

일부 여자고등학생의 구강보건경험과 구강보건교육 인지도 조사

김설희 · 구인영 · 허희영 · 박인숙

순천청암대학 치위생과

색인: 고등학교, 구강보건교육, 구강보건교육효과, 구강보건교육필요성

1. 서 론

보건교육은 건강의 보호·유지·증진을 위해 학생에게 건강생활에 대한 이해·태도·기능·습관을 학습시키는 교육이다. 학교에서 행하는 보건교육은 학생들이 정신적·신체적으로 건강하게 행복한 가정 및 사회생활을 할 수 있도록 이에 필요한 기초적 지식을 이해·습득시켜 생활에 적용하게 하는 건강보전의 실천적 기능과 태도를 육성하는 활동이다.

개인, 집단 및 지역사회가 스스로의 보건문제를 인식하고 스스로 행동하여 이것을 해결함으로써 그들의 질병을 예방하고 건강을 증진시킬 수 있게 하기 위해서는 다양한 학습기회와 다양한 교재의 이용이 요구된다¹⁾.

건강을 유지 증진시키기 위해서는 구강건강 또한 중요시해야 하며, 이를 위해 학교 구강보건교육이 시행되고 있다. 구강보건교육은 학생

들이 구강보건에 관한 지식과 이해를 갖도록 하며, 구강건강 관리를 위해 태도 및 행동을 변화시켜 적절히 관리할 수 있는 능력을 배양시켜 습관화 할 수 있도록 하는 목적달성 과정이다²⁾.

현재 시행되고 있는 학교구강보건교육의 대부분은 초등학교에서 시행되고 있으며, 고등교육기관으로 갈수록 구강보건교육의 시행이 적다. 그러나 2003년 국민구강실태조사³⁾에 의하면 영구치우식경험자율이 12세는 75.9%이며, 15세는 83.3%, 18~24세는 89.3%로 연령이 증가함에 따라 높게 나타났으며, 1인 평균보유우식경험영구치면수 또한 12세에서는 4.97개, 15세는 8.32개, 18~24세는 11.9개로 연령증가에 따라 높게 조사된 결과를 볼 때 고등교육기관으로 갈수록 구강병에 이환되는 학생 수가 증가하고 있으므로, 중고등학교에서도 지속적인 구강보건교육이 필요할 것으로 생각된다.

더욱이 고학년이 되어갈수록 구강건강에 관한 교육의 접근이 부족하며 학교 수업시간 등으로 인해 정기구강검진이 어려울 뿐만 아니라 치료가 필요한 경우에도 시간적인 여유가 없어 적절한 시기에 치료가 시행되고 있지 않으며, 통증이 있어 질환이 진행된 경우에만 치과에 내원하게 되어 구강건강을 악화시키고 있는 실정이다.

이에 저자는 순천시에 소재한 한 'C' 고등학교 3학년 여학생을 대상으로 구강건강인지도, 구강보건행위, 구강보건교육의 경험여부와 구강보건교육의 필요성 인지도를 조사하여 추후 효과적인 구강보건교육을 시행할 수 있는 방안을 모색하고자 연구를 시행하였다.

2. 연구대상 및 방법

2.1 연구대상

2006년 11월에 전남 순천시의 'C' 고등학교 3학년 여학생 300명을 대상으로 설문조사를 하였으며, 불성실한 응답을 한 설문지를 제외한 최종 연구대상은 288명이었다.

2.2 연구방법

학생들에게 설문지의 취지를 설명한 후 자가기입식 설문을 시행하였다.

설문의 내용은 구강건강과 전신건강 인지도,

구강보건행위, 흡연/음주와 구강건강, 구강보건인식, 구강보건교육경험, 구강보건교육의 효과평가이었다.

2.3 통계분석

수집된 자료는 SPSS 통계분석 프로그램(SPSS 10.0 for window)을 이용하여 분석하였으며, 설문내용의 특성을 파악하기 위해 기술통계를 시행하였다.

3. 연구성적

3.1 구강건강과 전신건강 인지도

건강에 관한 인지도에 있어 전신건강이 건강하지 않다는 응답자는 13.9%이었으며, 구강건강이 건강하지 않다는 응답자는 33.3%이었다 <표 1>.

3.2 구강보건행위

대상자의 1일 잇솔질 횟수는 3회가 62.6%로 가장 많았으며, 잇솔질 방법은 상하동작이 35.5%, 회전동작이 30.0%이었다. 혀세척은 89.4%가 시행하였으며, 정기검진은 10.8%만이 하고 있다고 응답하였고, 치과치료의 어려움은 불안, 고통이 38.4%이었고, 스켈링 경험을 한 대상자는 27.1%이었다<표 2>.

표 1. 구강건강과 전신건강 인지도

	매우 건강하지 않음	건강하지 않음	보통	건강	매우 건강
구강건강 인지도	17(5.9)	79(27.4)	163(56.6)	19(6.6)	10(3.5)
전신건강 인지도	6(2.1)	34(11.8)	183(63.8)	45(15.7)	19(6.6)

표 2. 구강보건행위

구 분	내 용	명 (%)
1일 잇솔질 횟수	1회	4(1.3)
	2회	77(26.7)
	3회	180(62.6)
	4회	25(8.7)
	5회	2(0.7)
잇솔질 방법	특정법 없음	56(19.5)
	상하동작	102(35.5)
	좌우동작	43(15.5)
	회전동작	86(30.0)
혀세척 유무	유	253(89.4)
	무	30(10.6)
정기검진 유무	유	31(10.8)
	무	253(87.8)
치과치료 어려움	불필요	28(10.1)
	불안, 고통	106(38.4)
	치료비 부담	103(37.3)
	치료시간 없음	39(14.1)
스켈링 경험 유무	유	78(27.1)
	무	209(72.6)

3.3 흡연/음주와 구강건강

흡연 경험자는 2.4%이었으며, 음주경험자는 29.8%이었다. 흡연/음주 관련 구강건강 교육경험이 있다는 응답자는 77%이었으며, 흡연의 구강건강영향요인(다중응답)은 치아변색(83%)이 가장 높았으며, 그 다음으로는 입냄새 유발(64.2%)로 나타났다<표 3>.

표 4. 구강보건인식

	그렇지 않다	보통이다	그렇다
올바른 잇솔질은 잇몸병을 예방한다	5(1.7)	42(14.6)	241(83.6)
주기적인 구강보건교육이 필요하다	8(2.8)	92(31.9)	188(65.3)
구강위생용품 사용이 필요하다	34(11.8)	121(42.2)	132(46.0)
잇몸병 예방을 위해서 스켈링이 필요하다	18(6.3)	84(29.2)	186(64.6)
충치는 잇솔질 방법이 잘못되서 발생된다	56(19.4)	109(37.8)	123(42.7)
불소는 충치예방에 도움이 된다	7(2.4)	83(28.8)	198(68.8)
정기적인 치과검진은 구강건강을 위해 필요하다	3(1.1)	43(14.9)	242(84.0)

표 3. 흡연/음주와 구강건강

구 분	내 용	명 (%)
흡연경험	유	7(2.4)
	무	281(97.6)
음주경험	유	86(29.8)
	무	203(70.2)
흡연/음주 관련	유	174(77.0)
구강건강교육경험	무	52(23.0)
흡연의	치아변색	241(83.0)
구강건강영향요인	충치유발	100(34.7)
(다중응답)	입냄새 유발	185(64.2)
	혀 갈라짐 발생	30(10.4)
	잇몸병 유발	129(44.7)

3.4 구강보건인식

정기적인 치과검진은 구강건강을 위해 필요하다고 생각하는 응답자는 84.0%이었으며, 올바른 잇솔질이 잇몸병을 예방한다는 응답자는 83.6%이었다. 불소는 충치예방에 도움이 된다는 응답자는 68.8%이었으며, 충치는 잇솔질 방법이 잘못되서 발생된다는 응답자는 42.7% 이었다<표 4>.

3.5 구강보건교육경험

‘C’ 고등학교에서는 구강보건교육을 시행하지 않은 바 고등학교 시절까지 잇솔질을 비롯한 구강건강을 관리하는 구강보건교육경험이 있었는가 하는 질문에 교육경험이 있다는 응답이

표 5. 구강보건교육 경험

내 용	구 분			
	유	무		
교육경험	81(28.1)	207(71.9)		
교육만족	만족하지 않음 16(25.8)	보통 43(69.3)	만족함 3(4.8)	
교육횟수	1회 73(91.2)	2회 이상 8(9.8)		
교육방법	이론강의 14(17.3)	실습지도 67(82.7)		
교육경로	학교 8(9.9)	치과의원 63(77.8)	기타 10(12.3)	
교육내용 (다중응답)	구강기능 14(17.2)	구강병 원인 6(7.4)	잇솔질 방법 68(83.9)	구강병예방방법 26(32.0)

28.1%이었고, 교육내용의 만족여부는 보통이다가 69.3%이었으며, 교육을 받은 횟수는 1회가 91.2%이었으며, 교육방법은 실습지도(잇솔질교습)이 82.7%이었다. 교육경로는 치과의원에서 77.8%이었으며, 교육내용은 잇솔질 방법이 83.9%이었다<표 5>.

3.6 구강보건교육 관련 요구도

구강보건교육 관련 요구도 조사결과 정기적으로 구강보건교육을 시행했으면 좋겠다는 응답이 92.3%이었고, 학교에 구강보건전문인력이 배치되었으면 좋겠다는 응답이 82.9%이었다. 정기적으로 구강검진을 시행했으면 좋겠다는 79.8%이었으며, 구강건강증진을 위한 개별구강보건교육 요구도는 87.8%이었다<표 6>.

4. 증결 및 고안

구강건강을 유지하기 위해서는 구강질환이 발생되기 이전에 예방하는 것이 중요하며, 치료를 받더라도 가급적 조기 발견하여 치료하는 것이 중요하다. 이를 위해서는 정기적으로 구강검진을 하고 필요한 모든 예방처치 및 치료를 하며, 구강건강을 유지할 수 있도록 구강보건교육을 받는 것이 중요하다. 그 중 구강보건교육은 개인의 구강보건의식을 변화시키고 구강보건행동을 바르게 육성하므로 구강보건교육 없이는 개인의 구강건강수준이 증진, 유지되지 않고 지역사회의 구강보건사업도 건실하게 발전될 수도 없다⁴⁾.

1997년 제정된 구강보건법 제6조에 구강보건사업기본계획의 내용으로 구강보건교육사업이 명시되어 있으며, 국민구강건강질환의 예방과 구강건강증진을 위해 유아, 학생, 성인, 노인, 임

표 6. 구강보건교육 관련 요구도

정기적 구강보건교육 시행 요구도	262(92.3)
학교 구강보건전문인력 배치 요구도	239(82.9)
정기적 구강검진 시행 요구도	230(79.8)
구강건강증진을 위한 개별 구강보건교육 요구도	253(87.8)

산부 등의 전 연령계층에 필요하다고 규정짓고 구강보건교육사업을 실시하도록 권장하고 있다⁵⁾. 그러나 우리나라에 현재 시행되는 구강보건교육은 대부분이 4~6세 아동 및 초등학교 학생들에게 집중되어 있는 것으로 조사되어 구강보건교육 수요층에 대한 교육이 제대로 이루어지지 않고 있으며⁶⁾ 교육에 사용되는 매체 또한 다양하지 못하며 그 내용 또한 한정된 내용만을 전달하는 경향이 있다.

그러므로 저자는 중고등학교 학생을 대상으로 구강보건교육이 확대 시행될 수 있도록 하기 위한 기초자료를 얻고자 'C' 고등학교 여학생 288명을 대상으로 연구를 시행하였다.

학생들의 건강인지도 조사결과 전신건강이 건강하지 않다는 응답이 13.9%인 것에 반해 구강건강이 좋지 않다는 인식이 33.3%로 전신건강에 비해 구강건강이 좋지 않다는 인식이 높게 조사되었다. 2000년도 보건복지부 국민구강건강실태조사를 보면 같은 연령의 다른 사람과 비교한 자신의 구강건강수준에 대해 나이가 많아짐에 따라 건강하지 못한 편이라고 응답하는 비율이 점차 증가하고 있고, 또한 자기의 구강건강에 대한 걱정을 항상 하고 있는 것으로 조사되었다⁷⁾. 이는 연령이 증가함에 따라 누적되는 치아우식증 외 구강질환의 경험으로 인한 영향으로 전신건강에 비해 구강건강이 좋지 않다는 인식이 높게 나타난 것으로 생각된다.

구강보건행위에 있어 대상자의 1일 잇솔질 횟수는 3회가 62.6%로 가장 많았으며, 잇솔질 방법은 상하동작이 35.5%, 회전동작이 30.0%이었고, 혀세척은 89.4%가 시행하고 있었다.

이는 배⁸⁾의 47.6%에 비해 높았으며, 회전법이 45.5%로 높게 조사된 것과 유사하였다. 구강보건행위는 구강보건교육의 경험과 대중매체 및 인터넷 매체를 통해 구강건강정보를 획득한 결과로 보여지며, 신⁹⁾과 전¹⁰⁾의 연구에서와 같

이 구강보건교육의 효과에 의해 구강보건행위가 달라진 것으로 생각된다. 또한 구강보건교육 프로그램을 적용한 실험군이 구강보건교육 프로그램을 적용하지 않은 대조군에 비해 구강보건지식, 구강보건행위, 구강위생상태에 효과가 있으므로 손¹¹⁾의 연구제안과 같이 체계적으로 구강보건교육을 할 수 있도록 수업시수가 확보되어야겠다. 그러기 위해서는 학교에 구강보건전문인력이 배치되어 구강보건교육 및 정기검진, 주기적 계속관리가 시행되어야 할 것이다.

정기적 구강검진자는 10.8%이었고, 치과치료의 어려움은 불안, 고통이 38.4%이었다. 정기적인 치과검진은 구강건강을 위해 필요하다고 생각하는 응답자는 84.0%이었으나 실제 정기 구강검진을 하고 있는 대상자는 10.8%에 불과하여, 학생들이 학교에서 정기적인 구강검진을 받을 수 있는 기회가 주어져야 하면, 정기적인 구강검진시 구강보건교육이 시행된다면 학생들의 구강건강을 증진 유지시키는데 효과적일 것이다.

흡연 경험자는 2.4%이었으며, 음주경험자는 29.8%이었다. 흡연/음주 관련 구강건강 교육경험이 있다는 응답자는 77%이었다. 흡연은 구강위생상태보다 강력하게 치주건강에 영향을 미치며, 흡연자와 비흡연자 간 치주낭 보유 분악수가 통계적으로 유의한 차이를 보이는 것으로 조사되었다¹²⁾. 최근 청소년의 흡연자가 증가되고 있으므로, 흡연으로 인한 구강건강의 위해성을 학생들이 심각하게 받아들이며 생활습관을 변화시킬 수 있는 구강보건교육이 주기적으로 시행되어야 할 것이다.

구강보건교육경험은 교육경험이 있다는 응답이 28.1%이었고, 교육내용의 만족여부는 보통이다가 69.3%이었으며, 교육을 받은 횟수는 1회가 91.2%이었으며, 교육경로는 치과의원에서 77.8%이었으며, 교육내용은 잇솔질 방법이 83.9%이었다. 대상자의 28%만이 구강보건교육

경험이 있었고 이들 대부분이 치과의원에서 일회성으로 교육을 받은바 체계적인 구강보건교육이 시행되어 구강건강행위가 실천할 수 있도록 정기적인 학교구강보건교육이 요구된다. 구강보건교육경험 유, 무에 따른 분석결과를 구하려 하였으나 구강보건교육경험자가 28%에 불과하였으며, 통계적인 유의성이 조사되지 않았던 바 구강보건교육경험에 따른 결과를 구하지 못한 아쉬움이 있어 추후 연구에서는 보완되었으면 한다.

구강보건교육 관련 요구도 조사 결과 정기적으로 구강보건교육을 시행했으면 좋겠다는 응답이 92.3%이었고, 학교에 구강보건전문인력이 배치되었으면 좋겠다는 응답이 82.9%이었다. 구강건강증진을 위한 개별 구강보건교육 요구도는 87.8%이었다. 학생들은 구강보건교육의 필요성을 인식하고 있으며, 구강보건교육을 통하여 구강보건에 대한 동기가 유발되며, 구강보건지식 수준을 높일 수 있다. 또한 지식의 변화로 구강건강증진 행위를 실천하여 궁극적으로 구강건강수준을 향상시킬 수 있다. 구강건강증진을 위한 가장 기본적인 방법이 구강보건교육이며, 이는 지식 및 행위변화를 목적으로 함으로 일회성이어서는 안 되며, 정기적인 교육을 통하여 구강건강증진 행위가 습관화 될 수 있도록 해야 한다.

교육의 효과성을 증가시키기 위해서는 다양한 학생의 요구에 적합해야 하며, 다양한 방법으로 교육의 목적을 달성해야 한다. 그러므로 학생들의 요구도를 정확히 파악하고 대처할 수 있는 연구가 이루어져야 할 것이다. 교육자는 피교육자들이 원하는 건강행위를 하도록 학습경험을 조직하고 교육내용을 제작 활용하고 토의할 질문을 만들어야 한다고 하였다¹³⁾.

교육자, 학습자, 교육내용을 합하여 교육자원이라 하며 구강보건교육내용은 구강보건교육과

정과 구강보건교육교재로 구분되며, 이를 체계적으로 개발하여 학습자에게 동기유발을 시키며 교육효과를 증대시킬수 있도록 하여야 한다¹⁴⁾. 그러므로 다양한 매체개발이 필요하며 교육지침서 개발과 실무진 교육을 통해 효율적으로 구강보건교육을 시행되어져야 한다¹⁵⁾.

추후에 학교구강보건교육시행을 위한 교육내용, 방법, 교육자 훈련, 평가 등에 대한 다양한 연구가 시행되어져서 학생들의 구강보건지식수준을 높이고 구강건강증진행위를 실천할 수 있는 체계적인 방안이 마련되어져야 할 것이다.

5. 결 론

구강건강증진 행위의 습관과 구강건강에 대한 지식을 변화시키기 위해 중고등학생에게 구강보건교육이 시행되어야 한다. 그러므로 중고등학교 학생을 대상으로 구강보건교육이 확대 시행될 수 있도록 하기 위해 기초자료를 얻고자 'C' 고등학교 여학생 288명을 대상으로 구강보건교육경험, 구강보건교육 필요성 인식 등에 관하여 조사하였다.

1. 건강인지도 조사결과 전신건강이 건강하지 않다는 응답이 13.9%인 것에 반해 구강건강이 좋지 않다는 인식이 33.3%로 구강건강이 좋지 않다는 인식이 높게 조사되었다.
2. 1일 잇솔질 횟수는 3회가 62.6%로 가장 많았으며, 잇솔질 방법은 상하동작이 35.5%, 회전동작이 30.0%이었고, 혀세척은 89.4%가 시행하였으며, 정기검진은 10.8%만이 하였다.
3. 구강보건교육경험자는 28.1%이었고, 그 중 교육 만족도는 보통이다가 69.3%이었으며, 교육을 받은 횟수는 1회가 91.2%이었으며, 교육방법은 실습지도(잇솔질교습)이 82.7%이었다. 교육경로는 치과의원에서

77.8%이었다.

4. 구강보건교육 관련 요구도 조사 결과 정기적으로 구강보건교육을 시행했으면 좋겠다는 응답이 92.3%이었고, 학교에 구강보건 전문인력이 배치되었으면 좋겠다는 응답이 82.9%이었다. 구강건강증진을 위한 개별 구강보건교육 요구도는 87.8%이었다.

건강에 비해 구강건강이 좋지 않다는 인식이 높게 나타났으나, 구강건강을 증진 시킬 지식을 전달하는 구강보건교육 경험자는 28%에 불과하였다. 또한 학생들의 구강보건교육의 요구도가 높게 나타나 학생들이 자가구강건강을 증진시킬 수 있도록 구강보건교육이 반드시 시행되어야 할 것으로 생각된다.

참고문헌

1. 정영숙. 구강보건교육에 있어서 교육재료 활용에 관한 연구. 한국보건교육학회지 1984;2(1):113-121.
2. 진보형, 김영수. 우리나라 보건소 구강보건실의 구강보건교육자료 이용실태에 관한 조사 연구. 대한 구강 보건 학 회 지 2002;26(3):397.
3. 보건복지부 2003년 국민구강건강실태조사. 2004.
4. 김종배, 최유진, 백대일 외 5인. 예방치학. 서울:고문사:2005:315.
5. 구강보건교육자료 개발에 관한 연구. 서울 대학교 치과대학보건복지부. 2001:14.
6. 진보형, 김영수. 우리나라 보건소 구강보건실의 구강보건교육자료 이용실태에 관한 조사 연구. 대한 구강 보건 학 회 지 2002;26(3):397-403.
7. 보건복지부. 국민구강건강실태조사 2000.
8. 배지영. 전문대학생들의 구강보건관리에 대한 인식 및 관심도에 영향을 미치는 요인. 영남대 환경대학원 석사 논문 2002.
9. 신승철. 초등학교학생의 구강보건교육효과 평가에 관한 사례연구. 대한구강보건학회 2004;28(4):449-463.
10. 전현자, 송근배, 이성국. 구강보건교육에 의한 초등학교학생의 구강보건지식도와 관리능력의 변화. 한국학교보건학회지 1999;12(2):195-303.
11. 손미향. 구강보건교육프로그램이 초등학교 학생의 구강보건지식, 구강보전형위 및 구강 위생 상태에 미치는 효과. 지역사회간호학회지 2003;14(1):24-35.
12. 박주희, 김영남, 유자혜 외 3인. 한국 성인에서 흡연과 치주낭 형성의 관련성 대한 구강보건학회지 2005;29(3):293-301.
13. 정영숙. 구강보건교육에 있어서 교육재료 활용에 관한 연구. 한국보건교육학회지 1984;2(1):113-121.
14. 김종배, 최유진, 백대일 외 4인. 예방치학 개정신판 서울:고문사:1999:273-274.
15. 백대일, 김영수, 진보형, 신명미, 허성운. 구강보건교육자료 개발에 관한 연구. 보건 복지부 건강증진기금 연구사업 보고서 2001.

Abstract

A study on the awareness of oral health education for senior high schools

Seol-Hee Kim, In-Young Ku, Hee-Young Heo, In-Suk Park

Dept. of Dental Hygiene, Suncheon Cheong-Am college

Key words: High school, Oral health education, Oral health education effectiveness

It is necessary that current oral health education should be not only focused on grade schoolers, but provided for even junior and senior high schools on regular basis in favor of higher level of knowledge about dental health and the habituation of oral health promotion behaviors. So this study took total 288 respondents as sample from Grade 3 of 'C' high school(Suncheon city, Jeonnam) to examine their experiences in oral health education, their awareness of needs for oral health education and their demands for oral health education in the interest of providing basic materials for effective oral health education.

1. As the result of researching health awareness, 13.9% respondents answered that they didn't have good total body health, while 33.3% respondents felt that they didn't have good oral health. That is, more respondents felt that their oral health is not good, rather than total body health is.
2. For daily toothbrushing frequency, it was found that most respondents(62.6%) brushed their teeth 3 times a day. And for toothbrushing methods, it was found that 35.5% used manual toothbrushing (up-and-down toothbrushing movement) and 30.0% used semi-automatic toothbrushing(rotational movement). On the other hand, majority(89.4%) of respondents conducted tongue brushing, but only 10.8% benefited from dental examination on regular basis.
3. 28.1% respondents had experiences in oral health education. Out of them, 69.3% felt moderate satisfaction at the education. Majority(91.2%) of respondents were instructed once in oral health

education, and 82.7% respondents were instructed in the oral health via practices(toothbrushing guidance). 77.8% respondents were instructed in the oral health at dental clinics.

4. As the result of surveying demands related to oral health education, 92.3% respondents answered that they need regular oral health education, and 82.9% respondents answered that they need oral health technicians in school. And 87.8% respondents needed individual oral health education for the benefit of better oral health.