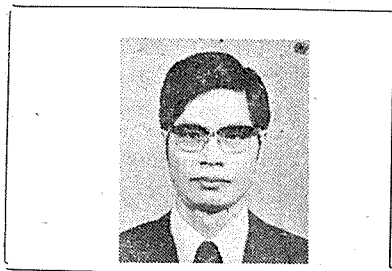


환병의 정신생리

소위 심신성 심폐증을
중심으로



한 홍 무

예전부터 흔히 사용되는 병명중에는 몸살, 체증, 환병등이 있다.

물론 현대의학의 개념으로는 구체적인 진단명이라고는 할 수 없으나 몇가지 공통되는 증세를 한류음으로 나타낸 말이다. 즉 열성질환이나 파로는 몸살로, 위장계통의 증세는 체증, 또 감정의 장애로 심장순환계통과 호흡기계통의 고통이면 환병이라 하는 식이다.

일견 막연한듯 하면서도 누구나 쉽게 알아들을 수 있는 병명들이다. 이러한 병명이 신체적 고통을 주로 표현하면서도 실상은 그 원인

과 증세에는 마음의 고통을 은연중에 나타내고 있음도 우리는 쉽게 짐작할 수 있다.

가령 정신적인 긴장이나 과로로 몸살이 난다든가, 속상할 때는 냉수 마시고도 체한다는 뜻을 음미해 볼만하다. 특히 환병이라 하면 분노라는 감정의 장애로 병이 걸과되었다는 직설적인 표현이 되겠다.

누구나 살아가는 동안 화를 내고 괴로움을 당해본 경험을 갖고 있다. 그러나 “환병”이란 무엇인가를 한말로 설명하기는 힘들 것이다.

“화”가 난다는 인간감정의 다양성, 그로 유발되는 신체적, 정신적 표현 즉 증세는 복잡하여 우리의 통상적인 언어만으로 표현할 수는 없는 것이다. “화”라는 감정이 유발되는 원인이나 상황, 이를 경험하는 개개인의 성격, 적응능력, 환경과 그 결과는 사람마다 또 같은 사람에게도 때와 장소에 따라 다르기 때문이다.

환병이라 할때 흔히 가장 두드러진 신체증세로 가슴부위, 즉 심장순환계통과 호흡기계통의 여러가지 고통이며, 물론 신체의 다른 부위의 고통도 수반된다. 이러한 증세를 정신신체장애 또는 정신생리성장애라 일컫는다. 감정적 요소가 생리기능에 영향을 주어 장애를 일으킨다고 할 수 있겠다.

가장 흔한 증세를 불안발작시의 예를 들면 호흡곤란, 심장뛰, 가슴 답답함, 부정맥, 가슴부위의, 압박감과 통증, 어지러움, 가슴속이 치밀고 목안이 막히는 느낌, 사지의 마비감, 근육의 경련, 식은 땀, 위장증세, 두통 두중감과 현기증으로 졸도될 것 같은 극심한 두려움으로 신체 모든 부위에서 여러 증세가 나타나 가슴부위의 증세가 가장 격렬하게 느껴진다.

사람은 누구나 심장 또는 폐의 활동이 생명현상에 가장 중요하게 생각함으로 이 부위의 사소하고 일시적인 고통도 커다란 심리적 반응을 불러 일으킨다. 이러한 증세를 흔히 심장쇠약, 협심증, 신경성고혈압, 폐질환등 구체적인 병명으로 짐작하고 두려워하는 경우를 흔히 본다. 더욱이 그 성격이 불안정하고 신경증적인 사람에게 더욱 심하여 소위 심장 노이로제나 고혈압노이로제를 야기시킨다.

그러나 누구나 극심한 불안, 지속적인 긴장, 적절히 해소되지 못한 분노나 적개심이 있는 경우 위에 열거한 가슴부위의 여러가지 증세가 생길 수 있다고 본다. 즉 마음이 괴로울때 몸이 대신 울어주는 셈이다.

신체검사에는 별다른 이상소견이 없음에도 감정의 장애로 자율신경

계통의 부조화를 일으키고 따라서 심장이나 호흡기계통에 바로 지각할 수 있는 증세가 나타나는 사람을 임상 의사들은 흔히 경험한다. 즉 심인성 심폐증이라 할 수 있다. 불안, 분노를 일으키는 스트레스가 지속될 때 심장박동, 혈액배출량및 혈압의 증가와 심장활동 내성의 저하를 볼수 있는데 자율신경계의 부조화 각종 내분비(특히카테콜라민)의 신진대사변화로 설명되고 있다. 따라서 이러한 스트레스가 협심증, 고혈압 관상동맥질환 및 심근경색증의 유발인자가 될 수 있고, 이미 이러한 질환이나 취약성이 있을때 그 경과를 더욱 악화시킴으로 치료나 예방에 심리적 요소를 중요시 하고 있다.

호흡기계통에도 지속적인 불안, 긴장, 분노가 있을 때 불규칙적인 호흡, 또는 과잉호흡으로 숨가쁨, 어지러움, 가슴의 압박감과 통증, 두근거림, 팔다리의 저리는 증세등이 나타나는 경우를 “과잉호흡증후군”이라고 이는 기관지 폐포내의 공기감소, 동맥혈중내 이산화탄소의 저하로 인한 생리적 변화, 즉 호흡기성 알칼로시스증의 결과때문이라 하겠다.

또한 심인성 천식발작의 경우 그 발작은 슬픔과 분노를 상징함으로 불안스러운 상황에 직면할 경우 울

음대신 기침과 호흡곤란의 발작이 쉽게 유발될 수 있겠다.

누구나 마음이 괴로울 때 가슴이 답답하고 아픔을 경험한다. 즉 신체적 고통은 마음이 편안하지 못하다는 신호이다. 따라서 숨겨져있는 마음속의 문제를 밝혀내고 고쳐나가야 할 것이다.

〈필자=한양외대 신경정신과장·의박〉

집단전환증

(히스테리)에 관하여



金 二 泳

최근 전국의 몇몇 중학교에서 발생하여 문제가 된 집단히스테리(집단전환증)는 그 병명이 일반인에게 생소한 만치 그 처리과정이나 앞으로의 대책에 있어서 몇가지 문제점

을 던져주고 있다.

전환증이란 여러가지 신경증(소위 노이로제)의 일종으로서 적절하게 해결되지 못한 마음속의 갈등이 그의 마음에 불안을 일으키는데 이런 불안에서 해방되기 위하여 그 갈등이 어떤 육체적인 질병의 증상과 비슷한 신체적인 증상으로 전환되어서 나타나는 것이다. 이때 육체적인 증상은 여러가지로 나타날 수 있다. 손발이 마비되기도 하고 일시적으로 말을 못하게 되기도 하고, 장님이 되기도 하고, 천식과 같은 호흡발작을 일으키는 수도 있으며 때로는 간질발작과 같은 증상을 보이기도 한다.

한편 가벼운 증세로는 두통, 복통, 팔다리 추심, 혹은 밥을 잘 넘기지 못하게 되기도 한다.

이런 증상들은 환자 자신에게는 불안에서의 해방이라는 일차적인 의미외에 자기가 고통스러웠던 일에서 해방된다는 주위의 관심을 자기에게 집중하도록 하는 등의 이차적인 의미가 있다. 이런 것을 전환증의 이차적인 이득이라고 한다. 그러기 때문에 전환증의 환자는 남이 보기에는 꼭 피병하는 사람과 같이 잘못 인식되기가 쉽다. 예를 들면 자신이 없는 피아니스트가 자신이 없다는 것과 자기의 명성사에 갈등을 일으키면 자신의 체면도