

병을 보는 새로운 눈..

‘대안요법’ 그 가능성은?

글_ 장성호 고려대학교 의대교수 torchid@korea.ac.kr

합 리와 이성이 지배한다는 미국 사회에서조차도 전통적 병원치료가 비전통적인 대안요법에 자리를 내주는 일이 늘어나고 있는 것으로 조사됐다. 즉, 많은 미국 사람들이 기도나 한약, 침술, 마사지 또는 요가 등 전통적이지 않은 치료법으로 자신의 병을 치료하려 한다는 것이다.

미국 정부에서 성인 3만1천 명 이상을 대상으로 조사한 바에 의하면 미국에서 포괄적으로 비전통 의학의 사용 여부를 조사한 결과 36%가 보조요법 또는 대안(代案)요법을 사용하고 있는 것으로 밝혀졌다.

여기에 기도(祈禱; prayer)까지 포함시키면 62%로 증가한다. 미국인의 20%는 한약, 효소 등을 사용하는데 이들 건강보조제 가운데는 감기나 인플루엔자의 치료 또는 면역작용을 강화시켜주는 효과가 있다고 하는 국화과 식물인 에키나시아가 가장 인기가 있어서 무려 40%에서 사용되었고, 다음으로 인삼 24%, 은행 21%, 마늘 19% 등의 순서로 사용되고 있었다. 의학적인 이유로 12%는 단전호흡운동을, 8%는 명상을, 5%는 요가를 했고, 또 다른 5%는 마사지 요법을, 그리고 4%가 다이어트를 했다고 한다.

이러한 조사는 여러 가지 요법의 안전성 및 효과에 대한 검증이 얼마만큼 과소평가되고 있는지를 말해준다. 특히 어떤 미국인들은 불안이나 스트레스에 사용하는 가바가바(kava kava) 추출물이 간독성이 있음에도 불구하고 아직도 사용되고 있다고 했다.

일반적인 상식으로 자연 상태에서 얻은 것은 안전하다고 생각하는 사람들이 많지만 때로는 이러한 물질들이 위험할 수 있다고 이 연구를 주관하고 있는 국립건강연구소(NIH)의 보조요법 및 대안요법센터에서 일하고 있는 수석자문관 중 한 사람인 나인 박사는 말했다.

미국인 62% 대안요법 치료경험 있어

아직도 많은 사람들은 그들이 비전통 의술로 통증이나 질병을 치료했다고 말한다. 일례로 84세 된 맥도널드 씨는 그녀가 수년 동안 아주 심한 요통을 앓아 왔는데 침과 척추의 조작, 그리고 물리치료를 병행하여 치료했다고 말한다. “그것은 끔찍한 통증이었지만, 지금은 볼륨댄스를 할 정도가 되었지요.”

흥미있는 사실은 흡연자들이나 고등교육을 받은 여성들 중 과거에 병원에 입원하였던 경험이 있는 사람이 비전통 의술을 이용하는 예가 많다는 점이다. 요통, 경부통증, 두통, 관절통, 감기, 불면증, 위장질환, 불안 신경증, 우울증 등이 이러한 비전통적인 방법으로 치료하려고 하는 주요 질병들이다. 은퇴한 치과의사인 밀러 씨는 아주 극심한 두통으로 쇠약해져 있었는데 침과 척추조작을 받으면서 지금은 완전히 치유된 것은 아니지만 전보다 훨씬 좋아졌다고 말한다.

그러나 이러한 치료법은 고혈압, 고콜레스테롤혈증, 갱년기 증후군, 천식, 당뇨, 때로는 암에서도 사용되고 있다고 연구자들은 말하고 있다. 55%에 해당하는 사람들은 전통의술과 대안요법을 같이 사용하고 있으며, 13%는 전통의학이 너무나 비용이 많이 들기 때문에 대안요법을 사용한다고 하였고, 28%는 전통의학은 그들의 건강문제에 별도움이 되지 않는다고 생각하고 있었다.

전통의술과 대안요법을 함께 사용하고 있는 알링턴 클리닉에서 맥도널드를 치료했던 카플란 박사는 이것이 미래의학이 될 것이며 자신들은 모든 방법 중에 가장 좋은 것을 선택하여 사용하고 있다고 말한다. 환자들이 의사를 찾는 방법 이외에 가장 자주 쓰는 치료방법은 기도요법인데 43%는 자신들의 건강을 위해서, 24%는 다른 사람의 건강을 위해서 기도한다고 한다.



이전에 보건통계국과 질병관리 및 예방센터에서 시행하였던 작은 규모의 연구조사에서 보면 대안요법의 인기는 빠른 속도로 상승하고 있다. 더 상세한 최근 연구결과를 보면 대안요법을 선호하는 추세는 계속되고 있다. 이러한 연구결과는 미국인들이 질병을 예방 또는 치료하고, 삶의 질을 높여 줄 것이라는 기대에서 여러 가지 대안요법들을 선택하고 있다는 사실을 보여주고 있는 것이라고 국립 보조·대안요법센터에서 책임을 맡고 있는 스트라우스가 말했다. 하버드의대의 아이젠버그도 대안요법이 미국의 건강관리 시스템에서 중요한 자리를 차지하고 있다고 말했다. 그는 앞으로 이러한 연구결과가 일시적인 유행인지 어떤지에 대한 의문을 잠재울 수 있어야 하고, 연구가 공정하고 신빙성이 있기 위해서는 이러한 치료법이 효과가 있는지 여부, 그리고 안정성 여부, 효과가 있다면 작용기전은 무엇인지, 그리고 이러한 방법을 사용하는 것이 비용을 증가시키는지 등에 관한 것들이 포함되어야 할 것이라고 말했다.

과학적인 효능은 입증된 바 없어

2002년에 실시되었던 연구에서는 미국에서 흔히 사용되는 27가지의 대안요법에 관한 질문과 침술요법사와 지압요법사가 시행하는 요법에 관한 10가지 질문과 환자 스스로 시행하는 한약, 특수 다이어트, 비타민 요법 등에 관한 질문 17가지가 포

합되었다. 이전의 연구는 조사대상이 된 치료방법의 가짓수도 훨씬 적었고, 직접적인 심층질문 조사 대상도 적었다. 미국의 한약연합회에서는 이 결과에 대해서 호의를 표했으나 주류를 이루는 전통의학 전문가들 중 일부는 우려를 표명하였다.

지금까지 대안요법의 안전성과 효능은 과학적인 배경에서 입증된 바가 없다. 대안요법에 관심을 가지게 되는 환자들은 그들의 담당의사에게 사실을 알려서 전통적인 의료시술을 중단 또는 연기하는 것이 자신들의 건강에 어떠한 영향을 가져올 것인지를 충분히 논의할 필요가 있다.

스탠퍼드 의과대학의 명예교수인 샘프슨은 대안요법에 대한 연구에 대하여 비판을 하면서 연방정부가 이런 연구를 하는데 기금을 대는 것은 공연히 납세자들의 돈만 낭비하는 것이라고 하였다. 그는 우리가 이미 알고 있는 사실들을 미국의 일반대중이 앞으로 알아차리는데 얼마나 많은 비용이 더 들어갈 것인지를 질문하면서 이러한 일들은 대안요법 공급자인 제조업자들을 위해서 아까운 세금을 들여서 그들의 시장조사를 도와주는 꼴이라고 비난하였다.

뉴욕 슬로안-케터링 메모리얼 암센터의 은퇴한 생화학자 그린도 지금까지 어떤 치료법도 효과가 있다는 증거가 나오지 않고 있으며, 해를 끼친다는 증거는 증가하고 있다고 말했다. 그린은 이런 치료법의 어느 하나라도 그 효과에 대한 과학적 근거가 없으며 그들은 상품권을 팔아 왔던 것이나 마찬가지라고 주장하였다. 그 일례로 FDA는 최근에 인기를 누렸던 체중을 줄여준다는 한약제 에페드라에 대해서 판금조치를 취하였다는 사실을 지적한다.

나인 박사는 어떤 제품은 전통적인 의료 시술에 문제를 일으킬 수도 있다는 것을 인정하지만 많은 경우에 도움이 될 수 있다고 말한다. 만일 사람들이 효과가 있는 전통적인 의술대신에 보조요법이나 대안요법을 시술한다면 문제가 될 수 있지만, 전통적인 의술에 아무런 방해도 주지 않고 보조적인 수단으로 사용한다면 문제가 될 것은 없을 것이라고 그는 말한다. 베세즈다의 위스네스키 건강연합에서 여러 가지 의술을 종합관리하고 있는 가정의학과 의사 코빙턴은 이에 대해 긍정하면서 전통 의술과 대안요법에 대한 구별이 어려운 점을 지적하고, 질병에 대해 신체적인 면만을 볼 것이 아니라 신체, 정신, 정서 등 전체적인 양상을 종합해서 이해하여야 한다고 강조했다. ⑤