

여대생의 월경전증후군에 영향을 미치는 요인

정금숙¹, 오현미¹, 최인령^{2*}

¹한려대학교 간호학과, ²서남대학교 간호학과

The Influential Factors on Premenstrual Syndrome College Female Students

Geum-Sook Jung¹, Hyun-Mi Oh¹ and In-Ryoung Choi^{2*}

¹Department of Nursing, Hanlyo University, ²Department of Nursing, Seonam University

요약 본 연구는 여대생의 월경전증후군에 영향을 미치는 요인을 파악하여, 월경전증후군을 겪는 여대생에게 예방과 중재를 위한 프로그램 개발과 적용의 기초 자료로 활용하기 위한 서술적 조사연구이다. G시의 여대생 330명에 대한 자료를 2012년 4월 2일부터 4월 6일까지 수집하였다. 연구 결과 여대생의 스트레스 전체 평균 평점은 2.50±.74, 월경에 대한 태도 평균 평점은 3.07±.02, 월경전증후군의 전체 평점 평균은 2.67±.60이었다. 스트레스는 월경전증후군과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.36, p<.001$), 월경에 대한 태도와 월경전증후군도 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.34, p<.001$). 월경전증후군에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과 월경에 대한 태도, 스트레스 평점, 흡연, 월경통이 유의한 영향 요인이었으며, 설명력은 27%이었다. 가장 주요한 영향 요인은 월경에 대한 태도($\beta=.28, p<.001$)이었고, 그 다음으로는 스트레스 평점($\beta=.27, p<.001$), 흡연($\beta=.20, p<.001$), 월경통($\beta=.15, p<.001$)이었다. 이상의 연구 결과를 토대로 심리사회적 요인을 고려한 새로운 간호 중재 방법을 모색하고, 삶의 질 향상을 위한 내러티브적인 접근을 통한 질적 연구를 제안한다.

Abstract This study was conducted to figure out the influential factors on premenstrual syndrome(PMS) of college female students which are to be utilized as the basic data to develop and apply programs for preventing and controlling such symptom. The subjects were 330 college female students. The data were collected from April 2, 2012 to April 6, 2012. From the results, There has been significant correlation between stress and PMS($r=.36, p<.001$) and the attitude to menstruation has appeared to have significant positive correlation with PMS as well($r=.34, p<.001$). Multiple regression analysis has been employed to identify the influential factors on PMS and the result has shown that menstrual attitude, grade point average for stress, smoking and dysmenorrhea have been the most significant influential factors with 27% of explanatory power. The level of significance has been high in menstrual attitude($\beta=.28, p<.001$), grade point average for stress($\beta=.27, p<.001$), smoking($\beta=.20, p<.001$) and dysmenorrhea($\beta=.15, p<.001$) respectively. In conclusion, it needs to find nursing interventions for PMS related to psychosocial factors and suggest a narrative study for improving quality of life of women with PMS.

Key Words : College Female Students, Menstrual Attitudes, Premenstrual Syndrome, Stress

1. 서론

월경은 정상적인 여성의 생리 현상임에도 불구하고

많은 여성들은 월경 시작 2~10일 전에 신체적, 정서적, 행동적 복합적 증상이 시작되어 월경 직후에 사라지는 경험을 하는데, 이를 월경전증후군(Premenstrual

본 논문은 제1저자 정금숙의 석사학위 논문의 일부를 발췌한 것임

*Corresponding Author : In-Ryoung, Choi(Seonam Univ.)

Tel: +82-63-620-0103 email: seonam1@hanmail.net

Received March 24, 2014

Revised (1st April 21, 2014, 2nd May 7, 2014)

Accepted May 8, 2014

Syndrome, PMS)이라고 한다[1].

이러한 월경전증후군의 신체적 증상으로는 체중 증가, 유방압통, 부종, 요통, 복통, 두통, 피로 등이 있고, 정서적 증상에는 정서불안, 불안, 긴장, 우울, 통제력을 상실할 것 같은 느낌 등이 있으며, 행동적 증상에는 수면장애, 식욕 변화, 주의집중 곤란, 흥미저하, 사회적 위축 등이 있다[2]. 월경전증후군은 우울증이나 단 음식에 대한 갈망, 유방압통, 공격성 같은 증상이 심각해서 여성 자신의 생활에 파괴적인 영향을 끼치기도 하며, 심한 경우 소아학대, 자살기도, 행방불명 등의 사건을 증가시키는 원인이 되기도 한다[3].

미국과 영국에서는 30~50%가 중등도의 불편감을 호소하고 그 중 10%는 일상생활에 지장을 받을 정도로 그 증상이 심한 것으로 보고되고 있다[4].

한편, 최근 우리나라 가임여성(15~49세)을 대상으로 한 월경전증후군 실태조사 결과, 국제질병분류(International Classification of Disease, 10th Revision, ICD-10) 진단기준을 적용하였을 때 가임여성의 99%, 미국산부인과학(American College of Obstetricians and Gynecologists, ACOG)의 진단기준으로 34%에서 월경전증후군을 겪고 있는 것으로 보고하고 있다[5]. 이 중 여대생의 83.3%에서는 하나 이상의 월경전증후군의 증상을 경험하고 있으며[6], Kim, Nam, Oh & Lee의 연구에서는 월경전증후군이 여대생, 중년여성, 여고생 순으로 증상이 심한 것으로 나타났다[7]. 이와 같이 20대인 여대생에게 가장 심하게 나타나는 월경전증후군은 학업 능력저하, 학교에서의 부정행위, 범죄 혹은 자살 등 일상생활에 큰 장애를 초래할 만큼 개인적, 사회적인 악영향이 심각하다[8].

이렇듯 월경전증후군은 초경부터 폐경 전까지 어느 시기에나 생길 수 있는 질환이며, 높은 유병률을 나타내고 있다. 하지만 우리나라 가임 여성은 월경전증후군에 대한 인지도와 친숙도는 6%와 7%정도이며, 이는 아시아 태평양 지역(AP:호주, 홍콩, 태국, 파키스탄)의 30와 32%보다 현저히 낮은 수준이다[5].

현재까지 월경전증후군에 대한 원인이 정확하게 밝혀져 있지 않아, 효과적인 치료 및 관리 방법은 없는 실정이며[3,5]. 한국의 사회문화적 여건 속에서 여대생이 직접 병원을 찾는 등의 적극적인 대처를 하기란 더욱 힘든 경우가 많다[9].

지금까지 보고된 월경전증후군에 대한 연구 동향을

살펴보면, 월경전증후군의 진단 및 치료[5], 월경전증후군의 증상과 태도[8,10,11], 월경전증후군의 관리를 위한 중재 효과[12,13], 월경전증후군의 유병률과 관련 요인[14-17] 등이 있었다.

월경전증후군에 영향을 미치는 요인에 대한 선행연구를 살펴보면, 생물학적 요인으로는 가족력, 신경전달물질 변화, 호르몬 변화 등이 있으며[18], 월경관련 특성(월경량, 월경통, 월경주기, 초경 연령 등)[19], 운동, 흡연, 음주, 수면시간, 지나친 다이어트와 영양소 섭취 등과 같은 건강관련 식생활습관이 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[12,14,20-22]. 그리고 개인의 심리·사회문화적 요인으로 여성의 역할 수용도, 월경에 대한 태도, 스트레스 등이 월경전증후군에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[8,11,23]. 월경전증후군에 미치는 심리적 요인 중 스트레스는 스트레스 정도가 높을수록 월경전증후군이 심한 것으로 여러 선행연구에서 보고되고 있다[16,24]. 2010년 통계청 조사에 따르면 대학생의 64.5%가 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났고[25], 특히, 여대생의 경우 남학생에 비해 학업문제나 가정문제와 관련한 스트레스를 더 많이 경험하고 있으며, 학년이 증가할수록 장애·진로문제에서 많은 생활 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다[26]. 이는 스트레스가 월경전증후군의 주요한 요인임을 시사하고 있다.

월경에 대한 태도는 사회적인 제 요인들에 의하여 형성된 것으로서 월경에 대한 여성의 전반적인 인식을 말하는데[27], 월경증상에 대한 기대나 사회화 과정에서 여성에게 전달되는 문화의 이해에 따라 영향을 받는다[28]. 특히 월경에 대해 부정적인 기대를 가지고 있을 경우, 월경전기에 더 많은 신체적, 심리적 고통을 호소하는 것으로 밝혀져 있다[29-30]. 월경에 대한 고정된 신념이 월경을 부정적으로 생각하도록 하고, 이러한 월경에 대한 부정적인 신념이 있는 경우 월경전기에 발생하는 증상을 더 심하게 느끼게 된다고 하였다[10]. 이러한 월경에 대한 태도는 초경 후 경과시간이 짧은(2년 이상~12년 미만) 여성일수록 월경에 대해 더 부정적인 태도를 보이고 있으며, 초경 후 경과시간이 증가함(22년 이상~32년 미만)에 따라 부정적인 태도가 감소하는 것으로 나타났다[31].

이렇듯 월경전증후군에 영향을 미치는 요인은 생물학적 요인, 식생활습관 요인, 심리사회적 요인 등 다양하게 보고되고 있다. 여러 요인 중 심리사회적 요인은 월경전

증후군의 주요 영향 요인으로서, 스트레스 대처 능력 향상과 월경에 대한 태도 변화를 위한 간호 중재 교육프로그램을 통한 변화 가능한 제 변수라 할 수 있다.

따라서 본 연구에서는 여대생의 월경전증후군의 유형별과 실태를 조사하여 스트레스와 월경에 대한 태도 및 월경전증후군과의 관련성을 알아보고 월경전증후군에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 한다. 이를 토대로 월경전증후군의 관리를 위해 심리사회적인 요인을 고려한 간호중재 프로그램 개발 및 적용과 나아가 월경전증후군 대상자의 삶의 질 향상을 위한 내러티브적인 접근을 통한 연구를 위한 기초자료로 활용하고자 시도하였다.

2. 연구 방법

2.1 연구 설계

여대생의 월경전증후군의 정도와 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구 대상

대상자는 G시에 소재한 H대학 여대생으로 윤리적인 측면을 설명한 후 연구 참여에 동의한 330명을 대상으로 하였다. 연구 대상자수는 선행연구에 대한 문헌고찰을 기반으로 G*Power version 을 이용하여 다중 회귀 분석에서 예측 요인의 수 20개, 유의 수준 0.05, 효과크기 중간 0.15, 검정력 0.95로 하였을 때 191명으로 제시되어 본 연구의 대상자 수 330명은 본 연구에 필요한 표본수를 충족하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 월경관련 특성

월경관련 특성에 관한 문항은 초경 연령, 월경의 규칙성, 월경기간, 월경 양, 월경통, 월경통 해결방법에 관한 6문항으로 구성하였다.

2.3.2 스트레스(Stress)

스트레스는 Chon과 Kim[32]이 개발한 대학생용 생활 스트레스 척도를 수정·보완하여 만든 Lee[33]의 척도를 이용하였다.

본 척도의 검사내용은 대인관계 스트레스에 속하는

동성친구, 이성친구, 가족관계, 교수관계 영역과 당면 과제 스트레스에 속하는 학업문제, 경제문제, 장래문제, 가치관 문제로 총 8개 영역, 50문항으로 구성되어 있다. '전혀 받지 않는다' 1점에서 '매우 자주 받는다' 5점으로 최저 50점부터 최고 250점이며, 점수가 높을수록 스트레스 정도가 심한 것을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 계수는 .96이었다.

2.3.3 월경에 대한 태도

(Menstrual Attitudes Questionnaire, MAQ)

월경에 대한 태도는 Brooks-Gunn & Ruble[34]이 개발한 MAQ(Menstrual Attitudes Questionnaire, MAQ)를 Jeon[13]이 수정·보완하여 30문항으로 만든 도구를 이용하였다. MAQ는 5가지 범주로 구분할 수 있는데 1. '월경은 여성을 신체적·심리적으로 약화시키는 증상임' 2. '월경은 귀찮은 증상임' 3. '월경은 자연스러운 현상임' 4. '월경은 시작을 예측할 수 있는 현상임' 5. '월경은 여성의 행동에 영향을 미치지도 않고 미쳐서도 안 되는 현상임'이다. 각 문항은 '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 하여 각 범주에 대한 점수가 높을수록 그러한 태도가 강한 것으로 판단한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 계수는 .76이었다.

2.3.4 월경전증후군

(Premenstrual syndrome: PMS)

월경전증후군은 Moos[35]의 월경전증후군 측정도구인 MDQ(Menstrual Distress Questionnaire, MDQ)를 이용하였다. MDQ는 행위 변화 9문항, 부정적 정서 9문항, 통증 7문항, 집중력 8문항, 수분 정제 6문항, 자율신경계 변화 6문항, 위장계 변화 2문항으로 총 47문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 하여 점수가 높을수록 월경전증후군 정도가 심한 것을 의미한다. 월경전증후군(PMS)의 정도에 따라 평균 1-2점은 정상 군(Normal), 3점은 보통 군(Moderate), 4-5점은 심한 군(Serious)으로 구분하였다. 본 연구에서의 Cronbach's α 계수는 .95이었다.

2.4 자료수집방법

자료수집 기간은 2012년 4월 2일부터 4월 6일까지 G시의 여대생 330명을 대상으로 하였다. 연구자가 직접 연구의 목적과 취지를 설명하고 연구 참여에 동의를 구한

후 설문조사를 실시하였다. 연구에 사용된 설문지는 배부된 330부의 설문지 중 응답이 불성실한 15부를 제외한 총 315부를 최종 분석 대상으로 하였다.

2.5 분석방법

자료 분석은 SPSS/WIN 18.0 통계 프로그램을 이용하였으며, 구체적인 분석 방법은 다음과 같다.

- 스트레스, 월경에 대한 태도, 월경전증후군은 평균, 표준편차로 분석하였다.
- 일반적 특성, 월경관련 특성에 따른 월경전증후군의 차이는 t-test, One way ANOVA로, 사후 검정은 Scheffé test를 이용하였다.
- 스트레스와 월경에 대한 태도 및 월경전증후군과의 관계를 Pearson's Correlation Coefficient를 이용하였다.
- 월경전증후군에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위해 Multiple Linear Regression Analysis를 이용하였다.

3. 연구 결과

3.1 대상자의 일반적 특성 및 월경 관련 특성

연령은 21세 이상이 55.2%이었고, 종교는 있는 경우가 50.5%, 가족의 월수입은 201만원 이상~300만원 이하가 31.4%로 가장 많았다. 한 달 용돈은 11~20만원 이하가 32.7%, 수면 시간은 7시간 미만이 65.1%, 운동 여부에서는 운동을 하지 않는 대상자가 70.2%로 대부분 운동을 하지 않고 있었다. 흡연 유무는 비흡연자가 74.6%이었고, 흡연자가 25.4%으로 나타났다. 음주 유무는 있음이 95.6%로 대부분 음주를 하고 있었다. 월경관련 특성은 초경 연령은 평균 13.44세로 나타났으며, 그중 14~16세가 42.5%로 가장 많았다. 월경 주기 규칙성은 규칙적이 56.5%, 불규칙적 43.5%로 비슷하였고, 월경 기간은 5~6일이 55.6%로 가장 많았고, 월경 양은 보통이 77.8%, 월경통 유무는 있음이 80.6%나 되었다. 월경통 해결 방법은 '휴식' 23.2%, '진통제 복용' 21.6%, '참는다' 21.0%, '이완요법(마사지 등)' 14.9% 순으로 나타났다[Table 1].

[Table 1] General and Menstruation related Characteristics

Characteristic	Categories	n(%)
Age(year)	19~20	141(44.8)
	21<	174(55.2)
Religion	Yes	159(50.5)
	No	156(49.5)
Family Income (10,000won)	<200	57(18.1)
	201~300	99(31.4)
	301~400	89(28.3)
spending money (10,000won)	401<	70(22.3)
	<10	60(19.0)
	11~20	103(32.7)
	21~30	97(30.8)
Sleep hour	31<	55(17.5)
	<7hour	205(65.1)
	7<hour	110(34.9)
Exercise	Yes	94(29.8)
	No	221(70.2)
Smoking	Yes	80(25.4)
	No	235(74.6)
drinking	Yes	286(90.8)
	No	29(9.2)
menarche	<13	97(30.8)
	14~16	134(42.5)
	17<	84(26.7)
Regularity	Irregular	137(43.5)
	Regular	178(56.5)
Duration	3~4days	69(21.9)
	5~6days	175(55.6)
	7~8days	71(22.5)
Amount	Little	27(8.6)
	Middle	223(70.8)
	Much	65(20.6)
Dysmenorrhea	Yes	254(80.6)
	No	61(19.4)
Dysmenorrhea solution	be patient	66(21.0)
	rest(oneself);	73(23.2)
	anodyne eat	68(21.6)
	relaxation therapy	47(14.9)
	(massage et al)	

3.2 대상자의 스트레스, 월경에 대한 태도 및 월경전증후군

스트레스 전체 평균은 총점 250점 중 124.60±37.02점으로 나타났다. 하위 영역별로 보면 장래문제, 경제문제, 학업문제, 가족관계, 교수관계, 동성친구, 이성친구, 가치관문제 순으로 장래문제로 인한 스트레스 평균 점수는 21.69±6.22점으로 가장 높게 나타났다.

월경에 대한 태도 평균 평점은 3.07±.02로 나타났으며, 각 요인별 평균 평점을 살펴보면, 요인 1. '월경은 여성을 신체적·심리적으로 약화시키는 증상임' 3.08±.02, 요인 2. '월경은 귀찮은 사건임' 2.93±.03, 요인 3. '월경은 자연스

러운 현상임' 3.43±.03, 요인 4. '월경은 시작을 예측할 수 있는 현상임' 3.11±.03, 요인 5. '월경은 여성의 행동에 영향을 미치지도 않고 미쳐서도 안 되는 현상임' 2.88±.03으로 나타났다.

월경전증후군의 전체 평균 평점은 2.67±.60이었고, 하위 영역별로는 수분 정체 3.21±.79, 부정적 정서 2.91±.84, 통증 2.70±.77, 행동 변화 2.69±.67, 집중력 2.42±.75, 위장계 변화 2.42±.97, 자율신경계 변화 2.11±.76 순으로 불편감이 있는 것으로 나타났으며, 수분 정체 영역에서 가장 심한 불편감을 느끼는 것으로 나타났다. 증상 정도에 따른 분류에서는 보통 군이 전체 315명 중 59%로 가장 높은 빈도를 나타냈고, 심한 군이 28%, 정상 군이 13%로 가장 낮은 빈도를 나타냈다[Table 2, 3].

[Table 2] Stress, Menstrual attitude and Premenstrual Syndrome(PMS)

(N=315)

Variable	Range	Min-Max Values	M±SD
Total Stress	50-250	50-250	124.60±37.02
studies problem	7-35	7-34	16.43±6.49
economic problem	7-35	7-35	18.73±5.71
prospect problem	8-40	8-39	21.69±6.22
values problem	5-25	5-24	11.83±4.36
homogeneity friend	5-25	5-25	13.26±4.54
friend of the opposite sex	6-30	6-27	12.97±4.81
Family	6-30	6-28	14.99±5.76
professor relation	6-30	6-30	14.95±5.46
Menstrual Attitude	1-5	2.10-3.83	3.07±.02
factor 1	1-5	1.90-4.10	3.08±.02
factor 2	1-5	1.00-4.20	2.93±.03
factor 3	1-5	2.00-5.00	3.43±.03
factor 4	1-5	1.20-4.60	3.11±.03
factor 5	1-5	1.33-5.00	2.88±.03
Premenstrual Syndrome(PMS)	1-5	1.09-4.74	2.67±.60
Behavioral change	1-5	1.00-4.33	2.69±.67
Negative affection	1-5	1.00-5.00	2.91±.84
Pain	1-5	1.00-5.00	2.70±.77
Concentration	1-5	1.00-5.00	2.42±.75
Water retention	1-5	1.00-5.00	3.21±.79
Autonomic reaction	1-5	1.00-5.00	2.11±.76
Gastrointestinal change	1-5	1.00-5.00	2.42±.97

[Table 3] Classification according Premenstrual Syndrome(PMS) level

(N=315)

Group	n(%)	Range	Min-Max Values	M±SD
Normal Group	41(13.0)	1.00-2.00	1.09-2.00	1.67±.25
Moderate Group	186(59.0)	2.01-3.00	2.02-3.00	2.55±.27
Severe Group	88(28.0)	3.01-5.00	3.02-4.74	3.39±.29

3.3 대상자의 일반적 특성, 월경관련 특성에 따른 월경전증후군

대상자의 일반적 특성, 월경관련 특성에 따른 월경전증후군 정도를 살펴보면, 흡연자가 비흡연자보다 월경전증후군이 더 심한 것으로 나타났으며($t=4.90, p<.001$), 월경양과 월경전증후군도 유의한 차이($t=3.39, p=.035$)를 보여 월경 양이 많은 편에 속한 대상자가 월경전증후군이 심한 것으로 나타났다. 또한 월경통과 월경전증후군이 유의한 차이가 있고($t=4.02, p<.001$), 월경통 해결 방법과 월경전증후군이 유의한 차이($t=4.59, p=.004$)를 보여 월경통이 있는 대상자가 월경전증후군이 심한 것으로 나타났고, 월경통 해결 방법으로 진통제를 복용할 경우 휴식을 취하는 것보다 월경전증후군이 더 심한 것으로 나타났다.

그 외에 연령, 종교, 가족의 월수입, 한 달 용돈, 수면 시간, 운동 여부, 단식 경험, 음주 여부, 초경 시기, 월경 주기, 월경 기간은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다[Table 4].

3.4 대상자의 스트레스와 월경에 대한 태도 및 월경전증후군과의 상관관계

스트레스는 월경전증후군과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.36, p<.001$). 대상자의 스트레스

정도가 높을수록 월경전증후군 정도가 심한 것으로 나타났다.

월경에 대한 태도 또한 월경전증후군과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.34, p<.001$)[Table 5].

[Table 4] Premenstrual Syndrome(PMS) according General and Menstruation related Characteristics

(N=315)

Characteristics	Categories	n(%)	Premenstrual Syndrome(PMS)		
			M±SD	F or t	p
Age(year)	19~20	141(44.8)	2.60±.66	-1.72	.087
	21<	174(55.2)	2.72±.54		
Religion	Yes	159(50.5)	2.70±.58	1.09	.278
	No	156(49.5)	2.63±.60		
Family Income (10,000won)	<200	57(18.1)	2.79±.55	1.11	.346
	201~300	99(31.4)	2.61±.55		
	301~400	89(28.3)	2.67±.58		
	401<	70(22.3)	2.65±.71		
spending money (10,000won)	<10	60(19.0)	2.60±.62	1.11	.344
	11~20	103(32.7)	2.71±.54		
	21~30	97(30.8)	2.61±.65		
	31<	55(17.5)	2.76±.56		
Sleep hour	<7hour	205(65.1)	2.64±.59	-1.01	.312
	7<hour	110(34.9)	2.71±.60		
Exercise	Yes	94(29.8)	2.66±.61	-.23	.820
	No	221(70.2)	2.67±.59		
Smoking	Yes	80(25.4)	2.94±.52	4.90	<.001
	No	235(74.6)	2.58±.59		
drinking	Yes	286(90.8)	2.66±.61	-.07	.941
	No	29(9.2)	2.67±.60		
menarche	<13	97(30.8)	2.66±.62	.01	.987
	14~16	134(42.5)	2.67±.59		
	17<	84(26.7)	2.67±.59		
Regularity	Irregular	137(43.5)	2.72±.59	1.44	.152
	Regular	178(56.5)	2.63±.60		
Duration	3~4days	69(21.9)	2.60±.59	.98	.378
	5~6days	175(55.6)	2.67±.59		
	7~8days	71(22.5)	2.74±.62		
Amount	Little	27(8.6)	2.64±.52	3.39	.035 c>b*
	Middle	223(70.8)	2.62±.61		
	Much	65(20.6)	2.84±.55		
Dysmenorrhea	Yes	254(80.6)	2.73±.60	4.02	<.001
	No	61(19.4)	2.40±.50		
Dysmenorrhea solution	be patient	66(21.0)	2.62±.60	4.59	.004 c>b*
	rest(oneself);	73(23.2)	2.54±.64		
	anodyne eat	68(21.6)	2.90±.64		
	relaxation therapy(massage et al)	47(14.9)	2.72±.42		

[Table 5] Correlations between Stress, Menstrual attitude and Premenstrual Syndrome(PMS) (N=315)

Variables	Stress	Menstrual attitude	PMS
	r (p)	r (p)	r (p)
Stress	1.000		
Menstrual attitude	.194 (.001*)	1.000	
PMS	.360 (<.001**)	.340 (<.001**)	1.000

3.5 대상자의 월경전증후군에 영향을 미치는 요인

대상자의 월경전증후군에 영향을 미치는 주요 요인을 파악하기 위하여 유의한 상관관계를 보인 스트레스와 월경에 대한 태도 및 대상자의 일반적 특성, 월경관련 특성에서 유의하게 차이가 나타난 변수인 흡연 유무, 월경 양, 월경통, 월경통 해결 방법을 회귀분석 식에 투입한 후 단계적 다중회귀분석을 실시하였다. 이 중 명목척도인 흡연 유무, 월경통 유무, 월경 양, 월경통 해결방법은가변수(Dummy variables)로 전환하였다.

대상자의 월경전증후군에 영향을 미치는 주요요인을 파악하기 위하여 유의한 상관관계를 보인 스트레스와 월경에 대한 태도 및 대상자의 일반적 특성, 월경관련 특성에서 유의하게 차이가 나타난 변수인 흡연 유무, 월경 양, 월경통, 월경통 해결 방법을 회귀분석 식에 투입한 후 단계적 다중 회귀 분석을 실시하였다. 이 중 명목척도인 흡연 유무, 월경통 유무, 월경 양, 월경통 해결방법은 가변수(Dummy variables)로 전환하였다.

독립변수 간의 상관관계를 분석한 결과 상관계수가 0.8미만으로 나타나 모든 요인 분석에 이용하였다. 케이스 진단 시 절대 값 3보다 큰 이상점 3개를 제거한 후 254명을 대상으로 단계적 선택방식을 이용하여 분석하였다.

독립변수에 대한 회귀분석의 가정을 검증한 결과 오차의 자기상관(독립성) 검증에서는 Durbin-Waston 통계량이 2.046으로 검정통계량 보다 크기 때문에 자기상관이 없었고, 다중공선성의 문제는 공차한계(Tolerance)가 .865-.955로 1.0 이하로 나타났으며, 분산팽창지수(VIF)도 1.05-1.06으로 10을 넘지 않아 문제가 없었다. 잔차의 가정을 충족하기 위한 선형성(Linearity), 정규성(Normality), 등분산성(Homoscedasticity)의 가정도 만족하였고, 특이값을 검토하기 위한 Cook's distance값은 1.0을 초과하는 값이 없어 특이값도 없는 것으로 확인되었다.

대상자의 월경전증후군 회귀 모형은 유의하였고 (F=24.70, p<.001), 월경에 대한 태도, 스트레스 평점, 흡연, 월경통이 유의한 영향 요인이었으며, 이들 4개 변수로 수축된 회귀 모형의 대상자의 월경전증후군 설명력은 27%이었다. 이 중 대상자의 월경전증후군에 가장 주요한 예측 요인은 월경에 대한 태도($\beta=.28, p<.001$)이었고, 그 다음으로는 스트레스 평점($\beta=.27, p<.001$), 흡연을 하는 경우($\beta=.20, p<.001$), 월경통($\beta=.15, p<.001$)인 것으로 나타났다[Table 6].

4. 논 의

본 연구는 여대생의 월경전증후군의 실태를 조사하고 월경전증후군에 영향을 미치는 요인을 파악함으로써, 이를 토대로 월경전증후군의 관리를 위해 심리사회적인 요인을 고려한 간호중재 프로그램 개발 및 적용과 나아가 월경전증후군 대상자의 삶의 질 향상을 위한 내러티브적인 접근을 통한 연구를 위한 기초자료로 활용하고자 시도하였다.

대상자의 월경관련 특성 중, 평균 초경연령은 13.44 세로 본 연구의 대상자들은 현재 여대생으로 기존에 보고되었던 초경연령과 비슷한 결과를 나타냈다. 월경통 유

[Table 6] Regression Analysis of Influencing Factors on Premenstrual Syndrome(PMS)

Variables	B	SE	β	t	p	Adj R ²	F	p
Invariable number	.02	.36		0.07	<.001	.27	24.70	<.001
Menstrual attitude	.61	.12	.28	5.08	<.001			
Stress	.21	.05	.27	4.68	<.001			
Smoking	.27	.07	.20	3.67	<.001			
Dysmenorrhea	.24	.09	.15	2.75	<.001			

무를 확인한 결과, 통증이 '있음'이 80.6%로 나타났으며, 여대생을 대상으로한 Shin과 Jeong[9]의 연구에서도 84.4%가 통증이 있다고 하였으며, 여고생을 대상으로 연구한 Kim, Lim, Woo과 Kim[36]이 보고한 78.3%와 비슷한 결과로 나타났다. 이는 여대생과 여고생의 상당수가 월경통을 겪고 있음을 보여주며 선행 연구들을 뒷받침하는 연구 결과이었다. 여대생의 월경통 해결 방법은 '휴식'이나 '이완요법을 취한다'가 38.1%, '참는다' 21%, 월경시 '진통제를 복용한다' 21.6%의 결과를 종합해 볼 때 무조건 통증을 참게 되면 스트레스가 가중되고 월경에 대한 태도를 부정적으로 변화시켜 월경전증후군을 더욱 심하게 느끼게 될 수 있다. 그리고 진통제의 복용은 약물남용과 월경전증후군을 더욱 심하게 할 수 있어 월경통 완화를 위한 적극적인 중재방법을 사용하도록 교육할 필요가 있으며, 월경통 해결 방법에 관한 추후 연구도 더 많이 이루어져야 할 것으로 생각된다.

본 연구에서 스트레스 정도의 전체 평균 점수는 총 250점 중 124.60점으로 나타났으며, Lee[33]연구에서 전체 평균 117.58점과 비슷한 결과를 보였다. 하위 영역별로 보면 장래문제, 경제문제, 학업문제, 가족관계 순으로 나왔는데 장래문제로 인한 스트레스가 평균 21.69점으로 가장 높게 나타났다. 또한 장래문제에 대한 스트레스 평균이 23.92점으로 가장 높은 영역으로 나와 대학생들의 경우 대학 입학과 동시에 환경의 변화를 겪게 되고, 졸업 후 진로결정 및 취업의 어려움으로 인한 스트레스가 가장 큰 것으로 생각된다[33].

본 연구에서 대상자의 월경에 대한 태도는 평균 평점 3.07±.02로 나타났으며, 이는 같은 도구를 7점 척도로 이용하여 여대생을 대상으로 한 연구[9] 4.26±.44와 유사하였으며, 다른 도구를 사용하였으나 월경에 대한 태도가 부정적이었던 Lee, et. al.[37]의 연구 결과와도 일치하였다. 각 요인별 평균 평점을 살펴보면, 요인 3. '월경은 자연스러운 현상임' 3.43±.03, 요인 4. '월경은 시작을 예측할 수 있는 현상임' 3.11±.03, 요인 1. '월경은 여성을 신체적·심리적으로 약화시키는 증상임' 3.08±.02, 요인 2. '월경은 귀찮은 사건임' 2.93±.03, 요인 5. '월경은 여성의 행동에 영향을 미치지도 않고 미쳐서도 안 되는 현상임' 2.88±.03 순으로 나타났다. 이 결과는 월경에 대한 태도가 월경을 자연스러운 현상이고, 월경은 시작을 예측할 수 있는 현상이지만 반면에 월경을 신체적·심리적으로 약화시키는 사건으로도 생각하는 월경에 대한 양면성을

모두 다 가지고 있다고 해석할 수 있다.

본 연구에서 대상자의 월경전증후군의 하위 영역 중 수분 정체 3.21±.79 영역에서 가장 심한 불편감을 느끼는 것으로 나타났는데, 이는 월경전증후군의 원인 설 중 황체에 프로게스테론의 나트륨(Na⁺) 배설 증가작용과 에스트로겐의 레닌(renin) 분비 증가작용에 의해 염분과 수분이 조직 내에 축적되어 부종이나 체중 증가를 야기한다는 체액 저류설을 지지하는 결과라 할 수 있다[5]. 월경전증후군을 갖고 있는 여대생은 심한 군이 28.0%이었으며, 여고생 중 63%가 월경전증후군을 갖고 있는 것으로 보고한 Kim과 Ahn[38]의 연구와는 차이가 있었고, 이는 여고생보다 여대생에서 월경전증후군이 더 심하게 나타난다는 Kim, et. al.[7]의 연구와는 다른 결과를 보였다. 이는 선행 연구마다 월경전증후군을 측정하는 도구의 차이에서 오는 것이 아닌가 생각되며, 월경전증후군의 정도를 명확히 구분할 수 있는 도구 개발이 필요한 것으로 판단된다.

최근의 연구에서 월경전증후군에 영향을 미치는 요인으로 흡연, 음주, 운동과 수면시간 등이 영향을 미친다고 하였는데[12,14,21], 본 연구에서는 음주, 운동과 수면시간은 통계적으로 유의한 상관관계가 없었지만 흡연과는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 Lim과 Park[39]연구에서도 규칙적 운동 여부, 수면시간은 유의한 차이가 없어 본 연구와 결과가 같았지만, 음주 경험은 정상 군에서 유의한 차이가 있고, 흡연 경험은 통계적으로 유의하지 않아 본 연구의 결과와는 차이가 있었다. Lee[21]의 연구에서는 월경전증후군이 심한 집단에서 흡연율이 훨씬 높은 것으로 나타났다. 이것은 담배의 니코틴이 혈관을 수축하여 자궁으로 가는 관류를 감소시킴으로서 통증을 유발하기 때문이라고 생각되므로 특히 월경전증후군이 있는 여성들에게 금연 교육을 시킬 필요가 있다고 생각된다. 그러나 연구자마다 흡연 유무, 운동 여부, 음주 유무 등의 생활습관에 따른 월경전증후군과의 상관관계에 대해서는 다른 결과가 나타나 반복 연구가 필요한 것으로 판단된다.

월경전증후군과 월경관련 특성에서는 월경 양, 월경통, 월경통 해결방법이 유의한 차이가 있는 것으로 나타났고, 초경 시기, 월경 주기, 월경 기간과는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. Kim과 Lee[20]의 연구에서도 월경 양이 많을수록 월경전증후군이 심하다고 보고한 선행 연구를 지지하는 연구 결과이었다. Lim과 Park[39]에

서는 조정 시기, 월경 주기, 월경 기간은 월경전증후군과 유의한 차이가 없는 것으로 보고되었고, 월경통은 유의한 차이가 있는 것으로 보고되었다. 이러한 결과로 볼 때 월경통을 완화해 줄 수 있는 다양한 간호중재가 개발되어야 할 것이다.

사회·심리적인 요인으로 여러 선행 연구에서 [15,19] 스트레스를 주는 환경은 월경에 대해 부정적인 태도를 유발하며 월경전증후군을 악화시킨다고 하였는데 본 연구에서 스트레스와 월경에 대한 태도 및 월경전증후군과의 상관관계에서는 스트레스는 월경전증후군과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 스트레스 정도가 심할수록 월경전증후군 정도가 심한 것을 알 수 있는데, Jo[16] 연구에서도 스트레스에 있어서 비교적 월경전증후군이 심한 군일수록 스트레스 정도가 심하게 나타난 연구 결과와 스트레스가 심할수록 월경전증후군이 심하게 나타난 Park, et. al.[24]의 연구 결과와도 일치하였다. 또한 높은 스트레스를 받는 여성의 경우에 심각한 월경전 증상들을 호소하고 결과적으로 월경전증후군으로 진단되고 동일한 사건에 대해서도 월경후기보다는 월경전기의 증상으로 인해 스트레스를 더 촉진하였다는 연구 보고도 있다[40]. 이러한 결과는 어느 정도의 스트레스는 작업 능력을 높인데 도움이 되고 긍정적인 측면이 있지만 스트레스가 만성화되면 내분비계, 자율신경계, 면역계 등이 교란돼 인체의 항상성이 깨지고 만병의 근원이 될 수 있다. 월경전증후군에도 스트레스는 예외 없이 작용되기 때문에 여성에게 월경이 시작할 것이라는 자체가 스트레스이고, 이 스트레스가 일상생활에서 경험하는 스트레스와 함께 여성에 주는 부담을 가중시켜 월경전증후군에 대한 가능성을 높이는 것으로 생각된다. 특히 여대생들은 장래문제, 경제문제 등 다양한 스트레스를 받기 때문에 월경전증후군을 겪고 있는 여성들에게 개별적인 간호를 제공하기 위해서는 더욱더 많은 연구가 필요하다.

월경에 대한 태도와 월경전증후군과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 월경에 대한 태도가 부정적일수록 월경전증후군이 더 심한 것을 알 수 있는데 이는 Park과 Lee[8]과 Shin[19]연구에서도 일치하는 결과를 보였다. 또한 다른 도구를 사용하였으나 월경에 대한 태도가 부정적일수록 월경전증후군이 유의하게 높은 Park[11]연구 결과와도 일치하였다. 또한 자율적이고, 남성적이고 활동적인 특성이 강할수록 월경전기 변화가 적고, 자율성이 낮으며 여성적이고 일상생활에서 예민하

고 섬세할수록 월경전기에 심한 변화가 나타난다고 하였다[3]. 그러므로 월경을 시작하는 초등학교에서부터 성역할이나 월경에 대한 태도가 올바르게 형성될 수 있도록 교육하는 것이 중요하다고 생각한다.

본 연구에서 월경전증후군에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과 월경에 대한 태도, 스트레스, 흡연, 월경통이 예측 요인으로 나타났으며, 가장 주요한 예측 요인은 월경에 대한 태도와 스트레스이었다. 간호사를 대상으로 한 Ahn[41]연구에서는 월경전증후군에 영향을 미치는 요인으로 개인 스트레스가 가장 큰 요인으로 나타났으며, Shin[19]연구에서는 신경증 성향, 건강상태, 월경에 대한 태도 등이 월경전증후군의 영향요인으로 나타났다. 본 연구에서는 월경에 대한 태도와 스트레스가 월경전증후군에 영향을 미치는 주요한 요인으로 나타났다. 따라서 이러한 월경전증후군을 악화시키는 원인에 대한 정확한 정보를 제공할 필요가 있다. 또한 스트레스원을 적절하게 통제할 수 있는 관리와 대처, 월경에 대한 태도가 긍정적으로 형성될 수 있도록 하기 위한 교육프로그램 개발과 중재가 필요할 것으로 판단된다. 여대생의 경우 학교에서 포커스 그룹(Focus Group)을 이용해 사고, 의견, 감정을 공유함으로써 월경에 대한 태도를 알아보고 태도 변화를 위한 교육 프로그램을 적용할 수 있을 것이다.

이상의 결과를 종합하여 보면 월경에 대한 태도와 스트레스가 월경전증후군에 영향을 미치는 요인으로 판단된다. 따라서 월경전증후군을 효과적으로 관리하기 위해서는 간호 중재를 개발하는데 있어서 심리사회적 요인을 고려해야 할 것으로 생각된다. 그러나 월경전증후군에 영향을 미치는 요인에 대해 여러 선행 연구마다 다양한 요인 규명을 하고 있기 때문에 보다 객관적이고 명확한 요인 규명을 위한 후속 연구가 필요하며, 또한 월경전증후군 대상자의 삶의 질 향상을 위한 내러티브적인 접근을 통한 질적 연구가 필요하다고 사료된다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 여대생의 월경전증후군의 정도와 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

1. 여대생의 스트레스 전체 평균은 총점 250점 중

124.60±37.02점으로 나타났다. 하위 영역 별로 보면 장래문제, 경제문제, 학업문제, 가족관계, 교수관계, 동성친구, 이성친구, 가치관문제 순으로 장래문제로 인한 스트레스 평균 점수는 21.69±6.22점으로 가장 높게 나타났다.

2. 여대생의 월경에 대한 태도는 요인별로 요인 ① ‘월경은 여성을 신체적·심리적으로 약화시키는 증상임’ 3.08±.02, 요인 ②. ‘월경은 귀찮은 사건임’ 2.93±.03, 요인 ③ ‘월경은 자연스러운 현상임’ 3.43±.03, 요인 ④ ‘월경은 시작을 예측 할 수 있는 현상임’ 3.11±.03, 요인 ⑤ ‘월경은 여성의 행동에 영향을 미치지도 않고 미쳐서도 안 되는 현상임’ 2.88±.03으로 나타났다.
3. 여대생의 월경전증후군 전체 평균 평점은 2.67±.60 이었고, 하위 영역별로는 수분 정체, 부정적 정서, 통증, 행동변화, 집중력, 위장계 변화, 자율신경계 변화 순으로 불편감이 있는 것으로 나타났으며, 수분 정체 3.21±.79 영역에서 가장 심한 불편감을 느끼는 것으로 나타났다.
4. 여대생의 월경전증후군 정도에 유의한 차이를 보인 일반적, 월경관련 특성은 흡연 유무, 월경 양, 월경통, 월경통 해결 방법으로 나타났다.
5. 여대생의 스트레스와 월경에 대한 태도 및 월경전증후군과의 상관관계는 스트레스는 월경전증후군과 유의한 차이가 나타났고($r=.36, p<.001$), 월경에 대한 태도 또한 월경전증후군과 유의한 정적 상관관계가 나타났다($r=.34, p<.001$). 결과적으로, 대상자의 스트레스 정도가 높을수록 그리고 월경에 대한 태도가 부정적일수록 월경전증후군의 정도가 심한 것으로 나타났다.
6. 여대생의 월경전증후군에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과 월경에 대한 태도, 스트레스 평점, 흡연, 월경통이 유의한 영향 요인이었으며, 설명력은 27%이었다. 월경전증후군에 가장 주요한 예측 요인은 월경에 대한 태도 ($\beta=.28, p<.001$)이었고, 그 다음으로는 스트레스 평점($\beta=.27, p<.001$), 흡연을 하는 경우($\beta=.20, p<.001$), 월경통($\beta=.15, p<.001$)인 것으로 나타났다.

이상의 연구 결과를 통해 여대생의 스트레스와 월경에 대한 태도 및 월경전증후군은 관련이 있으며, 스트레스가

높을수록 그리고 월경에 대한 태도가 부정적일수록 월경전증후군의 정도가 심한 것을 알 수 있다. 월경전증후군에 가장 주요한 예측 요인은 월경에 대한 태도와 스트레스인 것으로 나타났다. 따라서 심리사회적 요인을 고려한 간호 중재 프로그램 개발 및 교육, 나아가 월경전증후군 대상자의 삶의 질 향상을 위한 내러티브적인 접근을 통한 많은 연구들이 이루어져야 할 것으로 생각된다.

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같이 제언 하고자 한다.

첫째, 연구대상이 일부 지역 여대생으로 국한되어 있어 일반화하기 어려우므로 지역이나 학교, 대상자를 달리하고 규모를 확대한 반복연구를 제언한다.

둘째, 여대생의 월경전증후군에 영향을 미칠 수 있는 요인분석을 위해 구조방정식 모형 통계분석 방법을 이용한 추후 연구를 제언한다.

셋째, 심리사회적 요인을 고려한 월경전증후군의 간호 중재 프로그램 개발 및 적용을 제언한다.

넷째, 월경전증후군 대상자의 삶의 질 향상을 위한 내러티브적인 접근을 통한 질적 연구를 제언한다.

References

- [1] Indusekhar, R., Usman, S. B., O'Brien, S., "Psychological aspects of premenstrual syndrome", Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology, Vol.21, No.2, pp.207-220, 2007.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2006.10.002>
- [2] Freeman, E. W. "Premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric disorder: definitions and diagnosis", Psychoneuroendocrinology, Vol.28, No.3, pp.25-37, 2003.
DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/S0306-4530\(03\)00099-4](http://dx.doi.org/10.1016/S0306-4530(03)00099-4)
- [3] Woman Health Nursing Learning Communities Ed., "Woman Health Nursing", Seoul : soomoonsa, 2012.
- [4] Lauersen, N. H., "Recognition and treatment of premenstrual syndrome", The Nurse Practitioner, Vol.10, No.3, pp.11-17, 1985.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/00006205-198503000-00003>
- [5] D. S. Choi, "Premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric disorder", Korean Society of Obstetrics and Gynecology, 41, pp.135-146, 2009.
- [6] B. S. Jeong, C. Lee, J. H. Lee, M. K. Seo, O. S. Han, C. Y. Kim, "Prevalence of premenstrual

- syndrome and premenstrual dysphoric disorder among Korean college woman”, *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, Vol. 40, No. 4, pp.551-558, 2001.
- [7] M. J. Kim, Y. S. Nam, K. S. Oh, C. M. Lee, “Some important factors associated with premenstrual syndrome Influence of exercise, menarche, and age on PMS”, *Korean Society of Growth and Development*, Vol.11, No.2, pp.13-26, 2003.
- [8] K. E. Park, S. E. Lee, “A Study on Premenstrual syndrome and Menstrual Attitudes”, *Korean Journal of Women Health Nursing*, Vol.7, No.3, pp.359-372, 2001.
- [9] M. A. Shin, M. H. Jeong, “The Relationship between Premenstrual syndrome and Menstrual Attitudes of College Students”, *Journal Korean Academy Society of Nursing Education*, Vol.12, No.1, pp.43-51, 2006.
- [10] H. J. Choi, “The relation of premenstrual symptom, hypochondriasis and menstrual attitude”, Unpublished master’s thesis, Catholic University of Korea, Seoul, 2006.
- [11] J. M. Park, “Female Worker’s Attitudes Toward Menstruation, Premenstrual Discomfort and Coping”, Unpublished master’s thesis, Kyungpook National University, Daegu, 2011.
- [12] M. J. Kim, “A study of aerobic exercise and sports massage effect on premenstrual syndrome in female high school students”, Unpublished doctoral dissertation, Sookmyung Women’s University, Seoul, 2003.
- [13] E. M. Jeon, “Effects of SP-6 Acupressure on Dysmenorrhea in Female University Students”, Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul, 2011.
- [14] J. Kim, “The Prevalence of premenstrual syndrome and its related factors among some high-school girls”, Unpublished master’s thesis, Chosun University, Gwangju, 2005.
- [15] E. J. Lee, “The Predictability of Psycho-social Factors on Premenstrual Change(PMC)”, Unpublished master’s thesis, Chung-Ang University, Seoul, 2000.
- [16] E. K. Jo, “Relationship between Dietary Behaviors and Premenstrual Syndrome Levels of Female High School Students”, Unpublished master’s thesis, Wongkwang University, Iksan, 2011.
- [17] Sadler, C., Smith, H., Hammond, J., Bayly, R., Borland, S., Panay, N., et al., “Lifestyle factors, hormonal contraception, and premenstrual symptoms: The United Kingdom Southampton women’s survey”, *Journal of Women’s Health*, 19, pp.391-396, 2010.
- DOI: <http://dx.doi.org/10.1089/jwh.2008.1210>
- [18] Winer, S. A., Rapkin, A. J., “Premenstrual disorders: Prevalence, etiology and impact”, *Journal of Reproductive Medicine*, 51, pp.339-347, 2006.
- [19] M. A. Shin, “A structural model of premenstrual symptom in female college students”, Unpublished doctoral dissertation, Hanyang University, Seoul, 2005.
- [20] S. H. Kim, J. H. Lee, “A Study on Relation between Premenstrual Syndrome and Nutritional Intake, Blood Composition of Female College students”, *Korean Journal Community Nutrition*, Vol.10, No.5, pp.603-614, 2005.
- [21] H. J. Lee, “Association of premenstrual Syndrome With Dietary Habits and Smoking in Females in Their 20s”, Unpublished master’s thesis, Korea University, Seoul, 2010.
- [22] H. S. Lim, “Premenstrual syndrome status and Life style of female college students in Seoul”, Unpublished master’s thesis, Hanyang University, Seoul, 2010.
- [23] S. H. Ahn, S. O. Lee, “A Study on Premenstrual Discomfort and Related Factors in Female College students”, *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol.8, No.6, pp.221-2235, 2006.
- [24] J. W. Park, J. S. kim, K. Y. Lee, T. J. Park, S. H. Kim, “Factors Associated with Premenstrual Syndrome in High School Students”, *Korean Journal of Family Medicine*, Vol.30, No.9, pp.710-716, 2009.
- DOI: <http://dx.doi.org/10.4082/kjfm.2009.30.9.710>
- [25] Statistics Korea. “Stress Degree(one’s school life, 15 rating)”, 2010.
- [26] K. K. Chon, K. H. Kim, J. S. Lee. “Development of the Revised Life Stress Scale for College Students”, *Korean Journal of Health Psychological*, Vol.5, No.2, pp.316-336, 2000.
- [27] J. E. Kim, “College Women Students Attitude Toward Menstruation, Perception of Sex Roles and Pre and Postmenstrual Discomfort”, *Korean Journal of Child Health Nursing*, Vol.2, No.1, pp.55-69, 1992.
- [28] M. R. Sung, “A Study on the Correlation among Emotion, Attitude and Coping Method of Menarche Experience of some Elementary School Girls”, Unpublished master’s thesis, Chosun University, Gwangju, 2007.
- [29] J. S. Kim, “The relations among premenstrual syndrome, menstrual attitude, neuroticism, and stress”, Unpublished master’s thesis, Seoul National University, Seoul, 1998.
- [30] H. J. Choi, “The relation of premenstrual symptom,

- hypochondriasis and menstrual attitude”, Unpublished master’s thesis, Catholic University, Seoul, 2006.
- [31] D. O. Yang, G. H. Youn, “Attitudes toward Menstruation according to the Increased Years after Menarche”, The Korean Journal of Woman Psychology, Vol. 6, No. 3, pp.37-48, 2001.
- [32] K. K. Chon, K. H. Kim, “Development of the Revised Life stress Scale for College Students”, Korean Journal of Clinical Psychology, Vol.10, No.1, pp.137-158, 1991.
- [33] J. Y. Lee, “A Study on the Psychosocial Factor Influencing the Suicide Ideation of University Student”, Unpublished master’s thesis, Kongju National University, Kongju, 2007.
- [34] Brooks-Gunn, J., Ruble, D. N., “The menstrual attitude questionnaire”, Psychosomatic Medicine, Vol.12, No.5, pp.503-512. 1980.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/00006842-198009000-00005>
- [35] Moos, R. H., “The development of a menstrual distress questionnaire”, Psychosomatic Medicine, Vol.30, No.6, pp.853-867, 1968.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/00006842-196811000-00006>
- [36] H. O. Kim, S. W. Lim, H. Y. Woo, K. H. Kim, “Premenstrual syndrome and dysmenorrhea in Korean adolescent girls”. Korean Journal of Obstetrics and Gynecology, Vol.51, No.11, pp.1322-1329, 2008.
- [37] E. H. Lee, J. I. Kim, H. W. Kim, H. K. Lee, S. H. Lee, N. M. Kang, M. H. Hur, Y. S. Park, “Dysmenorrhea and Menstrual Attitudes in Adult Women”, Korean Journal of Women Health Nursing, Vol.9, No.2, pp.105-112, 2003.
- [38] J. Y. Kim, H. S. Ahn, “A Study of Nutritional Intakes, Food Preference and Blood Composition in Female College Students with Premenstrual Syndrome”, Korean journal community Nutrition, Vol.13, No.4, pp.565-572, 2008.
- [39] H. S. Lim, Y. S. Park, “Differences in Dietary Intake and Life-style of Female College Students in Seoul with and without Premenstrual Syndrome”. The Korean Society of Menopause, Vol.16, No.3, pp.153-161, 2010.
- [40] Deuster P. A., Adera T., South-Paul, J., “Biological, social, and behavioral factors associated with premenstrual syndrome”, Archives of Family Medicine, Vol.8, No.2, pp.122-128, 1999.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1001/archfami.8.2.122>
- [41] A. K. Ahn, “Job stress and Premenstrual Syndrome of Staff Nurse, Unpublished master’s thesis, Yonsei

University, Seoul, 2011.

정금숙(Geum-Sook, Jung)

[정회원]



- 2013년 5월 : 서남대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 박사 과정 중)
- 2010년 9월 ~ 현재 : 한려대학교 간호학과 조교수

<관심분야>
여성건강간호, 보건의료법규

오현미(Hyun-Mi, Oh)

[정회원]



- 2013년 5월 : 서남대학교 일반대학원 간호학과 (간호학 박사 과정 중)
- 2010년 9월 ~ 현재 : 한려대학교 간호학과 조교수

<관심분야>
정신건강간호, 보건교육학

최인령(Hyun-Mi, Oh)

[정회원]



- 2004년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 1991년 2월 ~ 현재 : 서남대학교 간호학과 교수

<관심분야>
여성건강간호, 보건교육학