



## 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

중년여성 피부노화에 따른 스트레스가  
피부관리 형태에 미치는 영향



한성대학교 예술대학원

뷰티예술학과

뷰티에스테틱전공

이 보 경

석 사 학 위 논 문  
지도교수 김 도 연

# 중년여성 피부노화에 따른 스트레스가 피부관리 형태에 미치는 영향

The effect of Skin Aging Stress on the  
Skin Care Style of Middle Aged Women



한 성 대 학 교 예 술 대 학 원

뷰 티 예 술 학 과

뷰 티 에 스 테 틱 전 공

이 보 경

석 사 학 위 논 문  
지도교수 김 도 연

# 중년여성 피부노화에 따른 스트레스가 피부관리 형태에 미치는 영향

The effect of Skin Aging Stress on the  
Skin Care Style of Middle Aged Women

위 논문을 예술학 석사학위 논문으로 제출함

2017년 12월 일

한 성 대 학 교 예 술 대 학 원

뷰 티 예 술 학 과

뷰 티 에 스 테 틱 전 공

이 보 경

이보경의 예술학 석사학위논문을 인준함

2017년 12월 일



심사위원장 \_\_\_\_\_(인)

심 사 위 원 \_\_\_\_\_(인)

심 사 위 원 \_\_\_\_\_(인)

## 국 문 초 록

### 중년여성 피부노화에 따른 스트레스가 피부관리 행태에 미치는 영향

한 성 대 학 교 예 술 대 학 원  
뷰 티 예 술 학 과  
뷰 티 에 스 테 틱 전 공  
이 보 경

본 연구는 중년여성을 대상으로 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스가 향노화 화장품, 피부관리, 미용성형 및 생활습관과 건강기능식품 4가지 영역에 어떠한 영향을 미치는지 연구하였다. 이를 통해 중년여성을 대상으로 하는 피부관리 산업의 발전 방향을 제시하고자 한다.

서울 · 경기 · 인천에 거주하는 40세 이상 60세 이하 중년여성을 대상으로 2017년 9월 25일 ~ 10월 17일까지 자기기입식 설문조사를 실시하여 520부 중 불성실한 답변 18부를 제외한 총 502부를 최종 분석하였다. 자료 분석을 위해 SPSS 23.0 통계 패키지 프로그램을 활용하여 빈도분석, 기술통계분석, 상관관계분석, 신뢰도 검사, ANOVA, t-test 및 다중회귀분석을 실시하였다.

분석결과는 다음과 같다.

첫째, 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스 상관관계 분석 결과 피부노화 인식과 스트레스의 상관관계가 유의미하게 나타났다( $p < .00$ ).

둘째, 화장품, 피부관리, 미용성형 관심도와 피부노화 스트레스 인식의 차이를 분석한 결과 ‘매우 많다’, ‘많다’, ‘보통’, ‘없다’ 그리고 ‘전혀 없다’(M=3.6, 3.4, 3.1, 2.6, 1.6), 피부노화 및 생활습관 관심도가 스트레스 대한 인식의 차이를 분석한 결과 ‘매우 높음’, ‘높음’, ‘매우 낮음’, ‘보통’ 그리고 ‘낮음’(M=3.6, 3.4, 3.2, 3.3, 3.1) 순서로 나타났다( $F=5.8, p<.05$ ). 이는 피부노화에 대한 스트레스 지수가 높을수록 화장품, 피부관리 및 미용성형에 대한 관심도가 높음을 알 수 있다.

셋째, 피부노화 스트레스에 따른 피부관리 형태 이용 여부를 분석한 결과 피부관리를 하는 중년여성일수록 피부노화 스트레스 지수가 높게 나타났다.

넷째, 피부관리 형태 유형 중 스트레스 지수에 가장 영향을 주는 것은 건강기능 식품, 미용성형, 피부관리 및 화장품 사용 순으로 나타났다( $p<.00$ ).

본 연구결과 중년여성은 자신의 피부노화 증상을 인식하고 노화 진행에 따른 스트레스를 받고 있음을 확인하였다. 또한 피부노화 스트레스가 피부관리 형태에 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다.

따라서 중년여성 삶의 질 향상을 위해 거시적, 미시적 차원에서 피부노화 예방에 관련된 다양한 프로그램의 개발과 더불어 이상적이고 건강한 피부상태를 유지하기 위한 올바른 피부관리 방법 정보 제공과 긍정적 심리상태를 유지할 수 있는 미용 상담이 이뤄져야 할 것으로 사료된다.

【주 요 어】 중년여성, 피부노화, 스트레스, 피부관리 형태

# 목 차

I. 서 론 .....	1
II. 이론적 배경 .....	4
2.1 중년여성 .....	4
2.1.1 중년여성의 정의 .....	4
2.1.2 중년여성의 특성 .....	7
2.1.3 중년여성의 스트레스 .....	8
2.2 중년여성의 피부노화 .....	10
2.3 중년여성의 피부관리 형태 .....	12
2.3.1 피부노화 예방을 위한 화장품 .....	13
2.3.2 피부관리 .....	14
2.3.3 미용성형 .....	15
2.3.4 생활습관 및 건강기능식품 .....	16
III. 연구방법 및 절차 .....	17
3.1 연구모형 .....	17
3.2 연구문제 .....	18
3.3 조작적 정의 .....	19
3.3.1 중년여성 .....	19
3.3.2 중년여성 피부노화 .....	19
3.3.3 중년여성 스트레스 .....	20
3.3.4 피부관리 형태 .....	20
3.4 조사도구 .....	21
3.5 조사대상과 자료수집 .....	23
3.6 자료처리와 분석방법 .....	24
IV. 연구결과 .....	25
4.1 연구대상자의 일반적 특성 .....	25
4.2 주관적 피부노화 인식 .....	28



4.2.1 주관적 피부노화 증상 .....	28
4.2.2 주관적 피부 상태 .....	37
4.3 피부노화 스트레스 분석 .....	39
4.4 신뢰도 분석 .....	41
4.5 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스 상관관계 .....	43
4.6 피부관리 형태 분석 .....	44
4.6.1 피부노화 예방을 위한 화장품 이용 .....	44
4.6.2 피부관리 이용 .....	52
4.6.3 미용성형 이용 .....	56
4.6.4 생활습관 및 건강기능식품 이용 .....	60
4.7 피부노화 스트레스와 피부관리 형태 관계 분석 .....	64
4.7.1 피부관리 관심도와 피부노화 스트레스 간의 인식 차이 .....	64
4.7.2 피부관리를 위한 생활습관 관심도와 스트레스간의 차이 .....	66
4.7.3 피부관리 형태 유형이 피부노화 스트레스 지수에 미치는 영향 .....	68
4.7.4 피부노화 스트레스에 따른 피부관리 형태 이용 여부 .....	69
V. 고 찰 .....	71
VI. 결 론 .....	75
5.1 연구 요약 .....	75
5.2 연구의 시사점 및 향후 연구 방향 .....	81
참 고 문 헌 .....	83
부       록 .....	88
ABSTRACT .....	98

## 표 목 차

[표 2-1] 중년나이에 관한 범위 .....	6
[표 3-1] 설문지 구성 .....	22
[표 3-2] 연구개요 .....	23
[표 4-1] 주관적 피부 상태 .....	38
[표 4-2] 피부노화 스트레스 .....	40
[표 4-3] 주관적 피부노화 인식 신뢰도 .....	42
[표 4-4] 피부노화 스트레스 신뢰도 .....	42
[표 4-5] 피부노화 스트레스 상관관계 .....	43
[표 4-6] 피부관리 관심도와 피부노화 스트레스 간의 인식 차이 .....	65
[표 4-7] 피부관리를 위한 생활습관 관심도와 스트레스간의 차이 .....	67
[표 4-8] 피부관리 형태가 피부노화 스트레스에 미치는 영향 .....	68
[표 4-9] 피부노화 스트레스에 따른 피부관리 형태 이용 여부 .....	70

 HANSUNG  
UNIVERSITY

## 그 림 목 차

[그림 3-1] 연구모형 .....	17
[그림 4-1] 연구대상자의 일반적 특성 .....	27
[그림 4-2] 피부타입 .....	28
[그림 4-3] 피부건강 상태 .....	29
[그림 4-4] 피부노화로 인한 고민 .....	30
[그림 4-5] 최초 노화 시점 .....	31
[그림 4-6] 피부 고민 증상 .....	32
[그림 4-7] 최초로 느낀 피부노화 .....	33
[그림 4-8] 신경 쓰이는 주름 .....	34
[그림 4-9] 나이에 비해 피부노화 만족도 .....	35
[그림 4-10] 피부노화 진행 인식 .....	36
[그림 4-11] 피부노화 관리 관심도 .....	44
[그림 4-12] 화장품 사용 여부 및 사용하지 않는 이유 .....	46
[그림 4-13] 화장품 사용 시기 .....	47
[그림 4-14] 가장 많이 사용하는 화장품 .....	48
[그림 4-15] 화장품 구입 시 중요한 기준 .....	48
[그림 4-16] 화장품 정보 습득 경로 .....	49
[그림 4-17] 화장품 만족도 .....	50
[그림 4-18] 화장품 구입 장소 .....	50
[그림 4-19] 연 평균 화장품 구입 금액 .....	51
[그림 4-20] 피부관리 이용에 관한 조사 .....	55
[그림 4-21] 미용성형 이용에 관한 조사 .....	59
[그림 4-22] 생활습관 및 건강기능식품 이용에 관한 조사 .....	63

# I. 서론

경제 · 의료 · 과학기술의 발달로 평균수명이 길어짐에 따라 중년 인구의 비율도 점차 증가하고 있다. 특히 중년여성의 비율이 2005년(25.3%), 2010년(30.6%) 그리고 2016년(32.7%)으로 점차 증가하고 있다고 통계청(2016년)<sup>1)</sup>은 발표하였다. 이에 따라 중년여성을 대상으로 하는 미용 산업의 영역들이 확장되고 있는 추세이다.

중년여성을 대상으로 한 미용 산업이 활성화되는 이유 중 하나는 사회생활을 하는 중년여성의 증가로 보고 있다. 현대사회는 사람을 판단하는 기준에 외적인 부분을 중요하게 생각하고 있고 외모가 경쟁력으로 여겨지고 있는 만큼 자기만족과 대인관계 유지를 위해 많은 관심을 가지고 있다.<sup>2)</sup>

하지만 평균 40~60세 사이에 난소의 기능이 저하되면서 에스트로겐(estrogen, 여성호르몬)의 분비가 줄어들기 시작하고 폐경이 가까워지면서 발생하는 안면홍조나 우울, 골다공증과 같은 급격한 신체적 변화는 사회적인 문제로 주목받고 있다.

중년여성은 사회 · 경제적으로 안정권에 접어들지만 신체적 노화로 인한 젊음의 상실감과 한편으로 은퇴를 준비하는 불안감이 시작되는 시기이기도하다.

또한 자녀 양육의 역할이 줄어들게 되고 가족구조의 재조직화로 인해 낯선 변화를 경험하게 되는데<sup>3)</sup>이는 노화를 동반하는 신체변화에 대한 자존감 저하와 함께 환경에 대한 불만과 변화 시도에 대한 두려움으로 심리적 스트레스를 받는 것으로 여겨진다.

이렇듯 다양한 발달 과업을 지닌 중년여성은 배우자, 부모, 자녀와의 갈등 및 경제적인 문제 등의 요인이 스트레스를 발생시켜 여러 영역에서 부정적인

1) 국가통계포털. <http://kosis.kr/>. 2017년 10월 27일 검색.

2) 이미나. (2014). 50대여성의 피부상태와 화장품 사용실태. 『한국산학기술학회논문지』, 15(12), p7005.

3) 최정한. (2015). 『중년여성의 삶의 의미에 영향을 미치는 요인』. 서울사이버대학교 대학원 석사학위 논문. p10.

영향을 미치게 한다.<sup>4)</sup>

특히 스트레스는 체내의 대사 기능을 낮춰 피부세포 재생, 탄력성, 수분보유 기능을 떨어뜨려<sup>5)</sup> 피부 건조, 색소침착 및 주름을 증가시키는 등 부정적인 피부노화 증상을 일으킨다. 이러한 피부노화 증상은 나이 증가에 따른 자존감 저하를<sup>6)</sup> 더욱 가속화 시켜 불안과 우울은 증가, 사회활동과 대인관계 활동은 위축시키는 부정적 영향을 미친다.

스트레스에 의한 피부노화를 예방하기 위해 기능성화장품, 피부 미용실의 전문관리, 병원미용기술 및 피부기능 개선 보조제 섭취 등 다양한 피부 관리들이 이뤄지고 있다.

하지만 중년여성의 피부노화를 예방하기 위한 피부산업은 다양하게 증가하고 있는 반면 피부노화 스트레스가 피부관리 형태에 어떤 영향을 주는지에 대한 연구는 이뤄지지 않고 있다. 관련된 선행연구들도 사회·심리적 스트레스에 따른 피부노화, 노화피부 인식 정도, 노화피부 개선을 위한 화장품 사용과 개선 욕구에 대한 조사만이 이뤄진 상태이다.<sup>7)8)9)</sup>

그래서 중년여성의 항노화 관리 영역은 점차 증가하고 있지만 체계적인 피부관리 프로그램 개발과 발전 방향은 제시되지 못하고 있다.

이에 노화보다 젊음 유지가 더 중요한 가치가 된 현대에서 중년여성의 피부노화에 따른 스트레스가 피부관리 형태에 미치는 영향에 대한 연구가 우선되어야 한다.

4) 임은옥. (1994). 갱년기 증상과 생활스트레스의 관계에 관한 연구. 『한국보건학회지』, 8(2), pp.1-34.

5) 박효신. (2013). 『중년여성의 안면·두피·데콜테 관리가 스트레스 및 피부상태에 미치는 영향』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문. p2.

6) 전지현. (2014). 젊음추구가 외모관심과 외모관리행동에 미치는 영향. 『한국의류학회』, 38(5), p706.

7) 서순희. (2012). 『중년여성의 노화피부 인식정도와 노화피부 개선을 위한 화장품 사용습관에 관한 연구』. 대구카톨릭대학교 대학원 석사학위 논문. p3.

8) 권정순. (2012). 『중년 여성의 갱년기 인식·스트레스·자각증상에 따른 피부 연구』. 서경대학교 미용예술대학원 석사학위 논문. p3.

9) 이복동. (2013). 『중년여성의 사회·심리적 스트레스와 피로도가 피부건강에 미치는 영향』. 초당대학교 대학원 석사학위 논문. p2.

본 연구에서는 중년여성을 대상으로 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스를 조사하여 주름개선 화장품, 피부관리, 미용성형 및 생활습관과 건강 기능식품 등 4가지 영역에 어떤 영향을 미치는지를 분석하였다. 이를 통해 중년여성을 대상으로 하는 피부관리 산업의 발전 방향을 제시하는 바탕자료가 될 것으로 사료된다.



## Ⅱ. 이론적 배경

### 2.1 중년여성

#### 2.1.1 중년여성 정의

중년여성이란 장년에서 노년 사이의 단계를 이르는 시기로 폴 투르니에(Paul Tournier, 1898)는 ‘인생의 사계절’에서 여름에서 가을로 넘어가는 제2의 전환점인 인생의 과도기에 있다고 하였다.<sup>10)</sup>

중년여성에 대한 명확한 구분을 하기는 쉽지 않으며 학자마다 그 견해를 달리하고 있다. 중년기를 구분하는 방법은 여러 가지지만 일반적으로 다음 세 가지 방법을 사용한다.

첫째, 생활연령으로 구분한다. 40대 중·후반이 되면 신체적 변화에 있어 성호르몬을 만들어 분비하는 난소와 같은 생식기관들의 활성이 저하되고 성호르몬의 분비도 감소되기 시작하면서 체력상실, 신체노화, 건강상태 약화 등 생물학적인 변화를 경험한다는<sup>11)</sup>사실을 고려한 기준으로 가장 보편적인 방법으로 생물학적, 동시대적 특성이 투영되는 방법이다.

둘째, 가족생활주기로 구분한다. 연령과 상관없이 가족생활주기를 기준으로 막내자녀가 독립하는 시기로부터 직업에서 은퇴하는 시기까지를 중년으로 구분하는 것을 의미한다.

셋째, 생활연령과 가족생활주기를 종합한다. 심리적 발달이 특정 연령 내에서 발생한다는 전제하에 생물학적, 사회적 및 심리적 연령 등을 함께 고려해야한다고 밝히고 있다.<sup>12)</sup>

10) 정수정. (2017). 『중년여성의 메이크업 행동과 경험을 통한 의미 연구』. 건국대학교 대학원 박사학위 논문. p5.

11) 김문화. (2016). 『에스테티션에 의한 40대 중년여성의 전문피부관리 효과』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문. p5.

12) 김영애. (2012). 『한국과 중국 중년기 부부관계 적응에 관한 비교연구』. 전남대학교 대학원 박사학위 논문. pp.11-12.

이는 중년여성의 기준에 대한 설명은 할 수 있지만 정확한 연령을 구분하기에는 포괄적인 면이 있다. 최근 5년 내 미용관련 선행 논문에서 연구자들이 제시한 중년 나이에 관한 범위를 살펴본 결과 중년기는 인생의 주기에서 다양한 역할을 한다. 즉 가정이나 사회적으로 중추적인 역할과 육체적으로 많은 변화가 있는 시기로 생활연령과 가족생활주기를 종합하여 고려한 연령과 그 외 갱년기에 해당하는 시기, 체지방이 본격적으로 증가하게 되는 시기로 생활연령에 의한 구분<sup>13)14)15)16)17)18)19)20)</sup>등 중년기를 구분하는 방법은 학자마다 다르게 구분하고 있으며 이를 정리한 표는 아래 [표 2-1]와 같다.

이에 본 연구에서 피부노화는 생물학적 요소가 포함되기 때문에 생활연령과 최근 미용관련 선행연구에서 보편적으로 사용하고 있는 연령을 종합적으로 고려하여 중년여성을 40~60세로 규정하고자 한다.



- 13) 이희정. (2017). 『중년여성을 위한 아로마테라피와 컬러아로마테라피 프로그램 구축』. 부산대학교 대학원 박사학위 논문. p26.
- 14) 김희선. (2016). 『중년여성의 네일케어 선호도에 따른 서비스 만족도 연구』. 광운대학교 대학원 석사학위 논문. p14.
- 15) 김명리. (2015). 『우울 중년여성을 위한 미용심리치료 프로그램 개발 및 효과검증』. 부산대학교 대학원 박사학위 논문. p1.
- 16) 전해님. (2015). 『중년의 스트레스와 우울이 미용관리 행동에 미치는 영향』. 호남대학교 대학원 석사학위 논문. p6.
- 17) 표민경. (2015). 『중년여성의 차이연령에 따른 추구이미지와 외모관리행동에 관한 연구』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문. p5.
- 18) 김수연. (2014). 『중년여성의 복부비만 프로그램이 생리학적 변화에 미치는 영향』. 서경대학교 대학원 박사학위 논문. p7.
- 19) 윤상미. (2014). 『중년여성의 헤어스타일에 따른 외모관리 인식』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문. p8.
- 20) 이미나. op.cit. p2.



[표 2-1] 중년나이에 관한 범위

연구자명 (논문연도)	기준 및 근거	중년나이
이희정 (2017)	살고 있는 곳의 평균수명에 의해 영향을 미치기 때문에 가족생활주기의 기준	40~60세
김희선 (2016)	소비패턴과 경제력 등 자신에게 투자하는 신 중년여성의 시기	40~60세
김명리 (2015)	40대 이후 여성의 우울증 빈도가 높게 나타나 심리적으로 변화가 나타나는 시기	40~60세
전해님 (2015)	일반적으로 사용되는 생활연령에 의한 기준	40~59세
표민경 (2015)	수명연장, 결혼시기, 매체 등에 의한 사회적 분위기를 고려한 시기	40~64세
김수연 (2014)	체지방 증가와 같은 신체적 변화가 나타나는 시기	40~50세
윤상미 (2014)	국내 · 국외에서의 중년기 구분을 종합하여 중년의 평균 나이 산출	40~60세
이미나 (2012)	갱년기증상을 겪고 있는 폐경기 시기	50~60세

### 2.1.2 중년여성 특성

중년여성의 신체는 환경이나 유전요인, 나이를 포함하는 많은 요소와 함께 시간과 세월에 따라 변화하며, 중년기의 신체변화는 체력저하로부터 신체장애에 이르기까지 다양한 면이 포함된다.<sup>21)</sup>

대표적인 변화로 갱년기를 볼 수 있는데 폐경 전·후 40~60세 사이를 말하며, 폐경의 기능이 상실되어 에스트로겐의 분비가 없어지고 임신할 수 없는 노년기로 가는 과도기라 한다.<sup>22)</sup>

갱년기 증상으로는 호르몬과 신체기능의 저하 등 난소기능의 낮아짐에 따라 혈관 운동계의 변화가 생겨 말초혈관이 갑자기 확장되었다가 수축하는 자율신경계의 부조화가 오는데 안면홍조, 야간발한, 심계항진, 관절통 등을 겪게 된다.<sup>23)</sup>

이렇듯 중년기는 전반적인 신체적·생리적 기능의 쇠퇴로 노화를 실감하게 되고 만성질환 발병률이 높아짐에 따라 우울, 외로움 및 실패감과 같은 정신적·사회적 문제들을 다양하게 경험하는 제2의 사춘기라고 한다. 따라서 이시기에는 모든 기능이 감소하고 젊은 시절과 급격히 다름을 실감하여 실제 노인들보다 늙어감에 대해 부정적이면서 불안감도 더 나타내는 것으로 보고되고 있다.<sup>24)</sup>

그 밖에 자녀의 독립 혹은 결혼과 같은 다양한 변화에 적응해야 하며 이와 동시에 내적 삶과 자신의 가치에 초점을 두어 지금까지 삶을 재평가하는 시기이자<sup>25)</sup> 자신의 사회적 역할의 감소를 경험하면서 정신적인 충격을 받게 되는 ‘빈둥지 증후군(Empty nest syndrome)’을 겪기도 하는 시기이다.<sup>26)</sup>

21) 범서희. (2005). 『체형 결점 보완을 위한 니트웨어의 디자인 연구』. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문. p33.

22) 김홍규. (2017). 『산림에서 감정자유기법(EFT)이 중년여성의 갱년기 증상·스트레스 및 삶의 질에 미치는 효과』. 충북대학교 대학원 석사학위 논문. p7.

23) 옥미란. (2014). 『기독교 중년여성의 신체상이 심리적 안녕감에 미치는 영향』. 호남신학대학교 대학원 석사학위 논문. p10.

24) 정문신, 권혜진. (2017). 중년 여성들의 노화인식에 영향을 미치는 복합적 요인. 『한국디지털정책학회』, 15(2), p494.

25) 김철호. (2015). 『중년기 여성의 고등교육 참여를 통한 학습경험에 관한 연구』. 공주대학교 대학원 석사학위 논문. p5.

이처럼 중년여성의 경우 생애발달 단계에서 신체적 · 사회적 · 심리적으로 많은 변화가 있는 시점으로 건강한 노후를 보내기 위해 자신에 대한 관리와 관심이 필요하다.

### 2.1.3 중년여성의 스트레스

스트레스(stress)는 일상생활 속에서 일반적으로 사용하는 익숙한 용어이다. 스트레스의 어원은 라틴어의 '*stringer*'에서 전해진 단어로 '팽팽하게 죄다' 또는 '단단하게 끌어당기다'라는 뜻으로 14세기에 이르러 스트레스라는 용어로 사용되기 시작했다.<sup>27)</sup>

일반적으로 중년여성은 어느 정도 개인적 목표를 성취하고 사회 · 경제적으로 안정적이며, 정서적으로는 편안함을 누리는 시기라고 알려졌지만 이와 동시에 신체적 노화가 진행되면서 생리적인 능력과 매력의 상실로 자아 존중감이 낮아지면서 심리적으로는 변화에 대한 부적응으로 불안감, 초조함 및 우울을 느끼게 된다.<sup>28)</sup>

특히나 노화를 여성의 매력이나 젊음의 상실에 대한 스트레스가 클 경우 우울과 정신적 공황상태를 경험할 수 있기 때문에 외모와 관련된 스트레스의 심각성이 크다고 볼 수 있다.<sup>29)</sup>

중년여성을 5년간 종단적 조사를 한 연구결과에서 또한 중년여성은 노화에 대해 노년기 여성보다 더 불안해하고 부정적인 반응을 나타내는 것으로 조사되었는데 노년기를 앞둔 중년여성의 노화 불안은 복합적 원인이 있지만 자신의 외모 변화로 인한 신체적 자신감은 스트레스를 극복할 수 있는 중요한 변수가 된다고 보고된 바 있다.<sup>30)</sup>

26) 공영희. (2012). 『중년여성의 헤어스타일이 자아존중감 및 신체만족도에 미치는 영향』. 중부대학교 대학원 석사학위 논문. p8.

27) 김민희. (2014). 『중년기 생활스트레스, 사회적지지가 우울에 미치는 영향』. 국제신학대학교 대학원 석사학위 논문. p11.

28) 김정환, 이원재, 이달원. (2010). 경부 마사지가 중년여성의 스트레스에 미치는 영향. 『한국체육과학회지』, 19(1), p784.

29) 이복동. op.cit. p9.

30) 송유주. op.cit. p17.

중년여성의 스트레스와 관련된 논문에서 자신의 외모가 이상적인 사회 기준에 맞지 않거나 경제 환경에 대한 스트레스를 많이 받을수록 외모에 대한 관심도와 스트레스가 높아짐을 알 수 있었으며, 특히 중년여성은 자기만족을 위해 젊음에 대한 욕구가 강하다고 나타났다.<sup>31)32)33)</sup>

위 내용을 통해 외모와 스트레스는 밀접한 관계를 가지고 있으며, 중년여성에게 피부노화는 삶의 질을 저하시키는 스트레스 요인으로 불안·초조와 같은 부정적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있었다. 이에 피부노화와 스트레스에 관한 연구는 있지만 주로 갱년기 증상에 따른 스트레스, 외모로 인한 스트레스, 스트레스가 피부노화에 미치는 연구가<sup>34)35)</sup> 대부분이며 중년여성을 대상으로 피부노화에 따른 스트레스에 관한 연구가 미비한 실정으로 본 연구를 통해 조사하고자 한다.



---

31) 백미리. op.cit. p4.

32) 정문신, 권혜진. op.cit. p637.

33) 박은희. op.cit. p30.

34) 장은영. (2013). 『여대생의 주관적 피부건강과 스트레스와의 관련성』. 고신대학교 대학원 석사학위 논문. p24.

35) 정현진, 정명선. (2008). 중년 여성의 신체 관련 스트레스가 외모 관리 행동에 미치는 영향. 『복식문화학회』, 16(1), pp.115-129.

## 2.2 중년여성의 피부노화

피부노화 원인은 다양하게 제시되고 있으나 크게 두 가지로 구분할 수 있다. 첫째는 세월이 지남에 따라 개인의 유전적 프로그램에 의해 나타나는 노화 즉, 피부의 생리적 기능 감소와 구조변화로 인해 나타나는 생리학적 노화 (intrinsic aging)이며, 둘째는 외부자극, 자외선 등의 산화적 스트레스에 의한 광노화(photoaging)이다. 광노화는 장기간에 걸친 자외선 노출로 인해 조직학적인 피부변화를 의미하고 특히 목 주위, 얼굴, 손 등 부위에 검고 뾰뾰한 주름이 나타난다.<sup>36)</sup>

중년 여성의 경우 신체적, 심리적, 호르몬의 변화와 함께 폐경을 겪으면서 생리적 기능의 감소가 진행되는 시기로 피부가 급속히 노화하기 시작하는데 그 증세는 다음과 같다.

첫째, 피부가 얇아지고 각질이 쌓이게 된다. 표피는 각질형성세포로 구성되어 있는데 피부가 노화되면서 표피의 두께가 점점 얇아지게 되고 10층의 세포층이 부위에 따라 3~5층의 세포층으로 감소한다. 표피가 얇아지는 이유는 노화를 함에 따라 세포분열 능력이 감소하였기 때문에 노화가 되면 표피는 점차 얇아지고 피부의 각질이 쌓이게 된다.<sup>37)</sup>

둘째, 피부 주름이 증가한다. 30세 전후에 이마, 미간, 눈가 주변 등에 주름이 가시적으로 보이기 시작하여 40대에는 주름의 깊이와 범위가 현저하게 증가하게 된다. 이것은 오랜 세월동안 근육의 이완과 수축을 반복함에 따른 피부 변형이 추가되어 점차 주름으로 고정되는 것이다.<sup>38)</sup>

셋째, 피부의 탄력이 현저하게 떨어진다. 진피층의 콜라겐 섬유와 엘라스틴 섬유의 유실로 두께가 얇아져 탄력이 떨어지는 노화과정이 진행된다.<sup>39)</sup>

---

36) 서민지. (2012). 『피부 노화의 레이저 치료에 관한 시뮬레이션 연구』. 동국대학교 대학원 석사학위 논문. p6.

37) 정진호. (2012). 『피부노화학』. 서울: 하누리출판사. p47.

38) 이윤경. (2007). 『자외선 노출이 피부노화에 미치는 영향』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문. p6.

39) 김미경. (2016). 『효소식품과 콜라겐 섭취가 40~60대 중년 여성의 안면피부와 목 피부에 미치는 영향』. 건국대학교 대학원 박사학위 논문. p1.

특히 폐경 이후 에스트로겐 결핍에 의한 콜라겐 합성의 감소로 급격히 탄력이 저하하게 된다.<sup>40)</sup>

넷째, 피부가 건조해진다. 자연적으로 노화된 피부의 표피에서는 히알루론산이 감소한다. 히알루론산이 감소하는 이유는 히알루론산을 합성하는 효소인 히알루론산 합성 효소들의 양이 노화된 피부에서는 젊은 피부에 비해 매우 감소하였기 때문이다.<sup>41)</sup> 이에 피부 내 히알루론산이 줄어들면서 피부의 건조함을 느끼게 되는 것이다.

다섯째, 피부가 예민해지고 홍반이나 소양증이 발생한다. 민감성 피부는 인구의 30%, 40%가 불편함을 호소하는 흔한 질환으로 눈에 보이는 객관적인 증상이나 구체적인 피부질환<sup>42)</sup>이기도 하며 중년여성의 경우 갱년기 증상의 하나로 피부혈관이 확장되어 혈류량이 급증하면서 화끈거림이나 소양감 등을 나타낼 수 있다.

여섯째, 피부의 색소침착 현상이 증가한다. 피부의 색이 점차 저하되고 붉은색에서 황색으로 변화된다. 이와 같은 변화는 나이가 들면서 멜라닌 색소가 변형됨에 따라 색소침착이 진행되고 피지분비의 저하와 각질층의 소실 그리고 수분함량의 저하 등에 의해 투명감이 감소하게 된다.<sup>43)</sup>

40) 정문신. (2014). 『중년여성의 안면피부노화에 대한 인식과 개선욕구에 관한 연구』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문. p8.

41) 정진호. op.cit. p75.

42) 장혜진. (2015). 『스피룰리나 추출물의 생리 활성 및 홍조·민감성 피부 개선에 미치는 연구』. 건국대학교 대학원 박사학위 논문. p11.

43) 이유라. (2016). 『피부노화에 대한 인식과 기능성 화장품 사용실태에 관한 연구』. 광주대학교 대학원 석사학위 논문. p5.

## 2.3 중년여성의 피부관리 형태

서비스 산업의 발달과 함께 중년여성의 사회 진출이 활발해지면서 건강한 신체와 아름다움에 대한 욕구, 외모에 대한 관심이 증가함에 따라 피부, 성형, 체형, 다이어트 등 외모관리와 관련된 산업이 발전하고 있다.<sup>44)</sup> 특히, 경제적으로 안정되어있고 노화 예방에 관심이 있는 중년여성은 자신이 여성으로서의 가치를 높이고 고운 피부와 어려보이고, 좋은 인상을 유지하기 위해 피부 관리에 관심을 두고 더욱 주의를 기울이고 있다.<sup>45)</sup>

실제 미용 산업이 증가하게 되면서 2014년 통계청에서는 경쟁자가 없는 새로운 시장에 존재하는 블루슈머(bluesumer, 새로운 시장)의 소비자로 중년 여성을 인정하고 있다. 또한 ‘루비족(ruby 族)’이라는 상쾌함(refresh), 특별함(uncommon), 아름다움(beautiful), 젊음(young)의 결합어인 자신의 건강과 몸매를 가꾸고 꾸미는데 투자하는 새로운 중년을 의미하는 신조어가 탄생할 만큼<sup>46)</sup> 중년여성이 미용 산업의 소비주체로 떠오르면서 자신의 나이보다 젊어 보이기 위한 노력으로 운동, 식습관, 피부관리, 미용성형, 건강기능식품 섭취와 같은 다양한 방법으로 자신을 가꾸는데 전념하고 있다.

44) 오수연, 이영선. (2013). 가치관에 따른 피부관리 추구혜택과 프로그램 선택에 관한 연구. 『대한피부미용학회』, 11(4), p665.

45) 김지현. (2015). 『40-50대 여성의 피부건강관리가 외모만족 및 자아존중감에 미치는 영향』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문. p7.

46) 김초롱, 곽태기. (2015). 중년층(40-50) 여성 셀러브리티의 루비족(R.U.B.Y)스타일 표현 특징 분석. 『한국의상디자인학회』, 1(1), p55.

### 2.3.1 피부노화 예방을 위한 화장품

피부노화 예방을 위한 기능성화장품(*cosmeceutical*)은 화장품 가운데 피부 병 치료 작용이 있는 약용성분을 첨가한 화장품으로 ‘cosmetic’(화장품)과 ‘pharmaceutical’(의약품)의 합성어로<sup>47)</sup> 화장품법<sup>48)</sup>에서는 인체를 청결·미화하여 매력을 더하고 용모를 밝게 변화시키거나 피부·모발의 건강을 유지 또는 증진하기 위하여 인체에 사용되는 것을 의미한다하였다.

편이숙(2010)<sup>49)</sup>, 이유라(2016)<sup>50)</sup> 연구에서 기능성화장품을 노화 방지나 미백에 도움이 되는 제품이라고 인식하는 여성이 71.2%로 대부분을 차지할 만큼 노화 예방을 위한 방법으로 화장품을 사용하고 있음을 알 수 있으며, 여성의 경우 피부노화에 대한 관심이 높아지면서 피부 상태를 건강하게 가꾸어 피부노화 관리 및 예방을 위해 기능성 화장품 사용을 해야 한다는 일반적인 인식이 있음을 알 수 있다.

47) 이정란. (2016). 『소비자 연령별 기능성화장품의 요구도와 만족도에 관한 연구』. 건국대학교 대학원 석사학위 논문. p5.

48) 국가법령정보센터. <http://www.law.go.kr/>. 2017년 10월 15일 검색.

49) 조지아. (2012). 『기능성화장품에 대한 인식 및 사용실태』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문. p97.

50) 이유라. (2016). 『피부노화에 대한 인식과 기능성 화장품 사용실태에 관한 연구』. 광주대학교 대학원 석사학위 논문. p76.



### 2.3.2 피부관리

피부관리란 여러 내·외적인 요인들로 인하여 주름생성, 건조현상 및 트러블 등의 문제점이 발생할 수 있는 것을 예방하고 좋은 피부 상태를 유지하기 위한 관리를 말한다.<sup>51)</sup>

피부관리는 전문 피부관리와 셀프(self)피부관리로 나누어 볼 수 있다. 전문 피부관리란 피부가 가진 복합적인 기능을 가능한 지키기 위한 손 테크닉과 물리적인 기계를 이용하여 피부의 아름다움과 건강을 추구하는 토털미용법을<sup>52)</sup> 말한다. 셀프 피부관리란 워시오프(wash-off)타입, 필오프(peel off)타입, 티슈오프(tissue-off)타입, 마스크(mask)타입의 팩(pack), 패치(patch)타입 사용 혹은 가정용 피부미용기기를 사용한 피부관리를 의미한다.



---

51) 유미진. (2012). 『피부관리실 형태에 따른 연령별 선호도 연구』. 건국대학교 대학원 석사학위 논문. p4.

52) 이미희. (2014). 『포항시 피부관리실 이용고객의 피부관리 부위와 재이용에 관한 연구』. 대구한의대학교 대학원 석사학위 논문. p3.

### 2.3.3 미용성형

미용성형은 일반 병·의원에서 색소침착, 혈관성 질환 및 노화 피부 등의 고민을 가지고 있는 피부를 의료기기 또는 피부 질환에 적합한 제품을 이용한 치료 및 관리를 의미한다. 즉, 피부 문제와 고민을 정확하게 분석하여 치료를 목적으로 시술을 시행하는 피부관리로 정의할 수 있다.<sup>53)</sup>

변선주(2011)<sup>54)</sup>, 장미(2014)<sup>55)</sup>연구에서는 미용성형에 대한 인식이 긍정적이며 외모에 대한 만족감을 높이고 아름다움을 가꾸는 방법으로 생각하고 있었다. 또한 미용성형을 외모 스트레스 해결 방안의 최우선 방법으로 꼽았으며, 미용성형을 통한 외모 개선 의향 질문에서 5점 만점 중 3.55점으로 미용성형을 통해 외모 고민을 해결할 의향이 높은 것으로 나타났다. 이에 미용성형은 비교적 단시간에 빠른 효과를 볼 수 있는 방법인 만큼 이용 후 만족도가 높은 피부관리 형태 중 하나임을 알 수 있다.

53) 이정은, 최은영. (2015). 메디컬 스킨케어의 실태 및 만족도에 관한연구. 『한국화장품미용학회지』, 5(1), p74.

54) 변선주. (2011). 『미용성형과 피부미용의 효용성 인식도 비교분석을 통한 피부미용 발전방향 연구』. 한성대학교 대학원 석사학위 논문. p56.

55) 장미. (2014). 『미용성형에 대한 인식 및 실태에 관한 연구』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문. p92.

### 2.3.4 생활습관 및 건강기능식품

생활습관은 신체의 건강뿐만 아니라 피부상태 변화의 주요한 요인으로 규칙적인 운동, 균형 잡힌 식습관 등은 피부 건강에 긍정적으로 작용할 수 있다. 신체의 건강을 해치는 불규칙한 생활습관이나 외부에서 받는 자극과 잘못된 정보의 피부관리 습관은 피부의 건강 및 노화에 부정적인 영향을 미칠 수 있다.<sup>56)</sup>

피부는 혈관계나 림프계로 영양분을 공급받는데 음식물 섭취를 통한 필수 영양분의 공급 상태가 좋으면 피부조직이 정상적인 기능을 발휘한다.<sup>57)</sup> 리누스 파울링(Linus Pauling, 1998)<sup>58)</sup>은 올바른 영양을 섭취하는 것이 건강의 지름길이며 피부건강은 피부표면보다 신체내부에서 혈액을 통해 피부로 공급되기 때문에 균형 잡힌 영양섭취는 정상적인 피부색과 탄력 및 저항성을 가질 수 있도록 해준다 하였다. 이처럼 올바른 식습관은 피부건강에 큰 영향을 미치는 요인이지만 현대인들의 극단적인 과식·소식, 불규칙한 식사시간 및 즉석식품 등은 피부에 부정적인 영향을 미치고 있다.

건강기능식품<sup>59)</sup>은 인체에 유용한 기능성을 가진 원료나 성분을 사용하여 제조 또는 가공한 식품으로 정상적인 기능을 유지하거나 생리기능 활성화를 통해 건강을 유지하고 개선하는데 목적이 있으며 불규칙한 식습관과 즉석식품 섭취의 증가로 고른 영양섭취를 방해받고 있는 현대인들에게 손쉽게 영양분을 섭취할 수 있어 주목받고 있다.

또한, 화장품의 경우 기능성 물질의 흡수가 피부막에 막혀 효과가 차단되기 쉽지만 건강기능식품은 신체 내부에 흡수하여 노폐물 제거나 신진대사를 촉진하는 메커니즘(mechanism)을 이용하므로 선호되고 있다.<sup>60)</sup>

56) 이명심. (2010). 『20·30대 성인여성의 피부유형에 따른 식행동 및 건강관련 생활습관 비교』. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문. p9.

57) 이명선. (2001). 『성인여성의 영양지식 및 식습관이 안면피부유형에 미치는 영향 연구』. 한양대학교 대학원 석사학위 논문. p12.

58) 김수진. (2008). 『대학생의 피부건강관리행동과 식생활행동에 영향을 미치는 외모관심에 대한 연구』. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문. p9.

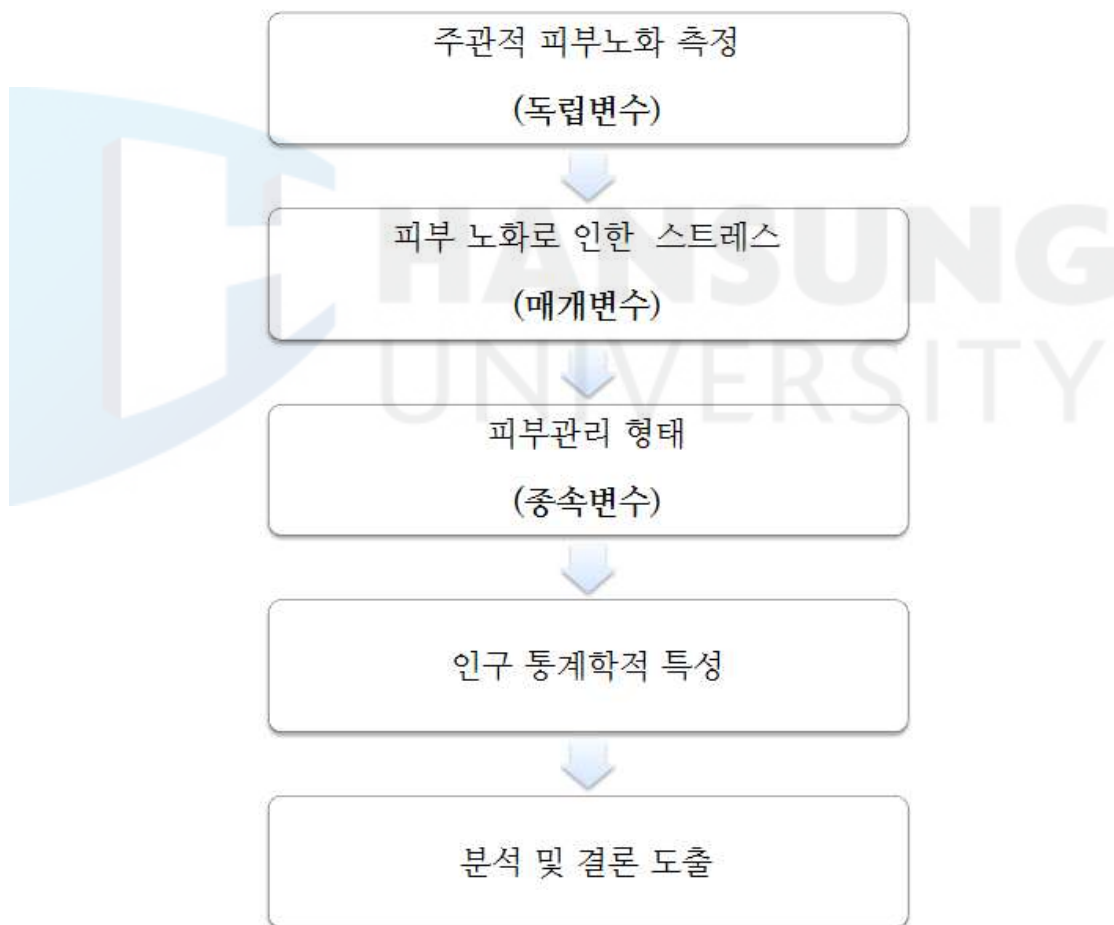
59) 국가법령정보센터. <http://www.law.go.kr/>. 2017년 10월 24일 검색.

60) 김미영. (2013). 『안티에이징 화장품 소비성향에 관한 연구』. 세종대학교 대학원 박사학위 논문. p22.

### Ⅲ. 연구방법 및 절차

#### 3.1 연구모형

본 연구는 중년여성의 피부노화 스트레스 및 피부관리 형태에 관한 연구를 진행하고자 한다. 이에 따라 중년여성의 피부노화 인식은 독립변수, 피부관리 형태는 종속변수 그리고 피부노화로 인한 스트레스는 매개변수로 선정하였다. 연구모형은 다음 [그림 3-1]과 같다.



[그림 3-1 연구모형]

### 3.2 연구문제

본 연구는 위 내용을 바탕으로 중년여성의 주관적인 피부노화 인식과 이로 인한 스트레스 및 피부 관리 형태를 연구하고자 하며 구체적인 내용은 다음과 같다.

연구문제 1. 중년여성의 일반적인 특성에 대해 알아본다.

연구문제 2. 중년여성의 주관적 피부노화 인식에 대해 알아본다.

연구문제 3. 중년여성 주관적 피부노화 인식에 따른 스트레스에 대해 알아본다.

연구문제 4. 중년여성 피부관리 형태를 분석해 본다.

연구문제 5. 중년여성 피부노화 스트레스가 피부관리 형태에 미치는 영향에 대해 알아본다.



HANSUNG  
UNIVERSITY

### 3.3 조작적 정의

#### 3.3.1 중년여성

중년여성은 장년에서 노년으로 옮겨가는 단계로 학자마다 구분하는 방법은 다양하지만 피부노화는 생물학적 요소가 포함되기 때문에 생활연령과 최근 미용관련 선행연구에서 보편적으로 사용하고 있는 연령을 종합적으로 고려하여 중년여성을 40~60세로 규정하고자 한다.

#### 3.3.2 중년여성 피부노화

본 논문에서 피부노화는 주관적 피부노화 증상과 상태로 측정하였다. 주관적 피부노화 증상은 피부노화의 증거인 신체와 정신적으로 변화를 정문신(2014)<sup>61)</sup>, 안은주(2014)<sup>62)</sup> 논문에서 사용된 명목척도를 수정하고 보완한 점수로 정의하였다.

주관적 피부노화 상태는 피부의 노화로 인해 나타나는 현상을 의미하며 권정순(2012)<sup>63)</sup>의 연구에서 사용된 지표를 수정하고 보완하여 측정된 점수로 정의하였다. 총 18문항을 5점 척도(1점: 매우 아니다 - 5점: 매우 그렇다)로 구성하였으며, 점수가 높을수록 주관적 피부 상태에 대한 인식이 높음을 의미한다.

---

61) 정문신. op.cit. p10.

62) 안은주. (2014). 『연령대별 여성이 인식하는 피부노화와 항노화 관리 행동에 관한 연구』. 건국대학교 산업대학원 석사학위 논문. p34.

63) 권정순. op.cit. p12.

### 3.3.3 중년여성 스트레스

본 연구에서 스트레스란 인간이 심리적 혹은 신체적으로 감당하기 어려운 상황에 처했을 때 느끼는 불안과 위협의 감정(Lazarus, 1993)<sup>64)</sup>으로 본 연구에서는 신향미(2002)<sup>65)</sup>연구에서 사용된 지표를 수정하고 보완하여 측정된 점수로 정의 하였다. 총 12문항을 5점 척도(1점: 매우 아니다 - 5점: 매우 그렇다)로 구성하였으며, 점수가 높을수록 피부노화 스트레스가 높음을 의미한다.

### 3.3.4 피부관리 형태

피부관리 형태를 피부노화 예방을 위한 화장품, 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형, 생활습관 및 건강기능식품 4개 영역으로 구분하였으며 본 연구에서 피부관리 형태는 안은주(2014)<sup>66)</sup> 피부노화의 항노화 관리에 관한 조사에서 측정된 지표(화장품, 전문관리, 생활습관)문항을 명목척도를 수정하고 보완한 점수로 정의하였다.

또한 피부노화 스트레스와 피부관리 형태 간의 관계를 연구하기 위해 피부노화 관리에 대한 관심도 문항과 피부노화 예방을 위한 화장품, 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형, 건강식품 이용 여부, 생활습관(운동, 식습관, 음주 등)관심도, 피부 관리 시 효과적인 방법 문항을 활용하여 분석하였다.

---

64) 네이버 지식 백과, <http://terms.naver.com/entry>, 2017년 10월 16일 검색.

65) 신향미. (2002). 『피부노화가 여성의 심리상태에 미치는 영향과 피부관리 선택형태』. 고신대학교 보건대학원 석사학위 논문. p4.

66) 안은주. op.cit. p34.

### 3.4 조사도구

설문지의 각 항목들은 일반적 특성, 주관적 피부노화 인식, 피부노화 스트레스, 피부관리 형태에 대한 항목으로 구성하였으며 총 60문항으로 구성하였다. 설문지의 세부적인 구성은 [표 3-1]와 같다.

첫째, 중년여성의 주관적 피부노화 인식을 알아보기 위해 정문신<sup>67)</sup>, 안은주<sup>68)</sup>, 권정순<sup>69)</sup>의 연구에서 사용된 문항을 토대로 인용 및 재구성하여 설문지 I-1. 1~8번, I-2. 1~10번 총 18문항으로 구성되어있으며, 이 변수의 측정을 위해 명목척도, Likert 5점 척도를 사용하였다.

Likert 5점 척도는(1점: 매우 아니다 - 5점: 매우 그렇다)로 점수가 높을수록 주관적 피부 상태에 대한 인식이 높음을 의미한다.

둘째, 피부노화에 따른 스트레스를 알아보기 위해 신향미<sup>70)</sup> 연구에서 사용된 문항을 토대로 인용 및 재구성하여 설문지 II장에 총 12문항으로 구성되어있으며, 이 변수의 측정을 위해 Likert 5점 척도를 사용하였다.

Likert 5점 척도는(1점: 매우 아니다 - 5점: 매우 그렇다)로 점수가 높을수록 주관적 피부 상태에 대한 인식이 높음을 의미한다.

셋째, 피부관리 형태를 알아보기 위해 안은주 연구에서 사용된 문항을 토대로 인용 및 재구성하여 III-1 1~9번, III-2 1~10번, III-3 1번~6번 총 25문항이 구성되어있으며, 이 변수의 측정을 위해 명목척도를 사용하였다.

넷째, 일반적 특성으로 연령, 최종학력, 직업군, 결혼 여부, 소득 IV장의 1~5번 총 5문항으로 구성하였다.

---

67) 정문신. op.cit. pp.86-91.

68) 안은주. op.cit. pp.88-89.

69) 권정순. op.cit. p60.

70) 신향미. op.cit. p51.



[표 3-1] 설문지 구성

측정항목	문항 수	척도	문항출처
피부노화인식	18	명목척도, Likert 5점	안은주(2014) 정문신(2013) 권정순(2012)
스트레스	12	Likert 5점	신향미(2002)
피부관리 형태	25	명목척도	안은주(2014)
일반적 특성	5	명목척도	연구자
총 문항	60		

### 3.5 조사대상과 자료수집

본 연구는 중년여성의 피부노화 스트레스가 피부관리 형태에 미치는 영향을 알아보고자 설문조사를 실시하였다. 연구대상자는 서울·경기·인천에 거주하는 40세 이상 60세 이하의 중년여성으로 1차 설문 예비조사와 2차 본 조사로 진행되었다. 1차 예비조사는 30명을 대상으로 2017년 9월 11일부터 9월 15일까지 5일간 30부의 설문지를 배포하였고 총 30부의 설문지를 회수한 후 결과를 토대로 설문지 수정 보완 작업을 거쳐 2차 본 조사를 실시하였다.

본 조사는 타당성을 확보하기 위해 미용 업종과 관련 없는 일반 중년여성을 대상으로 진행하였다. 오프라인으로는 문화센터, 보험회사, 인근 상가 등에 연구자와 사전지도를 받은 연구보조원이 직접 방문하여 설문조사에 필요한 내용을 이해시킨 후 대상자의 응답을 자기기입식 설문조사방법에 의해 실시하였으며, SNS으로는 연구대상자의 연령대를 고려하여 연구 목적, 취지, 설문 참여 방법에 필요한 내용을 충분한 이해시킨 뒤 설문조사에 참여할 수 있도록 하였다. 설문지는 총 520명 대상으로 2017년 9월 18일부터 10월 17일까지 30일간 520부의 설문지를 배포하여 불성실한 답변 18부를 제외한 502부를 회수하여 분석에 최종적으로 사용하였다.

[표 3-2] 연구개요

연구대상	40세 이상 60세 이하 중년여성
표본 수	총 520명
최종분석	불성실한 응답 18부를 제외한 총 502부
연구방법	자기기입식 설문조사방법
연구기간	2017년 9월 18일 ~ 10월 17일 (총 30일간)

### 3.6 자료처리와 분석방법

자료 분석 방법으로 수집된 자료의 통계처리는 데이터 코딩(data coding) 과정을 거쳐 SPSS 23.0 통계 패키지 프로그램을 활용한 후 분석 하였다.

본 연구를 수행하는데 있어 다음과 같은 통계처리 과정을 거쳤다.

첫째, 조사대상자의 일반적 사항을 알아보기 위한 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 주관적 피부노화 인식을 알아보기 위한 빈도분석, 기술통계분석을 실시하였다.

셋째, 중년여성 피부노화 스트레스에 대해 알아보기 위해 기술통계분석을 실시하였다.

넷째, 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스를 알아보기 위해 상관관계 분석을 실시하였다.

다섯째, 주관적 피부노화 인식과, 피부노화 스트레스 문항의 신뢰도 검사를 실시하였다.

여섯째, 중년여성의 피부관리 형태에 대해 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다.

일곱째, 피부노화 스트레스가 피부관리 형태에 대해 미치는 영향을 알아보기 위해 ANOVA, t-test, 다중회귀분석을 실시하였다.

## IV. 연구결과

### 4.1 연구대상자의 일반적 특성

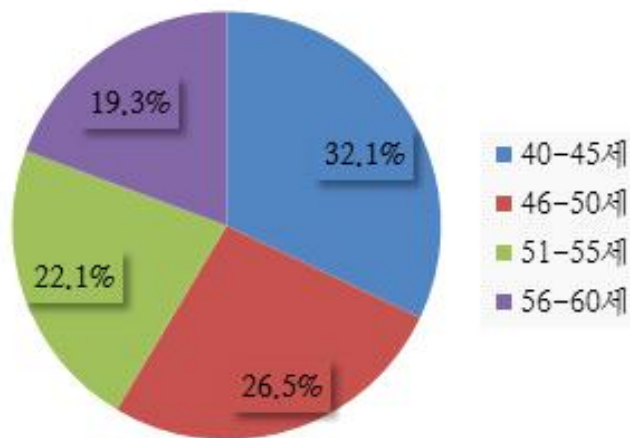
연구대상자의 일반적 특성을 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-1]. 대상자의 연령을 살펴보면 ‘40-45세’가 161명(32.1%)로 가장 높게 나타났으며 그 다음으로는 ‘46-50세’ 133명(26.5%), ‘51-55세’ 111명(22.1%), ‘56-60세’ 97명(19.3%)순으로 나타났다[그림 4-1, a].

최종학력은 ‘대졸’ 262명(52.2%), ‘고졸’ 179명(35.7%), ‘중’졸 29명(5.8%), ‘대학원 이상’ 28(0.8%), ‘초졸 이하’ 4명(0.8%)순으로 나타났다[그림 4-1, b].

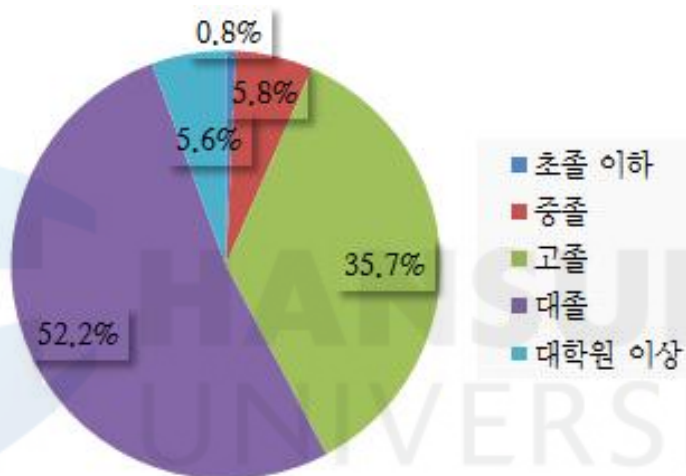
직업은 ‘전업주부’ 189명(37.6%), ‘사무직’ 132명(26.3%), ‘자영업’ 52명(10.4%), ‘전문·기술직’ 51명(10.2%), ‘판매·서비스직’ 51명(10.2%), ‘기타’ 25명(5.0%), ‘학생’ 2명(0.4%)순으로 나타났다[그림 4-1, c].

결혼여부는 ‘기혼’ 393명(78.3%), ‘미혼’ 65명(12.9%), ‘이혼’ 28명(5.6%), ‘사별’ 11명(2.2%), ‘기타’ 5명(1.0%)순으로 나타났다[그림 4-1, d].

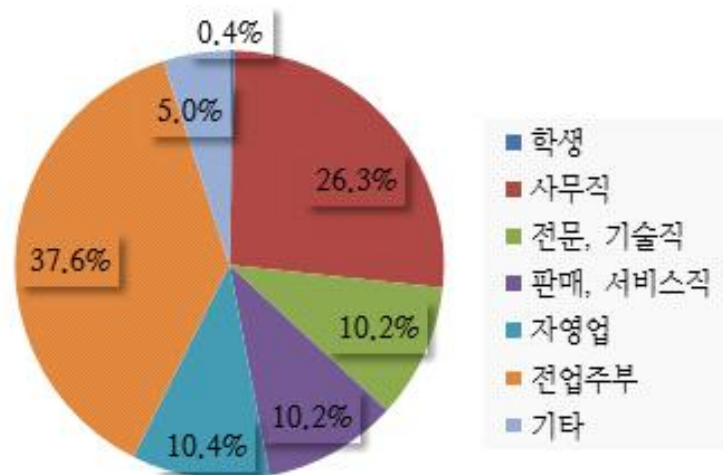
가구소득별로 살펴보면 ‘500만원 이상’이 137명(27.3%)로 가장 높게 나타났다 그 다음으로는 ‘300만원 이상 400만원 미만’ 131명(26.1%), ‘400만원 이상 500만원 미만’ 108명(21.5%), ‘200만원 이상 400만원 미만’ 73명(14.5%), ‘200만원 미만’ 53명(10.6%)순으로 나타났다[그림 4-1, e].



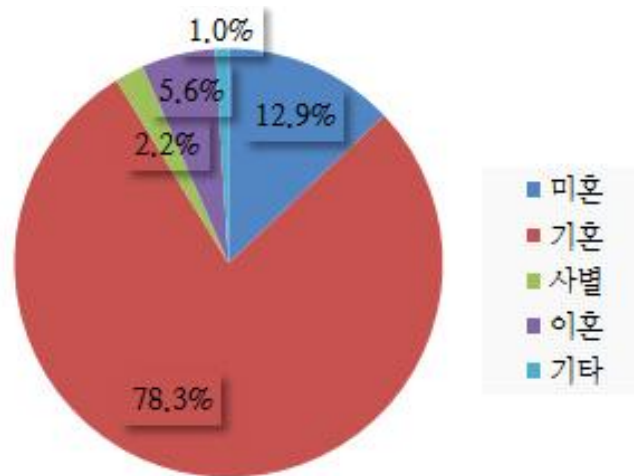
[a. 연령]



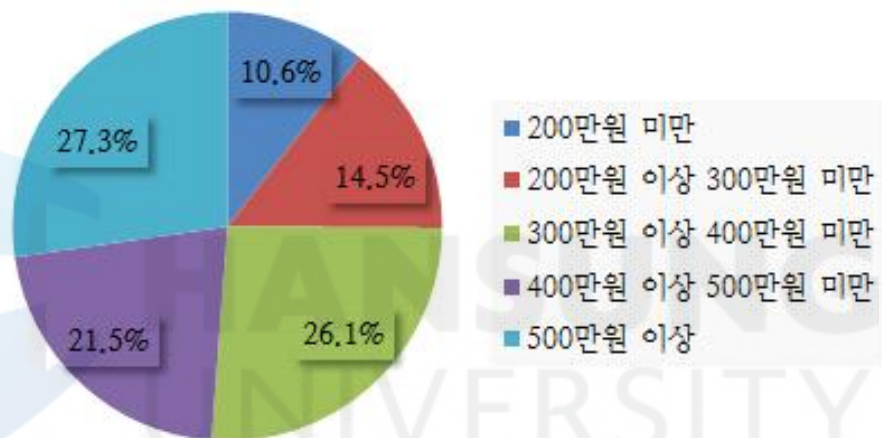
[b. 최종학력]



[c. 직업]



[d. 결혼 여부]



[e. 가구 소득]

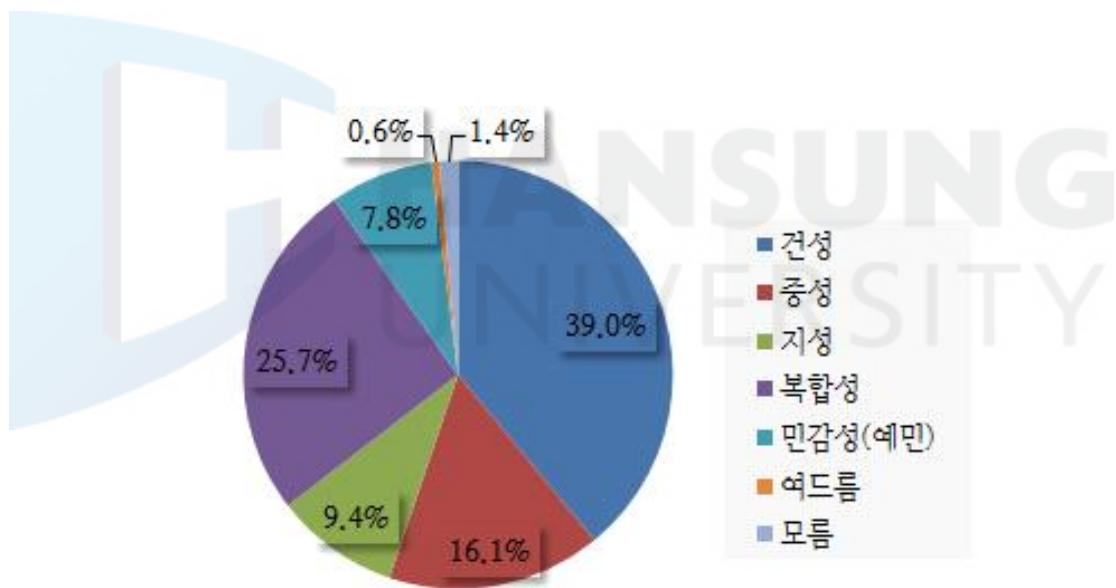
[그림 4-1] 연구대상자의 일반적 특성

## 4.2 주관적 피부노화 인식

### 4.2.1 주관적 피부노화 증상

피부타입에 대해 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-2]. ‘건성’ 196명(39.0%), ‘복합성’ 129명(25.7%), ‘중성’ 81명(16.1%), ‘지성’ 47명(9.4%), ‘민감성(예민)’ 39명(7.8%), ‘모름’ 7명(1.4%), ‘여드름’ 3명(0.6%)순으로 나타났다.

안은주(2014)<sup>71)</sup>은 중년여성의 주관적 피부타입을 조사한 결과 40대는 ‘건성피부’ 40.4%, 50대 이상은 ‘중성피부’가 36.4%로 높게 나타나 본 연구와 동일하게 자신의 피부를 ‘건성’이라고 생각하는 비율이 높음을 알 수 있다.

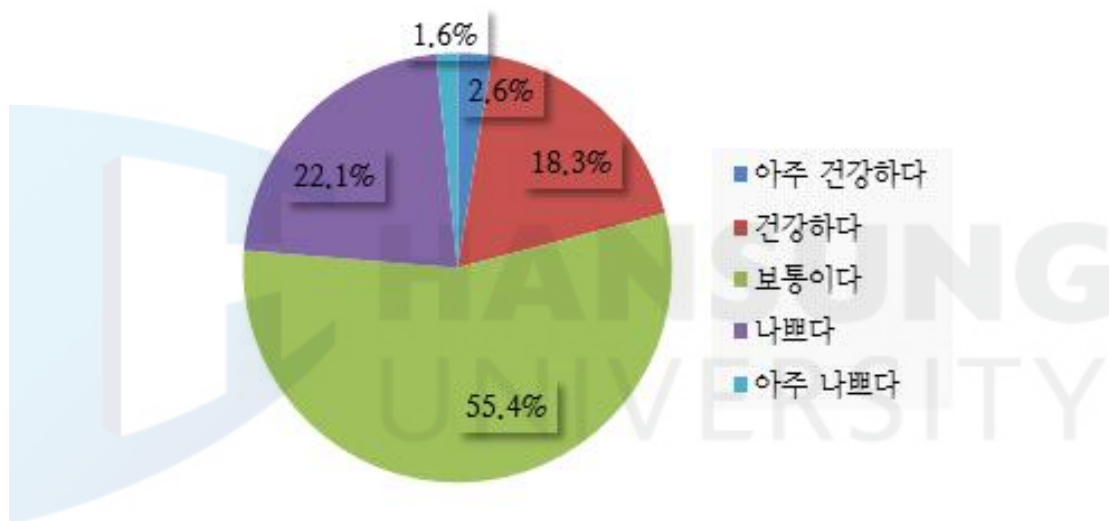


[그림 4-2] 피부타입

71) 안은주. op.cit. p41.

피부건강 상태에 대해 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-3]. ‘보통이다’ 278명(55.4%), ‘나쁘다’ 111명(22.1%), ‘건강하다’ 92명(18.3%), ‘아주 건강하다’ 92명(2.6%), ‘아주 나쁘다’ 8명(1.6%)순으로 나타났다.

문희정(2010)<sup>72)</sup>, 정문신(2014)<sup>73)</sup>은 피부건강상태는 ‘보통이다’ 189명(58.7%), 254명(54.9%)로 나타나 본 연구와 일치를 보였다. 이를 통해 중년 여성의 대부분은 자신의 피부건강 상태에 대한 만족도는 높지 않지만, 피부노화 관심도에 따라 ‘건강하다’와 ‘나쁘다’라는 의견의 비율이 비슷하게 나옴을 알 수 있다.



[그림 4-3] 피부건강 상태

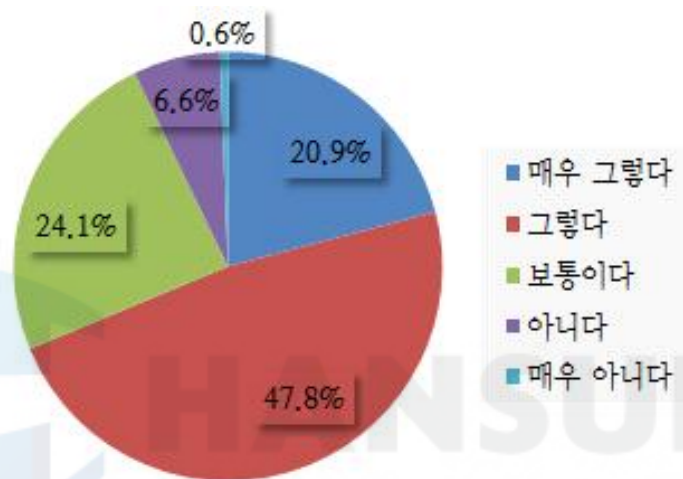
72) 문희정. (2010). 『중년여성의 외모지향성 및 외모평가와 피부건강관리태도에 대한 연구』. 충남대학교 대학원 석사학위 논문. p38.

73) 정문신. op.cit. p23.



피부노화로 인한 고민에 대해 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-4]. ‘그렇다’ 240명(47.8%), ‘보통이다’ 121명(24.1%), ‘매우 그렇다’ 105명(20.9%), ‘아니다’ 33명(6.6%), ‘매우 아니다’ 3명(0.6%)순으로 나타났다.

이는 중년여성의 경우 피부노화로 인한 고민을 하고 있으며 자신의 피부 상태에 대해서는 ‘보통이다’ 278명(55.4%)로 피부노화에 대한 만족도가 높지 않음을 알 수 있다.

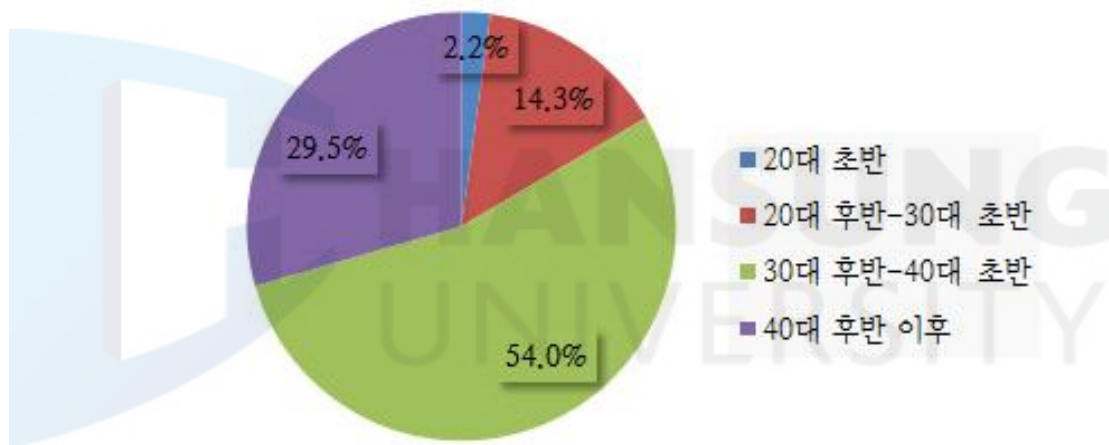


[그림 4-4] 피부노화로 인한 고민

피부노화가 시작된 최초 시점을 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-5]. '30대 후반-40대 초반' 271명(54.05%), '40대 후반 이후' 148명(29.5%), '20대 후반-30대 초반' 72명(14.3%), '20대 초반' 11명(2.2%)순으로 나타났다.

안은주(2014)<sup>74)</sup>은 피부노화 시작 시점이 30대 이하는 '20대 후반-30대 초반'이 각 102명(68%)로 가장 높게 나타났으며, 40대와 50대 이상은 '30대 후반-40대 초반'이 각각 96명(65.8%), 49명(41.5%)로 본 연구와 일치를 보였다.

신체발달은 20대와 30대 초기에 절정기에 도달하고 그 후 신체발달은 점진적 감소를 보이기 시작하는 시기로<sup>75)</sup> 중년여성의 경우 '30대 후반-40대 초반'부터 노화에 대한 관심이 증가되는 것으로 판단된다.



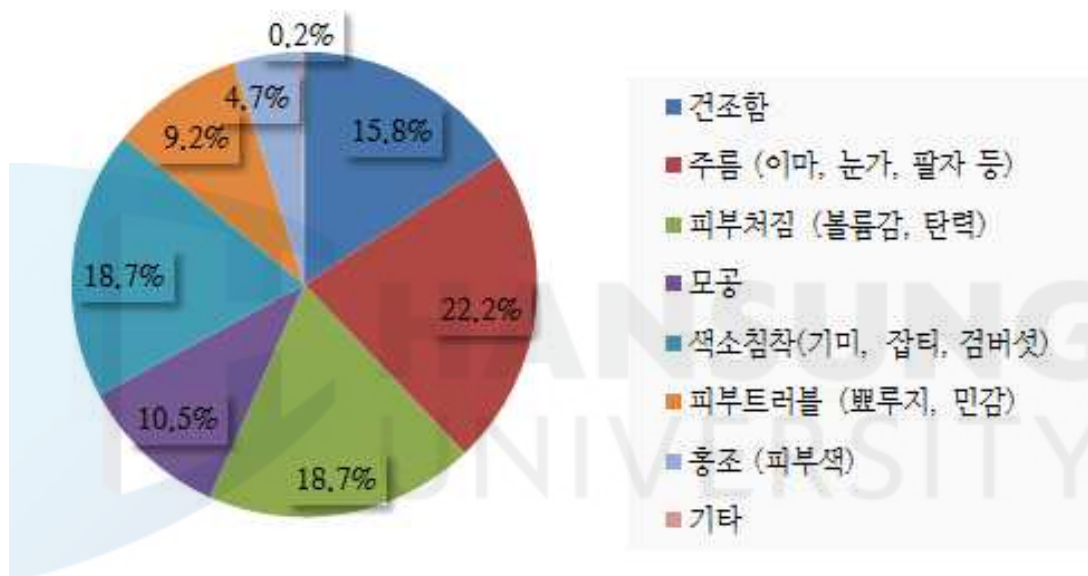
[그림 4-5] 최초 노화 시점

74) 안은주. op.cit. p43.

75) 박건희. (2016). 『30-40대 비혼 여성의 노화불안과 심리적 안녕감의 관계』. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문. p3.

피부 고민 증상에 대한 복수응답 결과를 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-6]. ‘주름(이마, 눈가, 팔자 등)’ 298명(22.2%), ‘피부처짐(볼륨감, 탄력)’ 252명(18.7%), ‘색소침착(기미, 잡티, 검버섯)’ 252명(18.7%), ‘건조함’ 121명(15.8%), ‘모공’ 141명(10.5%), ‘피부트러블(뽀루지, 민감)’ 124명(9.2%), ‘홍조(피부색)’ 63명(4.7%), ‘기타’ 3명(0.2%)순으로 나타났다.

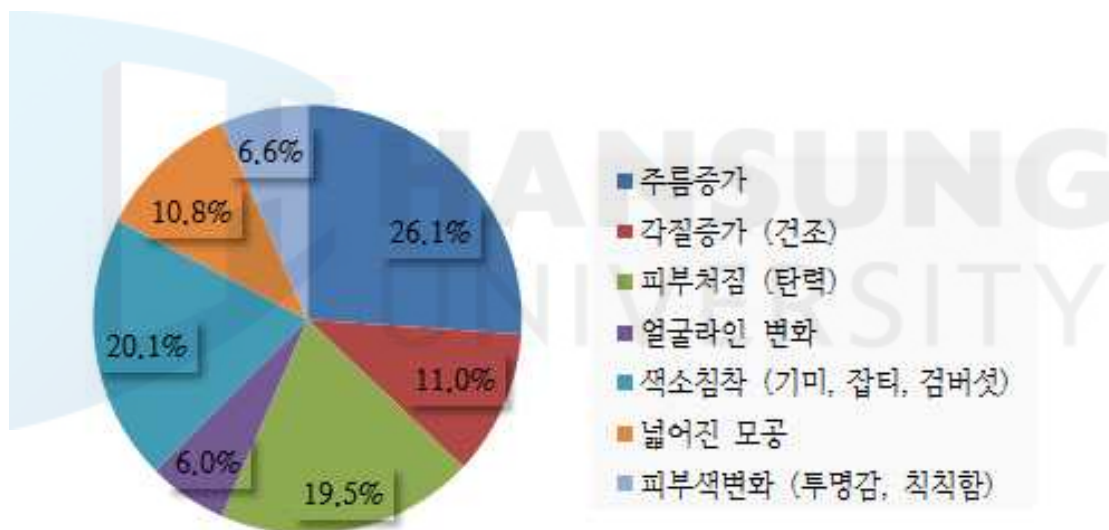
제한 없는 복수응답 문항으로 중년여성은 평균 2~3개의 복합적인 피부 고민을 가지고 있음을 알 수 있다.



[그림 4-6] 피부 고민 증상

최초로 느낀 피부노화 증상을 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-7]. ‘주름증가’ 131명(26.1%), ‘색소침착’ 101명(20.1%), ‘피부처짐’(탄력) 98명(19.5%), ‘각질증가(건조)’ 55명(11.0%), ‘넓어진 모공’ 54명(10.8%), ‘피부색 변화(투명감, 칙칙함)’ 33명(6.6%), ‘얼굴라인 변화’ 30명(6.0%)순으로 나타났다.

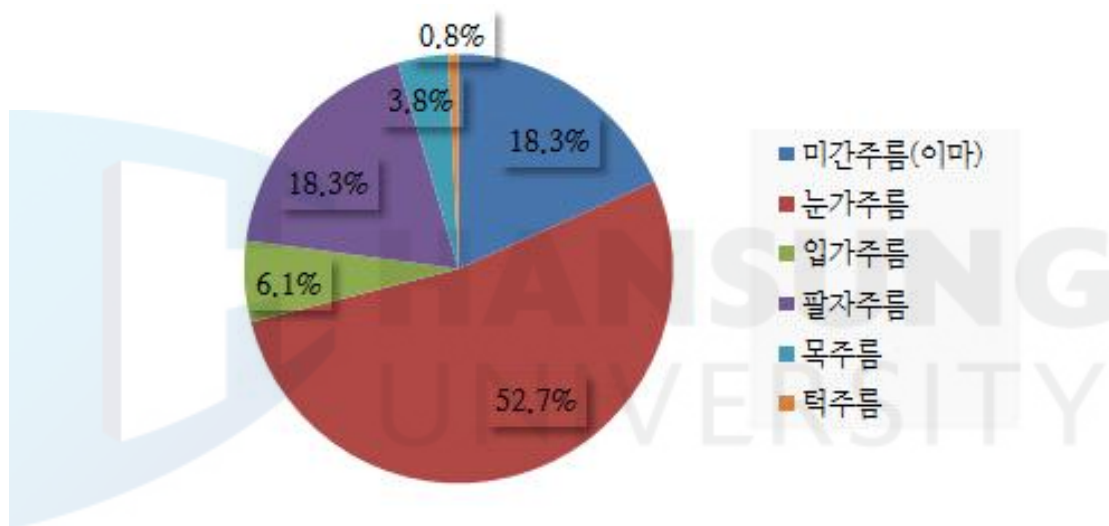
피부 고민 증상에서 ‘주름(이마, 눈가, 팔자 등)’ 298명(22.2%)이 가장 높게 나타났으며, 최초로 느낀 피부노화에서도 ‘주름증가’ 131명(26.1%) ‘피부처짐(볼륨감, 탄력)’ 252명(18.7%), ‘색소침착(기미, 잡티, 검버섯)’ 252명(18.7%)으로 피부 고민과 최초로 느낀 피부노화 증상이 유사한 것으로 나타났다. 이는 주름, 색소침착, 탄력 저하를 피부 노화의 요소라 인지하고 있는 것으로 사료된다.



[그림 4-7] 최초로 느낀 피부노화 증상

‘주름증가’ 131명(26.1%)을 대상으로 특히 신경 쓰이는 주름 부위를 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-8]. ‘눈가주름’이 69명(52.7%)로 ‘미간주름(이마)’ 24명(18.3%), ‘팔자주름’ 24명(18.3%), ‘입가주름’ 8명(6.1%), ‘목주름’ 5명(3.8%), ‘턱주름’ 1명(0.8%)순으로 나타났다.

신향미<sup>76)</sup>(2002)연구에서 피부노화 중 가장 신경 쓰이는 부위는 ‘눈가 주름’ 272명(53.9%), ‘미간주름’ 81명(16.0%), ‘목주름’ 54명(10.7%)로 ‘목주름’에 대한 차이는 있지만 전반적으로 ‘눈가 주름’에 대한 고민을 가지고 있음을 알 수 있다.

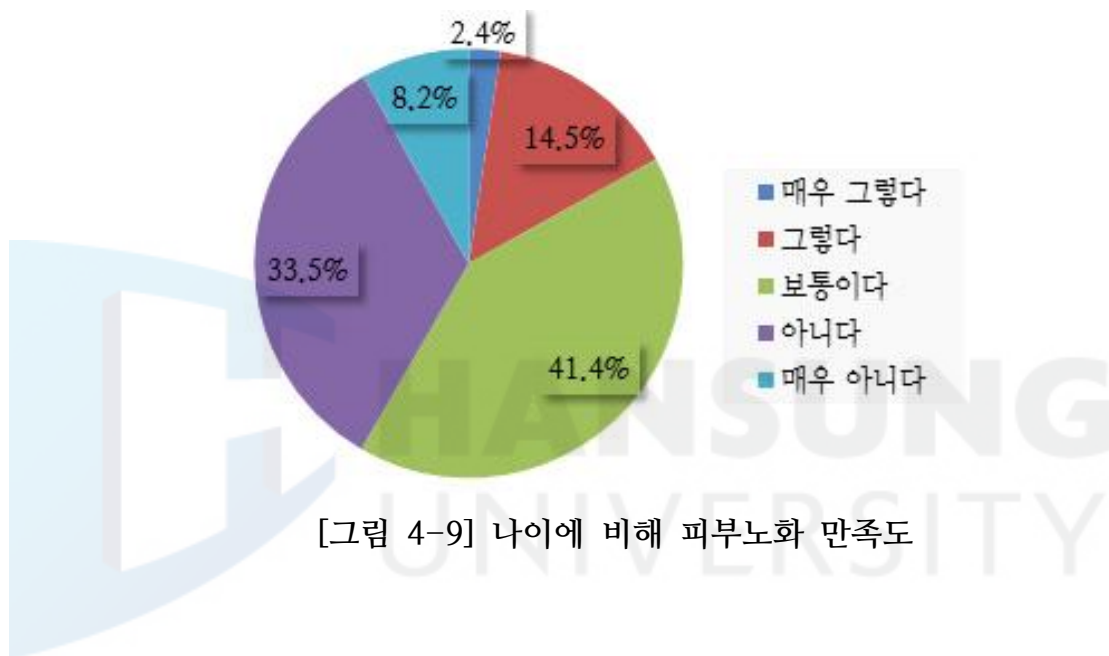


[그림 4-8] 가장 신경 쓰이는 주름

76) 신향미. op.cit. p28.

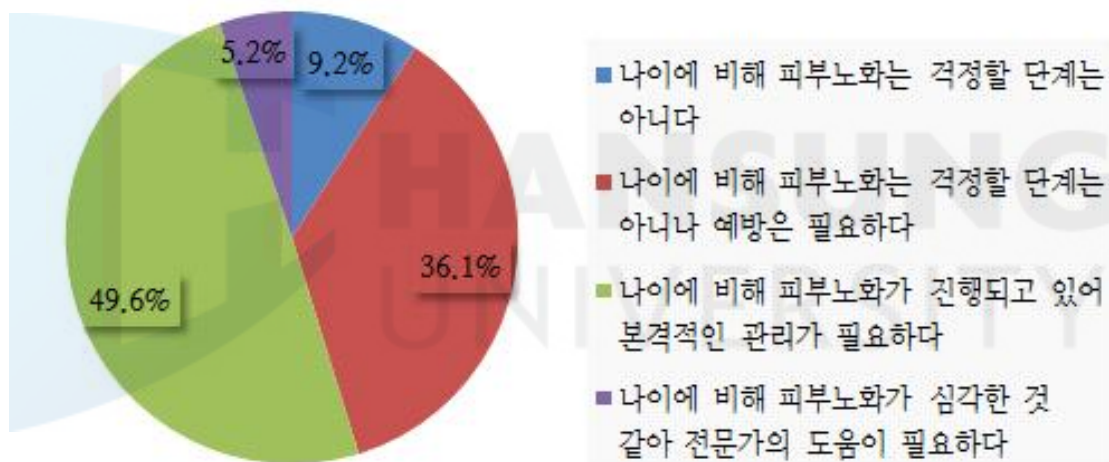
나이에 비해 피부노화 만족도를 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-9]. ‘보통이다’ 208명(41.4%), ‘아니다’ 168명(33.5%), ‘그렇다’ 73명(14.5%), ‘매우 아니다’ 41명(8.2%), ‘매우 그렇다’ 12명(2.4%)로 나타났다.

전체의 85명(25.9%)정도만 나이에 비해 피부노화 정도에 만족하는 것으로 나타나 주관적 피부노화 기준에 있어 상대적으로 만족하지 못하는 것으로 사료된다.



피부노화 진행에 대한 인식을 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-10]. ‘나이에 비해 피부노화가 진행되고 있어 본격적인 관리가 필요하다’ 249명(49.6%), ‘나이에 비해 피부노화는 걱정할 단계는 아니나 예방은 필요하다’ 181명(36.1%), ‘나이에 비해 피부노화는 걱정할 단계는 아니다’ 46명(9.2%), ‘나이에 비해 피부노화가 심각한 것 같아 전문가의 도움이 필요하다’ 26명(5.2%)순으로 나타났다.

이복동(2013)<sup>77)</sup>여성은 자신의 외모에 많은 관심을 갖기 때문에 노화에 따른 신체적 변화로 스트레스를 받을 수 있으며 다양한 외모관리를 통해 개선하고자하는 의지가 강하다고 한 연구 결과와 유사한 인식으로 판단된다.



[그림 4-10] 피부노화 진행 인식

77) 이복동. op.cit. p9.

#### 4.2.2 주관적 피부 상태

주관적 피부 상태를 알아보기 위하여 기술통계분석을 한 결과는 다음과 같다[표 4-1]. 노화인식 전체의 평균은(M=3.31)으로 ‘피부의 주름이 증가한다’가 평균 3.67로 가장 높게 나타났고 ‘피부의 탄력이 현저하게 떨어진다’(M=3.59), ‘피부가 항상 건조하고 당긴다’(M=3.37), ‘피부 결이 얇아진다’(M=3.34), ‘피부의 모공이 넓어진다’(M=3.34), ‘피부의 각질이 많이 생긴다’(M=3.31), ‘안색이 어둡다’(M=3.27), ‘눈 밑 색소가 증가한다’(M=3.26), ‘피부가 예민하거나 붉음증이 있다’(M=3.03), ‘피부에 소양증(가려움증)이 생긴다’(M=2.90)순으로 나타났다.

김수빈(2008)<sup>78)</sup>의 선행연구에서는 주름이 가장 높게 나타났으며, 권정순(2012)<sup>79)</sup> 연구에서는 수분 및 탄력의 저하와 색소 침착이 나타났는데, 본 연구에서 탄력과 건조가 가장 높게 나온 결과와 유의하다고 볼 수 있다.

위 결과를 토대로 중년여성은 피부노화 증상을 인지하고 본격적으로 관리를 해야 한다는 생각을 가지고 있음을 알 수 있다. 특히 전반적으로 ‘건조’와 ‘주름’에 대한 고민을 나타냈는데 이는 에스트로겐의 감소로 피부가 건조해지고 거칠어지며, 근육의 수축·이완 반복, 피하지방 및 콜라겐의 감소 등으로 인해 발생하는 피부노화의 대표 증상과 일치하였다. 이는 중년여성이 노화에 대한 관심도와 인식이 높아졌음을 시사하며 사회적 이미지가 중요한 현대사회에서 피부건강을 증진 시킬 수 있는 방안을 강구해야 할 것으로 사료된다.

78) 김수빈. (2008). 『여성들의 피부미용에 대한 인식과 관리』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문. p28.

79) 권정순. op.cit. p35.



[표 4-1] 주관적 피부 상태

구 분	M	SD
1. 피부 결이 얇아진다.	3.34	0.85
2. 피부의 각질이 많이 생긴다.	3.31	0.97
3. 피부의 주름이 증가한다.	3.67	0.94
4. 피부가 항상 건조하고 당긴다.	3.37	0.97
5. 피부의 모공이 넓어진다.	3.34	0.94
6. 피부가 예민하거나 붉음증이 있다.	3.03	1.02
7. 피부에 소양증(가려움증)이 생긴다.	2.90	1.02
8. 피부의 탄력이 현저하게 떨어진다.	3.59	0.95
9. 안색이 어둡다.	3.27	0.96
10. 눈 밑 색소가 증가한다.	3.26	0.94
전 체	3.31	0.62

$M=mean(\text{평균})$ ,  $SD=standard\ deviation(\text{표준편차})$

### 4.3 피부노화 스트레스 분석

피부노화 스트레스를 알아보기 위하여 기술통계분석을 한 결과는 다음과 같다[표 4-2]. 점수 산정에 있어서 ‘매우 그렇다’=5점, ‘그렇다’=4점, ‘보통이다’=3점, ‘아니다’=2점, ‘매우 아니다’=1점으로 계산하였다. 스트레스의 전체의 평균은 (M=3.30)로 나타났다.

분석결과 ‘지속적인 피부관리는 피부노화자연에 효과가 있다고 생각한다’(M=3.83)가 가장 높게 나왔으며, ‘나이 든다는 것은 자연스러운 일이므로 특별한 관리를 하지 않는 것이 바람직하다’(M=2.62)로 가장 낮게 나타났다. 그 다음으로는 ‘스트레스를 받을 때 피부노화 현상이 더 나타나는 것 같다’(M=3.73) ‘피부관리를 하고나면 피부 노화의 스트레스가 줄어든다’(M=3.61) ‘피부가 노화된다는 느낌이 들면 우울하다’(M=3.60), ‘나는 경제적으로 어려울 때 더 나이 드는 것 같다’(M=3.51) ‘피부노화가 진행되는 것에 대한 두려움을 느낀다’(M=3.42), ‘피부노화는 여성으로서의 매력을 반감시키므로 적극적으로 관리한다’(M=3.37)에서 평균 3.30이상으로 높게 나타났다.

본 결과를 통해 유추할 수 있는 것은 중년여성의 경우 피부노화가 진행되는 것에 대한 두려움과 동년배보다 나이가 들어 보이는 것에 대한 스트레스를 가지고 있으며 피부관리를 통해 피부노화에 대한 스트레스를 낮출 수 있다고 인지하고 있음을 알 수 있다.

[표 4-2] 피부노화 스트레스

구 분	M	SD
1. 나는 피부가 노화된다는 느낌이 들면 우울하다.	3.60	0.92
2. 피부노화는 여성으로서의 매력을 반감시키므로 적극적으로 관리 한다.	3.37	0.96
3. 나는 경제적으로 어려울 때 더 나이 드는 것 같다.	3.51	1.01
4. 피부관리를 하고나면 피부 노화의 스트레스가 줄어든다.	3.61	0.90
5. 스트레스를 받을 때 피부노화 현상이 더 나타나는 것 같다.	3.73	0.90
6. 피부노화가 진행되는 것에 대한 두려움을 느낀다.	3.42	0.96
7. 동년배보다 나이 들어 보이는 것에 스트레스 받는다.	3.20	1.07
8. 지속적인 피부관리는 피부노화지연에 효과가 있다고 생각한다.	3.83	0.89
9. 나의 나이에 비해 피부노화의 속도가 빠르다고 느낀다.	2.99	0.95
10. 나 자신의 만족보다 타인(이성)에게 매력 있게 보이기 위해 피부관리를 한다.	2.88	1.02
11. 경제적 여유가 없어도 피부노화지연을 위해 지출을 아끼지 않는다.	2.83	0.99
12. 나이 든다는 것은 자연스러운 일이므로 특별한 관리를 하지 않는 것이 바람직하다.	2.62	1.05
전 체 (스트레스 지수)	3.30	0.58

M=mean(평균), SD=standard deviation(표준편차)

#### 4.4 신뢰도 분석

신뢰도란 동일한 대상, 특성 또는 구성을 비교가능하고 독자적인 측정으로 나타난 결과들이 어느 정도 유사한가를 나타내는 것으로 의존가능성, 안전성, 일관성, 예측가능성, 정확성 등의 동의어로 사용된다. 즉, 신뢰성이란 동일한 개념에 대하여 측정을 되풀이했을 때 동일한 측정값을 얻을 가능성을 말한다.

신뢰성의 측정방법은 동일한 측정도구를 동일한 대상에 시간을 달리하여 적용결과를 비교하는 검증-재검증, 항목분할 측정치의 상관도, 내적일관성 등이 있다. 본 연구에 사용된 측정도구인 신뢰성은 Cronbach's  $\alpha$  계수를 이용하여 분석하였으며 일반적으로 0.6이상이면 비교적 신뢰성이 높다고 한다.

본 연구에서는 기본적인 설문조사를 실시하였고, 조사대상자의 답변이 신뢰성 여부와 표본의 규모와 적정한지를 알아보기 위하여 다음과 같이 신뢰성 검증한 결과는 다음과 같다[표 4-3, 4-4].



주관적 피부노화 인식 문항 중 피부 상태에 대한 신뢰도를 검증한 결과 아래[표 4-3]과 같이 Cronbach's  $\alpha=0.848$ 으로 매우 높게 나타나 신뢰수준이 타당하다 할 수 있다.

[표 4-3] 주관적 피부노화 인식 신뢰도

Cronbach's $\alpha$	항목 수
.848	10

피부노화 스트레스 문항을 신뢰도 검증한 결과 아래[표 4-4]과 같이 Cronbach's  $\alpha=0.837$ 으로 매우 높게 나타나 신뢰수준이 타당하다 할 수 있다.

[표 4-4] 피부노화 스트레스 신뢰도

Cronbach's $\alpha$	항목 수
.837	12

#### 4.5 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스 상관관계

주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스 간의 관계를 알아보기 위하여 상관관계를 분석한 결과는 다음과 같다[표 4-5]. 상관관계 피부노화 인식과 스트레스간의 상관분석결과 유의확률이 0.000으로 유의 수준 0.01보다 낮기 때문에 피부노화 인식과 스트레스의 상관관계가 있다고 나타났다.

선행연구에서 오늘날 외모를 중요시 하는 사회에서 여성들은 피부문제로 인한 스트레스를 받고 개선하고자 하는 의지가 높았으며, 외모에 대한 관심은 개개인의 삶에 영향을 미친다는 견해들이 있었다.<sup>80)81)</sup> 본 연구 결과에서 마찬가지로 중년여성의 피부노화 인식에 따라 스트레스를 받고 있음을 확인하였으며, 더 나아가 노화로 인한 스트레스 원인을 해결하기 위한 방안은 무엇인지 피부관리 형태를 통해 분석하였다.

[표 4-5] 피부노화 스트레스 상관관계

구분	피부노화 인식			스트레스		
	N(명)	유의확률 (양쪽)	Pearson 상관계수	N(명)	유의확률 (양쪽)	Pearson 상관계수
피부노화 인식	502		1	502	.000	.625**
스트레스	502	.000	.625**	502		1

\*\*p<.01

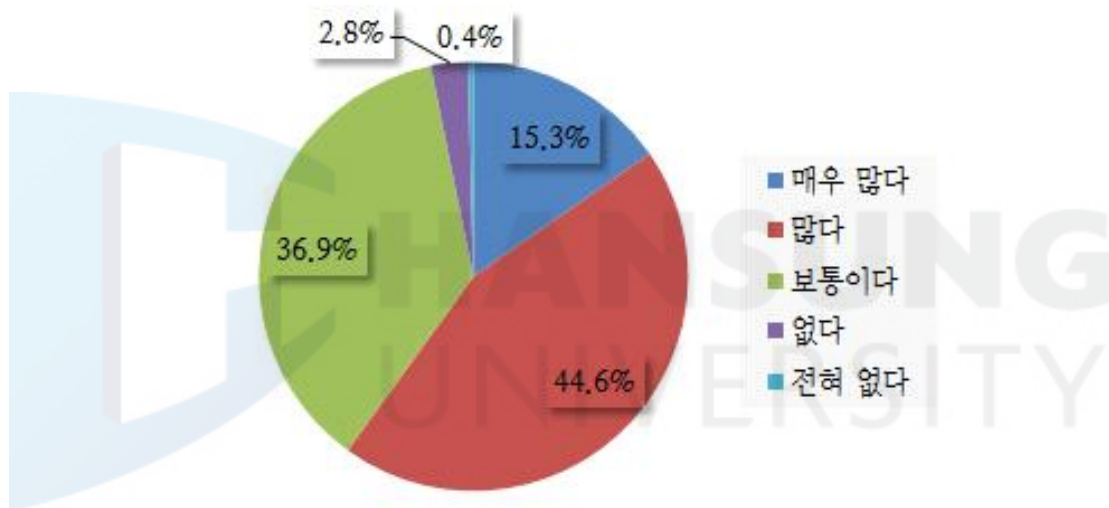
80) 김미성. (2017). 피부 상태에 따른 우울감이 생활 스트레스와 삶의 질에 미치는 영향 비교. 『한국미용학회지』, 23(4), p750.

81) 이해원. (2009). 『여성들의 피부관리에 대한 인식 및 선호도에 관한 연구』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문. p83.

## 4.6 피부관리 형태 분석

### 4.6.1 피부노화 예방을 위한 화장품 이용

피부노화 관리(화장품, 피부관리, 미용성형)에 대한 관심도를 묻는 공통 질문을 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-11]. ‘많다’가 224명(44.6%)로 가장 높게 나타났으며, ‘보통이다’ 185명(36.9%), ‘매우 많다’ 77명(15.3%), ‘없다’ 14명(2.8%), ‘전혀 없다’ 2명(0.4%)순으로 나타났다.



[그림 4-11] 피부노화 관리 관심도

화장품 사용 여부와 사용하지 않는 이유를 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-12]. 피부노화 예방을 위한 화장품 사용여부에서 ‘그렇다’ 398명(79.3%), ‘그렇지 않다’ 104명(20.7%)로 피부노화 예방을 위한 화장품을 사용하는 중년여성의 비율이 확연하게 높게 나타났다[그림 4-12, a], ‘그렇지 않다’ 104명(20.7%)을 대상으로 사용하지 않는 이유를 살펴보면 ‘고가제품이라서’ 36명(34.6%), ‘효과가 없을 것 같아서’ 27명(26.0%), ‘사용하기 귀찮아서’ 19명(18.3%), ‘피부노화는 자연스러운 현상이기 때문에’ 15명(14.4%), ‘필요성이 없어서’ 4명(3.8%), ‘기타’ 3명(2.9%)순으로 나타났다[그림 4-12, b].

높은 비율의 중년여성의 피부노화 예방을 위한 화장품 사용을 하고 있음을 알 수 있었으며, 이는 조수진(2006)<sup>82)</sup>, 안은주(2014)<sup>83)</sup>의 연구 결과와 일치하게 나타났다.

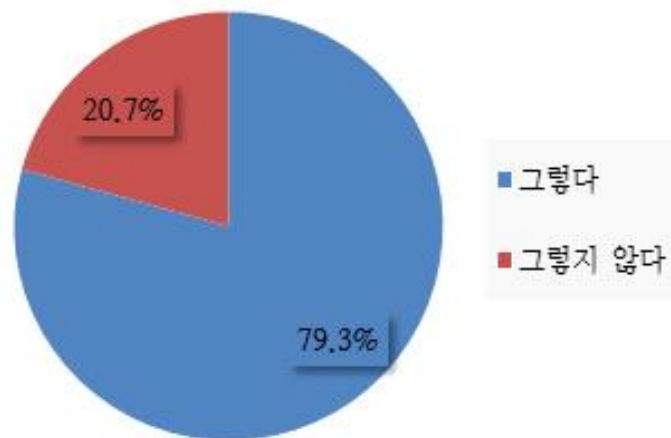


---

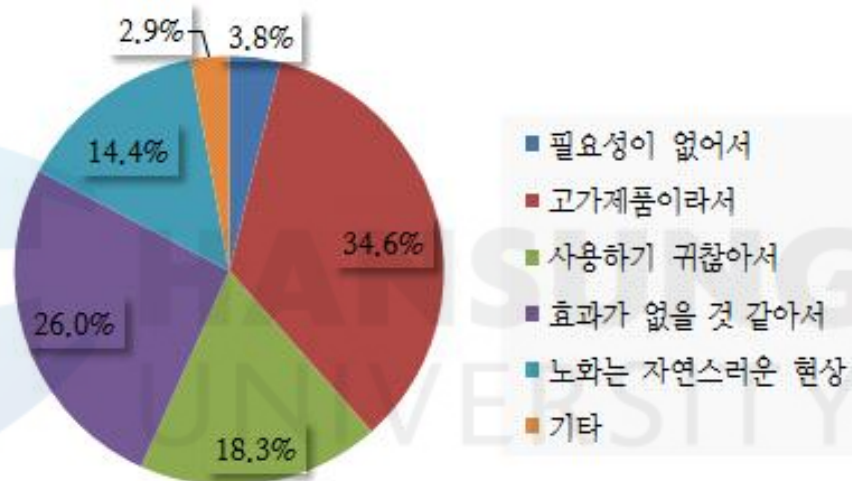
82) 조수진. (2006). 『Active aging세대 여성의 미용 관심도에 따른 화장품 사용행태 조사』. 중앙대학교 대학원 석사학위 논문. p48.

83) 안은주. op.cit. p52.





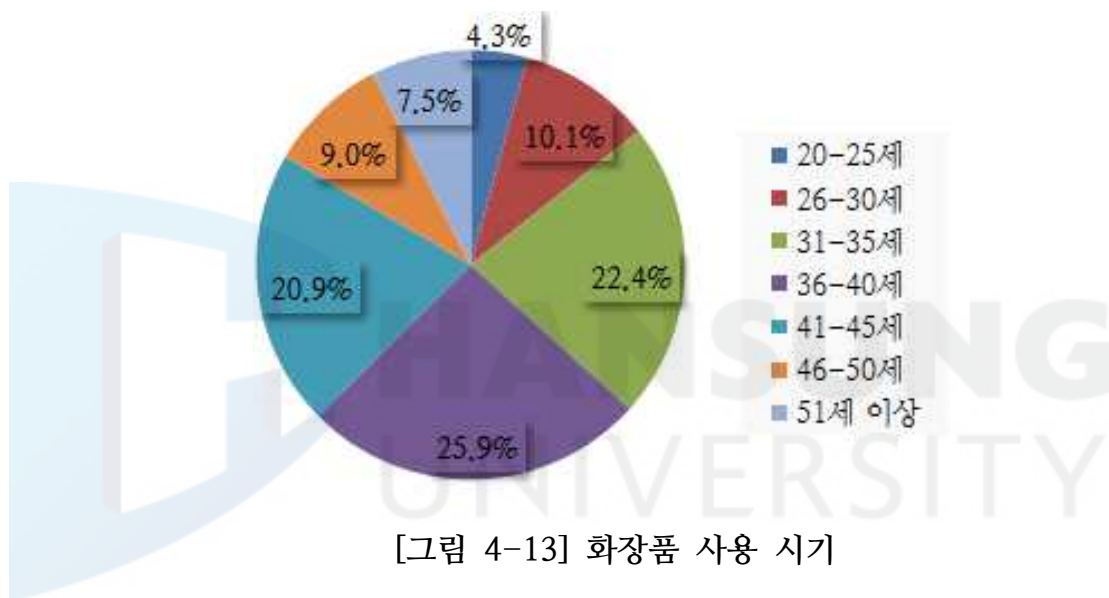
[a. 화장품 사용 여부]



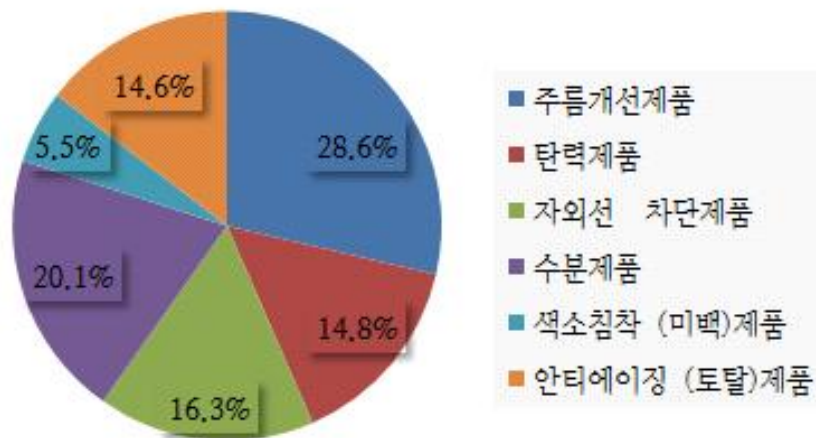
[b. 화장품 사용하지 않는 이유]

[그림 4-12] 화장품 사용 여부 및 사용하지 않는 이유

화장품 사용 시기에 관해 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-13]. ‘36-40세’ 103명(25.9%)으로 가장 높게 나타났으며, ‘31-35세’ 89명(17.7%), ‘41-45세’ 83명(16.5%), ‘26-30세’ 40명(10.1%), ‘46-50세’ 36명(9.0%), ‘51세 이상’ 30명(7.5%), ‘20-25세’ 17명(4.3%) 순으로 나타났다. 이는 피부노화가 시작된 최초 시점 문항에서 ‘30대 후반-40대 초반’ 271명(54.05%)이 높게 나타나 피부노화가 시작되고부터 피부노화 예방을 위한 화장품을 사용하는 것을 알 수 있다.

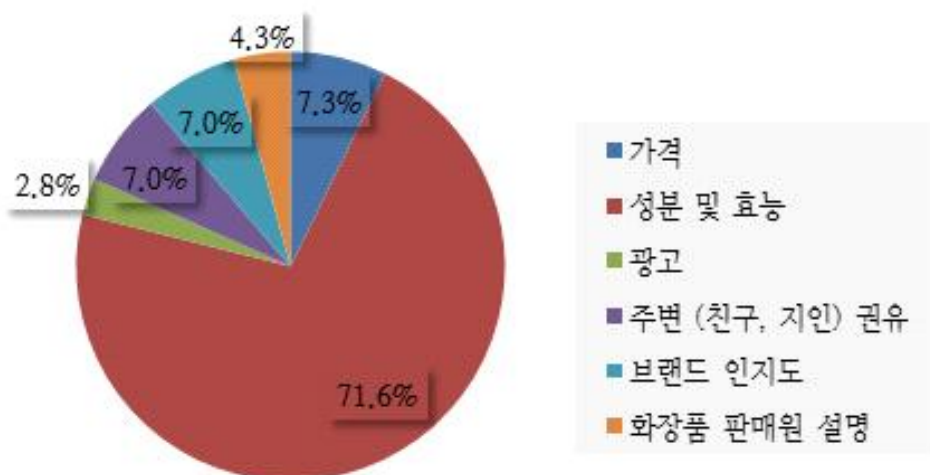


가장 많이 사용하는 피부노화 예방을 위한 화장품을 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-12]. ‘주름개선제품’이 114명(28.6%) 가장 높게 나타났으며, 그 다음으로는 ‘수분제품’ 80명(20.1%), ‘자외선차단제품’ 65명(16.3%), ‘탄력제품’ 59명(14.8%), ‘안티에이징(토탈)제품’ 58명(14.8%), ‘색소침착(미백)제품’ 22명(5.5%)순으로 나타났다. 이는 피부 고민 증상에서 ‘주름(이마, 눈가, 팔자 등)’ 298명(22.2%), ‘피부처짐(볼륨감, 탄력)’ 252명(18.7%)으로 나타나 중년여성의 경우 자신의 피부 고민에 알맞은 피부노화 예방을 위한 화장품을 선택하여 사용하는 것을 알 수 있다.



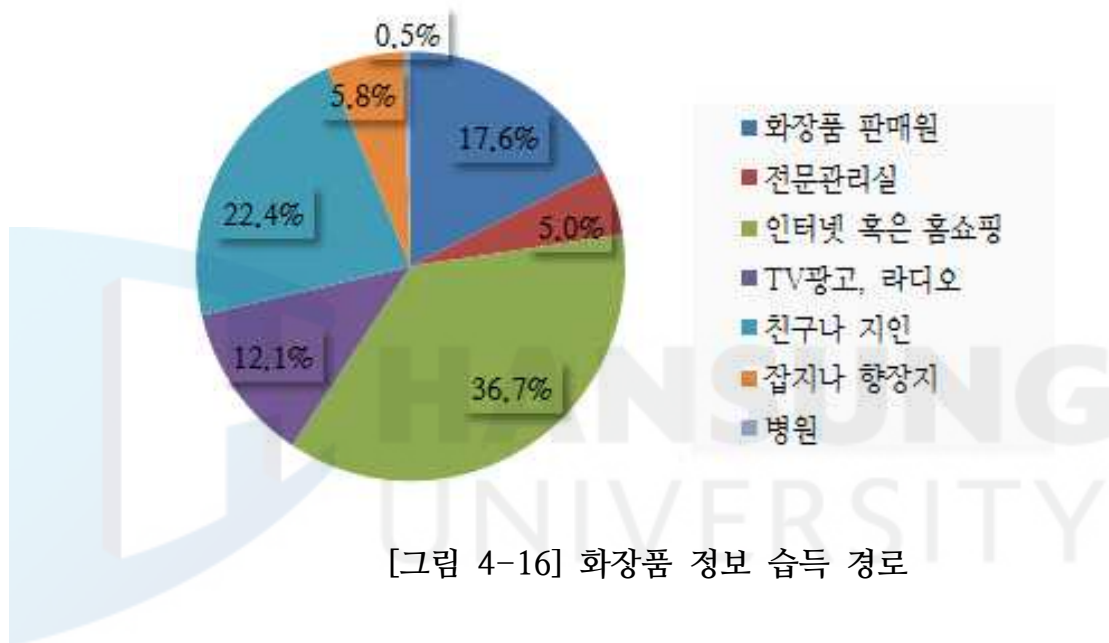
[그림 4-14] 가장 많이 사용하는 화장품

피부노화 예방을 위한 화장품 구입 시 가장 중요하게 생각하는 기준을 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-15]. ‘성분 및 효능’이 285명(71.6%)로 가장 높게 나타났으며 ‘가격’ 29명(7.3%), ‘주변(친구, 지인)권유’ 28명(7.0%), ‘브랜드 인지도’ 28명(7.0%), ‘화장품 판매원 설명’ 17명(4.3%), ‘광고’ 11명(2.8%)순으로 나타났다. 피부노화 예방을 위한化妆품을 구입 시 중요시 여기는 부분은 성분 및 효능임을 알 수 있다.

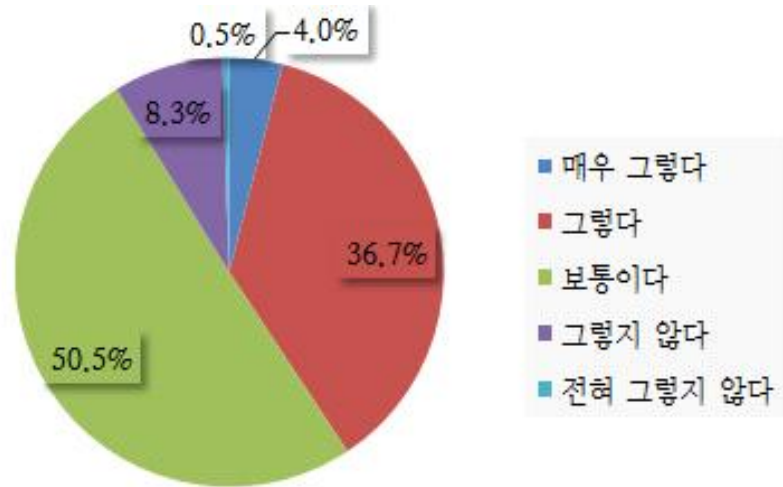


[그림 4-15] 화장품 구입 시 중요한 기준

피부노화 예방을 위한 화장품 관련 정보 습득경로를 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-16]. ‘인터넷 혹은 홈쇼핑’이 146명(36.7%)로 가장 높게 나타났다으며, 그 다음으로는 ‘친구나 지인’ 89명(22.4%), ‘화장품 판매원’ 70명(17.6%), ‘TV광고, 라디오’ 48명(12.1%), ‘잡지나 화장품회사 향장지’ 23명(5.8%), ‘전문관리실’ 20명(5.0%), ‘병원’ 2명(0.5%)순으로 나타났다. 이는 최근 산업의 발달로 인해 정보를 빠르고 다양하게 접할 수 있는 인터넷과 대중매체를 통해 정보를 습득하는 것으로 판단된다.

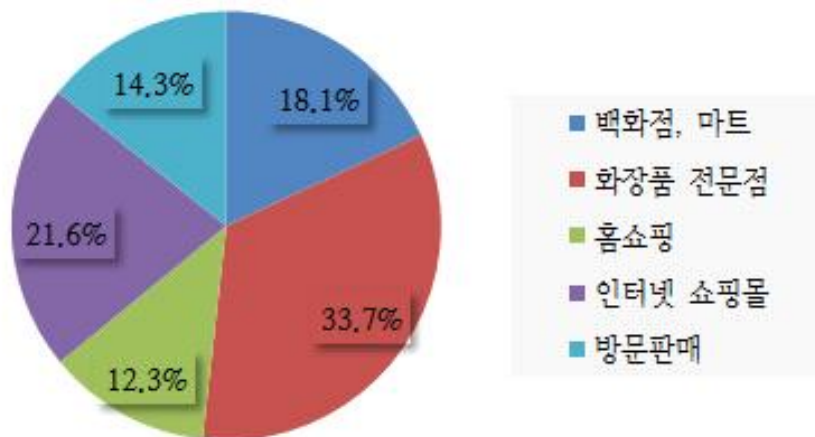


피부노화 예방을 위한 화장품 만족도를 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-17]. ‘보통이다’ 201명(50.5%)로 가장 높게 나타났으며, ‘그렇다’ 146명(36.7%), ‘그렇지 않다’ 33명(8.3%), ‘매우 그렇다’ 16명(4.0%), ‘전혀 그렇지 않다’ 2명(0.5%)순으로 나타났다. 피부노화 예방을 위한 화장품 만족도에서 보통이다 201명(50.5%)라는 의견이 높게 나온 이유로 피부 노화를 빠르게 해결할 수 있는 성형, 피부 관리 기술이 다양하게 개발됨에 따라 화장품의 만족도가 이용 여부에 비해 낮게 나타난 것으로 판단된다.



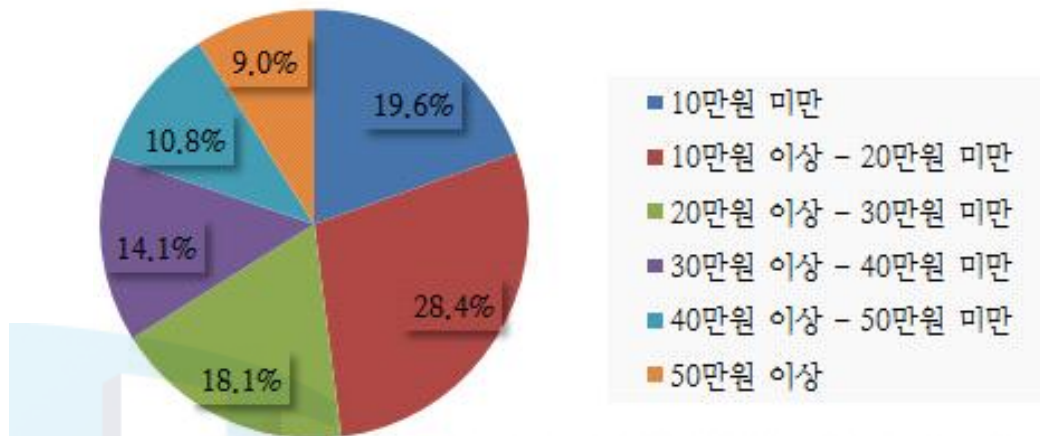
[그림 4-17] 화장품 만족도

피부노화 예방을 위한 화장품 구입 장소를 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-18]. ‘화장품 전문점’이 134명(33.7%)로 가장 높게 나타났으며, ‘인터넷 쇼핑몰’ 86명(21.6%), ‘백화점, 마트’ 72명(18.1%), ‘방문판매’ 57명(14.3%), ‘홈쇼핑’ 49명(12.3%)순으로 나타났다. 인터넷과 대중매체를 통한 정보력을 가지고 화장품 전문점과 인터넷 쇼핑몰에서 피부노화 예방을 위한 화장품 구입을 하는 것을 알 수 있다.



[그림 4-18] 화장품 구입 장소

연 평균 피부노화 예방을 위한 화장품 구입금액을 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-19]. ‘10만원 이상-20만원 미만’이 113명(28.4%)로 가장 높게 나타났으며, ‘10만원 미만’ 78명(19.6%), ‘20만원 이상-30만원 미만’ 72명(18.1%), ‘30만원 이상-40만원 미만’ 56명(14.1%), ‘40만원 이상-50만원 미만’ 43명(10.8%), ‘50만원 이상’ 36명(9.0%)순으로 파악되었다.



[그림 4-19] 연 평균 화장품 구입 금액

화장품은 피부를 보호하고 용모를 아름답게 가꾸기 위한 기능적인 역할과 스스로를 관리하며 만족하게 하는 역할로 여성의 삶의 일부분에서 절대 빠질 수 없는 제품이다.<sup>84)</sup>

중년여성의 경우 급격히 진행되는 피부노화를 실감하는 시기로 기존에 단순히 피부를 보호하던 화장품에서 잡티를 가려주거나 주름을 완화시켜 주는 전문 기능성 제품의 필요성을 인지하고 사용하고 있음을 확인 할 수 있었다. 하지만 무분별한 기능성화장품의 사용은 오히려 피부의 노화를 가속화 시킬 수 있으므로 화장품의 유효성분과 안정성을 고려하여 자신의 피부고민에 맞는 기능성화장품을 선택할 수 있는 지식을 갖추는 것이 중요하다고 판단된다.

84) 서순희. op.cit. pp.17-18.



#### 4.6.2 피부관리 이용

피부관리 형태 중 피부관리(전문, 셀프)이용에 관한 조사를 빈도 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-20]. 분석결과 피부관리(전문, 셀프) 이용여부에서 ‘그렇지 않다’가 294명(58.6%)로 나타났으며 ‘그렇다’는 208명(41.4%)으로 파악되었다[그림 4-20, a].

피부관리(전문, 셀프) 이용하지 않는 이유에서 ‘그렇지 않다’ 294명(58.6%)을 대상으로 피부관리(전문, 셀프)를 이용하지 않는 이유에 대해서 살펴보면 비용이 비싸서 177명(60.2%)으로 가장 높게 나타났으며, 그 다음으로는 ‘시간이 없어서’ 46명(9.2%), ‘효과가 없을 것 같아서’ 28명(9.5%), ‘피부 노화는 자연스러운 현상이기 때문에’ 23명(7.8%), ‘피부관리(전문, 셀프) 및 병원 이용방법을 몰라서’ 17명(5.8%), ‘기타’ 3명(1.0%)순으로 나타났다.[그림 4-20, b].

피부관리(전문, 셀프)이용 빈도를 살펴보면 주 ‘1-2회’가 143명(68.8%)으로 가장 높게 나타났으며, 그 다음으로는 ‘2-3회’ 44명(21.2%), ‘3-4회’ 13명(6.3%), ‘5-6회’ 4명(1.9%), ‘매일’ 4명(1.9%)순으로 나타났다[그림 4-20, c].

피부관리(전문, 셀프)관리 부위를 살펴보면 ‘얼굴’ 173명(83.2%)으로 가장 높게 나타났으며, 그 다음으로는 ‘전신’ 24명(11.5%), ‘복부’ 11명(5.3%)순으로 나타났다. 피부관리(전문, 셀프)관리 부위에서 얼굴이 173명(83.2%)가장 높게 나타났는데 이는 얼굴이 피부 노화 중 가시적으로 먼저 보이기 때문이라고 판단된다[그림 4-20, d].

피부관리(전문, 셀프) 효과 만족도에 대해서 살펴보면 ‘그렇다’ 93명(44.7%), ‘보통이다’ 84명(40.4%), ‘매우 그렇다’ 21명(10.1%), ‘그렇지 않다’ 10명(4.8%)순으로 나타났다. 전반적으로 피부관리(전문, 셀프)에 대한 만족도가 높음을 알 수 있다[그림 4-20, e].

피부관리(전문, 셀프)에 연평균 투자 하는 금액으로 ‘10만원 미만’ 54명 (26.0%), ‘50만원 이상’ 45명(21.6%), ‘10만원 이상 - 20만원 미만’ 43명 (20.7%), ‘20만원 이상 - 30만원 미만’ 33명(15.9%), ‘40만원 이상 - 50만원 미만’ 18명(8.7%), ‘30만원 이상 - 40만원 미만’ 15명(7.2%)순으로 나타났다[그림 4-20, f].

임수정(2014)<sup>85)</sup>, 박정연(2012)<sup>86)</sup>연구에서다른 연령에 비해 40세 이상의 중년여성이 젊음유지와 노화방지를 위한 홈케어와 피부관리실 이용 빈도가 높았으며, 피부관리를 통해 자아존중감, 삶의 만족도에서 매우 긍정적인 요소로 작용된다는 연구 결과가 있었다.

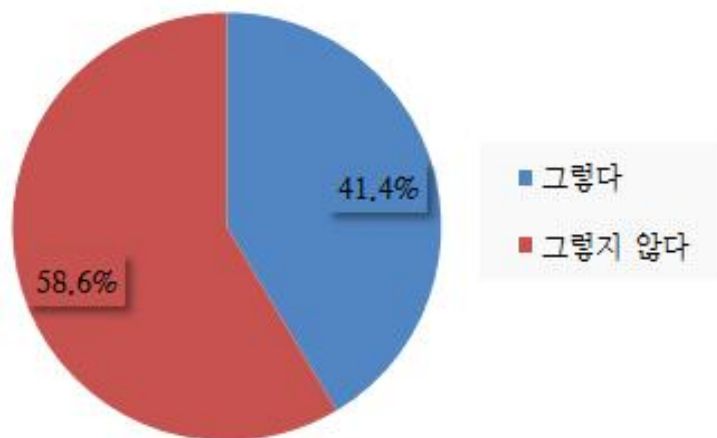
본 연구 결과에서 마찬가지로 피부관리를 이용하는 중년여성 208명 (41.4%)이 피부관리 후 만족한다는 의견이 93명(44.7%)로 일치하게 나타났다. 피부관리는 미용성형과 달리 피부 본연의 특성을 변형시키지 않고 피부가 지닌 원래의 기능을 유지·활성화시켜 젊고 아름다운 피부를 가꾸어주는 것으로 건강하게 관리를 할 수 있다는 장점이 있으며 최근에는 셀프미용을 할 수 있는 미용기기가 증가하면서 집에서 간편하게 관리할 수 있는 제품 등이 출시되면서 중년여성이 노화 예방을 위한 피부관리 방법 선택의 폭이 넓어질 것으로 판단된다.

---

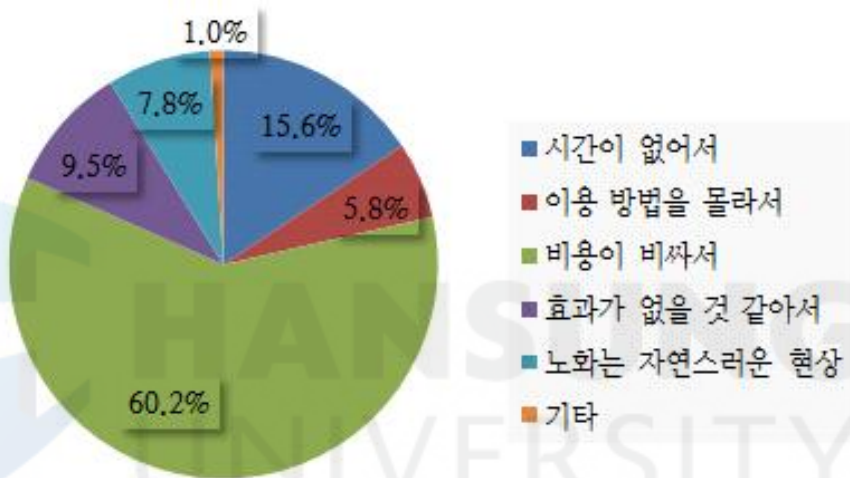
85) 임수정. (2014). 『피부관리와 안면미용성형의 실태 및 만족도에 관한 연구』. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문. p88.

86) 박정연. (2012). 자가피부관리가 노인여성의 피부상태 개선과 자아존중감·삶의 만족도에 미치는 영향. 『대한피부미용학회』, 10(4), p983.

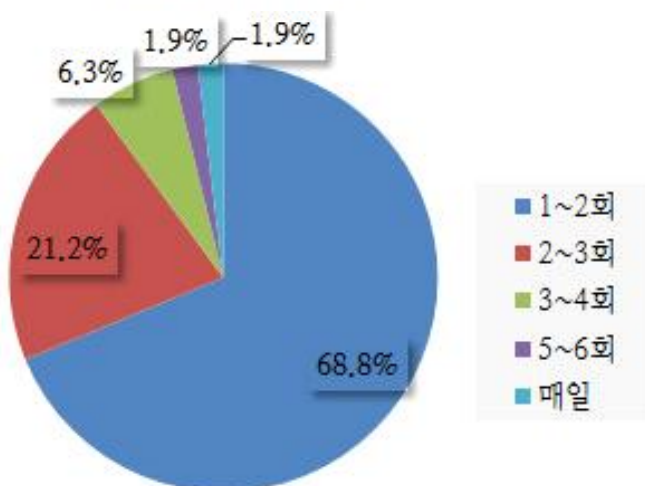




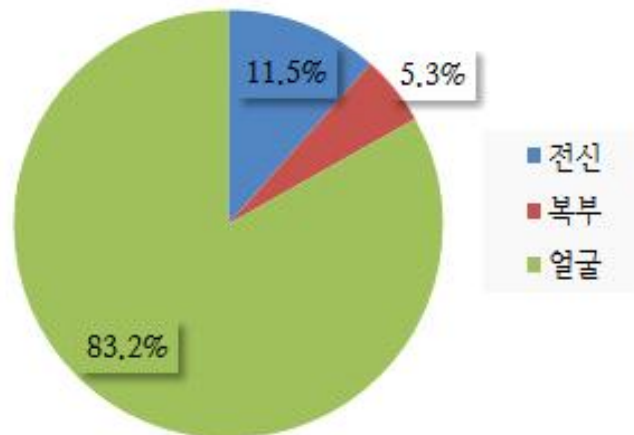
[a. 피부관리 이용 여부]



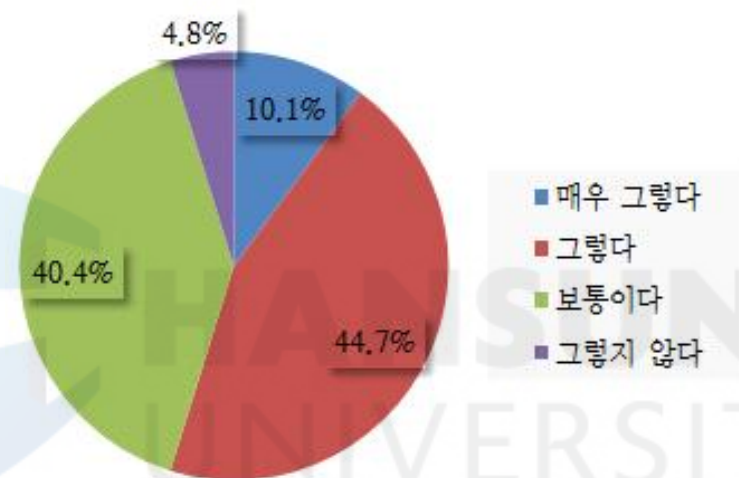
[b. 이용하지 않는 이유]



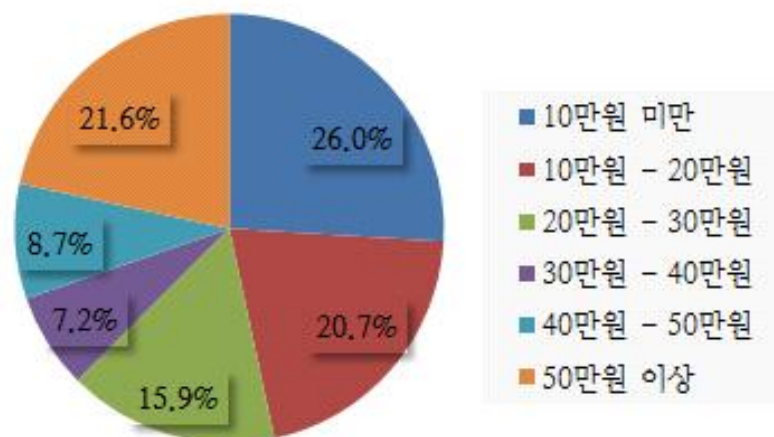
[c. 피부관리 이용 빈도]



[d. 피부관리 부위]



[e. 피부관리 효과 만족도]



[f. 피부관리 연 평균 투자금액]

[그림 4-20] 피부관리 이용에 관한 조사

#### 4.6.3 미용성형 이용

피부관리 형태 중 미용(쁘띠)성형 이용에 관한 조사를 빈도 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-21]. 미용(쁘띠)성형 이용여부를 살펴보면 ‘그렇지 않다’ 376명(74.9%), ‘그렇다’ 126명(25.1%)으로 나타났다[그림 4-21, a]. 정문신(2014)<sup>87)</sup>연구에서도 미용성형 경험이 ‘없다’ 341명(73.7%)는 의견이 높아 지역, 연령, 직업에 따른 차이는 있겠지만 미용(쁘띠)성형의 보편화가 되지 않았음을 알 수 있다.

미용(쁘띠)성형에서 ‘그렇지 않다’ 376명(74.9%)을 대상으로 미용(쁘띠)성형을 망설임 이유를 살펴보면 ‘부작용이 우려되서’ 139명(37.0%)로 가장 높게 나타났으며 ‘경제적인 여유가 없어서’ 112명(29.8%), ‘기대만큼 효과가 없을 것 같아서’ 52명(13.8%), ‘피부노화는 자연스러운 현상이기 때문에’ 32명(8.5%), ‘시간이 없어서’ 29명(7.7%), ‘기타’ 12명(3.2%)순으로 나타났다[그림 4-21, b].

미용(쁘띠)성형 종류를 살펴보면 ‘보톡스, 필러’가 41명(32.5%)으로 가장 높게 나타났으며, ‘레이저 시술(색소)’ 36명(28.6%), ‘주름제거’ 19명(15.1%), ‘레이저 시술(색소)’ 36명(13.5%), ‘얼굴윤곽’ 6명(4.8%), ‘지방이식’ 4명(3.2%), ‘피부재생술’ 3명(2.4%)순으로 나타났다[그림 4-21, c].

미용(쁘띠)성형효과 만족도를 살펴보면 ‘그렇다’ 62명(49.2%)으로 가장 높게 나타났으며, ‘보통이다’ 48명(38.1%), ‘매우 그렇다’ 10명(7.9%), ‘그렇지 않다’ 4명(3.2%), ‘전혀 그렇지 않다’ 2명(1.6%)순으로 나타났다. 만족도는 피부노화 예방을 위한 화장품 이용 보통이다가 201명(50.5%) 과 피부(전문, 셀프)관리 ‘그렇다’ 93명(44.7%)보다 높음을 알 수 있다[그림 4-21, d].

---

87) 정문신. op.cit. p37.

미용(쁘띠)성형 연평균 투자 금액을 살펴보면 ‘10만원 이상 - 20만원 미만’ 29명(23.0%)로 가장 높게 나타났으며, ‘20만원 이상 - 30만원 미만’ 25명(19.8%), ‘10만원 미만’ 24명(19.0%), ‘50만원 이상’ 24명(19.0%), ‘30만원 이상 - 40만원 미만’ 16명(12.7%), ‘40만원 이상 - 50만원 미만’ 8명(6.3%)순으로 나타났다[그림 4-21, e].

미용(쁘띠)성형이 자존감 및 삶의 질 도움정도를 살펴보면 ‘그렇다’가 110명(45.5%)으로 가장 높게 나타났으며, ‘보통이다’ 80명(33.1%), ‘매우 그렇다’ 44명(18.2%), ‘그렇지 않다’ 7명(2.9%), ‘전혀 그렇지 않다’ 1명(0.4%)순으로 나타났다. 미용(쁘띠)성형 이용 여부는 피부노화 예방을 위한 화장품 398명(79.3%), 피부관리(전문, 셀프) 208명(41.4%)보다 낮지만 만족도는 높음을 알 수 있다[그림 4-21, f].

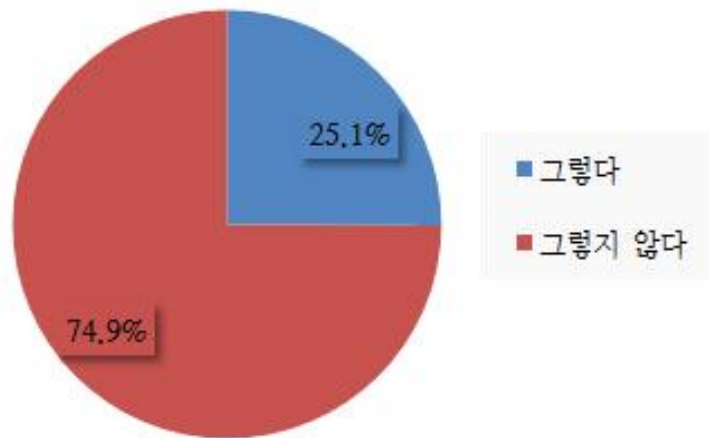
임수정(2014)<sup>88)</sup> 연구결과 40세 이상 중년여성 미용성형 여부에서 하지 않음(50.9%), 레이저(31.6%), 필러(12.3%)순으로 나타났으며, 미용성형 결정 시 장애가 되는 요인으로 비용(40.4%), 부작용(38.6%)으로 미용성형 만족도 결과 ‘도움 되었다’가 높게 나타나 본 연구결과와 상이한 결과를 나타냈다. 이는 연구대상자의 지역적, 직업 등에 대한 차이 혹은 중년여성의 미용성형에 대한 인식의 변화에서 나타날 수 있는 결과로 판단된다.

또한 본 연구의 미용성형의 이용여부가 다른 피부관리 형태와 비교했을 시 적은 이용률을 나타냈지만 장미(2014)<sup>89)</sup> 연구결과 외모 스트레스 해결 방법으로 미용성형을 하는 28.2%의 사람들이 외모 스트레스 해결 방안의 최우선을 미용성형을 한다는 의견을 꼽았다. 그만큼 미용성형에 대해 긍정적이고 적극적인 경향을 보이고 있지만 관심과 수요의 증가에 따라 발생할 수 있는 부작용을 줄이기 위한 주의사항에 대한 관심을 기울이고 전문가와 상담을 통한 시술을 해야 할 것으로 사료된다.

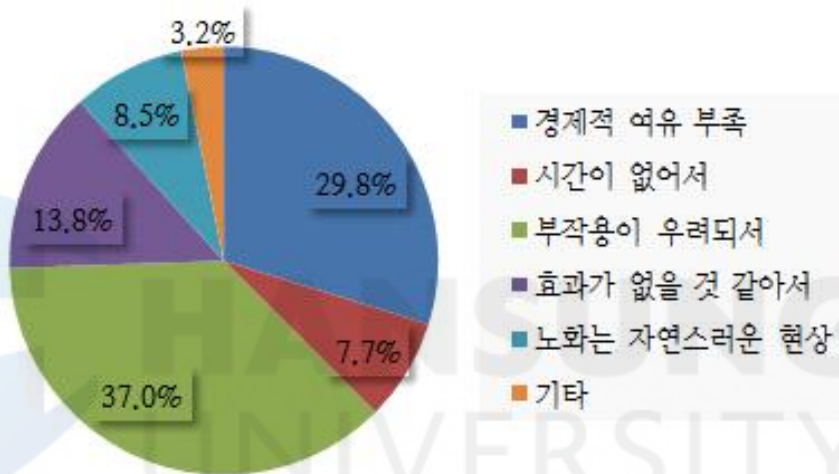
---

88) 임수정. op.cit. pp.60-73.

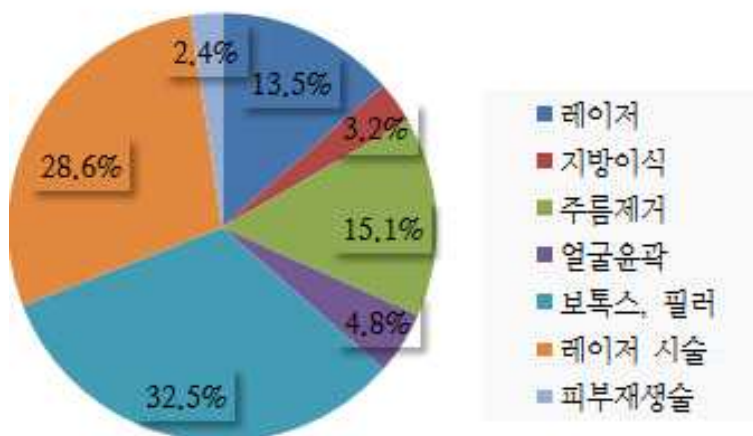
89) 장미. op.cit. p91.



[a. 미용성형 이용 여부]

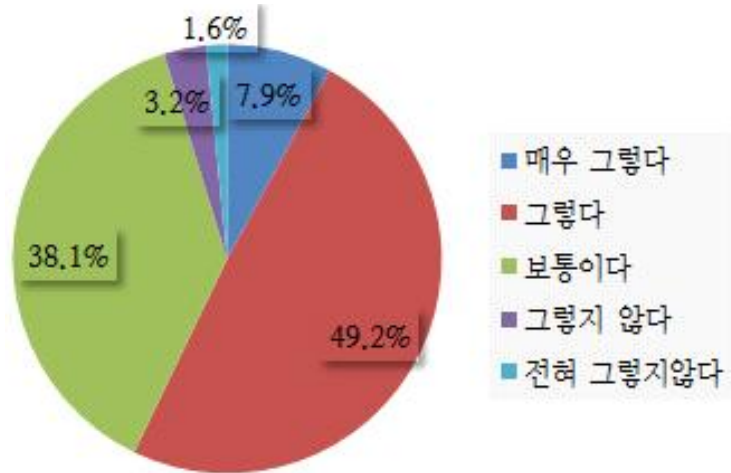


[b. 미용성형 망설임 이유]

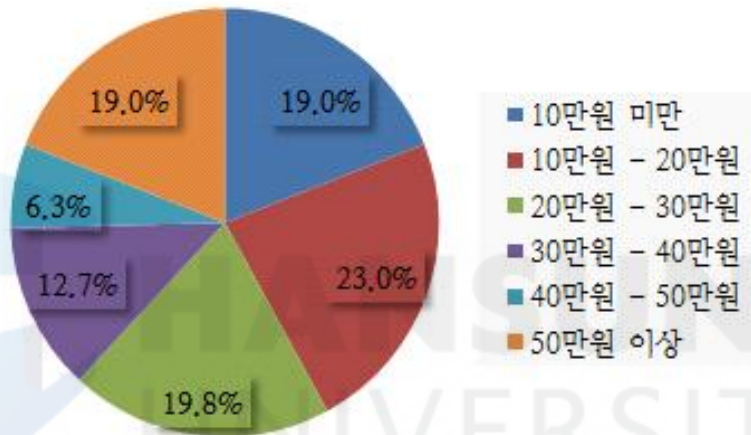


[c. 미용성형 종류]

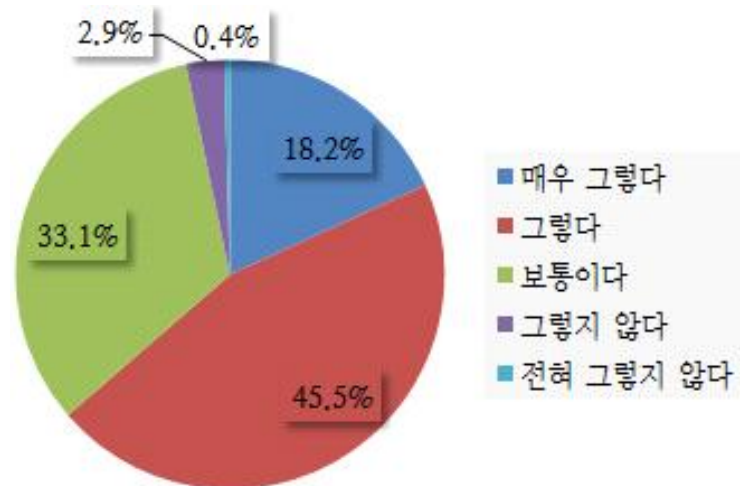




[d. 미용성형 효과 만족도]



[e. 미용성형 연 투자 금액]



[f. 미용성형을 통한 삶의 질 도움]

[그림 4-21] 미용성형 이용에 관한 조사

#### 4.6.4 생활습관 및 건강기능식품 이용

피부관리 형태 중 생활습관 및 건강기능 식품 이용에 관한 조사를 빈도 분석한 결과는 다음과 같다[그림 4-22]. 피부관리를 위한 생활습관 관심도에 대해서 살펴보면 ‘보통이다’ 208명(41.4%)으로 가장 높게 나타났으며, ‘높음’ 186명(37.1%), ‘낮음’ 51명(10.2%), ‘매우 높음’ 43명(8.6%), ‘매우 낮음’ 14명(2.8%)순으로 나타났다[그림 4-22, a].

피부노화 방지를 위해 가장 노력하는 점을 살펴보면 ‘세안, 클렌징, 필링 등에 각별히 신경을 쓴다’ 209명(41.6%)으로 가장 높게 나타났으며, ‘비타민 등 영양제, 건강기능식품을 꾸준히 섭취한다’ 105명(20.9%), ‘스트레스를 덜 받도록 노력한다’ 93명(18.5%), ‘흡연, 음주를 피하고 꾸준히 운동을 한다’ 52명(10.4%), ‘고기능성 화장품을 사용한다’ 43명(8.6%)순으로 나타났다[그림 4-22, b]. 피부노화 예방을 위한 화장품 사용 398명(79.3%) 비율에 비해 생활습관에서 예방할 수 있는 ‘세안, 클렌징, 필링’, ‘건강기능식품’에 대한 관심도가 높은 것으로 알 수 있다.

피부관리를 위해 주의를 기울이는 부분을 살펴보면 ‘야외 활동 시 자외선 및 미세먼지 등 유해환경으로부터 피부를 보호한다’ 161명(31.9%)으로 가장 높게 나타났으며 ‘적당한 운동과 스트레스 해소 등 건강수칙을 충실히 지킨다’ 127명(25.3%), ‘항노화 물질이 많이 함유된 식품은 꼭 섭취한다’ 74명(14.7%), ‘육류보다는 채소위주의 식단을 선호한다’ 71명(14.1%), ‘조미료를 사용하지 않는 저염식의 음식을 섭취한다’ 44명(8.8%), ‘냉·난방기 바람으로부터 피부를 보호한다’ 25명(5.0%)순으로 나타났다[그림 4-22, c].

피부관리를 위한 비타민 등 건강기능 식품 섭취개수를 살펴보면 ‘2가지’ 166명(33.1%), ‘1가지’ 142명(28.3%), ‘섭취하지 않는다’ 97명(19.3%), ‘3가지’ 65명(12.9%), ‘4가지’ 31명(6.2%)순으로 나타났다[그림 4-22, d].

연평균 피부 관리를 위해 구입하는 식품의 금액을 살펴보면 10만원 미만 이 118명(41.2%)로 가장 높게 나타났으며 ‘10만원 이상-20만원 미만’ 118명(23.5%), ‘20만원 이상-30만원 미만’ 80명(15.9%), ‘30만원 이상-40만원 미만’ 45명(9.0%), ‘50만원 이상’ 38명(7.6%), ‘40만원 이상-50만원 미만’ 14명(2.8%)순으로 나타났다[그림 4-22, e].

피부관리 시 가장 효과 있다고 생각하는 방법을 살펴보면 규칙적 운동과 생활습관이 205명(40.8%), ‘피부관리(전문, 셀프)’ 232명(24.1%), ‘기능성화장품’ 94명(18.7%), ‘건강식품 복용’ 44명(8.8%), ‘미용(쁘띠)성형’ 35명(7.0%), ‘기타’ 3명(0.6%)순으로 나타났다[그림 4-22, f].

이명심(2010)<sup>90)</sup>, 최정숙(2016)<sup>91)</sup>연구결과 피부상태와 식습관 및 생활습관 간에 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 건강기능식품을 섭취하는 사람일수록 중성피부인 경우가 많다는 결과를 나타냈다. 또한 건강기능식품은 피부를 구성하고 있는 표피, 진피, 피하조직을 유지하고 다른 노화를 개선하는데 유효한 기능성식품으로 화장품으로 한계가 있는 부분을 식품의 섭취를 통해 효과를 볼 수 있어 중년여성의 관심도가 높은 것으로 판단된다.

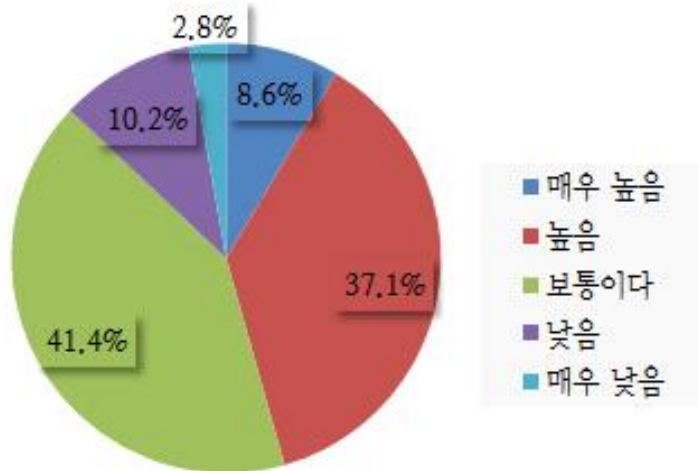
본 연구 결과 역시 피부관리를 위한 생활습관 관심도가 ‘보통’ 208명(41.4%), ‘높음’ 186명(37.1%)으로 대체적으로 관심을 갖고 있었으며 평균 1-2가지의 건강기능식품을 섭취한다는 결과가 나타나 피부를 위해 생활습관 및 식습관 등에 주의를 기울이고 있음을 알 수 있다.

---

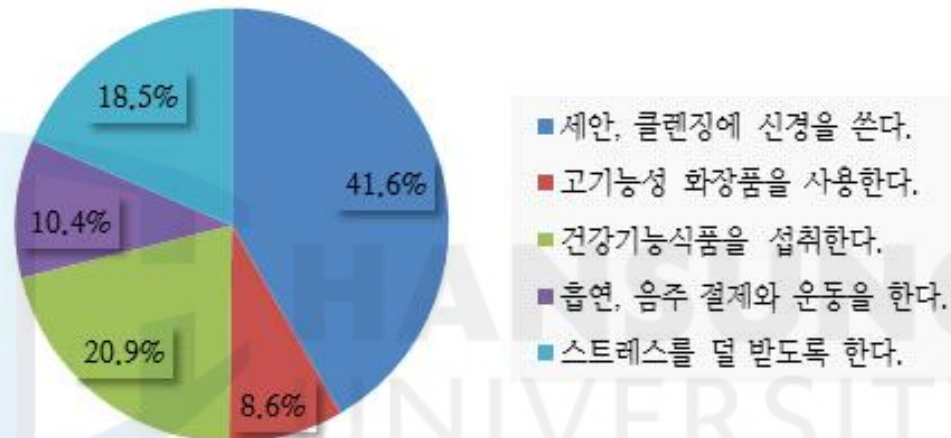
90) 이명심. op.cit. p72.

91) 최정숙. (2016). 『피부미용실 이용자의 건강기능식품 섭취 행태 및 인식도』. 대구한의대학교 대학원 석사학위 논문. p5.

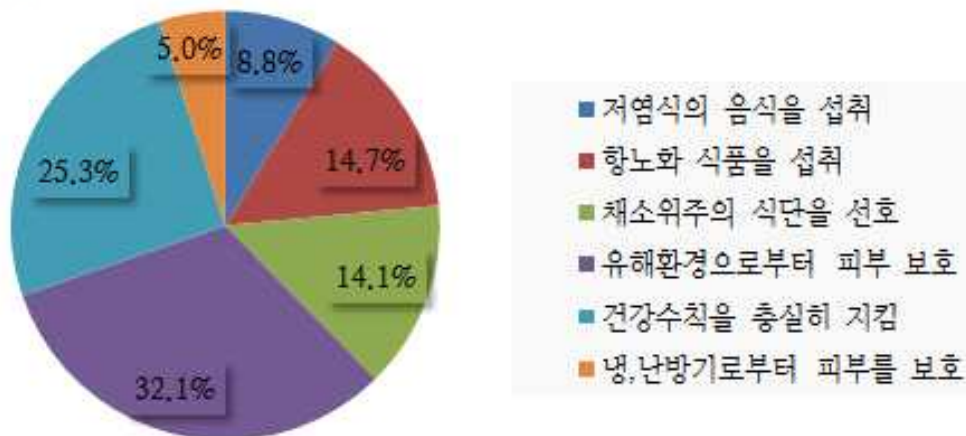




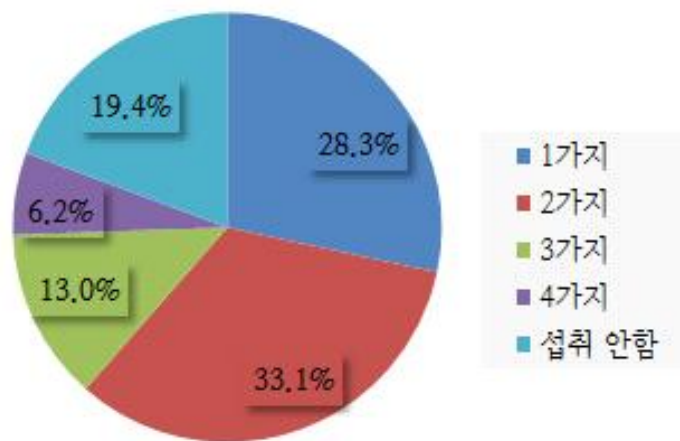
[a. 피부를 위한 생활습관 관심도]



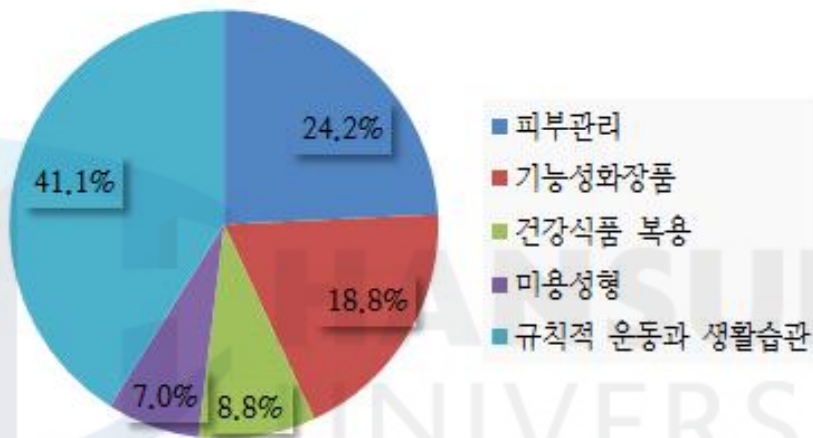
[b. 피부노화 방지를 위해 노력하는 점]



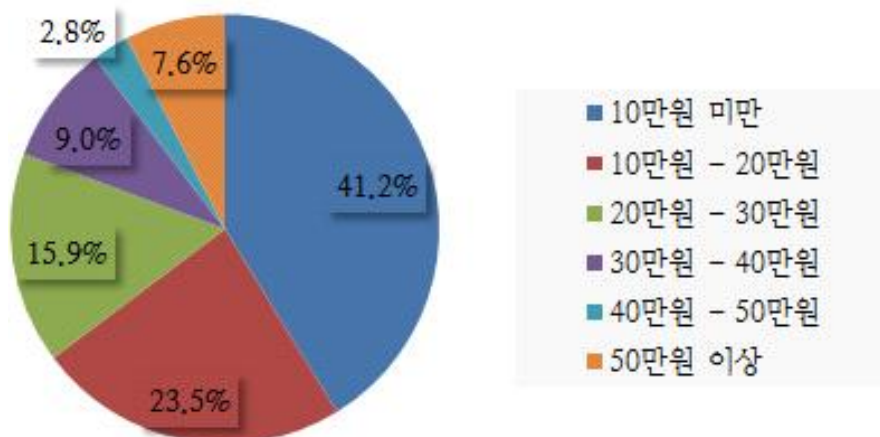
[c. 건강기능식품 섭취 개수]



[d. 피부를 위해 주의하는 부분]



[e. 건강기능식품 연 평균 구입 금액]



[f. 피부관리 시 가장 효과 있는 방법]

[그림 4-22] 생활습관 및 건강기능식품 이용에 관한 조사

## 4.7 피부노화 스트레스와 피부관리 형태 관계 분석

### 4.7.1 피부관리 관심도와 피부노화 스트레스 간의 인식 차이

피부관리 화장품, 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형 관심도와 피부노화 스트레스 인식의 차이를 알아보기 위하여 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과로 Scheffe의 다중범위 검정(Scheffe's multiple range test)을 통하여  $p < .05$ 에서 유의한 차이를 검정하였다[표 4-6].

피부관리 화장품, 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형 관심도와 피부노화 스트레스 인식의 차이(A: 매우 많다 - E: 전혀 없다) 결과를 살펴보면 '매우 많다'(M=3.6), '많다'(M=3.4), '보통이다'(M=3.1), '없다'(M=2.6), '전혀 없다'(M=1.6)순으로 유의수준 5%에서 유의미한 것으로 나타났다( $F=21.5$ ,  $p < .05$ ).

즉, 피부노화에 대한 스트레스 지수가 높을수록 피부관리 화장품, 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형에 대한 관심도가 높게 나타났다.

[표 4-6] 피부관리 관심도와 피부노화 스트레스 간의 인식 차이

	스트레스 지수										F	p	Scheffe
	A		B		C		D		E				
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD			
1. 피부 노화를 느끼면 우울해진다.	4.0	1.0	3.7	0.8	3.4	0.9	2.6	0.9	2.0	1.4	12.9	0.00	A>C>D>E, B>C>D
2. 피부노화는 여성의 매력을 감소시켜 관리가 필요하다.	3.9	1.0	3.5	0.9	3.1	0.8	1.8	0.7	1.5	0.7	27.3	0.00	A>B>C>D>E
3. 경제적으로 어려울 때 더 나이 드는 것 같다.	3.7	1.2	3.6	1.0	3.4	0.9	2.8	1.2	1.0	0.0	6.7	0.00	A>D>E, B>E, C>E
4. 피부관리를 하고나면 스트레스가 줄어든다.	3.9	1.1	3.7	0.9	3.4	0.8	3.2	0.8	1.5	0.7	8.5	0.00	A,B>C>E
5.스트레스를 받을 때 피부노화 현상이 더 나타나는 것 같다.	3.9	1.2	3.8	0.8	3.6	0.8	3.1	0.9	1.0	0.0	9.6	0.00	A, B, C, D>E
6. 피부노화가 진행에 두려움을 느낀다.	3.7	1.1	3.6	0.9	3.1	0.9	2.6	0.8	2.0	1.4	13.3	0.00	A, B>C>D
7. 동년배보다 나이가 들어 보이면 스트레스 받는다.	3.8	1.2	3.2	1.0	3.0	1.0	2.7	0.8	1.5	0.7	9.3	0.00	A>B>C>D
8. 피부관리는 피부노화지연에 효과가 있다.	4.1	1.1	3.9	0.9	3.7	0.7	3.3	1.0	1.0	0.0	9.5	0.00	A>D>E, B,C>E
9. 나이에 비해 피부노화의 속도가 빠르다고 느낀다.	3.4	1.2	3.1	0.9	2.8	0.8	2.4	1.0	1.0	0.0	9.5	0.00	A>C>D>E, B>E
10. 타인(이성)에게 매력 있게 보이기 위해 피부관리를 한다.	3.3	1.2	2.9	1.0	2.7	0.9	2.1	0.7	1.0	0.0	8.8	0.00	A>C>D>E, B>D
11. 경제적 여유가 없어도 피부노화지연을 위해 지출을 아끼지 않는다.	3.4	1.2	2.9	1.0	2.5	0.8	1.9	0.5	1.0	0.0	18.2	0.00	A>B>C>D>E
12. 나이 든다는 것은 자연스러운 일로 관리를 하지 않는 것이 바람직하다.	2.2	1.3	2.5	1.1	2.8	0.8	3.4	1.1	4.5	0.7	9.5	0.00	A>C>D>E, B>C
스트레스지수	3.6	0.8	3.4	0.5	3.1	0.5	2.6	0.4	1.6	0.4	21.5	0.00	A>B>C>D>E

M=mean(평균), SD=standard deviation(표준편차), F/p-value

#### 4.7.2 피부관리를 위한 생활습관 관심도와 스트레스간의 차이

다음 [표 4-7]은 피부노화 및 생활습관 관심도가 스트레스 대한 인식의 차이를 알아보기 위하여 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하였으며, Scheffe의 다중범위 검정(Scheffe's multiple range test)을 통하여  $p < .05$ 에서 유의한 차이를 검정하였다[표 4-7].

분석결과 스트레스 지수는(A: 매우 많다 - E: 전혀 없다) 생활습관 관심도에 따라 '매우 높음'(M=3.6), '높음'(M=3.4), '매우 낮음'(M=3.3), '보통'(M=3.2), '낮음'(M=3.1) 순으로 유의수준 5%에서 유의미한 것으로 나타났다( $F=5.8, p < .05$ ).

스트레스 인식도의 '나는 피부가 노화된다는 느낌이 들면 우울하다'(F=4.0,  $p < 0.004$ ), '피부노화는 여성으로서의 매력을 반감시키므로 적극적으로 관리한다'(F=7.2,  $p < 0.000$ ), '피부관리를 하고나면 피부 노화의 스트레스가 줄어든다'(F=2.6,  $p < 0.038$ ), '스트레스를 받을 때 피부노화 현상이 더 나타나는 것 같다'(F=4.7,  $p < 0.001$ ), '피부노화가 진행되는 것에 대한 두려움을 느낀다'(F=5.9,  $p < 0.000$ ), '동년배보다 나이 들어 보이는 것에 스트레스 받는다'(F=3.0,  $p < 0.018$ ), '나 자신의 만족보다 타인(이성)에게 매력 있게 보이기 위해 피부관리를 한다'(F=3.8,  $P < 0.004$ ), '경제적 여유가 없어도 피부노화지연을 위해 지출을 아끼지 않는다'(F=8.1,  $p < 0.000$ ) '스트레스지수'(F=5.8,  $p < 0.000$ )의 경우 '매우 높음'의 스트레스 인식도가 다른 집단에 비해 높게 나타났다.

[표 4-7] 피부관리를 위한 생활습관 관심도와 스트레스간의 차이

	스트레스 지수										F	p	Scheffe
	A		B		C		D		E				
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD			
1. 피부노화를 느끼면 우울해진다.	4.0	1.1	3.7	0.9	3.5	0.8	3.4	1.0	3.4	1.3	4.0	.004	A>C>D
2. 피부노화는 여성의 매력을 반감시켜 관리가 필요하다.	3.7	1.0	3.5	0.9	3.3	0.9	3.0	1.1	2.6	1.2	7.2	.000	A, B>D>E
3. 경제적으로 어려울 때 더 나이 드는 것 같다.	3.7	1.2	3.6	1.0	3.4	0.9	3.4	1.1	3.7	0.8	1.7	.152	
4. 피부관리를 하고나면 스트레스가 줄어든다.	3.8	1.2	3.7	0.9	3.5	0.8	3.5	0.9	3.6	0.6	2.6	.038	-
5.스트레스를 받을 때 피부노화 현상이 더 나타나는 것 같다.	4.1	1.0	3.8	1.0	3.6	0.8	3.6	0.9	4.2	0.6	4.7	.001	A>C
6. 피부노화가 진행에 두려움을 느낀다.	3.8	1.1	3.6	1.0	3.3	0.8	3.1	1.0	3.6	0.9	5.9	.000	A>C>D, B>C
7. 동년배보다 나이가 들어 보이면 스트레스 받는다.	3.6	1.3	3.3	1.1	3.2	1.0	2.8	1.2	3.1	1.1	3.0	.018	A>D
8. 피부관리는 피부노화자연에 효과가 있다.	4.0	1.1	3.8	1.0	3.8	0.8	3.9	0.9	4.1	0.7	1.4	.218	
9. 나이에 비해 피부노화의 속도가 빠르다고 느낀다.	3.1	1.1	3.1	1.0	2.9	0.9	2.8	1.0	2.9	1.0	1.0	.412	
10. 타인(이성)에게 매력 있게 보이기 위해 피부관리를 한다.	3.2	1.4	3.0	1.0	2.9	0.9	2.5	1.0	2.6	0.9	3.8	.004	A>D
11. 경제적 여유가 없어도 피부노화자연을 위해 지출을 아끼지 않는다.	3.4	1.3	2.9	1.0	2.8	0.9	2.4	1.0	2.4	0.6	8.1	.000	A>B>C>D>E
12. 나이 든다는 것은 자연스러운 일로 관리를 하지 않는 것이 바람직하다.	2.3	1.3	2.6	1.1	2.6	0.9	2.7	1.1	2.9	1.3	1.2	.304	
스트레스지수	3.6	0.8	3.4	0.6	3.2	0.5	3.1	0.6	3.3	0.4	5.8	.000	A>C>D

M=mean(평균), SD=standard deviation(표준편차), F/p-value

#### 4.7.3 피부관리 형태 유형이 피부노화 스트레스 지수에 미치는 영향

피부관리 형태 유형인 화장품 사용여부, 피부관리(전문, 셀프) 이용여부, 미용(쁘띠) 이용여부, 건강기능 식품 섭취여부 중 스트레스 지수에 가장 영향을 주는 것이 무엇인지 살펴보기 위하여 다중회귀분석을 사용한 분석 결과는 다음과 같다[표 4-8].

회귀식의 유의성은 0.000으로 확인되었으며, 회귀모형의 설명량은 .042로 확인되었다. 회귀식의 계수를 살펴보면 ‘건강기능식품 섭취여부’는  $-.10$ , ‘미용(쁘띠) 이용여부’는  $-.09$ , ‘피부관리(전문, 셀프) 이용여부’는  $-.07$ , ‘화장품 사용여부’  $-.05$ 순으로 유의미한 결과가 나타났다.

[표 4-8] 피부관리 형태가 피부노화 스트레스에 미치는 영향

종속변수 독립변수	스트레스 지수				
	표준화 계수(B)	R	R <sup>2</sup>	F	p
화장품 사용여부	$-0.05$	0.205	0.042	5.429	0.28
피부관리 (전문, 셀프) 이용여부	$-0.07$	0.205	0.042	5.429	0.14
미용(쁘띠) 이용여부	$-0.09$	0.205	0.042	5.429	0.05
건강기능 식품 섭취여부	$-0.10$	0.205	0.042	5.429	0.02

$R$ =상관계수,  $R^2$  =결정계수,  $F/p$ -value



#### 4.7.4 피부노화 스트레스에 따른 피부관리 형태 이용 여부

피부노화 스트레스에 따른 피부관리 형태인 피부노화 예방을 위한 화장품 사용여부, 피부(전문, 셀프)관리, 미용(쁘띠)성형, 건강식품 섭취에 대한 이용 여부를 분석한 결과는 다음과 같다[표 4-9]. 피부노화 예방을 위한 화장품 사용여부를 살펴보면 ‘그렇다’(M=3.33, SD=0.56), ‘그렇지 않다’(M=3.17, SD=0.63)으로 피부노화 예방을 위한 화장품을 사용하는 사람이 그렇지 않은 사람들보다 스트레스 지수가 더 높게 나타났다(T=2.58  $p<.05$ ).

피부관리(전문, 셀프)이용여부를 살펴보면 ‘그렇다’(M=3.39, SD=0.62), ‘그렇지 않다’(M=3.24, SD=0.54)로 피부관리(전문, 셀프)를 이용하는 사람이 그렇지 않은 사람들보다 스트레스 지수가 더 높게 나타났다(T=2.83,  $p<.05$ ).

미용(쁘띠)성형 이용여부를 살펴보면 ‘그렇다’(M=3.44, SD=0.64), ‘그렇지 않다’(M=3.25, SD=0.55)로 미용(쁘띠)성형을 이용하는 사람이 그렇지 않은 사람들보다 스트레스 지수가 더 높게 나타났다(T=3.24,  $p<.05$ ).

건강기능식품 섭취 여부를 살펴보면 ‘그렇다’(M=3.33, SD=0.58), ‘그렇지 않다’(M=3.14, SD=0.55)로 건강기능식품을 섭취하는 사람이 그렇지 않은 사람들보다 스트레스 지수가 더 높게 나타났다(T=3.01,  $p<.05$ ).

건강한 피부는 아름다운 외모를 표현하는 방법이기도 하면서 대인관계 형성에 밀접한 영향을 주기 때문에 중년여성에게 있어 중요한 부분으로 본 연구 결과 피부노화 스트레스가 높을수록 피부관리를 하는 중년여성의 비율이 높게 나타났다.



[표 4-9] 피부노화 스트레스에 따른 피부관리 형태 이용 여부

구분		N	M	SD	t	p
화장품 사용여부	그렇다	398	3.33	0.56	2.58	0.01
	그렇지 않다	104	3.17	0.63		
피부관리 (전문, 셀프) 이용여부	그렇다	208	3.39	0.62	2.83	0.00
	그렇지 않다	294	3.24	0.54		
미용(쁘띠) 성형 이용여부	그렇다	126	3.44	0.64	3.24	0.00
	그렇지 않다	376	3.25	0.55		
건강기능 식품 섭취여부	그렇다	405	3.33	0.58	3.01	.002
	그렇지 않다	97	3.14	0.55		

*N=(명), M=mean(평균), SD=standard deviation(표준편차), t-검정, p-value*

HANSUNG  
UNIVERSITY

## V. 고찰

중년여성은 난소 기능이 저하되고 갱년기를 맞이하게 되면서 자신의 내부로부터 오는 변화에 대해 적응해야 할 부담감이 커지고 노화 현상에 대해 민감해진다. 이러한 신체변화를 극복하기 위해 피부관리를 통해 스트레스를 해결하면서 피부노화의 속도를 늦추며 심리적 안정감을 느끼게 된다.

이에 본 연구는 중년여성을 대상으로 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스가 항노화 화장품, 피부관리, 미용성형 및 생활습관과 건강 기능식품 4가지 영역에 어떠한 영향을 미치는지 연구하였다.

첫째, 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스 상관관계에 있어 피부노화 인식과 스트레스간의 상관분석결과 유의확률이 0.000으로 유의 수준 0.05 보다 낮기 때문에 피부노화 인식과 스트레스의 상관관계가 있다고 나타났다. 김미성(2017)<sup>92)</sup>, 이해원(2009)<sup>93)</sup>는 오늘날 외모를 중요시 하는 사회에서 여성들은 피부문제로 인한 스트레스를 받고 개선하고자 하는 의지가 높았으며, 외모에 대한 관심은 개개인의 삶에 영향을 미친다는 견해가 있었다. 본 연구 결과에서 마찬가지로 중년여성의 피부노화 인식에 따라 스트레스를 받고 있음을 확인하였으며, 더 나아가 노화로 인한 스트레스 원인을 해결하기 위한 방안은 무엇인지 피부관리 형태를 통해 분석하였다.

둘째, 화장품, 피부관리, 미용성형 관심도와 피부 노화 스트레스 인식 간의 차이에서 ‘매우 많다’(M=3.6), ‘많다’(M=3.4), ‘보통이다’(M=3.1), ‘없다’(M=2.6), ‘전혀 없다’(M=1.6)순으로 유의수준 5%에서 유의미한 것으로 나타났다(F=21.5,  $p < .05$ ).

서순희(2012)<sup>94)</sup>연구에서 피부노화 인식정도와 관계없이 피부관리 필요성

92) 김미성. (2017). 피부 상태에 따른 우울감이 생활 스트레스와 삶의 질에 미치는 영향 비교. 『한국미용학회지』, 23(4), p750.

93) 이해원. (2009). 『여성들의 피부관리에 대한 인식 및 선호도에 관한 연구』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문. p83.

94) 서순희. op.cit. p58.

을 매우 높게 인식하는 것으로 나타났지만 전해님(2015)<sup>95)</sup>은 스트레스가 높은 집단일수록 피부관리 행동에 영향을 미친다는 결과를 나타내 본 연구의 피부노화 스트레스가 높을수록 피부관리의 필요성에 대해 높게 생각하는 것과 일치하였다. 이는 시대 흐름에 따라 중년여성의 의식의 변화에서 나타난 결과로 외형적인 요소인 피부에 대한 중요도가 높아졌음을 시사한다.

셋째, 피부관리를 위한 생활습관 관심도와 스트레스간의 차이에서 분석결과 스트레스 지수는 생활습관 관심도에 따라 ‘매우 높음’(M=3.6), ‘높음’(M=3.4), ‘매우 낮음’(M=3.3), ‘보통’(M=3.2), ‘낮음’(M=3.1) 순으로 유의수준 5%에서 유의미한 것으로 나타났다( $F=5.8, p<.05$ ).

박봉선(2012)<sup>96)</sup>, 이명심(2010)<sup>97)</sup>연구에서 건강 및 운동습관을 하는 사람일수록 피부건강상태가 점수가 높았으며, 연령대가 높을수록 생활습관과 식생활이 바람직하고 식생활, 생활습관, 피부상태에서 건강한 피부를 유지하고 관리하기 위한 노력은 상호 관련이 있는 것으로 나타났다. 이처럼 생활습관과 피부노화는 밀접한 관계를 가지고 있음을 알 수 있다.

본 연구 결과 역시 피부노화 스트레스가 높은 중년여성일수록 생활습관 관심도가 높게 나타났다. 피부는 외부환경 뿐 아니라 호르몬 분비와 신체 건강에 의해서도 달라지기 때문에 건강한 피부를 위해서 올바른 영양섭취와 적절한 운동이 필요하다고 판단되며 노화피부 예방을 위해서는 신체를 건강하게 가꾸는 것 또한 중요하기 때문에 중년여성의 피부건강을 위한 올바른 생활습관 방법에 대한 정보를 제공해야할 것으로 사료된다.

넷째, 피부관리 형태 유형이 피부노화 스트레스 지수에 미치는 영향에서 회귀식의 유의성은 0.000으로 확인되었으며, 회귀모형의 설명량은 .042로 확인되었다. 회귀식의 계수를 살펴보면 ‘건강기능식품 섭취여부’는 -.10, ‘미용성형 이용여부’는 -.09, ‘피부관리 이용여부’는 -.07, ‘화장품 사용여부’-.05 순으로 유의미한 결과가 나타났다.

---

95) 전해님. op.cit. p42.

96) 박봉선. (2012). 『여성들의 생활습관과 안면 피부상태와의 관련성 연구』. 계명대학교 대학원 박사학위 논문. p62.

97) 이명심. op.cit. p72.

안은주(2014)<sup>98)</sup>는 가장 효과적인 항노화 관리 방법으로 규칙적인 생활과 운동, 전문피부관리, 기능성화장품, 미용성형, 건강식품 복용 순으로 나타났다.

서순희(2012)<sup>99)</sup>는 피부노화 인식이 높을수록 자가관리와 피부관리실 병행을 통한 관리를 하며 인식정도가 높거나 중간인 경우 노화피부 개선을 위한 화장품을 사용하고 생활습관에서 인식정도와 상관없이 피부노화의 원인이 스트레스라는 결과가 나타났다.

효과적인 피부노화 예방을 위한 관리 방법은 연구마다 차이는 있지만 연구 대상자의 연령과 시대 흐름에 따른 차이인 것으로 판단된다. 중년여성의 경우 건강관리는 중년여성에게 발생할 수 있는 만성질환을 예방하고 건강한 삶을 유지하는데 필수적인 만큼 피부노화 스트레스에도 큰 영향을 준 것으로 사료된다.

다섯째, 피부노화 스트레스에 따른 피부관리 형태 이용 여부에서 화장품, 피부관리, 미용성형, 건강기능식품을 섭취 하는 중년여성일수록 피부노화 스트레스 지수가 더 높게 나타났다(M=3.33, 3.39, 3.44, 3.33). 건강한 피부는 아름다운 외모를 표현하는 방법이기도 하면서 대인관계 형성에 밀접한 영향을 주기 때문에 중년여성에게 있어 중요한 부분으로 본 연구 결과 피부노화 스트레스가 높을수록 피부관리를 하는 중년여성의 비율이 높게 나타났다.

김교령(2012)<sup>100)</sup>, 정영남(2000)<sup>101)</sup>, 허영도(2011)<sup>102)</sup>의 선행연구에서 자신의 모습에 의해 생긴 불안과 부족함의 욕구가 충족되면 심리적으로 안정감과 행복감을 느낀다고 할 수 있으며 피부관리만으로 우울함과 정신적 안정에 도움 되었다는 견해가 있었다. 이에 중년여성은 자신의 외모에 많은 관심을 가질 뿐 아니라 다양한 피부관리 형태의 방법으로 피부노화 스트레스를 해소하고 있음을 알 수 있다.

---

98) 안은주. op.cit. p65.

99) 서순희. op.cit. p59.

100) 김교령. (2012). 『우울한 기분완화에 영향을 미치는 부위별 피부관리의 효과 비교 분석』. 경일대학교 대학원 석사학위 논문. p46.

101) 정영남. (2010). 『현실 요법을 적용한 집단 상담 프로그램 시 사춘기 여성의 신체상과 우울에 미치는 영향』. 고려대학교 대학원 박사학위 논문. p21.

102) 허영도. (2011). 『중년여성의 피부관리와 우울증과의 연관성에 관한 연구』. 대구한의대학교 대학원 석사학위 논문. p28.

하지만 지나친 피부관리 행동은 예를 들어 과도한 성형으로 인한 부작용과 피부타입에 맞지 않는 관리방법 등은 오히려 이상적이고 건강한 피부상태를 악화시켜 심리적 스트레스를 가중시킬 수 있기 때문에 올바른 피부관리와 함께 긍정적 심리상태를 유지할 필요가 있을 것으로 사료된다.



## VI. 결론

### 5.1 연구 요약

본 연구는 중년여성을 대상으로 노화과정으로 인해 발생하는 피부노화 인식이 스트레스에 미치는 영향과 피부노화를 예방·관리하기 위한 피부관리 형태를 알아보고자하였다.

피부노화 스트레스에 대한 지표가 필요하다고 판단되어 피부노화 인식과 피부노화 스트레스간의 상관관계를 분석하였으며, 피부관리 형태와의 연관성을 확인하기 위해 피부관리 형태에서 문항을 추출하여 피부노화 스트레스와의 연관성을 비교·분석하였다.

분석방법은 표본을 추출하여 조사대상자의 자기기입식 방식으로 설문을 하였다. 설문은 총 520부 배포하여 유효성이 없는 28부를 제외한 502부를 통계처리 하였으며 분석결과는 다음과 같다.

첫째, 조사대상자의 인구통계학적 특성을 알아본 결과 연령은 ‘40-45세’ 161명(32.1%), 최종학력은 ‘대졸’ 262명(52.2%), 직업은 ‘전업주부’ 189명(37.6%), 결혼여부는 ‘기혼’ 393명(78.3%), 가구소득 ‘500만원 이상’이 137명(27.3%)이 가장 높게 나타났다.

둘째, 주관적 피부노화 인식 중 피부노화 증상에 대한 분석 결과 피부타입 ‘건성’ 196명(39.0%), 피부건강 상태 ‘보통이다’ 278명(55.4%), 피부노화로 인한 고민 ‘그렇다’ 240명(47.8%), 피부노화가 시작된 최초 시점 ‘30대 후반-40대 초반’ 271명(54.05%), 피부 고민 증상 ‘주름(이마, 눈가, 팔자 등)’ 298명(22.2%), 최초로 느낀 피부노화 증상 ‘주름증가’ 131명(26.1%), 신경 쓰이는 주름 부위 ‘눈가주름’, 나이에 비해 피부노화 만족도를 분석한 결과 ‘보통이다’ 208명(41.4%), 피부노화 진행에 대한 인식 ‘나이에 비해 피부노화가 진행되고 있어 본격적인 관리가 필요하다’ 249명(49.6%)이 가장 높게

나타났으며 주관적 피부상태 노화인식 분석 결과 전체 평균 3.31으로 ‘피부의 주름이 증가 한다’가 평균 3.67로 가장 높게 나타났다.

셋째, 피부노화 스트레스 분석결과 ‘지속적인 피부관리는 피부노화지연에 효과가 있다고 생각한다’(M=3.83)가 가장 높게 나왔으며, ‘나이 든다는 것은 자연스러운 일이므로 특별한 관리를 하지 않는 것이 바람직하다’(M=2.62)로 가장 낮게 나타났다.

넷째, 주관적 피부노화 상태와 피부노화 스트레스 문항의 신뢰도 분석 결과 주관적 피부노화 인식 Cronbach's  $\alpha=0.848$ , 피부노화 스트레스 Cronbach's  $\alpha=0.837$ 으로 매우 높게 나타나 신뢰수준이 타당하다고 볼 수 있으며, 주관적 피부노화 인식과 피부노화 스트레스 상관관계 분석 결과 유의확률이 0.000으로 유의 수준 0.05보다 낮기 때문에 피부노화 인식과 스트레스의 상관관계가 있다고 나타났다.

다섯째, 피부관리 형태 중 피부노화 예방을 위한 화장품 사용에 대한 분석 결과 피부노화 관리(화장품, 피부관리, 미용성형)에 대한 관심도 ‘많다’ 224명(44.6%) 화장품 사용여부에서 ‘그렇다’ 398명(79.3%), 사용하지 않는 이유 ‘고가제품이라서’ 36명(34.6%), 사용 시기 ‘36-40세’ 103명(25.9%), 가장 많이 사용하는 화장품 ‘주름개선제품’ 114명(28.6%), 화장품 구입 시 가장 중요하게 생각하는 기준 ‘성분 및 효능’ 285명(71.6%) 관련 정보 습득경로 ‘인터넷 혹은 홈쇼핑’ 146명(36.7%) 만족도 ‘보통이다’ 201명(50.5%), 구입 장소 ‘화장품 전문점’ 134명(33.7%)연 평균 구입금액을 살펴보면 ‘10만원 이상-20만원 미만’ 113명(28.4%)이 가장 높게 나타났다.

여섯째, 피부관리 형태 중 피부관리(전문, 셀프)이용에 관한 분석 결과 피부관리(전문, 셀프) 이용여부에서 ‘그렇지 않다’ 294명(58.6%), 피부관리(전문, 셀프)를 이용하지 않는 이유 ‘비용이 비싸서’ 177명(60.2%), 피부관리(전문, 셀프)이용 빈도 주 ‘1-2회’가 143명(68.8%), 피부관리(전문, 셀프)관리 부



위를 살펴보면 ‘얼굴’ 173명(83.2%), 피부관리(전문, 셀프) 효과 만족도 ‘그렇다’ 93명, 피부관리(전문, 셀프)에 연평균 투자 하는 금액 ‘10만원 미만’ 54명(26.0%)이 가장 높게 나타났다.

일곱째, 피부관리 형태 중 미용(쁘띠)성형 이용에 관한 조사 결과 이용여부 ‘그렇지 않다’ 376명(74.9%), 망설임 이유를 살펴보면 ‘부작용이 우려되서’ 139명(37.0%), 미용(쁘띠)성형 종류 ‘보톡스, 필러’가 41명(32.5%), 미용(쁘띠)성형 만족도를 살펴보면 ‘그렇다’ 62명(49.2%), 연평균 투자 금액을 살펴보면 ‘10만원 이상 - 20만원 미만’이 29명(23.0%), 자존감 및 삶의 질 도움 정도를 ‘그렇다’가 110명(45.5%)로 나타났다.

여덟째, 피부관리 형태 중 생활습관 및 건강기능 식품 이용에 관한 조사를 분석한 결과 피부관리를 위한 생활습관 관심도 ‘보통이다’ 208명(41.4%), 피부노화 방지를 위해 가장 노력하는 점은 ‘세안, 클렌징, 필링 등에 각별히 신경을 쓴다’ 209명(41.6%), 피부관리를 위해 주의를 기울이는 부분 ‘야외 활동 시 자외선 및 미세먼지 등 유해환경으로부터 피부를 보호한다’ 161명(31.9%), 피부관리를 위한 비타민 등 건강기능 식품 섭취개수 ‘2가지’ 166명(33.1%) 연평균 피부 관리를 위해 구입하는 식품의 금액 ‘10만원 미만’이 118명(41.2%), 피부관리 시 가장 효과 있다고 생각하는 방법 ‘규칙적 운동과 생활습관’이 205명(40.8%)이 가장 높게 나타났다.

아홉째, 피부관리 화장품, 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형 관심도와 피부노화 스트레스 인식의 차이를 분석한 결과 ‘매우 많다’(M=3.6), ‘많다’(M=3.4), ‘보통이다’(M=3.1), ‘없다’(M=2.6), ‘전혀 없다’(M=1.6)순으로 유의수준 5%에서 유의미한 것으로 나타났으며, 피부노화 및 생활습관 관심도가 스트레스 대한 인식의 차이를 분석한 결과 ‘매우 높음’(M=3.6), ‘높음’(M=3.4), ‘매우 낮음’(M=3.3), ‘보통’(M=3.2), ‘낮음’(M=3.1) 순으로 유의수준 5%에서 유의미한 것으로 나타났다(F=5.8, P<.05).



열 번째, 피부노화 스트레스에 따른 피부관리 형태인 피부노화 예방을 위한 화장품 사용여부, 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형에 대한 이용 여부를 분석한 결과 화장품 ‘그렇다’(M=3.33, SD=0.56), 피부(전문, 셀프)관리 ‘그렇다’(M=3.39, SD=0.62), 미용(쁘띠)성형 ‘그렇다’(M=3.44, SD=0.64)로 나타나 화장품, 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형의 관리를 하는 중년여성일수록 피부노화 스트레스 지수가 높음을 확인하였다.

피부관리 형태 유형인 화장품 사용여부, 피부관리(전문, 셀프) 이용여부, 미용(쁘띠) 이용여부, 건강기능 식품 섭취여부 중 스트레스 지수에 가장 영향을 주는 것이 무엇인지 살펴보기 위하여 다중회귀분석한 결과 회귀식의 유의성은 0.000으로 ‘건강기능 식품 섭취여부’ -.10, ‘미용(쁘띠) 이용여부’는 -.09, ‘피부관리(전문, 셀프) 이용여부’는 -.07, ‘화장품 사용여부’ -.05순으로 유의미한 결과가 나타났다.

앞서 살펴본 연구의 결과들을 토대로 한 결과는 다음과 같다.

첫째, 중년여성의 경우 자신의 피부노화 증상을 정확히 인식하고 있었으며, 나이에 비해 피부노화가 진행되고 있어 본격적인 관리가 필요하다고 하였다. 피부노화 스트레스 문항에서 노화된다는 느낌이 들 때 스트레스 지수가 높아지고 지속적인 피부관리는 노화 지연에 효과가 있다고 나타났다.

둘째, 중년여성 피부노화 인식과 피부노화 스트레스에 대해 상관관계 분석을 한 결과 0.000으로 유의 수준으로 상관관계가 있다고 나타났다. 이는 중년여성이 피부노화에 대한 인식이 높을수록 스트레스가 증가된다고 볼 수 있다.

셋째, 피부관리 형태 중 피부노화 예방을 위한 화장품 항목 분석 결과 피부노화 스트레스가 높은 중년여성일수록 피부노화 예방을 위한 화장품을 사용하는 빈도가 높았으며, 피부노화가 시작된 시점인 30대 후반-40대 초반부터 피부노화 예방을 위한 화장품을 사용하기 시작하여 인터넷과 홈쇼핑을 통해 정보를 습득하여 화장품 전문점과 인터넷에서 건조, 주름, 탄력 개선을 위

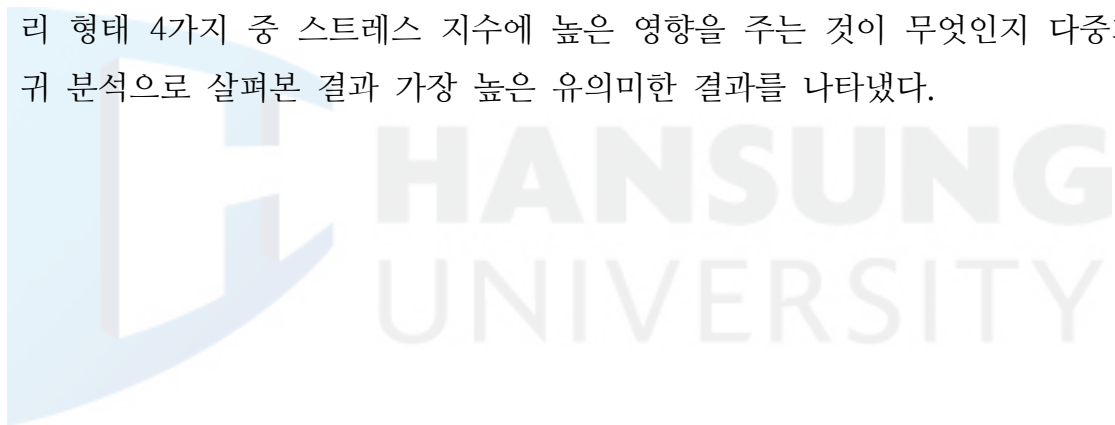
한 주름개선, 수분제품을 구매하는 것으로 나타났다. 하지만 이용 빈도에 비해 만족도는 비교적 낮게 나타났으며 피부관리 형태 4가지 중 스트레스 지수에 높은 영향을 주는 것이 무엇인지 다중회귀 분석으로 살펴본 결과 피부노화 예방을 위한 화장품이 가장 낮은 유의미한 결과를 나타냈다. 그 이유로는 화장품의 경우 피부노화의 효과적인 해결책이기 보다 예방의 차원으로 일상 생활에서 꾸준히 사용하는 개념이 크기 때문이라고 사료된다.

넷째, 피부관리 형태 중 피부관리(전문, 셀프)에서 ‘이용 하지 않는’ 중년 여성이 294명(58.6%)로 높게 나타났지만 ‘이용하는’ 중년여성 208명(41.4%)과 확연한 비율적 차이는 나지 않으며, 피부관리(전문, 셀프)를 이용하는 중년 여성 일수록 피부노화 스트레스가 높은 것을 알 수 있다. 피부관리(전문, 셀프)는 주로 노화의 증상을 즉각적으로 확인할 수 있는 얼굴 부위 위주로 관리 하고 있었으며, 만족도에서는 ‘그렇다’ 93명(44.7%)로 피부노화 예방을 위한 화장품 사용보다 만족도 보다 높았다. 피부관리 형태 4가지 중 스트레스 지수에 높은 영향을 주는 것이 무엇인지 다중회귀 분석으로 살펴본 결과 피부노화 미용(쁘띠)성형 다음으로 유의미한 결과를 나타냈다. 최근에 홈케어 제품이 대거 출시하면서 피부과에서 받았던 시술을 집에서 관리를 할 수 있게 되고 전문 피부관리실 또한 기계가 다양화 되면서 피부관리(전문, 셀프)의 영역이 더욱 확장될 것으로 기대된다.

다섯째, 피부관리 형태 중 미용(쁘띠)성형에서 이용 경험이 없는 중년 여성이 376명(74.9%)으로 확연하게 높았으며, 미용(쁘띠)성형을 경험한 적 있는 중년여성일 수록 피부노화 스트레스가 높게 나타났다. 미용(쁘띠)성형을 하지 않는 이유로 부작용, 경제적인 여유가 없다는 의견이 있었는데 미용(쁘띠)성형이 보편화 되었다고는 하지만 부작용에 대한 사례를 통해 미용(쁘띠)성형에 대한 두려움을 가지고 있을 수 있으며, 인구통계학 조사에서 전업주부가 189명(37.6%)으로 직업군에 따른 영향이 있었을 것으로 판단됨. 또한 미용(쁘띠)성형을 이용하는 중년여성의 비율은 낮지만 피부관리 형태 4가지 중 스트레스 지수에 높은 영향을 주는 것이 무엇인지 다중회귀 분석으로 살펴본 결과

피부노화 예방을 위한 화장품, 피부관리(전문, 셀프)보다 유의미한 결과를 나타냈는데 이는 미용(쁘띠)성형의 경우 부작용과 경제적 부담감이 있지만 짧은 시간 내에서 확실한 효과를 볼 수 있는 피부관리 형태 중 하나이기 때문이라고 사료된다.

여섯째, 생활습관 및 건강기능식품 섭취에서 피부관리를 위한 생활습관 관심도는 ‘보통이다’ 208명(41.4%) ‘높음’ 186명(37.1%)으로 대체적으로 피부관리를 위한 생활습관에 관심이 있다고 볼 수 있으며 스트레스지수가 높을수록 피부노화 및 생활습관 관심도가 높게 나타났다. 피부노화 방지를 위해 노력하는 점으로 세안, 클렌징, 필링 등에 신경을 쓰거나, 야외 활동 시 자외선과 미세먼지 등 유해환경으로 피부를 보호하는데 주의를 기울이며, 피부관리를 위한 건강기능 식품의 경우 보통 2가지는 섭취하고 있다고 하였다. 피부관리 형태 4가지 중 스트레스 지수에 높은 영향을 주는 것이 무엇인지 다중회귀 분석으로 살펴본 결과 가장 높은 유의미한 결과를 나타냈다.



## 5.2 연구의 시사점 및 향후 연구 방향

본 연구는 다음을 시사하고 있다.

첫째, 고령 시대로 진입하면서 노년기의 삶이 길어진 현재 중년기를 어떻게 보내느냐에 따라 노후를 건강하고 성공적으로 맞이할 수 있다. 하지만 중년여성의 경우 다양한 변화를 경험하는 시기로 스트레스의 원인은 많지만 그 중에서 신체에서 가장 큰 면적을 차지하는 피부의 노화는 사회생활과 자신감 위축을 가져다 줄 수 있음을 본 연구를 확인할 수 있었다. 이에 현재 중년여성을 대상으로 진행되는 프로그램은 주로 갱년기 건강관리, 암 예방 관련 내용이 대부분으로 피부노화에 대한 스트레스와 불안감을 낮추고 올바른 피부관리 방법을 배울 수 있는 프로그램의 개발이 필요하다고 사료된다.

둘째, 피부노화 스트레스가 피부관리 형태 4가지 영역에 모두 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 피부노화에 대한 스트레스가 높은 중년여성일수록 자신의 피부상태를 개선하기 위한 피부관리에 관심을 가지고 있으며 이용 빈도와 다르게 건강기능식품, 미용성형, 피부관리, 피부노화 예방을 위한 화장품 순으로 스트레스 지수에 영향을 주는 것을 알 수 있었다. 이는 피부노화 스트레스가 높을수록 즉각적인 효과를 나타낼 수 있는 관리 방법을 선택하는 형태로 중년여성을 대상으로 하는 미용관련 상담에서 피부노화 스트레스 지수 척도를 활용하여 스트레스 지수에 맞는 피부관리 방법과 정보를 제공해주는 시스템 개발을 하는데 데이터 자료가 될 것으로 사료된다.

셋째, 피부관리 형태에 따른 관리를 하지 않는 이유에 대해 살펴본 결과 경제적인 부담감, 부작용 우려, 시간적 여유 부족이라는 의견이 조사되었으며 관리 하지 않는 중년여성 또한 피부 노화에 대한 낮은 스트레스를 가지고 있기 때문에 안정화된 기술로 간편하게 관리 할 수 있는 보급형 미용기기가 출시된다면 많은 중년여성의 미용 관심도가 높아질 것으로 사료된다.

본 연구의 한계점으로는 다음과 같다.

조사대상자가 서울 · 경기 · 인천 지역으로 한정되어 있어 이를 전국적으로 일반화하기 어렵다. 조사대상자를 전국으로 확대 한다면 다른 결과가 나올 수도 있을 것이다. 향후 연구에서는 전국 중년여성의 피부노화 스트레스 및 피부관리 형태에 대한 연구가 필요하다고 본다.



## 참 고 문 헌

### 1. 국내문헌

- 공영희. (2012). 『중년여성의 헤어스타일이 자아존중감 및 신체만족도에 미치는 영향』. 중부대학교 대학원 석사학위 논문.
- 권정순. (2012). 『중년 여성의 갱년기 인식·스트레스·자각증상에 따른 피부 연구』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김교령. (2012). 『우울한 기분완화에 영향을 미치는 부위별 피부관리의 효과 비교 분석』. 경일대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김명리. (2015). 『우울 중년여성을 위한 미용심리치료 프로그램 개발 및 효과 검증』. 부산대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김문화. (2016). 『에스테티션에 의한 40대 중년여성의 전문피부관리 효과』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김미경. (2016). 『효소식품과 콜라겐 섭취가 40~60대 중년 여성의 안면피부와 목 피부에 미치는 영향』. 건국대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김미성. (2017). 피부 상태에 따른 우울감이 생활 스트레스와 삶의 질에 미치는 영향 비교. 『한국미용학회지』, 23(4), 739-752.
- 김미영. (2013). 『안티에이징 화장품 소비성향에 관한 연구』. 세종대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김민희. (2014). 『중년기 생활스트레스, 사회적지지가 우울에 미치는 영향』. 국제신학대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김수빈. (2008). 『여성들의 피부미용에 대한 인식과 관리』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김수진. (2008). 『대학생의 피부건강관리행동과 식생활행동에 영향을 미치는 외모관심에 대한 연구』. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김수연. (2014). 『중년여성의 복부비만 프로그램이 생리학적 변화에 미치는 영향』. 서경대학교 대학원 박사학위 논문.

- 김영애. (2012). 『한국과 중국 중년기 부부관계 적응에 관한 비교연구』. 전남대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김정환, 이원재, 이달원. (2010). 경부 마사지가 중년여성의 스트레스에 미치는 영향. 『한국체육과학회지』, 19(1), 783-793.
- 김지현. (2015). 『40-50대 여성의 피부건강관리가 외모만족 및 자아존중감에 미치는 영향』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김철호. (2015). 『중년기 여성의 고등교육 참여를 통한 학습경험에 관한 연구』. 공주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김초롱, 곽태기. (2015). 중년층(40-50) 여성 셀러브리티의 루비족(R.U.B.Y) 스타일 표현 특징 분석. 『한국의상디자인학회』, 1(1), 55-56.
- 김홍규. (2017). 『산림에서 감정자유기법(EFT)이 중년여성의 갱년기 증상 · 스트레스 및 삶의 질에 미치는 효과』. 충북대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김희선. (2016). 『중년여성의 네일케어 선호도에 따른 서비스 만족도 연구』. 광운대학교 대학원 석사학위 논문.
- 문희정. (2010). 『중년여성의 외모지향성 및 외모평가와 피부건강관리태도에 대한 연구』. 충남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박건희. (2016). 『30-40대 비혼 여성의 노화불안과 심리적 안녕감의 관계』. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박봉선. (2012). 『여성들의 생활습관과 안면 피부상태와의 관련성 연구』. 계명대학교 대학원 박사학위 논문.
- 박은희. (2015). 청소년의 스트레스 유형에 따른 자아의식과 외모관리행동 『한국패션비즈니스학회』, 19(4), 21-36.
- 박정연. (2012). 자가피부관리가 노인여성의 피부상태 개선과 자아존중감 · 삶의 만족도에 미치는 영향. 『대한피부미용학회』, 10(4), 979-984.
- 박효신. (2013). 『중년여성의 안면 · 두피 · 데콜테 관리가 스트레스 및 피부상태에 미치는 영향』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문.
- 백미리. (2012). 『미용 관리가 여성의 스트레스 및 자아존중감에 미치는 영향』. 동덕여자대학교 대학원 석사학위 논문.



- 범서희. (2005). 『체형 결점 보완을 위한 니트웨어의 디자인 연구』. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 변선주. (2011). 『미용성형과 피부미용의 효용성 인식도 비교분석을 통한 피부미용 발전방향 연구』. 한성대학교 대학원 석사학위 논문.
- 서민지. (2012). 『피부 노화의 레이저 치료에 관한 시뮬레이션 연구』. 동국대학교 대학원 석사학위 논문.
- 서순희. (2012). 『중년여성의 노화피부 인식정도와 노화피부 개선을 위한 화장품 사용습관에 관한 연구』. 대구카톨릭대학교 대학원 석사학위 논문.
- 송유주. (2016). 『신체노화로 인한 스트레스 감소 및 자아존중감 향상의 예술치료 단일사례연구』. 한양대학교 대학원 석사학위 논문.
- 신향미. (2002). 『피부노화가 여성의 심리상태에 미치는 영향과 피부관리 선택형태』. 고신대학교 대학원 석사학위 논문.
- 안은주. (2014). 『연령대별 여성이 인식하는 피부노화와 항노화 관리 행동에 관한 연구』. 건국대학교 대학원 석사학위 논문.
- 오수연, 이영선. (2013). 가치관에 따른 피부관리 추구혜택과 프로그램 선택에 관한 연구. 『대한피부미용학회』, 11(4), 665-674.
- 옥미란. (2014). 『기독교 중년여성의 신체상이 심리적 안녕감에 미치는 영향』. 호남신학대학교 대학원 석사학위 논문.
- 유미진. (2012). 『피부관리실 형태에 따른 연령별 선호도 연구』. 건국대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이명선. (2001). 『성인여성의 영양지식 및 식습관이 안면피부유형에 미치는 영향 연구』. 한양대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이명심. (2010). 『20 · 30대 성인여성의 피부유형에 따른 식행동 및 건강관련 생활습관 비교』. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이미나. (2014). 50대여성의 피부상태와 화장품 사용실태. 『한국산학기술학회 논문지』, 15(12), 7005-7011.
- 이미희. (2014). 『포항시 피부관리실 이용고객의 피부관리 부위와 재이용에 관한 연구』. 대구한의대학교 대학원 석사학위 논문.



- 이복동. (2013). 『중년여성의 사회 · 심리적 스트레스와 피로도가 피부건강에 미치는 영향』. 초당대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이유라. (2016). 『피부노화에 대한 인식과 기능성 화장품 사용실태에 관한 연구』. 광주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이유라. (2016). 『피부노화에 대한 인식과 기능성 화장품 사용실태에 관한 연구』. 광주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이윤경. (2007). 『자외선 노출이 피부노화에 미치는 영향』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이정란. (2016). 『소비자 연령별 기능성화장품의 요구도와 만족도에 관한 연구』. 건국대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이정은, 최은영. (2015). 메디컬 스킨케어의 실태 및 만족도에 관한연구. 『한국화장품미용학회지』, 5(1), 73-87.
- 임수정. (2014). 『피부관리와 안면미용성형의 실태 및 만족도에 관한 연구』. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 임은옥. (1994). 갱년기 증상과 생활스트레스의 관계에 관한 연구. 『한국보건학회지』, 8(2), 1-34.
- 이혜원. (2009). 『여성들의 피부관리에 대한 인식 및 선호도에 관한 연구』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이희정. (2017). 『중년여성을 위한 아로마테라피와 컬러아로마테라피 프로그램 구축』. 부산대학교 대학원 박사학위 논문.
- 장 미. (2014). 『미용성형에 대한 인식 및 실태에 관한 연구』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 장은영. (2013). 『여대생의 주관적 피부건강과 스트레스와의 관련성』. 고신대학교 대학원 석사학위 논문.
- 장혜진. (2015). 『스피룰리나 추출물의 생리 활성 및 홍조 · 민감성 피부 개선에 미치는 연구』. 건국대학교 대학원 박사학위 논문.
- 전지현. (2014). 젊음추구가 외모관심과 외모관리행동에 미치는 영향. 『한국 의류학회』, 38(5), 705-717.

- 정문신, 권혜진. (2017). 중년 여성들의 노화인식에 영향을 미치는 복합적 요인. 『한국디지털정책학회』, 15(2), 493-501.
- 정문신. (2014). 『중년여성의 안면피부노화에 대한 인식과 개선욕구에 관한 연구』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문.
- 정수정. (2017). 『중년여성의 메이크업 행동과 경험을 통한 의미 연구』. 건국대학교 대학원 박사학위 논문.
- 정영남. (2010). 『현실 요법을 적용한 집단 상담 프로그램 시 사춘기 여성의 신체상과 우울에 미치는 영향』. 고려대학교 대학원 박사학위 논문.
- 정진호. (2012). 『피부노화학』. 서울: 하누리출판사. p47.
- 정현진, 정명선. (2008). 중년 여성의 신체 관련 스트레스가 외모 관리 행동에 미치는 영향. 『복식문화학회』, 16(1), 115-129.
- 조수진. (2006). 『Active aging세대 여성의 미용 관심도에 따른 화장품 사용 행태 조사』. 중앙대학교 대학원 석사학위 논문.
- 조지아. (2012). 『기능성화장품에 대한 인식 및 사용실태』. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 최정숙. (2016). 『피부미용실 이용자의 건강기능식품 섭취 행태 및 인식도』. 대구한의대학교 대학원 석사학위 논문.
- 최정한. (2015). 『중년여성의 삶의 의미에 영향을 미치는 요인』. 서울사이버대학교 대학원 석사학위 논문.
- 표민경. (2015). 『중년여성의 차이연령에 따른 추구이미지와 외모관리행동에 관한 연구』. 서경대학교 대학원 석사학위 논문.
- 허영도. (2011). 『중년여성의 피부관리와 우울증과의 연관성에 관한 연구』. 대구한의대학교 대학원 석사학위 논문.

## 2. 인터넷 조사

국가법령정보센터. <http://www.law.go.kr/>. 2017년 10월 15일 검색.

국가통계포털. <http://kosis.kr/>. 2017년 10월 27일 검색.

네이버 지식 백과. <http://terms.naver.com/entry>. 2017년 10월 16일 검색.

## 【 부 록 】

### 설 문 지

안녕하십니까?

본 설문지는 40~60대 중년여성을 대상으로 한 『중년여성 피부노화에 따른 스트레스 및 피부관리 형태』 연구를 위한 것으로 석사학위 논문에 사용될 기초 자료를 수집하고자 작성된 것입니다.

본 설문으로 조사하는 내용은 학문연구 목적 이외에는 사용되지 않으며, 익명으로 처리되어 개인적인 정보는 절대 공개되지 않는다는 것을 약속드립니다.

다소 번거롭고 귀찮으시더라도 제시된 모든 문항에 귀하의 주관적인 느낌과 생각을 솔직하게 답하여 주시면 감사하겠습니다.

본 설문에 귀중한 시간을 내어주셔서 진심으로 감사드리며, 귀하의 무궁한 발전을 기원합니다.

2017년 09월

한성대학교 예술대학원 에스테틱학과

지도교수 : 김도연

연구자 : 이보경

문의 : ex894@hanmail.net

I. 다음 문항은 여러분이 느끼는 주관적 피부 노화 인식에 관한 질문입니다.  
해당되는 곳에 표시해주세요.

I-1. 다음은 주관적 피부 노화 증상에 관한 조사입니다.

1. 귀하의 피부타입은 무엇입니까?

- ① 건성 ② 중성 ③ 지성 ④ 복합성 ⑤ 민감성(예민) ⑥ 여드름 ⑦ 모름

2. 귀하의 피부 건강상태는 어떻다고 생각하십니까?

- ① 아주 건강하다 ② 건강하다 ③ 보통이다 ④ 나쁘다 ⑤ 아주 나쁘다

3. 귀하는 피부노화로 인해 고민한 적이 있습니까?

- ① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 보통이다 ④ 아니다 ⑤ 매우 아니다

4. 귀하는 자신의 피부노화가 시작된 최초의 시점이 언제였다고 느끼십니까?

- ① 20대 초반 ② 20대 후반 ~ 30대 초반

- ③ 30대 후반 ~ 40대 초반 ④ 40대 후반 이후

5. 귀하는 피부에 대해 어떠한 고민을 가지고 계십니까? (중복응답가능)

- ① 건조함 ② 주름(이마, 눈가, 팔자 등) ③ 피부처짐(볼륨감, 탄력)

- ④ 모공 ⑤ 색소침착(기미, 잡티, 검버섯) ⑥ 피부트러블 (뽀루지, 민감)

- ⑦ 홍조(피부색) ⑧ 기타( )

6. 귀하가 최초로 피부노화를 느꼈을 때 증상은 무엇이었습니까?

- ① 주름증가 ② 각질증가(건조) ③ 피부처짐(탄력)

- ④ 얼굴라인 변화 ⑤ 색소침착(기미, 잡티, 검버섯) ⑥ 넓어진 모공

- ⑦ 피부색변화(투명감, 칙칙함)

6-1. 6번 질문에서 ①번을 선택하신 분 중 특히 신경 쓰이는 부분은 무엇입니까?

- ① 미간주름(이마) ② 눈가주름 ③ 입가주름

- ④ 팔자주름 ⑤ 목주름 ⑥ 턱주름(처짐)

7. 귀하는 나이에 비하여 피부노화 정도에 대해 만족하십니까?

① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 보통이다 ④ 아니다 ⑤ 매우 아니다

8. 귀하는 현재 피부노화가 어느 정도 진행되고 있다고 생각하십니까?

- ① 나이에 비해 피부노화는 걱정할 단계는 아니다.  
 ② 나이에 비해 피부노화는 걱정할 단계는 아니나 예방은 필요하다.  
 ③ 나이에 비해 피부노화가 진행되고 있어 본격적인 관리가 필요하다.  
 ④ 나이에 비해 피부노화가 심각한 것 같아 전문가의 도움이 필요하다.

I -2. 다음은 주관적 피부 상태에 관한 조사입니다.

문항	매우 그렇다	그렇다	보통 이다	아니다	매우 아니다
1. 피부 결이 얇아진다.					
2. 피부의 각질이 많이 생긴다.					
3. 피부의 주름이 증가한다.					
4. 피부가 항상 건조하고 당긴다.					
5. 피부의 모공이 넓어진다.					
6. 피부가 예민하거나 붉음증이 있다.					
7. 피부에 소양증(가려움증)이 생긴다.					
8. 피부의 탄력이 현저하게 떨어진다.					
9. 안색이 어둡다.					
10. 눈 밑 색소가 증가한다.					

Ⅱ. 다음 문항은 피부노화로 인한 스트레스를 알아보는 문항입니다. 해당 되는 곳에 표시해주세요.

문항	매우 그렇다	그렇다	보통 이다	아니다	매우 아니다
1. 나는 피부가 노화된다는 느낌이 들면 우울하다.					
2. 피부노화는 여성으로서의 매력을 반감시키므로 적극적으로 관리한다.					
3. 나는 경제적으로 어려울 때 더 나이 드는 것 같다.					
4. 피부관리를 하고나면 피부 노화의 스트레스가 줄어든다.					
5. 스트레스를 받을 때 피부노화 현상이 더 나타나는 것 같다.					
6. 피부노화가 진행되는 것에 대한 두려움을 느낀다.					
7. 동년배보다 나이 들어 보이는 것에 스트레스를 받는다.					
8. 지속적인 피부관리는 피부노화지연에 효과가 있다고 생각한다.					
9. 나의 나이에 비해 피부노화의 속도가 빠르다고 느낀다.					
10. 나 자신의 만족보다 타인(이성)에게 매력있게 보이기 위해 피부관리를 한다.					
11. 경제적 여유가 없어도 피부노화지연을 위해 지출을 아끼지 않는다.					
12. 나이 든다는 것은 자연스러운 일이므로 특별한 관리를 하지 않는 것이 바람직하다.					

Ⅲ. 다음 문항은 피부관리 형태에 관한 조사입니다. 해당되는 곳에 표시해 주세요.

Ⅲ-1. 피부관리 형태 중 화장품 사용에 관한 조사입니다.

1. 귀하는 피부노화 관리(화장품, 피부관리, 미용성형)에 어느 정도 관심이 있습니까?

- ① 매우 많다    ② 많다    ③ 보통이다    ④ 없다    ⑤ 전혀 없다

2. 귀하는 피부노화 예방을 위한 화장품을 사용하십니까?

- ① 그렇다 (3번 문항으로)    ② 그렇지 않다 (2-1번 문항으로)

2-1. 귀하는 피부노화 예방을 위한 화장품을 사용하지 않는다면 이유는 무엇입니까? (위 2번 문항에 ② 그렇지 않다 체크 하신분만 해당)

- ① 필요성이 없어서    ② 고가제품이라서    ③ 사용하기 귀찮아서  
④ 효과가 없을 것 같아서    ⑤ 피부노화는 자연스러운 현상이기 때문에  
⑥ 기타 (                      ) (Ⅲ-2. 문항으로 이동)

3. 귀하가 피부노화 예방을 위한 화장품을 사용하신다면 언제부터 사용하십니까? (위 2번 문항에 ① 그렇다 체크 하신분만 해당)

- ① 20~25세    ② 26~30세    ③ 31~35세    ④ 36~40세  
⑤ 41~45세    ⑥ 46~50세    ⑦ 50세 이상

4. 귀하는 피부노화 예방을 위해 가장 자주 사용하는 화장품은 무엇입니까?

- ① 주름개선제품    ② 탄력제품    ③ 자외선차단제품  
④ 수분제품    ⑤ 색소침착(미백)제품    ⑥ 안티에이징(토탈) 제품

5. 귀하는 피부노화 예방을 위한 화장품을 구입할 때 가장 중요하게 생각하는 기준은 무엇입니까?

- ① 가격    ② 성분 및 효능    ③ 광고  
④ 주변(친구,지인) 권유    ⑤ 브랜드 인지도    ⑥ 화장품 판매원 설명

6. 귀하는 피부노화 예방을 위한 화장품과 관련된 정보를 주로 어디에서 얻습니까?

- ① 화장품 판매원      ② 전문관리실      ③ 인터넷 혹은 홈쇼핑  
④ TV광고, 라디오      ⑤ 친구나 지인      ⑥ 잡지나 화장품회사 향장지  
⑦ 병원

7. 귀하는 피부노화 예방을 위해 사용하는 화장품에 만족하십니까?

- ① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 보통이다 ④ 그렇지 않다 ⑤ 전혀 그렇지 않다

8. 귀하는 피부노화 예방을 위한 화장품은 주로 어디서 구입하십니까?

- ① 백화점, 마트 ② 화장품 전문점 ③ 홈쇼핑 ④ 인터넷 쇼핑몰 ⑤ 방문판매

9. 귀하는 연평균 피부노화 관리를 위해 구입하는 화장품 금액은 얼마입니까?

- ① 10만원 미만      ② 10만원 이상 ~ 20만원 미만  
③ 20만원 이상 ~ 30만원 미만      ④ 30만원 이상 ~ 40만원 미만  
⑤ 40만원 이상 ~ 50만원 미만      ⑥ 50만원 이상

Ⅲ-2. 피부관리 형태 중 피부관리(전문, 셀프), 미용(쁘띠)성형 이용에 관한 조사입니다.

1. 귀하는 피부관리(전문, 셀프)를 이용하십니까?

- ① 그렇다 (2번 문항으로)      ② 그렇지 않다 (1-1번 문항으로)

1-1. 귀하는 피부관리(전문, 셀프)를 이용하지 않는다면 이유는 무엇입니까?

(위 1번 문항에 ② 그렇지 않다 체크 하신분만 해당)

- ① 시간이 없어서      ② 피부관리(전문, 셀프) 및 병원 이용 방법을 몰라서  
③ 비용이 비싸서      ④ 효과가 없을 것 같아서  
⑤ 피부노화는 자연스러운 현상이기 때문에      ⑥ 기타(      )

(6번 문항으로 이동)



2. 귀하는 몇 회 정도 피부(전문, 셀프)관리를 하십니까?

(위 1번 문항에 ① 그렇다 체크 하신분만 해당)

- ① 1~2회      ② 2~3회      ③ 3~4회      ④ 5~6회      ⑤ 매일

3. 귀하가 주로 피부(전문, 셀프)관리를 하는 부위는 어디입니까?

- ① 전신      ② 복부      ③ 얼굴      ④ 발      ⑤ 손

4. 귀하는 피부(전문, 셀프)관리 후 효과에 만족하십니까?

- ① 매우 그렇다      ② 그렇다      ③ 보통이다  
④ 그렇지 않다      ⑤ 전혀 그렇지 않다

5. 귀하는 연평균 피부노화 개선을 위해 피부(전문, 셀프)관리에 얼마를 투자하십니까?

- ① 10만원 미만      ② 10만원 이상 ~ 20만원 미만  
③ 20만원 이상 ~ 30만원 미만      ④ 30만원 이상 ~ 40만원 미만  
⑤ 40만원 이상 ~ 50만원 미만      ⑥ 50만원 이상

6. 귀하는 미용(쁘띠)성형을 이용하신 적 있으십니까?

- ① 그렇다 (7번 문항으로)      ② 그렇지 않다 (6-1번 문항으로)

6-1. 만약에 귀하가 미용(쁘띠)성형을 망설인다면, 그 이유는 무엇입니까?

(위 6번 문항에 ② 그렇지 않다 체크하신 분만 한함)

- ① 경제적인 여유가 없어서      ② 시간이 없어서      ③ 부작용이 우려되서  
④ 기대만큼 효과가 없을 것 같아서      ⑤ 피부노화는 자연스러운 현상이기 때문에  
⑥ 기타(      ) (Ⅲ-3. 문항으로 이동)

7. 귀하는 피부노화 관리를 위해 어떤 종류의 미용(쁘띠)성형을 받으셨습니까?

(위 5번 문항에 ① 그렇다 체크하신 분만 한함)

- ① 레이저      ② 지방이식      ③ 주름제거      ④ 얼굴윤곽  
⑤ 보톡스, 필러      ⑥ 레이저 시술(색소)      ⑦ 피부재생술

8. 귀하가 피부노화 관리를 위해 받으신 미용(쁘띠)성형 효과에 만족하십니까?  
① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 보통이다 ④ 그렇지 않다 ⑤ 전혀 그렇지 않다

9. 귀하는 연평균 피부노화 개선을 위해 미용(쁘띠)성형에 얼마를 투자하십니까?  
① 10만원 미만 ② 10만원 이상 ~ 20만원 미만  
③ 20만원 이상 ~ 30만원 미만 ④ 30만원 이상 ~ 40만원 미만  
⑤ 40만원 이상 ~ 50만원 미만 ⑥ 50만원 이상

10. 귀하는 피부관리(전문, 셀프) 혹은 미용(쁘띠)성형을 통해 자존감 회복 및 삶의 질에 도움이 되었다고 생각하십니까?  
① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 보통이다 ④ 그렇지 않다 ⑤ 전혀 그렇지 않다

### Ⅲ-3. 피부관리 형태 중 생활습관, 건강식품에 관한 조사입니다.

1. 귀하는 피부관리를 위한 생활습관(운동, 식습관, 음주 등)의 관심은 어느 정도라고 생각하십니까?

① 매우 높음 ② 높음 ③ 보통 ④ 낮음 ⑤ 매우 낮음

2. 귀하가 피부노화 방지를 위해 가장 노력하는 점은 무엇입니까?

- ① 세안, 클렌징, 펴링 등에 각별히 신경을 쓴다.
- ② 고기능성 화장품을 사용한다.
- ③ 비타민 등 영양제, 건강기능식품을 꾸준히 섭취한다.
- ④ 흡연, 음주를 피하고 꾸준히 운동을 한다.
- ⑤ 스트레스를 덜 받도록 노력한다.

3. 귀하는 피부관리를 위해 어떤 부분에 주의를 기울이고 계십니까?

- ① 조미료를 사용하지 않는 저염식의 음식을 섭취한다.
- ② 항노화 물질이 많이 함유된 식품은 꼭 섭취한다.
- ③ 육류보다는 채소위주의 식단을 선호한다.
- ④ 야외 활동 시에는 자외선 및 미세먼지 등 유해환경으로부터 피부를 보호한다.
- ⑤ 적당한 운동과 스트레스 해소 등 건강수칙을 충실히 지킨다.
- ⑥ 냉·난방기 바람으로부터 피부를 보호한다.

4. 귀하는 피부관리를 위한 비타민 등 건강기능 식품은 몇 가지 정도 섭취하십니까?

- ① 1가지    ② 2가지    ③ 3가지    ④ 4가지 이상    ⑤ 섭취하지 않는다.

5. 귀하는 연평균 피부 관리를 위해 구입하는 식품의 금액은 얼마입니까?

- ① 10만원 미만                      ② 10만원 이상 ~ 20만원 미만
- ③ 20만원 이상 ~ 30만원 미만    ④ 30만원 이상 ~ 40만원 미만
- ⑤ 40만원 이상 ~ 50만원 미만    ⑥ 50만원 이상

6. 귀하는 피부관리 시 어떤 방법이 가장 효과 있다고 생각하십니까?

- ① 피부관리(전문, 셀프)                      ② 기능성화장품
- ③ 건강식품 복용                              ④ 미용(쁘띠)성형
- ⑤ 규칙적 운동과 생활습관                  ⑥ 기타 (                      )

IV. 다음 문항은 여러분의 일반적 특성에 대한 질문입니다. 해당되는 곳에 표시해 주세요.

1. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까?

- ① 40~45세      ② 46~50세      ③ 51~55세      ④ 56~60세

2. 귀하의 최종학력은 어떻게 되십니까?

- ① 초졸 이하      ② 중졸      ③ 고졸  
④ 대졸      ⑤ 대학원이상

3. 귀하의 직업군은 어떻게 되십니까?

- ① 학생      ② 사무직      ③ 전문, 기술직  
④ 판매, 서비스직      ⑤ 자영업      ⑥ 전업주부  
⑦ 기타

4. 귀하의 결혼 여부는 어떻게 되십니까?

- ① 미혼      ② 기혼      ③ 사별      ④ 이혼      ⑤ 기타

5. 월 가구 소득(전체)은 얼마입니까?

- ① 200만원 미만      ② 200만원 이상 300만원 미만  
③ 300만원 이상 400만원 미만      ④ 400만원 이상 500만원 미만  
⑤ 500만원 이상

\*\*\* 설문지에 응답해 주셔서 진심으로 감사합니다. \*\*\*

## ABSTRACT

### The effect of Skin Aging Stress on the Skin Care Style of Middle Aged Women

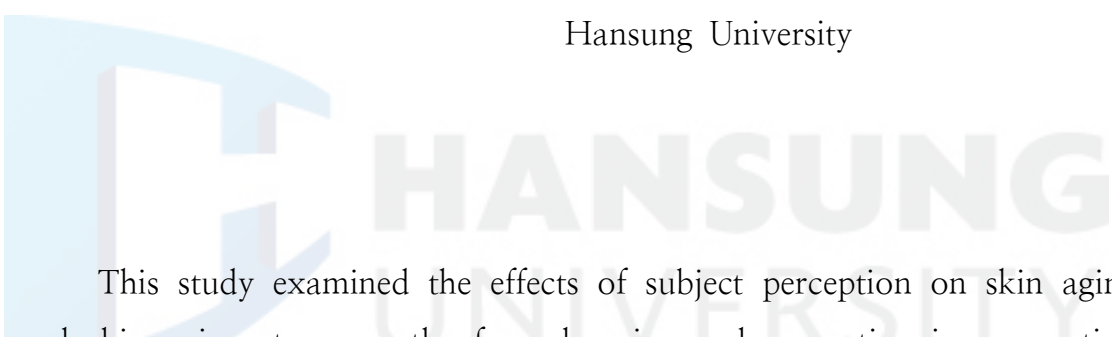
Lee, Bo-Kyung

Major in Beauty Esthetic

Dept. of Beauty Art & Design

Graduate School of Arts

Hansung University



This study examined the effects of subject perception on skin aging and skin aging stress on the four domains such as anti-aging cosmetics, skin care, cosmetic surgery, and lifestyle and health food among middle-aged women. It was tried to suggest the development direction of skin care industry for middle aged women.

The subjects were middle aged women between 40 and 60 living in Seoul, Gyeonggi and Incheon. A survey was conducted with a self-filling questionnaire from September 25 to October 17 in 2017. Five hundred and two 502 answers out of 520 excluding 18 insincere answers were used for the final analysis. For data analysis, frequency analysis, descriptive statistics, correlation analysis, reliability test, ANOVA, t-test and multiple regression analysis were performed using the SPSS 23.0 statistical package program. The followings are the results.

First, the correlations between subjective perception of skin aging and skin aging stress was significant ( $p < .00$ ).

Second, in the analysis of the effects of the interest in cosmetics, skin care and cosmetics surgery on the perception of the skin aging stress, it was found that they answered in the order of 'Very much', 'Much', 'Moderate', 'No' and 'Not at all' ( $M=3.6, 3.4, 3.1, 2.6, 1.6$ ). In the analysis of effects of the interest in skin ageing and lifestyle on skin ageing, it was found in the order of 'Very high', 'High', 'Very low', 'Moderate' and then 'Low' ( $M=3.6, 3.4, 3.2, 3.3, 3.1$ ) ( $F=5.8, p < .05$ ). This indicates that the higher the stress index for skin aging is, the higher the interest in cosmetics, skin care, and cosmetic surgery is.

Third, in the analysis of the use of skin care form according to skin aging stress, it was found that skin aging stress index was higher in middle age women who made more efforts to manage skin.

Fourth, among the types of skin care styles, the most important factors affecting stress index were in the order of health functional food, cosmetic surgery, skin care and use of cosmetics ( $p < .00$ ).

Results of this study, it was confirmed that middle-aged women recognized their skin aging symptoms and were under stress due to aging process. It was also found that skin aging stress was affecting the form of skin care.

Therefore, in order to improve the quality of life of middle-aged women, it is necessary to develop various programs related to prevention of skin ageing on the macroscopic and the microscopic level. In addition, beauty counseling should be provided to provide information on the proper skin care method for an ideal and healthy skin condition and to maintain a positive psychological state.

**【Keywords】** Middle-aged Women, Skin Ageing, Stress, Skin Care Type