

## 호스피스 환자의 가정간호 - 가정에서 자원봉사자의 역할을 중심으로 -

안양병원 내과

문 도 호

일반적으로 병원이나 호스피스 병동, 시설은 의료진과 치료 장비들의 접근이 용이하여 환자를 돌보기가 쉽지만 가정에서 환자를 돌본다는 것은 도전이며 때로는 부담스럽다. 대부분의 환자들이 가정에서 입종하기를 원하지만 여러 가지 어려운 여건(환자/가족의 불안, 두려움, 응급상황 등)에 의한 현실적인 문제로 병원이나 호스피스시설에 입원한다. 그러나 병원 시설은 한정되어 있어 모든 환자가 입원하는 데에는 한계가 있다. 따라서 가정에서 조절하기 어려운 증상이나 응급상황시 입원하여 증상 호전되면 다시 가정에서 지내게 된다. 그러므로 가정 호스피스의 역할이 중요하고 점점 커지고 있다. 가정이 병원에 입원했을 때 보다 훨씬 가족의 역할과 사랑을 느낄수 있는 장점이 있다. 이러한 가정 호스피스에서 가장 중요한 것은 호스피스/완화의료팀의 팀워크와 상호 역할에 대한 이해와 각 구성원의 책임이 필수적이다. 또한 환자/가족에 대한 교육(증상조절/통증조절, 환자의 궁급한점, 앞으로 발생할 수 있는 증상 등)과 환자를 가정에서 돌보는 가족과 자원 봉사자의 역할이 중요하리라고 생각된다.

호스피스에서 자원봉사자의 역할은 매우 다양하며 일률적으로 규정짓기는 어렵다. 호스피스 봉사자는 환자와 가족을 도울수 있는 일이 있고 그 외 호스피스 활동을 돕기 위한 일이 있다. 환자의 고통을 덜어주고 여생을 편안한 분위기에서 인간의 존엄성을 유지하면서 삶을 이루도록 도와주고 오랫동안 환자 간호로 인해 지친 가족들의 심리적, 육체적 어려운 문제들을 함

께 의논하고 도와 주는 역할을 한다. 또한 호스피스에 종사하는 직원들의 과중한 업무를 덜어줌으로써 서비스를 보다 능률적이고 효과적으로 할 수 있도록 지원하는 역할과 호스피스 사업의 발전을 위해 필요한 재정적 지원 활동, 홍보, 지역사회와 연계등 다양한 역할을 한다. 본 단원에서는 자원봉사자의 가정간호에서 필요한 역할을 주로 다루고자 한다.

### 환자 돌보기의 가장 중요한 것이 신체적 돌봄이다

환자가 신체적으로 편안한 안위를 누릴수 있도록 의료팀의 지시를 받은 내용들을 제공해 줄 수 있다. 또한 환자 상태에 대해서 의료진과 항상 의사소통이 되어야 할 것은 물론이다. 개인 위생을 도와주는 일로 목욕, 양치, 면도, 옷 갈아 입히기, 손/발톱 깎아주기, 머리감기와 손질하기 등과 통증 조절을 위해서 마사지, 냉온 찜질, 물리요법 등도 할 수 있다. 특히 목욕은 피부를 깨끗하게 하고 순환을 자극하며 긴장을 이완시키고 환자와의 관계형성에 좋은 기회가 된다. 체위 변경은 신경계 장애 예방과 좋은 체형 유지, 호흡기 울혈 예방, 순환 증진 및 거담 등과 함께 근육 수축 예방과 압박감을 이완하며 신체적 고통을 완화하고 욕창예방에 도움을 준다. 냉 찜질은 열이 날 때 체온을 내리는데 도움을 주며 통증을 경감 시키고 온 찜질은 48~49℃의 더운물을 사용하면 혈액순환을 증진시키고 부종을 경감시켜 통증 및 근육경련을 완화시킨다. 등 마사지로 혈액순환을 증진시켜 욕창을 예방할

수 있으며 특히 발 마사지는 혈액순환을 촉진하며 림프순환 증가 환자의 경우 부종이 감소된다. 그리고 각 장기와 기관의 기능을 활성화시켜 긴장을 해소하고 이완시켜준다.

림프 마사지를 할 수 있는데 환자는 주로 유방암이나 자궁암에서 수술이나 방사선 치료를 받는 경우가 대부분을 차지하나 암이 진행하면서 환자의 상태가 악화되어 말기로 갈수록 많은 환자에서 림프액 이동이 적고 정체되어 발생한다. 림프 마사지는 림프부종 부위에서 림프액을 제거하는 아주 부드러운 마사지 방법이다. 일단 정상적인 부위부터 마사지한 다음 비정상적인 부위를 마사지 한다. 비정상적인 부위를 마사지 할 때도 가슴이나 몸통에 가까운 부위부터 마사지를 시작하여 팔이나 다리부위로 차츰차츰 내려간다. 림프 마사지의 주된 생리적인 작용은 신체의 조직으로부터 림프액을 제거하여 조직을 깨끗하게 하며, 자율신경계의 부교감심경을 자극하여 이완작용을 유발시며 통증 완화에 관여한다. 또한 자원봉사자는 산책, 운동, 시트 갈아주기, 주변 정리하기, 식사 시중 들어주기 등 다양한 도움을 줄 수 있다.

사회적 돌봄으로서는 환자와 가족을 위한 사회적 활동을 보조해 줄 수 있다. 은행 업무, 병원 방문, 상점가야 할 일 등 다양한 사회적 활동에 필요한 업무를 보조해 줄 수 있다. 장기 기증과 유언서 작성을 도울 수 있으며 장례식에 참여하거나 추후 유기족 관리팀으로 참여할 수 있다. 무엇보다도 가족이 설 수 있도록 도와주는데 큰 역할을 담당할 수 있다.

정신/심리적 돌봄으로서는 환자의 남아 있는 삶의 기간들을 희망을 갖고 인간으로서 존엄성을 유지하며 자신의 삶을 통합할 수 있도록 도와주며 옆에 있어주

고, 이야기를 들어주며, 친구 해주며, 기념일을 축하해주는 등 사랑과 관심과 애정을 표현해 주는 일을 할 수 있다.

영적 돌봄으로서는 환자가 원할 때 목회자의 방문과 상담을 주선해 주어 환자의 영적 요구를 충족시켜 남은 생애동안 삶의 질을 높여주며, 현재의 상황과 죽음을 긍정적으로 수용하고 평안하게 지내면서 인간의 존엄성을 유지하도록 돕고, 또한 내세에 대한 희망속에서 평온한 죽음을 맞이하도록 도와줄 수 있다.

그 외에 사별가족을 돌볼 수 있는데 사별가족이 충격과 슬픔을 잘 극복하고 이전의 안녕상태로 회복하며 성숙한 삶을 살 수 있도록 지지해 줄 수 있다.

환자가 가정에서 원활하게 간호를 받으려면 호스피스 팀과의 의사소통이 필수적인 요소이다. 특히 자원봉사자는 환자/가족과 가장 많은 시간을 보내므로 환자를 돌보는데 가족만큼 중요한 역할을 할 수 있다. 따라서 환자에게 나타나는 증상, 가족의 상태, 응급상황에 대해서 항상 의료팀과 긴밀한 협조관계를 가져 가족의 어려움과 두려움을 덜어주어 치료가 불가능한 마지막 시기에 있는 이들에게 최대한의 충만한 삶을 살 수 있도록 간호와 도움을 주어야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 1) 김수지. 호스피스 총론, 2001.
- 2) 가톨릭대학교 호스피스 자원봉사자 지침서, 2002.
- 3) David R. Seibold SM, Rossi CR, Berteotti SL, Soprych LP. Volunteer Involvement in a Hospice Care Program, Am J Hosp Care 1987;4:43-55.
- 4) 김혜자. 자원봉사자의 역할. 한국호스피스 완화의료학회지 2001;4:96-8.