

주요개념 : 질분만 경험

초산모의 질분만 경험

송 미 승* · 이 미 라**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

우리나라 산모들의 분만 직후 분만에 대한 반응은 그 분만 형태에 따라 차이를 보이고 있는데, 반응의 내용이 긍정적인가 부정적인가 하는 측면에서 보면 질분만 산모들보다 제왕절개 산모들이 좀 더 긍정적인 반응을 보인다는 보고가 있다(이미라, 1991).

각 산모의 분만에 대한 반응은 전적으로 긍정적인가 나 부정적인 것이 아니라 긍정적인 면과 부정적인 면을 동시에 내포하고 있으나, 질분만을 하든 제왕절개술로 분만을 하든 대체로 분만 직후에는 분만에 대해 부정적인 반응을 더 강하게 보이는 경향이며, 분만 경험에 대해 극단적으로 부정적인 표현을 하는 사람들은 질분만 산모군에서 더 높았다고 한다(Reeder & Martin, 1987; Ramona, 1979). 분만 경험에 대한 긍정적인 반응의 한가지 표현은 “자신이 엄마가 되었다”는 정체감에 관한 것으로 볼 수 있는데 이런 정체감의 인식은 질분만 산모군에서 더 높았다고 한다(이미라, 1991). 그러므로 질분만은 극단적인 부정적인 반응과 긍정적인 반응 모두를 일으키는 것으로 사료된다.

그리고 만약 다음에 또 다시 분만한다면 어떤 방법으로 분만하고 싶은가라는 질문을 했을 때 분만 경험이 없

는 초산부들은 경산부에 비해 제왕절개술을 더 원하고, 질분만이든 제왕절개술이든 분만 경험이 있는 사람들은 질분만을 더 원하는 것으로 나타나 분만의 경험은 분만 형태의 선호도에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다(이미라, 1991; Affonso and Stichler, 1980; Sandelowski & Bustamante, 1986).

선행 연구의 결과에서 나타난 바와 동서양 모두에서 분만 직후의 반응은 질분만 산모에게서 더 부정적이면서도 분만 방법으로는 질분만이 선호되고 있는 것은 질분만이 산모들에게 어떤 특별한 의미를 주고 있는 것 때문일 것으로 사료된다.

여성들이 질분만을 선호하는 이유 중의 하나는 질분만이 “아무래도 자연적인 방법”이라는 것이나(이미라, 1991) 질분만과 제왕절개술 간의 가장 두드러진 차이가 분만중에 따르는 동통에 있다고 볼 수 있으므로 이 분만 동통이 산모들에게 부정적인 반응을 유발함과 동시에 질분만을 선호하게 하는 것이 아닌가 사료된다. 실제로 이(1991)는 ‘분만 동통의 의미’라는 연구결과에서 질분만 산모들이 분만 직후 자신들이 분만 경험에 대해 부정적인 반응을 보인 것은 아마도 분만 동통으로 힘들었기 때문일 것이며, 그럼에도 불구하고 이 분만 동통은 산모들에게 그들이 어머니가 되었다는 정체감을 돕는 것 같다는 견해를 발표한 바 있다.

현재 질분만은 더 자연스럽고 좋은 분만 방법으로 선

* 중앙대학교 의과대학 부속병원 수간호사

** 중앙대학교 의과대학 간호학과 교수

호되고 있으면서도, 분만 직후 질분만에 대한 반응은 제왕절개술보다 더 부정적이므로, 질분만에 대한 반응을 더 긍정적인 것으로 유도하려면 질분만이 산모들에게 주는 의미를 좀더 자세히 규명할 필요가 있다고 본다. 이에 저자는 질분만 산모들의 분만 직후 반응을 규명하여 질분만이 산모에게 주는 의미를 파악하여 산모들이 분만 경험을 통해 인격의 발달을 경험하도록 돕고자 본 연구를 시도했다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 다음과 같다.

- 1) 분만 직후 질분만 산모들이 분만을 통해 경험한 내용을 규명하기 위함이다.
- 2) 질분만 산모들이 질분만을 선호하는 이유를 규명하기 위함이다.

3. 용어의 정의

질분만 경험 : 병원에 입원한 상태에서 자연적 또는 인위적으로 발생된 자궁 수축의 결과 분만한 산모들이 진통을 거쳐 분만하기까지 동통을 수반하는 자궁 수축 및 가족이나 의료팀과의 상호작용에 대해서 주관적으로 느끼고 인지하는 내용을 말한다.

II. 문헌 고찰

1. 질분만 산모의 분만에 대한 경험

대부분의 일반 사람들은 텔레비전·영화·책·다른 사람의 이야기를 통해서 분만시 동통을 경험할 것으로 기대한다고 하며(Reeder & Martin, 1980). 실제로 분만이 시작되면 대부분의 산모는 동통과 아울러 공포·긴장·불안을 갖게 되는데, 분만이 진행됨에 따라 이러한 동통과 긴장이 증가하게 되어 정상 분만의 가능성에 의심을 갖거나 분만 중 사망하거나 앓을까 하는 공포 및 불안감까지도 갖게 된다고 한다(Myles, 1953).

질분만한 산모들은 자신들의 분만 과정에서 경험한 동통이 '끔찍하다' '심한 고통이다' '지독하고 무시무시하다' '죽음에 가까워졌다' '공포스럽고 불안했다' 등으로 분만 경험을 부정적으로 표현하기도 했지만, '쉽다' '빠르다' '좋은 경험이었다' '홍분된다' '매우 아름답다' '평장하다'는 긍정적인 반응도 보였으며, 분만에 대해서 부

정적인 표현을 했던 산모들에게 다음 분만시 기회가 주어진다면 제왕절개술을 받겠느냐고 물었을 때 대부분의 산모들이 고통스러웠다고 말하면서도 다음 분만도 역시 질분만을 하겠다고 하였다 한다(Marut & Mercer, 1979). 실제로 질분만을 한 산모들이 질분만을 선호하는 이유는 분만 동통과 관련되기도 했는데, 이(1991)의 연구 보고에 의하면 '동통의 결과 모성애가 강해지므로 좋다'가 11.11%, '질분만이 자연적이어서 역시 좋다'가 62.23%였다고 한다. 또한 질분만 산모와 제왕절개술을 받은 산모를 면담하여 분만에 대한 두 군의 반응을 비교하는 연구(이미라, 1991)에서 분만은 전인적으로 그 영향을 미치겠지만 제왕절개술과 질분만의 차이는 주로 정신·정서적인 측면에서 표현되고 있는 것으로 밝혀졌는데, 질분만한 산모들이 몸이 피곤해서 아프다는 신체적 측면에 속하는 표현을 하기는 했지만 그래도 분만 경험에 대해 "놀랍다" "자랑스럽고 기쁘다" "기적같다" "매우 빨리 끝났다"는 정신, 정서적 반응을 더 많이 보였다고 한다(Marut & Mercer, 1979). Prichard와 MacDonald(1980)는 분만 동통에 대한 설명을 하는 가운데 동통은 분만에 수반되는 과정이며 초산부의 경우 대부분 분만 동통은 그때까지 경험한 동통 중 가장 심한 것일 수 있으나, 그러나 다행스럽게도 분만 동통은 때때로 가장 큰 보람을 느끼게 하는 것이기도 하다고 서술하였다.

많은 질분만 산모들이 분만 후 처음으로 아기를 보고 나서 "진통도 겪을 만한 가치가 있다"라고 말했으며 "내기 출산할 수 있다는 것에 대해 힘을 느낀다" "가장 기본적인 가치를 맞출 수 있게 해주었고 분만이라는 상황에 처했었지만 나는 살았다" "분만은 매우 힘들고 죽음에 직면하는 것 같았다"라고 표현했는데 이것은 분만 동통을 경험한 결과로써 자기 향상을 성취한 것으로 사료된다(Mercer, 1986).

Comer와 Laird(1975)가 분만 진통 경험에 대해 보고한 내용은 "진통은 매우 고통스럽지만 기꺼이 감수하겠다"는 것인데, 이것은 새 생명의 탄생을 위해서는 고통을 감수하겠다는 영웅적인 측면에서 진통을 선택하는 것으로 사료된다.

2. 분만 동통

통증에 관한 정의로 McCaffery(1980)는 통증은 그 사람 자신이 인지하는 실제 아픔이라고 하였으며 Melzack(1984)은 생리적이고 심리적인 개념 뿐만 아니

라 정신, 사회적, 문화적인 요인들에 의해서도 그 질과 강도가 영향을 받는 객관적이고 주관적인 손상 경험으로 정의하였다.

통증은 오랫동안 순수 생리 기전으로 간주되어 감각적 측면에서만 다루어져 왔으며 최근까지도 이러한 측면에서만 통증을 설명하려 했기 때문에 많은 통증 반응을 이해하기 어려웠다. 그리하여 최근에는 통증을 시간, 공간 및 강도를 포함한 감각 영역, 정서적 영역, 인지적 영역 및 동기화 영역으로 구성된 복합적인 현상으로 보고 있다.

생리학적으로 통증은 몇 가지 측면으로 분류할 수 있는데 통증 부위에 따라서는 표피 동통(superficial pain)과 심부 동통(deep pain)으로 나눌 수 있고, 찌르는 듯한 통증의 특징은 자극의 부위가 정확하고 어느 정도 참을 수 있는 반면, 타는 듯한 통증은 자극 부위를 정확히 알 수 없고 참기 힘든 점이 특징이다.

분만 진통은 임신 말기에 자궁 근육의 수축이 시작됨에 따라 태아 만출이 되는 과정 중에 산모가 경험하는 통증으로 분만 동통의 원인은 분만 1기의 내장성 동통(visceral pain)과 분만 2기의 신체적 동통(somatic pain)으로 분류되는데 내장성 동통은 자궁 근육이 수축되면서 혈행이 감소되므로 산소 부족을 초래하고 자궁 경부의 변화로 발생하며 신체적 동통은 질과 음부 근육의 긴장으로 발생한다고 하며(Bobak & Jensen, 1984), 여기에 분만에 대한 임부들의 불안과 공포가 더하여져서 동통의 정도를 더 심하게 만든다고 한다.

정신적인 요인이 통증에 미치는 영향을 살펴 보면 임신과 분만 중에는 심리적인 요구가 증가하고 많은 산모들이 분만에 대한 공포나 통증에 대하여 다른 사람으로부터 듣거나 그 과정을 지켜보므로써 사실보다 상당히 왜곡되게 느낄 수 있다고 하였다(Kartchner, 1950). Pritchard와 MacDonald(1980)은 산모는 출산에 대한 공포감 때문에 출산을 더욱 어렵고 고통스럽게 느낄 수 있으며 그러므로 정상 분만에 있어서 공포는 분만 진통이 아닌 다른 통증을 유발하는 주된 요인이며, 공포는 자궁 수축과 경관 확장의 제해 요인도 된다고 하였다. 따라서 분만 동안에 질과 회음부가 압박을 받으므로 찢어지는 듯한 아픔을 느낀다고 하였는데 초산부와 경산부 모두에게 그들이 지금까지 경험했던 다른 통증과 비교하여 분만 동통이 얼마나 아픈지를 물어본 한 연구에서 97%가 지금까지 살아오면서 경험했던 통증 중에서 가장 심한 고통이었다고 하였으며, 또한 'McGrill 통증 척도'를 이용하여 분만통증의 강도를 측정된 결과 분만

시 동통이 가장 강한 강도를 차지했다고 보고되었다(Melzack, 1984).

대부분의 임부들은 출산 과정에서 동통을 경험할 것으로 예측하고 있으며(최연순, 1983) 많은 여성이 분만시에 심한 동통을 경험한다고 하는데(Melzack, 1984) 실제로 질분만 산모의 분만시 동통을 조사한 연구에서 9~14%만이 약간 불편하다고 했을 뿐 35%는 참을 수 없는 고통이라고 했고 37%에서는 아주 극심하며 나머지 28%는 보통 정도라고 하였다(Melzack, 1984). 통증에 대한 반응은 사람마다 다 다른데 각 개인이 느끼는 통증의 양은 개인의 과거 경험·산전 교육·정서적 안정·출산력·태아 크기·태아 위치·분만 중에 함께 하는 사람들에게 의해 제공되는 정서적 지지의 영향을 받는다고 한다(최연순, 1983; Norr, Block, Charles, Meyering & Meyers, 1977; Field, 1974). 통증에 영향을 주는 요소들로 투약, 분만 과정, 일반적 배경, 임신시 경험 등을 들 수 있다. 분만 진통에 내처하는 방법 중에서 진통제나 마취제 등 약물 사용은 산모가 통증을 느끼지 않게 할 수 있으나 태아에게 있어 호흡 억제 및 중추신경 억압, 태아의 심박동을 느리게 하는 등의 영향이 있을 수 있다(Cunningham, MacDonald & Grant, 1989).

진통을 완화시키는 방법으로 Lamaze는 출산시 산모의 불안과 공포, 긴장을 해소시키므로써 진통을 감소시킬 수 있다고 하였으며, 산모의 성격, 대인 관계, 임신 및 분만에 대한 지식과 이해 부족 같은 주관적인 개념이 분만에 미치는 효과에 대해 임부나 분만 개조자들이 자각해야 한다고 하였다(Huprich, 1977). 분만진통을 완화시켜 주기 위한 산전 교육 프로그램이 있는데 산전 교육과 분만 진통과의 관계에서 Notteblatt, Fagerstrom & Uddenberg(1976)은 훈련에 적게 참가한 사람이 분만시 동통을 강하게 느꼈다고 했으며 Melzack(1981)도 출산 훈련을 받은 사람들이 진통이 적었다고 보고하였다.

III. 연구 방법 및 대상

1. 연구 대상

본 연구의 대상은 1992년 3월부터 4월까지의 기간 중에 서울특별시내 일개 종합병원 분만실에 입원하여 질분만한 17명의 초산모들이었으며, 분만 전과 분만 중에는 분만 진통을 감소시키기 위한 교육 프로그램이나 마

취가 시행되지 않았고, 자연적인 분만 기전에 따른 정상 분만을 하였으며, 분만 전후에 특별한 합병증이 없는 산모들 중 본 연구에 참여하기로 동의한 사람들이었다. 연구 대상자들을 초산모로 제한한 이유는 분만 경험의 유무가 이번 분만의 경험에 큰 영향을 미칠 것으로 사료되었기 때문이다.

이들 대상자의 일반적 특성을 보면 연령이 22세부터 39세 사이로 평균 연령이 31세이며, 학력은 고졸에서 대학원 졸업까지로 비교적 학력이 높았고, 종교는 기독교 5명, 천주교 3명, 불교가 1명이고, 8명은 종교가 없었다.

2. 자료 수집

연구자가 산부인과 병동에서 연구 대상자들과 직접 만나 면담을 하였다.

객관적인 자료 수집을 위해 면담시 다음의 조건을 갖추었다. 분만 후 1일~2일이 경과하여 신체적 피로감이 다소 회복되었고, 자유롭게 자신의 경험을 진술할 수 있도록 연구자의 방에서 연구자와 단독으로 면담하였으며, 면담 시간은 하루 중에서 연구 대상자가 원하는 시간을 택하였고, 면담은 각 산모마다 1회씩 약 20~30분에 걸쳐 이루어졌다. 면담을 할 때에는 연구 대상자들이 분만 후 느끼고 있는 내용을 깊이 있게 파악하기 위하여 연구 대상자들의 마음을 열고자 사전에 준비한 11개의 예비 질문을 하므로써 면담을 이끌어갔다.

11개 예비 질문의 내용은 다음과 같다.

1. 분만에 대한 느낌은 어떠합니다.
2. 분만 진통에 대한 느낌은 어떠합니까?
3. 분만 진통시 이렇게 해 준다면 하는 것이 있습니까?
4. 분만실에서 아기를 낳은 당시의 느낌은 어떠합니까?
5. 분만실에서 기억나는 것이 있습니까?
6. 분만실에서 이렇게 해준다면 하는 것이 있습니까?
7. 제왕절개술과 질분만의 차이는 무엇이라고 생각합니까?
8. 아기를 다 낳고 나서 무슨 생각을 했습니까?
9. 아기에 대해서는 어떻게 생각합니까?
10. 다음 분만에 대한 생각이 있습니까?
11. 분만시 가장 힘들었던 점은 무엇입니까?

연구 대상자에 따라 어떤 대상자는 11개의 예비 질문을 다 필요로 했으며 어떤 대상자는 몇 개의 예비 질문만으로 자신의 느낌을 이야기해 주었다. 면담시에는 연구

대상자들의 허락하에 면담 내용을 녹음한 후 다시 들면서 정리하였다.

면담이 끝난 후에는 산욕기와 관련된 건강 문제와 가족 계획 등 대상자의 질문에 대해 상담 및 교육을 해주므로써 대상자들에게 보상을 해주었는데 대상자들은 오히려 자신들에게 관심을 보여 주어 고맙다는 말을 본 연구자에게 하였다.

3. 자료 분석

본 연구의 자료는 Giorgi가 (Omery, 1982에서 인용) 제시한 바 있는 현상학적 분석 방법에 의해 분석되었다.

분석 방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자와의 면담을 녹음한 내용을 반복해서 들으면서 대상자의 말 그대로 자료를 기술하였다.
- 2) 기술된 내용을 읽으면서 연구 대상자들이 의미하는 바를 정리하였다.
- 3) 기술된 내용 중 중복되는 것이나 연구 주제에 맞지 않는 불필요한 부분을 제외시키고 대상자의 경험을 나타내는 진술만을 추출하였다.
- 4) 추출된 의미있는 진술을 반복적으로 읽으면서 각 진술의 공통된 내용을 모아 비슷한 속성으로 분류하고 그 속성들을 모아서 범주화시켰다.

4. 연구의 제한점

본 연구의 대상자는 초산모이며 분만에 대해서 어떤 형태로든지 산전 교육을 받은 적이 없고, 분만 중에도 분만 진통 감소를 위한 진통, 마취의 투여가 없었던 산모들이므로 본 연구의 결과를 전체 산모에게 확대 해석할 수 없다.

IV. 연구 결과

1. 분만 경험에 대한 반응

본 연구 대상자들의 분만에 대한 반응은 표1에서 보는 바와 같다.

본 연구 대상자들의 분만 후 경험은 대체로 4가지 범주로 구분될 수 있었는데 첫째는 진통이 무척 아프고 힘들었다는 신체적 통각, 둘째는 임신 과정이 끝나고 무엇인가를 해냈다는 성취감, 셋째는 엄마가 되었다는 정체감, 넷째는 진통을 겪고 분만했음에도 불구하고 아직 뚜렷한 느낌이나 인식이 없다는 것이었다.

〈표 1〉 분만 경험에 대한 반응

비	주	속	성	원	자	로
		너무 아프고 힘들었다		<p>그렇게 아플 줄 몰랐는데 너무 끔찍해요. 말로 할 수 없어요. 아주 고통스러워요. 너무 아프지요. 분만 전 진통이지금도 너무 생생하고 내 머리 한가득 자리잡고 있어요. 애기 낳기 전 하루가 가장 아프고 힘들었어요. 진통이 심하게 오기 시작해서는, 너무 아파서 재앙절개를 해야 되지 않나 했어요. 너무 괴로웠어요. 어렸을 때 결핵으로 호스를 끼는데 그때보다 훨씬 더 아팠어요. 힘주게 될 때가 가장 힘들었어요. 아파서 죽겠는데 애기가 안 내려왔다며 힘주지 말래서 힘들었어요. 애기가 나오려고 할 때가 가장 힘들었어요. 진통이 가장 힘들었어요. 너무 힘들었어요. 배가 막 아플 때가 가장 힘들었어요. 너무 무서워요. 너무 아프다고 생각해요. 아픈거요. 진통 때문에 고통스러워요. 너무 아파서 애기도 안 보고 싶어요. 막상 하고 나니 까 끔찍해요. 아픈 거 밖에 기억에 없어요. 진통이 있을 때는 배가 뒤집히는 것 같았어요. 너무 너무 힘들어서 편하고 싶지 않아요. 동통 때문에 수월하고 싶어요. 분만 진통이 너무 힘들어요. 그 과정 동안 아픈 게 너무 힘들어요. 너무 너무 힘들어서 편하고 싶지 않아요. 지금껏 이렇게 아픈 적이 없었어요. 애 나을 때가 너무 아프고 그때가 제일 힘들었던 것 같어요. 아픈거요. 힘을 주어도 애기는 안 나오고 배만 아플 때가 힘들었어요. 분만 시간이 너무 길어서 너무 아팠어요. 진통 오는 시간이 너무 너무 끔찍하고 아팠어요. 너무 많이 아파서 끔찍해요. 너무 아팠어요. 진통이 너무 심했어요. 아픈 게 가장 힘들었어요. 진통이 오면 아무 생각도 안 나요. 나 죽이는 줄 알았어요. 이가 나을 때는 너무 아파서 정신이 없었어요. 힘이 주어지는데 힘주지 말래서 힘들었어요. 내 부모님도 이렇게 아프게 태어나서 대단해 보여요. 너무 많이 아팠고 이렇게 아플 줄 상상도 못했어요. 그 순간엔 애기고 땀과 빨리 진통이 없어졌으면 하는 생각 뿐이었어요. 나오기 직전이 가장 아프고 힘들었어요. 이렇게 힘든 건지 몰랐어요. 너무 진통이 심해요. 애를 낳기 위해 너무 고통스럽다고 생각해요. 너무 힘들어서 아무 생각도 안 나요. 상상을 초월해요. 이렇게 힘들고 어려운 줄 몰랐어요. 얼마 되기가 이렇게 힘든 줄 몰랐어요. 너무 고통스러워서 애기도 아직 못 봤어요. 너무 힘들어서 세상에서 제일 힘든 것 같아요. 꿈에도 몰랐어요. 애기가 막 나오려고 할 때 힘주지 직전이 가장 아프고 힘들었어요.</p>		
		아프지 않았으면 좋겠다		<p>요즘에는 무통 분만이 있다는 소릴 들었는데 안 아프게 해주셨으면 좋겠어요. 진통이 없었으면 좋겠어요. 재앙절개는 낳기 전에는 안 아프다는데요. 진통을 없애 줬으면 해요. 무통 분만이 있다는 소리를 들었거든요. 아픈 것만 없애줬으면 좋겠어요. 아픈 게 없으면 좋겠어요. 어차피 겪어야 될 거니까 빨리 진행이 됐으면 해요. 친절하게 해주셨는데 그런 거보다 애가 낳을 때 안 아프게 해주셨으면 해요. 될 수 있으면 고통의 시간을 줄여 줬으면 해요. 무통 분만이 중요하다고 생각해요. 이론적으로는 알고 있었지만 막상 하러니까 안 됐고 산전에 라마즈 호흡법에 대해 교육을 했으면 해요. 안 아프게 해주셨으면 해요. 빨리 낳게 해주셨으면 하는 생각 뿐이었어요. 너무 아파서 빨리 낳아야 된다고 생각했어요. 안 아프게 해주세요.</p>		
		더 이상 낳고 싶지 않을 만큼 아프다		<p>아팠던 기억이 아직 남아 있어서 낳고 싶지 않아요. 애기에 대해서 말만 들어도 머리가 아파요. 여자로 태어난 게 잘못이고 낳을 생각이 없어요. 아직은 낳고 싶지 않아요. 다시는 생각하고 싶지 않아요. 낳 때 너무 고통스러워서 다시는 그런 거 없으면 해요. 낳고 싶지는 않지만 낳는다면 수월하고 싶어요. 너무 고통스러웠기 때문이에요. 둘째는 안 낳을 거라고 생각했어요. 지금으로선 너무 힘들어서 낳을 생각이 없어요. 더 이상 분만하고 싶지 않아요. 다시는 낳고 싶지 않아요. 전혀 분만할 생각이 없어요.</p>		
		전달만 했다		<p>옆에 있는 산모가 너무 고통스러워서 수술시켜 달라고 했는데 전달만 했던 것 같어요. 처음에는 여유가 있었는데 양수 터지고 나서서는 많이 아팠어요. 하지만 평강히 어려움을 줄 알았는데 전달만 했어요. 참을 만하다고 감자가 아팠어요. 다른 산모보다는 쉽게 낳은 것 같어요. 그 정도 진통 없이 어떻게 애를 낳았어요? 수술은 후유증이 많다고 하고 자연 분만도 지나니까 전달만 해요. 첫째보다는 훨씬 쉽게 낳았어요. 낳을 때마다 하는 데 어려웠어요. 첫째보다 훨씬 쉽게 낳았어요.</p>		
	해냈다	신기하다		<p>처음에 아무 생각이 없었는데 나중에 보니까 내 애기가 하는 점이 신기하기만 해요. 신기한 것 같어요. 낳고 나니까 신기해요. 애가 나을 때 왔는데 신기해요. 너무 신기해요. 새생명이란 게 신기해요. 기분이 이상해요. 그저 신기해요.</p>		
		좋다		<p>말로 할 수 없이 좋아요. 낳을 때는 고통받았지만 낳아 놓으니까 마음이 놓이고 좋더라구요.</p>		

아팠다

별	주	속	성	원	자	료
해냈다	시원하다	시원하다		변비가 심했다가 시원하게 변을 때처럼 물결처럼 나오면서 시원했어요. 미끄러져 나온다는 느낌이었어요. 너무 부드러우면서 진통이 멎는데 기분 이 좋았어요. 한번 힘주니까 뜨거운 무엇이 나오는 것 같았어요. 머리가 꼭 찬 느낌이었는데 빠지니까 시원했어요. 시원한 느낌이 든다고 해야 하나 요? 뭔가 미끄러운 게 나오면서 시원했어요. 그때는 안 아프고 시원했어요. 깨운다고 시원해요. 소변이나 대변을 한참 참았다가 보는 그런 시원한느 낌이요. 밑에는 꼭 끼는 느낌이었는데 갑자기 다 나가는 것 같았어요. 힘들었지만 분만 후에는 시원했어요. 진통이 심해지면서 무언가가 나가는 것 같 았어요. 그때는 시원했어요. 배를 만져 줄 때 시원했어요. 그래서 더 많이 만져 줬으면 해요. 땀가 속 빠져 나가는 데 아프지도 않고 날아갈 것 같아요. 너무 시원했고 날아갈 것 같아요. 배 속이 시원하더라고요. 시원해요. 저는 다 만족해요. 시원했어요.		
				날고 나니까 모든 게 끝났다. 아이를 훌륭하게 키워야 되겠다. 이제 끝이다 하는 생각이요. 고통은 끝났다고 생각했어요. 너무 힘들었기 때문에 이런 말이구나 했어요. 아! 이제는 살았다. 마음이 편했어요. 이제는 끝났구나 그래서 시원하다. 이제 끝났다. 끝났구나 했어요.		
	엄마가 되었다 잘 모르겠다	엄마가 되었다 실감이 안 난다		엄마가 됐구나. 날고 나니까 이제 엄마가 되는구나 했어요. 이제는 엄마다.		
				첫째 때는 나오면서 진통도 끝나고 신기했는데 두 번째는 아무런 느낌이 없었어요. 애기 본 기억은 있는데 정신이 없어서 잘 모르겠어요. 처음에 실감 이 안 있었어요. 아직도 애기 엄마가 됐다는 게 잘 모르겠어요. 처음이라서 실감이 나지 않는 것 같아요. 실감이 안 나요. 분만했다는 생각이 안 들어요. 물라서 그렇지 별로 생각이 없어요.		

<아팠다>는 범주는 「너무 아프고 힘들었다」「아프지 않았으면 좋겠다」「더 이상 낳고 싶지 않을 만큼 아프다」「견딜만 했다」의 4가지 속성을 포함하고 있었는데, 4가지 속성 중 「너무 아프고 힘들었다」는 속성에는 「너무 아프고 힘들어요」「나 죽어는 줄 알았어요」「그렇게 아플 줄 몰랐는데 끔찍해요」 등의 표현이 포함되었고 「아프지 않았으면 좋겠다」는 속성에는 「진통이 없었으면 좋겠어요」「무통 분만이 있다는데요」「친절한 것보다 안 아프게 해주셨으면 좋겠어요」 등의 표현이, 「더 이상 낳고 싶지 않을 만큼 아프다」는 속성에는 「아팠던 기억이 남아 있어서 낳고 싶지 않아요」「둘째는 안 나올 거예요」 등의 표현이, 「견딜만 하다」는 속성에는 「자연 분만도 지나니까 견딜만 해요」「굉장히 어려울 줄 알았는데 견딜만 해요」 등의 표현이 포함되었다.

<해냈다>는 범주는 「신기하다」「 좋다」「시원하다」「이제는 끝이다」 등의 4가지 속성으로 분류되었는데, 「신기하다」는 속성은 「날고 나니까 신기하다」「새생명이란 게 신기해요」라고 표현되었으며 「좋다」는 속성은 「말로 할 수 없이 좋아요」「날을 때는 고통받았지만 날고 나니까 좋아요」라고 표현되었고, 「시원하다」는 속성은 「꼭 찬 느낌이었다가 빠지니까 시원했어요」「너무 시원해요」라고 표현되었다. 「이제는 끝이다」는 속성에는 「이제 모든 게 끝이다」「고통은 끝났고 이제는 살았어요」라는 표현이 포함되었다.

<엄마가 되었다>는 범주는 「엄마가 되었다」는 속성으로 「이젠 엄마다」「엄마가 되었구나」라는 표현을 포함하였다.

<잘 모르겠다>는 범주는 「실감이 안 난다」는 속성을 포함하며, 이 속성에는 「애기 본 기억은 있는데 정신이 없어서 잘 모르겠어요」「애기 엄마가 됐다는 게 실감이 안 나요」라는 표현이 포함되었다.

2. 질문만을 선호하는 이유

본 연구 대상자들의 질문만을 선호하는 이유는 표 2와 같다.

질문만을 선호하는 이유는 대체로 세 가지로 분류할 수 있었다. 가장 많이 응답된 이유는 정확하게는 몰라도 자연스럽게 때문에 질문만이 좋고 질문만이어야 한다는 생각으로 15명에서 이와 유사한 내용의 응답이 있었다.

다음은 질문만 후에는 몸이 가볍고 후유증이 적으며, 회복도 빠르다는 신체, 생리적 측면의 이유로서 8명이 이와 같이 응답하였다.

〈표 2〉 질분만을 선호하는 이유

내	용	명	수
질분만이 자연스러워서 좋다		8	
힘들어도 자연분만 하겠어요		5	
질분만이 산모에게도 좋고 여러 가지로 좋아요		1	
질분만을 해야 사회에 적응력도 좋다고 하고 아무래도 자연분만이 좋아요		1	
질분만은 낳고 나면 안 아파요		3	
순산은 회복이 빠르고 몸에도 좋아요		2	
질분만한 사람들은 몸이 불편하다는 얘기를 잘 안 해요		1	
행동이 자유로워요		1	
몸이 가벼워요		1	
애기를 위해서 필요하다고 생각해요		3	
엄마 될 자격이 있는 것 같아서 겪어야 될 것 같아요		1	
직접 낳으면 애기한테 정이 더 많이 갈 것 같아요		1	

셋째로 5명의 산모들은 엄마라는 정체감과 관련된 이유 때문에 선호한다고 응답하였는데, 분만 통통을 경험하면서 아기를 낳아야 엄마가 될 자격이 있는 것 같고 아기에게도 더 많은 정을 느낄 것 같다고 하였다.

V. 논 의

질분만을 한 우리나라 초산모들의 분만 직후의 경험은 <아팠다> <해냈다> <엄마가 되었다> <잘 모르겠다>의 4가지 범주로 구분될 수 있었다. 이러한 결과로 미루어 볼 때 질분만을 한 산모들은 분만 경험에 대해 신체, 정신, 정서적으로 모두 느끼고 지각한다고 볼 수 있다. 그리고 분만 경험에 대한 통합적인 반응은 긍정적인 면과 부정적인 면을 동시에 포함하는 것으로 보였다.

질분만에 대한 부정적인 표현은 분만 통통이 아팠다는 한 가지 사실과 관련되어 나타났다. 그와 같은 아픈 경험에도 불구하고 「신기하다」 「좋다」 「시원하다」 「엄마가 되었다」 등의 성취감, 정체감에 해당하는 긍정적인 느낌과 지각이 함께 나타나고 있는 것으로 미루어 볼 때, 질분만 산모들이 아팠다는 느낌을 갖는다 해도 질분만은 산모들에게 인격적인 측면에서 보상을 주고 있다고 사료된다. 이러한 연구 결과는 분만 통통이 고통스럽기는 하나 때때로 산모들에게 가장 큰 보람을 느끼게 하는 것 같다는 Pritchard와 MacDonld(1980)의 견해를 지지하는 것이라고 사료된다.

질분만할 때 통통을 경험하면서도 성취감과 정체감의 획득과 같은 긍정적인 느낌이 가능한 것은 통통을 이겨

냈다는 느낌에서 기인되는 것이라 생각되며, 이러한 본 연구의 결과는 제왕절개술 산모들이 제왕절개술 후 통통감을 상실한 것 때문에 제왕절개술에 대해 부정적인 느낌을 갖는다는 연구결과를 뒷받침하는 것으로 사료된다(Cranley, 1983 ; Marut & Mercer, 1979).

질분만을 하면서 얻을 수 있는 장점의 하나는 <해냈다>는 성취감이나 <엄마가 되었다>는 정체감을 얻는 것이라고 사료되기 때문에 질분만한 산모들이 자신들의 분만을 회상할 때 “너무 아팠다”는 것을 기억하는 것보다 통통의 극복을 통해 얻은 것을 느낄 수 있도록 돕는 것이 중요하다고 여겨진다. 이와 같이 질분만 후 얻을 수 있는 성취감이나 정체감은 통통이라는 어려움을 스스로 잘 극복했다는 느낌에서 얻어진다고 볼 때, 산모들이 지나친 통통 때문에 극복해내지 못했다는 느낌을 갖는 것은 바람직하지 못하다고 생각된다. 따라서 질분만 산모들이 통통을 잘 이겨내도록 돕는 산호중재의 세공이 반드시 요구된다고 본다.

자궁수축이 신체적으로만 느껴지는 단순한 통통 개념의 수준을 벗어나 정신적인 반응까지를 포함하여 좀더 힘들게 느껴지도록 만드는 고통의 개념으로 연결되는 것은 성취감이나 정체감 형성에 지장을 주므로 자궁수축이 고통이 되지 않게 노력해야 된다고 생각된다. 자궁수축이 고통으로 확대되는 이유는 여러 가지로 제시되는데, Reeder와 Martin(1987)은 대부분의 산모들은 분만에 대한 올바른 지식을 갖고 있지 않으므로 불필요한 불안이나 공포를 느끼게 된다고 하였으며, 최(1983)는 분만 중의 불안이나 공포는 근육 긴장도를 상승시켜 진

통 동안 자궁수축과 함께 통증을 더욱 심하게 경험하게 된다고 하였으며, Cunningham, MacDonald & Grant (1989)은 정상 분만에 있어서 공포는 분만 진통이 아닌 통증을 유발하는 주된 요인이며 자궁수축과 경련 확장에 저해 요인이 된다고 하였다.

본 연구 대상자들의 분만 경험에 “아팠다”는 표현이 많은 이유는 본 연구 대상자들이 임신중에 분만에 대한 지식이나 정보를 교육받을 기회가 거의 없었고, 또한 우리나라 문화적 배경으로 바아 어른들이나 이웃들의 이야기를 통해서 들은 분만 동통에 대한 막연한 지식으로 분만 1기에 임하게 되었을 것이므로, 자궁수축을 단순한 동통이 아니라 고통으로 인식하여 분만 경험을 인식할 때면 신체적 측면인 통각에 대해 큰 비중을 두는 것이라 생각된다.

분만에 대한 경험을 조사 연구한 외국 문헌의 결과는 본 연구의 결과와 유사하다고 생각되는데, Mercer (1986)의 연구 결과에 의하면 41%의 산모는 질분만이 ‘아름답다’ ‘좋은 경험이었다’ ‘굉장하다’ ‘흥분된다’ 등으로 긍정적으로 표현하였고, 42%의 산모는 ‘지옥 같다’ ‘끔찍하다’ ‘괴물 같다’ ‘지독하게 심한 고통이다’ 등으로 부정적인 표현을 하였다고 한다.

결국 질분만에 대한 경험은 긍정적인 것과 부정적인 것을 모두 포함하게 마련이라고 여겨지며, 질분만 산모를 돕는 간호사의 간호 중재의 목표는 질분만 산모들이 되도록 긍정적인 경험을 하게 하여 성취감, 정체감을 일찍 그리고 더 분명히 획득하도록 돕는 것이라 사료된다.

VI. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 분만 직후 초산모의 질분만 경험의 내용을 규명하여 우리나라 산모들에게 질분만시 긍정적인 분만 경험을 통해 인격의 성숙을 이루도록 돕기 위해 시도되었다. 연구 대상자는 서울특별시내 일개 종합병원 산부인과 병동에 입원하여 질분만을 한 17명의 초산모들로서, 자료 수집 기간은 1992년 3월부터 4월까지 약 2개월간이었다. 연구 방법은 11개의 개방형 예비 질문을 사용한 면담이었으며 산모 1인당 1회, 약 20~30분에 걸쳐 그들이 분만 경험에 대한 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 Giorgi의 현상학적 분석 방법에 근거하여 원자료

의 내용에 따라 유사한 내용끼리 몇 가지 속성으로 분류한 다음 범주화하였다.

연구 결과는 다음과 같다.

1. 초산모들의 질분만 경험에는 긍정적인 것과 부정적인 것이 동시에 포함되어 있었다. 이들의 경험은 4개의 범주로 구분될 수 있었는데 즉 <아팠다>는 신체적 통각에는 “너무 아프고 힘들었다” “아프지 않았으면 좋겠다” “더 이상 낳고 싶지 않을 만큼 아프다” “견딜 만했다”는 4가지 속성이 포함되었고 <해냈다>는 성취감은 “신기하다” “좋다” “시원하다” “이제는 끝이다”는 속성을 포함하였으며 <엄마가 되었다>는 정체감에는 “엄마가 되었다”라는 속성이, 그리고 <잘 모르겠다>는 “실감이 안 난다”라는 속성을 포함하였다.

2. 본 연구의 대상자였던 초산모들은 분만시 “아팠다”고 호소하면서도 만약 다음 번에 또 분만한다면 어떻게 분만하고 싶으냐는 질문에 대해서는 1명을 제외하고는 모두 질분만을 원한다고 응답하였는데, 이들이 질분만을 선호하는 이유는 대체로 세 가지 요인으로 분류될 수 있었다. 첫째는 그 이유를 잘 모르긴 하나 질분만이 자연스럽다는 것이고, 둘째는 질분만이 제왕절개술에 비해 회복이 빠르고 후유증이 적다는 것이고, 셋째는 질분만을 해야 엄마가 되었다는 느낌이 더 강하게 온다는 것이었다.

2. 제언

이상의 연구 결과에 따라 다음을 제언한다.

1. 분만 직후 모든 초산모들이 “엄마가 되었다”는 정체감을 획득하지 못하므로 우리나라 초산모들이 대부분 “어머니가 되었다”는 정체감을 갖게 되는 시기가 언제인가를 규명하는 종단적 연구가 시행될 것을 제언한다.

2. 산전과 분만 중 간호 중재시에 동통을 감소시키기 위한 간호를 제공하여 산모로 하여금 동통을 스스로 이겨냈다는 느낌을 주는 것이 바람직하다고 사료된다.

3. 더불어 본 연구 자료 수집시 면담이 끝나면 대상자들이 연구자에게 오하려 고맙다는 인사를 하고는 하였는데 그로 볼 때 면담이 그들로 하여금 자신의 분만 경험을 반추하게 하여 그 의미를 찾는 데 도움을 주게 된 것으로 판단되었기에, 따라서 산욕 초기의 산모에게 분만 과정에 대한 반추의 기회를 주는 것이 좋다고 사료된다.

참 고 문 헌

- 이미라, 분만 동통의 의미, 간호학회지, 1991, 21(1), 41-47
- 최연순, 산전 교육이 분만 진통에 미친 효과에 대한 일 연구, 연세대학교 대학원, 박사학위 논문, 1983.
- Affonso, Dyanne D. & Stichler, Jaynelle, Cesarean Birth Women's reaction, *A.J.N.*, 1980, 80(3), 468-470.
- Boback, Irene M. & Jensen, Margaret D., *Essentials of Marternity Nursing*, St. Louis, Toronto : The C. V. Mosby Co. 1984.
- Comer, R., & Laird, J. D., Choosing to suffer as a Consequence of expecting to suffer : why do people do it? *Jonnral of Personality and Social Psychology*, 1975, 32, 92-101.
- Cranley, Mercca S. et al., Women's Perception of Vaginal and Cesarean Delivery : *Nurs Res.* 1983, 32(1), 10-15.
- Cunningham, F. Gary, Paul, C. MacDonald & Norman, F. Grant, *Williams Obstetrics* (18thed.), East Norwalk, Connecticut : Appleton & Lange Prentice-Hall, Inc, 1989.
- Field, P. A, Relief of pain in Labor, *Canadian Nurse*, December, 1974.
- Huprich, P. A., Assisting the Couple Through a Lamaze Labor and Delivery, *Maternal and Child Nursing*, July / August, 1977, 245-253.
- Kartchner, F. D., Childbirth Education, Maternal Attitudes and Delivery, *Amer. J. of OB & GY*, 1975, 123(2), 185-190.
- Marut, Joanne S. & Mercer, Ramona T., Comparison of Primipara's Perception of Vaginal & Cesarean Birth, *Nurs. Res.*, 1979, 28(5), 260-266.
- McCafery, M., Relieving pain with noninvasive technique, *Nursing* 80 December, 1980, 55-57.
- Melzak, R., The myth of painless Childbirth Pain, 1984, 19, 321-337.
- Melzak, R., Taenzer, P. & Kinch, R. A., Labor Pain : Nature of the Experience & the Role of Prepared Childbirth Training, *Pain*, 1981, 11, 271.
- Mercer, Ramona T. Experience from Teens to Forties, *First-Time Motherhood*, N. Y. : Springer Publishing, Co., 1986.
- Myles, Margaret F. *A Textbook for Midwives*, Edindurgh, E. and S. Living Stones, L.T.D. 1953.
- Norr, K. L., Block C. R., Charles A., Meyering, S., & Meyers, E., Explaining pain and enjoyment in Childbirth. *Journal of Health and Social Behavior*, 1977, 18, 260-275.
- Nottebladt, A. P., Fagerstrom, C. F. & Uddenberg, N., The singificance of reported childbrith pain, *Journal of Psychosomatic reserch*, 1976, 20, 215-221.
- Omery, Anne, Phenomenology : A method of Nursing Research, *Advances in Nursing Science*, 1983, 1, 37-48.
- Pritchard, Jack A. & Macdonald, Paul C., *Williams Obstetrics*(16th ed), New York : Appleton Century Croft, 1980.
- Reeder, Sharon J. & Martin Leonide L., *Maternity Nursing*(16th ed). Philadelphia : J. B. Lippincott Co., 1987.
- Sandelowski, Margarete and Bustmante, Rosa, Cesarean Birth Outside The Natural Childbirth Culture, *Research in Nursing & Health*, 1986, 9 (2), 81-88.

— Abstract —

The Meaning of Vaginal Delivery to Primiparous Mothers

Song, Mi Seung · Lee, Mi La***

Recent research reported that postpartum mothers showed different responses according to the type of delivery, and though most mothers preferred vaginal delivery to cesarean section, the numbers of negative comments about the delivery experience were higher in a vaginal delivery group than in a cesarean section group.

This study set out to understand the meaning of vaginal delivery as perceived by mother who delivered their babies vaginally and how the mothers felt about their delivery experience.

The subjects of this study were 17 primiparous mothers right after vaginal delivery in one university affiliated hospital.

Data were collected from March to April, 1992 through interviews lasting 20~30 minutes using

open ended questions about the delivery experience.

The data were analyzed by Giorgi's phenomenological analysis method and categorized according to similarity of content.

The meaning of the vaginal delivery was grouped in to four categories and the reason for vaginal in to three.

One category of the meaning of vaginal delivery was pain, consisting of the subcategories too painful, want to be rid of the pain, unbearable pain and bearable pain. Another category was a sense of accomplishment containing the subgroups wonderful, good and being finished. The third category was the feeling of becoming a mother. The fourth category was that of not having any sense yet of the experience.

The reasons for preference for vaginal delivery to a cesarean section were categorized in to the instinctive thinking that vaginal delivery was the natural method, a shortened period of recovery and a lower incidence of complications and a stronger feeling of maternal identity.

*Head Nurse, Chung Ang University Hospital.

**Professor, Dept. of Nursing, College of Medicine, Chung Ang University.