

## 아로마 향기 흡입요법이 혈액투석 환자의 스트레스, 상태 불안에 미치는 효과

차의과대학 분당차병원 인공신장실

이연희, 허은화, 박민선, 김효진, 김은정, 박재현, 이은정

### Effects of Aroma Inhalation Method on Stress and Anxiety of Hemodialysis Patients

Youn-Hee Lee, Eun-Wha He, Min-Sun Park, Hyo-Jin Kim  
Eun-Jung Kim, Jae-Hyun Park, Eun-Jung Lee

CHA Bundang Medical Center, CHA University

본 연구는 경기도 소재의 C대학병원에서 말기신부전 진단을 받고, 인공신장실에서 주2~3회 혈액투석을 받고 있는 환자 중, 4주간 매 투석마다 아로마 향기를 적용한 실험군 27명과 적용하지 않은 대조군 30명을 대상으로, 아로마 향기요법이 간호중재로서 적용 가능함을 검증하고자 시도된 연구이다. 연구결과, 아로마 향기요법은 혈액투석 환자의 신체적 스트레스와 상태불안에는 효과가 없었으나, 심리적 스트레스는 감소됨을 알 수 있었다.

하지만, 신체적 스트레스 15개 항목 중, 경련( $t=2.36$ ,  $p=0.026$ ), 감각( $t=2.294$ ,  $p=0.03$ ), 요통( $t=2.28$ ,  $t=0.31$ )은 중재 전후에 유의한 차이를 보였다.

본 연구에서 적용한 아로마는 비용이 비싸지는 않지만, 일생 동안 투석을 받아야 하는 투석환자에게 투석비용 이외의 추가 비용으로 간호중재를 실시해야 하고, 말기질환을 가지고 있는 투석환자에게 그 효과가 입증된 연구가 많지 않으나, 효과가 있었던 환자에게 저비용으로 적용한다면 대상자의 삶의 질 향상에도 기여될 수 있을 것으로 사료된다.

이상의 결과를 토대로, 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 아로마 향기요법은 혈액투석 환자에서 심리적 스트레스에 효과를 보이는 것으로 생각되며, 이에 대한 전향적 연구가 필요하다.

둘째, 아로마 향 원액을 블렌딩하여 단시간 적용한 본 연구를 바탕으로, 희석한 아로마 향을 적용시간을 길게 하여 검증하는 반복 연구가 필요하다.

**Key Words:** 혈액투석 환자, 아로마 향기 흡입요법, 스트레스, 상태불안

Hemodialysis patient, Aroma Inhalation method, Stress, Anxiety