9.00 $\pm$ 5.77	1.43	.158
Childcare stress			33.62 $\pm$ 9.11		29.73 $\pm$ 8.09	1.62	.112
Maternal identity			54.67 $\pm$ 10.20		54.44 $\pm$ 9.33	0.08	.933

NSVD=Normal Spontaneous Vaginal Delivery.

### 3. 가설검증

#### 1) 제1가설: “시간이 경과함에 따라 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군의 산후피로 변화 양상에는 차이가 있을 것이다.”

산후 2-4일(T1), 4-6주(T2), 12-14주(T3)에 산후피로 점수를 측정한 결과, 산후조리원 이용 초산모군의 산후피로 점수는 각각 59.10점, 61.62점과 59.00점이었고, 산후조리원 비이용 초산모군의 산후피로 점수는 각각 53.26점, 56.56점과 56.62점인 것으로 나타났다.

제1가설을 검증하기 위하여 repeated measures ANOVA로 분석한 결과, 산후 시점과 산후조리원 이용여부 간의 교호작용은 없는 것으로 나타났으며( $F=0.63$ ,  $p=.520$ ), 산후 시점( $F=1.63$ ,  $p=.204$ )과 산후조리원 이용여부( $F=3.40$ ,  $p=.071$ )에 따른 산후피로 정도도 유의한 차이가 없는 것으로 나타나 제1가설은 기각되었다(Table 2).

#### 2) 제2가설: “시간이 경과함에 따라 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군의 산후우울 변화양상에는 차이가 있을 것이다.”

산후 2-4일(T1), 4-6주(T2), 12-14주(T3)에 산후우울 점수를 측정한 결과, 산후조리원 이용 초산모군의 산후우울 점수는 각각 11.40점, 19.00점과 16.30점이었고, 산후조리원 비이용 초산모군의 산후피로 점수는 각각 9.00점, 16.24점과 14.26점인 것으로 나타났다.

제2가설을 검증하기 위하여 repeated measures ANOVA로

분석한 결과, 산후 시점과 산후조리원 이용여부 간의 교호작용( $F=0.05$ ,  $p=.952$ )과 산후조리원 이용여부에 따른 집단 간의 산후우울 점수의 차이는 없는 것으로 나타나( $F=1.70$ ,  $p=.199$ ) 제2가설은 기각되었으나, 시간의 흐름에 따른 산후우울 정도에는 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다( $F=21.89$ ,  $p<.000$ ) (Table 3).

시간대조 분석법을 통하여 산후 시점 간 산후우울 차이를 추가분석을 한 결과, 산후우울 점수는 산후 4-6주(T2)에 가장 높은 수준으로 유의하게 증가하였다가, 산후 12-14주(T3)에 다시 유의하게 감소하지만, 산후 2-4일(T1) 수준보다는 여전히 높은 것으로 나타났다.

#### 3) 제3가설: “시간이 경과함에 따라 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군의 양육스트레스 변화양상에는 차이가 있을 것이다.”

산후 2-4일(T1), 4-6주(T2), 12-14주(T3)에 산모가 인지한 양육스트레스 점수를 측정한 결과, 산후조리원 이용 초산모군의 양육스트레스 점수는 각각 33.62점, 39.38점과 32.71점이었고, 산후조리원 비이용 초산모군의 산후피로 점수는 각각 29.73점, 34.42점과 29.00점인 것으로 나타났다.

제3가설을 검증하기 위하여 repeated measure ANOVA로 분석한 결과, 산후 시점과 산후조리원 이용여부 간의 교호작용은 없는 것으로 나타났으나( $F=0.19$ ,  $p=.800$ ), 시간의 흐름에 따른 양육스트레스 정도( $F=20.22$ ,  $p<.001$ )와 산후조리원 이용여부에 따른 양육스트레스 정도( $F=4.13$ ,  $p=.047$ )는 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 제3가설은 채택되었다(Table 4).

시간대조 분석법을 통하여 산후 시점 간 양육스트레스 차이

Table 2. Changing Pattern of Postpartum Fatigue Between Two Groups

Group	Time			F	$p^*$
	T1	T2	T3		
	Mean $\pm$ SD	Mean $\pm$ SD	Mean $\pm$ SD		
Sanhujori facility use group (n=21)	59.10 $\pm$ 10.58	61.62 $\pm$ 12.27	59.00 $\pm$ 12.51	Group	3.40
Sanhujori facility non-use group (n=34)	53.26 $\pm$ 11.69	56.56 $\pm$ 9.34	56.62 $\pm$ 9.81	Time	1.63
				Group*Time	0.63
					.071
					.204
					.520

T1: 2-4 days after childbirth, T2: 4-6 weeks after childbirth, T3: 12-14 weeks after childbirth.

\*Greenhouse-Geisser adjusted  $p$ .

Table 3. Changing Pattern of Postpartum Depression Between Two Groups

Group	Time			F	$p$
	T1	T2	T3		
	Mean $\pm$ SD	Mean $\pm$ SD	Mean $\pm$ SD		
Sanhujori facility use group (n=21)	11.40 $\pm$ 6.24	19.00 $\pm$ 11.94	16.30 $\pm$ 8.54	Group	1.70
Sanhujori facility non-use group (n=34)	9.00 $\pm$ 5.77	16.24 $\pm$ 9.31	14.26 $\pm$ 6.60	Time	21.89
				Group*Time	0.05
					.199
					.000
					.952

T1: 2-4 days after childbirth, T2: 4-6 weeks after childbirth, T3: 12-14 weeks after childbirth.

Time contrast paired t-test : T1<T3<T2 (Bonferroni adjusted  $p<.017$ ).

Table 4. Changing Pattern of Childcare Stress Between Two Groups

Group \ Time	T1	T2	T3		F	p*
	Mean ± SD	Mean ± SD	Mean ± SD			
Sanhujori facility use group (n=21)	33.62 ± 9.11	39.38 ± 9.45	32.71 ± 10.45	Group	4.13	.047
Sanhujori facility non-use group (n=34)	29.73 ± 8.09	34.42 ± 8.83	29.00 ± 7.70	Time	20.22	<.001
t (p)	t=1.62 (p=.112)	t=2.09 (p=.042)	t=1.64 (p=.108)	Group*Time	0.19	.800

T1: 2-4 days after childbirth, T2: 4-6 weeks after childbirth, T3: 12-14 weeks after childbirth.

\*Greenhouse-Geisser adjusted p.

Time contrast paired t-test : T1, T3<T2 (Bonferroni adjusted p<.017).

Table 5. Changing Pattern of Maternal Identity Between Two Groups

Group \ Time	T1	T2	T3		F	p
	Mean ± SD	Mean ± SD	Mean ± SD			
Sanhujori facility use group (n=21)	54.67 ± 10.20	52.81 ± 10.66	57.14 ± 11.38	Group	0.03	.868
Sanhujori facility non-use group (n=34)	54.44 ± 9.33	53.68 ± 8.04	57.59 ± 7.68	Time	5.89	.004
				Group*Time	0.10	.875

T1: 2-4 days after childbirth, T2: 4-6 weeks after childbirth, T3: 12-14 weeks after childbirth.

Time contrast paired t-test : T1, T2<T3 (Bonferroni adjusted p<.017).

를 추가분석한 결과, 초산모의 양육스트레스는 산후 4-6주(T2)가 산후 다른 시기(T1, T3)에 비해 유의하게 높은 것으로 나타났으며, 각 측정 시점에서 두 그룹 간의 양육스트레스 점수를 추가분석해본 결과, 산후 4-6주(T2)의 시점에서만 산후조리원 이용군이 산후조리원 비이용군에 비해 양육스트레스 점수가 유의하게 높은 것으로 나타났다(t=2.09, p=.042).

#### 4) 제4가설: “시간이 경과함에 따라 산후조리원 이용 초산모군과 산후조리원 비이용 초산모군의 모성정체감 변화양상에는 차이가 있을 것이다.”

산후 2-4일(T1), 4-6주(T2), 12-14주(T3)에 산모가 인지한 모성정체감 점수를 측정한 결과, 산후조리원 이용 초산모군의 모성정체감 점수는 각각 54.67점, 52.81점과 57.14점이었고, 산후조리원 비이용 초산모군의 모성정체감 점수는 각각 54.44점, 53.68점과 57.59점인 것으로 나타났다.

제4가설을 검증하기 위하여 repeated measure ANOVA로 분석한 결과, 산후 시점과 산후조리원 이용여부 간의 교호작용(F=0.10, p=.875)과 산후조리원 이용여부에 따른 모성정체감의 차이는 없는 것으로 나타나(F=0.03, p=.868) 제4가설은 기각되었으나, 시간의 흐름에 따른 모성정체감 점수는 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(F=5.89, p=.004) (Table 5).

시간대조 분석법을 통하여 산후 시점 간 모성정체감의 차이를 추가분석한 결과, 모성정체감은 산후 2-4일(T1)에 비해 산후 4-6주(T2)에 다소 감소하였다가, 산후 12-14주(T3)에 다시

증가하여 산후 다른 시기에 비해(T1, T2)에 유의하게 모성정체감 점수가 높아지는 것으로 나타났다.

## 논 의

본 연구에서는 산후조리원 이용의 영향을 산모의 피로, 우울, 양육스트레스와 모성정체감의 측면에서 규명해보고자 하였으며, 본 연구가설을 중심으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

### 1. 산후조리원 이용여부에 따른 산후피로 변화

본 연구결과 산후조리원 이용여부와 측정시기 간의 교호작용은 없는 것으로 나타나, 산후조리원을 이용한 초산모군과 이용하지 않은 초산모군 간에 산후피로의 변화양상은 유사한 패턴을 보이는 것으로 나타났다. 또한 집단의 효과가 없는 것으로 설명되어, 산후조리원 이용여부와 산후피로의 경험과는 큰 관련성이 없는 것으로 설명되었다. 본 연구의 이러한 결과는 산후조리원 이용여부에 따른 산후피로 차이가 없었음을 보고한 Song 등 (2008)의 선행연구를 지지하는 결과이다.

한국은 산후조리라고 일컬어지는 기간, 즉, 삼칠일간 잘 먹고 잘 쉬어야 한다는 신념을 가지고 있으며, 산후조리원을 이용하는 산모들이 아이를 신생아실에 맡기고 충분히 휴식하고 수면할 수 있기 때문에 산후조리를 더 잘 할 것을 기대하면서 산후조리원을 이용하지만(Kim, 2007; Yoo & Ahn, 2001), 산후



조리원에서 퇴원하는 시점인 산후 4-6주에 측정한 산후조리원 이용군 산모의 피로가 비이용군에 비해 더욱 완화되지 않았다는 것은 매우 의미 있는 결과라고 보는데, 이를 다음의 두 가지 경우로 생각해볼 수 있으리라 본다. 첫째는 본 연구에서 두 그룹 간의 산후조리만족도에도 차이가 없었음을 고려할 때, 실제로 산후조리원 이용여부와 산후피로가 관련성이 없어서 산후조리원을 이용한 것이 이용하지 않은 경우와 비교해볼 때 더 효과적으로 산모의 신체적 회복이나 피로를 완화한다고 설명하기 어려운 가능성이며, 둘째는 산후조리원 이용 초산모가 산후조리원 이용 동안 소극적인 아기돌보기의 입장을 취하면서 비교적 잘 먹고 잘 쉬므로 인해 신체적 회복 및 산후피로 정도가 실제로 낮았으나, 본 연구의 측정이 이뤄진 산후 4-6주에 아기돌보기의 책임과 어려움이 급격히 증가하면서, 산후조리원 이용군과 비이용군 간의 산후피로 정도가 다시 유사하게 측정되었을 가능성이다. 따라서 산후조리원 이용과 산후피로와의 관련성을 보다 구체적으로 규명하기 위해서는 적극적 산후조리가 진행되는 삼칠일간의 피로변화 양상을 함께 살펴보는 추후 연구도 의미가 있으리라 본다.

또한 본 연구에서는 산후피로에 대한 시간의 효과가 유의하지 않아, 시간의 흐름에 따라 산후피로는 유의하게 변화하지 않는 것으로 나타났는데, 이는 산후피로가 시간의 흐름에 따라 변화하는 개념임을 설명한 다양한 선행연구의 결과와는 차이가 있었다(Lee & Zaffeke, 1998; Troy, 1999; Wambach, 1998). 이러한 결과의 차이는 본 연구에서 산후조리원 이용의 효과를 규명하기 위하여 비교적 적은 대상군을 선정하여 분석하였기 때문이라고 본다. 따라서 시간의 흐름에 따른 산후피로의 변화 양상을 파악하기 위한 보다 많은 산모를 대상으로 하는 반복연구가 필요하다고 본다.

## 2. 산후조리원 이용여부에 따른 산후우울 변화

본 연구결과 산후조리원 이용여부와 측정 시기간의 교호작용은 없는 것으로 나타나, 산후조리원을 이용한 초산모군과 이용하지 않은 초산모군 간에 산후우울의 변화양상은 유사한 패턴을 보이는 것으로 나타났다. 또한 산후조리원 이용여부에 따른 산후우울 정도에도 차이가 없는 것으로 나타나, 산후조리원 이용군이 비이용군에 비해 산후 4-6주의 시점에서 산후우울의 유의한 차이가 있음을 보고했던 Song 등(2008)의 선행연구 결과와는 차이가 있었다. 이러한 차이는 연구 대상군의 차이와 연구설계의 차이로서 설명될 수 있으리라 본다. 즉, Song 등(2008)의 연구에서는 산후 4-6주에 속한 초산모와 경산모 모

두를 연구 대상으로 포함하고 있어 본 연구의 대상군과는 차이가 있으며, 횡단적 자료수집에 의한 분석이므로 사전 우울의 상태를 통제하지 못한 제한점이 있음을 밝힌 바 있다. 따라서 Song 등(2008)의 연구에서 산후우울에 영향을 미칠 수 있는 다양한 일반적, 산과적 특성에 대한 사전 동질성을 검증하였다고 하더라도, 산후우울 점수의 사전 측정이 이뤄지지 않았으므로 산후조리원 이용군과 비이용군의 사전 우울 상태가 동질하지 않았을 가능성도 배제할 수 없다. 하지만 양육스트레스가 산후우울의 유의한 예측인자임을 설명하고 있는 여러 선행연구의 결과와(Kim & Kim, 2008; Leung, Martinson, & Arthur, 2005), 산후 4-6주에 산후조리원 이용 초산모군의 양육스트레스가 비이용군보다 유의하게 상승하였던 본 연구결과를 고려할 때, 산후조리원 이용군의 산후우울 정도가 더 높을 수 있는 가능성은 여전히 존재한다고 본다. 따라서 보다 많은 대상군에서 산후조리원 이용과 산후우울 간의 관련성 규명을 위한 반복연구가 필요하리라 본다.

또한 본 연구에서 시간에 따른 산후우울 정도에 유의한 차이가 있는 것으로 나타나, 추후 분석한 결과 산후우울은 산후 4-6주(T2)에 가장 높은 수준으로 증가하였다가, 산후 12-14주(T3)에 다시 유의하게 감소하지만, 산후 2-4일(T1) 수준보다는 여전히 높은 것으로 나타났다. 이는 산후우울 발생의 민감기로 4-6주를 설명한 Park (1991)의 선행연구와 산욕초기보다는 산욕후기를 우울발생의 민감기로서 설명한 Kim, Kim, Eun과 Kim (2005)의 선행연구를 지지하는 결과이다. 이렇듯 산후 4-6주의 시기에 산후우울이 높게 증가하는 것은 한국의 산후조리 문화적 특성과도 관련이 있다고 본다. 즉, 한국의 산후조리 문화에 의하면 적어도 삼칠일(3주)간의 전폭적인 산모도움과 지지는 매우 중요한 것으로 간주되므로, 이 시기에는 산모를 조력해 주는 지지체계가 활성화되어 있으나, 반면 삼칠일 이후인 산후 4-6주의 시기에는 전폭적인 지원과 지지를 해주던 사회적 지지체계가 약화될 수 있는 시기적 특성을 가지게 되며(Song et al., 2008; Yoo, 1993), 다양한 연구에서 사회적 지지는 우울발생의 유의한 예측인자로서 설명된다(Jung & Kim, 2005). 따라서 이러한 산후조리의 문화적 특성과 관련된 사회적 지지 및 조력의 감소가 산후 4-6주에 산후우울의 증가에 기여할 수 있다고 본다. 하지만 이 시기는 산모의 외래방문 시기 이기는 하나 병원에서의 산모관리는 주로 신체건강 측면에 국한되는 경우가 많으며, 정신건강 측면에서는 거의 관리되지 않는 실정이다. 따라서 산후 4-6주에 산모의 정신건강을 스크리닝하고 추후관리하는 임상적용 프로그램의 개발과 적용이 중요하다고 본다.

### 3. 산후조리원 이용여부에 따른 양육스트레스 변화

본 연구결과 산후조리원 이용여부와 측정 시기 간의 교호작용은 없는 것으로 나타나, 산후조리원을 이용한 초산모군과 이용하지 않은 초산모군 간에 양육스트레스 변화양상은 유사한 패턴을 보이는 것으로 나타났으나, 시간과 집단에 따른 효과가 유의하여 양육스트레스는 산후 시점에 따라 그리고 산후조리원 이용여부에 따라 차이가 있는 것으로 설명되었다. 시간대조 분석법을 통하여 산후 시점 간 양육스트레스 차이를 추가분석한 결과, 초산모의 양육스트레스는 산후 4-6주(T2)가 산후 다른 시기(T1, T3)에 비해 유의하게 높은 것으로 나타났으며, 각 시점에서 두 그룹 간 양육스트레스 차이를 추가분석해본 결과, 산후 4-6주(T2)의 시점에서 산후조리원 이용군이 산후조리원 비이용군에 비해 양육스트레스 점수가 유의하게 높은 것으로 나타났다. 본 연구의 이러한 결과는 Song 등(2008)의 연구결과를 지지하는 결과로서, 산후조리원 이용이 피할 수 없이 점차적으로 증가하고 있는 현실을 고려할 때 시사하는 바가 매우 크다고 보며, 현대사회의 출산을 감소가 양육의 부담 및 스트레스와 무관하지 않음을 고려할 때, 산후조리원을 이용하는 초산모를 어떻게 도와야 할지에 대한 방향을 제시하는 의미 있는 자료라고 본다.

산후조리원에서의 산모관리 방식은 산모조리시설마다 그 차이가 매우 크며 표준화되어 있지 못한 실정인 한, 대체로 신생아 감염이나 산모의 피로 등을 이유로 적극적 모자동실을 권고하지 못하거나 수유를 위한 낮 동안의 제한적인 모자동실만을 허용하는 경우가 흔하다(Suh & Huh, 2002). 또한 산모들의 경우도 고가의 비용을 지불하고 산후조리원을 이용하기 때문에 그에 상응하는 서비스를 기대하며, 많은 산모들이 산후조리원에 재원하는 기간 동안에는 신생아실에 신생아를 맡기고 소극적 돌봄의 역할을 하는 경우가 흔하며, 산후조리원은 이에 부응하여 주로 산모의 휴식과 수면 및 충분한 회복을 도모하기 위한 산모지원 서비스에 보다 관심이 많은 실정이다(Yoo & Ahn, 2001). 하지만 Rubin에 의하면 산후 3주의 시기는 모성 역할 획득에 있어 매우 중요한 민감기로서, 시행착오와 갈등, 어려움을 거쳐서 안정적인 모성역할을 획득해가는 것으로 설명하고 있으며(Reeder et al., 1997), 이 시기 동안의 모아접촉과 적극적인 신생아 돌봄은 초산모의 신생아에 대한 애착과 어머니로서의 긍정적인 자기정체감을 형성하는 토대가 된다(Jang, 2005; Song, 2001). 따라서 첫 출산을 한 초산모가 여성에서 모성으로 전환되는 과정에서 어머니로서의 자기 정체감과 실제적 돌봄 능력을 획득하게 되는 산후 3주 동안, 모아가 함께 있도록 배려하고 실제적 돌봄의 역할을 습득하도록 돕는

것이 산후조리원에서 매우 중요할 것이라고 본다. 하지만 많은 산후조리원에서 의미 있는 조력자의 상주 또는 수면이 제한되므로 신생아 양육에 대한 지식과 기술이 부족한 초산모가 24시간 모자동실을 선택하기는 쉽지 않다. 따라서 산후조리원을 위한 산모중재의 초점은 모아의 물리적 거리뿐 아니라 정서적 거리를 보다 가깝게 하기 위한 모아애착증진 전략이 근간이 되어야 할 것이라고 보며, 이는 초산모로 하여금 기꺼이 양육적 역할에 참여할 수 있는 마음과 그에 대한 교육 요구도를 증가시킴으로써 나아가 양육능력 증진의 토대가 될 것이라고 본다. 따라서 모아애착증진을 근간으로 실제적인 신생아 돌보기 지식과 기술을 증진시키기 위한 통합적 양육능력 증진프로그램의 개발과 적용이 산후조리원을 이용하는 초산모를 위해 매우 필요하고도 중요하리라고 본다.

### 4. 산후조리원 이용여부에 따른 모성정체감의 변화

본 연구결과 산후조리원 이용여부와 측정 시기 간의 교호작용은 없는 것으로 나타나, 산후조리원을 이용한 초산모군과 이용하지 않은 초산모군 간에 모성정체감의 변화양상은 유사한 패턴을 보이는 것으로 나타났으며, 산후조리원 이용여부에 따른 모성정체감의 정도에도 차이가 없는 것으로 나타났다. 산후조리원 이용과 모성정체감의 관련성을 규명한 국내외 선행연구는 없어 직접적인 결과비교는 어려우나, 여러 연구에서 양육스트레스와 모성정체감 간에 부적 관련성을 보고하고 있다(Jang, 2005). 따라서 산후조리원 이용 초산모군에서 산후 4-6주에 양육스트레스가 증가한 본 연구결과를 고려할 때, 산후조리원 이용 초산모를 대상으로 모성정체감 형성의 장애요인을 극복하고 긍정적 자기 정체감을 형성할 수 있도록 돕는 간호전략 마련이 필요하리라고 본다.

또한 시간에 따른 모성정체감의 차이가 유의하여 시간대조 분석법으로 추후분석을 한 결과, 모성정체감은 산후 2-4일에 비해 산후 4-6주에 다소 낮아지다가 산후 12-14주에 통계적으로 유의하게 증가하는 것으로 설명되었다. 본 연구에서 출산 직후에 비해 산후 4-6주에 모성정체감이 낮아지는 경향은 출산 직후에 막연하게 어머니로서의 자신에 대해 높은 정체감을 가지다가, 실질적인 신생아 돌보기 활동과 더불어 어려움에 직면하게 되면서, 어머니로서의 자신에 대한 평가는 낮아지는 것이라고 해석해볼 수 있겠다. 또한 산후 4-6주는 한국의 산후조리 문화로 볼 때 양육의 어려움은 증가할 수 있으나 사회적 지지와 지원은 감소되는 시기이므로(Song et al., 2008), 실질적인 어려움은 가중되는 시기일 수 있으며 이러한 시기적 특성과도 관

련될 수 있으리라고 본다. 본 연구에서 산후 4-6주에 비해 산후 12-14주에 모성정체감이 다시 유의하게 상승한 것은 Koh (1996)의 연구에서 모성정체감이 산후 4-6주에 비해 산후 12주에 유의하게 상승하는 것과도 일치하는 결과로서, 모성역할의 적응기를 거치면서 나름대로의 안정된 모성정체감을 형성하게 되는 것으로 해석해볼 수 있겠다. 다양한 선행연구에서 역할긴장 및 양육스트레스가 모성정체감을 유의하게 낮추는 것으로 설명되고 있음을 고려할 때(Koh, 1996; Mercer, 2006), 본 연구에서도 산후 4-6주에 모성정체감이 다른 시기에 비해 유의하게 낮은 것은 4-6주 시기의 높은 양육스트레스 수준과 관련성이 클 것으로 사료된다. 따라서 산후 4-6주는 산육기 초기보다도 더욱 더 산모에게 관심을 기울여야 하는 중요한 시기이며 중재의 민감기라고 볼 수 있으며, 이 시기의 초산모를 위한 추후관리 프로그램의 적용과 평가가 필요하리라고 본다.

본 연구에서는 산후조리원 이용군이 비이용군에 비해 취업 여성의 비율이 더 높았는데, 본 연구에서는 이러한 취업여성들의 직장으로서의 복귀시기와 취업관련 특성 등을 구체적으로 조사하지는 못하였다. 따라서 본 연구의 측정이 이뤄진 산후 4-6주와 산후 12-14주의 시점에 취업여성 중 일부는 직장으로 복귀했을 가능성과 이로 인한 양육조력자의 차이 등이 유발되었을 가능성을 배제할 수 없으나, 이를 조사하여 통제하지 못했다는 연구의 제한점이 있다. 따라서 취업여성의 비율이 증가하는 현대사회의 여건변화를 고려할 때 추후 연구에서는 취업 유무뿐 아니라 다양한 취업관련 특성 등이 산모의 신체적, 정신적 건강상태와 모성역할 적응에 미치는 영향을 분석하는 연구를 수행해볼 것을 제안한다. 나아가 보다 많은 수의 산모를 대상으로 조사하여, 취업유무와 산후조리원 이용 유무에 따른 동시적 효과를 보다 체계적으로 분석할 수 있도록 이원분산분석(Two way ANOVA)을 위한 2×2 block design 연구를 진행해 볼 것을 제안하며, 이는 취업여성의 인구비율과 산후조리원 이용률이 점차로 증가하는 상황을 고려할 때 매우 중요하고도 의미 있는 연구가 될 것이라고 사료된다. 마지막으로 본 연구는 산후조리원의 다양한 특성을 모두 고려하여 연구하지는 못하였으므로 전체 산후조리원 이용 초산모에게 연구결과를 적용하기에 제한점이 있다. 따라서 산후조리원 특성에 따른 초산모의 출산 후 신체적, 정신적, 모성역할적응의 차이를 규명하기 위한 추후연구를 제안한다.

## 결론

본 연구에서 출산 후 삼칠일(3주) 이내에 산후조리원을 이용

한 초산모군과 전통적으로 집에서 친모 또는 시모의 조력하에 산후조리를 수행한 초산모군 간에 시간의 흐름에 따른 산후피로, 산후우울, 양육스트레스와 모성정체감을 비교한 결과, 시간의 흐름에 따른 두 군 간의 주요 변수의 변화양상에는 차이가 없는 것으로 나타났으나, 산후 4-6주의 시기에서 양육스트레스의 그룹 간 차이가 유의한 것으로 나타나 산후조리원을 이용한 초산모군이 비이용군 초산모군에 비해 양육스트레스 정도가 유의하게 높은 것으로 설명되었다. 또한 시간에 따른 차이를 분석한 결과 산후 4-6주의 시기는 산후 다른 시기에 비해 산후우울과 양육스트레스 정도가 유의하게 높고, 모성정체감은 상대적으로 낮아 어려움이 가중되는 중요한 시기임이 설명되었다. 따라서 본 연구의 결과를 바탕으로 모성역할 획득의 민감기인 삼칠일 동안 산후조리원을 이용하는 초산모를 위한 모아에 착중진을 바탕으로 하는 양육능력 증진프로그램의 개발과 적용이 필요하며, 이를 통하여 산후 4-6주에 초산모의 심리적 어려움을 감소시키는 것이 중요하다고 결론내릴 수 있겠다. 또한 산후 4-6주의 어려움이 큰 시기에 산후조리원 이용 후 퇴원한 초산모를 위한 전화 상담과 가정방문 등의 적극적인 추후 관리 프로그램의 마련 및 적용 또한 필요하리라고 보며, 이의 효과를 평가하기 위한 연구를 제안한다.

## REFERENCES

- Ahn, S. H. (2002). Postpartum health: A comparison of mothers with preterm infants and mothers with full-term infants. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 8, 7-19.
- Cheon, J. A. (1990). *The effect of postpartum stress and social network on the postpartum depression*. Unpublished master's thesis, Korea University, Seoul.
- Chon, K. K., & Rhee, M. K. (1992). Preliminary development of Korean version of CES-D. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 11, 65-76.
- Cutrona, C. E. (1984). Social support and stress in the transition to parenthood. *Journal of Abnormal Psychology*, 93, 378-390.
- Jang, Y. S. (2005). Effects of a maternal role promotion program for mothers of premature infants on maternal role strain, maternal role confidence and maternal identity. *Journal of Korean Academy of Child Health Nursing*, 11, 472-480.
- Jung, E. S., & Yoo, E. K. (2002). A study for the development of standardized management manuel in Sanhujoriwon: Centered on the management of women & newborn. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 8, 301-313.
- Jung, H. (1999). A study on the nursing needs and service satisfactory of users in the postpartum care center. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 5, 193-199.

- Jung, M. H., & Kim, J. I. (2005). A study on the relationship among prenatal emotional status, preparation for delivery, postpartum social support and postpartum blues. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 11, 38-45.
- Kim, J. W., Kim, J. H., Eun, D. W., & Kim, H. (2005). Psychosocial and obstetric predictors of depressive symptomatology at postpartum 4 weeks. *Korean Journal of Obstetric and Gynecology*, 48, 901-909.
- Kim, J. Y., & Kim, J. G. (2008). Psycho-social predictors model of postpartum depression. *Korean Journal of Health Psychology*, 13, 111-140.
- Kim, S. O. (2007). *Nursing care needs and satisfaction of the mothers in the postpartum care center*. Unpublished master's thesis, Kosin University, Busan.
- Koh, H. J. (1996). *The relationship between role strain and identity in first-time mothers with regard to employment status*. Unpublished doctoral dissertation, Ewha Womans University, Seoul.
- Lee, E. H., Jung, Y. H., Kim, J. S., Song, R. Y., & Hwang, G. U. (2008). *Statistical methods for health care research* (2nd ed.). Seoul: Koonja.
- Lee, K. A., & Zaffke, M. (1998). Longitudinal changes in fatigue and energy during pregnancy and the postpartum period. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 28, 183-191.
- Leung, S., Martinson, I., & Arthur, D. (2005). Postpartum depression and related psychosocial variables in Hong Kong Chinese women: Finding from a prospective study. *Research in Nursing & Health*, 28, 27-38.
- Mercer, R. T. (2006). Nursing support of the process of becoming a mother. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 35, 649-651.
- Park, Y. S. (1991). *Transition to motherhood of primipara in postpartum period*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Pugh, L. C. (1993). Childbirth and the measurement of fatigue. *Nursing Measurement*, 1, 57-66.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Reeder, S. J., Martin, L. L., & Koniak-Griffin, D. (1997). *Maternity nursing* (18th ed.). New York, NY: Lippincott.
- Song, J. E. (2001). A comparative study on the level of postpartum women's fatigue between rooming-in and non rooming-in groups. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 7, 241-255.
- Song, J. E. (2006). *A structural model of postpartum fatigue of the primipara in Korea*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Song, J. E., Chang, S. B., & Kim, S. (2008). Childcare stress, postpartum depression, and postpartum fatigue between women who used and did not used Sanhujori facilities. *Journal of The Korean Society of Maternal And Child Health*, 12, 33-46.
- Suh, Y. S., & Huh, J. K. (2002). A study on the managing of mother and baby in the postpartum care center. *Journal of the Korean Association of Child Care and Education*, 29(6), 23-44.
- Troy, N. W. (1999). A comparison of fatigue and energy levels at 6 weeks and 14 to 19 weeks postpartum. *Clinical Nursing Research*, 8, 135-152.
- Wambach, K. A. (1998). Maternal fatigue in breastfeeding primiparae during the first nine weeks postpartum. *Journal of human lactation*, 14, 219-229.
- Water, M. A., & Lee, K. A. (1996). Differences between primigravida and multigravida mothers in sleep disturbances, fatigue, and functional status. *Journal of Nurse Midwifery*, 41, 364-367.
- Yoo, E. K. (1993). Health promoting behavior for women's health: An analysis on meaning of Sanhujori, Korean postpartum care. *Korean Journal of Nursing Query*, 2(2), 37-65.
- Yoo, E. K., & Ahn, Y. M. (2001). A model for community based mother infant care center-TMIC (transitional mother infant care center) using a Sanhujoriwon-. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 31, 932-947.