



## 에이즈 말기 환자의 증상과 돌봄의 실제

박 은 속 (세브란스병원 감염관리실)

### (5) 환자의 의식상태가 명료하지 않을 때

질병의 진행상태로 인해 의식이 명료하지 않은 경우가 있다. 가능한 감각자극을 많이 제공하여야 하고, 다치지 않도록 환경을 정리정돈해 주는 것이 필수적이다

- 환자와 적절한 신체적 접촉을 유지한다. 손잡기, 팔짱 끼거나 껴안거나, 등 문지르거나 하는 행위를 적절하게 함께 하는 것이 환자를 안정적이게 한다.
- 말은 조용하고 간단하게 환자를 보면서 말하고, 환자가 대답하기까지 충분히 기다려 주도록 한다.
- 사진, 의미가 있는 여러 가지 개인적 물건들을 배치하고 이에 대해 이야기 하거나 대화의 아 이템으로 활용한다.
- 대화를 할 때는 시계, 달력, 신문, TV등 시간, 장소, 사람을 알려줄 수 있는 물건들을 이용 하도록 한다.
- 뭔가를 할 때는 간단하고 정확하게 무엇을 할 것인지를 설명해 준다.
- 환경은 단순하게 깨끗하게 정리 정돈하여 환자가 다치지 않도록 주의한다.
- 무의식인 경우라도 환자 앞에서 말하는 내용을 주의하도록 한다. 감각 중에서 청각이 가장 오래 남아있으므로 반응이 없더라도 내용을 들을 수 있기 때문이다. 환자가 듣는다고 간주 하고 행동하도록 한다.

### (6) 시각장애가 있는 경우

이차감염으로 인해 시각손실이 올 수 있다. 아직 환자가 시각이 부분적으로라도 남아있는 경우라면 가능한 시각적 자극을 유지하도록 한다. 편안한 색상과 시각적으로 자극을 줄 수 있는 옷을 입거나 의미 있는 사진, 축하카드, 물건 등을 가까이 두고 활용하도록 한다.

- 방을 들어가고 나갈 때, 본인의 이름과 상태를 알리도록 한다.
- 일상생활에서 의사소통에 사용되는 얼굴 표정, 몸짓 등의 비언어적 실마리를 알아차릴 수 없 음을 기억하고 가능한 본인의 상태를 말로 표현해 주도록 한다.
- 환자를 만지거나 뭔가 해 줄때는 왜, 무엇을 어떻게 할 것인지에 대해 설명하고 시작하도록 한다.
- 병실환경에서 나는 소리에 대해 설명한다.
- 방의 가구의 배열을 알려주고 통로를 깨끗이 하며, 가능한 물건들은 재배치하지 않는다.

### (7) 욕창 예방

설사로 인해 피부 위생에 문제를 초래할 수도 있고 동통이나 부동으로 인해 피부통 합 의 문제가 발생할 가능성이 많다.

- 실금이나 상처 배액물과 관련된 습기로부터 피부를 보호한다. 실금이 있어 패드를 사용할 경 우 자주 관찰하고 깨끗하고 건조하게 유지시켜준다
- 피부를 깨끗하고 건조하게 유지한다. 소변 대변 등으로 더럽혀질 때마다 깨끗이 씻는다. 이

- ▶ 때 순한 세척제를 사용하도록 하고 마찰은 최소한으로 하고 뜨거운 물은 피하고 실온 정도의 물을 사용하는 것이 약해진 피부의 외상을 적게 할 수 있다.
- 상처가 있는 경우는 공기 중에 노출하도록 한다. 사지의 피부가 건조해서 손상 받지 않도록 로손 등의 피부 보습제를 사용한다.
- 피부순환을 증진시키기 위한 체위변경과 마사지가 필요하다. 이 때 뼈 돌출부위의 마사지는 오히려 연조직의 손상을 악화시킬 수 있으므로 피한다.
- 엉덩이, 어깨 부위, 팔꿈치, 무릎 등 눕거나 엎드렸을 경우 압박이 가해지기 쉬운 부위의 잦은 사정이 요구된다.
- 움직임을 되도록 유지하도록 한다. 환자가 움직이기 힘든 경우 매 2시간마다 체위변경을 해주도록 하며, 공기침대의 사용이 가능하면 활용하도록 한다. 현재 관절의 움직임의 수준을 파악하여 운동수준을 유지시키도록 한다.
- 베개나 쿠션 등을 적절히 사용하여 뼈 돌출부위에 체중이 실리지 않도록 한다.

### (8) 영양상태가 안 좋을 때

이차 감염의 증상으로 흔히 나타나는 오심, 구토, 설사, 구강 내 병변, 식욕부진 등으로 인해 영양섭취가 어려워진다. 이러한 증상들은 신체 요구량에 못 미치는 영양의 공급과 수분 및 영양분의 과잉 손실을 초래하게 된다. 증상에 따라 다양한 대책을 마련하도록 한다.

#### ▶ 식욕부진일 경우

- 먹고 싶어지게끔 적은 양을 예쁘고 깨끗하게 차리고 기분 좋고 쾌적한 환경을 마련 한다.
- 식사하기 전 양치질 등을 하여 입안을 깨끗하게 한다.
- 창문을 열어놓아 냄새가 많이 나지 않도록 한다.
- 먹고 싶어 하거나 좋아하는 음식을 제공하도록 한다.
- 환자가 싫어하는 음식과 함께 주지 않도록 한다.

#### ▶ 설사가 심할 때

- 설사는 환자에게 허약감과 탈수를 초래할 수 있다. 하루 8컵 이상의 물을 먹도록 한다. 물, 맑은 된장국, 미음, 소고기나 닭 스프, 사골국이나 곰국, 과일 주스, 펀치 등을 먹을 수 있다.
- 사골 국이나 곰국 등은 준비할 때 기름기가 제거하지 않으면 오히려 설사를 악화시킬 수 있으므로 기름기는 모두 제거한다.
- 거품을 형성하여 복통을 유발하는 탄산음료, 이뇨를 촉진시켜 탈수를 가속시킬 수 있는 카페인 음료(콜라, 차, 커피, 핫 초코), 알코올 함유 음료는 피하도록 한다.
- 무가당 보다는 일반 과일 음료가 더 나으며, 음료는 한꺼번에 섭취하는 것보다는 조금씩 마시도록 한다.
- 설사할 경우 많은 양의 칼륨이 빠져나가 기운 없음을 느끼게 되므로 칼륨의 보충이 필요하다. 칼슘이 많이 함유된 음식은 바나나, 감자, 생선과 육류이다.
- 도움이 되는 음식: 흰죽, 곡류를 갈아서 만든 죽 종류, 국수류, 삶은 계란, 오트밀, 아이스크림, 젤리, 바나나, 과일 통조림, 으깬 감자, 요거트, 담백한 크래커 등은 설사를 멈추는 도움이 된다.
- 피해야 할 음식: 자극성 있는 매운 음식이나 지방이 많거나 튀긴 음식, 생과일이나 생야채, 옥수수 등의 섬유질이 많은 음식이나 곡물. 복통이 있다면 가스를 형성하는 마른 콩류, 통조

림 콩류, 양배추, 브로커리, 양상추, 탄산음료, 맥주, 껌 등은 피하도록 한다. 평소 우유나 유제품을 먹으면 설사하는 사람은 유제품을 피하도록 한다.

▶ 메스꺼움과 구토

- 오심과 구토는 질병의 증상일 수도, 약으로 인해 나타나는 증상일 수도 있다. 소량씩 자주 먹도록 하며 알람시계를 이용하기도 한다.
- 메스꺼움이 있을 때 평상시에 좋아하던 음식을 억지로 먹는 것은 나중에 완전히 이 음식을 싫어하게 만들 수 있다.
- 단 음식보다는 약간 짭짤한 음식이 낫다.
- 토스트나 크래커나 우유에 타지 않은 시리얼과 같은 마른 음식들을 먹도록 한다. 음료는 식사 때 함께 먹는 것보다는 전후 30-60분에 마시도록 한다. 때로 음식의 냄새가 문제가 될 수 있으므로 창문을 열어 신선한 공기가 들어오도록 하고, 냄새가 너무 강한 음식은 피하도록 한다.
- 식사 후 움직임은 소화를 방해할 수 있으므로 음식을 먹은 후 1시간 정도 쉬도록 한다. 설 때는 눕는 것보다는 앉아서 쉬는 것이 낫고, 누워야 한다면 적어도 머리가 발보다 10cm정도 높게 하도록 한다. 약 때문에 유발되는 오심이라면 시간을 조절하도록 한다.

▶ 목이나 입의 궤양 등으로 삼키기가 힘들 때

- 목이나 입의 문제는 HIV감염자에게 흔한 문제이다. 부드럽고 먹기 편한 것으로 준비하도록 한다.
- 각종 죽류, 미음류,オート밀, 통조림 과일, 치즈, 국수류, 두부, 푸딩, 으갠 감자와 같이 부드러운 것이나, 곰국, 맑은 된장국, 닭죽 등은 영양도 높고 먹기도 쉽기 때문에 권장할 수 있는 음식이다.
- 빵이나 크래커 등은 먹기 전에 따뜻한 우유나 음료에 담그면 부드러워 진다.
- 커피나 알코올, 탄산음료 보다는 신선한 것으로 깨끗하게 씻어 갈아 만든 각종 과일이나 야채 주스, 미숫가루나 두유 등이 좋다. 과일은 생과일보다는 통조림으로 된 것이 먹기 편하며, 바나나처럼 부드러운 것이나 갈아서 먹도록 한다. 오렌지나 토마토는 산을 포함하여 구강에 자극이 될 수 있으므로 피한다.
- 자극적인 음식 역시 피하는 것이 좋다. 뜨거운 것보다는 차거나 실온 정도의 음식이 좋으며, 아이스크림이나 샤벳 종류는 통증에 대한 감각을 감소시킬 수 있다.
- 고개를 약간 뒤로 젖히고 먹는 것이 삼키기 편하다. 음식 찌꺼기와 감염을 막기 위해 입안을 자주 헹구도록 한다.

**한호협 출판부**

(2004. 5. 1 ~ 5. 31. / 단위 : 원)

수 입		지 출	
항 목	금 액	항 목	금 액
전월이월금	10,165,308		0
총론 판매대금	478,400		
합 계	10,643,708	합 계	10,643,708