

말기 암환자의 증상조절 : 식욕부진/오심

이화여자대학교 가정호스피스

최 화 속

서 론

식욕부진과 오심은 말기환자에게서 통증 다음으로 흔하게 나타나는 증상들이다. 이들 증상은 말기환자의 영양 섭취를 어렵게 하는 요인이 된다.

식욕부진

식욕부진의 원인은 다양하게 나타나는데 크게 입맛이 없거나 피곤, 오심, 변비, 탈수, 통증, 입안문제, 소화불량(역류성 식도염, 위염, 위궤양, squash stomach), 대사성 변화(고칼슘혈증, 저나트륨혈증), 항암치료 부작용(방사선 치료, 항암요법) 등의 신체적 요인과 불안, 불쾌감, 우울, 수면장애 가족내 갈등 등의 정신사회적 요인으로 나눌 수 있다.

치료를 위한 약물로는 steroid, cycloheptadine(peractin), megace(megastrol), Vitamine C, marinol, metoclopramide, amitriptyline 등이 있다.

간호중재는 다음과 같다.

- 1) 식사와 간식을 소량씩 자주 준다.
- 2) 음식은 보기 좋고 먹음직스럽게 만들어서 준다.
- 3) 딱딱한 음식을 삼키기 힘들어하면 부드러운 죽이나 미음으로 바꾸어 준다.
- 4) 필요하면 음료수나 appetizer를 제공한다.
- 5) 가급적 일어나 앉아서 식사하도록 한다.
- 6) 실내를 수시로 환기시킨다.
- 7) 신체적/정신적/영적 편안함을 유지시킨다.
- 8) 혼자 먹는 것보다는 가족이 함께 식사하도록 한다.

오 심

오심은 간헐적인 증상으로서 구토를 동반하기도 하나 구토보다 오심이 환자에게는 더 괴로운 증상이다. 원인은 기전에 따라 다양하므로(Table 1), 유발 원인을 제거하고 교정하는 것이 치료의 첫 번째 원칙이다.

사용하는 약물로는 butyrophenones(haloperidol, droperidol), phenothiazine (prochlorperazine, chlorpro-

표 1. 기전에 따른 오심의 원인 분류

기 전		원 인
중추성	구토중추 Chemo-receptor trigger zone	자극하는 냄새/소리/기억/시각/불안/뇌부종/뇌압증가/뇌전이/평형기관 이상 방사선치료/항암제/고칼슘혈증/요독증/약물(opioid, aspirin, K, anticholinergics, digoxin, NSAID, estrogen, metronidazole, EM)
말초성	후두자극 위정체	기침반사/구강감염/식도병변/식도감염/역류성 식도염 변비/장폐쇄/위공백 시간 지체/작아진 위(간비장 비대, 복수, 간부전 등)/복막자극 (복막염, 충수돌기염 등)

mazine), thopromide(metoclopramide, domperidone), 항 히스타민제(cyclizine, diphenhydramine), 항 콜린작용제(scopolamine) 등의 중추성 작용약물과 cisapriodes, 5-HT3 수용체 길항제(ondansetron) 등의 말초성 작용약물이 있다.

간호중재는 다음과 같다.

- 1) 마른 토스트와 크래커 같은 음식을 먹는다.
- 2) 식간에만 오심이 일어난다면 식사를 조금씩 자주하고 취침시 스낵을 먹는다.
- 3) 음식에 레몬즙이나 박하같이 오래 지속되고 산뜻한 향기가 나는 것을 넣어 먹는다.
- 4) 조용한 환경에서 편안하게 휴식한다.
- 5) 식후 적어도 한 시간 가량 조용히 휴식한다.
- 6) 감미로운 음악과 좋아하는 TV프로그램 혹은 친구를 통하여 기분전환이 되도록 한다.
- 7) 매속매속한 기분이 들면 긴장을 풀고 천천히 깊게 호흡을 한다.
- 8) 구강 간호를 자주 해 준다.
- 9) 얼음 조각이나 얼린 주스를 깨물어 먹는다.
- 10) 오심이나 구토가 있을 때 음식이나 음료를 강제로 먹이지 않는다.
- 11) 등을 대고 똑바로 눕지 않도록 한다.
- 12) 강한 냄새가 나거나 달콤하고 기름기가 많거나 혹은 짜거나 향료가 강한 음식은 금한다.
- 13) 불필요한 자극이나 흥분을 피한다.