

현대의학의 돌파구 여는 새로운 치료제

노먼 커즌즈의 《희망, 웃음과 치료》를 읽고

웃음을 비롯한 희망, 낙관 등의 긍정적 정서는 환자의 심리적 환경을 호전시키고 면역세포를 증가시키는 등 생화학적 변화를 일으켜 질병을 낮게 한다. 뿐만 아니라 웃음은 의사-환자의 왜곡된 관계와 진찰환경을 상호 대화적인 환경으로 변화시키는 의료계의 인식전환도 유도하고 있다. 웃음은 '과학'이 아닌 '인간학'으로 의술을 변모시킨다.

니체는 "세상에서 가장 심하게 고통받는 동물이 웃음을 발명했다"는 역설로 인간의 웃음을 표현했다. 아픔을 낮게 하는 '치유제' 차원에서 웃음을 바라본 것이다. 물론 니체는 고통받는 인간이 필연적으로 추구하는 심리적 '자기보상'의 행위를 강조한 것이다. 문학작품에서 형상화된 웃음 또한 '실물'이 아니다. 자조를 통해 세상의 아이러니를 한순간에 극복하는 인식론적 차원의 문제해결이고 그 도구일 때가 많다.

긍정적 정서가 신체에 불러일으키는 변화

그런데 이런 웃음의 가치가 감정의 형이상학에만 머무는 것 같지는 않다. 노먼 커즌즈의 《희망, 웃음과 치료》(이정식, 범양사출판부)를 읽으면 웃음이 얼마나 인간의 신체를 실질적으로 변화시키고, 암이나 호흡기 질환 같은 '질병'의 완치에도 기여하고 있는지 알 수 있다. 지은이 노먼 커즌즈는 《질병의 해부》란 명저로 잘 알려진 의학 관련 저술가며 《새터데이 리뷰》의 편집장을 역임한 언론인이기도 하다. 이 책은 그가 UCLA 의과대학의 교직원으로 10년 동안 근무하면서 환자·의사·학생들을 관찰하고 또 그들과 공동으로 연구해서 작성한 '정신'과 '신체'의 상호작용에 대한 임상학적 기록이다.

이 책은 의사들에게 '과학'의 울타리에서 벗어나 좀더 넓은 인간관계 속에서 수행되는 '의술'의 중요성을 깨닫게 한다. 웃음 및 긍정적 정서가 환자의 병세에 미치는 심리적 파장과 생화학적 변수들이 여러 실례를 통해 데이터화됐

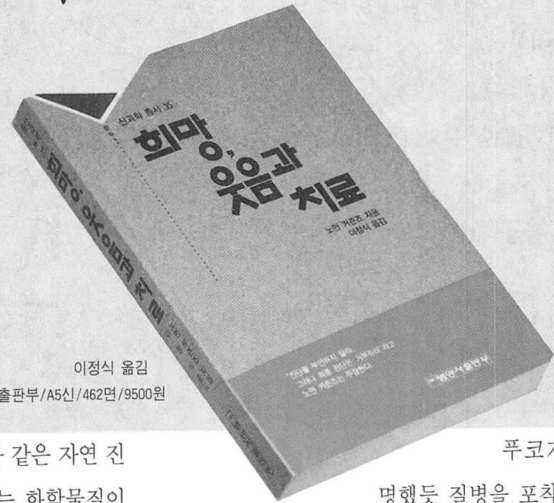
다. 웃을 때 뇌하수체에서 엔돌핀과 같은 자연 진통제가, 부신에서 염증을 낮게 하는 화학물질이 나오는 것이 대표적인 예다. 그리고 웃음은 동맥이완을 이끌어 혈액순환을 돕고 혈압을 낮추며, 스트레스와 분노를 완화시켜 심장마비와 같은 돌연사를 예방한다. 가장 중요한 것은 면역세포를 증가시켜 감기와 같은 감염질환은 물론, 암이나 성인병에 대한 저항력을 높인다는 것이다.

지은이는 환자의 공포나 무기력, 반복되는 스트레스 때문에 병세가 점진적으로 악화되는 현상을 실험으로도 증명했다. 이에 따라 "모든 질병의 85%는 자기 제한적"이라는 프란츠 잉겔핑거의 추산을 미국 국민의 재교육에서 가장 중요한 사실로 부각시켜야 한다고 말한다. 따라서 그가 볼 때 환자들을 나쁜 감정에서 구해내 긍정적 정서 상태로 이끌어내는 의사들의 '대화술'은 매우 중요한 의료적 기법이다.

실제로 미국의 병원에서는 '유머도서관'이 운영되고 '코미디 치료단'이 발족되는 등 치료에서 '웃음'의 실효가 보편적으로 인정되고 있다.

근대의학의 한계 극복한 인간적 돌파구

하지만 이 책의 본질적인 미덕은 '웃음'과 '질병 치료'의 대응관계에 있지 않다. 지은이는 질병의 치유 여부를 떠나서 의사와 환자 사이에 진정한 인간관계가 형성돼야 함을 강조한다. 웃음이 의사와 환자의 왜곡된 관계와 진찰환경을 상호대화적인 환경으로 변화시키는 촉매제가 돼야 한다는 것이다.



이정식 옮김
범양사출판부/A5신/462면/9500원

푸코가 증명했듯 질병을 포착하려고 애쓴 의학적 시선의 변천과정은 결코 인간적이지 않았다. 외부적으로 볼 때 근대의학의 성립엔 인구학이나 도시계획, 산아제한, 정신병원의 설립 등 수많은 권력관계와 자본의 메커니즘이 맞물려 있었다. 내부적으로는 신체 증상을 그 시대의 언어가 아닌 새로운 의학적 용어로 분절하고 재단함으로써 많은 무리를 초래했다. "입원실문에 기대, 암 말기라고 진단하는 의사의 중성적인 목소리에 절망하는 환자들"이란 예에서 보듯, 근대의학은 그것의 성립 자체가 내장한 무리한 예측설계로 그동안 꾸준히 한계를 노출해왔던 것이다.

이 책은 이런 근대의학의 기계적 과학성을 웃음이라는 '인술' (人術)로 '상담치료'하고 '처방'을 내린다. 잔병엔 굳이 약을 쓸 필요가 없으며 심한 두통도 매일 쇼 프로그램을 보며 한시간씩 웃으면 나올 수 있다. 환자들의 희망이나 용기를 빼앗는 건 금물이다. 과학적 판단은 질병을 진찰하고 그 증상을 확인해나가는 과정에서 결코 궁극적 심판자가 될 수 없다는 것, 인문과학과 자연과학은 궁극적으로 서로 분리될 수 없다는 것이 지은이의 주장이다. - 강성민 기자