

HIV 감염인의 직장생활

타인의식말고 자신의 생활리듬 지녀라

:: 강태수 가명·감염인

나에게 아무런 피해를 주지 않는 신체적 장애인들에 대한 편견과 차별도 엄연히 존재하는 우리네 사회에서 행어 나에게 피해를 줄지도 모른다는 막연한 공포와 두려움의 대상인 에이즈 환자나 감염인들에게 있어서의 직장생활이나 사회생활은 참으로 표현하기 힘든 과제다. 힘든 직장생활을 유연하게 하기 위해서는 무엇이 필요할까?

지난 2002년 6월 어느 날 15년이 넘게 다니던 직장에서 근무를 하던 중 갑자기 알 수 없는 이유로 실신을 경험하게 된 나는 회사 근처의 종합병원 응급실로 실려가 1주일간의 혼수상태에서 깨어난 후 마흔하늘에 날벼락 같은 소식을 접했다. 에이즈 양성판정이라는 충격적 사건이었다.

나와는 전혀 상관없는 일로만 생각하며 에이즈에 무지했던 지난날을 후회도 해 봤으나 현실은 냉정하기만 했다. 뇌리를 스치며 가장 먼저 떠오르는 단어는 “이제 모든 것이 끝났구나. 나의 인생도 이렇게 허무하게 무너지고 마는구나.”라는 생각과 함께 몇 개월 후면 죽을 것이라는 생각을 하니 화가 나기도 하고 불안하기도 하고 무엇보다 어떻게 처리를 해야 할지 도무지 감이 잡히지 않았다.

갑자기 나 자신이 미워지는 것은 물론 모든 것이 귀찮고 관스레 짜증이 심해지고 사람이 싫어지기 시작했다. 어디든 아무도 없는 먼 곳으로 무작정 떠나고 싶다는, 아니 완전히 사라져 버릴 수만 있다면 그러고 싶은, 현실 도피적 생각이 뇌리에서 떠나지 않았다.



비감염인이더라도 한두가지 약을 복용

그렇게 시간이 흘러 한 달여만에 퇴원을 하게 된 나는 일종의 오기 같은 마음이 생겼다. 건강이 허락하는 한 해보리라 마음먹고 직장생활을 계속해 나갔다. 그러나 마음먹은 것과는 달리 순탄치만은 않았다. 직장생활이나 사회생활이 그렇듯이 혼자만의 할일로 끝나는 것이 아니지 않은

가? 선배, 후배, 동료들과 함께 어울려야 하며 심지어는 거래처 접대 등 크고 작은 모임 등에서 매번 움츠러드는 마음을 어찌할 수가 없었다.

특히 하루에 3번 이상씩 복용해야 하는 알약의 경우 동료들 몰래 화장실이나 밀폐된 공간을 찾아서 먹어야 했으며, 매월 방문해야 할 병원 진료일이 다가오면 알 수 없는 불안감에 늘 조바심이 일었다. 월차, 연차를 활용하기도 했으며 ‘급한 일이 있다, 부모님이 갑자기 위독하다’는 등등으로 적당히 그 이유를 둘러대 보지만 진료일이 다가올 때면 또 무슨 말로 위기를 넘기느냐가 가장 큰 고민이었다.

또한 병원에서 아는 사람을 만나게 될 때면 무의식적으로 피하는 버릇이 생겼으며, 행여 낯익은 얼굴이 보이지 않는가 두리번거리는 습관도 생겼다. 더구나 투약을 하면서 겪게 되는 부작용들, 빈혈, 구토, 오심, 어지럼증, 설사 등 쉽게 피로해지는 내 모습을 지켜보며 과연 얼마나 더 버틸 수 있을까를 고심하며 여차하면 사표를 내리라 마음먹으며 가슴에는 늘 사직서를 품고 다녔다.

2년여 세월이 지난 지금 나는 직장 및 사회생활에 있어 안면이 좀 두꺼워졌다. 뻘뻘해졌다고나 할까? 아직까지 직장에서 노출(Coming out)은 하지 못했다. 노출 이후 겪게 될 곱지 않을 따가운 시선과 해고될지도 모른다는 불안감에 대처할 자신이 없기 때문이다.

지난날을 회고하며 후회도 해 보지만 그래도 나의 인생에서 할일이 남아 있다면 최선을 다해 보리라 마음먹으며 죽음의 그늘이 찾아오는 그날까지 당당하게 살아야겠다고 다짐하기에 이르렀기 때문이다.

직장생활 시 효과적인 투병방법

이 글을 읽는 감염인들에게 투병생활과 직장생활을 병행하면서 겪게 될 실질적 문제들에 있어서 나의 경험이 얼마나 도움이 될지 모르겠으나 소개되는 방법 가운데 취사선택하기 바라며 나름대로 자신의 처지에서 가장 합리적인 방법을 모색할 수 있으리라 생각된다.

◆ 직장생활 중 약 복용은 어떻게 하는 것이 효과적일까?

우선 하루에 2, 3회 복용해야 하는 번거러움이 있기에 하루 8시간 내지 12시간 주기로 활용방법을 권하고 싶다. 우선 출근 전 오전 6시~7시 사이에 약을 복용한다면 이후 점심시간이 끝난 오후 2시~3시 사이에 중간약을, 이후 퇴근 후 10~11시에 복용하는 방법이다. 아울러 12시간 간격으로 복용할 경우 일단 출근 후 10~11시 사이에 한번, 이후 퇴근 후 약을 복용한다면 직장 내에서의 약 복용에 대한 두려움을 상당히 줄일 수 있다고 생각한다.

◆ 병원진료차 내원시 어떤 방법이 좋을까?

나 역시 초기에는 불안했으나 점차 생활에 익숙해져 갔다.

입원을 요할 경우가 아니라면 연·월차, 휴가, 병가 등을 골고루 활용하면 큰 무리가 없을 것이다.

◆ 근무 중 갑작스런 사태가 발생했을 경우에 어떤 대응이 효과적일까?

가능한 한 침착하게 행동하도록 권하고 싶다. 누구에게나 갑작스런 일이 생길 수 있기에 타인들의 눈을 지나치게 의식할 필요가 없다는 말이다. 일반 사람들 역시 우리가 알지 못할 뿐이지 그들 나름대로는 한두 가지 약 정도는 먹고 있으며 전혀 타인의 눈을 의식하지 않는다.

그러므로 감염인이라 하여 자신의 일이 발각되면 어쩌나 하는 불안한 마음이 더 불안정한 상태를 유발할 수 있기에 발생한 일에 대하여 자극히 자연스럽게 대처해 나간다면 오히려 심리적 안정을 취할 수 있을 것이며 점차 요령도 익혀 나갈 수 있을 것이다.

회사 옥상이나 조용한 공간을 찾아 약간의 휴식을 취하면서 정신적 안정을 피하는 것도 한 방법이 될 수 있을 것이다. 그러나 견디기 힘든 상태가 계속된다면 일단 조퇴를 한다거나 하는 방법으로 이겨 나갈 수 있으리라 생각된다.

이제 그 어떤 질병보다도 감염경로가 확실한 이 질병의 수용, 극복을 위한 최선의 길은 무엇보다도 사회를 긍정적으로 보는 시각과 본인의 정신적 의지가 선행되어야 하지 않을까 생각한다.

남들이 나를 어떻게 생각하며 어떤 각도로 보고 있을까를 고민하며 늘 타인의 시선을 의식하고 사그라지며 생활해야 했지만, 알고 보면 성인 남녀 누구에게나 말 못할 고민, 알 수 없는 질병 하나쯤은 가지고 살고 있지 않은가 말이다.

위장약, 두통약, 신경안정제, 약국 등에서 쉽게 구입할 수 있는 건강보조식품을 비롯해 어떤 이들은 약봉지를 달고 다니며 식사보다 투약의 양이 더 많은 경우들도 있지 않은가? 아직도 가슴 한구석에 19세기의 주홍글씨 같은 멍에를 안고 살아가고 있지만 몇몇한 사회의 구성원으로 살고 싶은 욕망은 나 혼자만의 욕심이 아닐 것이다.

나에게 찾아온 재수없는(?) 질병일지라도 나의 인생의 일부요, 나의 몫이라 생각하고 받아들이면 훨씬 마음이 가벼워진다.