

투석환자의 정신과적 문제

성균관의대 강북삼성병원 정신과

임 세 원

Psychiatric Problems in Hemodialysis Patients

Se-won Lim, M.D.

*Division of Nephrology, Sungkyunkwan University School of Medicine,
Kangbuk Samsung Hospital, Seoul, Korea*

<요 약>

내·외과적 질환이 만성화되는 경우 여러 가지 신경정신과적 증상을 동반하게 되는 경우가 많다. 특히 말기신장질환 (ESRD)으로 인한 투석환자의 경우 완치가 어렵고 투석을 중단하면 심각한 건강상의 문제가 발생하게 된다는 점에서 환자들은 심리적으로 의존과 독립의 갈등, 그리고 자존감의 손상을 끊임없이 경험하게 된다. 또한 부정장기간 지속되는 약물치료와 정기적으로 반복되어야만 하는 투석과정은 개인적 일상생활을 어렵게 하며, 치료과정 자체가 일종의 스트레스 요인으로 환자에게 작용하여 결과적으로 환자가 스트레스에 만성적으로 노출되는 결과를 낳게 된다. 한편으로 ESRD는 그 자체로서 중추신경계에 광범위한 기능이상을 초래하게 된다.

이러한 요인들이 종합되어 나타나는 가장 흔한 정신과적 증상은 우울증과 수면장애이며 작업 기억 (working memory) 등 인지기능의 저하와 성격변화도 비교적 흔하다. 우울증은 우울감은 물론 무기력감, 의욕저하, 무망감 (hopelessness) 등의 증상을 동반하는 경우가 많고 이는 치료과정에 대한 순응도를 저하시키는 등의 경로를 통해 내과적 상태까지 악화시킬 우려가 있으므로 조기발견이 필요하다. 일반적으로 투석환자에서 발생하는 우울과 불안을 비롯한 정신과적 증상들은 여성에서 보다 흔하며 투석과정에 대한 적응이 충분히 이뤄지지 못한 투석 초기에 더 심한 것으로 알려져 있다.

수면장애의 경우 잠들기 어려움과 야간에 깨어 있는 시간의 증가가 주된 문제이다. 이로 인해 환자들은 주관적인 수면의 질을 실제보다 매우 낮게 경험하는 것이 보통이며 이러한 수면문제는 우울감을 악화시키는 또다른 요인이 되기도 한다.

최근에는 부작용이 적고 약물상호작용의 가능성이 낮은 새로운 항우울제들이 많이 개발되었으므로 이를 적절히 이용할 경우 투석환자의 삶의 질을 개선하는데 매우 유용할 수 있다. 약물치료와 함께 심리적으로는 환자가 자신의 질병에 대해 비현실적인 기대를 하거나 혹은 그 반대로 질병을 부정하지 않으면서 자신의 질병을 받아들일 수 있도록 도와주어야 한다. ESRD환자의 대다수는 이전에 정신과적 질환의 과거력이 없었던 사람들로서 단지 감당하기 힘들 정도의 커다란 스트레스에 직면한 평범한 보통사람들이다. 의료진들이 이러한 투석환자들의 특수한 상황을 충분히 이해하고 전인적 관점에서 환자를 돌보기 위해선 정신과적 접근에 대한 지식과 이해가 필요하다.