



# 감염자/환자의 가정생활상의 유의점

최영희

대한간호협회장

이화여대 간호대학 교수

**아직** 까지 AIDS는 치료가 불가능하고 사망률이 높은 치명적인 질병으로 일단 감염이 되면 다가올 생명의 불확실성에 대한 공포·불안 및 좌절 등으로 시달리게 된다. 특히 우리나라와 같이 사회적으로 보수적인 성문화를 가진 경우 AIDS에 대한 국민의 냉대와 편견은 더욱 심하게 나타나므로 HIV감염자나 AIDS환자는 내·외적 요인에 의해 심한 심리적 스트레스를 경험하게 될 뿐만 아니라 잘못된 인식으로 인해 개인의 존엄성과 권위는 물론 가정과 직장, 의료혜택에 있어서 치욕스런 오명과 차별을 경험하게 된다.

AIDS감염자/환자에게 있어 그들 가족은 감염자가 살아있는 동안 삶을 지탱해주는 가장 큰 힘일 뿐만 아니라 감염자가 가장 안심하고 믿고 편안하게 도움을 제공받을 수 있는 안식처이다. 따라서 AIDS환자 간호를 위한 최상의 방법은 그들 가정에 있는 가족구성원들에 의해 도움을 제공받는 것으로 국가적으로 이를 촉진시키는 해결방안책의 하나로 감염자와 가족을 포함한 프로그램을 만드는 것이 필요하나 우리의 실정은 아직 요원하다 하겠다. 따라서 본인은 이 글에서 이들이 알고 있어야 할 기본지식과 함께 감염자가 가족들과 함께 생활하는 데 있어 지켜야 할 내용과 가족이 이들을 어떻게 도와줄 수 있는지에 대해 간단하게 언급하고자 한다.

## 1. AIDS에 대한 기초지식

감염자 및 가족이 AIDS에 대한 정의와 HIV 전과경로에 대한 기본지식을 정확하게 알고, 올바르게 이해함으로써 그들의 인권존중과 함께 차별대우의 기회를 극대화할 수 있으며 더 나아가 감염자의 자발적 협조로 이를 예방하는데 큰 도움이 될 수 있다.

“  
AIDS 감염자/  
환자에게 있어  
그들 가족은  
감염자가 살아있는  
동안 삶을 지탱해  
주는 가장 큰 힘일  
뿐만 아니라  
감염자가 가장  
안심하고 믿고  
편안하게 도움을  
제공받을 수 있는  
안식처이다.  
”

AIDS(후천성 면역결핍 증후군)는 HIV(인간면역결핍 바이러스)가 정액·질분비물·혈액 등을 통하여 우리 몸 속에 들어와 생기는 질병으로, 에이즈 바이러스에 감염되면 우리 몸을 병균으로부터 지키는 면역기능이 파괴되어 병원체에 대한 저항력이 없어지므로 바이러스나 세균이 쉽게 침입하게 되어 폐렴, 뇌막염, 카포시 육종 등의 감염증이 생겨 죽음에 이르게 되는 무서운 질병이다.

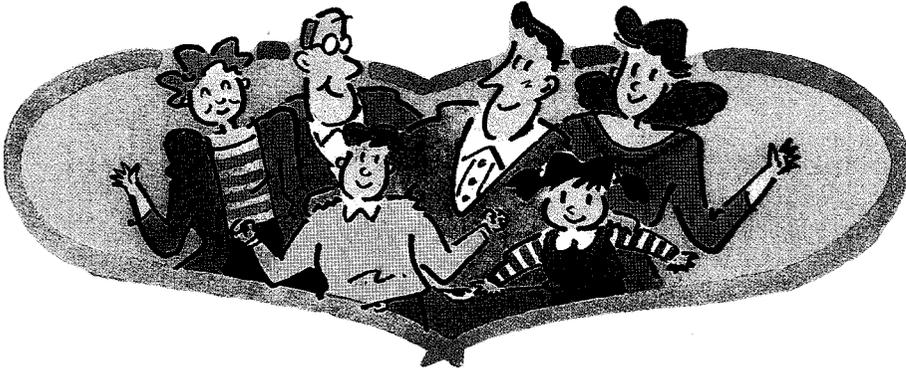
HIV에 감염된 사람이 즉각 AIDS환자가 되는 것은 아니고 HIV에 감염된 때로부터 증상이 나타날 때까지의 기간, 즉 잠복기간이 있는 것으로 이 기간동안 감염자는 겉으로 보기에는 건강한 생활을 하게 되는 바 이 상태를 무증후성 감염이라 하고 이 상태에 있는 감염자를 무증후성 보균자라 한다. 잠복기간은 사람에 따라 다르나 감염자의 면역기전이 손상되어 2차성의 기회감염, 악성종양, 중추신경증상 등 후천적인 증상을 나타낸 상태를 AIDS라 하고 무증후성 감염에서부터 AIDS까지를 합쳐서 HIV감염증이라 한다.

HIV의 전염경로는 현재 많은 연구에 의해 확증된 바 3가지 방법에 의한 것으로 밝혀졌으며 하나는 성적 접촉에 의한 것으로 질 혹은 항문 성교를 통한 전파로 전체 감염의 약 75%를 차지하고 있다. 두번째는 혈관으로의 감염 즉, 약물남용자들의 자기주사나 HIV 감염자 혈액의 수혈 또는 HIV 감염된 수혈제제, 정액제제, 조직 또는 기관 등의 이식이나 사용에 의한 것이며, 세번째는 감염된 모성에서 태아로 혹은 영아로 전파되는 주산기 전파로 1) 태내감염, 2) 출산시 산도에서의 감염, 3) 출산후 모유를 통한 감염 등으로 약 10%를 차지하고 있다. 이러한 관점에서 보면 상처를 유발시키는 성행위가 가장 유효한 전파방법이고, 이상에서 열거된 전파방법 이외의 통상적인 접촉에 의한 전파 예는 없기 때문에 특별히 AIDS환자를 대할 때 전염을 두려워 할 이유는 없다. 그럼에도 불구하고 에이즈 환자와 그 가족의 일상적인 경험은 에이즈에 대한 사회의 반응, 다가오는 죽음에 대한 공포, 과거 성생활에 대한 죄의식, 사회의 냉대에 대한 두려움, 신체적 합병증, 올바른 지식을 갖지 못하는 데서 오는 두려움으로 고통받고 있다.

## 2 유의사항

일반적으로 AIDS에서의 기회감염은 임상경과가 심하고 치료가 잘 듣지 않으며 재발률이 높으며, 치료기간 또한 길어지는 경우가 많고 부작용도 다른 환자보다 많이 발생하여 여러가지 문제를 많이 야기시키므로 효과적인 중재가 절실히 요구되며, 특히 이를 위한 가장 바람직한 방법은 가정차원에서 이루어져야 한다. 흔히 가정이라는 정통적인 지지체의 부족은 환자의 지탱해 갈 수 있는 힘을 없애는 것이나 다름없다. 따라서 가정내의 신체적, 심리적 지지는 무엇보다 중요하다. 가족 구성원이 가족생활상의 에이즈 전반에 관한 적절한 지식을 갖고 있으면 많은 두려움을 없앨 수 있다. 치료법이 확립되어 있지 않는 현실로서는 2차감염의 방지가

“  
가족 구성원이  
가족생활상의  
에이즈 전반에  
관한 적절한  
지식을 갖고 있으면  
많은 두려움 없앨  
수 있다.”  
”



중요한 예방책으로 가족의 감염을 예방하기 위해서 여러가지 주의가 요구된다. 가장 주의할 것은 성적 접촉과 혈액 및 체액에 의한 오염이다.

먼저 감염자의 성적 접촉에 있어서 여러사람과의 성관계를 삼가야 하고 성관계시 체액이 접촉되지 않도록 주의하면서 성 접촉방법에 있어서 항문이나 입을 사용하거나 상처를 입히는 것은 절대 위험하다. 또한 예방을 위해 콘돔을 사용하도록 하며 이때 찢어지거나 뜯어지는 것도 살펴야 한다.

혈액에 의한 오염에 있어, 헌혈 및 장기 이식은 절대 금한다. 바이러스가 있는 혈액이 피부나 점막의 상처에 닿았을 때 감염되기 때문에 일상생활중 혈액이 묻기 쉬운 일용품(면도칼, 칫솔, 타올, 빗, 손톱깎기, 매니큐어 도구 등)은 감염자의 체액에 오염된 것으로 간주하고 각자 개인용으로 쓴다. 또한 감염자의 몸이나 의복에 혈액이 묻었을 때는 빨리 제거하도록 하며, 별도로 구분하여 세탁한다. HIV는 일상 사용하는 소독용액에 민감하기 때문에 표백제 및 세제를 이용하여 삶아 뺀다.

감염자 개인의 휴지는 별도로 모아 다른 사람에게 전염되지 않도록 주의한다. 점액, 정액, 혈액과 같은 체액에 닿은 후 또는 화장실 사용 후에는 주의깊게 손을 닦도록 하며 감기에 걸려 기침이나 재채기를 할 때는 마스크를 착용하도록 한다.

AIDS에 감염된 여성의 경우 임신이 되어도 유산이 될 확률이 높고 태어난 아기도 감염될 확률이 높기 때문에 임신하지 않도록 주의하며, 주산기 전염 여성의 경우 모유를 통해서 영아에게 전파될 수 있기 때문에 모유 수유를 금한다.

AIDS환자의 수명을 연장시키고 치명적인 기회감염을 줄이기 위해 환경을 깨끗이 유지하며 기회감염증이 나타나면 조속히 병원을 방문해야 한다. 또 감염에 대한 방어력을 높이기 위해 적절한 영양상태를 유지하며 감염에 노출되는 기회를 삼가야 한다.

가정에서 환자의 체액, 분비물, 목욕물 등이 바닥에 묻으면 표백제를 이용하여 세척하고 사용한 걸레나 수세미 또한 이 용액에 5분이상 담궈둔다. 환자의 식기는 별도로 구분할 필요는 없으나 자비소독한다. 또한 감염자/환자를 다루기 전·후로 손을 씻고 특히 상처가 있는 피부는 감염이 쉽게 되므로 접촉하지 않도록 노력한다.

●●  
**가족의 감염을  
 예방하기 위해서  
 여러가지 주의가  
 요구된다. 가장  
 주의할 것은 성적  
 접촉과 혈액 및  
 체액에 의한  
 오염이다.**  
 ●●

무엇보다 지켜져야 하고 또 해야 할 일은 기회감염을 예방하기 위해 주의하는 것이다. 즉 호흡기 질환감염 예방을 위해 실내는 항상 환기가 잘 되도록 하며 화장실 및 목욕탕은 곰팡이 및 사상균 등이 서식하므로 이곳의 청소를 주의깊게 조심하도록 하며, 가정에서 고양이, 새, 금붕어를 기를 경우 조심해야 한다. 고양이와 새의 배설물은 감염균이 있으며 또한 고양이가 핏키므로써 감염될 수 있다. 따라서 청소시 반드시 마스크, 장갑을 착용한 후에 시행하도록 하며 가급적 삼간다. 꽃이 시들어 있는 화병의 물도 세균의 은식처임을 기억하고 자주 물을 갈아주거나 물 1000cc당 1스푼의 표백제(Bleach)를 첨가하도록 한다. 이상의 생활상의 유의점 외에도 가족구성원은 아픈 환자가 심한 신체적, 정신적 상태의 변화를 경험하고 있다는 사실에 유의해야 한다. 특히 신체적 변화는 심한 허약감, 기억력 상실, 혼돈, 설사 등의 증상이 올 수 있으므로 이를 이해하고 도와야 한다.

### 3. 가족 도움의 유용성

과거 성생활에 대한 죄의식, AIDS에 관한 사람들의 반응과 두려움, 질병의 전파를 예방하기 위한 격리조치 및 타인으로부터 감염될까봐 오는 공포때문에 사회적 고립문제가 발생한다. 따라서 가족은 외로움과 고립감을 표현하도록 격려하고, 적절히 다양한 활동에 참여할 수 있도록 배려해 주며, 그에게 의미있는 사람들과 전화나 편지를 이용하여 대인관계를 유지할 수 있도록 중재하므로써 이 문제를 해결할 수 있다. 또한 가족이 감염자에게 일상접촉에 의해서는 AIDS가 전파되지 않음을 확신시키므로써 대인관계 단절로부터 오는 심리사회적 스트레스를 완화시켜줄 수 있다.

AIDS환자의 스트레스는 다양하고 그 정도가 심할 수 있다. AIDS라고 진단을 받으므로써 신체적으로 저하된 면역기능 뿐만 아니라 일상생활 방식과 역할, 가족, 친구와의 관계, 직장문제 등 많은 변화를 가져오게 되면 좋지 않은 예후로 인해 우울하고 불안하며, 타인들로부터 격리되고 거절당하는 데서 오는 외로움, 공포 및 지지체계 결여 등으로 부적절한 대응양상을 보이게 된다. 이때 가족이 감염된 가족구성원이 대응하는 현재의 전략의 효율성을 사정하고, 부적절한 대응양상으로 나타나는 증상과 증후(수면장애, 피로도의 증가, 주의집중의 어려움, 불안정, 무기력함, 신경질적인 경향, 문제해결 능력의 저하 등)를 관찰한다. 그 다음으로 감염자가 진단과 그로 인해 파생된 여러 문제들에 심리적으로 적응할 수 있도록 적절한 대응방법을 모색한다. 감염자 자신이 가지고 있는 강점과 유용한 지지체제를 확인하여 이용해 보도록 도와주며, 그를 위한 치료계획에 감염자를 참여시키고 자가간 호활동에 자발적으로 참여하도록 격려하여 일상생활을 주관있게 유지하도록 돕는다. 이러한 가족의 도움으로 감염자는 궁극적으로 자신의 삶을 긍정적으로 수용하기 시작하며 삶을 지탱해 나갈 수 있는 것이다.

“  
가족이 감염자에게  
일상접촉에  
의해서는 AIDS가  
전파되지 않음을  
확신시켜줌으로써  
대인관계  
단절로부터 오는  
심리사회적  
스트레스를  
완화시켜줄 수 있다.”  
”