

3대 미항의 나라 호주연수를 다녀와서

이말수

한강성심병원 간호과장

지난 7월 2일 석양이 곱게 내리던 저녁 한국 가톨릭 호스피스 협회 주관으로 전국에서 호스피스 활동을 하고 계신 호스피스 회원 20명은 7박 8일의 여정으로 호주 호스피스 연수교육을 떠났다. 출발할 때 마음은 몹시도 착잡하고 망설임도 많았는데..... 그래 떠나자! 조용히 나만의 시간이 필요해! 나 자신을 되돌아 보고 나의 새로운 삶! 미래를 한 번 생각해 보자 하고 자신을 달래며 우리 일행은 비행기에 몸을 싣었다.

2일 저녁 인천공항을 이륙한 비행기는 3일 이른 아침 햇살을 받으며 한 폭의 그림처럼 아름다운 나라! 바다에 둘러싸인 신비스런 호주 시드니에 위치한 김스포드 국제공항에 7시15분에 도착하였다. 우리는 시드니에서 다시 QANTAS사 국내선을 타고 약 2시간 떨어진 아델레이드공항에 도착했다. 공항에 도착해 보니 7박 8일 동안 우리를 위해 수고해 주실 흥 제노 선생님께서 너무나 반갑게 우리 일행을 맞이해 주셨다.

넓게 드리워진 푸른 초원과 고층은 별로 없고 모두가 단층집으로 질서있게 지어진 예쁜 집들과 잔디에 앉아 책을 읽는 사람, 한 가족이 럭비를 즐기는 모습 등 너무나 평온하고 여유롭게 보이는 아델라이드 시내를 우리 일행의 마음을 한번에 사로잡았다.

호주의 날씨는 7,8월은 겨울이라 하여 한국의 겨울을 생각했으나 생각과는 달리 우리나라의 가을 날씨처럼 덥지도 않고, 춥지도 않은 여행하기에는 너무나 좋은 날씨였다.

오후 3시경 첫 견학하러 간 곳이 갈바리 호스피

탈(GALVARY Hospital)과 메리포트(MARY POTTER) 호스피스 병동이었다. 한국에 파견되어 있는 작은 자매회 수녀님들이 이 곳을 운영하는 곳으로, 원장 수녀님을 비롯한 전 직원이 나와 우리 일행을 기쁘게 반겨 주었다. 호스피스 대상자는 16명에 간호사 4명이 돌보며 현재 자원봉사자가 약 90명 정도가 있어 24시간 Full time으로 간호사와 봉사자의 지속적인 돌봄이 이루어지고 있었다. 병원내부는 환자중심으로 편리하고 아름답게 꾸며져 있었으며, 가족을 위한 휴식공간이 잘되어 있어 환자와 가족이 편안하게 병상 생활을 할 수 있도록 마련되어 있었다.

원내에는 소 성당이 있었는데 이 곳에서는 가톨릭 예식뿐만 아니라 불교예식, 기독교예식 등 타 종교의식이 다양하게 이루어지고 있었다. 인상적이었던 것은 소성당 제대 위에는 한 권의 노트가 놓여 있었는데 이 곳을 거쳐 간 수많은 호스피스 대상자와 가족, 그리고 유가족이 이 곳에서 머물면서 슬프고, 아프고, 외롭고, 고통스런 그들의 애환을 담은 글들이었다. 고인이 된 지금 생시에 적은 글만이 그대로 남아 있어 가족의 가슴속에 살아 있을 그 영혼을 생각하며 우리들의 마음을 슬프게 하였다.

병원내에는 부모가 죽은 아동이나 현재 메리포터에 입원해 있는 환자 아이들을 위하여 세인조셉이란 건물이 따로 있었는데 아동 호스피스를 위한 집으로 특별히 마련되어 있었고, 아동들의 상상력은 어른을 능가하는 놀라움이 있기 때문에 임종전, 후 과정에 함께 참여시키고 있다고 설명해 주었다.

또한 환자가 암진단을 일단 받게 되면 먼저 환자에게 지금의 상태와 앞으로 치료계획이나 호스피스에 대해 설명해 주고 환자와 가족이 함께 동참할 수 있도록 하고 있었다.

이 곳의 환경과 시설을 그대로 우리나라에 함께 가지고 가고 싶다는 부러움을 안고 우리 일행은 오후 5시경 Dr. 매독스의 덕에서 저녁 다과회를 초대받아 그곳으로 향했다.

바닷가에 위치한 하얀 2층집으로 저녁노을에 비치어 꿈의 궁전처럼 아름다웠고, 노부부가 준비해 주신 다양한 음식과 와인을 마시며 잠시나마 각자가 영화의 주인공이 된 것처럼 너무나 행복해했다. 우리들을 행복하게 해 주셨던 Dr.매독스 노부부께 진심으로 감사의 말씀을 다시 한번 드리고 싶다.

7월 4일과 5일은 일정대로 Daw House에서 아침 9시부터 오후 5시 30분까지 Full time으로 호스피스 연수가 시작되었다.

첫째시간은 Ian Maddocks의 Daw House에 대한 전반적인 오리엔테이션을 받았다.

아텔라이드는 영국의 비즈니스에 의해 개발된 도시로 땅을 분배하여 집을 지어 모든 것이 규격적이었으며 행정구역은 동·서·남·북의 4부분으로 나누어 남쪽은 30만명 인구가 살고 있고 각 지역마다 호스피스 담당관리구역이 정해져 있었다. 첫날 방문했던 갈바리 호스피탈의 메리포트 호스피스도 그 중의 하나라고 하였다.

둘째시간부터 마지막 시간까지는 호스피스의 전반적인 개요와 실제적으로 Daw House에서 하고 있는 다양한 프로그램에 대해 들을 수 있었다.

호스피스를 하기 위해서는 Palliative Care에 대한 개념을 먼저 이해해야 한다며, Palliative Care



수료식후 Dr.매독스와 함께 작하게 되었고, 의대생들은 주

란 통증과 질병을 조절해 주므로 환자와 보호자의 삶의 질을 최대한 높여 주는 것으로 통증을 완화시켜 주면, stress도 완화되므로 환자의 신체적 심리적인 면을 통합하는 것이라 하였다.

Palliative Care는 능동적이고 총체적(Holistic) 돌봄이며, 환자가 무엇을 생각하느냐가 가장 중요하다고 하였다.

이 곳에서는 10년 전부터 시

1-2회 이 곳에서 강의를 듣는

다고 하였다. 또한 세계 많은 사람들이 관심을 갖고 이곳으로 교육을 받으러 오며, 캐나다, 뉴질랜드, 일본, 말레이시아 학생들이 이 곳에서 교육을 받고 갔다고 한다.

요즈음 호주 역시 임종을 맞이하는 장소가 바뀌어 가고 있어 30~40년 전에는 어려움이 있는 자가 양로원으로 보내 졌지만, 근래는 호주 역시 고령화가 되어 호주 정부에서는 재정지원 문제가 생겼다고 한다. 지금은 돈이 있는 분만 양로원에서 돌봄이 이루어진다고 한다.

2년전에 매독스 선생님께서 한국을 방문하여 어느 호스피스 기관을 방문하고 의아했다고 한다.

그 이유는 모든 환자가 수액을 꽂고 있었고, 많은 환자들이 영양관을 삽관하여 영양공급을 하는 것이었다고 하며 한국의 호스피스 환자들은 통증외에도 이증고통을 갖고 있는 것 같다고 지적 하였다. 환자의 삶을 얼마간 연장 시킴 보다는 차라리 온 가족이 환자 병상에 모여 앉아, 귀에 익숙한 소리를 들으면서 편안한 모습으로 임종하는 것이 낫다고 하였다.

나라마다 문화적 배경은 다르지만 무엇이 진정한 환자를 위한 것인지 결정 하는 것이 매우 중요하다

고 강조하셨다.

만 2일간 진행된 교육을 받으며 한편으로는 호주의 의료복지가 부럽기도 하고, 우리나라도 해마다 암환자와 임종환자가 늘어나고 있는 추세이므로 하루속히 Palliative Care가 독립된 분야로 정착화 되길 희망하며 매독스 선생님께서 직접해 주신 "Palliative Care에 대한 수료증" 증정식에 함께 했다. 우리를 위해 시간을 내주신 Daw House Hospice 모든 분들께 감사드립니다.

3박4일간의 연수를 마친 우리는 6일 아침 아름답고 조용한 도시, 밤이면 더욱 적막하고 고독이 흐르는 아델라이드를 떠났다. 새벽부터 서둘러 8시 비행기에 탑승하여 시드니 공항에 10시에 도착하였다. 공항에는 어제 밤 먼저 떠나셨던 홍제노 선생님이 우리를 기다리고 있었다. 우리는 공항을 떠나 곧바로 시드니 시내에 자리한 예수성심수녀회에서 운영하는 SACRED HEART HOSPICE 기관을 방문하였다.

이 기관은 정부지원으로 운영하고 있으며 에이즈 환자를 돌봐 주는 기관으로 (세계 4병원 중 한 곳) 알려진 병원이라고 하였다. 시드니의 도시는 100년 전 영국의 죄수들이 끌려 와서 개발한 도시로 남자가 많고 여자가 적기 때문에 Homo Sex에 의한 에이즈 감염자가 80년 당시에는 거의 25%를 차지했다고 한다.

그 동안 에이즈에 대한 교육과 계몽 훈련으로 많이 감소추세(9%)이며, 에이즈에 대한 약 개발로 생존율도 길어졌다고 한다.

현재는 50병상에서 25병상으로 축소 되었으며 입원 환자의 비율은 70%는 암환자가 차지하고 있었다. 6명의 간호사가 매일 매일 가정에 있는 환자에게 전화로 환자 상태를 확인하여 필요시 가정 방문을 하고 있으며, 언제든지 상태가 악화되거나 통증 조절이 필요할 때는 이 곳 병원으로 입원을 시킨다고 한다. Day Care 환자를 위한 프로그램도 있

었으며 보호자들에게 휴식을 제공해 주기 위해 환자를 2주정도 이 곳에 입원시키는 경우도 있다고 한다. 정말 환자와 가족들에 대한 세심한 배려에 우리 모두는 놀랐다.

오후 3시경 대청마루라는 한식집에서 해물탕을 맛있게 먹은 후 우리 일행은 마리아의 작은 자매회 수녀님들께서 정부의 지원으로 운영하고 계시는 Delton Garden 양로원으로 서둘러서 출발하였다. 그곳에 도착했을 때 한국에 25년간 머물면서 한국 호스피스 활동을 위해 수고해 주셨던 메리 트레시 수녀님께서 정문 앞에 마중 나와 우리를 반겨 주셨다.

거대한 땅에 자리한 이 곳은 어느 독지가가 기증한 땅으로 한마디로 축복 받은 곳이었다. 3년 전까지는 100병상이 운영되었으나 지금은 정부에 의하여 50병상으로 축소되었다. 25병상당 RN 6명, 사회사업가 3명이 근무하였고, 방문간호사 5명은 매일 가정으로 전화 확인 한 후에 필요시 방문하고 있었다.

일행은 트레시 수녀님의 안내로 고급스런 세미나실에서 다과회를 갖고 은빛대화를 나눈 후 기념촬영을 하고 Dalton Garden 을 골고루 돌아보았다. 도서실, 응접실 등 모두가 고풍스런 가구들로 영국의 황실을 연상케 했다. 이름 모를 정원의 나무들도 아름다웠으며 군데 군데 놓여 있는 성모상이 정원을 더욱 아름답게 하였다.

Day care센터 운영에는 하루 10-20명의 외부 환자가 이용하며 월요일은 마사지, 손톱 다듬기, 음식 서빙하기, 피아노 연주, 음악명상시간이 있고 목요일은 그들을 데리고 외출돌기를 하고 있었다. 우리가 그 곳을 방문했을 때 치매할머니 한 분은 우리를 가족처럼 생각했었는지 수녀님을 끌어안고 봉사자를 끌어안고 불을 비비며 아기처럼 좋아하였다. 짧은 만남이었지만 긴 여운이 남았다.

우리는 그 안에 다른 양로원도 가 보았다. 공동으로 사용하는 식당에서 모두가 식사 중이었다. 울

창하고 잘 가꾸어진 정원과 아담하게 꾸며진 1인실을 방문했을때 우리는 미세한 부분까지 세심하게 배려한 모습들을 엿볼수 있었다. 성당을 들러 잠시 묵상을 한 후 우리는 떠날 준비를 하였다. 트레시 수녀님은 우리와의 이별을 아쉬워하시며 우리가 탄 버스 위로 올라오시어 한국에서 즐겨 부르시던 아리랑 노래를 춤을 추시며 우리와 함께 부르고 아쉬운 이별을 하였다.

다음날 4일간의 연수와 기관견학을 마친 우리일행은 호주 시드니 관광을 하였다.

첫 코스는 오페라 하우스 앞에서 Circular Quay에서 배를 타고 Manly Bay에 도착 하였다. Manly란 "그 곳을 발견한 자가 사람과 같은 그 무엇이 있더라"는 뜻에서 지은 이름이라고 하였다. 높은 파도에 탁 트인 수평선을 바라보며 많은 생각을 띄어 보내었다. 사랑하는 가족을 생각하고 언젠가는 내 가족들과 함께 꼭 다시 오리라고 다짐하면서 그 곳을 떠났다.

버스를 타고 해변가를 달리며 모두가 생활의 가면을 벗고 아기처럼 깨끗한 마음으로 동심의 세계를 즐겼다. 풀향기와 이름모를 잔잔한 나무사이를 걸어가니 멀리 South Head를 바라보는 신비스런 감정들이 우리 마음을 구름처럼 떠돌아 다니게 하였다. "이 곳 시드니는 정말 아름답구나!. " 자연 속에 인간이 존재하고 인간이 바로 자연인 것을 느끼면서" 일행은 돌아오는 길에 지금은 텅 빈 가톨릭 신학대학을 방문했다.

호주는 신학생이 없어 폐교하고 지금은 스위스에서 임대하여 사무실로 사용하고 있었다.

주인 잃은 집, 석관으로 웅장하게 지어진 이 곳은 정말 아름다웠다. 아름다리 긴 고목이 외롭게 인적을 기다리고 있는 듯 하였다..

Mr's Macquaies Chair를 들러 우리는 걸어서 오페라하우스에 도착하였다. 하얀 벽돌 200만개를 수입하여 벽돌로 만들어진 하얀 지붕은 먼지가 타지 않고 더러워 지지 않는 것이 특징이라 하였다.

오페라 연주는 그날 사정으로 관람하지 못하였다.

Harbour Bridge는 시드니에서 유명한 다리로 중심가에 자리 잡고 있었다. 이 다리는 약 100년전에 만든 다리로, 하나하나 못을 박아 만들어서 견고하며 외형이 높고 매우 웅장하였다.

아름다운 도시 해변가를 Bus로 달려 오후 2시가 되어 바닷가에 위치한 전통 Sea Food 레스토랑에서 갈매기를 바라보며 한국에서는 너무 비싸 먹지 못했던 랍스타 요리를 맥주와 함께 분위기를있게 식사를 한 후 오후 5시경 황혼이 내릴 무렵 South Head에 도착하여 멀리 바라보이는 North Head를 바라보며 호주 시드니가 3대 미항중에 하나라고 한 사실을 실감할 수 있었다.

넓은 바다의 기를 한몸에 받고 돌아오는 길에 공동묘지를 지나왔는데 그 옆에는 바로 학교가 자리하고 있었다. 호주는 삶과 죽음을 넘나드는 민족으로, 죽음을 멀리하지 않고 항상 현실로 받아들이는 민족인 것 같았다.

우리는 지친 몸으로 시드니의 명승지인 Bondi Beach에 도착했다. 모래가 너무나 가늘고 부드러워 제사 때 향을 담아 피웠으면 좋겠다는 일행도 있었다. 돌아오는 길에 저녁식사를 한 후 그대로 숙소로 들어가기에는 아쉬움이 남아 버스를 타고 Harbour Bridge의 야경과 유람선을 한없이 바라보며 시드니의 야경에 흠뻑 젖었다.

8일 오늘은 시드니에서 맞는 주일날이고, 마지막 관광 날이다. 아침 7시 미사에 참석하기 위해 10여명이 모였고, 도보로 5분거리에 위치하고 있는 성페트릭 성당에서 알아듣지 못하는 강론을 들으며 이곳까지 오게 해 주신 하느님께 감사의 기도를 올렸다.

오전9시 호텔 뷔페에서 아침식사를 마치고, 우리 일행은 마지막 여행지인 Blue Mountain을 향해 고속도로를 달렸다. 약2시간을 달려 우리는 Three Sisters와 Blue Mountain에 도착하였다.

도착한 우리는 모두가 와- 하고 한호성을 질렀다.

너무나 아름다운 곳, 마치 누군가가 뛰어내리면 나무들이 스폰지처럼 받아 줄 것 같은 착각을 불러 일으킬 정도로 푸르른 나무들이 뿅뿅이 숲을 이루고 있었고, 안개가 아닌데도 항상 산 전체가 푸르게 보이는 신비스런 산이라서 Blue Mountain이라고 한다.

우리는 그 곳에서 힘들지 않은 코스를 정하여 함께 등산을 하며 아름다운 이곳의 기를 온 몸에 받았다. 오늘 점심은 특별히 넓은 잔디위에서 숯불 갈비구이 가든파티를 하기로 하였다. 우리 일행은 등산도 했고, 점심식사 시간도 조금 지난 후라 달콤한 와인과 함께 너무나 맛있게 식사를 마쳤다. 정말 잊지 못할 점심식사 시간이었다.

시드니로 돌아오는 길에 잠깐동안 코알라와 캥거루가 있는 동물원 구경을 하고, 얼마전에 개최했던 시드니 올림픽 경기장 등을 멀리서 바라보며 마치 올림픽때 시드니에 왔던 것 만큼 기분을 만끽할 수 있었다.

저녁식사후 숙소로 돌아온 우리는 시드니에서의 마지막 밤을 기억에 남기고 싶다고 하여 대충 짐을 정리한 후 다시 해변가 카페로 나갔다. 제노선생님은 며칠동안 우리들을 안내하느라 지쳐 쉬고 싶어 하였지만 우리들의 바람이 그렇다고 하니 선뜻 기쁘게 함께 해주셨다.

해변가에 위치한 카페로 들어가 와인과 음료수를 함께 마시며 아쉬운 시드니에서의 마지막 밤을 보냈다.

9일 호주를 떠나 오던 날 우리 모두는 뜬 눈으로 밤을 새고 못다한 말들을 남긴채 아침 5시경 서둘러 집을 챙겨 시드니

Menzies Hotel을 떠났다. 준비해온 아침을 들고 김스포드 국제공항으로 나왔는데 일행 중 한 명이 여권을 분실하여 어쩔수 없이 한 명을 그 곳에 남겨두고 19명만 쓸쓸이 마음아파 하면서 비행기에 몸을 싣었다.

스위트 홈을 부르며 함께 지칠 줄 모르고 즐겁게 지낸 그 곳 호주!

질서 속에 잔잔한 아름다운 나라! 호주의 정취를 마음에 하나가득히 담고 우리 일행은 이곳에서의 새로운 만남을 위해 밝은 모습으로 새 일터로 가야 하며 새로운 마음으로 그리스도인의 Three 뿌를 외쳤다.

첫째, 마음이 이쁘고 둘째, 믿음이 기쁘고 셋째, 봉사에 바쁜 그리스도 인으로 다시 태어나서 우리가 그 곳에서 배운 것을 한국에서 실천하고 거짓의 탈을 벗어 버리고 이웃과 진정한 나눔의 생활로 소중한 호스피스 봉사자가 되기로 마음속 깊이 되새겨 본다.

사랑은 나눌수록 희망이 커지고 남을 돕는다는 것은 바로 자신을 돕는 것임을 되뇌이며.....우리는 헤어짐을 아쉬워 하였다.

마지막으로 좋은 만남을 함께 나누었던 우리 일행들과 유익한 교육이 될 수 있도록 준비를 철저히 해 주신 협회장님이신 김혜자 수녀님, 그리고 교육시간마다 우리들에게 편안한 모습으로 강의를

해 주신 매독스 선생님, 낫선 이국에서 처음부터 끝까지 조용한 미소로 한결 같이 자상하게 보살피 주신 홍제노 선생님께 진심으로 감사 드리며, 부족하지만 지면을 통해 호주 연수를 다녀온 나의 소감을 마치고



매리포터 호스피스 앞에서