



## 정신신체질환

몸에 병(病)이 생기는것이, 특히 마음과 신체와 관련해서 생기는 병들에서 마음과 몸은 어떤 상관관계가 있다.

일반적으로 마음의 고통이 심하거나 오래되면 몸에 병을 얻는다는 것은 거의 상식적으로 이해가 되어있다.

화병(火病)이니 골병들었다느니, 사촌이 땅을 사서 배가 아프다거나 머리가 터질 지경으로 골머리를 썩인다든지 간이 콩알만해진다든지 속이 썩는다 또는 숨이 막힐지경으로 가슴이 답답하다 등등 우리나라에서 몸으로 감정을 표현하는 말을 적으면 200개 가량의 무궁무진한 신체언어가 있다.

신체와 정신이라는 2분법(二分法)으로 나누어 생각하지 않는 전통적 사고방식에서 오는 면도 있고 음양오행설에서 온 5장6부(五臟六腑)로 많은 병을 틀에 넣어 구분하여 온 한방의 전통속에서 몸으로 표현해 왔거나 기(氣)로 해석해온 전통에서 온 것일게다.

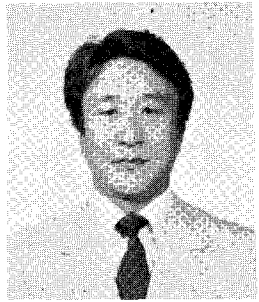
요즘은 서양에서 암(癌)도 스트레스에서 온다는 설이 꽤 받아들여지고 있는데 왜 요즘에야 그렇게 받아들여 지나하면, 지금까지도 오히려 더 정신을 뒤로 두고 신체를 대상으로 삼아 연구하여온 구라과의 전통때문이다. 정신과 신체를

나누고 신체를 현미경속에 넣고 대상삼아 연구하던 버릇 때문이다. 그렇게해서 타협한다는 것이 신체에 미치는 정신, 또는 심리의 영향 좁으로 되어 있는 것이다. 우리나라 의사들도 그렇게 교육받았고 그렇게 환자를 이해한다. 의사가 환자를 대상으로, 질병을 대상으로 삼아 약을 주고 주사를 놓는다. 어떤 자료에 의하면 의사가 치료할 수 있는 병의 종류는 50가지를 넘지않는다. 몇천종류의 병은 스스로 낫거나 못고치거나 대중요법 이외는 할 수 없는 감기를 의사가 고치나 위장병을 고치나, 잘 쉬라던가 잘 먹으라해서 낫도록 유도하지 감기자체를 고치는게 아니다.

이제는 많은사람들이 스트레스감기라든지 스트레스를 받아서 소화가 안된다고 스스로 진단하고 스스로 해결하는 사람들도 많아져가고 있다.

### 심신장애의 역사

서양의 원시시대에는 모든 병은 영혼의 힘에 의해서 생긴다고 믿고 영혼과의 싸움에서 이겨야 병이 낫는다고 믿었다. (우리나라에서도 아직도 무당의 힘으로 귀신을 쫓아내야 낫는다고 믿고 있는 사람이 상당히 남아 있다.) 그때 그들은



문 홍 세 /  
 문신경정신과 의원장  
 이대의대외과교수

Exorcism (귀신 쫓아내기)으로 치료를 해왔다. (현재 우리나라의 기독교를 포함한 각종 종파에서 이런 유(類)가 횡행한다.)

바빌론시대에도 종교의식으로 모든 병을 치료했고 희랍시대에 와서 히포크라테스는 인간의 병을 치료하려면 모든 것을 다 알아야 한다 했고 소크라테스는 영혼을 고치지 않으면 몸을 고칠 수 없다 했고 희랍-로마시대에는 갈렌이라는 사람이 몸의 체액의 이상에서 병이 온다 했다. 중세기에는 의학은 신비주의와 종교로 다스려졌고 죄가 정신과 신체의 병의 근본이라고 주장되어왔다. 르네상스 시대에는 자연과학이 의학에 적용되어졌는데 해부학과 시체를 통한 탐구가 시작되었고 현미경속에서 병을 들여다보게 되고 신체에 미치는 정신의 영향은 비과학적이라고 무시되고 정신문제는 종교와 철학에서 다루어졌다. (현재도 이런 경향이 많이 있어 정신과 이외의 의사는 신체에만 관심이 있어 신경성질환에 대해서 병이 없다하고 환자를 그냥 돌려보내기 까지한다.)

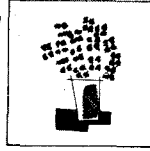
19세기에 와서 빠스퇴르나 뷔르흐등이 검사에 기초를 둔 의학으로 발전하여 병은 세포에 병이 들어서 생긴다 하고

정신-신체의학은 도외시 됐다. 그결과 '병은 낮는데 사람은 안났다'는 결과가 되어졌다. (현재에도 정신과에서의 많은 분야를 정신약물학, 정신화학, 정신생리학 쪽에서는 똑같은 경향을 갖는다.)

20세기에 들어서 후로이드가 히스테리는 정신문제에서 온다는 정신결정론을 세웠다. 그후 알렉산더라는 사람이 히스테리성 전환반응(몸으로 표현되는 정신 증상)과 정신 신체질환을 구분해 놓은 것이다. 그러면 어떤것이 정신신체 장애로해서 오는 병인가.

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 1. 어드름        | 2. 알레르기성 반응  |
| 3. 가슴앓이       | 4. 혈관성 부종    |
| 5. 고르지못한 맥박   | 6. 친식, 기관지친식 |
| 7. 당뇨         | 8. 십이지장궤양    |
| 9. 고혈압        | 10. 위궤양      |
| 11. 두통, 편두통   | 12. 갑상선항진증   |
| 13. 저혈당       | 14. 면역성질환    |
| 15. 과민성대장염    | 16. 구역질      |
| 17. 신경성피부염    | 18. 비만증      |
| 19. 월경통       | 20. 국한성 장염   |
| 21. 류마치성 관절염  | 22. 골반통증     |
| 23. 항문근지름증    | 24. 오줌소태의 일부 |
| 25. 대부분의 성문체들 | 26. 긴장성대장염   |
| 27. 심계항진      | 28. 긴장성두통    |
| 29. 결핵        | 30. 괴양성 대장염  |

# 의학 에세이



31. 두드러기  
33. 물사마귀

32. 구토증  
34. 만성불면증 기타

## 감정과 세포

20세기에 들어서 후로이드의 통찰에 의해 정신과 신체의 상관관계가 이해되어졌는데 첫째는 특별한 감정, 갈등, 그리고 성격이 특별한 세포와 조직에 해를 준다는 설이고 두번째 이론은 일반적인 스트레스가 비 특정적으로 병을 일으킨다는 것이다. 알렉산더는 특별한 자극이나 정서적인 갈등이 특정한 장기에 병을 일으킨다하였다. 스트레스가 가해지면 히스테리증상이 일어나거나 더 나아가서 자율신경 계통을 타고 증상이 일어나는데 교감신경을 타면 공격적으로, 부교감신경을 타면 내장에 자극을 주어서 급기야 생리적 변화 내지 기질적 변화를 초래한다 하면서 그 예로 수동적-의존적인 사람은 부교감신경을 타서 위산과다 위장운동 항진을 초래하다가 위궤양, 십이지장궤양으로 발전한다 하였다. 이와 유사하게 대장염, 해소기침을 설명하거나와 이런사람들이 교감신경을 하게되면 편두통, 고혈압, 류마티성 관절염을 앓는다 하였다.

이론과 실험상의 문제는 남아있다 하

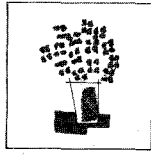
더라도 일반적으로 받아들여지고 있는 이론이다. 또 성격이 특정한 병을 낳는다고 알려져 있는데, 야심이 많고 밀어붙이는 사람은 심장병을 앓기 쉽다던지 정서적 스트레스는 부정하고 상실(喪失) 후 서서히 우울이 회복되는 예에서 암이 잘 생긴다던지 하는 것을 관찰하고 우울증이 신체화될때 암으로 된다는 이론을 세웠다.

이렇듯 신체의 유형, 성격의 유형, 환경조건 등과 질병에 관한 연구는 앞으로 더 연구가 지속될 분야이다.

둘째 이론인 비특성 스트레스 이론을 보면 불안이 커지면 불안증이 되고 불안이 더 커지고 방어에 실패하면 정신병이 되는 한편 이 힘이 옅으로 빠지면 여기저기 몸이 아프게 된다.

만성적인 스트레스하에서 장기의 기능저하 또는 기능항진이 지속되면 위장이나 호흡기 계통에서 병을 일으킨다. 기능과다는 적개심에서, 기능저하는 두려움이나 슬픔에서 온다.

홀몬도 변화가 와서 류마티성 관절염, 위궤양이 오기도한다. 스트레스하에서 면역기능에도 장애가 오게되어 여러가지 병을 일으킨다. 동물실험에서 갖가지 스트레스가 여러 형태의 정신신체반응을



# 의학 에세이

일으키는 것을 쉽게 관찰할 수 있는데 인간은 종교라든지, 예술, 기타 상징적으로 스트레스를 처리할 장치를 가지고 있기 때문에 그렇게 직접적으로 노골적인 인과관계가 안 나타난다고 한다.

## 치료

위에서 열거한 증상들은 현재 내과(内科)에서 주로 다루는 병들이다.

사실 내과에서 치료하는 병의 50~70%는 정신과적, 정신신체 질환이다.

정신적 스트레스나 소위 신경성으로 알려진 병들의 원인인 정신에서 오는 병이다. 똑같은 스트레스도 정신자세에 의해 각자 처리능력이 다르다.

골치아픈 얘기는 그만하고 알렉산더가 치료한 해소기침발작을 하는 젊은 여성의 예를 들어보자.

이 20대의 여성은 그가 치료하기 1년 전까지는 건강했고 아주 로맨틱했는데 갑자기 해소기침발작을 하게 된 것이다. 그녀의 발병원인을 자세히 더듬어보니 장미꽃과 관련되어 있음을 알게 되었는데 장미알레르기 인가 해서 몰래 꽃가루를 맡게 해도 기침은 안 일어났고 생화를 보여주면 기침을 하였었다. 실은 그녀는 장미꽃과 관계되는 러브스토리를 가졌는

데 그 사랑이 깨어진 후부터 발작하게 된 것이었다. 그래서 그 의사가 서랍속에 종이장미를 감추고있다가 예고없이 쑥 내밀었더니 예상했던대로 기침발작을 한 것이다. 내가 본 중년 남자는 부인도 있고 애들도 있는 행복한 가정을 가진 사람이었는데 혼외정사를 한 여성과 수년을 하다가 급기야 그녀가 결혼하게 되어 그녀를 떠나보낸 후 심한 두드러기를 앓은 것이다. 상실로해서 오는 두드러기 인줄 알았으나 쉽게 가라앉지 않았다. 일주일에 한번씩 3~4시간동안 상실에 대한 이야기를 마음놓고 치료자와 이야기를 하면서 그리움이 희석되면서 두드러기가 가라앉았다. 치료는 이렇게 하는 것이다. †

