

碩 士 學 位 論 文
指 導 教 授 金 三 鎭

아로마 오일이 발무좀 상태 개선에
미치는 효과와 만족도에 관한 연구

-조조바에 유칼립투스, 라벤다, 크로브의 브랜딩 오일을 중심으로-

A Study on the Effect and Satisfaction of Aroma Oil on the
Improvement of Athlete's Foot

-Focused on Blended Oil of Jojoba, Eucalyptus, Lavender and Clove-

2 0 0 5 年 6 月

漢城大學校 藝術大學院

패션藝術學科

뷰티에스테틱專攻

申 泳 哲

碩士學位論文
指導教授 金三鎭

아로마 오일이 발무좀 상태 개선에
미치는 효과와 만족도에 관한 연구

-조조바에 유칼립투스, 라벤다, 크로브의 브렌딩 오일을 중심으로-

A Study on the Effect and Satisfaction of Aroma Oil on the
Improvement of Athlete's Foot

-Focused on Blended Oil of Jojoba, Eucalyptus, Lavender and Clove-

위 論文을 藝術學 碩士學位論文으로 提出함

2005年6月

漢城大學校 藝術大學院

패션藝術學科

뷰티에스테틱專攻

申 泳 哲

申 泳 哲의 藝術學 碩士學位 論文을 認定함

2 0 0 5年 6 月

심사 위원장_____ (인)

심 사 위 원_____ (인)

심 사 위 원_____ (인)

국문초록

본 연구는 발무좀이 있는 전북지역에 거주하는 남녀를 대상으로 하여 아로마 오일이 발무좀 상태 개선에 미치는 효과와 만족도에 관하여 조사하고자 하였다.

연구대상자는 전북지역의 발무좀이 있는 20~60대 남녀들을 선정하였으며 연구방법으로는 연구대상자들로 하여금 브랜딩된 아로마 오일을 자가 사용하게 하였고 브랜딩된 아로마 오일을 사용한 후 자가진단 설문지를 통하여 아로마 오일 사용전과 사용후의 효과와 만족도를 비교하였다.

연구 분석은 조사대상자 70명의 응답설문지 중 자료 분석에 부적절한 14부를 제외한 56부의 설문지를 최종분석 하였다.

연구결과는 다음과 같다.

첫째, 연구대상자의 일반적 특성 중 인구통계 변수는 20대가 11명, 30대가 7명, 40대가 34명, 50대가 2명, 60대가 2명 이었다.

둘째, 연구대상자의 발무좀 실태는 지간형 발무좀 31명(55.36%), 조갑백선 13명(23.21%), 각화형 8명(14.29%), 수포형 4명(7.14%)의 순으로 지간형 발무좀이 가장 많은 것으로 나타났다. 발무좀 발생기간은 1년미만은 14명(25.00%), 1년이상~5년미만은 14명(25.00%)으로 가장 많았다. 20년이상은 12명(21.43%)으로 그다음으로 많았으며 5년이상~10년미만 10명(17.86%), 10년이상~20년미만 6명(10.71%) 순으로 나타났다. 관리 경험은 35명(62.50%)이 관리 경험이 있었고, 21명(37.50%)은 관리를 받은 적이 없는 것으로 나타났다. 발무좀으로 인한 스트레스 정도는 약간 받는다 30명(53.57%)으로 가장 많았고, 많이 받는다 13명(23.21%), 매우 많이 받는다 7명(12.50%), 전혀 받지 않는다 6명(10.71%)의 순으로 나타났다.

셋째, 아로마 오일이 연구대상자의 발무좀에 미치는 효과는 긍정적이었다. 응답자중 매우 효과가 있다 3명(5.45%), 효과가 있다 38명(69.09%), 효과가 없

다 10명(18.18%), 전혀 효과가 없다 4명(7.27%)으로 나타났고, 효과가 나타나기 시작한 것은 1주후 효과가 있었다 22명(40.00%), 느끼지 못했다 16명(29.09%), 2주후 효과가 있었다. 15명(27.27%), 즉시 효과가 있었다와 3주후 효과가 있었다가 각각 1명(1.82%)의 순으로 1주후 효과를 본 사용자가 많은 것으로 나타났다. 만족스러운 효과시기는 느끼지 못했다 24명(42.86%), 2주후 느꼈다 19명(33.93%), 3주후 느꼈다 9명(16.07%), 1주후 느꼈다 4명(7.14%)의 순으로 나타났다.

넷째, 브랜딩된 아로마 오일 사용의 만족도는 매우 그렇다 4명(7.17%), 그렇다 38명(67.86%), 그렇지 않다 10명(17.86%), 전혀 그렇지 않다 4명(7.17%)으로 나타났다.

다른 치료를 위해서 아로마 오일 사용은 매우 그렇다 2명(3.57%), 그렇다 40명(71.43%), 그렇지 않다 10명(17.86%), 전혀 그렇지 않다 4명(7.14%)으로 나타났다.

발무좀 개선기간 만족도는 매우 그렇다 3명(5.36%), 그렇다 28명(50.00%), 그렇지 않다 19명(33.93%), 전혀 그렇지 않다 6명(10.71%)으로 나타났다.

이상의 연구에서 발무좀 피부를 손질함에 있어서 브랜딩된 아로마 오일이 발무좀 상태 개선효과에 도움이 되는 것으로 나타났다.

앞으로 브랜딩된 아로마 오일이 발무좀이 있는 피부에 있어서 피부상태 개선 관리에 선택적으로 사용할 수 있으며 또한 효과적으로 사용할 수 있는 기초 자료로 활용되리라고 기대한다.

목 차

국 문 초 록

I. 서론	1
1. 연구의 배경 및 목적	1
2. 연구의 대상 및 범위	4
II. 이론적 배경	7
1. 발부족	7
2. 아로마 오일	12
3. 아로마 오일의 화학적 성분구성	18
4. 브랜딩에 사용된 오일의 특성 및 효능	20
III. 연구 방법 및 절차	29
1. 연구방법	29
2. 연구 대상 및 자료수집	29
3. 측정도구	30
IV. 연구 결과 및 논의	31
1. 설문결과 분석	31
1) 브랜딩된 아로마 오일 사용 대상자들의 일반적 특성	31
2) 브랜딩된 아로마 오일 사용자의 무증 실태	36
3) 브랜딩된 아로마 오일 사용 후의 효과	43
4) 브랜딩된 아로마 오일 사용 후 만족도	47
5) 발부족 효과와 일반적 특성비교	50

6) 아로마 오일 사용 만족도와 발무좀상태의 비교	56
7) 아로마 오일 지속적 사용과 일반적 특성비교	58
8) 개선기간 만족도와 발무좀상태의 비교	61
V. 결 론	64
참 고 문 헌	67
부 록	70
ABSTRACT	75

표 목 차

<표 1> 성별 분포	31
<표 2> 연령대	32
<표 3> 직업분포	33
<표 4> 즐겨신는 신발	34
<표 5> 즐겨신는 양말	35
<표 6> 발생기간	37
<표 7> 발무좀 증상	38
<표 8> 스트레스 정도	39
<표 9> 직업에의 손상	40
<표 10> 대인관계 영향	41
<표 11> 무좀치료 경험	42
<표 12> 치료방법	43
<표 13> 발무좀 효과	44
<표 14> 개선 효과시기	45
<표 15> 만족스러운 효과시기	46
<표 16> 결과 만족도	47
<표 17> 아로마 오일 재사용	48
<표 18> 발무좀 개선기간 만족도	49
<표 19> 성별과 발무좀 효과의 비교	50
<표 20> 연령대와 발무좀 효과의 비교	51
<표 21> 직업과 발무좀 효과의 비교	52
<표 22> 즐겨신는 신발과 발무좀 효과의 비교	53
<표 23> 즐겨신는 양말과 발무좀 효과의 비교	54

<표 24> 발생기간과 발무좀 효과의 비교	55
<표 25> 발무좀 증상과 발무좀 효과의 비교	56
<표 26> 발생기간과 에션셜오일 사용 만족도 비교	57
<표 27> 발무좀 증상과 에션셜오일 사용 만족도 비교	58
<표 28> 성별과 아로마오일 지속적 사용 비교	59
<표 29> 연령과 아로마오일 지속적 사용 비교	60
<표 30> 직업과 아로마오일 지속적 사용 비교	61
<표 31> 발생기간과 치료기간만족도 비교	62
<표 32> 발무좀 증상과 치료기간만족도 비교	63

도표목차

<도표 1> 성별분포	32
<도표 2> 연령대	33
<도표 3> 직업 분포	34
<도표 4> 즐겨신는 신발	35
<도표 5> 즐겨시는 양말	36
<도표 6> 발생기간	37
<도표 7> 발무좀 증상	38
<도표 8> 스트레스 정도	39
<도표 9> 직업에의 손상	40
<도표 10> 대인관계 영향	41
<도표 11> 발무좀 치료 경험	42
<도표 12> 치료방법	43
<도표 13> 발무좀 효과	44
<도표 14> 개선효과 시기	45
<도표 15> 만족스러운 효과시기	46
<도표 16> 결과 만족도	47
<도표 17> 아로마 오일 재사용	48
<도표 18> 발무좀 개선기간 만족도	49

I. 서론

1. 연구의 배경 및 목적

최근 들어 발건강 관리가 일반인뿐만 아니라 전문인들에게 큰 관심을 갖는 분야로 각광을 받고 있다.

사람은 평생 동안 지구를 약 4바퀴 반도는 거리로 10만km 이상 걷는다. 성인이 1분에 100보씩 아주 편안하게 보도를 걷는다고 가정해도 70~80kg의 충격으로 1분에 50번씩 시멘트를 치는 셈이다. 다행히 사람의 발은 이 엄청난 거리를 걸음으로써 생기는 발의 충격을 견디어 내도록 만들어졌다. 성인의 경우 87% 가량 어떤 형태로든 발로 인해 생기는 문제점을 가지고 있다. 남정보다는 여성이 4배정도 발 때문에 더 고통을 받는다.¹⁾

현대인들은 구두를 많이 착용하고 면양말 보다는 혼용 양말을 많이 착용하며 여성들은 스타킹을 신고 하루 종일 근무하는 경우가 많다. 그로 인하여 발 상태에 많이 나타나는 무좀균으로부터 벗어나지 못하고 있는 것이 사실이다.

발의 건강을 생각할 때 무좀은 가장 부정적 요인으로 판단되어 진다. 대부분의 사람들은 무좀으로 인하여 피부가 벗겨지거나, 딱딱해지는 등 골치를 앓고 있고 민간요법인 식초나 백반 등을 이용하여 제거하려고 시도를 하지 않은 사람이 없을 정도로 많은 노력을 해왔다. 그럼에도 불구하고 무좀균은 쉽게 사라지지 아니하였고 현대에도 많이 존재하고 있으며 많은 사람들이 치료 방법을 계속 찾고 있다.

인체의 각 부분은 독립되어 있는 것이 아니고 서로 유기적으로 상호 긴밀한 연관성을 가진 소우주이다. 그 중에서도 발은 외부로부터의 충격을 흡수해주고 균형유지 및 지렛대 역할을 하는 부위로서 제2의 심장이라고 할 만큼 혈

1) 한성덕, 『발자극과 건강화를 통한 건강유지법』, 에스테틱 94봄호, 1994

액순환과 노폐물을 여과하는 반사부위(Reflex zone)가 집중되어 있는 곳이기도 하다.²⁾

아로마 오일을 이용한 많은 효과는 이미 피부미용인 뿐 아니라 병원에서도 많은 사용이 되어 지고 있을 뿐 아니라 의사, 한의사 등의 관련 학회나 협회 등을 만들만큼 많은 인정을 받고 있다.

아로마테라피(Aromatherapy)는 향 즉 나무, 꽃, 잎 자연의 힘을 이용해 몸과 마음에 긍정적 효과를 얻어내는 자연 치유력을 이용한 치료법이다. 아로마테라피의 '아로마(aroma)'는 그리스어 '향신료(spice)'에서 파생된 말로 일반적으로 향을 의미하고, '테라피(therapy)'는 '치료(theatment)'의 의미를 가진다.³⁾ 여기서 치료는 전인적인 요법을 의미하며 전통적인 의료의 관점에서 벗어나 대체 요법의 의미로 질병의 경우 사용되며 논쟁이 되고 있는 요법을 의미하기도 한다.

아로마테라피에 이용되는 식물정유의 각종 유효성분이 신체와 정신의 부조화를 개선하여 균형을 맞춰주며 동시에 몸의 기운을 북돋아 자연적 치유를 가능케 하므로 미와 건강증진을 위한 대체요법의 하나로 그 중요성이 점차 확대되고 있다.⁴⁾

발무좀과 같은 피부 질환은 운동하는 선수의 발과 같이 땀이 많이 생기는 곳에 주로 생기고, 습한 곳 따듯한 곳과 연관되어 발생한다. 심하면 가렵고 화끈거리며, 균열이 생기고 껍질이 벗겨져서 수포가 생긴다.⁵⁾

발무좀과 같은 피부질환은 생명에는 지장이 없다 할지라도 개개인의 위생상태나 피부관리 면에서 많은 영향을 주고 있다고 할 수 있다.

발무좀을 치료하기 위한 자연적 치료법 및 많은 연고 등을 바르는 행위는 계속 되어 지고 있는 것이다. 아로마 오일 중 많은 오일이 무좀에 효과가 있

2) 박은설, 『발관리 요법』, 대한미용사회 피부미용위원회, 에스테틱 21호, 1996

3) 오홍근, 『향기용법』, 도서출판 양문, 2000, p13~15

4) 박미경, 『일부지역 피부관리사의 아로마테라피 이용실태와 시행효과에 대한 인식도』, 석사학위논문, 경산대, 2001

5) 오홍근, 『자연치료의학』, 정한출판사, 2003, p283

다고 알려져 있다. 영국의 IFPA의 자료에 의하면 Eucalyptus Dives, Eucalyptus Globulus, Lemon, Lemongrass, Tea Tree, Lavender, Clove, Myrrh, Patchouli, Tagetes 등이 무좀에 효과가 있다고 하였다.

본 연구에서는 캐리어 오일로서 항 박테리아 작용이 있는 조조바 오일에 무좀 효과가 우수하다고 알려져 있는 유칼립투스⁶⁾와 라벤다, 크로브를 혼합하여 사용하였다.

아로마 오일을 이용한 피부 관리는 현재 각광받고 있는 분야이나 너무나 많은 다양한 아로마 오일을 사용하고 있어 뚜렷하게 어느 것을 선택해야 할지 명확하게 구분하기 어려운 실정이다⁶⁾

그러므로 발무좀에 대한 개선은 그 사람의 피부 뿐 아니라 그 사람이 받고 있었던 스트레스에 대한 부분까지도 개선하는 효과를 가지다고 볼 수 있는 것이다.

따라서 본 연구자는 캐리어 오일인 조조바 오일에 유칼립투스, 라벤다, 크로브 오일을 브랜딩 하였을 때 발무좀에 나타나는 변화 및 그 효과를 검증하여 피부미용인 뿐 아니라 발무좀으로 고생하는 모든 이들에게 효과적인 방법을 모색하고자 본 연구를 시도 하였다.

본 연구는 아로마 오일을 이용한 발무좀 개선 효과를 검증하기 위한 것이며 이에 따른 목적은 다음과 같다.

첫째, 발무좀 상태개선을 목적으로 조갑백선, 지간형, 각화형, 수포형 무좀을 가진 사람을 대상으로 일반적 특성에 따른 정도를 분석 하고자 하였다.

둘째, 발무좀 형태에 따른 스트레스 정도 및 직업손상, 대인관계 등에 영향이 있었는지 분석하고자 하였다.

셋째, 브랜딩된 아로마 오일을 사용하기 전과 사용 후의 효과정도 및 그에 따른 만족도를 분석하고자 하였다.

6) 윤영숙, 『중년여성의 아로마오일을 이용한 복무비만관리 프로그램효과』, 한국미용학회지, 제7권2호, 2001

2 연구의 대상 및 범위

본 연구는 서해대학 피부미용과의 도움을 얻어 전북지역에 거주하는 남녀를 대상으로 선정하였다.

연구방법으로는 조조바 오일, 유칼립투스, 라벤다, 크로브 아로마 오일의 사용의 실제 효과의 실증 분석을 위하여 영국 회사인 Amphora Aromatics Ltd.,의 오일을 사용하였으며, 사용양으로는 조조바오일 40ml에 유칼립투스 8방울, 라벤다 8방울, 크로브 8방울을 브랜딩 하여 설문과 함께 배포 하였고, 매일 아침, 저녁으로 세발 후에 타올 및 드라이기로 건조시켜 발가락 사이의 물기를 남기지 않도록 하고 마사지하듯 발무좀 부위에 바르게 하였으며 1주일 단위로 하여 3주간 발무좀의 변화를 살펴보고자 하였다.

Amphora Aromatics Ltd.,의 아로마 오일 성분은 다음과 같다.

첫째, Jojoba(*Simmondsia chinensis*) : Palmitic acid 3.0% max, Palmitoleic acid 1.0% max, Oleic acid 5.0~15.0%, Linoleic acid 5.0% max, Linolenic acid 1.0% max, Arachidic acid 0.5% max, Eicosenoic acid 65.0%~80.0%, Behenic acid 0.5% max, Erucic acid 10.0~20.0%, Lignoceric acid 5.0% max 로 구성되어 있다.

둘째, Eucalyptus(*Eucalyptus Globulus*) : Hydrocarbons 10.5~25% (α -pinene, ρ -cymene, limonene, camphene, aromadendrene, α -phellandrene)
Alcohols 13.5~16.0% (α -fenchyl alcohol, α -terpineol, myrtenol, globulol, ledol, trans-pinocarveol, viridiflorol, epiglobulol)

Ketones 1.5~2.5% (pinocarvone, carvone, fenchone)

Oxides 67~83% (1,8-cineole, α -pinene epoxide)

Exters 0.1~2% (α -terphenyl acetate)

Aldehydes 0.1~0.3%(myrtenal, geranial, valeric aldehyde, butyric aldehyde, caproic aldehyde)

Remainder about 1%

셋째, Lavender(*Laveandula angustifolia*) : Hydrocarbons 4~5% (α -pinene, cis-ocimene, trans-ocimene, limonene, β -pinene, camphene, δ -3-carene, allo-ocimene, β -caryophyllene, β -farnesene)

Alcohols 30~50%(linalool, terpinen-4-ol, α -terpineol, borneol, lavandulol, cis-3-hexen-1-ol)

Esters 40~55%(linalyl acetate, lavandulyl acetate, terpenyl acetate, geranyl acetate, 2,6-dimethyl-3,7-octadiene-2-ol-6-yl acetate)

Oxides 2% (1,8-cineole, linalool oxide, caryphyllene oxide)

Aldehydes 2% (myrtenal, cuminal, benzaldehyde, neral, geranial, trans-22-hexanal)

Ketones 4% (camphor, octanone-3, p-methyl-acetophenone)

Lactones, coumarins 0.3% (herniar in butanolides, coumar in, umbelliferone)

넷째, Clove(*Syzygium aromaticum*)

Hydrocarbons 6~15% (pinene, α -and β -caryophyllene, α -and β -humulene, α -cubebene, α -copaenee, calamenene)

Phenols 60~85% (eugenol, isoeugenol, acetoeugenol)

Exters 20~25% (eugenyl acetate, 2-nonanyl acetate, α -terpinyl acetate, benzyl acetate, methyl benzoate)

Oxides 1.5~3% (humulene epoxide, caryophyllene oxide)⁷⁾로 구성 되어 있다.

실증적인 분석을 하기 위하여 발무즙의 처음 상태 및 효과 등을 설문조사 하였다.

설문에는 일반적인 특성으로 성별, 연령, 직업, 결혼유무, 즐겨신는 신발, 즐

7) 카바코리아 자료제공

겨신는 양말 등을 파악 하였고 발무좀의 실태 파악을 위한 조사를 바탕으로 아로마 브랜딩 오일의 사용 후의 효과와 사용 후의 만족도 및 사용 전, 후의 발무좀 상태 개선 효과를 검증하고자 하였다.

설문 및 브랜딩된 아로마오일 사용 조사는 2004년 9월 7일에 배포하여 10월 5일에 수거하였으며 70명의 발무좀이 있는 피부를 대상으로 설문 및 발무좀 상태개선 효과를 연구 검토 하였다.

본 논문의 제2장은 본 연구와 관련된 이론을 살펴보기 위한 기존의 연구문헌을 검토하는 장으로 무좀에 관한 제반 이론, 아로마테라피의 적용, 아로마오일의 향균작용, 조조바오일, 유칼립투스, 라벤다, 크로브 아로마 오일에 대한 이론을 정리 하였다.

제3장은 연구방법 및 절차를 파악하고 제4장은 설문결과분석을 위한 장으로 브랜딩된 아로마 오일의 이용자들의 무좀실태에 따른 만족도와 개선효과에 관하여 정리하였다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 발무좀

1) 발무좀의 개념

발무좀은 대표적인 피부진균증이다. 피부진균증이란 진균(곰팡이)에 의하여 발생하는 피부 질환을 통틀어 말한다. 즉 곰팡이가 사람 몸에 피면 피부진균증(또는 백선)이라고 하고, 발에 곰팡이가 피는 경우를 특징적으로 발무좀이라고 부른다. 무좀은 곰팡이가 피부의 각질을 녹여 영양분으로 삼아 기생, 번식하는 피부질환으로서 곰팡이가 좋아하는 각질이 풍부하고 습하며 따뜻한 곳(발가락, 발바닥, 발톱, 손톱, 옆구리, 사타구니 주변, 살이 겹쳐지는 곳)의 신체 대부분의 부위에서 발병된다. 일반적으로 발에 생기는 것만을 무좀이라고 생각하기 쉽지만, 발과 손은 물론이고 사타구니 주변의 완선, 손톱 발톱에 생기는 조갑백선, 머리에 생기는 두부백선, 몸통에 생기는 체부백성을 포함한다.

무좀은 매우 흔한 피부질환이라 통계상 전체 인구의 15% 정도가 무좀으로 고생하고 있다.

무좀은 무시해도 되는 질병이 아니다. 제대로 뿌리 뽑지 않으면 계속 재발하는 경향이 있어 평생을 함께 살아야 하는 ‘반려 질병’이 되는 경우가 많다.⁸⁾

진균은 유기물을 분해하여 이를 영양소로 하여 생활하는 생물이며, 광범위하게 분포하고 있어 생체나 죽은 동물과 식물의 유기물질을 분해하는 기능을 하고 있다.

지금까지 알려진 진균은 약 10만종에 이르고 이중 약 200종만이 사람에게 감염을 일으키는 병원성이 있는 것으로 알려져 있다.⁹⁾

8) <http://www.muzom.com/muzom/muzom.html>

9) 대한가정의학회, 『가정의학』, 계축문화사, 2002, p1108

진균은 하등식물에 속하고 버섯에서부터 효모 곰팡이류까지를 포함하는 다양한 존재로서 이들 중 사람에게 감염되어 질병을 유발하는 것은 극히 일부에 불과하다. 일반적으로 진균증은 병소가 표피, 모발, 손톱, 점막 등 생체표면에 그치는 표재성 진균증과 병변이 피부 진피에서부터 림프절 나아가 여러 장기 에까지 퍼지는 심재성 진균증으로 분류한다. 대부분의 피부 진균증은 표재성 진균증이다. 기회감염이라 하여 여러 종류의 진균이 피부 감염을 일으킬 수 있는데, 표피에 병변을 유발하는 것에는 백선, 황선, 와상선(tinea imbricata) 등이 있으며, 피부·점막에 유발하는 것에는 칸다다증, 수장 흑색선, 전풍 등이 있다. 이 중 백선, 칸다다증, 전풍이 피부 진균증의 대부분을 차지한다. 이 세 가지 질환은 직접 현미경 검사(병소에서 인설 또는 수포를 채취하여 현미경으로 균 요소를 검사)로 바로 진단할 수 있다. 진균은 일반적으로 고온다습한 환경을 좋아하여 적당한 습도와 온도가 유지된 피부에 기생하는 경우가 많다. 그러므로 일상적으로 쉽게 볼 수 있는 피부 진균증은 고온다습한 장마철에서 여름에 걸쳐 많이 발생한다. 그러나 최근에는 생활환경이 개선되어 여름철 냉방과 겨울철 난방이 널리 보급되면서 진균증의 계절적 변화도 이전보다 적어졌다. 오히려 스테로이드를 손쉽게 외용하면서 오진이나 부적절한 치료에 의한 피부 진균증의 발생이 늘어나는 추세이다. 10)

2) 발무좀의 원인

무좀은 운동하는 선수의 발과 같이 땀이 많이 생기는 곳에 주로 생기고, 습한 곳, 따뜻한 곳과 연관되어 발생한다. 심하면 가렵고 화끈거리며, 균열이 생기고 껍질이 벗겨져서 수포가 생긴다. 곰팡이균이 주원인이므로 위생 상태나 피부관리에 신경을 써야 한다.11)

진균감염의 가장 흔한 형태는 피부사상균(또는 백선으로 불리는)에 의해 발

10) 한국간호교육학회, 『진환·증상별 치료와 간호지침』, 도서출판 한우리, 2004, p810

11) 오홍근, 『자연치료의학』, 정한출판사, 2003, pp282~283

생하는 것이다. 이 감염은 위치에 따라 족부백선(tinea pedis, athlete's foot), 완선(tinea cruris, 서혜부), 체부백선(tinea corporis), 두부백선(tinea capitis, 두피)으로 분류된다. 진균은 피부의 파괴 또는 호흡기 혹은 위장관계를 통하여 침입한다. 전형적인 곰팡이 감염에서의 피부병변 부위의 특징은 둥근 모양이며 염증성 활동은 주로 경계선 부위에서 강하고 가운데 부위는 활동이 없거나 낙설(scale)이 벗겨지는 정도로 약하다는 것이다. 이와 같은 특징을 나타내는 이유는 자신의 지지기반을 보유하기 위하여 비염증성 조직을 필요로 하기 때문에 중심부는 치유되게 하면서 주위의 건강조직으로 증식되어 나가기 때문인 것으로 생각된다. 어둠, 습기, 피부의 유연화(maceration)가 침입하는 진균의 성장을 돕는다. 이 질병과정의 증상은 해부학적 위치에 따라 다소 다르다. 족부백선(발무좀)은 발가락 사이에서 가장 흔히 보이며 심한 소양증, 작설(scale), 균열, 수포, 피부 유연화(maceration), 악취가 나타난다. 또한 발바닥의 만성적 낙설이 있다. 완선은 전형적으로 약간의 낙설과 뚜렷한 경계선을 가진 색소침착이 심한 건조한 발진으로 시작한다. 서혜부, 외음부, 항문 주위에 발생한다. 체부백선은 작은 구진 또는 구진보다는 조금 큰 플라그(plaque)로 시작되는데, 위에 기술한 곰팡이 감염의 병변 특징과 같다. 피부사상균에 의한 곰팡이 감염에 대한 의학적 치료는 곰팡이 성장을 돕는 환경을 피하고 항진균성 약물을 사용하는 것이다. 침범 부위는 공기에 노출시켜야 하고 치유를 촉진하고 더 이상의 성장을 막기 위해 건조하게 해야 한다. 항진균제의 효과적 통과를 위하여 낙설이 있을 때는 낙설을 벗겨 내거나 가피를 녹일 수 있는 약제를 사용할 수도 있다. 감염의 완전한 해결을 위해서는 대개 4~6주의 치료가 필요하다. 급성 족부백선의 가피와 낙설을 제거하기 위해 과망간산칼륨(potassium permanganate) 또는 Burow씨 용액에 담가서 치료한다. 이차감염은 적절히 치료되어야 한다. 진균의 성장을 막기 위한 생활양식의 변화는 재감염의 예방에서 중요하다. 감염의 예방이 중요한데, 특히 족부백선에서 그렇다. 주요 예방 수단은 발을 건조하고 청결하게 유지

하는 것이다. 발을 적어도 매일, 대개 하루가 끝날 때에 비누와 따뜻한 물로 씻고 깨끗한 면양말을 신어야 한다. 연화를 막기 위해 밤에는 발가락 사이에만 슝뭉치를 이용한다. 신발은 샌들을 신거나 혹은 “숨쉴 수 있는” 물질로 만든 것이어야 하며 같은 것을 연속해서 2일은 신지 말아야 한다. 발가락 사이를 포함하여, 활석 가루(talcum) 혹은 항진균성 파우더를 발에 뿌리는 것은 발을 건조하게 유지하는 것을 돕는다. 가능하면, 환자는 공기건조를 촉진하기 위해 맨발이 좋다. 12)

무좀은 주로 여름철에 기승을 부린다. 기온이 15도, 습도가 70% 정도 되는 시기에 갑자기 상태가 악화된다. 보통 장마가 시작될 무렵에 갑자기 더 가려워진다. 그러나 균은 겨울철에도 피부에 달라붙어 있으며, 다만 활동이 약화될 뿐이다. 무좀은 집단생활을 통해 잘 전염이 된다. 운동선수의 합숙소라든가 기숙사 등 여러 사람이 맨발로 같은 마루를 걸어 다니거나 함께 샤워를 하거나 하는 곳은 무좀의 발생율이 아주 높다. 한 사람에게 무좀이 생기면 곧 다른 사람에게도 옮을 가능성이 높다. 그러나 무좀의 전염성이 강하지만 노출된 모든 사람이 반드시 감염되는 것은 아니며, 체질에 따라 쉽게 감염되지 않는 사람도 있다.

목욕탕에서 나와 흔히 매트에서 발의 물기를 닦는다. 목욕탕에서 나와 매트에 발을 닦고 그것으로 깨끗해졌다고 생각한다면 큰 잘못이며, 오히려 거기에서 균을 문힐 수도 있다. 공중목욕탕 같은데 다녀온 후에는 집에서 발만은 다시 한번 씻도록 하는 것이 좋다. 13)

3) 발무좀의 종류

발무좀의 종류는 네 가지로 구분되어 진다.

첫째는 조갑백선이다. 조갑백선은 수, 족부백선을 장기간 치료하지 않고 방

12) 이은옥, 최명애, 박상연, 이선옥, 송미순, 김달숙, 최경숙, 양영희, 최스미, 최희정, 『성인간호학(5권)』, 신광출판사, 2002, pp372~375

13) <http://www.muzom.com/muzom/muzom.html>

치하면 손톱과 발톱에 감염을 일으킨다. 원인균은 T.rubrum이 가장 많고, 조갑진균증은 조갑백선과 칸디다 등 다른 진균에 의한 감염증을 총칭한 것이다.

조갑판의 원위부와 측면에서 시작하며 조갑하나 표면에서 감염을 일으켜 흰색 내지 황색 혹은 황갈색을 띠고 조갑하에서 각질이 비후되어 혼탁해지며 광택을 잃고 더 진행되면 부스러져서 정상 조갑의 형태를 잃게 된다.¹⁴⁾

둘째는 지간형 무좀이다. 발가락사이, 특히 넷째와 새끼발가락 사이에 자주 생기고 다음 발가락 사이로 확대 파급되기도 한다. 발가락 사이는 건조해지고 갈라지며, 각질이 일어나기도 하며 피부가 허영게 변하고 패이기도 하며, 발갱게 짓무르기도 하며 고약한 냄새도 난다. 수포를 잘 형성하고 가려운 것이 특징이다. 땀이 많은 여름에 악화되는 경향이 있다.

셋째는 수포형 무좀이다. 발가락. 발바닥. 뒤꿈치에 작은 물집이나 농포가 많이 생긴다. 처음에는 좁쌀만한 작은 수포가 생겨 피부속에 가리워져 있던 것이 점차 부어올랐다가 터지면 흰 테모양을 한 자국을 남긴다. 수포가 터지면 진물이 나고 진물이 마르면 황갈색의 딱지가 되어 떨어져 나간다. 가려움이 심하고 피부가 두꺼워지고 갈색의 부스럼 딱지가 형성되기도 하며, 심하게 긁으면 피부가 패이기도 한다. 여름에 땀이 많이 나서 악화되는 경향이 많고 자각증상으로 심한 가려움증과 통증을 유발하며 수포가 형성될 때 가려운 느낌이 심하다. 치료를 게을리 하면 이와 같은 악순환이 되풀이 된다.

넷째는 각화형 무좀이다. 각질증식으로 인하여 피부가 두껍고 여물어지며 인설현상을 보이기도 한다. 발바닥 전체에 걸쳐 정상 피부색의 각질이 두꺼워지며 긁으면 고운 가루처럼 떨어져 자각증상이 별로 없다.

가려움증은 거의 없고 만성이며 심해지면 발바닥이 갈라지면서 피가 나오거나 따갑게 된다.¹⁵⁾

14) 대한가정의학회, 『가정의학』, 계축문화사, 2002, pp1109~1110

15) <http://www.muzom.com/muzom/muzom.html>

2. 아로마 오일

1) 아로마테라피의 정의

아로마(Aroma)는 향기, 테라피(Therapy)는 치료를 뜻하며 따라서 아로마테라피(Aromatherapy)는 향기를 이용한 치료요법을 말한다. 이는 식물에서 추출한 아로마 오일에 함유되어 있는 생리 활성 성분을 사람의 후각이나 피부를 통해 침투시켜 미용을 증진하고 나아가 질병의 치유와 예방에 이용하는 향기요법으로 대체요법중의 하나이다. 또한 인체의 특정 부분의 질환을 치료, 치유해 주기 위해 또는 정신적으로 특정한 기능을 사려주기 위해 그 기능에 맞는 천연 아로마를 선택해서 실시해주는 요법으로 천연 아로마는 인체에 유익한 자극을 줄 수 있는 많은 기능들을 가지고 있기 때문에 정신과 육체 모두를 다스려 만족감, 행복감, 면역기능 강화뿐만 아니라 정신, 육체 심리적인 면에도 효과를 가져다준다고 할 수 있다.¹⁶⁾

아로마테라피의 사전적인 정의는 몸 전체의 가볍거나 만성적인 병에 대해 아로마 오일을 사용하는 치료법이다.¹⁷⁾

아로마테라피에 관한 연구로 유명한 프랑스 내과 의사인 Valnet는 “아로마테라피는 식물로부터 얻어낸 향기로는 아로마 오일을 약품으로 쓰는 것이다”라고 했다. 영국의 아로마 요법학자인 Kusmirek은 아로마테라피를 몸과 마음과 정신에 영향을 끼치거나 변화시키는 아로마 오일을 찾아 사용하는 향수제조 판매업, 심리 아로마 요법, 그리고 아로마학이 결합된 하나의 산업으로서 설명했으며 Tisserland는 식물로부터 얻어낸 아로마 오일을 사람몸의 피로 비유하면서 “아로마 오일이 식물전체인 것은 아니다. 그러나 모든 기관의 중요성분들이 아로마 오일 안에 있다. 혈액과 같이 아로마 오일은 적당히 유지

16) 강성심, 박미령, 배정하, 선우현정, 송인영, 이성내, 이성욱, 『피부관리학』, 훈민사, 2002, p227

17) Chambers Dictionary(1988), R and W Chambers Ltd and Cambridge University Press, Cambridge

되지 않으면 썩어버린다. 아로마 오일은 대부분 식물의 미묘하고 신비한 부분으로서 아로마 오일의 치료적인 면은 모든 유기식물에 비해 높고 미묘한 수준에서 일어난다. 또한 일반적으로 다른 약초들 보다 마음과 감정에 더욱 큰 영향을 미친다라고 했다. 18)

2) 아로마 오일의 특징

아로마 오일의 모든 가능성을 제대로 이용하기 위해서는 아로마 오일의 작용방식이 일반 의약품과는 다르다는 사실을 사전에 잘 알고 있어야 한다. 둘 사이의 가장 중요한 차이점을 예로 들자면 아로마 오일은 사람에 따라서 각각 다르게 작용한다는 사실이다. 아로마 오일은 일반 의약품과 다르다. 다시 말해서 모든 사람이 특정 아로마 오일에 대해서 같은 반응을 보일 수도 있고, 약한 반응을 보일 수도 있다. 또 어떤 사람에게는 아무런 반응이 나타나지 않는 경우도 있다. 이는 지극히 정상적인 사례이자만, 아로마 오일이 근본적으로 작용하지 않는다는 사실을 의미하는 것은 아니다. 시간이 지나감에 따라 어떤 사람은 특정 오일에 대해 반응을 나타내고 선호하는 데 반해, 어떤 다른 사람은 그 오일에 대해 선호하지 않는 이유를 점차 이해할 수 있게 되었다.

특정인에 대해서 특정 오일의 특정 효능에 대해서 학술적으로 설명을 해보려고 할 수도 있다. 그러나 이용자에게는 그러한 현상들을 실제의 경험을 통해서 체득하는 것이 보다 의미가 있다.

아로마 오일이 자가 조절 능력이 있는 반면 일반 의약품은 조작적인 작용을 한다. 즉 일반 의약품은 실제로 필요하든 필요하지 않든 언제나 같은 작용을 한다.

아로마 오일은 이를 필요로 하는 사람에게서 작용을 한다. 이는 오일의 다층적인 화학적 구조에 기인한다. 오일에서 발견되는 물질들은 생물학적 특성

18) Robert Tisserland , 『향기요법』 , 글이랑, 1997

때문에 신진대사를 강화하고 조절해주는 기능을 하고, 취약한 부분을 강화시켜주는 데 적합하다(여러 요소들은 식물 내에서 인간의 호르몬과 같은 작용을 하거나 미생물을 퇴치하며 해충들을 쫓는 기능을 한다).

아로마 오일은 수증기 증류법으로 추출하기 때문에 화학적으로 해롭지 않은(화학자들은 이를 비활성적이라고 함) 물질들로 이루어져 있다. 끓는 물과 뜨거운 수증기는 쉽게 화학적 반응을 보이는 모든 물질들이 증기관 내에서 화학적 반응을 하도록 한다. 증류법으로 추출한 아로마 오일의 구성 물질들은 화학 반응을 마치고 이미 진정되어 있는 상태이다. 그것들은 생물학적으로만 활성화되어 있다. 생물학적 활성화와 화학적 비활성화의 동시 작용은 오일이 자체적으로 작용하는 것이 아니라, 신진 대사 과정에서 작용점이 있을 때만 작용을 하는 것이다. 신체가 오일을 필요로 하지 않는 경우 오일은 약품과는 달리 아무런 작용을 하지 않고 단순히 배출된다.

화학 의약품의 작용 방식은 아로마 오일과 전혀 다르다. 일반 의약품은 개인의 체질과는 상관없이 거의 모든 사람에게서 작용을 하도록 제조된다. 앤드류 웨일 박사에 의하면 화학 의약품은 특정 질환에 대항하는 무기와 비슷하다고 한다. 일반 의약품으로는 대개 미생물이나 통증을 물리친다. 의약품은 일단 사람이 그것을 실제로 필요로 하든, 필요로 하지 않든지 어떤 형태로든 작용을 한다.

대체 요법에 대해서 그다지 열성적인 관심을 보이지 않는 사람들일지라도 아로마 오일이 보통 부드럽고 큰 부작용 없이 치료적 작용을 하기 때문에 아로마 오일에 대해서 호의적으로 생각한다. 그러나 동시에 심각한 질환을 앓고 있는 경우에는 보다 분명하게 작용을 하는 일반 의약품을 복용해야만 한다는 인식이 널리 퍼져있다.

그러나 아로마 오일은 복합적인 구조를 지니고 있기 때문에 인간과 상호작용을 하면서 근본적으로 유연하게 작용을 한다. 아로마 오일은 쓸모가 있는 곳에서 작용을 하고, 필요로 하지 않는 곳에서는 우아하게 스스로를 억제한다.

아로마 오일을 사용하는 방법도 아로마 오일의 화학적·물리적·생물학적 특성에 따라서 결정된다.¹⁹⁾

3) 아로마 오일의 흡수경로

아로마 오일의 향들은 코를 통해 대뇌의 중추신경계 열쇠를 풀어주고 인체의 중추신경계 전반에 걸쳐 작용하여 심리적, 신경적 작용 효과로 이어지게 되며 목욕, 마사지, 발향 등 여러 가지 활용하여 폐를 통해 혈류로 흡수되거나 신경계를 통해 직접적으로 뇌의 림빅시스템(변연계)²⁰⁾로 전달된다. 이렇게 두뇌에 전달된 향기입자는 기억력, 감정상태에 영향을 미치며 뇌하수체를 자극하여 호르몬 발란스를 조절한다. 또한 아로마테라피 오일의 향을 흡입하면 정신과 신체 모두가 활력을 얻어 인체의 면역 체계가 건강하게 가동되기 시작한다. 이같은 건강한 후각기관은 10,000가지 이상의 다른 향을 구분해 내지만 피곤해 진다는 단점이 있다. 이것은 다시 말해 한가지 향을 지속적으로 맡을 경우 감지능력을 상실하는 것을 나타낸다. ²¹⁾

피부를 통해 흡수되는 아로마 오일의 입자는 극히 작고 표피를 통해서 진피로 통과하는데 일차적으로 모공과 땀샘을 통해 피부에 흡수되어 피부층에 유연성을 주게 되고 이차적으로는 피부에 녹는 성질로 인해 지방질 속에 녹아 피부세포사이로 침투하여 진피층까지 흡수된다. 그 후 모세혈관에 잘 공급되기 때문에 오일 분자는 진피에서 모세혈관까지 지나서 순환계에 침투하여 림프순환, 혈액순환, 독소배출을 하게 된다.

화학약품과 다르게 아로마 오일은 몸에 남아있지 않는다. 사람의 경우 보통 3~6시간 정도가 지나면 소변, 땀 등으로 몸에서 빠져나가게 된다. 아로마 오일은 천연의 향유로서 생명의 에너지인 ‘기’가 있으며 분자가 다각형의 극성과 전기를 띠고 있고 자체적으로 강한 살균력과 회생력, 치유 능력이 있기

19) 쿠르트 슈나우벨트, 『실용 아로마테라피 처방과 적용』, 도서출판 역락, 2003, pp20~25

20) 도전, 방어, 영향대사, 기분 및 감정결정, 호르몬 조절, 각 인체 장기 대사 기능조절 신경기능 감지나 인식기능을 담당하는 곳을 림빅시스템이라 한다.

21) 신문균, 국지연, 『해부생리학』, 현문사, 1997

때문에 우리 신체를 건강하게 만들어 준다.²²⁾

4) 아로마 오일의 적용

아로마 오일의 향은 코를 통해 뇌신경을 자극하여 심리적, 생리적인 효과를 나타내며, 피부를 통해 혈관에 흡수되어 진신을 순환하며 세포조직을 활성화시킨다. 이러한 아로마 오일의 작용을 더욱 활성화시키기 위한 일반적인 방법으로 확산법, 목욕법 흡입법, 스팀법, 마사지법등을 들 수 있다. 첫째로 확산법은 아로마 램프, 스프레이 등 아로마 전용기구를 이용하여 실내에 아로마 성분을 확산시키는 방법이다. 아로마 램프는 위에 물과 오일을 부을 수 있는 용기가 있고 밑에 촛불이나 전구가 있어 가열함으로써 향성분을 확산시킨다. 램프는 1회 2시간 정도가 적당하며 이때 사용하는 물은 정수된 물이어야 한다. 확산법은 실내의 악취를 제거하며 세균의 번식을 막고 심리적 불안정, 불면증을 정상화시키며 특히 천식, 감기, 코막힘 등 호흡기 질환의 치료에 효과적이다. 둘째로 흡입법은 코와 입을 통해 향 성분이 직접 들어가므로 단 시간 내에 빠른 효과를 줄 수 있다. 심리적 효과는 물론 인후의 통증을 없애주고 진정작용과 거담작용을 하여 호흡기 감염에 직접적인 효과를 준다.²³⁾

증기 흡입법은 큰 용기에 1리터 정도의 뜨거운 물에 에센셜 오일 10방울 정도를 떨어뜨리고 수건으로 머리부터 용기까지 덮은 후 얼굴에 스팀을 쏘이는 동안 심호흡을 하는 방법으로 실시 후 1시간 정도 휴식을 취하는 것이 효과적이다. 건조 흡입법은 티슈나 손수건, 베게 등에 에센셜 오일 1~2방울 떨어뜨려 향을 흡입하는 방법이다. 이 흡입법은 직접적으로 순환계나 혈액 공급에 영향을 주어 몸 전체 뿐 아니라 심리적인 부분까지도 영향을 미친다.

셋째로 목욕법이다. 목욕은 신체를 청결하게 하는 것 외에 혈액순환을 촉진

22) <http://www.aromanlife.com/>아로마작용

23) 강성심, 박미령, 배정하, 선우현정, 송인영, 이성내, 이성옥, 『피부관리학』, 훈민사, 2002, pp238~239

시켜 신진대사를 활성화시키고 긴장을 풀어 주어 스트레스를 완화시킨다. 이때 욕조 가득히 물을 부은 후 아로마 오일을 증세에 따라 5~6방울 떨어뜨려 잘 섞은 후 몸을 담그는 것으로 가정에서 가장 효과적으로 응용할 수 있는 치료법이다. 입욕은 15~20분 정도가 좋고 섭씨 40도 이상을 넘지 않도록 하여야 한다. 섭씨 40도가 넘으면 교감 신경이 활성화 되고 섭씨 38도 정도에서는 부교감 신경이 활성화된다. 따라서 아침 목욕의 경우 고온 단시간의 입욕이 좋고, 저녁 목욕의 경우에는 저온 장시간의 입욕이 적당하다.

넷째로 마사지법이다. 마사지법은 아로마테라피 중 가장 전문적인 지식과 기술을 요하는 방법이다. 마사지법은 아로마 성분이 피부 흡수와 코를 통한 흡수로 인체에 들어가 혈액과 림프의 순환 촉진, 독소 배출과 노화 방지, 비만 해소 등 각종 아로마 오일의 성분에 따라 작용한다. 마사지 할 때 아로마 오일은 반드시 식물성 오일과 적절한 농도로 희석하여 사용하여야 하는데 이때 사용되는 식물성 오일을 캐리어오일²⁴⁾이라한다. 보통 피부관리실에서 가장 많이 이용하는 방법으로 이미 브랜딩²⁵⁾되어 있는 오일을 림프드레나지나 경락마사지, 일반마사지 동작에 따라 아로마 성분을 피부 깊숙이 침투시키고 노폐물과 독소를 배출하는데 많은 도움을 준다.

다섯째로 가글링과 습포 부착법이다. 가글링은 아로마테라피 오일 1~2방울을 물 1컵에 섞어 입안을 행구는 것이다. 습포부착법은 통증이 있는 부위를 집중적으로 찜질하는 방법이다. 혈액순환을 개선해주며, 통증완화, 울혈제거, 염증개선 등에 효과적이다. 습포의 종류로는 뜨거운 물로 하는 핫습포와 차가운 물과 얼음으로 하는 냉습포의 2가지 방법으로 핫습포는 근육통, 신경통, 종기, 부스럼, 귀통증, 생리통 같은 만성통증에 효과적이며 찬습포는 편두통, 두통, 열 날 때, 뼈에 부상이 있거나 인대가 손상되는 등의 급성질환에 적용

24) 아로마 오일이 100% 천연 성분이므로 피부 점막에 강한 자극을 줄 수 있기 때문에 캐리어 오일이라는 식물성 오일에 효과에 맞는 오일을 선택하여 일정량을 섞는 것을 말한다.

25) 에센셜 오일을 적용할 때 중간체로서 사용되는 식물성 오일로 채소, 열매, 씨앗 등 순수 자연에서 추출한 것으로 베이스 오일, 플레인 오일이라고 표현하기도 한다.

하는데 최소 30분~1시간 정도해야 효과를 볼 수 있다.²⁶⁾

여섯째로 복용법이다. 허브차등을 이용한 식이요법으로 장의 기능 정상화, 내장 질환의 저항력을 증가시키거나 순수 정유가 아닐 경우 또는 잘못 사용할 경우 큰 문제가 생길 수도 있다.²⁷⁾

일곱째로 원액 도포법 및 원액 사용법이다. 정유 원액을 피부에 바로 도포하는 방법으로 아로마 오일 중 라벤더, 티트리, 페퍼민트 등 몇 가지 오일만 해당되며, 그 외에는 원액의 아로마 오일을 유화 시킬 수 있는 크림, 머드, 팩, 로션 등에 브랜딩해서 사용한다.

이번 실험에서의 발무좀 개선에는 캐리어오일인 조조바오일에 유칼립투스, 라벤다, 크로브 오일을 브랜딩하여 마사지 하는 방법을 이용하여 발부종이 있는 부위에 마사지 하여 그 효과 및 만족도를 알아보았다.

3. 아로마 오일의 화학적 성분구성

아로마 오일들은 각기 다른 특성을 가지고 다수의 화학분자그룹으로 명확히 분리될 수 있는데 거의 수소, 탄소, 산소로 구성되어 있으나 100여종의 분자가 있으며 분자의 수도 10~500종까지 다양하다.²⁸⁾

알데하이드(Aldehyde)계열은 대부분 강력한 향을 가진다. 페놀과 케톤과 비슷한 특성을 나타내지만 민감히 반응하는 사람들에게 약간의 일부자극을 일

26) 오홍근, 강성심, 권혁미, 김명숙, 김문주, 김봉인, 김선옥, 김춘자, 김해남, 박미령, 송인영, 오유경, 이승자, 이해영, 장문정, 장태수, 정은영 『피부미용인을 위한 아로마테라피』, 훈민사, 2002, pp37~42

27) 김봉인, 『에스테틱실기』, 화장품신문사, 1997, pp251~253

28) 오홍근, 강성심, 권혁미, 김명숙, 김문주, 김봉인, 김선옥, 김춘자, 김해남, 박미령, 송인영, 오유경, 이승자, 이해영, 장문정, 장태수, 정은영, 『피부미용인을 위한 아로마테라피』, 훈민사, 2002, pp15~22.

으킬 수 있다. 시트러스계열, 네롤리 등이 중요한 알데하이드이며, 멜리사, 레몬 밤 그리고 레몬그라스 같은 레몬향의 오일에서 발견된다. 항 염증성, 항 감염성, 피부에 염증이 있거나 상처가 부어 있을 때 혈관을 수축시키고 동맥 압을 낮추며, 살균작용을 한다.

테르펜(Terpene)은 모노 테르펜, 세스퀴테르펜 그리고 디테르펜을 가지고 있고 다양한 수의 이소프렌 단위로 구성되어 있다. 그들은 일반적으로 효능면에서는 꽤 약하지만 더 강력한 오일의 구성요소 보충물로서 보완적으로 사용된다. 따라서 테르펜류는 박테리아 및 곰팡이 균을 퇴치시킬 뿐만 아니라 바이러스균도 살균하는 작용을 한다.

디엔(Dien)은 아주 소량 함유되어 있지만 강력한 응고작용과 진정(통증완화) 작용을 하며 근육 수축 작용을 한다.

알콜(Alcohol)은 하나의 -OH기를 가지고 있는 모든 것을 통털어서 알콜이라고 하는데 맥주, 와인, 그리고 알콜 음료에서 발견되는 에틸알콜이 하나의 예이다. 수렴작용과 토닉의 효과로 탄력강화작용이 있다.

에테르(Ether)는 진정, 이완, 수면을 돕는다.

옥사이드(Oxide)는 담을 제거해 주고 점액질을 묽게 희석시켜 폐와 기관지를 깨끗하게 한다.

산(Acid)은 항염증 작용과 열을 내리는 효과가 있다.

에스테르(ester)는 진경, 진정, 토닉작용을 한다.

페놀(Phenol)은 강력한 방부성과 기생충을 제거하고 박테리아와 곰팡이 균을 살균한다.

케톤(Ketone)은 비록 에센스 오일의 구성 요소는 아니지만 대표적인 것이 네일 리무버(Nail Remover)로 단지 몇몇 에센스 오일에만 존재한다. 항응고, 진정, 점액질 제거 효과가 있다. 그들은 지방을 감소시키고 점액의 흐름을 완화시키며 상처나 조직의 형성을 촉진한다. 또한 소화력을 도우며 자극제 또는 거담제로 쓰인다.²⁹⁾

4. 브랜딩에 사용된 오일의 특성 및 효능

1) 브랜딩(Blending)

두개 이상의 아로마 오일을 혼합하여 사용하거나 이것을 다른 매개물(물, 오일, 크림 등)과 혼합하여 사용하는 것을 ‘브랜딩’이라 한다. 이를 사용하는 목적은 공동상승작용(Synergy효과)을 위한 것으로 혼합함으로써 각 아로마 오일의 효능 보다 더 많은 효과를 나타내며 각 아로마 오일의 힘을 증가 시켜준다. 혼합된 일부 오일들은 다른 하나의 효과를 상승시켜줌으로써 전체의 효과는 부분의 합계보다 더 크다.

아로마 오일을 브랜딩할 경우에 비이커는 유리제품으로 준비하며 오일 성분에 용해되지 않는 실리콘 수지의 스포이드를 준비한다. 사용 후에는 반드시 순도 높은 천연 에탄올로 깨끗하게 세정한다. 아로마 오일과 캐리어 오일을 브랜딩 하는 것은 아로마테라피에서 중요한 부분이다. 브랜딩을 하여 상황에 맞는 관리를 할 수 있고 브랜딩을 하는 과정에서 예술적 미학과 재미도 느낄 수 있다. 브랜딩은 아로마테라피의 창조적인 부분이고 기술이라 할 수 있다. 아로마테라피에서 기술이라고 하는 것은 완벽한 실습과 직관력과의 균형이 필요하다는 의미이다. 물론 기본적인 원칙은 있으나 적절한 직관력이 없어서는 걸작을 만들 수 없다.

자연계에는 수백종에 이르는 아로마 오일이 있는데 현재 시판되고 있는 가장 일반적인 오일들은 라벤다, 유칼립투스, 레몬, 버가못, 시더우드, 일랑일랑, 등과 같은 오일로 대개 50~80종류가 있고, 이국적이며 특별하게 사용되는 것으로는 시스터스, 에버래스팅, 러비지, 레몬밤(멜리사) 등의 오일이 있다. 아로마 오일을 단품으로 쓰는 것 보다 브랜딩함에 따라 끝없이 다양한 용도의

29) 김광옥, 강수경, 고혜정, 김기연, 김봉인, 김연주, 김해남, 윤영숙, 차영애, 하명희, 한경아, 한영숙, 『립프드리나취』, 수문사, 2001, pp57~58

브랜딩 오일이 말들어질 수 있다.

브랜딩을 하는데 있어서는 다음과 같은 원칙이 있다.

브랜딩하는 목적을 위해 아로마 오일을 「탑 노트」, 「미들 노트」, 「베이스 노트」로 분류한다. 노트의 분류에는 대개 주관성이 가해진다. 하지만 이 분류는 일반적이고 전문가에 따라서는 이렇게 분류하는 것에 반대하기도 한다. 중요한 것은 더 좋은 방법으로 자기만의 브랜딩을 할 수 있도록 노력하는 것이다. 브랜딩의 조정에는 대개 주관성이 가해지는데, 그러나 이것은 일반적인 것이고 전문가에 따라서는 오일을 이렇게 분류하는 것에 반대할 수도 있다. 따라서 더 좋은 분류방법을 시도하여 자기만의 브랜딩할 수 있도록 노력해야 한다.³⁰⁾

브랜딩 방법으로는 고객과의 상담을 통해 고객의 증상을 파악한 후 관리의 우선순위 및 관리 방향을 설정하고 각 증상별 아로마 오일을 선정을 한다.

아로마 오일의 화학적인 성분과 휘발도, 향을 분류하는데 휘발도에 따른 분류를 보면 1923년 ‘푸쉬르’에 의한 분류로는 Top note는 1~14(3시간 이내), Middle note는 15~69(6시간 이내), Base note는 70~100(6시간 이상, 며칠 지속)으로 분류 되어 준다. 또한 1927년 ‘사무엘 피에스’에 의한 분류로는 향이라는 것은 음악의 화음처럼 각각 독특한 증발 성질을 가지고 있다고 하였다. Top note는 Head note라고도 하는데 극단적으로 차갑거나 뜨겁다. 추출부위는 대부분 꽃, 잎사귀, 과일 등의 식물에서 추출하고 종류로는 Citruses계 열(bergamot, petitgrain, neroli, lemon, lime, orange), lemongrass, peppermint, thyme, cinnamon등이 이에 속한다.

Middle note는 Heart또는 Body note라고도 하는데 브랜딩시 주요 부분을 차지하고 따듯하고 둥글고 부드럽고 매끄럽다. 추출 부위는 대부분의 잎사귀에서 추출하며 종류로는 rosewood, greanium, lavender & lavandin, chamomile, marjoram, palmarose, hyssop, cardamon, coriander, ginger, pine

30) 조태동, 박백선, 『향기로운 삶을 만드는 아로마테라피스트』, 크라운출판사, 2003, pp72~74

등이 이에 속한다.

Base note는 Last note라고도 하며 혼합물의 농도를 진하게 하고 지속성을 증가시킨다. 따뜻하고 진하며 시간이 경과할 수록 숙성된 향으로 변한다.

추출부위로는 대부분의 나무껍질, 진, 수액에서 추출하며 종류로는 benzoin, clary sage, patchouli, myrrh, vetiver, frankincense, cedarwood, sandalwood 등이 이에 속한다. 31)

아로마 오일은 매우 복잡한 화학구조를 가지고 있으며, 이 때문에 많은 오일이 여러 가지 카테고리에 속하는 노트를 동시에 가지고 있다. 물론 일부 오일에는 탑노트에서 베이스노트에 이르는 전 노트를 커버하는 것도 있으며 일랑일랑 오일이나 자스민 등의 경우가 이에 해당한다.(이들 오일은 탑 노트와 미들 노트가 우세하다.)

아로마 오일의 방울수 계산법을 보면 1drop = 1방울, 1ml = 20방울로 계산을 하며, 캐리어 오일 양에 따른 아로마 오일의 농도는 10ml = 200방울이므로 캐리어 오일 10ml에 아로마 오일 2방울이 1%로의 농도가 된다.

브랜딩 기법을 보면 얼굴에 사용되는 페이스셜 오일은 약 1%를 사용하고 장기간 사용시에는 약 0.25%~0.5%를 사용한다. 페이스셜젤과 아이젤은 약 0.25%를 사용하고 단, 라벤다, 티트리 오일은 여드름이나 뾰루지와 같이 국소부위에 직접 원액을 사용할 수 있고 페이스셜마스크는 약 0.5%를 사용한다. 헤어제품도 얼굴과 같게 브랜딩하여 1%를 사용한다.

바디에 사용되는 바디오일, 크림, 로션, 연고 등은 목적에 따라 1~3%의 희석이 안전하고 효과적이다. 32)

본 연구에서는 조조바오일 40ml에 유칼립투스 8방울, 라벤다 8방울, 크로브 8방울을 브랜딩하여 40ml = 800방울이므로 각각의 아로마 오일 8방울은 각각 1%로 총 3%의 브랜딩된 아로마 오일을 사용하였다.

31) 『에센셜오일학-에센셜오일의 종류와 효능』, 수원여자대학 국제아로마테라피스쿨, 2003, p15

32) 선마리, 『AROMATHERAPY D.I.Y』, 에스티씨소야, 2003, pp112~114

2) Eucalyptus(Eucalyptus Globulus)

세상에서 가장 키 큰 나무중 하나인 유칼립투스는 오스트레일리아가 원산지이고, 지금은 태즈메니아, 중국, 미국, 브라질, 지중해에서 자란다. 유칼립투스는 200여 종이 있다. 유칼립투스를 치료용으로 처음 사용한 사람들은 아보리진 족으로 추정된다.

은빛 나는 청록색 잎은 연한 노란색 향유를 만들어 내며 시원하고 방충효과가 있는 냄새를 가지고 있다. 신선한 잎은 아로마테라피에서 가장 다양하게 쓰이는 효능 높은 에센스를 많이 생산해 낸다.

유칼립투스의 향유의 주요 성분은 방부 성분이다. 항염 특성을 가진 유칼립투스 향유는 특히 천식, 기관지염, 독감, 부비강염, 피부염증, 류머티즘, 상처 치료에 좋다. 또한 열을 내려주고 강한 이뇨작용을 하며 두통 해소 효과는 익히 알려져 있다. 33)

유칼립투스의 학명은 Eucalyptus globulus이다.

주성분은 cineol(70~85%), pinene, limonene, cymene, phellandrene, Terpinene이며 민속유래로는 전통적인 가정약으로 호주에서 이용되었으며 잎과 오일은 특히 기관지염, 후두염과 같은 호흡질환에 이용되며, 마른잎은 천식을 위해 담배와 같이 피운다. 이것은 말라리아, 콜레라, 장티프스와 같은 열나는데 이용되며 화상피부, 괴양, 상처에도 사용된다. 물 추출물은 쭉시는 관절, 박테리아성 이질, 백선, 결핵 등에 이용되며 스페인에서는 재목으로도 이용된다. 34)

유칼립투스는 잎이나 가지를 수증기 증류법을 이용해 아로마 오일을 추출한다. 무색 또는 옅은 노란색의 유동액으로 강하고 싱싱한 시트로넬라와 같은 달콤한 발삼향이 나는 특징이 있고, 방부제, 항바이러스, 살균제, 탈취제, 거담제, 곰팡이균 살균제, 살충제로 사용된다.

33) Carole Mcgilvery, Jimi Reed, Mira Mehta & Silva Mehta , 『아로마테라피』 , 학문사, 2003

34) 『아로마테라피』 , 중앙대학교 의약식품대학원, p53

앞에 포함되어 있는 아로마 오일은 포도상구균 아우레우스(aureus)에 대항하는 세균 발육 억제제를 가지고 있는 것으로 나타나고, 이는 오일에 함유된 시트로네롤과 시트로네랄의 상승작용에 의한 것이다.

스킨케어 분야에서는 무좀과 기타 칸디다(Candida)와 같은 곰팡이균, 베인 상처, 비듬, 포진, 벌레 퇴치제, 딱지, 염증, 상처 등에 사용된다. 35) 사용법으로는 목욕법, 흡입법, 마사지법이 있고, 몸의 온도를 내려주고 열을 내리며 근육통, 류머티즘에 효과가 있다. 감기와 기침약으로 많이 쓰인다. 방광염 완화시키려면 입욕시 사용하고 머리를 맑게 하려면 손수건에 묻혀 사용한다.36)

3) Lavender(Lavandula officinalis or L.angustifolia)

라벤다는 로마어로 씻는다는 의미인 'lavare'에서 왔다. 라벤다는 로마인들이 매일 의례적으로 했던 목욕에서 사용했던 아주 인기 있는 향유였다. 그리스인들과 로마인들 모두 페스트를 예방하기 위해 방의 정화제로서 라벤다 가지를 태웠다. 로마인들에 의해 라벤다가 유럽에 들어왔다.

식물의 특징은 나뭇가지와 길고 가는 잎을 가진 관목 식물로써 라벤다는 긴 줄기에 청보라색 꽃이 핀다. 잘라서 말린 후 수증기 증류법을 사용해서 추출한다. 에센셜 오일은 강한 향과 함께 연한 노란색이다.37)

주성분으로는 Linalyl acetate(40%), linalool, lavandulol, lavandulyl acetate, Terpineol, cineol, limonene, ocimene, caryophyllene 등이 있다.

주요 치료성질로는 순화기계에서 면역계를 도우며, 혈피통을 재성시켜주고

35) Julia Lawless, 『아로마 에센셜오일 백과사전』, 현문사, 2002, p139

36) Carole Mcgilvery, Jimi Reed, Mira Mehta & Silva Mehta, 『아로마테라피』, 학문사, 2003, p 19

37) Carole Mcgilvery, Jimi Reed, Mira Mehta & Silva Mehta, 『아로마테라피』, 학문사, 2003, p22

해독작용, 림프액의 흐름을 돕고 심장박동의 빠름, 해열 등에 사용된다.

소화기계로는 소화장애를 진정시켜주며 위를 진정시켜주고 복통 소화불량 gas찬데 사용된다. 신경계로는 신경긴장, 스트레스, 쇼크, 불면증 조절 등에 사용된다. 생식기계로는 해산동안에 고통을 경감시켜주고 불안 등을 진정시켜준다. 호흡기계에서는 염증, 기관지염, 후두염, 목염 등을 치료하는데 도움이 되며 과도한 카타르, 점막을 진정시키며 백일해를 진정시킨다. 피부에서는 피부조직을 치료하는데 탁월하며 화장 중기, 알레르기, 무좀, 자라지 않는 발톱, 습진, 염증, 건선, 통증, 피부조직재생에 효과가 있다. 비뇨기계로는 방광염을 감소 시키기 위해 사용된다.³⁸⁾

라벤다는 신선한 꽃의 끝부분에서 수증기증류법으로 아로마 오일을 추출한다. 애플루트와 콘크리트는 솔벤트 추출법으로 소량 생산한다. 무색 또는 연노랑색의 액체로, 달콤한 꽃의 꿀향기와 발삼 나무향 언더코트를 내며, 조합시 대부분의 오일들과 어울리지만, 특히 시트러스계와 플로럴계, 또한 시더우드, 크로브, 클라리 세이지, 파인, 제라늄, 오크모스, 베티버, 패츄리 등과 잘 혼합된다. 애플루트는 진녹색의 점성액으로 달콤한 허브향과 약간의 꽃향기를 내는 특징이 있다. 진통제, 진정제, 향우울제, 향균제, 향류머티스제, 방부제, 구풍제, 담즙배출촉진제, 담즙제, 반흔형성제, 강심제, 세포방어제, 탈취제, 이뇨제, 살충제, 월경촉진제, 강압제, 신경진정제, 구충제, 발적제, 진정제, 흥분제, 발한제, 강장제, 회상치료제로 사용된다.

스킨케어 분야에서는 중기, 여드름, 알레르기, 무좀, 부스럼, 비듬, 피부염, 귀얇이, 습진, 벌레물린 데, 구충제, 마른 버짐, 백선, 피부병, 중기, 반점, 화상, 상처 등에 사용된다.³⁹⁾

사용법으로는 흡입법, 목욕법, 방에 뿌리기, 마사지법, 그 밖의 대부분의 사용법이 가능하며 차가운 습포로 사용하거나 끓는 물에 몇방울 떨어 드려서 사

38) 『아로마테라피』, 중앙대학교 의약식품대학원, p67

39) Julia Lawless, 『아로마 에센셜오일 백과사전』, 현문사, 2002, p162

용하고 두통이나 편두통이 있을 때는 흡입법을 사용한다. 따뜻한 수건으로 감싸주면 신경쇠약에 효과적이다. 늦은 밤 라벤다 목욕은 불면증 해소에 도움이 된다.⁴⁰⁾

4) Clove(*Eugenia caryophyllata* or *E.aromatica*)

과명은 Myrtaceae이며 추출부위는 싹, 잎, 줄기를 물 증류해서 얻는다. 오일의 색은 황색~황갈색이나 철분과 접촉하면 갈색을 띤다. 인도네시아 원산으로 알려졌고, 세계적으로 경작된다. 특히 필리핀 모루카섬, 마다카스카르에서 경작된다. 주요 오일 생산국은 마다카스카르와 인도네시아이다.

주성분으로는 싹은 Eugenol(60~90%), eugenyl acetate, caryophyllene 등이며 잎은 Eugenol(82~88%), eugenyl acetate이며 줄기는 Eugenol(90~95%)로 되어있다. 민속유래는 세계적으로 가정 spice로 널리 사용된다. clove의 tincture는 피부병(개선), 무좀에 사용되어 왔고, 땀줄을 세척하는데, 출산의 고통을 더는데(포도주에 담구어), 치통에 현저하게 좋은 효과가 있다. 차는 구토를 경감하는데 사용된다. 중국에서는 설사, 탈장, 숨찬데, 기관지염 및 위에 언급한 질환에 사용된다. 주요 치료성질로는 피부에는 여드름, 무좀, 타박상, 화상, 빈데, 치통, 상처 등에 사용된다. 순환 및 근육 관절 에는 관절염, 류마티스, 뻐뻐 사용한다. 호흡기계에는 천식 기관지염 등에 사용한다. 소화기계에는 복통, 소화불량, 구토 등에 사용한다. 면역계에는 감기, 독감등에 사용한다.

피부 및 점막자극을 일으킬 수 있으므로 주의해야 하는 오일중 하나이다.⁴¹⁾

크로브는 물증류법을 사용하여 봉오리와 줄기에서 아로마 오일을 얻고, 잎은 수증기 증류법으로 아로마 오일을 추출한다. 콘크리트와 애플루트, 올레오

40) Carole Mcgilvery, Jimi Reed, Mira Mehta & Silva Mehta , 『아로마테라피』 , 학문사 2003, p22

41) 『아로마테라피』 , 중앙대학교 의약식품대학원, p47

레진도 봉오리에서 소량 생산된다. 크로브 봉오리 오일은 옅은 노란색의 액체로 달콤하고 짹짹한 향을 낸다. 향수에 많이 사용되며 로즈, 라벤다, 바닐린, 클라리 세이지, 버가못, 베이 리프, 라반딘, 올스파이스, 일랑일랑, 카난가 등과 잘 어울린다. 크로브 잎 오일은 짙은 밤색의 액체로 투박하며 탄 나무 같은 향을 낸다. 크로브 줄기 오일은 옅은 노란색의 액체로 강한 나무향을 내는 특징이 있다. 구충제, 항생제, 항구토제, 항히스타민제, 항류머티스제, 항신경통제, 항산화제, 살균제, 항바이러스제, 최음제, 구풍제, 전자극제, 거담제, 살충제, 진경제, 순환촉진제, 건위제, 기생충박멸제로 사용된다.

스킨케어 분야에서는 여드름, 무좀, 타박상, 화상, 자상, 모기와 곤충퇴치, 치통, 궤양, 상처 등에 사용된다. 42)

5) Jojoba(*Simmondsia sinensis* *Buxus chinensis*)

이 오일은 hohoba라고 발음하는데 오일이 아니고 액상 왁스이다. 화장품산업에서는 고래기름 대신에 사용하기도 한다. 미국에서 약 40,000에이커에 재배되고 있어 사막화를 막기도 한다. 이것은 크림에서 유화제로 beeswax대신 사용할 수 있으며 매우 안정하나 조금 비싼 편이다. 특성 및 효과로는 jojoba 오일의 화학구조가 피지와 유사할 뿐만 아니라 피지에 용해될 수도 있고 여드름에 유효하다. 피지의 조절작용이 있어 건성피부나 건성두피 마른 버짐 습진에 효과를 나타낸다. 이오일은 항염효과를 나타내는 myristic acid를 함유하고 있어 류머티즘 관절염을 위한 목적으로 혼합오일을 만들 때 도움을 준다. 43)

미국 남서부 및 멕시코 북부에서 생산되는 조조바의 종자에서 얻어 진다. 주 성분은 불포화 고급 알코올 (11-eicosen-1-ol 및 13-docosen-1-ol)과 불포화

42) Julia Lawless, 『아로마 에센셜오일 백과사전』, 현문사, 2002, p223

43) 『아로마테라피』, 중앙대학교 의약식품대학원, p127

지방산 (11-eicosadecenoic acid 및 oleic acid)이 70%를 차지하고 있다.

일반적으로 식물유에 비해 기름기가 심한 감촉이 없이 피부에 보습성이 있는 emollient제로서 크림, 유액 바디오일 등에 사용한다.

Ⅲ. 연구방법 및 절차

본 장에서는 연구 변인들에 대한 이론적 배경을 토대로 실증적 연구를 위한 연구문제와 측정 도구의 구성을 알아보고 표본의 표집과 분석방법에 대하여 설명하고자 한다.

1. 연구방법

조조바 오일에 유칼립투스, 라벤다, 크로브를 브랜딩하여 발을 세발후 아침, 저녁으로 무좀 부위에 3주간 사용하고 그에 따른 효과를 파악하기 위하여 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

- 1) 브랜딩된 아로마 오일 이용자들의 인구통계학적 변인의 차이가 있는지 알아보았다.
- 2) 무좀의 파악하고 아로마 오일 사용 후 효과 및 만족도 차이가 있는지 알아보았다.
- 3) 일반적 특성에 따른 무좀개선의 효과 차이가 있는지 알아보았다.
- 4) 브랜딩된 아로마 오일 이용자들의 일반적 특성에 따른 만족도에 효과가 있는지 알아보았다.

2. 연구대상 및 자료수집

본 연구의 대상은 전북지역에 거주하는 20~60대 조갑백선, 지간형, 각화형, 수포형 무좀이 있는 남녀를 대상으로 선정하였다.

설문지는 총 70부를 2004년 9월 7일에 배포하여 10월 5일에 회수했다. 이중 자료 분석에 부적당한 14부를 제외한 총 56부가 분석에 사용되었다.

3. 측정도구

1) 일반적특성

브랜딩된 아로마 오일을 사용한 응답자 성별, 연령, 직업, 결혼여부, 즐겨신는 신발, 즐겨신는 양말 등으로 나누어 알아보았다. 최정순(2004), 김봉진(2002)의 선행연구에 사용한 2개 문항을 선택하고 예비조사에서 나온 요인을 본 연구자가 수정하여 4개 문항으로 구성하였으며 단답형식으로 측정하였다.

2) 발무좀 실태파악

브랜딩된 아로마 오일 사용자의 무좀을 파악하기 위하여 함명옥(2002)의 연구에서 사용한 2개의 문항을 수정. 보완하여 총 4문항으로 구성 하였으며 단답형식으로 측정하였다.

3) 브랜딩된 아로마 오일 사용

브랜딩된 아로마 오일 사용 후에 사용자의 발무좀 상태에 따른 효과를 알아보기 위하여 최정순(2004)의 연구에서 사용한 4개의 문항과 본 연구자의 예비조사에서 나온 요인을 수정. 보완하여 총 8문항으로 구성 하였으며 4단계 Likert법으로 측정하였다.

4) 브랜딩된 아로마 오일 사용후 만족도

브랜딩된 아로마 오일을 3주간 사용한 후의 만족도를 알아보기 위하여 모정희(2003)과 신진희(2002)의 연구에서 사용한 2개의 문항을 수정. 보완하여 총 4문항으로 구성 하였으며 4단계 Likert법으로 측정하였다.

IV. 연구결과 및 논의

본 장에서는 브랜딩된 아로마 오일 사용 대상의 인구 통계적 특성과 무증 상태 및 그에 따른 사용 후의 만족도를 논의하였다.

1. 설문 결과 분석

1) 브랜딩된 아로마 오일 사용 대상자들의 일반적 특성

아로마 오일 사용 대상자들의 인구 통계적 특성에 따른 응답자들의 차이를 알아보기 위하여 성별, 연령, 직업, 결혼여부, 즐겨신는 신발, 즐겨신는 양말 등을 조사하였으며 조사방법은 빈도분석을 이용하였다. 빈도분석은 원천 데이터의 내용들이 도수 분포표상에서 어떠한 분포적 특성을 가지고 있는가를 파악하는데 이용되고 있다.

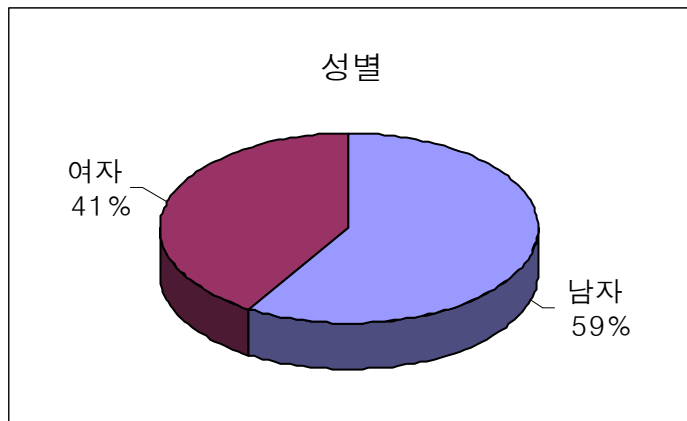
(1) 성별분포

성별 분포는 남자가 33명(58.93%), 여자가 23명(41.07%)로 나타났다.<표 1>

<표 1> 성별분포

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
남 자	33	58.93	33	58.93
여 자	23	41.07	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 1> 성별분포



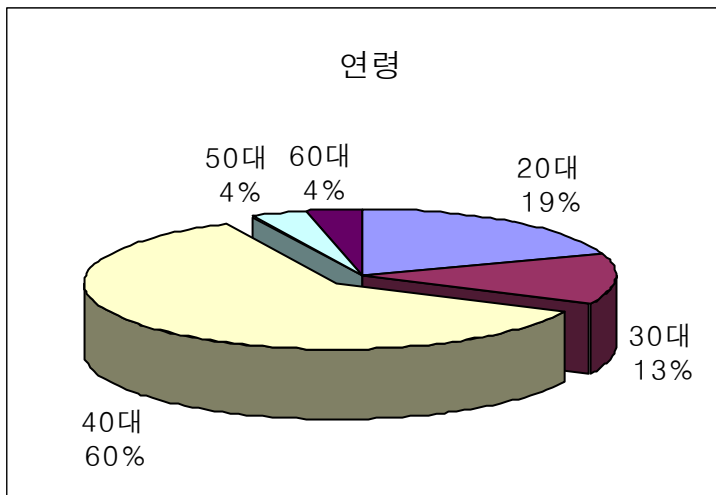
(2) 연령대

연령대는 20대가 11명(19.64%), 30대가 7명(12.50%), 40대가 34명(60.71%), 50대가 2명(3.57%), 60대가 2명(3.57%)으로 나타났다.<표 2>

<표 2> 연령대

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
20 대	11	19.64	11	19.64
30 대	7	12.50	18	32.14
40 대	34	60.71	52	92.86
50 대	2	3.57	54	96.43
60 대	2	3.57	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 2> 연령대



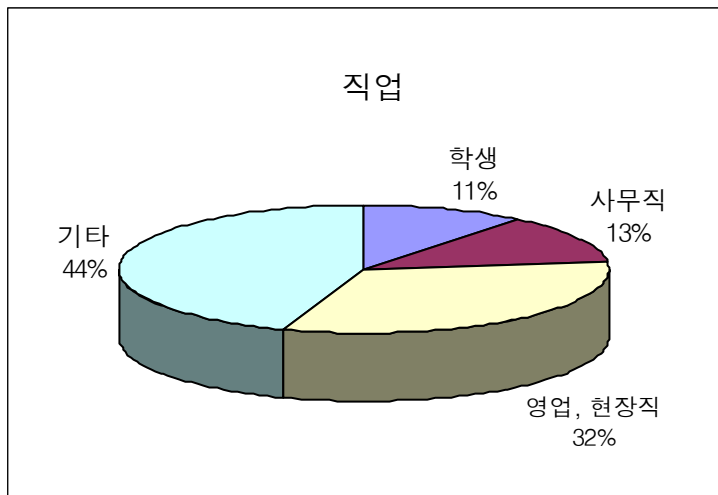
(3) 직업분포

직업분포는 학생이 6명(10.71%), 사무직이 7명(12.50%), 영업직/현장직이 18명(32.14%), 기타가 25명(44.64%)으로 나타났다.<표 3>

<표 3> 직업분포

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
학 생	6	10.71	6	10.71
사무직	7	12.50	13	23.21
영업직/현장직	18	32.14	31	55.36
기 타	25	44.64	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 3> 직업분포



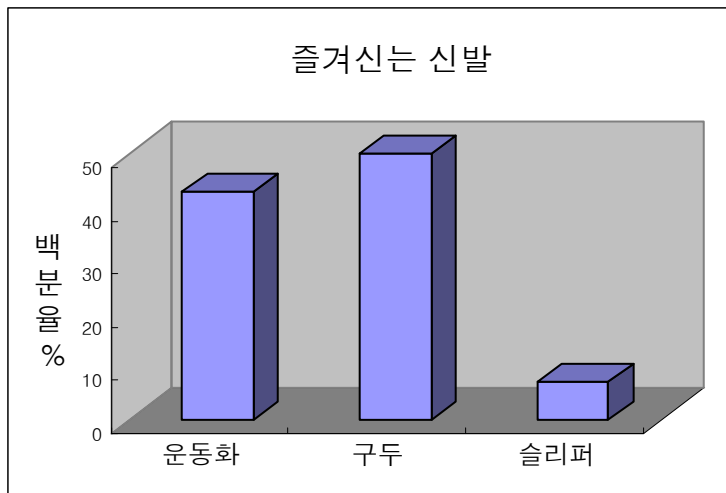
(4) 즐겨신는 신발

즐겨신는 신발은 운동화는 24명(42.86%), 구두는 28명(50.00%), 슬리퍼는 4명(7.14%)으로 나타났다.<표 4>

<표 4> 즐겨신는 신발

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
운동화	24	42.86	24	42.86
구두	28	50.00	52	92.86
슬리퍼	4	7.14	56	100.00
기타	0	0.00	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 4> 즐겨신는 신발



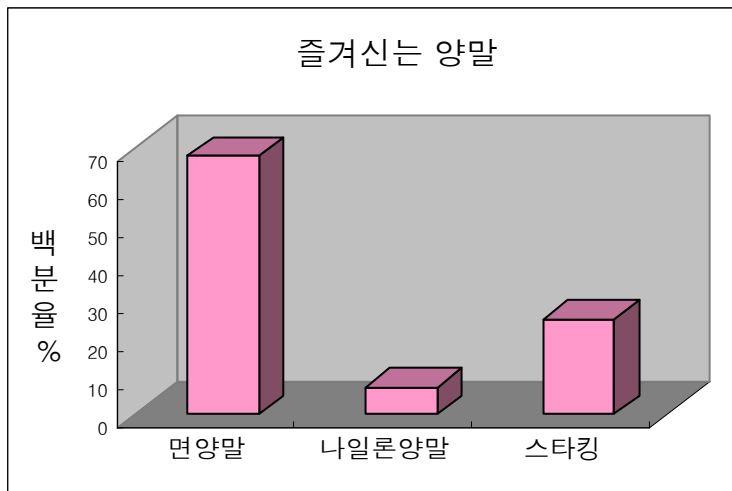
(5) 즐겨신는 양말

즐겨신는 양말은 면양말이 38명(67.86%), 나일론양말이 4명(7.14%), 스타킹이 14명(25.00%)으로 나타났다.<표 5>

<표 5> 즐겨신는 양말

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
면양말	38	67.86	38	67.86
나일론양말	4	7.14	42	75.00
스타킹	14	25.00	56	100.00
기타	0	0.00	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 5> 즐겨신는 양말



2) 브랜딩된 아로마 오일 사용자의 무좀 실태

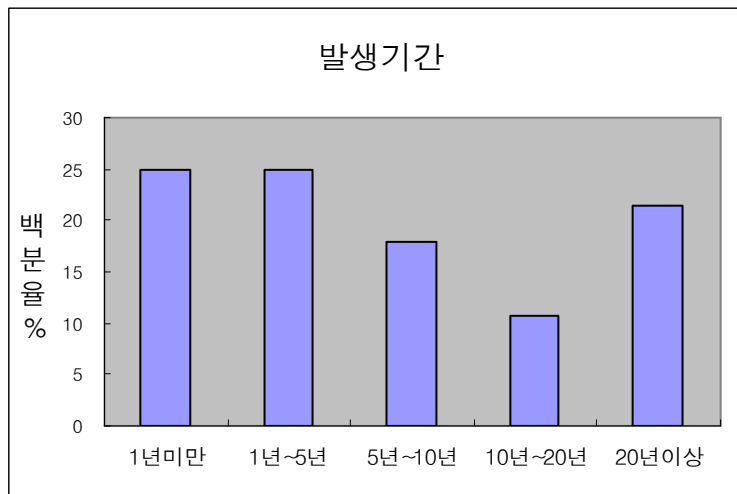
(1) 발생기간

브랜딩된 아로마 오일 사용자의 무좀발생기간을 1년미만, 1년이상~5년미만, 5년이상~10년미만, 10년이상~20년미만, 20년이상의 5종류로 구분하면 <표 6>과 같다. 1년미만은 14명(25.00%), 1년이상~5년미만은 14명(25.00%)으로 가장 많았다. 20년이상은 12명(21.43%)으로 그다음으로 많았으며 5년이상~10년미만 10명(17.86%), 10년이상~20년미만 6명(10.71%) 순으로 나타났다.<표 6>

<표 6> 발생기간

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
1년미만	14	25.00	14	25.00
1년이상~5년미만	14	25.00	28	50.00
5년이상~10년미만	10	17.86	38	67.86
10년이상~20년미만	6	10.71	44	78.57
20년이상	12	21.43	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 6> 발생기간



(2) 발무좀 증상

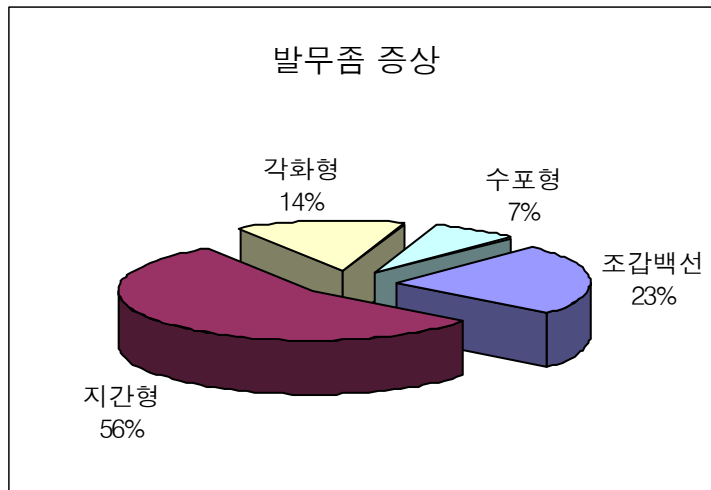
브랜딩된 아로마 오일 사용자의 무좀상태를 조갑백선, 지간형, 각화형, 수포형의 4종류로 구분하면 <표 7>과 같다.

지간형은 31명(55.36%)으로 가장 많았다. 조갑백선은 13명(23.21%)으로 지간형 다음으로 많았으며 각화형 8명(14.29%), 수포형 4명(7.14%) 순으로 나타났다.<표 7>

<표 7> 발무좀 증상

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
조갑백선	13	23.21	13	23.21
지간형	31	55.36	44	78.57
각화형	8	14.29	52	92.86
수포형	4	7.14	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 7> 발무좀 증상



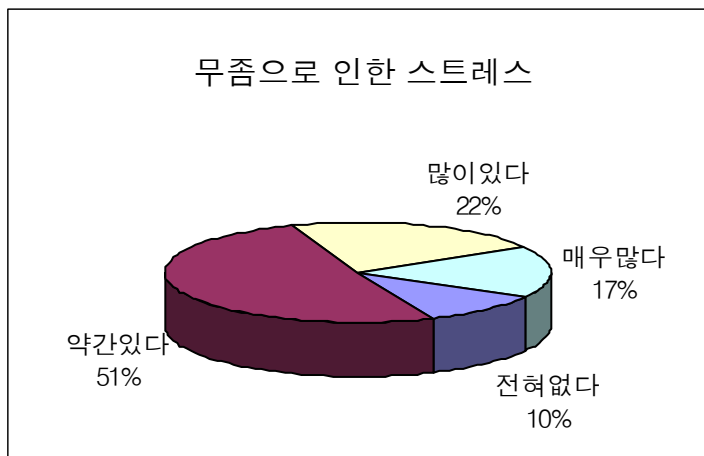
(3) 스트레스 정도

발 무좀으로 인한 스트레스 정도를 알아보았으며 <표 8>와 같다. 스트레스 정도는 약간 받는다가 30명(53.57%)으로 가장 많았고, 그다음은 많이 받는다로 13명(23.21%)이고 매우 많이 받는다는 7명(12.50%)으로 나타났으며 전혀 받지 않는다는 6명(10.71%)으로 가장 적게 나타났다.<표 8>

<표 8> 스트레스 정도

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
전혀 받지 않는다	6	10.71	6	10.71
약간 받는다	30	53.57	36	64.29
많이 받는다	13	23.21	49	87.50
매우 많이 받는다	7	12.50	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 8> 스트레스 정도



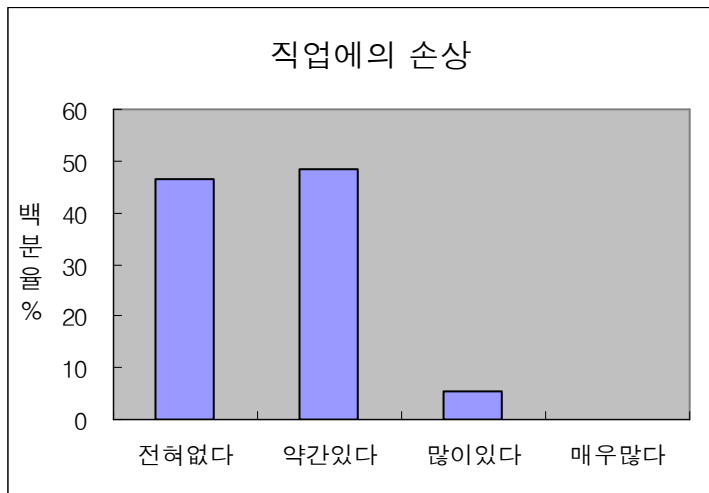
(4) 직업에의 손상

발 무좀으로 인한 직업에의 손상을 알아보기 위한 표는 <표 9>과 같다. 약간 손상이 있다는 27명(48.21%), 전혀 손상이 없다 26명(46.43%), 많이 손상이 있다 3명(5.36%)으로 나타났다.<표 9>

<표 9> 직업에의 손상

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
전혀 손상이 없다	26	46.43	26	46.43
약간 손상이 있다	27	48.21	53	94.64
많이 손상이 있다	3	5.36	56	100.00
매우 손상이 있다	0	0.00	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 9> 직업에의 손상



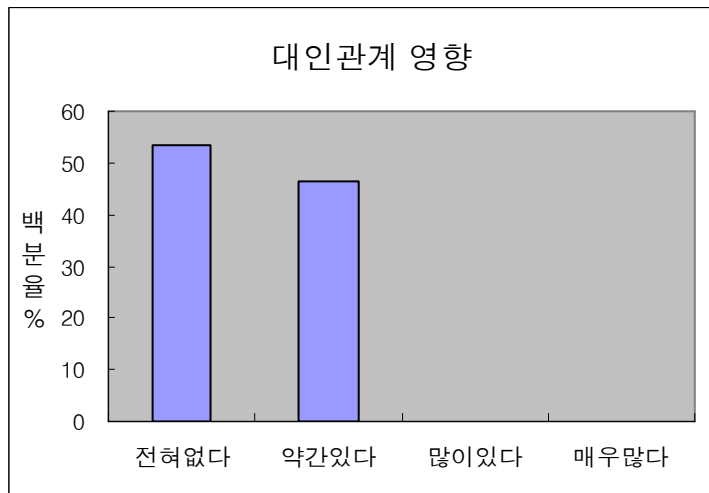
(5) 대인관계 영향

발 무증으로 인한 대인관계 영향을 알아보기 위한 표는 <표 10>과 같다. 전혀 없다는 사람이 30명(53.57%), 약간 있다는 사람이 26명(46.43%)으로 나타났다.<표 10>

<표 10> 대인관계 영향

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
전혀 없다	30	53.57	30	53.57
약간 있다	26	46.43	56	100.00
많이 있다	0	0.00	56	100.00
매우 많이 있다	0	0.00	56	100.00
계	56	100.0		

<도표 10> 대인관계 영향



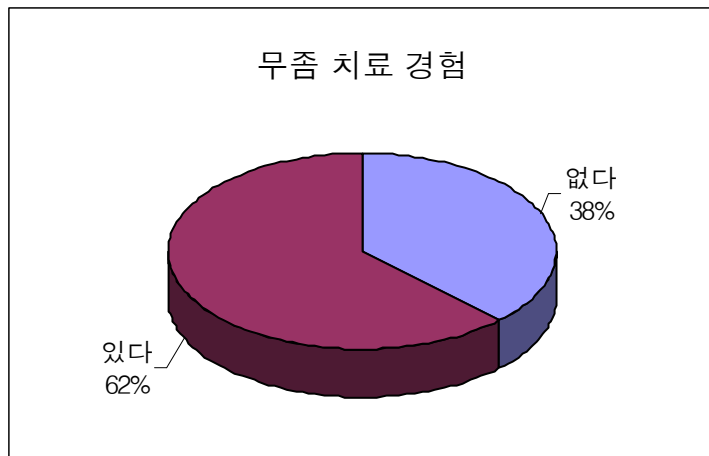
(6) 발목염 치료 경험

발목염의 치료를 위하여 관리를 받은 적이 있는 지를 알아보기 위한 표는 <표 11>와 같다. 관리를 받아본 경험이 있는 사람이 35명(62.50%), 관리를 받은 적이 없는 사람이 21명(37.50%)으로 나타났다.<표 11>

<표 11> 발무좀 치료 경험

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
있 다	35	62.50	35	62.50
없 다	21	37.50	56	100.00
계	56	100.0		

<도표 11> 발무좀 치료 경험



(7) 치료방법

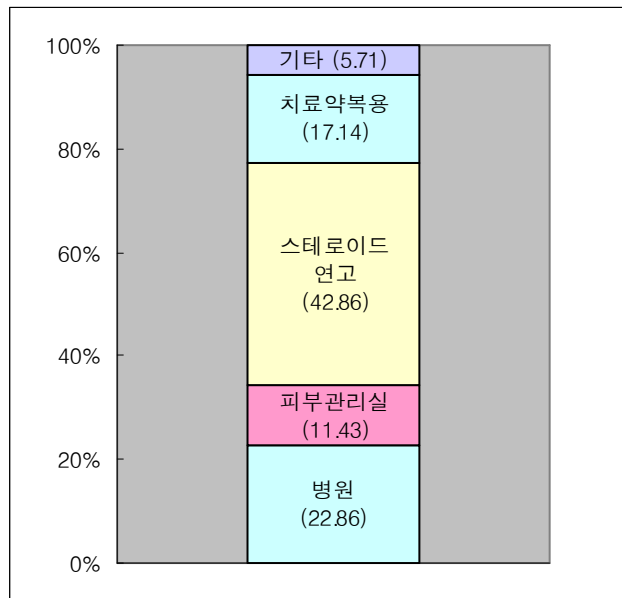
발무좀의 치료를 위하여 관리를 받은 적이 있는 사람들 35명 중에 관리방법을 알아보기 위한 표는 <표 12>과 같다. 스테로이드 연고사용이 15명(42.86%)으로 제일 많았고, 그다음으로 병원이 8명(22.86%), 치료약 복용이 6명(17.14%), 피부관리실 4명(11.43%), 기타 2명(5.71%)으로 나타났다.<표 12>

<표 12> 치료방법

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
병 원	8	22.86	8	22.86
피부관리실	4	11.43	12	34.29
스테로이드 연고	15	42.86	27	77.14
치료약 복용	6	17.14	33	94.29
기타	2	5.71	35	100.00
계	35	100.00		

결측값의 개수 = 21

<도표 12> 치료방법



3) 브랜딩된 아로마 오일 사용후 효과

(1) 발무좀 효과

브랜딩된 아로마 오일을 사용한 후 발 무좀에 효과가 있었는지의 반응은 <표 13>와 같다. 효과가 있다 38명(69.09%)으로 가장 많았고, 효과가 없다

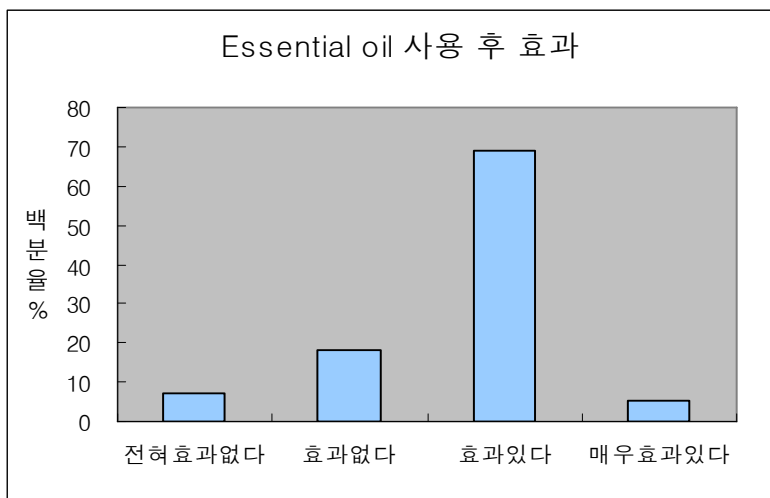
10명(18.18%), 전혀 효과가 없다 4명(7.27%), 매우 효과가 있다 3명(5.45%)의 순으로 나타났다.<표 13>

<표 13> 발무좀 효과

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
매우 효과가 있다	3	5.45	3	5.45
효과가 있다	38	69.09	41	74.55
효과가 없다	10	18.18	51	92.73
전혀 효과가 없다	4	7.27	55	100.00
계	55	100.00		

결측값의 개수 = 1

<도표 13> 발무좀 효과



(2) 개선 효과 시기

브랜딩된 아로마 오일을 사용한 후 발 무좀에 효과의 시기는 <표 14>와 같

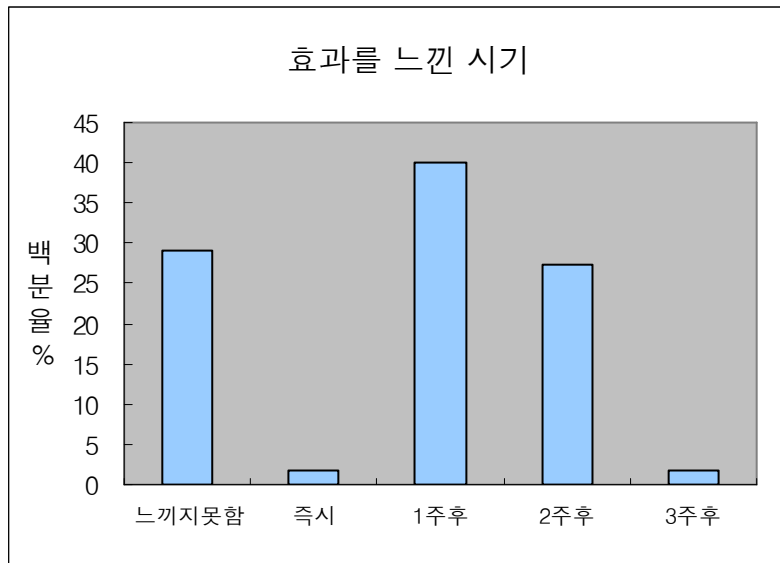
다. 1주후 효과가 있었다 22명(40.00%)으로 가장 많았고, 느끼지 못했다 16명 (29.09%), 2주후 효과가 있었다 15명(27.27%), 즉시 효과가 있었다와 3주후 효과가 있었다가 각각 1명(1.82%)으로 나타났다.<표 14>

<표 14> 개선 효과 시기

	인원수	백분율	누적인원수	누적백분율
느끼지 못했다	16	29.09	16	29.09
즉시 효과가 있었다	1	1.82	17	30.91
1주후 효과가 있었다	22	40.00	39	70.91
2주후 효과가 있었다	15	27.27	54	98.18
3주후 효과가 있었다	1	1.82	55	100.00
계	55	100.00		

결측값의 개수 = 1

<도표 14> 개선 효과 시기



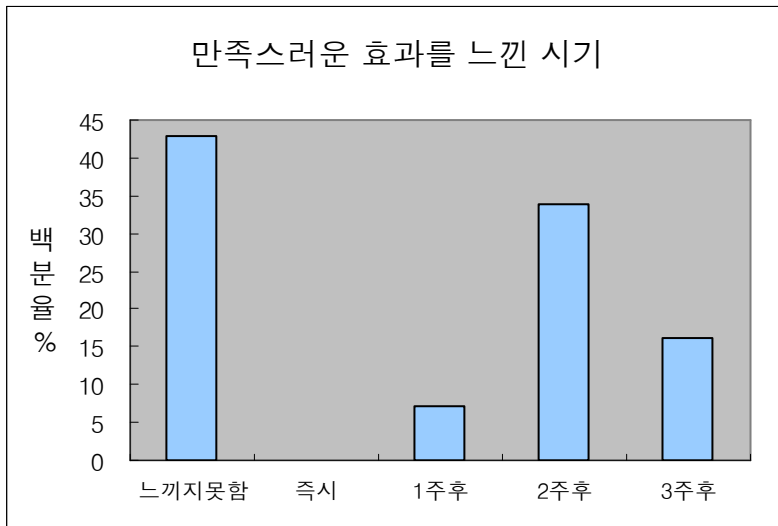
(3) 만족스러운 효과 시기

브랜딩된 아로마 오일을 사용했을 때 만족스러운 효과시기를 알아보기 위한 것으로 <표 15>과 같다. 만족스러운 효과를 느끼지 못했다 24명(42.86%)으로 가장 많았으며, 2주후에 느꼈다 19명(33.93%), 3주후에 느꼈다 9명(16.07%), 1주후 느꼈다 4명(7.14%)의 순으로 나타났다.<표 15>

<표 15> 만족스러운 효과 시기

	인원수	비율	유효비율	누적비율
느끼지 못했다	24	42.86	24	42.86
즉시 느낄 수 있었다	0	0.00	24	42.86
1주후 느꼈다	4	7.14	28	50.00
2주후 느꼈다	19	33.93	47	83.93
3주후 느꼈다	9	16.07	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 15> 만족스러운 효과 시기



4) 브랜딩된 아로마 오일 사용 후 만족도

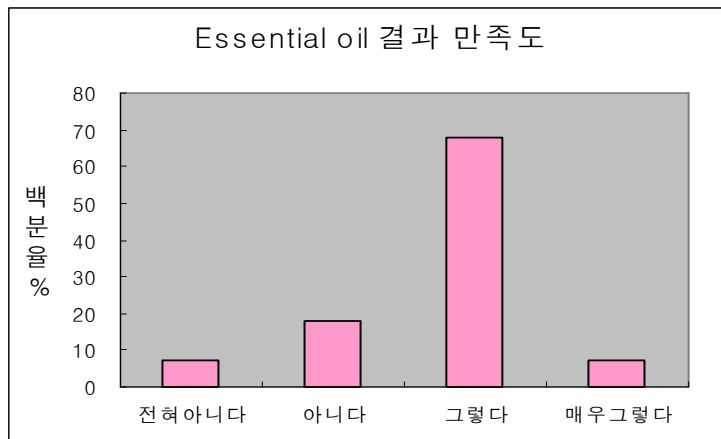
(1) 3주간사용 결과 만족도

브랜딩된 아로마 오일을 사용한 후 3주간의 결과 만족도에 관한 반응은 <표16>과 같다. 그렇다 38명(67.86%), 그렇지 않다 10명(17.86%), 매우 그렇다와 전혀 그렇지 않다 각각 4명(7.17%)으로 나타났다.<표 16>

<표 16> 결과 만족도

	인원수	비율	유효비율	누적비율
매우 그렇다	4	7.14	4	7.14
그렇다	38	67.86	42	75.00
그렇지 않다	10	17.86	52	92.86
전혀 그렇지 않다	4	7.14	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 16> 결과 만족도



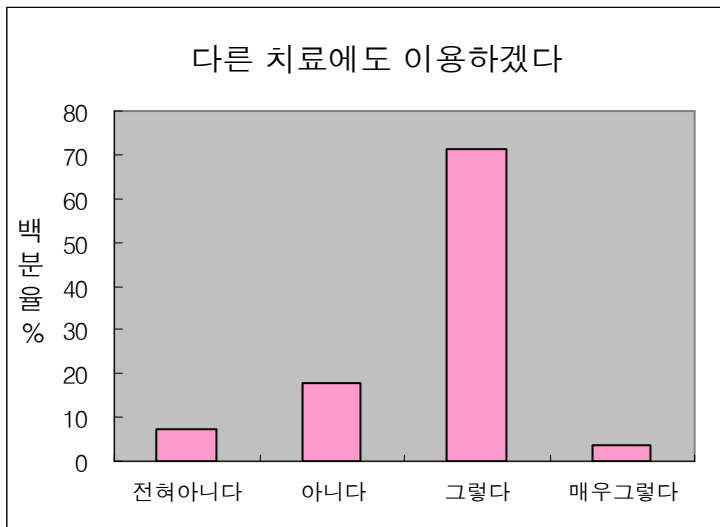
(2) 아로마 오일 재사용

발 무좀 재발이나 다른 치료에도 아로마 오일을 사용하고 싶은지에 대한 반응은 <표 17>와 같다. 그렇다 40명(71.43%), 그렇지 않다 10명(17.86%), 전혀 그렇지 않다 4명(7.14%), 매우 그렇다 2명 (3.57%)의 순으로 나타났으며 비교적 아로마 오일을 사용하는 부분에서는 좋은 반응을 보였다.<표 17>

<표 17> 아로마 오일 재사용

	인원수	비율	유효비율	누적비율
매우 그렇다	2	3.57	2	3.57
그렇다	40	71.43	42	75.00
그렇지 않다	10	17.86	52	92.86
전혀 그렇지 않다	4	7.14	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 17> 아로마 오일 재사용



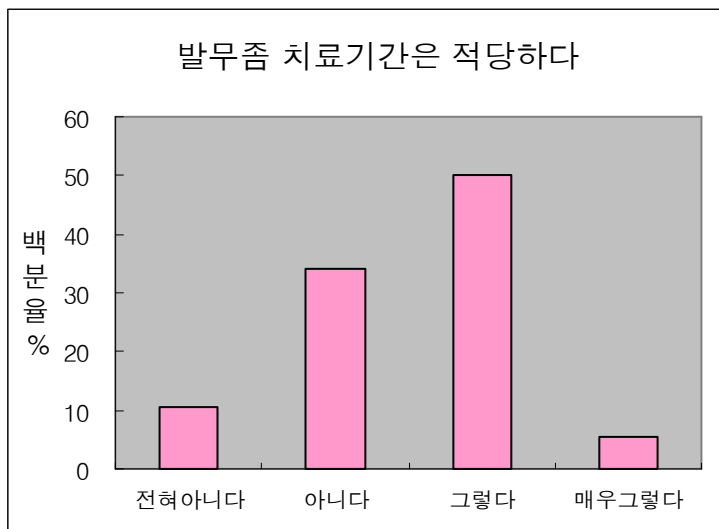
(3) 발무좀 개선기간 만족도

브랜딩된 아로마 오일을 3주간 사용하도록 한 기간이 적당한지에 대한 반응은 <표 18>과 같다. 그렇다 28명(50.00%), 그렇지 않다 19명(33.93%), 전혀 그렇지 않다 6명(10.71%), 매우 그렇다 3명(5.36%)의 순으로 나타났으며 비교적 기간이 적당하다고 느끼는 사람과 짧다고 느끼는 사람이 비슷했으며 3주 후에도 계속적인 사용을 더 해보고 싶다는 사람이 많았다.<표 18>

<표 18> 발무좀 개선기간 만족도

	인원수	비율	유효비율	누적비율
매우 그렇다	3	5.36	3	5.36
그렇다	28	50.00	31	55.36
그렇지 않다	19	33.93	50	89.29
전혀 그렇지 않다	6	10.71	56	100.00
계	56	100.00		

<도표 18> 발무좀 개선기간 만족도



5) 발무좀 효과와 일반적 특성 비교

(1) 성별과 발무좀 효과의 비교

성별과 발무좀의 효과를 비교해 보면 <표 19>과 같다.

남자 중 2명(6.06%)은 발무좀에 매우 효과가 있다고 하였고 19명(57.58%)은 효과가 있다고 답하였고 8명(24.24%)은 효과가 없다고 답하였다. 4명(12.12%)은 발무좀에 전혀 효과가 없다고 대답했다. 여자 중 1명(4.55%)은 매우 효과가 있다고 답하였고 19(86.36%)은 효과가 있다고 답하였으며 2명(5.3%)은 효과가 없다고 답하였다.<표 19>

<표 19> 성별과 발무좀 효과의 비교

		발무좀 효과				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
성별	남자	2 6.06%	19 57.58%	8 24.24%	4 12.12%	33 100.00%
	여자	1 4.55%	19 86.36%	2 9.09%		22 100.00%
계		3	38	10	4	55

결측값의 개수 = 1

(2) 연령대와 발무좀 효과의 비교

연령대에 따른 발무좀 효과는 20대 중 3명(27.27%)이 매우 효과가 있다고 답하였고 8명(72.73%)이 발무좀에 효과가 있다고 하였다. 30대 중 3명(42.86%)은 효과가 있다고 하였으며 2명(28.57%)은 효과가 없다고 하였고 2명(28.57%)은 전혀 효과가 없다고 하였다. 40대 중 23명(69.70%)이 효과가 있다고 답하였고 8명(24.24%)이 효과가 없다고 하였고 2명(6.06%)은 전혀

효과가 없다고 하였다. 50대 2명(100.00%)은 모두 효과가 있다고 하였다. 60대 2명(100.00%)도 모두 효과가 있다고 하였다..<표 20>

<표 20> 연령대와 발무좀 효과의 비교

		발무좀 효과				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
연령대	20대	3 27.27%	8 72.73%			11 100.00%
	30대		3 42.86%	2 28.57%	2 28.57%	7 100.00%
	40대		23 69.70%	8 24.24%	2 6.06%	33 100.00%
	50대		2 100.00%			2 100.00%
	60대		2 100.00%			2 100.00%
계		3	38	10	4	55

결측값의 개수 = 1

(3) 직업과 발무좀 효과의 비교

직업과 발무좀의 효과를 비교해보면 <표 21>과 같다. 학생은 2명(33.33%)이 매우 효과가 있다고 하였고 4명(66.67%)은 효과가 있다고 하였다. 사무직은 1명(14.29%)이 매우 효과가 있다고 하였고 4명(57.14%)은 효과가 있다고 하였으며 2명(28.57%)은 효과가 없다고 하였다. 영업직/현장직은 9명(52.94%)이 효과가 있다고 하였고 4명(23.53%)이 효과가 없다고 하였으며 4명(23.53%)은 전혀 효과가 없다고 하였다. 기타는 21명(84.00%)이 효과가 있다고 하였고 4명(16.00%)이 효과가 없다고 하였다.<표 21>

<표 21> 직업과 발무좀 효과의 비교

		발무좀 효과				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
직업	학생	2 33.33%	4 66.67%			6 100.00%
	사무직	1 14.29%	4 57.14%	2 28.57%		7 100.00%
	영업직 현장직		9 52.94%	4 23.53%	4 23.53%	17 100.00%
	기타		21 84.00%	4 16.00%		25 100.00%
계		3	38	10	4	55

결측값의 개수 = 1

(4) 즐겨신는 신발과 발무좀 효과의 비교

즐겨신는 신발과 발무좀 효과를 비교하여 보면 <표 22>와 같다. 운동화를 신는 13명중 효과가 있다가 18명(75.00%)으로 가장 많았고, 매우 효과가 있다, 효과가 없다, 전혀 효과가 없다가 각각 2명(8.33%)으로 나타났다. 구두를 신는 11명중 20명(74.07%)이 효과가 있다고 하였고, 4명(14.81%)이 효과가 없다, 2명(7.41%)이 전혀 효과가 없다, 1명(3.70%)이 매우 효과가 있다고 하였다. 슬리퍼를 신는 4명(100.00%)은 효과가 없다고 하였다.<표 22>

<표 22> 즐겨신는 신발과 발무좀 효과의 비교

		발무좀 효과				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
즐겨신는 신발	운동화	2 8.33%	18 75.00%	2 8.33%	2 8.33%	13 100.0%
	구두	1 3.70%	20 74.07%	4 14.81%	2 7.41%	11 100.0%
	슬리퍼			4 100.00%		4 100.00%
	기타					
계		3	38	10	4	55

결측값의 개수 = 1

(5) 즐겨신는 양말과 발무좀 효과의 비교

즐겨신는 양말과 발무좀 효과를 비교하여 보면 <표 23>와 같다. 면양말을 신는 사람 38명중 24명(63.16%)은 효과가 있다, 8명(21.05%)은 효과가 없다, 4명(10.53%)은 전혀 효과가 없다, 2명(5.26%)은 매우 효과가 있다고 하였다. 나이론양말을 신는 사람 4명중 효과가 있다, 효과가 없다가 각각2명(50.00%)으로 나타났다. 스타킹을 신는 사람 13명중 12명(92.31%)은 효과가 있다고 하였고, 1명(7.69%)은 매우 효과가 있다고 대답하였다.<표 23>

<표 23> 즐겨신는 양말과 발무좀 효과의 비교

		발무좀 효과				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
즐겨신는 양말	면양말	2 5.26%	24 63.16%	8 21.05%	4 10.53%	38 100.00%
	나이론 양말		2 50.00%	2 50.00%		4 100.00%
	스타킹	1 7.69%	12 92.31%			13 100.00%
	기타					
계		3	38	10	4	55

결측값의 개수 = 1

(6) 발생기간과 발무좀 효과의 비교

발무좀 발생기간이 1년 미만일 경우 8명(61.54%)이 효과가 있다고 답하였고, 3명(23.08%)이 매우 효과가 있다, 2명(15.38%)은 효과가 없다 순으로 나타났다. 1년 이상~5년 미만인 경우 8명(57.14%)이 효과가 있다고 가장 많이 답하였고, 4명(28.57%)이 효과가 없다, 2명(14.29%)은 전혀 효과가 없다고 나타났다. 5년 이상~10년 미만인 경우 6명(60%)이 효과가 있다고 답하였고, 효과가 없다, 전혀 효과가 없다고 각각 2명(20.00%)이 답하였다. 10년 이상~20년 미만인 경우 6명(100.00%) 모두가 효과가 있다고 답하였다. 20년 이상인 경우 10명(83.33%)이 효과가 있다고 답하였고, 2명(16.67%)이 효과가 없다고 답하였다.<표 24>

<표 24> 발생기간과 발무좀 효과의 비교

		발무좀 효과				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
발 생 기 간	1년 미만	3 23.08%	8 61.54%	2 15.38%		13 100.0%
	1년이상~ 5년미만		8 57.14%	4 28.57%	2 14.29%	14 100.00%
	5년이상~ 10년미만		6 60.00%	2 20.00%	2 20.00%	10 100.00%
	10년이상~ 20년미만		6 100.00%			6 100.00%
	20년이상		10 83.33%	2 16.67%		12 100.00%
계		3	38	10	4	55

결측값의 개수 = 1

(7) 발무좀 증상과 발무좀 효과의 비교

조갑백선인 경우 9명(69.23%)이 효과가 있다, 4명(30.77%)이 효과가 없다고 나타났다. 지간형인 경우 19명(63.33%)이 효과가 있다고 가장 많이 답변하였고, 효과가 없다, 전혀 효과가 없다가 각각 4명(13.33%)으로 나타났고, 3명(10.00%)이 매우 효과가 있다고 답하였다. 각화형인 경우 6명(75.00%)이 효과가 있다, 2명(25.00%)이 효과가 없다고 답하였다. 수포형인 경우 4명(100.00%) 모두가 효과가 있다고 답하였다.<표 25>

<표 25> 발무좀 증상과 발무좀 효과의 비교

		발무좀 효과				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
발 무 좀 증 상	조갑백선		9 69.23%	4 30.77%		13 100.0%
	지간형	3 10.00%	19 63.33%	4 13.33%	4 13.33%	30 100.00%
	각화형		6 75.00%	2 25.00%		8 100.00%
	수포형		4 100.00%			4 100.00%
계		3	38	10	4	55

결측값의 개수 = 1

6) 아로마 오일 사용 만족도와 발무좀실태의 비교

(1) 발생기간과 아로마 오일 사용 만족도 비교

발무좀 발생기간에 따른 아로마 오일 사용 만족도를 살펴보면 <표 26>과 같다. 발생기간이 1년 미만인 14명중 10명(71.43%)은 효과가 있다고 하였고, 2명(14.29%)은 매우 효과가 있다, 2명(14.29%)은 효과가 없다고 나타났다. 1년 이상~5년 미만 14명중 6명(42.86%)은 효과가 있다고 하였고, 4명(28.57%)은 효과가 없다, 2명(14.29%)은 매우 효과가 있다, 2명(14.29%)은 전혀 효과가 없다고 나타났다. 5년 이상~10년 미만 10명중 6명(60.00%)은 효과가 있다고 하였고, 2명(20.00%)은 효과가 없다, 2명(20.00%)은 전혀 효과가 없다고 나타났다. 10년 이상~20년 미만 6명(100.00%) 모두는 효과가 있다고 응답하였다. 20년 이상 12명중 10명(83.33%)은 효과가 있다고 하였고, 2명(16.67%)은 효과가 없다고 하였다.<표 26>

<표 26> 발생기간과 아로마 오일 사용 만족도 비교

		아로마 오일 사용 만족도				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
발 생 기 간	1년 미만	2 14.29%	10 71.43%	2 14.29%		14 100.00%
	1년이상~ 5년미만	2 14.29%	6 42.86%	4 28.57%	2 14.29%	14 100.00%
	5년이상~ 10년미만		6 60.00%	2 20.00%	2 20.00%	10 100.00%
	10년이상~ 20년미만		6 100.00%			6 100.00%
	20년이상		10 83.33%	2 16.67%		12 100.00%
	계	4	38	10	4	56

(2) 발무좀 증상과 아로마 오일 사용 만족도 비교

조갑백선인 경우 9명(69.23%)이 효과가 있다고 답하였고, 2명(15.38%)이 효과가 없다, 2명(15.38%)은 전혀 효과가 없다고 나타났다. 지간형인 경우 19명(61.29%)이 효과가 있다고 가장 많이 답변하였고, 6명(19.35%)이 효과가 없다, 4명(12.90%)은 매우 효과가 있다, 2명(6.45%)은 전혀 효과가 없다고 나타났다. 각화형인 경우 6명(75.00%)이 효과가 있다고 하였고, 2명(25.00%)은 효과가 없다고 하였다. 수포형인 경우 4명(100.00%) 모두 효과가 있다고 답하였다. <표 27>

<표 27> 발무좀 증상과 아로마 오일 사용 만족도 비교

		아로마 오일 사용 만족도				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
발 무 좀 증 상	조갑백선		9 69.23%	2 15.38%	2 15.38%	13 100.00%
	지간형	4 12.90%	19 61.29%	6 19.35%	2 6.45%	31 100.00%
	각화형		6 75.00%	2 25.00%		8 100.00%
	수포형		4 100.00%			4 100.00%
계		4	38	10	4	56

7) 아로마 오일 지속적 사용과 일반적 특성 비교

(1) 성별과 아로마 오일 지속적 사용 비교

남녀성별과 아로마 오일 지속적 사용을 비교하여 보면 <표 28>과 같다. 남자 33명중 19명(57.58%)은 그렇다, 10명(30.30%)은 그렇지 않다, 2명(6.06%)은 매우 그렇다, 2명(6.06%)은 전혀 그렇지 않다고 나타났다. 여자 23명중 21명(91.30%)은 그렇다, 2명(8.70%)은 전혀 그렇지 않다고 나타났다. 남자에 비해 여자가 아로마 오일 사용에 더 만족하였다.<표 28>

<표 28> 성별과 아로마 오일 지속적 사용 비교

		아로마 오일 지속적 사용				계
		매우 그렇다	그렇다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다	
성별	남자	2 6.06%	19 57.58%	10 30.30%	2 6.06%	33 100.00%
	여자		21 91.30%		2 8.70%	23 100.00%
계		2	40	10	4	56

(2) 연령대와 아로마 오일 지속적 사용 비교

연령대와 아로마 오일 지속적 사용을 살펴보면 <표 29>과 같다. 20대 11명 중 7명(63.64%)이 그렇다, 2명(18.18%)이 매우 그렇다, 2명(18.18%)이 그렇지 않다고 나타났다. 30대 7명 중 5명(71.43%)이 그렇다, 2명(28.57%)이 그렇지 않다고 나타났다. 40대 34명 중 24명(70.59%)이 그렇다, 6명(17.65%)이 그렇지 않다, 4명(11.76%)이 전혀 그렇지 않다고 나타났다. 50대 2명(100.00%) 모두 그렇다고 응답하였고, 60대 2명(100.00%)도 모두 그렇다고 응답하였다.

<표 29>

<표 29> 연령과 아로마 오일 지속적 사용 비교

		아로마 오일 지속적 사용				계
		매우 그렇다	그렇다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다	
연령대	20대	2 18.18%	7 63.64%	2 18.18%		11 100.00%
	30대		5 71.43%	2 28.57%		7 100.00%
	40대		24 70.59%	6 17.65%	4 11.76%	34 100.00%
	50대		2 100.00%			2 100.0%
	60대		2 100.00%			2 100.00%
계		2	40	10	4	56

(3) 직업과 아로마 오일 지속적 사용 비교

직업과 아로마 오일 지속적 사용을 비교해 보면 <표 30>와 같다. 학생 6명중 매우 그렇다, 그렇다, 그렇지 않다 각각 2명(33.33%)으로 나타났다. 사무직 7명중 5명(71.43%)이 그렇다, 2명(28.57%)이 전혀 그렇지 않다고 나타났다. 영업직/현장직 18명중 12명(66.67%)이 그렇다, 6명(33.33%)이 그렇지 않다고 나타났다. 기타 25명중 21명(84.00%)이 그렇다, 2명(8.00%)이 그렇지 않다, 2명(8.00%)이 전혀 그렇지 않다고 나타났다.<표 30>

<표 30> 직업과 아로마 오일 지속적 사용 비교

		아로마 오일 지속적 사용				계
		매우 그렇다	그렇다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다	
직업	학생	2 33.33%	2 33.33%	2 33.33%		6 100.00%
	사무직		5 71.43%		2 28.57%	7 100.00%
	영업직 현장직		12 66.67%	6 33.33%		18 100.00%
	기타		21 84.00%	2 8.00%	2 8.00%	25 100.00%
계		2	40	10	4	56

8) 개선기간만족도와 발무좀상태의 비교

(1) 발생기간과 개선기간만족도 비교

발무좀 발생기간과 치료기간만족도를 비교하면<표 31>와 같다. 1년 미만 14명중 8명(57.14%)은 효과가 있다고 대답하였고, 3명(21.43%)은 매우 효과가 있다, 3명(21.43%)은 효과가 없다고 나타났다. 1년 이상~5년 미만 14명중 10명(71.43%)은 효과가 없다, 2명(14.29%)은 효과가 있다, 2명(14.29%)은 전혀 효과가 없다고 나타났다. 5년 이상~10년 미만 10명중 5명(50.00%)은 효과가 있다, 4명(40.00%)은 전혀 효과가 없다, 1명(10.00%)은 효과가 없다고 나타났다. 10년 이상~20년 미만 6명중 5명(83.33%)은 효과가 있다, 1명(16.67%)은 효과가 없다고 나타났다. 20년 이상 12명중 8명(66.67%)은 효과가 있다, 4명(33.33%)은 효과가 없다고 나타났다.<표 31>

<표 31> 발생기간과 개선기간만족도 비교

		개선기간만족도				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
발 생 기 간	1년 미만	3 21.43%	8 57.14%	3 21.43%		14 100.00%
	1년이상~ 5년미만		2 14.29%	10 71.43%	2 14.29%	14 100.00%
	5년이상~ 10년미만		5 50.00%	1 10.00%	4 40.00%	10 100.00%
	10년이상~ 20년미만		5 83.33%	1 16.67%		6 100.00%
	20년이상		8 66.67%	4 33.33%		12 100.00%
	계	3	28	19	6	56

(2) 발무좀 증상과 치료기간만족도 비교

발무좀 증상과 치료기간만족도를 비교하면 <표 32>와 같다. 조갑백선인 경우 8명(61.54%)이 효과가 있다고 답하였고, 4명(30.77%)이 전혀 효과가 없다, 1명(7.69%)은 효과가 없다 순으로 나타났다. 지간형인 경우 14명(45.16%)이 효과가 있다고 가장 많이 답변하였고, 12명(38.71%)이 효과가 없다, 3명(9.68%)은 매우 효과가 있다, 2명(6.45%)은 전혀 효과가 없기로 나타났다. 각화형인 경우 6명(75.00%)은 효과가 없다, 2명(25.00%)은 효과가 있다고 나타났다. 수포형인 경우 4명(100.00%) 모두 효과가 있다고 나타났다.<표 32>

<표 32> 발무좀 증상과 개선기간만족도 비교

		개선기간만족도				계
		매우 효과가 있다	효과가 있다	효과가 없다	전혀 효과가 없다	
발 무 좀 증 상	조갑백선		8 61.54%	1 7.69%	4 30.77%	13 100.00%
	지간형	3 9.68%	14 45.16%	12 38.71%	2 6.45%	31 100.00%
	각화형		2 25.00%	6 75.00%		8 100.00%
	수포형		4 100.00%			4 100.00%
계		3	28	19	6	56

V. 결론

본 연구는 발무좀이 있는 사람에게 케리어오일인 조조바오일에 유칼립투스, 라벤다, 크로브를 브랜딩한 아로마 오일을 무좀 부위에 사용토록 하였고, 이를 사용한 후의 무좀의 효과와 만족도를 분석함으로써 무좀상태 개선에 미치는 영향에 관하여 조사하였다.

연구 대상자는 전북지역의 발무좀이 있는 남녀를 대상으로 하였고 자기 기입식 설문조사를 실시하여 브랜딩된 아로마 오일 사용 후의 효과와 만족도를 알아보았다.

연구 대상자 70명의 응답 설명지중 자료 분석에 부적절한 14부를 제외한 56부가 설문지의 빈도와 백분율을 조사하였다.

연구 결과는 다음과 같다.

1. 연구대상자의 일반적 특성 중 성별분포는 남자가 33명(58.93%), 여자가 23명(41.07%)로 나타났고, 연령대는 20대가 11명(19.64%), 30대가 7명(12.50%), 40대가 34명(60.71%), 50대가 2명(3.57%), 60대가 2명(3.57%)으로 나타났고, 즐겨신는 신발은 운동화는 24명(42.86%), 구두는 28명(50.00%), 슬리퍼는 4명(7.14%)으로 나타났고, 즐겨신는 양말은 면양말이 38명(67.86%), 나이론양말이 4명(7.14%), 스타킹이 14명(25.00%)으로 나타났다.
2. 연구대상자의 무좀실태 중 무좀발생기간을 보면 1년 미만은 14명(25.00%), 1년 이상~5년 미만은 14명(25.00%)으로 가장 많았다. 20년 이상은 12명(21.43%)으로 그다음으로 많았으며 5년 이상~10년 미만 10명(17.86%), 10년 이상~20년 미만 6명(10.71%) 순으로 나타났고, 발무좀 증상은 지간형은 31명(55.36%)으로 가장 많았다. 조갑백선은 13명(23.21%)으로 지간형 다음으로 많았으며, 각화형 8명(14.29%), 수포형 4명(7.14%) 순으로 나타났다.
3. 연구대상자의 발무좀 효과는 효과가 있다 38명(69.09%)으로 가장 많았고, 효과가 없다 10명(18.18%), 전혀 효과가 없다 4명(7.27%), 매우 효과가 있다

3명(5.45%)의 순으로 나타났고, 만족스러운 효과시기를 보면 만족스러운 효과를 느끼지 못했다 24명(42.86%)으로 가장 많았으며, 2주후에 느꼈다 19명(33.93%), 3주후에 느꼈다 9명(16.07%), 1주후 느꼈다 4명(7.14%)의 순으로 나타났다.

4. 브랜드된 아로마 오일 사용 후의 결과 만족도는 그렇다 38명(67.86%), 그렇지 않다 10명(17.86%), 매우 그렇다와 전혀 그렇지 않다 각각 4명(7.17%)으로 나타났고, 아로마 오일의 재사용 여부를 보면 그렇다 40명(71.43%), 그렇지 않다 10명(17.86%), 전혀 그렇지 않다 4명(7.14%), 매우 그렇다 2명(3.57%)의 순으로 나타났으며 비교적 아로마 오일을 사용하는 부분에서는 좋은 반응을 보였고, 발무좀 개선기간 만족도를 보면 그렇다 28명(50.00%), 그렇지 않다 19명(33.93%), 전혀 그렇지 않다 6명(10.71%), 매우 그렇다 3명(5.36%)의 순으로 나타났으며 비교적 기간이 적당하다고 느끼는 사람과 짧다고 느끼는 사람이 비슷했으며 3주 후에도 지속적인 사용을 더 해보고 싶다는 사람이 많았다.

5. 발무좀 증상과 치료기간 만족도를 비교하면 조갑백선인 경우 8명(61.54%)이 효과가 있다고 답하였고, 4명(30.77%)이 전혀 효과가 없다, 1명(7.69%)은 효과가 없다 순으로 나타났다. 지간형인 경우 14명(45.16%)이 효과가 있다고 가장 많이 답변하였고, 12명(38.71%)이 효과가 없다, 3명(9.68%)은 매우 효과가 있다, 2명(6.45%)은 전혀 효과가 없다로 나타났다. 각화형인 경우 6명(75.00%)은 효과가 없다, 2명(25.00%)은 효과가 있다로 나타났다. 수포형인 경우 4명(100.00%) 모두 효과가 있다로 나타났다.

이상의 연구 결과를 바탕으로 하여 아로마테라피스트들과 피부관리사 및 무좀으로 고생했던 모든 사람에게 무좀개선에 도움이 되고자 한다. 캐리어오일인 조조바오일과 유칼립투스, 라벤다, 크로브는 발무좀의 개선에 탁월한 효과를 보였다. 아로마 오일의 사용 시기를 지속적으로 사용함으로써 심리적 완치 및 더 큰 개선 효과를 볼 수 있도록 해야 할 것이다.

이번 연구 결과 발무좀 개선 기간은 개인에 따라 편차가 있었으며 지속적인 관리를 하여 완치 효과를 볼 수 있도록 해야 할 것이다.

생활 속의 아로마가 자리를 잡고 있고 이제는 백화점이나 큰 상점만 가보더라도 아로마 샵이 많이 분포되어 있음을 알 수 있다.

피부관리샵에서도 아로마테라피를 하지 않고서는 영업을 하지 못할 정도로 많은 고객이 늘고 있으며 이에 대한 욕구 증가와 심리적인 만족감을 얻기 위해 많은 이들의 아로마에 대한 관심이 늘어가고 있는 것이 현실이다.

아로마테라피가 더욱더 일반인에게 폭 넓게 이용할 수 있기 위해서는 많은 임상연구가 필요하다.

무좀에 관한 선행연구가 부족하고 브랜딩되어진 아로마오일의 선행연구가 부족하여 더욱 깊이 다루지 못한 한계가 있었다. 후속 연구에서는 아로마 에센셜 오일을 이용한 연구들이 많이 나와서 모든 이들에게 가장 가깝게 집에서 사용할 수 있도록 알려져 아로마테라피가 널리 이용되기를 기대한다.

참 고 문 헌

<단행본>

- Carole Mcgilvery, Jimi Reed, Mira Mehta & Silva Mehta, 「아로마테라피」, 학문사, 2003
- Julia Lawless, 「아로마 에센셜오일 백과사전」, 현문사, 2002
- Robert Isserland, 「향기요법」, 글이랑, 1997
- 김광옥, 강수경, 고혜정, 김기연, 김봉인, 김연주, 김해남, 윤영숙, 차영애, 하명희, 한경아, 한영숙, 「림프드리나쥐」, 수문사, 2001
- 강성심, 박미령, 배정하, 선우현정, 송인영, 이성내, 이성옥, 「피부관리학」, 훈민사, 2002
- 대한가정의학회, 「가정의학」, 계축문화사, 2002
- 박은설, 「발관리요법」, 대한미용사회 피부미용위원회, 에스테틱 21호, 1996
- 신문균, 국지연, 「해부생리학」, 현문사, 1997
- 선마리, 「AROMATHERAPY D.I.Y」, 에스티씨소야, 2003
- 오홍근, 「자연치료의학」, 정한출판사, 2003
- 오홍근, 강성심, 권혁미, 김명숙, 김문주, 김봉인, 김선옥, 김춘자, 김해남, 박미령, 송인영, 오유경, 이승자, 이혜영, 장문정, 장태수, 정은영, 「피부미용인을 위한 아로마테라피」, 훈민사, 2002
- 이은옥, 최명애, 박상연, 이선옥, 송미순, 김달순, 최경숙, 양영희, 최스미, 최희정, 「성인간호학(5권)」, 신광출판사, 2002
- 「아로마테라피」, 중앙대학교 의약식품대학원
- 「에센셜오일학-에센셜오일의 종류와 효능」, 수원여자대학 국제아로마테라피스쿨

조태동, 박백선, 「향기로운 삶을 만드는 아로마테라피스트」, 크라운출판사,
2003

조태동, 송진희, 조철숙, 「허브를 이용한 건강과 미용」, 전원문화사, 2000

쿠르트 슈나우벨트, 「실용 아로마테라피 처방과 적용」, 도서출판 역락, 2003

하병조, 「아로마테라피」, 수문사, 2000

한국간호교육학회, 「질환·증상별 치료와 간호지침」, 도서출판 한우리,
2004

한성덕, 「발자극과 건강화를 통한 건강유지법」, 에스테틱 94봄호, 1994

<논문>

모정희, 『피부관리방식으로서의 아로마테라피의 활용실태 및 시행효과에 관한연구』, 조선대학교산업대학원, 2003

박미경, 『일부지역피부관리사와 아로마테라피 이용실태와 시행효과에 대한인지도』, 석사학위논문, 경산대, 2001

신진희, 『피부관리사의 아로마테라피 이용 실태조사』, 고신대학교 보건대학원 석사학위논문, 2002

송선일, 김춘일, 『피부미용인을 위한 아로마테라피의 작용원리 및 활용방법』, 제주한라대학논문집, 제23집, 1999

윤영숙, 『중년여성의 아로마오일을 이용한 복부비만관리 프로그램효과』, 한국미용학회지, 7(2), 2001

윤영숙, 「중년여성의 아로마오일을 이용한 복부비만관리 프로그램 효과」, 한국미용학회지, 제7권2호, 2001

최정순, 『Tea Tree essential oil이 여드름 피부상태 개선에 미치는 영향에 관한 연구』, 석사학위논문, 한성대학교 예술대학원, 2004

<인터넷>

<http://www.muzom.com/muzom/muzom.html>

<http://www.aromanlife.com/아로마작용>

<http://www.worldaroma.co.kr>

<http://www.icacedu.com>

<http://aromaschool.net>

<외국문헌>

Chambers Dictionayr(1988), R and W chambers Ltd and Cambridge University Press, Cambridge

Takayama E : Perfection of energy by aromatherpy. Japan. Japan work co.,Ltd, 1997

Valnet J, The practice of Aromatherapy, United Kingdom, Daniel co.. Ltd., 1990

Wildwood C, The aromatherapy and massage book. London, Thorgons, 1994

설 문 지

한성대학교 예술대학원 패션예술학과

석사과정 신영철

지도교수 : 김삼진

안녕하십니까?

저는 한성대학교 대학원 패션예술학과 재학 중인 학생입니다.

본 설문지는 브랜딩된 아로마 오일을 이용하여 발 무좀 개선 효과를
알아보기 위하여 작성되었습니다.

각 질문에 대한 정답은 없으므로 귀하가 생각하시거나 느끼신 바를
솔직하게 답해 주시면 감사하겠습니다.

응답하신 설문지는 익명으로 통계 처리되며 오직 연구목적으로만
사용됨을 약속드립니다.

바쁘신 중에도 귀중한 시간을 내어 질문에 응답해 주셔서 대단히
감사드립니다.

2004년 9월

- 4) 전혀 효과가 없다
6. 몇 주 정도 지난 후 무좀 개선 효과가 나타나는 것을 느꼈습니까?
- 1) 느끼지 못했다.
 - 2) 즉시 효과가 있었다.
 - 3) 1주후 효과가 있었다.
 - 4) 2주후 효과가 있었다.
 - 5) 3주후 효과가 있었다.
7. 몇 주 정도 지났을 때 만족스러운 만큼 효과가 나타났습니까?
- 1) 느끼지 못했다.
 - 2) 즉시 느낄 수 있었다.
 - 3) 1주후 느꼈다.
 - 4) 2주후 느꼈다.
 - 5) 3주후 느꼈다.
8. 만약 만족스러운 만큼 효과가 나타났다면 어떤 현상의 효과와 변화가 있었는지 기록해 주십시오

**IV. 3주간의 아로마 오일을 사용한 후 만족 정도에 관한 질문입니다.
해당되는 곳에 V 표해 주십시오**

1. 전반적으로 아로마 오일 사용 결과에 대하여 만족한다.
 - 1) 매우 그렇다
 - 2) 그렇다
 - 3) 그렇지 않다
 - 4) 전혀 그렇지 않다.
2. 아로마 오일 사용을 발무좀 치료를 위해 주위에 권하고 싶다.
 - 1) 매우 그렇다
 - 2) 그렇다
 - 3) 그렇지 않다
 - 4) 전혀 그렇지 않다.

3. 발무좀 재발이나 다른 치료에도 아로마 오일을 이용하겠다.

- 1) 매우 그렇다
- 2) 그렇다
- 3) 그렇지 않다
- 4) 전혀 그렇지 않다.

4. 발무좀 치료 기간은 적당하다고 생각한다.

- 1) 매우 그렇다
- 2) 그렇다
- 3) 그렇지 않다
- 4) 전혀 그렇지 않다.

ABSTRACT

A Study on the Effect and Satisfaction of Aroma Oil on the Improvement of Athlete's Foot

(Focused on Blended Oil of Jojoba, Eucalyptus, Lavender and Clove)

Shin, young cheol

Major in Beauty Aesthetic

Dept, of Fashion Art & Design

Graduate school of Art

Hansung University

In this study, the effect and satisfaction of aroma oil on the improvement of athlete's foot, targeting men and women residing in Jeollabuk-Do, were researched.

The study target was men and women in their 20's ~ 60's with athlete's foot in Jeollabuk-Do. The study method was to let the target group use blended aroma oil, and after use of the blended aroma oil, the effect and satisfaction before and after the use of aroma oil were compared through self-diagnosis questionnaire survey.

The analysis was conducted with responded 56 questionnaires, except for 14 inadequate responses, among the 70 surveyed questionnaires.

The result of study is as follows:

First, as for demographic variable of the general characteristics, 11 people were in their 20's, 7 for the 30's, 34 for the 40's, 2 for the 50's and 2 for the 60's.

Second, as for status of athlete's foot, 31 people had intertriginous type (55.36%), 13 had tinea unguium type (23.21%), 8 had cornification type (14.29%) and 4 had vecsicular type (7.14%). The intertriginous type was prevalent. Regarding period of athlete's foot, 14 had less than a year of athlete's foot (25.00%), 14 for a year ~ 5 years (25.00%). While 12 people had more than 20 years (21.43%), 10 for 5 years ~ 10 years (17.86%) and 6 for 10 years ~ 20 years (10.71%). 35 people (62.50%) had athlete's foot control experience, and 21 people (37.50%) answered that they had no experience for control. With regard to degree of stress, due to athlete's foot, 30 people said they got stress a little (53.57%), and much stress was 13 people (23.21%), very much stress was 7 (12.50%), while no stress was 6 (10.71%).

Third, the effect of aroma oil on the athlete's foot of the target group was positive. Among the target group, 3 answered very effective (5.45%), effective was 38 people (69.09%), while no effect was 10 (18.18%) and no effect at all was 4 (7.27%). As for the period to start to be effective, a week later was 22 (40.00%), 16 said they did not feel any effect (29.09%), two weeks later was 15 people (27.27%) and 1 person said after 3 weeks, it was effective (1.82%). It was found that users who felt effect after a week were the most. Regarding satisfactorily effective period, 24 said they did not feel (42.86%), 19 after two weeks (33.93%), 9 after 3 weeks (16.07%) and 4 after a week (7.14%).

Fourth, as for satisfaction of the blended aroma oil, 4 answered very

satisfactory (7.17%), 38 satisfactory (67.86%), 10 not satisfactory (17.86%) and 4 no satisfactory at all (7.14%). Regarding the use of aroma oil for other treatment, very so was 2 (3.57%), yes 40 (71.43%) and not so 10 (17.86%) and not at all 4 (7.14%). As for satisfaction for improving period of athlete's foot, 3 said very satisfactory (3.56%), 28 satisfactory (50.00%), 19 not satisfactory (33.93%) and 6 not satisfactory at all (10.71%).

In the result as above, the blended aroma oil was helpful to athlete's foot improvement in treating the athlete's foot skin.

In the future, aroma oil can be selectively used for skin status improvement in terms of athlete's foot, and it is expected to be utilized as basic data to treat athlete's foot furthermore.