

# 심리적 요인이 알레르기 반응을 일으키게 하는 환자의 간호

우석대학교 의과대학 간호학과 이 평 숙

## I. 서 론

알레르기 하면 우리나라에서 자주 듣는 용어인데도 아직 알레르기의 정의조차 명확하게 규정되지 않은채 우리 주변에는 많은 알레르기성 환자가 있다.

“대학병원 각과 외래환자 총수의 30프로가 알레르기성 환자이다”(1)라고 통계까지 발표된 적이 있다.

선진국의 예를 들어보면 미국에서는 알레르기 질환의 계절이 다가오면 이 질환을 방지하기 위해 보건당국과 라디오의 전파망을 통해 사회가 떠들석하다고들 한다.

여기에 비해 우리나라는 아직 알레르기성 환자에 대해 무방비한 상태에 놓여 있다고 하겠다. 이런점을 착안하여 본인은 이 기회에 알레르기가 어떤 질환이며 또 어떤 원인으로 일어나고 특히 본인이 관심을 기울인 점은 이 질환이 심리적 요인과 어떤 관계를 갖고 있나를 알고싶기에 조사해 본것이다.

## 2. 알레르기의 정의(Definition of Allergy)

현대의학은 알레르기에 대한 연구를 예전부터 끊임없이 해오고 있지만 아직도 이 병에 대해서 명확한 정의를 내리지 못하고 있다한다. 왜냐하면 이 알레르기성 질환에는 알지못하는 기본적

인 요소들이 너무나 많이 포함되어 있기 때문이라 한다. 그러나 광의의 정의를 내려보면 이 알레르기란 일명 과민증이라고도 하는데 이 과민증이란 대부분의 사람에게에는 해가 되지 않는 물질(antigen)에 보통이 아닌 이상한 반응이 나타나는데 즉 이것은 생체가 이 물질 즉 항원과 접촉하여 항체가 형성된 후 다른 물질과 재 접촉되어 일어나는 이상반응이라 할 수 있다.

## 3. 알레르기를 일으키는 요인 (Allergic factors)

### 1) 물리적 요인(physical factor)

가, 흡입체 : 두르 양모(feather) 마모(Horse-hair) 베게(pillow), 침상(Metterss), 꽃분(pollen), 의복진(clothing dust), 연기(smoke), 화장품(cosmetics), 약용비적수제(medical nasal spray) 등이 있으며

### 나. 음식물(Ingests) :

어류, 하천어류, 딸기, 치즈(cheese), 견과(nuts), 계란, 우유, 돼지고기, 초코렛

### 다. 접촉체(contacts) :

도직, 나이론, 염료, 화장품 등이 있으며

### 라, 주사제 : Vaccine Serum 기타 Hormon 제, 수혈, penicilline

### 마, 감염병소(Forcal infection) :

Micoorganism 즉 Bacteria virus 등이  
며

## 2) 정신적 요인 (psychic factor)

이는 정서적 요인으로 내적인 갈등, 불안, 공포, 두려움이 있다.

## 4. 알레르기의 반응 (Allergic Reaction)

알레르기 반응으로서는, 부종 (edema), 홍반 (erythma), 수마진 (urticaria) 평활근의 수축 (contraction of Smooth muscle)이 있을 수 있으며

type을 나누어 보면

- (1) 기관지 천식 (Bronchil asthma)
- (2) 알레르기성 비염 (Allergic rhinitis)
- (3) 수마진 (Urticaria)
- (4) 혈관종적 부종 (Angio nurotic edema)
- (5) 알레르기 습진 (Allergic ectzema)
- (6) 덩굴 옷나무 (poison ivy)
- (7) 위장관 알레르기 (Gastro-intestinal Allergy)

로 나눌 수 있으며 이 반응은 어떤 나이에서도 일어나며 또 같은 개인에 있어서도 매년 양상이 틀릴 때가 있다.

## 5. 알레르기 반응과 정서와의 관계

알레르기성 질환중 대표적인 것이라 하면 기관지천식 (Bronchial asthma), urticaria를 들 수 있는데 French 와 Alexander는 27명의 기관지천식 환자를 정신분석학적으로 치료를 하면서 여러가지 특징적인 성격을 발견했는데 그중에서 특이한 점은 이 환자들이 모두 내적으로 두려움, 공포, 불안등 정서적으로 불안정하였다는 점이다.

특히 어린이에 있어서는 엄마 혹은 엄마의 영상으로부터 격리되거나 멀어진다는 생각이 불안을 일으켜 울음과 똑같은 가치의 기관지 천식을 일으킨다는 것이다.

또 어떤 경우에 있어서는 부모로부터 지나친

보호를 받은 아이에게 잘생긴다고 한다.

또 성적 성숙의 그릇된 인식과 불안정으로 인하여 또는 격렬한 내적 갈등이 몸밖으로 표현되어 알레르기, 습진 같은것이 나타난다고 한다.

다음은 실지 정서적 원인으로 인해 알레르기 현상을 일으킨 예를 들어 보겠다.

어느날 저녁열시경에 젊은 부부가 약 5살가량 되어 보이는 아이를 업고 초조한 표정으로 병원을 찾아왔다. 우선 진찰대에 아이를 눕혀보니 호흡이 곤란하고 기침을 하며 약간의 열을 동반하고 있었다. 그런데 묘한 광경이 벌어졌다. 의사 옆에 와서 안심이 되어 그랜지는 틀라도 내외 간에 언성이 높아지며 말로는 표현 못할 부부싸움을 하고 있었다. 얼마나 지났을까 잠잠해 지더니 아기엄마는 울며 돌아갔고 아기아빠만 남아서 아기의 대한 병력을 얘기했다. 즉 사정은 이러했다. 사정에 의해서 자기가 몇일동안 집안에 돌아오지 못한일로 짐사람과 다투었는데 옆에서 잘놀던 아이가 별안간 숨을 내쉬지 못하고 얼굴이 창백해져서 급기야는 병원을 찾아 왔다는 것이다. 이를진에도 한번 이런 증상이 나타났는데 이렇게 심하지는 않았고 아이가 한참 지더니 괜찮아졌다고 한다. 얘기를 다들고 의사는 이 아이는 과민성으로 인한 기관지천식인데 원인은 정신적 혹은 심리적 조건반사로 야기되는 것으로 이 아이의 치료에 가장 중요한 것은 안정과 가능한 최대의 따뜻한 부모의 애정표현만이 도움이 될뿐이라고 얘기했다.

또한 예를 들어보면

이 환자는 32세의 여자로서 아직 결혼하지 않은 처녀였다.

외모로는 수수한 편이며 과묵해 보였으며 몸은 뚱뚱하고 키는 작은편이며 얼굴혈색은 창은 편이었다. 학력은 대학을 졸업했으며 학교다닐 때 몹시 학업에 파고드는 형이었다한다.

그런데 이녀가 호소하는 점은 전신에 든아닌 두두러기였다. 이녀는 전에도 이런종류의 두두러기가 화나는 일이 있을때마다 나타났으나 이내 없어지거나 몇일이 지나면 괜찮았는데 이번 두두러기는 몇일이 지났어도 없어지지않아 피부과에 다녀왔지만 호파가 없다는 것이다. 이

Table 1 Result obtained from Normal Asthmatic and neurotic Subjects

	Normals (N=6)		Asthmatics (N=12)		Nearotics (N=6)	
	Mean	Standard Deviation	Mean	Standard Deviation	Mean	Standard Deviation
Pulmonary function tests						
vital capacity: percentage of predicted by age and height	146	52	97	23	126	18
Forced expiratory Volume in one second; percentage of actual vital capacity	80	6	69	12	78	9
Psychometric tests						
Taylors Manifest Anxiety Scale score	8.0	5.8	10.4	5.1	29.7	12.5
Foulds Hostility Questionnaire;						
Total Score	11.0	4.6	14.1	5.3	23.3	9.4
Intropunitive Component	7.8	5.1	10.4	5.9	22.2	5.6
Extrapunitive Component	6	4.0	8.2	3.1	10.0	6.5
AH4 Intelligence Test	8	12	72	26	45	17
Psychophysiological examination						
Heart rate (beats/min)	71.1	9.9	76.2	10.4	80.0	14.5
Respiratory rate (cycles/min)	12.1	4.2	14.5	5.4	15.8	5.0
Ventilation volume (L/min)	7.3	0.94	7.63	1.73	7.90	1.64

렇게 아무치료도 받지 않고 근 10일이 되니까 이 두두러기는 자연히 없어졌다 한다.

그런데 이환자의 성격은 몹시 내성적으로 남에게 싫은 소리는 조금도 하기 싫어하는 사람이며 언제나 남의 이야기를 폭넓게 이해해 주는 반면 자기 자신의 이야기는 조금도 안하는 성격이었다.

그런데 이 환자는 감정적으로 언짢은 일이 있거나 불쾌한 일을 당하면 이렇게 전신에 두두러기가 퍼져서 여간 요동이 아니라고 한다.

위의 두가지 예에서 본것처럼 인간은 정신적, 심리적인 것이 이렇게 신체에 큰 영향을 줌을 볼 수 있다.

R.C.B. Aitken은 만성기관지천식 환자에 있어서 정서의 정신적 생리적 측정 (psychological and physiological Measure of Emotion in chronic Asthmatic patients)란 논문에서 기관지천식을 가진 환자의 성격적인 특성을 규명했는데 즉 이들 성격의 공통점은 모두 다 걱정하는 성격의 소유자임을 알아냈다.

특히 불안정한 정서, 적개심의 억제, 세심한 성격의 소유자들이었다고 한다. 이 논문에서 정상적인 사람과 만성기관지천식 환자와 신경증

환자와의 관계를 3가지 방법에 의해서 정서상태를 측정했는데 그 결과는 아래표와 같다.

위의 표에서 우리는 만성기관지천식환자가 정서적불안, 적개심에 있어 정상인 보다 완연히 높아 있음을 볼 수 있다. 그러므로 우리는 만성적으로 일어나는 알레르기 환자들이 불안해 있음을 잊어서는 안되고 또 불안정한 정서가 신체에 얼마나 큰 영향을 주는가를 잊어서는 안된다.

## 6. 문제발견해결 및 간호 (Problem-Solving and Nursingcare)

위에 열거한 사항을 볼때 우리는 심리적 원인 혹은 정서적 불안정으로 질환을 초래하는 알레르기 환자들에게 의과적인 치료만 하고서 완치를 요구하는 것은 무리인것을 알았다. 그러면 어떻게 이들을 대해서 하겠는가? 우선 우리는 이 환자들의 근본욕구불만을 찾아서 이것을 해소시켜주고 처리시켜야겠다. 또 그 환자가 표현하고 있는 불안이 무엇을 뜻하는지를 모색해 내고 더 나아가서는 이 환자들에게 정신위생을 튼튼히 하도록 지도해 주어야겠다.

### 1) 욕구불만의 처리

일반사회가 점점 복잡해지고 문명이 발달될수록 인간생활속에서 더욱 많은 문제가 발생하고 또 그것을 해결하기 위한 여러가지 노력을 계속하게 된다.

그런데 여기서 일어나는 대부분의 문제들은 인간의 기본적인 욕구를 충족시키기 위한 것으로서 인간의 행동을 좌우하게 된다. 즉 자신의 욕구가 충족되면 심리적 불안정이나 갈등은 일어나지 않고 행복할 수 있지만 그와는 반대로 욕구가 충족되지 않고 거부되거나 좌절될때 여러가지 불안하고 불행한 정신적 생활을 함은 물론 외적으로는 타인에게까지 좋지 못한 영향을 미치게 된다.

이와같이 욕구와 감정이 거부되는 것을 욕구불만, 혹은 갈등이라 부르는데 이와같은 욕구불만은 우리의 정신적 생활에서 조파를 잃게 되는 것이다. 그러나 결코 이욕구불만이 반드시 탈락지 않은것은 아니다. 다만 우리는 이환자가 이욕구불만을 어떻게 처리하느냐에 달린 것이다.

그러면 이러한 욕구불만의 표현형식을 보면 다음과 같다.

#### (가) 불안(Anxiety)

만성적으로 일어나는 이 알레르기 질환 환자들은 앞으로 또 이증상이 나타날가 몹시 고민하고 불안해 하고있다. 이는 근심이나 걱정에서 오는 마음의 걱정인데 혹은 근원을 알 수도 없는 경우가 있는데 이는 어떤 위험에 대한 반응으로서 혹은 위험을 알려주는 신호로서 역할을 하고 있는데 이것은 주관적인 느낌이다. 생리적 수반현상에 있어서는 공통점이 많다.

그러나 불안의 반응은 때에 따라 다소간의 차이가 각개인이 경험하는 인간의 존재현상인 것이다.

그러므로 간호원은 이들이 나타내는 불안의 원인과 처리방법을 알아야 한다. 개인적인 불안의 경험을 통해서 증진된 자아인식과 불안에 싸인 환자에게 접근할 수 있는 방법을 터득할 수 있도록 되어야 한다.

환자로 하여금 불안과 투쟁하여 극복하도록 도와주려면 첫째 간호원이 환자의 불안에 대해

충분히 관찰한후 환자가 그 불안의 존재를 인식할 수 있도록 도와주어야 한다.

#### (나) 적대감(Hostility)

이는 권력이나 권위에 대한 욕구불만과 반항에서 오는 것으로 자녀가 부모에 대하여 느끼는 것으로부터 경제적인 “우월성” 권력적인 독재에 대한 투쟁에 이르기까지 상당히 깊이 침투되어 있는 것이다.

이 심리적 원인으로 일어나는 알레르기 환자는 내적인 갈등 즉 표현되지 않은 일상생활의 충동적이고 원시적이고 반사회적인 적의심을 표현하기 꺼려 무의식 속에 눌러놓고 그속에 깊은 뿌리를 박은 감정이 전이되어 급기야는 심한 호흡곤란을 일으키든지 아니면 심한 urticaria를 일으키게 된다.

#### 2) 환자를 대하는 간호원의 태도

(가) 간호원은 환자의 행동 요인이 되는 동기를 알기 위하여 행동의 기본적 동력을 이해하여야 한다. 환자의 행동을 그저 비평만 하는것 보다는 왜 그렇게 행동하고 있는가 하는 동기를 이해하므로써 환자의 욕구를 좀더 명확하게 판단할 수 있게 된다.

나) 간호원은 밖으로 나타나지 않는 욕구를 예리한 관찰력으로 파악해야 한다. 환자는 사정마다 독특한 것이고 또 환자마다 당면한 문제를 지각하는 정도도 다른것이니 환자를 유심히 관찰하고 관찰한 사실을 잘 해석하므로써 그 환자가 갖고있는 여러문제를 잘 이해할 수 있는 능력도 기를 수 있게된다.

다) 간호원은 자신의 행동을 이해하고 또 자신의 행동이 환자에게 어떠한 영향을 미치는가를 알아야 한다.

라) 간호원은 환자에 대한 관심과 온정과 한 간호원으로서 자신이 환자에게 전달되어야 한다. 환자는 마음속으로 어떻게 하면 자신이 간호원의 도움을 받을 수 있을가에 대해 관심을 가지고 있으나 그 표현방법이 각기 다르고 또 원하는 양상도 각기 다르므로 간호원은 환자의 욕구가 무엇인지를 예리하게 판단하고 그 욕구를 채워주므로써 환자의 대한 관심은 자연히 전달될 수 있다. 환자를 불안과 공포로부터 제거

해주고 안심시킬 수 있는 방법의 하나는 환자가 하는 말을 막지 말고 깊게 경청하고 환자의 상태에 대해서도 늘 관심을 갖고 있다는 것을 전달하는 것이다.

### 3) 교육(Teaching)

간호원은 심리적으로 불안정한 정서를 가진 환자를 간호하면서 환자로 하여금 차츰 자신의 정신위생의 강화를 스스로 할 수 있도록 지도해 주어야 한다. 즉 정신위생이란 개인의 사회에 적응해 나가는 것을 말하는 것인데 이 정신위생 문제는 다음과 같다.

- 가) 욕구불만을 해소하는 일.
- 나) 만족할만한 직업을 선택할것.
- 다) 작업과 휴식의 균형유지.
- [라] 불안과 적의심동과 같은 정서적 장애와 싸우는 일.
- 마) 자신의 약점과 결점을 인식하고 받아들이는 일.
- 바) 자신을 존중하는 태도의 유지.
- 사) 정서적으로 성숙해지는 길.
- 아) 사회적으로 책임을 질 수 있는 사람이 되는 길.
- 자) 자기가 가지고 있는 능률을 가장 훌륭하게 실현하는 일.

이러한 문제를 완만히 해결할 수 있는 정신적 건강유지를 위해서는,

- 가) 올바른 판단력을 갖도록 지도하고,
- 나) 문제해결의 능력을 향상시켜야 하고,
- 다) 자신의 정서를 이해하고 받아들일도록 하고,
- 라) 자신이 올바르다 생각되는 일에 열중하도록 하고,
- 마) 유모아를 지니도록 하고.
- 바) 사회에 참여토록 하고,
- 사) 사태를 재평가 하도록 지도를 한다.

## 7. 결 론

알러지성 질환은 아직도 비판 받아야 할 여러 가지 문제가 내포하고 있긴하지만 원인에 있어서 정신적 요소가 미치는 영향의 인식등을 재강

조함에 있어서 근래의 의학발전에 공헌한바 많은것도 사실이다. 정신적인 압박감(Stress)으로 인하여 나타나는 반응은 중요하며 불안을 일으킬만한 어떤 대인관계에 있어서는 생활경험이관 격노, 분노, 괴외식, 비평, 슬픔, 외로움 등의 감정을 일으킬 수 있고 이러한 감정으로 인하여 정신 신경증으로 발전하게 되는 것이며 상기한 정서적 긴장에 의한 반응이 신체증상으로 발전하는 경우도 볼 수 있다.

Psychosomatic disease(정신 신체질환)의 부위와 인격의 형(personality type)와의 상호관계에 대하여서는 의견차이가 구구하던 Dunbar가 말하고 있는 어떤 특정한 정신신체질환(psychosomatic disease)는 그의 특유한 인격형(personality type)에서만 볼 수 있다는 견해는 아직 확실한 근거가 없으며 Alexander는 어떤 특유한 감정갈등과 관계가 있다고 말하고 Wolff는 감정작용에 영향을 받기쉬운 organic system은 어떤 심리적 요소에 의하여 결정되는 것이 아니라 선천적으로 어떤 심리적 압박감(psychological system)이나 갈등(conflict)이 신체적으로 반응하기 쉬운 경향을 띄고 함으로서 결정된다고 하지만 아직 일치된 의견을 발견하지 못하고 있다.

실지로 알레르기 환자를 접촉하여 그들의 문제를 분석하고 해결 간호했어야 하는것을 그렇게 하지 못하고 단 한 case 만을 보았고 그것도 입원하지 않은 주변의 사람이 있기에 제대로 실천을 못한것이 참으로 유감스럽다.

우리 주변에는 사실 심리적 원인으로 알레르기 반응을 일으키는 사람은 많다. 그러나 이러한 증상들은 수시간 혹은 수일내에 없어지는고로 환자들은 병원을 찾아오는 경우가 매우 드물다. 간혹 증상이 심한 urticaria 환자나 기관지천식 환자가 내과 clinic이나 피부과에 찾아오는 수가 있지만 이들은 근본적인 치료를 받으려 하지않고 자기들 나름대로 식중독이니 치료해달라고 그저 일시적인 치료만 받고 증상이 없어지면 병원을 안찾아 오기가 일수여서 정말로 case finding 하기가 힘들다. 이 study을 통해 필자는 알레르기성 질환의 중요 요인이 될수 있는 정신

적인 요소의 중요성을 다시한번 발견할 수 있었다.

앞으로 좀더 알레르기 clinic 이 발전하면 알레르기 환자에 대해서 많은 치료와 연구가 있으리라 믿으면서 여기에서 미비한 점이 많지만 끝이겠다.

### Bibliography

- 1) 대한간호 Vol 6 No. 4 Allergic clinic p. 84-85, 1967
- 2) 여성중아 9월호 어린이의 알레르기 p. 313. 1970
- 3) Journal of psychiosomatic Research Vol 13 No. 3 p. 291. Sep 1969
- 4, 5, 7) 유봉호, 차석기 강경구역. 교양심리학 을 구불만 p. 107-109 선명문화사 1963 정서의 발달과정 p. 40. 132-139
- 6) 강재옥, 김재곤 손대환 편역. 내과간호학 내과

간호학의 실리적코칭 p. 17

대한간호협회 출판부발행 1965

- 1) Smith and Gips, care of the adult patient, the patient with allergy p. 177 2nd Edition Lippincot co. ,
- 2) Noyes and Kolb, Modern clinical psychiatry skin p. 401
- 3) Journal of psychosomation Research Vol 13 No. 3 p. 257 p. 289-297 Sep. 1969
- 4) 유숙자 편저 Margueite Lucky Manfred a 원저 정신과간호학 불안의 뜻 p.96-103 p.54-55
- 5) 이병운 정신의학 각론 1970
- 6) Prigal Fundamentals of Modern Allergy Psychic Factors in allergy p. 75
- 7) Brown, Medical Nursing third Edition Nursing in allergy p. 524-540, 1970
- 8) 강재옥, 김재근, 손대환 편저. 내과 간호학 대한간호협회. 1965. 홍란 빛 수마진 p. 233.