



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

약용식물에 대한 인식과 통증완화  
활용방안에 관한 선호도 연구

-서울, 경기지역에 거주하는 20 ~ 60대 남·여를 중심으로-



2017년

HANSUNG  
UNIVERSITY

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

김성숙

석사학위논문  
지도교수 김도연

## 약용식물에 대한 인식과 통증완화 활용방안에 관한 선호도 연구

-서울, 경기지역에 거주하는 20 ~ 60대 남·여를 중심으로-

A Study on Awareness of Medicinal Plant and Preference for a  
Way to Use for Relieving Pain

-Centering on people aged 20s to 60s residing in Seoul and  
Gyeonggi -

2016년 12월 일

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

김성숙

석사학위논문  
지도교수 김도연

약용식물에 대한 인식과 통증완화  
활용방안에 관한 선호도 연구

-서울, 경기지역에 거주하는 20 ~ 60대 남·여를 중심으로-

A Study on Awareness of Medicinal Plant and Preference for a  
Way to Use for Relieving Pain

-Centering on people aged 20s to 60s residing in Seoul and  
Gyeonggi -

위 논문을 예술학 석사학위 논문으로 제출함

2016년 12월 일

한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

김성숙

김성숙의 예술학 석사학위논문을 인준함

2016년 12월 일



심사위원장 \_\_\_\_\_인

심사위원 \_\_\_\_\_인

심사위원 \_\_\_\_\_인

# 국 문 초 록

## 약용식물에 대한 인식과 통증완화 활용방안에 관한 선호도 연구

-서울, 경기지역에 거주하는 20 ~ 60대 남·여를 중심으로-

한성대학교 예술대학원  
뷰티예술학과  
뷰티에스테틱 전공  
김 성 속

21세기 과학 및 의학의 발달은 사람들에게 건강한 삶과 수명향상에 큰 기여를 하였다. 그러나 육체적, 정신적 스트레스, 불안정한 자세, 장시간의 전자기기 사용 등으로 신체부위별 통증을 호소하는 경우가 많아 다양한 치료방법에 대한 연구가 활발히 진행되고 있다. 건강한 삶과 웰빙(well-being)을 추구하는 현대인들은 화학적 합성의 약물을 이용한 방법보다 자연친화적으로 통증완화에 해답을 찾고자 노력하고 있다. 그러므로 본 연구는 통증완화 효능이 있는 약용식물에 대한 인식과 활용방법을 연구하여 자연친화적인 통증완화 방법을 제시하고자 한다.

이에 본 연구는 20대에서 60대의 서울, 경기지역에 거주하는 남·여를 대상으로 2016년 9월 19일~10월 20일까지 약 4주간 설문을 실시하였다. 연구 도구는 본 연구자가 선행연구와 문헌을 바탕으로 수정·보완한 설문지로 조사하였고, 총 400부의 설문지 배포 중 373부를 회수하여 최종 분석 자료로 사용하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 연구대상자의 일반적 특성을 알아본 결과 성별은 30대 이상 여성, 직업별은 주부/학생, 월 평균소득은 200~300만원 미만이 가장 높게 나타났다.

둘째, 연구대상자의 건강 관심도(3.84점)는 비교적 높은 수준이며, 평상시 ‘앉아 있는 자세’를 주로 취하였다. ‘어깨’ 통증이 주로 나타났고, 통증완화 방법으로 ‘병 · 의원을 방문’하는 것으로 나타났다.

셋째, 연구대상자의 약용식물에 대한 지식은 70.2/100점으로 비교적 높았고, 제시된 40종의 약용식물 중 ‘6~22개의 약용식물을 알고 있다(90%)’가 가장 높게 나타났다.

넷째, 약용식물 이용현황은 ‘약용식물을 이용한 경험이 없다(62.2%)’가 ‘약용식물을 이용한 경험이 있다(37.8%)’보다 높았다. 약용식물을 이용한 경험이 있는 응답자 중 ‘근육통증 완화 목적(34.8%)’이 가장 높았고, 부위는 ‘허리(33.2%)’와 ‘어깨(31.9%)’가 높게 나타났다. 그리고 ‘패치(36.2%)’ 제품 형태를 선호하는 것으로 나타났다.

종합해 보면, 연구대상자들은 통증완화 효능이 있는 약용식물에 대한 관심과 선호도가 매우 높게 나타났고, 화학합성의 약물보다 자연친화적인 방법으로 통증완화하길 원하는 것으로 조사되었다. 게다가 피부미용실에서 편리하게 사용할 수 있는 통증완화 제품이 있다면 사용하겠다는 긍정적인 결과를 얻을 수 있었다.

그러므로, 본 연구는 피부미용실에서 약용식물을 활용하여 통증을 완화시킬 수 있는 제품 개발에 필요성을 제공할 뿐 아니라 약용식물의 다양한 활용방안을 제시할 수 있는 기초자료가 될 것으로 사료된다.

**【주요어】** 약용식물, 신체부위별 통증, 스트레스, 건강한 삶, 미용 산업, 약용식물 선호도, 약용식물 인지도

# 목 차

I. 서 론 .....	1
1.1 연구의 필요성 .....	1
1.2 연구 문제 .....	3
1.3 논문 구성 .....	4
II. 이론적 배경 .....	5
2.1 약용식물의 정의 .....	5
2.1.1 약용식물 .....	5
2.1.2 약용식물의 역사 .....	7
2.1.3 통증완화 약용식물의 효능 및 구성 성분 .....	8
2.2 통증의 정의 .....	11
2.2.1 통증 .....	11
2.2.2 신체부위에 따른 통증 분류 .....	12
2.2.2.1 머리(두통) .....	12
2.2.2.2 목과 어깨(경추통과 견비통) .....	12
2.2.2.3 허리(요통) .....	13
2.2.3 통증이 삶에 미치는 영향 .....	14
III. 연구 방법 .....	15
3.1 연구대상자 및 기간 .....	15
3.2 연구 방법 .....	15

3.3 조사 도구 .....	15
3.4 자료처리 및 분석 .....	17
<b>IV. 연구결과</b> .....	<b>18</b>
4.1 연구대상자의 일반적 특성 .....	18
4.2 연구대상자의 생활 습관 및 신체부위의 통증 .....	19
4.3 약용식물에 대한 지식정도 및 인지도 .....	38
4.3.1 약용식물 지식 정도 및 인지도 정리 .....	46
4.4 약용식물의 이용 현황 및 활용 방안 .....	47
4.4.1 약용식물 이용 현황 및 활용방안 정리 .....	71
<b>V. 결론 및 제언</b> .....	<b>72</b>
5.1 결론 .....	72
5.2 연구의 제언 및 한계점 .....	74
<b>참고문헌</b> .....	<b>76</b>
<b>부    록</b> .....	<b>81</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>89</b>

# 표 목 차

<표 1> 통증완화 약용식물 40종의 약용부위 및 효능과 구성성분 .....	8
<표 2> 설문 조사를 위한 측정 문항, 문항 수 및 참고 문헌 정리 .....	16
<표 3> 연구대상자의 일반적 특성 .....	18
<표 4> 건강 관심도 .....	19
<표 5> 일반적 특성에 따른 건강 관심도 평균 비교 분석 .....	20
<표 6> 건강 관련 정보 입수 경로 .....	21
<표 7> 일반적 특성에 따른 건강 관련 정보 입수 경로 교차분석 .....	22
<표 8> 스트레스 정도 .....	23
<표 9> 일반적 특성에 따른 스트레스 정도 평균 비교 분석 .....	24
<표 10> 규칙적인 운동 실시 여부 .....	25
<표 11> 일반적 특성에 따른 규칙적인 운동 실시 여부 교차분석 .....	26
<표 12> 평소 건강 유지 노력 .....	27
<표 13> 일반적 특성에 따른 평소 건강 유지 노력 교차분석 .....	28
<표 14> 평상시 주로 취하는 자세 .....	29
<표 15> 일반적 특성에 따른 평상시 주로 취하는 자세 교차분석 .....	30
<표 16> 신체적 통증 부위 .....	31
<표 17> 일반적 특성에 따른 신체적 통증 부위 교차분석 .....	32
<표 18> 일상생활 영향정도에 대한 기술통계 .....	33
<표 19> 일반적 특성에 따른 일상생활 영향정도에 따른 평균 비교 분석 .....	34
<표 20> 신체부위 통증 완화법 .....	35
<표 21> 일반적 특성에 따른 신체부위 통증 완화법 교차분석 .....	36
<표 22> 생활습관 및 신체부위 통증 정리 .....	37
<표 23> 약용식물 지식 정도에 대한 기술통계 .....	38
<표 24> 일반적 특성에 따른 약용식물 지식정도에 따른 평균 비교 분석 .....	39
<표 25> 약용식물의 인지도 여부 .....	40
<표 26> 일반적 특성에 따른 약용식물에 대한 인지도 여부 교차분석 .....	41

<표 27> 약용식물 인지 경로 .....	42
<표 28> 일반적 특성에 따른 약용식물 인지 경로 교차분석 .....	43
<표 29> 약용식물 인지도에 대한 기술통계 .....	44
<표 30> 일반적 특성에 따른 약용식물 인지도에 따른 평균 비교 분석 ..	45
<표 31> 약용식물 지식 정도 및 인도 정리 .....	46
<표 32> 약용식물 이용 경험 .....	47
<표 33> 일반적 특성에 따른 약용식물 이용 경험 교차분석 .....	48
<표 34> 약용식물을 이용하지 않는 이유 .....	49
<표 35> 일반적 특성에 따른 약용식물을 이용하지 않는 이유 교차분석 ..	50
<표 36> 약용식물 사용 기간 .....	51
<표 37> 일반적 특성에 따른 약용식물 사용 기간 특성에 따른 교차분석 ..	52
<표 38> 약용식물 사용 이유 .....	53
<표 39> 일반적 특성에 따른 약용식물 사용 이유 교차분석 .....	54
<표 40> 약용식물을 이용한 통증완화제품 구입 경로 .....	55
<표 41> 일반적 특성에 따른 통증완화제품 구입 경로 교차분석 .....	56
<표 42> 약용식물 이용한 제품 선택 시 고려사항 .....	57
<표 43> 일반적 특성에 따른 약용식물을 이용한 제품선택 시 고려사항 교차 분석 .....	58
<표 44> 약용식물을 이용한 제품의 적정 가격대 .....	59
<표 45> 일반적 특성에 따른 약용식물을 이용한 제품의 적정 가격대 교차분 석 .....	60
<표 46> 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위 .....	61
<표 47> 일반적 특성에 따른 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위 교차분 석 .....	62
<표 48> 통증완화제품 마사지 후 적용 의향 .....	63
<표 49> 일반적 특성에 따른 통증완화제품 마사지 후 적용 의향 교차분석 .....	64
<표 50> 통증완화제품 구매 의향 .....	65
<표 51> 일반적 특성에 따른 통증완화제품 구매 의향 교차분석 .....	66

<표 52> 사용하기 편리한 제품 형태 .....	67
<표 53> 일반적 특성에 따른 사용하기 편리한 제품 형태 교차분석 ·	68
<표 54> 통증완화제품 개발과 활용방법 다양화 필요성 .....	69
<표 55> 일반적 특성에 따른 통증완화제품 개발과 활용방법 다양화 필요성 교차분석 .....	70
<표 56> 약용식물 이용 현황 및 활용방안 정리 .....	71



# I. 서 론

## 1.1 연구의 필요성

21세기 의학발달 및 과학기술의 발달은 현대인들의 건강에 대한 관심과 평균 수명 향상에 큰 기여를 하였다. 2015년 우리나라 사람들의 평균 수명은 81.4세로 1970년 대비 22년이 증가하였고, 기대수명 역시 2016년 7월 통계청 발표에 의하면 남성은 78세, 여성은 84.6세로 발표되었다.

경제성장의 발전과 건강에 대한 관심으로 삶의 질과 수명은 향상되었지만 육체적 정신적 스트레스, 불안정한 자세 등으로 통증을 호소하는 현대인들은 증가하고 있다. 블랙킨과 시트(Brekken & Sheets, 2008)는 통증은 대부분 질병에 동반되고 치료과정 및 검사과정에서 발생하는 증상의 하나로 신체적, 감정적, 사회적, 경제적, 영적으로 통증환자의 삶의 질을 저하시킬 수 있다고 하였다. 통증자체는 환자의 심리상태를 불안하게 만들고 통증으로 인한 일상생활의 활동기능장애는 우울감과 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났다(박경숙 외 2005). 통증은 개인의 활동에 제한을 주어 정신적 스트레스, 자신감 저하, 우울과 불안감을 유발하거나 가족, 또래, 직장 등 대인관계에 어려움을 주며 사회생활에 부정적 영향을 미치고 있어 통증 관리에 대한 관심과 연구가 증가하고 있다.

통증의 원인으로는 현대사회를 살아가며 접하는 육체, 정신적 스트레스, 불안정한 자세, 장시간의 전자기기 및 스마트폰사용, 반복적이고 불규칙한 육체적 활동으로 인한 근육의 경직, 무리한 운동, 질병으로 인한 신체기능약화 등이 있다. 우리나라의 경우 아직 통증환자 전체를 대상으로 의료비 지출이나 통계자료가 보고된 바는 없으나, 요통의 경우 전체 인구의 80%가 일생에 한번 이상 경험하며, 20% 정도는 항상 허리 통증에 시달린다는 보고가 있다(고용노동부, 2009).

최근 들어 두드러지게 나타나는 통증부위는 머리, 목, 어깨, 손목으로 저마다 통증 해소를 위해 다양한 방법을 시행하고 있다. 건강한 삶과 웰빙

(well-being)을 추구하는 현대인들은 통증 개선 방법으로 다양한 부작용을 동반할 수 있는 인위적이고 화학적인약물이나 물리적 방법보다는 자연친화적인 자연의학과 대체요법에 대한 선호도와 호감도가 높아지고 있다. 이 중에서도 천연약물을 이용한 통증 개선 약용식물에 대한 관심도가 증가함에 따라 연구와 개발이 활발하게 진행되어 임상으로 입증된 약용식물의 개선 성분들이 의약품, 약선 음식, 화장품, 생활 용품의 소재로 다양하게 활용되고 있다.

현재 약용식물로 통증을 관리한 선행연구들을 살펴보면, 우슬의 특이적인 진통 작용에 관한연구(정옥미, 1998), 자원식물5종(접골목, 골담초, 우슬, 골쇄보)열수 추출물의 갱년기 이후 당질, 지질 및 골 대사 개선효능 검증(이수현, 2014), 약용식물의 항산화 활성 및 안정성(조은영, 2008), 전라남도 지역의 민속식물 이용 현황 (박문수 외, 2015), 천연약용식물의 생리기능성과 기능성 식품소재로서의 특성에 관한 연구 (윤혜경, 2006), 선학초(Apilosa grimonia L.) 수집종의 유연관계 분석과 재배종 및 효능(이용호, 2002) 등 다양한 형태의 연구가 이루어지고 있다.

이와 같은 선행연구를 통해 약용식물이 통증완화에 효과가 있다는 사실은 확인할 수 있었으나, 이용방법이 주로 음용하는 방법으로 본 연구자의 연구하고자 하는 외용법(패치, 찜질팩, 연고의 형태)으로 이용할 수 있는 방법의 제시가 부족하여 많은 사람들이 쉽고 간편하게 경험할 수 있는 기회제공이 부족하다고 사료되었다.

그래서 본 연구는 통증완화 효능이 있는 약용식물을 고찰하고 현대인들의 약용식물에 관한 지식, 인지도, 약용식물을 이용한 제품의 경험여부, 이용 가능성 여부 등을 조사하고 분석하였다.

이를 통해 피부미용실에서도 약용식물을 이용한 다양한 상업용 제품을 개발할 수 있는 근거와 기초자료를 제공하여 약용식물의 다양한 활용방안을 뷰티산업에 제시할 수 있는 기초자료가 될 것으로 사료된다.

## 1.2 연구 문제

본 연구는 설문을 통해 현대인들의 생활습관, 신체부위에 따른 통증유형, 통증완화를 위한 방법, 통증완화효능이 뛰어난 약용식물의 인지도, 지식, 이용 현황 등을 조사하고 분석하여 통증완화효능이 있는 약용식물에 대한 정보를 제공하려고 한다.

구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성, 생활습관, 신체부위의 통증 유형을 알아본다.

연구문제 2. 연구대상자의 약용식물에 대한 지식의 정도를 알아본다.

연구문제 3. 연구대상자의 약용식물에 대한 인지도의 정도를 알아본다.

연구문제 4. 연구대상자의 통증완화를 위한 약용식물을 이용한 이용 현황을 알아본다.

본 연구에 사용된 약용식물, 통증, 통증완화에 대한 조작적 정의는 다음과 같다.

약용식물(藥用植物)은 산천(山川)에 서식하는 약리작용(藥理作用)이 있는 식물체를 말하며, 인체 또는 동물의 생체에 직간접적인 방법을 통해 질병치료 및 완화에 긍정적인 효과를 지닌 것으로 유효성분이 과학적으로 입증된 약초(藥草)를 말한다.

통증은 복합적이고 주관적인 현상으로 실제적이거나 잠재적인 조직손상과 관련하여 불쾌한 감각적 증상과 정서적 경험이며 신체적, 심리적 요인을 포함하여 정의 할 수 있으며(Bonica, 1979), 신체의 조직 손상이나 위험한 상황을

알리는 수단으로 불쾌하지만 질병이 더 이상 발전하지 않도록 스스로를 보호하는 유효한 신경신호 전달체계이다(김혜자 외, 2001).

통증완화는 통증부위 또는 심리적 상태로 인한 통증에 대한 민감함을 다양한 방법을 통해 정신적 안정을 취할 수 있도록 하는 포괄적 의미를 말한다. (<http://terms.naver.com> 네이버 지식백과, 2016)

### 1.3 논문 구성

본 연구는 총 5장으로 구성되었으며, 구체적인 범위는 다음과 같다.

I 장, 서론에서는 연구의 필요성 및 목적, 연구문제, 연구 설계에 대하여 서술 하였다.

II 장, 이론적 배경에서는 약용식물의 정의, 역사, 주요성분과 효능, 삶의 질에 미치는 영향 등을 문헌을 통해 고찰하였다.

III 장, 연구 방법에서는 조사대상, 기간, 연구방법, 조사도구, 자료처리, 분석에 대하여 서술하였다.

IV 장, 연구 결과에서는 자료 분석의 결과물을 정리하였다.

V 장, 결론에서는 연구문제에 따른 결과 요약, 연구의 한계점, 제언에 대하여 서술하였다.

## II. 이론적 배경

### 2.1 약용식물의 정의

#### 2.1.1 약용식물(藥用植物)

약용식물(藥用植物)은 직간접적인 방법을 통해 질병치료 및 완화에 이용되는 식물체로서 인류보건 증진에 도움이 되는 것을 말한다. 사람의 인체 또는 기타 동물의 생체에 대해 긍정적인 효과를 지닌 것으로 유효성분이 과학적으로 입증된 자원식물로 약초(藥草)라고도 한다. 또한, 목본식물과 버섯 등의 균류 및 약물을 생산하는 세균류도 여기에 포함 된다(위키백과, 2013).

우리나라 문헌에 기록된 약용식물의 수는 약 6,000여종으로 이중 500여종이 약용(藥用)으로 상용되고 있고, 대부분 초본(草本), 또는 목본(木本)식물로 식물의 뿌리를 뜻하는 본(本)과 풀에서 상형된 초(草)자를 사용하여 본초(本草)라고 하였다(한국자격개발원, 2005). 약용식물은 본초(本草, herb), 민간약(民間藥), 생약(生藥)으로 분류하는데, 본초(本草, herb)의 기원은 반고(32~92)의 저서인 『한서』에 “본초석지한온(本初石芝寒溫)”으로 현대의학에서는 약용식물(藥用植物)이라 정의하였다(이호선, 2006). 서양의 경우 허브(herb)라는 약용식물의 본초(本草)을 통해 가정상비약과 음식의 향신료로 사용하였다는 기록이 전해지고 있으며 고대 인도의 약학 체계인 아유르베다는 식물추출물과 에센셜 오일을 합하여 치료 하였다고 기록하고 있다(안홍석 외, 2006). 허브(Herb)의 호르몬성분을 추출한 에센셜 오일(essential oils)은 다양한 질병완화 및 예방법으로 이용하고 있다.

민간약(民間藥)은 민족이나 종족들 사이에서 전통의 민간요법에 사용된 약(藥)을 말하며 의학 및 약학의 혜택을 받지 못하는 산간오지나 농촌등지에서 산과 들의 야생식물들을 이용하여 질병을 치료한 것으로, 경험에서 전수된 것을 말한다(한국 민간요법대전, 1988). 원시시대의 인류는 약성(藥性)이 있는 식물을 사람이나 동물에게 직접 사용해보면서 약용식물에 대한 지식을 알게 되었고 끊임없는 창조와 풍부한 경험을 통해 전해진 약(藥)이지만(김현주, 1997), 대부분의 민간약(民間藥)은 전문적 처방에 의해 조제되는 한약(韓藥)

이 아니라 “경험의약”으로 사용하였다는 공통적인 특징(김중경, 2014)으로 약학(藥學)으로 인정받지 못하고 있다. 그러므로 민간약은 과학적 해석과 연구를 통해 약용식물의 효과를 입증함으로써 현대의학 발전에 좋은 연구대상이 되고 있다.

생약(生藥)은 자연계에서 얻을 수 있는 물질 중 인체의 질병 치료 및 예방에 효과가 있는 물질로 식물(植物), 동물(動物), 광물(鑛物) 및 미생물의 대사산물(大事産物)등을 의약품으로 사용하기 위해 그대로 사용하거나 간단히 가공하여 본질의 성분을 바꾸지 않는 천연물을 의미한다(이호선, 2006). 일반적으로 생약(生藥)은 식물에서 얻어지는 것을 의미하지만, 동물성 생약으로는 섬소(蟾酥), 사향(麝香), 웅담(熊膽) 등이 있고 석고(石膏), 망초(芒硝), 활석(滑石)등은 광물성 생약에 속한다(한국자격개발원, 2005).

인간은 자연환경에서 얻은 약용식물의 유용한 성분을 추출하여 의약품 및 건강식품의 원료로 사용하고 있으며, 최근에는 천연소재 및 신물질 추출 신소재로서의 이용가치가 매우 중요하게 인식되기 시작하면서 이에 대한 연구가 활발히 진행되고 있다(천규호, 2016).

현대의학에서도 다양한 원인의 질병의 치료를 위해 화학약물치료법과 수술요법에 의존해 왔으나 건강을 단순히 육체적 건강에 제한하지 않고 넓은 의미의 새로운 시각으로 전개하며(유민희, 2015), 대체요법 또는 자연요법을 통한 약용식물의 의존도 및 수요가 늘어나고 있다. 또한, 한약(韓藥)의 원료라는 이미지를 벗어나 다양한 산업소재로 활용분야를 넓혀가고 있으며 약용식물의 미용학적 부가가치는 화장품개발, 한방두피제품개발, 피부개선 마스크 등이 있으나 약용식물을 이용한 미용학적 가치와 효능의 인지도가 약해 연구개발 및 투자가 미흡하여 약초를 이용한 미용 산업의 확대를 위해 다양한 연구 방향을 수립하여 산업화 기반을 구축하여야 할 것이다.

### 2.1.2 약용식물의 역사

약용식물을 이용한 역사는 인류의 시작과 함께 발생하고 발달하여 왔으며 현대의학 및 약학의 시작이라고 볼 수 있다. 옛 선조들은 산천의 식물들 중 약리작용이 탁월한 약초들을 발견하여 병증에 적용하였으며 일상 주변에서 쉽게 구할 수 있고 식생활을 통해 먹을 수 있는 것을 선택하는 지혜로움이 있었다(blog.daum.net, 오래된 미래 2013). 현대의학의 혜택을 받지 못했던 산간벽지나 오지에서는 조상으로부터 전해 내려오던 약용식물을 이용한 민간 약으로 치료해 왔고, 약용식물을 이용한 질병치료는 동·서양을 막론하고 발전하였다(blog.daum.net 농부와시인, 2011). 서양의 경우 허브에서 추출한 에센셜오일과 향료의 사용으로 약용식물의 역사를 짐작 할 수 있다. 이집트에서는 전쟁터에 나갈 때 향유를 흡입함으로 두려움과 공포에서 벗어나려 노력했다는 기록이 있으며(조성준, 2000), 1875년 이집트에서 발견된 기원전 1500년경에 쓰인 의학에 관한 문헌인 Papyrus에 700여종의 약과 811종의 처방이 상형문자로 기록되어 있다(한국약용식물학 연구회, 2003). 그리고 기원전 300년경 식물학의 아버지인 테오프라토스(Theophrastos)의 『식물의 역사』를 통해서도 500여종의 약용식물에 대한 의약학적 성상과 용도가 기재되어 있다.

중국에서는 기원전 3000~2000년경 염제신농씨에 의해 약용식물의 발견과 이용법이 알려졌으며 약초의 효능들은 동양에서 가장 오래된 본초학(本草學)의 기초인 신농본초경(神農本初經)에 365종의 약물이 상, 중, 하품으로 구별되어 수록되어 있고(이호선, 2006), 이후 화타, 이귀지, 오보 등이 중국의 약용식물학 발전에 기여하였다.

우리나라의 경우 1280년에 기록된 삼국유사기이(三國遺事奇異)에 의하면 한웅이 곰과 호랑이에게 죽과 마늘을 섭생시키며 100일간 동굴 밖으로 나오는 것을 금했다는 설이 전해지는데 이는 약용식물과 이용법에 대한 설명이다.

이후, 고려시대에 이르러 중국과 인도 등의 영향을 받아 의학에 관한 관심이 높아지고 약용식물에 대한 이해와 연구가 활발해지기 시작하였고, 1568년 조선시대 『허준』에 의해 우리나라의 대표적 의학서인 『동의보감(東醫寶鑑)』이 출판되면서 약용식물을 이용한 치료 및 처방 방법이 정리되었다.

### 2.1.3 통증완화 약용식물의 효능 및 구성 성분

현대의학으로 설명하기 어렵고 원인이 불분명한 질병을 치료하기 위해 현대의학에서는 부작용을 최소화 할 수 있는 자연의학과 자연건강법에 관심이 높아지고 있으며 그중에서도 천연약용식물연구에 집중하고 있다.

우리나라의 경우 세종대왕 명에 의해 집필된 『한약집성방』에는 360여종의 약용식물들이 소개되어 있다.

<표 1> 대표적 통증완화 약용식물 40종의 약용부위 및 효능과 구성성분

번호	약 용 식물명	사용 부위	효 능	구 성 성 분	문 헌 출 처
1	강황	뿌리	관절염, 통증완화	쿠르쿠민, 정유, 투르메론	약용식물학 각론/한국자격개발원
2	구기자 나 무	열매	혈액순환, 요통 노화억제	베타틴, 제아잔틴 카로틴, 티아민	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
3	두충	나무 껍질	요통, 관절염	구타페라카, 펙틴, 비타민C 글리코사이드, 유기산	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
4	골담초	잎 줄기	관절통풍, 발열	알카로이드, 배당체, 전분 사포닌	약용식물학 각론/한국자격개발원
5	고추	열매	신경통, 근육통 관절염	캡사이신, 비타민A 비타민C	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
6	맥문동	뿌리	골근강화, 요통	스티그마스테롤 베타시토스테롤 오피오포고닌	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
7	방풍	잎	중금속 해독 두통, 근육통	정유, 쿠마린 플라보노이드	약용식물학 각론/한국자격개발원
8	창포	줄기 뿌리	신경통, 류마티스	정유, 모노테르펜	약용식물관리사/대진미디어
9	유 자 나 무	열매	피로회복, 신경통 류마티스	비타민B, 비타민C 구연산, 리모넨	약초한방 대백과/솔빛출판사
10	당귀	뿌리	빈혈, 진통, 두통	테쿠르신, 테쿠르시놀 B-에우데스몰, 엘레몰	약용식물학각론/한국자격개발원

번호	약용 식물명	사용 부위	효능	성분	문헌출처
11	하수오	뿌리	탈모, 요통 냉증, 만성간염	질소, 전분, 지방 광물, 레시틴	약용식물관리사/대진미디어
12	천궁	뿌리 줄기	관절염 근육이완	리구스틸라이드 센큐놀라이드A, B, C, D	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
13	인동초	꽃 잎	타박상, 관절염 염증완화	루테올린, 이노시톨 타닌	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
14	녹나무	나무 전체	통증완화 타박상	정유, 감피	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
15	개다래 나무	벌레 가시	신경통, 이뇨증	엑티니딘 이리도미르메신	약초한방 대백과/솔빛출판사
16	생강	뿌리	소염, 보온 진통완화	진저롤, 세스키테르	약용식물관리사/대진미디어
17	월계수	잎 열매	통증완화 어깨 결림	시네올, 게라니올	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
18	방기	뿌리 줄기	관절통, 신경통 요통, 류마티즘	이소시노메닌, 시노메닌 알칼로이드	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
19	등글레	뿌리 줄기	타박상, 강장	프리테린 -배당체 피세인, 에피프리테놀	약초한방 대백과/솔빛출판사
20	치자 나무	열매	타박상, 요통	크로신 이리도이드-배당체	약초한방 대백과/솔빛출판사
21	독활 (두릅)	잎 뿌리	진통완화, 통풍 신경통, 두통	디테르펜알데히드 아미노산, 타닌	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
22	시호	뿌리	해열, 소염 진통, 진정효과	사이코사포닌, 사포닌 지방유 피토스테롤	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
23	양배추	잎	진통, 류마티즘 요통, 근육통	비타민A, C, K, 미네랄	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
24	가시오 가피	나무 줄기	관절염, 골수염	토코페롤, 시리긴 세사민	약용식물학 각론/한국자격개발원
25	산토끼풀	뿌리	요통, 부스럼	게니스테인, 카로틴 다이저민	약초한방 대백과/솔빛출판사
26	우슬	뿌리	요통, 소염효과 관절개선	엑크디손, 사포닌 트리테리핀	약용식물학 각론/한국자격개발원 약용식물관리사/대진미디어
27	갯방풍	줄기 잎	신경통 어깨 결림	정유, 쿠마린	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
28	고추 냉이	뿌리 줄기	류마티스 신경통	시니그린, 비타민C 미로시나제	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home

번호	약용 식물명	사용 부위	효능	성분	문헌출처
29	들깨풀	식물 전체	요통, 해독 두통	리놀렌산, 정유 감마토코페놀	약초한방 대백과/솔빛출판사
30	뇌향 국화	꽃	어깨걸림, 요통	정유, 비타민A, 타닌	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
31	당아욱	잎 꽃	잎 꽃	타닌질, 안토시아닌 플라보노이드	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
32	메밀	열매 잎	고혈압, 소염 타박상, 염좌	비타민, 플라본류 루틴, 오리엔틴	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
33	모란	뿌리	소염, 진통 정혈	캄페르페롤, 페오놀 베타-시토스테롤	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
34	벚나무	속 껍질	진통, 통증완화	사쿠라닌, 안토시아닌 시아니단	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
35	머위	잎 줄기	타박상, 염좌	타닌, 콜린, 사포닌 타르타르산	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
36	선밀나물	뿌리	혈액순환 류마티스	비타민, 유기질	약초한방 대백과/솔빛출판사
37	유향	나무 수액	통증완화 염증완화	인플라신, 에스쿨레틴	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
38	목련	꽃봉 오리	뼈의 통증, 두통	정유의 시트랄, 피넨	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home
39	창포	뿌리	신경통 류마티스	정유, 아사론 카라메넨, 쉬오부논	약용식물관리사/대진미디어
40	운향	열매	타박상, 통증 화농성종기	시네올, 피넨 알칼로이드	가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물 대사전/Green Home

<표 1>에 나타난 것처럼 생활 속에서 만나는 약용식물 중 질병의 완화 및 예방에 효과적인 식물이 많이 알려져 있는데 특히, 머리, 어깨, 허리, 다리, 관절 통증과 염증완화에 도움이 되는 식물들은 강황, 구기자나무, 두충, 고추, 맥문동, 방풍, 유자나무, 하수오, 천궁, 월계수, 방기, 치자나무, 양배추, 산토끼풀, 우슬, 갯방풍, 들깨풀, 뇌향국화, 참빗살나무, 녹나무 등이 있다. 이러한 식물을 이용하여 찜질, 짓쭼어 환부에 도포하는 등의 방법을 통해 신체부위별 통증을 완화할 수 있다.

## 2.2 통증(痛症)의 정의

### 2.2.1 통증(痛症)

통증은 복합적이고 주관적인 현상으로 실제적이거나 잠재적인 조직손상과 관련하여 불쾌한 감각적 증상과 정서적 경험이며 신체적, 심리적 요인을 포함하여 정의 할 수 있으며(Bonica, 1979), 신체의 조직 손상이나 위험한 상황을 알리는 수단으로서 불쾌하지만 질병이 더 이상 발전하지 않도록 스스로를 보호하는 유효한 신경신호 전달체계이다(김혜자 외, 2001). 통증 인지에 영향을 미치는 요인으로 생리적인 요인, 심리적인 요인, 사회문화적 요인으로(이은옥 외, 1987) 불안정, 집중력 저하, 두려움, 불편감 등이 나타나게 된다(Jeon *et al.*, 2000). 통증유발 인자 및 자극을 제거하고 신체의 질병이 회복되면 통증으로 인한 고통은 사라지지만 다양한 통증의 요인들에 제거 및 일시적인 통증감소를 위해 지속적인 진통제를 복용하는 경우가 많은데 통증의 근본 원인을 해결하지 못하기 때문에 습관성 약물중독 원인이 되기도 한다. 국제통증학회(International Association for the Study of Pain, IASP)는 통증의 강도는 개인마다 다르게 경험된다고 설명하고 있으며, 이러한 통증의 진행 상황에 따라 급성통증과 만성통증으로 나눌 수 있다.

급성통증은 외상, 질병, 염증에 의해 유발되고 진단과 치료가 비교적 쉬운 상태지만(이양균, 2002), 이 시기에 통증을 효과적으로 치료하지 않으면 만성통증으로 이환되기 쉽다(Chapman, 1984). 급성통증의 발생시점은 6개월 이내의 급성질환 또는 손상으로 나타나며 신체적 반응은 교감신경을 자극함으로써 인해 혈압상승, 흥분, 신경과민, 심박동의 증가, 불안증세가 나타나며 회복될 때까지 활동력은 감소된다. 이러한 급성통증은 질병의 원인을 치료하거나 일시적으로 진통제를 사용함으로써 완화할 수 있다(김연희 외, 2004).

만성통증의 경우 발생시점이 6개월 이상으로 불분명하며, 급성통증이 만성적으로 진행된 경우이거나, 의학적 치료시간 경과에도 불구하고 오랫동안 통증이 지속되는 것을 말한다(신윤경 외, 2002). 만성통증으로 인한 장기적 장애(disability)는 생산력의 감소 및 의료비지출의 증가로 인해 제 2의 경제적 손실을 만들어 낼 수 있다(Astin, Lawton & Hirst, 1996). 이러한 통증은 대

상자들의 생활방식뿐만 아니라 신체기능의 변화로 인해 심리적으로 매우 위축될 수 있음을 선행논문에서 밝힌바와 같이 삶의 질을 높이기 위해서는 지속적인 통증 관리가 필요하고 다양한 치료법과 건강관리 방법이 제시되어야 할 것이다.

## 2.2.2 신체부위에 따른 통증 분류

### 2.2.2.1 머리(두통)

두통은 수많은 원인에 의해 발생하며 인류가 발생한 이후부터 현재까지 인간이 호소하는 가장 흔한 질병으로 신체적 정서적 긴장과 관련된 만성통증(Black, 2001)으로 유전적인요인, 정신적 압박, 과로, 수면 장애, 스트레스 및 긴장, 소화기장애 등과 관련이 있으며, 흔하게 나타나는 두통의 원인은 질병으로 인한 열 발생과 정신적 스트레스를 받을 때 나타나는 긴장성두통이다.

긴장성 두통은 경부의 압박감과 경직감을 느끼며 우울증과 심한 수면장애, 어깨통증을 동반하며 두통 촉발 요인이 목과 머리의 신경, 근육, 혈관에 영향을 미쳐 통증을 유발하는데(De Good, 1997), 두통의 증상은 머리가 조인다거나 어지러움, 편두통, 앞머리통증, 뒷머리통증, 지끈거림 등의 증상으로 나타난다. 의료기술의 눈부신 발전을 통해 두통의 병태생리학적 기전이 밝혀지고는 있으나 아직 정확한 발병 원인을 규명하는데 어려움이 있고(홍순안, 2014), 현대인들의 80%이상은 두통으로 인해 일상생활을 하는데 어려움을 겪는 것으로 나타나(윤창효, 2008) 방치하면 심각한 후유증이 발생할 수 있으므로 적절한 관리가 필요하다.

### 2.2.2.2 목과 어깨(경추통과 견비통)

목의 통증은 후두융기와 경추 7번 사이의 뒤쪽 목 부분에서 나타나는 통증을 의미하며(이재형, 2007), 어깨 및 허리 통증과 더불어 일상생활에서 흔히 나타나는 질환으로 서서 일하는 직장인들의 자세에서 경추부(목)와 요부(허리)에 관련된 통증이 크게 대두되고 있다(김도연, 2015). 목의 통증은 모든 연령층에서 흔하게 나타나는 질환으로 장시간의 스마트폰, 컴퓨터, 영상기기,

테블릿 PC(personal computer) 등 전자기기의 사용은 머리의 비정상적인 자세유지로 인해 목의 인대에 가해지는 스트레스 및 경추의 부담은 경부와 견부 근육의 불균형을 일으켜, 통증과 기능 손상을 일으킬 수 있다(김명수, 2015). 특히, 거북목자세는 중력중심선, 즉 몸의 체중 중심을 통과하는 가상의 수직선에서 앞쪽으로 머리가 돌출 되었다는 것을 말하며(Harrison *et al.*, 2000), 안정성을 요하는 움직임에 방해를 받아 목의 긴장과 손상을 가져올 수 있고 목의 이상은 어깨통증과 밀접한 관계가 있다. 현대인들의 생활방식에서 두드러지게 나타나는 전자기기사용 및 어깨를 구부려 앉은 자세로 20분이상 스마트폰의 사용은 경추와 어깨 근육에 긴장과 피로감을 주어 어깨통증 및 만성질환에 노출될 위험이 크다(이홍규, 2014). 어깨관절은 우리 몸에서 가장 넓은 운동 범위를 가지고 있어, 퇴행성 변화 및 외상의 원인으로 다양한 연령대에서 통증을 호소하고 있어 어깨의 급성외상과 만성증상이 증가하고 있다.

#### 2.2.2.3 허리(요통)

인체의 중심에 위치한 허리는 척추와 인대, 근육 등의 기관들이 모인 곳으로 요통이란 제12늑골의 하방에서 후상장골극 및 장골능까지의 요부에서 발생하는 통증을 말하며, 증상으로 하지의 둔감, 저림, 근력약화, 보행 장애가(석세일, 2004)나타나며, 주요 발생의 위치는 4, 5번과 천추 1번이다(차현규, 오덕원, 2010). 또한, 노화가 진행됨에 따라 퇴행성 변화로 인한 허리 통증이 많이 발생하는 것으로 보고되고 있다. 많은 사람들은 잘못된 자세와 습관이 허리에 무리를 주어 통증을 유발하며(Brigit & koffer, 2007), 산업화로 인한 신체 활동 감소, 운동 부족, 신체 기능 저하가 허리통증의 주요원인이 되기도 한다. 허리통증을 해결하기 위한 물리적 방법으로 척추세움근과 배곧은근의 근력강화 운동은 약해진 심부근육의 근력강화 운동과 움직임의 조절 능력을 회복시키는 운동법으로 허리통증을 치료하는데 효과적인 방법으로 시행되어지고 있다(Handa, 2000).

### 2.2.3 통증이 삶에 미치는 영향

데이비슨 과 존기 (Davison & Jhangri, 2005)는 통증은 신체적, 심리적, 사회적 요소를 포괄하는 다차원적인 현상이므로, 통증이 조절되지 않으면 일상생활의 기능장애로 인해 기분을 저하시키고 감정의 기복이 심해져 삶의 많은 부분에서 고통을 초래할 수 있을 것이라고 하였다. 여러 연구결과에서 나타난 것처럼 통증은 행복한 삶에 영향을 미치며 불안감, 행동장애, 수면장애, 우울감등으로 인한 무기력상태를 나타낼 수 있어(이양균, 2002), 통증이 삶에 미치는 영향은 매우 높은 것으로 확인할 수 있다. 통증은 개인의 신체적, 정신적 건강 문제로만 볼 것이 아니라 경제사회의 노동력손실, 가정 의료비부담 등 삶의 질을 저하시키는 복합적인 요인이 될 수 있고, 개인의 다양한 삶에 영향을 주며 그 영향의 강도 역시 개인의 라이프스타일과 삶의 질을 변화시키기도 한다(Bowman, 1991).



## III. 연구방법

### 3.1 연구대상자 및 기간

본 연구는 20~60대의 서울, 경기지역에 거주하는 남·여를 중심으로 학생, 미용학원 강사, 미용학원 수강생, 피부미용실 방문고객, 문화 강좌 수강생, 미용기기회사 직원 등을 무작위로 선발하여 연구하였다. 연구대상자들에게 약용식물에 대한 인식과 지식, 통증완화 활용방안에 관한 선호도, 약용식물 경험여부, 활용 방안 등에 대하여 조사하였다. 조사기간은 2016년 9월 19일부터 10월 20일까지 약 4주간 실시하였다.

설문지는 총 400부를 배부하여 이중 373부가 회수되어 최종 분석 자료로 사용하였다.

### 3.2 연구방법

본 연구 목적을 연구대상자들에게 직접 설명하고 동의를 구한 다음 자기기입식 설문 조사방법(self-administered questionnaire survey method)으로 설문을 받았다. 본 연구의 통계처리를 위하여 Microsoft Excel 2016을 사용해 설문지를 집계하여 정리하였고, SPSS 21.0을 이용하여 통계처리를 실시하였다.

### 3.3 조사 도구

약용식물에 대한 인식과 통증완화 활용방안에 관한 선호도 연구를 위해 다음과 같은 항목들을 선행연구에서 실시된 측정 항목을 참고하여 본 연구의 목적에 맞는 문항으로 수정하고 보완하여 만들었다.

본 논문은 일반적 특징 관련문항(이지영, 2015), 생활습관 및 신체부위별 통증 관련문항(배지원, 2016; 홍순안, 2014; 임성우, 2004), 약용식물의 인지도 및 지식도 관련문항(문서윤, 2015; 함희진, 2014), 약용식물 이용현황 및

활용도 관련문항(박정민, 2012; 문서운, 2015; 남석훈, 2016) 등으로 이뤄져 있다.

<표2> 설문 조사를 위한 측정 문항, 문항 수 및 참고문헌 정리

측정 문항	문항 수(개)	참고 문헌
일반적 특징 관련문항 (연령, 성별, 결혼 유/무, 학력, 직업, 소득)	6	· 미용사의 작업환경 실태에 따른 하지통증 정도 연구, 이지영(2015)
생활습관 및 신체부위별 통증 관련문항	11	· 도수경추교정이 만성두통환자의 주관적 두통 개선에 미치는 효과, 홍순안(2014) · 만성통증 재가 노인의 통증대처 삶의 질, 배지원(2016) · 만성통증 환자의 건강관련 삶의 질에 관한 연구, 임성우(2003)
약용식물의 인지도 및 지식도 관련문항	15	· 천연 방향제품의 이용현황과 향 선호도에 대한 연구, 문서운(2015) · 향선호도에 대한 연구, 함희진(2014)
약용식물의 이용현황 및 활용도 관련문항	14	· 아로마테라피 DIY제품 제조경험자의 에센셜오일에 대한 활용 실태 조사와 만족도, 남석훈(2016) · 아로마 에센셜오일의 이용현황 및 선호도에 관한 연구, 박정민(2012) · 천연 방향제품의 이용현황과 향 선호도에 대한 연구, 문서운(2015)

### 3.4 자료처리 및 분석방법

본 연구에서는 통계처리를 위하여 Microsoft Excel 2016을 사용하여 설문지를 집계하여 정리하였고, SPSS 21.0을 이용하여 통계처리를 실시하였다. 연구문제의 실증적 분석을 위하여 아래와 같은 분석 방법을 사용하였다. 연구문제의 문항들의 경향을 살펴보기 위해 범주형 변수는 빈도분석과 연속형 변수는 기술통계를 실시하여 평균, 표준편차, 최소값, 최대값을 이용하여 변수의 경향을 살펴보았다. 일반적 특성별로 차이를 살펴보기 위하여 범주형 변수는 교차분석을 실시하여 그 차이를 살펴보았고, 연속형 변수는 t-test와 일원배치 분산분석을 이용하여 평균의 차이를 검증하였다.



## IV. 연구 결과

### 4.1 연구대상자의 일반적 특성

연구 대상자의 일반적 특성에 대한 분석 결과는 아래 <표 3>와 같다.

<표 3> 연구대상자의 일반적 특성

	구분	빈도(명)	비율(%)
성별	남성	120	32.2
	여성	253	67.8
연령	20대	88	23.6
	30대	105	28.2
	40대	90	24.1
	50대 이상	90	24.1
결혼	기혼	212	56.8
	미혼	161	43.2
학력	고졸 이하	126	33.8
	전문대 재학/졸업	81	21.7
	대학 재학/졸업 이상	166	44.5
직업	사무직	67	18.0
	영업/서비스	106	28.4
	전문직	82	22.0
	주부/학생	118	31.6
월평균소득	200만원 미만	101	27.1
	200~300만원 미만	114	30.6
	300~400만원 미만	80	21.4
	400만원 이상	78	20.9
	전체	373	100.0

연구 대상자의 일반적 특성에 대한 분석 결과, 성별에서는 여성이 253명(67.8%), 남성 120명(32.2%)으로 나타났고, 연령별로는 30대 이상이 105명(28.2%)로 가장 높았고, 40대, 50대 이상이 각각 90명(24.1%), 20대 88명(23.6%)의 순으로 나타났다. 결혼 유·무별로는 기혼이 212명(56.8%)으로 미혼

161명(43.2%)보다 높게 나타났고, 학력별로는 대학 재학/졸업 이상이 166명(44.5%)로 가장 높았고, 고졸 이하 126명(33.8%), 전문대 재학/졸업 81명(21.7%)의 순으로 나타났고, 직업별로는 주부/학생이 118명(31.6%), 영업/서비스 106명(28.4%), 전문직 82명(22.0%), 사무직 67명(18.0%)의 순으로 나타났다. 월 평균 소득별로는 200~300만원 미만 114명(30.6%), 200만원 미만 101명(27.1%), 300~400만원 미만 80명(21.4%), 400만원이상 76명(20.9%)의 순으로 나타났다.

## 4.2 연구대상자의 생활 습관 및 신체부위의 통증

### 1) 건강 관심도

연구 대상자의 건강 관심도에 대한 분석 결과는 아래 <표 4>와 같다.

<표 4> 건강 관심도

구분	빈도(명)	비율(%)
관심이 전혀 없다	18	4.8
관심이 조금 없다	20	5.4
보통이다	78	20.9
관심이 조금 있다	144	38.6
관심이 아주 많다	113	30.3
관심 없음 (관심이 전혀 없다+관심이 조금 없다)	38	10.2
관심 있음 (관심이 매우 있다+관심이 조금 있다)	257	68.9
평균	3.84	
표준편차	1.067	
전체	373	100.0

연구 대상자의 건강 관심도에 대한 분석결과 관심도 평균은 5점 만점에 3.84점으로 높은 수준으로 나타났고, 표준편차는 1.067로 나타났다.

일반적 특성에 따른 건강 관심도에 대한 평균 비교 분석 결과는 아래 <표 5>와 같다.

<표 5> 일반적 특성에 따른 건강 관심도 평균 비교 분석

	구분	빈도(명)	평균	표준편차	t/F
성별	남성	120	3.74	1.185	1.561
	여성	253	3.89	1.006	
연령	20대	88	3.26	1.109	17.271***
	30대	105	3.83	1.060	
	40대	90	3.93	0.845	
	50대 이상	90	4.33	0.972	
결혼	기혼	212	4.12	0.908	35.966***
	미혼	161	3.48	1.152	
학력	고졸 이하	126	3.86	1.056	.072
	전문대 재학/졸업	81	3.80	1.054	
	대학 재학/졸업 이상	166	3.85	1.088	
직업	사무직	67	3.87	1.086	.332
	영업/서비스	106	3.90	0.985	
	전문직	82	3.74	1.052	
	주부/학생	118	3.85	1.144	
월평균 소득	200만원 미만	101	3.62	1.156	2.742*
	200~300만원 미만	114	3.82	0.927	
	300~400만원 미만	80	3.95	1.042	
	400만원 이상	78	4.05	1.127	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 건강 관심도에 대한 평균 비교 분석 결과, 연령, 결혼, 월 평균 소득별 건강관심도는 평균의 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령별로는 50대 이상이 4.33점으로 가장 높았고, 20대가 3.26점으로 가장 낮게 나타나, 연령이 높을수록 건강관심도가 높은 것으로 나타났다( $F=17.271, p<0.001$ ).

2) 건강 관련 정보 입수 경로

연구 대상자의 건강 관련 정보 입수 경로에 대한 분석 결과는 아래 <표 6>와 같다.

<표 6> 건강 관련 정보 입수 경로

구분	빈도(명)	비율(%)
의료인	41	11.0
전문서적	30	8.0
매스미디어	123	33.0
건강보조 식품 판매원	14	3.8
가족/친구/동료	73	19.6
인터넷	92	24.7
전체	373	100.0

연구 대상자의 건강 관련 정보 입수 경로에 대한 분석 결과, “매스미디어”가 123명(33.0%)으로 가장 높았고, “인터넷” 92명(24.7%), “가족/친구/동료” 73명(19.6%), “의료인” 41명(11.0%), “전문서적” 30명(8.0%), “건강보조 식품 판매원” 14명(3.8%)의 순으로 나타나, 대부분의 정보를 “매스미디어와 인터넷”에서 입수 하는 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 건강 관련 정보 입수 경로에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 7>와 같다.

<표 7> 일반적 특성에 따른 건강 관련 정보 입수 경로 교차분석  
(단위: 명, %)

구분	빈도 (명)	의 료 인	전 문 서 적	매 스 미 디 어	건강 보조 식품 판매	가족 친구/ 동료	인 터 넷	$\chi^2$
성별	남성	120	14.2	7.5	37.5	3.3	17.5	4.817
	여성	253	9.5	8.3	30.8	4.0	20.6	
연령	20대	88	6.8	8.0	25.0	1.1	20.5	32.380**
	30대	105	10.5	10.5	33.3	2.9	14.3	
	40대	90	10.0	8.9	40.0	5.6	16.7	
결혼	50대 이상	90	16.7	4.4	33.3	5.6	27.8	23.863***
	기혼	212	11.3	6.1	37.7	5.7	22.2	
	미혼	161	10.6	10.6	26.7	1.2	16.1	
학력	고졸 이하	126	15.1	3.2	26.2	5.6	27.0	28.046**
	전문대 재학/졸업	81	9.9	6.2	32.1	1.2	14.8	
	대학 재학/졸업 이상	166	8.4	12.7	38.6	3.6	16.3	
직업	사무직	67	7.5	7.5	34.3	3.0	20.9	22.737
	영업/서비스	106	7.5	5.7	38.7	2.8	21.7	
	전문직	82	9.8	14.6	30.5	0.0	18.3	
	주부/학생	118	16.9	5.9	28.8	7.6	17.8	
월평균 소득	200만원 미만	101	9.9	5.9	29.7	4.0	19.8	18.298
	200~300만원 미만	114	9.6	7.0	32.5	4.4	22.8	
	300~400만원 미만	80	13.8	7.5	45.0	1.3	10.0	
	400만원 이상	78	11.5	12.8	25.6	5.1	24.4	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 건강 관련 정보 입수 경로 교차분석 결과, 연령별, 결혼

상태별, 학력별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다

### 3) 스트레스 정도

연구 대상자의 스트레스 정도에 대한 분석 결과는 아래 <표 8>와 같다.

<표 8> 스트레스 정도

구분	빈도(명)	비율(%)
전혀 받지 않는다	8	2.1
받지 않는다	13	3.5
보통이다	124	33.2
많이 받는다	148	39.7
매우 많이 받는다	80	21.4
스트레스 받지 않음(전혀 받지 않는다+받지 않는다)	21	5.6
스트레스 받음(매우 많이 받는다+많이 받는다)	228	61.1
평균	3.75	
표준편차	0.904	
전체	373	100.0

연구 대상자의 스트레스 정도에 대한 분석결과 관심도 평균은 5점 만점 중 3.75점으로 나타났고, 표준편차는 0.904로 나타났다. “많이 받는다”가 148명(39.7%)로 가장 높았고, “매우 많이 받는다” 80명(21.4%), “보통이다” 124명(33.2%), “받지 않는다” 13명(3.5%), “전혀 받지 않는다” 8명(2.1%)의 순으로 나타났고, “스트레스 받음(매우 많이 받는다+많이 받는다)” 228명(61.1%)으로 “스트레스 받지 않음(전혀 받지 않는다+받지 않는다)” 21명(5.6%)보다 높게 나타나, 응답 대상자들은 스트레스를 받는 정도가 높은 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 스트레스 정도에 대한 평균 비교 분석 결과는 아래 <표 9>와 같다.

<표 9> 일반적 특성에 따른 스트레스 정도 평균 비교 분석

	구분	빈도(명)	평균	표준편차	t/F
성별	남성	120	3.67	0.853	1.432
	여성	253	3.79	0.927	
연령	20대	88	3.76	0.884	.426
	30대	105	3.82	0.896	
	40대	90	3.72	0.960	
	50대 이상	90	3.68	0.885	
결혼	기혼	212	3.76	0.915	.078
	미혼	161	3.73	0.893	
학력	고졸 이하	126	3.64	0.881	2.028
	전문대 재학/졸업	81	3.90	0.831	
	대학 재학/졸업 이상	166	3.75	0.950	
직업	사무직	67	3.97	0.921	1.955
	영업/서비스	106	3.76	0.811	
	전문직	82	3.65	0.948	
	주부/학생	118	3.68	0.933	
월평균소득	200만원 미만	101	3.73	0.811	.686
	200~300만원 미만	114	3.84	0.878	
	300~400만원 미만	80	3.66	0.856	
	400만원 이상	78	3.72	1.092	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 스트레스 정도에 대한 평균 비교 분석 결과, 평균은 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타나, 모든 응답자의 스트레스 수준이 차이가 없는 것으로 나타났다.

#### 4) 규칙적인 운동 실시 여부

연구 대상자의 규칙적 운동 실시 여부 분석 결과는 아래 <표 10>와 같다.

<표 10> 규칙적인 운동 실시 여부

구분	빈도(명)	비율(%)
일주일 1회	48	12.9
일주일에 2회 미만	90	24.1
일주일에 3회 미만	71	19.0
일주일에 4회 이상	52	13.9
운동을 하지 않는다	112	30.0
전체	373	100.0

연구 대상자의 규칙적 운동 실시 여부에 대한 분석 결과, “운동을 하지 않는다” 112명(30.0%)으로 가장 높게 나타났고, “일주일에 2회 미만” 90명(24.1%), “일주일에 3회 미만” 71명(19.0%), “일주일에 4회 이상” 52명(13.9%), “일주일에 1회” 48명(12.9%)의 순으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 규칙적 운동 실시 여부에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 11>와 같다.

<표 11> 일반적 특성에 따른 규칙적인 운동 실시 여부 교차분석  
(단위: 명, %)

구분	빈도 (명)	일주일 / 1회	일주일 / 2회 미만	일주일 / 3회 미만	일주일 / 4회 이상	운동을 하지 않는다	$\chi^2$
성별	남성	120	12.5	23.3	26.7	18.3	14.876**
	여성	253	13.0	24.5	15.4	11.9	
연령	20대	88	9.1	17.0	19.3	15.9	11.898
	30대	105	17.1	27.6	20.0	11.4	
	40대	90	12.2	24.4	18.9	11.1	
	50대 이상	90	12.2	26.7	17.8	17.8	
결혼	기혼	212	14.2	26.4	18.9	12.7	3.000
	미혼	161	11.2	21.1	19.3	15.5	
학력	고졸 이하	126	9.5	20.6	15.9	11.9	21.646***
	전문대 재학/졸업	81	7.4	28.4	18.5	13.6	
	대학 재학/졸업 이상	166	18.1	24.7	21.7	15.7	
직업	사무직	67	16.4	23.9	20.9	9.0	10.288
	영업/서비스	106	12.3	22.6	19.8	15.1	
	전문직	82	9.8	32.9	18.3	17.1	
	주부/학생	118	13.6	19.5	17.8	13.6	
월평균 소득	200만원 미만	101	11.9	21.8	17.8	12.9	6.583
	200~300만원 미만	114	12.3	27.2	15.8	16.7	
	300~400만원 미만	80	16.3	22.5	23.8	10.0	
	400만원 이상	78	11.5	24.4	20.5	15.4	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 규칙적 운동 실시 여부 교차분석 결과, 통계적으로 남성의

경우 “일주일에 3회 미만”이 26.7%로 가장 많고, 여성의 경우 “운동을 하지 않는다”가 35.2%로 가장 높게 나타나, 여성에 비해 남성이 규칙적으로 운동을 실시하는 것으로 나타났다( $\chi^2=14.876, p<0.01$ ).

#### 5) 평소 건강 유지 노력

연구 대상자의 평소 건강 노력에 대한 분석 결과는 아래 <표 12>와 같다.

<표 12> 평소 건강 유지 노력

구분	빈도(명)	비율(%)
건강보조식품 섭취	138	37.0
정기적인 건강검진	80	21.4
규칙적인 운동을 한다	80	21.4
전자기기 사용 및 스마트폰 사용을 최소화 한다	17	4.6
기타	58	15.5
전체	373	100.0

연구 대상자의 평소 건강 유지 노력에 대한 분석 결과, “건강보조식품 섭취” 138명(37.0%)으로 가장 높게 나타났고, “정기적인 건강검진”, “규칙적인 운동을 한다”가 각각 80명(21.4%), 기타 58명(15.5%), “전자기기 사용 및 스마트폰 사용을 최소화 한다” 17명(4.6%)의 순으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 평소 건강 노력에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 13>와 같다

<표 13> 일반적 특성에 따른 평소 건강 유지 노력 교차분석

(단위: 명, %)

구분		빈도 (명)	건강 보조 식품 섭취	장기 적인 건강 검진	규칙 적인 운동을 한다	전자 기기 /스마 트폰 최소화	기타	$\chi^2$
성별	남성	120	26.7	28.3	32.5	5.0	7.5	26.538***
	여성	253	41.9	18.2	16.2	4.3	19.4	
연령	20대	88	25.0	9.1	26.1	9.1	30.7	49.430***
	30대	105	44.8	20.0	18.1	1.0	16.2	
	40대	90	40.0	23.3	26.7	3.3	6.7	
	50대 이상	90	36.7	33.3	15.6	5.6	8.9	
결혼	기혼	212	43.4	25.9	18.9	4.2	7.5	31.921***
	미혼	161	28.6	15.5	24.8	5.0	26.1	
학력	고졸 이하	126	31.0	28.6	15.1	5.6	19.8	16.353*
	전문대 재학/졸업	81	43.2	17.3	18.5	3.7	17.3	
	대학 재학/졸업 이상	166	38.6	18.1	27.7	4.2	11.4	
직업	사무직	67	37.3	28.4	17.9	0.0	16.4	22.999*
	영업/서비스	106	50.0	14.2	20.8	5.7	9.4	
	전문직	82	34.1	19.5	25.6	3.7	17.1	
	주부/학생	118	27.1	25.4	21.2	6.8	19.5	
월평균 소득	200만원 미만	101	35.6	17.8	17.8	6.9	21.8	11.594
	200~300만원 미만	114	36.0	21.1	22.8	2.6	17.5	
	300~400만원 미만	80	38.8	27.5	21.3	3.8	8.8	
	400만원 이상	78	38.5	20.5	24.4	5.1	11.5	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 평소 건강 노력에 대한 교차분석 결과, 성별, 연령별, 결혼

상태, 학력별, 직업별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별로는 남성의 경우 “규칙적인 운동을 한다” 28.3%, 여성은 “건강보조 식품섭취” 41.9%로 나타났고( $\chi^2=26.538, p<0.001$ ), 학력별로는 30대 이상에서는 “건강보조 식품섭취”가 가장 높았고, 20대에서는 “규칙적 운동”이 26.1%로 높게 나타났다( $\chi^2=49.430, p<0.001$ ). 결혼 상태별로는 기혼은 “건강보조 식품 섭취” 43.4%, 미혼은 “규칙적 운동”과 “건강보조 식품섭취”가 높게 나타났고( $\chi^2=31.921, p<0.001$ ), 학력별로는 전문대 재학/졸업에서 “건강보조 식품 섭취”가 43.2%로 가장 높게 나타났고( $\chi^2=16.353, p<0.05$ ), 직업별로는 주부 학생에서는 “정기적 건강검진”이 25.4%로 가장 높게 나타났고( $\chi^2=22.999, p<0.05$ ).

#### 6) 평상시 주로 취하는 자세

연구 대상자의 평상시 주로 취하는 자세에 대한 분석 결과는 아래 <표 14>와 같다.

<표 14> 평상시 주로 취하는 자세

구분	빈도(명)	비율(%)
서있는 자세	76	20.4
앉아 있는 자세	206	55.2
전신을 움직이는 자세	40	10.7
누워있는 자세	38	10.2
기타	13	3.5
전체	373	100.0

연구 대상자의 평상시 주로 취하는 자세에 대한 분석 결과, “앉아 있는 자세”가 206명(55.2%)으로 가장 높았고, “서 있는 자세” 76명(20.4%), “전신을 움직이는 자세” 40명(10.7%), “누워있는 자세” 38명(10.2%), “기타” 13명(3.5%)의 순

으로 나타나, 50%이상이 “앉아 있는 자세”를 취하는 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 평상시 주로 취하는 자세에 대한 교차분석 결과는 아래<표 15>와 같다.

<표 15> 일반적 특성에 따른 평상시 주로 취하는 자세 교차분석

(단위: 명, %)

구분		빈도 (명)	서 있는 자세	앉아 있는 자세	전신을 움직이 는 자세	누워 있는 자세	기타	$\chi^2$
성별	남성	120	23.3	50.0	15.0	8.3	3.3	5.261
	여성	253	19.0	57.7	8.7	11.1	3.6	
연령	20대	88	15.9	47.7	14.8	18.2	3.4	29.458**
	30대	105	30.5	50.5	11.4	6.7	1.0	
	40대	90	21.1	64.4	6.7	4.4	3.3	
	50대 이상	90	12.2	58.9	10.0	12.2	6.7	
결혼	기혼	212	17.9	59.9	9.4	8.0	4.7	8.562
	미혼	161	23.6	49.1	12.4	13.0	1.9	
학력	고졸 이하	126	20.6	45.2	15.1	13.5	5.6	14.593
	전문대 재학/졸업	81	24.7	59.3	9.9	4.9	1.2	
	대학 재학/졸업 이상	166	18.1	60.8	7.8	10.2	3.0	
직업	사무직	67	3.0	88.1	1.5	6.0	1.5	88.759***
	영업/서비스	106	44.3	36.8	8.5	8.5	1.9	
	전문직	82	23.2	50.0	13.4	11.0	2.4	
	주부/학생	118	6.8	56.8	16.1	13.6	6.8	
월평균 소득	200만원 미만	101	19.8	44.6	14.9	14.9	5.9	17.531
	200~300만원 미만	114	25.4	54.4	8.8	7.9	3.5	
	300~400만원 미만	80	20.0	61.3	6.3	11.3	1.3	
	400만원 이상	78	14.1	64.1	12.8	6.4	2.6	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 평상시 주로 취하는 자세 교차분석 결과, 연령별, 직업별로

통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령별로는 모든 연령대에서 “앉아 있는 자세”가 가장 높게 나타났으나, 30대에서는 “서있는 자세”가 30.5%로 다른 연령에 비해 높게 나타났다( $\chi^2=29.458, p<0.01$ ). 직업별로는 사무직은 “앉아 있는 자세”가 88.1%로 가장 높았고, 영업/서비스직은 “서있는 자세” 44.3%, 전문직과 학생은 “앉아 있는 자세”가 각각 50.0%, 56.8%로 가장 높게 나타났다( $\chi^2=88.759, p<0.001$ ).

### 7) 신체적 통증 부위

연구 대상자의 신체적 통증 부위에 대한 분석 결과는 아래 <표 16>와 같다.

<표 16> 신체적 통증 부위

구분	빈도(명)	비율(%)
경추	36	9.7
어깨	114	30.6
팔	25	6.7
허리	96	25.7
다리	51	13.7
없다	51	13.7
전체	373	100.0

연구 대상자의 신체적 통증 부위에 대한 분석 결과, “어깨”가 114명(30.6%)으로 가장 높았고, 그 다음으로 “허리” 96명(25.7%), “다리” 51명(13.7%), “없다” 51명(13.7%), “경추” 36명(9.7%), “팔” 25명(6.7%)의 순으로 나타나, “어깨” 부위의 통증과 “허리”부위의 통증이 다른 부위에 비해 높게 나타났다.

일반적 특성에 따른 신체적 통증 부위에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 17>와 같다.

<표 17> 일반적 특성에 따른 신체적 통증 부위 교차분석

(단위: 명, %)

	구분	빈도(명)	경추	어깨	팔	허리	다리	없다	$\chi^2$
성별	남성	120	10.8	25.0	4.2	26.7	8.3	25.0	24.095***
	여성	253	9.1	33.2	7.9	25.3	16.2	8.3	
연령	20대	88	9.1	30.7	3.4	27.3	8.0	21.6	29.960*
	30대	105	7.6	41.0	5.7	18.1	15.2	12.4	
	40대	90	13.3	28.9	6.7	27.8	10.0	13.3	
	50대 이상	90	8.9	20.0	11.1	31.1	21.1	7.8	
결혼	기혼	212	11.3	29.2	8.5	25.9	15.6	9.4	11.790*
	미혼	161	7.5	32.3	4.3	25.5	11.2	19.3	
학력	고졸 이하	126	4.8	23.0	8.7	34.9	16.7	11.9	19.378*
	전문대 재학/졸업	81	11.1	35.8	3.7	22.2	14.8	12.3	
	대학 재학/졸업 이상	166	12.7	33.7	6.6	20.5	10.8	15.7	
직업	사무직	67	7.5	46.3	4.5	22.4	9.0	10.4	20.250
	영업/서비스	106	14.2	25.5	7.5	27.4	13.2	12.3	
	전문직	82	11.0	30.5	3.7	29.3	11.0	14.6	
	주부/학생	118	5.9	26.3	9.3	23.7	18.6	16.1	
월평균 소득	200만원 미만	101	4.0	31.7	5.9	26.7	14.9	16.8	14.763
	200~300만원 미만	114	8.8	27.2	5.3	28.9	14.0	15.8	
	300~400만원 미만	80	15.0	32.5	7.5	23.8	8.8	12.5	
	400만원 이상	78	12.8	32.1	9.0	21.8	16.7	7.7	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 신체적 통증 부위 교차분석 결과, 성별, 연령별, 학력별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 여자의 경우 “어깨”가 33.2%로

높았고, 남성의 경우 “허리”가 26.7%로 높게 나타났다( $\chi^2=24.095$ ,  $p < 0.001$ ). 연령별로는 40대 이하에서는 “어깨”가 다른 부위에 비해 높게 나타났다고, 50대 이상에서는 “허리”가 상대적으로 더 높게 나타났고( $\chi^2=29.960$ ,  $p < 0.05$ ) 결혼 상태별로 미혼의 경우 “어깨”가 더 높게 나타났다고( $\chi^2=11.790$ ,  $p < 0.05$ ).

8) 일상생활 영향정도<sup>1)</sup>

연구 대상자의 일상생활 영향정도에 대한 기술통계 분석 결과는 아래 <표 18>와 같다.

<표 18> 일상생활 영향정도에 대한 기술통계

구분	빈도(명)	최소값	최대값	평균	표준편차
빠르게 일어나 앉기	373	1	5	2.12	1.047
부종 여부	373	1	5	2.82	1.358
혼자 의상 탈착	373	1	5	1.50	.923
계단 통행 시 통증	373	1	5	3.02	1.288
손목 통증	373	1	5	2.61	1.185
물건 올릴 때 통증	373	1	5	2.88	1.253
두통 증상	373	1	5	2.75	1.205
통증으로 생활불편	373	1	5	3.08	1.194
경추 통증	373	1	5	2.75	1.222
작업 집중도 <sup>2)</sup>	373	1	5	3.68	1.155
전체	373	1.20	4.40	2.72	.655

1) 일상생활 영향정도: 매우 그렇다 1점, 약간 그렇다 2점, 보통이다 3점, 그렇지 않다 4점, 매우 그렇지 않다 5점으로, 점수가 높을수록 일상생활에 불편이 없다는 의미임.

2) 역코딩 실시: 다른 문항들과의 방향성을 유지 하기 위해 매우 그렇지 않다 5점, 그렇지 않다 4점, 보통이다 3점, 약간 그렇다 2점, 매우 그렇다 1점으로 변경. 점수가 높을수록 작업에 집중할 수 있다는 의미임.

연구 대상자의 일상생활 영향정도에 대한 기술 통계 분석 결과, 일상생활 영향 정도는 2.72점으로 나타났고, 표준편차는 .655로 나타났다. 일상생활 영향정도의 하위 요인 중 작업 집중도가 3.68점으로 가장 높게 나타나, 응답자가 작업에 대해 집중이 잘 되는 것으로 나타났고, 그 다음으로 통증으로 생활불편이 3.08점, 계단 통행시 통증 3.02점, 물건 올릴 때 통증 2.88점, 부종 여부 2.82점, 두통 증상, 경추 통증이 각각 2.75점, 손목 통증 2.61점, 빠르게 일어나 앉기 2.12점의 순으로 높게 나타나, 연구 대상자의 일상생활 정도에서는 빠르게 일어나 앉을 수 있고, 손목과 경추, 두통 통증이 낮게 나타났다.

일반적 특성에 따른 일상생활 영향정도에 대한 평균 비교 분석 결과는 <표 19>와 같다.

<표 19> 일반적 특성에 따른 일상생활 영향정도에 따른 평균 비교 분석

	구분	빈도(명)	평균	표준편차	t/F
성별	남성	120	2.99	.629	31.446***
	여성	253	2.60	.630	
연령	20대	88	2.85	.612	4.082**
	30대	105	2.79	.646	
	40대	90	2.72	.697	
	50대 이상	90	2.53	.629	
결혼	기혼	212	2.63	.634	10.802**
	미혼	161	2.85	.663	
학력	고졸 이하	126	2.72	.621	.763
	전문대 재학/졸업	81	2.65	.603	
	대학 재학/졸업 이상	166	2.76	.704	
직업	사무직	67	2.68	.678	2.080
	영업/서비스	106	2.68	.604	
	전문직	82	2.88	.640	
	주부/학생	118	2.68	.687	
월평균 소득	200만원 미만	101	2.62	.600	2.529
	200~300만원 미만	114	2.68	.679	
	300~400만원 미만	80	2.78	.711	
	400만원 이상	78	2.87	.608	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 일상생활 영향정도에 대한 평균 비교 분석 결과, 성별, 연령별, 결혼 상태별로 일상생활 영향정도의 평균에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별로는 남성이 2.99점으로 여성 2.60점보다 높게 나타나서, 일상생활 영향정도가 낮은 것으로 나타났다( $F=31.446, p<0.001$ ). 연령별로는 20대가 2.85점, 30대 2.79점, 40대 2.72점, 50대 이상 2.53점의 순으로 나타나, 연령이 높을수록 일상생활에 불편을 많이 느끼는 것으로 나타났다( $F=4.082, p<0.01$ ). 결혼 상태별로는 미혼이 2.85점, 기혼이 2.63점으로 기혼에 비해 미혼이 일상생활에 불편을 많이 느끼는 것으로 나타났다( $F=10.802, p<0.01$ ).

#### 9) 신체부위 통증 완화법

연구 대상자의 신체부위 통증 완화법에 대한 분석 결과는 아래 <표 20>와 같다.

<표 20> 신체부위 통증 완화법

구분	빈도(명)	비율(%)
민간요법	19	5.1
물리치료법	77	20.6
마사지요법	90	24.1
병,의원 방문	126	33.8
자연적으로 낫기를 기다린다	51	13.7
기타	10	2.7
전체	373	100.0

연구 대상자의 신체부위 통증 완화법에 대한 분석 결과 “병, 의원 방문”이 126

명(33.8%)으로 가장 높게 나타났고, “마사지요법” 90명(24.1%), “물리치료법” 77명(20.6%), “자연적으로 낫기를 기다린다” 51명(13.7%), “민간요법” 19명(5.1%), “기타” 10명(2.7%)의 순으로 높게 나타나, 연구 대상자들의 신체부위 통증에는 병, 의원을 가장 많이 방문하는 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 신체부위 통증 완화법에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 21>와 같다.

<표 21> 일반적 특성에 따른 신체부위 통증 완화법 교차분석

(단위: 명, %)



구분	빈도 (명)	민 간 요 법	물 리 치 료 법	마 사 지 요 법	병 의 원 방 문	자연적 으로 낮기를 기다 린다	기 타	$\chi^2$	
성별	남성	120	5.8	20.0	13.3	40.0	16.7	4.2	13.413*
	여성	253	4.7	20.9	29.2	30.8	12.3	2.0	
연령	20대	88	1.1	15.9	22.7	28.4	29.5	2.3	37.613**
	30대	105	5.7	21.0	30.5	32.4	6.7	3.8	
	40대	90	6.7	25.6	24.4	28.9	11.1	3.3	
	50대 이상	90	6.7	20.0	17.8	45.6	8.9	1.1	
결혼	기혼	212	6.1	21.2	24.1	39.2	7.5	1.9	19.950**
	미혼	161	3.7	19.9	24.2	26.7	21.7	3.7	
학력	고졸 이하	126	5.6	17.5	15.9	41.3	15.9	4.0	16.750
	전문대 재학/졸업	81	2.5	16.0	33.3	33.3	12.3	2.5	
	대학 재학/졸업 이상	166	6.0	25.3	25.9	28.3	12.7	1.8	
직업	사무직	67	1.5	20.9	31.3	35.8	10.4	0.0	20.249
	영업/서비스	106	2.8	25.5	28.3	31.1	10.4	1.9	
	전문직	82	6.1	15.9	20.7	39.0	13.4	4.9	
	주부/학생	118	8.5	19.5	18.6	31.4	18.6	3.4	
월평균 소득	200만원 미만	101	6.9	10.9	19.8	37.6	22.8	2.0	29.676*
	200~300만원 미만	114	4.4	19.3	33.3	27.2	12.3	3.5	
	300~400만원 미만	80	5.0	26.3	16.3	41.3	8.8	2.5	
	400만원 이상	78	3.8	29.5	24.4	30.8	9.0	2.6	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 신체부위 통증 완화법 교차분석 결과, 성별, 연령별, 결혼별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별로는 남성의 경우 “병, 의원 방문”과 “자연적으로 낮기를 기다린다”가 여성보다 높게 나타났고, 여성의 경우 “물리치료법”이 높게 나타났다( $\chi^2=13.413$ ,  $p<0.05$ ). 연령별로는 20대에서는 “자연적으로 낮기”를 기다린다가 29.5%로 가장 높았고, 30대 이상에서는 “병, 의원방문”이 높게 나타나 연령별로 차이가 있었다( $\chi^2=37.613$ ,  $p<0.01$ ). 결혼 상태별로 기혼의 경우 “병, 의원 방문”이 미혼보다

높게 나타났고, 미혼의 경우 “자연적으로 낫기”를 기다린다가 기혼보다 높게 나타났다( $\chi^2=19.950$ ,  $p<0.01$ ).

#### 10) 생활습관 및 신체부위 통증 정리

연구 대상자의 생활습관 및 신체부위 통증에 대한 분석 결과를 요약한 결과는 아래 <표 22>와 같다.

<표 22> 생활습관 및 신체부위 통증 정리

구분	요약
건강 관심도	5점 만점 중 3.84점으로 높은 수준의 건강 관심도
건강 관련 정보 입수경로	매스미디어를 통한 정보 습득
규칙적 운동 실시 여부	일주일에 2회 미만, 운동 하지 않음
평소 건강 유지 노력	건강보조식품 섭취
평상시 주로 취하는 자세	앉아 있는 자세
신체적 통증 부위	어깨
일상생활 영향정도	5점 만점 중 2.72점으로 보통 수준의 일상생활 영향
신체부위 통증 완화법	병, 의원 방문

#### 4.3 약용식물에 대한 지식 정도 및 인지도

1) 약용식물 지식 정도<sup>3)</sup>

연구 대상자의 약용식물 지식 정도에 대한 기술통계 분석 결과는 아래 <표 23>와 같다.

<표 23> 약용식물 지식 정도에 대한 기술통계

구분	빈도(명)	최소값	최대값	평균	표준편차
목본 식물과 초본식물에서추출	373	0.00	100.00	88.74	31.653
한방의학의 약재	373	0.00	100.00	79.62	40.333
몸에 무조건 좋은 것으로 생각	373	0.00	100.00	39.14	48.872
전문적 지식이 필요함	373	0.00	100.00	82.57	37.984
통증완화에 효과	373	0.00	100.00	71.85	45.034
통증완화 효능	373	0.00	100.00	68.36	46.568
아로마 오일과 관계있음	373	0.00	100.00	58.45	49.348
민간요법과 관계	373	0.00	100.00	82.31	38.213
주변에서 자주 접함	373	0.00	100.00	60.86	48.872
전체	373	0.00	100.00	70.21	20.684

연구 대상자의 약용식물 지식 정도에 대한 기술 통계 분석 결과, 약용식물 지식 정도는 70.21점으로 나타났고, 표준편차는 20.684점으로 나타나, 약용 식물에 대한 지식이 100점/70.21점으로 매우 높은 수준으로 나타났다. 약용식물 지식 정도의 하위 요인 중 “목본 식물과 초본식물에서 추출”이 88.74로 가장 높게 알고 있는 것으로 나타났고, 그 다음으로 취급에 “전문적 지식이 필요함”이 82.57점, “민간요법과 관계” 82.31점, “한방의학의 약재” 79.62점, “통증완화에 효과” 71.85점, “통증완화 효능” 68.36점, “주변에서 자주 접함” 60.86점, “아로마 오일과 관계있음” 58.45점, “몸에 무조건 좋은 것으로 생각” 39.14점의 순으로 나타

3) 약용식물 지식 정도: 총 9개의 약용식물 지식 수준 문항을 이용하여 예, 아니요의 두가지 범주로 측정하고 100점 기준점수로 변환 하여 지식 정도를 측정, 점수가 높을수록 약용식물 관련 지식이 높음을 의미함.

났다.

일반적 특성에 따른 약용식물 지식정도에 대한 평균 비교 분석 결과는 아래 <표 24>와 같다.

<표 24> 일반적 특성에 따른 약용식물 지식정도에 따른 평균 비교 분석

	구분	빈도(명)	평균	표준편차	t/F
성별	남성	120	70.83	21.754	.159
	여성	253	69.92	20.194	
연령	20대	88	64.65	21.807	7.427***
	30대	105	66.56	21.545	
	40대	90	73.09	18.547	
	50대 이상	90	77.04	18.306	
결혼	기혼	212	73.43	19.419	12.234***
	미혼	161	65.98	21.578	
학력	고졸 이하	126	70.64	20.916	.656
	전문대 재학/졸업	81	67.90	19.954	
	대학 재학/졸업 이상	166	71.02	20.896	
직업	사무직	67	65.51	18.262	1.461
	영업/서비스	106	70.65	20.813	
	전문직	82	71.41	20.438	
	주부/학생	118	71.66	21.868	
월평균 소득	200만원 미만	101	66.78	22.028	1.481
	200~300만원 미만	114	71.93	18.652	
	300~400만원 미만	80	70.00	21.023	
	400만원 이상	78	72.37	21.169	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물 지식정도에 대한 평균 비교 분석 결과, 연령별, 결혼 상태별로 약용식물 지식정도의 평균에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령별로는 50대 이상이 77.04점으로 가장 높았고, 그 다음으로 40대 73.09점, 30대 66.56점, 20대 64.65점의 순으로 나타나서, 연령이 높을수록 약용식물에 대한 지식정도가 높은 것으로 나타났다( $F=7.427$ ,

$p < 0.001$ ). 결혼 상태별로는 기혼이 73.43점으로 미혼 65.98점보다 높게 나타나서, 기혼의 경우 약용식물에 대한 지식정도가 높은 것으로 나타났다( $F = 12.234, p < 0.001$ ).

## 2) 약용식물의 인지도 여부

연구 대상자의 약용식물에 대한 인지도 여부 분석 결과는 아래 <표 25>와 같다.

<표 25> 약용식물의 인지도 여부

구분	빈도(명)	비율(%)
예	155	41.6
아니오	218	58.4
전체	373	100.0

연구 대상자의 약용식물의 인지 여부에 대한 분석 결과, “약용식물에 대해 잘 모르고 있다” 218명(58.4%)으로 “알고 있다” 155명(41.6%)보다 높게 나타나, 연구 대상자의 약용식물 인지 여부가 높지 않은 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 약용식물의 인지 여부에 대한 교차분석 결과는 아래 <표

26>와 같다.

<표 26> 일반적 특성에 따른 약용식물에 대한인지도 여부 교차분석  
(단위: 명, %)

구분	빈도(명)	예	아니요	$\chi^2$	
성별	남성	120	38.3	.756	
	여성	253	43.1		56.9
연령	20대	88	14.8	45.106***	
	30대	105	40.0		60.0
	40대	90	47.8		52.2
	50대 이상	90	63.3		36.7
결혼	기혼	212	51.4	19.661***	
	미혼	161	28.6		71.4
학력	고졸 이하	126	42.1	.043	
	전문대 재학/졸업	81	42.0		58.0
	대학 재학/졸업 이상	166	41.0		59.0
직업	사무직	67	47.8	6.611	
	영업/서비스	106	47.2		52.8
	전문직	82	30.5		69.5
	주부/학생	118	40.7		59.3
월평균 소득	200만원 미만	101	32.7	4.594	
	200~300만원 미만	114	44.7		55.3
	300~400만원 미만	80	43.8		56.3
	400만원 이상	78	46.2		53.8

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물의 인지 여부 교차분석 결과, 연령별, 결혼 상태별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령별로는 40대 이하에서는 약용식물에 대해 잘 모른다는 응답이 알고 있다는 응답보다 낮게 나타났고, 50대 이상에서는 알고 있다는 응답이 63.3%로 더 높게 나타나, 연령별로 인지 여부에 차이가 있는 것으로 나타났다( $\chi^2=45.106$ ,  $p<0.001$ ). 결혼 상태별로

기혼에서는 알고 있다가 51.4%로 높았고, 미혼에서는 잘 모른다는 응답이 71.4%로 나타나서, 결혼 상태에 따라 인지 여부가 차이가 있는 것으로 나타났다( $\chi^2=19.661$ ,  $p<0.001$ ).

### 3) 약용식물 인지 경로

연구 대상자의 약용식물 인지 경로에 대한 분석 결과는 아래 <표 27>와 같다.

<표 27> 약용식물 인지 경로

구분	빈도(명)	비율(%)
가족/친구/동료	50	32.3
약용식물 전문서적	15	9.7
매스미디어	60	38.7
인터넷	20	12.9
건강식품 판매원	10	6.5
전체	155	100.0

연구 대상자의 약용식물 인지 경로에 대한 분석 결과, “매스미디어”가 60명 (38.7%)으로 가장 높게 나타났고, “가족/친구/동료” 50명(32.3%), “인터넷” 20명 (12.9%), “약용식물 전문서적” 15명(9.7%), “건강식품 판매원” 10명(6.5%)의 순으로 높게 나타나서, 매스미디어의 영향력이 가장 큰 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 약용식물 인지 경로에 대한 교차분석 결과는 <표 28>와 같다.

<표 28> 일반적 특성에 따른 약용식물 인지 경로 교차분석  
(단위: 명, %)

구분	빈도 (명)	가족 친구/ 동료	약용 식물 전문 서적	매스 미디어	인터넷	건강 식품 판매원	$\chi^2$
성별	남성	46	32.6	13.0	39.1	6.5	3.346
	여성	109	32.1	8.3	38.5	15.6	
연령	20대	13	46.2	0.0	53.8	0.0	10.418
	30대	42	26.2	14.3	35.7	16.7	
	40대	43	25.6	7.0	44.2	16.3	
	50대 이상	57	38.6	10.5	33.3	10.5	
결혼	기혼	109	32.1	9.2	37.6	12.8	2.069
	미혼	46	32.6	10.9	41.3	13.0	
학력	고졸 이하	53	39.6	1.9	37.7	9.4	15.153
	전문대 재학/졸업	34	14.7	14.7	44.1	20.6	
	대학 재학/졸업 이상	68	35.3	13.2	36.8	11.8	
직업	사무직	32	43.8	6.3	18.8	25.0	15.572
	영업/서비스	50	30.0	10.0	38.0	14.0	
	전문직	25	32.0	8.0	52.0	8.0	
	주부/학생	48	27.1	12.5	45.8	6.3	
월평균 소득	200만원 미만	33	39.4	0.0	42.4	9.1	25.140*
	200~300만원 미만	51	31.4	2.0	37.3	17.6	
	300~400만원 미만	35	22.9	25.7	37.1	11.4	
	400만원 이상	36	36.1	13.9	38.9	11.1	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물 인지 경로 교차분석 결과, 월 평균 소득별로 통

계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 월 평균 소득별은 400만원 이상의 고 소득자와 300만원 미만의 상대적 저소득자에서는 “매스미디어”와 “가족/친구/동료”의 영향이 높은 것으로 나타났고, 300~400만원 미만에서는 “매스미디어”와 “약용식물 전문서적”이 높게 나타나 평균 소득별로 인지 경로에 차이가 있는 것으로 나타났다( $\chi^2=25.140, p<0.05$ ).

#### 4) 약용식물 인지도<sup>4)</sup>

연구 대상자의 약용식물 인지도에 대한 기술 통계분석 결과는 아래 <표 29>와 같다.

<표 29> 약용식물 인지도에 대한 기술통계

구분	빈도(명)	최소값	최대값	평균	표준편차
약용식물 인지도	373	0	40	14.31	8.394

연구 대상자의 약용식물 인지도에 대한 기술 통계 분석 결과, 약용식물 인지도는 총 40개 중 평균 14.31개를 알고 있는 것으로 나타났고, 표준편차는 8,394로 나타나서, 90%의 응답자가 약 6개 ~ 22개의 약용식물에 대해 인지하고 있는 것으로 나타났다.

4) 약용식물 인지도: 임의로 선정한 40종의 약용식물 중 연구대상자가 알고 있는 약용식물을 선택하게 하여 인지하고 있는 약용식물의 개수를 이용해 약용식물 인지도를 측정함.

일반적 특성에 따른 약용식물 인지도에 대한 평균 비교 분석 결과는 아래 <표 30>와 같다.

<표 30> 일반적 특성에 따른 약용식물 인지도에 따른 평균 비교 분석

	구분	빈도(명)	평균	표준편차	t/F
성별	남성	120	12.80	8.561	5.765*
	여성	253	15.02	8.235	
연령	20대	88	11.98	7.095	8.383***
	30대	105	12.97	7.727	
	40대	90	14.83	9.022	
결혼	50대 이상	90	17.61	8.680	17.669***
	기혼	212	15.86	8.393	
학력	미혼	161	12.25	7.967	.227
	고졸 이하	126	14.26	8.080	
	전문대 재학/졸업	81	13.81	8.463	
직업	대학 재학/졸업 이상	166	14.58	8.630	.885
	사무직	67	13.70	8.339	
	영업/서비스	106	14.06	9.029	
	전문직	82	13.66	7.711	
월 평균 소득	주부/학생	118	15.32	8.299	2.737*
	200만원 미만	101	13.29	7.838	
	200~300만원 미만	114	13.21	7.893	
소득	300~400만원 미만	80	15.68	8.683	
	400만원 이상	78	15.82	9.190	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물 인지도에 대한 평균 비교 분석 결과, 성별, 연령별, 결혼 상태별, 월 평균 소득별로 약용식물 인지도의 평균에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별로는 여성이 15.0개로 남성 12.80개 보다 높게 나타나, 여성이 남성에 비해 약용식물 인지도와 관심이 더 높은 것으로 나타났고( $F=5.765$ ,  $p<0.05$ ), 연령별로는 50대 이상이 17.61개, 20대 11.98개로 나타나, 연령이 높을수록 약용식물 인지도와 관심이 더 높은

것으로 나타났고( $F=8.383, p<0.001$ ), 결혼 상태별로는 기혼의 경우 15.86개로 미혼 12.25개보다 높게 나타나서, 기혼일 경우 약용식물 인지도와 관심이 더 높은 것으로 나타났다( $F=8.383, p<0.001$ ). 월 평균 소득별로는 400만원 이상이 15.82개, 200만원 미만은 13.21개로 가장 낮게 나타나서, 소득이 높을수록 약용식물 인지도와 관심이 더 높은 것으로 나타났다( $F=2.737, p<0.05$ ).

#### 4.3.1 약용식물 지식 정도 및 인지도 정리

연구 대상자의 생활습관 및 신체부위 통증에 대한 분석 결과를 요약한 결과는 아래 <표 31>와 같다.

<표 31> 약용식물 지식 정도 및 인지도 정리

구분	요약
약용식물 지식 정도	100점 만점 중 70.21점으로 높은 수준
약용식물의 인지도 여부	약용식물에 대해 잘 모르는 응답자가 높음
약용식물 인지 경로	매스미디어와 가족/친구/동료를 통해 인지
약용식물 인지도	총 40개의 약용식물 중 평균 14.31개를 알고 있었으며, 약90%의 응답자가 6~22개의 약용식물을 인지하고 있으며, 주로 10개 정도 수준으로 알고 있음.

#### 4.4 약용식물 이용 현황 및 활용 방안

##### 1) 약용식물 이용 경험

연구 대상자의 약용식물 이용 경험 분석 결과는 아래 <표 32>와 같다.

<표 32> 약용식물 이용 경험

구분	빈도(명)	비율(%)
예	141	37.8
아니오	232	62.2
전체	373	100.0

연구 대상자의 약용식물 이용 경험에 대한 분석 결과, “약용식물 이용 경험이 있다” 141명(37.8%)가 “이용 경험 없다” 232명(62.2%)보다 낮게 나타나, 연구 대상자의 약용식물 이용경험이 많지 않은 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 약용식물 이용 경험에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 33>와 같다.

<표 33> 일반적 특성에 따른 약용식물 이용 경험 교차분석

(단위: 명, %)

구분		빈도(명)	예	아니요	$\chi^2$
성별	남성	120	35.0	65.0	.591
	여성	253	39.1	60.9	
연령	20대	88	10.2	89.8	51.076***
	30대	105	33.3	66.7	
	40대	90	48.9	51.1	
	50대 이상	90	58.9	41.1	
결혼	기혼	212	50.0	50.0	31.084***
	미혼	161	21.7	78.3	
학력	고졸 이하	126	42.1	57.9	3.535
	전문대 재학/졸업	81	42.0	58.0	
	대학 재학/졸업 이상	166	32.5	67.5	
직업	사무직	67	28.4	71.6	6.640
	영업/서비스	106	46.2	53.8	
	전문직	82	32.9	67.1	
	주부/학생	118	39.0	61.0	
월평균 소득	200만원 미만	101	25.7	74.3	9.582*
	200~300만원 미만	114	45.6	54.4	
	300~400만원 미만	80	38.8	61.3	
	400만원 이상	78	41.0	59.0	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물 이용 경험 교차분석 결과, 연령별, 결혼 상태별, 월 평균 소득별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령별로는 40대 이상의 연령대에서는 “이용 경험이 있다”로 높게 나타났고, 30대 이하의 연령대에서는 “이용 해 본 적 없다”는 응답이 높게 나타나, 상대적으로

고 연령대에서 약용식물이 주로 이용되는 것으로 나타났다( $\chi^2=51.076$ ,  $p < 0.001$ ).

결혼 상태별로 미혼에서는 “경험이 없다”는 응답이 78.3%로 기혼 50.0%보다 높게 나타나, 기혼인 응답자에게서 약용식물이 주로 이용되는 것으로 나타났다 ( $\chi^2=31.084$ ,  $p < 0.001$ ). 월 평균 소득별로는 200만원 미만의 상대적 저소득층에서 “이용경험이 없다”가 74.3%로 가장 높았고, 400만원이상과 200~300만원 미만에서 “이용 경험이 있다”는 응답이 높게 나타나, 상대적인 고소득층에서 약용식물이 주로 이용 되는 것으로 나타났다( $\chi^2=9.582$ ,  $p < 0.05$ ).

## 2) 약용식물을 이용하지 않는 이유

연구 대상자의 약용식물을 이용하지 않는 이유에 대한 분석 결과는 아래 <표 34>와 같다.

<표 34> 약용식물을 이용하지 않는 이유

구분	빈도(명)	비율(%)
효과가 없을 것 같아서	46	19.8
가격이 비싸서	12	5.2
구입하기 불편해서	45	19.4
통증완화 제품을 몰라서	102	44.0
기타	27	11.6
전체	237	100.0

연구 대상자의 약용식물을 이용하지 않는 이유에 대한 분석 결과, “통증완화 제품을 몰라서”가 102명(44.0%)으로 가장 높게 나타났고, “효과가 없을 것 같아서” 46명(19.8%), “구입하기 불편해서” 45명(19.4%), “기타” 27명(11.6%), “가격이 비싸서” 12명(5.2%)의 순으로 나타나서, “통증완화 제품을

몰라서” 이용하지 않는 응답자가 매우 많은 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 약용식물을 이용하지 않는 이유에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 35>와 같다.

<표 35> 일반적 특성에 따른 약용식물을 이용하지 않는 이유 교차분석  
(단위: 명, %)

구분	반도 (명)	효과가 없을 것 같아서	가격이 바싸서	구입하 기 불편 해서	통증 완화 제품을 몰라서	기타	$\chi^2$
성별	남성	78	20.5	5.1	14.1	42.3	5.821
	여성	154	19.5	5.2	22.1	44.8	
연령	20대	79	16.5	3.8	13.9	58.2	15.822
	30대	70	24.3	4.3	21.4	34.3	
	40대	46	21.7	6.5	19.6	34.8	
결혼	50대 이상	37	16.2	8.1	27.0	43.2	9.175
	기혼	106	17.9	5.7	27.4	36.8	
	미혼	126	21.4	4.8	12.7	50.0	
학력	고졸 이하	73	17.8	4.1	23.3	42.5	4.057
	전문대 재학/졸업	47	21.3	2.1	14.9	46.8	
	대학 재학/졸업 이상	112	20.5	7.1	18.8	43.8	
직업	사무직	48	22.9	4.2	20.8	45.8	11.790
	영업/서비스	57	8.8	3.5	24.6	49.1	
	전문직	55	23.6	3.6	18.2	38.2	
	주부/학생	72	23.6	8.3	15.3	43.1	
월평균 소득	200만원 미만	75	21.3	8.0	16.0	45.3	17.362
	200~300만원 미만	62	14.5	3.2	19.4	48.4	
	300~400만원 미만	49	26.5	2.0	22.4	38.8	
	400만원 이상	46	17.4	6.5	21.7	41.3	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물을 이용하지 않는 이유 교차분석 결과, 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났고, 모든 응답자에서 “통

증완화 제품을 몰라서 이용하지 않은 것”으로 나타나, 제품에 대한 설명 및 홍보가 필요한 것으로 나타났다.

### 3) 약용식물 사용 기간

연구 대상자의 약용식물 사용 기간에 대한 분석 결과는 아래 <표 36>와 같다.

<표 36> 약용식물 사용 기간

구분	빈도(명)	비율(%)
3개월 미만	65	46.1
3~6개월 미만	36	25.5
6개월~1년 미만	23	16.3
1년~2년 미만	6	4.3
2년 이상	11	7.8
전체	141	100.0

연구 대상자의 약용식물 사용 기간에 대한 분석 결과, “3개월 미만”이 65명 (46.1%)으로 가장 높았고, “3~6개월 미만” 36명(25.5%), “6개월~1년 미만” 이 23명(16.3%), “2년 이상” 11명(7.8%), “1년~2년 미만”이 6명(4.3%)으로 나타나서 상대적으로 짧은 기간 동안 약용식물을 사용한 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 약용식물 사용 기간에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 37>와 같다.

<표 37> 일반적 특성에 따른 약용식물 사용 기간 교차분석

(단위: 명, %)

구분	빈도 (명)	3개월 미만	3-6개 월 미만	6개월	1~2년 미만	2년 이상	$\chi^2$	
				에서 1년 미만				
성별	남성	42	52.4	23.8	14.3	2.4	7.1	1.259
	여성	99	43.4	26.3	17.2	5.1	8.1	
연령	20대	9	44.4	33.3	0.0	11.1	11.1	15.452
	30대	35	57.1	31.4	5.7	0.0	5.7	
	40대	44	52.3	18.2	18.2	2.3	9.1	
	50대 이상	53	34.0	26.4	24.5	7.5	7.5	
결혼	기혼	106	43.4	25.5	18.9	4.7	7.5	2.637
	미혼	35	54.3	25.7	8.6	2.9	8.6	
학력	고졸 이하	53	45.3	26.4	17.0	3.8	7.5	1.481
	전문대 재학/졸업	34	44.1	29.4	11.8	5.9	8.8	
	대학 재학/졸업 이상	54	48.1	22.2	18.5	3.7	7.4	
직업	사무직	19	47.4	26.3	15.8	5.3	5.3	6.952
	영업/서비스	49	42.9	24.5	18.4	4.1	10.2	
	전문직	27	48.1	25.9	11.1	11.1	3.7	
	주부/학생	46	47.8	26.1	17.4	0.0	8.7	
월평균 소득	200만원 미만	26	46.2	23.1	15.4	0.0	15.4	10.095
	200~300만원 미만	52	46.2	34.6	9.6	3.8	5.8	
	300~400만원 미만	31	48.4	19.4	19.4	6.5	6.5	
	400만원 이상	32	43.8	18.8	25.0	6.3	6.3	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물 사용 기간에 대한 교차분석 결과, 집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타나서, 모든 응답자에서 “3개월 미만”의 비교적 짧은 기간 사용한 것으로 나타났다.

#### 4) 약용식물 사용 이유

연구 대상자의 약용식물 사용 이유에 대한 분석 결과는 아래 <표 38>와 같다.

<표 38> 약용식물 사용 이유

구분	빈도(명)	비율(%)
근육 통증 완화	49	34.8
혈액 순환의 목적	47	33.3
비만관리	15	10.6
스트레스 완화	13	9.2
기타	17	12.1
전체	141	100.0

연구 대상자의 약용식물 사용 이유에 대한 분석 결과, “근육 통증 완화”가 49명(34.8%)으로 가장 높았고, “혈액 순환의 목적”이 47명(33.3%), “기타” 17명(12.1%), “비만관리” 15명(10.6%), “스트레스 완화” 13명(9.2%)의 순으로 높게 나타나서, 주요 이용 목적은 “근육 통증”과 “혈액 순환”으로 통증 완화 목적에 주로 사용 되는 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 약용식물 사용 이유에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 39>와 같다.

<표 39> 일반적 특성에 따른 약용식물 사용 이유 교차분석  
(단위: 명, %)

구분	빈도 (명)	근육 통증 완화	혈액 순환의 목적	비만 관리	스트 레스 완화	기타	$\chi^2$	
성별	남성	42	38.1	21.4	7.1	16.7	8.075	
	여성	99	33.3	38.4	12.1	6.1		10.1
연령	20대	9	55.6	0.0	0.0	33.3	24.023*	
	30대	35	25.7	25.7	20.0	17.1		11.4
	40대	44	43.2	36.4	6.8	4.5		9.1
	50대 이상	53	30.2	41.5	9.4	3.8		15.1
결혼	기혼	106	34.0	37.7	10.4	5.7	8.470	
	미혼	35	37.1	20.0	11.4	20.0		11.4
학력	고졸 이하	53	30.2	35.8	9.4	7.5	5.590	
	전문대 재학/졸업	34	29.4	32.4	14.7	14.7		8.8
	대학 재학/졸업 이상	54	42.6	31.5	9.3	7.4		9.3
직업	사무직	19	26.3	42.1	10.5	10.5	6.486	
	영업/서비스	49	38.8	34.7	8.2	8.2		10.2
	전문직	27	40.7	22.2	14.8	14.8		7.4
	주부/학생	46	30.4	34.8	10.9	6.5		17.4
월평균 소득	200만원 미만	26	23.1	34.6	11.5	15.4	18.626*	
	200~300만원 미만	52	40.4	36.5	7.7	11.5		3.8
	300~400만원 미만	31	29.0	41.9	3.2	6.5		19.4
	400만원 이상	32	40.6	18.8	21.9	3.1		15.6

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물 사용 이유 교차분석 결과, 연령별, 월 평균소득별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령별로는 50대 이상에서는 “혈액 순환의 목적”이 41.5%로 가장 높았고, 40대 이하의 연령대에서는 “근육 통증 완화”가 가장 높게 나타나, 상대적인 고연령층인 50대 이상에서는 주로 “혈액순환의 목적”으로 사용되고, 40대 이하의 상대적 저연령층

에서는 “근육 통증”에 사용되는 것으로 나타났다( $\chi^2=24.023, p<0.05$ ). 월 평균 소득별로는 400만원이상에서는 “근육 통증 완화”가 40.6%로 가장 높았고, 300~400만원 미만에서는 “혈액순환 목적”이 41.9%로 가장 높았고, 200~300만원 미만에서는 “근육 통증 완화”가 40.4%로 가장 높았고, 200만원 미만에서는 “혈액 순환 목적”이 34.6%로 나타나, 월 평균 소득별로 이용 목적에 차이가 있는 것으로 나타났다( $\chi^2=18.626, p<0.05$ ).

#### 5) 약용식물을 이용한 통증완화제품 구입 경로

연구 대상자의 약용식물을 이용한 통증완화제품 구입 경로에 대한 분석 결과는 아래 <표 40>와 같다.

<표 40> 약용식물을 이용한 통증완화제품 구입 경로

구분	빈도(명)	비율(%)
인터넷	26	18.4
약국	16	11.3
매스미디어	20	14.2
지인추천	70	49.6
기타	9	6.4
전체	141	100.0

연구 대상자의 약용식물을 이용한 통증완화제품 구입 경로에 대한 분석 결과, “지인추천”이 70명(49.6%)으로 가장 높게 나타났고, “인터넷”이 26명(18.4%), “매스미디어” 20명(14.2%), “약국” 16명(11.3%), “기타” 9명(6.4%)의 순으로 높게 나타나서, 49.6%의 응답자가 “지인의 추천”으로 통증완화제품을 구입하는 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 통증완화제품 구입경로에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 41>와 같다.

<표 41> 일반적 특성에 따른 통증완화제품 구입 경로 교차분석

(단위: 명, %)

구분	반응명	인터넷	약국	매스 미디어	지인 추천	기타	$\chi^2$
성별	남성	42	26.2	11.9	16.7	35.7	5.488
	여성	99	15.2	11.1	13.1	55.6	
연령	20대	9	22.2	11.1	11.1	33.3	10.742
	30대	35	17.1	11.4	11.4	54.3	
	40대	44	20.5	18.2	18.2	38.6	
	50대 이상	53	17.0	5.7	13.2	58.5	
결혼	기혼	106	13.2	10.4	13.2	56.6	11.179*
	미혼	35	34.3	14.3	17.1	28.6	
학력	고졸 이하	53	18.9	11.3	9.4	52.8	3.919
	전문대 재학/졸업	34	14.7	11.8	11.8	55.9	
	대학 재학/졸업 이상	54	20.4	11.1	20.4	42.6	
직업	사무직	19	15.8	15.8	0.0	63.2	12.368
	영업/서비스	49	22.4	12.2	10.2	53.1	
	전문직	27	18.5	3.7	18.5	48.1	
	주부/학생	46	15.2	13.0	21.7	41.3	
월평균 소득	200만원 미만	26	23.1	11.5	19.2	42.3	16.153
	200~300만원 미만	52	13.5	11.5	3.8	63.5	
	300~400만원 미만	31	22.6	12.9	29.0	29.0	
	400만원 이상	32	18.8	9.4	12.5	53.1	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 통증완화제품 구입 경로 교차분석 결과, 결혼 상태별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 결혼 상태별로는 기혼의 경우 “지인추천”이 56.6%로 미혼보다 높게 나타났고, 미혼의 경우 “인터넷”이 34.3%로 기혼보다 높게 나타나서, 미혼인 응답자는 지인의 추천으로 구입하는 것으로 나타났다

6) 약용식물을 이용한 제품 선택 시 고려사항

연구 대상자의 약용식물을 이용한 제품 선택 시 고려사항에 대한 분석 결과는 아래 <표 42>와 같다.

<표 42> 약용식물을 이용한 제품 선택 시 고려사항

구분	빈도(명)	비율(%)
구입 편리성	25	6.7
효능 및 효과	257	68.9
가격의 만족	22	5.9
제품의 안전성	55	14.7
편리한 사용성	14	3.8
전체	373	100.0

연구 대상자의 약용식물을 이용한 제품 선택시 고려사항에 대한 분석 결과, “효능 및 효과”가 257명(68.7%)으로 가장 높게 나타났고, “제품의 안전성” 55명(14.7%), “구입 편리성” 25명(6.7%), “가격의 만족” 22명(5.9%), “편리한 사용성” 14명(3.8%)의 순으로 나타나, “효능과 효과”가 제품을 선택할 때 가장 영향을 많이 미치는 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 약용식물을 이용한 제품 선택 시 고려사항에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 43>와 같다.

<표 43> 일반적 특성에 따른 약용식물을 이용한 제품 선택 시 고려사항 교차분석

(단위: 명, %)

구분		빈도 (명)	구입 편리성	효능 /효과	가격의 만족	제품의 안전성	편한 사용성	$\chi^2$
성별	남성	120	8.3	66.7	5.8	14.2	5.0	1.604
	여성	253	5.9	70.0	5.9	15.0	3.2	
연령	20대	88	10.2	64.8	9.1	13.6	2.3	12.027
	30대	105	7.6	67.6	6.7	12.4	5.7	
	40대	90	4.4	74.4	5.6	13.3	2.2	
	50대 이상	90	4.4	68.9	2.2	20.0	4.4	
결혼	기혼	212	3.3	72.6	3.8	16.5	3.8	14.267**
	미혼	161	11.2	64.0	8.7	12.4	3.7	
학력	고졸 이하	126	6.3	69.0	4.8	16.7	3.2	3.697
	전문대 재학/졸업	81	9.9	69.1	6.2	12.3	2.5	
	대학 재학/졸업	166	5.4	68.7	6.6	14.5	4.8	
	이상							
직업	사무직	67	7.5	64.2	3.0	20.9	4.5	8.970
	영업/서비스	106	5.7	73.6	4.7	13.2	2.8	
	전문직	82	7.3	70.7	6.1	9.8	6.1	
	주부/학생	118	6.8	66.1	8.5	16.1	2.5	
월평균 소득	200만원 미만	101	6.9	61.4	11.9	16.8	3.0	22.340*
	200~300만원미만	114	7.0	66.7	3.5	16.7	6.1	
	300~400만원미만	80	8.8	75.0	5.0	6.3	5.0	
	400만원 이상	78	3.8	75.6	2.6	17.9	0.0	

\* < 0.05, \* < 0.01 \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물을 이용한 제품 선택 시 고려사항 교차분석 결과, 결혼 상태별, 월 평균 소득별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 결혼 상태별로는 기혼의 경우 “효능 및 효과”가 72.6%로 미혼 64.0%로 높게

나타났고, 미혼의 경우 “구입 편리성”이 11.2%로 기혼 3.3%보다 높게 나타나서, 결혼 상태별로 차이가 있는 것으로 나타났다( $\chi^2=14.267, p<0.01$ ). 월 평균 소득별로는 모든 소득에서 “효능 및 효과”가 높게 나타났으나, 200만원 미만에서는 “제품의 안전성” 16.8%, “가격의 만족” 11.9%로 다른 연령대에 비해 높게 나타났고, 400만원 이상에서 “제품의 안전성”이 17.9%로 다른 소득에 비해 높게 나타났다.

#### 7) 약용식물을 이용한 제품의 적정 가격대

연구 대상자의 약용식물을 이용한 제품의 적정 가격대에 대한 분석 결과는 아래 <표 44>와 같다.

<표 44> 약용식물을 이용한 제품의 적정 가격대

구분	빈도(명)	비율(%)
1만원 미만	73	19.6
1만원~2만원 미만	134	35.9
2만원~3만원 미만	101	27.1
3만원~4만원 미만	47	12.6
5만원 이상	18	4.8
전체	373	100.0

연구 대상자의 약용식물을 이용한 제품의 적정 가격대에 대한 분석 결과, “1만원~2만원 미만”이 134명(35.9%)으로 가장 높았고, “2만원~3만원 미만” 101명(27.1%), “1만원 미만” 73명(19.6%), “3만원~4만원 미만” 47명(12.6%), “5만원 이상” 18명(4.8%)의 순으로 1만원~3만원 수준이 적당하다고 응답한 대상자가 63.0%로 1만원~3만원을 적당하다고 생각하는 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 약용식물을 이용한 제품의 적정 가격대에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 45>와 같다.

<표 45> 일반적 특성에 따른 약용식물을 이용한 제품의 적정 가격대 교차분석  
(단위: 명, %)

구분		빈도 (명)	1만원 미만	1~2 만원 미만	2~3 만원 미만	3~4 만원 미만	5만원 이상	$\chi^2$
성별	남성	120	17.5	36.7	23.3	17.5	5.0	4.712
	여성	253	20.6	35.6	28.9	10.3	4.7	
연령	20대	88	28.4	36.4	27.3	5.7	2.3	21.503*
	30대	105	19.0	40.0	21.0	12.4	7.6	
	40대	90	15.6	37.8	24.4	15.6	6.7	
	50대 이상	90	15.6	28.9	36.7	16.7	2.2	
결혼	기혼	212	12.7	37.7	29.2	14.6	5.7	15.328*
	미혼	161	28.6	33.5	24.2	9.9	3.7	
학력	고졸 이하	126	27.8	35.7	26.2	8.7	1.6	23.583**
	전문대 재학/졸업	81	17.3	42.0	29.6	9.9	1.2	
	대학 재학/졸업 이상	166	14.5	33.1	26.5	16.9	9.0	
직업	사무직	67	6.0	49.3	22.4	17.9	4.5	31.364**
	영업/서비스	106	16.0	35.8	29.2	9.4	9.4	
	전문직	82	25.6	35.4	20.7	17.1	1.2	
	주부/학생	118	26.3	28.8	32.2	9.3	3.4	
월평균 소득	200만원 미만	101	28.7	36.6	23.8	6.9	4.0	21.743*
	200~300만원 미만	114	14.9	41.2	28.1	14.9	.9	
	300~400만원 미만	80	21.3	31.3	27.5	12.5	7.5	
	400만원 이상	78	12.8	32.1	29.5	16.7	9.0	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 약용식물을 이용한 제품 선택시 고려사항 교차분석 결

과, 결혼 상태별, 학력별, 직업별, 월 평균 소득별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령별로는 40대 이하의 연령대에서는 “1~2만원 미만”이 가장 높게 나타났으나, 50대 이상에서는 “2~3만원 미만”이 더 높게 나타나, 연령별로 차이가 있었고( $\chi^2=21.503, p<0.05$ ), 결혼 상태별로는 미혼의 경우 “1만원 미만”이 28.6%로 기혼 12.7%보다 높게 나타나, 결혼 상태별로 차이가 있었고( $\chi^2=15.328, p<0.05$ ), 학력별로는 대학 재학/졸업 이상에서는 “3~4만원 미만”이 16.9%로 다른 학력에 비해 높게 나타났고( $\chi^2=23.583, p<0.01$ ), 월 평균 소득별로는 월 200만원 미만에서는 “1만원 미만”이 28.7%로 다른 소득에 비해 높았고, 소득이 올라갈수록 적정 가격대가 높은 가격으로 형성되는 것으로 나타났다( $\chi^2=21.743, p<0.05$ ).

#### 8) 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위

연구 대상자의 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위에 대한 분석 결과는 아래 <표 46>와 같다.

<표 46> 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위

구분	빈도(명)	비율(%)
경추	44	11.8
어깨	119	31.9
팔	20	5.4
허리	124	33.2
다리	66	17.7
전체	373	100.0

연구 대상자의 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위에 대한 분석 결과, “허리”가 124명(33.2%)으로 가장 높게 나타났고, “어깨” 119명(31.9%), “다

리” 66명(17.7%), “경추” 44명(11.8%), “팔” 20명(5.4%)의 순으로 나타났으며, 연구 대상자의 65.1%가 “허리”와 “어깨통증”에 이용하기를 원하는 것으로 나타나, 통증완화제품을 개발한다면 “허리와 어깨”에 특화된 제품이 필요할 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 47>와 같다.

<표 47> 일반적 특성에 따른 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위 교차분석  
(단위: 명, %)



	구분	빈도(명)	경추	어깨	팔	허리	다리	$\chi^2$
성별	남성	120	13.3	30.0	3.3	39.2	14.2	5.024
	여성	253	11.1	32.8	6.3	30.4	19.4	
연령	20대	88	15.9	30.7	4.5	34.1	14.8	12.644
	30대	105	13.3	37.1	2.9	24.8	21.9	
	40대	90	8.9	32.2	7.8	36.7	14.4	
	50대 이상	90	8.9	26.7	6.7	38.9	18.9	
결혼	기혼	212	11.8	31.6	6.6	34.4	15.6	2.893
	미혼	161	11.8	32.3	3.7	31.7	20.5	
학력	고졸 이하	126	11.9	19.8	4.8	48.4	15.1	24.226**
	전문대 재학/졸업	81	13.6	40.7	4.9	21.0	19.8	
	대학 재학/졸업 이상	166	10.8	36.7	6.0	27.7	18.7	
직업	사무직	67	10.4	47.8	1.5	28.4	11.9	14.316
	영업/서비스	106	14.2	29.2	4.7	33.0	18.9	
	전문직	82	12.2	29.3	6.1	30.5	22.0	
	주부/학생	118	10.2	27.1	7.6	38.1	16.9	
월평균소득	200만원 미만	101	9.9	24.8	5.0	41.6	18.8	7.960
	200~300만원 미만	114	11.4	34.2	5.3	32.5	16.7	
	300~400만원 미만	80	15.0	35.0	3.8	27.5	18.8	
	400만원 이상	78	11.5	34.6	7.7	29.5	16.7	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 통증완화제품을 적용하고 싶은 신체부위 교차분석 결과, 학력별 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 전문대 재학/졸업 이상에서는 “어깨”가 각각 고졸 이하보다 높게 나타났고, 고졸 이하에서는 “허리”가 48.4%로 전문대 재학/졸업보다 높게 나타나 상대적으로 고학력층에서는 “어깨부위”에 제품을 적용하고 싶어 하고, 고졸 이하에서는 “허리부위”에 제품을 적용하고 싶어 하는 것으로 나타났다( $\chi^2=24.226$ ,  $p<0.01$ ).

9) 통증완화제품의 마사지 후 적용 의향

연구 대상자의 통증완화제품을 피부 관리실에서 마사지 후 적용 의향 분석 결과는 아래 <표 48>와 같다.

<표 48> 통증완화제품 마사지 후 적용 의향

구분	빈도(명)	비율(%)
예	283	75.9
아니오	90	24.1
전체	373	100.0

연구 대상자의 약용식물을 이용한 통증완화제품을 피부 미용실에서 마사지 후 적용 의향에 대한 분석 결과, “적용 의향이 있다”는 응답이 283명(75.9%)이 “적용 의향이 없다” 90명(24.1%)으로 나타나, 통증완화제품을 피부미용실에서 마사지 후에 적용하고 싶다는 응답자가 높게 나타났다.

일반적 특성에 따른 통증완화제품을 피부미용실에서 마사지 후 적용 의향에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 49>와 같다.

<표 49> 일반적 특성에 따른 통증완화제품 마사지 후 적용 의향 교차분석  
(단위: 명, %)

구분		빈도(명)	예	아니요	$\chi^2$
성별	남성	120	63.3	36.7	15.192***
	여성	253	81.8	18.2	
연령	20대	88	72.7	27.3	1.246
	30대	105	74.3	25.7	
	40대	90	77.8	22.2	
	50대 이상	90	78.9	21.1	
결혼	기혼	212	77.4	22.6	.593
	미혼	161	73.9	26.1	
학력	고졸 이하	126	79.4	20.6	3.765
	전문대 재학/졸업	81	80.2	19.8	
	대학 재학/졸업 이상	166	71.1	28.9	
직업	사무직	67	76.1	23.9	.169
	영업/서비스	106	76.4	23.6	
	전문직	82	76.8	23.2	
	주부/학생	118	74.6	25.4	
월평균 소득	200만원 미만	101	73.3	26.7	2.121
	200~300만원 미만	114	80.7	19.3	
	300~400만원 미만	80	73.8	26.3	
	400만원 이상	78	74.4	25.6	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 통증완화제품을 피부미용실에서 마사지 후 적용 의향 교차분석 결과, 성별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 남성의 경우 “적용 의향이 있다”가 63.3%로 나타났고, 여성의 경우 “적용 의향이 있다”가 81.8%로 나타나서, 남성에 비해 여성이 통증완화제품 사용에 저항성이 적은 것으로 나타났고, 통증완화제품 판매시에도 여성을 위주로 제품이 사용 될 것이라 예상 된다( $\chi^2=15.192, p<0.001$ ).

## 10) 통증완화제품 구매 의향

연구 대상자의 통증완화제품 구매 의향 분석 결과는 아래 <표 50>와 같다.

<표 50> 통증완화제품 구매 의향

구분	빈도(명)	비율(%)
예	246	66.0
아니오	127	34.0
전체	373	100.0

연구 대상자의 통증완화제품 구매 의향에 대한 분석 결과, “구매 의향이 있다”는 응답이 246명(66.0%)이 “구매 의향이 없다” 127명(34.0%)으로 나타나서, 통증완화제품을 구매할 의향이 있다는 응답자가 높게 나타났다.

일반적 특성에 따른 통증완화제품 구매 의향에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 51>와 같다.

<표 51> 일반적 특성에 따른 통증완화제품 구매 의향 교차분석  
(단위: 명, %)

구분		빈도(명)	예	아니요	$\chi^2$
성별	남성	120	56.7	43.3	6.792**
	여성	253	70.4	29.6	
연령	20대	88	60.2	39.8	2.911
	30대	105	63.8	36.2	
	40대	90	68.9	31.1	
	50대 이상	90	71.1	28.9	
결혼	기혼	212	69.3	30.7	2.510
	미혼	161	61.5	38.5	
학력	고졸 이하	126	67.5	32.5	.311
	전문대 재학/졸업	81	66.7	33.3	
	대학 재학/졸업 이상	166	64.5	35.5	
직업	사무직	67	71.6	28.4	1.598
	영업/서비스	106	65.1	34.9	
	전문직	82	67.1	32.9	
	주부/학생	118	62.7	37.3	
월평균 소득	200만원 미만	101	59.4	40.6	2.872
	200~300만원 미만	114	69.3	30.7	
	300~400만원 미만	80	66.3	33.8	
	400만원 이상	78	69.2	30.8	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 통증완화제품 구매 의향 교차분석 결과, 성별로 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 남성의 경우 “구입 의향이 있다”가 56.7%로 나타났고, 여성의 경우 “구매 의향이 있다”가 70.4%로 나타나서, 남성에 비해 여성이 통증완화제품 사용에 저항성이 적은 것으로 나타났고, 통증완화제품 판매시에도 여성을 위주로 제품이 사용 될 것이라 예상 된다( $\chi^2 = 6.792, p < 0.01$ ).

### 11) 사용하기 편리한 제품 형태

연구 대상자의 사용하기 편리한 제품 형태에 대한 분석 결과는 아래 <표 52>와 같다.

<표 52> 사용하기 편리한 제품 형태

구분	빈도(명)	비율(%)
패치의 형태	135	36.2
연고의 형태	78	20.9
찜질팩의 형태	105	28.2
팩의 형태	25	6.7
젤의 형태	30	8.0
전체	373	100.0

연구 대상자의 사용하기 편리한 제품 형태에 대한 분석 결과, “패치의 형태”가 135명(36.2%)으로 가장 높게 나타났고, “찜질팩의 형태” 105명(28.2%), “연고의 형태” 78명(20.9%), “젤의 형태” 30명(8.0%), “팩의 형태” 25명(6.7%)의 순으로 높게 나타나, 연구 대상자들은 “패치와 찜질팩”의 형태를 선호하는 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 사용하기 편리한 제품 형태에 대한 교차분석 결과는 아래 <표 53>와 같다.

<표 53> 일반적 특성에 따른 사용하기 편리한 제품 형태 교차분석

(단위: 명, %)

구분		빈도 (명)	패치의 형태	연고의 형태	찜질팩 형태	팩의 형태	젤의 형태	$\chi^2$
성별	남성	120	38.3	24.2	23.3	5.8	8.3	2.796
	여성	253	35.2	19.4	30.4	7.1	7.9	
연령	20대	88	38.6	19.3	23.9	6.8	11.4	17.807
	30대	105	46.7	21.0	20.0	6.7	5.7	
	40대	90	31.1	23.3	30.0	8.9	6.7	
	50대 이상	90	26.7	20.0	40.0	4.4	8.9	
결혼	기혼	212	32.5	19.8	33.0	7.1	7.5	6.476
	미혼	161	41.0	22.4	21.7	6.2	8.7	
학력	고졸 이하	126	30.2	20.6	30.2	9.5	9.5	9.824
	전문대 재학/졸업	81	33.3	24.7	33.3	3.7	4.9	
	대학 재학/졸업 이상	166	42.2	19.3	24.1	6.0	8.4	
직업	사무직	67	35.8	28.4	23.9	6.0	6.0	16.100
	영업/서비스	106	44.3	12.3	32.1	4.7	6.6	
	전문직	82	36.6	17.1	26.8	9.8	9.8	
	주부/학생	118	28.8	27.1	28.0	6.8	9.3	
월 평균 소득	200만원 미만	101	37.6	24.8	23.8	3.0	10.9	11.778
	200~300만원 미만	114	36.0	21.1	25.4	9.6	7.9	
	300~400만원 미만	80	35.0	22.5	30.0	5.0	7.5	
	400만원 이상	78	35.9	14.1	35.9	9.0	5.1	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\* < 0.001

일반적 특성에 따른 사용하기 편리한 제품 형태 교차분석 결과, 일반적 특성에 따라서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 모든 응답자에서 “패치의 형태”를 가장 선호하는 것으로 나타났다.

## 12) 통증완화제품의 개발과 활용방법 다양화 필요성

연구 대상자의 통증완화제품 개발과 활용방법 다양화 필요성 분석 결과는 아래 <표 54>와 같다.

<표 54> 통증완화제품 개발과 활용방법 다양화 필요성

구분	빈도(명)	비율(%)
예	331	88.7
아니오	42	11.3
전체	373	100.0

연구 대상자의 통증완화제품 개발과 활용방법 다양화 필요성에 대한 분석 결과, “다양화가 필요하다”는 응답이 331명(88.7%)으로 “다양화가 필요없다”는 응답 42명(11.3%)에 비해 매우 높게 나타나, 응답자들이 개발과 활용방법의 다양화가 매우 필요한 것으로 인식하고 있었다.

일반적 특성에 따른 통증완화제품 개발과 활용방법 다양화 필요성에 대한 교차 분석 결과는 아래 <표 55>와 같다.

<표 55> 일반적 특성에 따른 통증완화제품 개발과 활용방법 다양화 필요성 교차 분석

(단위: 명, %)

구분		빈도(명)	예	아니요	$\chi^2$
성별	남성	120	85.8	14.2	1.496
	여성	253	90.1	9.9	
연령	20대	88	92.0	8.0	4.025
	30대	105	83.8	16.2	
	40대	90	91.1	8.9	
	50대 이상	90	88.9	11.1	
결혼	기혼	212	88.2	11.8	.139
	미혼	161	89.4	10.6	
학력	고졸 이하	126	90.5	9.5	1.195
	전문대 재학/졸업	81	90.1	9.9	
	대학 재학/졸업 이상	166	86.7	13.3	
직업	사무직	67	94.0	6.0	2.507
	영업/서비스	106	88.7	11.3	
	전문직	82	86.6	13.4	
	주부/학생	118	87.3	12.7	
월평균 소득	200만원 미만	101	86.1	13.9	2.551
	200~300만원 미만	114	92.1	7.9	
	300~400만원 미만	80	86.3	13.8	
	400만원 이상	78	89.7	10.3	

\* < 0.05, \*\* < 0.01, \*\*\*, < 0.001

일반적 특성에 따른 통증완화제품 개발과 활용방법 다양화 필요성 교차분석 결과, 일반적 특성에 따라서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났으며, 모든 응답자에서 “통증완화제품 개발”과 “활용방법의 다양화”가 필요하다고 생각하는 것으로 나타났다.

#### 4.4.1 약용식물 이용 현황 및 활용방안 정리

연구 대상자의 약용식물 이용현황에 대한 분석 결과를 요약한 결과는 아래 <표 56>와 같다.

<표 56> 약용식물 이용 현황 및 활용방안 정리

구분	요약
약용식물 이용 경험	이용 경험 없음
이용하지 않는 이유	통증완화 제품을 몰라서
사용기간	3개월 미만
이용하는 이유	근육 통증 완화
구입 경로	지인추천
제품 선택 시 고려사항	효능 및 효과
제품의 적정 가격대	1만원~2만원 미만
사용하고 싶은 신체부위	허리, 어깨
마사지 후 제품 적용 의향	적용 의향 있음
제품 구매 의향	구매 의향 있음
사용 편리한 제품 형태	패치, 찜질팩
개발과 활용방법 다양화	다양화 필요함

## V. 결론 및 제언

### 5.1 결론

본 연구는 통증완화 효능이 있는 약용식물을 조사하고 현대인들이 알고 있는 약용식물에 대한 지식 및 인지도, 통증완화의 목적으로 약용식물을 신체부위에 사용해 보았는지, 사용할 의사가 있는지에 대하여 조사하였다. 조사를 토대로 피부미용실에서 적용 가능한 통증완화 성분이 함유된 약용식물의 추출물로, 안전성, 접근용이성, 경제성을 고려한 제품이 있다면 사용 및 구매의사가 있는 것으로 나타났다. 제품의 형태는 껌질팩, 패치의 형태를 선호하는 것으로 조사되어 이 논문에서 조사된 자료가 최근 침체된 미용 산업을 건강하고 아름다움을 추구하는 “생활 속의 미용”으로 자리 잡을 수 있는 새로운 패러다임을 구축하는데 기초 자료로 활용되어지기를 바라며 연구를 수행하였다.

본 연구는 20대에서 60대의 서울, 경기지역에 거주하는 남·여를 중심으로 2016년 9월19일부터 10월 20일까지 약4주간 실시하였으며, 연구도구는 문헌과 선행연구를 바탕으로 연구자가 수정, 보완한 설문지를 사용해 조사하였고, 총400부의 설문지 중 373부를 회수하여 최종 분석 자료로 사용하였다.

자료 분석은 통계처리를 위하여 Microsoft Excel 2016을 사용하였고 SPSS 21.0을 이용하여 기술통계, 빈도분석, 교차분석, T-test, 일원배치 분산분석을 실시하였다.

본 연구를 통해서 얻어진 결과를 종합하면 다음과 같다.

첫째, 연구대상자의 일반적 특성을 알아본 결과 남성(32.2%)보다 여성(67.8%)들이, 미혼자(43.2%)보다는 기혼자(56.8%)가 많았으며, 대학 재학 중이거나 졸업이상자(44.5%)가 많았고, 직업별로는 주부/학생(31.6%), 영업/서비스직(28.4%), 전문직(22%), 사무직(18%)순으로 나타났고 월 평균소득은

200~300만원 미만인 30.6%로 높게 나타났다.

둘째, 연구 대상자의 생활습관 및 신체부위 통증에 대해 살펴보면, 건강 관심도가 3.84점으로 비교적 높은 수준이며, 건강 관련 정보는 33%의 조사대상자들이 매스미디어를 통해 습득하는 것으로 나타났고, 스트레스 정도는 3.75점으로 비교적 높은 수준의 스트레스를 받고 있었다. 평소 건강관리를 위해 “건강보조식품을 복용 한다”가 37%로 “정기적인 건강검진”(21.4%), “규칙적인운동”(21.4%), “전자기기사용 및 스마트폰사용의 최소화”(4.6%)와 “기타”(15.5%)보다 높게 나타났다. 주로 취하는 자세는 “앉아 있는 자세”(55.2%)로 “서있는 자세”(20.4)%, “전신을 움직이는 자세”(10.7%), “누워있는 자세”(10.2%), “기타”(3.5%) 보다 높게 나타났고, 통증을 느끼는 부위는 “어깨”(30.6%), “허리”(25.7%), “다리”(13.7%), “통증이 없다”(13.7%), “경추”(9.7)%, “팔”(6.7)%로 조사되었다. 통증으로 인한 일상생활 영향정도는 2.75점으로 보통이상 수준의 영향을 받고 있었으며, 통증에 대한 대처법으로는 “병, 의원 방문”(33.8%)을 가장 선호하는 것으로 나타났다.

셋째, 연구 대상자의 약용식물 지식 정도 및 인지도에 대해 살펴보면, 약용식물에 대한 지식 정도는 100점 만점 중 70.21점으로 비교적 높은 수준의 지식을 가지고 있는 것으로 나타났다. 약용식물에 대한 인지도는 “잘 모른다”(58.4%)라고 답한 응답자가 많았다. 인지경로는 “매스미디어”(38.7%)와 “가족/친구/동료의 추천”(32.3%)을 통하였고, 『약초도감』, 『두산세계백과사전』, 『약초한방대백과』, 『약용식물관리사』, 『약초의성분과이용』, 『가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용 식물대사전』에 기술된 통증완화에 도움이 되는 약용식물 중 40종을 선별하여 제시한 바 “6개~22개의 약용식물을 알고 있다.”고 약 90%정도 응답하였고, 총 40개의 약용식물 중 평균10개 정도의 수준으로 알고 있는 것으로 나타났다.

넷째, 연구 대상자의 약용식물 이용현황에 대해 살펴보면, “약용식물을 이용한 경험이 없다”는 응답자가 62.2%로, “약용식물을 이용한 경험이 있다” 37.8% 보다 많았고, 이용하지 않는 이유는 44%의 응답자가 “제품에 대해서 잘 몰라서”였다. 이용한 경험이 있는 응답자 46.1%는 사용기간이 3개월 미만

의 비교적 짧은 기간을 이용하였으며, “약용식물을 이용한 경험이 있다” 응답자의 경우 “근육통증 완화 목적”이 34.8%, 그 중 적용 희망 부위에 대해서 “허리” 33.2%, “어깨” 31.9% 로 나타났다. 제품의 구입경로는 49.6%의 응답자가 “지인추천을 통해 구입하였다”라고 대답하였고, 제품의 형태에 대한 문항에는 “찜질팩”28.2%, “패치”36.2%로 “패치”의 형태를 더 선호하는 것으로 나타났다.

이러한 연구결과로 통증완화 효능이 있는 약용식물에 대한 관심과 선호도는 높게 나타났으나, 약용식물이 통증에 효과가 있다는 인지도는 부족한 것으로 나타났다. 그리고 약용식물을 이용한 통증완화제품에 대한 구입경로가 다양하지 않고 제품의 다양성이 부족한 것으로 연구되었다.

따라서 약용식물을 이용하여 통증완화에 도움이 되는 제품을 개발한다면 사용할 의사가 75.9%, 구매할 의사는 66%로 나타난 결과로 확인한바, 피부 미용실에서 적용 가능한 통증완화성분이 함유된 제품을 다양하게 개발한다면 미용 산업 발전 활용 방안에 중요한 의의가 있다고 사료된다.

## 5.2 연구의 제언 및 한계점

본 연구의 수행 과정과 분석결과를 통해서 다음과 같은 몇 가지 한계점들이 도출되어, 이러한 한계점을 극복하기 위하여 향후 지속적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

첫째, 본 연구는 표본 선정에 있어 서울, 경기지역에 거주하는 남·여를 대상으로 선정하였기에 연구대상자의 다양성에 한계가 있어 향후 표본 선정 및 구성을 할 때 좀 더 세밀한 구체성을 필요로 한다.

둘째, 약용식물에 대한 인지도와 관심은 높게 나타났고 자연 친화적인 산업이 발전되고 있지만 약용식물의 종류와 성분에 대한 대중화와 보편화를 위해서는 약용식물에 대한 올바른 지식과 정보를 대중들에게 전파할 수 있는 체

계적인 학문 연구가 지속적으로 이루어지고 이를 위해 전문적인 약용식물에 대한 교육산업 발전이 요구된다.

셋째, 향후 약용식물을 이용한 통증완화 제품을 다양하게 개발하여 제공하는 연구가 이루어져야 하고 제품 개발시 약용식물이 가지고 있는 특이성과 과다사용 및 독성성분으로 인한 사용자의 건강을 잠재적으로 이롭지 못하게 하기 때문에 약용식물의 정량사용 및 효능과 효과적인 면에서 검증을 위한 정확한 성분 분석이 필요하고, 사용자의 약용식물 구입시 신뢰할 수 있는 법적 제도를 마련하여야 할 것으로 사료된다.



# 참 고 문 헌

## 1. 국내 문헌

- 고용노동부. (2009). 『2008년도 산재보험 사업연보』. 고용노동부.
- 김도연. (2015). 『중등교사들의 생활습관 및 업무환경이 경추 및 요추부의 통증에 미치는 영향』. 석사학위논문. 한서대학교 건강증진대학원.
- 김명수. (2015). 『경부통증환자에서 스마트폰을 이용한 전방머리자세 측정의 신뢰도와 타당도 및 상관분석 연구』. 석사학위논문. 삼육대학교 일반대학원.
- 김명수. (2015). 『경부통증환자에서 스마트폰을 이용한 전방머리자세 측정의 신뢰도와 타당도 및 상관분석 연구』. 석사학위논문. 삼육대학교 일반대학원.
- 김재길. (1984). 『天然藥物大事全』. 남산당.
- 김종경. (2014). 『민간요법의 콘텐츠 활용 가능성에 관한 고찰』. 석사학위논문.
- 김현주. (1997). 『천연약용식물의 미용효과에 대한 고찰』. 순천전문대학 피부미용학과 논문집- 순천청암대학. 21(1): pp. 2-3.
- 김혜자, 김정은, 김동일. (2001). 『경막외Morphine, Morphine과 Nalbuphine병용투여, Morphine과 Droperido 병용투여가 제왕절재술 후 통증조절에 미치는 효과에 대한 비교』. 대한마취과 학회지. 41(3) pp. 324- 329.
- 남석훈. (2016). 『아로마테라피 DIY 제품 제조경험자의 에센셜오일에 대한 활용실태조사와 만족도』. 석사학위논문. 중앙대학교 의약식품대학원.
- 다나카 고우지, 장광진 옮김. (2015). 『가정에서 쉽게 이용할 수 있는 약용식물대사전』. Green Home.
- 문서윤. (2015). 『천연 방향제품의 이용현황과 향 선호도에 대한 연구』. 석사학위논문. 건국대학교 산업대학원.
- 문화방송. (1988). 『한국 민간요법대전』. 금박출판사.
- 박경숙, 류연나, 최미혜. (2005). 『벨런스데이핑요법이 요통환자의 통증에 미치는

- 효과』 성인간호학회지. 17(1): pp. 77-87.
- 박문수, 전영문. (2015). 『전라남도 지역의 민속식물 이용현황』 한국자원식물 학회지. 28(1): pp. 79-92.
- 박정민. (2012). 『아로마 에센셜오일의 이용현황 및 선호도에 관한연구』. 석사학위논문. 성신여자대학교 문화산업대학원.
- 박현향. (2015). 『만성 경부통증 환자의 건강관련 삶의 질 영향요인』. 석사학위논문. 광주여자대학교 사회개발대학원.
- 배지원. (2016). 『만성통증 재가 노인의 통증대처 삶의 질』. 석사학위논문. 아주대학교 일반대학원.
- 신윤경, 이창욱. (2002). 『만성통증 환자에서의 우울증』. 대한통증학회.
- 안홍석, 김명숙, 최성임, 허은영, 강신옥, 이동욱, 정영자, 김인향, 홍연숙, 이순희, 한말란 외. (2006). 『아로마테라피 솔루션』. 정담미디어.
- 위키백과. (2013). 『약용식물의 정의』 . 2013년6월23일, 마지막수정.  
자료검색일: 2016년 10월 04일.
- 유민희. (2015). 『식용 꽃차 원료성분을 이용한 노화예방 레시피 연구』. 석사학위논문. 한성대학원 예술대학원.
- 윤창효. (2008). 『편두통 환자의 수면 장애에 대한 임상적 평가』. 석사학위논문. 대구카톨릭대학교 일반대학원.
- 윤혜경. (2006). 『천연약용식물의 생리기능과 기능성 식품소재로서의 특성에 관한 연구』. 석사학위논문. 고신대학교 일반대학원.
- 이수현. (2014). 『자원식물 5종 (접골목, 골담초, 두충, 우슬, 골쇄보) 열수 추출물의 갱년기 이후 당질, 지질 및 골 대사 개선 효능 검증』. 박사학위논문. 경북대학교 교육대학원.
- 이양균. (2002). 『통증의 정의와 분류』 대한임상통증 학회지. 1(1): pp. 1-3.
- 이용호. (2002). 『仙鶴草(Apilosa grimonia L.) 蒐集種의 類緣關係 分析과 栽培法 및 效能』. 석사학위논문. 동아대학교대학원. 농학과

- 이은옥, 송혜향, 김주현, 이병숙, 이은희, 이은주, 박재순, 전경자, 정명숙. (1987). 『불안 및 스트레스에 대한 간호중재효과의 메타분석』. 대한간호 협회지. 22(4): pp. 126~549.
- 이재형. (2007). 『아로마 피부 마사지와 아로마 흡입 마사지의 통증 감소 효과에 대한 비교 연구』. 석사학위논문. 경기대학교 대체의학대학원.
- 이지영. (2015). 『미용사의 작업환경 실태에 따른 하지통증 정도 연구』. 석사학위논문. 건국대학교 산업대학원.
- 이혜숙. (2005). 『아로마요법이 관절염을 앓고 있는 노인의 스트레스와 통증에 미치는 효과』. 석사학위논문. 인제대학교 일반대학원.
- 이호선. (2006). 『약용식물관리사』. 대진미디어.
- 이흥규. (2014). 『정상 성인의 스마트폰 자세 유형이 목세움근과 위등세모근의 피로도도에 미치는 영향』. 석사학위논문. 가천대학교 보건대학원.
- 임성우. (2003). 『만성통증 환자의 건강관련 삶의 질에 관한연구』. 석사학위논문. 인제대학교 의과대학원.
- 정옥미. (1998). 『우슬의 특이적인 진통 작용에 관한 연구』. 석사학위논문. 전남대학교 의학전문대학원.
- 조성준. (2000). 『향기치료의 기적』. 우석출판사.
- 조은영. (2009). 『약용식물의 항산화 활성 및 안정성』, 석사학위논문. 동아대학교 경영대학원.
- 차현규, 오덕원. (2010). 『좌골신경가동화기법이 만성요통 환자의 통증과 슬관절 신전 근력에 미치는 영향』. 한국전문물리치료학회지. 17(3): pp. 31-39.
- 천규호. (2016). 『Lactobacillus를 이용한 개똥쑥, 여주 및 신선초의 추출물 발효에 관한 연구』. 석사학위논문. 전남대학교 생명기술학과대학원.
- 한국약용식물학연구회. (2003). 『약용식물학(종합)』. 학창사.
- 한국자격개발원. (2005). 『약용식물학 개론』. 한국자격개발원.
- 함희진. (2014). 『향 선호도에 대한 연구』. 석사학위논문. 한성대학교 예술대학원.

홍순안. (2014). 『도수경추교정이 만성두통환자의 주관적 두통 개선에 미치는 효과』. 박사학위논문. 조선대학교대학원. 보완대체의학과.

KOSIS 국가 통계포털(<http://kosis.kr>). 『2016년 7월 평균수명 및 기대수명 발표』 .

## 2. 국외 문헌

Astin, M., Sawton, D., & Hirst, M., (1996). The prevalence of pain in a disabled population. *Soc Sei Med.* 42(11): pp. 1457-1464.

Black JM, Hawks JH, Keene AM(2001). *Medical-surgical nursing : Clinical management for positive outcomes*, WB Saunders Co.

Bowman, J. M. (1991). The meaning of chronic low back pain. *AAOHN Jo Official Journal of the American Association of Occupational Health Nurses* 39(8): pp. 381-384.

Brekken, Shirley A ; Sheets, Vickie. (2008). *Nursing administration quarterly* NAQ 32(4): pp. 288-295. Illness behavior and depression compared in pain center and private practice patients.

Davison, Sara N. ; Jhangri, Gian S. (2005). *Journal of pain and symptom management* 30(5): pp. 465-473. The Impact of Chronic Pain on Depression, Sleep, and the Desire to Withdraw from Dialysis in Hemodialysis Patients.

De Good DE(1997). *The headache & neck pain workbook: An integrated mind and body program*. Oakland, New Harbinger Publications.

Harrison, D. E., Harrison, D. D., Cailliet, R., Troyanovich, S. J., Janik, T. J., & Holland, B. (2000). Cobb method or Harrison posterior tangent method: which to choose for lateral cervical radiographic analysis.

Spine(Phila Pa 1976), 25(16).

Richard Chapman, C. ; Sola, A.E. ; Bonica, J. J. (1979). Pain 6(1): pp. 1-7.

Chapman, C. R. (1984). New directions in the understanding and management of pain. Social Science & Medicine, 19(1): PP. 1261-1277.

### 3. 인터넷 참고

장광진. 『약용식물재배의개념』 .daum. 블로그(2011.03.05).

자료검색일: 2016.11.15.

출처: <http://bg.daum.net/greenhub/6043227>.(농부와시인).

여천. 『약용식물학의 정의』 . daum. 블로그(201309.15).

자료검색일: 2016.12.01.

출처: <http://blog.daum.net/jhj6630/12304305>.(오래된미래)

시사상식사전. 『완화의료』 . <http://terms.naver.com>.(2016.07.12.)

자료검색일: 2016.12.11.

출처: 네이버 지식백과.

## 부 록

### 설 문 지

안녕하십니까?

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

본 설문지는 한성대학교 예술대학원 뷰티에스테틱 전공 학위 논문을 작성하기 위하여 만들어진 것으로 설문의 내용은 “**약용식물에 대한 인식과 통증완화 활용방안에 관한 선호도 연구**”를 위한 기초자료를 얻고자 작성 되었습니다.

귀하께서 응답하신 본 설문은 익명으로 처리하여 연구 목적으로만 사용할 것을 약속드리며 연구의 귀한 자료로 활용되오니 각 문항에 솔직한 고견을 부탁드립니다. 번거로우시더라도 질문에 성실히 응답해 주시기를 부탁드립니다.

귀하의 귀중한 시간을 할애하여 주셔서 다시한번 진심으로 감사드립니다.

2016년 9 월

한성대학교 예술대학원 뷰티예술대학과  
뷰티에스테틱 전공  
지도교수 : 김 도연  
연구자 : 김 성숙

I. 일반적 사항에 관한 질문입니다.

다음은 응답자의 일반적인 질문입니다. 해당되는 번호에√ 표 해주십시오.

1. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까?

- ① 20대    ② 30대    ③ 40대    ④ 50대    ⑤ 60대 이상

2. 귀하의 성별은 어떻게 되십니까?

- ① 남성    ② 여성

3. 귀하께서는 결혼을 하셨습니까?

- ① 예    ② 아니요

4. 귀하의 최종학력은 어떻게 되십니까?

- ① 중학교 졸업이하    ② 고등학교 졸업    ③ 전문대학교 졸업(재학생 포함)  
④ 대학교 졸업(재학생포함)    ⑤ 대학원 졸업(재학생포함)

5. 귀하의 현재직업은 무엇입니까?

- ① 학생    ② 전업주부    ③ 사무직    ④ 서비스직    ⑤ 전문직  
⑥ 영업직    ⑦ 자영업    ⑧기타 (            )

6. 귀하의 가정에 월 평균 소득은 얼마입니까?

- ① 100만원미만    ② 100이상~200만원미만    ③ 200이상~300만원미만  
④ 300이상~400만원미만    ⑤ 400만원이상

II. 귀하의 생활 습관 및 신체부위별 통증에 관한 질문입니다.

다음은 응답자의 생활 습관 및 신체부위별 통증에 관한 질문입니다. 해당되는 번호에√ 표 해주십시오.

1. 귀하께서는 평소 건강에 얼마나 많은 관심이 있습니까?  
 ① 관심이 아주 많다                      ② 관심이 조금 있다    ③ 보통이다  
 ④ 관심이 조금 없다                      ⑤ 관심이 전혀 없다
  
2. 귀하께서 건강과 관련된 정보를 입수하는 경로는 무엇입니까?  
 ① 의료인                      ② 전문서적                      ③ 매스미디어(방송/신문/잡지)  
 ④ 건강보조 식품 판매원    ⑤ 가족/친구/동료    ⑥ 인터넷
  
3. 귀하께서는 규칙적인 운동을 일주일에 몇 회 정도 하십니까?  
 ① 일주일에 1회                      ② 일주일에 2회 미만  
 ③ 일주일에 3회 미만    ④ 일주일에 4회 이상    ⑤ 운동을 하지 않는다.
  
4. 귀하께서는 스트레스를 얼마나 많이 받는다고 생각하십니까?  
 ① 매우 많이 받는다                      ② 많이 받는다                      ③ 보통이다  
 ④ 받지 않는다                      ⑤ 전혀 받지 않는다
  
5. 귀하께서는 평소 건강을 유지하기 위해 어떤 노력을 하십니까?  
 ① 건강보조식품 섭취    ② 정기적인 건강검진    ③ 규칙적인 운동을 한다  
 ④ 전자기기사용 및 스마트폰사용을 최소화 한다    ⑤ 기타 (                      )
  
6. 귀하께서는 컴퓨터 또는 전자기기를 얼마나 사용한다고 생각하십니까?  
 ① 매우 많이 사용 한다                      ② 많이 사용 한다                      ③ 조금 사용 한다  
 ④ 보통이다                      ⑤ 전혀 사용하지 않는다
  
7. 귀하께서 평상시 주로 취하는 자세는 무엇입니까?  
 ① 서(기립)있는 자세                      ② 앉아 있는 자세  
 ③ 전신을 움직이는 자세    ④ 누워있는 자세    ⑤ 기타 (                      )

8. 귀하께서 현재 신체적 통증이 있는 부위가 있다면 어디입니까?

- ① 경추    ② 어깨    ③ 팔    ④ 허리    ⑤ 다리    ⑥ 없다

9. 귀하께서 현재 일상생활 수행에 미치는 사항에 √표 하십시오.

번호	문항	매우 그렇다	약간 그렇다	보통 이다	그렇지 않다	매우그 렇지않 다
1	누웠다 빠르게 일어나 앉을 수 있다.					
2	혈액순환이 원활하지 않아 부종이 있다					
3	혼자 옷 입고 벗을 수 있다.					
4	계단을 오르고 내릴 때 신체통증을 느낀다.					
5	손목의 통증을 느껴 본 적이 있다.					
6	물건을 올리고 내릴 때 신체통증을 느낀다.					
7	머리가 자주 아프다.					
8	통증 때문에 일상생활이 불편할 때가 있다.					
9	경추의 통증을 느껴 본적이 있다.					
10	어떤 작업을 할 때 집중하며 할 수 있다.					

10. 귀하께서는 신체부위별 통증이 있을 때 완화를 위해 어떤 노력을 하십니까?

- ① 민간요법    ② 물리치료법    ③ 마사지요법    ④ 병, 의원 방문 의사와 상의  
⑤ 자연적으로 낫기를 기다린다.    ⑥ 기타

11. 귀하께서는 가벼운 신체통증에도 진통제를 복용해 본적이 있습니까?

- ① 예                      ② 아니요

### Ⅲ. 약용식물의 인지도 및 지식에 관한 질문입니다

다음은 약용식물에 관한 질문입니다. 해당되는 번호에 √ 표 해주십시오.

1. 귀하께서는 약용식물에 대해 알고 있습니까?

- ① 예 (1-1번으로 이동, 1-2번으로 이동)                      ② 아니요

1-1. 귀하께서는 약용식물에 대해 얼마나 알고 있습니까?

- ① 매우 잘 알고 있다              ② 잘 알고 있다              ③ 조금 알고 있다  
④ 모른다                              ⑤ 전혀 모른다

1-2. 귀하께서 약용식물에 대해 알게 된 경로는 무엇입니까?

- ① 가족/친구/동료    ② 약용식물 전문서적    ③ 매스미디어(방송/신문/잡지)  
④ 인터넷                              ⑤ 건강식품 판매원

※ 다음 문항에 √ 표 해 주십시오.

번호	문 항	예	아니요
2	약용식물의 약리적 효능은 목본식물과 초본식물의 꽃이나 잎, 열매, 뿌리 등에서 추출한다.		
3	“약용식물”이라 하면 한방의학의 약재라는 생각을 하게 된다.		
4	약용식물은 우리 몸에 무조건 좋을 것으로 생각한다.		
5	약용식물에는 약리적 효능 및 독성 있어 전문지식을 가지고 사용해야 한다.		
6	약용식물 중 통증완화(근육통, 관절염 등)에 효과가 있다는 사실을 들어 본적이 있습니까?		
7	약용식물이 통증완화에 효능이 있다고 믿고 계십니까?		
8	아로마 오일은 약용식물과 관계가 있다.		
9	민간요법이란 약용식물을 이용한 오랜 전통 질병치료법이다.		
10	약용식물은 우리주변에서 자주 접할 수 있다.		

※ 다음 40종의 통증완화 약용식물 중 귀하께서 알고 있는 약용식물에 √ 표 해 주십시오.

1	인동초	2	녹나무	3	고추냉이	4	갈근	5	유향 (피치타치오)
6	쇠비름	7	취오동	8	토마토	9	마가목	10	흰까치수염
11	우슬	12	호장근	13	냉초	14	백년초	15	개다래나무
16	양배추	17	방기	18	백화사	19	겨자	20	순비기나무
21	가지	22	지치	23	머위	24	모란	25	악마의 발톱 (천수근)
26	무	27	수세미 오이	28	독활(두릅)	29	버드 나무	30	뇌향국화
31	생강	32	월계수	33	소나무	34	고추	35	겨우살이
36	둥글레	37	두충	38	민트	39	당귀	40	울금

11. 귀하께서는 위 40여종의 통증완화 약용식물 중 알고 있는 것이 있습니까?

- ① 매우 잘 알고 있다      ② 잘 알고 있다      ③ 조금 알고 있다  
④ 모른다                      ⑤ 전혀 모른다

12. 귀하께서 11번의 질문에 알고 있다면 몇 종정도 알고 있습니까?

- ① 1~5종    ② 6~12종    ③ 13~20종    ④ 21~30종    ⑤ 31~40종

13. 귀하께서 약용식물이 통증완화 뿐만 아니라 다른 질병에도 효과가 있다고 생각 하십니까?

- ① 매우 그렇다    ② 그렇다    ③ 조금 그렇다    ④ 아니다    ⑤ 잘 모르겠다

**IV. 약용식물의 이용 현황 및 활용방안에 관한 질문입니다.j0**

다음은 통증완화 약용식물의 이용과 활용 방안에 관한 질문입니다. 해당되는 번호에√ 표 해주십시오.

1. 귀하께서는 신체부위 통증완화에 약용식물을 이용한 제품을 사용해 보신 적이 있습니까?

- ① 예 (1-2번으로 이동)                      ② 아니요(1-1번으로 이동)

1-1. 1번 문항의 약용식물을 이용한 제품을 사용해보지 않았다면 사용하지 않은 이유는 무엇입니까?

- ① 효과가 없을 것 같아서    ② 가격이 비싸서    ③ 구입하기 불편해서  
④ 통증완화 제품을 몰라서    ⑤ 기타(                      )

1-2. 1번 문항의 약용식물을 이용한 제품을 사용해 보셨다면 사용하신지는 어느 정도 되십니까?

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

2. 귀하께서 약용식물을 이용한 제품을 사용하게 된 이유는 무엇입니까?

- ① 근육통증완화                      ② 혈액순환의 목적    ③ 비만관리  
④ 스트레스완화                      ⑤ 기타 (                      )

3. 약용식물을 이용한 통증완화제품을 어떤 경로를 통해 구입 하셨습니까?

- ① 인터넷    ② 약국    ③ 매스미디어(방송/신문/잡지)  
④ 지인추천                      ⑤ 기타 (                      )

4. 귀하께서 약용식물을 이용한 제품을 선택할 때 고려하는 사항은 무엇입니까?

- ① 구입의 편리성                      ② 효능 및 효과    ③ 가격의 만족  
④ 제품의 안전성                      ⑤ 편리한 사용성

5. 약용식물을 이용한 제품이 심리적 안정에 효과가 얼마나 있다고 생각합니까?

- ① 효과가 많다                      ② 효과가 약간 있다                      ③ 보통이다  
④ 효과가 없다                      ⑤ 효과가 전혀 없다

6. 귀하께서는 약용식물을 이용한 통증완화 제품의 가격대는 어느 정도가 적당하다고 생각 하십니까?
- ① 1만원 미만                      ② 1만원~2만원 미만                      ③ 2만원~3만원 미만  
 ④ 3만원~ 4만원 미만                      ⑤ 5만원 이상
7. 귀하께서 약용식물을 이용한 통증완화제품을 이용한다면 신체 부위 중 적용하고 싶은 부위가 있습니까?
- ① 경추                      ② 어깨                      ③ 팔                      ④ 허리                      ⑤ 다리
8. 귀하께서는 약용식물을 이용한 통증완화제품을 만들어 본 적이 있으십니까?
- ① 예                                      ② 아니요
9. 귀하께서는 만약 약용식물을 이용한 통증완화제품( 팩, 찜질팩 등)을 피부미용실에서 마사지 후 적용한다면 적용해 보시겠습니까?
- ① 예                                      ② 아니요
10. 귀하께서는 만약 피부 관리실에서 통증완화제품( 팩, 찜질팩 )을 판매 한다면 구매하실 의향이 있으십니까?
- ① 예                                      ② 아니요
11. 귀하께서는 약용식물을 이용한 통증완화 제품이 어떤 형태일 때 사용하시기 편리하다고 생각하십니까?
- ① 페치의 형태    ② 연고(크림)의 형태    ③ 찜질팩의 형태  
 ④ 팩의 형태                      ⑤ 젤의 형태
12. 귀하께서는 약용식물을 이용한 통증완화제품의 개발과 활용방법이 다양해져야 한다고 생각하십니까?
- ① 예                                      ② 아니요

# ABSTRACT

## A Study on Awareness of Medicinal Plant and Preference for a Way to Use for Relieving Pain

—Centering on people aged 20s to 60s residing in Seoul and  
Gyeonggi—

Kim, Seong-Sook

Major in Beauty Aesthetic

Dept. of Beauty Art & Design

Graduate School of Arts

Hansung University

Development of science and medicine in twenty first century made a great contribution to better quality of life. Physical stress, mental stress, unstable posture and long use of electronic equipment cause pain. Studies on treatment of pain have been conducted. People pursuing healthy life and well-being try to relieve pain in a nature friendly manner. This study aims to present a way to relieve pain in a nature friendly manner by examining medicinal plant that is effective in easing pain.

People aged 20s to 60s residing in Seoul and Gyeonggi were surveyed for 4 weeks. Questionnaire which was made based on precedent studies and literature. 373 out of a total of 400 copies handed out were used for analysis.

Findings of this study are as follows.

First, for gender and age, women aged 30s were the highest. For occupation, housewife and student were the highest. For average monthly earnings, people earning two to three million won monthly were the highest.

Second, it was found that subjects' interest in health was relatively high(3.84) and subjects usually took 'sitting posture' . Those surveyed said they mostly suffered 'shoulder' pain and visited ' hospital or doctor's office to relieve pain.

Third, it was revealed that subjects' knowledge of medicinal plant was 70.2 out of a hundred (100) points. 90 percent of subjects said that they knew six to twenty two medicinal plants out of forty plants.

Fourth, 62.2 percent of subjects said that they had experience of using medicinal plants whereas 37.8 percent of subjects said that they did not have experience of using medicinal them. 34.8 percent of those who had experience of using medicinal plants said that they used medicinal plants to relieve muscle pain. 33.2 percent of those who had experience of using medicinal plants said that they used medicinal plants to relieve low back pain. 31.9 percent of those who had experience of using medicinal plants said that they used medicinal plants to relieve shoulder pain. 36.2% percent of those who had experience of using medicinal plants said that they preferred patch type to relieve pain.

It was revealed that subjects had great interest in and preference for medicinal plants which were effective in relieving pain in a friendly manner. Subjects said that they are willing to use products that can relieve pain and available from skin care shops.

Findings of this study can be basic data that are helpful in providing the need to develop products which can relieve pain by making good use of medicinal plants in skin care shops.

**【Keyword】** medicinal plant, pain by body parts, stress, healthy life,  
beauty treatment industry, preference for medicinal plant,  
awareness of medicinal plant

