

머리말

사람은 누구나 성장하면서 유아기, 아동기, 사춘기, 청소년기, 장년기, 노년기를 거치게 마련이다. 이러한 인생의 각 단계를 지나면서 단계마다 극복하고 거쳐야만 하는 인생의 과제가 있으며 이 과제를 제대로 수행하지 못할 경우에는 정신장애가 나타나기 쉽다. 노년기도 마찬가지로 경험하고 극복해야 할 인생사들이 있으며 또한 노년기에 자주 볼 수 있는 정신장애가 있다.

노년기는 인생의 황혼기이다. 우선 신체적으로 허약해지고 건강이 악화되어 여러가지 신체적인 질병이 생기기 쉽다. 여성의 경우에는 젊은 시절의 아름답던 모습을 잃어버리고 여성으로서 성적 매력과 출산능력을 상실하게 된다. 남자의 경우에는 직장에서의 은퇴를 하고 경제적 능력이 감소하거나 상실된다. 자녀들은 결혼하여 슬하를 벗어나고 배우자를 잃는 수가 많다. 주변의 친구들도 하나 둘 죽어간다.

노인이 되면서 겪는 이러한 사회적 변화에 적응하는 양식에는 다음의 다섯가지 유형이 있다.

첫째는 성숙형으로 노인이 되면서 겪게 되는 여러 변화에 잘 적응하고 소화시키는 사람이다.

둘째는 은둔형으로 이제까지 하여야 왔던 모든 일에서 손을 떼고 사회적 접촉 없이 혼자 조용히 지내는 경우이다.

셋째는 무장형으로 젊은 시절보다 오히려 더 왕성하게 일에 몰두하는 사람들이다. 이러한 부류의 사람들은 노인이 된다는 사실이나 죽음에 대하여 무의식적으로 심한 공포를 느끼고 있기 때문에 이를 부정하기 위하여 더욱 열심히 일하는 것이다.

넷째는 분노형으로 현재의 자신의 처지를 한탄하면서 그 이유를 남의 탓으로 돌리는 것이다. 이들은 과거에 몰두하고 주변의 가족들에게 화를 내고 원망하고 괴롭힌다.

다섯 번째는 자화형으로 이제 와서 이렇게 잘못된 이유가 모두 자신의 잘못에 있다고 한탄하고 후회하는 것이다.

우울증

노인이 되면서 겪게 되는 주변 상황의 변화에 적절히 대응하지 못하면 우울증에 걸리기 쉽다. 실제로 노인 인구의 약 20%가 정신질환이라고 하기는 어렵지만 경한 우울증에 시달리고 있다고 보고되고 있다. 우울증에 걸리면 마음이 우울하고 만사가 귀찮고 의욕이 없고 식욕이 떨어지고 불면증에 시달리게 된다. 심한 경우에는 자살을 하고 싶은 생각이 들기도 한다. 이러한 경우에는 정신과 의사와 상담을 하



연병길 <한림의대 정신과>

성 치매는 동맥경화나 고혈압, 당뇨, 심장질환 등을 앓고 있는 사람에게서 여러 번에 걸쳐 뇌혈관이 막혀 뇌세포가 죽기 때문에 생기는 병이다. 이제까지 치매라고 하면 전혀 고칠 수 없는 불치의 병이라고 잘못 인식되고 있다.

그러나 치매에는 치료가 가능한 경우가 많이 있으므로 정확한 진단을 내리는 것이 가장 중요하다. 예를 들면 노인의 우울증의 경우 문외한이 보아서는 마치 치매처럼 보이는 수가 많다.

또한 혈관성 치매의 경우에는 위험요인을 예방하거나 기존에 지니고 있는 질병을 적절히 치료하는 것이 중요하다. 최근들어 적어도 치매가 더 이상 진행되는 것을 막거나 진행

할 것은 우울증에 수반된 불면증의 경우이다. 이 경우 우울증에 대하여 적절히 치료를 하면 불면증도 함께 호전된다.

약물의 부작용

노인이 되면 여러 신체질환에 걸리게 되어 여러가지 약물을 복용하게 된다. 노인인 약물에 대하여 매우 예민하기 때문에 적은 용량에도 부작용이 나타나기 쉽고 특히 여러 약물을 혼합하여 복용하게 되면 약물간의 상호 작용으로 인해 부작용이 배가되어 나타나는 경향이 있다. 그러므로 약을 함부로 혼합하여 복용하는 것을 피해야 하며 반드시 의사의 지시에 따라 복용하는 것이 바람직하다.

노년기의 정신장애

고 항우울제를 복용하면 대부분의 경우 호전된다.

치매

노년기에 겪게 되는 가장 큰 노 불행은 치매에 걸리는 것일 것이다. 치매에 걸리게 되면 환자 자신 뿐만 아니라 환자를 돌보는 보호자들이 겪는 고통은 말로 표현하기 어렵다. 치매에 걸리게 되는 데에는 여러가지 원인이 많이 있지만 노인의 경우에는 대부분이 알츠하이머병에 의한 치매이거나 혈관성 치매이다. 그러나 아직 까지도 치매는 나이가 들면 자연히 따라오는 자연적인 노화 현상으로 여기고 치료를 포기하는 사람이 많다. 그러나 알츠하이머병의 경우에는 뇌에 아밀로이드라는 단백질이 침착되고 기억력과 밀접하게 관계 있는 아세틸콜린이라는 신경전달물질이 감소되어 생기는 엄연한 질병 중 하나이다. 혈관

노년이 되어서도 건강을 유지하기 위해서는 첫째, 노인화에 따른 변화를 받아들이고 적응해야 한다. 둘째, 적절한 운동을 해야 하며 셋째, 취미생활이나 오락을 통한 여가활동을 하도록 하고 마지막으로 독서 등 지적활동을 계속하는 것이 좋다.

을 늦출 수 있는 약물이 개발되어 임상에서 사용되고 있다.

불면증

노인들이 겪는 가장 흔한 고 노 통증 하나가 불면증이다. 인간은 태어날 때 수면시간이 가장 길고 나이가 들에 따라 점차 잠이 줄어들게 마련이다. 노인에게서 볼 수 있는 수면의 특성은 저녁에 일찍 잠이 들고 새벽에 일찍 깨는 것이다.

또한 수면이 깊지 못하고 얇기 때문에 충분히 숙면을 취하지 못한다. 이러한 현상은 노화에 따른 자연적인 현상이기 때문에 특별한 치료를 요하지는 않는다. 그러나 많은 노인들이 낮시간동안에 신체적인 활동이 부족하기 때문에 불면을 호소한다.

낮잠을 잔다든지 누워있거나 휴식을 취하는 시간이 많으면 그만큼 밤에 잠이 안 오게 마련이다. 또 하나 주의하여야

맺음말

노인이 된다고 하여 반드시 노 사회나 가정으로부터 떨어져 뒷전에 물러서야만 하는 것은 아니다.

오히려 인생을 정리하고 이제까지의 경험을 살려 창조적인 생활을 할 수 있는 여유를 가질 수 있다. 그러기 위해서는 무엇보다도 신체적, 정신적 건강이 필수적이다.

노인이 되어서도 건강을 유지하기 위해서는 우선 노화에 따른 신체적, 심리적, 사회적 변화를 받아들이고 변화에 맞추어 적절히 적응하여야 한다. 둘째 자신에 맞는 적절한 운동을 하여 신체적인 건강을 유지하여야 한다. 셋째로 평소에 즐겨하던 취미 생활을 하고 오락활동에 참여하여 여가를 즐겨야 한다. 넷째로는 신문을 읽거나 독서를 하는 등 지적활동을 계속하는 것이 좋다.

PARLODEL®

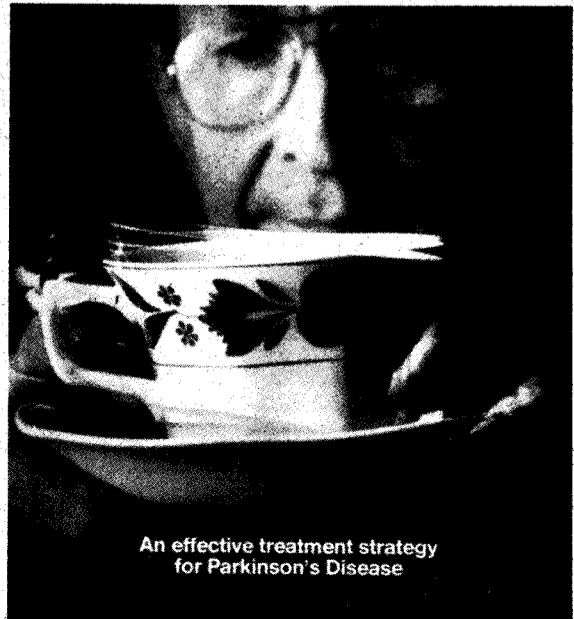
The advantage of early combination therapy

- ▶ 팔로델 조기병용투여는 만족할만한 Parkinson's Disease 치료효과를 가져다 줍니다.
- ▶ 팔로델 조기병용투여는 Levodopa 투여량을 감소시킵니다.
- ▶ 팔로델 조기병용투여는 Levodopa 장기투여로 인한 운동기능장애 (dyskinesia, fluctuation)를 방지합니다.
- ▶ 팔로델 조기병용투여는 환자의 생활의 질 (quality of life)을 개선시킵니다.

Olsson et al., 1989(7)
Nakanishi et al., 1989(8)
Grimes et al., 1984(2)

Levodopa PLUS PARLODEL®

In early combination therapy



An effective treatment strategy for Parkinson's Disease

DRUG INFORMATION

- ▶ 조성·성상: 1. 조성: 1정중 메실산 브로모크립틴(U.S.F) ...2.87mg (브로모크립틴으로서 2.5mg) 2. 성상: 본제는 백색의 원형정제입니다.
- ▶ 효능·효과: 파킨슨씨병
- ▶ 용법·용량: 팔로델은 항상 식사직후에 투여해야 합니다. 투여방법은 질환에 따라 다양하나 대부분 적응중에는 부작용을 극소화시키고 최대효과를 얻기 위하여 점증요법을 시행함이 좋습니다. 1일 1.25mg~40mg을 증상에 따라 투여하십시오.
- ▶ 사용상의 주의사항
 1. 다음 환자에게는 투여하지 마십시오. 맥각알칼로이드에 민감한 환자.
 2. 다음의 경우에는 신중히 투여하십시오.
 - 임부 또는 임신하고 있을 가능성이 있는 부인
 - 심근경색증 등 심한 혈관 장애 혹은 그 기왕력 환자
 - 정신병 혹은 그 기왕력자
 - 소화성 궤양 혹은 그 기왕력자 (위장출혈을 일으킬수 있습니다.)
 - 신장 및 간장질환환자
 3. 부작용: 메스꺼움, 구토, 피로, 졸음, 현기증, 두통, 기립성저혈압, 혼란, 환각, 변비, 구갈, 운동장애, 동통성 각경련등이 나타날수 있습니다.
- ▶ 포장단위: 30T, 100T
- ▶ 보험약가: 373.88원/Tab.

Full Product information is available on request.

한국산도스주식회사
본사: 서울·영등포구 여의도동 25-5 Tel.784-2882