

한국 정신신체의학연구의 과거와 현재 그리고 미래

고려대학교 의과대학 안산병원 정신건강의학교실,¹ 고려대학교 정신건강연구소²

고 영 훈^{1,2}

The Past, Present and Future of Korean Research in Psychosomatic Medicine

Young-Hoon Ko, M.D., Ph.D.^{1,2}

¹Department of Psychiatry, Korea University Ansan Hospital, Korea University College of Medicine, Ansan, Korea

²Korea University Research Institute of Mental Health, Seoul, Korea

ABSTRACT

Psychosomatic medicine is a part of medicine which is to find the effect of psychological, behavioural, and medical factors on the human body and disease. In the early 20th century, the idea of psychogenesis had been developed and resulted in the concept of psychosomatic disease which was believed to be caused by psychological factors. However a multifactorial model of illness developed and it allowed illness to be viewed as a result of biopsychosocial interactions. The following have been highlighted by consultation-liaison psychiatry. Psychosomatic medicine has addressed stress and psychiatric factors which affect the etiology, course, and treatment of medical disorders. Moreover it contributes the growth of other related disciplines such as psychoneuroendocrinology, psychoimmunology, behavioral medicine, health psychology and quality of life research. Nowadays, psychosomatic field becomes enlarged because medical and surgical departments have been developed rapidly, and research methods and tools have brought forth rapid progress and advance in medical science. Therefore the author reviews the past and present psychosomatic researches and suggests the future of psychosomatic research in Korea.

KEY WORDS : Psychosomatic medicine · Biopsychosocial · Psychosomatic research.

서 론

정신신체의학은 심리적, 행동적, 의학적 요인들이 인간의 신체에 미치는 영향을 알아보기 위해 생물정신사회적 관점에서 통합적으로 접근하는 의학 분야이다. ‘정신신체’라는 용어는 1818년 Heinroth에 의해 소개되었지만, 1930년대에 이르러서야 근대적인 의학의 개념을 가진 ‘정신신체의학’이 정립되게 되었다.¹⁾ 19세기 초의 정신신체의학은 신체 질환의 원

인을 심리적인 요인으로 이해하고 접근하려고 하였으며, 이후 관련 분야의 발전을 통해 보다 확대된 관점에서 신체 질환을 바라보기 시작하였다. 이후 Engel에 의해 질환의 다요인 모델이 제기되었고,²⁾ ‘생물정신사회학적’ 개념이 도입되면서 질환을 세포, 조직, 기관, 대인관계, 환경적인 수준에서 접근하게 되어, 의학 연구에서 개인의 육체와 주변 환경을 중요하게 인식하게 되었다. 이러한 인식 하에 정신사회적 요인의 중추신경계에 대한 영향을 확인하고자 하는 정신내분비학, 정신면역학이 발달하게 되었고, 현재까지 정신신체의학 연구

Received: May 14, 2012 / Revised: May 25, 2012 / Accepted: May 31, 2012

This study was presented at the 55th Korean Neuropsychiatric Association Annual Meeting, Seoul, Korea, April, 2012.

Corresponding author: Young-Hoon Ko, Department of Psychiatry, Korea University Ansan Hospital, Korea University College of Medicine, 516 Gojan-dong, Danwon-gu, Ansan 425-707, Korea

Tel : 031) 412 5981 · Fax : 031) 412 5144 · E-mail : korean@chol.com

의 주요한 분야로 자리잡게 되었다. 이에 부가하여 자문조정 정신의학이 태동하고 발전함에 따라 정신신체의학의 연구는 더욱 임상적인 주목을 받게 되었고 의학과 행동과학의 접목이 이루어지면서 신경계와 호르몬계 등 중추신경계의 관련성을 확인하고자 하는 연구는 더욱 박차를 가하게 된다. 결과적으로 정신신체의학은 총체적 즉, 생물정신사회학적 측면을 이해하고자 하는 학문 분야로 발전을 하게 되어, 다양한 질환에서 개인의 취약성에 영향을 미치는 정신사회적 요인의 역할, 정신사회적 요인과 생물학적 요인의 상호작용이 질환에 미치는 영향과 정신과 치료의 신체 질환에 대한 효과 등을 다루는 학문이 되었다.

정신신체의학 저널들

현재에는 여러 의학저널에서 정신신체의학 관련 논문을 쉽게 찾을 수 있으며 특히 해외에서는 정신신체의학에 중점을 두고 있는 저널들도 여러 편이 되며 그 위상도 상당히 높다(Table 1). 국내에서는 한국정신신체의학회에서 발간되는 '정신신체의학'이 관련 분야의 선도적인 역할을 하고 있다. '정신신체의학'은 1993년 창간되어 연 2회 발간되며, 2011년 7월 Korea Med에 등재되었으며 2011년 1월 한국학술진흥재단(학진) 등재후보지로 선정되었다. 그 외 국내 정신의학의 대표적인 저널인 '신경정신의학'에도 다수의 정신신체 관련 논문들이 게재되고 있다.

국내의 정신신체의학 연구

과거의 정신신체의학 논문들은 질환의 취약성에 대한 정신사회학적 요인이나 정신치료의 신체 질환에 대한 효과 등을 검증하는 논문들이 주를 이루었으며 자문조정정신학과 관련된 논문들도 자주 발간되었다. 그러나 최근 내외과 질환이 보다 세분화되고 그 원인에 대한 생물학적 연구들이 진행되며 다양한 검사 및 평가 도구가 개발되는 등 연구 여건이 변화됨에 따라 정신신체의학 연구도 더욱 다양화되고 세분화

Table 1. SCI registered psychiatric journals focusing on psychosomatic issues

Psychotherapy and Psychosomatics
Psychosomatic Medicine
Journal of Psychosomatic Research
General Hospital Psychiatry
Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Psychosomatics
Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology
Behavioral Medicine

SCI : Science Citation Index, which is an index to the journal literature of the sciences and is provided by Thomson Reuters

되고 있다. 이에 저자는 국내 저널에서 진행되는 정신신체의학 관련 연구의 실태를 알아보기 위해 1997년부터 2011년까지 정신신체의학과 신경정신의학 및 영문저널 psychiatry Investigation에 게재된 논문들을 Lipowski³⁾의 분류 방식으로 구분해보았다(Table 2). 연구방법론이나 주제에 따른 저널 사이의 차이는 없었지만 '정신신체의학'에 투고된 논문은 1997년부터 2004년과 비교할 때 2005년 이후에 그 수가 상당히 감소하였다. 반면 '신경정신의학'과 'Psychiatry Investigation'의 경우 논문의 수에는 연도에 따른 차이가 크지 않았다. 이러한 결과는 두 가지 측면으로 이해할 수 있다. 첫 번째로 최근 국내의 저널보다는 Science Citation Index(이하 SCI)⁴⁾에 등록된 저널이 보다 학술적으로 인정을 받게 되는 의학 연구 전반에 걸친 풍조의 결과일 것이다. 현재 대부분의 의학 논문이 대학병원이나 수련병원에서 발표되고 있으며, 국내 저널의 게재보다는 SCI에 등록된 해외 저널의 게재가 연구자의 실적에서 중요시 되고 있다. 따라서 의학 연구가 확대되고 다양한 연구 결과가 발표되고 있지만, 현 상황으로 인하여 국내 저널에 투고되는 논문의 편 수는 전반적으로 감소하거나 크게 증가하지 못하고 있다. 두 번째도 동일선 상에서 추정할 수 있다. 과거 '정신신체의학'의 경우 학진에 등재되지 못하였고 이로 인해 SCI 등재지와 함께 학진 등재지가 연구 실적으로 선호되는 상황에서 '정신신체의학'에 투고되는 원고는 지속적으로 감소하게 되었고, 이미 학진에 등재된 '신경정신의학'과 ScienceCitation Index Expanded(이하 SCIE)⁵⁾에 등재된 'Psychiatry Investigation'의 논문 투고는 꾸준히 유지되었을 것으로 추정된다. 따라서 '정신신체의학' 투고 원고의 감소가 관련 연구의 활성화와는 직접적인 관련성이 있다고 할 수 없다. 다만 국내 유일의 정신신체의학 저널인 '정신신체의학'의 논문 감소로 정신신체의학의 경향을 조망하고 정신과 전문의뿐 아니라 다양한 분야의 국내 전문가들의 관심을 유도할 수 있는 기회가 줄었다는 점에서는 아쉬움을 금할 수 없다. 그러나 '정신신체의학'이 최근 학진 등재후보지로 선정됨에 따라 이러한 문제는 점차 해결될 것으로 추정된다. 또한 질적으로 우수한 정신신체의학 논문의 투고를 위해 '정신신체의학'을 비롯한 국내 저널의 영문화와 국제화를 통해 인지도를 높이고 향후 SCI 혹은 SCIE 등재가 필수적일 것으로 생각된다.

Table 2에 제시된 것처럼 세 저널에 실린 논문들을 연구방법론에 의해 분류하였을 때 기간에 관계 없이 대부분의 연구가 임상적인 연구이며 다음으로 종설의 순으로 높은 빈도를 보였고, 역학연구와 실험연구는 세 저널 모두에서 낮은 빈도를 보이고 있었다. 정신신체의학 연구들이 대부분 정신과의 사들에 의해 이루어지며 이들 저널이 정신과 의사들이 주축이 되는 학회에서 발간되므로 임상연구 논문이 많은 것은 당

Table 2. Classification of psychosomatic research in Korean Journal of Psychosomatic Medicine, Journal of Korean Neuropsychiatric Association and Psychiatry Investigation

Classification	Korean Journal of Psychosomatic Medicine		Journal of Korean Neuropsychiatric Association/ Psychiatry Investigation	
	1997-2004 (N=202)	2005-2011 (N=89)	1997-2004 (N=30)	2005-2011 (N=35)
By methodology				
1. Experimental studies	5(2.5%)	7(7.9%)	3(10%)	2(5.7%)
① Human	2	7	3	1
② Animal	3	0	0	1
2. Clinical studies	149(73.9%)	41(46.1%)	24(80%)	28(80%)
3. Epidemiological studies	2(0.9%)	15(16.9%)	2(6.7%)	0
4. Literature review	46(22.7%)	26(29.1%)	1(3.3%)	5(14.3%)
By subjects				
1. Psychophysiology	3(1.5%)	8(9%)	1(3.3%)	0
2. Psychoneuroendocrinology	8(4%)	3(3.4%)	0	2(5.7%)
3. Psychoimmunology	6(3%)	1(1.1%)	1(3.3%)	0
4. Etiology of disease	10(5%)	11(12.3%)	1(3.3%)	2(5.7%)
5. Somatopsychic relationships	74(36.5%)	25(28.1%)	19(63.3%)	22(62.9%)
① Psychosocial reaction to physical illness	31	7	9	8
② Influence of physical illness on psychological functioning	37	15	9	11
③ Influence of medical and surgical therapies on mental health	6	3	1	3
6. Therapeutic effectiveness of psychiatric methods in physical illness	17(8.4%)	8(9%)	2(6.7%)	2(5.7%)
7. Consultation-liaison psychiatry	10(5%)	8(9%)	3(10%)	2(5.7%)
8. Geriatric psychiatry	0	0	0	0
9. Others(mainly related to stress)	74(36.6%)	25(28.1%)	3(10%)	5(14.3%)

연한 결과로 생각된다. 또한 자문조정을 통한 임상 데이터가 축적됨에 따라 2005년 이후 ‘정신신체의학’에는 역학 연구의 빈도가 늘어난 것으로 추정된다. 종설의 경우에도 정신신체의학에 대한 임상적 정보나 최신 연구 경향을 쉽게 알 수 있도록 제공해줌으로써 유익한 논문이 될 수 있지만 실험 연구가 상대적으로 낮은 빈도를 보이고 있다는 사실은 국내의 정신신체의학에 대한 기초 연구 부족을 설명해주고 있다.

주제에 따른 분류에서는 대부분의 논문이 정신(혹은 스트레스)과 신체의 관련성을 다루고 있으며, 다음으로 자문조정 정신의학 혹은 정신과적 치료 등에 대한 주제를 다루는 논문이 다수를 차지하고 있었다. 특이한 점은 ‘정신신체의학’에 실린 논문의 경우 스트레스와 관련된 기타 논문이 ‘신경정신의학’과 ‘Psychiatry Investigation’보다 차지하는 비중이 높았다. 이는 ‘정신신체의학’에 투고되는 논문들이 생물정신사회학적 관점에 보다 특성화된 연구임을 반영하는 것으로 판단된다. 물론 논문의 편수가 적고 앞서 언급된 여러 제한으로 인하여 정신신체의학을 비롯한 몇몇 국내 저널에 실린 논문만으로 연구 동향을 추정한다는 것이 무리가 있지만 이들 저널들이 연구분야를 특정하게 제한하고 있지 않으므로 일부나마 국내의 정신신체의학 연구의 경향을 추정할 수 있는 근거가 되리라고 생각된다. 정신의학의 분야가 정신생리학, 정신내분비학, 정신면역학, 유전학 등을 바탕으로 활발한 연구

가 이루어지고 있지만, 저자의 분류에 따른 결과를 보면 국내 정신신체의학의 분야는 신체 증상과 심리적인 요인이라는 단일 주제에 국한되어 있는 경향을 보이고 있다. 그러나 소수이지만 다양한 방법과 주제의 연구들이 지속적으로 투고되고 있으며 특히 생물정신사회학적인 정신신체의학 모델에 대한 실험 연구들이 명백을 유지하고 있다는 점에서는 다행스럽다고 할 수 있다.

정신신체의학 연구의 현재

앞서 언급된 것처럼 정신신체의학은 다양한 질환에서 개인의 취약성에 영향을 미치는 정신사회적 요인의 역할, 정신사회적 요인과 생물학적 요인의 상호작용이 질환에 미치는 영향과 정신과적 치료의 신체 질환에 대한 효과 등을 다루는 학문이다. 이에 이들 주제에 대해 세분화하여 정신신체의학의 연구 동향을 살펴 보고자 한다.

1. 개인의 취약성에 영향을 미치는 정신사회적 요인

질환 발생 전에 생활 사건들이 흔히 확인되는 데 이들 생활 사건들은 천식, 당뇨, 급사 등의 다양한 질환에서 관련이 있고 기저의 신경내분비학적, 신경면역학적 기전들이 확인되고 있다. 스트레스를 유발하는 생활 사건뿐 아니라 미묘하지만

만성적으로 지속되는 스트레스 상황도 스트레스 대처 방식에 영향을 미치고 생물학적 변화를 유발하여 질환의 발생과 경과에 일조하게 된다. 최근 우울증을 비롯한 다양한 정신과 질환에서 주목을 받고 있는 아동기 성폭행 등의 초기 생활 사건은 HPA 축의 변화를 유발하여 개인의 스트레스 취약성에 관여하는 것으로 보고하고 있다.⁶⁾ 이외에 개인의 성격 특성도 질환의 취약성을 유발하는 것으로 보고되고 있는데, 대표적으로 A형 인격과 D형 인격이 있다. 이들 인격 특성은 심혈관계 질환의 발병과 경과에 영향을 미치며 다양한 신체 질환에서의 관련성이 보고되고 있다. 이 밖에도 심리적인 행복, 건강에 대한 태도와 건강 행동 등이 여러 신체 질환에서 주요한 요인으로 확인되고 있다.

2) 정신사회적 요인과 생물학적 요인의 상호작용과 신체 질환

정신사회학적 요인과 생물학적 요인의 상호작용은 여러 신체 질환에서 다양한 경로로 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. 정신과적인 문제는 질환에 병발하거나 서로 병인으로 작용하기도 한다. 특히 정신과적인 문제가 신체 질환이 병인이 되어 발생하는 경우 기질성정신장애로 진단하게 되는 데, 대개 기저 신체 질환의 치료를 통해 호전되고 섬망이나 치매 등과 같은 질환이 여기에 해당된다. 우울장애와 불안장애의 경우 많은 신체 질환에서 병발하고 이들 환자의 삶의 질과 사회적인 기능에 영향을 미치며 사회경제적 손실을 야기하는 것으로 보고되고 있다. 또한 신체 질환에 대한 치료순응도를 낮추거나 취약성을 높이고 비특이적인 신체 증상을 유발하는 것으로도 알려져 있다. 정신과적인 질환뿐 아니라 심리적인 요인들도 신체 질환에 영향을 미치게 되는 데 특히 분노나 적개심은 심혈관계에 악영향을 미치고 면역기능의 변화를 유발하는 대표적인 심리적인 요인들이다. 그 외에도 질병 행동이나 삶의 질에 관련된 연구들이 정신신체의학에서 다루어지고 있다.

3) 정신과 치료의 신체 질환에 대한 효과

신체 질환에 대한 정신과적인 치료는 정신치료적 접근, 정신약물학적 치료, 정신과적인 예방 등의 내용을 주로 하고 있다. 특히 자문조정정신의학이 이 분야에 해당이 되며 다양한 분야의 전문가들이 관여하면서 정신의학과 행동의학을 망라하는 치료적 접근을 시행하게 된다. 신체 질환과 우울증과 같은 정신 질환이 병발하는 경우가 가장 흔한 치료 대상이 되며 인지행동치료, 스트레스관리, 단기역동정신치료 등의 치료 방법들이 동원되고 필요한 경우 정신과 약물을 사용하기도 한다. 많은 수의 체계화된 연구들이 정신과 약물 치료가 동반하는 정신 질환의 호전에 부가하여 신체 질환의 호전에도 효과적이라고 보고하고 있다. 또한 건강염려증과 같은 비정상적인 질병 행동의 교정을 통해 기능성 내과 질환이 호전된다는

보고들이 있다.⁷⁾

정신신체의학 연구의 미래

앞서 언급한 내용처럼 정신신체의학의 기원은 신체 증상의 감정적, 인지적, 심리적, 사회적 요인을 확인하는 목적으로부터 시작되었다. 따라서 과거나 최근의 연구들은 신체 질환에 대한 마음의 역할을 주된 주제로 다루어 온 것이 사실이다. 최근 뇌과학의 발달과 함께 다양한 연구방법들이 발전하게 되면서 감정, 인지, 행동의 복합체인 마음과 그 기저의 뇌 기능에 주목을 하게 되었고 그 결과 중추신경계의 병인적 역할을 규명하려는 시도가 이루어지고 있다. 다시 말하면 과거에는 우울, 불안 등의 심리 상태가 심혈관계에 미치는 영향을 확인하고자 하였다면 최근에는 우울, 불안의 발생에 관여하는 변연계가 심혈관 질환에 미치는 영향을 확인하고자 하는 연구로 더욱 세분화되고 있다. 또한 그 연구의 범위도 질환의 발생, 경과, 예후에 국한되지 않고 말단 기관의 생리적 변화, 신경전달물질과 그 수용체의 변화를 확인하거나 유전학적, 분자생물학적 영향을 규명하려는 범위까지 확대되고 있다. 이에 부가하여 정신신체의학이 건강과 질환에 대한 근원적인 질문에서 비롯된 것처럼 병인을 알 수 없는 다양한 질환이나 증상에도 그 영역을 확장하여 기초 연구자와 임상가의 가교가 되고 있다. 즉, 많은 내외과 환자에서 보고되는 원인을 알 수 없는 신체 증상이나 신체 질환에 비특이적으로 나타나는 증상, 그리고 임상에서 추정되는 것 이상으로 과도하게 나타나는 통증이나 증상들이 그 대상이 되고 있는 것이다.

결과적으로 향후 정신신체의학 연구는 보다 세분화되면서도 정신신경내분비학, 정신면역학, 정신유전학, 뇌영상학, 신경생리학, 자문조정정신의학, 행동과학, 건강심리학 등의 영역이 유기적으로 연결되고 상호 보완되어, 신체 질환과 심리적 요인 혹은 정신 질환의 관련성을 확인하고자 하는 근원적인 호기심을 해결해 줄 학문의 분야로 발전할 것으로 생각된다.

REFERENCES

- (1) Lipowski ZJ. Psychosomatic medicine: past and present. Part I. Historical background. *Can J Psychiat* 1986;31:2-7.
- (2) Engel GL. The concept of psychosomatic disorder. *J Psychosom Res* 1967;11:3-9.
- (3) Lipowski ZJ. Psychosomatic medicine: past and present. Part II. Current state. *Can J Psychiat* 1986;31:8-13.
- (4) Science Citation Index in Thomson Reuters. Available at: http://thomsonreuters.com/products_services/science/science_products/a-z/science_citation_index/. Accessed May 21, 2012.
- (5) Science Citation Index Expanded in Thomson Reuters. Avail-

able at: http://thomsonreuters.com/products_services/science/science_products/a-z/science_citation_index_expanded/. Accessed May 21, 2012.

(6) **Plotsky PM, Meaney MJ.** Early, postnatal experience alters hypothalamic corticotropin-releasing factor(CRF) mRNA,

median eminence CRF content and stress-induced release in adult rats. *Mol brain research* 1993;18:195-200.

(7) **Kellner R.** Psychosomatic syndromes, somatization and somatoform disorders. *Psychother Psychosom* 1994;61:4-24.

국문초록

정신신체의학은 심리적, 행동적, 의학적 요인들이 인간의 신체에 미치는 영향을 알아보기 위해 생물정신사회적 관점에서 통합적으로 접근하는 의학 분야이다. 초기의 정신신체의학은 신체 질환의 원인을 심리적인 요인으로 이해하고 접근하고자 하였으며 이후 다양한 관련 분야의 발전을 통해 보다 확대된 관점에서 신체 질환을 바라보기 시작하였다. 이러한 결과 내외과 질환 환자들의 정신과적인 문제를 다루는 자문조정이 임상적으로 주목을 받게 되었다. 여러 내과적 질환들의 원인, 경과, 치료에 스트레스 혹은 정신과적 요인이 영향을 미친다는 사실이 확인되었고 더 나아가 질환뿐 아니라 삶의 질이나 인격 특성 등 인간의 행동적인 측면 역시 연구 대상으로 확대되게 된다. 최근 내외과 질환이 보다 세분화되고 그 원인에 대한 생물학적 연구들이 진행되며 다양한 검사 및 평가 도구가 개발되는 등 연구 여건이 변화됨에 따라 정신신체의학 연구도 더욱 다양화되고 세분화되고 있다. 이에 저자는 한국 정신신체의학 연구의 발전을 모색하기 위해 국내 정신신체의학 연구의 과거와 현주소를 확인하고 미래를 전망하고자 한다.

중심 단어 : 정신신체의학 · 생물정신사회 · 정신신체 연구.