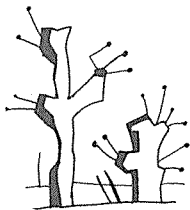


가정생활과 현대적 건강장해의 특색

가정은 공통된 물리적, 사회적, 경제적 환경이 공유되어있기 때문에 사고, 행동, 생활패턴에 공통점이 있으므로 현대적 의미의 건강관리는 가정단위에서 출발되어야 한다.

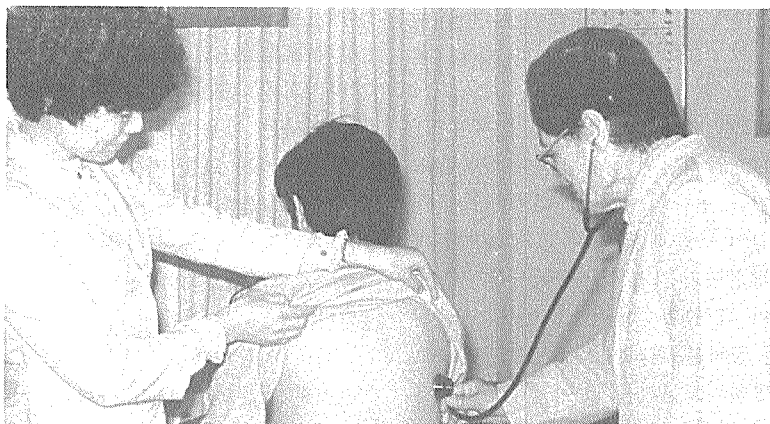


이 태 준

이 조그만 글에 있어서는 특정질환 하나하나에 대한 건강관리를 어떻게 할 것인가 하는 구체적인 항목을 나열하는 식의 설명은 하지 않는다. 보다 근본적인 입장에서 급격히 양상이 달라져 가는 현대적 건강이상에 직면해 있는 여러분들 가족의 건강관리를 어떻게 해야 할 것인가, 그 '길'을 알려 드리는데 초점을 맞추어 설명하겠다.

사회는 엄청난 속도로 달라져 가고 있다. 필자가 옛날에 시골 국민학교(소학교)를 졸업하고 서울에서 중학(고등보통학교)을 다닐적에 서울 인구는 고작 40만 이었다. 그러나 약 50년 뒤인 오늘날 서울 인구는 거의 1,000 만에 가깝다. 그무렵 시골에서 서울 오는데 자동차와 기차 소요시간은 무렵 15~16시간 이상이나 걸렸다. 그러나 지금은 5~6시간이면 족하다. 그무렵 "라디오" 부피는 어마어마하게 커 사과케작 두배나 되었다. 그러나 지금은 성냥곽만한 크기도 있으면서도 성능은 더욱더 좋다. 이와같이 이러한 사회변화의 주도적 역할은 바로 과학과 기술공학이다. 이것은 바로 의학영역에도 그대로 도입되어 건강과 질병문제에 심한 영향을 미쳐 급격히 달라져 가고 있다.

첫째 : 주된 사망원인이 되는 질환의 조사연구 기록들이 있다. 약 80년전만 하더라도 서구사회나 우리나라에 있어서 으뜸가는 사망원인 질환은 첫째, 폐염과 인프렌자이고 다음이 결핵으로 나타나있다. 그러나 오늘날의 사망원인 질환 통계에 의하면 으뜸가는 원인질환은 첫째, 심장



▲ 현대적 질환의 특색은 원인의 불명확하며, 행동패턴과 깊은 관련이 있고, 만성적 경과를 취하며 치유가 잘 안된다는 것 등이다.

병, 두번째가 악성종양, 세번째가 중추 신경의 혈관장애, 네번째가 “사고”에 의한 것으로 나타나있다.

위의 예에서 보는바와 같이 옛날의 사망의 주된 원인 질환은 전염성 질환이었으나 최근의 것은 원인불명의 질환에 의한 사망이다. 이들 질환에 대한 발병과 관련되는 요소들의 일부는 규명되어 있으나 원인은 아직 모르고 있다. 한편 우리의 일상생활의 질을 떨어뜨리고, 병원을 찾게하는 건강이상의 양상도 급격히 달라져 가고있다. 필자는 어린시절에 “말라리아”를 앓은 기억이 있으나, 근래 이러한 전염성 질환은 거의 사라지고 없다. 과거에 그렇게도 유행하고 괴롭히고 생명조차 수없이 빼앗아 가던 육체적 고통, 심리적 고통 등등이다. 이들 질환의 특색은 역시 발병의 요소들은 어느정도 알려져 있으나 발병원인은 아직도 모르고 있다. 그러나 최근 많은 조사연구 결

과에서 이들 질환의 발병이 임의로 나타나지 않음이 규명되어 가고있다. 무엇보다도 이들 질환의 발병은 그사람의 살아가는 방식(life style), 생활사건(life event), 성격(personality) 등과 밀접한 관계가 있음이 규명되어 가고있다. 다른 말로 표현한다면 이들 건강이상의 발병이 행동패턴과 밀접한 관계가 있다는 의미이다.

그렇다면 인간의 각개인의 행동패턴의 특색은 어떻게 형성되는가? 바로 가정이다. 사람은 다른 동물과는 달리 양육기간이 대단히 길다. 소나 말과 같은 동물은 출생하고 얼마 안되어 혼자 힘으로 살아갈수 있으나 사람은 오랜 세월동안 가족에 의해서, 이웃에 의해서 살아가는 방식을 배워야 한다. 뿐만 아니라 한 가정에서 가족들은 유전자를 공유하고, 오랫동안 같은 환경에서 같이 생활하므로 성장과정에서 사고와 행동이 가

가정생활에서의 건강관리

족으로부터 영향을 크게 받는다. 한편으로는 가족구성원간에 공통되는 점도 많다.

그러므로 현대적 건강이상 문제의 건강관리는 가정단위에서 출발되어야 한다. 특히 이들 현대적 질환의 특색은 ① 질환의 원인이 충분히 알려져 있지 않으나 행동패턴(살아가는 방식, 생활사건 성격)과 깊이 관련되고 있다. ② 이들 질환은 만성적 경과를 취하며, 치유도 잘안되고 쉬 사망하지도 않다. ③ 이들 건강이상자는 이들 질환을 지니면서 사회생활을 한다. ④ 늘 불안해 하며, 이웃 수준의 의사가 늘 돌봐 주어야 한다. ⑤ 이들 질환은 입원치료가 별 의미가 없다.

이상에서 보는바와 같이 병원수준이 아니고 이웃수준에서의 의료에 새로운 중요성이 나타나게 된것이다. 무엇보다도 이들 현대적 질환의 이해와 이들에게 보다 양질의 의료에는 어느 수준의 전과(全科)의 임상지식과 숙련이 행동과학(행동패턴에 관한 지식과 숙련을 구사하는)과 잘 조직화된 지식과 숙련을 구사

하는 의사가 요구되는 것이다. 바로 가정의(家庭醫)인 것이다. 물론 제대로 의 '가정의학' 교육훈련이 된 의사이다. 이들 의사는 이웃수준에서 쉬 만날수 있고, 또 가정의는 그들 가족들과 지속적 접촉으로서 그들의 생활방식, 생활사건, 성격 등의 이해로서 현대적 질환의 예방, 경감, 재활 등 보다 인간화된 의료가 제공된다.

이미 언급하였듯이 가정이란 공통된 물리적환경 뿐만 아니라 사회적, 문화적, 경제적 환경이 공유되고 있다. 같이 생활하므로 사고와 행동에 공통됨이 많다. 가정단위의 건강문제의 일반적인면과 그 가정의 특수면이 이해되기 위해서는 그 가정의 사회문화적·경제적 및 생물학적 배경이 파악되어야한다. 또 모든 가족구성원의 건강문제는 어느 수준까지는 담당 가정의가 해결할수 있어야 한다. (전과목의 훈련교육된) 이렇게 하므로써 건강문제의 그 가정과 관련되는 특수성이 이해되기 때문이다.

오늘날 가정생활에 있어서 건강관리는



◀ 가정의는 건강이상
의 일반적인 면은 물론
그 가정의 특수면 까지
파악하여 닦쳐올 수 있
는 문제의 예방도 가
능토록 할 수 있다.

특히 현대적 건강이상의 예방 그러한 건강이상의 경감, 재활 등에는 우선 행동 과학지식과 숙련을 잘 구사할 수 있는 임상 의사 즉 “가정의”와의 긴밀한 유대관계가 필요하다. 즉 “가정단위”로 가정의 학과에 가입하는 것이다. 이렇게 되면 가정의는 그 가정에 관한 세밀한 조사기록 즉 가족구성원의 과거에서부터 현재에 이르는 건강-질병 조사기록은 물론 그들의 살아가는 방식, 생활사건, 성격 등이 조사된다. 10개부분(성모병원의 예)에 달하는 조사기록 자료가 컴퓨터에 입력된다. 이러한 자료들이 분석된다. 이러한 가정의 가족구성원이 건강이상으로 등록된 가정의학과 외래진찰실에 나타나 진찰을 받을적에 의사와 그환자는 그 컴퓨터의 스크린에 나타나는 자료 앞에서 진찰이 시작된다. 이때 그 가정의(家庭医)는 그 건강이상의 일반적인 면은 물론 그 가정의 특수면 까지 파악이 됨으로 닦쳐올 수도 있는 문제의 예방이 가

능하다. 가족구성원에 대한 일단계 생리·심리적 조사기록 자료 분석에 입각하여 다음 단계의 검사·필요항목이 통보된다. 뿐만 아니라 연령에 따라 건강유지를 위한 필요한 검사항목이 단기적으로 입력된 컴퓨터 기록에서 통보된다.

오늘날 유행하는 현대적 건강이상은 옛날 범난하던 단순한 세균학으로 또는 물리화학적으로 설명되는 그러한 질환이 아니고 원인이 규명될 수 없는 생리·심리학적으로 복합된 복잡한 문제들이다. 그러므로 무엇보다도 가정생활에 있어서 건강관리는 1차적 수준에서 가정단위로 가정의학과에 가입하여 가정의학과와 긴밀한 유대관계 형성이 무엇보다도 중요하다. 그리고 건강과 질병문제와 관련될수 있는 모든 정보를 가정의에게 제공하여 건강문제 판단 결정의 자료로 사용할 수 있게 하여야 한다.

〈필자=가톨릭의대, 가정의학과 교수〉

웃음 한마당

진사판관

마누라 한테 쥐어 사는 대감 세사람이 우연히 자리를 같이 하게되었다.

『마침 잘됐군. 여편네들 등살에 한번 흥껏 놀아 보지도 못했으니 오늘이야말로 마음껏 놀아나 보세.』

『마 사내 대장부가 밤낮 계집한테 쥐어 지내다니 말이되나.』

『따지고 보면 그간년들 아무것도 아니야. 어디 계집이야 사람값에나 가나.』

이렇게 신이나서 한참 떠들고 있을 때

별안간 부인 하나가 귀청이 떨어져 나갈 만큼 소리를 뱉지르면서 뛰어 들었다.

『이놈들아 뭐가 어찌구 어찌?』

세 대감들은 어찌나 놀랐던지 한사람은 번개같이 뒷문으로 튀고 다음 한사람은 뿔겨를도 못 얻어서 구석에 끼어서 사시나무처럼 떨고 있는데 가만히 보니 마지막 한사람은 꼼작도 않고 앉은 자리에 그대로 앉아있다. 야 이놈은 어지간히 간이 큰 모양이로구나 싶어 부인은 그 남자의 얼굴을 뻔히 들여다 보다가는

『아 아니 이건 아주 돌아간 것 아냐?』