

제1부 : 재난에서의 정신과적 문제와 평가

외상후 스트레스 장애의 평가
(Assessment of PTSD)

김 정 범
계명의대정신과

PTSD 진단에 있어서의 장애물들

- 외상을 겪은 사람들이 불쾌한 사건과 느낌을 이야기 하기를 꺼린다.
- 증상을 인정하기가 수치스럽다.
- 특히 우울증, 불안, 물질(특히 알코올) 남용 등의 다른 문제들이 같이 있다.
- 임상가들이 외상적 스트레스를 인식하지 못하거나 이것에 대해 질문하지 않는다.

PTSD screening

- 병력 평가에 과거나 현재의 외상을 포함
- 도입 질문
- 임상가의 impression이나 평가를 제공
- PTSD 진단을 확증하는 질문
- 내담자의 반응에 sensitive
- PTSD 진단이 맞으면

병력 평가에 과거나 현재의 외상을 포함

- 내담자가 자신만 특별히 선택되어 이런 것을 묻는다는 느낌을 갖지 않게 하여 증상과 두려움에 대해 낙인을 찍지 않게 해준다.

도입 질문

우리가 경험하는 일은 종종 우리의 건강에 영향을 주므로 다음의 질문을 한다.

- 집에서 어떻게 지내는가?
- 배우자, 가족과 어떻게 지내는가?
- 이전 충격적인 일, 심한 손상, 생명에 위협을 받는 일 없었나?
- 최근이나 과거 끔찍한 일을 겪지 않았나? 그 당시 견뎌내기 어렵지 않았나?
- 당신의 생활에 걱정거리가 없는가?
- 당신이 매우 싫거나 원치 않은데도 어떤 사람이 억지로 성행위를 하려고 한 적이 없는가?

증상과 반응에 근거하여 상황에 대한 인상과 평가를 말함

- 내가 이것을 알게 되었는데 이것이 어떻게 되어가는지 궁금하다.
- 당신이 말한 것을 평가해볼 때 당신의 일부 증상은 충격적이었던 과거 경험을 나타내주는 것 같다.

PTSD 진단을 확증해주는 질문

- 고통스러운 꿈을 반복하게 꾸었나?
- 과거 일이 머리에서 떠나지 않는가?
- 과거 일을 자세히 떠올릴 수 없는가?
- 집에서 외톨이처럼 느껴지는가 혹은 다른 사람들로 부터 소외된 것 같은가?
- 이전에 즐겼던 활동들을 이제는 즐기지 않는가?
- 잠들기가 혹은 잠을 유지하기가 힘든가?
- 쉽게 놀라는가? 조마조마한가?
- 증상 때문에 일하거나 일상생활에 지장을 받거나 문제가 있는가?

내담자의 반응에 sensitive

- 내담자가 초초해하면 환자의 반응을 존중하라
- 환자를 초조하게 한데 사과하나 그런 질문을 한 데 대해서는 사과하지 마라
- 앞으로 의논하고 싶은 것이 있으면 언제든지 가능하고 그렇게 하면 도움이 될 것이라고 말한다

내담자가 마음을 열고 PTSD가 있다면

- 치료가 유용함을 이해시키고, 어떤 치료 방법을 택할지 의논하여 치료를 받고 적절한 지지를 받을 수 있는 곳을 안내하자

PTSD risk factors

- 외상적 스트레스의 성질이 가장 중요한 위험 요인이다. 스트레스가 다음의 특성을 가지면 위험.
- 심하고, 예측 불가능 하며, 고의적, 반복적인 경우
- 자신이나 사랑하는 사람의 신체적 통합을 위협하는 경우
- 고립시키고, 품위를 떨어뜨리며, 자아상과 갈등을 일으키는 경우

PTSD risk factors

- 개인적인 취약성은 특히 심하지 않은 외상에서 중요한 위험 요인이다.
- 정신과적 병력 : 주요우울증, 불안장애, 품행장애, 신경증적 성격, 반사회적, 자기애적 성격장애
- 과거에 외상 병력 (특히 아동기 성적학대)이 있는 경우
- 지능이 낮은 경우
- 사회적 지지가 부족한 경우
- 아동기 때 부모가 별거 혹은 이혼을 한 경우
- 가족 중 주요우울증이나 불안장애의 병력이 있는 경우

PTSD risk factors

- 외상적 사건이 있는 동안 아니면 직후에 해리 증상이 있는 경우
- 초기에 증상이 심하면 나중에 더 심한 증상이 올 수 있다

PTSD 평가 – 평가 목적

- 1) PTSD의 감별진단과 분류,
동시 이환과 과거 정신과적 장애 파악
- 2) 대인관계에서의 행동의 기능적 분석
- 3) 개인 내에서 일어나는 경험의 특성을 평가
(악몽, 침습적 기억의 재활성화)
- 4) 치료 표적의 윤곽, 치료의 우선 순위를 정함
- 5) 적절한 치료 전략을 결정

PTSD 평가 – 평가 지침

- 1) 증상의 시간 경과가 중요한 임상적 의미를 가짐.
- 2) 살아오면서 외상적 사건에 노출되었는가를 선별.
- 3) 면담이 환자에게 미치는 영향을 인식.
- 4) 외상적 사건을 이야기할 수 있는 환자의 역량을 고려.
- 5) PTSD 증상의 강도와 빈도를 평가.
- 6) 전반적인 심리적, 사회적, 직업적 기능을 평가.

PTSD 평가 – 평가 지침

- 7) 외상이 개개인의 자기 인식에 어떤 영향을 미치고, 발달단계와 관련된 진행되는 issues에 어떤 영향을 미치는지 평가.
- 8) 감별진단을 한다. - 정신병, 양극성 장애, 주요우울증,
다른 불안장애
- 9) 치료와 회복을 어렵게 하는 복합질환을 선별한다.
- 10) 환자의 장점을 평가하고 외상에 성공적으로 적응하려는 노력에 주목한다.
- 11) 환자의 안전을 평가한다.

PTSD 평가 - 평가 방법

- 구조화된 면담
- 평가 척도
- 정신생리적 측정
- 치료자의 임상적 결정

정신생리적 측정법

- Exaggerated startle response -- ↑ eye-blink startle response magnitude
- Physiological hyperactivity to trauma-relevant events - ↑ changes in several response systems
- Motoric restlessness - ↑ electromyographic activity and/or limb movement

치료자의 임상적 결정

치료 계획을 세우는데 도움이 된다

- 변화시켜야 할 표적의 우선 순위를 정한다.
 - 양성 증상 : 자율신경계 과각성, 재경험 증상
 - 음성 증상 : 회피 행동, 무감각, 사회적 고립
- 언제 노출치료를 적용해야 하는지 결정해야 한다.

요약 및 결론

- 진단 하는데 장애물들이 있다
- 평가를 통해 정확한 진단, 감별진단, 치료 표적 과 치료 전략, 치료 계획 가능
- 평가방법 - 구조화된 진단, 척도, 정신생리적 측정법, 임상적 결정
- 포괄적인 평가 필요 - 증상 심각도, 일상생활, 사회적 관계, 직업적, 사회적 적응 및 기능 평가
