



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](#)

배 현 숙 교수지도

석사학위 청구논문

**일부 성인남녀의 여드름 관리태도와
정신건강**

2013

성신여자대학교 생애복지대학원
건강복지학과 피부비만관리학전공

김 호 진

일부 성인남녀의 여드름 관리태도와 정신건강

배 현 속 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2013년

성신여자대학교 생애복지대학원
건강복지학과 피부비만관리학전공

김 호 진

인 준 서

김효진의 석사학위 논문으로 인준함

심사위원 _____인

심사위원 _____인

심사위원 _____인

성신여자대학교 생애복지대학원

논문개요

과거에는 여드름은 사춘기의 상징으로 10대에게 주로 나타나는 것으로 알려져 왔으나 20세 이상의 성인에서도 높은 발생률을 보이고 있으며 30대 이후에도 지속되는 경우가 많아지고 있다. 여드름과 같은 눈에 직접 보이는 피부질환은 다른 질환과는 달리 외부로 노출되고 때로는 직접 만져질 수도 있으므로 정신적인 문제와 삶의 질에 영향을 미칠 수 있다. 지금까지 여드름과 정신건강에 미치는 영향에 관한 선행 연구들은 단순히 여드름 발생 및 상태에 따른 삶의 질 또는 정신건강에 미치는 영향을 조사하는 것에 중점을 두었지만 본 연구자는 여드름 발생 및 상태뿐만 아니라 여드름 관리 태도에 따른 정신건강, 자아존중감에 미치는 영향도 더불어 분석하고 비교하고자 하였다.

연구의 대상자는 수도권 지역의 피부과 또는 성형외과 의원, 에스테틱 등지에서 여드름 관리를 받고 있는 사람이거나 수도권 지역의 4년제 대학교 재학생중 여드름을 가진 20세 이상 성인남녀로 하였으며 2012년 11월 15일부터 2013년 2월 30일까지 설문지를 배포하여 185부를 회수하였다. 회수된 설문지의 자료분석을 위해 빈도 분석과 일원변량분석(One way analysis of variance)을 실시하였다.

본 연구의 주요결과는 다음과 같다.

1. 여드름이 빈번하게 발생할수록($p < .001$), 여드름 병력기간이 길수록 ($p < .05$), 여드름이 심각할수록($p < .05$), 여드름 흉터 정도가 심각할수록 ($p < .001$), 여드름상태 자가 주관적 심각성 정도가 매우 심각할수록($p < .001$) 여드름 관리태도 점수가 높게 나타나 유의한 차이를 보였다.

2. 여드름 관리태도 점수가 높을수록 증상, 기능, 감정 부분에서 피부만족도가 낮은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 관리태도 점수가 높을수록 우울증을 판별하는 척도 점수가 높은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 관리태도 점수가 높을수록 자아존중감이 낮은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$).

3. 객관적 여드름 상태가 심각할수록 증상, 기능, 감정 부분에서 피부만족도가 낮은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 객관적 여드름 상태에 따른 우울증, 자아존중감과의 사이에서는 유의한 차이를 보이지 않았다.

4. 여드름 자가 주관적 심각성 정도가 높을수록 피부만족도가 낮게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 자가 주관적 심각성 정도가 높을수록 우울증을 판별하는 척도 점수가 높은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다 ($p < .001$). 여드름 자가 주관적 심각성 정도가 높을수록 자아존중감이 낮은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .01$).

본 연구결과에서는 피부만족도, 우울증, 자아존중감은 여드름의 객관적인 상태보다는 자가 주관적 심각성 정도와 그에 따른 여드름 관리태도에 영향을 받는 것으로 나타나 여드름 관리시 주관적인 자가 경중도를 고려하여 심리적, 정신적인 만족감을 높이는 방향으로 관리해야 할 것이다.

목 차

논문 개요

I. 서론 및 이론적 배경	1
1. 서론	1
2. 이론적 배경	3
1) 여드름	3
2) 우울증	4
3) 자아존중감	5
II. 연구방법	6
1. 연구대상	6
2. 설문지 구성	6
3. 자료 처리 방법	10
III. 연구결과	11
IV. 고찰 및 결론	57
1. 연구결과 요약 및 고찰	57
2. 결론 및 제언	63
3. 연구의 한계점	64

참고문헌

ABSTRACT

부록(설문지)

표 목 차

<표1> 간이 정신 진단검사.....	9
<표2> 자아존중감 문항.....	9
<표3> 연구 도구의 출처와 내용.....	10
<표4> 인구 통계학적 특성	11
<표5> 여드름 상태.....	13
<표6> 여드름 평상시 관리태도에 대한 문항별 점수.....	15
<표7> 여드름 평상시 관리태도.....	16
<표8> 성별에 따른 여드름 관리 태도.....	18
<표9> 여드름이 나는 빈도에 따른 여드름 평상시 관리태도.....	21
<표10> 여드름 병력기간에 따른 여드름 평상시 관리태도.....	24
<표11> 여드름 상태에 따른 여드름 평상시 관리태도.....	27
<표12> 여드름 흉터에 따른 여드름 평상시 관리태도.....	31
<표13> 여드름 자각주관적심각성정도에 따른 여드름 평상시 관리태도.....	35
<표14> 여드름 관리태도에 따른 피부만족도.....	39
<표15> 여드름 관리태도에 따른 우울증.....	42
<표16> 여드름 관리태도에 따른 자아존중감.....	44

<표17> 여드름 상태에 따른 피부만족도.....	49
<표18> 여드름 상태에 따른 우울증.....	52
<표19> 여드름 상태에 따른 자아존중감.....	54
<표20> 여드름 상태에 따른 자가 주관적 심각성 정도.....	55
<표21> 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도에 따른 정신건강.....	56

I. 서론 및 이론적 배경

1. 서론

1) 연구의 배경 및 필요성

경제성장과 과학의 발달에 따라 사람들은 의식주의 일차적인 문제로부터 벗어나 삶의 질과 여가, 신체적으로는 외모 등 외적인 것에 많은 관심을 갖게 되었다.(이승현 등, 1996) 사회생활과 대인관계가 많은 성인에 있어 외적인 인상이나 이미지 관리는 반드시 갖추어야 하는 중요한 부분을 차지하게 됨에 따라 여성뿐 아니라 남성들에게까지도 피부에 대한 관심이 높아지고 있는 추세이다.(배향선, 2003) 최근에는 피부미인과 동안 열풍으로 인해 화장기 없이도 아름다워 보일 수 있는 건강한 피부를 가꾸는 행위로 관심이 전환되고 있으며 이러한 최근의 추세와 관련하여 피부문제, 그 중 특히 여드름은 가장 흔한 질환 중 하나이다.(백혜연, 2009) 과거에는 여드름은 사춘기의 청소년에게 주로 나타나는 것으로 알려져 왔으나 최근 연구 결과에 의하면 25세 이상의 성인에게서 남성은 40% 여성은 54%가 여드름이 발생하는 것으로 나타났다.(Tokuya, 2008) 이것은 환경과 스트레스등 사회적 요인으로 추측되며 30대 이후에도 지속되는 경우가 많아지고 있다.(강민정, 2000) 영국의 25세 이상 성인을 대상으로 한 연구에 따르면 여드름이 44세 이후까지도 감소하지 않고 있으며 여성의 12%는 중년까지 지속된다고 하였다.(Goulden, 1999) 신체건강에서 눈에 직접 보이는 피부질환은 다른 질환과는 달리 여드름은 외부로 노출되고 때로는 직접 만져질 수도 있으므로 정

신적인 문제에 영향을 미칠 수 있어 다른 내과적 문제보다도 더 심각하게 느낄 수 있으며 대부분 자존감의 손상을 동반하게 되며(안미령, 2003) 외모의 아우라에서 벗어날 수 없는 현대 사회에서는 대인 관계에서 심한 여드름 흉터는 부정적인 인상을 남길 수 있어 우울을 일으키는 요인으로 자살의 위험인자 일 수 있다.(Cotterill, 1997) 여드름 환자의 57%가 대인관계에 지장을 초래하고, 70%가 수치심을 느끼며, 63%가 불안을, 67%의 환자가 자신감의 결여를 느낀다고 하였다. 이와 같은 결과는 많은 여드름 환자들이 자존감의 손상, 대인관계의 손상, 우울증, 분노 등을 겪는다는 것을 잘 보여 준다.(Layton, 1995)

여드름과 정신건강에 미치는 영향에 관한 몇 편의 선행 연구로는 여드름 환자의 삶의 질 조사(안봉균, 2004), 여드름이 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구(김현주, 1998), 청소년 여드름과 정서상태와의 관련성 연구(김광옥, 1999), 여드름 발생 및 정도가 일상생활에 미치는 영향(백혜연, 2009), 여드름피부가 우울증과 자아존중감에 미치는 영향(박보경, 2008) 등이 있다. 이와 같은 여드름과 정신건강에 관한 선행 연구들은 단순히 여드름 발생 및 상태에 따른 삶의 질 또는 정신건강에 미치는 영향을 조사하는 것에 중점을 두었지만 본 연구자는 여드름 발생 및 상태뿐만 아니라 여드름 관리 태도에 따른 정신건강, 자아존중감에 미치는 영향도 더불어 분석하고 비교하고자 하였다. 따라서 본 연구는 여드름을 평상시 관리하는 정도를 알아보고 그에 따른 삶의 질, 정신건강, 자아존중감에 미치는 영향을 검증하는데 목적을 두었다.

2) 연구의 목적

본 연구는 여드름을 가지고 있는 성인 남녀를 대상으로 여드름의 관리태도에 따라 삶의 질, 우울증, 자아존중감이 어떻게 영향 받는지를 알아보고 객관적인 여드름 상태에 따른 삶의 질, 우울증, 자아존중감에 미치는 영향과 비교해 보고자 하였다.

따라서 일반인들의 여드름발생에 따른 관리태도를 알아보고, 그에 따른 삶의 질, 우울증, 자아존중감 정도를 측정하여 정신적 측면을 고려한 여드름 피부관리 프로그램의 설계 또는 개선에 도움이 되는 기초자료를 제공하고자 한다.

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 조사대상자의 여드름 상태, 여드름 평상시 관리태도를 파악한다.
- 2) 조사대상자의 여드름 상태에 따른 여드름 평상시 관리태도를 파악한다.
- 3) 여드름 관리태도에 따른 피부만족도를 증상(Symptom), 기능(Function), 감정(Emotion) 세가지 측면에서 알아본다.
- 4) 여드름 관리태도에 따른 우울증의 차이를 신체화, 강박증, 대인민감성, 우울, 불안, 적대감, 공포감, 편집증, 정신증, 부가적문항의 10가지 측면에서 알아본다.
- 5) 여드름 관리태도에 따른 자아존중감의 차이를 알아본다.
- 6) 객관적 여드름 상태에 따른 피부만족도, 우울증, 자아존중감의 차이를 알아보고 여드름 관리태도에 따른 피부만족도, 우울증, 자아존중감의 차이와 비교분석한다.

2. 이론적 배경

1) 여드름

여드름은 모공 내 각질 비후 현상으로 발생하는 만성 피지선 염증질환으로 Fulton에 따르면 83%정도 유전되며(양일훈, 2008) 사춘기와 젊은 연령층의 얼굴피부 모낭에 염증을 일으키는 매우 흔한 피부 질환이다. (차진영, 2006) 환자의 70~80%는 11~25세의 연령층에 집중되어 있으며 가벼운 여드름은 청년기의 피부특징의 하나라고 할 수 있다. (김주덕, 1997) 여드름은 모든 연령에서 많이 발생할 수 있으나 주로 10대에서 많이 발생하는 심상성 여드름과 성인 여드름으로 나누어 볼 수 있다. 성인 여드름은 25세 이후에 발생하는 여드름으로 10대에서 나타나는 심상성 여드름과 달리 염증성 여드름이 많고 면포가 적게 나타난다.(김한식, 2007) 여드름은 유전적 요인이 주요한 원인으로 작용하며 부모, 형제, 자매 중 적어도 한 명 이상에서 여드름이 있었던 사람은 청소년기 65%와 성인기 69%의 정도가 여드름 증상을 보였으며 성인기 환자의 15%에서 적어도 한 명 이상의 직계가족에서 성인기 여드름이 발생하였다는 연구 결과가 있으며(강민정, 2000) 일란성 쌍생아 연구에서도 여드름의 분포 및 정도에서 매우 높은 일치율을 보여 유전적 요인의 중요성을 짐작하게 한다.(이승현, 2003) 유전 이외에 월경주기에 따라 여드름이 악화되기도 하는데 이것은 월경 전 농도가 높아지는 황체 호르몬, 프로게스테론의 영향과 관계가 있다. 대개의 경우는 월경이 끝나면 호전되며 에스트로겐 호르몬의 혈중농도가 올라가면서 호전된다.(고창조, 1992) 또한 소화장애로 소화기관의 위장 점액이 자극받으면 면역 기능

에 영향을 주어 여드름이 발생하기도 하며 변비로 인해 체내에 독소가 축적되면 여드름을 일으키는 요인으로 작용한다.(박은선, 2009) 그 밖에 지나친 스트레스로 인하여 뇌하수체가 자극받아 부신피질 호르몬을 유리시켜 코티솔을 분비하게 하여 피지의 양이 증가됨과 동시에 호르몬의 변화를 유도하여 안드로겐의 피지선 자극을 강화하게 만든다.(김영미, 2003) 물리적인 마찰이나 스테로이드 제제를 오래 쓰는 등, 화학적인 자극으로도 발생하는데(김동일, 2001)(최응호, 2000) 화학적인 자극으로는 화장품이나 향수, 모발제품 등의 화학 물질을 들 수 있으며 피부에 닿은 뒤 면포가 생겨 여드름이 되기도 한다.(유미, 2006) 여드름은 난포벽 파열 유무에 따라 크게 비염증성 여드름과 염증성 여드름으로 나눌 수 있다. 비염증성 여드름인 면포, 비염증성과 염증성 여드름의 중간단계인 구진, 염증성 여드름인 농포, 낭포, 결절 등의 단계별로 나누어 진다.(박보경, 2008)

2) 우울증

우울은 그 범위가 넓을 뿐만 아니라 학자에 따라서 다양하게 정의하고 있으며, 문화나 인종에 따라 우울 증상의 체험과 표현양상이 다르게 나타나기 때문에 한마디로 정의하는 것은 쉽지 않으며 단순히 우울한 기분을 느꼈다고 해서 우울증이라 정의되지는 않는다.(이근후, 1995) 일반적으로 우울이라고 하면 슬픔과 흥미 상실등의 정서적 측면만을 고려하게 되는데, 우울의 증상에는 정서적 증상 뿐만이 아니라, 동기적, 인지적, 신체적인 증상들이 수반된다.(Irwin, 2001) 흔히 나타나는 신체적 증상으로는 식욕증가, 체중증가, 수면증가와 같은 전형적 성장 증상들이 있으며(이홍석, 2004) 우울증은 흔히 자살을 이르게 한다는 점에서 매우 심리적인 장애이다.(Lopez, 1998)

우울에 관한 원인들을 설명하는 심리학적 이론들은 강조점에 따라 크게 정신분석이론, 행동주의이론, 인지이론, 인본주의적-실존주의적 이론, 생물학적 이론 등으로 분류할 수 있다.(Irwin, 2001)

3) 자아존중감

자아존중감이란 한 개인이 자신에게 가지고 있는 평균적인 자아상이며, 자기 자신의 가치에 대해 가지고 있는 일반적이고 전형적인 느낌을 표현한 것으로(하유진, 2007) 인간의 행동을 설명하고 예측하는데 도움을 주는 주요 변인이다.(Harter, 1983) Rosenberg(1965)는 자아존중감의 의미를 보다 명확하게 하기위해 자신감과 자아존중감을 비교하였는데 자신감은 장애를 성공적으로 극복할 것이라고 기대하거나 자신의 의지대로 일을 성공시킬 수 있다고 믿는 것을 의미하고 자아존중감은 자기 수용, 자기 존경, 그리고 자신이 가치 있다고 느끼는 감정 등을 의미한다고 하였다.(강영숙, 2009) 자아 존중감이 높은 사람은 자신을 존경하며 가치가 있는 존재로 생각하지만 자아존중감이 낮은 사람은 자기 거부나 자기 불만으로 이어져 부정적인 감정으로 표출된다.(황윤정, 2008) 신체만족도는 개인의 자아존중, 자기개념, 자기이미지와 밀접한 관계가 있으며(황진숙, 2006) 자신의 신체 외모에 대해 긍정적인 사고를 가지고 있으면 개인의 자아존중감을 높이는 반면에 자신의 신체 외모에 대해 부정적인 사고를 가지고 있으면 자신감을 저하시키고 사회적 활동을 어렵게 만드는 계기가 되기도 한다.(황윤정, 2008)

II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 수도권 지역의 5곳의 피부과 의원, 1곳의 성형외과 의원, 3곳의 에스테틱 샵 등지에서 여드름 관리를 받고 있는 사람중 20세 이상 성인 남·여와 수도권 지역의 4년제 대학교 재학생 중 여드름을 가진 성인 남·여를 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 2012년 11월 15일부터 2013년 2월 30일까지 설문지를 배포하여 자료를 수집하였다.

설문지는 총 250부를 배포하여 200부가 회수되어 80%의 회수율을 보였으며 이중 불성실하게 응답하거나 불충분한 응답을 한 14부를 제외한 총 185부를 사용하였다.

2. 설문지 구성

1. 여드름 상태

여드름의 상태는 등급에 따라 4가지로 분류하여 각각 5점척도로 점수를 측정하였으며 여드름 등급에 따라 매기는 점수를 다르게 하였다.

[피부에 작은 알갱이(white head)가 만져지거나 검은 여드름(black head : 공기중에 노출된 모공의 피지가 산화되어 검게 보이는 상태) 이 있다.] 의 항목은 1점, [붉은색 여드름이 있으며 만지면 통증이 있다.] 의 항목은 2점, [붉

은색 여드름에 고름이 맺혀있으며 통증도 있으면서 염증이 심한 상태이다.]의 항목은 3점, [피부깊숙이에서 단단한 덩어리가 느껴지며 통증이 있다.]의 항목은 4점으로 측정하여 조사대상자가 표시한 5점 척도에 각 여드름 점수를 곱하고 합하여 여드름 상태를 점수로 나타내었다.

이렇게 환산된 점수를 3군으로 나누어 10점에서 15점까지는 경미함, 16점에서 29점까지는 보통, 30점에서 50점까지는 심함 으로 여드름 상태를 분류하였다.

2. 여드름 관리 태도

평상시 여드름 관리태도 20문항으로 구성되어 있으며 5점 척도로 점수를 측정하였다. 측정된 점수를 3군으로 나누어 20점에서 40점까지는 거의 관리를 안하는 그룹인 하 그룹, 41점에서 70점까지는 관리를 어느정도 하는 중 그룹, 71점에서 100점까지는 매우 관리를 하는 상 그룹으로 여드름 관리 태도를 분류하였다.

3. 피부만족도

설문대상자의 피부상태에 따른 삶의 질을 평가하기 위한 도구로 Chren 등에 의해 개발된 Skindex-29 한국어판을 이용하였다. Skindex는 1996년 미국에서 Chren 등에 의해 61문항으로 처음 개발되었으나 1998년 29문항으로 개정되었다. Skindex-29는 재현능 및 신뢰도, 구인타당도, 내용타당도 면에서 매우 우수한 삶의 질 도구로 평가 받고 있으며 피부상태에 따른 삶

의 질을 증상(symptom), 기능(function), 감정(emotion)의 3가지 척도에서 평가하도록 구성되어있다. 증상적 척도문항 7개, 기능적 척도문항 12개, 감정적 척도문항 10개로 이루어져 있으며 점수가 높을수록 피부만족도는 떨어지며 삶의 질도 전반적으로 낮은 것으로 해석한다. 이러한 29문항을 본 연구에 맞게 24문항으로 줄여서 사용하였다.

4. 우울증

Derogatis 등(1976)이 개발한 90개 문항의 Symptom Check List(SCL)를 김광일 과 원호택등(1989)이 우리나라 실정에 맞게 번역하여 표준화한 간이정신진단검사로 신체화, 강박증, 대인민감성, 우울, 불안, 적대감, 공포불안, 편집증, 정신증 등의 9개 증상 척도와 3개의 타당도 척도로 구성된 90문항의 자기보고식다차원증상목록검사 (Multi-dimensional Self-report Symptom Inventory)로 정신건강을 측정하는데 널리 사용되고 있는 검사 도구이다. 설문 대상자는 지난 일주일동안의 감정 또는 기분의 정도에 따라 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘그렇지 않다’ 2점, ‘보통이다’ 3점, ‘그렇다’ 4점, ‘매우 그렇다’ 5점으로 5점 척도로 측정되며 점수가 높을수록 정신건강이 좋지 않음으로 해석하며 90문항을 본 연구에 맞게 36문항으로 줄여서 사용하였다.

본 검사에서 나타나는 9가지 척도의 구성요소는 다음과 같다.

① 신체화 척도 (Somatization. SOM)

자율신경계의 영향 하에 있는 순환기, 소화기, 호흡기 및 기타기관의 장애와 두통, 동통 등의 신체적 기능 이상에 대하여 느끼는 증상을 말한다.

② 강박증 척도 (Obsessive-Compulsive. O-C)

자신은 원치 않는데도 어쩔 수 없이 나는 어떤 생각이나 사고, 충동 및 행동들을 반복해서 경험하게 되는 증상을 말한다.

③ 대인 예민성 (Interpersonal Sensitivity. I-S)

타인과의 관계에서 나타나는 자격지심, 불편감 및 열등감 등을 나타낸다.

④ 우울척도 (Depression. DEP)

기분이나 감정이 저조해지고 매사에 흥미가 사라지며 의욕이 없고 자살, 희망을 잃은 상태를 나타냄으로써 우울증 증상과 임상적으로 일치하는 증상을 말한다.

⑤ 불안척도 (Anxiety. ANX)

신경과민, 긴장, 초조, 두려움 및 불안과 관련된 신경증의 주 증세로 이루어진다.

⑥ 적대감 척도 (Hostility. HOS)

분노, 공격성, 자극과민성, 격분, 울분 등 부정적인 정서 상태를 내포하는 사고, 감정 및 행동을 반영한다.

⑦ 공포불안 척도 (Phobic Anxiety. PHOB)

특정한 사람, 장소, 대상 혹은 상황에 대해 지속적이고도 불합리한 두려움이 생겨 기피행동을 하게 되는 상태로 광장공포증의 정의와 일치한다.

⑧ 편집증 척도 (Paranoid. PAR)

편집증적 사고를 재려는 것으로 투사적 사고, 적대감, 의심, 망상을 반영하는 내용을 담고 있다.

⑨ 정신증 척도 (Psychoticism. PSY)

가벼운 대인관계의 소원 같은 신경증적 증상으로부터 심하면 환각 같은 정신분열 증상에 이르기까지 비교적 넓은 영역의 정신증 증상을 나타낸다.

<표 1> 간이 정신 진단검사

척도	문항 번호	문항수
신체화 척도	1	1
강박증 척도	3, 16, 23, 28	4
대인 민감성	5, 13, 21, 22, 24, 30	6
우울 척도	4, 9, 10, 12, 17, 18, 19, 29, 34	9
불안 척도	2	1
적대감 척도	7, 14	2
공포감 척도	8, 15, 27, 32	4
편집증 척도	6, 25	2
정신증 척도	20, 33, 35, 36	4
부가적 문항	11, 26, 31	3

5. 자아존중감

자아존중감에 대한 척도는 Rosenberg(1965)가 개발한 Self-Esteem Scale을 김영호(1998)가 한국어로 번역한 것을 사용하였으며 6개의 자기만족문항 과 4개의 자기비하문항으로 총 10문항으로 구성되어있으며 5점 척도로 측정하였다. 자기비하문항은 역 채점하도록 하였으며 점수가 높을수록 자아 존중감이 높은 것으로 해석한다.

<표 2> 자아존중감 문항

구분	문항 번호	문항수
자기만족문항	1, 3, 4, 7, 8, 10	6
자기비하문항	2, 5, 6, 9	4

<표 3> 연구 도구의 출처와 내용

설문 항목	문항수	설문 내용	설문 항목의 출처
인구 통계학적 특성	4	연령, 성별, 직업, 학력	연구자
여드름 상태	6	여드름이 나는 빈도, 부위, 병력기간, 여드름 상태, 여드름 흉터, 자각주관적 심각성 정도	연구자
여드름 관리태도	20	여드름 평상시 관리태도	연구자
피부만족도 (Skindex-29)	24	피부의 증상적, 기능적, 감정적 만족도	Chren(1997)
간이정신진단검사 (SCL-90R)	36	신체화, 강박증, 대인민감성, 우울, 불안, 적대감, 공포감, 편집증, 정신증 척도	Derogatis(1976) 김광일(1989)
자아존중감 (SES)	10	자기만족문항, 자기비하문항	Rosenberg(1965) 김영호(1998)
총	100문항		

3. 자료 처리방법

본 연구의 자료 분석 방법으로 수집된 자료의 통계처리는 데이터 코딩 (data coding)과 데이터 클리닝 (data cleaning)과정을 거쳐, SPSS(Statistical Package for Social Science) v. 18.0 통계패키지 프로그램을 활용하여 분석하였으며 구체적으로 다음과 같은 분석을 실시하였다.

첫째, 조사대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

둘째, 일반적 사항에 따른 여드름 관리 태도, 여드름 상태, 여드름 상태 등에 따른 여드름 평상시 관리태도, 우울증, 자아존중감, 자각 주관적 심각성 정도에 따른 정신건강 등의 차이를 살펴보기 위하여 평균차이 검증인 일원변량 분석(One way Anova)을 실시하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 연구대상자의 인구 통계학적 특성

본 연구의 연구대상자의 인구 통계학적 특성은 <표 4>과 같다.

<표 4> 인구 통계학적 특성

항목		구분	명	%
연령		20~25세	80	43.2
		26~30세	74	40.0
		31~35세	24	13.0
		36세 이상	7	3.8
성별		남	101	54.6
		여	84	45.4
인구 통계학적 특성	직업	학생	98	53.0
		사무직	21	11.4
		판매서비스직	16	8.6
		전문직	40	21.6
		전업주부	3	1.6
		기타	7	3.8
		고졸	17	9.2
학력		전문대 졸업(제학)	30	16.2
		대학교 졸업(제학)	109	58.9
		대학원 이상	29	15.7
합계			185	100.0

조사에 참여한 총 조사자 수는 총 185명으로, 연령별로 살펴보면 20~25세가 80명 43.2%로 가장 높게 나타났고, 26~30세가 74명 40.0%로 그 다음을 차지했으며, 31~35세가 24명 13.0%, 36세 이상 7명 3.8%의 순으로 나타났다. 성별로는 남자가 101명 54.6%로 절반을 넘었다. 여자는 84명 45.4%였

다.

직업별로는 학생이 98명 53.0%로 가장 많았고, 전문직이 40명 21.5%, 사무직 21명 11.4%, 판매서비스직 16명 8.6%, 기타 7명 3.8%, 전업주부 3명 1.6%인 것으로 나타났다. 조사 대상자들의 학력은 대학교 졸업(재학)이 109명 58.9%로 나타나 가장 높은 비율을 차지했으며 전문대 졸업(재학)30명 16.2%, 대학원 이상 29명 15.7%, 고졸 17명 9.2%의 순이었다.

2. 연구대상자의 여드름 상태

<표 5>는 연구대상자의 여드름 상태를 나타낸 것으로 여드름 발생빈도를 살펴보면 가끔 난다는 응답이 51.4%로 가장 높게 나타났고, 항상 있다 25.9%, 어느기간 주기적으로 난다가 22.7%로 비슷하게 나타났다. 여드름 발생부위는 볼에 난다는 응답이 32.5%로 상대적으로 높게 나타났고 이마는 23.7%, 턱 14.8%, 코 11.7%, 입 주변 8.2%, 등이나 가슴 7.3%, 목 1.3%, 기타 0.6% 순이었다. 여드름 지속기간의 경우 5년 이상이라는 응답이 37.8%, 1년미만이 22.7%, 1~3년 21.1%, 3년~5년 18.4%로 나타나 5년 이상 여드름이 지속된다는 응답이 상대적으로 높게 나타났다. 여드름 상태의 경우에 보통 42.7%, 경미함 41.6%로 비슷했고 심함 15.7%이었다. 여드름 흉터 상태의 경우 보통이다 28.6%, 거의 없다 23.8%, 적다 23.2%, 매우 심하다 5.9%로 나타나 조사대상자들의 여드름 상태는 대체로 보통이나 경미한 수준, 여드름 흉터 상태는 적은 편에 속하는 것을 알 수 있다. 조사 대상자들이 본인의 여드름 상태를 인식하는 정도는 심각하지 않다 24.9%, 보통이다 22.7%, 심각하다 20.0%, 전혀 심각하지 않다 18.4%, 매우 심각하다 14.1%의 순이었다.

<표 5> 여드름 상태

항목		구분	명	%
여드름 발생빈도		항상 있다	48	25.9
		가끔 난다	95	51.4
		어느기간 주기적으로 난다	42	22.7
여드름 발생부위#		이마	75	23.7
		코	37	11.7
		볼	103	32.5
		입 주변	26	8.2
		턱	47	14.8
		목	4	1.3
		등이나 가슴	23	7.3
		기타	2	.6
여드름 지속기간		1년미만	42	22.7
		1~3년	39	21.1
		3년~5년	34	18.4
		5년이상	70	37.8
여드름 상태		경미함	77	41.6
		보통	79	42.7
		심함	29	15.7
여드름 흉터 상태		거의 없다	44	23.8
		적다	43	23.2
		보통이다	53	28.6
		심하다	34	18.4
		매우 심하다	11	5.9
여드름상태		전혀 심각하지 않다	34	18.4
		심각하지 않다	46	24.9
자가 주관적 심각성 정도		보통이다	42	22.7
		심각하다	37	20.0
		매우 심각하다	26	14.1
합계			185	100.0

복수응답

3. 연구대상자의 여드름 평상시 관리태도

3-1) 연구 대상자의 여드름 평상시 관리태도

<표 6>에서 나타난 바와 같이 조사 대상자들의 평상시 여드름 관리태도에 대한 전체 점수평균은 2.66점으로 나타났다. 여드름 개선을 위해서 술, 담배, 커피, 향신료등의 기호품을 삼가거나 자제한다, 여드름 개선을 위해서 스트레스를 받지 않으려고 노력한다는 문항은 각각 모두 2.64점으로 평균과 비슷하게 나타났다. 여드름 개선을 위해서 레이저 수술을 받아 본 적이 있다는 문항은 1.91점으로 상대적으로 가장 낮았다.

가장 높은 점수를 얻은 문항은 3.48점, 여드름 개선을 위해서 세안 등 피부위생을 철저히 한다 로 나타났으며 두 번째로 높은 점수를 얻은 문항은 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는 등 헤어 위생에 철저하다 3.37점으로 나타났다.

그 외 점수가 높은 문항들로는 여드름을 직접 압출할 때 흉터가 남지 않게 하기위하여 노력한다, 외출시 자외선 차단제를 사용한다, 여드름 개선을 위해서 어떤 이유에서든 얼굴에 손을 가져가지 않는다, 여드름을 위해서 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다, 여드름 개선을 위해서 여드름 전용 제품을 사용한다 등이 있었다. 점수가 낮은 문항들로는 여드름에 좋다는 민간요법을 실행해 본 적이 있다, 여드름 개선을 위해서 약을 복용해본 적이 있다, 여드름을 위해서 영양제나 비타민제를 먹는다, 여드름 개선을 위해서 운동을 한다 등이 있었다.

<표 6> 여드름 평상시 관리태도에 대한 문항별 점수

항목	M±SD
1. 여드름 개선을 위해서 숙면을 취하려고 노력한다.	2.71±1.170
2. 여드름 개선을 위해서 식습관에도 신경을 쓴다.	2.54±1.133
3. 여드름 개선을 위해서 운동을 한다.	2.31±1.031
4. 여드름 개선 정보를 얻기 위해서 여드름에 관한 인터넷, TV, 신문,잡지등에 나온정보를 유심히보거나 찾아보는 편이다.	2.56±1.233
5. 여드름 개선을 위해서 술, 담배, 커피, 향신료등 의 기호품을 삼가거나 자제한다.	2.64±1.490
6. 여드름 개선을 위해서 스트레스를 받지않으려고 노력한다.	2.64±1.264
7. 여드름 개선을 위해서 어떤 이유에서든 얼굴에 손을 가져가지 않는다.	2.97±1.335
8. 여드름 개선을 위해서 세안 등 피부위생을 철저히 한다.	3.48±1.238
9. 여드름 개선을 위해서 여드름 전용 제품을 사용한다. (화장품, 연고 등)	2.85±1.393
10. 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는등 헤어 위생에 철저히 한다.	3.37±1.354
11. 여드름 개선을 위해서 피부관리실이나 피부과 또는 한의원등 전문적인 관리를 받아 본 적이 있거나 받고 있다.	2.57±1.462
12. 여드름 개선을 위해서 레이저 시술을 받아 본 적이 있다.	1.91±1.275
13. 여드름 개선을 위해서 약을 복용해본 적이 있다. (한약, 여성의 경우 피임약 또는 호르몬제 포함)	2.23±1.458
14. 여드름 개선을 위해서 주기적으로 화학적 또는 물리적 필링(각질제거)을 한다.	2.45±1.425
15. 여드름을 직접 압출할때 흉터가 남지않게 하기위하여 노력한다.	2.97±1.480
16. 여드름 압출 후, 흉터가 남으면 자가관리를 한다.	2.73±1.415
17. 여드름에 좋다는 민간요법을 실행해 본 적이 있다.	2.14±1.197
18. 여드름을 위해서 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다.	2.86±1.524
19. 여드름 위해서 영양제나 비타민제를 먹는다.	2.31±1.305
20. 여드름 개선을 위해서 외출시 자외선 차단제를 사용한다.	2.90±1.473
평균	2.66±.978

점수대별로 3군으로 나눈 결과는 <표 7>와 같다. 여드름 관리태도를 살펴 보면 여드름 관리를 어느정도 한다고 분류된 중 그룹이 92명 49.7%로 상대적으로 가장 높게 나타났다. 여드름 관리를 거의 안한다고 분류된 하 그룹이 56명 30.3%로 두 번째로 높게 나타났으며 여드름 관리를 매우 한다고 분류된 상 그룹이 37명 20.0%로 상대적으로 가장 낮게 나타났다.

<표 7> 여드름 평상시 관리태도

항목	구분	명	%
여드름 관리태도	거의 관리를 안한다 (하)	56	30.3
	관리를 어느정도 한다 (중)	92	49.7
	매우 관리를 한다 (상)	37	20.0

3-2) 성별에 따른 여드름 평상시 관리태도

성별에 따른 여드름 평상시 관리태도는 <표 8>와 같다. 여드름 관리태도 전체 평균은 2.66점으로 성별로 살펴보면 남자가 2.24점, 여자 3.16점으로 전체적으로 여자가 남자보다 높게 나타나 매우 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이 같은 결과는 여자가 남자보다 여드름 관리태도가 좋다는 것을 나타낸다.

여드름 관리태도를 묻는 총 20개 문항중 15개 문항이 성별에 따라 매우 유의한 차이를 보였고($p < .001$), 4개 문항이 유의한 차이($p < .01$)를 보였다. 1개 문항은 유의하지 않았다.

여드름 개선을 위해서 주기적으로 화학적 또는 물리적 필링을 한다는 문항에 대한 전체 평균은 2.45점이었고, 남자는 1.94점이었던 데 비해 여자는 3.07점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 약을 복용해본 적이 있다는 문항에서 남자는 1.91점, 여자는

2.62점, 여드름을 위해서 영양제나 비타민제제를 먹는다는 문항에서 남자의 경우에 1.97점, 여자의 경우에 2.71점으로 나타났다. 모두 여자가 남자보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 레이저 시술을 받아 본 적이 있다는 문항에 대한 전체점수는 1.91점이었다. 이에 대해 남성의 경우는 1.70점, 여성의 경우 2.15점으로 나타났으며, 여드름에 좋다는 민간요법을 실행해 본 적이 있다는 문항에서 여자는 2.35점, 남자는 1.96점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .05$). 여드름 개선을 위해서 여드름 전용 제품을 사용한다는 남자 2.46점, 여자 3.33점이었으며 여드름 개선을 위해서 외출시 자외선 차단제를 사용한다는 남자 2.21점, 여자 3.73점으로 모두 여자가 남자보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$).

이 같은 결과는 여자가 남자보다 전문병원에서 여드름 제거 관련시술을 받기, 민간요법 사용, 여드름 개선 약품 또는 화장품을 사용하기 등 다양한 여드름 개선 노력 방법을 사용한다는 것을 나타낸다.

<표 8> 성별에 따른 여드름 관리 태도

항목	성별		합계	t(p)
	남자 M±SD	여자 M±SD		
1. 숙면을 취하려고 노력한다.	2.38± .978	3.12± 1.255	2.71± 1.170	20.443 ***(.000)
2. 식습관에 신경을 쓴다.	2.11± .847	3.05± 1.221	2.54± 1.133	37.805 ***(.000)
3. 운동을 한다.	2.19± .902	2.45± 1.155	2.31± 1.031	3.049 (.082)
4. 여드름에 관한 정보를 찾아보는 편이다.	2.10± 1.082	3.12± 1.176	2.56± 1.233	37.667 ***(.000)
5. 기호품을 삼가거나 자제한다.	2.05± 1.244	3.35± 1.460	2.64± 1.490	42.473 ***(.000)
6. 스트레스를 받지 않으려고 노력한다.	2.22± 1.021	3.14± 1.346	2.64± 1.264	27.920 ***(.000)
7. 얼굴에 손을 가져가지 않는다.	2.46± 1.196	3.58± 1.234	2.97± 1.335	39.619 ***(.000)
8. 피부위생을 철저히 한다.	3.04± 1.199	4.01± 1.070	3.48± 1.238	33.219 ***(.000)
9. 여드름 전용 제품을 사용한다.	2.46± 1.229	3.33± 1.434	2.85± 1.393	20.104 ***(.000)
10. 헤어 위생에 철저하다.	2.99± 1.360	3.83± 1.201	3.37± 1.354	19.587 ***(.000)
11. 전문적인 관리를 받아 본 적이 있거나 받고 있다.	2.12± 1.243	3.11± 1.529	2.57± 1.462	23.515 ***(.000)
12. 레이저 기술을 받아 본 적이 있다.	1.70± 1.087	2.15± 1.435	1.91± 1.275	5.967 *(.016)
13. 여드름 개선약을 복용해본 적이 있다.	1.91± 1.209	2.62± 1.635	2.23± 1.458	11.436 **(.001)
14. 주기적으로 각질제거를 한다.	1.94± 1.130	3.07± 1.503	2.45± 1.425	34.046 ***(.000)
15. 여드름 압출시 흉터가 남지않게 하기 위하여 노력한다.	2.33± 1.289	3.75± 1.316	2.97± 1.480	54.845 ***(.000)
16. 여드름 흉터 자가관리를 한다.	2.14± 1.132	3.44± 1.400	2.73± 1.415	48.918 ***(.000)

17. 민간요법을 실행해 본 적이 있다.	1.96±	2.35±	2.14±	4.839
	1.157	1.217	1.197	*(.029)
18. 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다.	2.54±	3.25±	2.86±	10.317
	1.533	1.430	1.524	**(.002)
19. 영양제나 비타민제제를 먹는다.	1.97±	2.71±	2.31±	16.126
	1.100	1.419	1.305	***(.000)
20. 외출시 자외선 차단제를 사용한다.	2.21±	3.73±	2.90±	65.950
	1.219	1.320	1.473	***(.000)
평균	2.24±	3.16±	2.66±	51.307
	.821	.920	.978	***(.000)

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

4. 여드름 상태에 따른 여드름 평상시 관리태도

4-1) 여드름이 나는 빈도에 따른 여드름 평상시 관리태도

여드름이 나는 빈도에 따른 여드름 평상시 관리태도를 살펴보면 <표 9>에서 나타난 것과 같이 여드름이 항상 있는 경우가 3.12점으로 상대적으로 가장 높게 나타났다. 어느 기간 주기적으로 나는 경우는 두 번째로 높은 2.94점이었으며 가끔 나는 경우는 2.30점으로 나타나 매우 유의한 차이를 보였다 ($p<.001$). 이 같은 결과는 여드름이 나는 빈도가 상대적으로 가장 높은 경우와 어느기간 주기적으로 나는 경우에 여드름 관리에 주의를 기울이며, 가끔 나는 경우에는 상대적으로 여드름 관리에 주의를 기울이지 않는다는 것을 나타낸다. 여드름 개선을 위해서 세안 등 피부위생을 철저히 한다는 문항에서 여드름이 항상 있는 경우에 4.02점, 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는

등 헤어 위생에 철저하다는 문항에 대해서 여드름이 항상 있는 경우가 4.02점으로 다른 빈도보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 전용 제품을 사용한다는 항목에서는 여드름이 항상 있는 경우에 3.48점, 여드름이 어느기간 주기적으로 나는 경우에 3.10점, 여드름이 가끔 나는 경우에 2.43점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이 같은 결과는 여드름이 항상 있는 사람들의 경우에 여드름 관리를 위해 위생에 가장 큰 주의를 기울이며, 다른 경우보다 전용 제품을 사용하는 경향이 높다는 것을 나타낸다. 여드름 개선을 위해서 어떤 이유에서든 얼굴에 손을 대지 않는다는 문항에 대한 점수는 여드름이 주기적으로 나는 경우에 3.64점으로 다른 경우들보다 높게 나타나 매우 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름을 압출할 때 흉터가 남지않게 하기 위하여 노력한다는 문항 또한 여드름이 주기적으로 나는 경우에 3.55점으로 다른 경우들보다 높아 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름을 위해서 화장을 하지 않거나 연하게 하는 편이라는 문항에 대해서는 여드름이 항상 있는 경우에 3.56점, 어느기간 주기적으로 나는 경우에 3.40점으로 가끔 나는 경우보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 외출시 자외선 차단제를 사용한다 또한 여드름이 항상 있는 경우 3.42점으로 상대적으로 높았다. 이 같은 결과는 여드름이 주기적으로 나는 경우에 피부관리실에 가거나 전용 제품을 사용하기보다 집에서 자가관리, 더러운 손으로 만지지 않기, 외출시 자외선 차단 크림 바르기 등으로 여드름 예방을 하는 경향이 있음을 나타낸다.

전체 문항에서 여드름이 가끔 난다는 경우에 문항 만족도 점수는 2점대로 다른 경우들보다 상대적으로 낮았다. 특히 여드름 개선을 위해서 레이저 시술을 받아본 적이 있다, 여드름 개선을 위해서 약을 복용해본 적이 있다는 문항에서 여드름이 가끔 나는 경우는 각각 1.61점, 1.88점으로 다른 경우들보다

낮게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이 같은 결과는 여드름이 가끔나는 경우에 레이저 시술이나 여드름약 복용 등 전문적인 관리를 받지 않는다는 것을 나타낸다.

여드름 개선을 위해서 숙면을 취하려고 노력한다, 여드름 개선을 위해서 식습관에도 신경을 쓴다, 여드름 개선을 위해서 운동을 한다, 여드름 개선 정보를 얻기 위해서 정보를 찾는다, 술담배 등 기호품을 삼가거나 자제한다, 스트레스를 받지 않으려고 노력한다 의 문항을 여드름 빈도별로 살펴본 결과 3.3 점 이상 높은 점수가 나타나지 않았다.

<표 9> 여드름이 나는 빈도에 따른 여드름 평상시 관리태도

항목	여드름이 나는 빈도			합계	F(p)
	항상 있다 M±SD	가끔 난다 M±SD	어느기간 주기적으로 난다 M±SD		
1. 숙면을 취하려고 노력한다.	2.92± 1.217	2.46± 1.080	3.05± 1.209	2.71± 1.170	4.803 **(.009)
2. 식습관에 신경을 쓴다.	2.83± 1.191	2.22± .970	2.90± 1.226	2.54± 1.133	8.140 ***(.000)
3. 운동을 한다.	2.58± 1.069	2.05± .855	2.57± 1.213	2.31± 1.031	6.350 **(.002)
4. 여드름에 관한 정보를 찾아보는 편이다.	3.06± 1.295	2.18± 1.041	2.86± 1.299	2.56± 1.233	10.786 ***(.000)
5. 기호품을 삼가거나 자제한다.	3.02± 1.591	2.24± 1.319	3.10± 1.527	2.64± 1.490	7.391 ***(.001)
6. 스트레스를 받지 않으려고 노력한다.	3.04± 1.268	2.29± 1.147	2.98± 1.316	2.64± 1.264	7.980 ***(.000)
7. 얼굴에 손을 가져가지 않는다.	3.23± 1.325	2.54± 1.219	3.64± 1.265	2.97± 1.335	12.670 ***(.000)
8. 피부위생을 철저히 한다.	4.02± .978	3.06± 1.295	3.81± 1.042	3.48± 1.238	12.930 ***(.000)
9. 여드름 전용 제품을 사용한다.	3.48± 1.399	2.43± 1.252	3.10± 1.394	2.85± 1.393	10.888 ***(.000)
10. 헤어 위생에 철저하다.	4.02± 1.158	2.91± 1.337	3.69± 1.220	3.37± 1.354	14.070 ***(.000)
11. 전문적인 관리를 받아 본 적이 있거나 받고 있다.	3.27± 1.554	2.25± 1.296	2.48± 1.469	2.57± 1.462	8.474 ***(.000)
12. 레이저 기술을 받아 본 적이 있다.	2.55± 1.626	1.61± .914	1.86± 1.299	1.91± 1.275	9.435 ***(.000)

13. 여드름 개선약을 복용해본 적이 있다.	2.92± 1.622	1.88± 1.262	2.24± 1.428	2.23± 1.458	8.665 ***(.000)
14. 주기적으로 각질제거를 한다.	2.88± 1.552	2.17± 1.269	2.62± 1.497	2.45± 1.425	4.442 *(.013)
15. 여드름 압출시 흉터가 남지않게 하기위하여 노력한다.	3.13± 1.453	2.64± 1.421	3.55± 1.468	2.97± 1.480	6.118 **(.003)
16. 여드름 흉터 자가관리를 한다.	2.96± 1.414	2.43± 1.350	3.14± 1.441	2.73± 1.415	4.707 **(.010)
17. 민간요법을 실행해 본 적이 있다.	2.69± 1.504	1.86± .941	2.12± 1.131	2.14± 1.197	8.156 ***(.000)
18. 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다.	3.56± 1.428	2.27± 1.300	3.40± 1.594	2.86± 1.524	17.450 ***(.000)
19. 영양제나 비타민제제를 먹는다.	2.83± 1.506	1.96± 1.010	2.50± 1.436	2.31± 1.305	8.383 ***(.000)
20. 외출시 자외선 차단제를 사용한다.	3.42± 1.456	2.47± 1.312	3.26± 1.578	2.90± 1.473	8.908 ***(.000)
평균	3.12± .982	2.30± .844	2.94± .960	2.66± .978	15.801 ***(.000)

***p<.05 **p<.01 ***p<.001**

4-2) 여드름 병력기간에 따른 여드름 평상시 관리태도

<표 >은 여드름 병력기간에 따른 여드름 평상시 관리태도를 나타낸 것으로 5년 이상이 2.88점, 1~3년이 2.71점, 3~5년이 2.57점, 1년미만 2.30점 순서로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 여드름 개선을 위해서 세안 등 피부위생을 철저히 한다는 문항을 여드름 병력기간에 따라 살펴보면 5년 이상 병력자의 경우에 3.84점으로 상대적으로 가장 높게 나타났고, 1년~3년 병력자의 경우 3.67점으로 두 번째로 높게 나타났다. 1년 미만과 3~5년 병력자의 경우에는 각각 3.02점, 3.09점으로 상대적으로 낮게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는등 헤어 위생에 철저히 한다는 문항에 대해서는 5년 이상의 경우에 3.81점, 1~3년 3.46점, 3~5년 3.03점, 1년미만 2.83점 순으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$).

이 같은 결과는 5년 이상 장기 병력자의 경우 다른 경우들보다 여드름 개선을 위해 세안 및 헤어 위생에 신경을 쓴다는 것을 나타낸다. 여드름 개선을 위해서 숙면을 취하려고 노력한다는 문항은 5년 이상의 경우에 2.90점, 1~3년 2.85점, 3~5년 2.82점, 1년미만 2.19점 순으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 여드름 개선을 위해서 식습관에 신경을 쓴다는 문항은 5년 이상 2.70점, 1~3년 2.69점으로 비슷하게 나타났고 3~5년 2.53점, 1년미만 2.12점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 여드름 개선 정보를 얻기 위해서 여드름에 관한 인터넷, 텔레비전등 매체에 나온 정보를 유심히 보거나 찾아본다는 문항에 대해서는 5년이상 2.84점, 3~5년 2.56점, 1~3년 2.54점, 1년미만 2.12점 순으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 여드름 개선을 위해서 피부관리실이나 피부과 또는 한의원등 전문적 관리를 받았다는 문항은 5년이상 2.93점, 1~3년 2.59점, 3~5년 2.38점, 1년미만 2.10점으로 나타나 유의한

차이를 보였다($p < .05$). 여드름 개선을 위해서 약을 복용해본 적이 있다는 문항에서는 5년이상 2.64점, 3~5년 2.26점, 1~3년 1.90점, 1년미만 1.83점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .05$). 운동을 한다, 스트레스를 받지 않으려 노력한다, 기호품을 삼간다, 얼굴에 손을 가져가지 않는다, 여드름전용제품을 사용한다, 레이저 기술을 받는다 등의 문항과 여드름 병력기간별 차이는 유의하지 않았다.

이 같은 결과는 여드름은 병력이 5년 이상 길어지더라도 다른 질환처럼 병원을 찾고 약을 먹어 치료받기보다 낫기 위해 위생에 신경을 쓰는 경향이 가장 높다는 것을 나타낸다.

<표 10> 여드름 병력기간에 따른 여드름 평상시 관리태도

항목	여드름 병력기간				합계	F(p)
	1년 미만	1~3년	3~5년	5년 이상		
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD		
1. 숙면을 취하려고 노력한다.	2.19± .969	2.85± .988	2.82± 1.359	2.90± 1.206	2.71± 1.170	3.827 *(.011)
2. 식습관에 신경을 쓴다.	2.12± .942	2.69± 1.080	2.53± 1.237	2.70± 1.172	2.54± 1.133	2.708 *(.047)
3. 운동을 한다.	1.98± .924	2.49± .970	2.38± 1.181	2.37± 1.024	2.31± 1.031	2.025 (.112)
4. 여드름에 관한 정보를 찾아보는 편이다.	2.12± .993	2.54± 1.166	2.56± 1.353	2.84± 1.281	2.56± 1.233	3.129 *(.027)
5. 기호품을 삼가거나 자제한다.	2.21± 1.260	2.72± 1.432	2.79± 1.473	2.77± 1.635	2.64± 1.490	1.492 (.218)
6. 스트레스를 받지 않으려고 노력한다.	2.36± 1.055	2.56± 1.252	2.64± 1.270	2.86± 1.365	2.64± 1.264	1.447 (.231)
7. 얼굴에 손을 가져가지 않는다.	2.76± 1.376	2.97± 1.246	2.82± 1.267	3.16± 1.390	2.97± 1.335	.934 (.425)
8. 피부위생을 철저히 한다.	3.02± 1.334	3.67± 1.084	3.09± 1.288	3.84± 1.112	3.48± 1.238	5.745 ***(.001)
9. 여드름 전용 제품을 사용한다.	2.38± 1.324	2.82± 1.211	3.00± 1.435	3.09± 1.462	2.85± 1.393	2.449 (.065)
10. 헤어 위생에 철저하다.	2.83± 1.267	3.46± 1.232	3.03± 1.425	3.81± 1.300	3.37± 1.354	5.930 ***(.001)
11. 전문적인 관리를 받아 본 적이 있거나 받고 있다.	2.10± 1.226	2.59± 1.464	2.38± 1.393	2.93± 1.554	2.57± 1.462	3.177 *(.025)
12. 레이저 기술을 받아 본 적이 있다.	1.50± .944	1.85± 1.065	2.00± 1.303	2.14± 1.488	1.91± 1.275	2.370 (.072)
13. 여드름 개선약을 복용해본 적이 있다.	1.83± 1.267	1.90± 1.231	2.26± 1.463	2.64± 1.588	2.23± 1.458	3.752 *(.012)
14. 주기적으로 각질제거를 한다.	2.02± 1.239	2.64± 1.287	2.26± 1.310	2.70± 1.600	2.45± 1.425	2.450 (.065)

15. 여드름 압출시 흉터가 남지않게 하기위하여 노력한다.	2.62± 1.513	3.23± 1.307	2.74± 1.524	3.16± 1.500	2.97± 1.480	1.876 (.135)
16. 여드름 흉터 자가관리를 한다.	2.64± 1.411	2.87± 1.281	2.59± 1.438	2.88± 1.022	2.73± 1.415	.314 (.815)
17. 민간요법을 실행해 본 적이 있다.	2.10± 1.303	1.97± 1.013	2.12± 1.149	2.26± 1.259	2.14± 1.197	.491 (.689)
18. 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다.	2.45± 1.435	2.95± 1.572	2.59± 1.540	3.20± 1.490	2.86± 1.524	2.633 (.051)
19. 영양제나 비타민제제를 먹는다.	2.02± 1.220	2.33± 1.009	2.18± 1.218	2.53± 1.511	2.31± 1.305	1.461 (.227)
20. 외출시 자외선 차단제를 사용한다.	2.81± 1.565	3.05± 1.376	2.59± 1.480	3.01± 1.469	2.90± 1.473	.836 (.476)
평균	2.30± .910	2.71± .813	2.57± 1.041	2.88± 1.022	2.66± .978	3.336 *(.021)

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

4-3) 여드름 상태에 따른 여드름 평상시 관리태도

전체 조사자들의 여드름 관리태도 점수는 <표 11>에서 나타난 바와 같이 2.66점으로 여드름 관리태도가 비교적 좋지 않은 것으로 나타났다. 여드름 상태에 따른 여드름 평상시 관리태도를 살펴보면 보통인 경우와 경미한 경우는 각각 2.57점, 2.58점으로 평균과 비슷했으나, 여드름이 심한 경우 3.09점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다(p<.05).

항목별로 살펴보면 여드름 개선을 위해서 세안 등 피부위생을 철저히 한다 3.48점, 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는 등 헤어 위생에 철저히 하다 3.37점 등의 항목이 비교적 높은 점수를 차지했다. 조사자들은 대체로 여드름

개선을 위해서 위생을 철저히 하는 경향을 보였다.

화장을 하지 않거나 연하게 하는 편이라는 항목에서 전체 점수는 2.86점, 보통과 경미함은 전체평균점수와 비슷했으나 여드름상태가 심한 경우에 3.52점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$).

이 같은 결과는 여드름이 심한 조사자들의 경우에 화장을 하지 않거나 연하게 함으로써 여드름이 발병하는 피부환경을 만들지 않으려는 노력을 한다는 것을 나타낸다.

영양제나 비타민제제를 먹는다는 항목의 전체점수는 2.31점으로 상대적으로 낮았다. 보통과 경미한 경우 또한 전체평균점수와 비슷했다. 여드름상태가 심한 경우는 2.86점으로 이들보다 상대적으로 높아 유의한 차이를 보였다($p<.05$).

약(한약 피임약 또는 호르몬제)을 복용해본 적이 있다는 항목에 대한 전체 평균 점수는 2.23점으로 상대적으로 낮게 나타났다. 여드름 상태가 경미한 경우와 보통인 경우 각각 1.96점, 2.18점으로 평균과 비슷했으나 여드름 상태가 심한 경우에 3.10점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 여드름 개선을 위해서 여드름 전용 제품을 사용한다는 항목에 대한 전체 점수는 2.85점이었고, 여드름이 심한 경우는 3.52점으로 보통과 경미함보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 이 같은 결과는 여드름이 심한 사람들일수록 비타민제, 영양제, 여드름을 완화시켜주는 약품, 전용 제품을 사용하는 경향이 있음을 나타낸다.

피부관리실이나 피부과 또는 한의원 등 전문적인 관리를 받아본 적이 있거나 받고있다는 항목에 대한 전체 점수는 2.57점으로 상대적으로 낮은 편이나, 여드름 상태가 심한 경우에 3.24점으로 다른 경우들보다 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 레이저 기술을 받아본적이 있다는 항목에 대한 전체 평

균점수는 1.91점, 여드름 상태가 보통인 경우와 경미한 경우 모두 1점대로 평균과 비슷했으나 상태가 심한 경우에 2.48점으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .05$). 민간요법을 실행해 본 적이 있다는 항목에서 전체 점수는 2.14점이었고 여드름 상태가 심한 경우는 2.76점으로 나머지 경우들보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .01$). 여드름이 심한 사람들일수록 피부관리실, 한의원, 피부과등의 전문적인 관리를 받은 경험이 있으며, 여드름 개선을 위해 레이저수술이나 민간요법까지 다양한 치료 방법을 사용한다는 것을 알 수 있다.

<표 11> 여드름 상태에 따른 여드름 평상시 관리태도

항목	경미함 (N=77)	보통 (N=79)	심함 (N=29)	합계 (N=185)	F(p)
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	
1. 숙면을 취하려고 노력한다.	2.71± 1.245	2.65± 1.110	2.90± 1.145	2.71± 1.170	.485 (.616)
2. 식습관에 신경을 쓴다.	2.43± 1.117	2.54± 1.141	2.79± 1.146	2.54± 1.133	1.097 (.336)
3. 운동을 한다.	2.13± 1.005	2.35± 1.026	2.66± 1.045	2.31± 1.031	2.936 (.056)
4. 여드름에 관한 정보를 찾아 보는 편이다.	2.52± 1.221	2.44± 1.227	3.00± 1.225	2.56± 1.233	2.276 (.106)
5. 기호품을 삼가거나 자제한다.	2.62± 1.460	2.51± 1.440	3.03± 1.679	2.64± 1.490	1.343 (.264)
6. 스트레스를 받지 않으려고 노력한다.	2.62± 1.288	2.57± 1.237	2.89± 1.286	2.64± 1.264	.687 (.504)
7. 얼굴에 손을 가져가지 않는다.	3.05± 1.317	2.77± 1.320	3.28± 1.386	2.97± 1.335	1.789 (.170)
8. 피부위생을 철저히 한다.	3.44± 1.186	3.35± 1.368	3.93± .884	3.48± 1.238	2.403 (.093)
9. 여드름 전용 제품을 사용한다.	2.68± 1.362	2.78± 1.402	3.52± 1.299	2.85± 1.393	4.156 *(.017)
10. 헤어 위생에 철저하다.	3.38± 1.318	3.19± 1.442	3.86± 1.093	3.37± 1.354	2.662 (.073)

11. 전문적인 관리를 받아본 적이 있거나 받고있다.	2.45± 1.429	2.43± 1.465	3.24± 1.405	2.57± 1.462	3.767 *(.025)
12. 레이저 기술을 받아본 적이 있다.	1.75± 1.102	1.85± 1.280	2.48± 1.550	1.91± 1.275	3.713 *(.026)
13. 여드름 개선약을 복용해본 적이 있다.	1.96± 1.332	2.18± 1.465	3.10± 1.472	2.23± 1.458	6.996 ***(.001)
14. 주기적으로 각질제거를 한다.	2.40± 1.471	2.30± 1.399	3.00± 1.282	2.45± 1.425	2.663 (.072)
15. 여드름 압출시, 흉터가 남지않게 하기위하여 노력한다.	3.17± 1.534	2.76± 1.469	3.03± 1.322	2.97± 1.480	1.531 (.219)
16. 여드름 흉터 자가관리를 한다.	2.81± 1.424	2.62± 1.408	2.83± 1.441	2.73± 1.415	.413 (.663)
17. 민간요법을 실행해 본 적이 있다.	1.86± 1.073	2.18± 1.163	2.76± 1.380	2.14± 1.197	6.416 **(.002)
18. 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다.	2.61± 1.532	2.87± 1.522	3.52± 1.353	2.86± 1.524	3.845 *(.023)
19. 영양제나 비타민제제를 먹는다.	2.08± 1.244	2.33± 1.308	2.86± 1.329	2.31± 1.305	3.942 *(.021)
20. 외출시 자외선 차단제를 사용한다.	3.00± 1.487	2.76± 1.487	3.00± 1.414	2.90± 1.473	.601 .549
여드름관리태도	2.58± .962	2.57± .984	3.09± .926	2.66± .978	3.383 *(.036)

*p<.05 **<.01 ***<.001

4-4) 여드름 흉터에 따른 여드름 평상시 관리태도

<표 12>는 조사대상자들의 여드름 흉터 정도에 따른 여드름 평상시 관리태도를 나타낸 것으로, 매우 심하다 3.52점, 심하다 3.12점, 보통 2.68점, 적다와 거의없다 각각 2.36점, 2.35점의 순으로 나타나 유의한 차이를 보였다 ($p<.001$).

여드름 개선을 위해 세안 등 피부위생을 철저히 한다는 문항에서 흉터가 매우 심하다 4.55점, 심하다 3.94점, 보통 3.94점, 거의없다 3.23점, 적다 2.98점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는 등 헤어 위생에 철저하다에서 매우 심하다 4.82점, 심하다 3.88점으로 다른 경우보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다 ($p<.001$). 여드름 개선을 위해서 여드름 전용 제품을 사용한다 에서 매우 심하다 4.09점, 심하다 3.50점으로 다른 경우보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 여드름을 위해서 화장을 하지 않거나 연하게 하는 편이라는 문항에서는 흉터가 매우 심하다 가 4.18점으로 상대적으로 가장 높았고, 심하다 3.59점으로 두 번째를 차지했다. 다른 경우는 낮게 나타났다 ($p<.001$). 이 같은 결과는 여드름 흉터가 심한 편(매우 심하다+심하다)인 경우에 여드름 개선을 위해 피부 및 헤어 위생에 신경쓰는 경향이 높으며, 화장은 거의 하지 않지만 여드름 전용 제품은 사용한다는 것을 나타낸다. 여드름 개선 정보를 얻기 위해 여드름에 관한 인터넷 등 정보를 유심히 찾는다 문항에서 매우 심하다는 3.82점, 심하다 3.15점, 보통이다, 거의없다 각각 2.30점, 적다 2.37점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 여드름 개선을 위해서 스트레스를 받지 않으려고 노력한다에서 흉터가 매우 심한 경우 3.64점으로 상대적으로 가장 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 여드름 개선

을 위해서 식습관에도 신경을 쓴다는 문항에서 흉터가 매우 심하다 3.45점, 심하다 2.94점으로 나타났으며 보통이다 2.55점, 적다 2.37점, 거의 없다 2.14점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 피부관리실이나 피부과 또는 한의원등 전문적인 관리를 받아본 적이 있거나 받고 있다는 문항에서 매우 심하다 3.55점으로 상대적으로 가장 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .01$). 이는 여드름 흉터가 심한 편인 경우에 여드름 개선 정보를 얻기 위해 노력하는 경향이 상대적으로 높은 것을 보여준다. 여드름 흉터가 심한 사람들은 피부관리실 또는 한의원 등에 다니는 경향이 높으며, 여드름이 심해지지 않도록 스트레스를 받지 않으려는 노력을 한다는 것 또한 알 수 있다. 또한 식습관에도 신경을 쓰는 경향을 보였다. 술담배 등 기호품을 삼가거나 자제한다는 문항에서 흉터가 매우 심한 경우에 3.36점으로 상대적으로 가장 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .05$). 여드름 개선을 위해서 숙면을 취하려고 노력한다는 문항에서 매우 심하다 3.36점으로 상대적으로 가장 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .01$). 여드름 개선을 위해서 운동을 한다는 문항에서 흉터가 매우 심하다 3.18, 심하다 2.74, 보통이다, 적다 각각 2.26점, 2.21점, 거의없다 1.91점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 레이저 시술을 받아 본 적이 있다는 문항은 매우 심하다가 3.00점, 다른 경우는 1,2점대로 낮게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 약을 복용해본 적이 있다는 문항에서 또한 매우 심하다 3.18점으로 상대적으로 높았지만 다른 경우는 낮게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름에 좋다는 민간요법을 실행해 본 적이 있다는 문항은 모든 경우에 3점을 넘지 않는 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 영양제나 비타민제제를 먹는다는 문항에서는 흉터가 매우 심하다 3.18점, 나머지는 1,2점대로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 주기적으

로 화학적 물리적 필링을 한다는 문항에 대해서는 전체 3점 이하로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$).

여드름 개선을 위해서 어떤 이유에서든 얼굴에 손을 가져가지 않는다, 여드름을 직접 압출할 때 흉터가 남지않게 하기위하여 노력한다, 여드름 압출 후, 흉터가 남으면 자가관리를 한다는 문항들과 여드름 흉터 정도는 유의하지 않았다.

<표 12> 여드름 흉터에 따른 여드름 평상시 관리태도

항목	여드름 흉터					합계 (n=185)	F(p)
	거의 없다 (n=44)	적다 (n=43)	보통 이다 (n=53)	심하다 (n=34)	매우 심하다 (n=11)		
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD		
1. 숙면을 취하려고 노력 한다.	2.32± 1.116	2.42± .957	2.89± 1.204	3.12± 1.094	3.36± 1.502	2.71± 1.170	4.396 **(.002)
2. 식습관에 신경을 쓴다.	2.14± 1.091	2.37± .874	2.55± 1.119	2.94± 1.127	3.45± 1.508	2.54± 1.133	4.871 ***(.001)
3. 운동을 한다.	1.91± .960	2.21± .861	2.26± .984	2.74± .994	3.18± 1.401	2.31± 1.031	5.746 ***(.000)
4. 여드름에 관한 정보를 찾아보는 편이다.	2.30± 1.153	2.37± .952	2.30± 1.218	3.15± 1.258	3.82± 1.328	2.56± 1.233	6.920 ***(.000)
5. 기호품을 삼가거나 자 제한다.	2.52± 1.502	2.26± 1.255	2.55± 1.488	3.18± 1.585	3.36± 1.567	2.64± 1.490	2.677 *(.033)
6. 스트레스를 받지 않으 려고 노력한다.	2.30± 1.250	2.51± 1.162	2.64± 1.287	2.94± 1.197	3.64± 1.286	2.64± 1.264	3.253 *(.013)
7. 얼굴에 손을 가져가지 않는다.	2.84± 1.430	2.72± 1.297	3.06± 1.216	3.06± 1.301	3.73± 1.618	2.97± 1.335	1.471 (.213)
8. 피부위생을 철저히 한 다.	3.23± 1.379	2.98± 1.225	3.58± 1.200	3.94± .851	4.55± .688	3.48± 1.238	6.165 ***(.000)
9. 여드름 전용 제품을 사 용한다.	2.34± 1.311	2.58± 1.349	2.83± 1.326	3.50± 1.285	4.09± 1.221	2.85± 1.393	6.626 ***(.000)
10. 헤어 위생에 철저히 하 다.	3.07± 1.371	2.86± 1.302	3.42± 1.420	3.88± .977	4.82± .405	3.37± 1.354	7.336 ***(.000)
11. 전문적인 관리를 받아 본 적이 있거나 받고 있 다.	2.09± 1.378	2.33± 1.286	2.60± 1.459	3.12± 1.472	3.55± 1.635	2.57± 1.462	4.174 **(.003)

12. 레이저 시술을 받아 본 적이 있다.	1.50± .928	1.60± .791	1.79± 1.177	2.65± 1.631	3.00± 1.789	1.91± 1.275	7.710 ***(.000)
13. 여드름 개선약을 복용해 본 적이 있다.	1.55± 1.130	2.05± 1.234	2.30± 1.539	2.94± 1.496	3.18± 1.601	2.23± 1.458	6.523 ***(.000)
14. 주기적으로 각질제거를 한다.	2.14± 1.340	2.14± 1.283	2.58± 1.525	2.82± 1.336	3.18± 1.662	2.45± 1.425	2.553 *(.041)
15. 여드름 압출시 흉터가 남지않게 하기위하여 노력한다.	2.89± 1.617	2.65± 1.478	3.13± 1.373	3.00± 1.348	3.73± 1.679	2.97± 1.480	1.430 (.226)
16. 여드름 흉터 자가관리를 한다.	2.84± 1.569	2.47± 1.241	2.81± 1.415	2.76± 1.372	2.82± 1.662	2.73± 1.415	.498 (.737)
17. 민간요법을 실행해 본 적이 있다.	1.75± 1.081	1.74± .875	2.21± 1.150	2.94± 1.324	2.36± 1.362	2.14± 1.197	7.126 ***(.000)
18. 여드름을 위해서 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다.	2.55± 1.577	2.35± 1.395	2.81± 1.455	3.59± 1.351	4.18± 1.250	2.86± 1.524	6.361 ***(.000)
19. 영양제나 비타민제제를 먹는다.	1.89± 1.166	2.05± 1.068	2.32± 1.283	2.88± 1.320	3.18± 1.834	2.31± 1.305	4.831 ***(.001)
20. 외출시 자외선 차단제를 사용한다.	2.80± 1.564	2.60± 1.348	3.00± 1.468	3.15± 1.480	3.18± 1.601	2.90± 1.473	.887 (.473)
평균	2.35± .998	2.36± .840	2.68± .890	3.12± .928	3.52± 1.036	2.66± .978	6.865 ***(.000)

*p<.05 **<p.01 ***<p.001

4-5) 여드름 자가 주관적 심각성 정도에 따른 여드름 평상시 관리 태도

여드름상태 자가 주관적 심각성 정도에 따른 여드름 평상시 관리태도를 살펴보면 <표 13>과 같이 매우 심각하다는 경우에 3.88점, 심각하다는 경우에 2.92점, 보통이다 2.71점, 심각하지 않다 2.23점, 전혀 심각하지 않다 1.95 점 순으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이 같은 결과는 여드름상태를 심각하게 여기는 사람일수록 여드름 평상시 관리태도가 좋다는 것을 알 수 있다.

유의한 차이를 보인 항목별로 살펴보면 여드름 개선을 위해서 숙면을 취하려고 노력한다는 항목의 전체 점수는 2.71점이었다. 본인의 여드름 상태가 매우 심각하다고 여기는 경우 3.77로 나타나 평균보다 상대적으로 높게 나타났다. 전혀 심각하지 않다는 경우에 1.88점으로 나타나 상대적으로 낮았다($p < .001$). 이 같은 결과는 본인의 여드름상태가 심각하다고 여길수록 개선을 위해서 숙면을 취하려고 노력한다는 것을 알 수 있다.

여드름 개선을 위해서 식습관에도 신경을 쓴다는 항목은 2.54점으로, 전혀 심각하지 않은 경우 1.88점에서 매우 심각하다 3.85점까지 순차적으로 점수가 높아져 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이는 여드름 상태가 심각하다고 인식할수록 여드름 개선을 위해 식습관에 신경을 쓴다는 것을 알 수 있다. 여드름 개선을 위해서 운동한다는 항목의 점수는 2.31점으로 비교적 높지 않았다. 매우 심각한 경우는 3.23점으로 다른 경우들보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선 정보를 얻기 위해서 여드름에 관한 인터넷 등 정보를 찾는 편이라는 항목의 점수는 2.56점, 매우 심각한 경우에 3.92점으로 다른 경우들보다 상대적으로 높아 유의한 차이를 보였다

($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 술, 담배, 커피, 향신료등의 기호품을 자제한다는 항목의 전체점수 또한 2.64점으로 상대적으로 높지 않게 나타났으나 매우 심각한 경우에는 4.04점으로 다른 경우들보다 상대적으로 높았다. 스트레스를 받지 않으려고 노력한다는 문항 또한 전체점수는 2.64점, 매우 심각한 경우에 4.04점이었다.

이 같은 결과는 조사자 본인의 여드름 인식 정도가 매우 심각한 경우에 여드름 개선을 위해서 직접 정보를 찾고, 술, 담배등의 기호품을 자제하며 스트레스를 받지 않으려는 등의 개인적인 노력을 한다는 것을 나타낸다.

여드름 개선을 위해서 어떤 이유에서든 얼굴에 손을 가져가지 않는다 항목의 전체점수는 2.97점, 매우 심각한 경우에 4.19점으로 유의한 차이를 보였으며($p < .001$), 여드름 개선을 위해서 세안 등 피부위생을 철저히 한다는 항목의 전체점수는 3.48점, 매우 심각한 경우에 4.65점으로 나타났다. 전용 제품을 사용한다는 전체점수는 2.85점, 매우 심각한 경우는 4.50점, 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는등 헤어 위생에 철저하다는 전체점수는 3.37점이었으나 매우 심각한 경우는 4.73점으로 나타났다. 위생에 관한 항목들에서 매우 심각한 경우의 점수는 평균 4점대로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$).

이 같은 결과는 여드름 인식 정도가 매우 심각한 경우 여드름 개선을 위해 위생에 특별히 신경쓰는 경향이 있음을 나타낸다. 여드름 개선을 위해 피부관리실의 전문관리를 받는다는 문항에 대한 전체점수는 2.57점으로 나타났다. 이에 비해 여드름 상태가 매우 심각한 경우는 4.08점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 개선을 위해 레이저 시술을 받아 본 적이 있다는 항목의 점수는 1.91점으로 조사자들 대부분이 레이저 시술 경험이 없는 것으로 드러났으나 여드름 상태가 매우 심각한 경우는 3.19점

으로 다른 경우들에 비해 상대적으로 높았다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 약(한약, 피임약, 호르몬제)을 복용한 적이 있다 2.23점, 여드름상태가 심각한 경우에 4.00점으로 상대적으로 높았다($p < .001$). 여드름 개선을 위해서 주기적으로 화학적 또는 물리적 필링을 한다는 문항 또한 전체점수는 2.45점이었던 데 비해 여드름상태가 심각한 경우는 3.81점으로 상대적으로 높게 나타났다($p < .001$). 이 같은 결과는 조사자 본인의 여드름 상태에 대한 인식이 심각할 수록 개선을 위해 피부관리실을 찾거나 레이저 시술을 받고, 약을 복용하거나 화학적 물리적 개선 방법을 선택하는 경향이 높다는 것을 나타낸다.

직접 압출할 때 흉터가 남지 않게 하기 위해 노력한다 항목의 전체점수는 2.97점으로 나타났다. 여드름 상태가 매우 심각한 경우에 3.96점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 여드름 압출 후 흉터가 남으면 자가관리를 한다는 항목은 2.73점, 여드름 상태가 심각한 경우는 3.69점으로 다른 경우들보다 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 민간요법을 실행해 본 적이 있다, 화장을 하지않거나 연하게 한다, 등등 나머지 여드름 자가관리에 관한 항목들 또한 전체 점수는 2점대였으나, 여드름 상태가 심각한 경우에는 상대적으로 점수가 높아 유의한 차이를 보였다. 이 같은 결과는 본인의 여드름 인식 정도가 심각할 경우에 집에서 하는 여드름 자가관리 태도 또한 좋다는 것을 나타낸다.

<표 13> 여드름상태 자가 주관적 심각성 정도에 따른 여드름 평상시 관리태도

항목	여드름상태 자가 주관적 심각성 정도					합계 (n=185)	F(p)
	전혀 심각하 지않다 (n=34)	심각하 지 않다 (n=46)	보통 이다 (n=42)	심각하 다 (n=37)	매우 심각하 다 (n=26)		
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD		
1. 숙면을 취하려고 노력한다.	1.88± .977	2.46± .912	2.83± 1.057	2.92± 1.064	3.77± 1.243	2.71± 1.170	13.366 ***(0.000)
2. 식습관에 신경을 쓴다.	1.88± .913	2.28± .779	2.50± 1.018	2.57± 1.015	3.85± 1.255	2.54± 1.133	16.103 ***(0.000)
3. 운동을 한다.	1.76± .923	2.04± .815	2.31± .924	2.49± .932	3.23± 1.177	2.31± 1.031	10.359 ***(0.000)
4. 여드름에 관한 정보를 찾아보는 편이다.	1.82± .936	2.15± 1.010	2.60± 1.083	2.76± 1.164	3.92± 1.129	2.56± 1.233	16.768 ***(0.000)
5. 기호품을 삼가거나 자제한다.	1.88± 1.225	2.20± 1.167	2.71± 1.402	2.81± 1.630	4.04± 1.280	2.64± 1.490	11.080 ***(0.000)
6. 스트레스를 받지않으려고 노력한다.	1.91± 1.055	2.28± .958	2.60± 1.149	2.86± 1.182	4.04± 1.207	2.64± 1.264	15.405 ***(0.000)
7. 얼굴에 손을 가져가지 않는다.	2.41± 1.258	2.57± 1.167	3.00± 1.148	3.08± 1.320	4.19± 1.266	2.97± 1.335	9.567 ***(0.000)
8. 피부위생을 철저히 한다.	2.65± 1.346	3.00± 1.247	3.60± .964	3.89± .875	4.65± .629	3.48± 1.238	16.841 ***(0.000)
9. 여드름 전용 제품을 사용한다.	1.94± 1.099	2.07± .929	2.98± 1.158	3.38± 1.320	4.50± .949	2.85± 1.393	28.413 ***(0.000)

10. 헤어 위생에 철저하다.	2.50± 1.212	2.78± 1.263	3.45± 1.253	3.86± 1.058	4.73± .724	3.37± 1.354	18.723 *** (0.000)
11. 전문적인 관리를 받아 본 적이 있거나 받고 있다.	1.44± .824	2.20± 1.310	2.71± 1.195	2.84± 1.424	4.08± 1.412	2.57± 1.462	17.986 *** (0.000)
12. 레이저 기술을 받아 본 적이 있다.	1.41± .821	1.43± .750	1.93± 1.068	2.03± 1.298	3.19± 1.812	1.91± 1.275	11.807 *** (0.000)
13. 여드름 개선약을 복용해 본 적이 있다.	1.12± .327	1.61± .954	2.31± 1.278	2.70± 1.488	4.00± 1.414	2.23± 1.458	27.951 *** (0.000)
14. 주기적으로 각질제거를 한다.	1.65± .917	1.96± 1.134	2.62± 1.396	2.68± 1.396	3.81± 1.470	2.45± 1.425	13.067 *** (0.000)
15. 여드름 압출시 흉터가 남지않게 하기위하여 노력한다.	2.47± 1.562	2.61± 1.390	3.17± 1.342	2.97± 1.404	3.96± 1.399	2.97± 1.480	5.192 *** (0.001)
16. 여드름 흉터 자가관리를 한다.	2.38± 1.518	2.39± 1.201	2.86± 1.280	2.65± 1.358	3.69± 1.543	2.73± 1.415	4.632 *** (0.001)
17. 민간요법을 실행해 본 적이 있다.	1.65± 1.125	1.76± .848	2.17± 1.167	2.49± 1.367	2.88± 1.143	2.14± 1.197	6.609 *** (0.000)
18. 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다.	1.91± 1.264	2.35± 1.402	2.86± 1.407	3.73± 1.217	3.81± 1.524	2.86± 1.524	12.674 *** (0.000)
19. 영양제나 비타민제제를 먹는다.	1.65± .812	1.96± 1.053	2.12± 1.194	2.76± 1.321	3.46± 1.503	2.31± 1.305	11.565 *** (0.000)
20. 외출시 자외선 차단제를 사용한다.	2.65± 1.495	2.57± 1.409	2.81± 1.383	2.97± 1.443	3.85± 1.434	2.90± 1.473	3.810 ** (0.005)
평균	1.95± .828	2.23± .712	2.71± .723	2.92± .849	3.88± .805	2.66± .978	27.688 *** (0.000)

****p<.01 ***p<.001**

5. 여드름 관리태도에 따른 정신건강

<5-1> 여드름 관리태도에 따른 피부만족도

여드름 관리태도에 따른 피부만족도를 분석한 결과는 <표 14>과 같다. 여드름 관리태도에 따른 피부만족도는 하 그룹의 경우에 1.49점, 중 그룹의 경우 2.00점, 상 그룹의 경우 3.37점으로 나타나 하 그룹의 경우에 피부만족도가 가장 높은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$).

증상별로 살펴볼 때 피부가 화끈거리거나 따갑다는 항목은 2.03점, 피부가 가렵다는 항목은 2.14점, 물에 닿는 것이 꺼려진다 1.63점, 피부가 자극에 민감하다 2.92점, 피부에서 피가 난다 1.10점으로 나타났다. 증상 항목들의 피부만족도는 전체적으로 3점 이하로 낮게 나타났으며($p<.001$), 피부가 자극에 민감하다 항목에서 상 그룹의 점수는 4.41점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 이 같은 결과는 여드름을 매우 관리 하는 사람일수록 피부가 민감한 증상이 있는 경향이 있다는 것을 나타낸다.

기능별 문항들을 살펴보면 피부상태 때문에 잠을 푹 잘 수 없다 1.78점, 피부상태 때문에 나쁜 영향을 미친다 2.09점, 피부상태 때문에 집에 있으려고 하는 편이다 1.90점, 피부상태는 좋아하는 사람들과 친밀하게 지내는 데 영향을 미친다 2.01점, 피부상태 때문에 일을 혼자서 하려는 경향이 있다 1.71점, 피부상태 때문에 타인에게 호감을 표시하기 어렵다 2.00점, 피부상태가 사랑하는 사람들에게 걱정을 끼친다 1.90점, 피부상태 때문에 다른 사람과 함께 있고 싶지 않다 1.72점, 피부상태가 이성교제에 방해가 된다 2.01점, 피부상태 때문에 피곤하다 2.37점으로 나타났다($p<.001$). 기능별 문항 중에서 피부상태

때문에 피곤하다는 경우에 상 그룹의 경우 4.08점으로 상대적으로 가장 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이 같은 결과는 여드름 관리에 많은 신경을 쓰는 사람일수록 피부상태 때문에 피곤하다고 인식하는 것을 나타낸다. 감정별로 분류된 문항들을 살펴보면 피부상태가 심각할까봐 걱정한다 2.41점, 피부상태 때문에 우울하다 2.32점, 피부상태 때문에 흥이 남을까 걱정한다 2.66점, 피부상태 때문에 부끄럽다 2.18점, 피부상태가 점점 더 나빠질까봐 걱정한다 2.74점, 피부상태 때문에 화가 난다 2.24점, 피부상태로 좌절감을 느낀다 2.15점, 피부상태 때문에 수치심을 느낀다 1.97점, 피부상태 때문에 짜증이 난다 2.46점으로 나타나 전체적으로 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 감정별 문항들은 전부 상 그룹의 경우의 점수가 높게 3~4점대로 높게 나타났고, 그중 나의 피부상태 때문에 흥이 남을까 걱정한다, 피부상태가 더 나빠질까봐 걱정된다, 피부상태 때문에 짜증이 난다 항목에서 상 그룹의 점수는 전부 4.05점으로 나타나 다른 경우들보다 상대적으로 높았다. 이 같은 결과는 여드름을 매우 관리하는 사람일수록 흥이 남거나, 더 나빠질까봐 걱정이 되거나, 피부상태 때문에 짜증이 나는 등의 감정적인 피부만족도가 낮은 것으로 해석된다.

<표 14> 여드름 관리태도에 따른 피부만족도

항목	하	중	상	합계	F(p)	
	(N=56) M±SD	(N=92) M±SD	(N=37) M±SD			
증상	1. 피부가 화끈거리거나 따갑다.	1.60±0.63	1.98±0.89	2.81±1.10	2.03±0.96	21.81 ***(0.00)
	2. 피부가 가렵다.	1.67±0.77	2.07±0.97	3.03±1.12	2.14±1.06	23.16 ***(0.00)
	3. 물에 닿는 것이 꺼려진다.(목욕,세수)	1.36±0.65	1.62±0.69	2.05±1.15	1.63±0.83	8.37 ***(0.00)
	4. 나의 피부는 자극에 민감하다.	2.04±1.05	2.86±1.31	4.41±1.07	2.92±1.44	44.16 ***(0.00)
	5. 피부에서 피가 난다.	1.60±0.78	1.72±0.79	1.86±1.03	1.71±0.84	1.10 *(0.34)
기능	6. 나의 피부상태로 인해 잠을 푹 잘 수 없다.	1.29±0.50	1.67±0.80	2.78±1.18	1.78±0.97	38.23 ***(0.00)
	7. 나의 피부상태는 나의 사회생활에 나쁜 영향을 미친다.	1.51±0.63	1.97±1.08	3.24±1.26	2.09±1.18	33.74 ***(0.00)
	8. 나는 피부상태 때문에 집에 있으려고 하는 편이다.	1.36±0.49	1.64±0.85	3.32±1.25	1.90±1.12	65.54 ***(0.00)
	9. 나의 피부상태는 내가 좋아하는 사람들과 친밀하게 지내는 데에 영향을 미친다.	1.40±0.49	1.85±1.03	3.32±1.13	2.01±1.15	50.62 ***(0.00)
	10. 나는 피부상태 때문에 일을 혼자서 하려는 경향이 있다.	1.33±0.55	1.53±0.72	2.70±1.15	1.71±0.93	38.75 ***(0.00)
	11. 나의 피부상태 때문에 다른 사람에게 호감을 표시하기 어렵다.	1.44±0.66	1.80±1.01	3.32±1.42	2.00±1.22	41.32 ***(0.00)
	12. 나의 피부상태는 내가 사랑하는 사람들에게도 걱정을 끼친다.	1.45±0.63	1.69±1.04	3.05±1.39	1.90±1.18	30.54 ***(0.00)
	13. 피부상태 때문에 다른 사람과 함께 있고 싶지 않다.	1.24±0.47	1.51±0.70	2.97±1.26	1.72±1.02	59.58 ***(0.00)
	14. 나의 피부상태는 나의 이성교제에 방해가 된다.	1.44±0.69	1.87±1.11	3.22±1.44	2.01±1.25	31.45 ***(0.00)
	15. 피부상태 때문에 피곤하다.	1.51±0.66	2.20±1.19	4.08±1.14	2.37±1.38	69.08 ***(0.00)

	16. 나는 나의 피부상태가 혹시 심각 한 것이 아닐지 걱정한다.	1.53± 0.72	2.39± 1.25	3.76± 1.26	2.41± 1.36	43.96 *** (0.00)
	17. 나의 피부상태는 나를 우울하게 한다.	1.51± 0.66	2.14± 1.18	3.95± 1.18	2.32± 1.36	61.71 *** (0.00)
	18. 나의 피부상태 때문에 흉이 남지 않을까 걱정한다.	1.69± 0.77	2.68± 1.15	4.05± 1.13	2.66± 1.33	56.35 *** (0.00)
	19. 나는 나의 피부상태 때문에 부끄 럽다.	1.46± 0.64	2.04± 1.06	3.57± 1.41	2.18± 1.28	46.37 *** (0.00)
감 정	20. 나는 피부상태가 점점 더 나빠질 까봐 걱정이 된다.	1.72± 0.94	2.82± 1.34	4.05± 1.15	2.74± 1.44	41.89 *** (0.00)
	21. 나는 피부상태 때문에 화가 난다.	1.4± 0.63	2.05± 1.19	3.95± 1.18	2.24± 1.38	67.78 *** (0.00)
	22. 나는 피부상태로 좌절감을 느낀 다.	1.36± 0.52	1.93± 1.06	3.84± 1.26	2.15± 1.32	75.00 *** (0.00)
	23. 나는 피부상태 때문에 수치심을 느낀다.	1.35± 0.55	1.74± 0.95	3.49± 1.28	1.97± 1.21	64.07 *** (0.00)
	24. 나의 피부상태 때문에 짜증이 난 다.	1.60± 0.81	2.34± 1.27	4.05± 1.18	2.46± 1.42	53.17 *** (0.00)
피부만족도		1.49± 0.43	2.00± 0.73	3.37± 0.97	2.13± 0.97	79.48 *** (0.00)

***p<.001

<5-2> 여드름 관리태도에 따른 우울증

<표 15>는 여드름 관리태도에 따른 우울증 척도를 나타낸 것으로 여드름 관리태도별로 분석해 본 결과 하 그룹의 경우에 우울증 척도는 1.80점, 중 그룹의 경우에 우울증 척도는 2.11점, 상 그룹 경우 우울증 척도는 3.36점인 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$).

신체화 척도 전체점수는 2.70점으로 나타났다. 여드름 관리태도별로 살펴 본 결과 상 그룹 3.46점, 중 그룹 2.60점, 하 그룹 2.38점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 강박증 척도는 전체 2.41점, 상 그룹 3.44점이었고 중 그룹, 하 그룹은 1~2점대로 낮게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 대인 민감성 척도 전체평균은 2.19점, 상 그룹 3.37점, 하 그룹 1.72점으로 여드름 관리를 많이 할수록 평균점수가 높은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 우울 척도는 전체 2.35점, 상 그룹 3.63점, 중 그룹 2.17점, 하 그룹 1.80점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 불안 척도의 경우에 전체 2.72점이었고 상 그룹 3.73점, 중 그룹 2.68점, 하 그룹 2.13점으로 나타나 여드름을 매우 관리할수록 불안 척도가 높아지는 것을 알 수 있었다($p<.001$). 적대감 척도는 전체 2.31점, 상 그룹 3.43점, 중 그룹 2.14점, 하 그룹 1.85점이었다. 공포감 척도의 경우에 상 그룹 3.20점, 중 그룹 1.78점, 하 그룹 1.57점이었다. 편집증 척도에서는 여드름 관리 태도별 1~2점 정도로 낮게 나타났다. 정신증 척도의 경우에 상 그룹이 3.30점으로 상대적으로 높았고, 나머지 문항들은 2점 미만으로 낮게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 부가적 문항의 경우에 상 그룹이 3.36점으로 가장 높았고, 중 그룹 2.14점, 하 그룹 1.88점으로 낮게 나타났다. 10개의 우울증 척도별 문항들 중 편집증 척도를 제외한 9개문항에서 상 그룹이 3점 이상으로 높게 나타났다.

이 같은 결과는 여드름관리를 많이 하는 사람일수록 우울증을 판별하는 척도 점수가 높아 정신건강이 좋지 않음을 나타낸다.

<표 15> 여드름 관리태도에 따른 우울증

구분	하 (N=56)	중 (N=92)	상 (N=37)	합계	F(p)
	M±SD	M±SD	M±SD		
신체화 척도	2.38± 1.088	2.60± 1.158	3.46± .650	2.70± 1.120	12.683 ***(.000)
강박증 척도	1.93± .589	2.30± .924	3.44± .733	2.41± .961	42.049 ***(.000)
대인 민감성	1.72± .543	2.00± .688	3.37± .787	2.19± .900	75.365 ***(.000)
우울 척도	1.80± .625	2.17± .801	3.63± .837	2.35± 1.006	70.091 ***(.000)
불안 척도	2.13± .974	2.68± 1.167	3.73± .769	2.72± 1.177	26.597 ***(.000)
적대감 척도	1.85± .786	2.14± .981	3.43± .851	2.31± 1.065	37.689 ***(.000)
공포감 척도	1.57± .540	1.78± .694	3.20± 1.096	2.00± .966	60.406 ***(.000)
편집증 척도	1.59± .565	1.76± .739	2.74± .760	1.91± .813	34.592 ***(.000)
정신증 척도	1.63± .601	1.85± .721	3.30± .943	2.07± .964	65.896 ***(.000)
부가적 문항	1.88± .795	2.14± .839	3.36± .989	2.30± 1.011	36.760 ***(.000)
우울증	1.80± .517	2.11± .664	3.36± .651	2.27± .836	76.051 ***(.000)

p<.01 *p<.001

<5-3> 여드름 관리태도에 따른 자아존중감

<표 16>은 여드름 관리태도에 따른 자아존중감을 분석한 것으로 조사 대상자들의 전체 자아존중감 평균점수는 3.53점으로 나타났다. 하 그룹의 자아존중감 평균점수는 3.68점, 중 그룹의 평균점수는 3.72점, 상 그룹의 평균점수는 2.85점으로 전체적으로 매우 유의한 차이를 보였다($p<.001$).

1,3,4,7,8,10번 여섯 개의 자기만족문항 중 1.3.4.7.10번 다섯 개 문항에서 상 그룹의 경우 평균점수는 2점대로 나타났다. 이는 하 그룹 과 중 그룹 모두 3점대인 것에 비해 상대적으로 낮아 매우 유의한 차이를 보였다($p<.001$).

반면, 평균 점수가 4.19점으로 가장 높았던 자기만족문항 8번, 나는 나 자신을 위해 더 많은 좋은점들을 갖기를 희망한다 에서 하 그룹의 경우는 3.89점, 중 그룹 4.21점, 상 그룹 4.57점으로 여드름을 관리하는 사람들일수록 평균점수가 높은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 이 같은 결과는 여드름 관리를 하지 않는 사람들은 자아존중감이 높은 경향이 있지만, 여드름 관리에 신경을 많이 쓰는 사람들의 경우에 자신을 위해 더 많은 좋은 점들을 갖기를 희망하는 경향이 높다는 것을 알 수 있다. 자기비하문항 2.5.6.9번을 살펴보면 문항별로 하 그룹, 중 그룹의 경우는 대부분 3~4점대로 비슷하게 나타났다으나, 상 그룹의 경우에 2점대로 다른 경우들보다 상대적으로 낮게 나타나 자기비하문항 전체에서 매우 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 9번 문항, 나는 모든 면에서 실패자라는 느낌이 든다 의 전체 평균점수는 3.91점으로 자기비하문항들 중 상대적으로 가장 높게 나타났고, 하 그룹의 경우에 4.02점, 중 그룹이 4.15점으로 상대적으로 높게 나타난 반면, 상 그룹의 경우에 3.14점으로 앞선 두 경우에 비해 1점 이상 낮아 매우 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 나는 가끔 올바르게 못한 사람이라는 생각이 든다에서 전체 평균점수는 2.97

점으로 자기비하문항들 중 상대적으로 가장 낮았다. 상 그룹의 경우에 2.49 점, 중 그룹의 경우에 3.01점, 하 그룹의 경우에 3.21점으로 여드름 관리를 하지 않을수록 평균점수가 높은 것으로 나타나 매우 유의한 차이를 보였다 ($p < .001$). 이 같은 결과는 여드름 관리를 많이 하는 사람들일수록 자기비하적인 경향이 있음을 보여준다.

<표 16> 여드름 관리태도에 따른 자아존중감

구분	하 (N=56)	중 (N=92)	상 (N=37)	합계	F(p)
	M±SD	M±SD	M±SD		
1. 나는 나 자신에 대해 대체로 만족한다	3.64± .773	3.46± .834	2.19± 1.023	3.26± 1.012	36.928 ***(.000)
2. 나는 가끔 올바르지 못한 사람이라는 생각이 든다.	3.21± .889	3.01± .949	2.49± .870	2.97± .946	7.246 ***(.001)
3. 나는 많은 장점을 가지고 있는 사람이다.	3.59± .757	3.65± .721	2.57± .899	3.41± .877	28.003 ***(.000)
4. 나는 대부분의 다른 사람들처럼 어떤 일을 처리할 수 있는 능력이 있다.	3.64± .796	3.73± .761	3.05± .815	3.57± .821	10.069 ***(.000)
5. 나는 자랑할 만한 것이 별로 없다.	3.53± .790	3.53± .962	2.24± .863	3.27± 1.029	30.615 ***(.000)
6. 나는 때때로 내 자신이 정말 쓸모없는 사람이라는 생각이 든다.	3.82± .789	3.73± 1.036	2.57± 1.068	3.52± 1.083	22.511 ***(.000)
7. 나는 적어도 동일한 조건하에서는, 다른 사람들만큼 가치 있는 사람이다.	3.80± .724	3.85± .729	2.86± .751	3.64± .825	25.742 ***(.000)
8. 나는 나 자신을 위해 더 많은 좋은점들을 갖기를 희망한다.	3.89± .779	4.21± .662	4.57± .801	4.19± .762	9.673 ***(.000)
9. 나는 모든 면에서 생각할 때, 실패자라는 느낌이 든다.	4.02± .726	4.15± .842	3.14± .976	3.91± .922	20.126 ***(.000)
10. 나는 내 자신에 대해 긍정적인 마음가짐을 가지고있다.	3.66± .859	3.84± .834	2.81± 1.076	3.58± .972	17.617 ***(.000)
자아존중감	3.68± .521	3.72± .548	2.85± .548	3.53± .637	37.043 ***(.000)

***p<.001

6. 여드름 상태에 따른 정신건강

<6-1> 여드름 상태에 따른 피부만족도

<표 17>는 여드름 상태에 따른 피부만족도를 나타낸 것으로 조사 대상자들의 피부만족도 점수는 2.13점으로 나타났다. 여드름 증상별로 살펴볼 때 심한 경우에 2.86점, 보통인 경우에 2.19점, 경미한 경우 1.79점으로 나타나 여드름 상태가 심할수록 점수가 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 이 같은 결과는 조사 대상자들의 여드름 증상과 조사 대상자 스스로 인식하는 피부 건강 사이에 연관성이 있으며, 여드름 증상이 심할수록 피부 건강 정도가 나쁜 것으로 인식한다는 것을 나타낸다. 증상별로 피부가 화끈거리거나 따갑다는 항목의 전체점수는 2.03점으로 나타났다. 여드름 상태가 심한 경우에 2.57점, 보통인 경우에 2.15점, 경미한 경우에 1.71점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 이 같은 결과는 여드름 상태가 심할수록 피부가 화끈거리거나 따가운 증상을 보인다는 것을 알 수 있다. 피부가 가렵다 항목의 전체점수는 2.14점으로, 심한 경우에 2.89점으로 상대적으로 높게 나타났다. 보통과 경미한 경우는 각각 2.28점, 1.73점으로 상대적으로 낮았다($p<.001$). 이 같은 결과는 여드름 상태가 심할수록 피부가 가려운 증상이 있다는 것을 나타낸다. 물에 닿는 것이 꺼려진다는 항목의 점수는 1.63점으로 나타났다. 여드름 상태가 경미한 경우와 보통인 경우 평균과 큰 차이가 없었으나 심한 경우 2.25점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 이는 여드름 상태가 심할수록 물에 닿는 것을 꺼린다는 것을 나타낸다. 나의 피부는 자극에 민감하다 항목의 점수는 2.92점이며, 심한 경우에 3.46점, 보통과 경미는 평균

과 큰 차이가 없었다. 심한 경우가 상대적으로 높은 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이는 여드름상태가 심해지면 자극에 민감해진다는 것을 알 수 있다. 피부에서 피가 난다는 항목 점수는 1.71점으로 낮았다. 여드름상태가 심한 경우에 2.39점으로 다른 경우들보다 상대적으로 높게 나타났다($p < .001$). 이는 여드름 상태가 심할 때 피부에서 피가 나는 증상이 있을 수 있다는 것을 나타낸다. 기능별로 살펴보면 피부상태로 인해 잠을 푹 잘 수가 없다는 전체 점수는 1.78점이었다. 이는 조사 대상자들이 잠을 푹 잘 수 없을 정도로 나쁜 피부상태를 가지지 않은 편에 속한다는 것을 알 수 있다. 보통과 경미는 이와 큰 차이가 없었고, 심한 경우에 2.21점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 피부상태가 사회생활에 나쁜 영향을 미친다는 전체 점수는 2.09점, 여드름 상태가 심한 경우에 3.00점, 보통 2.09점, 경미 1.75점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이 같은 결과는 여드름 상태가 심할수록 피부상태가 사회생활에 나쁜 영향을 미친다고 인식하는 것을 나타낸다. 피부상태 때문에 집에 있으려고 하는 편이다에 대한 전체점수는 1.90점, 여드름 상태 심한 경우 2.64점, 보통 1.90점, 경미 1.62점으로 나타나 점수가 높을수록 여드름 상태가 나쁜 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 나의 피부상태는 내가 좋아하는 사람들과 친밀하게 지내는데 영향을 미친다는 항목에 대한 전체점수는 2.01점으로 상대적으로 낮게 나타났다. 여드름 상태가 심한 경우에 2.71점, 보통인 경우에 2.09점, 경미한 경우에 1.68점으로 여드름 상태가 심해질수록 좋아하는 사람들과 관계에 영향을 미친다고 인식하는 것으로 드러났다($p < .001$). 피부상태 때문에 일을 혼자서 하는 경향이 있다는 문항에 대한 전체점수는 1.71점이었다. 여드름상태가 심한 경우는 보통과 경미함보다 높은 2.39점으로, 여드름 상태가 심할수록 일을 혼자서 하는 경향이 있는 것으로 나타났다($p < .001$).

피부상태 때문에 다른 사람에게 호감을 표시하기가 어렵다는 문항의 전체 점수는 2.00점, 여드름 상태가 심한 경우 3.07점, 보통인 경우 2.08점, 경미한 경우 1.53점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이는 조사 대상자들이 여드름 상태가 나쁘면 다른 사람에게 호감을 표시하기가 어렵다고 인식하는 것을 나타낸다.

피부상태가 내가 사랑하는 사람들에게 걱정을 끼친다는 문항에 대한 전체 점수는 1.90점, 상태가 심한 경우에 2.61점으로 상태가 심해질수록 점수가 높아져 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이 같은 결과는 여드름 상태가 심각할수록 자신의 피부상태가 다른 이들에게 걱정을 끼친다고 인식하는 경향이 있음을 나타낸다.

피부상태 때문에 다른 사람과 함께 있고 싶지 않다는 문항의 전체점수는 1.72점이었으며, 여드름 상태가 심한 경우 2.39점, 보통인 경우 1.81점, 경미한 경우 1.39점으로 항목별 차이를 보였다($p < .001$). 이는 여드름 상태가 심할수록 자신의 피부상태 때문에 다른 사람과 함께 있고 싶지 않다는 생각을 한다는 것을 보여준다. 나의 피부상태가 이성교제에 방해된다는 문항의 전체점수는 2.01점이었다. 여드름 상태가 심한 경우 2.96점으로 상대적으로 가장 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이는 여드름 상태가 심할수록 피부상태가 이성교제에 방해된다고 인식하는 것을 나타낸다. 피부상태 때문에 피곤하다는 문항의 전체점수는 2.37점, 여드름 상태가 심한 경우 3.00점으로 여드름 상태가 심할수록 피부 상태 때문에 피곤하다고 인식하고 있음을 알 수 있다($p < .01$). 기능별 항목에서 이 같은 결과는 여드름 상태가 심할수록 일상과 사회 생활에서 좋지 않은 영향을 미친다고 인식하는 것을 나타낸다. 감정별 항목을 살펴보면 피부상태가 심각한 것이 아닐지 걱정한다는 항목에 대한 전체점수는 2.41점이었다. 여드름 상태가 경미함 2.04점, 보통 2.51점, 심함

3.14점으로 심할수록 항목점수가 높게 나타났다($p < .001$). 이는 여드름 상태가 심할수록 피부상태가 심각한 것이 아닐지 걱정한다는 것을 나타낸다. 피부상태 때문에 흉이 남지 않을까 걱정한다는 문항은 2.66점이었다. 여드름이 심한 경우는 3.43점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 나머지는 평균과 비슷했다. 이 같은 결과는 여드름이 심한 경우에 피부에 흉이 남지 않을까 걱정한다는 것을 나타낸다. 피부상태 때문에 부끄럽다는 문항은 2.18점이었다. 여드름이 심할 경우에 3.04점, 보통인 경우에 2.35점, 경미한 경우에 1.70점으로 심할수록 점수가 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 피부상태가 점점 더 나빠질까봐 걱정된다는 문항에 대한 전체점수는 2.74점, 여드름이 심할 경우 3.32점, 보통 2.73점, 경미 2.55점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 피부상태 때문에 화가 나고 좌절감이 난다는 문항들 또한 각각 전체점수 2.24점, 2.15점으로 나타났으며 심한 경우가 상대적으로 가장 높았고 경미할수록 낮아져 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 피부상태 때문에 수치심을 느낀다는 문항은 1.97점이었다. 심한 경우는 2.86점, 보통인 경우는 2.08점, 경미한 경우는 1.55점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 피부상태가 본인을 우울하게 한다는 항목에 대한 점수는 2.32점으로 상대적으로 높지 않게 나타났다. 여드름이 심한 경우 2.96점, 보통인 경우 2.39점, 경미한 경우 2.00점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .01$). 피부상태 때문에 짜증이 난다는 항목에 대한 점수는 2.46점이었다. 여드름이 심한 경우는 3.21점으로 상대적으로 높게 나타났으며 보통인 경우 2.51점, 경미한 경우 2.14점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .01$).

피부상태가 점점 더 나빠질까봐 걱정된다는 항목에 대한 점수는 2.74점이었다. 여드름 상태가 경미한 경우 2.55점, 보통인 경우 2.73점, 심한 경우 3.32점으로 나타나 유의한 차이를 보였다($p < .05$). 이 같은 결과로 볼 때, 여

드름은 직접 눈에 보이고, 이마와 코, 볼과 턱 등 얼굴에 집중되는 특성이 있어 그 정도가 심하지 않더라도 일단 발병했을 경우 조사 대상자 스스로 피부 상태가 나쁜 것으로 인식한다는 것을 알 수 있다. 여드름이 발병하면 본인의 피부상태 악화로 인식할 뿐만 아니라 사회생활 및 개인의 감정상태에도 좋지 않은 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

<표 17> 여드름 상태에 따른 피부만족도

항목	경미함	보통	심함	합계	F(p)	
	(N=77)	(N=79)	(N=29)	(N=185)		
	M ±SD	M±SD	M±SD			
증상	1. 피부가 화끈거리거나 따갑다.	1.71±.776	2.15±.988	2.57±1.069	2.03±.963	10.105 ***(.000)
	2. 피부가 가렵다.	1.73±.853	2.28±1.037	2.89±1.133	2.14±1.057	15.880 ***(.000)
	3. 물에 닿는 것이 꺼려진다. (목욕,세수)	1.36±.605	1.67±.843	2.25±.967	1.63±.826	13.643 ***(.000)
	4. 나의 피부는 자극에 민감하다.	2.88±1.495	2.77±1.395	3.46±1.347	2.92±1.443	2.471 ***(.087)
	5. 피부에서 피가 난다.	1.34±.503	1.84±.854	2.39±1.031	1.71±.842	21.574 ***(.000)
기능	6. 나의 피부상태로 인해 잠을 푹 잘수 없다.	1.56±.925	1.85±.935	2.21±1.067	1.78±.973	5.205 **(.006)
	7. 나의 피부상태는 나의 사회 생활에 나쁜 영향을 미친다.	1.75±1.066	2.09±1.100	3.00±1.247	2.09±1.180	12.971 ***(.000)
	8. 나는 피부상태 때문에 집에 있으려고 하는 편이다.	1.62±.987	1.90±1.139	2.64±1.129	1.90±1.124	9.211 ***(.000)
	9. 나의 피부상태는 내가 좋아 하는 사람들과 친밀하게 지내 는 데에 영향을 미친다.	1.68±1.032	2.09±1.157	2.71±1.117	2.01±1.150	9.506 ***(.000)
	10. 나는 피부상태 때문에 일 을 혼자서 하려는 경향이 있다.	1.38±.650	1.78±.929	2.39±1.166	1.71±.930	14.665 ***(.000)
	11. 나의 피부상태 때문에 다 른 사람에게 호감을 표시하기 어렵다.	1.53±.912	2.08±1.152	3.07±1.464	2.00±1.224	19.920 ***(.000)
	12. 나의 피부상태는 내가 사 랑하는 사람들에게도 걱정을 끼친다.	1.51±.902	2.01±1.182	2.61±1.449	1.90±1.179	10.473 ***(.000)
	13. 피부상태 때문에 다른 사 람과 함께 있고 싶지 않다.	1.39±.672	1.81±1.075	2.39±1.257	1.72±1.016	11.761 ***(.000)
	14. 나의 피부상태는 나의 이 성교제에 방해가 된다.	1.47±.852	2.20±1.285	2.96±1.374	2.01±1.250	19.682 ***(.000)
	15. 피부상태 때문에 피곤하다.	2.05±1.307	2.46±1.385	3.00±1.388	2.37±1.385	5.321 **(.006)

	16. 나는 나의 피부상태가 혹시 심각한 것이 아닐지 걱정한다.	2.04± 1.240	2.51± 1.348	3.14± 1.380	2.41± 1.356	7.697 ***(.001)
	17. 나의 피부상태는 나를 우울하게 한다.	2.00± 1.288	2.39± 1.372	2.96± 1.290	2.32± 1.358	5.672 **(.004)
	18. 나의 피부상태 때문에 흉이 남지 않을까 걱정한다.	2.32± 1.309	2.72± 1.290	3.43± 1.168	2.66± 1.328	7.880 ***(.001)
	19. 나는 나의 피부상태 때문에 부끄럽다.	1.70± 1.059	2.35± 1.308	3.04± 1.201	2.18± 1.277	14.184 ***(.000)
감정	20. 나는 피부상태가 점점 더 나빠질까봐 걱정이 된다.	2.55± 1.429	2.73± 1.439	3.32± 1.389	2.74± 1.443	3.041 *(.050)
	21. 나는 피부상태 때문에 화가 난다.	1.95± 1.276	2.20± 1.399	3.14± 1.268	2.24± 1.382	8.343 ***(.000)
	22. 나는 피부상태로 좌절감을 느낀다.	1.86± 1.222	2.15± 1.321	2.93± 1.274	2.15± 1.316	7.270 ***(.001)
	23. 나는 피부상태 때문에 수치심을 느낀다.	1.55± .882	2.08± 1.238	2.86± 1.407	1.97± 1.212	14.351 ***(.000)
	24. 나의 피부상태 때문에 짜증이 난다.	2.14± 1.383	2.51± 1.404	3.21± 1.287	2.46± 1.418	6.275 **(.002)
	피부만족도	1.79± .801	2.19± .952	2.86± 1.039	2.13± .970	14.509 ***(.000)

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

<6-2> 여드름 상태에 따른 우울증

여드름 상태에 따른 우울증 정도를 살펴본 결과는 <표 18>와 같다. 조사 대상자들의 우울증 관련 척도는 2.27점으로 낮은 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 조사 대상자 집단에서 우울증 관련 소견이 보이지 않는다는 것을 알 수 있다. 여드름 상태별로 살펴보면 여드름 상태가 심할 때 2.44점, 보통일 때 2.25점, 경미할 때 2.22점이었다. 이 같은 결과는 여드름 상태가 심한 경우에 우울증 척도 점수가 약간 높은 것을 나타냈으나 유의한 차이를 보이지 않았다.

신체화 척도 점수는 전체 2.70점으로 나타났다. 여드름 상태별로 살펴보면 여드름 상태가 경미함 2.87점, 심함 2.72점, 보통 2.53점으로 나타났다.

강박증 척도 점수는 전체 2.41점이었다. 여드름 상태별로 경미함 2.37점, 보통 2.41점, 심함 2.56점으로 여드름 상태가 심할수록 강박증 척도 점수가 약간씩 높아지는 것을 알 수 있으나 크게 유의한 차이를 보이지 않았다. 우울 척도 점수는 2.35점이었다. 여드름이 심한 경우에 2.56점, 보통과 경미한 경우 각각 2.30점, 2.32점으로 비슷했다. 불안 척도는 2.72점으로, 보통인 경우에 2.63점이었다. 경미한 경우와 심한 경우도 이와 큰 차이를 보이지 않았다. 적대감 척도는 전체 2.31점, 심한 경우에 2.69점, 보통인 경우와 경미한 경우에 각각 2.28점, 2.20점으로 나타나 여드름이 심한 경우에 적대감 척도가 약간 높은 것으로 나타났다. 공포감 척도는 전체 2.00점으로 낮았다. 경미한 경우가 1.84점으로 평균과 비슷했고 다른 경우도 이와 큰 차이가 없었다. 편집증 척도 또한 1.91점으로 낮았는데, 여드름 상태가 경미한 경우와 보통인 경우 각각 1.84점, 1.89점으로 나타났고 심한 경우 2.12점으로 평균보다 높은 것으로 나타났지만 유의한 차이를 보이지 않았다. 정신증 척도의 경우에

2.07점이었다. 여드름 상태가 심한 경우에 2.39점으로 상대적으로 높았고 보통 2.05점, 경미함 1.97점으로 상태가 나빠질수록 척도가 약간씩 높아지는 것을 알 수 있었으나 유의한 차이를 보이지 않았다. 부가적 문항의 전체평균은 2.30점, 보통인 경우 2.31점으로 평균과 비슷했고 심한 경우와 보통도 이와 큰 차이를 보이지 않았다.

<표 18> 여드름 상태에 따른 우울증

구분	경미함	보통	심함	합계 (N=185)	F(p)
	(N=77)	(N=79)	(N=29)		
	M±SD	M±SD	M±SD		
신체화 척도	2.87±	2.53±	2.72±	2.70±	1.804
	1.140	1.084	1.131	1.120	(.168)
강박증 척도	2.37±	2.41±	2.56±	2.41±	.421
	.926	.968	1.047	.961	(.657)
대인 민감성	2.10±	2.20±	2.41±	2.19±	1.289
	.931	.847	.949	.900	(.278)
우울 척도	2.32±	2.30±	2.56±	2.35±	.730
	1.025	.978	1.037	1.006	(.483)
불안 척도	2.79±	2.63±	2.79±	2.72±	.413
	1.291	1.052	1.207	1.177	(.662)
적대감 척도	2.20±	2.28±	2.69±	2.31±	2.309
	1.089	1.006	1.113	1.065	(.102)
공포감 척도	1.84±	2.09±	2.18±	2.00±	1.984
	.938	.970	.993	.966	(.140)
편집증 척도	1.84±	1.89±	2.12±	1.91±	1.299
	.845	.737	.913	.813	(.275)
정신증 척도	1.97±	2.05±	2.39±	2.07±	2.017
	.961	.920	1.056	.964	(.136)
부가적 문항	2.28±	2.31±	2.33±	2.30±	.034
	1.030	.998	1.031	1.011	(.967)
우울증	2.22±	2.25±	2.44±	2.27±	.754
	.850	.808	.882	.836	(.472)

<6-3> 여드름 상태에 따른 자아존중감

<표 19>은 여드름 상태에 따른 자아존중감의 차이 분석 결과로 조사 대상자들의 전체 자아존중감 평균점수는 3.53점이었다. 조사 대상자들의 자아존중감이 비교적 높은 경향이 있음을 알 수 있었다. 여드름 상태별로는 경미한 것으로 분류된 경우에 평균점수 3.62점, 심한 경우에 3.52점, 보통인 경우에 3.45점 순으로 나타났다. 나는 가끔 올바르게 못한 사람이라는 생각이 든다는 문항의 전체 평균은 2.97점이었다. 여드름 상태가 보통인 경우에 3.08점, 여드름 상태가 심한 경우에 2.97점, 여드름 상태가 경미한 경우 2.86점으로 세 경우 모두 비슷하게 나타났다. 나는 모든 면에서 생각할 때, 실패자라는 느낌이 든다는 문항의 전체 평균점수는 3.91점, 상태가 경미한 경우에 4.09점, 상태가 보통인 경우에 3.76점, 상태가 심한 경우에 3.83점인 것으로 평균과 비슷하게 나타나 유의한 차이를 보이지 않았다.

나는 나 자신에 대해 대체로 만족한다는 문항의 전체 평균은 3.26점, 여드름 상태가 경미한 경우 3.42점, 보통인 경우 3.22점, 심한 경우 2.97점의 순으로 나타났다. 여드름 상태가 심할수록 자신에 대해 만족하지 않는 것으로 나타났다으나 유의하지 않았다. 나는 적어도 동일한 조건하에서는, 다른 사람들만큼 가치 있는 사람이다 문항의 전체 평균은 3.64점, 상태가 경미한 경우에 3.70점, 상태가 심한 경우에 3.66점, 상태가 보통인 경우에 3.56점으로 나타났으나 유의한 차이를 보이지 않았다. 나는 나 자신을 위해 더 많은 좋은점들을 갖기를 희망한다는 문항의 전체 평균 점수는 4.19점으로 경미함, 보통, 심함의 경우에도 모두 4점 초반대로 나타나 평균과 비슷했다. 나 자신에 대해 긍정적인 마음가짐을 가지고 있다는 문항의 전체 평균점수는 3.58점이었다. 경미한 경우에 3.77점으로 다른 경우보다 상대적으로 높게 나타났으나 유의한 차이를

보이지 않았다. 전체적으로 여드름 상태와 자아존중감 사이에는 유의한 차이를 보이지 않았다.

<표 19> 여드름 상태에 따른 자아존중감

구분	경미함 (N=77)	보통 (N=79)	심함 (N=29)	합계 (N=185)	F(p)
	M±SD	M±SD	M±SD		
1. 나는 나 자신에 대해 대체로 만족한다	3.42± .894	3.22± 1.015	2.97± 1.239	3.26± 1.012	2.234 (.110)
2. 나는 가끔 올바르게 못한 사람이라는 생각이 든다.	2.86± .942	3.08± .879	2.97± 1.117	2.97± .946	1.046 (.353)
3. 나는 많은 장점을 가지고 있는 사람이다.	3.47± .804	3.36± .897	3.41± 1.018	3.41± .877	.295 (.745)
4. 나는 대부분의 다른 사람들처럼 어떤 일을 처리할 수 있는 능력이 있다.	3.64± .759	3.41± .859	3.79± .819	3.57± .821	2.855 (.060)
5. 나는 자랑할 만한 것이 별로 없다.	3.36± 1.012	3.18± .976	3.24± 1.215	3.27± 1.029	.591 (.555)
6. 나는 때때로 내 자신이 정말 쓸모없는 사람이라는 생각이 든다.	3.61± 1.108	3.42± 1.087	3.59± 1.018	3.52± 1.083	.597 (.551)
7. 나는 적어도 동일한 조건하에서는, 다른 사람들만큼 가치 있는 사람이다.	3.70± .812	3.56± .847	3.66± .814	3.64± .825	.542 (.582)
8. 나는 나 자신을 위해 더 많은 좋은점들을 갖기를 희망한다.	4.26± .755	4.09± .776	4.24± .739	4.19± .762	1.090 (.339)
9. 나는 모든 면에서 생각할 때, 실패자라는 느낌이 든다.	4.09± .948	3.76± .856	3.83± .966	3.91± .922	2.733 (.068)
10. 나는 내 자신에 대해 긍정적인 마음가짐을 가지고 있다.	3.77± .902	3.40± .972	3.55± 1.088	3.58± .972	2.856 (.060)
자아존중감	3.62± .630	3.45± .593	3.52± .755	3.53± .637	1.359 (.260)

7. 여드름 자가 경증도에 따른 정신건강

<7-1> 여드름 상태에 따른 자가 주관적 심각성 정도

여드름 상태에 따른 자가 주관적 심각성 정도는 <표 20>과 같으며 전체 평균 2.86점으로 나타났다. 여드름 상태별로 살펴보면 심한 경우에 4.03점으로 상대적으로 가장 높게 나타났으며 보통인 경우에 3.04점, 경미한 경우에 2.25점으로 나타났다. 여드름 상태가 심각할수록 자가 주관적 심각성 정도가 높은 것으로 나타나 매우 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이 같은 결과는 여드름 상태가 심할수록 자가 주관적 심각성 정도가 높은 것을 나타낸다.

<표 20> 여드름 상태에 따른 자가 주관적 심각성 정도

구분	경미함	보통	심함	합계	F(p)
	(N=77)	(N=79)	(N=29)	(N=185)	
	M(SD)	M(SD)	M(SD)		
자가주관적 심각성정도	2.25± 1.172	3.04± 1.285	4.03± .731	2.86± 1.318	26.203 ***(.000)

*** $p < .001$

<7-2> 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도에 따른 정신건강

<표 21>은 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도에 따른 총체적 정신건강 정도를 나타낸 것이다. 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도에 따른 정신

건강을 살펴보면 피부만족(불만족)의 경우에 매우 심각하다는 응답 3.78점으로 여드름 자가 주관적 심각성 정도가 심할수록 피부만족도가 낮게 나타났다($p<.001$). 우울증의 경우에는 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도가 높은 경우에 3.23점으로 높은 우울증을 보인다는 것을 알 수 있다($p<.001$). 자아존중감의 경우에는 전혀 심각하지 않다고 응답한 경우에 3.72점으로 가장 높게 나타났다($p<.01$). 이러한 결과는 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도가 피부만족도, 우울증, 자아존중감에 좋지 않은 영향을 미친다는 것을 나타낸다.

<표 21> 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도에 따른 정신건강

구분	전혀 심각하지 않다 (N=34)	심각하지 않다 (N=46)	보통이다 (N=42)	심각하다 (N=37)	매우 심각하다 (N=26)	합계	F(p)
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD		
피부만족도	1.29± .332	1.66± .530	1.98± .544	2.49± .798	3.78± .673	2.13± .970	79.639 ***(.000)
우울증	1.95± .675	1.99± .559	2.19± .735	2.30± .948	3.23± .747	2.27± .836	14.375 ***(.000)
자아존중감	3.72± .551	3.59± .433	3.54± .616	3.58± .785	3.11± .704	3.53± .637	3.987 **(.004)

*** $p<.001$

IV. 고찰 및 결론

1. 연구결과 요약 및 고찰

본 연구는 여드름 관리태도가 피부만족도, 우울증, 자아존중감에 미치는 영향을 분석하였다. 연구의 대상자는 수도권 지역의 피부과 또는 성형외과 의원, 에스테틱 등지에서 여드름 관리를 받고 있는 사람이거나 수도권 지역의 4년제 대학교 재학생중 여드름을 가진 20세 이상 성인남녀 185명을 표본으로 하여 자기 기입식 설문지를 사용하여 정보를 수집하였다. 본 연구는 보다 만족도 높고 질 높은 여드름관리 방향을 제시하기 위함에 목적을 두었다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

조사에 참여한 총 조사자 수는 총 185명으로, 연령별로 살펴보면 20~25세가 43.2%로 가장 높게 나타났고, 26~30세가 40.0%, 31~35세가 13.0%, 36세 이상이 3.8%순으로 나타나 20대가 65%로 가장 많았다는 안봉균(2004)의 연구결과와 비슷한 결과를 보였다. 성별로는 남자가 54.6% ,여자는 45.4%였다. 이는 남성이 여성보다 성인여드름이 더 많은 것으로 나타나 Goulden(1999), 조현정(2008)의 성인을 대상으로 한 연구에서 여성이 남성보다 성인 여드름이 더 많은 것으로 나타난 결과와 다르게 나타났으며 신은정(2012)의 연구에서 남성보다 여성에게서 성인기 여드름이 더 많이 발생했다는 결과와 비슷하였다.

여드름 발생빈도를 살펴보면 가끔 난다는 응답이 51.4%로 가장 높게 나타났고, 항상 있다 25%, 어느기간 주기적으로 난다 22.7% 순으로 나타나 백혜연(2009)의 연구결과에서 여드름이 불규칙적으로 있는 응답자가 가장 많았으며 항상 있다, 어느 기간 반복적으로 있다 순으로 나타났다는 결과와 비슷하게 나타났다. 이는 성인여드름은 항상 존재하는 사춘기 여드름에 비해 불규칙적으로 발생하기 때문으로 간주된다. 여드름 발생부위는 볼에 난다는 응답이 32.5%로 상대적으로 높게 나타났고 이마 23.7%, 턱 14.8%, 코 11.7%, 입 주변 8.2%, 등이나 가슴 7.3%, 목 1.3%, 기타 0.6% 순으로 백혜연(2009)의 연구결과에서 여드름 발생부위가 안면부위 65.1% 다음으로 등 부분 19.3% 가슴부분 8.7% 목 부분 5.5% 순으로 나타나 유사한 결과를 보였으며 박정신(2003)의 연구에서는 이마, 코 등의 특정부위가 75.7%로 제일 높게 나타나고 볼 부위는 17.4%로 나타나 다른 결과를 보였다. 여드름 지속기간의 경우 5년 이상 여드름이 지속된다는 응답이 상대적으로 높게 나타났으며 1년 미만 22.7%, 1~3년 21.1%, 3~5년 18.4%순으로 나타났다. 박보경(2008)의 연구 결과에서 5년 이상 34.1%, 1년 미만 25.1%, 1~3년 22.7%, 3~5년 18.0% 순으로 나타난 것과 비슷하게 나타났다. 여드름 상태의 경우에 점수에 따라 3군으로 나눈 결과 경미함 41.6% 보통 42.7%, 심함 15.7%으로 나타나 조사대상자의 여드름 상태는 대체로 보통이나 경미한 수준임을 알 수 있다. 여드름 흉터 상태의 경우 보통이다가 28.6%로 높게 나타났고 거의 없다 23.8%, 적다 23.2%, 심하다 18.4%, 매우 심하다 5.9%순으로 조사대상자의 76.2%가 여드름 흉터를 가지고 있는 것으로 나타나 백혜연(2009)의 연구에서 여드름 흉터가 있는 응답자가 65.%로 그렇지 않은 응답자 35.0%보다 많은 것으로 나타난 연구결과와 유사하다. 조사 대상자들이 본인의 여드름 상태를 인식하는 정도는 심각하지 않다가 24.9%로 가장 높고 보통이다 22.7%, 심각하다 20.0%,

전혀 심각하지 않다 18.4%, 매우 심각하다 14.1%의 순으로 백혜연(2009)의 연구에서 여드름에 대한 자가 경중도의 결과가 5점 만점 중 전체 평균 2.95로 여드름 자가 경중도가 그다지 심각하지 않은 것으로 나타난 것과 유사하며 김영미(2008)의 연구에서 여드름 주관적 중증도 평가에서 여드름이 가장 심각한 상태인 5등급이 27.6%로 가장 높게 나온 것과 다른 결과를 보였다.

본 연구에서는 여드름 상태 보다 여드름 관리태도에 중점을 두고 진행하였는데, 조사 대상자들의 평상시 여드름 관리태도에 대한 전체 평균점수는 2.66점으로 나타났으며 가장 높은 점수를 얻은 문항은 여드름 개선을 위해서 세안 등 피부위생을 철저히 한다 로 나타났으며 두 번째로 높은 점수를 얻은 문항은 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는 등 헤어 위생에 철저하다 로 나타나 이승헌(1996)의 연구에서 여드름 환자는 세안을 자주 하는 특징이 있다는 결과와 유사하였으며 신은정(2012)의 연구에서도 여드름군이 정상군보다 세안시에 더 꼼꼼하게 세안을 하고 있다는 결과가 나타나 많은 여드름 환자들이 피부 위생에 많은 신경을 쓰면 여드름이 좋아질 것으로 믿는 것으로 사료된다.

측정된 점수를 3군으로 나눈 결과, 여드름 관리를 어느정도 한다 라고 분류된 중 그룹이 49.7%로 상대적으로 가장 높게 나타났으며 여드름 관리를 거의 안한다 라고 분류된 하 그룹이 30.3%로 두 번째로 높게 나타났으며 여드름 관리를 매우 한다 라고 분류된 상 그룹은 20.0%로 상대적으로 가장 낮게 나타났다. 성별에 따른 여드름 관리태도는 남자가 평균 2.24점, 여자 3.16점으로 전체적으로 여자가 남자보다 관리태도가 높게 나타나 매우 유의한 차이를 보였다. 신은정(2012)의 연구에서 여드름 군에서 남성보다는 여성에게서 피부 관리를 하는 비율이 높게 나온 결과와 유사하다. 이와 같은 결과는 여자가 남자보다 외모에 신경을 많이 쓰므로 평상시에 여드름에 신경을 많이 쓰고

다양한 여드름 개선 방법을 사용한다는 것을 보여준다.

여드름이 나는 빈도에 따른 여드름 관리태도는 여드름이 항상 있는 경우가 3.12점으로 상대적으로 점수가 가장 높게 나타났다. 어느기간 주기적으로 나는 경우, 가끔 나는 경우 순으로 나타나 매우 유의한 차이를 보였다. 이는 여드름이 빈번하게 발생할수록 여드름 개선 및 예방을 위해 노력하는 경향이 있음을 알수있다. 여드름 병력기간에 따른 여드름 관리태도는 5년 이상이 2.88점으로 점수가 가장 높게 나타났고 1~3년, 3~5년, 1년미만 순서로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다. 이는 여드름 병력기간이 길수록 세안 및 헤어위생에 신경을 더욱 쓰고 피부과 또는 피부관리실에서 전문적 관리를 받는 경향이 있음을 보여준다. 여드름 상태에 따른 여드름 관리태도 점수는 보통인 경우와 경미한 경우는 평균과 비슷했으나, 여드름이 심한 경우 3.09점으로 상대적으로 높게 나타나 유의한 차이를 보였다. 이는 여드름이 심한 사람일수록 전문적인 관리를 받은 경험이 있으며, 여드름 개선을 위해 다양한 치료방법을 사용한다는 것을 알 수 있다. 여드름 흉터 정도에 따른 여드름 관리태도 점수는 매우 심하다, 심하다, 보통, 적다, 거의없다 순으로 나타나 유의한 차이를 보였다. 이는 여드름 흉터가 심할수록 피부 및 헤어 위생에 신경쓰며 화장을 거의하지 않거나 여드름 전용제품을 사용하는 등 여드름 예방에 노력을 기울이며 여드름흉터 개선을 위하여 레이저 시술을 받는 등 전문적인 관리를 받는 경향이 높은 것으로 사료된다. 여드름상태 자기 주관적 심각성 정도에 따른 여드름 관리태도는 살펴보면 매우 심각하다, 심각하다, 보통이다, 심각하지 않다, 전혀 심각하지 않다 순으로 점수가 높게 나타나 유의한 차이를 보였다. 이는 본인의 여드름 상태를 심각하게 여기는 사람일수록 평상시에 여드름 관리에 신경을 더욱 많이 쓰는 것을 나타낸다.

본 연구자는 여드름의 심각성정도 보다는 평상시에 여드름에 신경을 많이

쓰고 관리를 많이 하는 사람일수록 정신건강에 부정적인 영향을 끼칠 것이라 가정하였다. 여드름과 우울, 정신건강에 관한 많은 선행 논문이 있지만 여드름 관리태도와 정신건강의 관계에 관한 논문은 없었다. 그래서 본 연구에서는 여드름 상태에 따른 정신건강의 관계와 여드름 관리태도에 따른 정신건강의 관계를 비교해 보고자 하였다. 피부만족도를 분석한 결과 전체 평균은 5점 만점에 2.13 이었으며 증상부분의 만족도의 평균점수는 2.09, 기능부분은 1.95, 감정부분은 2.35로 감정부분에서 피부 만족도가 가장 낮음을 알 수 있다. 이는 백혜연(2009)의 연구 결과에서 피부만족도 평균점수 증상부분 2.20, 기능부분 1.93 감정부분 2.21로 감정 손상 정도가 가장 높게 나타난 것과 일치하는 결과이다. 안봉균(2004)의 연구결과에서도 피부만족도 평균이 감정, 증상, 기능 순으로 나타나 감정 손상 정도가 가장 높게 나타났다. 이는 피부에 대한 전반적인 만족도는 감정적인 부분이 가장 크게 좌우하는 것으로 알 수 있다.

여드름 관리태도에 따른 피부만족도를 분석한 결과 하 그룹의 경우에 피부만족도는 1.49점, 중 그룹 2.00점, 상 그룹 3.37점으로 나타나 유의한 차이를 보였다. 이는 백혜연(2009)의 연구에서 피부만족도는 여드름 관리 유무에 따라 유의미한 차이를 보였는데 여드름을 관리하는 경우가 여드름을 관리하지 않는 경우보다 전체적인 피부만족도가 낮은 결과를 보인 것과 유사한 결과이다. 이는 여드름을 신경 쓰고 관리하는 사람일수록 피부가 민감하며, 피부상태 때문에 피곤하다고 인식하며, 흉이 남거나 더 나빠질까봐 걱정이 되거나 피부상태 때문에 짜증이 나는 등의 증상, 기능, 감정 전반적인 피부만족도가 낮은 것으로 분석 되었다.

여드름 관리태도에 따른 우울증 척도를 분석한 결과 하 그룹의 우울증 척도는 1.80점, 중 그룹의 우울증 척도는 2.11점, 상 그룹의 우울증 척도는 3.36 점인 것으로 나타나 유의한 차이를 보였다. 10개의 우울증 척도별 문항들 중

우울척도와 불안척도가 가장 높게 나왔고 편집증 척도를 제외한 9개 문항에서 상 그룹이 3점 이상으로 높게 나타났다. 이 같은 결과는 여드름관리에 신경을 많이 쓰는 사람일수록 우울증 척도가 높아 정신건강이 좋지 않음으로 사료된다.

여드름 관리태도에 따른 자아존중감을 분석한 결과 하 그룹의 자아존중감 평균점수는 3.68점, 중 그룹의 평균점수는 3.72점, 상 그룹의 평균점수는 2.85점으로 전체적으로 매우 유의한 차이를 보였다. 1,3,4,7,8,10번 여섯 개의 자기만족문항 중 1,3,4,7,10번 다섯 개 문항에서 상 그룹의 경우 평균점수는 2점대로 나타났다. 이는 하 그룹과 중 그룹 모두 3점대인 것에 비해 상대적으로 낮아 매우 유의한 차이를 보였다. 자기비하문항 2,5,6,9번을 살펴보면 문항별로 하 그룹, 중 그룹의 경우는 대부분 3~4점대로 비슷하게 나타났으나, 상 그룹의 경우에 2점대로 다른 경우들보다 상대적으로 낮게 나타나 자기비하문항 전체에서 매우 유의한 차이를 보였다. 이는 여드름 관리를 많이 하는 사람들일수록 전체적인 자아존중감이 낮으며 스스로에게 만족하지 못하며 자기비하적인 경향이 있음을 보여주는 결과이다.

여드름 상태에 따른 피부만족도를 분석한 결과 여드름이 심한 경우에 2.86점, 보통인 경우에 2.19점, 경미한 경우 1.79점으로 여드름 상태가 심할수록 점수가 높게 나타나 여드름 증상이 심할수록 조사 대상자 스스로 피부 건강 정도가 나쁜 것으로 인식하고 사회생활 및 개인의 감정 상태에도 좋지 않은 영향을 미치고 피부만족도가 떨어지는 것으로 분석되었다. 김영미(2008)의 연구에서는 여드름의 주관적 중증도와 객관적 중증도가 심해질수록 피부만족도가 낮아지는 결과를 보여 본 연구와 비슷한 결과가 나타났으나 박보경(2008)의 연구결과에서는 여드름이 심한 4등급과 5등급에서 피부만족도가 높고 여드름이 상대적으로 경미한 1등급과 2등급에서는 피부만족도가 낮은 것으로

나타나 다른 결과를 보였다. 이는 Mallon(1999)의 연구결과에서 관찰자가 평가한 여드름의 중증도도 어느 정도 삶의 질에 반영될 수 있지만 환자가 직접 평가한 여드름의 중증도가 실제 환자의 삶의 질을 평가하는데 더욱 정확한 척도라고 주장한 것과 연관지어 생각해 볼 수 있다. 이 같은 결과는 조사 대상자들의 실제 여드름 증상과 더불어 조사 대상자 스스로 인식하는 여드름 증상이 피부만족도에 영향을 미칠 수 있음을 알 수 있다. 본 연구에서 진행한 여드름 관리태도에 따른 피부만족도의 관계에서 여드름 관리에 신경을 많이 쓰는 사람일수록 피부만족도가 떨어지는 것으로 나타나 여드름 상태가 심각하거나 여드름에 신경을 많이 쓸수록 피부만족도에 음(-)의 영향을 끼치는 것으로 생각된다.

여드름 상태에 따른 우울증 정도를 분석한 결과 여드름 상태가 심할 때 2.44점, 보통일 때 2.25점, 경미할 때 2.22점이었다. 이 같은 결과는 여드름 상태가 심할수록 우울증 척도 점수가 높은 것으로 나타났으나 유의한 차이를 보이지는 않았다. 선행 연구인 박보경(2008)의 연구결과에서는 여드름이 심한 5등급에서 우울증 수준이 높고 경미한 등급인 1등급과 2등급에서 우울증 수준이 낮은 것으로 나타났으며 김영미(2008)의 연구에서도 여드름의 객관적 중증도와 주관적 중증도 둘 다 심할수록 BDI(우울)와 BAI(불안) 점수가 높게 나와 본 연구와 차이를 보였다. 본 연구에서 진행한 여드름 관리태도에 따른 우울증의 관계에서는 여드름관리에 신경을 많이 쓰는 사람일수록 우울증 척도가 높아지는 것으로 나타나 객관적인 여드름 상태보다는 여드름에 신경을 많이 쓰고 관리할수록 우울증에 음(-)의 영향을 끼치는 것으로 보인다.

여드름 상태에 따른 자아존중감을 분석한 결과 여드름 상태가 심할 때 3.52점, 보통일 때 3.45점, 경미할 때 3.62점으로 전체적으로 여드름 상태와 자아존중감 사이에는 유의한 차이를 보이지 않았다. 박보경(2008)의 연구결과

에서는 여드름이 경미한 1등급에서 자아존중감이 가장 높으며 여드름이 심한 5등급에서 자아존중감이 가장 낮은 것으로 나타나 다른 결과를 보였다. 본 연구에서 진행한 여드름 관리태도에 따른 자아존중감의 관계 분석에서는 여드름 관리에 신경을 많이 쓰는 사람일수록 자아존중감이 낮게나오는 것으로 나타나 자아존중감은 상대적으로 여드름 상태보다 여드름관리에 신경을 많이 쓸수록 음(-)의 영향을 받는 것이라 사료된다.

여드름 상태에 따른 자가 주관적 심각성정도를 분석한 결과 여드름 상태가 심할 때 4.03점, 보통인 경우 3.04점, 경미한 경우 2.25점으로 여드름 상태가 심할수록 자가 주관적 심각성정도가 심한 것으로 유의한 결과를 보였다. 백혜연(2009)의 연구에서 화농성 여드름이 있는 경우 주관적인 자가 경중도가 가장 심각하였고 피지의 과잉분비 정도만 있는 경우는 여드름이 있는 경우보다 주관적인 자가 경중도가 심각하지 않았다는 결과와 일치하였으며 김영미(2008)의 연구결과에서도 여드름의 객관적 중증도와 주관적 중증도의 상관관계 수가 $r=0.851$ 로 매우 강한 상관관계가 있음으로 분석되어 이 같은 결과는 여드름 상태가 실제로 심각할수록 본인 스스로 여드름이 심각하다고 인식하는 것이라 보여진다.

여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도에 따른 총체적인 정신건강을 분석한 결과 자가 주관적 심각성 정도가 매우 심각하다고 응답한 경우 3.78점으로 여드름 자가 주관적 심각성 정도가 심할수록 피부만족도가 낮게 나타났다. 우울증의 경우에는 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도가 높은 경우에 3.23점으로 높은 우울증을 보인다는 것을 알 수 있다. 자아존중감의 경우에는 자가 주관적 심각성 정도가 전혀 심각하지 않다고 응답한 경우에 3.72점으로 가장 높게 나타나 자가 주관적 심각성 정도가 낮을수록 자아존중감이 높은 것으로 나타났다. 백혜연(2009)의 연구결과에서도 피부의 증상, 기능, 감정적 만족도가

주관적인 자가 경중도가 심각할수록 낮게 나타났으며 김영미(2008)의 연구결과에서도 주관적 중중도가 높을수록 전반적인 피부만족도도 떨어지며 우울, 불안이 높은 것으로 나타나 본 연구와 일치하는 결과를 보였다. 이러한 결과는 여드름 상태 자가 주관적 심각성 정도가 피부만족도, 우울증, 자아존중감에 음(-)의 영향을 미친다는 것을 나타낸다.

2. 결론 및 제언

이상으로 여드름 관리태도가 피부만족도, 우울증, 자아존중감에 미치는 영향을 살펴보았다. 본 연구 결과 여드름의 객관적인 상태가 심각할수록 피부만족도에는 음(-)의 영향을 주었으나 우울증과 자아존중감에는 유의한 영향을 미치지 않았다. 그와 비교해서 여드름에 신경을 쓰고 많이 관리할수록 피부만족도, 우울증, 자아존중감에는 유의한 음(-)의 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 피부만족도, 우울증, 자아존중감은 여드름의 객관적인 상태보다는 자가 주관적 심각성 정도와 그에 따른 여드름 관리태도에 영향을 받는 것으로 나타났다. 이것은 여드름의 객관적 경중도가 심각해질수록 반드시 관리를 많이 하는 것은 아니며 여드름의 객관적 경중도가 경미하더라도 그것에 스트레스를 받으며 예방에 신경 쓰며 관리를 많이 할수록 총체적인 정신건강에 부정적인 영향을 주는 것으로 생각된다. 여드름 관리에 있어서 비록 객관적인 여드름의 증상이 심하지 않다 하더라도 여드름관리에 매우 신경 쓰며 정신건강에 부정적인 영향을 받는 여드름 환자에게 있어서는 주관적인 자가 경중도를 고려하여 심리적, 정신적인 만족감을 높이는 방향으로 관리해야 할 것이다.

3. 한계점

본 연구의 한계점은 다음과 같다.

첫째, 설문 대상이 수도권 지역의 피부과 또는 성형외과 의원, 에스테틱 등지에서 여드름 관리를 받고 있는 사람이거나 수도권 지역의 4년제 대학생으로 한정되었기 때문에 모든 지역의 성인남녀가 조사대상이 되지 못하여 결과를 일반화 하는 것에는 어려움이 있다.

둘째, 조사 대상자가 자기 기입식 설문지로 작성함으로 인해 정확하고 객관적인 여드름의 상태가 아니라 주관적 판단의 영향을 받았을 가능성이 높다.

참 고 문 헌

1. 강민정, 함정희. 청소년기와 성인기 여드름의 임상 및 여드름에 관한 인식도 비교분석. 대한피부과학회지, 38: p.589-599, 2000
2. 강영숙, 박현경. 뷰티살롱고객의 외모 관리행동에 대한 신체이미지와 자아존중감의 영향관계. 한국미용학회지, 15(1): p.363-373, 2009
3. 고창조. 월경 전 여드름, 월간 임상의학. 11(3): p.58-61, 1992
4. 권모란. 간이정신진단검사(SCR-90-R)와 사상체질분류 검사지(QSCC II)를 이용한 유방암 환자에서의 부적응 증상 연구. 석사학위논문, 대전대학교 보건스포츠대학원, 2007
5. 김경연. 머틀 에센셜 오일이 여드름 피부에 미치는 영향. 석사학위 논문, 건국대학교 산업대학원, 2011
6. 김광일, 원호택, 이정호, 김광윤. 간이정신진단검사의 한국판 표준화 연구. 신경정신의학회지, 45(79,11): p.449-458, 1989
7. 김동일, 이태균. 여성 여드름 환자에 대한 부인과 외래 진료에 관하여. 한국미용 학회지, 14(3): p.80-100, 2001
8. 김명숙. 피부관리학, 현문사. p.67-72, 2003
9. 김미경. 색을 활용한 예술치료가 뇌졸중 환자와 보호자의 심리적 안녕에 미치는 효과. 박사학위 논문, 원광대학교 일반대학원, 2009
10. 김미정. 청소년의 여드름에 대한 지식과 관리실태에 관한 연구. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 원격대학원, 2005
11. 김영미. 메디칼 스킨케어, 도서출판 임송, 2003

12. 김영미. 성인 여드름의 중증도와 우울, 불안 및 삶의 질의 연관성. 석사학위 논문, 고려대학교 보건대학원, 2008
13. 김영호. 청소년의 여가성향과 활용실태에 관한 연구: 안산지구 고등학생을 중심으로. 석사학위 논문, 경희대 교육대학원, 1998
14. 김정임. 외모가꾸기 프로그램이 정신질환자의 신체상과 자아존중감에 미치는 효과. 석사학위 논문, 이화여자대학교 대학원, 2012
15. 김주덕 외 공역. 신화장품학, 동화기술. p.48-50, 1997
16. 김한식 외 17명. 미용과학, 청구문화사. p.299-301, 2007
17. 박보경. 여드름 피부가 우울증과 자아존중감에 미치는 영향. 박사학위 논문, 고신대학교 보건대학원, 2008
18. 박은선. 프로폴리스를 이용한 안면 관리가 염증성 여드름에 미치는 효과. 석사학위 논문, 건국대학교 산업대학원, 2009
19. 박정민. 재즈댄스 참가정도와 몰입이 신체상 및 자아존중감에 미치는 영향. 박사학위 논문, 이화여대 대학원, 2007
20. 박정신. 일부 여대생의 여드름과 우울에 관한 연구. 석사학위 논문, 조선대 환경보건대학원, 2003
21. 배향선. 남자대학생의 피부관리실태. 석사학위 논문, 중앙대 사회개발대학원, 2003
22. 백혜연. 여드름 발생 및 정도가 일상생활에 미치는 영향. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 원격대학원, 2009
23. 신은정. 성인 여드름 환자와 정상인의 여드름에 관한 지식 정도와 생활습관 및 피부 관리실태 비교. 석사학위 논문, 성신여자대학교 문화산업대학원, 2012
24. 안미령. 일부 고등학생의 여드름 실태와 정신건강과의 관련성조사. 석사

- 학위 논문, 이화여자대학교 교육대학원, 2003
25. 안미자. 여성 금융직 종사자의 근무환경이 여드름에 미치는 영향. 석사학위 논문, 중앙대학교 의약식품대학원, 2008
 26. 안봉균, 이상주, 남궁기, 정예리, 이승현. 피부과 환자의 삶의 질 평가를 위한 한국어판 Skindex-29. 대한피부과학회지, 42(1): p.9-15, 2004
 27. 안정화. 남성의 피부관리가 자아존중감에 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위 논문, 한성대학교 예술대학원, 2011
 28. 양일훈. 여드름, 서울 양스 아카데미. p.20, 2008
 29. 유 미. 여드름의 종류, 발생기전, 치료제 및 관리에 관한 고찰. 석사학위 논문, 한성대학교 예술대학원, 2006
 30. 이근후 외 공역. 정신장애의 진단 및 통계 편람 제 4판 (DSM-IV), 하나의학사. 1995
 31. 이승현 외 8명. 최근 병원 내원 여드름 환자의 통계적 고찰. 대한피부과학회지, 34(3): p.386-393, 1996
 32. 이승현. Review of acne, Dermatology. p.10-13, 2003
 33. 이연희. 성인여드름 지식정도 및 실태조사연구. 석사학위 논문, 중앙대학교 사회개발대학원, 2001
 34. 이주영. 여성의 외모 관리 행동에 대한 자아존중감과 정보탐색에 관한 연구. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 원격대학원, 2012
 35. 이지희. 초음파와 비타민-C 이온영동요법이 여드름 반흔 개선에 미치는 효과. 석사학위 논문, 건국대학교 산업대학원, 2009
 36. 이홍석, 이상규, 최지욱, 고효진. 여성우울증. 대한우울조울병학회지. 2: p.222-229, 2004
 37. 조현정. 성인의 여드름 실태와 지식정도. 석사학위 논문, 고신대학교 보

건대학원, 2008

38. 차진영. 여드름 관리의 만족도와 사후관리의 필요성. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 원격대학원, 2007
39. 최응호 외. 한국인에서 경도 및 중등도의 여드름에 대한 경구 isotretinoin의 유효성 및 안정성 평가. 대한피부과학회지. 38(10): p.1309-1314, 2000
40. 하유진. 자아존중감 및 내외통제성과 심리적 안녕감의 관계. 석사학위 논문, 연세대학교 교육대학원, 2007
41. 황윤정, 유태순. 외모에대한 사회문화적태도, 자아존중감, 신체매력지각이 체중 및 의복관리행동에 미치는 영향. 한국의류학회지. 34(11): p.1923-1932, 2008
42. 황진숙, 김윤희. 외모관리행동에 따른 신체이미지 및 심리적 안녕감, 복식. p.143-155, 2006
43. Baumeister, R.H. Self-esteem, Encyclopedia of human behavior. 4:p.83-97, 1994
44. Chren, M.M., Lasek, R.J., Flocke, S.A. & Zyzanski, S.J. Improved discriminative and evaluative capability of a refined version of Skindex, a quality-of-life instrument for patients with skin diseases, Arch Dermatol, 133: p.1433-1440, 1997
45. Cotterill, J.A. & Cunliffe, W.J. Suicide in dermatological patients, Br J Dermatol. 137: p.246-250, 1997
46. Derogatis, L.R. & Cleary, P.A. Factorial invariance across gender for the primary symptom dimensions of the SCL-90, Brit.J.Clin, Psychiatry. 16: p.347-356, 1976

47. Goulden, V. & Cunliffe, W.J. Prevalence of facial acne in adults, J Am Acad Dermatol. p.577-580, 1999
48. Harter, S. The development of the self-system, Hetherington(Ed), Handbook of child psychology : Social and personality development(4), New York : Willey, 1983
49. Irwin, G.Sarason. & Barbara, R.Sarason. 이상심리학, 김은정 외 옮김, 학지사. 2001
50. Koo, J. The psychosocial impact of acne : patients' perceptions, J Am Acad Dermatol. 41: p.11-28, 1995
51. Layton, A.M., Yip J. & Cunliffe, W.J. A comparison of intralesional triamcinolone and cryosurgery in the treatment of acne keloids, Br J Dermatol. 130: p.498-501, 1995
52. Lopez, A.D. & Murray, C.J.L. The global burden of disease, Nature Medicine. 4(11): p.1241-1242, 1998
53. Mallon, E., Newton, J.N., Klassen, A., Stewart-Brown, S.L., Ryan, T.J. & Finlay, A.Y. The quality of life in acne: a comparison with general medical conditions using generic questionnaires, Br J Dermatol. 140: p.672-676, 1999
54. Rosenberg, M. Society and the Adolescent Self Image, Princeton University Press: Princeton, New Jersey. p.304-319, 1965
55. Tokuya, Omi. Acne-Treatment and care, Nankodo Co. Ltd, Tokyo. p.12-22, p.71-84, 2008

ABSTRACT

A Study on Mental Health and Acne Treatment Attitude of some men and women

Hyojin Kim

Major of Skin Obesity Management

Graduate School of Life time Welfare

Sungshin Women's University

In the past, acne has known as a symbol of adolescent which appears on mainly teenager. However, there is a higher incidence of acne on adult of 20 years and over and there are growing cases that acne lasts even after 30s. Not like other disease, skin disease which directly visible to the eyes like acne is exposed to external and sometimes can be directly touched. Therefore, Acne may influence both mental problem and quality of life.

So far, Precedent studies on the relation between acne skin and mental health had focused only on quality of life or mental health according to acne condition. Thus, this study sought to do a comparative analysis of effect on mental health according to not only acne condition but also acne treatment attitude. The study aimed at adults aged 20 or over who received acne skin treatments in skin care salon, skin clinic and plastic surgery clinic in Seoul metropolitan area, and students of university in Seoul metropolitan area with acne. Questionnaires were distributed from November 15, 2012 to February 30, 2013 and 185 questionnaires collected. For the data analysis of collected questionnaires, the study conducted a frequency analysis and a one-way analysis of variance.

The key results of this study are as follows.

1. It was found that the more frequently acne is occurred($p < .001$), the longer the duration of the acne($p < .05$), the severer the acne condition($p < .05$), the severer the acne scar($p < .001$) and the higher subjective severity of acne($p < .001$) were associated with the higher score of acne treatment attitude. this result shows significant difference.

2. It was found to be a significant difference in the result that the higher score of acne treatment attitude, the lower the symptomatic, functional, emotional skin satisfaction($p < .001$). it was found to be a significant difference in the result that the higher score of acne treatment attitude, the higher depression($p < .001$). it was found to be a

significant difference in the result that the higher score of acne treatment attitude, the lower the self-esteem($p < .001$).

3. It was found to be a significant difference in the result that the severer the objective acne condition, the lower the symptomatic, functional, emotional skin satisfaction($p < .001$). relationship of depression and self-esteem according to objective acne condition didn't show significant difference.

4. It was found to be a significant difference in the result that the higher subjective severity of acne, the lower the symptomatic, functional, emotional skin satisfaction($p < .001$). it was found to be a significant difference in the result that the higher subjective severity of acne, the higher depression($p < .001$). it was found to be a significant difference in the result that the higher subjective severity of acne, the lower the self-esteem($p < .01$).

The research results found that acne treatment attitude according to subjective severity of acne has more significant effects on skin satisfaction, depression and self-esteem than the objective acne condition. Thus, it would be necessary to increase the psychological and mental satisfaction considering subjective severity of acne during acne care.

설 문 지

안녕하십니까?

본 설문에 참여해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

본 조사는 성신여자대학교 피부비만관리학 전공의 석사과정 논문을 위한 설문조사로 <일부 성인남녀의 여드름관리태도와 정신건강> 에 관한 연구의 자료를 얻기 위한 목적으로 작성되었습니다.

본 설문지에는 정답이 있는 것이 아니니 여러분이 느끼는 대로 솔직하게 응답해 주시기 바랍니다. 또한 응답한 내용은 통계법 제 8조의 규정에 의거, 익명으로 처리되며 순수한 연구 목적 이외에 일체 다른 목적으로 사용하지 않을 것을 약속드립니다.

바쁘신 중에 힘드시지만 솔직하고 성실하게 응해 주시면 감사하겠습니다.

다시 한번 귀하의 도움에 감사드립니다.

성신여자대학교 생애복지대학원
피부비만관리학 전공
지도교수 : 배 현 숙
연구자 : 김 효 진

※ 다음은 귀하의 인구 통계학적 특성에 관한 질문입니다.

1. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까? ()세
2. 귀하의 성별은 어떻게 되십니까?
① 남 ② 여
3. 귀하의 직업은 무엇입니까?
① 학생 ② 사무직 ③ 판매서비스직 ④ 전문직 ⑤ 전업주부 ⑥ 기타()
4. 귀하의 학력은 어느정도입니까?
① 고졸 ② 전문대 졸업(전문대 재학) ③ 대학교 졸업(대학교 재학) ④ 대학원 이상

※ 다음은 여드름 상태에 관한 문항입니다.

1. 귀하는 여드름이 나는 빈도가 어떻습니까?
① 항상 있다. ② 가끔 난다. ③ 어느기간 주기적으로 난다.
2. 여드름이 나는 부위는 어디입니까? (복수응답 가능)
① 이마 ② 코 ③ 볼 ④ 입 주변 ⑤ 턱 ⑥ 목 ⑦ 등이나 가슴 ⑧ 기타 ()
3. 귀하의 여드름은 얼마나 오래 진행되었습니까?
① 1년 미만 ② 1~3년 ③ 3년~5년 ④ 5년 이상
4. 귀하의 현재 여드름 상태는 어느 정도입니까?

여드름의 상태	거의 없음	적음	보통	심함	매우 심함
피부에 작은 알갱이(white head)가 만져지거나 검은 여드름(black head : 공기중에 노출된 모공의 피지가 산화되어 검게 보이는 상태) 이 있다.					
붉은색 여드름이 있으며 만지면 통증이 있다.					
붉은색 여드름에 고름이 맺혀있으며 통증도 있으면서 염증이 심한 상태이다.					
피부깊숙이에서 단단한 덩어리가 느껴지며 통증이 있다.					

5. 귀하는 여드름 흉터가 있으십니까?
① 거의 없다 ② 적다 ③ 보통이다 ④ 심하다 ⑤ 매우 심하다
6. 귀하가 본인의 여드름상태를 스스로 느끼는 심각성을 표시해주십시오.
① 전혀 심각하지 않다 ② 심각하지 않다 ③ 보통이다 ④ 심각하다 ⑤ 매우 심각하다

※ 다음은 여드름에 대한 평상시 관리태도에 관한 질문입니다.

문항	매우 그렇지 않다	그렇지 않다	보통	그렇다	매우 그렇다
1. 여드름 개선을 위해서 숙면을 취하려고 노력한다.					
2. 여드름 개선을 위해서 식습관에도 신경을 쓴다.					
3. 여드름 개선을 위해서 운동을 한다.					
4. 여드름 개선 정보를 얻기 위해서 여드름에 관한 인터넷, TV, 신문, 잡지 등에 나온 정보를 유심히보거나 찾아보는 편이다.					
5. 여드름 개선을 위해서 술, 담배를 삼가거나 자제한다.					
6. 여드름 개선을 위해서 스트레스를 받지않으려고 노력한다.					
7. 여드름 개선을 위해서 얼굴에 손을 가져가지 않는다.					
8. 여드름 개선을 위해서 세안 등 피부위생을 철저히 한다.					
9. 여드름 개선을 위해서 여드름 전용 제품을 사용한다. (화장품, 연고 등)					
10. 여드름 개선을 위해서 머리를 매일 감는등 헤어 위생에 철저하다.					
11. 여드름 개선을 위해서 피부관리실이나 피부과 또는 한의원등 전문적인 관리를 받아 본 적이 있거나 받고 있다.					
12. 여드름 개선을 위해서 레이저 시술을 받아 본 적이 있다.					
13. 여드름 개선을 위해서 약을 복용해본 적이 있다. (한약, 여성의 경우 피임약 또는 호르몬제 포함)					
14. 여드름 개선을 위해서 주기적으로 직접 화학적 또는 물리적 필링(각질제거)을 한다.					
15. 여드름을 직접 압출할때 흉터가 남지않게 하기위하여 노력한다.					
16. 여드름 압출 후,흉터가 남으면 자가관리를 한다.					
17. 여드름에 좋다는 민간요법을 실행해 본 적이 있다.					
18. 여드름을 위해서 화장을 하지않거나 연하게 하는 편이다.					
19. 여드름 개선을 위해서 영양제나 비타민제제를 먹는다.					
20. 여드름 악화를 방지하기 위해서 외출시 자외선 차단제를 사용한다.					

※ 다음은 현재 피부상태에 관한 일반 사항입니다. 질문을 읽으신 후 해당 번호에 V 표 해주시기 바랍니다.

구분	번호	문항	전혀 그렇 지않 다	그렇 지 않다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
증상	1	피부가 화끈거리거나 따갑다.					
	2	피부가 가렵다.					
	3	물에 닿는 것이 꺼려진다. (목욕, 세수)					
	4	나의 피부는 자극에 민감하다.					
	5	피부에서 피가 난다.					
기능	6	나의 피부상태로 인해 잠을 푹 잘수 없 다.					
	7	나의 피부상태는 나의 사회생활에 나쁜 영향을 미친다.					
	8	나는 피부상태 때문에 집에 있으려고 하 는 편이다.					
	9	나의 피부상태는 내가 좋아하는 사람들 과 친밀하게 지내는 데에 영향을 미친다.					
	10	나는 피부상태 때문에 일을 혼자서 하려 는 경향이 있다.					
	11	나의 피부상태 때문에 다른 사람에게 호 감을 표시하기 어렵다.					
	12	나의 피부상태는 내가 사랑하는 사람들 에게도 걱정을 끼친다.					
	13	피부상태 때문에 다른 사람과 함께 있고 싶지 않다.					
	14	나의 피부상태는 나의 이성교제에 방해 가 된다.					
15	피부상태 때문에 피곤하다.						
감정	16	나는 나의 피부상태가 혹시 심각한 것이 아닐지 걱정한다.					
	17	나의 피부상태는 나를 우울하게 한다.					
	18	나의 피부상태 때문에 흥이 남지 않을까 걱정한다.					
	19	나는 나의 피부상태 때문에 부끄럽다.					
	20	나는 피부상태가 점점 더 나빠질까봐 걱 정이 된다.					
	21	나는 피부상태 때문에 화가 난다.					
	22	나는 피부상태로 좌절감을 느낀다.					
	23	나는 피부상태 때문에 수치심을 느낀다.					
24	나의 피부상태 때문에 짜증이 난다.						

※ 각 문항을 읽으신 후 지난 일주일 동안의 감정 또는 기분과 가장 일치하는 란에 V표 해 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1.머리가 아프다					
2.신경이 예민하고 마음의 안정이 안된다.					
3.쓸데없는 생각이 머리에서 떠나지 않는다.					
4.성욕이 감퇴되었다.					
5.다른 사람들이 못마땅하게 보인다.					
6.다른 사람들이 나를 비난하는 것 같다.					
7.사소한 일에도 짜증이 난다.					
8.넓은 장소나 거리에 나가면 두렵다.					
9.기운이 없고 침체된 기분이다.					
10.죽고 싶은 생각이 든다.					
11.입맛이 없다.					
12.울기를 잘한다.					
13.이성을 대하면 어색하거나 부끄럽다.					
14.자신도 걸잡을수 없는 울화가 터진다.					
15.혼자서 집을 나서기가 두렵다.					
16.하고자 하는 일이 뜻대로 안되고 막히는 기분이다.					
17.외롭다.					
18.기분이 울적하다.					
19.매사에 걱정이 많다.					
20.나의 사사로운 생각을 남이 아는 것 같다.					
21.다른 사람들이 나를 이해하지 못하는 것 같다.					
22.다른 사람들이 나를 싫어하거나 나에게 불친절하다고 느낀다.					
23.매사에 정확을 기하느라고 일을 제때에 하지 못한다.					
24.내가 남보다 못한 것 같다. (열등감을 느낀다.)					
25.다른 사람들이 나를 감시하거나 나에게 관해서 속덕거리는 것 같다.					
26.잠들기가 어렵다.					
27.어떤 물건이나 장소 혹은 행위가 겁나서 피해야 했다.					
28.마음속이 텅 빈 것 같다.					
29.장래가 희망 없는 것 같다.					
30.남들이 나를 쳐다보거나 나에게 관해서 이야기 할 때는 거북해진다.					

31.잠을 설친다.					
32.시장이나 극장처럼 사람이 많이 모인 곳에 가면 거북하다.					
33.사람들과 함께 있을 때에도 고독을 느낀다.					
34.허무한 느낌이 든다.					
35.내몸 어딘가가 병들었다고 생각한다.					
36.늘 남과 동떨어져 있는 느낌이다.					

※ 다음 질문은 평소에 귀하가 자신에 대해서 어떻게 생각하고 있는지를 조사해 보고자 하는 것입니다. 다음 문장에 대해 여러분이 늘 느끼고 있다고 생각되는 란에 V표 해 주십시오.

문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1. 나는 나 자신에 대해 대체로 만족한다.					
2. 나는 가끔 울바르지 못한 사람이라는 생각이 든다.					
3. 나는 많은 장점을 가지고 있는 사람이다.					
4. 나는 대부분의 다른 사람들처럼 어떤 일을 처리할 수 있는 능력이 있다.					
5. 나는 자랑할 만한 것이 별로 없다.					
6. 나는 때때로 내 자신이 정말 쓸모없는 사람이라는 생각이 든다.					
7. 나는 적어도 동일한 조건하에서는, 다른사람들만큼 가치 있는 사람이다.					
8. 나는 나 자신을 위해 더 많은 좋은점들을 갖기를 희망한다.					
9. 나는 모든 면에서 생각할 때, 실패자라는 느낌이 든다.					
10. 나는 내 자신에 대해 긍정적인 마음가짐을 가지고있다.					

- 바쁘신 와중에 설문에 응답해 주셔서 진심으로 감사드립니다. -