

석사학위논문

아로마 에센셜 오일에 대한 이용현황과
향 선호도에 대한 연구



2014년

HANSUNG
UNIVERSITY

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱

함희진

석사학위논문
지도교수 윤미선

아로마 에센셜 오일에 대한 이용현황과 향 선호도에 대한 연구

The Study on Aroma Essential Use
and Scent Preference

2014년 12월 일

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱

함희진

석사학위논문
지도교수 윤미선

아로마 에센셜 오일에 대한 이용현황과
향 선호도에 대한 연구

The Study on Aroma Essential Use
and Scent Preference

위 논문을 예술학 석사학위 논문으로 제출함

2014년 12월 일

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱

학회진

함희진의 예술학 석사학위논문을 인준함

2014년 12월 일



심사위원장 _____인

심사위원 _____인

심사위원 _____인

국 문 초 록

아로마 에센셜 오일에 대한 이용현황과 향 선호도에 대한 연구

한성대학교 대학원
뷰티예술학과
뷰티에스테틱전공
함 희 진

현대인들은 21세기의 급속한 산업성장과 과학의 발달로 인해 풍요로운 삶을 영위하는 반면, 빠르게 변화하는 현대사회 속에서 육체적, 정신적 스트레스에 직접적이든 간접적이든 노출되게 된다. 이러한 스트레스는 현대 생활의 한 부분으로 우리 생활 속에서 존재하는 걱정·근심이나 일에 대한 불만족 또는 지나친 과로 등으로부터 분리되기 힘든 환경에서 많은 사람들이 근심하며 긴장 속에 생활하면서 수많은 질병의 원인이 되어 가고 있다. 스트레스를 해소하는 여러 방법 중 현대인들이 가장 선호하는 분야가 바로 아로마이다.

아로마 효과에 대한 인식이 높아짐에 따라 아로마에 대한 관심과 수요가 점차 늘어나면서 에센셜 오일과 아로마 향 등을 이용한 화장품 만들기가 급격히 확산되고, 제품회사에서 생산되는 아로마 화장품과 목욕용 제품, 방향요법에 이용되는 제품 등 다양한 아로마 향을 첨가한 제품들이 나오고 있다.

그러나 아로마 에센셜 오일의 종류가 다양하고 사용법이 너무 광범위하기 때문에 오용이나 남용이 되기 쉽고, 실제 경험이 없으면 부작용으로 효능을 기대하기 어렵다. 그러므로 아로마를 이용하는 소비들이 아로마에 대한 지식의 정도, 효능에 대해 제대로 알고 사용하고 있는지, 선호하는 향의 종류는 무엇인지에 대한 구체적이고 실증적인 연구가 필요하다.

이에 본 연구의 목적은 현대인들이 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 어느 정도 인지, 아로마 에센셜 오일에 대한 인지도가 어떤 한지, 아로마 에센셜 오일의 활용도가 어느 정도인지, 어떤 아로마 향을 선호하는지를 조사함으로써 피부미용, 제품생산, 생활 속에서 다양하게 사용하기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

본 연구는 2014년 8월1일부터 8월 15일까지 약 3주간에 걸쳐 20대에서 60대 여성 280명을 대상으로 직접 설문지에 기입하는 방법으로 조사하여 연구 분석하였다. 그리고 향에 대한 선호도를 조사하기 위해 3초간 향을 맡게 하고 3분 간격으로 다른 향을 맡게 했다.

본 연구를 통하여 얻어진 결과를 가지고 다음과 같은 결과를 내린다.

첫째, 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 인지도가 보통 수준이었으며, 학력이 높은 여성일수록, 미혼 여성, 그리고 가정의 월평균 소득이 300만원 이상인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대해 잘 알고 있었다.

둘째, 아로마 에센셜 오일에 대한 여성들의 지식 정도는 12점 만점 중 전체 평균이 6.54로, 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 그다지 높지 않은 것으로 나타났으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 높았다.

셋째, 아로마에센셜 오일을 사용 경험 유무에서는 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 있는 여성이 83.3%로 대부분을 차지하였으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 많았다. 여성들이 아로마 에센셜 오일을 이용한 기간은 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용한 여성이 32.6%로 가장 많았으며, 평균 사용횟수는 평균적으로 주 1회 사용하는 여성이 40.8%로 가장 많았다. 여성들이 아로마 에센셜 오일을 구입하는 장소는 아로마 전문샵에서 구입하는 여성이 42.9%로 가장 많았으며, 아로마 에센셜오일을 선택할 때 효능과 효과를 고려하는 여성이 44.0%로 가장 많았다. 가격대에 대해 여성들의 인식을 살펴본 결과 7점 만점 중 전체 평균이 5.17로, 여성들은 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하는 것으

로 나타났다. 아로마 에센셜 오일의 구입경로로는 본인이 직접 구입하는 여성이 45.1%로 가장 많았으며, 또한 사용용도는 슬리밍에 사용하는 여성이 32.1%로 가장 많았으며, 아로마 에센셜 오일을 발향법을 통해 사용하는 여성이 33.2%로 가장 많았다. 아로마 에센셜 오일을 2~3종류 사용하는 여성이 59.2%로 가장 많았으며, 아로마 에센셜 오일 이용 시 라벤더 오일을 선호하는 여성이 36.4%로 가장 많았으며, 다음으로 기타 20.1%, 레몬 16.3%, 로즈마리 10.9%, 페퍼민트 7.1%, 일랑일랑 6.5%, 로즈 5.4% 순으로 나타났으며, 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하는 여성이 78.3%로 대부분을 차지하였으며, 보통인 여성은 21.7%로 나타났다.

넷째, 10가지의향을 테스트 한 결과 평균이 ‘로즈마리’가4.97로 가장높았고, 다음으로‘라벤더’4.87, ‘일랑일랑’4.77, ‘샌달우드’4.60, ‘티트리’와 ‘카모마일’ 4.57 순으로 나타났으며, ‘유칼립투스’가4.14로 가장 낮았다. 따라서 여성들은 아로마 에센셜 오일 중에 로즈마리 향에 대한 선호도가 높으며, 유칼립투스향에 대한 선호도가 가장 낮음을 알 수 있다.

【주요어】 아로마 에센셜 오일, 향 선호도, 아로마 에센셜오일 이용현황, 아로마 에센셜 오일의 향선호도, 아로마 오일

목 차

I. 서 론	1
1.1 연구의 목적 및 필요성	1
1.2 연구 문제	4
II. 이론적 배경	5
2.1 아로마의 정의와 분류	5
2.1.1 아로마의 정의	5
2.1.2 에센셜 오일	5
2.1.3 캐리어 오일	5
2.1.4 아로마테라피의 정의	6
2.2 아로마의 역사	7
2.3 아로마 에센셜 오일	11
2.3.1 아로마 에센셜 오일의 특성	11
2.3.2 아로마 에센셜 오일의 주요작용	11
2.3.3 아로마 에센셜 오일의 화학성분	12
2.3.4 아로마 에센셜 오일의 사용방법	15
2.3.5 아로마 에센셜 오일의 흡수경로	18
2.3.6 아로마 에센셜 오일의 종류 및 효과	19
2.4 아로마 에센셜 오일향의 분류	26
2.4.1 추출부위에 따른 분류	26
2.4.2 아로마 에센셜 오일향의 유형별 분류	27
2.4.3 아로마 에센셜 오일의 효능별 분류	28
2.4.4 아로마 에센셜 오일향의 휘발속도에 따른 분류	29

III. 연구방법	31
3.1 연구대상 및 기간	31
3.2 연구방법	31
3.3 조사도구	31
3.4 자료분석	32
IV. 연구결과	33
4.1 연구대상자의 일반적 특성	33
4.2 아로마에센셜오일의 인지도 및 지식	34
4.2.1 아로마 에센셜오일의 인지도	34
4.2.2 아로마 에센셜의 지식도	36
4.3 아로마 에센셜오일의 이용현황	39
4.3.1 아로마에센셜오일 사용경험과 사용하지 않는 이유	39
4.3.2 아로마 에센셜의 이용현황	41
4.3.3 향후 아로마에센셜오일 사용 및 추천과 개선사항	76
4.4 아로마 에센셜 오일 향 선호도	82
4.4.1 아로마 에센셜 오일 향 선호도 수준	82
4.4.2 아로마 에센셜 오일 향 선호도	83
V. 결 론	85
5.1 요약 및 결론	85
5.2 연구의 제언 및 한계점	87
참고문헌	89
부 록	91
ABSTRACT	99

표 목 차

<표 1> 추출부위에 따른 분류	26
<표 2> 에센셜 오일 향의 유형	27
<표 3> 아로마 에센셜 오일의 효능별 분류	28
<표 4> 설문지에 대한 구성	31
<표 5> 조사도구의 신뢰도	32
<표 6> 연구대상자의 일반적 특성	33
<표 7> 연구대상자의 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일의 인지도 차이의 검증	35
<표 8> 아로마 에센셜 오일을 알게 된 경로	36
<표 9> 아로마 에센셜 오일의 지식수준	37
<표 10> 연구대상자의 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일의 지식 차이검증	38
<표 11> 연구대상자의 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일 사용 경험 유무의 차이 검증	40
<표 12> 아로마 에센셜 오일을 사용하고 있지 않는 이유	41
<표 13> 아로마 에센셜 오일 이용기간	42
<표 14> 아로마 에센셜 오일 평균 사용 횟수	44
<표 15> 아로마 에센셜 오일 구입장소	46
<표 16> 아로마 에센셜 오일 선택 시 고려 사항	48
<표 17> 아로마 에센셜 오일 가격대에 대한 인식	50
<표 18> 아로마 에센셜 오일의 구입경로	52
<표 19> 아로마 에센셜 오일 사용 이유	54
<표 20> 아로마 에센셜 오일 사용 용도	56
<표 21> 아로마 에센셜 오일을 사용하는 신체부위	57
<표 22> 아로마 에센셜 오일 사용 방법	58
<표 23> 아로마 에센셜 오일 이용 제품 제작 경험 유무	60
<표 24> 아로마 에센셜 오일 이용 제품 종류	61

<표 25> 사용하는 아로마 에센셜 오일 종류	62
<표 26> 아로마 에센셜 오일 사용 형태	64
<표 27> 아로마 에센셜 오일 이용 시 가장 선호하는 오일	66
<표 28> 아로마 에센셜 오일 이용 시 선호하는 오일	67
<표 29> 가장 선호하는 오일 선택 기준	68
<표 30> 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식 인지도	69
<표 31> 일반 제품 대비 아로마 에센셜 오일 제품의 우수성	71
<표 32> 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 더 좋다고 생각하는 이유	73
<표 33> 사용하는 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 좋지 않다고 생각하는 이유	73
<표 34> 아로마 에센셜 오일 사용 후 만족도	75
<표 35> 향후 아로마 에센셜 오일 사용 의향	77
<표 36> 아로마 에센셜 오일 추천 의향	79
<표 37> 아로마 에센셜 오일을 추천하고 싶지 않은 이유	80
<표 38> 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일의 개선 사항	81
<표 39> 아로마 에센셜 오일 향 선호도 수준	82
<표 40> 아로마 에센셜 오일 향 선호도	84

그 립 목 차

[그림 1] 아로마 에센셜 오일의 흡수경로	19
-------------------------------	----



I. 서론

1.1 연구의 목적 및 필요성

현대인들은 21세기의 급속한 산업성장과 과학의 발달로 인해 풍요로운 삶을 영위하는 반면, 빠르게 변화하는 현대사회 속에서 육체적, 정신적 스트레스에 직접적이든 간접적이든 노출되게 된다. 이러한 스트레스는 현대 생활의 한 부분으로 우리 생활 속에서 존재하는 걱정, 근심이나 일에 대한 불만족 또는 지나친 과로 등으로부터 분리되기 힘든 환경에서 많은 사람들이 근심하며 긴장 속에 생활하면서 수많은 질병의 원인이 되어 가고 있다.

스트레스란 일상생활에서 경험하게 되는 생명 현상 중 하나이며 모든 종류의 급성, 만성적 스트레스는 행동, 정신기능에서 다양한 정도의 퇴행을 일으킨다(정미량, 2005). 이런 스트레스를 해소하기 위하여 사람들은 자연친화적인 생활양식에 대한 관심과 욕구가 높아지고 있고, 다양한 방법으로 스트레스를 해소하고 있다(박정민, 2012). 스트레스를 해소하는 여러 방법 중 현대인들이 가장 선호하는 분야가 바로 아로마이다.

아로마는 향기라는 뜻으로 향기분자를 함유하고 있는 식물의 꽃, 씨, 잎, 껍질, 뿌리, 열매 등에서 추출한 것을 ‘에센셜 오일(Essential Oil)’이라 하며 이 향 물질을 이용해 마사지, 발향, 흡입, 목욕, 족욕 등 다양한 방법으로 우리의 몸과 마음에 적용함으로써 조화롭고 행복한 상태를 추구한다(김은심, 2010). 에센셜 오일을 이용하여 호흡기 또는 피부를 통해 체내에 흡수시킴으로써 각종 질병을 예방하고 치료하는 대체요법으로, 아로마는 신체 사용이 안전하다는 이유에서 현대인에게 매우 각광 받고 있다(김미옥, 2008). 성분분석에 의하면 모든 향기성분 에센셜 오일들에는 테르펜(Terpene), 알코올(Alcohol), 에스테르(Ester), 케톤(Ketone), 옥사이드(Oxide) 등의 성분들이 포함되어 있어 공기 중 또는 체내 향균, 살균, 방부 작용과 우리 몸의 자극, 촉진 및 이완의 효과를 발휘한다. 이 때문에 향을 맡거나 피부에 적용하여 인체 내로 향기성분이 흡수되면 체내 순환되어 정화, 배출됨으로써 몸 안의 질병 등에 대한 방어력이 강화되고 세포까지 건강해지게 되는 향균 효과와 인체면역강화 효과

로 커다란 관심의 대상이 되고 있으며 널리 사용되고 있다.

인간은 일상생활에서 많은 향을 접하며 생활하고 있으며, 좋은 향은 마음을 안정시키는 등 향은 인간의 정서와 행동에 많은 영향을 미치는 동시에 인간의 환경을 쾌적하게 만드는 중요한 인자 중의 하나(윤진옥, 2009)이다. 아로마는 에센셜 오일 별로 갖고 있는 치료적 성격을 이용하여 크고 작은 문제점을 개선시키는데 도움을 주고, 에센셜오일의 특유의 향은 사람의 감정이나 정서에 좋은 감각을 부여 할 뿐만 아니라 사람의 자율 신경계, 호르몬계 및 면역계에 영향을 미쳐 항상성 균형을 유지하는데 도움이 된다(정미랑, 2005). 인체에서 가장 빠르게 감지되는 오감(五感)중 하나인 후각은 어떤 장소에 들어섰을 때나 사람들을 대할 때 제일 먼저 감지되는 향으로 우리의 감정에 크게 작용하며 대상을 기억하는 중요한 역할을 한다. 그러므로 스트레스 상태에서 향이 방향성 또는 휘발성 물질에 의해 코의 점막을 통해 흡입되면 불안, 공포, 분노 등의 직접적인 기능과 밀접한 관계가 있는 대뇌변연계에 전달되면서 뇌파 등의 생체신호의 변화를 초래하고 풍부한 감성도 유발시키며, 행동양식까지 영향을 미친다. 또한 향은 사람의 감정에 영향을 미치는 에너지를 갖고 있어서 일상생활을 즐겁고 행복하게 하는데 기여할 뿐 아니라 건강예방과 질병치유에까지 다양하게 적용하고 있다(김종숙, 2007).

아로마 효과에 대한 인식이 높아짐에 따라 아로마에 대한 관심과 수요가 점차 늘어나면서 에센셜 오일과 아로마 향 등을 이용한 화장품 만들기가 급격히 확산되고, 제품회사에서 생산되는 아로마 화장품과 목욕용 제품, 방향요법에 이용되는 제품 등 다양한 아로마 향을 첨가한 제품들이 나오고 있다. 이는 아로마의 좋은 효능과 제품 사용법이 까다롭지 않고 부작용 또한 적기 때문이며, 단순히 보습이나 촉촉함만을 기대하는 제품이 아닌 정신과 육체를 동시에 관리해 주어 생활 속에서 건강과 정신적 여유로움을 추구 할 수 있도록 해주기 때문이다.

그러나 아로마 에센셜오일의 종류가 다양하고 사용법이 너무 광범위하기 때문에 오용이나 남용이 되기 쉽고, 실제 경험이 없으면 부작용으로 효능을 기대하기 어렵다(신진희, 2002). 그러므로 아로마를 이용하는 소비들이 아로마에 대한 지식의 정도, 효능에 대해 제대로 알고 사용하고 있는지, 선호하는

향의 종류는 무엇인지에 대한 구체적이고 실증적인 연구가 필요하다.

현재 아로마의 인지도와 향 선호도에 대한 선행 논문은 아로마 지식 정도와 향 선호도에 관한 비교(정미랑, 2005), 아로마 에센셜오일의 이용현황 및 선호도에 관한 조사(박정민, 2012), 에센셜오일의 인지도와 향선호도에 대한 조사연구(김종숙, 2007), 청소년들의 아로마 향 선호도와 활동도 및 만족도에 관한 조사연구(김은실, 2010) 등 있다.

이에 본 연구의 목적은 현대인들이 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 어느 정도 인지, 아로마 에센셜 오일에 대한 인지도가 어떤 한지, 아로마 에센셜 오일의 활용도가 어느 정도인지, 어떤 아로마 향을 선호하는지를 조사함으로써 피부미용, 제품생산, 생활 속에서 다양하게 사용하기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.



1.2 연구 문제

본 연구는 아로마에 대한 지식도와 인지도, 활용도를 파악하고, 향 선호도에 대해 알아보기 위해 연구 대상자의 인구통계학적 특성(연령, 직업, 학력, 결혼여부, 가정월평균 소득)을 분석하고 아로마 향에 대한 지식도와 인지도, 활용도를 분석하고, 향 선호도를 파악하고자 한다. 이는 본 연구를 통해 아로마에 대한 정확한 정보를 제공하여 실생활에서 올바른 활용을 유도하며 관련 제품의 연구 개발에 도움을 줄 수 있도록 기틀을 제공하고자 한다.

이러한 목적을 수행하기 위하여 다음과 같은 구체적인 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성에 따라서 아로마 에센셜오일의 인지도에는 어떤 차이가 있는가?

연구문제2. 연구대상자의 인구통계학적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일의 지식도는 어느 정도인가?

연구문제3. 연구대상자의 인구통계학적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일의 이용현황은 어떠 한가?

연구문제4. 연구대상자의 인구통계학적 특성에 따른 아로마 에센셜오일 향에 대한 선호도는 어떠한 차이가 있는가?

II. 이론적 배경

2.1 아로마(Aroma)의 정의와 분류

2.1.1 아로마(Aroma)의 정의

아로마(Aroma)란 향기 또는 방향을 뜻하며, 향신료(spice)에서 파생된 단어이다(정미랑, 2004). 약용이나 향료로 사용하는 허브(herb)가 가공되지 않은 상태의 식물을 가리킨다면 아로마는 허브를 채취하여 사용하가 편리하도록 가공한 상태라고 할 수 있다. 곧 아로마는 특별한 효능이 있는 식물의 꽃이나 잎, 줄기, 열매, 뿌리 등에서 주로 수증기 증류법, 압착법, 용매 추출법에 의해 추출된 향을 의미하며 생명력인 기(氣)를 가지고 있는 100% 순수한 정유이다. 아로마는 에센셜 오일(essential oil)과 캐리어 오일(carrier oil)로 나누고 아로마를 이용하여 치유하는 방법을 아로마 테라피(aroma therapy) 또는 향기요법이라고 하며 고대로부터 전해 내려온 자연요법이다. 현대에는 대체요법의 한 부분으로 관심이 모아지고 있으며, 건강관리에서부터 화장품과 세제, 공기 정화를 위한 방향제, 식품, 제약 등 다양한 분야에서 아로마가 이용되고 있다(이영숙, 2013).

2.1.2 아로마 에센셜 오일(Aroma essential oil)의 정의

에센셜오일은 자연에서 성장하거나 유기농법으로 재배된 방향성 식물의 잎, 줄기, 껍질, 꽃잎, 뿌리 등에서 추출한 방향유(정유)를 일컫는데, 식물에서 추출한 호르몬 성분으로 식물의 생명력의 원천이라 할 수 있다. 인체 사용가능한 정유는 약 70여종이 있으며 단일오일도 사용 가능하며, 사용목적에 따라 최소량이 사용으로 충분한 효과를 나타내기 위해 2~3종류를 혼합해서 사용할 수도 있다.

2.1.3 캐리어오일(Carrier oil or Base oil)의 정의

캐리어오일(carrier oil)은 베이스오일(base oil)이라고도 하는데 에센셜오일(essential oil)을 피부에 효과적으로 사용하기 위해 첨가하여 사용하는 식물성

마사지 오일로 각 오일은 점도, 색상 및 효능이 다르기 때문에 사용목적에 맞는 캐리어 오일을 선택하여 사용해야 한다. 주로 씨앗, 견과류에서 추출하며 추출방법은 냉각 압착법(Cold pressed)에 의해 추출한다. 캐리어 오일은 필수 지방산으로 구성되어 있고, 비타민 A, C, D, γ -linoleic acid 함유하여 주름 형성감소, 진정효과, 피부연화 등의 영향을 준다. 비타민 E나 필수 지방산과 같은 영양물질들은 분자구조가 아주 작기 때문에 혈관 깊숙이 스며든다. 캐리어 오일은 지성이나 건성피부처럼 피부상태에 따라 선택하여 사용하고 다양한 종류만큼이나 각각의 효능 또한 다양하다(이영숙, 2013).

2.1.4 아로마테라피(Aroma Therpy)의 정의

아로마테라피(Aroma Therapy)는 기쁨의 향기라는 뜻의 "아로마(Aroma)"와 치료법이라는 뜻의 "테라피(Therapy)"를 합성한 말이다. 여러 종류의 꽃이나 나무로부터 추출한 향이 나는 순수 식물오일(에센셜 오일)을 이용하여 인간의 신체적, 정신적, 심리적 건강을 도모하고, 피부의 미용 및 노화억제에 탁월한 효능이 있는 자연치료법으로, '허브의 생명유지에 가장 근본이 되는 물질인 에센셜 오일을 추출하여 인간의 건강 유지에 이용하는 방법'을 의미한다. 향기요법으로, 자연에서 추출한 향유를 인체에 흡입시킴으로써 자기 방어기구인 면역계를 활성화 시키는 것이다(이희정, 2014). 아로마테라피는 단순한 향기요법이 아니라, 면역계를 활성화하는 기능이 내포되어 있다. 면역계는 임파계와도 밀접한 관계에 있으며, 골수에서 생산되는 임파구는 체내에 침입한 항원에 대해 항체를 만들어 주며, 백혈구의 생성을 촉진하기도 한다. 우리 몸의 호르몬과 대사 작용, 대뇌 연변계의 자극, 교감 신경, 부교감 신경 등 우리 몸의 일반적인 대사 기능에 관련되어 있으며, 꾸준히 하면 효과를 볼 수 있으며, 후각을 통하여 정신의 릴렉스 시켜 평안한 안정을 취할 수도 있고, 집중력을 향상 시킬 수도 있다.

2.2. 아로마(Aroma)의 역사

아로마는 고대 문명인에 의해 발전된 전통 의학의 다양한 체계의 줄기라고 말할 수 있다. 고대 사람들은 종교 의식뿐만 아니라 치료에도 식물을 사용했으며, 원시인들은 여러 종류의 나무를 태워 생기는 연기로 인해 졸리거나 행복한 감정을 가지는 다양한 효과를 알게 되었을 것이고, '나무연기'의 사용은 치료의 초기 형태라 하겠다.

원시시대에는 허브의 즙을 이용하여 상처를 치유하거나 향기 나는 나뭇가지를 태워 향을 맡아 생활 속에서 이용하였다. 악을 물리치고 신과 교역하는 의식을 집행하는 제사행위의 신비감과 엄숙함을 더하기 위해 태우거나 갈아서 만든 약초 향을 사용하였고, 주술적인 용도로 향기가 있는 식물을 뿌리거나 태움으로써 얻어지는 다양한 효과를 알게 되었다. 고대인들은 자연 습득적 경험을 바탕으로 주변에 산재하고 있는 특정 식물들이 상처를 낫게 하거나 질병의 치유에 도움이 된다는 사실을 알게 되었다. 즉 식물의 향기가 영혼뿐만 아니라 몸과 마음을 조절해 주는 작용을 하는 것으로 생각하였으며, 이러한 사실은 당시에 그려진 벽화나 유물 등을 통해 추정이 가능하다(김문주, 2008).

인도 의학은 전통적으로 식물에 근거한다. 인도의 가장 오래된 종교적 문서에서는 치료 식물에 능숙했던 기도자의 주문과 같은 처방전과 공식을 포함하고 있다. BC 3세기, 불교도의 왕 아소카 시대에는 오늘날 사용되어지고 있는 많은 약용 식물의 경작이 조직화되고 항목별로 구분되었다. 인도의 약용식물은 아시아를 통해 유명해졌고 이 중 많은 것들이 서양의학 치료나 아로마테라피에 사용되고 있다. 인도의 오래된 아우르베딕(Ayurvedic)의학 체계는 많은 사람들이 화학적 처방전에 환멸을 느끼고 있는 서양에서 점점 유명하게 되었고 전통적 심신관련 학문 형태로 발전하게 되었다. 전통적 중국 의학은 현재까지 존속되어 있는 가장 오래된 치료 체계이다. 중국의 약초 의학은 침과 결합하여 사용되고 있다. 몸의 에너지를 자유롭게 하기 위해 몸의 특정한 부위를 깨끗한 바늘로 삽입하고 몇 천년 간 사용된 많은 중국 약초들을 사용하여 치료를 하고 있다. 중국 최초로 알려진 기록은 B.C 2000년에 쓰여진

‘내과의학 황왕조의 책’이고, 중국 약초 의학의 최고 고전은 다른 어떤 의학 체계에서 사용했던 것 보다 더 큰 식물 범위로서 대부분의 식물을 기초로 한 8000개의 공식이 넘는 항목을 가진 ‘본초강목’이다. 이집트의 향유요법은 6천년의 역사를 가지고 있다. 이집트의 향유요법은 희랍과 페르시아를 거쳐 인도의 종교적 영향도 받으면서 로마제국과 유럽 전역으로까지 퍼졌으며, 향유요법은 새로운 기술이 아닌 자연치유법으로 인식되어졌다. 이집트로 수입된 세다우드나 사이프레스를 아로마 요법으로 사용하였다는 내용이 진흙 판에 기록되어있다. 고대에는 이집트가 에센스 오일의 국제적인 무대였고 B.C 3500년경 이집트 사원의 무당들은 세다우드나 미르를 미이라를 만드는 과정에 사용했으며, 또한 오일들은 생활의 다른 부분으로 사용되었다. 예를 들어 클레오파트라는 로즈오일을 이용하여 자신의 매력을 발산시켜 마크 안토니를 유혹하는데 이용하였다고 전해진다. 또 이집트의 사제가 파피루스 오일에 대해 기록하여 놓은 것이 현대 아로마의 기초로 일부 형성되었다.

고대 그리스인들은 이집트로부터 아로마 요법의 사용방법의 지식을 획득하여 향의 성질에 따라 사용하는 법을 발견하였다. 또한 그들은 식물들에 사람들에게 활기 찾아주고, 마음을 평온하게 성분이 있다는 것을 알게 되었으며, 그리스의 학자인 디오스코리데스(Dioscorides)는 500가지 아로마 식물의 성분에 대해 자세히 기술한 책을 기술하였다. 특히 히포크라테스(B.C. 460~370)는 300여종의 식물을 기록하고 오일이 가지고 있는 자극과, 진정의 치유효과에 대하여 인식하였다. 그는 어떤 질병에 대한 신체의 반응이 개개인마다 다르다고 보고, 질병의 예방이나 건강을 위해 오일을 이용한 목욕이나 마사지를 권유하였는데(김영미, 2008), 이러한 아로마를 이용한 정기적인 관리로 신체를 릴렉스 시켜주고 밸런스를 유지시켜주며 질병을 사전에 예방할 수 있고 강조하였다. 많은 그리스 내과 의사들이 로마인에 의해 고용됨으로써 약용 식물의 사용이 고대 세계에 점차적으로 퍼져 나갔다. 로마인들은 고통을 완화시키기 위한 것과 마찬가지로 즐거움을 위해 머리, 몸 그리고 옷에 향수로 에센스 오일을 사용했으며 목욕 후 마사지에 오일을 사용했다. 장미 오일은 네로가 가장 좋아하는 것이었으며 그의 두통을 치료해주고 소화불량을 덜어 주었다. 로마인들은 약용 식물로 피부병을 고치거나 상처치료를 돕기 위해 카모마

일을 사용했고, 카모마일은 자연적 항염증 요소인 아줄렌 오일 함유하는 것으로 알려져 있다.

중세의 아랍인들은 연술을 연구하던 중 “냉각장치(Cooling condenser)”를 발명하게 되었으며, 이로 인해 아로마 오일의 생산에 현대적인 개념의 증류법(Distillation)를 도입하게 되었다. 그 당시 증류법에 의해 현재의 아로마 오일과 유사한 장미유(Rose oil)가 장미꽃으로부터 최초로 얻어지기도 하였다. 12세기경에는 이슬람교도를 정벌하고자 원정을 떠났던 십자군이 돌아오면서 동양의 진귀한 향기 물질, 즉 향료를 함께 가져왔다. 그들은 단순히 향료만을 가져온 것이 아니라 순수한 에센셜 오일을 추출해 낼 수 있는 증류법도 유럽에 소개하였다. 이시에는 제약 회사들이 방향물질을 제조하였다. 14세기 초 페스트나 콜레라의 예방이나 치료를 위하여 식물의 향료를 아시아 지역으로부터 수입하였으며 전염병 예방을 위하여 마당이나 길거리에서 소나무나 로즈마리를 태웠다. 1370년대에 최초의 알코올 향수인 “헝거리워터(Hungary water)”는 로즈마리 오일을 에틸알코올에 녹여 만든 것으로 헝가리의 어떤 수도자가 엘라자베스 여왕을 위해 만들어 바친 것으로 유명하다(김문주, 2008).

근대 19세기는 위생과 탈취의 시대로 많은 에센스가 과학적으로 연구되었다. 19세기 초반 화학자들은 처음으로 정유에 존재하는 화학성분을 확인하고 제니니올(geraniol), 리나올(linalol)과 같은 특정한 이름을 붙이기에 이르렀다. 1882년에 출판된 윌리엄 호이트의 “약물지 Materia Medica”에는 22종류의 약국 처방 에센스와 종류의 약국 처방외의 에센스에 대하여 기술하고 있다. 약국 처방 에센스로는 카모마일, 유니퍼, 로즈마리, 라벤더를 들 수 있다. 19세기 말 현대의학과 화학의 발달로 인해 질병의 치료가 점점 자가 치료가 아닌 전문가 치료로 전환되면서 생약제제나 향료 물질을 이용한 치유법이 신뢰성을 잃게 됨으로써 20세기 중반까지 에센셜 오일의 역할은 화장, 향수, 식품첨가제로 그 영역이 축소되었으며, 또한 화학적인 방법에 의한 합성향수가 저렴한 가격으로 생산되면서 전통적인 아로마는 쇠퇴기에 접어들었다(김문주, 2008).

현대 20세기에 들어서면서 프랑스의 의사이자 화학자인 르네 모리스 가뜨

포세(R M Gatterfosse)는 정유를 약으로써의 성질에 흥미를 가져 실험실에서 향을 배합하는 실험 중 작은 폭발사고가 일어나 자신의 손에 큰 화상을 입게 되는 데 이때 라벤더 정유에 손을 넣었더니 화상에 덴 상처와 통증이 눈에 띄는 정도로 빨리 치유되는 것을 발견하였다. 그 이후 향유의 향균, 방부, 살균, 항바이러스, 항염증의 효과를 연구하였고, 1937년 아로마테라피(Aromatherapy)라는 용어를 최초로 사용하였다(남희정, 2009). 제2차 세계대전 중 의사들은 인체의 일부분의 조직이 생활력을 잃어 죽은 상태로 되는 증세의 예방과 화상과 상처를 치료하는 정유를 사용하였다. 그 중 프랑스의 외과 중군 의사 장 발네(Jean Valnet) 박사는 에센셜 오일의 감염성 병원에 대한 치료적 특성을 연구하였다. 전쟁 중 입은 상처를 치료하기 위해 항생제 대체로 에센셜 오일을 사용하여 감염에 대한 큰 효과를 경험하였고, 후에 정신적으로 장애가 있는 환자들의 치료에 정유를 사용하여 치료한 경험을 토대로 1964년에 아로마테라피(Aromatherapy)라는 저서를 출간하였다. 1950년 프랑스의 화학자 마가렛 모리(Margaret Maury)여사는 에센셜 오일의 연구를 미용분야로 발전시켜 의학과 건강 에스테틱으로 연구 범위를 넓혀 피부재생, 노화방지와 피부미용에 에센셜 오일을 사용한 마사지법을 발전시켰다. 이 연구를 통해 고객 개인의 특성 및 개개인의 건강 상황 및 문제에 적합한 향료처방을 행해 고객에게 활기를 되찾게 하고자 시도한 결과 올바르게 적용된 천연 에센셜 오일은 단순한 미용제제 보다 의학적으로 탁월한 효과가 있음을 확인하였다(장윤정, 2002).

현재 아로마 에센셜 오일은 주로 피부 관리에 관심이 많은 여성의 심리를 이용하여 상업적으로 화장품등에 사용하는가 하면 아로마 테라피가 발달되고 그 체계가 안정이 된 영국외의 유럽지역과 미국, 호주, 뉴질랜드, 일본 등의 나라에서는 마사지등의 기술을 이용한 심신의 건강을 위하여 사용하는 대체 의학으로서 관심을 끌고 있다. 이렇게 식품에서 정제된 오일에 대한 사용방법과 치료효과에 대한 연구가 영국, 프랑스, 독일을 중심으로 의학적 영역에서도 본격적으로 연구에 이용되기 시작하였고, 우리나라에서도 자연치료 의학계와 화장품 피부 미용업계의 관심을 받으며 계속 연구 발전되어 전망이다.

2.3. 아로마 에센셜 오일

식물이 태양 에너지를 흡수하여 화학적 변화를 일으켜서 필요한 필수적인 성분으로 변화시켜 식물 여러 부분에 분포시켜 놓는데 이 물질들을 증류법으로 추출되는 과정에서 일정한 범위 내에서 열과 공기, 스팀과 접촉하여 화학 변화를 일으키며 이러한 과정에서 그 본래의 특성을 잃지 않고 오히려 증대되기까지 하는 과정을 거쳐 얻어낸 것을 ‘에센셜 오일’이라고 부른다.

2.3.1 아로마 에센셜 오일의 특성

에센셜 오일은 향을 지닌 특정 식물에서 추출한 향의 에센스로 종류마다 각각의 독특한 향을 가지고 있으며 이러한 향기 물질은 휘발성이 강하고 빛, 산소, 열에 약하다. 물에 잘 녹는 비수용성으로 지방과 오일에 잘 녹으며 수십 가지 또는 수백 가지의 천연 화학 성분으로 이루어진 체계적인 화합물이며 이러한 천연 성분들의 구성과 다양한 조합에 의하여 에센셜 특유의 향과 기능을 가지게 되며 다양한 효과를 발휘한다. 에센셜 오일은 분자량이 작기 때문에 휘발되며 이렇게 휘발되어 나오는 성분들이 코 점막에 흡수, 호흡을 통해 흡입되거나 뇌의 변연계에 영향을 미쳐 인간의 뇌기능과 감정에 영향을 미친다.

에센셜 오일은 가연성이 높기 때문에 불과 가까운 곳에서 사용하는 것이 바람직하지 않으며, 고유의 향을 가지고 있으며 후각을 자극하여 신체적, 심리적 효과를 발휘한다. 모든 에센셜 오일은 소독 및 방부효과가 뛰어나며, 100% 순수 자연성분으로 생명력을 가지고 있다. 그리고 향이 강하고 농도가 진해 캐리어 오일에 섞어서 사용하도록 하여야 한다. 또한 두가지 이상 혼합했을 때 시너지 효과를 발휘하여 더 강한 작용을 하게 되며, 이는 각 오일이 갖고 있던 성분이 더해져서 새로운 화학적 집합체를 형성하게 되는 상승작용을 말한다(이희정, 2014).

2.3.2. 아로마 에센셜 오일의 주요 작용

에센셜 오일의 주요 작용은 체내에 자극을 주며 몸의 기능을 활성화 시키

는 자극촉진작용, 피로를 풀고 심신을 이완 시키는 진정작용, 엔돌핀을 많이 나오게 하여 기분을 좋게 하는 최음작용, 체내의 신진대사 기능을 촉진시키는 작용으로 신체의 밸런스를 조절하며, 백혈구의 수를 증가시켜 체내의 면역기능을 향상시키는 등 매우 다양하다.

에센셜 오일은 그 자체가 지방물질에 쉽게 용해되는 성질 때문에 피부에서 생성된 피지에 쉽게 녹아들 수가 있으며, 이와 같이 피부에 흡수된 에센셜 오일 분자들은 신체세포의 기능을 활성화하며 지방 속으로 들어가 매우 얇은 림프관과 모세혈관의 벽을 통과하여 전신을 순환하며 치유력을 발휘한다. 에센셜 오일이 호흡기관 및 피부를 통하여 인체의 내부에 흡수되는 만큼, 입으로 섭취하는 음식의 격으로 기준 하여, 사용목적에 따른 사용법 및 사용량을 준수하고, 사용되어지는 에센셜 오일의 선택에도 각별한 주의가 필요하다.

2.2.3. 아로마 에센셜 오일의 화학성분

에센셜오일의 성분은 탄소(C), 산소(O), 수소(H)로 이루어져 있다. 이들은 오일의 추출 방법과 식물이 이들을 합성하는 과정에서 구조가 결정되어진다. 그리고 그 밖에 유황화합물, 질소화합물들이 일부 포함되어 있으며, 보통 한 가지의 에센셜 오일에 100여 종의 분자가 있다. 에센셜 오일을 구성하는 물질은 두 그룹으로 나뉘는데 탄화수소와 산화물질이다. 탄화수소는 탄소(C)와 수소(H)를 중심으로 결합되어 있으며 테르펜(terpene)이라고 하며, 산화물질은 탄화수소류에 산소가 결합한 산화 화합물로 터펜노이드(terpenoid)라고 한다(김문주, 2008). 식물마다 각각 다른 분자들로 결합되어 있어 저마다의 독특한 에센셜 오일들을 만들어낸다. 에센셜 오일을 안전하게 이용하기 위하여 적어도 대표적인 성분과 그 성분의 특징을 이해하는 것이 중요하다.

1) 모노테르펜(Monoterpene)

2개의 아이소프렌(Isoprene units) 단위로 구성되며, 감귤류의 껍질이나 침엽수(사이프러스, 파인, 주니퍼 등) 등에 높은 비율로 함유되어 있으며 거의 모든 에센셜 오일들은 이 성분을 조금씩은 가지고 있으며 가장 무해 한 성분 중의 하나이다(박정민, 2012). 이들은 공기 중의 산소와 반응하여 산화되고

오존이 만들어진다. 공기 중에 기화된 터펜이 가지는 방부 효과는 이러한 성질에 기인한다. 그러므로 밀봉하여 열, 빛과 같은 에너지원(原)을 차단해야 한다. 이러한 에너지들이 오일의 분해 속도를 증가시키기 때문이다. 이들이 산화되면 피부 자극 등의 문제를 일으킬 수 있다. 레몬, 오렌지, 그레이프 후르츠, 만다린 등과 같은 감귤류의 오일은 모노테르펜 탄화수소(monoterpene hydrocarbons)인 리모넨(limonene)을 90%까지 함유하고 있다. 이들은 항바이러스 효과와 피부를 건조시키는 효과, 정신을 맑게 하고 집중력을 높여주는 효능이 있다. 방부성과 향균성, 멸균, 살균, 항진균성, 항바이러스, 내노, 거담, 살충, 항염증성의 효과 있다.

2) 세스퀴테르펜(Sesquiterpene)

세 개의 아이소프렌(Isoprene units)으로 구성되어 있으며 여기엔 15개의 탄소와 여러 개의 수소를 가지고 있다. 식물의 뿌리 또는 씨앗 목재에서 대부분 추출되며, 체온을 낮추는 역할을 하기도 한다. 또한 진통, 항생, 향균, 진정, 경련감소, 혈압저하 등의 효과가 있으며 피부 친화성이 뛰어나다(김문주, 2008).

3) 알코올(Alcohols)

알코올은 에센셜 오일이 가지고 있는 가장 유익한 분자로 알코올이 함유되어 있는 에센셜 오일은 부드럽게 작용하는 효능이 있다. 이들은 미생물을 죽이는데 놀라운 효과를 보이면서 독성을 가지고 있지 않아 피부 관리시 염증을 억제 시키고, 살균 소독의 목적으로 사용하면 좋다. 또한 알코올은 매우 좋은 향기와 강력한 방부 효과를 가지고 있으며, 혈압저하, 항전염성, 항바이러스, 향균성, 이노·배노, 강정의 효과가 있다.

4) 알데히드(Aldehydes)

광범위한 자연에센셜 오일의 구성성분으로 테르펜(terpene)이나 알코올(alcohols)만큼 안전하지 않지만 다른 에센셜 오일 성분에 비교해서는 무해하다고 할 수 있으며, 약간의 과일 향을 가지고 있다. 이들은 진정, 항염 효과

를 가지며 1% 미만의 낮은 농도로 사용 시 더 효과를 발휘할 수 있다. 알데히드(aldehydes)는 산소와 열이 있는 상황에서 쉽게 산화되어 산을 형성한다. 강력한 항바이러스, 항염증성 효과를 가지며 -al로 어미가 끝난다(고서원, 2014)

5) 에스테르 (Esters)

알코올과 산(acid)이 반응하여 만들어진다. 식물 안에 있는 산은 물에 녹는 성질을 가지므로 에센셜 오일에는 들어있지 않고 플로럴 워터(floral water)에 포함되어 있다. 보통 과일 향을 가지고 있으며 두드러진 효과는 진정 효과이다. 중추 신경계에 직접 진정 효과를 주어 경련을 완화시킨다. 에스테르(esthers)는 에센셜 오일의 주성분은 아니지만 적은 양으로도 에센셜 오일의 향을 결정짓는 중요한 역할을 한다. 항염, 항진균성, 근육경련감소 등의 효과가 있다.

6) 케톤(Ketones)

구조적으로는 알데하이드와 비슷하지만 케톤은 이차 알코올의 산화를 통해 만들어지며 안정된 물질로 더 이상 쉽게 산화되지 않는다. 적정비율로 사용해야 하며 많은 양을 반복적으로 사용할 시 신경계에 해로운 작용을 하고, 소량을 사용하 경우 세포 측면에서 섬유의 형성을 촉진하며 피부의 외상 치료에 유용하다. 또한, 세포의 성장을 촉진해서 상처를 빨리 아물도록 하며 상처의 흔적을 없애주며 튼 살을 없애주고 효과 및 항염, 항알레르기 효과를 가지고 있어 습진 등 피부염 치료에 사용된다. 아울러 기관지염, 천식, 코감기 등 광범위한 호흡기 치료에 도움을 준다.

7) 페놀(Phenols)

페놀은 에센셜 오일의 구성 성분 중 가장 강력한 방부, 살균효과를 가지며 모든 미생물이 성장하는 것을 막고 죽인다. 낮은 농도로 짧은 기간만 사용되어야 하며 오랜 기간 사용하면 독성을 나타낸다. 이것은 간에서 설폰네이트(sulfonate)로 전환된 후, 몸 밖으로 배출된다(임언주, 2009). 따라서 너무 많

이 사용하면 간에 부담을 주게 된다. 또한 피부와 점막에 가장 많은 자극을 주는 성분이므로 피부에는 희석을 하여 사용하여야 한다.

8) 락톤(Lactones)

탄소 고리에 에스테르족(esters group)이 연결된 화합물로 케톤처럼 신경계에 독성을 주며 피부 알레르기를 일으킬 수 있지만 다행스럽게도 에센셜 오일 안에는 매우 소량만 존재하기 때문에 일반적으로 무해한 것으로 간주한다. 락톤의 체온을 내리는 효과와 가래를 해소하는 효과는 케톤보다 더 강력하며 피부에 감광효과(photosensitization)를 일으킨다고 알려져 있다. 진정 효과를 가지며 항응고제이며 뛰어난 혈압 강하 효과가 있다.

9) 옥사이드(Oxides)

분자에서 하나의 산소원자가 두 개의 탄소원자 사이에 위치하고 있는 물질이다. 높은 온도 그리고 공기나 물에 장시간 노출 시 쉽게 분해되는 보기도 반응성이 매우 큰 화학물이다. 유칼립투스(eucalyptol, 1,8 cineole)을 제외하고는 에센셜 오일 안에 존재하는 옥사이드(oxide)는 드물다. 1,8 시네올(cineole)은 유칼립투스(eucalyptus), 티트리(tea tree), 로즈마리(rosemary) 등과 같은 많은 오일들에 들어있으며 주 효과는 점액 분비선을 강화시켜 가래를 녹이는데 뛰어나다는 것이다. 피부에 자극이 있을 수 있으므로 사용 시 주의가 필요하다(박미경, 2004).

2.3.4. 아로마 에센셜 오일의 사용방법

1) 흡입법

에센셜 오일을 방향하여 호흡기로 흡입하는 방법으로는 크게 건식흡입과 습식흡입으로 분류된다. 건식은 그냥 실온에서 오일을 그대로 방향하여 흡입하는 방법이고 습식은 따뜻한 물에 오일을 혼합하여 증류시킨 후 수증기를 흡입하는 방식이다. 습식의 가장 대표적인 방법이 대야 등에 따뜻한 물에 오일을 넣은 후 수증기를 흡입하는 증기흡입법이 있고, 또는 램프에 방향하여

증발된 수증기를 흡입하는 램프 방향법, 목욕물에 떨어뜨려 활용하는 목욕법도 일종의 이러한 이용법입니다. 건식의 방법은 아로마목걸이를 이용하는 방법 또는 티슈 등에 2~3방울 떨어뜨려놓는 방법, 또는 포푸리에 오일을 혼합하여 방향하는 방법 등이다. 치료적인 목적으로 단시간에 사용하기에는 습식의 방식이 좋지만 일상 생활에서 아로마 에센셜오일을 함께하면서 예방적인 기능을 강화하시려면 건식의 방식이 보편적이다.

2) 습포법

습포법은 얼굴 수건 한 장 정도를 적실 수 있는 약 1리터의 따뜻한 물 또는 차가운 물에 아로마 에센셜 오일을 약 5방울 떨어뜨린 후 에센셜 오일 입자가 골고루 분산되도록 잘 섞는다. 그 물에 깨끗한 수건을 적서 적당히 짠 후 환부를 감싸듯 대어준다. 한번에 최소한 20분 정도 해야 효과를 볼 수 있다. 우리가 흔히 찜질이라고 알고 있는 이 방법은 혈액 순환을 개선하고 통증을 완화시키며, 림프관과 정맥이 막혀 부어 오르거나 충혈이 생기는 것을 억제한다. 또 몸의 열을 낮추고 염증을 개선해 피곤함을 제거하는 효과가 있다. 이 때 각 증상에 맞는 아로마 에센셜을 사용하여 집중적으로 습포하면 빠르게 효과가 발휘되는데 이는 습포 자체의 효과와 함께 아로마 오일의 효과가 상승적으로 작용하기 때문이다. 온습포를 하면 피부표면의 혈관이 확장되면서 아로마 에센셜 오일의 약리 성분이 보다 쉽게 흡수된다. 혈액순환이 증가해 피로로 굳어진 근육이 풀어지고 뻣뻣하게 굳은 관절을 부드럽게 하는데도 도움이 된다. 온습포법은 어깨결림, 류머티스 관절염, 신경통, 요통, 생리통, 치통 등과 같은 일반적으로 만성 통증에 좋다. 냉습포는 발을 삔끗했을 때, 염좌나 타박상 등 급성질환에 도움이 된다. 그리고 열을 떨어뜨리거나 햇볕에 화상을 입었을 때, 모기나 벌에 쏘여 가려울 때에도 효과적이다.

3) 입욕법

입욕법에는 전신목욕법과 잔신욕, 수욕, 족욕, 좌욕법 등이 있다. 전신욕과 반신욕 전신의 근육을 완화시키기 위해 에센셜 오일을 8~10방울을 떨어뜨린 후 어깨까지 몸을 담그고 몸을 15~30분 이상 담그고 있는 방법으로 온 몸의

이완과 흡수에 매우 뛰어나며, 불면증이나 혈액순환, 전신피로에 효과가 있다 (박향자, 2005). 수욕은 증상에 따라 필요한 에센셜 오일을 약5방울 정도 넣은 후 10~15분간 손을 담그는 방법으로 손가락과 손목에 비정상적인 피로가 많이 쌓인 사람들에게 효과가 있다. 족욕은 증상에 따라 필요한 에센셜 오일을 3~5방울 넣고 10~15분 정도 발을 담그는데 냉수에 족욕을 하면 심신이 상쾌해지며, 미온수 족욕을 하게 되면 긴장을 풀어준다(이희정, 2014). 좌욕은 에센셜 오일을 10방울 정도 떨어뜨린 후 둔부를 담그는 방법으로 방광염, 치질 등의 질환에 따른 불쾌감 치료 및 소욕의 목적으로 사용할 수 있다.

4) 확산법

공기 중에 에센셜 오일을 발산시키는 방법으로 목적에 따라 필요한 에센셜 오일을 실내 공간에서 도자기 증발접시, 전시 확산기 등 여러 가지 기구를 이용하여 휘발시켜 흡입하는 방법이다(박향자, 2005). 코가 막혀 답답한 경우에 밤새 원활하게 숨을 쉴 수 있는 가장 이상적인 방법이 될 수 있다. 기분변화, 탈취, 감염, 해충박멸 등에 효과적으로 사용되며 감기, 인플루엔자, 기타 호흡기감염에도 효과적이다(고혜정, 2011).

5) 마사지법

피부를 통하여 오일의 흡수를 도와주는 방법으로 마사지 그자체로도 신진대사와 혈액 순환을 도우며 근육통, 관절염 등의 진통 들을 줄이며, 만성피로 스트레스 해소에 효과적이며 전체적으로 모든 근육 조직들을 이완시키므로 몸의 유연성을 길러주어 갑작스럽게 일어나는 외부적인 충격에 대처 할 수 있어서 사고 등을 예방 할 수 있으며 또한 피부의 탄력을 유지 하도록 도와 주기도 한다. 많은 마사지 테크닉이 있는데 에센셜 오일을 함께 이용할 경우에는 부드럽고 천천히 림프관을 타고 오일을 바르는 방법이 좋고 목, 어깨나 허리 등 근육이 경직되기 쉬운 부분은 천천히 주무르는 방법이 좋다. 마사지 시에는 충분한 시간을 갖고 천천히 오일이 몸 안으로 흡수 되도록 도와주고, 심하게 두두리거나, 빠른 속도로 하는 일반 마사지에 블렌딩 된 오일을 함께 사용하면 오히려 근육을 경직시키거나 정신적으로 불안한 마음이 들게 할 수

있다. 그리고 지압을 이용하는 마사지와 함께 할 경우에는 너무 강한 힘으로 자극을 주는 것 보다는 편안하게 휴식을 취하며 시원하다는 감각을 느낄 정도의 힘을 가하는 것이 좋다. 그리고 림프 마사지처럼 아주 천천히 하는 마사지는 블렌딩 된 오일과 함께 사용 한다면 더 효과적인 기대를 할 수 있다.

2.3.5. 아로마 에센셜 오일의 흡수 경로

1) 후각을 통한 흡수 경로

인체의 감각기관중에 가장 먼저 발달 된 곳이 후각기능이다. 에센셜 오일은 흡입되면 방향 분자로 바로 공기를 따라 툭툭한 점막으로 이루어진 후각상피세포(olfactory epithelium)가 있는 코의 천장으로 유입된다. 후각세포의 수는 사람마다 차이가 있으나 약 1000~3000만개 정도로 후각세포와의 접촉이 이루어지면 신경전달의 과정이 시작된다. 아로마 에센셜 오일의 향은 대뇌피질과 시상하부를 자극하므로 인체의 맥박과 혈압을 조절하고, 이완 및 흥분되어 있을 때 감정을 조절하여 행복함과 편안한 안정감을 유지시켜 주는 역할을 한다.

2) 폐를 통한 호흡계로의 흡수 경로

아로마 에센셜 오일 분자가 코를 통해 흡입하게 되면 폐와 뇌 두 가지 경로로 동시에 가게 된다. 흡입했을 때 오일 분자는 폐의 폐포라는 작은 공기주머니를 통과하여 모세혈관에 닿는다. 흡입 후 몇 분 내에 혈액에서 감지 것을 통해서 에센셜 오일분자가 혈액의 흐름을 따라서 몸속 구석 구석 세포 하나 하나에 이르게 되어 치유 효과를 나타내게 된다. 이 분자들은 시간이 흐른 후 땀이나 피부를 통해서 또는 소변이나 대변, 호흡을 통해서 배출된다(고혜정, 2011).

3) 피부를 통한 흡수 경로

인체 전신을 감싸서 몸을 보호하는 피부는 미세한 아로마 에센셜 오일분자는 일차적으로 모공과 땀구멍을 통해 쉽게 흡수되며, 이차적으로 에센셜 오일

의 지용선으로 인해 지방질 속에 녹아들어 피부세포 사이로 침투하여 피부의 진피층까지 흡수된다. 이후에는 혈액순환과 림프순환을 통해 전신으로 순환하게 되며 순환하던 에센셜오일분자는 자기 면역 기구를 고양시키고 친화력을 가진 특정 기관에 머물기도 하며 근육에도 영향을 미친다. 마사지 방법을 통해 우리 인체의 가장 큰 기관인 피부조직으로 에센셜 오일의 분자들은 체내로 침투하고 배출되는데 에센셜 오일은 화학물질이나 약과 달리 체내에 축적되지 않고 대·소변, 땀, 호흡에 의해 배출된다(김문주,2008).



<그림1> 아로마 에센셜 오일의 흡수경로

출처 : 고혜정, 2011. p99

2.3.6. 아로마 에센셜 오일의 종류 및 효과

1) 그레이프 프루트(Grapefruit, 학명 : Citrus paradisi)

달콤하고 상쾌한 향이 나는 그레이프프루트는 심리적으로 감정을 고양시키고 스트레스, 우울증 등을 해소시키며 중추신경의 균형을 유지해 기분 장애

를 조절하고 행복감을 주는 오일이다. 또한 비만환자에게 좋은 오일로 담즙 분비를 촉진하고 이뇨작용을 해서 지방의 소화분해를 촉진시키므로 체중 감소 다이어트에 도움을 줄 수 있다. 소화기관에 정화, 강장 효과를 가지며 림프액 분비를 돕고 담석을 녹이며 간 기능을 강화시킨다. 그리고 율혈성 피부와 여드름 등의 피부질환과 두피질환에 효과적이며 편두통, 생리전 긴장 등을 완화시켜준다. 사용 후 강한 햇빛에 노출하면 피부자극이 있을 수 있어 주의해야 한다.

2) 라벤더(Lavender, 학명 : *Lavendula officinalis*)

에센셜 오일 중 가장 광범위하게 사용되는 라벤더는 심신의 조화로 건강을 유지시키고 진정, 진통, 정화, 항경련 작용을 한다. 항바이러스, 항박테리아 작용으로 초기의 감기, 독감에 유용하며 진통을 완화시키기 때문에 근육 경련, 류머티즘, 근육통 등에도 효과적이다. 심리적 진정작용으로 스트레스, 불안, 우울증, 불면증, 두통 등을 개선시키기도 한다. 라벤더는 소화불량, 위장염 등의 소화기 질환을 비롯해서 생리주기 조절, 생리통 완화 등 생리장애에 도움을 준다. 피부에 작용해 세포 성장을 촉진시키고 피지 분비를 균형적으로 조절하며 방부, 항염 등의 효과까지 있어 여드름, 피부염, 습진, 무좀, 창상, 종기 등 다양한 피부질환에 효과적으로 사용할 수 있다.

3) 레몬(Lemon, 학명 : *Citrus limonum*)

레몬은 소독제, 해독제, 식품, 향수 등에 널리 사용되었다. 상쾌한 향의 레몬 오일은 심리적으로 활성화 작용을 해 피로, 허약, 스트레스 등에 도움을 주며 행복한 기분을 갖게 한다. 면역 체계를 활성화시켜 빈혈증을 완화시키고 지혈효과로 외상출혈에도 도움이 된다. 발열을 동반한 인후통, 기침, 감기 등에 효과적이며 통증을 완화시키고 소화기계 강화, 신체 정화작용을 한다. 피부에 세정작용이 있고 혈색을 밝게 하며 특히 지성피부 관리에 이용되는 레몬은 각질제거, 티눈, 사마귀에 효과가 있으며 염증성 피부질환과 단순 포진 등의 고통을 완화시킨다. 민감한 피부에 자극을 줄 수 있기 때문에 주의해야 한다.

4) 레몬그라스(Lemongrass, 학명 : Cymbopogon citratus)

해열제, 콜레라, 감염증의 해독제로 사용되었던 레몬그라스는 정서적으로 생기를 부여해 우울증을 개선시키고 탈진시 에너지를 충전시키는 효과를 가진다. 모공을 좁혀주며 여드름, 무좀, 마른버짐 등을 치료하고 머릿니 제거 및 기름진 모발관리에 사용된다. 또한 소화기관에 작용해서 소화불량, 복통, 헛배부름 등을 해소하고 위통을 완화하고 위장염을 치료하며, 젖산을 제거하고 순환을 촉진하기 때문에 근육의 통증을 완화시키는데 효과적이다. 피부가 예민하게 반응하므로 소량을 사용하는 것이 좋다.

5) 네롤리(Neroli, 학명 : Citrus aurantium)

고가의 오일인 네롤리는 향수나 화장품으로 오랫동안 이용되어져 왔다. 진정, 안정 작용으로 모든 피부 타입에 사용가능하며 특히 건성이나 민감성 피부에 효과가 있는 네롤리는 피부세포의 재생을 도와 탄력성을 개선시키는데 도움을 준다. 긴장을 완화시키며 불안, 우울증, 정신적 혼란, 신경성 통증, 자신감 결여, 불면, 두통 등을 치유하고 극도의 흥분 상태나 쇼크를 가라앉히는 효과도 있다. 또한 심장혈관계의 강장작용이 뛰어나 혈액을 정화하고 고혈압, 정맥류, 치질에 효과적으로 사용할 수 있다. 긴장을 완화시키는 효과가 강하지만 정신 집중만을 목적으로 할 때는 사용을 금한다.

6) 로즈(Rose, 학명 : Rosa damascena)

여성과 관련된 대부분의 증상이나 질병 치료에 탁월한 효과가 있는 로즈 오일은 청결, 정화, 강장 효과와 더불어 자궁에 친화력이 있으며 생리 주기를 규칙적으로 조절해준다. 산후 우울증 등의 심리적인 부분에도 효과가 있으며 마음을 고양시키고 긴장, 스트레스를 풀어주며 감정을 조절해 긍정적인 상태로 이끌어준다. 또한 위장 및 간 기능의 강화를 비롯해 소화계, 순환, 신경계에 뛰어난 효과를 가지며 불감증 등의 성적인 장애를 호전시켜 최음제로도 사용된다. 피부 관리에 있어서는 특히 건성, 민감성 피부와 노화 피부에 효과를 발휘하며 염증 치료에도 도움을 준다.

7) 로즈마리(Rosemary, 학명 : Rosemarinus officinalis)

라벤더와는 대조적으로 자극을 주는 오일이며 특히 중추신경계 자극 효과가 커서 후각상실, 시각저하, 언어장애, 마비증 등 신체 기능 손실과 저하에 사용하면 효과적이다. 정서적으로는 머리를 맑게 해주며 기억력을 증진시키고 피로, 두통 등을 해소시킨다. 심장에 강장효과가 있으며 저혈압을 정상치로 올려주고 혈액 내 콜레스테롤을 떨어뜨리는데도 사용된다. 또한 폐의 강장제로 쓰여 천식, 기관지염, 감기, 부비강염 등을 치유하며 과로로 인한 근육통, 관절염, 류머티스 등의 통증해소에도 사용된다. 수렴, 자극 작용으로 두피 장애에 효과를 나타내며 비듬 개선과 모발의 성장을 촉진시킨다. 임신 초기 5개월 동안은 사용을 피하고 고혈압, 간질 환자도 사용을 금한다.

8) 바질(Basil, 학명 : Ocimum basilicum)

신경계의 강장제로 사용하는 바질은 뇌기능을 강화시키고 두뇌를 명석하게 하며 정신적인 피로, 두통, 편두통, 불면증, 우울증, 긴장감, 무력감, 부정적인 생각, 히스테리 등에 효과적이다. 호흡기 계통에 작용해서 코막힘, 천식, 기관지염, 독감, 백일해 등을 호전시키며 소화불량, 구토, 메스꺼움 같은 소화기질환에도 효과적이다. 생리 장애를 포함한 생식기 질환에 도움을 주며 지성피부 관리, 급성 염증성 피부질환을 호전 시킨다. 자극이 심해 과다 사용하면 마비를 일으킬 수 있으며 임신부와 민감성 피부에는 사용을 금한다.

9) 샌달우드(Sandalwood, 학명 : Santalum album)

부드러운 오일인 샌달우드는 정서적으로 진정, 이완 작용을 해서 불안, 긴장, 우울증을 해소시켜주며 최음효과까지 있어 불감증 치료에도 사용된다. 비뇨생식기의 정화, 항염증 작용을 하므로 생식기 청결 유지, 호르몬 조절, 방광염 등에 사용되며 호흡기계 감염에도 효과가 있어 기침, 인후염, 기관지염에 사용된다. 복통, 구토, 설사, 오심 등을 진정시키기도 하는 샌달우드는 피지의 균형을 조절하기 때문에 건성피부, 노화 피부에 효과가 있다. 그 외에도 습진, 염증, 두드러기 등의 피부트러블에 도움을 준다. 최음 효과가 강하므로 주의해서 사용해야 한다.

10) 오렌지(Orange, 학명 : Citrus sinensis)

상쾌한 감귤향이 나는 오렌지는 양육적인 오일로 우울, 불면, 초조, 가슴 두근거림 등에 도움을 주며 긴장, 스트레스를 제거하고 적극적인 인생관을 갖게 한다. 특히 기분이 식욕과 소화에 영향을 주고 있을때 효과적이며 장 기능을 강화해 설사나 변비 등을 치유하고 식욕을 증진시킨다. 또한 감기, 기관지염 등을 호전시키며 발한작용으로 피부의 독소를 제거하고 기미, 주름, 피부염 등을 개선한다. 감광성이 있으므로 사용 후 바로 햇빛에 노출하지 않는 것이 좋고, 임신기에 태아의 간에 영향을 줄 수 있다

11) 유칼립투스(Eucalyptus, 학명 : Eucalyptus globulus)

항박테리아, 항바이러스 등의 작용을 하는 유칼립투스는 감기, 카타르, 부비강염, 인후염 등의 호흡기 감염증에 탁월한 효과를 가진다. 방광염을 비롯한 비뇨생식기의 질환에 도움을 주며 류머티스 관절염이나 근육통의 통증을 완화시킨다. 또한 쿨링과 리후레쉬 효과로 지성 피부 관리에 사용되며 종기, 여드름, 헤르페스, 수두, 대상포진 등을 개선시킨다. 정서적으로 유칼립투스는 기분을 상승시키며 활력과 자극을 주는 기능을 한다. 고농도로 사용하면 신장을 자극할 염려가 있으며 고혈압, 간질 환자는 사용을 금한다.

12) 일랑 일랑(Ylang Ylang, 학명 : Cananga odorata)

이국적이고 달콤한 꽃향을 가진 일랑일랑은 호르몬 분비를 균형적으로 조절해서 생식기 관련 질환에 효과적이며 자궁의 강장제, 유방의 탄력 유지, 최음제 등으로 사용된다. 진정작용으로 가슴 두근거림이나 과호흡, 고혈압 치료에 도움을 주며 불안, 긴장, 쇼크, 우울증 등의 신경계 증상도 효과적으로 진정시켜준다. 또한 피지 분비를 조절하기 때문에 지성이나 건성피부관리에 효과적인 일랑일랑은 자극, 강장효과로 모발과 두피관리에도 사용된다. 고농도로 사용하면 두통이나 구토를 유발할 수 있으며 장기간 사용하면 신경기능을 자극시켜 흥분을 유발할 수 있다.

13) 자스민 (Jasmine, 학명 : Jasminum grandiflorum)

생식기 관련 문제에 탁월한 효과를 보이는 자스민은 여성의 출산시에 효과

적으로 사용할 수 있는 오일로 자궁의 수축을 강화하고 통증을 완화시켜주며 자궁강화효과로 출산 후 회복에도 효과적이다. 또한 호르몬의 균형 유지, 자궁 경련, 생리통, 질감염에도 효과가 있으며 불감증, 무력증 등의 남성 성기능 장애 치유와 최음 효과도 뛰어나다. 심리적으로는 활력을 불어넣어주며 불안, 우울, 무기력, 자신감 결여 등을 개선시킨다. 고급스러운 오일인 자스민은 피부관리에도 유용하며 피부탄력을 증가시켜 노화피부에 효과적이다. 임신부는 사용을 금하고 최면작용이 있으므로 적은 용량으로 사용한다.

14) 제라늄(Geranium, 학명 : *Pelargonium graveolens*)

제라늄은 호르몬의 균형을 조절해주기 때문에 생리전 증후군, 생리 장애, 폐경기 장애에 효과적이며 체액 정체를 해소하고 노폐물을 제거해서 비만에도 도움을 준다. 위, 간, 신장 등에 강장, 정화 작용을 하고 비뇨기 염증, 요도감염증을 비롯해 입, 목구멍, 잇몸 등의 감염증에도 효과적이다. 정서적으로 기분상승효과가 있으며 우울, 불안, 스트레스 해소 등에 사용된다. 또한 제라늄은 피지분비를 정상화해 건성, 지성피부타입에 효과적이며 피부트러블이나 상처, 궤양, 화상, 여드름, 염증 등을 치유하고 피부를 청결하게 유지시켜준다. 민감성 피부에 자극을 줄 수 있으며 호르몬 조절 효과가 있으므로 임신중에는 사용하지 않는다.

15) 주니퍼베리(Juniper berry, 학명 : *Juniperus communis*)

주니퍼베리는 비뇨생식기의 살균작용과 이뇨특성으로 비뇨기계 감염, 방광염, 신장결석을 포함해 생리 장애나 생리통을 완화시키는데 사용된다. 또한 해독작용이 강해 관절염, 통풍, 류머티즘의 치유에 사용되며 독소가 쌓여 생긴 피부질환에도 탁월하게 작용하고 진물이 나는 습진, 건선, 염증, 궤양, 발진 등에 효과적이다. 소화기관을 강화시켜 소화를 촉진하고 간을 보호하며 당뇨, 동맥경화증 같은 성인병 치료에 사용되는 주니퍼베리는 정서적으로 불안감이나 불면증, 정신적 피로 해소, 기억력 강화를 가져온다. 신장이 심하게 손상된 환자는 증상을 악화시킬 수 있으므로 피하는 것이 좋다.

16) 케모마일 로먼(Chamomile Roman, 학명 : Chamaemelum nobile)

독성이 강하지 않으면서 다양하게 사용되는 케모마일은 진정, 안정, 소염효과가 있으며 심리적으로는 라벤더와 마찬가지로 진정, 이완 작용을 하고 불안감, 스트레스, 우울, 불면 등에 사용된다. 근육통, 육체적 피로, 염증 등의 통증 완화에도 효과적이며 복통, 소화불량, 변비, 설사 등의 소화기질환을 개선시킨다. 또한 비뇨생식기 질환에 사용되면 생리통, 폐경기 증후군, 성기능 장애 등을 치유한다. 피부관리에 있어서는 알레르기 피부나 모세혈관 확장증 등에 탁월한 효과가 있으며 화상, 궤양, 여드름, 피부염 등에 사용한다.

17) 티트리(Tea tree, 학명 : Melaleuca alternifolia)

강력한 방부효과를 비롯해 박테리아, 바이러스, 곰팡이를 박멸하고 면역 기능 강화에 효과적인 티트리는 감기, 기관지염 등의 호흡기 질환이나 방광염, 질염 등의 생식기 감염 치료에 효과적이다. 피부관리에 있어서는 다양한 트러블을 효과적으로 개선시키고 피부정화작용을 하기 때문에 여드름, 그을린 피부, 무좀, 대상포진, 수두 등에 사용된다. 그 외에도 티트리는 수술 전후 환자의 면역 기능을 강화해 회복속도를 빠르게 해주며 백혈구를 활성화시키고 에이즈의 면역기능을 강화하는데도 효과적이다. 민감한 피부에 자극을 줄 수 있기 때문에 주의해야 한다.

18) 페퍼민트(Peppermint, 학명 : Mentha piperita)

강하고 시원한 향으로 익숙한 페퍼민트는 위산과다, 설사, 소화불량 등 소화기계통 문제에 가장 강력한 효과를 발휘하며 천식, 기관지염, 감기 등 전반적인 호흡기 질환에도 사용된다. 생리 상태를 정상화시키고 유방의 출혈상태 해소, 모유분비 억제 등의 효과를 가지며 심리적으로는 기분을 상승시키고 쇼크, 히스테리 등을 호전시킨다. 또한 페퍼민트는 쿨링 효과와 세정작용으로 가려움, 염증 등의 피부질환을 치유하고 지성피부와 지성모발관리에도 도움을 준다. 해충 박멸에도 효과가 있으며 두통, 류머티즘 등의 통증완화에도 사용된다. 반드시 희석해서 사용하고 간질환자는 사용을 금한다.

2.4. 아로마 에센셜 오일향의 분류

아로마 에센셜 오일향이 표현하고 있는 성질을 향의 유형, 성격, 추출부위, 휘발성과 성질, 효능 등으로 분류할 수 있다. 이에 대한 에센셜 오일향의 분류에 대해 고찰하였다.

2.4.1 추출부위에 따른 분류

아로마 에센셜 오일은 각종 식물에서 추출되는데, 추출부위에 따라 향의 특성과 치료 효능이 다르다. 따라서 오일을 부위별로 추출하게 되는데 추출부위에 따른 오일의 분류는 <표 1>과 같다.

<표 1> 추출부위에 따른 분류

추출부위	에센셜오일	효능	피부타입
꽃	네롤리, 일랑일랑, 로즈 자스민, 클라리세이지 등	성기능강화, 항우울작용, 원기회복, 해독작용, 항감염	모든 피부타입, 민감성, 노화피부타입
잎	유칼립투스, 티트리, 페퍼민트, 파출리등	호흡기질환, 방부, 활력증진	모든 피부타입 (민감성제외)
감귤류껍질	버가못, 라임, 레몬, 스위트오렌지, 만다린등	기분전환, 원기왕성, 방부, 해독, 수렴	지성피부, 결점피부
나무	시더우드, 샌달우드, 로즈우드	비뇨, 생식기 감염치료, 수렴, 진정, 항통증	건성피부, 약건성피부
씨	펜넬, 블랙페러, 주니퍼베리	해독, 혈액순환작용, 활력작용, 이뇨작용	노화피부
수지	프랑킨센스, 몰약등	이완작용, 호흡기질환, 소독, 살균효과	손상피부, 건성피부, 노화피부
뿌리	진저, 베티버 등	신경계질환, 진정작용, 혈액순환(자극효과)	지루성피부, 활기가 없는 피부

출처 : <http://yeomsy79.blog.me/60118495486>

2.4.2 아로마 에센셜 오일향의 유형별 분류

향의 후각적인 개념으로 측정되어 지며 열매나 나무, 꽃, 과일향이 나는 것으로 구분된다. 따라서 에센셜 오일향의 유형별 분류는 <표 2>와 같다.

<표 2> 에센셜 오일 향의 유형

향의 유형	특징	작용오일
아니스열매 향 (anise)	- 사탕 과자 향 - 상쾌한 향	페넬, 아니시드
발삼 향 (balsamic)	- 기름지고 달콤한 향 - 따뜻한 느낌 바닐라 향	벤조인
캄페 향 (caphoraceous)	- 신선하고 산뜻한 약초 냄새 향	카제뿔, 유칼립투스, 로즈마리
감귤 향 (citrus)	- 자극적이고 신선	버가못, 레몬등 (냉각 압축법)
침엽수 향 (conifer)	- 녹색 침엽수 수지에서 추출되는 향 - 상쾌하고 활기를 줌	파인
흙향 (earthy)	- 풍부하고 신선	샌들우드, 진저
분향 (faecal)	- 인돌이 함유되어 나오는 향	자스민, 튜버로즈, 백합
꽃향 (floral)	- 화초 계열의 향	자스민, 로즈, 일랑일랑
과일향 (fruity)	- 천연과일 향	라임
약초향 (herbaceous)	- 군 냄새 - 희미한 나무향 - 신선한 향	라벤더, 마조람, 로즈마리, 타임
민트향 (minty)	- 멘톨 향 - 상쾌 - 내부 장기 깊숙이 스며드는 듯한 향	페퍼민트, 스피어민트
기름진향 (oily)	- 고착제를 현상	일랑일랑
페퍼향 (peppery)	- 따뜻하면서도 건조한 향	블랙페퍼
스파이시 향 (spicy)	- 혀와 코를 찌르는 향	클로브버드, 시너먼, 진저
나무향 (woody)	- 나무와 비슷한 향	시더우드, 샌들우드

출처 : 김문주. 2008. pp30

2.4.3.아로마 에센셜 오일의 효능별 분류

각각의 에센셜 오일은 다양한 효능을 가지고 있으며, 또 그 효능들은 여러 가지 에센셜 오일에서 나타는 특징이기도 하다. 효능별로 분리한 아로마 에센셜 오일은 <표 3>과 같다.

<표 3> 아로마 에센셜 오일의 효능별 분류

효능	아로마 에센셜 오일
일반적 살균소독	유칼립투스, 라벤더, 네롤리, 파인, 로즈마리, 타임
류머티즘성 염증억제	블랙페퍼, 캐머마일 저먼, 유칼립투스, 주니퍼베리, 라벤더, 레몬, 마조람, 로즈마리, 타임
통증해소	블랙페퍼, 유칼립투스, 라벤더, 마조람, 로즈마리, 타임
림프흐름개선	페넬, 그레이트후르츠, 주니퍼베리, 레몬, 오렌지, 로즈마리
정신기능강화	바질, 페퍼민트, 로즈마리, 타임
소화기관 장애 해고	블랙페퍼, 카모마일, 페넬, 페퍼민트, 로즈마리
생리 장애 치료	카모마일, 클라리세이지, 제라늄, 라벤더, 로즈, 마조람
스트레스 해소	버가못, 카모마일, 라벤더, 네롤리, 오렌지, 샌달우드, 일랑일랑
습진, 피부염 치료	카모마일, 라벤더, 네롤리, 티트리, 몰약
항박테리아 작용	티트리, 몰약, 시더우드, 유칼립투스, 라벤더, 파출리
상처 염증 해소	유칼립투스, 라벤더, 레몬, 프랑킨센스, 몰약, 티트리
기침, 호흡기질환 치료	유칼립투스, 페넬, 프랑킨센스, 페퍼민트, 파인, 로즈마리, 타임
해독	사이프러스, 페넬, 그레이프, 주니퍼베리, 레몬, 오렌지, 로즈마리
해충박멸	바질, 시더우드, 유칼립투스, 제라늄, 라벤더, 페퍼민트, 타임
우울증 해소	바질, 버가못, 제라늄, 자스민, 라벤더, 네롤리, 로즈, 일랑일랑
비듬방지	시더우드, 카모마일, 유칼립투스, 주니퍼베리, 라벤더, 로즈마리, 티트리

출처 : http://blog.naver.com/herb_mate?Redirect=Log&logNo=50130749441

2.4.4. 아로마 에센셜 오일 향의 휘발속에 따른 분류

에센셜 오일의 향 휘발성 성질에 따라 상향(Top note), 중향(Middle note), 하향(Base note)로 분류한다. 향의 휘발속도는 치료 효능을 극대화 시킬 수 있는 향이 얼마나 오래 지속하는지, 향의 첫 느낌인지 뒤끝의 향을 인식하여 나타내는 지표이다. 에센셜 오일의 상향, 중향, 하향의 약자로 T, M, B로 표기하기도 한다. 제품의 원산지 계절 등에 따라 노트는 조금씩 다를 수 있고, T, M, B, T, TM, MB, B의 다섯 가지로 구분하기도 한다.

1) 상향

상향은 3시간 이내에 증발하는 성질이 있으며, 전체적으로 블렌딩된 향의 성격을 결정짓는 역할을 한다고 볼 수 있다. 강한 첫인상을 주는 오일로 자극적이며 기분을 고조시킨다. 강력하고 침투력이 강한 향과 휘발성을 갖고 있어 매우 빨리 증발하여 후각을 자극시킨다. 상향은 전체의 5~10% 차지하는 것이 바람직하다. 효과로는 급성상태 쇼크 또는 통증을 경감하는 것을 돕는다. 이에 속하는 오일은 그레이프 후르트, 레몬, 라임, 만다린, 네롤리, 오렌지, 유칼립투스, 티트리, 타임 등이 있다.

2) 중향

중향은 보통 6시간에서 2~3일까지 그 향을 유지한다. 배합에서도 50~80%를 차지할 만큼 중요하다. 상향과 하향의 중간에서 균형 있게 끌어 주는 기능을 하며, 예민한 모서리를 부드럽게 해주고, 각진 것을 둥글게 해주어 사람으로 치면 몸통에 해당되는 역할을 한다. 날카로운 신경의 진정효과, 신선하고 활기 이으며 부드러운 향, 균형에 작용한다. 일반적인 대사, 소화 기능에 작용한다. 이에 속하는 오일은 블랙페퍼, 캐롯시드, 카모마일, 쉐넬, 제라늄, 히솅, 주니퍼, 라반딘, 라벤다, 마조람, 파인, 로즈마리, 로즈우드 등이 이에 속한다.

3) 하향

하향은 이틀 이상, 일주일까지 향을 유지한다. 전체적인 배합을 안정되고

깊게 유지시켜 주는 오일이다. 하향의 오일은 전체의 5% 이내에서 배합하는 것이 적당하다. 하향은 피부에 고정이 잘 되고 인간의 영적이고 정신적인 부분에까지 작용한다. 신경을 안정시키는데 관여하고 있다. 즉 지속효과, 참작효과뿐만 아니라 매우 느리게 증발하여 진정과 이완작용에 관여 하며 정신적인 에너지에 관여할 수 있다. 이에 속하는 오일은 벤조인, 샌더우드, 시나몬, 클로브, 사이프러스, 프랑킨센스, 제스민, 멀, 패츨리, 로즈, 샌달우드, 베티버, 일랑일랑 등이 이에 속한다.



Ⅲ. 연구방법

3.1. 연구대상 및 기간

본 연구의 대상자는 20대~60대의 일반 성인 여성에게 설문 조사를 실시하였으며, 조사 기간은 2014년 8월1일부터 8월22일까지 약3주간 실시하였다.

설문지는 총 280부를 배부하여 260부가 회수 되었으며, 그 중 내용이 불성실 하거나 정확하지 않은 설문지 39부를 제외한 221부를 최종 분석 자료로 사용하였다.

3.2. 연구방법

설문조사는 여성들이 많은 문화센터 수강생, 평생교육원 수강생, 미용대학원, 여성 동호회 회원, 미용학원 수강생 등의 조사대상자들에게 설문 방법을 설명한 후 현장에서 직접 설문지에 기입하는 방법으로 실시하였다. 그리고 향에 대한 선호도를 조사하기 위해 3초간 향을 맡게 하고 3분 간격으로 다른 향을 맡게 했다.

3.3. 조사도구

연구에서 아로마 에센셜오일에 대한 이용현황 및 향 선호도에 대한 조사 연구를 위해 사용된 설문지는 정미량(2005), 김종숙(2007), 김영미(2008), 김미옥(2008), 박정민(2011), 이영숙(2012)의 선행연구에서 실실된 측정 항목을 토대로 본 연구의 목적에 맞게 문항을 수정, 보완하여 재구성하여 사용하였다.

<표 4> 설문지에 대한 구성

연구조사대상자의 일반적 특성에 관한 질문	5문항
아로마에센셜오일의 인지도 및 지식도에 관한 질문	15문항
아로마에센셜오일의 이용현황에 관한 질문	21문항
아로마에센셜오일 향 선호도 테스트	10가지 향

본 연구의 측정도구의 신뢰도를 검증한 결과는 <표 5>와 같다.

<표 5> 조사도구의 신뢰도

구	분	문항 수	Alpha
아로마	에센셜 오일의 지식	12	0.73
아로마	에센셜 오일향에 대한 선호도	10	0.66

<표 5>에서 보는 바와 같이 Cronbach's α 가 아로마 에센셜 오일의 지식 0.73 아로마 에센셜 오일향에 대한 선호도 0.66으로, 모두 0.60 이상으로 나타났다. 따라서 본 연구의 측정도구는 신뢰할만한 수준임을 알 수 있다.

3.4. 자료분석

본 연구의 수집된 자료는 SPSS(statistical package for the social sciences) WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 분석기법으로는 연구대상자의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도와 백분율을 산출하였다. 또한 여성들의 아로마 에센셜 오일의 인지도 및 지식과 아로마 에센셜 오일 이용 현황, 그리고 아로마 에센셜 오일향에 대한 선호도를 알아보기 위해 χ^2 (Chi-square) 검증과 빈도분석, One-way ANOVA(일원변량분석), 그리고 t-test(검증)를 실시하였다.

IV. 연구결과

4.1. 연구대상자의 일반적 특성

본 연구의 연구대상자의 일반적 특성에 대해 살펴본 결과는 <표 6>과 같다.

<표 6> 연구대상자의 일반적 특성

구	분	빈도(명)	백분율(%)
연 령	20~25세	46	20.8
	26~30세	65	29.4
	31~35세	65	29.4
	36~40세	29	13.1
	41~45세	7	3.2
	46~50세	3	1.4
	51~55세	4	1.8
	56세 이상	2	0.9
직 업	학생	42	19.0
	사무직	89	40.3
	자영업	37	16.7
	서비스직	20	9.0
	전업주부	15	6.8
	기타	18	8.1
최종학력	중졸 및 이하	1	0.5
	고등학교	14	6.3
	전문/기술대학	38	17.2
	대학(학사)	141	63.8
	대학원(석사이상)	27	12.2
결혼유무	미혼	132	59.7
	기혼	89	40.3
가정의 월평균 소득	100만원 미만	36	16.3
	100~200만원 미만	72	32.6
	200~300만원 미만	71	32.1
	300~400만원 미만	22	10.0
	400~500만원 미만	13	5.9
	500만원 미만 이상	7	3.2
계		221	100.0

총 221명 중 연령별로는 26~30세와 31~35세가 29.4%로 가장 많았으며, 다음으로 20~25세 20.8%, 36~40세 13.1%, 41~45세 3.2% 순으로 나타났다. 직업별로는 사무직이 40.3%로 가장 높은 분포를 보였으며, 다음으로 학생 19.0%, 자영업 16.7%, 서비스직 9.0%, 기타 8.1%, 전업주부 6.8% 순이었다. 최종학력별로는 대졸이 63.8%로 절반 이상을 차지하였으며, 다음으로 전문/기술대학 17.2%, 대학원 12.2%, 고등학교 6.3%이었다. 가정의 월평균 소득별로는 100~200만원 미만 32.6%로 가장 많았으며, 다음으로 200~300만원 미만 32.1%, 100만원 미만 16.3%, 300~400만원 미만 10.0%, 400~500만원 미만 5.9%, 500만원 이상 3.2% 순으로 나타났다.

4.2. 아로마 에센셜 오일의 인지도 및 지식

4.2.1 아로마 에센셜 오일의 인지도

1) 연구대상자 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일의 인지도 차이 검증
아로마 에센셜 오일에 대한 여성들의 인지도에 대해 살펴본 결과는 <표 7>과 같이 5점 만점 중 전체 평균이 2.94로, 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 인지도가 보통 수준인 것으로 나타났다.

연령별로는 20~25세인 여성이 아로마 에센셜 오일에 대해 가장 잘 알고 있었고, 31~35세인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대해 모르고 있었으나 연령에 따른 유의미한 차이는 없었다. 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대해 잘 알고 있었고, 자영업/서비스직에 종사하는 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대해 모르고 있었으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일에 대해 잘 알고 있었으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($F=16.88$, $p<.001$).

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대해 잘 알고 있었으며, 결혼 여부에 따라 유의미한 차이를 보였다($t=2.01$, $p<.05$). 가정의 월평균 소득별로는 300만원 이상인 여성이 아로마 에센셜 오일에 대

해 가장 잘 알고 있었고, 200~300만원 미만인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대해 모르고 있었으며, 가정의 월평균 소득에 따라 유의미한 차이를 보였다($F=3.04$, $p<.05$).

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 인지도가 보통 수준이었으며, 학력이 높은 여성일수록, 미혼 여성, 그리고 가정의 월평균 소득이 300만원 이상인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대해 잘 알고 있었다.

<표 7> 연구대상자 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일의 인지도 차이 검증

구 분		N	Mean	SD	t(F)	p
연 령	20~25세	46	3.13	0.98	1.16	0.325
	26~30세	65	3.00	0.90		
	31~35세	65	2.82	0.95		
	36세 이상	45	2.84	1.11		
직 업	학생	42	3.19	0.89	1.57	0.197
	사무직	89	2.97	0.87		
	자영업/서비스직	57	2.79	1.10		
	주부/기타	33	2.82	1.10		
최종학력	전문대졸 이하	53	2.62	1.00	16.88***	0.000
	대학(학사)	141	2.89	0.86		
	대학원(석사이상)	27	3.85	0.99		
결혼여부	미혼	132	3.05	0.89	2.01*	0.046
	기혼	89	2.78	1.07		
월평균 소득	100만원 미만	36	2.83	0.85	3.04*	0.030
	100~200만원 미만	72	3.08	0.95		
	200~300만원 미만	71	2.70	0.92		
	300만원 이상	42	3.19	1.15		
계		221	2.94	0.98		

* $p<.05$, *** $p<.001$

2) 아로마 에센셜 오일을 알게된 경로

여성들이 아로마 에센셜 오일에 대해 알게 된 경로에 대해 살펴본 결과는 <표 8>와 같다.

<표8>에서 보는 바와 같이 아로마 에센셜 오일을 가족/친구/동료를 통해 알게 된 여성이 38.2%로 가장 많았으며, 다음으로 피부관리실 또는 병원 34.9%, 인터넷 13.8%, 매스미디어 6.6%, 아로마 전문숍 5.3%, 아로마 교육 프로그램을 통해서 1.3% 순으로 나타났다. 따라서 아로마 에센셜 오일을 가족/친구/동료를 통해 알게 된 여성이 가장 많음을 알 수 있다.

<표 8> 아로마 에센셜 오일을 알게 된 경로

구 분	빈도(명)	백분율(%)
피부관리실 또는 병원	53	34.9
가족/친구/동료	58	38.2
아로마 교육프로그램을 통해서	2	1.3
아로마 전문샵	8	5.3
인터넷	21	13.8
매스미디어(방송/신문/잡지)	10	6.6
계	152	100.0

4.2.2 아로마 에센셜 오일의 지식도

1) 아로마 에센셜 오일의 지식수준

여성들의 아로마 에센셜 오일에 대한 지식 수준에 대하여 살펴본 결과는 <표 9>와 같다.

아로마 에센셜오일에 대한 지식을 묻는 문항 중에 정답률이 ‘아로마 에센셜 오일은 건강한 피부를 유지하기 위해서 도움이 된다고 생각한다’가 83.7%로 가장 높았고, 다음으로 아로마 에센셜 오일은 심리적 안정에 효과적이다 82.4%, 아로마 에센셜 오일이 식물의 꽃이나 열매 뿐 아니라 잎이나 뿌리 등

에서도 추출한다 75.1%, 아로마 에센셜 오일은 개개인의 심리상태에 따라 각기 다른 작용과 영향을 미친다 73.8%, 아로마 에센셜 오일은 향균 작용에 효과적이다 70.6% 순으로 나타났으며, ‘아로마 에센셜 오일은 상처를 치유하는데 효과적이다’가 12.7%로 가장 낮았다.

<표 9> 아로마 에센셜 오일의 지식수준

구 분	정답(%)	오답(%)
아로마 에센셜 오일이 식물의 꽃이나 열매 뿐 아니라 잎이나 뿌리 등에서도 추출한다	166(75.1)	55(24.9)
아로마 에센셜 오일은 식물의 100% 순수 정유를 말한다	106(48.0)	115(52.0)
아로마 에센셜 오일은 원액을 그대로 사용해도 된다	42(19.0)	179(81.0)
아로마 에센셜 오일은 병의 색에 관계없이 보관할 수 있다	115(52.0)	106(48.0)
아로마 에센셜 오일이 햇빛, 열, 산소, 습기 등에 약하므로 보관 시 주의해야 한다	129(58.4)	92(41.6)
아로마 에센셜 오일은 고농축 오일이므로 다른 오일들과 희석해서 사용해야 효과적이다	85(38.5)	136(61.5)
아로마 에센셜 오일은 피부와 점막을 자극하므로 사용시 주의해야 한다	88(39.8)	133(60.2)
아로마 에센셜 오일은 심리적 안정에 효과적이다	182(82.4)	39(17.6)
아로마 에센셜 오일은 향균 작용에 효과적이다	156(70.6)	65(29.4)
아로마 에센셜 오일은 개개인의 심리상태에 따라 각기 다른 작용과 영향을 미친다	163(73.8)	58(26.2)
아로마 에센셜 오일은 상처를 치유하는데 효과적이다	28(12.7)	193(87.3)
아로마 에센셜 오일은 건강한 피부를 유지하기 위해서 도움이 된다고 생각한다	185(83.7)	36(16.3)

2) 연구대상자의 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일의 지식 차이 검증

아로마 에센셜 오일에 대한 여성들의 지식 정도에 대하여 살펴본 결과는 <표 10>과 같이 12점 만점 중 전체 평균이 6.54로, 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 그다지 높지 않은 것으로 나타났다.

연령별로는 26~30세인 여성이 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 가장 높았고, 31세 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 낮았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 직업별로는 학생이 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 가장 높았고, 주부/기타 직업에 종사하는

여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 낮았으나 유의미한 차이는 아니었다. 최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 높았으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다 ($F=10.30$, $p<.001$).

<표 10> 연구대상자의 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일의 지식 차이 검증

	구 분	N	Mean	SD	t(F)	p
연 령	20~25세	46	6.72	2.54	1.57	0.197
	26~30세	65	7.02	2.38		
	31~35세	65	6.18	2.28		
	36세 이상	45	6.18	3.04		
직 업	학생	42	6.98	2.16	0.68	0.564
	사무직	89	6.56	2.38		
	자영업/서비스직	57	6.37	2.78		
	주부/기타	33	6.21	2.99		
최종학력	전문대졸 이하	53	5.54	3.06	10.30***	0.000
	대학(학사)	141	6.60	2.33		
	대학원(석사이상)	27	8.15	1.43		
결혼여부	미혼	132	6.80	2.30	1.90	0.059
	기혼	89	6.14	2.83		
월평균 소득	100만원 미만	36	6.75	2.66	1.09	0.355
	100~200만원 미만	72	6.68	2.28		
	200~300만원 미만	71	6.10	2.69		
	300만원 이상	42	6.86	2.60		
	계	221	6.54	2.54		

*** $p<.001$

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 높았으나 결혼 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다. 가정의 월평균 소득별로는 300만원 이상인 여성이 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 가장

높았고, 200~300만원 미만인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 낮았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 그다지 높지 않았으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 높았다.

4.3. 아로마 에센셜 오일의 이용현황

4.3.1. 아로마 에센셜 오일 사용 경험과 사용하지 않는 이유

1) 연구대상자의 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일 사용 경험 유무의 차이 검증

여성들이 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 있는지 대해 살펴본 결과는 <표 11>과 같이 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 있는 여성이 83.3%로 대부분을 차지하였으며, 그렇지 않은 여성은 16.7%로 비교적 적은 것으로 나타났다.

연령별로는 26~30세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 많았고, 36세 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 없었으나 유의미한 차이는 아니었다. 직업별로는 사무직인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 많았고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 없었으나 직업에 따른 유의미한 차이는 없었다. 최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 많았으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=12.23$, $p<.01$).

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 많았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 가정의 월평균 소득별로는 100만원 미만과 300만원 이상인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 없었고, 100~200만원 미만인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 많았으나 유의미한 차이는 아니었다.

이상과 같이 대부분의 여성들이 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 있었으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 많았다.

<표 11> 연구대상자의 일반적 특성에 따른 아로마 에센셜 오일 사용 경험 유무의 차이 검증

구 분		예	아니오	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	37 (80.4)	9 (19.6)	46 (20.8)	3.93 (3)	0.269
	26~30세	58 (89.2)	7 (10.8)	65 (29.4)		
	31~35세	55 (84.6)	10 (15.4)	65 (29.4)		
	36세 이상	34 (75.6)	11 (24.4)	45 (20.4)		
직 업	학생	36 (85.7)	6 (14.3)	42 (19.0)	4.30 (3)	0.231
	사무직	78 (87.6)	11 (12.4)	89 (40.3)		
	자영업/서비스직	46 (80.7)	11 (19.3)	57 (25.8)		
	주부/기타	24 (72.7)	9 (27.3)	33 (14.9)		
최종학력	전문대졸 이하	36 (67.9)	17 (32.1)	53 (24.0)	12.23** (2)	0.002
	대학(학사)	123 (87.2)	18 (12.8)	141 (63.8)		
	대학원(석사이상)	25 (92.6)	2 (7.4)	27 (12.2)		
결혼여부	미혼	115 (87.1)	17 (12.9)	132 (59.7)	3.51 (1)	0.061
	기혼	69 (77.5)	20 (22.5)	89 (40.3)		
월평균 소득	100만원 미만	27 (80.6)	7 (19.4)	36 (16.3)	0.77 (3)	0.856
	100~200만원 미만	62 (86.1)	10 (13.9)	72 (32.6)		
	200~300만원 미만	59 (83.1)	12 (16.9)	71 (32.1)		
	300만원 이상	34 (81.0)	8 (19.0)	42 (19.0)		
계		184 (83.3)	37 (16.7)	221 (100.0)		

** p<.01

2) 아로마 에센셜 오일을 사용하고 있지 않는 이유

여성들이 아로마 에센셜 오일을 사용하고 있지 않은 이유에 대해 살펴본 결과는 <표 12>와 같다.

<표 12> 아로마 에센셜 오일을 사용하고 있지 않는 이유

구 분	빈도(명)	백분율(%)
가격이 비싸서	3	8.1
아로마 에센셜 오일을 잘 몰라서	22	59.5
효과가 없을 것 같아서	4	10.8
구입하기가 불편해서	1	2.7
기타	7	18.9
계	37	100.0

<표 12>에서 보는 바와 같이 아로마 에센셜 오일을 잘 몰라서 아로마 에센셜 오일을 사용하고 있지 않은 여성이 59.5%로 가장 많았으며, 다음으로 기타 18.9%, 효과가 없을 것 같아서 10.8%, 가격이 비싸서 8.1%, 구입하기가 불편해서 2.7% 순으로 나타났다. 따라서 아로마 에센셜 오일을 잘 몰라서 아로마 에센셜 오일을 사용하고 있지 않은 여성이 가장 많음을 알 수 있다.

4.3.2. 아로마 에센셜 오일 이용 현황

1) 아로마 에센셜 오일 이용기간

아로마 에센셜 오일을 이용한 기간에 대해 살펴본 결과는 <표 13>과 같이 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용한 여성이 32.6%로 가장 많았으며, 다음으로 1~2년 미만 26.6%, 6개월 미만 22.8%, 2년 이상 17.9% 순으로 나타났다.

연령별로는 20~25세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용하였고, 26~30세인 여성은 다른 여성보다 6개월 미만 이용하였으나 연령에 따른 유의미한 차이는 없었다. 직업별로는 학생이 다른 여성

보다 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용하였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 1~2년 미만 이용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

<표 13> 아로마 에센셜 오일 이용기간

구 분		6개월 미만	6개월~1년 미만	1~2년 미만	2년 이상	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	8 (21.6)	16 (43.2)	7 (18.9)	6 (16.2)	37 (20.1)	6.30 (9)	0.709
	26~30세	17 (29.3)	16 (27.6)	17 (29.3)	8 (13.8)	58 (31.5)		
	31~35세	10 (18.2)	19 (34.5)	15 (27.3)	11 (20.0)	55 (29.9)		
	36세 이상	7 (20.6)	9 (26.5)	10 (29.4)	8 (23.5)	34 (18.5)		
직 업	학생	8 (22.2)	15 (41.7)	7 (19.4)	6 (16.7)	36 (19.6)	10.00 (9)	0.351
	사무직	18 (23.1)	28 (35.9)	19 (24.4)	13 (16.7)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	9 (19.6)	15 (32.6)	15 (32.6)	7 (15.2)	46 (25.0)		
	주부/기타	7 (29.2)	2 (8.3)	8 (33.3)	7 (29.2)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	13 (36.1)	10 (27.8)	9 (25.0)	4 (11.1)	36 (19.6)	27.07*** (6)	0.000
	대학(학사)	25 (20.3)	45 (36.6)	37 (30.1)	16 (13.0)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	4 (16.0)	5 (20.0)	3 (12.0)	13 (52.0)	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	26 (22.6)	43 (37.4)	29 (25.2)	17 (14.8)	115 (62.5)	4.09 (3)	0.252
	기혼	16 (23.2)	17 (24.6)	20 (29.0)	16 (23.2)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	6 (20.7)	12 (41.4)	6 (20.7)	5 (17.2)	29 (15.8)	10.40 (9)	0.319
	100~200만원 미만	17 (27.4)	20 (32.3)	17 (27.4)	8 (12.9)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	10 (16.9)	23 (39.0)	16 (27.1)	10 (16.9)	59 (32.1)		
	300만원 이상	9 (26.5)	5 (14.7)	10 (29.4)	10 (29.4)	34 (18.5)		
계		42 (22.8)	60 (32.6)	49 (26.6)	33 (17.9)	184 (100.0)		

*** p<.001

최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용하였고, 학력이 높은 여성일수록 2년 이상 이용하였으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=27.07$, $p<.001$). 결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 1~2년 미만 이용하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 가정의 월평균 소득별로는 100만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용하였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 2년 이상 이용하였으나 가정의 월평균 소득에 따른 유의미한 차이는 없었다.

이상과 같이 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용한 여성이 가장 많았으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 오랜 기간 동안 이용하였다.

2) 아로마 에센셜 오일 평균 사용 횟수

여성들이 아로마 에센셜 오일을 평균적으로 사용하는 횟수에 대해 살펴본 결과는 <표 14>와 같이 아로마 에센셜 오일을 평균적으로 주 1회 사용하는 여성이 40.8%로 가장 많았으며, 다음으로 월 1회 23.9%, 주 2회 16.3%, 매일 9.2%, 주 3회 5.4%, 기타 4.3% 순으로 나타났다.

연령별로는 20~25세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 평균적으로 주 1회 사용하였고, 26~30세인 여성은 다른 여성보다 주 2회 사용하였으며, 연령에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=26.16$, $p<.05$). 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 평균적으로 주 1회 사용하였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 주 3회 사용하였으며, 직업에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=43.08$, $p<.001$). 최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 평균적으로 주 1회 사용하였고, 대학원 이상 여성은 다른 여성보다 월 1회 사용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 평균적으로 주 1회 사용하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 주 2회 사용하였으며,

결혼 여부에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=14.51$, $p<.05$). 가정의 월평균 소득별로는 100만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 평균적으로 월 1회 사용하였고, 200~300만원 미만인 여성은 다른 여성보다 주 1회 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다.

<표 14> 아로마 에센셜 오일 평균 사용 횟수

구 분		매일	주 1회	주 2회	주 3회	월 1회	기타	계	χ^2 (df)	p
연령	20~25세	1 (2.7)	17 (45.9)	2 (5.4)	—	16 (43.2)	1 (2.7)	37 (20.1)	26.16* (15)	0.036
	26~30세	6 (10.3)	24 (41.4)	13 (22.4)	2 (3.4)	12 (20.7)	1 (1.7)	58 (31.5)		
	31~35세	5 (9.1)	23 (41.8)	12 (21.8)	4 (7.3)	8 (14.5)	3 (5.5)	55 (29.9)		
	36세 이상	5 (14.7)	11 (32.4)	3 (8.8)	4 (11.8)	8 (23.5)	3 (8.8)	34 (18.5)		
직업	학생	—	17 (47.2)	2 (5.6)	—	16 (44.4)	1 (2.8)	36 (19.6)	43.08*** (15)	0.000
	사무직	6 (7.7)	33 (42.3)	16 (20.5)	3 (3.8)	16 (20.5)	4 (5.1)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	7 (15.2)	21 (45.7)	7 (15.2)	1 (2.2)	8 (17.4)	2 (4.3)	46 (25.0)		
	주부/기타	4 (16.7)	4 (16.7)	5 (20.8)	6 (25.0)	4 (16.7)	1 (4.2)	24 (13.0)		
최종 학력	전문대졸 이하	6 (16.7)	13 (36.1)	3 (8.3)	4 (11.1)	8 (22.2)	2 (5.6)	36 (19.6)	16.88 (10)	0.077
	대학(학사)	9 (7.3)	57 (46.3)	23 (18.7)	4 (3.3)	25 (20.3)	5 (4.1)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	2 (8.0)	5 (20.0)	4 (16.0)	2 (8.0)	11 (44.0)	1 (4.0)	25 (13.6)		
결혼 여부	미혼	10 (8.7)	54 (47.0)	16 (13.9)	2 (1.7)	30 (26.1)	3 (2.6)	115 (62.5)	14.51* (5)	0.013
	기혼	7 (10.1)	21 (30.4)	14 (20.3)	8 (11.6)	14 (20.3)	5 (7.2)	69 (37.5)		
월 평균 소득	100만원 미만	1 (3.4)	13 (44.8)	2 (6.9)	1 (3.4)	12 (41.4)	—	29 (15.8)	23.23 (15)	0.079
	100~200만원 미만	9 (14.5)	26 (41.9)	11 (17.7)	2 (3.2)	13 (21.0)	1 (1.6)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	4 (6.8)	28 (47.5)	10 (16.9)	3 (5.1)	11 (18.6)	3 (5.1)	59 (32.1)		
	300만원 이상	3 (8.8)	8 (23.5)	7 (20.6)	4 (11.8)	8 (23.5)	4 (11.8)	34 (18.5)		
계		17 (9.2)	75 (40.8)	30 (16.3)	10 (5.4)	44 (23.9)	8 (4.3)	184 (100.0)		

* $p<.05$, *** $p<.001$

이상과 같이 아로마 에센셜 오일을 평균적으로 주1회 사용하는 여성이 가장 많았으며, 연령이 20~25세인 여성과 학생, 그리고 미혼 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 자주 사용하였다.

3) 아로마 에센셜 오일 구입장소

여성들이 아로마 에센셜 오일을 구입하는 장소에 대하여 살펴본 결과는 <표 15>과 같이 아로마 에센셜 오일을 아로마 전문샵에서 구입하는 여성이 42.9%로 가장 많았으며, 다음으로 인터넷 쇼핑몰 27.2%, 피부관리실 23.4%, 기타 6.5% 순으로 나타났다.

연령별로는 31~35세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 아로마 전문샵에서 많이 구입하였고, 36세 이상인 여성은 다른 여성보다 피부관리실에서 많이 구입하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 직업별로는 사무직 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 아로마 전문샵에서 많이 구입하였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 인터넷 쇼핑몰에서 많이 구입하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 아로마 전문샵에서 많이 구입하였고, 학력이 낮은 여성일수록 인터넷 쇼핑몰에서 많이 구입하였으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=12.73$, $p<.05$).

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 아로마 전문샵과 인터넷 쇼핑몰에서 많이 구입하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 피부관리실에서 많이 구입하였으나 결혼 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다. 가정의 월평균 소득별로는 100~200만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 인터넷 쇼핑몰에서 많이 구입하였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 전문샵에서 많이 구입하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

<표 15> 아로마 에센셜 오일 구입장소

구	분	아로마 전문샵	인터넷 쇼핑몰	피부관리실	기타	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	18 (48.6)	10 (27.0)	6 (16.2)	3 (8.1)	37 (20.1)	9.01 (9)	0.436
	26~30세	21 (36.2)	19 (32.8)	13 (22.4)	5 (8.6)	58 (31.5)		
	31~35세	28 (50.9)	14 (25.5)	11 (20.0)	2 (3.6)	55 (29.9)		
	36세 이상	12 (35.3)	7 (20.6)	13 (38.2)	2 (5.9)	34 (18.5)		
직 업	학생	17 (47.2)	10 (27.8)	6 (16.7)	3 (8.3)	36 (19.6)	5.74 (9)	0.765
	사무직	38 (48.7)	17 (21.8)	19 (24.4)	4 (5.1)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	16 (34.8)	14 (30.4)	13 (28.3)	3 (6.5)	46 (25.0)		
	주부/기타	8 (33.3)	9 (37.5)	5 (20.8)	2 (8.3)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	10 (27.8)	11 (30.6)	11 (30.6)	4 (11.1)	36 (19.6)	12.73* (6)	0.047
	대학(학사)	53 (43.1)	37 (30.1)	25 (20.3)	8 (6.5)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	16 (64.0)	2 (8.0)	7 (28.0)	—	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	53 (46.1)	33 (28.7)	21 (18.3)	8 (7.0)	115 (62.5)	4.49 (3)	0.214
	기혼	26 (37.7)	17 (24.6)	22 (31.9)	4 (5.8)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	14 (48.3)	8 (27.6)	4 (13.8)	3 (10.3)	29 (15.8)	5.43 (9)	0.795
	100~200만원 미만	22 (35.5)	20 (32.3)	16 (25.8)	4 (6.5)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	26 (44.1)	16 (27.1)	14 (26.7)	3 (5.1)	59 (32.1)		
	300만원 이상	17 (50.0)	6 (17.6)	9 (26.5)	2 (5.9)	34 (18.5)		
계		79 (42.9)	50 (27.2)	43 (23.4)	12 (6.5)	184 (100.0)		

* $p < .05$

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일을 아로마 전문샵에서 가장 많이 구입하였으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 아로마 전문샵에서 많이 구입하였다.

4) 아로마 에센셜 오일 선택 시 고려 사항

여성들이 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 고려하는 점에 대해 살펴본 결과는 <표 16>와 같이 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 효능과 효과를 고려하는 여성이 44.0%로 가장 많았으며, 다음으로 에센셜 오일의 향기 31.5%, 에센셜 오일의 가격 12.5%, 구입의 편리성 9.8%, 에센셜 오일의 안전성 2.2% 순으로 나타났다.

연령별로는 20~25세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 향기를 많이 고려하였고, 연령이 많은 여성일수록 에센셜 오일의 효능과 효과를 많이 고려하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 향기를 많이 고려하였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 에센셜 오일의 효능과 효과를 많이 고려하였으나 직업에 따른 유의미한 차이는 없었다. 최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 향기를 많이 고려하였고, 대학원 이상인 여성은 다른 여성보다 에센셜 오일의 효능과 효과를 많이 고려하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 향기를 많이 고려하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 에센셜 오일의 효능과 효과를 많이 고려하였으며, 결혼 여부에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=10.58$, $p<.05$). 가정의 월평균 소득별로는 200만원 이상인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 효능과 효과를 많이 고려하였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 에센셜 오일의 향기를 많이 고려하였으나 유의미한 차이는 아니었다.

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 효능과 효과를 가장 많이 고려하였으며, 기혼 여성이 미혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 효능과 효과를 많이 고려하였다.

<표 16> 아로마 에센셜 오일 선택 시 고려 사항

구분		에센셜 오일의 향기	에센셜 오일의 효능과 효과	에센셜 오일의 가격	에센셜 오일의 안전성	구입의 편리성	계	χ^2 (df)	p
연령	20~25세	13 (35.1)	9 (24.3)	9 (24.3)	1 (2.7)	5 (13.5)	37 (20.1)	14.58 (12)	0.265
	26~30세	18 (31.0)	27 (46.6)	4 (6.9)	1 (1.7)	8 (13.8)	58 (31.5)		
	31~35세	19 (34.5)	26 (47.3)	6 (10.9)	1 (1.8)	3 (5.5)	55 (29.9)		
	36세 이상	8 (23.5)	19 (55.9)	4 (11.8)	1 (2.9)	2 (5.9)	34 (18.5)		
직업	학생	13 (36.1)	9 (25.0)	8 (22.2)	1 (2.8)	5 (13.9)	36 (19.6)	14.41 (12)	0.275
	사무직	27 (34.6)	34 (43.6)	6 (7.7)	2 (2.6)	9 (11.5)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	13 (28.3)	23 (50.0)	7 (15.2)	1 (2.2)	2 (4.3)	46 (25.0)		
	주부/기타	5 (20.8)	15 (62.5)	2 (8.3)	—	2 (8.3)	24 (13.0)		
최종 학력	전문대졸 이하	9 (25.0)	18 (50.0)	6 (16.7)	—	3 (8.3)	36 (19.6)	13.94 (8)	0.083
	대학(학사)	39 (31.7)	50 (40.7)	17 (13.8)	2 (1.6)	15 (12.2)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	10 (40.0)	13 (52.0)	—	2 (8.0)	—	25 (13.6)		
결혼 여부	미혼	39 (33.9)	42 (36.5)	16 (13.9)	2 (1.7)	16 (13.9)	115 (62.5)	10.58* (4)	0.032
	기혼	19 (27.5)	39 (56.5)	7 (10.1)	2 (2.9)	2 (2.9)	69 (37.5)		
월 평균 소득	100만원 미만	10 (34.5)	8 (27.6)	6 (20.7)	—	5 (17.2)	29 (15.8)	16.82 (12)	0.156
	100~200만원 미만	17 (27.4)	26 (41.9)	8 (12.9)	2 (3.2)	9 (14.5)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	19 (32.2)	30 (50.8)	6 (10.2)	—	4 (6.8)	59 (32.1)		
	300만원 이상	12 (35.3)	17 (50.0)	3 (8.8)	2 (5.9)	—	34 (18.5)		
계		58 (31.5)	81 (44.0)	23 (12.5)	4 (2.2)	18 (9.8)	184 (100.0)		

* p<.05

5) 아로마 에센셜 오일 가격대에 대한 인식

아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 여성들의 인식에 대해 살펴본 결과는 <표 17>과 같이 7점 만점 중 전체 평균이 5.17로, 여성들은 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하는 것으로 나타났다.

연령별로는 20~25세와 36세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하였고, 31~35세인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸지 않다고 인식하였으며, 연령에 따라 유의미한 차이를 보였다($F=4.70$, $p<.01$). 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하였고, 사무직 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸지 않다고 인식하였으며, 직업에 따라 유의미한 차이를 보였다($F=3.09$, $p<.05$).

최종학력별로는 전문대졸 이하 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하였고, 대졸 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸지 않다고 인식하였으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($F=5.05$, $p<.01$). 결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 가정의 월평균 소득별로는 100만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸지 않다고 인식하였으나 유의미한 차이는 아니었다.

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하였으며, 연령이 20~25세와 36세 이상인 여성과 학생, 그리고 전문대졸 이하인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하였다.

<표 17> 아로마 에센셜 오일 가격대에 대한 인식

	구 분	N	Mean	SD	t(F)	p
연 령	20~25세	37	5.38	0.68	4.70**	0.003
	26~30세	58	5.19	0.71		
	31~35세	55	4.89	0.63		
	36세 이상	34	5.38	0.92		
직 업	학생	36	5.39	0.69	3.09*	0.028
	사무직	78	5.00	0.62		
	자영업/서비스직	46	5.20	0.78		
	주부/기타	24	5.38	1.01		
최종학력	전문대졸 이하	36	5.47	0.97	5.05**	0.007
	대학(학사)	126	5.05	0.58		
	대학원(석사이상)	25	5.32	0.99		
결혼여부	미혼	115	5.18	0.72	0.20	0.839
	기혼	69	5.16	0.80		
월평균 소득	100만원 미만	29	5.28	0.59	0.55	0.649
	100~200만원 미만	62	5.15	0.76		
	200~300만원 미만	59	5.22	0.62		
	300만원 이상	34	5.06	1.01		
	계	184	5.17	0.75		

* $p < .05$, ** $p < .01$

6) 아로마 에센셜 오일의 구입경로

여성들이 아로마 에센셜 오일을 구입하는 경로에 대하여 살펴본 결과는 <표 18>와 같이 아로마 에센셜 오일을 본인이 직접 구입하는 여성이 45.1%로 가장 많았으며, 다음으로 전문가의 추천 38.0%, 가족/동료의 추천 14.7%,

기타 2.2% 순으로 나타났다.

연령별로는 31~35세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 전문가의 추천을 통해 많이 구입하였고, 31세 이상인 여성은 다른 여성보다 본인이 직접 많이 구입하였으나 연령에 따른 유의미한 차이는 없었다. 직업별로는 자영업/서비스직에 종사하는 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 전문가의 추천을 통해 많이 구입하였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 본인이 직접 많이 구입하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 본인이 직접 많이 구입하였고, 대학원 이상 여성은 다른 여성보다 전문가의 추천을 통해 많이 구입하였으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=13.11$, $p<.05$).

결혼 여부별로는 미혼 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 가족/동료의 추천을 통해 많이 구입하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 본인이 직접 또는 전문가의 추천을 통해 많이 구입하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 가정이 월평균 소득별로는 200~300만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 본인이 직접 많이 구입하였고, 가정의 월평균 소득이 많은 여성일수록 전문가의 추천을 통해 많이 구입하였으나 가정의 월평균 소득에 따른 유의미한 차이는 없었다.

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일을 본인이 직접 가장 많이 구입하였으며, 학력이 대학원 이상인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 전문가의 추천을 통해 많이 구입하였다.

<표 18> 아로마 에센셜 오일의 구입경로

구	분	본인이 직접	가족/동료 의 추천	전문가의 추천	기타	계	χ^2 (df)	p
연 령	20 ~ 25세	16 (43.2)	7 (18.9)	14 (37.8)	—	37 (20.1)	5.82 (9)	0.758
	26 ~ 30세	25 (43.1)	11 (19.0)	21 (36.2)	1 (1.7)	58 (31.5)		
	31 ~ 35세	26 (47.3)	6 (10.9)	22 (40.0)	1 (1.8)	55 (29.9)		
	36세 이상	16 (47.1)	3 (8.8)	13 (38.2)	2 (5.9)	34 (18.5)		
직 업	학생	15 (41.7)	7 (19.4)	14 (38.9)	—	36 (19.6)	8.68 (9)	0.467
	사무직	35 (44.9)	10 (12.8)	31 (39.7)	2 (2.6)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	20 (43.5)	7 (15.2)	19 (41.3)	—	46 (25.0)		
	주부/기타	13 (54.2)	3 (12.5)	6 (25.0)	2 (8.3)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	17 (47.2)	5 (13.9)	13 (36.1)	1 (2.8)	36 (19.6)	13.11* (6)	0.041
	대학(학사)	62 (50.4)	18 (14.6)	40 (32.5)	3 (2.4)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	4 (16.0)	4 (16.0)	17 (68.0)	—	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	51 (44.3)	20 (17.4)	42 (36.5)	2 (1.7)	115 (62.5)	2.04 (3)	0.565
	기혼	32 (46.4)	7 (10.1)	28 (40.6)	2 (2.9)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	13 (44.8)	7 (24.1)	9 (31.0)	—	29 (15.8)	11.04 (9)	0.273
	100 ~ 200만원 미만	27 (43.5)	10 (16.1)	22 (35.5)	3 (4.8)	62 (33.7)		
	200 ~ 300만원 미만	31 (52.5)	7 (11.9)	21 (35.6)	—	59 (32.1)		
	300만원 이상	12 (35.3)	3 (8.8)	18 (52.9)	1 (2.9)	34 (18.5)		
계		83 (45.1)	27 (14.7)	70 (38.0)	4 (2.2)	184 (100.0)		

* $p < .05$

7) 아로마 에센셜 오일 사용 이유

여성들이 아로마 에센셜 오일을 사용하는 이유에 대하여 살펴본 결과는 <표 19>와 같이 아로마 에센셜 오일을 스트레스 완화를 위해 사용하는 여성이 37.5%로 가장 많았으며, 다음으로 문제성 피부관리 35.3%, 근육이완 15.8%, 기타 11.4% 순으로 나타났다.

연령별로는 20~25세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 스트레스 완화를 위해 많이 사용하였고, 31~35세인 여성은 다른 여성보다 문제성 피부관리를 위해 많이 사용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 스트레스 완화를 위해 많이 사용하였고, 자영업과 서비스직에 종사하는 여성은 다른 여성보다 문제성 피부관리를 위해 많이 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 문제성 피부관리를 위해 많이 사용하였고, 대학원 이상 여성은 다른 여성보다 스트레스 완화를 위해 많이 사용하였으나 최종학력에 따른 유의미한 차이는 없었다.

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 문제성 피부관리와 스트레스 완화를 위해 많이 사용하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 근육이완을 위해 많이 사용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 가정의 월평균 소득별로는 100만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 스트레스 완화를 위해 많이 사용하였고, 200~300만원 미만인 여성은 다른 여성보다 문제성 피부관리를 위해 많이 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다.

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일을 스트레스 완화를 위해 가장 많이 사용하였으며, 연령과 직업, 최종학력, 결혼 여부, 그리고 가정의 월평균 소득별로는 별다른 차이를 보이지 않았다.

<표 19> 아로마 에센셜 오일 사용 이유

구 분		문제성 피부관리	근육이완	스트레스 완화	기타	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	10 (27.0)	4 (10.8)	20 (54.1)	3 (8.1)	37 (20.1)	12.37 (9)	0.193
	26~30세	21 (36.2)	11 (19.0)	17 (29.3)	9 (15.5)	58 (31.5)		
	31~35세	23 (41.8)	11 (20.0)	18 (32.7)	3 (5.5)	55 (29.9)		
	36세 이상	11 (32.4)	3 (8.8)	14 (41.2)	6 (17.6)	34 (18.5)		
직 업	학생	10 (27.8)	4 (11.1)	19 (52.8)	3 (8.3)	36 (19.6)	7.86 (9)	0.549
	사무직	28 (35.9)	16 (20.5)	25 (32.1)	9 (11.5)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	20 (43.5)	6 (13.0)	15 (32.6)	5 (10.9)	46 (25.0)		
	주부/기타	7 (29.2)	3 (12.5)	10 (41.7)	4 (16.7)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	12 (33.3)	5 (13.9)	14 (38.9)	5 (13.9)	36 (19.6)	2.98 (6)	0.811
	대학(학사)	45 (36.6)	18 (14.6)	45 (36.6)	15 (12.2)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	8 (32.0)	6 (24.0)	10 (40.0)	1 (4.0)	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	41 (35.7)	17 (14.8)	44 (38.3)	13 (11.3)	115 (62.5)	0.25 (3)	0.970
	기혼	24 (34.8)	12 (17.4)	25 (36.2)	8 (11.6)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	8 (27.6)	5 (17.2)	13 (44.8)	3 (10.3)	29 (15.8)	2.86 (9)	0.970
	100~200만원 미만	21 (33.9)	11 (17.7)	23 (37.1)	7 (11.3)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	24 (40.7)	8 (13.6)	19 (32.2)	8 (13.6)	59 (32.1)		
	300만원 이상	12 (35.3)	5 (14.7)	14 (41.2)	3 (8.8)	34 (18.5)		
계		65 (35.3)	29 (15.8)	69 (37.5)	21 (11.4)	184 (100.0)		

8) 아로마 에센셜 오일 사용도

여성들이 아로마 에센셜 오일을 사용하는 용도에 대하여 살펴본 결과는 <표 20>과 같이 아로마 에센셜 오일을 슬리밍에 사용하는 여성이 32.1%로 가장 많았으며, 다음으로 안면용품 31.0%, 방향제 25.5%, 기타 7.6%, 목욕용품 3.8% 순으로 나타났다.

연령별로는 연령이 많은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 안면용품으로 많이 사용하였고, 31~35세인 여성은 다른 여성보다 슬리밍에 많이 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 직업별로는 사무직 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 슬리밍에 많이 사용하였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 안면용품으로 많이 사용하였으나 직업에 따른 유의미한 차이는 없었다. 최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 슬리밍에 많이 사용하였고, 대학원 이상 여성은 다른 여성보다 방향제로 많이 사용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 방향제로 많이 사용하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 안면용품과 슬리밍에 많이 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 가정의 월평균 소득별로는 200~300만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 안면용품과 슬리밍에 많이 사용하였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 방향제로 많이 사용하였으나 가정의 월평균 소득에 따른 유의미한 차이는 없었다.

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일을 슬리밍에 가장 많이 사용하였으며, 연령과 직업, 최종학력, 결혼 여부, 그리고 가정의 월평균 소득별로는 별다른 차이를 보이지 않았다.

<표 20> 아로마 에센셜 오일 사용도

구 분		안면용품	방향제	목욕용품	슬리밍	기타	계	χ^2 (df)	p
연령	20~25세	8 (21.6)	14 (37.8)	2 (5.4)	12 (32.4)	1 (2.7)	37 (20.1)	20.00 (12)	0.067
	26~30세	17 (29.3)	14 (24.1)	—	19 (32.8)	8 (13.8)	58 (31.5)		
	31~35세	17 (30.9)	10 (18.2)	2 (3.6)	21 (38.2)	5 (9.1)	55 (29.9)		
	36세 이상	15 (44.1)	9 (26.5)	3 (8.8)	7 (20.3)	—	34 (18.5)		
직업	학생	8 (22.2)	13 (26.1)	2 (5.6)	12 (33.3)	1 (2.8)	36 (19.6)	19.54 (12)	0.076
	사무직	22 (28.2)	16 (20.5)	2 (2.6)	29 (37.2)	9 (11.5)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	16 (34.8)	12 (26.1)	—	14 (30.4)	4 (8.7)	46 (25.0)		
	주부/기타	11 (45.8)	6 (25.0)	3 (12.5)	4 (16.7)	—	24 (13.0)		
최종 학력	전문대졸 이하	11 (30.6)	10 (27.8)	2 (5.6)	11 (30.6)	2 (5.6)	36 (19.6)	6.69 (8)	0.571
	대학(학사)	38 (30.9)	27 (22.0)	4 (3.3)	42 (34.1)	12 (9.8)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	8 (32.0)	10 (40.0)	1 (4.0)	6 (24.0)	—	25 (13.6)		
결혼 여부	미혼	34 (29.6)	31 (27.0)	3 (2.6)	35 (30.4)	12 (10.4)	115 (62.5)	5.06 (4)	0.281
	기혼	23 (33.3)	16 (23.2)	4 (5.8)	24 (34.8)	2 (2.9)	69 (37.5)		
월 평균 소득	100만원 미만	7 (24.1)	9 (31.0)	—	12 (41.4)	1 (3.4)	29 (15.8)	17.02 (12)	0.149
	100~200만원 미만	19 (30.6)	15 (24.2)	5 (8.1)	16 (25.8)	7 (11.3)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	21 (35.6)	11 (18.6)	—	21 (32.6)	6 (10.2)	59 (32.1)		
	300만원 이상	10 (29.4)	12 (35.3)	2 (5.9)	10 (29.4)	—	34 (18.5)		
계		57 (31.0)	47 (25.5)	7 (3.8)	59 (32.1)	14 (7.6)	184 (100.0)		

9) 아로마 에센셜 오일 사용하는 신체부위

여성들이 아로마 에센셜 오일을 주로 사용하는 신체부위에 대해 살펴본 결과는 <표 21>과 같다.

<표 21> 아로마 에센셜 오일을 사용하는 신체부위

(복수응답)

구	분	빈도(명)	백분율(%)
	얼굴	56	29.0
	등	15	7.8
	복부	5	2.6
	팔/다리	40	20.7
	전신	22	11.4
	기타	55	28.5
	계	193	100.0

<표 21>에서 보는 바와 같이 아로마 에센셜 오일을 주로 얼굴에 사용하는 여성이 29.0%로 가장 많았으며, 다음으로 기타(발관리, 손관리, 둔부) 28.5%, 팔/다리 20.7%, 전신 11.4%, 등 7.8%, 복부 2.6% 순으로 나타났다. 따라서 여성들은 아로마 에센셜 오일을 얼굴에 가장 많이 사용하고 있음을 알 수 있다.

10) 아로마 에센셜 오일 사용 방법

여성들이 아로마 에센셜 오일을 사용하는 방법에 대하여 살펴본 결과는 <표 22>과 같이 아로마 에센셜 오일을 발향법을 통해 사용하는 여성이 33.2%로 가장 많았으며, 다음으로 아로마 제품제작 28.8%, 마사지 23.9%, 스포법 10.3%, 수욕법 3.8% 순으로 나타났다.

연령별로는 31~35세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 아로마 제품제작을 통해 많이 사용하였고, 연령이 적은 여성일수록 발향법을 통해 많이 사용하였으나 연령에 따른 유의미한 차이는 없었다. 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 발향법을 통해 많이 사용하였고, 주부와 기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 아로마 제품제작을 통해 많이 사용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 최종학력별로는 전문대졸 이하인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 마사지를 통해

많이 사용하였고, 대학원 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 제품제작과 발향법을 통해 많이 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다.

<표 22> 아로마 에센셜 오일 사용 방법

구	분	수욕법	습포법	마사지	아로마 제품제작	발향법	계	χ^2 (df)	p
연령	20~25세	3 (8.1)	1 (2.7)	8 (21.6)	9 (24.3)	16 (43.2)	37 (20.1)	18.92 (12)	0.090
	26~30세	1 (1.7)	7 (12.1)	14 (24.1)	15 (25.9)	21 (36.2)	58 (31.5)		
	31~35세	3 (5.5)	9 (16.4)	8 (14.5)	19 (34.5)	16 (29.1)	55 (29.9)		
	36세 이상	—	2 (5.9)	14 (41.2)	10 (29.4)	8 (23.5)	34 (18.5)		
직업	학생	2 (5.6)	1 (2.8)	8 (22.2)	9 (25.0)	16 (44.4)	36 (19.6)	16.03 (12)	0.190
	사무직	3 (3.8)	14 (17.9)	15 (19.2)	22 (28.2)	24 (30.8)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	—	2 (4.3)	15 (32.6)	14 (30.4)	15 (32.6)	46 (25.0)		
	주부/기타	2 (8.3)	2 (8.3)	6 (25.0)	8 (33.3)	6 (25.0)	24 (13.0)		
최종 학력	전문대졸 이하	2 (5.6)	1 (2.8)	15 (41.7)	6 (16.7)	12 (33.3)	36 (19.6)	14.54 (8)	0.069
	대학(학사)	5 (4.1)	17 (13.8)	23 (18.7)	39 (31.7)	39 (31.7)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	—	1 (4.0)	6 (24.0)	8 (32.0)	10 (40.0)	25 (13.6)		
결혼 여부	미혼	5 (4.3)	12 (10.4)	23 (20.0)	32 (27.8)	43 (37.4)	115 (62.5)	3.97 (4)	0.410
	기혼	2 (2.9)	7 (10.1)	21 (30.4)	21 (30.4)	18 (26.1)	69 (37.5)		
월 평균 소득	100만원 미만	2 (6.9)	1 (3.4)	9 (31.0)	6 (20.7)	11 (37.9)	29 (15.8)	19.53 (12)	0.077
	100~200만원 미만	4 (6.5)	6 (9.7)	15 (24.2)	16 (25.8)	21 (33.9)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	1 (1.7)	11 (18.6)	10 (16.9)	23 (39.0)	14 (23.7)	59 (32.1)		
	300만원 이상	—	1 (2.9)	10 (29.4)	8 (23.5)	15 (44.1)	34 (18.5)		
	계	7 (3.8)	19 (10.3)	44 (23.9)	53 (28.8)	61 (33.2)	184 (100.0)		

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 발향법을 통해 많이 사용하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 마사지와 아로마 제품 제작을 통해 많이 사용하였으나 결혼 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다.

가정의 월평균 소득별로는 200~300만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 아로마 제품제조를 통해 많이 사용하였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 발향법을 통해 많이 사용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일을 발향법을 통해 가장 많이 사용하였으며, 연령과 직업, 최종학력, 결혼 여부, 그리고 가정의 월평균 소득별로는 별다른 차이를 보이지 않았다.

11) 아로마 에센셜 오일 이용 제품 제작 경험과 제작 제품 종류

(1) 아로마 에센셜 오일 이용 제품 제작 경험 유무

여성들이 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험인지는 살펴본 결과는 <표 23>와 같이 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 없는 여성이 66.3%로 있는 여성 33.7%보다 많은 것으로 나타났다.

연령별로는 26~30세와 31~35세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 많았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 직업별로는 사무직 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 없었고, 주부와 기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 많았으나 유의미한 차이는 아니었다. 최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 많았으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=21.52$, $p<.001$).

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 많았으나 결혼 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다. 가정의 월평균 소득별로는 가정의 월평균 소득이 많은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 많았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

<표 23> 아로마 에센셜 오일 이용 제품 제작 경험 유무

구	분	있다	없다	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	12 (32.4)	25 (67.6)	37 (20.1)	0.09 (3)	0.993
	26~30세	20 (34.5)	38 (65.5)	58 (31.5)		
	31~35세	19 (34.5)	36 (65.5)	55 (29.9)		
	36세 이상	11 (32.4)	23 (67.6)	34 (18.5)		
직 업	학생	12 (33.3)	24 (66.7)	36 (19.6)	1.91 (3)	0.592
	사무직	24 (30.8)	54 (69.2)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	15 (32.6)	31 (67.4)	46 (25.0)		
	주부/기타	11 (45.8)	13 (54.2)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	6 (16.7)	30 (83.3)	36 (19.6)	21.52*** (2)	0.000
	대학(학사)	38 (30.9)	85 (69.1)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	18 (72.0)	7 (28.0)	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	37 (32.2)	78 (67.8)	115 (62.5)	0.32 (1)	0.573
	기혼	25 (36.2)	44 (63.8)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	7 (24.1)	22 (75.9)	29 (15.8)	5.84 (3)	0.120
	100~200만원 미만	18 (29.0)	44 (71.0)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	20 (33.9)	39 (66.1)	59 (32.1)		
	300만원 이상	17 (50.0)	17 (50.0)	34 (18.5)		
계		62 (33.7)	122 (66.3)	184 (100.0)		

*** p<.001

이상과 같이 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 없는 여성이 있는 여성보다 많았으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 이용하여 직접 제품을 만들어 본 경험이 많았다.

(2) 아로마 에센셜 오일 이용 제작 제품 종류

여성들이 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품 종류에 대해 살펴본

결과는 <표 24>과 같다.

<표 24> 아로마 에센셜 오일 이용 제작 제품 종류

구	분	빈도(명)	백분율(%)
	화장품	9	14.5
	목욕용품	3	4.8
	천연비누	20	32.3
	방향제	30	48.4
	계	62	100.0

<표 25>에서 보는 바와 같이 아로마 에센셜 오일을 이용하여 방향제를 만든 여성이 48.4%로 가장 많았으며, 다음으로 천연비누 32.3%, 화장품 14.5%, 목욕용품 4.8% 순으로 나타났다. 따라서 여성들은 아로마 에센셜 오일을 이용하여 방향제를 가장 많이 만들었음을 알 수 있다.

12) 사용하는 아로마 에센셜 오일 종류

여성들이 많이 사용하는 아로마 에센셜 오일 종류에 대해 살펴본 결과는 <표 25>과 같이 아로마 에센셜 오일을 2~3종류 사용하는 여성이 59.2%로 가장 많았으며, 다음으로 1종류 32.1%, 4종류 이상 8.7% 순으로 나타났다.

연령별로는 20~25세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 1종류 사용하였고, 26~30세인 여성은 다른 여성보다 2~3종류 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 1종류 사용하였고, 주부와 기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 2~3종류 사용하였으나 직업에 따른 유의미한 차이는 없었다. 최종학력별로는 대졸인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 2~3종류 사용하였고, 대학원 이상인 여성은 다른 여성보다 4종류 이상 사용하였으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=14.79$, $p<.01$).

<표 25> 사용하는 아로마 에센셜 오일 종류

구 분		1종류	2~3종류	4종류 이상	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	16 (43.2)	20 (54.1)	1 (2.7)	37 (20.1)	8.39 (6)	0.211
	26~30세	17 (29.3)	38 (65.5)	3 (5.2)	58 (31.5)		
	31~35세	16 (29.1)	33 (60.0)	6 (10.9)	55 (29.9)		
	36세 이상	10 (29.4)	18 (52.9)	6 (17.6)	34 (18.5)		
직 업	학생	16 (44.4)	20 (55.6)	—	36 (19.6)	10.86 (6)	0.093
	사무직	25 (32.1)	48 (61.5)	5 (6.4)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	12 (26.1)	26 (56.5)	8 (17.4)	46 (25.0)		
	주부/기타	6 (25.0)	15 (62.5)	3 (12.5)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	11 (30.6)	18 (50.0)	7 (19.4)	36 (19.6)	14.79** (4)	0.005
	대학(학사)	43 (35.0)	76 (61.8)	4 (3.3)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	5 (20.0)	15 (60.0)	5 (20.0)	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	40 (34.8)	69 (60.0)	6 (5.2)	115 (62.5)	5.00 (2)	0.082
	기혼	19 (27.5)	40 (58.0)	10 (14.5)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	11 (37.9)	17 (58.6)	1 (3.4)	29 (15.8)	18.77** (6)	0.005
	100~200만원 미만	25 (40.3)	31 (50.0)	6 (9.7)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	16 (27.1)	42 (71.2)	1 (1.7)	59 (32.1)		
	300만원 이상	7 (20.6)	19 (55.9)	8 (23.5)	34 (18.5)		
계		59 (32.1)	109 (59.2)	16 (8.7)	184 (100.0)		

** p<.01

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 2~3종류 사용하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 4종류 이상 사용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 가정의 월평균 소득별로는 100~200만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 1종류 사용하였고, 200~300만원 미만인 여성은 다른 여성보다 2~3종류 사용하였으며, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 4종류 이상 사용하였고, 가정의 월평균 소득

에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=18.77$, $p<.01$).

이상과 같이 아로마 에센셜 오일을 2~3종류 사용하는 여성이 가장 많았으며, 대학원 이상인 여성과 가정의 월평균 소득이 300만원 이상인 여성이 다른 여성보다 많은 종류의 아로마 에센셜 오일을 사용하였다.

13) 아로마 에센셜 오일 사용 형태

여성들이 아로마 에센셜 오일을 사용하는 형태에 대하여 살펴본 결과는 <표 26>와 같이 아로마 에센셜 오일을 블랜딩 오일 형태로 사용하는 여성이 34.8%로 가장 많았으며, 다음으로 100% 에센셜 오일 30.4%, 아로마제품 28.3%, 원액을 구입해서 블랜딩 6.5% 순으로 나타났다.

연령별로는 31~35세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 블랜딩 오일 형태로 많이 사용하였고, 36세 이상인 여성은 다른 여성보다 100% 에센셜 오일 형태로 많이 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 직업별로는 사무직 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 블랜딩 오일 형태로 많이 사용하였고, 자영업/서비스직에 종사하는 여성은 다른 여성보다 100% 에센셜 오일 형태로 많이 사용하였으나 직업에 따른 유의미한 차이는 없었다. 최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 블랜딩 오일 형태로 많이 사용하였고, 대학원 이상인 여성은 다른 여성보다 100% 에센셜 오일 형태로 많이 사용하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 100% 에센셜 오일 형태와 블랜딩 오일 형태로 많이 사용하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 아로마제품 형태로 많이 사용하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 가정이 월평균 소득별로는 100만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 100% 에센셜 오일 형태로 많이 사용하였고, 200~300만원 미만인 여성은 다른 여성보다 블랜딩 오일 형태로 많이 사용하였으나 가정의 월평균 소득에 따른 유의미한 차이는 없었다.

<표 26> 아로마 에센셜 오일 사용 형태

구 분	100% 에센셜 오일	블렌딩 오일	원액을 구입해서 블렌딩	아로마 제품	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	13 (35.1)	11 (29.7)	5 (13.5)	8 (21.6)	37 (20.1)	7.97 (9) 0.537
	26~30세	17 (29.3)	21 (36.2)	4 (6.9)	16 (27.6)	58 (31.5)	
	31~35세	13 (23.6)	22 (40.0)	2 (3.6)	18 (32.7)	55 (29.9)	
	36세 이상	13 (38.2)	10 (29.4)	1 (2.9)	10 (29.4)	34 (18.5)	
직 업	학생	13 (36.1)	11 (30.6)	4 (11.1)	8 (22.2)	36 (19.6)	11.07 (9) 0.271
	사무직	20 (25.6)	34 (43.6)	3 (3.8)	21 (26.9)	78 (42.4)	
	자영업/서비스직	17 (37.0)	14 (30.4)	2 (4.3)	13 (28.3)	46 (25.0)	
	주부/기타	6 (25.0)	5 (20.8)	3 (12.5)	10 (41.7)	24 (13.0)	
최종학력	전문대졸 이하	12 (33.3)	11 (30.6)	3 (8.3)	10 (27.8)	36 (19.6)	4.18 (6) 0.653
	대학(학사)	33 (26.8)	47 (38.2)	7 (5.7)	36 (29.3)	123 (66.8)	
	대학원(석사이상)	11 (44.0)	6 (24.0)	2 (8.0)	6 (24.0)	25 (13.6)	
결혼여부	미혼	36 (31.3)	41 (35.7)	8 (7.0)	30 (26.1)	115 (62.5)	0.75 (3) 0.863
	기혼	20 (29.0)	26 (33.3)	4 (5.8)	22 (31.9)	69 (37.5)	
월평균 소득	100만원 미만	12 (41.4)	9 (31.0)	2 (6.9)	6 (20.7)	29 (15.8)	9.50 (9) 0.392
	100~200만원 미만	17 (27.4)	22 (35.5)	6 (9.7)	17 (27.4)	62 (33.7)	
	200~300만원 미만	14 (23.7)	26 (44.1)	2 (3.4)	17 (28.8)	59 (32.1)	
	300만원 이상	13 (38.2)	7 (20.6)	2 (5.9)	12 (35.3)	34 (18.5)	
계		56 (30.4)	64 (34.8)	12 (6.5)	52 (28.3)	184 (100.0)	

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일을 블렌딩 오일 형태로 가장 많이 사용하였으며, 연령과 직업, 최종학력, 결혼 여부, 그리고 가정의 월평균 소득별로는 별다른 차이를 보이지 않았다.

14) 아로마 에센셜 오일 이용 시 선호하는 오일과 오일 선택 기준

(1) 아로마 에센셜 오일 이용 시 선호하는 오일

① 가장 선호하는 오일

여성들이 아로마 에센셜 오일 이용 시 가장 선호하는 오일에 대해 살펴본 결과는 <표 27>과 같이 아로마 에센셜 오일 이용 시 라벤더 오일을 선호하는 여성이 36.4%로 가장 많았으며, 다음으로 기타 20.1%, 레몬 16.3%, 로즈마리 10.9%, 페퍼민트 7.1%, 일랑일랑 6.5%, 로즈 5.4% 순으로 나타났다.

연령별로는 26~30세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 이용 시 라벤더 오일을 많이 선호하였고, 연령이 적은 여성일수록 레몬 오일을 많이 선호하였으나 연령에 따른 유의미한 차이는 없었다. 직업별로는 사무직과 자영업/서비스직 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 이용 시 라벤더 오일을 많이 선호하였고, 자영업/서비스직 여성은 다른 여성보다 레몬 오일을 많이 선호하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 이용 시 레몬 오일을 많이 선호하였고, 대학원 이상인 여성은 다른 여성보다 라벤더 오일을 많이 선호하였으나 유의미한 차이는 아니었다.

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일 이용 시 레몬 오일을 많이 선호하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 라벤더 오일을 많이 선호하였으나 결혼 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다. 가정의 월평균 소득별로는 100만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 이용 시 레몬 오일을 많이 선호하였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 라벤더 오일을 많이 선호하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

<표 27> 아로마 에센셜 오일 이용 시 가장 선호하는 오일

구	분	라벤더	일랑 일랑	레몬	페퍼 민트	로즈	로즈 마리	기타	계	χ^2 (df)	p
연령	20~25세	13 (35.1)	2 (5.4)	6 (16.2)	2 (5.4)	2 (5.4)	3 (8.1)	9 (24.3)	37 (20.1)	7.25 (18)	0.988
	26~30세	25 (43.1)	3 (5.2)	9 (15.5)	3 (5.2)	2 (3.4)	7 (12.1)	9 (15.5)	58 (31.5)		
	31~35세	16 (29.1)	5 (9.1)	7 (12.7)	6 (10.9)	4 (7.3)	6 (10.9)	11 (20.0)	55 (29.9)		
	36세 이상	13 (38.2)	2 (5.9)	3 (8.8)	2 (5.9)	2 (5.9)	4 (11.8)	8 (23.5)	34 (18.5)		
직업	학생	13 (36.1)	2 (5.6)	6 (16.7)	2 (5.6)	2 (5.6)	3 (8.3)	8 (22.2)	36 (19.6)	14.51 (18)	0.695
	사무직	29 (37.2)	5 (6.4)	11 (14.1)	6 (7.7)	6 (7.7)	10 (12.8)	11 (14.1)	78 (42.4)		
	자영업/ 서비스직	17 (37.0)	2 (4.3)	8 (17.4)	3 (6.5)	1 (2.2)	6 (13.0)	9 (19.6)	46 (25.0)		
	주부/기타	8 (33.3)	3 (12.5)	—	2 (8.3)	1 (4.2)	1 (4.2)	9 (37.5)	24 (13.0)		
최종 학력	전문대졸 이하	13 (36.1)	3 (8.3)	5 (13.9)	3 (8.3)	—	3 (8.3)	9 (25.0)	36 (19.6)	20.90 (12)	0.052
	대학(학사)	39 (31.7)	9 (7.3)	19 (15.4)	9 (7.3)	10 (8.1)	17 (13.8)	20 (16.3)	123 (66.8)		
	대학원	15 (60.0)	—	1 (4.0)	1 (4.0)	—	—	8 (32.0)	25 (13.6)		
결혼 여부	미혼	38 (33.0)	10 (8.7)	19 (16.5)	6 (5.2)	6 (5.2)	12 (10.4)	24 (20.9)	115 (62.5)	6.77 (6)	0.342
	기혼	29 (42.0)	2 (2.9)	6 (8.7)	7 (10.1)	4 (5.8)	8 (11.6)	13 (18.8)	69 (37.5)		
월 평균 소득	100만원 미만	10 (34.5)	1 (3.4)	5 (17.2)	2 (6.9)	1 (3.4)	2 (6.9)	8 (27.6)	29 (15.8)	16.09 (18)	0.586
	100~200만원 미만	23 (37.1)	5 (8.1)	9 (14.5)	4 (6.5)	4 (6.5)	7 (11.3)	10 (16.1)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	15 (25.4)	5 (8.5)	9 (15.3)	7 (11.9)	3 (5.1)	8 (13.6)	12 (20.3)	59 (32.1)		
	300만원 이상	19 (55.9)	1 (2.9)	2 (5.9)	—	2 (5.9)	3 (8.8)	7 (20.6)	34 (18.5)		
계		67 (36.4)	12 (6.5)	25 (16.3)	13 (7.1)	10 (5.4)	20 (10.9)	37 (20.1)	184 (100.0)		

② 아로마 에센셜 오일 이용 시 선호하는 오일

여성들이 아로마 에센셜 오일 이용 시 선호하는 오일에 대해 살펴본 결과는 <표 28>와 같다.

<표 28> 아로마 에센셜 오일 이용 시 선호하는 오일

(복수응답)

구 분	빈도(명)	백분율(%)
라벤더	117	21.2
티트리	20	3.6
카모마일	9	1.6
일랑일랑	63	11.4
샌달우드	5	0.9
자스민	28	5.1
제라늄	16	2.9
레몬	64	11.6
페퍼민트	43	7.8
클라리 세이지	6	1.1
로즈	61	11.1
로즈마리	78	14.1
쥬니퍼베리	2	0.4
버가못	5	0.9
유칼립투스	10	1.8
그레이프후룻	3	0.5
오렌지	9	1.6
네놀이	2	0.4
파인	2	0.4
프랑킨센스	3	0.5
시더우드	2	0.4
사이프러스	1	0.2
기타	3	0.5
계	552	100.0

<표 28>에서 보는 바와 같이 아로마 에센셜 오일 이용 시 라벤더 오일을 선호하는 여성이 21.2%로 가장 많았으며, 다음으로 로즈마리 14.1%, 레몬 11.6%, 레몬 11.6%, 일랑일랑 11.4%, 로즈 11.1%, 자스민 5.1% 순으로 나

타났다. 따라서 여성들은 아로마 에센셜 오일 이용 시 라벤더 오일을 가장 선호하고 있음을 알 수 있다.

(2) 가장 선호하는 오일 선택 기준

여성들이 가장 선호하는 오일을 선택하는 기준에 대하여 살펴본 결과는 <표 29>과 같다.

<표 29> 가장 선호하는 오일 선택 기준

구 분	향이 좋아서	효능/효과	나에게 맞는 아로마 선택	기타	계	χ^2 (df)	p
라벤더	30 (44.8)	19 (28.4)	15 (22.4)	3 (4.5)	67 (36.4)	16.39 (18)	0.565
일랑일랑	4 (33.3)	3 (25.0)	3 (25.0)	2 (16.7)	12 (6.5)		
레몬	12 (48.0)	11 (44.0)	1 (4.0)	1 (4.0)	25 (13.6)		
페퍼민트	4 (30.8)	6 (46.2)	2 (15.4)	1 (7.7)	13 (7.1)		
로즈	5 (50.0)	4 (40.0)	1 (10.0)	—	10 (5.4)		
로즈마리	9 (45.0)	8 (40.0)	3 (15.0)	—	20 (10.9)		
기타	21 (56.8)	8 (21.6)	5 (13.5)	3 (8.1)	37 (20.1)		
계	85 (46.2)	59 (32.1)	30 (16.3)	10 (5.4)	184 (100.0)		

<표29>에서 보는 바와 같이 레몬 오일을 선호하는 여성이 다른 오일을 선호하는 여성보다 효능·효과 때문에 레몬 오일을 많이 선호하였고, 로즈 오일을 선호하는 여성은 다른 오일을 선호하는 여성보다 향이 좋아서 로즈 오일을 많이 선호하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 따라서 여성들은 오일 종류에 따른 차이 없이 향이 좋아서 특정 오일을 선호하고 있음을 알 수 있다.

15) 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식 인지도

여성들이 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식을 알고 있는지 살펴본 결과는 <표 30>과 같이 5점 만점 중 전체 평균이 3.17로, 여성들은 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 그다지 잘 알고 있지 않은 것으로 나타났다.

<표 30> 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식 인지도

	구 분	N	Mean	SD	t(F)	p
연 령	20~25세	37	3.30	0.97	0.54	0.653
	26~30세	58	3.07	0.90		
	31~35세	55	3.16	0.76		
	36세 이상	34	3.21	0.88		
직 업	학생	36	3.28	0.97	0.85	0.476
	사무직	78	3.05	0.74		
	자영업/서비스직	46	3.24	0.92		
	주부/기타	24	3.25	0.99		
최종학력	전문대졸 이하	36	2.89	0.71	9.47***	0.000
	대학(학사)	126	3.12	0.82		
	대학원(석사이상)	25	3.80	1.04		
결혼여부	미혼	115	3.16	0.91	-0.24	0.810
	기혼	69	3.19	0.79		
월평균 소득	100만원 미만	29	3.34	1.11	1.14	0.335
	100~200만원 미만	62	3.02	0.75		
	200~300만원 미만	59	3.20	0.78		
	300만원 이상	34	3.24	0.96		
	계	184	3.17	0.87		

*** p<.001

연령별로는 20~25세인 여성이 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 가장 잘 알고 있었고, 26~30세인 여성은 다른 여성보다 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 잘 알고 있지 않았으나 유의미한 차이는 아니었다. 직업별로는 주부/기타 직업에 종사하는 여성이 다른 여성보다 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 잘 알고 있었고, 사무직 여성은 다른 여성보다 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 잘 알고 있지 않았으나 직업에 따른 유의미한 차이는 없었다.

최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 잘 알고 있었으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($F=9.47$, $p<.001$). 결혼 여부별로는 기혼 여성이 미혼 여성보다 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 잘 알고 있었으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 가정의 월평균 소득별로는 100만원 미만인 여성이 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 가장 잘 알고 있었고, 100~200만원 미만인 여성은 다른 여성보다 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 잘 알고 있지 않았으나 유의미한 차이는 아니었다.

이상과 같이 여성들은 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 그다지 잘 알고 있지 않았으며, 학력이 높은 여성일수록 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 잘 알고 있었다.

16) 아로마 에센셜 오일 제품의 우수성

(1) 일반 제품 대비 아로마 에센셜 오일 제품의 우수성

여성들은 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하는지 살펴본 결과는 <표 31>과 같이 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하는 여성이 47.8%로 그렇지 않다고 인식하는 여성 33.3%보다 많았으나 보통이다에 48.9%로 비교적 높은 분포를 보였다.

<표 31> 일반 제품 대비 아로마 에센셜 오일 제품의 우수성

구 분		그렇다	보통	그렇지 않다	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	18 (48.6)	18 (48.6)	1 (2.7)	37 (20.1)	13.86* (6)	0.031
	26~30세	22 (37.9)	32 (55.2)	4 (6.9)	58 (31.5)		
	31~35세	24 (43.6)	31 (56.4)	—	55 (29.9)		
	36세 이상	24 (70.6)	9 (26.5)	1 (2.9)	34 (18.5)		
직 업	학생	17 (47.2)	18 (50.0)	1 (2.8)	36 (19.6)	9.60 (6)	0.143
	사무직	36 (46.2)	52 (53.8)	—	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	20 (43.5)	23 (50.0)	3 (6.5)	46 (25.0)		
	주부/기타	15 (62.5)	7 (29.2)	2 (8.3)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	17 (47.2)	14 (38.9)	5 (13.9)	36 (19.6)	21.36*** (4)	0.000
	대학(학사)	55 (44.7)	68 (55.3)	—	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	16 (64.0)	8 (32.0)	1 (4.0)	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	52 (45.2)	59 (51.3)	4 (3.5)	115 (62.5)	0.84 (2)	0.657
	기혼	36 (52.2)	31 (44.9)	2 (2.9)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	17 (58.6)	12 (41.4)	—	29 (15.8)	11.25 (6)	0.081
	100~200만원 미만	26 (41.9)	33 (53.2)	3 (4.8)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	23 (39.0)	35 (59.3)	1 (1.7)	59 (32.1)		
	300만원 이상	22 (64.7)	10 (29.4)	2 (5.9)	34 (18.5)		
계		88 (47.8)	90 (48.9)	6 (3.3)	184 (100.0)		

* p<.05, *** p<.001

연령별로는 31~35세인 여성이 다른 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였고, 36세 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하였으며, 연령에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=13.86$, $p<.05$). 직업별로는 사무직 여성이 다른 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하였으나 유의미한 차이는 아니었다.

최종학력별로는 대졸인 여성이 다른 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였고, 대학원 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하였으며, 최종학력에 따라 유의미한 차이를 보였다($\chi^2=21.36$, $p<.001$). 결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하였으나 최종학력에 따른 유의미한 차이는 없었다. 가정의 월평균 소득별로는 200~300만원 미만인 여성이 다른 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하는 여성이 그렇지 않다고 인식하는 여성보다 많았으며, 연령이 36세 이상인 여성과 대학원 이상인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하였다.

(2) 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 더 좋다고 생각하는 이유

여성들이 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 더 좋다고 인식하는 이유에 대해 살펴본 결과는 <표 32>과 같다.

<표 32> 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 더 좋다고 생각하는 이유

구 분	빈도(명)	백분율(%)
순순한 향	27	30.7
신체 기능의 향상	28	31.8
화학물질이 아닌 천연물질	21	23.9
보습기능의 우수성	10	11.4
기타	2	2.3
계	88	100.0

<표 32>에서 보는 바와 같이 신체 기능의 향상 때문에 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하는 여성이 31.8%로 가장 많았으며, 다음으로 순순한 향 30.7%, 화학물질이 아닌 천연물질 23.9%, 보습기능의 우수성 11.4%, 기타 2.3% 순으로 나타났다. 따라서 신체 기능의 향상 때문에 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 인식하는 여성이 가장 많음을 알 수 있다.

(3) 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 좋지 않다고 생각하는 이유

여성들이 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 일반 제품보다 좋지 않다고 인식하는 이유에 대해 살펴본 결과는 <표 33>와 같다.

<표 33> 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 좋지 않다고 생각 하는 이유

구 분	빈도(명)	백분율(%)
향의 지속력이 떨어져서	1	16.7
피부트러블 등의 부작용	1	16.7
별다른 효과가 없어서	1	16.7
구입의 어려움	1	16.7
기타	2	33.3
계	6	100.0

<표 33>에서 보는 바와 같이 향의 지속력이 떨어져서와 피부트러블 등의 부작용, 별다른 효과가 없어서, 구입의 어려움 때문에 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 일반 제품보다 좋지 않다고 인식하는 여성이 각각 16.7%이었으며, 기타에 33.3% 순으로 나타났다.

17) 아로마 에센셜 오일 사용 후 만족도

여성들의 아로마 에센셜 오일 사용에 대한 만족도에 대해 살펴본 결과는 <표 34>과 같이 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하는 여성이 78.3%로 대부분을 차지하였으며, 보통인 여성은 21.7%로 나타났다.

연령별로는 20~25세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하였고, 26~30세인 여성은 다른 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였으나 유의미한 차이는 아니었다. 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였으나 직업에 따른 유의미한 차이는 없었다. 최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하였고, 학력이 낮은 여성일수록 보통이다에 높은 분포를 보였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였으나 유의미한 차이는 아니었다. 가정의 월평균 소득별로는 200~300만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하였고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 보통이다에 높은 분포를 보였으나 가정의 월평균 소득에 따른 유의미한 차이는 없었다.

이상과 같이 대부분의 여성들이 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하였으며, 연령과 직업, 최종학력, 결혼 여부, 그리고 가정의 월평균 소득별로는 별다른 차이를 보이지 않았다.

<표 34> 아로마 에센셜 오일 사용 후 만족도

구 분		만족한다	보통이다	계	χ^2 (df)	p
연 령	20 ~ 25세	31 (83.8)	6 (16.2)	37 (20.1)	1.69 (3)	0.638
	26 ~ 30세	43 (74.1)	15 (25.9)	58 (31.5)		
	31 ~ 35세	42 (76.4)	43 (23.6)	55 (29.9)		
	36세 이상	28 (82.4)	6 (17.6)	34 (18.5)		
직 업	학생	30 (83.3)	6 (16.7)	36 (19.6)	1.52 (3)	0.678
	사무직	62 (79.5)	16 (20.5)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	35 (76.1)	11 (23.9)	46 (25.0)		
	주부/기타	17 (70.8)	7 (29.2)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	24 (66.7)	12 (33.3)	36 (19.6)	4.38 (2)	0.112
	대학(학사)	98 (79.7)	25 (20.3)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	22 (88.0)	3 (12.0)	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	91 (79.1)	24 (20.9)	115 (62.5)	0.14 (1)	0.712
	기혼	53 (76.8)	16 (23.2)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	23 (79.3)	6 (20.7)	29 (15.8)	3.09 (3)	0.378
	100 ~ 200만원 미만	49 (79.0)	13 (21.0)	62 (33.7)		
	200 ~ 300만원 미만	49 (83.1)	10 (16.9)	59 (32.1)		
	300만원 이상	23 (67.6)	11 (32.4)	34 (18.5)		
계		144 (78.3)	40 (21.7)	184 (100.0)		

4.3.3. 향후 아로마 에센셜 오일 사용 및 추천과 개선 사항

1) 향후 아로마 에센셜 오일 사용 의향

여성들이 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용할 의향이 있는지 살펴본 결과는 <표 35>과 같이 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용할 의향이 있는 여성이 77.7%로 대부분을 차지하였으며, 그저 그렇다에 22.3%가 응답하였다.

연령별로는 연령이 많은 여성일수록 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용할 의향이 많았고, 연령이 적은 여성일수록 그저 그렇다에 높은 분포를 보였으나 연령에 따른 유의미한 차이는 없었다. 직업별로는 자영업/서비스직에 종사하는 여성이 다른 여성보다 그저 그렇다에 높은 분포를 보였고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용할 의향이 많았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

최종학력별로는 학력이 높은 여성일수록 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용할 의향이 많았고, 학력이 낮은 여성일수록 그저 그렇다에 높은 분포를 보였으나 유의미한 차이는 아니었다. 결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 그저 그렇다에 높은 분포를 보였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용할 의향이 많았으나 결혼 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다. 가정의 월평균 소득별로는 200~300만원 미만인 여성이 다른 여성보다 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용할 의향이 많았고, 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 그저 그렇다에 높은 분포를 보였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

이상과 같이 대부분의 여성들이 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용할 의향이 있었으며, 연령과 직업, 최종학력, 결혼 여부, 그리고 가정의 월평균 소득별로는 별다른 차이를 보이지 않았다.

<표 35> 향후 아로마 에센셜 오일 사용 의향

구 분		사용할 것이다	그저 그렇다	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	28 (75.7)	9 (24.3)	37 (20.1)	0.63 (3)	0.889
	26~30세	44 (75.9)	14 (24.1)	58 (31.5)		
	31~35세	43 (78.2)	12 (21.8)	55 (29.9)		
	36세 이상	28 (82.4)	6 (17.6)	34 (18.5)		
직 업	학생	27 (75.0)	9 (25.0)	36 (19.6)	1.96 (3)	0.581
	사무직	63 (80.8)	15 (19.2)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	33 (71.7)	13 (28.3)	46 (25.0)		
	주부/기타	20 (83.3)	4 (16.7)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	24 (66.7)	12 (33.3)	36 (19.6)	4.16 (2)	0.125
	대학(학사)	97 (78.9)	26 (21.1)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	22 (88.0)	3 (12.0)	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	89 (77.4)	26 (22.6)	115 (62.5)	0.02 (1)	0.891
	기혼	54 (78.3)	15 (21.7)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	22 (75.9)	7 (24.1)	29 (15.8)	1.50 (3)	0.682
	100~200만원 미만	47 (75.8)	15 (24.2)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	49 (83.1)	10 (16.9)	59 (32.1)		
	300만원 이상	25 (73.5)	9 (26.5)	34 (18.5)		
	계	143 (77.7)	41 (22.3)	184 (100.0)		

2) 아로마 에센셜 오일 추천 의향과 추천하고 싶지 않은 이유

(1) 아로마 에센셜 오일 추천 의향

여성들이 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 있는지 살펴본 결과는 <표 36>와 같이 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 있는 여성이 80.4%로 대부분을 차지하였으며, 그렇지 않은 여성은 19.6%

로 나타났다.

연령별로는 26~30세인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 없었고, 36세 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 많았으나 연령에 따른 유의미한 차이는 없었다. 직업별로는 학생이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 없었고, 주부/기타 직업에 종사하는 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 많았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 없었고, 대학원 이상 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 많았으나 유의미한 차이는 아니었다. 결혼 여부별로는 기혼 여성이 미혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 많았으나 결혼 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다. 가정의 월평균 소득별로는 100만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 없었고, 100~200만원 미만과 300만원 이상인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 많았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

이상과 같이 대부분의 여성들이 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 있었으며, 연령과 직업, 최종학력, 결혼 여부, 그리고 가정의 월평균 소득별로는 별다른 차이를 보이지 않았다.

<표 36> 아로마 에센셜 오일 추천 의향

구 분		예	아니오	계	χ^2 (df)	p
연 령	20~25세	26 (70.3)	11 (29.7)	37 (20.1)	5.30 (3)	0.151
	26~30세	48 (82.8)	10 (17.2)	58 (31.5)		
	31~35세	43 (78.2)	12 (21.8)	55 (29.9)		
	36세 이상	31 (91.2)	3 (8.8)	34 (18.5)		
직 업	학생	25 (69.4)	11 (30.6)	36 (19.6)	6.65 (3)	0.084
	사무직	64 (82.1)	14 (17.9)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	36 (78.3)	10 (21.7)	46 (25.0)		
	주부/기타	23 (95.8)	1 (4.2)	24 (13.0)		
최종학력	전문대졸 이하	30 (83.3)	6 (16.7)	36 (19.6)	0.59 (2)	0.745
	대학(학사)	97 (78.9)	26 (21.1)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	21 (84.0)	4 (16.0)	25 (13.6)		
결혼여부	미혼	91 (79.1)	24 (20.9)	115 (62.5)	0.33 (1)	0.565
	기혼	57 (82.6)	12 (17.4)	69 (37.5)		
월평균 소득	100만원 미만	20 (69.0)	9 (31.0)	29 (15.8)	4.17 (3)	0.244
	100~200만원 미만	53 (85.5)	9 (14.5)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	46 (78.0)	13 (22.0)	59 (32.1)		
	300만원 이상	29 (85.3)	5 (14.7)	34 (18.5)		
계		148 (80.4)	36 (19.6)	184 (100.0)		

(2) 아로마 에센셜 오일을 추천하고 싶지 않은 이유

여성들이 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 없는 이유에 대해 살펴본 결과는 <표 37>과 같다.

<표 37> 아로마 에센셜 오일을 추천하고 싶지 않은 이유

구 분	빈도(명)	백분율(%)
가격이 비싸서	9	25.0
정보와 지식이 부족해서	26	72.2
기타	1	2.8
계	36	100.0

<표 37>에서 보는 바와 같이 정보와 지식이 부족해서 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 없는 여성이 72.2%로 대부분을 차지하였으며, 다음으로 가격이 비싸서 25.0%, 기타 2.8% 순으로 나타났다. 따라서 대부분의 여성들이 정보와 지식이 부족해서 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 없음을 알 수 있다.

3) 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일의 개선사항

현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일의 개선할 점에 대해 여성들의 인식을 살펴본 결과는 <표 38>와 같이 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일은 합리적인 가격이 개선되어야 한다고 인식하는 여성이 42.9%로 가장 많았으며, 다음으로 효능/효과 강화 23.9%, 구입의 편리성 16.8%, 오일의 다양성과 기타 8.2% 순으로 나타났다.

연령별로는 연령이 많은 여성일수록 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일은 효능/효과 강화가 개선되어야 한다고 인식하였고, 20~25세인 여성은 다른 여성보다 합리적인 가격이 개선되어야 한다고 인식하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 직업별로는 학생이 다른 여성보다 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일은 합리적인 가격이 개선되어야 한다고 인식하였고, 자영업/서비스직에 종사하는 여성은 다른 여성보다 효능/효과 강화가 개선되어야 한다고 인식하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 최종학력별로는 대졸 여성이 다른 여성보다 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일은 합리적인 가격이 개선되어야 한다고 인식하였고, 대학원 이상인 여성은 다른 여

성보다 효능/효과 강화가 개선되어야 한다고 인식하였으나 최종학력에 따른 유의미한 차이는 없었다.

<표 38> 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일의 개선사항

구 분		효능/효과 강화	합리적인 가격	구입의 편리성	오일의 다양성	기타	계	χ^2 (df)	p
연령	20~25세	6 (16.2)	19 (51.4)	7 (18.9)	3 (8.1)	2 (5.4)	37 (20.1)	8.62 (12)	0.735
	26~30세	12 (20.7)	25 (43.1)	8 (13.8)	6 (10.3)	7 (12.1)	58 (31.5)		
	31~35세	15 (27.3)	25 (45.5)	8 (14.5)	3 (5.5)	4 (7.3)	55 (29.9)		
	36세 이상	11 (32.4)	10 (29.4)	8 (23.5)	3 (8.8)	2 (5.9)	34 (18.5)		
직업	학생	6 (16.7)	19 (52.8)	7 (19.4)	2 (5.6)	2 (5.6)	36 (19.6)	7.35 (12)	0.834
	사무직	17 (21.8)	35 (44.9)	14 (17.9)	5 (6.4)	7 (9.0)	78 (42.4)		
	자영업/서비스직	15 (32.6)	15 (32.6)	6 (13.0)	6 (13.0)	4 (8.7)	46 (25.0)		
	주부/기타	6 (25.0)	10 (41.7)	4 (16.7)	2 (8.3)	2 (8.3)	24 (13.0)		
최종 학력	전문대졸 이하	10 (27.8)	13 (36.1)	6 (16.7)	3 (8.3)	4 (11.1)	36 (19.6)	9.23 (8)	0.323
	대학(학사)	25 (20.3)	56 (45.5)	24 (19.5)	8 (6.5)	10 (8.1)	123 (66.8)		
	대학원(석사이상)	9 (36.0)	10 (40.0)	1 (4.0)	4 (16.0)	1 (4.0)	25 (13.6)		
결혼 여부	미혼	20 (17.4)	54 (47.0)	20 (17.4)	10 (8.7)	11 (9.6)	115 (62.5)	7.53 (4)	0.111
	기혼	24 (34.8)	25 (36.2)	11 (15.9)	5 (7.2)	4 (5.8)	69 (37.5)		
월 평균 소득	100만원 미만	4 (13.8)	14 (48.3)	6 (20.7)	3 (10.3)	2 (6.9)	29 (15.8)	14.74 (12)	0.256
	100~200만원 미만	10 (16.1)	32 (51.6)	11 (17.7)	4 (6.5)	5 (8.1)	62 (33.7)		
	200~300만원 미만	16 (27.1)	21 (35.6)	11 (18.6)	4 (6.8)	7 (11.9)	59 (32.1)		
	300만원 이상	14 (41.2)	12 (35.3)	3 (8.8)	4 (11.8)	1 (2.9)	34 (18.5)		
	계	44 (23.9)	79 (42.9)	31 (16.8)	15 (8.2)	15 (8.2)	184 (100.0)		

결혼 여부별로는 미혼 여성이 기혼 여성보다 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일은 합리적인 가격이 개선되어야 한다고 인식하였고, 기혼 여성은 미혼 여성보다 효능과 효과 강화가 개선되어야 한다고 인식하였으나 통계적

으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 가정의 월평균 소득별로는 가정의 월평균 소득이 많은 여성일수록 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일은 효능과 효과 강화가 개선되어야 한다고 인식하였고, 100~200만원 미만인 여성은 다른 여성보다 합리적인 가격이 개선되어야 한다고 인식하였으나 유의미한 차이는 아니었다.

이상과 같이 여성들은 현재 판매되고 있는 아로마 에센셜 오일은 합리적인 가격이 가장 시급하게 개선되어야 한다고 인식하였으며, 연령과 직업, 최종학력, 결혼 여부, 그리고 가정의 월평균 소득별로는 별다른 차이를 보이지 않았다.

4.4 아로마 에센셜 오일 향 선호도

4.4.1. 아로마 에센셜 오일 향 선호도 수준

아로마 에센셜 오일 향에 대한 여성들의 선호도 수준에 대해 살펴본 결과는 <표 39>와 같다.

<표 39> 아로마 에센셜 오일 향 선호도 수준

구	분	mean	SD
	라벤더	4.87	0.87
	일랑일랑	4.77	0.95
	티트리	4.57	1.02
	로즈마리	4.97	0.98
	카모마일	4.57	0.98
	오렌지	4.45	0.92
	샌달우드	4.60	0.96
	페퍼민트	4.45	0.88
	레몬	4.48	0.89
	유칼립투스	4.14	1.05
	계	4.59	0.33

<표 39>에서 보는 바와 같이 평균이 ‘로즈마리’가 4.97로 가장 높았고, 다음으로 ‘라벤더’ 4.87, ‘일랑일랑’ 4.77, ‘샌달우드’ 4.60, ‘티트리’와 ‘카모마일’ 4.57 순으로 나타났으며, ‘유칼립투스’가 4.14로 가장 낮았다. 따라서 여성들은 아로마 에센셜 오일 중에 로즈마리 향에 대한 선호도가 높으며, 유칼립투스 향에 대한 선호도가 가장 낮음을 알 수 있다.

4.2.2. 아로마 에센셜 오일 향 선호도

아로마 에센셜 오일 향에 대한 여성들의 선호도에 대하여 살펴본 결과는 <표 40>과 같이 5점 만점 중 전체 평균이 4.59로, 여성들은 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 높은 것으로 나타났다.

연령별로는 연령이 많은 여성일수록 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 높았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 직업별로는 사무직 여성이 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 가장 높았고, 학생은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 낮았으나 유의미한 차이는 아니었다. 최종학력별로는 학력이 낮은 여성일수록 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 높았으나 최종학력에 따른 유의미한 차이는 없었다.

결혼 여부별로는 기혼 여성이 미혼 여성보다 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 높았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 가정의 월평균 소득별로는 200~300만원 미만인 여성이 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 가장 높았고, 100만원 미만인 여성은 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 낮았으며, 가정의 월평균 소득에 따라 유의미한 차이를 보였다($F=2.82, p<.05$).

이상과 같이 여성들은 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 높았으며, 가정의 월평균 소득이 200~300만원 미만인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 향에 대한 선호도가 높았다.

<표 40> 아로마 에센셜 오일 향 선호도

	구 분	N	mean	SD	t(F)	p
연 령	20~25세	46	4.53	0.31	0.99	0.399
	26~30세	65	4.58	0.28		
	31~35세	65	4.62	0.26		
	36세 이상	45	4.63	0.46		
직 업	학생	42	4.53	0.30	0.69	0.558
	사무직	89	4.61	0.31		
	자영업/서비스직	57	4.60	0.34		
	주부/기타	33	4.58	0.36		
최종학력	전문대졸 이하	53	4.64	0.40	1.32	0.270
	대학(학사)	141	4.58	0.30		
	대학원(석사이상)	27	4.51	0.30		
결혼여부	미혼	132	4.57	0.31	-1.16	0.248
	기혼	89	4.62	0.35		
월평균 소득	100만원 미만	36	4.48	0.34	2.82*	0.040
	100~200만원 미만	72	4.58	0.32		
	200~300만원 미만	71	4.67	0.29		
	300만원 이상	42	4.57	0.35		
	계	221	4.59	0.33		

* $p < .05$

V. 결론 및 제언

5.1. 요약 및 결론

본 연구는 설문을 통하여 일반 여성들을 대상으로 아로마 에센셜 오일에 대한 이용현황과 선호도에 대한 조사를 하여 아로마 에센셜 오일의 올바른 활용과 피부미용, 제품생산, 생활 속에서 다양하게 사용하기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

본 연구는 2014년 8월1일부터 8월 15일까지 약 3주간에 걸쳐 20대에서 60대 여성 280명을 대상으로 직접 설문지에 기입하는 방법으로 조사하여 연구 분석하였다. 그리고 향에 대한 선호도를 조사하기 위해 3초간 향을 맡게 하고 3분 간격으로 다른 향을 맡게 했다.

본 연구를 통해서 얻어진 결과를 가고 결론을 내리면 다음과 같다.

첫째, 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 인지도가 보통 수준이었으며, 학력이 높은 여성일수록, 미혼 여성, 그리고 가정의 월평균 소득이 300만원 이상인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일에 대해 잘 알고 있었다. 아로마 에센셜 오일을 알게된 경로는 가족/친구/동료를 통해 알게 된 여성이 38.2%로 가장 많았다.

둘째, 여성들의 아로마 에센셜 오일에 대한 지식수준은 아로마 에센셜오일에 대한 지식을 묻는 문항 중에 정답률이 ‘아로마 에센셜 오일은 건강한 피부를 유지하기 위해서 도움이 된다고 생각한다’가 83.7%로 가장 높았고, 다음으로 아로마 에센셜 오일은 심리적 안정에 효과적이다 82.4%, 아로마 에센셜 오일이 식물의 꽃이나 열매 뿐 아니라 잎이나 뿌리 등에서도 추출한다 75.1%, 아로마 에센셜 오일은 개개인의 심리상태에 따라 각기 다른 작용과 영향을 미친다 73.8%, 아로마 에센셜 오일은 향균 작용에 효과적이다 70.6% 순으로 나타났으며, ‘아로마 에센셜 오일은 상처를 치유하는데 효과적이다’가 12.7%로 가장 낮았다. 아로마 에센셜 오일에 대한 여성들의 지식 정도는 12

점 만점 중 전체 평균이 6.54로, 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 그다지 높지 않은 것으로 나타났으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일에 대한 지식이 높았다.

셋째, 아로마에센셜 오일을 사용 경험 유무에서는 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 있는 여성이 83.3%로 대부분을 차지하였으며, 학력이 높은 여성일수록 아로마 에센셜 오일을 사용해 본 적이 많았다. 여성들이 아로마 에센셜 오일을 이용한 기간은 아로마 에센셜 오일을 6개월~1년 미만 이용한 여성이 32.6%로 가장 많았으며, 평균 사용횟수는 평균적으로 주 1회 사용하는 여성이 40.8%로 가장 많았다. 여성들이 아로마 에센셜 오일을 구입하는 장소는 아로마 전문샵에서 구입하는 여성이 42.9%로 가장 많았으며, 아로마 에센셜오일을 선택할 때 효능과 효과를 고려하는 여성이 44.0%로 가장 많았으며, 기혼 여성이 미혼 여성보다 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 에센셜 오일의 효능과 효과를 많이 고려하였다. 가격대에 대해 여성들의 인식을 살펴본 결과 7점 만점 중 전체 평균이 5.17로, 여성들은 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하는 것으로 나타났으며, 연령이 20~25세와 36세 이상인 여성과 학생, 그리고 전문대졸 이하인 여성이 다른 여성보다 아로마 에센셜 오일 가격대에 대해 비싸다고 인식하였다.

아로마 에센셜 오일의 구입경로는 본인이 직접 구입하는 여성이 45.1%로 가장 많았으며, 다음으로 전문가의 추천 38.0% 순으로 나타났으며, 사용 이유는 아로마 에센셜 오일을 스트레스 완화를 위해 사용하는 여성이 37.5%로 가장 많았다. 또한 사용 용도는 슬리밍에 사용하는 여성이 32.1%로 가장 많았으며, 주로 얼굴에 사용하는 여성이 많았으며, 아로마 에센셜 오일을 발향법을 통해 사용하는 여성이 33.2%로 가장 많았다. 아로마 에센셜 오일을 이용하여 방향제를 만든 여성이 48.4%로 가장 많은 것으로 나타나, 여성들은 아로마 에센셜 오일을 이용하여 방향제를 가장 많이 만들었음을 알 수 있다. 아로마 에센셜 오일 이용 시 선호하는 오일은 라벤더 오일을 선호하는 여성이 36.4%로 가장 많았으며, 다음으로 기타 20.1%, 레몬 16.3%, 로즈마리 10.9%, 페퍼민트 7.1%, 일랑일랑 6.5%, 로즈 5.4% 순으로 나타났으며, 가장

선호하는 오일선택 기준은 레몬 오일을 선호하는 여성이 다른 오일을 선호하는 여성보다 효능·효과 때문에 레몬 오일을 많이 선호하였고, 로즈 오일을 선호하는 여성은 다른 오일을 선호하는 여성보다 향이 좋아서 로즈 오일을 많이 선호하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 여성들은 선호하는 아로마 에센셜 오일의 효능이나 부작용 등 관련 지식에 대해 그다지 잘 알고 있지 않았으며, 아로마 에센셜오일을 이용하여 만든 제품이 좋다고 인식하는 하며, 신체 기능의 향상 때문에 좋다고 인식하는 여성이 가장 많음을 알 수 있다. 아로마 에센셜 오일 사용에 대해 만족하는 여성이 78.3%로 대부분을 차지하였으며, 보통인 여성은 21.7%로 나타났다.

넷째, 10가지의향을 테스트 한 결과 평균이 ‘로즈마리’가 4.97로 가장 높았고, 다음으로 ‘라벤더’ 4.87, ‘일랑일랑’ 4.77, ‘샌달우드’ 4.60, ‘티트리’와 ‘카모마일’ 4.57 순으로 나타났으며, ‘유칼립투스’가 4.14로 가장 낮았다. 따라서 여성들은 아로마 에센셜 오일 중에 로즈마리향에 대한 선호도가 높으며, 유칼립투스향에 대한 선호도가 가장 낮음을 알 수 있다.

5.2. 연구의 제언

첫째, 여성들은 아로마 에센셜 오일에 대한 인지도가 보통 수준으로 나타났고, 전문적인 지식은 부족한 것으로 나타나 향후 아로마 에센셜 오일에 대한 정확한 정보를 제공하여 아로마 에센셜 오일에 대한 올바른 인식을 할 수 있도록 해야 할 것이다.

둘째, 아로마 에센셜 오일의 이용현황과 향 선호도에 대한 선행 논문이 거의 없어 도출된 연구결과의 비교가 용이하지 않았다. 아로마에센셜오일의 사용자는 지속적으로 증가 할 것으로 예측되고 있으므로 일반대중의 향 선호도에 대한 많은 연구가 진행되어야 할 것으로 본다.

셋째, 아로마에센셜오일은 사용자의 건강과 행복에 잠재적인 위험 요소를 내포하기 있기 때문에 오일 판매처에서 에센셜오일의 효능과 효과적인 면에서 품질 검증을 위한 정확한 성분 분석표 등을 소비자에게 제공하여 소비자들이 에센셜오일 구입 시 신뢰할 수 있는 제품을 구매할 수 있도록 해야 할 것이다.

넷째, 아로마에센셜오일의 향 선호도에 대한 연구를 꾸준히 하여 좀 더 대중적이고 실용화 될 수 있는 천연비누나, 천연화장품, 방향제뿐만 아니라 아로마 제품의 다각적인 연구, 개발이 아로마 산업 성장에 중요한 역할을 할 것으로 본다.



참 고 문 헌

- 고서원(2014). 건강관리실태에 따른 아로마 에센셜오일의 향 선호도에 관한 연구 : 건강, 음주, 흡연, 수면시간을 중심으로. 석사학위논문. 성신여자대학교 생애복지대학원. 9-10
- 고혜정의 4명(2011). 아로마테라피. 서울 : 청구문화사. 98-107
- 김문주(2008). 아로마테라피. 서울 : 청구문화사. 14-30, 34
- 김미옥(2008). 일반 소비자의 아로마오일 인지도와 활용도에 관한 연구. 석사학위논문. 용인대학교. 2
- 김영미(2008). 아로마제품 사용시 활용도와 만족도에 관한 연구. 숙명여자대학교 원격대학원, 석사학위논문, 6
- 김은실(2010). 청소년들의 아로마 향 선호도와 활용도 및 만족도에 관한 조사 연구. 건국대학교 디자인대학원, 석사학위논문, 1
- 김종숙(2007). 에센셜오일의 인지도와 향선호도에 대한 조사연구. 석사학위논문. 중앙대학교 의약식품 대학원. 2-3
- 남희정(2009). 아로마 피부관리 이용형태 및 관련 요인에 관한 연구. 석사학위논문. 숙명여자대학교 원격대학원. 9
- 박미경(2004). 피부관리실 이용자의 아로마 이용행태 및 관련요인 분석. 석사학위논문. 대구한의대학교. 26
- 박정민(2012). 아로마 에센셜 오일의 이용현황 및 선호도에 관한 조사. 석사학위논문. 성신여자대학교 문화산업대학원. 1-21
- 박향자(2006). 아로마 DIY 제조과정 및 제품효과 만족도에 관한 연구. 석사학위논문. 조선대학교 디자인 대학원. 12
- 신진희(2002). 피부관리사의 아로마테라피 이용실태. 석사학위논문. 고신대학교 보건대학원. 2-3
- 윤정옥(2009). 향의 선호도에 따른 성격유형 분석. 석사학위논문. 건국대학교 산업대학원. 1
- 이영숙(2013). 아로마 향 첨가 제품에 대한 이용현황과 인지도가 만족도에 미치는 영향. 석사학위논문. 한성대학교 예술대학원. 5-6

이희정(2014). 아로마테라피에 관한 인식과 이용실태 연구. 석사학위논문. 숙명여자대학교. 4, 17

임언주(2009). 피부관리실 이용자들의 아로마테라피 대한 인식도 및 만족도. 석사학위논문. 대구한의대학교 보건대학교. 8

장윤정(2002). 아로마테라피 피부미용 살롱 비즈니스를 위한 가이드. 에스테틱월드. 15-16

정미랑(2005). 아로마 지식정도와 향선호도에 관한 비교. 석사학위논문. 조선대학교 디자인대학원. 1-2, 7

<http://yeomsy79.blog.me/60118495486>

http://blog.naver.com/herb_mate?Redirect=Log&logNo=50130749441



부 록

설 문 지

안녕하십니까?

저는 한성대학교 예술대학원 뷰티에스테틱을 전공하는 학생입니다.
먼저 귀중한 시간을 내주셔서 본 설문에 응해주신 귀하께 진심으로 감사드립니다.

본 설문은 “아로마 에센셜 오일에 대한 이용현황과 향 선호도에 대한 조사 연구”를 위한 기초 자료를 얻고자 작성되었습니다.

본 설문지의 답은 주관적인 답으로 평소에 귀하가 생각하셨던 바를 솔직하게 작성해 주시면 되며, 모든 질문 하나 하나가 본 연구의 소중한 자료로 활용되오니 조금 번거로우시더라도 성실하게 답하여 주시면 대단히 감사하겠습니다.

설문에 응답하신 모든 내용은 익명으로 전산 처리되어 연구 목적 이외에는 사용되지 않을 것입니다.

바쁘신 시간을 내어 주셔서 설문에 협조해 주심에 다시 한 번 진심으로 감사드립니다.

한성대학교 예술대학원
뷰티예술학과 뷰티에스테틱전공
지도교수 : 윤 미 선
연구자 : 함 희진

I. 인구통계학적 질문

1. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까?

- ① 20대 ② 30대 ③ 40대 ④ 50대

2. 귀하의 직업은 무엇입니까?

- ① 학생 ② 사무직 ③ 자영업
④ 서비스직 ⑤ 전업주부 ⑥ 기타

3. 귀하의 최종학력은 어떻게 되십니까?

- ① 대학원(석사이상) ② 대학(학사) ③ 전문,기술대학(2년제대학)
④ 고등학교 ⑤ 중졸 및 이하

4. 결혼 유무는 어떻게 되십니까?

- ① 미혼 ② 기혼

5. 귀하 가정의 월 평균 소득은 어느 정도 되십니까?

- ① 100만원 미만 ② 200만원 미만 ③ 300만원 미만
④ 400만원 미만 ⑤ 500만원 미만 ⑥ 600만원 미만

II. 아로마 에센셜 오일의 인지도 및 지식도와 관련된 질문입니다. 해당되는 번호에 √표 해주시기 바랍니다.

1. 귀하는 아로마 에센셜 오일에 대해 들어본 적이 있습니까?

- ① 예 ② 아니오

2. 귀하는 아로마 에센셜오일에 대하여 얼마나 알고 있다고 생각하십니까?

- ① 매우 잘 알고 있음 ② 잘 알고 있음 ③ 보통
④ 잘 모름 ⑤ 전혀 모름

① 피부관리실 또는 병원 ② 가족/친구/동료

③ 아로마 교육프로그램을 통해서 ④ 아로마 전문샵

⑤ 인터넷 ⑥ 매스미디어(방송/신문/잡지)

① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

12. 아로마 에센셜 오일은 향균 작용에 효과적이다.

- ① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

13. 아로마 에센셜 오일은 개개인의 심리상태에 따라 각기 다른 작용과 영향을 미친다.

- ① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

14. 아로마 에센셜 오일은 상처를 치유하는데 효과적이다.

- ① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

15. 아로마 에센셜 오일은 건강한 피부를 유지하기 위해서 도움이 된다고 생각한다.

- ① 그렇다 ② 아니다 ③ 잘 모르겠다

Ⅲ. 아로마 에센셜 오일의 이용현황과 관련된 질문입니다. 해당되는 번호에 √ 표 해주시기 바랍니다.

1. 귀하는 아로마 에센셜 오일을 사용해 보신 적이 있습니까?

- ① 있다(2문항으로 이동) ② 없다(1-1번 문항으로 이동)

1-1. 1번에서 아로마 에센셜 오일을 사용해 보신 적이 없으시다면 사용하고 있지 않은 이유는 무엇입니까?

- ① 가격이 비싸서 ② 아로마 에센셜 오일을 잘 몰라서
③ 효과가 없을 것 같아서 ④ 구입하기가 불편해서
⑤ 기타

2. 귀하는 아로마 에센셜 오일을 이용한지 얼마나 되셨습니까?

- ① 6개월 미만 ② 6개월~1년 미만 ③ 1년~2년 미만
④ 2년~3년 미만 ⑤ 3년이상

3. 귀하께서 아로마 에센셜 오일을 사용하는 평균횟수는?

- ① 매일 ② 주1회 ③ 주2회
④ 주3회 ⑤ 월1회 ⑥ 기타(_____)

4. 귀하가 아로마 에센셜 오일을 주로 구매하는 곳은?

- ① 아로마전문샵(백화점포함) ② 인터넷 쇼핑몰
③ 약국/병원 ④ 피부관리실 ⑤ 기타

5. 귀하께서 아로마 에센셜 오일을 선택할 때 가장 고려하는 사항은 무엇입니까?

- ① 에센셜 오일의 향기 ② 에센셜 오일의 효능과 효과
③ 에센셜 오일의 가격 ④ 에센셜 오일의 안전성
⑤ 구입의 편리성 ⑥ 기타(_____)

6. 귀하께서는 아로마 에센셜 오일의 가격대는 어떠하다고 생각하십니까?

- ① 매우 비싸다 ② 비싸다 ③ 보통이다.
④ 저렴하다. ⑤ 매우 저렴하다.

7. 귀하께서는 아로마 에센셜 오일의 구입은 어떻게 하십니까?

- ① 본인이 직접 ② 가족/동료의 추천 ③ 전문가의 추천
④ 기타()

8. 귀하가 아로마 에센셜 오일을 사용하게 된 이유 무엇입니까?

- ① 문제성 피부관리 ② 근육이완 ③ 스트레스 완화
④ 비만관리 개선 ⑤ 기타

9. 귀하께서 아로마 에센셜 오일을 구매하셔서 사용하는 용도는?

- ① 안면용품 ② 방향제 ③ 목욕용품
④ 슬리밍(바디케어) ⑤ 기타

10. 아로마 에센셜 오일을 신체 어느 부위에 주로 사용하십니까?(중복체크가능)

- ① 얼굴 ② 등 ③ 복부
④ 팔, 다리 ⑤ 전신 ⑥ 기타

15-1. 15번에서 아로마 에센셜 오일을 선택한 기준은 무엇입니까?

- ① 향이 좋아서 ② 효능, 효과 ③ 가격
- ④ 판매원의 추천 ⑤ 나에게 맞는 아로마 선택 ⑥ 기타(_____)

16. 귀하가 선호하는 아로마 에센셜오일의 정확한 효능이나 부작용등 관련 지식을 알고 계십니까?

- ① 매우 잘 알고 있음 ② 잘 알고 있음 ③ 보통
- ④ 잘 모름 ⑤ 전혀 모름

17. 귀하는 아로마 에센셜 오일을 이용하여 만든 제품(비누, 화장품등)이 일반 제품보다 더 좋다고 생각하십니까?

- ① 그렇다(17-1번으로 이동) ② 보통 ③ 그렇지 않다(17-2번으로이동)

17-1. 그렇다고 답하셨다면 아로마 에센셜 오일을 이용한 제품이 일반 제품보다 더 좋다고 생각하는 이유는?

- ① 순수한 향 ② 신체 기능의 향상
- ③ 화학물질이 아닌 천연물질 ④ 보습기능의 우수성
- ⑤ 기타

17-2. 그렇지 않다고 답하셨다면 좋지 않다고 생각하는 이유는?

- ① 향의 지속력이 떨어져서 ② 피부트러블 등의 부작용
- ③ 별다른 효과가 없어서 ④ 구입의 어려움
- ⑤ 기타

18. 귀하께서는 아로마 에센셜오일을 사용한 후 만족도는 어떠하셨습니다?

- ① 만족한다 ② 보통이다 ③ 만족하지 않는다

19. 귀하는 앞으로 아로마 에센셜 오일을 계속 사용하시겠습니까?

- ① 사용할 것이다 ② 그저 그렇다 ③ 사용하지 않을 것이다

20. 귀하는 아로마 에센셜 오일을 다른 사람에게 추천할 의향이 있습니까?

- ① 예 ② 아니오(20-1번으로 이동)

① 가격이 비싸서 ② 구입경로가 불편해서
③ 효과가 없어서 ④ 정보와 지식이 부족해서
⑤ 기타

① 효능, 효과의 강화 ② 합리적인 가격 ③ 구입의 편리성
④ 오일의 다양성 ⑤ 기타

	매우 좋음	좋음	보통	나쁘다	매우 나쁘다
1번병의 향					
2번병의 향					
3번병의 향					
4번병의 향					
5번병의 향					
6번병의 향					
7번병의 향					
8번병의 향					
9번병의 향					
10번병의 향					

ABSTRACT

The Study on Aroma Essential Use and Scent Preference

Hee Jin, Ham

Major in Beauty Aesthetics

Graduate School of Education

Han Sung University

While our contemporary people lead a rich life thanks to the development of science and the rapid industrial growth in the 21st century, they are likely to be exposed to physical and psychological stress directly and indirectly. These kinds of stress are becoming the causes of a number of diseases, making people worry and live in lots of stress which they can not easily escape from. In this situation, aroma can be one of the preferred methods to relieve the stress of modern life.

With the increase of recognition on the efficiency of aroma, the interests and demands on aroma are rapidly expanding, spreading the use of cosmetics made by essential oil and aroma scent, and companies are manufacturing various aroma cosmetics, bathing products and aromatherapy products.

However, because the kinds of essential oil are too diverse and the usage of them are too broad, they can be easily misused and the effects are not likely to be expected without the real experience. Therefore, there is a need for a concrete and empirical study on the knowledge and the effects of aroma.

The purpose of this thesis is to provide some basic data for aroma skin care, manufacturing products and the broad use of aroma by studying the knowledge and the awareness of aroma essential oil, the use of aroma products, and the preference of aroma scents.

In this study, 280 women from in their 20s to in their 60s were surveyed by filling out the survey form in 1 to 15, August, 2014 and analyzed. The subjects were asked to smell a scent for 3 seconds and another one with 3 minutes of intervals.

The results of this thesis are as follows.

First, the subjects showed the moderate awareness to aroma essential oil. Women with higher level of education, unmarried, with over 3000000 won of average monthly income tend to be more aware of aroma essential oil.

Second, subjects turned out that they had not high level of knowledge on aroma essential oil with the mean 6.54 of knowledge level. The higher level of education women had, the high level of knowledge on aroma essential oil they showed.

Third, 83.3% of subjects had used aroma essential oil. Women with higher level of education had used it more. 32.6% of subjects used aroma essential oil for 6 months to a year, and 40.8% used it once a week. 42.9% of subjects purchased it in aroma specialized shops. 44.0% of them considered the effects of it important when they choose the kinds. The subjects considered aroma oil expensive, with the mean 5.17 out of 7. 45.1% of them purchased the products in person. 32.1% of them used it in slimming method and 33.2% of them in scent-emitting method. 59.2% of subjects used 2 or 3 kinds of aroma essential oil. lavender oil was most preferred with 36.4% of subjects, and lemon was with 16.3%, rosemary with

10.9%, peppermint with 7.1%, ylang-ylang with 6.5%, and rose with 5.4%, respectively. 78.3% of subjects were satisfied with the products, 21.7% showed moderate degree of satisfaction.

Forth, as the result of the preference test on the 10 kinds of scents, rosemary was in the highest with mean 4.97, and lavender was with 4.87, ylang-ylang with 4.77, sandalwood with 4.60, tea tree and chamomile with 4.57, and eucalyptus with 4.14, respectively. The scent of rosemary was most preferred and that of eucalyptus was least preferred.



【key words】 aroma essential oil, scent preference, use of aroma essential oil, aroma oil.