

정신질환은 왜 늘어가고 있나

金  
喆  
珪



흔히들 정신질환이 증가해가고 있다고들한다. 또 사회가 복잡해짐에 따라 인간들이 극복해야할 「스트레스」 때문에 정신질환이 늘어난다고도 한다. 과연 이 말이 사실일까 생각해 보면 간단히 수증할 수도 없는 편이라 생각된다. 특히 순수한 정신질환이라 할 지라도 그 시대 그 사회에 따라 분류가 다르고 정도에 따라 구별되는 정신건강과 불건강상태가 매우 다르기 때문에 따지고보면 그리 간단한 단정을 내리기는 어렵다. 가령 정신분열증인 경우에는 대체로 곳에 따라 다르나 전체 인구의 0.3내지 1.0%에서 머물러있고 감소되지도 증가되지 않고 않는 질환으로 알려져있다. 그런가하면 과거에는 정신병원 입원환자의 10~20%나 되던 뇌매독으로 인한 정신병이 지금 와서는 거의 찾아볼 수 없게된 질환도 있다. 현재 미국정신의학회에서 발간한 정신질환 통계진단분류표에만 해도 약 200가지나 되는 여러가지 다른 진단의 정신질환이 있어 질환에 따라서 줄어드는것도 있고 늘어가고 있는것도 있으니 무턱대고 정신질환이 늘어나고 있다고 생각하고 불안감을 가질 필요는 없다고 본다. 이와같이 여러가지 진단중에서 늘어가고 있다는 것은 신경증을 주로 해서 신경성 신체질환등이 대부분이며 또한 수적으로 많은 부분을 차지하고 있다.

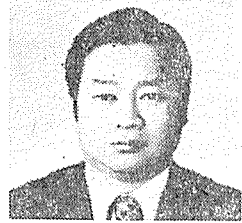
어느 사회에 따라서 신경증의 발생율이 크게 차이가 있으며 문명의 발

첫째 원인은 공해에 있다

달에 따라 사회생활이나 인간관계가 복잡해진 사회일 수록 많은 증가추세를 보이고있다. 더구나 모든 신체질환도 정도의 차이는 있겠으나 다소간 정신적 영향을 고려하지 않을 수 없으며 수많은 정신 안정제나 항우울제 등의 약들이 범람하고 특히 습관성약품이 많아진 점, 그만큼 정신질환이 증가하고 있다는 결과라 보겠다. 많은 곳에서는 전체 인구의 3할 내지 4할이나 된다고 보고 하는 사람도 있으니 말이 그렇지 결국은 누구나 한번쯤 노이로제를 알아보게 된다는 의미가 된다.

그러면 현대의 공업화 사회에 만연되고 있는 정신질환이 증가하는 원인은 무엇일까? 넓은 의미에서 공해가 원인이고 환경의 영향이 중요하다고 한다. 시끄러운 소음때문에 신경이 피로해진다. 하루종일 시끄러운 곳에서 일하고 퇴근하면 도중에 시끄러운 음악을 듣거나 대포집의 떠드는소리 그릇 깨지는 소리, 외상값 시비등 그러고서 나오면 또 만원 버스 잡는데 아우성이다. 지나다니는 차소리 때문에 옆사람과 주고받는 말도 자연 언성이 높아지게 마련. 그러고도 어찌다 일찍 귀가해서는 텔레비나 라디오가 친구다. 겨우 잠들었다 하면 새벽에 웬놈의 교회의 종소리도 아닌 대형녹음방성(放聲) 때문에 잠도깟다. 이런생활이 되풀이되고 바쁜 생활속에서 개선도 잘 안된다. 음식물이나 기호에 따라서는 습관성으로 심신의 건강을

해치는 것이었다. 담배와 술하면 누구나 다 한마디씩은 논평할 수 있는 자료가 있을 것이다. 그러니 구



구하게 말 할 필요도 없겠다. 습관성약물이 또 음으로 양으로 심신의 불건강을 가져오는 경우가 있다. 「이것도 저것도 다 끊으라면 무슨 재미로 살지요?」 하고 묻는다. 끊을 필요야 누구나 다 있는건 아닐것이다. 적당히 「중용지도」(中庸之道)를 택하면 되는 것이다. 또한 패들은 밤을 새우면서 마작이나 도박을 즐긴다. 이것도 지나치면 병되는것은 누구나 알고 있는 일.

중요한것은 무엇보다도 복잡해져가는 사회의 대인관계로부터 시작된다. 혼자만 사는 사회가 아니고 여러사람이 서로 서로 친하고 협력하고 되도록 남을 괴롭히지 말며 그래서 자신도 괴로워지지 않게 살 일이다. 이게 잘 안되면 갈등이 생기고 「스트레스」가 문제된다. 「스트레스」라니 쉽게 말해서 그저 모든 대인관계나 환경여건중에서 미워하고 있는 부분, 그것때문에 받는 영향이라 할 수 있으며 우리는 한 사람만으로 그런 환경을 개선하기란 극히 어려운 일이다. 그러기에 정신질환은 늘어가게 마련인가 보다.

〈필자=국립정신병원 의료부장·의학박사〉

## 사회생활이나 인간관계 복잡해질수록 증가 추세